

# વાનગી વિહાર

વિવિધ વાનગીઓનો રસથાળ

સંપાદન : સુશીલાબેન જ. પટેલ

સુજા બહેનો અને ભાઈઓ,

ઘણા સમયથી રસોઈની વિવિધ વાનગીઓ બનાવવાની રીતોની માગણી આપ સૌ તરફથી આવ્યા કરતી હતી અને મને એ વિભાગ શરૂ કરવાની જવાબદારી સોંપવામાં આવી પણ હતી. પણ અન્ય કામની ધમાલમાં એ કામ શરૂ થઈ શક્યું ન હતું. આજે મેં આ વિભાગ તમારા સૌના સહકારની અપેક્ષા સહ શરૂ કર્યો છે.

આ વિભાગમાં સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓ બનાવવાની પ્રક્રિયાની વિગતવાર માહિતી તો આપણે આપીશું પણ આરોગ્યનો ખ્યાલ રાખીને જે તે વાનગીઓ બનાવતાં જૂની પરંપરિત રીતોમાં જે ફરફાર જરૂરી હોય તેની ચર્ચા પણ કરીશું.

આ વિભાગ મારી એકલીનો નથી; આપણા સૌનો છે. સૌ કોઈ બહેન કે ભાઈને અવનવી વાનગી બનાવવાની રીત મોકલવા મારું નિમંત્રણ છે. જેમની વાનગીની રીત આ વેબ સાઈટ પર પ્રસિધ્ધ કરવામાં આવશે તેમનો ફોટો અને ટૂંકો પરિચય પણ આપવામાં આવશે.

આ પાન પર અન્યત્ર મારું ઈમેઈલ એડ્રેસ આપેલું છે એના પર આપ મારો સંપર્ક સાધી શકશો. હા, તમારે વાનગીની રીત મોકલવી હોય તો મને ઈમેઈલથી જણાવશો એટલે હું મારું પોસ્ટલ સરનામું અથવા ફેક્સ નંબર મોકલી આપીશ. ગુજરાતીમાં સારા અક્ષરે લખીને અથવા ટાઈપ કરીને લખાણ મોકલી આપવા વિનંતિ છે. મહેરબાની કરીને કોઈની અન્યત્ર પ્રસિધ્ધ થયેલી વાનગીની રીતની કોપી કરીને ન મોકલતા.

આપણે સામાન્ય રીતે નીચે જણાવેલા ફોર્મમાં વાનગીની રીતો રજૂ કરવાનું ધોરણ રાખીશું.

આ વાનગી વિષે :- (આમાં જૂની પારંપારિક રીત, તેની આરોગ્ય ઉપર અસર અને નવી રીતથી એમાં કરવામાં આવેલા સુધારા અને તેના ફાયદા.)

સામગ્રી :- આ વાનગી બનાવવા માટેની જરૂરી સામગ્રી.

પૂર્વ તૈયારી :- આ વાનગી બનાવતા પહેલાં અગાઉથી કરવી પડતી તૈયારી.

બનાવવાની રીત :- આ વાનગી બનાવવાની રીત.

