३. खिचिणी

खिचिणीअ जो ग्लोबल ब्रांडिंग करण जो सरिकारि फ़ैसिलो कयो आहे। खिचिणी हाणे बर्गर, पीज़ा ऐं चाऊमनि वांगुरु गलोबल फुड बणिजी वेंदी, इन में को बि शकु कोन्हे।

भारत सरिकारि चाहे थी त खिचिणी बि दुनिया जे हर रेस्टारंट जे रंधिणे में मुयसरु थिए ऐं दुनिया जे सभिनी मुल्कनि में लोकप्रिय थिए.

२ नवम्बरु २०१७ ई. दिहिलीअ में नैश्नल फुड फेस्टीवल मल्हायो वियो। जंहिं में दुनिया जे हर मुल्क जे खाधे जूं वैराइटियूं खाइण ऐं ड्रिसण वटां मिलियूं। ४ नवम्बर २०१७ ई. ते प्रधानमंत्रीअ जी हाज़ुरीअ में अठ सौ किलोग्राम चांवरिन जी खिचिणी तियारु कई वेई, जो हिकु वर्ल्ड रिकार्ड आहे। इन सां गड़ु भारत जे हिन रेसीपीअ जो बि काफ़ी मात्रा में प्रचारु थियो आहे, ऐं अहिड़े नमूने अन्तर्राष्ट्रीय सतह ते बि भारत जे हिन रेसीपीअ जे रधपचाअ जे तरीक़े जी सुञाणप वधंदी।

सुवालु आहे त इन लाइ खिचिणीअ खे ई छो चूंडियो वियो? खिचिणी हक़ीक़त में एकिता जी निशानी आहे। ग़रीबु चाहे शाहूकारु, हिंदू चाहे मुसलमानु खिचिणी हरिको चाह सां खाए थो। वरी उहा भारत जे हर प्रांत जा रहिवासी खाईंदा आहिनि।

खिचिणी ठाहिण लाइ रवाजी तोर चांवर, दालि, भाझियूं ऐं मसालनि जो इस्तेमालु कयो वेंदो आहे।

उतर ऐं ओभर वारनि प्रांतनि में चांवरनि जी पैदाइश वधीक थींदी आहे त वरी मध्य ऐं ड्रखण भारत में दालियुनि जी। मसाला ओलह ऐं ड्रखण भारत में झझा थियनि। इन करे खिचिणी भारत जे सभिनी प्रांतनि में खाधी वेंदी आहे। इन तरह सभिनी प्रांतनि जो खिचिणीअ में योगदानु आहे, ऐं पूरे भारत खे जोड़े रखियो आहे। ब्रियनि लफ़्ज़नि में चइजे त खिचिणी माना सञो हिंदुस्तानु।

कश्मीर खां वठी कन्याकुमारीअ ताईं खिचिणी ठाहिण जा बेशकि अलग़ि अलग़ि तरीक़ा ऐं नाला आहिनि, पर शइ साग़ी आहे। कश्मीर में पीलनि चांवरनि जो प्रसादु ठाहियो वेंदो आहे, जंहिं खे ''तहिरीं'' चवंदा आहिनि। कुबेर जी पूजा कश्मीरी पंडित खिचिणीअ जे भोग़ सां कंदा आहिनि। पंजाब ऐं हरियाना में खिचिणीअ में मुङनि जी दालि ऐं ब्राझिरी बि मिलाई वेंदी आहे। राजिस्थान में सर्दियुनि में ब्राझिरी जी खिचिणी खाधी वेंदी आहे। खिचिणीअ सां गड़ु पापड़ु बि खाइणु पसंसि कंदा आहिनि। गुजिरात में खिचिणीअ जो सवादु थोरो मिठो हूंदो आहे, ऐं कढ़ीअ सां गड़ु खादी वेंदी आहे. उत्तर प्रदेश में खिचिणी खे वधीक सवादी बणाइण लाइ उन में भाज़ियूं बि विधियूं वेंदियूं आहिनि ऐं उन खे तहिरीं चवंदा आहिनि। ओलह बंगाल में दसहिड़े जे मोक़ए ते, याने दुर्गा पूजा वक़्ति प्रसाद तोर खिचिणी विरहाई वेंदी आहे। उहो प्रसादु मसालनि सां भरिपूरु ऐं ड्ढो सवादी हूंदो आहे। कर्नाटक में खिचिणीअ खे 'बेसी बेली भात' चवंदा आहिनि। हिन खिचिणीअ में हर क़िस्म जा अनाज गड़िया वेंदा आहिनि। ड्रखण भारत में खिचिणीअ में कारा मिर्च, ऐं खाज़ा विधा वेंदा आहिनि।

ओड़ीसा में खिचिणीअ खे 'खेचिड़ी' चवंदा आहिनि, जंहिं में अदिरक पिणि विधी वेंदी आहे। जगन्नाथपुरीअ जो प्रसादु बि खिचिणीअ जो हूंदो आहे, जेको ड्राढो सवादी ऐं मशहूरु आहे। पोंगल ड्रखण भारत जो हिकु मशहूरु उत्सव आहे। उत्सव ते प्रसाद जे रूप में खिचिणी हिनी वेंदी आहे। हिन प्रसाद खे ई पोंगल चवंदा आहिनि आंध्राप्रदेश ऐं तेलिंगाना में खिचिणीअ जो रंगु ऐं रूप कुझु और ई हूंदो आहे। हैदराबादि में नानवेज खिचिणी ड्राढी मशहूरु आहे, जंहिं खे खिचिणी खीमा खटा' चवंदा आहिनि। सिंधियुनि जी खिचिणी चांवरनि ऐं दालि जी ठहियल हूंदी आहे, जंहिं में सचे गीह जो तड़िको ड्रींदा आहिनि, जेका ड्रही पापड़ सां खाधी वेंदी आहे। हाणे त उन में थोरियूं भाज़ियूं पीज़, गजर जा सन्हा टुकर करे विझी खिचिणी ठाही वेंदी आहे, जा तमामु सवादी थींदी आहे। स्वामी नारायण मंदिरनि में प्रसाद तोर विराहिजंदड़ खिचिणीअ जो सवादु बि कड़हिं विसारे न सघिबो.

आयुर्वेद में खिचिणीअ खे अमृत जहिड़ो दर्जो ड्रिनलु आहे। जिंहिं खे करशिरा चवंदा आहिनि। करशिरा जो मतिलबु आहे

ब्रिन शयुनि खे बराबरि हिसे में मिलाए रधणु। आयुर्वेद जे किताब 'भाव प्रकाश निघंट' में करशिरा ठाहिण जी विधी ड्रिनल आहे, जंहिं मुताबिक चांवरनि ऐं दालि खे साग़िए हिसे रसीअ में खणी पाणीअ में विझी रधिबो आहे। पोइ उन में सेंधो लूणुनल, अदिरक ऐं हिङु जो तड़िको ड्रिनो वेंदो आहे। उन खे करशिरा चवंदा आहिनि जेको अमृत वांगुर हूंदो आहे।

आयुर्वेद में मकर संक्रातीअ खां वठी होलीअ ताईं खिचिणी ठाहिण जो मुनासिबु वक़्तु बुधायो वियो आहे। आयुर्वेद मुताबिक वातु, पितु, क़फ़ जो संतुलनु बिगिड़जण सां बीमारियूं थींदियूं आहिनि।

खिचिणी वात, पितु ऐं क़फ़ जे विच में मीज़ान रखणु जो कार्य कंदी आहे। अज़ु जो विज्ञानु बि असांजे अबनि ड़ाड़नि जी मञिताउनि जी पुठि भराई करे थो। ड्रिठो वञे त खिचिणीअ में कुवत बख़्शु जुज़नि जो सही संतुलनु आहे, याने चांवर, दालि, गीह सां असां खे कार्बोहाइड्रेटस, प्रोटीण, फ़ाइबर ऐं सही मात्रा में सणिभु मिले थो ।

(भारतीय सिंधु सभा मुंबईअ जे न्यूज़ लेटर तां वरितलु)

नवां लफ़्ज़

पुठिभराई करणु = हिमिथाइणु मञता = क़बूलियत

अभ्यासु

सुवालु १: हेठियनि सुवालनि जा जवाब हिक ब्रिनि जुमिलनि में लिखो:

१) खिचिणीअ बाबति सरिकारि कहिड़ो फ़ैसिलो कयो आहे?

२) कश्मीर में कुब्रेर जी पूज़ा लाइ कहिड़ो प्रसादु ठाहींदा आहिनि?

३) राजिस्थान में सर्दियुनि में छा जी खिचिणी ठाही वेंदी आहे?

४) कर्नाटक में खिचिणीअ खे छा चवंदा आहिनि?

५) आयुर्वेद मूजिबु बीमारियूं छो थींदियूं आहिनि?

सुवाल २ : हेठियनि सुवालनि जा जवाब थोरे में लिखो

१) खिचिणीअ खे ग्लोबल फुड छो चूंडियो वियो आहे?

२) सिंधी खिचिणी छा जी ठहियल हूंदी आहे?

३) करशिरा छा खे चवंदा आहिनि?

सुवाल ३ : हेठियनि में ख़ाल भरियो

१) खिचिणीअ सां गड़ु ..... बि खाइणु पसंदि कंदा आहिनि।

२) उतर प्रदेश में खिचिणी वधीक सवादी बणाइण लाइ उन में ..... विधियूं वेंदियूं आहिनि।

३) ओड़ीसा में खिचिणीअ खे ..... चवंदा आहिनि ।

४) .....ड़खण भारत जो हिकु मशहूर उत्सव आहे।

५) खिचिणीअ में ..... जो सही मीज़ानु आहे।

सुवाल ४ : ज़िद ड॒ियो

१) एकिता २) बराबरि ३) वधीक ४) अमृतु ५) झझा

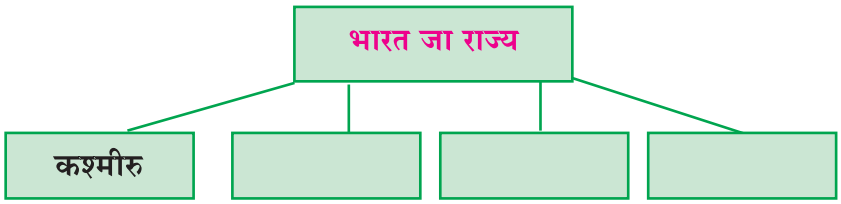
सुवाल ५ : सिफ़तू ठाहियो:

१) सरिकारि २) सवादु ३) बीमारी ४) वक़्तु ५) हक़ीक़त

पूरक अभ्यासु

१. टुकर ते अमली कम

कश्मीरु खां वठी कन्याकुमारी .... कड॒ीहि बि विसारे न सघिबो.



भारत जा राज्य

कश्मीरु

२. ओलह बेंगाल में दुर्गा पूजा वड॒ो राज्य उत्सव हूंदो आहे।

ब्रकेट मां मुनासिब लफ़्ज़ खणी गोल भरियो

(गणेश उत्सव, पोंगल, नवरात्रा, वेसाखी)

१) महाराष्ट्र २) पंजाब ३) तमलि नाडू ४) गुजिराति

३. हिक सिट में जवाब लिखो

(अ) ड॒खण भारत में खिचिणी कीअं ठाही वेंदी आहे?

(ब) तहिरी नाले जी खिचिणी ठाहींदड़ु आस्थानु लिखो।

४. 'सिंधियुनि जी खिचिणी' विषय ते पंहिंजा वीचार लिखो.

२. जोड़ा मिलायो

दालि	सांबरु
पालक	ज़मूं
गुलाबु	पनीरु
मलाई	माखिणी
इडिली	कोफ़्ता

६) घर में पंहिंजी माउ खां हेठियूं शयूं ठाहिण सिखो ऐं उन जो तरीक़ो लिखो.

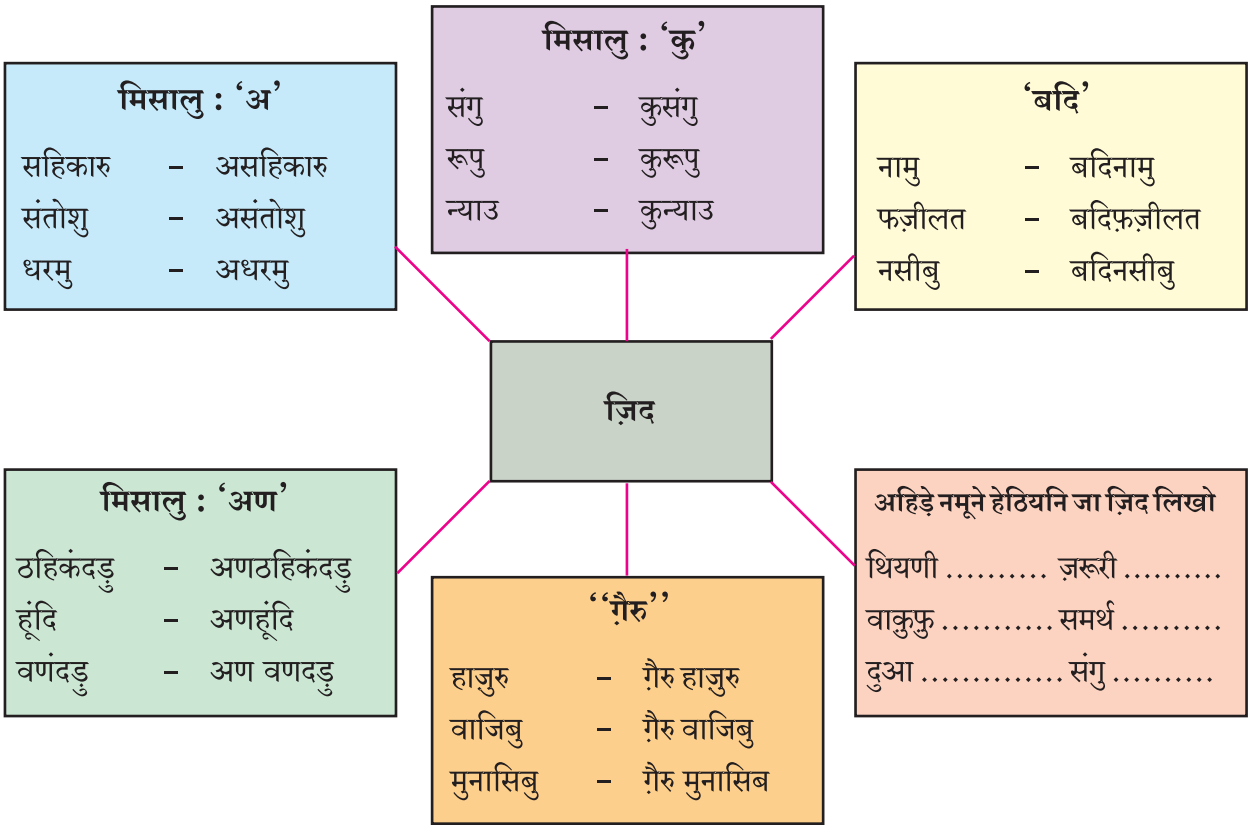
१) सयल डबलु रोटी - फुलिका २) चाश में ब्रेड ३) पकोड़ा

P26RTF

पाण करियां – पाण सिखां

१. अ, कु, बदि अण ग़ैर,

इहे अख़र अग्रियाड़ियुनि जे रूप में कमि आणे ज़िद ठाहे सघिबा आहिनि.



२. मिसाल मूजिबु चौकुंडा भरियो :

मिसालु :	अचणु	वञणु	(४)	उथणु	
(१)	छिकणु		(५)	रुआरणु	
(२)	ब्रधणु		(६)	गोल्हणु	
(३)	रुअणु		(७)	रुसणु	

३. हेठि ब्रेकेट में ड्रिनल मुनासिबु चवणी, पहाको कमि आणे जुमिला पूरा करियो:

(संगु तारे कुसंग ब्रोड़े, आहे त ईद न त रोज़ो, आह ग़रीबां क़हरु ख़ुदाई, फुड़ीअ फुड़ीअ तलाउ, ब्र त ब्रारंहां)

१) कंहिं बि ग़रीब लाचार खे कड़हिं बि सताइणु न घुरिजे छो त सचु चयो वियो आहे.....

२) हर महीने मां बैंकि में कुछ पैसा बचाईंदो आहियां, सचु चयो वियो आहे ....

३) रमेशु त बचति में विश्वास न कंदो आहे। बसि जेको कमाईंदो आहे, यकिदमु ख़र्चु करे छड़ींदो आहे, सचु चयो वियो आहे.....

४) डाकू रतनाकर संतनि जी सुहिबत में रही वालमीकी बणिजी वियो, सचु चयो वियो आहे .....

पुणे जो सैरु

ड्रिसो. जाचियो. चर्चा करियो ऐं ब्रुधायो.

पुणे बाबति ज्ञाण हासुलु करे लिखो.