



# அரண்

பன்னாட்டுத் தமிழாய்வு மின்னஞ்சல்

ISSN: 2582-399X



காலாண்டு இதழ்  
(ஜனவரி, ஏப்ரல், ஜூலை, அக்டோபர்)  
ஆகிய மாதங்களில் வெளிவரும்

Vol:3 Issue : 10 April 2021

கோடகை :3 வாயில்:10 ஏப்ரல் 2021

# அரண்

பன்னாட்டுத் தமிழாய்வு மின்னிதழ்  
ISSN: 2582-399X

# Aran

International e Journal of Tamil Research  
ISSN: 2582-399X

## ஆசிரியர் குழு

முனைவர் வாணிஅறிவாளன்  
முனைவர் இராஜேந்திரன் முனியாண்டி  
முனைவர் மணிமாறன் சுப்ரமணியம்  
முனைவர் சில்லாழி எஸ்.கந்தசாமி  
கலாநிதி ஸ்ரீவரதராஜன் பிரசாந்தன்  
முனைவர் பா.வேலம்மாள்

முனைவர் விமலா அண்ணாதுரை  
முனைவர் ஸ்வர்ணவேல் ஈஸ்வரன்  
பேரா. முனைவர் வீ.செல்வகுமார்  
முதுமுனைவர் V.வெங்கட்ராமன்  
முனைவர் பேரா.கந்தசாமி  
முனைவர் P.பாண்டிக்குமார்

நிறுவனர்/பதிப்பாளர்/நிர்வாக ஆசிரியர்

இதழாக்கம்

பேரா. முனைவர் பிரியாகிருஷ்ணன்

+917299587879

www.aranejournal.com

aranjournal@gmail.com

அரண் பன்னாட்டுத் தமிழாய்வு மின்னிதழில் வெளிவரும் ஆய்வுக்கட்டுரைகள் அனைத்தும்  
(Peer Review) பீர் ரிவியூ செய்யப்பட்டு பதிவு செய்யப்படுகிறது என்பதைத்  
தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.



# நன்றி

அனைவருக்கும் வணக்கம்

நமது அரண் பன்னாட்டுத் தமிழாய்வு மின்னிதழ் மூன்றாவது ஆண்டில் (2021) அடி எடுத்து வைக்கின்றது. எங்களுடன் பயணித்த அனைத்து பேராசிரியர் பெருமக்களுக்கும், துறைசார் வல்லுநர்களுக்கும், ஆய்வு மாணவர்களுக்கும் எங்களது பணிவான நன்றியை தெரிவித்துக்கின்றோம். தொடர்ந்து உங்களது ஆதரவை எங்களுக்கு நல்குமாறு அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம். நன்றியும் பேரன்பும்.

*Hi everyone*

*Aran Internaitional e Journal of Tamil Research continuings way into third year(2021) . We area greatful to all the professors,academics and research students who travelled with us. We warmly request you to continue to support us . Thank you with Love.*

அன்புடன்

முனைவர். பிரியாகிருஷ்ணன்

நிறுவனர்/பதிப்பாசிரியர்/நிர்வாகஆசிரியர்,

அரண் பன்னாட்டுத் தமிழாய்வு மின்னிதழ்

[www.aranejournal.com](http://www.aranejournal.com)

[aranjournal@gmail.com](mailto:aranjournal@gmail.com)

PH: +917299587879

# அகத்தினுள்

அகநானூறு காட்டும் சமூகம்

ச. வீரபத்திரன்

உளவியல் நோக்கில் குறிஞ்சிப்பாட்டு

க. லதா

அணிகளின்தாய் - உவமையணி

ஜெ.சீதாலக்ஷ்மி

களவு வாழ்க்கையில் தலைவி

இரா. முருகேஸ்வரி

திருவருட்பாவில் பறவைகள்

இரா.இராமன்

மாணிக்கவாசகரின் பக்தித்திறன்

மு.பெருமாள்

திரு முறைத்திருத்தலங்களில் இறைத்திருவடிவங்கள்

க. கங்கா

திருவாய்மொழியில் ஐந்து விடயங்கள் பற்றிய அறிவு

எஸ்.சுஜாதா

ஆழ்வார்கள் விடுதாது

ரா. வேதவல்லி

இந்தியப்பண்பாட்டுக்குச்சோழர்கள் வழங்கியபங்களிப்பு :

மெய்யியல் - இராமானுஜரின் விசிப்டாதவைதம்

முனைவர் க. சுதிரவன்

அகத்தியர் பெயரால் வழங்கும் நூல்கள்

முனைவர் வெ.அர.தாரணி

அத்தாள நல்லூர் கஜேந்திர வரதப்பெருமாள் ஆலயம்

முனைவர் சி.தேவி

முகப்பு

புகைப்படம் இணையம்

நன்றி



திருக்கோயிற்கட்டல்கலைமரபில்கோபுரம்-  
(சிவாகமங்களையும்சிற்பசாஸ்திரங்களையும்அடிப்படையாகக்கொண்டது  
கலாநிதி சுசந்தினிசிறி முரளிதரன்

சாங்ககாலஇலக்கியங்கள்ஊறும்ஆடல்வடிவங்கள்  
கலாநிதி துஷ்யந்தியூலியன் ஜெயப்பிரகாஷ்

பழந்தமிழர் திருமணம்  
ம.நந்தினி

பண்டைத் தமிழரின் பாரம்பரிய உணவுமுறைகள், உணவு பதப்படுத்துதல்  
மற்றும்சேமித்தல் -ஓர்ஆய்வு. (Ancient Tamils Traditional Food Cultures,  
Food preservation and Saving food Method)  
முனைவர் பிரியாகிருஷ்ணன்

எஸ்.ராமகிருஷ்ணன் சிறுகதைகளில் குடும்ப உறவுச்சிக்கல்  
ர.ரத்தினகுமாரி

ஆய்வு நோக்கில் தோய்பில் முகமது மீரான் சிறுகதைகள்  
முனைவர்சி ஆர். மஞ்சளா

அழ. வள்ளியப்பாவின் சின்னஞ்சிறு பாடல்களில் குழந்தைகளின் மனவெளியாடுகள்  
முனைவர் அ.கமலம்

கவிதை சொல்லாக் கழும் பொருண்மையும்  
முனைவர் பவித்ரா.வி.இரா

காத்தவராயன் கதைப் பாடல் காட்டும் வாழ்வியல்  
அ.கீதா

சிட்லிங் மலைவாழ் மக்களின் ஊழ் பற்றிய நம்பிக்கைகள்  
மா.பெரியசாமி.

குறுமன்ஸ் பழங்குடிகளும் பெருங்கற்காலப் பண்பாட்டும் பரவலும்  
முனைவர் சி.சந்திரசேகர்

முகப்பு  
புகைப்படம் இணையம்  
நன்றி

# தமிழ்

**பண்டைத் தமிழரின் பாரம்பரிய உணவு முறைகள், உணவு பதப்படுத்துதல் மற்றும் சேமித்தல் -ஓர் ஆய்வு. (Ancient Tamils Traditional Food Cultures, Food preservation and Saving food Method)**

**முனைவர் பிரியா கிருஷ்ணன்  
கௌரவ விரிவுரையாளர்  
அரசு கவின் கலைக் கல்லூரி  
சென்னை**

**ஆய்வுச்சுருக்கம்:**

உலகில் மனிதன் தோன்றிய காலத்திலிருந்து இன்று வரை, உணவு அவசியமானதும் தவிர்க்க இயலாத ஒன்றாகவும் விளங்குகிறது. உணவானது அனைத்துப் பகுதிகளிலும் ஒரே மாதிரியான உணவாக இருப்பதில்லை. அந்தந்த நாட்டின் கால நிலைக்கு ஏற்றவாறும் , அந்தந்த நிலத்திற்கு ஏற்றவாறும் விளையும் உணவின் பயன்பாடு மாறுபடுகிறது. இன்றையக் காலத்தில் பரவலாக அனைத்து நாட்டு உணவுகளும் கிடைத்தாலும் அனைவரும் அந்தந்த நாட்டு உணவுப்பழக்கங்களிருந்து மாற விரும்புவதில்லை என்பது கண்கூடு. இவ்வாறாக உணவு மனிதனுக்கு முதன்முதலில் அறிமுகமானபின் அதன் அறுவடையினை பொறுத்து அதனைப் பாதுகாப்பதும் மற்றும் விதவிதமாக சமைப்பதும் சேர்ந்தே அறிமுகமாயின. பல நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்பும், அதன் பின்னர் பல நூற்றாண்டுகளாக, உலகின் அனைத்து பகுதிகளிலும் உள்ள மனிதர்கள் பிற்கால நுகர்வுக்கு உணவுகளைப் பாதுகாக்க பல்வேறு முறைகளைப் பயன்படுத்தினர். அன்றைய காலத்தில் பாதுகாக்கப்பட்ட உணவுகள் நீண்ட நாட்களுக்குக் கெடாமல் பாதுகாத்தனர். அவை சேமிக்கவும் நீண்ட காலப் பயணத்திற்கும் எடுத்துச் செல்லவும் உகந்ததாக இருந்தது. அமீபா முதல் மனிதன் வரை உலகில் வாழும் அனைத்து உயிரிகளுக்கும் உணவு என்பது உயிருக்கு நிகரானது. நெருப்பைக் கண்டறிந்த மனிதனின் அதீத வளர்ச்சியில் உணவின் தேவையும் புதிய உணவுகளை உருவாக்குவதும் உணவை விதவிதமாக சமைத்து அதனைப் பக்குவப்படுத்துவதும் பதப்படுத்துவதும் இன்றுவரை நிகழக்கூடிய ஒன்றாகும் . பண்டைத் தமிழரின் உணவு முறைகளையும் , அதனை அவர்கள் பதப்படுத்திக் காத்த செயல் முறைகளையும் இலக்கியம் மற்றும் தொல்லியல் தரவுகள் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

**திறவுச் சொற்கள்:** பண்டைத் தமிழர் , அகழாய்வுகளில் உணவுப் பொருட்கள் , உணவு பதப்படுத்துதல் , உணவு முறைகள், தானிய கிடங்கு

### முன்னுரை:

மனித வாழ்க்கையின் தொடக்கக் காலத்தில் மனித சமுதாயம் வேட்டைச் சமுதாயமாக இருந்தது. அதனால் மனிதர்கள் உணவினை வேட்டையாடியும் , காடுகளில் கிடைத்த இயற்கைப் பொருட்களை உண்டும் காலத்தைப் போக்கினர். பச்சை மாமிச உணவுகளை உண்டுவந்த மனிதனுக்கு நாளடைவில் இயற்கையாகக் காடுகளில் தீப்பற்றி எரிந்த மாமிசம் கிழங்கு போன்றவற்றை உண்ணும்போது அதன் சுவை மேலும் கூடியிருப்பதை உணர்ந்தான். அதன் அடுத்த நிலையாக நெருப்பைக் கண்டறிந்தபின் உணவினை சுட்டும் வாட்டியும் உண்டான். மண்பாத்திரங்கள் கண்டறிந்தபின் பாத்திரங்களில் கொதிக்க வைத்தல், வேக வைத்தல் என அடுத்தடுத்த நிலைக்குச் சென்றான். இவ்வகையில் உணவானது பசியை மட்டும் போக்குவதற்கானது மட்டுமல்லாமல் உடலுக்குத் தேவையான அறிவையும் ஆற்றலையும் தரவல்லது என்பதையும் உணர்ந்து கொண்டான். இதனால் உணவினை வகைவகையாக சமைக்கவும் , உணவுப் பொருட்கள் கிடைக்காத பருவங்களில் அதனைப் பாதுகாத்து சேமிப்பது, பதப்படுத்துவது எனப் பலவாறு தன்னை தயார்ப் படுத்திக் கொண்டான். உலகில் உணவுகள் ஆங்காங்கே கிடைக்கும் விளைப் பொருட்கள் மற்றும் இயற்கை உணவுகளைக் கொண்டே உணவு சமைக்கும் முறைகள் நிகழ்கிறது. அதனால் உலகெங்கும் ஒரே வகையான உணவைச் சமைத்தனர் என்று சொல்ல இயலாது. உணவுகளைச் சமைத்தல், பதப்படுத்துதல், சேமித்தல் போன்றவை ஏறக்குறைய ஒரே மாதிரியானவை என்பதில் எவ்வித குழப்பமும் இல்லை . சங்க கால மக்கள் உணவினை எவ்வாறு சமைத்தனர், பதப்படுத்தினர், சேமித்தனர், அகழாய்வுகளில் கிடைக்கும் உணவுப் பொருட்கள் ஆகியவற்றைப் பற்றி இனி காண்போம்.

### சங்க கால தமிழர் உணவுகள்:

சங்க கால மக்கள் அவர்களின் உணவுத் தேவைகளை அந்தந்த நிலத்தின் தன்மைக்கு ஏற்பவே அமைத்துக் கொண்டனர். அவர்கள் தம் நிலங்களில் கிடைத்த உணவுகளையும், பண்டமாற்றுக்குக் கிடைத்த உணவுப் பொருட்களையும் உண்டு வந்தனர். மலையும் மலை சார்ந்த பகுதியில் வாழ்ந்த குறிஞ்சி நில மக்கள் திணை, ஐவனம், மூங்கில் நெல் , கிழங்குகள் , பால் , கள் , ஊனுணவு ஆகியவற்றை உணவாகக் கொண்டனர். காடும் காடு சார்ந்த முல்லை நில மக்கள் ஆனிரைகளைக் கொண்டு

கிடைக்கும் பால்,தயிர்,நெய் ஆகியவற்றோடு வரகு அரிசி,கிழங்கு வகைகள் ,ஊனுணவு போன்ற பிற உணவுகளையும் உண்டனர். வயலும் வயல் சார்ந்த மருதநில மக்கள் பண்பாடும் நாகரிகமும் செல்வச்செழிப்பும் கொண்டவர்கள். ஆதலால் சோற்றுணவு,பாலுணவு,ஊனுணவு,கள்ளுணவு ஆகியவற்றை உண்டனர். கடலும் கடல் சார்ந்த நெய்தல் நில மக்கள் முக்கிய உணவாக மீனை உண்டனர்.மீனுக்கும் உப்புக்கும் கிடைக்கும் பண்டமாற்றுப் பொருட்களைக் கொண்டு சமைத்து உண்டனர். மணலும் மணல் சார்ந்த பகுதியில் வாழ்ந்த பாலை நிலத்து மக்களுக்கு முக்கிய உணவு வேட்டையில் கிடைக்கும் விலங்குகள்.அதனோடு வழிப்பறியில் கிடைக்கும் உணவுகளையும் சேர்த்து உண்டுவந்தனர்.

சங்க கால மக்களின் உணவுகளைப் பற்றிக் குறிப்பிடும் தேவநேயப்பாவாணர்

”உலகில் முதன்முதலில் உணவை நாகரீகமாய்ச் சமைத்து உண்டவன் தமிழனே! ஏனைய நாட்டாரெல்லாம் தம் நாட்டில் விளைந்த உணவுப் பொருட்களைப் பச்சையாகவும் ,சுட்டும் வெறுமையாக அவித்தும் உண்டுவந்த காலத்தில் உணவைச் சோறும் கறியும் என இரண்டாக வகுத்து ,நெல்லரசியைச் சோறாக்கி சமைத்தும் ,கறி அல்லது குழம்பு வகைகளைச் சுவையூட்டுவனவும்,உடம்பை வலுப்படுத்துவனவும் நோய் வராது தடுப்பனவுமான பலவகை மருந்துச் சரக்குகளை உசிலை (மசாலை)யாகச் சேர்த்து ஆக்கியும் உயர்வாக உண்டுவந்த பெருமை தமிழனதாகும்” என்று கூறுகிறார். (ப24.பண்டைத் தமிழ் நாகரீகமும் பண்பாடும் ) ஏனெனில் பண்டைக் காலத்தில் சங்க கால மக்கள் பலவகையான உணவுகளைப் பல முறைகளில் சமைத்து உண்டனர். அதேபோல் உணவை தான் மட்டும் உண்ணாது அனைவருக்கும் பகிர்ந்து உண்ணும் உயரிய பழக்கத்தை கொண்டிருந்தனர். உணவை மற்றவருக்குக் கொடுப்பது உயிரையே கொடுப்பது போன்றது என்பதை ஒவ்வொருவரும் உணர்ந்திருந்தனர். தான் உயிர் வாழ துணைபுரியும் உணவையும் நீரையும் மதித்துப் போற்றினர். இதனைப் பின்வரும் பாடலால் அறியலாம்.

”உண்டி கொடுத்தோரே உயிர் கொடுத்தோரே

உண்டி முதற்றே உணவின் பிண்டம்

உணவெனப் படுவது நிலத்தொடு நீரே

நீரும் நிலமும் புணரியோர் ஈண்டு

உடம்பும் உயிரும் படைத்திசி னோரே” 2 (புறம் 18:18-24) என்றனர்.

**உணவு வகைகளும் நிலங்களும்:**

சங்க கால மக்கள் உணவைத் தாளித்தல், அவித்து வேக வைத்தல், வறுத்து அவித்தல், சுடுதல், வற்றலாக்குதல், எண்ணெய்யில் பொரித்தல், வேக வைத்தல் போன்ற பல்வேறு முறைகளில் சமைத்து உண்டனர் என்று இலக்கியங்கள் வழி அறியலாம். இவை மட்டுமல்லாது அவர்கள் திருமண நாளில் சிறப்பு விருந்து மற்றும் கணவனைப் பிரிந்த பெண்டிர் உண்ணும் உணவு , கணவனை இழந்த பெண்டிர் உணவு, குழந்தை உணவு , தெய்வத்திற்குப் படைத்தல் என பலவகைப்பட்ட சிறப்பு உணவு பழக்கவழக்கங்களையும் கடைப்பிடித்தனர் என்று நோக்கும்போது அவர்களின் உணவு மேலாண்மை எவ்வாறு சிறப்புற்று இருந்தது என்பதை உணரமுடிகிறது. இந்த உணவு முறைகளில் பலவற்றை இக்காலத்திலும் நாம் தொடர்ந்து பயன்படுத்தி வருகிறோம். விஞ்ஞானம் வளர்ந்த இக்காலத்திலும் மருத்துவர்கள் நமது பாரம்பரிய உணவுகளைத்தான் பரிந்துரை செய்கின்றனர். அந்தளவு நமது முன்னோர்களின் உணவு முறை ஆரோக்கியமானதாக இருந்திருக்கிறது.செயற்கை உரமற்ற நச்சுத் தன்மையற்ற உணவு முறையினை நமது முன்னோர்கள் நமக்கு அறிமுகப்படுத்தியிருந்தனர்.அதனைத்தான் தற்போது இயற்கை உணவு என்று நாம் சொல்லி வருகிறோம்.

#### குறிஞ்சி நில உணவு:

குறிஞ்சி நில மக்களின் சிறப்பு உணவாகத் தினையினைச் சொல்லலாம். ஏனெனில் தினையினைப் பயிரிட்டு அவற்றைக் குற்றி அரிசியாக்கிய செய்திகள் சங்க இலக்கியங்களில் பல இடங்களில் குறிப்பிடப்படுகிறது. தினையில் சிறுதினை, கருந்தினை, செந்தினை என்று மூன்று வகையுண்டு. நுவணை எனப்படும் தினை மாவினை மிக நுண்ணியமாக அரைத்து அதனுடன் இனிப்புச் சேர்த்து உண்ட செய்தியும் அறிய முடிகிறது.

மென் தினை நுவணை உண்டு (ஐங் 285:2)

மென் தினை நுவணை முறைமுறை பகுக்கும்( பதி 30:24)

விசையம் கொழித்த பூழி அன்ன

உண்ணுநர்த் தடுத்த நுண் இடி நுவணை (மலை:445)

அதேபோல் மலைநெல்லிருந்து எடுக்கப்பட்ட ஐவன அரிசியினை மலைவாழ் மக்கள் பயன்படுத்தியுள்ளனர். இயற்கையில் கிடைக்கும் மூங்கில் அரிசியும் அவர்களின் முக்கிய உணவாக இருந்திருக்கிறது. தினைப் பயிரின் ஊடே அவரை மற்றும் கிழங்கு பயிர்களை விதைத்திருந்தனர் என்பதனை,

பெரும்புனக் குறவன் சிறுதினை மறுகால்

கொழுங்கொடி அவரை பூக்கும் (குறு:82:4-5)

.....குன்றத்துப்

பழங்குழி அகழ்ந்த கானவன் கிழங்கினொடு(குறு:379:1-2)

என்பதன் மூலம் பயிர்களின் ஊடே சில பயிர்களை விதைத்து அதனையும் ஒரே அறுவடையில் இரண்டு அல்லது மூன்று வகைப் பயிர்களை பயிரிட்டு உணவுக்குப் பயன்படுத்தியுள்ள நுண்ணறிவு இங்கு புலப்படுகிறது .

வெள்ளெலி இறைச்சியும், ஆட்டிறைச்சியும் , நெய்விடப்பட்ட வெண்ணிறச் சோற்றினையும் குறிஞ்சி மக்கள் உணவாக உண்டனர் என்பதை பின்வரும் பாடல் அடிகளால் அறியலாம்.

மை ஊன் தெரிந்த நெய் வெண்புழுக்கல்,

எலி வான் சூட்டொடு, மலியப் பேணுதும் (நற்:83:5,6)

மேலும் முள்ளம்பன்றியின் இறைச்சியினை குறவர்க்குடியில் உள்ளோர் பகுத்து உண்டனர் (நற்: 85) என்றும், தினைப்புனைகளில் உலாவரும் பன்றிகளைக் கொண்டு உண்டனர் (நற்: 336) என்றும் அறிகிறோம். பன்றிகள் வளர்க்கப்பட்டு உணவாக்கப்பட்ட செய்தியினையும் (பெரு.பாண:339-345) அறிகிறோம். இதோடு மான்கறியினையும் உண்டனர்.

முல்லை நிலத்து உணவு:

முல்லை நிலத்து மக்கள் புதியதாக வருபவர்களுக்குப் பாலை கொடுத்து மகிழ்ந்தனர் என்றும், பாலில் வரகரிசியைச் சேர்த்துச் சமைத்த உணவையும் உண்டனர்.

களிபடு குழிசிக் கலடுப்பு ஏற்றி

இணரததை கடுக்கை ஈண்டிய தாதின்

குடவர் புழுக்கிப் பொங்கவிழ்ப் புன்கம்

மதர்வை நலான் பாலொடு பகுக்கும்(அகம்:393:14-17)

வருகுவை ஆயின் தருகுவென் பாலென(அகம்: 54: 19)

வரகரிசியோடு ஈயலைப் போட்டு அதில் வெண்ணெய்யினை பெய்து புளிப்புச் சுவையினை கொண்ட கலவைச் சோற்றை உண்டனர். நெய் சோறும் , கிழங்குப் பொரியலும் முல்லை நில மக்களின் முக்கிய உணவுகளுள் ஒன்று. முல்லை நில மக்கள் காய்ச்சிய பாலில் உரை ஊற்றி தயிராக்கி அதனை வெண்ணெய், நெய், எனப் பிரித்தெடுத்து பயன்படுத்தினர். பாலில் தயிரைக் கலந்து சோற்றுடன் கலந்து உண்டனர். இதனை தீம்புளிப்பாகர் என்று அழைத்தனர்.

முளிதயிர் பிசைந்த காந்தள் மெல்விரல்

கழுவுறு கலிங்கம் ,கழாஅது உடஇ

குவளை உண்கண் குய்ப்புகை கழுமத்

தாந்துழந்து அட்ட தீம்புளிப் பாகர் (குறு ;167;1-4)

முல்லைநில மக்கள் ஆனிரை மேய்ச்சலுக்கு இந்த தீம்புளிப் பாகர் உணவினை துளையிடப்பட்ட மூங்கில் குழாய்களில் அடைத்து பசுக்களின் கழுத்தில் தொங்கவிட்டுச் செல்வார்களாம்.

வருவழி வம்பலர்ப் பேணிக் கோவலர்

மழவிடைப் பூட்டிய குழாஅய்த் தீம்புளி

செவியடை தேரத் தேக்கிலைப் பகுக்கும் (அகம்:311:9-11)

மருத நில உணவு:

வினைஞர் தந்த வெண்ணெல் வல்சி

மனைவாழ் அளகின் வாட்டொடும் பெறுகுவீர் (பெரும்256-257)

மருத நிலத்து உழவர்கள் நெல்லரசிப் சோற்றோடு தங்கள் மனையினில் வளர்க்கும் கோழிப்பெடைகளை சேர்த்து, சமைத்த உணவினை விருந்தினர்களுக்குத் தந்து உபசரிப்பர் என்று அறிகிறோம்.(இன்றும் கிராமங்களில் காணப்படும் பழக்கம்தான்)

கொள்ளொடு பயறுபால் விரைஇ, வெள்ளிக்

கோல் வரைந்தனன வாலவிழ் மிதவை

வாங்குகை தடுத்த பின்றை....(அகம்:37:12-14)

இப்பாடலின் வழி மருத நில மக்கள் உணவில் கொள்ளும் பயிறும் பாலும் கலந்த கூழுணவை விரும்பி உண்டனர் என்று அறிகிறோம்.உழுந்தினை பயன்படுத்தி பணியாரம் செய்து உண்ட செய்தி,உழுந்து சேர்த்துச் சமைக்கப்பட்ட உணவினை கும்மாயம் என்று அழைத்தனர்(அகம்86)

உழுந்தினும் துவ்வா,குறுவட்டா....(ம.கா.29:27)

உழுந்து தலைப்பெய்த கொழும் களி மிதவை ( அகம்:86:1)

சோற்றில் புளியங்கக் குழம்பிட்டுச் சுவைமிக்க உணவினை மருதநில மக்கள் உண்டனர் என்றும் அறிகிறோம்(அகம்:196:5,6)

உழவர் விடியற்காலையில் பழஞ்சோற்றை உண்டனர்.இது இன்றும் நடைமுறையில் உள்ள வழக்கமாகும். இதனை,

..... வைகிற்

பழஞ்சோறயிலும் (புறம் 399:10-11)

மாங்காய்ச் சாற்றில் புளிப்பையுடைய மாதுளங் காயைச் சேர்த்து அச்சாற்றினை வெயிலில் காயவைத்துப் பதப்படுத்தி விரும்பு உண்டனராம். இது உடல் உழைப்பால் ஏற்பட்ட களைப்பையும் கள்ளுண்ட மயக்கத்தையும் தீர்க்கும் தன்மை கொண்டதாம்.(அகம்37;6)

.....மாஅத்துக்

கிளிபோல் காய கிளைத்துணர் வடித்துப் புளிப்பதன் அமைந்த புதுக்குட மலிர்நிறை வெயில்வெரிந் நிறுத்த பயிலிதழ்ப் பசங்குடைக் கயமண்டு பகட்டின் பருகி.....(அகம்:37:7\_11)

இவர்கள் பனையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட கள்ளை உண்டனர்

**நெய்தல் நில உணவு:**

உப்பையும் மீனையும் கொண்டு கிடைத்த நெல் அரிசியினை உணவாகக் கொண்டு தமக்கும் விருந்தினர்களுக்கும் தந்து மகிழ்ந்தனர்.நெல்லரிசியால் ஆக்கப்பட்ட வெண்சோற்றோடு அயிலை மீனைவிட்டுப் புளிப்பு சுவையுடைய குழம்பினை ஊற்றிக் கொழுமீன் கருவாட்டுடன் உணவு உண்டனர் என்பதை,

உப்புநொடை நெல்லின் மூரல் வெண்சோறு

அயிலை துழந்த அம்புளிச் சொரிந்து

கொழுமீன் தடியொடு குறுமகள் கொடுக்கும்(அகம்60:4-6)

இவர்கள் உண்ட கள் பனங்களாளாகும்.மீனுக்கு மாற்றாகப் பெற்ற பனங்களினை உண்டு மகிழ்ந்தனர்.

**பாலை நில உணவு:**

பாலை மறவர்கள் வழிப்பறி செய்யும் உணவே முதன்மையானது. அவர்கள் வேட்டையாடுதலுமுண்டு. இவர்கள் எறும்புகள் சேர்த்துவைத்த புல்லரிசியினையும் எடுத்து வந்து உண்டனர்.(அகம்:377:2-5)வறண்ட நிலத்தில் வாழும் பலை நில மக்கள் பறவைகள் கொத்திப் போட்ட பஞ்சினையும் வெண்மையான ஒட்டைகளையும் சேர்த்து வைத்து உணவுக்கு எனப் பயன்படுத்தியதை,

போக்கில் பிளந்திட்ட பொங்கல் வெண்காழ்

நல்கூர்பெண்டிர் அல்குற் கூட்டும்(அகம்:129:9-,10)

பசுவின் கொழுப்பினையும், மாமிசத்தையும் உண்டனர்.(அகம்;249:10.11)

எருதின் கொழுப்புக்கடிய தசையினை நெருப்பில் இட்டுச் சுட்டு உண்டனர் என்பதை,

இன்சிலை எழிலேறு கெண்டி புரைய

நிணம்பொதி விழுத்தடி நெருப்பி வைத்துஎடுத்து

அணங்கரு மரபின் பேளம் போல்

விளரூன் தின்ற வேகை (அகம்:265:12-15) என்ற அடிகளால் உணரலாம்.

யானை, முள்ளம்பன்றியின் மாமிசத்தையும் உண்டனர் என்று பின்வரும் பாடலால் அறியலாம்.

புலி தொலைத்து உண்ட பெருங்களிற்று ஒழிணன்

கலிகெழு மறவர் காழ்க்கோத்து ஒழிந்ததை (அகம்:169:3-4)

**சங்க கால உணவுகளில் அரிசி:**

பழந்தமிழர்களின் பிரதான உணவு நெல் சோறு அதாவது அரிசிச் சோறு. வள்ளுவர் கஞ்சியினை நீரடுபுற்கை என்கிறார். நீர்+அடு+புல்+கை. சோற்றுக்கான அரிசி முல்லைப் பூப் போல வெண்மையாகவும், மென்மையாகவும் இருக்கும். ஓர் அரிசியிலேனும் இடைவரிகளோ முரிவோ காணப்படாது. சோறு ஒன்றோடொன்று இழையாமல் பதமாக வெந்திருக்கும் என்று இலக்கியங்கள் இயம்புகின்றன. அபிதான சிந்தாமணி என்னும் நூல் பின்வருமாறு அரிசி வகைளைப் பட்டியலிடுகிறது.

ஈர்க்குச்சம்பா, புழுகு சம்பா, கைவரைச்சம்பா, செஞ்சம்பா, மல்லிகைச்சம்பா, குண்டு சம்பா, இலுப்பைப்பூச்சம்பா, மணிச்சம்பா, வளைதடிச்சம்பா, கோரைச்சம்பா, குறுஞ்சம்பா, மிளகுசம்பா, சீரகச்சம்பா, காளான்சம்பா, மைச்சம்பா, கோடைச்சம்பா, காடைச்சம்பா, குன்

றுமணிச்சம்பா, அன்னமழகி அரிசி, கார் அரிசி,  
 மணக்கத்தை அரிசிவாலான், கருங்குருவை, சவ்வரிசி மூங்கிலரிசி, கோதுமையரிசி,  
 கம்பரிசி, தினையரிசி, சோள  
 அரிசி, வரகரிசி, கேழ்வரகரிசி இவையின்றி கேடிலிச்சம்பா, கலிகஞ்சம்பா, கனகம்சம்பா,  
 கலப்புச்சம்பா, கம்பஞ்சம்பா, காடைக்கழுத்தன் சம்பா, கோடன்  
 சம்பா, பாசடைச்சம்பா, சன்னசம்பா, சின்னசம்பா, சிறுமணிச்  
 சம்பா, சுரைக்காய்ச்சம்பா, சுகுதாச்சம்பா, செம்பாளைச்  
 சம்பா, சொரியஞ்சம்பா, திருவரங்கச்சம்பா, துய்யமல்லிகைச்சம்பா, பாலாஞ்சம்பா, பெ  
 ருஞ்சம்பா, பேய்வள்ளைச்சம்பா, பைகோச்சம்பா, மங்கஞ்சம்பா, மணல்வாரிச்சம்பா, ம  
 லைகுலிக்கிச்சம்பா, மாவம்பைச்சம்பா, முனைவெள்ளைச்சம்பா, கார்த்திகைக்கார், முட்  
 டைகார், சித்திரைகார், கருமோசனம், வெள்ளைமோசனம், வால்மோசனம், பொச்சாரி,  
 அருஞ்சோதி, இரங்கமாட்டான், ஈசுரக்கோவை, பிச்சவாரி,  
 செம்பாளை, கல்லுண்டையரிசி, புட்டரிசி, குளிப்பியரிசி, குச்சலாடியரிசி, கௌரிகுங்  
 ரிசி முதலிய பலவாம். "(அபிதான சிந்தாமணி-ப-231)

இதிலிருந்து பண்டைய காலத்தில் பல்வேறு அரிசி வகைகள் வழக்கத்தில்  
 இருந்ததை இதன் மூலம் ஒருவாறு அறிந்து கொள்ள முடிகிறது.

**அட்டில் சாலை எனப்படும் உணவு சமைக்கும் அறை:**

சங்க கால மக்களுக்கு உணவை அடுப்பில் சமைத்து உண்ணும் பழக்கம் இருந்ததை  
 இலக்கியங்கள் வழி அறிகிறோம். அடுப்பில் ஏற்றிச் சமைப்பது அடுதல் எனப்படும். சங்க  
 கால மருத நிலமக்கள், தம் வீட்டினுள் சமைப்பதற்கென்று  
 தனி அறையினை கொண்டிருந்தனர். இது ஏனைய நிலங்களில் காணப்படாத சிறப்பு  
 என்றே சொல்லலாம். இந்த சமையல் அறைக்கு அட்டில் சாலை என்ற பெயர். இந்த  
 அட்டில் சாலை ஓலைகளால் வேயப்பட்டிருந்தது. இந்த அறை அவ்வீட்டின்  
 வடகிழக்கு மற்றும் தென்மேற்கு மூலையில் அமைந்திருந்தன.

அந்துகில் தலையில் துடையினள்நப்புலந்து

அட்டிலோளே.....(நற்:120:8-9)

புனிற்றுநாய் குரைக்கும் புல்லென் அட்டில் (சிறு.பாண:அடி 132)

அறம் நிலைஇய அகன் அட்டில் (பட்டினப்பாலை :அடி 43)

அட்டில் ஓலை தொட்டனை நின்மே (நற்:300:12)

இந்த அட்டில் சாலைகளில் பலவகையான அடுப்புகளும் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன.  
 அடுப்பை மூட்ட, நெருப்பை உண்டாக்கும் ஞெலிகோலால் கடைந்து

நெருப்பை உண்டாக்கியுள்ளனர் . இதனை, ”இல் இறைச் செரி இய ஞெலிகோல் போல்” என்கிறது புறப்பாடல். மேலும், சங்க கால மக்கள் முடித்தலை அடுப்பு, ஆண்டலை அணங்கடுப்பு, ஆடு தனிமற்ற கோருடர் அடுப்பு , முறியடுப்பு போன்ற பலவகையான அடுப்புகள் பயன்படுத்தியுள்ளதையும் அறிய முடிகிறது.

#### மட்பாண்டங்கள்:

பழங்காலத்திலிருந்தே மக்கள் உணவு பொருட்களை சமைக்கவும், சேமிக்கவும், சாப்பிடவும் மண் பாத்திரங்களையே அதிகமாகப் பயன்படுத்தி வந்தனர். மண்பாண்டங்களைக் கண்டுபிடிப்பதற்கு முன் தாவரங்களில் செய்யப்பட்ட குடுவைகள் மற்றும் பாறை இடுக்குகளில் நீரே சேமித்துப் பயன்படுத்தி வந்தனர். சங்க காலத்தில் உலோக பயன்பாடு இருந்தபோதும் மட்பாண்டங்களில்தான் உணவு சமைக்கவும் ,உணவு உண்ணவும் ,உணவைச் சேமிக்கவும் பயன்பட்டு வந்துள்ளது. தொல்லியல் ஆய்வுகளிலும் கூட இத்தகைய மண்பாணைகளின் ஓடுகள், மண்பாணைகள் தமிழரின் வரலாற்றுக்கு முக்கிய சான்றுகளாக அமைந்திருப்பதை அனைவரும் அறிந்ததே. மண்ணால் ஆன பாணைகளைக் குழிசி, கலம், தாழி, சாடி, மண்டை, தசம்பு, கன்னல், அகல், முழவு, பத்தர், தடவு, மிடா, அகழி, இந்தளம், கடம், முகை, குடம், வள்ளம் போன்ற சொற்களால் வழங்கப்பட்டன. பெரும்பாணாற்றுப்படையில் எயின மகளிர் பணையில் புல்லரியினை இட்டுச் சமைத்தனர் என்றும் ,புறநானூற்றில் மான் இறைச்சியினை மண் பாத்திரத்தில் சமைத்தனர் என்றும் அறிகிறோம். கள்ளினை பருக மண்கலங்களைப் பயன்படுத்தினர் . உணவுப்பொருட்களைக் குழிசி என்று என்னும் பாணையில் இட்டு அடுப்பில் வைத்தனர். மண்ணால் ஆன பாணைகளை முல்லை நில மக்கள் தயிர் கடையவும், சேமித்து வைக்கவும் பயன்படுத்தினர் என்றும், நெய்தல் நிலமக்கள் மீன்களைச் சேகரிக்கப் பயன்படுத்தினர் என்றும் அறிகிறோம். மருத நிலமக்கள் சிறிய உறிகளில் மண்பாணைகளைக் கயிற்றால் கட்டி உயரத்தில் தொங்க விடுவர் . இதற்கு உறி என்று பெயர்.

இதில் தயிர், ஊறுகாய், வெண்ணெய் போன்றவற்றைச் சேமித்து பாதுகாத்தனர் .

தயிர் கொடு வந்த தசம்பு (புறம்:33:3)

பாணர் பசுமீன் சொரிந்த மண்டை(குறு:169:4)

வெள்ளிகோள் தோன்றாக் குழிசியோடு

நாள் உறை மத்து ஒலி கேளாதோனே (புறம்:257:12,13)

உறித் தாழ்ந்த் கரகம் (கலி:9:2)

இமிழ் இசை மண்டை உறியொடு( கலி :106:2)

திண்கால் உறியன் பாணை(அகம்:276:6)

ஆகிய பாடல் வரிகளால் அறியலாம்.

வனைகலம் திகிரியின் குமிழி சுழலும்

துணை செலல் தலைவாய் ஓவிறந்து வரிக்கும் (மலை:474,475)

வேட்கோச்சிறா அர் தேர்க் கால்வைத்த

பசு மண் குருஉத் திரள் (புறம்32:8,9)

என்ற பாடல் அடிகளால் சக்கரம் பயன்படுத்தப்பட்டு ,அதனைச் சுழலவிட்டு மண் பாண்டங்களை உருவாக்கினர் என்ற தொழில்நுட்பம் தெரிகிறது.

தீயினால் சரியான வெப்பத்தில் சுட்டால்தான் அவை நீரினால் கரைந்து போகாமலும், நெருப்பினால் வெடிக்காமலும் இருக்கும் என்பதனை அறிந்திருந்தனர். சூளைகளை அமைத்து மட்பாண்டங்களைக் குறிப்பிட்ட வெப்பத்தில் சூடு படுத்தப்பட்டுப் பதப்படுத்தியதை சங்க இலக்கியங்கள் பின்வருமாறு பதிவு செய்கின்றன.

பெயல் நீர்க்கு ஏற்ற பசுங்கலம் போல

உள்ளம் தாங்க வெள்ளம் நீந்தி(குறு:29-2,3)

ஈர் மண் செய்கை நீர் படு பசுங்கலம்

பெர் மழைப்பெயற்கு ஏற்றாங்கு (நற்\_308:8,9)

கலம் செய் கோவே கலம் செய் கோவே

இருள் திணிந்தன்ன குருஉத் திரள் புகை

அகல் இரு விசம்பின் ஊன்றும் சூளை

நனந் தலை மூதூர்க் கலம் செய் கோவே (புறம்:228:1-4)

இலங்கு மலை புதைய வெண்மழி கவைஇ

கலம்சுடு புகையின் தோன்றும் நாட (அகம்:308:5,6)

சுடுமண் தசம்பின் மத்தம் தின்ற

பிறவா வெண்ணெய் உருப்பு இடந்தன்ன (நற்:84:6,7)

இப்பாடல்கள் வழி சங்க கால மக்களின் மண் சார்ந்த அறிவும் ,கைத்திறனும் தொழில்நுட்பமும் அறியமுடிகிறது.

### நீர் பயன்பாடு:

சங்க கால மக்கள் கிணறு,குளங்கள் ஏரிகள்,மலை அருவி ஆகியவற்றிலிருந்து நீரை எடுத்து உணவிற்காகவும் குடிநீருக்காகவும் பயன்படுத்தினர்.சங்க காலத்தில் கிணற்றிலிருந்து கலங்கல் நீரை மண்சட்டியில் ஊற்றி அதில் கடுக்காயை இட்டுத் தெளிய வைத்து நீர் மாசில்லாமல் பயன்படுத்தியுள்ளனர்.

கலங்கிய நீரைத் தேற்றாங்கொட்டை தெளிய வைப்பது பற்றி கலித்தொகை இலக்கியத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

"இல்லத்துக்காழ் கொண்டு தேற்றக் கலங்கிய நீர்போல் தெளிந்து"

கலித்தொகை 142:64

இதிலிருந்து ஊருணியிலிருந்து எடுத்துவரும் நீரைத் தூய்மைப்படுத்த பண்டைத் தமிழர் தேற்றாங்கொட்டையினைப் பயன்படுத்தினர் என்று அறிகிறோம்.

### குழந்தை உணவு:

அடிசில் என்பது குழைவாகச் சமைத்த நெல்லரிசிச் சோறு.ஆனால் இவற்றில் பலவகையான அடிசில்கள் சமைக்கப்படுகின்றன .எடுத்துக்காட்டாக,

குறுகுறு நடந்து சிறுகை நீட்டி

இட்டும் தொட்டும் கவ்வியும் துழந்தும்

நெய்யுடை அடிசில் மெய்பட விதிர்த்தும்

மயக்குறு மக்களை.....(புறம்:188:3-6)

குழைந்த உணவையே குழந்தைகளுக்கு ஊட்டுவர்.இதனையே இங்கு நெய்யுடை அடிசில் என்கிறது புறப்பாடல். இங்கு இக்குழந்தைக்குக் கொடுக்கப்பட்ட உணவானது நெய் கலந்த குழைந்த உணவு. இதுவே இங்கு நெய்யுடை அடிசில் எனப்படுகிறது. இது ஒரு வகை அடிசில்.

குழந்தைகளுக்கு அன்று முதல் இன்று வரை பால் உணவே தரப்படுகிறது.அவ்வகையில் குழந்தைகளுக்கு நெய்யோடு கலந்த பாலினைக் கொடுத்து வளர்த்த செய்தியை,

நெய்பெய் தீம்பால் பெய்து இனிது வளர்ப்பது (நற்:172:3)என்ற அடியால் அறியமுடிகிறது.

அடிசிலோடு வேறு பொருட்கள் சேர்த்துச் சமைக்கப் படும் போது அவை வேறு வேறு பெயர்களை பெறுகிறது.பாலுடை அடிசில்(அகம்394:11,12),கொழும் துவை அடிசில் ((புறம் 250:1,2)நிணம் சேர்த்த நெய் அடிசில் (குறி 204-207), ஊன் துவை அடிசில் (பதி 45:13,14)இவ்வாறான பலவகை அடிசில்கள் சங்க கால மக்களால் உண்ணப்பட்டன.

### திருமண உணவு:

மருத நிலத்தில் நடைபெறும் திருமணங்களில் சுவையுடன் கூடிய உணவு வழங்கப்பட்டதாக அறிகிறோம். இவ்வகை சிறப்பு உணவுகள் பிற நிலங்களில் இல்லை என்பதும் இங்கு

நோக்கத்தக்கது. உளுந்தஞ்சோற்றுப் பொங்கலும், நெய்யும் சேர்த்துச் செய்த வெண்சோற்று இறைச்சியும் திருமண உணவாக வழங்கப்பட்டதை ,

உளுந்து தலைப் பெய்த கொழுங்-கனி மிதவை

பெருஞ்சோற்று அமலை நிற்ப நிரை கால் (அகம்:86:1,2)

மைப்பு அறப் புழுக்கின் நெய்க்கனி வெண்சோற்று

வரையா வண்மையொடு புரையோர்ப் பேணி(அகம்:136:1,2)

(அமலை- மிகுதியான சோறு ,மிதவை - மிதவை என்பதற்குச் சோறு, கூழ், கும்மாயம் என்று பொருள் தருகிறது தமிழ்ப் பேரகராதி)

திருமணமான தம்பதியருக்கு இரவில் பாற்சோறு தருவது பண்டு தொட்டுத் தொடரும் வழக்கம். திருமணமான இரவில் மணமகள் மணமகனுக்குத் தரக்கூடிய உணவு.இதற்கு பாலுடை அடிசில் என்று பெயர். இதனை

பாலுடை அடிசில் தொடைய ஒருநாள்

மாவண் தோன்றல்!வந்தனை சென்மோ! (அகம் 394:11,12)

கணவனைப் பிரிந்த பெண்டிர் உணவு:

அக்காலத்தில் பரத்தையர் ஒழுக்கம் இருந்து வந்தது . அதனால் சில காலங்கள் பெண்கள் கணவனைப் பிரிந்திருக்க வேண்டிய சூழல் ஏற்பட்டது. அந்த மாதிரியான காலத்தில் பெண்கள் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய உணவுக் கட்டுப்பாடு மிக அவசியமானதாகும்.

.....சில்பதங் கொழித்துத்

தாழாட்டு உண்டு தமிழர் ஆகி (அகம்:316:13.14)

தலைவன்பால் ஊடல் கொண்டு ,சுவைமிகு உணவுகளைத்  
தவிர்த்து, தம்மிடத்துத் திருமகள் விலகிச் செல்ல எளிய  
உணவான நொய்யரிசியை முறத்தால் புடைத்து தாமே சமைத்துண்டு தனிமையை  
மேற்கொண்டனர் என்று இதிலிருந்து தெளிவாக அறியலாம்.

### கணவனை இழந்த பெண்டிர் உணவு:

கைம்மை நோன்பு மேற்கொள்ளும் பெண்கள் வெள்ளரி விதைபோன்ற நெய்யற்ற  
நீர்ச் சோறு , எள்ளுத்துவையல், புளியுடன் சமைத்த வேளைக்கீரை,பாயின்றிப்  
பருக்கைக் கற்கள் மேல் படுத்தும் கைம்மை  
நோன்பு நோற்பர் என்று பூதப்பாண்டியன் தேவி பெருங்கோப்பெண்டு  
பின்வரும் புறப்பாடலில் பதிவு செய்கிறார்.

அணில் வரிக் கொடுங் காய் வாள் போழ்ந்திட்ட

காழ் போல் நல் விளர் நறு நெய் தீண்டாது,

அடைஇடைக் கிடந்த கை பிழி பண்டம் ,

வெள் எட் சாந்தொடு ,புளிப் பெய்து அட்ட

வேளை வெந்தை,வல்சி ஆக (புறம்:246;4-8)

சிறு வெள் ஆம்பல் அல்லி உண்ணும்

கழி கல மகளிர் போல (புறம்-280)

இனியே பெரு வளக் கொழுநன் மாய்ந்தென ,பொழுது மறுத்து

இன்னா வைகல் உண்ணும்

அல்லிப் படுஉம் புல் ஆயினவே (புறம் 248)

கைம்மை மகளிர் பிடி யானையும் அடி போன்ற சிறிய இடத்தை மெழுகி  
,இலையிட்டு அதன்மேல் தருப்பைப் புல்லை வைத்துச் சுவையில்லாத உணவை  
உண்பர் என்பதை

பிடியடி யன்ன சிறாவழி மெழுகித்

தன்னமர் காதலி புன்மேல் வைத்த

இன்சிறு பிண்டம் (புறம்:234:2-4) என்று அறிய முடிகிறது

தெய்வத்திற்குப் படைத்தல்:

சங்க காலத்தில் கடவுளுக்கு உயிர்ப்பலிகள் மிகுதியாக இருந்துள்ளது. அதனால்  
ஊனுணவு இறை வழிப்பாட்டில் முக்கிய பங்கு வகித்திருக்கிறது

எனலாம். பசுநெய்யினை இட்டு வெண்சோற்றைச் சமைத்து தெய்வத்திற்குப் படைக்கப்பட்டதாக அறிகிறோம்.

கருங்கண் கருனைச் செந்நெல் வெண்சோறு

சூருடைப் பலி (நற்:367: 3,4)

மருத நில மக்களின் கடவுள் வழிபாட்டின் போது கடவுளுக்குக் கள் படைக்கப்பட்ட செய்தியும் அதனைப் படைத்தபின் உண்ட செய்தியும் அறிய முடிகிறது.

கள்ளும் கண்ணியும் கையுறை யாக

நிலைக்கோட்டு வெள்ளை நால்செவிக் கிடாய்

நிலைத்துறைக் கடவுட்கு உளப்பட ஓச்சி (அகம்156:13,14)

பண்டைத்தமிழர்களிடம் தெய்வங்களுக்கு உயிர்களைப் பலியிட்டு வணங்கும் வழக்கம் இருந்தது. மலர்கள் தூவியும், இரத்தங்கலந்த அரிசியைப் பலியாக வைத்தும் வணங்கினர்.

"சிறுதினை மலரொடு விரைஇ, மறி அறுத்து  
வாரணக்கொடியடு வயிற்பட நிறீஇ,  
ஊர் ஊர் கொண்ட சீர்கெழு விழவினும்" (திருமுருகு\_218-220)

சிறிய தினை அரிசியை மலரொடு கலந்து வைத்தும், ஆடறுத்தும், கோழிக்கொடியடு முருகனை வரிசையாக நிறுத்தியும், ஊர்கள் தோறும் முருகனுக்குச் சிறந்த விழாக்கள் செய்தனர்.

**உணவிற்கான பலப் பெயர்கள்:**

உணவு ஒவ்வொன்றிற்கும் ஒவ்வொரு பெயர் வைத்திருந்தனர். பிளக்கப்பட்ட மாமிசத் துண்டுக்குப் பிளவை என்று பெயர்.

முழவுமா தொலைச்சிய பைந்நிணப் பிளவை (மலை :176)

வேக வைத்த சோற்றுக்குச் சொன்றி என்று பெயர்.

சுவல் விளை நெல்லின் செவ் அவிழ் சொன்றி( பெரும்.131)

வேக வைத்த இளம் தசையினை திற்றி என்று பெயர்.

இரவுக் குறும்பு அலற நூரி நிரை பகுத்து

இரும் கல் முடுக்கர்த் திற்றி கெண்டும் (அகம்:97:4,5)

நாகு ஆ வீழ்த்துத் திற்றி தின்ற (அகம்249:11-13)

அழித்து ஆனாக் கொழும் திற்றி(மது.காஞ்சி:211)

துழாவி துழாவி சமைப்பதை துழவை என்றும்,

அவையா அரிசி அம் களித்துழவை (பெரும் 275)

பண்ணியம் என்பது பலவகையான பலகாரங்களையும் ,கடவுளுக்குப் படைக்கும் பலவகையான பல உணவு பொருட்களையும் ,பல வகையான பொருட்களையும் குறிக்கும்.

குரங்கு அருந்து பண்ணியம் கொடுப்போரும் (பரி:19:38)

பலவறு பண்ணியம் இழிதரு நிலவுமணல்(நற்:31:8)

பொம்மல் பெரும் சோறு என்பது அதிகளவு சோற்றைக் குவித்து வைப்பதைக் குறிப்பது.

பகர்வை அரிசி பொம்மல் பெரு சோறு (நற் 60:5)

மிளர்வை என்பது புரண்டு கிடப்பது.மீன் குழம்பில் புரண்டு கிடக்கும் மீன்களை மிளர்வை என்கிறார் நற்றிணை புலவர்.

கரும் கண் வராஅல் பெரும் கடி மிளர்வையொடு

பகர்வை அரிசி பொம்மல் பெரு சோறு (நற் 60:4,5)

இவ்வாறு உணவுக்கும் உணவைச் சார்ந்துப் பொருட்களுக்கும் பலவகையான பெயர்கள் இருந்ததைச் சங்க இலக்கியங்களிலிருந்து பலவற்றை எடுத்துக் காட்டலாம்.

**உணவு சமைக்கும் முறைகள் மற்றும் பதப்படுத்துதல்**

**குய் - தாளித்தல்:**

குய் என்பது தாளித்தலைக் குறிக்கும்.இன்றும் உணவினை தாளிக்கும் பழக்கம் பின்பற்றப்படுகிறது என்பது யாவரும் அறிந்ததே. சங்க கால மக்கள் தாவர உணவு மற்றும் ஊனுணவைத் தாளித்து சமைத்துண்டதை பின்வரும் பாடல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

குய் குரல் மலிந்த கொழும் துவை அடிசில்

இரவலர்த்தடுத்த வாயில் புலவர் (புறம் 250:1,2)

நெய் குய்ய ஊன் நவின்ற

பல்சோற்றான்,இன்சுவைய (புறம் 382)

குய் கொள் கொழும் துவை நெய்யுடை அடிசில் (புறம்:160:7)

அமிழ்து அட்டு ஆனா கமழ் குய் அடிசில் (புறம் 10:7)

சுவைக்கு இனிது ஆகிய குய் உடை அடிசில் (புறம்127:7)

கருங்கண் கருனை செந்நெல் வெண்சோறு (நற்:367:3)

உண்கண் குய்ப்புகை கழுமத் (குறு;167:3)

விருந்து கண்மாறாது உணீஇய ,பாசவர்

ஊனத்து அழித்து வல்நிணக் கொழுங்குறை

குய் இடுதோறும் ஆனாது ஆர்ப்ப(பதிற்:21)

**சுடுதல் -சுட்டு உண்ணுதல்:**

மறவர்கள் மரநிழலில் இளமையான பசுங்கன்றின் கறியினை அரிந்து சுட்டுத் தின்றதை இந்த அசுப்பாடல் வழி அறியலாம்.(இது இக்காலத்தில் தந்தாரி என்று அழைக்கப்படுகிறது.)

பல்பூங்கானத்து அல்குநிழல் அசைஇத்

தோகைத் தூவிக் கொடைத் தார் மழவர்

நாகு ஆ வீழ்த்துத் திற்றி தின்ற (அகம்249:11-13)

பச்சைக் கறியினை துண்டுகளாக்கிப் பொரித்தும்,நெருப்பில் சுட்டும் செய்யப்படும் பொரித்த உணவைக் கருனை என்றனர்.

பசுங்கண் கருனை சூட்டோடு மாந்தி (புறம்:395:37)

பால் வறை கருனை காடியின் மிதப்ப (பொரு:115)

மண்டைய கண்ட மான் வறை கருனை( புறம்:398:24)

வேட்டைக்கு செல்லும் போது வேட்டையாடிய விலங்குகளை அங்கேயே உணவாக்கி ,நெருப்பை உண்டாக்கிச் சுட்டுத் தின்பர்.

குறுமுயல் கொழுஞ் சூடு கிழித்த ஒக்கலொடு ( புறம் 43:11)

குறுமுயலிம் குழை சூட்டோடு (புறம்:395:3)

கொழுந்தடிய சூடு என்கோ (புறம்:396:15)

ஆட்டுகிடாயின் கறியினை தீயிலிட்டுச் சுட்டு ,காயம் பெய்து அட்ட  
இடம் அகன்ற மிழுவிய உணவை,

மை விடை இரும் போத்துச் செந்தீச் சேற்த்தி

காயம் கனிந்த கணகன் கொழுங்குறை(புறம்;364)

**பொரித்தல்:**

பொரித்தல் என்பது நெய்யிலோ கொழுப்பிலோ பொரித்து எடுக்கும் உணவுகளைக் குறிக்கும். இதை சங்க இலக்கியங்களில் வறை என்பர்.

நெய் கனிந்து வறை ஆர்ப்ப (மது :756)

பால் வறை கருணை காடியின் மிதப்ப (பொரு :115)

இப்பாடல்களில் பொரித்த மாமிசத் துண்டுகளை வறை என்று குறிப்பிடுவதைக் காணலாம்.

**வாட்டுதல்:**

மனைவாழ் அளகின் வாட்டொடும் பெறுகுவீர் (பெரும்256)

உணவுக்காக வீட்டில் வளர்க்கப்படும் கோழியினை இறகுகளை நீக்கி அதனை வாட்டியெடுத்து மீண்டும் மஞ்சள் பூசி வாட்டுவர். இது இக்காலங்களிலும் பயன்பாட்டில் உள்ள முறையாகும்.

வாடீன் - இறைச்சியை உப்புக்கண்டம் இடுதல்:

உணவு சமைப்பதற்குப் போக மீதியான உணவுகளைக் கெட்டுப் போகாமல் காப்பது அவசியமானதாகும்.சங்க கால மக்கள் உணவுக்குப் போக மீதும் இறைச்சியினை மஞ்சள் மற்றும் உப்பு கலந்து வெயிலில் உலர்த்தியபின் காய்ந்த இறைச்சித் துண்டுகளை எடுத்துச் சேமித்து வைத்துக் கொள்வர். இதனை வேண்டும்போது சுட்டோ அல்லது வேகவைத்தோ உண்பர். இது இன்றும் நடைமுறையில் உள்ள பழக்கமாகும்.இதனை,

முரவு வாய்ச் குழிசி முரி அடுப்பு ஏற்றி

வாராது அட்ட வாடீன் புழுக்கல் (பெரும் 100)

சூடு கிழித்து வாடீன் மிசையவும் (புறம்:386:4)

.....வாடுஊன் கொழுங்குறை

கொய்குரல் அரிசியோடு நெய்பெய்து அட்டு(புறம் 328)

இந்த உப்புக்கண்டத்தைச் சோற்றுடன் சேர்த்து நீரிலும் வேகவைத்து உண்பர் என்பதனை,

வாடுன் கொழும் குறை

கொய்குரல் அரிசியோடு நெய்பெய்து அட்டு

துடுப்பொடு சிவணிய தளிக்கொள் வெண்சோறு (புறம் :328:9-11)

துடுப்பொடு சிவணிய தளிக்கொள் வெண்சோறு (புறம் :328:9-11)

வெயிலில் ஊனை உலர்த்துதல்:

கணமா தொலைச்சித் தன்னையர் தந்த

நிணவூன் வல்சிப் படுபுள் ளோப்பு

நலமா னெயிற்றி (ஐங் 365:1-3)

இப்பாடல்வழி எயிற்றியர் பகற்பொழுதில் தன் தமையன்

மார் பகற்பொழுதில் வேட்டையாடி கொணர்ந்த நிணமுடைய ஊனை வெய்யிலில் காய வைத்தனர் என்பதை அறிய முடிகிறது.

நொதித்தல்-கள்ளை பதப்படுத்துதல்

தோப்பிக்கள், நறவு, காந்தாரம், கலங்கல், தேறல், அரியல் என பலவகைப்பட்ட கள் சங்க கால மக்களால் பருகப்பட்டனவாகத் தெரிகிறது.

தோப்பிக் கள்ளோடு துருஉப்பலி கொடுக்கும்(அகம்:35)

முட கால காரை முது பழன் ஏய்ப்பத்

தெறிப்ப விளைந்த தீம் கந்தாரம்(புறம்:258)

வாங்கு அமைப் பழுதிய நறவு உண்டு(நற்:276)

வறிது கூட்டு அரியல் இரவலர்த் தடுப்ப (பதிற்:40)

எமக்கே கலங்கல் தருமே தானே

தேறல் உண்ணு மன்னே ....(புறம் 298)

குறவர்கள் மூங்கிலில் கள்ளை இட்டு இனிய  
மாம்பழத்தையும், பலாச்சுளையினையும், தேனையும் கலந்து மண்ணில்  
புதைத்தனர். இதனைப் பல நாள் கழித்து எடுத்து உண்டு  
களித்தனர். இதனை, இங்குக் கள் என்பது நெல்லிருந்து எடுக்கப்பட்ட தோப்பி  
எனப்படும் கள்ளாகும். பொதுவாகக் கள் என்பதை நெல், தென்னை, பனை, தேன்  
போன்ற பல பொருள்களிலிருந்து எடுக்கப்படுகிறது. பல நாட்கள்  
நொதித்து ("கடுத்திறல் பாப்புக் கடுப்ப அன்ன  
தோப்பி") அதிக மயக்கத்தைத் தரக்கூடியதாக இருந்திருக்கிறது தேனிலிருந்து  
எடுக்கப்பட்ட கள்ளையும் குறவர்கள் விரும்பி உண்டனர். பெண்களும் இதனை  
விரும்பி உண்டனராம். விருந்துகளிலும் கள்ளுணவு சிறப்பாக இருந்திருக்கிறது.

தேன் தேர் சுவைய, திரள் அரை, மாஅத்து  
கோடைக்கு ஊழ்த்த , கமழ்நறுநீம்கனி,  
பயிர்ப்புறப் பலவின் எதிர்ச்சுளை அளை  
இறாலொடு கலந்த வண்டுமுக அரியல்  
நெடுங்கண் ஆடு அமைப் பழுநி, கடுத்திறல்  
பாப்புக் கடுப்பு அன்ன தோப்பி.....(அகம்: 348:2-7)

#### கருவாடு- உலர்த்துதல்

பரதவர்கள் விற்றது போக மிஞ்சியதையும் விற்பனைக்குப் போகாமல் காலம்  
கடந்துவிட்டால் அந்த மீன்களை உப்பு தோய்த்து , வெண்  
மணலில் வெயிலில் உலர்த்தக் காயவைப்பர். இதற்கு உணக்கல் என்று பெயர்.

நிணச்சுறா அறுத்த உணக்கல் வேண்டி இனப்புள்

ஒப்பும்.....(நற்: 45:6-7)

#### வேகவைத்தல்

சங்க கால மக்கள் நெல்லை வேகவைத்து சோறாக்கியும் , அரிசியோடு ஊன் கலந்து  
வேகவைத்தும் உண்டனர். அவரை, துவரை போன்றவற்றை வேகவைத்தும்  
உண்டனர். சங்க இலக்கியம் வேகவைத்தலைப் புழுக்குதல் என்கிறது.

உண்மின் கள்ளே ! அடுமின் சோறே!

எறிகதிற்றி ! ஏற்றுமின் புழுக்கே! (பதிற்:18)

#### ஊறுகாய்

முளை  
துளை  
நாடக மகளிர்  
விசி வீங்கு  
காடி வைத்த கலனுடை மூக்கின்  
மகவுடை மகடுஉப் பகடு புறந் துரப்பக் ( பெரும்பாண் ; 51-58)

### குதிர்-தானிய சேமிப்பு:

சங்க கால மக்கள் அக்காலத்தில் வீடுகளில் தானியங்களைச் சேமிப்பதற்குக் குதிர்களை அமைத்தார்கள். வரகு வைக்கோல் பிரியால் குதிர் சுற்றப்பட்டு களிமண் பூசப்பட்டிருக்கும். இது ஆறடி உயரத்தில் வட்டமாக இருக்கும். இதன் வெளிப்பகுதியில் சாணம் பூசப்பட்டிருக்கும். ஒரு உருளைக்கும் அதன் மீதுள்ள இன்னொரு உருளைக்கும் இடையே உள்ள இடுக்குகளில் சேறு பூசப்படும். அனைத்து உருளைகளும் அமைக்கப்பட்ட பிறகு அதன் மீது முழுமையாக சாணம் பூசப்படும். மேல் மட்டத்தை மூடுவதற்குப் பிரம்பால் தட்டு போன்ற வட்டமான மூடியைச் செய்வார்கள். இதனால் எலி கடிக்காது. அவ்வப்போது தேவைக்கேற்பக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நெல்லை வெளியில் எடுக்க, குதிரின் கீழ்ப் பகுதியில் திறந்து மூடுவதற்குத் தேங்காய்ச் சிரட்டையையும் மண்ணையும் வைத்து மூடிப் பயன்படுத்துவார்கள் ( இந்து தமிழ் ஜனவரி20,2018). வீட்டின் முன்னே இருந்த முன்றிலும், வீட்டின் உள்ளே இருந்த முற்றத்திலும் குதிர் இருந்தது என இலக்கியங்கள் சுட்டுகின்றன. அதன் அடுத்த வளர்ச்சியாக நெல்லைக் கொட்டுவதற்கும், எடுப்பதற்கும் வசதியாக, வீட்டின் கொல்லைப் புறத்தில் பத்தாயம் உருவாக்கப்பட்டது. இதனை கிராமங்களில் தொம்பை என்று அழைப்பர். அடுத்த விளைச்சல் நடவுக்குத் தேவையான கோட்டை என்ற நெல் விதைகளைச் சேமிக்கும் முறையும் உண்டு. பிற்காலங்களில் நிறையத் தானியங்களைச் சேமிக்க நெற்களஞ்சியங்கள், தானிய கிடங்குகள் என உருவாக்கப்பட்டன.

எழு காடு ஓங்கிய தொழு உடை வரைப்பில்

பிடி கணத்து அன்ன குதிர் உடை முன்றில்

களிற்று தாள் புரையும் திரி மர பந்தர் (பெரும்பாண்:185-187)

தமிழக அகழாய்வுகளில் கிடைத்த உணவுப் பொருட்கள்:

தமிழக அகழாய்வுகளில் கிடைத்த பொருட்கள் தமிழக வரலாற்றைப் பலவகையில் முன் நிறுத்திடுக்கிறது. கீழடி போன்ற அகழாய்வுகள் நமது நாகரிகத்தை மேலும் பின்னோக்கிச் சென்று பண்டைய தமிழரின் ஆதி

காலத்தை இவ்வுலகிற்கிற்கு எடுத்துக் காட்டியது . அந்த வகையில் பொருந்தல், கோவை, ஆதிச்சநல்லூர் போன்ற தொல்லியல் இடங்களில் அகழாய்வுகளில் கிடைத்த உணவுப் பொருட்கள் இங்குக் குறிப்பிடத்தக்கதாகும் .இலக்கியங்களில் படிக்கும் அத்தனை செய்திகளையும் தற்போது தொல்லியல் ஆய்வுகள் மூலமாக நிரூபித்து வருகிறோம். சங்க கால மக்கள் பயன்படுத்திய உணவுகளான நெல், சாமை, தினை, சோளம் ஆகியவை அகழாய்வுகளில் கண்டெடுக்கப்பட்டுள்ளன. அவை இந்த கட்டுரைக்கு மேலும் உரம் சேர்ப்பதாய் அமைகிறது.

## 1.நெல்

2010ஆம் ஆண்டு நிகழ்த்திய பொருந்தல் அகழாய்வு மிக முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.இங்குக் கிடைத்த நெல் மாதிரி ஒன்று, அமெரிக்காவில் உள்ள பீட்டா ஆய்வு நிலையத்தில், அறிவியல் ஆய்வுக்கு உட்படுத்தப்பட்டு (Accelerator Mass Spectrometry by the Beta Analytic Lab , USA ), அதன் காலம் கி.மு. 450 எனக் கணிக்கப்பட்டுள்ளது. இதற்குமுன் இன்னொரு நெல் மாதிரி ஒன்று அதே ஆய்வு நிலையத்தில் காலக்கணிப்புக்கு உட்படுத்தப்பட்டு, அதன் காலம் கி.மு. 490 என கணித்தறியப்பட்டுள்ளது. இந்த இரண்டு நெல் மாதிரிகளுமே, பொருந்தல் அகழாய்வில் கிடைத்த, இரு வெவ்வேறு மட்பாண்டங்களிலிருந்து எடுக்கப்பட்டவையாகும்.

## 2.நெல் ,சாமை,தினை,உமி

ஜெர்மன் நாட்டைச் சேர்ந்த ஜாகோர் (Dr.Jagor) என்ற அறிஞர் 1876 இல் ஆதிச்சநல்லூரில் மேற்கொண்ட அகழாய்வில், ப முதுமக்கள் தாழிகள், எலும்புகள், மண்டை ஓடுகள், பழைய மட்பாண்டங்கள், இரும்பு மற்றும் வெண்கல பொருட்கள் ஆகியவற்றுடன் உட்கார்ந்த நிலையிலிருந்த எலும்புக்கூடுகளுடன், இறந்த மனிதர்களின் விருப்பமான உணவாக இருந்த சாமை, தினை, உமி போன்றவையும், இற்றுப்போன துணிகளும் இருந்தன என்று பதிவு செய்கிறார். (இந்து தமிழ் நாளிதழ் ;09/08/2017)

”ஒரு பெரிய மண் தாழிக்குள் இருந்த இரண்டு சிறிய பாணைகள் அந்த பெரிய மண் தாழிக்குள் ஒரு மனிதனின் முழு எலும்புக்கூடு இருந்தது.அத்துடன் நெல்லும் ,திருநெல்வேலி பகுதியில் சாமை என்று அழைக்கப்படும் தானியமும் காணப்பட்டது. எங்களை வியப்பில் ஆழ்த்தியது” என்று திருநெல்வேலி மாவட்ட ஆட்சியராக இருந்த ஸ்டீவர்ட் என்பவர் கிழக்கிந்தியக் குழுமத்துக்குக் கடிதம் எழுதியதாகச் சொல்லப்படுகிறது.(ப.84/ஆதிச்சநல்லூர்-கீழடி மண்மூடிய மகத்தான நாகரிகம்/அமுதன்/தினத்தந்தி பதிப்பகம்/ஜனவரி 2017)

அதன்பின் நிகழ்ந்த பல்வேறு அகழாய்வுகளின் அறிக்கைகள் இன்னும் வெளிவரவில்லை என்பது வறுத்ததற்குரியதே. அண்மையில் செய்த வெப்ப உமிழ் காலக்கணிப்பு (*Thermoluminescence dating*) வழியாக இந்த இடம் பொ.ஆமு 1500 லிருந்து பொ.ஆ 500 ஆண்டுகளுக்கு உட்பட்டது என்று கருதப்படுகின்றது. அதாவது இன்றிலிருந்து 3000 முதல் 1500 ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்டது எனலாம் என்று பேரா.முனைவர் வீ.செல்வகுமார் குறிப்பிடுகிறார். (<http://www.tamilvu.org/tdb/titles cont/inscription/html/adichanallur.htm>)

### 3.மகரந்தம் (திணை)

ஈம் டொரெய்ன் புல்லர் என்பாரால் பேரூரில் நடந்த அகழாய்வில் மண்ணில் கிடைத்த மகரந்தங்களைச் சேகரித்து அவற்றை காலக்கணிப்பு செய்தபோது அவை திணைப் பயிர்கள் என்பதையும், காலம் கிபி 3 ஆம் நூற்றாண்டு என்றும் கண்டறியப்பட்டது.

சிந்து சமவெளிப் பகுதிகளில் ஏர்கலப்பை விவசாயத்திற்கு முந்தையது இந்த பேரூர் (ஹோஸ் பயன்பாடு) அதற்கும் முந்தைய காலகட்டத்தைச் சார்ந்தது என்றும் அறிஞர்களால் சொல்லப்படுகிறது.

### 4.சோளம்

ராஜிபானையம் அருகில் உள்ள தேவதானம் பகுதியில் மேற்கொண்ட மேற்பரப்பு ஆய்வில் முதுமக்கள் தாழிகளில் சோளம் கண்டறிந்ததாக அப்பகுதியில் ஆய்வு மேற்கொண்ட பேரா.முனைவர் கந்தசாமி கூறுகிறார். அதனை பதிவும் செய்திருக்கிறார்.

### கல்வெட்டுகளில் உணவு:

பிற்காலங்களில் நமக்கு கிடைத்த சில சான்றுகளையும் இங்கு பார்ப்பது அவசியமென்று கருதுகிறேன். சோழர் கால கல்வெட்டுகளில் சருக்கரைப் பொங்கல் (அக்கார அடிசில்) பணியாரம் ஆகிய உணவுகள் பேசப்படுகின்றன. விசய நகர ஆட்சிக்காலக் கல்வெட்டுகளில் இட்டளி(இட்டிலி), தோசை, அதிரசம் போன்ற உணவு வகைக் குறிப்புகள் கிடைக்கின்றன.

### உப்பின் பயன்பாடும் வரலாறும்:

பண்டைத் தமிழர் சமையலுக்கு பயன்படுத்தப்படும் உப்பிற்கு வெள்ளுப்பு என்று பெயர். பண்டைத் தமிழர்களால் சுவையின் சின்னமாகவும் வளமையின்

சின்னமாகவும் உப்பு கருதப்பட்டது. நெல்லின் நேரே வெண்கல் உப்பு என்று பெண்ணொருத்தி கூவி விற்பதனை சங்க இலக்கியத்தில் காண்கிறோம். செய்த வேளைக்கு மாற்றாக நெல்லும் (சம்பாஷம்) உப்பும் (அளத்தில் விளைவது) கொடுத்த வழக்கத்தினால்தான் கவளம் (salary salt) என்ற பெயர் உருவானது என்பர். உப்பு விளையும் இடம் அளம் என்று அழைக்கப்பட்டது. இவ்வகையான உப்பளங்களுக்கு அரசர்களின் பெயர் சூட்டுவது வழக்கமாக இருந்திருக்கிறது. எடுத்துக்காட்டாகப் பேரளம், கோவளம் ஆகியவற்றைக் குறிப்பிடலாம் .

ஐடாவர்மன் திரிபுவனச் சக்ரவர்த்தி சுந்தர பாண்டியன் காலத்தில் (கிபி 1268) அதும்பூர் என்னும் ஜின்னாதப் பேரளம், செல்லூர் என்னும் அநபாய சோழப் பேரளம், இடையன் குழி என்றும் இராஜேந்திர சோழப் பேரளம், கூடலூர் என்றும் ராஜநாராயணப் பேரளம், திரு நல்லூர் என்னும் கிடாரம் கொண்ட சோழப் பேரளம், வெண்ணாரிகள் சுழி என்னும் ஆளப் பிறந்தான் பேரளம் ஆகியவற்றிலிருந்து உப்பு விற்கையில் ஒரு உறை உப்புக்கு ஒரு உழுக்கு உப்பு என்னும் விகிதத்தில் சேகரித்தத் திருவதிகை திரு வீரட்டானேஸ்வரர் கோயில் திருவமுது படிக்கும் கோயில் சீரமைப்பிற்கும் நிவந்தமாக அளிக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்று தொல்லியல் அறிஞர் நடன காசிநாதன் எடுத்துக் காட்டுகிறார். சோழர் காலத்திலும் நெல்லின் விலையும் உப்பின் விலையும் அருகருகே இருந்தன என்று கல்வெட்டுகளில் தெரிய வருகிறது.

**பிற பகுதிகளிலிருந்து உணவுப் பொருட்களின் வருகை:**

கிபி 15 ஆம் நூற்றாண்டில் சிலி நாட்டிலிருந்து வந்த மிளகாய் தமிழ்நாட்டினுள் வழக்கத்திற்கு வந்தது. மணிலா எனப்படும் நிலக்கடலை எண்ணையும் விசய நகர ஆட்சிக் காலத்திலேயே இங்கு அறிமுகம் ஆனது.

**முடிவுரை:**

இதுகாறும் இக்கட்டுரைவழி பண்டைத்தமிழர்களின்

உணவுகள், உணவுகளைச் சமைக்கும் முறைகள் பதப்படுத்துதல் மற்றும் சேமித்தல் ஆகியவற்றை நோக்கும் போது சங்க கால மக்கள் உணவுகள் சார்ந்து அதன் தன்மையினை உணர்ந்து இயற்கையோடு வாழ்ந்துள்ளனர் .

உணவிற்கும் உண்ணும் முறைகளுக்கும் கூட பல்வேறு

பெயர்களை வழங்கிய மொழியாற்றலும், உணவுகளை வகைவகையாக சமைக்கும் உத்திகளும், உண்ணத் தகுந்தவை எனத் தேர்ந்தெடுக்கும் நுண்ணறிவும் ஆகியவற்றை அவர்கள் கையாண்டவிதம் இங்கு வியக்கத்தக்கவையாகும். உலகெங்கும் வாழ்ந்த

அன்றைய மனிதக்குலத்திலிருந்து தனித்து, மொழியில் செம்மையும் அறிவாற்றலில் வளமையும் கொண்டவர்கள் சங்க கால தமிழ் மக்கள் என்பதை இதன் மூலம் அறியலாம்.

### துணை நின்ற நூல்கள்:

1. அகநானூறு , முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
2. நற்றணை , முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
3. புறநானூறு , முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
4. குறுந்தொகை, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
5. சிறுபாணாற்றுப்படை, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
6. பெரும்பாணாற்றுப்படை, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
7. பதிற்றுப்பத்து, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
8. ஐங்குறுநூறு, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98
9. மதுரைக்காஞ்சி, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) , முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட், 41, சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட், அம்பத்தூர், சென்னை-98

- 10.மலைபடுகடாம்., முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) ,முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட்,41,சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,அம்பத்தூர்,சென்னை-98
- 11.பொருநராற்றுப்படை, முனைவர். கு வெ பாலசுப்பிரமணியன் (உரை) ,முதல் பதிப்பு ஏப்ரல் 2004 , நியு செஞ்சுரிபுக் ஹவுஸ் ( பிலிட்,41,சிட்கோஇண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,அம்பத்தூர்,சென்னை-98
12. ஆதிச்சநல்லூர்-கீழடி மண்முடிய மகத்தான நாகரிகம்(தினத்தந்தி பதிப்பகம்).
13. <http://www.tamilvu.org/tdb/titles cont/inscription/html/adichanallur.htm>
14. இந்து தமிழ்நாளிதழ் ;09/08/2017
15. பண்டைத் தமிழ் நாகரீகமும் பண்பாடும் (தமிழ் மண் பதிப்பகம்)  
(மற்றும் இணையத் தகவல்கள்)





# அரண்

பன்னாட்டுத் தமிழாய்வு மின்னஞ்சல்

ISSN: 2582-399X

## அறிவிப்பு / Announcement

அன்பான தமிழ்ச் சொந்தங்களே

வணக்கம்.

ஆண்டு 2021, ஜூலை மாதம் வெளிவரும் அரண் பன்னாட்டுத் தமிழாய்வு மின்னஞ்சல்கான ஆய்வுக் கட்டுரைகள் ஆய்வாளர்களிடமிருந்து வரவேற்கப்படுகின்றன.

கட்டுரை வந்து சேர வேண்டிய கடைசி நாள் ஜூலை - 10. அதற்கு பின் வரும் கட்டுரைகள் ஜனவரி இதழில் இடம்பெறாது என்பதை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

[www.aranejournal.com](http://www.aranejournal.com)

✉ [aranjournal@gmail.com](mailto:aranjournal@gmail.com)

☎ 72995 87879