



কৃষকের ঐতিহ্যগত ও প্রচলিত খাদ্য এবং চর্চা



Strengthening Adaptive Farming in Bangladesh, India and Nepal



Caritas
Austria



গ্রন্থনা ও সম্পাদনায়

আগষ্টিন বাউডে, প্রোগ্রাম ম্যানেজার (এন.আর.এম), ন্যাশনাল অফিস, ঢাকা
সুক্লেশ জর্জ কস্তা, ন্যাশনাল কোঅর্ডিনেটর, সাফবিন প্রকল্প, কারিতাস রাজশাহী অঞ্চল
কৃষিবিদ এস.এম. জিল্লুর রহমান, রিসার্চ অফিসার, সাফবিন প্রকল্প, কারিতাস রাজশাহী অঞ্চল

প্রকাশনায়

ডেনিস সি. বাস্কে
আঞ্চলিক পরিচালক, কারিতাস রাজশাহী অঞ্চল
মহিষবাথান, রাজশাহী কোর্ট
জি.পি.ও বক্স নং-১৯
website: www.caritasbd.org

প্রকাশকাল

ফেব্রুয়ারি ২০১৪

আর্থিক সহায়তায়

European Union :



European Union

Caritas Austria :

Caritas
Austria

Associate Partner :



Printed by : Bornomala Offset printing press, Rajshahi.

প্রকাশকের কথা

বাংলাদেশ একটি কৃষি প্রধান দেশ। এ দেশের কৃষকগণ অত্যন্ত মেধাবী, পরিশ্রমী ও প্রতিশ্রুতিবদ্ধ। স্বাধীনতার ৪৩ বছরে এ দেশের জনসংখ্যা দ্বিগুনের চেয়ে বেশী হয়েছে এবং কৃষি জমির পরিমাণ ক্রমান্বয়ে হ্রাস পেয়েছে। তথাপি এ দেশের জনগণের খাদ্য নিরাপত্তার গুরু দায়িত্বটি কৃষকগণ নিজ দায়িত্বে বহন করে চলছেন। এ দেশের মানুষের খাদ্য নিরাপত্তা নিশ্চিত করার নানাবিধ সমস্যার মধ্যে জলবায়ু পরিবর্তনের প্রভাব অন্যতম প্রতিবন্ধকতা হিসেবে আজ সর্বজন স্বীকৃত।

জলবায়ু পরিবর্তনের প্রভাবসহ নানাবিধ সমস্যা মোকাবেলা করে উৎপাদন বৃদ্ধি ও পুষ্টি নিরাপত্তা নিশ্চিত করার জন্য কৃষকগণ যুগ যুগ ধরেই বিভিন্ন অবলম্বন, পস্থা ও প্রযুক্তি উদ্ভাবন ও ব্যবহার করে আসছে। তাদের মধ্যে বেশ কিছু প্রযুক্তি ও চর্চা কৃষকদের জীবনে ইতিবাচক প্রভাব ফেলেছে বলে তাঁরা তা সযত্নে ব্যবহার করে চলছেন। পক্ষান্তরে বর্তমান আধুনিক প্রযুক্তি ও চর্চার সাথে তাল মিলিয়ে নিতে না পারার কারণে এবং জলবায়ুর পরিবর্তনের বিরূপ প্রভাবের কারণে কৃষকের বেশ কিছু চর্চা ও প্রযুক্তি হারিয়ে যাচ্ছে। কৃষকের এ সকল ব্যবহৃত ও হারিয়ে যাওয়া বিষয়সমূহ ভবিষ্যৎ প্রজন্মের জন্য ডকুমেন্টেশন করা প্রয়োজন। এ তাগিদ থেকেই প্রকাশনাটি প্রকাশ করা হ'ল। অত্র প্রকাশনায় কৃষকদের ঐতিহ্যগত ও প্রচলিত যন্ত্রপাতি ও প্রযুক্তি (বীজ সংগ্রহ ও সংরক্ষণ, অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা, পোকামাকড় ও বালাই নিয়ন্ত্রণ) এবং কৃষকের রান্না ঘরে উৎপাদিত বিভিন্ন খাদ্য দ্রব্য, আলোকচিত্র আকারে স্থান পেয়েছে। প্রকাশনার সমস্ত আলোকচিত্র কৃষকদের নিকট থেকে সংগ্রহ করা হয়েছে এবং কৃষকদের মাঝে প্রচলিত ও স্থানীয় নাম ব্যবহার করা হয়েছে। প্রকাশনায় ব্যবহৃত আলোকচিত্রসমূহ কৃষক, গবেষক ও উন্নয়নকারীর আগামী দিনের কার্যক্রমে সহায়ক হবে বলে বিশ্বাস করি।

প্রকাশক

সূচীপত্র

ক্রমিক নং	বিষয়	পৃষ্ঠা নং
১.	কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার	
১.১	চাল দ্বারা তৈরী খাবার	০১-৩১
১.২	আলু দ্বারা তৈরী খাবার	৩২-৩৩
১.৩	ডাল দ্বারা তৈরী খাবার	৩৪-৩৫
১.৪	গম দ্বারা তৈরী খাবার	৩৬-৪০
২.	কৃষি প্রযুক্তি	৪১-৪২
৩.	কৃষকের ঐতিহ্যগত কৃষি যন্ত্রপাতি	৪৩-৪৬
৪.	বীজের অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা পদ্ধতি	৪৭-৪৭
৫.	জৈব কৃষি চর্চা	৪৮-৪৮
৬.	সবজি ও মাঠ ফসলের বীজ সংরক্ষণ	৪৯-৫০



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
B.A. Small Business Partners



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



তেল পিঠা



পদ্ম কুলি



পাটিশাপটা পিঠা



ফরমা পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
Free Sample. No Purchase Necessary.



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



বড়া পিঠা



ব পিঠা



ভুঁপা পিঠা



চিতই পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
শুষ্ক সার্বিক প্রকল্প



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



ঝিকিমিকি পিঠা



মাছ পিঠা



গোলাপ পিঠা



গাবফুল পিঠা



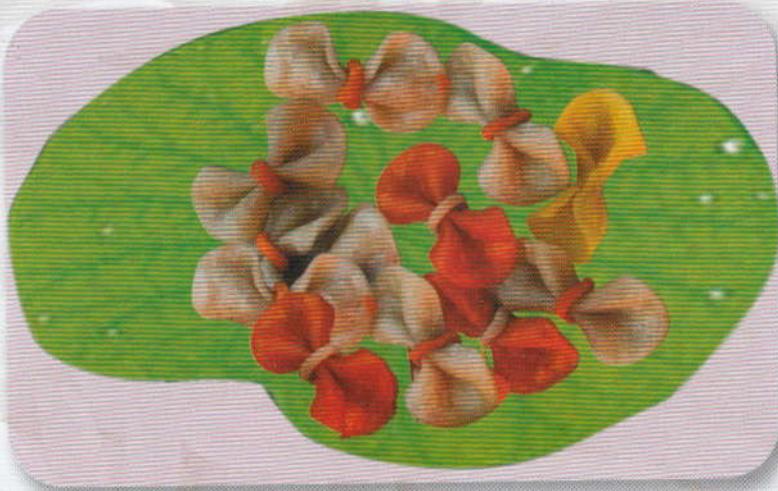
চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পয়সা পিঠা



বিনুক পিঠা



ক্রিপ পিঠা



মার্বেল পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
For Small Business Foodies



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পাতা পিঠা



ডিম পিঠা



শাপলাফুল পিঠা



শিমুল পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf^obin
For Social Inclusion



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পুলি পিঠা



লাভ পিঠা



শিম ফুল পিঠা



সূর্য পিঠা

চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



সিরিঞ্চ পিঠা



লাভ পিঠা



চাকা পিঠা



পান পাতা পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
See. Share. Preserve. Eat.



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



চিড়া



চার কোণা পিঠা



তারা ফুল পিঠা



তিন কোণা পিঠা



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



কুলা পিঠা



চাকা পাপড়



মই পিঠা



কাঠাল পাতা পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
For Better Practices Process



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



মুড়ির মোয়া



চিড়ার নাড়ু



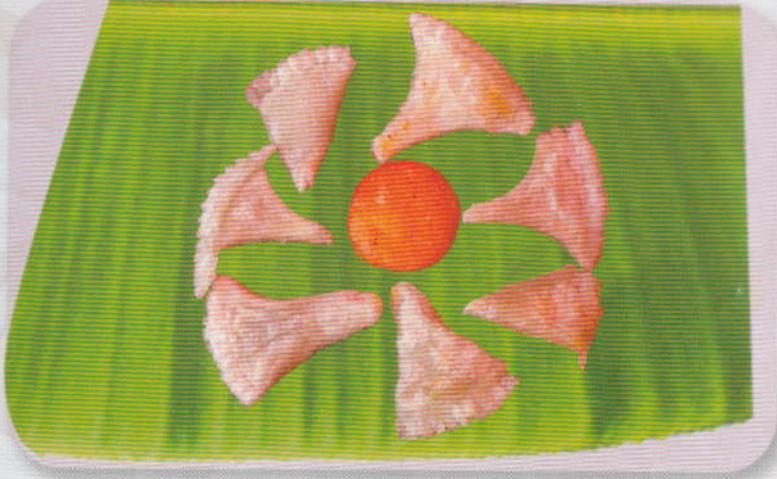
গাদা ফুল পিঠা



মুড়ি



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



ফুল পিঠা-১



ফুল পিঠা-২



সেমাই



বকুল ফুল পিঠা-৩



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



মাছ পিঠা



কুশলী পিঠা



বিস্কুট পিঠা



বড়া



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)

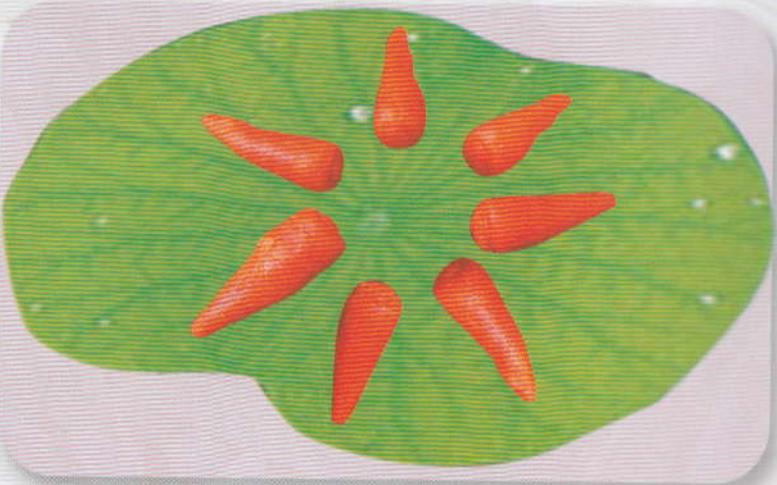


কলা পিঠা

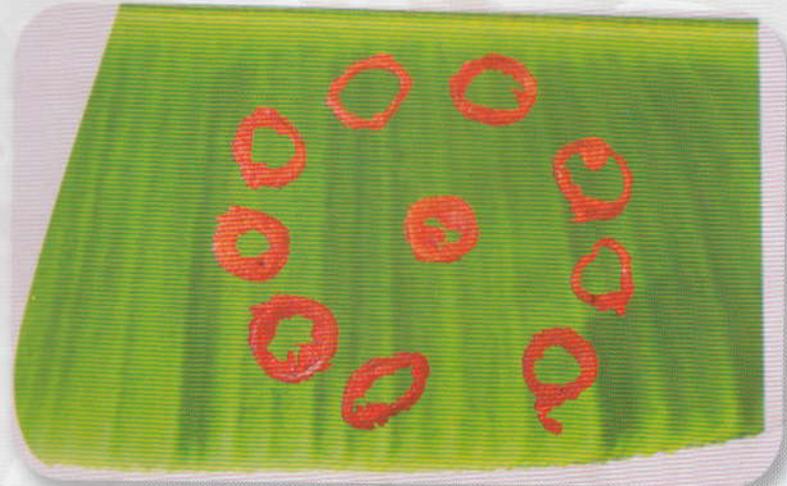


রুটি

১৩



গাজর পিঠা



পেঁয়াজ পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

safobin
শুষ্ক খাবার



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



সন্দেশ পিঠা



তারা পিঠা



শিং পিঠা

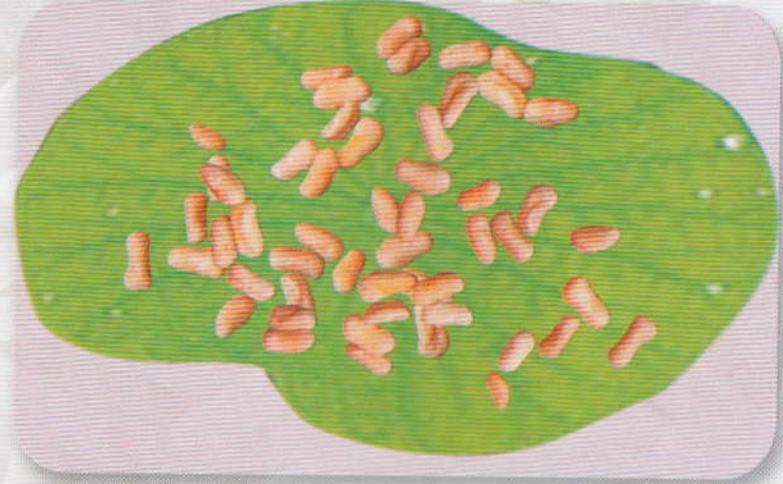


বড়ই পিঠা

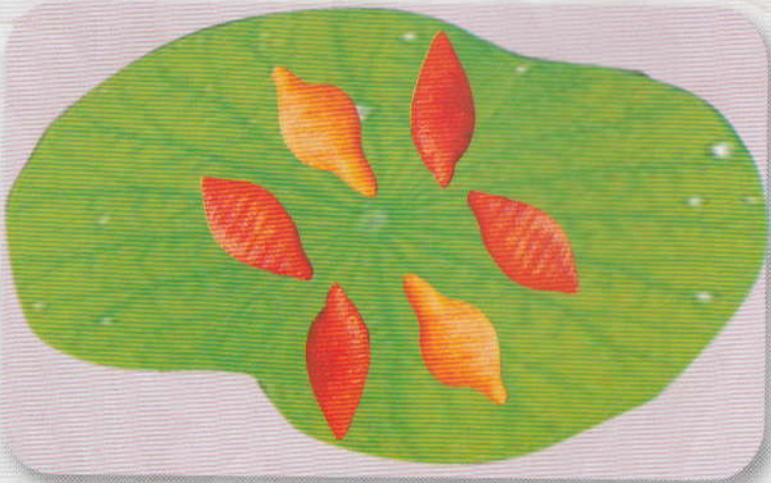
চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



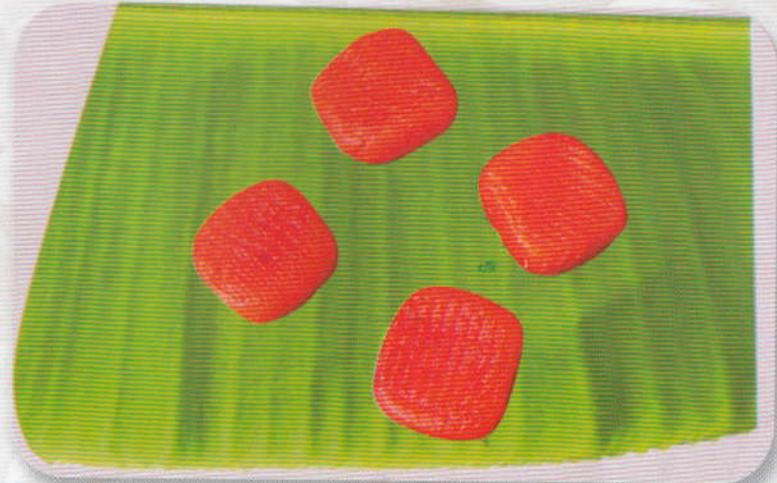
নাডু



খেজুর পিঠা



চকলেট পিঠা



কটকটি



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

safobin
For Small Business And



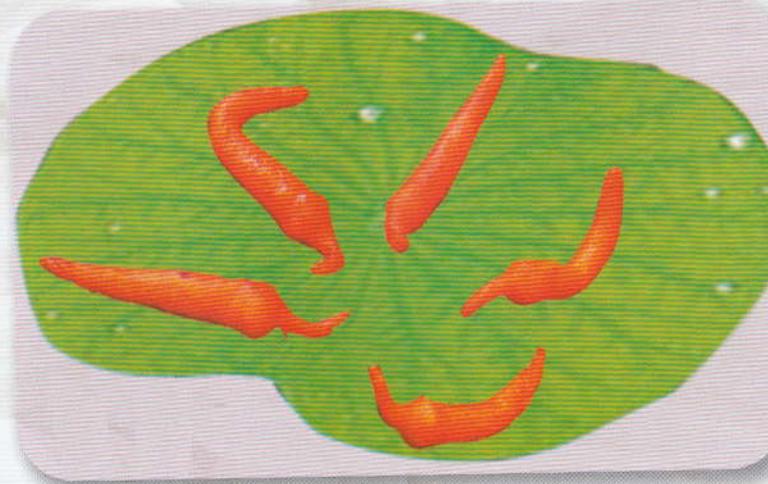
চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



মুড়কি



বাহা পিঠা



মরিচ পিঠা



খই



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



ঢাকনা পিঠা



তালের পিঠা



ছাতু



ডিম পিঠা



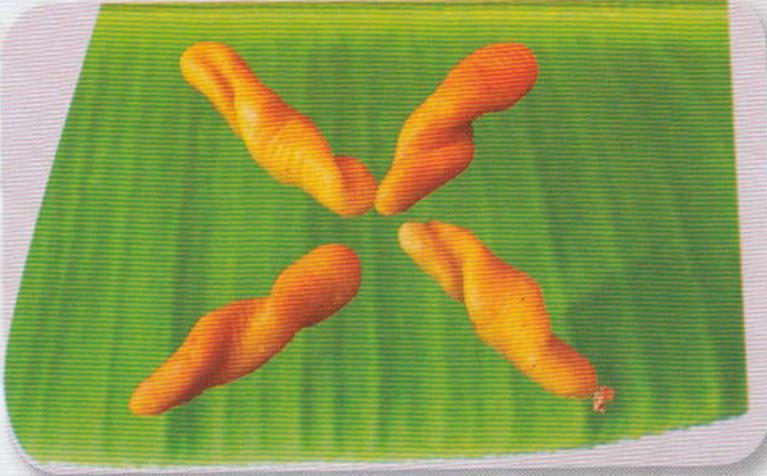
Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
The Social Business Project



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



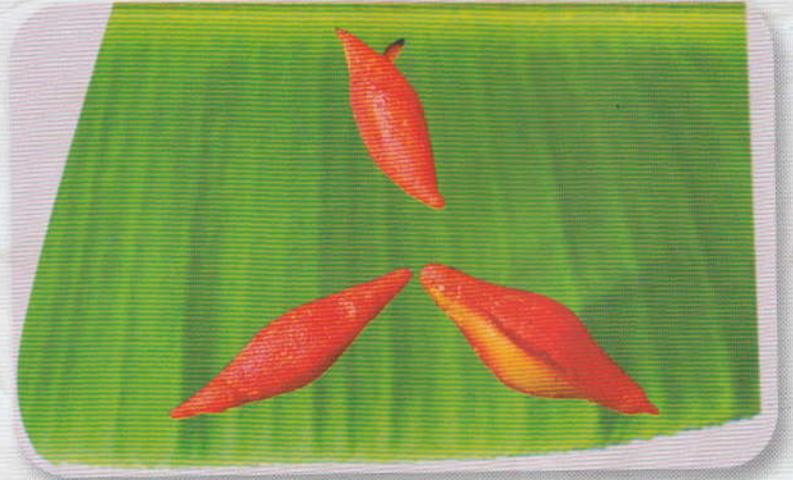
কটকটি পিঠা



ক্ষীর



সেমাই

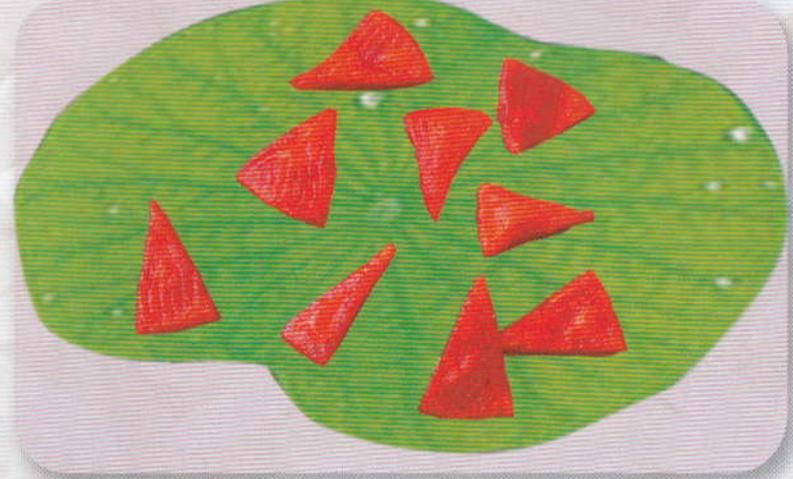


পটল পিঠা

চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পাপড়-১



কেক পিঠা



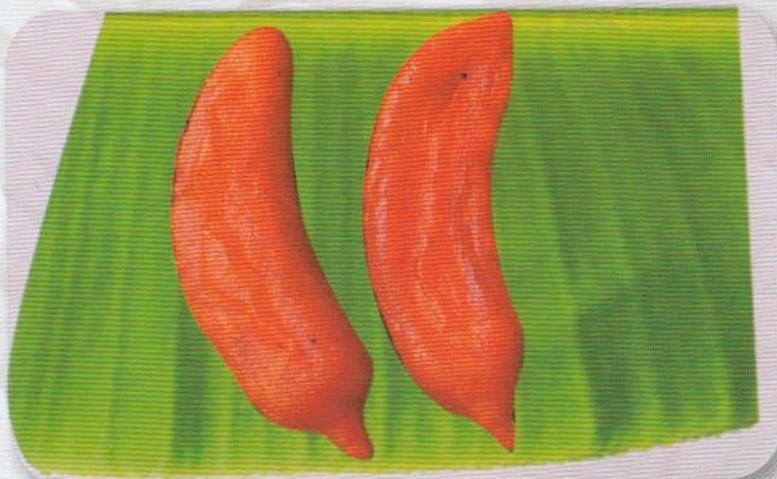
পাপড়-২



শংখ পিঠা



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



তেতুল পিঠা



জামালপুরী পিঠা

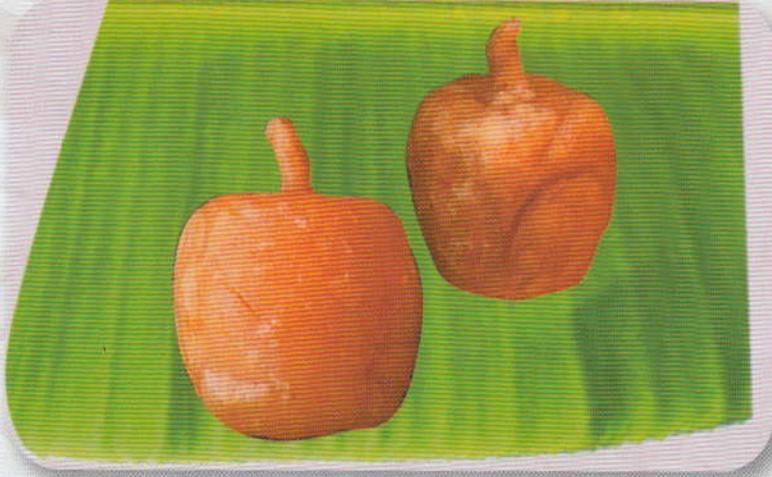


সাতখুপি



জিলাপি পিঠা-১

চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



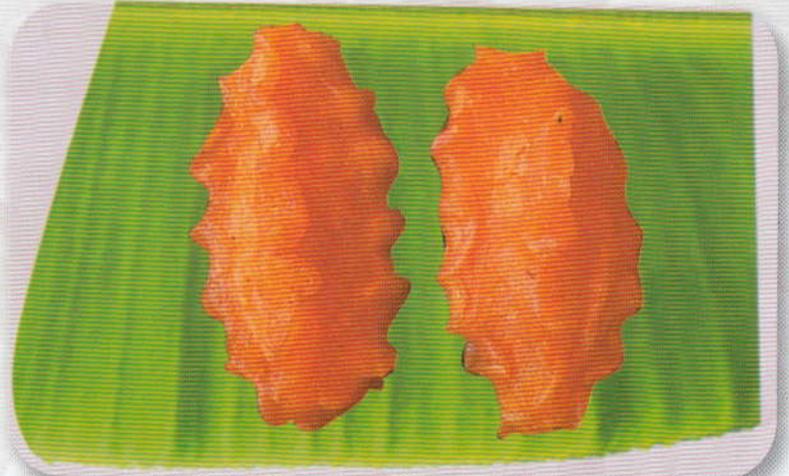
আপেল পিঠা



পাকান পিঠা



খাজা পিঠা



করলা পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
rice health resources platform



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



ঝাল পিঠা



গড়গড়া-১



তেল পিঠা



আইখা পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
For Small Farmers' Access



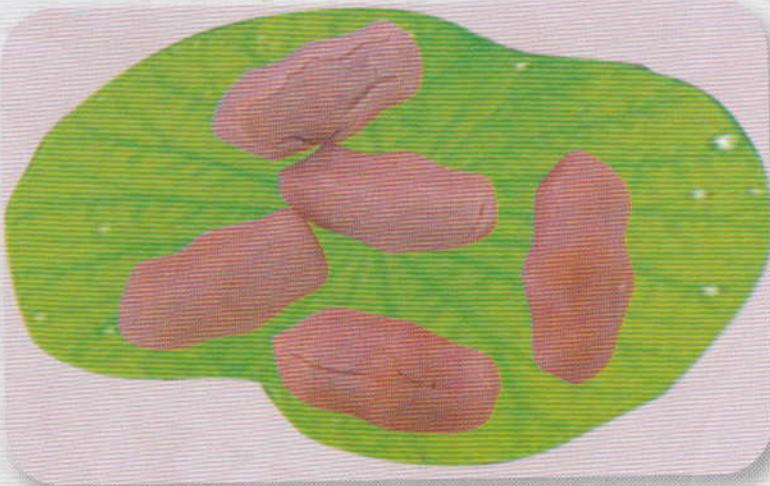
চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পোলাও



চপ পিঠা



মুঠা পিঠা



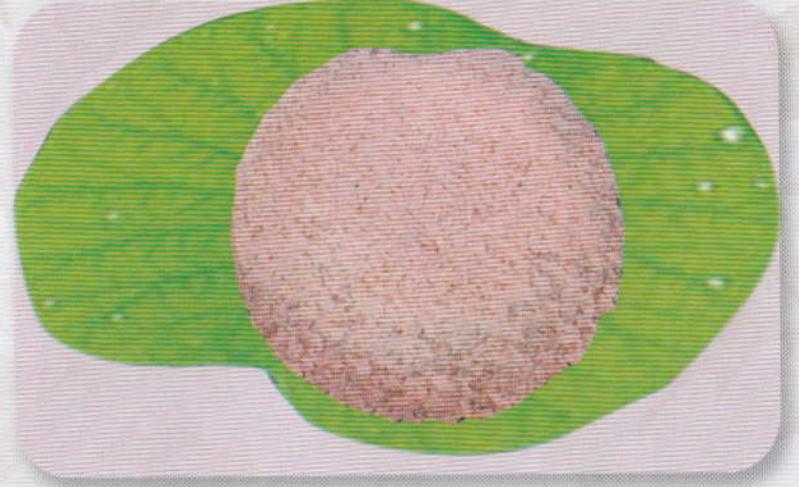
পিচুড়ি



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



ব্রিধান৩০ চালের ভাত



বিনাধান-৭ চালের ভাত



চেংগুল চালের ভাত



স্বর্ণা চালের ভাত



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

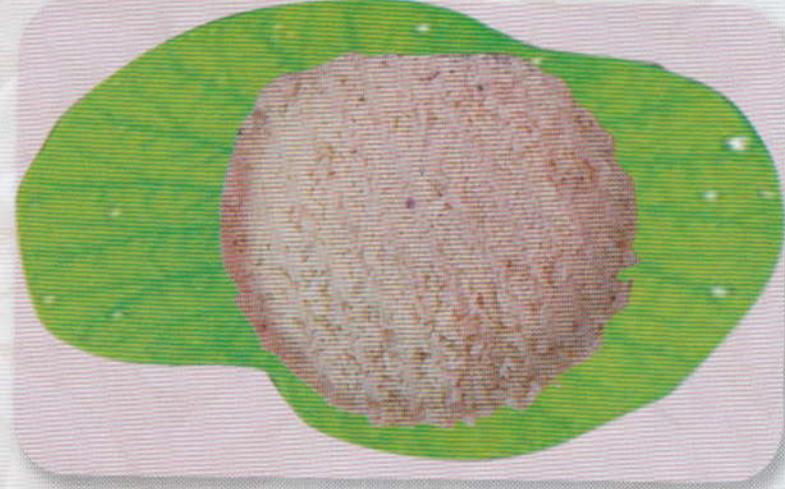
saf bin
Safe Small Producers Producers



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



ব্রিধান৫৭ চালের ভাত



ব্রিধান৫৬ চালের ভাত

২৫



ব্রিধান৪৯ চালের ভাত



জিলাপি-২



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
The World's Poorest Nations



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



কান পিঠা



সিন্দাড়া পানি পিঠা



গড়গড়া পিঠা-২



শামুক পিঠা

চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পাতা পিঠা-১



পাতা পিঠা-২



তারা পিঠা



সন্ধ্যা ফুল পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

safobin
The Small Process Project



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



আম পাতা পিঠা



বিনুক পিঠা



খেজুর ও পাপড়ি পিঠা



কলা পিঠা

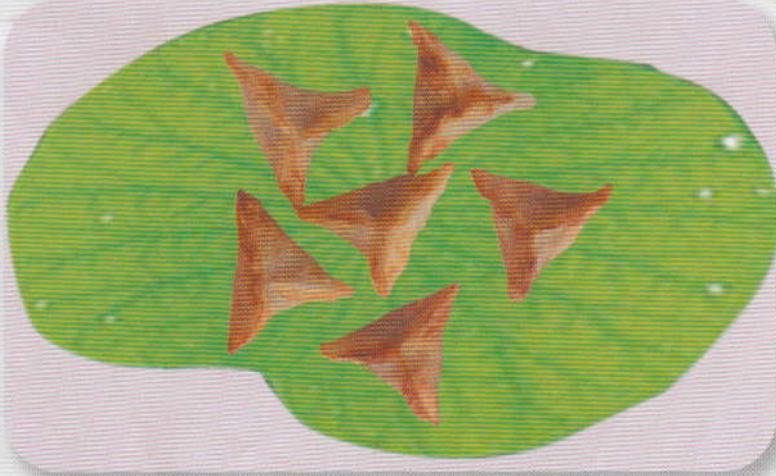
চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



এম পিঠা



গোলাপ পিঠা



সিন্দুরা পিঠা



পোয়া পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

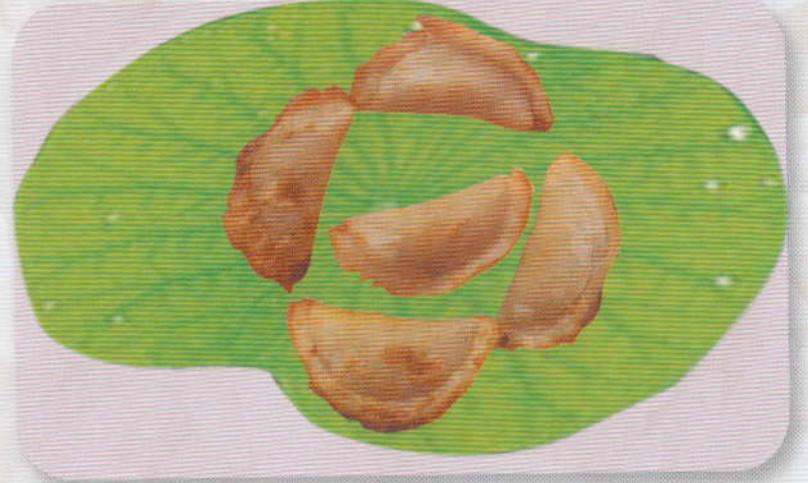
saf bin
The Social Business Platform



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



নকসাপুরি



কুশলি পিঠা



ফিলিচ পিঠা



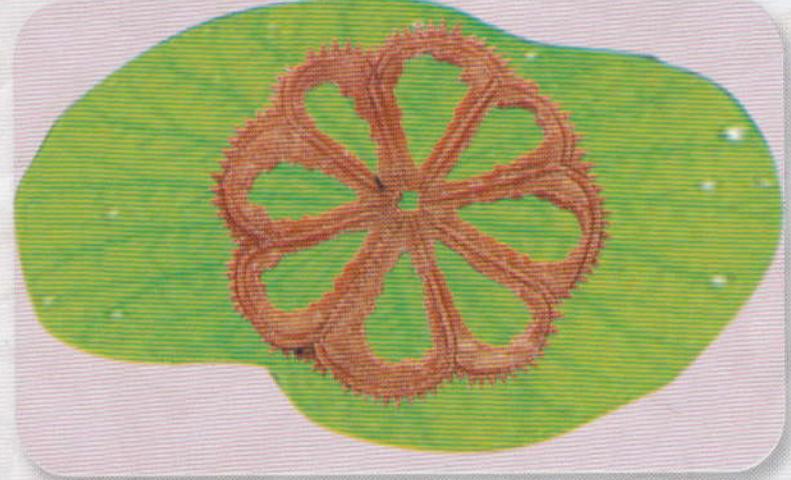
ফুলপিঠা-১



চাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



ফুল পিঠা-২



ফুল পিঠা-৩



চাকা পিঠা



হাতের তৈরী সেমাই



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf^obin
The Small Business Store



আলু দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পায়েস



পিঠা



পাপর



চপ



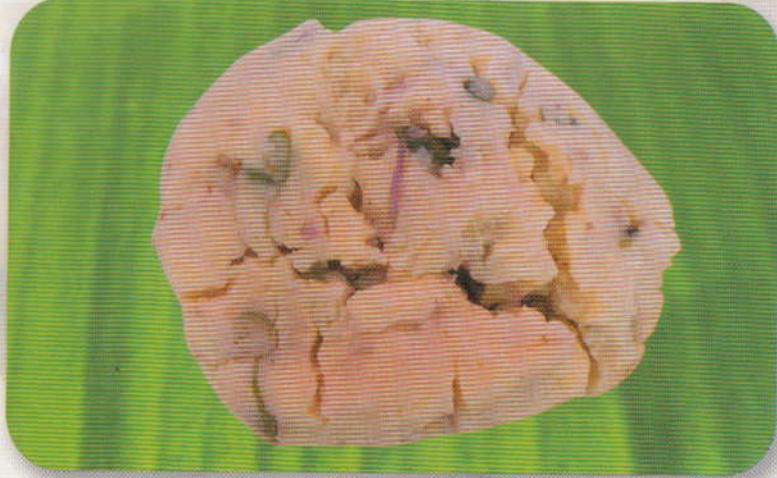
Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

safe bin
San Saverio (Saverio) Caritas



আলু দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



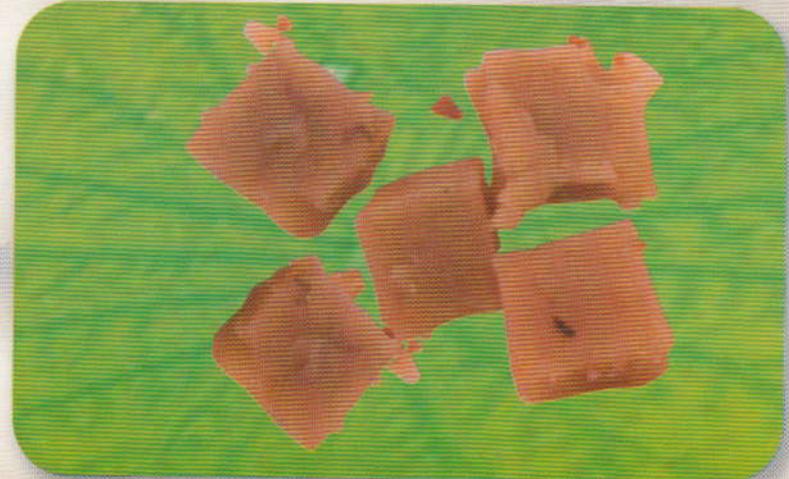
ভর্তা



পাপড়-১



পাপড়-২



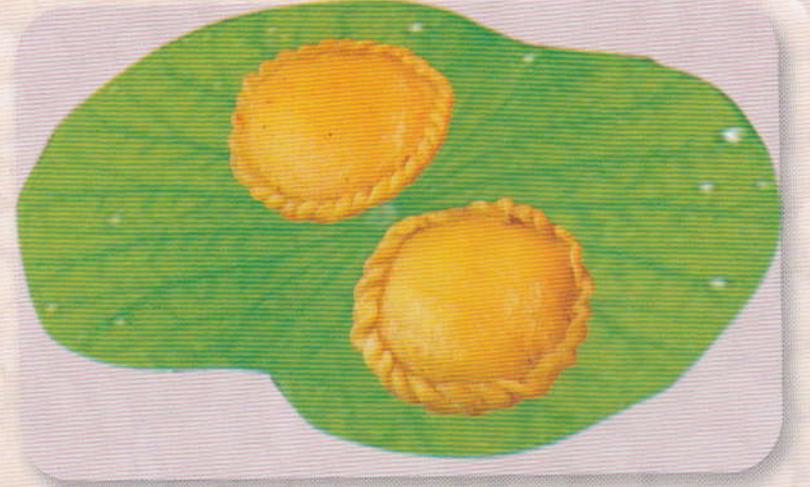
হালুয়া



ডাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পেঁয়াজু



পুরি-১



ঘুঘনি



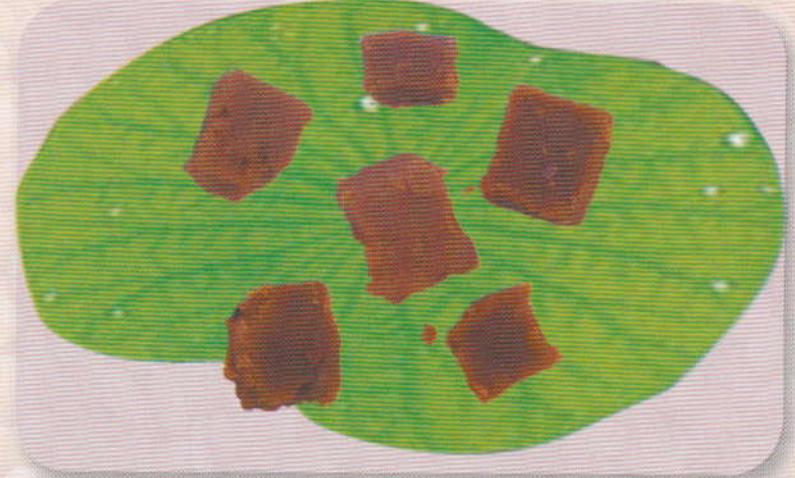
পাপড়



ডাল দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পুরি-২



হালুয়া



বড়ি



চপ



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
পরি: স্নাতক উপাধায়ক (পরি:)



গম দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



সাণ্ড পিঠা



কফি কেক



কামরাঙা পিঠা



ভিক্কা পিঠা



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

safubin
Plus Small Business Plus



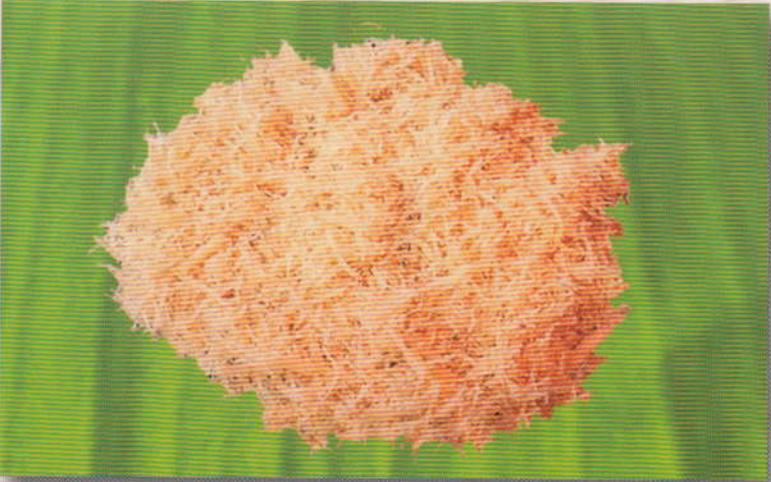
গম দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



নুডলস



পায়েশ



সেমাই



খাগড়াই



Caritas
Austria

কৃষকের রান্নাঘরে তৈরী খাবার

saf bin
Free. Simple. Diverse. Different.



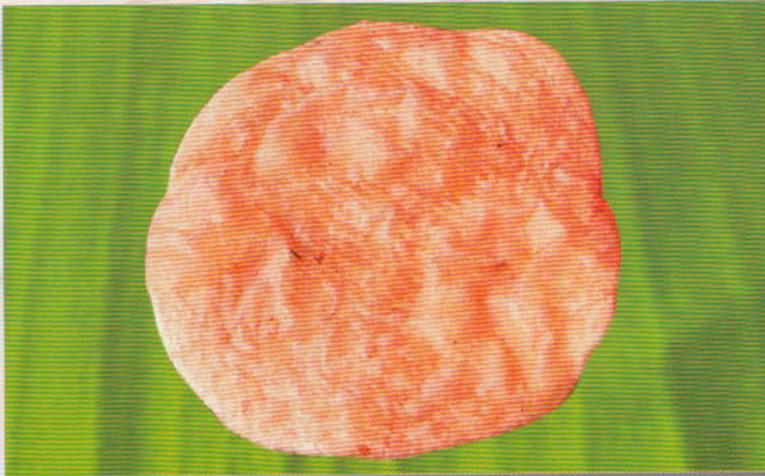
গম দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পাপড়-১



নিমকি-১



পুরি



সিঙ্গারা



গম দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



পরেটা



হালুয়া



কেক পিঠা



নিমকি-২



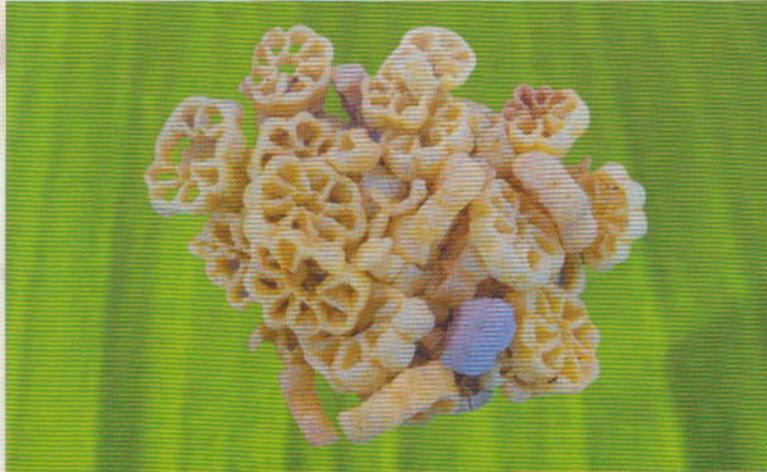
গম দ্বারা তৈরী খাবার (স্থানীয় নাম)



রুটি



সাগু পিঠা



পাপড়-২



বড়া



ধানের খোলপচা রোগ দমনের জন্য ভাসমান আর্বজনা ছেকে তোলা



ফলের মাছি পোকা দমনের জন্য বিষটোপ



ম্যাজিক পাইপ



ফেরোমন ট্রাপ



আলোক ফাঁদ



ধানের গাঙ্কিপোকা দমনের জন্য শামুক ও মেলাথিয়ন দিয়ে তৈরী বিষটোপ



Caritas
Austria

কৃষি প্রযুক্তি

saf bin
Bio. Service Assistance Project



ধানের জমিতে জীবন্ত খুঁটি



বাঁশের খুঁটি



শস্য পর্যায়

৪২



আন্তঃফসল



মিশ্র আন্তঃফসল



মালচিং



সেউতি



দোন



কুলা



হাত নিড়ানী-১



হাত নিড়ানী-২



স্প্রে মেশিন



Caritas
Austria

কৃষকদের ঐতিহ্যগত কৃষি যন্ত্রপাতি (স্থানীয় নাম)

saf bin
For Sustainable Food and Nutrition



কৌদাল



দা



পোকাধরার হাত জাল

88



বাঁঝরি



গোমাই



শাবল



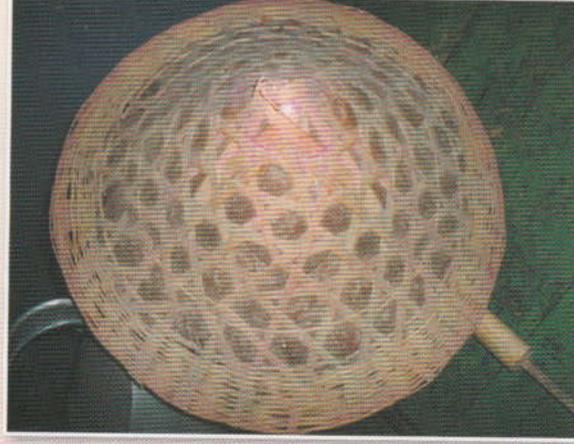
Caritas
Austria

কৃষকদের ঐতিহ্যগত কৃষি যন্ত্রপাতি (স্থানীয় নাম)

safobin
For Growth. For Good. For Better.



দাউলী



মাখাল



আগাছা নিড়ানী যন্ত্র (উইডার)



দেশী লাঙল



বাটালী



ধান মাড়াইয়ে কাঠের পিড়ি



Caritas
Austria

কৃষকদের ঐতিহ্যগত কৃষি যন্ত্রপাতি (স্থানীয় নাম)

safobin
For Social Business Partners



হাত নিড়ানী-৩

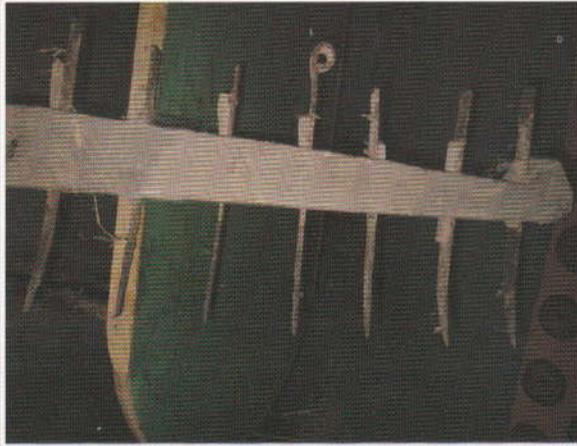


মই



চালুনী

৪৬



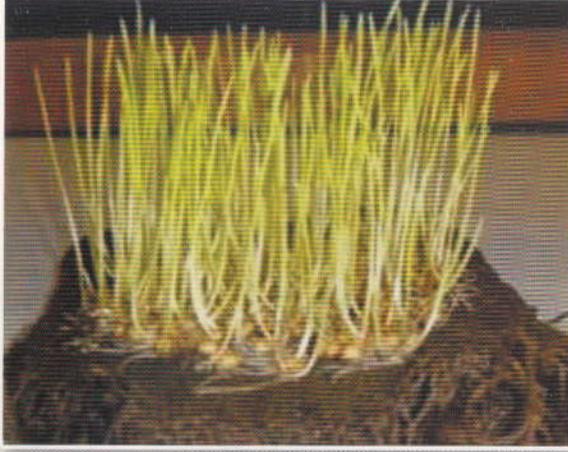
লাঙ্গলা



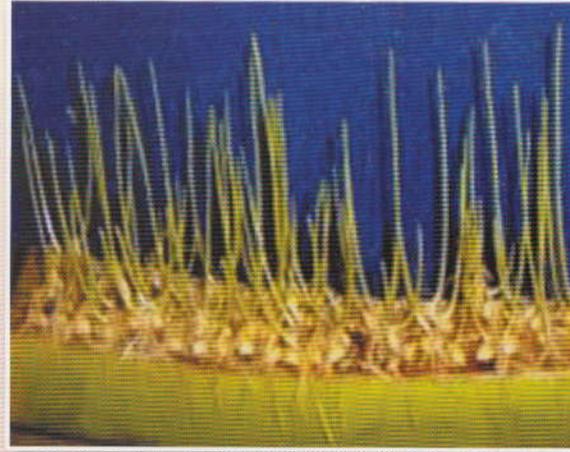
যোয়াল



ধান মাড়াই যন্ত্র



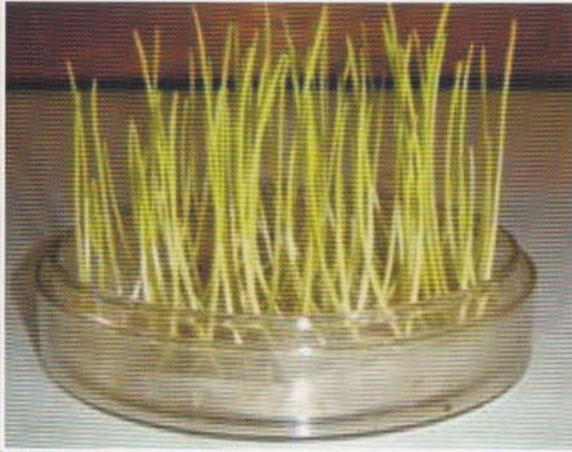
চটের বস্তায় অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা



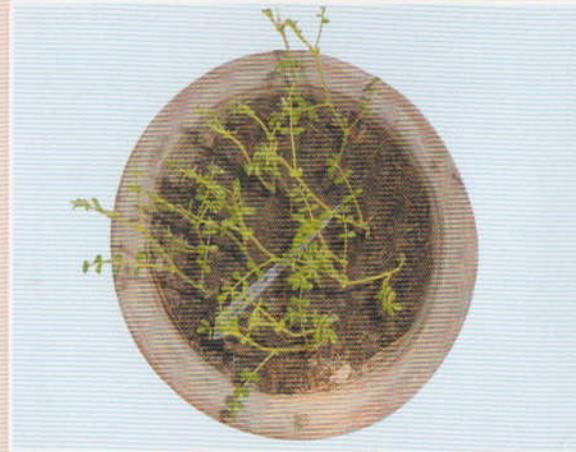
কলার ডগায় অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা



মাটির ভাঙ্গা চাড়িতে অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা



কাঁচের পাত্রে অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা



মাটির টবে অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা



মাটির টবে অঙ্কুরোদগম পরীক্ষা



কেঁচো কম্পোস্ট



গোনাবাম (ভৈরী)



গোনাবাম (স্প্রে করা)

৪৮



কম্পোস্ট পিট



টার্নেল টনিক



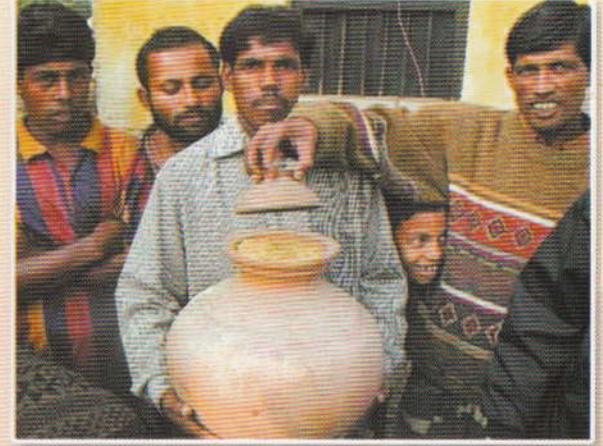
অমৃতপানি



মাটির পাত্রে সংরক্ষণ



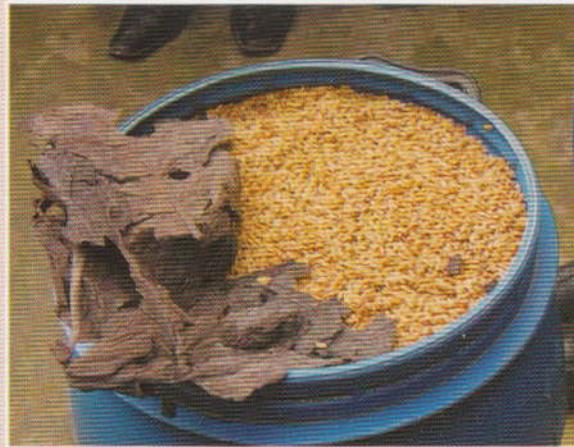
ধানের শীষ বুলিয়ে সংরক্ষণ



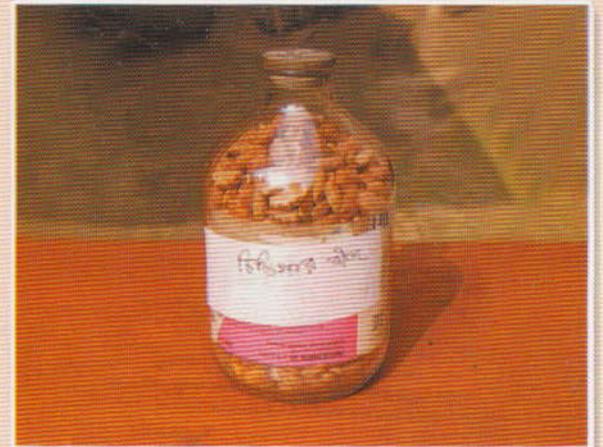
মাটির কলসীতে সংরক্ষণ



টিনের ড্রামে সংরক্ষণ



প্লাস্টিকের পাত্রে তামাক পাতা দিয়ে সংরক্ষণ



কাঁচের বোতলে (বায়ুরোধী অবস্থায়) বীজ সংরক্ষণ



Caritas
Austria

সবজি ও মাঠ ফসলের বীজ সংরক্ষণ

safobin
For Small Farmers' Empowerment



মাটির হাড়িতে বায়ুরোধী অবস্থায় সংরক্ষণ



চটের বস্তার পলিথিন ব্যাগে ভরে সংরক্ষণ



ভুট্টা ঝুলিয়ে সংরক্ষণ

৫০



মাচায় রেখে সংরক্ষণ



টিনের পাত্রে বায়ু শূণ্য করে সংরক্ষণ



প্লাস্টিকের বস্তায় শুকনো বালি ভরে সংরক্ষণ



কারিতাস বাংলাদেশ, রাজশাহী অঞ্চল

মহিষবাথান, রাজশাহী কোর্ট

জি.পি.ও বক্স নং-১৯

website: www.caritasbd.org

Website: www.safbin.org

"This document has been produced with the financial assistance of the European Union. The contents of this document are the sole responsibility of Caritas Austria and its partners and can under no circumstances be regarded as reflecting the position of the European Union."