

4. آم ہی آم



بحث کیجیے



- امن کو کیسے معلوم ہوا کہ آلو کی سبزی خراب ہو گئی ہے؟
- کیا آپ نے کبھی ایسا کھانا دیکھا ہے جو خراب ہو گیا ہو؟ آپ کو کیسے معلوم ہوا کہ کھانا خراب ہو گیا ہے؟
- پریتی نے نیٹو کو آلو کی سبزی کھانے سے منع کیا، کیا ہوتا اگر وہ اُس کو کھا لیتی؟

اساتذہ کے لیے نوٹ : بچوں کو پیش آنے والے تجربات کی مدد سے یہ معلوم کیا جاسکتا ہے کہ کھانا کب کب خراب ہوتا ہے۔ کھانا خراب ہونے اور کھانا برباد ہونے کے فرق کو واضح طور پر بیان کرنے کی ضرورت ہے۔ سبق میں بریڈ پر کیے گئے تجربے کو ابتدا ہی میں کیا جاسکتا ہے۔ تجربے کو چھ دن تک جاری رکھنا چاہیے۔



لکھیے



- ♦ اپنے کچن میں جا کر دیکھیے اور ایسے کھانوں کے نام لکھیے جو —
- دو تین دن میں خراب ہو سکتے ہیں
- ہفتے بھر تک خراب نہیں ہو سکتے
- مہینے بھر تک خراب نہیں ہوں گے
- ♦ اپنے دوستوں کی فہرست دیکھیے اور کلاس میں بحث کیجیے۔
- ♦ کیا آپ کی فہرست سبھی موسم میں یکساں ہوگی؟ کیا فرق ہوگا؟
- ♦ جب آپ کے گھر میں کھانا خراب ہو جاتا ہے تب آپ اس کا کیا کرتے ہیں؟

بی جی نے ڈبل روٹی واپس کی

- امن کی بی جی ڈبل روٹی خریدنے بازار گئی۔ دوکان پر بہت بھیڑ تھی۔ دوکاندار نے ایک ڈبل روٹی کا پیکٹ اٹھا کر بی جی کو دے دیا۔ اس نے اسے دیکھ کر فوراً واپس کر دیا۔
- ♦ ڈبل روٹی کے پیکٹ کی تصویر دیکھ کر اندازہ لگائیے کہ بی جی نے اس کو کیوں واپس کیا ہوگا؟
 - ♦ انھیں کیسے معلوم ہوا ہوگا کہ ڈبل روٹی خراب ہے؟



معلوم کیجیے

- کھانے کی اشیاء کے دو تین پیکٹ کو غور سے دیکھیے:
- ♦ پیکٹ پر لکھی ہوئی معلومات سے ہمیں کیا کیا معلوم ہوتا ہے؟
 - ♦ جب آپ بازار سے کوئی چیز خریدتے ہیں تب آپ پیکٹ کے اوپر لکھی ہوئی کون سی معلومات دیکھتے ہیں؟



اساتذہ کے لیے نوٹ : الگ الگ پیکٹ پر لکھی ہوئی معلومات جیسے قیمت، وزن، تاریخ وغیرہ دیکھنے میں بچوں کی مدد کیجیے۔ کلاس میں تجربہ کرتے وقت موسم کے لحاظ سے احتیاط برتیں مثلاً بریڈ (ڈبل روٹی) سوکھی نہ ہو، کمرہ ہوا دار ہو، جدول کا چارٹ بنا کر کلاس میں لگائیں اور بچوں سے روزانہ پھروائیں۔





کھانا کیسے خراب ہوتا ہے؟

کلاس کے سبھی طالب علم مل کر یہ تجربہ کر سکتے ہیں۔ ڈبل روٹی یا روٹی کا ایک ٹکڑا لیجیے اور اس پر پانی کی چند بوندیں ڈالیے اور اس کو باکس میں رکھیے۔ باکس بند کیجیے، روٹی یا ڈبل روٹی کو روزانہ دیکھیے جب تک کہ اس میں آپ کو کوئی تبدیلی نظر نہ آئے۔ ایک کاغذی جدول پر بنائیے اور کلاس روم میں لگائیے۔ روزانہ جدول کو بھریے اور تبدیلیاں درج کیجیے۔

دن	چھونے پر	سونگھنے پر	دستی شیشہ (ہینڈ لینس) کے ذریعے دیکھنے پر	رنگ میں
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

- ان تبدیلیوں کی وجہ دریافت کیجیے۔ ڈبل روٹی پر پھپھوند کہاں سے آئی ہوگی؟
- مختلف قسم کے کھانے کی اشیا کئی وجوہات سے خراب ہوتی ہیں۔ کچھ جلد خراب ہو جاتی ہیں اور کچھ کافی دیر میں۔ ان وجوہات اور حالتوں کی فہرست بنائیے جن میں کھانے کی اشیا جلد خراب ہو جاتی ہیں۔

اساتذہ کے اشارہ: بچے جب بھی ان چیزوں کو کلاس میں کریں انہیں اچھی طرح ہاتھ دھونے کے لیے ضرور کہیے۔



- ♦ مندرجہ ذیل فہرست میں کچھ کھانے کی اشیاء کے نام دیے گئے ہیں اور کچھ آسان طریقے بھی بتائے گئے ہیں جن کے ذریعے انھیں ایک دو دن تک تازہ رکھا جاسکتا ہے۔ آپ صحیح جوڑی بنائیے:

کھانے کی اشیاء	طریقے
دودھ	ایک کٹورے میں ڈال کر پانی کے برتن میں رکھتے ہیں
پکے ہوئے چاول	ایک کپڑے میں لپیٹ کر رکھتے ہیں
ہر ادھنیا	ابالتے ہیں
پیاز، لہسن	سوکھی اور کھلی جگہ پر رکھتے ہیں

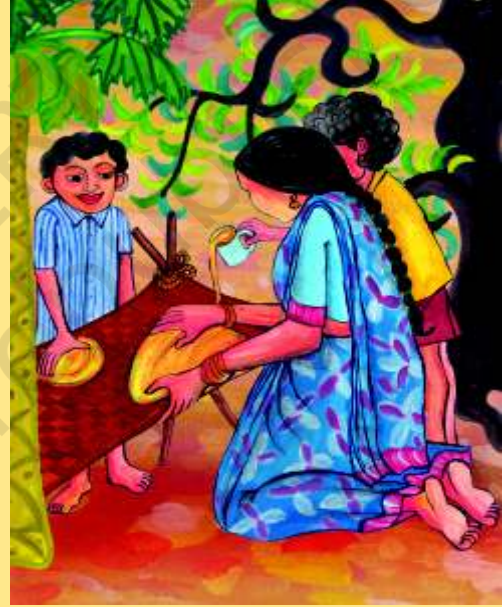
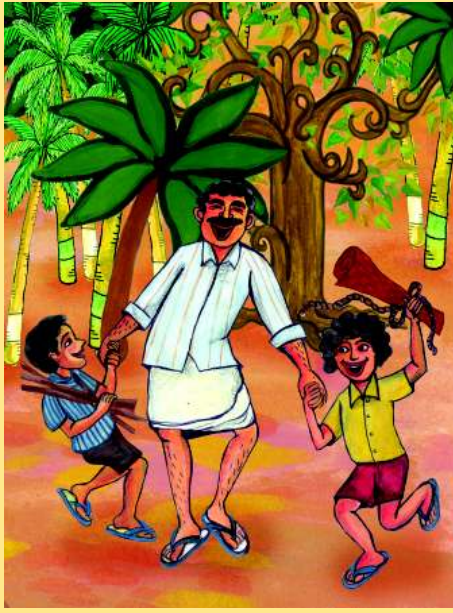
گر میوں کے موسم کی دعوت – ماڈی تانڈرا

چیٹی بابو اور چٹا بابو آندھرا پردیش کے آتریہ پورم قصبہ میں رہتے ہیں۔ دونوں بھائی گرمی کی چھٹیاں آم کے باغ میں کھیل کر گزارتے، جب درخت پھلوں سے لدے ہوتے تھے۔ انھیں نمک اور مرچ لگا کر کچے آم کھانا پسند تھا۔ گھر پر ان کی اماں کچے آم کو الگ الگ طرح سے پکاتی ہیں۔ وہ آم کے مختلف قسم کے اچار بناتی ہیں۔ یہ اچار پورے سال یعنی اگلے سال آموں کے آنے تک چلتا ہے۔

ایک شام کو کھانا کھانے کے بعد چٹا بابو نے کہا۔ ”اماں ہمارے پاس کافی پکے ہوئے آم ہیں ان سے تھوڑا سا ماڈی تانڈرا (آم پاڑ) بنائیے نا۔“

ان کے اٹا نے کہا: ”آم پاڑ تو چار ہفتہ کی محنت کے بعد تیار ہوتا ہے۔ اگر تم دونوں ہم سے وعدہ کرو کہ تم ہماری مدد کرو گے تو ہم دونوں آم پاڑ بنا سکتے ہیں۔“

دونوں بھائی فوراً مدد کے لیے تیار ہو گئے۔ دوسرے دن دونوں اپنے اٹا کے ساتھ بازار گئے۔ انھوں نے کھجور کی پتیوں سے بنی چٹائی کیز یورینا درخت کی شاخیں، ناریل کے ریشوں سے بنی رسی، گڑ اور شکر خریدی۔



اماں نے گھر کے آنگن میں ایک ایسی جگہ تلاش کی جہاں دن بھر اچھی دھوپ آتی تھی۔ دونوں بھائیوں نے ڈنڈوں سے ایک اونچا مچان بنایا اور اس پر چٹائی کو باندھ دیا۔

اگلے دن اُپا نے خوب پکے ہوئے آم الگ کیے۔ انھوں نے آم کے گودے کو ایک بڑے برتن میں جمع کیا۔ اس کے بعد انھوں نے اس کو ایک باریک کپڑے سے چھاننا تا کہ گودے سے ریشوں کو الگ کیا جاسکے۔ چٹی بابو نے گڑ کو باریک توڑا۔ انھوں نے گڑ کی مقدار کے برابر شکر لے کر اُسے گودے میں ڈالا۔ چٹا بابو نے اسے ایک بڑے پیچے سے خوب اچھی طرح ملایا۔ اماں نے اس گودے کی باریک تہہ بناتے ہوئے چٹائی پر پھیلایا اور دھوپ میں سوکھنے کے لیے چھوڑ دیا۔ شام کو

دھول سے بچانے کے لیے اس کو ایک صاف ساڑی سے ڈھانک دیا۔

اگلے دن انھوں نے پھر سے کچھ آم کا گودا نکالا۔ اس میں گڑ اور شکر ڈالا اور اسے تیار شدہ تہہ پر پھیلا دیا۔ یہ کام دونوں بھائیوں نے کیا۔ دونوں نے مل کر ایسی ہی کئی تہیں پھیلا دیں۔ اگلے چار ہفتے تک انھیں یہی فکر رہی کہ کہیں بارش نہ ہو جائے۔

چار ہفتہ تک وہ ایک تہہ پر دوسری تہہ چڑھاتے رہے۔ یہاں تک کہ تہہ کی موٹائی چار سینٹی میٹر ہو گئی۔ اور وہ ایک سنہرے بچھونے کی طرح نظر آنے لگی۔ کچھ دنوں بعد اماں نے کہا کہ ”آم پا پڑ تیار ہو گیا ہے۔ کل ہم اس کو نکال کر اس کے ٹکڑے کاٹیں گے۔“

اگلے دن چٹائی کو مچان سے نیچے اتارا گیا۔ آم پا پڑ کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹا گیا۔ بھائیوں نے اس کو چکھا۔ یہ بہت مزیدار تھا۔ چٹا بابو نے کہا ”واہ! کیا ذائقہ ہے! آخر کیوں نہ ہو ہم نے بھی تو اسے بنانے میں مدد کی ہے۔“

لکھیے



- آم کے گودے میں شکر اور گڑ کو کیوں ملایا گیا اور اسے دھوپ میں کیوں سکھایا گیا؟
- اپا نے بہت زیادہ پکے آم کو ہی آم پا پڑ بنانے کے لیے کیوں چنا؟
- بھائیوں نے آم پا پڑ کیسے بنایا؟ انھوں نے اس کو بنانے میں جو کیا اُس کو سلسلہ وار لکھیے؟
- آپ کے گھر میں کچے آم اور پکے ہوئے آم سے کون کون سی چیزیں بنائی جاتی ہیں؟
- آپ کو کتنی قسم کے اچار کا علم ہے۔ اس کی فہرست بنائیے اور جماعت میں ساتھیوں سے اُس پر بات چیت کیجیے۔



معلوم کیجیے اور بحث کیجیے



- ♦ کیا آپ کے گھر میں کسی طرح کا اچار بنتا ہے؟ یہ کون سا ہے؟ اس کو کون بناتا ہے؟ اس نے کس سے اچار بنانا سیکھا ہے؟
- ♦ آپ کے گھر بننے والے اچاروں میں سے کسی ایک اچار میں کون کون سی چیزیں استعمال کی جاتی ہیں؟ اچار بنانے کا طریقہ کیا ہے؟
- ♦ آپ کے گھر میں یہ چیزیں کیسے بنتی ہیں:
- ♦ پاؤں • چٹنی • بڑیاں • ساؤس
- ♦ پونے سے کولکاتا تک جانے میں دو دن لگتے ہیں۔ اگر آپ کو اس سفر کے لیے جانا پڑے تب آپ اپنے ساتھ کون کون سے کھانے کے سامان لے جائیں گے؟ آپ ان کو کیسے پیک کریں گے؟ تمام بچے مل کر تختہ سیاہ پر پیک کیے جانے والے کھانوں کی فہرست بنائیں؟ کون سا کھانا آپ پہلے کھائیں گے؟



ہم نے کیا سیکھا



- ♦ شیشے کے جار اور بوتل میں اچار بھرنے سے پہلے اسے دھوپ میں اچھی طرح سکھایا جاتا ہے۔ ایسا کیوں کیا جاتا ہے؟ اگر کسی جار میں تھوڑا سا پانی رہ جائے تو کیا ہوگا؟ (کیا آپ کو ڈبل روٹی والا تجربہ یاد ہے؟)
- ♦ پورے سال آم کھانے کے لیے ہم اس سے کئی قسم کی چیزیں بناتے ہیں جیسے اچار، آم پاؤں، چٹنی، چکلی وغیرہ۔ کچھ ایسی کھانے کی چیزوں کے نام لکھیے جنہیں زیادہ دنوں تک استعمال کرنے کے لیے ان سے طرح طرح کی چیزیں تیار کی جاتی ہیں۔

