

## سوات کی روایتی خوراک گونگری

پاکستان یوں تو دنیا بھر میں اپنے لذیذ کھانوں کی وجہ سے مشہور ہے لیکن کچھ روایتی کھانے ایسے بھی ہیں، جو چند علاقوں تک محدود ہونے کی وجہ سے خاص پہچان نہیں رکھتے۔ ان ہی کھانوں میں سے ایک روایتی خوراک ”گونگری“ ہے۔ کیونکہ یہ پشتونوں کی روایتی خوراک ہے۔ اس وجہ سے اس ڈش کا کسی بھی زبان میں متبادل نام موجود نہیں ہے۔ یوں تو گونگری تقریباً ہر پشتون علاقے میں بنتی ہے لیکن سوات میں اس کے چاہنے والے کچھ زیادہ ہی ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ باقی پشتون علاقوں میں گونگری زیادہ تر گھروں میں بنتی ہے۔ سوات میں گونگری گھروں میں بننے کے علاوہ جگہ جگہ فروخت بھی ہوتی ہے اور یہاں اسے ایک منافع بخش کاروبار تصور کیا جاتا ہے۔

گونگری اپنے مشکل نام کے برعکس یہ ایک سادہ سی خوراک ہے۔ جس میں گندم اور لال لوبیا استعمال ہوتا ہے اور اس میں شوربے کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔ مختلف گھروں میں گونگری بنانے کی ترکیب مختلف ہو سکتی ہے، لیکن اس میں مسالوں کے علاوہ گندم اور لال لوبیا لازمی اجزاء ہیں۔ کچھ لوگ اس میں خاص قسم کے چنے کا استعمال بھی کرتے ہیں مگر ایسے لوگوں کی تعداد بہت کم ہے۔ تحصیل چارباغ اور منگلورپل میں فروخت ہونے والی گونگری پورے سوات میں مشہور ہے۔ سوات کی سب سے مشہور گونگری دراصل خواتین بناتی ہیں۔ تقریباً چوبیس گھنٹے پہلے گونگری کے بننے کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ جس میں لوبیا اور گندم بھگونا، لکڑی سے آگ جلانا اور مسالوں کی تیاری شامل ہے۔

سوات میں عموماً گونگری چائے کلمے سے بنے روایتی پیالے میں پیش کی جاتی ہے، جسے مقامی زبان میں ’کنڈولے‘ کہتے ہیں۔ جب کہ اس کی قیمت دس سے لے کر تیس، چالیس روپے تک کی ہوتی ہے۔ چارباغ اور منگلور کی گونگری کے ساتھ کئی لوازمات جیسے کہ سیکرٹ ریسیپی سے بننے والی چکن پنچنی، پاؤڈر مرچ، نمک، سرکہ اور تمر کو حسب ذائقہ شامل کیا جاتا ہے۔ البتہ گونگری کے شوقین افراد اس کے ساتھ ساتھ ابلا ہوا انڈا اور سموسہ کھانا بھی پسند کرتے ہیں۔

مالم جبہ اور کالام جانے والی مرکزی سڑک، مدین روڈ پر گونگری کے یہ مشہور سٹالز واقع ہونے کی وجہ سے کئی غیر مقامی سیاح بھی رش دیکھ کر تجسس کی وجہ سے یہ ڈش آزما تے ہیں۔ جن میں سے بعض کو گونگری کچھ خاص پسند نہیں آتی اور کچھ ایسے بھی ہوتے ہیں جو اپنے تجسس کی وجہ سے گونگری کے مستقل خریدار بن جاتے ہیں۔