



20:3 July - September 2026

Published on 14, Jul - Sep 2026

ISSN:2320-4842 (P) 3049-2688 (O)

சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை கூறும் வண்டல் நில மக்களின் உணவுப் பண்பாடு

மு. மீனாட்சி

பகுதி நேர முனைவர் பட்ட ஆய்வாளர்

முனைவர் இரா. காமராசு

பேராசிரியர் (ம) துறைத்தலைவர், ஆய்வு நெறியாளர்
நாட்டுப்புறவியல்துறை, தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம், தஞ்சாவூர்

ஆய்வுச் சுருக்கம்

தஞ்சை வட்டார நாவல்களை பண்பாட்டு நோக்கில் ஆராயும்போது அவர்களது உணவுப் பண்பாட்டை நாவல் வழி வெளிக்கொணர்வது ஆய்வின் அவசியமாகிறது. அவ்வகையில் சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை நாவலில் இடம் பெறும் உணவுப் பண்பாட்டை ஆய்ந்து அறிந்ததை இக்கட்டுரை விளக்குகிறது.

முதன்மைச் சொற்கள்: சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை, வண்டல் நில மக்கள், உணவுப் பண்பாடு, தமிழர் வாழ்வியல், இலக்கிய இனவரைவியல், நாட்டுப்புறவியல், வேளாண் சமூகம், மரபு உணவுகள், உணவே மருந்து, சடங்கு உணவுகள்

ஆய்வு நோக்கம்

இவ்வாய்வின் நோக்கங்கள் பின்வருமாறு:

- * சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை நாவலில் இடம்பெறும் வண்டல் நில மக்களின் உணவுப் பண்பாட்டை ஆராய்வது.
- * உணவுப் பழக்கவழக்கங்கள் மற்றும் மக்களின் வாழ்வியல், தொழில், சுற்றுச்சூழல் ஆகியவற்றின் தொடர்பை விளக்குவது.
- * நாவலில் இடம்பெறும் மரபுவழி உணவுகளைப் பண்பாட்டு அடையாளங்களாகப் பகுப்பாய்வு செய்வது.
- * உணவு, மருத்துவம், சடங்கு ஆகியவற்றின் தொடர்பை நாவல் வழியாக வெளிப்படுத்துவது.
- * தமிழர் உணவுப் பண்பாட்டின் தொடர்ச்சியையும் மாற்றங்களையும் இலக்கிய அடிப்படையில் மதிப்பிடுவது.

ஆய்வு முறை

இவ்வாய்வு விளக்கவியல் (Descriptive Method), பகுப்பாய்வு முறை (Analytical Method) மற்றும் இலக்கிய இனவரைவியல் (Literary Ethnography) ஆகிய அணுகுமுறைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளது. ஆய்விற்கான முதன்மைத் தரவாக உத்தமசோழனின்

"சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை" நாவல் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. துணைத் தரவுகளாக தொல்காப்பியம், நாட்டுப்புறவியல் மற்றும் பண்பாட்டியல் தொடர்பான நூல்கள், ஆய்வுக் கட்டுரைகள் மற்றும் சமகால உணவியல் ஆய்வுகள் பயன்படுத்தப்பட்டு உள்ளன. நாவலில் இடம்பெறும் உணவுகள், சடங்குகள், மருத்துவ உணவுகள் மற்றும் வாழ்வியல் கூறுகள் ஒப்பீட்டு மற்றும் பண்பாட்டு அணுகுமுறையில் பகுப்பாய்வு செய்யப்பட்டுள்ளன.

ஆய்வு இடைவெளி (Research Gap)

தமிழ் நாவல்களில் கிராமிய வாழ்க்கை, வேளாண் சமூகம் மற்றும் வட்டார மொழி குறித்து பல ஆய்வுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளன. அதேபோன்று தமிழர் உணவுப் பண்பாட்டைப் பற்றியும் தனித்தனி ஆய்வுகள் உள்ளன. இருப்பினும் "சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை" நாவலை மையமாகக் கொண்டு, அதில் இடம்பெறும் உணவுப் பண்பாட்டை இலக்கிய இனவரைவியல் மற்றும் பண்பாட்டு நோக்கில் முழுமையாக ஆராய்ந்த ஆய்வுகள் மிகவும் குறைவாகக் காணப்படுகின்றன. குறிப்பாக உணவு-மருத்துவம்-சடங்கு ஆகிய மூன்று பரிமாணங்களையும் ஒருங்கிணைத்து ஆராயும் ஆய்வுகள் இல்லாத நிலையே இவ்வாய்வின் இடைவெளியாகும். அந்த இடைவெளியை நிரப்பும் முயற்சியாக இக்கட்டுரை அமைகிறது.

முன்னுரை

பொதுவாக மனித சமூகத்தின் வளர்ச்சிப் பாதையை ஆராயும்போது அவர்தம் பண்பாட்டின் படிநிலைகளே அளவுகோலாக அமைகின்றன. பண்பாடு என்பது ஒரு சமூகத்தின் அல்லது குழுவின் வாழ்வியல் முறைகளை, பழக்க வழக்கங்களை, நம்பிக்கைகளை, விழுமியங்களை, கலைகளை, சொல்லாடல்களை, உணவு முறைகளை, நாட்டார் வழக்குகளை உள்ளடக்கியதாக உள்ளது. கால மாற்றத்தில், நாகரிக வளர்ச்சியில் இவை மாறக்கூடியவைகளாக இருப்பினும் குறிப்பிட்ட சமூகத்தின் தனித்துவத்தை அவர்தம் பண்பாட்டைக்

கொண்டே அறிய முடியும்.

ஒருசமூகத்தின் பண்பாடு என்பது பொதுவாக அவர்தம் பழக்க வழக்கங்கள் மற்றும் நிலவியல் சார்ந்தும் தொழில்சார்ந்தும் வேறுபடுகின்றன. ஒவ்வொரு வட்டாரத்திற்கும் சமூகத்திற்கும் பண்பாட்டு மாறுபாடுகள் உண்டு. வண்டல் மனிதர்களாகக் காட்டப்படும் தஞ்சை வட்டார மக்களின் குறிப்பாக கீழ் தஞ்சை வட்டாரமக்களின் வாழ்வியலைப் படம் பிடிக்கும் நாவலான சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதையில் காட்டப்படும் வேளாண்குடி மக்களின் உணவுப் பண்பாட்டைப் பற்றி விளக்குகிறது இக்கட்டுரை.

தமிழர் வாழ்வில் உணவுப் பண்பாடு

உணவின் பொருட்டே மனிதன் வளரத் தொடங்கினான். தொடக்கத்தில் காட்டில் கிடைக்கின்ற கிழங்குகளை, பழங்களை, காய்கறிகளை, வேட்டையாடிய விலங்குகளைத் தன் உணவிற்காக நாடி வந்த மனிதன் படிப்படியாக தன் உணவுத் தேவையை நிறைவேற்றிக் கொள்ள வேளாண்மை செய்யத் தொடங்கினான். வேளாண்மையால் நிலவுடமை சமுதாயம் உருவாகியது. வேளாண்மையின் பொருட்டு அவன் இடம்பெயர்ந்தான். அவர்களுக்குத் தலைவன் உருவாகி பின்னர் நாடுகளும் போர்களுமாக அது வளர்ந்தது. தமிழர்களின் உணவு முறை என்பது சங்க இலக்கியங்களிலும் நீதி இலக்கியங்களிலும் பெரிதும் பேசப்படும் ஒரு பண்பாட்டுக் கூறாகவே இருந்துள்ளது. தமிழின் பழமையான இலக்கண நூலான தொல்காப்பியம் நிலத்தின் அடிப்படையில் ஐந்து பிரிவுகளைக் காட்டும்போது அவ்வவ் நிலங்களுக்குரிய கருப்பொருள்களை அவர்தம் பண்பாட்டு வழி பிரிக்கிறது.

**தெய்வம் உணாவே மாமரம் புள் பறை
செய்தி யாழின் பகுதியொடு தொகைக்கு
அவ்வகை பிறவும் கருவென மொழிப**
(தொல்.அக. 30)

என்று சொல்லும் போது அந்தந்த நிலத்திற்குரிய தெய்வங்களின் பின் உணவையே பண்பாட்டு வேறுபாட்டில்

முதன்மையாக வைக்கின்றனர். எந்த நிலத் திற்கு எந்த வகை உணவு என்பதையும் பட்டியலிடுகிறார் தொல்காப்பியர். ஆக உணவு பண்பாடு என்பது நிலத்திற்கு ஏற்ப மாறுபடும் என்பதை தொல்காப்பியம் வழியாகவே நாம் மெய்ப்பிக்கலாம்.

“உண்டி கொடுத்தோர் உயிர் கொடுத்தோரே” என்றும், “உண்டி முதற்றே உணவின் பிண்டம்” என்றும் சொல்லிச் செல்லும் நம் இலக்கியங்கள் ஆங்காங்கே உணவுப் பண்பாட்டை விளக்கிச் செல்கின்றன.

நாவல் காட்டும் உணவுப் பண்பாடு

சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை கீழைத் தஞ்சை வட்டார மக்களின், வேளாண் குடிகளின் அன்றாட வாழ்வியலை, யதார்த்த உணர்வுகளை, அவர்தம் பண்பாடுகளைக் காட்டும் ஓர் அற்புத நூல். இந்நூலின் அணிந்துரையில் எழுத்தாளர் திரு பொன்னீலன் அவர்கள் சொல்வது போல “கீழைத்தஞ்சையின் வாய்க்கு ருசியான உணவு இந்த நாவலில் மணக்க மணக்க பரிமாறப்படுகிறது”. காலை உணவு தொடங்கி இரவு வரையிலும் உழைக்கும் மக்கள் தங்கள் உழைப்புக்கேற்ற பொருளாதாரத்திற் கேற்ற உடல் நலத்திற்கேற்ற உணவையேப் பெரும்பாலும் தேர்ந்தெடுக்கின்றனர். ஒரு குறிப்பிட்ட மக்கள் சமூகத்தின் அசைவு இயக்கங்களை உணர் அவர்தம் உணவுப் பழக்க வழக்கங்களைக் கூர்ந்து நோக்க வேண்டும். உணவு பழக்கவழக்கங்கள் ஒரு சமூகம் வாழும் பருவச் சூழ்நிலை, வாழ்நிலத்தின் விளைபொருட்கள், சமூகப் படிநிலைகள், உற்பத்திமுறை, பொருளாதார நிலை ஆகியவற்றைப் பொறுத்து அமையும்” என்கிறார் பண்பாட்டு ஆய்வாளர் தொ.பரமசிவம். சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதையிலும் அன்றாட வாழ்வில் உடல் உழைப்பைப் பிரதானமாகக் கொண்ட வேளாண் சமூக மக்கள் பின்பற்றிய உணவு முறைகள் நூல் முழுவதும் காணக் கிடைக்கின்றன. தினமும் காலையில் தெளிவு குடிப்பதில் தொடங்குகிறது அவர்களது அன்றாட வாழ்வு. கைக்குத்தல் அரிசியான கருப்பரிசியில் ஆக்கிய சோற்றில் நீர் விட்டு, மறுநாள் அதில் நிற்கும் நீரைத் தெளிவு

என்று குடிக்கிறார்கள். தெளிவு மேலும் சுவை கூட அதனுடன் கொஞ்சம் மோரும் கலக்கின்றனர். காலை உணவுக்குப் பழைய சோற்றில் எருமை தயிர் கலந்து கூடவே தொட்டுக்கொள்ள மாங்காய் ஊறுகாய் தருவதும் அவர்களது எளிய உணவு முறைக்கான அடையாளங்களாக உள்ளன. (ப.40). கொள்ளைப்புறத்தில் கிணற்றடியைச் சுற்றி முருங்கை வளர்ப்பதும் அவ்வப்போது அதை சமையலுக்கு பயன்படுத்திக் கொள்வதும் கிராமிய வாழ்வியல்.

குந்தாணியில் நெல் குத்தி எடுத்து புடைத்து அரிசியாக்கும்போது முறத்தில் படியும் பூந்தவிடுகூட அங்கே உணவாகிறது. “அழுத்து சலிச்சு வற்றப்ப எல்லாம் இந்த பூந்தவிட்டை ஒரு கை அள்ளி வாயிலே போட்டு கருப்பட்டி கட்டியை புட்டு போட்டு தண்ணியை கலந்து பிசைஞ்சு தின்னு தாயி, உடம்புக்கு ரொம்ப நல்லது” (ப. 43) என்ற முல்லையம்மாளின் சொல்லாடல் மறைந்து போன ஒரு புதுவகை உணவை நமக்கு அடையாளம் காட்டுகிறது. தாகத்துக்குத் தெளிவு, எலுமிச்சை கலந்த மோர், சத்துமாவு கஞ்சி போன்றன பயன்பாட்டில் இருந்துள்ளன.

சத்துமாவு பக்குவம் இப்படி காட்டப்படுகிறது. “முழுக்கருப்பரிசியைக் கருகாம கொள்ளாமல் பதமா பொறிச்சு திருவைக்கல்லுல விரவிடுக்கால சிறுக சிறுக அள்ளிப் போட்டு பட்டு போல ஆரைச்சி எடுத்த சத்துமாவிலே திட்டமா உப்பு போட்டு, கள்ளி சொட்டு மாதிரி மோர் ஊத்தி, ரெண்டு பச்சை மிளகாய் கிள்ளி போட்டு...” (ப.45)

புட்டு, பணியாரம், இடியாப்பம் போன்ற உணவு வகைகளும் அவர்களது உணவுப் பயன்பாட்டில் உள்ளன.

வாய்வு தொல்லை, வாதம் போன்ற நோய்களுக்கான மருந்தாகவும் மழை நேரத்துக்குத் தின்பண்டமாகவும் 'கிளுக்கத்தி' சொல்லப்படுகிறது.

“...ஓட்டுச் சட்டியை வைத்து அதன் மேல் ஏற்கனவே ஒவ்வொன்றாய் பொறுக்கி உலர்த்தி மண்பாணையில் கொட்டி வைத்திருந்த இலுப்பை பூக்களை இரண்டு கைகளால் அள்ளிப்போட்டாள். அகப்பையில்

கிளறியப்படியே அதன் மீது பொறி அரிசியை அள்ளிப் போட்டாள். நான்கு ஐந்து பச்சை மிளகாயைக் கிள்ளிப்போட்டு பதமாய் வறுத்து எடுத்தாள். உரலில் போட்டு, உலக்கையால் இடித்து மெழுகு பதத்தில் உருகி வரும் போது சூட்டோடு வழித்தெடுத்தாள். அதை சின்ன சின்ன தொன்னை போல் தயாரித்து அதில் வெண்ணெயை உள்ளே வைத்து ஒரு சிறு தட்டில் பரப்பினாள்” (ப.78)

இந்த உணவு பண்டம் இன்றைய நாளில் நாம் பெரிதும் அறியாததொன்றாகவே உள்ளது. திருமண விருந்தாக சோறு, சாம்பார், வடை, பாயாசம் காட்டப்படுவது போல புதுப்பெண்ணுக்கு என்று முறுக்கு, அதிரசம், கெட்டி உருண்டை போன்ற பலகாரங்களும் கொடுத்தனுப்பும் வழக்கம் இருந்துள்ளது. பரங்கிப் பிஞ்சு உரப்படை, வத்தல் குழம்பு, பருப்பு துவையல், முருங்கைக்கீரை வதக்கல் போன்ற எளிய உணவு வகைகள் நாவலில் இடம் பெறுகின்றன. பச்சரிசியை வதக்கி, இடிச்சு, திட்டமா வெந்நீர் வைத்து வெள்ளத்தை இடிச்சு போட்டு பாகு பதமா வந்ததும் அரிசி மாவை கொட்டிகா கிளறி ஏலக்காயை நசுக்கி போட்டு கிளறும் களி என்ற உணவு பண்டமும் இந்நாவலின் கதை மாந்தர்களால் அடிக்கடி சுவைக்கப்படுகிறது. (ப.298)

நாவலில் காட்டப்படும் மருந்தாகும்

உணவுகள்

உணவே மருந்து என்பதற்கேற்ப பல உணவு வகைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. புடலங்காய் கூட்டு உடம்புக்கு சத்து; வாழைத்தண்டு கூட்டு தடங்கல் இல்லாமல் நீர் பிரிய உதவும்; வெண்டைக்காய் பொரியல் ஞாபக சக்திக்கு கைகண்ட மருந்து, நோய் அண்ட விடாது; முளைக்கீரை மசியல் மலச்சிக்கலைப் போக்கும்; பரங்கிப் பிஞ்சு சாம்பார் நாக்குக்கு ருசி மட்டுமின்றி உடம்புக்கு தெம்பும் தரும்; சுரைப்பிஞ்சு கூட்டு நீர்ச்சத்து உள்ளது, சிறுநீரை வெளியேற்றும்; வாழைப்பூ பொரியல் பல வகையில் உதவும்; பீர்க்கங்காய் சட்னி பித்தத்திற்கு நல்லது; முருங்கைக்கீரை துவட்டல் செரிமானத்துக்கு ஆகும், பாகற்காய்

துவட்டல் வயிற்றுப்புழுவை சாகடிக்கும்... ” (ப.22) ‘...கொஞ்சம் பச்சரிசி, பச்சை பயிறு, உள்ளங்கை அளவு வெந்தயம் எல்லாத்தையும் ஒண்ணா போட்டு கஞ்சி வச்சு கொண்டாரேன் அதை குடிச்சின்னா களைப்பு போற இடம் தெரியாமல் போய் விடும்... ” (ப.485)

“ரத்தம் ஊற, தாளிக்கீரை, பால் கட்டு கீரை, பசலை கீரை இவற்றை வதக்கி பூண்டு சேர்த்து கடைந்து சோற்றுடன் பிசைந்து சாப்பிட வேண்டும்...”(ப.80) போன்ற உணவு வகைகளின் மூலம் அக்காலத்தில் உணவே மருந்தான உண்மையை நாம் அறிய முடிகிறது. கோடைகால மதிய உணவில் கருவேப்பிலை துவையல், தாளிக்கீரை துவட்டல், மணத்தக்காளி வத்தல் குழம்பு, பசு வெண்ணையில் உருக்கிய நெய், பொரித்த வெங்காய வடகம், கமகமக்கும் மோர் போன்றன இடம்பெறுகின்றன. (ப.146)

அந்தந்த பருவத்தில் கிடைக்கும் உணவுப் பொருட்களை அந்தந்த நாட்களில் பயன்படுத்தியதோடு அவற்றைப் பக்குவப் படுத்தியும் வைத்துக் கொண்டனர். மணத் தக்காளி வத்தல், தும்பட்டி வத்தல், சுண்டைக்காய் வத்தல், மோர் மிளகாய் வத்தல், கூழ் வடகம் (ப.154) என்று அவர்கள் உணவு பண்டங்களைப் பக்குவப் படுத்தி வைத்திருந்து சமயத்திற்குப் பயன்படுத்திக் கொண்டனர்.

குழந்தைப் பேறு முடிந்த தாய்க்குத் தரும் மருந்து சாப்பாடு பற்றிய குறிப்பு இந்நூலில் இடம்பெற்றுள்ளது. “மூன்றாம் நாளிலிருந்து சாப்பாடு கொடுக்கலாம். முருங்கைப் பிஞ்சு, அவரைப் பிஞ்சு, கத்தரிப்பிஞ்சு போட்டு, பூண்டு பல்லு நிறைய உறிச்சி போட்டு, சாதத்தை நல்லா குழைய வடிச்சு, பிசைஞ்சு கொடுக்கணும். ஒரு அகப்பை குழம்பை முகந்தா குழம்பு பாதி பூண்டு பாதின்னு சமமா இருக்கணும். ஒரு நாள் முருங்கைப் பிஞ்சு குழம்புன்னா மறுநாள் சுண்டல் வத்தல், மணத்தக்காளி வத்தல், அவரை வத்தல்குழம்பு வச்சு கொடுக்கலாம். ஆனால் எல்லாத்திலும் கண்டிப்பா பூண்டு சேர்த்துக்கணும்....”(ப.43)

“காலையில் பதினோரு மணி வாக்குல சுண்டைக்காய் வத்தல் மாதிரி ஏதாவது போட்டு வத்த குழம்பு வச்சி பத்திய சாப்பாடு கொடுக்கணும். ஒரு நாளைக்கு ரெண்டு வேளை தவறாமல் சாப்பிட்டு வந்தால் பலகீனம் மாறும்; ரத்தம் ஊறும்; வலி போகும்; தாய்ப்பால் கூடுதலா சுரக்கும். இடையிடையே இஸ்சி ரசம் வச்சு தேன் கலந்து கொடுக்கணும். சங்கு இலை ரசம் வச்சு கொடுக்கலாம்” (ப.527)

சடங்குகளில் காணக்கிடைக்கும் உணவுப் பண்பாடு

இறப்பிற்குப் பின்னான சடங்குகளின் போது படைக்கப்படும் உணவு வகைகளும் அவற்றுக்குரிய பக்குவமும் கூட நூலில் சொல்லப்பட்டுள்ளன. “அதிரச மாவு பிசையணும். வெல்லப்பாகு காய்ச்சிற வேலையை பார்ப்போம். நாட்டு சக்கரை எங்க வச்சிருக்க, அதிரச மாவு ஒரு ஏழு எட்டு நாலாவது வெல்லப்பாகுல பிசைஞ்சு வச்சிருந்தா தான் நல்லா மசிஞ்சு வெந்ததும் திங்க ரொம்ப ருசியா இருக்கும்” (ப.381)

அரிசி முறுக்கு, பச்சைப்பயிறு மாவு கெட்டி உருண்டை, எள்ளுருண்டை போன்ற பலகாரங்களைச் சொல்லிவிட்டு, “நமக்கு இருக்கிற மூச்சுமுட்டுற வயக்காட்டு வேலை தொந்தரவுள்ள நினைச்ச உடனே பிள்ளை குட்டிகளுக்கு திங்கிற பலகாரம் எல்லாம் செஞ்சு கொடுக்க எங்க இருக்க நேரம். அதான் இப்படியான நாள்பட்டு இருப்பு வச்சிக்கிற திங்கிற பலகாரம் பஞ்சண மெல்லாம் கண்டுபிடிச்சிருக்காங்க” (ப.381) என்று சொல்லும் போது வேளாண் குடி மக்களின் உணவுப் பண்பாடு என்பது அவர்களது உழைப்பின் பொருட்டும், நேரமின்மையின் பொருட்டும் அவர்களே கட்டமைத்துக் கொண்ட ஒரு பண்பாடு என்பதை நாம் அறிய முடிகிறது. “வழக்கமாக அந்தி சாய்ந்து விளக்கேற்றிய துமே எல்லோர் வீட்டிலும் சாப்பாடு தட்டோடு உட்கார்ந்து விடுவார்கள். ரா சாப்பாடு தான் சுடுசோறு. இரவு ஒரு நேரம் மட்டும்தான் சமையல். காலையில் பழையது. மீதம் இருந்தால் மதியம் கிடைக்கும். (ப.384) என்ற செய்தி இக்கருத்தை மேலும்

வலுவாக்கி இருக்கிறது. அவர்களது சடங்கு களிலும் உணவு பண்டங்கள் தனித்துவம் பெறுகின்றன. “எட்டுக்கு படைக்கிற அன்னைக்கு விடிகாலைல சுழியன் செஞ்சுக்கலாம். காராமணி பயறு சுண்டல், உப்பில்லாத வெண்பொங்கல், இட்லி சட்னி, காராமணி பயிறில் செய்யும் வடை” (ப.382) போன்ற உணவுகள் இறப்பின் பின்னான சடங்குகளில் படைக்கப்படுகின்றன.

முடிவுரை

சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதையில் காட்டப்பட்டுள்ள வண்டல் மனிதர்கள் யாவருமே உழைப்பதற்கு அஞ்சாதவர்கள். உழைப்புக்கேற்ற உடல் வளம் பெற அதற்குத்தக்க உணவு வகைகளையே உண்டனர். முழுக்க முழுக்க ஆரோக்கியமான, செலவுகள் அதிகம் இல்லாத உணவு முறையைப் பின்பற்றினர். எளிய அதேசமயம் உயர்தர உணவு. ஒரு நூற்றாண்டுக்கு முன்பிருந்த உணவு வகைகளை இந்நூல் மிகத் துல்லியமாக அதற்குரிய பக்குவங் களுடன் நமக்குத் தெரிவிக்கும் விதமாக நாவலைச் சமைத்து செல்கிறார் ஆசிரியர் உத்தமசோழன்.

துணைநின்ற நூல்கள்

1. உத்தமசோழன், சுந்தரவல்லி சொல்லாத கதை, கிழக்கு வாசல், உதயம் பதிப்பகம்.
2. பேராசிரியர் உரை, தொல்காப்பியம், திருநெல்வேலி சைவ சித்தாந்த நூற்பதிப்புக் கழகம், சென்னை.
3. ஆ.சிவசுப்பிரமணியன், இனவரைவியலும் தமிழ் நாவலும், நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிட்., சென்னை.
4. இரா. காமராசு, தமிழ் நாவல்களில் பண்பாட்டுஎழுத்து, நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிட்., சென்னை.
5. முனைவர். ஞா. ஸ்டீபன், இலக்கிய இனவரைவியல், நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிட்., சென்னை.