



Three Day National Workshop



“TRIBAL CUISINES OF NORTH EAST BHARAT: HERITAGE, NUTRITION AND CULTURAL SIGNIFICANCE WITH SPECIAL REFERENCE TO CHAKMA, HALAM, DARLONG, JAMATIA, RUPINI AND KHASI”

ORGANIZERS

Department of hindi, Tripura University

and

Tribal Research and Cultural Institute (TR&CI), Govt. of Tripura, Agartala

Date: 23 - 25 April 2025

Venue: Seminar Hall, Tripura University Guest House, Suryamaninagar-2

Introduction:

The tribal culinary traditions of Northeast India, particularly those of the Chakma, Halam, Darlong, Jamatia, Rupini, and Khasi communities, represent a rich tapestry of cultural heritage, nutritional wisdom, and sustainable practices. These cuisines, featuring ingredients like bamboo shoots, fermented foods, millets, and forest-based produce, are integral to the region’s festivals, rituals, and social cohesion. However, rapid modernization and globalization threaten the preservation of these traditions. This National Workshop aims to document, analyse, and promote these culinary practices, emphasizing their nutritional benefits, cultural significance, and relevance to sustainable living. By fostering multilingual research, particularly in Hindi, the workshop seeks to integrate these traditions into national academic and cultural discourse.

Objectives:

The workshop is designed to achieve the following objectives:

- Document the culinary diversity of Northeast India’s tribal communities, focusing on traditional recipes and preparation methods.
- Analyse the nutritional and health benefits of indigenous ingredients such as bamboo shoots, millets, wild greens, and fermented foods.
- Explore the cultural and symbolic roles of food in tribal festivals, rituals, and community practices.

- Highlight the sustainability of tribal food systems, including zero-waste cooking and indigenous agricultural practices.
- Promote multilingual documentation and research, with a focus on Hindi, English, Kokborok, Chakma, and other regional languages.
- Encourage the integration of tribal cuisines into modern kitchens, food tourism, and entrepreneurial ventures.

Scope and Key Themes:

The workshop will focus on the culinary traditions of the Chakma, Halam, Darlong, Jamatia, Rupini, and Khasi communities, with the following key themes:

- **Culinary Diversity:** Traditional recipes such as Pazon Tung (Chakma bamboo shoot curry), Jadoh (Khasi rice and pork), Muya Awandru (Jamatia, Rupini bamboo and rice powder), and Chuwak (rice beer) etc..
- **Nutrition and Health:** Nutritional analysis of ingredients like millets, local greens, herbs, and protein sources.
- **Cultural Symbols:** Role of food in festivals (e.g., Garia Puja, Biju, Nongkrem, Kharchi) and rituals.
- **Sustainability and Conservation:** Indigenous agriculture, forest-based foods, and zero-waste cooking practices.
- **Preservation Measures:** Transcription of oral culinary traditions in Hindi, Kokborok, Chakma, and other languages.
- **Modernization and Entrepreneurship:** Opportunities for tribal cuisines in modern culinary arts, food tourism, and commercial ventures.

Methodology:

The workshop will employ a multidisciplinary approach to achieve its objectives:

- **Paper Presentations:** Scholars, researchers, and community representatives will present research on tribal culinary traditions, nutrition, and cultural significance.
- **Panel Discussions:** Experts in anthropology, nutrition, sociology, and culinary arts will discuss preservation strategies and modern applications.
- **Culinary Demonstrations:** Live cooking sessions showcasing traditional recipes by tribal community members.
- **Food Exhibition:** Display of tribal ingredients, dishes, and preparation techniques to engage participants.

- Documentation: Transcription and translation of oral recipes and food-related traditions into Hindi, Kokborok, and other languages.
- Interactive Sessions: Workshops on sustainable cooking practices and nutritional analysis with nutritionists and chefs.
- Publication: Compilation of research papers and proceedings in Hindi and English for wider dissemination.

Target Participants:

The workshop will engage a diverse group of stakeholders, including:

- Researchers and scholars in anthropology, food studies, nutrition, literature, and sociology.
- Cultural representatives from the Chakma, Halam, Darlong, Jamatia, Rupini, and Khasi communities.
- Culinary historians, nutritionists, chefs, and food bloggers.
- Policymakers and representatives from cultural and academic institutions.
- Students and young researchers interested in regional studies and cultural preservation.

Expected Outcomes:

The workshop is expected to yield the following outcomes:

- A comprehensive report documenting the culinary traditions of Tripura's tribal communities.
- Publication of workshop proceedings in Hindi and English to contribute to academic literature.
- New avenues for interdisciplinary research in food studies, nutrition, and cultural anthropology.
- Increased awareness of tribal culinary heritage among academic, cultural, and policy communities.
- Promotion of sustainable food practices and their integration into modern culinary and entrepreneurial frameworks.

Organizational Structure:

The workshop is organized by the Department of Hindi, Tripura University, in collaboration with TR&CI, Agartala. The organizing committee includes:

- Chief Patron: Vice-Chancellor, Tripura University
- Patron: Director, Tribal Research and Cultural Institute

- Convenor: Prof. Milan Rani Jamatia, Head, Dept. of Hindi, Tripura University
- Co-Convenor: Smt. Khumtiya Debbarma, Asst. Professor, Dept. of Kokborok, TU
- Co-Convenor: Dr. Padma Kumari Chakma, Asst. Professor, Dept. of Bengali, TU
- Co-Convenor: Dr. Bina Debbarma, Associate Professor, Dept. of Hindi, TU
- Member:
 - Arati Reang, Scholar, Department of Hindi, TU
 - Namrata Banik, Scholar, Department of Hindi, TU
 - Molina Debbarma, Scholar, Department of Hindi, TU
 - Jitendra Reang, Scholar, Department of Hindi, TU
 - Rita Tripura, Scholar, Department of Hindi, TU
 - Samson Debbarma, Scholar, Department of Hindi, TU
 - Raktima Deka, Scholar, Department of Hindi, TU
 - Barsha Das, Scholar, Department of Hindi, TU
- Reporting:
 - Dr. Malay Deb, Asst. Professor, Department of Bengali, TU (All Academic Session)
 - Ms. Pallvi Kumari, Scholar, Department of Hindi, TU (23/04/2025)
 - Mr. Nikhil Pandey, Scholar, Department of Hindi, TU (24/04/2025)
 - Mr. Nikhil, Scholar, Department of Hindi, TU (25/04/2025)

Conclusion:

The National Workshop on Tribal Culinary Traditions of Northeast India will serve as a vital platform for documenting and promoting the rich culinary heritage of the Chakma, Halam, Darlong, Jamatia, Rupini, and Khasi communities. By bridging academic research, cultural preservation, and sustainable practices, the workshop will contribute to the national discourse on tribal heritage and inspire future generations to value their nutritional and cultural traditions. We seek the support and participation of all stakeholders to make this initiative a success.

Prof. Milan Rani Jamatia
Head, Department of Hindi, Tripura University
& Convenor of National Workshop



तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला



**पूर्वोत्तर की जनजातीय पाक परंपराएँ:
विरासत, पोषण और सांस्कृतिक महत्व (विशेष संदर्भ: चाकमा, हालाम,
डारलॉंग, जमातिया, रुपिनी एवं खासी)”**

आयोजक

हिन्दी विभाग, त्रिपुरा विश्वविद्यालय
और

जनजातीय अनुसंधान एवं सांस्कृतिक संस्थान (TR&CI), त्रिपुरा सरकार, अगरतला

तिथि: 23 - 25 अप्रैल, 2025

स्थान: सेमिनार हॉल, त्रिपुरा विश्वविद्यालय अतिथि भवन, सूर्यमणिनगर, अगरतला, त्रिपुरा-22

पृष्ठभूमि:

पूर्वोत्तर भारत की जनजातीय पाक परंपराएँ सांस्कृतिक विविधता, पारंपरिक ज्ञान और प्रकृति के साथ सामंजस्य का अनुपम उदाहरण हैं। चाकमा, हालाम, डारलॉंग, जमातिया, रुपिनी और खासी समुदायों के व्यंजन, जिनमें बाँस की कोपलें, जड़ी-बूटियाँ और वनस्पति-आधारित सामग्री प्रमुख हैं, न केवल स्वादिष्ट और पौष्टिक हैं, बल्कि उत्सवों, अनुष्ठानों और सामुदायिक आयोजनों में सांस्कृतिक पहचान को भी दर्शाते हैं। ये परंपराएँ पर्यावरणीय संतुलन और सतत जीवनशैली का प्रतीक हैं। इस कार्यशाला का उद्देश्य इन पाक परंपराओं का दस्तावेजीकरण, पोषण मूल्य का विश्लेषण और सांस्कृतिक महत्व को रेखांकित करना है, ताकि इन्हें संरक्षित कर राष्ट्रीय विमर्श में शामिल किया जा सके।

उद्देश्य:

- पूर्वोत्तर की जनजातीय पाक विविधता का दस्तावेजीकरण।
- पारंपरिक खाद्य सामग्री के पोषण मूल्य का अध्ययन।
- भोजन से जुड़े सांस्कृतिक प्रतीकों और अनुष्ठानों का विश्लेषण।
- सतत जीवनशैली के संदर्भ में जनजातीय खाद्य परंपराओं की प्रासंगिकता।
- हिंदी और अन्य भाषाओं में शोध और प्रकाशन को प्रोत्साहन।

प्रमुख विषय:

- पाक विविधता: पारंपरिक व्यंजन जैसे बाँस की कोपलें, किण्वित मछली, चावल की बियर (चक/चुवाक), धुएँ में पका मांस।
- पोषण और स्वास्थ्य: मिलेट्स, स्थानीय साग-सब्जियाँ, जड़ी-बूटियाँ और प्रोटीन स्रोत।
- सांस्कृतिक प्रतीक: गारिया पूजा, बिजु, नॉगक्रैन, खारची जैसे त्योहारों में भोजन की भूमिका।
- सततता और संरक्षण: स्वदेशी कृषि, वन-आधारित भोजन, शून्य अपशिष्ट पाकशैली।
- संरक्षण के उपाय: मौखिक परंपराओं का हिंदी, कॉकबरक, चाकमा आदि भाषाओं में लिप्यंतरण।
- आधुनिकीकरण और उद्यमिता: जनजातीय व्यंजनों का आधुनिक रसोई और फूड टूरिज्म में उपयोग।

प्रमुख जनजातीय व्यंजन :

- चाकमा: पाज़ोन तुंग (बाँस की कोपल की सब्जी), नगपक (किण्वित मछली) आदि।
- हालाम: बांटा चमथ्वी (केले के तने की सब्जी), जंगली साग आदि।
- डारलांग: बाँस की कोपल और सूअर मांस का स्टू, सूखी मछली आदि।
- रुपिनी एवं जमातिया: मिया आंवाद्रू, हरी चटनी, स्थानीय मछली, अनुष्ठानिक भोज आदि।
- खासी: जादोह (चावल और सूअर मांस), तुनग्रिमबाई (किण्वित सोयाबीन), पुमालोई (भाप में पका चावल)।

लक्षित प्रतिभागी :

- मानवशास्त्र, खाद्य अध्ययन, पोषण विज्ञान, साहित्य, समाजशास्त्र के शोधार्थी और विद्वान।
- जनजातीय समुदायों के संस्कृति संवाहक।
- पोषण विशेषज्ञ, रसोइये, फूड ब्लॉगर।
- सांस्कृतिक संस्थानों के प्रतिनिधि।

अपेक्षित परिणाम :

- जनजातीय पाक परंपराओं पर विस्तृत रिपोर्ट।
- हिंदी और अंग्रेजी में कार्यवाही विवरणिका का प्रकाशन।
- शोध के लिए नए अवसर।
- जनजातीय खाद्य परंपराओं के प्रति जागरूकता।

आयोजन समिति :

- मुख्य संरक्षक: कुलपति, त्रिपुरा विश्वविद्यालय
- संरक्षक: निदेशक, TR&CI, त्रिपुरा सरकार
- संयोजक: प्रो. मिलन रानी जमातिया, विभागाध्यक्ष, हिन्दी विभाग
- सह-संयोजक:
 - सुश्री खुमतिया देबबर्मा, सहायक प्रोफेसर, कॉकबरक विभाग
 - डॉ. पद्मा कुमारी चकमा, सहायक प्रोफेसर, बांग्ला विभाग
 - डॉ. बीना देबबर्मा, एसोसिएट प्रोफेसर, हिन्दी विभाग
 - सदस्य:
 - ✓ आरती रियांग, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - ✓ नम्रता बनिक शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - ✓ मोलिना देबबर्मा, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - ✓ जितेन्द्र रियांग, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - ✓ रीता त्रिपुरा, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - ✓ सैमसन देबबर्मा, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - ✓ बर्षा दास, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - ✓ रक्तिमा डेका, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
- रिपोर्टिंग:
 - डॉ. मलय देब,
 - सुश्री पल्लवी कुमारी, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - निखिल पांडेय, शोधार्थी, हिन्दी विभाग
 - निखिल, शोधार्थी, हिन्दी विभाग

उपसंहार :

यह कार्यशाला त्रिपुरा और पूर्वोत्तर की समृद्ध जनजातीय पाक संस्कृति को शैक्षणिक मंच पर लाएगी, नई पीढ़ी को उनकी परंपराओं से जोड़ेगी और सांस्कृतिक संरक्षण, क्षेत्रीय अध्ययन एवं हिंदी लेखन को प्रोत्साहित करेगी।

प्रो. मिलन रानी जमातिया
विभागाध्यक्ष, हिन्दी विभाग, त्रिपुरा विश्वविद्यालय
संयोजक, राष्ट्रीय कार्यशाला