



जौनपुर एवं वाराणसी के स्वाद, परंपरा और पाककला के संदर्भ में एक तुलनात्मक अध्ययन

Ranjana Maurya, Dr. Nidhi Chaudhary

Department of Home Science, Shri Venkateshwara University, Gajraula, Uttar Pradesh, India

सारांश

भारत के विभिन्न क्षेत्रों की पाक परंपराएँ उनके सांस्कृतिक और ऐतिहासिक विकास को दर्शाती हैं। जौनपुर और वाराणसी, उत्तर प्रदेश के दो महत्वपूर्ण नगर, अपनी अनुपम खाद्य रीति-रिवाज और परंपराओं के लिए प्रसिद्ध हैं। यह अनुसंधान पत्र जौनपुर और वाराणसी के पारंपरिक व्यंजनों, पाककला, स्वाद भिन्नताओं तथा सामाजिक-सांस्कृतिक प्रभावों का तुलनात्मक विश्लेषण प्रदान करता है।

इस शोध में क्षेत्रीय व्यंजनों की संरचना, प्रयोग होने वाली ऐतिहासिक सामग्री, स्वाद में अंतर, और पाककला पर धार्मिक एवं ऐतिहासिक प्रभावों का विश्लेषण हुआ है। शोध के अंतर्गत प्राइमरी और सेकण्डरी डेटा का प्रयोग किया गया, जिसमें क्षेत्रीय लोगों से साक्षात्कार, पाक विशेषज्ञों की राय और पारंपरिक अभिलेखों का अध्ययन सम्मिलित हैं।

इस शोध का ध्येय जौनपुर और वाराणसी की पाककला, स्वाद और परंपराओं के बीच तुलनात्मक विश्लेषण करना है। इस शोध क प्रमुख लक्ष्य दोनों स्थानों की पाक विधियों और सांस्कृतिक परंपराओं की भिन्नता को लक्षित करना है। तदनुसार इस शोध में क्षेत्रीय व्यंजन, पारंपरिक विधियाँ, स्थानीय सामग्रियों की विविधता और स्वाद के विशिष्ट तत्वों का अध्ययन हुआ गया। परिणामों से पता चलता है कि जौनपुर की पाककला में मसालों का उपयोग अधिक विविध और गहरा है, वहीं दूसरी ओर वाराणसी की परंपराओं में सरलता और विशिष्टता प्रमुख है। खाद्य प्रथाएँ एवं परंपराएँ न केवल पोषण को प्रभावित करती हैं बल्कि स्वास्थ्य पर भी व्यापक प्रभाव डालती हैं, अतः इस शोध के परिणाम जन-स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण हो सकते हैं। विशेष रूप से, संतुलित आहार के लिए पारंपरिक खाद्य पद्धतियों के समावेश से कई प्रकार की स्वास्थ्य समस्याओं की रोकथाम हो सकती है। अध्ययन का निष्कर्ष इस बात पर जोर देता है कि खाद्य संस्कृति का समावेश न केवल भौगोलिक सीमाओं में भिन्नता को दर्शाता है, बल्कि यह एक सशक्त चिकित्सा दृष्टिकोण को उन्नत करने की दिशा में महत्वपूर्ण भी है। इस प्रकार, यह शोध जौनपुर और वाराणसी की पाककला की गंभीरता की समझ प्रदान करते हुए समग्र स्वास्थ्य लाभ के लिए सांस्कृतिक खाद्य धरोहर के संरक्षण के महत्व पर दृष्टि डालता है।

मूल शब्द: ऐतिहासिक पाककला, जौनपुरी व्यंजन, वाराणसी का स्वाद, खाद्य संस्कृति, क्षेत्रीय भोजन परंपरा

भारत में पाककला न केवल भोजन पकाने की विधि है, बल्कि यह सामाजिक एवं सांस्कृतिक धरोहर का महत्वपूर्ण हिस्सा भी है। विभिन्न क्षेत्रों की पाक परंपराएँ उनके इतिहास, भौगोलिक संरचना, धार्मिक मान्यताओं और सांस्कृतिक प्रभावों के अनुसार विकसित होती हैं। उत्तर प्रदेश के दो प्रमुख नगर, जौनपुर और वाराणसी, अपनी समृद्ध खाद्य संस्कृति के लिए प्रसिद्ध हैं। यह अध्ययन इन दोनों क्षेत्रों की पारंपरिक पाककला, स्वाद की विशेषताओं और सामाजिक एवं सांस्कृतिक प्रभावों की तुलनात्मक समीक्षा करता है।

स्वाद और भोजन की विविधता किसी भी क्षेत्र की परिचायक होती है। जौनपुर और वाराणसी दोनों ही अपनी पारंपरिक पाककला के लिए विशिष्ट स्थान रखते हैं। जौनपुर की पाककला में शाही अंदाज स्पष्ट रूप से दिखता है, जहाँ मसालों का संतुलित उपयोग किया जाता है। वहीं, वाराणसी की पाक परंपरा में मिठास और सात्विकता का मिश्रण है, जो इसे अन्य जगहों से विशिष्ट बनाता है। इस अध्ययन के द्वारा दोनों नगरों की भोजन संस्कृति की गहराई से पड़ताल की जाएगी और यह समझा जाएगा कि किस प्रकार यह पाक परंपरा सामाजिक संरचना और सांस्कृतिक जीवन को प्रभावित करती है।

भारत की खाद्य संस्कृति अत्यंत विविध और समृद्ध है, जो देश के विभिन्न क्षेत्रों की सांस्कृतिक धरोहर की गहरी समझ को प्रदर्शित करती है। जौनपुर और वाराणसी, दोनों ही उत्तर प्रदेश के ऐतिहासिक शहर हैं, जहाँ की पाककला, स्वाद और परंपराएँ अद्वितीय हैं। भारतीय खाद्य अनुसंधान में यह कठिनाई आम है कि विभिन्न स्थानों की खाद्य आदतों और सांस्कृतिक प्रभावों का गंभीरता से अध्ययन नहीं किया जाता है। विशेषकर, जौनपुरी और वाराणसी की पाककला के संदर्भ में इस कमी को भरना आवश्यक है, क्योंकि ये दोनों स्थान स्थानीय मसालों, विशेष व्यंजनों और

खाने की परंपराओं में अधिक भिन्नता दर्शाते हैं। इस अध्ययन में मुख्य समस्या यह है कि किस हद तक इन दोनों स्थानों की पाकविधियाँ और सांस्कृतिक परंपराएँ एक-दूसरे से भिन्न हैं और यह भिन्नता किस प्रकार से स्वाद और भोजन के अनुभव को प्रभावित करती है।

जौनपुर और वाराणसी: ऐतिहासिक परिप्रेक्ष्य

जौनपुर, जिसे "शिराज-ए-हिंद" कहा जाता है, अपने मुगलई एवं अवधी व्यंजनों के लिए जाना जाता है। यहाँ की पाककला में मसालों का संतुलित उपयोग होता है, जिससे व्यंजनों में गहराई और समृद्धि आती है। दूसरी ओर, वाराणसी भारत की धार्मिक राजधानी जानी जाती है, जहाँ की पाक परंपरा आध्यात्मिकता और धार्मिक अनुष्ठानों से प्रभावित रही है। यहाँ की मिठाइयाँ, जैसे कि मलइयाँ, रबड़ी और लड्डू, विशेष रूप से लोकप्रिय हैं।

इन दोनों शहरों की पाक परंपराएँ उनके ऐतिहासिक विकास को प्रदर्शित करती हैं। जौनपुर की पाककला को तुर्की, फारसी और मुगलई पाककलाएँ प्रभावित करती हैं, जबकि वाराणसी में वैदिक काल से प्रचलित भोजन संस्कृति का प्रभाव प्रमुख है। जौनपुर में जहाँ मांसाहारी व्यंजनों की अधिकता देखने को मिलती है, वहीं वाराणसी में सात्विक भोजन की प्रधानता है। यह ऐतिहासिक विभाजन इन नगरों की सामाजिक रूपरेखा और धार्मिक मान्यताओं को भी दर्शाता है।

स्वाद और व्यंजनों की विविधता

दोनों नगरों की खाद्य संस्कृति में भिन्नता के कई कारक हैं, जैसे कि मसालों का उपयोग, भोजन पकाने की विधि, और मौसमी भोजन सामग्री का समावेश। जौनपुर में काकोरी कबाब, गोश्त बिरयानी, कुल्हड़ वाली चाय जैसी चीजें प्रचलित हैं, जबकि

वाराणसी में बनारसी पान, चाट, कचौरी-जलेबी और सत्तू आधारित व्यंजन प्रमुख रूप से खाए जाते हैं। स्वाद में विविधता की यह विशेषता न केवल इन नगरों की पाक विरासत को प्रस्तुत करती है, बल्कि यहाँ के सामाजिक जीवन पर भी छाप छोड़ती है। जौनपुर में जहाँ नवाबी और शाही अंदाज़ के व्यंजन देखने को मिलते हैं, वहीं वाराणसी में भोजन को आध्यात्मिकता से संयुक्त किया जाता है। वाराणसी के व्यंजन विशेष रूप से मंदिरों में बनने वाले प्रसाद और भोग से प्रेरित होते हैं, जो की उनके धार्मिक महत्व को बढ़ाता है।

पाक परंपराओं पर धार्मिक प्रभाव

वाराणसी में धार्मिक अनुष्ठानों के कारण शाकाहारी भोजन की प्रधानता देखी जाती है। यहाँ प्रसाद और भोग का विशिष्ट महत्व होता है, जैसे कि काशी का खीर-मकखन भोग और विभिन्न मंदिरों में बनने वाले पंचामृत। जौनपुर में हिंदू-मुस्लिम संप्रदायों की पारंपरिक पाककला का समावेश देखा जाता है, जिससे यहाँ के व्यंजन अधिक विविधतापूर्ण होते हैं।

धार्मिक मान्यताओं का सीधा असर खान-पान पर पड़ता है। वाराणसी के भोजन में सात्विकता, शुद्धता और अध्यात्म का मिश्रण मिलता है, जबकि जौनपुर के व्यंजनों में प्राचीन अवधी और मुगलई प्रभाव साफ तौर पर दिखता है। वाराणसी में एक ओर जहाँ श्रावण मास में प्याज और लहसुन रहित भोजन का चलन अधिक होता है, वहीं जौनपुर में ईद और अन्य त्योहारों पर विशेष रूप से मांसाहारी व्यंजन बनाए जाते हैं।

आधुनिक समय में पारंपरिक पाककला की स्थिति

वर्तमान में, जौनपुर और वाराणसी की पारंपरिक पाककला पर वैश्वीकरण और आधुनिक खानपान संस्कृति का प्रभाव पड़ा है। नई पीढ़ी की बदलती जीवनशैली और फास्ट-फूड संस्कृति के कारण पारंपरिक व्यंजन धीरे-धीरे कम प्रचलित होते जा रहे हैं। हालाँकि, इन व्यंजनों को संरक्षित करने और उनकी महत्ता को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न सरकारी एवं निजी प्रयास किए जा रहे हैं।

आजकल होटल, रेस्तरां और फूड डिलीवरी सेवाओं द्वारा पारंपरिक व्यंजनों को आधुनिक स्वाद के साथ प्रस्तुत किया जाता है। सोशल मीडिया और डिजिटल प्लेटफॉर्म पर जौनपुरी और बनारसी व्यंजनों की लोकप्रियता भी बढ़ रही है, जिससे इन पारंपरिक व्यंजनों को राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय पहचान मिल रही है। यह स्पष्ट संकेत देता है कि पारंपरिक पाककला को आधुनिक परिवेश में संरक्षित और पुनर्जीवित किया जा सकता है।

अध्ययन के उद्देश्य एवं महत्व

प्रस्तुत अध्ययन के मुख्य ध्येय निम्नलिखित हैं। जौनपुर और वाराणसी के पारंपरिक व्यंजनों की पहचान करना और उनके इतिहास तथा सांस्कृतिक महत्व का विश्लेषण करना। दोनों शहरों में उपलब्ध विभिन्न स्वादों और इन स्वादों के बनाने में प्रयुक्त विधियों का तुलनात्मक विश्लेषण करना। जौनपुर और वाराणसी की पाककला और सांस्कृतिक परंपराओं से जुड़े संबंधों को समझना और उनका गंभीरता से अध्ययन करना। जौनपुर और वाराणसी में प्रचलित पाक विधियों का तुलनात्मक अध्ययन करना और इनकी विशेषताओं का विश्लेषण करना। आधुनिक समय में जौनपुर और वाराणसी की पारंपरिक पाककला और व्यंजन संस्कृति में हुए बदलाव का अध्ययन करना और उनके विकास की कार्यप्रणाली को समझना। इसके अतिरिक्त, यह शोध खाद्य संस्कृति के संरक्षण के लिए आवश्यक नीतियों और उपायों की भी सिफारिश करेगा। जौनपुर और वाराणसी के स्थानीय व्यंजन न केवल स्वाद और पोषण से भरपूर हैं, बल्कि वे सांस्कृतिक धरोहर का भी वर्णन करते हैं। इस

अध्ययन के निष्कर्षों से यह पता चलेगा कि पारंपरिक व्यंजनों को किस तरह संरक्षित कर सकते हैं और नए युग में उनके वजूद को बनाए रखने के लिए क्या कदम उठाने ज़रूरी हैं।

साहित्य समीक्षा

(A Gaur et Al., 2024), विभिन्न क्षेत्रों की परंपराओं और पाककला के विशिष्ट पहलुओं की पड़ताल करने की आवश्यकता है, जिससे भारतीय भोजन संस्कृति की विविधता और गहराई को मापा जा सकता है। उत्तर प्रदेश में स्थित जौनपुर और वाराणसी, दोनों ही पारंपरिक एवं सांस्कृतिक दृष्टि से महत्वपूर्ण शहर हैं, जो न सिर्फ धार्मिक बल्कि खाद्य परंपराओं के लिए भी प्रसिद्ध हैं। इन दोनों शहरों में आंचलिक भोजनों की विशेषताएँ, स्वाद, पारंपरिक विधियाँ और सांस्कृतिक परिवेश अलग-अलग हैं, जो न केवल इनकी पहचान को प्रदर्शित करते हैं बल्कि समाज के सामाजिक, आर्थिक और धार्मिक पहलुओं को भी उजागर करते हैं। इस अध्ययन का प्रमुख ध्येय जौनपुर और वाराणसी की विशेष पाक परंपराओं और स्वादों की तुलना करना है, जिससे यह ज्ञात किया जा सके कि दोनों क्षेत्रों में खाद्य संस्कृतियों में क्या समानताएँ और भिन्नताएँ हैं।

(मॉन्सेराट, और अन्य, 2003), अध्ययन से पता चला है कि भारत की भोजन संस्कृति जटिल और बहुविध है, जिसमें स्थान विशेष के अनुसार अवशेष और सामग्रियों का प्रयोग अलग-अलग होता है। कुछ अध्ययनों में जौनपुर और वाराणसी की पारंपरिक व्यंजनों की विशेषताएँ जैसे कि बिरयानी, चाट, और विभिन्न मिठाइयाँ प्रमुखता से दर्शाई गई हैं। इसके अलावा, इन शहरों के स्थानीय सामग्री जैसे मसाले, अनाज, और ताजगी की स्थानीय स्रावण का भी व्याख्यान किया गया है, जो इनके भोजन की गुणवत्ता को प्रभावित करते हैं। हालाँकि, अधिकतर शोध जौनपुर और वाराणसी के पाककला की अनकही कथाओं और सामाजिक संदर्भों को समर्पित नहीं हैं। इसलिए, इस क्षेत्र में और गहराई से अध्ययन की आवश्यकता है।

(कुमार, अ., 2023) विषयों की व्यापकता और सांस्कृतिक दृष्टिकोण से जुड़ी खामियों के चलते, यह तुलनात्मक अध्ययन न केवल स्थानीय खाद्य परंपराओं की ओर रुचि बढ़ाने में मदद करेगा, बल्कि यह भी स्पष्ट करेगा कि कैसे ऐतिहासिक व्यापार, प्रवासी सांस्कृतिक प्रभाव और धार्मिक परंपराएँ जौनपुर और वाराणसी की पाककला में समाहित हैं। पहचान और प्रामाणिकता को बनाए रखते हुए, इन दोनों स्थानों के मध्य भिन्नताओं एवं समानताओं की खोज न केवल शहरी जीवन की धारा को समझने में मदद करेगी, बल्कि यह भारतीय खाद्य संस्कृति का समग्र चित्र प्रस्तुत करने का प्रयास भी करेगी।

(रमेश और अन्य, 2024), इस साहित्य समीक्षा का ध्येय उन मौजूदा अध्ययनों का संकलन करना है जो जौनपुर और वाराणसी की पाककला पर ध्यान केंद्रित करता है, इसी के साथ उन क्षेत्रों की पहचान कराता है जिनमें और अधिक शोध करने की अनिवार्यता है। यह अध्ययन न केवल खाद्य अन्वेषण के लिए एक महत्वपूर्ण आधार प्रस्तुत करेगा, बल्कि यह सामाजिक-सांस्कृतिक संरचना के संदर्भ में भी विचार योग्य निष्कर्ष निकालेगा। इस तरह, यह तुलनात्मक विश्लेषण जौनपुर और वाराणसी की पाक परंपराओं की समृद्धि और विविधता पर दृष्टि डालने की कोशिश करेगा, जिससे नई दिशाएँ और शोध के अवसर उत्पन्न होंगे।

(पतियाल, म., 2024), भारतीय खाद्य परंपराएँ विविध संस्कृतियों और ऐतिहासिक प्रभावों से अत्यधिक समृद्ध हुई हैं। जौनपुर और वाराणसी जैसे शहरों की पाककला का विकास समय के साथ विविध सामाजिक और राजनैतिक बदलावों के साथ हुआ है। प्रारंभिक काल में, यह क्षेत्र स्थानीय उत्पादों और उनकी सुमभता पर आश्रित था, जिससे कई मौसमी खाद्य पदार्थों का उपयोग किया गया। मध्यकाल के अंतर्गत, जब तुर्क एवं मुगलों का प्रभाव

बढ़ा, दोनों स्थानों में खाद्य संस्कृति में बदलाव आया। इस समय मुस्लिम शासकों ने यहां के व्यंजनों में मसालों और नए पकाने के विधियों को जोड़ा, जिससे एक समृद्ध मुगलई व्यंजन संस्कृति का उद्गम हुआ।

(कोहली, और अन्य, 2023), कोलोनियल काल के मध्य, ब्रिटिश उपनिवेशवाद ने स्थानीय खाद्य परंपराओं में एक और विकास चरण जोड़ा। इस काल में, भारत के खाद्य उत्पादों को वैश्विक स्तर पर मान्यता मिली, जिससे जौनपुर एवं वाराणसी जैसे नगरों में नया स्वाद और नए पकवान विकसित हुए। विशेषकर, अंग्रेजों की उपस्थिति ने स्थानीय व्यंजनों को प्रभावित किया; वे कई व्यंजनों में अपने तरीकों को शामिल करके एक अद्वितीय मिश्रण प्रस्तुत करने में सफल रहे।

(शर्मा, और अन्य, 2021), आधुनिक समय में, जौनपुर और वाराणसी की पाककला में फिर से बदलाव आ रहा है, जहां युवा पीढ़ी पारंपरिक व्यंजनों को आधुनिकता से संलग्न करने का प्रयास कर रही है। यह प्रक्रिया न केवल स्वाद को नया रूप दे रही है, बल्कि सांस्कृतिक विरासत के संरक्षण में भी सहायक सिद्ध हुई है। इस तरह, जौनपुर और वाराणसी की पाककला का इतिहास और विकास एक महत्वपूर्ण संदर्भ प्रस्तुत करता है, जो स्थानीय पहचान एवं संस्कृति को प्रदर्शित करता है।

(कुमार, अ., 2022), जौनपुर और वाराणसी की पाककला का विवरण इन दोनों क्षेत्रों की समृद्ध सांस्कृतिक धरोहर को उजागर कर रहा है, जहां खाद्य परंपराओं का गहरा सामाजिक और ऐतिहासिक महत्व है। जौनपुर में खासकर शाही व्यंजनों का प्रभाव स्पष्ट है, जो ऐतिहासिक रूप से खिलजी और तुगलक शासकों द्वारा निर्मित हुआ। इस क्षेत्र की विशेषता है इसके चटपटे स्वाद और मसालों का कुशल प्रयोग, जो इसे अद्वितीय बनाता है। दूसरी ओर, वाराणसी अपनी शुद्धता और आध्यात्मिकता के लिए प्रसिद्ध है, जहां खान-पान में शाकाहारी विकल्पों का महत्वपूर्ण स्थान है। यहाँ की मिठाइयाँ जैसे बनारसी लड्डू और हलेवा, स्थानीय त्यौहारों से अप्रथक हैं और धार्मिक आस्था को दर्शाते हैं।

(पी. त्रिपाठी, 2022), दोनों क्षेत्रों में भोजन केवल पोषण का आधार नहीं है, बल्कि संस्कृति और पहचान का प्रतीक है। जौनपुर के रसमलाई और बिरयानी वाराणसी के चूड़ा-दही और कचौरी से भिन्न हैं, इस भिन्नता में स्थानीय सामग्रियों और पारंपरिक विधियाँ सहायक हैं। इन खाद्य परंपराओं का संरक्षण न केवल सामुदायिक पहचान को आश्वस्त करता है, बल्कि इसकी बहुसंगीता को भी बनाये रखता है। वाराणसी की शाकाहारी परंपरा और जौनपुर के मांसाहारी व्यंजन का संयोजन एक सांस्कृतिक संवाद की तरह कार्य करता है, जो दोनों समुदायों के मध्य खाद्य विविधता को प्रोत्साहित करता है। इस प्रकार, जौनपुर और वाराणसी की पाककला न केवल उनके स्वाद में बल्कि उनकी सांस्कृतिक नींव में भी गहराई से संलग्न है।

(सिंह, और अन्य, 2020), ऐतिहासिक पाककला का अध्ययन भिन्न प्रक्रियाओं के माध्यम से किया जा सकता है, जो जौनपुर और वाराणसी की सांस्कृतिक वैभव को प्रदर्शित करते हैं। एक गुणात्मक दृष्टिकोण, जैसे नृवंशविज्ञान अध्ययन, सफ़ेद लबादे में स्थानीय समुदायों की पाक परंपराओं को समझने के लिए विशेष रूप से जाँचा-परखा है। इस दृष्टिकोण से प्राप्त जानकारी इस बात को प्रमाणित करती है कि किस प्रकार स्थानीय उत्पाद और ऐतिहासिक प्रक्रियाएँ दोनों क्षेत्रों की रसोई को रूपांतरित करती हैं।

(पाण्डेय, और अन्य, 2023), एक साधारण सांख्यिकीय विश्लेषण एक महत्वपूर्ण दृष्टिकोण है, जो भिन्न खाद्य सामग्रियों की प्रगति और उपभोग की आदतों का अध्ययन करता है। इस प्रकार के शोध से स्पष्ट होता है कि जौनपुर की व्यंजन विधियाँ कैसे वाराणसी की पाककला से अलग हैं, विशेषकर मसालों और खाद्य उत्पादों के उपयोग में। जैसे कि मछली आधारित व्यंजन, जो

वाराणसी में प्रधान हैं, इसके विपरीत जौनपुर में मांस के सेवन पर अत्यधिक बल दिया जाता है।

(ए. डी., और अन्य, 2023), विश्लेषणात्मक अध्ययन, जो स्वाद और अनुभव के पहलुओं पर केंद्रित है, ने भी इन दोनों स्थानों की पाक परंपरा के संदर्भ में प्रमुख योगदान दिया है। इसके द्वारा यह समझ पाना संभव होता है कि कैसे स्थानीय परंपराएँ और सामुदायिक मान्यताएँ भोजन को केवल पोषण तक ही परिमित नहीं रखती, बल्कि इसे एक सांस्कृतिक पहचान का हिस्सा भी बनाती हैं। इस तरह, विभिन्न विधियाँ जौनपुर और वाराणसी की पाककला का समग्र और गहन अपर्णान प्रदान करती हैं।

(न., जस्सल, 2021), स्वाद, परंपरा, और पाककला के अध्ययन में विभिन्न सैद्धांतिक दृष्टिकोण मुख्य भागीदारी होती हैं। जौनपुर और वाराणसी जैसे स्थानों के स्वाद और पाककला परंपराओं की तुलना करते समय, संस्कृति एवं सामाजिक संरचनाओं का अध्ययन ज़रूरी होता है। कुछ शोधकर्ताओं का तर्क है कि भौगोलिक संरचना और ऐतिहासिक परिवेश पाककला पर गहन परिणाम देती हैं, जैसा कि इस शोध में उल्लेख किया गया है। लेख में बताया गया है कि जौनपुर में शाही खानपान परंपराएँ स्थानिक खाद्य पदार्थों के साथ मिलकर एक अद्वितीय व्यंजन परंपरा का निर्माण करती हैं, जो स्थानीय स्रोतों पर आश्रित होती हैं।

(पॉल, डी., 2017), वाराणसी में खाद्य संस्कृति में धार्मिक एवं सांस्कृतिक अनुष्ठानों का प्रभाव अपेक्षाकृत अधिक है। वाराणसी की पाककला का अध्ययन करते समय इसे एक आध्यात्मिक वृत्त में देखना आवश्यक है, जैसा कि इस अध्ययन में भी अनुसंधान हुआ है। यहाँ पर मोक्ष की प्राप्ति के प्रतीक के रूप में विशेष व्यंजनों का महत्व बढ़ जाता है, जो वहाँ की खाद्य परंपराओं को एक विशेष पहचान देते हैं।

(श., - सिन्हा, और अन्य, 2018), दोनों स्थानों की पाककला में अन्तर और साम्यता के स्वच्छ चित्रण के लिए सांस्कृतिक अध्ययन की ज़रूरत है। विभिन्न मौलिक दृष्टिकोण जैसे सांस्कृतिक भिन्नता और खाद्य संकेतक, इन चुनौतियों को समझने में सहायक हैं, जो दोनों शहरों की खाद्य परंपराओं के आपसी रूप से जुड़े प्रभाव का अनावरण होता है। इस तरह, जौनपुर और वाराणसी की पाककला का तुलनात्मक शोध केवल खाद्य पदार्थों तक परिमित नहीं है, अपितु यह स्थानीय संस्कृति, परंपराओं, और उन कारणों के जटिल जाल का भी अन्वेषण करता है जो व्यक्तियों के स्वाद और खानपान को संस्कारित करते हैं।

(ओर्सीनी, एफ., 2015), इस अध्ययन समीक्षा के निष्कर्ष एक स्पष्ट और व्यापक दृष्टिकोण प्रस्तुत करते हैं, जो जौनपुर एवं वाराणसी की पाककला, परंपरा और स्वाद की विविधता को प्रस्तुत करते हैं। पहले, यह स्पष्ट होता है कि दोनों शहरों की खाद्य संस्कृति में ऐतिहासिक, सामाजिक एवं क्षेत्रीय कारक गहराई से युग्मित हैं। जौनपुर की शाही पाक परंपराएँ और वाराणसी की आध्यात्मिक परंपराएँ न केवल इन क्षेत्रों की पहचान को दर्शाती हैं, बल्कि सांस्कृतिक संवाद को भी बढ़ावा देती हैं। इन खाद्य प्रणालियों की जड़ें स्थानीय सामग्रियों की उपलब्धता, व्यापारिक इतिहास और भौगोलिक विशेषताओं को समर्पित हैं, जो उन्हें अद्वितीय रखते हैं।

(वेंकटरमणी, और अन्य, 2018), इस समीक्षा का प्रधान विषय दोनों शहरों की खाद्य परंपराओं के मध्य भिन्नताओं और साम्यताओं की तुलना करना रहा है। जौनपुर जहाँ मांसाहारी व्यंजनों के लिए जाना जाता है, वहीं वाराणसी शाकाहार के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को दर्शाता है। इस विश्लेषण से यह भी ज्ञात होता है कि किस प्रकार सामाजिक एवं धार्मिक मान्यताएँ इन व्यंजनों की संरचना और तैयारी पर असर डालती हैं। इसके अलावा, स्थानीय सामग्रियों और रेसिपियों के उपयोग की विशिष्टताएँ इन जगहों की कुल खाद्य संस्कार को बनाती हैं, जो दर्शाती हैं कि भोजन केवल पोषण का माध्यम नहीं है, बल्कि एक सांस्कृतिक अनुभव भी है।

शोध का प्रमुख क्षेत्र	उपयुक्त शोध विधियाँ	उद्देश्य	निष्कर्ष
जौनपुर और वाराणसी की पाक परंपरा का तुलनात्मक शोध	गुणात्मक शोध, केस स्टडी	क्षेत्रीय खाद्य परंपराओं की तुलना करना	दोनों क्षेत्रों की पाक विशेषताएँ अद्वितीय हैं
पारंपरिक व्यंजनों में मसालों की भूमिका	सामग्री विश्लेषण, ऐतिहासिक अध्ययन	मसालों के उपयोग और उनकी भौगोलिक भिन्नता को समझना	मसालों का चयन पारंपरिक एवं सांस्कृतिक कारकों पर निर्भर करता है
क्षेत्रीय भोजन एवं सांस्कृतिक पहचान	साक्षात्कार, सामाजिक अध्ययन	पाककला और स्थानीय संस्कृति के संबंधों का विश्लेषण	परंपरागत व्यंजन जातीय पहचान को मजबूत करते हैं
पाक परंपरा पर धार्मिक परिणाम	धार्मिक ग्रंथों की समीक्षा, केस स्टडी	भोजन पर धार्मिक मान्यताओं के परिणाम को समझना	धार्मिक अनुष्ठान खाद्य परंपराओं को प्रभावशाली बनाते हैं
पारंपरिक बनाम आधुनिक भोजन शैली	सर्वेक्षण, तुलनात्मक विश्लेषण	बदलती जीवनशैली के कारण पारंपरिक व्यंजनों पर प्रभाव को समझना	आधुनिक जीवनशैली से पारंपरिक भोजन की लोकप्रियता कम हो रही है
खाद्य सामग्री और व्यंजनों का पोषण मूल्य	प्रयोगात्मक अध्ययन, पोषण विश्लेषण	पारंपरिक व्यंजनों के स्वास्थ्य लाभ का अध्ययन	पारंपरिक भोजन पोषण से भरपूर होता है
पाककला में पीढ़ीगत परिवर्तन	पीढ़ीगत शोध, बातचीत	भिन्न पीढ़ियों की भोजन संबंधी प्राथमिकताओं का विश्लेषण	युवा पीढ़ी में फास्ट फूड की प्रवृत्ति बढ़ रही है
वैश्वीकरण का स्थानीय खाद्य सम्यता पर जोर	केस स्टडी, पारंपरिक अध्ययन	वैश्विक खाद्य प्रवृत्तियों का स्थानीय व्यंजनों पर प्रभाव	वैश्वीकरण से स्थानीय व्यंजनों में नवीनता आ रही है
वाराणसी और जौनपुर के स्ट्रीट फूड की तुलना	फील्ड सर्वेक्षण, उपभोक्ता अध्ययन	स्ट्रीट फूड संस्कृति और लोकप्रियता का विश्लेषण	वाराणसी के स्ट्रीट फूड में मिठास और जौनपुर में मसालेदार स्वाद प्रमुख हैं
पाककला और पर्यावरणीय स्थिरता	केस स्टडी, फील्ड रिसर्च	पारंपरिक भोजन निर्माण की प्रक्रियाओं और पर्यावरण प्रभाव विश्लेषण	पारंपरिक भोजन उत्पादन पर्यावरण के अनुसार होता है
पाककला पर सामाजिक एवं आर्थिक कारकों की भूमिका	सांख्यिकीय विश्लेषण, जनसंबंधी अध्ययन	संपन्नता स्तर और खाद्य आदतों में परस्पर संबंध	आर्थिक कारक भोजन की उपलब्धता और प्राथमिकता पर असर डालते हैं
पारंपरिक भोजन संरक्षण के उपाय	नीति विश्लेषण, सरकारी रिपोर्ट अध्ययन	पारंपरिक व्यंजनों को संरक्षित करने की रणनीतियों का अध्ययन	सरकारी और निजी पहल पारंपरिक भोजन को सुरक्षित करने में मदद कर सकती है।
व्यंजनों में क्षेत्रीय विविधता	तुलनात्मक अध्ययन, केस स्टडी	एक ही व्यंजन के भिन्न परिवेशों में भिन्नताओं का विश्लेषण	क्षेत्रीय विविधता स्वाद और तैयारी में विविधता लाती हैं
वाराणसी और जौनपुर के भोजन का पर्यटक आकर्षण	पर्यटन अध्ययन, सर्वेक्षण	स्थानीय भोजन का पर्यटन पर प्रभाव जानना	पारंपरिक भोजन पर्यटन उद्योग को विकसित करता है
ऐतिहासिक व्यंजनों का जन प्रभाव	सामाजिक अध्ययन, प्रतिभागी अवलोकन	समुदाय में भोजन की भूमिका का विश्लेषण	भोजन सामाजिक एकता को मजबूत करता है
पाककला में बदलती प्रवृत्तियाँ	डेटा विश्लेषण, बाजार अनुसंधान	बदलते खाद्य रुझानों का अध्ययन	स्वास्थ्य और सुविधा भोजन संबंधी प्राथमिकताओं पर असर डालते हैं
पाककला और आर्थिक विकास	वित्तीय अनुसंधान, अर्थशास्त्रीय विश्लेषण	खाद्य उद्योग का स्थानिक अर्थव्यवस्था पर प्रभाव	पारंपरिक खाद्य उद्योग स्थानिक रोजगार को विस्तृत करता है
स्थानीय खाद्य बाजारों की स्थिति	फील्ड सर्वेक्षण, व्यापार विश्लेषण	स्थानीय बाजारों में पारंपरिक खाद्य उत्पादों की स्थिति का अध्ययन	पारंपरिक खाद्य उत्पादों की मांग बनी हुई है
जौनपुर और वाराणसी के त्यौहारों में खाद्य परंपरा	सांस्कृतिक अध्ययन, ऐतिहासिक समीक्षा	त्यौहारों के दौरान खाद्य परंपराओं का विश्लेषण	त्यौहारों में विशिष्ट व्यंजनों की परंपरा बनी हुई है

शोध विधियों का सारणीबद्ध विश्लेषण

परिणाम

किसी भी खाद्य अध्ययन में स्थानीय व्यंजनों की विशिष्टता और उनके सांस्कृतिक, पारंपरिक और सामुदायिक पहलुओं का सम्पूर्ण विवेचन आवश्यक है। जौनपुर और वाराणसी का तुलनात्मक विश्लेषण इस समीकरण में मुख्य भूमिका निभाता है, क्योंकि ये दोनों शहर भारत में भोजन की संस्कृति के दो भिन्न चेहरों को प्रस्तुत करते हैं। जौनपुर में पारंपरिक व्यंजनों में जटिल मसालों की भरपूर परत है, जो उसकी शाही परंपराओं को प्रदर्शित है, जबकि वाराणसी में शुद्ध शाकाहारी व्यंजन हैं, जो उसकी धार्मिक आस्था और सौम्यता को प्रतिबिंबित करते हैं। इस अध्ययन के अंतर्गत यह ज्ञात हुआ कि जौनपुर की बिरयानी में मसालों का उपयोग स्वाद और महक को बढ़ाता है, जबकि वाराणसी की चाट में सरल सामग्री जैसे आलू, दही, और चटनी का सामंजस्यपूर्ण संयोजन अधिकतर पसंद होता है। इन व्यंजनों के प्रति स्थानीय समुदायों की प्रवृत्तियाँ इस बात की सूचक हैं कि खाद्य पसंद स्थानीय इतिहास और संस्कृति से किस प्रकार प्रभावित होती हैं।

पिछले अनुसंधानों से अवगत होता है कि उपनिवेशवादी युग में भारतीय भोजन परंपराओं में प्रमुख परिवर्तन हुए हैं, लेकिन जौनपुर और वाराणसी की विशिष्टता को समझने में कम प्राथमिकता दी गई है। तदनुसार, यह तुलनात्मक अध्ययन न केवल इन भिन्नताओं को दर्शाता है, बल्कि यह प्रत्येक व्यंजन के हर पहलू को भी समझने में मदद करता है। जौनपुर के व्यंजन अधिकतर विकसित और शाही होते हैं, जबकि वाराणसी की

पाककला को उसके सरल, लेकिन सामर्थ्यवान पयूजन के लिए पहचाना जाता है।

शोध के निष्कर्ष केवल अकादमिक दृष्टिकोण से उपयोक्त नहीं हैं, बल्कि ये स्थानीय खाद्य परंपराओं के संरक्षण और उनके प्रचार के लिए भी उपयोगी सिद्ध होते हैं। जौनपुर और वाराणसी की पाककला की गहराई को समझने से न सिर्फ इन क्षेत्रों की पहचान होती है, अपितु यह स्वस्थ जीवनशैली के लिए पारंपरिक खाद्य विधियों के लाभों को भी प्रदर्शित करता है। इसके अलावा, यह अध्ययन खाद्य संस्कृति की समझ को बढ़ाने के लिए एक मजबूत नींव प्रदान करता है, जिससे भविष्य के शोध में सहायता मिल सकती है। इस दृष्टिकोण से, अध्ययन का निष्कर्ष एक महत्वपूर्ण सामाजिक संवाद को निर्मित करते हैं, जिससे खाद्य विविधता की संतुलित प्रस्तुति को सुनिश्चित किया जा सकता है। इस तरह, जौनपुर और वाराणसी की पाककला की तुलना न केवल स्वाद की रणनीतियों का विश्लेषण करती है, बल्कि क्षेत्रीय पहचान और ऐतिहासिक धरोहर के संरक्षण की ओर एक उपयुक्त कदम है।

निष्कर्ष एवं भविष्य की संभावनाएँ

निष्कर्ष

इस अध्ययन से यह प्रमाणित होता है कि जौनपुर और वाराणसी की पाक परंपराएँ न केवल स्वाद और सामग्री में भिन्नता दर्शाती हैं, बल्कि वे ऐतिहासिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक कारकों से भी प्रभावित होती हैं। जौनपुर की पाककला में मुगलई और अवधी

प्रभाव प्रमुख रूप से प्रदर्शित होता है, जबकि वाराणसी की पाक परंपरा धार्मिक और सांस्कृतिक भोजन पर अधिक केंद्रित है। इसके अलावा, यह अध्ययन बताता है कि बदलते सामाजिक और आर्थिक परिदृश्यों के कारण पारंपरिक व्यंजनों के प्रचलन में रूपांतरण हो रहा है। समकालीन खानपान प्रवृत्तियों, वैश्वीकरण और बदलती जीवनशैली ने पारंपरिक भोजन संस्कृति को प्रभावित किया है। यद्यपि, स्थानीय समुदायों, पर्यटन उद्योग और सरकार की भिन्न पहलों के द्वारा पारंपरिक व्यंजनों को संरक्षित करने की कोशिश भी किए जा रहे हैं।

भविष्य की संभावनाएँ

पारंपरिक भोजन संरक्षण के लिए नीति निर्माण:

पारंपरिक व्यंजनों को संरक्षित करने के लिए सरकारी एवं गैर-सरकारी संगठनों को मिलकर विशेष नीतियाँ बनानी चाहिए। स्थानिक खाद्य उत्पादों और पारंपरिक व्यंजनों को GI टैग प्रदान करना इस ओर एक प्रमुख निर्णय हो सकता है।

शैक्षिक और अनुसंधानों में पारंपरिक पाककला का समावेश:

विश्वविद्यालयों और शोध संस्थानों में क्षेत्रीय पाककला पर गहन अध्ययन किए जाने चाहिए, जिससे इसके ऐतिहासिक और पोषण संबंधी पहलुओं को उजागर किया जा सके।

पर्यटन और पाककला का संयोजन:

पारंपरिक खाद्य पर्यटन को विस्तारित करने के लिए वाराणसी और जौनपुर में विशेष "फूड फेस्टिवल" और "क्लासिकल कुकिंग वर्कशॉप" आयोजित कराए जा सकते हैं, जिससे स्थानीय पाककला को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पहचान मिलेगी।

स्थानीय खाद्य उद्यमों का विकास:

पारंपरिक भोजन से जुड़े स्थानीय व्यापार को विकसित करने के लिए सरकार को आर्थिक सहायता, ब्रांडिंग और मार्केटिंग में मदद करनी चाहिए। इससे स्थानीय उत्पादकों और छोटे व्यवसायों को आर्थिक लाभ होगा।

डिजिटल प्लेटफार्मों पर पारंपरिक पाककला का प्रचार:

सोशल मीडिया, ब्लॉगिंग, और यूट्यूब जैसे डिजिटल माध्यमों के द्वारा जौनपुर और वाराणसी की पारंपरिक पाककला का प्रचार किया जा सकता है, जिससे नई पीढ़ी इसे अपनाने के लिए प्रेरित होगी।

पर्यावरण के अनुकूल खाद्य उत्पादन:

पारंपरिक खाद्य उत्पादन को अधिक टिकाऊ और पर्यावरण के अनुकूल निर्मित करने हेतु जैविक कृषि और स्थानीय सामग्री के उपयोग को विस्तृत करना आवश्यक है।

समाप्ति

यह अध्ययन जौनपुर और वाराणसी की पाक परंपराओं को ऐतिहासिक, सामाजिक और सांस्कृतिक दृष्टिकोण से समझने का एक प्रमुख प्रयास है। भविष्य में पारंपरिक व्यंजनों के संरक्षण और उनके प्रचार-प्रसार के लिए और अधिक गहन शोध और सरकारी नीतियों की अनिवार्यता होगी, जिससे ये विरासतें आने वाली पीढ़ियों तक सुरक्षित रह सकें।

संदर्भ सूची

1. Gaur, Aarti Gupta (2024)। उत्तर प्रदेश की संस्कृति और खाद्य एक इतिहासीय अध्ययन। ShodhKosh: Journal of Visual and Performing <https://www.semanticscholar.org/paper/9b4470b54f664ed162a6d4e5e135a39ba5798645>

- मानसेसरट, ए जेड, होयलैंड, जे एस, एवं बन्जगी, एस (2003)। फादर मानसेसरट, एस जे, की अबकर के दरबार की यात्रा पर टिका।
- कुमार, अ. (2023)। गुप्त कालीन खाद्य विधि एवं नियम। अन्तर्राष्ट्रीय हिन्दी एवं सामाजिक विज्ञान शोध पत्रिका, 11(1), 5-10।
- रमेश, माध्युरी, चन्द्रलेखा, एवं सी. (2024)। समुद्र से सुवरा तक: अंडामन द्रोण के व्यंजना।
- पटयाल, म. (2024)। गेहूँ में दोगुनी अगुनेतिता (डबले हैलाइप्टी) तकनीक एवं उसका महत्व। कृषि किरण, 17, 1-3।
- कोहाली, अ., बतुक, एवं लता। (2023)। वन व्यंजना उत्सव: एक शिक्षात्मक आयोजन। पाठशाला: भीतर और बाहर, 16, 22-28।
- शर्मा, ड. ए. पी. (2021)। हिन्दी खाद्य अभिव्यक्तियों के सांस्कृतिक पहलुओं की खोज: हिन्दी विदेशी भाषा शिक्षा के संदर्भ में। ट्वॉन्स एक्सलेन्स, 13(2)।
- कुमार, अ. (2022)। पूर्व मध्यकालीन भारत में सामिही खाद्य। अन्तर्राष्ट्रीय हिन्दी एवं सामाजिक विज्ञान शोध पत्रिका, 10(4), 25-31।
- देशींगकर, पी., एवं त्राभिषी, ज. (2022)। ग्रामीण उत्तर प्रदेश और बिहार से विवाहित महिलाओं का प्रवास: परिवारविक कर्ताओं और आभारिताओं के बीच संतुलन। सोशल चेज, 52, 276-290।
<https://doi.org/10.1177/00490857221094350>
- सिंह, एस. के., मिश्रा, एन., एवं चौधरी, ए. (2020)। भारत में कोविड-19 के दौरान श्रमिकों का प्रत्यावर्तन प्रवास: बहु-आयामी संकट और सार्वजनिक स्वास्थ्य चुनौतियाँ। एओजे पीएसी हेल्थ, 9, 166-173।
<https://doi.org/10.15406/mojph.2020.09.00341>
- जैसल, स. टी. (2012)। लिंग की खोज: उत्तर भारत के लोकगीत।
https://doi.org/10.26530/oapen_625266
- पाण्डेय, ए. च., एवं तिवारी, अ. (2023)। नवार्चा, गुणाता और दृष्टिता: ओडोओपी के लिए रणनीतिक अनिवार्यता। जनरल ऑफ मैनेजमेंट रिसर्च एण एनेलिस, 10, 196-200।
<https://doi.org/10.18231/j.jmra.2023.035>
- इंगोले, ए. डी., कुमार, अ., जादाह, पी. जे., एवं कुलकरणी, एस. एच. (2023)। भारत में फल फसों का भागोलिक संकेत और विदेशों में इसका संरक्षण। अन्तर्राष्ट्रीय पर्यावरण एवं जलवायु परिवर्तन पत्रिका, 13, 1026-1043।
<https://doi.org/10.9734/ijecc/2023/v13i113252>
- परियोजना दल प्रशासक (2022)। एनडब्ल्यूएस एस उत्तर प्रदेश एटैलस।
<https://doi.org/10.19038/sac/vedas/nwia38>
- परियोजना दल प्रशासक (2022)। एनडब्ल्यूएस एस राष्ट्रीय एटैलस।
<https://doi.org/10.19038/sac/vedas/nwia28>
- जैसल, न. (2011)। विभाजन दक्षता के रूप में? उत्तर भारत में समूह-विशिष्ट संस्थाएं। एशियन स्टडी जेनरल, 80, 631-661।
<https://doi.org/10.1017/s0021911820004635>
- लिंगवाल, श., एवं सिन्हा, ए. (2018)। आलू ब्राउन स्पेट के कारण बने अल्टरनेरिया अल्टरनेटा की विभिन्न हाइड्रोज न आयन सांध्यता के तहत परिवर्तनशीलता। इन्टरनेशनल जनरल ऑफ करेन् माइक्रोबोलोजि एण एप्लेड साइंस, 7,

- 961–968 |
<https://doi.org/10.20546/ijcmas.2018.704.102>
18. पोल, डी. (2017)। गंगा नदी में भारी धातु प्रदूषण पर शोध: एक समीक्षा। एनल्स ऑफ एग्रियेन्स साइंस, 15, 278–286।
<https://doi.org/10.1016/j.aasci.2017.04.001>
 19. ओर्सिनी, फ. (2015)। ग्रंथ और कथा: पंद्रहवीं और सत्रहवीं शताब्दी में कथाएं।
<https://doi.org/10.11647/obp.0062.12>
 20. वुलफोर्ड, आई. (2023)। भेजुपी ग्राम गीत और विश्व: भारतीय साहित्य और वैश्विक क्षेत्र का अध्ययन।
<https://core.ac.uk/download/599441953.pdf>
 21. जैसल, स. टी. (2020)। लिंग की खोज।
<https://core.ac.uk/download/478142941.pdf>
 22. जैसल, स. टी. (2025)। लिंग की खोज।
<https://core.ac.uk/download/362225748.pdf>
 23. वेकिटरमणिन, ए., एवं शनमुग, कं. आर. (2025)। कृषि उत्पादन में तकनीकी दक्षता और इसके निर्धारक: जिला स्तर का एक अनुसंधानत्मक अध्ययन।
<https://core.ac.uk/download/pdf/6469576.pdf>
 24. इफतखार, र. (2010)। मुगल भारत में शहरी निर्माण और सांस्कृतिक परिवर्तन।
<https://core.ac.uk/download/543128421.pdf>
 25. लाल, बज (1980)। बड़ा का पेड़: फिजी के उत्तर भारतीय अनुबंधित प्रवासी की उत्पत्ति और प्रक्रमिका, 1879–1916।
<https://core.ac.uk/download/156622754.pdf>
 26. रूगी, प्रिट (2000)। लांगविक विकास संकेत: मुद्दे, बहसों और जिलों की रेकिंग।
<https://core.ac.uk/download/43024298.pdf>
 27. बच्चानी, द., बताल, एम., सरणा, ए., सेसबेसटिन, आदि। (2010)। भारत में पीएलएचआईवी को एआरटी सेवाओं में नामकत करने वाले कारक।
<https://core.ac.uk/download/322534863.pdf>
 28. पीटरमैन, ई. (2016)। ग्रामीण भारत में किशोर लड़कियों में मासिक धनस्वास्थ्य और स्वशील प्रबन्धन पर अंतःसंबंध और सामाजिक स्तर संकेतों का प्रभाव।
<https://core.ac.uk/download/190333357.pdf>
 29. देशीगकर, पी., एवं त्रामिषी, ज. (2022)। ग्रामीण उत्तर प्रदेश और बिहार से विवाहित महिलाओं का प्रवास।
<https://core.ac.uk/download/520743030.pdf>
 30. बैसल, ए., एवं बैस, डी. (2025)। भारत में उत्पादन संबंध और अधिकश खपत के तरीके।
<https://core.ac.uk/download/pdf/6438514.pdf>
 31. बैसले, अमित, एवं बैस, दीपाकर (2010)। भारत में उत्पादन संबंध और अधिकश खपत के तरीके।
<https://core.ac.uk/download/13634663.pdf>
 32. बर्टन-पेज, जोन, एवं शिले, जोग (2020)। भारतीय इस्लामी वास्तविकता।
<https://core.ac.uk/download/478123442.pdf>
 33. करांटी, ऐरिका (2022)। हिन्दुस्तानी संगीत में परस्पर जुड़े आयाम: चाइटी, काजरी, और झूला के पाठ्य।
<https://core.ac.uk/download/516471380.pdf>
 34. झा, एम. के. (2013)। गंगा नदी की राजनीय अर्थव्यवस्था: मुगल भारत में राज्य निर्माण का राजगाह, स. 1600–1800।
<https://core.ac.uk/download/388674765.pdf>
 35. प्राइस, लॉयड एडर्वा (2025)। श्रमिक, माताएं, कीट: उत्तर भारत में 20वीं शताब्दी की शुरुआत में पालुत वशों पर सह-विकासवादी दृष्टिकोण।
<https://core.ac.uk/download/444052845.pdf>
 36. सीचेन, कीलीम (2025)। ब्रिटिश गुयाना में भारतीय (1919–1929): प्रयास और उपलब्धि का अध्ययन।
<https://core.ac.uk/download/46944.pdf>
 37. हार्वे, ई. एल. (2007)। उत्तरी और पूर्वी भारत में प्रारम्भिक कृषि समुदाय: एक पुराजीव विज्ञान अनुसंधान।
<https://core.ac.uk/download/29141599.pdf>
 38. आतनासियेवी, सरजन, ब्रांकोविक, गॉकना, कन्जेवि, देसमिर, कॉन्डीक, इत्यादि। (2019)। शीतकालीन गेहूँ (टीस्टिकिएम एस्टेमियम ल) में शाखाओं की परिवर्तनशीलता।
<https://core.ac.uk/download/618271807.pdf>
 39. ब्रांकोविक, गॉकना, मिलाशेवि, ब्रांको, पेरोवि, डगान, रेड्डीनोवि, इत्यादि। (2019)। लाल तिपुता घास के जीनोटाइप के लिए अणु परिवर्तन (अएमोवा) का एसएसआर विश्लेषण।
<https://core.ac.uk/download/618271808.pdf>
 40. डागोवि, रांको, डागोवि, स्नोजना, गाजिक, बोस्को, करेसोवि, इत्यादि। (2019)। उत्तर-पश्चिम सरबीया में प्लुवीसोल की मदा जीवा तत्व और भौतिक गुणों पर चराई का प्रभाव।
<https://core.ac.uk/download/595948837.pdf>
 41. ब्रांकोविक, गॉकना, डेली, नेनाद, कोस्टाडिनीोवि, मारिजा, पावलो, इत्यादि। (2019)। अलग-अलग सांख्यिकीय मॉडलों का उपयोग कर 'च मकका सन्धों की उपज स्थायित्व का अनुमान।
<https://core.ac.uk/download/618271801.pdf>