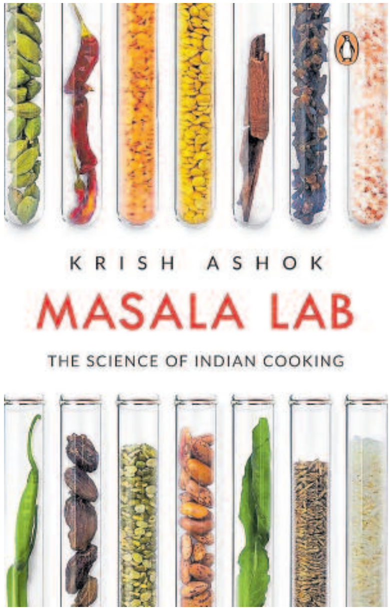
ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಆಸ್ವಾದಿಸುವ ಅನುಭವವನ್ನು ನಾವು ಕಾಲಾಂತರದಿಂದ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಒಂದು ಆಹಾರದ ರುಚಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೇರುವುದು ನಾಲಿಗೆಯ ಮೂಲಕ ಹೌದಾದರೂ, ಅದಕ್ಕಿರುವ ಪರಿಮಳ, ಹದ, ಶಾಖ, ಅನುಭವ ಮತ್ತು ನೆನಪು ಎಲ್ಲವೂ ಭಿನ್ನರೀತಿಯಲ್ಲಿ ರುಚಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ. ಶಂಕರಪುರದಲ್ಲಿರುವ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರ ಕಾಫಿ ಬಾರ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವ ಇಡ್ಲಿಯನ್ನು ಪಾರ್ಸೆಲ್ ಮಾಡಿಸಿ ತಂದಾಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಅದರ ಹದ, ಶಾಖ ಬಿಗಡಾಯಿಸಿ, ಕೆಟ್ಟ ಹಿಟ್ಟಿನ ಮುದ್ದೆಯಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಪದಾರ್ಥ, ಮತ್ತು ಮಾಡುವ ರೀತಿಯಿಂದ ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಶೋಕ್ ತಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕದ ಮೂಲಕ ಪಾಕಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ವಿಜ್ಞಾನದ ಲೇಪವನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ನಮ್ಮ ರುಚಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಆಹಾರ ತಯಾರಾಗುವುದು ಕೇವಲ ಪಾಕವಿಧಾನದಿಂದ ಅಲ್ಲ. ಪಾಕವಿಧಾನಗಳು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಮಸಾಲೆ, ತರಕಾರಿಗಳಿರಬೇಕು, ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಅದನ್ನು ಬೇಯಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತವಾದರೂ, ಅದರಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಬಾಣಲಿ ಶಾಖವನ್ನು ಪಸರಿಸುವ ರೀತಿ, ಯಾವ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಯಾವ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಬೇಕು, ತರಕಾರಿಯನ್ನು ಯಾವ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಬೇಕು ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನವಿದೆ ಎಂದು ಅಶೋಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಕಬ್ಬಿಣದ ಪಾತ್ರೆ ಶಾಖವನ್ನು ಹೆಚ್ಚುಹೊತ್ತು ಕಾಪಿರಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಬೆಂಕಿಯನ್ನು ಆರಿಸಿದ ಮೇಲೂ ಅದರ ಶಾಖದ ಪ್ರಭಾವ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಯೂಮಿನಿಯಮ್ ಬೇಗ ಶಾಖವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುತ್ತದೆ. ಕುಕ್ಕರಿನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಮೂರು ಸೀಟಿ ಬರುವವರೆಗೂ ಬೇಯಿಸಿ ಅನ್ನುವುದು ಪಾಕವಿಧಾನದೊಳಕ್ಕೆ ನುಸುಳಿರುವ ಅವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತಂತ್ರವೆಂದು ಅವರು ವಾದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೂರು ಸೀಟಿ ಅನ್ನುವುದು ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಬೇಯಬೇಕೆನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಅಳತೆಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ಕುಕ್ಕರಿನ ಮಾಡಲ್ ಬದಲಾದರೆ, ಗ್ಯಾಸಿನಿಂದ ಇಂಡಕ್ಷನ್ ಸ್ಟವ್‌ಗೆ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾದರೆ – ಈ ಮೂರು ಸೀಟಿಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲೆಕ್ಕ ತಪ್ಪಿಹೋಗಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿಯೇ ಪಾಕವಿಧಾನವನ್ನು ನಾವು



ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಓದಿ ಅಳವಡಿಸಿದರೂ, ಖಾದ್ಯದ ರುಚಿ ಕೈಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಅಲ್ಲಿರುವ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸದಿರುವುದೇ ಕಾರಣವೆಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಖಾದ್ಯಕ್ಕೆ ಬಳಸುವ ಕಚ್ಚಾವಸ್ತುಗಳಾದ ತರಕಾರಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದಾಗಿ (ಬೇಯಿಸುವ ಅಥವಾ ಸುಡುವ ಮೂಲಕ) ಅವುಗಳ ರುಚಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇಯಿಸುವುದರಿಂದ ಈರುಳ್ಳಿಯ ಘಾಟಿನ ತೀವ್ರತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳು ಈ ಬಗೆಯ ಘಾಟನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಕ್ಕೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕಾರಣವಿದೆ – ಈ ಘಾಟಿನ ಮೂಲಕವೇ ಅವು ತಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇವುಗಳ ರುಚಿಯನ್ನು ಮನುಷ್ಯನ ನಾಲಗೆಯ ಹದಕ್ಕೆ ತರಲು ಬೇಯಿಸುವುದು, ಸುಡುವುದು ಮತ್ತು ಹುರಿಯುವುದು ಹೀಗೆ ವಿವಿಧ ತಂತ್ರಗಳ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಅವಕ್ಕೆ ಅಗ್ನಿಸಂಸ್ಕಾರ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲೆಕೋಸಿಗೆ ಶಾಖ ನೀಡುವ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಅದರ ವಾಸನೆಯ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು