

ಖರ್ಜೂರದ ಉಂಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಒಂದು ಕಪ್ ಖರ್ಜೂರ/ ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಬಾದಾಮಿ

ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಗೋಡಂಬಿ ಚೂರುಗಳು

ಗಸಗಸೆ ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಐದು ಚಮಚ

ಒಂದು ಕಪ್ ಒಣ ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ

ಸ್ವಲ್ಪ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಖರ್ಜೂರದ ಚೂರುಗಳು

ಎರಡು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬಿಸಿ ಮಾಡಿದ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಗೋಡಂಬಿ, ಬಾದಾಮಿ, ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ, ಗಸಗಸೆ ಮತ್ತು ಚೂರು ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಖರ್ಜೂರವನ್ನು ಐದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಹುರಿಯಿರಿ. ಮಿಕ್ಸಿ ಜಾರಿಗೆ ಖರ್ಜೂರವನ್ನು ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹುರಿದುಕೊಂಡ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ಖರ್ಜೂರವನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ. ಒಲೆಯನ್ನು ಅರಿಸಿ. ಜಾಸ್ತಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಬಾಣಲೆಯ ಬಿಸಿ ಸಾಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿ.



ಡ್ರೈಫ್ರೂಟ್ಸ್ ಲಡ್ಡು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಗೋಡಂಬಿ, ಬಾದಾಮಿ, ವಾಲ್‌ನಟ್, ಪಿಸ್ತಾ, ಒಣದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಅಂಜೂರ,

ಖರ್ಜೂರ, ತಲಾ 100 ಗ್ರಾಂ

ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ

ತುಪ್ಪ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ ಒಂದೊಂದೇ ಡ್ರೈಫ್ರೂಟ್ಸ್ ಕೆಂಬಣ್ಣ ಬರುವರೆಗೆ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಅಂಜೂರ ಮತ್ತು ಖರ್ಜೂರ ಬಣ್ಣ ಬದಲಾದರೆ ಸಾಕು. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹುರಿದ ನಂತರ ಪೂರ್ತಿ ಆರಲು ಬಿಡಿ. ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಂಜೂರ, ಖರ್ಜೂರ ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮೂರು ಪೇಸ್ಟ್ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಂಟು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಬಾದಾಮಿ, ಗೋಡಂಬಿ ಪಿಸ್ತಾ ಮತ್ತು ವಾಲ್ ನಟ್, ನೊಂದಿಗೆ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಬೇಕಿದ್ದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಬಾರಿ ತಿರುಗಿಸಿ. ಉಂಡೆ ಕಟ್ಟುವ ಹದಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿ. ಇದನ್ನು ಡಬ್ಬಿಯಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಿ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟರೆ ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಕೆಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮಧುಮೇಹ ಇರುವವರಿಗೆ ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಹ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಲಡ್ಡು ತಯಾರಿಸಿ ಸವಿಯಿರಿ.

ಖರ್ಜೂರ- ರಾಗಿ ಉಂಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ರಾಗಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್/ ಕರ್ಜೂರ ಒಂದು ಕಪ್

ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಬಾದಾಮಿ, ಪಿಸ್ತಾ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿದ್ದು

ಒಂದು ಕಪ್/ ತುಪ್ಪ ಅರ್ಧ ಕಪ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಲು ಭಾಗ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಪಿಸ್ತಾ, ಬಾದಾಮಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಕೆಂಬಣ್ಣ ಬರುವರೆಗೆ ಹುರಿಯಿರಿ. ನಂತರ ರಾಗಿ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಹಾಕಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಐದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಹುರಿಯಿರಿ. ಹುರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಒಂದು ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಡಿ. ಖರ್ಜೂರವನ್ನು ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬಾಣಲೆಗೆ ಉಳಿದ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ ಜೊತೆಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಖರ್ಜೂರವನ್ನು ಹಾಕಿ. ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಕೈಯಾಡಿಸುತ್ತಾ ಬೇಯಿಸಿ. ಅದು ಪಾಕದ ಹದ ಬರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಹುರಿದ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಾಕುತ್ತಾ ಖರ್ಜೂರದ ಜೊತೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ. ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಎಲ್ಲಾ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಹೊಂದಿಕೊಂಡ ನಂತರ ತಟ್ಟೆಗೆ ಹಾಕಿ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ.

