



ಸಂಕ್ರಾಂತಿ ಸೈಷಲ್

ಸಂಕ್ರಾಂತಿ ಹಬ್ಬಕ್ಕೆ ಎಳ್ಳು, ಬೆಲ್ಲ ಹಂಚಿ ಸಂಭ್ರಮಿಸುವ ಜೊತೆಗೆ ರುಚಿಕರವಾದ ಪೊಂಗಲ್, ಹೋಳಿಗೆ, ಬರ್ಫಿ ಮುಂತಾದ ಸಿಹಿತಿನಿಸನ್ನು ಮಾಡಿ ಸವಿಯಿರಿ...

■ ಅಶ್ವಿನಿ ವಿ. ಹೆಗಡೆ, ಶಿರಸಿ



ತಿಂದು ನೋಡಿ ಎಳೆನ ಉಂಡೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಎಳ್ಳನ್ನು ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ನಿಮಿಷ ಹುರಿಯಿರಿ. ಇದು ಆದ ಮೇಲೆ ತರಿತರಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ತುರಿದ ಬೆಲ್ಲ, ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ, ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಸುತ್ತು ತಿರುಗಿಸಿ. ಇದನ್ನು ಒಂದು ಬೌಲಿಗೆ ಹಾಕಿ ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಉಂಡೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಎಳ್ಳು ಒಂದು ಕಪ್
- ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ತುರಿದ ಬೆಲ್ಲ ಎರಡು ಕಪ್
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಚಿಟಿಕೆ
- ತುಪ್ಪ ಒಂದು ಚಮಚ



ಅವಲಕ್ಕಿ ಖಾರ ಪೊಂಗಲ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ದಪ್ಪ ಅವಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ಐದು ನಿಮಿಷ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ನಂತರ ನೀರನ್ನು ಸೋಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಹೆಸರು ಬೇಳೆಯನ್ನು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಮೂರರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ನಿಮಿಷ ಹುರಿಯಿರಿ. ನಂತರ ಇದಕ್ಕೆ ಎರಡು ಕಪ್ ನೀರು, ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಅರಿಶಿನ ಹಾಕಿ ಕುಕ್ಕರಿಸಿ ಒಟ್ಟು ಎರಡು ಸಿಟಿ ಹೊಡೆಸಿ. ಇದಕ್ಕೆ ನೆನೆಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಅವಲಕ್ಕಿ, ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಶುಂಠಿ, ಕಾಳು ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ, ನಿಂಬೆ ರಸ, ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು, ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ನಿಮಿಷ ಕುದಿಸಿ. ಒಂದು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ, ಗೋಡಂಬಿ, ಸಾಸಿವೆ, ಜೀರಿಗೆ, ಕರಿಬೇವು, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ಮಾಡಿ ಅವಲಕ್ಕಿ ಹೆಸರುಬೇಳೆ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ. ನಂತರ ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿದರೆ ಅವಲಕ್ಕಿ ಖಾರ ಪೊಂಗಲ್ ಸಿದ್ಧ.



ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ದಪ್ಪ ಅವಲಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್
- ಹೆಸರುಬೇಳೆ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ತೆಂಗಿನ ತುರಿ 3-4 ಚಮಚ
- ಸಾಸಿವೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಜೀರಿಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಕಾಳು ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ತುರಿದ ಶುಂಠಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಕರಿಬೇವು
- ಹಸಿ ಮೆಣಸು 2-3
- ಅರಿಶಿನ ಎರಡು ಚಿಟಿಕೆ
- ನಿಂಬೆ ರಸ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಗೋಡಂಬಿ 5-6
- ಎಣ್ಣೆ 2 ಚಮಚ
- ತುಪ್ಪ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ