

ನವಣೆ ಬಿಸಿಬೇಳೆ ಬಾತ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಸವ್ ಮೇಲೆ ಕುಕ್ಕರ್ ಇಟ್ಟು ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ, ನಂತರ ಸಾಸಿವೆ ಹಾಕಿ. ಬಳಿಕ ಉಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ, ಇದಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು ಲೋಟ ನೀರು ಹಾಕಿ, ಮೂರು ವಿಷಲ್ ಕೂಗಿಸಿ. ಸೌತೆಕಾಯಿ-ಮೊಸರು ರಾಯತದ ಜೊತೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡಿ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ನವಣೆ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಹೆಸರು ಬೇಳೆ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಹೆಚ್ಚಿದ ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಹುರುಳಿ ಕಾಯಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಶೇಂಗಾ ಬೀಜ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು

- ಹೆಚ್ಚಿದ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಎರಡು
- ಬಿಸಿಬೇಳೆ ಬಾತ್ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ತೆಂಗಿನತುರಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ
- ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ

ಸಿರಿಧಾನ್ಯದ ಇಡ್ಲಿ ಮಂಚೂರಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಇಡ್ಲಿಯನ್ನು ತುಂಡು ತುಂಡು ಮಾಡಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಬಾಣಲೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ, ಇಡ್ಲಿಯ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ಹುರಿದು ತೆಗೆದಿಡಿ. ನಂತರ ಅದೇ ಬಾಣಲೆಗೆ ಶುರಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಹಾಕಿ ಎರಡು ನಿಮಿಷ ಹುರಿಯಿರಿ. ಇಡ್ಲಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಸ್ ಹಾಕಿ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ ಬಿಸಿಯಾಗಿ ಸವಿಯಿರಿ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಸಿರಿ ಧಾನ್ಯದ ಇಡ್ಲಿ ಐದು
- ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಹೆಚ್ಚಿದ ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಕಾಲು ಬಟ್ಟಲು
- ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಶುರಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಚಮಚ

- ಸೋಯಾ ಸಾಸ್ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಸಾಸ್ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಚಿಲ್ಲಿ ಸಾಸ್ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಎಣ್ಣೆ ಎರಡು ಚಮಚ, ಉಪ್ಪು



ಬಟಾಣಿ-ಪನ್ನೀರ್ ಪರೋಟ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬಟಾಣಿಯನ್ನು ತರಿ ತರಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬಾಣಲೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕಾದ ನಂತರ ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹಾಕಿ ಎರಡು ನಿಮಿಷ ಹುರಿದು ನಂತರ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ, ಪನ್ನೀರ್ ಮತ್ತು ಉಳಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ. ಚಪಾತಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಉಂಡೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅಗಲ ಮಾಡಿ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಹುರಣದ ಉಂಡೆ ಇಟ್ಟು ಮುಚ್ಚಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿದ ಪೇಪರ್ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಹಗುರವಾಗಿ ಲಕ್ಷಿಸಿ. ಇದನ್ನು ತವಾ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಸಿಹಿ ಚಟ್ನಿ ಮತ್ತು ಮೊಸರಿನ ಜೊತೆ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ. ಮಕ್ಕಳ ಟಿಫಿನ್ ಬಾಕ್ಸ್‌ಗೆ ಇದು ಸೂಕ್ತವಾದ ತಿಂಡಿ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಮೈದಾ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಉಪ್ಪು
- ಹೆಸಿ ಬಟಾಣಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ತುರಿದ ಪನ್ನೀರ್ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಎಣ್ಣೆ ಐದು ಚಮಚ
- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಮೂರು ಚಮಚ
- ಕಾರದ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ

