

ಪಾಲಕ್ ಶ್ಯಾವಿಗೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅಕ್ಕಿ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್

ನವಣೆ ಕಾಲು ಕಪ್

ಪಾಲಕ್ ಎಲೆ 15

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಅಕ್ಕಿ ನವಣೆಯನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು 4 ಗಂಟೆ ನೆನಸಿಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಪಾಲಕ್ ಸೊಪ್ಪು ಹೆಚ್ಚಿ ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿ, ಇದು ದೋಸೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಇರಲಿ. ದಪ್ಪ ತಳದ ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲಿಟ್ಟು, ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಮಗುಚಿ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಇಳಿಸಿ, ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಅವಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು 20 ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿ ಇಳಿಸಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ಶ್ಯಾವಿಗೆಯ ಒರಳು ಅಥವಾ ಚಕ್ಕುಲಿ ಒರಳಿಗೆ ಶೇವ್ ಬಿಲ್ಲೆ ಹಾಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ ಒತ್ತಿ ಶ್ಯಾವಿಗೆ ರೆಡಿ.



ಪಾಲಕ್ ಕಡುಬು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅಕ್ಕಿ ನಾಲ್ಕು ಕಪ್ / ಸಾಮೆ ಕಾಲು ಕಪ್

ಮೆಂತೆ ಎರಡು ಚಮಚ / ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ ಎರಡು ಚಮಚ

ಅವಲಕ್ಕಿ ಎರಡು ಚಮಚ / ಪಾಲಕ್ ಎಲೆ 12

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಅಕ್ಕಿ, ಸಾಮೆ, ಮೆಂತೆ, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು 6 ಗಂಟೆ ನೆನಸಿ ಇಡಿ. ಅವಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ತೊಳೆದು ನೆನಸಿದ ಅಕ್ಕಿ ಬೇಳೆಗೆ ಪಾಲಕ್ ಹೆಚ್ಚಿ ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿ, ಇಡ್ಲಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಇರಲಿ, 810 ಗಂಟೆ ಬಿಟ್ಟು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ ತಟ್ಟೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿ, ಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ ಅವಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು 20 ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿ, ರುಚಿ, ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಕಡುಬನ್ನು ಚಟ್ನಿ, ಸಾಂಬಾರನೊಂದಿಗೆ ಸವಿಯಿರಿ.

ಪಾಲಕ್ ಪಡ್ಡು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್

ಬರಗು ಕಾಲು ಕಪ್

ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ ಎರಡು ಚಮಚ

ಮೆಂತೆ ಒಂದು ಚಮಚ

ಅವಲಕ್ಕಿ ಒಂದು ಚಮಚ

ಪಾಲಕ್ ಸೊಪ್ಪು 8

ಎಣ್ಣೆ 5 ಚಮಚ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಉಪ್ಪು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಅಕ್ಕಿ, ಬರಗು, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ, ಮೆಂತೆ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಆರು ಗಂಟೆ ನೆನಸಿ, ಪಾಲಕ್ ಸೊಪ್ಪು ಹೆಚ್ಚಿ ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ರುಬ್ಬಿದ ಮೇಲೆ ಅವಲಕ್ಕಿ ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿ 810 ಗಂಟೆ ಬಿಟ್ಟು ಹುದುಗು ಬಂದ ಮೇಲೆ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಈರುಳ್ಳಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಹಾಕಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ ಪಡ್ಡು ಕಾವಲಿ ಕಾದ ಮೇಲೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ ಮುಚ್ಚಿ ಎರಡು ಕಡೆ ಬೇಯಿಸಿ ತೆಗೆಯಿರಿ.

