

3

ರಸವನ್ನು ಹಾಕಿ ನೀರು ಹಾಕದೆ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಸಾಸಿವೆ, ಒಣಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ, ಕಡಲೆಬೇಳೆ, ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ, ಶೇಂಗಾ, ಕರಿಬೇವು ಹಾಕಿ ಕೆಂಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ಹುರಿಯಿರಿ. ನಂತರ ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಅದರೊಂದಿಗೆ ಹಾಕಿ ಬಾಡಿಸಿ. ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ನೀರಿನಂತೆ ಹೋದ ನಂತರ ಅನ್ನಕ್ಕೆ ಬೆರೆಸಿ. ಅನ್ನಕ್ಕೆ ತಯಾರಿಸಿ ಕೊಂಡ ಚಿತ್ರಾನ್ನದ ಗೊಜ್ಜನ್ನು ಹಾಕಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ. ಉಳಿದ ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ತುರಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಹಾಕಿ.

3 ಹೇರಳಕಾಯಿ ಒಣ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ

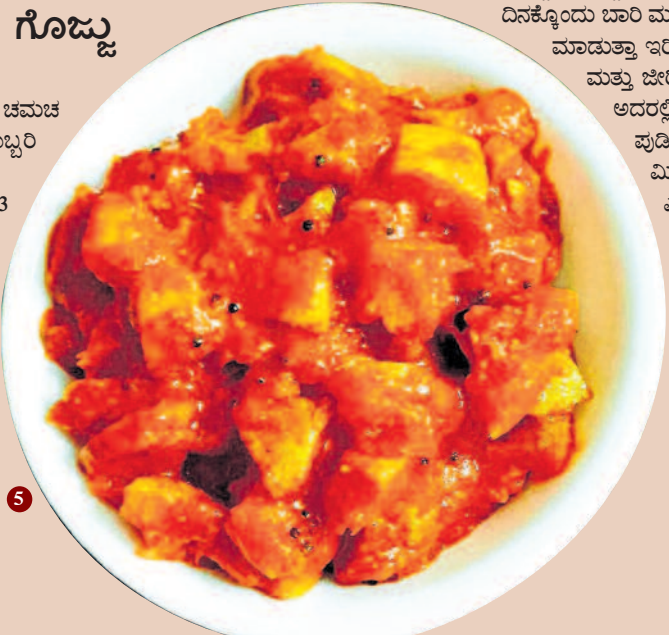
ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಹೇರಳಕಾಯಿ ಎರಡು/ ಕಲ್ಲುಪ್ಪು ಒಂದು ಹಿಡಿ
ಕಾಳುಮೆಣಸು ಒಂದು ಹಿಡಿ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹೇರಳಕಾಯಿಯ ಒಳಗಿರುವ ಬೀಜಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಕಲ್ಲುಪ್ಪು ಮತ್ತು ಕಾಳುಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಅವುಗಳು ಸಿಡಿಯುವರೆಗೆ ಹುರಿಯಿರಿ. ಆದಿ ನಂತರ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಪುಡಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಕೊಂಡ ಹೇರಳಕಾಯಿ ಹೋಳುಗಳಿಗೆ ಹಾಕಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ. ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಐದು ದಿನ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ಬಾಟಲಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಮುಚ್ಚಿಡಿ. ಬೇಕಾದಾಗ ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಈ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಉಪ್ಪಿನ ಕಾಯಿ ಮಾಡುವಾಗ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ನೀರು ಮುಟ್ಟಿಸಬಾರದು. ಕೈ ಮತ್ತು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಪಾತ್ರೆಗಳು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

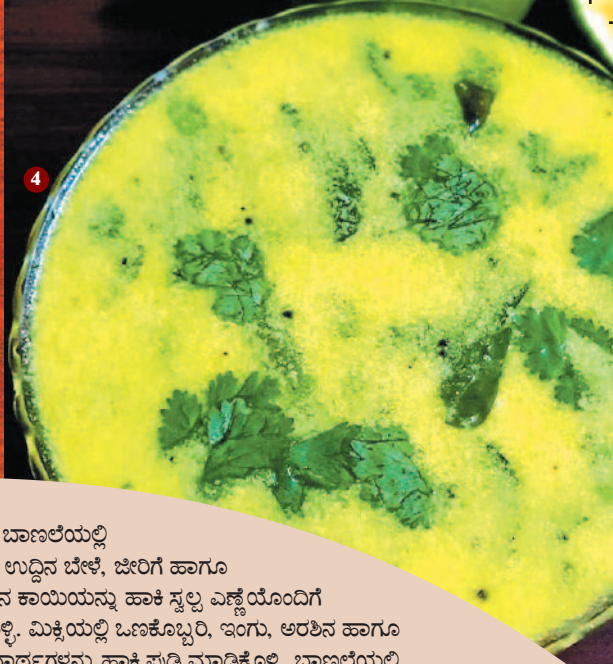
4 ಹೇರಳಕಾಯಿ ಹುಳಿ ಗೊಜ್ಜು

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಹೇರಳಕಾಯಿ ಎರಡು/ ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
ಒಣಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಎಂಟು/ ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ ಒಂದು ಕಪ್
ಅರಶಿನ ಚಿಟಿಕೆ/ ಇಂಗು/ ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ 3
ಚಮಚ/ ಕಡಲೆಬೇಳೆ 2 ಚಮಚ
ಬೆಲ್ಲ ನಿಂಬೆ ಗಾತ್ರದ್ದು/ ಎಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ/
ಸಾಸಿವೆ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಉಪ್ಪು
ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹೇರಳಕಾಯಿಯನ್ನು ಮಧ್ಯಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿ ರಸವನ್ನು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಅದರ ತಿರುಳಿನ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ



5



4

ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಕಡಲೆಬೇಳೆ, ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ, ಜೀರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಒಣಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ, ಇಂಗು, ಅರಶಿನ ಹಾಗೂ ಹುರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಹೇರಳಕಾಯಿ ತಿರುಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಮತ್ತೆಗಾದ ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಬೆಂದ ಹೇರಳಕಾಯಿಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ನಂತರ ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ. ಕುದಿ ಬರುವಾಗ ತೆಗೆದಿಟ್ಟಿರುವ ಹೇರಳಕಾಯಿ ರಸವನ್ನು ಅದರೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ. ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ಹಾಕಿ.

5 ಹೇರಳಕಾಯಿ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಹೇರಳಕಾಯಿ ಎರಡು/ ಪುಡಿ ಉಪ್ಪು ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಅಥವಾ ಒಂದು ಹಿಡಿ
ಮೆಂತ್ಯ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ಖಾರದ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ: ಎಣ್ಣೆ 2 ಚಮಚ, ಸಾಸಿವೆ ಒಂದು ಚಮಚ, ಇಂಗು ಚಿಟಿಕೆ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹೇರಳಕಾಯಿಯನ್ನು ತೊಳೆದು ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಒರೆಸಿ. ಹೇರಳಕಾಯಿಯ ಬೀಜವನ್ನು ತೆಗೆದು ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಪಿಂಗಾಣಿ ಪಾತ್ರೆ ಅಥವಾ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ ಜರಡಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚಿದ ಹೇರಳಕಾಯಿಗೆ ಹಾಕಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ. ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಮುಚ್ಚಳ ಮುಚ್ಚಿ ಮೂರು ದಿನ ಹಾಗೆ ಇಡಿ. ದಿನಕ್ಕೊಂದು ಬಾರಿ ಮುಚ್ಚಳ ತೆಗೆದು ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರಿ. ನಂತರ ಹುರಿದ ಮೆಂತ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀರಿಗೆಯನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ. ಖಾರದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ. ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟು ಬೇಕು ಅಷ್ಟು ಉಪ್ಪಿನ ಕಾಯಿ ತೆಗೆದು ಒಗ್ಗರಣೆ ಮಾಡಿ.