

# ಘಮ ಘಮ ಉತ್ತಪ್ಪ

ಉತ್ತಪ್ಪ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತೀಯ ರುಚಿಕರ ತಿಂಡಿ. ದೋಸೆಯ ಮತ್ತೊಂದು ರೂಪವೇ ಉತ್ತಪ್ಪ. ಘಮಘಮಿಸುವ ಉತ್ತಪ್ಪ ದಲ್ಲೂ ತರಾವರಿ. ರವೆ ಉತ್ತಪ್ಪ, ಮಿಶ್ರ ತರಕಾರಿ ಉತ್ತಪ್ಪ, ತ್ರಿವರ್ಣ ಉತ್ತಪ್ಪ.. ಹೀಗೆ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಉತ್ತಪ್ಪ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ..? ಇಲ್ಲಿದೆ ರೆಸಿಪಿ.

★ ಸುವಾ



## ರವೆ ಉತ್ತಪ್ಪ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥ: ರವೆ 2 ಕಪ್, ಒಂದು ಕಪ್ ಹುಳಿ ಮೊಸರು, ಉಪ್ಪು, ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು, ಅಚ್ಚುಖಾರದ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ, ಈರುಳ್ಳಿ 3, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ 2, ಶುಂಠಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ತುಂಡು, ಹಸಿಮೆಣಸು 2, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಸ್ವಲ್ಪ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ರವೆ, ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಹುಳಿಮೊಸರನ್ನು ಅರ್ಧ ಕಪ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಎರಡು ಗಂಟೆ ಕಾಲ ಹಾಗೆ ಇಡಿ. ಈ ಹಿಟ್ಟಿಗೆ ಶುಂಠಿ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಈರುಳ್ಳಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿ ಹಾಕಿ. ಖಾರಪುಡಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ನಾನ್‌ಸ್ಟಿಕ್ ತವಾದಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದೇ ಸೌಟು ಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ ದೋಸೆಗಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪಕ್ಕೆ ಹರಡಿ. ಎರಡೂ ಕಡೆ ಬೇಯಿಸಿ ಚಟ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡಿ.

## ಮಿಶ್ರ ತರಕಾರಿ ಉತ್ತಪ್ಪ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥ: ಅಕ್ಕಿ 2 ಕಪ್, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್, ಕ್ಯಾರಿಟ್, ಹುರುಳಿಕಾಯಿ, ಕ್ಯಾಬೇಜ್, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಬಟಾಣಿ ಎಲ್ಲ ಸೇರಿ ಕಾಲು ಕೇಜಿ, ಈರುಳ್ಳಿ 2 ದೊಡ್ಡದು, ಹಸಿಮೆಣಸು 2-3, ಶುಂಠಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ತುಂಡು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: 3-4 ಗಂಟೆ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿದ ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿ. ಈಗ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ. ಒಲೆ ಮೇಲೆ ತವಾ ಇಟ್ಟು ಉತ್ತಪ್ಪ ಮಾಡಿ. ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ; ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ಬಿಸಿ ಇರುವಾಗಲೇ ತಿನ್ನಲು ರುಚಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

## ಸಾದಾ ಉತ್ತಪ್ಪ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥ: ಅಕ್ಕಿ 3 ಕಪ್, ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ ಒಂದು ಕಪ್, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ 1, ಈರುಳ್ಳಿ 1, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ 2-3, ಗೋಡಂಬಿ ಚೂರುಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ. ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು.



ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಉದ್ದಿನಬೇಳೆಯಲ್ಲಿ 3-4 ಗಂಟೆ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿಟ್ಟು ನಂತರ ದೋಸೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ. ಇನ್ನೊಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಈರುಳ್ಳಿ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿ ಹಾಕಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಗೋಡಂಬಿ ಚೂರುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಈಗ ದೋಸೆ ಹಿಟ್ಟು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ತವಾ ಇಟ್ಟು ದೋಸೆ ಹಾಕಿದಂತೆ ಹಾಕಿ ಎಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ಎರಡೂ ಕಡೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಸಾದಾ ಉತ್ತಪ್ಪ ರೆಡಿ. ಇದನ್ನು ಕಾಯಿಚಟ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡಿ.

