



ಚಾಕೋಲೇಟ್ ಗುಜಿಯಾಸ್, ದಹಿ ಬಲ್ಲಾಸ್

ಕೆಲವು ಉತ್ತರ ಭಾರತೀಯ ತಿನಿಸುಗಳು ಬಹಳ ರುಚಿಕರ. ನಾವೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು. ಚಾಕೋಲೇಟ್ ಗುಜಿಯಾಲ್ವಾಸ್, ಸ್ಟೆಫ್ಟ್ ದಹಿ ಬಲ್ಲಾಸ್, ಸ್ಟೀಮ್ ವಡೆ ಮುಂತಾದವು ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇಷ್ಟವಾಗುವಂಥವು.

■ ಟಿ.ಪಿ. ನಾಗರತ್ನ



ಸ್ಟೀಮ್ ವಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ತೊಗರಿ ಬೇಳೆ ಒಂದು ಕಪ್/ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ ಒಂದು ಕಪ್
ಹೆಸರು ಬೇಳೆ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ ಮೂರು ಚಮಚ
ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಕಪ್/ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಎಂಟು
ಹಸಿ ಶುರಿ, ತೆಂಗಿನ ತುರಿ/ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
ಅರಿಸಿನ ಎರಡು ಚಿಟಿಕೆ/ಸೊಪ್ಪುಗಳು ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಸಬ್ಬಸಿಗೆ
ಪುದಿನಾ ಸ್ವಲ್ಪ, ಮೆಂತೆ ಎಲ್ಲ ಸೇರಿ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬಟ್ಟಲು
ಜೀರಿಗೆ, ಕರಿಮೆಣಸಿನ ದಪ್ಪ ತರಿ, ಕ್ಯಾರೆಟ್ ತುರಿ ಸ್ವಲ್ಪ
ಹಸಿ ಬಟಾಣಿ ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಬೇಳೆಗಳನ್ನು ಒಂದು ಗಂಟೆ ನೆನೆಸಿ ನೀರು ಬಸಿದು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ
ತರಿತರಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿ. ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆಯನ್ನು ನುಣ್ಣಿಗೆ ರುಬ್ಬಿ. ಈಗ ಎಲ್ಲಾ
ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ ಉಪ್ಪು ಖಾರ ಹಾಕಿ ಬೇಕಾದ ಗಾತ್ರದ
ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ತಟ್ಟೆ. ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಆರರಿಂದ ಎಂಟು ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿ.

ಸೇಬಿನ ಗೊಜ್ಜು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಹಚ್ಚಿದ ಸೇಬು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
ಬಿಳಿ ಎಳ್ಳು ಮೂರು ಚಮಚ
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಬೀಜ ಎರಡು ಚಮಚ
ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
ಉದ್ದು, ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಒಂದೊಂದು ಚಮಚ
ಒಣಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಐದಾರು
ಹುಣಸೆ ರಸ ಎರಡು ಚಮಚ
ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಹಿಡಿ ಉಪ್ಪು
ಬೆಲ್ಲ ರುಚಿಗೆ, ಎಣ್ಣೆ

ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎರಡು ಲೋಟ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ ಸೇಬಿನ
ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಅರ್ಧ
ಚಮಚ ಹುಣಸೆ ರಸ ಬೆರೆಸಿ. ಈಗ ಎಳ್ಳು ಹುರಿದು ತೆಂಗಿನೊಂದಿಗೆ
ರುಬ್ಬಿ ಬೇಯಿಸಿಟ್ಟ ಸೇಬಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ. ಬೆಲ್ಲ
ಹಾಕಿ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಸಿವೆ ಇಂಗು ಕರಿಬೇವಿನ ಒಗ್ಗರಣೆ ಕೊಡಿ.

