

ಶೇಂಗಾ ಹೋಳಿಗೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ನೀರು ಹಾಕಿ ಕಣಕದ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಕಲಸಿ ಅರ್ಧಗಂಟಿ ನೆನಿಸಿಡಿ. ನಂತರ ಶೇಂಗಾ, ಎಳ್ಳು ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ತುರಿದ ಬೆಲ್ಲ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಒಂದೆರಡು ಸಲ ತಿರುವಿಕೊಳ್ಳಿ. ಪಾತ್ರೆಗೆ ತೆಗೆದು ಒಂದೆರಡು ಚಮಚ ನೀರು ಬೆರೆಸಿ ಉಂಡೆ ಕಟ್ಟುವ ಹದದಲ್ಲಿ ಹೂರಣ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೂರಣ ಮತ್ತು ಕಣಕದ ಹದ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇರಬೇಕು. ಪೂರಿ ಗಾತ್ರದಷ್ಟು ದಪ್ಪಗೆ ಲಟ್ಟಿಸಿ ಕಾದ ಹೆಂಚಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಹೂರಣಕ್ಕೆ:
- ಹುರಿದ ಶೇಂಗಾ ಎರಡು ಕಪ್
- ಹುರಿದ ಎಳ್ಳು ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಎರಡೂವರೆ ಕಪ್
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಕಣಕ ಮಾಡಲು:
- ಗೋದಿಹಿಟ್ಟು/ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು 2 ಕಪ್
- ಚಿರೋಟಿ ರವೆ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಎಣ್ಣೆ ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ಚಮಚ
- ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು



ಹುಣಸೆ ಗೊಜ್ಜು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬಾಣಲೆಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು, ಇಂಗು ಹುರಿದು ಹುಣಸೆ ರಸ, ತಕ್ಕಷ್ಟು ನೀರು, ಅರಿಶಿನ ಹಾಗೂ ಉಳಿದ ಸಾಮಾನು ಸೇರಿಸಿ ಗೊಜ್ಜಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕುದಿಸಿ. ಇದು ಖಾರ ಪೂಂಗಲ್, ಖಿಚಡಿ ಜೊತೆಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಹುಣಸೆ ಹಣ್ಣು ನಿಂಬೆ ಗಾತ್ರ
- ಹುರಿದ ಜೇರಿಗೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಹುರಿದ ಎಳ್ಳಿನ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಒಣ ಕೊಬ್ಬರಿಪುಡಿ ಮೂರು ಚಮಚ
- ಸಾರಿನ ಪುಡಿ 2 ರಿಂದ 3 ಚಮಚ
- ಅಚ್ಚ ಖಾರದಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಬೆಲ್ಲ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ

ಸಜ್ಜೆ ರೊಟ್ಟಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಸಜ್ಜೆ ಹಿಟ್ಟಿಗೆ ಕಾಲು ಚಮಚ ಅರಿಶಿನ, ಉಪ್ಪು, ಕುದಿ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಚಮಚದಿಂದ ಬೆರೆಸಿ ನಂತರ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಾದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ತೆಳ್ಳಗೆ ತಟ್ಟಿ ಅಥವಾ ಲಟ್ಟಿಸಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಸಜ್ಜೆ ರೊಟ್ಟಿ ಖಡಕ್ ಇದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚು ರುಚಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಸಜ್ಜೆ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್
- ನೀರು ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಕಪ್ಪು ಅಥವಾ ಬಿಳಿ ಎಳ್ಳು ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ರುಚಿಗೆ ಉಪ್ಪು

