



ಆಹಾರ

ರವೆ ಕಜ್ಜಾಯ, ಸಬ್ಬಸಿಗೆ ಆಂಬೊಡೆ

ಕಜ್ಜಾಯ, ಒಬ್ಬಟ್ಟು, ಆಂಬೊಡೆಗಳನ್ನು
ಮಾಡಿ ತಿನ್ನಲು ಹಬ್ಬ ಹರಿದಿನಗಳೇ
ಆಗಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಸುಲಭವಾಗಿ
ಮಾಡಬಹುದಾದ ಈ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು
ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಿ
ಸವಿಯಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿವೆ ರೆಸಿಪಿ..

■ ಚಿತ್ರ- ಬರಹ:
ಸೀತಾ ಎಸ್. ನಾರಾಯಣ



ಹಾಲು ಒಬ್ಬಟ್ಟು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹಾಲು ಒಂದು ಕಪ್

ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದು ಕಪ್

ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು ಹಿಡಿಯುವಷ್ಟು

ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿನ

ಕಡ್ಲೆ ಹಿಟ್ಟಿಗೆ ಒಂದು ಕಪ್ ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆ, ಒಂದು ಕಪ್
ಹುರಿಗಡ್ಡೆ, ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ, ಏಲಕ್ಕಿ 2, ಹುರಿದ ಬಿಳಿ ಎಳ್ಳು
ಒಂದು ಚಮಚ, ತುಪ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹಾಲು, ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲಿಡಿ. ಸಕ್ಕರೆ ಕರಗಿದ ಮೇಲೆ
ಒಲೆ ಆರಿಸಿ. ಆರಿದ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿಯುವಷ್ಟು ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ
ಮೃದುವಾಗಿ ಕಲಸಿದರೆ ಕಣಕ ಸಿದ್ಧವಾಯಿತು (ಬೇಕಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹಾಲು
ಚಮಚ ಅರಿಶಿನ ಹಾಕಿ). ಬೆಲ್ಲ, ಹುರಿಗಡ್ಡೆ, ಕೊಬ್ಬರಿ, ಹುರಿದ ಬಿಳಿ
ಎಳ್ಳು, ಏಲಕ್ಕಿ ಮಿಕ್ಸಿಗೆ ಹಾಕಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಕಣಕ
ತೆಗದುಕೊಂಡು ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಹಾಳೆಯ ಮೇಲೆ ಪೂರಿಯಂತೆ ತಟ್ಟಿ ಅದರ
ಮೇಲೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಕಡ್ಲೆಹಿಟ್ಟು ಉದುರಿಸಿ.
ಮಡಚಿ ಮತ್ತೆ ಸಾಟಿ (ತುಪ್ಪ, ಕಡ್ಲೆಹಿಟ್ಟು) ಹಾಕಿ ತ್ರಿಕೋನಾಕಾರ
ಮಡಚಿ. ದುಂಡಿಗೆ ಇಲ್ಲವೇ ತ್ರಿಕೋನಾಕಾರ ತಟ್ಟಿ. ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ
ಹೋಳಿಗೆಯನ್ನು ಎರಡೂ ಕಡೆ ಬೇಯಿಸಿ. ರುಚಿಯಾದ ಪದರು
ಪದರು ಹೋಳಿಗೆ ಸವಿಯಿರಿ.

ರವೆ ಕಜ್ಜಾಯ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಚಿರೋಟಿ ರವೆ ಒಂದು ಕಪ್

ಬೆಲ್ಲ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್

ಕಾಯಿತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್

ಏಲಕ್ಕಿ 2

ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ.

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ರವೆಯನ್ನು ಕಲಸಿ
ಐದು ನಿಮಿಷ ನೆನೆಯಲು ಬಿಡಿ. ಅದಕ್ಕೆ
ಬೆಲ್ಲ, ಕಾಯಿತುರಿ, ಏಲಕ್ಕಿ ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿ.
ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಗೆ ಚಮಚದಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ
ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಹಾಕಿ ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವಂತೆ
ಮೀಡಿಯಮ್ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡೂ
ಕಡೆ ಬೇಯಿಸಿ. ಗರಿಗರಿಯಾಗಿ ಉಬ್ಬಿದ
ಕಜ್ಜಾಯ ಸವಿಯಿರಿ.

