ಎಳೆ ಹಲಸು ಬಜ್ಜಿ, ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಮಸಾಲ ಫ್ರೈ

ಇದು ಎಳೆಹಲಸಿನ ಕಾಲ. ಇದರಿಂದ ರುಚಿಕರ ಪಲ್ಯ ಸಾಂಬಾರ್ ಜತೆಗೆ ಬಜ್ಜಿಯನ್ನೂ ಮಾಡಬಹುದು. ಸಂಜೆಯ ತಿಂಡಿಗಾಗಿ ಹಲ್ವ, ಊಟಕ್ಕೆ ನೆಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಫ್ರೈ ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿದೆ ರೆಸಿಪಿ..

■ ಸುಮನಾ ಜಿ. ಪ್ರಸಾದ್

ಎಳೆ ಹಲಸು ಬಜ್ಜಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದ ಎಳೆಯ ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿ ಒಂದು
ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್
ಇಂಗು ರುಚಿಗೆ
ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಮೂರು ಚಮಚ
ಉಪ್ಪು, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಪುಡಿ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಎಳೆ ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿಯ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಅದರ ಮೇಣ (ಅಂಟು) ಹೋಗಿಸಿ. ಅದನ್ನು ತೆಗೆದು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಸ್ಲೈಸ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಉಪ್ಪು, ಇಂಗು, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿಪುಡಿ, ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಇಡಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ಇಟ್ಟು ಸ್ಲೈಸ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಎಳೆ ಹಲಸಿನ ತುಂಡನ್ನು ಕಲಸಿದ ಹಿಟ್ಟಿನ ಮಿಶ್ರಣದಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ಕರಿಯಿರಿ.

ಆ್ಯರೊರೂಟ್ ಹಲ್ವ

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಆ್ಯರೊರೂಟ್ ಪೌಡರ್ ಒಂದು ಕಪ್
ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಕಪ್
ಹಾಲು ಒಂದು ಕಪ್/ನೀರು ಅರ್ಧ ಕಪ್
ತುಪ್ಪ ಒಂದು ಚಮಚ/ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಚಿಟಿಕೆ
ಕಸ್ತೂರಿ ಅರಿಶಿಣ ಚಿಟಿಕೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಆ್ಯರೊರೂಟ್ ಪುಡಿಯನ್ನು ಗಂಟಿಲ್ಲದಂತೆ ಜರಡಿಯಾಡಿಸಿ. ಅರ್ಧ ಕಪ್ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಯಲು ಇಟ್ಟು ಜರಡಿಯಾಡಿದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ತಿರುಗಿಸುತ್ತಾ ಇರಿ. ಅರ್ಧ ಬೆಂದ ಬಳಿಕ ಹಾಲು ಹಾಕಿ ತಿರುಗಿಸಿ. ಆಮೇಲೆ ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆ ಪುಡಿ ಹಾಗೂ ಕಸ್ತೂರಿ ಅರಿಶಿಣ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿರುಗಿಸಿ. ಕೊನೆಗೆ ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ. ಹಲ್ವ ತಳ ಬಿಟ್ಟು ಕೊಂಡು ಬರುವಾಗ ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ. ಒಂದು ತಟ್ಟೆಗೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿ ಬೆಂದ ಹಲ್ವವನ್ನು ಹಾಕಿ ಹರಡಿ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ಕತ್ತರಿಸಿ. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಮಸಾಲ ಫ್ರೈ

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಎರಡು
ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ
ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ
ಹುಣಸೆಹಣ್ಣು ಸ್ವಲ್ಪ
ಬೆಲ್ಲ ಅರ್ಧ ಅಚ್ಚು
ಗರಂ ಮಸಾಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ
ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ
ಅರಿಶಿಣ ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹಾಗಲಕಾಯಿಯನ್ನು ಬಿಲ್ಲೆಯಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಉಪ್ಪು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ನೆನೆಸಿಡಿ. ನಂತರ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಂಡಿ ಬದಿಗಿಡಿ. ಸ್ಟೌ ಮೇಲೆ ಬಾಣಲೆ ಇಟ್ಟು ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕಾದ ಮೇಲೆ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಹಾಕಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪು, ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ, ಅರಿಶಿಣ, ಬೆಲ್ಲ, ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಹುಣಸೆಹಣ್ಣು ರಸ, ಗರಂ ಮಸಾಲೆ ಎಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ರುಚಿಯಾದ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಮಸಾಲ ಫ್ರೈ ರೆಡಿ.