

ಆಲೂ ಗೋಬಿ ಮಸಾಲ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದ ಗೋಬಿ ಎರಡು ಕಪ್

ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ನಾಲ್ಕು

ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಒಂದು/ ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ

ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಎಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಗೋಬಿ ಹಾಗೂ ಆಲೂಗಡ್ಡೆ ಮ್ಯಾಶ್ ಮಾಡಿ ಎರಡನ್ನೂ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಆರಾರೂಟ್ ಪುಡಿ, ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ, ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ, ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ಈಗ ಪ್ಯಾನ್ ಅನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಬಿಸಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಆಲೂ ಗೋಬಿ ಮಸಾಲ ಹಾಕಿ ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ಬೇಯಿಸಿ.



ವೆಜಿಟೇಬಲ್ ಟಿಕ್ಕ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹುಳಿಮೊಸರು ಒಂದು ಕಪ್/ ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಎರಡು ಚಮಚ ಅಚ್ಚಕಾರಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಒಂದು

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ/ ಗರಂ ಮಸಾಲ ಅರ್ಧ ಚಮಚ

ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ ಕಾಲು ಚಮಚ/ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಅರ್ಧ ಚಮಚ

ಎಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಶ್ರುಮ್, ಕ್ವಾಲಿಫ್ಲವರ್, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ, ಆಲೂಗಡ್ಡೆ, ಈರುಳ್ಳಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬೌಲ್

ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಮೊದಲು ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಮಿಕ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಮೊಸರು ಸೇರಿಸಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಕಾರಪುಡಿ, ಉಪ್ಪು, ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ, ಗರಂ ಮಸಾಲ ಹಾಗೂ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಹಾಕಿ. ಈ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಮಶ್ರುಮ್ ಹಾಗೂ ಉಳಿದ ತರಕಾರಿಗಳ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಡಿ. ಆಮೇಲೆ ಓವನ್ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ 220 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್ ಬಿಸಿಗೆ ಅಡ್ಡಸ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈಗ ಫ್ರಿಜ್‌ನಿಂದ ತೆಗೆದ ತರಕಾರಿ- ಮಸಾಲೆ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ತಟ್ಟೆ ಓವನ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಸುಮಾರು 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಬೇಯಿಸಿ ತೆಗೆಯಿರಿ.

ಪನೀರ್ ಟಿಕ್ಕ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಪನೀರ್ 200 ಗ್ರಾಂ/ ಮೊಸರು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಕಪ್

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

ಅಚ್ಚಕಾರಪುಡಿ, ಅರಿಶಿನ, ಗರಂ ಮಸಾಲ ತಲಾ ಒಂದೊಂದು ಚಮಚ

ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು/ ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಒಂದು

ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್ ಒಂದು ಚಮಚ

ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಚಮಚ/ ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ

ಚಿಟಿಕೆ ಅಡುಗೆ ಸೋಡ/ ಎಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ

ಟೂತ್ ಪಿಕ್ ಕಡ್ಡಿಗಳು ಆರು

ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಪನೀರ್ ಅನ್ನು ಸ್ಲೈಸ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈರುಳ್ಳಿ, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಅನ್ನೂ ಸಣ್ಣ ಹೋಳುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. (ಬೇಕಿದ್ದರೆ ಟೊಮ್ಯಾಟೊವನ್ನೂ ಬಳಸಬಹುದು) ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬೌಲ್‌ಗೆ ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು, ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್, ಉಪ್ಪು, ಮಸಾಲೆಪುಡಿ, ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಅಡುಗೆ ಸೋಡ, ಮೊಸರು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ಈ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಪನೀರ್ ಸ್ಲೈಸ್, ಈರುಳ್ಳಿ, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಡಿ. ನಂತರ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಫ್ರಿಜ್‌ನಿಂದ ತೆಗೆದು ಟೂತ್‌ಪಿಕ್ ಕಡ್ಡಿಗಳಿಗೆ ಮಸಾಲೆ ಮಿಶ್ರಿತ ಪನೀರ್ ಸ್ಲೈಸ್, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಹಾಗೂ ಈರುಳ್ಳಿ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಪೋಣಿಸಿ. ತವಾ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಎಣ್ಣೆ ಸವರಿ ಒಂದೊಂದೇ ಕಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು ಎರಡೂ ಬದಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ತವಾದಲ್ಲೇ ಬೇಯಿಸಿದರೆ ರುಚಿಕರ ಪನೀರ್ ಟಿಕ್ಕ ರೆಡಿ. ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಸಾಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ತಿನ್ನಬಹುದು.

