ರಾಮನವಮಿಗೆ ಧಾನ್ಯದ ಪಾನಕ

ಬಿಸಿಲಿನ ತಾಪಕ್ಕೆ, ದಣಿವಿಗೆ ಬರೀ ನೀರು ಕುಡಿದರೆ ಸಾಲದು. ಹಾಗೆಯೇ ಬರಿ ಹಣ್ಣಿನ ರಸ, ನಿಂಬೆ ಪಾನಕ ಕುಡಿದು ಬೇಸರವಾಗಿದ್ದರೆ ಬರುವ ರಾಮನವಮಿಗೆ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಹೆಸರುಕಾಳು ,ಮೆಂತ್ಯ ಕಾಳು, ಉದ್ದಿನ ಕಾಳು, ಎಳ್ಳು, ರಾಗಿ ಪಾನಕಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಕುಡಿಯಿರಿ.

■ ಅನಸೂಯ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮ್ ಕೇದಿಗೆಮನೆ

ಹೆಸರುಕಾಳಿನ ತನು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹೆಸರುಕಾಳನ್ನು ಐದು ತಾಸು ನೆನೆಸಿ. ಇದನ್ನು ಮಿಕ್ಸಿಗೆ ಬೆಲ್ಲ ಏಲಕ್ಕಿ ಜೊತೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡು ಪಾನಕದ ಹದಕ್ಕೆ ತಂದು ಐಸ್ ಕ್ಯೂಬ್ ಸೇರಿಸಿ. ಈಗ ರುಚಿಯಾದ ಹೆಸರುಕಾಳಿನ ತನು ಕುಡಿಯಲು ಸಿದ್ಧ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಹೆಸರುಕಾಳು ಕಾಲು ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್
- ಚಿಟಿಕೆ ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ
- ಒಂದೆರಡು ಐಸ್ ಕ್ಯೂಬ್

ಎಳ್ಳು ಜ್ಯೂಸ್

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಬಿಳಿ ಎಳ್ಳು ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್
- ಕಾಯಿತುರಿ ಮೂರು ಚಮಚ
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಹಾಗೂ ಜಾಕಾಯಿಪುಡಿ ಚಿಟಿಕೆ
- ಐಸ್ ಕ್ಯೂಬ್ ಎರಡು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಎಳ್ಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ತಾಸು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆನೆ ಹಾಕಿ ನಂತರ ಒಂದು ಮಿಕ್ಸಿ ಜಾರಿಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮತ್ತೆ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಪಾನಕದ ಹದಕ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಐಸ್‌ಕ್ಯೂಬ್ ಸೇರಿಸಿದರೆ ರುಚಿಯಾದ ಎಳ್ಳು ಜ್ಯೂಸ್ ಕುಡಿಯಲು ಸಿದ್ಧ.