ನೈಸರ್ಗಿಕ ಬಣ್ಣದ ಬಾಂಬೆ ಹಲ್ವ

ಶಂಖಪುಷ್ಪ, ಬೀಟ್‌ರೂಟ್, ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಹಾಲು, ಪಾಲಕ್ ಸೊಪ್ಪು ಬಳಸಿ ಬಗೆ ಬಗೆ ಹಲ್ವ ಮಾಡಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಬಣ್ಣದ್ದಾಗಿದ್ದು, ಕಡಿಮೆ ಸಾಮಗ್ರಿ, ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು.

■ ಪ್ರಭಾ ಪಿ. ಶಾಸ್ತ್ರಿ

ಶಂಖಪುಷ್ಪ ಹೂವಿನ ಹಲ್ವ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಶಂಖಪುಷ್ಪ ಹೂವಿಗೆ 3 ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಒಂದು ಕುದಿ ಬರಿಸಿ ಇಳಿಸಿ. ಇದನ್ನು ಸೋಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್, ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ ಕದಡಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಮಗುಚಿ. ತುಪ್ಪ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಮತ್ತೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಗುಚಿ ತಳ ಬಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ತಟ್ಟೆಗೆ ಸುರಿಯಿರಿ. ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ಕತ್ತರಿಸಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಶಂಖಪುಷ್ಪ ಹೂಗಳು 15
- ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್ ಒಂದು ಕಪ್
- ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ಚಿಟಿಕೆ
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ

ಹಾಲಿನ ಬಾಂಬೆ ಹಲ್ವ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹಾಲಿಗೆ ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್, ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕದಡಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಮಗುಚಿ, ತುಪ್ಪ, ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ, ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಗುಚಿ ತಳ ಬಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ತಟ್ಟೆಗೆ ಸುರಿಯಿರಿ. ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ಕತ್ತರಿಸಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಹಾಲು ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್
- ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದು ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ, ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು

ಬೀಟ್‌ರೂಟ್ ಹಲ್ವ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬೀಟ್‌ರೂಟ್ ತುರಿದುಕೊಂಡು ರುಬ್ಬಿ ಸೋಸಿ 3 ಲೋಟ ರಸ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾನ್‌ಫ್ಲೋರ್, ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ ಕದಡಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಮಗುಚಿ, ತುಪ್ಪ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು, ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಗುಚಿ. ತಳ ಬಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ತಟ್ಟೆಗೆ ಸುರಿಯಿರಿ. ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ಕತ್ತರಿಸಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಬೀಟ್‌ರೂಟ್ ಒಂದು
- ಕಾನ್‌ಫ್ಲೋರ್ ಒಂದು ಕಪ್
- ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ, ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು