

## ಮಂತ್ಯ ಸೊಪ್ಪಿನ ಗೊಜ್ಜು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮಂತ್ಯ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ತೊಗರಿಬೇಳೆಯನ್ನು ಅರ್ಧಗಂಟೆ ನೆನೆಸಿಕೊಂಡು ನೀರು ಬಾಗಿಸಿ, ಕಾಯಿ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಇಂಗು, ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿರಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಸಾಸಿವೆ, ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಬೆಂದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪು, ಹುಳಿ ಸೇರಿಸಿ ಬೆಂದ ಮೇಲೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡ ಪದಾರ್ಥ ಹಾಕಿ, ಬೇಕಷ್ಟೇ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿರಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮಂತ್ಯ ಸೊಪ್ಪು ಒಂದು ಕಟ್ಟು
- ತೊಗರಿಬೇಳೆ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ
- ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್
- ಹಸಿಮೆಣಸು ಮೂರು
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ, ನಿಂಬೆ ಕಡಿ ಒಂದು
- ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ, ಸಾಸಿವೆ ಒಂದು ಚಮಚ, ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ



## ಗೋಳಿಸೊಪ್ಪಿನ ಸಾಸಿವೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಳಿಸೊಪ್ಪನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವೇ ನೀರು ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ. ನೀರು ಬಾಗಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಯಿ, ಸಾಸಿವೆ, ಅರಿಶಿನ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ಬೇಯಿಸಿ ತಣ್ಣಗಾದ ಸೊಪ್ಪಿಗೆ ಹಾಕಿ. ಆಮೇಲೆ ಉಪ್ಪು ಬೆಲ್ಲ ಸೇರಿಸಿ ಮೊಸರು ಬೆರೆಸಿ ಹದ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಸಿವೆ ಸಿದ್ಧ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಗೋಳಿಸೊಪ್ಪು ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ
- ಕಾಯಿ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಸಾಸಿವೆ, ಅರಿಶಿನ
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಖಾರಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
- ರುಚಿಗೆ ಉಪ್ಪು
- ಗಟ್ಟಿ ಮೊಸರು ಅರ್ಧ ಕಪ್



## ಮೆಂತೆ ಸೊಪ್ಪಿನ ಸಾಸಿವೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೆಂತೆ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಯಿ, ಸಾಸಿವೆ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಅರಿಶಿನ ಸೇರಿಸಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಒಂದು ಪ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಒಗ್ಗರಣೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ, ಕಾದ ಮೇಲೆ ಸಾಸಿವೆ, ಅರಿಶಿನ, ಕೆಂಪುಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಹಾಕಿ, ಬೆಂದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಸೊಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ನೀರು ಹಾಕಿ ಉಪ್ಪು, ಹುಳಿ, ಬೆಲ್ಲ, ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿರಿ. ನೀರು ಆರುತ್ತ ಬಂದ ಮೇಲೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡ ಪದಾರ್ಥ ಹಾಕಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕುದಿಸಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿರಿ. ಬಿಸಿ ಆದರೆ ಮೇಲೆ ಬೇಕೆನಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಗಟ್ಟಿ ಮೊಸರನ್ನು ಸೇರಿಸಬಹುದು.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮೆಂತೆ ಸೊಪ್ಪು ಒಂದು ಕಟ್ಟು
- ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಸಾಸಿವೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿನಪುಡಿ
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಎರಡು
- ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ನಿಂಬೆ ಕಡಿ ಒಂದು, ರುಚಿಗೆ ಉಪ್ಪು
- ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಎರಡು ಚಮಚ, ಸಾಸಿವೆ, ಅರಿಶಿನ ಸ್ವಲ್ಪ, ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಒಂದು

