

# ಪನ್ನೀರ್ ಜಿಲೇಬಿ ಇಟಾಲಿಯನ್ ಕಾರ್ಬೋನ್

ದಿನನಿತ್ಯ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಊಟ-ತಿಂಡಿ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೇಸರವೇ. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಇರುವಾಗ ಹೊಸ ಹೊಸ ರುಚಿಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಕಲಿತು ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಕಿಚನ್‌ನಲ್ಲೂ ಹೊಸತನ ಕಾಣಬಹುದು. ಪನ್ನೀರ್ ಜಿಲೇಬಿ, ಇಟಾಲಿಯನ್ ಕಾರ್ಬೋನ್, ದಾವಸ್‌ಬೇಸ್ ಬಿರಿಯಾನಿಗಳಂಥ ಹೊಸ ಬಗೆಯ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮನೆಮಂದಿಯೆಲ್ಲ ಖುಷಿಯಿಂದ ಸವಿಯಬಹುದು.

■ ಟಿ.ಪಿ. ನಾಗರತ್ನ

## ಕೋಕೊನಟ್ ವೆಜ್ ಕೀಮಾ ಕರಿ



**ತರಕಾರಿಗಳು:** ಹೂಕೋಸು, ದಪ್ಪವಾಗಿ ತುರಿದ ಕ್ಯಾರೆಟ್ ತುರಿ, ಸಣ್ಣಗೆ ಹಚ್ಚಿದ ಹುರುಳಿಕಾಯಿ, ಆಲೂ, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಎಲ್ಲಾ ಸೇರಿ ಎರಡು ಬಟ್ಟಲು

## ಎನೇನು ಬೇಕು?

ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಈರುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಎರಡು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಪ್ಯೂರಿ, ಗೋಡಂಬಿ 10-15 (ಪೇಸ್ಟ್) ಬೆಣ್ಣೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಒಂದು ಚಮಚ ತ್ರೀಮ್ ಎರಡು ಚಮಚ ಕಸೂರಿ ಮೇಥಿ ಎರಡು ಚಮಚ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಮತ್ತು ಅಜ್ಜಕಾರದ ಪುಡಿ ತಲಾ ಅರ್ಧರ್ಧ ಚಮಚ ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ, ಅರಿಸಿನ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಶುಂಠಿ ಮತ್ತು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಎರಡು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಒಂದು ಚಮಚ

## ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕಾಯಿಸಿ, ಬೆಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಕರಗಿಸಿ ಜೀರಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿದು ಈರುಳ್ಳಿ ಸೇರಿಸಿ ಬಾಡಿಸಿ. ಈರುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಪ್ಯೂರಿಗಳನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಸೇರಿಸುತ್ತ ಫುಮ್ ಎನ್ನುವಂತೆ ಹುರಿದು ಪುಡಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿದು ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಮುಚ್ಚಿ ಬೇಯಿಸಿ ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ಬೆರೆಸಿ, ತೆಂಗಿನಹಾಲು, ತ್ರೀಮ್, ಬೆಣ್ಣೆ, ಗೋಡಂಬಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಕಸೂರಿ ಮೇಥಿ ಬೆರೆಸಿ ಚೀಸ್ ಹಾಳೆಗಳನ್ನು ಮುರಿದು ಹಾಕಿದರೆ ಕೀಮಾ ಕರಿ ಸಿದ್ಧ.

## ಇಟಾಲಿಯನ್ ಕಾರ್ಬೋನ್

### ಎನೇನು ಬೇಕು?

ಮೈದಾ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು ಈಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ ಆಲಿವ್ ಆಯಿಲ್ ಒಂದು ಚಮಚ ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ  
**ಫಿಲಿಂಗ್‌ಗೆ:** ಅರ್ಧಕಟ್ಟು ಪಾಲಕ್ ಸೊಪ್ಪು, ಬೆಂದ ಕಾರ್ನ್ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು, ಚೀಸ್ ತುರಿ, ಪನ್ನೀರ್ ಎರಡು ಚಮಚ, ಮಿಕ್ಸೆಡ್ ಹರ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ, ಚಿಲ್ಲಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಅರ್ಧ ಚಮಚ, ಕರಿಮೇಣಸಿನ ಪುಡಿ ಕಾಲು ಚಮಚ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ.

### ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಈಸ್ಟನ್ನು ಮೂರು ಚಮಚ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಿ ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಿಡಿ. ನಾಲ್ಕು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಇದರ ಜೊತೆ ಮೈದಾ, ಉಪ್ಪು ಆಲಿವ್ ಆಯಿಲ್ ಸೇರಿಸಿ ಚಪಾತಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ

ಕಲಿಸಿ ನಾಲ್ಕೈದು ಗಂಟೆ ಮುಚ್ಚಿಡಿ. ಹಿಟ್ಟು ಎರಡರಷ್ಟು ಉಬ್ಬಿದಾಗ ನಿಂಬೆಗಾತ್ರದ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಮೈದಾದಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಚಪಾತಿಯಂತೆ ಲಟ್ಟಿಸಿ, ಫೋರ್ಕ್‌ನಿಂದ ಚುಚ್ಚಿ, ಅರ್ಧಕ್ಕೆ ಫಿಲಿಂಗ್ ಇಟ್ಟು ಮುಚ್ಚಿ ಸುತ್ತಲೂ ಫೋರ್ಕ್‌ನಿಂದ ಒತ್ತಿ ತವಾ ಮೇಲೆ ಎರಡೂ ಕಡೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕೆಂಪಗೆ ಬೇಯಿಸಿ.

