

ಬೇಲದ ಹಣ್ಣಿನ ಸಾರು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬೇಲದ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳನ್ನು ಒಂದು ಜಾಲರಿಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಸೋಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಬೆಲ್ಲ, ಉಪ್ಪು, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ನೀರು ಹಾಗೂ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇಂಗು, ಜೀರಿಗೆ, ಸಾಸಿವೆ ಹಾಗೂ ಕರಿಬೇವಿನ ಒಗ್ಗರಣೆ ಹಾಕಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಬೇಲದ ಹಣ್ಣು ಒಂದು
- ಬೆಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಮೂರು
- ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ, ಜೀರಿಗೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು ಹಾಗೂ ಇಂಗು



ಆಹಾ ಮಸಾಲಾ ಚಾಟ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬೇಲದ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ, ಪೆಪ್ಪರ್ ಪುಡಿ, ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಬೆಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಉಪ್ಪನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಸೇರಿಸಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಬೇಲದ ಹಣ್ಣು ಒಂದು
- ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಮೂರು
- ಪೆಪ್ಪರ್ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು
- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ
- ಚಾಟ್ ಮಸಾಲಾ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು

ರುಚಿಕರ ಗೊಜ್ಜು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಎಳ್ಳು ಹಾಗೂ ಒಣಮೆಣಸನ್ನು ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ತೆಂಗಿನತುರಿ ಹಾಗೂ ಬೇಲದ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳನ್ನು ಹುರಿದ ಮಸಾಲೆಯೊಂದಿಗೆ ತರಿತರಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿ. ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು, ಇಂಗು ಹಾಗೂ ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕರಿಬೇವು, ಸಾಸಿವೆಯ ಒಗ್ಗರಣೆ ಹಾಕಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಬೇಲದ ಹಣ್ಣು ಒಂದು
- ಬೆಲ್ಲ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
- ಒಣಮೆಣಸು ಆರು
- ಎಳ್ಳು ಎರಡು ಚಮಚ
- ತೆಂಗಿನತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್
- ಇಂಗು ಚಿಟಿಕೆ
- ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು

