



ಇಡ್ಲಿ ರಸಮಲೈ, ರಾಯತ...

ಎಲ್ಲ ಕಾಲಕ್ಕೂ ಸೂಕ್ತ ಎನಿಸುವ ತಿಂಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನಪ್ರಿಯ ತಿನಿಸು ಇಡ್ಲಿ. ಬೆಳಗಿನ ಉಪಾಹಾರಕ್ಕೆ ಇಡ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡುವಂಥದ್ದೇ. ಇದೇ ಇಡ್ಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವು ವೈವಿಧ್ಯ. ಜೊತೆಗೆ ಇಡ್ಲಿಯನ್ನು ಬಳಸಿ ರಾಯತ, ರಸಮಲೈಗಳನ್ನೂ ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು.

■ ಟಿ.ಪಿ. ನಾಗರತ್ನ



ಸೋರೆಕಾಯಿ ಇಡ್ಲಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಸೋರೆಕಾಯಿ ತುರಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು

ಇಡ್ಲಿ ತರಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು/ ಮೊಸರು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು

ಸೋಡಾ ಚಿಟಿಕೆ/ ಬೇಯಿಸಿದ ಬಟಾಣಿ ಒಂದು ಹಿಡಿ

ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಉಪ್ಪು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಸೋರೆಕಾಯಿ ತುರಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು, ಇದಕ್ಕೆ ತೊಳೆದ ಇಡ್ಲಿ ತರಿಯನ್ನು ಬೆರೆಸಿ, ಇಡ್ಲಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವಷ್ಟು ಗಟ್ಟಿ ಮೊಸರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕಲಸಿ, ತೆಂಗಿನತುರಿ, ಬೇಯಿಸಿದ ಬಟಾಣಿ ಬೆರೆಸಿ. ಬಾಣಲೆಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ, ಸಾಸಿವೆ, ಸಣ್ಣಗೆ ಹಚ್ಚಿದ ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ಕಲಸಿ ಒಂದು ಗಂಟೆ ನೆನೆಸಿ. ಇಡ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಸೋಡಾ ಬೆರೆಸಿ, ಇಡ್ಲಿ ಬಟ್ಟಲುಗಳಿಗೆ ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಚಟ್ನಿ, ಸಾಂಬಾರ್, ತರಕಾರಿ ಸಾಗು ಜೊತೆ ಸವಿಯಿರಿ.

ಇಡ್ಲಿ ರಾಯತ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಇಡ್ಲಿ ಐದು, ಗಟ್ಟಿ ಮೊಸರು ಎರಡು ಲೋಟ

ಸಕ್ಕರೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ

ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಮೂರು

ಶುಂಠಿ ಸ್ವಲ್ಪ, ಉಪ್ಪು

ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಮೂರು ಚಮಚ

ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ತುಪ್ಪು, ಸಾಸಿವೆ, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಇಡ್ಲಿಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿ. ಮೊಸರನ್ನು ನೀರು ಹಾಕದೆ ಸಕ್ಕರೆ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಗಟ್ಟಿ ಮಜ್ಜೆಗೆ ಮಾಡಿ. ಹಸಿಮೆಣಸು, ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಶುಂಠಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ರುಬ್ಬಿ. ಸಾಸಿವೆ ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ ಹಾಕಿ ತುಪ್ಪದ ಒಗ್ಗರಣೆ ತಯಾರಿಸಿ, ಬೌಲೆಗೆ ಕಡೆದ ಮೊಸರು, ರುಬ್ಬಿದ ಮಸಾಲೆ, ಒಗ್ಗರಣೆ ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ ಉಪ್ಪು ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ. ಈಗ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಇಡ್ಲಿ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮುಳುಗಿಸಿ ಮೇಲೆ ಒಗ್ಗರಣೆ, ಕ್ಯಾರೆಟ್ ತುರಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಉದುರಿಸಿ ತಣ್ಣಗೆ ಮಾಡಿ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡಿ.

