



ಆಹಾ ಅಡುಗೆ



# ಏರ್‌ಫುಯರ್ ತಿನಿಸು ಏನು ಸೊಗಸು!

ಅಡುಗೆ ಅನಿಲ ಅಭಾವ ತೋರುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಪರ್ಯಾಯ  
ಅಡುಗೆ ಒಲೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವತ್ತ ಮಹಿಳೆಯರು  
ಚಿತ್ತಹರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಏರ್‌ಫುಯರ್ ಬಳಸಿ ರುಚಿಕರ  
ಅಡುಗೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು. ಸಂಜೆಯ  
ಸ್ನಾಕ್ಸ್ ಮಾಡಲು ಸೂಕ್ತವೆನಿಸುವ ಇದು  
ಸಮಯವನ್ನೂ ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

## ರಾಗಿ ಬೆಣ್ಣೆ ಬಿಸ್ಕತ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಏರ್‌ಫುಯರ್ ಅನ್ನು 180 ಡಿಗ್ರಿಗೆ ಸೆಟ್ ಮಾಡಿ ಮೂರು ನಿಮಿಷ  
ಪ್ರೀ ಹೀಟ್ ಮಾಡಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಬೆಣ್ಣೆ, ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ  
ಐದು ನಿಮಿಷ ಚೆನ್ನಾಗಿ  
ಬೀಟ್ ಮಾಡಿ ನಂತರ  
ಅದಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪು, ಬೇಕಿಂಗ್  
ಪೌಡರ್, ರಾಗಿ ಹಿಟ್ಟು  
ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ  
ಹಾಲು ಹಾಕಿ ಚಪಾತಿ  
ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ.  
ಈ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಸಣ್ಣ  
ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು  
ಮಾಡಿಕೊಂಡು  
ಹಗುರವಾಗಿ ಅಮುಕಿ,  
ಏರ್ ಫುಯರ್ ಟ್ರೇ ಒಳಗೆ  
ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರ ದೂರದಲ್ಲಿ  
ಜೋಡಿಸಿ ಇಟ್ಟು ಆರು ನಿಮಿಷ ಟೈಮ್ ಸೆಟ್ ಮಾಡಿ. ನಂತರ  
ಬಿಸ್ಕತ್‌ಗಳನ್ನು ತಿರುಗಿಸಿ ಇಟ್ಟು ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಐದು ನಿಮಿಷ ಸೆಟ್  
ಮಾಡಿ ಆದ ನಂತರ ತೆಗೆದು ಆರಲು ಬಿಡಿ.

### ವನೇನು ಬೇಕು?

- ರಾಗಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದೂವರೆ ಬಟ್ಟಲು
- ಬೆಣ್ಣೆ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಬೇಕಿಂಗ್ ಪೌಡರ್ ಮುಕ್ಕಾಲು ಚಮಚ
- ಹಾಲು ಎರಡು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ಕಾಲು ಚಮಚ

### ■ ವೀಣಾ ಶಂಕರ್



## ಕಾಫಿ ಬೆಣ್ಣೆ ಬಿಸ್ಕತ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಬಟ್ಟಲಿಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ಬಿಸಿ ನೀರು ಹಾಕಿ  
ಅದಕ್ಕೆ ಕಾಫಿ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು  
ಪಾತ್ರೆಗೆ ತುಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ  
ಬೀಟ್ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಬಾದಾಮಿ ಪುಡಿ, ಬೇಕಿಂಗ್  
ಪೌಡರ್, ಸೋಡಾ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ.  
ನಂತರ ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು, ಕಾಫಿ ನೀರು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ  
ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಬಿಸ್ಕತ್ ಕಟರ್‌ನಿಂದ  
ಬೇಕಾದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ಕತ್ತರಿಸಿ ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ  
ಏರ್‌ಫುಯರ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಆರಿದ ನಂತರ ಸವಿಯಿರಿ.

### ವನೇನು ಬೇಕು?

- ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದೂವರೆ ಬಟ್ಟಲು
- ಬಾದಾಮಿ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಕಾಫಿ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಮುಕ್ಕಾಲು ಬಟ್ಟಲು
- ಬೆಣ್ಣೆ ಅಥವಾ ತುಪ್ಪು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಬೇಕಿಂಗ್ ಪೌಡರ್ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಬೇಕಿಂಗ್ ಸೋಡಾ ಕಾಲು ಚಮಚ
- ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು

