

## ಮಾವಿನಕಾಯಿಯ ಹಿಂಡಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮಾವಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಒಣಗಿದ ನಂತರ ತುರಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಒಂದು ದಿನ ಬಿಡಬಹುದು. ನಂತರ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಸಾಸಿವೆ, ಇಂಗು, ಅರಿಶಿನ ಕೊಂಬು ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ತೆಗೆದಿಡಿ. ಮಾವಿನ ಕಾಯಿಯ ತುರಿಯನ್ನು ಹಿಂಡಿ, ಮಿಕ್ಸಿ ಜಾರಿಗೆ ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸಣ್ಣಗಾಡ ನಂತರ ಮಸಾಲೆ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮಿಕ್ಸಿ ಮಾಡಿ, ಗಾಳಿಯಾಡದ ಡಬ್ಬಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಡಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮಾವಿನಕಾಯಿ ಹತ್ತು
- ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ನೂರೈವತ್ತು ಗ್ರಾಂ
- ಸಾಸಿವೆ ನೂರು ಗ್ರಾಂ
- ಅರಿಶಿನ ಕೊಂಬು ಎರಡು
- ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ
- ಉಪ್ಪು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು



## ಮಾವಿನಕಾಯಿ ಹೋಳು ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮಾವಿನ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಹೋಳು ಮಾಡಿಟ್ಟು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿಡಿ. ಒಂದು ಬಾಣಲೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಇಂಗು, ಸಾಸಿವೆಯನ್ನು ಹುರಿದು ಪುಡಿ ಮಾಡಿಡಿ. ಅದೇ ಬಾಣಲೆಗೆ

ಉಳಿದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಾವಿನಕಾಯಿಯ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹಾಕಿ ನಿಧಾನ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಯಾಡಿಸುತ್ತಿರಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಂದ ಮೇಲೆ ಅದಕ್ಕೆ ಅರಿಶಿನ, ಉಪ್ಪು, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿಯ ಪುಡಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ ನಿಧಾನ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ಮಗಚುತ್ತಿರಿ. ಎಣ್ಣೆಯ ಪರಿಮಳದೊಂದಿಗೆ ಊಟಕ್ಕೆ ರುಚಿಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮಾವಿನಕಾಯಿ ಹತ್ತು
- ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ
- ಉಪ್ಪು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಒಣಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಎಣ್ಣೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಸಾಸಿವೆ ನೂರು ಗ್ರಾಂ

## ದಿಢೀರ್ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮಾವಿನಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಹೋಳುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಡಿ. ಒಂದು ಬಾಣಲೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ, ಇಂಗು, ಸಾಸಿವೆ, ಮೆಂತ್ಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಹುರಿದು ಪುಡಿ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಉಪ್ಪು, ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕುದಿಯಲು ಇಡಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿದ ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಕತ್ತರಿಸಿಟ್ಟ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ. ಐದು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ. ಆರಿದ ಮೇಲೆ ಮೆಣಸಿನಪುಡಿಯ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಿಸಿ. ಈ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ಆಗಲೇ ಮಾಡಿ ತಕ್ಷಣ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮಾವಿನಕಾಯಿ ಹತ್ತು
- ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ನೂರೈವತ್ತು ಗ್ರಾಂ
- ಸಾಸಿವೆ, ಮೆಂತ್ಯ ಎರಡೆರಡು ಚಮಚ
- ಎಣ್ಣೆ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ, ಉಪ್ಪು
- ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ

