



ಈರುಳ್ಳಿ ಸಮೋಸ, ಪರಾಟ..

ಹೆಚ್ಚುವಾಗ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ನೀರೂರಿರುವ ಈರುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಪದಾರ್ಥಗಳ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ ತರಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಸುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಇದರಿಂದ ವಿಭಿನ್ನ ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.

■ ಚಿತ್ರ- ಬರಹ: ಆಶಾ ಕೆರೆಗದ್ದೆ

ಆನಿಯನ್ ಪರಾಟ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅತಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಕಪ್
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಪುದಿನಾ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ
ಹಸಿಮೆಣಸು ಎರಡು

ಗರಂಮಸಾಲಾ ಒಂದು ಚಮಚ
ದನಿಯಾಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಉಪ್ಪು, ಮೈದಾ ಅರ್ಧಕಪ್
ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು ಅರ್ಧಕಪ್, ಎಣ್ಣೆ.
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಬೌಲಿಗೆ ಮೈದಾಹಿಟ್ಟು, ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು, ಉಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಹಾಗೆಯೇ ಇಡಿ. ಒಂದು ಪ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕಾದ ನಂತರ ಈರುಳ್ಳಿ, ಪುದಿನಾ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಗರಂ ಮಸಾಲಾ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ದನಿಯಾಪುಡಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಹಿಟ್ಟನ್ನು ರೊಟ್ಟಿಯಂತೆ ಲಟ್ಟಿಸಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಎಣ್ಣೆ ಸವರಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಈರುಳ್ಳಿ ಮಸಾಲಾ ಹಾಕಿ ಮಡಚಿ ಲಟ್ಟಿಸಿ ತವಾ ಮೇಲೆ ಎರಡು ಕಡೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ.



ಆನಿಯನ್ ಕರಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಕಪ್
ಹೆಚ್ಚಿದ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕಾಲು ಕಪ್
ಹಸಿಮೆಣಸು ಎರಡು

ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
ಅರಿಶಿಣ, ಅಚ್ಚಕಾರದಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
ಗರಂ ಮಸಾಲಾ ಒಂದು ಚಮಚ
ಶುಂಠಿ-ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ
ಉಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ.
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?

ಒಂದು ಪ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಕಾಯಿಸಿ ಜೀರಿಗೆ ಸಿಡಿಸಿ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಈರುಳ್ಳಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಹಾಕಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ಅದಕ್ಕೆ ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಗರಂ ಮಸಾಲಾ, ಅಚ್ಚಕಾರದ ಪುಡಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹುರಿದು ಒಂದು ಲೋಟ ನೀರು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿಸಿ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ಚಪಾತಿ ಜತೆ ಸವಿಯಿರಿ.