



ಮಾವಿನ ಸವಿರುಚಿ

ಮಾವಿನಹಣ್ಣು ತಿನ್ನಲು ಬಹಳ ರುಚಿ. ವಿವಿಧ ತಳಿಯ ಮಾವಿನಹಣ್ಣುಗಳಿಂದ ರುಚಿಕರ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳನ್ನೂ ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು. ಹೋಳಿಗೆ, ಬರ್ಫಿ, ವಾಯಸ, ಸೆವೆನ್‌ಕಪ್ ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಒಂದು ರುಚಿ.



■ ಅತ್ತಿನಿ ವಿ. ಹೆಗಡೆ, ಶಿರಸಿ



ರುಚಿಕರ ಸೆವೆನ್ ಕಪ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಕಡ್ಡೆ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ತುಪ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಇದಕ್ಕೆ ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಹಾಕಿ ಕೈಯಾಡಿ, ಆಮೇಲೆ ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಪಲ್ಟೆ, ಸಕ್ಕರೆ, ಹಾಲು ಹಾಕಿ ತಳ ಬಿಡುವವರೆಗೆ ಕೈಯಾಡಿ ನಂತರ ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ಬಟ್ಟಲಿಗೆ ಹಾಕಿ ಬಿಸಿದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ಕತ್ತರಿಸಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಪಲ್ಟೆ 1 ಕಪ್
- ಕಡ್ಡೆ ಹಿಟ್ಟು 1 ಕಪ್
- ಹಾಲು 1 ಕಪ್
- ತೆಂಗಿನ ತುರಿ 1 ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ 1 ಕಪ್
- ಸಕ್ಕರೆ 2 ಕಪ್

ಮಾವು ಸೆಷಲ್!

ಘಮ ಘಮ ಹೋಳಿಗೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೊದಲು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು, ರವೆ, ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು, ಅರಿಶಿನ, ಎಣ್ಣೆ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಕಣಕ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ಒಂದು ಗಂಟೆ ಬಿಡಿ. ತೆಂಗಿನ ತುರಿಯನ್ನು ತರಿತರಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಬಾಣಲೆಗೆ ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಪಲ್ಟೆ ಹಾಕಿ ಎರಡು ನಿಮಿಷ ಸಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಯಾಡಿ. ನಂತರ ಇದಕ್ಕೆ ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಬೆಲ್ಲ, ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ, ಸೇರಿಸಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಯಾಡಿ. ತಳ ಬಿಡಲು ಆರಂಭವಾದ ಕೂಡಲೇ ಉರಿ ಆರಿಸಿ. ಆದ ಮೇಲೆ ಸಿದ್ಧವಾದ ಹೂರಣವನ್ನು ಉಂಡೆಯಾಗಿ ಮಾಡಿ, ಕಣಕದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ಲಟ್ಟಿಸಿ ತವಾದಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿಕೊಂಡು ತುಪ್ಪ, ಸಕ್ಕರೆ ಪಾಕದೊಂದಿಗೆ ಹೋಳಿಗೆ ರುಚಿ ನೋಡಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಪಲ್ಟೆ ಒಂದು ಕಪ್
- ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಎರಡು ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್
- ಅರಿಶಿನ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಚಿರೋಟಿ ರವೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ಎಣ್ಣೆ 6-8 ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

