

## ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕಾಯಿ ಮೊಸರು ಬಜ್ಜೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕಾಯಿ 2-3

ಕಾಯಿತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್

ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು

ಸಿಹಿ ಮೊಸರು ಒಂದು ಸೌಟು

ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ ಒಂದು ಚಮಚ, ಒಣಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ 2-3, ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಒಂದು, ಸಾಸಿವೆ, ಎಣ್ಣೆ ಎರಡು ಚಮಚ, ರುಚಿಗೆ ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ ಬೇಕಾದಲ್ಲಿ.

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿ ರುಚಿಗೆ ಉಪ್ಪು ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈರುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ, ಕಾಯಿತುರಿಯನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಬೇಯಿಸಿದ ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಎಣ್ಣೆ, ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ ಸಾಸಿವೆ ಹಸಿಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ಮಾಡಿ ನಂತರ ಮೊಸರು, ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಹಾಕಿ ಹದ ಮಾಡಿ. ಮೊಸರು ಬಜ್ಜೆ ಅನ್ನದ ಜೊತೆ ರುಚಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.



## ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕಾಯಿ ಗೊಜ್ಜು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕಾಯಿ 5-6

ಕಾಯಿತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್

ಒಣ ಮೆಣಸು 5-6 / ಎಣ್ಣೆ 4-5 ಚಮಚ

ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ 2 ಚಮಚ/ಎಳ್ಳು 2 ಚಮಚ

ಸಾಸಿವೆ ಒಂದು ಚಮಚ

ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ 7-8, ಕರಿಬೇವು

ರುಚಿಗೆ ಉಪ್ಪು.

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಇದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ, ಮೆಣಸು, ಎಳ್ಳು, ಸಾಸಿವೆ ಹಾಕಿ ಕಾಯಿತುರಿ ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ನೀರು ಹಾಕದೇ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಎಣ್ಣೆ ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ, ಸಾಸಿವೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಕರಿಬೇವು ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ಮಾಡಿ. ಹುಳಿಯಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮೊಸರು ಸ್ವಲ್ಪ ಸೇರಿಸಬಹುದು.



**KOF**  
Since 1984

# ಸಫಲ್ ಪ್ರೀಮಿಯಂ

ರಿಫೈನ್ಡ್ ಸೂರ್ಯಕಾಂತಿ ಎಣ್ಣೆ



ಕರ್ನಾಟಕ ಹಣಕಾರಿ ಎಣ್ಣೆಗಳ ಹಿರಿಯರ ಮಹಾಪಂಡಿತ ನಿಯಮಿತ, ಬೆಂಗಳೂರು  
ವ್ಯಾಪಾರಿಕ ಎಣ್ಣೆಗಳ ಹಿರಿಯರ ಮಹಾಪಂಡಿತ | ರಾಯಚೂರು | ಹತ್ತಿಮರೇ  
ದೂರವಾರ್ತೆ: ಫೋನ್: 080-25550268, 25543061, 25543062, ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 0836-2371107, ಇಮೇಲ್: 08362-236826, ಪುಸ್ತಕ: ಫೋನ್: 08194 - 229796



**Safal**

ಪರಿಶುದ್ಧ ತೈಲ  
ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯ

Online Orders : [www.esafal.co.in](http://www.esafal.co.in)  
[www.kof.co.in](http://www.kof.co.in)