

# ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲಿನಲ್ಲೂ ಬಹುರುಚಿ

★ ಅಶ್ವಿನಿ. ಪಿ. ಹೆಗಡೆ



ಕುದಿಸಿ ಸೋಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಐದು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆ ಹಾಕಿದ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ಕಾಯಿತುರಿ ಕುದಿಸಿದ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ನುಣ್ಣಿಗೆ ರುಬ್ಬಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಮಿಕ್ಕಿದ ಕಬ್ಬಿನಹಾಲು, ಬೆಲ್ಲ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ತಳ ಬಿಡುವವರೆಗೆ ಕಾಯಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ತುಪ್ಪು ಸವರಿದ ಬಟ್ಟಲಿಗೆ ಹಾಕಿ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿದರೆ ಮಣ್ಣೆ ಸವಿಯಲು ರೆಡಿ.

## ತೊಡದೇವು

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ಕುದಿಸಿದ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲು ಐದು ಕಪ್, ಅಕ್ಕಿ ಎರಡು ಕಪ್, ಬೆಲ್ಲ ಅರ್ಧ ಕಪ್, ಏಲಕ್ಕಿ ನಾಲ್ಕರಿಂದ ಐದು, ಉಪ್ಪು ಚಿಟಿಕೆ, ಎಣ್ಣೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಏಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ಕುದಿಸಿದ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ನುಣ್ಣಿಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಬೆಲ್ಲ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ದೋಸೆಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕಿಂತ ತೆಳುವಾಗಿ ಸಿದ್ಧ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ಕಟ್ಟಿಗೆ ಒಲೆಗೆ ಅಥವಾ ಗ್ಯಾಸ್ ಒಲೆಗೆ ಮಡಿಕೆಯನ್ನು ಬೋರಲು ಹಾಕಬೇಕು. ನಂತರ ಒಂದು ಕೋಲಿಗೆ ತೆಳು, ಶುಭ್ರವಾದ ಹತ್ತಿಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸುತ್ತಿ, ಐದು-ಆರು ಇಂಚು ಇಳಿಬಿಡಬೇಕು. ಒಂದು ಬಟ್ಟಲಿನಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಅದ್ದಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿದ ಗಡಿಗೆ ಮೇಲೆ ನಾಲ್ಕು ದಿಕ್ಕಿಗೂ ಬರುವಂತೆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಎಳೆಯಬೇಕು. ಕೆಂಬಣ್ಣ ಬಂದ ಕೂಡಲೆ ಜೋಪಾನವಾಗಿ ಗಡಿಗೆಯಿಂದ ಬಿಡಿಸಿ ತ್ರಿಕೋನಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಮಡಿಸಿದರೆ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ತೊಡದೇವು ಸಿದ್ಧ.

## ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲಿನ ಜ್ಯೂಸ್

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ತಾಜಾ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲು ಒಂದು ಲೋಟ, ಶುಂಠಿ ರಸ ಒಂದು ಚಮಚ, ಲಿಂಬು ರಸ ಒಂದು ಚಮಚ, ಕಾಳು ಮೆಣಸಿನಪುಡಿ (ಚಿಟಿಕೆ).  
ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಕಬ್ಬಿನಹಾಲಿಗೆ ಶುಂಠಿ ರಸ, ಲಿಂಬುರಸ ಮತ್ತು ಕಾಳು ಮೆಣಸಿನಪುಡಿ ಬೆರೆಸಿದರೆ ಸ್ವಾದಿಷ್ಟ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲಿನ ಜ್ಯೂಸ್ ರೆಡಿ.

## ರೊಟ್ಟಿ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್, ಕುದಿಸಿದ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲು ಎರಡು ಕಪ್, ಬೆಲ್ಲ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಕುದಿಸಿ ಸೋಸಿದ ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲಿಗೆ ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಪುನಃ ಕುದಿಸಬೇಕು. ಕುದಿಯುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಹಾಕಿ ಕೈಯಾಡಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಚಪಾತಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ನಾದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ಉಂಡೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಲಟ್ಟಿಸಿ ತವಾದಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ ತುಪ್ಪುದೊಂದಿಗೆ ಸವಿದರೆ ಕಬ್ಬಿನಹಾಲಿನ ರೊಟ್ಟಿ ಬಲು ರುಚಿ.

## ಮಣ್ಣೆ (ಹಲ್ವಾ)

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ಕುದಿಸಿದ ಕಬ್ಬಿನಹಾಲು ಆರು ಕಪ್, ಅಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್, ಬೆಲ್ಲ ಕಾಲು ಕಪ್, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ, ಕಾಯಿತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್, ಉಪ್ಪು ಚಿಟಿಕೆ.  
ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಕಬ್ಬಿನಹಾಲನ್ನು

