

ಅಪ್ಪೆಮಿಡಿ ರಸ

ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ ಮಿಡಿ (ಅಪ್ಪೆಮಿಡಿ) ಬಲಿತು ಹಣ್ಣಾದಾಗ ಉದುರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ನೀರು ಆರಲು ಬಿಡಿ. ಒಣಗಿದ ನಂತರ ಬಾಣಲೆ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಬಿಸಿ ಆದಾಗ ಮಾವಿನಕಾಯಿ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ರಸಹಿಂಡಿ. ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು ರಸಕ್ಕೆ 5-6 ಚಮಚ ಉಪ್ಪನ್ನು ಹುರಿದು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ. ಇದನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಸಿ ಮೇಲೆ ಇಂಗು ಮತ್ತು ಅರಿಶಿನವನ್ನು ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಸಿ ಹಾಕಿ. ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಳ ಹಾಕಿ ಗಾಳಿ ಆಡದಂತೆ ಇಡಿ. ಇದು ವರ್ಷದವರೆಗೂ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬೇಕಾದಾಗ ಗೊಜ್ಜು, ಅಪ್ಪೆಕಾಯಿ ಸಾರು ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು.



ಮಾವಿನ ಕಾಯಿ ಗೊಜ್ಜು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಜೀರಿಗೆ, ಮೆಂತ್ಯ, ಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ, ಒಂದು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಹುರಿದು ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಮಾವಿನ ರಸಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ. ಈ ರಸಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಕಾಯಲು ಇಟ್ಟು ಸಾಸಿವೆ, ಇಂಗು, ಅರಿಶಿನ ಹಾಕಿ ಸಾಸಿವೆ ಸಿಡಿದ ಮೇಲೆ ಗೊಜ್ಜಿಗೆ ಹಾಕಿ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಮಾವಿನ ಕಾಯಿ ರಸ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ 15
- ಮೆಂತ್ಯ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಎಣ್ಣೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ಅರಿಶಿನ ಸ್ವಲ್ಪ, ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ, ಸಾಸಿವೆ

ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನ ಹಪ್ಪಳ, ಒಣ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು

ಬಾಳೆಹಣ್ಣನ್ನು ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಆವಿಯಲ್ಲಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿ. ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ನೀರು ಹಾಕದೆ ರುಬ್ಬಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ ಬಾಳೆ ಎಲೆ ಅಥವಾ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಶೀಟ್‌ಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಒಣಗಿಸಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿದ ಮೇಲೆ ಗಾಳಿಯಾಡದ ಡಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಇಟ್ಟರೆ ವರ್ಷದವರೆಗೂ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಒಣಗಿಸಿದ ಬಾಳೆ ಹಣ್ಣು

ಬಾಳೆಹಣ್ಣನ್ನು ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು 5-6 ದಿನ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿಸಿ ಗಾಳಿಯಾಡದ ಡಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಇಟ್ಟರೆ ವರ್ಷದವರೆಗೂ ಹಾಳಾಗದೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಒಣ ಬಾಳೆಹಣ್ಣನ್ನು ಒಣ ಹಣ್ಣಿನಂತೆ ತಿನ್ನಬಹುದು, ಉಂಡೆ ಮುಂತಾದ ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.

