



ಆಹಾರ ಅಡುಗೆ

ಸಂಜೆಯ ಸ್ವಾದಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಕ್ ಮೆರುಗು

ಸಂಜೆಯ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಕಾಫಿಗೆ ಏನಾದರೂ ರುಚಿಕರ ಸ್ವಾಕ್ ಬೇಕು ಎಂದು ನಾಲಿಗೆ ಬಯಸುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಸಹ ಬಗೆ ಬಗೆ ತಿಂಡಿ ತಿನ್ನುವ ಆಸೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಸಮೋಸ, ಬೇಬಿಕಾರ್ನ್ ಕಬಾಬ್, ಪಾವ್‌ಬಾಜಿ, ಪಕೋಡ ದಿನಕ್ಕೊಂದರಂತೆ ಮಾಡಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೀಡಬಹುದು.

■ ಸವಿತಾ ಮಾಧವ ಶಾಸ್ತ್ರಿ ಗುಂಡ್ಲಿ



ಚೇಸ್ ಪನೀರ್ ಸಮೋಸ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟಿಗೆ ಉಪ್ಪು, ಜೀರಿಗೆ ಹಾಕಿ ಒಂದು ಸೌಟು ಕಾದ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಚಪಾತಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಿವುಚಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಯಿಸಿದ ಬಟಾಣಿ ಕಾಳು, ತುರಿದ ಪನೀರ್ ಮತ್ತು ಚೀಸ್ ಸೇರಿಸಿ ಉಳಿದ ಪುಡಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸ್ವಫಿಂಗ್ ತಯಾರಿಸಿ. ಮೈದಾಹಿಟ್ಟಿನ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಪೂರಿ ಲಟ್ಟಿಸಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಫಿಂಗ್ ತುಂಬಿ ಸಮೋಸ ತಯಾರಿಸಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಮ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕರಿಯಿರಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್
- ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆ ಎರಡು
- ಬಟಾಣಿ ಕಾಳು ಕಾಲು ಕಪ್
- ಪನೀರ್ 100 ಗ್ರಾಂ
- ಚೀಸ್ ಅರ್ಧ ಕಪ್
- ಗರಂ ಮಸಾಲ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು, ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ
- ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಎಣ್ಣೆ ಅರ್ಧ ಲೀಟರ್

ಬೇಬಿಕಾರ್ನ್ ಕಬಾಬ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು, ಬೇಬಿ ಕಾರ್ನ್ ಹಾಕಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಅದರ ನೀರನ್ನೆಲ್ಲ ಬಿಸಿದು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಈಗ ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು, ಕಾರ್ನ್ ಫ್ಲೋರ್, ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಪುಡಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಬೋಂಡಾ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ಬೇಬಿಕಾರ್ನ್ ಅದ್ದಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿಯಿರಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಬೇಬಿಕಾರ್ನ್ 10
- ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು ಕಾಲು ಕಪ್
- ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್ ಕಾಲು ಕಪ್
- ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಗರಂ ಮಸಾಲ, ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ತಲಾ ಒಂದೊಂದು ಚಮಚ
- ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ತುಂರಿ-ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್
- ಉಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ ಅರ್ಧ ಲೀಟರ್

