

ರುಚಿ ರುಚಿ ಕರಾವಳಿ ಖಾದ್ಯ

ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ತಿಂಡಿ, ಅಡುಗೆ ಬಹಳ ರುಚಿ. ಇವುಗಳ ರುಚಿ ನೋಡಬೇಕಾದರೆ ಅಲ್ಲಿಗೇ ಹೋಗಬೇಕಿಲ್ಲ. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ರುಚಿಕರ ಕರಾವಳಿ ಸ್ವಾದವನ್ನು ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು.

■ ಸವಿತಾ ಮಾಧವ ಶಾಸ್ತ್ರಿ, ಗುಂಡ್ಲಿ



ಕುಚ್ಚಿಲಕ್ಕಿ ಪುಂಡಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಕುಚ್ಚಿಲಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್

ಕಾಯಿತುರಿ ಒಂದು ಕಪ್

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಒಂದು ಕಟ್ಟು

ಹಸಿಮೆಣಸು 6-7

ಶುಂಠಿ ಒಂದು ಇಂಚು

ಕರಿಬೇವು 15ರಿಂದ 20 ಎಸಳು

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಕುಚ್ಚಿಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಎಂಟು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ನೀರನ್ನೆಲ್ಲ ಬಿಸಿದು, ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾತ್ರ ನೀರು ಹಾಕಿ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ತರಿತರಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣ ಉಂಡೆ ಕಟ್ಟಲು ಬರುವಂತಿರಬೇಕು. ಮಾರನೇ ದಿನ ಈ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು, ಕಾಯಿತುರಿ, ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಹಸಿಮೆಣಸು, ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪು, ಕರಿಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪು, ಶುಂಠಿ ತುರಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ ಉಂಡೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಹಬೆಯಲ್ಲಿ 25 ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿ.

ಅಕ್ಕಿ ತರಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅಕ್ಕಿ ತರಿ (ಬೆಳ್ಳಿಗೆ ಅಕ್ಕಿ ರವೆ) ಒಂದು ಕಪ್

ಈರುಳ್ಳಿ ಎರಡು/ ಕಾಯಿತುರಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು

ಹಸಿಮೆಣಸು 4-5/ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಅರ್ಧ ಕಟ್ಟು

ಕರಿಬೇವು 10 12

ಶುಂಠಿ ತುರಿ ಸ್ವಲ್ಪ

ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು

ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದು ಚಮಚ

ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು ಒಂದು, ಎಣ್ಣೆ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಅಕ್ಕಿತರಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅಕ್ಕಿ ತರಿಯನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅದೇ ಬಾಣಲೆಗೆ ಪುನಃ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಅದಕ್ಕೆ ಕಡಲೇಬೇಳೆ, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಒಣಮೆಣಸು, ಕರಿಬೇವು ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ತಯಾರಿಸಿಕೊಂಡು ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ, ಶುಂಠಿ ತುರಿ ಮತ್ತು ಹಸಿಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಫೈ ಮಾಡಿ. ನಂತರ 3 ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ ನೀರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿಯತೊಡಗಿದಾಗ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹುರಿದಿಟ್ಟು ಅಕ್ಕಿತರಿ ಹಾಕಿ ತಿರುವಿರಿ. ನೀರಲ್ಲ ಆದಿ ನಂತರ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಕಾಯಿತುರಿ ಹಾಗೂ ನಿಂಬೆರಸ ಹಾಕಿ ಕಲಿಸಿದರೆ ಅಕ್ಕಿ ತರಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಸಿದ್ಧ.

