

ಹೀರೆಕಾಯಿ ದೋಸೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ದೋಸೆ ಅಕ್ಕಿ ಎರಡು ಕಪ್/ ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ ಎರಡು ಚಮಚ/ ಮೆಂತ್ಯ ಸ್ವಲ್ಪ, ಕಾಯಿತುರಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಎರಡು ಚಮಚಮ, ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
ಒಣಮೆಣಸು 10, ಹುಣಸೆಹಣ್ಣು/ ಬೆಲ್ಲ, ಇಂಗು ಚಿಟಿಕೆಯಷ್ಟು
ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಕಾಲು ಚಮಚ/ ಉಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ/ ಹೀರೆಕಾಯಿ ಎರಡು
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ದೋಸೆ ಅಕ್ಕಿ, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ, ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಹಾಗೂ ಮೆಂತ್ಯವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು
ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿಡಬೇಕು. ನೆನೆಸಿದ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಮಿಕ್ಸಿಗ್ ಹಾಕಿ ಅದಕ್ಕೆ
ಕಾಯಿತುರಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಬೀಜ, ಜೀರಿಗೆ , ಒಣಮೆಣಸು, ಇಂಗು, ಅರಿಶಿನ, ಉಪ್ಪು,
ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಹಾಕಿ ದೋಸೆ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈಗ ಹೀರೆಕಾಯಿಯ
ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಗಾಲಿಗಳಂತೆ ಕತ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೋಸೆ ತವಾಕ್ಕೆ ಎಣ್ಣೆ ಸವರಿ
ಹೀರೆಕಾಯಿ ಗಾಲಿಗಳನ್ನು ಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಕಾವಲಿಯ ಮೇಲೆ ಒಂದರ ಪಕ್ಕ ಒಂದು
ಜೋಡಿಸುತ್ತ ಬರಬೇಕು. ಇದರ ಮೇಲೊಂದು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಮುಚ್ಚಳ ಮುಚ್ಚಿ
ಒಂದು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ದೋಸೆಯನ್ನು ಮಗುಚಿ ಹಾಕಿ ಕಾಯಿಸಿ ತೆಗೆಯಿರಿ.



ಅಕ್ಕಿ ತರಿ ಕಡುಬು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅಕ್ಕಿತರಿ 1 ಕಪ್/ ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು/ ಎಣ್ಣೆ 4 ಚಮಚ/ ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ 1 ಚಮಚ
ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ 1 ಚಮಚ/ ಸಾಸಿವೆ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಅದಕ್ಕೆ ಕಡಲೆಬೇಳೆ, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ ಹಾಗೂ
ಸಾಸಿವೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ತಯಾರಿಸಿ. ಸಾಸಿವೆ ಸಿಡಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅದಕ್ಕೆ ಎರಡೂವರೆ
ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ, ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ನೀರು ಕುದಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು
ಕಪ್ ಅಕ್ಕಿತರಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಗುಚಿ. ಅಕ್ಕಿತರಿ ನೀರನ್ನೆಲ್ಲ ಹೀರಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ
ಗ್ಯಾಸ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ತಣಿಯಲು ಬಿಡಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಚ್ಚಗೆ ಇರುವಾಗಲೇ ಇದರಿಂದ
ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಇಡ್ಲಿ ಸ್ಟ್ಯಾಂಡಿನಲ್ಲಿ ಈ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು 10 ನಿಮಿಷ ಹಬೆಯಲ್ಲಿ
ಬೇಯಿಸಿದರೆ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಅಕ್ಕಿ ತರಿ ಕಡುಬು ಚಟ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ಸವಿಯಲು ಸಿದ್ಧ.

ಒತ್ತು ಶಾವಿಗೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ದೋಸೆ ಅಕ್ಕಿ 2 ಕಪ್/ ಕಾಯಿತುರಿ ಒಂದು ಕಪ್
ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು/ ಎಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ದೋಸೆ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು 6 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ
ನೆನೆಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅಕ್ಕಿ ಹಾಗೂ ಕಾಯಿತುರಿಯನ್ನು ಮಿಕ್ಸಿ
ಜಾರಿನಲ್ಲಿ ನುಣ್ಣಗೆ ದೋಸೆ ಹಿಟ್ಟಿನಂತೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
ಒಂದು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಹಿಟ್ಟು ಹಾಗೂ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು
ನೀರುದೋಸೆಯ ಹದಕ್ಕೆ ತರಬೇಕು. ಮಧ್ಯಮ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು
ಮಗುಚುತ್ತಿರಬೇಕು. ಹಿಟ್ಟು ಮುದ್ದೆ ಆಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಗ್ಯಾಸ್ ಸ್ವಿಚ್
ಆಫ್ ಮಾಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಚ್ಚಗಿರುವಾಗಲೇ ಇದರಿಂದ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು
ಕಟ್ಟಿ ಇಡ್ಲಿ ಸ್ಟ್ಯಾಂಡಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು 20 ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಬೇಕು. ನಂತರ
ಶಾವಿಗೆ ಒರಳಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆ ಸವರಿ ಒಂದೊಂದೆ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು
ಹಾಕಿ ಶಾವಿಗೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿದರೆ ರುಚಿಕರವಾದ ಒತ್ತು ಶಾವಿಗೆ
ಸವಿಯಲು ಸಿದ್ಧ. ಇದನ್ನು ಕಾಯಿಹಾಲು ಅಥವಾ ಚಟ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ
ಸವಿಯಬಹುದು.

