



ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವಿನ ಬಜ್ಜೆ, ದೋಸೆ

ಹೊಳೆ, ಹಳ್ಳದ ಅಂಚು, ದಟ್ಟ ಕಾಡಿನ ರಸ್ತೆಗಳ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳೆಯಂತೆ ಗಿಡಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಬಿಳಿಯಾದ ಎಲೆಯಂತೆ ಕಾಣುವ ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವುಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಈ ಹೂವುಗಳಿಂದ ಬಜ್ಜೆ, ತಂಬುಳಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಬಹುದು. ಅವು ತಿನ್ನಲು ರುಚಿರುಚಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ.

■ ಚಿತ್ರ-ಬರಹ: ಆಶಾ ಕೆರೆಗದ್ದೆ, ಶಿರಸಿ

ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವಿನ ಬಜ್ಜೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು ?
ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವು ಹತ್ತು
ಕಡ್ಲೆ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್
ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಅರ್ಧ ಕಪ್
ಓಂಕಾಳು, ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ
ಗರಂ ಮಸಾಲಾ ತಲಾ ಒಂದೊಂದು ಚಮಚ
ಮೆಂತೆ ಪುಡಿ, ಶುಂಠಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು
ಚಮಚ
ಉಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?
ಒಂದು ಬಾಲಿಗೆ ಕಡ್ಲೆ ಹಿಟ್ಟು, ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು,
ಶುಂಠಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಗರಂ ಮಸಾಲಾ, ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ,
ಓಂಕಾಳು, ಮೆಂತೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ,
ಉಪ್ಪು, ಚಿಟಕೆ ಸೋಡಾ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ.
ನಂತರ ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವನ್ನು ಅದರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ
ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿಯಿರಿ.



ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವಿನ ತಂಬುಳಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವು ಹತ್ತು/ ಕಾಯಿತುರಿ ಅರ್ಧಕಪ್
ಮಜ್ಜಿಗೆ ಒಂದು ಕಪ್/ ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ

ಕಾಳುಮೆಣಸು ನಾಲ್ಕು/
ಹಸಿಮೆಣಸು, ಒಣಮೆಣಸು
ಒಂದೊಂದು
ಎಣ್ಣೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಉಪ್ಪು,
ಬೆಲ್ಲ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?
ಒಂದು ಪ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಒಂದು
ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ, ಬೆಳ್ಳಟೆ
ಹೂವು, ಜೀರಿಗೆ,
ಕಾಳುಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಬಾಡಿಸಿ.
ಮಿಕ್ಕೆ ಜಾರಿಗೆ ಕಾಯಿತುರಿ,
ಹಸಿಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿ.
ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಮಜ್ಜಿಗೆ,
ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ
ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಒಣಮೆಣಸು,
ಸಾಸಿವೆ ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ
ಮಾಡಿ ಸವಿಯಲು ರೆಡಿ.



ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವಿನ ದೋಸೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು ?
ಹೆಚ್ಚಿದ ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವು
ಒಂದು ಕಪ್
ಮೆಂತೆ ಎರಡು ಚಮಚ
ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ ಕಾಲು
ಕಪ್, ಈರುಳ್ಳಿ ಅರ್ಧ
ಶುಂಠಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು
ಚಮಚ, ಓಂಕಾಳು,
ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು
ಚಮಚ ಹಸಿಮೆಣಸು
ನಾಲ್ಕು, ಉಪ್ಪು
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?
ಅಕ್ಕಿ, ಮೆಂತೆ, ಉದ್ದಿನ
ಬೇಳೆ, ಈರುಳ್ಳಿ ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ
ರುಬ್ಬಿ ಎಂಟು ಗಂಟೆ ಹಾಗೇ ಇಡಿ. ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ
ಬೆಳ್ಳಟೆ ಹೂವು, ಈರುಳ್ಳಿ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಜೀರಿಗೆ,
ಓಂಕಾಳು, ಉಪ್ಪು, ಶುಂಠಿ, ಹಾಕಿ ತವಾ ಮೇಲೆ ಸಣ್ಣ ದೋಸೆ ಮಾಡಿ.

