



ಗುಲ್ಕಂದ್ ಸೆಷಲ್!

ಗುಲಾಬಿ ಎಸಳಿನಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಗುಲ್ಕಂದ್ ಬಹಳ ತಂಪು ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ನಾವು ತಯಾರಿಸುವ ಜ್ಯೂಸ್, ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್, ಹಣ್ಣುಗಳ ಮಿಶ್ರಣಗಳ ಜೊತೆ ಇದನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹ ತಂಪಾಗುತ್ತದೆ.

■ ಗೀತಸದಾ ಮೋಂತಿಮಾರು



ಚೆರಿ ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಚೆರಿ ಹತ್ತು

ಗುಲ್ಕಂದ್ ಎರಡು ಚಮಚ

ರೋಸ್ ಸಿರಪ್ ಎರಡು ಚಮಚ

ಗೋಡಂಬಿ ಐದು

ಖರ್ಜೂರ ಎರಡು

ಸಕ್ಕರೆ ರುಚಿಗೆ ಬೇಕಷ್ಟು

ತಂಪಾದ ಹಾಲು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಕಪ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಡಂಬಿ ಮತ್ತು ಕರಬೂಜವನ್ನು ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿಡಿ. ನಂತರ ಇದಕ್ಕೆ ಚೆರಿ, ಗುಲ್ಕಂದ್, ರೋಸ್ ಸಿರಪ್, ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿ, ನುಣ್ಣಿಗೆ ರುಬ್ಬಿ. ನಂತರ, ಇದಕ್ಕೆ ಐಸ್ ಮತ್ತು ಉಳಿದ ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ರುಬ್ಬಿ ಸರ್ವಿಂಗ್ ಕಪ್‌ಗೆ ಮೇಲಿನಿಂದ ಚೆರಿಯಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಿ.

ಗುಲ್ಕಂದ್ - ದಾಳಿಂಬೆ ಶೇಕ್

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಗುಲ್ಕಂದ್ ಎರಡು ಚಮಚ

ದಾಳಿಂಬೆ ಅರ್ಧ ಕಪ್

ತಂಪಾದ ದಬ್ಬಹಾಲು ಎರಡು ಕಪ್

ರೋಸ್ ಸಿರಪ್ ಮೂರು ಚಮಚ

ಸಕ್ಕರೆ ರುಚಿಗೆ ಬೇಕಷ್ಟು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ದಾಳಿಂಬೆಯ ಜೊತೆ ಗುಲ್ಕಂದ್, ಗುಲಾಬಿ ಸಿರಪ್, ಸಕ್ಕರೆ, ಹಾಲು ಮತ್ತು ಐಸ್ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬ್ಲೆಂಡ್ ಮಾಡಿ ಕಪ್‌ಗೆ ಸುರಿದು ಮೇಲಿನಿಂದ ದಾಳಿಂಬೆ ಹರಡಿ ಸರ್ವ್ ಮಾಡಬಹುದು.

