



ಆಹಾರ ಅಡುಗೆ

ಸಾಬುದಾನಿ ವಡಾ, ಚಿಪ್ಸ್ ರೋಲ್..

ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ ಶಾಲೆಯಿಂದ ಬರುವ ಮಕ್ಕಳು ಬಿಸಿ ಬಿಸಿಯಾಗಿ ಕರಿದ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಕರ್ಟ್ ಗೋಬಿ, ವಡಾ, ಚಿಪ್ಸ್ ರೋಲ್ ಮುಂತಾದ ತಿಂಡಿಗಳು ಮಾಡಲು ಸುಲಭ, ತಿನ್ನಲು ಬಲು ರುಚಿ.

■ ವೀಣಾ ಶಂಕರ್



ಕರ್ಟ್ ಗೋಬಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಬಿಯನ್ನು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿದ ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ಇಟ್ಟು ನಂತರ ನೀರನ್ನು ಬಿಸಿದು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ. ಮೊಸರು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಬಿಡಿ ಬಿಡಿಯಾಗಿ ಕಲಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದೆರಡು ಚಮಚ ಮೊಸರು ಹಾಕಿ ಹಗುರವಾಗಿ ಕಲಸಿ ಬಿಡಿ ಬಿಡಿಯಾಗಿ ಗೋಬಿಯನ್ನು ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯೊಳಗೆ ಹಾಕಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಗರಿ ಗರಿ ಆಗುವಂತೆ ಕರಿಯಿರಿ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಗೋಬಿ ನಾಲ್ಕು ಬಟ್ಟಲು
- ಮೈದಾ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಚಮಚ
- ಖಾರದ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಕಾರ್ನಫ್ಲೋರ್ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಗರಂ ಮಸಾಲ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಮೊಸರು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಉಪ್ಪು, ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ

ಪನ್ನೀರ್ ಬುರ್ಜಿ ಸ್ಯಾಂಡ್‌ವಿಚ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬ್ರೆಡ್ಡಿನ ಅಂಚನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆದು ಒಂದು ತುಂಡಿಗೆ ಹಸುರು ಚಟ್ನಿ, ಮತ್ತೊಂದು ತುಂಡಿಗೆ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಸಾಸ್ ಹಚ್ಚಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಈರುಳ್ಳಿ, ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ ನಂತರ ಪನ್ನೀರ್ ತುರಿ ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ ಒಂದು ಬ್ರೆಡ್ ತುಂಡಿನ ಮೇಲೆ ಸಮನಾಗಿ ಹರಡಿ ಇನ್ನೊಂದು ತುಂಡನ್ನು ಅದರ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಕಾದ ತವಾದ ಮೇಲೆ ಬೆಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ಬೇಯಿಸಿ.

ಎನೇನು ಬೇಕು?

- ಬ್ರೆಡ್ ನಾಲ್ಕು ಪೀಸ್
- ಪನ್ನೀರ್ ತುರಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಕ್ಯಾರೆಟ್ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಉಪ್ಪು, ಬೆಣ್ಣೆ, ಹಸುರು ಚಟ್ನಿ
- ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಸಾಸ್

