

ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಲೇಹ್ಯ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ತುರಿದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಬೆಂದ ನಂತರ ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಕೈಬಿಡದೆ ಮಗುಚುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು. ನೀರು ಆರುತ್ತಾ ಬಂದ ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಮೇಲೆ ತಣ್ಣಗಾಗಲು ಬಿಡಿ. ರುಚಿರುಚಿಯಾದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಲೇಹ್ಯ ಸವಿಯಲು ಸಿದ್ಧ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ತುರಿದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಎರಡು ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್
- ಉಪ್ಪು ಚಿಟಿಕೆ
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಕಾಲು ಚಮಚ



ತಂಪು ತಂಬುಳಿ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ, ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿ. ನಂತರ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾಲು ಕಪ್ ಮೊಸರು ಹಾಗೂ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ. ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು, ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ಹಾಕಿ. ಆರೋಗ್ಯಕರ, ರುಚಿಯಾದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ತಂಬುಳಿ ರೆಡಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಒಂದು
- ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಎರಡು
- ಮೊಸರು ಕಾಲು ಕಪ್
- ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ: ಎರಡು ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಕರಿಬೇವು, ಸಾಸಿವೆ

ಬೆಟ್ಟದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಗೊಜ್ಜು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಜೀರಿಗೆ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಇಂಗು, ಕರಿಬೇವು ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ

ಹುರಿದ ಮೇಲೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಹಾಕಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ನಂತರ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಉಪ್ಪು ಹಾಗೂ ಅರಿಶಿನ ಹಾಕಿ. ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಮೃದುವಾದ ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಮಾಡಿಟ್ಟ ಮಸಾಲ ಪುಡಿ, ನೀರು, ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ. ಕೊನೆಗೆ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಹಾಕಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ಬಿಡಿ. ಚಪಾತಿ ಹಾಗೂ ಅನ್ನದ ಜೊತೆಗೆ ಸವಿಯಬಹುದು.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಬೀಜ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಕಾಳುಮೆಣಸು ಹತ್ತು
- ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ
- ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ನಾಲ್ಕು
- ಬೆಟ್ಟದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಒಂದು
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಮೂರು
- ಸಾಸಿವೆ, ಜೀರಿಗೆ, ಇಂಗು, ಕರಿಬೇವು
- ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಹತ್ತು ಎಸಳು
- ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಒಂದು
- ಅರಿಶಿನ, ಬೆಲ್ಲ
- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು

