



# ಪೋಹ ಕಟ್ಲೆಟ್, ಭರವಾ ಮಿರ್ಚಿ

ಮರಾಠಿ ತಿನಿಸುಗಳು ರುಚಿಯಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನವಾದವು. ಸಂಜೆಯ ಕಾಫಿ ಜತೆ ತಿನ್ನಲು ಸೂಕ್ತವಾದ ತಿಂಡಿಗಳಿವು. ಇಲ್ಲಿದೆ ರೆಸಿಪಿ..

■ ಚಿತ್ರ- ಬರಹ: ಸವಿತ ಆರ್.



## ತೆಂಡಲ್ಯಾ ಚಿಭಾಜಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಎಳೆಯದಾದ ತೊಂಡೇಕಾಯಿ ಕಾಲು ಕೆ.ಜಿ. / ಕಾರದ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ  
ಸಾಂಬರ್ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್  
ಹೆಚ್ಚಿದ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಚೂರು ಒಂದು ಚಮಚ  
ಶುಂಠಿ ಚೂರು ಒಂದು ಚಮಚ  
ಹುರಿದ ಶೇಂಗಾ ಬೀಜದ ತರಿ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ  
ಕಾಯಿತುರಿ ಐದು ಚಮಚ/ ಅರಶಿನ ಕಾಲು ಚಮಚ  
ಕರಿಬೇವು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ, ಉಪ್ಪು,  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಎಳೆಯ ತೊಂಡೇಕಾಯಿಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ಒರಿಸಿ 4 ಭಾಗಗಳಾಗಿ ಸೀಳಿ ಹೋಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಗ್ಗರಣೆಯಲ್ಲಿ ಈರುಳ್ಳಿ, ಕರಿಬೇವು ಹುರಿದು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಶುಂಠಿ ಚೂರು ಹುರಿದು ಸೀಳಿದ ತೊಂಡೇಕಾಯಿ ಹೋಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ಮೀಡಿಯಂ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಿ ಮೂರು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಮೆತ್ತಗಾದ ನಂತರ ಕಾರದಪುಡಿ, ಸಾಂಬಾರ್ ಪುಡಿ, ಅರಿಶಿನ, ಉಪ್ಪು, ಶೇಂಗಾ ಬೀಜ ತರಿ ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿದು ಕಾಲು ಕಪ್ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಮುಚ್ಚಿ ನಾಲ್ಕು ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಂದ ನಂತರ ಕಾಯಿ ತುರಿ ಸೇರಿಸಿ ಇಳಿಸಿ. ಇದು ಚಪಾತಿ ಜೊತೆಗೆ ರುಚಿ.

## ಪೋಹ ಕಟ್ಲೆಟ್

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ನೆನೆಸಿದ ದಪ್ಪ ಅವಲಕ್ಕಿ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್  
ಬೇಯಿಸಿದ ಅಲೂಗಡ್ಡೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಕಪ್  
ಗರಂ ಮಸಾಲೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ  
ಧನಿಯ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಅರಿಶಿನ, ಉಪ್ಪು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು  
ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಕಪ್/ ಕಸೂರಿ ಮೇಥಿ ಒಂದು ಚಮಚ  
ಗೋಡಂಬಿ ಚೂರು ಮೂರು ಚಮಚ/ ಪುದೀನ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ  
ಎಣ್ಣೆ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ ಪುದೀನಾ ಚಟ್ನಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಸಾಸ್  
ಕರಿ ಮೆಣಸುಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಹಸೀಕಾರ ಎರಡು ಚಮಚ  
ಬ್ರೆಡ್ ತುಂಡು ಒಂದು/ ಬ್ರೆಡ್ ಕ್ರಮ್ಸ್ ಒಂದು ಕಪ್  
ಹಸಿ ಬಟಾಣಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಅವಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಕಾಲು ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ನೆನೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಗ್ಗರಣೆಯಲ್ಲಿ ಈರುಳ್ಳಿ, ಗೋಡಂಬಿ ಹುರಿದು ಅರಿಶಿನ, ಉಪ್ಪು ಪುದೀನಾ ಸೊಪ್ಪು, ಹಸಿ ಬಟಾಣಿ ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ಇದು ಮೆತ್ತಗಾದ ನಂತರ ಗರಂ ಮಸಾಲೆ ಹಸೀಕಾರ, ಜೀರಿಗೆ, ಧನಿಯಪುಡಿ, ಕಸೂರಿ ಮೇಥಿ ಸೇರಿಸಿ. ನೆನೆಸಿದ ಅವಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಿಡುಕಿ ಸೇರಿಸಿ, ಬೇಯಿಸಿದ ಅಲೂಗಡ್ಡೆ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕರಿ ಮೆಣಸುಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಇಳಿಸಿ, ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ತುಂಡು ಬ್ರೆಡ್ ಪುಡಿ

ಮಾಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಇದರ ಮಸಾಲೆ ಎಲ್ಲಾ ಸರಿ ಆದ ಮೇಲೆ ಚಿಕ್ಕ ಕಿತ್ತಲೆ ಗಾತ್ರ ಉಂಡೆಗಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ವಡೆಯಂತೆ ತಟ್ಟೆ ಬ್ರೆಡ್ ಕ್ರಮ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಎರಡು ಸಾರಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹತ್ತಿದ ನಂತರ ಪ್ಯಾನ್ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿ ಎರಡು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಎರಡೂ ಕಡೆ ಹದವಾಗಿ ಸುಟ್ಟು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಎಲ್ಲಾ ಕಟ್ಲೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಇದೇ ರೀತಿ ಮಾಡಿ, ಪುದೀನಾ ಚಟ್ನಿ ಮತ್ತು, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಸಾಸ್ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಯಲ್ಲಿ ಸವಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ರುಚಿ.

