



ಅವರೆಕಾಯಿ ಗ್ರೇವಿ, ಮೊಟ್ಟೆ ಸಾರು..

ಅವರೆಕಾಯಿಯಿಂದ ಯಾವ ಪದಾರ್ಥ, ತಿಂಡಿ ಮಾಡಿದರೂ ರುಚಿ ರುಚಿಯೇ. ಇದರಿಂದ ಪಲಾವ್, ಹಿತಕಬೇಳೆ ಮಿಕ್ಚರ್, ಅವರೆಕಾಯಿ- ಮೊಟ್ಟೆ ಸಾರು, ಗ್ರೇವಿ ಮುಂತಾದ ಸವಿರುಚಿ ತಯಾರಿಸಿ ತಿನ್ನಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿದೆ ರೆಸಿಪಿ..

■ ಚಿತ್ರ-ಬರಹ: ಎಂ.ಎಸ್. ಧರ್ಮೇಂದ್ರ ದೊಡ್ಡಮಗ್ಗ

ಮೊಟ್ಟೆ - ಅವರೆ ಹಿತಕಬೇಳೆ ಸಾರು

ಏನೇನು ಬೇಕು ?

ಅವರೆ ಹಿತಕಬೇಳೆ ಅರ್ಧ ಕೆ.ಜಿ

ಮೊಟ್ಟೆ ಆರು

ಶುಂಠಿ- ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸ್ವಲ್ಪ/ ಧನಿಯಾ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ

ಖಾರದಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ

ಕಾಳು ಮೆಣಸು ಆರು

ಲವಂಗ ನಾಲ್ಕು, ಚಕ್ಕೆ ಒಂದು ಇಂಚು ಉದ್ದದ್ದು

ಮೆಟನ್ ಮಸಾಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ/ ಈರುಳ್ಳಿ ಮೂರು

ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಎರಡು/ ಕಾಯಿ ಅರ್ಧ ಹೋಳು

ಸಾಸಿವೆ, ಎಣ್ಣೆ, ತುಪ್ಪ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು.

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?

ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಶುಂಠಿ-ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಧನಿಯಾ ಪುಡಿ,

ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಖಾರದಪುಡಿ, ಮೆಣಸು, ಲವಂಗ, ಚಕ್ಕೆ, ಮೆಟನ್

ಮಸಾಲೆ, ಕಾಯಿ ರುಬ್ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಮತ್ತು ತುಪ್ಪ ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ.

ಕಾದ ನಂತರ ಸಾಸಿವೆ ಸಿಡಿಸಿ ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹಾಕಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ಬೇಯಿಸಿದ ನಂತರ ಅವರೆ ಹಿತಕಬೇಳೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಕುದಿಯುವಾಗ ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಕಳಗಿಳಿಸಿ ಮೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಒಡೆದು ಹಾಕಿ. ನಂತರ ಸಾರನ್ನು ತಿರುಗಿಸದೆ ಗ್ಯಾಸ್ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಮೊಟ್ಟೆ ಬೇಯುವ ತನಕ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ.



ಅವರೆ ಹಿತಕಬೇಳೆ ಗ್ರೇವಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅವರೆ ಹಿತಕಬೇಳೆ ಅರ್ಧ ಕೆ.ಜಿ

ಶುಂಠಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸ್ವಲ್ಪ

ಧನಿಯಾ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ

ಖಾರದಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ

ಗರಂ ಮಸಾಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ

ಈರುಳ್ಳಿ ಮೂರು

ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಎರಡು

ಕಾಯಿ ಅರ್ಧ ಹೋಳು

ಎಣ್ಣೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?

ಶುಂಠಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಧನಿಯಾ ಪುಡಿ, ಖಾರದಪುಡಿ, ಗರಂ ಮಸಾಲೆ, ಈರುಳ್ಳಿ ಎರಡು, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಒಂದು, ಕಾಯಿ ರುಬ್ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಒಂದು ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಮತ್ತು ಒಂದು ಈರುಳ್ಳಿ ಕತ್ತರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕಾದ ನಂತರ ಸಾಸಿವೆ ಸಿಡಿಸಿ ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹಾಕಿ

ನಂತರ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಬೇಯಿಸಿ. ನಂತರ ಅವರೆ ಹಿತಕಬೇಳೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ, ಬೆಂದ ನಂತರ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಉದುರಿಸಿ.