

ವೀಳ್ಯದಲೆಯ ಬಜ್ಜಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ವೀಳ್ಯದಲೆ ಹತ್ತು

ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್/ ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಅರ್ಧ ಕಪ್

ಕಾರ್ನಫ್ಲೋರ್ ಎರಡು ಚಮಚ

ಶುಂಠಿ ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ

ಜೀರಿಗೆ ಮತ್ತು ಓಂಕಾಳು ಒಂದು ಚಮಚ

ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ

ಇಂಗು ಮತ್ತು ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಶುಂಠಿ, ಜೀರಿಗೆ ಮತ್ತು ಓಂಕಾಳು ನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುಟ್ಟಿ ಪುಡಿಮಾಡಿ, ಮಿಕ್ಸಿಂಗ್ ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಇಂಗು, ಕೆಂಪುಮೆಣಸಿನಪುಡಿ ಮತ್ತು ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಮಾಡಿ. ನಂತರ ಇದಕ್ಕೆ ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು, ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು, ಕಾರ್ನಫ್ಲೋರ್ ಮತ್ತು ಬೇಕಷ್ಟು ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಬಜ್ಜಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ. ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿದ ವೀಳ್ಯದಲೆಯನ್ನು ಈ ಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಬಜ್ಜಿ ತಯಾರಿಸಿ.



ಸ್ಟೀಟ್ ಬೀಡಾ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ವೀಳ್ಯದಲೆ ಹತ್ತು/ ಖರ್ಜೂರ ಹತ್ತು

ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಅಡಿಕೆ, ಗೇರುಬೀಜ ಮಿಶ್ರಣ ಆರು ಚಮಚ

ಹುರಿದ ಅಗಸೆಬೀಜ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ

ಕಾಳುಮೆಣಸು ಹತ್ತು/ ಹುರಿದ ಜೀರಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ

ಹುರಿದ ಸೋಂಪು ಕಾಳು ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಕೊಂಡ ವೀಳ್ಯದಲೆಗಳನ್ನು, ಬಾಣಲೆಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪಹಾಕಿ ಹುರಿದು ಆರಿದ ಮೇಲೆ ಮಿಕ್ಸಿಂಗ್ ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ. ಕಾಳುಮೆಣಸನ್ನೂ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದು ಆರಿದ ಮೇಲೆ ಜಜ್ಜಿ ತರಿಯಾಗಿಸಿ ಮಿಕ್ಸಿಂಗ್ ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ. ನಂತರ ಇದಕ್ಕೆ ಸೋಂಪು, ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ ಮತ್ತು ಅಡಿಕೆತರಿಯ ಮಿಶ್ರಣ, ಅಗಸೆ ಬೀಜ, ಜೀರಿಗೆ ಮತ್ತು ಸೋಂಪುಕಾಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಮಾಡಿ. ಖರ್ಜೂರದ ಬೀಜವನ್ನು ತೆಗೆದು, ಇದರ ಒಳಗೆ ತಯಾರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ತುಂಬಿ. ಈಗ ತಯಾರಾದ ಈ ಸ್ಟೀಟ್ ಬೀಡಾವನ್ನು ಊಟದ ನಂತರ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಕಾರಿ.

ವೀಳ್ಯದಲೆಯ ಉಂಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ವೀಳ್ಯದಲೆ ಹತ್ತು/ ಸುಣ್ಣ ಕಾಲು ಚಮಚ

ಕೆಂಪಡಿಕೆ ಚೂರುಗಳು ಒಂದು ಚಮಚ

ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ/ ಖರ್ಜೂರ ಹದಿನೈದು

ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ ಮತ್ತು ಬಾದಾಮಿ ತಲಾ ಆರು

ಸೋಂಪು ಒಂದು ಚಮಚ/ ಹುರಿದ ಅಗಸೆಬೀಜ ಆರು ಚಮಚ

ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ ತರಿ ಮೂರು ಚಮಚ/ ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ

ಜೇನುತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ/ ಕಾಳುಮೆಣಸು ಹತ್ತು

ಶುಂಠಿ ಒಂದು ಇಂಚು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬಾಣಲೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಹೆಚ್ಚಿದ ವೀಳ್ಯದಲೆಯನ್ನು ಹುರಿದು ತೆಗೆಯಿರಿ. ನಂತರ ಖರ್ಜೂರ, ಕೆಂಪಡಿಕೆ ಚೂರುಗಳು, ಗೋಡಂಬಿ, ಬಾದಾಮಿ, ಸೋಂಪು, ಜೀರಿಗೆ, ಕಾಳುಮೆಣಸು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಹುರಿದು ಆರಲು ಬಿಡಿ. ನಂತರ, ವೀಳ್ಯದಲೆಯ ಜೊತೆ ಹುರಿದ ಖರ್ಜೂರದ ಮಿಶ್ರಣ, ಶುಂಠಿ, ಅಗಸೆಬೀಜ ಮತ್ತು ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿಮಾಡಿ ಮಿಕ್ಸಿಂಗ್ ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ. ನಂತರ, ಇದಕ್ಕೆ ಸುಣ್ಣ ಹಾಗೂ ಬೇಕಷ್ಟು ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಉಂಡೆ ಕಟ್ಟಿ.

