

## ಗೆಣಸಿನ ರಾಯಿತ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಗೆಣಸು 2 / ಉಪ್ಪು, ಹಸಿಮೆಣಸು 2

ಮೊಸರು ಅರ್ಧ ಕಪ್ / ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ

ಒಣಮೆಣಸು, ಇಂಗು  
ಒಣಮೆಣಸು, ಇಂಗು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಗೆಣಸನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ. ತಣ್ಣದ ನಂತರ ಗೆಣಸಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಿವುಚಿ ಇದಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಹಸಿಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಮೊಸರು ಹಾಕಿ ಕಲಿಸಿ ಮೇಲೊಂದು ಒಗ್ಗರಣೆ ಕೊಟ್ಟರೆ ರುಚಿಕರವಾದ ಗೆಣಸಿನ ರಾಯಿತ ಸಿದ್ಧ.



## ಬದನೆಕಾಯಿ ರಾಯಿತ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಬದನೆಕಾಯಿ 4 / ಕಾಯಿ ತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್

ಮೊಸರು ಕಾಲು ಕಪ್ / ಉಪ್ಪು, ಹಸಿಮೆಣಸು 2

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ

ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಒಣಮೆಣಸು,

ಕರಿಬೇವು, ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬದನೆಕಾಯಿಯ ತೊಟ್ಟನ್ನು ತೆಗೆದು ಎರಡು ಭಾಗ ಮಾಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕುಕ್ಕರ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಬೆಂದ ಬದನೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಿವುಚಿ. ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಯಿತುರಿ, ಉಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿ. ರುಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಕಿವುಚಿದ ಬದನೆಕಾಯಿಗೆ ಹಾಕಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಹಸಿಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಮೊಸರು ಹಾಕಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ತಯಾರಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ.

## ಮಂಗಳೂರು ಸೌತೆಕಾಯಿ ರಾಯಿತ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಮಂಗಳೂರು ಸೌತೆಕಾಯಿ ಹೋಳುಗಳು ಒಂದು ಕಪ್

ಕಾಯಿತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್

ಮೊಸರು ಕಾಲು ಕಪ್

ಉಪ್ಪು, ಹಸಿಮೆಣಸು 2

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ

ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ, ಉದ್ದಿನ ಬೇಳೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಒಣಮೆಣಸು, ಕರಿಬೇವು, ಇಂಗು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮಂಗಳೂರು ಸೌತೆಕಾಯಿ ಸಿಪ್ಪೆ ಮತ್ತು ತಿರುಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಸಣ್ಣಗೆ ಹೋಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ಹೋಳು, ಕಾಯಿತುರಿ, ಉಪ್ಪು, ಹಸಿಮೆಣಸನ್ನು ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ, ಇದಕ್ಕೆ ಮೊಸರು ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ನಂತರ ಒಗ್ಗರಣೆ ತಯಾರಿಸಿ ಹಾಕಿ.

