



# ಇದಯಂ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ

## KADAI PANEER

ಬಡಿಸಬಹುದು : 4 ಜನರಿಗೆ

ತಯಾರಿಸಲು ಬೇಕಾದ ಸಮಯ: 15 ನಿಮಿಷಗಳು

ಅಡುಗೆ ಮಾಡಲು ಬೇಕಾದ ಸಮಯ: 20 ನಿಮಿಷಗಳು



### ಪದಾರ್ಥಗಳು

- 200 ಗ್ರಾಂ ಪನ್ನೀರ್, ಘನಾಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿದ್ದು
- 4 ಈರುಳ್ಳಿ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿದ್ದು
- 1 ದೊಣ್ಣೆ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿದ್ದು
- 2 ಇಂಚು ಉದ್ದದ ಶುಂಠಿ, ತುರಿದದ್ದು
- 6 ಎಸಳು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಜಜ್ಜಿದ್ದು
- 3 ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ತಿರುಳು
- 200 ಎಂಎಲ್ ಗಟ್ಟಿಮೊಸರು, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಡೆದದ್ದು
- 2 ಟೀಚಮಚ ಕಸೂರಿ ಮೆಂತ್ಯ
- ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು
- 2 ಚಿಟಿಕೆ ಸಕ್ಕರೆ
- 5 ಟೇಬಲ್ ಚಮಚ ಇದಯಂ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ
- 2 ಟೀಚಮಚ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಬೀಜ
- 3 ಒಣ ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ
- ¼ ಟೀಚಮಚ ಮೆಂತೆ
- 4 ಮೆಣಸಿನ ಕಾಳು
- 1 ಟೀಚಮಚ ಜೀರಿಗೆ

### ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನ

- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಬೀಜ, ಒಣ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಮೆಂತೆ, ಮೆಣಸಿನ ಕಾಳು ಮತ್ತು ಜೀರಿಗೆಗಳನ್ನು ದಪ್ಪನಾದ ಪುಡಿಯಂತೆ ರುಬ್ಬಿರಿ.
- ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಕಾಯಿಸಿ. ಈರುಳ್ಳಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಕಂದು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ಬರುವಂತೆ ಬೇಯಿಸಿ.
- ದೊಣ್ಣೆ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಸೇರಿಸಿ, 2 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೇಯಿಸಿ.
- ಜಜ್ಜಿದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಶುಂಠಿ ತುರಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಹಸಿ ವಾಸನೆ ಹೋಗುವವರೆಗೆ ಬೇಯಿಸಿ.
- ರುಬ್ಬಿರುವ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ.
- ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ತಿರುಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಒಂದು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಬೇಯಿಸಿ.
- ಸತತವಾಗಿ ಕಲಕುತ್ತ, ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಮೊಸರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ.
- ಕಸೂರಿ ಮೆಂತೆ, ಪನ್ನೀರ್, ಉಪ್ಪನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸುಮಾರು 5 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೇಯಿಸಿ.
- ಮಸಾಲೆಯನ್ನು ಸರಿಹೊಂದಿಸಿ ಬಿಸಿಬಿಸಿಯಾಗಿ ಬಡಿಸಿ.