

ಹಲಸಿನ ಬೀಜದ ಮೊಸರುಬಜ್ಜೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹಲಸಿನ ಬೀಜ 10

ಹಸಿಮೆಣಸು 3 / ಮೊಸರು ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು

ಶುಂಠಿ ಅರ್ಧ ಇಂಚು/ ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ

ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ತುಪ್ಪ, ಒಣಮೆಣಸು, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೊದಲಿಗೆ ಬೀಜದ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ತೆಗೆದು ತೊಳೆದು, ಅದನ್ನು ಕುಕ್ಕರ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಆದಿದ ನಂತರ ಅದರ ಕೆಂಪು ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಈಗ ಒಂದು ಮಿಕ್ಸಿ ಜಾರಿಗೆ ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಸಣ್ಣಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಹಸಿಮೆಣಸು, ಶುಂಠಿ, ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಿವುಚಿ. ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಮೊಸರು ಸೇರಿಸಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿ. ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಹಾಕಿ. ಕಡೆಗೆ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಕರಿಬೇವಿನೊಂದಿಗೆ ಒಗ್ಗರಣೆ ಕೊಡಿ.



ಹಲಸಿನ ಬೀಜದ ಸಾರು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹಲಸಿನ ಬೀಜ 20 / ಒಣಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ 3

ಧನಿಯ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಇಂಗು ಸ್ವಲ್ಪ, ತೆಂಗಿನತುರಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ/ ಹುಣಸೆಹಣ್ಣು, ಬೆಲ್ಲ

ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಾಮಾನು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹಲಸಿನ ಬೀಜವನ್ನು ಬೇಯಿಸಿ. ಒಂದು ಬಾಣಲೆಗೆ ಒಣಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಧನಿಯ, ಕರಿಬೇವು, ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಮಸಾಲೆ ಹುರಿಯಿರಿ. ಈಗ ಮಿಕ್ಸಿ ಜಾರಿಗೆ ತೆಂಗಿನತುರಿ, ಹುರಿದ ಮಸಾಲೆ, ಬೇಯಿಸಿದ ಬೀಜದಲ್ಲಿ ಹತ್ತುಬೀಜಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೀರು ಸೇರಿಸುತ್ತಾ ರುಬ್ಬಿ. ಈಗ ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ, ಕುದಿಯಲು ಇಡಿ. ಉಳಿದ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿ ಸಾರಿಗೆ ಹಾಕಿ. ಸೌಟಿನಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗಂಟಾಗದಂತೆ ಕಲಕಿ. ಕುದಿಯಲು ಶುರುವಾದ ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ, ಅರಸಿನಪುಡಿ ಹಾಕಿ. ಕುದಿಯುತ್ತಿರುವ ಸಾರನ್ನು ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪು, ಕರಿಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ, ಇಂಗಿನೊಂದಿಗೆ ಒಗ್ಗರಣೆ ಕೊಡಿ.

ಹಲಸಿನ ಬೀಜದ ಪಾಯಸ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹಲಸಿನ ಬೀಜ 20 / ತೆಂಗಿನತುರಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು

ಬೆಲ್ಲದಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು / ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ

ಉಪ್ಪು ಚಿಟಿಕೆ, ಏಲಕ್ಕಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಗೋಡಂಬಿ ಸ್ವಲ್ಪ.

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಹಲಸಿನ ಬೀಜವನ್ನು ಸಿದ್ಧ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಂತರ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ನೀರು ಸೇರಿಸುತ್ತಾ ರುಬ್ಬಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆದಲ್ಲಿ ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಕರಗಿಸಿ ಸೋಸಿ, ನಂತರ ಬೆಲ್ಲದ ವಾಸನೆ ಹೋಗುವವರೆಗೆ ಕುದಿಸಿ. ನಂತರ ಅದಕ್ಕೆ ರುಬ್ಬಿದ ಬೀಜದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೈಯಾಡಿಸಿ. ಈಗ ತೆಂಗಿನತುರಿಯನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ಹಾಕಿ ನೀರು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ರುಬ್ಬಿ. ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಕುದಿಯುತ್ತಿರುವ ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ, ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕುದಿಸಿ ಕೆಳಗಿಡಿ. ಒಂದು ಬಾಣಲೆಗೆ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಗೋಡಂಬಿಯನ್ನೂ ಹುರಿದು, ಪಾಯಸಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿ. ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿಯನ್ನೂ ಹಾಕಿ.

