ಅಕ್ಕಿ, ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಪಾಯಸ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ಅಕ್ಕಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್, ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಕಾಲು ಕಪ್, ಬೆಲ್ಲ ಒಂದು ಅಚ್ಚು, ಹಾಲು ಒಂದು ಕಪ್, ಗಸಗಸೆ ಕಾಲು ಕಪ್, ತೆಂಗಿನತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ, ತುಪ್ಪ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಸ್ವಲ್ಪ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಕಡಲೆಬೇಳೆಯನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಹುರಿದು ಕುಕ್ಕರಿನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಗಸಗಸೆ ಮತ್ತು ತೆಂಗಿನತುರಿಯನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿಮಾಡಿ ಅಥವಾ ತಿರುವಿ ಬೆಂದ ಪದಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿ ಬೆಲ್ಲದಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿಸಿ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ ಹಾಲು ಹಾಕಿ ಈ ರುಚಿಯಾದ ಪಾಯಸದಂತೆಯೆ ಬರಿ ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಹಾಗೂ ಹೆಸರುಬೇಳೆಗಳಿಂದಲೂ ಪಾಯಸಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.

ಶ್ಯಾವಿಗೆ ಪಾಯಸ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ಶ್ಯಾವಿಗೆ ಒಂದು ಕಪ್, ಸಕ್ಕರೆ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್, (ಅಥವಾ ಬೆಲ್ಲ ಅರ್ಧ ಅಚ್ಚು) ಹಾಲು ಅರ್ಧ ಲೀಟರ್ ಗಸಗಸೆ ಎರಡು ಚಮಚ, ತೆಂಗಿನತುರಿ ಎರಡು ಚಮಚ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ಪಚ್ಚಕರ್ಪೂರ ಸ್ವಲ್ಪ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಬಾದಾಮಿ, ತುಪ್ಪ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಶ್ಯಾವಿಗೆಯನ್ನು ಸಂಪಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಬರುವಂತೆ ಹುರಿದು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಮೆತ್ತಗೆ ಬೇಯಿಸಿ ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ.

ಗಸಗಸೆ ಮತ್ತು ತೆಂಗಿನತುರಿಯನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿ ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ಪಚ್ಚಕರ್ಪೂರ, ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಒಣ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ ಹಾಲು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ. ಈ ರುಚಿಯಾದ ಶ್ಯಾವಿಗೆ ಪಾಯಸದಂತೆಯೆ ಸಬ್ಬಕ್ಕಿ ಪಾಯಸವನ್ನೂ ಮಾಡಬಹುದು.

ಹೈಫೈ ಪನ್ನೀರ್ ಪಾಯಸ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ಪನ್ನೀರ್ ನೂರು ಗ್ರಾಂ, ಸಕ್ಕರೆ ಅರ್ಧ ಕಪ್, ಹಾಲು ಕಾಲು ಲೀಟರ್, ಅಕ್ಕಿ ನುಚ್ಚು ಅರ್ಧ ಕಪ್, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ, ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ ಕಾಲು ಬಟ್ಟಲು, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಗೋಡಂಬಿ, ಬಾದಾಮಿ, ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಹಾಲನ್ನು ಕಾಯಲಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಯುವಾಗ ಅಕ್ಕಿ ನುಚ್ಚು ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ. ತುರಿದ ಪನ್ನೀರ್ ಬಾಣಲೆಗೆ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಮತ್ತು ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ, ಡ್ರೈಫ್ರೂಟ್ಸನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಚನ್ನಾಗಿ ಹುರಿದು ಕುದಿಯುತ್ತಿರುವ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ. ಈ ವಿಶಿಷ್ಟ ರೀತಿಯ ಪಾಯಸವನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಕ್ಯಾರೆಟ್ ಪಾಯಸ

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು: ಕ್ಯಾರೆಟ್ ಕಾಲು ಕೆಜಿ, ಬೆಲ್ಲ ಒಂದು ಅಚ್ಚು, ತೆಂಗಿನತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್, ಅಕ್ಕಿ ಒಂದು ಚಮಚ, ತುಪ್ಪ ಒಂದು ಚಮಚ, ಬಾದಾಮಿ ಐದಾರು, ಹಾಲು ಕಾಲು ಲೀಟರ್.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಕ್ಯಾರೆಟ್‌ನ ಸಿಪ್ಪೆ ಹೆರೆದು ಹೋಳು ಹಚ್ಚಿ, ಮೆತ್ತಗೆ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ನೆನೆಸಿಡಿ. ನಂತರ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಅಕ್ಕಿ, ಬಾದಾಮಿ, ತೆಂಗಿನ ತುರಿಯನ್ನು ತಮ್ಮಗೆ ಹುರಿದು ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಕ್ಯಾರೆಟ್ ಅನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿಸಿ ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ ಹಾಲು ಹಾಕಿ. ಈ ರುಚಿಕರವಾದ ಪಾಯಸವನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ವೃದ್ಧರಿಗೂ ಕೊಟ್ಟರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಹೆಚ್ಚುವುದು.

ಹೀಗೆಯೆ ಕುಂಬಳಕಾಯಿ, ಗೆಣಸು, ಹಲಸಿನಹಣ್ಣು, ಬೀಟ್‌ರೂಟ್, ಕುಂಬಳಬೀಜ ಮೊದಲಾದ ಹಲವು ಪದಾರ್ಥಗಳಿಂದಲೂ ರುಚಿಕರವಾದ ಪಾಯಸ ಪ್ರಾಕಾರಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.

ಸೂಚನೆ: ಪಾಯಸಗಳಲ್ಲಿ ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ ಅಥವಾ ಹಸಿಕಾಯಿ ಯಾವುದು ಬೇಕಾದರೂ ಬಳಸಬಹುದು.

ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಲ್ಲಿ ಲಾಗ್ ಆನ್ ಮಾಡಿ : www.momentsofpride.in ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಅಹೆಮ್ಮೆಯ ಗಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಅ ನಿಮ್ಮ ರೆಸಿಪಿಗಳ ಜೊತೆ ಪೋಸ್ಟ್ ಆಫೀಸ್ ಬಾಕ್ಸ್ ನಂಬರ್ 9469, ಚಕಾಲಾ, ಎಮ್ಐಡಿಸಿ, ಅಂಧೇರಿ (ಪೂ), ಮುಂಬಯಿ 400 093 ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ ಅಥವಾ ostermomentsofpride@kankei.com ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ಮಿಂಚಂಚೆ ಕಳುಹಿಸಿ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ 58888 ಕ್ಕೆ 'OSTER' ಎಂದು ಎಸ್‌ಎಮ್‌ಎಸ್ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ 022-4026 2296 ಕ್ಕೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ. ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯ ಪತ್ರಗಳು ಆಯ್ದ ಔಟ್‌ಲೆಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ.

Oster
Trusted in USA for 85 years