

# ಹೀರೆಕಾಯಿ ಪಕೋಡ, ಸಾಗು

ಹೀರೆಕಾಯಿಯಿಂದ  
ಕೇವಲ ಕೂಟು,  
ಬೋಂಡ, ಹುಳಿ  
ಅಲ್ಲದೆ ಬಗೆ ಬಗೆಯ  
ಕರಿ, ಸಾಗು,  
ಪಕೋಡಗಳನ್ನೂ  
ಮಾಡಬಹುದು.

■ ಚಿತ್ರ-ಬರಹ:  
ಟಿ.ಪಿ. ನಾಗರತ್ನ

## ಹೀರೆಕಾಯಿ ತುಂಬುಗಾಯಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?  
ಹೀರೆಕಾಯಿ ಎರಡು  
ಈರುಳ್ಳಿ (ಏಳು-ಎಂಟು) ಸಣ್ಣಗೆ ಹಚ್ಚಿದ್ದು  
ತೆಂಗಿನತುರಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು  
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ  
ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ  
ಹುಳಿ ಅಥವಾ ಸಾರಿನ ಪುಡಿ ಎರಡೂವರೆ ಚಮಚ  
ಹುರಿದ ಎಳ್ಳಿನ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ  
ಹುರಿಗಡಲೆ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ  
ಹುಣಸೇರಸ ಎರಡೂವರೆ ಚಮಚ  
ಬೆಲ್ಲ ಸ್ವಲ್ಪ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ, ಎಣ್ಣೆ ಮುಕ್ಕಾಲು ಸೌಟು.  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ತೆಂಗಿನ ತುರಿಯನ್ನು ಸಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿಮಾಡಿ ಎಲ್ಲಾ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಎರಡು  
ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಬೆರೆಸಿ, ರುಚಿ ನೋಡಿ. ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮಿಶ್ರವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿ. ಈಗ  
ಹೀರೆಕಾಯನ್ನು ಎರಡು ಉದ್ದದ ತುಂಡುಗಳನ್ನಾಗಿ ಗುಂಡಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿ. ಅರ್ಧ ಇಂಚು ಬಿಟ್ಟು ನಾಲ್ಕಾರು ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ಉದ್ದುದ್ದಕ್ಕೆ  
ಕತ್ತರಿಸಿ. ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹೋಳುಗಳಿಗೆ ತುಂಬಿ. ಕುಕ್ಕರಿನಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ಕಾಯಿಸಿ ಸಾಸಿವೆ ಕರಿಬೇವು ಹಾಕಿ. ತುಂಬಿಟ್ಟ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು  
ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಡಿಸಿ. ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಕಲಕುವಾಗ ಸೌಟಿನ ಹಿಂಭಾಗದ ಕಡ್ಡಿಯಿಂದ ಕಲಕಿ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಹೋಳುಗಳು  
ಮುರಿಯುತ್ತವೆ. ಬಾಡಿದ ನಂತರ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು ನೀರು ಉಳಿದ ಮಿಶ್ರಣ ಹಾಕಿ. ಒಂದು ಸೀಟಿಯ ನಂತರ ಸ್ಪೌವ್ ಆರಿಸಿ. ರಾಗಿ,  
ಜೋಳ, ಅಕ್ಕಿ, ರೊಟ್ಟಿ, ಚಪಾತಿ ಜೊತೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ತಿಂದರೆ ಸೊಗಸಾಗಿರುತ್ತದೆ.



## ಹೀರೆಕಾಯಿ ಸಾಗು

ಏನೇನು ಬೇಕು?  
ಹೀರೆಕಾಯಿ ಹೋಳು ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಎರಡು  
ಬಟ್ಟಲು  
ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಎರಡು ಚಮಚ  
ಹೆಸರುಬೇಳೆ ಆರು ಚಮಚ  
ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು  
ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಐದು  
ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು  
ಕೊತ್ತಂಬರಿಬೀಜ ಎರಡು  
ಚಮಚ  
ಜೀರಿಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ  
ಹುರಿಗಡಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ  
ಅರಿಶಿನ ಕಾಲು ಚಮಚ  
ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ, ಎಣ್ಣೆ  
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ.  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಎರಡು-ಮೂರು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆಕಾಯಿಸಿ  
ಬಗ್ಗರಣೆ ತಯಾರಿಸಿ. ಈರುಳ್ಳಿ, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ,  
ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಹಾಕಿ ಬಾಡಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಕಾಯಿ ಹೋಳು ಹಾಕಿ  
ಬಾಡಿಸಿ. ನೆನಸಿದ ಹೆಸರುಬೇಳೆ ಹಾಕಿ. ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಎಲ್ಲಾ

ಬೆಂದ ನಂತರ ತೆಂಗು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಜೀರಿಗೆ ಅರಿಶಿನ ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಹುರಿಗಡಲೆ  
ಸೇರಿಸಿ. ಮತ್ತಷ್ಟು ರುಬ್ಬಿ ಸೇರಿಸಿ. ಕೊತ್ತಂಬರಿಸೊಪ್ಪು, ಉಪ್ಪು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಎಷ್ಟು ತೆಳ್ಳಗೆ ಬೇಕೋ ಅಷ್ಟು ನೀರು  
ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ, ಇಳಿಸಿ.



## ಹೀರೆಕಾಯಿ ಮೆದು ಪಕೋಡ

ಏನೇನು ಬೇಕು?  
ಕಡಲೆಹಿಟ್ಟು, ಒಂದು ಸೌಟು  
ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಹೀರೆಕಾಯಿ  
ಒಂದು ಕಪ್  
ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಚಮಚ  
ಈರುಳ್ಳಿ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಒಂದು ಹಿಡಿ  
ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ,  
ಪುದಿನಾ, ಶುಂಠಿ ಸ್ವಲ್ಪ  
ಚಿಟಿಕೆ ಸೋಡಾ ಪುಡಿ  
ಉಪ್ಪು  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?  
ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಬೋಂಡದ ಹಿಟ್ಟಿನ  
ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲ  
ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಿಕ್ಸ್  
ಮಾಡಿ. ಪಕೋಡವನ್ನು ಕಾದ  
ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಹದವಾಗಿ ಕರಿಯಿರಿ.  
ಹಿಟ್ಟು ಕಲಸುವಾಗ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ  
ಎಣ್ಣೆ ಕಾಯಿಸಿ ಹಾಕಿದರೆ ಪಕೋಡ  
ಮೆದುವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ.