



ಕೋವ ಕಡುಬು, ಸಿಹಿಗುಂಬಳ ಗಾರಿಗೆ

■ ಟಿ.ಪಿ. ನಾಗರತ್ನ



ಕೋವ ಕಡುಬು

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೈದಾ, ರವೆ ಉಪ್ಪು ಬೆರೆಸಿ. ಇದಕ್ಕೆ ತುಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ನೀರು ಹಾಕಿ ಪೂರಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ ಮುಚ್ಚಿಡಿ. ಕೊಬ್ಬರಿ, ಬಾದಾಮಿ, ಗೋಡಂಬಿ, ಖರ್ಜೂರ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಗಸಗಸೆ ಹುರಿದು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ. ಸಕ್ಕರೆ ಜೊತೆ ಏಲಕ್ಕಿ ಸೇರಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ. ಕೋವವನ್ನು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಪುಡಿಯಾಗುವಂತೆ ಹುರಿದು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಬೆರೆಸಿ. ಸಿಹಿ ಕಡಿಮೆಯಾದರೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಬೆರೆಸಿ. ಈಗ ಕಲಸಿಟ್ಟಿರುವ ಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಪೂರಿಯಂತೆ ಲಟ್ಟಿಸಿ ಮಧ್ಯೆ ಬೆರೆಸಿಟ್ಟ ಹೂರಣವಿಟ್ಟು ಕಡುಬಿನಂತೆ ಮುಚ್ಚಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಗರಿಗರಿಯಾಗಿ ಕರಿಯಿರಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು/ಸಕ್ಕರೆ ಮುಕ್ಕಾಲು ಬಟ್ಟಲು
- ಬಾದಾಮಿ, ಖರ್ಜೂರ, ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಒಂದೊಂದು ಹಿಡಿ
- ಏಲಕ್ಕಿ, ಕೋವ ಕಾಲು ಬಟ್ಟಲು/ಗಸಗಸೆ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು, ಚೆರೋಟಿ ರವೆ ಒಂದೊಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ/ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು, ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ



ಸಿಹಿಗುಂಬಳದ ಗಾರಿಗೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಸಿಹಿಗುಂಬಳದ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ತುರಿದು ಬೊಲಿಗೆ ಹಾಕಿ ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು ಮತ್ತು ಒಂದೆರಡು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ, ತಕ್ಕಷ್ಟು ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು ಮತ್ತು ಮಿಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಪೂರಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ. ಈಗ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ನಾದಿ. ನಿಂಬೆ ಗಾತ್ರದ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಪೂರಿಯಂತೆ ಲಟ್ಟಿಸಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ಕಡೆ ಹೊಂಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ಗರಿಗರಿಯಾಗಿ ಕರಿಯಿರಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಸಿಹಿಗುಂಬಳದ ತುರಿ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
- ಸಣ್ಣಗೆ ಹಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
- ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಜೇರಿಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
- ಸಣ್ಣಗೆ ಹಚ್ಚಿದ ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಕರಿಬೆವ್ವ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಅಚ್ಚಕಾರದ ಪುಡಿ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
- ಚಿಟಿಕೆ ಅಡುಗೆ ಸೋಡೆ,
- ಬೆಲ್ಲ, ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಮೂರು ಚಮಚ
- ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು, ಎಣ್ಣೆ

ಲೆಫ್ಟ್ ಓವರ್ ಚಟ್ನಿ ಪಕೋಡ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲ ಹಿಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ಡಾಲ್ಚ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೀಡಿ ಚಟ್ನಿ ಮತ್ತು ಮಿಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಪಕೋಡದ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ. ಒಂದೆರಡು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ಬೇಕಾದ ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಗರಿಗರಿಯಾಗಿ ಕರಿಯಿರಿ.

ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಉಳಿದ ಚಟ್ನಿ ನಾಲ್ಕೈದು ಚಮಚ
- ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಚಮಚ/ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟು ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಹಿಡಿ/ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಪುದಿನಾ, ಸಬ್ಬಕ್ಕಿಸೊಪ್ಪು ಎಲ್ಲಾ ಸೇರಿ ಒಂದು ಹಿಡಿ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ/ಡಾಲ್ಚ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಅಡುಗೆ ಸೋಡೆ ಎರಡು ಚಿಟಿಕೆ
- ಗೋಡಂಬಿ ಚೂರು

