



ನವರಾತ್ರಿಗೆ ಪರಮಾನ್ನ

ಹಬ್ಬ ಹರಿದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಭಕ್ಷ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ದೇವರಿಗೆ ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡುವುದು ಪದ್ಧತಿ. ನವರಾತ್ರಿ ಹಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಕೆಲ ಸಿಹಿಖಾದ್ಯಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ.

■ ರೇವತಿ ಎಂ.ಬಿ.



ಪಿಂಡಿ ಪರಮಾನ್ನ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ತೊಳೆದು ಎರಡೂವರೆ ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಮೆತ್ತಗೆ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇನ್ನೊಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಕಾಲು ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಸೋಸಿ ಬೆಂದ ಅನ್ನಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ. ಅದು ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತಾ ಬಂದಾಗ ಕಾಯಿತುರಿ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ. ಎರಡು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ಇದು ದೇವರಿಗೆ ನೈವೇದ್ಯಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಭಕ್ಷ್ಯ. ಅಲ್ಲದೆ ಇದನ್ನು ಹಬ್ಬ ಇಲ್ಲದಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಮಾಡಿ ಸವಿಯಬಹುದು.

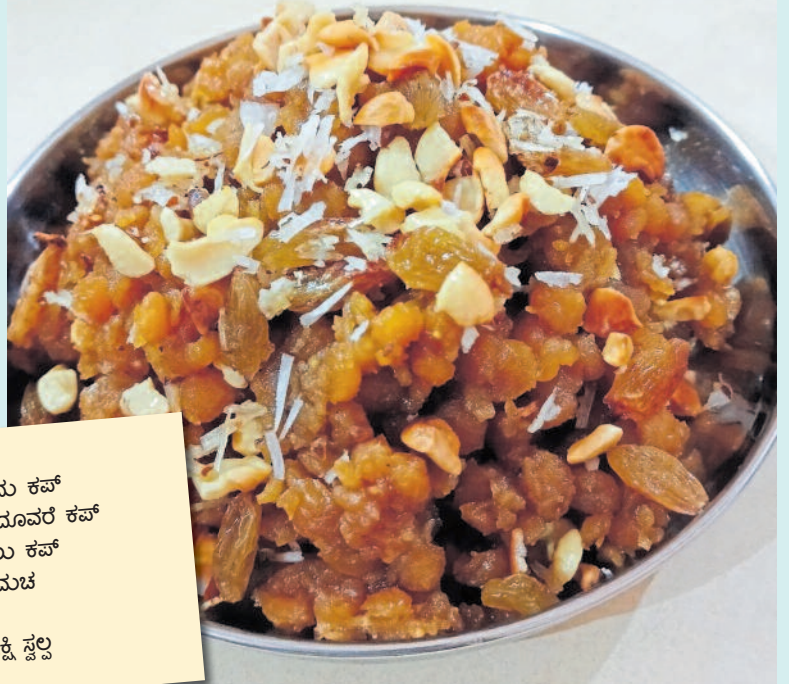
ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಅಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್
- ತುರಿದ ಬೆಲ್ಲ ಒಂದು ಕಪ್
- ಕಾಯಿತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ
- ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ

ಹಯಗ್ರೀವ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಕಡಲೆ ಬೇಳೆಯನ್ನು ಎರಡು ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಹದವಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಣಕೊಬ್ಬರಿಯನ್ನು ತುರಿದುಕೊಂಡು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ಹುರಿದು ತೆಗೆದಿಡಿ. ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಗೋಡಂಬಿ ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಹುರಿದು ತೆಗೆದಿಡಿ. ನಂತರ ಬೇಯಿಸಿದ ಕಡಲೆ ಬೇಳೆಯನ್ನು ಬಾಣಲೆಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಕರಗಿಸಿದ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಸೋಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ. ಎರಡು ಚಮಚ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ. ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತಾ ಬಂದಾಗ ಕೊಬ್ಬರಿ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ. ನಂತರ ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ.



ಏನೇನು ಬೇಕು?

- ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ ಒಂದು ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್
- ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ ಕಾಲು ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ
- ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷೆ ಸ್ವಲ್ಪ