

ಕಾಯಿ ಉಂಡೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಪ್ ನೀರು ಕುದಿಯಲು ಇಡಿ. ಇದಕ್ಕೆ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು, ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ನಂತರ ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು ಸೇರಿಸಿ ಒಲೆ ಆರಿಸಿ. ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಇಡ್ಡಿ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆಮೇಲೆ ಬಾಣಲೆಗೆ ಎರಡು ಚಮಚ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ, ಸಾಸಿವೆ ಒಣಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಕರಿಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ, ನಂತರ ಬೆಲ್ಲ, ಕಾಯಿತುರಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ ಸೇರಿಸಿ. ಬೇಯಿಸಿದ ಉಂಡೆಯನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ.

ವನೇನು ಬೇಕು?

- ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲ ಪುಡಿ ಕಾಲು ಕಪ್
- ಕಾಯಿತುರಿ ಕಾಲು ಕಪ್
- ತುಪ್ಪು ಮೂರು ಚಮಚ
- ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
- ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಒಣ ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು



ಅನ್ನದ ಕೇಸರಿಬಾತ್

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಕೇಸರಿಯನ್ನು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೆನಿಸಿಡಿ. ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಎರಡೂವರೆ ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಮೆತ್ತಗೆ ಬೇಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ತುಪ್ಪವನ್ನೂ ಹಾಕಿ ಮಗುಚುತ್ತಾ ಇರಿ. ತುಪ್ಪವನ್ನು ಒಮ್ಮೆಗೆ ಹಾಕುವ ಬದಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಹಾಕಿ. ನಂತರ ಕೇಸರಿಯನ್ನು ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ. ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತಾ ಬಂದು ಪಾತ್ರೆಯ ತಳ ಬಿಟ್ಟು ಬರುವಾಗ ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ.

ವನೇನು ಬೇಕು?

- ಅಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ ಒಂದು ಕಪ್
- ಸಕ್ಕರೆ ಎರಡು ಕಪ್
- ಹಾಲು ಮೂರು ಚಮಚ
- ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ
- ಕೇಸರಿ ದಳ ಸ್ವಲ್ಪ

ಗೋಧಿ ಹಲ್ವ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಲ್ಲ, ಕಾಲು ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕರಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇನ್ನೊಂದು ಬಾಣಲೆಗೆ ಮೂರು ಚಮಚ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಐದು ನಿಮಿಷ ಹುರಿದ ಬಳಿಕ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಸೋಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ ಕೈಬಿಡದೆ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರಿ. ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ನಂತರ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮಿಕ್ಸ್ ಮಾಡಿ.

ವನೇನು ಬೇಕು?

- ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್
- ತುಪ್ಪ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್
- ಬೆಲ್ಲದ ಪುಡಿ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್
- ಗೋಡಂಬಿ ಸ್ವಲ್ಪ
- ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ



ನೀವೂ ಬರೆದು ಕಳಿಸಿ

ಆಹಾ ಅಡುಗೆ ಪುಟಕ್ಕೆ ನೀಡುವ ಬರಹದಲ್ಲಿ ಹೊಸತನ ಇರಬೇಕು. ಬಹಳ ಅಪರೂಪದ, ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಸುಲಭದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದಾದ ರೆಸಿಪಿಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಕಳಿಸಿ. ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕಳಿಸುವ ರೆಸಿಪಿಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಬೇರೆಲ್ಲೂ ಪ್ರಕಟವಾಗಿರಬಾರದು. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಮಾಡಿದ ರೆಸಿಪಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಚಿತ್ರದೊಂದಿಗೆ editorsu@sudha.co.in ಗೆ ಕಳಿಸಿ. ಪ್ರಕಟಿತ ಬರಹಕ್ಕೆ ಸಂಭಾವನೆಯೂ ಇದೆ. —ಸಂಪಾದಕ