



# ಮೊಸರು ಸಾರು; ವೈವಿಧ್ಯ ನೂರು

ಮೊಸರು ಹುಳಿ ಊಟಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ವ್ಯಂಜನ. ಹಲವು ತರಕಾರಿಗಳಿಂದ ರುಚಿರುಚಿಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿದೆ ರೆಸಿಪಿ..

■ ಚಿತ್ರ- ಬರಹ: ಎಂ.ಎಸ್.ಧರ್ಮೇಂದ್ರ ದೊಡ್ಡಮಗ್ಗೆ

## ಬೂದುಕುಂಬಳಕಾಯಿ ಮೊಸರು ಸಾರು

ಏನೇನು ಬೇಕು?  
 ಮೊಸರು 4 ಕಪ್  
 ಬೂದುಕುಂಬಳಕಾಯಿ ಅರ್ಧ  
 ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು  
 ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಒಂದು  
 ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ 3  
 ಖಾರ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ  
 ದನಿಯಾ ಪುಡಿ 2 ಚಮಚ  
 ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸ್ವಲ್ಪ  
 ಕರಿಬೇವು ಒಂದು ಕಡ್ಡಿ  
 ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಉಂಡೆ  
 ಕಾಯಿ ಸ್ವಲ್ಪ, ಎಣ್ಣೆ, ಜೀರಿಗೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು.  
 ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?



ಈರುಳ್ಳಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಕಾಯಿ, ಜೀರಿಗೆ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಖಾರದಪುಡಿ, ದನಿಯಾ ಪುಡಿಗಳನ್ನು ರುಬ್ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಕುಕ್ಕರಿಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕಾದ ನಂತರ ಸಾಸಿವೆ ಸಿಡಿಸಿ, ಕರಿಬೇವು ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣ ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಂದ ನಂತರ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಬೂದುಕುಂಬಳಕಾಯಿ ಮತ್ತು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಕುಕ್ಕರ್ ಮುಚ್ಚಿ ಮುಚ್ಚಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಆದಿದ ನಂತರ ಮೊಸರನ್ನು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ ಬೇಕೆಂದರೆ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಕತ್ತರಿಸಿ ಉದುರಿಸಿ.

## ಮೈಸೂರು ಬದನೆ ಮೊಸರು ಸಾರು



ಏನೇನು ಬೇಕು?  
 ಮೊಸರು 4 ಕಪ್  
 ಮೈಸೂರು ಬದನೆ 2  
 ಈರುಳ್ಳಿ ಒಂದು  
 ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ 4  
 ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸ್ವಲ್ಪ  
 ಕರಿಬೇವು ಒಂದು ಕಡ್ಡಿ  
 ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಎಣ್ಣೆ, ದನಿಯಾ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ, ಸಾಸಿವೆ  
 ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು.  
 ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬದನೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಗ್ಯಾಸ್‌ನ ಜ್ವಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸುಟ್ಟು ಆದಿದ ನಂತರ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿದು ಸಣ್ಣಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. 5 ಎಸಳು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಜಡ್ಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಹುರಿದ ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಹುರಿದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ದನಿಯಾ ಪುಡಿಗಳನ್ನು ರುಬ್ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಮೊಸರನ್ನು ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣ ಮತ್ತು ಸಣ್ಣಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಬದನೆಕಾಯಿ ಹಾಕಿ ಕಲಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ತೆರೆದ ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕಾದ ನಂತರ ಸಾಸಿವೆ ಸಿಡಿಸಿ, ಕರಿಬೇವು, ಜಡ್ಡಿದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಂದ ನಂತರ ಆರಿಸಿ ಮೊಸರಿನ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಹಾಕಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ.