



ಸೋಯಾ

ಚಂಕ್ಸ್ ಲಾಲಿಪಾಪ್

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ಕರಿಬೇವು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಅರ್ಧ ಹಿಡಿ
ಜೀರಿಗೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಹಚ್ಚಿದ್ದು ಎರಡು ಮೂರು
ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಸೋಂಪು, ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ ಒಂದು ಚಮಚ
ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ

ಕಾರ್ನ್ ಫ್ಲೋರ್ ನಾಲ್ಕೈದು
ಚಮಚ
ಮೈದಾ, ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದೊಂದು
ಚಮಚ
ಕರಿಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ಅಚ್ಚಕಾರ ಪುಡಿ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?

ಕರಿಬೇವು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಜೀರಿಗೆ, ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್, ಸೋಂಪು, ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿ. ಇದನ್ನು ಒಂದು ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ. ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು, ಮಿಕ್ಕೆಲ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ ಐದು ನಿಮಿಷ ಕೈಯಾಡಿಸುತ್ತಿರಿ. ಚಂಕ್ಸ್ ಅನ್ನು ಮೂರು ಗಂಟೆ ನೆನಿಸಿ ನೀರು ಹಿಂಡಿ ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೈಯಾಡಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ ಕೈಯಾಡಿಸಿ ಗುಂಡಿಗೆ ಗೋಲಿಯಾಕಾರಕ್ಕೆ ಮಾಡಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಗರಿಗರಿಯಾಗಿ ಕರಿದು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಸೋಂಪು, ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಚೂರು, ಕೊತ್ತಂಬರಿಯಿಂದ ಅಲಂಕರಿಸಿ.

ಸೋಯಾ ಚಂಕ್ಸ್ ಸಬ್ಬಕ್ಕಿ ವಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ನೆನಿಸಿದ ಸೋಯಾ ಚಂಕ್ಸ್ ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
ನೆನಿಸಿದ ಸಬ್ಬಕ್ಕಿ (ಸಾಬುದಾನಿ ಒಂದು ಹಿಡಿ
ಈರುಳ್ಳಿ ಚೂರು ಒಂದು ಹಿಡಿ
ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿ ಮೂರು ನಾಲ್ಕು
ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಚಮಚ
ರವೆ ಎರಡು ಚಮಚ
ಕಾರ್ನ್ ಫ್ಲೋರ್ ಒಂದು ಚಮಚ
ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ ಮತ್ತು ಬ್ರೆಡ್ ಪುಡಿ ಒಂದೊಂದು ಚಮಚ
ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಪುದಿನ, ಸಬ್ಬಕ್ಕಿ, ಕರಿಬೇವು ಸ್ವಲ್ಪ
ಇಂಗು, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ
ಬೇಕಿದ್ದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತೆಂಗಿನ ತುರಿ.
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ನೆನಿಸಿದ ಚಂಕ್ಸ್ ಅನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೀರೆಲ್ಲ ಹಿಂಡಿ ತೆಗೆದು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಬೌಲ್‌ಗೆ ಹಾಕಿ. ಸಬ್ಬಕ್ಕಿಯ ನೀರೆಲ್ಲ ಬಸಿದು ಹಿಂಡಿ ಹಾಕಿ. ಮಿಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕಲಸಿ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ನಿಂಬೆಗಾತ್ರದ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ತಟ್ಟೆ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಗರಿಗರಿಯಾಗಿ ಕರಿಯಿರಿ. ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಕೆಚಪ್ ಜೊತೆ ಸವಿಯಿರಿ.



ಸೋಯಾ ಚಂಕ್ಸ್ ಕಬಾಬ್

ಏನೇನು ಬೇಕು?
ನೆನಿಸಿ ನೀರೆಲ್ಲ ಹಿಂಡಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ಸೋಯಾ ಚಂಕ್ಸ್
ಒಂದು ಬಟ್ಟಲು
ಬೇಯಿಸಿ ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ಆಲೂ ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
ಈರುಳ್ಳಿ ಚೂರು ಅರ್ಧ ಬಟ್ಟಲು
ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಚೂರು ಒಂದೂವರೆ ಚಮಚ
ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಸ್ವಲ್ಪ
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸ್ವಲ್ಪ, ಸಾಸಿವೆ, ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ದನಿಯ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ
ಎಣ್ಣೆ ಎರಡು ಚಮಚ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಎಣ್ಣೆ ಕಾಯಿಸಿ ಸಾಸಿವೆ, ಜೀರಿಗೆ ಹಾಕಿ, ಈರುಳ್ಳಿ ಹಾಕಿ ಬಾಡಿಸಿ ಹಸಿಮೆಣಸಿನ ಚೂರು, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಸೇರಿಸಿ ಬಾಡಿಸಿ. ಸೋಯಾ ಚಂಕ್ಸ್ ಪುಡಿ, ಉಪ್ಪು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ದನಿಯ, ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ. ಅದರ ಮೇಲೆ ಆಲೂ, ಚಾಟ್ ಮಸಾಲ ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ. ಬಳಿಕ ಬೇಕಾದ ಗಾತ್ರದ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಇಷ್ಟವಾದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ತಟ್ಟಿ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಶ್ಯಾಲೂ ಫೈ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿದು ಕೆಚಪ್, ಪುದಿನ ಚಟ್ನಿ ಜೊತೆ ಸವಿದು ನೋಡಿ.

