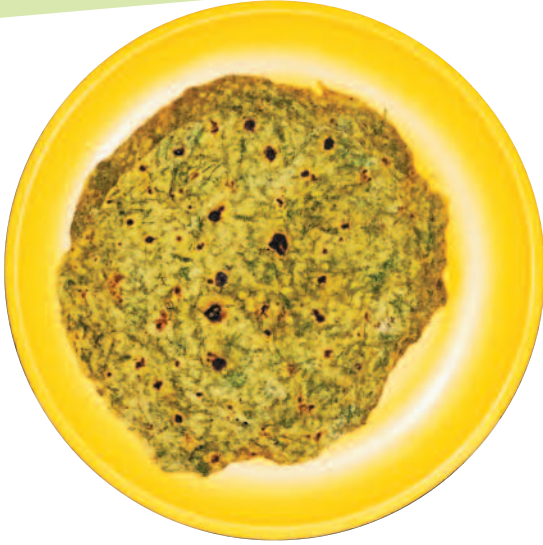


ರವೆ ರೊಟ್ಟಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಚಿರೋಟಿ ರವೆ ಎರಡು ಕಪ್ / ಮೊಸರು ಕಾಲು ಕಪ್
ಈರುಳ್ಳಿ ಎರಡು / ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಒಂದು
ಕ್ಯಾರೆಟ್ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್ / ಹಸಿಮೆಣಸು 4
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ / ಕರಿಬೇವು ಸ್ವಲ್ಪ
ಶುಂಠಿ ತುರಿ ಸ್ವಲ್ಪ / ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು
ಎಣ್ಣೆ ಕಾಲು ಕಪ್
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ,
ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಕ್ಯಾರೆಟ್ ತುರಿ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಕರಿಬೇವು,
ಶುಂಠಿ ತುರಿ, ಉಪ್ಪು, ರವೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹಾಕಿ ಮೊಸರು
ಮತ್ತು ನೀರು ಹಾಕಿ ರೊಟ್ಟಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ. ನಂತರ
ಇದರ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಒಂದು ಎಣ್ಣೆ ಸವರಿಂದ
ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಶೀಟ್‌ನಲ್ಲಿ ತಟ್ಟಿ. ಇದನ್ನು ಕಾದ ಕಾವಲಿಗೆ ಎಣ್ಣೆ
ಹಾಕಿ ಎರಡೂ ಕಡೆ ಬೇಯಿಸಿ.



ಸಬ್ಬಸಿಗೆ ಸೊಪ್ಪಿನ ಪರಾಟ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಗೋದಿ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್ / ಸಬ್ಬಸಿಗೆ ಸೊಪ್ಪು ಒಂದು ಕಟ್ಟು
ಹಸಿಮೆಣಸು ನಾಲ್ಕು / ಶುಂಠಿ ಒಂದು ಇಂಚು / ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಆರು ಎಸಳು
ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ / ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು / ಎಣ್ಣೆ ಒಂದು ಕಪ್
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಹಸಿಮೆಣಸು, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಜೀರಿಗೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಮಿಶ್ರಣಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ
ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು, ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಸಬ್ಬಸಿಗೆ ಸೊಪ್ಪು,
ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣ, ಉಪ್ಪು, ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ನೀರು ಹಾಕಿ
ಚಪಾತಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ನೆನೆಯಲು ಬಿಡಿ. ನಂತರ ಇದರ ಚಿಕ್ಕ
ಚಿಕ್ಕ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಪರಾಟ ಲಟ್ಟಿಸಿ ಕಾದ ಕಾವಲಿಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಎರಡೂ ಕಡೆ
ಬೇಯಿಸಿ.

ಮೆಂತ್ಯ ಸೊಪ್ಪಿನ ಪರಾಟ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಗೋದಿ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್ / ಮೆಂತ್ಯ ಸೊಪ್ಪು ಒಂದು ಕಟ್ಟು
ಶುಂಠಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಒಂದು ಚಮಚ
ಗರಂ ಮಸಾಲ ಒಂದು ಚಮಚ
ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು / ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ
ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ / ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ
ಎಣ್ಣೆ ಕಾಲು ಕಪ್
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೆಂತ್ಯ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ ಸಣ್ಣಗೆ
ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಗೋದಿಹಿಟ್ಟಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಮೆಂತ್ಯ ಸೊಪ್ಪು, ಉಪ್ಪು, ಶುಂಠಿ
ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಉಳಿದಲ್ಲ ಪುಡಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ
ಹಾಕಿ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿ ಚಪಾತಿ ಹಿಟ್ಟಿನಂತೆ ಕಲಸಿ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ
ನೆನೆಯಲು ಬಿಡಿ. ನಂತರ ಈ ಹಿಟ್ಟಿನಿಂದ ಪರಾಟ ತಯಾರಿಸಿ ಕಾದ ಕಾವಲಿಗೆ
ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಪರಾಟವನ್ನು ಎರಡೂ ಕಡೆ ಬೇಯಿಸಿ.

