



ಸ್ವಾಧ್ಯ ಮಸಾಲ ಬೆಡ್

ಎನೇನು ಬೇಕು?

ಬೆಡ್ 8

ಕಡ್ಲೆಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್

ಒಂಕಾಳು ಒಂದು ಚಮಚ

ಎಣ್ಣೆ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೋಪ್ಪು

ಪುದಿನಾ ಜೀರಿಗೆ, ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

ಶುಂಠಿ ಸ್ವಲ್ಪ

ಲಿಂಬು ರಸ ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ ?

ಮಿಕ್ಕಿ ಜಾರಿಗೆ ಹಸಿಮೆಣಸು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೋಪ್ಪು, ಪುದಿನಾ ಸೋಪ್ಪು, ಶುಂಠಿ, ಜೀರಿಗೆ, ಉಪ್ಪು, ಲಿಂಬು ರಸ ಹಾಕಿ ಹೇಸ್ನ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಂದು ಬೌಲಿಗೆ ಕಡ್ಲೆಹಿಟ್ಟು, ಒಂಕಾಳು, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಡ್ ಮೇಲೆ ಹೇಸ್ನ್ಯೆನ ಸವರಿ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೊಂದು ಬೆಡ್ ಇಟ್ಟು ಕಡ್ಲೆಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅದಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿಯಿರಿ.



ಬೆಡ್ ಜಾಮಾನು

ಎನೇನು ಬೇಕು?

ಬೆಡ್ ಸ್ವೇಸ್ ಸ್ವೇಸ್ ಆರು

ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದು ಕಪ್

ಹಾಲು ಕಾಲು ಕಪ್

ಚಿಟಕೆ ಸೋಡಾ, ಎಣ್ಣೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಬೆಡ್ಡಿನ ಅಂಚನ್ನು ಕಟ್ಟ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಲು, ಸೋಡಾ ಹಾಕಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಕಲಸಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಪ ಹಾಗೇ ಇಟ್ಟು ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿದು ಸಕ್ಕರೆ ಪಾಕದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಅಥ್ವ ತಾಸು ಬಿಟ್ಟು ಸವಯಿರಿ.