

## ಅನಾನಸ್ ಖೀರು

**ಏನೇನು ಬೇಕು?**

ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣು ಒಂದು/ ಸಾಬುದಾನಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್  
 ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್/ ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು  
 ತುಪ್ಪ ಎರಡು ಚಮಚ/ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ತೆಂಗಿನ ಹಾಲು ಎರಡು ಕಪ್  
 ತೆಳುವಾದ ತೆಂಗಿನಹಾಲು ಮೂರು ಕಪ್  
 ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಸ್ವಲ್ಪ/ ಒಣಶುಂಠಿ ಪುಡಿ ಚಿಟಿಕೆ  
 ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಚಿಟಿಕೆ/ಕೇಸರಿದಳಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ

**ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?**

ಒಂದು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ತುರಿದು ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ಜರಡಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಸೋಸಿಕೊಂಡು ಗಟ್ಟಿಯಾದ ತೆಂಗಿನಹಾಲು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ನಂತರ ಇದೇ ತೆಂಗಿನ ತುರಿಗೆ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡು ತೆಳುವಾದ ತೆಂಗಿನಹಾಲನ್ನು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣನ್ನು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ ನೀರು ಸೇರಿಸದೇ ಅದನ್ನು ಕುಕ್ಕರ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಸಾಬುದಾನಿಯನ್ನು ಅರ್ಧ ಕಪ್ ನೀರು ಹಾಕಿ ಇನ್ನೊಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕುಕ್ಕರಿನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಇವೆರಡನ್ನು ನಾಲ್ಕು ವಿಷಲ್ ಬರಿಸಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಗೋಡಂಬಿ ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಹುರುಡುಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಉಳಿದ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿದ ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣನ್ನು ಹಾಕಿ ಪರಿಮಳ ಬರುವವರೆಗೆ ಬಾಡಿಸಿ. ಈಗ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ. ಇದು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ



ಜಾಮ್ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆದಾಗ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ತೆಂಗಿನಹಾಲು ಹಾಕಿ. ಇದು ಕುದಿ ಬಂದಾಗ ಬೇಯಿಸಿಕೊಂಡ ಸಾಬುದಾನಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ. ಇದನ್ನು ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ. ಕುದಿ ಬಂದ ನಂತರ ಉಳಿದ ತೆಳುವಾದ ತೆಂಗಿನಹಾಲನ್ನು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಶುಂಠಿ, ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಒಲೆಯನ್ನು ಆರಿಸಿ ಹುರಿದ ಗೋಡಂಬಿ ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಹಾಕಿ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ.



## ಅನಾನಸ್ ಕೊಬ್ಬರಿ ಮಿಠಾಯಿ

**ಏನೇನು ಬೇಕು?**

ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಮೂರು ಕಪ್  
 ಸಕ್ಕರೆ ಎರಡು ಕಪ್  
 ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣು ಒಂದು (ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ರಸ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ)  
 ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ  
 ತುಪ್ಪ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ  
**ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?**

ದಪ್ಪ ತಳದ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣಿನ ರಸ, ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯ ತುರಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಧ್ಯಮ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಯಾಡಿಸುತ್ತಾ ಇರಿ. ಇದು ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತಾ ಬರುವಾಗ ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಈಗ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬಾಣಲೆಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಬಾಣಲೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬರುವಾಗ ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ತಟ್ಟೆಗೆ ಹಾಕಿ. ಅದನ್ನು ಸಮತಟ್ಟಾಗಿ ತಟ್ಟಿ. ಐದು ನಿಮಿಷ ಬಿಟ್ಟು ಚೌಕಾಕಾರವಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ.

## ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣಿನ ಕೇಸರಿಭಾತ್

**ಏನೇನು ಬೇಕು?**

ಚಿರೋಟಿ ರವೆ ಒಂದು ಕಪ್  
 ತುಪ್ಪ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ ಸಕ್ಕರೆ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್  
 ನೀರು ಎರಡು ಕಪ್/ ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ  
 ಕೇಸರಿ ದಳ/ಗೋಡಂಬಿ ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಸ್ವಲ್ಪ  
 ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪು/ ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಅರ್ಧ ಕಪ್  
**ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?**

ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಕೇಸರಿದಳವನ್ನು ಬಿಸಿಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿಡಿ. ಗೋಡಂಬಿ ಮತ್ತು ದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಹುರಿದು ಉಳಿದ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಚಿರೋಟಿರವೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಐದಾರು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ರವೆಯ ಬಣ್ಣ ಬದಲಾದ ನಂತರ ಕುದಿಯುತ್ತಿರುವ ಬಿಸಿನೀರನ್ನು ರವೆಗೆ ಸೇರಿಸಿ. ಈಗ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮುಚ್ಚಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಬೆಂದ ರವೆಗೆ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ, ಚಿಟಿಕೆ ಉಪ್ಪನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಗುಚಿ. ಸಕ್ಕರೆಯೆಲ್ಲ ಕರಗಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತಾ ಬರುವಾಗ ಉಳಿದ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ. ಅನಾನಸ್ ಹಣ್ಣನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಒಂದೆರಡು ನಿಮಿಷ ಬೇಯಿಸಿ. ಈಗ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿಟ್ಟ ಕೇಸರಿದಳವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಕೇಸರಿಭಾತ್ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತಾ ಬಂದಾಗ ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ.

