

## ರಾಗಿ ಹಾಲುಬಾಯಿ



ಏನೇನು ಬೇಕು?

ರಾಗಿ ಒಂದು ಕಪ್ / ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಒಂದು ಕಪ್ / ಬೆಲ್ಲ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್  
ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ / ತುಪ್ಪ ಅರ್ಧ ಕಪ್ / ಉಪ್ಪು ಚಿಟಿಕೆ  
ನೀರು ನಾಲ್ಕು ಕಪ್  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ರಾಗಿಯನ್ನು ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆ ನೆನೆಸಿಡಿ. ರಾತ್ರಿ ನೆನೆಸಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಂತರ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸಣ್ಣ ಕಣ್ಣಿನ ಜರಡಿಯಲ್ಲಿ ಸೋಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಮಾಡಿ. ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಂಡಿ ಚರಟನ್ನು ತೆಗೆದು ರಾಗಿ ಹಾಲನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ತುರಿ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ನೀರು ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ರುಬ್ಬಿ ಕೊಂಡ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ರಾಗಿ ಹಾಲಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ. ದಪ್ಪ ತಳದ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ರಾಗಿ ಹಾಲು, ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿದ ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಬೆಲ್ಲ, ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಧ್ಯಮ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಕೈಯಾಡಿಸುತ್ತಾ ಇರಿ. ಬಾಣಲೆಯಿಂದ ತಳ ಬಿಟ್ಟು ಬಂದಾಗ ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ತಟ್ಟೆಗೆ ಹಾಕಿ ಸಮತಟ್ಟಾಗಿ ತಟ್ಟಿ. ಆದಿ ಬಳಿಕ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿ. ತಿನ್ನುವಾಗ ಹಾಲುಬಾಯಿ ಮೇಲೆ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ತಿಂದರೆ ರುಚಿ ಜಾಸ್ತಿ.

## ಗೋಧಿ ಹಾಲುಬಾಯಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಗೋಧಿ ಒಂದು ಕಪ್ / ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಒಂದು ಕಪ್  
ಬೆಲ್ಲ ಒಂದೂವರೆ ಕಪ್ / ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ  
ತುಪ್ಪ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕಪ್ / ಉಪ್ಪು ಚಿಟಿಕೆ  
ನೀರು ನಾಲ್ಕು ಕಪ್  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಗೋಧಿಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮೂರರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆ ನೆನೆಸಿಡಿ. ಬಳಿಕ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸಣ್ಣ ಕಣ್ಣಿನ ಜರಡಿಯಲ್ಲಿ ಸೋಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ಬಾರಿ ಮಾಡಿ. ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಂಡಿ ಚರಟನ್ನು ತೆಗೆದು ಗೋಧಿ ಹಾಲನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಿಸಿ. ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ತುರಿ ಮತ್ತು ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ, ನೀರು ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ರುಬ್ಬಿಕೊಂಡ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಗೋಧಿ ಹಾಲಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ. ದಪ್ಪ ತಳದ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಗೋಧಿ ಹಾಲು, ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿದ ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಬೆಲ್ಲ, ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ತುಪ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಧ್ಯಮ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಕೈಯಾಡಿಸುತ್ತಾ ಇರಿ. ಬಾಣಲೆಯಿಂದ ತಳ ಬಿಟ್ಟು ಬಂದಾಗ ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ತಟ್ಟೆಗೆ ಹಾಕಿ ಸಮತಟ್ಟಾಗಿ ತಟ್ಟಿ. ಆದಿ ನಂತರ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿ.



## ಆರೋರೂಟ್ ಹಾಲುಬಾಯಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಆರೋರೂಟ್ ಪುಡಿ ಒಂದು ಕಪ್  
ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆ ಪುಡಿ ಒಂದು ಕಪ್ / ಹಾಲು ಒಂದು ಕಪ್  
ನೀರು ಅರ್ಧ ಕಪ್ / ತುಪ್ಪ ಒಂದು ಚಮಚ  
ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಚಿಟಿಕೆ / ಕಸ್ತೂರಿ ಅರಿಶಿಣ ಚಿಟಿಕೆ  
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಆರೋರೂಟ್ ಪುಡಿಯನ್ನು ಗಂಟಿಲ್ಲದಂತೆ ಜರಡಿಯಾಡಿಸಿ. ಅರ್ಧ ಕಪ್ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಯಲು ಇಟ್ಟು ಜರಡಿಯಾಡಿದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ತಿರುಗಿಸುತ್ತಾ ಇರಿ. ಅರ್ಧ ಬೆಂದ ಬಳಿಕ ಹಾಲು ಹಾಕಿ ತಿರುಗಿಸಿ. ಆಮೇಲೆ ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ. ಕಸ್ತೂರಿ ಅರಿಶಿಣ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿರುಗಿಸಿ. ಕೊನೆಗೆ ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ. ಹಾಲುಬಾಯಿ ತಳ ಬಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಬರುವಾಗ ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ. ಒಂದು ಬಟ್ಟಲಿಗೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿ ಬೆಂದ ಹಾಲುಬಾಯಿ ಹಾಕಿ. ಬೇಕಾದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ಕತ್ತರಿಸಿ.

