

ಬಾಳೆಹೂವಿನ ಒಡಪೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್
ಬಾಳೆಹೂವು ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಒಂದು ಕಪ್
ಈರುಳ್ಳಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಒಂದು ಕಪ್
ಅವಲಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್, ಮೊಸರು ಅರ್ಧ ಕಪ್
ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಕರಿಬೇವು
ನೆನಸಿದ ಕಡ್ಲೆಬೇಳೆ ಎರಡು ಚಮಚ
ಕಾಯಿತುರಿ, ಉಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ, ಹಸಿಮೆಣಸು
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಅವಲಕ್ಕಿಯನ್ನು ಮೊಸರಲ್ಲಿ ನೆನಸಿ ಉಪ್ಪು, ಈರುಳ್ಳಿ, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಬಾಳೆಹೂವು, ಕರಿಬೇವು ಹಾಕಿ. ನೆನಸಿದ ಕಡ್ಲೆಬೇಳೆ ಸೇರಿಸಿ. ಕಾಯಿತುರಿ ಹಾಕಿ. ಅದಕ್ಕೆ ಅಕ್ಕಿಹಿಟ್ಟು ಹಾಕಿ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ. ಎರಡು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ. ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಮುಚ್ಚಿಡಿ. ದೊಡ್ಡ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ತೆಳ್ಳಗೆ ತಟ್ಟಿ. ಕಾವಲಿಯ ಮೇಲೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ.



ಬಾಳೆಹೂವಿನ ಆಂಬೊಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಒಂದು ಕಪ್ ಕಡ್ಲೆಬೇಳೆ
ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ
ಹಸಿಮೆಣಸು 2-3
ಶುಂಠಿ, ಕರಿಬೇವು ಸ್ವಲ್ಪ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು
ಈರುಳ್ಳಿ ಎರಡು, ಉಪ್ಪು, ಇಂಗು
ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಬಾಳೆಹೂವು ಒಂದು ಕಪ್
ರವೆ ಸ್ವಲ್ಪ, ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೊದಲು ಕಡ್ಲೆಬೇಳೆ ಮತ್ತು ಉದ್ದಿನಬೇಳೆಯನ್ನು 3-4 ಗಂಟೆ ನೆನಸಿ ಅದರ ಜೊತೆ ಹಸಿಮೆಣಸು, ಉಪ್ಪು, ಶುಂಠಿ, ಕರಿಬೇವು, ಇಂಗು ಹಾಕಿ ತರಿತರಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿ. ಅದಕ್ಕೆ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ, ಬಾಳೆಹೂವು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಿ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ರವೆ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ. ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ತಟ್ಟಿ ಕರಿಯಿರಿ.

ಬಾಳೆಹೂವಿನ ತೇಪ್ಲ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್
ಕಡ್ಲೆಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್
ಅರಿಶಿಣ ಪುಡಿ, ಜೀರಿಗೆ, ಓಂಕಾಳು
ಮೆಣಸಿನಪುಡಿ, ಸಾಂಬಾರ್ ಪುಡಿ
ಉಪ್ಪು, ಮೊಸರು ಅರ್ಧ ಕಪ್
ಬಾಳೆಹೂವು (ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು) ಒಂದು ಕಪ್
ತುಪ್ಪು ಎರಡು ಚಮಚ, ಎಣ್ಣೆ 3-4 ಚಮಚ
ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮೊದಲು ಬಾಳೆಹೂವನ್ನು ತೊಳೆದು ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು (ಮೊಸರು, ತುಪ್ಪು, ಎಣ್ಣೆ ಬಿಟ್ಟು) ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಮೊಸರು ಹಾಕಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಹಿಡಿಯುವಷ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ. ಆಮೇಲೆ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಾದಿ. ಒಂದು ಗಂಟೆ ಮುಚ್ಚಿಡಿ. ನಂತರ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಚಪಾತಿ ಹಾಗೆ ಲಟ್ಟಿಸಿ. ತುಂಬಾ ತೆಳ್ಳಗೆ ಬೇಡ. ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಎರಡೂ ಕಡೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಮೊಸರಿನೊಂದಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ರುಚಿ.

