

## ವೆಚಿಟೆಬಲ್ ಕುರ್ಮ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಸಣ್ಣಗೆ ತುಂಡು ಮಾಡಿದ ಬೀನ್ಸ್, ಕ್ಯಾರೋಟ್, ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆ, ಬಟಾಣಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ, ಈರುಳ್ಳಿ ತಲಾ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಒಂದು ಕಪ್/ ಕಸೂರಿ ಮೇಥಿ/ ಗಸಗಸೆ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಕಲ್ಲಂಗಡಿ ಬೀಜ ಕಾಲು ಕಪ್ ಗೋಡಂಬಿ ಇಪ್ಪತ್ತು/ ಅಚ್ಚಖಾರದ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ ಉಪ್ಪು, ಗರಂ ಮಸಾಲ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಚಕ್ಕೆ ಎರಡು, ಲವಂಗ ನಾಲ್ಕು ತುರಿ ತುರಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ತುಪ್ಪು ಐದು ಚಮಚ ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಉಪ್ಪು, ನೀರಿನೊಡನೆ ಬೇಯಿಸಿಡಿ. ಗಸಗಸೆ, ಗೋಡಂಬಿ, ಕಲ್ಲಂಗಡಿ ಬೀಜಗಳನ್ನು (ಆರು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿಟ್ಟಿರಬೇಕು) ಅರ್ಧ ಭಾಗ ತೆಂಗಿನ ತುರಿಯೊಂದಿಗೆ ನುಣ್ಣಗೆ ಮಿಕ್ಸಿ ಮಾಡಿ ಎತ್ತಿಡಿ. ಬಾಣಲೆಗೆ ತುಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಚಕ್ಕೆ, ಲವಂಗ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಕಸೂರಿ ಮೇಥಿ, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊಗಳನ್ನು ಹುರಿಯಿರಿ, ತೆಂಗಿನ ತುರಿಯೊಂದಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ನೀರಿನೊಡನೆ ನಯವಾಗಿ ಮಿಕ್ಸಿ ಮಾಡಿ. ಬೇಯಿಸಿದ ತರಕಾರಿಗಳಿಗೆ ರುಬ್ಬಿದ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಬೆರೆಸಿ, ಉಪ್ಪು, ಗರಂ ಮಸಾಲ, ಖಾರದ ಪುಡಿ ಬೆರೆಸಿ. ಹದವಾಗಿ ಕುರ್ಮ ತಯಾರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ ಇಳಿಸಿ ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಉದುರಿಸಿ .



## ರಾಜಾ ಕರಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಎಂಟು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆಸಿಟ್ಟ ರಾಜಾ ಒಂದು ಕಪ್ ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ ಕಡಲೆ ಬೀಜ ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಗರಂ ಮಸಾಲಾ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಅಚ್ಚಖಾರದ ಪುಡಿ ಮುಕ್ಕಾಲು ಚಮಚ ಧನಿಯಾ ಪುಡಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಪ್ಯೂರಿ ಒಂದು ಚಮಚ ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ತುರಿ ತಲಾ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಚಕ್ಕೆ, ಲವಂಗ ಎರಡು/ ಈರುಳ್ಳಿ ಚೂರು ಅರ್ಧ ಕಪ್/ಎಣ್ಣೆ ತುಪ್ಪು ಎರಡು ಚಮಚ ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ರಾಜಾವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ತಕ್ಕಷ್ಟು ನೀರಿನೊಡನೆ ಕುಕ್ಕರ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಷಲ್ ಮಾಡಿಸಿ ಬೇಯಿಸಿಡಿ. ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ ಮತ್ತು ಕಡಲೆ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಹುರಿದಿಡಿ. ಚಕ್ಕೆ, ಲವಂಗ, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಧನಿಯಾಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವೇ ನೀರಿನೊಡನೆ ಮಿಕ್ಸಿ ಮಾಡಿ ಎತ್ತಿಡಿ. ಪಾತ್ರೆಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಈರುಳ್ಳಿಗಳನ್ನು ನಸುಗಂಪಾಗುವಂತೆ ಹುರಿಯಿರಿ. ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ, ಕಡಲೆ ಬೀಜ, ಹುರಿದ ಈರುಳ್ಳಿಗಳನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ಮಿಕ್ಸಿ ಮಾಡಿ. ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಲವಂಗ, ಚಕ್ಕೆ, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಪೇಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಹುರಿಯಿರಿ. ಬೇಯಿಸಿದ ರಾಜಾ ಜೊತೆ ರುಬ್ಬಿದ ಎಲ್ಲಾ ಮಿಶ್ರಣಗಳನ್ನೂ ಬೆರೆಸಿ. ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಪ್ಯೂರಿ ಬೆರೆಸಿ ಹದವಾಗಿ ಕರಿ ತಯಾರಿಸಿ, ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಕೆಳಗಿಳಿಸಿ. ತುಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಒಗ್ಗರಣೆಯಂತೆ ಬೆರೆಸಿ.



## ಸಾದಾ ಸಾಗು

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ತುಂಡು ಮಾಡಿದ ಬೇಬಿ ಕಾರ್ನ್ ಅರ್ಧ ಕಪ್ಪಿ/ ಟ್ ಕಾರ್ನ್ ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಹಸಿ ಬಟಾಣಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ ಚಿಲ್ಲಿ ಫ್ಲೇಕ್ಸ್ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಹಸಿ ಮೆಣಸು ನಾಲ್ಕು ಈರುಳ್ಳಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆ ತುಂಡು 5/ ದಪ್ಪ ಮೆಣಸಿನ ಕಾಯಿಯ ತುಂಡು 6 ಜೀರಿಗೆ ಕಾಲು ಚಮಚ// ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಹಿಲಕು ಎರಡು/ ಚಕ್ಕೆ ಒಂದು ತುಂಡು/ ಲವಂಗ ಶುಂಠಿ ತುರಿ/ ಅರ್ಧ ಚಮಚ/ ಹುರಿಗಡಲೆ 2 ಚಮಚ/ಉಪ್ಪು, ಗಸಗಸೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಅರ್ಧ ಕಪ್/ಎಣ್ಣೆ /ಟೊಮ್ಯಾಟೊ ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ತಕ್ಕಷ್ಟೇ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕೊಂಚ ಉಪ್ಪಿನೊಡನೆ ಬೇಯಿಸಿ. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಶುಂಠಿ, ಲವಂಗ, ಚಕ್ಕೆ, ಹಸಿರು ಮೆಣಸು, ಜೀರಿಗೆ, ತೆಂಗಿನ ತುರಿ, ಹುರಿಗಡಲೆಗಳನ್ನು ಮಿಕ್ಸಿ ಮಾಡಿ. ಪಾತ್ರೆಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಚಕ್ಕೆ, ಲವಂಗ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಟೊಮ್ಯಾಟೊಗಳನ್ನು ಹುರಿಯಿರಿ. ಮಿಕ್ಸಿ ಮಾಡಿದ ಮಿಶ್ರಣ ಹಾಕಿ ಮತ್ತೆ ಹಸಿ ವಾಸನೆ ಹೋಗುವಷ್ಟು ಹುರಿಯಿರಿ. ಬೇಯಿಸಿದ ತರಕಾರಿ, ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ.

