



ದೀವಿ ಹಲಸು ರುಚಿಯೇ ಸೊಗಸು

ದೀವಿ ಹಲಸು ಪುಟ್ಟ ಹಲಸಿನಕಾಯಿಯಂತೆ ಕಾಣುವ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ತರಕಾರಿ. ಜೇಗುಜ್ಜೆ, ಬೇರು ಹಲಸು ಮುಂತಾದ ಹೆಸರುಗಳು ಇದಕ್ಕೆವೆ. ಉಷ್ಣವಲಯದ ಕರಾವಳಿ ಅದರಲ್ಲೂ ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆ ದೀವಿ ಹಲಸು ಬೆಳೆಗೆ ಹೆಸರುವಾಸಿ. ಈ ದೀವಿ ಹಲಸಿನಿಂದ ಹಲವು ಬಗೆಯ ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.

■ ಜಿ.ಟಿ. ವಿದ್ಯಾ

ದೀವಿ ಹಲಸು ಬೇಳೆಹುಳಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ದೀವಿ ಹಲಸು ಒಂದು ತೊಗರಿಬೇಳೆ ಅರ್ಧಕಪ್ ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಹುಣಿಸೆಹಣ್ಣು ಸ್ವಲ್ಪ ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ

ಅರ್ಧಹೋಳು

ಒಣಮೆಣಸು 5—6

ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ

ತಲಾ ಒಂದೊಂದು ಚಮಚ

ಜೀರಿಗೆ, ಮೆಂತೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಕರಿಬೇವು



ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ತೊಗರಿಬೇಳೆಯನ್ನು ತೊಳೆದು ಬೇಯಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಬಲಿತ ದೀವಿ ಹಲಸನ್ನು ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಹೋಳುಗಳನ್ನಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ. ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಿ. ಅನಂತರ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬಾಣಲೆಯನ್ನಿಟ್ಟು ಒಂದು ಚಮಚ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಹುರಿದು ಕೆಂಪಗೆ ಆಗುವಾಗ ಇಳಿಸಿ. ತೆಂಗಿನ ತುರಿ ಮತ್ತು ಹುಣಿಸೆ ಹಣ್ಣಿನೊಂದಿಗೆ ಹುರಿದ ಮಸಾಲೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿ ಬೇಯಿಸಿಟ್ಟು ಬೇಳೆ ಮತ್ತು ದೀವಿ ಹಲಸಿನ ಹೋಳಿಗೆ ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ. ಅನಂತರ ಕುದಿಸಿ ಕರಿಬೇವಿನ ಒಗ್ಗರಣೆ ಕೊಡಿ.



ದೀವಿ ಹಲಸು ಬೋಂಡ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ದೀವಿ ಹಲಸು ಒಂದು ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟು ಎರಡು ಕಪ್ ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ದೀವಿ ಹಲಸಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ತೆಳ್ಳಗೆ ಬಿಲ್ಲೆ ಬಿಲ್ಲೆಯಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಕಡ್ಲೆ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಜರಡಿ ಹಿಡಿದು ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪು, ನೀರು, ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಕಲಸಿ. ನಂತರ ಬಾಣಲೆ ಒಲೆಯ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ. ಎಣ್ಣೆ ಕಾದ ನಂತರ ಕತ್ತರಿಸಿಟ್ಟಿರುವ ದೀವಿ ಹಲಸಿನ ಹೋಳುಗಳನ್ನು ಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಹದವಾಗಿ ಕರಿಯಿರಿ.



ದೀವಿ ಹಲಸು ಸಿಪ್ಪೆಯ ಚಟ್ಟಿ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ದೀವಿ ಹಲಸು ಸಿಪ್ಪೆ ಕಡಲೆಬೇಳೆ ಎರಡು ಚಮಚ

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

ಕೆಂಪು ಮೆಣಸು ನಾಲ್ಕು

ಹುಣಿಸೆ ಹಣ್ಣು ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ದೀವಿ ಹಲಸಿನ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಬೇಯಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಕಡ್ಲೆಬೇಳೆ, ಕೆಂಪು ಮೆಣಸು ಅನ್ನು ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಿ. ಬೇಯಿಸಿದ ಸಿಪ್ಪೆಯೊಂದಿಗೆ ಹುಣಿಸೆ ಹಣ್ಣು, ಉಪ್ಪು, ಹುರಿದ ಮಸಾಲೆ, ಕಾಯಿತುರಿ ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬಿ.

