



# ತಿಂದು ನೋಡಿ ನಕ್ಷತ್ರ ವಡೆ..

ವಡೆಯಲ್ಲಿ ಹಲವು ಬಗೆ. ಉದ್ದಿನವಡೆ, ಕಡ್ಲೆಬೇಳೆ ವಡೆ ಇತ್ಯಾದಿ ತಿಂದೇ ಇರುತ್ತೀರಿ. ನಕ್ಷತ್ರ ವಡೆ, ಮೊಳಕೆಕಾಳಿನ ವಡೆ, ಕ್ಯಾಬೇಜ್ ತೂತು ವಡೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿದೆ ರೆಸಿಪಿ..

■ ರತ್ನಾ ಕಾವೇರಿಕಾನ

## ಕ್ಯಾಬೇಜ್ ತೂತು ವಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಕ್ಯಾಬೇಜ್ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಒಂದು ಕಪ್

ಈರುಳ್ಳಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಅರ್ಧ ಕಪ್

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ/ ಓಂಕಾಳು ಕಾಲು ಚಮಚ/ ಸಾರಿನ ಹುಡಿ 1 ಚಮಚ

ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ ಒಂದು ಚಮಚ/ ಹಸಿ ಮೆಣಸು ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು 3

ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ/ ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಕಾಲು ಚಮಚ

ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಕಪ್/ ಕಡ್ಲೆ ಹಿಟ್ಟು ಒಂದು ಚಮಚ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಗೆ ಕ್ಯಾಬೇಜ್, ಈರುಳ್ಳಿ, ಉಪ್ಪು, ಓಂ ಕಾಳು, ಸಾರಿನ ಪುಡಿ, ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ, ಹಸಿ ಮೆಣಸು, ಅರಿಶಿನ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ. ಅದಕ್ಕೆ ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟು, ಕಡ್ಲೆಹಿಟ್ಟು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ, ಕೈಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಸವರಿ, ವಡೆ ತಟ್ಟಿ ಎಣ್ಣೆಗೆ ಹಾಕಿ ಕರಿಯಿರಿ.



## ನಕ್ಷತ್ರ ವಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಬೆಳ್ಳಿಗೆ ದೋಸೆ ಅಕ್ಕಿ ಒಂದು ಕಪ್/ ಹುರಿದ ಉದ್ದಿನ ಹಿಟ್ಟು ಕಾಲು ಕಪ್

ಕೆಂಪು ಉದ್ದ ಮೆಣಸು 5/ ಉಪ್ಪು-ರುಚಿಗೆ, ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ

ಇಂಗು ಚಿಟಿಕೆ/ ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕೆಂಪು ಉದ್ದ ಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ನಾಲ್ಕು ಗಂಟೆ ನೆನಿಸಿಡಿ. ನಂತರ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಅಕ್ಕಿ, ಮೆಣಸು, ಉಪ್ಪು, ಜೀರಿಗೆ, ಇಂಗು ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ರುಬ್ಬಿದ್ದಕ್ಕೆ, ಉದ್ದಿನ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ, ಕಾದ ಎಣ್ಣೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಹಾಕಿ ಬೆರೆಸಿ, ದಪ್ಪ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಶೀಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ಅಂಗೈಯಿಂದ ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ತಟ್ಟಿ ನಕ್ಷತ್ರದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ತುಂಡು ಮಾಡಿ ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಂದು ಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೆ ಕರಿದು ತೆಗೆಯಿರಿ.

## ಮೊಳಕೆ ಕಾಳಿನ ವಡೆ

ಏನೇನು ಬೇಕು?

ಹೆಸರು ಮೊಳಕೆ ಕಟ್ಟಿದ್ದು ಕಾಳು

ಒಂದು ಕಪ್

ಶುಂಠಿ ಒಂದು ಇಂಚು ಉದ್ದದ್ದು

ಉಪ್ಪು ರುಚಿಗೆ

ಹಸಿ ಮೆಣಸು 4

ಜೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಮಚ

ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್ ಕಾಲು ಕಪ್

ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ

ಕೊತ್ತಂಬರಿ 4 ಚಮಚ

ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು ಸ್ವಲ್ಪ

ಮಾಡೋದು ಹೇಗೆ?

ಮಿಕ್ಸಿಗೆ ಮೊಳಕೆ ಕಾಳು, ಉಪ್ಪು ಎಲ್ಲ

ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ (ನೀರು

ಹಾಕದೆ) 2 ಸುತ್ತು ತಿರುಗಿಸಿ,

ತರಿತರಿಯಾಗಿರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ

ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೋರ್ ಹಾಕಿ ಎಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ

ಬೆರೆಸಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಬೇಕು. ನಂತರ ಕೈಗೆ

ಎಣ್ಣೆ ಸವರಿ ವಡೆ ತಟ್ಟಿ ಕಾದ

ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿಯಿರಿ.

