

Written by
Friday, 19 December 2008 12:17 -



ஐஸ்ரீயாசாமிசுவாமிநாதர் : உருளகைக்கிழங்கு - 2 பச்சைபட்டாணி - 1/2 கப் பரிய
வெங்காயம் - 1

தக்காளி - 1

சாம்பார் பொடி - 1 டீஸ்பூன்

மஞ்சள் தூள் - 1/4 டீஸ்பூன்

எலுமிச்சை சாறு - 1/2 டீஸ்பூன்

உப்பு - 1 டீஸ்பூன் அல்லது தேவைக்கேற்றவாறு

ஐஸ்ரீயாசாமிசுவாமிநாதர் :

தேங்காய்த்துருவல் - 2 டபேள்ஸ்பூன்

கசகசா - 1 டீஸ்பூன்

பொட்டுக்கடலை - 1 டபேள்ஸ்பூன்

முந்திரிப்பருப்பு - 2 அல்லது 3

பிண்டுப்பற்கள் - 2

இஞ்சி - 1" துண்டு

பச்சைமிளகாய் - 1 அல்லது 2

ஐஸ்ரீயாசாமிசுவாமிநாதர் :

எண்ணை - 2 டபேள்ஸ்பூன்

Written by
Friday, 19 December 2008 12:17 -

சோம்பு - 1 டீ ஸ்பின்

பட்டை - ஒரு சிறு துண்டு

கிராம்பு - 2

0000000000:

உருளகை கிழங்கை வகை வதைத்து தோலுரித்து சிறு துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ளவும். பட்டாணியையும் வகை வதைத்துக் கொள்ளவும்.

வெங்காயம், தக்காளியை பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.

தனேக்காய்த்துருவல், கசகசா, பொட்டுக்கடலை, முந்திரிப்பருப்பு, பிண்டு, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய் ஆகியவற்றை நன்றாக அரைத்தெடுக்கவும்.

ஒரு வாணலியில் எண்ணை விட்டு சீடானதும் அதில் பட்டை, கிராம்பு, சோம்பு ஆகியவற்றைப் போடவும். சோம்பு சற்று சிவந்தவுடன், நறுக்கிய வெங்காயத்தைப் போட்டு நன்றாக அலுத்துக் கொள்ளவும். வெங்காயம் வதங்கியவுடன், தக்காளியைச் சேர்த்து அதனுடன் உப்பு மஞ்சள் தூளையும் சேர்த்து வதக்கவும். தக்காளி நன்றாக மசிந்தவுடன் சாம்பாரி பொடியைச் சேர்த்து கிளறவும். பின்னர் அதில் உருளகை கிழங்கு, பட்டாணியைச் சேர்த்து கிளறி விடவும். அதனுடன் அரைத்து வதைத்துள்ள தனேக்காய் விழுதயையும் சேர்த்து பிரட்டி விடவும். பின்னர் அதில் கிழங்கு மிழ்கும் அளவிற்கு தண்ணீர் சேர்க்கவும். நன்றாக கிளறி விட்டு, மட்டி வதைத்து கொதிக்க விடவும். நன்றாக கொதித்தவுடன், இறக்கி வதைத்து எலுமிச்சை சாற்றை சேர்த்து மீண்டும் ஒரு முறை கிளறி விடவும்.

http://adupankarai.kamalascorner.com/2008/12/blog-post_19.html