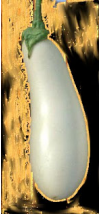


□□□□□□□ □□□□□□□□□□

ஒன்று/ இரண்டு பரோக்கு

4 - மசேகைக்கரண்டி தயிர்

1 - பரிய கத்திரிக்காய்



\* சூட்ட சம்பலின் நிறம் வளிரப்பாக இருக்க வேண்டும் என விரும்பினால் வள்ளை கத்திரிக்காய் தான் நன்றாக இருக்கும்.

\* வள்ளை கிடகைக்கவில்லை என்றால் ஊதா கத்திரிக்காய் பாவிக்கலாம். நீண்ட கத்திரிக்காயை தான் பரிய கத்திரிக்காய் என சொல்லியுள்ளனர்.



நீண்ட கத்திரிக்காய் கிடகைக்கவில்லையென்றால் சிறிய வள்ளை/ ஊதா கத்திரிக்காயும் பாவிக்கலாம். நான் சிறிய கத்திரிக்காயை தான் பரிதது செய் தனே .

5-6 - சிறிய வங்காயம்

2 - பச்சை மிளகாய்

1/2- தே. கரண்டி மிளகா

சுவகைக்கு- உப்பு

அலுமினியத் தூள்

Written by  
Wednesday, 30 July 2008 11:43 -

00000000

1. போறணை/ Oven ஐ 230 பாகை சலெச்சியல்லில் சட்டாக்வும்

2. கத்தரிக்காய் மழை நீ க்கி அலுமினியத் தாளினால் முழுவாயாக மட்டி சுற்றுவும். சுற்றியபின் முள்ளுகரண்பி (Fork) மட்டி இரண்டு மட்டி இடங்களில் சுற்றி துளை செய்வும் (இது நீ ராவி வளையறே உதவும்)



3. கத்தரிக்காயை சட்டான Oven இல் 25- 30 நிமிடம் சூடவும்

4. கத்தரிக்காய் சூடும் நரேத்தில் வங்காயம், பச்சை மிளகாயை மிகச்சிறிய துண்டுகளாக அரிந்து கொள்ளுவும்

5. 25-30 நிமிடங்களின் பின் கத்தரிக்காயை வளையறே எடுத்து சிறிது குளிர்ந்ததும் அலுமினியம் தாளை அகற்றுவும்.



(கீழே உள்ள படத்தில் உள்ளது போல்தோல் சூருங்கி வரும். நான் வளையை நிற்பரிய கத்தரிக்காய் இங்கு கிடகைகாதாதால் ஊதா நிற சிறிய கத்தரிக்காயை பாவித்தனே. இப்படி கபில நிறமாக வருவதை விரும்பாதவர்கள் வளையை கத்தரிக்காயை பாவிக்கலாம்.)



Written by  
Wednesday, 30 July 2008 11:43 -

---

6. மலேமும் கயையால் ததோலலை உரிக் கக் கடி ய சடி வு வரமும் வரலை குளிர் விட்டு ததோலலை உரித்து கொள்ளவும்

7. சிறிய கத்தரிக்காய் என்றால் 4 ஆக, பெரிது என்றால் 8 ஆக பிளந்து சிறிய துண்டுகளாக அரிந்து கொள்ளவும்.

8. அரிந்த கத்தரிக்காயுடன், அரிந்து வதைத்த வெங்காயம், மிளகாய், உப்பு, மிளகுத்துள் என்பனவற்றை சேர்த்து கலக்கவும்



9 இறுதியில் தயிரை சேர்த்து நன்கு கலந்தால் சுவையான சூட்ட கத்தரிக்காய்ச் சம்பல் தயார்

இதனை சோற்றுடன் உண்ணலாம்.



□□□□□□□□.

1. ஊரில் தயிரிற்கு பதிலாக இதற்கு தவேக்காய்ப்பால் (முதற்பால்) சேர்த்து செய்வார்கள்
2. தயிரிற்கு பதிலாக sour cream உம் பாவிக்க முடியும்

நீங்களும் தயிரிற்கு பதிலாக தவேக்காய்ப்பால் / sour cream பாவித்து செய்து பார்த்து எது சுவையானதோ அதை தொடருங்கள்.

Written by

Wednesday, 30 July 2008 11:43 -

---

3. கத்தரிகாய் சூடுவதற்கு தவேயான நரேம், கத்தரிக் காயின பரூமன், Oven இன் வகை என பவற்றுக்கு ஏற்ப மாறுபடும். 20 நிமிடத்தின் பின் வளெயே எடுத்து திறந்து பார்த்து படத்தில் காட்டியுள்ளது போல தோல் சூருங்கி வந்திருந்தால் வளெயே எடுக்கலாம். இல்லாதது விடின் மீண்டும் மஃபி 5- 10 நிமிடம் சூடவும்.

[http://viriyumsirakukal.blogspot.com/2008/07/blog-post\\_22.html](http://viriyumsirakukal.blogspot.com/2008/07/blog-post_22.html)