

தள தள தக்காளி தோசை

தேவையானவை

- புழுங்கல் அரிசி (அ) இட்லி அரிசி - இரண்டு டம்ளர்
- பச்சரிசி - அரை டம்ளர்
- காய்ந்த மிளகாய் - ஆறு
- இஞ்சி - ஒரு சிறிய துண்டு
- பச்சை மிளகாய் - ஒன்று
- பூண்டு - நான்கு பற்கள்
- கறிவேப்பிலை - ஒரு கைப்பிடி
- கொத்தமல்லித் தழை - ஒரு கைப்பிடி
- தேங்காய் துருவல் - இரண்டு மேசைக்கரண்டி
- தயிர் - ஒரு கப்
- உப்பு - மாவு கலக்க தேவையான அளவு
- சின்ன வெங்காயம் - பத்து
- தக்காளி - நான்கு
- எண்ணெய் + நெய் - தோசை சுட தேவையான அளவு

செய்முறை

- அரிசிவகைகளை களைந்து மூன்று மணி நேரம் ஊற வைக்கவும்.
- தக்காளியை நான்காக நறுக்கி மிக்ஸியில் லேசாக கொர கொரப்பாக அரைத்து கொள்ளவும்.
- இஞ்சி, பூண்டு, கொத்தமல்லித் தழை, கறிவேப்பிலை, காய்ந்த மிளகாய், பச்சைமிளகாய், வெங்காயத்தையும் கொர கொரப்பாக திரித்து கொள்ளவும்.
- இப்போது ஊறிய அரிசியை கிரைண்டரில் போட்டு அதனுடன் தக்காளி கலவை, கொர கொரப்பாக திரித்தது அனைத்தையும் போட்டு நன்கு ஆட்டவும், தேங்காய் துருவலையும் சேர்த்து ஆட்டவும்.
- நல்லா எல்லா கலவையும் சேர்ந்து மையாக அரைந்ததும் அதில் தயிர், உப்பு சேர்த்து கலக்கி வைக்கவும்.
- ரொம்ப புளிக்க தேவையில்லை காலையில் அரைத்து இரவு டிபனுக்கு சுடலாம்.
- மொறுகளாகவோ அல்லது தடிமனாகவோ அவரவர் விருப்பபடி சுட்டு சாப்பிடவும்.

தக்காளி இஞ்சி சட்னி

தேவையானவை

அரைக்க:

- நன்கு பழுத்த தக்காளி - நான்கு
- இஞ்சி - ஒரு அங்குல துண்டு
- காய்ந்த மிளகாய் - ஒன்று

- தேங்காய் துருவல் - ஒரு மேசைக்கரண்டி
- உப்பு - சிறிது
- தாளிக்க:
- எண்ணெய் - அரை தேக்கரண்டி
- கடுகு - கால் தேக்கரண்டி
- பெருங்காயம் - ஒரு பின்ச்

செய்முறை

- தக்காளியை பொடியாக நறுக்கவும். இஞ்சியை தோல் நீக்கி பொடியாக நறுக்கி அத்துடன் தக்காளி, உப்பு, காய்ந்த மிளகாய், தேங்காய் துருவல் சேர்த்து நன்கு அரைக்கவும்.
- தாளிக்க கொடுத்துள்ளவைகளை தாளித்து சேர்த்து கொதிக்க விட்டு இறக்கவும்.
- சுவையான தக்காளி இஞ்சி சட்னி ரெடி

தக்காளி தம் பிரியாணி

தேவையானவை

- சாதம் - ஒரு கப்
- வெங்காயம் - 2
- தக்காளி - 3
- தேங்காய் - 3 பல்
- சோம்பு - ஒரு தேக்கரண்டி
- பட்டை - 1
- ஏலக்காய் - 1
- கிராம்பு - 2
- அன்னாசிப்பு - 3 இதழ்
- மிளகாய் பொடி - 2 தேக்கரண்டி
- இஞ்சி - ஒரு துண்டு
- பூண்டு - 5
- உப்பு - தேவையான அளவு
- எண்ணெய் - 2 தேக்கரண்டி

செய்முறை

- வெங்காயம், தக்காளி இரண்டையும் நீளமாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். வெங்காயம், தக்காளி தவிர மற்ற அனைத்தையும் சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும்.
- குக்கரில் எண்ணெய் ஊற்றி காய்ந்ததும் நீளமாக நறுக்கின வெங்காயம், தக்காளி, அரைத்த மசாலா சேர்த்து வதக்கவும்.

- இந்த மசாலா கலவையுடன் சாதத்தை சேர்த்து கிளறவும்.
- அடுப்பை மிதமான தீயில் வைத்து குக்கரை இறுக்கமாக மூடி 5 நிமிடம் வேக விடவும். (அடிப்பிக்காமல் இருக்க சிறிது நேரத்திற்கு ஒரு முறை திறந்து கிளறி விடவும்)
- வெந்ததும் இறக்கி மேலே சிறிது கொத்தமல்லித் தழை தூவி பரிமாறவும். சுவையான எளிமையான முறையில் தயாரிக்கும் தக்காளி தம் பிரியாணி ரெடி.

மஷ்ரூம் பாலக் பிரியாணி

தேவையானவை

- பாசுமதி அரிசி - 300 கிராம்
- பாலக் கீரை - 1 கட்டு
- மஷ்ரூம் - 100 கிராம்
- பச்சை பட்டாணி - 1/4 கப்
- பெரிய வெங்காயம் - 1
- பச்சை மிளகாய் - 6
- தக்காளி - 1
- இஞ்சி - ஒரு சிறிய துண்டு
- பூண்டு - 6 பல்
- கரம் மசாலா - 1/2 தேக்கரண்டி
- பட்டை - 1 அங்குல துண்டு
- லவங்கம் - 3
- ஏலம் - 2
- சீரகம் - 1/2 தேக்கரண்டி
- சோம்பு - 1/2 தேக்கரண்டி
- பிரியாணி இலை - 1
- எண்ணெய் - 4 மேசைக்கரண்டி
- மல்லி இலை - சிறிதளவு
- புதினா - சிறிதளவு
- உப்பு - 3/4 தேக்கரண்டி

செய்முறை

- தேவையான பொருட்களை தயாராய் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். வெங்காயம், தக்காளி, மஷ்ரூம் ஆகியவற்றை நீளவாக்கில் நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். கீரையை பொடியாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். அரிசியை கழுவி பச்சை பட்டாணியுடன் சிறிது உப்பு, ஒரு தேக்கரண்டி எண்ணெய், தேவையான அளவு நீர் சேர்த்து வேக வைத்து எடுத்து ஆற விடவும்.
- இஞ்சி, பூண்டு, பச்சை மிளகாய், புதினா, பாதி மல்லி இலை ஆகியவற்றை ஒன்றாக சேர்த்து விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.
- ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி பட்டை, லவங்கம், ஏலம், சோம்பு, சீரகம் ஆகியவற்றை போட்டு தாளிக்கவும்.

- அதன்பின்பு நறுக்கிய வெங்காயத்தை போட்டு பொன்னிறமாகும் வரை வதக்கவும்.
- பிறகு அரைத்த விழுதையும் சேர்த்து வதக்கவும்
- அத்துடன் நறுக்கிய மஷ்ரூம் சேர்த்து நீர் பிரிந்து வற்றும் வரை வதக்கவும்.
- பின்னர் கீரையை சேர்த்து வதக்கி 5 நிமிடம் வேக விடவும்.
- கீரை நன்கு வெந்த பின்பு, தக்காளி சேர்த்து பிரட்டி, கரம் மசாலா, உப்பு சேர்த்து 2 நிமிடம் வதக்கி இறக்கவும்.
- பிறகு ஆற வைத்த சாதத்தை வதக்கியவற்றுடன் சேர்த்து கலக்கி மல்லி இலை தூவி 5 நிமிடம் மூடி வைத்து சிம்மில் வைக்கவும்.
- இப்போது சுவையான மஷ்ரூம் பாலக் பிரியாணி ரெடி. இதனை சூடாக உருளைக்கிழங்கு வறுவலுடன் பரிமாறவும்.

சா:ப்ட் சப்பாத்தி - கோதுமை பரோட்டா

தேவையானவை

சப்பாத்தி செய்ய தேவையான பொருட்கள்:

- கோதுமை மாவு - 2 கப்
- உப்பு - ஒரு தேக்கரண்டி
- டால்டா அல்லது நெய் - ஒரு மேசைக்கரண்டி
- தண்ணீர் - தேவைக்கு

பரோட்டா செய்ய தேவையான பொருட்கள்:

- கோதுமை மாவு - இரண்டு டம்ளர்
- சர்க்கரை - ஒரு தேக்கரண்டி
- உப்பு - முக்கால் தேக்கரண்டி (அ) தேவைக்கு
- எண்ணெய் - இரண்டு தேக்கரண்டி + சுட்டு எடுக்க தேவையான அளவு.
- தண்ணீர் - அரை டம்ளர் + தேவைக்கு

செய்முறை

- இரண்டு கப் அளவிலான மாவு பிசைய தேவையான அளவு தண்ணீரை விட சற்று குறைவான அளவு எடுத்து துடுப்படுத்தி அதில் உப்பு, டால்டா (அ) நெய் கலந்து மாவை சேர்த்து ஃபோர்கால் கிளறி உடனே மூடி வைக்கவும். நன்கு ஆறியதும், தேவைப்பட்டால் சிறிது தண்ணீர் தெளித்து பிசைந்து பூரி மாவை விட சற்று பெரிய உருண்டைகளாக போட்டு ஒரு சட்டியில் வைத்து மாவு ஒன்றோடு ஒன்று ஒட்டாமல் இருக்க மேலே மாவு தூவி குலுக்கி வைக்கவும்.
- சப்பாத்தி கட்டையில் வைத்து தேய்க்கும் போது சிறிது மாவு சேர்த்து உருட்டி நல்ல மெல்லிய சப்பாத்திகளாக சமமாக தீட்டவும்.
- தவாவை துடுப்படுத்தி தீயை மிதமாக வைத்து தேய்த்து வைத்திருக்கும் சப்பாத்தியை போடவும். ஒரு துணியால் அல்லது டிஸுவால் அங்காங்கே சிறிதளவு எண்ணெய் தொட்டு அழுத்தி விடவும்.

- திருப்பி போட்டு வெந்ததும் எடுத்து விடவும். இதே போல் அனைத்து சப்பாத்தியையும் போட்டு எடுக்கவும்.
- சுவையான ஷாஃப்ட் சப்பாத்தி ரெடி. இந்த சாஃப்ட் சப்பாத்தி திருமதி. சாதிகா அவர்களின் குறிப்பினை பார்த்து சில மாற்றங்களுடன் செய்தது.
- கோதுமை மாவில் உப்பு, சர்க்கரை, தண்ணீர் சேர்த்து ஒரு பெரிய ஃபோர்கால் நல்ல கிளறி ஐந்து நிமிடம் வைத்து விடவும். இப்போது மாவு நன்கு சேர்ந்து இருக்கும், அதில் ஒரு தேக்கரண்டி எண்ணெய் ஊற்றி நன்கு பிசையவும். தண்ணீர் தேவைப்பட்டால் சிறிதளவு தெளித்து நன்றாக அடித்து பிசைந்து கடைசியில் ஒரு தேக்கரண்டி எண்ணெய் ஊற்றி பிசைந்து சிறு உருண்டைகளாக போட்டு வைக்கவும். ஒரு உருண்டையை எடுத்து சப்பாத்தி கட்டையில் வைத்து வட்டமாக தேய்க்கவும்.
- தேய்த்த சப்பாத்தியை புடவை கொசுவம் போல் ஒன்றோடு ஒன்று வைத்து மடித்துக் கொண்டே வரவும்.
- மடித்த சப்பாத்தியை அப்படியே சுருட்டவும். இதே போல் எல்லா உருண்டைகளையும் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.
- தவாவில் போடும் முன் செய்து வைத்திருக்கும் உருண்டைகளை சப்பாத்தி கட்டையில் வைத்து தேய்த்துக் கொள்ளவும்.
- தேய்த்து வைத்திருக்கும் சப்பாத்தியை தவாவில் போட்டு தீயை மிதமாக வைத்து வேக விடவும். ஒரு புறம் வெந்ததும் திருப்பி போட்டு சுற்றிலும் எண்ணெய் ஊற்றவும்.
- நன்கு இரண்டு கரண்டிக் கொண்டு அடுப்பிலேயே வைத்திருந்து நன்கு வேக விட்டு (பொசுக்கி) எடுக்கவும். அப்பொழுது தான் லேயர் பிரியும்.
- சுவையான கோதுமை பரோட்டா ரெடி. கொசுவம் போல் மடிக்க தெரியாதவர்கள் மூன்றாக முக்கோண வடிவில் (அ) சதுரவடிவில் தேய்த்து உருட்டி சுட்டெடுக்கவும். மடித்த உருண்டை ஊறினால் தான் நல்ல தேய்க்க வரும். டயட்டில் இல்லாதவர்கள் பரோட்டா சுடும் போது எண்ணெயுடன் சிறிது டால்டா (அ) நெய் (அ) உருக்கிய பட்டர் சேர்த்து சுடலாம்.

இதற்கு தொட்டு கொள்ள எல்லா வகையான வெஜ் குருமாக்கள், சிக்கன், மட்டன் கிரேவிகள், கூட்டு, பச்சடி வகைகள், ஏன் வெல்லத்தில் வாழைப்பழத்தை பிசைந்து அது கூட தொட்டு சாப்பிடலாம். வெறும் வாழைப்பழம், தேன் தொட்டும் சாப்பிடலாம். உருண்டைகளில் மாவு தூவி அப்படியே பிரிட்ஜில் ஒரு கண்டெயினரில் போட்டு வைத்து தேவைப்படும் போது எடுத்து சுடலாம். குழந்தைகளுக்கு நெய் தடவி கொடுக்கலாம்.
