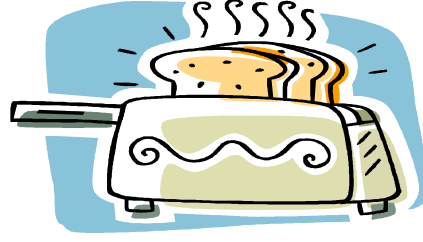


உ

சிவமயம்

அறுசுவை-சமையல்



ராயவரம்

திரு.ராம.அ.ராம.அரு.காசிவிஸ்வநாதன் செட்டியார்

திருமதி தெய்வானை ஆச்சி

மணிவிழா
வெளியீடு

02-09-1995

ராயவரம்

இந்த தகவல்களை எங்கள் இணையதளத்திற்கு வழங்கியமைக்கு
நன்றி நன்றி ...

உ

சிவமயம்

அனைவர்க்கும் வணக்கம்

ராயவரம் பஞ்சுக்காரர் வீடு என்றால் செட்டிநாட்டில் பலருக்குத் தெரியும், பஞ்சு போன்ற மென்மையான மனம்படைத்தவர்கள், நியாயம் நேர்மைக்குச் சான்றானவர்கள் தொழிலை, சிவத்தொண்டை இரு கண்களாக நேசிப்பவர்கள், எவருடனும் பகையின்றி இனிமையாகப் பழகுவவர்கள், உழைப்பை மதித்து உயர்த்தவர்கள்.

பஞ்சுக்காரர் வீடு என்றாலே விருந்து – சாப்பாடு நன்றாகப்போடுவார்கள் என்பது அனைவரும் அறிந்ததே.

மனிதர்களின் அடிப்படைத் தேவைகளில் மிக இன்றியமையாதது உணவு, உணவு உடலுக்கு நலம் சேர்ப்பதாக இருத்தல் வேண்டும் நாக்குக்குச் சுவையாகவும் இருத்தல் வேண்டும். பஞ்சுக்காரர் வீட்டில் சாப்பாடு எப்போதும் சுவையாக இருக்கும்.

இது அவர்கள் வீட்டிற்குரிய நல்ல அமைப்பு.

பஞ்சுக்காரர் வீட்டுப் பெண்களும், பஞ்சுக்காரர் வீட்டிற்கு மருமக்களாக வந்த பெண்களும் இந்த நூலில் சமையல் குறிப்புக்களைத் தருகிறார்கள்

அளவுகளை விட செய்முறைகளே பிதானமாகத் தரப்பட்டுள்ளது.

அவரவர்கள் தங்கள் தேவைக்கு ஏற்பவும் சுவைக் கேற்பவும் அளவுகளை மாற்றி கொள்ளலாம். சமையல் குறிப்புக்களைத் தேவைப்படும் போது பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம் என்பதற்காக புத்தக வடிவத்தில் வழங்குகிறார்கள். வீட்டுக் குறிப்புகளும் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

பெருமைக்குரிய திருவாளர். ராம.அ.ராம.அரு. காசிவிஸ்வநாதன் செட்டியார் அவர்கள் காப்பித்தோட்டக்கலை வள்ளுனர் நல்ல உள்ளம் கொண்ட நல்லவர் சதாபிஷேகம் கண்டவரும், கைராசிக்காரர் என்று எல்லோராலும் கொண்டாடப்படும் வள்ளல் பெருந்தகை, இராயவரம் மு.அ.மு.சுப. பழநியப்ப செட்டியார், கண்ணம்மை ஆச்சி அவர்களின் மாப்பிள்ளை.

திரு.ராம.அ.ராம.அரு. காசிவிஸ்வநாதன் செட்டியார் திருமதி தெய்வானை ஆச்சி அவர்களின் அறுபதாண்டு நிறைவு மணி விழாவில் இந்நூலை வெளியிடுவதில் மட்டற்ற மகிழ்ச்சி அடைகிறோம்.

மணிவிழா தம்பதியினர்க்கும், பஞ்சுக்காரர் வீட்டார்க்கும் எல்லா நலன்களும் வழங்கிக் காத்து நிற்க இறையருளை வேண்டுகிறேன்.

அன்பன் கோ.அரங்கநெடுமாறன் எம்.ஏ., பி.எட்.,
(நூல் - தொகுப்பாளர்)
நாள் : 02-09-1995
இடம் : ராயவரம்

Sl.No

Contents

- 1 ஆரஞ்சு சாதம்
- 2 இடியப்பன் புலவு
- 3 வெந்தயக்கீரை சப்பாத்தி
- 4 வெஜிடபிள் கீமா பரோட்டா
- 5 சேனைக்கிழங்கு கட்லட்
- 6 முருங்கைக்காய் கட்லட்
- 7 Cheese கட்லட்
- 8 பப்பாளி கோளா உருண்டை
- 9 பலாக்காய் கோளா உருண்டை
- 10 சேப்பங்கிழங்கு ரோஸ்ட்
- 11 பன்னீர் டிக்கா
- 12 ஸ்ட்.ப்டு காப்சிகம் (stufed capsicum)
- 13 சாம்பார் வடை
- 14 ஜவ்வரிசி பக்கோடா
- 15 பூசனி தயிர்ப்பச்சடி (கேரளா)
- 16 மலையாள அவியல் (கேரளா)
- 17 புளி இஞ்சி (கேரளா)
- 18 தக்காளி டால்
- 19 பன்னீர் (பால் கட்டி) பட்டாணி மசாலா
- 20 பன்னீர் பான் கேக் (Paneer Pan Cake)
- 21 காப்சிகம் பன்னீர் (பால் கட்டி) மசாலா
- 22 மேக்ரோணி பேக் (Macroni bake)
- 23 சீஸ் டோஸ்ட் (Cheese Toast)
- 24 பால் பாயசம்
- 25 பாதாம், பழப்பாயசம்
- 26 சேமியா பாயசம்
- 27 ரிச்சி ரிச்சி (Richi Richi)
- 28 பிஸ்கட் புட்டிங்
- 29 சீதாப்பழ ஐஸ்கிரீம்
- 30 வெங்காய ஊறுகாய்
- 31 சுந்தா
- 32 நெல்லிக்காய் ஜீஸ்
- 33 இளநீர்
- 34 மட்டன் பிரியாணி
- 35 நெய் சாதம் (Chee Rice)
- 36 ஃப்ரைடு ரைஸ் (Fried Rice)
- 37 மட்டன் பிரியாணி (கேரளா)
- 38 சிக்கன் பிரியாணி
- 39 சிக்கன் ஸ்டீயூ
- 40 சிக்கன் மசாலா
- 41 சிக்கன் உப்புக்கரி
- 42 ப்ரைடு சிக்கன் (Fried Chicken)
- 43 ஜிஞ்சர் சிக்கன் (Ginger Chicken)
- 44 சில்லி சிக்கன் (Chilli Chicken)
- 45 மீன் புட்டு
- 46 மீன் கட்லட்
- 47 பிரௌன்ஸ் ப்ரை (Prowns Fry)
- 48 வீட்டுக்குறிப்புகள்

1.ஆரஞ்சு சாதம்

பாகமதி அரிசி - 1 கப்
ஆரஞ்சு பழம் - 1
விதையில்லாத பச்சை திராட்சை 3/4 கப்
முந்திரிப் பருப்பு 1 டீஸ்பூன்
திருவிய தேங்காய் - 1/4 கப்
ஏலக்காய் - 2
பட்டை - 1
லவங்க இலை - 1
ஆரஞ்சு சிவப்பு கலர் - 1 துளி
பெரிய வெங்காயம் - 2
பச்சை மிளகாய் - 5
பூண்டு - 5 பல்
எண்ணை - 3 டேபிள் ஸ்பூன்
இஞ்சி 1/4
மல்லித்தழை - 1/2 கட்டு

செய்முறை :

- 1 அரிசியைக் கழுவி 10 நிமிடம் ஊறவைக்கவும்
- 2 வெங்காயம், மிளகாயை நீளமாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.
- 3 தேங்காய் பால் பிழிந்து கொள்ளவும்
- 4 ஒரு ஆரஞ்சு பழத்தை உறித்து முத்தாக எடுத்து கொள்ளவும்.
- 5 மற்ற இரண்டு ஆரஞ்சுகளை சாறு எடுத்து கொள்ளவும்
- 6 இஞ்சி பூண்டு நைத்துக் கொள்ளவும்
- 7 குக்கரில் எண்ணை விட்டு வெங்காயம், வெள்ளிப் பூண்டு,இஞ்சி, மிளகாய் இவைகளை வதக்கவும், சேர்த்து ஏலக்காய் சேர்க்கவும், அரிசியைச் சேர்க்கவும். அரிசியைச் சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும்.
- 8 ஆரஞ்சு சாறு, தேங்காய் பால் இவைகளுடன் இரண்டு டம்ளர் அளவு வரும் வரை தண்ணீர் சேர்க்கவும். இதை கொதிக்க வைத்து அரிசியில் ஊற்றி வேண்டிய அளவு உப்பு கலர் சேர்த்து 10 நிமிடம் குக்கரில் வைக்கவும்.
- 9 வெந்த பிறகு வறுத்த முந்திரிப் பருப்பு, ஆரஞ்சு முத்து, பச்சை திராட்சை மல்லித்தழை சேர்க்கவும்.

நலன் எனப்படுவது ஒழுக்கம்

2.இடியப்பன் புலவ

இடியப்பம் மாவு - 2 உழுக்கு
அரைக்க வேண்டியவை :
பச்சைமிளகாய் 10
இஞ்சி 1 துண்டு
பூண்டு 1/2 பல்லு

செய்முறை :

- 1 இடியப்பனை அவித்து பச்சைத் தண்ணீரில் நனைத்து பிழிந்து எடுக்கவும்
- 2 இருப்புச்சட்டியில் எண்ணையை ஊற்றி கிராம்பு 2, ஏலக்காய்2. தாளித்து பெரிய வெங்காயம் 4. போட்டு வதக்கி தக்காளி 3 போட்டு வதக்கியதும் அரைத்து மசாலையைப் போட்டு வதக்கி 1 கட்டு மல்லி நைசாக நறுக்கி போடவும். வெந்த பிறகு 1 எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்து 1/2ஸ்பூன் தயிர் ஊற்றி மஞ்சள் தூள் போட்டு டம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி உப்பு போட்டு வதக்கி வெந்தவுடன் இடியப்பனை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக போட்டு கிளறவும்

பொறாமை உள்ளத்தை உருக்குகிறது
பொறுமை உள்ளத்தை உருவாக்குகிறது

3.சீஸ் கட்டுவது

தேவையான பொருட்கள்:

வெள்ளை ரவை - 1 டம்ளர்
சீஸ் - வக்யூப் (காரட் சீவுவதில்
சீவிவைக்கவும்
நெய் - 50 கிராம்
ப.மிளகாய் 3 நைஸாக நறுக்கவும்
மிளகாய் தூள் - 1 ஸ்பூன்
சி.வெங்காளம் 20 நைஸாக நறுக்கவும்

செய்முறை :

- 1 இருப்பு சட்டியில் கொஞ்சம் நெய் ஊற்றி வெங்காயம் பச்சை மிளகாய் வதக்கவும், பிறகு பாலைக் காய்ச்சி அதில் ஊற்றவும், டம்ளர் தண்ணீரும் ஊற்றவும் வெந்ததும் மிளகாய் தூள், உப்பு போட்டு மீதி நெய்யை ஊற்றி சட்டியில் ஒட்டாமல் கிண்டவும், பிறகு இறக்கிவைத்து 10 நிமிட ஆற வைத்து சீஸை போட்டுமல்லித் தழையைநைஸாக நறுக்கிப் போட்டு கிண்டவும். பிறகு ஈரத் துணியில் இந்தக் கலவையை வைத்து அல்லது 5 மணி நேரம் செட் ஆக விடவும் பிறகு கட்டுவது உருட்டி கார்ன் .பிளவரை கடைத்து அதில் நனைத்து ரஸ்க்கில் பிரட்டி எடுக்கவும் பிறகு எண்ணெயில் பொறியவிட்டு எடுக்கவும்

தீமையோடு போராடுவது நாம் முன்னேற்றம்
அடைவதற்கு உற்ற வழியாகும்

4.வெந்தயக்கீரை சப்பாத்தி

கோதுமை மாவு - 2 உழுக்கு
வெந்தய கீரை- 1 கட்டு ,தயிர்- 1/2 கப்
எண்ணை - 4 டேபிள் ஸ்பூன், ப.மிளகாய் 5
ஜூனி-1/2 டேபிள் ஸ்பூன் , மிளகாய் தூள்,உப்பு-
தேவையான அளவு

செய்முறை :

- 1 கீரையை நறுக்கி சிறிது உப்புப் போட்டு சிறிது நேரம் வைக்கவும். பின்னர் பிழிந்து எடுக்கவும்.
- 2 தயிரில் ஜீனி, உப்பு எண்ணை, மஞ்சள் பொடி,பச்சை மிளகாய் அரைத்து எல்லாவற்றையும் கலந்து சிறிது நேரம் வைக்கவும்.
- 3 மாவில் எல்லாவற்றையும் கலந்து கீரையையும் சேர்த்து நன்றாகப் பிசைந்து ஒருமணி நேரம் கழித்து சப்பாத்தி போடவும்.

5.வெஜிடபிள் கீமா பரோட்டி

- 1 மைதா மாவில் கொஞ்சம் தயிர் ஊற்றி பிசைந்து பூரிகளாகப் போட்டு நைஸாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.
- 2 இங்லீஷ் காய்கறிகளை நைஸாக நறுக்கி அரை அவிவலாக அவித்துக் கொள்ளவும்.
- 3 எண்ணெயைக் காயவைத்து பட்டை, கிராம்பு தாளித்து பூண்டு, இஞ்சி சேர்க்கவும். நைஸாக நறுக்கிய பெரு வெங்காயம் பச்சைமிளகாய், உப்பு, மஞ்சள் தூள், இவைகளைச் சேர்த்து வதக்கி அவிய வைத்த இங்லீஷ் காய்கறிகளையும் சேர்த்துக் கிண்டவும்
- 4 நறுக்கி வைத்த பூரியையும் சேர்த்து சுருளக் கிண்டவும்

மனதை வென்றவன் முனிவன் ஆகிறான்

6.சேனைக் கிழங்கு கட்டுவல்

தேவையான பொருட்கள் :

சேனைக்கிழங்கு - 500 கிராம்
பெரிய வெங்காயம் - 4-5
பச்சை மிளகாய் - 6 (அரைக்கவும்)
பூண்டு இஞ்சி விழுது - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
உருளை கிழங்கு - 2 (அவித்து மசித்தது)
மிளகாய் தூள் - 1 டீஸ்பூன்
கொத்தமல்லி - கொஞ்சம்
எலுமிச்சம்பழம் - 1
உப்பு, மல்லி தழை , எண்ணெய்

செய்முறை:

- 1 சேனைக்கிழங்கை தோல் சீவி காரட் சீவுவதில் சீவும், நன்றாக கழுவி பிழிந்து எடுக்கவும்.
- 2 கொஞ்சம் எண்ணெய் காய வைத்து அரைத்த விழுதை போட்டு நைஸாக நறுக்கி வெங்காயம் போட்டு வதக்கவும்
- 3 பின் மிளகாய்த் தூள் சேர்க்கவும்
- 4 சேனை கிழங்கு சேர்த்து வெந்த பிறகு உப்பு, எலுமிச்சம் பழம், மல்லித் தழை, உருளைக் கிழங்கு சேர்த்து உருண்டைகளாக உருட்டி கடலை மாவில் நனைத்து ரஸ்கில் பிரட்டி எண்ணெயில் பொறித்து எடுக்கவும்.

செயல்கள் அனைத்தின் வாயிலாகவும் வாழ்வை இனியதாக்குக.

8. முருங்கக்காய் கட்டுவல்

முருங்கக்காய் - 20
உருளைக் கிழங்கு - 500 கிராம்
பூண்டு இஞ்சி, மஞ்சள் தூள் பச்சமிளகாய்

செய்முறை :

- 1 முருங்கக்காய், ஆவியில் அவித்து சதையை எடுத்துக் கொள்ளவும் முத்திய விதையாக இருந்தால் எடுத்து விடவும்..
- 2 பூண்டு, இஞ்சி, பச்சமிளகாய் அரைத்துக் கொள்ளவும்
- 3 உருளைக்கிழங்கை அவித்து மசித்துக் கொள்ளவும், முருங்கக்காய், பூண்டு அரைத்து இவைகளை சேர்த்து பிசைந்து கொள்ளவும் உருண்டைகளாக உருட்டி கடலை மாவில் நனைத்து ரஸ்க் தூளில் பிரட்டி, தட்டி எண்ணெயில் வேக வைக்கவும்

பிராத்தனை புதுவிதமானது: அதனினும் புனிதமானது பிறர்க்கு பணிவிடை செய்வது

7. பன்னீர் டிக்கா

தேவையான பொருட்கள் :

பால் - 3 லிட்டர்
புளிப்பில்லாத தயிர் - 500 மில்லி

பன்னீர் செய்யும் முறை :

பால் கொதித்தவுடன் தயிரில் ஊற்றவும் பால் திரிந்தவுடன் துணியில் கட்டிபிழிந்து அதன் மேல் ஒரு 'வெயிட்' வைக்கவும் ஒரு மணி நேரம் கழித்து துண்டுகளாக நறுக்கவும்.

இஞ்சி, பூண்டு, பச்சை மிளகாய் 5, இவைகளை சேர்த்து அரைக்கவும்.

அமுல் வெண்ணெய் - 50 கிராம்

சிகப்பு கலர் கொஞ்சம்

தனி மிளகாய் தூள் 1 டீ ஸ்பூன்

கான் பிளவர் 2 டீ ஸ்பூன்

செய்முறை :

- 1 மேற் சொன்ன இப்பொருள்களை ஒன்றாக சேர்த்து அத்துடன் பன்னீர் துண்டுகளைப் போட்டு 3 மணி நேரம் நன்றாக ஊறவிடவும்.
- 2 ஒரு டீ ஸ்பூன் எண்ணெய் ஊற்றி நான்கு துண்டுகளாக போட்டு மிதமான தீயில்பொறிக்கவும்.

எங்கு சுயநலப்பற்று இருக்கிறதோ அங்கு பயமும் சேர்ந்தே இருக்கிறது

9. பப்பாளி கோளா உருண்டை குருமா

பப்பாளி காய் - 1
பெரிய வெங்காளம் - 2
பச்சமிளகாய் - 2
இஞ்சி, உப்பு, கடலை மாவு கொஞ்சம்

செய்முறை :

- 1 பப்பாளி காயை காரட் சீவுவதில் சீவி தண்ணீர் இல்லாமல் பிழிந்து எடுக்கவும்
- 2 வெங்காயம் பச்சமிளகாய் இஞ்சி இவைகளை நைசாக நறுக்கி பப்பாளியுடன் சேர்க்கவும்.
- 3 இவைகளை ஒன்றாய் சேர்த்து உருட்டுவதற்கு வேண்டிய அளவு கடலைமாவு சேர்ந்து உருட்டவும்
- 4 எண்ணெயில் பொறித்து எடுத்து குருமாவில் சோக்கவும்

குறிப்பு: பிழிந்து எடுத்து பப்பாளிக் காயை கடுகு, உளுந்து, பருப்பு, வர மிளகாய் போட்டு தாளித்து கறியாகவும் உபயோகிக்கலாம்.

நீ அவசரப்படுவதற்கு ஏற்ப உன் அலுவல்களை அரை குறையாக ஆற்றுகிறாய்

10.பலாக்காய் கோளா உருண்டை

பலாக்காய் - 1
சி.வெங்காயம் - 10
பூண்டு சிறியது - 1
பட்டை - 1
கிராம்பு - 1
தேங்காய் மூடி - 1
உ.பருப்பு - 50 கிராம்
மிளகாய் பொடி - 3 டீஸ்பூன்
மல்லி பொடி - 1½ டீஸ்பூன்
மஞ்சள் தூள் - சிறிது
உப்பு
மல்லிதழை
கருவேப்பிலை

செய்முறை :

- 1 பிலாக்காயை சிறு துண்டுகளாய் நறுக்கி அவித்துக் கொள்ளவும்.
- 2 கடலைப் பருப்பை பொன் நிறமாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.
- 3 வெங்காளம், பூண்டை நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.
- 4 தேங்காய் திருகிக் கொள்ளவும்.
- 5 வெங்காயம், பூண்டு தேங்காய் பூ இவைகளை சிறிகளவு எண்ணை விட்டு வதக்கிக் கொள்ளவும்.
- 6 எல்லாவற்றையும் சிறிது பெருவருக்கையாக அரைத்து நறுக்கிய மல்லித்தழை கருவேப்பிலையை சேர்த்து உருட்டி எண்ணையில் வேகவைக்கவும்

பிறர்க்கு நன்மை செய்கிறவன்
எல்லா சூழ்நிலைகளிலும் இன்புற்றிருக்கிறான்

11 சேப்பங்கிழங்கு ரோஸ்ட்

- 1 சேப்பங்கிழங்கை ஆவியல் வேகவைத்து தோலை உரித்துக் கொள்ளவும்.
- 2 நீளவாக்கில் வெட்டிக் கொள்ளவும்
- 3 வெட்டிய துண்டுகளை சிவக்க வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- 4 உப்பு, மிளகாய் தூள் சேர்த்து மறுபடியும் ஒரு ஸ்பூன் எண்ணையில் வதக்கி முறுமுறுப்பாக வந்ததும் இறக்கவும்.

குறிப்பு : - வெட்டிய துண்டுகளில், சிறிது கடலை மாவு, அரிசி மாவு, மிளகாய் பொடி, உப்பு சேர்த்து, வறுத்தும் எடுக்கலாம்.

12. ஸ்டப்பூ காப்சிகம்

- 1 காலிப்ளவர், காரட், பட்டாணி, பீன்ஸ் இவைகளை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி அரை அவியலாக அவித்து மசாலை சேர்த்து உருளைக்கிழங்குடன் கடலெட்டுக்கு பிசைவது போல் பிசைத்து கொள்ளவும்..
- 2 காப்சிகம் காம்பு நறுக்கி, இரண்டாக குறுக்கு வசத்தில் நறுக்கி கொள்ளவும் இதில் காய்கறி பிசைந்ததை வைக்கவும்.
- 3 கடலைமாவு லேசாக சேர்ந்து கரைத்துக் கொள்ளவும். இதில் நனைத்து ரொட்டி க்ரம்ப்ஸ் தொட்டு எந்தலை இருப்புக்கட்டியில் லேசாக எண்ணை ஊற்றி நீ குறைவாக எரித்து நன்றாக சூடு செய்யவும், அல்லது OVEN லும் 15/20 நிமிடம் வைக்கலாம்.

மெய்பொருள் ஒன்று அது படைத்துள்ள
நாம ரூபங்கள் பல

17. புளி இஞ்சி (கேரளா)

இஞ்சி - 500 கிராம்

புளி - 250 கிராம்

ந.எண்ணெய் - 200 கிராம்

பச்சமிளகாய் தூள் - 50 கிராம்

வெல்லம் - 100 கிராம்

செய்முறை :

- 1 புளியை தண்ணியாக கரைத்துக்கொண்டு உப்பு, மிளகாய்தூள் சேர்த்து கெட்டியாகும் வரை கொதிக்கவிடவும்.
- 2 பச்சமிளகாயை நைசாக நறுக்கி வெல்லமும் சேர்த்து கொதிக்கவிடவும்.
- 3 இஞ்சியை நைசாக நறுக்கிக் கொள்ளவும் எண்ணெய்யில் நன்றாக மொறு மொறு என்று வரும்வரை வறுக்கவும்.
- 4 கெட்டியான புளித்தண்ணீரில் வருத்த இஞ்சியைப் போட்டு கொதிக்கவிடவும்.
- 5 தேங்காய் எண்ணெயில் கடுகு, கருவேப்பிலை வரமிளகாய் தாளித்துக்கொட்டவும்.

18 தக்காளி டால்

துவரம்பருப்பு - 1/4உழக்கு

வெங்காயம் பெரிது - 1

தக்காளிப்பழம் - 2

பச்சமிளகாய் - 2

கடுகு - 1/4 ஸ்பூன்

உழுத்தம்பருப்பு - 1/4 ஸ்பூன்

பெருங்காயம் - 1 துண்டு

உப்பு

செய்முறை :

- 1 துவரம் பருப்பை சிறிது மஞ்சள் தூள் போட்டு நன்றாக வேக வைக்கவும்.
- 2 வெங்காயத்தை நறுக்கி வதக்கி கொள்ளவும் நறுக்கிய தக்காளியையும் சேர்த்துக்கொள்ளவும் பின் வேக வைத்த பருப்பை சேர்த்து வேண்டிய அளவு கரண்டியால் மசிக்கவும். பின் தாளிக்கவும்

தன்மனதை அலசி ஆராய்ந்து பார்க்கத் தெரிந்து கொண்டவனே விவேகி

19. பன்னீர் பட்டாணி மசாலா

பன்னீர் - 2 லிட்டர் பாலில் முறித்தது

உருளைக்கிழங்கு - 3

பச்சசைப் பட்டாணி - 1 கப்

பெ. வெங்காயம் - 6

தக்காளி - 6

பூண்டு - 6 பல்லு விழுது

இஞ்சி - 1 இஞ்சு விழுது

மல்லித்தழை

மிளகாய்த்தூள்

கரம்மசாலா

செய்முறை :

- 1 பன்னீரை சிறுதுண்டுகளாக நறுக்கி பூண்டு இஞ்சி விழுது, உப்பு, மிளகாய்த்தூள் கொஞ்சம் எண்ணை சேர்த்து பன்னீரில் சேர்த்து 2 மணி நேரம் ஊரவைக்கவும், பின் மிதமான தீயில் எண்ணையில் பொன்னிறமாக பொறித்து எடுக்கவும்.
- 2 எண்ணையைக் காயவைத்து பூண்டு இஞ்சி விழுதைப்போட்டு நறுக்கிய வெங்காயத்தை போட்டு நன்றாக ப்ரவுன்கலர் வரும் வரை வதக்கவும்.
- 3 மிளகாய்த்தூள், கரம்மசாலாவை சேர்த்து தக்காளியும் போட்டு வதக்கவும்.
- 4 எண்ணை கக்கிவரும் பொழுது நறுக்கிய உருளைக் கிழங்கு, பட்டாணி, உப்பு போட்டு தண்ணீர் கொஞ்சம் சேர்த்து குக்கரில் வேகவைக்கவும்.
- 5 பின்னர் வறுத்து எடுத்த பன்னீரை சேர்த்து ஒருகொதி கொதிக்கவிடவும், மல்லித்தழை போட்டு இறக்கவும். சப்பாத்திக்கு சுவையாக இருக்கும், பன்னீர் இல்லாமலும் செய்யலாம்.

ஏற்பவன் ஏழை, வழங்குபவன் வள்ளல்

20.பன்னீர் பான்கேக்

- 1.மைதா 100 கிராம்
பால் 300 மில்லி
முட்டை - 1 அல்லது 3 டேபிள் ஸ்பூன் நெய்
இவைகளை நன்றாகக் கலந்து 20 நிமிடம் வைக்கவும், பின் தோசைகளாக ஊத்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.
2. பன்னீர் - 300 கிராம் உதிர்த்தது
பெருவெங்காயம் - 1 நறுக்கியது
பச்சமிளகாய் - 3 நைசாக நறுக்கியது
மிளகாய்தூள் - 1 டீஸ்பூன்
உப்பு
வெங்காயம், பச்சமிளகாயை நெய்யில் வதக்கவும்
மிளகாய்தூள் உப்பு பன்னீர் சேர்த்து உடனே அடுப்பை நிறுத்தவும் நன்றாகக்கிண்டவும்.
3. தக்காளி - 900 கிராம்
மிளகாய்தூள் - 1 டீஸ்பூன்
ஜீனி - 4 டீஸ்பூன்
டொமாட்டோசாஸ்- 2 டேபிள் ஸ்பூன்
தக்காளியை ஒரு டம்ளர் தண்ணீரில் வேக வைத்து
மிக்சியில் அடித்து வடிகட்டிக்கொள்ளவும்.
மிளகாய்தூள் ஜீனி டொமாட்டோசாஸ் இவைகளை
சேர்த்து கொதிக்க விடவும்.

4. பேக்கிங் டிரேயில் நெய் தடவிக் கொள்ளவும் .
செய்து வைத்திருக்கும் சாஸ்
அதன் மேல் தோசை
அதன் மேல் பன்னீர்கலவை
இவ்வாறாக மாறி மாறி வைக்கவும். கடைசியாக
தோசைவைத்து சாஸ் ஊற்றவும். அதன் மேல் 4
டேபிள் ஸ்பூன் சீவிய Cheese போட்டு OVENல்
450°F-10 அல்லது 15 நிமிடம் வைக்கவும்.

23.சீஸ் டோஸ்ட் (Cheese Toast)

- ப்ரட் ஸ்லைஸ்
சீஸ்
பெருவெங்காயம்
பச்சமிளகாய்
மல்லித்தழை
ப்ரட் ஸலைசை இரண்டாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்
நறுக்கிய வெங்காயம் பச்சை மிளகாயை தூவவும்
அதன் மேல் Cheese வைக்கவும். மல்லித்தழையை
நைசாக நறுக்கி வேண்டுமானால் தூவலாம்.
OVENல் 15/20 நிமிடம் வைக்கவும்.

மேலாண எண்ணத்தை எண்ணுவது
தெய்வ வழிபாட்டுக்கு நிகர்

21.காப்சிகம் பன்னீர் மசாலா

- காப்சிகம் - 500 கிராம்
பன்னீர் - 250 கிராம்
- 1 பன்னீரை துண்டுகளாக வெட்டி
லேசாக வறுத்து எடுத்துக்
கொள்ளவும்.
- 2 காப்சிகத்தை பன்னீர் துண்டுகள்
தோதுக்கு நறுக்கிக் கொள்ளவும்.
- 3 பெருவெங்காயம் தக்காளி
இவைகளை வதக்கி பூண்டு இஞ்சி
உப்பு சேர்க்கவும், பன்னீர், காப்சிகம்
இரண்டையும் போட்டு கிண்டி
பச்சைக்கலராக இருக்கும் பொழுது
எடுக்கவும், அதிகம் வெந்தால்
பச்சைக் கலர் மாறிவிடும்.
பன்னீருக்கு பதில் அவித்த உருளை
கிழங்கையும் உபயோகப்படுத்தலாம்.

22.மக்ரோணி பேக்

- மெக்ரோணி - 1 பாக்கெட்
பெருவெங்காயம் - 2 நறுக்கியது
பச்சைமிளகாய் - 6 நறுக்கியது
தக்காளி பெரிது - 2 நறுக்கியது
பூண்டு இஞ்சி விழுது
Cheese - 6 Cube
பால் - 400 மில்லி
மைதா - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
மல்லித் தழை உப்பு மிளகுத்தூள்

செய்முறை :

- 1 மக்ரோணியை அவித்து இருத்துக்
கொள்ளவும்.
- 2 எண்ணெயை காய வைத்து
வெங்காயம் பச்சைமியகாய் பூண்டு
இஞ்சி விழுது இவைகளை வதக்கி
தக்காளி சேர்த்து வதக்கவும்.
- 3 நறுக்கிய Cheese துண்டு, மைதாமாவு
சேர்த்து பாலை ஊற்றி Cheese
உருகும் வரை கொதிக்க விடவும்.
- 4 உப்பு, மிளகுத்தூள் மக்ரோணி
இவைகளையும் சேர்த்து மல்லித்தழை
போட்டு இறக்கவும்.
- 5 OVEN ட்ரேயில் நெய் கொஞ்சம்
தடவி தயார் செய்துள்ள
மெக்ரோணியை போட்டு மேலே
ப்ரட்க்ரம்ஸ் தூவி 15/20 நிமிடம்
OVENல் வைக்கவும்.

உனக்கு ஒத்துக் கொள்ளும் உணவை நீயே
அறிகிறாய், உனக்கு உகந்த மார்க்கத்தையும்
நீயே தேர்ந்தெடு

24 பால் பாயாசம்

பால் - 10 லிட்டர் (100 பேருக்கு)

பச்சரிசி

பால்பின் - 1

ஜீனி - , ஜாதிக்காய் - 1

ஏலக்காய் - 10 கிராம்

குங்குமப்பூ - 1 கிராம்

செய்முறை :

- 1 பாலைக் காய்ச்சவும், குடுவரும் பொழுது பச்சரிசியைப் போடவும். அரிசி நன்றாக வேகும்வரை காய்ச்சவும்
- 2 பால் பின் உடைத்து ஊற்றவும் வேண்டிய அளவு ஜீனி சேர்க்கவும்
- 3 பொடி செய்த ஏலக்காய், ஜாதிக்காய் சேர்த்து பின்னர் குங்குமப்பூ சேர்க்கவும், நன்றாக கலக்கி மூடி தணலில் வைக்கவும். அரிசி நன்றாக மலர்ந்து விடும்.

25.பாதாம் பழப்பாயாசம்

பால் - 20 லிட்டர்

பாதாம்பருப்பு - 1¼ KG

Condensed Milk - 3 Tin

Pista - 2 கிராம்

ஜீனி - 2 கிலோ

பழபின் பெரியது - 400 கிராம்

Pine Apple - 3, Pears - 2, Penches - 1,

Cherry - 2, குங்குமப்பூ - 2 கிராம்

ஜாதிக்காய் - 1 ,ஏலக்காய் - 20 கிராம்

KTR பன்னீர்

செய்முறை :

- 1 பாதாம் பருப்பை வெண்ணீரில் ஊர வைத்து தோலை உரித்து அரைக்கவும்
- 2 Condensed Milk கில் 10 லிட்டர் தண்ணீர் சேர்த்து பாதாம் அரைத்ததை சேர்த்து காய்ச்சவும் நன்கு ஆரவைக்கவும்.
- 3 பாலைக்காய்ச்சி, ஜாதிக்காய் ஏலக்காய் பொடி குங்குமப்பூ சேர்த்து இறக்கி ஆரவைத்து பாதாமுடன் சேர்க்கவும்
- 4 சிறிதாக நறுக்கி பழத்துண்டு களையும், பிஸ்தாவை சிறிதாக நறுக்கி நெய்யில் அரைப்பதமாக வறுத்து எடுத்து இவைகளையும் சேர்க்கவும்.
- 5 100 மில்லி KTR பன்னீர் சேர்க்கவும்
- 6 ஐஸ் பாக்கில் வைக்கவும்

மன்னிப்பது வீரனுடைய அணிகலன்

26 சேமியா பாயாசம்

True Vermicill - 300 கிராம்

பால் - 1½ லிட்டர்

பால்பின் - 1

கிஸ்மிஸ் - 50 கிராம்ஸ்

முந்திரிப் பருப்பு - 25 கிராம்ஸ்

குங்குமப்பூ, ஏலக்காய் , ஜீனி

செய்முறை :

- 1 சிறிது நெய்ஊற்றி குறைந்த தீயில் சேமியாவை வெதுப்பிக் கொள்ளவும்
- 2 பாலில் சிறிது குங்குமப்பூ போட்டு விடவும்
- 3 வெந்தவுடன் மில்க்மெய்ட் பாலில் 4 டம்ளர் தண்ணீர் கலந்து சேர்த்து கொதிக்க விடவும்
- 4 தேவையான அளவு ஜீனி, ஏலக்காய் சேர்த்துக் கொள்ளவும்
- 5 கிஸ்மிஸ் பழத்தை நெய்யில் நன்றாக வறுத்துக் கொள்ளவும், முந்திரிப் பருப்பையும் வெதுப்பி பாயாசத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

27.ரிச்சரிச்

பால் - 1 லிட்டர்

பால்பின் - 1

கஸ்ட்டு பவுடர் - 1 டீஸ்பூன்

ஜவ்வரிசி - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

பழபின் - 1 சிறிது

சிகப்பு கலர் ஜெல்லி - 1 பாக்கெட்

பிஸ்தாப் பருப்பு - 25 கிராம்

பாதாம் பருப்பு - 25 கிராம்

செய்முறை :

- 1 பால் காய்ந்த பிறகு கழுவி ய ஜவ்வரிசையைப் போட்டு வேக விடவும். வெந்தவுடன் பால்பின் சேர்க்கவும், கொதிக்க விடவும்.
- 2 கஸ்ட்டு பவுடரை பாலில் கரைத்து இதில் சேர்க்கவும், கொதித்த பின் இறக்கி ஆரவைக்கவும்.
- 3 பழத்தை சிறுதுண்டுகளாக நறுக்கி சேர்த்து ஐஸ் பெட்டியில் வைக்கவும்.
- 4 ஜெல்லி தனியாக உறைய வைக்கவும்
- 5 பாயாசத்தை கப்பில் எடுத்து, ஜெல்லி ஒரு கரண்டி போட்டு சீவிய பாதாம், பிஸ்தா கொஞ்சம் தூவவும்..

பரத்தைச் சார்ந்திருப்பனுக்கு பயமில்லை

28.பிஸ்கட் புட்டிங்

Milk Biky - 2 பாக்கெட்
வெண்ணைய் - 100 கிராம்
பொடித்த ஜீனி - 225 கிராம்
ப்ரூ தூள் - 1 டீஸ்பூன்
Redcherry, Walnut or முந்திரிப் பருப்பு

செய்முறை :

- 1 வெண்ணையும், ஜீனியும் நன்றாக மிக்ஸ் செய்யவும்.
- 2 ப்ரூதூளை 1 டம்ளரில் வெண்ணீரில் கலக்கவும்.
- 3 பிஸ்கட்டை ப்ரூதண்ணீரில் நனைத்து ஒருட்ரேயில் பரப்பவும். அதன் மேல் வெண்ணைய் ஜீனி கலவையைத் தடவவும், இது போல் மாறி மாறி வைக்கவும்.
- 4 நறுக்கிய Cherry, Walnut அவை களைத் தூவி Freezerல் வைக்கவும்

31.சந்தா

மாங்காய் - 2
ஜீனி
மிளகாய்பொடி - 1/4 ஸ்பூன்
ஏலக்காய் அல்லது ஜீரகம் 1/4 ஸ்பூன்

செய்முறை :

- 1 மாங்காயை தோல்சீவி, காரட் சீவுவதில் சீவி வைத்துக் கொள்ளவும், லேசாக உப்பு சேர்த்து நன்கு பிழிந்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- 2 மாங்காய் அளவு ஜீனி சேர்த்து ஓர் இரவு முழுதும் ஊரவைக்கவும்.
- 3 மறுநாள் பேசினில் போட்டு, துணியால் மூடி வெய்யிலில் வைக்கவும், ஒரு வாரம் கிளரிவிட்டு வைக்க வேண்டும்.
- 4 மிளகாய்பொடி, ஏலக்காய் அல்லது ஜீரகப் பொடி சேர்க்கவும் குறிப்பு : - வெய்யிலில் வைப்பதற்கு பதில் இருப்பு சட்டியில் வதக்கியும் செய்யலாம்.

குறிக்கோள் இல்லாத வாழ்வு நங்கூரம்
இல்லாத கப்பலுக்கு நிகர்

29.சீத்தாப்பழம் ஐஸ்க்ரீம்

பால்டின் - 1
கொதித்த பால் - 1டின் அளவு
சீத்தாப் பழம் விதைகள்
எடுத்து சதையாக 1 முதல் 1/2 டின் அளவு

செய்முறை :

- 1 சூடான பாலையும் Condensed Milkயும் நன்றாக கலக்கிக் கொள்ளவும்.
- 2 ஆறியவுடன் சீத்தாப் பழ சதையைப் போட்டு Freezerல் வைக்கவும்

30.வெங்காய் ஊறுகாய்

சின்ன வெங்காயம் - 1 கிலோ
பூண்டு - 100 கிராம்
உப்பு - 150 கிராம்
மிளகாய் தூள் - 50 கிராம்
புளி - 200 கிராம்
மஞ்சள் தூள் - 10 கிராம்
ந..எண்ணெய் - 50 கிராம்
வினிகர் - 20 மில்லி
சோடியம் பென் சோயட் - 1 துளி
கடுகு - 10 கிராம் (5+5)
ஜீரகம் - 10 கிராம்
வெந்தயம் - 5 கிராம்
பெருங்காயம் - 10 கிராம்

செய்முறை :

- 1 வெங்காயத்தை உரித்து நைசாக நீளமாக நறுக்கவும்.
- 2 பூண்டை உரித்து நைக்கவும்
- 3 5 கிராம் கடுகு, ஜீரகம், வெந்தயம், பெருங்காயம் எல்லா தனித்தனியாக வெதுப்பிபொடி செய்யவும்
- 4 எண்ணெய் காயவைத்து 5 கிராம் கடுகை போட்டு வெடித்தபின் பூண்டு, வெங்காயம் இவைகளைப் போடவும். நன்றாக சுருண்டுவந்ததும், மஞ்சள் தூள் உப்பு,கெட்டியாக கரைத்து புளி சேர்த்து 10-15 நிமிடம் கொதிக்க விடவும்.
- 5 எண்ணெய் கக்கி வரும் பொழுது வறுத்தபொடி சேர்க்கவும்.
- 6 கடைசியாக வினிகர் சோடியம் பென்சோயட் சேர்த்து இறக்கி வைக்கவும்

ஏழைக்கு இரங்காது இறைவழியாடடில்
ஈடுபடுபவன் போலிபக்தனாகிறான்

32.நெல்லிக்காய் ஜூஸ்

முற்றிய பெரிய நெல்லிக்காய் - 1 கிலோ
ஜீனி - 500 கிராம்

செய்முறை :

- 1 நெல்லிக்காயை கழுவித்துடைத்து எவர் சில்வர் கத்தியால் இரண்டு மூன்று இடங்களில் கீரவும்.
- 2 ஒரு ஜாடியில் நெல்லிக்காய், ஜீனி, நெல்லிக்காய், ஜீனி என்று மாற்றி மாற்றி போட்டு ஜாடியில் துணியைக் கட்டி வெயிலில் 20 நாட்களுக்கு வைக்கவும்.
- 3 வேறுபாட்டிலுக்கு மாற்றிக் கொள்ளவும், குடிப்பதற்கு வேண்டும் பொழுது தண்ணீர் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

33. இளநீர்

இளநீர் - 2

எலுமிச்சம்பழம் , ஜீனி

- 1 இளநீர் தண்ணியில் வழுவை மட்டையால் வழித்துப் போடவும். மிதப்பதற்கு உள்ள பகுதிதான் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- 2 இரண்டு சொட்டு எலுமிச்சம்பழம், 1 ஸ்பூன், ஜீனி சேர்த்து கலக்கி ஜஸ் பெட்டியில் வைக்கவும். குறிப்பு : - வழுவழிப்பதற்கு ஸ்பூன் உயோகித்தால் ஒட்டில் உள்ள தோல் வராமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

35.நெய் சாதம் (Gee Rise)

அரிசி - 500 கிராம்

தேங்காய் - 1 , காரட் - 1

முந்திரி பருப்பு - 15 , பூண்டு - 10 பல்லு

பெ.வெங்காயம் - 3 , கிராம்பு- 6

செய்முறை :

- 1 குக்கரில் நெய்யும், O.K ஆயிலும், சம அளவு ஊற்றி கிராம்பு, ஏலக்காய், பட்டை,இலை, முந்திரி பருப்பு, பூண்டு நறுக்கிய வெங்காயம் இவைகளைப் போட்டு வதக்கவும்.
- 2 அரிசியைக் கொட்டி வெதுப்பி, தேங்காய்பால் 4 டம்ளர் ஊற்றி வேண்டிய அளவுஉப்பு சேர்க்கவும் குக்கரை மூடவும், சத்தம் வந்ததும் 10 நிமிடம் சிம்மில் வைத்து இறக்கவும்
- 4 பிளேட்டில் எடுப்பதற்கு முன் பெ.வெங்காயம் நறுக்கி வைத்ததை கொஞ்சம் தூவவும்.

34.மட்டன் பிரியானி (திண்டுக்கல்)

தேவையான பொருட்கள் :

பிரியானி அரிசி - 1 கிலோ

மட்டன் - 3/4 கிலோ

நெய் (or) ரிபெனட் ஆயில் 200 கிராம்

வர மிளகாய் - 7, பச்சை மிளகாய் - 10

கசகசா 3 டீஸ்பூன், இஞ்சி - 50 கிராம்

பட்டை - 10 கிராம் , பொதினா - 1 கட்டு

மல்லி கொஞ்சம்

சி. வெங்காயம் - 200 கிராம்

பூண்டு - 10

தேங்காய் - 1

எலுமிச்சம்பழம் - 1

செய்முறை :

- 1 மிளகாய், கசகசா, இஞ்சி பட்டை இவற்றை அரைத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும், வெங்காயம் பூண்டு(நைத்து) எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- 2 அடுப்பில் குக்கரை வைத்து நெய் ஊற்றி பொதினா மல்லி இவற்றை போட்டு வதக்கவும். வதக்கியதும் வெங்காயம்,பூண்டு இவற்றை போட்டு வதக்கி அத்துடன் அரைத்து மசாலாவையும் போட்டு கறியை அத்துடன் போட்டு வதக்கி 2 டம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி கறிக்குத் தேவையான அளவு உப்புபோட்டு பத்து நிமிடம் வைக்க வேண்டும்
- 3 கரி அடுப்பில் வாய் அகன்ற சட்டியை வைத்து அதில் தேங்காய் பால் 7 டம்ளர் ஊற்றி கொதித்ததும் அரிசியை போட்டு கறி வெந்ததையும் போட்டு தேவையான அளவு உப்பு போட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாறு ஊற்றி மூடி வைக்க வேண்டும்.
- 4 10 நிமிட கழித்து கரி அடுப்பில் கீழ் இருக்கும் கரித்துண்டுகளை மூடி மேல் வைக்க வேண்டும் சாதம் வெந்ததும் இறக்க வேண்டும்.

காரியங்களை தள்ளிப்போடுவன், குறிப்பிட்ட நேரத்தில் செய்து முடிக்காதவன், மறதியுடையவன் வாழ்வில் வெற்றி பெறுவதில்லை

36.மட்டன் பிரியாணி (கேரளா)

கறி - 1 கிலோ
பெரிய வெங்காயம் - 1 கிலோ
இஞ்சி - 100 கிராம்
பூண்டு - 100 கிராம்
பச்சை மிளகாய் - 40
எலுமிச்சம் பழம் - 1 பழம்
தயிர் - 1 குழி கரண்டி
மல்லி தழை - ஒரு கையளவு
எண்ணெய் - 150 மில்லி
மஞ்சள் தூள், உப்பு தேவையான அளவு

செய்முறை :

- 1 கறியை நன்றாக கழுவுவும்.
- 2 பூண்டு, இஞ்சியை தனித்தனியாக அறைக்கவும்.
- 3 பச்சை மிளகாயை நைக்கவும்
- 4 எண்ணெயை காயவைத்து அரைத்த விழுதுகளை போட்டு பச்சை வாசனை போகும் வரை வதக்கவும்.
- 5 பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயத்தை நன்றாக வதக்கவும்
- 6 கறியையும், மஞ்சள்தூளையும் போட்டு கிளறவும்.
- 7 உப்பு, தயிர், மல்லித் தழை போட்டு கிளறவும். இதை குக்கரில் தண்ணீர் விடாமல் வேக விடவும்.
- 8 வெந்த பிறகு தண்ணீர் வற்றும் வரை நன்றாக கிண்டவும்
- 9 பிறகு எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்து இறக்கி வைக்கவும்.

சீரக சம்பா அரிசி - 4 உழுக்கு

பெரிய வெங்காயம் - 2

நெய் - 1/4 டம்ளர்

ஏலக்காய் - 4

கரம் மசாலா - 2

- 1 நெய் காயவைத்து ஏலக்காய் போட்டு நறுக்கிய வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும்.

- 2 கழுவி அரிசியை போட்டு பொரிபோல் வரும் வரை நன்றாக வறுத்து அதன் பிறகு ஆறு டம்ளர் வெந்நீர் ஊற்றி உப்பு போட்டு வேக விடவும்.

பிரியாணி தம் கட்டுவதற்கு

- 1 ஒரு அகண்ட பாத்திரத்தில் கறியை வைக்கவும் பிறகு வெந்த சாதத்தை ஒரு லேயர் போட்டு கரம் மசாலா கொஞ்சம் தூவி அடுத்து ஒரு லேயர் சாதம் போட்டு கரம் மசாலா தூவி-சாதம் உள்ள வரை இவ்வாறு லேயர் செய்யவும். முடிவைத்து தம் கட்டவும்

37.பிரைடு ரைஸ்

அரிசி - 1 உழுக்கு
பீன்ஸ் - 5 , காரட் - 2
பெ.வெங்காயம் - 4 பச்சை மிளகாய் - 3
ஏலக்காய் - 4
கிராம்பு - 5
பட்டை
அஜினே மோட்டோ
சோயா சாஸ்

செய்முறை :

- 1 அரிசியை 1 டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு குக்கரில் வேக வைக்கவும்
- 2 பிறகு தட்டில் சாதத்தைக் கொட்டி சிறிது நெய் ஊற்றி உதிர்த்து விடவும்
- 3 காய்கறிகளை நீளமாக நறுக்கி அரை வேக்காடாக வேக வைக்கவும். இறக்குவதற்கு முன் உப்பு சேர்க்கவும்.
- 4 சன்ட்ராப் ஆயில் ஊற்றி சோம்பு தாளித்து வெங்காயம் பச்சை மிளகாயை வதக்கி அவிய வைத்த காய்கறிகளையும் சேர்த்து வதக்கவும்.
- 5 ஏலக்காய் கிராம்பு பட்டை இவைகளை நுணுக்கிய தூளையும் அஜினே மோட்டோ 1 பிஞ்சு போட்டு வேண்டிய அளவு உப்பு சேர்த்து சாதத்தைக் கொட்டி கிண்டவும் 1 ஸ்பூன் சோயா சாஸ் ஊற்றி நன்றாக கிளறி இறக்கவும்

38.சிக்கன் மசாலா

கோழி கறி - 1 கிலோ

அரைக்க வேண்டியவை :

வெள்ளப் பூண்டு - 25 இ இஞ்சி - 3 இஞ்சி

சோம்பு - 1½ டீஸ்பூன்

மிளகாய் தூள் 6 டீஸ்பூன்

- 1 கோழியை தோல் எடுத்து கழுவி தயிர் ஊற்றி 10 நிமிடம் வைத்து பிறகு நன்கு கழுவி பிழிந்து எடுத்துக் கொண்டு அரைத்த மசாலா வினிகர்

1½ டீஸ்பூன் உப்பு, மஞ்சள் தூள் கலர் பவுடர் எல்லாம் போட்டு பிசைந்து 2 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும் பிறகு இருப்புச் சட்டியில் எண்ணெய் ஊற்றி உளுத்தம் பருப்பு, சோம்பு, பட்டை இலை போட்டு தாளித்து பெரிய வெங்காயம் 5, தக்காளி 3, போட்டு தாளித்து கோழியைக் கொட்டி கிண்டி வெந்ததும் மசாலா எண்ணெய் கக்கி வரவும் இறக்கவும், மல்லிதழை சேர்த்து கொள்ளலாம்.

39.சிக்கன் பிரியானி

கோழி - 500 கிராம்
 சீரகச் சம்பா அரிசி - 500 கிராம்
 பச்சை மிளகாய் - 20
 சின்ன வெங்காயம் - 50 வெங்காயம்
 பெரிய வெங்காயம் - 3
 தக்காளி - 2
 பூண்டு - 15 பல்லு
 இஞ்சி - 3 இஞ்சி
 பொதினா - இரண்டு கையளவு

செய்முறை :

- 1 பச்சை மிளகாய், வெள்ளைப் பூண்டு, சின்ன வெங்காயம் மூன்றையும், தனித் தனியாக நைத்துவைக்கவும் தேங்காய் 1 கீற்று, இஞ்சி, சோம்பு 2 டீஸ்பூன், ஏலக்காய் 3, கிராம்பு 3, பட்டை சிறிது துண்டு எல்லாவற்றையும் அரைக்கவும்
- 2 குக்கரில் எண்ணெய் ஊற்றி காய்ந்ததும் பட்டை, இலை, கிராம்பு 3, ஏலக்காய் 3 போட்டு பிறகு முந்திரிப்பருப்பு 10 போட்டு சிவந்ததும் பொதினாவைப் போட்டு வதங்கியதும் வெங்காயம் மிளகாய் பூண்டு தட்டியதைப் போட்டு வதக்கவும், பெரிய வெங்காயம் அரிந்ததையும் போட்டு தக்காளியையும் போட்டு வதக்கவும் பிறகு அரைத்த மாசாலையைப் போட்டு கோழியைப் போட்டு 3½ டம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி குக்கரை மூடவும் 1 முறை சத்தம் வந்ததும் இறக்கவும் ஆவி போன பின் திறந்து அரிசியை கழுவி அரிந்து குக்கரில் போட்டு மல்லி தழை போட்டு கிளறி குக்கரை மூடவும் சத்தம் வந்ததும் கேஸ் குறைத்து வைத்து 10 நிமிடத்தில் இறக்கவும். இதே போல் மட்டன் பிரியானியையும் செய்யலாம்

பிறரை அடையாளம் காண்பது போல் உன்னையே
 உன்னையே நீ அடையாளம் கண்டுகோள்

40.சிக்கன் ஸ்டியூ

கோழி - 1 கிலோ
 பெரிய வெங்காயம் - 5
 இஞ்சி, பூண்டு கொஞ்சம் நறுக்கியது
 பச்சை மிளகாய் - 10 15
 தக்காளி - 1
 உருளைகிழங்கு - 2
 தேங்காய் மூடி - 1
 மஞ்சள்தூள், உப்பு தேவையான அளவு

செய்முறை :

- 1 கொஞ்சம் எண்ணெய் காய வைத்து பூண்டு இஞ்சி, மிளகாய் மற்றும் வெங்காயம் போட்டு வதக்கவும்
- 3 பின் கோழி, மஞ்சள்தூள், தக்காளி சேர்த்து வதக்கவும்
- 4 பின் தோல் சீவி நறுக்கிய உருளைக்கிங்கை போட்டு தண்ணீர் விட்டு வேக விடவும்
- 5 வெந்தவுடன் கெட்டியாக தேங்காய் பால் சேர்க்கவும் கோழிக்கு பதில் இங்கிலீஷ் காய்கறிகளை நீளமாக நறுக்கியும் செய்யலாம்

41.சில்லி சிக்கன்

கோழி எலும்பு இல்லாமல் நறுக்கி -1 கிலோ
 கலர் - 1 பிஞ்சு
 முட்டை - 1
 மைதா - 4 டீஸ்பூன்
 சோயா ஸாஸ் - 1 டீஸ்பூன்
 ரெட் கார்பிக் சில்லிசாஸ் - 2 டீஸ்பூன்
 தக்காளி சாஸ் - 2 டீஸ்பூன்
 மிளகாய் தூள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
 அஜினே மோட்டோ - 1 பிஞ்சு
 கார்ன் .பிளவர் - 1 டீஸ்பூன்
 வினிகர் - 3 டீஸ்பூன்

செய்முறை :

- 1 இவை எல்லாவற்றையும் கறியுடன் சேர்த்து நன்கு கலக்கி ½ மணிநேரம் வைத்து விட்டு எண்ணெயில் பொறித்து எடுக்கவும். பிறகு கொஞ்சம் எண்ணெயில் பச்சைமிளகாய் 4, பெரிய வெங்காயம் 2, போட்டு வதக்கி கோழியுடன் சேர்க்கவும்

கடவுள் பாடிய அபூர்வ ராகம் மனிதன்.
 இயற்கைகயின் இனிய வரப்பிரசாதம் வாய்ப்புகள் !
 வாய்ப்புகளே வாழ்க்கை.

42.பிரைடு சிக்கன்

கோழி - 1 கிலோ
மிளகாய் தூள் - 2 டீஸ்பூன்
சிகப்பு கலர் - 1 ¼ டீஸ்பூன்
தயிர் - 1 கப்
எலுமிச்சம்பழம் - 2
மஞ்சள்தூள் , உப்பு தேவையான அளவு
அரைக்க : மிளகு 1 ½ டீஸ்பூன், சீரகம் 1 ½
டீஸ்பூன், பட்டை, ஏலக்காய் 4, கிராம்பு 2,
பூண்டு 2 பல், இஞ்சி கொஞ்சம்.

செய்முறை :

- 1 அரைத்த விழுதுடன் மற்ற பொருட்களையும் சேர்த்து நறுக்கிய கோழியில் கலந்து இரண்டு மணி நேரம் ஊற விடவும்.
- 2 இதை சிறிது நேரம் அடுப்பில் வைக்கவும்
- 3 தோசை கல்லில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு நான்கு நான்கு துண்டுகளாக வறுத்து எடுக்கவும்.

44.சிஞ்சர் சிக்கன்

கோழி - 1 கிலோ
இஞ்சி - 100 கிராம்
வெங்காயம் - 100 கிராம்
தக்காளி - 100 கிராம்
சில்லி சாஸ் - 2 டீஸ்பூன்
டொமோடோ சாஸ் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்
உப்பு, எண்ணெய், மிளகு தேவையான அளவு
பச்சை மிளகாய் 6-8 பொடியாக நறுக்கியது.

செய்முறை :

- 1 இஞ்சி, வெங்காயம் நைசாக அரைக்கவும்
- 2 எண்ணெய் காய வைத்து அரைத்த இஞ்சியை போடவும் பின் நறுக்கிய மிளகாய் போட்டு நன்றாக வதக்கவும்
- 3 பின் அரைத்த வெங்காயத்தை அதனுடன் சேர்த்து நன்றாக வெந்தவுடன் நறுக்கிய கோழி போடவும்
- 4 கோழியை போட்டவுடன் ஒன்றரை டம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி வேகவிடவும்.
- 5 அரை வேக்காட்டில் நறுக்கிய தக்காளி, உப்பு,மிளகு, சில்லிசாஸ், டொமோடோ சாஸ் போட்டு, சிம்மில் வேக வைக்கவும்.

கோபம் ஒரு பலகீனம் பொறுமை ஒரு வலிமை

43.சிக்கன் உப்புக்கறி

கோழி - 1 கிலோ
பெரிய வெங்காயம் - 4
சிறிய வெங்காயம் - 200 கிராம்
வெள்ளைப் பூண்டு - 25 பல்லு
தக்காளி - 2
வரமிளகாய் - 18 (பிய்த்து வைக்கவும்)
மஞ்சள் தூள் தேவையான அளவு

செய்முறை :

- 1 கோழியை தோல் எடுத்து நன்கு கழுவி பிறகு 2 ஸ்பூன் தயிர் ஊற்றி 10 நிமிடம் கழித்து கழுவி எடுத்து வைக்கவும். இருப்புச் சட்டியில் எண்ணெய் ஊற்றி சோம்பு, உளுத்தம் பருப்பு, தாளித்து, பட்டை, இலை தாளித்து வர மிளகாயை போட்டு வறுத்துக் கொள்ளவும்.. பிறகு வெள்ளைப்பூண்டைப் போட்டு வதக்கி பின் தக்காளி போட்டுவதக்கி வெங்காயம் எல்லாவற்றையும் போட வேண்டும். வதங்கிய பின் தக்காளி போட்டு கோழியை கொட்டி மஞ்சள் தூள் கொஞ்சம் போட்டுமிளகாய் தூள் ஒரு ஸ்பூன் போட்டு 3 டம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி கோழியை வேக விடவும் கோழி வெந்ததும் உப்பு போட்டு நன்கு சுருள கிண்டவும் இறக்குகின்ற போது மல்லித்தழை போட்டு மிளகு1 ஸ்பூன் வறுத்து நுணுக்கி போட்டு கிண்டி இறக்கவும்.

45.மீன் புட்டு

செய்முறை :

- 1 சுறாமீனை சுத்தம் செய்து ஆவியில் அவிக்கவும்
- 2 தோலை உரிக்கவும் முள்ளை எடுத்து விட்டு உதிர்க்கவும், அதில் மஞ்சள்தூள் உப்பு போட்டு வைக்கவும்
- 3 சின்ன வெங்காயம், பூண்டு, இஞ்சி, பச்சமிளகாய் இவைகளை நறுக்கி எண்ணெயில் வதக்கி கொஞ்சம் மிளகாய்தூள் சேர்த்து, உதிர்த்த மீனைக் கொட்டி கிண்டவும்
- 4 தேங்காய் பூ பொதினா, மல்லித்தழை இவைகளில் ஏதாவது ஒன்றை சேர்த்து கிண்டவும்.

இரை தேடு இறையும் தேடு

46.மீன் கட்டல்

செய்முறை :

- 1 சுறாமீன் சத்தம் செய்து ஆவியல் அவிக்கவும்
- 2 தோலை உரிக்கவும், முள்ளை எடுத்து விட்டு உதிர்க்கவும். அதில் மஞ்சள் தூள் உப்பு போட்டு வைக்கவும்.
- 3 பெரு வெங்காயம்,பூண்டு, இஞ்சி பச்சமிளகாய் இலைகளை வதக்கி கொட்டவும். இரண்டு எஸ்லைஸ் ரொட்டித் துண்டுகளை (ஓரம் நறுக்கி ஒதுக்கி விட்டு) லேசாக தண்ணீரில் அனைத்து முட்டை ஒன்று உடைத்து சேர்க்கவும்.
- 4 எல்லாவற்றையும் ஒன்று சேர்த்து உருண்டையாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.
- 5 ப்ரட் க்ரம்ஸ் சேர்த்து தட்டி தோசைக் கல்லில் எண்ணெய் கொஞ்சம் விட்டு சப்பாத்தி போடுவது போல் போட்டு எடுக்கவும்

47.Prawns Fry

செய்முறை :

- 1 ஏரால் சுத்தம் செய்து கொள்ளவும். நன்றாக தண்ணீர் விட்டு அலசி எடுக்கவும்
- 2 பெருவெங்காயம், கொஞ்சம் இஞ்சி, கருவேப்பிலை சேர்த்து வதக்கவும். நன்றாக வெந்த பிறகு ஏராவைக் கொட்டி மிளகாய் தூள், உப்பு சேர்த்து கிண்டவும்

பிறரை நேசிப்பவன் மனிதன்
பிறருக்கு உதவுபவன் கடவுள்.

48.வீட்டுக் குறிப்புகள்

துணிகளில் :

- 1 பெயிண்ட்வார்ணிஷ் நீங்க டர்பன்டென் விட்டு சுத்தம் செய்து பின் அலசி எடுங்கல்.
- 2 டீ கரை நீங்க ஜினியை உபயோகிக்கலாம்.
- 3 பட்டுப் புடவைகள் துவைக்கும் பொழுது பொடித்த பூந்திக் கொட்டை உபயோகிக்கலாம், மண்ணெண்ணெய் சேர்த்து அலசினால் சாயம் போகாமல் இருக்கும்.
- 6 நீலம் கலந்த நீரில் கண்ணாடிப் பாத்திரம் பாட்டில்களைக் கழுவினால் பளிச்சென்று இருக்கும்.
- 7 ப்ளாஸ்கில் உள்ள தூர் நாற்றம் போக வினிகர் கொஞ்சம் விட்டுக் கழுவுங்கள்.
- 8 குக்கரை உபயோகிப்பமுத்திய உடன் மூடி சூடாக இருக்கும் பொழுதே குளிர்ந்த நீரை ஊற்றினால் ரப்பர் வளையம் நீண்ட நாள் உழைக்கும்
- 9 கருணைக்கிழங்கை அரிசி களைந்த நீரில் வேக வைத்தால் அரிக்கும் தன்மை நீங்கும்.

தண்ணீர் சேமிக்க :

- 1 பல் துலக்குவதற்கும் வேஷிங் செய்வதற்கும் பேசின் பைப்பை திறந்து வைக்காமல் மக்கில் தண்ணீர் பிடித்து உபயோகித்தால் தண்ணீர் குறைவாக செலவாகும்.

வாழ்க்கையில் மனிதன் வெற்றியடைய
பல தோல்விகளை சந்திக்க வேண்டும்.