



தவேயான பொருட்கள்:
சின்ன வடுங்காயம் - 100 கிராம்
பண்ட - 100 கிராம்
மிளக 1/2 ஸ்பூன்
சீ ரகம் 1/2 ஸ்பூன்
தக்காளி 1/4 கிலோ.
தடுங்காய் துருவல் அல்லது கொப்பரைத்தூள் 1 ஸ்பூன்,
மிளகாய்த்தூள் 1 ஸ்பூன்,
தனியாத்தூள் 1 ஸ்பூன்
ந.எ - 1 ஸ்பூன்,
உப்பு, மஞ்சள் தூள் தவேகைக்கறேப.

செய்முறை:
பண்டை உரித்து கொள்ளவும்.

சின்ன வடுங்காயத்தையும் நன்கு உரித்துக்கொள்ளவும்,

வறும் வாணலியை அடுப்பில் வைத்து
அதில் மிளக சீ ரகம் போட்டு வடிக் கத் துவங்கியதும்
மிளகாய்த்தூள், தனியாத்தூள் சேர்த்து பிரட்டி
அடுப்பை அனகைக்கும் முன் தடுங்காய் துருவல்
சேர்த்து ஆற விட்டு மைய பஸ்டாக
அரைத்துக்கொள்ளவும்.

தக்காளியைப் பொடியாக நறுக்கிக்கொள்ளவும்

குக்கரில் எண்ணையை ஊற்றி காய்ந்ததும்
கடுகு, கறிவப்பிலை தாளித்து
பண்ட, சின்ன வடுங்காயம் சேர்த்து வதக்கவும்.

பிறகு தக்காளியையும் சேர்த்துவதக்கி,
அரைத்துவைத்துள்ள பஸ்டையும் போட்டு,
உப்பு, மஞ்சள் தூள் மற்றும் 1 கிளாஸ்
தண்ணீர் சேர்த்து கிளறி மட்டி வயிட்டு போடவும்.

3 விசிலுக்கு பிறகு இறக்கி ஆற வைத்து

ஐஐஐஐஐஐ, ஐஐஐஐஐஐஐ ஐஐஐஐஐஐஐஐ.

Written by

Wednesday, 30 July 2008 07:14 -

திறந் தாலு கம கமக்கும பணு, மிளகுகுக்குழம்பு ரெடி.

<http://tamilmeal.blogspot.com/>