

தவேயான பொருட்கள்:

நல்ல மட்டன் லிவர் 250 கிராம்.

சின்ன வெங்காயம் ஒரு கப்.

வெங்காயத்தாள் (வெங்காயச் செடியின் இலைச்சுருள்) நறுக்கியது அரைகப்.

கொத்துமல்லித் தழை பொடியாக நறுக்கியது சிறிதளவு.

மிளகாய்த்துள், மிளகுத்துள், உப்பு, எலுமிச்சம் பழம், எண்ணெய்.

செய்முறை:

எண்ணெய் சட்டானதும் மூதலில் வெங்காயத்தை வதக்குங்க.

வெங்காயத்தாள் இட்டு பச்சை வாசனை மாறி வரும் வரை வதக்கணும்.

கொத்துமல்லித் தழை இட்டு வதக்கவும்

துண்டுகளாக நறுக்கிய ஈரல் துண்டுகளை அதில் இட்டு நன்றாக கிளறுங்க.

எலுமிச்சை சாறு சேர்த்துடங்க.

தவேயான அளவு உப்பு, மிளகாய்த்துள் சேர்க்கணும்.

ஈரல் வகேமும் வரை எண்ணெயிலேயே வதக்க வண்டும்.

(எண்ணெய் அதிகம் சேர்க்க விரும்பாதவர்கள் மூதலில் தண்ணீரில் பாதி வகேமும் வரை வகே வதைத்து வடிகட்டிச் சேர்க்கலாம்.)

இறுதியாக மிளகுத்துள் இட்டு பிரட்டி...

Written by

Wednesday, 30 July 2008 07:23 -

---

வாசனை வந்ததும் இறக்கிப் பரிமாறலாம்.

குறிப்பு: 1. ஈரல் பொரியலுக்கு வெங்காயத்தாள் தனியான சுவை தரும். அது கிடகைகாதவர்கள் தக்காளி சேர்த்துக் கொள்ளலாம். பொடியாக நறுக்கிய தக்காளியை ஈரம் போக சூரூள் வதக்கிய பின்பே ஈரல் சேர்க்க வேண்டும்.

2. வழக்கமான இறச்சி வாசனை தவேை எனில் மூதலில் பட்டை, கிராம்பு தாளித்து தொடங்கலாம். அல்லது சிறிதளவு கரம் மசாலா சேர்க்கலாம். (வெங்காயத்தாள் சேர்த்துச் செய்யும் போது இவ்வை தவேை இல்லலை)

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