

செய்ய தவேயான பொருட்கள்:

கடலை மாவும் - 1/2 கப்
 விரும்பினால் சோடா- 1 சிட்பிகை.
 மிளகாய்த்தூள் - 1/2 ஸ்பூன்,
 உப்பு தவேகைக்கறேப.
 கொத்தமல்லித்தழை கொஞ்சம்.(பொடியாக அரிந்தது)
 பரூங்காயம் சிறிதளவு.
 (விரும்பினால் மசித்த உருளகைக்கிழங்கு 1/4 கப்)
 பொறிக்க எண்ணெய்.

செய்முறை:

பக்கோடி செய்முறை. மறேச்சொன்ன சாமான்கள்
 அனதையையும் ஒன்றாக பிசைந்து (தவேயானால்
 கொஞ்சம் நீர் சேர்த்து) உருண்டையாகவோ,
 சிறிய தட்டையாகவோ தட்டி எண்ணெயில்
 பொறித்து வதைத்துக்கொள்ளவும்.

கபி செய்முறை:

கடலமைாவில் நீர் சேர்த்து கலந்து அடுப்பில்
 வதைத்து கொதிக்க விடவும். பச்சை வாடனை
 போக கொதித்ததும், கடனை வதைத்துள்ள
 தயிரை சேர்த்து ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கி
 வதைத்து கடுகும், பச்சைமிளகாய், சீரகம் தாளிக்கவும்.

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