



திருமதி. பார்வதி வள்ளிக்கண்ணன்

செட்டிநாட்டு ஸ்பெஷல் அவியல்

தேவையான பொருள்கள்:

தக்காளி - 1
 கத்தரிக்காய் - 2 (பெரியது)
 பெரிய வெங்காயம் - 2
 உருளைகிழங்கு - 1
 மிளகாய்வற்றல் - 8
 தனியா - 2 ஸ்பூன்
 சீரகம் - அரை டீஸ்பூன்
 சோம்பு - 1 டீஸ்பூன்
 தேங்காய்த் துருவல் - 1 ஸ்பூன்
 பொட்டுக்கடலை - 1 டீஸ்பூன் அல்லது முந்திரி 4
 பட்டை - 1
 எண்ணெய் - 2 ஸ்பூன்.



செய்முறை:

மிளகாய், மல்லி, சோம்பு, சீரகம் இவற்றை அரைத்துக்கொள்ளுங்கள். வெங்காயம், தக்காளி, உ.கிழங்கு, கத்தரிக்காய் இவற்றைப் பொடி யாக நறுக்குங்கள். தேங்காயுடன் பொட்டுக்கடலை அல்லது முந்திரி சேர்த்து அரைத்துக்கொள்ளுங்கள். வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி, காய்ந்ததும், பட்டை தாளித்து வெங்காயம், உ.கிழங்கு, கத்தரிக்காய் பிறகு தக்காளி சேர்த்து வதக்குங்கள். பிறகு மிளகாய் விழுதைச் சேர்த்துப் பச்சைவாடை போக வதக்கி, ஒன்றரை டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு நன்கு கொதிக்க விடுங்கள். பிறகு தேங்காய் விழுதைச் சேர்த்து ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கிவிடுங்கள்.

போளி

தேவையான பொருள்கள்:

கடலைப்பருப்பு - 1 ஆழாக்கு
 வெல்லத்தாள் - 1 ஆழாக்கு
 மைதாமாவு - 1 ஆழாக்கு
 மஞ்சள் பொடி - 1 சிட்டிகை
 முந்திரி - 5
 நெய் - 3 ஸ்பூன்
 தேங்காய் - மூடி



செய்முறை:

முதலில் மைதாமாவை மஞ்சள் பொடி சேர்த்து 2 ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டுப் பிசைந்து வைத்துக் கொள்ளவும். கடலைப்பருப்பை வறுத்து வேகவிடவும். குழையக்கூடாது. கையால் அழுத்துகின்ற பதம் வந்தவுடன் இறக்கி வெல்லத்தாடன் தேங்காய்த் துருவல் ஏலக்காய் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து 5 நிமிடம் கிளறி இறக்கவும். மிக்ஸியில் 1 சுற்றுச் சுற்றி எடுத்து நெய்யில் வறுத்த முந்திரிப்பருப்பைப் போட்டு கிளறி வைத்துக்கொள்ளவும். மைதாமாவை சிறு உருண்டைகளாகச் செய்து ஒரு பிளாஸ்டிக் கவரில் வைத்து வட்டமாகவும் தட்டையாகவும் தட்டவும். இன்னொரு சிறிய எலுமிச்சை அளவு அரைத்த பூரணத்தை வைத்து அப்பளத்தால் மூடி, மறுபடியும் சமமாக அங்குல கனத்துக்குப் போளியாக தட்டித் தோசைக்கல்லைச் சூடு செய்து போளியைப் போட்டு ஒரு ஸ்பூன் நெய்யைச் சுற்றி ஊற்றவும். இருபுறமும் நன்றாக வேகும் வரை திருப்பிப் போட்டு எடுக்கவும். ஒரு தேக்கரண்டி உருகிய நெய்யைச் சேர்த்துச் சூடாக பரிமாறவும்.

This article was published on "Jamiler Poonga", a one and only monthly magazine released by Indian Jamil Editor in Canada.

Thanks for all readers and Jamiler Poonga,

by

Parvathy Vallikkaman