

గుత్తి వంకాయ కూర



కావలసిన పదార్థాలు

- తాజా వంకాయలు... 1/2 కీలో
- ఆవాలు... 1/2 టీస్పూ
- ఉప్పు... 2 టీస్పూ
- అల్లం... 2 ముక్కలు
- నూనె... 2 టీస్పూ
- పచ్చి మిర్చి... 10

తయారీ విధానం:

ఉప్పు, పచ్చిమిర్చి, అల్లం మెత్తిగా దంచిన మిశ్రమాన్ని తయారుచేసుకోవాలిగుత్తుగా .

లేత వంకాయలను చివర విడిపోకుండా, నాలుగు భాగాలుగా కోసి, అందులో ఈ మిశ్రమాన్ని ఉంచాలి.

స్త్రా మీద బాణెలిని పెట్టి నూనె, ఆవాలు వేసి వేయించుకోవాలి.

ఇందులో గుత్తి వంకాయలను వేసుకొని వేయించుకోవాలి .

ముక్కలు బాగా మగ్గిన తర్వాత దంచిన కారంవేసి కలియబెట్టాలి.

అది బాగా వేగిన తర్వాత ఒక గ్లాస్ నీటితో కాసేపు మరిగించి దించేయండి.