

## గుమ్మడి, కొబ్బరి కూర (Pumpkin Coconut Curry in telugu Gummadi Kobbari Koora)



**వంటపేరు :** గుమ్మడి, కొబ్బరి కూర

**కావలసిన పదార్థములు :**

గుమ్మడి కాయ : చిన్నకాయలో నాలుగోవంతు

బెల్లం : వంద గ్రాములు

చింతపండు రసం : అర కప్పు

పోపుదినుసులు : టేబుల్ స్పూన్

ఎండిమిర్చి : రెండు

కొబ్బరికోరు : అర కప్పు

టమాటాలు : రెండు

నూనె : పావుకప్పు

ఉప్పు : సరిపడా

కారం : టీ స్పూన్

కొత్తిమీర : చిన్నకట్ట

**తయారుచేయు విధానం :**

- 1) గుమ్మడి ముక్కలు ఉడికించి పక్కన పెట్టాలి.
- 2) స్టవ్ వెలిగించి కళాయిలో నూనె వేడి చేసి పోపుదినుసులు వేసి వేగాక, ఉల్లి, పచ్చిమిర్చి ముక్కలు వేసి వేయించాలి.
- 3) టమాటముక్కలు, ఉప్పు, కారం వేసి కలిపి, మెత్తబడ్డాక చింతపండు రసం వెయ్యాలి.
- 4) అది మరుగుతుండగా బెల్లం, గుమ్మడి ముక్కలు వేసి కాసేపు కలిపి

కొబ్బరికోరు, కొద్దిగా నీళ్ళు పోసి ఉడకనివ్వాలి.

5) కూర దగ్గరకు అయ్యిన తరువాత కొత్తిమీర వేసి ఒక నిమిషం ఆగి స్టవ్

ఆపాలి. \* అంతే గుమ్మడి కొబ్బరి కూర రెడీ.