

దొండకాయ కొబ్బరి కూర (Tindora Coconut in Telugu Dondakaya Kobbari Koora)



కావలసిన పదార్థాలు :

దొండకాయలు : పావు కిలో

కొబ్బరితురుము (కోరు) : 1 కప్పు

పచ్చిమిర్చి : నాలుగు

ఉల్లిపాయలు : రెండు

ఆవాలు : 1 టీ స్పూన్

ఎండు మిర్చి : రెండు

వెల్లుల్లి రేకలు : ఐదు

కారం : అర టీ స్పూన్

ఉప్పు : తగినంత

నూనె : 2 టేబుల్ స్పూన్లు

పసుపు : చిటికెడు

కొత్తిమీర : కొద్దిగా

కరివేపాకు : రెండు రెమ్మలు

తయారుచేయు విధానం :

- 1) దొండకాయలు కడిగి ముక్కలుగా కట్ చెయ్యాలి. అలాగే ఉల్లి, పచ్చిమిర్చికూడా ముక్కలుగా కట్ చెయ్యాలి.
 - 2) స్టవ్ పై కళాయి పెట్టి నూనె వేడిచేసి ఆవాలు, జీలకర్ర, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు, వెల్లుల్లి వేసి వేయించాలి.
 - 3) తరువాత ఉల్లి, మిర్చి ముక్కలు వేసి వేగాక, దొండకాయ ముక్కలు వేసి మూతపెట్టాలి.
 - 4) అప్పుడప్పుడు కలుపుతూ వుంటే పదినిముషాలకు దొండ ముక్కలు నూనెలో మగ్గి మెత్తగా వుడుకుతాయి. ఇప్పుడు పసుపు, ఉప్పు, కారం వేసి కలిపి ఒకనిముషం ఆగి కొబ్బరితురుము వేసి రెండునిముషాలు కలపాలి.
- కొబ్బరి కోరు, దొండముక్కలు బాగా కలిసాక కొత్తిమీర జల్లి స్టవ్ ఆపాలి.