

పన్నీర్ మసాల కూర (Paneer Curry in Telugu)



పన్నీర్ మసాల

కావలసిన పదార్థాలు:

పన్నీరు : పావుకిలో

పల్లీలు : అర కప్పు

నువ్వులు : పావు కప్పు

ఉల్లిపాయలు : రెండు

టమోటాలు : రెండు

పచ్చిమిర్చి : మూడు

మసాల : అర టీ స్పూన్

పసుపు : అర టీ స్పూన్

కారం : టీ స్పూన్

ఉప్పు : సరిపడ

నూనె : సరిపడ

పోపుగింజలు : టీ స్పూన్

నిమ్మకాయ : ఒకటి

కొత్తిమీర : కొద్దిగా

తయారు చేయు విధానం:

- 1) బాణలిలో నూనె పోసివేడి అయ్యాక పన్నీరు ముక్కలు వేసి ఎర్రగా వేయించాలి.
- 2) వీటిని నీటిలో వేసి నీళ్ళు లేకుండా పిండి పక్కనపెట్టాలి.3) నువ్వులు, పల్లీలు పొడిగా వేయించుకోవాలి.
- 3) పల్లీలు, నువ్వులు, పచ్చి మిర్చి కలిపి మిక్సి చేసి పక్కన ఉంచుకోవాలి.

- 4) ఇప్పుడు ఉల్లిపాయలు మిక్సి చేసుకోవాలి. టమాటాలు కూడా మిక్సి చేసుకోవాలి.
 - 5) పనీర్ వేయించిన నూనెను వేరే గిన్నెలోకి తీసుకోవాలి.
 - 6) మూడు స్పూన్లు నూనె మాత్రం ఉంచి కాగాక పోపుగింజలు వేసి వేయించాలి.
 - 7) అవి వేగాక ఉల్లిపాయ పేస్టు వేసి బాగా వేయించుకోవాలి.
 - 8) ఇప్పుడు టమాటో పేస్టు దీనిలో వేసి వేయించుకోవాలి.
 - 9) ఇది బాగా వేగాక పల్లిల పేస్టు వేసి కలిపి రెండు నిముషాలు మూత పెట్టాలి.
 - 10) ఇప్పుడు పసుపు, కారం, ఉప్పు, గరంమసాల పొడి, సరిపడ నీళ్ళుపోసి రెండు నిముషాలు ఉడికించాలి .
 - 11) ఇప్పుడు పన్నీరు ముక్కలు వేసి మూత పెట్టి మరో అయిదు నిముషాలు ఉడికించాలి.కూర రెడీ అయినట్టే.
 - 12) స్టవ్ ఆపాలి. దీనిపైన నిమ్మరసం, కొత్తిమీర వేసుకోవాలి.
- అంతే ఎంతో రుచిగా ఉండే పన్నీర్ మసాల కూర రెడీ.