

				
Keema Matar				
मटर कीमा				
लहसुन (कटा हुआ)				6 कली
प्याज़ (कटा हुआ)				100gm
हल्दी				1/4 tsp
नमक				3/4 tsp
देही मिर्च				1/4 tsp
किचन किंग मसाला				1/2 tsp
जीरा पाउडर				1/4 tsp
चाट मसाला				1/4 tsp
टमाटर (कटा हुआ)				120 gm
टमाटर ग्रेवी				130 gm
मटर (उबला हुआ)				50 gm
सोया बीन चुरा (भिगोया हुआ)				120 gm
हरा धनिया (कटा हुआ)				10 gm
कैसे बनाए				
1) नॉनस्टिक पैन में हल्का सा पानी डाल कर लहसुन को पकाएं, लहसुन पकने के बाद कटा हुआ प्याज़ डालें और तीन से चार मिनट तक पकाएं				
2) प्याज़ पकने के बाद हल्दी, नमक, देही मिर्च, जीरा पाउडर, चाट मसाला डाल कर मसाले को 3 मिनट तक पकाएं				
3) उसके बाद कटा हुआ टमाटर डालें, 2 मिनट पकाएं, पकने के बाद टमाटर ग्रेवी डालें				
4) 3 मिनट पकने के बाद उबला हुआ मटर डालें साथ में भिगोया हुआ सोया बीन चूरा डाल कर 5-6 मिनट तक पकाएं, फिर कटा हुआ धनिया डाल कर गरमा गरम परोसें				