

				
Jogia Tarkari				
जोगिया तरकारी				
फूल गोभी (स्टीम्ड)		50gm		
हरी बीन्स (स्टीम्ड)		50gm		
गाजर (स्टीम्ड)		50gm		
मशरूम		50gm		
लाल शिमला मिर्च		50gm		
पीली शिमला मिर्च		50gm		
हरी शिमला मिर्च		50gm		
लहसुन		9-10 कली		
प्याज़		2 मध्यम आकार के		
टमाटर		2 मध्यम आकार के		
काजू पेस्ट		50gm		
नमक		1/2 tsp		
हल्दी		1/4tsp		
किचन किंग मसाला		1/2tsp		
जीरा पाउडर		1/4 tsp		
देघी मिर्च		1/4 tsp		
टमाटर ग्रेवी		350gm		
कैसे बनाए				
1) सबसे पहले कटी हुई गाजर व बीन्स को स्टीम कर लें				
2) पैन में कटे हुए लहसुन को थोड़े से पानी साथ पका लें और पकाने के बाद पैन में कटा हुआ प्याज़ डालें, हल्के हल्के पानी डाल कर प्याज़ को तीन से चार मिनट तक पकाते रहे				
3) प्याज़ को पकाने के बाद इसमें नमक, हल्दी, किचन किंग मसाला, जीरा पाउडर और देघी मिर्च डाल कर 3-4 मिनट तक पकाए और इसमें कटा हुआ टमाटर डालें				
4) टमाटर पकाने पर पैन में टमाटर ग्रेवी डाल दे, अब इसमें कटी हुई, लाल, पीली, हरी शिमला मिर्च और मशरूम डाल लें हल्का सा पानी डालकर दो मिनट तक पकाए				
5) और पैन में स्टीम की हुई गाजर और हरी बीन्स डाल कर दो मिनट तक पकाएं				
6) दो मिनट तक पकाने के बाद पैन में 50gm काजू का पेस्ट डालें और इस मिश्रण को 3-4 मिनट तक पकाए				
7) पकाने के बाद स्टीम की हुई गोभी डाल कर, 4-5 मिनट तक पका लें और गैस बंद कर लें				