


LIFE  HEAL		
Lemon coriander dressing		
लेमन कोरियंडर ड्रेसिंग		
ग्रीन कोरियंडर	50gm	
प्याज़	40gm	
टमाटर	35gm	
कुकुम्बर	70gm	
काजू	20gm	
चीनी	10gm	
काली मिर्च पाउडर	1/8 tsp	
ओरिगेनो सूखा	1/4 tsp	
वनिगर	4 tsp	
ताज़ा बेज़ील	6-7 पत्ते	
नींबू का रस	1 tsp	
नमक	1/4 tsp	
डिज़ोन मस्टर्ड	2 tsp	
ताज़ा रोज़मेरी	1/4 tsp	
पानी	50ml	
कैसे बनाए		
1) प्याज़ और टमाटर को काट लें और सारी सामग्री मिलाकर बारीक पीस कर छान लें		