

Brown Rice Fried Rice

ब्राउन फ्राइड राइस

नमक	1/4 tsp
सफेद मिर्ची पाउडर	1/4 tsp
ब्राउन राइस	150 gm
हरे प्याज़	40 gm
हरे बीन्स	60 gm
गाजर	60 gm
सीज़निंग एरोमैट	1 1/2 tsp
व्हाइट विनेगर	1 1/2 tsp
लाइट सोया सॉस	2 tsp

कैसे बनाए

- 1) ब्राउन राइस को दो घंटे के लिए भिगो ले और उबाल कर रख लें
- 2) स्टीमर में गाजर और बीन्स को डालकर 3-4 मिनट तक स्टीम कर लें
- 3) एक नॉन स्टिक पैन को धीमी आंच पर चढ़ा कर पैन में स्टीम की हुई गाजर और बीन्स डाल कर उबला हुआ ब्राउन राइस मिला लें और मिक्स कर लें
- 4) अब ब्राउन राइस में बारीक कटा हुआ, प्याज़ डाल कर नमक, सफेद मिर्ची पाउडर, सीज़निंग एरोमैट, लाइट सोया सॉस और विनेगर डाल कर मिक्स कर लें और दो मिनट तक पका कर गैस बंद कर लें