

ABN
దమ్మన్న చానల్

www.andhrajayothy.com

ఓంతుజ్యోతి

ANDHRAJYOTHI

శనివారం | 31-10-2020

పేజీలు: 14

వెల (Price) : Rs. 6.50

పసుపు (Volume) : 61

సంఖిక (Issue) : 196

Hyderabad | Manaboinagar | Vijayawada | Tirupathi | Visakhapatnam | Anantapur | Karimnagar | Tadepalligudem | Warangal | Guntur | Kurnool | Nellore | SriKakulam | Rajamanendravaram | Khammam | Kadapa | Ongole | Nalgonda | Nizamabad and Bangalore

HALAL

A MEATY COMBO!

Get 500g premium, antibiotic-residue-free Chicken (Curry Cut) and 500g premium, tender Goat (Curry Cut) at this amazing price, just for today. Hurry, order right away!

500g CHICKEN + 500g GOAT (Curry Cut)
₹425

FREE Granny's Chicken on order above ₹899
Use code: GR149

Order online at: 1800 313 3302

fresh to Home

చీజెపీ రుషాటూ మాటలు నమ్మకండి

దుబ్బక ప్రజలు నిజాలు
తెలుసుకొల్పాలి **10**
నిజమేనీ..
అబ్బామేనీ ఆలీచించాలి
సీలన జయించి రాజకీయం
పించస్తు, కేసీల్ కిట్టు
ఎలివేనటు
చేసింది లేక తుప్పుడు ప్రచారం
అబ్బాలు ఆడి ఎన్నిక గెలుస్తారా?
11 రుషాటూ మాటలకు
ఇన్గీసి నిజాలు: మంత్రి హారీస్ రావు

పాలీస్
నిఘాలో దుబాక
ఉప ఎన్నికకు భారీ బందిస్తు
రంగంలోకి పొరా మిచిటీ
1,702 మందితో పహిలా
నపంపరు 3న
పాలింగ్ దృష్ట్యా అప్రతమతుం
ప్రతి పాలింగ్
కేర్మంలోసూ సీసి కెమెరాలు **10**



శ్రీరామాలు సంవర్ధన, దిగ్బాయినం, కెర్రెచ్చు, నిఖ అశ్వయిషాసన, శ్రుత్తం, కిథి, పోర్చులు ర. 8.19 రఘులి ఒ. పోర్చులు, శ్రుత్తం, ఆశ్వి ర. 5.58 రఘులి శ్రుత్తం, ప్రా. 128-316, కె.44౮ ముంచు, దుర్గాపూర్ణా, కె.18-7.49, అష్వయిషాసన, కె.52-11.40; సామాం, కె.9.00-10.30, సార్లోయం, కె.18, హైదరాబాదు, 5.41

ప్రైమర్ సిటీ*

తలంబ్రాలు
మండిప్పులు ఎందుకంటి
ఆంధ్రజ్యోతి
TALAMBRALU
For Booking Contact:
23558233, 9985921380
ప్రతి అధికారం

యొ 900.
మాత్రమే
ప్రతి అధికారం రూ. 150.

ప్రైమర్ సిటీ*

ప్రైమర

ఐంత్రజ్యోతి

ANDHRAJYOTHI

విషయాల లిస్టు

శనివారం | 31-10-2020

పేజీలు: 14

పెట్రోలింజు (Price) : Rs. 6.50

పట్టణము (Volume) : 61

సంఖయ (Issue) : 196

Hyderabad | Mahaboobnagar | Vijayawada | Tirupathi | Visakhapatnam | Anantapur | Karimnagar | Tadepalligudem | Warangal | Guntur | Kurnool | Nellore | Srikrishnagudem | Rajamahendravaram | Khammam | Kadapa | Ongole | Nallagonda | Nizamabad and Bangalore

ప్రైమ్ రిజిస్టర్ నుండి



సాయం బంద్..!

వరద సాయం తాత్కాలికంగా నిలిపివేత.. దాల తప్పుతోందనే ప్రభుత్వం నిర్ణయం?

తమకు అందలేదంటూ రోడ్డెక్కుతున్న ప్రజలు.. ఎమ్బోల్సు, కార్బోరెటర్ మతిమిలన జీక్కం

ఛిట్ కొనుగోలుగా మారిందన్న ఆరోపణలు.. అధికారులు, ఉద్యోగుల తీర్చా కారణం!

3.91 లక్షల కుటుంబాలు బాధితులుగా గుర్తుంపు.. ఇప్పటివరకు 3.20 లక్షల మంచికి సాయం అందజేత

నిజమైన బాధతుల్లో 40% మంచికి అందని సాయం.. రోజురోజుకు పెరుగుతున్న బాధిత కుటుంబాలు

అందోళనలు
పెరుగుతుండడంతో
నిలిపివేత

12

సన్మేహ రామచంద్రా



ధాన్యాన్తులు అంగీరు
ప్రభుత్వం చెప్పించిన సన్మాన సాగు
దొడ్డ రకాలక్కన్న
ఎకరానికి 7 లేవు పట్టుబడి ఎక్కువ
సాధారణ 30.
సన్మాను 25 క్షీంటాళ బిగుబడి
పర్మాలుకు కురాకు 5 క్షీంటాళ నష్ట
మిల్లర్డ సిందికేట్..
జప్పుడు ఇచ్చేచి 1400 మాత్రమే
మద్దతు భర పదిను రైతులు నిలాటి
ధాన్యాన్ మిల్లర్డ తిరస్కరించొద్దు
రైతులతోనే మిల్లర్డకు బతుకు
మంత్రి కిటల రాజేందర్

మిల్లర్డ కిటల రాజేందర్

మిల్లర్



వసందైన బరదా రుచులు

అలూ బరదా



అలూగడ్డ
కూలరీలు - 93
కార్బోప్రోడెట్లు - 21 గ్రా
ప్రోటీన్సు - 25 గ్రా

కావలినివి

అలూగడ్డ - పాపుకేట్, ఉల్లిపాయ - ఒకటి, వచ్చిమిర్చి - ఒకటి, పనుపు - చికిత్సకు, కారంపొట్టి - ఒక టీస్సున్, దనియాల పొడి - ఒక టీస్సున్, కరివేపాటు - కొద్దిగా, కొత్తిమీర్చి - ఒక కట్ట, ఉప్పు - తగినంత, అవాలు - ఒక టీస్సున్, లేకప్రత్తి - ఒక టీస్సున్, నూనె - నాలుగు టొటల్సు.

బరదా : సెనగపు - నాలుగు చేయల్సున్సు, పెనరపు - రెండు చేయల్సున్సు
తయారీ విధానం

- ◆ అలూగడ్డ పొన్పు టీస్సు కొంచెం పెడ్ ముక్కలుగా తరిగి పెట్టుకోవాలి.
- ◆ ఉల్లిపాయలు స్టోర్చులుగా తరాలి. సెనగపు, పెనరపు కలిపి పొడి చేసి పెట్టుకోవాలి.
- ◆ భాజిల్లో నూనె వేసి చేసి ఆవాలు, లేకప్రత్తి వేసి చీటిపట్లాడక నున్నా తగిన ఉల్లిపాయలు వేసి వేగించాలి.
- ◆ పముపు, కరివేపాటు, కారం, దనియాల పొడి వేసి కలపాలి.
- ◆ తరువాత అలూగడ్డ ముక్కలు వేసి కలుపుతూ వేగించాలి.
- ◆ తగినంత ఉప్పు వేసి ఒక కప్పు సీస్టు పోసి చిన్న మంటపై ఉడికించాలి.
- ◆ ఆలూగడ్డ ముక్కలు కిటికెన తరువాత తయాదు వేసి పెట్టుకున్న పొడి వేసి కలపాలి.
- ◆ మరొక రెండు నిమిషాల కొత్తిమీర్చి వేసి కలపాలి.
- ◆ ఈ బరదా అన్నలో లేదా రొట్టెలోకి రువిగా ఉంటుంది.

దీసుకాయతో...



దీసుకాయ
క్యూట్టీలు - 10
ప్రోటీన్సు - 0.6 గ్రా
కార్బోప్రోడెట్లు - 3.6 గ్రా

కావలినివి
దీసుకాయలు - పాపుకేట్, ఉల్లిపాయలు - రెండు, వచ్చిమిర్చి - నాలుగు, పనుపు - కొద్దిగా, కారం - ఒక టీస్సున్, దనియాల పొడి - రెండు టీస్సున్సు, గరంమసాల - పాపు టీస్సున్, సెనగసిం - పాపు కప్పు, ఉప్పు - తగినంత, నూనె - నరిపడా.

తయారీ విధానం
◆ మంగిగా సెనగపును కాస్త వేగించి పొడి చేసి పెట్టుకోవాలి.
◆ భాజిల్లో నూనె వేసి కాస్త వేడి అయ్యాక ఉల్లిపాయలు, వచ్చిమిర్చి వేసి వేగించాలి.
◆ తరువాత పసుపు, కరివేపాటు, అల్లం వెళ్లిన ప్పులు, కారం, దనియాల పొడి వేసి కలపాలి.
◆ ఉప్పుగడ్డ ముక్కలు కిటికెన తరువాత తయాదు వేసి పెట్టుకున్న పొడి వేసి కలపాలి.
◆ ఆలూగడ్డ ముక్కలు సీస్టు వేసి ముక్కలు ఉడికించాలి.
◆ మరొక రెండు నిమిషాల కొత్తిమీర్చి వేసి కలపాలి.
◆ ఈ బరదా కొత్తిమీర్చి వేసి దుంపాలి.

ధిండకాయతో...



ధిండకాయలు
క్యూట్టీలు - 18
కార్బోప్రోడెట్లు - 3.5 గ్రా
ప్రోటీన్సు - 1.57 గ్రా

కావలినివి
దీసుకాయలు - పాపుకేట్, ఉల్లిపాయలు - రెండు, వచ్చిమిర్చి - నాలుగు, పనుపు - కొద్దిగా, కారం - ఒక టీస్సున్, దనియాల పొడి - రెండు టీస్సున్సు, గరంమసాల - పాపు టీస్సున్, సెనగసిం - పాపు కప్పు, ఉప్పు - తగినంత, నూనె - నరిపడా.

తయారీ విధానం
◆ మంగిగా సెనగపును కాస్త వేగించి పొడి చేసి పెట్టుకోవాలి.
◆ భాజిల్లో నూనె వేసి కాస్త వేడి అయ్యాక ఉల్లిపాయలు, వచ్చిమిర్చి వేసి వేగించాలి.
◆ తరువాత పసుపు, కరివేపాటు, అల్లం వెళ్లిన ప్పులు, కారం, దనియాల పొడి వేసి కలపాలి.
◆ ఉప్పుగడ్డ ముక్కలు కిటికెన తరువాత తయాదు వేసి పెట్టుకున్న పొడి వేసి కలపాలి.
◆ ఆలూగడ్డ ముక్కలు సీస్టు వేసి ముక్కలు ఉడికించాలి.
◆ దీసుకాయ ముక్కలు సగం ఉడికించి తరువాత సెనగపు పొడి వేసి కలపాలి.
◆ మరొక కప్పు నీళు పోసి మూత వెళ్లి ఉడికించాలి.
◆ చివరగా కొత్తిమీర్చి వేసి దుంపాలి.

పాలకూర బరదా



పాలకూర
క్యూట్టీలు - 23
కార్బోప్రోడెట్లు - 3.6 గ్రా
ప్రోటీన్సు - 3 గ్రా
బ్లైండ్ - 2.2 గ్రా

కావలినివి
పాలకూరు - మూడు కప్పులు, ఉల్లిపాయలు - రెండు, వచ్చిమిర్చి - నాలుగు, పనుపు - కొద్దిగా, కారం - ఒక టీస్సున్, దనియాల పొడి - రెండు టీస్సున్సు, గరంమసాల - పాపు టీస్సున్, సెనగసిం - పాపు కప్పు, ఉప్పు - తగినంత, నూనె - నరిపడా.

తయారీ విధానం
◆ పాలకూరు పుట్టంగా కడిగి సప్పులు, కాస్త వేయాలి. నూనె వేడి అయ్యాక ఉల్లిపాయలు, వచ్చిమిర్చి వేసి వేగించాలి.
◆ స్వవ్రే పావొట్లి నూనె వేయాలి. నూనె వేడి అయ్యాక ఉల్లిపాయలు, వచ్చిమిర్చి వేసి కలపాలి.
◆ తరువాత పసుపు, అల్లం వెళ్లి ప్పులు, కిటికెపాటు వేసి కలపాలి.
◆ ఉప్పుగడ్డ పాలకూరు, తగినంత ఉప్పు, కారం వేసి కలపాలి.
◆ పాలకూర మగీ సీరంతా పోట్లి తరువాత సెనగసిం, దంహుల పొడి వేసి కలపాలి.
◆ చిపరగా గరంమసాల వేసి దుంపాలి.

కావలినివి

సెనగపు - వంద గ్రోములు, ఉల్లిపాయలు - రెండు, వచ్చిమిర్చి - నాలుగు, పనుపు - కొద్దిగా, కారం - ఒక టీస్సున్, దనియాల పొడి - రెండు టీస్సున్సు, గరంమసాల - పాపు టీస్సున్, సెనగసిం - పాపు కప్పు, ఉప్పు - తగినంత, నూనె - నరిపడా.

తయారీ విధానం
◆ పాలకూరు పుట్టంగా కడిగి సప్పులు, కాస్త వేయాలి. నూనె వేడి అయ్యాక ఉల్లిపాయలు, వచ్చిమిర్చి వేసి వేగించాలి.

తయారీ విధానం
◆ సెనగపును గుంపులు, తయారు పుట్టంగా కడిగి సప్పులు, కాస్త వేయాలి. నూనె వేడి అయ్యాక ఉల్లిపాయలు, వచ్చిమిర్చి వేసి వేగించాలి.
◆ తరువాత పసుపు, అల్లం వెళ్లి ప్పులు, కిటికెపాటు వేసి కలపాలి.
◆ ఉప్పుగడ్డ పాలకూరు, తగినంత ఉప్పు, కారం వేసి కలపాలి.
◆ పాలకూర మగీ సీరంతా పోట్లి తరువాత సెనగసిం, దంహుల పొడి వేసి కలపాలి.
◆ చిపరగా గరంమసాల వేసి దుంపాలి.

ప్రత్యేకం

బరదా పాలాయ (సెనగపును బరదా)

సెనగపు - వంద గ్రోములు, ఉల్లిపాయలు - రెండు, వచ్చిమిర్చి - నాలుగు, పనుపు - కొద్దిగా, కారం - ఒక టీస్సున్, దనియాల పొడి - రెండు టీస్సున్సు, గరంమసాల - పాపు టీస్సున్, సెనగసిం - పాపు కప్పు, ఉప్పు - తగినంత, నూనె - నరిపడా.

తయారీ విధానం
◆ సెనగపును గుంపులు, తయారు పుట్టంగా కడిగి సప్పులు, కాస్త వేయాలి. నూనె వేడి అయ్యాక ఉల

