

ಆಲೂ ಗೋಬಿ

ಮೂಲ

ಮೂಲ ಸ್ಥಳ	ಭಾರತೀಯ ಉಪಖಂಡ
ಪ್ರಾಂತ್ಯ ಅಥವಾ ರಾಜ್ಯ	ಭಾರತೀಯ ಉಪಖಂಡ

ವಿವರಗಳು

ಸೇವನಾ ಸಮಯ	ಮುಖ್ಯ
ನಮೂನೆ	ಮೇಲೋಗರ
ಬಡಿಸುವಾಗ ಬೇಕಾದ ಉಪ್ಪುತೆ	ಬಿಸಿಯಾಗಿ
ಮುಖ್ಯ ಘಟಕಾಂಶ(ಗಳು)	ಆಲೂಗಡ್ಡೆಗಳು, ಹೂಕೋಸು, ಭಾರತೀಯ ಸಂಬಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು (ಅರಿಸಿನ)

ಆಲೂ ಗೋಬಿ ಭಾರತೀಯ ಉಪಖಂಡದ ಒಂದು ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಖಾದ್ಯ. ಇದನ್ನು ಆಲೂಗಡ್ಡೆ, ಹೂಕೋಸು ಮತ್ತು ಸಂಬಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.^[೧] ಇದು ಭಾರತೀಯ ಮತ್ತು ಪಾಕಿಸ್ತಾನಿ ಪಾಕಪದ್ಧತಿಗಳಲ್ಲಿ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ.^[೨] ಅರಿಸಿನದ ಉಪಯೋಗದ ಕಾರಣ ಇದು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಹಳದಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ಕರೀಜೀರಿಗೆ ಮತ್ತು ಕರಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಇತರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಘಟಕಾಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಶುಂಠಿ, ಈರುಳ್ಳಿ, ಕೊತ್ತುಂಬರಿ ಎಲೆಗಳು, ಟೊಮೇಟೊ, ಬಟಾಣಿ ಮತ್ತು ಜೀರಿಗೆ ಸೇರಿವೆ. ಅನೇಕ ಮಾರ್ಪಾಡುಗಳು ಮತ್ತು ಹೋಲುವ ಖಾದ್ಯಗಳು ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿವೆ, ಆದರೆ ಹೆಸರು ಮಾತ್ರ ಇದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ.

ಉಲ್ಲೇಖಗಳು

- Dalal, T. (2007). *Punjabi Khana* (<https://books.google.com/books?id=caBlQu0YwC4C&pg=PA90>). Sanjay & Company. p. 90. ISBN 978-81-89491-54-3. Retrieved December 3, 2018.
- Campbell, L.A.; Campbell, T.C. (2014). *The China Study All-Star Collection: Whole Food, Plant-Based Recipes from Your Favorite Vegan Chefs* (<https://books.google.com/books?id=DRgcAwAAQBAJ&pg=PA141>). BenBella Books. p. 141. ISBN 978-1-939529-97-8. Retrieved December 3, 2018.

["https://kn.wikipedia.org/w/index.php?title=ಆಲೂ_ಗೋಬಿ&oldid=992414"](https://kn.wikipedia.org/w/index.php?title=ಆಲೂ_ಗೋಬಿ&oldid=992414) ಇಂದ ಪಡೆಯಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ
