



### కావలసిన పదార్థాలు

1. ఊదల పిండి	:	1 కప్పు (1కప్పు = 180 మి.లీ.)
2. శనగపిండి	:	1/4 కప్పు
3. ఉపు	:	1/2 టీస్పూను
4. ఎండు మిరపకాయలు	:	8
5. జీలకర్త	:	1/2 టీస్పూను
6. కర్బోపాకు	:	2 రెమ్మలు
7. పల్లీలు	:	1/8 కప్పు
8. నీళ్ళు	:	తగినన్ని
9. నూనె	:	వేయించడానికి సరిపడా

### చేయు విధానము

ఎండు మిర్చి, జీలకర్త, నూనె లేకుండా వేయించి, చల్లారాక ఉపు వేసి పొడి కొట్టి ఉంచుకోవాలి. పల్లీలు, కర్బోపాకు నూనెలో వేయించి ఉంచుకోవాలి. ఊదల పిండి, శనగపిండి ఒక గిన్నెలోకి తీసుకుని చిట్టికెడు ఉపు వేసి, నీళ్ళు పోసి ఉండలు లేకుండా గెరిట జారుగా కలుపుకోవాలి. పొయ్యి మీద మూకుడు పెట్టి నూనె పోసి, కాగిన తర్వాత కలిపిన పిండిని కొద్ది కొద్దిగా బూందీ చేసే రంధ్రాల జల్లె గెరిటలో పోసి కాగిన నూనెలో పిండి పడేట్లుగా చూసుకోవాలి. బూందీ బాగా వేగాక తీసి పక్కన ఉంచుకొని చల్లారాక అందులో వేయించి ఉంచుకొన్న పల్లీలు, కర్బోపాకు, పొడి కొట్టిన కారం వేసి బాగా కలపాలి.

**NOTE :** ఏ సిరిధాన్యం (కొర్రలు, అండు కొర్రలు, అరికలు, సామలు, ఊదలు) అయినా వాడుకోవచ్చు. అన్ని రకాల సిరిధాన్యాలను 6 గంటలు నానబెట్టి, ఎండకు ఆరబోసి పిండి పట్టించుకొని పెట్టుకోవాలి.



### కావలసిన పదార్థాలు

1. అరికల పిండి : 1 కప్పు (1కప్పు = 180 మి.లీ.)
2. శనగపిండి : 1/8 కప్పు
3. ఉప్పు : 1/2 టీస్పూను
4. వాము పొడి : 1/2 టేబుల్ స్పూను
5. నూనె : వేయించడానికి సరిపడా

### చేయు విధానము

అరికల పిండి, శనగపిండి, వాము పొడి, ఉప్పు వేసి నీళ్ళతో పిండిని గట్టిగా కలుపుకొని మురుకుల పీటలో సన్నని రంధ్రాలు ఉన్న బిళ్ళ వేసి, పిండి పెట్టి, కాగుతున్న నూనెలో పూస లాగా వత్తి వేయించుకోవాలి.

**NOTE :** ఏ సిరిధాన్యం (కొర్రలు, అండు కొర్రలు, అరికలు, సామలు, ఊదలు) అయినా వాడుకోవచ్చు. అన్ని రకాల సిరిధాన్యాలను 6 గంటలు నానబెట్టి, ఎండకు ఆరబోసి పిండి పట్టించుకొని పెట్టుకోవాలి.



### కావలసిన పదార్థాలు

- |                     |   |                               |
|---------------------|---|-------------------------------|
| 1. అండుకొర్రల పిండి | : | 1 కప్పు (1కప్పు = 180 మి.లీ.) |
| 2. మినప్పిండి       | : | $\frac{1}{4}$ కప్పు           |
| 3. ఉప్పు            | : | $\frac{1}{2}$ టీస్పూను        |
| 4. కారం             | : | 1 టీస్పూను                    |
| 5. నీళ్ళు           | : | 1 కప్పు                       |
| 6. నూనె             | : | వేయించడానికి సరిపడా           |

### చేయు విధానము

1కప్పు పిండికి 1కప్పు నీళ్ళు ఒక గన్నెలో పోసి, పొయ్యి మీద పెట్టి, మరుగుతున్న నీళ్ళలో ఉప్పు, కారం వేసి వెంటనే పిండి, మినప్పిండి ముద్దలాగా అయ్యేమ్మువరకు కలిపి దించాలి. ఆ ముద్దని చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసుకొని పీట పైన ఒకొక్క ముద్దని పొడవుగా(పాలకాయల్లాగా) చేసి, చేగోడీలుగా చుట్టి, నూనెలో వేయించాలి.

**NOTE :** ఏ సిరిధాన్యం (కొర్రలు, అండు కొర్రలు, అరికలు, సామలు, ఉడలు) అయినా వాడుకోవచ్చు. అన్ని రకాల సిరిధాన్యాలను 6 గంటలు నానబెట్టి, ఎండకు ఆరబోసి పిండి పట్టించుకొని పెట్టుకోవాలి.



### కావలసిన పదార్థాలు

1. అండుకొర్రల పిండి : 1 కప్పు (1కప్పు = 180 మి.లి.)
2. మినప్పిండి :  $\frac{1}{4}$  కప్పు
3. పెసరపప్పు/శనగపప్పు :  $\frac{1}{4}$  కప్పు (నానబెట్టాలి)
4. ఉప్పు :  $\frac{1}{2}$  టీస్పూను
5. కారం : 1 టీస్పూను
6. నీళ్ళు : 1 కప్పు
7. నూనె : వేయించడానికి సరిపడా

### చేయు విధానము

1కప్పు అండుకొర్రల పిండికి 1కప్పు నీళ్ళు ఒక గిన్నెలో పోసి, పొయ్యి మీద పెట్టి, మరుగుతున్న నీళ్ళలో ఉప్పు, కారం వేసి వెంటనే పిండి, మినప్పిండి ముద్దలాగా అయ్యేమ్తువరకు కలిపి దించాలి. ఆ ముద్దని చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసుకొని పీట పైన ఒకాక్క ముద్దని పొడవుగా(పాలకాయల్లాగా) చేసుకోవాలి. రెండు గంటలు నానబెట్టి, తడి లేకుండా బట్టతో తుడిచిన పెసరపప్పు లేదా శెనగపప్పు కొద్దికొద్దిగా తేసుకొని పీటపైన వేసి చేసుకున్న పాలకాయలని ఒకాక్కటి పప్పు పైన పెట్టి మొత్తం అద్దుకునేలా చూసుకొని గుండంగా పాలకాయని చుట్టి, నూనెలో వేయించాలి.

**NOTE :** ఏ సిరిధాన్యం (కొర్రలు, అండు కొర్రలు, అరికలు, సామలు, ఊదలు) అయినా వాడుకోవచ్చు. అన్ని రకాల సిరిధాన్యాలను 6 గంటలు నానబెట్టి, ఎండకు ఆరబోసి పిండి పట్టించుకొని పెట్టుకోవాలి.



### కావలసిన పదార్థాలు

- |                |   |                               |
|----------------|---|-------------------------------|
| 1. సాముల పిండి | : | 1 కప్పు (1కప్పు = 180 మి.లీ.) |
| 2. శనగపిండి    | : | 2 టేబుల్ సూపున్లు             |
| 3. పెరుగు      | : | 1/4 కప్పు                     |
| 4. ఉప్పు       | : | 1/2 టేబుల్ సూపును             |
| 5. కారం        | : | 1 టేబుల్ సూపును               |
| 6. నువ్వులు    | : | 1 టేబుల్ సూపును               |
| 7. వేడి నూనె   | : | 2 టేబుల్ సూపున్లు             |
| 8. నూనె        | : | వేయించడానికి సరిపడా           |
| 9. నీళ్ళు      | : | తగినన్ని                      |

### చేయు విధానము

ఒక గిన్నెలో సాముల పిండి, శనగపిండి, ఉప్పు, కారం, నువ్వులు అన్ని వేసి కలపాలి. అందులో వేడి నూనె పోసి బాగా కలుపుకోవాలి. తరువాత పెరుగు కలపాలి. కాచి చల్లార్చిన నీళ్ళు పోసి మురుకుల పిండి లాగా గట్టిగా కలపాలి. వేడి నూనెలో ఛై చేసుకోవాలి.

**NOTE :** ఏ సిరిధాన్యం (కొర్రలు, అందు కొర్రలు, అరికలు, సాములు, ఊదలు) అయినా వాడుకోవచ్చు. అన్ని రకాల సిరిధాన్యాలను 6 గంటలు నానబెట్టి, ఎండకు ఆరబోసి పిండి పట్టించుకొని పెట్టుకోవాలి.



### కావలసిన పదార్థాలు:

1. అండుకొర్లల పిండి : 100 గ్రాములు (నానపెట్టి, ఆరపెట్టి, మర పట్టించిన పిండి)
2. శనగపిండి : 10 గ్రాములు
3. నువ్వులు : 1 టీస్పూను
4. వాము :  $\frac{1}{2}$  టీస్పూను
5. ఉప్పు : తగినంత
6. కారం :  $\frac{3}{4}$  టీస్పూను
7. వేడి నూనె : 1 టీస్పూను
8. నీళ్ళు : తగినంత
9. నూనె : వేయించడానికి సరిపడా

### చేయు విధానము:

ముందుగా అండుకొర్లల పిండి, శనగపిండి, నువ్వులు, వాము, ఉప్పు, కారం అన్నీ బాగా కలపాలి. అందులో వేడి నూనె వేసి కలపాలి. తరువాత తగినన్ని నీళ్ళు పోసి పిండి గట్టిగా ఉండేటట్లు కలుపుకోవాలి. ఆ మిశ్రమాన్ని చిన్న చిన్న ముద్దలుగా చేసుకొని, ఒకో ముద్ద తీసుకొని పూరీ ప్రెస్సు లో వత్తి, ఫోర్క్స్ తో చిల్లులు చేసి నూనెలో వేయించుకోవాలి.

## 7. BROWNTOP MILLET PONGAL

[SAI LATHA]



### **INGREDIENTS**

1. Browntop millet	:	½ cup (8 hours soaked)
2. Green gram	:	½ cup
3. Water	:	5 cups
4. Pepper	:	1 tbsp
5. Cumin	:	½ tbsp
6. Grated ginger	:	½ tsp
7. Hing	:	¼ tsp
8. Curry leaves	:	few
9. Cashew	:	5 to 6
10. Ghee/Oil	:	2 tbsp
11. Coconut	:	1 tbsp finely chopped

### **PROCEDURE**

Soak browntop millet for 8hours. Roast green gram. Soak it too one hour before cooking. Cook browntop millet and greengram by adding a little turmeric powder, a little ghee and hing. Cook till soft. Add more water to get the desired consistency. Add salt to taste and cook for a while. Heat oil/ghee in a kadai. Fry coconut pieces well till golden brown and then add cashew nut pieces. Then add coarsely ground pepper, cumin, ginger and curry leaves. Stir well. Add it to the cooked browntop millet and mix well. Cover the vessel and cook pongal for 2 minutes. Add a little ghee to pongal before serving. If made with coconut oil, it tastes really good.



### కావలసిన పదార్థాలు:

1. అరికల నూక : 1 కప్పు(నానపెట్టి, ఆరపెట్టి, మర పట్టించిన పిండి)
2. నీళ్ళు : 6 కప్పులు
3. నెయ్యి : 4 టేబుల్ స్పూన్లు
4. తాటి బెల్లం :  $\frac{3}{4}$  కప్పు (తీపి ఎక్కువ కావాలంటే ఇంకా వేసుకోవచ్చు)
- బెల్లం వేరొక గిన్నెలో కొద్దిగా నీళ్ళు పోసి కరిగించుకుని పడగొట్టుకొని పెట్టుకోవాలి
5. జీడిపప్పు, ఎండు ద్రాక్షా :  $\frac{1}{4}$  కప్పు(అన్ని 2 టేబుల్ స్పూన్లు నేతిలో వేయించి పెట్టుకోవాలి.)

### చేయు విధానము:

మిగిలిన నెయ్యి వేడెక్కిన తరువాత నూక వేసి కాసేపు వేపి తరువాత నీళ్ళు పోసుకోవాలి. కాసేపు ఉడికిన తరువాత తాటి బెల్లం నీళ్ళు కలుపుకోవాలి. మగిన తరువాత జీడిపప్పు, ఎండు ద్రాక్షా వేసి కలుపుకోవాలి.