

[YouTube.com/zaykakatadka](https://www.youtube.com/zaykakatadka)

ज़ायका का तड़का

एडिशन : 28

[facebook.com/zaykakatadka](https://www.facebook.com/zaykakatadka)

दिसम्बर - 2022

Unedited
live recipes



जो दिखता है !
वही बनता है !



Zayka
Ka
Tadka



LIVE FROM THE KITCHENS
OF MOMS OF INDIA



THE SUPER CHEF MOMS OF INDIA



सूची



- | | | |
|--------------------------------|----------------------------|----------------------------------|
| 1) मैसूर पाक-4 | 7) नींबू का अचार-10 | 14) प्याज के पकौड़े वाली कढ़ी-17 |
| 2) रस्क कस्टर्ड पुडिंग-5 | 8) पनीर पोटेटो स्टार्टर-11 | 15) बचे हुए चावल की मुठिया-18 |
| 3) मूंगदाल दही भल्ला -6 | 9) मिक्स दाल पराठा-12 | 16) मिर्ची के टिपोरे-19 |
| 4) गुजराती चोराफली-7 | 10) चना दाल सुंदल-13 | 17) सूजी मोइस्ट केक -20 |
| 5) चीज़ी शेजवान ब्रेड पकौड़ा-8 | 11) इंस्टेंट जलेबी-14 | 18) आलू बोंडा-21 |
| 6) वेज नर्गिसी कोफ़ता-9 | 12) साबूदाना वेजी चीला-15 | |
| | 13) टमाटर की सब्ज़ी-16 | |



NOTE: NO PORTION OF THIS BOOK MAY BE REPRODUCED, DISTRIBUTED OR TRANSFORMED IN ANY FORM OR BY ANY MEANS INCLUDING PHOTOCOPYING, RECORDING ETC., WITHOUT PERMISSION FROM THE PUBLISHER.

मैसूर पाक

एक पारम्परिक मिठाई



अनीता नाटानी द्वारा,

सर्विंग्स: 8

तैयारी का समय: 5 मिनट

राजस्थान से

खाना पकाने का समय: 15 मिनट

सामग्री

- बेसन - 1 कप
- चीनी - 2 कप
- पानी - 1 कप
- घी - 2 कप + आवश्यकतानुसार

निर्देश

- एक पैन में बेसन लें। चीनी और पानी डालें। अच्छी तरह मिलाएं और एक गांठ रहित मिश्रण तैयार करें।
- अब मिश्रण को मध्यम आंच पर गर्म करें और इसे एक दिशा में 3 से 4 मिनट तक लगातार चलाएं जब तक कि यह उबलने न लगे।
- फिर इसमें धीरे-धीरे घी डालें और लगातार चलाते रहें।
- जब बेसन पैन में चिपकने लगे तो धीरे-धीरे घी डालें और मध्यम आंच पर 13 से 15 मिनट तक लगातार चलाते रहें।
- जब मिश्रण फूला हुआ हो जाता है और घी अलग हो जाता है और पैन को छोड़ देता है, तो मैसूर पाक तैयार है।
- एक बार जब यह पैन से अलग हो जाए, तो आंच बंद कर दें। एक बाउल में अतिरिक्त घी निकाल लीजिए।
- मिश्रण को एक प्लेट में निकालें। इसकी मोटाई सेट करें और इसे 2 मिनट के लिए रख दें। फिर इसे टुकड़ों में काट लें।
- 'मैसूर पाक' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- चीनी और बेसन का अनुपात 2: 1 होना चाहिए।
- बेसन के मिश्रण को एक दिशा में लगातार हिलाया जाना चाहिए।
- घी और बेसन का अनुपात 2:1 होना चाहिए।
- जब बेसन पैन से चिपकने लगे तो धीरे-धीरे घी डालना चाहिए।
- जब मिश्रण फूला हुआ हो जाता है और घी अलग हो जाता है और पैन को छोड़ देता है, तो मैसूर पाक तैयार है।
- मिठाई की मोटाई को अपने हिसाब से रख सकते हैं।

रस्क कस्टर्ड पुडिंग

एक झटपट बनने वाली मिठाई



सपना माहेश्वरी द्वारा,

फरीदाबाद से

सर्विंग्स: 6

तैयारी का समय: 10 मिनट

खाना पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- कस्टर्ड तैयार करने के लिए
- दूध - 500 मिलीलीटर + 1 बड़ा चम्मच
- कस्टर्ड पाउडर - 2 छोटी चम्मच
- चीनी - 3 छोटी चम्मच
- केला - 1, बारीक कटा हुआ
- चाशनी तैयार करने के लिए
- चीनी - 5 से 6 छोटी चम्मच
- पानी - 1 कप
- केसर - 4 से 5 धागे
- इलायची पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- रस्क कस्टर्ड पुडिंग तैयार करने के लिए
- रस्क/टोस्ट - 10
- ताजा क्रीम / घर की बनी मलाई - 1 कप
- बादाम - 2 छोटी चम्मच + गार्निशिंग के लिए
- चॉकलेट सॉस - आवश्यकतानुसार
- नारियल का बुरादा - आवश्यकतानुसार
- अनार के दाने - गार्निशिंग के लिए आवश्यकतानुसार
- क्रैनबेरी - गार्निशिंग के लिए आवश्यकतानुसार
- काली किशमिश - गार्निशिंग के लिए आवश्यकतानुसार

निर्देश

- कस्टर्ड तैयार करने के लिए
- कस्टर्ड पाउडर में 1 बड़ा चम्मच ठंडा दूध डालें। अच्छी तरह मिलाएं और इसे एक तरफ रख दें।
- एक पैन में दूध उबालें। जब दूध उबलने लगे तो तैयार कस्टर्ड मिश्रण को धीरे-धीरे डालें। मिश्रण गाढ़ा होने तक लगातार हिलाते रहें।
- अब इसमें चीनी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे धीमी आंच पर 2 से 3 मिनट तक उबालें। लगातार हिलाते रहें। एक बार ऐसा करने के बाद, इसे एक तरफ रख दें और इसे गुनगुने तापमान पर ठंडा होने दें। इसे प्याले में निकाल कर केले को डालें। अच्छी तरह मिलाएं और इसे एक तरफ रख दें।
- चाशनी तैयार करने के लिए
- एक पैन में चीनी और पानी लें। इसे तेज आंच पर 4 से 5 मिनट तक उबालें। अब आंच बंद कर दें। केसर और इलायची पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे एक तरफ रख दें और गुनगुना होने तक ठंडा होने दें।
- रस्क कस्टर्ड पुडिंग तैयार करने के लिए
- एक कटोरी में ताजी क्रीम और बादाम लें। अच्छी तरह मिलाएं और इसे एक तरफ रख दें। तैयार चाशनी में रस्क भिगो दें। फिर, तुरंत इसे एक सर्विंग बाउल में रखें और भिगोए हुए रस्क का बेस बनाएं।
- अब तैयार ताजा क्रीम मिश्रण और चॉकलेट सॉस को उस पर फैलाएं। फिर उस पर नारियल का बुरादा छिड़कें। फिर से, भिगोए हुए रस्क की एक परत बनाएं। अब तैयार कस्टर्ड-केले के मिश्रण को इस पर फैलाएं।
- इसे अनार के दाने, बादाम, क्रैनबेरी और काली किशमिश से गार्निश करें।
- 'रस्क कस्टर्ड पुडिंग' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- कस्टर्ड पाउडर में कमरे के तापमान वाले दूध को डाला जाना चाहिए।
- पुडिंग तैयार करते समय कस्टर्ड गुनगुना होना चाहिए।
- चाशनी मध्यम गर्म होना चाहिए और मध्यम-गाढ़ी होनी चाहिए।
- किसी भी प्रकार की चॉकलेट सॉस का उपयोग किया जा सकता है।
- पसंद के उपलब्ध फलों को डाला जा सकता है।
- किसी भी सूखे मेवे का उपयोग किया जा सकता है।
- तैयार पुडिंग को ठंडा परोसने के लिए रेफ्रिजरेटर में 2 घंटे के लिए रखा जाना चाहिए और इसे गर्म या ठंडा परोसा जा सकता है।

मूंगदाल दही भल्ला

एक विशेष व्यंजन त्योहारो के लिए



सरला मोदी द्वारा,

सर्विंग्स: 8

तैयारी का समय: 370 मिनट

गुजरात से

खाना पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- मूंग दाल - 2 कप
- उड़द दाल - 1 कप
- अदरक - एक 3 इंच का टुकड़ा, कटा हुआ
- हरी मिर्च - 3 से 4, कटी हुई
- धनिया पत्ती - आवश्यकतानुसार
- नमक - स्वादानुसार
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तेल - तलने के लिए
- दही - 2 कप
- चीनी - 3 छोटी चम्मच
- नमक - 1/4 छोटी चम्मच
- खजूर की चटनी/मीठी चटनी - आवश्यकतानुसार
- हरी चटनी - आवश्यकतानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - गार्निशिंग के लिए
- भुना हुआ जीरा पाउडर - गार्निशिंग के लिए

निर्देश

- दोनों दालों को अलग-अलग धोकर 6 से 7 घंटे के लिए नरम होने तक भिगो दें। फिर पानी को पूरी तरह से छान लें।
- उन्हें पीसने वाले जार में डालें। अदरक, हरी मिर्च, नमक, थोड़ा सा पानी और धनिया पत्ती डालें। इसे पीसकर मध्यम गाढ़ा घोल तैयार कर लें।
- इस बीच, एक गहरे फ्राइंग पैन में तेल गरम करें। जब तेल गर्म हो जाए तो एक चम्मच घोल डालें। इसी तरह, तेल में कई और चम्मच घोल डालें। इन्हें तेज आंच पर 1 से 2 मिनट तक फ्राई करें। फिर आंच को मध्यम कर दें।
- सभी भल्ले को तब तक डीप फ्राई करें जब तक कि वे चारों तरफ से क्रिस्पी और हल्के गोल्डन ब्राउन न हो जाएं। फिर उन्हें एक चम्मच का उपयोग करके एक प्लेट पर निकाल लें।
- अब एक पैन में पानी लें। पैन में तैयार भल्ले रखें। उन्हें 5 से 7 मिनट के लिए भिगो दें।
- फिर पानी निचोड़ने के लिए उन्हें अपने हाथों से धीरे से दबाएं। उन्हें एक सर्विंग प्लेट में डालें।
- फेंटा हुआ दही लें। नमक और चीनी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे पर वड़े पर डालें।
- अब इसमें खजूर की चटनी और हरी चटनी डालें। फिर नमक, लाल मिर्च पाउडर और भुना हुआ जीरा पाउडर छिड़कें।
- 'मूंगदाल दही भल्ला' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- मूंग दाल और उड़द दाल का अनुपात 1:2 होना चाहिए।
- दाल को नरम होने तक भिगोना चाहिए।
- दही खट्टा नहीं होना चाहिए।
- खजूर की चटनी तैयार करने के लिए, 250 ग्राम खजूर में 10 ग्राम इमली डालें।

गुजराती चोराफली

खास गुजराती नाश्ता



श्रद्धा ठकरार द्वारा,
सर्विंग्स: 6 तैयारी का समय: 20 मिनट

गुजरात से
खाना पकाने का समय: 3 मिनट

सामग्री

- मैदा - 1 कप + आवश्यकतानुसार
- बेसन - 1/2 कप
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार
- कढ़ी पत्ता - कुछ कटे हुए
- पुदीने की पत्तियां - कुछ कटी हुई
- अदरक-हरी मिर्च का पेस्ट - 1 छोटा चम्मच
- तिल - 2 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- हींग - 1/4 छोटी चम्मच
- तेल - 1 बड़ा चम्मच + तलने के लिए
- पानी - आवश्यकतानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - आवश्यकतानुसार

निर्देश

- एक कटोरे में मैदा लें। बेसन, धनिया पत्ती, कढ़ी पत्ता, पुदीना पत्ता, अदरक-हरी मिर्च का पेस्ट, तिल, नमक, हल्दी पाउडर, हींग और 1 बड़ा चम्मच तेल डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब मध्यम-सख्त आटा बनाने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें। इसे 15 मिनट के लिए एक तरफ रख दें।
- फिर एक छोटे से बॉल के आकार का आटा लें और आटे से गोल आकार का गोलाकार पेड़ा बनाएं। इसे मैदा में लपेटे और रोटी बनाने के लिए एक पेड़ा रोल करें।
- अब रोटी को पतली पट्टियों में काट लें। फिर इसे बीच से काट लें।
- इस बीच एक पैन में तेल गर्म करें। तैयार चोराफली को गर्म तेल में डालें। इन्हें मध्यम आंच पर सेक लें।
- इन्हें दोनों तरफ से क्रिस्पी और हल्का गोल्डन ब्राउन होने तक डीप फ्राई करें।
- एक बार हो जाने के बाद, उन्हें एक सर्विंग प्लेट पर निकाल लें और उस पर लाल मिर्च पाउडर छिड़कें।
- 'गुजराती चोराफली' परोसे जाने के लिए तैयार है।

सुझाव

- इस डिश को तैयार करने के लिए किसी भी प्रकार के तेल का उपयोग किया जा सकता है।
- आटा तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डाला जाना चाहिए।
- यदि आप चाहें तो मैदे के साथ गेहूं का आटा ले सकते हैं।

चीज़ी शेजवान ब्रेड पकौड़ा

त्योहार के मौसम के लिए झटपट बनने वाला नाश्ता



श्वेता शेट्ट द्वारा,
सर्विंग्स: 2 तैयारी का समय: 5 मिनट

मुंबई से
खाना पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- आलू स्टफिंग तैयार करने के लिए
- उबला हुआ आलू - 3 से 4, छिलकर मैश किया हुआ
- नमक - स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- अमचूर पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- चाट मसाला - 1 छोटी चम्मच
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार
- अदरक-हरी मिर्च का पेस्ट - 1 छोटा चम्मच
- चीज़ी शेजवान स्टफिंग तैयार करने के लिए
- शेजवान चटनी - 2 टेबल स्पून
- प्रोसेस्ड चीज़ - 2 बड़े चम्मच, कटूकस किया हुआ
- चीज़ी शेजवान ब्रेड पकौड़ा तैयार करने के लिए
- ब्रेड - 2 स्लाइस
- हरी चटनी - आवश्यकतानुसार
- तेल - तलने के लिए
- बेसन बैटर तैयार करने के लिए
- बेसन - 3 कप
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- अजवायन - 1/2 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार

निर्देश

- आलू स्टफिंग तैयार करने के लिए
- एक कटोरे में मसले हुए आलू लें। नमक, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर, अमचूर पाउडर, चाट मसाला, हरा धनिया, और अदरक-हरी मिर्च का पेस्ट डालें। अच्छी तरह मिलाएं और एक तरफ रख दें।
- चीज़ी शेजवान स्टफिंग तैयार करने के लिए
- तैयार आलू का आधा हिस्सा एक कटोरे में लें। शेजवान चटनी और चीज़ डालें। अच्छी तरह मिलाएं और एक तरफ रख दें।
- बेसन बैटर तैयार करने के लिए
- एक बड़े बाउल में बेसन लें। अपनी हथेलियों के बीच रगड़कर अजवाइन डालें। अब नमक, हल्दी पाउडर और लाल मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक गांठ मुक्त और मध्यम गाढ़ा बैटर तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें। अब क्रिस्पी ब्रेड पकौड़ा बनाने के लिए इसे 1 से 2 मिनट तक अच्छे से फेंट लें।
- चीज़ी शेजवान ब्रेड पकौड़ा तैयार करने के लिए
- दोनों ब्रेड स्लाइस पर हरी चटनी लगाएं। अब तैयार चीज़ी शेजवान स्टफिंग को एक ब्रेड स्लाइस पर फैलाएं।
- इसे दूसरे ब्रेड स्लाइस के साथ कवर करें। इसे दबाएं और त्रिकोण आकार में दो टुकड़ों में काट लें।
- अब, इसे तैयार बेसन के घोल में डुबोएं और इसे चारों तरफ से अच्छी तरह से कोट करें।
- इस बीच एक पैन में तेल गर्म करें। तैयार ब्रेड स्लाइस को गर्म तेल में डालें और मध्यम आंच पर सेके।
- एक बार जब वह एक तरफ से हल्की सुनहरी भूरे रंग की हो जाती है, तो उन्हें चम्मच का उपयोग करके पलटें।
- इन्हें दोनों तरफ से क्रिस्पी और हल्का गोल्डन ब्राउन होने तक डीप फ्राई करें। एक बार सिक जाने के बाद, एक सर्विंग प्लेट पर निकालें और काट लें।
- 'चीज़ी शेजवान ब्रेड पकौड़ा' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- शेजवान चटनी के बजाय शेजवान सॉस डाला जा सकता है।
- स्टफिंग में किसी भी प्रकार का चीज़ डाला जा सकता है।
- क्रिस्पी ब्रेड पकौड़ा बनाने के लिए बेसन के मिश्रण को 1 से 2 मिनट तक अच्छी तरह से फेंटना चाहिए।
- [हरी चटनी](#) का उपयोग करके इस पकवान को तैयार किया जा सकता है।

वेज नर्गिसी कोफ्ता

एक प्रसिद्ध मुगलई व्यंजन



शेफ भवर लाल बाहेती जी द्वारा,
सर्विंग्स: 7 तैयारी का समय: 8 मिनट

राजस्थान से
खाना पकाने का समय: 7 मिनट

सामग्री

- तेल - 1 बड़ा चम्मच+ तलने के लिए
- जीरा - 1 छोटी चम्मच
- सौंफ - 1 छोटी चम्मच
- अदरक - 1 इंच, कट्टकस किया हुआ
- हरी मिर्च - 4 से 5, बारीक कटी हुई
- पुदीना - कुछ
- चुकंदर - 1/4 कप, कट्टकस किया हुआ
- उबला हुआ आलू - 300 ग्राम, छीलकर मैश किया हुआ
- लाल मिर्च पाउडर - 2 छोटी चम्मच
- गरम मसाला - 1 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- शक्कर - 1 छोटी चम्मच
- टाटरी - 1/2 छोटी चम्मच
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार
- मैदा - 1 बड़ा चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- ब्रेड क्रम्ब्स - आवश्यकतानुसार

निर्देश

- एक कटोरे में मैदा लें। मध्यम गाढ़ा घोल तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें। इसे एक तरफ रख दें।
- एक पैन में तेल गरम करें। जीरा, सौंफ, अदरक, हरी मिर्च और पुदीना डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसमें चुकंदर डालें और अच्छी तरह मिलाएं। इसे कुछ सेकंड के लिए भून लें। फिर उबला हुआ आलू डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला, नमक, हल्दी पाउडर, और चीनी डालें। 2 से 3 मिनट के लिए अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसमें टाटरी और हरा धनिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे एक तरफ रख दें और ठंडा होने दें।
- अब मिश्रण से एक छोटी गेंद के आकार का कोफ्ता तैयार करें। इसी तरह, मिश्रण से सभी कोफ्ते तैयार करें।
- कोफ्ते को तैयार घोल में डुबोएं और फिर इसे पूरी तरह से ब्रेड क्रम्ब्स के साथ कोट करें। इसी तरह, सभी कोफ्ते तैयार करें।
- इस बीच कोफ्ता तलने के लिए एक पैन में तेल गर्म करें। कोफ्ते को गर्म तेल में रखें। सबसे पहले, उन्हें मध्यम आंच पर सेके; फिर आंच धीमी रखें।
- इन्हें चारों तरफ से क्रिस्पी और गोल्डन ब्राउन होने तक डीप फ्राई करें।
- एक बार पूरा तलने के बाद, उन्हें चम्मच का उपयोग करके सर्विंग प्लेट पर निकाल लें।
- 'वेज नर्गिसी कोफ्ता' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- घोल तैयार करने के लिए मैदा के बजाय गेहूं के आटे को उपयोग में लिया जा सकता है।
- घर में बने [ब्रेड क्रम्ब्स](#) का उपयोग करके कोफ्ते तैयार किये जा सकते हैं।

नींबू का अचार

एक मसालेदार और खट्टा साइड डिश



दीपिका नाहटा द्वारा,

सर्विंग्स: 12

तैयारी का समय: 5 मिनट



राजस्थान से

खाना पकाने का समय: 0 मिनट

सामग्री

- नींबू - 5
- नमक - 2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 2 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- सौंफ - 2 छोटी चम्मच
- कलौंजी - 1/2 छोटी चम्मच
- हींग - 1 छोटी चम्मच

निर्देश

- नींबू को धोकर साफ सूखे कपड़े से पूरी तरह पोंछ लें।
- नींबू को 4 टुकड़ों में काटें और एक कटोरी में नींबू के टुकड़े डालें।
- नमक, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर, सौंफ, कलौंजी और हींग डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसे 2 दिनों के लिए मलमल के कपड़े से ढक दें। इसे दिन में 2 से 3 बार हिलाएं।
- इस अचार को शुरू में 2 दिनों के लिए कमरे के तापमान पर रखा जाना चाहिए और फिर कांच के जार में स्टोर करके इसका उपयोग एक साल तक किया जा सकता है।
- 'नींबू का अचार' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- नमक और नींबू का अनुपात 1: 5 होना चाहिए।
- प्रत्येक 1 किलो नींबू के लिए, 200 ग्राम नमक लिया जाना चाहिए।
- नींबू को आप अपने पसंद के अनुसार काट सकते हैं।
- नींबू पीले रंग का होना चाहिए और छिलके पर दाग-धब्बे नहीं होने चाहिए।
- पर्याप्त मात्रा में हींग डालने की सलाह दी जाती है।
- इस अचार का उपयोग एक साल तक किया जा सकता है।
- इस अचार को शुरू में 2 दिनों के लिए कमरे के तापमान पर रखा जाना चाहिए और फिर कांच के जार में स्टोर करें।
- हवा के लिए, कटोरे को प्लेट के बजाय मलमल के कपड़े से ढका जाना चाहिए।
- यदि आचार बनते वक्त नींबू सूख जाता है और अच्छी तरह से रस नहीं निकलता है, तो 1 से 2 नींबू का नींबू का रस मिलाया जाना चाहिए।

पनीर पोटेटो स्टार्टर

एक कुरकुरा और मसालेदार नाश्ता



दिव्या शर्मा द्वारा,

दिल्ली से

सर्विंग्स: 5

तैयारी का समय: 5 मिनट

खाना पकाने का समय: 3 मिनट

सामग्री

- मेरिनेशन के लिए
- गाढ़ा दही - 3 से 4 टेबल स्पून
- अदरक-लहसुन का पेस्ट - 1 छोटी चम्मच
- कसूरी मेथी - 1 छोटा चम्मच
- बेसन - 2 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- सरसों का तेल - 1 छोटी चम्मच
- पनीर - 200 ग्राम, लंबे टुकड़ों में काटें
- पनीर पोटेटो स्टार्टर तैयार करने के लिए
- आलू - 1, पतला कटा हुआ
- तेल - तलने के लिए

निर्देश

- मेरिनेशन के लिए
- सरसों का तेल गरम करें। इसे ठंडा होने दें। इसे एक तरफ रख दें।
- सबसे पहले एक बाउल में गाढ़ा दही लें। अदरक-लहसुन का पेस्ट, और कसूरी मेथी डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इसके अलावा, बेसन, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं और गरम सरसों का तेल डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- पनीर के टुकड़े डालें। हल्के हाथों से मिलाएं और उन्हें अच्छी तरह से लपेटे करें।
- पनीर आलू स्टार्टर तैयार करने के लिए
- आलू का एक टुकड़ा लें। आलू के स्लाइस के बीच में मसालेदार पनीर का टुकड़ा डालें। आलू के स्लाइस को मोड़ें और टूथपिक का उपयोग करके इसे फिक्स करें। इसी तरह, सभी पनीर पोटेटो स्टार्टर तैयार करें।
- इस बीच, तलने के लिए एक पैन में तेल गरम करें। तैयार पनीर पोटेटो स्टार्टर को गर्म तेल में रखें।
- इसे मध्यम आंच पर तब तक डीप फ्राई करें जब तक कि यह चारों तरफ से क्रिस्पी और गोल्डन ब्राउन न हो जाए।
- तलने के बाद, उन सभी को चम्मच का उपयोग करके सर्विंग प्लेट पर निकालें।
- 'पनीर पोटेटो स्टार्टर' सर्व करने के लिए तैयार है।

मिक्स दाल पराठा

सभी के लिए एक स्वादिष्ट और स्वास्थ्यवर्धक भोजन



मृदुला अमेरिया द्वारा,
सर्विंग्स: 2 तैयारी का समय: 120 मिनट

राजस्थान से
खाना पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- गेहूं का आटा - 1 कप
- हरी छिलके वाली मूंग दाल - 4 छोटी चम्मच
- उड़द दाल - 2 छोटी चम्मच
- चना दाल - 2 छोटी चम्मच
- अरहर की दाल - 2 छोटी चम्मच
- मसूर दाल - 2 छोटी चम्मच
- तिल - 1 छोटी चम्मच
- अदरक - 1 इंच, बारीक कटा हुआ
- हरी मिर्च - 2
- भुना हुआ जीरा पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- गरम मसाला पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - स्वादानुसार
- हींग - चुटकी भर
- कसूरी मेथी - 1 छोटी चम्मच
- सौंफ पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- धनिया पत्ता- आवश्यकतानुसार, कटी हुई।
- नमक - स्वादानुसार
- तेल - 1 छोटी चम्मच
- घी - भूनने के लिए

निर्देश

- सभी दालों को धोकर कम से कम 3 से 4 घंटे के लिए भिगो दें। फिर, पानी को पूरी तरह से छान लें। इसे पीसने वाले जार में डालें। अदरक और हरी मिर्च डालें। इसे पीसकर थोड़ा मोटा मिश्रण बना लें।
- अब, इसे एक कटोरे में निकाल लें। गेहूं का आटा, तिल, कसूरी मेथी को हथेलियों के बीच रगड़कर, सौंफ पाउडर, भुना हुआ जीरा पाउडर, गरम मसाला, हींग, लाल मिर्च पाउडर, नमक, और कटा हुआ धनिया पत्ती डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- नरम आटा गूंथ लें। यदि आवश्यक हो, तो थोड़ा पानी डालें। 1 छोटी चम्मच तेल डालें। अच्छी तरह से गूंथ लें।
- एक छोटे से गेंद के आकार का आटा लें और आटे से गोल आकार का गोलाकार पेड़ा बनाएं। इसे सूखे आटे में लपेटे और पराठा बनाने के लिए एक पेड़ा बेल लें। इसे दबाकर इसके किनारों को ठीक करें।
- इस बीच, एक तवा गर्म करें। पराठे को तवे पर रखें। मध्यम आंच पर एक तरफ से पकाएं।
- थोड़ा भूरा होने के बाद इसे पलटें। इसे मध्यम आंच पर भून लें। दोनों तरफ घी लगाएं, और मध्यम आंच पर पकाएं। इसे पकाते समय पराठे को दबाएं।
- पकने के बाद इसे सर्विंग प्लेट पर निकाल लें। इसी तरह, सभी पराठे तैयार करें।
- स्वादिष्ट 'मिक्स दाल पराठा' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- पराठा बनाने के लिए पसंद की किसी भी दाल का उपयोग किया जा सकता है।
- पसंद का कोई भी मसाला डाला जा सकता है, लेकिन सौंफ जरूर डालनी चाहिए; वे पकवान को एक अच्छा स्वाद देते हैं।
- पराठे को धीमी आंच पर पकाया जाना चाहिए और पकाते समय दबाया जाना चाहिए।

चना दाल सुंदल

एक प्रोटीन युक्त पकवान



आदित्य और अर्चना चक्रवर्ती द्वारा,
सर्विंग्स: 2 तैयारी का समय: 5 मिनट

कर्नाटक से
खाना पकाने का समय: 6 मिनट

सामग्री

- चना दाल - 1 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- नमक - स्वादानुसार
- तेल - 1 टेबल स्पून
- सरसों/राई - 1/2 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- हींग - 1/4 छोटी चम्मच
- अदरक - 1 इंच, कट्टूकस किया हुआ
- हरी मिर्च - 2 से 3, कटी हुई
- कढ़ी पत्ता - आवश्यकतानुसार
- ताजा नारियल - 1 कप, कट्टूकस किया हुआ
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार

निर्देश

- चना दाल को धोकर प्रेशर कुकर में डालें। पानी और नमक डालें। इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 सीटी आने तक पकाएं। एक बार ऐसा करने के बाद, पानी को छान लें और इसे एक कटोरे में निकाल लें। इसे एक तरफ रख दें।
- एक पैन में तेल गरम करें। इसमें सरसों, हल्दी पाउडर, हींग, अदरक, हरी मिर्च और कढ़ी पत्ता डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसमें पकी हुई चना दाल और थोड़ा सा नमक डालें। कुछ सेकंड के लिए अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर ताजा नारियल और हरा धनिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे सर्विंग प्लेट पर निकाल लें।
- 'चना दाल सुंदल' परोसने के लिए तैयार है।

इंस्टेंट जलेबी

एक लोकप्रिय मिठाई



अनीता शर्मा द्वारा,

राजस्थान से

सर्विंग्स: 4

तैयारी का समय: 35 मिनट

खाना पकाने का समय: 6 मिनट

सामग्री

- मैदा - 1 कप
- दही - आवश्यकतानुसार
- घी - तलने के लिए आवश्यकतानुसार
- चीनी - 2 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- केसर - 5 से 6 धागे
- इलायची पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच

निर्देश

- एक पैन में चीनी लें। थोड़ा पानी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। केसर और इलायची पाउडर डालें। एक-तार चाशनी तैयार करने के लिए इसे तेज आंच पर 2 से 3 मिनट तक उबालें। इसे एक तरफ रख दें।
- एक कटोरे में मैदा लें। मध्यम-गाढ़ा, गांठ रहित घोल तैयार करने के लिए दही को धीरे-धीरे डालें। इसे 30 से 60 मिनट तक रख दें।
- फिर इसे 15 से 20 मिनट तक अच्छी तरह से फेंटें जब तक कि यह फूल न जाए।
- अब बैटर को प्लास्टिक/पॉलिथीन पैकेट में डालें। इसके मुंह को इस तरह से काटें ताकि जलेबी बनाने के लिए बैटर को पैन पर फैलाने में आसानी हो।
- एक चपटे पैन में घी गरम करें। बाहर से अंदर तक चक्कर लगाने जैसा बैटर डालना शुरू करें। तीन चक्कर बनाओ। इसी तरह, सभी जलेबी तैयार करें। इसे धीमी आंच पर पकाएं।
- इसे हल्का ब्राउन होने तक फ्राई करें। इसे निकाल कर चीनी के सिरप में कुछ देर डुबोकर रखें।
- अब इसे चीनी के सिरप से निकाल कर सर्विंग प्लेट में रखें।
- 'इंस्टेंट जलेबी' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- जलेबी बनाते वक्त दोनों सिरों को जोड़ा जाना चाहिए।
- बैटर को कम से कम 30 मिनट तक रखे रहने दें।
- जलेबी को गैस के छोटे बर्नर पर तैयार करें।

साबूदाना वेजी चीला

प्रोटीन से भरपूर विशेष व्यंजन



कीर्ति अग्रवाल और मंजू अग्रवाल द्वारा, राजस्थान से
सर्विंग्स: 2 तैयारी का समय: 8 मिनट खाना पकाने का समय: 15 मिनट

सामग्री

- मूंगफली के दाने - 1/2 कप
- साबूदाना - 1/2 कप
- गेहूं का आटा - 1/2 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- गाजर - 1/2 कप, कटूकस किया हुआ
- टमाटर - 2, कटूकस किया हुआ
- पत्तागोभी - 1/4 कप, कटूकस किया हुआ
- शिमला मिर्च - 1/2 कप, बारीक कटी हुई
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार
- पुदीना - 1 छोटी चम्मच, बारीक कटी हुई
- हरी मिर्च - 2 से 3, बारीक कटी हुई
- उबला हुआ आलू - 1, छीलकर मैश किया हुआ
- चाट मसाला - 1 छोटी चम्मच
- चिली फ्लेक्स - 1/2 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- घी - आवश्यकतानुसार

निर्देश

- एक पैन में मूंगफली और साबूदाना लें। इसे मध्यम आंच पर 5 से 7 मिनट तक भून लें। इसे ठंडा होने दें।
- अब इसे एक पीसने वाले जार में कुछ सेकंड के लिए पीस लें और दरदरा पिसा हुआ मिश्रण तैयार कर लें।
- इसे एक कटोरे में निकाल लें। गेहूं का आटा डालें। फिर मध्यम-गाढ़ा घोल तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें।
- अब इसमें गाजर, टमाटर, पत्तागोभी, शिमला मिर्च, हरा धनिया, पुदीना, हरी मिर्च, उबले आलू, चाट मसाला, चिली फ्लेक्स और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इस बीच, एक तवा गर्म करें। इसे घी से चिकना कर लें। तवे पर घोल डालें और इसे पैनकेक की तरह फैलाएं। इसे धीमी आंच पर 3 से 4 मिनट तक अच्छे गोल्डन ब्राउन होने तक पकाएं।
- इसे दूसरी तरफ भी पकाने के लिए पलटें। घी की कुछ बूंदें डालें। एक बार जब यह दोनों तरफ से पक जाए, तो इसे एक सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'साबूदाना वेजी चीला' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- साबूदाने के पिसे हुए मिश्रण को स्टोर किया जा सकता है।
- अगर व्रत के लिए इस चीला को बनाएं तो गेहूं के आटे की जगह सिंघाड़े का आटा, कुटू का आटा या राजगिरा का आटा मिलाया जा सकता है।
- उबले हुए आलू इच्छानुसार डाल सकते हैं।
- पसंद की उपलब्ध सब्जियां डाल सकते हैं।
- यदि यह चीला व्रत के लिए बनाया जा रहा है, तो सब्जियों को उसके अनुसार डाला जा सकता है।
- घोल में हल्दी इच्छानुसार डाल सकते हैं।

टमाटर की सब्जी

सुबह टिफिन के लिए एक झटपट बनने वाला विकल्प



नेहा अग्रवाल द्वारा,

रायपुर से

सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 5 मिनट

खाना पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- तेल - 1 बड़ा चम्मच
- सरसों/राई - 1/2 छोटी चम्मच
- कढ़ी पत्ता - कुछ
- हरी मिर्च - 1, कटी हुई
- टमाटर - 2, बारीक कटे हुए
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- धनिया पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- गुड़ पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार +
गार्निशिंग के लिए

निर्देश

- एक पैन में तेल गरम करें। इसमें सरसों, कढ़ी पत्ता, हरी मिर्च और टमाटर डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर नमक, हल्दी पाउडर और धनिया पाउडर डालें। अच्छी तरह से मिलाएं और इसे तेज आंच पर 1 से 2 मिनट तक पकाएं।
- लाल मिर्च पाउडर डालकर अच्छी तरह मिला लें और तेज आंच पर कुछ सेकंड के लिए पकाएं। अब हरा धनिया और गुड़ पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे तेज आंच पर 2 से 3 मिनट तक पकाएं।
- एक बार पकने के बाद, इसे एक सर्विंग बाउल में निकाल लें और इसे हरा धनिया से गार्निश करें।
- 'टमाटर की सब्जी' परोसे जाने के लिए तैयार है।

सुझाव

- सब्जी में जीरा मिलाया जा सकता है।

प्याज के पकौड़े वाली कढ़ी

एक मसालेदार, नमकीन, और चटपटा साइड डिश



मंजू सराफ द्वारा,

गुड़गांव से

सर्विंग्स: 6

तैयारी का समय: 5 मिनट

खाना पकाने का समय: 15 मिनट

सामग्री

- प्याज के पकौड़े की तैयारी के लिए
- प्याज - 2 बारीक कटे हुए
- हरी मिर्च - 1, बारीक कटी हुई
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार
- बेसन - 3 बड़े चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- तेल - आवश्यकतानुसार
- प्याज के पकौड़े वाली कढ़ी तैयार करने के लिए
- दही - 1 कप
- बेसन - 1 और 1/2 बड़ा चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- हरी मिर्च - 1, बारीक कटी हुई
- हरा धनिया - गार्निशिंग के लिए मुट्ठी भर
- तड़का तैयार करने के लिए
- तेल - 1 बड़ा चम्मच
- सरसों/राई - 1/2 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- तेजपत्ता - 1
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच

निर्देश

- प्याज के पकौड़े की तैयारी के लिए
- एक बाउल में प्याज, हरी मिर्च, हरा धनिया, बेसन, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर और नमक लें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब थोड़ा सा पानी डालें। अच्छी तरह मिलाएं और एक गाढ़ा मिश्रण तैयार करें।
- इस बीच, एक अप्पे पैन गर्म करें और अप्पे मोल्ड में तेल की कुछ बूंदें डालें। अब अप्पे मोल्ड में एक छोटे से गेंद के आकार के पकौड़े का मिश्रण रखें। पैन को ढक्कन के साथ कवर करें।
- इसे 3 से 4 मिनट तक धीमी से मध्यम आंच पर पकने दें।
- पकौड़े को पलटें और तेल की कुछ बूंदें डालें। अब पैन को कवर करें। इसे 3 से 4 मिनट तक पकाएं। एक बार पक जाने के बाद, उन्हें एक प्लेट में निकाल लें। इसे एक तरफ रख दें।
- प्याज के पकौड़े वाली कढ़ी तैयार करने के लिए
- दही को पीसने वाले जार में लें। बेसन डालें और इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें। इसे एक तरफ रख दें।
- एक पैन गरम करें। पिसा हुआ दही मिश्रण डालें। फिर नमक और हल्दी पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। पानी और हरी मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इसे मध्यम आंच पर 4 से 5 मिनट तक उबलने दें।
- तड़का तैयार करने के लिए
- एक कड़ाही में तेल गरम करें। इसमें सरसों, हींग और तेजपत्ता डालें। अब आंच बंद कर दें और लाल मिर्च पाउडर डालें। इसे कढ़ी पर डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर तैयार पकौड़े डालें और कढ़ी को हरा धनिया से गार्निश करें। इसे सर्विंग बाउल में निकाल लें।
- 'प्याज के पकौड़े वाली कढ़ी' परोसने के लिए तैयार है।

बचे हुए चावल की मुठिया

एक मसालेदार और स्वादिष्ट नाश्ता



शीनू दुग्गल द्वारा,

पंजाब से

सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 5 मिनट

खाना पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- बचे हुए चावल/ पके हुए चावल - 3 कप
- प्याज - 1, बारीक कटा हुआ
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार
- चावल का आटा - 1 कप
- नमक - स्वादानुसार
- चाट मसाला - 2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 3 छोटी चम्मच
- तेल - चिकना करने के लिए
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तड़का तैयार करने के लिए
- तेल - 1 बड़ा चम्मच + आवश्यकतानुसार
- कढ़ी पत्ता - आवश्यकतानुसार
- जीरा - 1/2 छोटी चम्मच
- सरसों - 1/2 छोटी चम्मच
- सूखी लाल मिर्च मिर्च - 2 से 3
- काजू - 4 से 5 कटे हुए
- नींबू का रस - 1/2 नींबू का रस

निर्देश

- बचे हुए चावल को पीसने वाले जार में पीसकर चिकना पेस्ट बना लें। एक कटोरे में निकाल लें।
- प्याज, हरा धनिया, चावल का आटा, नमक, चाट मसाला और लाल मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब तैयार मिश्रण से छोटे, बेलनाकार आकार के मुठिया बनाएं। स्टैंड या छत्री को चिकना करें और सभी तैयार मुठिया को उसमें व्यवस्थित करें।
- इस बीच, एक स्टीमर में पानी गर्म करें और उसमें एक स्टैंड या छत्री रखें।
- एक बार जब पानी उबलने लगे, तो मुठिया को स्टीमर में डालें और ढक्कन से ढक दें। मध्यम आंच पर मुठिया को 10 से 12 मिनट तक भाप में पकने दें।
- 8 मिनट के बाद चाकू डालकर मुठिया चेक करें। अगर यह साफ निकलता है, तो मुठिया तैयार है; अन्यथा, इसे 2 से 3 मिनट के लिए भाप दें।
- एक बार पकने के बाद, इसे बाहर निकालें।
- तड़का तैयार करने के लिए
- एक पैन में तेल गरम करें। कढ़ी पत्ते, जीरा, सरसों, सूखी लाल मिर्च और काजू डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब पकाए हुए मुठिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं। थोड़ा सा तेल डालें। इसे 3 से 4 मिनट के लिए तेज आंच पर कभी-कभी अच्छी तरह से सुनहरा भूरा होने तक हिलाएं।
- एक बार ऐसा करने के बाद, इसे एक सर्विंग प्लेट पर निकाल लें और उस पर नींबू का रस डालें।
- 'बचे हुए चावल की मुठिया' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- बचे हुए चावल को पीसते समय पानी नहीं डाला जाना चाहिए।
- लाल मिर्च पाउडर की जगह हरी मिर्च डाली जा सकती है।
- मुठिया को चाकू डालकर चेक करना चाहिए। अगर यह साफ निकलता है, तो मुठिया तैयार है; अन्यथा, इसे 2 से 3 मिनट के लिए भाप में उबाला जाना चाहिए।
- काजू की जगह मूंगफली मिलाई जा सकती है।

मिर्ची के टिपोरे

एक मसालेदार और चटपटा साइड डिश



मृदुला अमेरिया द्वारा,

राजस्थान से

सर्विंग्स: 5

तैयारी का समय: 5 मिनट

खाना पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- हरी मिर्च (बड़ी और मोटी) - 8 से 10
- सरसों का तेल - 2 बड़े चम्मच
- सरसों - 1 छोटी चम्मच
- सौंफ - 1 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- धनिया पाउडर - 2 छोटी चम्मच
- सौंफ पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- भुना हुआ जीरा पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- अमचूर - 2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच

निर्देश

- हरी मिर्च को गोल आकार में काटें और एक तरफ रख दें।
- एक पैन में तेल गरम करें। इसमें सरसों, सौंफ, हींग और कटी हुई हरी मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- नमक और हल्दी पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और मध्यम आंच पर पकाएं। पैन को एक मिनट के लिए ढक्कन के साथ कवर करें। अब इसमें धनिया पाउडर, सौंफ पाउडर, भुना जीरा पाउडर, अमचूर और लाल मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और पैन को एक मिनट के लिए ढक्कन के साथ कवर करें।
- एक बार पकने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे सर्विंग बाउल में निकाल लें।
- 'मिर्ची के टिपोरे' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- हरी मिर्च को ज्यादा न पकाये। इसे कुरकुरा रखे।

सूजी मोइस्ट केक

एक आसान चाय के समय खाया जाने वाला केक



विजय हल्दिया,

संस्थापक,

ज़ायका का तड़का

सर्विंग्स: 6

तैयारी का समय: 15 मिनट

खाना पकाने का समय: 45 मिनट

सामग्री

- सूजी/रवा - 1 कप
- गेहूं का आटा - 1/2 कप
- पिसी हुई शक्कर - 3/4 कप
- नमक - एक चुटकी
- दही - 1 कप, फेंटा हुआ
- वनीला एसेंस - 1/2 छोटी चम्मच
- जैतून का तेल - 3/4 कप
- दूध - 1/2 कप
- बेकिंग पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- बेकिंग सोडा - 1/2 छोटी चम्मच
- घी - आवश्यकतानुसार
- पिस्ता - बारीक कटा हुआ
- चाशनी तैयार करने के लिए
- पानी - 1/2 कप
- चीनी - 2 छोटी चम्मच
- नींबू का रस - 1/2 नींबू का रस

निर्देश

- ओवन को 10 मिनट के लिए 180 डिग्री सेल्सियस पर प्रीहीट करें।
- इस बीच, एक कटोरा लें और उस पर एक छलनी रखें। इसमें सूजी और गेहूं का आटा डालकर छान लें।
- अब छलनी में चीनी डालकर छान लें। फिर नमक, दही और वनीला एसेंस डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- जैतून का तेल डालें। फिर मध्यम गाढ़ा घोल तैयार करने के लिए धीरे-धीरे दूध डालें। अब इसमें बेकिंग पाउडर और बेकिंग सोडा डालें।
- एक केक टिन लें और इसे घी से चिकना करें। इसमें बटर पेपर लगाएं और घी से भी ग्रीस करें। इसमें बैटर डालें और केक टिन को 2 से 3 बार टैप करें।
- बेकिंग के लिए ओवन में केक टिन डालें। केक को 180 डिग्री सेल्सियस पर 45 मिनट तक बेक करें।
- बेक होने के बाद, केक टिन को ओवन से बाहर निकालें और इसे कमरे के तापमान पर ठंडा होने दें। केक को डी-मोल्ड करें और बटर पेपर को हटा दें। इसे सर्विंग प्लेट पर निकाल लें।
- इस बीच, चाशनी तैयार करने के लिए एक कटोरे में पानी और चीनी लें। इसे मध्यम आंच पर तब तक गर्म करें जब तक कि यह उबलने लगे। फिर नींबू का रस डालें।
- पके हुए केक पर चीनी सिरप डालें और इसे पिस्ता से गार्निश करें।
- 'सूजी मोइस्ट केक' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- यदि बारीक सूजी उपलब्ध नहीं है, तो मोटी सूजी को पीस लें।
- मिठास को आवश्यकतानुसार रख सकते हैं।
- इस केक को तैयार करने के लिए जैतून के तेल की जगह किसी भी तरह के तेल का इस्तेमाल किया जा सकता है।
- बेकिंग से ठीक पहले बेकिंग पाउडर और बेकिंग सोडा मिलाया जाना चाहिए।
- यदि समय हो तो, तो बैटर को बेकिंग सोडा और बेकिंग पाउडर को मिलाए बिना 15 मिनट के लिए रखना चाहिए।

आलू बोंडा

एक स्वादिष्ट नाश्ता



अर्चना चक्रवर्ती द्वारा,

कर्नाटक से

सर्विंग्स: 1 - 2 तैयारी का समय: 4 - 5 मिनट

खाना पकाने का समय: 3 - 4 मिनट

सामग्री

- आलू मसाला तैयार करने के लिए
- आलू - 4 से 5, उबला हुआ और मसला हुआ
- नमक - स्वादानुसार
- तेल - 2 बड़े चम्मच
- जीरा - 1 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- सरसों - 1 छोटी चम्मच
- चना दाल - 1 छोटी चम्मच
- उड़द दाल - 1 छोटी चम्मच
- हरी मिर्च - 3, कटी हुई
- कढ़ी पत्ता - कुछ कटे हुए
- हल्दी पाउडर - 1 छोटा चम्मच
- नींबू का रस - 1/2 नींबू का रस
- हरा धनिया - एक मुट्ठी
- बैटर तैयार करने के लिए
- बेसन - 1 कप
- चावल का आटा - 2 से 3 बड़े
- नमक - स्वादानुसार
- पानी - आवश्यकतानुसार
- हींग - एक चुटकी
- अन्य सामग्री
- तेल - तलने के लिए

निर्देश

- आलू मसाला तैयार करने के लिए
- एक पैन में तेल गरम करें। चना दाल, उड़द दाल, सरसों, जीरा, हींग, हरी मिर्च और कढ़ी पत्ता डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे थोड़ी देर के लिए भून लें।
- अब हल्दी पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर उबला हुआ आलू डालें और इसे अच्छी तरह से मिलाएं। नमक और हरा धनिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक बार पक जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे ठंडा होने दें। फिर, नींबू का रस डालें। अब, मसाला तैयार है।
- आलू के मसाले का एक छोटा सा हिस्सा हथेली पर लें। एक छोटी गोल आकार की गेंद तैयार करें। इसी तरह, मिश्रण से सभी गेंदों को तैयार करें और एक तरफ रख दें।
- बैटर तैयार करने के लिए
- एक कटोरी में बेसन और चावल का आटा लें। नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर मध्यम गाढ़ा घोल बनाने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर बैटर में एक चम्मच गर्म तेल डालें और इसे अच्छी तरह से मिलाएं।
- आलू बोंडा तैयार करने के लिए
- बोंडा तलने के लिए एक पैन में तेल गरम करें। तैयार आलू गेंदों को घोल में डुबोएं और उन्हें समान रूप से कोट करें। फिर उनमें से प्रत्येक को गर्म तेल में डालें और मध्यम आंच पर सेके।
- इन्हें चारों तरफ से क्रिस्पी और गोल्डन ब्राउन होने तक डीप फ्राई करें। फिर, उन्हें चम्मच का उपयोग करके एक सर्विंग प्लेट पर निकाल लें।
- 'आलू बोंडा' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- मसाले के तीखेपन को स्वाद के अनुसार रखें।
- गेंद बनाते समय आलू के मसाले से हरी मिर्च को हटाया जा सकता है।
- स्वाद को बढ़ाने के लिए आलू को उबालते समय हल्दी पाउडर और नमक डालना चाहिए।
- ठंडा होने के बाद आलू के मसाले में नींबू का रस मिलाया जाना चाहिए।



ENJOY!

आप अपने सुझाव देने और जानकारी प्राप्त करने के लिए हमें इस पते पर ईमेल कर सकते हैं -

info@zaykakatadka.com