

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

ज़ायका का तड़का

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

सितंबर- 2023

Unedited
live recipes



जो दिखता है !
वही बनता है !

ISSUE : 37



LIVE FROM THE KITCHENS OF MOMS
OF INDIA



The Super Chef Moms of India



सूची



05 सूजी वेज सैंडविच

एक स्वास्थ्यवर्धक टिफिन बॉक्स विकल्प

15 कोलकाता स्ट्रीट स्टाइल झालमुड़ी

एक मसालेदार और स्वादिष्ट शाम का नाश्ता

23 कोन डोसा विथ कोकोनट चटनी

एक प्रोटीन युक्त नाश्ता

1. ताईकिले अंबाडो - 4
2. सूजी वेज सैंडविच - 5
3. कुट्टू के पकौडे - 6
4. सूजी मोदक - 7
5. राजस्थानी पितोड़ की सब्जी - 8
6. लहसुनी पनीर - 9
7. ओनियन केप्सिकम टिक्का मसाला - 10
8. सत्तू का पराठा - 11
9. पानीपुरी रैप - 12
10. रसगुल्ला आइसक्रीम डेज़र्ट - 13
11. टिंडोरा/कुंदरू का अचार - 14
12. कोलकाता स्ट्रीट स्टाइल झालमुड़ी - 15
13. सूजी की कचौड़ी - 16
14. जोधपुरी माड़ी - 17
15. इंस्टेंट सांभर राइस यूजिंग सांभर पाउडर - 18
16. कुट्टू की पूरी - 19
17. लेयर्ड हंग कर्ड सैंडविच - 20
18. पंजीरी और पंचामृत - 21
19. गुजराती खट्टा मीठा ढोकला - 22
20. कोन डोसा विथ कोकोनट चटनी - 23
21. स्लाइस्ड केक - 24

ताईकिले अंबाडो

कोंकण का लोकप्रिय मानसून विशेष व्यंजन

सुनंदा प्रभु जी द्वारा,

मैंगलोर से



सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 65 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- ताइकिले /टोरा /सेन्ना टोरा के पत्ते - एक गुच्छा कटा हुआ
- चावल - 3/4 कप
- भुनी हुई उड़द दाल - 1/4 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- सूखी लाल मिर्च - 10 से 12
- इमली- 2 से 3 टुकड़े
- हींग - 1/4 छोटी चम्मच
- समुद्री नमक - स्वादानुसार
- तेल - तलने के लिए

निर्देश

- भुनी हुई उड़द दाल और चावल लें। इसे 2 घंटे के लिए पानी में भिगो दें। फिर पानी को छान लें।
- एक पीसने वाले जार में सूखी लाल मिर्च, इमली, हींग और समुद्री नमक लें। इसका पेस्ट तैयार करने के लिए इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें।
- फिर इसमें भीगी हुई उड़द दाल और चावल डालें। इसका पेस्ट तैयार करने के लिए इसे फिर से पीस लें। इसे एक बाउल में निकाल लें। सेन्ना तोरा के पत्ते डालें और अच्छी तरह मिलाएँ।
- मिश्रण का एक छोटा गेंद के आकार का हिस्सा लें और एक छोटी गेंद के आकार का चपटा वड़ा तैयार करें। इसी तरह, सभी वड़े तैयार करें।
- इस बीच, एक पैन में तलने के लिए तेल गरम करें। तैयार वड़ा को गरम तेल में डालें।
- इन्हें मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट तक तब तक डीप फ्राई करें जब तक यह चारों तरफ से क्रिस्पी और गोल्डन ब्राउन न हो जाए। फिर, उन्हें चम्मच का उपयोग करके सर्विंग प्लेट पर निकालें।
- 'ताईकिले अंबाडो' परोसने के लिए तैयार है।

सूजी वेज सैंडविच

एक स्वास्थ्यवर्धक टिफिन बॉक्स विकल्प
नीता शर्मा द्वारा,

राजस्थान से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 7 मिनट

पकाने का समय: 3 मिनट

सामग्री

- सूजी/रवा - 3 टेबल स्पून
- ब्रेड स्लाइस - 2
- गाजर - 1 कट्टकस किया हुआ
- हरा धनिया - एक मुट्ठी भर
- दही - 2 से 3 बड़े चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- चाट मसाला - 1/2 छोटी चम्मच + आवश्यकतानुसार
- पानी - आवश्यकतानुसार
- घी - आवश्यकतानुसार
- चीज़ स्लाइस - 1
- टमाटर - 1 कटा हुआ
- प्याज - 1 कटा हुआ प्याज

निर्देश

- एक कटोरे में गाजर, धनिया पत्ती, सूजी, दही, नमक, लाल मिर्च पाउडर और चाट मसाला लें। अच्छी तरह मिलाएं।
- थोड़ा पानी डालें और एक गाढ़ा घोल तैयार करें। इसे 5 से 7 मिनट के लिए एक तरफ रख दें। 5 से 7 मिनट के बाद, यदि आवश्यक हो तो थोड़ा पानी डालें और अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर ब्रेड स्लाइस लें। तैयार सूजी के मिश्रण को उस पर फैलाएं। इसी तरह, एक और ब्रेड स्लाइस तैयार करें।
- इस बीच, एक तवा गरम करें। इसे घी से चिकना कर लें। तैयार ब्रेड को तवे पर सूजी वाली साइड से सेके।
- इसे धीमी आंच पर 2 से 3 मिनट तक भूनें। ब्रेड के ऊपरी सादे हिस्से पर मक्खन लगाएं।
- भूनते समय इसे दबाएं। इसे कुछ सेकंड के लिए दूसरी तरफ भूनने के लिए फ्लिप करें। एक बार जब यह दोनों तरफ से भुन जाए, तो एक ब्रेड पर चीज़ स्लाइस डालें।
- फिर उस पर टमाटर और प्याज के स्लाइस डालें। उस पर चाट मसाला और नमक छिड़कें। दूसरी सूजी वाली ब्रेड स्लाइस से कवर करे।
- अब इसे सर्विंग प्लेट में डालें और 2 टुकड़ों में काट लें।
- 'सूजी वेज सैंडविच' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- गाढ़ा मिश्रण तैयार करने के लिए **दही** को धीरे-धीरे डालें।
- इस सैंडविच को तैयार करने के लिए आप किसी भी प्रकार की ब्रेड का इस्तेमाल कर सकते हैं।
- इस सैंडविच को भूनने के लिए तेल की जगह मक्खन या घी का इस्तेमाल कर सकते हैं।
- टमाटर और प्याज के स्लाइस डालना ऑप्शनल है।

कुट्टू के पकौड़े

एक स्वादिष्ट व्रत विशेष पकौड़े

नेहा अग्रवाल द्वारा,

रायपुर से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 3 मिनट

सामग्री

- कुट्टू का आटा - 3 से 4 छोटी चम्मच
- उबले हुए आलू - 2 छीले और मैश किए हुए
- सेंधा नमक - स्वादानुसार
- हरी मिर्च - 2 से 3 बारीक कटी हुई
- अदरक - 1 इंच बारीक कटा हुआ
- हरा धनिया - एक मुट्ठी भर
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तेल - तलने के लिए

निर्देश

- एक कटोरे में उबला हुआ आलू लें। कुट्टू का आटा, सेंधा नमक, हरी मिर्च, अदरक और हरा धनिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब मिश्रण का गाढ़ा घोल तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें।
- इस बीच, मध्यम आंच पर एक फ्राइंग पैन में तेल गरम करें। जब तेल मध्यम गर्म हो जाए, तो छोटी गेंद के आकार के पकौड़े को धीरे से गर्म तेल में डालें।
- जब एक तरफ से हल्के सुनहरे भूरे रंग की हो जाए, तो उन्हें चम्मच का उपयोग करके पलटें।
- उन्हें मध्यम आंच पर चारों तरफ से कुरकुरा और हल्का सुनहरा भूरा होने तक डीप फ्राई करें, और उन्हें चम्मच का उपयोग करके सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'कुट्टू के पकौड़े' हरी चटनी के साथ परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- आप अपने अनुसार उपवास में काम में ली जाने वाली सामग्री डाल सकते हैं।
- मिश्रण का गाढ़ा घोल बनाने के लिए पानी को धीरे-धीरे मिलाएं।
- आप चाहें तो उबले हुए आलू की जगह कट्टूकस किया हुआ कच्चा आलू डाल सकते हैं।

सूजी मोदक

गणेश जी का प्रिय व्यंजन

विजय हल्दिया, संस्थापक, ज़ायका का तड़का



सर्विग्स: 3

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- घी - 2 छोटे चम्मच + चिकना करने के लिए
- बारीक सूजी - 1 कप
- दूध - 2 कप
- चीनी - 1 कप
- केसर - 10 - 12 तार (दूध में भीगे हुए)
- सूखे नारियल का पाउडर - 1/2 कप
- इलायची पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- बादाम - 4-5 कटे हुए
- पिस्ता - 4-5 कटा हुआ

सुझाव

- बारीक सूजी का उपयोग करें, यदि आपके पास मोटी सूजी है तो उपयोग करने से पहले इसे पीस लें।
- सूजी को भूनकर भूरा न करें। भुनते समय लगातार चलाते रहे।
- सूजी और दूध का अनुपात 1:2 रखें। सूजी और चीनी का अनुपात 1:1 रखें।
- अपने स्वाद के अनुसार मीठापन रखें। केसर को दूध में 10 मिनट के लिए भिगो दें।
- आप चाहे तो मोदक को बिना नारियल पाउडर के भी बना सकते हैं मोदक में ड्राई फ्रूट्स भी भर सकते हैं
- मोदक को आप सांचे के साथ-साथ हाथों से भी बना सकते हैं। मोदक पर डिजाइन बनाने के लिए कांटे का इस्तेमाल करें।

निर्देश

- एक पैन गरम करें, उसमें घी, सूजी डालें और धीमी आंच पर 4 से 5 मिनट तक भूनें।
- सूजी भूनने में धीरे-धीरे दूध डालें और तेज आंच पर मिलाने रहें।
- जब सूजी दूध को सोख ले तो इसमें चीनी डालकर अच्छे से मिक्स कर लें।
- अब सूजी के मिश्रण में भीगा हुआ केसर वाला दूध डालकर अच्छे से मिक्स कर लें।
- अब इसमें सूखे नारियल का पाउडर डालें और इसे अच्छी तरह मिलाएं और मिश्रण को पैन छोड़ने तक हिलाते रहें।
- इलायची पाउडर, बादाम, पिस्ता डालकर अच्छी तरह मिला लें।
- जब मिश्रण पैन छोड़ दे तो गैस बंद कर दें और एक तरफ रख दें और इसे ठंडा होने दें।
- मोदक के सांचे को चिकना करें और फिर इसे मिश्रण से भरें। अतिरिक्त मिश्रण को निकालें और इसे डी-मोल्ड करें और इसे एक प्लेट पर रखें।
- अगर आपके पास मोदक का सांचा नहीं है तो आप हाथों से मोदक बना सकते हैं। मिश्रण का एक गेंद का आकार लें। इसे मोदक की तरह आकार दें फिर कांटे का उपयोग करके मोदक पर रेखाएं बनाएं।
- स्वादिष्ट 'सूजी मोदक' भगवान गणेश को भोग लगाने के लिए तैयार है।

राजस्थानी पितोड़ की सब्जी

एक स्वादिष्ट साइड डिश

अनीता शर्मा द्वारा,

राजस्थान से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 10 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- पितोड़ तैयार करने के लिए:
- बेसन- 1 कप
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तेल - 2 बड़े चम्मच + चिकना करने के लिए
- जीरा - 1/2 छोटी चम्मच
- पितोड़ की सब्जी तैयार करने के लिए:
- दही- 1 कप
- नमक - स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- धनिया पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तेल - 2 बड़े चम्मच
- जीरा - 1/2 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- हरी मिर्च - 2 से 3 बारीक कटी हुई
- हरा धनिया - सजाने के लिए

निर्देश

- पितोड़ तैयार करने के लिए:
- एक कटोरे में बेसन लें। नमक, हल्दी पाउडर और लाल मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर गांठ-मुक्त मध्यम गाढ़ा बैटर तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें।
- एक पैन में तेल गरम करें। जीरा और तैयार बेसन का घोल डालें। 3 से 4 मिनट तक लगातार हिलाते रहें जब तक कि मिश्रण गाढ़ा न हो जाए और पैन छोड़ न दें।
- एक बार पकने के बाद, आंच बंद कर दें। एक बड़ी प्लेट को तेल से चिकना करें। बेसन के मिश्रण को एक प्लेट पर समान रूप से फैलाएं। इसे पूरी तरह से ठंडा होने दें।
- पितोड़ को चौकोर आकार में काटें। इसे प्लेट में निकाल लें। इसे एक तरफ रख दें।
- पितोड़ की सब्जी तैयार करने के लिए:
- एक कटोरे में दही लें। नमक, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर और धनिया पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। थोड़ा पानी डालें और अच्छी तरह मिलाएं।
- एक पैन में तेल गरम करें। जीरा और हींग डालें। फिर आंच धीमी रखें और तैयार दही का मिश्रण डालें।
- अब आंच को तेज रखें और लगातार चलाते रहें जब तक कि इसमें उबाल न आने लगे। फिर इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट तक उबालें।
- थोड़ा पानी और हरी मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर इसे मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट तक उबालें।
- इसे हरा धनिया से गार्निश करें। आवश्यकतानुसार तैयार पितोड़ के टुकड़े डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- 'पितोड़ की सब्जी' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- अगर दही गाढ़ा है तो थोड़ा सा पानी मिला लें नहीं तो दही फट सकता है।
- दही का मिश्रण डालने के बाद लगातार चलाते रहें जब तक कि यह उबलना शुरू न हो जाए, अन्यथा दही फट सकता है।
- सब्जी में पसंद के अनुसार पितोड़ मिलाया जा सकता है।

लहसुनी पनीर

एक मसालेदार स्टार्टर

ऋचा शर्मा द्वारा,

राजस्थान से



सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 3 मिनट

सामग्री

- लहसुनी पनीर तैयार करने के लिए:
 - पनीर / - 1 कप कटा हुआ
 - मक्खन - 1 टेबल स्पून
 - तिल - 1 छोटी चम्मच
 - चिली फ्लेक्स - 1/2 छोटी चम्मच
 - अजवायन - 1/2 छोटी चम्मच
 - नमक - स्वादानुसार
 - हरा धनिया - सजाने के लिए
- लहसुन की चटनी तैयार करने के लिए:
 - टमाटर - 2 बारीक कटे हुए
 - लहसुन - 15 से 20 कली
 - हल्दी पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
 - नमक - स्वादानुसार
 - लाल मिर्च पाउडर - 2 छोटी चम्मच
 - पानी - आवश्यकतानुसार
 - तेल - 2 बड़े चम्मच

सुझाव

- आप लहसुन की चटनी को एक एयर-टाइट कंटेनर में 15 से 20 दिनों के लिए रेफ्रिजरेटर में स्टोर कर सकते हैं।
- ठंडे तेल में पिसी हुई चटनी डालें फिर इसे पकाये।
- अंत में पनीर में नमक डालें अन्यथा, पनीर पानी छोड़ देगा।

निर्देश

- लहसुन की चटनी तैयार करने के लिए:
 - एक मिक्सी के जार में टमाटर, लहसुन, हल्दी पाउडर, नमक, लाल मिर्च पाउडर और थोड़ा पानी लें। इसकी चटनी तैयार करने के लिए इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें।
 - एक पैन में तेल लें। आंच चालू करें और तैयार लहसुन की चटनी डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
 - पैन को ढक्कन से ढककर तेज आंच पर 6 मिनट तक तेल अलग होने तक पकाएं। फिर आंच बंद कर दें। इसे एक तरफ रख दें।
- लहसुनी पनीर तैयार करने के लिए:
 - एक पैन में मक्खन गर्म करें। तिल डालें और धीमी आंच पर कुछ सेकंड के लिए भूनें।
 - चिली फ्लेक्स और अजवायन डालें। अच्छी तरह मिलाएं और पनीर डालें। इसे मध्यम आंच पर बीच-बीच में घुमाकर 2 से 3 मिनट तक चारों तरफ से सुनहरा भूरा होने तक भून लें।
 - फिर नमक डालें और अच्छी तरह मिलाएं। अब इसमें 1 से 2 छोटी चम्मच तैयार लहसुन की चटनी डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
 - एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे हरा धनिया से गार्निश करें। इसे सर्विंग बाउल में निकाल लें।
 - 'लहसुनी पनीर' परोसने के लिए तैयार है।

ओनियन केप्सिकम टिक्का मसाला

एक अच्छा स्वादिष्ट साइड डिश

श्वेता शेठ द्वारा,

मुंबई से



सर्विंग्स: 4

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- **मैरिनेशन के लिए:**
- प्याज- 1 कटा हुआ प्याज
- दही- 1 कप
- नमक - स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- गरम मसाला - 1/2 छोटी चम्मच
- धनिया-जीरा पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- कसूरी मेथी - 1 छोटा चम्मच
- बेसन - 1 और 1/2 बड़ा चम्मच
- सरसों का तेल - 1 बड़ा चम्मच
- शिमला मिर्च - 1 बारीक कटा हुआ
- **करी तैयार करने के लिए:**
- सरसों का तेल - 2 बड़े चम्मच
- जीरा - 1/2 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- कसूरी मेथी - 1 छोटा चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- हरा धनिया - मुट्ठी भर + गार्निशिंग के लिए

निर्देश

- एक कटोरे में दही लें। अपनी हथेलियों के बीच रगड़कर कसूरी मेथी, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर, गरम मसाला, धनिया-जीरा पाउडर, और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर इसमें बेसन और सरसों का तेल डालें। अच्छी तरह मिलाएं। अब प्याज और शिमला मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक कटोरे में सरसों का तेल गरम करें। जीरा और हींग डालें। फिर आंच धीमी रखें और इसमें लाल मिर्च पाउडर, कसूरी मेथी और तैयार प्याज का मिश्रण डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इसे कुछ सेकंड के लिए भून लें। पानी डालें और अच्छी तरह मिलाएँ। मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट तक लगातार हिलाते रहें।
- फिर इसमें थोड़ा सा नमक और हरा धनिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट तक भूनें। बीच-बीच में हिलाते रहें।
- एक बार हो जाने के बाद, इसे हरा धनिया से गार्निश करें और इसे सर्विंग बाउल में निकाल लें।
- 'ओनियन केप्सिकम टिक्का मसाला' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- आप पसंद के अनुसार सब्जी की ग्रेवी को गाढ़ा या कम गाढ़ा रख सकते हैं।

सत्तू का पराठा

एक स्वादिष्ट व्यंजन

अनी सेतिया द्वारा,

राजस्थान से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 3 मिनट

पकाने का समय: 2 मिनट

सामग्री

- गेहूँ का आटा - 1 कप
- सेंधा नमक - स्वादानुसार
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तेल - 1 बड़ा चम्मच + भूनने के लिए
- सत्तू पाउडर - 1 कप
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- आमचूर पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- अचार मसाला - 1 बड़ा चम्मच
- हरा धनिया - एक मुट्टी भर
- हरी मिर्च - 1 बारीक कटी हुई

सुझाव

- आप किसी भी प्रकार का आचार मसाला डाल सकते हैं।
- इसमें आचार मसाला की जगह सरसों का तेल मिलाया जा सकता है।
- आप चाहें तो सत्तू की स्टफिंग में प्याज मिला सकते हैं।
- यदि आपके पास समय है तो आटे को 5 से 10 मिनट के लिए ढक कर रख दें।

निर्देश

- एक कटोरे में गेहूँ का आटा और सेंधा नमक लें। अच्छी तरह मिलाएं और मध्यम नरम आटा तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें। 1 बड़ा चम्मच तेल डालकर गूंध लें। यदि आपके पास समय है तो इसे 5 से 10 मिनट तक रख दें।
- एक कटोरे में सत्तू पाउडर लें। नमक, लाल मिर्च पाउडर, आमचूर पाउडर, अचार मसाला, हरा धनिया और हरी मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- गेहूँ का आटा लें और इसे अच्छी तरह से गूंध लें। आटे से एक बड़ा गोलाकार पेड़ा बना लें। इसे आटे में लपेटें और बड़े आकार का पराठा बनाने के लिए पेड़ा बेल लें।
- फिर तैयार सत्तू के मिश्रण को पराठे के मध्य भाग में डालें। किनारों को जोड़ें और पराठे को ठीक से सील करें। इसे आटे में लपेटें। फिर इसे हल्के हाथों से बेल कर पराठा तैयार कर लें।
- इस बीच, एक तवा गरम करें। तैयार पराठे को इस पर रखें और तेज आंच पर एक तरफ से पकाएं। भूरा होने के बाद इसे पलटें।
- दोनों तरफ तेल लगाएं और मध्यम आंच पर भूनें। एक बार हो जाने के बाद, इसे एक सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'सत्तू का पराठा' परोसने के लिए तैयार है।

पानीपुरी रैप

एक स्वादिष्ट और प्रोटीन युक्त टिफिन स्नैक
भाविनी कचरिया द्वारा, मुंबई से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 8 - 10 मिनट

पकाने का समय: 3 - 4 मिनट

सामग्री

• रैप तैयार करने के लिए:

- गेहू का आटा - 1 कप
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार कटी हुई
- पुदीने की पत्तियां - आवश्यकतानुसार कटी हुई
- नमक - स्वादानुसार
- पानीपुरी मसाला - 1 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- हरी मिर्च का पेस्ट - 1/2 छोटी चम्मच
- आमचूर पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- काला नमक - 1/4 छोटी चम्मच
- तेल - 3 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार

• हरी चटनी तैयार करने के लिए:

- पुदीने की पत्तियां - आवश्यकतानुसार
- हरा धनिया - आवश्यकतानुसार
- हरी मिर्च - 2
- काला नमक - 1/2 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- पानीपुरी मसाला - 1 छोटी चम्मच
- नींबू का रस - 1/2 नींबू
- पानी - आवश्यकतानुसार

• मीठी चटनी तैयार करने के लिए:

- बीज रहित खजूर - 20 ग्राम
- गुड़ - 20 ग्राम
- इमली - 10 ग्राम
- नमक - स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - स्वादानुसार

• अन्य सामग्री:

- उबले हुए आलू - 1 मैश किया हुआ
- हरा चना - 2 छोटी चम्मच उबला हुआ
- काला चना - 2 छोटी चम्मच उबला हुआ
- तेल - भूनने के लिए

निर्देश

• रैप तैयार करने के लिए:

- एक बाउल लें, उसमें गेहूं का आटा, कटी हुई पुदीने की पत्तियां, हरा धनिया, नमक, पानीपुरी मसाला, आमचूर पाउडर, हरी मिर्च का पेस्ट, काला नमक, हल्दी पाउडर और तेल डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब, पानी डालें और मध्यम नरम का आटा गूंथ लें। इसे तेल से चिकना करें और 8 से 10 मिनट तक रख दें।

• हरी चटनी तैयार करने के लिए:

- एक पीसने वाले जार में हरा धनिया, पुदीने की पत्तियां, काला नमक, हरी मिर्च, पानीपुरी मसाला, नमक, नींबू का रस और थोड़ा पानी लें।
- अब, इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें। इसे एक कटोरे में डालें। इसे एक तरफ रख दें।

• मीठी चटनी तैयार करने के लिए:

- एक पीसने वाले जार में खजूर, गुड़, इमली, नमक, लाल मिर्च पाउडर और थोड़ा पानी लें।
- अब, इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें। इसे एक कटोरे में डालें। इसे एक तरफ रख दें।

• पानीपुरी रैप तैयार करने के लिए:

- तैयार आटे का एक छोटा सा हिस्सा लें। इसे आटे में लपेटे और बेलें। तवे को धीमी आंच पर गर्म करें। तवे पर डालें और आंच को तेज कर दें।
- इसे एक तरफ से भून लें। इसे पलटें और उस पर तेल लगाएं। जैसे ही यह दूसरी तरफ से भुन जाए, इसे फिर से पलटें और तेल लगाएं। इसे दोनों तरफ से भून लें। इसे प्लेट में निकाल लें
- अब, मैश किए हुए आलू, उबले हुए चना और उबले हुए मूंग को एक लाइन के रूप में रखें। हरी चटनी और मीठी चटनी डालें। कुछ हरा धनिया डालें। इसमें सभी सामग्री के साथ रैप को सावधानी से रोल करें।
- 'पानीपुरी रैप' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- क्रिस्पी बनाने के लिए रैप को रोस्ट कर सकते हैं।
- मीठी चटनी में अपने स्वाद के अनुसार गुड़ डालें।

रसगुल्ला आइसक्रीम डेज़र्ट

एक दिलचस्प और अनूठी मिठाई

अलका गुप्ता द्वारा,

राजस्थान से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 2 मिनट

सामग्री

- रसगुल्ला - 2
- गुनगुना पानी -
आवश्यकतानुसार
- वेनिला आइसक्रीम - 2 से 3 बड़े
चम्मच फेंटा हुआ
- सेब- 1 छोटा चम्मच बारीक कटा
हुआ
- आम - 1 छोटी चम्मच बारीक
कटा हुआ
- अनार दाना - 2 छोटी चम्मच
- हरे अंगूर - 2 छोटे चम्मच बारीक
कटे हुए
- चीकू - 2 छोटी चम्मच बारीक
कटा हुआ

निर्देश

- एक कटोरी में गुनगुना पानी लें। रसगुल्ला डालें
और पानी निचोड़ने के लिए उन्हें हथेलियों से
धीरे से दबाएं।
- एक कटोरे में वेनिला आइसक्रीम लें। फिर इसमें
रसगुल्ले को डुबोकर अच्छी तरह कोट कर लें।
- अब इसे सेब, आम, अनार, हरे अंगूर, चीकू से
गार्निश करें।
- 'रसगुल्ला आइसक्रीम डेज़र्ट' परोसने के लिए
तैयार है।

सुझाव

- [रसगुल्ले](#) की मिठास दूर करने के लिए उसे
गुनगुने पानी में डुबोकर रखे।
- आप किसी भी प्रकार की [आइसक्रीम](#) का
उपयोग कर सकते हैं।
- रसगुल्ले को आइसक्रीम के साथ कोट करते
समय ध्यान रखे कि रसगुल्ला टूटे नहीं।
- हाफुस या केसर आम को अच्छा रंग लाने के
लिए उपयोग कर सकते हैं।
- आप अपनी पसंद और उपलब्धता के अनुसार
फल डाल सकते हैं।

टिंडोरा/कुंदरू का अचार

एक मसालेदार साइड डिश

विजय हल्दिया, संस्थापक, ज़ायका का तड़का



सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 2 मिनट

सामग्री

- टिंडोरा/टेंडली/कुंदरू - 250 ग्राम।
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- मेथी दाना पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- सरसों का तेल - 2 बड़े चम्मच
- जीरा - 1/2 छोटी चम्मच
- कलौंजी - 1/4 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी

निर्देश

- धुला हुआ टिंडोरा लें। टिंडोरा को छोटे टुकड़ों में काट लें। नमक, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, और सूखी मेथी दाना पाउडर डालें।
- एक तड़का पैन में सरसों का तेल गर्म करें। जीरा, कलौंजी और हींग डालें।
- तड़का को तैयार टिंडोरा मिश्रण में डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- 'टिंडोरा/कुंदरू का अचार' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- अचार तैयार करने के लिए पकी हुई टेंडली/टिंडोरा/कुंदरू का उपयोग न करें।

कोलकाता स्ट्रीट स्टाइल झालमुड़ी

एक मसालेदार और स्वादिष्ट शाम का नाश्ता

स्नेहा बुबना द्वारा,

कोलकाता से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 0 मिनट

सामग्री

- उबले हुए आलू - 1 छीले हुए और कटे हुए
- प्याज - 1/2 बारीक कटा हुआ
- टमाटर - 1 बारीक कटा हुआ
- खीरा - 1/2 बारीक कटा हुआ
- हरा धनिया - मुड़ी भर बारीक कटा हुआ + गार्निशिंग के लिए
- नायलॉन सेव / नमकीन - गार्निशिंग के लिए
- नारियल - 1 टेबल स्पून बारीक कटा हुआ
- हरी मिर्च - 2 से 3 बारीक कटी हुई
- काला नमक / काला नमक - स्वादानुसार
- भुनी हुई मूंगफली - 1 टेबल स्पून
- मुड़ी मसाला - आवश्यकतानुसार
- हरी चटनी - आवश्यकतानुसार
- सरसों का तेल - 2 टेबल स्पून
- सत्तू - 2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- समोसा - 1
- ढोकला - 1 से 2 टुकड़े
- छोटे आकार की पूरी/पापड़ी/मठरी - 4 से 5
- चना जोर - 1/2 कप
- मुरमुरे - 2 कप
- इमली की चटनी - 1 छोटी चम्मच
- नींबू का रस - 1/2 नींबू का रस
- **मुड़ी मसाला तैयार करने के लिए:**
- जीरा - 1 छोटी चम्मच
- बड़ी इलायची - 1
- काली मिर्च - 7 से 8
- मेथी दाना - 1/2 छोटी चम्मच
- सूखा धनिया - 1 छोटी चम्मच
- दालचीनी - 1 स्टिक
- सूखी लाल मिर्च - 1
- स्टार अनीस/चक्र फूल - 1

निर्देश

- **मुड़ी मसाला तैयार करने के लिए:**
- एक पैन में जीरा, बड़ी इलायची, काली मिर्च, सूखी मेथी दाना, धनिया के बीज, सूखी लाल मिर्च, स्टार अनीस और दालचीनी की लें।
- इसे धीमी आंच पर कुछ सेकंड के लिए भूनें जब तक कि अच्छी सुगंध न उठने लगे। लगातार हिलाते रहें।
- एक बार अच्छी तरह भुन जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे ठंडा होने दें।
- फिर पीस लें और एक सूखा मसाला मिश्रण तैयार करें। इसे एक तरफ रख दें।
- **झालमुड़ी तैयार करने के लिए:**
- सत्तू को एक कटोरे में लें। लाल मिर्च पाउडर, और थोड़ा पानी डालें और एक पेस्ट तैयार करें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे एक तरफ रख दें।
- एक बड़े कटोरे में आलू लें। प्याज, टमाटर, खीरा, हरी मिर्च, भुनी मूंगफली, काला नमक, मुड़ी मसाला, हरी चटनी, सरसों का तेल, तैयार सत्तू का पेस्ट, और इमली की चटनी डालें।
- कुचले हुआ समोसा, ढोकला, और पापड़ी डालें। फिर इसमें चना जोर और मुरमुरे डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- नींबू का रस डालें और अच्छी तरह मिलाएं। अब इसे एक पेपर कोन में निकाल लें। इसे ढोकला, चना जोर, पापड़ी, धनिया पत्ती, नारियल और नायलॉन सेव से गार्निश करें।
- 'कोलकाता स्ट्रीट स्टाइल झालमुड़ी' परोसने के लिए तैयार है।

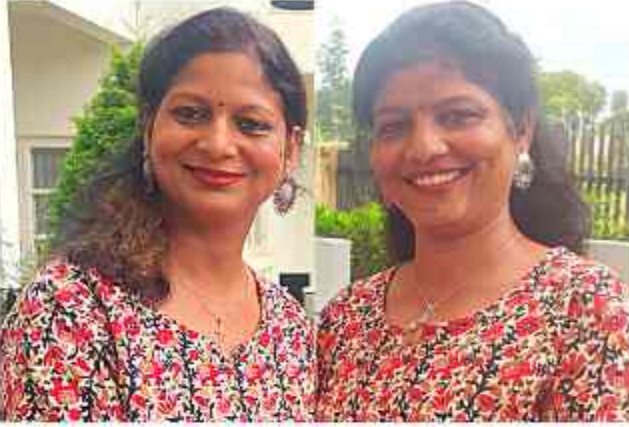
सुझाव

- सत्तू का पेस्ट और सरसों का तेल झालमुड़ी का स्वाद बढ़ाएगा।
- आप स्वाद के अनुसार मसाले डाल सकते हैं।
- आप पसंद और उपलब्धता के अनुसार सामग्री डाल सकते हैं।

सूजी की कचौरी

एक स्वादिष्ट और कुरकुरा नाश्ता

शिखा सेठी, रेनू नाटानी द्वारा



सर्विंग्स: 3 - 4

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- सूजी मिश्रण तैयार करने के लिए:
 - सूजी - 1/2 कप
 - पानी - 1 कप
 - नमक - स्वादानुसार
 - घी - 1/2 छोटी चम्मच
 - बेकिंग सोडा - एक चुटकी
 - कलौंजी - 1 छोटी चम्मच
- आलू की स्टफिंग तैयार करने के लिए:
 - उबले हुए आलू - 3 छीले और मैश किए हुए
 - लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
 - नमक - स्वादानुसार
 - आमचूर पाउडर - 1 छोटी चम्मच
 - हरी मिर्च - 2 से 3 बारीक कटी हुई
 - अदरक - 1 इंच कट्टूकस किया हुआ
 - हरा धनिया - एक मुट्ठी भर
 - चीज़ - आवश्यकतानुसार
- सूजी कचौरी तैयार करने के लिए:
 - घी - चिकना करने के लिए
 - तेल - तलने के लिए

सुझाव

- आप अपने स्वाद के अनुसार तीखापन रख सकते हैं।
- गांठ मुक्त मिश्रण तैयार करने के लिए, सूजी को उबलते पानी में लगातार हिलाकर धीरे-धीरे डालना चाहिए।
- गांठ-मुक्त सूजी मिश्रण तैयार करने के लिए इसे तेज आंच पर तैयार करें।
- आप चाहें तो आलू की स्टफिंग को क्रिस्पी कचौरी बनाने के लिए भून सकते हैं।

निर्देश

- सूजी मिश्रण तैयार करने के लिए:
 - एक पैन में पानी उबालें। नमक और घी डालें। इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट तक उबालें।
 - अब लगातार हिलाते रहें और सूजी को धीरे-धीरे मिलाकर गांठ रहित मिश्रण तैयार करें।
 - फिर बेकिंग सोडा डालें। अच्छी तरह मिलाएं और तेज आंच पर 2 से 3 मिनट तक लगातार हिलाते रहें जब तक कि यह मध्यम गाढ़ा मिश्रण न बन जाए।
 - अब आंच बंद कर दें और कलौंजी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे ठंडा होने दें।
- आलू की स्टफिंग तैयार करने के लिए:
 - एक कटोरे में उबला हुआ आलू लें। लाल मिर्च पाउडर, नमक, आमचूर पाउडर, हरी मिर्च, अदरक और धनिया पत्ती डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे एक तरफ रख दें।
- सूजी कचौरी तैयार करने के लिए:
 - अपनी हथेलियों को घी से चिकना करें। सूजी मिश्रण का एक छोटा गेंद के आकार का हिस्सा लें और इसे अपनी हथेलियों के बीच चपटा करें।
 - अब इसके केंद्र में आलू स्टफिंग और चीज़ डालें। फिर गोल आकार की कचौरी तैयार करने के लिए इसके सिरों को सील करें। इसी तरह, सभी कचौरी तैयार करें।
 - इस बीच, कचौरी तलने के लिए तेल गरम करें। तेल गरम होने पर तेल में कचौरी डालकर तेज आंच पर भून लें
 - फिर आंच को मीडियम रखें और चारों तरफ से गोल्डन ब्राउन होने तक डीप फ्राई करें। एक बार हो जाने के बाद, इसे सर्विंग प्लेट में निकाल लें। इसी तरह सारी कचौरी तल लें।
 - 'सूजी की कचौरी' परोसने के लिए तैयार है।

जोधपुरी माड़ी

एक पारंपरिक राजस्थानी पेय

ललिता हर्ष द्वारा,

जोधपुर से



सर्विंग्स: 1 - 2

तैयारी का समय: 3 - 4 मिनट

पकाने का समय: 20 - 25 मिनट

सामग्री

- गेहू का आटा - 4 टेबल स्पून
- पानी - आवश्यकतानुसार
- छाछ - 4 बड़े चम्मच
- दही - 3 बड़े चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- नमक - स्वादानुसार
- जीरा - 2 छोटी चम्मच
- सरसों के दाने - 4 छोटी चम्मच

निर्देश

- एक पैन में 2 कप पानी लें और उसमें गेहूं का आटा डालें। इसे मिलाएं और एक गांठ मुक्त घोल बनाएं।
- अब, पैन को गैस स्टोव पर रखें और घोल को उबाल लें। उबाल आने के बाद इसे तवे पर रखकर धीमी आंच पर 20 - 25 मिनट तक या सुगंध आने तक उबालें।
- फिर, आंच बंद कर दें। इसे कटोरे में डालें और इसे ठंडा होने दें। ठंडा होने के बाद उबले हुए मिश्रण में हींग, नमक, दही और छाछ डालें।
- अब, चकले और बेलन की मदद से जीरा और सरसों के दानों को कुचल लें और उबले हुए मिश्रण में मिलाएं। गाढ़ापन ठीक करने के लिए और पानी डालें।
- 'जोधपुरी माड़ी' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- स्वाद के लिए अच्छी खुशबूदार हींग का इस्तेमाल करें।
- आप माड़ी को फ्रिज में 4 से 5 दिनों तक स्टोर कर सकते हैं।
- अच्छे स्वाद के लिए सरसों के दाने और जीरे को चकले और बेलन की मदद से क्रश करें।
- माड़ी का गाढ़ापन दूर करने के लिए अधिक पानी डालें।

इंस्टेंट सांभर राइस यूजिंग सांभर पाउडर

झटपट बनने वाला टिफिन ऑप्शन

अर्चना चक्रवर्ती द्वारा,

कर्नाटक से



सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- पके हुए चावल - 3 कप
- तेल - 1 टेबल स्पून
- उड़द दाल - 1/2 छोटी चम्मच (इच्छानुसार)
- जीरा - 1 छोटी चम्मच
- सरसों/राई - 1/2 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- हल्दी पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- उबले हुए आलू - 1 कटे हुए
- गाजर - 1 बारीक कटी हुई
- शिमला मिर्च - 1/2 बारीक कटी हुई
- नमक - स्वादानुसार
- हरी मटर - 1/2 कप
- मूंगफली के दाने - 2 बड़े चम्मच दरदरा पिसा हुआ
- सांभर पाउडर - 3 छोटी चम्मच
- गुड़ - 1 छोटी चम्मच
- सूखा नारियल - 2 छोटी चम्मच कटूकस किया हुआ
- घी - 2 से 3 छोटी चम्मच

निर्देश

- एक पैन में तेल गरम करें। इसमें उड़द दाल, जीरा, सरसों, हींग, हल्दी पाउडर, उबला हुआ आलू, गाजर और शिमला मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं और मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट के लिए भूनें।
- फिर नमक और हरी मटर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और पैन को कवर करें। इसे तेज आंच पर 2 से 3 मिनट तक पकाएं।
- अब इसमें सांभर पाउडर और गुड़ डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर पके हुए चावल डालें और अच्छी तरह मिलाएं। चावल में थोड़ा सा नमक डालें और अच्छी तरह मिलाएं। फिर पैन को ढक्कन के साथ कवर करें। इसे 1 से 2 मिनट तक पकाएं।
- अंत में, पिसी हुई मूंगफली पाउडर, सूखा नारियल, और घी डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'इंस्टेंट सांभर राइस यूजिंग सांभर पाउडर' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- किसी भी प्रकार के [सांभर पाउडर](#) का उपयोग किया जा सकता है।
- गुड़ की जगह चीनी का इस्तेमाल किया जा सकता है।

कुट्टू की पूरी

एक कुरकुरा और स्वादिष्ट व्यंजन व्रत के लिए
मृदुला अमेरिया द्वारा, राजस्थान से



सर्विंग्स: 3

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 2 मिनट

सामग्री

- कुट्टू का आटा - 1 कप
- उबले हुए आलू - छीले हुए और आवश्यकतानुसार मैश किए हुए
- हरी मिर्ची की पेस्ट - 1 छोटी चम्मच
- अदरक - 1 इंच कट्टूकस किया हुआ
- सेंधा नमक - स्वादानुसार
- काली मिर्च पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- तेल - तलने के लिए

निर्देश

- एक कटोरे में कुट्टू का आटा लें। मैश किया हुआ आलू, हरी मिर्च का पेस्ट, अदरक, सेंधा नमक और काली मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- मध्यम नरम आटा गूंथने के लिए धीरे-धीरे उबले हुए आलू डालें। आवश्यकतानुसार आटा गूंथ लें अन्यथा, आटा नरम हो जाएगा और पूरी को रोल करना मुश्किल हो जाएगा।
- आटे से छोटे आकार की गेंद लें। इससे पेड़ा तैयार करें। इसे कुट्टू के आटे के साथ लपेट ले और पूरी बनाने के लिए एक पेड़ा बेल लें।
- इस बीच, पूरी तलने के लिए तेल गरम करें। तेल गरम होने पर पूरी को तेज आंच पर दोनों तरफ से गोल्डन ब्राउन होने तक तल लें।
- एक बार हो जाने के बाद, इसे सर्विंग प्लेट पर निकाल लें। इसी तरह, सभी पूरी तैयार करें।
- 'कुट्टू की पूरी' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- आटा उबले और मैश किए हुए आलू के साथ तैयार किया जाना चाहिए।
- आटा गूंथने के लिए पानी न डालें।
- आवश्यकतानुसार आटा गूंथ लें अन्यथा, आटा नरम हो जाएगा और पूरी को रोल करना मुश्किल हो जाएगा।

लेयर्ड हंग कर्ड सैंडविच

एक टेस्टी टिफिन नाश्ता

सपना माहेश्वरी द्वारा,

फरीदाबाद से



सर्विंग्स: 4

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- दही- 1 कप
- पनीर - 1 कप कट्टूकस किया हुआ
- गाजर- 2 छोटी चम्मच कट्टूकस की हुई
- प्याज- 1 छोटा चम्मच बारीक कटा हुआ
- शिमला मिर्च (तीनो रंगों की) - 1 छोटी चम्मच बारीक कटी हुई
- मिक्स्ट हर्ब्स - 1 छोटी चम्मच
- काली मिर्च पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- ब्रेड स्लाइस - 3
- हरी चटनी - आवश्यकतानुसार
- पास्ता सॉस - आवश्यकतानुसार
- उबले हुए मीठे मकई के दाने - आवश्यकतानुसार (इच्छानुसार)
- मक्खन - आवश्यकतानुसार

सुझाव

- पनीर और गाढ़ा दही का अनुपात 1: 1 होना चाहिए।
- पास्ता सॉस या टोमेटो केचप सैंडविच पर लगाया जा सकता है।

निर्देश

- दही को 4 से 5 घंटे के लिए मलमल के कपड़े में बांधकर गाढ़ा दही बना लें।
- एक कटोरे में गाढ़ा दही लें। पनीर, गाजर, प्याज, तीनों रंगों की शिमला मिर्च डालें। मिक्स्ट हर्ब्स, काली मिर्च पाउडर, और नमक। अच्छी तरह मिलाएं।
- ब्रेड स्लाइस लें, और उनके किनारों को थोड़ा काट लें। दो ब्रेड स्लाइस लें और उसमें हरी चटनी लगाएं।
- फिर तैयार गाढ़े दही के मिश्रण को एक हरी चटनी लगाकर ब्रेड स्लाइस पर फैलाएं। इसे एक और हरी चटनी लगाकर ब्रेड स्लाइस के साथ कवर करें।
- अब इस पर पास्ता सॉस लगाएं। फिर तैयार गाढ़े दही के मिश्रण को उस पर फैलाएं। उस पर स्वीट कॉर्न के दाने डालें। इसे एक और ब्रेड स्लाइस पास्ता सॉस के साथ कवर करें।
- इस बीच, एक तवा गरम करें। तैयार सैंडविच को तवे पर रखें।
- धीमी आंच पर मक्खन लगाकर इसे दोनों तरफ से तब तक सेके जब तक यह अच्छा सुनहरा और कुरकुरा न हो जाए।
- एक बार हो जाने के बाद, इसे सर्विंग प्लेट पर निकालें और इसे 2 टुकड़ों में काट लें।
- 'लेयर्ड हंग कर्ड सैंडविच' परोसने के लिए तैयार है।

पंजीरी और पंचामृत

जन्माष्टमी का विशेष व्यंजन

विजय हल्दिया,

संस्थापक,

ज़ायका का तड़का



सर्विग्स: 6

तैयारी का समय: 10 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- पंजीरी के लिए:
- घी - 2 बड़े चम्मच
- बादाम - 12 - 15
- काजू - 12 - 15
- गोंद - 1/4 कप
- मखाना - 1 कप
- सूखा नारियल - 1/2 कप पीस
- साबुत धनिया - 1 कप पिसा हुआ
- अजवायन - 1 छोटी चम्मच पिसी हुई
- सूखा नारियल - 1/4 कप कटूकस किया हुआ
- गुड़ पाउडर - 1 कप
- मिश्री - 1 छोटी चम्मच
- तुलसी के पत्ते - 3 से 4
- पंचामृत के लिए :
- कच्चा दूध - 1/2 कप
- दही - 1 छोटी चम्मच
- शहद - 1 छोटी चम्मच
- गंगाजल - 1/4 कप
- तुलसी के पत्ते - 3 से 4
- मिश्री - 1 छोटी चम्मच

निर्देश

- पंजीरी के लिए:
- एक पैन में घी गरम करें फिर बादाम, काजू भूनें और एक तरफ रख दें। अब उसी पैन में धीमी आंच पर गोंद को सुनहरा भूरा होने तक भून लें और चम्मच का उपयोग करके उन्हें बाहर निकाल लें।
- उसी पैन में मखाने को भी भूनकर एक तरफ रख दें, पैन में थोड़ा सा घी और डालें और उसमें सूखे नारियल के टुकड़ों को सुनहरा भूरा होने तक भून लें और एक प्लेट में निकाल लें।
- अब पिसे हुए धनिये को घी में भून लें और अजवायन डालें, भूनते समय इस पैन में 1 बड़ा चम्मच घी और डालें। पैन में सूखा कटूकस किया हुआ नारियल डालें और इसे अच्छी तरह से भून लें।
- अब एक बाउल में तला हुआ बादाम, काजू, मखाने, नारियल, गोंद, धनिया, अजवायन डालकर अच्छी तरह से मिलाएं फिर गुड़ पाउडर, मिश्री डालकर अच्छी तरह मिलाएं फिर तुलसी के पत्ते डालें।
- पंचामृत के लिए :
- एक कटोरी में दूध, दही, शहद, गंगाजल, तुलसी के पत्ते, मिश्री डालकर अच्छी तरह मिला लें।
- पंजीरी और पंचामृत भगवान की सेवा के लिए तैयार है।

सुझाव

- यदि गोंद बड़े आकार में है तो तलने से पहले गोंद को क्रश करें।
- अपनी पसंद के अनुसार ड्राई फ्रूट्स का इस्तेमाल करें।
- आप गुड़ पाउडर के बजाय पाउडर चीनी का भी उपयोग कर सकते हैं।
- आप चाहें तो पंचामृत में ड्राई फ्रूट्स मिला सकते हैं।

गुजराती खट्टा मीठा ढोकला

एक स्वस्थ नाश्ते का विकल्प

श्रद्धा ठकरार द्वारा,

गुजरात से



सर्विंग्स: 6

तैयारी का समय: 970 मिनट

पकाने का समय: 8 मिनट

सामग्री

- उड़द दाल - 1 कप
- चावल - 3 कप
- पोहा - 2 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- दही - 2 बड़े चम्मच
- अदरक-हरी मिर्च-लहसुन का पेस्ट - 1 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- गुड़ - 1 छोटी चम्मच
- तेल - 1 बड़ा चम्मच + चिकना करने के लिए
- फ्रूट सॉल्ट - 1/2 छोटी चम्मच
- काली मिर्च पाउडर - आवश्यकतानुसार
- **तड़का तैयार करने के लिए:**
- तेल - 1 बड़ा चम्मच
- सरसों/राइ - 1/2 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- सूखी लाल मिर्च - 2
- कढ़ी पत्ता - कुछ

सुझाव

- उड़द दाल और चावल का अनुपात 1:3 होना चाहिए।
- ढोकला स्टीमर के उबलते पानी में छोटे नींबू के टुकड़े को डालें, ताकि स्टीमर काला न हो।
- जांच करने के लिए टूथपिक / चाकू डालें। यदि यह साफ निकलता है तो यह पूरी तरह से पक गया है। नहीं तो फिर इसे 2 से 3 मिनट और पकने दें।

निर्देश

- एक कटोरे में उड़द दाल, चावल और पोहा लें। उन्हें धोकर 8 घंटे या रात भर के लिए भिगो दें। फिर उन्हें छान लें और इसे पीसने वाले जार में डालें। दही डालें और इसे कुछ सेकंड के लिए पीसकर एक मध्यम-गाढ़ा घोल तैयार करें।
- फिर इसे एक बड़े बाउल में निकाल लें। कटोरे को ढक्कन के साथ कवर करें और इसे 8 घंटे या रात भर के लिए गर्म जगह पर रखें।
- अब इसमें अदरक-हरी मिर्च-लहसुन का पेस्ट, नमक, गुड़ और तेल डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इस बीच, एक स्टीमर में पानी उबालें। इसमें ग्रीस की हुई स्टीमिंग प्लेट डालें।
- फिर घोल में फ्रूट सॉल्ट डालें और अच्छी तरह मिलाएं। बैटर को तुरंत ग्रीस किए हुए प्लेट में डालें। उस पर काली मिर्च पाउडर छिड़कें।
- इसे मध्यम आंच पर 7 से 8 मिनट तक भाप में पकने दें। 8 मिनट के बाद, जांच करने के लिए एक टूथपिक / चाकू डालें। यदि यह साफ निकलता है तो यह पूरी तरह से पक गया है। नहीं तो फिर इसे 2 से 3 मिनट और पकने दें।
- अब इसे स्टीमर से निकाल लें। इसे एक तरफ रख दें और ठंडा होने दें।
- **तड़का तैयार करने के लिए:**
- एक तड़का पैन में तेल गरम करें। इसमें सरसों, हींग, सूखी लाल मिर्च और कढ़ी पत्ता डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- तैयार ढोकले पर तड़का डालें और इसे काट लें। इसे सर्विंग प्लेट में डालें।
- 'गुजराती खट्टा मीठा ढोकला' परोसने के लिए तैयार है।

कोन डोसा विथ कोकोनट चटनी

एक प्रोटीन युक्त नाश्ता

स्मिता श्रीकांत द्वारा,

बैंगलोर से



सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 65 मिनट

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- पीली मूंग दाल - 1 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- नमक - स्वादानुसार
- तेल - आवश्यकतानुसार
- घी - आवश्यकतानुसार
- **नारियल की चटनी तैयार करने के लिए:**
- सूखा नारियल - 1/2 कप कटा हुआ
- हरी मिर्च - 2 बारीक कटी हुई
- कढ़ी पत्ता - कुछ पत्ते
- गुड़ - 1 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- इमली - 2 बड़े टुकड़े
- भुना हुआ चना/दालिया दाल - 1 बड़े चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तेल - 1/2 बड़े चम्मच
- सरसों/राइ - 1/4 छोटी चम्मच

सुझाव

- मूंग दाल में पानी डालें जब तक यह पूरी तरह से डूब न जाए।
- सूखे नारियल के बजाय चटनी के लिए ताजा नारियल का उपयोग किया जा सकता है।

निर्देश

- **कोन डोसा तैयार करने के लिए:**
- मूंग दाल को धोकर 2 घंटे के लिए भिगो दें। पानी डालें जब तक मूंग दाल इसमें पूरी तरह से डूब न जाए। फिर इसे पानी के साथ पीसने वाले जार में डालें। इसे पीसकर मध्यम-गाढ़ा घोल तैयार कर लें।
- इसे एक बाउल में निकाल लें। नमक डालें और अच्छी तरह मिलाएँ।
- एक लोहे के तवे को गर्म करें। थोड़ा सा तेल डालें और टिशू पेपर का उपयोग करके इसे फैलाएं। फिर तवे पर बैटर डालें और डोसा बनाने के लिए फैलाएं।
- उस पर तेल और घी की कुछ बूंदें डालें। फिर आंच धीमी रखें और इसे 3 से 4 मिनट तक पकाएं।
- एक बार जब यह अच्छी तरह से पक जाए, तो डोसे को 1/4 भाग में काट लें। फिर कोन का आकार तैयार करने के लिए इसे गोलाकार में मोड़ें और इसे सर्विंग प्लेट पर निकाल लें।
- **नारियल की चटनी तैयार करने के लिए:**
- एक पीसने वाले जार में सूखा नारियल, हरी मिर्च, कढ़ी पत्ता, गुड़, नमक, इमली, भुने हुए चने/दालिया दाल और थोड़ा पानी लें।
- इसकी चटनी तैयार करने के लिए इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें। इसे एक बाउल में निकाल लें।
- एक तड़का पैन में तेल गरम करें। सरसों और कढ़ी पत्ते डालें। फिर आंच बंद कर दें और इसे तैयार चटनी में डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- 'कोन डोसा विथ कोकोनट चटनी' परोसने के लिए तैयार है।

स्लाइसड केक

नो-बेक बिस्किट केक

रितिका गर्ग द्वारा,

कुरुक्षेत्र से



सर्विग्स: 1 - 2

तैयारी का समय: 3 - 4 मिनट

पकाने का समय: 0 मिनट

सामग्री

- पिघला हुआ मक्खन - 4 बड़े चम्मच
- आइसिंग शुगर - 4 बड़े चम्मच
- कोको पाउडर - 3 बड़े चम्मच
- पानी - 4 बड़े चम्मच
- कॉफी - 1/2 बड़ा चम्मच
- मारी बिस्किट - 12

सुझाव

- आप आइसिंग शुगर की जगह नॉर्मल शुगर का इस्तेमाल कर सकते हैं।
- आप कॉफी पाउडर के बजाय वेनिला एसेंस डाल सकते हैं।

निर्देश

- एक कटोरा लें। पिघला हुआ मक्खन, आइसिंग शुगर और कोको पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और एक पेस्ट बनाएं। इसे एक तरफ रख दें।
- एक कटोरे में पानी और कॉफी पाउडर लें। अच्छी तरह मिलाएं और इसे एक तरफ रख दें।
- अब, एक प्लेट पर एक टिशू पेपर रखें। तैयार कॉफी मिश्रण में एक बिस्किट डुबोएं और इसे टिशू पेपर पर रखें। इस पर तैयार पेस्ट लगाएं। इस प्रक्रिया को आखिरी बिस्किट तक दोहराएं।
- फिर, पेस्ट को पूरे बिस्किट पर कोट करें। इसे सेट करने के लिए दो घंटे के लिए फ्रीजर में रखें। दो घंटे के बाद, इसे बाहर निकालें और इसे तिरछा स्लाइस करें।
- 'स्लाइसड केक' परोसने के लिए तैयार है।



Enjoy!

आप अपने सुझाव देने और जानकारी प्राप्त करने के लिए हमें इस पते पर ईमेल कर सकते हैं -
INFO@ZAYKAKATADKA.COM