

दिसंबर - 2023

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

ज़ायका का तड़का

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

Unedited live
recipes



जो दिखता है !
वही बनता है !

Issue : 40

Live from the kitchens of moms of india



Zayka
Ka
Tadka





Zayka
Ka
Tadka



THE SUPER CHEF MOMS OF INDIA



सूची



- 1) एगलेस क्रिसमस प्लम केक -4
- 2) चॉकलेट पुडिंग -5
- 3) एगलेस टूटी फ्रूटी केक -6
- 4) आलू की मठरी -7
- 5) लेमन पैपर रसम -8
- 6) आटा गुड़ केक -9
- 7) चीज़ मूंग दाल सैंडविच -10
- 8) साउथ इंडियन स्पेशल रेड चटनी -11
- 9) तिल मूंगफली के लड्डू -12
- 10) कॉइन पिज़्ज़ा -13
- 11) तंदूरी जंबो सैंडविच -14
- 12) पनीर फ्राइड राइस -15
- 13) ब्लू राइस विथ वेजिटेबल करी -16
- 14) देसी पिंक सॉस पास्ता -17
- 15) ब्रेड रगड़ा चाट -18
- 16) इंस्टेंट पोटैटो चिप्स -19
- 17) मल्टीग्रेन चिक्की -20
- 18) शकरकंद हरे प्याज़ की सब्ज़ी - 21
- 19) एगलेस चॉकलेट मिनी चीज़ केक - 22
- 20) पॉपकॉर्न लड्डू - 24



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.

एगलेस क्रिसमस प्लम केक

एक झटपट बनने वाला केक



विजय हल्दिया ,

संस्थापक,

ज़ायका का तड़का

सर्विंग्स: 8

तैयारी का समय: 40 मिनट

पकाने का समय: 50 मिनट

सामग्री

- केक तैयार करने के लिए:
- मैदा - 1 और 1/2 कप
- कोको पाउडर - 2 छोटी चम्मच
- दालचीनी पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- सौंठ पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- लॉग पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- ब्राउन शुगर - 1/2 कप
- दूध - 1/2 कप
- दही - 1/2 कप
- शहद - 1/4 कप
- तेल - 1/4 कप + चिकना करने के लिए
- नमक - एक चुटकी
- बेकिंग सोडा - 1/2 छोटी चम्मच
- बेकिंग पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- सूखे मेवों को भिगोने के लिए:
- सूखे मेवे, टूटी फ्रूटी, और किशमिश (काले और भूरे) - 1 कप बारीक कटे हुए
- संतरे का रस - 1 कप

निर्देश

- सूखे मेवों को भिगोने के लिए:
- एक कटोरे में सूखे मेवे, टूटी फ्रूटी और किशमिश लें। संतरे का रस डालें और अच्छी तरह मिलाएं। उन्हें 30 मिनट के लिए भिगो दें।
- केक तैयार करने के लिए:
- एक कटोरा लें। उस पर एक छलनी डालें। मैदा, कोको पाउडर, दालचीनी पाउडर, सौंठ पाउडर, लॉग पाउडर और ब्राउन शुगर लें। उन्हें छान लें और अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसमें दूध, दही, शहद और तेल मिलाएं। अच्छी तरह मिलाएं। अब इसमें नमक, और भीगे हुए ड्राई फ्रूट्स डालें। अच्छी तरह मिलाएं और मध्यम गाढ़ा घोल तैयार करें।
- इस बीच, ओटीजी/ओवन को 10 मिनट के लिए 180 डिग्री सेल्सियस पर प्रीहीट करें।
- अब इसमें बेकिंग सोडा और बेकिंग पाउडर डालें।
- एक केक टिन लें और इसे तेल से चिकना करें। बटर पेपर रखें और इसे तेल से चिकना करें। इसमें घोल डालें। इसे टैप करें।
- अब केक टिन को ओटीजी/ओवन में रखें और 50 मिनट के लिए तापमान 160 डिग्री सेल्सियस पर सेट करें।
- 50 मिनट बाद केक टिन निकाल कर केक के सेंटर में चाकू डालकर चेक करें। यदि केक चाकू से नहीं चिपकता है, तो इसका मतलब है कि केक ठीक से बेक हो गया है।
- अब, इसे ठंडा होने दें। केक को डिमोल्ड करें, बटर पेपर निकालें और इसे काट लें।
- 'एगलेस क्रिसमस प्लम केक' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- ब्राउन शुगर और मैदा का अनुपात 1: 3 होना चाहिए।
- कमरे के तापमान वाले दूध का उपयोग करें।
- केक बेक करने से ठीक पहले बेकिंग पाउडर और बेकिंग सोडा डालें।
- केक को कम तापमान पर बेक किया जाना चाहिए अन्यथा सूखे मेवे जल सकते हैं।
- केक के केंद्र में चाकू डालकर केक की जांच करें। यदि केक चाकू से नहीं चिपकता है, तो इसका मतलब है कि केक ठीक से बेक हो गया है।

चॉकलेट पुडिंग

एक पार्टी विशेष स्वीट डिश



श्रद्धा ठकरार,

गुजरात से

सर्विंग्स: 5

तैयारी का समय: 2 मिनट

पकाने का समय: 3 मिनट

सामग्री

- चीनी - 1 कप
- कोको पाउडर - 1 कप छाना हुआ
- कार्न फ्लोर - 1 कप
- दूध - 300 मिलीलीटर
- मक्खन - 1 बड़ा चम्मच
- वेनिला एसेंस - 1/4 छोटी चम्मच
- चॉकलेट के टुकड़े - 4 से 5
- चॉकलेट चिप्स - गार्निशिंग के लिए
- सिल्वर शुगर बॉल्स - गार्निशिंग के लिए

निर्देश

- एक पैन में चीनी, कोको पाउडर और कार्न फ्लोर लें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब धीरे-धीरे दूध डालें और गांठ रहित मिश्रण तैयार कर लें।
- अब पैन को तेज आंच पर 2 से 3 मिनट तक गर्म करें जब तक कि उसमें उबाल न आने लगे। इसे लगातार हिलाएं।
- जब मिश्रण गाढ़ा होने लगे तो आंच बंद कर दें।
- फिर मक्खन, चॉकलेट के टुकड़े और वेनिला एसेंस डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसे सर्विंग बाउल में निकाल कर चॉकलेट चिप्स और सिल्वर शुगर बॉल्स से गार्निश करें।
- 'चॉकलेट पुडिंग' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- कोको पाउडर को छाना जाना चाहिए।
- चीनी, कोको पाउडर और कार्न फ्लोर का अनुपात 1: 1: 1 होना चाहिए।
- दूध धीरे-धीरे डालना चाहिए।
- आप मिश्रण में कोई भी चॉकलेट मिला सकते हैं।
- मक्खन पुडिंग को चमक देगा।
- आप इस पुडिंग को गर्म या ठंडा परोस सकते हैं।
- आप अपनी पसंद के अनुसार पुडिंग को सूखे मेवे या अन्य सामग्री से गार्निश कर सकते हैं।

एगलेस टूटी फ्रूटी केक

बच्चो का पसंदीदा केक



श्वेता शेट,

मुंबई से

सर्विंग्स: 6 से 8

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 65 मिनट

सामग्री

- सूजी / रवा - 1 कप पीसी हुई
- टूटी फ्रूटी - 2 छोटी चम्मच + गार्निशिंग के लिए
- मैदा - 1/2 कप + 1 छोटी चम्मच
- पीसी हुई शक्कर - 3/4 कप
- नमक - एक चुटकी
- दही - 3/4 कप फेंटा हुआ
- तेल - 1/4 कप
- वनीला एसेंस - 1 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- बेकिंग पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- बेकिंग सोडा - 1/2 छोटी चम्मच
- तेल - चिकना करने के लिए

निर्देश

- एक कटोरे में सूजी लें। मैदा और पीसी हुई चीनी डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर नमक, दही, तेल, वनीला एसेंस और थोड़ा पानी डालें। गाढ़ा बैटर तैयार करने के लिए अच्छी तरह मिलाएं।
- इस बीच, एक हैवी बॉटम पैन लें। पैन में एक बड़ी रिंग डालें। अब उस पैन को उसके ढक्कन/बड़े कटोरे से ढक दें।
- फिर तैयार हैवी बॉटम पैन को धीमी आंच पर 10 मिनट के लिए गर्म करें।
- अब बैटर में बेकिंग पाउडर और बेकिंग सोडा डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक कटोरे में टूटी फ्रूटी और 1 चम्मच मैदा लें। अच्छी तरह मिलाएं और इसे तैयार केक बैटर में डालें।
- एक केक टिन लें और उसमें बटर पेपर रखें। इसे तेल से चिकना करें और तुरंत बैटर डालें और इसे टैप करें।
- इसे टूटी फ्रूटी से गार्निश करें। अब केक टिन को पहले से गरम पैन की रिंग पर रख दें। इसे धीमी आंच पर 45 मिनट तक बेक करें।
- 45 मिनट के बाद टूथपिक डालकर केक को चेक करें। अगर यह साफ निकलता है तो केक तैयार है।
- इसे बाहर निकालें और एक तरफ रख दें। इसे ठंडा होने दें। फिर चाकू का उपयोग करके केक को टिन के किनारों से अलग करें।
- फिर इसके ऊपर एक ग्रिल या वायर रैक रखें और केक टिन को फ्लिप करें और केक को ग्रिल या वायर रैक पर निकालने के लिए टैप करें। बटर पेपर निकालें।
- फिर इसके ऊपर एक प्लेट रखें और वायर रैक को पलटकर केक को सर्विंग प्लेट पर निकाल लें।
- 'एगलेस टूटी फ्रूटी केक' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- मैदे के बजाय गेहूँ का आटा मिलाया जा सकता है।
- दही कमरे के तापमान पर होना चाहिए।
- केक बनाने के लिए किसी भी प्रकार के गंधहीन वनस्पति तेल का उपयोग किया जा सकता है।
- केक का घोल गाढ़ा होना चाहिए।
- आप चाहें तो बैटर को 15 मिनट तक रख सकते हैं।
- इस केक को तैयार करने के लिए एक भारी तले वाला पैन का उपयोग करें।
- टूथपिक डालकर केक की जांच करें। अगर यह साफ निकलता है तो केक तैयार है।
- टूटी फ्रूटी को मैदे या गेहूँ के आटे लपेट लें ताकि यह सिंक न हो।
- केक टिन का 1/2 भाग बैटर से भरें क्योंकि बेक करने के बाद केक फूलेगा।
- केक पकाते समय ढक्कन न खोलें।
- **ओटीजी/ओवन में केक बनाने के लिए:**
- ओटीजी/ओवन को 180 डिग्री सेल्सियस पर 10 मिनट के लिए प्रीहीट करें।
- केक को 180 डिग्री सेल्सियस पर 35 मिनट तक बेक करें।

आलू की मठरी

एक विशेष नाश्ता



मृदुला अमेरिया,

राजस्थान से

सर्विंग्स: 4

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- गेहूँ का आटा - 1 कप
- उबले हुए आलू - 3 छीले हुए और कट्टूकस किए हुए
- पोहा पाउडर - 1/2 कप
- अजवायन - 1/2 छोटी चम्मच
- तिल - 1 छोटा चम्मच
- कसूरी मेथी - 1 छोटी चम्मच
- काला नमक - स्वादानुसार
- नमक - स्वादानुसार
- काली मिर्च पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- तेल - तलने के लिए

सुझाव

- अगर आप फूली हुई मठरी बनाना चाहते हैं तो मठरी को कांटे से न चुभाएं।
- आप इस मठरी को एयर-टाइट कंटेनर में 3 से 4 दिनों तक स्टोर कर सकते हैं।

निर्देश

- एक मिक्सिंग बाउल में गेहूँ का आटा लें। उबले हुए आलू, पोहा पाउडर, अजवायन को अपनी हथेलियों के बीच रगड़कर डालें, तिल, कसूरी मेथी को अपनी हथेलियों के बीच रगड़कर, काला नमक, नमक और काली मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इसे अच्छी तरह से मिलाकर मध्यम-नरम आटा तैयार करें। इसे अच्छी तरह से गूंध लें। इसे 10 मिनट के लिए छोड़ दें।
- फिर छोटे बॉल के आकार का आटा लें और एक सिलेंडर के आकार का लंबा रोल बनाएं। इसे छोटे-छोटे बराबर हिस्सों में काट लें।
- अपनी हथेली को तेल से चिकना करें। आटे का एक हिस्सा लें और चपटा मठरी बनाने के लिए इसे अपनी हथेलियों के बीच दबाएं। फिर कांटे का उपयोग करके मठरी में चुभाएं। इसी तरह, आटे से सभी मठरियाँ तैयार करें।
- इस बीच, तलने के लिए तेल गरम करें। तैयार मठरियों को गरम तेल में डालें।
- इसे मध्यम आंच पर 3 से 4 मिनट के लिए डीप फ्राई करें जब तक कि यह दोनों तरफ से क्रिस्पी और गोल्डन ब्राउन न हो जाए। फिर, उन्हे चम्मच का उपयोग करके सर्विंग प्लेट पर निकालें।
- 'आलू की मठरी' परोसने के लिए तैयार है।

लेमन पेपर रसम

एक प्रसिद्ध दक्षिण भारतीय साइड डिश



स्मिता श्रीकांत,

सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 5 मिनट

कर्नाटक से

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- अरहर / तुवर दाल - 1 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- जीरा-काली मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- कढ़ी पत्ते का तना - 1
- कढ़ी पत्ते - कुछ
- घी - 1/2 बड़ा चम्मच
- सरसों - 1/2 छोटी चम्मच
- हींग - एक चुटकी
- हल्दी पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच
- हरी मिर्च - 2 बारीक कटी हुई
- सूखी लाल मिर्च - 2
- नींबू का रस - 1/2 नींबू का रस
- हरा धनिया - एक मुट्ठी भर

सुझाव

- आप पसंद के अनुसार रसम को पतला या गाढ़ा रख सकते हैं।

निर्देश

- तुवर दाल को धोकर प्रेशर कुकर में तेज आंच पर 4 सीटी आने तक पानी डालकर पका लें। पकने के बाद, आंच बंद कर दें। इसे एक बड़े कटोरे में निकाल लें।
- इसे ब्लेंडर का उपयोग करके ब्लेंड करें। इसे गर्म करें और रसम तैयार करने के लिए पानी डालें। इसे मध्यम आंच पर उबाल लें।
- इसमें जीरा-काली मिर्च पाउडर, नमक, कढ़ी पत्ते का तना गांठ बांधकर और कढ़ी पत्ते डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे मध्यम आंच पर उबाल लें। बीच-बीच में हिलाते रहें।
- इस बीच एक तड़का पैन में घी गर्म करें। इसमें सरसों, हींग, हल्दी पाउडर, हरी मिर्च और सूखी लाल मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं और आंच बंद कर दें।
- तैयार तड़का को रसम में डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे तेज आंच पर 1 से 2 मिनट तक उबालें।
- फिर नींबू का रस डालें और निचोड़े हुए नींबू के टुकड़े को रसम में 1 मिनट के लिए डाल दें। हरा धनिया डालें और अच्छी तरह मिलाएँ।
- 1 मिनट बाद इसमें से नींबू का टुकड़ा निकाल लें। फिर आंच बंद कर दें और इसे एक बाउल में निकाल लें।
- 'लेमन पेपर रसम' परोसने के लिए तैयार है।

आटा गुड़ केक

विशेष अवसरों के लिए एक शानदार केक



नेहा अग्रवाल,

सर्विंग्स: 7



रायपुर से

तैयारी का समय: 10 मिनट

पकाने का समय: 60 मिनट

सामग्री

- गेहूँ का आटा - 2 कप
- घर की बनी मलाई - 1 कप
- गुड़ पाउडर - 1 कप
- मिलक पाउडर - 1 कप
- दूध - 1 कप + आवश्यकतानुसार
- कस्टर्ड पाउडर - 1 और 1/2 बड़ा चम्मच
- बेकिंग पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- बेकिंग सोडा - 1/4 छोटी चम्मच
- तेल - चिकना करने के लिए
- स्प्रिंकल्स - आवश्यकतानुसार + गार्निशिंग के लिए (वैकल्पिक)

सुझाव

- घर की बनी मलाई, गुड़ पाउडर और दूध पाउडर का अनुपात 1: 1 होना चाहिए।
- स्प्रिंकल्स के बजाय चॉकलेट चिप्स डाल सकते हैं।
- केक पकाते समय ढक्कन न खोलें।
- आप मलाई के बजाय 1 कप कंडेंस्ड मिलक मिला सकते हैं। गुड़ की मात्रा कम करें क्योंकि कंडेंस्ड मिलक मीठा होता है।
- आप मलाई के बजाय 1/2 कप तेल या मक्खन भी मिला सकते हैं।
- ओटीजी/ओवन में केक तैयार करने के लिए:
- ओटीजी/ओवन को 170 डिग्री सेल्सियस पर 10 मिनट के लिए प्रीहीट करें।
- केक को 32 मिनट के लिए 170 डिग्री सेल्सियस पर बेक करें।

निर्देश

- एक बड़े आकार का कटोरा लें। घर की बनी मलाई और गुड़ पाउडर डालें। विस्कर्स से अच्छी तरह मिलाएं। फिर दूध पाउडर और दूध डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसमें कस्टर्ड पाउडर डालें और अच्छी तरह मिलाएं। 1 कप गेहूँ का आटा डालें और गांठ मुक्त घोल तैयार करने के लिए अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर एक और 1 कप गेहूँ का आटा डालें और एक गांठ मुक्त घोल तैयार करने के लिए अच्छी तरह मिलाएं।
- गांठ मुक्त मध्यम गाढ़ा घोल तैयार करने के लिए थोड़ा दूध डालें।
- एक हैवी बॉटम पैन लें। एक छोटी प्लेट रखो। अब उस पैन को ढक्कन से ढक दें।
- फिर तैयार हैवी बॉटम पैन को धीमी आंच पर 10 मिनट के लिए गर्म करें।
- अब बटर में बेकिंग पाउडर और बेकिंग सोडा डालकर अच्छे से मिक्स करें। फिर स्प्रिंकल्स डालें और अच्छी तरह मिलाएं।
- एक केक टिन लें और इसे तेल से चिकना करें। उस पर बटर पेपर रखें और तेल से चिकना कर लें। घोल को केक टिन में डालें और इसे टैप करें। उस पर कुछ स्प्रिंकल्स डालें।
- अब तैयार केक टिन को पहले से गरम पैन की प्लेट पर रखें। केक को धीमी आंच पर बड़े बर्नर पर 55 से 60 मिनट तक बेक करें।
- एक बार अच्छी तरह बेक हो जाने के बाद, केक टिन को पैन में 5 से 10 मिनट के लिए रखें। फिर इसे निकाल कर एक तरफ रख दें। इसे ठंडा होने दें।
- फिर इसे डी-मोल्ड करें और बटर पेपर निकालें। इसे स्प्रिंकल्स से गार्निश करें।
- 'आटा गुड़ केक' परोसने के लिए तैयार है।

चीज़ मूंग दाल सैंडविच

प्रोटीन युक्त टिफिन बॉक्स रेसिपी



सपना माहेश्वरी,

फरीदाबाद से

सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 185 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- पीली मूंग दाल - 1 कप
- अदरक - 1 इंच कटा हुआ
- हरी मिर्च - 1 बारीक कटी हुई
- पानी - आवश्यकतानुसार
- प्याज - 1 बड़ा चम्मच बारीक कटा हुआ
- गाजर - 1 बड़ा चम्मच कट्टकस किया हुआ
- लाल शिमला मिर्च - 1 बड़ा चम्मच बारीक कटी हुई
- हरा धनिया - एक मुट्ठी भर
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- घी - आवश्यकतानुसार
- ब्रेड - 2 स्लाइस
- हरी चटनी - आवश्यकतानुसार
- पिज़्ज़ा सॉस - आवश्यकतानुसार
- चीज़ स्लाइस - 1
- कट्टकस किया हुआ पनीर - आवश्यकतानुसार
- अर्रिगैनो - आवश्यकतानुसार
- चिली फ्लेक्स - आवश्यकतानुसार
- टोमेटो केचप - आवश्यकतानुसार

सुझाव

- मूंग दाल के घोल में पसंद और उपलब्धता के अनुसार कोई भी सब्जी डाली जा सकती है।
- मूंग दाल को कम से कम 2 घंटे के लिए भिगोना चाहिए।
- किसी भी प्रकार की ब्रेड का उपयोग किया जा सकता है।
- पिज़्ज़ा सॉस के बजाय टोमेटो केचप का इस्तेमाल किया जा सकता है।

निर्देश

- मूंग दाल को धोकर 2 से 3 घंटे के लिए भिगो दें। फिर मूंग दाल को छान लें और इसे पीसने वाले जार में डालें। हरी मिर्च, अदरक और थोड़ा पानी डालें। मध्यम-गाढ़ा घोल तैयार करने के लिए इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें।
- इसे एक बाउल में निकाल लें। प्याज, गाजर, लाल शिमला मिर्च और हरा धनिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर लाल मिर्च पाउडर और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक तवा गरम करें। घोल को तवे पर डालें और ब्रेड के आकार का पैनकेक बनाने के लिए फैलाएं।
- उस पर घी की कुछ बूंदें डालें। इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट तक पकाएं।
- इसे दूसरी तरफ भी पकाने के लिए पलटें। जब यह दोनों तरफ से पक जाए तो इसे एक प्लेट में निकाल लें।
- अब ब्रेड स्लाइस लें। एक ब्रेड स्लाइस पर हरी चटनी और दूसरी ब्रेड स्लाइस पर पिज़्ज़ा सॉस लगाएं।
- फिर तैयार चौकोर आकार की मूंग दाल चिला को हरी चटनी वाली ब्रेड स्लाइस पर डालें।
- उस पर चीज़ स्लाइस डालें। उस पर कट्टकस किया हुआ पनीर फैलाएं। उस पर अर्रिगैनो और चिली फ्लेक्स छिड़कें। इसे पिज़्ज़ा सॉस वाली ब्रेड स्लाइस के साथ कवर करें। इस पर घी लगाएं।
- इस बीच, एक तवा गरम करें। उस पर तैयार चीज़ मूंग दाल सैंडविच डालें। इसे धीमी आंच पर 1 से 2 मिनट तक टोस्ट करें।
- इसे 1 से 2 मिनट के लिए घी लगाकर दूसरी तरफ टोस्ट करने के लिए प्लिप करें। इसे टोस्ट करते समय दबाएं।
- एक बार जब यह दोनों तरफ से अच्छी तरह से टोस्ट हो जाए तो इसे प्लेट में निकाल कर 4 टुकड़ों में काट लें। इसे टोमेटो केचप से गार्निश करें।
- 'चीज़ मूंग दाल सैंडविच' परोसने के लिए तैयार है।

साउथ इंडियन स्पेशल रेड चटनी

एक मसालेदार साइड डिश



कला श्रीधर जी,



तमिलनाडु से

सर्विंग्स: 6

तैयारी का समय: 10 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- टमाटर का पेस्ट तैयार करने के लिए:
- तिल का तेल - 1 बड़ा चम्मच
- राई - 1/2 छोटी चम्मच
- अदरक - 1 इंच कटा हुआ
- लहसुन - 5 से 6 कलियां
- हरी मिर्च - 2
- कढ़ी पत्ता - 1/4 कप
- टमाटर - 2 बारीक कटे हुए
- नमक - स्वादानुसार
- पानी - आवश्यकतानुसार
- उड़द दाल का पेस्ट तैयार करने के लिए:
- तिल का तेल - 1 टेबल स्पून
- जीरा - 1 छोटी चम्मच
- तिल - 2 छोटी चम्मच
- सूखी लाल मिर्च - 3
- उड़द दाल - 3 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- चटनी तैयार करने के लिए:
- तिल का तेल - 2 टेबल स्पून
- राई - 1 छोटी चम्मच
- हींग का पेस्ट - 1/4 छोटी चम्मच
- उड़द दाल - 2 छोटी चम्मच
- कढ़ी पत्ता - कुछ
- पानी - आवश्यकतानुसार
- हरा धनिया - एक मुट्ठी

निर्देश

- टमाटर का पेस्ट तैयार करने के लिए:
- एक पैन में तिल का तेल गर्म करें। इसमें राई, अदरक, लहसुन और हरी मिर्च डालें। इसे कुछ सेकंड के लिए भून लें।
- फिर कढ़ी पत्ता और टमाटर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट के लिए टमाटर के नरम होने तक भूनें।
- फिर नमक और थोड़ा सा पानी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट तक भूनें।
- एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे ठंडा होने दें। फिर इसे एक ग्राइंडिंग जार में डालें और इसका पेस्ट तैयार करने के लिए कुछ सेकंड के लिए पीस लें। इसे एक तरफ रख दें।
- उड़द दाल का पेस्ट तैयार करने के लिए:
- एक पैन में तिल का तेल गर्म करें। जीरा और तिल, सूखी लाल मिर्च और उड़द की दाल डालें। इसे मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट के लिए भून लें जब तक कि उड़द दाल अच्छी सुनहरी भूरी न हो जाए। बीच-बीच में हिलाते रहें।
- एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे ठंडा होने दें। फिर इसे एक पीसने वाले जार में डालें और थोड़ा पानी डालें। इसका पेस्ट तैयार करने के लिए इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें। इसे एक तरफ रख दो।
- चटनी तैयार करने के लिए:
- एक पैन में तिल का तेल गर्म करें। राई, हींग का पेस्ट और उड़द दाल डालें। अच्छी तरह मिलाएं। कढ़ी पत्ते कुचलकर डालें।
- तैयार उड़द दाल का पेस्ट और टमाटर का पेस्ट डालें। अच्छी तरह मिलाएं। थोड़ा पानी डालें और अच्छी तरह मिलाएं। इसे 1 से 2 मिनट तक उबाले और आंच बंद कर दें। कढ़ी पत्ते और धनिया पत्ती डाल कर मिक्स करें।
- 'साउथ इंडियन स्पेशल रेड चटनी' डोसा और अप्पे के साथ परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- चटनी का गाढ़ापन अपनी पसंद के अनुसार रखें।
- टमाटर का पेस्ट तैयार करने के लिए:
- हरी मिर्च और टमाटर का अनुपात 1: 1 होना चाहिए।
- उड़द दाल का पेस्ट तैयार करने के लिए:
- जीरा, तिल और उड़द दाल का अनुपात 1: 2: 3 होना चाहिए।

तिल मूंगफली के लड्डू

एक स्वास्थ्यवर्धक शीतकालीन विशेष व्यंजन



नीता शर्मा,



राजस्थान से

सर्विंग्स: 5

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- तिल - 1 कप
- गुड़ - 1/2 कप
- मूंगफली के दाने - 1/4 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार

सुझाव

- आप स्वाद के अनुसार मिठास रख सकते हैं।
- गुड़ और तिल का अनुपात 1:2 होना चाहिए।
- आप चाहें तो चमक के लिए गुड़ पिघलाते समय घी डाल सकते हैं।
- मूंगफली और गुड़ का अनुपात 1:2 होना चाहिए।
- लड्डू का मिश्रण गर्म हो तभी लड्डू तैयार करें।

निर्देश

- तिल को 5 मिनट के लिए धीमी आंच पर भून लें। लगातार हिलाते रहें। फिर इसे एक तरफ रख दें।
- मूंगफली को एक पैन में धीमी आंच पर 10 मिनट के लिए भून लें। मूंगफली के दाने ठंडा होने के बाद उन्हें छील लें। मूंगफली को प्याले में निकाल कर एक तरफ रख दें।
- एक पैन में गुड़ लें। इसे तेज आंच पर 3 से 4 मिनट तक पिघलाएं। लगातार हिलाते रहें।
- फिर भुने हुए तिल और मूंगफली डालें। आंच बंद कर दें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब अपनी हथेलियों को पानी से गीला कर लें। लड्डू मिश्रण का एक छोटा, बॉल के आकार का हिस्सा लें, इसे अपनी हथेलियों के बीच रोल करें और एक गोल आकार का लड्डू बनाएं।
- इसी तरह, सभी लड्डू तैयार करें। इसे सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'तिल मूंगफली के लड्डू' परोसने के लिए तैयार है।

काँइन पिज़्जा

एक पार्टी विशेष मिनी ट्रीट



श्वेता शेट,

सर्विंग्स: 3

तैयारी का समय: 35 मिनट



मुंबई से

पकाने का समय: 8 मिनट

सामग्री

- गेहूँ का आटा - 1 कप
- मैदा - 1 कप
- पिज़्जा टॉपिंग / सॉस - आवश्यकतानुसार
- नमक - स्वादानुसार
- पीसी हुई चीनी - 1 छोटी चम्मच
- बेकिंग सोडा - 1/2 छोटी चम्मच
- बेकिंग पाउडर - 1 और 1/2 छोटी चम्मच
- दही - 2 बड़े चम्मच
- तेल - 2 बड़े चम्मच + चिकना करने के लिए
- पानी - आवश्यकतानुसार
- प्याज - 1 बड़ा चम्मच बारीक कटा हुआ
- शिमला मिर्च - 1 बड़ा चम्मच बारीक कटी हुई
- मोज़रैला चीज़ - आवश्यकतानुसार
- स्वीट कॉर्न - 1 बड़ा चम्मच उबला हुआ
- मिक्स्ड हर्ब्स - आवश्यकतानुसार
- चिली फ्लेक्स - आवश्यकतानुसार
- मक्खन - आवश्यकतानुसार

सुझाव

- मैदे और गेहूँ के आटे का अनुपात 1: 1 होना चाहिए।
- आप केवल गेहूँ के आटे या केवल मैदे का उपयोग करके इस काँइन पिज़्जा को तैयार कर सकते हैं।
- आटा कम से कम 15 मिनट के लिए रखना चाहिए।
- समय बचाने के लिए आधा पका हुआ पिज़्जा बेस या अनबेकड काँइन पिज़्जा पहले से तैयार किया जा सकता है।
- पसंद और उपलब्धता के अनुसार किसी भी प्रकार की सब्जियां और चीज़ डाला जा सकता है।
- ओटीजी में काँइन पिज़्जा तैयार किया जा सकता है।

निर्देश

- एक कटोरे में गेहूँ का आटा लें। मैदा और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं। पीसी हुई चीनी, बेकिंग सोडा, बेकिंग पाउडर और दही डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- अब इसमें तेल डालें और अच्छी तरह मिलाएं। अब नरम आटा तैयार करने के लिए धीरे-धीरे पानी डालें। इसे 30 मिनट के लिए छोड़ दें।
- 30 मिनट के बाद अपनी हथेली को तेल से चिकना करके आटे को अच्छे से गूंध लें। एक बड़ी गेंद के आकार का आटा लें। और मोटी रोटी बेल लें। एक छोटे ढक्कन की मदद से एक छोटे आकार के सर्कल में काटें। फिर कांटे का उपयोग करके इंडेंटेशन बनाएं। इसी तरह, सभी पिज़्जा बेस तैयार करें।
- इस बीच, एक तवा गरम करें। तैयार पिज़्जा बेस को इस पर रखें और धीमी आंच पर कुछ सेकंड के लिए एक तरफ से हल्का सा रोस्ट करें। थोड़ा भूरा होने के बाद इसे पलटें। इसे दूसरी तरफ से भी भून लें। पकने के बाद, इसे एक प्लेट में निकाल लें।
- इस पर पिज़्जा टॉपिंग / सॉस लगाएं। फिर उस पर प्याज, लाल शिमला मिर्च, मोज़रैला चीज़ और स्वीट कॉर्न डालें। उस पर मिक्स्ड हर्ब्स और चिली फ्लेक्स छिड़कें।
- इस बीच, एक पैन गरम करें। इसे मक्खन के साथ चिकना करें और तैयार काँइन पिज़्जा रखें।
- पैन को ढक्कन के साथ कवर करें और इसे धीमी आंच पर 4 से 5 मिनट के लिए टोस्ट करें जब तक कि चीज़ पिघल न जाए और पिज़्जा का निचला हिस्सा क्रिस्पी न हो जाए।
- एक बार हो जाने के बाद, इसे सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'काँइन पिज़्जा' परोसने के लिए तैयार है।

तंदूरी जंबो सैंडविच

एक मसालेदार और स्वादिष्ट व्यंजन



शिल्पी अग्रवाल,

सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 5 मिनट

राजस्थान से

पकाने का समय: 3 मिनट

सामग्री

- ब्रेड स्लाइस - 3
- हरी चटनी - आवश्यकतानुसार
- तंदूरी वेज मेयोनेज़ - आवश्यकतानुसार
- पनीर - 1/4 कप बारीक कटा हुआ
- स्वीट कॉर्न - 1 बड़ा चम्मच उबला हुआ
- नमक - स्वादानुसार
- काली मिर्च पाउडर - आवश्यकतानुसार
- चीज़ - आवश्यकतानुसार
- टमाटर - 1/2 बारीक कटा हुआ
- प्याज - 1/2 बारीक कटा हुआ
- शिमला मिर्च - 1/2 बारीक कटी हुई
- खीरा - 1/2 बारीक कटा हुआ
- हरा धनिया - मुट्टी भर + गार्निशिंग के लिए
- मक्खन - आवश्यकतानुसार
- चिली फ्लेक्स - गार्निशिंग के लिए
- नायलॉन सेव - गार्निशिंग के लिए

निर्देश

- एक ब्रेड स्लाइस लें और उसमें हरी चटनी लगाएं। फिर उस पर तंदूरी वेज मेयोनेज़ लगाएं।
- अब इस पर पनीर और स्वीट कॉर्न डालें। इस पर नमक और काली मिर्च पाउडर छिड़कें।
- फिर उस पर चीज़ को कढ़कस कर लें। इस पर हरी चटनी लगाए और दूसरी ब्रेड स्लाइस लगाएं।
- अब इस पर तंदूरी वेज मेयोनेज़ लगाएं। इस पर टमाटर, प्याज, शिमला मिर्च, खीरा और हरा धनिया डालें।
- इस पर नमक और काली मिर्च पाउडर छिड़कें। फिर उस पर चीज़ को कढ़कस कर लें। इसे तंदूरी वेज मेयोनेज़ और हरी चटनी के साथ कवर करें।
- इस बीच, एक ग्रिल पैन गरम करें। इसे मक्खन से चिकना कर लें। तैयार सैंडविच को तवे पर रखें।
- धीमी आंच पर दोनों तरफ से मक्खन लगाकर इसे अच्छा सुनहरा और कुरकुरा होने तक भून लें।
- एक बार हो जाने के बाद, इसे सर्विंग प्लेट पर निकालें और इसे 4 त्रिकोण टुकड़ों में काट लें।
- इसे हरा धनिया, कसा हुआ चीज़, चिली फ्लेक्स और नायलॉन सेव से गार्निश करें।
- 'तंदूरी जंबो सैंडविच' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- सब्जियों को पसंद और उपलब्धता के अनुसार डाला जा सकता है।

पनीर फ्राइड राइस

एक मसालेदार और चटपटा वन-पॉट मील



नेहा अग्रवाल,



रायपुर से

सर्विंग्स: 3

तैयारी का समय: 35 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- टमाटर - 1
- प्याज - 1
- लहसुन - 4 कलियां
- सूखी लाल मिर्च - 4 से 5
- पानी - 1 कप
- तेल - 2 बड़े चम्मच
- जीरा - 1/2 छोटी चम्मच
- पनीर - 1 कप बारीक कटा हुआ
- नमक - स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- पके हुए चावल - 1 कप
- हरा धनिया - सजाने के लिए

सुझाव

- टमाटर, प्याज और लहसुन को सीधी आंच पर लगातार चलाते रहें ताकि वे जले ना।
- आप गीले हाथों से भुने हुए टमाटर, प्याज और लहसुन को छील सकते हैं।
- स्वाद के अनुसार तीखापन रख सकते हैं।

निर्देश

- सूखी लाल मिर्च को 30 मिनट के लिए पानी में भिगो दें।
- टमाटर, लहसुन और प्याज लें। इसे मध्यम से धीमी आंच पर सीधे 3 से 4 मिनट तक भून लें।
- इसे लगातार चलाते हुए तब तक घुमाएं जब तक यह अंदर से नरम न हो जाए। भुने हुए टमाटर, प्याज और लहसुन को छील लें।
- उन्हें काट लें और एक पीसने वाले जार में डालें। पानी के साथ भीगी हुई सूखी लाल मिर्च डालें। इसकी प्यूरी तैयार करने के लिए इसे कुछ सेकंड के लिए पीस लें।
- एक पैन में तेल गरम करें। जीरा और पनीर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट के लिए भूनें। इसे बीच-बीच में चलाते रहें।
- फिर तैयार प्यूरी डालें और अच्छी तरह मिलाएं। नमक और लाल मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इसे मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट तक उबालें। इसे बीच-बीच में चलाते रहें।
- अब इसमें पके हुए चावल डालें और अच्छी तरह मिलाएं। इसे हरा धनिया से गार्निश करें।
- 'पनीर फ्राइड राइस' परोसने के लिए तैयार है।

ब्लू राइस विथ वेजिटेबल करी

एक अद्वितीय रंगीन पकवान



ध्वनि मक्वान,

सर्विंग्स: 1 - 2

तैयारी का समय: 5 मिनट



गुजरात से

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- ब्लू राइस के लिए:
- अपराजिता के फूल - 10 से 12
- चावल - 1 कप
- पानी - 2 कप
- नमक - स्वादानुसार
- वेजिटेबल करी के लिए:
- तेल - 1 छोटी चम्मच + 1 छोटी चम्मच
- मशरूम - 2 बड़े चम्मच कटा हुआ
- ब्रोकली - 2 बड़े चम्मच कटा हुआ
- शिमला मिर्च (लाल, पीली, हरी) - 2 बड़े चम्मच कटी हुई
- पनीर क्यूब्स - 100 ग्राम
- गाजर - 2 बड़ा चम्मच बारीक कटा हुआ
- नमक - स्वादानुसार
- धनिया पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- काली मिर्ची पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- पानी - आवश्यकतानुसार
- जीरा - 1 छोटी चम्मच
- लहसुन - 4 से 5 कलियां कटी हुई
- टमाटर प्यूरी - 1 टमाटर
- किचन किंग मसाला - 1 छोटी चम्मच
- मेथी के पत्ते - 1 बड़ा चम्मच कटे हुए
- घर की बनी मलाई - 1 बड़ा चम्मच
- तड़का लगाने के लिए:
- घी - 1 छोटा चम्मच
- जीरा - 1 छोटी चम्मच
- लौंग - 5 से 6
- काजू - 3 से 4 कटे हुए
- गार्निशिंग के लिए अन्य सामग्री:
- खीरा - बारीक कटा हुआ
- हरा धनिया - कुछ
- अपराजिता के फूल - कुछ

निर्देश

- ब्लू राइस के लिए:
- एक बर्तन में पानी उबालें। इसमें अपराजिता के फूल डालें। 2 मिनट के बाद अपराजिता के फूलों को पानी से निकाल लें।
- अब, चावल और नमक डालें। बर्तन को ढक्कन से ढक दें। इसे 10 मिनट तक पकाएं। पकने के बाद इसे एक तरफ रख दें।
- वेजिटेबल करी के लिए:
- एक पैन में 1 छोटा चम्मच तेल गरम करें। इसमें कटा हुआ मशरूम, कटी हुई ब्रोकली, कटी हुई शिमला मिर्च (लाल, पीली, हरी), पनीर क्यूब्स, कटी हुई गाजर और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- फिर, इसमें धनिया पाउडर और काली मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। इसे ढक्कन के साथ कवर करें और इसे थोड़ी देर पकाएं। पकने के बाद इसे एक तरफ रख दें।
- अब, एक तवा लें, इसमें 1 चम्मच तेल डालें। इसमें जीरा और कटी हुई लहसुन की कलियां डालें। इसे थोड़ी देर भून लें। फिर, इसमें टमाटर प्यूरी, किचन किंग मसाला, नमक और कटी हुई मेथी डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर, इसमें घर की बनी मलाई डालें।
- इसमें तैयार सब्जियां डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर, थोड़ा पानी डालें और अच्छी तरह मिलाएं। इसे थोड़ी देर पकाएं। पकने के बाद इसे एक तरफ रख दें।
- तड़का लगाने के लिए:
- एक पैन में घी गरम करें। इसमें जीरा डालें। फिर, इसमें लौंग और कटी हुई काजू डालें। अच्छी तरह मिलाएं और उन्हें कुछ सेकंड के लिए भुनें। एक बार ऐसा करने के बाद, इसे एक तरफ रख दें।
- राइस विथ वेजिटेबल करी के लिए:
- एक सर्विंग प्लेट लें। ब्लू राइस डालें। फिर, उस पर तड़का डालें। इसके चारों ओर तैयार वेजिटेबल करी रखें। अपराजिता के फूल, हरा धनिया और खीरे के स्लाइस से सजाएं।
- 'ब्लू राइस विथ वेजिटेबल करी' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- आप अपनी पसंद के अनुसार सूखे या ताजा अपराजिता के फूल का उपयोग कर सकते हैं।
- आप उपलब्धता के अनुसार सब्जियां डाल सकते हैं।
- करी में सब्जियों को कुरकुरी रखें।
- आप ताजा मेथी के बजाय कसूरी मेथी डाल सकते हैं।

देसी पिंक सॉस पास्ता

टिफिन बॉक्स का एक स्वादिष्ट विकल्प



अर्चना चक्रवर्ती,

सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 5 मिनट



कर्नाटक से

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- एल्चो पास्ता - 1 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- पास्ता और पिज़्ज़ा पिंक सॉस - 3 से 4 बड़े चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- तेल - आवश्यकतानुसार
- घी - 1 टेबल स्पून
- प्याज - 1 कटा हुआ
- शिमला मिर्च - 1 कप बारीक कटी हुई
- ब्रोकली - 1 कप कटी हुई
- नमक - स्वादानुसार
- कसा हुआ चीज़ - गार्निशिंग के लिए
- चिली फ्लेक्स - सजाने के लिए

सुझाव

- सब्जियों को पसंद और उपलब्धता के अनुसार डाल सकते हैं।
- सब्जियों को कुरकुरा रखें।

निर्देश

- ब्रोकली को गर्म पानी से धो लें। फिर इसे छानकर एक तरफ रख दें।
- एक पैन में पानी उबालें। नमक और 1/2 टेबल-स्पून तेल डालें। फिर पास्ता डालें। इसे तेज आंच पर 3 से 4 मिनट तक पकाएं। फिर पानी को छान लें। इसे एक तरफ रख दें।
- एक पैन में घी गर्म करें। प्याज डालें और अच्छी तरह मिलाएँ। इसे तेज आंच पर कुछ सेकंड के लिए भून लें। बीच-बीच में हिलाते रहें।
- फिर शिमला मिर्च और ब्रोकली डालें। अच्छी तरह मिलाएं। स्वीट कॉर्न और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इसे तेज आंच पर 1 से 2 मिनट तक भूनें। बीच-बीच में हिलाते रहें।
- अब, पास्ता और पिज़्ज़ा पिंक सॉस डालें और अच्छी तरह मिलाएं। फिर उबला हुआ पास्ता डालें और अच्छी तरह मिलाएं।
- एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे सर्विंग प्लेट पर निकाल लें। इसे कढ़कस किए हुए चीज़ और चिली फ्लेक्स से गार्निश करें।
- 'देसी पिंक सॉस पास्ता' परोसने के लिए तैयार है।

ब्रेड रगड़ा चाट

एक लोकप्रिय स्ट्रीट फूड



विजय हल्दिया,

संस्थापक,

ज़ायका का तड़का

सर्विंग्स: 1

तैयारी का समय: 300 मिनट

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- रगड़ा तैयार करने के लिए:
- सफेद मटर - 1 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- नमक - स्वादानुसार
- चाट मसाला - 1/2 छोटी चम्मच
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- हरा धनिया - एक मुट्ठी भर
- ब्रेड रगड़ा चाट तैयार करने के लिए:
- ब्रेड - 1 स्लाइस
- प्याज - 1 बारीक कटा हुआ
- इमली की चटनी - आवश्यकतानुसार
- हरी चटनी - आवश्यकतानुसार
- नायलॉन सेव - आवश्यकतानुसार
- भुना हुआ जीरा पाउडर - आवश्यकतानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - आवश्यकतानुसार
- नमक - स्वादानुसार
- चाट मसाला - आवश्यकतानुसार
- हरा धनिया - सजाने के लिए

निर्देश

- रगड़ा तैयार करने के लिए:
- सफेद मटर को 4 से 5 घंटे के लिए भिगो दें, फिर इसका पानी निकाल लें। इसे प्रेशर कुकर में तेज आंच पर 1 सीटी आने तक उबालें। फिर आंच धीमी रखें और इसे 4 से 5 सीटी आने तक उबालें।
- एक पैन में तेल गरम करें। उबले हुए मटर, नमक, चाट मसाला, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर और हरा धनिया डालें। अच्छी तरह मिलाएं।
- इसे मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट तक उबालें। एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे एक तरफ रख दें।
- ब्रेड रगड़ा चाट तैयार करने के लिए:
- एक सर्विंग प्लेट पर ब्रेड स्लाइस लें। इस पर तैयार रगड़ा, प्याज, इमली की चटनी, हरी चटनी, नायलॉन सेव डालें।
- भुना हुआ जीरा पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, नमक और चाट मसाला छिड़कें। इसे हरा धनिया से गार्निश करें।
- 'ब्रेड रगड़ा चाट' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- इस चाट को तैयार करने के लिए किसी भी प्रकार की ब्रेड का उपयोग किया जा सकता है।

इंस्टेंट पोटैटो चिप्स

बाजार जैसा नाश्ता



मंजू सराफ,

सर्विंग्स: 2

तैयारी का समय: 5 मिनट



गुड़गांव से

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- आलू - 1
- पानी - आवश्यकतानुसार
- तेल - तलने के लिए
- नमक - स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर - आवश्यकतानुसार

सुझाव

- आलू के स्लाइस को पानी में रखना चाहिए।
- आलू के चिप्स को धोने के लिए गर्म पानी का उपयोग करना चाहिए।
- धुले हुए आलू के स्लाइस को रसोई के तौलिये में रखा जाना चाहिए और 5 से 7 मिनट के लिए सूखा देना चाहिए।
- चिप्स गर्म हो तब नमक मिलाया जाना चाहिए।

निर्देश

- आलू को धोकर छील लें। एक स्लाइसर लें और आलू के स्लाइस बनाएं। आलू के स्लाइस को पानी में रखें।
- स्टार्च को हटाने के लिए चिप्स को पानी से 4 से 5 बार धोएं। अब, एक तौलिया लें और उस पर आलू के स्लाइस फैलाएं। स्लाइस को तौलिये से ढककर 5 से 7 मिनट तक थपथपाकर सुखा लें।
- इस बीच, एक गहरे फ्राइंग पैन में तेज आंच पर तेल गरम करें। जब तेल गर्म हो जाए, तो आलू के स्लाइस को धीरे से गर्म तेल में रखें।
- इन्हें तेज आंच पर 4 से 5 मिनट के लिए दोनों तरफ से क्रिस्पी और हल्का गोल्डन ब्राउन होने तक डीप फ्राई करें, और चम्मच का उपयोग करके उन्हें सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- नमक और लाल मिर्च पाउडर छिड़कें। अच्छी तरह मिलाएं।
- 'इंस्टेंट पोटैटो चिप्स' परोसने के लिए तैयार है।

मल्टीग्रेन चिक्की

एक पारंपरिक मिठाई त्योहार के लिए



श्रद्धा ठकरार,

गुजरात से

सर्विंग्स: 4

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- मूंगफली के दाने - 1 कप
- तिल - 1 कप सफेद और काला
- भुनी हुई चने की दाल - 1 कप
- गुड़ - 1 और 1/2 कप कटा हुआ
- घी - चिकना करने के लिए

निर्देश

- मूंगफली को एक पैन में धीमी आंच पर 5 से 6 मिनट तक भून लें। मूंगफली के दाने ठंडे होने के बाद छील लें। अब इसे दरदरा पीस लें। इसे एक तरफ रख दें।
- एक पैन में तिल को धीमी आंच पर 2 से 3 मिनट तक भूनें। इसे एक तरफ रख दें और ठंडा होने दें।
- पैन को गर्म करें और इसे घी से चिकना करें। एक पैन में गुड़ डालें। इसे तेज आंच पर 2 से 3 मिनट तक पिघलाएं। लगातार हिलाते रहें।
- ठंडे पानी में कुछ बूंदें डालकर गुड़ की जांच करें। यदि यह तुरंत ठोस और कुरकुरा हो जाता है तो गुड़ की चाशनी तैयार है अन्यथा, इसे 1 से 2 मिनट और पकाएं।
- फिर भुनी हुई मूंगफली, तिल और भुनी हुई चने की दाल डालें। आंच बंद कर दें। अच्छी तरह मिलाएं।
- एक सपाट सतह को घी से चिकना करें और तुरंत उस पर चिक्की का मिश्रण निकालें। इसे चपाती की तरह ग्रीस किए हुए बेलन का उपयोग करके रोल करें।
- मूंगफली के मिश्रण को मनचाही मोटाई के अनुसार रोल करें और फिर ठंडा होने से पहले तुरंत टुकड़ों में काट लें।
- उसके बाद इसे थोड़ा ठंडा होने दें, फिर चिक्की के टुकड़ों को अलग कर लें। इसे सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'मल्टीग्रेन चिक्की' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- गुड़ से तिल, मूंगफली और भुनी हुई चने की दाल का अनुपात 1: 2 होना चाहिए।
- ठंडे पानी में कुछ बूंदें डालकर गुड़ की जांच करें। यदि यह तुरंत ठोस और कुरकुरा हो जाता है तो गुड़ की चाशनी तैयार है अन्यथा, इसे 1 से 2 मिनट और पकाएं।
- आप चिक्की को 15 दिनों के लिए एयर-टाइट कंटेनर में स्टोर कर सकते हैं।

शकरकंद हरे प्याज़ की सब्ज़ी

टिफिन के लिए एक अच्छा विकल्प



अनीता शर्मा,

सर्विंग्स: 4



राजस्थान से

तैयारी का समय: 5 मिनट

पकाने का समय: 5 मिनट

सामग्री

- शकरकंद - 2
- तेल - 2 बड़ा चम्मच
- जीरा - 1/2 छोटी चम्मच
- नमक - स्वादानुसार
- हल्दी पाउडर - 1/2 छोटी चम्मच
- धनिया पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर - 1 छोटी चम्मच
- हरा प्याज - 1 कप बारीक कटा हुआ
- पानी - आवश्यकतानुसार
- टमाटर - 1 बारीक कटा हुआ
- हरी मिर्च - 2 से 3 बारीक कटी हुई

सुझाव

- सब्ज़ी बनाने से ठीक पहले शकरकंद को छीलना चाहिए नहीं तो यह काला पड़ जाएगा।
- कटी हुई शकरकंद को पानी में रखना चाहिए।

निर्देश

- शकरकंद को छीलकर काट लें। इसे पतले गोल स्लाइस में काट लें। इसे पानी में एक तरफ रख दें।
- एक पैन में तेल गरम करें। जीरा और शकरकंद डालें। अच्छी तरह मिलाएं और इसे कुछ सेकंड के लिए भूनें।
- इसके बाद नमक, हल्दी पाउडर, धनिया पाउडर और लाल मिर्च पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और हरी प्याज डालें।
- इसके अलावा, थोड़ा पानी डालें और अच्छी तरह मिलाएं। इसे मध्यम आंच पर 2 से 3 मिनट तक पकाएं।
- अब टमाटर और हरी मिर्च डालें। इसे मध्यम आंच पर 1 से 2 मिनट तक पकाएं।
- एक बार हो जाने के बाद, आंच बंद कर दें और इसे सर्विंग बाउल में निकाल लें।
- 'शकरकंद हरे प्याज़ की सब्ज़ी' परोसने के लिए तैयार है।

एगलेस चॉकलेट मिनी चीज़ केक

सभी के लिए मिनी ट्रीट



अनी सेतिया,

सर्विंग्स: 6

तैयारी का समय: 250 मिनट



राजस्थान

पकाने का समय: 10 मिनट

सामग्री

- क्रीम चीज़ तैयार करने के लिए:
- फुल क्रीम दूध - 500 मिलीलीटर
- ताजा क्रीम - 250 मिलीलीटर
- सिरका - 2 बड़े चम्मच
- पानी - 2 बड़े चम्मच
- वेनिला एसेंस - 1/2 छोटी चम्मच
- नमक - एक चुटकी
- पीसी हुई चीनी - 2 बड़े चम्मच
- व्हिपिंग क्रीम तैयार करने के लिए:
- व्हिपिंग क्रीम - 1/4 कप
- चॉकलेट चीज़ केक तैयार करने के लिए:
- डार्क चॉकलेट - 1/4 कप, पिघला हुआ
- मफिन लाइनर - 6
- चॉकलेट बिस्कुट के टुकड़े - 100 ग्राम
- पिघला हुआ मक्खन - आवश्यकतानुसार
- स्ट्रॉबेरी के टुकड़े - गार्निशिंग के लिए
- शुगर बॉल्स - गार्निशिंग के लिए

निर्देश

- क्रीम चीज़ तैयार करने के लिए:
- एक पैन में दूध लें। क्रीम डालें और अच्छी तरह मिलाएं। अब इसे 3 से 4 मिनट तक गर्म करें और उबाल लें। बीच-बीच में हिलाते रहें।
- एक कटोरे में सिरका और पानी लें। अच्छी तरह मिलाएं। अब धीरे-धीरे इसे उबलते दूध में मिलाएं। लगातार हिलाते रहें।
- जब दूध फटने लगे तो उसमें सिरका का मिश्रण डालना बंद कर दें और तुरंत आंच बंद कर दें।
- फिर कपड़े का उपयोग करके फटे दूध को छान लें। इसे निचोड़ें और पानी निकाल दें।
- एक पीसने वाले जार में फटा दूध लें। वेनिला एसेंस और नमक डालें। इसे पीसकर चिकना पेस्ट तैयार कर लें।
- अब इसे एक बाउल में निकाल लें। पीसी हुई चीनी डालें। इसे 2 से 3 मिनट के लिए अच्छी तरह से फेंटें जब तक कि यह हल्का और चिकना न हो जाए। इसे एक तरफ रख दें।
- व्हिपिंग क्रीम तैयार करने के लिए:
- एक कटोरे में व्हिपिंग क्रीम लें। इसे इलेक्ट्रिक बीटर से बीट करें। सबसे पहले क्रीम को कम गति पर फेंटें, फिर गति को तब तक बढ़ाएं जब तक कि यह गाढ़ा न हो जाए।
- क्रीम को तब तक फेंटें जब तक कि यह गाढ़ा न हो जाए और क्रीम कठोर न हो जाए। सभी क्रीम को अच्छी तरह से फेंटने के लिए क्रीम के किनारों को खुरचते रहें।
- चॉकलेट चीज़ केक तैयार करने के लिए:
- बिस्कुट के टुकड़ों का पाउडर बना ले। पिघला हुआ मक्खन डालें और इसे आटे की तरह तैयार करने के लिए अच्छी तरह मिलाएं। इसे एक तरफ रख दें।
- अब एक कटोरे में तैयार क्रीम चीज़, व्हिपिंग क्रीम और पिघली हुई डार्क चॉकलेट लें। हल्के हाथों से अच्छी तरह मिलाएं। इसे एक तरफ रख दें।

एगलेस चॉकलेट मिनी चीज़ केक

सभी के लिए मिनी ट्रीट

निर्देश

- अब मफिन लाइनर लें। 1 टी-स्पून बिस्कुट का मिश्रण डालें। इसकी एक पतली परत बनाने के लिए चम्मच के पिछले हिस्से का उपयोग करके इसे दबाएं।
- अब मफिन लाइनर के ऊपरी भाग पर तैयार क्रीम चीज़ का मिश्रण डालें। इसे गीले फ्लैट स्पैचुला का उपयोग करके समतल करें। इसे स्ट्रॉबेरी के टुकड़ों और शुगर बॉल्स से गार्निश करें। इसी तरह, सभी कप केक तैयार करें।
- उन्हें रेफ्रिजरेटर में रखें और इसे 3 से 4 घंटे के लिए सेट होने दें। फिर उन्हें अनमोल्ड करें और उन्हें सर्विंग प्लेट में निकाल लें।
- 'एगलेस चॉकलेट मिनी चीज़ केक' परोसने के लिए तैयार है।

सुझाव

- इस केक में बिस्कुट का लेयर कम होना चाहिए और क्रीम चीज़ का लेयर ज्यादा होना चाहिए।
- **क्रीम चीज़ के लिए:**
- फुल क्रीम वाले दूध का उपयोग करें।
- ताजा क्रीम और दूध का अनुपात 1: 2 होना चाहिए।
- रेडीमेड ताजा क्रीम का उपयोग कर सकते हैं।
- पानी और सिरका का अनुपात 1: 1 होना चाहिए।
- सिरके की जगह नींबू के रस का इस्तेमाल किया जा सकता है।
- चिकनी और नरम क्रीम चीज़ बनाने के लिए पानी में सिरका या नींबू के रस का उपयोग किया जाना चाहिए।
- जब दूध फटने लगे तो उसमें सिरका का मिश्रण डालना बंद कर दें और तुरंत आंच बंद कर दें।
- फटे दूध से बचे हुए पानी का उपयोग आटा गूंधने या ग्रेवी में डालने के लिए किया जा सकता है।
- आप फटे दूध में से पानी को निकालने के लिए लटका सकते हैं।

सुझाव

- फटे दूध को नहीं धोना चाहिए।
- पाउडर चीनी के बजाय मिश्री पाउडर मिलाया जा सकता है।
- हैंड बीटर के बजाय क्रीम चीज़ को फेटने करने के लिए एक इलेक्ट्रिक बीटर का उपयोग किया जा सकता है।
- किसी भी प्रकार का नमक मिलाया जा सकता है।
- **व्हिपिंग क्रीम के लिए:**
- व्हिपिंग क्रीम ठंडा और तरल रूप में होना चाहिए।
- सबसे पहले क्रीम को कम गति पर फेंटें, फिर गति को तब तक बढ़ाएं जब तक कि यह गाढ़ा न हो जाए।
- क्रीम को तब तक फेंटें जब तक कि यह गाढ़ा न हो जाए और क्रीम कठोर न हो जाए।
- बाउल को थोड़ा सा मोड़कर व्हिपिंग क्रीम को चेक करें, अगर यह नीचे गिर जाए तो इसे 1 से 2 मिनट के लिए फिर से व्हिप करें।
- **चॉकलेट चीज़ केक के लिए:**
- व्हिपिंग क्रीम (तरल) से क्रीम चीज़ का अनुपात 1: 2 होना चाहिए।
- कॉवर्चर डार्क चॉकलेट की जगह कंपाउंड चॉकलेट का इस्तेमाल किया जा सकता है।
- पिघली हुई डार्क चॉकलेट से क्रीम चीज़ का अनुपात 1: 2 होना चाहिए।
- कॉवरचर डार्क चॉकलेट की जगह रेडीमेड डार्क चॉकलेट का इस्तेमाल किया जा सकता है।
- व्हीप्ड क्रीम, क्रीम चीज़ और पिघला हुआ कॉवरचर डार्क चॉकलेट को हल्के हाथों से मिलाना चाहिए।
- क्रम्ब्स तैयार करने के लिए किसी भी प्रकार के बिस्कुट का उपयोग किया जा सकता है।
- चॉकलेट चीज़केक तैयार करने के लिए ओरियो बिस्कुट का उपयोग करें।
- बिस्कुट मिश्रण को चम्मच के पिछले हिस्से का उपयोग करके अच्छी तरह से दबाया जाना चाहिए।
- तैयार चीज़ कप केक को रेफ्रिजरेटर में रखा जाना चाहिए और कम से कम 3 से 4 घंटे के लिए सेट किया जाना चाहिए।
- यदि आप चीज़ कप केक को जल्दी से सेट करना चाहते हैं, तो उन्हें 30 मिनट के लिए फ्रीजर में रखें।
- डबल बॉयलर विधि का उपयोग करके डार्क चॉकलेट को पिघलाया जाना चाहिए।
- किसी भी प्रकार की बेरी चीज़ केक को बनाने के लिए डार्क चॉकलेट के बजाय सफेद चॉकलेट मिलाया जा सकता है।
- आप अपनी पसंद के अनुसार केक को गार्निश कर सकते हैं।

पॉपकॉर्न लड्डू

एक स्वास्थ्यवर्धक मीठा नाश्ता



शर्मिला देवी,



आंध्र प्रदेश से

सर्विंग्स: 1 - 2

तैयारी का समय: 3 - 4 मिनट

पकाने का समय: 3 - 4 मिनट

सामग्री

- अनसाल्टेड पॉपकॉर्न - 2 कप
- गुड़ पाउडर - 1 कप
- पानी - आवश्यकतानुसार
- भुने हुए सूखे मेवे -
आवश्यकतानुसार

सुझाव

- लड्डुओं की मिठास को अपने स्वाद के अनुसार रख सकते हैं।

निर्देश

- एक मिक्सर जार में अनसाल्टेड पॉपकॉर्न डालें। इसे पीसकर दरदरा पाउडर बना लें। इसे एक तरफ रख दें।
- कड़ाही गरम करें। इसमें गुड़ पाउडर डालें। अब इसमें थोड़ा सा पानी डालें। गुड़ की चाशनी तैयार करने के लिए इसे उबालें।
- अब, इसमें पॉपकॉर्न पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं। फिर भुने हुए सूखे मेवे डालें और अच्छी तरह मिलाएं। इसे थोड़ा ठंडा होने दें।
- अब, लड्डू मिश्रण का एक छोटा, गेंद के आकार का हिस्सा लें, इसे अपनी हथेलियों के बीच रोल करें और एक गोल आकार का लड्डू बनाएं। इसी तरह सारे लड्डू तैयार कर लें। उन्हें एक सर्विंग प्लेट में रखें।
- 'पॉपकॉर्न लड्डू' परोसने के लिए तैयार है।



Zayka
Ka
Tadka

ENJOY!

आप अपने सुझाव देने और जानकारी प्राप्त करने के लिए हमें इस पते पर ईमेल कर सकते हैं -
info@zaykakatadka.com