

Written by
Monday, 11 May 2009 16:42 -



தே.பொருட்கள் :

- கோஸ் - 1/4 கிலோ
- வெங்காயத்தாள் - 1 கட்டு
- பச்சை மிளகாய் - 2
- பாசிப்பாற்பு - 1 கைப்பிடி
- உப்பு+எண்ணெய் =தவேகைக்கு
- மஞ்சள் தூள் - 1/4 டீஸ்பீன்
- தேங்காய்த்துறுவல் - 1/4 கப்
- கறிவெப்பிலை - சிறிது
- கடுகு - 1 டீஸ்பீன்
- உளுத்தம்பாற்பு - 1 டீஸ்பீன்



செய்முறை:

- *கோஸ் +வெங்காயத்தாள் +பச்சை மிளகாயை பொடியாக நறுக்கவும் .
 - *கடாயில் எண்ணெய் விட்டு தாளிப்பு பொருட்களைப் போட்டு தாளித்து நறுக்கிய காய்களைப் போட்டு உப்பு+மஞ்சள் தூள் +பாசிப்பாற்பு போட்டு காய் வகைமளவு நீர் விட்டு வகை வகைக்கவும் .
 - *வெந்தும் தேங்காய்த்துறுவல் சேர்த்து இறக்கவும் .
- பி.கு:
- இதே மாதிரி வெங்காயத்தாளை கரேட் பொரியலிலும் சேர்த்து செய்யலாம் .

http://sashiga.blogspot.com/2009_05_03_archive.html