

Written by

Wednesday, 24 September 2008 19:12 - Last Updated Wednesday, 24 September 2008 19:14



ஐஸ்வர்யா ரெட்டி ஐஸ்வர்யா ரெட்டி.

உருளகைக் கிழங்கு - 3
சீ ரகம் - 1 டீ ஸ்பூன்
மஞ்சள் பொடி - 1/4 டீ ஸ்பூன்
பச்சைமிளகாய் - 3 அல்லது 4
இஞ்சி - ஒரு சிறு துண்டு
பூண்டு - 4 அல்லது 5 பல்
கறிவெட்டிலை - சிறிது
எண்ணை - 1 டபேள் ஸ்பூன்
உப்பு - 1/2 டீ ஸ்பூன் அல்லது தேவைக்கறே்ப்

Written by

Wednesday, 24 September 2008 19:12 - Last Updated Wednesday, 24 September 2008 19:14

ஐக்கிய அமெரிக்கா சனநாயக சபை.

உருளகைக் கிழங்கை வகைவதைத் து, தோலுரித் து, நடுத் தர அளவு துண்டுகளாக வட்டிக் கொள்ளவும்.

பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, ப்ணட்டு ஆகியவற்றைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.

ஒரு வாணலியில் எண்ணையை விட்டு, சட்டான பின் அதில் சீ ரகத்தைப் போடவும். சீ ரகம் பொரிந்தவுடன், நறுக்கிய பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, ப்ணட்டு, கறிவப்பிலை ஆகியவற்றைப் போட்டு வதக்கவும். பின்னர் அதில் உருளகைக் கிழங்கு துண்டுகளைப் போட்டு, அத்துடன் மஞ்சள் பொடி, உப்பு சரேத் து, நன்றாகக் கிளறி, மட்டி வதைத் து சிறு தீ யில் 2 அல்லது 3 நிமிடங்கள் வகைவிடவும்.

இது அதிக காரமில்லாமல் இருப்பதால், குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க ஏற்றது.

மலேம், இதனை Baby potato என்று அழகைக் கப்படும் சிறிய உருளகைக் கிழங்கை வகைவதைத் து, முழுதாக அப்படியே சரேத் து சயெ்தால், பார்க்க அழகாகவும் இருக்கும்.

<http://kadakam.wordpress.com/>