

மோர் செய்யும் முறை:

<https://www.youtube.com/watch?v=vhGRFpnV0uk&t=104s>

தேவையானவை:

தயிர்	- 1 கப்
தண்ணீர்	- 3 கப்
கறிவேப்பிலை	- 1 ஆர்க்கு (பொடியாக நறுக்கியது.)
மல்லித்தழை	- சிறிதளவு (பொடியாக நறுக்கியது.)
இஞ்சி பசை	- சிறிதளவு
பச்சைமிளகாய்	- அரைமிளகாய் அளவு
உப்பு	- தேவையான அளவு
பெருங்காயம்-	- சிறிதளவு

செய்முறை:

ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் தயிரை ஊற்றவும். இதனுடன் தண்ணீர் சேர்த்து தயிர் கடையும் மத்து கொண்டு சிலுப்பிவிடவும். கட்டிகள் இல்லாமல் தயிர் நன்றாக கரைந்துவிடும். தயிரில் இருக்கும் வெண்ணெய்ச் சத்தும் தனியே பிரிந்துவிடும். இதனுடன் பொடியாக நறுக்கிய கறிவேப்பிலை, மல்லித்தழை, இஞ்சி, பச்சைமிளகாய், பெருங்காயம், தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து கலக்கவும்.

சுவையான இந்த நீர்மோரை டம்ளரில் ஊற்றிப் பருக அல்லது சாதத்துடன் கலந்து சாப்பிட நன்றாக இருக்கும்.

மோரினால் கிட்டும் நன்மைகள்:

1. தயிரை விடச் சிறந்தது மோர். எளிதில் ஜீரணமாகக் கூடியது.
1. 2.உடல் எடையைக் குறைக்கவல்லது, உணவு உண்ட பின் ஒரு குவளை நீர்மோர் பருகினால் உண்ட உணவுகள் விரைவில் சீரணமாகி உடலைச் சீராக வைக்கும்.
2. பெண்களின் மாதவிடாய்க் காலங்களில் உண்டாகும் போக்கைக் கட்டுப்படுத்தவும் வயிற்று வலியைக் குறைக்கவும் வெந்தயம் சேர்த்த நீர்மோர் உதவும்.
3. 4.மூல நோய்க்கு மோர் பிரமாதமான மருந்து.
4. வயிற்றுப்போக்கு, அஜீரணக் கோளாறுகளுக்கெல்லாம் மோர் சிறந்த மருந்து.
5. மோர் குடித்தால் உடனே பசி எடுக்கும்.
6. வெயிலால் உடம்பு தூடாகி சிறுநீர் பாதையில் எரிச்சல் உண்டானால் அதற்கும் மருந்து இதுதான்.
7. நீர்க்கடுப்பைப் போக்கும் அருமருந்து, ரத்தசோகைக்கும் மோர் நல்லது!
8. நம்மை அறியாமல் சாப்பிடும் மோசமான உணவுப் பொருட்கள் மூலம் உடலில் சேரும் விஷத்தை அகற்றும் வல்லமைகூட மோருக்கு உண்டு!
9. பால், மோர், பழச்சாறுகள் அளிப்பது குழந்தைகளின் உடல் வளர்ச்சிக்கு நன்மை அளிக்கும்.
10. குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் வயிற்றுப்போக்கு இரண்டு விதங்கள்: ஒன்று சாதாரணமானது, மற்றது கிருமியால் ஏற்படுவது.
11. வயிற்றுப் போக்கு ஆகும் குழந்தைகளுக்கு ஒரு நாளைக்கு 4 முறை மோர் கொடுக்கலாம். மோரை அப்படியே அளித்தால் சளி பிடிக்கும் என்று பயப்படும் தாய்மார்கள், சிறிய வாணலியில் தயிரை லேசாக கொதிக்க வைத்து சிறிது மஞ்சள் தூள் கலந்து சாதத்தில் பிசைந்து கொடுத்து வரலாம்.
12. 13.காமாலை நோயைச் சாந்தப்படுத்தும். எந்த விதமான பேதியையும் கட்டுப்படுத்தும்.
13. 14.எளிதில் செய்து விடக் கூடிய மோரைக் குடும்பத்திலுள்ள அனைவரும் பருகிப் பயன் பெற வேண்டும்.

மாடு → பால் → தயிர் → மோர் → வெண்ணெய் → நெய்
<https://www.youtube.com/watch?v=N5WEGtcHKKk>

ஆடை மத்தால் கடைந்து வெண்ணெய் எடுப்பது <https://www.youtube.com/watch?v=ZuiFq9FLOsg>

Using Blender/மத்து பால்-தயிர்-வெண்ணெய்-நெய் <https://www.youtube.com/watch?v=2rrusBCAAY4>

Making Ghee from unsalted butter Madras samayal <https://www.youtube.com/watch?v=bWlQk54jNKM>

உறைமோர் இல்லாமல் தயிர் -3:30-https://www.youtube.com/watch?v=J_RLsxoW9VU-1/4 Milk 1/2 t.s lime

Motorised Curd churner electric madhani curd perculator

Astra Curd churner Maxel Curd churner



Motorised curd churner Electric Madhani ASTRA

<https://www.picuki.com/tag/churner>

<https://www.amazon.in/Astra-Plastic-Butter-churner-Medium/dp/B07QZ28SSP>

Astra Plastic Butter Milk Maker and Curd churner (Medium, Red)

- Make butter milk in the traditional way
- Quality butter milk maker
- Upto 500 ml curd can be converted to butter milk
- Good source of probiotic

