

கருணைக்கிழங்கு வறுவல்

<https://www.youtube.com/watch?v=TBxHlxMs14>

தேவையான பொருட்கள்:

கருணைக்கிழங்கு	- 500 கிராம்
கடுகு	- 1/2 தேக்கரண்டி
உளுத்தம் பருப்பு	- 1/2 தேக்கரண்டி
எண்ணை	- 2 - 3 மேசை கரண்டி
பூண்டு	- 7 பல்
இஞ்சி	- 1 அங்குலம்
மஞ்சள் தூள்	- 1/2 + 1/4 தேக்கரண்டி
மல்லி விதை	- 1 மேசை கரண்டி
சீரகம்	- 1 தேக்கரண்டி
பெருஞ்சீரகம்	- 1 தேக்கரண்டி
கறுவா பட்டை	- 1 cm
காய்ந்த மிளகாய்	- 3
கரம்பு	- 1
கறிவேப்பிலை	- சிறிதளவு
புளிக்கரைசல்	- சிறு நெல்லிக்காய் அளவு
உப்பு	- ருசிக்கேற்ப

செய்முறை:

1. தோலை நீக்கி நீரில் நன்றாக கழுவவும். கையில் எண்ணெய் தடவி சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு பாத்திரத்தில் நீர் விட்டு அதில் போடவும்.
2. மேலும் நீர் விட்டு நன்றாக கழவி நீரை வடிய விடவும்.
3. ஒரு பாத்திரத்தில் நீர் விட்டு அதில் புளிக்கரைசல், மஞ்சள் 1/2 தே.க., உப்பு 1 தே.க. சேர்த்து அதில் வடிகட்டிய கிழங்கை சேர்த்து அவியவிடவும். 50% அவிந்தால் போதும்.
4. மல்லி விதை, சீரகம், பெருஞ்சீரகம், கறுவா பட்டை வறுக்கவும். வாசனை வந்ததும் காய்ந்த மிளகாய் சேர்த்து வறுத்து ஆறவிடவும். ஆறியபின் மிகளியில் அரைக்கவும்.
5. கிழங்கு நறுக்கென்று அவிந்தபின் (சுமார் 10 நிமிடம்). நீரை வடிய விடவும்.
6. வடித்த கிழங்கை ஒரு பாத்திரத்திற்கு மாற்றி அதில் அரைத்த தூள், உப்பு 1/2 தே.க. சேர்த்து நன்றாக பிரட்டி 30 நிமிடம் ஊறவிடவும்.
7. இஞ்சி, பூண்டு ஐ விழுதாக்கி எடுத்து வைக்கவும்.
8. ஒரு கடாயில் 2 மே.க. எண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும் கடுகு 1/2 தே.க. போட்டு வெடித்த பின் உ பருப்பு, இஞ்சி பூண்டு விழுது சேர்த்து பச்சை மணம் நீங்கும் வரை வதக்கவும். கறிவேப்பிலை, மஞ்சள் 1/4 தே.க., உப்பு 1/4 தே.க. சேர்த்து மிதமானா தீயில் வதக்கவும்.
9. ஊற வைத்த கிழங்கை கடாயில் சேர்த்து மூடி பிரட்டி மூடி வதக்கவும்.
10. இறுதியில் திறந்த கடாயில் அடுப்பை கூட்டி வதக்கவும். கிழங்கு நீர் வற்றி உலர்ந்து இருந்தால் சிறிது எண்ணெய் தெளித்து அடுப்பை கூட்டி பிரட்டி வதக்கவும்
11. உப்பு சரிபார்த்து இறக்கவும்.

குறிப்பு

மசாலா பொருள்களை வறுத்து தூளாக்குவதற்கு பதிலாக கறித்தூள் 1 தே.க. கரம் மசாலா 1 தே.க. சேர்த்து கிழங்கில் பிரட்டவும்.

கரணைக்கிழங்கு வறுவல் Teen kitchen



செய்முறை:

1. ஒரு பாத்திரத்தில் கரணைக்கிழங்கை துண்டுகளாக்கி உப்பு மஞ்சள் தூள், மிளகாய் தூள், சேர்த்து பிரட்டி 5 நிமிடம் வேகவிடவும்.
2. வேந்த கரணைக்கிழங்கு துண்டுகளை மஞ்சள் தூள், மிளகாய் தூள், மல்லித் தூள், உப்பு தூவி, புளிக்கரைசல் தெழித்து சேர்த்து பிரட்டி வைக்கவும்.
3. ஒரு தட்டையான பாத்திரத்தில் எண்ணெய் விட்டு சூடாகியவுடன் மசாலா பிரட்டிய கரணைக்கிழங்கு துண்டுகளை போட்டு 5 நிமிடம் SHALLOW FRY பண்ணவும்.
4. CRISP ஆனவுடன் இறக்கவும்.