

1. Mushroom Pepper Fry Jaya TV Suja 25.3.23

தேவையான பொருட்கள்:

Mushroom துண்டுகளாக்கியது (1/2 inch pieces)	- 1 கப்
மிளகு	- 1 மே.க
சீரகம்	- 1 தே.க
சோம்பு	- 1/2 தே.க
மல்லி விதை	- 1 தே.க
பூண்டு	- 10 பல்
பட்டை கிராம்பு	- சிறிதளவு
மஞ்சள் தூள்	- 1/4 தே.க
வெங்காயம் பொடிதாக நறுக்கியது	- கப்
மல்லி தழை	- சிறிதளவு
கறிவேப்பிலை	- சிறிதளவு
உப்பு	- ருசிக்கேற்ப
எண்ணெய்	- 2 மே.க

செய்முறை:

ஒரு கடாயில் மிளகு சீரகம் சோம்பு மல்லி விதை, கறிவேப்பிலை, பூண்டு, கறுவா, கிராம்பு எண்ணெய் 1/4 தே.க சேர்த்து வறுக்கவும். ஆறியபின் மிக்ஸியில் சொர சொரப்பாக அரைக்கவும்.

அதே கடாயில் எண்ணெய் விட்டு சூடாகியதும் பொடிதாக நறுக்கிய வெங்காயம், கறிவேப்பிலை, மஞ்சள் தூள், உப்பு, துண்டுகளாக்கிய Mushroom சேர்த்து வதக்கவும். தொடர்ந்து கிளறவும். எண்ணெய் பிரிந்து வரும்போது அரைத்து வைத்திருக்கும் மசாலாவை சேர்த்து பிரட்டி வதக்கவும். 3 முதல் 5 நிமிடம் போதுமானது. இறக்க முன் மல்லி தழை சேர்த்து பிரட்டி அடுப்பை நிறுத்தி பரிமாறவும்.

<https://www.youtube.com/watch?v=G92zAq4xffc> தீனா