

## 1. பூண்டு சட்னி Jaya TV 20.3.23 Revathi

பூண்டு	- 1/2 கப்
காய்ந்த மிளகாய்	- 15
தக்காளி பழுத்த	- 3
புளி	- நெல்லிக்காய் அளவு
கடுகு	- 1 தே.க.
கறிவேப்பிலை	- 1 சிறிதளவு
உப்பு	- ரூசிக்கேற்ப
எண்ணெய் தாழிக்க	- 3 மே.கரண்டி

### செய்முறை:

பூண்டு, காய்ந்த மிளகாய், தக்காளி, புளி சேர்த்து மிக்ஸியில் மைய அரைத்து எடுத்து வைக்கவும். ஒரு கடாயில் எண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும் கடுகு சேர்த்து நன்கு பொரிய விடவும். அரையலை சேர்த்து மிதமான தீயில் பச்சை மணம் போகும் வரை மூடி வைத்து ஆறு ஏழு நிமிடம் வதக்கவும். எண்ணை பிரிய தொடங்கியவுடன் கறிவேப்பிலை சேர்த்து வதக்கி இறக்கவும். 15 நாட்கள் வரை FRIDGE இல் வைத்திருக்கலாம்.

## 2. பூண்டு சட்னி தீனா Jaya TV 16.5.22

பூண்டு	- 100 கிராம்
காய்ந்த மிளகாய்	- 12-15
உ. பருப்பு	- 2-3 மே.க
கடுகு	- 1/2 தேக்கரண்டி
கறிவேப்பிலை	- சிறிதளவு
மல்லி தழை	- சிறிதளவு
பெருங்காயம்	- 1/4 தேக்கரண்டி
உப்பு	- ரூசிக்கேற்ப
நல்லெண்ணெய்	- தே. அளவு
புளி	- 1 துண்டு

### செய்முறை

உ பருப்பை வறுத்து சொர சொரப்பான பத்திற்க்கு அரைத்து எடுத்து வைக்கவும். பூண்டு தோலுடன், காய்ந்த மிளகாய், புளி, உப்பு, கறிவேப்பிலை, மல்லி தழை, சிறிது நீர் சேர்த்து கொற கொற பத்திற்க்கு அரைக்கவும்.

ஒரு தாச்சியில் நல்லெண்ணெய் விட்டு சூடாகியதும், கடுகை தாழிக்கவும். பின் காய்ந்த மிளகாய், கறிவேப்பிலை, பெருங்காயம், பின் உ பருப்பு பொடியை மேலும் வதக்கவும். உ பருப்பு மெல்லிய பொன் நிறமானவுடன் அரைசலை சேர்த்து உப்பும் சேர்த்து அவியும் வரை சுமார் 7 நிமிடம் விட்டு இறக்கவும்.