

ரவை அடை Jaya TV 18.11.21

தேவையான பொருட்கள்

ரவை	- 1 கப்
அரிசி மாவு	- 1/2 கப்
மல்லி தழை	- தே.அளவு
கறிவேப்பிலை	- 1 கெட்டு
பச்சை மிளகாய்	- 1
முந்திரி பருப்பு	- 10-15
உப்பு- தே.அளவு	
பெருங்காயம்	- 1/4 தே.க
மஞ்சள் தூள்	- 1/4 தே.க
சீரகம்	- 1/4 தே.க
நெய்	- தே.அளவு
எண்ணெய்	-
12345/67890	

செய்முறை:

ஒரு கிண்ணத்தில் ரவை 1 கப், அரிசி மாவு 1/2 கப், மல்லி தழை தாராளமாக, கறிவேப்பிலை 1 கெட்டு, பச்சை மிளகாய் 1 சிறு துண்டுகளாக்கியது, முந்திரி பருப்பு 10-15 ஒன்றும் பாதியுமாக உடைத்தது, பெருங்காயம் 1/4 தே.க, மஞ்சள் தூள் 1/4 தே.க, சீரகம் 1/4 தே.க, உப்பு 1/4 தே.க சேர்த்து கலந்து நீர் விட்டு குழைக்கவும். கையில் எடுக்கும் போது கெட்டியா இல்லாமல் விரிவாக (loose) இருக்க வேண்டும். இலையி எண்ணெய் தடவி மொத்தமாக தட்டவும்.

தோசை கல்லில் நெய் விட்டு உருகியபின் நன்கு பரவி அடையை போடவும். திருப்பி போட்டு வெந்ததும் எடுக்கவும்.

குறிப்பு- அடைக்கு சீரகத்தை மெல்ல (light) வறுத்து போட்டால் வாசமாக இருக்கும்.

கெட்டியான தேங்காய் சட்னியுடன் சாப்பிடலாம். தேங்காய் துருவல் கப், வறுத்த வேர் கடலை 1 மே.க, பொட்டு கடலை 1 1/2 மே.க, பச்சை மிளகாய் 3, உள்ளி 2 பல், இஞ்சி சிறு துண்டு, கொஞ்சம் பழப் புளி, உப்பு சேர்த்து அரைக்கவும். மீண்டும் நீர் சேர்த்து கெட்டியாக அரைத்து ஒரு கிண்ணத்திற்கு மாற்றவும். மிக்ஸியை நீர் விட்டு சுலாவி கலக்கவும். தாளிக்க ஒரு தாச்சியில் எண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும், கடுகு சேர்த்து பொரிந்ததும், உழுத்தம் பருப்பு, பின் காய்ந்த மிளகாய் 2, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை 1 கெட்டு சேர்த்து வதக்கவும். கறிவேப்பிலை பொரிந்ததும் சட்னியில் கொட்டி கலந்து விடவும்.

<https://www.youtube.com/watch?v=u-D8n0igD5g> similar

கார சட்னி விரும்பினால் மிக்ஸியில் உள்ளி 5, வெங்காயம் 1/4, 5 காய்ந்த மிளகாய் (10 நிமிடம் கொதி நீரில் ஊற வைத்தது), உப்பு சேர்த்து மைய அரைத்த பின் பெரிய தக்காளி 2 சேர்த்து அரைக்கவும். ஒரு தாச்சியில் 2 1/2 மே.க நல்லெண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும், கடுகு சேர்த்து பொரிந்ததும், உழுத்தம் பருப்பு, கடலைப்பருப்பு, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை 1 கெட்டு சேர்த்து வதங்கியதும், அரைத்த விழுதை கொட்டி, உப்பு 1 தே.க, சேர்த்து சுமார் 10-15 நிமிடம் பச்சை மணம் போய் எண்ணெய் பிரியும் வரை சமைக்கவும். சிறிது வெல்லம் சேர்த்து 2 நிமிடம் கிளறி அடுப்பை நிறுத்தவும்.

<https://www.youtube.com/watch?v=1Axe430KiOI> Vadani S