

காரைக்குடி சூப்பி Jaya TV 12.11.21 ரேவதி ஷண்முகம்

தேவையான பொருட்கள்

துவரம் பருப்பு அல்லது பாசிப்பருப்பு	- 1/4 கப்
பெரிய வெங்காயம் நீளமாக நறுக்கியது	- 1
தக்காளி சிறு துண்டுகளாக்கியது	- 1
பச்சை மிளகாய்	- 2
காச்சிய பால்	- 1 கரண்டி
பூண்டு நசுக்கியது	- 4
மல்லி தழை	- சிறிதளவு
கறிவேப்பிலை	- சிறிதளவு
தாழிக்க	
மிளகு	- 1/4 - தே.க.
சோம்பு-	- 1/2 - தே.க.
கராம்பு	-- 2
கல்பாசி	- சிறிதளவு
அன்னாசி பூ	- 2
கறுவா	- 2
பிரிஞ்சி இலை	- 2
மஞ்சள்	- 1/4 தேக்கரண்டி
உப்பு	- ரூசிக்கேற்ப
எண்ணெய் தாழிக்க	- 1 மே.கரண்டி

செய்முறை:

துவரம் பருப்பு அல்லது பாசிப்பருப்பு 1/4 கப் குக்கரில் வேகவைத்து எடுத்து வைக்கவும்.

ஒரு கடாயில் எண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும் தாழிப்பு பொருள்களை சேர்த்து வதக்கவும். பின் வெங்காயம் தக்காளி சேர்க்கவும். உப்பு பருப்பு இரு கப் நீர் சேர்த்து அதில் பூண்டு, கறிவேப்பிலை சேர்த்து தக்காளி மெதுவாக வரும் வரை medium flame இல் 5-8 நிமிடம் கொதிக்கவிடவும். சிறிது வெளி விட்டு மூடி கொதிக்க விடவும். இறக்கமுன் பால் சேர்த்து ஒரு கொதி வந்ததும் கலக்கி mash பண்ணி வடிகட்டி மல்லி தழை சேர்த்து பரிமாறவும். இதை சூப்பாகவும் குடிக்கலாம் அல்லது சாதத்துடனும் சேர்த்தும் சாப்பிடலாம்

மரக்கறி சேர்க்க விரும்பினான் beetroot-1, baby corn sliced, cauli flower ஐ கொதித்ததும் போட்டு சிறிது நேரம் விட்டு மரக்கறியை மாத்திரம் எடுத்து mash பண்ணி வடிகட்டியபின் சூப்பில் மல்லி தழை, மரக்கறியை சேர்த்து பரிமாறவும்.