

వెజిటేరిక్స్ రైస్ వంటలు



అక్షర రచన



సరస్వతి పద్మకేవ్ల

సత్యనారాయణ పురం, విజయవాడ - 11

VEGETARIAN RICE VANTALU

by Akshara Rachana

© PUBLISHERS

FIRST EDITION

2002

PAGE MAKERS

COVER DESIGN

N.V. Ramana

PRINTED AT

Ph : 664458, 664457

KAMAKSHI WEB OFF SET

VENKATESWARA RAO STREET, ELURU ROAD,
VIJAYAWADA - 2.

PUBLISHED BY :

SARASWATI PUBLICATION

*Satyanarana puram,
Vijayawada- II*

Price: Rs. 20/-

పెట్టు ద్వారా రూ.5/- లదవం

వెజిటేరియన్ రైన్ వంటలు

విషయసూచిక

బైడ్ రైన్	5	పాటినా పలావ్	29
పలావు), జిల్లాయాని	5	ఆరంజీ పలావ్	30
క్రూలీప్లావర్ జిర్మాని	6	ఉల్లిపాయ టమోటూ	
తెల్ల శెనగల పలావు	7	సాన్ పలావు	31
చైనీస్ బైడ్ రైన్	8	డబుల్ బీస్ పలావు	32
కొత్తమళ్లి పలావు	9	పంఱాబీ కోఫ్టా పలావు	33
మొక్కాబోన్న పలావు - 1	10	బంగాళదుంప-బెంగుళూరు	
మొక్కాబోన్న పలావు - 2	11	మిరపకాయ పలావు	34
క్రూలీప్లావర్ బలాణీపలావ్	12	చిన్నబంగాళదుంపల	
బేఫన్ రైన్	13	పలావు	35
చట్టీ చావల్	14	హస్టీర్ పలావు	36
వంకాయ పలావు	15	బలాణీ పలావు	37
బాద్ అపో పలావు	16	బలాణీ చీక్ పలావు	38
ఫ్లైరైన్	17	రెడ్ పలావు	39
తోటకూర అన్నం	19	టమోటూ చీన్ బాత్	40
ప్రాదరాబాద్ జిర్మాని	20	టమోటూ పలావ్	41
ఇగ్న్యూ జిర్మాని	21	టమోటూ బైడ్ రైన్	42
కాట్టీలీ రైన్	22	మూడు రంగుల పలావు	42
మనుసురుపవ్వ పలావు	23	సవరత్త పలావు	44
మెంతికూర పలావు	24	మొలకల బైడ్ రైన్	45
మనసాలాబాత్ - 1	25	విజిటబుల్ మనసాలా పలావు	46
మనసాలాబాత్ - 2	26	సెప్పివాన్ బైడ్ రైన్	47
మొగలాయి వెజిటబుల్ పలావు	27	విజిటబుల్ జిర్మాని	48
మొగలాయి పూట పలావు	28	విసేప వెజిటబుల్ జిర్మాని	49
నసిలామా-మలేసియా రైన్	29	క్రూలీప్లావర్ కోఫ్టా పలావు	49

బెంగుకూరు మిరపకాయ రైన్	51	బచ్చలి కూర అన్నము	75
క్యూబీజీ రైన్	52	పులిహశీర	76
క్యూరెట్ రైన్	53	పులిహశీర -2	77
కొబ్బరి రైన్	54	పులుసు సాంజై బాత్	78
జీలకర్ర అన్నం	54	టమోటా బాత్-1	79
పెరుగన్నం	55	టమోటా బాత్-2	80
క్యూలీఫ్ఫవర్ బరాషీబాత్	56	టమోటా వెల్లుల్లి బాత్	81
కలవేషాకు అన్నము	57	వాంగీబాత్-1	81
జిసి బేలీ బాత్	58	వాంగీబాత్-2	82
రేగుపండ్ల అన్నము-1	59	వాంగీబాత్-3	83
రేగుపండ్ల అన్నము-2	60	మినప్పప్ప అన్నము	84
ఉసీలికాయ అన్నము	60	కేసరి బాత్	85
ఆకుకూర అన్నము	61	కోవాబాత్	86
కదంబము అన్నము	62	మామిడిపండుబాత్	86
నిమ్మకాయ అన్నము	63	కొబ్బరి తీపి పలావు	87
మామిడికాయ అన్నము	64	పనసపండు పలావు	88
మామిడికాయ మనిలాబాత్	65		
పోదినా రైన్	66	పైనాపిల్ పలావు	88
ఆవాల పోడి అన్నము	68	జర్రా పలావు	89
బరాషీ బాత్	69	కట్టపొంగల్	90
బరాషీ క్యూరెట్ బ్రెడ్ బాత్	70	చక్కరపొంగలి	91
వేరుశనగపప్ప రైన్	71	పొలపొంగలి	92
మిలయాల అన్నము	71	తీపి పొలపొంగలి	92
గసగసాల అన్నము	72	క్షీరాన్నము	93
ధానిమ్మగెంజల అన్నము	73	బచ్చలికూర పొంగలి	94
బంగాళదుంపల అన్నము	73	పప్ప అన్నము	95
నువ్వుల అన్నము	74	పెసరపప్ప సాంజై	95

ప్రైడ్ రైస్ (కలుపుదు అన్నము)

తయారుచేయు విధానము

పాధారణంగా మనం పాధారణ బియ్యములో అన్నము ఉండే విధానము

★ బియ్యము 2,3 సార్ట్రు శుద్ధముగా కడిగి తగినంత సీటిలో ఆరగంటసేపు నానబెట్టవలెను.

★ పూర్తిగా సీటిని వంపివేసినట్టాత సరిపడా సీటు పోసి, కుక్కర్లో పెట్టి ఉడకపెట్టువలెను.
వెడల్పుగల గెల్లోగానీ, ప్రశ్నములోగానీ అన్నము పరిచి, చల్లారపెట్టి, మెతుకులు విడి విడిగా
పుండునట్టు చేయాలి.

★ ప్రైడ్ రైస్గానీ, మిక్స్ ప్రైడ్ రైస్గానీ వెడైటీలు తయారు చేయుటకు అన్నము కొంచెము బిరుసుగానే
పుండాలి.

★ అన్నము 2 లేక 3 గంటలు ముందుగానే వండి, చల్లారిన తరువాత హడినచో రుచి
పెరుగుతుంది.

★ వేడి అన్నములో కలుపుదు అన్నము కలిపిన అన్నము ముద్దగా అవుతుంది.

★ అన్నము కుక్కర్లో గాక వేరుగా వుడకపెట్టవలసిన ఒకటి బియ్యానికి 12 సీరు కలాలి.
తెల్లటం ప్రారంభం కాగానే నానబెట్టిన బియ్యము పోసి, ఒక టీస్పూన్ నూనె గానీ, నెయ్యాగానీ,
ఉప్పుగానీ వేసిన మెతుకులు విడివిడిగా ఉండునట్లుగా అన్నము ఉండును.

★ అన్నము సగము వ్యక్తికిన వెంటనే అన్నమువార్పు పట్టగానీ, గుడ్కలోగానీ గంజి వడకట్టాలి.

★ గంజి సీరు పూర్తిగా వడగట్టిన వెంటనే వెడల్పుగల పచ్చెములో పరిచి చల్లారనివ్వాలి.

★ బాసుమతి బియ్యము వదినిముచుములు నానబెట్టిన చాలు. ఎక్కువోసు నానబెట్టిన
బియ్యములో గల సువాసన కోల్పోవును.

పలావు, జిలియాని

తయారుచేయు విధానము

★ బియ్యము, తగినంత సీరు పోసి పదినిముచుములు నానబెట్టవలెను.

★ కూరగాయలను కావలసిన విధముగా ముక్కలుగా తరిగి పుంచుకోవాలి.

★ మసాలాదినుసులు నూరుకొని ఉంచుకోవాలి.

★ బాణలి, కుక్కరు, పానులోగానీ నూనెగానీ, నెయ్యాగానీ వేసి మసాలాదినుసులు
వేయించుకోవాలి.

★ అందులోనే కూరగాయముక్కలు వేసి కలియబెడుతూ పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.

★ తగిన కొలతల ప్రకారం నూరిన మసాలా వేసుకోవాలి.

★ కూరగాయముక్కలు వేయించు సమయంలో వేరొక స్టవ్వై వెడల్పు కలిగిన బాణలిపెట్టి
నానబెట్టిన బియ్యముపోసి 1/2 టీస్పూన్ నెయ్య వేసి ఒక నిముచుము తడి ఇంకేదాకా
వేయించాలి. (ఈ ప్రకారము చేసిన బిరియానీ చేసినప్పుడు అన్నము మెతుకులుగా విడివిడిగా
పుంటుంది)

★ బాణలి స్టవ్ మీదనుంచి దించి, కాగిన సీరు, కుక్కర్లో పోసి మూతపెట్టి వేయటపెట్టి సెగను
తగ్గించి పదినిముచుములుంచవలెను.

★ ఔ ప్రకారము చేసిన తక్కువ సమయంలో బిరియానీ తయారగును.

★ బాస్కృతి బియ్యము 1 1/2 కష్యల వరకు ప్రెపర్సాన్లో బిరియాని చేయవచ్చు. ఎక్కువ
చేయుటకు ప్రెపర్కుక్క వాడవలెను.

మరొక పద్ధతి

- ★ ఒక బరువుగల పాతలో సై ప్రకారము చేయవలెను. వేయించిన బియ్యము గిస్టీలో పోసిన తరువాత పైన మూత బిగుతుగా పెట్టి సన్నని సెగలో తడి పూర్తిగా పోయేవరకూ ఉడికించవలయును.

కాలీష్టవర్ జర్యాని

శాశలపిన వస్తువులు

బాస్కెతి బియ్యం	-	2కప్పులు(400గ్రా)
పెద్ద ఉర్లీపాయలు	-	4
కాలీష్టవర్	-	2 మీటియంసైజ్
పచ్చిమిరపకాయలు	-	6
కమ్మీ విక్కని పెరుగు	-	1/2 కప్పు(100గ్రా)
మానె	-	తగినంత (సుమారుగా 5,6 చెంచాలు)
తురిమిన కొబ్బరి	-	2 టేబుల్ స్పూనులు
ధనియాలు-జీలకర్ల పాడి	-	1 టీ స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
వెయ్యి	-	4 టీ స్పూనులు
జీడిపప్పు	-	20 పలుకులు
కర్మేపాకు	-	తగినంత
కొత్తమీర	-	తగినంత
నిమ్మకాయలు	-	2
మసాలా పాడి	-	2 టీ స్పూనులు
ఆవాలు	-	3/4 టీ స్పూను
ఇంగువ	-	కొర్కిగా
పసుపుపాడి	-	1/2 టీ స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుట్టముగా కడిగి పాపుగంట నీటిలో నానబెట్టవలెను.
- ★ ఉర్లీపాయలను అంగుళము పాడపు గల ముక్కలుగా కోసి ఉంచుకోవాలి.
- ★ కాలీష్టవర్ పుట్టముగా కడిగి చిన్న చిన్న గుత్తులుగా తరిగి ఉంచుకోవాలి.
- ★ బిరువుగల పాతలో కొంచెంగా మానె వేడిచేసి ఆవాలు వేయించవలెను. ఆవాలు వేగిన తరువాత తరిగిన పవ్విమిర్చి, ఇంగువ, కర్మేపాకు, జీడిపప్పు వేసి వేయించాలి.
- ★ ఆందులోనే ఉర్లీపాయముక్కలు, కాలీష్టవర్ గుత్తులు వేసి వేయించాలి.
- ★ బియ్యం వడపోసి అందులో వేసి ఒక నిముషము తడిపోయేదాకా వేయించాలి.
- ★ వేడినిరు నాలుగు కప్పులుపోసి తగినంత ఉప్పు, పసుపు వేసి ఆ నిరు కాగి తెర్రడం ప్రారంభము కాగానే బిలికిన పెరుగు, ధనియాలపాడి, జీలకర్లపాడి, మసాలాపాడి వేయాలి.
- ★ సెగను తగ్గించి గాలిపోసి విధంగా, మూత లిగువుగా పెట్టాలి.

- ★ పాశుగంట లేక 20 నిముషములపాటు పేరు శ్రూర్తిగా ఇడకిపోయేచూ ఉచితించాలి. తప్పాల మూల తీసి నెఱ్యు వెయ్యాలి.
- ★ తురిమిన కొబ్బరి, సన్ధూ తరిమిన కొత్తమీర రైస్ చల్లి, వడ్డించేటప్పుమ నెఱ్యురాయి ముక్కులు కోసి నిమ్మకాచుముక్క ఇవ్వాలి.
- మరో విధానము
- ★ కాలీష్టవండ బదులు క్యాబేజి వాడి చేసుకోవచ్చు, క్యాబేజీలో ఉడికిన బానీలసు వేసుకోవచ్చు.

తెల్లుశనగల పలావు (CHANNA PALAV)

శాపలసిన వస్తువులు

బాస్కెతి బియ్యం	-	400గ్రా.
తెల్లుకాబూలీ శనగలు	-	100గ్రా.
పెద్దపైజా టమోటోలు	-	6
కొబ్బరి	-	సగముచిపు
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	100గ్రా.
వెల్లల్లి	-	15పాయలు
నూనె	-	6 టీ సూన్స్
పంచదార	-	1 టీ సూన్స్
కొత్తమీర	-	1 కట్ట
పచ్చిమిరప	-	4
ఎండు మెంతిఅకులు	-	1 టీ సూన్స్
గరంమసాలాపాడి	-	2 టీ సూన్స్
దాల్చినచెక్క	-	2అంగుళముల ముక్క
యూలకులు	-	5 లేక 6
లవంగాలు	-	4
చిరంజి ఆకులు	-	2
నెఱ్య	-	5 టీ సూన్స్లు
ఉప్పు	-	తగినంత
నూచుకోవలసినవి		
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	20
ఎండుమిరపకాయలు	-	15
జీలకర్ర	-	2 టీ సూన్స్లు
వెల్లల్లి	-	10పాయలు
తురిమిన పర్చికొబ్బరి	-	4 బేబుల్ సూన్సులు

తయారుచేయు విధానము

- ★ నూనె రెండు టీసూన్స్ వేసి వేడిచేసి ఎండుమిరపకాయలు, వెల్లల్లి, ఉల్లిపాయలు నేఱ్యించాలి. నల్గొరిన తరువాత తురిమిన కొబ్బరి కలిపి మెత్తగా నూరుకోవలయును.
- ★ శనగలు నీళ్ళలోపసి పదిగంటలసేపు నానివ్వాలి.
- ★ బియ్యము శుల్ఫముగా కడిగి పదినిముషములసేపు నానపెట్టాలి.

- ★ నీళ్ళను వంచి బాణలిలో పోసి రెండు టీస్సువ్వుల నూనెవేసి కాగాక బియ్యము తడి ఇంకేవరకూ వేయించాలి.
- ★ ఇన్నగలు కుక్కరీలో పొవుగంట లేదా ఇరువది నిముపాలు ఉడికించాలి.
- ★ ఉమోటాలు కొద్దినిముషములు మరగకాచిన నీళ్ళలో వేసి తర్వాత తీసి చల్లబీసీటిలో వేయాలి. ఒక నిముషము తర్వాత దానిపై తోలుతీసి, నూరి వడకట్టాలి. ఈ ప్రకారం చేయుటను భూధింగ్ అంటారు.
- ★ కొబ్బరి తురుము, కొంచెం నీరు పోసి మెత్తగానూరి రెండుసార్లుగా కొబ్బరిపాలు తీసి ఉంచాలి.
- ★ పెల్లల్లి లోక్కతీసి ఉంచాలి.
- ★ బరువుగల ఇత్తడి పాత్రలో నూనెవేసి కాగాక దాంట్లో దాల్చిన చెక్క. లవంగాలు, యాలకులు, చిరంజి ఆకువేసి వేయించాలి.
- ★ తర్వాత పెల్లల్లి వేసి వేగేదాకా వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో నిలువుగా తరిగిన పచిమిర్చి, ఉల్లిపాయలు వేసి వేగాక రుచ్చిన మసాలావేసి సన్నటి పెగలో కమ్మటి వాసన వచ్చేవరకు వేయించాలి.
- ★ ఉమోటాముద్ద, కస్తురిమెంతి, ఉస్సు, కొద్దిగా పంచదార, మసాలాపాడివేసి కొంచెంసేపు ఉడకనివ్వాలి.
- ★ దాంట్లో ఉడికిన సెనగలు, కొబ్బరిపాలు పాయ్యవలెను.
- ★ అని కాగి తెరడం మొదలుపెట్టాక వెంటనే బియ్యంపోసి బాగా కలపాలి.
- ★ ఒక పచ్చిములో గట్టిగా మూసి దానిపై విద్దైనా బరువుపెట్టి పొవుగంట లేక ఇరువది నిముషములు సన్నని పెగలో ఉడకనివ్వాలి. మర్యాలో కలియపెట్టటం చేయకూడదు.
- ★ పవ్వగా తరిగిన కొత్తమీర, వేయించిన జీడిపస్ప పైన అలంకరించి వడ్డించాలి.
- ★ బాసుమతి బియ్యం ఎక్కువేసేపు నీటిలో నానపెట్టరాదు. ఈదగరాదు. ఆ విధంగాచేస్తే బియ్యములో గల సువాసన పోతుంది.
- ★ పలావ, తైడైన్ చేయునప్పుడు బరువుగల ఇత్తడిపాత్రలుగానీ ప్రైషర్కుక్కర్చునీ ఉపయోగించాలి. మామూలు స్టీల్పాత్రలో అన్నం అడుగంటే అవకాశముంది.

వైసీస్ ప్రైడ్ రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బాప్పుతి బియ్యం	-	400గ్రా.
ఉల్లికాదలు	-	2కట్టలు
కేరట్ పెద్దవి	-	2
చిక్కుదుకాయలు	-	20
చిన్న కాలీష్టవర్	-	1
క్యాచేచీ	-	250గ్రా.
బెంగస్థూరు మిరపకాయలు	-	3 లేక 4
పచ్చిబలానీగింజలు	-	100గ్రా.
అజీన్ మెట్టో	-	1 టీ స్పూన్
తెల్లమిరియాలపాడి	-	1 టీ స్పూన్

ఉప్ప	-	తరిసంర
కారమీల్ పంచదార	-	1 టీ స్పూన్
సేయసాన్	-	4 లేక 5 టీ స్పూన్
మాపె	-	తరిసంర
వెగిగ్ పచ్చిమిరపకాయలు	-	
పచ్చిమిరపకాయలు	-	6 (పొడ్బైనవి)
సౌదా వెనిగ్	-	2 టీ స్పూన్
సేయసాన్	-	2 బెట్లు స్పూనులు
★ పైవ్స్టీ ఒకటిగా కలిపి ఉపచోగించుకునేందుకు 3 గంటలు ముందు వెనిగ్ లో ఉదకపెట్టలి.		
తయారుచేయు విధానము		
★ ఒక పొత్తులో తగినంతగా (సుమారు 24, 25 కప్పులు) సీరుపోసి పొయ్యిమీద పెట్టి కాగాక అందులో కొర్కిగా ఉప్పు, ఒకటీ స్పూన్ నూనె వేయువలను.		
★ అది కాగి తెర్రడం మొదలుపెట్టిన తర్వాత బియ్యింపోసి కొంచెం బిరుసుగా పూండేటట్లు చూసి వార్పువలను.		
★ ఒక వెడల్పు గల పచ్చిములో వార్పిన అన్నము పోసి చల్లారిన తర్వాత మొతుకులు విడివిడిగా పూండునట్లు చూడవలను.		
★ కూరగాయలను చిన్నముక్కలుగా చేసి ఉల్లికాడలను అంగుళము ముక్కలుగా తరగవలయును.		
★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి కాగాక రావిలో ఉల్లిపాయలు, కేరట, బెంగుళూరు మిరపకాయలు, క్యాబేజి, ఉల్లికాడలు, ఒకదాని తర్వాత, మరోకటివేసి వేయించాలి. (బురాణివేసి ఉడికించిన తర్వాత కలపాలి).		
★ కూరగాయముక్కలు వేయించేటప్పుడు అజీవోమేటో వేయాలి. కొర్కినిముషములు పెద్దసెగలో వేయించిన తరువాత చల్లారపెట్టిన అన్నము, ఉప్పు, మిరియాలపోడి, పంచదార వేయాలి.		
★ సేయసాన్సు కొంచెము కొంచెముగా చల్లతూ పెద్ద పెగలో అన్నము బాగా వేడిలయ్యేవరకు వేయించి స్ఫోర్మీద నుంచి దించాలి.		
★ వెనిగ్ పచ్చిమిరపకాయలు నంచుకోవడానికి వడ్డించాలి.		

కొత్తముల్లి పులావు

కావలపిన వస్తువులు

బాస్కుతి బియ్యం	-	400గ్రా.
దాలీనచెక్క	-	2 అంగుళముల ముక్క
లవంగాలు	-	5 లేక 6
యాలకులు	-	4
పెద్ద ఉల్లిపాయలు	-	4
టమోటాలు	-	4
బంగాళాదుంపలు	-	5 లేక 6
పచ్చిబురానీగింజలు	-	100గ్రా.

సూనె	-	5 లేక 6 టీ స్వాస్థు
ఉప్పు	-	తగినంత
హాయకోవలసివవి		
కొత్రిమీర	-	1 1/2 కట్ట
ఆల్లం	-	1/2 అంగుళము ముక్కు
వెల్లిపొయలు	-	8
పచ్చిమిరపకాయలు	-	10
జీలకర్ర	-	1 టీస్వాసు
చిన్నఉట్లిపొయలు	-	15
తురిమిన కొబ్బరి	-	3 టీబుల్ స్వాసు

తయారుచేయు విధానము

- ★ ఉమాలోలు, ఉల్లిపాయలు, అంగుళము నిడివిగల ముక్కులుగా తరగాలి.
- ★ బరాణీలను ఉడకబెట్టాలి. బంగాళాదుంపలు తోలుతీసి అరలంగుళము నిడివిగల ముక్కులుగా తరగాలి.
- ★ చియ్యము పుల్రముగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానబెట్టాలి.
- ★ ప్రైవర్ కుక్కర్లోగానీ, ప్రైవర్ పావ్లోగానీ మానెపోసి కాగాక మసాలా సామానులు వేయించుకోాలి.
- ★ దాంట్లో ఉల్లిపాయముక్కలు, ఉమోటా ముక్కలు, బంగాళాదుంపముక్కలు ఒకటి తర్వాత మరొకటి వేసి వేయించాలి.
- ★ సూరిన మసాలావేసి భాగా కలియత్రిప్పి, మీడియమ్ పెగలో మంచి సువాసన వ్యోవరకూ వేయించాలి.
- ★ నీరు పూర్తిగా ఇంకిపోయిన తర్వాత నాబట్టిన చియ్యం పోసి కొంతసేపు ఉంచవలయుము.
- ★ తగినంతగా సుమారుగా చియ్యానికి నాలుగింతలు నీరుపోసి తగినంత ఉప్పు, బరాణీగింజలు వేసి కలియబెట్టాలి.
- ★ తర్వాత మాత వేసి, కుక్కర్లై వేయిట్ బిగించి పన్నబోగలో పదినిముషములపాటు ఉంచిన ఉడికి సర్వ్ చేయుటకు స్రద్ధముగా వుంటుంది.

మొక్కజోన్స్ పులావు (మొదచిరకము)

పాచలసిన వస్తువులు

బాస్కుతి చియ్యం	-	200గ్రా. (1కప్పు)
కొబ్బరిపాలు	-	2 కప్పులు
లేతవి మొక్కజోన్స్ కంకెలు	-	3
మానె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	రుచికి సరిపోయేటంత
చిరింజి ఆకు	-	1 లేక చిన్నవి 2
దాల్చిన చెక్క	-	చిన్నముక్క
లవంగాలు	-	4

మారుకోవలసినవి

ఎందుమిరపకాయలు	-	4
పచ్చమిరపకాయలు పెడ్డవి	-	4
గరంమసాలా పొడి	-	1/4 టీ స్ప్రోన్
పాదీనా ఆకు	-	1/2 కట్ట
కొత్తమీర	-	1కట్ట
వెల్లల్లి	-	5 లేక 6 పాయలు
ఆల్లం	-	1/2 అంగుళము ముక్కు
తురిమిన కొబ్బరి	-	2 బేబుల్ స్ప్రోన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం పుట్టముగా కదిగి పదినిముషములు నీటిలో నావబెట్టాలి.
- ★ బాణాలిలో 1/2 టీస్ప్రోన్ నెయ్యావేసి కాగాక అందులో బియ్యము (సీరువడకట్టిన తరువాత) పోసి కొంచెం సేపు వేగినివ్వాలి.
- ★ కుక్కరీలో నీట్లుపోసి సరిపడా ఉప్పువేసి, దాంట్లు మొక్కజోవ్వు కంకులు పాశుగంటపేపు ఉడకబెట్టాలి.
- ★ ఉడకిన తర్వాత చల్లార్పి, గింజలను వరిచి వేరుగా పుంచాలి.
- ★ ప్రెషర్స్ నోవ్లో కొంచెము నూనె వేడిచేయాలి.
- ★ దాంట్లో చిరింజి ఆకు, దాల్చినచెక్క, లవంగము వేసి వేయించాలి. తర్వాత మారిన మసాలా చేర్చి, కమ్మబీ సుపాసన వచ్చేవరకు కరియుపెట్టాలి.
- ★ తరువాత ఉడకపెట్టిన మొక్కజోవ్వు గింజలు, కొబ్బరిపాలు చేర్చి కలపాలి.
- ★ కాగిన తెర్లటం మొదలుపెట్టిన తర్వాత వెంటనే ఉప్పు, బియ్యము వేయాలి.
- ★ బాగా కలియపెట్టిన తర్వాత మూతమూసి వేయబోట్లి సెగను తగ్గించి పదినిముషములు ఉడకనివ్వాలి.
- ★ వేయించిన జీడిపప్పు చల్లి, వేడిగా వడ్డించాలి.

మొక్కజోవ్వు పులావు (రెండవ రకము)

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	400గ్రా. (2కప్పులు)
మొక్కజోవ్వు కంకులు	-	6
ఉల్లిపాయలు	-	4
చిరింజి ఆకులు	-	2
దాల్చినచెక్క	-	2 అంగుళములు
యాలకులు	-	4
లవంగాలు	-	6
జీడిపప్పు	-	20
కుంకుమపుప్పు	-	2 బేబుల్ స్ప్రోన్లు వెచ్చటి పాలలో కరిగించాలి)

వెయ్యి	-	వేయించడానికి
ఉప్పు	-	తగినంత
మారుకోవలపినవి		
పెద్ద ఉల్లిపాయలు	-	2
వెల్లలీ	-	8 పాయలు
ఆల్మము	-	1అంగుళము
పసుపుపాడి	-	1/2 టీస్పూన్
ధనియాలపాడి	-	2 టీబుల్స్పూన్
గరంమసాలా పాడి	-	1/2 టీస్పూన్
పోపు సామానులు	-	2 టీస్పూన్

తమారుచేయు విధానము

- * బియ్యం పుట్టంగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానబెట్టాలి.
- * బాణాలో ఒక టీ స్పూన్ వెయ్యి వేడి చేసి అందులో బియ్యముపోసి, తడి ఇంకేవరకు వేయించాలి.
- * ఉల్లిపాయలు పొడవుగా తరగాలి.
- * కుక్కర్లో నీరుపోసి కోర్కిగా ఉప్పువేసి, దానిలో మొక్కజోన్సు కంకెలను పాపుగంటసేపు ఉడకపెట్టాలి. చల్లారివ తర్వాత గింజలను వేరుచేయాలి.
- * బాణాలో ఒక టీస్పూన్ వెయ్యి వేడిచేసి గరంమసాలా సామానులు వేయించవలయును. నాటిలో ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- * రుచ్చినమసాలా వేసి కలియపెట్టి వేగాదాకా వేయించాలి.
- * బియ్యము, మొక్కజోన్సు గింజలు దానిలో వేసి దానిలో తగినంత నీరుపోసి పన్నని పెగలో ఉడకపెట్టాలి.
- * ఉడికిన తర్వాత, కుంకుమపుప్పు పాలు, వేయించిన జీడిపప్పు కలపాలి.

కాలీ ఘ్రంఘర్ బిరాణి పలావు

భావలపిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు (400 గ్రా.)
కమ్మటి చిక్కటి పెరుగు	-	1కప్పు
మానె	-	తగినంత
చిరింజి ఆకులు	-	2
దాల్చిన చెక్క	-	2అంగుళముల ముక్క
లవంగాలు	-	4
ఉప్పు	-	తగినంత
ఆల్మము, వెల్లలీ ముద్ద	-	1టీ స్పూన్
కాలీ ఘ్రంఘర్	-	2
పచ్చిబురాణి గింజలు	-	1/2కప్పు (100 గ్రా.)

ఉల్లిపాయలు	-	5 లేక 6
టమోటాలు	-	6
కొత్తమీర	-	1 కట్టించడి (పేరుగా సూర్యాలెను)
సూర్యకోపలసింపి	-	
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	సుమారుగా 20
పచ్చిమీరపకాయలు	-	15 (ఇటినీ కొద్దిగా సూనెలో వేయించి మెత్తగా సూరాలి)

సామాలా పాడి

- ★ దాల్చినచెక్కు, యాలక్కుయలు, సమంగా, కొంచెము నెయ్యలో వేయించి పాడి కొట్టారి.
- ★ తయారుచేయు విధానము
- ★ చియ్యము శుద్ధముగా కడిగి 10 నిముషములు సీటిలో నానపట్టారి.
- ★ తరువాత నీరుదించి వేసి, ఆ చియ్యము బాణాలో పోసి ఒక టీ స్మాన్ నెయ్య కలిపి వేయించాలి. తడిపోయే వరకు వేయించాలి.
- ★ కాలీఫ్లావరును చిన్నగుత్తులుగా తరగాలి. టమోటా ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ పోతలోకి నీళ్ళు తీసుకుని, నీరు మరిగినతర్వాత కాలీఫ్లావర్ గుత్తులు, బాణాలు వేయాలి. మూత్రపెట్టి స్ఫ్రెంజరీ, పదినిముషాలపాటు అలాగే పుంచి మిగిలిన నీరు వంచేయాలి.
- ★ ప్రైషర్కుక్కుర్లో కొంచెంగా నూనె వేసి కాగిన తర్వాత గరంమసాలా సామానులు వేసి వేగిన తర్వాత ఉల్లిపాయలు, అల్లం-వెల్లిముద్ద వేసి కలియపట్టారి.
- ★ కొంచెమునేపు ఆగిన తర్వాత టమోటా ముక్కలు వేసి ముద్దగా అయ్యేవరకూ కలియపట్టారి.
- ★ దాంట్లో నూరిన గరంమసాలా, చిలికిన గడ్డపెరుగు, తగుమాత్రంగా (రెండు కప్పులు) నీరు పోయాలి.
- ★ పోసిన నీరు తెర్రడం మొదలుపెట్టిన తరువాత ఉప్పు, కాలీఫ్లావర్ గుత్తులు, బాణాలుగింజలు, చియ్యము వేయవలెను.
- ★ సెగను త్యాగించి పదినిముషములు మూత్రపెట్టి వెయిట్పెట్టి ఉడికించాలి. ఉడికిన తర్వాత గరంమసాలాపాడి, కొత్తమీర, నూరిన ముద్ద వేసి రెండు స్మాన్ నెయ్య వేసి మెల్లగా కలపాలి.
- ★ వేడివేడిగా సర్టీచేస్టే బాగుంటుంది.

పైఘన్ రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి చియ్యము	-	(2కప్పులు) 400గ్రా.
సన్నగా, పొడవుగా తరిగిన క్యాబేచ్	-	1కప్పు
సన్నగా నిలువుగా తరిగిన బీన్స్	-	1/2కప్పు
బెంగుళూరు మిరపకాయలు	-	1కప్పు (సన్నగా, నిలువుగా తరిగినవి)
ఉల్లిపాయలు	-	4
ఉల్లికాడలు	-	1 1/2కప్పు
పెసరమొలకలు	-	1/2కప్పు
నూనె	-	5, 6 టీ స్మాన్లు

తురిమిన క్యాటెచ్	-	1/2 కప్పు
అజినోమోటో	-	1/2 టీ స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
మారుకోవలసినవి		
ఎందుమిరపకాయలు	-	15
వెల్లులీపాయలు	-	10

తయారుచేయు విధానము

- * బియ్యము శుద్ధముగా కడిగి పదినిముషులు నీటిలో నానబెట్టాలి.
 - * గిన్నెలో తగినంత నీరువేసి మరిగిన తర్వాత బియ్యమువేసి బిరుసుగా ఉడికించాలి. తర్వాత ఆ నీటిని వార్పి, అన్నము వల్లారపెట్టాలి. ఒక స్పౌన్టో అన్నము మెతుకులు విడివిడిగా వుండునట్లు చూడాలి.
 - * వై అన్నములో రుచిన వెల్లులీ, మిరపకాయలు, మసాలా వేసి కలపాలి.
 - * బాణలీలో కొద్దిగా నూనెవేసి కాగాక మొదట ఉల్లిపాయలు వేయించాలి. తర్వాత భీన్స్, క్యాటెచ్, క్యాటేజి, పెసర మొలకలు, చెంగుళూరు మిరపకాయ, ఉల్లికాడలు వేసి వేయించాలి.
 - * దాంట్లో అజినోమోటో వేసి ఎక్కువసెగలో కలియపెట్టాలి.
 - * కూరలు ఉడికిన తర్వాత బాసుమతి అన్నములో వేసి కలపాలి.
 - * అన్నము వేడిగా ఉండేవరకూ పెద్ద సెగలో కలియపెట్టి దించాలి.
- మొలకల్సుటకు పద్ధతి
- * ముడిపెసలు 10 గంటలకు పైగా నీటిలో నాననిచ్చి, తర్వాత వడకట్టి తీసి, పలుచటి గుడ్డలో వచ్చుగా మూటకట్టాలి. ఆ మూటను వైలాడదీయాలి. అప్పుడప్పుడు కొంచెము నీళ్ళను ఆ మూటనై చల్లండి. సుమారు 15 లేక 16 గంటలలో మొలకలు తయారు అగును.

చట్టీచాపల్

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	(2కప్పులు) 400గ్ర.
పెద్ద ఉల్లిపాయలు	-	4
బంగారుంపలు	-	4 (తోలుతీసిముక్కలుగా చేయవలను)
టమోటా	-	5 లేక 6
వసుపుపాడి	-	1/2 టీ స్పూన్
ఉడకపెట్టిన బరాణి గింజలు	-	1/2 కప్పు
ధనియల పాడి	-	1 టీ స్పూన్
గరంమసాలాపాడి	-	1 టీ స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
ఆల్లము, వెల్లులీ ముద్ద	-	1 టీ స్పూన్
నూనె	-	5, 6 టీ స్పూన్లేదు
మారుకోవలసినవి		
పాదీనా ఆకు	-	2 కప్పులు
కొత్తిమీర	-	1కప్ప

పెజచెరియన్ డైన్ వంటలు

- ★ బియ్యము పుట్టముగా కడిగి సీటిలో పొవ్వగంట నాననివ్వాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు పాడవ్వగాను, టమోటాలు పీలైసంత సన్గుగాను లరగాలి.
- ★ బరువుగల పొత్రలో నూనెవేసి పొయ్యమీద పుంచి నూనె కాగిన తచువాల అల్లము, పెల్లుల్లి ముద్దు వేసి వేయించాలి.
- ★ ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి వేయించాలి. వేగాక వాటిలో టమోటా ముక్కలు వేసి మెత్తుగా అయ్యేవరకు వేయించాలి.
- ★ తర్వాత బంగాళాదుంప ముక్కలు వేసి కొడ్డిసేపు పుంచాలి.
- ★ అందులో ఉప్పు, కారప్పడి, గరంమపాలప్పడి, నూరిన మసాలా ముద్దువేసి ఒక సిమపము వేగినిచి అందులో నాలుగు కప్పులు సీరు పోయాలి.
- ★ సీరు కాగిన తర్వాత బియ్యమువేసి కలిదుపెట్టాలి.
- ★ సన్నటి సెగ్గు పొత్రనుంచి మూత్రపెట్టి దాసెనై ఏదైనా బరువు పుంచాలి.
- ★ పొవ్వగంట లేక ఇర్కునై నిమముల తర్వాత సీరు ఇంకేవరకూ ఉడికించాలి.
- ★ ఈ బిరియాని బాగుంటుంది.
- ★ అంతేగాక పాదీనా ఆకు కొంచెము నూనె వేసి వేయించి కొంచెంగా పెంచ్చుకొబ్బరి కలిపి నూరుకోవాలి.
- ★ పాదీనా రుచ్చిన ముద్దు ఎక్కువనేపు సీలన వుండదు. అలా వుంచిన చేదు వచ్చే అవకాశముంది.

వంకాయ పులావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	1/2 కిలో
యూలకులు	-	2
లవంగాలు	-	3
దాల్చినచెక్కు	-	1/2 అంగుళము ముక్క
పెద్ద ఉల్లిపాయలు	-	2
నెయ్యి	-	3 టీ సూస్‌లు
లేత వంకాయలు	-	1/4 కిలో
ఆవాలు	-	1/2 టీ సూస్
పసుపుపోడి	-	1/4 టీ సూస్
ఉప్పు	-	తగినంత
కల్పోకు	-	కొర్కిగా
జీడీపెప్పులు	-	12
నూరుకోపలసినవి		
తులిపిన పచ్చికొబ్బరి	-	1 బెబుల్సూస్
చిరియాలు	-	1/4 టీ సూస్
ధనియాలు	-	1 1/2 టీ సూస్

శనగపప్పు	-	1 టీ స్పూన్
మినపప్పు	-	1/2 టీ స్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	5
ఇంగువ	-	చిట్టికెడు
★ వీటిన్నింటినీ కొద్దిగా నూనె వేసి వేయించి కొబ్బరి కలిపి మెత్తగా నూరుకోవాలి. మిక్కీలో కూడా వేసుకోవచ్చు.		
తయారుచేయు విధానము		
★ బియ్యం పుభుంగా కడిగి పావుగంట నానవెట్టాలి.		
★ అడుగు మందము కలిగిన పాత్రలో పాయ్యమీద వుంచి దాంట్లో 2 స్పూన్లల నెఱ్యవేసి వేడిచేసి దాల్చినచెక్క, లవంగాలు, యూలకులు వేసి వేయించాలి.		
★ దాంట్లో సున్గా నిలువుగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేసి పూర్తిగా వేగేవరకూ వేయించాలి.		
★ అందులో పుభుముగా కడిగిన బాసుమతి బియ్యము వడకట్టినవి వేసి కలియపెట్టాలి.		
★ దాంట్లో సుమారుగా 2 కప్పుల నీరువేసి ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి.		
★ మంట తగ్గించి పాత్రమైట్లో పావుగంట లేక ఇర్వై నిముషములపాటు అన్నము వుడికిన తర్వాత స్ఫ్రె మీద నుంచి దించాలి.		
★ వంకాయలు నిలువుగా ముక్కలు కోసి మనం వాడేవరకూ ఉప్పునీటిలో వుంచాలి.		
★ బాణలిలో నెఱ్యవేసి కాగాక ఆవాలు, కరివేపాకు, వంకాయముక్కలు వేసి వేయించాలి.		
★ వంకాయలు వేగిన తర్వాత నూరిన మసాలాముద్ద వేసి, కమ్మని వాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి. బాణలిలో పాయ్యమీద నుంచి దించాలి.		
★ అన్నము వుడికిన పాత్రము పాయ్యమీద పెట్టి, వంకాయ మసాలాను అన్నములో వేసి కొద్దిగా నెఱ్యవేసి కలియపెట్టాలి.		
★ వేడిగా వుండేవరకూ వుంచి పాత్రము దించి వేడిగా వడ్డించాలి.		
★ అంతేగాక నీటికి బదులుగా కొబ్బరిపాలతో అన్నము వుడికించవచ్చు. వంకాయలు వేయించేటప్పుడు ఉల్లిపాయలు, వెల్లలిపాయ ముక్కలు వేయవచ్చు.		

బాద్ధఘాహి పులావు

కావలసిన వమ్ముపులు		
బాసుమతి బియ్యము	-	1కప్ప (200గ్రా.)
బెంగుళూరు మిరపకాయలు	-	7 (చిన్నవి)
తురిమిన కొబ్బరి	-	1/4 కప్ప
కమ్మని గడ్డివెరుగు	-	1/2 కప్ప
ఉల్లిపాయలు	-	2 (సున్గా తరగాలి)
యూలకులు	-	2
దాల్చినచెక్క	-	ఆంగుళము పాడవుగల ముక్క
నెఱ్య	-	తగినంత
నూనె	-	తగినంత
గరంమసాలాపాడి	-	1/4 టీ స్పూను

పసుపుపాడి	-	1/4 టీ స్పూన్
కారప్పాడి	-	1/2 టీ స్పూను
సన్గా తరిగిన కొత్తమీర	-	1 1/2 టీబుల్స్ స్పూను
ఉప్పు	-	తగినంత
బంగాళాదుంపలు	-	1/4కిలో
నూరినబాదంపప్పు ముద్ద	-	1 1/2 టీ స్పూన్
మిరియాలపాడి	-	1/4 టీ స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బెంగుళూరు మిరపకాయలను మధ్యలో అడ్డముగా దొన్నట్లు వలె తరిగి లోపల గింజలను తీసివేయాలి. వేడినీళ్లలో కొర్కిగా ఉప్పు వేసి దాంట్లో కొద్దిసేపుంచే వెంటనే వ్యుత్తిలో వేయాలి.
- ★ రెండు నిముషముల తర్వాత నీరు వంపాలి.
- ★ కుక్కలో బంగాళాదుంపలు వుడకపెట్టి, తోలుతీసి మెత్తగా పీసికి దాంట్లో గరంమసాలాపాడి, పసుపుపాడి, కారప్పాడి, ఉప్పు, కొత్తమీర, కొబ్బరి, మిరియాలపాడి వేసి బాగా కలియపెట్టి ముద్దలుగా చేయాలి.
- ★ బెంగుళూరు మిరపకాయ దొన్నెలలో ముద్దలనుంచి అరచేతిమీద వత్తాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి, ఈ మిరపకాయ దొన్నెలను దానిలో వుంచి రెండుషైపులూ కాలేవిధంగా వేయించి విడిగా వుంచాలి. బాసుమతి బియ్యమును జుభముగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానబెట్టాలి.
- ★ బాణలిలో కొంచెము నూనెపోసి కాగాక యాలకులు, దాల్చినచెక్క, సన్గా తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేసి వేగేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో బియ్యంపోసి కొంచెముసేపు కలియపెట్టాలి.
- ★ తరువాత $1\frac{1}{2}$ కప్పుల వేడినీరు పోసి ఉప్పు, నూరిన బాదంపప్పుముద్దవేసి బాగా కలియపెట్టాలి.
- ★ సెగను తగ్గించి మూతెట్టి బియ్యము ఉడికించాలి.
- ★ అన్నము తయారయిన తర్వాత ఓవెల్లో పెట్టడానికి వీలుగా వెడల్పుగల పాత్రకి లోపలివైపు నెఱ్యు శూసి, సగము అన్నము పరిచి సర్దవలను దానిషై చిలికిన పెరుగును (సగము) పోయాలి. దానిషై వేయించిన బెంగుళూరు మిరపకాయల దొన్నెలను పక్కపక్కగా పెట్టి సర్దాలి. దానిషై మిగిలిన అన్నము వేసి మిగిలిన సగము పెరుగు పాయాలి.
- ★ పాత్రవైపాయల్ పేరుతో మూసి ఓవెల్లో వుంచి పాపుగంట బెక్ చేయాలి.
- ★ పలావు వేడిగా వడ్డించాలి. పైన వేయించిన ఉల్లిపాయలు అలంకరించాలి.
- ★ ఓవెల్లోనివారు ప్రెషర్ కుక్కలో వేయట పెట్టకుండా పదినిముషాలుంచాలి.

ఫ్లూరైస్

కావలపిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	1కప్పు (200గ్రా.)
పచ్చిమిరపకాయలు	-	6

జీడిపప్పు	-	తగినంతగా వేసుకోవచ్చు
ఉల్లిపాయలు	-	2
బంగాళాదుంపలు	-	2
బెంగుళూరు మిరపకాయ	-	1
పెద్దచిక్కుడుకాయలు	-	8
కాలీష్టవర్	-	సగముపుప్పు
కేరట్లు	-	2
పచ్చిబరాణిగింజలు	-	1/4కప్పు
నెయ్యి	-	2టేబుల్ స్పూన్లు
ఉప్పు	-	తగినంత
చిరింజి ఆకు	-	1
లవంగాలు	-	3
యాలకులు	-	2
తరిగిన కొబ్బరి	-	2 టేబుల్ స్పూన్లు
కుర్కు చేసే పర్చుతి		

- ★ కేరట్, బంగాళాదుంపలు, కాలీష్టవరు, చిక్కుడుకాయలు పెద్దముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ తురిమిన కొబ్బరి, అల్లము, ఉల్లిపాయలు, కొత్తిమీర, వెల్లలి, వాణిన పచ్చిమిరపకాయలు అన్ని కలిపి మెత్తగా నూరాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు కొంచెమునేపు నూనెలో వేసి వేగాక ఈ రుఖీన మసాలాముడ్ల వేసి కమ్మటి వాసన వచ్చేవరకూ ఉడికించి కొంచెం నీరు, తగినంతగా ఉప్పు వేసి చిక్కగా అయ్యేవరకూ ఉడికించాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుఢ్రముగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ బాణలిలో కొంచెము నెయ్యివేసి దానిలో బియ్యంవేసి తడిఅరేటంతవరకూ వేయించాలి.
- ★ కూరగాయలను 2 అంగుళముల పాడవుగల ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ కొబ్బరి తురుము కొంచెము నీరు చల్లి మెత్తగా నూరి, వడకట్టి కొబ్బరిపాలు తీయాలి. మరల నీరుపోసి రెండవసారి కూడా కొబ్బరిపాలు తీయవలెను. అంతా కలిపి 2 కప్పులు కొబ్బరిపాలు వచ్చేవరకూ నీరు కలపాలి.
- ★ ప్రెపర్ కుక్కర్లో కొంచెము నూనెవేసి గరంమసాలా, పచ్చిమిరపకాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి కలపాలి.
- ★ ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేగిన తరువాత కూరగాయ ముక్కలు వేసి పెద్దసెగలో వేయించాలి.
- ★ అన్నము ఉడికిన తరువాత దానిమీద తరిగిన కొత్తిమీర, వేయించిన జీడిపప్పు అలంకరించి కుర్కువేసి వడ్డించాలి.
- ★ సెగిత్తిగించి మూతపెట్టి బరువుపెట్టి పావుగంటసేపు ఉడికించాలి.
- ★ అన్నము ఉడికిన తరువాత దానిమీద తరిగిన కొత్తిమీర, వేయించిన జీడిపప్పు అలంకరించి కుర్కువేసి వడ్డించాలి.

తీటకూర అన్నము

కావలసిన పస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	1కప్ప (200గ్రా.)
తోటకూర	-	4 కట్టలు
పెద్దఉల్లిపాయలు	-	3
నెయ్య	-	1 టీ స్పూన్
నూనె	-	2 టేబుల్ స్పూన్
నిమ్మకాయ	-	1
కర్మపాకు	-	కొడ్దిగా
జీడిపప్పు	-	1 టేబుల్ స్పూన్
ధనియాలు	-	1స్పూన్
మెంతులు	-	1/4 టీ స్పూన్
ఇంగువ	-	చిట్టికడు
దాల్చినచెక్క	-	అంగుళము పొడవు గలది
లవంగాలు	-	2
ఎండుమిరపకాయలు	-	6
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	2 టేబుల్ స్పూన్
పోపు పెట్టుకోవడానికి		
ఆవాలు	-	1/4 టీ స్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీ స్పూన్
పచ్చిశనగపప్పు	-	1 1/2 టీ స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పదినిముషములు నానోట్టాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు వీలయినంతవరకూ సన్నగా తరగాలి.
- ★ ఆకుకూర కాడలుతీసి సన్నగా ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ బాణలిలో కొడ్దిగా నూనె వేసి కాగిన తర్వాత ధనియాలు, మెంతులు, ఇంగువ, లవంగాలు, దాల్చినచెక్క, మిరపకాయలువేసి వేయించాలి. చల్లరిన తర్వాత పొడిగా కొట్టవలెను.
- ★ ఆ తర్వాత తోటకూరను బాణలిలో వేసి పచ్చివాసన పోయేదాకా పెద్దసెగలో వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు, పాడికొట్టిన మసాలా వేయవలెను. కొంచెమునేపు బాగా కలియపెట్టి బాణలి దించవలెను.
- ★ దాంట్లో నిమ్మకాయరసం పిండి కలియపెట్టాలి.
- ★ వేయించిన జీడిపప్పు శైన అలంకరించి వేడిగా వడ్డించాలి.
- ★ ఇలాగే కాక ఉడికిన అన్నమునకు బదులు, కడిగిన బియ్యము కొంచెము వేయించి మరిగే నీటిలో పోసి పలావు మాదిరిగా వుడకపెట్టాలి. దాంట్లో తరిగిన టమాటో ముక్కలు, ఉడికించిన బాణాలు వేయవచ్చు.

ప్రాంతాబాద్ జిల్లాని

కావలసిన వస్తువులు

భాసుమతి బియ్యం	-	1కప్ప (200గ్ర.)
కమ్మని చిక్కని పెరుగు	-	1కప్ప
బంగాళాదుండలు, కేరణ్	-	
కాలీష్వవర్ ముక్కలుగా తరిగినవి	-	2 కప్పలు
ఆల్మం-పెల్లల్లి ముద్ద	-	1 టీ స్పూన్
నూనె	-	తగినంత
ఉల్లిపాయలు	-	2 (నిలువుగా తరిగినవి)
వెల్లల్లి(తోలుతీయాలి)	-	6పాయలు
ఉప్పు	-	తగినంత
నిమ్మకాయ	-	1
సన్నగా తరిగిన పుదీనా	-	2 బేబుల్స్పూన్స్
తరిగిన కొత్తమీర	-	1 బేబుల్స్పూన్స్
పచ్చిబరాణి గింజలు	-	1/4 కప్ప
నూరుకొనవలసినవి		
జీడిపప్పు	-	8
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	8
ఆల్మము ముక్క	-	1/2 అంగుళము
దాల్చినచెక్క	-	1/4 అంగుళము
లవంగాలు	-	2
యాలకులు	-	2
ప్పీమిరపకాయలు	-	8

వీటిని నూనెలో వేయించి కొత్తమీర ఒక కట్ట కలిపి నూరుకోవాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ భాసుమతి బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి 10 నిముషములు నానబెట్టాలి.
- ★ తర్వాత నీరువంచేసి బాణలీలో 1/2 టీస్పూన్ నూనె వేసి బియ్యంలో తడి ఇంకేవరకూ వేయించాలి.
- ★ ప్రెపర్ కుక్కర్లో కొంచెము నూనెవేసి కాగిన తర్వాత వెల్లల్లి, ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో అల్మము-పెల్లల్లి ముద్దను, తరిగిన కూరగాయముక్కలు వేసి సన్నటి సెగలో బాగా ఉడికించాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత నూరిన ముద్ద వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి. దాంట్లో చిలికిన పెరుగు, ఒక కప్ప నీరు పోయాలి.
- ★ మరగటం మొదలుపెట్టిన తర్వాత బియ్యం, ఉప్పు వేసి మూతపెట్టి వెయిట్పెట్టి సన్న సెగలో పదినిముషములు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ ఉడికిన తరువాత పాయ్యిదనుంచి దించి నిమ్మరసం, పాదీనా, కొత్తమీర వేసి బాగా కలిపి వేడిగా వడ్డించడమే.

ఇగ్నో జిల్లాయాని

కావలసిన వస్తువులు		
బాసుమతి బియ్యం	-	2కప్పులు(400గ్రా.)
కూరగాయముక్కలు	-	3కప్పులు (బంగాళాదుంప, కేరట, చిక్కుడుకాయలు, బరాణీ, కాలీష్టవరీ)
వేయించిన జీడిపప్పు	-	15
ఉల్లిపాయలు	-	4(సన్గా తరగాలి)
నూనె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
లవంగాలు	-	4
యూలకులు	-	4
దాల్చినచెక్క	-	2అంగుళములు
చిరింజిఇకులు	-	2
పోపు	-	1/2 టీబుల్స్‌స్పూన్
అనాసపూర్వ	-	4 రేకులు
మరాటిమొగ్గ	-	4
నూరుకొనవలసినవి		
పచ్చిమిరపకాయలు	-	6
కారప్పాడి	-	1టీ స్పూన్
అల్లము	-	1 అంగుళము ముక్క
వెల్లుల్లి	-	8 పాయలు
తయారుచేయు విధానము		
★ బాసుమతి బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.		
★ బియ్యంలో నీరు వంచేసి ఆ బియ్యము బాణలిలో పోసి 1 టీస్‌స్పూన్ నెయ్యివేసి తడిఅరేవరకూ రెండు నిముషములపాటు వేయించాలి.		
★ బాణలిలో కొద్దిగా నూనెవేసి కాగాక గరంమసాలా సామానులువేసి వేయించాలి.		
★ దాంట్లో 1/2టీస్‌స్పూన్ వంచదర, ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి కలపాలి.		
★ దాంట్లో నూరినమసాలా, తరిగిన కూరగాయముక్కలు వేసి మెత్తగా వుడికేంతవరకూ వేయించాలి.		
★ దాంట్లో రెండు కప్పుల కాగినీరు, బియ్యము, ఉప్పు వేసి ఒకనిముషము ఉడికించాలి. పాత్రను వేడిచేసి దాంట్లో ఈ మిశ్రమము పోసి కలపాలి.		
★ కాగినంతవరకూ వేడిచేసి మూతపెట్టి ఇగ్నో హోల్స్‌ప్యాక్ట్‌లో ఆ పాత్ర వుంచి మూతపెట్టాలి.		
★ ముప్పొప్పగంట మూత తెరవకుండా వుంచాలి. అప్పటికి అన్నము వుడికి బిరియాని తయారపుతుంది.		
★ వేయించిన జీడిపప్పు ఘైన అలంకరించి వడ్డించాలి.		
★ హోల్స్ ప్యాక్ట్‌లో ప్రైల్సాత్ సైట్ తక్కువగా ఉంటే వేరేపాత్రం వేడిపద్ధార్మములు వుంచాలి లేక వేడినీరుపోసిన పాత్ర పెట్టలపెను.		

కాశ్తీలీ రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు (400గ్రా.)
ఉడికిన పచ్చిబరాణిగింజలు	-	1/2కప్పు
ఉడకబెట్టిన ముక్కలుగా తరిగిన కేరట్	-	1/2కప్పు
బెంగుళూరు మిరపకాయలు	-	2 (చిన్నముక్కలుగా తరగాలి)
ఉల్లిపాయలు	-	4 (సన్నగా నిలువుగా తరగాలి)
పండ్కుముక్కలు	-	1కప్పు (అన్నిరకములు వేయవచ్చు)
పంచదార	-	3 టీ స్పూన్స్
ఉప్పు	-	తగినంత
పిస్తు భాదం, జీడిపప్పులు, ఎండుద్రాక్ష	-	4 టీబుల్స్ స్పూన్స్
గింజలులేని ద్రాక్ష	-	20
ప్రైష్కీం	-	4 టీబుల్స్ స్పూన్స్
కుంకుమపుప్పు	-	కొర్కిగా (రెండు స్పూన్స్ వెచ్చటిపాలలో కరగబెట్టాలి)
యాలకులు, లవంగాలపాడి	-	1/2 టీ స్పూను
చిరింజి ఆకులు	-	2
తాజా వెన్న	-	2 టీబుల్స్ స్పూన్స్
పస్తీరు	-	6 టీబుల్స్ స్పూన్స్
జీలకర్కర	-	1/2 టీ స్పూన్స్
చెర్రిన్ ముక్కలు	-	2 టీబుల్స్ స్పూన్స్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ బియ్యము ఉడుకుటకు కావలసిన నీటిలో బియ్యం, ఉప్పు వేసి బిరుసుగా వుండేటట్లుగా వండాలి.
- ★ అన్నము వ్యడికిన తర్వాత చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు చూడాలి.
- ★ బాణలో నూనెవేసి కాగాక ఉల్లిపాయలు వేయించి వేరుగా వుంచాలి.
- ★ ఆ నూనెలో చిరింజి ఆకు, జీలకర్కర వేయాలి.
- ★ దాంట్లో బెంగుళూరు మిరపకాయ ముక్కలు వేసి మెత్తగా వేయించిన తర్వాత కేరట్, బరాణీలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉప్పు, పంచదార, ప్రైష్కీం, అన్నము వేసి బాగా కంపాలి.
- ★ అన్నీ ఉడికాక స్ట్రేచ్ మీదనుండి దించేముందు వేయించిన పప్పులు, ఎండుద్రాక్ష ముక్కలు, చెర్రిన్, వెన్న, పస్తీరు పోసి బాగా కలపాలి.
- ★ పైన వేయించిన ఉల్లిపాయలు రింగులుగా అలంకరించి పెంగా వడ్డించాలి.
- ★ పాలతో తయారయిన జన్మనుముక్కలు నూనెలో వేయించి వాటిని కూడా కలుపుకోవచ్చ.

ముసూరుపెప్పు పెలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	4కప్పులు
నల్లమసూరుముడిపెప్పు	-	2కప్పులు
చిన్నబంగాళాదుంపలు	-	1కిలో
టమేటోలు	-	1/2కిలో
పెద్దఉల్లిపాయలు	-	8
ఉప్పు	-	తగినంత
గరంమసాలాపాడి	-	1/2 టీ స్పూన్
కమ్మని చిక్కటి పెరుగు	-	3కప్పులు
కొత్తమీర	-	1కట్ట పెద్దది
పచ్చిమిరపకాయలు	-	12
తరిగిన పాదీనా	-	2 టౌన్‌స్పూన్
నెయ్య	-	50గ్ర.
కుంకుమపుప్పు	-	కొంచెము (1 టీబుల్‌స్పూన్) వెచ్చటిపాలలో వేసి కరిగించాలి)

సూరుకోవలసినవి

ఎండుమిరపకాయలు	-	12
వెల్లుల్లి	-	8 పాయలు
ధనియాటు	-	1 టీ స్పూన్
జీలకర్	-	1 టీ స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ ముసూరుపెప్పులో తగినంత నీరుపోసి మెత్తగా ఉడకపెట్టాలి. ఎక్కువ నీరు వుంటే తీసివేయాలి.
- ★ ఉడికిన పస్పులో తగినంత ఉప్పు వేసి కలపాలి.
- ★ బాసుమతి బియ్యం తుభ్రంగా కడిగి పాపుగంట నానవెట్టాలి.
- ★ ఆ బియ్యంలో నీరుతీసివేసి మరల తగినంత నీరుపోసి బిరుసుగా ఉడికించాలి.
- ★ ఆ అన్నము చల్లారిన తర్వాత మెతుకులు వేరుగా వుండేటట్లుగా చేయాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిరపకాయలు, సన్గగా నిలువుగాను, టమోటాలు సన్నముగా తరగాలి.
- ★ బంగాళాదుంపలు ఉడకపెట్టి తైలోలు తీయాలి.
- ★ బాణలిలో నూనెవేసి కాగాక పచ్చిమిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో రుచిన మసాలా వేసి నూనె వడిలేంతరకూ వేయించాలి.
- ★ టమోటాలు వేసి అది బాగా గుజ్జగా అయ్యేవరకూ కలియపెట్టాలి.
- ★ నాన్స్టైక్‌పాన్‌గానీ బాగా బరువుగల అడుగుమందము గల పాత్ర తీసుకుని మిగిలిన నెయ్య లోపలపక్క అన్నితైపులా పూయాలి.
- ★ బాణలిలో వున్న మసాలా అందులో వేసి దానితై ఉడికిన పస్పు వేసి తర్వాత చిలికిన పెరుగు పోయాలి. దానితై తోలు తీసిన బంగాళాదుంపలు వేసి, ఆ తై గరం మసాలా పాడి, సన్గగా తరిగిన పాదీనా, కొత్తమీర చల్లాలి. ఆ తైన పాలలో కరిగించిన కుంకుమపుప్పు పోయాలి. అని

- ఆన్ని పారలుగా ప్ర్యూడుతాయి. వీటిని కలవాదు.
- ★ బాసుమతి అన్నములో తగినంత ఉప్పు, నెయ్యివేసి కలిపి ఆ పై మసాలా పరచాలి. మెత్తగా చేతితో నొక్కాలి.
 - ★ తక్కువ సెగలో పొయిమిద ఉంచి మూత్రపెట్టి పొప్పగంట అలాగే వుంచి వుడికించాలి.
 - ★ దాన్ని అలాగే పచ్చెములో బోర్డీంచాలి.
 - ★ అన్నము, బంగాలాదుంపలు, మసాలా గుజ్జు పారలుగా వుంటుంది.
 - ★ అదేవిధముగా కేకలా కోసినట్లుగా గరిపెతో వేడిగా వడ్డించాలి.

మెంతికూర పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2కప్పులు (400గ్రా.)
వెల్లులీ	-	15పౌయలు
పెర్చుట్లీపాయలు	-	6
చారుపోడి	-	1 1/2 టీస్పూన్
పచ్చిమిరషకాయలు	-	5 లేక 6
మెంతిఅకు	-	5 కట్టలు
ఉడకపెట్టిన బరాటీలు	-	1కప్పు
నిమ్మకాయలు	-	2
ఉప్పు	-	తగినంత
దాల్చినచెక్క	-	2అంగుళములు
లవంగాలు	-	6
మరాటిమ్ముగీ	-	6
నెయ్యగానీ, నూనెగానీ	-	తగినంత
చారుపోడి		
కందిపప్పు	-	1/2కప్పు
కరివేపాకు	-	1/2కప్పు
ఎండుమిరషకాయలు	-	1కప్పు
ధనియాలు	-	2 కప్పులు
మిరియాలు	-	1 టీబుల్స్పూన్
ఆవాలు	-	1 టీబుల్స్పూన్
మెంతులు	-	1 టీబుల్స్పూన్
జీలకర్ర	-	1/2 కప్పు

★ అన్నింటిని విడివిడిగా కొఢిగా నూనెవేసి వేయించి చల్లారాక కలిపి పాడికాట్టాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం పుభ్రంగా కడిగి పదినిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు 1/2 అంగుళము ముక్కలుగా తరగాలి,
- ★ వెల్లులీ తొక్కువలిచి పెట్టుకోవాలి.
- ★ మెంతిఅకు కాడలు తుంచి (అకులు తరిగిన చేదు వస్తుంది) పుభ్రంగా కడగాలి.

- ★ ప్రెసర్స్ పాన్‌లోగానీ, వెడల్పుగల బాణలిలో గానీ మసాలా పదార్థములు, లెల్లుల్లి వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉల్లిపాయలు వేసి రంగుమారేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో మెంతిఅకు వేసి అది ఇంకువరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉడికిన బలాణిలు, బియ్యము వెయ్యాలి.
- ★ కొంచెన్చుసేపు కలియబెట్టి దాంట్లో 4 కప్పులు మరిగేనీరు పోసి, ఉప్పు, చారుపొడి వేసి మూతపెట్టి సెగతగ్గించి పదినిముషములపాటు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ ఉడికిన తరువాత పాయ్యమీదనుంచి దించి, నిమ్మకాయిరసం వేసి కలియపెట్టాలి.
- ★ వేడిగా పెరుగుపచ్చడితో వడ్డించడమే.

మసాలాబాత్ నెం 1

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2కప్పులు (400గ్రా.)
ఉల్లిపాయలు	-	4 (పన్నగా, నిలువుగా తరగాలి)
బంగాళాదుంపలు	-	6
వంకాయలు	-	10
కారప్పాడి	-	1టీ స్వాన్
అల్లం-వెల్లుల్లిముద్ద	-	1/2టీ స్వాన్
పసుపుపొడి	-	1 1/2 టీ స్వాన్
కొత్తిమీర	-	1/2 కట్ట
ఉప్పు	-	తగినంత
నెయ్య	-	2బెబుల్స్వాన్లు
జీడిపచ్చముక్కలు	-	2బెబుల్స్వాన్లు
కొబ్బరిపాలు	-	4కప్పులు
మారుకోవలసినవి		
దాల్చినచెక్క	-	1అంగుళము ముక్క
లవంగాలు	-	4
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	-	4 బెబుల్స్వాన్లు

1 స్వాన్ నెతిలో మసాలా పదార్థములు వేయించాలి.

రెండు ఉల్లిపాయలను నేరుగా పాయ్యాచై సెగలో పెట్టి పైపార కాలేవరకూ తిప్పుతూ కాల్చి అన్నించిని కలిపి మిక్కో నూరుకోవాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి నీటిలో పదినిముషములు నానపెట్టాలి.
- ★ నీటిని పూర్తిగా వంచేసి బాణలిలో ఒక స్వాన్ నెయ్యవేసి కాగాక దానిలో బియ్యంవేసి తడిపోయేవరకు వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో కారప్పాడి, పసుపుపొడి, ఉప్పు, నూరిన మసాలా వేసి కలియబెట్టి పెరుగా వుంచాలి.
- ★ ప్రెసర్స్ పాన్‌లోగానీ, కుక్కలోగానీ కొంచెంగా నెయ్యవేసి దాంట్లో ఉల్లిపాయముక్కలు వేయించాలి.

- ★ దాంబ్లో వెల్లల్లి-అల్లము నూరినముద్ద, బంగాళాదుంపలు వేయాలి. సెగ తగ్గించి బంగాళాదుంపలు మెత్తగా అయ్యేదాకా వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లోనే వంకాయముక్కలు వేసి కొంచెముసేపు/వేయించాలి.
- ★ సెగతగ్గించి, తయారైన బాసుమతి బియ్యము మిశ్రమము వేసి బాగా కలియపెట్టాలి. రెండునిముషములేసేపు వేయించాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత అంతా బాగా కలిపి షైన సన్నగా తరిగిన కొత్తమీర, వేయించిన జీడిపప్పు అలంకరించి వడ్డించేడమే.

ముసాలాబాత్ నెం. 2

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2కప్పులు (400గ్రా.)
బంగాళాదుంపలు	-	6
కేరట్	-	4
ఉల్లిపాయలు	-	4
పచ్చిబుర్గీంజలు	-	1/2 కప్పు
చిక్కుడుకాయలు	-	1/2 కప్పు (ముక్కలుగా తరగాలి)
నూల్కోల్	-	2
వంకాయలు	-	4
కారప్పడి	-	1టీ స్వాన్
పసుపుప్పడి	-	1/2టీ స్వాన్
గరంమసాలాప్పడి	-	1టీ స్వాన్
చిరింజి ఆకులు	-	2
ఉప్పు	-	తగినంత
నెయ్యి	-	తగినంత
నూరుకోవలసినవి		
ఎండు కొబ్బరి	-	4 టీబుల్స్స్వాన్లు
ధనియలు	-	2 టీ స్వాన్లు
జీలకర్ర	-	1 టీ స్వాన్
వెల్లల్లి	-	8 పాయలు
ఆల్సం	-	తగినంత
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి పదినిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు, వంకాయలు, కేరట్, చిక్కుడుకాయలు, నూల్కోల్ నిలువుగా ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ కేరట్, చిక్కుడుకాయలు, నూల్కోల్స్ముక్కలు, బరాణీలను కలిపి కుక్కరులో సీశ్చుపోసి ఉడకపెట్టాలి.

- ★ ప్రెసర్ పాన్లో గాని, కుక్కర్లోగాని నూనెవేసి కాగినతర్వాత అందులో చిరింజి ఆకు, ఉల్లిపాయలు, వరకాయలు వేసి కొంచెముసేపు వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో మారిష మసాలాముద్ద వేసి మంచి సువాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో బియ్యముపేసి మీడియమ్ సెగల్ రెండు నిముషములు కలియపెట్టాలి.
- ★ దాంట్లో ఫీగిలినకూరలు, ఉప్పు, కారప్పాడి, పసుపుపాడి, గరంమసాలాపాడి వేసి నాలుగు కప్పులు మరిగించిన నీరుపోసి జాగ్రత్తగా కలియపెట్టి మూతపెట్టి పైన వెయిట్ పెట్టాలి.
- ★ సున్ని సెగలో పాపుగంటల్పోలో నే ఉడకపెట్టాలి.
- ★ ఉడికిన దాంట్లో పాదినా, కొత్తమీర ఆకులు పైన చల్లి వేడిగా వడ్డించాలి.
- ★ ఇష్టమయినారు కొంచెముగా నిమ్మరుసం పిండుకోవచ్చు.

మొగలాయ్ వెజిటబుల్ పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2కప్పులు
కేరట్ (పాడవుగా తరిగినది)	-	1/2కప్పు
బీన్ (పాడవుగా తరిగినది)	-	1/2కప్పు
తాజా పండ్లముక్కలు	-	1/2 కప్పు (అనాస, ఆపీల్, మామిడి)
జీడిపప్పు	-	20
ఎండుద్రాక్ష	-	4 టీ స్పూన్స్
వెన్న	-	2 టీబుల్స్ స్పూన్స్
నెఱ్య	-	తగినంత
యాలకులు	-	4
లవంగాలు	-	4
దాల్చినచెక్క	-	2 అంగుళముల ముక్క
ఉప్పు	-	తగినంత

నూరుకోవలసినవి

తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	2 టీబుల్స్ స్పూన్స్
జీడిపప్పు	-	8
గసగసాలు	-	1 టీబుల్స్ స్పూన్స్
వెల్లల్లి	-	8 పాయలు
పచ్చిమిరపకాయలు	-	10
ఆల్లం	-	1 అంగుళము ముక్క
ధనియాలు	-	3 టీ స్పూన్స్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యముగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ బాసుమతి బియ్యము కొంచెం బిరుసుగా ఉడకపెట్టి అన్నమువండి, చల్లారిన తర్వాత మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు చెయ్యాలి.
- ★ కేరట్, బీన్ ముక్కలు తరిగి వేరుగా ఉడకపెట్టాలి.

- ★ ప్రెసర్కుక్కర్లో కొంచెంగా నూనె వేసి కాగాక అందులో మసాలా పదార్థములను వేసి వేయించి, నూరిన మసాలా వేసి పచివాసన పోయేదాకా కలియచెట్టాలి.
- ★ దాంట్లో ఉడికించిన కేరబ్, బీన్జ్ ముక్కలు వేసి తర్వాత అన్నము కలిపి కలియచెట్టాలి.
- ★ స్వమీదనుంచి దించి అందులో తాజా పండ్లముక్కలు వేయాలి.
- ★ జీడిపస్పు, ఎండుద్రాక్ష, కొంచెం నెయ్యలో వేసి వేయించి, అందులో వేసి కలపాలి.
- ★ శైన వెన్నపేసి వేడివేడిగా రడ్డించాలి.
- ★ తాజాపండ్లు వడ్డించేముందు కలపాలి.

మొగలాయ్ పుట్ట పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు (400గ్రా.)
నెయ్య	-	4 టేబుల్స్ స్పూన్లు
ఎండుద్రాక్ష	-	2 టేబుల్స్ స్పూన్లు
పాలు	-	2కప్పులు
ఉప్పు	-	తగినంత
దాల్చినచెక్క	-	2 అంగుళముల ముక్క
చిరింజి ఆకు	-	2
పండ్లముక్కలు	-	1కప్పు
పంచదార	-	3 టీ స్పూన్లు
యాలకులు	-	6
నూరుకోవలసినవి		
బాదంపప్పు	-	12 (తొక్కలుతీసినవి)
జీడిపప్పు	-	20
గుగపొలు	-	4 టీ స్పూన్స్
ఆల్సం	-	1/2 అంగుళం ముక్క
వెల్లులీ	-	8 పాయలు

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పదినిముషాలు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ ప్రెసర్కుక్కర్లో నెయ్యపేసి కాగాక దాల్చినచెక్క, లవంగాలు, యాలకులు, చిరింజి ఆకు వేసి వేయించాలి.
- ★ బియ్యము నీరులేకుండా వడకట్టి కుక్కర్లో వేసి కొంచెముసేపు ఉంచాలి.
- ★ దాంట్లో 2కప్పులు వేడిపాలు, 2కప్పులు మరగజెట్టిన నీరు, ఉప్పు, పంచదార నూరిన మసాలా వేసి బాగా కలియచెట్టాలి.
- ★ సెగ తగించి మూత్రపెట్టి పదినిముషాలు ఉడికించాలి.
- ★ స్వమీదనుండి కుక్కర్ దింపి దాంట్లో పండ్లముక్కలు, వేయించిన ఎండుద్రాక్ష వేసి, జాగ్రత్తగా కలియచెట్టాలి.
- ★ వేడిగా నవరత్న కుర్కులో ఈ పలావు రడ్డించండి.

- ★ మొగలాయ్ పలావ్ తీయగా ఉంటుంది. తీపి ఇష్టములేనివారు వంచదార తక్కువగా వేసుకోవాలి.
- ★ డబ్బులో వుండే వండ్లముక్కలు వాడేవారు మాత్రము అందులో వుండే జీరావంటి వండ్లముక్కలు మాత్రమే వేసుకోవాలి.

ససిలామూ-ములేసియా రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు
సాలడ్ ఆయిల్	-	4 బేబుల్ స్యాన్స్
కొబ్బరిపాయలు	-	4 కప్పులు
ఉప్పు	-	తగినంత
పెద్దఉల్లిపాయలు	-	2ముక్కలుగా తరగాలి
పండిన తాజా అనాసపండు	-	1/2 కప్పు (ముక్కలుగా తరగాలి)
తురిమిన కేరట్	-	4 బేబుల్ స్యాన్స్
కీరదోసకాయ	-	4 బేబుల్ స్యాన్స్ (తురిమినది)
తురిమిన మామిడికాయ	-	4 బేబుల్ స్యాన్స్

నూరుకోవలసినవి

పెద్దఉల్లిపాయలు	-	2
ఎండుమిరపకాయలు	-	12

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుబ్రంగా కడిగి పదినిముషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు, మిరపకాయలు మెత్తగా నూరి కొబ్బరిపాలలో కలపాలి.
- ★ కొబ్బరిపాల మిత్రము కుక్కర్లో పోసి నీరు లేకుండా వడకట్టిన బియ్యముపోసి పదినిముషములు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ తురిమిన దోసకాయను పిండి అందులో నీరు తీసివేయాలి.
- ★ మామిడికాయను తోలుతీసి తురుముకోవాలి.
- ★ అన్నము ఉడికిన తరువాత వేడిగావున్నపుడు తురిమిన కూరగాయలు, అనాసపండుముక్కలు, తగినంత ఉప్పువేసి, సాలడ్ ఆయిల్ వేసి కలిపి వడ్డించాలి.
- ఇంకోపద్ధతి
- ★ ఉల్లిపాయ, ఎండుమిరపకాయలు నూరేటప్పుడు అల్లము, వెల్లుల్లిపాయలు వేసి నూరుకోవచ్చు.

పాటీనా పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2కప్పులు (400గ్రా.)
బంగాళాదుంపలు	-	4 (చిన్నముక్కలుగా తరగాలి)
పచ్చిబురాణీగింజలు	-	1/2కప్పు(100గ్రా.)
పాదీనా ఆకు	-	1 పెద్దకట్ట

తురిమిన కొబ్బరి	-	6 టేబుల్స్పూన్
పచ్చిమిరపకాయలు	-	12
అల్లం	-	1 అంగుళం ముక్కు
పసుపుపొడి	-	1/2 టీస్పూన్
నిమ్మకాయ	-	1
ఉప్పు	-	తగినంత
లవంగాలు	-	5 లేక 6
యాలకులు	-	4 లేక 5
చిరింజి ఆకు	-	2
నెయ్య	-	కొంచెం
ఉల్లిపాయలు	-	2 (నిలువుగా సన్నగా తరగాలి)

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం వుభ్రంగా కడిగి పదినిమములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ బియ్యములో 4కప్పుల నిరుపోసి కుక్కర్లో పెట్టి వెయిట్ పెట్టి పావుగంటనేపు వుంచాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత అన్నము చల్లారపెట్టి కోర్దిగా నెయ్యానేసి, మెతుకులు విడివిడిగా వుండునట్లు కదపాలి.
- ★ బంగాళాదుంపలు ఉడకపెట్టి తరువాత తోలుతీసి చదరంగా వుండేలాగున ముక్కులుగా కోయాలి.
- ★ పచ్చిబరాణీలను వేరుగా ఉడికించాలి.
- ★ మొట్టమొదట పాదీనా ఆకులను కొంచెం నెయ్యానేసి వేయించి, తురిమిన పచ్చికొబ్బరి, తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు, అల్లంము, పసుపుపొడి ఒకటిగా చేర్చి మెత్తగా నూరాలి.
- ★ నెయ్య కోర్దిగా ప్రెషర్పావ్స్ లో వేడిచేసి మొదటగా గరంమసాలా సామానులు, ఉల్లిపాయ ముక్కులు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంటో నూరినమసాలా, బంగాళాదుంపముక్కలు, ఉడికించిన బరాణీగింజలు వేయాలి.
- మీడియం సెగలో కలియబెడుతూ పచ్చివాసపరోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంటో అన్నము, ఉప్పు వేసి పెద్దనెగలో అన్నం వేడిగా వుండేవరకూ వుంచి కలపాలి.
- ★ స్వమొదనుంచి దించి, నిమ్మరసం కలిపి, ఉల్లిపాయ పెరుగుపచ్చడితో వేడివేడిగా వడ్డించటమే.
- ★ (ప్రెషర్పావ్స్ లేనివారు బరువుగాల వెడల్పులున ఇత్తడి పాత్రను వాడుకోవచ్చు.
- ★ స్టైల్స్ ప్రతలు వాడరాదు. వాడిన అన్నము అడుగంటిపోయే అవకాశముంది.

ఆరంజిషపలావు

కావలపిన వస్తువులు.

బాసుమతి బియ్యం	-	2కప్పులు (400గ్రా.)
కమలా ఆరంజిషండ్లు	-	6
గింజలు లేని డ్రాక్స్	-	1/2 కప్పు
జీడిపప్పు	-	3 టేబుల్స్పూన్
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	1/2కప్పు

యూలకులు	-	4
దార్పినచెక్క	-	2 అంగుళముల ముక్క
చిరింజి ఆకులు	-	2
ఆరంజి ఫ్రెడ్ కలర్	-	కొర్టీగా
ఉల్లిపాయలు	-	4
వచ్చిమిరపకాయలు	-	8
వెల్లలీ	-	10 పాయలు
నెయ్య	-	6 టేబుల్ స్వాన్
అల్లము	-	1/2 అంగుళము ముక్క
కొర్తీమీర	-	1 చివ్వకట్ట

తయారు చేయు విధానం

- ★ బాసుమతి బియ్యం శుభంగా కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానెట్టాలి.
- ★ వచ్చిమిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు సన్గగా, పాడవుగా తరగాలి.
- ★ తురిమిన పచ్చి కొబ్బరి పాలుగా తయారు చేయాలి.
- ★ ఆరంజి పండు వొలిచి తొసలు వేరుగా తీసి వుంచాలి. మిగతా పండ్లనించి రసము తీసి గింజలు వడకట్టాలి.
- ★ అల్లము, వెల్లలీ మెత్తగా నూరాలి.
- ★ (ప్రైవెన్లో నెయ్య వేసి వేడిచేసి గరం మసాలా పద్ధతములు, వచ్చిమిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు రంగు మారేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో అల్లము, వెల్లలీ ముద్ద, కడిగిన బియ్యం పోపి రెండు నిమిషములు వేయించాలి.
- ★ కమలా, ఆరంజి రసము, కొబ్బరిపాలు కలిపి, చాలకుంటే కొంచెం నీరు కలిపి (2 కప్పులు) విడిగా కాగెట్టి వేయాలి.
- ★ తగినంత ఉప్పు, ఆరంజి కలర్ దాంట్లో వేసి నెమ్ముదిగా కలియెట్టి సెగ తగ్గించి పదినిమిషములు ప్రైవెన్ కుక్క చేయవలెను.
- ★ ష్టూప్ మీదనుంచి దించి తరువాత వేయించిన జీడిపుప్పు, ఆరంజితొసలు, ద్రాక్షపండ్లు, సన్గగా తరిగిన కొర్తీమీర ఘైన అలంకరించాలి.
- ★ వెజిటబుల్ పెరుగుపచ్చడిలో వేడిగా వడ్డించాలి.

(ఉల్లిపాయ, టుమోటూసాన్ పులావు)

కావలసిన వస్తువులు		
బాసుమతి బియ్యం	-	2కప్పులు (400గ్రా.)
పచ్చిబలాటీ గింజలు	-	1కప్పు (200గ్రా.)
తెల్లఉల్లిపాయలు	-	8పెద్దవి (ఎరు ఉల్లిపాయల్లునే తెల్లఉల్లి పాయలుంటాయి. ఇవి ఘాటు తక్కువ)
పోపు	-	1/2 టీ స్వాన్
లవంగాలు	-	6
దార్పినచెక్క	-	2 అంగుళము ముక్క

టమోటాసాన్	-	3 టేబుల్స్‌స్వాన్స్
తురిమిన చీస్	-	2 టేబుల్స్‌స్వాన్స్
ఉప్పు	-	తగినంత
పచ్చిమిరపకాయలు	-	4
కారప్పడి	-	1 టీ స్వాన్
జీడిపప్పు	-	12
నెఱ్యు	-	సుమారుగా 6 టీ స్వాన్లు

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం తుట్టంగా కడిగి పదినిమిషములు నానవెట్టాలి.
- ★ నాలుగు ఉల్లిపాయలను సన్నగా నిలువుగా తరగాలి.
- ★ మిగిలిన 4 ఉల్లిపాయలను అంగుళము ముక్కలుగా చేయాలి. వాటిని గెస్ట్‌లో వేడినిచ్చు పోసి, ఉప్పు కలిపి అందులో పదినిమిషములుంచాలి. తర్వాత నీటినుండి ఉల్లిపాయలను తీసి వేరుగా ఉంచాలి.
- ★ పచ్చిమిరపకాయలు సన్నగా తరగాలి.
- ★ బరాణీగింజలు వేరుగా ఉడకవెట్టాలి.
- ★ ప్రెషర్‌పాన్‌లోగానీ, బరువుగల ఇత్తడిపాత్రలోగానీ, కొంచెము నెఱ్యవేసి కాగాక అందులో మసాలాపద్ధతములు, నిలువుగా తరిగిన ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి రంగుమారేదాకా వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో పచ్చిమిరపకాయలు, బియ్యము వేసి కొంచెముసేపు వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉప్పు, నాలుగుకప్పుల మరిగిన నీరుపోసి మూత్రపెట్టి సన్ననిసెగలో పదినిమిషములు ఉడకవెట్టాలి.
- ★ ఉడికిన దాంట్లో మూత్రతీసి అందులో కారప్పడి, టమోటాసాన్, ఉల్లిపాయముక్కలు (ఉప్పు నీటిలో వేసినవి) ఉడికించిన బరాణీగింజలు వేసి నెమ్ముదిగా కలియవెట్టాలి. సన్నటి సెగలో ఇంకొంచెముసేపు సుమారు రెండునిమిషములసేపు ఉంచి ఉడకవెట్టాలి.
- ★ స్ఫోమీరదనుంచి దించి పైన ఉల్లిపాయరింగులు, తురిమిన చీస్, వేయించిన జీడిపప్పులు అలలకరించి వేడివేడిగా వడ్డించాలి.

డెబుల్‌బీన్‌పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు (400గ్రా.)
కొబ్బరిపాలు	-	4 కప్పులు
తాజా పచ్చిబరాణీ గింజలు	-	1/2 కప్పు
తాజా డబుల్‌బీన్ గింజలు	-	1/2 కప్పు
పెద్దుఉల్లిపాయలు	-	4
ఉప్పు	-	తగినంత
గరంమసాలాపాడి	-	1/2 టీ స్వాన్
నెఱ్యు	-	6 టీ స్వాన్

యాలకులు	-	4
చిరింజి ఆకులు	-	2
దాల్ఫిన్ చెక్క	-	2 అంగుళములు ముక్క
లవంగాలు	-	4
కస్తూరిమెంతి	-	4బీస్ట్ స్ట్రోప్ (ఎండిన మెంతిఆకులు)
మారుకోవలసినవి		
వచ్చిమిరపకాయలు	-	14
వెల్లులీ	-	8 పాయలు
ఆల్సం	-	1 అంగుళము ముక్క
ఉల్లిపాయలు	-	2

శయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పదినిముషములు నానపెట్టాలి.
- ★ బియ్యంలో నీటిని వడకట్టి, బాణలిలో ఒక టీస్ట్రోస్ నెఱ్యువేసి, కాగాక దాంట్లో బియ్యంపేసి తడి ఇంచేవరకూ రెండునిముషములపాటు వేయించాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు నిలువ్వగా, సప్పగా తరగాలి.
- ★ ప్రైపర్స్ లో నెఱ్యువేసి కాగిన తర్వాత గరంమసాలా పద్మములు, ఉల్లిపాయలు వేసి రంగుమారేడాకా వేయించాలి.
- ★ మీడియమ్ సెగలో కలుపుతు ప్రెక్స్టల్లో నూనె వదిలేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో కొబ్బరిపాయలు, బియ్యం వెయ్యాలి.
- ★ బాగా కలియపెట్టి, సెగతగించి మూత్రపెట్టి పదినిముషములు ప్రైపర్కుం చేయాలి.
- ★ ఉడకిన తర్వాత గరంమసాలాపోడి, రెండుటీస్ట్రోస్ ల నెఱ్యువేసి కలియచెట్టాలి.
- ★ టమేటో పెరుగుపచ్చిలో వేడివేడిగా వడ్డించాలి.

వంజాటి కొంఠాపలావు

కావలసిన వస్తువులు		
బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు
మినప్పుప్పు (గుండ్రు)	-	1 1/2 కప్పు
పచ్చిసెనగపిండి	-	8 టీబుల్స్ స్ట్రోప్
బంగాళాదుంపలు	-	4
చిరింజి ఆకులు	-	2
పాదీనా ఆకులు	-	1 చిన్నకట్ట
వెల్లులీ	-	6 పాయలు
ఆల్సం	-	1 అంగుళము ముక్క
వచ్చిమిరపకాయలు	-	6
కమ్మని చిక్కని పెరుగు	-	4 టీబుల్స్ స్ట్రోప్
గరంమసాలా పోడి	-	1/2 టీ స్ట్రోప్

వెన్న	-	3 టీబుల్స్ స్వాన్
నెయ్య	-	తగినంత
కారప్పుడి	-	1 టీ స్వాన్
ఉప్పు	-	తగినంత

తయారుచేయు విధానము

- ★ మినపపు శుభ్రంగా కడిగి నుమారు 6 గంటలనేపు నానపెట్టాలి.
- ★ నానపెట్టిన మినపపు పొతలో ఎక్కువ నీరుపోసి మెత్తగా అయ్యేవరకూ ఉడకపెట్టాలి.
- ★ పప్పులో గల నీటిని వడగట్టి, పస్పులో పాదీనా, వెల్లల్లి, అల్లము, పచ్చిమిరపకాయలు, ఉప్పు, గరంముసాలా వేసి బరకగా రుబ్బాలి.
- ★ రుబ్బినపిండిలో శనగపిండి కలిపి గుండ్రముగా ముద్దలుగా చేయాలి.
- ★ స్వత్వై బాణలిపెట్టి నూనెపోసి కాగిన తర్వాత ఈ ముద్దలను శుభ్రంగా వేయించాలి.
- ★ భాసుమతి బియ్యంను శుభ్రంగా కడిగి పదినిముషములు నానపెట్టాండి.
- ★ బరువుగల పొతలో నెయ్య, నూనెలను కలిపి కాగాక అందులో చిరింజి ఆకు, కారప్పుడి, బియ్యము వేసి కొంచెమునేపు సన్నని సగలో వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో నాలుగు కప్పులు మరగకాలిన నీరు పోసి ఉడకనిస్సాలి.
- ★ అందులో ఉప్పు, కోప్పలు (మినపిండి ముద్దలు) వేసి కలియబెట్టాలి.
- ★ పైన అందముగా కొత్తిమీర, బంగాళాదుంప ముక్కలు (వేయించినవి) అలంకరించాలి.
- ★ వేడివేడిగా వడ్డించడమే.

బంగాళాదుంప - బెంగుళూరు మిరపకాయ పలావు

కావలసిన వస్తువులు

భాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు
బంగాళాదుంపలు	-	6
బెంగుళూరు మిరపకాయలు	-	6
ఉల్లిపాయలు	-	4
టమోటారసం	-	2 కప్పులు
ఉప్పు	-	తగినంత
గరంముసాలాపాడి	-	1/2 టీ స్వాన్
నెయ్య	-	తగినంత
నూరుకోవలసినవి		
తురిమిన పచ్చికోబ్బరి	-	5 టీ స్వాన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	12
ఉల్లిపాయలు	-	2
చట్టి శనగపపు	-	2 టీబుల్స్ స్వాన్
వెల్లల్లి	-	8 పాయలు
ధనియాలు	-	2 టీ స్వాన్
టమోటా	-	3

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ కొత్తమీర మెత్తగా నూరి, కమ్మబీ పెరుగులో కలిపి ఉంచాలి.
- ★ బాసుమతి బియ్యము, రెండు కప్పుల నీరు, 1 1/2 కప్పు టమోటా రసంపోసి కుక్కర్లో ఉడకపెట్టాలి.
- ★ అవ్యము ఉడికిన తర్వాత చల్లార్చి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు ఉండాలి. అందులో రెండు స్పూన్ నెఱ్య వేసి కలపాలి.
- ★ ఒక పోర్కులో బంగాళాదుంపలను అక్కడక్కడ గుచ్చి బాణలిలో నెఱ్య వేసి అందులో వేగినిచి వేరుగా ఉంచాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనె కాగాక ఉల్లిపాయలు వేసి వేగునట్లు చేయాలి.
- ★ దాంటో నూరినమసాలా వేసి మంచి వాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంటో బంగాళాదుంపలు, పెరుగు, అన్నము, ఉప్పు వేసి సస్నే సెగ్గై రెండు నిమిషములు కలియుపెట్టాలి.
- ★ దాంటో గరంమసాలా పాడి చల్లి కలిపి స్వమీద దించి వేయాలి.
- ★ మిక్కెడ్ వెజిటబుల్ పెరుగు పచ్చడితో వెడిగా వడ్డించాలి.

చిన్న బంగాళాదుంపల పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు
చిన్నవి బంగాళాదుంపలు	-	400గ్రా.
కమ్మని చిక్కబీ పెరుగు	-	1/2 కప్పు
టమోటా జ్యాన్	-	1 1/2 కప్పు
తొఱ కొత్తమీర	-	1 కష్ట (మెత్తగా నూరుకోలి)
నూనె	-	కొర్కెగా
పెద్ద ఉల్లిపాయలు	-	2

నూరుకోవలసినవి

ధనియాలు	-	1 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	8
తురిమిన ఎండుకోబృ	-	2 టీబుల్స్పూన్ (కొంచెం నూనెలో, బాణలిలో వేయించి, 4 పచ్చిమిరపకాయలు, అల్లంముక్క వేయాలి)

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుభ్రముగా కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ కొత్తమీరని మెత్తగా నూరి, కమ్మబీపెరుగులో కలిపి వుంచాలి.
- ★ బాసుమతి బియ్యము, ఒక కప్పు నీరు, 1 1/2 కప్పు టమోటా రసం పోసి కుక్కర్లో ఉడకపెట్టాలి.

- ★ అన్నము ఉడికిన తర్వాత చల్లల్పి మెతుకులు వెడిగా పుండెటట్లు చేయాలి. అందులో నెఱ్యవేసి కలపాలి.
 - ★ బంగాళాదుంపలు ఉడకపెట్టి పైతోలు వలిచివేయాలి.
 - ★ ఒక ఫౌన్టో బంగాళారుంపలను అక్కడక్కడ గుచ్చి, బాణలిలో నూనె వేసి అందులో వేయించి పుంచాలి.
 - ★ వెడలుగాల బాణలిలో నూనెవేసి కాగాక ఉల్లిపాయలు వేసి వేగినట్లు వేయించాలి.
 - ★ దాంటో నూరినమసాలా వేసి, పెరుగు, అన్నము, ఉప్పు వేసి సన్నచీ సెగపై రెండునిమిషములు కలియపెట్టాలి.
 - ★ దాంటో గరంమసాలా పాడి చల్లి, కలిపి స్ట్రేచ్ మీద నుండి దించాలి.
 - ★ మిక్కెడ్ వెజిటబుల్ పెరుగుపచ్చడితో వెడిగా వడ్డించాలి.
- గమనిక :- బంగాళదుంపలు చిన్న పైజలో గుండ్రంగా ఉండాలి.

పస్టీరు పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2కప్పులు (400 గ్రా.)
బంగాళాదుంపలు	-	2
కాలీఘ్రవర్	-	2(చిన్నవి)
ఉల్లిపాయలు	-	4
పచ్చిబుల్చే గింజలు	-	1కప్పు
పస్టీరు (లెక్) కాటీస్ చీన్	-	2 లీటర్లు పాలతో చేసినది
ఉప్పు	-	తింపంత
దార్పిషచెక్క	-	2 అంగుళములు
లవంగాలు	-	4
చిరింజి ఆకులు	-	2
నల్లయాలకులు	-	4
జీలకర్	-	1 టీ సూన్
నెఱ్య	-	సరిపడా
నిమ్ కాయలు	-	2
కార్బోమైట్	-	1 టీ సూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యమును పుట్టంగా కడిగి పది నిమిషములు సీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ సీటిని వంచేసి బియ్యమును, బాణలిలో 1 టీసూన్ నెఱ్యవేసి తడి ఇంకేవరకూ వేయించాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు పన్నగా నిలువుగా తరగాలి.
- ★ బంగాళాదుంపలను పైతోలు తీసి $1/2$ అంగుళము చదరపు ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ కార్బోమైట్ చిన్న చిన్న గుత్తులుగా తరగాలి.
- ★ 1 లీటరు పొలి నుండి పస్టీరు తయారు చేసి అంగుళము ముక్కలుగా చేయాలి.

- ★ ప్రెషర్ పాన్లోగానీ, ఇత్తడి పాత్రలోగానీ నెయ్యవేసి కాగాక పశ్చిరుముక్కలు వేసి రంగుమారేవంకూ వేయించాలి. వేడినిటీలో వేసి కొంచెను మెత్తబడిన తర్వాత తీయాలి.
- ★ మిగిలిన నెయ్యలో బంగాళాదుంప ముక్కలు వేసి వేగాక వేరుగా వుంచాలి.
- ★ దాంట్లోనే ఉల్లిపాయ ముక్కలను వేయించి విడిగా పెట్టాలి.
- ★ మిగిలిన నెయ్యలో దాల్చినచెక్కు, లవంగాలు, చిరింజిఅకు, యాలకులు వేసి వేయించాలి. దాంటో జీలకర్, బలాటీ, కాలీస్టపర్ముక్కలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంటో 4 కప్పుల నీరు పోసి ఉప్పు, కారంపాడి వేసి కలపాలి.
- ★ దాంట్లోనే బియ్యము, వేయించిన బంగాళాదుంపలు, పశ్చిరుముక్కలు వేసి కలిపి పాత్రానై పలచటి శుభ్రమయిన గుడ్డతో మూసి దాన్ని బరువుగల పాత్ర పెట్టాలి.
- ★ సన్వటి సెగలో ఇర్వై నిమిషాల సేపు వుంచాలి.
- ★ మూత వేసి నీరు లేకుండా వుంచే స్ఫ్రీమ్ మీద నుండి దించాలి. (నీరు వుంచే మరో 2 నిమిషాలు నీరు ఇంకేవరకూ వుడికించాలి).
- ★ దాంటో నిమ్మకాయ రసం పిండి కలపాలి.
- ★ ఘైన వేయించిన ఉల్లిపాయలు రింగులలో, పశ్చిరు ముక్కలతో అలంకరించాలి.
- పశ్చిరు చేసే పద్ధతి
- ★ ఒక గిస్సులో పాలు వేడి చేసి కాగిన తర్వాత ఒక కప్పు పెరుగుగానీ (లేక) రెండు నిమ్మకాయలు రసం గలవిగానీ (లేక) వెనిగర్సగానీ వేయాలి.
- ★ వెంటనే పాలు విరగగలవు. ఒక పలచటి గుడ్డలో విరిగిన పాలు పోసి, నీరు వడకట్టి, మూట కట్టి కొంచెము సేపు వైలాడదీయాలి. మొత్తము నీరు పోయిన తర్వాత గుడ్డను పిండి దానిని ఒక పచ్చిములో వేసి ఒక అంగుళము మందుముగా పరచాలి.
- ★ ఘైన ఒక పచ్చిము మూతపై దాన్నిషై వీడైనా బరువు వుంచాలి. గంటసేపు ఆగిన తర్వాత పశ్చిరు తయారవుతుంది. దాన్ని ముక్కలుగా కోయాలి.

బలాసీ పలూపు

కావలసిన వస్తువులు

భాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు (400 గ్రా.)
పచ్చి బలాసీ గింజలు	-	2 కప్పులు (400 గ్రా.)
తోలు వలిచిన సాంభారు ఉల్లిపాయలు	-	20
కొబ్బరిపాలు	-	2 కప్పులు
మూనె	-	తగినంత
నెయ్య	-	తగినంత
లవంగాలు, యాలకులు,		
దాల్చినచెక్కు, చిరింజి ఆకులు	-	2
ఉప్పు	-	తగినంత
మారుకోవలసినవి		
తోలువలిచిన సాంభారు ఉల్లిపాయలు	-	20
వెల్లుల్లి	-	12 పాయలు

అంగుళము ముక్క
5 టీస్పాన్

పచ్చిమిరపకాయలు
అల్లము
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి
తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి పది నిమిషములు నీటిలో నాన పెట్టాలి.
- ★ నీరు వంచేసి బాణాలిలో ఒక స్వాన్ నెయ్య వేసి కాగాక అందులో బియ్యము వేసి తడి పోయే వరకూ వేయించాలి.
- ★ బలాణి గింజలు నీటిలో ఉడికించి వేరుగా వుంచాలి.
- ★ ప్రెసర్ కుక్కర్లో నూనె పోసి కాగాక మొదట మసాలా పదార్థములను వేయించి, తరువాత ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు వేగిన తర్వాత ఉడికించిన బలాణి గింజలు వేసి మీడియం సెగలో నూరిన మసాలా ముద్ద వేసి, కమ్మటి వాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉప్పు వేసి, కొబ్బరిపాలు రెండు కప్పులు, నీరు రెండు కప్పులు పోయాలి.
- ★ కాగిన తర్వాత మరగటం మొదలు పెట్టాక బియ్యము పోయవలెను.
- ★ గరిటతో జాగ్రత్తగా కలియపెట్టి, మూత్రపెట్టి, వెయిట్ పెట్టి పది నిమిషములు తడి పోయేవరకూ ఉడకబెట్టాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత వేడి వేడిగా వడ్డించాలి.

బలాణి చీజ్ పలావు

కావలసిన వప్పువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు
పచ్చి బలాణి గింజలు	-	1 కప్పు
ఉల్లిపాయలు	-	5 లేక 6
పచ్చిమిరపకాయలు	-	10
తురిమిన చీజ్	-	ఆర కప్పు
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	తగినంత
రాల్చిన చెక్క	-	2. అంగుళముల ముక్క
చిరింజి ఆకులు	-	2
లవంగాలు	-	5 లేక 6

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి నీటిలో పది నిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ నీరు వంచేసి, బాణాలిలో 1 స్వాన్ నెయ్య వేసి, కాగాక అందులో బియ్యము వేసి తడి ఇంకేవరకూ వేయించాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు సన్నగా నిలువుగా తరగాలి. పచ్చిమిరపకాయలు సన్నగా తరగాలి.
- ★ బలాణి గింజలు వేరుగా ఉడకపెట్టాలి.
- ★ బరువుగల ఇత్తడి పాత్రలో నూనె పోసి కాగాక మసాలా సామానులు, సన్నగా తరిగిన పచ్చి మిరపకాయలను వేసి వేయించాలి.

- ★ దాంటో ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంటోనే ఉపు వేసి 4 కప్పుల నీరు పోసి మరగకాగిన తర్వాత వెంటనే బియ్యము వేసి జ్ఞాగ్రత్తగా కలపాలి.
- ★ సెగ తగ్గించి, గట్టిగా మూత పెట్టి అన్నము తడి ఇంకే వరకూ ఉడకపెట్టాలి.
- ★ అన్నము ఉడికిన తరువాత బలాణీ గింజలు వేసి కలపాలి.
- ★ స్ఫ్రెంచ్ మీద నుంచి దించి ఒక టీ స్పూన్ మిరియాల పాడి, తురిమిన చీజ్ చర్లీ వేడివేడిగా వడ్డించాలి.

రెడ్డి పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు
ఉల్లిపాయలు	-	4
చిన్న బంగాళాదుంపలు	-	1 కప్పు
పచ్చి బలాణీ గింజలు	-	ఆర కప్పు
సన్నగా తరిగిన క్యాబేజి	-	ఆర కప్పు
కమ్మని చిక్కటి పెరుగు	-	1 కప్పు
టమోటో రసం	-	2 కప్పులు
నీరు	-	తగినంత
ఉపు	-	తగినంత
గరం మసాలా పాడి	-	1 టీ స్పూన్
నెయ్యి	-	తగినంత

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుట్టంగా కడిగి పది నిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ నీటిని వంపేసి బాటలిలో ఒక స్పూన్ నెయ్యి వేసి, కాగిన తరువాత అందులో బియ్యము వేసి తడి పోయేవరకూ రెండు నిమిషములు వేయించాలి.
- ★ టమోటోలను కాగిన నీటిలో వేసి కొంతసేపు వుంచి తీసి వెంటనే చస్టీలో వేయాలి.
- ★ (దీనినే భ్లాంచ్ అంటారు) పది నిమిషముల తర్వాత శైల్పిల్లో లేదా తోలు తీసి మిక్కీలో రసము తీసి వడకట్టాలి.
- ★ పెరుగును నీరు కలపకుండా చిలికి వేరుగా పుంచాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు సన్నగా నిలువుగా కోయాలి.
- ★ ప్రెషర్ పాన్లో నూనె వేసి కాగాక ఉల్లిపాయముక్కలు, క్యాబేజి వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంటో బంగాళా దుంపలు నూరిన మసాలా వేసి కమ్మని వాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి. దాంటో ఉపు, టమోటో రసం, గరం మసాలా పాడి, నీరు, చిలికిన పెరుగు పోసి అది మరిగిన తర్వాత వెంటనే బియ్యము పోసి కలియపెట్టి మూతపెట్టి వేయట పెట్టాలు.
- ★ సన్నని సెగలో పావుగంభసేపు నీరు ఇంకేవరకూ ఉడకపెట్టాలి.
- ★ అన్నము ఉడికిన తరువాత స్ఫ్రెంచ్ మీద నుండి దింపాలి.
- ★ కొంచెము కాగిన నెయ్యలో గరం మసాలా కలిపి, దాంటో అన్నము కలపాలి.

- ★ వేడివేడిగా వడ్డించండి.
- ★ పెద్ద మంటగా వన్నప్పుడు ఇనుప చుఫ్యకి ఉల్లిపాయ గుబ్బి పై పార కాలేవరకూ అన్నివైపులా తిప్పాలి.

టమోటూ చీస్ బాత్

కావలపిన వష్టవులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు
పెద్ద ఉల్లిపాయలు	-	4
వెల్లుల్లి	-	15 పాయలు
పండిన ఎర్రటి టమోటోలు	-	12
గరం మసాలా పాడి	-	2 టీ సూన్స్
తురిమిన చీన్	-	4 టీ సూన్స్
కారపు పాడి	-	2 టీ సూన్స్
ఉప్పు	-	తగినంత
నెయ్య	-	2 టేబుల్ సూన్స్
నూనె	-	4 టేబుల్ సూన్స్
పంచదార	-	2 టీ సూన్స్

తయారుచేయు విధానం

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానుపెట్టాలి.
- ★ నీరు వంపే బాణలిలో 1 సూన్స్ నెయ్య వేసి కాగిన తర్వాత అందులో బియ్యం పోసి తడి పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ టమోటోలను మరగ కాబిన నీటిలో వేసి ఒక నిమిషము తర్వాత తీసి చల్లబి నీటిలో వేసి పది నిమిషములు తర్వాత శైతోలు తీసి మిక్కీలో వేసి జ్యాన్ చేసి వడకట్టి వుంచాలి. నీరు కలిపి 4 కప్పులు అయ్యోలా చూడాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు సన్గగా నిలివుగా కోయాలి.
- ★ [ప్రెషర్ పాన్లోగానీ బచువు గల ఇత్తడి పాత్రలోగానీ కొంచెము నూనె వేసి కాగాక వెల్లుల్లి వేసి వేయించి, తరువాత మసాలా పాడి, ఉప్పు, కొడ్డిగా పంచదార, కారప్పాడి వేసిన తరువాత టమోటూ రసం పోయాలి.
- ★ కాగిన తర్వాత బియ్యం పోసి సెగ తగ్గించి మూత పెట్టి [ప్రెషర్ పాన్లో అయిన పది నిమిషములు, ఇత్తడి పాత్ర అయిన ఇర్కై నిమిషములు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత తురిమిన చీన్, సన్గగా తరిగిన పాదీనా, కొత్తిమీర, వేయించిన జీడిప్పు, ఉల్లిపాయ రింగులు పైన అలంకరించి, ఉల్లిపాయల పెరుగు పచ్చడితో వడ్డించాలి. మరో పద్దతి
- ★ చిన్న చరరు ముక్కలుగా తరిగిన చెంగుళూరు మిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు వేయించాలి. ఉడక పెట్టిన బరాణీలను వేసి బాసుమతి అన్నములో కలిపి, దాన్ని అల్యామినియం ఫాయల్తో మూసి ఓవన్ లేక బేక్ చేయండి.

- ★ దాంట్లో కొబ్బరిపాలు, ఉమేటో గుజ్జలు, నీరు పోయాలి.
- ★ అవి బాగా కాగి మరగటం ప్రారంభించాక వెంటనే ఉపు, సగము కొత్తమీర, జీడిపప్పు ముద్ద, బియ్యం వేసి కలియపెట్టాలి.
- ★ మూత్రతప్పటి, సన్నని సెగలో 10 లేక 12 నిమిషములు ఉడకనివ్వాలి.
- ★ ఉడికిన తరువాత మిగిలిన కొత్తమీర, పుదీనా, జీడిపప్పు ముద్ద, నిమ్మరసం, నెఱ్య వేసి కలపాలి.
- ★ వేయించిన జీడిపప్పు పైన అలంకరించి వేడివేడిగా సర్ట్ చేయాలి.

శేష వాన్ ప్రైడ్ రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు
క్యాబేజి (సన్నగా పాడిగా తరగండి)	-	1/2 కప్పు
బెంగుళూరు మిరపకాయలు	- 1/2 కప్పు (చిన్న చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి)	
ఉల్లికాడలు	-	2 కట్టలు
ఉడికించిన పచ్చి బలాణీ గింజలు	-	1/2 కప్పు
క్యారెట్	-1/2 కప్పు (చిన్న చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి)	
సోయాసాన్	-	2 టేబుల్ స్పూన్
వర్సెస్ట్రోర్ సాసు	-	2 టేబుల్ స్పూన్
ఉపు	-	తగినంత
తెల్ల మిరియాల పాడి	-	1/2 టీ స్పూన్
అజినోమోటో	-	1 టీ స్పూన్
నూనె	-	తగినంత

సూరుకోవలసినవి

ఎండుమిరపకాయలు	-	10
వెల్లులిపాయలు	-	8
ఆల్లం 1/2 అంగుళము ముక్కలు	-	1

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి వది నిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ ఆ బియ్యముతో బిరుసుగా అన్నము చేసి చల్లార్పి మెతుకులు విడివిడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ ఉల్లికాడలు అర అంగుళము ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ వెదలు గల బాణలిలో నూనె వేసి కాగాక నూరిన మసాలా వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో తరిగిన ఉల్లిపాయలు, కేరట్, బెంగుళూరు మిరపకాయలు, క్యాబేజి వరుసగా వేస్తూ కలియబెడుతూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో అజినోమోటో వేసి పెద్ద సెగలో కలియబెడుతూ వేయించాలి.
- ★ కూరగాయలు మెత్తగా ఉడికిన తరువాత ఉపు, ఉల్లికాడలు, తెల్లమిరియాల పాడి వేసి కలపాలి.
- ★ దాంట్లో సోయాసాన్, ఉమేటో - వెల్లులి సాసు, వర్సెస్ట్రోర్ సాసు వేసి అన్నము వేడిగా అయ్యివరకూ కలపాలి.
- ★ ఉల్లిపాయల పెరుగు పచ్చడిలో వేడివేడిగా సర్ట్ చేయాలి.

వెజిటబుల్ జిల్లాని

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు
ముక్కలుగా తరిగిన కూరగాయలు	- 5 కప్పులు (పచ్చి) బరాణీ గింజలు, క్యారెట్, బంగాళాదుంపలు, కాలీ ష్లవర్, క్యాబేజీ, బీన్స్)	
ఉల్లిపాయలు	-	4
వెల్లుల్లిపాయలు	-	12
యాలకులు	-	4
లవంగాలు	-	6
దాల్చిన చెక్క	-	2 అంగుళాల ముక్క
చిరింజి ఆకులు	-	2
మరాటి మొగ్గ	-	6
నూనె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
మారుకోవలసినవి		
తురిమిన పచ్చి కొబ్బరి	-	1/2 కప్పు
కొత్తిమీర	-	2 పెద్ద కట్టలు
వెల్లుల్లి	-	12 పాయలు
పచ్చిమిరపకాయలు	-	20

వెల్లుల్లి, పచ్చిమిరపకాయలు కొద్దిగా నూనె పోసి కాగాక వేసి వేయించాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుభ్రంగా కదిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ కూరగాయముక్కలు కొంచెము నీరు పోసి సగము ఉడికే విధంగా ఉడికించాలి.
- ★ [ప్రెషర్ కుక్కర్లో నూనె వేసి కాగాక మొదట మసాలా పదార్థములు, తర్వాత వెల్లుల్లి, ఆశైన ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు వేగిన వెంటనే బియ్యము పోసి తడి పోయేవరకు వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో నూరిన మసాలా ముద్ద, సగము ఉడికిన కూరగాయ ముక్కలు, కమ్మటి నాసన వచ్చేదాకా వేయించాలి.
- ★ మరిగిన నీరు 2 కప్పులు అందులో పోసి బాగా కలిపి మూత పెట్టి సన్నని సెగలో 12 నిమిషములుంచాలి.
- ★ స్వీచ్ఛనుంచి దించి వేయించిన జీడిపప్పు పైన అలంకరించి వేడివేడిగా సర్వీ చేయాలి. మరో పద్దతి
- ★ పెద్ద ఉల్లిపాయలకు బదులు చిన్న ఉల్లిపాయలు వాడాలి.
- ★ నూరేటప్పుడు కొత్తిమీర తగ్గించి, అల్లం చేర్పుకోవాలి.
- ★ బియ్యం నీటికి బదులు కొబ్బరిపాలలో ఉడికించాలి.
- ★ సన్నగా తరిగిన టమేటోముక్కలు వేయాలి.
- ★ అభిరుచిగలవారు కూరగాయలతోపాటు ఉడికించి పుట్టగొడుగులు, సౌయాపెళ్లు వేసుకోవచ్చు.

- ★ బాణలీలో నెయ్య వేసి కాగాక చిరింజి ఆకు, బెంగుళూరు మిరపకాయలు తర్వాత, నూరిన మసాలా ముద్ద వేసి ప్రక్కల్లో నూనె వదిలే రాకా వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లోనే నానపెట్టిన బియ్యము పోసి కొంచెముసేపు వేయించాలి.
- ★ మిగిలిన కూరగాయ ముక్కల్ని విడిగా ఉడకపెట్టుకోవాలి.
- ★ ప్రెషర్ కుక్కర్లో ఉడికించిన కూరగాయ ముక్కలు, పెరుగు, ఉమాటో గుజ్జ, ఉప్పు, పంచదార, బియ్యము పోసి తగుమాత్రం నీరు పోసి మూతపెట్టి సన్నటి సెగలో 12 నిమిషములు ఉడికించాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత బంగాళాదుంపలు, పస్సిరు ముక్కలు, వేయించిన జీడిప్పు, ఎండు ప్రాక్, అనాసపండు ముక్కలు, చెర్రీన్ పండ్ల ముక్కలు వేసి కలపాలి.
- ★ వేడి వేడిగా సర్క్ చేయండి.

మొలకల ప్రైట్ రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	2 కప్పులు
ఉల్లికాడలు	-	2 కట్టలు
బెంగుళూరు మిరపకాయలు	-	4
క్యాబేజి	-	1/4 కేజి
తెల్ల మిరియాల పాడి	-	1 టీ స్పూన్
పంచదార	-	2 టేబుల్ స్పూన్
అజినోమోటో	-	1 టీ స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
ముడి పెసర మొలకలు	-	1 కప్పు
నూనె	-	తగినంత

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి పది నిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు, బెంగుళూరు మిరపకాయలు, క్యాబేజి, ఉల్లికాడలను అంగుళము ముక్కలుగా కోయాలి.
- ★ ముడి పెసర మొలకలు ముందు దినము నందే తయారు చేసుకోవాలి.
- ★ అంటే ముడి పెసలను పదిగంటలసేపు సీటిలో నానపెట్టాలి. తర్వాత సీటి నుండి వడకట్టి తీసి పలువని గుడ్కలో పోసి తడి గుడ్క కొర్కిగా వదులుగా మూట కట్టాలి. ఆ మూట ఫ్రెలాడియాలి. అప్పుడప్పుడు కొంచెం నీరు మూట మీద చల్లాలి. సుమారు 18 గంటల తర్వాత మొలకలు తయారపుతూయి.
- ★ బాసుమతి బియ్యము తగిన నీరు పోసి ఉడకపెట్టి అన్నము తయారు చేయాలి. ఒక వెడల్పు గలిగిన పచ్చములో చల్లార పెట్టి మెతుకులు విడివిడిగా వుండేటట్లు కదిపి వుంచాలి.
- ★ బాణలీలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత అల్లం, పచ్చమిర్యల ముద్ద వేసి, ఉల్లిపాయలు, బెంగుళూరు మిరపకాయలు, క్యాబేజి, పెసర మొలకలు, సీటిని వరసగా ఒక్కక్కటి ఒక్క నిమిషము తర్వాత వేస్తూ కలియిపెడుతూ వేయించాలి.

- ★ దాంట్లోనే అజినోమోట్ కలపాలి. కలిపిన తర్వాత ఉల్లికాడలు, చల్లారిన అన్నము, ఉప్పు, తెల్ల మిరియాల పాడి, సోయాసాసు, పంచదార వేయాలి.
- ★ పెద్ద సెగలో అన్నము వేడి అయ్యేవరకూ పుంచి దించాలి.

వెజిట్బుల్ మసాలా పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు
తరిగిన కూరగాయలు	-	2 కప్పులు
బంగాళాదుంప, కేరట, భీమ్మి,		
కాలీష్టవర్ణ, పచ్చి బరాణీ గింజలు	-	1/2 కప్పు
ఉల్లిపాయలు	-	4 (సన్వగా నిలువుగా తరగాలి)
నెఱ్యు, నూనె	-	తగినంత
కొబ్బరి పాలు	-	2 కప్పులు
టమేటో గుజ్జె	-	1 కప్పు
సీరు	-	1 కప్పు
ఉప్పు	-	తగినంత
ఆల్డం, వెల్లల్లి నూరిన ముద్ద	-	1 టీ స్పూన్
మారుకోవలసినవి -1		
కొత్తిమీర	-	1 పెద్ద కట్ట
జీడిపవ్పులు	-	20
మారుకోవలసినవి - 2		
పచ్చిమిరవకాయలు	-	12
గసగసాలు	-	1 టీ స్పూన్
ఆల్డం	-	1 అంగుళము ముక్కు
వెల్లల్లి	-	6 పాయలు
సోపు	-	1/2 టీ స్పూన్
తురిమిన పచ్చి కొబ్బరి	-	4 టేబుల్ స్పూన్
యాలకులు	-	4
తయారుచేయు విధానము		

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుట్టంగా కడిగి పదినిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ నీటిని వంపేసి బాణలో ఒక చెంచా నెఱ్యు వేసి కాగాక అందులో బియ్యము వేసి తడి పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ ప్రెసర్కుక్కర్లో నూనె, నెఱ్యు వేసి కాగాక మసాలా పదార్థములు తర్వాత ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో కూరగాయముక్కలు (తోలుతీసి చిన్నముక్కలుగా తరగానవి) వేసి కలపాలి. ఆవి మెత్తబడేవరకూ పుంచి అవసరమయిన మేరకు కొద్దిగా సీరు పోయవచ్చి.
- ★ అందులో నూరినవి (2) ను వేసి కమ్మటి లాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి.

తురిమిన క్యారెట్	-	1 క్పు)
ఉల్లిపాయలు	-	4 (సన్నగా నిలువుగా తరగాలి)
ఉడికించిన కాలీష్టవర్	-	2
టమేటో సాసు	-	2 టేబుల్ స్ప్యాన్
టమేటో	-	2 (చిన్నముక్కలుగా తరగాలి)
కొబ్బరిపాలు	-	2 క్పులు
సీరు	-	2 క్పులు
టమోటో రసం	-	అరకప్పు
పచ్చరంగు మసాలా		
కొత్తిమీర	-	1 కట్ట
పొదీనా	-	1 కట్ట
పచ్చికొబ్బరి	-	4 టేబుల్ స్ప్యాన్
ఆల్డం	-	చిన్నముక్కలు - 2
పచ్చిమిరపకాయలు	-	6
జీలకర్	-	1/2 టీ స్ప్యాన్
ఉప్పు	-	తగినంత

* అన్నింటిని మెత్తగా నూరి అర నిమ్మకాయరసం పిండుకోవాలి.

తయారుచేయు విధానము

- * బాసుమతి బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి పది నిమిషములు నానపెట్టాలి.
- * కడిగిన బియ్యము 2 క్పులు గిన్నెలో పోసి దాంట్లో 2 క్పుల కొబ్బరి పాలు, 2 క్పుల సీరు పోయాలి.
- * మరో గిన్నెలో 1 క్పు కడిగిన బియ్యము, 1 క్పు టమేటో రసం, 1 క్పు సీరు పోయాలి.
- * విడివిడిగా కుక్కర్లో వుంచి పాచ గంట సేపు ఉడికించాలి.
- * ఉడికిన తర్వాత స్ఫ్వె మాద నుంచి దించి వాటిని విడివిడిగా పచ్చిములలో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు కలవకుండా కలిపి వుంచాలి.
- * తెల్లగా వుండే అన్నములో సగభాగంలో వేయించిన ఉల్లిపాయలు, కాలీష్టవర్, ఉప్పు వేసి నేతిలో వేయించిన జీలకర్, మిరియాల పాడి వేసి బాగా కలిపి వుంచాలి.
- * మిగతా సగం అన్నములో తగినంత ఉప్పు, నెయ్య, పచ్చరంగులో నూరినది, ఉడుకపెట్టిన బరాటీలు, చిక్కుడుముక్కలు వేసి బాగా కలిపి వుంచాలి.
- * ఎర్రగా వుంటే అన్నములో తురిమిన క్యారెట్, వాడ్సెన్ టమోటాలు, సాసు, ఉప్పు, కారప్పెడి వేసి బాగా కలపాలి.
- * మీడియంసైట్ పాత్రలో లోపల అన్నిప్రక్కలా నూనె రాయాలి.
- * మొదట తెల్లటి అన్నము వేసి సమంగా పరచాలి. దానిపై చిలికిన పెరుగు చల్లాలి.
- * తర్వాత దానిపై ఎర్రబి అన్నము పారవల పరచాలి. దానిపై పచ్చటి అన్నము పారవల పరచాలి. ఒక్కేరంగు అన్నము పరచినప్పుడు దానిని చేతిలో గట్టిగా అరమాలి.
- * గిన్నెను కుక్కర్లో పెట్టి మూత్రపెట్టి పదినిమిషములు ఉడికించాలి.
- * ఉడికిన తర్వాత పచ్చిములో గిన్నెను బోర్డించిన అన్నము మూడురంగుపారలుగా వస్తుంది.
- * అన్నముపైన వేయించిన ఉల్లిపాయలు, జీడిపప్పులలో అలంకరించి, వేడివేడిగా వడ్డించటమే.

వెజెటేరియన్ రైస్ వంటలు

సవరత్న పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు
బంగళాదుంపలు	-	4 (చదరంగా ముక్కలు చేయాలి)
కాచెట్ నీళ్లు	-	1/2 కప్పు
బెంగశూరు మిరపకాయలు	-	4
క్యారెట్	-	4
చిక్కడు కాయలు	-	200 గ్రా.
పచ్చి బలాణీ గింజలు	-	1/2 కప్పు
జీడిపప్పు	-	16
ఎండుద్రాక్	-	2 టేబుల్ స్ప్రోన్జీ
నెయ్యి	-	8 టేబుల్ స్ప్రోన్జీ
చిరింజి ఆకులు	-	2
పంచదార, ఉప్పు	-	తగినంత
కమ్మని చిక్కని పెరుగు	-	2 కప్పులు
టమోటాలు	-	6 పెద్దవి
అనాసవండు ముక్కలు	-	1/2 కప్పు (డబ్బల్ దొరుకుతుంది)
చెర్రిన్	-	4 టేబుల్ స్ప్రోన్జీ

మారుకోవలసినవి

పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
ఎండు మిరపకాయలు	-	10
అల్లము	-	ఆంగుళమునిడిని గల ముక్క
వెల్లులీ	-	12 పాయలు
ధనియాలు	-	2 టీ స్ప్రోన్జీ
యాలకులు	-	4
వల్ల జీలకర్	-	2 టేబుల్ స్ప్రోన్జీ

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి పది నిమిషములు నీటిలో నానపెట్టవలెను.
- ★ బంగళాదుంప ముక్కలు, పస్సిరు ముక్కలు ఎక్కువగా నూనె పేసి వేయించాలి.
- ★ కేరట్ చిన్నవిగా చదరంగా ముక్కలుగా కోయాలి.
- ★ బెంగశూరు మిరపకాయ 4 అర అంగుళము చదరంగా ముక్కలు కోయాలి.
- ★ టమోటోలు మరగ కాచిన నీటిలో నిమిషము సేపు వుంచి తర్వాత చల్లని నీటిలో పేసి రెండు నిమిషములుంచి తర్వాత పైతోలు తీయాలి. తర్వాత మిక్రో పేసి నీరు కలపకుండా గుజ్జగా తయారు చేసుకోవాలి.
- ★ చిక్కడు కాయలను 1/2 అంగుళము ముక్కలుగా తరగాలి.

టమోటొ పలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యులు	-	2 కప్పులు
టమోటో గుజ్జు	-	2 కప్పులు
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
కారప్పుడి	-	1 టీస్యూన్
తోలువోలిచిన చిన్న ఉల్లిపాయలు	-	20
వెల్లల్లి	-	12
బరాణిగింజలు	-	ఆర కప్పు
నిమ్మకాయ	-	1
ఉప్పు	-	తగినంత
ఆల్ము, వెల్లల్లి ముద్ద	-	1 టీస్యూన్
కొత్తిమీర	-	1 టేబుల్ స్యూన్
జీడిపెప్పు నూరిన ముద్ద	-	2 టేబుల్ స్యూన్)
దార్పిన చెక్క	-	2 అంగుళములు
లవంగాలు	-	6
యాలకులు	-	4
చిరింజి ఆకులు	-	2
పంచదార	-	1/2 టీ స్యూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యుమును శుద్ధంగా కడిగి పది నిమిషములు నీటిలో నాచెట్టాలి.
- ★ నీరు వంచేసి, బాణలీలో 1 స్యూన్ నెఱ్యువేసి, కాగాక అందులో బియ్యుము పోసి నీరు ఇంకేవరకూ వేయించాలి.
- ★ పచ్చిమిరపకాయలను సన్నగా నిలువుగా తరగాలి.
- ★ టమోటోలను మిక్కలో వేసి చిక్కటి గుజ్జగా చేయాలి. గింజలు, తోలు లేకుండా వడకట్టాలి.
- ★ ప్రెషర్ పొన్లో నూనె పోసి కాగాక మసాలా సామానులు, ఆల్ము, వెల్లల్లి ముద్ద, పచ్చిమిరపకాయలు, ఉడకపెట్టిన బరాణీలు, టమోటో గుజ్జువేసి, సరిపడా నీరు పోయాలి.
- ★ బాగా కాగిన తర్వాత ఉప్పు, కారప్పుడి, జీడిపెప్పు నూరినముద్ద, పంచదార, బియ్యుము వేసి బాగా కలపాలి.
- ★ సెగ తగించి మూతపెట్టి పదినిమిషములు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ అందులో నిమ్మరైసం పీండుకోవచ్చు.
- ★ దించిన తర్వాత సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర చల్లి వేడిగా సర్డీ చేయాలి.

మరొక వద్దతి

- ★ బియ్యుము, టమోటో గుజ్జు ఉడికించినప్పుడు నీరుకి బదులు కొబ్బరిపాలు వాడుకోవచ్చు.

టమోటో ఫ్రైడ్ రైస్ (TAMOTA FRIED RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు
టమోటాలు	-	4
కొబ్బరిపాలు	-	2 కప్పులు
నీరు	-	2 కప్పులు
జీడిపప్పు	-	25
తురిమిన క్యారెట్	-	ఆరకప్పు
పచ్చిబలాటీగింజలు	-	ఆరకప్పు
నూనె	-	తగినంత
దాల్చినచెక్క	-	1 అంగుళము
యూలకులు	-	6
లవంగాలు	-	4
ఉప్పు	-	తగినంత

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ [ప్రెపర్డ్ క్యారెట్ లో బియ్యము, 2 కప్పుల కొబ్బరిపాలు, 2 కప్పుల నీరుపోసి, 2 కప్పులు నీరు పోసి మూతపెట్టి, వెయిట్ పెట్టి పాపుగంటసేపు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత వెడల్పుగల పశ్చిములో అన్నము పోసి చల్లార పెట్టాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు, టమోటాలను చిన్నముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ క్యారెట్, బలాటీలు విడిగా పెట్టాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనె పోసి కాగాక ముందుగా మసాలాపదార్థములు వేయించాలి.
- ★ ఉల్లిపాయ ముక్కలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో టమోటా ముక్కలు వేసి, తోలు వేరు చేసి గుజ్జు అయ్యెవరకూ కలియ పెట్టాలి.
- ★ దాంట్లో నూరిన మసాలా, ఉడకపెట్టిన క్యారెట్, బలాటీ గింజలు వేసి మీడియం సెగలో రెండు నిమ్మములు కలపాలి.
- ★ దాంట్లో చల్లారపెట్టిన అన్నము, తగినంత ఉప్పు వేసి పెద్ద సెగలో అన్నము వేడిగా అయ్యెవరకూ వుంచాలి.
- ★ స్వీచ్చ మిాద మంచి దించి, సన్గా తరిగిన కొత్తిమీర చల్లి, వేడి వేడిగా వడ్డించాలి.

మూడు రంగుల డలావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	3కప్పులు
ఉప్పు	-	తగినంత
నెయ్య	-	తగినంత
చిక్కడుకాయలు	-	1/2 కప్పు (చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి)
ఉడికించిన పచ్చిబలాటీ గింజలు	-	ఆరకప్పు

జీలకర్	-	3 టీ స్యాన్
మిరియాలు	-	1/2 టీ స్యాన్
ఉప్పు	-	తగినంత
సూచన		

కారం లేకుండా కమ్మగా కావాలమకునేవారు 20 జీడిపప్పులు వేరుగా వేయించి మిరియాలు, జీలకర్ కలిపి పొడి కొట్టాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అరగంటసేపు నీటిలో నానపెట్టి బిరుసుగా అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నము వెడల్పు గల పశ్చాములో ఒక టీ స్యాన్ నెఱ్యు కలిపి చల్లార్పపెట్టి మెతుకులు విడివిడిగా కదపాలి.
- ★ మిరియాలు, జీలకర్ కలిపి కొంచెన్ము బరకగా కొట్టాలి.
- ★ వెల్లల్లి పైతోలు వౌలిచి సన్నని ముక్కులుగా తరగాలి.
- ★ వెడల్పు గల బాణలిలో నెఱ్యు వేసి కాగాక వెల్లల్లి ముక్కులు వేసి వేయించాలి.
- ★ వరుగు మిరపకాయలు నల్గా వేగి వరకూ వేయించి అందులో కలపాలి.
- ★ దాంట్లో జీలకర్, మిరియాల పొడి వేసి కొంచెన్ము సేపు వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు వేసి కొంచెన్ము సేపు కలియపెట్టాలి.

వరుగు మిరపకాయలు చేసే పద్ధతి

- ★ పాడవ గల మిరపకాయలు తీసుకొని కడిగి, పొడి గుడ్డతో తుడిచి ఆరపెట్టి, ఒక పదుమ గల కత్తితో ప్రతి మిరపకాయను నిలువుగా ఒక్కపేటు మాత్రమే గాటు పెట్టాలి. పుల్లని పెరుగు బాగా చిలికి మజ్జిగ చేసి తగినంత ఉప్పు కలిపి, నిమ్మరసం కూడా కలపాలి. అందులో గాటు పెట్టిన మిరపకాయలను ఒక రోజు నానపెట్టి (మజ్జిగ మునిగే వరకూ మిరపకాయలు వేయమన్న) తరువాత మిరపకాయలు తీసి, ప్లాస్టిక్ పేర్సోన్లై వేసి ఎందలో పెట్టాలి. ఘీరపకాయలు ఎండలో ప్లాస్టిక్ పేర్సోన్లై పెట్టాలి. ఈ ప్రకారము మూడుసార్లు చేసి ఈ ఎండలో మిరపకాయలు తడి లేకుండా చూసి గాలి ప్రవేశించని డబ్బులో ఉంచాలి.

పెరుగు అన్నము

కావలసిన వస్తుపులు		
బియ్యము	-	2 కప్పులు
పాలు	-	అరబీటరు
కమ్మని చిక్కని పెరుగు	-	1 కప్పు
ఉప్పు	-	తగినంత
వెన్న	-	2 టేబుల్స్ స్యాన్
పచ్చిమిరపకాయలు	-	15
మీగడ	-	2 టేబుల్స్ స్యాన్
సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర	-	2 టేబుల్స్ స్యాన్

పోపుకి కావలసినవి

ఆవాలు	-	1 టీ స్ప్రెండ్
మినపప్పు	-	2 టీ స్ప్రెండ్
పచ్చిపైనగపప్పు	-	2 టీ స్ప్రెండ్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుద్ధముగా కడిగి మెత్తగా అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నము వార్షిక తర్వాత చల్లారపెట్లాలి.
- ★ చిక్కబీపాలు అన్నములో పోసి అన్నములో కలపాలి.
- ★ భాజలో నూనెపోసి కాగినతర్వాత పోపు సామానులు వేసి వేగీదాకా వేయించాలి.
- ★ దాంటో సన్నగా తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు వేసి కొంచెమునేపు వేయించి, అన్నములో కలపాలి.
- ★ దాంటో వెన్న, ఉప్పు, మీగడ వేసి కలపాలి.
- ★ వడ్డించటానికి ఒక గంటముందు పెరుగుపోసి కలపాలి.
- ★ సన్నగా తరిగిన కొత్తమీర షైన చల్లాలి. వడ్డించటానికి పెరుగు అన్నము రెడీ.
- ★ అన్నములో సన్నగా తురిమిన కేరత్, కీరదోసకాయ, అల్లము, పచ్చిమామిడికాయ, తియ్యబీ శ్రావణంచ్చల్ల కూడా ఇష్టము కలవారు కలుపుకోవచ్చు.

కాలీఫ్థపర్, బిరాణీ బాత్

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	2 కప్పులు
ఉల్లిపాయలు	-	4
టమోటాలు	-	6
కారీస్పార్డ	-	2
పచ్చిబట్టాయిలు	-	1 కప్పు
కారప్పెడి	-	1 టీ స్ప్రెండ్
ఉప్పు	-	తగినంత
గరంమసాలాపెడి	-	1 టీ స్ప్రెండ్
తరిగిన కొత్తమీర	-	2 టేబుల్ స్ప్రెండ్
నూనె	-	తగినంత
నిమ్మకాయలు	-	2

మారుకోవలసినవి

చిన్నఉల్లిపాయలు	-	15
పచ్చిమిరపకాయలు	-	7
అల్లం	-	1 అంగుళముక్కు

ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిరపకాయలు నూనెలో వేయించి అల్లము కలిపి మెత్తగా నూరాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ ఉల్లిపాయలను సన్నగా తరగాలి.

- ★ దాంట్లో నూరిన మసాలా వేసి కమ్మని సువాసన వచ్చేదాకా కలుపుతూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లోనే అన్నము, ఉప్పు వేసి పెద్ద సెగలో రెండు నిమిషములు కలియపెడుతూ వేయించాలి.
- ★ స్వవ్ మిద నుంచి దించి షైన కొత్తమీర, కర్ఫ్ పాకు చల్లి అలంకరించి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

కేరట్ రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	2 కప్పులు
కేరట్	-	6 (పెద్దవి)
ఉల్లిపాయలు	-	4
వేయించిన వేరుశనగపప్పు	-	4 టేబుల్స్ స్మాన్స్
నూనె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
దాల్చినచెక్క	-	2 అంగుళముల ముక్కు
లవంగాలు	-	6
మసాలా పాడికి కావలసినవి		
ధనియాలు	-	3 టేబుల్స్ స్మాన్స్
జీలకర్డ	-	1 1/2 టీ స్మాన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	8
తురిమిన కొబ్బరి	-	4 టేబుల్స్ స్మాన్స్
(ఏటినస్సింటిని కొర్కిగా నూనె వేసి అఖరుగా తురిమిన కొబ్బరి వేసి వేయించి చల్లార్చి మిక్స్ కో పాడి చేయాలి)		

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుర్ణంగా కడిగి అరగంబనేపు నీటిలో నానపెట్టి, బిరుసుగా వుండేటట్లుగా అన్నము వండాలి. అన్నము వార్చిన తర్వాత పళ్ళములో పోసి చల్లార్చి మెతుకులు కలవకుండా కడవాలి.
- ★ ఉల్లిపాయ సన్నగా తరగాలి.
- ★ కేరట్ వేడినిఱ్లలో రెండు నిమిషములుంచిన తర్వాత సన్నగా తరగాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనె పోసి కాగిన తర్వాత దాల్చిన చెక్క, లవంగాలు, ఉల్లిపాయ ముక్కులు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో తురిమిన కేరట్ వేసి పచ్చిపాసన పోయేవరకూ వేయించాలి. అవసరమయిన కాసిన నీట్లు చల్లాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు, మసాలాపాడి వేసి పెద్దసెగలో కొంచెము సేపు వేయించాలి.
- ★ స్వవ్ మిద నుంచి వేగాక దింపే ముందు వేరుశనగపాడి చల్లి వేడివేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

సూచన

- ★ బాసుమతి బియ్యము ఎక్కువనేపు నీటిలో నానపెట్టరాదు. నానపెట్టిన బియ్యములో సువాసన తగ్గి అవకాశముంది.

- ★ పలవ్, వైడ్ రైన్ చేసేటప్పుడు బరువుగల ఇత్తడి పాత్రగాని ప్రెషర్సిస్ గాని వాడాలి. స్టీలు పాత్రలు వాడినచో అన్నము అడుగంబీ అవకాశము కలదు.

కొబ్బరి రైన్

కావలసిన వమ్మపులు

బియ్యము	-	2కప్పులు
తురిమిన పచ్చి కొబ్బరి	-	2కప్పులు
నెఱ్యు	-	3 టేబుల్స్ స్టూన్స్
ఉప్పు	-	తగినంత
సన్గా తరిగిన కొత్తమీర	-	1 టేబుల్స్ స్టూన్స్
కర్మపాకు	-	కొర్కిగా
పోపుపెట్టుటావికి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1 టేస్టూన్
మినపప్పు	-	1 1/2 టేస్టూన్
శనగపప్పు	-	1 1/2 టేస్టూన్
(తుంచిన) ఎండుమిరపకాయలు	-	5
సన్గా తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు	-	3 టేబుల్స్ స్టూన్స్
జీడిపప్పు	-	1 టేబుల్స్ స్టూన్స్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుట్టంగా కడిగి ఆరగంటసేపు నీటిలో నానపెట్టి, అన్నము వండవలెను.
- ★ అన్నము వెడల్పుగల పశ్చిములో కుమ్మరించి చల్లారనిచ్చి, మొతుకులు విడివిడిగా ఘంఢెటట్లుగా కదపాలి.
- ★ దాంట్లో ఉప్పు, కొర్కిగా నెఱ్యు వేసి కలపాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణాలిలో నూనె వేసి కాగిన తర్వాత దాంట్లో పోపు సామానులు వేయించి ఆఖరుగా తురిమిన కొబ్బరి పోసి రెండు నిమిషములు కలియబెట్టి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము వేసి బాగా కలియపెట్టాలి.
- ★ సెగను తగ్గించి అందులో తరిగిన కొత్తమీర, కర్మపాకు చల్లి కలపాలి.
- ★ వేడివేడిగా సర్టీస్ చేయండి.

జీలకర్త అన్నము

కావలసిన వమ్మపులు

బియ్యము	-	2కప్పులు
వెల్లుల్లి	-	24 పాయలు
వరుగు మిరపకాయలు	-	10
నెఱ్యు	-	తగినంత

వెజబెరియన్ రైన్ వంటలు

- ★ స్వేచ్ఛ మిరప నుండి దించి, అందులో మసాలాపాడి, కొత్తమీర వేసి కలపాలి.
- ★ వడ్డించేముందు కోస్తాలు కలిపి వేగిగా సర్వ చేయాలి.
- ★ బంగాళాదుంప చివ్వు నలిపి పైన అలంకరించుకోవాలి.

బెంగుళూరు మిరపకాయ రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	2 కప్పులు
బెంగుళూరు మిరపకాయలు	-	10 (చిన్న ముక్కలుగా తరగాలి)
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	-	3 బేబుల్స్పూన్స్
పసుపుపాడి	-	1/2 టీ స్పూన్
నిమ్మకాయ	-	1
నూనె	-	తగినంత

పేపు పెట్టుటకు కావలసినవి

ఆవాలు	-	1 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	2 టీస్పూన్
పచ్చికనగపప్పు	-	4 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	4
కర్కోపాకు	-	కొంచెము
జీడిపప్పు	-	20
చట్టీకనగపప్పు	-	1 1/2 బేబుల్స్పూన్

మసాలాపాడికి కావలసినవి

ఎండుమిరపకాయలు	-	10
దాల్చినచెక్క	-	2 అంగుళముల ముక్క
రనియాలు	-	4 టీ స్పూన్
జీలకర్క	-	1 టీ స్పూన్
మినపప్పు	-	3 బేబుల్స్పూన్
పచ్చికనగపప్పు	-	3 బేబుల్స్పూన్
(అన్నింటిని నూనె తగు మాత్రంగా వేసి పూర్తిగా వేగిన తర్వాత చల్లారనిచ్చి మిక్కలో వేసి పాడి చేయాలి)		

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిం ఆరగంట సేపు నీటిలో నానపెట్టి, కొంచెం బిరుసుగా అన్నము వండాలి.
- ★ (ప్రెషర్ కుక్కర్లో ఒకచీకి రెండు చొప్పున నీరు ఫోసి ఉడకపెట్టాలి)
- ★ అన్నములో ఒక స్పూన్ నెఱ్య వేసి, కలిపి వెడల్పు గల పచ్చిములో పోసి చల్లారనిచ్చి, మెతుకులు కలవకుండా కదపాలి.
- ★ (ప్రెషర్ పాన్లోగాని, వెడల్పుగల ఇత్తడి పాత్రలోగాని నూనె వేసి కాగిన తర్వాత పోపు సామానులు ఒక్కుక్కటిగా వేసి వేగేరకా వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో బెంగుళూరు మిరపకాయల ముక్కలు వేసి మెత్తగా అయ్యేవరకూ వేయించాలి.

- ★ సెగ తగ్గించి, తురిమిన ఎండుకొబ్బరి వేసి నిమిషము సేపు వేయించి ఉప్పు, పసుపుపొడి వేసి కలిపిన తర్వాత అన్నము అందులో వేసి వేడి అయ్యేవరకూ వేయించండి.
- ★ దాంట్లో మసాలా పొడి వేసి, నిమ్మకాయ రసం పోసి కలపాలి.
- ★ స్ఫ్రె మిర నుండి దింపి కొత్తమీరషైన అలంకరించి వేడివేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

క్యాబేజి రైస్

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	2 కప్పులు
క్యాబేజి	-	1/2 కిలో
ఉల్లిపాయలు	-	4
నూనె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
మారుకోవలసినవి		
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	1/2 కప్పు
చట్టిశనగపవ్వు	-	4 టెబుల్స్ స్యాన్స్
పచ్చిమిరపకాయలు	-	16
అల్లము	-	1 అంగుళము ముక్కు
కొత్తమీర	-	2కట్టలు
పోపుపెట్టటానికి		
ఆవాలు	-	1 టీ స్యాన్
మినపవ్వు	-	2 టీ స్యాన్
శనగపవ్వు	-	3 టెబుల్స్ స్యాన్స్
జీలకర్ర	-	1 టీ స్యాన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	3
జీడిపవ్వు	-	20
తయారుచేయు విధానము		

- ★ బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి అరగంటనేపు నీటిలో నానపెట్టి, కొంచెము బిరుసుగా వుండేలాగున అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నములో రెండు స్యాన్లు నెఱ్య వేసి వెడల్పుగల పచ్చిములో పోసి చల్లార్పి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లుగా కలపాలి.
- ★ మసాలా నూరునప్పుడు కొర్కిగా సీరు పోసి నూరాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణాలిలో నూనె పోసి కాగాక పోపు సామానులు వేసి ఒక్కుక్కటి వేగిన తర్వాత మరొకటి వేయాలి.
- ★ అన్ని వేగిన తర్వాత దాంట్లో సన్నని తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేగేదాకా పేయించాలి. సన్నగా తరిగిన క్యాబేజి వేసి మెత్తగా ఉడికేవరకూ ఉడికించాలి.

విశేష వేజిటబుల్ జిలయాని

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2 కప్పులు
ఉల్లిపాయలు	-	2 (చిన్నముక్కలుగా తరగాలి)
కమ్మని చిక్కటి పెరుగు	-	1 కప్పు
ఉప్పు	-	తగినంత
ముక్కలుగా తరిగిన కూరగాయలు	-	5 కప్పులు (బంగాళాదుంప, కేరట్, బెంగుళూరు మిరపకాయలు, చిక్కుడు, కాలీప్పవర్, క్యాబేజి)
సన్నగా తరిగిన కొత్తమీర	-	2 టీబుల్స్సున్నాన్
పచ్చమిరపకాయలు	-	4
ధనియాల పాడి	-	1 టీ స్పూన్
జీలకర్క పాడి	-	1/2 టీ స్పూన్
మిరియాల పాడి	-	2 టీ స్పూన్
అల్లం, వెల్లల్లి ముద్ద	-	1 టీ స్పూన్ (మారినది)
నెఱ్య	-	తగినంత
టమేటోలు	-	4 (ముక్కలుగా తరగాలి)

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుట్టంగా కడిగి పది నిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ గిన్వోలో బియ్యము పేసి నీరు ఎక్కువగా పోసి, కొంచెము బిరుసుగా ఉడికించి అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నము వార్పి, వెడలుగల పచ్చములో చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ పెరుగు చిలికి దాంట్లో ధనియాలపాడి, జీలకర్కపాడి, సన్నగా తరిగిన పచ్చమిరపకాయలు మిరియాలపాడి, అల్లము, వెల్లల్లిముద్ద, గరంమసాలాపాడి, కొత్తమీర వేసి కలియబెట్టి అరగంటసేపు పూర్ పెట్టాలి.
- ★ బరువుగల పాతలోగానీ, ప్రెసర్ పాన్లోగానీ నెఱ్య వేసి కాగాక అందులో ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి ఒక నిమిషము వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో టమేటోలు వేసి కలిపి కూరగాయముక్కలు వేసి, కొర్కిగా నీరు చల్లి ఉడకనివ్వాలి.
- ★ అందులో పెరుగు మిశ్రమము, తగినంత ఉప్పు, అన్నము వేసి సన్నని సెగలో తడిపోయేవరకూ వుంచాలి.
- ★ వేడివేడిగా సర్వీ చేయండి.

కాలీప్పవర్ కోఫ్టా పులావు

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	2కప్పులు
కాలీప్పవరు	-	2 (పెద్దవి)
ఉల్లిపాయలు	-	4

వెల్లలీ	-	12 పాయలు
ఆల్సం	-	పెద్దముక్క
పచ్చిమిరపకాయలు	-	6
నూనె, నెయ్య	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
జీడిపుప్పు	-	25
చిరింజి ఆకులు	-	2
కర్మపాకు	-	కొంచెము
తరిగిన కొత్తమీర	-	4 టేబుల్ స్పూన్
పంచదార	-	1 టీ స్పూన్
పచ్చిశనగపిండి	-	4 టేబుల్ స్పూన్
గరంమసాలాపాడి	-	1/2 టీ స్పూన్
పసుపుపాడి	-	1/2 టీ స్పూన్
నూరుకోవలసినవి		
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	-	6 టేబుల్ స్పూన్
ఆల్సము	-	1 అంగుళము నిడివిగల ముక్క
వెల్లలీ	-	10 పాయలు
ఎండుమిరపకాయలు	-	10
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
ధనియాలు	-	3 టీ స్పూన్
వేయించి పాడి చేయాల్చినవి		
యాలకులు	-	4
దాల్చినచెక్క	-	2అంగుళములు
లవంగాలు	-	4
మిరియాలు	-	1/2 టీ స్పూన్
కర్మపాకు	-	కొంచెము
తయారుచేయు విధానము		

- ★ బాసుమతి బియ్యము పుథ్రంగా కడిగి పది నిమిషములు నానపెట్టాలి.
- ★ నీటిని వడకట్టి బాణాలిలో ఒక స్పూన్ నెయ్య వేసి కాగాక దాంట్లో బియ్యము పోసి, తడిపోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ కాలీఫ్ఫవర్ పెద్ద ముక్కలుగా తరిగి కుక్కర్లో ఉడకపెట్టాలి.
- ★ మెత్తగా ఉడికిన తర్వాత చల్లారిన తర్వాత మెత్తగా నలిపి దాంట్లో ఉప్పు, గరంమసాలాపాడి, పసుపు, పచ్చిశనగపిండి, తరిగిన కొత్తమీర వేసి కలపాలి.
- ★ వాటిని చిన్న చిన్న ముర్దలుగా చేసి బాణాలిలో నూనె పోసి రంగు బాగా వచ్చేదాకా వేయించాలి.
- ★ అందులో నూరిన మసాలా ముర్ద వేసి, కమ్మటి వాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో 2 కప్పులు నీరు పోసి, కాగి మరగటం మొదలు పెట్టగానే ఉప్పు, బియ్యము వేసి జాగ్రత్తగా గరిటలో కలపాలి.
- ★ సెగ తగ్గించి మూతపెట్టి పదినిమిషములు నీరు ఇంకేవరకూ ఉడక పెట్టాలి.

- ★ టమేటోలను మరగకాచిన నీటిలో, పదినిమిషాలు వుంచి తీసిన వెంటనే చల్లటి నీటిలో ముంచితిసి (బ్లాంచ్ చేయాలి) వాటిషై తోలు తీసిని, మెత్తగా పిసికి గింజలు లేకుండా వడకట్టాలి.
- ★ కాలీఫ్స్వర్న్ ని చిన్నగుత్తులుగా తరిగి వేడినీటిలో వేసి కొంచెము ఉపు, పసుపు వేసి కొంచెమునేపు ఉంచాలి. తరువాత నీటిని వంచేసి లోతు గల బాణలిలో నిండునూనెలో కాలీఫ్స్వర్న్ ముక్కలుదేవి ఉంచాలి.
- ★ బణాటీలను వేరుగా నీటిలో ఉడకపెట్టి వుంచాలి.
- ★ బియ్యముతో అన్నము వండి, పచ్చములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కదపాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి వేగేదకా వేయించాలి.
- ★ అందులో నూరిన మసాలాముద్ద వేసి రెండు నిమిషములపాటు వేయించాలి.
- ★ దాంటో టమోటా గుజ్జలు వేసి తడిపోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంటోనే కారప్పాడి, ఉపు, గరంమసాలాపాడి, ఉడికిన బుర్జీలు వేసి కలపాలి.
- ★ చివరగా అన్నము, సగము కాలీఫ్స్వర్నముక్కలు వేసి వేడిగా వుండేవరకూ కలియబెడుతూ ఉండాలి.
- ★ ష్ట్రోఫీ దముంచి దించి వేయించిన జీడిపపు ముక్కలు, నిమ్మకాయరసం, సన్నగా తరిగిన క్రొత్తిమీర, మిగిలిన కాలీఫ్స్వర్నముక్కలు పైన చల్లి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

కలివేపాకు అన్నము

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	2 కప్పులు
చిన్న ఉల్లిపాయలు	-	1/2 కప్పు
వెల్లుల్లిపాయలు	-	12
టమోటాలు (చిన్నవి)	-	4
ఉపు, నూనె	-	తగినంత
జీడిపపు	-	20
దాలీనచెక్క	-	1 అంగుళము ముక్క
లవంగాలు	-	4

మారుకోవలసినవి

వెల్లుల్లిపాయలు	-	8(నూనెలో వేయించాలి)
లేతకరివేపాకు	-	1/2 కప్పు
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	-	5 టేబుల్స్పూన్స్
ఎండుమిరపకాయలు	-	15
చింతపండు	-	తగినంత
ఇంగువ	-	కొర్కిగా

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి అన్నము వండాలి.
- ★ వెడల్పుగల పచ్చములో అన్నము పోసి స్యాన్ నెయ్య కలిపి, చల్లర్చి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లుగా కదపాలి.

-
- ★ చిన్నఉండ్లిపొయలు, టమోటాలు, వెల్లుల్లిపొయలు సన్గగా తరగాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణాలిలో నూనెపోసి కాగాక దాల్చినచెక్క, లవంగాలు, వేయించుకుని తరువాత వెల్లుల్లి, ఉండ్లిపొయలు వేసి తర్వాత టమోటా ముక్కలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో నూరినమసాలా వేసి, కమ్మని వాసన వచ్చేవరకూ పెద్ద సెగలో వుంచాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు వేసి కలపాలి.
- ★ స్ఫ్రెష్మీడమంచి దింబిన తర్వాత, వేయించిన జీడెప్పు ముక్కలు ఔన అలంకరించి వడ్డించాలి.
- ★ వెల్లుల్లి, చింతపండు లేకుండా కరివేపాకు, మిరపకాయలు, పచ్చికొబ్బరి వేయించి తరువాత నూరాలి.

జిసి బేలే బాత్

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	2 కప్పులు
కందిపప్పు	-	1 కప్పు
చింతపండు	-	తగినంత
బంగాళాదుంపలు	-	4
పచ్చిబలాణీగింజలు	-	1/2 కప్పు
చిన్న ఉండ్లిపొయలు	-	25(సాంబారు ఉండ్లిపొయలు)
ఉప్పు	-	తగినంత
నెయ్య	-	తగినంత
జీడెప్పు	-	25

మసాలాపాడికి కావలసినవి

ఎర్రమిరపకాయలు	-	15
ధనియాలు	-	3 టీస్పూన్స్
మెంతులు	-	1/2 టీస్పూన్స్
మినపప్పు	-	3 టీ స్పూన్స్
గసగసాలు	-	2 టేబుల్స్పూన్స్
దాల్చినచెక్క	-	అంగుళము ముక్క
లవంగాలు	-	4
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	-	3 టేబుల్స్పూన్స్

టైప్స్ కొట్టిగా నూనె గిన్నెలో పోసి వేగేదాకా అస్సి వేయించి ఆఖరులో కొబ్బరి తురుము వేసి చల్లారిన తరువాత పాడి కొట్టాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బంగాళాదుంపలు ఔన్లోలు తీసి $1/2$ అంగుళము సైజు చదరంగా ముక్కలు.తరగాలి.
- ★ బంగాళాదుంప ముక్కలను, బరాణీగింజలు కుక్కర్లో నీరుపోసి ఉడకపెట్టాలి.
- ★ బియ్యము, కందిపప్పు, 12కప్పులు నీరుపోసి కుక్కర్లో ఉడకపెట్టాలి.
- ★ చింతపండు కొంచెము నీటిలో నానపెట్టి చిక్కటి గుజ్జగా తీయాలి.
- ★ బాణాలిలో నూనెపోసి కాగాక ఉండ్లిపొయముక్కలు వేసి వేగేదాకా వేయించాలి.

- ★ దాంట్లో చింతపండు గుజ్జ పీసికి కలిపి, పచ్చివాసన పోయేవరకూ ఉడకనివ్యాలి.
- ★ ఉడికిన తర్వాత, అందులో ఉప్పు, ఇంగువ, ఉడకపెట్టిన బొణే, బంగాళాదుంపముక్కలు, పొడికొట్టిన మసాలా సొమానులు వేసి కలపాలి.
- ★ అందులో ఉడికించిన అన్నము, కందిపప్పు కలిపి పోసి జాగ్రత్తగా మొత్తమంతా కలిపి మూడు నిమిషములు ఉడికించాలి.
- ★ నెయ్యలో వేయించిన జీడిపప్పులు ఘైన చల్లి, మిగిలిన నెయ్యవేసి వేడివేడిగా సర్వ చేయాలి.
- ★ బంగాళాదుంప చిప్సు కూడా వడ్డించండి.

రేగిపండ్ల అన్నము - 1

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	2 క్పులు
పండిన రేగపండ్లు	-	1 క్పు
పచ్చిమిరపకాయలు	-	20
చింతపండు	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	తగినంత
తరిగిన కొత్తిమీర	-	2 బెబుల్సువ్వున్
పొపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	3/4 టీస్పూన్
మినప్పుప్పు	-	1 1/2 టీస్పూన్
శనగపప్పు	-	1 1/2 టీ స్పూన్
జీడిపప్పుముక్కలు	-	1 1/2 టీస్పూన్
కరివేపాకు	-	కొంచెము

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండి చల్లార్పెట్టి మెతుకులు కలవకుండా విడివిడిగా వుండునట్లు కడపాలి.
- ★ కొర్కిగా నీటిలో చింతపండు పావుగంటనేపు నానపెట్టి చిక్కని గుజ్జగా తీసి వుంచాలి.
- ★ రేగిపండ్లను కడిగి, గింజలు తీసివేయవలెను.
- ★ మిరపకాయలు పెద్దముక్కలుగా తరగాలి. బాణలిలో కొంచెము నూనె పోసి కాగాక అందులో మిరపకాయముక్కలు వేసి వేయించాలి.
- ★ గింజలు తీసిన రేగిపండ్లగుజ్జ, వేయించిన మిరపకాయలు, చింతపండుగుజ్జ కలిపి మెత్తగా నూరాలి.
- ★ బాణలిలో కొర్కిగా నూనెవేసి కాగాక అందులో రేగిపండ్ల మిక్కమము వేసి రెండు నిమిషములనేపు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ మూకుడులో పొపుపద్మార్థములు వేసి వేయించాలి.
- ★ వెదల్పగల పచ్చెములో అన్నమువేసి, అందులో తాలింపు పద్మార్థములు వేసి రేగిపండ్ల మిక్కమము, ఉప్పువేసి మొత్తం కలపాలి.
- ★ ఘైన కొత్తిమీర చల్లి వడ్డించాలి.

రేగిపండ్ల అన్నము - 2

కావలసిన వష్టవులు

బియ్యము	-	1 కప్పు
పండిన రేగుపండ్లు	-	1/2 కప్పు
మిరపకాయలు	-	10
మినపప్పు	-	1 టీబుల్స్‌స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	తగినంత
పోపుకి కావలసినవి		
బీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 1/2 టీబుల్స్‌స్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీబుల్స్‌స్పూన్
శనగపవ్వు	-	1 టీబుల్స్‌స్పూన్
ఆవాలు	-	1/2 టీబుల్స్‌స్పూన్
ఇంగువ	-	చిట్టికిడు

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుర్ఖులుగా కడిగి అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నము చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు కలపాలి.
- ★ రేగిపండ్లను కడిగి గింజలుతీసి మంచిగా చూసి కొంచెము నీరు పోసి ఉడికించాలి.
- ★ మెత్తగా అయిన తరువాత వెంటనే నీరువంచేసి, చల్లారపెట్టి మెత్తగా నూరాలి.
- ★ బాణలిలో కొద్దిగా నూనెపోసి ఎండుమిరపకాయలు, మినపప్పు వేయించి పొడికొట్టాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి, కాగిన తరువాత పోపు సామానులు వేసి వేగేదాకా వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో అన్నము, ఉప్పు, కొచ్చిన మసాలాపాడి, రేగిపండ్లముద్ద చేసి బాగా కలిపి వడ్డించాలి.
- ★ ఇంగువ పొడిగా లభించకపోతే ఇంగువముక్కని మూకుడులో ఒక నిమిషమునేపు వేయించిన తరువాత పొడికొట్టాలి.

ఉసీలికాయ అన్నము (GOOSE BERRY RICE)

కావలసిన వష్టవులు

బియ్యము	-	1 కప్పు
ఉసీలికాయలు	-	16
పసుపుపాడి	-	1/4 టీబుల్స్‌స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
పచ్చిమిరపకాయలు	-	10
నూనె	-	తగినంత
పోపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీబుల్స్‌స్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీబుల్స్‌స్పూన్
శనగపవ్వు	-	1' టీబుల్స్‌స్పూన్

జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టీబుల్స్మ్యాన్
కరివేపాకు	-	కొంచెము
తయారుచేయు విధానము		
★ బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండి అందులో పసుపుపొడి కలిపి చల్లారనివ్వాలి.		
★ ఉసిరికాయ గింజలు తీసివేసి వీలయినంతవరకు చిస్పముక్కలుగా తరగాలి.		
★ సగము మిరపకాయలు నిలుపుగా రెండుగా తరగాలి. మిగతా సగము మిరపకాయలలో కొర్కిగా ఉప్పు కలిపి మెత్తగా నూరుకోవాలి.		
★ బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత అందులో పోపురద్దములు వేసి వేయించాలి. దాంట్లో పచ్చిమిరపకాయలు, ఉసిరికాయముక్కలు మెత్తగా అయ్యేవరకూ వేయించాలి. దాంట్లో మిరపకాయలు, ఉప్పు కలిపి నూరిన ముద్ద వేసి కొంచెము సేపు కలిపి స్వేచ్ఛిదనుంచి దించాలి.		
★ చల్లారిన తరువాత మెత్తగా పిసికి, అన్నములో వేసి, అవసరమైనంత ఉప్పు కలపాలి.		
★ షైన సన్నగా తరిగిన కొత్తమీర చల్లి అలంకరించి వడ్డించాలి.		

ఆకుకూర అస్సము (GREENS RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	2 కప్పులు
ఉల్లిపాయలు	-	4
సన్నగా తరిగిన ఆకుకూరలు	-	5 కప్పులు (తోటకూర మొదలగునవి)
పచ్చిమిరపకాయలు	-	4
వేరుశనగపప్పు	-	2 టీబుల్స్మ్యాన్ (వేయించి పొట్టుతీసి బరకగా పాడికొట్టాలి)
నిమ్మకాయలు పెద్దవి	-	2
నూనె	-	తగినంత

పోపుకి కావలసినవి

ఆవాలు	-	1/2 టీస్మ్యాన్
బీలకర్ర	-	1/2 టీస్మ్యాన్
మినపప్పు	-	1 1/2 టీస్మ్యాన్
శనగపప్పు	-	1 1/2 టీస్మ్యాన్
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 1/2 టీబుల్స్మ్యాన్

మసాలాపాడికి కావలసినవి

ధనియాలు	-	3 టీస్మ్యాన్
మినపప్పు	-	2 టీస్మ్యాన్
మెంతులు	-	1/2 టీస్మ్యాన్
శనగపప్పు	-	2 టీస్మ్యాన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	1
ఇంగువ	-	చిట్టికెడు

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండి, మెతుకులు విడివిడిగా వుండేటల్లు కదపాలి.

- ★ ఉల్లిపాయలు చిన్నముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ ఆకుకూరలు కాడలతీసి శుద్ధము చేసి సన్నగా తరగాలి.
- ★ గిన్నెలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పోపుపెట్టి, తరువాత తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లోనే ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించిన తరువాత ఆకుకూరలు వేసి పచ్చిపాసన పోయేదాకా వేయించాలి.
- ★ అందులో చల్లరపెట్టిన అన్నము, ఉప్పు, మసాలాపోడి, వేరుశనగపప్పుపోడి వేసి మంట పెద్దది చేసి కలియబెడుతూ రెండు నిమిషాలనేపు వేయించాలి.
- ★ స్ఫైమీర నుంచి దించడానికి ముందు తురిమిన కొబ్బరి, నిమ్మకాయరసము వేసి కలిపి దించాలి.
- ★ పెరుగు పచ్చడిలో వేడి వేడిగా సర్కు చేయవచ్చును.

కదంబము అస్సెంటు (KADAMBAM RICE)

కావలసిన వస్తువులు

శియ్యం	-	3 కప్పులు
కందిపప్పు	-	1 కప్పు
చింతపండు	-	50 (గ్రా.)
పచ్చిబలాణిగింజలు	-	100(గ్రా.)
తెల్లకాబూళీశనగలు	-	100(గ్రా.)
వంకాయలు	-	6
బెండకాయలు	-	12
మునగకాయలు	-	4
టమాటూలు	-	4
బంగాళాదుంపలు	-	4
చేమదుంపలు	-	12
తీపి గుమ్మడి (చిన్నది)	-	1
ఉప్పు	-	తగినంత

సాంబారుపడికి కావలసినవి

ఎండుమిరపకాయలు	-	25
ధనియలు	-	2 టేబుల్స్(స్పూన్)
మినపప్పు	-	1 టేబుల్స్(స్పూన్)
శనగపప్పు	-	1 టేబుల్స్(స్పూన్)
తురిమిన ఎండుకొబ్బరి	-	1 టేబుల్స్(స్పూన్)
కరివేపాకు	-	కొంచెము
పైవన్నింటిని 1 టీస్పూన్ నూనెపోసి కాగిన తరువాత వేసి వేయించి పాడికొట్టాలి.		

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుథ్రంగా కడిగి అన్నము వండి, పళ్ళములోకి తీసుకొని చల్లారపెట్టి మెతుకులు కలవకుండా కలపాలి.
- ★ చింతపండు నీటిలో నూనెపెట్టి గుజ్జు తీసి వుంచాలి.
- ★ ప్రెషర్ కుక్కర్లోని ఒక గిన్నెలో బంగాళాదుంపలు, మరో గిన్నెలో చేమదుంపలు ఉడకపెట్టాలి.
- ★ మిగిలిన కూరగాయలు పెద్దముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ వెడల్పు గలిగిన బాణాలిలో నూనెపోసి కాగాక వంకాయ, బెండకాయ, మునగకాయ ముక్కలు వేసి కొంచెముసేపు పచ్చిమాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో చింతపండు గుజ్జు, కొంచెం నీరుపోసి కూరగాయలు మెత్తగా ఉడికించాలి.
- ★ ప్రెషర్ కుక్కర్లో ఉడికిన బంగాళాదుంపలు, చేమదుంపలు చల్లారిన తర్వాత పైతోలు తీసి పెద్దముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ బాణాలిలో ఉడికించిన కూరగాయముక్కలలో తరిగిన బంగాళాదుంప, చేమదుంప, టమోటో ముక్కలు వేసి ఎనిపిన కందిపప్పు కలపాలి.
- ★ దాంట్లో తగినంత ఉప్పువేసి, సాంబారుపొడివేసి మొత్తము కలిపి కొర్కెసేపు ఉడికించాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము వేసి కలపాలి.
- ★ దీనిలో ఏనపప్పు గౌరెలు చిన్నవి వేసుకొన్నచో బాగుంటుంది.
- ★ పైన వేయించిన జీడిపప్పు అలంకరించి, బంగాళాదుంప చివ్వేతో వేడివేడిగా వడ్డించాలి.
- ★ ఈ పైన వెరైటీలో కూరగాయలు ఎవరి ఇష్టప్రకారము వారు పైనై ఖడికించి వేసుకోవచ్చు.

నిమ్మకాయ అన్నము (LEMON RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	1 కప్పు (200గ్రా.)
నిమ్మకాయలు	-	2
ఉప్పు	-	తగినంత
పసుపుపొడి	-	1/2 టీస్పూన్
పచ్చిమిరపకాయలు	-	7
ఎండుమిరపకాయలు	-	2
నూనె	-	తగినంత
సన్గా తరిగిన కొత్తమీర	-	1 టీస్పూన్
కరివేపాకు	-	కొంచెము
ఉడకపెట్టిన పచ్చిబరణీగింజలు	-	1/4 కప్పు (వేయకపోయినా పరవాలేదు)
తురిమిన కొబ్బరి	-	1 టీబుల్స్పూన్
పోపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీస్పూన్
శనగపప్పు	-	1 టీస్పూన్
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	2 టీస్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుట్టంగా కడిగి అన్నము కొంచెము బిరుసుగా వండాలి.
- ★ వెడల్పుగల పశ్చిములో అన్నముపేసి, చల్లారపట్టి మెతుకులు విడివిడిగా వుండేటట్లు కడపాలి.
- ★ బాణిలో నూనెపేసి కాగిన తర్వాత పోపు పదార్థములు వేసి వేయించి దాంబ్లోనే ఎండుమిరపకాయలు, పచ్చిమిరపకాయలు వేసి రంగుమారేదాకా వేయించాలి.
- ★ వేయించినవన్నీ అన్నములో కలపాలి.
- ★ పసుపుపాడి, తగినంత, ఉప్పు, నిమ్మరసం కలిపి అన్నములో పేసి అంతా కలిసేటట్లుగా కలపాలి.
- ★ తురిమిన పచ్చికొబ్బరి సన్నగా తరిగిన కొత్తమీర, కరివేపాకు, అన్నముమీద చల్లి వడ్డించాలి. మరోపద్ధతి
- ★ కొంచెము ఎండుమిరపకాయలు, $\frac{1}{4}$ టీస్పూన్ మెంతులు, నూనెలో వేసి భాగావేయించి చల్లారిన తర్వాత పాడికట్టి, నిమ్మరసం కలిపి అన్నములో వేసి కలుపుకోవచ్చు.

మామిడికాయ అన్నము (MANGO RICE)

కావలపిన వస్తువులు

బియ్యం	-	400గ్రా.
పుల్లని మామిడికాయలు	-	2
పచ్చిమిరపకాయలు	-	12
నెయ్య లేక నూనె	-	తగినంత
పసుపుపాడి	-	కొద్దిగా
ఉప్పు	-	తగినంత
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	3 టీబుల్స్పూన్స్
కరివేపాకు	-	కొద్దిగా
కొత్తమీర	-	కొద్దిగా
పోపుకి కావలపినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపవ్వు	-	1 1/2 టీస్పూన్
శనగపవ్వు	-	1 1/2 టీస్పూన్
జీడిపవ్వు ముక్కలు	-	4 టీ స్పూన్స్
తయారుచేయు విధానము		

- ★ బియ్యము పుట్టంగా కడిగి అన్నము బిరుసుగా వుండునట్లుగా వండి, ఒక పశ్చిములో చల్లారపట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు కలపాలి.
- ★ అందులో కొద్దిగా నూనె కలపాలి.
- ★ మామిడికాయ పైలోలు తీసి తురుముకోవలయ్యాను.
- ★ సగము పచ్చిమిరపకాయలు నిలుపుగా తరగాలి. మిగిలిన సగము పచ్చిమిరపకాయలు నూరాలి.
- ★ మూకుడులో నూనెపేసి కాగిన తర్వాత పోపుపదార్థములు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు, నూరిన పచ్చిమిరపముద్ద కలిపి తురిమిన మామిడికాయ వేసి కొంచెమునేపు కలియపెట్టి వేయించాలి.

- ★ అందులో పసుపుపొడి వేయాలి.
- ★ ఆ మిశ్రమము అన్నములో వేసి, తగినంత ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి.
- ★ తురిమిన పచ్చికొబ్బరి, తరిగిన కొత్తిమీర, కరివేపాకు పైన అలంకరించాలి.

మామిడికాయ మసాలా బాత్ (MANGO MASALA BATH)

కావలసిన వష్టువులు

బియ్యం	-	200గ్రా.
సగము పండిన మామిడికాయ	-	1
నెఱ్యు లేక నూనె	-	తగినంత
పసుపుపొడి	-	1/4 చెంచా
ఉప్పు	-	తగినంత
తరిగిన కొత్తిమీర	-	1 టీబుల్స్పూన్
కరివేపాకు	-	1 టీబుల్స్పూన్
పాపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1/2 టీస్పూన్
మెంతులు	-	1/4 టీస్పూన్
జీలకర్కి	-	1/4 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	3
సూరుకోవలసినవి		
జీలకర్కి	-	1/2 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	5
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	2 టీబుల్స్పూన్)
తురిమిన మామిడికాయ	-	1
ఉప్పు	-	తగినంత
తయారుచేయు విధానము		

- ★ బియ్యం పుట్టంగా కడిగి అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నములో ఒక టీస్పూన్ నెఱ్యు కలిపి వెడల్పుగలిగిన పచ్చిములో చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వృందిటబ్లూగా కదపాలి.
- ★ మామిడికాయ పైతోలు తీసి తురుముకోవాలి.
- ★ మసాలా నూరేటప్పుడు మొదట జీలకర్కి, ఎండుమిరపకాయలు, తర్వాత పచ్చికొబ్బరి తురుము, చివరగా మామిడికాయ తురుము వేసి నూరాలి.
- ★ మూకుడులో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పోపుసామానులు వేసి వేయించాలి.
- ★ మామిడికాయతో కలిపిన మిశ్రమము, వేయించినపోపు, ఉప్పు కలిపి అన్నములో కలపాలి.
- ★ పైన తరిగిన కొత్తిమీర, కరివేపాకు చల్లి అలంకరించాలి.

పొటీనా రైస్ (MINT RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	200గ్ర.
పాదీనా	-	1 కట్ట
ఉల్లిపాయలు	-	2
పచ్చిమిరపకాయలు	-	7
తురిమిన ఎండుకోబ్బరి	-	2 టేబుల్స్ స్పూన్స్
చింతపండు	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	తగినంత
పోపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్ స్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీస్ స్పూన్
శనగవప్పు	-	1 టీస్ స్పూన్
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టీస్ స్పూన్
కరివేపాకు	-	కొర్డిగా

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యం శుద్ధింగా కడిగి కొంచెము అన్నము వండాలి,
 - ★ వెడల్పుగల పచ్చిములో అన్నమును చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కదపాలి.
 - ★ బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పచ్చిమిరపకాయలు, పాదీనా ఆకు వేసి వాడేటంతవరకూ వేయించాలి.
 - ★ తురిమిన ఎండుకోబ్బరి, చింతపండు, ఉప్పు, పాదీనా ఆకులు, పచ్చిమిరపకాయలు మెత్తగా నూరాలి.
 - ★ వెడల్పు కలిగిన బాణలిలో నూనెపోసి కాగాక పోపుపెట్టి పోపువేగాక సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు వేయించాలి.
 - ★ దాంబ్లో నూరిన మసాలాపదార్థములు వేసి కొర్డినిమిషములు పచ్చివాసన వచ్చేవరకూ వేయించాలి.
 - ★ కమ్మటి వాసన వచ్చాక సెగ తగ్గించి, అన్నముదించి అందులో వేసి బాగా కలపాలి.
 - ★ అన్నము వేడిగా అయ్యాక స్టీమీదనుంచి దించాలి.
- మరో పద్ధతి**
- ★ చిన్నఉల్లిపాయలు, వెల్లుల్లి, తరిగిన టమోటాముక్కలు, ఎండుమిరపకాయ ముక్కలు కొంచెము నూనెపోసి బాణలిలో వేయించి మెత్తగా నూరి పైప్రకారం అన్నములో కలుపుకోవాలి.

వెజిటబుల్ మసాలాబాత్ (VEGETABLE MASALA BATH)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	200గ్ర.
కందిపప్పు	-	1/4 కప్పు

చింతపండు	-	క్రొట్టిగా
సూనె	-	తగినంత
నెఱ్యు	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
కరివేపాకు	-	క్రొట్టిగా
కావలసిన కూరగాయలు		
వంకాయలు	-	6
అరబీకాయ (చిన్నది)	-	1
కేరట్	-	2
గోరుచిక్కుడుకాయలు	-	12
మునగకాయలు	-	2
మామిడికాయ	-	సగము
బంగాళాదుంప(పెద్దది)	-	1
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	12
పచ్చిమిరపకాయలు	-	3
మునగ ఆకు	-	3 బేబుల్స్పూన్స్
పచ్చికొబ్బరితురుము	-	2 బేబుల్స్పూన్స్
మారుకోవలసినవి		
పచ్చికొబ్బరితురుము	-	3 బేబుల్స్పూన్స్
పచ్చిమిరపకాయలు	-	3
వెల్లుల్లి	-	4 పాయలు
ఎండుమిరపకాయలు	-	5
జీలకర్కు	-	1 టీస్పూన్
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	5
తయారుచేయు విధానము		
★ ఉల్లిపాయలు పై తోలు తీయాలి. కూరగాయలను పుభ్రంగా కడిగి పెద్దముక్కలుగా తరగాలి.		
పచ్చిమిరపకాయలను నిలువుగా తరగాలి.		
★ మసాలాపదార్థాలు సూరి వేరుగా పుంచాలి.		
★ చింతపండు నీటిలో నానపెట్టి గుజ్జలీసి పిప్పి పారవేయాలి.		
★ ప్రెషర్ కుక్కర్లో కందిపస్పు, ఒక కప్పు నీటిలో మూతపెట్టి మెత్తగా ఉడికించాలి.		
★ బాణలిలో సూనెపోసి కాగిన తరువాత పచ్చిమిరపకాయలు, వంకాయలు, అరబీకాయ, బంగాళాదుంపలు, మునగకాయలు, గోరుచిక్కుడుకాయలు, కేరట్ముక్కలు వేసి పచ్చివాసనపోయి మెత్తగా అయ్యేవరకూ ఉడికించాలి.		
★ దాంట్లోనే ఉల్లిపాయలు, మునగ ఆకులను కలిపి వేగేదాకా వేయించాలి.		
★ అందులో మసాలాముద్దువేసి కలిపి మంచి వాసన వచ్చేవరకూ వేయించిన త్వాత స్ఫ్రేష్మీదనుండి దించాలి.		
★ పస్పు ఉడికిన త్వాత మూతటీసి అందులో ఈ కూరగాయల మిళశమము వేసి తురిమిన ప్రీకొబ్బరి, మామిడికాయముక్కలు, చింతపండుగుజ్జు, మూడుకప్పుల నీరు పోసి కలపాలి.		

- ★ నీరు బాగా కాగిన తరువాత అందులో బియ్యముపేసి, తగినంత ఉపువేసి కలియబెట్టి, మూతపెట్టి, పదినిమిషములనేపు ఉడకనివ్వాలి.
- ★ మూకుడు పాయ్యమీద పెట్టి నూనెపోసి కాగిన తరువాత పోపుపెట్టి ఉంచాలి.
- ★ అన్నము ఉడికిన తర్వాత మూతలీసి అందులో పోపుపెట్టిన పదార్థములు వేసి కలపాలి.
- ★ వేయించిన జీడిపప్పు ముక్కలు పైన అలంకరించి వేడిగా వడ్డించాలి.
- ★ బాసుమతి బియ్యమును ఎక్కువేసేపు నీటిలో నానబెట్టిన, కడిగిన సువాసన పోతుంది.
- ★ పలావ్, ట్రైస్టైన్ చేసేటప్పుడు బరువుగల ఇత్తడిపాత్రగానీ ప్రెషర్పాన్‌గానీ వాడాలి. స్టీల్‌పాతలు వాడిన అడుగంచిపోయే అవకాశముంది.

ఆవాలుపాడి అన్నము (MUSTARD RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యం	-	200గ్ర.
వేయించిన వేరుశనగపపు	-	2 టేబుల్‌స్పూన్‌
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 1/2 టేబుల్‌స్పూన్‌
నెయ్య	-	2 టేబుల్‌స్పూన్‌
నూనె	-	2 టేబుల్‌స్పూన్‌
ఉపు	-	తగినంత

పోపు వేయడానికి

ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపపు	-	1 టీస్పూన్
శనగపపు	-	1 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	2
కరివేపాకు	-	కొర్కిగా

మారుకోవలసినవి

తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	1/4 కప్పు
ఎండుమిరపకాయలు	-	6
బెలము	-	కొర్కిగా
చట్టి శనగపపు	-	1 టేబుల్‌స్పూన్
ఆవాలు	-	1/4 టీస్పూన్
చింతపండు	-	కొర్కిగా
ఇంగువ	-	చిట్టిడెడు

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుద్ధముగా కడిగి అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నము వెడల్పుగల పళ్ళములో చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ వెడలుగల బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పోపుసామానులు వేసి, వేగేడాకా వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో నూరిన మసాలా వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ అందులో అన్నము, ఉపువేసి బాగా కలిపి స్వీ మీదనుండి దింపాలి.
- ★ మూకుడులో నెయ్యవేసి కాగాక జీడిపప్పు, వేరుశనగపపులు వేసి వేగేడాకా వేయించాలి.
- ★ అన్నమువై పప్పులను అలంకరించి వేడి వేడిగా సర్క్సెచ్యూండి.

వెజిటేరియన్ ట్రైన్ వంటలు

బరాణీ బాత్ (PEES BATH)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	1కప్ప (200గ్రా.)
పచ్చిబరాణీగింజలు	-	150గ్రా.
ఉల్లిపాయలు	-	3
ఉప్పు	-	తగినంత
పసుపుపోడి	-	1/4 టీస్పూన్
నిమ్మకాయ	-	1
సన్గా తరిగిన కొత్తమీర	-	1 టీబుల్స్పూన్
నూనె	-	తగినంత

పశుకి కావలసినవి

ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1టీస్పూన్
శనగపప్పు	-	1 టీస్పూన్
జీడిపప్పుముక్కలు	-	1 టీబుల్స్పూన్
కరివేపాకు	-	క్రూగా

మారుకోవలసినవి

తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	1/4 కప్ప
పచ్చిమిరపకాయలు	-	7
అల్లము	-	1/4 అంగుళము ముక్క
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	6
వెల్లుల్లిపాయలు	-	4
లవంగాలు	-	2
దాల్చినచెక్క	-	1/2అంగుళము ముక్క
వెల్లుల్లి, ఉల్లిపాయలు, యాలకులు, దాల్చినచెక్క, లవంగాలు కొంచెం నెఱ్యలో వేయించి మిగిలిన వద్దములు చేర్చి నూరాలి.		

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి కొంచెము బిరుసుగా అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నము వెడల్పుగల బేసిన్లో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ పచ్చిబరాణీగింజలు వేరుగా వుడకపెట్టాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు సన్గా తరగాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పోపుసామానులు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లోనే ఉడికించిన బరాణీగింజలు నూరినమసాలా అన్నము కలిపి పచ్చివాసన పోయేవరకూవేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉప్పు, పసుపుపోడి, అన్నమువేసి అంతా కలపాలి.
- ★ స్వమీద నుండి దింపి అందులో నిమ్మకాయరసం కలిపి గరిటతో బాగా కలపాలి.
- ★ సన్గా తరిగిన కొత్తమీర పైన చల్లి అలంకరించి వేడి వేడిగా సర్ష్య చేయాలి.

బుఱాణి, కేరట, బైడ్ బాత్ (PEES, CARROT, BREAD BATH)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	1 కప్పు (200గ్రా.)
కేరట	-	4
పచ్చిబలాణిగంజలు	-	100గ్రా.
ఉల్లిపాయలు	-	4
పచ్చిమిరపకాయలు	-	4
టమాటా గుజ్జ	-	2
గసగసాలు	-	1 టీస్పూన్
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	1/4 కప్పు
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టీబుల్స్పూన్
పసుపుపొడి	-	1/4 టీస్పూన్
కరివేపాకు	-	కొర్టిగా
ఉప్పు	-	తగినంత
నెయ్యి, నూనె	-	తగినంత
బైడ్ (ముక్కలుగా తుంచాలి)	-	3 షైసులు
కొత్తిమీర	-	కొర్టిగా

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండి అందులో $1/2$ టీస్పూన్ నెయ్యి కలిపి, ఒక పశ్చిమములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడివిడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ మూకుదులో $1/2$ టీస్పూన్ నూనెపోసి కాగాక ఎందుమిరపకాయలు, గసగసాలు వేయించాలి.
- ★ వేయించిన మిరపకాయలు, గసగసాలతోపాటు ఒక ఉల్లిపాయ, పచ్చికొబ్బరితురుము కలిపి నూరాలి.
- ★ మిగిలిన ఉల్లిపాయలు, కేరట చిన్న చదరపుముక్కలుగా కోసి, పచ్చిమిరపకాయలు సన్నగా నిలువుగా తరగాలి.
- ★ వెదల్చుగల బాణిలీలో కొంచెము నూనెపోసి కాగాక జీడిపప్పు, పచ్చిమిరపకాయలు వేసి తరువాత ఉల్లిపాయలు, కేరట ముక్కలు, బుల్లాణీలు వేసి వేయించాలి.
- ★ షైపి కొర్టిగా ఉడికించిన తరువాత నూరిన మసాలావేసి అరకప్పు సీరు పోయాలి.
- ★ సెగ తగ్గించి కేరట, బుల్లాణీగంజలు మెత్తగా ఉడకనివ్వాలి.
- ★ దానిషైపి మూతెట్టి తడి పూర్తిగా పోయేదాకా వుంచండి.
- ★ దాంబ్లో ఉప్పు, పసుపుపొడి, అన్నము వేసి అంతా కలిసేవిధంగా కలపాలి.
- ★ దాంబ్లో టమాటాగుజ్జ వేసి కలిపి అన్నము వేడిగా వుండే విధముగా సన్నని సెగలో వుంచి కలియపెట్టాలి.
- ★ అందులో వేయించిన బైడ్ముక్కలు వేసి ఒకసారి మొత్తము కలిసేవిధంగా కలిపి స్టేమీదనుండి దించాలి.
- ★ తగిన కొత్తిమీర, కరివేపాకు షైన చల్లి అలంకరించాలి.

వేరుశనగపప్ప రైస్ (PEAUNT RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	200 గ్రా.
వేయించిన వేరుశనగింజలు	-	100గ్రా.
నువ్వులు	-	1 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	4
తురిమిన కొబ్బరి	-	3 బేబుల్స్పూన్
పసుపుపాడి	-	1/2 టీస్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	తగినంత
పొట్ట పెట్టటానికి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపవ్వు	-	1 టీస్పూన్
శనగపవ్వు	-	2 టీస్పూన్
కరివేపాకు	-	కొంచెం

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి కొంచెము భిరుసుగా వార్పి అన్నము వండాలి.
- ★ వెడల్పు గలిగిన పచ్చములో అన్నముపోసి, చల్లారపట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ వేరుశనగపవ్వు పైతోలు వలిచి బరకగా వుండేటట్లు పాడికొట్టాలి.
- ★ మూకుదులో 1 టీస్పూన్ నూనెపోసి కాగాక ఎండుమిరపకాయలు, ఎండుకొబ్బరితురుము వేసి వేగేదాకా వేయించండి.
- ★ నువ్వులు వేరుగా వేయించి పాడికొట్టి ఉంచాలి.
- ★ మూకుదులో నూనెపోసి కాగాక పోపు సామానులన్నీ వేసి శుభ్రంగా వేయించాలి.
- ★ అన్నములో పసుపుపాడి, పోపు, తగినంత ఉప్పు ముందుగా పాడులు అన్నింటినీ వేసి అన్ని కలిసి విధంగా కలిపి సర్వీస్ చేయండి.

మిలియాల అస్త్రము (PEPPER RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	1కప్పు (200గ్రా.)
కరివేపాకు	-	1 టీస్పూన్
మిరియాలు	-	1టీస్పూన్
వెల్లుల్లిపాయలు	-	10
నెఱ్యు	-	2 బేబుల్స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రముగా కడిగి అన్నము వండవలెను.
- ★ వెడల్పుగల పచ్చములో అన్నము పోసి చల్లారపట్టి మెతుకులు విడివిడిగా వుండునట్లు కలపాలి.

- ★ మూకుడులో కొర్కిగా నెఱ్యవేసి కరివేపాకును వేయించాలి.
- ★ పాటిని చల్లారపెట్టి మెత్తగా పాడికొట్టాలి.
- ★ వెల్లల్లి పైతోలు తీసి చిన్నముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ మిరియాలు ఎండపెట్టి పాడిచేయాలి.
- ★ మిగిలిన నెఱ్య మూకుడులో వేసి కాగిన తర్వాత వెల్లల్లిపాయముక్కలు వేసి వేయించాలి.
- ★ అందులో మిరియాలపాడి వేసి కొంచెముసేపు వేయించాలి.
- ★ ఆ మొత్తం అన్నములో కలిపి, తగుమాత్రము ఉప్పువేసి, కరివేపాకు పాడివేసి మొత్తం కలిసేవిధంగా కలపాలి.

మరోపద్ధతి

- ★ కొంచెము జీడిపప్పు బాణలిలో వేయించి పాడికొట్టాలి. రెండు ఎండుమిరపకాయలు కొంచెము నూనెలో వేయించి, ఎండిన $\frac{3}{4}$ స్పూన్ మిరియాలు చేర్చి పాడికొట్టాలి.
- ★ అన్నములో తగినంత ఉప్పు వేసి, ఈ పాడులన్నీ కలిపి, అన్నీ కలిసే విధంగా కలపాలి.

గపగసాల అన్నము (POPPY RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	1 కప్పు(200గ్రా.)
గసగసాలు	-	3 టేబుల్స్పూన్స్
నువ్వులు	-	1 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1/2 టీస్పూన్
ఎండుమిరపకాయలు	-	6
చింతపండు	-	కొర్కిగా
తురిమిన ఎండుకోబ్బరి	-	2 టీస్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	2 టేబుల్స్పూన్స్
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టేబుల్స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండాలి.
- ★ వెడలుగు గల పశ్చిములో అన్నముపోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కదపాలి.
- ★ మూకుడులో నూనె వేయకుండా గసగసాలు పుభ్రంగా వేయించాలి.
- ★ మూకుడులో $1/2$ టీస్పూన్ నూనెవేసి, అందులో ఎండుమిరపకాయలు, మినపప్పు, నువ్వులు అన్నింటినీ బాగా వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో తురిమిన ఎండుకోబ్బరి వేసి కలిపి వెంటనే స్టవ్ మీదనుండి దించాలి.
- ★ అది చల్లారిన తర్వాత గసగసాలు చేర్చి పాడికొట్టాలి. అందులో చివరగా చింతపండు వేసి ఉప్పు కలిపి అన్నీ కలిసేవిధంగా పాడి కొట్టాలి.
- ★ మిగిలిన నూనె మూకుడులో పోసి కాగాక చల్లారిన అన్నము మీద పోసి మీ అభిరుచికి అనుగుణంగా కావలసిన గసగసాలపాడిని కలపాలి.
- ★ వేయించిన జీడిపప్పులను అన్నముపై అలంకరించి సర్వ్ చేయండి.

దానిప్రోగ్రాంజల అన్నము (PROME GRANATE RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	1 కప్పు(200గ్రా.)
పండిన ఎర్రబీ దానిమ్మ పండు	-	1 చిన్నది
పచ్చిమిరపకాయలు	-	4
ఎండమిరపకాయలు	-	3
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టీబుల్స్‌స్పూన్
కరివేపాకు	-	కొద్దిగా
కొత్తమీర	-	1/2 కట్ట
మానె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
పాపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/4 టీస్‌స్పూన్
మినపప్పు	-	1/2 టీస్‌స్పూన్
శనగపప్పు	-	1/2 టీస్‌స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి కొంచెము బిరుసుగా అన్నము వండాలి.
- ★ వెడలుగిలిగిన పచ్చములో అన్నముపోసి, చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ దానిమ్మపండు తోలు వలిచి గింజలు తీయాలి.
- ★ మిక్కీలో దానిమ్మగింజల జ్యాన్ తయారుచేసి, వడకట్టి గింజలను తీసివేయాలి.
- ★ పచ్చిమిరపకాయలు ముక్కలుగా తరగాలి. ఎండుమిరపకాయలు ముక్కలు చేసుకోవాలి.
- ★ బాణాలో నూనపోసి కాగిన తర్వాత అందులో పోపదార్థములు వేసి బాగా వేయించాలి.
- ★ దాంట్లనే కరివేపాకు, జీడిపప్పు ముక్కలు, ఎండమిరపకాయలు, తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ ఈ మిళిమము అన్నములో కలపాలి.
- ★ బాణాలో దానిమ్మపండురసము పోసి కొంచెముసేపు కాగిన తర్వాత అందులో అన్నము, ఉప్పుచేర్చి, సస్నేహి సెగలో రసము ఇంకిపోయి పొడిగా వుండేలాగున అయ్యేవరకూ ఉడికించాలి. అప్పుడప్పుడు కలియపెట్టాలి.
- ★ స్ఫోర్మేదనుండి దించిన తర్వాత కొత్తమీర షైనచల్లి వడ్డించాలి.

బిల్లోకాదుంపుల అన్నము (POTATO RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	1కప్పు (200గ్రా.)
బంగాళాదుంపలు	-	1/4 కిలో
పచ్చిమిరపకాయులు	-	8
ఉల్లిపాయలు	-	2
పసుపుపాసి	-	1/4టీస్‌స్పూన్

ఎర్కగావండిన టమేచోలు	-	4
ధనియాలు, జీలక్రపాడి	-	1/2 టీస్పూన్
సన్నగా తరిగిన కొత్తమీర	-	1 టీబుల్స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
గరంమసాలా పాడి	-	1/2 టీస్పూన్
జీడిపప్పముక్కలు	-	1 టీబుల్స్పూన్
నూనె	-	తగినంత

పోపుకి కావలసిన వస్తువులు

ఆవాలు, జీలక్ర, మినపప్పు, శనగపప్పు అన్ని కలిపి 2 టీస్పూన్లు.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుట్టంగా కడిగి అన్నము వండాలి.
- ★ వెడల్పు గలిగిన పచ్చములో అన్నముపోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లుగా కదపాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు, టమేచోలు, పచ్చిమిరపకాయలు, నీరుకలపకుండా మెత్తగా నూరాలి.
- ★ వెడల్పు గలిగిన బాణలిలో కొర్కెగా నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పోపుపెట్టి అందులో నూరినమసాలా వేసి తడిపోయేవరకూ మీడియం సెగలో వేయించాలి.
- ★ దాంటో ధనియాలు, జీలక్రలపాడి, ఉప్పు, గరంమసాలాపాడి, పసుపు వేయాలి.
- ★ కొంచెముసేపు ఆగిన తరువాత అన్నము అందులో కలిపి వేడెక్కిన తరువాత స్వమైదనుండి దించాలి.
- ★ బంగాళాదుంపలు పైతోలు తీసేసి పలచగా అంగుళము ముక్కలుగా తరిగి నూనెలో కరకరలాడేటట్లు వేయించాలి.
- ★ అన్నముసైన నూనెలో వేయించిన బంగాళాదుంపలు, జీడిపప్పు ముక్కలు, సన్నగా తరిగిన కొత్తమీర చల్లి వేడివేడిగా సర్పు చేయించి.

సువ్యుల అన్నము (SEASOME RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	1కప్పు(200గ్రా.)
మఫ్ఫులు	-	2 టీబుల్స్పూన్లు
ఎండుమిరపకాయలు	-	4
మినపప్పు	-	1 టీస్పూన్
నూనె	-	3 టీస్పూన్లు
ఉప్పు	-	తగినంత

పోపుకి కావలసిన వస్తువులు

ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
కరివేపాకు	-	కొంచెము
జీడిపప్పముక్కలు	-	2 టీబుల్స్పూన్లు

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుట్టంగా కడిగి బిరుసుగా అన్నము నండాలి.
- ★ వెడల్పు గలిగిన పళ్ళములో అన్నము చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లుగా కలపాలి.
- ★ బాణలిలో (నూనెలేకుండా) తెల్లనవ్వులు వేయించి చల్లారిన తర్వాత పాడికొట్టి వేరుగా వుంచాలి.
- ★ బాణలిలో 1/2 టీస్పూన్ నూనెపోసి కాగిన తర్వాత అందులో ఎండుమిరపకాయలు, మినప్పు వేయించి పాడికొట్టి వుంచాలి.
- ★ మిగిలిన నూనె బాణలిలో పోసి కాగిన తర్వాత ఆవాలు, కరివేపాకు వేయించాలి. ఆవాలు వేగిన తర్వాత అందులో అన్నము, ఉప్పు, అన్నిపోడులు కలిపి అంతా కలిసే విధంగా కలియపెట్టాలి.
- ★ కొర్కిగా నెయ్యలో వేయించిన జీడిపప్పు ముక్కలు అన్నము మీద అలంకరించి వడ్డించాలి.

బచ్చలికూరుతుస్తము (SPINACH RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	1 కప్పు(200గ్రా.)
బచ్చలికూర	-	2 కట్టలు
పచ్చిమిరపకాయలు	-	3
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	8
పచ్చిబఱాణీగింజలు	-	100గ్రా.
టమాటోలు	-	3
పచ్చికొబ్బరితురుము	-	2 టేబుల్స్పూన్స్
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	2 టేబుల్స్పూన్స్
ఎండుమిరపకాయలు	-	8
ధనియాలు	-	2 టీస్పూన్స్
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	3 టేబుల్స్పూన్స్
చిరింజిఅకు	-	1
దాల్చినచెక్క	-	1 అంగుళంముక్క
లవంగాలు	-	2

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుట్టంగా కడిగి అన్నమువండి, చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ బఱాణీగింజలు మెత్తగా ఉడికించి విడిగా వుంచాలి.
- ★ పచ్చిమిరపకాయలు; పొడపుగా తరగాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు పైతోఱు వౌలిచి వుంచాలి.
- ★ టమాటోలు వీలయినంత చిన్నముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ బచ్చలికూర పుట్టంగా కడిగి సన్నగా తరిగి వుంచాలి.
- ★ బాణలిలో కొర్కిగా నూనెపోసి కాగిన తర్వాత బచ్చలికూరవేసి సన్నని సెగలో కొర్కిగా నీరుచల్లి ఆకులో తడిపోయేపరమా వేయించాలి.

- ★ ధనియాలు, ఎండుమిరపకాయలు కొంచెన్ను నూనెపోసి వేయించాలి.
- ★ వేయించిన ధనియాలు, ఎండుమిరపకాయలు, కొబ్బరితురుచు, జీడిపప్పు, బచ్చలికూర అన్నింటినీ కలిపి ఒకటిగా నూరాలి. నూరేటప్పుడు కొద్దిగా నీరు కలపాలి.
- ★ మిగిలిన నూనె వెడలుపుగల బాణలలో పోసి చిరింజిఅకు, దాల్చినచెక్క, లవంగములు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో పచ్చిమిరపకాయలు, సాంబారు ఉల్లిపాయలు వేసి రెండు నిముషములు వేయించి, టమేటో ముక్కలు, నూరినమసాలా అందులో వేయాలి.
- ★ కమ్ముటి సువాసన వచ్చి తడిపోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో అన్నము, ఉప్పు వేసి పెద్ద సెగలో కలియపెట్టి అన్నము వేడక్కిన తర్వాత స్ఫ్వె మీదనుండి దింపాలి.
- ★ వేయించిన జీడిపప్పు పైన ఆలంకరించి వేడివేడిగా వడ్డించాలి.

పులిపళిర (TAMARIND RICE) -1

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యము	-	200 గ్రా.
చింతపండు	-	75 గ్రా.
ఇంగువ	-	చిట్టికెడు
పచ్చిమిరపకాయలు	-	4 (సన్నగా, పాడుగ్గా తరగాలి)
ఎండుమిరపకాయలు	-	6
ఉప్పు	-	తగినంత
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	6
నూనె	-	తగినంత
వేయించిన వేరు శనగపప్పు	-	1 టీబుల్స్పూన్
మూనె లేకుండా పాడి కొట్టువలసినవి		
సుప్పులు	-	1టీస్పూన్
మూనెలో వేయించి పాడికొట్టేవి		
ఎండుమిరపకాయలు	-	8
ధనియాలు	-	1 1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	3/4 టీస్పూన్
శనగపప్పు	-	1 టీస్పూన్
మీరియాలు	-	కొద్దిగా
మెంతులు	-	చిట్టికెడు
వీటన్నింటిని కొద్దిగా నూనెలో వేసి వేయించి పాడికొట్టండి.		
పోపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీస్పూన్
వెజెటేబరీయన్ రైన్ వంటలు		76

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము కడిగి కొంచెము భిరుసుగా అన్నము వండి పళ్ళెములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు కలవకుండా కలపాలి.
- ★ చింతపండు 2 లేక 3 కప్పుల నీటిలో నానపెట్టి రసముతీసి వడకట్టి వేరుగా వుంచాలి.
- ★ బాణలిలో 1 టీస్పూన్ నూనెపోసి కాగిన తర్వాత మొదటగా ఇంగువపాడి, తర్వాత ఎండుమిరపకాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ అందులో చింతపండు రసము పోసి పచ్చిమిరపకాయలు(తుంబరాదు) వేసి, చిక్కగా గుజ్జగా అయ్యెదాకా పాయ్యెనై వుంచాలి.
- ★ తరువాత ఉప్పువేసి కలిపి స్ట్రోమీరనుంచి దించి వేరుగా వుంచాలి.
- ★ అన్నములో మిరప్పాడి, నువ్వులపాడి, రుచికి సరిపడా చింతపండు గుజ్జల మిశ్రమమును కలపాలి.
- ★ వేయించిన వేరు శనగపప్పులను, సాంబారు ఉల్లిపాయలను పోలు పెట్టునప్పుడే వేసి వేయించి అన్నములో కలపాలి.
- ★ తరిగిన కొత్తమీర షైన చల్లి ఉల్లిపాయ ముక్కలతో అలంకరించి సర్వీచేయిండి.

పులిహారి (TAMARIND RICE) - 2

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	1/4 కిలో (250 గ్రా.)
చింతపండు	-	75 గ్రా.
ఎండుమిరపకాయలు	-	3
ధనియాలు	-	1 టీస్పూన్
మెంతులు	-	1/4 టీస్పూన్
మిరియాలు	-	1/2 టీస్పూన్
ఇంగువ	-	చిట్టికెడు
పసుపు	-	కొద్దిగా
నువ్వులనూనె	-	2 టీబుల్స్టీస్పూన్
కరివేపాకు	-	కొంచెము
ఉప్పు	-	తగినంత
శీడీపప్పు ముక్కలు	-	1 టీబుల్స్టీస్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుద్ధంగా కడిగి కొంచెము భిరుసుగా అన్నము వండి, ఒక పళ్ళెములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు కలవకుండా కలపాలి.
- ★ చింతపండులో 2 కప్పులు నీరుపోసి నానపెట్టి గుజ్జలేసి వడకట్టాలి.
- ★ వేరుగా వుంచాలి.
- ★ బాణలిలో కొద్దిగా నూనెపోసి కాగిన తర్వాత తుంచిన ఎండుమిరపకాయలు వేయించి, తరువాత చింతపండు గుజ్జలు, పసుపుపాడి, ఇంగువపాడి వేసి చిక్కగా అయ్యెవరకూ కలియపెడుతూ ఉడికెంచాలి.

- ★ దాంట్లో బరకగా కొట్టిన మిరియాలపాడి, ఉప్పువేసి కలిపి పొయ్యమీదనుంచి దించి విడివిడిగా ఉంచాలి.
- ★ బాణలిలో కొంచెము నూనెపోసి కాగిన తరువాత మెంతులు, ధనియాలు వేయించి పోడికొట్టాలి.
- ★ చల్లారిన అన్నములో రుచికి సరిపడా చింతపండుగుజ్జు కలిపి, తక్కివ పాడులు వేసి అంతా బాగా కలిసే విధంగా అన్నము కలపాలి.
- ★ కొంచెము నూనె బాణలిలో పోసి కాగిన తర్వాత కరివేపాకు, జీడిపప్పు ముక్కలు వేయించి షైనచల్లి సర్పీ చేయండి.

పులుసుసాంబై బాత్ (TAMARIND BATH WITH ROASTED RICE)

కావలసిన వస్తువులు

ఖియ్యము	-	250గ్రా.
ఉల్లిపాయలు	-	4
పచ్చిమిరపకాయలు	-	5
ఎండుమిరపకాయలు	-	5
చింతపండు	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
నూనె	-	2 టేబుల్స్సున్న
కరివేపాకు	-	కొంచెము
బెల్లము	-	1 టీస్సున్ (తురిమినది)
పోపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/4 టీస్సున్
శనగపప్పు	-	1 టీస్సున్

తయారుచేయు విధానము

- ★ వెడల్పుగల బాణలిలోగానీ, పాన్లోగానీ వేడిచేసి నూనెవేయకుండా వట్టిభియ్యమును అందులో వేసి రంగుమారేదాకా వేయించి పళ్ళెములో వేరుగా వుంచాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలు చదరపుముక్కలుగా తరగాలి. పచ్చిమిరపకాయలు నిలువుగా తరగాలి. ఎండుమిరపకాయలు ముక్కలు చేయాలి.
- ★ కొంచెము నీళ్లలో చింతపండు నానెవేసి పదినిమిషముల తర్వాత పిసికి గుజ్జు తియ్యాలి.
- ★ అందులో పీపు వడకట్టి తీసివేసి, కొంచెము నీళ్ల కలిపి మూడుకపులు అయ్యేవరకు చెయ్యాలి.
- ★ ప్రెపర్కుక్కర్లోగానీ, ప్రెపర్సాన్లోగానీ, నూనెపోసి కాగిన తర్వాత అందులో ఆవాలు, కరివేపాకు, పచ్చిమిరపకాయలు, తరువాత ఉల్లిపాయలు వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో చింతపండు, నీరు, ఉప్పు, బెల్లము వేయాలి.
- ★ అవికాగి మరగటం ప్రారంభించాక అందులో వేయించిన ఖియ్యమువేసి బాగా కలపాలి.
- ★ మూత్రపెట్టి, షైన వెయిల్పెట్టి మంచ తగ్గించి పదినిమిషములనేపు ఉడకనివ్వాలి.
- ★ ఒకసారి కలియపెట్టి వేడిగా సర్పీ చేయండి.
- ★ (ప్రెపర్కుక్కర్ కి బదులు బరువైన ఇత్తడి పాత్ర వాడవచ్చు). అప్పుడు అరకప్పు నీరు ఎక్కువగా ఉండాలి)

టమోటా బాత్ (TAMOTA BATH) - 1

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	250 గ్రా.
డల్లిపాయలు	-	3
టమోటాలు	-	6
పచ్చిబలాణీగింజలు	-	50 గ్రా.
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
గరంమసాలాపాడి	-	1/2 టీస్పూన్
నూనె	-	3 టీస్పూన్
నెయ్య	-	1 టీస్పూన్
కరిపేపాకు	-	కొంచెము
తరిగిన కొత్తిమీర	-	1 టేబుల్ స్పూన్
పంచదార	-	1/2 టీస్పూన్
పేపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీస్పూన్
శనగపప్పు	-	1 1/2 టీస్పూన్
బీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టేబుల్ స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుద్ధంగా కడిగి కొంచెము బిరుసుగా వుండేటట్లుగా అన్నము వండాలి.
- ★ వెడల్పుగల పచ్చిములో అన్నముపోసి చల్లార్పి మెతుకులు విడిగా వుండేటట్లు కలపాలి.
- ★ ఉల్లిపాయలను సన్నగా తరగాలి.
- ★ టమోటాలను మరగకాచిన వేడినీళ్లలో వేసి కొంచెముసేపు వుంచి తర్వాత చ్చీళ్లలో వేసి భ్లాంచ్ చేయాలి. తరువాత టమేటో షైతోలు తీసి మెత్తగా నూరి గింజలను వడకట్టి తీసిచేయాలి.
- ★ పచ్చిమిరపకాయలు సన్నగా పొడుగ్గా తరగాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలోగానీ ప్రెపర్సిపాన్లోగానీ నెయ్యపేసి పొడిచేసి పోపుసామానులు వేసి వేగాక, పచ్చిమిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉడికించిన బరాణీలు, టమేటో గుజ్జ పోసి, నీళ్లు ఇంకునంతవరకూ కలియపెడతూ వుండాలి.
- ★ తరువాత ఉప్పు, పంచదార, గరంమసాలాపాడి అందులో కలపాలి.
- ★ సెగ తగ్గించి అందులో అన్నమువేసి వేడిలయ్యివరకూ కలియపెట్టాలి.
- ★ సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర షైనవల్లి వేడిగా సర్వ్ చేయండి.
- మరొకపద్ధతి**
- ★ టమోటాలను గుజ్జచేయకుండా సన్నగా తరిగి కలపాలి. పచ్చిమిరపకాయలు తగ్గించి 1/2 టీస్పూన్ కారప్పాడి కలపవచ్చును.
- ★ ఆఖరులో పచ్చికొబ్బరితురుము కలపవచ్చును.

వెజిటెరియన్ రైస్ వంటలు

టమోటో బాథ్ (TAMOTA BATH) - 2

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	1/4 కిలో (250 గ్ర.)
ఉల్లిపాయలు	-	3
టమోటాలు	-	6
నూనె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
కరివేపాకు	-	కొద్దిగా
తరిగిన కొత్తిమీర	-	2 టెబుల్స్‌స్పూన్స్
పోపుకి కావలసినవి		
ఆవాలు	-	1/2 టీస్‌స్పూన్
మినపవ్వు	-	1/2 టీస్‌స్పూన్
శవగపవ్వు	-	1 టీస్‌స్పూన్
జీడిపవ్వు ముక్కలు	-	1 టెబుల్స్‌స్పూన్
నూరుకోవలసినవి		
తురిమిన పచ్చికొబ్బరి	-	1/4 కప్పు
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	8 (షై తోలు తీయాలి)
అల్లము	-	1/2 అంగుళము ముక్క
దాలీనచెక్క	-	చిన్నముక్క
యాలకులు	-	2
లవంగాలు	-	2
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
వెల్లటి	-	4 పాయలు

తయారుచేయు విధానము

- ★ ఉల్లిపాయలు, టమోటోలు సన్నగా తరగాలి.
- ★ బియ్యం శుభ్రంగా కడిగి అన్నము బిరుసుగా వండాలి. అన్నము వెడల్పుగల పచ్చిములో పోసి చల్లారవెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండెటట్లుగా కలపాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలోగానీ, ప్రెసర్పాన్లోగానీ నూనెపోసి కాగాక పోపు పెట్టాలి.
- ★ అందులోనే ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి పచ్చివాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లోనే టమోటా ముక్కలువేసి మెత్తగా ఉడికేపరకూ వేయించాలి.
- ★ వేయించిన తర్వాత అందులో నూరినమసాలావేసి మీడియం సెగలో కొంచెమునేపు వుంచి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉప్పు, అన్నము కలిపి పెద్దసెగలో అన్నము వేడిగా అయ్యేవరకూ కలియపెట్టాలి.
- ★ సన్నగా తరిగిన కొత్తిమీర, కరివేపాకు, అన్నముపైన చల్లి సర్పు చేయాలి.

టమోటా, వెల్లుల్లి బాత్ (TAMOTA, GARLIC BATH)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	250 (గ్రా.
వెల్లల్లి	-	3 (పెద్దవి)
టమోటాలు	-	6
జీడిపప్పు	-	2 టేబుల్స్‌స్పూన్‌
నెయ్య	-	కొర్కిగా
నూనె	-	తగినంత
పసుపుపాడి	-	1/4 టీస్‌స్పూన్‌
ఉప్పు	-	తగినంత
తురిమిన కొబ్బరి	-	2 టేబుల్స్‌స్పూన్‌
పోపుకి కావలసిన వస్తువులు		
ఆవాలు	-	1/2 టీ స్పూన్‌
మినపప్పు	-	1 టీ స్పూన్‌
శనగపప్పు	-	1 టీ స్పూన్‌
కరివేపాకు	-	కొర్కిగా

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము శుభ్రంగా కడిగి అన్నము వండాలి.
- ★ పచ్చయులో అన్నము చల్లార్పెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు చూసి కలపాలి.
- ★ పచ్చమిరపకాయలు రెండుగా పొడవుగా తరుగుకోవాలి.
- ★ వెల్లల్లిపై పాట్లు వలిచివేసి పాయలుగా చేసుకుని ఆ పాయల్ని గుండ్రంగా తరగాలి.
- ★ టమోటాలను చదరంగా పెద్దముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ బాణలో నూనెపేసి కాగిన తర్వాత కరివేపాకు, జీడిపప్పు వేయించి పచ్చమిరపకాయలు, వెల్లల్లి వేసి బాగా వేయించాలి.
- ★ అందులో టమోటా ముక్కలు వేసి మెత్తగా ఉడకపెట్టాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము, ఉప్పు, పసుపుపాడి వేసి కలిపి అన్నము వేడిగా అయ్యేవరకూ పొడిగా వుండేటట్లు కలియపెట్టాలి.
- ★ స్ఫోర్మేరనుంచి దించిన తర్వాత సైన కొబ్బరిచట్లి వేడిగా సర్క్ చేయాలి.

వాంగి బాత్ (VANGI BATH) - 1

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	250 (గ్రా.
పొడవుగా సన్గావుండే వంకాయలు	-	200 (గ్రా.
ఎండుమిరపకాయలు	-	8
ధనియాలు	-	2 టీస్‌స్పూన్‌మ్లు
తురిమిన కొబ్బరి	-	3 టేబుల్స్‌స్పూన్‌స్పూన్‌
మినపప్పు	-	1 1/2 టీస్‌స్పూన్‌స్పూన్‌

శనగపప్పు	-	2 టీస్పూన్లు
ఇంగువ	-	చిట్టికెడు
నెయ్య	-	1బెబుల్స్పూన్
నూనె	-	తగినంత
కరివేపాకు	-	కొర్కిగా
జీడిపప్పు	-	1 బెబుల్స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
ఉడికించిన బాణిగింజలు	-	50 గ్రా.
నిమ్మకాయలు	-	2

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము పుల్రంగా కడిగి కొంచెము బీరుసుగా వండాలి.
- ★ అన్నము వెడల్పుగల పళ్ళిములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు కలపాలి.
- ★ బాణాలిలో నెయ్యపోసి కాగిన తర్వాత ఎండుమిరపకాయలు, ధనియాలు, మినపుపు, శనగపప్పు వేసి వేయించాలి.
- ★ బాణాలి పాయ్యమిదనుంచి దించి అందులో తురిమిన కొబ్బరి కలిపి తర్వాత పాడి కొట్టాలి.
- ★ వంకాయలను అంగుళము ముక్కలుగా తరిగి వాడేవరకూ ఉప్పు నీటిలో ఉంచాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణాలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పోపుపెట్టి అందులో ఇంగువ, వంకాయలను వేసి పీడియమ్ సెగలో పచ్చిపాసన పోయేవరకూ వేయించాలి.
- ★ దాంట్లో ఉడికించిన బాణిలు, మసాలాపాడి, ఉప్పు, అన్నము కలిపి కొంచెమునేపు అన్నము వేడి అయ్యేరాకా కలియపెట్టాలి.
- ★ స్ఫోమిదనుంచి గరంమసాలాపాడి, వేయించిన జీడిపప్పు, కరివేపాకువేసి నిమ్మరసం పిండి కలపాలి.

వాంగి భాత్ (VANGI BATH) - 2

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	250 గ్రా.
లేతగుండ్రటి వంకాయలు	-	200 గ్రా.
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
ఆల్మము	-	చిన్నముక్క
నూనె	-	2 బెబుల్స్పూన్లు
నెయ్య	-	1 బెబుల్స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	10
నిమ్మకాయలు	-	2
పసుపుపాడి	-	1/2 టీస్పూన్
పోపుకి కావలసినవి	-	1/2 టీస్పూన్
అవాలు	-	

వెజిబేరియన్ డైన్ వంటలు

82

జీలకర్	-	1/2 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1 టీస్పూన్
శనగపప్పు	-	1 టీస్పూన్
కరివేపాకు	-	కొంచెము
జీడిపప్పు	-	1 టీబుల్స్పూన్
మసాలాపాడికి పద్ధతములు		
గసగసాలు	-	1 టీబుల్స్పూన్
తురిమిన ఎండుకోబ్బరి	-	1 1/2 టీబుల్స్పూన్
దాల్చినచెక్క	-	1/2 అంగుళము ముక్క
యాలకులు	-	1

గసగసాలు, కోబ్బరినూనె వేయకుండా వేయించాలి. దాల్చినచెక్క, యాలకులు, కొంచెము నెయ్యువేసి వేయించాలి. చల్లారిన తర్వాత ఒకటిగా కలిపి పాడికొట్టాలి.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యమును కడిగి కొంచెము బీరుసుగా అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నమును వెడల్పుగల పళ్ళిములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు కలపాలి.
- ★ వంకాయలను చిన్న చదరపు ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ ఉల్లిపాయల పైతోలు తీయాలి.
- ★ పచ్చిమిరపకాయలు, అల్లము నూరి వుంచుకోవాలి.
- ★ బాణలో నూనెపోసి కాగిన తరువాత పోపుసామాన్లు వేసి వేగిన తరువాత అందులో పచ్చిమిరపకాయలు, అల్లముముద్ద వేసి నిమిషముసేపు వేయించాలి.
- ★ పళ్ళిములో వేరుగా వుంచిన అన్నములో ఈ పోపుమిక్కము వేసి, ఉప్పు, పసుపు పడి, వెయ్యాలి.
- ★ బాణలో కొంచెము నూనెపోసి కాగిన తరువాత అందులో ఉల్లిపాయలు, వంకాయలు వేసి మెత్రగా వేగేవరకూ వేయించాలి.
- ★ వాటినికూడా అన్నములో కలిపి, మసాలాపాడులు చల్లి, నిమ్మకాయరసం పీండి బాగా కలిపి వడ్డించాలి.

వాంగీ బాత్ (VANGI BATH) - 3

కావలసిన వస్తువులు

సర్పని పాడవుగా వుండే బియ్యం	-	250 గ్రా.
లేతవంకాయలు	-	250 గ్రా.
పచ్చిమిరపకాయలు	-	3
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	10
టమోటాలు	-	4
నూనె	-	3 టీబుల్స్పూన్
ఉప్పు	-	తగినంత
పసుపుపడి	-	1/2 టీస్పూన్

కరివేపాకు	-	కొంచెము
మారుకోవలసినవి		
ఎండుమిరపకాయలు	-	6
లవంగాలు	-	2
దాల్చినచెక్కరు	-	చిన్నముక్క
వెల్లులీ	-	8 పాయలు
అల్లం	-	1/2 అంగుళము ముక్క

పోపుకి కావలసినవి

ఆవాలు, మినపప్పు, శనగపప్పు కొంచెము.

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యమును కొంచెము బిరుసుగా అన్నము వండాలి.
- ★ అన్నము వెడల్పుగల పశ్చిములో పోసి చల్లార్చి, మెతుకులు విడిగా వుండునట్లు కలపాలి.
- ★ వంకాయలను చదరపు ముక్కలుగా తరిగి, వాడేటంతవరకూ ఉప్పుకలిపిన నీటిలో వుంచాలి.
- ★ పచ్చిమిరపకాయలు నిలువుగా రెండు ముక్కలుగా తరగాలి. టమేటోలు సన్నగా ముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ మసాలా సామానులు మెత్తగా మారుకోవాలి.
- ★ వెడల్పుగల భాణలిలోగానీ, ప్రెషర్ట్పాన్స్‌లోగానీ కొర్కిగా నూనెపోసి, కాగిన తరువాత పోపుగింజలు, మిరపకాయలు వేసి వేగాక కరివేపాకు వెయ్యాలి. వేగిన తరువాత పచ్చిమిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంట్లోనే వంకాయ, టమోటో ముక్కలువేసి, తర్వాత నూరిన మసాలాముద్ద, ఉప్పు, పసుపుముద్ద వేసి కొంచెము నీళ్ళపోసి మూతపెట్టి, మీడియం సెగలో నీరు ఇంకేవరకూ ఉంచాలి.
- ★ అప్పుడప్పుడు కలుపుతూ వుండాలి.
- ★ దాంట్లో అన్నము కరిపి, అన్ని కలిసేవిధంగా కలియపెట్టి, వేడివేడిగా సర్కు చేయాలి.

మున్సపప్పు అస్సము (BLACK GRAMDHALL RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	250 గ్రా.
ముడిమినపప్పు	-	50 గ్రా.
ఇంగువ	-	కొర్కిగా
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
నూనె	-	తగినంత
ఉప్పు	-	తగినంత
కరివేపాకు	-	కొంచెము

పోపుకి కావలపినవి

ఆవాలు	-	1/4 టీస్పూన్
మినపప్పు	-	1/2 టీబుల్స్పూన్
తయారుచేయు విధానము		
★ బియ్యమును కొంచెము బిరుసుగా అన్నము వండాలి.		
★ అన్నము వెడల్పుగల పళ్ళెములో పోసి చల్లారపెట్టి మెతుకులు నిడిగా ఫుండెట్లు కదపాలి.		
★ మినపప్పు తగినంత నీటిలో పోసి రెండుగంటలేపు నానవెట్టాలి.		
★ మినపప్పు నానిన తరువాత దాంబ్లో మిరపకాయలువేసి బరకగా రుబ్బాలి.		
★ రుబ్బెటప్పుడు మధ్యలో ఇంగువ, ఉప్పు వేసి రుబ్బాలి.		
★ బాణలిలో నూనెపోసి కాగిన తర్వాత పోపుసామానులు వేసి వేయించాలి.		
★ వేగిన తర్వాత నూరినముడ్డ వేసి మీడియంసెగలో కలియపెడుతూ పచ్చివాసన పోయేదాకా వేయించాలి. (ఎక్కువనేపు వేయించకూడదు)		
★ అన్నములో ఈ మసాలా వేసి కలియబెట్టాలి.		
★ పైన కరివేపాకు సన్నగా తరిగి చల్లాలి.		
★ పచ్చ రుబ్బెటప్పుడు చిన్న కొత్తిమీర కట్ట, 3 వెల్లుల్లిపాయలు, చిన్న ఆల్మముక్క వేసి రుబ్బుకోవచ్చు.		

కేసరి బాత్ (KESARI BATH)

కావలపిన వస్తువులు

బియ్యము	-	250 గ్రా.
పంచదార	-	350 గ్రా.
నీరు	-	తగినంత
నెఱ్య	-	కొర్కిగా.
కుంకుమపుప్పు	-	కొంచెము (1 టీబుల్స్పూన్ వేడిపాలలో కరిగించాలి)
యాలకులు	-	4
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టీబుల్స్పూన్
ఎండురాక్	-	1 టీబుల్స్పూన్
కేసరిపాడి	-	కొర్కిగా

తయారుచేయు విధానము

★ బియ్యము పుభ్రంగా కడిగి మెత్తగా అన్నము వండాలి.		
★ ప్రెషర్ పాన్లోగానీ, బరువుగల ఇత్తడిపాత్రలోగానీ స్వీమీదపెట్టి దానిలో పంచదార, నీరు తగుమాత్రము (1/4 కప్ప) పోయాలి.		
★ మీడియం సెగలో మెత్తనిపాకము వచ్చేవరకూ కలియపెట్టాలి.		
★ తర్వాత పైగ తగ్గించి అందులో అన్నము, కేసరిపాడి, పాలలో కరిగించిన కుంకుమ పుప్పు వేసి తడిపోయేవరకూ కలపాలి.		
★ స్వీమీదనుండి దించి యాలకుల పాడి వేయించిన జీడిపప్పు ముక్కలు, ఎండురాక్, కొర్కిగా నెఱ్య వేయాలి.		

★ కావాలనుకుంటే తురిమిన కొబ్బరి చల్లుకోవచ్చు.

మరొకపద్ధతి

★ పంచదారకు బదులు పాడిచేసిన కలకండ 3/4 కప్పు వేయవచ్చు. అప్పుడు కేసరిరంగు వేయనక్కర్దదు.

కోవాబాత్ (KHOVA BATH)

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	250 గ్రా.
పంచదారపడి	-	150 గ్రా.
పాలకోవా (పంచదార లేనిది)	-	75 గ్రా.
ఎండుద్రాక్ష	-	1 టీబుల్స్పూన్
జీడిపప్పు	-	1 1/2 టీబుల్స్పూన్ (చిన్నముక్కలుగా చేయాలి)
బాదంపప్పు	-	10
కుంకుమపుప్పు	-	కొర్టిగా
పస్సిరు	-	1 టీబుల్స్పూన్
నెఱ్య	-	2 టీబుల్స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యం శుద్ధంగా కడి పది నిమిషములు నీటిలో నావెట్టి మెత్తగా అన్నము వండాలి.
- ★ వారిన అన్నము వెదల్పుగల పళ్ళములో పోసి రల్లారపెట్టి, మెతుకులు కలవకుండా కలపాలి.
- ★ రల్లారిన తరువాత అందులో కోవా, పంచదార పాడి వేసి కలియపెట్టాలి.
- ★ ఒక స్వాన వేడి పాలలో కుంకుమ పుప్పు వేసి కరగినివ్వాలి.
- ★ బాదంపప్పులు వేడి నీటిలో నావెట్టి భైతోలు తీసి సన్నగా తరగాలి.
- ★ జీడిపప్పు చిన్నముక్కలుగా తరగాలి.
- ★ వెదల్పు గల బాణలిగానీ ప్రెపర్ కుక్కర్లోగానీ కొర్టిగా నెఱ్య వేసి కాగిన తర్వాత జీడిపప్పు ముక్కలు, బాదంముక్కలు, ఎండు ద్రాక్ష వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో కోవా, పంచదార పాడి కలిపిన అన్నము, కుంకుమ పుప్పు పాలు పోసి సన్నని పెగలో నీళ్ళు ఇంకేవరకూ అప్పుడప్పుడు కలియపెడుతూ వేడి చేయాలి.
- ★ ప్పుప్ప మీర నుండి దించి ముందు కొర్టిగా పస్సిరు చల్లి, బాగా కలియపెట్టి వడ్డించే పాతలో పోసి దానీటై వెండి సరిగ పేరు (Silver Foil) అలంకరించాలి.

మామిడి పండు బాత్ (SWEET MANGO BATH)

కావలసిన వస్తువులు

పచ్చి బియ్యము	-	250 గ్రా.
పండిన తిర్యుటి మామిడి పండు	-	2
నెఱ్య	-	2 టీబుల్స్పూన్
పంచదార	-	125 గ్రా.
జీడిపప్పు	-	1 టీబుల్స్పూన్

వెజిటేరియన్ రైస్ వంటలు

ఎండు ట్రాక్స్	-	1 బెట్టుల్ స్వాన్
యాలకుల పాడి	-	కొద్దిగా
కుంకుమ పుష్టి	-	(వేడి చేసిన పాలలో కరగట్టాలి)
తయారుచేయు విధానము		
★ బియ్యము కడిగి పదినిమిషములు నీటిలో నానపెట్టి మెత్తగా అన్నము వండాలి.		
★ వెడల్పు కలిగిన పళ్ళములో అన్నము పోసి చల్లారపెట్టాలి.		
★ తియ్యటి మామిడి పండ్లు ఎంచుకుని వీటిపై తోలు తీసి, పండు భాగము గుజ్జగా పిసికి వడకట్టాలి (మిక్కీలో జ్యాస్ చేసుకోవాలి, వడకట్టినపుడు పీచు తీసి వెయ్యాలి).		
★ బరువుగల ఇత్తడి పాత్రగానీ, ప్రైవర్స్ పాన్ గానీ పాయ్య మీద పెట్టి వేడి చేసి అందులో మామిడిపండు గుజ్జ, పంచదార బాగా కలియపెట్టాలి.		
★ పంచదార పూర్తిగా కరిగిన తర్వాత అందులో అన్నము కలిపి తడిపోయేరకూ జాగ్రత్తగా కలపాలి.		
★ తడి పోయిన తరువాత ప్పువ్ మీద నుండి దింపి అందులో కుంకుమ పుష్టి, పాలు, యాలకుల పాడి కలపాలి.		
★ వేయించిన జీడిపప్పు, ఎండు ట్రాక్స్ పైన అలంకరించి కొద్దిగా నెయ్యి వేసి సర్డీ చెయ్యాలి.		
మరొక పద్ధతి		
★ బియ్యములో చిక్కబీపాలు, మామిడిపండు రసం, నీళ్ళపోసి అన్నము వండాలి. పంచదార మెత్తని బంతి పాకము వచ్చేవరకూ చూసి అన్నములో కలపాలి. బాదంపప్పు వేడి నీళ్ళలో పోసి, పైతోలు తీసివేసి పలచగా తరగాలి. బాదంపప్పు ముక్కలు, జీడిపప్పు ముక్కలు, కొంచెము నెయ్యి వేసి వేయించాలి. వేయించిన పప్పులు, కుంకుమ పుష్టి, అన్నములో కలపాలి. (ఫెఫ్కీం వుంటే పైన అలంకరించాలి).		

కొబ్బరి తీపి పలావు (COCONUT SWEET PALAV)

కావలసిన వస్తువులు		
బాసుమతి బియ్యము	-	250 గ్రా.
తురిమిన కొబ్బరి	-	1/4 కప్పు
కొబ్బరి పాలు	-	2 కప్పులు
పంచదార పాడి	-	1 కప్పు
నెయ్యి	-	3 బెట్టుల్ స్వాన్
జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 1/2 బెట్టుల్ స్వాన్
ఎండు ట్రాక్స్	-	1 బెట్టుల్ స్వాన్
యాలకుల పాడి	-	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము కడిగి పది నిమిషములు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ బరువుగల ఇత్తడి పాత్రగానీ, ప్రైవర్స్ పాన్ గానీ కొబ్బరి పాలు పోసి, అది కాగిన తర్వాత మరగటం ప్రారంభించాక బియ్యము వేసి మూతపెట్టి సన్నని సెగలో తడిపోయేరకూ వేయించాలి.
- ★ బాణలిలో వేరుగా కొంచెము నెయ్యి వేసి తురిమిన కొబ్బరి వేసి వేయించాలి.

- ★ అన్నము ఉడికిన తరువాత అందులో కొబ్బరి తురుము, పంచదార పాడి, 1 1/2 టేబుల్ స్పూన్ నెఱ్య వేసి కలపాలి.
- ★ తడి పూర్తిగా పోయేదాకా వేయించి స్ఫోర్ మీద నుండి దింపాలి.
- ★ మిగిలిన నెఱ్య బాణలిలో వేసి కాగిన తరువాత జీడిపప్పు, ఎండుర్రాక్ష వేయించాలి.
- ★ వేయించినపి అన్నములో కలపాలి. యూలకుల పాడి వేసి అన్నిటిని కలిపి వేడిగా స్ఫోర్ చేయాలి.

పనసపండు పలావు (JACK FRUIT PALAV)

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	250 గ్రా.
సన్నగా తరిగిన పనసపండు ముక్కలు	-	3/4 కప్పు
పంచదార పాడి	-	3/4 కప్పు
తేనె	-	1 టేబుల్ స్పూన్
నెఱ్య	-	3 టేబుల్ స్పూన్
ఫ్రెష్ క్రీమ్	-	1 1/2 టేబుల్ స్పూన్
యూలకుల పాడి	-	చిట్టికెడు
వెనీలా ఎస్పెన్స్	-	10 చుక్కలు
జీడిపప్పు	-	12
ఎండుర్రాక్ష	-	1 టీ స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము కడిగి పదినిమిములు నీటిలో నానపెట్టాలి. వడకట్టి నీరు వంచాలి.
- ★ బరువుగల పాత్రగానీ, ప్రాషం కుక్కలోగానీ 2 కప్పులు నీరు పొసి పాయ్యి మీద పెట్టి కాగిన తరువాత మరగటం ప్రారంభించగానే బియ్యమువోసి మూతపెట్టి సన్నని సెగలో పదినిమిములనేపు ఉడకనివాలి.
- ★ అన్నము ఉడికిన తర్వాత సగము నెఱ్య, పంచదారపాడి, కలర్, పనసపండుముక్కలు వేసి కలపాలి.
- ★ సన్నటి సెగలో తడిపోయేవరకూ ఉడికించాలి.
- ★ దాంట్లో తేనె, ఫ్రెష్ క్రీమ్, యూలకుల పాడి వేసి కలిపి స్ఫోర్ మీద నుండి దించాలి.
- ★ బాణలిలో మిగిలిన నెఱ్య వేసి కాగిన తర్వాత జీడిపప్పు, ఎండుర్రాక్ష వేయించి అన్నములో కలపాలి.

పైనాపిల్ పలావు (PINEAPPLE PALAV)

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	250 గ్రా.
ఆజా అనాసపండు	-	1/2 (లేక) టీస్పూలో వుండేవైవాడవచ్చు
పంచదార	-	125 గ్రా.
నెఱ్య	-	3 టేబుల్ స్పూన్
యూలకుల పాడి	-	కొర్టిగా

వెజిబెరియన్ రైస్ వంటలు

బాదంపప్పు	-	12
జీడిపప్పు	-	12
కుంకుమపుప్పు	-	కొర్డిగా (వెచ్చటి పాలలో కరిగించాలి)
ప్రెవ్ క్రీమ్	-	2 టేబుల్ స్యాన్స్

తయారుచేయు విధానము

- ★ బాసుమతి బియ్యము కడిగి, నీటిని వడకట్టాలి. (నాన పెట్టరాదు).
- ★ బాణిలో 1/2 టీస్యాన్ నెఱ్యు వేసి బియ్యము తడిపోయే వరకూ వేయించాలి.
- ★ గిన్నెలో అనాసపండు చిన్నముక్కలుగా కోసి, దానిలో కొర్డిగా నీరు పోసి, పంచదార వేసి సన్నని సెగలో ఉడకపెట్టాలి. పండు ముక్కలు మెత్తబడిన వెంటనే దించాలి.
- ★ టీస్యులో వుండే అనాసముక్కలు ఖాడేటట్లయితే అందులో జీరా వడకట్టి వేరుగా వుంచి, అనాసపండు ముక్కలు తరగాలి. జీరాలో కొంచెము పంచదార కలిపి వేడి చేసి చిక్కబడి జీరాగా తయారు చేయాలి.
- ★ బాదంపప్పు వేడినిటిలో వేసి, షైల్ఫులు తీసి జీడిపప్పు కలిపి మెత్తతి ముద్దగా నూరాలి. అందులో కుంకుమపుప్పు పాలు కలిపి విడిగా వుంచాలి.
- ★ బరువుగల పాత్రలో గానీ, ప్రెషర్ పాన్లో గానీ 2 1/2 కప్పులు నీరు పోసి అవి మరిగే వరకూ కాచి అందులో బియ్యము వేసి, మూత్రపెట్టి తడిపోయే వరకూ ఉడకపెట్టాలి.
- ★ తరువాత మూత తీసి అందులో ఉప్పు, పంచదార జీరా, అనాసపండు ముక్కలు వేసి కలపాలి.
- ★ ద్రాంట్లో బాదంపప్పు, జీడిపప్పుల ముద్ద, కుంకుమ పుప్పుపాలు, ప్రెవ్ క్రీమ్ కలపాలి.
- ★ దాంట్లో 1 1/2 టేబుల్ స్యాన్ల నెఱ్యు వేసి తడి పూర్తిగా పోయేవరకూ కలిపి స్ఫ్రెంజ్ మీద నుంచి దించాలి.
- ★ పైన యాలకులపాడి చల్లి మిగిలిన నెఱ్యు కలపాలి. వేడి వేడిగా సర్డ్ చేయండి.

జర్దా పులావ్ (ZARDHA PALAV.)

కావలసిన వస్తువులు

బాసుమతి బియ్యము	-	200 గ్రా. (1 కప్పు)
యాలకులు	-	3 లేక 4
నెఱ్యు	-	2 టేబుల్ స్యాన్స్
కేసరిపాడి	-	1/4 టీ స్యాన్
పాలు	-	1/4 కప్పు
నీరు	-	1 1/2 కప్పులు
పంచదార	-	100 గ్రా. (1/2 కప్పు)
బాదంపప్పులు	-	6

పిస్తాపవ్వులు	-	1 టీ స్వాన్
అక్రోటుపవ్వులు	-	1 టీ స్వాన్
గింజలులేని ఫర్జురం పండ్లు	-	4
చెర్రీ పండ్లు	-	3
పస్తీరు	-	1 1/2 టీ స్వాన్
పంచదారలేని పాలకోవా	-	100 గ్ర.
పంచదార పాడి	-	2 టీ స్వాన్
వెండి సరిగ పేపరు	-	ఆలంకరించటానికి

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము కడిగి అరగంటసేపు నీటిలో నానపెట్టాలి.
- ★ బరువుగల ఇత్తడి పాత్రలోగానీ, ప్రెషర్కుక్కర్లోగానీ నెఱ్య వేసి పాయ్యి మీద పెట్టి కాగిన తర్వాత యాలకులు వేయించాలి.
- ★ అందులో 1 1/2 కప్పుల నీరు పోసి, కేసరిపాడి కలిపి నీరు మరగటం ప్రారంభించాక బియ్యము పాయ్యాలి.
- ★ దాంట్లో పాలు పోసి కలిపి, మూతపెట్టి సన్నని సెగలో అన్నము ఉడకపెట్టాలి.
- ★ వేరొక పాత్రలో 1/3 కప్పుల నీటిలో పంచదార కలిపి వేడి చేసి కరిగిన తర్వాత చిక్కటి జీరా తయారు చేయాలి.
- ★ పాలకోవా చేతితో నలిపి పాడిగా చేసి గిన్నెలో వేయాలి. దాంట్లో పంచదార పాడి, పస్తీరు సన్నగా తరిగిన పవ్వులు, డైప్పుట్టు (శుంబే) కలపాలి.
- ★ అన్నము పూర్తిగా ఉడికిన తర్వాత పంచదార జీరా, పాలకోవా మిశ్రమము దాంట్లో కలపాలి.
- ★ సన్నటి సెగలో అన్నములో తడి పూర్తిగా పోయే వరకూ స్ఫుర్తి మీదనే ఉడికించి దించాలి.
- ★ వడ్డించే గిన్నెలోకి అన్నము తీసి పైన వెండి సరిగ పేపరు ఆలంకరించి వడ్డించాలి.

కట్ పాంగల్ (VEN PONGAL)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	200 గ్ర.
పెసరపవ్వు	-	50 గ్ర.
నెఱ్య	-	తగినంత
నల్లమిరియాలు	-	1 1/2 టీ స్వాన్
జీలకర్	-	1 టీ స్వాన్
ఉప్పు	-	తగినంత
నీరు	-	తగినంత

జీడిపప్పు ముక్కలు	-	1 టేబుల్ స్యాన్
సన్నగా తరిగిన అల్లము	-	1 టేబుల్ స్యాన్
కరివేపాకు	-	కొద్దిగా

తయారుచేయు విధానము

- ★ బియ్యము, పెసరపప్పు కలిపి కడిగి అందులో 5 కప్పులు నీరు కలపాలి.
- ★ ప్రెషర్ కుక్కర్ లో బియ్యము, నీరు కలిపిన పాత్ర పెట్టి, మూత్రపెట్టి, వెయిట్ పెట్టి పదినిమిషముల సేపు ఉడికించాలి.
- ★ ఉడికిన తరువాత మూత్ర తీసి ఉప్పు, కరివేపాకు, అల్లం ముక్కలు, అరకప్పు పాలు పోయాలి.
- ★ బాణలిలో కొద్దిగా నెయ్య వేసి కాగిన తర్వాత అందులో జీడిపప్పులు, జీలకర్, మిరియాలు వేయించి పొంగలిలో కలపాలి.
- ★ కొంచెము నెయ్య పైన వేసి వడ్డించాలి.
- ★ కుక్కర్ లో బియ్యము, పప్పు పోసిన నీరు నాలుగు కప్పులు చాలు. వెయిట్ పెట్టి సెగ తగ్గించి పది నిమిషములు ఉడికించాలి. బియ్యము నానపెట్టరాదు.
- ★ కుక్కర్ లోగాక వేరే పాత్రలో చేసే యెడల మూత్రపెట్టి పావుగంటసేపు ఉడికించాలి. 5 నిమిషముల కొకసారి కలియపెట్టాలి. చివరలో అన్నము అడుగంటకుండా కలపాలి.

చెక్కుర పాంగలి (SWEET PONGAL)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	200 గ్రా.
పెసరపప్పు	-	50 గ్రా.
బెల్లము పాడి	-	1 1/4 కప్పు
జీడిపప్పు ముక్కలు, ఎండు భ్రాక్	-	2 టేబుల్ స్యాన్
యాలకులపాడి	-	1/4 టీ స్యాన్
నెయ్య	-	1/4 కప్పు
నీరు	-	1/2 కప్పు (బెల్లము పాకం చేయటానికి)

తయారుచేయు విధానము

- ★ పెసరపప్పు బాణలిలో కొంచెముసేపు వేయించాలి.
- ★ బియ్యము కడిగి కుక్కర్ పాత్రలో పోసి పెసరపప్పు, 4 1/2 కప్పుల నీరు కుక్కర్ లో పెట్టి పది నిమిషములు మెత్తగా ఉడికించాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణలిలో 1/2 కప్పు నీరు పోసి, కాగిన తర్వాత బెల్లము పాడి వేసి కరిగేవరకూ కలపాలి.
- ★ బెల్లము కరిగిన వెంటనే స్ఫ్రెంజ్ మీద నుంచి దించి వడకట్టి దాంటోని మురికి తీసి వేయాలి.

- ★ బాణలో కడిగి మరలా అందులో బెల్లము, నీళ్ళపోసి లేత పాకం వచ్చేవరకూ ఉడికించాలి.
- ★ అందులో ఉడికించిన పప్పు, బియ్యం వేసి మీడియం సెగలో రెండు నిమిషములు కలియిపెడుతూ ఉడికించిన తర్వాత స్వవ్ర మీద నుంచి దించాలి.
- ★ బాణలో నెఱ్యు వేసి కాగిన తరువాత అందులో జీడిపప్పు, ఎండుద్రాక్ష వేగేరాకా వేయించాలి.
- ★ రాంట్లో యాలకుల పాడి చల్లి ఒకసారి కలియిపెట్టి వేడిగా సర్వ చేయాలి.

పాల పొంగల (MILK PONGAL)

కావలసిన వస్తువులు

క్రొత్త పచ్చిబియ్యం	-	1 కప్పు
ఉప్పు	-	తగినంత
పాలు	-	10 కప్పులు

తయారుచేయు విధానము

- ★ పాలను బరువుగల ఇత్తడి పాతలో పోసి కాగినివ్వాలి. అందులో 2 కప్పుల పాలు వేరుగా వుంచాలి.
- ★ పాలు బాగా కాగి మరగటం ప్రారంభము కాగానే కడిగిన బియ్యం వేయాలి. (బియ్యం నాన పెట్టరాదు).
- ★ అన్నము మెత్తగా ఉడుకునంతవరకూ మీడియం సెగలో ఉంచాలి. అప్పుడప్పుడు కలియిపెట్టాలి.
- ★ ఉడికేటప్పుడు పాలు ఇంకిపోయిన, వేరుగా వుంచిన పాలు పోయాలి. కలుపుతూండాలి.
- ★ మెత్తగా పుడికిన తర్వాత స్వవ్ర మీద నుంచి దించి మెత్తని ఉప్పు వేసి కలియిపెట్టాలి.
- ★ సాంబారుతో గానీ కొత్తమీర చట్టతోగానీ వేడి వేడిగా వడ్డించాలి.
- ★ బియ్యం పాతవి అయిన పాలు ఎక్కువగా కలపాలి. 1 లీటరు పాలుకి 3 కప్పుల నీరు కలపవచ్చు. ఔ కొలతలో ఇచ్చిన పాలు ఇంకిపోయేవరకూ అన్నము పుడికించాలి. ఎక్కువసేపు పాలలో ఉడికిన రుచిగా వుంటుంది.

తీపి పాల పొంగల (AKKARA VADISAL)

కావలసిన వస్తువులు

కొత్త బియ్యము	-	200 గ్రా.
పాలు	-	10 కప్పులు
యాలకులపాడి	-	1/4 టీ స్పూన్
బెల్లము పాడి	-	1 1/2 కప్పు
నెఱ్యు	-	3 బేచుల్ స్పూన్

వెజబేరియన్ ట్రైస్ వంటలు

జీడిపప్పు ముక్కలు	-	2 టేబుల్ స్పూన్
ఎందు ద్రాక్ష	-	1 టేబుల్ స్పూన్

తయారుచేయు విధానము

- ★ ముందుగా పాలపాంగలి తయారు చేసుకోవాలి. (ఉప్పు కలపరాదు).
- ★ పెసరపప్పుకి తగినంత నీరు పోసి వేరుగా బరువుగల పాత్రలో ఉడికించాలి.
- ★ ఉడికిన తరువాత అందులో పాలపాంగలి కలపాలి.
- ★ దాంట్లో కొర్కి కొర్కిగా బెల్లము కలిపి అది పూర్తిగా కరిగే వరకూ కలియపెడతూ వుండాలి.
- ★ గట్టిగా అయిన కొంచెము పాలు కలపవచ్చు.
- ★ స్ఫ్రె మీద నుంచి దించి అందులో నేతిలో వేయించిన జీడిపప్పు, ఎందు ద్రాక్ష కలపాలి.
- ★ దాంట్లో యాలకుల పాడి కలిపి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

క్షీరాస్సము (KSHEERANNAM)

కావలసిన వస్తువులు

చియ్యం	-	200 గ్రా.
పాలు	-	10 కప్పులు
పంచదార	-	200 గ్రా.
జీడిపప్పు	-	1 టేబుల్ స్పూన్
ఎందు ద్రాక్ష	-	1 టేబుల్ స్పూన్
పిస్త్ర పప్పు	-	1 టేబుల్ స్పూన్
నెయ్య	-	3 టేబుల్ స్పూన్
కుంకుమపువ్వు	-	కొంచెము (వెచ్చబీ పాలలో కరిగించాలి)

తయారుచేయు విధానము

- ★ ముందు చెప్పిన ప్రకారం పాలపాంగలి తయారు చేసుకోవాలి. (ఉప్పు వేయరాదు)
- ★ చియ్యము ఉడికిన తర్వాత సెగ తగ్గించి కొర్కి కొర్కిగా పంచదార కలుపుతూ వుండాలి.
- ★ పంచదార పూర్తిగా కరిగిన తర్వాత అంతా బాగా కలిపి స్ఫ్రె మీద నుండి రింపి వుంచాలి.
- ★ నేతిలో వేయించిన జీడిపప్పు, ఎందుద్రాక్ష, పిస్త్ర పాలలో నానవెట్టిన కుంకుమపువ్వు, జొపుత్తి, జాజికాయ పాడి, పాల పాంగలిలో వేసి కలపాలి.
- ★ మిగిలిన నెయ్య వేడి చేసి అందులో పోసి వేడిగా సర్వ్ చేయాలి.

★ పంచదారకి బదులు మెత్తని కలకండ వాడవచ్చు. చిక్కటి పాలకి బదులు పాలు, నీరు సమంగా కలిపి వాడవచ్చు.

(జహాలా బాత్) పెరుగవ్వము

తయారుచేయు విధానము

- ★ ముందు చెప్పిన విధంగా పాలపాంగలి చేసి చల్లార పెట్టాలి. కొంచెం సన్గగా తరిగిన పచ్చి

మిరపకాయలు, ఆవాలు, మినపప్పు, శనగపప్పు వేసి పోపుపెట్టి అందులో వేయాలి. తగినంత ఉప్పు, ఒక కప్పు కమ్మని పెరుగు కలిపి పైన కొత్తిమీర చల్లి సర్డీ చేయవచ్చు.

★ కావాలనుకునేవారు తరిగిన అల్లము, కరివేపాకు, పచ్చిమామిడికాయ ముక్కలు కలుపుకోవచ్చు. ఇంకా తియ్యటి ద్రాక్ష, తురిమిన కేరట్, సన్నగా తరిగిన కీరదోసకాయల ముక్కలు కూడా కలుపుకోవచ్చు.

బభ్యులికూర పాంగలి (SPINACH MASALA PONGAL)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	200గ్రా.
పెసరపప్పు	-	50గ్రా.
బహులి కూర	-	2 కట్టలు
పచ్చిమిరపకాయలు	-	8
ఉల్లిపాయలు	-	3
టమోటాలు	-	3
పచ్చిపంకాయలు	-	3
అల్లము	-	1/2 అంగుళము ముక్క
గరంమసాలాపాడి	-	1/2 బీస్పూన్
నెయ్య	-	3 బీబుల్స్పూన్స్
జీలకర్డ	-	1 బీస్పూన్స్
జీడిపప్పుముక్కలు	-	2 బీబుల్స్పూన్స్
కర్ణపాకు	-	కొర్డీగా

తయారుచేయు విధానము

- ★ స్ఫ్రె మీద వెడల్పుగల బాణాలి పెట్టి వేడి అయ్యాక బియ్యము, తర్వాత పెసరపప్పు విడివిడిగా వేయించి పెట్టుకోవాలి. (నూనె వేయరాదు).
- ★ ఉల్లిపాయలు, టమోటాలు, వంకాయ సన్నగా ముక్కలు తరగాలి. పచ్చిమిరపకాయలు నిలువుగా రెండు ముక్కలుగా తరగాలి. బహులి కూర నీలయినంత సన్నగా తరగాలి.
- ★ వెడల్పుగల బాణాలిగానీ, ప్రెషర్ పాన్లోగానీ, స్ఫ్రె మీద పెట్టి వేడికైన తర్వాత నూనెపోసి వరుపగా పచ్చిమిరపకాయలు, ఉల్లిపాయలు, వంకాయలు వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లో టమోటాలు ముక్కలుగా తరిగి వేయాలి. మెత్తగా ఉడికిన తర్వాత తరిగిన బహులికూర వేసి వేయించాలి.
- ★ దాంబ్లోనే అల్లంముక్కలు, మసాలాపాడి, ఉప్పు వేసి 4 లేక 5 కప్పులు నీరు పోయాలి.
- ★ నీరు కాగి మరిగిన తర్వాత వెంటనే బియ్యము, పెసరపప్పు కలిపి ప్రెషర్కుల్కర్ పొత్తలో పోయాలి.

- * ఆ పాత్రను ప్రెషర్డ్ క్రూర్ లో పెట్టి 10 నిమిషములసేపు ఉడకపెట్టాలి.
- * ఉడికిన తర్వాత వేయించిన జీలకర్, జీడిపప్పు, కర్బోపాకు వేసి కలపాలి.
- * మిగిలిన నెయ్యిని వేడి చేసి అన్నములో పోసి కలిపి వేడిగా వడ్డించాలి.

పప్పు అన్నము (DHAL RICE)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	200గ్రా.
కందిపప్పు	-	100గ్రా.
సాంబారు ఉల్లిపాయలు	-	100గ్రా.
కర్బోపాకు	-	కొడ్దిగా
నల్లమిరియాలు	-	1 టీస్పూన్
జీలకర్	-	1 1/2 టీస్పూన్.
వరుగు మిరపకాయలు	-	8
నూనె	-	2 టీబుల్స్ స్పూన్)
నెయ్య	-	2 టీబుల్స్ స్పూన్)
ఉప్పు	-	తగినంత
వెల్లుల్లి	-	10 పాయలు

తయారుచేయు విధానము

- * ప్రెషర్డ్ క్రూర్ లో కాంచెము నూనె పోసి స్వీమిండ పెట్టి కాగిన తర్వాత వెల్లుల్లి వేసి వేగినివ్వాలి.
- * దాంబ్లో సాంబారు ఉల్లిపాయలు వేసి వేయించి, వేగాక కర్బోపాకు, జీలకర్, మిరియాలు, వరుగు మిరపకాయలు వేసి వేగేడాకా వేయించాలి.
- * దాంబ్లో 5కప్పుల నీరు పోసి, ఉప్పు వెయ్యాలి.
- * నీరుని మరిగేటప్పుడు పప్పు, బియ్యం వేసి బాగా కలిపి మూత్రపెట్టి సెగను తగ్గించి 10నిమిషములసేపు వెయిట్ వుంచాలి.
- * ఉడికిన తర్వాత స్వీమిండ నుండి దించి, కొడ్దిగా నెయ్య కలిపి సర్వీ చేయాలి.

పెసరపప్పు శోజ్జీ (RICE & GREEN GRAM DHAL BATH)

కావలసిన వస్తువులు

బియ్యం	-	200గ్రా.
పెసరపప్పు	-	75గ్రా.
వరుగు మిరపకాయలు	-	8
నూనె	-	3 టీబుల్స్ స్పూన్)

ఉపు	-	తగినంత
తురిమిన కొబ్బరి	-	3 టీబుల్స్పూన్స్
నీరు	-	3 1/2కప్పులు
తయారుచేయు విధానము		
★ బాణి పాయ్యిమిదవెట్టి స్వీటెలిగించి (నూనె వెయ్యకుండా) బియ్యం, పెనరపప్పు విడివిడిగా వేయించాలి.		
★ ప్రెషర్కుక్కర్లో కొర్కిగా నూనె పోసి కాగిన తర్వాత వరుగు మిరపకాయలు వేయించాలి.		
★ దాంట్లో నీరు పోసి ఉపు, తురిమిన కొబ్బరి వేయాలి.		
★ అది కాగిన తర్వాత(మరిగేటప్పుడు) బియ్యం, పెనరపప్పు వేసి బాగా కలిపి మీడియం సెగలో 10నిమిషములుంచాలి.		
★ ఉడికిన తర్వాత నువ్వుల పచ్చడితో వడ్డించిన బాగుంటుంది.		
నువ్వుల పచ్చడికి కావలసినవి		
చింతపండు	-	కొర్కిగా
నువ్వులు	-	4 టీస్పూన్స్
ఎండుమిరపకాయలు	-	4
ఉపు	-	తగినంత
బెల్లముపాడి	-	1 టీస్పూన్స్
మిరప్పెడి	-	1/2 టీస్పూన్స్

తయారుచేయు విధానము

- ★ చింతపండు ఒక కప్పు నీటిలో నానపెట్టి గుజ్జ లీయాలి.
- ★ నువ్వులు బాణిలో(నూనె లేకుండా) వేయించి పాడి కొట్టాలి.
- ★ బాణిలో కొర్కిగా నూనెపోసి కాగాక ఆవాలు, ఎండుమిరపకాయలు వేసి పోవెట్టి ఆందులో చింతపండు రసం పోసి, ఉపు, బెల్లము వేసి పచ్చివాసన పాయెవరకూ ఉడకపెట్టాలి.
- ★ దాంట్లో నువ్వులపాడి, మిరప్పెడి వేసి కలపాలి.
- ★ అది చిక్కగా అయ్యటంతపరకూ స్వీ మీద వుంచి కలుపుతూ వుండాలి.
- ★ పచ్చడిలా చిక్కబడిన తర్వాత స్వీ మీద నుంచి దించాలి.

ఔ...ఔ