વિવિધ મસાલા

૧. દૂધનો મસાલો ....., ૨. ચાનો મસાલો ....., ૩. શાકનો મસાલો ....., ૪. ઠંડાઈ પાવડર ....., ૫. ચાટ મસાલો ..... ૬. સાંભાર મસાલો ....., ૭. છોલે મસાલો ....., ૮. પાણી-પૂરી મસાલો ....., ૯. સૂક્કી શિંગની ચટની ....., ૧૦. સંભાર મસાલો ....., ૧૧. કાળો મસાલો ....., ૧૨. રસમ પાવડર ....., ૧૩. પેપીનો મસાલો .....

૧. દૂધનો મસાલો

સામગ્રી ૦: ૨૦૦ ગ્રામ બદામ (ફોતરાં સાથે અથવા ફોતરાં વિના), ૨૦૦ ગ્રામ પિસ્તા (ફોતરાં સાથે અથવા ફોતરાં વિના), ૧ ગ્રામ કેસર, ૧ ટેબલસ્પૂન એલચીનો ભૂક્કો, ચપટી જાયફળનો ભૂક્કો (મરજિયાત), ૧૦૦ ગ્રામ કાજુ.

રીત ૦: ૧. બદામ, કાજુ અને પિસ્તાનો કરકરો ભૂક્કો અથવા ઝીણા કતરેલાં. ૨. વાટકી ગરમ કરવી, તાપ બંધ કરવો, વાટકીમાં કેસર ગરમ કરવું, ભૂક્કો કરવો. ૩. વાટકીમાં બદામ, પિસ્તાં કેસર, એલચી અને જાયફળના ભૂક્કાને ભેગો કરવો. મસાલો ડબ્બામાં ભરવો. જરૂરિયાત પ્રમાણે દૂધમાં, મીઠાઈમાં અથવા સુશોભન માટે વાપરવા. બદામ, પિસ્તાનો વપરાશ વ્યક્તિની ઈચ્છા પ્રમાણે.

૨. ચાનો ગરમ મસાલો

સામગ્રી ૦: ૩૫૦ ગ્રામ સૂંઠના ગાંગડા, ૧૦૦ ગ્રામ તજ, ૧૦૦ ગ્રામ લવિંગ, ૧૦૦ ગ્રામ મોટા એલચા, ૨૦૦ ગ્રામ ઈલાયચી, ૫૦ ગ્રામ કાળામરી, ૨૫ ગ્રામ પીપરીમૂળના ગાંગડા (મરજીયાત)

રીત ૦: સૂંઠ અને પીપરીમૂળને ૨-૩ કલાક સુધી સૂકવવા. ૨. સૂંઠ, પીપરીમૂળ વગેરે બધું જ ભેગું કરવું. મિકસરમાં ભૂક્કો કરવો. ઝીણા કાણાંને ચાળણીથી ચાળી, માસાલાને બરણીમાં ભરવો. ૩. જરૂરિયાત પ્રમાણે ચામાં વાપરવો. દરેકના સ્વાદ પ્રમાણે મસાલાની વસ્તુઓ ઓછી-વત્તી કરવી.

૩. શાકનો ગરમ મસાલો

સામગ્રી ઃ ૨૦૦ ગ્રામ ધાણા, ૧૦૦ ગ્રામ લાલ મરચાં, ૧૦૦ ગ્રામ શાહજીરું , ૫૦ ગ્રામ મોટા એલચા, ૫૦ ગ્રામ તજ, ૫૦ ગ્રામ લવિંગ, ૨૫ ગ્રામ દગડફૂલ, ૨૦ ગ્રામ વરિયાળી, ૧૦ ગ્રામ તમાલપત્તા (તેજપત્તા)

રીત ઃ ૧. બધી જ વસ્તુઓ ભેગી કરવી, મિકસરમાં ભૂક્કો કરવો. ૨. ઝીણા કાણાંની ચાળણીથી ચાળી, મસાલાને ડબ્બામાં અથવા બરણીમાં ભરવો.

૪. ઠંડાઈ પાવડર

સામગ્રી ઃ ૧૦૦ ગ્રામ બદામ, ૨. ચમચા તરબૂચના બી, ૨ ચમચા ગુલાબની પત્તી, ૧ ચમચો કાળામરીના દાણા,

૨ ચમચી વરિયાળી, ૧ ચમચી ઈલાયચીના દાણા, અડધી ચમચી કેસર, ૩૦૦ ગ્રામ ખાંડ.

રીત ઃ બદામ થોડી શેકી ઠંડી કરો. પછી તરબૂચના બી, ગુલાબની પત્તી અને વરિયાળી અલગ અલગ થોડી શેકી લો. કેસર છોડીને બધી સામગ્રી મિક્સ કરી મિકસરમાં વાટી પાવડર કરવો. ઝીણી ચાળણીથી ચાળવું, કઢાઈ ગરમ કરી એક મિનિટ સુધી કેસર શેકવું. શેકાઈ ગયા પછી તેનો પાવડર કરવો. મિકસ કરી ડબ્બામાં ભરવો.

નોંધ ઃ ઠંડાઈ બનાવવાની પહેલાં આ પાવડર ૧૦ મિનિટ દૂધમાં પલાળવો. જેથી તેનો સ્વાદ વધારે સારો આવે.

૫. ચાટ મસાલો

સામગ્રી ઃ ૮ ટેબલસ્પૂન શેકેલા જીરાનો પાવડર (મેંદાના ચારણાથી ચાળેલો), ૫ ટેબલસ્પૂન આમચૂર પાવડર, ૧ ટેબલસ્પૂન કાળામરીનો પાવડર, ૧ ટેબલસ્પૂન સૂંઠ પાવડર, ૧ ટેબલસ્પૂન સંચળ, ૨ ટેબલસ્પૂન સાદુ મીઠું, અથવા સિંધવ, ૧ નાનો ટુકડો તજ, ૨ નંગ લવિંગ, ૧/૪ ટેબલસ્પૂન સહાજીરું, ૨ નંગ તેજપત્તા, જરાક ટુકડો જાયફળ, ૨ ટેબલસ્પૂન વરિયાળીનો પાવડર.

રીત ઃ બધી સામગ્રી મિક્ષ્ચરમાં પીસીને મેંદાની અથવા લોટની ચારણીથી ચાળી લેવું.

૬. સાંભાર મસાલો

સામગ્રી ઃ ૮-૧૦ કોથમીર મરચાં, ૨ ચમચી મેથીદાણા, ૧ ચમચી જીરું, ૧ ચમચી અડદની દાળ, ૧ ચમચી ચણાની દાળ, ૧ ચમચી ચણાની દાળ, ૧ ચમચી આખા મરી, ૨ ચમચી તેલ, ૧/૨ ચમચી આખા ધાણા, ૧ નાનો ટુકડો તજ.

રીત ઃ બધો મસાલો તેલમાં શેકીને ઠંડો કરી પીસી લેવો.

૭. છોલે મસાલો

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ ધાણા, ૧૦૦ ગ્રામ જીરું, ૧૦ ગ્રામ લવિંગ, ૧૦ ગ્રામ તમાલપત્ર, ૧૦ ગ્રામ એલચા, ૧૦ ગ્રામ કાળામરી, ૨૦ ગ્રામ સૂકા બોરીયાં મરચાં, ૧૦ ગ્રામ સૂંઠ, ૧૦ ગ્રામ સંચળનો ભૂક્કો, ૧૦ ગ્રામ આમચૂર, ૫ ગ્રામ વરિયાળી, ૫ ગ્રામ હળદર, ચપટી હિંગ, ૨ ચમચી તેલ.

રીત ઃ સંચળનો ભૂક્કો, આમચૂર પાવડર, હળદર, હિંગ સિવાયની બધી વસ્તુઓ તેલમાં શેકીને ઠંડુ કરી, બધું મિક્સ કરીને પીસી લેવું.

૮. પાણી-પૂરી મસાલો

સામગ્રી ઃ ૧. ટેબલસ્પૂન સિંધવ અથવા મીઠું પીસેલું, ૩ ટેબલસ્પૂન આમચૂર ગરમ કરીને કડક કરેલા ૧ ટેબલસ્પૂન જીરુ લાલ થાય ત્યાં સુધીમાં ધીમા તાપે શેકેલું ૧/૨ ટેબલસ્પૂન લાલ મરચાં થોડા ગરમ કરીને પીસેલા, ૧ ટેબલસ્પૂન સંચળ મોટા ટુકડા કરીને ગરમ કરી પીસેલું, ૧/૨ ટેબલસ્પૂન સૂંઠ ટુકડા કરીને થોડી શેકેલી પીસેલી, ૧/૪ ટેબલસ્પૂન હિંગ ઝીણી પીસેલી, ૧/૨ ટેબલસ્પૂન તેજપત્તા લાલ થાય ત્યાં સુધી શેકીને પીસેલા.

રીત ઃ બધો મસાલો જુદો જુદો અથવા એક સાથે પીસીને મેંદાની ચારણીની ચાળી લેવો.

૯. સૂક્કી શિંગની ચટની

સામગ્રી ઃ ૧ કપ કાચી શિંગ, ૧ ચમચો લાલ મરચું, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૨ ચમચી શેકીને પીસેલું જીરું, ૨ ચપટી હિંગ, ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, પ્રમાણસર મીઠું પાકું.

રીત ૦ઃ શિંગને શેકીને તેના ફોતરાં કાઢી લેવા. મિકસરમાં શિંગને પીસવી. બહુ ઝીણું નહીં પીસવું, થોડું મોટું રાખવું, તેમાં બીજો બધો મસાલો મિકસ કરી લેવો. (આ ચટની ખાખરા, ઈડલી અને ઢોસા સાથે સારી લાગે)

૧૦. સંભાર મસાલો (મેથી મસાલો)

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫૦ ગ્રામ પીસેલા લાલ મરચાં, ૧૫૦ ગ્રામ રાઈના કુરિયા અધકચરા, ૧૫૦ ગ્રામ ધાણાજીરું પીસેલું, મીઠું પાકું પ્રમાણસર, આમચૂર પાવડર પ્રમાણસર, થોડી હિંગ, ૨ ચમચા સરસવનું તેલ.

રીત ૦ઃ એક કથરોટમાં લાલ મરચાનું ગોળ કુંડાળું કરી તેની અંદર ધાણાજીરું તેની અંદર રાઈનું તેની અંદર આમચૂર પાવડરનું તેની અંદર મીઠું અને વચમાં હિંગ એવી રીતે કથરોટમાં ગોઠવવું. તપેલીમાં તેલ એકદમ ગરમ કરવું, તે તેલ થોડું થોડું હિંગ ઉપર રેડવું, એટલે હિંગ પાકી થઈ જાય. પછી તેમાં મીઠાનો થર મિકસ કરો. પછી આમચૂર પાવડરનો પછી થોડું ઠંડુ થવા દો પછી રાઈ, ધાણાં અને મરચાં મિક્સ કરવાં. આમ તમારો સંભાર મસાલો તૈયાર થઈ જશે.

૧૧. કાળો મસાલો

સામગ્રી ૦ઃ તેલ મસાલો શેકવા માટે, ૧ કિલો ધાણા, ૧૦૦ ગ્રામ જીરું, ૫૦ ગ્રામ શાહજીરું, ૧૨૫ ગ્રામ કાળા તલ, ૧૨૫ ગ્રામ સફેદ તલ, ૨૫૦ ગ્રામ સૂક્કુ કોપરું (પાતળી સ્લાઈઝ), ૨૫ ગ્રામ લવિંગ, ૨૫ ગ્રામ તજ, ૨૫ ગ્રામ કાળા મરી, ૫૦ ગ્રામ તેજપત્તા, ૫૦ ગ્રામ હળદરનો ગાંગડો (મોટો કુટેલો), ૨૫ ગ્રામ ચકરી ફુલ, ૨૫ ગ્રામ જાવંત્રી.

રીત ૦ઃ ૧. ધાણામાં ૧ ટેબલસ્પુન તેલ નાખીને ધીમી ઓરા ઉપર લાલ થાય ત્યાં સુધી શેકવા. ૨. જીરું અને શાહજીરું બંનેમાં ૧/૪-૧/૪ ટેબલસ્પુન તેલ નાંખીને અલગ અલગ લાલ થાય ત્યાં સુધી શેકવું. ૩. કાળા અને સફેદ તલ વગર જ લાલ થાય ત્યાં સુધી શેકવા. ૪. કડાયામાં અંદાજથી અડધો કપ તેલ ગરમ કરીને પહેલાં તેમાં કોપરાની સ્લાઈઝને લાલ કરવી. તે બહાર કાઢીને બાકીના મસાલા એક એક કરીને તળી લેવા. બધા મસાલાને સારી રીતે નીતારી લેવા. ૫. તળેલું કોપરું, શેકેલા તલને એક સાથે મિક્સરમાં પીસવાં, ૬. શેકેલા ધાણામાં બાકી બધા મસાલા મિક્સ કરી મિક્સરમાં વાટવા. લોટ ચાળવાની ચારણીથી ચાળી લેવું. ૭. બંને પાવડર એક સાથે ફરી મિકસરમાં વાટવા.

નોંધ ૦: ઈચ્છા હોય તો મસાલા તળેલું તેલ તેમાં મિક્સ કરવું, તેનાથી તેલની સુગંધ પણ મસાલામાં આવી જાય.

૧૨. રસમ પાવડર

સામગ્રી ૦: ૪ ટેબલસ્પુન શેકેલા ધાણાનો પાવડર, ૩ ટેબલસ્પુન શેકેલા લાલ મરચાંનો પાવડર. ૨ ટેબલસ્પુન જીરાનો પાવડર, ૧/૪ ટેબલસ્પુન જરા ગરમ કરેલો હિંગનો પાવડર, ૨ ટેબલસ્પુન શેકેલી મેથીદાણાનો પાવડર.

રીત ૦: બધો મસાલો ભેગો કરી બરાબર મિક્સ કરવો.

૧૩. પેપીનો મસાલો

સામગ્રી ૦: ૧ ટેબલસ્પુન લાલ મરચું, ૧ ટેબલસ્પુન આમચૂર પાવડર, ૧/૪ ટેબલસ્પુન મીઠું, ૧ ટેબલસ્પુન સાકર, સાદો ગરમ મસાલો, ૧ ટેબલસ્પુન સંચળ.

રીત ૦: બધી સામગ્રી ભેગી કરી લેવી. બધાનો એકદમ ઝીણો પાવડર કરવો.

કીચનમાં વપરાતી પ્રાથમિક વસ્તુઓ ૦:

૧. મેંદો ....., ૨. ઘઉંનો રવો ....., ૩. ચોખાનો રવો ....., ૪. ક્રીમ ....., ૫. પાઉં/બ્રેડ ....., ૬. પનીર ....., ૭. નુડલ્સ ....., ૮. ઘઉંની સેવ ....., ૯. માવો ....., ૧૦. દહીં ગરમ કરવાની રીત ....., ૧૧. ખાંડની ચાસણી બનાવવાની રીત ....., ૧૨. તલ ઓસવવાની રીત .....

સુકવણી બનાવવાની રીત (પાપડ-સાલેબડાં-સેવ-વડી)

૧. મગની દાળના પાપડ ....., ૨. ઢુંઢા (ઢોટકા) ....., ૩. ચણાની દાળના પાપડ ....., ૪. ખીચીયા .....,
૫. ઘઉં/ચોખાના સાલેબડા ....., ૬. ચોખાની સેવ ....., ૭. પાપડ તળવા માટે ....., ૮. ખેરાવડી .....,
૯. બિબડાં ....., ૧૦. રાબોડી ....., ૧૧. ચોળાવડી ....., ૧૨. ઘેંસવડી ....., ૧૩. પૌંઆની ચકરી ....., ૧૪. સૂકાવેલા શાકભાજી.

૧. મેંદો ૦:

તરત ઘઉંના લોટનો મેંદો કાઢવો હોય તો ઘઉંના લોટને ઝીણા મલમલના કપડાંથી ત્રણ વાર ચાળીયે તો ઘઉંનો બારીક ચીકણો મેંદો નીકળશે. તે થોડો બ્રાઉન હશે. બજાર જેવો મેંદો બનાવવો હોય તો ઘઉંના ફાડાને ચારથી પાંચ કલાક પલાળીને ધોવા, ચોળીને તેના ફોતરાં કાઢી લેવા. તડકામાં સૂકવવા. એકદમ સૂકાઈ જાય એટલે ઘંટીમાં એકદમ ઝીણું પીસવું અને મલમલના કપડાથી ચાળી લેવું. આ મેંદો થોડો બજારના મેંદા જેવો સફેદ બનશે.

૨. ઘઉંનો રવો

ઘઉંના ફાડાને મેંદાની જેમ પલાળીને સૂકાવવા અને ઘંટીમાં ઢોકળાથી ૧ નંબર મોટી જાળી મૂકીને પીસવા. રવો પડશે.

૩. ચોખાનો રવો

જાડા પરિમલ ચોખાને ઘંટીમાં ઢોકળાથી ૧ નંબર મોટી જાળી મૂકીને પીસવા. રવો પડશે.

૪. ક્રીમ

૧ વાટકી તાજી દૂધની મલાઈ લઈને એક સરખી મથીને ચીકણી બનાવવી. જરૂર પડે તો થોડું દૂધ નાંખવું.

૫. પાંઉ/બ્રેડ

સામગ્રી ઃ ૧/૨ કિલો મેંદો, ૨. ચમચા મોળું દહીં, ૨ ચમચી સાકર, ૧ ચમચી મીઠું, સોડા ૩/૪ ચમચી, ૧-૧/૨ વાટકી પાણી.

રીત ઃ બધી ઉપરની સામગ્રી ભેગી કરી નોનસ્ટીકમાં એક દિશામાં હલાવવું. લીસું થાય ત્યાં સુધી હલાવવું અને ૫ થી ૬ કલાક આથો લાવવા તડકામાં અથવા ડબ્બામાં હલાવ્યા વગર મૂકી રાખવું. આથો આવી ગયા પછી હલાવીને કેકની જેમ ૧૫ મિનિટ સીજવા દેવું. જરૂર હોય તો બીજી બાજુ પણ ૫ મિનિટ સીજવવું. બહાર કાઢીને ચારણી ઉપર ઠરવા દેવું. ઠરી ગયા પછી શેપમાં કાપા કરવા. પાંઉ માટે અને બ્રેડ માટે. બ્રેડ માટે ચાર ભાગ કરીને આડી પણ પાતળી સ્લાઈઝ કરી શકાય છે. પાઉં-બ્રેડ બીજે દિવસે વાસી થાય છે.

૬. પનીર

શાકમાં પનીર વાપરવું હોય તો કોઈપણ દૂધ ચાલે પણ રસગુલ્લા વગેરે મિઠાઈ માટે તો ગાયનું દૂધ જ વાપરવું જોઈએ.

સામગ્રી ઃ ૧ લિટર દૂધ, ૧ વાટકી મોળું દહીં.

રીત ઃ દૂધને ઉકાળવું, ઉભરો આવે એટલે તેમાં થોડું થોડું દહીં નાખીને હલાવવું. ૧ થી ૨ મિનિટ દૂધ ફાટવાની રાહ જોવી. એક મોટા ટોપમાં ગરણી મૂકવી તેની ઉપર કોટનનું કપડું મૂકવું. તેની અંદર ફાડેલું દૂધ રેડવું. દૂધનું પાણી કપડા અને ગરણીથી ગાળીને નીચે ટોપમાં આવશે. કપડામાં પનીર રહી જશે. કપડાંને વાળીને પનીરને કવર કરવું. તે પાટલા ઉપર લઈને મોટી પ્લેટ અથવા ઢાંકણ લેવું કપડાંની ઉપર મૂકીને તેની ઉપર વજન મૂકવું. એટલે વધારાનું પાણી નીકળી જશે અને ૧૦ મિનિટમાં પનીર વજનથી જમાઈ કપડામાંથી કાઢીને જરૂરિયાત પ્રમાણે કટકા કરવા. પનીર બીજે દિવસે વાસી થાય છે.

૭. નુડલ્સ

સામગ્રી ઃ ૨ કપ મેંદો, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે પાણી લોટ બાંધવા માટે.

રીત ઃ મેંદામાં તેલ અને મીઠું નાખીને પૂરી જેવો લોટ બાંધવો. થોડો લુઓ લઈને પાતળી રોટલી વણવી. એવી રીતે બાકીની પણ રોટલીઓ વણવી. ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ સૂકવવા મૂકવી અને પછી તેમને જાડા દોરા જેવી પાતળી લાંબી સમારવી જોઈએ એ રીતે વાપરવી. જો તે જ દિવસે ન વાપરવી હોય તો તડકામાં કડક સૂકવીને સ્ટોર કરી શકાય છે. સીધા સેવના સંચાથી સેવ પાડીને તડકામાં સૂકવી શકાય છે. નુડલ્સનો કાળ પાપડ-વડી જેમ સમજવો.

૮. ઘઉંની સેવ

સામગ્રી ઃ ઘઉંનો લોટ અને પ્રમાણસર મીઠું અને સેવના સંચા અંદર લગાવવા પૂરતું તેલ.

રીત ઃ ઘઉંના લોટમાં મીઠું નાખીને એકદમ કઠણ ભાખરી જેવો લોટ બાંધો, પ્લાસ્ટિકની ઉપર સેવના સંચાથી સેવ પાડીને તડકામાં સૂકવવી. એકદમ સૂકાઈ જાય એટલે ડબ્બામાં ભરવી. પાપડ-વડીની જેમ કાળ સમજવો.

૯. માવો

સામગ્રી ૦ઃ ૧ વાટકી દૂધ, ૨ ચમચી મેંદો, ૧ ચમચી ઘી, ચપટી ફટકડી.

રીત ૦ઃ ૧. ઘી ગરમ કરીને મેંદો શેકવો, એકદમ લાલ નહીં થવા દેવો. ૨. તેમાં ધીરેથી દૂધ નાંખવું, નાખતાં નાંખતા હલાવવું, ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. જાડું પડે ત્યારે હલાવતાં રહેવું. ૩. જાડું એટલે તેમાં ફટકડી નાખવી જેથી દૂધ ફાટી જશે. એકદમ હલાવતા રહેવું. ૪. માવા જેવું કઠણ થાય એટલે લઈ લેવું. (લાલ નહીં થવા દેવું) માવો જે દિવસે બનાવ્યો હોય તે જ દિવસે ચાલે. એકદમ કડક કરો તો બીજે દિવસે ચાલે.

૧૦. દહીં ગરમ કરવાની રીત

સામગ્રી અને રીતે ૦ઃ ૧. દહીંને ગરમ કરવા માટે કૂકરમાં મૂકી ૨ થી ૩ સીટી બોલાવવી. પરંતુ ફ્રીજમાંથી કાઢેલું હોય તો તેને નોર્મલ ટેમ્પ્રેચર થાય પછી ગરમ કરવું. ૨. દહીંની અંદર ૧ અથવા ૧/૨ ચમચી ચોખાનો લોટ નાંખીને ગરમ કરો તો ફાટતું નથી. ૩. દહીંને સતત હલાવતા રહીને ગરમ કરવામાં આવે તો ફાટતું નથી. ૪. ગરમ કરેલું દહીં બીજે દિવસે વાસી થાય છે.

૧૧. ખાંડની ચાસણી

મીઠાઈ બનાવવા માટે ખાંડને પાણીમાં ઉકાળવા માટે ખાંડને પાણીમાં ઉકાળવા માટે સાચી રીત જાણવી ઘણી જ જરૂરી છે. પહેલાં ખાંડની ચાસણી બનાવવાની ઝડપી તથા જુદા જુદા પ્રકારની પદ્ધતિ વાપરતાં હતાં.

ચાસણી બનાવવાની રીત ૦ઃ થોડુંક સીરપ ચમચી વડે ઊંડેથી બહાર કાઢો, થોડી ક્ષણો માટે ઠંડુ થવા દો, અંગુઠો તથા પ્રથમ આંગળી વડે સીરપને દબાવો, તથા આંગળી ખેંચી જુઓ.

પરિક્ષણ ૦ઃ ખાંડની ઘટ્ટતા ચાસણીની ખેંચાઈ ઉપર નભે છે. ખાંડનું (ચાસણી) ઉકાળવાનું થર્મોમિટર હવે મળે છે. જેથી ખરેખરું ઉષ્ણતામાન નોંધી શકાય.

રીત ૦ઃ ઉષ્ણતામાન ૧૦૨૦ સે.-૨૧૫૦ સે. ૦ઃ ખાંડ ઉકળતા પાણીમાં ભળી જાય (ચાસણી બને)

ટૂટેલો દોરો ૦ઃ ૧૦૨૦ સે.-૨૧૫૦ સે. ચાસણીને ઘટ્ટ થવા દો. થોડી ચાસણીને ડીશ ઉપર નાખો. તેને ફેલાવા દો. જો એક અથવા બે ઈંચ સુધી થાય તો ચાસણી તૈયાર. દા.ત. મીઠી બુંદી.

સરલ ૦ઃ ૧૦૪૦ સે.-૨૨૦૦ સે. વધુ ગરમ થવા દો. થોડીવાર પછી ચાસણી અંગુઠો અને આંગળી ઉપર ઘસો. આંગળી ઉપર સરકી શકે પણ ચાસણી આંગળી ઉપર ચીટકશે.

અડધો દોરો ૦ઃ ૧૦૭૦ સે.-૨૨૫૦ સે. બે આંગળી વચ્ચે તાંતણો ટૂટે ત્યાં સુધી ઉકળવા દો.

આખો દોરો ૦ઃ ૧૧૦૦ સે.-૨૩૦૦ સે. એક મિનિટ માટે ઉકાળો. સીરપને ચમચીમાંથી પ્લેટ ઉપર પડવા દો અથવા સીરપને અંગૂઠો તથા આંગળી વચ્ચે ખેંચી જુઓ. સીરપ એક આખા દોરા જેવો બનશે. દા.ત. ચણાના લોટનું ચૂરમું.

દોઢ દોરો ૦ઃ ૧૧૩૦ સે.-૨૩૫૦ સે. સીરપ એક આખો દોરો તૈયાર થશે અને બીજો દોરો આંગળીઓ વચ્ચે ખેંચાણથી ટૂટશે. દા.ત. મોતીચૂર રેશમીયો.

બે દોરા ૦ઃ ૧૧૫૦ સે.-૨૪૦૦ સે. દોઢ દોરાથી થોડોક વધુ દોરો ઉકાળો. જ્યારે દોરો ખેંચાય ત્યારે સીરપનો સરસ એક દોરો બનશે.

નરમ ગોળો ૦ઃ ૧૨૧૦ સે.-૨૫૦૦ સે. ચાસણી પાતળી થશે. ઠંડા પાણીમાં થોડુંક સીરપ રેડો. આંગળીઓ વડે નરમ ગોળો બનાવો, પાણીમાંથી બહાર કાઢો તેનો આકાર તરત જ જતો રહેશે.

કડક ગોળો ૦ઃ ૧૨૧૦ સે.-૨૫૦૦૦ ફે૦૦ં. નરમ ગોળાની માફક તૈયારી કરો. ગોળો આંગળીઓનો વિરોધ કરે તેવો ભાસ થશે. પરંતુ છતાં થોડોક ચિટકે તેવું જણાશે. દા.ત. શેકેલા માવાનો પેંડો... ચિક્કી.

નરમ તડ ૦ઃ ૧૪૩૦ સે. ૨૯૦૦ ફે. વધુ ઘૂંટાવા દો. ઠંડા પાણીમાં થોડુંક સીરપ નાખો. પાણીમાંથી બહાર કાઢો અને આંગળીથી ધીમેથી ખેંચી જુઓ તે સ્થિતિસ્થાપક બનશે. અને ચીટકે તેવો જણાશે.

કઠણ તડ ૦ઃ ૧૫૬૦ સે. ૩૧૨૦ ફે. નરમ તડની રીત ફરી અપનાવો. નાજુક દોરો થતો જણાશે. જે આંગળીઓ વચ્ચે સરળતાથી જામશે. પરંતુ ચિટકશે નહીં.

કારેમલ ૦ઃ ૧૬૩૦ સે. ૩૨૫૦ ફે. વધુ ઉકાળો. થોડુંક સીરપ સફેદ પ્લેટ ઉપર રેડો. સીરણ હલકા સોનેરી બ્રાઉન રંગનું થવું જોઈએ.

નોંધ ૦ઃ આંગળીઓ દાઝે નહીં તે માટે સાવચેતી રાખવી.

ખાંડ ઉકાળવાની (ચાસણી બનાવવા માટે) તથા એક રસ થાય તેની પદ્ધતી ઘણી સાવચેતી રાખવી. ખાંડ ઉકાળવાથી પહેલાં સંપૂર્ણ એક રસ થાય તે જરૂરી. જો ધ્યાન રાખીને ઉપયોગ ન

કરાય તો ફરી જામી જાય. જુદા જુદા તબક્કા પ્રમાણે જો ઉષ્ણતામાન બતાવ્યા પ્રમાણે રખાય. છતાંય દરેકે ખૂબ જ સાવચેતીથી જોવું કે દરેક ખાંડની ચાસણી બદલાતી રહે છે.

૧૨. તલ ઓસાવવાની રીત

સામગ્રી અને રીત ઃ ૧. મોટા ટોપમાં પાણી ઉકાળવું. ૨. પાણી ઉકળે એટલે તેમાં સાફ કરેલાં તલ નાંખવા. ૩. તલ ઉપર તરી આવશે એટલે ઉપર આવેલા તલને બહાર કાઢવા. ૪. તડકામાં એકદમ કડક સૂકવવા. (ક્યારેક થોડો ઠાર રહી ગયો હોય તો ગેસ ઉપર થોડા શેકી લેવા.)

૧. મગની દાળના પાપડ

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ મગની મોગર દાળ, ૫૦૦ ગ્રામ અડદની દાળ, ૭૦૦ ગ્રામ પાણી, ૪૦ ગ્રામ મીઠાના ગાંગડા, ૪૦ ગ્રામ સાજી ખાર અથવા પાપડખાર, ૧૫ ગ્રામ કાળાં મરીની દાળ, ૧ ટી-સ્પૂન હિંગ (પાપડની), ૫૦ ગ્રામ સૂકા લીલાં મરચાં, મેથીના દાણાં (પાપડ વચ્ચે નાંખવા)

રીત ઃ ૧. બંને દાળોને સાફ કરી, ભેગી દળાવવી, લોટમાં હિંગ, મરચાં, અને મરીની દાળ નાંખી બાજુએ રાખવો. ૨. તપેલીમાં પાણી ગરમ કરવું, ઊકાળો આવે એટલે સાજીનો ભૂક્કો અને મીઠું નાખવાં. ૩-૪ મિનિટ પાણી ઉકળવા દેવું. ગેસ બંધ કરી, પાણી ઠારવા દેવું. ૩. ઉપરનું પાણી લઈ લેવું. ગાળવું. એમાંથી જોઈએ એટલું પાણી લઈ, કઠણ લોટ બાંધવો. એકદમ જ કઠણ. ૪. લોટ બંધાઈ જાય પછી થોડું થોડું તેલ લગાવી, સુંવાળો થાય ત્યાં સુધી લોટ કૂટવો. ૫. લોટના એક સરખા ૩ ભાગ કરવા. ૬. દરેક ભાગના લાંબા વાટા કરવા. ૭. દરેક વાટાના દોરીથી સરખા લૂઆ પાડવા, લૂઆને તેલ લગાડવું. ૮. દરેક લૂઆનો ગોળ પાપડ વણવો, જાડો-પાતળો જોઈએ તેવો, વણતી વખતે જરૂર પડે તો તેલ વાપરવું. ૯. પાપડને ચટાઈ ઉપર, છાયામાં સૂકવવા, બધા સાથે તડકે સૂકવી, કપડાંથી લૂછી ડબ્બામાં ભરવા, મેથીના દાણા પાપડ વચ્ચે નાંખવા. (સૂકવવાથી પાપડ ભાંગી જશે.)

નોંધ ઃ મોગર અને અડદની દાળનું પ્રમાણ ફેરફાર થઈ શકે. પાણી ગાળ્યા પછી લોટ બાંધતા પહેલાં એક લૂઓ કરી, ચાખીને, ખારાશ ઓછીવત્તી કરવી.

પાણી ગાળવાની જૂની રીત ઃ-

૧. તપેલા ઉપર છાબડી મૂકવી. કપડાના ૩-૪ પડ કરી, છાબડી ઢાંકવી, કપડા ઉપર મીઠું અને સાજી મૂકવાં, ઊકાળેલું પાણી રેડવું. ૨. થોડા વખતમાં તપેલામાં પાણી ઝરી જશે. ૩. આ છાબડીને કપડા સાથે અને જે પણ વધેલું હોય એની સાથે બીજા તપેલા ઉપર મૂકવી. ઝરેલું પાણી ફરીથી રેડવું. પાણી ઠંડુ થાય ત્યાં સુધી આ રીતે ચાલુ જ રાખવી. ૪. જરૂર પ્રમાણે પાણી લઈ કઠણ લોટ બાંધવો. ઉપરની રીત પ્રમાણે પાપડ કરવા.

૨. ઢોટકા/ઢુંઢા (કાળા પાપડ)

સામગ્રી ૦ઃ ૭૫૦ ગ્રામ અડદની દાળ, ૨૫૦ ગ્રામ આખા મગ (અથવા છીલ્ટાવાળી દાળ), ૩૦ ગ્રામ હિંગ (પાપડની), બીજી સામગ્રી ઉપરના પાપડ પ્રમાણે.

રીત ૦ઃ ઉપરના પાપડની પ્રમાણેની રીત. મગની ફોતરાંવાળી દાળના લીધે રંગ ઘેરો થાય છે. ઢુંઢા પાપડ કરતા જાડા હોય છે.

૩. ચણાની દાળના પાપડ

સામગ્રી ૦ઃ ૭૫૦ ગ્રામ ચણાની દાળ, ૨૫૦ ગ્રામ અડદની દાળ, ૧ ટી-સ્પૂન હિંગ, ૪૦ ગ્રામ મીઠું, ૪૦ ગ્રામ પાપડખાર, ૫૦ ગ્રામ લાલ મરચું, ૫૦ ગ્રામ સરસિયાનું તેલ.

રીત ૦ઃ ઉપરના પાપડ પ્રમાણે રીત. લાલ મરચાને લીધે લાલ જેવો રંગ થાય છે. આ પાપડ જાડો હોય છે.

૪. ખીચીયા

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કિલો ચોખાનો લોટ, ૨૫ ગ્રામ પાપડખાર, ૫૦ ગ્રામ મીઠું, ૫૦ ગ્રામ લાલ મરચું (લગભગ), વધારે તીખું જોઈએ તો થોડા વધુ મરચાં નાંખવાં, ૨૫ ગ્રામ પીસેલું જીરું, ૨૫ ગ્રામ પીસેલો અજમો, ૭૫૦ મિ.લી. પાણી (લગભગ), સરસવનું તેલ, તેલ જરૂરિયાત પ્રમાણે. (લાલ મરચાંવાળાં ન ગમે તો લીલા મરચાં વાટીને લેવા)

રીત ૦ઃ ૧. મોટા તપેલામાં પાણી ઉકાળવું ઉકાળો આવે એટલે બધો મસાલો નાંખવો. ૨. ઉકળતા પાણીમાં લોટ નાંખતા નાંખતા લાકડાના ચમચાથી અથવા વેલણથી સતત હલાવતા રહેવું. લોટ ઘણો ઘટ્ટ થાય તો તેમાં થોડું ઉકાળેલું ગરમ પાણી રેડવું. બરોબર હલી જાય એટલે ગેસ બંધ કરી દેવો. ૩. ઢોકળાના ડબ્બામાં પાણી ઉકાળી તેની ઉપર ચારણી મૂકવી. એક

મલમલના કપડામાં હલાવેલું ખીચું અડવું લેવું. કપડું વાળીને તેની ઉપર ઢાંકી દેવું. ડબ્બાને ઢાંકી દેવું. ૪. ૧૫ મિનિટ સુધી સીઝવા દેવું, સીજી જાય એટલે તે કાઢીને તે જ કપડાંમાં બાકીનું બીજું મુકવું. ૫. પહેલું સીજેલું ખીચું લોટાના અથવા ડેકસીના નીચેના ભાગ ઉપર સરસવનું તેલ ચોપડવું અને બેથી ત્રણ ચમચી તેલ ખીચીયામાં નાંખીને લોટાથી મસળવું. એકદમ મસળાઈ જાય એટલે તેના લુઆ કરી હલકા હાથે વણવા. ૬. પાપડ કરતાં ઘણા જાડા ખીચીયા હોય છે. તેને તડકામાં એકદમ કડક સૂકાય ત્યાં સુધી સૂકવવા.

૫. ઘઉંના/ચોખાનાં સાલેબડાં

સામગ્રી ઃ ૧ કિલો ઘઉંનો લોટ, ૫૦ ગ્રામ પાપડીયો ખાર અથવા સાજીનું પાણી, ૫૦ ગ્રામ જીરું, ૧૦૦ ગ્રામ મરચું (લગભગ), ૭૫૦ મિ.લી. પાણી, ૫૦ ગ્રામ મીઠું (આખું લગભગ), ૧-૧/૨ ટી-સ્પૂન તેલ (પ્લેટને લગાવવા).

રીત ઃ ૧. ધીમા તાપે મોટા તપેલામાં પાણી ગરમ કરવું. ઉકાળો આવે ત્યારે પાપડીયો ખાર/સાજીનું પાણી અને મીઠું નાંખવો. ૨. ઉકળતા પાણીમાં ધીમે ધીમે ઘઉંનો લોટ નાંખવો. લાકડાના વેલણથી સતત હલાવ્યા કરવું. જો લોટ ઘણો જ ઘટ્ટ થાય તો લોટ નાંખવાનું બંધ કરવું, ગરમ પાણી નાંખવું, વેલણને અને તપેલાને ચીટકી નહીં ત્યાં સુધી લોટ સીઝવા દેવો. ૩. તવાને મધ્યમ તાપે મૂકવો, તપેલાને ૫ મિનિટ સુધી તવા ઉપર મૂકવું. થોડી મિનિટ રાખી, ગેસ બંધ કરવો. ૪. લોટના મોટા મોટા લૂઆ કરવા. તેલ લગાવેલી ચાળણીમાં કે ઢોકળાની પ્લેટ ઉપર મૂકવા. ૫. મધ્યમ તાપે, ઢોકળાના ડબ્બામાં પાણી ઉકાળવું, એમાં ચાળણી મૂકવી. ૭-૧૦ મિનિટ ચાળણીમાં લોટ બાફવો, ગેસ બંધ કરવો. ૬. બે હથેળી ઉપર તેલ લગાવી ચાળણીમાંથી થોડો લોટ લઈ, મસળી, લૂઓ વાળવો. એક એક લૂઓ લઈ, સરખી સાઈઝનું ગોળાકારમા સાલેબડું વણીને ચટાઈ ઉપર મૂકવું. બધા સાલેબડાં આ પ્રમાણે કરવા. એક કલાક છાંયડે સૂકવવાં, પછી તડકામાં સૂકવવા. ૭. બીજે દિવસે કડક થાય ત્યાં સુધી તડકે સૂકવવાં. સાલેબડાંનો આકાર થોડો બદલાઈ જશે. ઠંડા થાય પછી ડબ્બામાં ભરવાં.

ચોખાના સાલેબડાં ઃ

સામગ્રી ઃ ૧ કિ. ચોખાનો લોટ, ૧૦૦ ગ્રામ લીલા મરચાંની પેસ્ટ (લગભગ), (લાલ મરચાના બદલે) બાકીનું બધું ઉપરની જેમ.

રીત ઃ ઘઉંના સાલેબડાંની જેમ.

નોંધ ઃ ૧. શેકીને અથવા તળીને વાપરી શકાય ૨. જાળવણી હોય તો મહિનાઓ સુધી રહે. ૩. મસાલાવાળું એક સાલેબડું ૧ ટી-સ્પૂન ઘી (નવશેકું), ૧ ટી-સ્પૂન મીઠું, મરચું ૧/૨ ટી-સ્પૂન લીંબુનો રસ (મરજીયાત).

૧. સાલેબડું શેકવું અથવા તળવું. ૨. ઘી લગાવવું મસાલો ભભરાવી, લીંબુનો રસ નાંખી ગરમ ગરમ વાપરવું.

૬. ચોખાની સેવ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચોખાનો લોટ, ૧ ટી-સ્પૂન જીરું, ૧ ટી-સ્પૂન પાપડીઓ ખાર, ૨ ટી-સ્પૂન લીલા મરચાંની પેસ્ટ, ૪ ટી-સ્પૂન તેલ, ૨ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું, તેલ તળવા માટે.

રીત ઃ ૧. તેજ તાપે મોટા તપેલામાં પાણી ગરમ કરવું. ચોખાના લોટ સિવાય બધું જ નાખવું. ૨. પાણીને ઉકાળો આવે એટલે ધીમે ધીમે લોટ નાંખવો. તાપ ઓછો કરવો, લોટ ઘટ્ટ થાય અને પાણી બળી જાય ત્યાં સુધી એક જ દિશામાં જોરથી હલાવવું, ગઠ્ઠા પડવા જોઈએ નહીં. ગેસ બંધ કરવો. ૨-૩ મિનિટ ઢાંકવો. ઠંડો થવા દેવો. ૩. સેવ પાડવાના સંચામાં મોટા કાણાની ચાળણી મૂકવી, એના ઉપર થોડો લોટ મૂકવો, લોટને ઉપરથી દબાવી સાદડી પ્લાસ્ટિક અથવા કપડા ઉપર ગોળાકાર સેવ પાડવી. ૪. તડકે ૨ થી ૩ દિવસ સૂકવવી, ડબ્બામાં ભરવી, જરૂર પડે ત્યારે વાપરવી.

નોંધ ઃ નાસ્તા તરીકે અથવા જમતી વખતે વપરાય છે.

તળવાની રીત ઃ તેજ તાપે કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરવું, તાપ ધીમો કરી સેવ તળવી, ઠંડી થવા દઈ ડબ્બામાં ભરવી.

૭. પાપડ તળવા માટે

પાપડનો બાંધેલો લોટ (ઉપરની રીત પ્રમાણે લોટ બાંધવો)

આકાર ઃ પાપડી, સક્કરપારા, ટીકડી સેવ, બીજી સામગ્રી ઃ તેલ (તળવા માટે), લાલ મરચું, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. પાપડના લોટ અને લૂઆ માટે પાપડની રીતમાં જુઓ. ૨. તેલ લગાવેલા લૂઆના એક સરખા જાડા પાપડ વણવા. ૩. છરીને તેલ લગાવી, પાપડમાં પાપડી જેવા અને સક્કરપારા જેવા કાપા પાડવા, આજુબાજુના વધેલા પાપડની નાની ટીકડી વણવી. ૪. પાપડની જેમ સૂકવવા, ડબ્બામાં ભરવા. ૫. જોઈએ ત્યારે તળીને, મીઠું મરચું ભભરાવી વાપરવા.

નોંધ ૦ઃ પાપડને તળવાથી તેલ કાળું થાય છે. થોડા તેલમાં અથવા તળામણના છેલ્લા તેલમાં તળવા.

૮. ખેરાવડી

સામગ્રી ૦ઃ ૫૦૦ ગ્રામ બાસમતી ચોખાની કણકીનો લોટ, ૪ લીલા મરચાં (સમારેલાં), ૨૫૦ ગ્રામ છાશ, ૧ લિટર પાણી, ૨ ટે.સ્પૂન કોથમીર (સમારેલી મરજીયાત), પ્રમાણસર મીઠું, તેલ તળવા માટે.

રીત ૦ઃ ૧. એક તપેલામાં બધું ભેગું કરવું. ધીમે તાપે લોટ સીઝી જાય ત્યાં સુધી સતત હલાવ્યા કરવું. લોટ તપેલાને ચીટકવો જોઈએ નહીં. ૨. લોટ જરા ગરમ હોય ત્યારે ચમચીથી લંબગોળ આકારની નાની ખેરાવડી પ્લાસ્ટિક ઉપર પાડવી. ૩. બે-ત્રણ દિવસ તડકે મૂકવી. ઝીણા કપડાથી ઢાંકવી. ૪. બરાબર સૂકાઈ જાય (પાણીનો ભાગ જરાયે રહેવો ન જોઈએ) એટલે ડબ્બામાં ભરવી. ૫. જોઈએ ત્યારે તળીને વાપરવી.

૯. બિબડાં

સામગ્રી ૦ઃ ૫૦૦ ગ્રામ બાસમતી ચોખાનો લોટ (બરબરો), ૫૦ ગ્રામ તલ, બીજી સામગ્રી ઉપર પ્રમાણે.

રીત ૦ઃ ૧. ખેરાવડીની જેમ જ લોટ સીઝવવો. ૨. લોટ જરા ગરમ હોય ત્યારે ચમચાથી નાના ગોળાકારમાં પ્લાસ્ટિક ઉપર પાડવી. ૩. ખેરાવડીની જેમ જ સૂકવવી, ભરવી અને વાપરવી.

તળવા માટે (ખેરાવડી અને બિબડાં)

૧. તેજ તાપે કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરવું. ૨. મધ્યમ તાપે ખેરાવડી, બિબડાં તળવા. ૩. ઝારાથી લઈ, તેલ નિતારી ડબ્બામાં ભરવાં. ૪. જરૂર પડે ત્યારે વાપરવાં.

નોંધ ૦ઃ કણકીના ખીચુંમાંથી પણ બિબડાં થઈ શકે.

૧૦. રાબોડી

સામગ્રી ૦ઃ ૧ વાટકી મકાઈનો લોટ બારીક પીસેલો, ૪-૧/૨ વાટકી ખાટી છાશ, મીઠું પ્રમાણસર, ૧ ચમચી લાલ મરચું.

રીત ૦ઃ બધું મિક્સ કરીને ખીરું તૈયાર કરો. ગેસ ઉપર ચઢાવીને હલાવતા હલાવતા સીજવવું. સીજી જાય એટલે તે ખીરાને તડકામાં લઈ પ્લાસ્ટિક ઉપર પાથરવું. એકદમ કડક સુકાઈ જાય એટલે પ્લાસ્ટિક ઉપરથી કાઢીને ડબ્બામાં ભરવી.

૧૧. ચોળાવડી

સામગ્રી ૦ઃ ૧. કિ. ચોળાની દાળ અથવા મગની ફોતરાંવાળી દાળ, ૧૦૦ ગ્રામ લીલાં મરચાં (નાના કટકાં), પાણી (દાળ ડૂબે એટલું) મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. દાળને ધોઈને ૨ થી ૩ કલાક ગરમ પાણીમાં પલાળવી, નિતારવી, ફરીથી ધોવી, દાળનાં ફોતરાં કાઢવાં. ૨. પાણી નિતારી, લીલાં મરચાંની પેસ્ટ નાંખી, દાળને કૂંડીમાં વાટવી, ડબકા પડી શકે એવો ઘોળ કરવો. મીઠું નાખવું. જોરથી ફીણવી. (કૂંડીમાં ન વાટી શકાય તો જ મિકસરમાં વાટવી). દરેક વડીઓ પાડતા પહેલાં ખીરું ફીણવું. ૩. થોડું થોડું ખીરું ફીણીને થોડું તેલ લગાવેલી, પ્લાસ્ટિક ચટાઈ ઉપર ડબકાની જેમ વડીઓ મૂકવી. તડકે સૂકવવી. ૪. બરાબર સૂકાઈ જાય (પાણીનો ભાગ જરાયે રહેલો ન જોઈએ). ઠંડી થવા દઈ, ડબ્બામાં ભરવી.

૧૨. ઘેંસવડી

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કિ. બાસમતી ચોખાની કણકીનો લોટ (પરિમલ ચોખાનો પણ ચાલે), ૪ લીલા મરચાં (વાટેલા), ૧ લિટર છાશ, ૧ લીટર પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. એક તપેલામાં બધું ભેગું કરવું. ધીમે તાપે લોટ સીઝી જાય ત્યાં સુધી સતત હલાવ્યા કરવું. લોટ તપેલાને ચીટકવો જોઈએ નહીં. ૨. લોટ જરા ગરમ હોય ત્યારે પ્લાસ્ટિક ઉપર ડબકાની જેમ અવા ચમચીથી ઘેંસવડી પાડવી અથવા લીંપવી. તડકે મૂકવી. ઝીણા કપડાંથી ઢાંકવી. ૩. બરાબર સૂકાઈ જાય (પાણીનો ભાગ જરાયે રહેલો ન જોઈએ) એટલે ડબ્બામાં ભરવી.

૧૩. પૌંઆની ચકરી

સામગ્રી ઃ ૧ કપ નાયલોન પૌંઆ, ૧ ટી-સ્પૂન જીરું, ૪ થી ૫ લીલાં મરચાં, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. પૌંઆને ચાળણીમાં ધોવા, ૨. પાણી નીતરી જાય પછી તેને એક વાસણમાં કાઢી તેમાં મીઠું, જીરું લીલા મરચાં વાટીને નાખવા. ૩. બરાબર મસળીને લોટ બાંધવો. ૪. લોટ સેવના સંચામાં ભરી ચકરી કે સેવ પાડવી. ૫. પ્લાસ્ટિક તડકે મૂકી જો ચકરી પાડવી હોય તો ગોળ ગોળ ચકરડી કરવી અને સેવ પાડવી હોય હોય તો સીધી પાડવી. ૬. બરાબર સૂકાઈ જાય પછી બરણીમાં ભરવી.

૧૪. સૂકાવેલા શાકભાજી

સામગ્રી ઃ

૧. ભીંડા ઃ ચાર ટુકડા કરી તડકે સૂકવવા.

૨. ગવાર ઃ ગવાર આખી જ તડકે સૂકવવી.

૩. કારેલા ઃ ગોળ સમારી, મીઠું લગાડીને તડકે સૂકવવા.

૪. ટેટીની છાલ ઃ ટેટીને છીણીને તેના ગરમાં ખાંડ નાંખી ઉપયોગમાં લેવી. તેની છાલના ટુકડા કરી તડકે સૂકવવાં.

૫. ટેટીનાં બી ઃ ટેટીનાં બીને ધોઈને તડકે સૂકવવા.

નોંધ ઃ ૧. આ બધી સૂકવણી તેલમાં તળીને ઉપયોગમાં લઈ શકાય છે. ૨. કારેલા, ગવાર, કોથમીર, મેથી, ફુદીનો, લીલાં મરચાં, વાલ પાપડી, ટીડસી આ બધા શાક બાફીને પછી ઉપયોગમાં લેવાય છે. ૩.બધી સૂકવણી પહેલાં ઘરે છાંયડામાં સૂકાવી તે પછી કડક થાય ત્યારે તડકે નાંખવી તો તેમનો રંગ જળવાઈ રહે છે. પાણીનો ભાગ ના રહેવો જોઈએ.

વિવિધ ચટણી-અથાણાં

૧. તરતરીયું ....., ૨. ઈન્સ્ટન્ટ મીઠી ચટણી ....., ૩. મીઠી ચટણી ....., ૪. સૂકી કોથમીરની ચટણી ....., ૫. સુક્કા ફુદીનાની ચટણી ....., ૬. કોકોનટ ચટણી ....., ૭. ફાફડાની ચટણી .....,

૮. ગાંઠીયાની ચટણી ....., ૯. મેથીનો મસાલો ....., ૧૦. શીંગદાણાની ચટણી ....., ૧૧. મસાલાના લીલા કેર ....., ૧૨. છૂંદો ....., ૧૩. ચૂલાનો છૂંદો ....., ૧૪. ચૂલાની ગોળકેરી ....., ૧૫. ગોળકેરી .....

૧. તરતરીયું

સામગ્રી ૦ઃ ૪ ચમચી લાલ મરચાં, ૨ ચમચી સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ૧/૨ ચમચી હળદર, ૨ ચમચી ધાણા પીસેલા, ૧/૪ ચમચી સૂંઠ પાવડર, ૧-૧/૪ વાટકી પાણી, મીઠું પ્રમાણસર, ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૧/૨ ચમચી રાયના કુરિયા (મરજીયાત), ૧ ચમચી જીરું પીસેલું, ૧ ચમચી તેલ (સરસવનું હોય તો વધુ સારું), ચપટી હિંગ.

રીત ૦ઃ તેલનો વઘાર મૂકવો. ગરમ થાય એટલે તેમાં હિંગ નાંખી, બધો મસાલો નાંખવો. એક વાર હલવી તેમાં તરત પાણી નાંખી લેવું (જેથી મરચાં બળે નહીં) તેને હલાવતા રહેવું. ચટની જેવું જાડું થાય એટલે ઉતારી લેવું. (પાણીનું માપ પોતાના હિસાબે થોડું ઓછું વધારે કરી શકાય છે.)

૨. ઈન્સ્ટન્ટ મીઠી ચટની

સામગ્રી ૦ઃ ૧ વાટકી ગોળ, ૨ થી ૩ ચમચી આમચૂર પાવડર, મીઠું પ્રમાણસર, ૧/૪ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૪ ચમચી ધાણા પાવડર, ૧/૪ ચમચી જીરું પીસેલું, ૧/૨ ચમચી સંચળ, ૧ વાટકી પાણી.

રીત ૦ઃ બધું એક સાથે મિક્સ કરીને હલાવી લેવું.

૩. મીઠી ખજૂર-આમલીની ચટણી

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫૦ ગ્રામ લાલ દેશી ખજૂર, ૫૦ ગ્રામ આમલી અથવા આંબોળિયા, ૩૦૦ ગ્રામ ગોળ (કતરેલો), ૨ ટેબલ સ્પૂન જીરું (શેકેલું-બરબરું) ૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટી-સ્પૂન સંચળનો ભૂક્કો (મરજીયાત), ૪ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. ખજૂર અને આમલીના ઠળિયા કાઢી, બરાબર સાફ કરવી. ગોળ સાથે પાણીમાં ૩૦ મિનિટ સુધી પલાળવી. ૨. ધીમા તાપે તપેલી ઢાંકીને ૧૦ મિનિટ સુધી ગરમ કરવી. ઉકાળો

આવવા દેવો. (કૂકરમાં ૧ સીટીમાં થઈ શકે.) ૩. એકદમ ઠરવા દેવી, આ મિશ્રણમાં બાકીનો મસાલો ભેળવવો. મિક્સરમાં વાટીને ગાળીને વાપરવી.

નોંધ ઃ વધારે મીઠાશ જોઈએ તો ખાંડ વાપરવી. એકલી ખજૂર અથવા આમલી વાપરવી હોય તો એ પ્રમાણે મીઠાશ ભેળવવી. દરેકના સ્વાદ પ્રમાણે ઘટ્ટ-પાતળી ચટણી, ઓછા વધુ પાણીની કરવી.

૪. સૂકી કોથમીરની ચટની

સામગ્રી ઃ ૨૦૦ ગ્રામ સૂકી કોથમીર, ૫૦ ગ્રામ દાળિયાં, ૫૦ ગ્રામ સૂકા લીલા મરચાં, ૧/૨ ચમચી સૂંઠ પાવડર, ૫૦ ગ્રામ આમચૂર પાવડર, મીઠું પ્રમાણસર (પાકું મીઠું હોય તો તપસ્યામાં અને સાધુ ભગવંતોને પણ ખપે)

રીત ઃ બધું એક સાથે મિક્સ કરીને પીસી લેવું. પાણી બિલકુલ નહીં લેવું. ચટની સૂકી જ રાખવી. વાપરવી હોય ત્યારે તેમાં પાણી અથવા ગરમ કરેલું ઘી નાખીને ઉપયોગમાં લેવી.

૫. સૂક્કી ફુદીનાની ચટની

સામગ્રી ઃ ૨૦૦ ગ્રામ સૂક્કો ફુદીનો. ૫૦ ગ્રામ દાળીયા, ૫૦ ગ્રામ લાલ મરચાં, ૧/૨ ચમચી સૂંઠ પાવડર, મીઠું પ્રમાણસર, (પાકું મીઠું હોય તો તપસ્યામાં અને સાધુ-ભગવંતોને પણ ખપે), ૫૦ ગ્રામ આમચૂર પાવડર, ૧/૪ ચમચી હિંગ, ચપટી હળદર, ૨ ચમચી ધાણાજીરું,

રીત ઃ બધું એક સાથે મિક્સ કરીને પીસી લેવું, પાણી બિલકુલ નહીં લેવું, ચટની સૂકી જ રાખવી. વાપરવી હોય ત્યારે તેમાં પાણી અથવા વિઘારેલું ઘી નાંખીને ઉપયોગમાં લેવી.

૬. કોકોનટ ચટની

સામગ્રી ઃ ૧/૨ ટોપરા વાટકી (સૂકું કોપરું), ૧ ટે.સ્પૂન દાળિયા, ૩ સૂકા લીલા મરચાં, મીઠું પ્રમાણસર.

વધાર માટે ૧ ટી-સ્પૂન તેલ, ૧/૨ ટી-સ્પૂન રાઈ, મીઠો લીમડો સૂકો.

રીત ઃ ૧. સૂકા નારીયેળને પાણીમાં ૨-૩ કલાક પલાળી કટકા કરવા. ૨. મિકસરમાં નાળિયેરના કટકા લીલાં મરચાં, દાળિયા, મીઠું અને જરૂરી પાણી નાંખી બારીક ક્રશ કરવું. ૩. એક વાસણમાં

વઘાર માટે તેલ મૂકી, રાઈ નાંખવી, રાઈ તતડે એટલે મીઠો લીમડો નાંખી વઘાર ચટણીમાં નાંખવો. બરાબર હલાવવું.

નોંધ ૦: આ ચટણી ઈડલી, ઢોંસા સાથે પીરસવી.

૭. ફાફડાની ચટણી

સામગ્રી ૦: ૧/૨ કપ ચણાનો લોટ, ૧/૨ કપ ખાટું ગરમ કરેલું દહીં, તેલ પ્રમાણસર, ચપટી હિંગ, સંચળ, ૧૦૦ ગ્રામ સૂકા લીલાં મરચાં, ૫૦ ગ્રામ સૂકો ફુદીનો, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦: ૧. દહીમાં ૩ કપ પાણી નાંખી ગરમ કરવું. પછી તેમાં ચણાનો લોટ નાંખી વલોણું ફેરવવું. એક વાસણમાં ૧ ટેબલ સ્પૂન તેલનો વઘાર મૂકી હિંગ નાંખી દહીંના મિશ્રણમાં નાખવો. ૨. તેમાં મીઠું, સંચળ નાંખવા, ખદખદ થાય એટલે નીચે ઉતારી લેવી. ૩. મરચાં, કોથમીર, અને ફુદીનાની ચટણી બનાવી તેમાં નાંખવી. બરાબર હલાવવું.

નોંધ ૦: તીખું ઓછું અનુકૂળ હોય તો લીલાં મરચાં ઓછાં નાંખવા.

૮. ગાંઠિયાની ચટણી

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ગાંઠિયા, ૨ ટી-સ્પૂન ખાંડ, ૧/૨ ચમચી આમચૂર, ૧/૨ ટી-સ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટી-સ્પૂન ધાણાજીરું, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦: ગાંઠિયાનો ભૂક્કો કરવો, ૨. તેમાં ખાંડ, આમચૂર પાવડર, લીલું મરચું, ધાણાજીરું, મીઠું અને ૧/૨ કપ પાણી નાંખી મિક્સરમાં ક્રશ કરવું.

૯. મેથીનો મસાલો

સામગ્રી ૦: ૧ કપ મેથીના કુરિયા, ૧ કપ લાલ મરચું, ૧ કપથી થોડું ઓછું દેશી મીઠું, ૧ ટેબલ સ્પૂન દિવેલ, ૧/૨ ટી-સ્પૂન હળદર, ૧/૪ ટી-સ્પૂન હિંગ, ૫ ટેબલ સ્પૂન સરસીયાનું તેલ.

રીત ૦: ૧. એક કપમાં મેથીના કુરિયા ભરવા. જે કપમાં મેથીના કુરિયા લીધા તે જ કપથી થોડું ઓછું દેશી મીઠું લેવું. ૨. તેમાં ૧ કપ લાલ નવું મરચું લેવું. ૩. મેથીના કુરિયામાં દિવેલ નાંખી હલાવી લેવું. ૪. મીઠું શેકી લેવું, હવે વાસણમાં વચ્ચે મીઠું મૂકવું, તેની ફરતે મેથીના કુરિયા, સહેજ મરચું, હળદર, હિંગ મૂકવા. ૫. સરસિયાનું તેલ ગરમ કરી વચ્ચે નાંખવું. બધો મસાલો ભેગો કરવો. બાકીનું મરચું નાંખવું. બરાબર હલાવી ઠંડુ કરી બોટલમાં ભરવો.

નોંધ ૦ઃ ૧. સરસિયાના તેલના બદલે સિંગતેલ લઈ શકાય. ૨. દિવેલ ન નાંખો તો ચાલે. ૩. પાકું મીઠું, મરચું, સ્વાદ પ્રમાણે ઓછું-વત્તુ કરવું.

૧૦. શીંગદાણાની ચટની

સામગ્રી ૦ઃ ૧ વાટકી કાચી શીંગ, ૨ ચમચી લાલ મરચું, ૨ ચમચી ધાણાજીરું, બે ચપટી હિંગ, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧ ચમચી તલ, ૧/૪ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૧/૨ ચમચી સાકર, પ્રમાણસર પાકું મિઠું.

રીત ૦ઃ શીંગનીછ સાથે બધી સામગ્રી ભેગી કરીને વાટવી.

નોંધ ૦ઃ મિકસરમાં શીંગને વાટવી હોય તો જરા જરા મિકસર ફેરવવું નહીં તો શીંગનું તેલ બહુ બહાર આવી જશે.

૧૧. મસાલાના લીલા કેર

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ લીલાં કેર, ૨૫૦ ગ્રામ મેથીનો મસાલો, ૨૫૦ ગ્રામ તેલ (સરસિયું કોળપણ), ૧ કિ. મીઠું, ૧ માટલું (ધોઈને સાફ કરેલું), અથવા પ્લાસ્ટિકની બાલ્ટી.

રીત ૦ઃ ૧. કેર ધોઈને સાફ કરવા. કેર ડૂબે એટલા પાણી ભરેલા માટલામાં મૂકવાં. થોડું મીઠું ભભરાવવું, ઢાંકવું. ૨. દસ-બાર દિવસ સુધી પોચાં થવા દેવાં. દરરોજ પાણી બદલવું અને થોડું મીઠું ભભરાવવું. ૩. બારમે દિવસે માટલામાંથી કેર કાઢવાં, ઝીણાં કપડાથી બરાબર લૂછવાં. ૪. ત્રણ તડકાં બતાવવા એટલે ત્રણ દિવસ ૧-૧ કલાક તડકામાં મૂકો. ૫. તપેલામાં વરાળ નીકળે ત્યાં સુધી તેલ ગરમ કરવું, ઠંડુ કરવું. ૬. કેરમાં તેલ અને મેથીનો મસાલો નાંખવો, બરાબર હલાવવાં, ચાખવાં, જરૂર હોય તો મીઠું નાખવું. હલાવવું, કાચની બરણીમાં ભરવાં. હલાવા રહેવું. ૪-૫ દિવસ પછી વાપરવા.

૧૨. છુંદો

સામગ્રી ૦ઃ ૧. કિ. લાડવા કેરી, ૧-૧/૨ કિ. ખાંડ, ૧ ટી-સ્પૂન હળદર, ૧/૪-૧/૨ કપ મીઠું (શેકેલું), ૪ ટી-સ્પૂન હિંગ (મરજીયાત), ૨ ટેબલ સ્પૂન લાલ મરચું (કાશ્મીરી), ૫ નાના ટુકડા તજના વાટેલા, ૧૦ વાટેલી લવિંગ.

રીત ૦ઃ ૧. કેરીને ધોઈ લૂછીને છાલ કાઢી ખમણવી. ૨. છીણમાં મીઠું અને હળદર ભેળવી ૩૦ મિનિટ સુધી તપેલીમાં બાજુમાં મૂકવી. ૩. છીણમાં ખાંડ ભેળવવી, ખાંડ ઓગળે ત્યાં સુધી વારંવાર હાલવતા રહેવું. ઢાંકીને ૨૪ કલાક બાજુમાં રાખવી. ૪. બીજે દિવસે છુંદો હલાવવો. તપેલા ઉપર મલમલનું કપડું બાંધી ૮-૧૦ દિવસ સુધી તડકે મૂકવો. તડકે મૂકતા પહેલાં અને સાંજે છુંદો હલાવવો. ૫. છુંદામાં તૂટતા તારની ચાસણી તૈયાર થાય એટલે જીરું (મસળીને) તજ, લવિંગ અને મરચું ભેળવવા. ૬. છુંદો ઢાંકીને ૧-૨ દિવસ સુધી તડકા નીચે રાખવો. ૭. છુંદો તૈયાર થઈ જાય એટલે કાચની બરણીમાં ભરવો.

નોંધ ૦ઃ કદાચ છુંદામાં ખટાશ લાગે તો બે દિવસ પછી જોઈતા પ્રમાણમાં દળેલી સાકર વાટીને નાંખવી.

૧૩. ચુલાનો છુંદો

શહેરોમાં તડકે સૂકવવાની સગવડતા ન હોવાથી, ગૃહિણીઓને અથાણામાં વિશિષ્ટ ફેરફાર અપનાવ્યો.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કિ. કાચી કેરી (લાડવા), ૨ કિ. ખાંડ, ૪ ટેબલસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટેબલસ્પૂન હળદર, ૧ ટેબલસ્પૂન જીરું, ૧ કપ પાણી, ૧ ટેબલ સ્પૂન મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. કેરીને ધોઈ લૂછી છાલ કાઢીને ખમણવી. ૨. જાડી તપેલીમાં ખમણેલી કેરીમાં તરત જ મીઠું અને હળદર ભેળવવાં. બરાબર ભેળવી ૩૦ મિનિટ સુધી છીણ બાજુમાં રાખવી. ૩. છીણમાં ખાંડ ભેળવવી, બરાબર હલાવવું, ફરીથી ૩૦ મિનિટ સુધી બાજુમાં રાખવી. ૪. જીરું અને પાણી નાંખવા. ૫. તેજ તાણે છીણની તપેલી ગેસ ઉપર મૂકવી. ૬. દસ-પંદર મિનિટમાં મિશ્રણ જરા જાડું થાય ત્યાં સુધી સતત હલાવ્યા કરવું. ૭. તાપ ઉપરથી લઈ છુંદો ૧૦ મિનિટ ઠરવા દેવો. લાલ મરચું નાંખી બરાબર હલાવવો. તપેલી ઉપર કપડું બાંધી છુંદો આખી રાત ઠરવા દેવો. તપેલીને પાણી ભરેલી થાળીમાં મૂકવી. ૮. બીજે દિવસે છુંદો બરણીમાં ભરવો.

૧૪. ચુલાની ગોળ કેરી

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કિ. કાચી કેરી (રાજાપુરી), ૨ કિ. ગોળ (કતરેલો), ૫૦ ગ્રામ ધાણાનાં કુરિયાં, ૨૫ ગ્રામ રાઈના કુરિયાં, ૨૫ ગ્રામ મેથીના કુરિયાં, ૧/૨ ટેબલસ્પૂન હળદર, ૪ ટેબલસ્પૂન લાલ મરચું,

૨૫ ગ્રામ વરીયાળી, ૨૫ ગ્રામ જીરું, ૧૫ ગ્રામ ઈલાયચી, ૧૫ તજ (૧/૨"ના ટુકડા), ૧/૨ ટેબલસ્પૂન મીઠું લગભગ. ૧ ટેબલસ્પૂન હિંગ.

રીત ૦: ૧. કેરીને ધોઈને લૂછવી. છાલ કાઢ ૧"ના કટકા કરવા. જાડા તપેલામાં મૂકવા. ૨. મીઠું અને હળદર ભેળવવાં, બરાબર હલાવી, કટકા ૩૦ મિનિટ સુધી બાજુમાં રાખવા. ગોળ નાંખવો. ૩. મધ્યમ તાપે તપેલું ગેસ ઉપર મૂકવું. ૪. ગોળ એકદમ ઓગળે ત્યારે હિંગ અને બધાં જ કુરિયાં નાંખવા. બરાબર હલાવી ૨-૩ મિનિટ બધું ગરમ કરવું. બાકીનો મસાલો નાંખવો. બરાબર હલાવી, ૩-૪ મિનિટ ગોળકેરી ગેસ ઉર રાખવી. વચ્ચે વચ્ચે હલાવવું. ગેસ ઉપરથી લઈ લેવી. થોડો વખત ઠરવા દેવી. ૫. તપેલા ઉપર કપડું બાંધી, આખી રાત ઠરવા દેવી. વચ્ચે વચ્ચે હલાવવી. બીજે દિવસે બરણીમાં ભરવી.

નોંધ ૦: મરજિયાત ૧૫-૨૦ આખા લાલ મરચાં અને ખારેકની ચીરિયો પણ નાંખી શકાય. બંનેને કાચી કેરીના અથવા લીંબુના રસમાં ૪-૬ કલાર પલાળવા, નિતારીને મસાલા સાથે નાંખવા. સ્વાદ પ્રમાણે મીઠું નાંખવું.

૧૫. ગોળ કેરી

સામગ્રી ૦: ૧ કિલો કાચી કેરી (રાજાપુરી), ૧૦૦ ગ્રામ રાઈના કુરિયાં, ૫૦ ગ્રામ ધાણાનાં કુરિયા, ૨૫ ગ્રામ મેથીનાં કુરિયાં, ૨૫ ગ્રામ લાલ મરચું, ૧૦ લાલ મરચાં (કાશ્મીરી-એકના બે ભાગ), ૧ ટી-સ્પૂન હળદર, ૪ ટેબલસ્પૂન તેલ (સરસિયાનું), ગોળ સરસ કતરેલો ૧/૨ ટી-સ્પૂન િંહંગ, ૩ ટી-સ્પૂન મીઠું શેકેલું.

રીત ૦: ૧. રાઈનાં ધાણાનાં અને મેથીના કુરિયાં, મિકસરમાં જુદા જુદા અધકચરાં કરવા. ૨. કેરીને ધોઈને લૂછીને છાલ કાઢવી, કેરીના એક ઈંચના ચોરસ કટકા કરવા ગોટલી કાઢી નાંખવી. ૩. સ્ટીલની તપેલીમાં હળદર, મીઠું અને કેરીના કટકા ભેગાં કરી હલાવવા, ત્રણ દિવસ તપેલીમાં ઢાંકીને રાખવા, દિવસમાં ૩-૪ વાર ઉથલવવા, આમાં પાણી છૂટશે. ૪. ચોથા દિવસે કેરીના કટકા પાણીમાંથી કાઢવા (આ પાણી રહેવા દેવું) છુટ્ટા કરી, સવારના તડકામાં બે કલાક, કપડા ઉપર ત્રણ દિવસ સૂકવવા. કટકા કોરા થઈ જાય પછી બરાબર ઠંડા થવા દેવા. ૫. સરસિયાનું તેલ ગરમ કરી, ઠંડુ થવા દેવું. ૬. કથરોટમાં તેલ અને રાઈના કુરિયાં ભેગાં કરી ફીણવું. તેમાં મેથીનાં ધાણાના કુરિયા, મરચું, મરચાના કટકા, હિંગ, કતરેલો ગોળ બરાબર ભેળવવાં, ગોળની કણીઓ ન

રહેવી જોઈએ. મિશ્રણ એકરસ થાય એટલે કેરીના કટકા ભેળવવા. ૭. આ બધું તપેલીમાં લેવું. એક બે દિવસ વારંવાર હલાવવું રસો બરાબર ઘટ્ટ થાય એટલે અથાણું કાચની બરણીમાં ભરવું.

મરજિયાત ૦ઃ રસો પાતળો જોઈએ તો ૨૫ ગ્રામ ધાણાનાં કુરિયાં, ૨૦ ગ્રામ મેથીનાં કુરિયા ભેળવવાં.

નોંધ ૦ઃ સ્ટીલના તપેલાને બદલે પ્લાસ્ટિકના ટબમાં પણ ચાલે. તજ, લવિંગ, કાળાં મરી (આખા અથવા ભૂક્કો) પણ નાંખી શકાય (મરજીયાત).

મિઠાઈ

૧. સૂંઠ ....., ૨. લાપસી ....., ૩. સાદો શીરો ....., ૪. રવાનો શીરો ....., ૫. મગની દાળનો શીરો ....., ૬. ચણાની દાળનો શીરો ....., ૭. બદામનો શીરો ....., ૮. કંસાર/ઓરમ્ ....., ૯. દળ ....., ૧૦. મગદળ ....., ૧૧. મીઠીસેવ/સેવનું સવરડું/સેવનો બીરંજ ....., ૧૨. ગોળની મીઠી સેવ/સેવનું ઉદ્ધરાણું ....., ૧૩. શેકેલા માવાના પેંડા ....., ૧૪. ગોળની માતર/ખાંડની માતર ....., ૧૫. કાબરચીતરી તલની માતર/સફેદ તલની માતર/ તલના લાડુ ....., ૧૬. મમરાની ચીક્કી .....,
૧૭. ઘુઘરા ....., ૧૮. ચુરમાના લાડુ ....., ૧૯. બેસનનું ચૂરમું ....., ૨૦. મીઠી બુંદી ....., ૨૧. મોતીચૂર ....., ૨૨. રેશમીઓ ....., ૨૩. માલપૂઆ ....., ૨૪. પલ્સીસ ટ્રાયો ....., ૨૫. પનીરનાં જાંબુ ....., ૨૬. પકવાન (કચ્છી મીઠાઈ) ....., ૨૭. મોહનથાળ ....., ૨૮. ત્રીરંગી કોપરાપાક ....., ૨૯. પૌંઆની માધુરી ....., ૩૦. આઈસ હલવો ....., ૩૧. ઘેબર ....., ૩૨.

નાન ખટાઈ ....., ૩૩. સાબરબાટી ....., ૩૪. સૂરતી ઘારી ....., ૩૫. કેસરી ખાજા ....., ૩૬. મોદક (મહારાષ્ટ્રીયન વાનગી) બે રીત છે ....., ૩૭. કાજુકતરી/કાજુ બરફી ....., ૩૮. સંદેશ .....,

૩૯. અંગુરી બાસુંદી ....., ૪૦. રસગુલ્લા ....., ૪૧. બાસુંદી ....., ૪૨. શ્રીખંડ ....., ૪૩. હલવાસન ....., ૪૪. હલવાસન ....., ૪૫. ખીર ....., ૪૬. દૂધ પૌંઆ ....., ૪૭. પૌંઆની ડ્રાયફ્રુટ કેક ....., ૪૮. ડેટ રસભરી ....., ૪૯. અજમેરી કલાકંદ ....., ૫૦. દહીંથરા .....,

૫૧. મેસુર ....., ૫૨. દાળીયાની લાડુડી ....., ૫૩. ખાખરાની બરફી ....., ૫૪. અખરોટપૂરી/કાજુપુરી ....., ૫૫. રસમલાઈ ....., ૫૬. જલેબી ....., ૫૭. કાચા ગુંદરના લાડવા ....., ૫૮. મેથીના લાડવા ....., ૫૯. શિયાળાનો અડદિયા પાક (ગોળનો) ....., ૬૦. અડદપાક (સાકરનો) ....., ૬૧. ગુંદરપાક .....

૧. સૂંઠ-પીપરામૂળની ગોળી

સામગ્રી ઃ ૪ ટેબલસ્પૂન પીપરામૂળ (ખાંડેલું), ૩ ટેબલસ્પૂન સૂંઠ (ખાંડેલી), ૧/૨ કપ ગોળ (કતરેલો), ૬ ટેબલસ્પૂન ઘી.

રીત ઃ ૧. જાડી તપેલીમાં ઘી વિઘારવું, ગોળ નાંખવો, હલાવવું, ગોળ ઓગળે એટલે તપેલી નીચે ઉતારી સૂંઠ, પીપરીમૂળ ભેળવવા, મિશ્રણ ઠંડુ થવા દેવું, ૨. નાની નાની લાડુડીઓ વાળવી. ડબ્બામાં ભરવી.

નોંધ ઃ ૧. તપસ્વીઓ ખાસ વાપરે છે. ૨. સૂંઠ અને પીપરા મૂળની ગોળીઓ જુદી જુદી કરાય છે. ૩. સૂંઠની સાથે ગોળ અને પીપરામૂળની સાથે પીસેલી સાકર વાપરવી.

૨. લાપસી

દરેક શુભ પ્રસંગે, શુકનમાં લાપસી બનાવાય છે. લગ્ન અને ગોત્રજના પ્રસંગની ખાસ વાનગી.

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ ઘઉંના ફાડા, ૫૦૦ ગ્રામ ગોળ (કતરેલો), ૩૦૦ ગ્રામ ઘી, ૬ કપ પાણી (ઉકળતું-લગભગ), ૧ ટી-સ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો (બરબરો-મરજિયાત), ૩ ટેબલસ્પૂન બદામ (કતરેલી-મરજિયાત)

રીત ૦ઃ ધીમા તાપે તપેલીમાં ૨ કપ પાણીમાં ગોળને ઓગાળવો. બાજુમાં રાખવો. ૨. ધીમા તાપે, એક મોટા તપેલામાં ઘી ગરમ કરવું. એમાં ઘઉંના ફાડા ગુલાબી રંગના થાય ત્યાં સુધી સાંતળવા. ૩. બાકી રહેલું પાણી ફાડામાં નાંખવું. ફાડા સીઝે ત્યાં સુધી વધુ તાપસ હલાવતા રહેવું. ૪. તાપ ધીમો કરવો, ગરણીમાંથી ગોળનું પાણી રેડવું, ઘી જુદું તરી આવે ત્યાં સુધી ધીમા તાપે લાપસી રાખવી. ૫. ઈલાયચીનો ભૂકો અને બદામ ભભરાવવાં. ૬. ચોળા સાથે પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ લાપસી સીઝવા આવે અને સૂકી લાગે તો થોડું ગરમ પાણી રેડવું.

કેસરી લાપસી માટે ૦ઃ

૧ ટી-સ્પૂન કેસરની પેસ્ટ ગોળનું પાણી રેડતી વખતે કેસરની પેસ્ટ નાંખવી. ગોળ ગાળ્યા વગર નાખવો હોય તો ઝીણો સમારીને નાંખવો.

૩. સાદો શીરો

સ્વાદિષ્ટ, પૌષ્ટિક અને સહેલાઈથી બની શકે-બાળકોને ખૂબ ભાવતી વાનગી.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૩/૪ કપ ગોળ (કતરેલો), અથવા ખાંડ લગભગ સ્વાદ પ્રમાણે), ૧/૨ કપ ઘી, ૨ કપ પાણી, ૨ ટી-સ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો (બરબરો), ૧૫ કિસમિસ (મરજિયાત), ૧ ટી-સ્પૂન બદામ (કતરેલી મરજિયાત), ૧ ટી-સ્પૂન પિસ્તા (મરજિયાત.)

રીત ૦ઃ ૧. તપેલામાં પાણી અને ગોળ (અથવા સાકર) ઓગળે ત્યાં સુધી ગરમ કરવાં, બાજુમાં રાખવાં.

૨. કઢાઈમાં ઘી ગરમ કરવું. ૩. ઘઉંનો આટો બદામી રંગનો થાય અને મીઠી સુગંધ આવે ત્યાં સુધી શેકવો. ૪. ગોળના પાણીને ગરણીમાંથી શેકેલા લોટ ઉપર રેડવું. બરાબર ઝડપથી હલાવતા જવું. ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. કિસમિસ અને ઈલાયચીનો ભૂકો નાખવો. પાણી બળી જાય અને ઘી છૂટું પડે ત્યાં સુધી શીરો થવા દેવો. ૫. તૈયાર થયેલા શીરા ઉપર બદામ અને પિસ્તાં ભભરાવવાં, ગરમ ગરમ પીરસવો.

૪. રવાનો શીરો

સામગ્રી ૦ઃ ૫૦૦ ગ્રામ રવો, ૫૦૦ ગ્રામ ઘી, ૧-૧/૨ લિટર દૂધ, ૫૦૦ ગ્રામ ખાંડ, દ્રાક્ષ, એલચી પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ રવાને ઘીમાં બદામી રંગનો શેકવો. બરાબર શેકાય એટલે દૂધ અને દ્રાક્ષ નાંખવા. ઘટ્ટ થાય એટલે ખાંડ નાંખવી. ખાંડ મિકસ થઈ જાય અને ઘી દેખાય એટલે એલચીનો ભૂકકો નાંખી, ઉતારી લેવો. રવાને બદલે ઘઉંના લોટનો શીરો બનાવવો હોય તો દૂધ ઓછું જોઈએ.

૫. મગની દાળનો શીરો

સામગ્રી ૦ઃ ૫૦૦ ગ્રામ મગની ફોતરાંવાળી દાળ, ૫૦૦ ગ્રામ ઘી, ૫૦૦ ગ્રામ ખાંડ, ૧ કપ દૂધ (ગરમ),

૪ કપ પાણી (ઉકળતું), ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન કેસરની પેસ્ટ, ૨-૩ ટીસ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો, ૨૫-૩૦ બદામ (કાતરેલી)

રીત ૦ઃ ૧. મગની દાળને બરાબર ધોઈ, ૪ કલાક પલાળવી, ફોતરાં કાઢી, નિતારીને બરાબર વાટવી, મોટા ગરણામાં મિશ્રણ નાખવુ. વધારાનું પાણી ઝરી જશે. ૨. ધીમે તાપે, જાડા પહોળા તપેલામાં, ઘી વિઘારવું, ઘી વિઘરે એટલે તપેલી નીચે ઉતારી, વાટેલી મગની દાળ નાંખવી. હલાવતાં જવું, ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. મધ્યમ તાપે બદામી રંગ થાય અને મીઠી સુગંધ આવે ત્યાં સુધી શેકવી. ૩. પાણી અને દૂધ નાંખવા. પાણી બળી જાય ત્યાં સુધી હલાવવું. કેસરની પેસ્ટ નાખવી. ૪. ખાંડ નાંખવી, ખાંડ ઓગળે અને ખાંડનું પાણી શોષાઈ જાય ત્યાં સુધી હલાવતા રહેવું. ઘી છૂટું પડશે. ઉપર આવશે, ગેસ બંધ કરવો. ૫. ઈલાયચી ભભરાવવી, હલાવવું, શીરાને એ જ વાસણમાં ઠરવા દેવો. ઠરે ત્યાં સુધી વારંવાર હલાવતા રહેવું. બદામ ભભરાવી, શીરો પીરસવો.

નોંધ ૦ઃ દૂધ અને પાણીનું પ્રમાણ ઘર ઘરની પ્રથા ઉપર છે.

૬. ચણાની દાળનો શીરો

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ચણાની દાળનો લોટ (બરબરો), ૨ ટીસ્પૂન દૂધ અને ૨ ટીસ્પૂન ઘી (ધાબા માટે), ૩/૪ કપ ખાંડ, ૧/૨ કપ ઘી (વિઘારેલું), ૧ કપ દૂધ, ૧-૧/૪ કપ પાણી, ૧૫ કિસમિસ (મરજિયાત), ૧ ટીસ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો (બરબરો), ૨ ટીસ્પૂન બદામ, અને પિસ્તા (ઝીણાં કતરેલાં)

રીત ૦ઃ ૧. કથરોટમાં લોટમાં ૨ ચમચી દૂધ અને ૨ ચમચી ઘી મેળવવા. અડધા કલાક સુધી સરખો દાબીને રાખવો. (ધાબો). ચોખાની ચાળણીથી ચાળવો. ૨. ધીમે તાપે કઢાઈમાં ઘી ગરમ

કરવું. ૩. લોટનો ગુલાબી રંગ થાય અને મીઠી સુગંધ આવે ત્યાં સુધી શેકવો. ૪. તપેલીમાં પાણી અને દૂધને સાથે ગરમ કરવાં ગરમ થાય એટલે લોટમાં રેડવાં, ખાંડ નાંખી બરાબર હલાવવું, કિસમિસ નાંખવી, બરાબર ઝડપથી હલાવતા જવું. પાણી બળી જાય અને ઘી છૂટું પડે ત્યાં સુધી શીરો થવા દેવો. ૫. ઈલાયચીનો ભૂક્કો અને બદામ પિસ્તાં ભભરાવવાં.

૭) બદામનો શીરો

સ્વાદિષ્ટ અને પૌષ્ટિક વાનગી. ખાસ કરીને શિયાળામાં લેવાય છે.

સામગ્રી ઃ ૧૦૦ બદામ, ૬ ટેબલસ્પૂન ખાંડ, ૩ ટીસ્પૂન ઘી (વિઘારેલું), ૧ ટીસ્પૂન ઘઉંનો આટો, ૨-૧/૨ કપ દૂધ, ૨ ટીસ્પૂન ઈલાયચી (ભૂક્કો), બદામ, પિસ્તાં (કતરેલા)

રીત ઃ બદામને બે-ત્રણ કલાક સુધી નવશેકા પાણીમાં પલાળવી. નિતારીને છાલ કાઢવી, બદામની પેસ્ટ કરવા થોડું દૂધ નાંખવું, (બદામને થોડીવાર ઉકાળીએ તો તરત છાલ નીકળશે. ૨. મિકસરમાં અથવા કૂંડીમાં બરબરી પેસ્ટ કરવી. ૩. ઘીને જાડી કઢાઈમાં ગરમ કરવું. એક મિનિટ સુધી ઘઉંના લોટને શેકવો. બદામનો પેસ્ટ નાખવો. મિશ્રણને ગુલાબી રંગ પકડે ત્યાં સુધી ધીમા તાપે શેકવું. ૪. વધેલું દૂધ નાંખવું. મિશ્રણ જરા ઘટ્ટ થવા આવે ત્યારે ખાંડ નાંખવી. ખાંડ ઓગળે અને ઘી છૂટું પડે ત્યાં સુધી હલાવવું. ૫. ચાર-પાંચ મિનિટ પછી શીરાને રકાબીમાં લેવો. ઈલાયચી, બદામ અને પિસ્તાનો ભૂક્કો ભભરાવવો.

નોંધ ઃ ૧. બદામની છાલ કાઢ્યા વિના અને ઘઉંના લોટ વિના પણ શીરો બનાવી શકાય. છાલ સાથે પૌષ્ટિકતાનું પ્રમાણ વધુ રહે છે. ૨. બદામને પલાળ્યા વિના પણ મિકસરમાં વાટીને શીરો થઈ શકે. ૩. સુવાવડ પછી શક્તિ માટે નિયમિત અપાય છે.

૮. કંસાર/ઓરમૂ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ લાપસીનું ઝીણું ભરડું, ૧/૨ કપ ગોળ (કતરેલો), ૧/૩ કપ ઘી, ૨ કપ પાણી, ઘી (જરૂર પડે હોય ઉપર નાંખવા) ૧/૪ કપ દળેલી ખાંડ (મરજિયાત).

રીત ઃ ૧. થાળીમાં લાપસીના ભરડામાં ઘી ભેળવવું. ૨. મધ્યમ તાપે, તપેલીમાં પાણી ઉકળે એટલે ઘી ભેળવેલ લાપસી નાંખી હલાવવું. ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. તાપ ધીમો કરવો. ૩. તાપ

ઉપર તવો મૂકવો. કંસાર સીઝે ત્યાં સુધી તવા ઉપર રાખવો. ૧૦ મિનિટ સુધી સીઝવા દેવો. ગેસ બંધ કરી ધીમેથી હલાવવો. ૪. પીરસતી વખતે ગરમ ઘી, દળેલી ખાંડ નાખવી.

નોંધ ૦ઃ બધું ભેગું કરી, ત્રણ સીટી સુધી પ્રેશરકૂકરમાં કંસાર કરી શકાય. બહાર કાઢી, દળેલી ખાંડ, બદામ ભભરાવી, ઘી નાંખી, ઉપયોગમાં લેવો.

૯. દળ

શુભ પ્રસંગે અને લગ્નના પ્રસંગે બનતી ખાસ વાનગી.

ધાબો પાડવાની સામગ્રી ૦ઃ (૧) ૨૦૦ ગ્રામ મેંદો, ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી (વિઘારેલું), ૧ ટેબલસ્પૂન પાણી (નવસેકું) અથવા

ધાબો પાડવાની સામગ્રી ૦ઃ (૨) ૨૦૦ ગ્રામ મેંદો, ૨. ટેબલસ્પૂન પાણી (નવસેકું)

દળને ફીણવાની સામગ્રી ૦ઃ (૧) ૭૦ ગ્રામ ઘી, ૭૦ ગ્રામ ખાંડ (દળેલી), અથવા દળને ફીણવાની સામગ્રી. (૨) ૫૦ ગ્રામ ઘી, ૫૦ ગ્રામ ખાંડ.

ધાબો પાડવાની રીત (૧ અને ૨)

૧. કથરોટમાં બધું ભેગું કરી, ૨-૩ મિનિટ સુધી હલકે હાથે મસળવું. ૨. ઢગલો કરી, બરાબર દબાવી, મોટા વાસણથી ૩૦ મિનિટ સુધી ઢાંકવો. ૩. આ દળને ચોખા ચાળણીએ ચાળવો. ચાળ્યા પછી અડધી ચમચી દળ વધે તેને ચૂરીને ફરીથી ઉપયોગમાં લેવો.

દળને શેકવાની રીત ૦ઃ (૧ અને ૨)

૧. ધીમા તાપે જાડી કઢાઈમાં, બદામી રંગ થાય ત્યાં સુધી દળ શેકવો. ૨. મોટી થાળીમાં ફેલાવી ઠારવા મૂકવો. ૩. ફરીથી ચોખા ચાળણીએ ચાળવો.

દળને ફીણવાની રીત ૦ઃ (૧ અને ૨)

૧. મોટી થાળીમાં ઘી લઈને, હથેળીની ડાબી બાજુથી જમણી બાજુભાર દઈને એક દિશામાં ૩-૪ મિનિટ સુધી ફીણવું. ૨. દળેલી ખાંડ ભેળવવી. ફરીથી ૪-૫ મિનિટ સુધી ફીણવું. ૩. મિશ્રણ એકદમ સફેદ અને સુંવાળું હલકું થશે. ૪. ફીણેલા ઘી અને ખાંડના ઉપર તૈયાર દળના દાણાને (૧ અને ૨ ના) ભેળવી મિશ્રણ ખૂબ હલાવવું. દળ તૈયાર થઈ ગયો. ડબ્બામાં ભરવો.

નોંધ ૦ઃ દળની સામગ્રી (૧)માં લાડવા વાળી શકાય. દળની સામગ્રી (૨)માં દળ છૂટો દાણાદાર રહેશે.

૧૦. મગદળ

બહુ સહેલાઈથી બની શકે એવી મશહૂર અને સ્વાદિષ્ટ મીઠાઈ.

સામગ્રી ૦ઃ ૨૦૦ ગ્રામ મગની મોગરદાળનો અથવા ચણાનો લોટ (બરબરો), ૧૦૦ ગ્રામ દળેલી ખાંડ, ૧૦૦ ગ્રામ ઘી (વિઘારેલું), ૧ ટી-સ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂક્કો, ૧૦ પિસ્તા (કતરેલા)

રીત ૦ઃ ૧. મોટી જાડી કઢાઈમાં, ધીમે તાપે ઘી ગરમ કરવું. ૨. લોટ નાંખવો, ગુલાબી રંગનો થાય અને મીઠી સુગંધ આવે ત્યાં સુધી શેકવો. લગભગ ૧૫ મિનિટ થશે. ૩. ગેસ ઉપરથી લઈ લેવો. ૫ મિનિટ સુધી હલાવ્યા કરવું. ૨-૩ કલાક સુધી ઠરવા દેવો. ૪. દળેલી ખાંડ અને ઈલાયચીનો ભૂકો બરાબર ભેળવવો. ૨૦ સરખા ભાગ કરી લાડુની જેમ વાળવા, ઉપરથી સ્હેજ દબાવવા, દરેકના ઉપર પિસ્તાં ભભરાવવાં, ઉપયોગમાં લેવા.

૧૧. મીઠી સેવ

(સેવનું સરવડું) (સેવનો બીરજ) દૂધ અને સેવની સંપૂર્ણ સ્વાદિષ્ટ વાનગી.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ જાડી મેંદાની સેવ, ૧ કપ દૂધ ૧/૪ કપ ખાંડ (લગભગ), ૪ ટી-સ્પૂન ઘી, ૧/૪ કપ પાણી, ૧/૪ ટી-સ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો (મરજિયાત), ૧૦ કિસમિસ (મરજિયાત), ૪ બદામ (કતરેલી મરજિયાત)

રીત ૦ઃ ૧. ધીમા તાપે, જાડા તપેલામાં ઘી ગરમ કરવું. ૨. ઘી વિઘરે એટલે સેવ નાંખવી. ગુલાબી રંગની થાય ત્યાં સુધી સાંતળવી. ૩. બીજી તપેલીમાં ખાંડ, દૂધ અને પાણી ભેગાં કરી, ધીમા તાપે મૂકવાં, ખાંડ ઓગળે ત્યાં સુધી ગરમ કરી, મિશ્રણને સેવમાં નાંખવું. ૪. ધીમા તાપે સેવ ચઢવા દેવી. ગેસ બંધ કરી. ઈલાયચીનો ભૂકો ભભરાવવો. ૧૦ મિનિટ પછી ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ સેવ સીઝી ન હોય તો ૧/૨ કપ નવશેકું પાણી જરૂર પ્રમાણે નાંખવું. વધારે પડતા પાણીની સેવ લોંદો થઈ જશે. (સેવનો બીરંજ -સેવના બીરંજ માટે તેમાં જાયફળ અને લવિંગ નાખવા)

૧૨. ગોળની મીઠી સેવ/સેવનું ઉદ્‌ધરણું

સામગ્રી ○ઃ ૧ કપ મેંદાની સેવ, ૧/૨ કપ ગોળ (ઝીણો કતરેલો), ૧/૨ કપ ઘી (વિધારેલું), ૧-૧/૨ કપ પાણી (ગરમ), ૨ ઈલાયચી (ફક્ત દાણા), ૧૦ કિસમિસ (મરજિયાત), ૪ બદામ (કતરેલી-મરજિયાત).

રીત ○ઃ ૧. પહોળી કઢાઈમાં, ધીમે તાપે, ઘી ગરમ કરવું, સેવ નાંખવી, બદામી રંગની થાય ત્યાં સુધી શેકવી. ૨. સેવ શેકાય એટલે ૧-૧/૪ કપ ગરમ પાણી રેડવું, ધીમે તાપે સીઝવા દેવી, છૂટી રહે એનું ધ્યાન રાખવું. બીજા ગેસ ઉપર તપેલીમાં બાકી રહેલા ગરમ પાણીમાં ગોળને ઓગાળવો. સેવ સીઝવા આવે એટલે ગોળનું પાણી, ગાળીને એમાં રેડવું. સીઝે એટલે કિસમિસ, ઈલાયચીના દાણા નાંખવા. ૩. તાવેથાથી હલકે હાથે સેવ હલાવવી. છૂટી રહેવી જોઈએ. સેવ સીઝી થાય અને પાણી બળી જાય એટલે ગેસ બંધ કરવો. ૪. બદામ ભભરાવવી, ગરમ ગરમ પીરસાવી.

નોંધ ○ઃ સેવ ન સીઝે તો ૧/૨ કપ ગરમ પાણી જરૂર પ્રમાણે નાંખવું. સીઝવા દેવી. વધારે પડતું પાણી રેડવાથી સેવ લોંદો થઈ જાય.

૧૩. શેકેલા માવાના પેંડા

સામગ્રી ○ઃ ૧ કિ. ચોખ્ખો માવો, ૪૦૦ ગ્રામ ખાંડ, ૧ ટેબલસ્પૂન ઈલાયચીના દાણા (અધકચરા ખાંડેલા - મરજિયાત)

રીત ○ઃ ધીમા તાપે પિત્તળની કઢાઈમાં માવો અને ખાંડ ભેળવવા. ખાંડ ઓગળે અને માવો ઘેરો ગુલાબી રંગનો થાય અને એની ગોળી વળે ત્યાં સુધી શેકવો. તાવેથાથી હલાવતા રહેવું. ૨. કઢાઈ નીચે ઉતારી, માવામાં ઈલાયચી નાંખવી, મિશ્રણ ઠરે ત્યાં સુધી હલાવતા રહેવું. ૩. મિશ્રણના ૭૦ સરખા ભાગ કરવા. એક એક ભાગને પેંડાની જેમ વાળવો. ૪. બે-ત્રણ કલાક સુધી ઠરવા દેવા.

૧૪. ગોળની માતર

આ પરંપરાગત માતર, મોટા-નાના સર્વેની પ્રિય વાનગી.

સામગ્રી ○ઃ ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧/૨ કપ ઘી, ૧/૨ કપ ગોળ (ઝીણો કતરેલો), ૧ ટી-સ્પૂન ઘી (થાળીને લગાવવા)

રીત ઃ ૧. કઢાઈમાં ધીમા તાપેથી વિઘારવું. ૨. આટો નાંખવો. લોટ બદામી રંગ પકડે ત્યાં સુધી સતત હલાવતા રહેવું. આટો બરાબર શેકાઈ જશે ત્યારે મીઠી સુગંધ આવશે. ૩. ગેસ ઉપરથી કઢાઈ લઈ લેવી. ગોળ નાંખી ૩-૪ મિનિટ તાવેથાથી મિશ્રણ હલાવવું. ગોળ ઓગળશે અને ઘી ઉપર આવશે. ૪. ઘી લગાવેલી થાળીમાં આ મિશ્રણને પાથરવું. વાટકીથી થેપી દેવું. ૫. મિશ્રણ ગરમ હોય ત્યારે જ થાળીમાં છરીથી અથવા તાવેથાથી કાપા પાડવા. ૧ કલાક માતરને ઠરવા દેવી. ૬. તાવેથાથી માતર ઉખેડવી. ડબ્બામાં ભરવી.

ખાંડની માતર ઃ ગોળના બદલે ખાંડ પણ વાપરી શકાય. ખાંડ ગરમ પાણીમાં ઓગાળીને નાખવી.

૧૫. કાબરચીતરી તલની માતર

ખાસ કરીને શિયાળાની પૌષ્ટિક અને આરોગ્યવર્ધક વાનગી.

સામગ્રી ઃ ૩/૪ કપ કાળા તલ, ૩/૪ કપ સફેદ તલ, ૧ કપ ગોળ (કતરેલો) અથવા ખાંડ, ૨ ટી-સ્પૂન ઘી (ગોળ ઓગાળવા)

રીત ઃ ૧ ટી-સ્પૂન ઘી (થાળીને લગાડવા), ૧. ધીમે તાપે જાડી કઢાઈમાં કાળા અને સફેદ તલને તડતડ અવાજ આવે ત્યાં સુધી ભેગા શેકવા. ૨. બરાબર શેકાઈ જાય એટલે થાળીમાં ઠારવા. ૩. ધીમા તાપે એ જ કઢાઈમાં ધીમા ગોળ ઓગાળો, ખદખદે અને રંગ બદલાય ત્યાં સુધી રાખવો. ગોળનું ટપકું પાડીને જોવું કે એ ઉખડે છે અને ટૂટે છે. ગેસ ઉપરથી લઈ તલ નાંખવા. મિશ્રણ જોરથી હલાવવું. તરત જ ઘી લગાવેલી થાળીમાં પાથરવું. ઘી લગાવેલી વાટકીથી થેપી દેવું. ૪. પાંચ મિનિટ સુધી ઠરવા દેવું, થાળીમાં જ છરીથી ચોસલાં પાડવા. ૫. થાળીના બદલે તલના મિશ્રણને જમીન અથવા આરસ (રસોડાના પ્લેટફોર્મ) ઉપર મૂકી, વેલણથી ભાર દઈ વણી, પછી કાપા પાડવા. ૬. તદ્દન ઠરી જાય પછી જ તાવેથાથી માતર ઉખેડવી.

સફેદ તલની માતર ઃ

૧૧/૨ કપ સફેદ તલ લેવા, સામગ્રી અને રીત ઉપર મુજબ.

સફેદ તલના લાડુ ઃ

સફેદ તલનું મિશ્રણ ગરમ હોય ત્યારે ૪-૫ ટી સ્પૂન શેકેલી, અધકચરી શિંગ નાખવી. પ્રમાણસર ઘી અને ગોળ નાંખવા ગરમ હોય ત્યારે લાડુ વાળવા.

૧૬. મમરાની ચીકી

સામગ્રી ૦ઃ ૨ કપ મમરા, ૧/૪ કપ ગોળ (કતરેલો), ૧ ટી સ્પૂન ઘી (ગોળ ઓગાળવા), ૧ ટી સ્પૂન ઘી (થાળી ઉપર લગાડવા)

રીત ૦ઃ ૧. કઢાઈમાં ધીમા તાપે, મમરાને શેકવા, (થોડા થોડા શેકવા, હવાયા ન રહેવા જોઈએ) બાજુમાં રાખવા. ૨. ધીમા તાપે ઘીમાં ગોળ ઓગાળવો, ગોળ હલાવતા રહેવું. ૩. ગોળમાં પરપોટા થશે. ગોળનું ટપકું પાડીને જોવું કે ઉખડે છે અને ટૂટે છે. તપેલી નીચે ઉતારી મમરા નાંખવા. બરાબર હલાવવું. ૪. ઘી લગાવેલી થાળીમાં સરખા ફેલાવી. વાટકીથી થેપી દેવા. ૫. પાંચ મિનિટ સુધી ઠરવા દઈ, છરીથી કાપા પાડવા. ૬. એકદમ ઠરી જાય એટલે તાવેથાથી ઉખાડી, ડબ્બામાં ચીકી ભરવી.

૧૭. ઘૂઘરા

લોટ માટે સામગ્રી ૦ઃ

૨૫૦ ગ્રામ મેંદો, ૬ ટેબલ સ્પૂન ઘી (વિઘારેલું), ૨ ટેબલસ્પૂન રવો (મરજિયાત) ૨-૩ ટેબલસ્પૂન પાણી.

રીત ૦ઃ ૧. બધું ભેગું કરી, પૂરી જેવો લોટ બાંધવો ૨. પાતળું કપડું ભીનું કરી, નીચોવીને લોટને ૧૫ મિનિટ સુધી ઢાંકવો. ૩. ફરીથી લોટને મસળવો. ૪. લોટના એક સરખા ૨૫ લૂઆ કરવા. ૫. લૂઆને ભીના-નીચોવેલા કપડાથી ઢાંકવા.

પૂરણ માટે સામગ્રી ૦ઃ ૨૦૦ ગ્રામ માવો. ૨૫૦ ગ્રામ ખાંડ, ૭ ટેબલસ્પૂન બદામનો ભૂકો, ૭ ટેબલસ્પૂન બદામનો ભૂકો, ૭ ટેબલસ્પૂન પિસ્તાનો ભૂકો, ૫ ટી-સ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો, ૧ ટી સ્પૂન જાયફળનો ભૂકો (મરજિયાત), ૧/૨ ટી સ્પૂન કેસર (મરજીયાત), પાણી (ઘૂઘરાની કિનારીઓ માટે) ઘી (તળવા માટે)

રીત ૦ઃ ૧. માવાને ખમણીને બાજુમાં રાખવો. ૨. બદામ, પિસ્તાનાં ભૂકાને અને ખમણેલા માવાને ઘઉં અથવા ચોખાની ચાળણીથી જુદા જુદા ચાળવા. ૩. ધીમા તાપે કઢાઈ ગરમ કરવા મૂકવી. ગેસ બંધ કરવો. બદામ પિસ્તાના ભૂકાને ૩-૪ મિનિટ સુધી શેકવો. થાળીમાં ઠારવો. ૪. ધીમા તાપે એજ કઢાઈમાં ખમણેલા માવાને ૫ મિનિટ સુધી શેકવો. હલાવી થાળીમાં ઠારવો. ૫.

ઠંડા થયેલા માવામાં બદામ, પિસ્તાનો ભૂક્કો ખાંડ વગેરે બરાબર ભેળવવાં. ૬. પૂરણનાં ૨૫ સરખા ભાગ કરવા.

ઘૂઘરા કરવા માટે ઃ

૧. લૂઆની ગોળાકાર પૂરી વણવી. ૨. પૂરીને હથેળીમાં લેવી. અર્ધ ગોળાકાર આકારમાં વાળવી. એક બાજુના ખૂણાની કિનારીઓ સહેજ ભીની કરી બંધ કરવી. ૩. પૂરીમાં એક ભાગનું પૂરણ ચમચીથી દબાવીને ભરવું. ૪. પૂરીની બંને કિનારીઓને બંધ કરી, કાંગરી પાડવી. ૫. બધા ઘૂઘરા આ રીતે કરવા. ૬. મધ્યમ તાપે કઢાઈમાં ઘી ગરમ કરવું. તાપ સહેજ ધીમો કરી, ઘૂઘરાનો રંગ ફેરવાય, ત્યાં સુધી ઘીમાં તળવા. વચ્ચે વચ્ચે ફેરવવા. ઝારાથી બહાર કાઢી લેવા. બધા ઘૂઘરા આ જ રીતે કરવા. ઠંડા કરી ડબ્બામાં ભરવા.

નોંધ ઃ ૧. કાંગરીઓના આકાર દરેક વ્યક્તિની આવડત અને રૃચિ પ્રમાણે થઈ શકે. ઘૂઘરા બનાવવાનાં ખાસ બીબાં પણ મળે છે. ૨. પૂરણમાં સૌના સ્વાદ પ્રમાણે માવો, રવો, બદામ, પિસ્તા, કોપરું નાંખવા.

ઘુઘરા - રીત નં.૨

સામગ્રી ઃ ૧૫૦ ગ્રામ રવો, ૭૫ ગ્રામ કોપરાનું ખમણ, ૨૫૦ ગ્રામ બુરુ ખાંડ, કાજુ ઝીણા ટુકડા , બદામ ઝીણી સમારેલી, પિસ્તા ઝીણા સમારેલા, અખરોટ ઝીણા ટુકડા, કિસમિસ, ૧ ચમચો ચારોળી, ૧ ચમચી એલચીનો ભૂકો, જાયફળ થોડું.

પૂરી માટે ઃ ૫૦૦ ગ્રામ મેંદો, ઘીનું મોણ, પાણી, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ મેંદો ઘી અને મીઠું મિકસ કરી પૂરી જેવો લોટ બાંધવો. રવાને ઘીમાં બદામી રંગનો શેકવો. ઠંડો પડે પછી કોપરાનું ખમણ, બુરુ ખાંડ, બદામ, કાજુ, ચારોળી, પિસ્તા, અખરોટ, કિસમિસ, એલચી અને જાયફળ નાંખી મિકસ કરી, પૂરણ તૈયાર કરવું. મેંદાના લોટને ઘી લઈ કેળવી તેમાંથી પૂરી બનાવવી. તેમાં પૂરણ ભરી ઘૂઘરાની કિનારે કાંગરી કરવી. ધીમા તાપે ઘીમાં તળી લેવા.

૧૮. ચૂરમાના લાડુ

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ ઘઉંનો લોટ, ૫૦૦ ગ્રામ ઘી (વિઘારેલું), ૩/૪ અથવા ૧ કપ પાણી, ૫૦૦ ગ્રામ ગોળ (કતરેલો), ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂક્કો, ૧ ટીસ્પૂન જાયફળનો ભૂકો. ૧

ટેબલસ્પૂન ઘી (થેપેલા ચૂરમા ઉપર નાંખવા), ૧ ટીસ્પૂન એલચી દાણા (બરાબર ખોડેલા), ૧ ટીસ્પૂન બદામ (કતરેલી-મરજીયાત), ૧ ટી-સ્પૂન પિસ્તા (કતરેલા-મરજીયાત)

રીત ૦ઃ ૧. થાળીમાં ઘઉંનો લોટ, પાણી અને ૨૦૦ ગ્રામ ઘી ભેળવી, કઠણ લોટ બાંધવો, જરૂર પડે તો વધુ પાણી લેવું. લોટના ૧૦ સરખા ભાગ કરી મુઠિયાં વાળવાં. ૨. કઢાઈમાં બાકીનું ઘી ગરમ કરવું. તાપ ધીમો કરી મુઠિયાં બદામી રંગના થાય ત્યાં સુધી તળવાં. ઝારાથી બહાર કાઢી થાળીમાં ઠરવા દેવાં. ઘી ગાળીને રાખવું. ૩. મુઠિયાંને ભાંગીને ચોખાની ચાળણીથી ચાળવા. ચાળણીના ઉપર જે રહે એને ફરીથી ભાંગી ચાળવા. ૪. ધીમા તાપે કઢાઈ મૂકી, મુઠિયાંના ભૂકાને ૫-૭ મિનિટ સુધી શેવો. બાજુમાં રાખવો. બીજી કઢાઈમાં, મુઠિયાંના તળામણના વધેલા ઘીને ફરીથી ધીમા તાપે ગરમ કરવું. ઘી વિઘરે એટલે ગોળ નાંખી, હલાવી ગોળને ઓગાળવો. ગોળ ઓગળે એટલે ગેસ બંધ કરવો. કઢાઈ નીચે ઉતારી તરત જ શેકેલો લોટ અંદર નાંખી, ફરી મિશ્રણ હલાવવું, ઠરવા દેવું. ઈલાયચીનો અને જાયફળનો ભૂકો નાંખવો. ૫. આ મિશ્રણના ૧૦-૧૨ સરખા ભાગ કરી લાડુ બનાવવા. ડબ્બામાં ભરવા.

અથવા થેપેલા ચૂરમા માટે ૦ઃ

ઘી લગાવેલી ૧૨" પહોળી થાળીમાં ચૂરમું થેપવું એના ઉપર ઘી રેડવું. ઈલાયચી, બદામનો ભૂકો ભભરાવવો. બરાબર ઠરે. પછી ચોરસ કાપા પાડવા. તાવેથાથી ઉખેડવા.

રીત-૨

૧. ઉપરની જેમ કઠણ લોટ બાંધવો બે લૂઆ કરવા. ૨. ૧/૪ જાડાઈના બે રોટલા વણવા છરીથી ઊંડા નાના કાપા કરવા. ૩. ધીમે તાપે તવો ગરમ કરી, રોટલાની બંને બાજુ બરાબર શેકવી. ૪. બંને બાજુ બદામી રંગ થાય એટલે તવા ઉપરથી લઈ લેવા. રોટલાને ભાંગી નાંખવા. ભૂકો કરી, ઘઉંની અથવા ચોખાની ચાળણીથી ચાળવો. ૫. ૧૫૦ ગ્રામ ઘી ગરમ કરી ગોળ ઓગાળવો. ગોળ ઓગળે એટલે ગેસ બંધ કરી શેેકેલો લોટ નાંખવો. મિશ્રણ હલાવવું. ઠરવા દેવું. ૬. ઈલાયચી જાયફળનો ભૂકો નાંખી લાડું વાળવા. ઘી વધુ જોઈએ તો લેવુ.

૧૯. બેસનનું ચૂરમું

સ્વાદિષ્ટ પાલનપુરી વાનગી. ખાસ કરીને દિવાળી, લગ્ન અને તહેવારના દિવસોમાં બનાવાય છે. બેસનનું ચૂરમું બે રીતે થાય છે, પસંદગી તમારી.

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ (બરબરો), ૧-૧/૨ કપ પાણી, ૫૦૦ ગ્રામ ખાંડ, ૨ ટેબલસ્પૂન દૂધ, ૩/૪ ટીસ્પૂન કેસરની પેસ્ટ, ૫૦૦ ગ્રામ ઘી (વિઘારેલું ચોખ્ખુ), ૧ ટીસ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો.

રીત ઃ ૧. થાળીમાં ચણાનો લોટ, ૪ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૧/૨ કપ પાણી ભેગાં કરી, કઠણ લોટ બાંધવો. બરાબર મસળવો. લોટના ૧૨ સરખા લૂઆ કરવા. એક એક લૂઆને લઈને મુઠિયાં વાળવાં. ૨. ધીમા તાપે કઢાઈમાં જરૂર જેટલું ઘી ગરમ કરવું. ઘી ગરમ થાય એટલે મુઠિયાં બદામી રંગના થાય ત્યાં સુધી તળવાં. ઝારાથી બહાર કાઢી ઠરવા દેવા. દસ્તાથી ધીમેથી દબાવી, ખાંડણીમાં ખાંડવા. ચોખાની ચાળણીથી ચાળી સરખો લોટ તૈયાર કરવો. બાજુમાં રાખવો ઘી ગાળીને રાખવું.

નોંધ ઃ શેકેલો આટો અને ચાસણી એક સાથે કરવાં.

ચાસણી માટે ઃ

૩. ધીમા તાપે ખાંડને બાકી રહેલા પાણીમાં ઓગાળવી. ખાંડ ઓગળી જાય ત્યારે ધીમેથી દૂધ રેડવું. ૩-૪ મિનિટ સુધી હલાવવું નહિ. મેલ ઉપર આવી જશે. તાવેથાથી કાઢી નાંખવો. એક તારથી થોડી વધારે બંધાય ત્યાં સુધી ચાસણી ખદખદવા દેવી. તાપ ઉપરથી ઉતારવી. કેસની પેસ્ટ એમાં ભેળવવી. ૪. મોટા તપેલામાં, વધેલું અને ગાળેલું ઘી ગરમ કરવું. તૈયાર કરેલા લોટને ગુલાબી રંગ થાય ત્યાં સુધી શેકવો. ધીમે હલાવવો, તાપ ઉપરથી લઈ લેવો. ૩-૪ મિનિટ સુધી હલાવ્યા કરવું. ૫. આ લોટને તૈયાર કરેલ ચાસણીમાં નાંખવો. ઈલાયચીનો ભૂકો ભભરાવવો. બરાબર હલાવવો. ૬. એક કલાક સુધી લોટ ઠરવા દેવો. થાળીમાં ઘીવાળો હાથ ફેરવીને ચૂરમું વાટકીથી થેપવું.

૨૦. મીઠી બુંદી

બુંદી માટે સામગ્રી ઃ

૫૦૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, ૧-૩/૪ કપ પાણી (લગભગ), ૨ ટેબલસ્પૂન ગરમ ઘી.

ચાસણી માટે સામગ્રી ઃ

૬૦૦ ગ્રામ ખાંડ (મીઠી બુંદી માટે), ૮૭૫ ગ્રામ ખાંડ (કણસાઈના લાડુ માટે), પાણી (ખાંડ ડૂબે એટલું), ૨ ટેબલસ્પૂન દૂધ, ૨ ટીસ્પૂન કેસરની પેસ્ટ અથવા ટીપું ખાવાનો પીળો રંગ

(મરજિયાત), ૫૦૦ ગ્રામ ઘી (તળવા માટે), ૨૫ બદામ (કતરેલી), ૨૫ પિસ્તાં (કતરેલા), ૮-૧૦ ઈલાયચીના દાણા (બરબરા ખાંડેલા)

રીત ૦: ૧. ચણાનો લોટ અને પાણીનું મિશ્રણ કરી, જાડું ખીરું કરવું. (ઝારામાંથી ગોળ બુંદી પડી શકે એવું) ગઠ્ઠા ન પડે. બુંદી પાડતાં પહેલાં ૨ ટેબલસ્પૂન ગરમ ઘી નાંખી હલાવવું.

ચાસણી ૦: ૧. તપેલામાં પાણી અને ખાંડને ગરમ કરવાં. હલાવતાં રહેવું. પાણી ઉકળે એટલે દૂધ નાંખવું. ૩-૪ મિનિટ સુધી હલાવવું નહિ. ખાંડનો મેલ ઉપર આવશે. તાવેથાથી અથવા ઝારાથી મેલ કાઢવો. તૂટતા તારની ચાસણી થાય ત્યાં સુધી ગરમ થવા દેવી. કેસરનો પેસ્ટ અને ટીપું રંગ નાંખવો. કણસાઈના લાડુ માટે ૧ તારની ચાસણી કરવી. ૨. પહોળી કઢાઈમાં ઘી ગરમ કરવું. બુંદીનો ઝારો કઢાઈ ઉપર રાખી, ખીરું ઝારા ઉપર રેડવું. ઝારામાંથી ગોળ બુંદી ઘીમાં પડવી જોઈએ. એક મિનિટ સુધી બુંદી તળવી. ઝારાથી બહાર કાઢી, ઘી નિતારી, તરત જ ચાસણીમાં નાંખવી. તપેલીની એક બાજુ ભેગી કરવી. ૩. બધી બુંદી થઈ જાય એટલે ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી ચાસણીવાળી બુંદીમાં નાંખવું. ઈલાયચીનો ભૂકો નાંખી, બુંદી બરાબર હલાવવી. બદામ-પિસ્તાં ભભરાવી પીરસવી.

નોંધ ૦: બુંદીના દરેક ઘાણ પછી ઝારાને બંને બાજુએ ભીના કપડાથી લૂછવો. ચાસણી જાડી થવા આવે તો ૪-૫ ટેબલસ્પૂન ગરમ પાણી અથવા દૂધ નાખવું ગેસ ઉપર ૧ મિનિટ મૂકીને હલાવવી.

તીખી બુંદી ૦:

મીઠી બુંદીના ચણાના ગાળમાં પ્રમાણસર મસાલો નાંખી તીખી બુંદી પાડવી.

કણસાઈના લાડુ ૦:

૧. મીઠી બુંદીની જેમ જ બુંદી પાડવી. ૨. ઘી નિતારી બાજુમાં રાખવી. ૩. બધી બુંદી પડી જાય એટલે બુંદીનો ભૂકો કરવો. ૪. ભૂકાને ખાંડની ચાસણીમાં નાંખવું. ૫. ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી અને ઈલાયચીનો ભૂકો નાંખી બરાબર હલાવવું. ૬. દરેકની રૂચિ પ્રમાણે લાડુ વાળવા (નાના-મોટા) ૭. દસ કલાક સુધી રાખી ડબ્બામાં ભરવા.

૨૧. મોતીચૂર

દિવાળી અને લગ્ન જેવા શુભ પ્રસંગે બનતી મીઠાઈ.

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, ૨ કપ પાણી (લગભગ), ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી (નવશેકું), ૧ કિ. ખાંડ, ૫૦૦ ગ્રામ ઘી, પાણી (ખાંડ પલળે એટલું), ૨ ટેબલસ્પૂન દૂધ, ૨ ટી સ્પૂન કેસરનો પેસ્ટ અથવા ખોરાકનો પીળો રંગ (મરજિયાત), ૮-૧૦ ઈલાયચી, ૨૫ બદામ (કતરેલી), ૨૫ પિસ્તાં (કતરેલા).

રીત ઃ ૧. ચણાનો લોટ અને પાણીનું મિશ્રણ કરી, જાડું ખીરું કરવું, ગઠ્ઠા ન પડે. બુંદી પાડતાં પહેલાં ૧ ટેબલસ્પૂન ગરમ ઘી નાંખી સરખું હલાવવું.

ચાસણી ઃ ૨. તપેલામાં પાણી અને ખાંડને ગરમ કરવાં. પાણી ઉકળે એટલે દૂધ નાંખવુ. ૩-૪ મિનિટ સુધી હલાવવું નહીં. ખાંડનો મેલ ઉપર આવશે. તાવેથાથી અથવા ઝારાથી મેલ કાઢવો. ૧-૧/૨ તારની ચાસણી થાય ત્યાં સુધી ગરમ થવા દેવી. કેસરનો પેસ્ટ નાંખવો. ચાસણી બાજુમાં રાખવી. ૩. પહોળી કઢાઈમાં ઘી ગરમ કરવું, બુંદીનો ઝારો કઢાઈ ઉપર રાખી, ખીરું ઝારા ઉપર રેડવું. હાથથી અથવા વાટકીથી ખીરું દબાવીને ઝારા ઉપર ઘસવું. લાંબી બુંદી ઘીમાં પડશે. ૧ મિનિટ સુધી બુંદીને તળી, ઝારાથી બહાર કાઢવી ઘી નિતારી, ચાસણીમાં નાંખવી. આવી જ રીતે બધી બુંદી તૈયાર કરી, ચાસણીમાં નાંખવી. ચાસણી અને બુંદી હલકા હાથે હલાવવાં. ૪. જો બધી જ ચાસણી શોષાઈ જાય તો ૪-૫ ટેબલસ્પૂન ગરમ પાણી, દૂધ નાંખવું. હલાવી, ૨ મિનિટ સુધી ગરમ કરી લઈ લેવું. ઈલાયચીનો ભૂકો ભભરાવવો. ૫. બુંદીને તાવેથા અથવા ઝારાથી હળવેથી દબાવવી. આજ વાસણમાં અડધા કલાક સુધી બુંદી ઠરવા દેવી. ચાસણી બધી જ શોષાઈ જશે. ૬. ૧૨ ઈંચની ગોળાકારની થાળીમાં ઘી લગાવી. બુંદીને વાટકીથી એક સરખી થેપવી, એના ઉપર બદામ, પિસ્તા, ઈલાયચી ભભરાવવાં. ૧૦-૧૨ કલાક પછી થેપેલી બુંદીના છરીથી કાપા કરી, ચોરસ ટુકડા કરવા. તાવેથાથી ધીમેથી ઉખાડી ડબ્બામાં ભરવા. વાપરવા લેવા અથવા ચાસણી શોષાઈ જાય એટલે લાડુ વાળવા.

સૂચના ઃ બુંદી ચાસણીમાં નાંખી, હલાવી ગરમ ગરમ વાપરવા.

૨૨) રેશમીઓ ઃ

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ મેંદો અથવા ઘઉંનો લોટ, ૧/૨ કપ પાણી (નવશેકું- લોટ માટે), ૧ કપ ઘી (વિઘારેલું), ૫૦૦ ગ્રામ ખાંડ, ૧-૧/૨ કપ પાણી (ખાંડ પલળે એટલું), ૨ ટેબલસ્પૂન દૂધ, ઘી (તળવા માટે)

રીત ૦: ૧. એક કથરોટમાં ઘી, પાણી અને મેંદો ભેગાં કરી ભાખરી જેવો કઠણ લોટ બાંધવો. ખૂબ મસળવો નહિ. ભીનું કપડું ઢાંકવું. સૂકાય નહીં. નાના અખરોટ જેવી ગોળ રેશમીઓ વાળવી. બાજુમાં રાખવી. ૨. તેજ તાપે, કઢાઈમાં ઘી ગરમ કરવું. તાપ ઓછો કરી રેશમીઓનો હલકો બદામી રંગ થાય ત્યાં સુધી તળવી. ઝારાથી ઘી નિતારી, બાજુમાં રાખવી. ૩. જાડી તપેલીમાં ખાંડ અને પાણી ગરમ કરવાં. પાણી ઉકળે એટલે દૂધ નાંખવું. ૩ થી ૪ મિનિટ હલાવવું નહીં. ખાંડનો મેલ ઉપર આવશે. તાવેથાથી અથવા મોટા ઝારાથી મેલ કાઢવો. ૪. ધીમે તાપે ચાસણીને ૧-૧/૨ તા બંધાય ત્યાં સુધી ખદખદવા દેવી. તપેલું ગેસ ઉપરથી લઈ લેવું. ચાસણી સફેદ રંગની થાય ત્યાં સુધી ઘૂંટવી. ૫. થાળીમાં રાખેલ રેશમીઓ ઉપર ચાસણી રેડવી. ચાસણી બરાબર લગાડવા તાવેથાથી ફેરવવી.

અથવા ૦:

૬. ખાંડની ચાસણી નીચે ઉતારી, એમાં થોડી થોડી રેશમીઓ રગદોળવી. બાજુમાં રાખવી. આવી રીતે બધી જ રેશમીઓને ચાસણીમાં રગદોળવી. ઘી લગાવેલી થાળીમાં છૂટી છૂટી રાખવી. ૭. ઠંડી થાય એટલે ડબ્બામાં ભરવી

નોંધ ૦: ૧. રેશમીઓને પોતાની પસંદ પ્રમાણે નાની મોટી કરી શકાય. ૨. ડબ્બામાં ભરીને રાખવાથી ઘણા વખત સુધી રાખી શકાય.

નોંધ ચાસણી માટે ૦: જો બધી જ ચાસણી કઠણ થઈ જાય તો ૪-૫ ટેબલસ્પૂન ગરમ પાણી નાંખી હલાવી ૨-૩ મિનિટ સુધી ગરમ કરી લઈ લેવી.

૨૩. માલપૂઆ

સામગ્રી ૦: ૨૫૦ ગ્રામ ઘઉંનો લોટ, ૨૦૦ ગ્રામ ગોળ (કતરેલો), ૧/૨ ટેબલસ્પૂન વરિયાળી, ૧૦ કાળામરી (અડધાં અધકચરાં ખાંડેલા), ૧ ટેબલસ્પૂન દહીં (ઘોળેલું) અથવા મલાઈ, ઘી તળવા માટે, ૧-૩/૪ પાણી, બદામ, પિસ્તા (કતરેલા ઉપર નાખવા)

રીત ૦: ૧. તપેલીમાં ગોળને ડૂબ એટલા પાણીમાં ૧૦ મિનિટ સુધી પલાળવો. ૨. ગોળ ઓગળે ત્યાં સુધી હાથથી મસળવો. (જાડો ચમચો પણ વાપરી શકાય) ચાળણીથી ગાળી બાજુમાં રાખવો. ૩. તપેલીમાં ઘઉંના લોટ ઉપર ગોળનું પાણી રેડવું, પુડલાના ખીરા જેવું ખીરું કરવું. એમાં વરિયાળી, કાળાં મરી અને દહીં નાખવાં, સંચો ફેરવવો. બરાબર હલાવી ૪ કલાક સુધી આથો

આવવા બાજુમાં રાખવો. ૪. કઢાઈ ધીમા તાપે મૂકવી. કડાઈની કિનારીના અડધા ઈંચ સુધી ઘી રેડી, ગરમ કરવું. ૫. એક ટેબલસ્પૂન ગરમ ઘી ખીરામાં રેડવું, હલાવવું, એક મોટા ચમચાથી માલપૂઆનું ખીરું ગરમ ઘીમાં વચ્ચો વચ્ચ રેડો. પુડલાની જેમ ફેલાઈ જશે અને જાળી પડશે. ચીપિયાથી અને ઝારાથી ફેરવો બંને બાજુ ઘેરો બદામી રંગ વચ્ચેનો ભાગ થોડો નરમ અને કિનારીઓ કડક થાય એટલે ઘી નીતારીને લેવો. ૬. આવી જ રીતે બધા માલપૂઆ કરવા. ૭. પિસ્તાં અને બદામ ભભરાવી પીરસવા.

નોંધ ઃ ગોળને બદલે સાકર પણ વાપરી શકાય. આમાં ઝીણી વરિયાળી પણ વાપરી શકાય. માલપૂઆ જાડા કે પાતળા કરવા હોય એ પ્રમાણે ખીરંુ પણ જાડું-પાતળું રાખવું. તવો જેટલો વાપરો એટલો વધુ સારો. તવાને હંમેશા લૂછીને મૂકવો પાણીથી ધોવો નહિ. નવો તવો હોય તો એના ઉપર થોડું તેલ નાંખી. મીઠું ભભરાવી તેલ ગરમ થાય ત્યાં સુધી તાપ ઉપર રાખવો. નીચે ઉતારી ઠંડો થવા દઈ જાડા કપડાથી લૂછવો. આ કરવાથી લોટ ચીટકશે નહીં.

૨૪. પલ્સીસ ટ્રાયો

સામગ્રી ઃ મસુરની દાળ, મગ અને મગની દાળ એ ત્રણે કઠોળથી ભેગી મીઠાઈ, નીચેનું પડ મસુરની દાળનું વચ્ચેનું મગનું અને ઉપરનું પડ મગની દાળનું, આમ ત્રણ સ્વાદનો સંગમ તે ટ્રાયો.

૧. મસુરની દાળની મીઠાઈ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મસુરની દાળ, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૨ કપ દૂધ, ૧ કપ ખાંડ, ૧/૨ કપ માવો, વેનિલા એસેન્સ, ગુલાબી મીઠો રંગ.

રીત ઃ મસુરની દાળને બે કલાક પાણીમાં પલાવી રાખવી. પછી તેને નિતારી ઝીણી વાટવી. એક વાસણમાં ઘી મૂકી ગરમ થાય એટલે તેમાં વાટેલી દાળ નાંખવી. તાપ ધીમો રાખવો. બરાબર શેકાય એટલે તેમાં દૂધ, ખાંડ અને ગુલાબી મીઠો રંગ નાખવો. (આછો ગુલાબી થાય તેટલો જ રંગ નાખવો) ઠરે તેવું લાગે એટલે માવો નાંખવો. વાસણથી મીઠાઈ જુદી પડવા આવે એટલે ઉતારી વેનિલાનો એસેન્સ નાંખી હલાવી, થાળીમાં ઘી લગાડી મીઠાઈ ઠારી દેવી.

૨. મગનો હલવો ઃ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મગ (મોટા), ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૨ કપ દૂધ, ૧ કપ ખાંડ, એસેન્સ, ૧/૨ કપ માવો.

રીત ઃ મગને ત્રણ કલાક પાણીમાં પલાળી રાખવા, પછી મગને નિતારી ગ્રાઈન્ડરમાં વાટવા જેથી તેનાં છોડાં બરાબર વટાઈ જાય. એક વાસણમાં ઘી મૂકી ગરમ થાય એટલે તેમાં વાટેલા મગ નાંખવા બરાબર શેકાઈ એટલે તેમાં દૂધ અને ખાંડ નાંખી હલાવતાં રહેવું. ઘટ્ટ થાય એટલે માવો નાંખવો. ઠરી જાય એટલે એસેન્સ નાંખી મસુરની દાળની મીઠાઈ થોડી ઠરે એટલે એના પર ઠારી દેવો. આ હલવાનો રંગ કુદરતી આછો લીલો થશે એટલે રંગ નાખવાની જરૂર નથી મસુરની દાળની મીઠાઈ કરતાં આ હલવો જરા પોચો રાખવો.

૩. મગની દાળની મીઠાઈ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મગની દાળ (છોડાં વગરની), ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૨ કપ દૂધ, ૧ કપ ખાંડ, ૧/૨ કપ માવો. કેસરનો એસેન્સ, ૫ એલચી, પીળો રંગ, જાયફળનો પાઉડર.

રીત ઃ મગની દાળને બે કલાક પાણીમાં પલાળી, નિતારીને વાટવી. એક વાસણમાં ઘી મૂકી ગરમ થાય એટલે તેમાં વાટેલી દાળ નાંખવી. તાપ ખૂબ ધીમો રાખવો. બરાબર શેકાઈ એટલે તેમાં દૂધ, ખાંડ અને થોડોક જ પીળો રંગ નાંખી હલાવતા રહેવું. ઘટ્ટ થાય એટલે તેમાં માવો નાંખવો. બરાબર ઠરે તેવું થાય એટલે ઉતારી, કેસરનો એસેન્સ એલચીનો ભૂકો અને જાયફળનો પાઉડર નાખી મગનો હલવો ઠાર્યો હોય તેના ઉપર ઠારી દેવો.

ટ્રાયોનું સુશોભન ઃ આવી રીતે ઉપરા ઉપરી ત્રણ પડવાળું ગોળ ચકતું થશે અને એક જ મીઠાઈમાં ત્રણ રંગ જુદા જુદા સ્વાદ થશે. નીચેનું મસુરની દાળનું પડ સખત અને ગુલાબી. વચ્ચે મગના હલવાનું પડ પોચું અને આછું લીલું અને ઉપરનું મગની દાળનું પડ સખત અને પીળું થશે. તેના ઉપર છોલેલી બદામની કાતરી અને ચારોળી ડિઝાઈન પાડી લગાડી દેવી. વચ્ચે લીલી, પીળી અને ગુલાબી ગળી વરિયાળી, સુગર સિલ્વર બોલ્સ અને ચેરીથી સજાવટ.

૨૫. પનીરના જાંબુ

સામગ્રી ઃ ઉપરના પડ માટે ઃ

૨ લિટર દૂધ, ૨ ટીસ્પૂન રવો, ૨ ટીસ્પૂન ચોખાનો લોટ, ૨ કપ મોળું દહીં.

પૂરણ માટે ઃ

૧૦૦ ગ્રામ માવો, ૨૫ ગ્રામ નારિયેળનું ખમણ, ૨૫ ગ્રામ દળેલી ખાંડ, ચારોળી, લાલ સૂકી દ્રાક્ષ, એલચી, દૂધ.

ચાસણી માટે ઃ ૫૦૦ ગ્રામ ખાંડ, ૧ ટેબલસ્પૂન દૂધ, કેસર.

રીત ઃ ૧. દૂધને ઉકાળી તેમાં દહીં નાંખી દૂધ ફાડવું. પછી દૂધમાંથી બધું પાણી કાઢી પનીરને ઠંડા પાણીથી ધોઈને પાછું પાણી કાઢી નાંખી પનીર તૈયાર કરવું. પનીરને છીણી તેમાં રવો અને ચોખાનો લોટ નાંખી ખૂબ મસળીને પનીર તૈયાર કરવું. ૨. માવામાં દળેલી ખાંડ, નારિયેળનું ખમણ, થોડી લાલ દ્રાક્ષ અને એલચીનો ભૂકો નાંખી. થોડું દૂધ નાંખી તેની ગોળીઓ બનાવવી. ૩. પનીરના લૂઆ લઈ હાથથી વાડકી આકાર થેપી તેમાં માવાની ગોળી મૂકી બરાબર ગોળ વાળવું ઉપરનું પડ પનીરનું રહેશે. પછી ઘીમાં થોડા થોડા તળી લેવા. ૪. એક વાસણમાં ખાંડ લઈ, તે ડૂબે તેટલું પાણી નાંખી ઉકળવા મૂકવું. ઉકળે એટલે દૂધ અને પાણી મિક્સ કરી નાંખીને મેલ ઉપર તરી આવે તે કાઢી લેવો. ક્ેસરને સાધારણ શેકી, વાટી, દૂધમાં ઘૂંટી અંદર નાંખવું. ચાસણી પાતળી એકતારી થાય એટલે ઉતારી તેમાં પનીરનાં જાંબુ નાંખવા. ચાર કલાક પછી ઠરે એટલે ઉપયોગમાં લેવા.

૨૬. પકવાન (કચ્છી મીઠાઈ)

સામગ્રી ૦ઃ ૫૦૦ ગ્રામ મેંદો, ૧ ટી-સ્પૂન એલચીનો ભૂકો, ૧૦૦ ગ્રામ ખાંડ, દળેલી, ૧૦૦ ગ્રામ ચોખા લોટ, ઘી પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. મેંદામાં ૫૦ ગ્રામ ઘીનું મોણ અને એલચીનો ભૂકો નાંખવો. પાણીમાં ખાંડ પલાળી, તે પાણીથી કઠણ કણક બાંધવી. કણકને એક કલાક ઢાંકીને રાખી મૂકવી પછી તેને ખાંડી થોડું ઘી લઈ કેળવી સુંવાળી બનાવવી. ૨. ૫૦ ગ્રામ ઘી અને ૫૦ ગ્રામ ચોખાનો લોટ ફીણી સાટો બનાવવો. ૩. મેંદાના લોટની પાતળી પૂરી વણવી તેના ઉપર સાટો ચોપડવો. તેના ઉપર બીની પૂરી મૂકવી. તેના પર સાટો ચોપડવો. હવે ઉપરા ઉપરી પાંચ પૂરી મૂકી સાટો લગાડવો. ઉપરની પૂરીને સાટો લગાડવો નહિ. ૪. પછીથી તેનો વીંટો વાળી તેના કટકા કાપવા તેને આડા પાડી દબવા. (વચ્ચે ગોળ ચક્કર દેખાય તેમ દાબવા) પછી થોડું ચોખાનું અટામણ લઈ નાની-જાડી પૂરી વણવી. વચ્ચે ચાર-પાંચ ખાડા પાડવા પછી ધીમા તાપે તળી લેવી. સરસ પાંદડી પડવી જોઈએ.

નોંધ ૦ઃ પકવાન તળવાથી ઘીમાં ચોખાનો લોટ નીકળશે તેથી થોડા પકવાન તળ્યા પછી ઘી બગડશે. તેથી તે ઘીને વાટકીમાં કાઢી ઠરવા દેવું. પછી ઉપરથી ઘી નિતારી તેમાં થોડું નવું ઘી ઉમેરી પકવાન તળવા.

૨૭. મોહનથાળ

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, ૧૨૫ ગ્રામ માવો, ૨૦૦ ગ્રામ ખાંડ, ૧૨૫ ગ્રામ ઘી, ૧/૨ ટીસ્પૂન એલચીનો ભૂકો, કેસર, બદામ, પિસ્તા, ચારોળી, દૂધ.

રીત ૦ઃ ૧. ચણાના લોટમાં ૧ ચમચી ઘી અને ૧ ચમચી દૂધ નાંખી ધાબો દઈ, થોડીવાર દાબી રહેવા દેવો. પછી થાળી, રવાદાર ભૂકો બનાવવો. એક તપેલીમાં ઘી મૂકી, તેમાં લોટ બદામી રંગનો શેકી ઉતારી ઠંડો પાડવો. ૨. થોડા ઘીમાં માવો બદામી રંગનો શેકી, તદ્દન છૂટો થાય એટલે ઠંડા પડેલા લોટમાં ઘી સાથે મેળવી દેવો. ૩. એક વાસણમાં ખાંડ લઈ તે ડૂબે તેટલું પાણી નાંખી, ઉકળવા મૂકવું. ૧ ચમચો દૂધ નાંખી મેલ તરી આવે તે કાઢી લેવો. ૪. કેસરને સાધારણ શેકી વાટી દૂધમાં ઘૂંટી અંદર નાંખવું. ચાસણી બે તારી થાય એટલે નીચે ઉતારી થોડીવાર ઘૂંટવી. આથી ચાસણીનો રંગ બદલાશે સફેદ અને જાડી થશે. ૫. તેમાં ચણાનો લોટ એલચીનો ભૂક્કો અને ચપટી બરાસ નાંખી બરાબર હલાવી થાળીમાં ઘી લગાવી મોહનથાળ ઠારી દેવો. પહેલાં નરમ ઢીલું લાગશે. પણ ઠરી જશે એટલે બરાબર લાગશે. કટકા કાપવા.

૨૮. ત્રિરંગી કોપરાપાક

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫૦ ગ્રામ નારિયેળનું ખમણ, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૪૫૦ ગ્રામ ખાંડ, ૨ ટેબલસ્પૂન દૂધ, ૨૫૦ ગ્રામ માવો, બદામ, ચારોળી, એલચી, જાયફળ, કેસર, લીલો રંગ વગેરે.

રીત ૦ઃ ૧. નારિયેળને ખમણીથી ખમણી તેનું ખમણ કરવું. તેને ઘીમાં સાધારણ સાંતળવું વધારે સાંતળવું નહિ. ૨. એક વાસણમાં ખાંડ લઈ તે ડૂબે તેટલું પાણી નાંખી ઉકાળવું પછી દૂધ-પાણી નાંખી મેલ કાઢવો. ચાસણી એકતારી થાય એટલે તેને ત્રણ વાસણમાં સરખે ભાગે કાઢી લેવી. ૩. એક ભાગમાં કેસરને ગરમ કરી વાટી, દૂધમાં ઘૂંટી અંદર નાંખવું, કેસરને બદલે કેસરી મીઠો રંગ નાંખી શકાય. ૪. બીજા ભાગમાં થોડોક લીલો મીઠો રંગ નાંખવો. ૫. ત્રીજો ભાગ સફેદ રાખવો. ૬. પછી ખમણ અને માવાને ભેગા કરીને તેને ત્રણ સરખા ભાગે ત્રણે વાસણમાં નાખવાં. દરેક મિશ્રણને તાપ ઉપર મૂકી કઠણ કરવું. તેમાં એલચી-જાયફળનો ભૂકો નાંખવો. ઠરી જાય તેવું થાય

એટલે થાળીમાં ઘી લગાડી લીલા રંગનું મિશ્રણ પ્રથમ ઠારવું. તે સાધારણ ઠરવા આવે એટલે તેના ઉપર સફેદ મિશ્રણ ઠારવું. તેના ઉપર કેસરી મિશ્રણ ઠારવું ઉપર છોલેલી બદામની કાતરી અને ચારોળી ભભરાવી દેવી.

સુશોભન ઃ આ કોપરાપાકને ધ્વજ આકારે ગોઠવવાથી સુંદર લાગશે.

૨૯. પૌંઆની માધુરી

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ પૌંઆ, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૨ કપ દૂધ, ૧ કપ ખાંડ, ૨ ટેબલસ્પૂન અખરોટનો ભૂક્કો (મરજીયાત), ૧/૨ કપ માવો, ૧ ટી-સ્પૂન એલચીનો ભૂકો, ૧/૨ જાયફળનો ભૂક્કો, કેસર અથવા કેસરી રંગ.

રીત ૦ઃ ૧. પૌંઆને સાફ કરી ધોઈ થાળીમાં છૂટા કરવા. નરમ થાય એટલે બરાબર મસળી નાંખવા. ૨. એક વાસણમાં ઘી નાંખી ગરમ થાય એટલે પૌંઆ નાંખવા. એક વખત હલાવી તરત જ તેમાં દૂધ, ખાંડ અને કેસરને ગરમ કરી, વાટી, દૂધમાં ઘૂંટીને નાંખવું. કેસરને બદલે કેસરી રંગ નાખી શકાય ૩. ઘટ્ટ થવા આવે એટલે માવો, અખરોટનો ભૂકો, એલચીનો ભૂકો અને જાયફળનો ભૂકો નાખવો. ઠરે તેવું થાય એટલે થાળીમાં ઘી લગાડી માધુરી ઠારી દેવી. બરાબર ઠરે એટલે કટકા કાપવા.

૩૦. આઈસ હલવો

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ મેંદો, ૧ કપ દૂધ, ૧ કપ ઘી, ૧-૧/૨ કપ ખાંડ, ૧ ટી-સ્પૂન એલચીનો ભૂકો, ૧ ટી-સ્પૂન જાયફળનો ભૂકો, ૧ ટી-સ્પૂન છોલેલી બદામની બારીક કટકી.

રીત ૦ઃ ૧. એક વાસણમાં મેંદો, દૂધ ઘી અને ખાંડ બધું બરાબર મિક્સ કરી તાપ ઉપર મૂકી, બરાબર હલાવતાં રહેવું. ૨. બરાબર કઠણ થાય અને વાસણથી હલવો છૂટો પડે ત્યારે ઉતારી લેવો. ૩. થાળીને ઊંધી મૂકી તેના ઉપર પ્લાસ્ટિકનો કટકો ઘી લગાડી મૂકવો. તેના ઉપર લૂઓ મૂકવો તેના ઉપર બીજો પ્લાસ્ટિકનો કટકો મૂકી, મોટી પાતળી પૂરી વણવી. ૪. તેના ચોરસ આકારના મોટા કટકા કાપવા. ઠરે એટલે એક ચોરસ કટકો ઉપર એલચી જાયફળનો ભૂક્કો અને બદામની કાતરી છાંટી તેના ઉપર બીજો કટકો મૂકવો આમ બે કટકા ભેગા કરવા. ડબ્બામાં ભરતી વખતે નીચે બટર પેપરનો ટૂકડો મૂકી, ઉપર ડબલ પડવાળો હલવો મૂકવો. ફરીથી બટર પેપર મૂકી બીજા હલવાનો કટકો મૂકવો એમ એક પછી એક મૂકવા.

૩૧. ઘેબર

સામગ્રી ૦: ૫૦૦ ગ્રામ મેંદાનો લોટ, ૭૫૦ ગ્રામ ખાંડ, ઘી, દૂધ, ગુલાબના ફૂલ.

રીત ૦: ૧. મેંદાના લોટમાં થોડું ઘીનું મોણ નાંખી દૂધથી પાતળું ખીરું બાંધવું. એક નાની પવાલીમાં અડધા ભાગ સુધી ઘી ભરવું. જેથી ઉભરાય નહિ. ૨. ઘી ગરમ થાય એટલે મોટા ચમચાથી લોટની એકસરખી ધાર એક જ જગ્યાએ કરવી. આથી આખું ઘેબર બરાબર પથરાઈ જશે. ૩. એક બાજુ બદામી રંગનું થઈ જાય એટલે વાંસની સળીથી વચ્ચે કાણું કરી. બે લાંબી સળીથી બીજી બાજુ ઉથલાવવું. ૪. બીજી બાજુ થઈ જાય એટલે થાળીમાં બે લાંબી સળીઓ ગોઠવી તેના ઉપર કાઢીને ગોઠવવું. ૫. બધાં થઈ જાય એટલે ખાંડની બે તારી ચાસણી બનાવી ધીમે ધીમે ઘેબર ઉપર ધાર કરવી. ઘેબરને ચાસણી પાયા પછી જથ્થો ઠરી જાય ત્યારે એક ઉપર એક એમ બે ઘેબર થપ્પી કરી ગોઠવવા. ૬. ઉપર ગુલાબની પાંદડીઓ ભભરાવી દેવી. કેસરી ઘેબર બનાવવાં હોય તો ચાસણીમાં તેમજ લોટમાં કેસર નાંખવું. જુદા જુદા રંગ નાંખી રંગીન ઘેબર પણ બનાવી શકાય.

૩૨. નાનખટાઈ

સામગ્રી ૦: ૧૦૦ ગ્રામ ઝીણો રવો, ૪૦૦ ગ્રામ મેંદો, ૨૫૦ ગ્રામ ઘી, ૨૫૦ ગ્રામ દળેલી ખાંડ (બુરુ), ૧/૨ ટીસ્પૂન ભજીયાનો સોડા, નંગ-૮ એલચી, બદામ, દૂધ ૧/૨ લીટર.

રીત ૦: ૧. રવો અને મેંદો ભેગાં કરવાં. ૨. એક થાળીમાં ઘી લઈ, તેમાં ખાંડ અને સોડા નાંખી ફીણતા જવું અને થોડો લોટ અંદર નાખતાં જવો. ૩. એ રીતે બધો લોટ ફીણાઈ જાય એટલે એક તપેલીમાં ભરી ચાર, પાંચ કલાક ઢાંકીને રહેવા દેવો. ૪. દૂધ લઈ કણકને મસળી તેમાં એલચીનો ભૂક્કો નાંખી નાની નાનખટાઈ બનાવવી. ૫. એક ડીટામાં ઘી લગાડી, છૂટી છૂટી નાનખટાઈ ગોઠવવી અને ઓવનમાં બેક કરી લેવી. ૬. બદામી રંગ થાય એટલે કાઢી, ઠંડી પડે એટલે ઉખાડી લેવી. ૭. ઓવનનને બદલે બિસ્કિટનાં સંચામાં ઉપર-નીચે દેવતા મૂકીને શેકી લેવાય.

૩૩. સાકરબાટી

સામગ્રી ૦: ૨૦૦ ગ્રામ મેંદો અથવા ઘઉંનો લોટ, ૧૫૦ ગ્રામ ઘી, ૧૫૦ ગ્રામ બુરુ સાકર, ૫૦ ગ્રામ એકદમ ઝીણો પીસેલો બાવળીયો ગુંદ.

રીત ૦: ૧. મોટી પરાતમાં બધી સામગ્રી મિક્સ કરી બહુ મથવી, કોઈ પણ એક જ બાજુ મથવી. ૨. જેમ જેમ મથતા જઈએ તેમ લોટ હલકો લાગશે. ૩. એકદમ હલકો લાગે એટલે એક ટ્રે અથવા એલ્યુમિનિયમની થાળીમાં પાથરી બેક કરી લેવું. લગભગ ૧/૨ ઈંચ જેટલું જાડું પાથરવું. નીચેથી વધારે લાલ થશે અને ઉપરથી થોડું થશે. (લગભગ ૧૫ મિનિટ લાગે છે. ઓવનમાં પણ કરી શકાય અને ગેસના ઓવન પણ બનાવાય.) ૪. થોડું થોડું થાય એટલે રોટલો પ્લેટમાં કાઢવો. ટુકડા કરી ડબ્બામાં ભરવી.

૩૪. સુરતી ઘારી

સામગ્રી - ફિલિંગ માટે ૦: ૫૦૦ ગ્રામ માવો, ૧ ટેબલસ્પૂન છોલેલી બદામનો ભૂક્કો, ૪ ટેબલસ્પૂન ખાંડ (દળેલી), ૧ ટેબલસ્પૂન કાજુનો ભૂકો, ૧ ટીસ્પૂન ચણાનો લોટ (ઘીમાં શેકેલો), ૧ ટીસ્પૂન એલચીનો ભૂકો.

પડ માટે ૦: ૩૦૦ ગ્રામ મેંદો, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી (મોણ માટે), તળવા માટે ઘી.

રીત ૦: ૧. માવાને છૂટો કરી, તેમાં દળેલી ખાંડ, બદામ, કાજુ, એલચીનો ભૂકો અને ઘીમાં શેકેલો ચણાનો લોટ નાંખી મસળવો. પછી બધું સાધારણ શેકી લેવું. ઠંડુ એટલે એક નાની વાટકીમાં માવો મરી દબાવવો. પછી વાટકી ઊંધી પાડવી. જેથી ઘારી આકરનો માવાનો ગોળો નીકળશે. આવી રીતે આ બધા ગોળા તૈયાર કરવાથી ઘારીનો આકાર બરાબર થશે. ૨. મેંદાના લોટમાં ગરમ ઘીનું મોણ નાંખી, કઠણ કણક બાંધવી. એકાદ કલાક કણકને ઢાંકીને રહેવા દેવી. પછી થોડું ઘી લઈ નરમ કણક બનાવવી. તેમાંથી પાતળી પૂરી વણી અંદર તૈયાર કરેલા ઘારી આકારના ગોળા મૂકી બંધ કરી ધીમા ધીમા તાપે તળી લેવી ઠંડી પડે એટલે ઘારીને ઘીમાં બોળવી. ૩. ઘારીને ઘીમાં બોળવાની રીત - એક તપેલીમાં ઘી લઈ ગરમ કરવું. એક પહોળા વાસણમાં ઠંડુ પાણી ભરી તેમાં ઘીની તપેલી મૂકી ઘી ઠરવા દેવું. ચમચાથી હલાવતાં રહેવું જેથી લીસું થાય. પછી અડધી ચમચી દળેલી ખાંડ નાંખી બરાબર હલાવવું. ઘી ઘટ્ટ થવા આવે એટલે ઘારી ઘીમાં બોળી, થાળીમાં બે વાંસની સળી ગોઠવી તેના ઉપર મૂકવી.

૩૫. કેસરી ખાજા

સામગ્રી ૦: ૨૫૦ ગ્રામ મેંદો, ૨૫ ગ્રામ ખાંડ (બૂરું), ૧૦૦ ગ્રામ ચોખાનો લોટ, ઘી, કેસર.

રીત ઃ મેંદામાં ૨૫ ગ્રામ ઘીનું મોણ અને ખાંડ નાંખવી. કેસરને ગરમ કરી વાટી દૂધમાં ઘૂંટી અંદર નાંખવું. પછી દૂધથી કઠણ કણક બાંધી ઘી લઈ કેળવી સુંવાળી બનાવવી. ૨. ૫૦ ગ્રામ ચોખાનો લોટ અને ૫૦ ગ્રામ ઘી લઈ, ફીણી સાટો બનાવો. કણકમાંથી પાતળો મોટો રોટલો વણવો. તેના ઉપર સાટો ચોપડવો. ૩. તેના ઉપર ચોખાનો લોટ ભભરાવી, વીંટો વાળી તેના લાંબા કટકા (સાધારણ મોટા) કાપવા. ૪. તે હાથમાં લઈ તેને વળ ચડાવવો એટલે આમળો પાડવો. લૂઓ લાંબો થાય અને વળ ચડે એટલે ધીમે રહી પોલે હાથ વળ ભાંગે નહિ તેમ દબાવી દેવો. ૫. હાથથી બરાબર દાબી દઈ તેમાં ચાર ખાડા પાડી પેણીમાં ઘી મૂકી, સારું ગરમ થાય એટલે ખાજા ધીમે તાપે તળી લેવાં. તળતી વખતે ખાજાં ઉપર ચમચાથી થોડું ઘી નાંખવું. આથી ખાજામાં સરસ પાંદડી પડશે.

સુશોભન ઃ ખાજાને દેખાવના વધુ સુંદર બનાવવા હોય તો કણકમાં કેસર ન નાંખતા જુદું રાખવું અને સફેદ ખાજા તૈયાર કરવા. પછી પલાળેલાં કેસરથી સળી વડે ખાજા ઉપર કેસરી ફૂલ અથવા કોઈપણ ડિઝાઈન પાડવી. ડિઝાઈન સૂકાઈ જાય એટલે ખાજાને ઘીમાં તળી લેવા.

૩૬. મોદક (મહારાષ્ટ્રીયન વાનગી)

સામગ્રી ઃ ૨ કપ ચોખા, ૧ કપ ખાંડ અથવા ગોળ, એલચીનો ભૂકો, ચપટી હિંગ, ૨ કપ નારિયેળનું ખમણ.

રીત ઃ ૧. ચોખાને ધોઈને સૂકવી દળાવવા, પછી મેંદાની ચાળણીથી ચાળી લેવા. ૨. એક વાસણમાં મૂકી ગરમ થાય એટલે નારિયેળનું ખમણ અને દળેલી ખાંડ નાંખવી તેમાં એલચીનો ભૂકો નાંખી લોચા જેવું થાય એટલે ઉતારી લેવું. ૩. એક તપેલીમાં જેટલા કપ લોટ હોય તેટલા કપ પાણી ઉકાળવું. તેમાં ચપટી મીઠું અને બે ચમચા ઘી નાંખી ઉકળે પછી ઉતારી ધીમે ધીમે લોટ નાખવો. બરાબર હલાવી ફરી તાપ પર સીઝવા મૂકવું. ૪. એક બાફ આવે એટલે ઉતારી લેવો. ઠંડો પડી જાય પછી મસળવો. તેમાંથી લૂઓ લઈ વાડકી આકાર કરી તેમાં પૂરણ ભરી, થોડા થોડા અંતરે મોં બંધ કરી મોદકનો આકાર કરવો. ૫. વરાળથી બધા મોદક બાફી ઘી લગાડી દેવું.

૩૭. કાજુની બરફી/કાજુકતરી

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ કાજુ, ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૪૦૦ ગ્રામ ખાંડ, ૨૫૦ ગ્રામ માવો, રોઝ એસેન્સ, લીંબુનો રસ, દૂધ.

રીત ૦ઃ ૧. કાજુનો સંચાથી કરકરો ભૂકો કરવો. ૨. ભૂકાને ઘીમાં સાધારણ સાંતળી બે ચમચા દૂધ નાંખી થોડીવાર રાખી ઉતારી લેવું. ૩. એક તપેલીમાં ખાંડ લઈ, તે ડૂબે તેટલું પાણી નાંખી ઉકળવા મૂકવું. ૪. લીંબુનો રસ નાંખી મેલ કાઢવો. ચાસણી જાડી બેતારી થાય એટલે તેમાં માવો અને કાજુનો ભૂકો નાંખી, ઠરે તેવું થાય એટલે ઉતારી રોઝ એસેન્સ નાંખી હલાવી થાળીમાં ઘી લગાડી બરફી ઠારી દેવી.

નોંધ ૦ઃ કાજુ ખૂબ મોંઘા છે. એટલે મુખ્ય તહેવારે કોઈક વખત કાજુની બરફી બનાવી શકાય તેને બદલે આવી જ રીતે સિંગદાણાની બરફી બનાવવી. શિંગદાણાને રેતીમાં સાધારણ છોડા ઉખડે તેટલા જ શેકી છોડા કાઢી કરકરો ભૂકો કરી બરફી બનાવવી.

૩૮. સંદેશ

સામગ્રી ૦ઃ ૧ લિટર દૂધનું પનીર, ૪ ટેબલ સ્પૂન બુરું ખાંડ, એલચી, રોઝ એસેન્સ અથવા વેનીલા એસેન્સ, ૨ ડ્રોપ (મરજીયાત) અથવા કેસર થોડું પલાળેલું.

રીત ૦ઃ દૂધને ફાડીને પનીર બનાવીએ ત્યારે તેને જમાવવાનું નહીં તરત જ ગરમાગરમમાં બુરું ખાંડ અને ઈલાયચી નાખીને બહ મથવું. પનીર એકદમ ઢીલું થઈ જશે અને સોફ્ટ પણ થશે. કેસર અથવા એસેન્સ નાંખીને એકવાર ફરીથી હલાવવું અને એક બાઉલમાં લઈ લેવું.

નોંધ ૦ઃ જુદા જુદા ફ્લેવર નાંખી તમે સંદેશ બનાવી શકો છો, જુદા જુદા શેપ પણ આપી શકો છો.

૩૯. અંગૂરી બાસુંદી

સામગ્રી ૦ઃ ૨ લિટર દૂધ, ૫૦ ગ્રામ પનીર, ૧ ટી-સ્પૂન મેંદો, ૨ કપ ખાંડ, ૧/૨ ટી-સ્પૂન એચીનો ભૂકો, ૨ ટેબલ સ્પૂન બદામની કતરી.

રીત ૦ઃ ૧. પનીરમાં મેંદો બરાબર મિક્સ કરી નાની દ્રાક્ષ જેટલી ગોળીઓ બનાવવી. ૨. ખાંડમાં પાણી નાખી ઉકાળવું એક ચમચી દૂધ નાંખી મેલ તરી આવે તે કાઢી લેવો. ૩. ચાસણી પાતળી અડધા તારી થાય એટલે પનીરની ગોળીઓ નાંખી દેવી. ફૂલી જાય એટલે ચાસણી ઉતારી ઠંડી પાડવી. ૪. એક વાસણમાં દૂધ નાંખી ઉકાળવું. બરાબર જાડું બાસુંદી જેવું થાય એટલે ઉતારી

લેવું. બાસુંદી ગળી થાય તેટલી ચાસણી નાંખી હલાવવું. પછી તેમાં પનીરની ગોળીઓ, એલચીનો ભૂકો, છોલેલી બદામની કતરી નાંખી બરાબર ઠંડી કરવી.

નોંધ ૦: પનીરની ગોળીમાં ગ્રીન કલર નાંખીએ તો અંગૂરી બાસુંદી વધારે આકર્ષક લાગશે.

૪૦. રસગુલ્લા

સામગ્રી ૦: ૧ લિટર ગાયનું દૂધ, ૧ લીંબુનો રસ અથવા ૧/૨ કપ મોળું દહીં, ૩૦૦ ગ્રામ સાકર, ૮ કપ પાણી.

રીત ૦: ૧. ઉકળતા દૂધમાં લીંબુ અથવા દહીં નાખી ફાડવું. ૨. ફાટે એટલે તુરંત ગેસ બંધ કરી દેવો. ચારણીથી ચાળી લેવું. ૩. જલ્દીથી તેની અંદર ઠંડુ પાણી નાખી ધોઈને પાણી નિતારવું. ૪. બનેલા પનીરને પાંચથી દસ મિનિટ સુધી મથવું. ૫. પનીરને ગોળ શેપ આપવો. ૬. મોટા વાસણમાં પાણી અને સાકર મિક્સ કરી ઉકળવા મૂકવું. ૭. પાણી ઉકળે એટલે તેમાં પનીરની ગોળી નાંખી ૫ મિનિટ ઉકળવા દેવું. ૮. પનીરની ગોળી થોડી ફૂલી જશે પછી તેને ઠંડુ થવા દેવું. રસગુલ્લા બનાવવા માટે પનીરની ગોળીઓ મોટી બનાવવી. ચાસણીમાં નાંખવી એટલે રસગુલ્લા તૈયાર.

૪૧. બાસુંદી (રબડી)

રીત ૦: મોટી તપેલીમાં ઘી લગાડી ૨-૧/૨ લિટર દૂધ ઉકળવા મૂકવું. હલાવતી વખતે તવેથાથી આજુબાજુ દૂધ લગાડતાં રહેવું અને આજુબાજુ જે મલાઈ ચોંટે તે ઉખાડી લેવી. તાપ ધીમો રાખવો. જેથી મલાઈ થાય અને બાસુંદી મલાઈદાર થાય. બધું દૂધ બળીને તૈયાર થાય એટલે ઉતારી ઠંડી પાડવી. અઢી લીટર સારું દૂધ હોય તો લગભગ ૬૫૦ ગ્રામ બાસુંદી ઉતરે. બાસુંદી ઠંડી પડે એટલે ૨૦૦ ગ્રામથી ૨૫૦ ગ્રામ દળેલી ખાંડ, એલચીનો ભૂકો નાખવા. બાસુંદી કેટલી ઉતરે છે તે જોખી તેના પ્રમાણમાં ખાંડ નાંખવી.

૪૨. શ્રીખંડ

સામગ્રી ૦: ૨-૧/૨ કિલો દહીં, જેટલો મસ્કો ઉતરે તેટલી ખાંડ, કેસર, એલચી.

રીત ૦: ૧. દહીંને કપડામાં બાંધી લટકાવી રાખવું. બધું પાણી નીતરી જાય અને દહીંનો મસ્કો તૈયાર થાય એટલે કપડામાંથી કાઢી. વજન કરવું. ૨. જેટલો મસ્કો હોય તેટલી ખાંડ તેમાં નાખવી.

૩. એક તપેલી ઉપર ખાદીનો કટકો બાંધી, ખાંડ નાખેલો મસ્કો છીણી નાંખવો. ૪. ખાદીના કટકાને બદલે સ્ટીલની ચાળણીનો અથવા કિચન માસ્ટરનો ઉપયોગ કરી શકાય. ૫. કેસરને ગરમ કરી વાટી, ૧ ચમચી દૂધમાં ઘૂંટી અંદર નાંખવું. એલચીનો ભૂકો નાખવો.

નોંધ ૦ઃ દૂધ સારું જામ્યું હોય તો દહીંનો મસ્કો (પાણી કાઢેલું દહીં) સવા કિલોથી દોઢ કિલો જેટલો નીકળશે.)

૪૩. હલવાસન

સામગ્રી ૦ઃ ૨ લિટર દૂધ, ૪૦૦ ગ્રામ ખાંડ દળેલી, ૪ ટી-સ્પૂન ઘઉંનો કરકરો લોટ, ૪ ટી-સ્પૂન ગુંદરની ભૂકી, ૨૫ ગ્રામ દહીં, ૧ ટી-સ્પૂન જાયફળ પાવડર, ૨ ટી-સ્પૂન એલચી પાવડર, બદામ, ઘી પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. દૂધને ગરમ કરી, એક ઉભરો આવે એટલે દહીંને ફીણીએ. થોડું થોડું ઉકળતા દૂધમાં નાંખવું અને હલાવતા જવું. ૨. એક વાસણમાં ઘી લઈ તેમાં ઘઉંનો કરકરો લોટ શેકવો. ઘઉંના લોટમાં ગુંદર નાંખવો. ૩. ગુંદર અને લોટ શેકાઈ જાય એટલે ઉકળતા દૂધમાં નાખવો. દૂધને ધીમા તાપ ઉપર ઉકળવા દેવું. ૪. પિત્તળની તપેલીમાં દળેલી ખાંડ નાખી ધીમા તાપે શેકવી. ૫. બ્રાઉન કલર થાય એટલે ઉકળતા દૂધમાં નાખવી. ઘટ્ટ થાય એટલે એલચી-જાયફળનો પાઉડર નાખી તપેલીથી છૂટું પડે. ગોળો થાય એટલે ઉતારી ઠંડુ થાય એટલે નાના લૂઆ લઈ ગોળ વાળવા. ૬. ઉપર બદામને ગરમ પાણીમાં પલાળી, છોડા કાઢી તેની કાતરી કરી લગાડવી. ગોળ વાળવાના બદલે ઘી લગાડેલી થાળીમાં ઠારી, ચકતા પણ પાડી શકાય.

૪૪. શાહી ગુંદર હલવાસન

સામગ્રી ૦ઃ ૨૦૦ ગ્રામ ગુંદર (બાવળ)નો, ૫૦ ગ્રામ કોપરાનું ખમણ, ૨૫ ગ્રામ બદામ, ૨૫ ગ્રામ પિસ્તાં, ૧ ટી-સ્પૂન સૂંઠનો પાઉડર, ૧ ટી-સ્પૂન ગંઠોડાનો પાઉડર, ૧ ટી-સ્પૂન સફેદ મરીનો પાઉડર, ૧ ટી-સ્પૂન એલચીનો ભૂકો, ૧ ટી-સ્પૂન જાયફળનો ભૂકો. ૨ લિટર દૂધ, ૪૦૦ ગ્રામ ખાંડ

રીત ૦ઃ ૧. ગુંદરને ઘીમાં સાંતળી ફુલાવવો. ઠંડો પડે એટલે તેનો ભૂકો કરવો. બદામ-પિસ્તાં મોટો ભૂકો કરવો. ૨. એક વાસણમાં દૂધ ગરમ કરવું. ઉકળે એટલે તેમાં ગુંદરનો ભૂકો નાંખવો. આથી દૂધ ફાટી જશે. પછી તેમાં કોપરાનું ખમણ, સૂંઠનો પાઉડર, ગંઠોડાનો પાઉડર, મરીનો પાઉડર

નાખવો ઘટ્ટ થવા આવે એટલે તેમાં ખાંડ નાંખી હલાવ્યા કરવું. ૩. લચકાં પડતું થાય. એટલે બદામ, પિસ્તા, એલચી, જાયફળ, અને ઘી નાંખવું. ૪. ઠરે તેવું કઠણ થાય (વાસણથી મિશ્રણ જુદું પડે) એટલે ઉતારી લેવું. ૫. હલવાસન જેવા ગોળ કટકા વાળવા અથવા થાળીમાં ઠારી કટકા પણ કરી શકાય.

૪૫. ખીર

ગરમ ગરમ ખીર પૂરી સાથે લેવાય છે અથવા ભોજન પછી મીઠી વાનગી તરીકે પણ લેવાય છે.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ લિટર દૂધ, ૧/૨ કપ કણકી અથવા ચોખા, ૨ ટી-સ્પૂન ઘી, પ્રમાણસર ખાંડ દળેલી.

મરજીયાત ૦ઃ બદામ-પિસ્તાં (કતરેલા), ઈલાયચીના દાણા, સૂકા કોપરાની ચીરીઓ, થોડી કિસમિસ.

રીત ૦ઃ ૧. કણકીને ધોઈને અડધો કલાક પલાળી, પાણી નિતારીને બાજુમાં રાખવી. ૨. જાડા તપેલામાં દૂધ ગરમ કરવું. દૂધ ઉકળવા આવે ત્યારે કણકી કાઢી નાંખવી. કણકી સીઝે અને દૂધ ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી ઉકળવા દેવું. પીરસતી વખતે જોઈતા પ્રમાણમાં ઘી અને ખાંડ નાંખતા ખાંડ ઓગળે ત્યાં સુધી હલાવવું. ૩. પૂરી સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી અથવા ઠંડી કરીને જમણ પછી વાપરવી. બદામ, પિસ્તા વગેરે નાંખીને વાપરવું.

નોંધ ૦ઃ રાંધેલા ભાત પણ વાપરી શકાય.

૪૬. દૂધ પૌંઆ

સામગ્રી ૦ઃ ૧ લિટર દૂધ, ૨૫૦ ગ્રામ ખાંડ, ૩૦૦ ગ્રામ પૌંઆ, ઈલાયચીનો ભૂકો, કેસર.

રીત ૦ઃ ૧. દૂધને ગરમ કરી તેમાં ખાંડ નાખવી. પછી દૂધને ઠંડુ પડવા દેવું. ૨. પૌંઆને ધોઈને ઠંડા દૂધમાં નાખવા. પૌંઆ ફૂલી જાય પછી જ ઠંડા કરવા મૂકવા. ૩. ઈલાયચીનો ભૂકો અને કેસર (ઘૂંટીને) તેમાં નાખવાં.

૪૭. પૌંઆની ડ્રાયફ્રુટ કેક

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ પૌંઆ, ૧/૨ નારિયલનું ખમણ, ૧ કપ દૂધ, ૧ કપ ખાંડ, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, બદામ, કાજુ, અખરોટ, ચારોળી, દ્રાક્ષ, વેનિલા એસેન્સ.

રીત ૦ઃ ૧. પૌંઆને શેકી ખાંડીને ચાળી રવા જેવો ભૂકો કરવો. ૨. નારિયલના ખમણને એક ચમચો ઘીમાં સાધારણ શેકવું. ૩. એક તપેલીમાં દૂધ નાંખી ગરમ કરવું. તેમાં કાજુ-અખરોટ અને છોેલેલી બદામની બારીક કટકી નાંખવી. ૪. ઉકળે એટલે ખાંડ નાંખવી. ઘટ્ટ થવા આવે એટલે નારિયલનું ખમણ, પૌંઆનો રવો, દ્રાક્ષ અને ઘી નાંખવું. ૫. થોડીવાર પછી ઉતારી, તેમાં વેનિલા એસેન્સ નાંખી, હલાવી, એક માપની સપાટ તપેલીમાં વધારે ઘી લગાડી, તેમાં પૌંઆનો પદાર્થ ભરવો. ૬. ઉપર છોલેલી બદામ-કાજુની કાતરી અને ચારોળી ભભરાવવાં. ૭. એક પહોળા વાસણમાં પાણી ભરી, તાપ ઉપર મૂકવું, ઉકળે એટલે તેમાં કોઈ એક નાનું વાસણ મૂકવું. (જેથી તપેલી થોડી ઉંચી રહે) ૮. તેના ઉપર પૌંઆનો પદાર્થ ભરેલી તપેલી મૂકવી. તપેલી ઉપર તેના જ માપનું ઢાંકણ ઢાંકવું. પાણીવાળું વાસણ ઢાંકવું નહિ. ૯. થોડીવાર પછી તપેલીનું ઢાંકણું કાઢી લેવું. બરાબર જામી જાય એટલે ઉતારી લેવું તપેલી તદન ઠંડી પડી જાય એટલે છરીથી આજબાજુની કિનાર ઉખાડવી. ૧૦. એક થાળીમાં તપેલી ઊંધી પાડવી, જેથી આખી કેક નીકળશે પછી કેક છતી કરી, તેના ઉપર આખાં કાજુ, અખરોટના કટકાથી ડેકોરેશન કરવું.

૪૮. ડેટ-સરભરી

સામગ્રી ૦ઃ ૫૦ ગ્રામ માવો (મોળો), ૧ ટેબલસ્પૂન દળેલી ખાંડ, ૧ ટેબલસ્પૂન કાજુનો ભૂકો, ૧/૨ ટીસ્પૂન એલચીનો ભૂકો, ૧/૪ ટીસ્પૂન જાયફળનો પાઉડર, ૨૫૦ ગ્રામ ખજૂર, ૧૦૦ ગ્રામ સૂકા કોપરાનું ઝીણું ખમણ, ઘી પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. માવામાં ખાંડ નાંખી ગરમ કરવો તેમાં કાજુનો ભૂકો અને એલચી, જાયફળનો ભૂકો નાખી. ખાંડ બરાબર મિક્સ થઈ જાય એટલે ઉતારી-લેવો ઠંડો પડે એટલે નાની ગોળીઓ વાળવી. ૨. ખજૂરના ઠળિયા કાઢી તેને વાટી નાંખવું. બરાબર મસળી અંદર માવાની ગોળી મૂકવી. ઉપર ખજૂરનું પડ ચઢાવવું. ૩. ઘીને ગરમ કરી, તેમાં બોળી, કોપરાના ખમણમાં રગદોળી થાળીમાં છૂટી છૂટી રસભરી મૂકવી ઠરે એટલે ખાવામાં ઉપયોગ કરવો.

૪૯. અજમેરી કલાકંદ

સામગ્રી ૦ઃ ૪ લિટર દૂધ, ફુલાવેલી ફટકડીનો ભૂકો, ૫ નંગ એલચી, ૧/૨ કિલો ખાંડ, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી.

રીત ૦: ૧. મોટી પેથીને ઘીનો હાથ લગાડી, દૂધ ઉકળવા મૂકવું. ઉકળે એટલે તેમાં એક ચપટી ફટકડીનો ભૂકો ચારેબાજુથી ભભરાવવો. ૨. તવેથાથી દૂધને હલાવ્યા કરવું. તાપ વધારે રાખવો. ૩. થોડીવાર પછી ફરી એક ચપટી ફટકડીનો ભૂકો ભભરાવવો. બરાબર હલાવતાં રહેવું અને તવેથાથી દૂધને પેણીમાં ચારે બાજુ ચોંટાડતા જવું. ૪. તેમાં એલચીના દાણા નાંખવા. દૂધ જાડું થવા આવે એટલે ફરીથી એક ચપટી ફટકડીનો ભૂકો ભભરાવવા. દાણો બરાબર પડે છે કે નહિ તે જોવું અને હલાવ્યા કરવું. ૫. દાણો બરાબર પડે તેથી ચોથીવાર ફટકડીનો ભૂકો એક ચપટી ચારે બાજુ ફરતો ભભરાવવો. આથી દાણાદાર જાડું દૂધ થશે. ૬. હલાવતી વખતે પેણીમાં તવેતાથી આજુબાજુ દાણો ઉખાડી લેવો. ૭. બધું દૂધ જાડું થઈ જાય અને દાણાદાર થઈ જાય એટલે તાપ ઉપરથી ઉતારી, તેમાં ખાંડ નાંખવી. ૮. બરાબર હલાવી ફરી તાપ ઉપર મૂકવું અને ઘી નાંખવું. ૯. તાપ ધીમો રાખવો ઘટ્ટ અને એકદમ દાણાદાર થાય એટલે સ્ટીલની તપેલીમાં વધારે પ્રમાણમાં ઘી લગાડી કલાકંઠ ઠારી દેવો. ૧૦. બરાબર ઠરી જાય એટલે તપેલીની આજુબાજુની કિનારે ચપ્પુથી ઉખાડી, એક થાળીમાં તપેલી ઉંધી પાડી આખો કલાકંદ કાઢી લેવો, પછી તેના ત્રિકોણ આકારના કટકા કાપવા. વધારે ઠરી ગયો હોય તો તપેલી સાધારણ ગરમ કરી, પછી કાઢવાથી તરત નીકળી જશે.

૫૦. દહીંથરાં

સામગ્રી ૦: લોટ માટે ૨૫૦ ગ્રામ મેંદો, ૧૦ ટેબલસ્પૂન ઘી (વિઘારેલું), ૬ ટેબલસ્પૂન પાણી (જરૂરિયાત પ્રમાણે),

ઘી તળવા માટે.

ચાસણી માટે ૦: ૨૫૦ ગ્રામ ખાંડ, ૧-૧/૨ કપ પાણી (લગભગ), ૨ ટેબલસ્પૂન દૂધ, પિસ્તાં (કતરેલા-જરૂરિયાત પ્રમાણે), ઈલાયચીનો ભૂકો (જરૂરિયાત પ્રમાણે) ૨૦ ગુલાબની પાંદડીઓ (મરજિયાત)

રીત-૧ ૦: ૧. કથરોટમાં લોટને ચાળવો. ધીમે તાપે ઘી ગરમ કરી લોટમાં ભેળવવું. ૨. લોટને કણીઓ પડે ત્યાં સુધી એકદમ હલકે હાથે મસળવો. ૩. પાણી નવશેકું ગરમ કરવું. લોટની વચ્ચે ખાડો કરી, થોડું થોડું પાણી રેડતા જવું. કઠણ લોટ બાંધવો. ઘણો મસળવો નહિ. ૪. લોટના એક સરખા ૨૦ લૂઆ કરવા. લૂઆને જાડી પૂરીની જેમ દબાવવા. કથરોટમાં કરવા. ૫. કઢાઈમાં ઘી

ગરમ કરવું. ધીમે તાપે દહીંથરાનો હલકો બદામી રંગ થાય ત્યાં સુધી તળવાં, ઠરવા દેવા. ૬. તપેલામાં પાણી અને ખાંડને ગરમ કરવાં. હલાવતા રહેવું. પાણી ઉકળે એટલે દૂધ નાંખવું. ૩-૪ મિનિટ સુધી હલાવવું નહીં. ખાંડનો મસાલો ઉપર આવશે, તાવેથાથી અથવા ઝારાથી કાઢવો. ૭. ધીમે તાપે ચાસણીને ૧-૧/૨ તાર બંધાય ત્યાં સુધી ખદખદવા દેવી. તપેલું ગેસ ઉપરથી લઈ લેવું. ચાસણી સફેદ રંગ પકડે ત્યાં સુધી તેને ઘૂંટવી. ૮. થોડા થોડા દહીંથરાને ચાસણીમાં બોળવાં. એક પછી એક દહીંથરાને ચીપીયાથી કાઢી, નિતારી, ઘી લગાવેલી થાળીમાં મૂકવાં. ૯. તરત જ એક એક દહીંથરાના વચ્ચેના ભાગમાં ગુલાબની પાંદડી મૂકવી. પિસ્તાં, ઈલાયચી ભભરાવવા. ૧૦. દહીંથરાને લગાવેલી ચાસણી ઠંડી પડે એટલે ડબ્બામાં ભરવાં.

રીત-૨ લોટમાં ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી ઓછું નાંખવું. બે લૂઆની જાડી પૂરી કરી, તળીને, ભાંગીને લોટમાં નાંખી લોટ બાંધવો. પછી સરખા ૨૦ લૂઆ કરવા.

નોંધ ૦: ચાસણી કડક થાય ત્યારે થોડું પાણી નાંખી ગરમ કરવા મૂકવી. ૧-૧/૨ તાર બંધાય ત્યાં સુધી ગરમ કરવી નીચે ઉતારી ફરીથી ઘૂંટવી. બાકી રહેલા દહીંથરા નાંખવા.

૫૧. મૈસુર

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ચણાનો લોટ, ૪ કપ ઘી, ૧૦ ઈલાયચીના દાણા (અધકચરાં), ૧ કપ ખાંડ, ૩/૪ કપ પાણી, ૩ ટેબલસ્પૂન દૂધ, ૨-૩ ટેબલસ્પૂન પાણી (છાંટવા માટે)

રીત ૦:- ૧ ધીમા તાપે તપેલીમાં ૧/૨ કપ ઘીમાં, લોટ સહેજ બદામી રંગનો થાય ત્યાં સુધી શેકવો. બાજુમાં રાખવો. ૨. મધ્યમ તાપે જાડા તપેલામાં પાણી અને ખાંડને એકરસ કરવા. ખાંડ ઓગળે એટલે દૂધ રેડવું. ખાંડ હલાવવી નહિ ઉપર આવેલા મેલને કાઢી લેવો. ૩. ચાસણીનો મેલ કાઢ્યા પછી તરત જ બીજા ગેસ પર ઘી ગરમ કરવા મૂકવું. ૪. ધીમા તાપે ચાસણીનો ૧ તાર થાય ત્યાં સુધી ખદખદવા દેવી. ચાસણીમાં ધીમે ધીમે શેકેલો લોટ નાંખવો. બરાબર ભેળવાઈ જાય ત્યાં સુધી એક જ દિશામાં હલાવવો. ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. ૫. લોટ અને ચાસણીના મિશ્રણની કેન્દ્રમાં ૧/૨ કપ ગરમ ગરમ ઘીની ધાર કરવી. લોટ એક જ દિશામાં હલાવતા જવું. ૬. આવી જ રીતે ૩-૪ વાર કરવું. ગરમ ગરમ ઘી રેડવું અને હલાવતા જવું. મિશ્રણ વધતું જશે. ૭. લોટ ગુલાબી રંગનો થાય અને મીઠી સુગંધ આવે ત્યાં સુધી ઝડપથી હલાવતા જવું. છેવટના વધેલા ઘીની ધાર કરવી. હલાવવું, જાળી પડશે. ઘી છૂટું પડશે. ૮. મૈસુરને ચાળણીમાં મૂકવો. થાળીમાં

ઘી નિતરી જશે. ઘીને બીજા વાસણમાં લઈ લેવું. તરત જ એજ થાળીમાં ૩/૪ ઉંચાઈ સુધી મિશ્રણ પાથરવું. પાણી છાંટવું વધારે જાળી પડશે. ઈલાયચીના દાણા ભભરાવવા. છરીથી મૈસુરના ચોરસ કાપા પાડવા. ઠંડો થાય એટલે તાવેથાથી ઉખેડવા. ડબ્બામાં ભરવા.

રીત-૨ ૦ઃ સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ચણાનો લોટ, ૧ કપ ખાંડ, ૧ કપ ઘી, ૧૦ ઈલાયચી દાણા (અધકચરા), ૧. ધીમા તાપે, જાડી તપેલીમાં બધું ભેગું કરી, ગરમ કરવું, સતત હલાવવું. ૨. મિશ્રણ હલકું પડે ત્યાં સુધી સતત હલાવ્યા કરવું. ૩. થાળીમાં મિશ્રણ રેડવું. થાળી સહેજ વાંકી રાખવી. ઘી છૂટું પડશે. ઘી બીજામાં લઈ લેવું મૈસૂર સરખો થેપવો. ૪. કાપા પાડવા. ઠંડો થાય ત્યારે તાવેથાથી ઉખાડી. ડબ્બામાં ભરવો.

૫૨. દાળિયાની લાડુડી

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ દાળિયા, ૧/૪ કપ ઘી, ૧/૨ કપ બૂરું ખાંડ, દૂધ પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. કપ દાળિયાનો ઝીણો ભૂકો કરવો. ૨. તેમાં ઘી, બૂરું ખાંડ અને પ્રમાણસર દૂધ નાખી નાની નાની લાડુડી વાળવી.

૫૩. ખાખરાની બરફી

સામગ્રી અને રીત ૦ઃ ૧. રોટલીના ખાખરા કરી, તેનો ઝીણો ભૂકો કરવો. ૨. ખાખરા પ્રમાણે આશરે ખાંડ લઈ ૩ તારની ચાસણી કરવી. ૩. ચાસણીમાં ખાખરાનો ભૂકો નાખવો. ઈલાયચી નાખી પાથરી દેવું.

૫૪. અખરોટ પૂરી

સામગ્રી ૦ઃ ૨૦૦ ગ્રામ ફોલેલા અખરોટ, ૧૦૦ ગ્રામ બૂરું ખાંડ, ૧ ટીસ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો, દૂધ પ્રમાણસર,
૧ ટી-સ્પૂન ઘી.

રીત ૦ઃ ૧. મિકસરમાં અખરોટનો ઝીણો ભૂકો કરવો. ૨. અખરોટના ભૂકામાં ખાંડ, ઈલાયચી નાખી બધું બરાબર ભેગું કરવું અને દૂધથી કણક બાંધવી. ૩. આ કણકમાં ઘી નાંખી બરાબર મસળવું. ૪. નાની નાની જાડી પૂરી વણવી. ઓવનમાં ૧૦ મિનિટ બેક કરવી. ૫. નોનસ્ટીક તવા

ઉપર ૮ થી ૧૦ પૂરી મૂકી ધીમા તાપે થઈ શકે. તેની ઉપર ડબ્બો ઢાંકવો. ૬. ૫ મિનિટ પછી બીજી બાજુ ફેરવવું.

નોંધ ૦: પૂરી બળી ન જાય તેનું ખાસ ધ્યાન રાખવું.

વેરિએશન ૦: ૧. આ રીતે બદામ પૂરી, કાજુ પૂરી, સિંગ પૂરી થઈ શકે. ૨. બદામને બાફીને છોતરાં કાઢી પછી કોરી કોરીને મિકસરમાં ભૂકો કરવો. ૩. સિંગને શેકીને ફોતરાં કાઢી પછી ભૂકો કરવો.

૫૫. રસમલાઈ

રસગુલ્લા બનાવવા પરંતુ તેનો શેપ રસમલાઈ જેવો કરવો. થોડા ઠંડા થઈ જાય એટલે સાકરના પાણીમાંથી બહાર કાઢીને રસમલાઈના દૂધમાં નાંખવા.

સામગ્રી ૦: ૧/૨ લીટર દૂધ, ૧૦૦ ગ્રામ સાકર, ૨ એલચીનો ભૂકો.

રીત ૦: બધી સામગ્રી મીક્ષ કરી ૧૫-૨૦ મિનીટ દૂધને ઉકાળવું. થોડું ઠંડુ થાય એટલે તેમાં રસગુલ્લા નાંખવા.

નોંધ ૦: રસમલાઈમાં બદામ અથવા મિકસ ડ્રાયફ્રૂટ નાંખી શકાય.

૫૬. જલેબી

સામગ્રી ૦: ૧ કપ મેંદો, ૨ ચમચી ચણાનો લોટ, ખાવા માટે પીળો રંગ, ચપટી મીઠો સોડા અથવા ઈનો સોડા, ૧/૨ કપ તાજુ દહીં, પાણી પ્રમાણસર અંદાજથી ૧/૨ કપ, તળવા માટે ઘી.

રીત ૦: મેંદો, ચણાનો લોટ, રંગ, સોડા, દહીં અને પાણી બધું મિક્સ કરી એક જ દિશામાં હલાવવું. ઢોકળાના ઘોળ જેવો લોટ કરવો. ૧૦ મિનિટ રહેવા દેવો. પછી પાછું ફરીથી બહુ જોરથી ફીણીને એક નાની પ્લાસ્ટિકની કોથળીમાં ભરીને તેનું મોઢું બંધ કરી દેવું. નીચેથી ૦૦૧ ઈંચથી પણ નાનું કાણું કાતરથી કરવું. નોનસ્ટીકમાં ઘી મૂકીને એકદમ ગરમ કરવું. ઘી ગરમ થાય એટલે તેમાં થેલીથી ગોળ ગોળ જલેબીના શેપમાં ફેરવવું. ધીમા ગેસ ઉપર તળવી. કડક થાય એટલે ઘીમાંથી બહાર કાઢીને તરત ચાસણીમાં ડૂબાડીને તરત બહાર કાઢી લેવી અને ગરમાગરમ સર્વ કરવી.

ચાસણી માટે ૦ઃ કેસર, એલચી, સાકર અને પાણી ઉકાળવા મૂકવું. ઉકાળો આવે એટલે તરત ગેસ બંધ કરી દેવો.

૫૭. કાચા ગુંદરના લાડવા

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫ ગ્રામ સૂંઠ (મરજીયાત), ૨૫ ગ્રામ પીપરીમૂળ (મરજીયાત), ૩/૪ કપ બદામ (કતરેલી-લગભગ),

૧/૪ કપ પિસ્તાં (કતરેલાં લગભગ), ૧/૨ વાટકી ટોપરું (ખમણેલું-લગભગ), ૨૫૦ ગ્રામ બાવળિયો ગુંદર, ૭૫૦ ગ્રામ ગોળ (કતરેલો), ૧૫૦ ગ્રામ વિઘારેલું ઘી, ૧ ટીસ્પૂન ઘી (સાંતળવા)

રીત ૦ઃ ૧. ગુંદને ખાંડીને, ૨૫ થી ૨૬ કલાક ઘીમાં પલાળવો. ૨. સૂંઠ અને પીંપરીમૂળ ખાંડીને, આટા ચાળણીથી ચાળીને લેવા. બદામ, પિસ્તા, ટોપરું વાટવા, બરબરા. ૩. પહોળી પિત્તળની કઢાઈમાં ૧ ચમચી ઘી મૂકી, ધીમે તાપે ગોળને ઓગાળવો. ગોળ ઓગળે એટલે ગેસ બંધ કરવો. કઢાઈ નીચે ઉતારવી. ૪. તરત જ બધાં વાસણો અને ગુંદ નાંખવા. ૫. આ મિશ્રણ એકરસ થાય એવી રીતે તાવેથાથી હલાવવું, ઠરવા દેવું. સરખા લાડવા વાળવા. થાળીમાં થેપીને ચોસલા પણ પડાય.

નોંધ ૦ઃ નાનપણથી શિયાળામાં ખાવાથી કમ્મરના દુઃખાવા નથી થતા. સુવાવડ પછી ખાસ ખવાય છે.

૫૮. મેથીના લાડવા

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫૦ ગ્રામ મેથીદાણાનો લોટ, ૭૫૦ ગ્રામ ઘી, લગભગ ૨૫૦ ગ્રામ ઘઉંનો લોટ, ૨૦૦ ગ્રામ અડદની દાળનો લોટ, ૮૦૦ ગ્રામ ગોળ (ઝીણો કતરેલો), ૧ સૂકું કોપરું (ઝીણું ખમણેલું), ૨૦ ટેબલસ્પૂન સૂંઠ પાવડર (મરજીયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન પીંપરીમૂળ પાવડર (મરજીયાત), ૩૦૦ ગ્રામ બદામ (ભૂકો બરબરો), ૧૫૦ ગ્રામ બાવળીયો ગુંદ (ઝીણો પીસેલો)

રીત ૦ઃ ૧. અડદના લોટને ઘીમાં એકદમ સીધા તાપે શેકો. (તેને શેકતાં લગભગ અડધો કલાક થશે.) ૨. બીજી બાજુ ઘઉંનો લોટ ધીમા તાપે ઘીમાં શેકીને લવો. (અડદના લોટ કરતાં ઘઉંનો લોટ જલદી શેકાશે.) ૩. અડદનો શેકેલો લોટ અને ઘઉંનો શેકેલો લોટ ભેગો કરી ગેસ ધીમો ચાલુ રાખવો. ૪. તેમાં ગુંદ નાંખીને હલાવવું. ગુંદના થુલા થશે, અંદર ઝીણો અવાજ આવશે, ઘી ઓછું

લાગે તો થોડું નાંખવું. ૫. અવાજ બંધ થવા આવે (એટલે કે લગભગ ૨-૩ મિનિટ) ત્યારે તેને નીચે લઈ લેવું અને બીજા વાસણમાં ગોળ ધીમા તાપે ઓગાળવો. ૬. ગોળ ઓગળે એટલે તરત તેને લોટમાં નાંખવો. (વધુ વાર ગેસ ઉપર નહીં રાખવો) અને હલાવવું. જરા વાર હલાવીને તેમાં કોપરું, બદામ, સૂંઠ, પીંપરીમૂળ નાંખવા. તે બધાને બરાબર હલાવીને મેથીનો લોટ નાંખવો. (થોડા ઠંડામાં મેથી નાંખવાથી કડવી ઓછી લાગે છે.) ૭. હલાવીને લાડું બનાવવા અથવા થાળીમાં જમાવીને ચોસલા કરવા.

નોંધ ૦: મેથીના લોટને ૮ થી ૧૦ કલાક ઘીમાં પલાળીને પણ નંખાય.

૫૯. શિયાળાનો અડદિયો પાક (ગોળનો)

મેથીના લાડવા જેમજ બનાવવો. ફક્ત તેમાં મેથીનો લોટ નહીં લેવો અને સામગ્રી નીચે મુજબ લેવી.

૬૦. અડદ પાક અથવા અડદિયું (સાકરનો)

સામગ્રી ૦: ૫૦૦ ગ્રામ અડદની દાળનો લોટ, ૫૦૦ ગ્રામ સાકર અથવા ખાંડ, ૬૦૦ ગ્રામ ઘી, ૫૦ ગ્રામ ચારોળી (મરજિયાત), ૫૦ ગ્રામ બદામ, ૧૫ ગ્રામ એલચી, ૧૫ ગ્રામ મગજતરી (મરજિયાત), ૨ આની કેસર, ૨ ટેબલસ્પૂન દૂધ, દરેક વસ્તુ ૧૦ ગ્રામ-શતાવરી, ગંઠોડા, આસન, સફેદ મરી, (મરજિયાત), તમાલપત્ર, બળદાણા, સફેદ મૂસળી, કાળી મૂસળી.

રીત ૦: અડદના લોટને ઘી-દૂધનો ધાબો દઈ, ચાળી રવાદાર ભૂક્કો બનાવવો. પછી ઘીને ગરમ કરી શેકવો. બરાબર શેકાય એટલે ઉતારી ઠંડો પાડવો. ઉપર જણાવેલાં બધાં વસાણાંને ખાંડી, ચાળી, લોટમાં નાખવાં. એક તપેલીમાં સાકર અથવા ખાંડ લઈ તે ડૂબે તેટલું પાણી નાંખી ઉકાળવું. તેમાં ૧ ચમચો દૂધ નાંખી મેલ કાઢવો. કેસરને ગરમ કરી વાટી દૂધમાં ઘૂંટી, અંદર નાંખવું, ચાસણી અઢી તારી (ગોળ વળે તેવી) થાય એટલે ઉતારી, થોડીવાર ઘૂંટવી, પછી તેમાં લોટ, એલચીનો ભૂકો, બદામ-ચારોળીનો અધકચરો ભૂકો નાંખી, થાળીમાં ઘી લગાડી ઠારી દેવું. ઠરે એટલે વધેલા ઘીને ગરમ કરી ઉપર રેડી દેવું.

નોંધ ૦: ઘી ઓછું વાપરવું હોય તો ઉપર ઠારવું નહિ. તેને બદલે છોલેલી બદામની કાતરી, પિસ્તાની કાતરી અને ચારોળી ડિઝાઈન પાડીને લગાડી દેવી. વધારે વસાણાં ભાવે નહિ તો ઓછાં નાંખવાં. એકલો અડદનો લોટ ભારે પડે તેમ હોય તો ૨૫૦ ગ્રામ અડદનો, ૧૫૦ ગ્રામ

ચણાનો અને ૧૦૦ ગ્રામ ઘઉંનો લોટ લેવો. શિયાળામાં રોજ સવારે એક ચકતું લેવાય તો ટોનિક અને શક્તિવર્ધક છે.

૬૧. ગુંદર પાક

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ ગુંદર (બાવળનો), ૨૫૦ ગ્રામ રવો, ૫૦૦ ગ્રામ ઘી, ૧૦૦ ગ્રામ સૂકું કોપરું, ૫૦૦ ગ્રામ ખાંડ (દળેલી), ૫૦ ગ્રામ પિસ્તાં, ૫૦ ગ્રામ ચારોળી (મરજીયાત), ૨૫ ગ્રામ સૂંઠ, દરેક વસ્તુ ૧૦ ગ્રામ ગંઠોડા, એલચી, ધોળી મૂસળી, કાળી મૂસળી, ગોખરું, આસન શતાવરી, નાગકેસર, પીંપર (મરજિયાત)

રીત ઃ ગુંદરને ઘીમાં ફુલાવી, ખાંડીને ભૂકો કરવો. રવાને ઘીમા બદામી રંગનો શેકવો. કોપરાને છીણી, શેકી લેવું, પછી બધું ભેગું કરી, દળેલી ખાંડ, બદામ, પિસ્તાં, ચારોળીનો ભૂકો, ખાંડેલી સૂંઠ, એલચીનો ભૂકો અને બધું વસાણું, બારીક ખાંડી, ચાળીને નાંખવું, ઘીને ગરમ કરીને નાંખી બરાબર હલાવી થાળીમાં ઘી લગાડી, ગુંદરપાક ઠારી દેવો, ઉપર થોડી બદામની કાતરી અને ચારોળી ભભરાવી દેવા.

ગરમ ફરસાણ

૧. ખીચું ....., ૨. ઘઉંની ઘુઘરી ....., ૩. તીખા પુડલા ....., ૪. ચટાકેદાર પુડલા ....., ૫. શેકલા ....., ૬. ભાતની પાનકી ....., ૭. ખાટા ઢોકળાં ....., ૮. ચણાના આટાના ઢોકળાં ....., ૯. દમણી ઢોકળાં ....., ૧૦. મગની ફોતરાવાળી દાળના ઢોકળાં ....., ૧૧. સેવ ખમણી ....., ૧૨. પૌંઆના ખમણ ....., ૧૩. પનોળી/ કળીદાળનું છીબા નીપીને ઢોકળું ....., ૧૪. મેથી-ચોળાદાળની પનોળી ....., ૧૫. પનોળીના દહીંવડા ....., ૧૬. દહીંવડા ....., ૧૭. દહીં પકોડા ....., ૧૮. દહીં ફૂલવડી ....., ૧૯. પતેવડી/ખાંડવી ....., ૨૦. મગની દાળની ખાંડવી ....., ૨૧. છાશ વડા ....., ૨૨. ઈદડાં ....., ૨૩. ગોટા ....., ૨૪. ડાકોરના વડા ....., ૨૫. મગની ફોતરાંવાળી દાળના ભજિયાં ....., ૨૬. સૂકી મેથી ભાજીના ગોટા ....., ૨૭. ભાતનાં ભજિયા ....., ૨૮. ખજૂરનાં ભજિયાં .....,

૨૯. પનીરનાં ભજિયા ....., ૩૦. ભાતનાં મૂઠિયાં ....., ૩૧. દાળવડાં ....., ૩૨. ચણાની દાળના વડાં ....., ૩૩. મેંદુવડા/રસમવડાના વડાં ....., ૩૪. મગની દાળની કચોરી ....., ૩૫. ખસ્તા કચોરી/ દહીં કચોરી ....., ૩૬. હાંડવો ....., ૩૭. મેથિયા રાઈસ કટલેસ ....., ૩૮. પનીર ચીલ્લાં .....,

૩૯. ઢોંસા ઃ ૧. સાદા ઢોંસા, ૨. છોૅલે ઢોંસા, ૩. પેપર ઢોસા, ૪. સાદા ઉત્તપા, ૫. રવા ઢોસા, ૬. ઉલુડ ઢોસા, ૭. પેસરટ ઢોંસા, ૮. રવાના ઈન્સ્ટન્ટ ઉત્તપા. ૪૦. ઈડલી ....., ૪૧. પૌંઆની ઈડલી .....,

૪૨. દાળની ઈડલી ....., ૪૩. દાળ-ઢોકળી (મગની છીલ્ટાવાળી દાળની) ....., ૪૪. દાળ-ઢોકળી (તુવેરની) ....., ૪૫. ખાટી-મીઠી ઢોકળી ....., ૪૬. ખાખરાની ઢોકળી ....., ૪૭. ચોળા ઢોકળું ....., ૪૮. મિકસ કઠોળની ભેળ ....., ૪૯. સ્પાઈસી સેવ કટોરી ....., ૫૦. દહી પકોડી પૂરી ....., ૫૧. ભેળપૂરી ....., ૫૨.પાણી પૂરી .....

૧. ઘઉંના લોટનું ખીચું

સવારના અને બપોરના ચાર સાથે સ્વાદિષ્ટ નાસ્તો.

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧ ટી-સ્પૂન જીરું, ૧/૨ ટી-સ્પૂન પાપડિયો ખાર, ૬ બોરિયા મરચાં પીસેલા, ૪ ટી-સ્પૂન ઘી અથવા તેલ, પ્રમાણસર મીઠું, ૨-૩ કપ પાણી, ૧/૨ ચમચી અજમો.

રીત ઃ ૧. એક જાડા તપેલામાં પાણી ગરમ કરવું, અજમો, જીરું, મરચું, સોડા, મીઠું નાંખવા. ૨. પાણી ઉકળે એટલે ઘી અથવા તેલ નાંખવું. તાપ ધીમો કરવો. ધીમે ધીમે ઘઉંનો લોટ નાખતા જવું. લાકડાના હડાથી ઝડપથી એક સરખો લોટ હલાવ્યા કરવો. ઘઉંનો લોટ ઘટ્ટ અને સુંવાળો થવો જોઈએ. ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. હડાને ન ચીટકે ત્યાં સુધી ધીમે તાપે સીઝવા દેવો. ૩. બે-ત્રણ મિનિટ સુધી ઢાંકી દેવો. ઘી, તેલ અનેમેથીના મસાલા સાથે પીરસવો, સરસવના તેલ સાથે વધુ સારું લાગે.

ચોખાનું ખીચું ઃ

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ચોખાનો લોટ, તેલ (ખીચુંને ચોપડવા), બધી જ સામગ્રી ઘઉંના લોટ જેવી.

રીત ૦ઃ ૧. ઘઉંના લોટની જેમ જ સીઝવવું, ચોખાના લોટને બે મિનિટ રાખી, કથરોટમાં મૂકવો તેલ લગાવી સુંવાળો લોટ કરવો. ૨. લોટના નાના લૂઆ કરવા. ગોળવાળી સ્હેજ દબાવી વચ્ચે અંગૂઠાથી દબાવવા. તેલવાળી થાળીમાં મૂકો અથવા ચાળણીમાં ભીનું પાતળું કપડું નીચોવી પાથરી છૂટા-છૂટા મૂકવા. ૩. ઢોકળાના ડબ્બામાં મૂકી, જમતા પહેલા બાફવા. ૫. પાપડ ખારને બદલે સાજીનું પાણી પણ વાપરી શકાય.

નોંધ ૦ઃ ઢોકળના ડબ્બામાં ન મૂકવું હોય તો તેને પહેલાં થોડીવાર વધારે સીઝવવા દેવું. એવી જ રીતે મગ અને મઠના લોટનું પણ ખીચું બને છે.

૨. ઘઉંની ઘુઘરી

સામગ્રી ૦ઃ આખા ઘઉં ૨૫૦ ગ્રામ, મીઠું પ્રમાણસર, મરચું ૧-૧/૨ ચમચી, હળદર, ૧/૨ ચમચી, ધાણા

૨ ચમચી, આમચૂર પાવડર ૧ ચમચી (મરજીયાત), તેલ વઘાર માટે, હિંગ ચપટી (મરજીયાત), રાઈ-જીરું ચપટી, ૧/૨ ચમચી ગરમ મસાલો (મરજીયાત)

રીત ૦ઃ આખા ઘઉંને સાફ કરીને પાણીમાં મીઠું નાખી બાફી લેવા. ઘઉંથી પાણીમાંથી કાઢી બધો મસાલો નાખી વઘાર કરી લેવો.

નોંધ ૦ઃ વઘાર કર્યા વગર એમને એમ ગરમ ઘુઘરીમાં મસાલો નાંખી શકીએ. પણ હળદર ઓછી નાંખવી.

૩. તીખા પુડલા

સામગ્રી ૦ઃ ૧/૨ કપ ચણાનો લોટ, ૧/૨ ટી સ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટી-સ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી ખાવાનો સોડા (મરજીયાત), ૬-૭ ટેબલસ્પૂન પાણી, ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ (છાંટવા માટે), તેલ (તળવા માટે), પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૨ કપ પાણી, ૧/૨ ટી-સ્પૂન તેલ.

રીત ૦ઃ ૧. બધું ભેગું કરી ઘોળ તૈયાર કરવો. ૨. નોન-સ્ટીક તવો ગરમ કરવો. ગરમ તવા ઉપર પાણી અને તેલ છાંટવા. કપડાથી તવો લૂછવો. ઘોળને પાતળો પૂડલો બનાવવા ગરમ તવા ઉપર

ગોળાકારમાં રેડવો. એક બાજુ સીઝવા આવે એટલે કિનારી ફરતે તેલ રેડવું. ૩. એક પડ સીઝી જાય એટલે તાવેથાથી બીજી તરફ ફેરવવો. બરાબર સીઝી જાય એટલે અડધો વાળીને પીરસવો. બીજા પુડલા આ પ્રમાણે કરવા.

૧. એક કલાક પહેલાં ઘોળ કર્યો હોય તો પુડલા ઉપર સુંદર જાળી પડે. ૨. વધેલા પુડલાનું રાયતું થાય. મગની મોગર દાળના લોટના પણ પુડલા થઈ શકે.

૪. ચટાકેદાર પુડલા

સામગ્રી ૦ઃ ૧/૨ કપ મગની દાળ, ૧/૪ કપ તુવેરની દાળ, ૧/૪ કપ ચણાની દાળ, ૧ ટી-સ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૪ ટી-સ્પૂન ગરમ મસાલો, ૧ ટી-સ્પૂન જીરું, ૧ ટેબલસ્પૂન ધાણાજીરું, તેલ પ્રમાણસર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. મગની દાળ, ચણાની દાળ, તુવેરની દાળને ૩ કલાક પલાળી મિકસરમાં વાટવી, ૨. મીઠું, લાલ મરચું, હળદર, ગરમ મસાલો, જીરું અને ધાણાજીરું નાંખી ખીરું તૈયાર કરવું. ૩. તીખા પુડલાની જેમ પુડલા ઉતારવા.

૫. શેકલા

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ભાત, ૧ એક કપ દહીં, ૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧ ટી-સ્પૂન વાટેલાં મરચાં, ૧/૪ ટી-સ્પૂન હળદર, ૧ ટી-સ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટી સ્પૂન ધાણાજીરું, ૨ ટેબલ સ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), તેલ પ્રમાણસર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. દહીં ગરમ કરી તેમાં ભાત નાંખવા. ૨. ઘઉંનો લોટ, તથા બધો મસાલો નાંખી પુલ્લા માટેનું ખીરું તૈયાર કરવું. ૩. નોનસ્ટીક પેનમાં કે તવામાં ચમચીથી તેલ પાથરી તેના ઉપર ચમચાથી પેટીસના માપ મુજબના શેકલા થાય એ રીતે ખીરું પાથરવું. ૪. ધીમા તાપે થવા દેવા. ગુલાબી થાય ત્યારે ફેરવી. તેલ મૂકી બીજી બાજુ ગુલાબી,ધીમા તાપે થવા દેવા.

નોંધ ૦ઃ ૧. ચણાના લોટના, મગના લોટના અને અડદના લોટના શેકલા થઈ શકે. ૨. ઘઉંના લોટમાં બલવન (મીઠું) નાંખી જાડું ખીરું પલાળી, તવી ઉપર જાડું પેટીસ જેવું ખીરું પાથરવું.

૬. ભાતની પાનકી

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ભાત, ૧/૪ કપ ચણાનો લોટ, ૧/૪ કપ ચોખાનો લોટ, ૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧ કપ ગરમ કરેલું દહીં, ૧/૪ કપ હળદર, ૧ ટી-સ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટી સ્પૂન ખાંડ, ૧ ટી સ્પૂન ગરમ મસાલો, તેલ પ્રમાણસર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ભાતમાં બધા લોટ નાંખી મિકસ કરવું. ૨. દહીં, હળદર, લાલ મરચું, ખાંડ, ગરમ મસાલો અને મીઠું નાખી ઢોંસા જેવું ખીરું તૈયાર કરવું. ૩. નોનસ્ટીક પેનમાં તેલ લગાડી, તેના પર ખીરું પાથરવું. કિનારીઓ ફરતે તેલ મૂકી બંને બાજુએ સાંતળવું.

૭. ખાટાં ઢોકળાં

ઢોકળાનું ભરડું ઃ

સામગ્રી ઃ ૩ કપ ચોખા (પરિમલ જાડા), ૧ કપ અડદની દાળ.

રીત ઃ ચોખાને ધોવા, દાળને ધોવી, લૂછવી, સૂકવવી, બંનેના જુદા જુદા બરબરા ભરડવા.

ઢોકળાંના ઘોળ માટે સામગ્રી ઃ ઢોકળાનું ભરડું ઉપર પ્રમાણે, ૨ કપ દહીંની જાડી છાશ ગરમ કરેલી, પાણી પ્રમાણસર, ૨ ટી-સ્પૂન મીઠો સોડા, (૧/૨ ટી-સ્પૂન એક થાળી માટે), ૧ ટી-સ્પૂન પીસેલાં સૂકાં લીલાં મરચાં, ૧ ટેબલસ્પૂન ચણાની દાળ (મરજિયાત), ૧ ટેબલસ્પૂન કાળામરીનો ભૂકો (મરજિયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, પાણી જરૂર પડે તો, પ્રમાણસર મીઠું.

સામગ્રી ઃ ૧/૪ ટીસ્પૂન કાળામરીનો ભૂકો, ૧/૪ ટીસ્પૂન જીરું (શેકેલું મરજીયાત), તેલ (થાળી ઉપર લગાવવા, સૂકી કોથમીર, (મરજીયાત), ઘી (ઢોકળાં ઉપર નાંખવા.)

રીત ઃ ૧. તપેલામાં ઢોકળાનું ભરડું, છાશ અને પ્રમાણસર પાણી ભેગું કરી ૪-૫ કલાક સુધી આથો લાવવા મૂકવું, આથો આવે પછી મરચાં, તેલ, ચણાની દાળ, અને મરી નાંખવા. હલાવવું. ૨. થાળીને તેલ લગાવવું, થાળીમાં ખીરું મૂકતાં પહેલાં, એક એક થાળીમાં સોડા અને મીઠું નાંખી ખીરું બરાબર હલાવવું. ૩. થાળીની અડધી ઉંચાઈ સુધી ખીરું રેડવું. એના ઉપર લાલ મરચું અથવા કાળા મરીનો ભૂકો, જીરું અને કોથમીર ભભરાવવી. ૫-૭ મિનિટ સુધી ઢોકળાના ડબ્બામાં વરાળથી ઢોકળું બાફવું. ૪. થાળી બહાર કાઢી ૨-૩ મિનિટ સુધી ઠરવા દેવી. ઘી લગાવી

કટકા કરવા. તાવેથાથી ધીરેથી કટકા ઉખેડવા. બીજા ખીરાના આજ પ્રમાણે ઢોકળાં ઉતારવાં. ૫. ઘી, મેથીનો મસાલો, કેરીના અથાણાં અને સૂકી લીલી ચટણી સાથે પીરસવા.

નોંધ ૦: આથો બરાબર આવ્યો હોય તો સોડા નાંખવા નહિ. પ્રેશર કૂકરમાં બાફવા હોય તો વજનની સીટી વાપરવી નહીં.

વઘારેલા ખાટાં ઢોકળાં ૦:

વધેલા ઢોકળાંના નાના કટકા કરી રાઈ હિંગનો વઘાર કરી વાપરી શકાય. સ્વાદ પ્રમાણે મસાલો નાખવો. રસ સાથે ઢોકળાં ઉપર કાળાંમરીનો ભૂકો નંખાય. આ ઢોકળાં પાતળાં હોય.

૮. ચણાના લોટના ઢોકળાં

સામગ્રી ૦: ૧-૧/૨ કપ ચણાનો લોટ, ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન ખાવાનો સોડા, ૧ ટેબલસ્પૂન આમચૂર પાવડર, ૧ ટીસ્પૂન સાકર, ૨ સૂકા લીલા મરચાનો પાવડર, ૨ ટેબલસ્પૂન તલ (નવશેકું), ૩/૪ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું, ૨ ટીસ્પૂન તેલ (થાળીને લગાડવા), ઘી (ઢોકળા ઉપર નાંખવા), સૂકી કોથમીર.

રીત ૦: ૧. ખાવાનો સોડા, આમચૂર, સાકર અને તેલ સિવાય બધું ભેગું કરી ઘટ્ટ ખીરું કરવું. ૨. ઢોકળાંની થાળીઓને તેલ લગાડવું. ૩. ઢોકળાંના ડબ્બામાં પાણી ઉકાળવું. ૪. ખીરાને બાફતા પહેલાં સોડા, આમચૂર, સાકર અને તેલ નાખવા, ફીણ ચઢાવી દરેક થાળીમાં એક સરખું નાખવું. ૫. થાળીઓ ઢોકળાના ડબ્બામાં મૂકવી. ૫ મિનિટ સુધી ઢોકળાં બાફવાં. થાળી બહાર કાઢી થોડું પાણી છાંટવું. ઠંડા થવા દેવા. એના ઉપર ઘી લગાડવું. ૬. ઢોકળાંના ચોરસ કટકા કરવા. ખમણ ઢોકળાં પ્રમાણે પ્રમાણસર મસાલો નાંખી વઘારવા. ચટણી સાથે પીરસવા.

૯. દમણી ઢોકળાં

સામગ્રી ૦: ૨૫૦ ગ્રામ ચોખા જૂના, ૧૦૦ ગ્રામ બાજરી, ૧૦૦ ગ્રામ મગની દાળ, ૧૦૦ ગ્રામ ચણાની દાળ, ૧૦૦ તુવેરની દાળ, ૫૦ ગ્રામ અડદની દાળ, ૧૦૦ ગ્રામ ચણા, ૧૦૦ ગ્રામ ગરમ કરેલું દહીં, ૨૫ ગ્રામ કોપરાનું ખમણ, ૧ ટેબલસ્પૂન તલ, મીઠું, મરચું, હળદર, ખાંડ, સોડા, તેલ, રાઈ, હિંગ, અજમો, વડના પાન, ૫ સૂકા લીલાં મરચાં, ૧/૪ ચમચી સૂંઠ પાવડર.

રીત ૦ઃ બધું અનાજ ભેગું કરી, કરકરો લોટ દળાવવો. ચણા બાફીને જુદા રાખવા. લોટમાં મીઠું, મરચું, દહીં, થોડી ખાંડ અને સોડા અને તેલનું મોણ નાખી સાધારણ ગરમ પાણીથી ખીરું બાંધી લગભગ ૪ કલાક મૂકી રાખવું. ઉનાળામાં૦ં જલદી આથો આવશે. આ ઢોકળાંનું ખીરું કઠણ રાખવું. આથો આવે એટલે હળદર, વાટેલા મરચાં, સૂંઠ, તલ અને બાફેલા ચણા નાંખવા. વડના પાનનાં બીડાં બનાવી તેમાં તેલ ચોપડી, ખીરું ભરી બીડાંને વરાળથી ઢોકળાની જેમ બાફવાં. બરાબર બફાય એટલે કાઢી ઠંડા પડે એટલે પાનના બીડામાંથી ઢોકળાં કાઢી, કટકા કરી, ઉપર ધાણા અને કોપરાનું ખમણ ભભરાવી. મરચાંની થોડી ભૂકી છાંટવી. ઉપર તેલમાં રાઈ, હિંગ અને અજમો નાખી વઘાર કરવો.

૧૦. મગની ફોતરાવાળી દાળના ઢોકળાં

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ મગની ફોતરાંવાળી દાસ, ૧/૨ કપ અડદની દાળ, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૧/૪ ટીસ્પૂન સોડા અથવા સોડા (મરજીયાત), ૧/૨ ટીસ્પૂન મરીનો ભૂકો અથવા લાલ મરચું, ૩ ટેબલ સ્પૂન તેલ, ૧ ટીસ્પૂન રાઈ, ૧ ટીસ્પૂન તલ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. મગની દાળ અને અડદની દાળને ૪ થી ૫ કલાક જુદી જુદી પલાળવી. ૨. બંને દાળને મિકસરમાં વાટી, બનેલું ખીરું ૫ થી ૬ કલાક ઢાંકીને રહેવા દેવું. ૩. ખીરામાં મીઠું, હળદર, હિંગ અને સોડા નાંખી બરાબર હલાવવું. ૪. એક વાસણમાં પાણી ગરમ મૂકી, તેમાં કાંઠલો મૂકી, થાળી મૂકવી, થાળીમાં તેલ લગાડી તેમાં ખીરું બરાબર હલાવીને પાથરવું. ખીરા પર મરીનો ભૂકો અથવા લાલ મરચું ભભરાવવું. આ રીતે બધા ખીરાની ઢોકળાંની થાળી ઉતારવી અને છરીથી કાપા કરવા. ૫. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી, તેમાં રાઈ નાંખી રાઈ તતડે એટલે તલ નાંખી તેમાં ઢોકળાં વઘારવા.

૧૧. સેવખમણી

સામગ્રી ૦ઃ ૨ કપ ચણાની દાળ, ૧/૨ કપ તેલ, ૧ ટી સ્પૂન રાઈ, ૧ ટીસ્પૂન તલ, ૨ ટીસ્પૂન વાટેલા સૂકા મરચાં,
૨ ટીસ્પૂન ખાંડ, ૧/૨ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૨૦૦ ગ્રામ ઝીણી સેવ, ૧/૨ કપ ઝીણી કોપરાની છીણ, ૧/૨ કપ સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. ચણાની દાળને ૩ કલાક નવશેકા પાણીમાં પલાળવી. પછી તેને મિક્સરમાં વાટવી. ૨. વાટેલી દાળને કૂકરમાં બાફવી. ૩. પછી તેને ચાળણાથી ચાળી નાંખવી. ૪. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી તેમાં રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે તલ મૂકી, દાળનો માવો નાંખી ધીમા તાપે સાંતળવો. ૫. મીઠું, વાટેલાં મરચાં અને ખાંડ નાંખવી. થોડું પાણી નાંખવુ. ૬. તેમાં આમચૂર નાંખી દાળ સાંતળાઈ જાય એટલે નીચે ઉતારી ડિશમાં કાઢી તેની ઉપર ઝીણી સેવ, કોપરાની છીણ અને કોથમીર ભભરાવવાં.

૧૨. પૌંઆના ખમણ

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ દહીં, ૨ કપ પૌંઆ, ૧ ટીસ્પૂન ખાંડ, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૩ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧ ટીસ્પૂન રાઈ, ૩ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), મીઠું પ્રમાણસર, ૧ ટીસ્પૂન સૂકા લીલાં મરચાં.

રીત ૦ઃ ૧. એક વાસણમાં દહીંને ગરમ કરવા મૂકવું. પૌંઆને ધોઈ નિતારીને દહીંમાં નાંખવા. ૨. તેમાં ખાંડ, હળદર, મીઠું, મરચાં અને ગરમ મસાલો નાંખવા. ૩. પૌંઆ દહીંને શોષી લે. ઘટ્ટ થાય ત્યારે તેને નીચે ઉતારી એક થાળીમાં તેલ લગાડી ઠરવા દેવા. ઠરી જાય એટલે કાપા કરવા. ૪. એક વાસણમાં તેલ મૂકી તેમાં રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે આ વઘાર ખમણ પર રેડવો. ૫. તેના પર કોપરાની છીણ અને કોથમીર ભભરાવવાં.

૧૩. પનોળી

(ફળીદાળનું નીપીને ઢોકળું) સહેલાઈથી પચી જાય એવું પૌષ્ટિક, બાફેલું ઢોકળું

સામગ્રી ૦ઃ ૨ કપ મગની ફોતરાંવાળી દાળ અથવા ચોળાની દાળ, ૩ સૂકા લીલા મરચાં, ૨ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ઘી (વિઘારેલું), ૧/૪ કપ પાણી (મરજીયાત), પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. દાળને ધોઈને ૫ કલાક સુધી પલાળવી. લીલાં ફોતરાં હાથથી મસળીને કાઢવા (મરજીયાત). દાળ નિતારવી. ૨. મિક્સરમાં અથવા કુંડીમાં પહેલાં લીલાં મરચાં વાટવાં. પછી દાળ બરાબરી વાટવી. જરૂર લાગે તો થોડું પાણી નાંખવું. ૩. મોટું તપેલું લેવું. અડધું તપેલું પાણીથી ભરવું. પાણી ઉકાળવું. છીબાથી ઢાંકતા પહેલાં, છીબાના અંદરના ભાગમાં, ખીરામાં મીઠું નાંખીને, ખીરું ગોળાકારમાં (ઢોસાની જેમ) પાથરવું. પાણી ઉકળે ત્યારે ખીરાવાળાને

ભાગને પાણી તરફ રાખી. છીબું ઢાંકી દેવું. ૨ મિનિટ સુધી રાખવું. (ઢોકળાંનું બીજું છીબું તૈયાર રાખવું.) ૪. છીબું લઈ લેવું થોડી સેકન્ડ સુધી ઠરવા દેવું. ઘો ચોપડી, કોથમીર ભભરાવવી. ઢોકળાને તાવેથાથી ઉખેડવું. બીજા ખીરાના આ રીતે ઢોકળાં ઉતારવા. દૂધ, ખાંડ, લીલી ચટણી અને મીઠી ચટની લાલ તરતરીયાતી સાથે ગરમ ગરમ પીરસવા.

નોંધ ૦ઃ તપેલાની ઉપર બરાબર ઉંધુ બેસે એવું (કાંસાનું હોય તો વધારે સારું) મોટું વાટકું (તાળીયું) પણ લઈ શકાય તેને તળાનીપીને ઢોકળાં કહેવાય.

૧૪. મેથી-ચોળાની દાળની પનોળી

સામગ્રી ૦ઃ ૧૦૦ ગ્રામ ચોળાની દાળ, ૪ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર, ચપટી મીઠો સોડા, ૧ ટી સ્પૂન વાટેલા સૂકા લીલાં મરચાં, ૧-૧/૨ વાટકી સૂકી મેથીની ભાજી, ચપટી હિંગ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧ ૦ઃ ૧. ચોળાની દાળને ૨-૩ કલાક પલાળવી. પછી પાણી નિતારીને ઝીણી વાટવી. ૨. તેમાં મીઠું, મીઠો સોડા, કોથમીર, મરચાં, મેથીની ભાજી અને હિંગ નાંખી બરાબર હલાવવું. ૩. નાની થાળીમાં, થાળીની નીચેની બાજુએ પાથળું ખીરું પાથરવું. ૪. તપેલીમાં પાણી ઉકળવા મૂકી તેની ઉપર થાળી મૂકી વરાળથી બાફવી (ખીરાનો ભાગ નીચેની બાજુએ રહે) ૫. ચડી જાય ત્યારે નીચે ઉતારી કાપા કરી કોથમીરની ચટણી અથવા તરતરીયા સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ પાણી ઉકળે પછી જ થાળી પર પાતળું ખીરું પાથરી મૂકવી.

રીત ૦ઃ ૨ ૦ઃ મેથીની ભાજી નાખ્યા વગર એકલી ચોળાની દાળની પનોળી પણ થઈ શકે. થાળીની બદલીમાં મોટો વાટકો જે તપેલી ઉપર ઉંધો બરાબર આવે એવો લઈ શકાય અને તપલીનું ઢાંકણ પણ લઈ શકાય.

રીત ૦ઃ ૩ ૦ઃ સાદા ઢોકળાંની જેમ.

૧૫. પનોળીનાં દહીંવડા

સામગ્રી ૦ઃ ૧-૧/૪ કપ ચોળાની દાળ, ૧ ટીસ્પૂન સૂકા વાટેલા મરચાં, ૧/૨ ટીસ્પૂન મરીનો ભૂકો, ૧/૪ ટીસ્પૂન મીઠો સોડા, ચપટી હિંગ, ગરમ કરેલું દહીં પ્રમાણસર, લાલ મરચું પ્રમાણસર, શેકેલું જીરું, આંબોળિયાંની ચટણી, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. ચોળાની દાળની બધી પનોળીઓ કરીને લેવી. ૨. પછી ઉકળતા પાણીમાં જ બધી પનોળી નાંખવી. ૨ મિનિટમાં કાઢી લેવી. ૩. દહીં ગરમ કરી, વલોવી, ઠંડુ કરી પનોળી ઉપર નાંખવું. તેના ઉપર મીઠું, મરચું, શેકેલું જીરું ભભરાવવું, આંબોળિયાની ગળી ચટની નાંખવી.

૧૬. દહીંવડા

સામગ્રી ૦ઃ ૧-૧/૨ કપ મગની ફોતરાંવાળી અથવા ચોળાની દાળ અથવા ૧ કપ અડદની દાળ, પાણી (નવશેકું, વડા પલાળવા), પ્રમાણસર મીઠું (પાણીમાં નાંખવા), ૨-૧/૨ કપ દહીં ગરમ કરેલું. પ્રમાણસર મીઠું (દહીં માટે), ૬ ટેબલસ્પૂન મીઠી ચટણી, ૩/૪ ટીસ્પૂન જીરું (શેકીને ખાંડેલું), ૩/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન મરીનો ભૂકો (બરબરો મરજિયાત) ૩ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), તેલ તળવા માટે.

રીત ૦ઃ ૧. દાળને ૫ થી ૬ કલાક પલાળવી. ૨. દાળમાંથી પાણી કાઢવું, વડાં વડે એવી અધકચરી દાળ મિકસરમાં વાટવી. જરૂર હોય તો દાળનું પલાળેલું પાણી લેવું. વાટેલી દાળ કૂંડીમાં અથવા તપેલામાં ખૂબ ફીણવી. ૩. વડા તળતાં પહેલાં એક પહોળા તપેલામાં નવશેકું પાણી ભરી, નાંખી એક બાજુ રાખવું. ૪. કઢાઈમાં તેલ ખૂબ ગરમ કરવું. વડા તળવાં. વડા ઉપર આવે એટલે મધ્યમ તાપે આછાં ગુલાબી થાય ત્યાં સુધી તળવા. તેલ નિતારી, ૫ મિનિટ ઠંડા થવા દઈ પાણી ભરેલા તપેલામાં મૂકવા. બધાં વડા આ પ્રમાણે કરવા. વડાને ત્રીસ મિનિટ પાણીમાં પલાળવા. બે હથેળી વચ્ચે વડા દબાવી, વધારાનું પાણી કાઢી થાળીમાં અથવા વાટકામાં મૂકવાં. ૫. ગરમ કરેલા તપેલામાં દહીંને ઘોળવું, મીઠું નાખવું, બાજુમાં રાખવું. ૬. પીરસતાં પહેલાં રકાબીમાં વડા મૂકી, ઉપર દહીં નાંખવું, અથવા વડાને દહીંમાં બોળીને રકાબીમાં મૂકવા. રકાબીમાં ગોઠવ્યા પછી થોડું દહીં ઉપર નાંખવું. સ્વાદ પ્રમાણે આંબલી ખજૂરની મીઠી ચટણી નાંખવી. જીરું લાલ મરચું અને કોથમીર પીરસવાં.

નોંધ ૦ઃ ૧. મગની ફોતરાંવાળી દાળને પલાળ્યા પછી ફોતરાં કાઢીને (મરજીયાત) વાટવી. આ દહીંવડા પચવામાં સારાં. ૨. દાળ વાટતી વખતે પણ મીઠું નાંખી શકાય. તપેલીમાં મીઠા વિનાનું પાણી રાખવું.

૧૭. દહીં પકોડા

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, ૫૦ ગ્રામ ઘઉંનો લોટ, ૫૦ ગ્રામ ચોખાનો લોટ, ૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન હળદર, તેલ પ્રમાણસર, ચપટી મીઠો સોડા, દહીં પ્રમાણસર (ગરમ કરેલું), આંબોળિયાની ચટણી, સૂકી કોથમીરની ચટણી, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. ચણાના લોટમાં ઘઉં અને ચોખાનો લોટ નાંખવો. ૨. મીઠું, હળદર અને સોડા નાંખી એકદમ ઢીલું ખીરું કરવું. ૩. ગરમ તેલમાં ભજિયાં ઉતારી પાણીમાં નાંખવા. પકોડાને દબાવી પાણી કાઢી તેના પર દહીં, આંબોડિયાની ચટણી અને કોથમીરની ચટણી નાંખી મીઠું, મરચું ભભરાવવું.

વેરિએશન ૦ઃ પકોડા કઢી ૦ઃ કઢી ઉકળતી હોય ત્યારે પકોડા તેલમાં તળીને કાઢીમાં નાંખવાં.

૧૮. દહીં ફૂલવડી

સામગ્રી ૦ઃ ૧૦૦ ગ્રામ તીખી બુંદી, ૨૦૦ ગ્રામ ગરમ કરેલું દહીં, સૂકી કોથમીરની ચટણી, આંબોળિયાની ચટણી, મરચું પ્રમાણસર, શેકેલા જીરાનો ભૂકો પ્રમાણસર, મરીનો ભૂકો, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. દહીંને વલોવી ગરમ કરી તેને ઠંડુ કરવું. તેમાં મીઠું નાંખવું. ૨. એક બાઉલમાં બુંદ લઈ તેના ઉપર દહીં નાંખી કોથમીરની ચટણી અને આંબોળિયાની ચટણી નાંખવી. ૩. મરચું, જીરાનો ભૂકો અને મરીનો ભૂકો ભભરાવવો.

૧૯. પતેવડી (ખાંડવી)

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ચણાનો લોટ, ૨-૧/૪ કપ છાશ ગરમ કરેલી, ૧ ટીસ્પૂન સૂકા લીલાં મરચાં પીસેલાં, ચપટી હળદર, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે ૦ઃ ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ચપટી હિંગ, ૫-૬ સૂકા લીમડાનાં પાન, ૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું (મરજીયાત), સૂકી કોથમીર (ઝીણી સમારેલી મરજીયાત), તલ.

રીત ૦ઃ ૧. એક તપેલામાં ચણાનો લોટ, છાશ, લીલા મરચાં અને મીઠું ભેગાં કરવાં. છાશનો સંચો ફેરવીને ખીરું તૈયાર કરવું. ગઠ્ઠા ન રહેવા જોઈએ. ૨. પ્રેશર કૂકરમાં ૩ સીટી સુધી ખીરું સીઝવા દેવું. ૩. ત્રણ-ચાર થાળીની બંને બાજુએ, બને એટલી ઝડપથી ગરમ ખીરાને પહેલાં

અંદરની બાજુ અને પછી ઉપરની બાજુએ પાતળું લીંપવું. ઠરવા દેવું, દરેક થાળી ઉપર ખીરાને વાટાની જેમ વાળવા. વાટાના ૧" જેટલા ટુકડા કરવા. બાજુમાં ગોઠવવા. ૪. વઘારિયામાં તેલ ગરમ કરવું, રાઈ નાંખવી, રાઈ તતડે એટલે હિંગ, લાલ મરચું અને લીમડાનાં પાન, તલ નાંખવા. વઘારને પતેવડી ઉપર રેડવો. કોથમીર ભભરાવવી. ઉપયોગમાં લેવી.

નોંધ ઃ ૧. ખીરું ગેસ પર પણ સીઝવી શકાય. ૨. ગેસ ઉપર ખીરું સીજવો તો ૧/૨ કપ પાણી વધુ નાંખવું. સતત હલાવ્યા કરવું.

૨૦. મગની દાળની ખાંડવી

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ફોતરાંવાળી મગની દાળ, ગરમ કરેલી છાશ પ્રમાણસર, ૧/૨ ટીસ્પૂન વાટેલા સૂકા લીલા મરચાં, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧ ટીસ્પૂન રાઈ, ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન તલ, ૨ ટીસ્પૂન સૂકા કોપરાની છીણ (મરજીયાત), ૨ ટીસ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું.

રીત ઃ ૧. મગની દાળને ૪ થી ૫ કલાક પલાળવી. પછી તેને બરાબર ધોઈ, ફોતરાં કાઢી ઝીણી વાટવી. ૨. એક કપ વાટેલી દાળ હોય તો બે કપ ખાટી છાશ નાખી તેમાં મીઠું, લીલા મરચાં અને હળદર નાંખી બરાબર હલાવવું. ૩. આ મિશ્રણને નોનસ્ટીક વાસણમાં સતત હલાવતા રહેવું. ૪. મિશ્રણ ઘટ્ટ થાય અને સહેજ પાથરીએ તો ઉખડે એવુંલાગે તો જાડા પ્લાસ્ટિક ઉપર, થાળીમાં કે કુકિંગ સ્ટેન્ડ પર પાથરવું. ૫. ઠરી જાય એટલે ઊભા કાપા કરી ગોળ વીંટા વાળી થાળીમાં મૂકવા. ૬. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી તેમાં રાઈ, હિંગ, અને તલ નાંખી આ વઘાર ખાંડવી ઉપર ચમચીથી રેડવો. ૭. તેના પર કોપરાની છીણ, કોથમીર તથા લાલ મરચું ભભરાવવું.

નોંધ ઃ લીલાં મરચાં અને કોથમીર ન ભાવના હોય તો ન નાંખવાં.

૨૧. છાશ વડા

સામગ્રી ઃ વડા માટે ઃ ૧ વાટકી છીલ્ટાવાળી દાળ (૨ થી ૩ કલાક પલાળેલી), ૨ ચમચી વાટેલું, જીરું, મીઠું પ્રમાણસર.

છાશ માટે ઃ ૧/૨ લીટર દૂધનું દહીં ગરમ કરેલું, ૨ ચમચી સૂકી કોથમીર, સૂકો ફુદીનો ૨ ચમચી, સૂકા લીલાં મરચાં ૩, મીઠું પ્રમાણસર.

વઘાર માટે ઃ તેલ, રાઈ, જીરું ચપટી, ૫ થી ૬ કડીપત્તાં ૨ ચમચી અડદની દાળ.

રીત ઃ ૧. દાળમાં જીરું અને મીઠું નાખીને વાટી લેવી. તેમાં તળીને વડા ઉતારવા. ૨. કોથમીર, ફુદીનો, મરચાં મિકસ કરી થોડું પાણી નાંખી પેસ્ટ તૈયાર કરવી. ૩. દહીંને વલોવીને તેની છાશ બનાવવી. ૪. તેલનો વઘાર મૂકી તેમાં રાઈ-જીરું નાંખવાં રાઈ તતડે એટલે તેમાં અડદની દાળ નાંખી સાંતળવી દાળ ગુલાબી થાય એટલે કડીપત્તા નાંખી તૈયાર કરેલી પેસ્ટ સાંતળવી. પછી તેમાં છાશ નાંખવી અને ગેસ બંધ કરી દેવો. ૫. વઘાર કરેલી છાશમાં તૈયાર કરેલાં વડા નાંખવાં અને ૦૦।૦ કલાક જેટલું ઠંડુ થવા દેવું. મસ્ત ઠંડા છાશ વડા સર્વ કરવા.

નોંધ ઃ છાશવડા ઉનાળામાં વધુ બને છે.

૨૨. ઈદડા

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ અડદની દાળ, ૪ સૂકા લીલા મરચાં, સૂઠ પાવડર ૧ ચમચી, ૧૦૦ ગ્રામ દહીં, (ખાટું) ગરમ કરેલું (મરજીયાત), મીઠું, મરીનો ભૂક્કો, તેલ, સોડા પ્રમાણસર (મરજીયાત)

રીત ઃ ૧. અડદની દાળને ચાર કલાક પલાળીને ઝીણી વાટવી. ૨. તેમાં મીઠું, સૂંઠ, વાટેલા મરચાં, તેલનું મોણ, દહીં અને સોડા નાંખી ખીરું તૈયાર કરવું. તેેને ફીણીને ઢાંકણ ઢાંકી ૨ કલાક આથી રાખવું. ઋતુ પ્રમાણે તેમાં ફેરફાર કરવો. ૩. આથો બરાબર આવે એટલે ઢોકળાંના કૂકરમાં પાણી ભરી જાળી મૂકીને તેની ઉપર ભીનું કપડું મૂકવું. કપડા ઉપર એક ચમચો ખીરું પાથરવું, મરીનો ભૂકો ભભરાવી ઢાંકી દેવું, પાણી ઉકાળેલું હોય તો બે મિનિટમાં ઈદડા તૈયાર. ૪. બીજું કપડું તૈયાર રાખવું. જેથી એક કાઢીને બીજું મૂકવા માટે તૈયાર હોય. ૫. પહેલાં કપડાંને બહાર કાઢી થોડી સેકન્ડ ઠંડુ થાય એટલે તાવેથાથી ઈદડાં કાઢવા.

અડદની દાળના વડા ઃ

આજ ખીરાના મિશ્રણને ઘટ્ટ રાખવું. નાની પૂરી જેવાં વડા હાથેથી થેપીને, ભીના કપડાં ઉપર મૂકવા, ઘી અથવા તેલ ગરમ કરીને આ વડાને તળવા.

૨૩. ગોટા

સામગ્રી ઃ ૨૦૦ ગ્રામ ચણાનો જાડો લોટ, ૪ ટેબલસ્પૂન ઘઉંનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન સૂકા વાટેલા લીલાં મરચાં, ચપટી હિંગ, ૧૦ થી ૧૫ મરીનો અધકચરો ભૂકો (મરજીયાત), ૨ થી ૩ તજનો ભૂકો (મરજીયાત), ૨ થી ૩ તજનો ભૂકો (મરજીયાત), ૨ ટીસ્પૂન અધકચરા ધાણા, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન સોડા, ૨ ટેબલસ્પૂન ખાંડ, તેલ પ્રમાણસર, ૧ કપ દૂધ મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ એક વાસણમાં બંને લોટ ભેગા કરવા. તેમાં મીઠું, વાટેલા લીલાં મરચાં, હિંગ, મરીનો ભૂક્કો, તજ-લવિંગનો ભૂક્કો, ધાણા, હળદર, લાલ મરચું, સાજીના ફૂલ અને ખાંડ નાંખવાં. ૨. ગરમ દૂધ તથા જરૂર મુજબ પાણી નાખી ખીરું તૈયાર કરવું. ખીરું ૨ થી ૩ કલાક પલાળવા દેવું. ૩. એક વાસણમાં તેલ ગરમ કરી, ખીરામાં ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ નાંખવું. ખીરું બરાબર હલાવવું અને ગરમ તેલમાં ગોટા મૂકવા.

નોંધ ઃ ૧. પહેલાં ગેસ તેજ રાખવો પછી ધીમો કરી દેવો. જેથી વચ્ચેની ગોટા કાચા ન રહે. ૨. ગોટા ગરમ ગરમ પીરસવા. ૩. ચણાનો ઝીણો લોટ પણ ચાલે. ઓછું પલળે તો સોડા થોડો વધુ નાંખવો.

વેરિએશન ઃ મેથીના ગોટા ઃ સાદા ગોટામાં ૧ વાડકી સૂકી મેથીની ભાજી (ઝીણી કરીને) દૂધને બદલે ૧ કપ દહીં ગરમ કરીને નાંખવું. બાકીની રીત અને સામગ્રી ગોટા પ્રમાણે.

૨૪. ડાકોરના ગોટા

સામગ્રી ઃ ૧૦૦ ગ્રામ ઘઉંનો કરકરો લોટ, ૨૫૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, ૧ ટેબલસ્પૂન તલ, થોડાં સૂકાં મરચાં, ૧૦૦ ગ્રામ દહીં ગરમ કરેલું, ૧ ટીસ્પૂન ખાંડ, ૧/૨ ટીસ્પૂન સોડા, થોડાં મરી અને આખા ધાણા, દૂધ, મીઠું, મરચું, હળદર, તેલ પ્રમાણસર.

રીત ઃ ઘઉં અને ચણાનો લોટ ભેગો કરી તેમાં મીઠું, મરચું, હળદર, આખા ધાણા, મરી, તલ, વાટેલા મરચાં, દહીં, ખાંડ, સોડા અને તેલનું મોણ નાંખી દૂધથી ખીરું બાંધી ૨-૩ કલાક રહેવા દેવું. પછી પેથીમાં તેલ મૂકી ગરમ થાય એટલે એક ચમચો તેલ ખીરામાં નાંખી હલાવી, પાણીમાં હાથ બોળી, ખીરામાંથી ગોળ મોટા મોટા ગોટા બનાવી. તેલમાં તળી લેવા.

૨૫. મગની ફોતરાંવાળી દાળના ભજિયાં

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મગની ફોતરાંવાળી દાળ, ૧ ટીસ્પૂન ધાણા, ૩ સૂકા લીલાં પીસેલાં મરચાં, ૧ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ૧ ટીસ્પૂન કાળમરી (અધકચરા), ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ (ગરમ), ચપટી હિંગ, પ્રમાણસર મીઠું, તેલ (તળવા માટે), ૧/૨ ચમચી હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન વાટેલું જીરું.

રીત ઃ ૧. દાળ ધોઈને ૩ થી ૪ કલાક પલાળવી, ૨. દાળના ફોતરાં કાઢી, નિતારી, પાણી બાજુમાં રાખવું. દાળ વાટતી વખતે જરૂર હોય તો વાપરવું. ૩. અધકચરી દાળ મિકસરમાં વાટીને માટીની કૂંડીમાં અથવા હાથેથી ફાસ્ટ હલાવીને ફીણ ચઢાવવું. ૪. મરચાં, જીરું, ધાણા, મરી, હળદર અને કોથમીર ભેળવવાં, ભજીયાં તળતા પહેલાં ખીરામાં મીઠું અને ગરમ તેલ નાંખવા. ૫. થોડું થોડું ખીરું લઈ, ફીણ ચઢાવી, ભજીયાં બનાવવાં.

નોંધ ઃ ૧. મીઠી ચટણી સાથે પીરસવા. ૨. ફોતરાં કાઢ્યા વિના પણ ભજીયા થઈ શકે. ૩. લીલાં મરચાંની બદલીમાં લાલ મરચાં પણ ચાલે.

૨૬. સૂકી મેથીની ભાજીના ગોટા

સામગ્રી ઃ ૨ કપ મેથીની ભાજી સૂકાવેલી, ૧ કપ ચણાનો લોટ, ૧ કપ ઘઉંનો લોટ (બરબરો), ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી ખાવાનો સોડા, ૨ સૂકા વાટેલા લીલાં મરચાં, ૧/૪ ટીસ્પૂન આમચૂર પાવડર, ૨ ટેબલસ્પૂન ખાંડ, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ (ગરમ), મીઠું પ્રમાણસર, તેલ (તળવા માટે).

રીત ઃ ૧. મેથીની ભાજીને થોડો વખત મીઠાના પાણીમાં પલાળવી. ધોઈને નિચોવવી. ૨. બધું ભેગું કરી, ભજીયા ઉતરે એવું ખીરું કરવું. ૩. મગની ફોતરાંવાળી દાળના ભજીયાની જેમ તળવાં, ખજૂરની અથવા સૂકી લીલી ચટણી સાથે વાપરવા.

૨૭. ભાતનાં ભજીયાં

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ભાત, ૧/૨ કપ ગરમ કરેલું દહીં, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ઘઉંનો લોટ પ્રમાણસર, તેલ પ્રમાણસર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ભાતમાં બધો મસાલો નાખવો. ૨. તેમાં ઘઉંનો લોટ મિક્સ કરી ખીરું તૈયાર કરવું. ૩. એક વાસણમાં તેલ ગરમ કરી નાના નાના ભજીયા તળીને લેવા.

૨૮. ખજૂરના ભજીયાં

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચણાનો લોટ, ૨ ટેબલસ્પૂન ચોખાનો લોટ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૨ ટીસ્પૂન ખાંડ, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ચપટી સાજીનાં ફૂલ અથવા સોડા, તેલ પ્રમાણસર, ખજૂર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ચણાના લોટમાં ચોખાનો લોટ તથા બધો મસાલો નાંખી ખીરું પલાળવું. ૨. ખજૂરના ઠળીયાં કાઢી પીસ કરવા અને ખીરું પણ સહેજ જાડું રાખવું. ખજૂર ખીરામાં બોળી ગરમ તેલમાં તળવાં. ગરમાગરમ ખજૂરના ભજીયા સર્વ કરવા.

૨૯. પનીરનાં ભજીયાં

સામગ્રી ઃ ૧/૨ વાટકી ચણાનો લોટ, ૧-૧/૨ વાટકી ઘઉંનો લોટ, ૨ વાટકી ઢોકળાનો લોટ, ૧ ચમચી લાલ મરચાં, ૧/૨ ચમચી સૂકાવેલા લીલાં મરચાંનો ભૂકો, ૧-૧/૨ ચમચી જીરું પીસેલું, ૧-૧/૨ વાટકી પનીર મસળેલું, ૧/૨ ચમચી હળદર, મીઠું પ્રમાણસર, ૧ ચમચી ધાણા, ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૧ ચમચો સૂકી કોથમીર મરજીયાત, પાણી પ્રમાણસર, તેલ તળવા માટે.

રીત ઃ બધી સામગ્રી મિક્સ કરીને ભજીયાના ખીરાથી થોડું ઘટ્ટ ખીરું કરવું. કડાઈમાં તેલ ગરમ કરી ભજીયા ઉતારવા. ગરમા ગરમ ભજીયા મીઠી ચટણી સાથે પીરસવી.

નોંધ ઃ ખીરું થોડું જાડું હોય તો ભજીયામાં તેલ વધુ આવશે. બુંદી ઃ ખીરું વધે તો ઝારામાં તેની બુંદી પાડી તળીને ઉપયોગમાં લઈ શકાય છે.

૩૦. ભાતનાં મૂઠિયા

સ્વાદિષ્ટ અને જાણીતી વાનગી. જલદીથી બનાવી શકાય.

સામગ્રી ઃ ૧ કપ રાંધેલો ભાત, ૧ કપ ઘઉંનો લોટ (બરબરો), ૩/૪ કપ ખાટું દહીં, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી હળદર, ૧/૪ કપ પાણી (લગભગ), ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે ઃ ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ૧/૨ ટીસ્પૂન તલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ખાંડ (મરજીયાત), ૧/૨ ચમચી આમચૂર પાવડર, ચપટી હિંગ, પ્રમાણસર મીઠું, સૂકી કોથમીર મરજીયાત, તેલ (ચાળણી અને હાથે લગાડવા)

રીત ઃ ૧. ભાત, દહીં, ઘઉંનો લોટ, તેલ, લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર, મીઠું ભેગાં કરી થોડો ઢીલો લોટ બાંધવો. પાણીની જરૂર હોય તો જ લેવું. એના ૬"-૮" લાંબા, ૩-૪ વાટા, કરવા. ચાળણી ઉપર તેલ લગાવી વાટા કે ઢોકળાંના ડબ્બામાં જાળી ઉપર બાફવા મૂકવાં. ૨. લગભગ ૨૦-૩૦ મિનિટ થશે. ગેસ બંધ કરવો. બહાર કાઢવા. ૩. વાટા એકદમ ઠંડા થવા દેવા. દરેકના નાના કટકા કરવા. બાજુમાં રાખવા (બાફેલા મુઠિયા પણ ખાઈ શકાય.) ૪. ધીમા તાપે કઢાઈ મૂકી, તેલ ગરમ કરી, રાઈ નાંખવી, રાઈ તતડે એટલે હિંગ નાંખી, તરત લાલ મરચું, મીઠું, તલ આમચૂર પાવડર મૂઠિયા નાંખવા. ૫. હલકે હાથે ઉથલાવી. કોથમીર ભભરાવવી, પીરસવા.

નોંધ ઃ ૧. બરબરો ઘઉંનો લોટ હોય તો મૂઠિયા સારાં થાય. ૨. એક ટેબલસ્પૂન ચણાનો લોટ અથવા રવો પણ લોટમાં ભેળવી શકાય. ૩. રાંધેલા ભાતને બદલે ૧ કપ સૂકી મેથીની ભાજી પણ વાપરી શકાય. એક ટીસ્પૂન ખાંડ અને તેલ ભેળવવાં. બીજી સામગ્રી અને રીત ભાતનાં મૂઠિયા પ્રમાણે ભાતને મેથી મિક્સ કરીને પણ મુઠિયા બને.

૩૧. દાળવડાં

સામગ્રી ઃ ૩૫૦ ગ્રામ ફોતરાં વગરની મગની દાળ, ૫૦ ગ્રામ અડદની દાળ, ૫૦ ગ્રામ ચણાની દાળ, ૮ થી ૧૦ સૂકા લીલાં મરચાં, ૧ ટીસ્પૂન મરી, ૧ ટીસ્પૂન ધાણા ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, તેલ પ્રમાણસર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ત્રણેય દાળ ૩ થી ૪ કલાક સુધી જુદી જુદી પલાળવી. ૨. ત્યારબાદ તેની અધકચરી વાટી ભેગી કરવી. લીલાં મરચાં વાટીને નાંખવા. ૩. આ ખીરામાં મરી અને ધાણા અધકચરા વાટીને નાંખવા, મીઠું, હળદર, હિંગ તથા લાલ મરચું નાખવું. ૪. આ ખીરાને બરાબર ફીણીને ગરમ તેલમાં વડા તળવાં.

૩૨. ચણાની દાળનાં વડાં

સામગ્રી ઃ ૪૦૦ ગ્રામ ચણાની દાળ, ૪ ટેબલસ્પૂન ચોખાનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન વાટેલાં સૂકા લીલાં મરચાં, ૧/૨ કપ નારિયેળની છીણ (સૂકું ૧/૨ કલાક પલાળેલું), ૨ ટીસ્પૂન અધકચરાં વાટેલાં મરી અને ધાણા, ચપટી હિંગ, તેલ પ્રમાણસર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ચણાની દાળને ૫ થી ૬ કલાક પલાળવી. ૨. પછી દાળને ધોઈ પાણી નિતારીને મિકસરમાં સહેજ કરકરી વાટવી. ૩. તેમાં ચોખાનો લોટ, વાટેલાં લીલાં મરચાં, લીલા કે સૂકા નાળિયેરની છીણ, મરી, ધાણાં, હિંગ અને મીઠું નાખી ખીરું તૈયાર કરવું. તેમાં ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ નાંખવું. ૪. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકવું. ખીરામાંથી વડાનો આકાર આપી ગરમ તેલમાં તળવા.

નોંધ ઃ ટોમેટો કેચપ અથવા સૂકી કોથમીરની ચટણી સાથે ગરમ ગરમ પીરસવાં. વડા બરાબર ન ઉતરે તો તેમાં થોડો ચણાનો લોટ નાંખી ખીરું બરાબર કરવું.

૩૩. મેંદુવડા

સામગ્રી ઃ ૧ કપ અડદની દાળ, મીઠું પ્રમાણસર, ૨ સૂકવેલા લીલા મરચાના નાના ટુકડા, તેલ તળવા માટે.

રીત ઃ ૧. અડદની દાળને ધોઈને ૫ થી ૬ કલાક પલાળવી. દાળ નિતારીને બાજુમાં રાખવી. નિતારેલું પાણી બાજુમાં રાખવું. ૨. દાળને મિકસરમાં અથવા કૂંડીમાં ઝીણી વાટવી. વાટતી વખતે જરૂર પડે તો જ બાજુમાં રાખેલું પાણી વાપરવું. ખીરું ખૂબ ઢીલું ન થાય તે ધ્યાનમાં રાખવું. વાટેલા ખીરામાં મરચાં અને મીઠું નાંખીને મિશ્રણ ફીણવું. ૩. તેલ એકદમ ગરમ થાય એટલે એક નાના ટોપમાં પાણી લેવું અને વાટકીનો નીચેનો ભાગ તેમાં ભીનો કરવો. અડદનું ૧ થી ૧-૧/૨ ચમચી ખીરું તે ભીની વાટકી ઉપર મૂકીને આંગળીથી વચ્ચે કાણું કરીને તરત તેલમાં નાંખવું. જેથી મેંદુવડા જેવો શેપ બને. (મેંદુવડા બનાવવા માટે મશીન પણ આવે છે તે હોય તો તેનાથી કરવા) લાલ પડે એટલે ઝારાથી કાઢી લેવા.

રસમવડાનાં વડાં ઃ

મેંદુવડાની બદલીમાં આજ ખીરાને સીધા ભજિયાંથી મોટા વડા ઉતારીએ તો રસમવડાંના વડા બને.

નોંધ ૦ઃ આ વડામાં મરચાં ન નાંખીએ તો ચાલે.

૩૪. મગની દાળની કચોરી

કચોરીના પડની પૂરી માટે સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ મેંદો, ૩ ટેબલસ્પૂન ઘી (લગભગ), ૧/૪ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

મગની મોગરદાળનું પૂરણ માટે

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ મગની મોગરદાળ, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન લાલમરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન તજ, લવિંગનો ભૂકો, ટીસ્પૂન જીરું, ૧ ટેબલસ્પૂન આખા ધાણા, ૧ ટેબલસ્પૂન વરિયાળી, ૩-૪ બોરિયા મરચાં, ૨ ટીસ્પૂન આમચૂર પાવડર, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન ખાંડ (લગભગ), ૧૫ કિસમિસ (સાંતળેલી-મરજીયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું, તેલ તળવા માટે.

રીત ૦ઃ ૧. મગની મોગરદાળને ૨-૩ કલાક સુધી પલાળવી. ૨. તપેલીમાં જરૂરિયાત પ્રમાણે પાણી ઉકાળવું. પાણી ઉકળે એટલે દાળ, નિતારીને ઓરવી. દાળ અધકચરી સીઝે એટલે બધું જ પાણી ચાળણીમાંથી નિતારી દેવું. દાળ એક બાજુ રાખવી. ૩. પહોળી કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરવું. દાળને ધીમે તાપે ધીરે ધીરે શેકવી. હલાવતાં જવું. નીચે ઉતારી દાળને ઠરવા દેવી. ૪. ધીમે તાપે તવા ઉપર અડધી ચમચી તેલમાં બોરિયા મરચાં, જીરું, ધાણા અને વરિયાળી જુદા જુદા શેકવા. બીજા મસાલા ભગા કરી ઠરવા દેવા. મિકસરમાં આ બધો મસાલો વાટવો. ૫. મસાલાને અને કિસમિસને ઉપરની દાળમાં ભેળવવાં. મિશ્રણને સરખું હલાવી ૧૨ ભાગ કરવા. ૬. કચોરીની પૂરી માટે બધું ભેગું કરી સુવાળો લોટ બાંધવો. ૭. લોટના ૧૨ લૂઆ કરવા. લૂઆને બરાબર મસળી, દબાવી, પૂરીઓ વણવી. ૮. એક પૂરી લઈ એમાં પૂરણમાં એક ભાગ મૂકવો. પૂરીની કિનારીઓ ભેગી કરી, કચોરી વાળવી, આવી રીતે બધી કચોરીઓ વાળીને રાખવી. ૯. કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરવું. તાપ ધીમો કરી, કચોરીઓ તળવી. ઝારાથી ફેરવતાં રહેવું. કચોરીઓના પડ બદામી રંગના થાય એટલે તેલ નિતારી કાઢી લેવી. ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ ૧. મગની ફોતરાંવાળી દાળ ઉપર ઢોકળી અને કચોરી માટે કચોરીને તળવાને બદલે બાફીને નાંંખી શકાય.

૨. લીલા સૂકા વટાવા બાફીને પણ કચોરીનો મસાલો બનાવી શકાય.

૩૫. ખસ્તા કચોરી

સામગ્રી ઃ ૧ કિ. મેંદો, ૩ ટીસ્પૂન રવો (મરજીયાત), ૧/૨ કપ તેલનું મોણ (લગભગ), ૧-૧/૪ કપ પાણી (નવશેકું લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું.

મસાલા માટે ઃ ૧ કપ ચણાનો લોટ, ૨૦ મરચાં (કાશ્મીરી), ૪ ટેબલસ્પૂન વરિયાળી, ૪-૫ ચમચા આખા ધાણા, ૨-૧/૨ ટેબલસ્પૂન જીરું, ૧ ટીસ્પૂન લાલમરચું, ૨ ટીસ્પૂન આમચૂર પાવડર, ૧-૧/૨ સંચળ, ૩ ટેબલસ્પૂન તેલ પ્રમાણસર મીઠું, ૨ નાના ટુકડા તજ (મરજીયાત), ૩ લવિંગ (મરજીયાત), તેલ (તળવા માટે).

રીત ઃ ૧. થાળીમાં મેંદો, રવો, તેલ, પાણી અને મીઠું ભેગા કરી, પૂરી જેવો લોટ બાંધવો. બરાબર મસળવો. ભીના કપડાંથી ઢાંકી દેવો. ૨. ધીમે તાપે કઢાઈમાં ૨ ટીસ્પૂન તેલ ગરમ કરી ચણાનો લોટને ગુલાબી રંગ પકડે ત્યાં સુધી શેકવો. તાવેથાથી હલાવતા રહેવું. તાપ ઉપરથી લઈ, શેકેલા લોટને થાળીમાં ઠારવો. ૩. કઢાઈ લૂછીને બાકીનું તેલ ગરમ કરવું, કાશ્મીરી મરચાં, વરિયાળી, જીરું, ધાણાં જુદા જુદા શેકવા. તાવેથાથી હલાવતા રહેવું જેથી મસાલાઓ કાળા ન થાય. થાળીમાં ઠરવા દેવાં. મસાલાને બરબરો ખાંડવો. એક તપેલામાં મસાલો, સંચળ, આમચૂર, લાલ મરચું, મીઠું, અને શેકેલો લોટ બરાબર ભેળવી, કચોરીનું પૂરણ કરવું. ૪. લોટ બરાબર મસળી ૭૫ લૂઆ કરવા. લૂઆની જરા મોટી પૂરી વણવી. પૂરીમાં કચોરીનું પૂરણ ભરવું. બધી બાજુથી કિનારીઓ ભેગી કરીને સહેજ દબાવી ફરી હલકે હાથે વણવી. બધી કચોરી આ પ્રમાણે તૈયાર કરવી. ૫. કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરવું. તાપ ઓછો કરવો, કચોરીઓ તળવી, કચોરી ફૂલશે, ઝારાથી ફેરવવી, ઝારાથી લેવી. એકદમ ઠરે એટલે ડબ્બામાં ભરવી.

નોંધ ઃ ૧. કચોરીની સાઈઝ દરેકની ઈચ્છા પ્રમાણે. ૨. મુસાફરીમાં લઈ જવાય.

દહીં કચોરી ઃ કચોરીને વચ્ચેથી ધીમેથી ભાંગવી, ગરમ કરેલું દહીં-ચટણી નાંખવા. ચાટ મસાલો, સેવ, બુંદી, કોથમીર ભભરાવી વાપરવી.

૩૬. હાંડવો

સામગ્રી ઃ ૨ કપ ચોખા, ૧ કપ તૂવેરની દાળ, ૧/૪ કપ ચણાની દાળ, ૧ કપ ગરમ કરેલું દહીં, ૧/૪ કપ અડદની દાળ, ૪ ટેબલસ્પૂન ઘઉંનો જાડો લોટ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન

હળદર, ૧ ટેબલસ્પૂન વાટેલાં સૂકા મરચાં, ૨ ટેબલસ્પૂન વાટેલાં સૂકા મરચાં, ૨ ટેબલસ્પૂન મેથીનો મસાલો, ૧ ટીસ્પૂન સાજીના ફૂલ અથવા સોડા, ૩ ટેબલસ્પૂન તેલ, મીઠું પ્રમાણસર.

વઘાર માટે ઃ ૩ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ૨ ટીસ્પૂન તલ, ૧/૪ ટીસ્પૂન હિંગ, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું.

રીત ઃ ૧. ચોખા અને દાળ ધોઈ, સૂકવીને કરકરી દળવી. તેમાં ૧ કપ દહીં નાંખવું. અથવા ચોખા અને દાળ સવારે વહેલા પલાળીને ૫ થી ૬ કલાક પછી ૧ કપ દહીં નાંખીને કરકરી વાટવી. ૨. ખીરામાં બધો મસાલો નાંખી જરૂરી હૂંફાળા પાણીથી લોટ પલાળવો. ૩. ઘઉંનો લોટ નાંખવો, ૫ થી ૬ કલાક આથો આવવા દેવો. ૪. જ્યારે હાંડવો કરવો તોય ત્યારે તેલ, ૨ ટેબલસ્પૂન પાણી અને સાંજીના ફૂલ અથવા સોડા ગરમ કરીને ખીરામાં નાંખવા. ૫. હાંડવાના કૂકરને તેલથી ગ્રીસ કરી, ખીરું નાંખી દેવું. ૬. વઘાર માટે તેલ ગરમ મૂકી રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે તલ, હિંગ નાંખી, હળદર મરચું નાખવું અને બરાબર હલાવી ખીરામાં ગોળ ફરતે રેડવું. ૭. હાંડવાના કૂકરની નીચેની ડિશમાં રેતી ભરી, તેની ઉપર હાંડવાનું કૂકર મૂકવું અને પ્રથમ ૧૦ મિનિટ ગેસ ફાસ્ટ કરવો. પછી ૩૫ મિનિટ ધીમા તાપે થવા દેવો. ૮. ત્યારબાદ તાવેથો મૂકી જોઈ લેવું કે હાંડવો તૈયાર થયો છે કે નહીં. તાવેથાથી ચોંટે તો થોડીકવાર વધારે થવા દેવો. ૯. ગેસ બ્ધ કરી ૧૫ મિનિટ સુધી સીઝવા દેવું. ત્યારબાદ ગરમ ગરમ પીરસવો.

નોંધ ઃ શિયાળો હોય તો દહીં વધારે નાખવું અને ઉનાળો હોય તો દહીં ઓછું નાંખવું.

વેરિએશન ઃ ૧. નોનસ્ટિક વાસણમાં પણ હાંડવો થઈ શકે. ૨. તેમાં વઘાર તૈયાર કરી તેના ઉપર થોડું ખીરું રેડવું. ૩. ઉપરનું પડ કડક થાય ત્યારે (૧૦ મિનિટમાં) ફેરવી દેવું અને બીજી બાજુ થવા દેવું. ૪. ઓવન, માઈક્રોવેવમાં પણ હાંડવો કરી શકાય.

૩૭. મેથિયા રાઈસ કટલેસ

સામગ્રી ઃ ૨ કપ રાંધેલો ભાત, ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧ કપ દહીં, ૧/૪ કપ તેલ, ૧ ટે.સ્પૂન મેથીનો મસાલો,

૧ ટે.સ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે, ઘી શેકવા માટે.

રીત ઃ બધા મસાલા મિકસ કરી કટલેસ નાની બનાવો. તવી ગરમ કરી તેના ઉપર કટલેસ તથા ઘી નાખી બંને બાજુ શેકી લો. ગરમ ગરમ સર્વ કરો.

૩૮. પનીર ચીલ્લાં

ચીલ્લાં માટે ઃ ૨ કપ મગની ફોતરાંવાળી દાળ (પલાળીને વાટેલી), ૧/૪ ટીસ્પૂન હિંગ, મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે ઘી.

પૂરણ માટે ઃ ૨૦૦ ગ્રામ પનીર, ૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન જીરું.

રીત ઃ ચીલ્લાની બધી સામગ્રી મિકસ કરી તવો ગરમ કરી ઢોસાની જેમ પાથરી તેની ઉપર પનીર પાથરી લાલ મરચુંને જીરા પાવડર ભભરાવવી. ઘી નાંખી, શેકી સર્વ કરો.

૩૯. ઢોસા

૧. સાદા ઢોસા ઃ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ અડદની દાળ, ૫ દાણા મેથી, ૩ કપ ઉકડા ચોખા, ઘી અથવા તેલ.

રીત ઃ ૧. ચોખા, અડદની દાળ અને મેથીને અલગ અલગ ૪ થી ૫ કલાક પલાળવા. ૨. મિકસરમાં અડદની દાળ અને મેથીને ખૂબ જ બારીક પીસો. ચોખાને અલગ બારીક પીસવા. ૩. ત્રણેને મિકસ કરી ૧-૨ કલાક આથો આવવા દેવો. તવીને ગરમ કરી, સાધારણ તેલ લગાડી ઢોસા પાથરી તેલ છાંટવું. સાધારણ લાલ થાય એટલે ઘી લગાડી ફોલ્ડ કરી સર્વ કરવું.

નોંધ ઃ દરેક ઢોસાને ઉતારીને તવાને લૂછવો.

૨. છોલે ઢોસા

પ્રથમ સાધારણ જાડો ઢોસો બનાવી તેની ઉપર સૂકી કોથમીરની ચટણી પાથરી પંજાબી છોલેનું શાક પાથરવું અને પુડો બનાવવો.

૩. પેપર ઢોસા

સાદા ઢોસાના ખીરામાં થોડું પાણી નાખી પાતળું બનાવવું. ત્યારબાદ તવા ઉપર ખૂબ જ ઝડપથી પાથરીને બની શકે તેટલું પાતળું બનાવવું. તેલ લગાડી કડક બનાવીને પીરસવું.

૪. સાદા ઉત્તપા

ઢોસાના ખીરાથી નાના ફુલકા રોટલીની સાઈઝનો બનાવવો. બંને સાઈડથી સીજવવા.

૫. રવા ઢોસા

૧ કપ રવો, ૧ કપ મેંદો, ૧ કપ ચોખાનો લોટ મિક્સ કરવો. અડધો કલાક પલળવા દેવું, જીરું, સૂકા મરચાં, મીઠું, તેલ, નાંખી પાતળું ખીરું બનાવી. એક ચમચો ઉપરથી નોનસ્ટીક પેન (તવી) પર રેડવું જેથી જાળી પડે, થોડું લાલ થાય એટલે ફોલ્ડ કરી સર્વ કરવું.

૬. ઉલુડ ઢોસા

અડદની દાળને ચાર કલાક પલાળી ઝીણી વાટવી, ર થી ૩ કલાક આથો આપવો. સૂકા લીલા મરચાંના ટુકડા અને મીઠું નાંખવું અને જાડા ઢોસા ઉતારવા.

૭. પેસરટ ઢોસા

૧ વાટકી મગની દાળ અને ૧ વાટકી અડદની દાળ મિક્સ કરી ભીંજવવી. વાટીને ૪ થી ૫ કલાક આપો આપવો. મીઠું નાંખવું અને ઢોસા ઉતારવા.

૮. રવાના ઈન્સ્ટન્ટ ઉત્તપા

૩ કપ રવો, (છાશમાં પલાળેલો), ૧/ર કપ દહીં, ૧ ટીસ્પૂન સૂકા લીલા મરચાંની પેસ્ટ, ૧/ર ટીસ્પૂન સોડા, મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે, ઘી શેકવા માટે.

રીત ઃ બધી વસ્તુ ભેગી કરી ખીરું તૈયાર કરો. તવા ઉપર નાના ઉત્તપા બનાવી ઘીથી શેકી ગરમ ગરમ પીરસો.

૪૦. ઈડલી

સામગ્રી ઃ ૧ કપ અડદની દાળ, ૩ કપ ઉકડા ચોખા અથવા જાડા ચોખા, તેલ થોડું, ૧ ચમચી મીઠો સોડા, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. અડદની દાળને અને ચોખાને જુદા જુદા ધોઈને થોડા ગરમ પાણીમાં પલાળવા. ૫ થી ૬ કલાક પલાળવા દેવા. ર. દાળને એકદમ ઝીણી વાટવી, અને ચોખાને થોડા કરકરા વાટવા બંને મિક્સ કરીને અડધો કલાક રહેવા દેવું. ૩. તેમાં મીઠું-સોડા નાખી હલાવવું, ઈડલીના સ્ટેન્ડમાં તેલ લગાવીને ઈડલીનું ખીરું ભરીને કુકરમાં ૧૫ મિનિટ સીઝવવા દેવી. ૪. સીઝી જાય એટલે સ્ટેન્ડ બહાર કાઢીને ૧ મિનિટ પછી ઈડલી કાઢવી જેથી સ્ટેન્ડમાં ચીટકે નહિ અને આખી બહાર આવે.

નોંધ ઃ અડદની દાળ અને ચોખા ઘંટીમાં ઢોકળાની જેમ પીસીને પણ પલાળી ઈડલી બનાવાય.

૪૧. પૌંઆની ઈડલી

સામગ્રી ઃ ૨ કપ રવો, ૧/૨ કપ પૌંઆ, ૧/૨ કપ અડદની દાળ, તેલ પ્રમાણસર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. રવા અને પૌંઆને અલગ અલગ વાસણમાં ધોઈને તેમાં પાણી નાખી ૨ થી ૩ કલાક પલાળવા દેવા.

૨. અડદની દાળ ધોઈને તેને ૨ થી ૩ કલાક પાણીમાં પલાળવી. ૩. રવા અને પૌંઆમાંથી પાણી નિતારી મિકસરમાં ઝીણું વાટવું. ૪. મિકસરમાં થોડુંક પાણી નાખી અડદની દાળને ઝીણી વાટવી. તેમાં રવા અને પૌંઆનું ખીરું તથા મીઠું નાંખી આથો લાવવો. ૪ થી ૫ કલાક એક જગ્યાએ મૂકવું. ૫. ઈડલીના સ્ટેન્ડમાં સહેજ તેલ લગાડી ઈડલીનું ખીરું મૂકી, ઈડલી ઉતારવી. ૧૦ થી ૧૨ મિનિટમાં થઈ જશે.

નોંધ ઃ ૧. ઈડલીનું સ્ટેન્ડ ઈડલીના વાસણમાં મુકાય અને કૂકરમાં ઈડલીનું સ્ટેન્ડ સીટી વગર મૂકાય. ૨. રવાને બદલે ચોખા પણ લઈ શકાય.

૪૨. દાળની ઈડલી

સામગ્રી ઃ ૨ કપ ચણાની દાળ, ૨ કપ અડદની દાળ, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, ચપટી સોડા, ૨ ટીસ્પૂન વાટેલા સૂકાં લીલાં મરચાં, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ચણાની દાળ અને અડદની દાળ ૩ કલાક જુદી જુદી પલાળવી. ૨. બંને દાળ જુદી જુદી વાટી ભેટી કરવી અને ૨ થી ૩ કલાક આથો આવવા દેવો. ૩. એક વાસણમાં તેલ, સોડા અને થોડુંક પાણી નાખી ગરમ કરી ખીરામાં નાખવું. મીઠું તથા વાટેલા લીલા મરચાં નાખી બરાબર હલાવવું. ૪. ઈડલીના સ્ટેન્ડમાં સહેજ તેલ લગાડી ખીરું નાખી ઈડલી તૈયાર કરવી.

૪૩. મગની ફોતરાંવાળી દાળની ઢોકળી

સામગ્રી ઃ મગની ફોતરાંવાળી દાળ (રાંધેલી), ૧ કપ ગરમ પાણી (દાળ માટે) પ્રમાણસર મસાલો.

ઢોકળી માટે ઃ ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી હળદર, ૩ ટીસ્પૂન તેલ (લોટ માટે), પાણી (જોઈએ તેટલું લોટ તૈયાર કરવા), પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૨ ચમચી અજમો, ૧/૨ ચમચી જીરું.

રીત ઃ ૧. થાળીમાં ઢોકળી માટેની બધી વસ્તુઓ ભેગી કરવી. ભાખરી કરતાં જરા ઢીલો લોટ બાંધવો. ઢાંકીને ૧૫ મિનિટ સુધી બાજુમાં રાખવો. ૨. લોટ બરાબર મસળવો. એના નાના નાના અડધા ઈંચના ગોળ લૂઆ કરવા. એક એક લૂઆને સરખા મસળી, અંગૂઠાથી વચ્ચે દબાવી ચપટા કરવા. થાળીમાં છૂટા મૂકી બાજુમાં રાખવા. ૩. એક કપ પાણી ગરમ કરવું, પ્રમાણસર મસાલો નાંખી તૈયાર મગની દાળમાં નાંખવું. જ્યારે દાળ ઊકળવા આવે ત્યારે એક પછી એક ઢોકળી નાંખવી, ઢાંકીને મધ્યમ તાપે ઢોકળી સીઝવવી.

નોંધ ૦ઃ ઢોકળી મોટી રોટલી વાળીને નાના ટુકડા કરીને પણ નાંખી શકાય.

૪૪. દાળ-ઢોકળી (તુવેરની)

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ તુવેરની દાળ, ૨ ટેબલસ્પૂન સીંગદાણા, ૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટેબલસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૨ કપ ઘઉનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન અજમો, તેલ પ્રમાણસર, ૧ ટેબલસ્પૂન આંબોળિયાનો ભૂકો, ૨ ટેબલસ્પૂન ગોળ, ૨ આખા મરચા, ચપટી હિંગ, મીઠો લીમડો, ૫ થી ૬ લવિંગ, મીઠું પ્રમાણસર, સૂકો લીમડો.

રીત ૦ઃ ૧. તુવેરની દાળને ધોઈને તેમાં પ્રમાણસર પાણી અને સીંગદાણા નાંખી કૂકરમાં બાફવા મુકવા.

૨. દાળને તપેલીમાં કાઢી ઝેરણી ફેરવવી અને ઉકળવા મૂકવી. ૩. તેમાં મીઠું, મરચું, હળદર, ધાણાજીરું અને ગરમ મસાલો નાંખી દાળને ઉકળવા દેવી. ૪. ઘઉંના લોટમાં મીઠું, મરચું, હળદર, અજમો અને ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ નાંખી કઠણ લોટ બાંધવો. ૫. લોટના નાના લુઆ કરી તે લૂઆને દબાવી નાની ઢોકળી કરવી અથવા મોટા રોટલા વણી સક્કરપારા જેવા કાપા કરવા. ૬. ઢોકળી કે સક્કરપારા ઉકળતી દાળમાં નાંખવા. ચડી જાય ત્યારે તેમાં આંબોળિયાનો ભૂક્કો અને ગોળ નાંખવા. ૭. એક વાસણમાં ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ મૂકી અજમો અને આખા લાલ મરચાં નાંખવાં. હિંગ, હળદર, લાલ મરચું, મીઠો લીમડો, અને લવિંગ નાંખી આ વઘાર દાળમાં નાખવો. ૮. બરાબર હલાવી દાળ અને ઢોકળી એકરસ થવા દેવી.

૪૫. ખટ્ટી મીઠી ઢોકળી

સામગ્રી અને રીત ઃ ૧. રોટલી, ભાખરી કે પૂરી આમાંથી જે હોય તેના મોટા ટુકડા કરવા. ૨. તેલમાં રાઈ, હિંગ, હળદર અને મરચાંનો વઘાર કરવો. તેમાં છાશ નાખવી. ઉકળે એટલે તેમાં રોટલી, ભાખરી કે પૂરીના ટુકડા નાંખવા. ૩. મીઠું, ખાંડ અને ગરમ મસાલો નાખવો. જરૂર પડે તો પાણી નાખવું.

૪૬. ખાખરાની ઢોકળી

સામગ્રી ઃ ૪ થી ૫ ખાખરા, ૧ ગ્લાસ પાણી, મીઠું, મરચું, હળદર, ધાણા, ખટાશ માટે જે પણ ફાવે તે (કોકમ અથવા આમલી), ઘી વઘાર માટે, રાઈ-જીરું, ચપટી હિંગ.

રીત ઃ ઘીનો વઘાર મૂકી, રાઈ-જીરું, હિંગ, નાંખી મસાલો નાંખી પાણી નાંખવું. પાણી ઉકળે એટલે તેમાં ખાખરા નાંખી હલાવી ઉતારી લેવું.

૪૭. ચોળાનું ઢોકળું

સામગ્રી ઃ ૨૦૦ ગ્રામ સફેદ ચોળા, ૨ ચમચી તેલ, ૨ ચમચી મરચું, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧ ચમચી ધાણાજીરું, મીઠું પ્રમાણસર, રાઈ-જીરું થોડું, ચપટી હિંગ.

ઢોકળી માટે ઃ ૧ વાટકી ઘઉંનો લોટ, મીઠું પ્રમાણસર, ૧/૨ ચમચી મરચું, ચમચી હળદર, પાણી પ્રમાણસર, ૨ ચમતી તેલ.

રીત ઃ ૧. લોટમાં બધો મસાલો મિકસ કરી પૂરી જેવો લોટ બાંધવો. નાની ગોળ ઢોકળીઓ થેપવી. ૨. ચોળામાં ૪ ગ્લાસ પાણી નાંખી ઉકાળવા. અડધા બફાઈ જાય એટલે તેમાં ઢોકળી નાંખી સીઝવા દેવું. સીઝી જાય એટલે ચારણીમાં લઈ પાણી કાઢી નાંખવું. ૩. પેણીમાં તેલનો વઘાર મૂકવો તેમાં રાઈ-જીરું તતડે એટલે હિંગ નાખી બધો મસાલો નાંખી ચોળા ઢોકળી નાંખો અને ધીરેથી હલાવો. મસાલો બરાબર મિકસ થાય એટલે ગેસ બંધ કરવો.

નોંધ ઃ આ ખાટી કઢી સાથે પીરસવામાં આવે છે.

૪૮. મિક્સ કઠોળની ભેળ

સામગ્રી ઃ ૧૦૦ ગ્રામ મિક્સ બાફેલા કઠોળ (મગ, મઠ, ચણા, મસૂર, ચોળા, લાલ ચણા), મીઠી ચટણી, તીખી ચટણી, સેવ, મીઠું પ્રમાણસર, સંચળ, ચાટ મસાલો, લાલ મરચું, આમચૂર, જીરાળું, મમરા.

રીત ઃ બાફેલા કઠોળમાં ચટણી અને મસાલો મિક્સ કરી મમરા નાંખી હલાવીને ઉપરથી સેવ ભભરાવી સર્વ કરવું. સૂકી કોથમીર હોય તો ડેકોરેશન માટે નાંખવી.

નોંધ ઃ (તીખી ચટણી ના હોય તો લાલ મરચું, આમચૂર તે પ્રમાણે લેવું.)

૪૯. સ્પાઈસી સેવ કટોરી

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, ૨૫૦ ગ્રામ મગ, ૨૫ ગ્રામ સૂકા કોપરાનું ઝીણું ખમણ. ૩ સૂકા લીલાં મરચાં, ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૧ ચમચો સૂકી કોથમીર, મીઠું, મરચું, ખાંડ, તેલ-પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. મગને કડક બાફી લેવા એક વાસણમાં તેલ મૂકી, તજ, લવિંગનો વઘાર કરી મગ વઘારવા, તેમાં મીઠું ખાંડ, વાટેલા સૂકાં મરચાં નાંખી ઉતારી, આમચૂર, કોથમીર અને કોપરાનું ખમણ નાંખી હલાવી મસાલો તૈયાર કરવો. ૨. ચણાના લોટમાં મીઠું, મરચું, ખાંડ, થોડો લીંબુનો રસ અને તેલનું મોણ નાંખી લોટ બાંધવો. ૩. સેવના સંચામાં જાડી સેવની જાળી મૂકી લોટ ભરવો એક જાળીવાળી મોટી ગરણી લઈ તેમાં સેવ પાડવી. ૪. મોટા ચમચાથી દબાવી વચ્ચે ખાડો કરી ગરણી હાથમાં પકડી તેલમાં મૂકવી. તાપ ધીમો રાખવો. સેવ કડક થાય એટલે ગરણી કાઢી લઈ, ઠંડી પડે એટલે ચપ્પુથી જાળીવાળી કટોરી કાઢી લેવી. ૫. બધી કટોરી તૈયાર થાય એટલે મગનો મસાલો ભરી ૧ ચમચી દહીંનો (દહીં ગરમ કરીને લેવું) મસ્કો (મીઠું, ખાંડ નાખેલો), અને ૧ ચમચી લીલી ચટણી નાંખી કટોરી પીરસવી.

૫૦. દહીં પકોડી પૂરી

સામગ્રી ઃ પાણી-પૂરીની પૂરી, તીખી ચટણી, મીઠી ચટણી, દહીં ગરમ કરેલું સેવ.

ઉપરથી નાંખવાનો મસાલો ઃ

મીઠું, મરચું, જીરું, સંચળ, મિક્સ કરી લેવા.

પકોડી માટે ૦ઃ ૧/૨ વાટકી ઘઉંનો લોટ, ૧/૨ વાટકી ઘઉંનો લોટ, ૧/૨ વાટકી ચોખાનો લોટ, ૧/૨ વાટકી ચણાનો લોટ, મીઠું પ્રમાણસર, ૧/૨ ચમચી સોડા, પાણી જરૂર પ્રમાણે.

રીત ૦ઃ ૧. બધા લોટ અને મીઠું-સોડા નાંખી પાણીની ભજીયાનું ખીરું તૈયાર કરવું. તેલને ગરમ કરી વડાની જેમ મોટા ભજીયા ઉતારવા. એક ટોપમાં પાણી લઈ દહીંવડાની જેમ વડા પાણીમાં પલાળી દેવા. થોડીવાર પછી તેમને નીચોવીને બહાર કાઢી લેવા અને ૧ ના બે ટુકડા કરવા. ૨. પાણીપૂરીની પૂરીમાં પકોડી ભરવી તેના ઉપર દહીં, તીખી ચટણી, મીઠી ચટણી, સૂકો મસાલો નાખી ઉપરથી સેવ ભભરાવવી.

નોંધ ૦ઃ ૧. નાની પકોડીઓ પણ બનાવી શકાય, તેમની અડધી કરવાની જરુર નથી. ૨. પૂરીમાં પકોડી જ્યારે વાપરવી હોય ત્યારે જ ભરવી. નહીં તો પૂરી એકદમ ગળી જશે.

૫૧. ભેળ

સામગ્રી ૦ઃ ૨૫૦ ગ્રામ મમરા, તેલ પ્રમાણસર, ૧/૨ ટી સ્પૂન રાઈ, ૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧૫૦ ગ્રામ ઘઉંનો લોટ (૨૦૦ ગ્રામ પૂરી), ૧૫૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, (૨૦૦ ગ્રામ ઝીણી સેવ), ૪ ટેબલસ્પૂન ઝીણી સમારેલી સૂકી કોથમીર, ૧૦૦ ગ્રામ ચણાની તળેલી દાળ, આંબોડિયાની ચટણી, કોથમીરની સૂકી ચટણી (ફૂદીનો નાખી શકાય), મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. મોટા વાસણમાં ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ મૂકી તેમાં રાઈ નાખી રાઈ તતડે એટલે ૧ ટીસ્પૂન મરચું અને ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર નાંખી મમરા વઘારવા. મીઠું નાંખી બરાબર હલાવી નીચે ઉતારી લેવું. ૨. ઘઉંના લોટમાં મીઠું ભેળવી. પૂરી અને થોડુંક તેલ નાખી પૂરીની કઠણ કણક બાંધવી. કણકમાંથી મોટી પાતળી પૂરી વણવી. ચપ્પાથી કાપા કરી સૂકવવી. જથી પૂરી ફૂલે નહીં. ૩. સેવને ચણાના લોટમાં મીઠું અને ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર નાંખી કણક બાંધી ઝીણી સેવ કરવી. પછી પૂરીઓ તળી નાંખવી. પૂરીને કાપીને સક્કરપારા કરીને પણ તળાય. પૂરી ઠંડી પડે એટલે ભાંગી નાંખવી. ૪. એક વાસણમાં સેવ, મમરા, પૂરી ભેગાં કરી થોડી કોથમીર નાંખવી. ૫. ચણાની તળેલી દાળ નાંખવી. ૬. તેમાં આંબોળિયાની ચટણી અને કોથમીરની ચટણી નાંખી બરાબર હલાવી તેના ઉપર કોથમીર તથા ઝીણી સેવ ભભરાવવી.

નોંધ ૦ઃ કોથમીરની ચટણીમાં થોડા ગાંઠિયા ક્રશ કરી નાંખવા.

વેરિએશન ૦ઃ ભેળમાં તીખો ચેવડો મિક્સ કરી શકાય.

પર. પાણી-પૂરી

સામગ્રી ઃ ૨૦૦ ગ્રામ ચણા, આંબોળિયાની ચટણી, ઝીણી સેવ, દહીં, તીખી બુંદી

સૂકો મસાલો ઃ ૪ થી ૫ તજ, ૮ થી ૧૦ લવિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ૮ થી ૧૦ મરી, ૧ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૧ ટી-સ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન અજમો.

સૂકો લીલો મસાલો ઃ ૩ થી ૪ લીલા મરચાં, ૧ નાની ઝૂડી કોથમીર, ૧/૨ નાની ઝૂડી ફુદીનો, ૧/૨ ટીસ્પૂન સંચળનો ભૂકો, ૨ ટે.સ્પૂન આમચૂર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. સૂકો મસાલો ઝીણો વાટવો, લીલો મસાલો મિકસરમાં પીસવો. ૨. ઠંડા પાણીમાં લીલો મસાલો નાંખવો. ૨ થી ૪ કલાક રહેવા દેવો. પછી સૂકો મસાલો જરૂર મુજબ નાખવો. સંચળનો ભૂકો, મીઠું અને લીંબુ નાંખવાં. ગાળીને ઠંડું કરવા મૂકવું. ૩. મીઠું નાંખીને ચણા બાફવા. ચણા અને મગને ભેગા કરી તેમાં કોરો મસાલો અને જરૂર પ્રમાણે મીઠું નાંખવું. ૪. ઝીણી સેવ દહીંમાં ઝેરણી ફેરવી ધીમા તાપે ગરમ કરવું પછી ઠંડુ કરવું.

નોંધ ઃ પૂરીમાં ચણા, ઝીણી સેવ ગરમ દહીં અને ચટણી નાંખી પાણી સાથે પીરસવું. પાણીમાં બુંદી નાંખી શકાય.

વેરિએશન ઃ ૧. લીલા મગ ૪ થી ૫ કલાક પલાળીને બાફીને તેમાં બુંદી નાંખી બંને ભેગા કરી તેમાં મીઠું, મરચું નાંખી હલાવીને તેને પૂરીમાં ભરવું. ૨. પૂરીમાં ગરમ રગડો અથવા દહીં વડાનો ભૂકો પણ નાંખી શકાય. ૩. પૂરીમાં રગડો અને ઉપર ચાટ મસાલો, લાલ મરચું નાંખીને રગડો પૂરી તૈયાર થઈ જશે.

પૂરી બનાવવાની રીત ઃ

સામગ્રી ઃ રવો અને પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ ૧. રવામાં મીઠું નાંખીને લોટ થોડો કડક બાંધવો. ૨. બે કલાક ઢાંકીને બાજુ પર રાખવો. તે થોડો વધુ કડક થઈ જશે. ૩. તેને પાપડના લોટની જેમ કૂટીને લૂઆ કરવા. ૪. નાની નાની પૂરીઓ વણીને તરત તળી લેવી.

નોંધ ઃ ઘણાં અડદની પૂરી વાપરે છે તેની માટે ૧ ભાગ રવો અને ૨ ભાગ અડદનો લોટ લઈને બનાવવી.

શાક-દાળ-કઢી

૧. ચોળા વડીનું શાક....., ૨. ઘેંસ વડીનું શાક (પાપડ-ઘેંસવડીનું શાક)....., ૩. પાપડ-ચોળાવડીનું શાક....., ૪. આંબોળિયાનું શાક....., ૫. પાપડ-મેથીનું શાક....., ૬. સાદા ગટ્ટા (દહીંવાળા ગટ્ટા) ....., ૭. સ્ટફ ગટ્ટા....., ૮. સાદું બેસન....., ૯. રજવાડી શાક....., ૧૦. પીટલું.....,

૧૧. મેથીનો ઘેઘો (મેથીનું બેસન) ....., ૧૨. કેરનું શાક (સાંગરી, બાવળીયા, કુપટીયા)....., ૧૩. ગુંદાનું શાક....., ૧૪. પંચકુટિયું રાઈ શિયાળુ શાક....., ૧૫. રાબોડીનું શાક....., ૧૬. પનીર મલાઈનું શાક....., ૧૭. છોલે....., ૧૮. મગનું શાક (સાદું, ખાટું, રસવાળું)....., ૧૯. ચોળાનું શાક....., ૨૦. લાલ ચણાનું શાક (રસાવાળા, સૂકા, ચણા, વટાણા, લીલવા, તુવેર)....., ૨૧. રાજમાનું શાક....., ૨૨. પાકી કેરીની સૂકાવેલી છાલનું શાક....., ૨૩. સૂકી ગવારનું શાક....., (વાલ પાપડી, ટીંડોળા, તુરિયા, ભીંડા, કાલીંગડા) ૨૪. સૂકા કારેલાનું શાક....., ૨૫. રંગુની વાલનું શાક.....,

૨૬. મિક્સ કઠોળ....., ૨૭. ઘઉં-મગના તોટા....., ૨૮. સૂકી મેથીનું શાક....., ૨૯. શીંગ-ચણાની દાળનું શાક....., ૩૦. ગાંઠિયાનું શાક....., ૩૧. ફુલવડીનું શાક....., ૩૨. મેથીદાણાનું શાક....., ૩૩. સૂકાવેલી પાપડી સાથે મૂઠિયા....., ૩૪. મેથી-દાળનું શાક....., ૩૫. ચણાની દાળ-સૂકી મેથીનું શાક....., ૩૬. તુવેરની દાળ....., ૩૭. તુવેરદાળની લચકા દળ....., ૩૮. તુવેરદાળનું ઓસામણ....., ૩૯. મગનું ઓસામણ (મઠ, ચોળા)....., ૪૦. અડદની દાળ....., ૪૧. મગની ફોતરાવાળી દાળ....., ૪૨. પંચકુટી દાળ....., ૪૩. છૂટી દાળ (મોગરની)....., ૪૪. અડદની છૂટી દાળ....., ૪૫. વાલની દાળ....., ૪૬. સાદી કઢી/મીઠી કઢી....., ૪૭. શાકની કઢી....., ૪૮. સેવ કઢી....., ૪૯. ડબકા કઢી/ભજીયા કઢી....., ૫૦. રસાવાળા ભાતના ડબકા....., ૫૧. વઘારેલું દહીં....., ૫૨. સાંભાર....., ૫૩. રસમ.....

૧. ચોળા વડીનું શાક

સામગ્રી ૦: ૧-૧/૨ કપ સૂકી વડીઓ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૨ ચપટી હળદર, ચપટી હિંગ, ૩ કોકમ ધોઈને પલાળેલાં (મરજિયાત), ૩ ટેબલસ્પૂન તેલ અથવા ઘી, ૨-૩ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦: ૧. તપેલીમાં ૨ ટીસ્પૂન તેલમાં વડીઓ સાંતળીને બાજુમાં રાખવી. ૨. એ જ તપેલીમાં બાકીનું તેલ ગરમ મૂકવું. તેલ ગરમ થાય એટલે હિંગ અને પાણી વઘારવાં. ૩. પાણી ઉકળે એટલે બધો મસાલો વડીઓ નાંખવી. ગેસ ધીમો કરવો. છીબું ઢાંકવું. ૨ મિનિટ પછી ગેસ બંધ કરવો. પાંચ મિનિટ તપેલી ઢાંકીને રાખવી. ગરમ ગરમ પીરસવું.

નોંધ ૦: ૧. જમતાં પહેલાં જ તૈયાર કરવું. ૨. આ શાક ઘીમાં વધુ સારું બને.

૨. ઘેંસવડી

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ઘેંસવડી, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું અથવા રાઈ, ૨ કપ પાણી, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૨ કપ દહીં ગરમ કરેલું (દહીંવાળી ઘેંસવડી માટે), ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન ખાંડ, (ઘેંસવડી મીઠી કરવી હોય તો).

રીત ૦: ૧. ઘેંસવડીને સાફ કરી ગરમ પાણીમાં પલાળી, બાજુમાં રાખવી. ૨. એક તપેલીમાં તેલ ગરમ કરવું. જીરું અથવા રાઈ નાંખવા. તતડે પછી ઘેંસવડી અને બધો મસાલો નાંખવો. ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦:

દહીંવડી ઘેંસવડી

(ગરમ) દહીંને સહેજ ચણાનો આટો લઈ ઘોળવું. જરૂર પુરતો મસાલો નાંખવો. વઘારેલી ઘેંસવડી નાંખવી. થોડીવાર ખદખદવા દેવું. ઘેંસવડી ઉતારી લેવી.

મીઠી ઘેંસવડી ૦: ઘેંસવડી નાંખતી વખતે ખાંડ નાંખવી.

નોંધ ૦: ઘેંસવડી પહેલાં વઘાર કરી પણ સીઝવી શકાય. પાપડ-ઘેંસવડીનું શાક ૦: સાદું પાણીનો વઘાર કરીને ઘેંસવડી અને પાપડ નાંખી સીઝવવા. તેમાં ખટાશ નહીં જોઈએ.

૩. પાપડ-ચોળાવડીનું શાક

સામગ્રી ૦ઃ ૪ પાપડ (ટુકડા કરેલા), ૧ કપ ચોળાવડી (સાદી અથવા મસાલાવાળી), ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી હિંગ, ૨-૩ કોકમ (ધોઈ અને પલાળેલાં-મરજિયાત), ૧-૧/૨ કપ પાણી ૧ ટેબલ સ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું, બે ચપટી હળદર.

રીત ૦ઃ ૧. પાણી નવશેકું ગરમ કરવું. ૨. તપેલીમાં તેલ ગરમ કરવું. હિંગ, અને વડીઓ નાંખવી. એક મિનિટ સુધી સાંતળવી. બધો મસાલો નાંખવો. સાથે કોકમ અને નવશેકું પાણી નાંખવું. ઉકળવા દેવું. ઉકાળો આવે એટલે પાપડના ટુકડા નાંખવા. ગેસ બંધ કરવો. ૩. નીચે ઉતારી, તપેલી ઢાંકી દેવી. બે મિનિટ પછી ધીમેથી હલાવી, પીરસવું.

નોંધ ૦ઃ બનતા સુધી જૂના પાપડ લેવા. જમવા બેસતાં પહેલાં જ બનાવવું. મીઠું જરૂર હોય તો જ નાંખવું. ઘેંસવડી સાથે શાક બનાવવું હોય તો કોકમ નહીં વાપરવા.

૪. આંબોડિયાનું શાક

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ આંબોળિયા, ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, ચપટી હિંગ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૪ ટીસ્પૂન ગોળ, ૧ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. આંબોળિયાનાં નાના ટુકડા કરવા. તેમાં પાણી નાખી કૂકરમાં બાફી લેવા. ૨. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી તેમાં હિંગનો વઘાર કરી આંબોળિયામાં નાંખવા. ૧ કપ પાણી નાંખવું. ૩. તેમાં બધો મસાલો નાખી રસો જાડો થાય ત્યારે ગેસ પરથી નીચે ઉતારી લેવું.

વેરિએશન ૦ઃ ૧. ૧/૨ કપ સીંગ, ૫ ખારેક બાફીને ચીરીઓ કરીને નાંખી શકાય. ૨. ૧ કપ સીંગ + ૧/૨ કપ ખારેક + ૧/૨ કપ આંબોળિયા + ૧/૪ કપ કાજુના ટુકડા + ૧/૪ કપ દ્રાક્ષ પાણી સાથે બાફવા અને પાણી નિતારવું. ૩. સહેજ તેલ મૂકી તજ, લવિંગ, તમાલપત્ર, મગજતરીના બી, સૂકા ધાણા, કોપરું શેકવા અને ક્રશ કરવા. એક વાસણમાં તેલ મૂકી સીંગ, ખારેકની ચીરીઓ, આંબોળિયા, કાજુ અને દ્રાક્ષ વઘારવા. થોડુંક પાણી નાંખવું. શેકેલો મસાલો નાંખવો. ૧ કપ ખાંડ, મીઠું, લાલ મરચું તથા ધાણાજીરું નાંખી ૫ મિનિટ ગરમ કરવું.

૫. પાપડ-મેથીનું શાક

સામગ્રી ૦: ૧૨૫ ગ્રામ સૂકી મેથી, ૧ ટેબલ સ્પૂન તેલ, ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન મરચું, ૧ ટેબલસ્પૂન ધાણાજીરું, ૫ થી ૬ પાપડ, ૧ ટીસ્પૂન આંબોળિયાનો ભૂકો, ૧ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦: ૧. મેથીને ૧ કલાક પાણીમાં પલાળી આ જ પાણીમાં બાફવા મૂકવી. પછી બધું પાણી નિતારી નાંખવું. ૨. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી હિંગ નાખી હળદર, મરચું, નાખી ૩ કપ પાણી વધારવું. ૪. પાણી ઉકળે એટલે તેમાં પાપડના ટુકડા કરીને નાખવાં. મેથી નાંખવી. ૫. આંબોળિયાનો ભૂકો અને ગરમ મસાલો નાંખી, બરાબર હલાવી ગરમ ગરમ પીરસવું.

નોંધ ૦: ૧. પાણીના બદલે છાશ નાખો તો આંબોળિયાનો ભૂકો ન નાંખવો. આંબલી નાંખી શકાય. ૨. પાપડ જૂના લેવા. નવા લેવાથી પાપડ એકબીજાને ચોંટી જશે.

૬. સાદા ગટ્ટા

જૈન તિથિના દિવસે સ્વાદિષ્ટ વાનગી. બાળકોની પ્રિય વાનગી.

સાદા ગટ્ટાને માટે

સામગ્રી ૦: ૨ કપ ચણાનો આટો, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧-૧/૪ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર,

૧/૨ કપ દહીં ગરમ કરેલું અથવા ૧/૩ કપ પાણી (પાણી ગટ્ટા બાફવા), પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૨ ચમચી અજમો વાટેલો, ૧/૨ ચમચી જીરું વાટેલું.

રીત ૦: ૧. બધું ભેગું કરી ગટ્ટાનો લોટ બાંધવો. ૨. મોટા પહોળા તપેલામાં પાણી ઉકળવા મૂકવું. ૩. ગટ્ટાના લોટના ૧૨-૧૪ લૂઆ કરવા. એક એક લૂઓ લઈ એને ચાર ઈંચ લાંબા વાટાની જેમ વાળવા. ૪. પાણી ઉકળે એટલે એમાં એક પછી એક ડૂબે એવી રીતે નાંખવા ૫-૭ મિનિટ પછી આ બધા તપેલાના પાણી ઉપર તરતા આવી જશે. ૫. ગટ્ટાને સીઝતાં ૧૭-૨૦ મિનિટ લાગશે. એના ઉપર જ્યારે સફેદ ફોલ્લી જેવું દેખાય ત્યારે ઝારાથી કાઢી, ઠંડા કરવા મૂકવા. પાણી દહીંવાળા ગટ્ટા માટે રાખવું. ૧/૨ સે.મી. જેટલા નાના ટુકડા કરવા.

વઘાર માટે સામગ્રી ઃ ૨ કપ તૈયાર ગટ્ટા, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૩/૪ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૩/૪ ટીસ્પૂન રાઈ અથવા જીરું, ૭ ટીસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘારેલા ગટ્ટા ઃ

ધીમા તાપે કઢાઈમાં તેલ મૂકવું. રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે હિંગ, કાપેલા ગટ્ટા અને વઘારનો બધો જ મસાલો નાંખવો. બરાબર હલાવીને પીરસવા.

દહીંવાળા ગટ્ટા

સામગ્રી ઃ ૧ કપ તૈયાર ગટ્ટા, ૧ કપ દહીં ગરમ કરેલું, ૧ કપ પાણી (ગટ્ટાનું વધેલું), પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ વઘાર કર્યા પછી એમાં પાણી નાખવું. ૨ મિનિટ પછી દહીંને ઘોળીને નાખવું. મિનિટ સુધી ગેસ ઉપર રહેવા દેવા, ગેસ બંધ કરી પીરસવા.

નોંધ ઃ દહીંવાળા ગટ્ટા ફરીથી ગરમ કરવા નહિ. કઢીમાં પણ વઘારેલાં ગટ્ટા નાખી શકાય.

૭. સ્ટફ ગટ્ટા

ગટ્ટા માટે સામગ્રી ઃ ૧૦૦ ગ્રામ ચણાનો લોટ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ઘી પ્રમાણસર, ૧૦૦ ગ્રામ તાજો માવો, કાજુના ટુકડા, દ્રાક્ષ, તળવા માટે તેલ.

ગ્રેવી માટે ઃ

સામગ્રી ઃ ૧૦૦ ગ્રામ દહીં, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હીંગ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ચણાના લોટમાં મીઠું, મરચું અને હળદર નાખી મુઠ્ઠી પડતું ઘીનું મોણ નાંખવું. તેમાં પાણી નાંખી લોટ બાંધવો. ગોળ નાના લુઆ કરવા. ૨. માવાને શેકવો, હવે દરેક લુઆમાં ૧ ટીસ્પૂન માવો, કાજુનો એક ટુકડો અને દ્રાક્ષ મૂકી લુઓ બંધ કરી તેલમાં તળી લેવો.૩. દહીં હુંફાળું ગરમ કરી, વલોવી તેમાં મીઠું, લાલ મરચું, હળદર, ધાણાજીરું નાંખી બરાબર હલાવવું. ૪. એક વાસણમાં ૨ ટેબલ સ્પૂન ઘી ગરમ કરી તેમાં જીરું, હિંગનો વઘાર કરી દહીંનું મિશ્રણ નાંખવું.

બરાબર ઉકાળવું. ૫. પછી તેમાં તળેલા ગટ્ટા, કાજુના ટુકડા, દ્રાક્ષ અને માવો નાંખવો ૫ મિનિટ ઉકાળવું.

નોંધ ઃ ગરમ ગરમ પીરસવું.

૮. સાદું બેસન

સામગ્રી ઃ ૨ કપ ચણાનો લોટ, ૧ કપ દહીં ગરમ કરેલું, ૪ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું,
૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ (મરજિયાત), ૩ ટીસ્પૂન તેલ.

રીત ઃ ૧. ચણાનો આટો, દહીં, મીઠું, અને પાણી ભેગાં કરી સંચો ફેરવી ઘોળ તૈયાર કરવો. બાજુમાં રાખવો. ૨. તપેલીમાં ધીમા તાપે તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાખવી. રાઈ તતડે એટલે હિંગ નાખવી. ગોળ નાંખવો. હલાવતા જવું. ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. લાલ મરચું, હળદર નાખવા. બેસન જેટલું ઘટ્ટ કે ઢીલું જોઈએ એ પ્રમાણે તૈયાર કરવું. ૩. ગરમ ગરમ પીરસવું.

૯. રજવાડી શાક

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચણાનો લોટનું બેસન થાળીમાં થેપીને કરેલા બેસનનાં ટુકડા, વઘાર માટે તેલ, ચપટી રાઈ-જીરું , ચપટી હિંગ, લાલ મરચું ૧ ચમચી, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧ ચમચી ધાણા-જીરું, મીઠું પ્રમાણસર, ૧/૨ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૧/૪ ચમચી સાકર, ૧/૪ ચમચી ગરમ મસાલો, ૧/૪ વાટકી દૂધની મલાઈ.

રીત ઃ તેલ ગરમ કરી તેમાં રાઈ-જીરું, તેલ તતડે એટલે હિંગ નાખવી. બધો મસાલો નાખી ૧/૨ ગ્લાસ પાણી નાંખવું. પાણી ઉકળે એટલે બેસનના ટુકડા નાખવા. થોડું જાડું થાય એટલે ઉતારી લેવું.

નોંધ ઃ બેસનને પાણી વગર પણ વઘાર કરીને વપરાય.

૧૦. પીટલું

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચણાનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન તેલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ૧ કપ ચણાના લોટમાં ૨ કપ પાણી નાંખીને વલોણું ફેરવવું. ૨. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી તેમાં રાઈ નાંખી, રાઈ તતડે એટલે હિંગ, મરચું, હળદર નાંખીને વલોવેલો ચણાનો લોટ નાંખવો. ૩. ધીમા તાપે હલાવો અને તેમાં મીઠું, ધાણાજીરું નાંખવા. ચણાનો લોટ ચડી જાય લચકા પડતું થાય એટલે ઉતારી લેવું અને ગરમ ગરમ પીરસવું.

૧૧. મેથીનો ઘેઘો

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ સૂકી મેથીની ભાજી, ૩ ટે.સ્પૂન તેલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હિંગ, ૧/૨ કપ ચણાનો લોટ, ૧ કપ દહીં, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. મેથીની ભાજી ઝીણી સમારી, સરસ રીતે ૨ થી ૩ વખત ધોઈ પાણી નિતારવું. ૨. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી જીરું નાંખવું, જીરું તતડે એટલે હિંગ નાંખી. તેમાં ભાજી વઘારવી ધીમા તાપે ચડવા દેવી. ૩. દહીં વલોવી તેમાં ૧/૨ કપ પાણી નાંખી ગરમ કરવા મૂકવું. પછી તેમાં ચણાનો લોટ નાંખી વલોવવું મીઠું, મરચું, હળદર નાંખવા. ગેસ પરથી નીચે ઉતારી લેવું. ૪. મેથીની ભાજી ચડી જાય ત્યારે ચણાનો લોટ નાંખેલી છાશ નાંખવી. થોડી થોડી વારે હલાવ્યા કરવું. લચકા પડતું થાય અને ચણાનો લોટ ચડી જાય પછી ગરમ ગરમ પીરસવું.

૧૨. કેરનું શાક

સામગ્રી ઃ ૧ કપ કેર, ૧-૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧-૧/૪ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૪ ટીસ્પૂન આમચૂરનો ભૂકો, ચપટી હિંગ, પ્રમાણસર મીઠું, ૫ ટીસ્પૂન તેલ, પાણી (જરૂર પ્રમાણે)

રીત ઃ ૧. કેરને ચાર કલાક પલાળવા. કાળું પાણી નીકળે ત્યાં સુધી ધોવા. પ્રેશરકૂકરમાં પ્રમાણસર પાણીમાં, ૪ સટી થાય ત્યાં સુધી સીઝવવા, નિતારવા, ૨. તપેલામાં તેલ ગરમ કરવું, ગરમ થાય એટલે હિંગ, કેર અને બધો મસાલો નાંખવો. બરાબર હલાવી પીરસવા.

દહીંવાળા કેર ઃ

૧ કપ દહીં ઘોળીને વઘારેલા કેરમાં નાંખવું. દહીંમાં પૂરતો મસાલો ભેળવવો.

મસાલા કેર ઃ

બાફેલા કેરમાં મેથીનો મસાલો નાંખવો. અથાણાની જેમ વપરાય.

નોંધ ૦: થોડીવાર પલાળ્યા હોય તો કૂકરની સીટી વધારે કરવી, એવી જ રીતે સાંગરી, બાવળીયા અને કુવટીયાનું શાક બને.

૧૩. ગુંદાનું શાક

ખાસ કરીને ઉનાળામાં મળે છે.

સામગ્રી ૦: ૨૦ સુકાવેલા ગુંદા, બાફેલા થોડા કડક, ૧/૨ કપ ચણાનો શેકેલો લોટ, ૧-૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું,

૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન ખાવાનો સોડા (મરજીયાત), ૧/૨ વાટકી આમચૂરની કાચરી (બે કલાક પલાળેલી), ૧/૪ સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), તેલ, પ્રમાણસર મીઠું, ૪ ટીસ્પૂન તેલ (વઘાર માટે) ૧ ટીસ્પૂન રાઈ, ૧/૪ ટીસ્પૂન હિંગ, ૩/૪ કપ પાણી.

રીત ૦: ૧. ચણાનો લોટ, આમચૂર કોથમીર, બે ટેબલસ્પૂન તેલ, લાલ મરચું, ધાણાજીરું અને હળદર ભેગાં કરી મિશ્રણ કરવું. ૨. આના બે ભાગ કરવા. એક ભાગથી ગુંદા ભરવા. બાકીના ભાગનો મસાલો પાછળથી ગુંદા ઉપર નાંખવા રાખી મૂકવો. ૩. તપેલીમાં વઘારનું તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે હિંગ અને ગુંદા વઘારવા. ધીમેથી ઉથલાવીને થોડું પાણી છાંટવું. છીબું ઢાંકીને ૫ મિનિટ સુધી ધીમે તાપે સીઝવા દેવા. ૪. ગુંદા સીઝવા આવે એટલે બાકીનો મસાલો નાંખવો. બરાબર સીઝી જાય ત્યાં સુધી ગેસ ઉપર રાખવાં પીરસવાં.

નોંધ ૦: ગુંદા વઘાર્યા પછી બાકીનો મસાલો નાંખવો. પ્રેશરકૂકરમાં બે સીટી સુધીમાં સીઝવી શકાય

૧૪. પંચકુટિયું રાઈશિયાળું શાક

સામગ્રી ૦: ૫૦ ગ્રામ સાંગરી, ૫૦ ગ્રામ કેર, ૨૦ ગ્રામ કુમુટિયા, ૨૦ ગ્રામ ગુંદા, ૨૦ ગ્રામ બાવળીયા, ૧૦ ગ્રામ આંબોળિયા, અથવા સૂકી કેરી, ૨૦ ગ્રામ રાઈનો ભૂકો અથવા રાઈના કુરિયાં, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૪ ટીસ્પૂન હિંગ, ૧ ટીસ્પૂન આમચૂરનો ભૂકો, ૪ ટેબલસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ સાંગરી, રાઈ, કુમુટિયાને બાવળીયા વીણીને જુદા જુદા ૪ કલાક સુધી પાણીમાં પલાળવા. કાળું પાણી નિતારી દેવું. ૨. પાણી ગરમ કરી ત્રણેને જુદા જુદા બાફવાં. ચોખ્ખું પાણી આવે ત્યાં સુધી ફરીથી ધોવાં. પાણી નિતારી, બધાને ઘેગાં કરવાં. ચાળણીમાં પાણી નિતરી જાય ત્યાં સુધી રાખી, બાજુમાં મૂકવાં. ૩. એક થાળીમાં રાઈ અને તેલને એકદમ ફીણવાં. એમાં બાકીનો મસાલો, બાફેલી સૂકવણી અને મીઠું બરાબર ભેળવવાં શાક પીરસવું.

નોંધ ઃ ગુવાર, પાપડી વગેરેનું શાક પણ થઈ શકે. વઘાર કરીને પણ શાક બની શકે.

૧૫. રાબોડીનું શાક

સામગ્રી ઃ ૧ વાટકી રાબોડી, ૩ વાટકી પાણી, ૧/૨ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧/૨ ચમચી ધાણા, તેલ વઘાર માટે, ચપટી હિંગ, થોડા દાણા રાઈજીરું, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ તેલનો વઘાર મૂકવો. ગરમ થાય એટલે તેમાં હિંગ અને રાઈ-જીરું નાંખવું. રાઈ તતડે એટલે બધો મસાલો નાંખી. પાણી નાંખવું. પાણી ઉકળે એટલે તેમાં રાબોડી નાંખી ૧ મિનિટ સીઝવવા દેવી. સીજી જાય એટલે ગેસ બંધ કરી દેવો.

નોંધ ઃ આ શાક થોડું રસાવાળું હોય છે. જમવા બેસવાની વાર હોય તો પાણી વધારીને લઈ લેવું. જમવા બેસતી વખતે પાણી ઉકાળીને રાબોડી નાંખવી અને ગરમા ગરમ સર્વ કરવું.

૧૬. પનીર મલાઈનું શાક (તિથિ માટેનું)

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ પનીર, પા વાટકી દાળીયા, પા વાટકી ગરમ કરેલું મોળું દહીં, શાકનો મસાલો, દૂધની તાજી મલાઈ લાલ મરચું, મીઠું પ્રમાણસર, ઘી.

રીત ઃ પનીરને ઘીમાં સાંતળવું, દાળીયા અને દહીંની પીસી લેવા. પનીર થોડું કડક થાય એટલે તેમાં પીસેલા દાળીયા નાખવા. તેમાં પંજાબી શાકનો મસાલો અને લાલ મરચું નાંખી થોડીવાર ઉકળવા દેવું તેમાં મીઠું અને મલાઈ નાંખી ઉતારી લેવું.

૧૭. છોલે (તિથિ માટે)

સામગ્રી ઃ ૧૫૦ ગ્રામ કાબુલી ચણા, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન છોલે મસાલો, ૨ થી ૩ લાલ મરચાં, આમલીનું પાણી, મીઠું પ્રમાણસર, ચપટી સોડા, ચોમાસું ન હોય તો સૂકી કોથમીર અને ફુદીનો સૈકો, તેલ વઘાર માટે, થોડો સૂંઠનો પાવડર.

રીત ૦ઃ કાબુલી ચણાને ચપટી સોડા નાખી બે કલાક પલાળવા. તેને બાફી લેવાં. તેલ મૂકવું, તેમાં સૂંઠ પાવડર નાંખી છોલે મસાલો નાંખી હલાવવું. થોડો શેકાય એટલે લાલ મરચા નાંખી આમલીનું પાણી નાંખવું. ઉકળે એટલે બાફેલા ચણા નાંખવા ૫ મિનિટ ઉકળવા દેવું. મીઠું નાંખી ઉતારી લેવું.

નોંધ ૦ઃ છોલેને એકરસ કરવા બાફેલા છોલે થોડા છૂંદી નાંખવા અથવા ચપટી ચણાનો લોટ પણ નાંખી શકાય છે.

૧૮. મગ

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ મગ, પાણી (બાફવા માટે)

રીત ૦ઃ મગને ધોઈને ૩-૪ કલાક પલાળવા. તપેલીમાં પાણી ગરમ કરવું. પાણી ઉકળે એટલે મગ નિતારીને ઓરવા. મગ ચઢવા આવે એટલે દબાવીને જોઈ લેવા. તાપ બંધ કરવો. અથવા પ્રેશરકૂકરમાં ૩ સીટી સુધી સીઝવવા.

વઘારેલા છુટ્ટા મગ ૦ઃ

સામગ્રી ૦ઃ બાફીને નિતારેલા મગ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૨ ટીસ્પૂન આમચૂરનો પાવડર, ૨ થી ૩ કોકમ પલાળેલા (મરજિયાત), ૩ ટીસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ તપેલીમાં ધીમા તાપે તેલ ગરમ કરવું. જીરું નાંખવું, જીરું તતડે એટલે હિંગનો વઘાર કરી તરત જ નિતારેલા મગ વઘારવા. બધો મસાલો, લીંબુનો રસ મીઠું નાંખી હલાવવા. કોથમીર ભભરાવી ગરમ ગરમ પીરસવા.

રસાવાળા મગ ૦ઃ

સામગ્રી ૦ઃ પાણી સાથે બાફેલા મગ, વઘારેલા છૂટા મગનો જ મસાલો ૩/૪ કોકમ (ધોઈ અને પલાળેલાં), ૩-૪ સૂકા લીમડાના પાન, ૪ સૂકાં લીલાં મરચાં (સમારેલા), ૧ ટીસ્પૂન ગોળ અથવા ખાંડ (મરજિયાત), પાણી જરૂર પ્રમાણે.

રીત ૦ઃ સીઝેલા મગ, જરૂર જેટલા પાણી સાથે લેવા. વઘારેલા મગની જેમ જ. ૧. વઘાર પછી બાકીનો મસાલો નાંખવો. ૨. બરાબર હલાવી, રસો થોડો ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી ખદખદવા દેવા. ખાખરા, થેપલા, રોટલી, ભાત, પાપડ સાથે પીરસવા.

મગનું ઓસામણ ઃ

સામગ્રી ઃ ૩-૪ કપ મગનું પાણી (બાજુમાં રાખેલું), મસાલો વઘારેલા અને રસાવાળા મગ જેવો ૩/૪ ટીસ્પૂન રાઈ.

રીત ઃ ૧. તપેલીમાં તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે જીરું હિંગ અને મગના પાણીનો વઘાર કરવો. ૨. પાણી પાંચ મિનિટ સુધી ઉકાળવું. બાકીનો મસાલો નાંખી ૧૦ મિનિટ સુધી ખદખદવા દેવું. કોથમીર ભભરાવી, ગરમ ગરમ પીરસવું.

મગનું પાણી ઃ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મગનું પાણી (બાજુમાં રાખેલ), ચપટી હિંગ, ૧/૪ ટીસ્પૂન જીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ઘી, ચપટી લાલ મરચું (મરજિયાત).

રીત ઃ ૧. તપેલામાં ધીમા તાપે ઘી ગરમ કરવું. જીરું નાંખવું, જીરું તતડે એટલે હિંગ નાંખી, પાણીનો વઘાર કરવો. મીઠું નાંખવું. થોડી મિનિટ ઉકળવા દઈ ગરમ ગરમ પીરસવું.

૧૯. ચોળા

સામગ્રી ઃ ૧ કપ લાલ અથવા સફેદ ચોળા, પાણી (બાફવા માટે) ચપટી મીઠું.

રીત ઃ ૧. ચોળા બરાબર ધોવા. ૧/૨ કલાક પલાળવા. નિતારીએ રાખવા. ૨. તપેલામાં પાણી ગરમ મૂકવું. પાણી ઉકળે એટલે ચોળા અને મીઠું નાંખવા, હલાવતાં રહેવું. ચોળા બરાબર સીઝવા દેવા અથવા પ્રેશરકૂકરમાં ૩ સીટી સુધી સીઝવવા. ૩. ચોળા ઓસાવી, ઓસામણ માટે પાણી બાજુમાં રાખવું.

વઘારેલા સૂકા ચોળા ઃ

સામગ્રી ઃ બાફેલા ચોળા, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી હિંગ, ૨-૩ કોકમ (ધોઈને પલાળેલાં) ૩ ટીસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ ૧. ધીમે તાપે તપેલીમાં તેલ ગરમ કરવું. હિંગનો વઘાર કરી, ચોળા બધો મસાલો, કોકમ, મીઠું નાંખવા. ૨. બરાબર હલાવવું. થોડીવાર ખદખદવા દેવું. કોથમીર ભભરાવી, પીરસવા.

રસાવાળા ચોળા ઃ

સામગ્રી ઃ ચોળા (બાફેલા વઘારેલા), ૧/૨ ટીસ્પૂન ચણાનો આટો (મરજિયાત), ૩-૧/૨ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ ૧. વઘારેલા ચોળામાં, ઘટ્ટ રસા માટે પાણી અને ચણાનો લોટ ભેળવવો. ચણાનો લોટ ન વાપરવો હોય તો થોડા છોડા છૂંદવા. ૨. સ્વાદ પ્રમાણે વધુ મસાલો ભેળવવો. પાંચ મિનિટ સુધી ચોળા ઉકાળવા.

૩. બરાબર હલાવી ખદખદવા દેવા ગરમ ગરમ પીરસવા.

રસાવાળા ચોળા ઃ

સામગ્રી ઃ ચોળા (બાફેલા વઘારેલા), ૧/૨ ટીસ્પૂન ચણાનો આટો (મરજિયાત), ૩-૧/૨ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ ૧. વઘારેલા ચોળામાં, ઘટ્ટ રસો માટે પાણી અને ચણાનો લોટ ભેળવવો. ચણાનો લોટ ન વાપરવો હોય તો ચોળા થોડા છૂંદવા. ૨. સ્વાદ પ્રમાણે વધુ મસાલો ભેળવવો. પાંચ મિનિટ સુધી ચોળા ઉકાળવા. ૩. બરાબર હલાવી ખદખદવા દેવા. ગરમ ગરમ પીરસવા.

ચોળાનું ઓસામણ ઃ

સામગ્રી ઃ પાણી (ચોળાનું ઓસાવેલું), ૧ ટીસ્પૂન ચણાનો આટો, ૧/૪ કપ પાણી, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧-૧/૪ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૩-૪ કોકમ (ધોઈને પલાળેલાં), ૨ ટેબલસ્પૂન ગોળ અથવા ખાંડ, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે સામગ્રી ઃ ૩ ટીસ્પૂન તેલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું અથવા રાઈ, ચપટી હિંગ, સૂકી કોથમીર (મરજિયાત)

રીત ઃ ૧. ચોળાના નિતારેલા પાણીને ઉકાળવું. ચણાના લોટનો ગાળ કરી નાંખવો. હલાવવું, ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. ૨. ધીમે તાપે કડછીમાં તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાખવી. રાઈ તતડે એટલે હિંગ નાખી તરત જ વઘાર ચોળના પાણીમાં નાંખવો. સૂકો મસાલો, કોકમ, ગોળ અને મીઠું નાંખવા. ૩. થોડી મિનિટ ઓસામણ ઉકાળવું. કોથમીર ભભરાવી લાપસી, ભાત સાથે પીરસવું.

નોંધ ઃ વઘાર કર્યા વિનાના ઓસામણને ગરમ કરી, કાળાં મરી અને લીંબુનો રસ અને મીઠું નાંખી વાપરવું. સૂકા અને રસાવાળા ચોળાની વધઘટ કુટુંબની જરૂરિયાત પ્રમાણે કરવી.

૨૦. લાલ ચણા

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચણા, ચપટી ખાવાનો સોડા (મરજિયાત), ૩ કપ પાણી (નવશેકું).

રીત ઃ ૧. ચણાને ૩-૪ વાર ધોઈ, ૬-૮ કલાક, એમાં ખાવાનો સોડા નાંખવો. ૨. પાણી નિતારી, ૩ કપ નવશેકું પાણી નાખવું. કૂકરમાં ૩ સીટી સુધી બાફવા. તાપ ધીમો કરી, ૧૦ મિનિટ સુધી સીઝવા દેવા. તાપ બંધ કરી, ચણા નીચે ઉતારી, નિતારી બાજુમાં રાખવા, જરૂર પ્રમાણે વાપરવા. પાણી પણ રાખવું.

વઘારેલા સૂકા લાલ ચણા ઃ

સામગ્રી ઃ બાફેલા ચણા (પાણી વિનાના), ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન આમચૂરનો ભૂકો, ૩-૪ કોકમ (ધોઈ અને પલાળેલાં), ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું, સૂકી કોથમીર (મરજિયાત), ૧ ટીસ્પૂન ચણાનો આટો, ૧/૪ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો (શાકનો)

રીત ઃ ૧. લાલ ચણા પાણી નિતારી વાપરવા. ૨. બાફેલા ચણામાં હિંગ સિવાયનો બધો મસાલો ભેળવવો. ૩. એક તપેલામાં તેલ ગરમ કરવું. હિંગનો વઘાર કરી, ચણા વઘારવા. ૪. ચણાનો આટો ભભરાવવો. બે મિનિટ ખદખદવા દેવા. હલાવી કોથમીર ભભરાવી પીરસવા.

રસાવાળા લાલ ચણા ઃ

સામગ્રી ઃ બાફેલા વઘારેલા લાલ ચણા, ૧ ટીસ્પૂન ચણાનો આટો, ૧ કપ પાણી (ઘોળ માટે), પાણી (બાફેલા ચણાનું).

રીત ઃ ૧. વઘારેલા ચણામાં, બાજુમાં રાખેલું પાણી નાંખી. ખદખદવાં દેવાં. ૨. પાણીમાં આટો ભેળવી ઘોળ કરવો. ૩. ઘોળને ધીમે ધીમે ચણામાં રેડવો. હલાવતા જવું, ગઠ્ઠા ન પડે. ૪. સ્વાદ પ્રમાણે વધારે મસાલો નાંખવો. જરૂર પડે તો ૧/૨ કપ નવશેકું પાણી નાંખવું. ૫ મિનિટ સુધી ઉકળવા દેવા, તાપ બંધ કરવો. કોથમીર ભભરાવી, પીરસવા.

નોંધ ઃ સમય ન હોય તો થોડા કલાક નવશેકા પાણીમાં પલાળી, કૂકરમાં ૪-૫ સીટી સુધી સીઝવી શકાય.

તુવેર (કઠોળ) ઃ સૂકી તુવેર રસાવાળી તુવેર

સામગ્રી ઃ ૧ કપ તુવેર તેલ મસાલો વિગેરે લાલ ચણા પ્રમાણે. બંને પ્રકારની તેવેરની બનાવવાની રીત ચણા પ્રમાણે.

૨૧. રાજમા

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ રાજમા, મીઠું પ્રમાણસર.

ગ્રેવી ઃ ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ચપટી સાકર, ૧ ટેબલસ્પૂન કાજુના ટુકડા (મરજીયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન સીંગદાણા, ૨ તજ, ૫ લવિંગ, ૧ ટેબલસ્પૂન ધાણા, ૧ ટીસ્પૂન જીરું, ૮ થી ૧૦ કાળા મરી, ૨ લાલ કાશ્મીરી મરચાં, ૨-૧/૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. રાજમાને હૂંફાળા પાણીમાં ૫ થી ૬ કલાક પલાળવા. પછી તેને કૂકરમાં બાફવાં. થોડાક રાજમાનો ભૂકો કરવો. ૨. સીંગદાણા, આમચૂર, સાકર, તજ, લવિંગ, ધાણા, જીરું કાળા મરી, આખા લાલ મરચાને ૧/૨ ટેબલ સ્પૂન ઘીમાં શેકી તેનો વાટીને મસાલો કરવો. ૩. એક વાસણમાં ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી મૂકી, તેમાં મસાલો અને પા વાટકી પાણી સાંતળવું. તેમાં મીઠું, મરચું, હળદર, ધાણાજીરું નાંખવું. ૪. તેમાં રાજમા નાંખવા. જરૂરી પાણી નાંખવું ખદખદ થાય એટલે નીચે ઉતારી ગરમ ગરમ પીરસવું.

૨૨. પાકી કેરીની છાલનું શાક

કેરીના શોખિનોનું આ અવનવું શાક. કેરીની છાલ અને નાની ગોટલીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

સામગ્રી ઃ ૨ કપ પાકી કેરીની સૂકાવેલી છાલ (હાફુસ અથવા પાયરી), ૧/૨ કપ કેર, ૧/૨ કપ કેરીની સુકાવેલી ગોટલી, ૧ કપ સાગરી, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું ચપટી હળદર, ચપટી હિંગ, ૩/૪ ટીસ્પૂન આમચૂરનો ભૂકો, ૧/૪ કપ પાણી, ૨-૩ ટેબલસ્પૂન સરશિયાનું તેલ, ૨-૩ ટેબલસ્પૂન શિંગનું તેલ, પ્રમાણસર મીઠું, ૩/૪ કપ દહીં ગરમ કરેલું (મરજિયાત).

રીત ઃ ૧. સુકવણીમાં સૂકાયેલી છાલને ૮-૧૦ પાણીથી ધોઈ, નાના ટુકડા કરવા. છાલ અને ગોટલીના ટુકડા કરી જુદા જુદા બાફવા. નિતારીને રાખવા. ૨. કેર અને સાંગરીઓને જુદા જુદા

ધોઈ ૧-૨ કલાક પલાળવા. બાફીને કાળું પાણી નિતારી દેવું. ૩. એક જાડા તપેલામાં બંને તેલ ગરમ કરવાં. એમાં હિંગ, બાફેલી છાલ, ગોટલીના ટુકડા, સાંગરી અને કેર નાંખવા. ૪. એમાં લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર, આમચૂરનો ભૂક્કો, મીઠું અને પાણી નાખવા બરાબર ભેગું કરવું. ૫ મિનિટ સુધી બધું સીઝવા દેવું. ૫. શાક દહીંવાળું કરવું હોય તો ૩/૪ કપ ઘોળેલું દહીં, શાકની સાથે ભેગું કરવું. ૬. આ શાક પૂરી તથા પરોઠા સાથે લેવાય.

નોંધ ઃ આ શાક કેર અને સાંગરી વિના પણ બનાવી શકાય. મસાલો પ્રમાણમાં ઓછો કરવો. હંમેશા છાલ અને ગોટલીને મલમલના ઝીણા કપડાંથી ઢાંકીને સૂકવવાં. શાક રાયશિયાળું પણ થઈ શકે. કેર અને સાંગરીના બદલે એના પ્રમાણસર કેરીની છાલ લેવી. બાકીનો મસાલો એ જ પ્રમાણે, રીતે એ જ પ્રમાણે.

૨૩. સૂકી ગવારનું શાક

સામગ્રી ૦ઃ ૨૦૦ ગ્રામ સૂકી ગવાર (બાફેલી), ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ચપટી ખશવાનો સોડા (મરજિયાત), ૩ કોકમ (ધોઈને અને પલાળીને) અથવા ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ગોળ અથવા ખાંડ (સ્વાદ મુજબ), ૩ ટેબલસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. ધોઈને એક ગુવારના ૨-૩ ટુકડા કરવા. ૨. તપેલીમાં ધીમા તાપે તેલ ગરમ કરવું હિંગનો વઘાર કરી શાક, પાણી નાંખવા. બરાબર હલાવી સીઝવા દેવી. ૩. હળદર અને મીઠું નાંખી ઉપર પાણી મૂકી સીઝવા દેવી. ૪. ગોળ, કોકમ, મરચું, ધાણાજીરું નાંખવા, ૧ મિનિટ ઢાંકીને રાખો. બરાબર હલાવી ઉપયોગમાં લેવું.

નોંધ ૦ઃ ગુવાર વઘારીને પણ બાફી શકાય. ગુવારને ગામઠી ચોળીની જેમ પણ બનાવી શકાય. એવી જ રીતે બાફીને પાપડી, ટીંડોળા, તુરિયા, ભીંડા, કાલીંગડા વગેરે બને પણ તેમાં ગોળ અને કોકમ નહીં વાપરવા.

૨૪. કારેલાનું શાક

સામગ્રી ૦ઃ ૩ વાટકી સૂકા કારેલાં (થોડુંક મીઠું નાંખીને બાફેલા), ૩/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું,

૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ (મરજીયાત), ૩ ટેબલસ્પૂન તેલ, પ્રમાણસર મીઠું.

મરજિયાત ૦: ૨ ટેબલસ્પૂન ચણાનો આટો, ૨ ટેબલસ્પૂન ગોળ અથવા ખાંડ.

રીત ૦: ૧. ધીમે તાપે તપેલીમાં તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે હિંગ, શાકને મીઠું (જરૂર હોય તો) નાંખવા. હલાવીને (ચણાનો આટો અને ગોળ નાંખી શકાય) બાકીનો મસાલો નાંખી બરાબર હલાવવું. થોડી મિનિટ સીઝવવું. ગરમ ગરમ રોટલી સાથે પીરસવું.

કંકોડાનું શાક ૦:

સામગ્રી ૦: ૩ વાટકી કંકોડા તથા બાકીની સામગ્રી કારેલાના શાક પ્રમાણે.

રીત ૦: કારેલાં શાક પ્રમાણે કરવું. ચણાનો આટો અને ગોળ વાપરવા નહીં.

૨૫. રંગુની વાલ

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ભરીને રંગુની વાલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૩/૪ કપ પાણી (રસા માટે), પાણી (બાફવા માટે), પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૨ ટેબલસ્પૂન ચણાનો આટો (મરજિયાત), ૨-૩ ટેબલસ્પૂન પાણી (ગોળ માટે) ૧ ટીસ્પૂન ખાંડ, ૧ ટીસ્પૂન આમચૂરનો ભૂકો.

વઘાર માટે સામગ્રી ૦: ૧/૪ ટીસ્પૂન જીરું અને અજમો, ચપટી હિંગ, ૨ બોરિયાં મરચાં અથવા કાશ્મીરી મરચાં, સૂકી કોથમીર (મરજિયાત).

રીત ૦: ૧. વાલ બરાબર ધોવા. ૪-૫ કલાક સુધી પલાળવા. પાણી નિતારી, બાફવા. ૨. ધીમા તાપે, તપેલીમાં તેલ ગરમ કરવું. જીરું નાંખવું. જીરું તતડે એટલે અજમો, હિંગ, લાલ મરચું નાંખવા. ૩. વાલ, મસાલો, પાણી, ખાંડ અને મીઠું નાંખવા. ધીમે ધીમે હલાવવું. ચણાના આટાનો ગોળ કરી નાંખવો. આમચૂર ભભરાવવું. ગઠ્ઠા પડવા જોઈએ નહિ. રસો જરા ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી ખદખદવા દેવો. કોથમીર ભભરાવી પીરસવા.

નોંધ ૦: વાલની દાળ અને રંગુની વાલના દાણા આખા અને છૂટા રહેવા જોઈએ.

૨૬. મિક્સ કઠોળ

વાલ, લાલ ચણા, મગ, લીલા ચણા, ચોળા વગેરે મિક્સ કરીને ચપટી સોડા નાંખી બાફીને રંગુની વાલની જેમ શાક બનાવવું.

૨૭. ઘઉં-મગના તોટાનું શાક

સામગ્રી ઃ ઘઉં ૧ વાટકી, મગ ૧ વાટકી, ૧-૧/૨ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧ ચમચી ધાણાજીરું, ૨-૩ કોકમ, વઘાર માટે - તેલ, રાઈ જીરુ◌ુ◌ં, હિંગ.

રીત ઃ ઘઉંને ૩ થી ૪ કલાક પલાળી ૬ થી ૭ સીટી વગાડવી. પછી તે મગ ૧ કલાક પલાળેલા મગ નાખી ૩ સીટી વગાડવી એટલે ઘઉં અને મગ બંને બરાબર સીજી જશે એટલે તેમને ચારણીમાં લઈ પાણી નિતારી લેવું. તે પાણી રાખવું. પેણીમાં વઘાર મૂકવો. તેલ ગરમ થાય એટલે રાઈ-જીરું નાંખી હિંગ નાખવી. પછી બધો મસાલો અને બાફેલા ઘઉં અને મગ નાખવા, સાથે પાણી નાંખવું. થોડીવાર ઉકળવા દેવું, એક રસ થાય એટલે ઉતારી લેવું.

નોંધ ઃ આ શાક થોડું રસાવાળું હોય છે. આ શાક રોટલા, રોટલી, ઘેંસ, વગેરે સાથે પીરસાય છે.

૨૮. સૂકી મેથીનું શાક

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મેપી, ૫ ટીસ્પૂન તેલ, ચપટી હિંગ, ૪ ટેબલસ્પૂન ચણાનો લોટ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. મેથીને ૨ થી ૩ કલાક પલાળી રાખવી. ૨. મેથીમાં જરૂરી પાણી નાંખી બાફવા મૂકવી. ૩. બફાયેલી મેથીમાં પાણી હોય તો નિતારી લેવું. ૪. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી, તેમાં હિંગ નાંખી, ચણાનો લોટ નાંખવો. મીઠું, મરચું, હળદર અને ધાણાજીરું નાંખવા. લોટને ધીમા તાપે શેકવા દેવો. ૫. તેમાં બાફેલી મેથી નાંખવી. બરાબર હલાવી, ઢાંકીને ધીમા તાપે ૧૦ મિનિટ થવા દેવું.

૨૯. સીંગ-ચણાની દાળનું શાક

સામગ્રી ઃ ૧૦૦ ગ્રામ સીંગદાણા, ૧૫૦ ગ્રામ ચણાની દાળ, ૪ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧ ટીસ્પૂન જીરું, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧ ટીસ્પૂન આંબોળિયાનો ભૂકો, ૨ ટીસ્પૂન ગોળ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. સીંગદાણા અને ચણાની દાળને ધોઈને તેમાં જરૂરી પાણી નાખી કૂકરમાં બાફવા મૂકવાં. ૨. એક વાસણમાં તેલ ગરમ કરી તેમાં જીરું તતડે એટલે બાફેલા સીંગદાણા અને ચણાની દાળ નાંખવાં. ૩. તેમાં મીઠું, હળદર, મરચું, ધાણાજીરું, આંબોળિયાનો ભૂકો અને ગોળ નાંખવા.

નોંધ ૦: ૧૦ મિનિટ ગરમ થાય એટલે નીચે ઉતારી ગરમ ગરમ પીરસવું.

વેરિએશન ૦: ૧. ફક્ત સીંગદાણા કે ફક્ત ચણાની દાળનું શાક પણ થઈ શકે. ૨. ચણાની દાળ સાથે દૂધીનાં ટુકડા કરી બાફીને દૂધી-ચણાની દાળું શાક આ જ રીતે થઈ શકે.

૩૦. ગાંઠિયાનું શાક

સામગ્રી ૦: ૨ ટેબલસ્પૂન ચણાનો લોટ, ૨ ટે.સ્પૂન ગરમ કરેલું દહીં, ૧ ટીસ્પૂન તેલ, ટીસ્પૂન લાલ મરચું,

૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧ ટીસ્પૂન મીઠું, પાણી, બધું મિકસ કરી થોડો ઢીલો ઘોળ કરવો.

વઘાર માટે ૦: તેલ, રાઈ, જીરું, હિંગ, છાશ.

રીત ૦: વઘાર મૂકવો અને તેમાં છાશ વઘારવી. છાશનું પાણી ઉકળે એટલે ઝારાથી ગાંઠિયા પાડવા, ઉકળે અને એક રસ થાય ત્યારે ગેસ બંધ કરવો અને ગાંઠિયાનું શાક તૈયાર.

૩૧. ફૂલવડી

સામગ્રી ૦: ૧ વાટકી ફૂલવડી, ૧-૧/૨ વાટકી પાણી, ૧ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧/૨ ચમચી ધાણાજીરું, ચપટી સાકર, સ્વાદ પ્રમાણે મીઠું.

વઘાર માટે ૦: ૧ ચમચી તેલ, રાઈ, જીરું, હિંગ.

રીત ૦: તેલનો વઘાર મૂકી પાણી વઘારી લેવું અને બધો મસાલો નાંખી ઉકળે એટલે ફૂલવડી નાંખવી, અને પાણી બળવા લાગે એટલે ગેસ બંધ કરવો આ શાક ગરમ જ સારું લાગે.

૩૨. મેથી દાણાનું શાક

સામગ્રી ૦: ૫૦ ગ્રામ મેથીના દાણા (થોડું મીઠું નાંખીને બાફેલા), તેલ વઘાર માટે, ચપટી હિંગ, ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૨ ચમચી લાલ મરચું, મીઠું પ્રમાણસર, ૧/૨ ચમચી હળદર, રાઈ-જીરું, ૧/૪ ચમચી, ધાણાજીરું, ૧-૧/૨ ચમચી. ગોળ બે ચમચી સાકર ગળપણ જોઈએ તે પ્રમાણે લેવા.

રીત ૦: તેલનો વઘાર મૂકવો. ગરમ થાય એટલે તેલમાં હિંગ અને રાઈ-જીરું નાંખવા. રાઈ તતડે એટલે તેમાં ગોળ સિવાયનો બધો મસાલો નાખી મેથી દાણા નાંખવા. થોડીવાર હલાવી તેમાં ગોળ નાંખી હલાવી નીચે ઉતારી લેવું. (જરૂર પડે ૧ ચમચો પાણી નાખવું)

નોંધ ૦: પીળા દાણાને સીઝતા થોડીવાર લાગે અને લીલા રંગના દાણા જલદી સીઝી જાય છે.

૩૩. સૂકાવેલી પાપડી સાથે મૂઠિયા અને ગટ્ટાનું શાક

સામગ્રી ૦: ૧૦૦ ગ્રામ સૂકી પાપડી, ૧-૧/૨ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૨ ચમચી હળદર, મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે, ૧ ચમચી ધાણાજીરું, ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૧/૨ ચમચી સાદો ગરમ મસાલો, તેલ વઘાર માટે, રાઈ-જીરું અને ચપટી હિંગ.

મુઠિયા માટે ૦:

૫ ચમચી સૂકી મેથી, ૨ ચમચા ઘઉંનો લોટ, ૧/૨ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧/૨ ચમચી ધાણાજીરું, મીઠું પ્રમાણસર, ૧ ચમચી તેલ, પ્રમાણસર પાણી. બધું મિક્સ કરીને નાના નાના ગોળ મુઠિયા બનાવવાં અને વરાળથી બાફી લેવા. થોડા તેમાં બે મિનિટ શેકી લેવા.

ગટ્ટા માટે ૦: ૨ ચમચા ચણાનો લોટ, ૧/૨ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧/૨ ચમચી ધાણાજીરું, ૧/૪ ચમચી તેલ, પ્રમાણસર પાણી.

બધું મિકસ કરીને લાંબા ગટ્ટા વાળવા અને પાણીમાં બાફી લેવા. પછી તેના નાના નાના કટકા કરવા.

રીત ૦: પાપડીને થોડું મીઠું નાખીને બાફી લેવી. કડાઈમાં તેલનો વઘાર મૂકવો. ગરમ થાય એટલે તેમાં હિંગ અને રાઈ જીરું નાખવા. રાઈ તતડે એટલે બાફેલી પાપડી નાંખી બધો મસાલો નાંખવો અને હલાવવું. બહું સૂકું લાગે તો થોડું પાણી નાંખવું. પછી તેમાં મુઠિયા અને ગટ્ટા નાંખીને એક મિનિટ ચઢવા દેવું અને ગરમાગરમ સર્વ કરવું.

૩૪. મગની મોગરદાળ સાથે મેથીની ભાજી

મેથીની ભાજીના લીધે સ્વાદિષ્ટ લાગે છે.

સામગ્રી ઃ ૧ વાટકી સૂકી મેથીની ભાજી, ૧ કપ મગની મોગર દાળ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણા જીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૨૫ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ ૧. દાળને ૩-૪ વાર બરાબર ધોવી, બે કપ પાણીમાં ૧/૨ કલાક પલાળવી. ૨. મીથીની ભાજીની કડવાશ કાઢવા થોડીવાર મીઠાના પાણીમાં રાખવી. નિચોવી બાજુમાં રાખવી. ૩. જાડા તપેલામાં તેલ ગરમ કરવું. હિંગ નાંખીને તરત જ પાણી સાથે પલાળેલી દાળ નાંખવી. લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર અને મીઠું નાંખવા. હલકે હાથે હલાવી ઢાંંકીને ૧૦ મિનિટ સુધી ચઢવા દેવી. ૪. મેથીની ભાજી નાખી, હલાવવું, ઢાંકીને દાળને ચડવા દેવી, દાળનો દાણો છૂટો રહેવો જોઈએ. પાણી બળી જાય ત્યાં સુધી સીઝવવી. ગેસ બંધ કરવો. ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ઃ ૧. મેથીની ભાજીના બદલે તુરિયાં વાપરી શકાય. ૨. પ્રેશર કૂકરમાં સીઝવવી હોય તો વઘાર પછી મેથીની ભાજી નાંખીને બે સીટી સુધી કૂકરમાં સીઝવવી. ૧૦-૧૫ મિનિટ સુધી જ પલાળવી.

૩૫. ચણાની દાળ મેથીનું શાક

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચણાની દાળ, ૧/૨ કપ સૂકી મેથી, ૨ ટેબલસ્પૂન મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટે.સ્પૂન ધાણાજીરું, ૨ ટે.સ્પૂન ગોળ, ૧ ટે.સ્પૂન આંબોળિયાનો ભૂકો, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ચણાની દાળ અને મેથી બંને જુદા જુદા ૩ થી ૪ કલાક પલાળવા. ૨. એક વાસણમાંં તેલ ગરમ મૂકી હિંગ નાંખી ૪ થી ૫ કપ પાણી નાંખવું. ૩. પાણી ઉકળે એટલે તેમાં ચણાની દાળ અને મેથી પાણીમાંથી નિતારીને નાંખવા. ૪. બંને સરસ ચડી જાય પછી બધા મસાલાં નાંખી બરાબર હલાવી ગરમ ગરમ પીરસવું.

૩૬. તુવેરની દાળ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ તેલવાળી તુવેરની દાળ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો (મરજિયાત), ૩ મરચાં સૂકાવેલા, ૫-૬ સૂકા લીમડાના પાન, ૪-૫ કોકમ (ધોઈ અને પલાળેલાં), ૧૫-૨૦ મોળીશિંગ (મરજિયાત), ૪ કપ પાણી, ગોળ (સ્વાદ પ્રમાણે), પ્રમાણસર મીઠું, કોથમીર સૂકી (મરજિયાત)

વઘાર માટે ૦:

સામગ્રી ૦: ૩ ટીસ્પૂન ઘી અથવા તેલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન મેથી (મરજિયાત), ૩ તજના ટુકડા (મરજિયાત), ૩ લવિંગ (મરજિયાત) ચપટી હિંગ

રીત ૦: ૧. દાળને નવશેકા પાણીમાં ૩ થી ૪ વાર ધોવી. ૧૫-૨૦ મિનિટ સુધી તપેલીમાં ૪ કપ પાણીમાં પલાળવી. ૨. પ્રેશર કૂકરમાં દાળને ત્રણ સીટી સુધી સીઝવવી. થોડીવાર કૂકરમાં રાખી કૂકરમાંથી બહાર કાઢી ઘૂંટવી. ૩. લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર, મીઠું, કોકમ, લીમડાના પાન, લીલાં મરચાં, શિંગ અને ગરમ મસાલો નાંખવાં. હલાવી મધ્યમ તાપે દાળ ઉકાળવી. ૪. ધીમા તાપે કડછીમાં ઘી અથવા તેલ ગરમ કરવું. રાઈ, તજ, લવિંગ અને મેથી નાંખવા. તતડે એટલે જીરું અને હિંગ નાંખવા. તરત જ વઘાર ઉકળતી દાળમાં નાંખવો. બરાબર હલાવવું. ૧૦-૧૫ મિનિટ સુધી દાળ ખદખદવા દેવી. ૫. કોથમીર અને કોપરું ભભરાવી ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦: દાળ જેટલી ઉકળે એટલી વધુ સ્વાદિષ્ટ લાગે. દાળ જેટલી પાતળી કે ઘટ્ટ જોઈએ એ પ્રમાણે પાણી વાપરવું. દાળ ગેસ ઉપર સીધી થઈ શકે. એ વખતે ઢાંકવી નહિ. લીલાં મરચાં અને લીમડો વઘારમાં નાંખી શકાય. પલાળ્યા સિવાય પણ ઓરી શકાય. તેલ વિનાની તુવેરની દાળ પણ વાપરી શકાય.

૩૭. છુટ્ટી દાળ/લચકો દાળ

પૌષ્ટિક અને સ્વાદિષ્ટ આહાર.

સામગ્રી ૦: ૧/૨ કપ તુવેરની દાળ, ચપટી હળદર, ઘી (મરજિયાત), ૨ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦: ૧. દાળને ૩-૪ વાર નવશેકા પાણીમાં બરાબર ધોવી. તપેલીમાં ૧૫ મિનિટ સુધી પાણીમાં પલાળવી.
૨. પ્રેશરકૂકરમાં ત્રણ સીટી સુધી સીઝવા દેવી. ૩. સીઝી જાય એટલે દાળનું પાણી ઓસામણ માટે બીજી તપેલીમાં લઈ લેવું. લચકો દાઈ એ જ તપેલીમાં રહેવા દેવી. ૪. લચકો દાળમાં હળદર અને મીઠું નાંખવા. ધીમા તાપે ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી હલાવવી. ૫. ભાત અને ઓસામણ સાથે દાળ પીરસવી. ઘી સાથે સ્વાદિષ્ટ લાગે છે.

નોંધ ૦: જો વઘાર કરવો હોય તો ઘી ગરમ કરી ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું અને ચપટી હિંગ નાંખવા.

૩૮. ઓસામણ

સામગ્રી ૦ઃ દાળનું પાણી (લચકો દાળમાંથી વધેલું), ૩/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૪ ચમચી સૂંઠ પાવડર, ૨ લીલાં મરચાં સૂકાવેલા, ૫-૬ કોકમ (ધોઈને પલાળેલાં), ગોળ (સ્વાદ પ્રમાણે), પાણી (જરૂર પ્રમાણે), પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે સામગ્રી ૦ઃ

૧ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ૫-૬ તજ પત્તા અથવા લીમડાંના પાન સૂકા, ૨-૩ તજ અને ૨-૩ લવિંગ, ચપટી હિંગ.

રીત ૦ઃ ૧. તપેલીમાં, વધેલા દાળના પાણીમાં ૭ કપ ઓસામણ થાય એટલું પાણી નાંખવું. પાણી ઉકાળવું. ૨. ધીમા તાપે કડછીમાં ઘી ગરમ કરવું. રાઈ નાંખવી. રાઈ તતડે એટલે તજ, લવિંગ, જીરું, લીમડાંના પાન અને હિંગ નાંખવા. વઘારને દાળના પાણીમાં નાંખવો. ગોળ, લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર, લીલા મરચાં, કોકમ અને મીઠું નાંખવા. ૩. ૧૦ મિનિટ સુધી ઓસામણ ઉકળવા દેવું. વચ્ચે વચ્ચે હલાવતા રહેવું. ધીમા તાપે ૧૦-૧૫ મિનિટ સુધી ખદખદવા દેવું. ૪. નીચે ઉતારી કીથમીર, કોપરું ભભરાવવાં, ભાત, લચકો, દાળ અને પાપડ સાથે ઓસામણ પીરસવું.

૩૯. મગનું ઓસામણ

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ મગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૫-૬ કોકમ, ૨ ટેબલસ્પૂન ગોળ, ૧/૨ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૨ ટેબલસ્પૂન કોપરાની છીણ, મીઠું પ્રમાણસર.

વઘાર માટે સામગ્રી ૦ઃ ૨ ટેબલ સ્પૂન તેલ, ૩ આખાં મરચાં, ૨ તજ, ૫ લવિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હિંગ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. મગને ધોળને વધારે પાણી મૂકી, કૂકરમાં બાફવા મૂકવા. ૨. બફાયેલા મગમાંથી ઉપરનું બધું પાણી નિતારી લેવું. ૩. મીઠું, લાલ મરચું, હળદર, ધાણાજીરું, કોકમ, ગોળ, ગરમ મસાલો અને કોપરાનું છીણ નાંખી આ પાણીને ઉકાળવું. ૪. એક વાસણમાં વઘાર માટે તેલ મૂકી, તેમાં આખા મરચાં, તજ, લવિંગ, જીરું, હિંગ નાંખવા. આ વઘાર ઓસામણમાં નાંખવો. ૧૦ મિનિટ ઉકાળવું.

નોંધ ૦: બફાયેલા મગનો તેલ અને જીરામાં વઘાર કરવો. તેમાં મીઠું, મરચું અને હળદર નાખવાં.

વેરિએશન ૦: ૧. આ રીતે મઠ ચોળા બાફીને તેનું ઓસામણ થઈ શકે. ૨. દરેક કઠોળ જેવા કે ચણા, તુવેર, વાલ અને વટાણાને ૫ થી ૬ કલાક પલાળી, કૂકરમાં બરાબર બાફી તેનું ઉપરનું પાણી નિતારી ઓસામણ થઈ શકે. ૩. મગની દાળ અને ચણાની દાળમાં ઓસામણ આ જ રીતે થઈ શકે. ૪. મગને ૨ કલાક પલાળી તેને મિકસરમાં ક્રશ કરી ખીરું તૈયાર કરવું. મીઠું નાખવું. મગનું પાણી ઉકાળવા મૂકી તેમાં ખીરાના ડબકા મૂકવા. ડબકા ચડી જાય પછી ગરમ ગરમ પીરસવું.

૪૦. અડદની દાળ

આ સ્વાદિષ્ટ દાળ, બાજરીના રોટલા સાથે વધુ લેવાય છે.

સામગ્રી ૦: ૧ કપ અડદની દાળ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૩ કપ પાણી (દાળ માટે), ૧ કપ ગરમ પાણી, ૪-૫ કોકમ (ધોઈ અને પલાળેલાં) (મરજીયાત), પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે ૦: ૨ ટેબલસ્પૂન વિઘારેલું ઘી અથવા તેલ, ૧ ટીસ્પૂન જીરું, ૩ તજના ટુકડા (મરજિયાત), ચપટી હિંગ, સૂકી કોથમીર (મરજિયાત).

રીત ૦: ૧. દાળ બે ત્રણ વાર ધોવી, પાણી નિતારી દેવું. ૨. એક જાડી તપેલીમાં દાળને ૩ કપ પાણીમાં મધ્યમ તાપે ઉકળવા મૂકવી. વચ્ચે વચ્ચે હલાવવી. ૧૫-૧૭ મિનિટ સુધી સીઝવા દેવી. દાળ બરાબર ચઢી ગઈ હોય તો ૧ કપ ગરમ પાણી નાખવું. ઉકળવા દેવી. બો મસાલો નાખવો. ૫ મિનિટ સુધી ધીમા તાપે ખદખદવા દેવી. ૩. વઘારિયામાં ઘી અથવા તેલ ગરમ કરવું. તજ, લવિંગ અને જીરું નાંખવાં. જીરું તતડે એટલે હિંગ નાખી, તરત જ વઘાર દાળમાં નાખવો. દાળ સરખી હલાવી, પાંચ મિનિટ સુધી ઉકાળવી. ૪. સૂકી કોથમીર ભભરાવવી, બાજરીના રોટલા અને ગોળ સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦: પ્રેશરકૂકરમાં ૩ સીટી સુધી સીઝી વઘાર કરવો. દાળ દાણાદાર જોઈએ કે વધુ ઢીલી જોઈએ- એ પ્રમાણે પાણી વધઘટ કરવું.

૪૧. મગની ફોતરાવાળી દાળ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મગની ફોતરાવાળી દાળ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું. ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હિંગ, ૩-૪ કોકમ (ધોઈને પલાળેલાં મરજીયાત), ૩ સૂકાં મરચાં,
૫ લીમડાના પાન સૂકા, ૪ ટીસ્પૂન ઘી (વઘાર માટે) ૪ કપ પાણી (દાળ માટે),, પાણી જરુર પડે તો, પ્રમાણસર મીઠું, સૂકી કોથમીર (મરજીયાત).

રીત ઃ ૧. દાળને ત્રણ ચાર વાર ધોઈ, નિતારીને રાખવી. ૨. એક જાડા તેલામાં ૪ કપ પાણી ગરમ કરવું. પાણી ઉકળે ત્યારે દાળ નાંખવી. થોડી થોડી વાર હલાવવી. દાળના જોઈએ એટલા ફોતરાં રાખી, બાકીનાં ચમચીથી કાઢી લેવા. ૩. લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર, મીઠું, કોકમ, લીલું મરચા, લીમડાના પાન નાંખી હલાવવું, ૧૦ મિનિટ સુધી ઉકળવા દેવી. ધીમા તાપે સીઝવવી. ૪. કડછીમાં ઘી ગરમ કરવું, જીરું નાંખી હિંગ નાંખી, તરત જ વઘાર દાળમાં રેડવો, થોડીવાર ખદખદવા દેવી, કોથમીર ભભરાવી. ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ઃ સ્વાસ્થ્ય માટે દાળનાં ફોતરાં ન કાઢો તો સારુ૦ં, પ્રેશરકૂકરમાં ૩ સીટી સુધી દાળ સીઝવી વઘાર કરવો.

૪૨. પંચકુટી દાળ

સામગ્રી ઃ ૧/૨ કપ અડદની દાળ, ૨ ટેબલસ્પૂન તુવેરની દાળ, ૩ ટેબલસ્પૂન ચણાની દાળ, ૨ ટેબલસ્પૂન મગની ફોતરાંવાળી દાળ, ૨ ટેબલસ્પૂન મગની મોગર દાળ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ સૂકા લીલા મરચાં, ૩-૪ કોકમ (ધોઈને પલાળેલા) મરજીયાત, ૪ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે સામગ્રી ઃ ૩ ટેબલ સ્પૂન ઘી (વિઘારેલું) ૧ ટીસ્પૂન જીરું (મરજિયાત), ૩-૪ સૂકા લીમડાંના પાન, ૪ લવિંગ (મરજીયાત), ચપટી હિંગ, સૂકી કોથમીર (મરજિયાત)

રીત ઃ ૧. બધી દાળ ભેગી કરી, બરાબર ધોવી, ૧૫ મિનિટ સુધી પાણીમાં પલાળવી, પાણી નિતારી બાજુમાં રાખવી. ૨. જાડા તપેલામાં પાણી ગરમ કરવું. પાણી ઉકળે એટલે બધી દાળ ઓરવી. સીઝવા દેવી, વચ્ચે વચ્ચે હલાવતા રહેવું, લાલ મરચું હળદર, મીઠું, લીલા મરચાં અને કોકમ નાંખવા, દાળ હલાવવી, ધીમા તાપે ખદખદવા દેવી. ૩. કડછીમાં ઘી ગરમ કરવું, તજ,

લવિંગ અને જીરું નાંખવા, હિંગ નાંખી વઘાર કરવો. વઘારને તરત જ દાળમાં રેડવો. બરાબર હલાવી ૫-૧૦ મિનિટ સુધી ખદખદવા દેવી. ૪. કોથમીર ભભરાવી પીરસવી.

નોંધ ઃ પ્રેશર કૂકરમાં ૩ કપ પાણીમાં, ૩ સીટી સુધી સીઝવી, વઘાર કરવો. પાણીની વધઘટ દાળ જેવી જોઈએ એ પ્રમાણે કરવી.

૪૩. મગની મોગરદાળ (છૂટી દાળ)

સામગ્રી ઃ ૧ કપ મગની મોગરદાળ, ૩/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૧/૪ ટીસ્પૂન જીરું (મરજિયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧ કપ પાણી (નવશેકું), પ્રમાણસર મીઠું, પાણી (નવશેકું-જરૂર પ્રમાણે)

રીત ઃ ૧. દાળને ધોઈને ૨ કલાક પલાળવી, નિતારીને બાજુમાં રાખવી. ૨. એક જાડા તપેલામાં તેલ ગરમ કરવું. જીરું નાંખવું, તતડે એટલે હિંગ, દાળ અને પાણી નાંખવા. લાલ મરચું, હળદર અને મીઠું નાંખવા, બરાબર હલાવવું. ૩. તપેલું થાળીથી ઢાંકવું, થાળી ઉપર પાણી મૂકવું, જરા ખુલ્લી રાખવી. મધ્યમ તાપે દાળ સીઝવા દેવી. દાળ સીઝી ન હોય તો થોડું ગરમ પાણી નાખવું. હલકે હાથે દાળ હલાવવી. ૪. તપેલી લઈ, તાપ ધીમો કરી તવો મૂકવો. તવા ઉપર દાળનું તપેલું મૂકવું. દાળ બરાબર સીઝી જાય ત્યાં સુધી રાખવું. દાળનો દાણો સીઝેલો પણ છૂટ્ટો રહેવો જોઈએ. ૫. ગેસ બંધ કરી, ગરમ પીરસવી.

નોંધ ઃ દાળ ઓછી પલાળો તો પણ ચાલે. સીઝતા વાર લાગે. લચકા દાળ કરવી હોય તો દાળને થોડી વધારે સીઝવી અને થોડું પાણી વધારે લેવું જેથી તે લચકા જેવી થાય.

૪૪. અડદની છૂટી દાળ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ અડદ, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧ લીંબુ, ૧ ટેબલ સ્પૂન ઘી, ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હિંગ, ૨ તજ, ૪ લવિંગ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. અડદ ધોઈને કૂકરમાં બાફવા, બફાઈ જાય પછી તેને ૫ થી ૬ વખત ધોવા. ૨. તેમાં મીઠું, મરચું, હળદર, ધાણાજીરું અને લીંબુ નાંખી ઉકળવા મૂકવું.

૪૫. વાલની દાળ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ વાલની દાળ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૩/૪ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૪ ટીસ્પૂન રાઈ (મરજીયાત), ૧/૪ ટીસ્પૂન અજમો, ચપટી હિંગ, ૨ બોરિયાં મરચાં, અથવા કાશ્મીરી મરચાં, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ (લગભગ), સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ૧/૪ કપ પાણી (નવશેકું જરૂર પ્રમાણે)

રીત ઃ ૧. દાળ ધોઈને ૨-૩ કલાક પલાળવી, પાણી નિતારી બાજુમાં રાખવી. ૨. એક જાડા તપેલામાં તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાંખી રાઈ તતડે ત્યારે હિંગ, વાલની દાળ બધો જ મસાલો અને પાણી નાખવા. ઢાંકીને થાળી ઉપર થોડું પાણી રાખવું. ૩. મધ્યમ તાપે ૧૫-૧૭ મિનિટ સુધી દાળ સીઝવા દેવી. ૪. દાળ બરાબર ન સીઝી હોય તો ૧/૪ કપ ગરમ પાણી નાંખી ફરીથી સીઝવવા મૂકવી. ૫. બરાબર સીઝી જાય એટલે ગેસ બંધ કરવો, ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ઃ કેરીના રસ સાથે પીરસવી સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. આ દાળ બાફીને વઘારીને પણ થઈ શકે.

૪૬. સાદી કઢી

કઢી માટે સામગ્રી ઃ ૨ કપ દહીં ગરમ કરેલું, ૩ ટેબલસ્પૂન ચણાનો આટો (લગભગ), ૫ કપ પાણી, ૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર (મરજીયાત), ૩ સૂકા લીલાં મરચાં, અથવા ૩-૪ બોરિયાં, ૫-૬ સૂકા લીમડાના પાન, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે સામગ્રી ઃ ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ અથવા ઘી, ૧/૨ ટીસ્પૂન મેથી દાણા (મરજીયાત), ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ૩/૪ ટીસ્પૂન જીરું, ૩ તજના ટુકડા (મરજીયાત), ૩-૫ લવિંગ (મરજીયાત), ચપટી હિંગ, સૂકી કોથમીર (મરજીયાત)

રીત ઃ ૧. એક જાડા તપેલામાં ગરમ કરેલું દહીં પાણી અને ચણાના લોટને ભેગાં કરી સંચો ફેરવવો. ૨. મીઠું, લાલ મરચું, લીલા મરચાં, લીમડાંના પાન નાંખી મિશ્રણ તૈયાર કરવું. ધીમે તાપે ઉકળવા મૂકવું, કઢી ઉકળે અને જરા ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી હલાવતા રહેવું, જેથી ગઠ્ઠા ન પડે. ૩. કડછીમાં તેલ અથવા ઘી ગરમ કરી, વઘારનો મસાલો નાખી, ચપટી હિંગ નાંખી, તરત જ વઘાર કઢીમાં રેડવો, હલાવવી, ૧૦-૧૨ મિનિટ ખદખદવા દેવી. ગરમ ગરમ પીરસવી.

રીત-૨ ૦: તપેલીમાં દહીં અને પાણી ભેગાં કરી સંચો ફેરવવો, મીઠું નાંખી, મિનિટ માટે ગરમ કરવાં, તપેલી નીચે ઉતારવી.

રીત ૨-૩ ૦: ચણાના આટાનો ગાળ નાંખી બરાબર હલાવી, ભેળવી, મસાલો નાખી કઢી ઉકળવા દેવી. વઘાર કરવો.

મીઠી કઢી ૦: સાદી કઢી જેમ જ તૈયાર કરવી. મીઠાશ માટે ગોળ અથવા ખાંડ સ્વાદ પ્રમાણે નાંખવા. હળદર અને લાલ મરચું નહીં નાખવું. લવિંગ અને તજ જરૂરથી નાંખવા.

નોંધ ૦: કઢીનું મિશ્રણ ઘટ્ટ કે પાતળું જોઈએ તે પ્રમાણે પાણી વધ-ઘટ કરવું.

૪૭. શાકની કઢી

ગુજરાતીઓનો પ્રિય આહાર, જુદા જુદા શાક નાંખવાથી સ્વાદમાં ફરક પડવાથી, રોજિંદી કઢીમાં વિવિધતા આવે છે.

સામગ્રી ૦: કઢીમાં નાંખવાના કોઈ પણ ૧૦૦ ગ્રામ શાક, સૂકી ગવાર, બાફેલી એકદમ ગાળવા નહીં, સૂકા ભીંડા, સૂકી મેથીની ભાજી ૧/૨ કપ, સૂકા તુરિયાં બાફેલા એકદમ ગાળવા માટે.

શાકના વઘાર માટે ૦:

સામગ્રી ૦: ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, ચપટી હિંગ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, પ્રમાણસર મીઠું.

કઢી માટે સામગ્રી ૦: ૨ કપ દહીં ગરમ કરેલું, ૨ ટેબલસ્પૂન ચણાનો આટો, ૫ કપ પાણી, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૩ સૂકા લીલાં મરચાં (ઊભા-સમારેલાં), ૩-૪ સૂકા લીમડાનાં પાન, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે સામગ્રી ૦: ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧ ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હિંગ, સૂકી કોથમીર મરજીયાત.

રીત ૦: ૧. જે પણ શાકની કઢી કરવી હોય એને ધોઈને. ૨. એક જાડા તપેલામાં દહીં, પાણી અને ચણાના આટાને ભેગાં કરી, સંચો ફેરવવો, ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. મીઠું, લાલ મરચાં, લીમડાંના પાન નાંખી, મિશ્રણ તૈયાર કરવું, ધીમા તાપે ઉકળવા મૂકવું. જરા ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી હલાવતા રહેવું. જેથી ગઠ્ઠા ન પડે. ૩. કડછીમાં તેલ ગરમ કરી જીરું અને હિંગ નાખવાં, વઘારને કઢીમાં

રેડવો. ૪. ધીમા તાપે બીજા તપેલામાં તેલ ગરમ કરી હિંગ, અને સમારેલા શાક નાંખી, લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર અને મીઠું નાંખવા. ૫. શાકને તૈયાર કઢીમાં નાંખવું, હલાવી ૫ મિનિટ સુધી કઢી ઉકળવા દેવી. ૬. કોથમીર ભભરાવવી.

નોંધ ઃ સૂકી મેથીની ભાજી વાપરવી હોય તો બરાબર ધોઈ, મીઠાના પાણીમાં પલાળવી જેથી કડવાશ ઓછી થાય. કેર, સાંગરી, કુમુટિયા કોઈ પણ એક ૧/૪ કપ અથવા બધાં ભેગાં ૧/૪ કપ બાફીને વઘારી નાંખી શકાય. વડી અથવા ગટ્ટા નાખવા હોય તો પીરસતા પહેલાં ૧/૪ કપ વઘારીને નાંખવાં. ખારી બુંદી ૧/૪ કપ પણ નાંખી શકાય. કઢીનું મિશ્રણ ઘટ્ટ કે પાતળું જોઈએ તે પ્રમાણે પાણી વધઘટ કરવું.

૪૮. સેવ કઢી

સામગ્રી ઃ ૩ કપ ખાટી છાશ, ૨ કપ ચણાનો ઝીણો લોટ, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૨ થી ૩ લાલ આખા મરચાં, ૧/૨ ટીસ્પૂન મેથી દાણા, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ૩ થી ૪ લવિંગ, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, તેલ પ્રમાણસર, ૨ ટેબલસ્પૂન ખાંડ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ખાટી છાશ ગરમ કરવા મૂકવી. પછી છાશ નીચે ઉતારી ઠંડી થવા દેવી. તેમાં ૧/૨ કપ ચણાનો લોટ નાખી બરાબર વલોવીને મીઠું નાંખી ગરમ મૂકવી. ૨. એક વાસણમાં ઘી ગરમ મૂકી, તેમાં આખાં મરચાં, મેથી, જીરું, લવિંગનો વઘાર કરી કઢીમાં નાંખવો. ૩. ૧-૧/૨ કપ ચણાના લોટમાં મીઠું, ૧ ટીસ્પૂન મરચું, હળદર નાંખીને સેવનો લોટ બાંધવો, સેવના સંચામાં લોટ ભરી ઉકળતી કઢીમાં સેવ પાડવી. ૪. હલાવતા રહેવું, તેમાં ૧/૨ ટીસ્પૂન મરચું, ખાંડ નાંખવા. સેવ ચડે ત્યાં સુધી કઢી ઉકાળવી.

વેરિએશન ઃ સાદી કઢી ઃ સેવ ન નાંખીએ તો સાદી કઢી થશે.

૪૯. ભજીયાં કઢી

પાલનપુરીઓની ખૂબ પ્રિય અને સ્વાદિષ્ટ વાનગી.

ડબકા માટે સામગ્રી ઃ ૩૦૦ ગ્રામ મગથી ફોતરાંવાળી દાળ અથવા ચોળાની દાળ, ૬-૭ સૂકા લાલ મરચાં (ઝીણાં સમારેલા), ૧/૪ કપ પાણી (જરૂર હોય તો જ), પ્રમાણસર મીઠું.

કઢી માટે ૦ઃ ૨ કપ મોળું દહીં ગરમ કરેલું, ૨ ટેબલસ્પૂન ચણાનો લોટ અથવા ડબકાનું ખીરું, ૬ કપ પાણી, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, પ્રમાણસર મીઠું, ૪-૫ લીમડાના પાન સૂકા, સૂકી કોથમીર.

વઘાર માટે સામગ્રી ૦ઃ ૪ ટીસ્પૂન તેલ અને ૧ ટીસ્પૂન ઘી, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હિંગ, ૬ બોરિયાં મરચાં, સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ૩-૪ તજના ટુકડા.

ડબકા બનાવવાની રીત ૦ઃ ૧. દાળ બરાબર ધોઈ, ૪ કલાક પલાળવી, ફોતરાં હાથથી કાઢવાં. ૨. પાણી નિતારી, લીલાં મરચાં નાખવા, મિકસરમાં થોડું વાટી, કૂંડીમાં ફીણ ચઢાવવું. અથવા કૂંડીમાં જ દાળ વાટવી, પાણીની જરૂર હોય તો નાંખવું. ૩. ભજિયાનાં ખીરા જેવું ખીરું કરવું, ડબકાં નાંખતા પહેલાં મીઠું નાંખવંુ઼ં.

કઢી બનાવવાની રીત ૦ઃ ૧. મોટા તપેલામાં દહીં ચણાનો લોટ અને પાણીનું મિશ્રણ કરી, સંચો ફેરવવો઼ે. ગઠ્ઠા ન પડવા જોઈએ. ૨. ધાણાજીરું, લીમડો અને મીઠું નાંખવાં. ધીમા તાપે તપેલું મૂકવું. મિશ્રણ ઉકળે ત્યાં સુધી હલાવતાં રહેવું. મિશ્રણ ઉકળે ત્યાં સુધી હલાવતા રહેવું. મિશ્રણ થોડું જાડું થાય એટલે તાપ ઓછો કરવો. કઢી ઉકળવા દેવી. ૩. કડછીમાં તેલ અને ઘી ગરમ કરવાં. જીરા અને હિંગનો વઘાર ઉકળતી કઢીમાં નાંખવો. ૪. તાપ ધીમો કરવો. ઉકળતી કઢીનો ઊભરો બેસી જાય પછી દાળના ધોળના ડબકા મૂકવા. હળવેથી હલાવવું. ડબકા નીચે ચોંટે નહિ એનું ધ્યાન રાખવું. ડબકા તરીને ઉપર આવશે. ડબકા સીઝી જાય એટલે ગેસ ઉપરથી તપેલી ઉતારી, કોથમીર ભભરાવી. ગરમ ગરમ કઢી પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ કઢીનું મિશ્રણ ઘટ્ટ કે પાતળું જોઈએ તે પ્રમાણે પાણી વધઘટ કરવી. વઘારને માટે એકલું તેલ અથવા ઘી વાપરી શકાય. પ્રમાણસર વધઘટ કરવી. ડબકા તળીને પણ કઢીમાં મૂકાય. ચણાના લોટના નાના ભજિયાં કરીને પણ ઉકળતી કઢીમાં નાંખી શકાય.

૫૦. રસાવાળા ભાતના ડબકાં

વધેલા ભાતમાંથી બનાવી શકાય, સ્વાદિષ્ટ અને સહેલાઈથી બની શકે.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ રાંધેલો ભાત, ૧/૨ કપ ખાટું ગરમ કરેલું દહીં, ૫ ટેબલસ્પૂન ચણાનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન ઘઉંનો આટો, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ચપટી હળદર, ૧ ટીસ્પૂન તેલ ચપટી હિંગ, ૩ કપ પાતળી છાશ, ૨ ટીસ્પૂન તેલ (વઘાર માટે), ૧/૪ ટીસ્પૂન રાઈ, પ્રમાણસર મીઠું, સૂકી કોથમીર (ઝીણી સમારેલી), લીંબુના ટુકડા (મરજીયાત).

રીત ઃ ૧. કથરોટમાં ભાત (મસળીને) ચણાનો લોટ, ઘઉંનો આટો, ૧ ટીસ્પૂન તેલ, લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર, મીઠું અને દહીં ભેગાં કરી ઘટ્ટ ડબકા મૂકી શકાય તેવું મિશ્રણ તૈયાર કરવું. ૨. તપેલામાં ૨ ટીસ્પૂન તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાંખવી, રાઈ તતડે એટલે હિંગ છાશ અને મીઠું નાંખવા. ઉકાળો આવવા દેવો. ૩. ઉકળતી છાશમાં ડબકાં તરશે. તાપ ધીમો કરી, ૫ મિનિટ સુધી ખદખદવાં દેવાં, હલાવવું નહિ. ગેસ બંધ કરવો. ૫ મિનિટ છીબું ઢાંકી દેવું. ૪. રસા સાથે ડબકા ખાવાના ઉપયોગમાં લેવા. ૫. લીલી કોથમીરની ચટણી, ખાખરા અને પાપડ સાથે ખાવામાં અનેરો આનંદ આવે છે.

૫૧. વઘારેલું દહીં

સામગ્રી ઃ ૫૦૦ ગ્રામ દહીં, તેલ, રાઈ-જીરું, હિંગ, સૂકો લીમડો, મીઠું પ્રમાણસર, ૧ ચમચી લાલ મરચું, ૧/૨ ચમચી ધાણાજીરું, ૧/૪ ચમચી હળદર.

રીત ઃ દહીંને ગરમ કરીને વલોવી લેવું. (ગરમ કરવા કુકરમાં દહીંને ભાંગ્યા વિના આખી તપેલી અંદર મૂકવી અને સીટી વગાડવી એટલે બરાબર ગરમ થઈ જશે.) તપેલીમાં તેલનો વઘાર મૂકવો. તેમાં રાઈ, જીરું, હિંગ અને લીમડો અને હળદર નાંખવા. રાઈ તતડે એટલે તેમાં મરચું નાંખી તરત દહીં નાંખી દેવું અને ગેસ બંધ કરી મીઠું અને ધાણાજીરું નાંખવા.

નોંધ ઃ મીઠું જ્યારે દહીં વાપરવું હોય ત્યારે નાંખીએ તો વધુ સારું. મીઠાથી દહીં જલ્દી ખાટું થઈ જાય છે.

૫૨. સાંભાર

સામગ્રી ઃ ૧ કપ તુવેરની દાળ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ ટેબલસ્પૂન આંબોળિયાનો ભૂકો કે આંબલી, ૧ ટેબલસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન સૂકા લીલાં મરચાં વાટેલાં, ૧/૨ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૧ ટીસ્પૂન સંભાર મસાલો, ૪ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), મીઠું પ્રમાણસર.

વઘાર માટે ઃ ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૧ ટીસ્પૂન અડદની દાળ, ૧/૨ ટીસ્પૂન રાઈ, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું ચપટી હિંગ, લીમડો સૂકો.

૫૩. રસમ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ તુવેર દાળ, ૨ ચમચા આમલી, રસમ મસાલો, લાલ મરચું, થોડી સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), સૂકો લીમડો, તેલ ૧ ચમચો વઘાર માટે, ચપટી સૂંઠ પાવડર.

રીત ઃ આમલીને અડધો કલાક પાણીમાં પલાળવી. તુવેરની દાળ ધોઈને તેમાં પાણી નાંખી કુકરમાં બાફવા મૂકવી. બફાઈ જાય એટલે તેમાં ઝેરણી ફેરવવી. એક તપેલામાં તેલ મૂકવું. ચઢે એટલે તેમાં સૂંઠ પાવડર અને રસમ મસાલો નાંખવો. ૧ મિનિટ સાંતળવું. પછી તેમાં લાલ મરચું નાંખી દાળ નાંખવી. તેને હલાવવું. તેમાં આમલી પલાળેલું પાણી નાંખવું. (આમલીને નીચોવીને લઈ લેવી). હળદર અને મીઠું નાંખી ઉકળવા દેવું. ઉકળે એટલે તેમાં કોથમીર નાખી ઉતારી લેવું. ગરમાગરમ રસમ બાઉલમાં લઈને તેમાં વડા નાંખીને પીરસવું.

નોંધ ઃ રસમ બહુ પાતળો હોય છે, લગભગ ૧ કપ દાળનો ૧ લિટર જેટલો રસમ બનશે.

રોટલી-પરોઠા- થેપલાં

૧. સાદી રોટલી....., ૨. તળેલી રોટલી....., ૩. તળલી મીઠી રોટલી....., ૪. બપડી રોટલી....., ૫. વેઢમી (પૂરણપોળી)....., ૬. વેેઢમી....., ૭. કોથમીરના પરોઠા/પનીરના પરોઠા/સાદા મસાલા પરોઠા/ મગની દાળના પરોઠા....., ૮. સૂકા લાલ ચણા પરોઠા....., ૯. સાદી પૂરી....., ૧૦. મસાલા પૂરી....., ૧૧. સાદા પોતાયા (થેપલાં)....., ૧૨. મુગડી (તીખી/મીઠી)....., ૧૩. ભાતના ધાયડા....., ૧૪. ખોપટું....., ૧૫. અડદનો રોટલો....., ૧૬. બાજરીનો રોટલો/મકાઈનો રોટલો/ જુવારનો રોટલો/નાચનીનો રોટલો....., ૧૭. ઠેઠા/બાટી/ રામટોટા/રોટકા....., ૧૮. ચપટીવાળો મારવાડી રોટલો....., ૧૯. સાદી ભાખરી....., ૨૦. મસાલા ભાખરી....., ૨૧. નાન....., ૨૨. રુમાલી રોટી....., ૨૩. રેશમી પરાઠા/પંજાબી પરાઠા....., ૨૪. મેથી-મગની દાળના ઢેબરા....., ૨૫. મેથીભાજીના ઢેબરા....., ૨૬. બંગાળી પૂરી....., ૨૭. મીસ્સી રોટી.....

૧. સાદી રોટલી

રોજ જ જોઈતી પૌષ્ટિક વાનગી.

સામગ્રી ઃ ૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૩/૪ કપ પાણી (લગભગ), મીઠું પ્રમાણસર (મરજીયાત), ૧ ટીસ્પૂન ઘી (તૈયાર લોટને ચોપડવા માટે-મરજીયાત), ઘઉંનું અટામણ (જરૂર પ્રમાણે), ઘી (તૈયાર રોટલીને ચોપડવા)

રીત ઃ ૧. બે કપ લોટ ચળીને લેવો. ૨. થાળીમાં લોટ અને મીઠું ભેગાં કરવાં. પાણીથી નરમ લોટ બાંધવો. થોડું પાણી છાંટી, ૧૫-૨૦ મિનિટ સુધી લોટ ઢાંકી રાખવો. એક ચમચી ઘી લગાવી લોટને ફરીથી સુંવાળો કરવો. થાળીને ચોંટવો ન જોઈએ. ૩. લોટના એક સરખા ૩૦ ગોળ લૂઆ કરવા. લૂઆને હાથેથી જરા દબાવવા. એક એક લૂઓ લઈ ઓરસિયા ઉપર એક સરખી ગોળાકાર રોટલી વણવી. સહેલાઈથી વણી શકાય એને માટે વણતી વખતે અટામણનો ઉપયોગ કરવો. ૪. તવો ગરમ કરવો રોટલી ઉપરનું વધારાનું અટામણ કાઢી, તવા ઉપર મૂકવી, પાંચ સેકન્ડ પછી ચીપિયાથી બીજુ બાજું ફેરવવું. ઉપરનું પડ જરા ફૂલે ત્યારે ચીપિયાથી સાચવીને લઈ આ પડને સીધા જ ગેસ પર મૂકી, તાપ વધુ કરવો. રોટલી ફૂલશે. તરત જ ગેસ પરથી લઈ લેવી. (બને ત્યાં સુધી ડાઘા પડવા દેવા નહિ અથવા રોટલી પાછી ફેરવીને કપડાં વડે હલકે હાથે ફેરવીને ફુલાવવી) ૫. નાની થાળીમાં મૂકી સરખું ઘી ચોપડવું, કિનારીઓ કોરી રહેવી જોઈએ નહિ. બાકી રહેલી બધી રોટલીઓ આ પ્રમાણે કરવી. શાક અને અથાણા સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ઃ ૧. ત્રણ ચાર રોટલી પછી કપડાથી તવો લૂછવો. ૨. રોટલીઓ પહેલેથી કરી રાખવી હોય તો ઝીણા કપડાંમાં એક ઉપર એક મૂકી, ડબ્બામાં અથવા કેસરોલમાં મૂકવી, ફોઈલમાં પણ મૂકી શકાય. ૩. વધેલી રોટલીઓના સાદા ખાખરા થઈ શકે. ૪. ૧-૩/૪ ઘઉંના લોટમાં ૧/૪ કપ સોયાબીન, બાજરી, જુવાર અથવા નાચનીનો લોટ પણ વપરાય.

૨. તળેલી સાદી રોટલી

સામગ્રી ઃ ૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન ઘી (લોટ બાંધવો), ૩-૪ ટેબલસ્પૂન પાણી, પ્રમાણસર મીઠું (મરજિયાત), ૧/૨ ટીસ્પૂન ઘી (તૈયાર લોટને ચોપડવા માટે), ઘઉંનું અટામણ (જરૂર પ્રમાણે), ૬ ટીસ્પૂન ઘી (રોટલી ઉપર ચોપડવા).

રીત ઃ ૧. લોટ ચાળીને લેવો. એક કથરોટમાં ૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, મીઠું અને ૨ ટીસ્પૂન ઘી ભેગાં કરી, પાણીથી ઢીલો રોટલીના લોટ જેવો લોટ બાંધવો. ૧૫-૨૦ મિનિટ સુધી ઢાંકીને રાખવો. લોટ ઉપર થોડું ઘી ચોપડી, ફરીથી લોટ સુંવાળો કરવો. થાળીને ચોંટવો ન જોઈએ. ૨.

લોટ ચાળીને લેવો. એક કથરોટમાં ૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, મીઠું અને ૨ ટીસ્પૂન ઘી ભેગાં કરી, પાણીથી ઢીલો રોટલીના લોટ જેવો લોટ બાંધવો. ૧૫-૨૦ મિનિટ સુધી ઢાંકીને રાખવો. લોટ ઉપર થોડું ઘી ચોપડી, ફરીથી લોટ સુંવાળો કરવો. થાળીને ચોંટવો ન જોઈએ. ૨. લોટના ૪ સરખા લૂઆ કરવા. હલકે હાથે દબાવી એની ૨-૩ ઈંચની ગોળ રોટલી વણવી. એના ઉપર ઘી ચોપડી, અટામણ ભભરાવવું, રોટલીને વાટાની જેમ વાળવી, વાટાને ગોળાકારમાં વાળવો. હલકે હાથે દબાવી ફરીથી ૪-૫ ઈંચની ગોળ રોટલી વણવી. વણતી વખતે અટામણનો ઉપયોગ કરવો. ૩. મધ્યમ તાપે તવાને ગરમ કરવો. વધારાનું અટામણ ખંખેરી રોટલીને તવા ઉપર મૂકવી. નીચેની બાજુ બદામી રંગનાં ટપકાં દેખાય એટલે ફેરવવી. રોટલીને ફરતું ઘી રેડવું. ઉપર થોડું રેડવું. તાવેથાથી હલકે હાથે દબાવવી. બંને બાજુ બદામી રંગ થાય એટલે રોટલી ઉતારી લેવી. ગરમ ગરમ પીરસવી. ૪. બીજી રોટલીઓ આ જ રીતે કરવી.

૩. તળેલી મીઠી રોટલી

રોટલી બનાવવાની રીત સાદી તળેલી રોટલી પ્રમાણે. ઘીની સાથે જ્યારે અટામણ ભભરાવો ત્યારે સ્વાદ પ્રમાણે અટામણના બદલે ૧/૨ દળેલી ખાંડ ભભરાવવી.

૪. બપડી રોટલી

ખૂબ જ પાતળી રોટલી. કેરીના રસ સાથે લેવાય છે.

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૬ ટેબલસ્પૂન પાણી (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, ઘઉંનું અટામણ (જરૂર પ્રમાણે), વિઘારેલું ઘી (રોટલી ઉપર ચોપડવા), મલમલનું કપડું અથવા એક નેપકીન (રોટલી ફૂલવવા માટે)

રીત ૦: ૧. લોટ ચાળીને લેવો. બધું ભેગું કરીને ઢીલો લોટ બાંધવો. ૧૫-૨૦ મિનિટ સુધી લોટ ઢાંકી રાખવો. લોટ ફરીથી સુંવાળો કરવો. લોટના બે સરખા ભાગ કરવા. એક એક ભાગના સાત સાત લૂઆ કરવા. એક એક લૂઓ લઈ નાની નાની સાત પૂરી વણવી. ૨. એક પૂરી લઈ, એના ઉપર ઘી ચોપડવું, થોડું અટામણ ભભરાવવું (મરજીયાત), એની ઉપર બીજી પૂરી મૂકવી. એની ઉપર ઘી ચોપડી, અટામણ ભભરાવવો. આવી રીતે છ પૂરી ઉપર કરવું. સાતમી પૂરી ઉપર ઘી ન ચોપડવું. ૩. સાત પૂરીની એક થપ્પીને ૫"-૬"ના ગોળાકારમાં વણવી. ૪. મધ્યમ તાપે તવો મૂકવો. ગરમ થાય એટલે ૭ રોટલીની એક થપ્પીને તવા ઉપર મૂકવી. એક જ મિનિટમાં નીચેના

ભાગ ઉપર બદામી રંગના ડાઘા દેખાશે. તાવેથાથી ધીમેથી આખી થપ્પી ફેરવી. બીજું પડ શેકાવા દેવું. ૫. બે-ત્રણ મિનિટમાં જ બીજું પડ ફૂલવા માંડશે. નેપકીન કે કપડું લઈ રોટલીની વચ્ચે અને આજુબાજુ હલકે હાથે દબાવવી. રોટલી ફૂલશે. ૬. રોટલીઓ બંને બાજુથી બદામી રંગની થશે. તવા ઉપરથી લઈને થાળીમાં ઠરવા દેવી. ૭. ધીમેથી રોટલીઓ છૂટી પાડવી. દરેક રોટલી ઉપર ઘી ચોપડતા જવું. કિનારી ઉપર બરાબર ચોપડવું. ૮. રોટલીઓને સુંવાળા કપડામાં વીંટાળી ડબ્બામાં મૂકવી. રોટલી નરમ અને ગરમ રહેશે. ૯. બીજી સાત રોટલી પણ આ જ પ્રમાણે કરવી.

નોંધ ०: સાત રોટલીમાંથી પાંચ રોટલી નરમ રહેશે. પહેલી અને છેલ્લી રોટલી જરા કડક રહેશે. તેને શેકીને ખાખરાની જેમ વાપરી શકાય. ૨, ૩ કે ૪ રોટલીના કે વધારાના સેટ પણ બની શકે.

૫. વેઢમી/પૂરણપોળી

પૌષ્ટિક, સ્વાદિષ્ટ અને મશહૂર વાનગી.

સામગ્રી ०: ૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૩/૪ કપ પાણી લોટ બાંધવા માટે (લગભગ), ઘઉંનું અટામણ (જરૂર પ્રમાણે), ૨ ટીસ્પૂન ઘી (મોણ માટે), ૧ કપ તુવેરની દાળ, ૧ કપ ખાંડ, ૧ ટીસ્પૂન કેસર (વાટેલું), ૧ ટીસ્પૂન ઈલાયચીનો ભૂકો, ચપટી જાયફળનો ભૂકો (મરજીયાત), ૨ ચમચી ઘી (સીઝવેલી દાળમાં નાંખવા જેથી દાળ ઉડે નહિ), ૨ કપ પાણી, ઘી (જરૂર પ્રમાણે).

રીત ०: ૧. એક કથરોટમાં લોટ ચાળીને લેવો. લોટને નરમ બાંધવો. ૧૫-૨૦ મિનિટ ઢાંકી મૂકી રાખવો. ૨. તુવેરની દાળને નવશેકા પાણીથી ૫-૬ વાર બરાબર ધોવી. ૨ કપ પાણીમાં એક કલાક સુધી પલાળી રાખવી. ૩. તપેલામાં પલાળેલી દાળને પ્રેશર કૂકરમાં ત્રણ સીટી સુધી સીઝવવા મૂકવી. દાળ બહાર કાઢી વધારાનું પાણી કાઢી લેવું. આ પાણીનું ગોળ કોકમવાળું ઓસામણ સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. ૧૦ મિનિટ સુધી દાળ બાજુમાં રાખવી. ખાંડ ભેળવી, સુંવાળી થાય ત્યાં સુધી બરાબર ઘૂંટવી. (દાળને છૂટી પડે તે પૂરતું પાણી નાંખી સીઝવી શકાય છે.) ૪. દાળને મધ્યમ તાપે મૂકવી. ૨ ચમચી ઘી નાંખવું. દાળ ઘટ્ટ થાય અને એમાં રહેલું પાણી બળી જાય અને તાવેથાને ચીટકે નહિ ત્યાં સુધી હલાવવી. દાળ દાઝે નહિ એનું ધ્યાન રાખવું. લગભગ ૨૫-૩૦ મિનિટ થશે. ૫. ગેસ ઉપરથી ઉતારી, કેસર, જાયફળ અને ઈલાયચી નાંખી પૂરણ બરાબર હલાવવું ઠંડુ થવા દેવું. ૬. પૂરણના ૧૫ સરખા ગોળ લૂઆ કરવા. હથેળી પર થોડું ઘી લગાડી ઘઉંનો સુંવાળો કરવો. એના એક સરખા ૧૫ લૂઆ કરવા. ૭. એક લૂઆની ૩"-૪"ના

ગોળાકારની રોટલી વણી એની વચ્ચે પૂરણનો એક લૂઓ મૂકવો. રોટલી બધી બાજુથી બંધ કરવી. ફરીથી ૪"-૫"ની ગોળાકારમાં વણવી. જરૂર પડે તો અટામણ લેવું. ૮. મધ્યમ તાપે તવો ગરમ કરી, પૂરણપોળી સીઝવવા મૂકવી. તાવેથાથી ફેરવવી. બંને બાજુએ બદામી રંગ થાય એટલે લઈ લેવી. બંને બાજુએ ઘી ચોપડવું. બધી પૂરણપોળી આ રીતે કરવી. કઢી અથવા અડદની દાળ સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ ચણાની દાળનું પૂરણ પણ બનાવી શકાય.

૬. વેઢમી

પર્યુષણ અથવા તિથિને દિવસે ખાસ વપરાય છે.

લોટ માટે સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન વિઘારેલું ઘી (મોણ માટે), ૧/૩ કપ પાણી (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, ઘઉંનું અટામણ (વણવા માટે), ઘી (ચોપડવા માટે)

પુરણ માટે સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ વડી, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૩/૪ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, પાણી (વડીઓ પલાળવા જરૂર પ્રમાણે), ૨ ટીસ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ૧/૨ ટીસ્પૂન તેલ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. આટાને ચાળીને લેવો. મીઠું, ઘી અને પાણીથી રોટલી જેવો નરમ લોટ તૈયાર કરવો. ૧૫-૨૦ મિનિટ ઢાંકીને બાજુએ મૂકવો. ૨. વડીઓને પાણીમાં ૨૦ મિનિટ સુધી પલાળવી. વડીઓ પાણી શોષી લેશે. ૩. વડીઓમાં બધો મસાલો નાંખી, પૂરણ તૈયાર કરવું, આ પૂરણના ૮ સરખા લૂઆ કરવા. ૪. લોટને બરાબર મસળી ૮ સરખા લૂઆ કરવા. એક લૂઓ લઈ એની ૩" થી ૪" ગોળાકારની રોટલી વણવી. થોડું ઘી ચોપડવું. વડીઓનો એક લુઓ એના ઉપર મૂકવો અને રોટલી વાળીને વડીઓ કવર કરવી. સહેજ દબાવવું. ૫. રેશમીને ગરમ તવા પર શેકવી. બંને બાજુ બદામી રંગની થાય એટલે ૧ ચમચી ઘી રેડી, તાવેથાથી ફેરવવી. નીચે ઉતારી લેવી.

નોંધ ૦ઃ ૧. જો ઘીથી ન તળવી હોય તો શેકેલી રેઢમીને તવા ઉપરથી લઈ લેવી. એના ઉપર કાંટાથી અથવા છરીથી કાપા પાડી ઘી ચોપડવું. ૨. ચટણી અથવા અથાણા સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી. ૩. તવા ઉપરથી લઈને વેઢમીને છૂટી રાખવી. ઠંડી પડે ત્યારે ઉપરા ઉપર મૂકવી. થપ્પી કરી ડબ્બામાં ભરવી. ૪. પૂરણમાં ૧ ટીસ્પૂન અજમો અથવા ૧ ટીસ્પૂન આખું જીરું પણ નાંખી શકાય. ૫. ચોળાની દાળ અથવા મગની ફોતરાંવાળી દાળનું પૂરણ પણ થઈ શકે. ૬. કોઈ પણ

દાળને ૪ કલાક પલાળવી. ૭. દાળને વાટવી, એમાં હિંગ, લાલ મરચું અને મીઠું નાંખવાં. ઉપર પ્રમાણે વેઢમી બનાવવી.

૭. સૂકી કોથમીરના પરાઠા

વડીના પુરણની જેમ ફક્ત સૂકી કોથમીરનો મસાલો તૈયાર કરવો. રોટલીની ઉપર વડીના લૂઆની જગ્યાએ કોમથીરનો થોડો મસાલો ભરવો.

પનીરના પરોઠા ઃ કોથમીરના જગ્યાએ પનીર નાખીને મસાલો તૈયાર કરવો.

સાદા મસાલાના પરોઠા ઃ ફક્ત મસાલો અને ઘી નાખીને પરાઠા કરવા.

મગની દાળના પરોઠા ઃ મોગરદાળને બાફીને મસાલો કરી પરોઠા કરવા.

૮. લાલ ચણાના પરોઠા

સામગ્રી ઃ ૧-૧/૨ કપ લાલ ચણા (કઠોળ), ચપટી સોડા, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ પ્રમાણસર, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું, ચપટી હિંગ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૧ ટીસ્પૂન વાટેલા સૂકાં લીલાં મરચાં, ૧ ચમચી આમચૂર પાવડર, ૩ ટેબલ સ્પૂન, ઝીણી સૂકી કોથમીર, ૨ કપ ઘઉંનો લોટ, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧. ચણાને ૬ કલાક પાણીમાં પલાળી, કૂકરમાં ચપટી સોડા નાંખી બાફવા. ૨. ચણાને મિકસરમાં સહેજ ક્રશ કરવા. ૩. એક વાસણમાં તેલ ગરમ મૂકી તેમાં જીરું નાંખવું. જીરું તતડે ત્યારે હિંગ નાંખી ચણાના માવાને તેમાં નાંખવો. ૪. તેમાં બધો મસાલો નાંખી બરાબર હલાવી ગેસ પરની નીચે ઉતારી ઠંડુ થવા દેવું. ૫. ઘઉંના લોટમાં મીઠું, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલ નાંખી રોટલી જેવો લોટ બાંધવો. ૬. રોટલી વણી તેમાં પૂરણ ભરી, કચોરીની જેમ વાળી ફરીથી વણવું. ૭. નોનસ્ટીક પેનમાં તેલ મૂકી પરોઠા સાંતળવા.

૯. સાદી પૂરી

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન તેલ અથવા ઘીનું મોણ, ૫ ટેબલસ્પૂન પાણી (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, (જરૂર હોય તો), ૧/૪ ટીસ્પૂન તેલ (લોટ પર ચોપડવા), ઘી અથવા તેલ (તળવા માટે)

રીત ૦: ૧. લોટને ચાળવો એક કથરોટમાં ઘઉંનો લોટ, મીઠું, તેલ અથવા ઘી ભેગાં કરી પાણીથી રોટલી કરતા કઠણ લોટ બાંધવો. ૧૦ મિનિટ સુધી ઢાંકીને રહેવા દેવો. થોડું તેલ લઈ લોટને સરખ મસળવો. ૨. લોટના એક સરખા ૨૫ લૂઆ કરી સરખી પૂરી વણવી. ૩. કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરવું. સારું એવું ગરમ થાય ત્યારે જ પૂરીઓ તળવી. ગરમ ગરમ ઉપયોગમાં લેવી.

નોંધ ૦: લૂઆને વણતાં પહેલાં તેલ લગાડી ડબ્બામાં રાખી શકાય.

૧૦. મસાલા પૂરી

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૩/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું (મરજિયાત), ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન તેલ અથવા ઘી, ૫ ટેબલસ્પૂન પાણી (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૪ ટીસ્પૂન તેલ (લોટ ઉપર ચોપડવા), તેલ તળવા માટે.

રીત ૦: સાદી પૂરીની રીત પ્રમાણે પૂરીઓ કરવી.

૧૧. સાદાં પોતાયાં (થેપલાં)

સામગ્રી ૦: ૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૩/૪ કપ ખાટું દહીં, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ ટેબલસ્પૂન તેલનું મોણ, ૧ ટીસ્પૂન અજમો (મરજિયાત), પ્રમાણસર મીઠું, પાણી (જરૂર પ્રમાણે- લોટ બાંધવા), ઘઉંના લોટનું અટામણ (જરૂર પ્રમાણે), તેલ (તળવા માટે).

રીત ૦: ૧. લોટ ચાળીને લેવો. એક થાળીમાં ઘઉંનો લોટ, તેલનું મોણ, લાલ મરચું, ધાણાજીરું, હળદર અને મીઠું ભેગાં કરી, દહીંથી રોટલી જેવો ઢીલો લોટ બાંધવો. દહીં ઓછું લાગે તો થોડું પાણી લેવું. દસ મિનિટ સુધી લોટ ઢાંકી રાખવો. ૨. લોટના લૂઆ કરવા. એક લૂઓ લઈ થેપલું વણવું. ચીટકે તો અટામણ વાપરવું. ૩. તવો મધ્યમ તાપે મૂકવો. એના ઉપર થેપલું મૂકવું. અંદરની બાજુ થોડી શેકાય એટલે પડ ફેરવવું. બીજી બાજુ બદામી દેખાય ત્યારે થેપલાની ફરતે અને ઉપર થોડું તેલ નાંખવું. તાવેથાથી હલકે હાથે દબાવવું. થેપલું ફૂલે પણ ખરું અને ન પણ ફૂલે. બંને બાજુ બદામી ભાત પડે ત્યારે થેપલું લઈ લેવું. થેપલાને દરેક વખતે તાવેથાથી ફેરવવું. આજ રીતે બીજા થેપલાં તૈયાર કરવાં.

નોંધ ૦: ૧. પાણી લીધું હોય તો બીજે દિવસે ન ચાલે. ૨. ફક્ત દહીંવાળા બે દિવસ ચાલે. ૩. સવારના મગ અને ભાત પડ્યા હોય તો તે લોટમાં નાંખીને પોતાયા બનાવાય પરંતુ બીજે દિવસે ન ચાલે. ૪. સૂકી મેથી, સૂકી કોથમીર, રાંધેલી જાડી દાળના પણ પોતાયા બનાવી શકાય.

૧૨. લીલી મુગડીની રોટલી તીખી-મીઠી

૧ કપ તૈયાર ખીચડી, છીલ્ટાવાળી દાળ અને ચોખાની, ૨ કપ ઘઉંનો લોટ (લગભગ) ૧ કપ ગોળ (ઝીણો કતરેલો), ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન તલ, પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૨ કપ ઘી અથવા તેલ, ઘઉંનું અટામણ, ઘી (મુગડી ઉપર ચોપડવા)

રીત ૦: ૧ ગરમ ખીચડીમાં ગોળ, ઘી અને મસાલો ભેળવવો, ખીચડી મસળવી, મુગડી વણી શકાય એટલો જ લોટ ભેળવી લોટ બાંધવો.

અથવા ૦: કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરવું. નીચે ઉતારી ગોળ નાંખવો. ગોળ ઢીલો થાય એટલે ઉપરની જેમ ખીચડીમાં ગોળ, મસાલો અને લોટ ભેળવી લોટ બાંધવો.

૨. લોટના ૫૦ લૂઆ કરવા. દરેક લૂઆની ગોળાકારની મુગડી વણવી. જરૂર હોય તો અટામણ લેવું. ૩. તવો ગરમ કરી, મુંગડી બંને બાજુએ રોટલીની જેમ સીઝવીને લેવી. ૪. નાના થાળીમાં મૂકી, સરખું ઘી ચોપડવું, કિનારીઓ કોરી રહેવી નહિ જોઈએ.

નોંધ ૦: ૧. મુંગડી જાડી કે પાતળી, દરેકની ઈચ્છા મુજબ કરવી. ૨. તીખી મુંગડી કરવી હોય તો ગોળ નહીં નાંખવો.

૧૩. ભાતના ધાયડાં ૦:

વધેલા ભાતની સ્વાદિષ્ટ વાનગી.

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ભાત, ૧/૪ કપ ચણાનો લોટ, ૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ ટીસ્પૂન ખાંડ (મરજિયાત), ૧/૨ ટીસ્પૂન આમચૂર પાવડર (મરજિયાત), ૨ ટીસ્પૂન તેલ, ગરમ કરેલું ૧/૨ કપ દહીં (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, તેલ (ધાયડાં તળવા માટે).

રીત ૦: ૧. એક થાળીમાં તળવાના તેલ સિવાય બધું જ ભેગું કરી ઢીલો લોટ બાંધવો. ૨. લોટના ૮ સરખા લૂઆ કરવા. એક એક લૂઆને ગોળાકારમાં બંને હથેળી વચ્ચે દબાવી દેવો. લગભગ

પૂરી જેવો આકાર થશે. ઘાયડાંને તવા ઉપર શેકવા. ૩. લીલી ચટણી, ટામેટાના સોસ અથવા અથાણા સાથે પીરસવા.

નોંધ ઃ લોટ બાંધી તરત જ ઘાયડાં શેકવા.

૧૪. ખોપટું

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, મીઠું પ્રમાણસર, ૩/૪ કપ પાણી, ઘી બે ચમચી.

રીત ઃ ૧. એક નાની થાળીમાં લોટ લઈ, મીઠું નાંખી પાણીથી લોટ બાંધવો. લોટ રોટલી કરતાં પણ ઢીલો જોઈએ. ૨. તવાને ગરમ કરી તેની ઉપર ઘી મૂકી બાંધેલો લોટ તે ઘીમાં કરીને પડ ફેરવી તવીની ઉપર જ હાથેથી થેપવું. અને ગોળ શેપ આપવો. (હાથેથી બળે તો ચમચીથી થેપીને જાડી રોટલી જેવું કરવું.) ૩. તેને ઢાંકી લેવું. બે મિનિટ પછી ઢાંકણ ઊંચકીને તે ખોપટાને જોવું. નીચેનો બાજુ બદામી રંગનો થાય એટલે તમારું ખોપટું તૈયાર.

નોંધ ઃ આને તમે દહીં, ચટણી અથવા મેથીના સંભાર સાથે નાસ્તામાં ઉપયોગમાં લઈ શકો છો.

૧૫. અડદનો રોટલો

સામગ્રી ઃ ૧ કપ અડદનો આટો, ૧/૨ ટીસ્પૂન અજમો, ૧/૪ કપ પાણી (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, ૨ ટીસ્પૂન તલનું તેલ (તવા ઉપર લગાવવા), અડદના આટાનું અટામણ (જરૂર પ્રમાણે), (માટીની તાવડી હોય તો સારું)

રીત ઃ ૧. એક થાળીમાં બધું જ ભેગું કરી, ભાખરી જેવી જરાક કઠણ લોટ બાંધવો, લોટના બે લૂઆ કરવા. ૨. જાડી તવી ધીમે તાપે મૂકવી. એના ઉપર એક ચમચી તેલ લગાવી, રોટલો હાથથી થેપી પાથરવો. ૩. ધીમે તાપે નીચેનું પડ કડક સીઝવા દેવું, પછી બીજું પડ શેકવું, જરૂર લાગે તો તેલ નાંખી ફરી સીઝવા દેવો. ૪. આ રોટલો કડક સારો લાગે. બને તો તાવડી ઉપર જ રાખવો. ગોળ સાથે સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. ઓરસિયા ઉપર થેપીને પણ કરી શકાય.

૧૬. બાજરીનો રોટલો, મકાઈનો રોટલો, જુવાર નાચણીના રોટલા

સામગ્રી ઃ ૧ કપ બાજરીનો લોટ, ૧/૨ કપ પાણી (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, બાજરીના લોટનું અટામણ (જરૂર પ્રમાણે), ઘી (વિઘારેલું - રોટલા ઉપર ચોપડવા.

રીત ૦ઃ ૧. એક કથરોટમાં બાજરીનો લોટ અને મીઠું ભેગા કરી, ખૂબ મસળીને સુંવાળો લોટ બાંધવો.

૨. લોટના ૪ સરખા લૂઆ કરવા. એક લૂઓ લઈ, અટામણમાં બોળી, ઓરસિયા ઉપર હાથથી રોટલો થેપવો. ૩. તવો મધ્યમ તાપે મૂકવો. રોટલાને હલકા હાથે એના ઉપર મૂકવો. એક બાજુ ભાત પડે એટલે બીજી બાજુ ફેરવવો. નીચેના રોટલા ઉપર કાળી છાંટ પડે એટલે ઉપરની બાજુનો રોટલો ચીપિયાથી સીધો જ ગેસ ઉપર મૂકવો. ગેસ ઉપર મૂકતી વખતે ગેસ તેજ કરવો. રોટલો દડાની જેમ ફૂલશે. તરત જ ફેરવવો. બંને બાજુથી ફુલાવી, ગેસ ઉપરથી લઈ લેવો. ૪. ઉપરના પાતળા પડ ઉપર અને એના નીચે ઘી ચોપડવું.

નોંધ ૦ઃ ૧. બાજરીનો લોટ, રોટલા થેપતાં પહેલાં જ બાંધવો. વહેલો બાંધેલો લોટ કડવો જઈ જાય. ૨. આ જ રીતે મકાઈ નાચની અને જુવારના પણ રોટલા થઈ શકે છે. ૩. આ બધા રોટલાઓ માટીના તવા પર કરવાથી વધુ મીઠા લાગે છે. ૪. મકાઈમાં થોડો અજમો નાખવો.

૧૭. ઠેઠા, બાટી, રામરોટી, રોટકા

બાટી દાળ તરીકે વધુ જાણીતી આ પરંપરાગત વાનગી ગોળ અને દાળ સાથે લેવાથી સ્વાદિષ્ટ લાગે છે.

સામગ્રી ૦ઃ ૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧૧ ટેબલસ્પૂન વિઘારેલું ઘી (લગભગ), ૧/૨ કપ પાણી લોટ બાંધવા (લગભગ),

૧/૨ ટીસ્પૂન મીઠું, ઘી (વિઘારેલું-ઠેઠા પલાળવા)

રીત ૦ઃ ૧. ઘઉંનો લોટ, ઘી અને પાણી ભેગાં કરી, ભાખરી જેવો લોટ બાંધવો. ૨. લોટના એક સરખા ૧૫ લૂઆ કરવા. એક એક લૂઓ લઈ, ખૂબ મસળી, એકદમ સુંવાળો કરી, ગોળ વાળવો. ૩. પ્રેશર કૂકરમાં છ સીટી સુધી બાફવા મૂકવા. બહાર કાઢી સગડી અથવા ગેસ પર જાળી મૂકી શેકવા, ચીપિયાથી ફેરવતા રહેવું. અંદર અને બહારની બાજુથી બરાબર શેકાઈ જાય એટલે થાળીમાં લઈ એના ટુકડા કરવા અથવા આખા રાખવા. ઉપરથી ઘી રેડવું. અથવા તપેલીમાં મૂકેલ ઘીમાં બોળવા. ૩૦ મિનિટ પછી ચીપિયાથી ઉંચકીને પીરસવા. (રામરોટા માટે ૦ઃ બાફેલા રોટાના નાના ટુકડા કરી ઘીમાં ગુલાબી રંગના થાય ત્યાં સુધી તળવા તે રામરોટા બની જશે.) ૪. રોટકા (બાટી) માટે ૦ઃ રોટકા બાફવાની બદલીમાં સીધા ઓવનમાં શેકી લેવા. થોડીવારે ફેરવીને

બધી બાજુથી લાલ કરવા. ઓવન ન હોય તો તવા ઉપર મૂકી તેની પર રોટકા મૂકવા તેની ઉપર કડાયું ઢાંકી દેવું.

નોંધ ૦: ૧. ગોળ અથવા દાળ સાથે પીરસવા.

૧૮. ચપટીવાળો મારવાડી રોટલો

સામગ્રી ૦: ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, ૪-૫ ટેબલસ્પૂન વિઘારેલું ઘી/તેલ, ૩ ટેબલસ્પૂન પાણી, પ્રમાણસર મીઠું, વિઘારેલું ઘી (તૈયાર રોટલા માટે મરજિયાત)

રીત ૦: લોટને ચાળવો, એક કથરોટમાં લોટ, મીઠું અને ઘી મોણનું બરાબર મિશ્રણ કરવું અને પાણીથી કઠણ લોટ બાંધવો, ૧૦-૧૫ મિનિટ ઢાંકીને રાખવો. પાછો સારો મસળો. ૨. લોટનો એક મોટો લૂઓ કરી ૧/૨" જાડો રોટલો વણવો. ૩. તવો ગરમ થાય એટલે ધીમા તાપે કરી રોટલો તવા ઉપર નાખવો. છરીથી ઘોબા કરવા (ફૂલે નહીં તેની માટે) ૪. નીચેનું પડ થોડું લાલ થાય એટલે રોટલાને ફેરવી લેવું. બીજી બાજુએ આંગળીથી ચપટીઓ ભરવી. ૫. નીચેની બાજુ ગુલાબી રંગની થાય ત્યાં સુધી કપડાથી થોડું ઘસવું. ૬. પછી પાંચ મિનિટ રોટલો મધ્યમ તાપે ઊંધો કરી (તવીની ઉપર જાળી મૂકીને) ચપટીવાળો ભાગ તવાની તરફ રહે એ રીતે રાખવો. કિનારી થોડીલાલ ન થાય. ચીપિયાથી પકડીને સીધું ફ્લેમ પર કરવો. ૭. નીચે ઉતારી તરત ઘી લગાડવું.

૧૯. સાદી ભાખરી

સામગ્રી ૦: ૧-૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૭-૮ ટેબલસ્પૂન વઘારેલું ઘી/તેલ, ૪ ટેબલસ્પૂન પાણી અથવા દૂધ (લગભગ), પ્રમાણસર મીઠું, વિઘારેલું ઘી (તૈયાર ભાખરી માટે મરજીયાત)

રીત ૦: ૧. લોટને ચાળવો, એક કથરોટમાં લોટ, મીઠું અને ઘીના મોણનું બરાબર મિશ્રણ કરી પાણીથી કઠણ લોટ બાંધવો. ૧૦-૧૫ મિનિટ ઢાંકીને રાખવો. દૂધથી બાંધવો હોય તો મીઠું લેવું નહિ. ૨. ઘી વાળા હાથ કરી લોટના ૮ ગોળ લૂઆ કરવા. લૂઆને સરખા દબાવી, ભાખરી વણવી. (ભાખરી જાડી અને નાની હોય છે). ૩. તવો ગરમ થાય એટલે મધ્યમ તાપે, બંને બાજુએ ભાખરીને સીઝવવી. પછી લાકડાના દટ્ટાથી ભાર આપી, દબાવી, બંને પડ બદામી રંગના થાય ત્યાં સુધી શેકવી. ભાખરીના ઉપર છરીથી ગોબા કરવા.

૪. તવા ઉપરથી તાવેથાથી ભાખરી ઉતારી, ઘી ચોપડવું, ગરમ ગરમ પીરસવી. ૫. બધી ભાખરીઓ આ રીતે તૈયાર કરવી.

૨૦. મસાલા ભાખરી

સામગ્રી ઃ ૧-૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૨ ટીસ્પૂન જીરું પીસેલું, ૭-૮ ટેબલસ્પૂન વિઘારેલું ઘી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ લોટમાં બધો મસાલો નાંખી સાદી ભાખરીની જેમ ભાખરી કરવી.

૨૧. નાન

સામગ્રી ઃ ૪ ચમચી સાકર, ૩ કપ મેંદો, ૫ ચમચી ઘી વઘારેલું, મીઠું પ્રમાણસર, બે ચમચી મીઠો સોડા, ૧/૨ કપ દહીં, ૧/૨ કપ દૂધ લોટ બાંધવા માટે.

રીત ઃ ૧. મેંદાને ચાળીને તેમાં મીઠું, સાકર, મોણ નાંખી હલાવવું, વચ્ચે ખાડો કરી મીઠો સોડા નાંખી દહીંથી કવર કરવું. પછી તેને ૧૦ મિનિટ રાખી બરાબર હલાવી લોટમાં મિક્સ કરી દૂધથી લોટ બાંધવો. દૂધ ઓછું લાગે તો પાણી અથવા દૂધ ઉમેરવું, ભીના કપડામાં બે કલાક રાખવો, પછી થોડો મસળીને તેમાં જરાક ઘી લઈ ફરીથી મસળો તેના લૂઆ પાડી શેપમાં વણવા. ૨. (જો તવી પર કરતા હો તો નાના વણવા) એક સાઈડ પર પાણી લગાડી પાણી વાળી સાઈડને ગરમ તવી પર ધીમા તાપે ૧ થી દોઢ મિનિટ રાખવી. પછી તેને તવી ઉપર ઉથલાવી સીધા ફ્લેમ પર શેકવું. (તંદુરમાં કરવું હોય તો મોટા વણવા, નાન શેકાશે એટલે તે જાળી ઉપર પડી જશે.)

૨૨. રૂમાલી રોટી

સામગ્રી ઃ ૨૫૦ ગ્રામ મેંદો, ૨ સ્પૂન ચોખાનો લોટ, ૧/૨ કપ ઘઉંનો લોટ, ૨ ચમચા દહીં, ૩ ટેબલસ્પૂન ઘી, પ્રમાણસર મીઠું ૧/૪ ચમચી.

રીત ઃ ત્રણે લોટ મિક્સ કરી મેંદા ચારણીથી ચાળવા તેમાં મીઠું અને ઘી નાંખી બરાબર હલાવવું. વચ્ચે ખાડો કરી સોડા નાખી દહીંથી કવર કરવું. ૧૦ મિનિટ પછી બરાબર હલાવી લોટમાં મિક્સ કરી ઠંડા પાણીથી રોટલી જેવા બાંધવો. તરત લૂઆ કરી મેંદાના અટામણથી એકદમ પાતળી રોટલી વણવી તવા ઉપર બે બાજુ સીઝવવી.

૨૩. રેશમી પરાઠા (પંજાબી પરાઠા)

રૂમાલી રોટી તૈયાર કરી ગરમ રોટલીને તરત જ સ્કેવર ફોલ્ડ કરી તવી ઉપર ઘી મૂકીને શેકવું.

૨૪. મેથી, મગની દાળનાં ઢેબરાં

સામગ્રી ૦ઃ ૧૦૦ ગ્રામ સૂકી મેથીની ભાજી, ૧૦૦ ગ્રામ મગની દાળ, ૨ ટીસ્પૂન વાટેલાં લીલાં મરચાં સૂકા, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૧/૪ ટીસ્પૂન જીરું, ૧/૨ કપ સૂકી કોથમીર, ૧/૨ કપથી ૧ કપ ઘઉંનો લોટ, તેલ પ્રમાણસર, અટામણ માટે પ્રમાણસર ચોખાનો લોટ, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. મેથીની ભાજીને ધોઈ નાંખવી. ૨. મગની દાળ ધોઈને થોડુંક પાણી નાંખી તેને ચડવા દેવી. તેમાં મેથીની ભાજી નાંખી લીલા મરચાં, હળદર, જીરું, મીઠું અને કોથમીર નાંખવા. ૩. દાળ ચડી જાય ત્યારે નીચે ઉતારી ઠંડી પાડવી. ૪. દાળમાં ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ નાંખવું અને ઘઉંનો લોટ જરૂર મુજબ નાંખી લોટ બાંધવો. ૫. અટામણ લઈ પાતળાં ઢેબરાં વણવાં. ૬. નોનસ્ટીક પેન પર તેલ મૂકી સાંતળવા.

૨૫. સૂકી મેથીની ભાજી અને બાજરીના ઢેબરાં

**સામગ્રી ૦ઃ ૧૦૦ ગ્રામ સૂકી મેથીની ભાજી, ૧૦૦ ગ્રામ બાજરીનો લોટ, ૫૦ ગ્રામ ઘઉંનો લોટ, ૧-૧/૨ ટીસ્પૂન વાટેલું મરચું, ૧/૨ ટીસ્પૂન અજમો, ૧/૨ કપ દહીં, ૧/૪ ટીસ્પૂન અજમો, ૧/૨ કપ દહીં, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ૨ ટેબલસ્પૂન ગોળ (મરજીયાત), તલ પ્રમાણસર, ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ + સાંતળવા માટે તેલ,
૧ ટેબલસ્પૂન તાજી મલાઈ, મીઠું પ્રમાણસર.**

રીત ૦ઃ મેથીની ભાજી, લોટ બધો મસાલો ભેગા કરી રોટલીની જેવો લોટ બાંધવો અને ઢેબરાં વણીને તવા ઉપર શેકવા.

૨૬. બંગાળી પૂરી

સામગ્રી ૦ઃ ઘઉંનો લોટ ૨૫૦ ગ્રામ, અડદની દાળ ૧૫૦ ગ્રામ, જીરું ૧ ચમચી, એલચી-૨, ઘી ૧૦૦ ગ્રામ.

રીત ૦ઃ ૧. અડદની દાળ સાફ કરી એક કલાક પહેલાં પલાળો. પછી તેને બારીક પીસી લો. ૨. કઢાઈમાં થોડા ઘીમાં લવિંગ એલચી અને જીરાંને શેકી લો. પછી બારીક પીસી અડદની દાળમાં

મિક્સ કરો. ૩. ઘઉંનો લોટ બાંધી તેના નાના નાના લૂઆમાં આ મસાલો ભરી પાતળી પૂરી વણી લો. ૪. કઢાઈમાં ઘી નાખી ખૂબ ગરમ કરી તેમાં પૂરી તળી લો. પૂરી ઉતારી ગરમ ગરમ ખાવા માટે પરોસો. આ સીતાફળના શાક સાથે વિશેષ રુપમાં સ્વાદિષ્ટ લાગે છે.

નોંધ ૦ઃ બંગાળી પૂરીની સામગ્રી તૈયાર કરતા સમયે તેમાં ચપટી હિંગ પીસીને નાખવાથી પૂરી સહેલાઈથી પચી જાય છે.

૨૭. મિસ્સી રોટી (ચણાના લોટની)

સામગ્રી ૦ઃ ઘઉંનો લોટ ૩૦૦ ગ્રામ, ચણાનો લોટ ૨૦૦ ગ્રામ, સૂકું લીલું મરચું-૨, ઘી જરૂરિયાત પ્રમાણે મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. બંને લોટને કથરોટમાં ચાળી લો. તેમાં મીઠું અને લીલું મરચું નાખી બરાબર મિક્સ કરી લોટ બાંધી લો. અડધો કલાક રાખી. રોટલી વણી તવા પર શેકી અને ઘી લગાવી ગરમ ગરમ પીરસો.

ભાત-ખીચડી

૧. કણકી....., ૨. તાંદળા....., ૩. થુલી....., ૪. મગની ફોતરાંવાળી દાળની ખીચડી....., ૫. તુવેરની ખીચડી....., ૬. મગની મોગરદાળની ખીચડી....., ૭. ભૂની ખીચડી....., ૮. ભૈડકું....., ૯. સાત ધાનનો ખીચડો....., ૧૦. બાજરીયો....., ૧૧. બાજરીના ઢોકળાં....., ૧૨. મકાઈના ઢોકળાં....., ૧૩. ખાંડેલી બાજરીની ખાટી ઘેંસ....., ૧૪. મકાઈની ઘાટ (ઘેંસ)....., ૧૫. કણકીની ઘેંસ....., ૧૬. કરબો....., ૧૭. રજવાડી કરબો....., ૧૮. પોંગલ....., ૧૯. દહીં-ભાત....., ૨૦. વઘારેલો દહીંવાળો ભાત.....,

૨૧. ગટ્ટાના ભાત....., ૨૨. રામ ખીચડી....., ૨૩. બ્રાઉન રાઈસ....., ૨૪. બ્રાઉન રાઈસ....., ૨૫. ગ્રીન પીસ બિરયાની (ગ્રીન પીસ પુલાવ) ૨૬. હરિયાના રાઈસ....., ૨૭. સાદા વઘારેલા ભાત....., ૨૮. કેસરી ભાત....., ૨૯. વધેલા ભાતની ફીરની.....

૧. કણકી

પચવામાં હલકી-માંદા માણસ માટે ઉત્તમ.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ કણકી, ૨ કપ પાણી, ૧ ટીસ્પૂન ઘી (વિઘારેલું), પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. કણકીને ૨-૪ વાર ધોવી નિતારવી. ૨. ધીમા તાપે તપેલીમાં કણકી અને પાણી મૂકવાં. ઢાંકીને ૧૦ મિનિટ સુધી કણકી ચઢવા દેવી. ૩. મીઠું નાંખી બરાબર હલાવવી, ફરીવાર ઢાંકીને કણકી ચઢે ત્યાં સુધી ધીમા તાપે રાખવી. ૪. ઘી નાંખી, હલકા હાથે ખૂબ હલાવવી, ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ કૂકરમાં કરવી હોય તો ૩ સીટી સુધી રાખવી.

૨. તાંદળા

માંદા માણસના સ્વાસ્થ્ય માટે ઉત્તમ.

સામગ્રી ૦ઃ ૧/૨ કપ તાંદળા (ચેણા અથવા બંટીના બરાબર વીણીને સાફ કરી વાપરવા), ૧ કપ પાણી,

૧ ટેબલસ્પૂન ઘી, ચપટી મીઠું (મરજીયાત)

રીત ૦ઃ ૧. તાંદળાને ૩-૪ વાર ધોવા, પાણી સાથે તાંદળાને પ્રેશરકૂકરમાં ૨ સીટી સુધી ચડવા દેવા. ૨. ઘી નાંખી ખૂબ હલાવવા. ૩. તાંદળા, દૂધ અથવા દહીં સાથે પીરસી શકાય.

નોંધ ૦ઃ ૧. તાંદળાને ધીમા તાપે સીધા જ રાંધી શકાય. વચ્ચે વચ્ચે હલાવતા રહેવું. ૨. તાંદળા મીઠા દૂધમાં, મીઠા દહીંમાં કે સાદા દહીંમાં રાંધી શકાય.

૩. થુલી

સામગ્રી ૦ઃ ૧. કપ ઘઉંના લોટની થુલી શેકવી, ૨. બીજા વાસણમાં ૧-૧/૪ કપ પાણી ઉકળવા મૂકવું.

૩. ઉકળેલા પાણીમાં મીઠું નાંખી શેકેલી થુલી નાંખવી. ઢાંકણ ધીમા તાપે થવા દેવી. ૪. પાણી ઓછું લાગે તો બીજું પાણી નાંખવું.

નોંધ ૦ઃ થુલીના બદલે ઘઉંના ઝીણા ફાડા લેવાય. ઘઉંના ફાડાંમાં ૧-૧/૨ કપ પાણી લેવું.

વેરિએશન ૦ઃ

મસાલાવાળી થૂલી ઃ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ઘઉંની થુલી, ૧/૨ કપ ઘઉંનો જાડો લોટ, ૧/૨ કપ ગરમ કરેલું દહીં, ૧/૪ ટીસ્પૂન, હળદર, ૧ ટીસ્પૂન, લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન, ગરમ મસાલો, મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ઃ ૧-૧/૨ કપ ઉકળતા પાણીમાં શેકેલી થુલી અને ઘઉંનો જાડો લોટ નાખવો. ચડી જાય ત્યારે તેમાં દહીં અને મસાલો નાંખવાં. બરાબર હલાવી બધું મિકસ કરવું.

૪. મગની ફોતરાંવાળી દાળની ખીચડી

પારંપરિક વાનગી. સહેલાઈથી બનાવી શકાય.

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચોખા (બને તો આંબામોર), ૧ કપ મગની ફોતરાંવાળી દાળ, ચપટી હળદર, ૫ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૪ ટીસ્પૂન અજમો (મરજીયાત).

રીત ઃ ૧. ચોખા અને દાળ ૩-૪ વાર સાથે ધોવાં. ૩૦ મિનિટ સુધી પલાળી, નિતારી, બાજુમાં રાખવાં. તપેલીમાં ૫ કપ પાણીમાં ચોખા, હળદર, મીઠું નાખવા. બરાબર હલાવવું. ૨. પ્રેશર કૂકરમાં ૩ સીટી સુધી ખીચડી રાખવી. ગેસ બંધ કરવો. ૩. ઘી, કઢી, અથાણાં, પાપડ સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ઃ ૧. દાળ અને ચોખાના પ્રમાણમાં ફેરફાર થઈ શકે. ૨. વધેલી ખીચડીની લીલી મુગડી અને મુગડી કરવી હોય તો પ્રમાણસર લોટ, મસાલો અને ગોળ ભેળવવા.

૫. તુવેરની દાળની ખીચડી

સામગ્રી ઃ ૧ કપ ચોખા (બાસમતી અથવા પરિમલ), ૩/૪ કપ તેલવાળી તુવેરની દાળ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું (મરજીયાત), ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૩ તજના ટુકડા, ૩ લવિંગ, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી,

૪-૧/૨ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું, ૧/૪ ટીસ્પૂન અજમો (મરજીયાત)

રીત ઃ ૧. ચોખાને બરાબર ધોવા. ૩૦ મિનિટ સુધી પલાળવા. નિતારીને, બાજુમાં રાખવા. ૨. તુવેરની દાળને ૩-૪ વાર ગરમ પાણીથી ધોવી, ૩૦ મિનિટ સુધી પલાળવી, નિતારીને બાજુમાં રાખવી. ૩. ધીમે તાપે તપેલીમાં ઘી ગરમ કરવું, તજ, લવિંગ, નાખી થોડી સેકન્ડ માટે સાંતળવું, હિંગ તુવેરની દાળ, હળદર, મરચું, મીઠું અને પાણી નાંખવા. ૧૦ મિનિટ સુધી દાળ ચઢવા દેવી.

પછી ચોખા નાંખવા. ધીમે તાપે છીબું ઢાંકીને ખીચડી એકદમ ચડી જાય ત્યાં સુધી સીઝવવી. ૪. ગરમ ઘી, કઢી, પાપડ, કેરીના અથાણાં અથવા મેથીના સંભાર સાથે ગરમાગરમ પીરસવી.

નોંધ ૦ઃ જાડી તપેલીમાં ખીચડી વઘારવી. પ્રેશરકૂકરમાં ૩ સીટીથી સીઝવી શકાય છે. પાણી ૧/૨ કપ ઓછું લેવું.

૬. મગની મોગરદાળની ખીચડી

જલદી અને સહેલાઈથી થઈ જતી ખીચડી, પચવામાં હલકી છે.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ચોખા, ૩/૪ કપ મગની મોગરદાળ, ૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું (મરજીયાત), ચપટી હળદર, ચટી હિંગ, ૩ તજના ટુકડા, ૩ લવિંગ, ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૩-૧/૨ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. દાળ અને ચોખાને સાથે ૩-૪ વાર ધોવા. ૩-૧/૨ કપ પાણીમાં ૩૦ મિનિટ સુધી પલાળવા.

૨. જાડી તપેલીમાં ઘી ગરમ કરવું. તજ, લવિંગ, નાખી ૨ મિનિટ સુધી સાંતળવા, હિંગ નાંખવી. ૩. પાણી સાથે ચોખા અને દાળ તરત જ ઓરવાં. હળદર, લાલ મરચુંને મીઠું નાખી બરાબર હલાવવું. તપેલી ઢાંકીને પ્રેશરકૂકરમાં ૩ સીટી સુધી રાખવી. ૪. ગરમ ઘી, શાક, કઢી, પાપડ અને અથાણા સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી. કાકડીના શાક સાથે સ્વાદિષ્ટ લાગે છે.

નોંધ ૦ઃ મગથી મોગર દાળનું પ્રમાણ દરેકના સ્વાદ પ્રમાણે. પલાળવાનો સમય ન હોય તો સીધી પણ થઈ શકે. વધેલી ખીચડીમાં પ્રમાણસર લોટ અને ગોળ, મસાલો નાંખી લીલી મુગડી થઈ શકે.

૭. ભૂની ખીચડી

સામગ્રી ૦ઃ ૧-૧/૨ કપ ચોખા (બાસમતી અથવા પરિમલ), ૧ કપ ચણાની દાળ, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૩ ટુકડા તજના, ૪-૫ લવિંગ, ૫ કાળાંમરી, ૪ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૬ કપ પાણ, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. ચણાની દાળ અને ચોખાને બરાબર ધોવા. જુદી જુદી તપેલીમાં, એક કલાક સુધી પલાળવા. પાણી નિતારી, બાજુમાં રાખવા. ૨. ઘીને તપેલામાં ગરમ કરવું. તજ, લવિંગ, મરી

અને હિંગ નાંખવાં. પાણી અને હળદર નાંખવાં. પાણી ઉકળે ત્યારે ચણાની દાળ અને મરચાં નાંખવાં, ચણાની દાળ થોડી સીઝી જાય એટલે ચોખા અને મીઠું નાંખવા. ૩. ઢાંકીને ધીમે તાપે ખીચડી સીઝવા દેવી. હલકે હાથે વચ્ચે હલાવવી. દાળ અને ચોખા સીઝવા આવે ત્યારે તપેલી ગેસ ઉપરથી લઈ લેવી. ધીમે તાપે તવાને ગેસ પર મૂકવો. તપેલી તવા પર મૂકવી. વધારાનું પાણી બળી જાય ત્યાં સુધી ખીચડીને તવા પર રાખવી અને એકદમ ઓછું પાણી હોય તો તવો તેની પર ઊંધો મૂકી દેવો. ૪. ગરમ કઢી અને પાપડ સાથે પીરસવી.

નોંધ ૦: વઘાર કર્યા પછી પ્રેશરકૂકરમાં ૩ સીટીથી થઈ શકે. ૧/૨ કપ પાણી ઓછું લેવું.

૮. ભૈડકું

સામગ્રી ૦: ૧ કપ તુવેરની દાળ, ૧ કપ ચોખા, ૧/૨ કપ મગની દાળ, ૧/૨ કપ ચણાની દાળ, ૧/૨ કપ ફાડા (બાજરી), ચપટી હિંગ, ૧/૨ ટીસ્પૂન અજમો, ૨ ટેબલસ્પૂન કોપરાના નાના ટુકડા, ૧ ટેબલ સ્પૂન દ્રાક્ષ (મરજીયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન સિંગદાણા, (મરજીયાત), મીઠું પ્રમાણસર.

રીત ૦: ૧. તુવેરની દાળ, ચોખા, મગની દાળ, ચણાની દાળ અને ફાડા આ પાંચેય અનાજને ધોઈને તડકે સૂકવવા. સુકાઈ જાય પછી કરકરા દળવા. ૨. ૧ કપ લોટ લઈએ તો ૩ કપ પાણી જોઈએ. ૧-૧/૨ કપ પાણીમાં લોટ ઓગાળવો. બીજું ૧-૧/૨ કપ પાણી ઉકળવા મૂકવું. ઉકળે એટલે ઓગાળેલો લોટ નાખવો.
૩. ધીમા તાપે લોટ ચડવવો કે કૂકરમાં બાફવા મૂકવો, પછી તેમાં મીઠું, હિંગ, અજમો, કોપરાના ટુકડા, દ્રાક્ષ અને સીંગદાણા નાખવા.

નોંધ ૦: સીંગદાણા ૧/૨ કલાક પાણીમાં પલાળી, પાણી નિતારીને નાંખવાં.

વેરિએશન ૦: ૧. કપ લોટ લઈ તેમાં ૩ કપ છાશ ગરમ કરીને નાંખવી. બરાબર હલાવી મીઠું નાંખી ફરીથી ગરમ કરવું. ચડી જાય પછી નીચે ઉતારી ગરમ ગરમ પીરસવું. ૨. ફક્ત બાજરીના જાડા લોટનું ભૈડકું પણ થાય.

૯. સાત ધાનનો ખીચડો

ચોખા, દાળ અને કઠોળના મિશ્રણનો અત્યંત પૌષ્ટિક આહાર.

સામગ્રી ઃ ૧/૨ કપ ઘઉંના ફાડા, ૧/૨ કપ ચોખા (કોલમ), ૧/૨ કપ તુવેરની દાળ, ૩ ટેબલસ્પૂન ચણાની દાળ, ૩ ટેબલ સ્પૂન મગની મોગરદાળ, (બધું સાથે બરાબર ધોઈને પાણીમાં અડધો કલાક પલાળવું. પાણી નિતારીને બાજુમાં રાખવું.) ૩. ટેબલસ્પૂન સફેદ ચોળા (ધોઈને ૪ કલાક પલાળવા. નિતારીને બાજુમાં રાખવા), ૩ ટેબલસ્પૂન વાલની દાળ (ધોઈને ૪ કલાક પલાળવી. નિતારીને બાજુમાં રાખવા), ૧/૨ ટીસ્પૂન હળદર, ૧ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ૧ ટીસ્પૂન અજમો (બે હથેળી વચ્ચે મસળીને), ૩-૪ લીલાં મરચા (ઉભા સમારેલાં મરજિયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૫ કપ પાણી, પ્રમાણસર મીઠું.

વઘાર માટે સામગ્રી ઃ ૫ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૨-૩ બોરિયાં મરચાં, ૨ ટુકડા તજ, ૪-૫ લવિંગ, ૪-૫ લીમડાંના પાન,

૧/૪ ટીસ્પૂન હિંગ, કોથમીર (ઝીણી સમારેલી), ૩-૪ કાળા મરી.

રીત ઃ ૧. ધીમા તાપે મોટા તપેલામાં, વઘારનું ઘી ગરમ કરવું. ઘી વિઘરે એટલે વઘારનો મસાલો નાંખવો. એક મિનિટ સાંતળી, ૫ કપ પાણી વઘારવું. ૨. પાણી ઉકળે એટલે અજમો, લીલાં મરચાં અને હળદર નાંખવા. લાલ મરચું, પાણી નિતારેલાં દાળ-ચોખા અને કઠોળ ઓરવાં. ઢાંકીને ૩૦ મિનિટ સુધી ખીચડી સીઝવા દેવી. પાણી હોય તો ૪-૮ મિનિટ સુધી ખીચડી ખદખદવા દેવી. ૩. સીઝી જાય એટલે ગેસ પરથી ઉતારી લેવી. ઘી ભેળવવું. કોથમીર ભભરાવવી, કઢી, દહીં, અથાણા અને પાપડ સાથે ગરમ ગરમ પીરસવી.

નોંધ ઃ આ ખીચડાને વઘારીને, તેમાં બધું નાંખી કૂકરમાં ૪ સીટી સુધી ૪-૧/૨ કપ પાણીમાં સીઝવી શકાય. ખીચડી ઘટ્ટ કે ઢીલી સ્વાદ પ્રમાણે.

૧૦. બાજરીયો

સામગ્રી ઃ ૧ કિ. બાજરી, પાણી (બાજરીના માપથી ત્રણ ગણું), ૧ લિટર ખાટું દહીં (ઘોળેલું), પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ઃ ૧. એક દિવસ થોડી ભીની બાજરી લઈ ઉખડી પારામાં હળવે હળવે ખાંડવી. બધી બાજરી આ રીતે ખાંડવી. ફોતરાં છૂટા પડી જશે. ૩. બાજરી કથરોટમાં તડકે સૂકવવા મૂકવી. આછા કપડાંથી ઢાંકવી, વચ્ચે હલાવતા રહેવું, જરા પણ ભીનાશ રહેવી જોઈએ નહિ. ૪. બાજરીને ચોખાની ચાળણીથી ચાળવી. ચાળણીથી ઉપર રહેલી મોટી બાજરી અને કથરોટમાં

પડેલી ઝીણી બાજરી અને કથરોટમાં પડેલી ઝીણી બાજરી જુદી જુદી રાખવી. ૫. ઝીણી બાજરીને ફરીથી બાજરીની ચાળણીથી ચાળવી. ચાળણીમાં રહેલી ઝીણી બાજરી અને થાળીમાં પડેલી આટા જેવી બાજરી, જુદી જુદી રાખવી. મોટી, ઝીણી અને લોટ જેવી ત્રણ પ્રકારની બાજરી ત્રણ થાળીમાં રાખવી (લોટ જેવી બાજરી ઢોકળા માટે રાખવી.) ૬. મોટી અને ઝીણી બાજરીને જુદી જુદી ધોવી. ૭. મધ્યમ તાપે તપેલીમાં પાણી ગરમ કરવું. ૮. પાણી ઉકળે ત્યારે એમાં મોટી બાજરી અડધી સીઝે ત્યારે ઝીણી બાજરી અને ચપટી મીઠું નાંખવાં, સતત હલાવવું. ૯. બધી બાજરી સીઝી જાય ત્યારે દહીંની સાથે પ્રમાણસર મીઠું નાંખવું. એકરસ થાય ત્યાં સુધી હલાવવું. (લગભગ ૨-૧/૨ કલાક થશે.) ૧૦. બાજરિયો ઘટ્ટ કે પાતળો જોઈએ. એ પ્રમાણે ગેસ ઉપરથી તપેલું ઉતારી લેવું. બાજરિયો વાપરવો.

૧૧. બાજરિયોનું આટાનું ઢોકળું

સામગ્રી ૦ઃ બાજરીનો લોટ (૪-૫ દિવસમાં વાપરવો), બાજરીનો બરબરો લોટ (વધેલા બાજરીના લોટનો ૧/૩ ભાગ), ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું (લગભગ), ચપટી હળદર, ૧/૪ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું (લગભગ),
૨ ટેબલસ્પૂન તેલ, પાણી (લોટ બાંધવા પૂરતું), પ્રમાણસર મીઠું, તેલ (ઢોકળાની કાણાંવાળી પ્લેટને લગાવવા)

રીત ૦ઃ ૧. લોટ બરાબર ભેગો કરવો. આટામાં તેલ નાંખી મસળવો. મસાલા ભેળવી પાણીની પૂરી જેવો લોટ બાંધવો. ૨. લોટના સરખા લૂઆ કરવા. લૂઆ ગોળ વાળી, સ્હેજ દબાવી વચ્ચે અંગૂઠાથી દબાવવા. ૩. તેજ તાપે ઢોકળાના ડબ્બામાં પાણી ગરમ કરવું. જાળી ઉપર ઢોકળા ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ સુધી બાફવા. ૪. બાફેલાં ઢોકળાં ઉપર ઘી અથવા તેલ લગાવી દહીં અથવા કઢી સાથે વાપરવા.

નોંધ ૦ઃ બાજરીનું ઢોકળું ફક્ત મીઠું નાંખીને પણ બનાવાય.

૧૨. મકાઈના ઢોકળાં

સામગ્રી ૦ઃ ૨ કપ કરકરો પીસેલો મકાઈનો લોટ, મીઠું પ્રમાણસર, ૧ ચમચી પીસેલો અજમો, ૧ ચમચી પીસેલું જીરું, ૧/૨ ચમચી પીસેલાં સૂકા લીલાં મરચાં, ૧/૪ ચમચી હળદર, ૧/૨ ચમચી ધાણાજીરું, ૧/૪ ચમચી ગરમ મસાલો (મરજીયાત), પાણી પ્રમાણસર.

રીત ૦ઃ ૧. મકાઈના લોટમાં બધો મસાલો નાંખી પાણીથી લોટ પૂરી જેવો બાંધવો. ૨. લોટના એક સરખા લુઆ કરવા. લૂઆ ગોળ વાળી સહેજ દબાવી વચ્ચે અંગૂઠાથી દબાવવા. ૩. તેજ તાપે ઢોકળાંના ડબ્બામાં પાણી ગરમ કરવું. જાળી ઉપર ગોળ કરેલાં ઢોકળાં મૂકવાં. ઢાંકણ ઢાંકીને ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ સીઝવવા.

નોંધ ૦ઃ બાફેલા ઢોકળાં ઉપર ઘી અથવા તેલ લગાવી. દહીં અથવા કાઢી સાથે પીરસવાં.

૧૩. બાજરીની ખાટી ઘેંસ (ઘાટ)

સામગ્રી ૦ઃ ૫૦૦ ગ્રામ મોટી બાજરી, પાણી (બાજરી ડૂબે એટલું), ૪ કપ જાડી છાશ અથવા ઘોળેલું દહીં, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦ઃ ૧. બાજરીને ડૂબે એટલા પાણીમાં એક કલાક પલાળવી. નિતારી, હાથે છડવી. સૂંપડાથી અથવા થાળીથી ઝાટકીને ફોતરી ઉડાડવી. ૨. એક તપેલીમાં, દહીં અથવા છાશમાં મીઠું નાંખી, બાજરી નાંખી, બરાબર હલાવી મિશ્રણ તૈયાર કરવું. ૩. પ્રેશર કૂકરમાં ૫ સીટી સુધી બાજરી સીઝવા દેવી. કૂકર ઠરે એટલે તપેલી કાઢી, મિશ્રણ ખૂબ હલાવવું. ગરમ બાજરીની ઘેંસ પીરસતી વખતે વિઘારેલું ઘી નાંખવું.

નોંધ ૦ઃ આ મિશ્રણને ગેસ પર તપેલીમાં સીઝવી શકાય. તપેલીને ચોંટે નહિ એવી રીતે સતત હલાવવું. ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી સીઝવવું. ગરમ ઘી સાથે ઘેંસ પીરસવી. છાશનું પ્રમાણ ઘેંસ ઘટ્ટ કે ઢીલી જોઈએ તે પ્રમાણે લેવું.

૧૪. મકાઈની ઘાટ (ઘેંસ)

બાજરીની ઘાટની જેમ જ ઢોકળાં જેવી મકાઈ પીસીને માઈની ઘાટ બને.

નોંધ ૦ઃ બંને ઘાટ ડાયરેક્ટ ગેસ પર હલાવીને છૂટી પણ બનાવી શકાય.

૧૫. કણકીની ઘેંસ

માંદી વ્યક્તિ માટે સુપાચ્ય અને પૌષ્ટિક વાનગી.

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ કણકીના ચોખા, ૧ ચમચી જીરું (મરજીયાત), ૧ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૨-૧/૨ કપ પાણી (લગભગ), ૧ કપ ઘોળેલું દહીં, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦: ૧. કણકી ધોઈને, નિતારીને રાખવી. તપેલીમાં પાણી ગરમ કરવું. ૨. કણકી, જીરું, મીઠું નાખવાં. તપેલી ઢાંકીને ધીમા તાપે મૂકવી. ૩. કણકી સીઝવા આવે એટલે દહીં નાંખવું. ફરી હલાવવું, ઢાંકીને સીઝવા દેવું, મિશ્રણ એકદમ સીઝી જાય એટલે ગેસ બંધ કરી, ઘી નાંખી ખૂબ હલાવવું, તરત જ આ ઘેંસ ખાવાના ઉપયોગમાં લેવી.

નોંધ ૦: બધું ભેગું કરી ૪ સીટી સુધી પ્રેશર કૂકરમાં પણ સીઝવી શકાય. પાણીનું પ્રમાણ ઢીલી કે ઘટ્ટ ઘેંસ જોઈએ એ પ્રમાણ લેવું.

રાંધેલા ભાતની ઘેંસ ૦:

કણકીના ચોખા ન હોય તો રાંધેલા ભાત મસળીને વાપરી શકાય. દહીં, પાણી, જીરું, મીઠું બધું ભેગું કરી સંચો ફેરવી મિશ્રણ એકરસ કરવું. મિશ્રણને ધીમે તાપે જાડું થાય ત્યાં સુધી હલાવતાં રહેવું. સીઝી જાય એટલે ઘી રેડી ખાવાના ઉપયોગમાં ઘેંસ લેવી. લગભગ ૧૫ મિનિટમાં તૈયાર થઈ જશે.

૧૬. કરબો

સામગ્રી ૦: ૧ વાટકી રાંધેલી કણકી અથવા ચોખા, મીઠું પ્રમાણસર, ૧ વાટકી એકદમ મોળું દહીં, ૨ ચમચી જીરું.

રીત ૦: રાંધેલા ભાતને દહીં અને પાણી સાથે મિક્સ કરી ઝેરણી ફેરવવી તેમાં મીઠું અને જીરું નાંખીને ઠંડુ ઠંડુ સર્વ કરવું.

નોંધ ૦: આ વાનગી ઉનાળામાં વધુ બને છે.

૧૭. રજવાડી કરબો

સામગ્રી ૦: ૩/૪ વાટકી રાંધેલા ભાત, ૫ ખારેકના ટુકડા કરેલી, ૨ વાટકી એકદમ મોળું દહીં, ૪ થી ૫ કેસરની પાંખડી પલાળીને ઘૂંટલી, ૧/૨ ચમચી એલચી, ૧૦ થી ૧૨ દાણા કીસમીસ, ૧૦ થી ૧૨ દાણા કાજુ ટુકડા, ૬ થી ૭ દાણા બદામ કતરેલી, પીસ્તા કાતરી કરેલા, મીઠું ૨ ચપટી, સાકર ૧/૪ ચમચી, (જરૂર હોય તો મીઠું અને સાકર વધુ લેવા), કોપરું સમારેલું પા વાટકી.

રીત ૦ઃ ભાત અને દહીંને ઘૂંટીને લેવા. તેમાં બાકીનું બધું મિકસ કરીને ચમચાથી હલાવવું. થોડીવાર પછી સર્વ કરવું.

નોંધ ૦ઃ આ કરબો દેરાસરની પ્રતિષ્ઠા હોય તે દિવસે ખાસ બને છે.

૧૮. પોંગલ

સામગ્રી ૦ઃ મગની દાળ (પીળી), ૧/૨ કપ ચોખા ૧ કપ, મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે, ઘી ૧ ટેબલસ્પૂન, ૨-૩ લવિંગ, ૧૦-૧૨ કાળાં મરી, ૧ ટીસ્પૂન જીરું.

રીત ૦ઃ ૧. મગની દાળ અને ચોખા ધોઈ, પાણી નિતારી, ૧૦-૧૫ મિનિટ બાજુમાં રાખવા. ૨. ૪-૧/૨ થી ૫ કપ પાણી અને મીઠું નાખી કુકરમાં સીઝવવાં. ૩. ઘી ગરમ કરી તેમાં જીરું અને કાળા મરીનો વઘાર કરી પોંગલમાં નાખવો. ૪. પોંગલ હલાવી ઉપરથી સારા પ્રમાણમાં ઘી નાંખી ગરમા ગરમ સર્વ કરો.

૧૯. દહીં ભાત

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ચોખા, ૨ કપ દૂધ (મલાઈ સાથે), તાજું દહીં ૧/૨ કપ, ઘી ૨ ટેબલસ્પૂન, રાઈ, હિંગ વઘાર માટે, ૨-૩ બારીક કરેલા સૂકા લીલાં મરચાં, ૨ ટીસ્પૂન અડદની દાળ, ૧ ટીસ્પૂન સૂંઠ પાવડર, ૫-૬ સૂકા લીમડાંના પાન, મીઠું, ખાંડ સ્વાદનુસાર, ૧ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર.

રીત ૦ઃ ૧. ચોખા ધોઈ તેમાં ૨-૧/૨ કપ પાણી અને મીઠું નાંખી સીઝવો. ૨. ચોખા સીઝીને દાણો નરમ થાય ત્યારે તેમાં ગરમ દૂધ નાંખી ઢાંકી રાખી દો, અને ચોખા ઠંડા થવા દો. ૩. દૂધ બધું ચોખા પી લે ત્યારે દહીં અને ખાંડ નાંખવા. ૪. ઘી ગરમ કરી રાઈ, હિંગનો વઘાર કરી તેમાં અડદની દાળ શેકવી. દાળ લાલ થાય પછી લીમડાના પાન અને મરચાં નાંખવા. વઘાર ભાત ઉપર નાંખવો. કોથમીર નાંખી હલાવી ઓછામાં ઓછા એક થી બે કલાક ભાત ઢાંકીને રાખો. ઠંડા ભાત સર્વ કરો.

૨૦. વઘારેલો દહીંવાળો ભાત

સામગ્રી ૦ઃ ૨ કપ રાંધેલો ભાત, ૧/૪ ટીસ્પૂન લાલ મરચું, ચપટી હળદર, ચપટી હિંગ, ૧/૪ ટીસ્પૂન રાઈ,

૨ સૂકાં લીલા મરચાં (નાના સમારેલાં), ૩ સૂકા લીમડાનાં પાન, સૂકી કોથમીર (ઝીણી

મરજીયાત),

૩/૪ ટીસ્પૂન ખાંડ (મરજીયાત), ૩ ટીસ્પૂન તેલ, ૩/૪ દહીં, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦: ૧. તપેલીમાં દહીં ઘોળવું (ફોદા ન રહેવા જોઈએ.) હળદર, લાલ મરચું, ખાંડ અને મીઠું નાંખવાં, ભાત છૂટા કરી, દહીંમાં નાંખવા. ૨. કડછીમાં તેલ ગરમ કરવું. રાઈ નાંખવી, રાઈ તતડે એટલે લીલાં મરચાં, લીમડાનાં પાન, હિંગ, નાંખવાં. ૩. વઘારને દહીં ભાતમાં નાંખવો. ભાતને સરખા હલાવી,

૧ મિનિટ તાપ ઉપર રાખી લઈ લેવા. કોથમીર ભભરાવી પીરસવા.

૨૧. ગટ્ટાના ભાત

સામગ્રી ૦: ૨ કપ છુટા રાંધેલા ભાત (ઓસાવેલા), ૧ કપ વઘારેલા ગટ્ટા, ૧/૨ ટીસ્પૂન લાલ મરચું,

૧/૪ ટીસ્પૂન હળદર, ચપટી હિંગ, ૨ ટુકડા તજના, ૩ લવિંગ, ૨ તેજપત્તાં, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, પ્રમાણસર મીઠું.

રીત ૦: ૧. થાળીમાં ગટ્ટા-રાંધેલા ભાત છૂટા કરી, મસાલો ભેળવવો. ૨. ધીમા તાપે પહેલાં તપેલામાં ઘી વિઘારવું. ૩. ઘી વિઘરે એટલે તજ, લવિંગ, તેજપત્તાં અને હિંગ નાંખી, એક મિનિટ સુધી હલાવવું.

૪. ગટ્ટા-ભાત નાંખવા. હળવેથી હલાવવા. ૫. કઢી અને પાપડ સાથે ગરમ ગરમ પીરસવા.

નોંધ ૦: જીરું અને લીમડો અને વઘારમાં નાંખી શકાય.

૨૨. રામ ખીચડી

ગટ્ટા માટે સામગ્રી ૦: ૧ કપ ચણાનો લોટ, પા ચમચી હળદર, ૧ ચમચી લાલ મરચું, ૧ ચમચી અજમો, ચપટી હિંગ, ૧ ટેબલસ્પૂન દહીં, ૧ ટેબલસ્પૂન તેલ, મીઠું પ્રમાણસર.

ચોખા માટે સામગ્રી ૦: ૨ કપ બાસમતી ચોખા, મીઠું ૧/૪ ટીસ્પૂન, હળદર, ૧/૪ ટીસ્પૂન.

વાટવાના મસાલા માટે સામગ્રી ૦: ૧ ટીસ્પૂન સૂંઠ પાવડર, ૨ ટેબલ સ્પૂન સૂકી કોથમીર (મરજીયાત), ૧૫-૨૦ સૂકા ફુદીનાના પાન (મરજીયાત)

બીજી સામગ્રી ઃ દહીં ૧/૪ કપ, હળદર ૧/૪ ટીસ્પૂન, લાલ મરચું ૧ ટીસ્પૂન, ૨ ટીસ્પૂન ધાણાજીરું, ૧ ટીસ્પૂન વરિયાળીનો ભૂકો, ૧/૨ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો, મીઠું-ખાંડ સ્વાદનુસાર, તેલ તળવા માટે, કાજુ ૧૦-૧૨ (મરજીયાત), કિસમિસ ૧૫-૨૦ (મરજીયાત), ૩ ટેબલ સ્પૂન ઘી, રાઈ, જીરું, હિંગ વઘાર માટે, તજના ૨ ટુકડા, ૨ લવિંગ, ૨ એલચી, ૨ તેજપત્તા, ૧ ટેબલસ્પૂન તલ, ૨ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર.

રીત ઃ ૧. ગટ્ટાની બધી સામગ્રી ભેગી કરી પાણી નાંખી થોડો કઠણ લોટ બાંધો. તેનાં આંગળીથી થોડા જાડા રોલ વાળવા. તપેલીમાં પાણી ઉકાળો, પાણી ઉકળે એટલે તેમાં ગટ્ટા નાંખી ૧૦-૧૨ મિનિટ સુધી સીઝવા દો, ગટ્ટા કાઢી ઠંડા કરી ૧ ઈંચ મોટા ટુકડા કરો. ૨. ચોખા ધોઈને પાણી નિતારી ૧૦ મિનિટ પલાળી રાખો. તેમાં મીઠું અને હળદર ૨ કપ પાણી નાંખી સીઝવો. ચોખા સીઝી જાય પછી ૫ મિનિટ સુધી ઢાંકીને રહેવા દો. પછી થાળીમાં ફેલાવી ઠંડા થવા દો. ભાતને હાથથી છૂટા કરો. ૩. પીસવાનો બધો મસાલો મિક્સ કરી પીસી લો અને તેમાં દહીં, હળદર, લાલ મરચું, ધાણાજીરું, વરિયાળીનો ભૂકો, ગરમ મસાલો, મીઠું અને ખાંડ મિક્સ કરો. ૪. તેલ ગરમ કરો તેમાં કાજુ અને કિસમિસ સાંતળી લો. ગટ્ટાને પણ થોડા સાંતળો. ૫. ઘી ગરમ કરી તેમાં રાઈ-જીરું-હિંગનો વઘાર કરી તેમાં તજ, લવિંગ, એલચી, તેજપત્તા અને તલ નાંખી સાંતળો. તેમાં મસાલાવાળું દહી નાંખી સાંતળો. ૬. મસાલામાંથી તેલ છૂટું પડે એટલે તેમાં તળેલા કાજુ, કિસમિસ, ગટ્ટા અને ભાત નાંખી બરાબર હલાવી ૨ મિનિટ ઢાંકી સીઝવા દો. ભાતમાં સૂકી કોથમીર નાંખવા.

૨૩. જીરા રાઈસ

સામગ્રી ઃ ૧ કપ બાસમતી ચોખા, ૧ ટેબલસ્પૂન શાહજીરું, ૨ ટેબલસ્પૂન ઘી, ૧ ટેબલસ્પૂન કાજુના ટુકડા (મરજીયાત), ૧ ટેબલસ્પૂન દ્રાક્ષ (મરજીયાત), ૨ તમાલપત્ર, ૪ ટેબલસ્પૂન સૂકી કોથમીર, મીઠું પ્રમાણસર, ૨ એલચી, ૧ ટીસ્પૂન ગરમ મસાલો.

રીત ઃ ૧. ચોખાને ધોઈને ૨ કલાક પલાળવા. ૨. એક વાસણમાં ઘી ગરમ મૂકી તેમાં મોટા એલચા, શાહજીરું, કાજુ, દ્રાક્ષ અને તમાલપત્ર નાંખવાં. ૩. ચોખા નાંખી, ૫ મિનિટ સાંતળવા. ૪. ૨ કપ ગરમ પાણી નાંખી ચોખાને ધીમા તાપે ચડવા દેવા. ચોખા બહુ ચડી ન જાય તેનું ધ્યાન

રાખવું. ૫. ચોખા ચડી જાય ત્યારે તેમાં મીઠું, ગરમ મસાલો અને કોથમીર નાંખવા. બરાબર હલાવી ગેસ બંધ કરી, ઢાંકીને ૧૦ મિનિટ સીઝવા દેવું.

નોંધ ૦ઃ શાહજીરુંને બદલે જીરું પણ નાંખી શકાય. રાંધેલા ચોખાનો પણ વઘાર કરીને તરત હલાવીને જીરારાઈસ બનાવી શકાય.

૨૪. બ્રાઉન રાઈસ

સામગ્રી ૦ઃ બ્રાઉન રાઈસ ૧ કપ, ઘી ૨ ટે.સ્પૂન, મીઠું, કાળામરીનો પાવડર સ્વાદનુસાર, ગરમ મસાલો ૧/૪ ટીસ્પૂન સૂકી કોથમીર, ૧ ટેબલસ્પૂન (મરજીયાત), ૨ ટેબલસ્પૂન સૂકું નારીયલનું ખમણ (મરજીયાત ૧/૨ કલાક દૂધમાં પલાળેલું)

રીત ૦ઃ ૧. બ્રાઉન રાઈસ ધોઈ, પાણી નિતારી લો. ૨. ઘી ગરમ કરી તેમાં ચોખા સાંતળો. મીઠું, કાળામરીનો ભૂકો અને ગરમ મસાલો નાંખી થોડું સાંતળો. ૩. ૨-૧/૨ કપ પાણી નાંખી કૂકરમાં સીઝવો. ઉપરથી સૂકી કોથમીર, નારિયેળ નાંખી સર્વ કરો.

૨૫. ગ્રીન પીસ બિરયાની

સામગ્રી ૦ઃ ૨ કપ બાસમતી ચોખા (રાંધેલા), ૧ કપ સૂકા લીલા વટાણાં (પલાળેલાં અને રાંધેલા),

૨ ટેબલસ્પૂન ગરમ મસાલો, ૧/૪ ચમચી આમચૂર પાવડર.

રીત ૦ઃ ઘી ગરમ કરી તેમાં બધો મસાલો સાંતળી તેને રાંધેલા ભાતમાં મિકસ કરી ગરમ સર્વ કરો.

૨૬. હરિઆના રાઈસ

સામગ્રી ૦ઃ ૧ કપ ચણાની દાળ, ૧/૨ કપ શીંગ, ૧-૧/૨ કપ ચોખા, આમલી (થોડી)

મસાલો પેસ્ટ બનાવવા માટે ૦ઃ ૨ ચમચા ધાણા, ૧૦-૧૨ લાલ મરચાં, ૧ ચમચી ચણાની દાળ, ૬-૭ મરી, ૧ ચમચી અડદની દાળ, ૧ ચમચી હળદર, ૩ ચમચા સૂકું ખમણેલું નારિયલ, ૧ ચપટી મસથી દાણા, ૨ દાંડી તજ, ૩ લવિંગ.

વઘાર માટેની સામગ્રી ૦ઃ ૭-૮ પાંદડા સૂકો લીમડો, થોડી રાઈ, ચપટી હિંગ, ૪-૫ ચમચા તેલ, ૧/૪ ચમચી સૂંઠ પાવડર.

સજાવટ માટે ૦ઃ સૂકી કોથમીર, સૂકું ખમણેલું નારિયેળ.

રીત ૦: ૧. એક ચમચા