

## ଆଳୁ ଭର୍ତ୍ତା

ପ୍ରସ୍ତୁତି - ୪ ଜଣଙ୍କ ପାଇଁ

ସମୟ ଆବଶ୍ୟକ - ୨୫ ମିନିଟ୍

### ରନ୍ଧନ ସାମଗ୍ରୀ :

ଆଳୁ - ୪୦୦ ଗ୍ରା.

ପିଆଜ - ୧୦୦ ଗ୍ରା.

କଞ୍ଚାଲଙ୍କା - ୨/୩ ଟା

ଭୃସଙ୍ଗ ପତ୍ର - ୨ ପାଖୁଡ଼ା

ଲୁଣ - ସ୍ୱାଦ ଅନୁଯାୟୀ

ରିଫାଇନ୍ ତେଲ - ୨ ବଡ଼ ଚାମଚ

ବିରିଡ଼ାଲି - ୧ ଛୋଟ ଚାମଚ

ସୋରିଷ - ୧ ଛୋଟ ଚାମଚ

ଜିରା - ୧/୨ ଚାମଚ

### ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ:

- ୧) ପ୍ରଥମେ ପିଆଜକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡକରି ଓ କଞ୍ଚାଲଙ୍କାକୁ ଦୁଇଫାଳ କରି କାଟି ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଭୃସଙ୍ଗ ପତ୍ରକୁ ପାଖୁଡ଼ାରୁ ଛିଣ୍ଡାଇ, ବାଛି ଭଲ ଭାବେ ଧୋଇ ରଖନ୍ତୁ ।
- ୨) ଆଳୁକୁ ଦୁଇ ଫାଳ କରି କାଟି ରଖନ୍ତୁ ।
- ୩) ଗୋଟିଏ ଡେକ୍ଟିରେ ଅଳ୍ପ ପାଣି ନେଇ ଆଞ୍ଚରେ ଗରମ କରନ୍ତୁ ।
- ୪) ପାଣି ଗରମ ହେଲାପରେ ସେଥିରେ ଆଗରୁ କଟା ହୋଇଥିବା ଆଳୁ ପକାଇ ସିଝାନ୍ତୁ ।

- ୫) ଆଳୁ ଭଲ ଭାବରେ ସିଝିଗଲା ପରେ ଡେକ୍ଟିରୁ ବାହାର କରି ଥଣ୍ଡା କରନ୍ତୁ ।
- ୬) ଥଣ୍ଡା ହେଲା ପରେ ଆଳୁର ଚୋପା ବାହାର କରି ସ୍ୱାଦ ଅନୁଯାୟୀ ଲୁଣ ପକାଇ ଭଲଭାବରେ ଚକଟି ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ୭) ଏଥର ଆଖିରେ କଡ଼େଇ ବସାଇ ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ ।
- ୮) ତେଲ ଗରମ ହେଲା ପରେ ବିରିଡ଼ାଲି, ସୋରିଷ ଏବଂ ଜିରା ଏକାଠି କରି ଏଥିରେ ପକାନ୍ତୁ ।
- ୯) ସୋରିଷ, ଜିରା ଓ ବିରିଡ଼ାଲି ଫୁଟିଗଲା ପରେ ପୂର୍ବରୁ କଟା ହୋଇଥିବା ପିଆଜ, କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଏବଂ ଭୃସଙ୍ଗ ପତ୍ର ପକାଇ ଭାଜନ୍ତୁ ।
- ୧୦) ପିଆଜ ଭଲ ଭାବରେ ଲାଲ୍ ହୋଇଗଲେ ସେଥିରେ ଆଗରୁ ଚକଟା ହୋଇଥିବା ଆଳୁ ପକାଇ ଭଲ ଭାବରେ ଘାଣ୍ଟନ୍ତୁ ।
- ୧୧) ପିଆଜ ଭଜା ଏବଂ ଆଳୁ ଚକଟା ଭଲ ଭାବରେ ମିଶିଗଲା ପରେ ଆଖିରୁ କଡ଼େଇକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆଣନ୍ତୁ ।
- ୧୨) ଏଥର ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଗଲା ଆଳୁଭର୍ତ୍ତା, ଏହକୁ ଗରମ କିମ୍ବା ପଖାଳ ଭାତ ସହିତ ପରଷନ୍ତୁ ।