



ভুজো ভাত

উপকরণ

ভাতের চাল (আতপ বা চিকন চাল। সেকদ্ধ চালও ব্যবহার করা যাবে) ৫০০ গ্রাম, মশুর ডাল ১ কাপ (২০০ গ্রাম), মুগ ডাল ১/২ কাপ (১০০ গ্রাম), শুকনা মরিচ ১০টি, ধনিয়া পাতা ১ কাপ কুচি, মিহি দেশি পেঁয়াজ কুচি ২০০ গ্রাম বা বড় ১ কাপ, হলুদ সামান্য পরিমাণ, সরিষার তেল পরিমাণ মতো, লবণ স্বাদ মতো।

প্রণালি

প্রথমে চাল ভালো করে ধুয়ে নিবেন। মুগ ডাল হালকা ভেজে নিয়ে ১/২ ঘণ্টা পানিয়ে ভিজিয়ে রেখে দেবেন। মশুর ডাল ধুয়ে পানি ঝরিয়ে রাখবেন। এবার পাতিলে পানি ফুটে উঠলে চাল দিয়ে দেবেন। সাথে মশুর ডাল ও ভেজে রাখা মুগ ডাল পানি ঝরিয়ে সেই চালে দিয়ে দেবেন। সামান্য হলুদ দিবেন ও স্বাদ মতো লবণ। এর পর চাল ও ডাল ভালো করে সেকদ্ধ হতে দিবেন। যেন ঝরঝরে ভাত ও ডাল সেকদ্ধ হয়। এরপর ভাতের মাড় ফেলে দিয়ে ঝরঝরে করে নিবেন। অন্য একটি বাটিতে সরিষার তেল, পেঁয়াজ কুচি, ধনিয়াপাতা, টালা শুকনা মরিচ ও স্বাদ মতো লবণ দিয়ে ভালো করে মাখিয়ে নিবেন। এর পর ডাল ও ভাতের মিশ্রণ পেঁয়াজের সাথে মাখিয়ে নিবেন। গরম গরম বিভিন্ন ভর্তার সাথে পরিবেশন করুন রাজশাহী অঞ্চলের জনপ্রিয় আঞ্চলিক খাবার ভুজো ভাত।



কালাই শাকের পিঠালি

উপকরণ

কালাই শাক ২০০ গ্রাম মিহি কুচি করা (শুধু কচি পাতার অংশ নিয়ে একদম মিহি কুচি করে কেটে

নিতে হবে), পেঁয়াজ কুচি ১/২ কাপ (৩টি মাঝারি), রশুন কুচি ৪ কোয়া বড়, লবণ স্বাদ মতো, তেল পরিমাণ মতো, কাঁচা মরিচ ৪টি, শুকনা মরিচ ৪টি, মশুর ডাল ১/২ কাপ (১০০ গ্রাম), আতপ চালের মিহি গুঁড়া ৩/৪ টেবিল চামচ বা পরিমাণ মতো, হলুদ ১/২ চা চামচ, ধনিয়া ১/২ চা চামচ।

প্রণালি

প্রথমে কালাই শাক ভালো করে বেছে নিয়ে তা থেকে কচি পাতার কুড়ি আলাদা



করে নিতে হবে। এরপর বাটি বা ছুরি দিয়ে একদম মিহি কুচি কুচি করে নিতে হবে। শাক মোটা করে কাটা যাবে না। এবার ভালো করে ধুয়ে ঝাঁজরিতে পানি ঝরিয়ে রেখে দিন।

কড়াইতে সয়াবিন বা সরিষার তেল দিন ৪ টেবিল চামচ। এতে পেঁয়াজ কুচি, কাঁচা মরিচ ফালি, হলুদ দিয়ে অল্প কষিয়ে ডাল দিয়ে দিন। ৫/৬ মিনিট ডাল আধা সেকদ্ধ রান্না করে নিন। এবার এতে কালাই শাক দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে রান্না করুন আরও ৫/৬ মিনিট। সামান্য পানি দিয়ে কষিয়ে রান্না করে নিন। যখন দেখবেন শাক ও ডাল সেকদ্ধ হয়ে গেছে এবং পানি টেনে নিয়েছে তখন নামিয়ে নিন। অন্য পাতিলে আবার অল্প তেল দিন এতে শুকনা মরিচ, রশুন কুচি দিন। রান্না করা শাক ফোঁড়ন দিন। এবার ৩ টেবিল চামচ আতপ চালের গুঁড়া ১ কাপ পানিতে গুলিয়ে এতে মিশিয়ে দিন।

ঢাকনা দিনে অল্প আঁচে ৩/৪ মিনিট রান্না করে নিন। শাকের ঝোল ঘন হলেই নামিয়ে গরম ভাত বা রুটি-পরোটার সাথে পরিবেশন করুন মজাদার কালাই শাকের পিঠালি।



রশন শিক্কা
মোর্শেদ মহিউদ্দিন

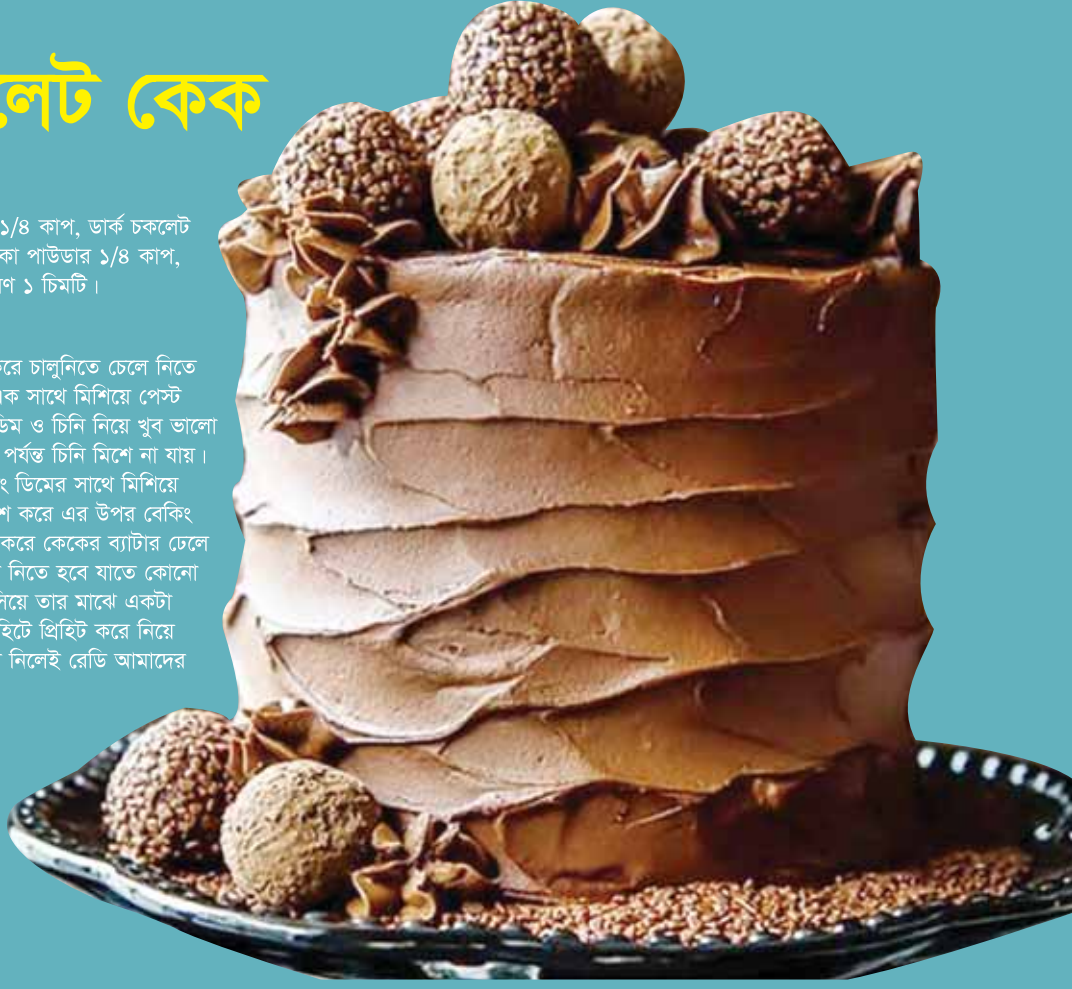
ডার্ক চকলেট কেক

উপকরণ

ডিম ২টি, চিনি ২/৩ কাপ, বাটার ১/৪ কাপ, ডার্ক চকলেট ১০০ গ্রাম, ময়দা ১/২ কাপ, কোকো পাউডার ১/৪ কাপ, বেকিং পাউডার ১/২ চা চামচ, লবণ ১ চিমটি।

প্রণালি

শুকনো সব উপকরণ খুব ভালো করে চালুনিতে চেলে নিতে হবে। ডার্ক চকলেট এবং বাটার এক সাথে মিশিয়ে পেস্ট তৈরি করতে হবে। একটি পাত্রে ডিম ও চিনি নিয়ে খুব ভালো করে বিট করে নিতে হবে যতক্ষণ পর্যন্ত চিনি মিশে না যায়। এবার শুকনো উপকরণ বাটার এবং ডিমের সাথে মিশিয়ে নিতে হবে। কেক মোল্ডে তেল ব্রাশ করে এর উপর বেকিং পেপার বিছিয়ে পুনরায় তেল ব্রাশ করে কেকের ব্যাটার ঢেলে দিয়ে মোল্ডটি ৩/৪ বার ট্যাপ করে নিতে হবে যাতে কোনো বাবলস না থাকে। চুলায় প্যান বসিয়ে তার মাঝে একটা স্ট্যান্ট বসিয়ে ১০/১৫ মিনিট হাই হিটে প্রিহিট করে নিয়ে লোহিটে ৪০/৫০ মিনিট বেক করে নিলেই রেডি আমাদের ডার্ক চকলেট কেক।



হোমমেড চকলেট

উপকরণ

কোকো পাউডার ১০ টেবিল চামচ, গুঁড়া দুধ ৮ টেবিল চামচ, চিনি পৌনে ১ কাপ, ময়দা পরিমাণ মতো, ভ্যানিলা এসেন্স পরিমাণ মতো, পানি ১/৪ কাপ, মাখন ২০০ গ্রাম।

প্রণালি

একটি বাটিতে কোকো পাউডার মাখন এক সাথে মিশিয়ে একটি পেস্ট তৈরি করে নিতে হবে। এবার একটি প্যানে পানি গরম চাপিয়ে পেস্টের বাটিটি বসিয়ে রাখতে হবে যতক্ষণ পর্যন্ত ঐ পেস্ট গলে না যায়। এবার এই গলে যাওয়া পেস্টে চিনি, ময়দা, দুধ ও ভ্যানিলা এসেন্স দিয়ে ভালো করে মেশাতে হবে যেন কোনো দানা না থাকে। এরপর চকলেট ট্রেতে মিশ্রণটি ঢেলে ঠান্ডা করে ৭/৮ ঘণ্টার জন্যে রেফ্রিজারেটে রেখে দিলেই তৈরি আমাদের মজাদার হোম মেইড চকলেট।



রন্ধনশিল্পী
অরুণিমা হোসেন