



চিকেন স্টু

উপকরণ

মুরগির মাংস ৫০০ গ্রাম, আদা-রসুন বাটা ২ টেবিল চামচ, হলুদ গুঁড়া ১/২ চা চামচ, ধনিয়া গুঁড়া ১ চা চামচ, জিরার গুঁড়া ১ চা চামচ, গোল মরিচ গুঁড়া ১ চা চামচ, লবঙ্গ, এলাচ ৩/৪টি, দারচিনি ১টি, তেজপাতা ২টি, লেবুর রস ২ টেবিল চামচ, পেঁয়াজ ৩/৪টি, কাঁচা মরিচ ৪/৫টি, লবণ স্বাদমতো, মাখন ১ টেবিল চামচ, কর্ন ফ্লাওয়ার ১/২ চামচ, বরবটি ১ কাপ, গাজর ১টি, ফুলকপি ৭/৮টি ফুল, ধনিয়া পাতা সামান্য, পানি ৮০০ মিলি।



প্রণালি

প্রথমে মুরগি ছোট কিউব করে কেটে ভালোভাবে ধুয়ে নিয়ে সিদ্ধ করার পর পানি ঝরিয়ে রাখতে হবে। সবজিগুলো ছোট করে কেটে চুলায় প্যান বসিয়ে গরম হলে মাখন ঢেলে দিতে হবে। এরপর খেঁতো করে রাখা এলাচ, দারচিনি, লবঙ্গ, তেজপাতা দিয়ে কয়েক সেকেন্ড নাড়তে হবে। তারপর কেটে রাখা সবজি কিউব করে কাটা পেঁয়াজ দিয়ে ৪/৫ মিনিট

নাড়তে হবে। আদা, রসুন, বাটা হলুদ, ধনিয়ার গুঁড়া দিয়ে ভালো করে সবজি মিশিয়ে সিদ্ধ চিকেন, লবণ, লেবুর রস দিয়ে চিকেনের পানি ঢেলে ১০/১৫ মিনিট ফুটিয়ে নিতে হবে। কর্ন ফ্লাওয়ার (গুলিয়ে রাখা) ঢেলে দিয়ে জিরার গুঁড়া ও কাঁচা মরিচ দিয়ে ২/৩ মিনিট রেখে ধনিয়া পাতা দিয়ে নামিয়ে নিলেই রেডি চিকেন স্টু।

ডালিমের জুস

উপকরণ

ডালিম ১টি, চিনি ৪ চা চামচ, লবণ ১/২ চা চামচ, মধু ২ চা চামচ, এলাচ ২টি, একটি লেবুর অর্ধেক রস, পানি ৫৫০ মিলি।

প্রণালি

প্রথমে ডালিমের খোসা ছাড়িয়ে দানাগুলো বের করে নিতে হবে। একটি ব্লেডারে ডালিমের দানা, চিনি, লবণ, মধু, এলাচ, লেবুর রস ও পানি দিয়ে খুব ভালো করে ব্লেড করতে হবে। ব্লেড করার পর ছাঁকনিতে ছেঁকে একটি গ্লাসে ঢেলে লেবুর স্লাইস দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করুন ডালিমের জুস।



রঞ্জনশিল্পী
অরুণিমা হোসেন



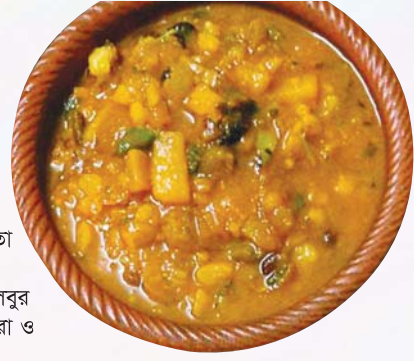
ফুলকো কচুরি ও কারি পাতায় আলুর দম

লেমন আলুর দমের জন্য যা যা লাগবে: সেক্ক আলু ৬টি মাঝারি। লেবু পাতা ২টি, কারি পাতা ৫/৬টি ফোড়নের জন্য। ধনিয়া পাতা কুচি ১ টেবিল চামচ, আদা বাটা ১/২ চা চামচ। রশুন বাটা ১/২ চা চামচ, ধনিয়া গুঁড়া ১ চা চামচ, হলুদ আধা চা চামচ, মরিচ গুঁড়া ১ চা চামচ, লেবুর রস ২ টেবিল চামচ, চিনি ১ টেবিল চামচ, পেঁয়াজ বাটা ৩ টেবিল চামচ, ফোড়নের জন্য জিরা ও কালো সরিষা, তেল পরিমাণ মতো।

যেভাবে করবেন: প্রথমে কড়াইতে তেল দিন। জিরা ও সরিষা ফোড়ন দিন। কারি পাতা দিন। সব বাটা মসলা ও গুঁড়া মসলা দিয়ে ভালো করে অল্প পানি দিয়ে কষিয়ে নিন। তেল ভেসে উঠলে এতে সিদ্ধ আলু আধা ভাজা করে দিন। ভালো করে নেড়ে ৩ মিনিট কষাতে হবে। এরপর লেবুর রস ও চিনি দিতে হবে। শেষে লেবু পাতা ও ধনিয়া পাতা দিয়ে ৫ মিনিট দমে রাখুন। শেষে ২ চা চামচ ক্রিম ব্যবহার করতে পারেন পরিবেশনের আগে।

ফুলকো কচুরি: চিলি ফ্লেব্ল ১ চা চামচ, অরিগেনো ১ চা চামচ, কালিজিরা ১ চা চামচ, ২ কাপ ময়দা, লবণ সামান্য, চিনি ১ টেবিল চামচ, টক দই ১/২ কাপ। ইস্ট ১ চা চামচ, পানি কুসুম কুসুম পরিমাণ মতো।

যেভাবে করবেন: প্রথমে একটি বাটিতে ময়দা নিয়ে এতে একে একে সব শুকনা উপকরণ মিড়িয়ে টক দই দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে নিন। এবার অল্প অল্প পানি দিয়ে একটু মসৃণ খামির তৈরি করুন যেমনভাবে লুচি-পরোটা করেন। এবার খামিরের উপরে তেল মাখিয়ে ১ ঘণ্টা রেখে দিন গরম স্থানে। খামির ফুলে দ্বিগুণ হলে ছোট ছোট লেচি কেটে নিয়ে লুচির মতো বেলে নিয়ে ডুবো তেলে ভেজে নিন। হয়ে গেল ফুলকো মাসালা কচুরি। গরম গরম আলুর দমে পরিবেশন করুন।



সুজির রস বর্ফি

উপকরণ

সুজি ১ কাপ, দুধ তরল ২ কাপ, চিনি ২ টেবিল চামচ, লবণ সামান্য, বেকিং সোডা ১ চা চামচ, ময়দা ১/২ কাপ। তেল পরিমাণমতো। চিনি ১ কাপ সিরার জন্য। জর্দার রঙ সামান্য, সুজির জন্য।

প্রণালী

একটি প্যানে সুজি ৩ মিনিট ভেজে নিন, সুন্দর গন্ধ বের না হওয়া পর্যন্ত। ভাজা হলে এতে দেড় কাপ তরল দুধ দিয়ে দিন। অনবরত নাড়তে হবে। তাপ কমিয়ে দিন। দেখবেন সুজি আন্তে আন্তে দুধ টেনে সিদ্ধ হয়ে একটা খামির মতো হয়ে গেছে। তখন এলাচির গুঁড়া দিয়ে মিশিয়ে নিন। চুলা থেকে নামিয়ে একটু ঠান্ডা হলে এতে ময়দা, চিনি, বেকিং সোডা, লবণ মিশিয়ে একটু মাঝারি নরম খামির তৈরি করুন। এবার ১/২ ইঞ্চি পুরু করে রুটি বেলে ছোট আকারে কেটে ডুবো তেলে বাদামি করে ভেজে নিয়ে চিনি দিয়ে ১ তার শিরা করে এতে ভিজিয়ে রাখুন ১/২ ঘণ্টা। কেওড়া জল দিয়ে বাদাম কুচি দিয়ে পরিবেশন করুন মজাদার সুজির রস বর্ফি।



রিশভ শ্রিস্টী
মোর্শেদ মহিউদ্দিন