CATEGORY : FOOD

URL : 5 MINUTE RESCEIPIES

**5 ಮಿನಿಟ್‌ ರೆಸಿಪೀಸ್‌**

**ಬಲು ಬೇಗ ತಯಾರಾಗುವಂಥ ಈ ಡಿಶೆಸ್‌, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಇಡೀ ದಿನ ಅಡುಗೆಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಸದೆ, ಬೇಗ ರಿಲೀಸ್‌ ಮಾಡಿಸುತ್ತವೆ. ಆಗ ಅತಿಥಿಗಳ ಜೊತೆ ಹಾಯಾಗಿ ಬೆರೆತು ನೀವು ಹಬ್ಬದ ಸಂಭ್ರಮ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.....**

ಹಬ್ಬದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೊರಗಿನಿಂದ ಏನೇ ಸಿಹಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಐಟಂ ತಂದಿರಲಿ, ಮನೆಯ ಶುಚಿ ರುಚಿಯಾದ ವ್ಯಂಜನಗಳಿಗೆ ಅವೆಂದೂ ಸರಿಸಮ ಎನಿಸವು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಗೃಹಿಣಿಗೂ ಹಬ್ಬ ಬಂದಾಗ ಎದುರಾಗುವ ಧರ್ಮಸಂಕಟ ಎಂದರೆ ಬೇಗ ಬೇಗ ಯಾವ ಐಟಂ ತಯಾರಿಸಬಹುದು? ಇಂದು ಗೃಹಿಣಿ ಮಲ್ಟಿಟಾಸ್ಕಿಂಗ್‌ ಮಾಡಬಲ್ಲಳು. ಹೀಗಾಗಿ ಆಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬೇಗಬೇಗ ತಯಾರಿಸಬಹುದಾದ ಸ್ವಾದಿಷ್ಟ, ಪೌಷ್ಟಿಕ ವ್ಯಂಜನಗಳ ಕಡೆ ಗಮನಹರಿಸಿ, ಉಳಿದ ಸಮಯವನ್ನು ಮನೆಮಂದಿ ಜೊತೆ ಹಬ್ಬ ಆಚರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಕಳೆಯಬಹುದು. ಇಡೀ ದಿನ ಅಡುಗೆಮನೆಯಲ್ಲೇ ಬೇಯುತ್ತಾ ಇರಲು ಯಾರಿಗೆ ತಾನೇ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ? ಇದಕ್ಕಾಗಿ ತುಸು ಪ್ಲಾನಿಂಗ್‌ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಎಲ್ಲ ಸಲೀಸು!

ಮರುದಿನದ ಅಡುಗೆಯ ತಯಾರಿಯನ್ನು ರಜೆ ದಿನವೇ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ವಾರದ ದಿನಗಳಿಗೆ ಅನುಕೂಲ. ಉದಾ: ತರಕಾರಿ ಹೆಚ್ಚಿ ಫ್ರಿಜ್‌ನಲ್ಲಿಡುವುದು, ಚಪಾತಿ ಹಿಟ್ಟು ಕಲಸಿಡುವುದು, ಇಡ್ಲಿ-ದೋಸೆಗೆ ಹಿಟ್ಟು ತಯಾರಿ ಇತ್ಯಾದಿ. ಹೀಗಾಗಿ ರಜೆಯ ಮುಂದಿನ 2-3 ದಿನಗಳು ಸಲೀಸಾಗಿ ಕಳೆಯುತ್ತವೆ. ಮಲ್ಲಿಗೆ ಅಥವಾ ಕಾಂಚೀಪುರಂ ಇಡ್ಲಿ, ದಾವಣಗೆರೆ ಬೆಣ್ಣೆದೋಸೆ, ಚೈನೀಸ್‌/ಸ್ಕ್ರೇಬನ್‌ ದೋಸೆ.... ಇತ್ಯಾದಿ ಯಾವುದು ಬೇಕೋ ಅದರ ಪೂರ್ಣ ತಯಾರಿಯಿಂದ ವಾರದ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ ಸುಲಭ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಪರೋಟಾ ಸ್ಟಫಿಂಗ್‌ಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ವಿವಿಧ ಪಲ್ಯಗಳ ಹೂರಣವನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಏರ್‌ಟೈಟ್‌ ಡಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿರಿಸಿ ಬೇಕಾದಾಗ ಆಲೂ, ಮೂಲಂಗಿ ಪರೋಟ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಬ್ರೆಡ್‌ ಅಂತೂ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಸ್ಯಾಂಡ್‌ವಿಚ್‌, ಓಪನ್‌ ಟೋಸ್ಟ್, ಚೀಸ್‌ ಟೋಸ್ಟ್, ಬ್ರೆಡ್‌ ಪೌಚ್‌, ಕಟ್‌ಲೆಟ್ಸ್, ಬ್ರೆಡ್‌ ಪಕೋಡ ಇತ್ಯಾದಿ ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಇದೇ ತರಹ ಓಟ್ಸ್ ಸಹ ಮಾಮೂಲು ಎನಿಸಿದೆ. ರೆಡಿ ಟು ಈಟ್‌ ಓಟ್ಸ್ ಅಲ್ಲದೆ ಪ್ಲೇನ್‌ ಓಟ್ಸ್ ನಿಂದಲೂ ಬೇಕಾದ ವ್ಯಂಜನಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

**ವೇಫರ್‌ ಬಾಲ್ಸ್**

**ಸಾಮಗ್ರಿ :** 1 ಪ್ಯಾಕೆಟ್‌ ವೇಫರ್‌ ಬಿಸ್ಕೆಟ್‌, ಅರ್ಧರ್ಧ ಕಪ್‌ ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ, ಕಂಡೆನ್ಸ್ಡ್ ಮಿಲ್ಕ್, 2 ಚಮಚ ಕೋಕೋ ಪುಡಿ, 4 ಚಮಚ ಕ್ರೀಂ.

**ವಿಧಾನ :** ಮಿಕ್ಸಿಗೆ ಕೊಬ್ಬರಿ ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಬಾಕಿ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಮಗ್ರಿ ಸೇರಿಸಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬ್ಲೆಂಡ್‌ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ತುಪ್ಪ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ 2 ನಿಮಿಷ ಕೆದಕಬೇಕು. ಆಮೇಲೆ ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆಗಳಾಗಿಸಿ, ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಳಿಸಿ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ.

**ಬ್ರೆಡ್‌ ಪೇಡಾ ಪೌಚ್‌**

**ಸಾಮಗ್ರಿ :** 4-5 ಬ್ರೆಡ್‌ ಸ್ಲೈಸ್‌, 5-6 ಪೇಡಾ, 1-2 ಚಮಚ ಬಾದಾಮಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಗೋಡಂಬಿ ಚೂರು, 2-3 ಚಮಚ ಬೆಣ್ಣೆ, ತುಸು ಚಾಕಲೇಟ್‌ ಸಾಸ್‌.

**ವಿಧಾನ :** ಬ್ರೆಡ್‌ನ ಅಂಚು ಕತ್ತರಿಸಿ ಲಟ್ಟಣಿಗೆಯಿಂದ ಇದನ್ನು ತೆಳುವಾಗಿ ಲಟ್ಟಿಸಿ. ಇದರ ಮಧ್ಯೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ಪೇಡಾ ಜೊತೆ ನಟ್ಸ್ ಬೆರೆಸಿ ಇರಿಸಿ. ಪೌಚ್‌ ತರಹ ಬರುವಂತೆ ಮಡಿಚಿ, ನೀರು ಸಿಂಪಡಿಸಿ ಅಂಚು ಒತ್ತಿಬಿಡಿ. ಒಂದು ಪ್ಯಾನಿನಲ್ಲಿ ಬೆಣ್ಣೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ, ಇನ್ನು ಹಾಕಿ ಶ್ಯೋಲೊ ಫ್ರೈ ಮಾಡಿ. ಇದನ್ನು ಚಾಕಲೇಟ್‌ ಸಾಸ್‌ ಜೊತೆ ಸರ್ವ್ ಮಾಡಿ.

**ಕುರ್‌ಕುರೆ ಆಲೂ ಬಾಲ್ಸ್**

**ಸಾಮಗ್ರಿ :** 2 ಬೆಂದ ಆಲೂ, 1 ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ, 2 ಹೆಚ್ಚಿದ ಹಸಿಮೆಣಸು, ಒಂದಿಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿದ ಕೊ.ಸೊಪ್ಪು, 3 ಚಮಚ ಮೈದಾ , 2-3 ಚಮಚ ತುಸು ತರಿ ಮಾಡಿದ ಅವಲಕ್ಕಿ, ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು, ಮೆಣಸು, ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ.

**ವಿಧಾನ :** ಬೆಂದ ಆಲೂ ಮಸೆಯಿರಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಈರುಳ್ಳಿ, ಹಸಿ ಮೆಣಸು, ಕೊ.ಸೊಪ್ಪು, ಉಪ್ಪು, ಖಾರ ಸೇರಿಸಿ ಸಣ್ಣ ಉಂಡೆಗಳಾಗಿಸಿ. ಮೈದಾಗೆ ಚಿಟಕಿ ಉಪ್ಪು ನೀರು ಬೆರೆಸಿ ಇಡ್ಲಿ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ಈ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಅದ್ದಿ, ಅವಲಕ್ಕಿ ತರಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಳಿಸಿ, ಇವನ್ನು ಕಾದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿದು, ಟೊಮೇಟೊ ಸಾಸ್‌ ಜೊತೆ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ.

**ಚಾಕೋ ಕ್ರೀಂ ಬನಾನಾ ಸೂಶೀ**

**ಸಾಮಗ್ರಿ :** 2-2 ಚಮಚ ಕೋಕೋ ಪುಡಿಕ್ರೀಂ, ಅರ್ಧ ಕಪ್‌ ಕಂಡೆನ್ಸ್ಡ್ ಮಿಲ್ಕ್, 8-10 ರೋಸ್ಟೆಡ್‌ ಬಾದಾಮಿ ತರಿ, 1 ರೆಡಿ ಟಾರ್ಟಿಲಾ, 1 ದೊಡ್ಡ ಮಾಗಿದ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು.

**ವಿಧಾನ :** ಒಂದು ಪ್ಯಾನಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡೆನ್ಸ್ಡ್ ಮಿಲ್ಕ್, ಕೋಕೋ ಪುಡಿ, ಕ್ರೀಂ ಬೆರೆಸಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲಿರಿಸಿ 2 ನಿಮಿಷ ಕೆದಕಬೇಕು. ಇದೀಗ ಸಾಸ್‌ ರೆಡಿ. ಟಾರ್ಟಿಲಾ ಮೇಲೆ ಈ ಸಾಸ್‌ ಹರಡಿರಿ. ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಬಾಳೇಹಣ್ಣನ್ನು ಸುಲಿದಿಟ್ಟು ರೋಲ್ ಮಾಡಿ. ಇದನ್ನು ಸಣ್ಣದಾಗಿ ತುಂಡರಿಸಿ, ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಬಾದಾಮಿ ತರಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಳಿಸಿ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ.

**ಚೀಝೀ ಝುಕೀನೀ ಕಾಯಿನ್‌**

**ಸಾಮಗ್ರಿ :** ಅರ್ಧರ್ಧ ಕಪ್‌ ತುರಿದ ಚೀಸ್‌, ಮೈದಾ-ಓಟ್ಸ್ ಪೌಡರ್‌, ಹೆಚ್ಚಿದ ಅರ್ಧರ್ಧ ಈರುಳ್ಳಿ, ಕ್ಯಾಪ್ಸಿಕಂ, ಟೊಮೇಟೊ, 2-3 ಎಸಳು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು, ಪುಡಿಮೆಣಸು, ಒಂದಿಷ್ಟು ಝುಕೀನಿಯ ಬಿಲ್ಲೆಗಳು, ಕರಿಯಲು ಎಣ್ಣೆ.

**ವಿಧಾನ :** ಮೈದಾ, ಓಟ್ಸ್, ಉಪ್ಪು, ಮೆಣಸು, ಚೀಸ್‌ ಬೆರೆಸಿ ಬೋಂಡ ಹಿಟ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ಕಲಸಿಡಿ. ಇದಕ್ಕೆ ತರಕಾರಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹೆಚ್ಚಿ ಹಾಕಿ. ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಝುಕೀನಿ ಬಿಲ್ಲೆಗಳನ್ನು ಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿಕೊಂಡು ಹೊಂಬಣ್ಣ ಬರುವಂತೆ ಬಜ್ಜಿ ಕರಿಯಿರಿ. ಬಿಸಿ ಇರುವಂತೆಯೇ ಸರ್ವ್ ಮಾಡಿ.

**ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೇಕ್ಸ್ ಕ್ಲಸ್ಟರ್ಸ್‌**

**ಸಾಮಗ್ರಿ :** 1-1 ಕಪ್‌ ಕಾರ್ನ್‌ಫ್ಲೇಕ್ಸ್, ತುರಿದ ಉಂಡೆ ಬೆಲ್ಲ, 2-3 ಚಮಚ ರೋಸ್ಟೆಡ್‌ ಬಾದಾಮಿ ತರಿ, 2-2 ಚಮಚ ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಕ್ರೀಂ.

**ವಿಧಾನ :** ಮೊದಲು ಬೆಲ್ಲದಿಂದ ಒಂದೆಳೆಯ ಪಾಕ ಮಾಡಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಕ್ರೀಂ ಹಾಕಿಡಿ. ಆಮೇಲೆ ಇದಕ್ಕೆ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಸಾಮಗ್ರಿ ಸೇರಿಸಿ ಬೆರೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಒಂದು ತಟ್ಟೆಗೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಇದನ್ನು ಹರಡಿ. ತಣ್ಣಗಾದ ಈ ಕ್ಲಸ್ಟರ್ಸ್‌ನ್ನು ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಅಲಂಕರಿಸಿ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ.

**ಫ್ರೂಟ್‌ ನಟ್ಸ್ ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ ಕೋನ್‌**

**ಸಾಮಗ್ರಿ :** 3-4 ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ ಕೋನ್, 1 ಕಪ್‌ ಮಿಶ್ರ ಹಣ್ಣುಗಳ ಹೋಳು, ಅರ್ಧ ಕಪ್‌ ಡ್ರೈಫ್ರೂಟ್ಸ್ (ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಬಾದಾಮಿ, ಅಖರೋಟ್‌, ಪಿಸ್ತಾ), ಅರ್ಧ ಕಪ್‌ ಹಂಗ್‌ ಕರ್ಡ್‌, ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಪುಡಿ ಸಕ್ಕರೆ.

**ವಿಧಾನ :** ಹಣ್ಣಿನ ಹೋಳುಗಳಿಗೆ ಹಂಗ್‌ ಕರ್ಡ್‌, ಪುಡಿ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ. ಅವನ್ನು ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ ಕೋನ್‌ಗಳಿಗೆ ತುಂಬಿಸಿ. ಇದರ ಮೇಲೆ ನಟ್ಸ್ ಉದುರಿಸಿ, ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಅಲಂಕರಿಸಿ ಸವಿಯಲು ಕೊಡಿ.

TAGS : **5 ಮಿನಿಟ್ ರೆಸಿಪೀಸ್, ಹಬ್ಬದ ದಿಡೀರ್ ತಿನಿಸು, ವೇಫರ್ ಬಾಲ್ಸ್, ಬ್ರೆಡ್ ಪೇಡಾ ಪೌಚ್, ಕುರ್ ಕುರೆ ಆಲೂ ಬಾಲ್ಸ್, ಚಾಕೋ ಕ್ರೀಮ್ ಬನಾನಾ, ಚಿಝೀ ಝುಕೀನಿ ಕಾಯಿನ್, ಕಾರ್ನ್ ಫ್ಲೇಕ್ಸ್ ಕ್ಲಸ್ಟರ್ಸ್, ಫ್ರೂಟ್ ನಟ್ಸ್ ಐಸ್ ಕ್ರೀಂ ಕೋನ್**