

బతుకమ్మ

19 జనవరి 2025

సందేశ్ సెషన్

పెసరట్టు పిండి డోక్లా ప్యూజన్ క్యూజిన్

లోపలి కమ్మల్లో..

కవర్ స్టోరీ



కమ్ సూన్ సునీతా

అంతరిక్షంలో తనకు ఎదురు లేదు అనే నాసాకు ఇలాంటి సమస్యే వచ్చింది. ఓ ఇద్దరు వ్యోమగాములను గగనవీధుల్లోకి పంపింది. వాళ్లు అనుకున్న గమ్యాన్ని అయితే చేరుకున్నారు కానీ, దారిలో వ్యోమనౌక దెబ్బతిన్నది. అందులో తిరుగు ప్రయాణం అంటే ప్రాణాల మీద ఆశలు వదులుకోవడమే అని తేలింది.

7



ఓ మంచు నగరం వెలిసింది!

15



నయా మార్

16 > కథ..

24 > జాయ సేనాపతి..

8

31



కార్వాన్ కబుర్లు



కావలసిన పదార్థాలు:

పెసరట్టు పిండి: రెండు కప్పులు
అల్లం : చిన్న ముక్క
పచ్చిమిరపకాయలు: అయిదారు
పంచదార: 1 టేబుల్ స్పూన్
ఈనో ఫ్రూట్ సాల్ట్: 1 ప్యాకెట్
నూనె: 1 టేబుల్ స్పూన్
నువ్వులు: అర టేబుల్ స్పూన్
ఆవాలు: 1 టేబుల్ స్పూన్
కలివేపాకు: నాలుగు రెబ్బలు
ఉప్పు: రుచికి తగినంత

తయారీ విధానం:

ముందుగా అల్లాన్ని సన్నగా తురిమి పక్కకు పెట్టుకోవాలి. పచ్చిమిరప కాయల్ని పేస్ట్లా చేసుకోవాలి. వీటితో పాటు కొంచెం ఉప్పు, ఈనో సాల్ట్, పంచదారను పెసరట్టు పిండికి జోడించి బాగా కలపాలి. తర్వాత ఒక గిన్నెలో వేడినీళ్లు పోసుకుని అవిరి కుడుములు వేసినట్టు ఈ పిండితో కుడుములా వేయాలి. లేదా ఇడ్లీ ప్లేట్లకు కాస్త నెయ్యి రాసి ఈ పిండితో ఇడ్లీలా వేసుకోవాలి. తర్వాత వాటిని చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోయాలి. ఓ బాణలిలో కాస్త నూనె వేసి నువ్వులు, ఆవాలు, కరివేపాకు పోపు పెట్టి చిటపటలాడగానే అందులో ఈ ముక్కలు వేసి కలిపి పొయ్యి ఆపేయాలి. ఇంకేం, తెలుగు స్టయిల్లో గుజరాతీ వంటకం డోక్లా రెడీ!

ఎం.బాలరాయుడు
పాకశాస్త్ర నిపుణురాలు



ఈ సంచికపై మీ
అభిప్రాయాలను
మాకు తెలియజేయండి.

పోస్టు ద్వారా

బతుకమ్మ, నమస్తే తెలంగాణ, 8-2-
603/1/7,8,9, కృష్ణాపురం, రోడ్ నంబర్. 10,
బంజారాహిల్స్, హైదరాబాద్-500034.

ఈ-మెయిల్ : sunmag@ntnews.com