

آلو مٹر ٹماٹر

- (۱) آلو: دو عدد (۲) مٹر: ایک کپ دانے
 (۳) ٹماٹر: چار عدد (۴) پیاز: ایک عدد
 (۵) تیل: ایک ٹیبل اسپون (۶) تختخوش: دو ٹی اسپون
 (۷) ناریل: کھسا ہوا دو ٹیبل اسپون
 (۸) ہر ادھنیہ: باریک کٹا ہوا آدھا کپ
 (۹) ہری مرچ: دو سے تین عدد (۱۰) گرم مسالہ پاوڈر: ایک ٹی اسپون
 (۱۱) زیرہ پاوڈر: آدھا ٹی اسپون (۱۲) دھنیہ پاوڈر: ایک ٹی اسپون
 (۱۳) لیمو: حسب ذوق (۱۴) ادراک لہسن: ایک ٹیبل اسپون
 (۱۵) لال مرچ پاوڈر: ایک ٹیبل اسپون

☆ سب سے پہلے آلوؤں کو ہلکا نمک ڈال کر جھلکے سمیت اہال لیجئے۔

☆ ایک عدد پیاز کو ثابت چولہے پر رکھ کر ہلکا سا بھون لیجئے۔ سارے سوکھے مسالہ بھون کر پیاز کو بھی ساتھ ڈال کر پیس لیں۔ زیرہ اور دھنیہ کو بھون کر علیحدہ پاوڈر بنا لیں۔

☆ تیلے میں تیل گرم کریں اور اُس میں ادراک لہسن کو تلیں پھر دھنیہ پاوڈر زیرہ پاوڈر ڈال کر بھونیں۔ لال مرچ ہلدی پاوڈر شامل کریں اور تھوڑا سا پانی کا چھینٹا دیکر بھونیں پھر پیسے ہوئے مسالہ ڈال کر بھونیں باریک کہٹے ہوئے ٹماٹر اور آلو کے ٹکڑے ڈال کر دوبارہ ہلکا سا بھونیں پانی اور نمک ڈال کر ہلکی آنچ پر دم پر ڈھکن ڈھانپ کر تھوڑی دیر تک پکنے دیں۔ دم پر ہر ادھنیہ گرم مسالہ ہری مرچ ڈالیں اور نوش فرمائیے۔

