

## پوریاں

- (۱) سو جی۔ دو کپ  
 (۲) میدہ۔ دو کپ  
 (۳) دودھ۔ ایک کپ  
 (۴) نمک۔ 1/2 ٹی اسپون  
 (۵) فلاقتد۔ ایک کپ  
 (۶) گھی۔ تلنے کے لئے  
 (۷) بادام۔ 100 گرام  
 (۸) پستہ۔ 50 گرام  
 (۹) چیر ونجی۔ 50 گرام  
 (۱۰) الاچھی پاؤڈر۔ آدھائی اسپون  
 (۱۱) کاجو۔ 50 گرام  
 (۱۲) کھوپرا۔ پاؤڈر 50 گرام

☆ آدھا کپ سو جی اور میدہ میں نمک شامل کر کے ککنے دودھ سے گوندھیں اور ایک گھنٹے کے لئے ڈھانپ کر آٹے کو رکھ دیں۔ فلاقتد میں سارے مغزیات اور ایک ٹیبل اسپون گھی شامل کر کے رکھیں۔ اب آٹے کو اچھی طرح مساج کر کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنا کر رکھ لیں اور گول نیل کر درمیان میں فلاقتد بھر لیں، اچھی طرح پوری کو بند کر کے کنارے ہلکا پانی لگا کر دبائیں تاکہ تلنے وقت نہ کھلے۔ اب گھی یا تیل میں درمیانی آنچ پر ساری پوریاں بادامی ہونے تک تل لیں۔ پوریوں کے ساتھ کھیر کا مزہ دو بالا ہو جاتا ہے اور یہ تو قدیم روایتوں کی لذت ہے۔

