

زیرہ والی بھنڈی

- (۱) آدھا کیلو بھنڈی پتلی کٹی ہوئی
- (۲) تیل: دو سے تین ٹیبل اسپون
- (۳) نمک حسب ذوق
- (۴) لال مرچ پاؤڈر: دو چائے کے چمچ
- (۵) کٹی ہوئی لال مرچ: ایک ٹی اسپون
- (۶) مونگ پھلی: بھون کر کٹی ہوئی ایک ٹیبل اسپون
- (۷) ہری مرچ: دو سے تین باریک کٹی ہوئی

☆ ایک پین میں تیل گرم کریں اُس میں زیرہ شامل کریں، فوراً بھنڈی بھی شامل کر دیں اور درمیانہ آنچ پر بھونتی رہیں جب محسوس ہو کہ بھنڈی تل چکی ہے اُس میں نمک مرچ کٹی مرچ باریک ہری مرچ اور مونگ پھلی کٹی ہوئی شامل کر کے تھوڑی دیر تک بھونیں اور چولہا بند کر لیں۔ سرونگ پلیٹ میں نکالتے وقت ہر ادھنیہ اور لیموں نچوڑ لیں۔ لذیذ بھنڈی تیار ہوگی۔

