

گوبھی کے پراٹھے

- (۱) پھول گوبھی: ایک عدد باریک کدو کش کی ہوئی
- (۲) نمک حسب ذوق
- (۳) ہری مرچ: آٹھ سے دس عدد یا حسب ذوق (پسی ہوئی)
- (۴) لہسن: ایک ڈلی (پسا ہوا)
- (۵) ہر ادھنیہ: باریک کٹگا ہوا ایک کپ
- (۶) تیل: ایک ٹیبل اسپون یا گھی
- (۷) گیہوں کا آٹا: دو کپ

☆ پھول گوبھی باریک کدو کش کر لیں، گرم پانی میں دس سے پندرہ منٹ رکھ کر پانی چھنی سے نکال لیجئے۔ ڈرین کی ہوئی گوبھی میں نمک ہری مرچ کا پیسٹ اور لہسن پسا ہوا ہرے ادھنیہ کے ساتھ اچھے طریقہ سے ہاتھ سے ملائیے۔ گیہوں کے آٹے کو نیم گرم پانی سے ملائم گوندھ لیں تقریباً آدھا گھنٹہ بھگو کر رکھیں۔ چھوٹے چھوٹے پیڑے بنائیے اور اس کو ہاتھ پر کٹوری کی طرح بنا کر اس میں گوبھی کو اچھی طرح دبا کر بھریئے اور پتلا بیلئے اور دونوں طرف ہلکا تیل یا گھی لگا کر بادامی ہونے تک سٹیکئے اور دہی کے ساتھ گرم گرم نوش فرمائے نہایت ہی لذیذ لگے۔

