

خورشیدی روٹی قورمہ

- (۱) گوشت: آدھا کیلو (بون لیس) (۲) گرم مسالہ: ایک ٹی اسپون
 (۳) ٹماٹر: 4 عدد (۴) دہی: آدھا کپ
 (۵) گیہوں کا آٹا: دو کپ (۶) ہر ادھنیہ: ایک گڈی (باریک کٹا ہوا)
 (۷) دھنیہ پاؤڈر: آدھا اسپون (۸) لال مرچ پاؤڈر: ایک ٹیبل اسپون
 (۹) ہلدی پاؤڈر: آدھا ٹی اسپون (۱۰) نمک: حسب ذوق
 (۱۱) تیل: آدھا کپ (۱۲) پیاز: ایک عدد
 (۱۳) ادراک لہسن: ایک ٹیبل اسپون (پیسٹ) (۱۴) لیموں: ایک عدد
- ☆ گیہوں کے آٹے کو گوندھ کر پتلی پتلی روٹیاں بیل کر اُس پر ہر ادھنیہ پھیلا کر دبائیں تاکہ روٹی پر اچھی طرح جم جائے اب ان روٹیوں کو بالکل کچا پکا سینکلیں پورا نہ سینکے ورنہ ذائقہ نہ آئے گا۔ ایک پن میں تیل گرم کریں اور پیاز کے باریک لچھوں کو ہلکا بادامی کر لیں ادراک لہسن اور گوشت کو خوب اچھا بھونیں، ٹماٹر کے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں، اب اس میں لال مرچ، ہلدی، ہر ادھنیہ اور دھنیہ، ٹماٹر کچھوٹے ٹکڑے شامل کر کے اچھی طرح بھونیں، اب دہی شامل کر کے بھونیں نمک حسب ذوق ڈالیں ایک سے دو کپ پانی شامل کر کے پتلا قورمہ تیار کریں۔
- کچی روٹی کے لوز کاٹ لیں جب محسوس ہو کہ گوشت گل گیا ہو ان روٹی کے لوز کو شامل کر کے درمیانہ آگ پر پکائیے۔ روٹی اور شوربہ میں ہلکا گاڑھا پن آجائے گا۔ اور تھوڑا ڈھیلا شوربہ رہنا چاہئے، دم پر ہر ادھنیہ لیموں، اور گرم مسالہ چھڑک کر چولہا بند کر دیں، کھیرے کی سلاد کے ساتھ گرم گرم پیش کیجئے خورشیدی روٹی قورمہ تیار ہوگا جو بے حد لذیذ اور سب کو پسند آنے والی ڈش ہے۔

