

ترکاری کا پلاؤ

- (۱) گاجر۔ 100 گرام
- (۲) ہرے مٹر۔ 100 گرام
- (۳) بیسن کی پھلی۔ 100 گرام
- (۴) آلو۔ دو عدد
- (۵) پھول گو بھی۔ 100 گرام
- (۶) گرم مسالہ۔ ایک ٹی اسپون
- (۷) تیز پات۔ دو عدد
- (۸) تیل یا گھی۔ 200 گرام
- (۹) ہلدی پاؤڈر۔ آدھائی اسپون
- (۱۰) ادراک لہسن۔ دو ٹیبل اسپون
- (۱۱) نمک۔ حسب ذائقہ
- (۱۲) ہری مرچ۔ 5 سے 6 عدد
- (۱۳) لال مرچ۔ دو ٹی اسپون
- (۱۴) کالی مرچ۔ ایک ٹی اسپون
- (۱۵) پیاز۔ تین عدد (تلی ہوئی)
- (۱۶) دہی۔ 200 گرام
- (۱۷) لیموں۔ دو عدد
- (۱۸) زعفرانی رنگ۔ ایک چٹکی

(۱۹) باسستی چاول-2 کپ

(۲۰) کوتمیر پودینہ-آدھا کپ (کٹی ہوئی)

سبزیوں کو چھوٹا چھوٹا کاٹ لیں۔ تیل یا گھی میں ہر سبزی کو کچا پکاتل کر علیحدہ رکھتے جائیے۔ بچے ہوئے تیل میں تیز پتہ تلئے ثابت گرم مسالہ آدھا شامل کریں اور ک لہسن پیسٹ لال مرچ ہلدی کالی مرچ پاؤڈر اور ساری ترکاریاں ڈال کر ہلکے بھونیں نمک حسب ذوق شامل کر لیں۔ دہی ڈال کر 5 سے 10 منٹ تک بھونیں ہری مرچ کو کوٹ کر ڈالنے اور ڈھکن ڈھانپ کر تقریباً 5 یا 7 منٹ تک پکنے دیں۔ ایک کپ پانی شامل کریں اگر ضرورت ہو تو ورنہ دہی سے ہی شور بہ بن جائیگا۔

20 سے 25 منٹ چاول بھگو کر رکھیں۔ ایک علیحدہ کھلے منہ کے بگونے میں پانی تھوڑا گرم مسالہ اور نمک تقریباً ایک دو ٹیبل اسپون ڈال کر اچھا اُبالنے چاول ڈال کر دو کئی پرنتھار لیں آدھے چاول بگونے میں رکھیں درمیان میں ترکاری کی تہہ لگائے اوپر چاول کی تہہ تلی ہوئی پیاز ہر ادھنیہ جمادیں لیموں کا عرق آدھا ترکاری پر ڈالیں اور آدھا چالوں پر ڈالیں۔ آدھا گرم مسالہ پاؤڈر چھڑک لیں زعفرانی رنگ آدھا کپ دودھ میں مکس کر کے اوپر سے ڈالیں اور درمیانہ آگ پر 20 منٹ تک دم دیدیں۔ دہی کے راتہ کے ساتھ مرچیوں کے سالن، بگھارے بیگن کے ہمراہ بہت لذیذ لگے گا۔ آپ اپنے حسب مرضی ترکاریاں ڈال سکتے ہیں۔

