আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

জগন্নাথ ভোগ, ১৪২৮

মহাপ্রভু জগন্নাথদেবের ছাপান্ন ভোগের কয়েকটি

AMADER BANGALIR RANNAGHOR

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

নিত্য নতুন রান্না করতে ও মানুষকে খাওয়াতে যারা ভালবাসেন তাদের জন্য এই গ্রুপ। পরিচিত কয়েক জনকে নিয়ে শুরু হয়েছিলো আমাদের এই পথ চলা আজ থেকে চার বছর আগে ২০১৭ সালের মার্চ মাসের এক সুন্দর সকালে, আর এখন আমাদের সদস্য সংখ্যা ১ লাখ ২৮ হাজারের বেশী। আমাদের চলার পথে যাঁরা আমাদের সঙ্গে যুক্ত হয়েছেন তাদের সবাইকে শুভেচ্ছা আর অভিনন্দন জানিয়ে আমাদের এই প্রচেষ্টা - **রেসিপি বুকলেট (Recipe Booklet)**।

ধন্যবাদান্তে,

Sumi Dey
(Admin)

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

রসনা পরিতৃপ্তি তালিকা

খাজা
মগজ নাড়ু
কণিকা ভোগ
ঘিও অন্ন
জগন্নাথ বল্লভ
নারিয়া কোরা
ডালমা
মাহুরা
সারা পুলি
সপ্তপুরি পিঠে

আমালু
মিঠা ডালি
লুনি খুরমা
গোটা বেগুন মরিচ পানি
করলা ভাজা মিষ্টি কুমড়ো দিয়ে
মালপোয়া
ছানা পোড়া
শুকনো খিচুড়ি ভোগ
পুলি পিঠে
মোহন ভোগ

SUMI DEY (Admin)

খাজা

●

ময়দা
চালের গুঁড়ি
ঘি
নুন
রস করার জন্যে চিনি
ভাজার জন্যে ঘি অথবা তেল

ময়দার মধ্যে ঘি আর সামান্য নুন দিয়ে মাখতে হবে। মাখা ময়দা দিয়ে লেচি করে রুটির মতো বেলতে হবে চালের গুঁড়ি দিয়ে। বেলা রুটির ওপরে ঘি ব্রাশ করে চালের গুঁড়ি ছড়িয়ে দিতে হবে। তিনটে রুটি নিয়ে একটার ওপর আর একটা রেখে রোল করতে হবে। এই রোল থেকে পিস পিস করে কেটে নিয়ে লম্বালম্বি করে বেলতে হবে। বেলে রাখা পিস গুলো ঘি অথবা তেলে ভাজতে হবে। এক কাপ জলে দু কাপ চিনি দিয়ে ফুটিয়ে রস বানাতে হবে। ভেজে রাখা খাজা গুলো ঠান্ডা হয়ে এলে হালকা গরম চিনির রসে ১০ / ১৫ মিনিট রেখে তুলে নিতে হবে।

SAGARIKA PATRA

মগজ নাড়ু

আটা
ঘি
চিনি
এলাচ
সাজানোর জন্য ড্রাই ফ্রুটস

কড়াইতে ঘি দিয়ে গলে গেলে আটা দিতে হবে। যতটা আটা তার তিন ভাগের এক ভাগ ঘি লাগবে। যতটা চিনি নেওয়া হয়েছে তার অর্ধেক চিনি গুঁড়িয়ে নিতে হবে। আটা আর ঘি প্রায় ১৫ মিনিট অল্প আঁচে ভাজতে হবে। এবার এলাচ, চিনি, চিনির গুঁড়ো দিয়ে আবার নাড়তে হবে। সব মিশে গিয়ে লাল লাল হলে নামিয়ে গরম থাকতে থাকতেই নাড়ু গড়ে নিতে হবে। ড্রাই ফ্রুটস দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করা যাবে।

MAITREYEE ADHIKARI

কণিকা ভোগ

●

- বাসমতি চাল
- ঘি
- চিনি
- জায়ফল
- জয়ত্রি
- বড় এলাচ
- ছোট এলাচ
- দারুচিনি
- লবঙ্গ
- গোলমরিচ
- কাজু বাদাম

বাসমতি চাল ধুয়ে জলে আধ ঘন্টা ভিজিয়ে রেখে জল ঝরিয়ে রাখতে হবে। পাত্রে ঘি গরম করে ছোট এলাচ, বড় এলাচ, দারুচিনি, লবঙ্গ, গোটা গোলমরিচ ফোরণ দিয়ে অল্প ভাজতে হবে। সুগন্ধ বার হলে কাজু বাদাম ঘি তে দিয়ে ভাজতে হবে। এরপর জল ঝরানো চাল দিয়ে একটু ভাজা ভাজাকরতে হবে। যতটা চাল তার দ্বিগুন পরিমান গরম জল চালে মেশাতে হবে। মাঝারি আঁচে চাপা দিয়ে রান্না করতে হবে। চাল নরম হয়ে জল শুকিয়ে এলে জায়ফল, জয়ত্রি, ছোট এলাচের গুঁড়ো আর স্বাদ মতো চিনি মেশাতে হবে। চিনি গলে গেলে একটু ঘি মিশিয়ে কিছু সময় ঢাকা দিয়ে রাখলেই তৈরী “কণিকা ভোগ”।

SUNAYANI HALDER

ঘিও অন্ন

- গোবিন্দ ভোগ চাল
- ঘি
- তেজপাতা
- দারুচিনি
- এলাচ
- কিসমিস
- গোলমরিচ
- নুন

চাল ভালো করে ধুয়ে শুকিয়ে নিতে হবে। কড়াইতে ঘি দিয়ে তাতে গোলমরিচ, থেঁতো করা এলাচ, দারুচিনি ও তেজপাতা দিয়ে ভালো করে নেড়েচেড়ে শুকনো চালগুলো দিয়ে ভালো করে কিছুক্ষণ ভেজে নিতে হবে। এবার পরিমাণ মতো জল ও নুন দিয়ে কড়াই ঢেকে রাখতে হবে। দশ মিনিট পরে ঢাকা তুলে চাল সেদ্ধ হয়ে এলে তাতে এক চামচ ঘি ও কিসমিস দিয়ে কড়াই ঢাকা দিয়ে কিছুক্ষণ রেখে নামিয়ে নিলেই তৈরি হয়ে যাবে জগন্নাথ দেবের অন্যতম ভোগের প্রসাদ “ঘিও অন্ন”।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

PAPIYA NANDI

জগন্নাথ বল্লভ

১ কাপ আটা
আধ কাপ চিনি
আধ কাপ ঘি
১ টা এলাচ
২ টো লবঙ্গ
ছোটো একটুকরো জায়ফল
- গুঁড়ো করে নেওয়া
১/৪ কাপ জল

কড়াইতে ঘি গরম করে আটা দিয়ে ১০ মিনিট অল্প আঁচে ভেজে নিতে হবে। ভাজা হয়ে গেলে কড়াই থেকে আটাটা অন্য পাত্রে রেখে কড়াই আবার গ্যাসে বসিয়ে চিনি দিয়ে তার মধ্যে জল আর গুঁড়ো মশলা গুলো দিয়ে রস বানিয়ে ভাজা আটা টা দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে নিতে হবে। একটা পাত্রে ঘি মাখিয়ে আটার ডো (dough) দিয়ে গরম অবস্থাতেই হাতে চেপে চেপে চারকোনা আকার দিয়ে ঠান্ডা করে নিয়ে ছুরি দিয়ে কেটে নিতে হবে। এই ভাবেই খুব সহজেই তৈরী হয়ে যাবে জগন্নাথ দেবের মহাপ্রসাদ “জগন্নাথ বল্লভ”।

RAMA GHATAK

নারিয়া কোরা

●

- নারকেল
- গুড়
- কর্পূর
- ছোট এলাচ
- ঘি

নারকেল কুড়ে নিতে হবে। কড়াইতে ঘি গরম করে নারকেল কোরা দিয়ে অল্প আঁচে নাড়াচাড়া করে গুড় দিতে হবে। ফুটে উঠতে শুরু করলে কর্পূর আর ছোট এলাচ গুঁড়ো করে মেশাতে হবে। পাক ঘন হয়ে এলে একটা ঘি বোলানো পাত্রে ঢেলে রাখতে হবে। একটু ঠান্ডা হয়ে এলে নাড়ু পাকাতে হবে।

SAMOYITA CHAKRABORTY

ডালমা

অড়হর ডাল
পটল
মিষ্টি আলু
কুমড়ো
বেগুন
হিং
সরষে
গোটা জিরে
তেজপাতা
মৌরি
ঘি
হলুদ গুঁড়ো
গোলমরিচ গুঁড়ো
নারকেল কোরা

অড়হর ডাল ১ ঘণ্টা ভিজিয়ে রাখতে হবে। পাত্রে ডাল, হলুদ গুঁড়ো, নুন আর পরিমাণ মত জল দিয়ে সেদ্ধ করতে হবে। ডাল অর্ধেক সেদ্ধ হয়ে গেলে সব সবজি দিয়ে মাঝারি আঁচে ঢাকা দিয়ে আবার সেদ্ধ করতে হবে। সবজি সেদ্ধ হয়ে এলে তার মধ্যে নারকেল কোরা আর গোলমরিচ গুঁড়ো দিয়ে নাড়িয়ে নিয়ে আঁচ কমিয়ে রাখতে হবে। অন্য একটি পাত্রে ১ টেবিল চামচ ঘি গরম করে তার মধ্যে হিং, সরষে, গোটা জিরে, মৌরি, তেজপাতা ফোড়ণ দিয়ে ডাল এর সাথে ভালো করে মিশিয়ে দিতে হবে। সবশেষে ভাজা জিরে গুঁড়ো ছড়িয়ে মিশিয়ে নিলেই তৈরি হয়ে যাবে জগন্নাথ দেব এর প্রিয় ভোগ ডালমা।

SUMANA GHOSHAL HUI

মাহুরা

●

- সবজি
  - রাঙা আলু,কাচকলা, কুমড়ো, পটল, বরবটি, মুলো, কাঁকরোল, নটেশাক
- বিউলির ডালের বড়ি
- শুকনো লঙ্কা
- ভেজানো ছোলা
- নারকেল কোরা
- তেজপাতা
- এলাচ
- লবঙ্গ
- সৈন্ধব লবন
- হলুদ
- চিনি
- পানমৌরি
- কালো সর্ষে
- গোটা জিরে
- ধনে
- জিরে গুড়ো
- ঘি
- আদা বাটা
- হিং কুচি

কড়াইতে ঘি দিয়ে আদা কুচি, গোটা জিরে, তেজপাতা, শুকনো লঙ্কা ফোড়ণ নেড়ে বড়ি, ছোলা ভেজে নিয়ে বাকি গোটা, বাটা মশলা ও হিং, হলুদ, নুন দিয়ে ঐ ঘি তেই কষিয়ে নিয়ে ধুয়ে রাখা সবজি দিয়ে আবারও অল্প সৈন্ধব লবন দিয়ে নেড়ে ঢাকা দিতে হবে। কিছুক্ষন পরে সবজির জল শুকিয়ে এলে অল্প চিনি, জিরে গুড়ো, নারকেল কোরা ও অল্প গরম জল দিয়ে ভালো করে নেড়ে ঢাকা দিতে হবে। মাখো মাখো হয়ে এলেই তৈরি "মাহুরা"। ওপর থেকে নারকেল কোরা ও তুলসী দিয়ে জগন্নাথদেব কে ভোগ নিবেদন করা যাবে।

SUBHRA HAZRA

সারা পুলি

●

ফুল ক্রীম দুধ
আটা
এলাচ
গুড়
ঘি

ফুল ক্রীম দুধের আধ বাটি সর, দু চামচ আটা, দু তিনটে এলাচ গুঁড়ো দিয়ে ভালো করে মেশাতে হবে।এক কাপ জল ও দু তিন চামচ গুড় দিয়ে অল্প ফুটিয়ে গুড়ের রস তৈরী করতে হবে। ননস্টিক কড়াইতে অল্প ঘি দিয়ে সর ও আটার মিশ্রণ অল্প অল্প করে দিয়ে প্যানকেকের মতো বানিয়ে ওই গুড়ের রসে একটু ভিজিয়ে প্লেটে তুলে দিলেই তৈরি "সারা পুলি"।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

LIPIKA MUKHERJEE

সপ্তপুরি পিঠে

●

দু কাপ ময়দা
সৈন্ধব লবন
ঘি / তেল
নারকেল
গুড়

ময়দায় স্বাদ মতো লবন মিশিয়ে ঘি দিয়ে ময়ান দিতে হবে। জল দিয়ে শক্ত করে মেখে সাতটা লুচি বেলে নিতে হবে। তার মধ্যে দুটো বড়ো আর পাঁচটা ছোট মাপের করতে হবে। বড়ো লুচি টা প্রথমে রেখে নারকেল পুর সাজিয়ে দিয়ে, তার ওপর আবার একটা লুচি দিয়ে ভালো করে চারিদিক মুড়ে দিতে হবে। এই ভাবে এক এক করে সব লুচি গুলো দিয়ে সবার উপরে বড়ো লুচিটা দিয়ে ঢেকে ভালো করে চারপাশটা মুড়ে ঘি / তেলে ভেজে নিতে হবে।

MOUMITA DAS

আমালু

●

আটা
গুড়
গোলমরিচ
মৌরি
ঘি
তেল

প্রথমে একটি পাত্রে তিন কাপ আটা ও আড়াই কাপ গুড় নিয়ে তাতে পরিমান মতো জল দিয়ে একটা মিশ্রন তৈরী করতে হবে। মিশ্রনটা যেন খুব পাতলা না হয় আবার খুব ঘনও না হয়। এর মধ্যে থেঁতো করা গোলমরিচ ও মৌরি মিশিয়ে নিতে হবে। কড়াইতে তেলের সাথে ঘি মিশিয়ে গরম করে তাতে এক হাতা করে মিশ্রন দিতে হবে। অল্প আঁচে বাদামী রং করে ভেজে তুলে নিলেই তৈরী "আমালু"।

SAHELI DE RAKSHIT

মিঠা ডালি

অড়হর ডাল
ঘি
গুড়
নুন
আদা কোরা
হিং
হলুদ
জিরে

কড়াইতে ঘি দিয়ে চার ঘন্টা ভিজিয়ে জল ঝড়ানো অড়হর ডাল, নুন, হলুদ, আদা ও জল দিয়ে একটু সিদ্ধ হলে গুড় দিয়ে ফোটাতে হবে। অন্য একটি কড়াইতে ঘি দিয়ে হিং ও জিরে ফোড়ণ দিয়ে মিশিয়ে দিলেই তৈরি হয়ে যাবে মিঠা ডাল।

CHAMPA BHOWMICK

লুনি খুরমা

আটা
ঘি
জোয়ান
সৈন্ধব লবন

লুনি খুরমা এক ধরনের ভাজা নিমকি। দু কাপ আটা,অল্প নুন, চার বড়ো চামচ ঘি ও এক চামচ জোয়ান দিয়ে ময়ান করে জল দিয়ে মেখে একটা টাইট ডো (dough) তৈরী করে ১০ মিনিট ঢেকে রেখে দিতে হবে। কড়াইতে ঘি গরম করে ডো থেকে লেচি করে নিয়ে ছোটো ছোটো গোল করে হাতের চেটোতে নিয়ে চেপে গোল করে কম আঁচে লাল করে ভেজে নিলেই তৈরী “লুনি খুরমা”।

SANGHAMITRA BHAR

গোটা বেগুন মরিচ পানি

- বেগুন
- জিরে
- মৌরি
- গোলমরিচ
- তেজপাতা
- দারচিনি
- ধনে
- মেথি
- কালো জিরে
- কালো সর্ষে
- হলুদ
- লবন
- ঘি
- আমসত্ত্ব

জিরে, মৌরি, গোলমরিচ, তেজপাতা, দারচিনি আর ধনে জলে ভিজিয়ে রেখে মিহি করে বেটে নিয়ে বেগুনের ভিতরে কিছুটা লাগিয়ে নিয়ে ঘি গরম হলে কড়াইয়ে বেগুন ভালো করে ভেজে নিতে হবে, বাকি মশলা ও ভিজিয়ে রাখা আমসত্ব দিয়ে কষে নিতে হবে। মেথি, কালো জিরে, সর্ষে ও মৌরি ফোড়ণ দিয়ে সামান্য একটু জল দিয়ে নেড়েচেড়ে নামিয়ে নিলেই তৈরি “গোটা বেগুন মরিচ পানি”।

KALYANI GON DE

করলা ভাজা মিষ্টি কুমড়ো দিয়ে

●

- করলা
- কুমড়ো
- মেথি
- কালো জিরে
- নুন
- হলুদ
- সর্ষের তেল

করলা ও কুমড়ো ভালো করে ধুয়ে করলার বীজ বাদ দিয়ে সরু সরু করে কেটে নিতে হবে। পরিমাণ দুটোই এক কাপ করে। কড়াইয়ে তেল গরম করে তাতে কালো জিরে ও মেথি ফোড়ণ দিয়ে করলা দিয়ে মিনিট দুয়েক ভেজে নিয়ে হলুদ দিয়ে কুমড়ো দিয়ে আরও কিছুক্ষণ ভেজে তার পর নুন দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে মিনিট পাঁচেক অল্প আঁচে ভাজলেই তৈরী জগন্নাথদেবের ভোগের “করলা ভাজা মিষ্টি কুমড়ো দিয়ে”।

LIPIKA BHAR

মালপোয়া

●

- সুজি
- ময়দা
- নুন
- চিনি
- খাবার সোডা
- দুধ
- কালো জিরে
- রিফাইন্ড তেল

তেল ও দুধ বাদে সব উপকরণ মিশিয়ে, তারপর দু চামচ তেল ময়াম দিয়ে মিশিয়ে দুধ দিয়ে গুলে মাঝারি ঘনত্বের (medium density) একটা ব্যাটার তৈরী করে নিতে হবে। এরপর ডুবো গরম তেলে এক হাতা করে দিয়ে ভেজে নিতে হবে।

PURABI TALUKDAR

ছানা পোড়া

এক লিটার দুধের ছানা
দু চামচ সুজি
তিন চামচ চিনি
এক চামচ ঘি

একটা বাটিতে ছানা ভালো করে মেখে নিতে হবে। তার মধ্যে সুজি আর চিনি দিয়ে আবার ভালো করে মাখতে হবে। একটি কেক মোল্ড এর ভিতরে অল্প ঘি ব্রাশ করে মিশ্রনটা তার মধ্যে ঢেলে দিতে হবে। একটি চুলার উপর কড়াই বসিয়ে তার মধ্যে স্ট্যান্ড দিয়ে তার উপরে বাটিটা ঢাকা দিয়ে বসিয়ে দিতে হবে ৪০ মিনিটের জন্য। ঢাকা খুলে বের করে ঠান্ডা করে পরিবেশন করা যাবে “ছানা পোড়া”।

MOUSUMI SARKAR

শুকনো খিচুড়ি ভোগ

●

- গোবিন্দ ভোগ চাল
- মুগডাল
- আদা বাটা
- ঘি
- হলুদ
- জিরে
- ধনে গুঁড়ো
- গোলমরিচ গুঁড়ো
- গুড়
- সৈন্ধব লবন
- নারকেল কোরা
- হিং
- তেজপাতা
- দারুচিনি
- মৌরি গুঁড়ো

মুগডাল ও গোবিন্দ ভোগ চাল ধুয়ে নিয়ে ১০ মিনিট করে ভিজিয়ে রাখতে হবে। কড়াইতে ঘি দিয়ে তেজপাতা ও দারুচিনি ফোড়ণ দিয়ে মুগডাল ভালো করে ভাজতে হবে। গন্ধ বের হলে পরিমাণ মতো জল দিয়ে ঢেকে দিতে হবে। ডাল আধা সেদ্ধ হলে আদা বাটা, হলুদ, জিরে, ধনে ও মৌরি গুঁড়ো দিয়ে ভালো করে নেড়ে ঢেকে দিতে হবে। ঢাকনা খুলে গোবিন্দ ভোগ চাল লবন দিয়ে ঢেকে দিতে হবে। অল্প জল দিয়ে সমস্ত কিছু সেদ্ধ হলে নারকেল কোরা গুড় দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে অল্প হিং দিয়ে নাড়াচাড়া করে নামাতে হবে। ওপর থেকে নারকেল কোরা ও তুলসী পাতা দিয়ে খিচুড়ি ভোগ নিবেদন করা যাবে।

SUCHITRA DEY

পুলি পিঠে

ময়দা দু কাপ
নারকেল এক কাপ
গুড়
নুন
সাদা তেল

প্রথমে নারকেল বেটে নিতে হবে। করাইতে বাটা নারকেল দিয়ে একটু নেড়ে নিয়ে পরিমাণ মতো গুড় দিয়ে পুর বানিয়ে নিতে হবে। কড়াইতে পরিমাণ মতো জল নুন দিয়ে ওর মধ্যে ময়দা দিয়ে পাঁচ মিনিট ঢাকা দিয়ে রাখতে হবে। তারপর ঢাকা খুলে নিয়ে ভালো করে মেখে নিতে হবে। মিশ্রন থেকে অল্প অল্প করে নিয়ে লুচির মতো গোল করে নারকেল পুর ভরে নিজের পছন্দ মতো ডিজাইন করে তেলে ডিপ ফ্রাই করে নিলেই তৈরী “পুলি পিঠে”।

RATNA DEY

মোহন ভোগ

●

- দুধ
- গুঁড়ো দুধ
- চিনি
- ছানা
- খোয়া ক্ষীর
- ঘি
- কর্ণফ্লাওয়ার
- কিসমিস
- আমন্ড

ছানা বানিয়ে জল ঝরিয়ে তাতে কর্ণফ্লাওয়ার দিয়ে ভালো করে মেখে হাতের তালুতে গোল করে একটু চ্যাপটা করে মাঝে একটা গর্ত করতে হবে। এদিকে দুধ, চিনি, গুড়ো দুধ একসঙ্গে জ্বাল দিয়ে রাবড়ি বানিয়ে নিতে হবে। কড়াইতে চিনি ও জল দিয়ে শিরা বনিয়ে তাতে ছানার বানানো বলগুলো দিয়ে ১০ মিনিট ফুটিয়ে নামিয়ে হালকা গরম দুধের ভিতর একটু রেখে তুলে নিয়ে রাবড়ির ভিতর বলগুলো একটু ডুবিয়ে তুলে খোয়া ক্ষীরের ভিতর বলের চারপাশটা ঘুরিয়ে নিয়ে এবার ডিসের উপর রেখে ঐ গর্ত করা জায়গায় রাবড়ি দিয়ে তার উপর কিসমিস ও আমন্ড কুচি দিয়ে পরিবেশন করা যাবে “মোহন ভোগ”।