আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

সাবেকি রান্না, ২০২১

মা ঠাকুমার আমলের হারিয়ে যাওয়া রান্না

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 ২৯ হাজারের বেশী। আমাদের চলার পথে যাঁরা আমাদের সঙ্গে যুক্ত হয়েছেন তাদের সবাইকে শুভেচ্ছা আর অভিনন্দন জানিয়ে আমাদের এই প্রচেষ্টা - **রেসিপি বুকলেট (Recipe Booklet)**।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

ধন্যবাদান্তে,

Sumi Dey
(Admin)

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

রসনা পরিতৃপ্তি তালিকা

গুঁড়ো দুধের সন্দেশ
নানখাটাই
পটল দিয়ে মুগডাল
শিম পাতুরি
ময়দার সরুচাকলি
লাউ চিংড়ি
লাউপাতায় চিংড়ি পাতুরি
বন নাড়ু বা চালের নাড়ু
চিংড়ি কচুর লতি
পাঁপড়ের ডালনা
ফুলকপির পাতা বাটা

সরষে বাটা দিয়ে মুলোর ঝাল
নারকেল দুধে কচু চিংড়ি
মাছের মাথা দিয়ে বাঁধাকপি
আলু বেগুন দিয়ে পুঁটি মাছের রসা
চিংড়ি দিয়ে গাঁদালের ঝোল
Fruit Custard with Red Velvet Touch
নিরামিষ তেল পটল
মেথি মুরগী ভাজা
মৌরলা মাছের বাটি চচ্চড়ি
বড়ি পোস্ত
ঝিঙের মিষ্টি সুক্তো

SUMI DEY (Admin)

গুঁড়ো দুধের সন্দেশ

গুঁড়ো দুধ - ১ কাপ
চিনি - ২ কাপ
মাখন - ২ টেবিল চামচ
জল - ২ কাপ

জলে চিনি দিয়ে গরম করতে দিতে হবে। চিনি গলে গেলে তাতে গুঁড়ো দুধ মেশাতে হবে। সমানে নেড়ে যেতে হবে। দুধ ভালো ভাবে মিশে গেলে মাখন দিতে হবে। সমানে নেড়ে যেতে হবে যতক্ষন না এই মিশ্রন ঘন হয়ে ডো (dough) মাখার মত হচ্ছে। ঘন হয়ে এলে গ্যাস থেকে নামিয়ে ছোট ছোট লেচি করে ছাঁচে দিয়ে সন্দেশ বানাতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

ANAMIKA CHAKRABORTY

নানখাটাই

- ঘি
- ময়দা
- বেসন
- বেকিং পাউডার
- সুজি
- চিনি
- নারকেল
- নুন
- আমন্ড
- চেরি

একটা বাটিতে আধ কাপ ঘি, সোয়া কাপ গুঁড়ো চিনি, এক কাপ ময়দা, দু টেবিল চামচ বেসন, দু টেবিল চামচ সুজি ও এক চামচ বেকিং পাউডার দিয়ে খুব ভালো করে মেখে এক ঘন্টা রেখে দিতে হবে। OTG ১০ মিনিট প্রি-হিট করে, মেখে রাখা ময়দা গোল গোল আকারে বানিয়ে তাতে আমন্ড আর চেরি দিয়ে সাজিয়ে ১০ মিনিট ১৭০ ডিগ্রিতে বেক করতে হবে। ১০ মিনিটেই তৈরী হয়ে যাবে সুস্বাদু নানখাটাই।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

BANHI SEN

পটল দিয়ে মুগডাল

মুগডাল
পটল
সাদা তেল
আদা
তেজ পাতা
শুকনো লঙ্কা
কাঁচা লঙ্কা
গোটা জিরে
নুন
হলুদ
চিনি
ধনে পাতা

পটল খোসা ছাড়িয়ে চার টুকরো করে কেটে নিতে হবে| মুগডাল নুন দিয়ে সিদ্ধ করে নিতে হবে| কড়াইতে তেল দিয়ে পটল অল্প নুন মেখে ভেজে তুলে নিতে হবে| বাকি তেলে ফোড়ন (গোটা জিরে, শুকনো লঙ্কা, আদা ও তেজপাতা) দিয়ে ভাজা গন্ধ বের হলে সিদ্ধ ডাল দিয়ে নুন, হলুদ, চিনি ও কাঁচা লঙ্কা দিয়ে নেড়েচেড়ে ভাজা পটল দিয়ে আবার ভালো করে নেড়ে ফুটে উঠলে ধনেপাতা উপরে দিয়ে নামিয়ে পরিবেশন করা যাবে পটল দিয়ে মুগডাল |

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

DONA DAS

শিম পাতুরি

শিম - হালকা ভাপানো
সরষে বাটা
নারকেল বাটা
সরষের তেল
কালো জিরে
নুন
হলুদ
চিনি
কাঁচা লঙ্কা

শিম গুলোকে দু-তিন মিনিট ভাপিয়ে নিতে হবে। তারপর শিমগুলো নামিয়ে নিয়ে তাতে সরষে বাটা, নারকেল বাটা, স্বাদ মতো নুন, চিনি দিয়ে সরষের তেল, কাঁচা লঙ্কা বাটা ও হলুদ দিয়ে ভাল করে মেখে,প্যানে সরষের তেল দিয়ে তাতে কালো জিরে ফোড়ন দিতে হবে। এবার তেলের মধ্যে মাখা শিম দিয়ে দিতে হবে। তারপর ঢেকে দিতে হবে পাঁচ সাত মিনিটের জন্য। উপর থেকে কাঁচা সরষের তেল দিয়ে নামিয়ে গরম ভাতের সাথে পরিবেশন করতে হবে শিম পাতুরি।

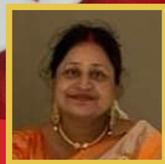
আমাদের বাঙালির রান্নাঘর
AMADER BANGALIR RANNAGHOR

MON ROY

ময়দার সরুচাকলি

সাদা ময়দা
কাঁচা লঙ্কা
ধনে পাতা
আদা কুচি
পেঁয়াজ কুচি
চিনি
নুন

ময়দা, জল, নুন, পেঁয়াজ কুচি, লঙ্কা কুচি, আদা কুচি, চিনি, ধনে পাতা সব একসাথে মিশিয়ে ব্যাটার তৈরী করতে হবে। তাওয়াতে তেল গরম হতে দিতে হবে। একটা হাতায় করে ব্যাটার নিয়ে গরম তাওয়ায় গোল করে ছড়িয়ে দিতে হবে। দু পিঠ সেঁকে তুলে নিয়ে সস্ সহযোগে পরিবেশন করা যাবে।



MOUSUMI SARKAR

লাউ চিংড়ি

ছোট লাউ - ১ টি
চিংড়ি মাছ
জিরে
রাঁধুনি - ১ চামচ
তেজ পাতা - ১ টি
শুকনো লঙ্কা - ২ টি
কাঁচা লঙ্কা - ৪/৫ টি চেরা
সরষের তেল
নুন
হলুদ
চিনি - স্বাদ অনুযায়ী
দেওয়া যেতে পারে

লাউ ছোট ছোট করে কেটে নিতে হবে। চিংড়ি মাছ পরিস্কার করে নিতে হবে। কড়াইতে সরষের তেল দিয়ে চিংড়ি মাছ ভেজে রাখতে হবে। লাউ ও কাঁচা লঙ্কা দিয়ে নাড়াচাড়া করে নুন ও হলুদ জল দিয়ে ঢেকে দিতে হবে। সেদ্ধ হলে চিংড়ি মাছ দিয়ে নামিয়ে নিতে হবে। কড়াইয়ে সরষের তেল দিয়ে জিরে রাঁধুনি তেজপাতা ও শুকনো লঙ্কা ফোঁড়ন দিয়ে লাউ চিংড়ি দিয়ে মিশিয়ে নামিয়ে নিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

PAMPA SINGHA

লাউপাতায় চিংড়ি পাতুরি

লাউপাতা - ৫ টি
ছোট চিংড়ি - ৩০০ গ্রাম
সরষে পোস্ত বাটা - ২ টেবিল চামচ
কাঁচা লঙ্কা বাটা - ১ চামচ
নারকেল বাটা - ২ টেবিল চামচ
সরষের তেল - প্রয়োজন অনুযায়ী
নুন, হলুদ - প্রয়োজন অনুযায়ী

চিংড়ি মাছ পরিস্কার করে নিয়ে, মাছের মধ্যে সব উপকরণ দিয়ে ভালো করে মাখতে হবে। লাউপাতায় এই মাছের মিশ্রন অল্প দিয়ে পাতাগুলো সুন্দর করে মুড়ে সুতো দিয়ে বাঁধতে হবে। তাওয়া গরম করে অল্প তেল ব্রাশ করে ১০ মিনিট ধরে পাতুরিগুলো ভালো করে ভাপিয়ে নিতে হবে এপিঠ-ওপিঠ করে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

PRIYANKA SAHA

বন নাড়ু বা চালের নাড়ু

গোবিন্দভোগ চাল
দুধ
ঘি
চিনি
এলাচ

গোবিন্দভোগ চাল ভালো করে ধুয়ে জল ঝড়িয়ে নিতে হবে। চাল ঝরঝরে হয়ে গেলে কড়াই গরম করে তাতে চাল দিয়ে ভেজে নিতে হবে শুকনো। এরপর ভেজে নেওয়া চাল টা ঠান্ডা করে গুঁড়ো করে নিতে হবে। চালের গুঁড়ো পাতলা সাদা কাপড় দিয়ে ছেঁকে নিতে হবে। তারপর ঐ চালের গুঁড়োর সাথে চিনির গুঁড়ো আর ঘি মিশিয়ে ভালো করে ঢেকে রেখে দিতে হবে ২ দিন। দু দিন পরে ঐ গুঁড়োর সাথে এলাচ গুঁড়ো মিশিয়ে আর অল্প দুধ দিয়ে ভালোভাবে মিশিয়ে ছোট বাটিতে গুঁড়োটা ভরে চেপে চেপে ঐ আকারে তৈরি করে নিতে হবে। একটু সাবধানে তৈরি করতে হবে না হলে ভেঙে যেতে পারে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

RAJLAKSHMI ROY

চিংড়ি কচুর লতি

চিংড়ি - ১৫০ গ্রাম
কচুর লতি - ৫০০ গ্রাম
নারকেল - আধ কাপ
কালো সরষে - ২ চামচ
সরষের তেল - ৫০ গ্রা
কাঁচা লঙ্কা - ৬ টা
নুন – স্বাদ অনুযায়ী
চিনি - ২ চামচ
হলুদ - ১ চামচ
কালো জিরে - সামান্য পরিমানে

প্রথমে কচুর লতি পরিস্কার করে ছাড়িয়ে গ্যাসে কড়াইতে ভাপিয়ে, জল ঝড়িয়ে রাখতে হবে। এবার সরষে, লঙ্কা, নারকেল একসাথে বাটতে হবে। কড়াইতে তেল গরম করে চিংড়ি ভেজে তুলে রেখে কালো জিরে ফোড়ন দিতে হবে। তারপর ভাপানো লতি, বাটা মশলা, নুন, চিনি, হলুদ, সামান্য কাঁচা সরষের তেল একসাথে মেখে গরম তেলে দিয়ে গ্যাসের আঁচ কমিয়ে দিয়ে ঢেকে দিতে হবে। অল্প সময় পরে ঢাকা খুলে কিছুক্ষন নাড়াচাড়া করে মশলা তেল আলাদা হলেই গ্যাস বন্ধ করে দিতে হবে। তৈরী চিংড়ি কচুর লতি।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

RATNA DEY

পাঁপড়ের ভালনা

- পাঁপড়
- আলু
- টমেটো
- আদা বাটা
- জিরে বাটা
- হলুদ গুঁড়ো
- লঙ্কা গুঁড়ো
- কাশ্মীরি লঙ্কা গুঁড়ো
- কালো জিরে
- রাঁধুনি
- নুন
- চিনি
- গরম মশলা
- তেজ পাতা
- গোটা শুকনো লঙ্কা
- কাঁচা লঙ্কা
- সরষের তেল

কড়াইতে তেল দিয়ে পাঁপড়গুলো ভেজে তুলে রাখতে হবে। এবার আলু ভেজে তুলে নিয়ে সেই তেলে তেজ পাতা, শুকনো লঙ্কা, কালো জিরে, রাঁধুনি ফোরণ দিয়ে তার ভিতরে উপরের সব উপকরণ দিয়ে ভালো করে কষিয়ে নিয়ে আলু ভাজা গুলো দিয়ে ফুটে উঠলে ভাজা পাঁপড় গুলো দিয়ে একটু ফুটিয়ে উপর থেকে গরম মশলা দিয়ে নামিয়ে নিলেই তৈরী পাঁপড়ের ভালনা।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

RINI GUPTA

ফুলকপির পাতা বাটা

ফুলকপির পাতা
রসুন
কাঁচা লঙ্কা
কালো জিরে
সরষের তেল
নুন

ফুলকপির পাতা পরিষ্কার করে ধুয়ে কাঁচা লঙ্কা ও রসুন দিয়ে বেটে নিয়ে বেশী করে সরষের তেল গরম করে কালো জিরে, কাঁচা লঙ্কা ফোড়ন দিয়ে পাতা বাটা পরিমান মতো নুন দিয়ে কষিয়ে রান্না করতে হবে| শুকিয়ে সুন্দর গন্ধ বেরলে গরম ভাতে পরিবেশন করা যাবে|

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SASWATI SARKAR

সরষে বাটা দিয়ে মুলোর ঝাল

মুলো
কালো জিরে
শুকনো লঙ্কা
সাদা সরষে, কালো
সরষে, কা্ঁচা লঙ্কা
- একসাথে বাটা
নুন, হলুদ, চিনি,
সরষের তেল
- প্রয়োজন মত

মুলো লম্বা মাঝারি পাতলা করে কেটে অল্প জলে সিদ্ধ করে নিতে হবে। কড়াইতে সরষের তেল গরম করে এক চামচ কলো জিরে ও দুটি শুকনো লঙ্কা ফোড়ন দিয়ে মুলো দিয়ে ভাজা হলে, পরিমাণ মত নুন, হলুদ দিয়ে আগে থেকে করে রাখা কালো সরষে সাদা সরষে, কাঁচা লঙ্কা দিয়ে বাটা দু চামচ করে মিশিয়ে অল্প জল ও পরিমাণ মত চিনি দিয়ে ঝোল শুকনো হলে ওপর থেকে একটু সরষের তেল ছড়িয়ে দিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SOMA ROY

নারকেল দুধে কচু চিংড়ি

নারকেলের দুধ
গাঁটি কচু - ছোটো মাপের
চিংড়ি মাছ - মাঝারি মাপের
জিরে বাটা
জিরে ও ধনে - ভেজে বাটা
সরষে - শুকনো, গোটা ও বাটা
সরষের তেল
তেজপাতা
হলুদ
চিনি - অল্প পরিমানে

চিংড়ি মাছ ভেজে বেটে নিতে হবে। কড়াইতে সরষের তেল গরম করে তেজ পাতা, শুকনো লঙ্কা, সরষে ফোড়ন দিয়ে জিরে বাটা দিয়ে নেড়ে, কচু দিয়ে কষিয়ে, হলুদ ও স্বাদ মতো নুন দিয়ে নারকেল দুধ দিয়ে ঢেকে সিদ্ধ করে নিতে হবে। তাতে চিংড়ি বাটা দিয়ে নেড়েচেড়ে ১ মিনিট রেখে ভাজা মশলা ও অল্প চিনি ছড়িয়ে তুলে নিতে হবে।

SUBHRA HAZRA

মাছের মাথা দিয়ে বাঁধাকপি

- বাঁধাকপি
- মাছের মাথা
- মটরশুঁটি
- আলু
- টমেটো
- পেঁয়াজ কুচি
- গোটা শুকনো লঙ্কা
- তেজ পাতা
- হলুদ
- জিরে
- লঙ্কা
- গরম মশলা গুঁড়ো
- সরষের তেল
- নুন ও চিনি

আলু ও মাছের মাথা ভেজে নিয়ে বাঁধাকপি অল্প সিদ্ধ করে জল ঝরিয়ে নিতে হবে। কড়াইয়ে তেল গরম করে শুকনো লঙ্কা, তেজ পাতা ফোরণ দিয়ে, পেঁয়াজ টমেটো ভাজতে হবে। এবার গুঁড়ো মশলা (জিরে,হলুদ ও লঙ্কা) দিয়ে বাঁধাকপি, ভাজা আলু, নুন, মিষ্টি ও ভাজা মাছের মাথা দিয়ে ঢাকা দিয়ে কষিয়ে নিতে হবে, সবটা ভালো করে মাখা মাখা হলে গরম মশলা গুঁড়ো ছড়িয়ে একটু ঢাকা দিয়ে নামিয়ে নিলেই তৈরী মাছের মাথা দিয়ে বাঁধাকপি।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SUKANYA DUTTA

আলু বেগুন দিয়ে পুঁটি মাছের রসা

পুঁটি মাছ
আলু - সরু করে কাটা
বেগুন
টমেটো
পেঁয়াজ
কাঁচা লঙ্কা
ধনে পাতা
লঙ্কা গুঁড়ো
নুন
হলুদ
সরষে বাটা
সরষের তেল

নুন হলুদ মাখিয়ে পুঁটি মাছ হাল্কা করে ভেজে নিতে হবে। তেল গরম হলে পেঁয়াজ টমেটো কুচি দিয়ে, নরম হয়ে এলে আলু দিয়ে ভাজতে হবে। আলু লালচে হয়ে এলে একে হলুদ, নুন, লঙ্কা গুঁড়ো আর বেগুন দিয়ে নাড়াচাড়া করে সরষে বাটা ও কাঁচা লঙ্কা দিয়ে জল ঢেলে দিতে হবে। ফুটতে শুরু করলে মাছ ভাজা ও ধনে পাতা মিশিয়ে দিতে হবে। ১০ মিনিট ঢাকা দিয়ে ফুটিয়ে ঘন হয়ে এলে নামিয়ে নিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SUMITA SEN SHARMA

চিংড়ি দিয়ে গাঁদালের ঝোল

গাঁদাল পাতা বাটা
চিংড়ি মাছ
গাঁটি কচু
আলু
পটল
শিম
ধনে জিরে গুঁড়ো
আদা বাটা
তেল
কাঁচা লঙ্কা
নুন
চিনি
হলুদ

গাঁদাল পাতা, আদা ও কাঁচা লঙ্কা বেটে নিতে হবে। কড়াইতে তেল দিয়ে নুন হলুদ মাখানো চিংড়ি মাছ ভেজে তুলে নিতে হবে। ঐ তেলে পাঁচফোড়ন দিয়ে সামান্য ভাপিয়ে রাখা সব্জি দিয়ে নেড়েচেড়ে নুন, হলুদ, চিনি, ধনে জিরে গুঁড়ো দিয়ে ভালো করে নেড়ে গাঁদাল পাতা বাটা দিয়ে কষিয়ে, অল্প জল দিয়ে ঢাকা দিতে হবে। কিছুক্ষণ পর ঢাকা খুলে ভাজা চিংড়ি মাছ দিয়ে নাড়াচাড়া করে নামিয়ে নিলেই তৈরী হয়ে যাবে মায়ের হাতের হাড়িয়ে যাওয়া রান্না।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

ANAMIKA CHAKRABORTY

FRUIT CUSTARD WITH RED VELVET TOUCH

- দুধ
- কাস্টার্ড পাউডার
- আম
- কলা
- ময়দা
- কোকো পাউডার
- রেড ফুড কালার

আধ লিটার দুধে একটা আমের পেস্ট আর এক চামচ কাস্টার্ড পাউডার মিশিয়ে ফুটিয়ে ঘন করে নিয়ে ফ্রিজে রেখে ঠান্ডা করতে হবে। এবার কোকো পাউডার, রেড ফুড কালার আর ময়দা দিয়ে ছোট কেক বানিয়ে নিতে হবে। ঠান্ডা হয়ে যাওয়া ঘন দুধের মধ্যে আম আর কলা ছোট ছোট টুকরো করে দিয়ে ওপর থেকে কেক ছোট টুকরো করে দিয়ে পরিবেশন করতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

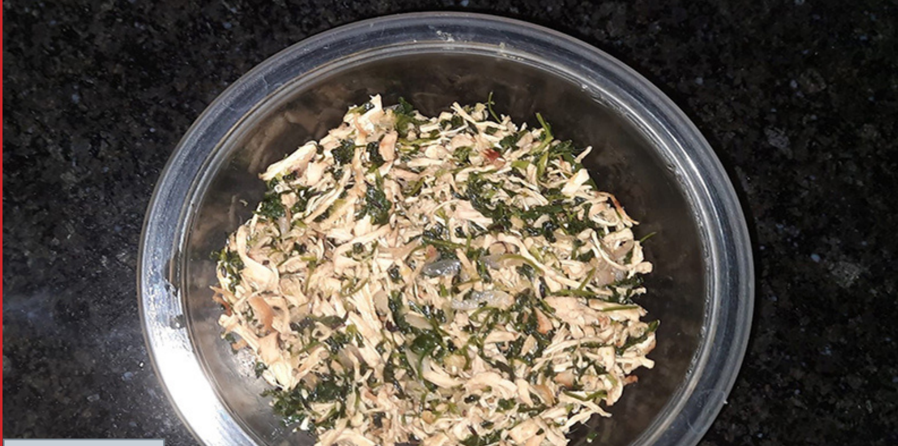
DONA DAS

নিরামিষ তেল পটল

পটল
জিরে বাটা
আদা ও কাঁচা লঙ্কা বাটা
টমেটো বাটা
নুন
লঙ্কা গুঁড়ো
কাঁচা লঙ্কা
সরষের তেল
চিনি
ধনে গুঁড়ো
হলুদ
গরম মশলা

পটলগুলো ছবিতে যেমন দেওয়া আছে সেভাবে ছুলে ধুয়ে নিতে হবে। এবার নুন হলুদ মাখিয়ে তেলে ভেজে তুলে নিতে হবে। কড়াইতে সরষে তেল দিয়ে তাতে কালো জিরে আর কাঁচা লঙ্কা ফোড়ন দিয়ে টমেটো বাটা, জিরে বাটা, আদা কাঁচা লঙ্কা একসঙ্গে বাটা, ধনে গুঁড়ো, নুন, চিনি ও হলুদ দিয়ে ভালো করে কষিয়ে পটলগুলো দিয়ে একটু নাড়াচাড়া করে অল্প জল দিয়ে ঢেকে দিতে হবে পাঁচ মিনিটের জন্য। কিছুক্ষণ পর পটলগুলো সেদ্ধ হয়ে গেলে উপর থেকে গরম মশলার গুঁড়ো ও কাঁচা তেল ছড়িয়ে নামিয়ে নিলেই তৈরী নিরামিষ তেল পটল।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



SUBHRA HAZRA

মেথি মুরগী ভাজা

মেথি শাক কুচি - এক আঁটি
চিকেনের পিস্ – ২৫০ গ্রাম
গ্রেটেড আদা - ১/২ চামচ
ধনে গুঁড়ো - ১/২ চামচ
গোটা জিরে - ১ চামচ
গোলমরিচ গুঁড়ো - ১ চামচ
চিনি - ১/২ চামচ
পেঁয়াজ - ১ টা মাঝারি
রসুন - ৮ কোয়া
কাঁচা লঙ্কা - ৪ টে
সরষের তেল
নুন

একটা পাত্রে জল গরম করে তাতে অল্প নুন, গোলমরিচ গুঁড়ো, রসুন কুচি ও চিকেনের পিস্ গুলো ঢাকা দিয়ে সিদ্ধ করে চিকেনটা ঠান্ডা করে স্রেডেড করে কেটে নিতে হবে আর স্টকটা আলাদা করে রেখে দিতে হবে। কড়াইতে তেল গরম করে গোটা জিরে দিয়ে একটু নেড়ে অল্প রসুন কুচি দিয়ে একটু ভেজে তাতে পেঁয়াজ দিয়ে ভালো করে ভেজে কাঁচা লঙ্কা আর চিকেনটা দিয়ে অল্প ভেজে গ্রেটেড আদা দিয়ে তাতে মেথি শাক ও সামান্য নুন দিয়ে ঢাকা দিতে হবে। একটু পরে ঢাকা খুলে ধনে গুঁড়ো ও চিকেন স্টক দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে আবার ঢাকা দিয়ে সিদ্ধ করে জলটা শুকিয়ে নিতে হবে, এই সময় অল্প চিনি দিয়ে নেড়েচেড়ে নিয়ে নামালেই তৈরী মেথি মুরগী ভাজা।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SUKANYA DUTTA

মৌরলা মাছের বাটি চচ্চড়ি

মৌরলা মাছ
পেঁয়াজ - ১ টা কুচি করা
আলু - সরু করে কাটা
রসুন - ৩/৪ কোয়া
টমেটো - ১ টা
কাঁচা লঙ্কা - ২ টো
নুন
হলুদ
লঙ্কাগুঁড়ো
চিনি
সরষের তেল

মৌরলা মাছে নুন, হলুদ মাখিয়ে নিতে হবে। একটা অ্যালুমিনিয়ামের বড়ো বাটিতে আলু-টমেটো-পেঁয়াজ কুচি, থেঁতো করা রসুন, পরিমাণমতো নুন-হলুদ-লঙ্কাগুঁড়ো, খুব সামান্য চিনি, সরষের তেল দিয়ে হাত দিয়ে ভালো করে মেখে প্রয়োজনমতো জল ও গোটা কাঁচা লঙ্কা দিয়ে ঢাকা দিয়ে গ্যাসে বসিয়ে দিতে হবে। ফুটে উঠলে মাছ দিতে হবে। ভালো মতো ফুটে ঘন হয়ে গেলে উপর থেকে কাঁচা সরষের তেল ছড়িয়ে নামিয়ে নিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

MAHUYA DUTTA

বড়ি পোস্ত

বিউলির ডালের বড়ি - ২৫০ গ্রাম
পোস্ত বাটা - ৭৫ গ্রাম
কাঁচা লঙ্কা - ৬ টা
শুকনো লঙ্কা বাটা - ২টো
সরষের তেল - প্রয়োজন মতো
নুন - স্বাদমতো

কড়াইতে সর্ষের তেল দিয়ে বড়ি হালকা ভেজে তুলে নিতে হবে। কড়াইতে আবার তেল দিয়ে চেরা কাঁচা লংকা, বেটে রাখা পোস্ত ও শুকনো লঙ্কা দিয়ে খুব ভালো করে মিশিয়ে একটু কম আঁচে ফোটাতে হবে। এরপর স্বাদমতো নুন ও বড়ি ফুটতে দিতে হবে। বড়ি নরম হয়ে এলে উপর থেকে সরষের তেল ছড়িয়ে গ্যাস বন্ধ করে পাঁচ মিনিট চাপা দিয়ে নামিয়ে নিলেই তৈরি পোস্ত বড়ি।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

MAITREYEE ADHIKARI (Moderator)

ঝিঙের মিষ্টি সুক্তো

ঝিঙে - বড়ো করে কাটা
মটর ডালের বড়া ভাজা
আদা বাটা
সরষে বাটা
কালো জিরে
কাঁচা লঙ্কা
নুন
হলুদ
চিনি
সরষের তেল

কড়াইতে সরষের তেল গরম করে ঝিঙে তেলে সাঁতলে নিতে হবে। আবার তেল দিয়ে কালো জিরে ফোরণ দিয়ে আদা বাটা দিতে হবে। আদা ভাজা হলে ঝিঙে দিয়ে নুন, হলুদ ও জল দিতে হবে। ঝিঙে নরম হলে ডালের বড়া, সরষে বাটা, চিনি, চেরা কাঁচা লঙ্কা দিতে হবে। ঝোল একটু ঘন হলেই ঝিঙের মিষ্টি সুক্তো তৈরী।