



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

পৌষ পর্বণ, ১৪২৮

পিঠে পুলির রকমফের



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)**।

ধন্যবাদান্তে,

*Sumi Dey*  
(Admin)



# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

## রসনা পরিতৃপ্তি তালিকা

চালের পায়েস  
বাদশাহী দুধ পিঠে  
সিদ্ধ চালের খোলা পিঠে  
হৃদয় হরণ পিঠে  
রসালো মালপোয়া  
ক্ষীর রাঙালুর পুলি, পাটিসাপটা ও দুধ পুলি  
শাহী ফিরনি  
ঝিনুক পিঠে  
দুধ পুলি  
ভিন্ন স্বাদের নারকেল নাড়ু  
দুধ পিঠে  
পিঠে  
দুধ পুলি  
প্রিন্টেড পাটিসাপটা  
গাজরের লাড্ডু

চন্দন কাঠ পিঠে  
দুধ পিঠে  
গোকুল পিঠে  
রসমালাই পিঠে  
রসবড়া  
দুধ চিঁতে  
লিচু পিঠে  
পাটিসাপটা  
দুধ গোকুল পিঠে  
ভাপা পুলি পিঠে  
পুলি পিঠে ও ক্ষীর পিঠে  
চালের চুষির পায়েস  
গোবিন্দ ভোগের ক্ষীর পায়েস  
পুলি পিঠে  
মুগ পুলি



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



SUMI DEY (Admin)

## চালের পায়েস



গোবিন্দভোগ চাল - ৫০ গ্রাম  
দুধ - আড়াই লিটার  
চিনি - ২০০ গ্রাম  
তেজপাতা - ২ টো  
কাজু, কিসমিস - প্রয়োজন মত

গোবিন্দভোগ চাল ভালো করে ধুয়ে  
তেজপাতা ফোরণ দিয়ে ঘিয়ে ভেজে  
নিতে হবে। আড়াই লিটার দুধকে ফুটিয়ে  
এক লিটার করে নিতে হবে। এবার দুধে  
ভেজে রাখা চাল দিয়ে দিতে হবে। কাজু  
অল্প করে ভেজে নিতে হবে আর  
কিসমিস জলে ভিজিয়ে রাখতে হবে।  
চাল সিদ্ধ হয়ে গেলে চিনি দিতে হবে।  
নামাবার সময় ওপরে কাজু কিসমিস  
ছড়িয়ে দিতে হবে।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



ANAMIKA CHAKRABORTY

# বাদশাহী দুধ পিঠে



গোবিন্দভোগ চালের ঔঁড়ো

- দেড় কাপ

দুধ - ১ লিটার

নারকেল কোরা

চিনি

এলাচ

ঘি

রিফাইন্ড তেল

দুধের মধ্যে এলাচ দিয়ে ফুটিয়ে ঘন করে নিতে হবে। নারকেল কোরা ও চিনি দিয়ে পুর বানাতে হবে। অল্প ঘি আর নুন দিয়ে চালের ঔঁড়ো গরম জলে মেখে ডো (dough) বানাতে হবে। ছোট ছোট লেচি তৈরী করে বেলে নিতে হবে। দুটো লেচির মধ্যে নারকেলের পুর ভরে ধার মুড়ে কাঁটা দিয়ে চেপে সীল করে তেল গরম করে তাতে হালকা করে ভেজে ঘন করে রাখা দুধে ডুবিয়ে রাখতে হবে।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

AMADER BANGALIR RANNAGHOR



APARNA DUTTA ACHARJEE

# সিদ্ধ চালের খোলা পিঠে



পিঠার জন্য -  
সিদ্ধ চাল  
টমেটো  
পেঁয়াজ  
কাঁচা লঙ্কা  
ধনে পাতা  
কারি পাতা

চাটনির জন্য -  
টমেটো  
শুকনো লঙ্কা  
রসুন  
পেঁয়াজ  
সামান্য চিনি  
সোয়া সস্  
ভিনিগার  
স্বাদ মতো নুন

চাল আগের দিন রাতে ভিজিয়ে রাখতে হবে। পরের দিন মিক্সিতে জল দিয়ে পেস্ট করে নিতে হবে। তারপর পরিমাণ মতো নুন মিশিয়ে কড়াইতে এক হাতা পরিমাণ দিয়ে ঢাকনা দিয়ে দিতে হবে। কম আঁচে ৫ মিনিট এর মত রাখলেই পিঠে তৈরি।

খানিকটা মিশ্রণের সাথে টমেটো কুচি, পেঁয়াজ কুচি, কাঁচা লঙ্কা কুচি, ধনে পাতা কুচি, কারি পাতা দিয়ে মিশিয়ে কড়াইতে একই ভাবে আগের মতোই পিঠে তৈরি করা যাবে।

চাটনি তৈরি করার জন্য দুটো টমেটো, কয়েকটা শুকনো লঙ্কা জলে নুন মিশিয়ে সিদ্ধ করে নিতে হবে। মিক্সিতে সেই সেদ্ধ টমেটো, লঙ্কা, সাথে ৪/৫ কোয়া রসুন, পেঁয়াজ দিয়ে পেস্ট করে নিতে হবে। তারপর কড়াইতে এই পেস্টটা দিয়ে স্বাদ মতো নুন আর সামান্য চিনি মিশিয়ে ৩/৪ মিনিট পর আধা চামচ সোয়া সস্ ও এক চামচ ভিনিগার মিশিয়ে ঘন হওয়া পর্যন্ত নেড়ে নামিয়ে নিতে হবে।



CHAMPA MANASH MANDAL

# হৃদয় হরণ পিঠে



ময়দা  
চিনি  
নুন  
তেল  
এলাচ  
হলুদ ফুড কালার  
জল  
ঘি

১ কাপ জল, ১ কাপ চিনি, ১ চিমটি ফুড কালার ও এলাচ গুঁড়ো দিয়ে ৫ মিনিট ফুটিয়ে চিনির সিরা বানিয়ে ঠান্ডা করে নিয়ে হবে। কড়াইতে দেড় কাপ জল, ১ চামচ ঘি, ১/২ চামচ নুন, গরম করে ১ কাপ ময়দা দিয়ে একটা ডো (dough) বানিয়ে নিতে হবে। ডো টা ঠান্ডা হলে মেখে নিয়ে লেচি কেটে রুটির আকারে বেলে শাড়ি কুচি করার মতো করে ভাঁজ করে জল দিয়ে ভাঁজ গুলো আটকে হার্টের আকারে (Heart Shape) গড়ে তেলে ডিপ ফ্রাই করে চিনির সিরাতে ৫ মিনিট রেখে তুলে নিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



DONA DAS

## রসালো মালপোয়া



ময়দা - ২ কাপ  
সুজি - ১ কাপ  
চিনি - আধ কাপ  
দুধ - তিন কাপ  
(২ কাপ দেওয়ার  
পরে যতটা লাগবে  
বুঝে দিতে হবে)

এলাচ গুঁড়ো

মৌরি

সাদা তেল

লবণ স্বাদ মতো

কাজু বাদাম কুচি

- সাজানোর জন্য

ময়দা, সুজি, চিনি আর নুন দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে অল্প অল্প করে দুধ দিয়ে ব্যাটার তৈরি করে নিতে হবে। এর মধ্যে মৌরি হালকা ভেজে আধ ভাঙ্গা করে ও এলাচের গুঁড়ো মিশিয়ে ৩০ মিনিট রেখে দিতে হবে যাতে সুজি ভালো করে ফুলে যায়। সারা তৈরীর জন্য প্যানে ১ কাপ চিনি, আধ কাপ জল আর এলাচ গুঁড়ো দিয়ে একটু ফুটিয়ে আঠালো ভাব হলে নামিয়ে রাখতে হবে। কড়াইতে সাদা তেল দিয়ে ভালো করে গরম করে এক চামচ করে ব্যাটার দিয়ে ভেজে তুলে নিয়ে সিরাতে এক দেড় মিনিট রেখে প্লেটে সাজিয়ে উপর থেকে কাজু কুচি দিয়ে পরিবেশন করা হবে রসালো মালপোয়া।



INDRANI DAS

## ক্ষীর রাঙালুর পুলি, পাটিসাপটা ও দুধ পুলি



ক্ষীর রাঙালুর পুলি -

রাঙালু - ৫০০ গ্রাম  
খোয়া ক্ষীর - ২৫০ গ্রাম  
ময়দা - পরিমাণ মত  
চিনির রস  
সাদা তেল

পাটিসাপটা -

ময়দা - ১ কাপ  
সুজি - ১/৪ কাপ  
দুধ - ১/২ কাপ  
চিনি - ২ চামচ

দুধপুলি -

চালের গুঁড়ো  
ময়দা  
দুধ  
গুড়

পুরের জন্য -

নারকেল  
খোয়া ক্ষীর  
খেজুর পাটালির মিশ্রণ

ক্ষীর রাঙালুর পুলি -

চিনির রস করে নিতে হবে। সেদ্ধ রাঙালু, ক্ষীর, ময়দা মেখে নিতে হবে। বাটির আকারে গড়ে নিয়ে নারকেল, খোয়া ক্ষীর ও খেজুর পাটালির পুর ভরে সাদা তেলে ভেজে তুলে চিনির রসে ডুবিয়ে রাখতে হবে।

পাটিসাপটা -

ময়দা, সুজি ও দুধ মিশিয়ে ১ ঘন্টা রাখতে হবে। চিনি মিশিয়ে প্যান এ তেল মাখিয়ে ১ হাতা করে গোলা তেলে ছড়িয়ে ভেজে নিতে হবে। নারকেল, খোয়া ক্ষীর ও খেজুর পাটালির পুর ভরে জড়িয়ে নিতে হবে।

দুধ পুলি -

চালের গুঁড়ো ও ময়দা গরম জলে মেখে নিয়ে বাটির আকারে গড়ে নিয়ে নারকেল, খোয়া ক্ষীর ও খেজুর পাটালির পুর ভরে পুলি গড়ে রাখতে হবে। দুধ ফুটিয়ে ঘন হয়ে এলে পুলি গুলো দিয়ে সেদ্ধ করে নিয়ে শেষে গুড় মিশিয়ে নিতে হবে।



JUTHI CHAKRABORTY

# শাহী ফিরনি



বাসমতি চাল - ৪ চামচ  
দুধ - ১ লিটার  
চিনি - ১ কাপ  
জাফরান - সামান্য  
আমন্ড - সাজানোর জন্য

চাল ধুয়ে ২০ মিনিট রেখে দিতে হবে। দুধ ফুটে উঠলে কম আঁচে বসিয়ে নেড়ে যেতে হবে। একটা বাটিতে অল্প গরম দুধ নিয়ে তাতে কিছুটা জাফরান গুলে সেটা গরমে বসানো দুধে মেশাতে হবে। আধ কাপ জলে ভেজা চাল পিসে নিয়ে পেস্ট করে রাখতে হবে। ২০ মিনিট পরে এই চালের পেস্ট দুধে মেশাতে হবে আর ভালো করে মিশিয়ে যেতে হবে। ১০/১৫ মিনিট পরে চিনি মেশাতে হবে আর ভালো করে নেড়ে যেতে হবে। কম আঁচে বসিয়ে রাঁধতে হবে যতক্ষণ না ফুটে উঠছে। ঠান্ডা হলে উপরে আমন্ড ও জাফরান ছড়িয়ে পরিবেশন করা যাবে।

আমাদের বাংলাদেশ রান্নাঘর



KALYANI GON DE

# ঝিনুক পিঠে



চালের গুড়ো  
আখের গুড়  
নুন  
সাদা তেল  
নতুন চিরুনী  
- ২টো

গরম জল নুন দিয়ে ফুটিয়ে নিতে হবে। এবার ওই গরম জল চালের গুড়িতে দিয়ে ময়দা মাখার মতো করে মেখে নিতে হবে। ছোট ছোট লেচি কেটে গোল গোল করে নিতে হবে। হাতের তালুতে নিয়ে ঝিনুকের মতো আকার দিতে হবে মানে একটা দিক সরু আর একটা দিক গোল মোটা। এরপর চিরুনী দুটোর মোটা দিকে একটু তেল মাখিয়ে নিতে হবে। এবার একটা চিরুনীর উপর একটা পিঠে রেখে গোল মোটা দিকটার উপরে আর একটা চিরুনী দিয়ে চেপে ধীরে ধীরে নিচের দিকে নামাতে হবে আর তখনই একেবারে ঝিনুকের আকার চলে আসবে। এভাবে সব গুলো বানিয়ে মিনিট ১৫ রেখে দিতে হবে। এবার ১ কাপ গুড়ে আধ কাপ জল দিয়ে ফুটিয়ে সারা তৈরী করতে হবে, দুটো আঙুলে নিয়ে দেখতে হবে সুতোর মতো আসছে কিনা, যদি সুতো আসে তাহলে গুড়ের সারা তৈরী।

কড়াইতে তেল গরম করে তৈরী করে রাখা পিঠেগুলো কে ডুবো তেলে ভাজতে হবে। একটু লালচে হলেই তুলে নিয়েই গুড়ের সিরাতে দিয়ে মিনিট ২/৩ পরে ছেকে তুলে নিলেই তৈরী মুচমুচে ঝিনুক পিঠে।



KAMALIKA SARKAR

# দুধ পুলি



চালের গুঁড়ো  
নারকেল গুঁড়ো  
গুঁড়ো দুধ  
নতুন গুড়  
চিনি

চালের গুঁড়ো গরম জলে মেখে ছোট ছোট লেচি কেটে নিতে হবে। নারকেল কোরা, চালের গুঁড়ো, গুঁড়ো দুধ ও নতুন গুড় দিয়ে মাখিয়ে কড়াইতে দিয়ে নাড়তে হবে। শুকিয়ে এলেই পুড় তৈরি। এবার আগে থেকে কেটে রাখা লেচি নিয়ে হাতের সাহায্যে ছোট ছোট বাটি বানিয়ে, অল্প পুড় দিয়ে বাটির মুখটিকে বন্ধ করে দুই আঙুলের সাহায্যে পুলি পাকাতে হবে। এরপর মাঝারি আঁচে কড়াইতে দুধ বসিয়ে, ফুটতে শুরু করলে আঁচ কমিয়ে পুলিগুলো ছাড়তে হবে। দুধ ফুটতে ফুটতে ঘন হয়ে এলে অল্প চিনি দিয়ে নাড়তে হবে। এরপর নতুন গুড় দিয়ে আঁচ নিভিয়ে নেড়ে নিলেই তৈরি দুধ পুলি।



KOLI CHATTERJEE

# ভিন্ন স্বাদের নারকেল নাড়ু



নারকেল কুরে নেওয়া  
আখের গুড়  
এলাচ গুঁড়ো  
ডার্ক চকোলেট কুচি করা  
বাদাম ভেজে কুচি করা  
আমসন্ত কুচি করা  
সাদা তিল ভেজে নেওয়া

কম আঁচে আখের গুড় জ্বাল দিয়ে তাতে নারকেল কোরা দিয়ে নাড়াচাড়া করে চিটচিটে হয়ে এলে নামিয়ে ঠান্ডা করতে দিতে হবে। কয়েকটা নাড়ু পাকিয়ে প্রথমে চকোলেট কুচি, তারপর বাদাম কুচির ওপর দিয়ে গড়িয়ে নিতে হবে। কয়েকটা নাড়ু পাকানোর সময়ে ভিতরে আমসন্ত কুচি দিতে হবে। ওপরে একটা করে বড় আমসন্ত কুচি দিয়ে সাজাতে হবে। বাকী নাড়ুগুলো পাকানোর পরে সাদা তিলের ওপর গড়িয়ে নিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



LIPIKA BHAR

# দুধ পিঠে



চালের গুঁড়ি - ২৫০ গ্রাম  
নারকেল কোরা - আধ বাটি  
চিনি - ৪ চামচ  
পাটালি গুড় - ১০০ গ্রাম  
গুঁড়ো দুধ - ২ চামচ  
দুধ - আধ লিটার  
নুন - ১ চিমটি

নারকেল কোরা, চিনি ও পাটালি গুড় দিয়ে মেখে আঙুনে নেড়েচেড়ে পুর তৈরি করে নিতে হবে। ঈষদুষ্ক জল দিয়ে চালের গুঁড়ি নুন মিশিয়ে মেখে একটা মাঝারি নরম ডো (dough) তৈরি করে মিনিট দশেক ঢেকে রাখতে হবে। ছোট ছোট লেচি করে গোল করে নিয়ে হাতের তালুতে রেখে গর্ত করে পুর ভরে পিঠের সেপ দিতে হবে। অন্য দিকে কড়াইতে দুধ বসিয়ে তাতে গুঁড়ো দুধ মিশিয়ে একবার দুধ ফুটে উঠলে পিঠে গুলো সিদ্ধ হতে দিতে হবে। ৩০ মিনিট পরে চিনি ও পাটালি গুড় দিয়ে ফুটিয়ে ঘন হয়ে এলে কাজু গ্রেট করে ও এলাচ গুঁড়ো দিয়ে নামিয়ে নিতে হবে। ঠান্ডা করে পরিবেশন করা যাবে।



MON ROY

# পিঠে



চালের গুঁড়ো  
গরম জল  
দুধের চাঁচি  
খেজুর গুড়

গরম জল দিয়ে চালের গুঁড়ো মাখতে হবে। মাখানো চালের গুঁড়ো অল্প করে নিয়ে গোল আকার দিয়ে তার মধ্যে দুধের চাঁচির পুর ভরে পিঠের আকার দিতে হবে। কড়াইতে জল ফুটে উঠলে ওই পিঠে গুলো ফেলে দিতে হবে তারপর হয়ে এলে কড়াই থেকে তুলে নিয়ে ঠান্ডা জলে দিতে হবে। খেজুর গুড় সহযোগে পরিবেশন করা যাবে পিঠে।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



NANDITA MUKHERJEE

# দুধ পুলি



নারকেল - ১ টা  
মাঝারি সাইজের  
চিনি - ৩০০ গ্রাম  
সুজি - ১ বাটি  
+ ৩ টেবিল চামচ  
নলেন গুড় - ৩০০ গ্রাম  
গুড়ের বাতাসা - ১০০ গ্রাম  
এলাচ গুঁড়ো - ৪ টে  
ফুল ফ্যাট দুধ - ১ লিটার  
নুন - ১ চিমটি

নারকেল কুরে নিয়ে ১/৪ কাপ জল দিয়ে মিহি পেস্ট করে নিতে হবে। কম আঁচে কড়াই বসিয়ে একে একে নারকেল পেস্ট, সুজি আর চিনি দিয়ে মাঝারি আঁচে ৭/৮ মিনিট নাড়াচাড়া করতে হবে। নাড়তে নাড়তে যখন কড়াই এর গা ছেড়ে দেবে আর অল্প একটু হাতে নিয়ে পাকানো যাবে তখন মিনিট দুয়েক ঠান্ডা করতে দিতে হবে। ১ কাপ জল নিয়ে তাতে গুড় দিয়ে একদম কম আঁচে গলিয়ে নিয়ে একদম ঠাণ্ডা করতে হবে। গুড় নামিয়ে কম আঁচে দুধ ফুটতে দিতে হবে। দুধ একটু গরম হলে বাতাসা দিয়ে নেড়ে দিয়ে ওই মন্ত থেকে খুব অল্প অল্প করে নিয়ে হাতে করে পুলির আকারে তৈরি করতে হবে। মাঝারি আঁচে দুধ ফুটিয়ে নিয়ে তৈরি করা পুলিগুলো ছাড়তে হবে। ২ মিনিট রাখার পর হালকা করে নেড়ে দিয়ে আঁচ কমিয়ে ৭/৮ মিনিট ফুটতে দিতে হবে। আঁচ একদম কম করে ঠাণ্ডা গুড়ের রস আর নুন দিয়ে নাড়াচাড়া করে মাঝারি আঁচে আরও ৬/৭ মিনিট ফুটিয়ে একটু ঘন করে নিতে হবে। এলাচ গুঁড়ো মিশিয়ে নামিয়ে ঠাণ্ডা করে পরিবেশন করা যাবে দুধ পুলি।



PAPIA DATTA

# প্রিন্টেড পাটিসাপটা



চালের গুঁড়ো - দেড় কাপ  
ময়দা - আধ কাপ  
গুঁড়ো দুধ - ১/৪ কাপ  
চিনি - ১/৪ কাপ  
নুন - ১ চিমটি  
জল - আধ লিটার  
ফুড কালার - ২ রকম

ক্ষীরসার জন্যে -  
চালের গুঁড়ো - ২ টেবিল চামচ  
দুধ - ৭০০ মিলি  
গুড় - ১/৪ কাপ

সব উপকরণ মিশিয়ে ব্যাটার বানিয়ে ৩০ মিনিট রেখে দিতে হবে। ব্যাটার তিন ভাগে ভাগ করে কম দু ভাগে দু রকম ফুড কালার মিশিয়ে রাখতে হবে। মাঝারি আঁচে তাওয়া গরম করে তাতে তেল ব্রাশ করে প্রথমে রঙ্গীন ব্যাটারের ফোঁটা দিতে হবে। ৩০ সেকেন্ড পরে তার ওপরে সাদা ব্যাটার দিয়ে ছড়িয়ে ১ মিনিট রাখতে হবে। ওপরে ক্ষীরসা দিয়ে রোল করে নামিয়ে নিতে হবে।

ক্ষীরসা তৈরীর জন্যে ৭০০ মিলি দুধ ফুটিয়ে ৫০০ মিলি করে তাতে চালের গুঁড়ো মিশিয়ে কিছুক্ষণ ফুটিয়ে গুড় মেশাতে হবে। গুড় আগে থেকে ফুটিয়ে রাখতে হবে যাতে দুধে মেশালে ছানা না কেটে যায়। একটু ঘন হয়ে এলে নামিয়ে ঠান্ডা হতে দিতে হবে।



SASWATI SARKAR

# গাজরের লাড্ডু



গাজর - ৭৫০ গ্রাম  
ঘি - ২ চামচ  
ছোট এলাচ - ২ টো  
দুধ - ২ কাপ  
গুঁড়ো দুধ - ২ টেবিল চামচ  
চিনি - ১ কাপ  
কালাকাঁদ - ১ টা  
কাজু  
কিসমিস

গাজরের গা চেঁছে পরিষ্কার করে বড় টুকরোয় কেটে নিতে হবে। কুকারে ঘি ও ছোট এলাচ ফোড়ন দিয়ে গাজর হাল্কা ভেজে দুকাপ দুধ দিয়ে ২/৩ টে সিটি দিয়ে প্রেসার ঠান্ডা হলে ঢাকা খুলে ভালো করে হাতা দিয়ে ঘেঁটে এক কাপ চিনি দিয়ে ফোটাতে হবে। দুধ শুকিয়ে এলে ভালো স্বাদের জন্য দু টেবিল চামচ গুঁড়ো দুধ, এক চামচ ঘি, দুটো ছোট এলাচ গুঁড়ো, কাজু, কিসমিস মিশিয়ে ঠান্ডা হলে লাড্ডু বানিয়ে ওপরে কালাকাঁদ গুঁড়ো ও কিশমিশ দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করা যাবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



MAITRAYEE ADHIKARI (Moderator)

## চন্দন কাঠ পিঠে



সুগন্ধি চালের মোটা দানার গুড়ি  
দুধ  
নারকেল কোরা  
খেজুরের গুড়  
সামান্য ঘি  
কিসমিস

দুধ, চালের গুড়ি একসাথে মিশিয়ে  
ক্রমাগত নাড়তে হবে যাতে কোনো লাম্প  
না হয়। একটু ঘন হলে নারকেল কোরা  
মিশিয়ে নাড়তে হবে। স্বাদ মতো গুড়  
মিশিয়ে ক্রমাগত নেড়ে যেতে হবে। যখন  
পাত্র থেকে মিশ্রণ ছেড়ে আসবে তখন  
একটা প্লেটে ঘি মাখিয়ে মিশ্রণ ঢেলে  
সমান করে ঠান্ডা করতে হবে। ঠান্ডা হলে  
ইচ্ছে মতো আকারে কেটে কিসমিস দিয়ে  
সাজিয়ে নিলেই তৈরী চন্দন কাঠ পিঠে।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



SHANTA DATTA

# দুধ পিঠে



নারকেল কোরা  
পাটালি গুড়  
চালের গুঁড়ো  
দুধ

নারকেল কোরা ও পাটালি গুড় দিয়ে পিঠের পুর বানাতে হবে। চালের গুঁড়ো মেখে নিয়ে ছোট ছোট ঠুলি করে তার মধ্যে পুর ভরে পিঠের আকার করে দিতে হবে। দুধ ঘন করে তাতে পাটালি গুড় ও পিঠে গুলোকে দিয়ে ভালভাবে সিদ্ধ করে নিতে হবে। একটু ঠান্ডা হলে পরিবেশন করা যাবে।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SRABONTI DUTTA

# গোকুল পিঠে



নারকেল কোরা

- ১/২ মালা

খেজুর গুড়ের পাটালি

- ১০০ গ্রাম

খোয়া ক্ষীর - ৫০ গ্রাম

চিনি - ১ কাপ

ময়দা - ১/২ কাপ

চালের গুঁড়ো - ১/৪ কাপ

দুধ - ১/৪ কাপ

জল - ২ কাপ

ঘি - ১ কাপ

প্যানে জল দিয়ে আঁচে বসিয়ে ফুটে উঠলে চিনি ও অর্ধেকটা খেজুর গুড়ের পাটালি দিতে হবে। ৫ মিনিট ফুটিয়ে আঁচ থেকে নামিয়ে ঠান্ডা হতে দিতে হবে।

নারকেল কোরার সাথে বাকি অর্ধেকটা খেজুর গুড়ের পাটালি মিশিয়ে ভালো করে পাক দিয়ে নিতে হবে। গুড় গলে গেলে নাড়াচাড়া করে খোয়া ক্ষীর মিশিয়ে নিতে হবে। বেশ ভালোমতো পাক হয়ে গেলে নামিয়ে ঠান্ডা করে নিতে হবে। ময়দা ও চালের গুঁড়ো এক সাথে নিয়ে তাতে অল্প অল্প করে দুধ মিশিয়ে মাঝারি ঘণত্বের ব্যাটার বানিয়ে নিতে হবে।

নারকেলের পুর থেকে অল্প অল্প করে নিয়ে গোল করে পাকিয়ে হাতের তালু দিয়ে চেপে ব্যাটারে ডুবিয়ে ঘি গরম করে মাঝারি আঁচে এপিঠ-ওপিঠ ভেজে নিতে হবে। ভাজা পিঠেগুলি, বানিয়ে রাখা জল-চিনি-গুড়ের মিশ্রনে ১০-১৫ মিনিট রেখে, তুলে নিয়ে পরিবেশন করা যাবে সুস্বাদু গোকুল পিঠে।



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SUBHRA HAZRA

# রসমালাই পিঠে



চালের গুঁড়ো - ১ কাপ  
নারকেল বাটা - আধ কাপ  
খেজুর গুড়  
দুধ  
জল  
নুন

এক কাপ জল গরম করে একটু নুন মিশিয়ে, আধ কাপ নারকেল বাটা মিশিয়ে একটু নেড়ে এক কাপ চালের গুঁড়ো মিশিয়ে নিয়ে একটা মণ্ড মতো বানিয়ে নিয়ে গরম থাকতেই ভালো করে ঠেঁসে নিয়ে গোল গোল পিঠে বানিয়ে নিয়ে দুধ ঘন করে পিঠেগুলো দিয়ে একটু ফুটিয়ে নিতে হবে। একটু নেড়েচেড়ে পিঠে সিদ্ধ হলে নামিয়ে খেজুর গুড়টা মিশিয়ে নিয়ে আবার মাঝারি আঁচে একটু ফুটিয়ে নিলেই তৈরী রসমালাই পিঠে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



TANDRA SARKAR

## রসবড়া



বিউলির ডাল  
নলেন গুড় বা চিনি  
নুন - সামান্য পরিমাণে  
ছোট এলাচ - ২টো  
মৌরী  
জল  
তেল - ভাজার জন্য

ডাল ধুয়ে সারা রাত ভিজিয়ে রেখে দিতে হবে। সকালে মিক্সিতে বেটে নুন ও মৌরী দিয়ে ফোটিয়ে নিতে হবে। বড় একটা পাত্রে জল, ছোট এলাচ আর গুড় ১০ মিনিট ফুটিয়ে নিতে হবে। কড়াইতে তেল গরম হলে ছোটো ছোটো বড়ার আকারে লাল করে ভেজে গরম রসে দিয়ে ২ থেকে ৩ ঘন্টা চাপা দিয়ে ভিজিয়ে রাখলেই তৈরী সুস্বাদু রসবড়া।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

TINA NATH

# দুধ চিতৈ



গোবিন্দভোগ চালের গুঁড়ো  
খেজুর গুড়  
দুধ  
নুন

চালের গুঁড়ো হালকা গরম জলে নুন দিয়ে  
তিন ঘন্টা ভিজিয়ে রাখতে হবে। দুধ  
ভালো করে ফুটিয়ে তাতে গুড় দিয়ে  
আবার ফুটিয়ে নামিয়ে রাখতে হবে।  
ভিজিয়ে রাখা চালের গুঁড়ো দিয়ে পিঠে  
বানিয়ে দুধের মধ্যে দিতে হবে। পিঠে সহ  
দুধ আবার ফুটিয়ে নিলেই তৈরী দুধ চিতৈ।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

AMADER BANGALIR RANNAGHOR



APARNA DATTA ACHARJEE

# লিচু পিঠে



নারকেল কোরা  
চিনি  
সুজি  
গুঁড়ো দুধ  
পোস্তদানা  
লবঙ্গ  
ফুড কালার  
- লাল ও সবুজ

পোস্ত দুইভাগে ভাগ করে তার একভাগে সবুজ রং, আরেকভাগে লাল রং মিশিয়ে কড়াইতে অল্প ভেজে নিতে হবে আলাদা আলাদা করে। এবার কড়াইতে সামান্য ঘি দিয়ে তাতে সুজি গুলিকে অল্প ভেজে নিতে হবে। তারপর নারকেল কোরা আর চিনি একসাথে দিয়ে কিছুক্ষণ অল্প আঁচে নেড়ে তাতে সুজিগুলি দিয়ে অল্প অল্প করে জল দিয়ে একটা ডো (dough) তৈরি হলে তাতে দুধের গুঁড়ো মিশিয়ে নিতে হবে। একটা পাত্রে আধ কাপ হালকা গরম জলে তিন চার চামচ গুঁড়ো দুধ মিশিয়ে বেসনের মত কোটিং-এর জন্য তৈরী করে নিতে হবে। এবার ওই ডো থেকে একটু একটু করে নিয়ে লিচুর আকার দিয়ে দুধের গোলাতে ডুবিয়ে দিতে হবে। দুধের গোলা থেকে উঠিয়ে পোস্তদানায় গড়িয়ে নিতে হবে আর লবঙ্গ দিয়ে লিচুর বোঁটা তৈরী করতে হবে।



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

CHAMPA MANASH MANDAL

# পাটিসাপটা



চালের গুঁড়ো  
- ১ কাপ  
ময়দা - ২ কাপ  
কোকো পাউডার  
- ৪ চামচ  
নুন - ১/২ চামচ  
ক্ষীরের পুর  
চিনি - ১ চামচ  
ঘি - ১ চামচ  
জল

চালের গুঁড়ো, ময়দা, নুন, চিনি আর জল এক সাথে মিশিয়ে মাঝারি ঘনত্বের ব্যাটার তৈরী করতে হবে। আধ ঘন্টা পরে তাওয়া গরম করে ঘি ব্রাশ করে অল্প আঁচে মিশ্রণটা দিয়ে গোল করে রুটির আকারে গড়ে এক পিঠ হলে ক্ষীরের পুর লম্বা করে দিয়ে ভাঁজ করে মুড়ে নিলে তৈরী সাদা পাটিসাপটা।

অর্ধেক সাদা ব্যাটারের মধ্যে কোকো পাউডার মিশিয়ে নিতে হবে। তাওয়াতে ঘি ব্রাশ করে ব্যাটার চামচে করে নিয়ে আঁকাবাঁকা করে তাওয়াতে দিয়ে শুকিয়ে নিয়ে তার মধ্যে সাদা ব্যাটার দিয়ে গোল করে ক্ষীরের পুর ভরে ভাঁজ করে মুড়ে নিলেই তৈরী জিগ জ্যাগ পাটিসাপটা।

কোকো পাউডারের ব্যাটারটা দিয়ে গোল করে এক পিঠ হলে ক্ষীরের পুর লম্বা করে ভরে ভাঁজ করে মুড়ে নিলেই তৈরী চকোলেট পাটিসাপটা।



DONA DAS

# দুধ গোকুল পিঠে



ময়দা  
চালের গুঁড়ো  
নারকেল কোরা  
দুধ  
গুঁড়ো দুধ  
এলাচ  
সাদা তেল  
নুন  
গুড়

প্যানে নারকেল কোরা দিয়ে একটু নেড়ে চেড়ে তার মধ্যে গুঁড়ো দুধ ও গুড় দিয়ে ভালো করে নাড়াচাড়া করে একটু আঠালো ভাব হয়ে এলে নামিয়ে নিয়ে গরম অবস্থাতেই গোল করে চেপ্টে রাখতে হবে। ব্যাটার বানানোর জন্য এক কাপ ময়দা, আধ কাপ চালের গুঁড়ো, গুড়, নুন ও এলাচ গুঁড়ো দিয়ে ভাল করে মিশিয়ে অল্প অল্প দুধ দিয়ে একটা ঘন ব্যাটার বানাতে হবে। প্যানে সাদা তেল গরম করে তাতে নারকেলের পুরগুলো একটা একটা করে ব্যাটারে ডুবিয়ে ভেজে তুলে নিতে হবে। এবার আধ লিটার দুধ ভালো করে জ্বাল দিয়ে ঘন করে তার মধ্যে এলাচ গুঁড়ো আর পিঠে গুলো দিয়ে সাত মিনিট অল্প আঁচে ঢেকে রাখতে হবে। তারপর নামিয়ে পরিবেশন করা যাবে দুধ গোকুল পিঠে।



JUTHI CHAKRABORTY

# ভাপা পুলি পিঠে



চালের গুঁড়ো - ২ কাপ  
নারকেল কোরা - ২ কাপ  
গুঁড়ো দুধ - আধ কাপ  
গুড় - ১ কাপ  
ঘি - ১ চামচ  
হালকা গরম জল  
- ১ কাপ

অল্প জল গরম করে তাতে গুড় মিশিয়ে নাড়তে হবে যতক্ষণ না গুড় গলে যায়। এতে নারকেল কোরা দিয়ে ভালোভাবে নেড়ে যেতে হবে। ৩/৪ মিনিট পরে গুঁড়ো দুধ ও ঘি মিশিয়ে মাঝারি আঁচে নেড়ে যেতে হবে। ৪ মিনিট পরে নামিয়ে নিয়ে ঠান্ডা হতে দিতে হবে। একটা প্যানে চালের গুঁড়ো নিয়ে ২ মিনিট নেড়ে তাতে হালকা গরম জল ধীরে ধীরে মেশাতে হবে এবং নেড়ে যেতে হবে। এই মিশ্রণ ৫ মিনিট রেখে তারপর মেখে একটা ডো (dough) বানিয়ে সেটা থেকে ছোট ছোট লেটি করে তার মধ্যে নারকেল গুড়ের পুর ভরে পিঠের আকারে গড়ে নিতে হবে। একটা প্যানে তেল মাখিয়ে তাতে গড়ে রাখা পিঠেগুলো দিয়ে ১৫ মিনিট ভাপে (steam) বসিয়ে রাখলেই তৈরি ভাপা পুলি পিঠে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



LIPIKA BHAR

# পুলি পিঠে ও ক্ষীর পিঠে



আতপ চালের গুঁড়ো  
দুধ  
নুন  
পাটালি গুড়  
কাজু  
কিসমিস  
নারকেলের পুর

চালের গুঁড়ো একটু গরম জল দিয়ে মেখে ডো (dough) তৈরী করে নিতে হবে। তার থেকে লেচি কেটে নিয়ে নারকেলের পুর দিয়ে পিঠের আকারে গড়ে নিতে হবে। বড়ো আকারের পিঠে গুলো জলের ভাপে সিদ্ধ করে পুলি পিঠে বানিয়ে নিতে হবে। দুধ ভালো করে ফুটিয়ে নিয়ে ছোট আকারের পিঠে গুলো দিয়ে একটু ফুটিয়ে গুড় দিয়ে ভালো করে ফুটিয়ে ঘন হয়ে এলে নামিয়ে নিলেই তৈরী ক্ষীর পিঠে। কাজু গ্রেট করে ক্ষীরে মিশিয়ে দিতে হবে। ওপরে কিসমিস ছড়িয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করা যাবে।



RATNA DEY

# চালের চুষির পায়েস



আতপ চালের গুঁড়ো  
দুধ  
পাটালি গুড়

চালের গুঁড়ো একটু গরম জল দিয়ে মেখে ডো (dough) তৈরী করে নিতে হবে। এবার তার থেকে চুষি বানিয়ে একটু শুকিয়ে ঘি দিয়ে ভেজে তুলে রাখতে হবে। দুধ ভালো করে ফুটিয়ে নিয়ে চুষিগুলো দিয়ে একটু ফুটিয়ে গুড় দিয়ে ভালো করে ফুটিয়ে ঘন হয়ে এলে নামিয়ে নিলেই তৈরী চালের চুষির পায়েস।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর



TANDRA SARKAR

# গোবিন্দ ভোগের ক্ষীর পায়েস



গোবিন্দভোগ চাল

- ২৫ গ্রাম

দুধ - ১ লিটার

গুঁড়ো দুধ - ১০০ গ্রাম

চিনি

কাজু গুঁড়ো করা

- ২ চা চামচ

তেজপাতা

ছোটো এলাচ

কিসমিস

পেস্টা

আমন্ড

কাজু

চাল ভালো করে ধুয়ে সারারাত ভিজিয়ে রেখে, সকালে আরো একবার ধুয়ে হাত দিয়ে কচলে কচলে আধ ভাঙা করে শুকিয়ে নিতে হবে। ৫০০ গ্রাম দুধ ফুটিয়ে অর্ধেক হলে তাতে গুঁড়ো দুধ গুলে রেখে দিতে হবে। কড়াইতে ১ চামচ ঘি দিয়ে তাতে ছোট এলাচ ও তেজপাতা দিয়ে নেড়েচেড়ে চাল দিয়ে একটু ভাজা ভাজা হলে বাকি দুধ দিয়ে আঁচ কমিয়ে ১৫ মিনিট পর বাকি গোলা দুধ দিয়ে অনবরত নেড়ে কিছুটা ঘন হয়ে এলে তেজপাতা ও ছোটো এলাচ তুলে ফেলে কাজু গুঁড়ো ও চিনি দিয়ে নেড়ে নেড়ে আরো ঘন হয়ে এলে পাত্রে ঢেলে ওপরে কিসমিস ও বাকি ড্রাই ফ্রুটস দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করা যাবে।



LIPIKA BHAR

# পুলি পিঠে



চালের গুঁড়ো - ৫০০ গ্রাম  
নারকেল কোরা - ১ টা  
চিনি  
গুড়  
নুন  
জল

নারকেল কোরা প্রয়োজন মতো গুড় ও চিনি দিয়ে মিশিয়ে আগুনে নেড়েচেড়ে পুর তৈরী করে নিতে হবে। চালের গুঁড়োতে নুন মিশিয়ে হালকা গরম জল দিয়ে মেখে একটা ডো (dough) তৈরী করে কিছুক্ষণ ঢেকে রেখে গোল গোল করে লেচি কেটে ভেতরে নারকেলের পুর দিয়ে পিঠের আকারে গড়ে নিতে হবে। হাঁড়িতে জল দিয়ে, হাঁড়ির মুখে একটি ঝাঁজরী খালাতে পিঠেগুলো রেখে চাপা দিয়ে মাঝারি আঁচে আধ ঘন্টা সিদ্ধ হতে দিতে হবে। গরম অথবা ঠান্ডা পরিবেশন করা যাবে ঝোলা গুড় দিয়ে।



LIPIKA BHAR

# মুগ পুলি



চালের গুঁড়ো  
গাজর - ১ টা বড়  
রাঙালু - ২ টো  
আলু - ১ টা  
মুগের ডাল - ১ কাপ  
নুন - ১ চিমটি  
খেজুর গুড় - ১ কাপ  
নারকেলের পুর - ১ বাটি  
রিফাইন্ড তেল

গাজর, রাঙালু ও আলু খোসা ছাড়িয়ে  
টুকরো করে কেটে মুগের ডাল ধুয়ে একসঙ্গে  
নুন দিয়ে প্রেসার কুকারে সিদ্ধ করে নিতে  
হবে। ঠান্ডা হলে ভালো করে চটকে নিয়ে  
তাতে খেজুর গুড় মিশিয়ে চালের গুঁড়ো  
দিয়ে মেখে একটা ডো (dough) তৈরী করে  
নিতে হবে। ছোট ছোট লেচি করে  
নারকেলের পুর দিয়ে পিঠের আকারে গড়ে  
নিয়ে রিফাইন্ড তেলে ভেজে তুলে নিতে হবে।

# আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

AMADER BANGALIR RANNAGHOR