আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

পয়লা বৈশাখ, ১৪২৯

নববর্ষের ভোজ

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 ৩০ 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

চিকেন মোমো

গুড়ের কালাকান্দ

কাঁচা আম দিয়ে ভাত

বাদশাহী মাটন

ভেটকি পাতুরি

বাসন্তী পোলাও

অ্যাপেল পুডিং

কাতলার টক ঝাল মিষ্টি

মুড়ো চিড়ের পোলাও

ভাপা সন্দেশ

ভেটকি মাছ এর মাথা দিয়ে চচ্চরী

টক ঝাল চিংড়ি

এচোড় কোপ্তার মালাইকারি

ছানার মালাই কোপ্তা

আলু পোস্ত চিকেন

কাতলা পোলাও

আলু সজনে ডাটা দিয়ে রুই মাছ

রুই মাছের কালিয়া

পান আইসক্রিম

চিতল মাছের মুইঠ্যা

SUMI DEY (Admin)

চিকেন মোমো

চিকেন কিমা – ৩০০ গ্রাম
ময়দা – ৫০০ গ্রাম
পিঁয়াজ – ২ টো
রসুন – ৬ কোয়া
আদা বাটা – ১ চামচ
নুন – স্বাদ অনুযায়ী
হলুদ – ১/২ চামচ
মাখন – ৫০ গ্রাম
ধনে পাতা – কুচি করা

ময়দায় মাখন ও সামান্য নুন মিশিয়ে ঈষদুষ্ণ জল দিয়ে মেখে ডো তৈরী করে একটা ভিজে কাপড় দিয়ে ঢেকে রাখতে হবে। কড়াইতে তেল গরম করে পিঁয়াজ, রসুন, আদা বাটা দিয়ে কষে নুন হলুদ দেওয়ার পরে চিকেন কিমা দিয়ে কষে পুর বানিয়ে ঠান্ডা হতে দিতে হবে। মেখে রাখা ময়দা থেকে লুচির মত ছোট ছোট লেচি করে বেলে নিয়ে তার মধ্যে চিকেনের পুর ভরে মোমো বানাতে হবে। একটা ডেকচিতে ২ গ্লাস জল দিয়ে তাতে পিঁয়াজ, রসুন, আদা, ধনে পাতা কুচি ও চিকেন দিয়ে ফুটতে দিতে হবে। ডেকচির ওপরে একটা ফুটো বাটি বসিয়ে তাতে তৈরী করে রাখা মোমোগুলো সাজিয়ে ঢাকা দিয়ে মিনিট ১৫ রেখে দিলেই তৈরী চিকেন মোমো সাথে চিকেন স্টু।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

ANITA PAL

গুড়ের কালাকান্দ

দুধ – ১ লিটার ও ২৫০ গ্রাম
মিল্কমেড – ১০০ গ্রাম
খেজুর গুড় – ১ টেবিল চামচ
ভিনিগার

এক লিটার দুধ ভিনিগার দিয়ে ছানা বানিয়ে জল ঝরিয়ে নিতে হবে। কড়াইতে ২৫০ গ্রাম দুধ দিয়ে তাতে মিল্কমেড, খেজুর গুড় ও ছানা দিয়ে নাড়তে হবে। কড়াই থেকে ছেড়ে আসলে নামিয়ে একটা হাতা দিয়ে ভালো করে ডলে একটি চৌকোনা পাত্রে ঢেলে ঠান্ডা হতে দিতে হবে। সেট হয়ে গেলে চৌকো করে কেঁটে উপর থেকে পেস্তা কুচি দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

APARNA BHAR

কাঁচা আম দিয়ে ভাত

কাঁচা আম – আধ খানা
কুড়িয়ে নেওয়া
নারকেল – ছোট এক বাটি
কুড়িয়ে নেওয়া
বাসমতী চালের ভাত –
এক বাটি
নুন
চিনি
সাদা তেল
ফোড়ণের জন্য – এক চামচ
চিনে বাদাম, এক চামচ
ছোলা ভাজা, এক চামচ
বিউলি ডাল, শুকনো
লঙ্কা, সরষে ও কারি পাতা

বাসমতী চালের ভাত ঝরঝরে করে নিতে হবে। কড়াইতে সাদা তেল দিয়ে তাতে শুকনো লঙ্কা, সরষে ও কারি পাতা ফোড়ণ দিয়ে চিনি বাদাম ভেজে নিতে হবে। তাতে বিউলির ডাল, ছোলা দিয়ে একটু নেড়ে কুড়িয়ে রাখা আম দিয়ে আর একটু নেড়ে চেড়ে নিতে হবে। নুন ও চিনি দিয়ে ভাতটা ঢেলে ভাল করে মিশিয়ে নিতে হবে। সব শেষে নারকেল কোরা দিয়ে নেড়ে চেড়ে নামিয়ে নিতে হবে। রান্নাটা একটু টক ঝাল মিষ্টি হবে। তাই ইচ্ছে হলে দুটো কাঁচা লঙ্কা কুচিও দেওয়া যায়।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

ARPITA DAS

বাদশাহী মাটন

খাসির মাংস – ১ কেজি
আলু - ৫ টুকরো
পিঁয়াজ – ১০০ গ্রাম কুচি করা
পিঁয়াজ বাটা – ৫০ গ্রাম
রসুন বাটা – ২ টেবিল চামচ
আদা লঙ্কা বাটা – ২ টেবিল চামচ
টক দই – ৫০ গ্রাম
টমেটো পিউরি
ঘি – ৫০ গ্রাম
হলুদ
লাল লঙ্কা গুঁড়ো
জিরে গুঁড়ো
গোটা গরম মশলা (দারচিনি, ছোট এলাচ)
গরম মশলা গুঁড়ো – ২ চা চামচ
SUNRISE মিট মশলা
সর্ষের তেল – ৪ টেবিল চামচ
নুন – স্বাদ মতো
চিনি - সামান্য
শুকনো লঙ্কা – ১ টা
তেজ পাতা - ২ টো

খাসির মাংস পেঁয়াজ বাটা, রসুন বাটা, আদা-লঙ্কা বাটা, চিনি, হলুদ, লাল লঙ্কা গুঁড়ো, জিরে গুঁড়ো, টক দই, sunrise মিট মশলা ও সামান্য নুন মাখিয়ে ম্যারিনেট করে ২ ঘন্টা ফ্রিজে রাখতে হবে। কড়াইতে তেল ভালোভাবে গরম করে আলু নুন মাখিয়ে ভেজে তুলে রাখতে হবে। এবার বাকি তেলের মধ্যে তেজ পাতা, গোটা গরম মশলা, শুকনো লঙ্কা ফোরন দিয়ে একটু নাড়াচাড়া করে সুন্দর গন্ধ বেরোলে তার মধ্যে পেঁয়াজ কুচি দিয়ে বেশ লাল করে ভেজে নিয়ে তার মধ্যে ম্যারিনেট করা মাটন দিতে হবে। একটু কষা হলে তার মধ্যে ঘি, টমেটো পিউরি, টমেটো কুচি দিয়ে ভালোভাবে কষতে হবে যতক্ষন না বেশ কালো হয় ততক্ষন পর্যন্ত। এরপর মাংস থেকে তেল ভেসে উঠলে গ্যাস বন্ধ করে দিয়ে প্রেসার কুকারে পরিমান মতো জল ফুটন্ত গরম করে তাতে কষা মাংসটা দিয়ে চারটে সিটি দিয়ে প্রেসারে রেখে দিতে হবে। কিছুক্ষন পরে ঢাকা খুলে ভাজা আলু দিয়ে ভালোভাবে ফুটিয়ে নিলে আলুও নরম হয়ে যাবে। পরিবেশনের আগে ঐ গরম ঝোলে ২ চামচ ঘি ও ১ চামচ গরম মশলা গুঁড়ো ছড়িয়ে দিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

CHAMPA MANASH MANDAL

ভেটকি পাতুরি

ভেটকি ফিলে – ৬ টা
নুন – ১ চামচ
পাতিলেবুর রস – ১ চামচ
কালো সরষে বাটা – ২ চামচ
পোস্ত বাটা – ২ চামচ
নারকেল বাটা – ২ চামচ
সরষের তেল – ৩ চামচ
কাঁচা লঙ্কা – ৫ টা
চিনি – ১/২ চামচ
কলা পাতা – ৬ টুকরো

ভেটকি ফিলে, নুন, লেবুর রস দিয়ে মাখিয়ে রাখতে হবে ৫ মিনিট। তারপর সর্ষে, পোস্ত, নারকেল বাটা, সরষের তেল, চিনি, চেরা কাঁচা লঙ্কা দিয়ে ৩০ মিনিট ম্যারিনেট করে রাখতে হবে। কলা পাতাগুলো তেল বুলিয়ে আগুনে সেঁকে নিতে হবে, তাহলে কলা পাতাগুলো নরম হয়ে যাবে। ম্যারিনেশন করা মাছ গুলো কলা পাতায় মুড়ে কৌটোয় ভরে ১৫ মিনিট জলে ভাপিয়ে নিলেই তৈরী ভেটকি পাতুরি।

DONA DAS

বাসন্তী পোলাও

গোবিন্দভোগ চাল
ঘি
কাজু
কিসমিস
তেজ পাতা
লবঙ্গ
এলাচ
দারচিনি
হলুদ
চিনি
নুন

গোবিন্দভোগ চাল ভালো করে ধুয়ে শুকিয়ে ঝরঝরে করে নিয়ে ঘি, হলুদ দিয়ে ভালো করে মেখে নিয়ে ১৫ থেকে ২০ মিনিট রেখে দিতে হবে। প্যানে ঘি দিয়ে কাজু গুলো হাল্কা ভেজে তুলে নিতে হবে। গোটা গরম মশলা (লবঙ্গ, এলাচ, দারচিনি) ও তেজপাতা দিয়ে হলুদ মাখানো চালটা দিয়ে ৪ / ৫ মিনিট ভাল করে ভেজে নিতে হবে। এবার যতটা চাল নেওয়া হয়েছে তার দ্বিগুণ পরিমানে গরম জল, নুন, চিনি স্বাদ মতো দিয়ে হালকা আঁচে ঢেকে দিতে হবে। চালটা সেদ্ধ হয়ে গেলে তার মধ্যে কাজু কিসমিস দিয়ে নাড়াচাড়া করে গ্যাস বন্ধ করে আরো ১০ মিনিট ঢেকে রাখলেই তৈরী বাসন্তী পোলাও।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

GOURI DEBNATH

অ্যাপেল পুডিং

অ্যাপেল – ২ টো
কাস্টার্ড পাউডার – ৩ টেবিল চামচ
ঘি – ১ চা চামচ
দুধ – ১/২ লিটার
চিনি – ৩ টেবিল চামচ
দারচিনি পাউডার – ১ চা চামচ
সাজাবার জন্য – আমন্ড, চেরী, কাজুবাদাম ইত্যাদি।

অ্যাপেল ভালো করে ধুয়ে খোসা ছাড়িয়ে ছোটো ছোটো টুকরো করে নিতে হবে। প্যানে ঘি দিয়ে অ্যাপেল টুকরো দিয়ে তাতে চিনি দিয়ে ভালো করে ভাজতে হবে। একটি পাত্রে কাস্টার্ড পাউডার আর দুধ ভালো করে মিশিয়ে নিতে হবে। তারপর ঐ মিশ্রন প্যানে অ্যাপেলের সঙ্গে মেশাতে হবে। তাতে দারচিনি পাউডার দিয়ে কম আঁচে নাড়তে হবে। ঘন হয়ে এলে নামিয়ে নিতে হবে। ড্রাই ফ্রুটস দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করা যাবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

KALYANI GON DE

কাতলার টক ঝাল মিষ্টি

কাতলা মাছ – ২৫০ গ্রাম
পাঁচ ফোড়ন – ১ বড় চামচ
তেঁতুলের ক্বাথ – ৪ বড় চামচ
চিনি – ৪ বড় চামচ
শুকনো লঙ্কা – ২ টো
সরষের তেল
নুন
হলুদ

প্রথমে পাঁচ ফোড়নে একটা লঙ্কা দিয়ে শুকনো খোলায় ভেজে মিহি করে বেটে নিতে হবে। মাছ ভালো করে ধুয়ে নুন হলুদ মাখিয়ে নিন। কড়াইতে তেল গরম করে তাতে মাছ ভালো করে ভেজে তুলে নিতে হবে। ওই তেলে একটা শুকনো লঙ্কা ফোড়ন দিয়ে তেঁতুলের ক্বাথে একবাটি জল ও আন্দাজ মতো নুন মিশিয়ে ঢেলে দিতে হবে। ফুটে উঠলে চিনি ও মাছ একসাথে দিয়ে দিতে হবে। মিনিট দুয়েক পর বেটে রাখা ভাজা মশলায় সামান্য একটু জল দিয়ে মাছের উপর ঢেলে একটু নেড়ে দিয়ে ও আধ চামচ সরষের তেল ছড়িয়ে চাপা দিয়ে গ্যাস অফ করে দিতে হবে। মিনিট পাঁচেক রেখে পরিবেশন করা যাবে কাতলা মাছের টক ঝাল মিষ্টি।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

KAMALIKA SARKAR

মুড়ো চিঁড়ের পোলাও

কাতলা মাছের মাথা – বড় ১ টা
লাল চিঁড়ে – বড় ১ কাপ
কাঁচা লঙ্কা – ২ টো চেরা
তেজ পাতা – ২ টো
গোটা জিরে – ১/২ চামচ
নুন – স্বাদ মতো
হলুদ গুঁড়ো – পরিমাণ মতো
সরষের তেল – পরিমাণ মতো
গুঁড়ো লঙ্কা – ১ চামচ
কিসমিস – ১/২ কাপ
চিনি – স্বাদ মতো
জিরে গুঁড়ো – ৩ চামচ
গরম মসলা গুঁড়ো – ১ চামচ
ঘি – ২ চামচ

লাল চিঁড়ে একবার ভালো করে ধুয়ে ভালোভাবে জল ঝড়িয়ে নিতে হবে। একটা পাত্রে মাছের মাথাটা ভালো করে ধুয়ে নুন আর হলুদ গুঁড়ো মাখিয়ে নিতে হবে। গ্যাসে কড়াই বসিয়ে পরিমাণ মতো সরষের তেল দিয়ে গরম হলে মাথার টুকরো গুলো ভালো করে ভেজে নিতে হবে। ওই তেলে গোটা জিরে আর তেজ পাতা ফোরণ দিয়ে আবার ভাজা মাথাটা দিয়ে নেড়ে নিয়ে গ্যাসের আঁচ কমিয়ে দিতে হবে। এবার চিঁড়ে ধীরে ধীরে মিশিয়ে মাথা সমেত ভালো করে নাড়তে হবে। এরপর হলুদ গুঁড়ো, নুন, চিনি, গুঁড়ো লঙ্কা, কিসমিস, জিরে গুঁড়ো, গরম মশলা গুঁড়ো, কাঁচা লঙ্কা চেরা দিয়ে ভালো করে নেড়ে আধ কাপ জল দিয়ে নেড়ে ঢেকে দিতে হবে। জল শুকিয়ে এলে ঘি দিয়ে গ্যাস নিভিয়ে দিতে হবে। কিছুক্ষন পর ঢাকা খুলে নেড়ে নিয়ে গরম গরম পরিবেশন করা যাবে মুড়ো চিড়ের পোলাও।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

LIPIKA BHAR

ভাপা সন্দেশ

দুধ – ১ লিটার
চিনি
ঘি

এক লিটার দুধকে ছানা কাটিয়ে জল ঝরিয়ে শুকনো করে নিয়ে পরিমাণ মতো চিনি মিশিয়ে ভালোভাবে মেখে নিতে হবে। এবার একটা ছোট চ্যাটালো জায়গায় ঘি মাখিয়ে ছানা মাখাটাকে চারিয়ে নিতে হবে। কড়াইতে এক মগ জল দিয়ে ওভেনে বসিয়ে একটা ঝাঁজরি থালা চাপা দিয়ে তার ওপর ছানার জায়গাটা বসিয়ে একটা চাপা দিয়ে ৩০ মিনিট রান্না হতে দিতে হবে। ঠান্ডা হলে ফ্রিজে ঘন্টা খানেক রেখে পিস করে কেটে নিয়ে পরিবেশন করা যাবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

MAITRAYEE ADHIKARY (Moderator)

ভেটকি মাছ এর মাথা দিয়ে চচ্চরী

ভেটকি মাছ এর মাথা
কুমড়ো
বেগুন
বরবটি
ঝিঙে
রাঙালু
গোটা জিরে
তেজ পাতা
শুকনো লঙ্কা
কাঁচা লঙ্কা
নুন
চিনি
হলুদ
তেল
আদা বাটা - সামান্য

ভেটকি মাছ এর মাথা নুন-হলুদ দিয়ে ভেজে রাখতে হবে। প্যানে তেল গরম সব সবজি চৌকো করে কেটে নুন হলুদ দিয়ে ভেজে তুলে রাখতে হবে। প্যানে আবার তেল দিয়ে জিরে, তেজ পাতা, শুকনো লঙ্কা ফোরন দিতে হবে। সুগন্ধ বেরোলে সামান্য আদা বাটা দিয়ে কষিয়ে সব ভাজা সবজি, মাছের মাথা ভাজা, নুন, হলুদ, চিনি, চেরা কাঁচা লঙ্কা দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে কম আঁচে চাপা দিয়ে রাখতে হবে। সব কিছু মিশে গেলে ভেটকি মাছ এর মাথা দিয়ে পাঁচ মিশালী চচ্চরী তৈরী। নুন মিষ্টি ঝাল নিজের স্বাদ অনুসারে দিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

MOUMITA CHATTERJEE

টক ঝাল চিংড়ি

চিংড়ি মাছ
সরষের তেল
পিঁয়াজ
আদা
রসুন
টমেটো
পাকা তেঁতুল
নুন
চিনি
হলুদ
গোটা সরষে
শুকনো লঙ্কা
কাঁচা লঙ্কা

চিংড়ি মাছ হালকা করে ভেজে নিতে হবে। কড়াইতে সরষের তেল গরম করে গোটা সরষে, শুকনো লঙ্কা ফোড়ন দিতে হবে। রসুন, টমেটো দিয়ে একসাথে পেস্ট তৈরি করে কষাতে হবে। পিঁয়াজ ও আদা বাটা দিয়ে কষিয়ে সামান্য জল, তেঁতুল কাত্থ, নুন ও চিনি দিয়ে মাছ দিয়ে ফুটিয়ে নামিয়ে নিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

MOUSUMI SARKAR

এঁচোড় কোপ্তার মালাইকারি

এঁচোড়
নারকেল, কাজুবাদাম, পোস্ত, টমেটো, কাঁচা লঙ্কা, আদা, চারমগজ – একসাথে বাটা
আলু
হলুদ
কিসমিস
বেসন
গরম মশলা গুঁড়ো
নুন
চিনি
দুধ - আধ কাপ
জিরে
তেজ পাতা
শুকনো লঙ্কা
গোটা গরম মশলা
ভাজা মশলা (ধনে, জিরে, শুকনো লঙ্কা শুকনো খোলায় ভেজে গুঁড়ো করা)

আলু ও এঁচোড় সিদ্ধ করে হলুদ, ভাজা মশলা, কাঁচা লঙ্কা, গরম মশলা গুঁড়ো, নুন, কাজু, কিসমিস, বেসন দিয়ে মেখে কোপ্তা গড়ে সরষে তেল গরম করে ভেজে নিতে হবে। ঐ তেলেই জিরে, তেজপাতা, শুকনো লঙ্কা, গোটা গরম মশলা দিয়ে ভেজে বেটে রাখা মশলা দিয়ে কষিয়ে নুন, চিনি দিয়ে তেল ভেসে উঠলে অল্প জল ও দুধ দিয়ে ফুটে উঠলে গরম মশলা গুঁড়ো দিয়ে নামিয়ে নিতে হবে। ভাজা কোপ্তার উপর মালাইকারি ঢেলে দিতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

RUMA BHOWMICK

ছানার মালাই কোপ্তা

পনির / ছানা – ২৫০ গ্রাম
আলু – ২ টো সিদ্ধ করা
খোয়া ক্ষীর – অল্প পরিমানে
কাজু, কিসমিস – ২ চামচ
কাজু পোস্তো বাটা
টক দই – আধ কাপ
ফ্রেশ ক্রীম
কর্ণফ্লাওয়ার
আদা বাটা
কসুরি মেথি
ধনে জিরে গুড়ো
গোটা গরম মশলা
ধনে পাতা কুচি – ২ চামচ
কাশ্মীরি লঙ্কা গুড়ো – ২ চামচ
ঘি
নুন
চিনি

প্রথমেই পনির ও আলু গ্রেট করে নিতে হবে। তাতে অল্প অল্প করে আদা বাটা, নুন, চিনি, গুড়ো মশলা, গরম মশলা, ধনে পাতা কুচি কর্ণফ্লাওয়ার দিয়ে ভালো করে মেখে নিয়ে গোল গোল করে বল বানাতে হবে ও তাতে কাজু কিসমিস ও খোয়া ক্ষীর দিয়ে দিয়ে মেখে ঐ বলের ভিতর দিতে হবে। বলগুলো কনফ্লাওয়ারের মধ্যে গড়িয়ে নিয়ে কোপ্তা বানিয়ে ডুবো তেলে ভেজে নিতে হবে। এবার তেল কমিয়ে নিয়ে তাতে গোটা গরম মশলা ফোড়ন ও তেজ পাতা দিয়ে আদা বাটা, কাশ্মীরি লঙ্কা গুঁড়ো, জিরে গুঁড়ো, ধনে গুঁড়ো, টক দুই, কাজু পোস্তো বাটা, নুন ও চিনি দিয়ে কষিয়ে তাতে ফ্রেশ ক্রীম দিয়ে কোপ্তাগুলো দিয়ে একটু ফুটিয়ে ঘী, গরম মশলা ও কসুরী মেথি দিয়ে নামিয়ে নিতে হবে।

SASWATI SARKAR

আলু পোস্ত চিকেন

চিকেন – ১ কিলো
আলু – ৩ টে
টক দই – ২০০ গ্রাম
রসুন – ৮/১০ কোয়া থেঁতো করা
লঙ্কা গুঁড়ো – ২ চামচ
পোস্ত বাটা – চার টেবিল চামচ
নুন
সাদা তেল
ছোট এলাচ – ৪ টে
লবঙ্গ
দারচিনি
গোলমরিচ – ৮-১০ টা
শুকনো লঙ্কা – ১ টা
তেজ পাতা – ২ টো
পিঁয়াজ – বড় ৪ টে কুচি করা
আদা, রসুন বাটা – ১ চামচ
কাঁচা লঙ্কা – ৪ টে
চিনি – সামান্য
ধনে পাতা – কুচি করা

চিকেন ধুয়ে শুকনো করে টক দই, রসুন থেঁতো, লঙ্কা গুঁড়ো, পোস্ত বাটা, নুন দিয়ে দু ঘন্টা ম্যারিনেট করতে হবে। কড়াইতে সাদা তেল গরম করে তিনটি আলুকে চার টুকরো করে কেটে ভেজে তুলে নিতে হবে। আরও খানিকটা তেল দিয়ে ছোট এলাচ, লবঙ্গ, দারচিনি, গোলমরিচ, শুকনো লঙ্কা, তেজপাতা ফোড়ন দিয়ে পিঁয়াজ কুচি, আদা, রসুন বাটা দিয়ে ভেজে শুধু চিকেন গুলি দিয়ে কষিয়ে নিতে হবে। কষানো হলে ম্যারিনেট করা মশলা কাঁচা লঙ্কা ও আলু মিশিয়ে আরও খানিকটা ভেজে তেল ছাড়লে পরিমাণ মত গরমজল ও সামান্য চিনি দিয়ে ঢেকে সেদ্ধ করে একটু বেশি করে ধনেপাতা ছড়িয়ে নিলে তৈরী আলু পোস্ত চিকেন।

SUKANYA DUTTA

কাতলা পোলাও

কাতলা মাছ
বাসমতি চাল – ৪০০গ্রাম
পিঁয়াজ
আদা
রসুন
ধনে গুঁড়ো
জিরে গুঁড়ো
হলুদ গুঁড়ো
লঙ্কা গুঁড়ো
কাঁচা লঙ্কা
নুন
কাজু-কিশমিশ
তেজ পাতা
গোটা গরম মশলা
(দারচিনি, লবঙ্গ, ছোট এলাচ)
মিষ্টি দই – ৩ চামচ
সাদা তেল
গরম জল

প্রথমেই অল্প পেঁয়াজ সাদা তেলে ভাজতে হবে। এবার কাজু-কিশমিশ হালকা ভেজে ,কাতলা মাছ নুন-হলুদ মাখিয়ে ভেজে নিতে হবে। বাকি তেলে তেজ পাতা, গোটা গরম মশলা ফোড়ন দিয়ে একে একে পেঁয়াজ-আদা-রসুনবাটা, নুন, ধনে-জিরে-হলুদ-লঙ্কা গুঁড়ো, মিষ্টি দই দিয়ে ভাল করে কষিয়ে পরিমাণমতো জল ঢেলে ভাজা মাছ দিয়ে ফুটতে দিতে হবে। ফুটে ঘন হলে মাছ তুলে নিয়ে গ্রেভির মধ্যে ভাল করে ধুয়ে রাখা চাল দিয়ে ভেজে চালের দ্বিগুণ গরম জল, নুন, চেরা কাঁচালঙ্কা দিয়ে মাঝারি আঁচে ঢেকে ২০ মিনিট মতো হতে দিতে হবে। মাঝে ঢাকা খুলে উপরে বেরেস্তা, কাজু-কিশমিশ-মাছ ভাজা দিতে হবে সাবধানে। জল শুকিয়ে গেলে নামিয়ে ১০ মিনিট ঢেকে রাখতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SWAPNA DUTTA

আলু সজনে ডাটা দিয়ে রুই মাছ

আলু
সজনে ডাঁটা
রুই মাছ
আদা
কাঁচা লঙ্কা বাটা
হলুদ
সাদা জিরে
ধনে গুড়ো
তেজ পাতা
টমেটো
নুন
সরষের তেল
লাল লঙ্কা গুড়ো

মাছ ভাল করে ধুয়ে নুন, হলুদ মাখিয়ে ভেজে তুলে রেখে ঐ তেলেই তেজ পাতা, গোটা জিরে ফোড়ন দিয়ে আলু একটু ভেজে সজনে ডাঁটা দিয়ে তাতে নুন, হলুদ দিয়ে নাড়াচাড়া করে টমেটো ও সব মশলা একটা বাটিতে একটু জল দিয়ে একসাথে মিশিয়ে কড়াইতে দিয়ে ভাল করে কষিয়ে পরিমাণ মতো গরম জল দিতে হবে। ঝোল ফুটলে মাছ দিয়ে ভাল করে ফুটিয়ে নামিয়ে নিলেই তৈরি আলু সজনে ডাটা দিয়ে রুই মাছ।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

DONA DAS

রুই মাছের কালিয়া

- রুই মাছ
- সরষের তেল
- গোটা জিরে
- শুকনো লঙ্কা
- তেজ পাতা
- গোটা গরম মশলা
- জিরে বাটা
- ধনে গুঁড়ো
- লঙ্কা গুঁড়ো
- নুন
- হলুদ
- টমেটো বাটা
- পেঁয়াজ বাটা
- রসুন বাটা
- আদা বাটা
- গরম মশলা গুঁড়ো
- কাজু বাদাম বাটা
- টক দই

মাছগুলো খুব ভালোভাবে ধুয়ে নিয়ে নুন, হলুদ মাখিয়ে ১০ মিনিট রেখে দিতে হবে। কড়াইতে তেল দিয়ে মাছগুলো ভেজে তুলে নিতে হবে। ওই তেলে আরো কিছু তেল দিয়ে জিরে ফোড়ন, তেজপাতা, গোটা গরম মশলা দিয়ে নাড়াচাড়া করে পেঁয়াজ, আদা, রসুন বাটা দিয়ে কিছুক্ষণ কষিয়ে টমেটো বাটা, নুন, হলুদ, লঙ্কা গুঁড়ো, ধনে গুঁড়ো দিয়ে আরও কিছুক্ষণ কষাতে হবে। কষানো হলে দই আর কাজু বাদাম বাটা ভালো করে ফেটিয়ে নিয়ে গরম জল দিয়ে কিছুক্ষণ ফুটতে দিতে হবে। তারপর মাছ গুলো দিয়ে অল্প আঁচে ঢাকা দিয়ে রেখে দিতে হবে ৫ মিনিট। তারপর ঢাকনা খুলে গরম মশলা ছড়িয়ে নামিয়ে নিলেই তৈরি হয়ে যাবে রুই মাছের কালিয়া।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

RUMA BHOWMICK

পান আইসক্রিম

হুউইপড ক্রিম – ২ কাপ
কনডেন্সড মিল্ক – আধ কাপ
মিষ্টি পান – ৩ টে
(সব মশলা দেওয়া, চুন ও সুপুরি ছাড়া)
টুটি ফ্রুটি – ৩ চামচ

প্রথমে ক্রিমটা হ্যান্ড উইস্ক দিয়ে ভালো করে বিট করে নিতে হবে। এতে কনডেন্সড মিল্ক দিয়ে আরও একবার বিট করে নিতে হবে। পান গুলো পেস্ট করে নিয়ে ঐ পেস্টটা মিশিয়ে নিতে হবে। সবশেষে টুটি ফ্রুটি মিশিয়ে মিশ্রণটা ফয়েল ঢাকা দিয়ে ডিপ ফ্রীজে ২/৩ ঘন্টা রেখে দিতে হবে। ফ্রিজ থেকে বার করে আবার একবার বিট করে সাইজ মত বক্সে সারা রাত ফ্রিজে রেখে দিতে হবে। সেট হয়ে গেলে উপরে টুটি ফ্রুটি ছড়িয়ে পরিবেশন করতে হবে।

আমাদের বাঙালির রান্নাঘর

SASWATI SARKAR

চিতল মাছের মুইঠ্যা

চিতল মাছের গাদা
আলু – ১ টা সিদ্ধ করা
আলু – ১ টা ডুমো করে কাটা
পিঁয়াজ – ১ টা কুচি করা
আদা, কাঁচা লঙ্কা, রসুন বাটা – ২ চামচ
পিঁয়াজ, আদা, রসুন বাটা – ২ চামচ
হলুদ – সামান্য
গরম মশলা
গোলমরিচ গুঁড়ো
তেজ পাতা
কাঁচা লঙ্কা
শুকনো লঙ্কা
গোটা জিরে
জিরে গুঁড়ো
গরম মশলা
ঘি

চিতল মাছের গাদার পিস থেকে চামচ দিয়ে মাছ বের করে নিতে হবে। সেই মাছে একটা আলু সিদ্ধ, পিঁয়াজ কুচি, আদা-কাঁচা লঙ্কা-রসুন বাটা, নুন, হলুদ, লঙ্কা, গরম মশলা ও গোলমরিচ গুঁড়ো মিশিয়ে ভালো করে মেখে হাতে তেল মাখিয়ে গোল গোল বল বানিয়ে নিতে হবে। এবার কড়াইতে দুকাপ জল দিয়ে ফুটতে শুরু করলে বলগুলো তার মধ্যে দিয়ে ৩-৮ মিনিট ফুটিয়ে নিতে হবে। সিদ্ধ হওয়া বলগুলো চার টুকরো করে কেটে নিতে হবে। কড়াইতে সরষের তেল গরম করে টুকরোগুলো হালকা ভেজে তুলে নিতে হবে। ঐ তেলেই তেজপাতা শুকনো লঙ্কা, গোটা জিরে, গরম মশলা ফোড়ন দিয়ে ডুমো করে কাটা আলু ভেজে পিঁয়াজ-আদা-রসুন বাটা, জিরে গুঁড়ো, নুন, হলুদ, লঙ্কা দিয়ে কষিয়ে নিতে হবে। এরপর যে জলে মুইঠ্যা ফোটানো হয়েছে সেই জল তরকারিতে দিয়ে ফুটলে মুইঠ্যা মিশিয়ে পরিমাণ মত চিনি দিয়ে একটু ফুটিয়ে ঘি, গরম মশলা মিশিয়ে ৫ মিনিট ঢাকা দিয়ে রাখলেই চিতল মাছের মুইঠ্যা তৈরী।