

වට්ටෝරාව



උපරි කහට ගෙඩි වලින් රසවත් ව්‍යංජන

කහට ව්‍යංජනය

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍යය :
 කහට ග්‍රෑම් 250
 කොස් ඇට ග්‍රෑම් 100
 වතුර අඩු කෝප්ප 01 1/2 පමණ
 පොල් කිරි අඩු කෝප්ප 1 1/2
 මිරිස් කුඩු අවශ්‍ය තරමට
 බැඳ ගත් පහේ කුඩු අවශ්‍ය තරමට
 ලොකු ලූනු ගෙඩි 01
 අමු මිරිස් කරල් 2-3 ක්
 කරපිංචා රම්පෙ අවශ්‍ය පමණ
 කහ සහ ලූණු අවශ්‍ය පමණ

සාදන ක්‍රමය :

පලමුව කහට ගෙඩි පිරිසිදු කර තම්බා වතුර පෙරා ගන්න. මෙම තම්බා ගත් කහට වලට ලූණු, මිරිස් කුඩු, කහ කුඩු, බී ලූනු, රම්පේ කරපිංචා එක්කර හොඳින් අත ගා පසෙකින් තබා ගන්න. හොඳින් පැසුණු කොස් ඇට හතරට පලා පොතු ඉවත්කර වතුර ස්වල්පයක් දමා වෙනම තම්බා ගන්න. කොස් ඇට තැම්බීමෙන් එන විට ඉහත මිශ්‍රණය එයට එක් කර පොල් කිරි එකතු කොට හොඳින් උතුරවා ගන්න. අවසානයට බැඳ ගත් පහේ කුඩු ස්වල්පයක් එක් කරන්න. අවශ්‍ය නම් තෙම්පරාදු කර ගන්න.

කහට මැල්ලුම

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍යය :
 කහට ග්‍රෑම් 250
 කොස් ඇට ග්‍රෑම් 100
 වතුර අඩු කෝප්ප 01 1/2 පමණ
 ලොකු ලූනු ගෙඩියක්
 ගාගත් පොල් ස්වල්පයක්
 අමු මිරිස් කරල් 2-3 ක්
 වියලි මිරිස් කරල් කීපයක්
 සුදු ලූනු බික් 3 ක් පමණ
 අබ ඇට ස්වල්පයක්
 කරපිංචා රම්පෙ අවශ්‍ය පමණ
 කහ සහ ලූණු අවශ්‍ය පමණ



සාදන ක්‍රමය :

පලමුව කහට පොහොට්ටු වල ඇති රේණු හා පෙනි, කෙමිය පමණක් ඉතිරි වන සේ ඉවත්කරන්න. ඉන්පසු මෙම ගෙඩි හොඳින් සෝදා ගන්න. සෝදාගත් ගෙඩි හතරට කපා ගන්න. වතුර කෝප්පය භාජනයකට දමා ලීප තබා කහ ස්වල්පයක්ද දමා වතුර උතුරන විට සකස්කරගත් කහට එක් කරන්න. හොඳින් තැම්බුණු පසු වතුර පෙරා ඉවත් කරන්න.

වෙනම භාජනයකට පොතු හැර ගත් කොස් ඇට ලීප තබා තැම්බීමෙන් එන විට කහට එයට එක් කර හොඳින් කලවම් කරන්න. ලූණු, අමු මිරිස් සහ සුදු ලූනු සමඟ තලා ගත් පොල්ද මෙයට එක් කර මලවා ගන්න. පසුව තෙල් ස්වල්පයක් ලීප තබා අබ, කරපිංචා, වියලි මිරිස් කරල් කීපයක් එක් කර කහට මිශ්‍රණය දමා තෙම්පරාදු කර රසය තවත් වැඩි කර ගත හැකිය.

රස මුසු කළේ : ආර්. ඩී. එස්. කේ. කේ. රත්නමලල
 කෘෂිකර්ම උපදේශිකා
 උද්‍යාන බෝග පර්යේෂණ හා සංවර්ධන ආයතනය
 ගන්නෝරුව