



સ્ટફ્ડ ઇડલી

ઇડલી સાથે ઇન્ડિયાની બહુ પ્રચલિત અને લોકપ્રિય વાનગી છે. ઇડલી પણ હવે રાગી, જુવાર, ઓટ્સ વગેરેમાંથી બને છે. જો તમે સાદી ઇડલી સંભાર-ચટણી સાથે ખાતાં કંટાળી ગયાં હો તો આ સ્ટફ્ડ ઇડલી ચોક્કસ જ ટ્રાય કરજો. તમે એ બ્રેકફાસ્ટ, ડિનર કે ટી ટાઈમ પાર્ટીમાં પણ સર્વ કરી શકો છો.

સ્ટફ્ડ ઇડલી પકોડા

રીત

- » એક પેનમાં તેલ ગરમ કરી જીરું નાખી વઘાર કરો. તેમાં કાંદા નાખી કાંદા પારદર્શક થાય ત્યાં સુધી સાંતળો. તેમાં સમારેલાં ગાજર, ફણસી, કેપ્સિકમ અને કોબી નાખી શાકભાજી ચડી જાય ત્યાં સુધી 8-10 મિનિટ સાંતળો.
- » ત્યાર બાદ તેમાં હળદર, મરી પાઉડર, મીઠું, લીલાં મરચાં, લીંબુનો રસ, બટાકા અને કોથમીર, મીઠું નાખી બરાબર મિક્સ કરી 1 મિનિટ થવા દઈ ગેસ બંધ કરી ઠંડું થવા દો.
- » ઇડલીની વચ્ચેથી સ્વાઈસ કરી એક ઇડલી પર પૂરણ પાથરી એના પર બીજી ઇડલી મૂકી દો.
- » એક બાઉલમાં ચણાનો લોટ, મીઠું અને પાણી નાખી સાધારણ જાડું ખીરું તૈયાર કરો.
- » એક કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરો. ઇડલીને ખીરામાં બોળી તેલમાં મૂકી બધી બાજુએથી ગોલ્ડન અને ફ્રિપી થાય ત્યાં સુધી તળો.
- » ઇડલીના બે ભાગ કરી કોથમીરની ચટણી સાથે સ્ટફ્ડ ઇડલી પકોડા સર્વ કરો.

સામગ્રી

1 કપ ચણાનો લોટ
10 નંગ ઇડલી
1 નંગ સમારેલો કાંદો
1/2 ટીસ્પૂન જીરું
1 નંગ સમારેલું કેપ્સિકમ
1/2 કપ લીલા વટાણા
1 નંગ સમારેલું ગાજર
1 ટેબલસ્પૂન સમારેલી ફણસી

2 ટેબલસ્પૂન છીછેલી કોબી
2 નંગ બાફેલા બટાકા
2 નંગ સમારેલાં લીલાં મરચાં
1/2 ટીસ્પૂન મરી પાઉડર
1/2 ટેબલસ્પૂન લીંબુનો રસ
1/2 ટીસ્પૂન હળદર
2 ટીસ્પૂન કોથમીર
જરૂર મુજબ તેલ
સ્વાદાનુસાર મીઠું



પનીર ચિલી સ્ટફ્ડ ઇડલી

સામગ્રી

પૂરણ માટે

2 ટેબલસ્પૂન તેલ
2 ટેબલસ્પૂન સમારેલું લસણ
2 ટેબલસ્પૂન સમારેલું આદુ
2 ટેબલસ્પૂન સમારેલું લીલું મરચું
1 કપ સમારેલાં કાંદા
1 કપ સમારેલાં કેપ્સિકમ
2 ટેબલસ્પૂન સોયા સોસ
2 ટેબલસ્પૂન ચેડ ચીલી સોસ
2 ટીસ્પૂન વિનેગર
ચપટી મરી પાઉડર
સ્વાદાનુસાર મીઠું
2 ટેબલસ્પૂન લીલા કાંદા
1 કપ પનીર

ઇડલી માટે

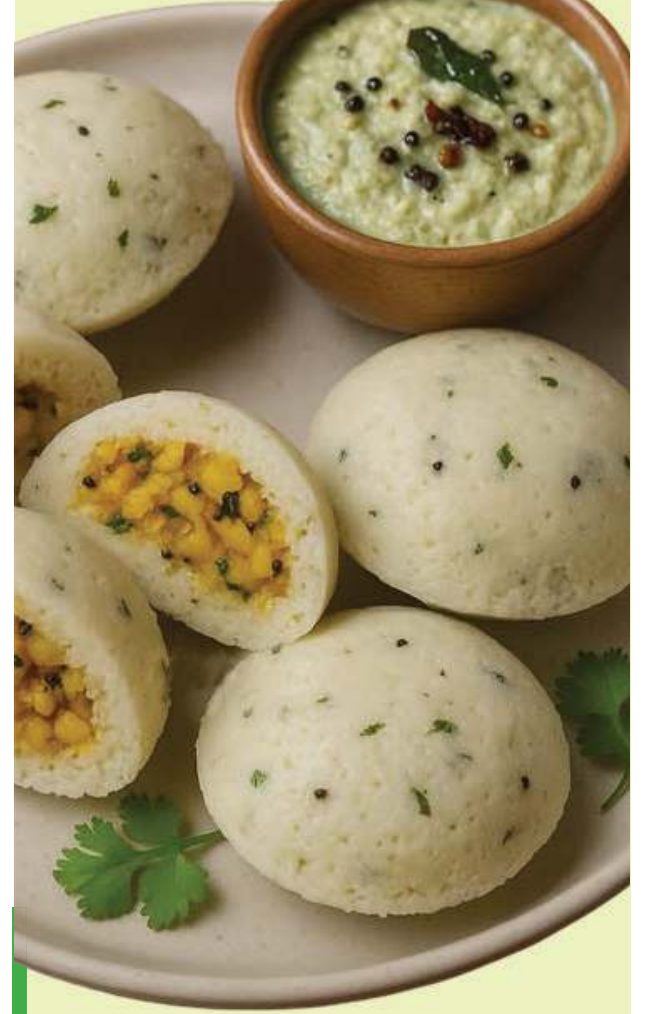
2 કપ રવો
સ્વાદાનુસાર મીઠું
2 કપ દહીં
1-1/2 કપ પાણી
2 ટીસ્પૂન ફૂટ સોલ્ટ

રીત

- » પૂરણ બનાવવા માટે એક કઢાઈમાં તેલ ગરમ કરી આદુ-લસણ-મરચાં નાખી 1-2 મિનિટ સાંતળો. તેમાં કાંદા અને કેપ્સિકમ નાખી 2 મિનિટ સાંતળો.
- » તેમાં સોયા સોસ, ચેડ ચીલી સોસ, મીઠું અને મરી નાખી કુલ તાપે 1 મિનિટ થવા દો. તેમાં પનીરના ટુકડા નાખી બરાબર મિક્સ કરો. ત્યાર બાદ લીલા કાંદા નાખી મિક્સ કરી

ગેસ બંધ કરી દો.

- » ઇડલી માટે એક બાઉલમાં રવો, મીઠું અને દહીં મિક્સ કરો. એને ટાંકીને 30 મિનિટ રહેવા દો. તેમાં ઘીરે ઘીરે પાણી નાખી 15 મિનિટ રહેવા દો. ઇડલી મૂકતાં પહેલાં જ ફૂટ સોલ્ટ નાખો.
- » ઇડલી મોલ્ડને ઘી કે તેલથી ગ્રીસ કરો. તેમાં અડધે સુધી ઇડલીનું ખીરું રેડો. વચ્ચે પનીર ચિલીનું મિશ્રણ મૂકો અને પછી ફરી ઇડલીનું ખીરું રેડો.
- » ઇડલીના ડબ્બામાં પાણી ઉકાળી તેમાં ઇડલી મોલ્ડ મૂકી ઇડલી 7-8 મિનિટ થવા દો. ડીમોલ્ડ કરતાં પહેલાં ઇડલીને 1-2 મિનિટ ઠંડી થવા દો.
- » આ ફ્યુઝન ઇડલી કોપરાની ચટણી સાથે સર્વ કરો.



Stuffed Moong Dal Idli

Ingredients :

Idli Batter :

1 cup Sooji
1/2 cup Curd
1/2 to 3/4 cup Water
to taste Salt
1/2 tsp Eno fruit salt
Moong Dal Stuffing :

1/2 cup boiled and mashed Yellow moong dal
1 tsp Oil
1/2 tsp Mustard seeds
1 tsp grated Ginger
1 finely chopped Green chili
1/4 tsp Turmeric
a pinch Hing
1 tbsp chopped Coriander

Instructions :

Stuffing :

- » Heat oil in a pan. Add mustard seeds, hing, ginger, green chili.
- » Add boiled moong dal, turmeric, salt and cook for 2-3 mins until mixture thickens.
- » Add chopped coriander. Let it cool and make small balls.
- Idli Batter :
- » Mix sooji, curd, water and salt. Let it rest for 10 minutes.
- » Just before steaming, add Eno and mix gently.
- » Grease idli moulds. Pour a spoon of batter, place stuffing ball in center then cover with more batter.
- » Steam for 12-15 minutes or until cooked.
- » Let it cool slightly, demould and serve with coconut chutney.