

શિયાળાનાં ચટપટાં અથાણાં બદલી નાખશે ભોજનનો સ્વાદ



અથાણું ભલે ભોજનમાં સાઈડ્સ તરીકે સર્વ કરવામાં આવતું હોય પરંતુ એ ખાવનાનો સ્વાદ વધારે છે. આપણે તો ગુજરાતીઓ. અથાણાં વિનાના ભોજનની કલ્પના જ ન કરી શકીએ. સામાન્ય રીતે આપણે કેરીની સિઝનમાં જાત જાતનાં અથાણાં બનાવીએ છીએ તો આજે બનાવીએ શિયાળાની મોસમમાં મળતાં તાજાં શાકભાજીમાંથી ચટપટાં અથાણાં...

લીંબુ-હળદર- મરચાંનું અથાણું



સામગ્રી

500 ગ્રામ લીંબુ
500 ml પાણી
125 ગ્રામ લીલી હળદર
125 ગ્રામ આંબા હળદર
50 ગ્રામ લીલાં મરચાં
50 ગ્રામ આદુ
1/4 કપ સિંગતેલ
1/2 ટીસ્પૂન હિંગ
1 ટેબલસ્પૂન લાલ મરચું
30 ગ્રામ મીઠું
300 ગ્રામ ખાંડ
1/4 કપ લીંબુનો રસ

રીત

» કુકરમાં પાણી અને લીંબુ નાખી ત્રણ ઘંટિસલ વગાડી લીંબુ બાફો. એને ચારણીમાં કાઢી પાણી નિતરવા દઈ એકદમ ઠંડાં કરો. લીંબુના બે ભાગ કરી બિયાં અને પત્ત કાઢી લો. લીંબુનાં છોડાનાં નાના નાના ટુકડા સમારો.
» લીલી હળદર અને આંબા હળદરને છોલી પાણીમાં નાખો. એની પાતળી સ્લાઈસ કરો.
» મરચાં અને આદુની પાતળી સ્લાઈસ કરો.
» એક પેન ગરમ કરી તેમાં તેલ અને હિંગ નાખી ગેસ બંધ કરી દો. તેમાં લીલાં મરચાં અને આદુ, હળદરની સ્લાઈસ, લાલ મરચું નાખી બરાબર મિક્સ કરો.
» ત્યાર બાદ તેમાં મીઠું અને લીંબુની સ્લાઈસ નાખી મિક્સ કરો.
» તેમાં ખાંડ અને લીંબુનો રસ નાખી બરાબર મિક્સ કરી બે દિવસ રહેવા દો. ત્યાર બાદ એને ચોખ્ખી જાંઘમાં ભરી દો.
» આ અથાણું રમના તાપમાને એક મહિનો અને ફીજમાં એક વર્ષ રહે છે.

લસણ, લીલાં મરચાં અને આદુનું અથાણું



સામગ્રી

1 કપ લીલાં મરચાં
1 કપ આદુ
1 કપ લસણ
સ્વાદાનુસાર મીઠું
1 ટેબલસ્પૂન વિનેગર
1 ટેબલસ્પૂન લાલ મરચું
1 ટેબલસ્પૂન હળદર
1 ટેબલસ્પૂન જીરું
1 ટેબલસ્પૂન રાઈ
1 ટેબલસ્પૂન મેથી

રીત

» એક કઢાઈમાં જીરું, રાઈ અને મેથી કોરા જ સોડમ આવે ત્યાં સુધી શેકો. એ ઠંડાં પડે એટલે એને વાટી પાઉડર કરો.
» લીલાં મરચાંને ઘોઈ સમારી અધકચરી પેસ્ટ વાટો. આદુ અને લસણ પણ છોલી અધકચરી પેસ્ટ વાટો.
» એક બાઉલમાં મરચાં, આદુ- લસણની પેસ્ટ, વાટેલો મસાલો, લાલ મરચું, હળદર, મીઠું અને વિનેગર મિક્સ કરો.
» એક ચોખ્ખી જાંઘમાં ભરી પરાઠા, દાળભાત સાથે એની લિજ્જત માણો.



ગાજર-મૂળાનું અથાણું



સામગ્રી

2 નંગ ગાજર
1 નંગ મૂળો
3-4 નંગ લીલાં મરચાં
2 ટીસ્પૂન રાઈ
1 ટીસ્પૂન મેથી
1 ટીસ્પૂન વરિયાળી
1/2 ટીસ્પૂન હળદર
1 ટીસ્પૂન લાલ મરચું
1 1/2 ટીસ્પૂન મીઠું
3-4 ટેબલસ્પૂન સરસવનું તેલ
2 ટેબલસ્પૂન લીંબુનો રસ

રીત

» ગાજર અને મૂળા ઘોઈ, છોલી, લાંબી ચીરીઓ કરો. એને એકદમ કોરાં કરી લો.
» એક નાના પેનમાં સરસવનું તેલ ઘુમાડો નીકળે ત્યાં સુધી ગરમ કરો. ઘુમાડો નીકળવા માંડે એટલે ગેસ બંધ કરી સાધારણ ઠંડું થવા દો.
» તેલ ઠંડાણું હોય ત્યારે એમાં રાઈ, મેથી, વરિયાળી નાખો. એને તતડવા અને સોડમ આવવા દો.
» તેમાં હળદર, લાલ મરચું અને મીઠું નાખી તરત જ હલાવો જેથી મસાલો બળી ન જાય.
» ગાજર, મૂળા અને કાપા પડેલાં મરચાં એક મોટા બાઉલમાં મિક્સ કરો. તેના પર મસાલાવાળું તેલ નાખી બરાબર મિક્સ કરો. તેમાં લીંબુનો રસ નાખી મિક્સ કરો. બાઉલ પર ઢાંકણું ઢાંકી 1-2 કલાક રહેવા દો.
» સ્ટરિલાઈઝડ જાંઘમાં ભરી અથાણું ફીજમાં રાખો.

વટાણાનું અથાણું

1 કિલો લીલા વટાણા
2 ગ્લાસ પાણી
1 ટેબલસ્પૂન ખાંડ
2 ટેબલસ્પૂન વરિયાળી
1 ટેબલસ્પૂન ઘાણા
1 ટેબલસ્પૂન જીરું
1 ટેબલસ્પૂન કાળા મરી

2 ટેબલસ્પૂન રાઈનાં કુરિયાં
1/2 ટેબલસ્પૂન કલોંજી
1/2 ટેબલસ્પૂન મેથીનાં કુરિયાં
1 ટેબલસ્પૂન રાઈ
7-8 નંગ સૂકાં લાલ મરચાં
થોડું સરસવનું તેલ
1/4 ટેબલસ્પૂન હિંગ

1/2 ટેબલસ્પૂન હળદર
1 ટેબલસ્પૂન કાશ્મીરી લાલ મરચું
2 ટેબલસ્પૂન મીઠું
2 ટેબલસ્પૂન વિનેગર
1/2 ટેબલસ્પૂન ખાંડ
1 ટેબલસ્પૂન સંચળ

રીત

» એક પેન ગરમ કરી તેમાં પાણી અને ખાંડ નાખી ગરમ કરો. પાણી ઊકળે એટલે તેમાં વટાણા નાખી વટાણા પાણીની ઉપર આવે ત્યાં સુધી બાફો. વટાણાનું પાણી નિતારી તરત જ બરફના ટુકડાવાળા આઈસ કોલ્ડ પાણીમાં નાખો. થોડી વાર બાદ વટાણાને એક કટકા પર પાથરી એકદમ કોરા કરો.
» એક પેનમાં વરિયાળી, ઘાણા, જીરું અને મરી કોરા જ શેકી એનો અધકચરો ભૂંડો કરો.
» એ જ પેનમાં રાઈનાં કુરિયાં, કલોંજી અને મેથીનાં કુરિયાં, રાઈ શેકી એક ડિશમાં કાઢી લો. સૂકાં લાલ મરચાં શેકીને એક ડિશમાં કાઢો.
» એક પેનમાં થોડું સરસવનું તેલ ગરમ કરો. ઘુમાડો નીકળે એટલે ગેસ બંધ કરી એને સાધારણ ઠંડું થવા દો. એમાં હિંગ, હળદર, કાશ્મીરી લાલ મરચું અને મીઠું નાખી મિક્સ કરો.
» એક બાઉલમાં બધો મસાલો, વટાણા, તેલ, વિનેગર, સંચળ અને ખાંડ નાખી મિક્સ કરો. ઢાંકણું ઢાંકી એક દિવસ રહેવા દઈ પછી સ્ટરિલાઈઝડ બોટલમાં ભરી દો.

