



ডেজার্টের ৪ রেসিপি

১০০% প্রাকৃতিক ও স্বাস্থ্যকর।
১০০% প্রাকৃতিক ও স্বাস্থ্যকর।
১০০% প্রাকৃতিক ও স্বাস্থ্যকর।
১০০% প্রাকৃতিক ও স্বাস্থ্যকর।

আইসক্রিম পুডিং

উপকরণ : গুঁড়ো দুধ-১ কাপ, ডিম-২টি, পানি পৌনে এক কাপ, চিনি আধা কাপ, এসেঙ্গ কোয়ার্টার চা চামচ, চেরি-৬-৭টি (সাজানোর জন্য)। আইসক্রিম (ভ্যানিলা) আধা লিটার।
প্রণালী : গুঁড়ো দুধ, ডিম, পানি, চিনি, এসেঙ্গ একত্রে মিশিয়ে একটি ওভেন প্রুফ পাত্রে ঢেলে নিন। এবার মিশ্রণটি ওভেনে দিয়ে মাইক্রো ৮০% পাওয়ার সেট করে ৮ মিনিট বেক করুন। কিছুক্ষণ পর পুডিং বের করে ঠান্ডা হতে দিন। ঠান্ডা পুডিং ২টি স্লাইস করুন। প্রথমটির ওপর আইসক্রিম দিয়ে তার ওপর দ্বিতীয়টি দিন। এবার বাকি আইসক্রিম দিয়ে পুরো পুডিংটি ঢেকে দিন। সাজিয়ে কিছুক্ষণ ফ্রিজে রেখে পরিবেশন করুন।



ব্রেড পুডিং

উপকরণ : দুধ ২ কাপ (ঘন), পাউরুটি ৩-৪ টুকরো, ডিম- ৮টি, চিনি দেড় কাপ, ঘি-২ টেবিল চামচ, এসেঙ্গ কোয়ার্টার চা চামচ।
প্রণালী : একটি ওভেন প্রুফ পাত্রে ঘি মেখে তার ওপর ১ টেবিল চামচ চিনি ছিটিয়ে দিন, এবার পাউরুটি সাইড ফেলে দিয়ে পাত্রে বিছিয়ে দিন। ডিম, দুধ, চিনি, এসেঙ্গ ভালো করে মিশিয়ে পাউরুটির ওপর মিশ্রণটি ঢেলে দিন। মিশ্রণটি ওভেনে দিয়ে মাইক্রো হাই পাওয়ারে ১৫ মিনিট বেক করুন। কিছুক্ষণ ওভেনের তেতরে রেখে বের করে আপসাইড ডাউন করে উপরে ক্রিম বা বাদাম দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করুন।



হলুদকে
জানুন

সুপ্রাচীন কাল থেকেই খাবারে হলুদ ব্যবহৃত হচ্ছে মূলতঃ রং প্রদেয় উপাদান হিসেবে। কিন্তু গবেষণায় জানা যায় হলুদ গুঁড়ু স্বাদ ও রং-ই দেয়না হলুদের রয়েছে নানামুখী খাদ্য ও ঔষধীগুণ। হলুদে আছে কারকিউমিন যাঃ

- ক্যান্সার প্রতিরোধে সহায়তা করে।
- আর্থরাইটিসের ব্যথা উপশম করে।
- পাকস্থলীর কার্যক্ষমতা বাড়ায়।
- কলেস্টেরল কমাতে সাহায্য করে ও রক্ত সঞ্চালন বাড়িয়ে হৃদরোগের ঝুঁকি কমায়।

হলুদের এই কার্যক্ষমতা হলুদের উন্নতজাত এবং গুঁড়াকরণ প্রক্রিয়ার উপর পুরোটাই নির্ভরশীল। এজন্যই **রাঁধুনি** গুঁড়া হলুদ সেরা জাতের হলুদ সংগ্রহ করে অভ্যুধুনিক মেশিনে তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রনের মাধ্যমে গুঁড়া করা হয়। তাই হলুদের প্রাকৃতিক তেল থাকে সংরক্ষিত। অল্প পরিমাণে ব্যবহারেই আমরা পাই বাটা মসনার স্বাদ ও সুগন্ধ।



বাঁচি মানের নিশ্চয়তা

স্বাস্থ্যকর কনজুম্যাবল প্রডাক্টস লিঃ

ক্যারামেল পুডিং

উপকরণ : গুঁড়ো দুধ-১ কাপ, ডিম-২টি, পানি পৌনে এক কাপ, চিনি আধা কাপ, এসেন্স কোয়ার্টার চা চামচ।

প্রণালী : একটি মাইক্রোওভেন প্রুফ পাত্রে ১ টেবিল চামচ চিনি ও ১ টেবিল চামচ পানি নিয়ে মাইক্রো হাইপাওয়ারে ২ মিনিট রান্না করে ক্যারামেল তৈরি করুন। এবার এটিকে ঠান্ডা হতে দিন। ডিম, দুধ, চিনি, পানি ও এসেন্স একসঙ্গে ভালো করে মিশিয়ে নিয়ে ক্যারামেল করা পাত্রে ঢেলে দিন। এবার এ মিশ্রণটি মাইক্রো ওভেনে দিয়ে ৮০% পাওয়ার সেট করে ৮ মিনিট বেক করুন। কিছুক্ষণ ওভেনের ভেতর রেখে পুডিং বের করুন।



চকলেট পুডিং

উপকরণ : ডিম-৪টি, গুঁড়ো দুধ-২ কাপ, পানি-২ কাপ, চিনি পৌনে এক কাপ, কোকো পাউডার-৪ টেবিল চামচ, মিমি চকলেট-১ প্যাকেট, এসেন্স কোয়ার্টার চা চামচ, বাদাম কুচি কোয়ার্টার কাপ।



প্রণালী : একটি ওভেন প্রুফ পাত্রে মিমি চকলেট রেখে মাইক্রো হাই পাওয়ারে ২ মিনিট দিয়ে গলিয়ে নিন। এবার চকলেট, ডিম, দুধ, পানি, চিনি, এসেন্স ও কোকো পাউডার একসঙ্গে ভালো করে মিশিয়ে নিন। ওভেন প্রুফ পাত্রে মিশ্রণটি ঢেলে বাদাম কুচি মিশিয়ে দিন। এবার মাইক্রো পাওয়ার ৮০% সেট করে ১২ মিনিট বেক করুন। কিছুক্ষণ ওভেনের ভেতর রেখে বের করে ক্রিম টপিং বা বাদাম দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করুন।

রাঁধুনি RADHUNI গুঁড়া মসলা
ধনিয়া ১০০ গ্রাম

রাঁধুনি RADHUNI গুঁড়া মসলা
হালদা ১০০ গ্রাম

রাঁধুনি RADHUNI গুঁড়া মসলা
মরিচ ১০০ গ্রাম

রাঁধুনি RADHUNI গুঁড়া মসলা
জিরা ১০০ গ্রাম

রাঁধুনি গুঁড়া মসলা

খাঁটি মানের নিশ্চয়তা

স্বাস্থ্যের কনজুমার প্রভাকর্ষ লিঃ