

# বাঁধুনি রান্না

## চিকেন ফিউশন

চিকেন রেসিপিতে ভিন্নতা নিয়ে আসুন। প্রাচ্য দেশীয় রন্ধন প্রণালীর সাথে পাশ্চাত্যের কুকিং ফ্লেভার যোগ করা হয়েছে। এবার চেষ্টা করে দেখতে পারেন আপনি...

### স্পেশাল চিকেন

উপকরণ : মুরগি ১টি (৪ টুকরো), রসুন, পেঁয়াজ কুচি ২ টেবিল চামচ, লবণ স্বাদমতো, ধনেপাতা কুচি ১ টেবিল চামচ, কাঁচামরিচ কুচি ১ টেবিল চামচ, দই ২ টেবিল চামচ, গরম মসলা পরিমাণমতো, ঘি পরিমাণমতো, জর্দার রঙ সামান্য পরিমাণ, কিশমিশ,



বেরেস্তা পরিমাণমতো (সাজানোর জন্য)।

প্রণালী : মুরগির টুকরোগুলো ছুরি দিয়ে লম্বা লম্বা করে উপরে কেটে নিতে হবে মসলা মেশানোর জন্য। তারপর রসুন, পেঁয়াজ, ধনেপাতা, কাঁচামরিচ কুচি, দই, গরম মসলা ও লবণ দিয়ে মাংসের টুকরোগুলোকে ভালোভাবে মাখাতে হবে। সামান্য পরিমাণ জর্দার রঙ দিতে হবে। এবার একটি পাত্রে ঢেলে ওভেনে ১ ঘন্টার জন্য বেক করতে দিন। ১ ঘন্টা পর ডিশ নামিয়ে ফেলুন। তারপর ঘি দিন। তৈরি হয়ে গেল শাহি মুরগি। ডিশে কিশমিশ,

ধনেপাতা ও বেরেস্তা দিয়ে সাজিয়ে গরম গরম পরিবেশন করুন।

### পাইনাপেল চিকেন

উপকরণ : চিকেনের বুকের মাংস ২৫০ গ্রাম, আনারস ৪ ফালি, গোলমরিচ পরিমাণমতো, ভুট্টা গুঁড়ো ২ টেবিল চামচ, আদা ১ টুকরো, রসুন কোয়া ২ টুকরো, চিকেনস্টক ২ টেবিল চামচ, আনারসের রস ৪ টেবিল চামচ, চিনি ১ টেবিল চামচ, সয়া সস ১ টেবিল চামচ, সয়া সস ১ টেবিল চামচ, ভিনেগার আধা টেবিল চামচ, তেল ২ টেবিল চামচ।

প্রণালী : মাংসগুলো আগে ধুয়ে পরিষ্কার করে ফালি করে কাটুন। ভুট্টা গুঁড়ো আর লবণ মাখিয়ে পরে গোল মরিচের গুঁড়ো এর ওপর ছড়িয়ে দিন। ৪ ফালি আনারসকে বেশ কয়েকটি টুকরো করুন। আদা কুচি করুন, রসুন বাটুন। অবশিষ্ট ভুট্টা গুঁড়ো, চিকেন স্টক, আনারসের রস, চিনি, সয়া সস, ভিনেগার এবং তেল একসঙ্গে মিশিয়ে নিন। এবার চিকেনের টুকরোগুলো দিয়ে ২ মিনিট ভেজে নিয়ে তুলে ফেলুন। কড়াইতে আনারসের টুকরো ছেড়ে দিয়ে হালকাভাবে ভেজে নিন। তারপর সয়া সস ঢেলে আরও কিছুক্ষণ নাড়ুন। সস ঘন হয়ে এলে চিকেনের টুকরোগুলো ঢেলে দিয়ে ১ মিনিট ভাজুন।



বাজারের খোলা তেল



গন্ধই বলে দেয়!  
বাঁধুনি খাঁটি সরিষার তেল



বাঁধুনি

খাঁটি সরিষার তেল

সুখার কনজুমার প্রডাক্টস লি:

## রোস্টেড চিকেন

উপকরণ : আস্ত মুরগি পেট কেটে পরিষ্কার করে ভালোভাবে ধুয়ে নিতে হবে, চিনি ২ চা চামচ, গরম মসলা ২ টেবিল চামচ, পেঁয়াজ কুচি ২টি, কাজুর পেস্ট ১ কাপ, টকদই ১ কাপ, আদাবাটা ১ চা চামচ, রসুনবাটা ১ চা চামচ, নারকেল কাটা আধা কাপ, আস্ত কাজু



ও কিশমিশ ১ কাপ, দুধ ২ কাপ, শুকনো মরিচি গুঁড়ো আধা চা চামচ, সেন্দ করা ভাত আধা কাপ, লবণ ও তেল বা ঘি পরিমাণমতো।

প্রণালী : কড়াইতে ঘি আধ চামচের মতো দিয়ে প্রথমে গরম মসলা ভেজে নিন। ওই গরম মসলা ঠাণ্ডা করে পাটায় বেটে নিন। এরপর কড়াইতে বাকি ঘি দিয়ে পেঁয়াজ লাল করে ভেজে নিন। ভাজা পেঁয়াজ, গরম মসলা, কাজু পেস্ট, নারকেল, কিশমিশ, শুকনো মরিচের গুঁড়ো, লবণ, চিনি, সেন্দ করা ভাত,

আদা ও রসুন দিয়ে ভাজাভাজা করে নিন। এই ভাজা উপকরণগুলো চিকেনের পেটের মধ্যে চেপে চেপে পুরে দিন। মুখটা বন্ধ করে সুতো দিয়ে বেঁধে দিন। এবার পুরো দইটার সঙ্গে আধ চা চামচ লবণ দিয়ে মুরগি ভালো করে মাখিয়ে নিন। ঢাকনা দেয়া বড় প্যানে তেল দিয়ে মুরগির দু'পিঠ লাল করে ভেজে নিন। ভাজা হয়ে গেলে ২ কাপ দুধ ও পরিমাণমতো পানি দিন। যাতে মুরগিটা ডুবে যায়। ৩০ মিনিট ফোটার পর নামিয়ে নিয়ে একটি প্লেটে রাখুন। দুধের ষোলটা শুকিয়ে নিন। শুকনো শুকনো হলে একটি বাটিতে নামিয়ে রাখুন। মুরগিটা সুতো খুলে ২ ভাগে কেটে নিন। এরপর প্লেটে আবার সাজিয়ে দুধের মিশ্রণটা তার ওপর দিয়ে ঢেলে দিন ও পরিবেশন করুন।

## কোকোনাট চিকেন

উপকরণ : মুরগির মাংস ৫০০ গ্রাম, আদা, রসুন, পেঁয়াজবাটা ৩ টেবিল চামচ, কাঁচামরিচ বাটা ১ টেবিল চামচ, নারকেল কুরানো ভাজা অর্ধেকটা, এলাচ গুঁড়ো ১ চা চামচ, টমেটো ৩টি, লবণ, চিনি, তেল, ভিনেগার, পরিমাণমতো।

প্রণালী : মুরগির মাংস ভালো করে ধুয়ে পরিষ্কার করে অল্প ভিনেগারে ভিজিয়ে রাখুন। কড়াইতে তেল গরম করে সব বাটা মসলা ও এলাচ গুঁড়ো মাংস দিয়ে নাড়তে থাকুন। লবণ, চিনি আর ভাজা নারকেল মিশিয়ে নিন। বেশ কষা হলে পরিমাণমতো পানি দিয়ে উপরে বাটিতে নারকেল ভাজা ও টমেটো চাকা চাকা করে কেটে সাজিয়ে দিন। এরপর গরম গরম পরিবেশন করুন।



ফারহানা লাবনী



বাঁধুনি

পাঁচফোড়ন

স্বাদেই বুঝবেন  
পার্থক্যটা কোথায়



বাঁধুনি পাঁচফোড়ন। যে কোনো সবজি, আচার বা ডাল এখন আরো সুস্বাদু। পরীক্ষা করেই দেখুন বাঁধুনি পাঁচফোড়ন-এর জাদু।

স্বস্ত্যকর কনজুমার প্রডাক্টস্ লিঃ