

◆ tkd ti vmic ◆

টমি মিয়া র স্পেশাল



vmfj fUi tQfj Uwg wgvv GLb
RMr weL'vZ tkd | Uwg wgvv
ti vmic gvfbB wfbcē f, NÖY |
mvBvwnK 2000-Gi cvVKf i
Rb C` Dcj f¶ Gevi Uwg wgvv
w fqtQb f-úkvj 11 ti vmic...

পেঁয়াজ ভাজি

|D|c|K|i|Y|

১০০ গ্রাম আটা বা ময়দা, ২টি পেঁয়াজ কুচি, ১টি কাঁচা মরিচ কুচি, ১ চা চামচ
ধনেপাতা, ১ চিমটি সোডা (বাই কার্বনেট), লবণ স্বাদমতো, ১৪০ মিলি পানি, তেল
পরিমাণমতো।

|cÖ|Yv|i|x|

আটা, পেঁয়াজ, কাঁচা মরিচ, ধনেপাতা, সোডা ও লবণ মিশিয়ে ফেলুন। এবং এতে আন্তে
আন্তে পানি ঢালতে ঢালতে এর মন্ড তৈরি করুন এবং ৩০ মিনিট রেখে দিন। প্রায় ৩
সেমি পরিমাণ গাভীর তেল পাত্রে নিয়ে গরম করুন। এবার চুলোর আঁচ কমিয়ে মন্ডটি
অল্প অল্প করে হাতে নিয়ে তেলে ঢেলে দিন ও ৮-১০ মিনিট ভাজুন। এরপর বাঁঝারি
দিয়ে তেল ঝরিয়ে ঢিলি সস্ দিয়ে পরিবেশন করুন।



রাঁধতে গিয়ে কাঁদতে হয় ?

রাঁধুনি পেঁয়াজের গুঁড়া
পেঁয়াজে কঠোর স্বাদ নেই
অনর আই বিনা অল্পপাতে নির্ভরশীল বান্না

রাঁধুনি পেঁয়াজের গুঁড়া

খামেলা কমান, সময় বাঁচায়





মাছের স্যুপ

|D|c|K|i|Y|

৩ সেন্টিমিটার বা ১টি আদা মিহি করে কাটা, ৩ কোয়া রসুন মিহি করে কাটা। ২ টেবিল চামচ আটা, আধা চা চামচ হলুদ, ২-৩টি কাঁচামরিচ, লম্বা করে মাঝে কাটা, যেকোনো আলু ৪৫০ গ্রাম, ২২৫ গ্রাম চিংড়ি খোসা ছাড়ানো, ২ কাপ দুধ, লেবুর রস, লবণ স্বাদমতো, গোলমরিচের গুঁড়ো স্বাদমতো, ধনেপাতা কুচি, তেল বা ঘি পরিমাণমতো।

|c|Y|i|x|

ঘি বা তেল গরম করুন এবং এতে আদা ও রসুন ঢেলে দিন। রং উজ্জ্বল খয়েরি হয়ে উঠলে নামিয়ে ফেলুন এবং হলুদের সঙ্গে ভালোভাবে মিশিয়ে ফেলুন। এরপর আবার ১-২ মিনিটের জন্য গরম করুন।

তারপর চুলো থেকে নামিয়ে আটার সঙ্গে মিশিয়ে নিন ভালোভাবে। এরপর এতে দুধ ঢেলে ১-২ মিনিট গরম করুন। এবার মাছ, কাঁচামরিচ, লবণ ও গোলমরিচের গুঁড়ো ঢেলে দিয়ে রাখতে থাকুন। সম্পূর্ণটা ঘন হয়ে উঠলে লেবুর রস ঢেলে দিন। লেবুর টুকরো ও ধনেপাতা দিয়ে গরম গরম পরিবেশন করুন।

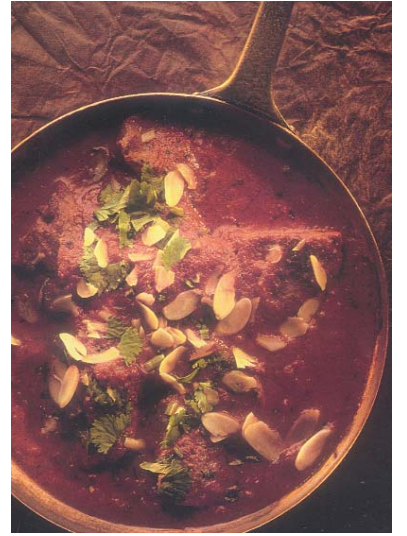
চিকেন টিক্কা মাসালা

|D|c|K|i|Y|

১ চা চামচ আদা গুঁড়ো বা বাটা, ১ চা চামচ রসুন বাটা, ২৫ মিলিলিটার লেবুর রস, ১ চা চামচ গুঁড়ো মরিচ, ১ চিমটি গোলমরিচের গুঁড়ো, ১২ টুকরো হাড় ছাড়া মুরগির মাংস, ছোট করে কাটা, ৫০ মিলিলিটার তেল, ২টি তেজপাতা, ৩ সেমি দারুচিনি, ৩টি পেঁয়াজ কুচি, ১ চা চামচ হলুদ, ২৫০ মিলিলিটার দই, ২ টেবিল চামচ ধনেপাতা, ১টি কাঁচামরিচ কুচি, আধা চা চামচ চিনি, ২৫ গ্রাম মটর, লবণ স্বাদমতো।

|c|Y|i|x|

আদা, রসুন, লেবুর রস ও গুঁড়ো মরিচের মিশ্রণ তৈরি করুন। এতে অল্প একটু লবণ ও গোলমরিচের গুঁড়ো দিন। মুরগির টুকরোগুলো মিশিয়ে ঢেকে দিন। ২-৩ ঘন্টার জন্য ফ্রিজে রাখুন। এবার চিকেনের টুকরোগুলো শিকের মধ্যে গাঁথে ওভেনে ১৮০ ডিগ্রি সেলসিয়াস তাপমাত্রায় ১৫-২০ মিনিট রাখুন। ফ্রাইপ্যান তেল গরম করে তেজপাতা ও দারুচিনি ৩০ সেকেন্ড ভাজুন। এতে পেঁয়াজ ঢেলে উজ্জ্বল খয়েরি রঙ ধারণ করা পর্যন্ত ভাজুন। হলুদ ঢেলে দিন এবং আরো ১০-১৫ সেকেন্ড ভাজুন। নামিয়ে এতে দই, ধনেপাতা, মরিচ ও চিনি যোগ করুন। ঢেকে অল্প আঁচে ১০ মিনিটের মতো রাখুন। এরপর চিকেন টিক্কাগুলো এই সসে ঢেলে দিন এবং আরো দশ মিনিট রাখুন।



বাক্যের খোলা তেল

পছন্দই বলে দেয়।
দুই মিনিট বন্ধায় তেল

বাঁধুনি
খাঁটি সরিষার তেল

কম্পিউটার সফটওয়্যার প্রাইভেট লিমিটেড



কাশ্মীরি মাটন

|D|c|K|i|Y|

৯০০ গ্রাম খাসির মাংস ছোট ছোট টুকরো করা, ১ চা চামচ হলুদ, ১ চা চামচ জিরা গুঁড়ো, আধা চা চামচ গুঁড়ো মরিচ, ২৫০ মিলিলিটার দই, ৩টি রসুনের কোয়া কুচি, তেল পরিমাণমতো, ৫০ গ্রাম পেস্তা বাদাম, ৭৫ গ্রাম খুবানি, ৫০ গ্রাম আলুবোখারা, ১টি লেবুর রস, লবণ স্বাদমতো।

|c|Y|i|x|

হলুদ, মরিচ, জিরা, দই ও রসুনের মিশ্রণ তৈরি করুন। এরপর মাংসের সঙ্গে ভালোভাবে মিশিয়ে ফ্রিজে সারা রাত রেখে দিন। তেল গরম করে আলুবোখারা ও খুবানিগুলো ৩-৪ মিনিট ভাজুন। এরপর নামিয়ে তেল ঝাঁঝি দিয়ে ঝরিয়ে ফেলুন। এরপর মাংস তেলে ভাজুন। মাংসের রঙ গাঢ় খয়েরি হয়ে উঠলে এতে আলুবোখারা, খুবানি ও পেস্তা বাদাম ঢেলে দিন এবং সামান্য পানি যোগ করে অল্প আঁচে ঢেকে ১ ঘণ্টার জন্য রান্না করুন। এরপর লেবুর রস ও লবণ দিয়ে ভালোভাবে নাড়ুন। গরম গরম পরিবেশন করুন।

প্লেন লং গ্রেন রাইস

|D|c|K|i|Y|

চাল, ১ চা চামচ লবণ, ৫৭০ মিলি পানি।

|c|Y|i|x|

চাল ভালোভাবে ধুয়ে পানি ঝরিয়ে ফেলুন। দেড় লিটার পানিতে চাল ভিজিয়ে ৩০ মিনিট রেখে দিন এবং আবার পানি ঝরিয়ে ফেলুন। এবার চালে লবণ ও পানি দিয়ে একটি বড় পাত্রে ভালোভাবে ঢেকে অল্প আঁচে ৩০ মিনিট রাঁধুন। এবার নামিয়ে ফেলুন এবং ১০ মিনিট খোলা অবস্থায় রেখে পরিবেশন করুন।

মচমচে বেগুন ভাজা

|D|c|K|i|Y|

২ টেবিল চামচ আটা বা ময়দা, আধা চা চামচ হলুদ, ৩টি কাঁচামরিচ লম্বা করে কাটা, ১ চা চামচ গরম মসলা, পানি পরিমাণমতো, ২টি বেগুন স্লাইস করে কাটা, তেল বা ঘি ভাজার জন্য।

|c|Y|i|x|

প্রথমে আটা, হলুদ, কাঁচামরিচ, গরম মসলা ও পানি মিশিয়ে একটি মিশ্রণ তৈরি করুন। বেগুনের টুকরোগুলো মিশ্রণে এমনভাবে ডুবান যেন পুরোটা ঢেকে যায়। এখন তেল গরম করে ডুবো তেলে বেগুন ভাজুন। আমের চাটনির সঙ্গে গরম গরম পরিবেশন করুন।





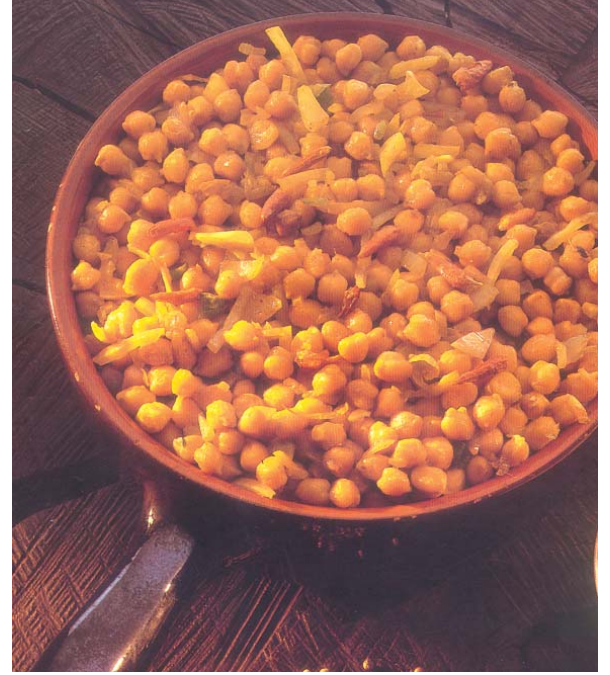
কাবুলি চানা

|D|c|K|i|Y|

৪ কাপ ছোলা, তেল পরিমাণমতো, ১ চা চামচ গুঁড়ো মরিচ, আধা চা চামচ হলুদ, ১ চা চামচ জিরা, লবণ স্বাদমতো, ৪টি রসুনের কোয়া কুচি, ১ টেবিল চামচ তেঁতুলের পেস্ট, ২টি কাঁচা মরিচ কুচি, পানি পরিমাণমতো।

|c|Y|i|x|

ছোলা ভিজিয়ে সারা রাত রেখে দিন। একটি সস্প্যানে তেল গরম করে গুঁড়ো মরিচ, হলুদ ও জিরা ২-৩ মিনিট ভাজুন। এরপর নামিয়ে ফেলুন। ছোলাগুলোর পানি ঝাঁঝি দিয়ে ঝরিয়ে ফেলুন। এবার গুঁড়ো মরিচ, হলুদ ও জিরার মিশ্রণ ছোলায় মিশিয়ে দিন এবং আবার তিন মিনিটের জন্য রাখুন। ১টি পাত্রে ১২৫ মিলি পানিতে লবণ, রসুন ও তেঁতুলের পেস্ট মিশিয়ে ছোলার মধ্যে ঢেলে ভালোভাবে নাড়িয়ে দিন। এবার ২২৫ মিলি গরম পানি ও কাঁচা মরিচ ঢেলে দিন। এবার সম্পূর্ণটা ঢেকে দিয়ে অল্প আঁচে ২-৩ ঘণ্টা রাখুন। তৈরি হয়ে গেল কাবুলি চানা।



মাটন উইথ জিনজার

|D|c|K|i|Y|

৮ টুকরো খাসির মাংস, ১ চা চামচ গুঁড়ো মরিচ, ১টি লেবুর রস, ২টি রসুনের কোয়া বাটা, ২ টেবিল চামচ শুকনো মেথি, ২টি আদা কুচি, ৩ টেবিল চামচ দই, লবণ স্বাদমতো।

|c|Y|i|x|

রসুন, মেথি, আদা ও দই ভালোভাবে মিশিয়ে নিন। এই মিশ্রণে মাংসের টুকরোগুলো ভালোভাবে মিশিয়ে শিকে গেঁথে সারা রাত ফ্রিজে রেখে দিন। এরপর ওভেনে রান্না করুন। অথবা আপনি বারবিকিউ করতে পারেন। স্বাদের জন্য লবণ যোগ করে নিন।



যোগলাই স্বাদের বিরিয়ানি

এখন ঘরে বসেই উপভোগ করুন
যোগলাই বিরিয়ানির আসল স্বাদ

যোগলাই বিরিয়ানি মশলা



কলকাতা জিওগ্রাফিক্যাল সোসাইটি

মটর পনির

|D|c|K|i|Y|

১ লিটার দুধ, ১টি লেবুর রস, ঘি ভাজার জন্য, তেল পরিমাণমতো, ২টি পেঁয়াজ কুচি, ৩ সেন্টিমিটার আদা (১ টুকরো), ১ চা চামচ হলুদ, ১ চা চামচ গরম মসলা, আধা চা চামচ ধনে গুঁড়ো, ৪৫০ গ্রাম মটর, পানি পরিমাণমতো দেবেন।

|c|Yv|i|x|

দুধ দুইবার ফুটিয়ে নিয়ে লেবুর রস ঢেলে দিন। এতে টকদই তৈরি হবে। এখন এই দই এক টুকরো মসলিন কাপড়ে বেঁধে ১ দিনের জন্য রেখে দিন যার ফলে দইয়ের সব পানি ঝরে পড়বে। এরপর দইসহ মসলিন কাপড়টির ওপর কোনো ভারী জিনিস রেখে বাকি পানিটুকু ঝরিয়ে ফেলুন। এখন দই লম্বা লম্বা টুকরো করে কেটে ফেলুন। টুকরোগুলো ডুবো তেলে ভাজুন। এর রঙ উজ্জ্বল খয়েরি হলে নামিয়ে নিন এবং ঝাঁঝরি দিয়ে তেল ঝরিয়ে ফেলুন।

এবার একটি সসপেনে তেল গরম করে পেঁয়াজ ও আদা ভাজুন। পেঁয়াজ ও আদা নরম হয়ে গেলে এতে হলুদ, গরম মসলা, গুঁড়ো মরিচ, ধনে ও মটর ঢেলে ১০-১৫ মিনিট রাঁধুন। মটর নরম হয়ে গেলে এটা ঘন সসের মতো হয়ে উঠবে। প্রয়োজনে পানি মেশাতে পারেন। এবার এতে দই দিন এবং ৫ মিনিট রাঁধুন। তারপর পরিবেশন করুন।



পালং মাটন

|D|c|K|i|Y|

৪৫০ গ্রাম খাসির মাংস ছোট ছোট টুকরো করা, ১ টেবিল চামচ গরম মসলা, ৭৫ গ্রাম দই, ৩৫০ গ্রাম পালংশাক ধুয়ে কেটে নিন, তেল পরিমাণমতো, ১ চা চামচ হলুদ, ১ চা চামচ রসুন গুঁড়ো, ১ চা চামচ গুঁড়ো মরিচ, ১ চা চামচ জিরা, ২ চা চামচ গুঁড়ো মসলা, ৬ চা চামচ রসুন (মিষ্কারে ব্লেন্ড করে), ৪ টেবিল চামচ টমেটো খোসা ছাড়ানো ও কাটা, ২ চা চামচ গরম মসলা, ১ চা চামচ চিনি, পানি পরিমাণমতো, লবণ স্বাদমতো।

|c|Yv|i|x|

১ টেবিল চামচ গরম মসলা দইয়ের সঙ্গে মিশান। মাংসের টুকরোগুলো এই মিশ্রণে মিশিয়ে সারা রাত ফ্রিজে রাখুন। শাক পানিতে সোদ্ধ করে মিষ্কার গ্রাইন্ডারে ব্লেন্ড Ki' b। তেল গরম করে এতে হলুদ, রসুনের গুঁড়ো, গুঁড়ো মরিচ, জিরা ও গরম মসলা ২ মিনিট ভাজুন। এবার ব্লেন্ড করা রসুন মিশিয়ে দিন এবং আরো ২ মিনিট ভাজুন। এখন এতে টমেটো, গরম মসলা চিনি ও ব্লেন্ড করা শাক ঢেলে দিন এবং চিনি ও ব্লেন্ড করা শাক ঢেলে দিন। ৫ মিনিট রাঁধুন। এবার মাংসের মিশ্রণ মিশিয়ে ঢেকে দিন এবং ওভেনে ৪০-৫০ মিনিট ১৯০ ডিগ্রি সেলসিয়াস তাপমাত্রায় রান্না করুন।



মোগলাই স্বাদের কাবাব

এখন ঘরে বসেই উপভোগ করুন
মোগলাই কাবাবের আসল স্বাদ

রাঁধুনি
কাবাব মশলা



কম্পিউটার গ্রাফিক্স

নারগিস কোণ্ডা

|D|c|K|i|Y|

৮টি সিদ্ধ ডিম ২০০ গ্রাম মসলাদার কুচানো মাংস/ কিমা, ডিমের সাদা অংশ আলাদা করে বের করা। আধা চা চামচ গুঁড়ো মরিচ, ২টি কাঁচা মরিচ কুচানো, এক চিমটি দারুচিনি, আধা চা চামচ হলুদ, ১ চা চামচ জিরা, আধা চামচ লেবুর রস, ২ চা চামচ ধনেপাতা কুচি, লবণ স্বাদমতো।

|c|Y|v|i|x|

সেদ্ধ ডিম বাদে প্রত্যেকটি উপকরণ কিমার সঙ্গে ভালোভাবে মিশিয়ে ফেলুন। এবার সেদ্ধ ডিমগুলোকে এই মিশ্রণে এমনভাবে মাখান যেন সম্পূর্ণটা ঢেকে যায়। এবার ডুবো তেলে ভাজুন। এরপর পরিবেশন করুন।



ছবি : টমি মিয়ান সৌজন্যে

কাজ শিখুন আত্মনির্ভরশীল হউন



m e Y ' v

১০ বছরের অভিজ্ঞ মহিলা শিক্ষয়িত্রীর তত্ত্বাবধানে ঘরোয়া পরিবেশে নিম্নবর্ণিত কোর্সসমূহে প্রশিক্ষণ দেয়া হয়



রান্না সেকশন

- * চাইনিজ ২৫ রকম
- * কাবাব ২০ রকম
- * মিষ্টি ১৮ রকম
- * ডেজার্ট ১২ রকম
- * চানাচুর ২ রকম
- * নুডলস ৩ রকম
- * মাইক্রো কুकिং ২০ রকম
- * স্পেশাল কেক ১২ রকম
- * আইসক্রিম ১২ রকম
- * পিঠা তৈরি ১৫ রকম
- * আচার তৈরি ১৫ রকম
- * জ্যাম জেলি স্কোয়াশ ১২ রকম
- * ভেজিটেবল কার্ভিং ৫০ রকম
- * কনফেকশনারি ৩০ রকম
- * স্পেশাল থাই ফুড ২৫ রকম
- * স্পেশাল ড্রিংকস ২৫ রকম
- * মোগলাই ডিশ ১৫ রকম
- * স্পেশাল হালুয়া ১২ রকম



হস্তশিল্প সেকশন

- * কাটিং
- * ব্লক
- * বাটিক
- * ভেজিটেবল ডায়িং
- * স্পেশাল প্রিন্ট
- * ভেসলিন তৈরি
- * লোশন
- * এমব্রয়ডারি
- * নেইল পলিশ
- * ব্লক মেহেদী
- * কোন গ্লিটার
- * কোন মেহেদী

ডেকোরেশন সেকশন

- * মোম তৈরি
- * ড্রাই ফ্লাওয়ার
- * গ্লাস পেইন্টিং
- * সাবান এর শোপিস
- * ফোমের ডেকোরেশন
- * ক্রিস্টালের শোপিস
- * সিরামিক তৈরি
- * টিস্যুর শোপিস
- * প্লাস্টিক ফাইবার
- * ফুল তৈরি
- * নেট ফুল
- * পটারী

যোগাযোগ

পরিচালিকা- মিসেস আয়শা জেসমিন, বাড়ি # ৬৪, ফ্ল্যাট # ১০৪ (দোতলা), এভিনিউ # ৫, ব্লক # এ (কৃষ্ণচূড়া হাইটস) সেকশন # ৬ (অরজিনাল ১০), মিরপুর, ঢাকা। ফোন : ৯০১১৮৯১, ০১৭১৫৪৯১৬২

শুধুমাত্র
মহিলাদের
জন্য



আর বাইরে নয় !

রাধুনি চটপট মশলা
খটপট মজাদার চটপট

