

## স্পেশাল সবজি রেসিপি



### সবজি পোলাও

#### উপকরণ

পোলাওয়ের চাল দেড় কেজি, মিষ্টি কুমড়া ২ কাপ, মটরশুঁটি আধা কাপ, ফুলকপি, আলু ১ কাপ করে; পেঁয়াজ কুচি আধা কাপ, বেরেস্তা ২ টেবিল চামচ, আদা, রসুন দেড় চা-চামচ করে; কাঁচামরিচ ৪-৫টি, লবণ স্বাদ বুঝে, তেল/ঘি পরিমাণমতো, জিরা আধা চা-চামচ, তেজপাতা ২টি, দারুচিনি ২ টুকরো, এলাচ ৩-৪টি।

#### প্রণালী

হাঁড়িতে তেল/ঘি গরম হলে পেঁয়াজ ভাজুন। আরেক চুলায় সবজি সেদ্ধ করুন। পেঁয়াজ নরম হলে তেজপাতা, এলাচ, দারুচিনি দিয়ে নেড়ে মসলা দিন। চাল দিয়ে ভাজুন। এবার সেদ্ধ সবজি ঢেলে দিন। একসঙ্গে ভাজুন। গরম পানি ঢেলে লবণ কাঁচামরিচ দিন। ঢেকে দিয়ে চাল ফুটলে বেরেস্তা, জিরা ছিটিয়ে নেড়ে ভাপে ঢেকে রাখুন। হয়ে এলে নামিয়ে গরম গরম পরিবেশন করুন।

### সবজি চিকেন

#### উপকরণ

হাড় ছাড়া মুরগির মাংস ২ কাপ, পেঁপে, গাজর, বাঁধাকপি কাটা ১ কাপ করে; সয়াসস দেড় চা-চামচ, আদা, রসুন ১ চা-চামচ করে; লবণ স্বাদ বুঝে, কর্নফ্লাওয়ার ২ চা-চামচ, গোলমরিচ গুঁড়ো আধা চা-চামচ, কাঁচামরিচ ৪-৫টি, তেল সামান্য, পেঁয়াজ কুচি ১ টেবিল চামচ।

#### প্রণালী

কড়াইতে তেল দিয়ে পেঁয়াজ ভাজুন। এরপর এতে মুরগির মাংস দিয়ে হালকা ভেজে তুলুন।



এবার মসলা দিয়ে নেড়ে সবজি দিন। সবজি হালকা সেদ্ধ হয়ে এলে তুলে রাখা মুরগির মাংস দিন। কাঁচামরিচ, লবণ ও সয়াসস ছিটিয়ে দিন। সব হয়ে এলে কর্নফ্লাওয়ার গুলে দিন। গোলমরিচ ছিটিয়ে নামান।



বঁধুনি

গুঁড়া মশলা

কটি মানের নিশ্চয়তা





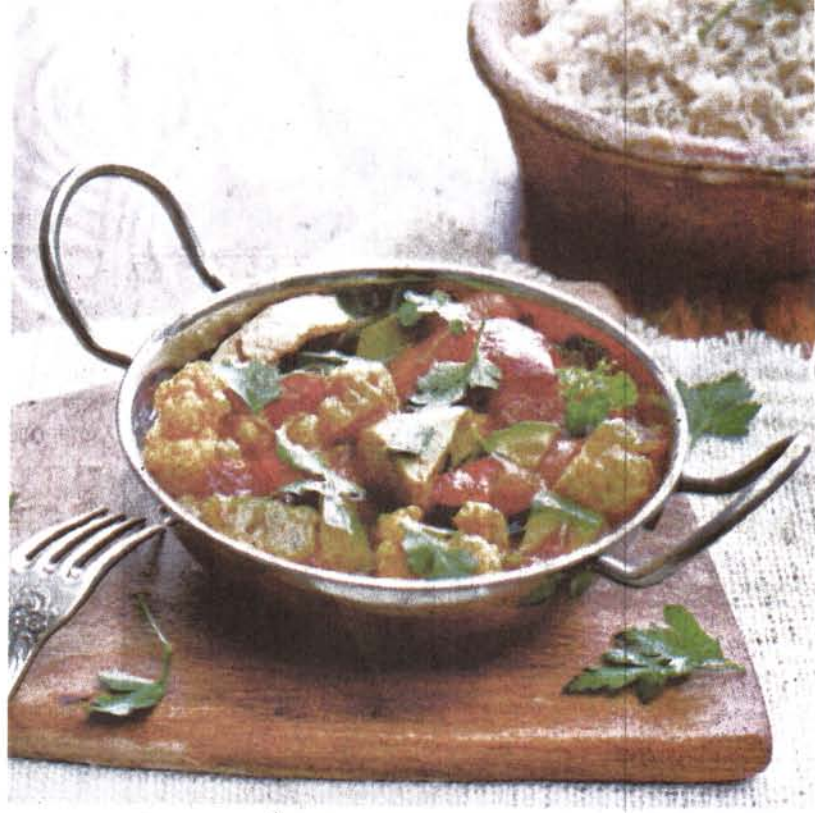
## মিক্সড ভেজিটেবল

### উপকরণ

মওসুমি সবজি চার-পাঁচ রকম (যেমন- ফুলকপি, বাঁধা কপি, পেঁপে, গাজর, ব্রকলি) ১ কাপ করে; মটরগুঁটি, টমেটো আধাকাপ করে; পেঁয়াজ কুচি ২ টেবিল চামচ, পেঁয়াজ বেরেস্তা পরিমাণমতো, হলুদ সামান্য, আদা-রসুন বাটা দেড় চা-চামচ করে, কাঁচামরিচ ৪-৫টি, মরিচ গুঁড়ো আধা চা-চামচ, তেল, লবণ পরিমাণমতো।

### প্রণালী

সবজিগুলো চৌকো করে কেটে ধুয়ে পানি ঝরান। কড়াইতে তেল দিয়ে পেঁয়াজ দিন। আদা-রসুন, হলুদ মরিচ নেড়ে সবজি দিন। এবার নেড়ে অল্প পানি ও লবণ দিয়ে ঢেকে দিন। পানি কমে সবজি সেদ্ধ হলে বেরেস্তা, কাঁচামরিচ দিয়ে ঢেকে রাখুন ২-৫ মিনিট। হয়ে গেলে গরম গরম পরিবেশন করুন।



## সবজি সালাদ

### উপকরণ

পেঁপে মিহি কুচি ২ কাপ, মুলা কুচি, লেবুর রস আধা কাপ করে; বিট লবণ আধা চা-চামচ, কাঁচামরিচ মিহি কুচি ১ চা-চামচ, লবণ ও চিনি স্বাদমতো।

### প্রণালী

কাঁচামরিচ, বিট লবণ, লবণ, চিনি, লেবুর রস একসঙ্গে মেশান। অন্য পাত্রে পেঁপে, মুলা কচলিয়ে দুটি মিশ্রণ একসঙ্গে মিশিয়ে নিয়ে পরিবেশন করুন।



# বাঁধুনি

## গুঁড়া মশলা

বাঁধুনি মশলা

