මෙවර බෙරික්ගි ශාඛ්‍යමුණි සම්බුද්ධ විහාරයේ වෙසක් හක්ති ගීත ප්‍රසංගයෙන්

වෙසක් උත්සවය නිමිනේතෙන් මෙවර රොක්බෑන්ක් පාර්මිනා බෞද්ධ විහාරයේ ප්‍රදර්ශනය කළ දර්ශනීය වෙසක් පහන් කූඩුව

රස ගුණ

ඔබේ නිවසේදී පහසුවෙන් සාදා ගත හැකි මේ ආහාර වර්ගවලින් සන්නස පාඨක ඔබ වෙනුවෙන්ම විශේෂයෙන් ඉදිරිපත් කරනු ලබන්නේ ප්‍රවීණ සූපවේදී ගුණෝරිස් මහතාගේ අධීක්ෂණය යටතේ මෙල්බන් හි විලියම් ඇන්ග්ලිෂ් විද්‍යාපීඨයේ ආහාරපාන පිළිබඳ ඩිප්ලෝමාධාරී නදීෂා මදුරංගි විසිනි. ඔබේ පවුලේ සැමටත් හිත මිතරන් සැමටත් රස විඳිය හැකි මෙම සරළ කෑම වර්ගවලින් අත්හදා බලන්න. ඔබේ ප්‍රතිචාර අපට දන්වන්න.

ස්පිකි ඩේට පුඩිං සහ සෝස්

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

1 රට ඉදි ග්‍රෑම් 500
2 වතුර ග්‍රෑම් 400
3 සීනි (දුඹුරු) ග්‍රෑම් 500
4 බටර් ග්‍රෑම් 275
5 ගෝල්ඩන් සිරප් ග්‍රෑම් 50
6 විනාකිරි මේස හැඳි 1
7 බිත්තර 7
8 පිටි ග්‍රෑම් 580
9 බේකින් පවුඩර් ග්‍රෑම් 20

සෝස් එක සඳහා

1 සීනි (දුඹුරු) ග්‍රෑම් 150
2 ක්‍රීම් ග්‍රෑම් 100
3 බටර් ග්‍රෑම් 250

සාදාගන්නා ක්‍රමය

භාජනයකට වතුර සහ රටඉදි එක්කර හොඳින් තම්බාගන්න
තැම්බුණ පසු හැන්දක ආධාරයෙන් හොඳින් කලවම් කරගන්න
මෙය මිශ්‍රණය උනුවෙන් තිබියදීම කරගතු යුතුය. එවිට රටඉදි කලවම් කරගැනීම පහසුය. ඉන්පසු මෙම මිශ්‍රණය නිවෙන්නට තබන්න.
(මේ සඳහා ශීතකරණය බාවිතා කළ හැකිය) හොඳින් නිවුණ පසුව සීනි බටර් ගෝල්ඩන් සිරප් භාජනයකට දමා බීටර් එකක් මගින් මිශ්‍ර කරගන්න. ඉන්පසු එයටම බිත්තර ටිකෙන් ටික එකතු කරමින් නනැවත මිශ්‍රණය බීට් කරගන්න. බටර් මිශ්‍රණයට විනාකිරි එකතු කර කලවම් කරගත් පසුව එයටම නිවාගත් රටඉදි එක් කර හොඳින් කලවම් කරගන්න. බේකින් පවුඩර් සහ පිටි එකට කලවම් කර එය ඉහත මිශ්‍රණයට දමා හොඳින් මිශ්‍ර කරගන්න. පසුව හොඳින් තෙල් ගා පිළියෙල කරගත් තැටියකට මෙම මිශ්‍රණය දමා සෙල්සියස් අංශක 175 ට රත්කර ගත් උඳුනක විනාඩි 30ක් පමණ බේක් කරගන්න. මෙම මිශ්‍රණය බේක් කිරීම සඳහා මෙහි ට්‍රේ ස් ද භාවිතා කළ හැකිය. ඒ සඳහා සෙල්සියස් අංශක 170ට රත් කරගත් උඳුනේ විනාඩි 15ත් බේක් කරගන්න. මේ රසවත් අතුරු පස ඔබේ සාදයට කදිමට ගැලපෙනු ඇත .පිළිගැන්වීමේදී මේ සඳහා පිළියෙල කරගත් සෝස් භාවිතා කරන්නට අමතක නොකරන්න.
සෝස් එක සාදා ගැනීමේදී සීනි ක්‍රීම් බටර් භාජනයකට දමා නිවාඩි 3 ත් 5 ත් අතර කාලයක් හොඳින් උණු කරගෙන නිවෙන්නට තබා පාවිච්චියට ගන්න.

නදීෂා මදුරංගි