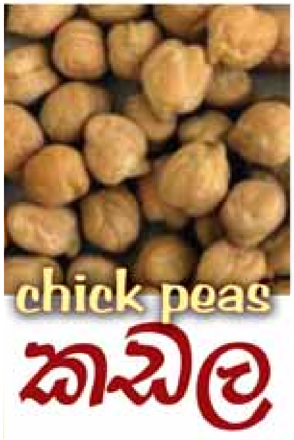
කඩල සුප්

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය :

කඩල ග්‍රෑම් 250
ලීක්ස් සුදු හරියෙන් ග්‍රෑම් 100
කරපිංචා ලපටි කොළ මිටයි
රෑඩිෂ් ග්‍රෑම් 100
සුදු ළූණු බික් 2
ඉඟුරු පොඩි කෑල්ලක්
කොත්තමල්ලි කුඩු මේස හැඳි 2
සුදුරු කුඩු මේස හැඳි 1
කහකුඩු තේ හැඳි 1/2
ලුණු කුඩු තේ හැඳි 2
පොල් කිරි අඩු කෝප්ප 1/2
(මිටිකිරි)
(එළකිරි වුව කම් නැත)
දෙහි යුෂ මේස හැඳි 1
හීනියට කපාගත් රතුළූණු
ග්‍රෑම් 50 (බැදගත්)
මාගරින් මේස හැඳි 2

සාදාගන්නා ක්‍රමය

කඩල සෝදා ගරා පැය 2 පෙඟෙන්නට තබන්න. භාජනයක් ලිප තබා මාගරින් ටික දමා කපාගත් ලීක්ස්, කරපිංචා, රෑඩිෂ්, සුදු ළූණු, අමු ඉඟුරු ටිකක් තෙලේ බැදගන්න.
දැන් කඩල එක් කරන්න. වතුර ලීටර 8 ක් දමා තම්බා ගන්න.
එයට කොත්තමල්ලි කුඩු, සූරු, කහකුඩු දමා හොඳින් තම්බා ගන්න. අඩු ගින්දරේ. ලීටර් 8 හතරට හිඳෙන විට මෙය පොඩිකර බ්ලෙන්ඩ් කර පෙරා ගන්න. පෙරාගත් මිශ්‍රණය නැවත ලිප තබා උතුරණ විට උඩට එන පෙන ඉවත්කර කිරි සහ බැදගත් රෑඩිෂ් එක්කර උතුරණ විට ගින්දර නිවා ලිපෙන් ඉවතට ගෙන දෙහි යුෂ සහ ලුණු එක්කර ගන්න.



කඩල කරිය

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

කඩල ග්‍රෑම් 200
(සෝදා පැය 2 පෙඟෙන්නට දමාගන්න)
රෑනු ග්‍රෑම් 40
අමුමිරිස් කරල් 2
සුදු ළූණු බික් 2
උම්බලකඩ කුඩු මේස හැඳි 1
රම්පෙ, කරපිංචා, කුරුඳු පොතු
කරි කුඩු මේස හැඳි 1
කහ කුඩු තේ හැඳි 1/2
මිරිස් කුඩු තේ හැඳි 1/4
උළුහාල් ඇට 10
මිටිකිරි අඩු කෝප්ප 1/2
ජථයකිරි අඩු කෝප්ප 2
වතුර ලීටර් 1 1/2
ලුණු කුඩු තේ හිඳි 1

සාදාගන්නා ක්‍රමය

මිටිකිරි හැර කඩලවලට අනෙකුත් සියල්ල එක්කර හොඳට තම්බා මිටිකිරි දමා උතුරවා ගන්න. අවශ්‍ය නම් දෙහි යුෂ ටිකක් දමාගන්න.

කඩල තෙල් දැමීම

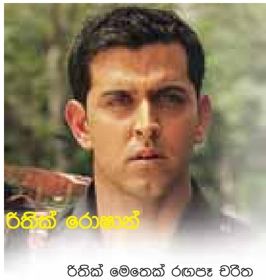
අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය :

සෝදා පැය දෙකක් පොඟවා ගත් කඩල ග්‍රෑම් 200
හීනියට කපාගත් රෑනු ග්‍රෑම් 25
කරපිංචා කොළ ටිකක්
අබ ඇට තේ හැඳි 1
තෙල් මේස හැඳි 2
කුරුඳු පොතු කෑල්ලක්
වේරැළුණු මිරිස් කරල් 4 ක් තුනට කඩා
ලුණු කුඩු තේ හැඳි 1

සාදාගන්නා ක්‍රමය :

කඩලවලට ලුණු මිශ්‍රකර තම්බා ගන්න. කඩල වලට අඟලක් උසින් වතුර තියන්න. එවිට පෙරීමට අවශ්‍ය නැත. මෙය හොඳින් තැම්බුණු පසු ගින්දර අඩුකර හිඳුවා ගන්න.
මෙය පසෙක තබා වෙනම භාජනයකට තෙල් ටිකක් දමා රත්කර අබ දමා පුපුරනවිට රෑනු, රම්පෙ, සහ කෑලි මිරිස් දමා බැදගන්න.
දැන් කඩල ටික දමා මිශ්‍ර කරගන්න. පොල් කෑලි සිහින්ව කපා මිශ්‍ර කිරීමෙන් රසය තවත් වැඩිවේ.

"Merry Christmas
and
Happy New Year 2006"
from
CHINNY Phonecards

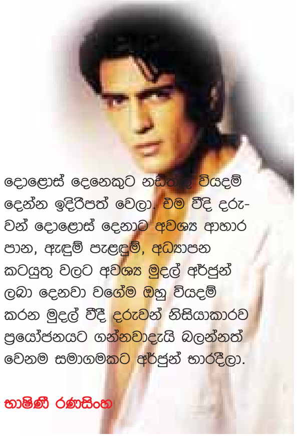


රිතික් රොෂාන්

රිතික් මෙතෙක් රඟපෑ චරිත වලට වඩා අපූරු චරිතයක් රඟපාන බව වාර්තා වේ. කහෝනා ප්‍යාර් හේ, කොයි මිල් ගයා චිත්‍රපටවලින් පසුව කලක් නිහඬව සිට ක්‍රිෂ් නමින් අලුත් චිත්‍රපටයක් නිෂ්පාදනය කරමින් අධ්‍යක්‍ෂණය කරන රිතික්ගේ පියා රාකේෂ් රොෂාන්, රිතික්ගේ රංගන ජීවිතය අභියෝගයට ලක් කරමින් මෙම චරිතය ඔහුට බාරදුන් බවයි බොලිවුඩ් සිනමාවෙන් ආරංචි වෙන්නේ.
අවුරුද්දකට ආසන්න කාලයක පටන් බොලිවුඩ් සිනමාවේ ප්‍රවීණ සටන් අධ්‍යක්‍ෂවරයෙක් වෙන ටෝනි චිං යටතේ සටන් හා කායවර්ධන ව්‍යායාමවල නිරත වූ ඔහු දැන් පෙනුමින් ඉතාම වෙනස් අයෙක්. වෙනස් කළ කොණ්ඩා මෝස්තරයත්, ශරීරයේ මස්පිඩු වර්ධනය විතත් ඔහුට අලුත් පෙනුම ලබාදෙන්න සමත්වෙලා. මේ පෙනුමින් රිතික්ගේ සරාගී බව වැඩිවෙලාලු.
මාසයක පමණ කාලයක් ඉන්දියාවේ ෆිල්ම් සිටි තුළ ඉදිකළ දර්ශන තල කිහිපයක රූපගත කිරීම නිසා රිතික් තලෙළු පැහැ ගැන්වී ඇතැයි වාර්තා වෙනවා.
ක්‍රිෂ් චිත්‍රපටයේ දෙවන භාගය රූපගත කරන්නේ සිංගප්පූරුවේ. මේ සඳහා රිතික්ට අමතරව ප්‍රියංකා චෝප්‍රා, නසුරුඩීන් ෂා, රේඛා සහභාගි වෙනවා.
ත්‍රාසජනක අත්දැකීම් සියල්ලක්ම වගේ රූපගත කරන්නේ සිංගප්පූරුවේදී. ඒ සඳහා අවශ්‍ය අතිරේක නළු නිළියන් සියල්ල කැමරා හා කාර්මික ශිල්පීන් සියලුදෙනාම පසුගියදා සිංගප්පූරුව බලා පිටත්ව ගියා.
මේ ගමනට සහභාගි වීමට පෙර රිතික් රොෂාන්ට ජීවිතයේ මෙතෙක් නොලැබූ අපූරු තෑග්ගක් ලැබුණා. රිතික්ගේ ප්‍රියාදර බිරිඳ මව් පදවියෙන් පිදුම් ලබන්න යන බව ඇය රිතික්ටත්, පවුලේ වැඩිහිටියන්ටත් හෙළිකළා.
මෙවැනි සුන්දර මොහොතක සුසැනිගෙන් මඳකට හෝ වෙන්වෙලා සිටීම රිතික් සලකන්නේ දුකක් විඳිනටයි. මොනවා කරන්නද.... යහපත් හෙට දවසක් වෙනුවෙන් රිතික් සිංගප්පූරුව බලා පිටත්ව ගියේ සුසැනිට ආදරය පිරුණු හදවත බාරදීලා.
ඔක්තෝබර් මාසය පුරාම පැවති ක්‍රිෂ් චිත්‍රපටයේ රූපගත කිරීම්වල වැඩි කොටසක් රූපගත කරන්න නියමිත වුණේ සිංගප්පූරුවේ ලෝපෙ- ්ස් නගරයේ සුන්දර ස්ථාන මුල් කරගෙන.
ඔක්තෝබර් 21 වෙනි සිකුරාදා උදෑසන සුපුරුදු පරිදි රූපගත කිරීම් ආරම්භ කළා. එදින නියමිත වෙලා තිබුණේ අඩි 200 ක ඔරලෝසු කුළුනක වයර් එකකින් රිතික් එල්ලී ක්‍රමයෙන් බිමට බසින දර්ශනය රූපගත කරන එක. කැමරා සුදානම්න් තිබුණේ අඩි 400 ක තරම් උසකින්.
රිතික් අඩි 200 ක උසක ඉඳලා වයරය අධාරයෙන් බිමට බසින ත්‍රාසජනක අත්දැකීම කැමරා කාචවල සෙමින් සෙමින් සටහන් වෙමින් තිබුණා. රිතික් අඩි 50 ක උසක් සෙමින් පහළට බැස්සා විතරයි, ඔහුගේ අත වයරයෙන් ගිලිහිලා ඔහු පහළට ඇද වැටෙන්න පටන් ගත්තා. මේ දර්ශනය නෙත ගැටුණු ක්‍රිෂ් කණ්ඩායමේ සියළුම සාමාජික, සාමාජිකාවන් ඇසිල්ලකින් ක්‍රියාත්මක වෙලා අඩි 6 ක පමණ දිග වියනක් මතට රිතික්ව වැටෙන්නට සැලැස්සුවා.
වාසනාවකට ඔහුගේ ශරීරයේ සුළු සුළු සීරීම් පමණක් ඇති කරමින් ජීවිතය ආරක්ෂා කර ගන්න කණ්ඩායම සමත් වුණා.
මේ දවස්වල සිංගප්පූරුව පුරාව පවතින්නේ වැසි සහිත කාලගුණයක් නිසා මාර්ග පුරාම ආරක්ෂිත ආවරණ සහ වියන් තබා තිබීම සුලභ දසුනක් වෙනවා. ඒ මඟී ජනතාවට වන මාර්ග අනතුරු අවම කිරීම සඳහායි.
මේ කාලවලදී මාර්ගයේ ඇති අනතුරු ගැන කල්පනා කිරීමේදී රිතික්ට වුණේ පොඩි අනතුරක්. රූපගත කිරීමට එකතු වූ පිරිස එදිනට නියමිත රූපගත කිරීම් කල් දමන ලෙස අධ්‍යක්‍ෂකගෙන් ඉල්ලා සිටියත් පැයක් පමණ විවේක ගත්තු ඔහු නැවතත් රූපගත කිරීම් වලට සහභාගී වෙන්න ෆිල්ම් සෙට් එකට ආවා. සියල්ල නැවත යථා පරිදි පටන් ගත්තා.
ක්‍රිෂ් කියන්නේ සටන් ජවනිකා බහුල ත්‍රාසජනක චිත්‍රපටයක්. මෙහි විශේෂත්වය වෙන්නේ සියළු ත්‍රාසජනක ජවනිකා රිතික් විසින්ම රඟපෑමයි. මෙය හොලිවුඩ්හි අතිශයින්ම ජනප්‍රිය වූ සුපර් මෑන් , මෙවැර ඒබ චිත්‍රපටයට බොහෝ සමාන බවත්, බොලිවුඩ් සිනමාව හොලිවුඩ් වෙත රැගෙන යන්නත් ක්‍රිෂ් ඉවහල් වන බවට දැනටමත් අනාවැකි පළවීම සතුටට කරුණක්.

අර්ජුන්ගෙන් අලුත් වැඩක්

වීදි දරුවන් බහුලව ජීවත් වෙන ඉන්දියාව වැනි රටක එම දරුවන් වෙනුවෙන් මුදල් වියදම් කරන්න ඉන්දීය නළු නිළියන් පිරිසක් පසුගියදා එකතු වුණා.
මෙයින් මුල්තැන ගත්තේ අර්ජුන් රාම්පාල්. ඔහු වීදි දරුවන්



ඩොලොස් දෙකෙකුට න... වියදම් දෙන්න ඉදිරිපත් වෙලා. එම වීදි දරුවන් ඩොලොස් දෙනාට අවශ්‍ය ආහාර පාන, ඇඳුම් පැළඳුම්, අධ්‍යාපන කටයුතු වලට අවශ්‍ය මුදල් අර්ජුන් ලබා දෙනවා වගේම ඔහු වියදම් කරන මුදල් වීදි දරුවන් නිසියාකාරව ප්‍රයෝජනයට ගන්නවාදැයි බලන්නත් වෙනම සමාගමකට අර්ජුන් භාරදීලා.

හාෂිණී රණසිංහ