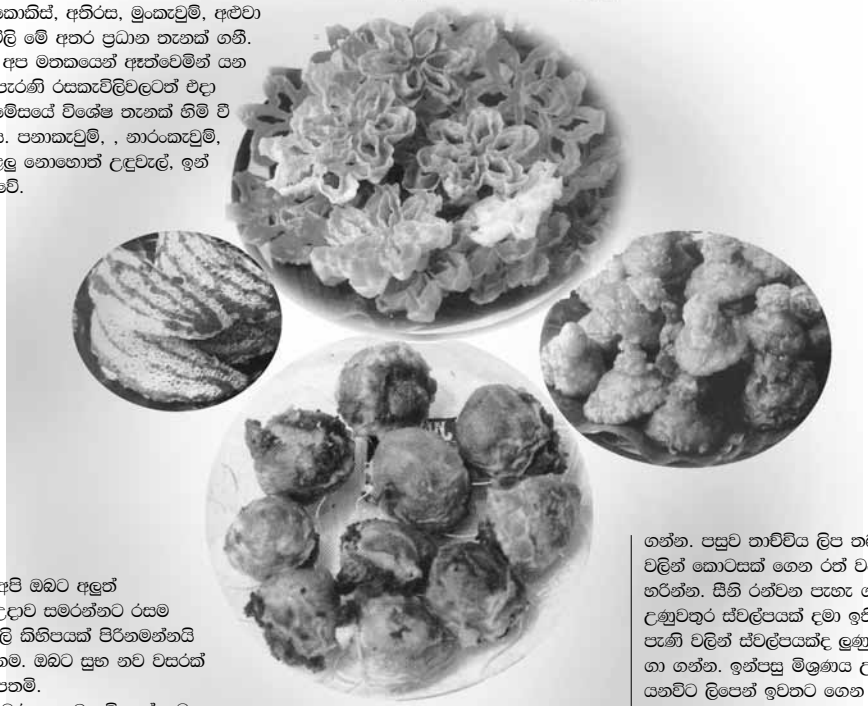
ශල්මිස්ස මිහ කෝටලයේ ආහාර ප්‍රවර්ධක අධ්‍යක්ෂක
විධායක පුජකවරු
පබ්ලිස් සිල්වා

සිංහල අවුරුදු කෑම මේසයේ

කොණ්ඩ කැවුම්, කොකිස්, මුංකැවුම්, අළුවා නාරංකැවුම්, පැණි වළලු

සිංහල හින්දු අලුත් අවුරුද්දේ නැකතට පිසෙන කිරිබතටත්, නිවැසියන්ගේ සහයෝගයෙන් සාදන ලද කැවිලි පෙවිලි වලටත් හිමිවන්නේ විශේෂ තැනකි. කොණ්ඩ කැවුම්, කොකිස්, අතිරස, මුංකැවුම්, අළුවා ආදී කැවිලි මේ අතර ප්‍රධාන තැනක් ගනී. එමෙන්ම අප මතකයෙන් ඈත්වෙමින් යන ඇතැම් පැරණි රසකැවිලිවලටත් එදා අවුරුදු මේසයේ විශේෂ තැනක් හිමි වී ඇත්තේය. පනාකැවුම්, , නාරංකැවුම්, පැණි වළලු නොහොත් උළුවැල්, ඉන් කීපයක් වේ.



ඉතින් අපි ඔබට අලුත් අවුරුදු උදාව සමරන්නට රසම රස කැවිලි කිහිපයක් පිරිනමන්නයි මේ සුදානම. ඔබට සුභ නව වසරක් වේවායි පතමි.
සිංහල අවුරුදු කෑම මේසයේ ප්‍රධාන තැනක් ගන්නා

කොණ්ඩ කැවුම් සාදන ක්‍රමය

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය :-
හාල්පිටි ග්‍රෑම් 500
පැණි බෝතල් කාලයි
පාන් පිටි ග්‍රෑම් 250
කැරමල් කළ සීනි ග්‍රෑම් 50
සිනි ග්‍රෑම් 200
ලුණු (රස අනුව)
මහදුරු ස්වල්පයක්

සාදන අන්දම :-
ඉහත සඳහන් කළ සියල්ල එකට මිශ්‍රකර හොඳින් අනා පැය දෙකක් පමණ පිපෙන්නට තබන්න. ඉන්පසු තෙල් තාච්චිය ලිප තබා එය රත් වනවිට මිශ්‍රණයෙන් මැදක් ගෙන තෙලට දමා එය පිපීගෙන එනවිට එහි මැදට මිශ්‍රණය තවත් ස්වල්පයක් දමා රත් වූ තෙල් මදින් මද ගෙන තෙල් හැන්දෙන් ඒ මැද දැවටෙන සේ ඉසගන්න. පසුව කැවුමේ කොණ්ඩය මතු වී ගෙන එනවිට ඒ මැදට ඉරටුවක් දමා කොණ්ඩ නිවැරදිව සකසා ගන්න. (කොණ්ඩය පැත්තද මද වේලාවක් තෙලේ බැදගන්න.)

ඔබ ''පනා කැවුම්'' ගැන අසා ඇද්ද. පනා කැවුම් අපේ රස කැවිලි අතරින් වියැකී ගිය රස කැවිල්ලකි. අපි බලමු එය රසවත් අන්දමින් සාදා ගන්නේ කෙසේද කියා...

පනා කැවුම් සාදන ක්‍රමය

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය :-
බැදගත් හාල්පිටි කෝප්ප 1 ක්
මිටිකිරි ස්වල්පයක්
ලුණු ස්වල්පයක්
බිත්තර කහමද 1 ක්

සාදන ක්‍රමය :-
බැදගත් හාල් පිටි හොඳින් හලා බඳුනකට දමා ගන්න. එයට බිත්තර කහමද, ලුණු, පොල්කිරි, දමා ඉදිආප්ප පිටි මිශ්‍රණයෙහි පදමට අනා ගන්න. පසුව මුරුක්කු වංගෙඩියක දමා කෙසෙල් කොළයකට වත්කර ඔබ කැමැති හැඩයකට දෙකෙළවරින් නමා යාකර ගැඹුරු තෙලේ බැද ගන්න. ඉන්පසු සිනි ග්‍රෑම් 200 ක් පමණ ගෙන වතුර කෝප්ප කාලක් දමා සිනි සිරප් එකක් ලෙස සාදා ගන්න. අනතුරුව බැද ගත් කැවුම් එහි දවටා ගන්න.

මුං කැවුම් සාදන ක්‍රමය

මුං ඇට ග්‍රෑම් 200
හාල් පිටි ග්‍රෑම් 500
පැණි බෝතල් කාලයි
සිනි ග්‍රෑම් 250

සාදන ක්‍රමය :-
මුලින්ම මුංඇට හොඳින් සෝදා වතුර පෙර කබලේ බැද අනතුරුව කුඩුකර ගන්න. පසුව තාච්චිය ලිප තබා එයට සිනි වලින් කොටසක් ගෙන රත් වන්නට හරින්න. සීනි රන්වන පැහැ ගන්වන විට උණුවතුර ස්වල්පයක් දමා ඉතිරි වූ සිනි හා පැණි වලින් ස්වල්පයක්ද ලුණු සමග හැදි ගා ගන්න. ඉන්පසු මිශ්‍රණය උතුරා ගෙන යනවිට ලිපෙන් ඉවතට ගෙන හැකි ඉක්මණින් හාල් පිටි සහ කුඩු කර ගත් මුං ඇට පිටි එයට එකතු කරන්න. ඉතිරි වූ පැණි දමා දියාරු මිශ්‍රණයක් සේ සාදා නැවත මද ගින්දරේ තිබෙන්නට හරින්න. අනතුරුව ලෑල්ලක් මත තෙල් ස්වල්පයක් දවටා මිශ්‍රණය තුනී කර කෑලි වලට කපා ගන්න.

මිශ්‍රනය බැඳීමට අවශ්‍ය ද්‍ර
හාල්පිටි ග්‍රෑම් 500
ලුණු අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට
පොල්කිරි අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට
බිත්තර

සාදන ක්‍රමය :-
භාජනයක් ගෙන හාල්පිටි, බිත්තරයක් කඩා දමා, ලුණු ස්වල්පයක් එක්කර එයට පොල් කිරි ද ටිකෙන් ටික දමා හොඳින් අනා බදාමයක් පරිදි සාදා ගන්න. එයට කහ ස්වල්පයක්ද එක් කර ගන්න. පසුව කලින් සාදා ගත් මුං කැබැලි සාදා ගත් බදාමයේ තවරා ගැඹුරු තෙලේ බැද ගන්න.

බක්මහේ කෑම මේසය තවත් අලංකාර කරන රස කැවිල්ලකි කොකිස්. පුංචි දරුවන් වඩාත් ප්‍රිය කරන කොකිස් සාදා ගන්නා අන්දමයි මේ.

කොකිස් සාදා ගන්නා අන්දම

හාල්පිටි ග්‍රෑම් 250
පොල් කිරි අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට
බිත්තර එකක්
ලුණු අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට
සිනි කෝප්ප 2-3

සාදන ක්‍රමය :-
සිහින් වන සේ කොටා ගත් හාල්පිටි හලා ගන්න. පසුව එය බඳුනකට දමා අයට පොල් කිරි ද මිශ්‍ර කරන්න. අතට ඝන ගතියට දැනෙන තෙක් පොල් කිරි එක්කර ගන්න. ඉන්පසු සීනි ද ලුණු ද බිත්තරය ද එයට දමා හොඳින් මිශ්‍ර කර ගන්න. ඔබට වර්ණවත් කොකිස් සාදා ගැනීමට අවශ්‍ය නම් ,ඔබ සාදා ගත් මිශ්‍රණය කොටස් දෙකකට හෝ තුනකට බෙදා තමන් කැමැති පාටකින් කහ, කොළ හෝ රෝස කලරින් දමා වෙන් වෙන් වශයෙන් එය වර්ණ ගන්වා ගන්න. පසුව තෙල් තාච්චිය හොඳින් රත් වූ පසු මුලින්ම කොකිස් අච්චුව ද ඒ මත තබා හොඳින් රත් කර ගන්න. රත් කරගත් අච්චුව සාදා ගත් මිශ්‍රණයේ ගල්වා නැවත තාච්චියේ හොඳින් බැඳ ගන්න. (කොකිස් බැඳ ගන්නා විට ගින්දර රස්නය පාලනය කර ගැනීමට වගබලා ගත යුතුයි.)

අවුරුදු මේසය හැඩ ගන්වන්නට උපකාරි වන තවත් රසකැවිල්ලකි ආස්මි. දැන් අපි බලමු ආස්මි සාදා ගන්නේ කෙසේද කියා..

ආස්මි සාදා ගැනීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

හාල්පිටි කෝප්ප 2 ක් (එවෙලේම දියේ දමා ඉක්මණින් කොටා ගත්)
දවුල් කුරුඳු කොළ මිටක්
ලුණු ස්වල්පයක්
උකු මිටිකිරි ස්වල්පයක්
පොල්තෙල් භාගයක්

සාදක ක්‍රමය :-
පළමුව හාල්පිටි බඳුනකට දමා එයට උකු මිටිකිරි මිශ්‍ර කර ගොරොසු මිශ්‍රණයක් සාදා ගන්න. පසුව දවුල් කුරුඳු කොළ දෙකට කපා එය නැඹිලියේ දමා උරච්චි කර (හොඳින් අතුල්ලා) මිටි කිරි ටික ටික එක් කරමින් නානු සකස් කර ගන්න. එසේ සකස් කරගත් නානු රෙදි කැබැල්ලකට දමා මිරිකා ගන්න. එය අනාගත් පිටි, මිශ්‍රණයට දමා නුල් මෙන් ඇදෙන ලෙස මිශ්‍රණය සකස් කර ගන්න.
පසුව ලොකු තාච්චියක් ගෙන එයට තෙල් දමා ගන්න. තෙල් රත් වූ පසු ඇඟිලි තුඩු වලින් හෝ ආස්මි හැන්දෙන් දැලක් ආකාරයට එම මිශ්‍රණය රත්වූ තෙලට වක් කරන්න. මෙය හැන්දක් හෝ කූරක් ආධාරයෙන් දෙකට නවා හොඳින් බැද ගන්න.
සතියකට පසු උණුකර ගත් පැණි හෝ සිනි බැදගත් ආස්මි උඩින් වත් කරන්න.

අවුරුදු දවසේ කෑම මේසය රවුම් හැඩැති නාරං කැවුම් වලින් සකසා ගන්න ඔබත් කැමැතිද? කුඩා දරුවන් වගේම වැඩිහිටියන්ද ආශා කරන නාරං කැවුම් සකසා ගන්නා අයුරු දැන් අපි බලමු.

නාරං කැවුම් සාදා ගැනීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය :-

පොල්ගෙඩි 1 ක්
හාල්පිටි ස්වල්පයක්
පැණි සහ සීනි
කරදමුංගු ස්වල්පයක්

සාදන ක්‍රමය :-
පැණි සහ සීනි බඳුනකට දමා හොඳින් උණුකර ගන්න. පසුව එයට ගා ගත් පොල් දමා පොල්පැණි මිශ්‍රණයක් සාදා ගන්න. පසුව මෙයට හාල්පිටි ස්වල්පයක් එක්කර හොඳින් කලවම් කර ගන්න. තමන්ට අවශ්‍ය ප්‍රමාණයේ රවුම් හැඩැති ගුලි සාදා ගන්න. කලින් සඳහන් කළ මුංකැවුම් සඳහා සාදාගත් මිශ්‍රණයේ මේ ගුලි දවටා රන්වන් පාට වනතෙන් බැද ගන්න.