

இ  
ன்  
க்  
வை  
ப்

ப  
தூ  
ர்  
ந்  
து  
ங்  
க  
ள்



**இன்சுவைப்  
பதார்த்தங்கள்**

## உள்ளடக்கம்.

முதற்பதிப்பு	:-	மார்ச்சு 1996
பதிப்புரிமை	:-	ஆசிரியருக்கே.
விலை ரூபா	:-	45/=
அச்சிடலோர்	:-	சஜோஸ் பிறின்டஸ் 23 கன்னாரத்தெரு, கொழும்பு -13.

1. மைசூர்ப்பாகு
2. குலாப் ஜாமுன்
3. தொதல்
4. கோதுமை அல்வா
5. ரவைக் கேசரி
6. ரவை லட்டு
7. அரியதரம்
8. கொக்கீஸ்
9. களு தொதல்
10. சுருட்டப்பம்
11. சிப்பிப் பலகாரம்
12. பூந்தி -
13. கடலைமா லட்டு
14. கடலைப்பருப்பு சுசியம்
15. கடலைப் பருப்பு போளி
16. சிற்றூண்டி
17. பயற்றம் பணியாரம்
18. டோனட்ஸ்
19. வனிலாகுக்கீஸ்
20. லவேரியா
21. பேரிச்சம்பழறோல்
22. அரிசிமா வாய்ப்பன்
23. கொழுக்கட்டை
24. மிக்சர்
25. அச்சுப்பலகாரம்
26. கார முறுக்கு
27. ஓமப் பொடி
28. போண்டா

29. தட்டை வடை
30. பற்றிஸ்
31. றோல்ஸ்
32. மீன் கடலட்
33. முட்டைக்கடலட்
34. மரக்கறி கடலட்
35. கடலைப்பருப்பு வடை
36. உருளைக்கிழங்கு இனிப்பு
37. கரட் இனிப்பு
38. பால் இனிப்பு
39. பாற் கோவா
40. பட்டர் கேக்
41. சொக்கலட் கேக்
42. பேரிச்சம்பழகேக்
43. சைவகேக்
44. பழக்கலவை கேக்
45. றிச்சேக்
46. யோர்க்கட்
47. மாஸ்மலோ
48. சொக்கலட் ஜஸ்கிறீம்
49. வனிலா ஜஸ்கிறீம்
50. வட்டிலப்பம்
51. கரமல் புடிங்
52. கோப்பி புடிங்
53. சொக்லெட் புடிங்
54. பிஸ்கட் புடிங்
55. மாஸ்மலோ புடிங்
56. பழச்சலாது.
57. அன்னாசிப்பழ ஜெலி

## 1. மைசூர்ப்பாகு

தேவையான பொருட்கள்:-

கடலை மா	-	1/2 சுண்டு
சீனி	-	1 சுண்டு
நெய்	-	150 கிராம்
தண்ணீர்	-	1/2 கப்

செய்முறை :-

சீனியை மெல்லிய கம்பிப் பாகாக காய்ச்சி, இதில் கடலை மாவை சிறிது சிறிதாகத் தூவிக் கட்டி படாமல் கிளறி, முழுவதும் நன்கு சேர்ந்த பின் நெய்யைஇடையிடையே சேர்த்துக் கிளறி சட்டியில் ஒட்டாமல் திரளும் பருவத்தில் இறக்கி நெய் பூசிய தட்டில் கொட்டி அழுத்திப் பரவி சூடாக இருக்கும் போதே துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்க.

## 2. குலாப் ஜாமுன்.

தேவையான பொருட்கள் :-

கோதுமை மா	-	500 கிராம்
ரின் பால்	-	1/2 ரின்
சீனி	-	250 கிராம்
நெய்	-	2 தே.க
அப்பச் சோடா	-	1/2 தே.க
வனிலா	-	1 தே.க
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போத்தல்
உப்பு	-	அளவாக

செய்முறை :-

மாவுடன் அப்பச் சோடா உப்பு, நெய், வனிலா, இவற்றைச் சேர்த்து ரின் பாலை விட்டு நன்கு பிசைந்து மூடி வைக்கவும் ஒரு மணித்தியாலத்தின் பின் திரும்பவும் பிசைந்து சிறு ஊருண்டைகளாக உருட்டி பொன்னிறமாகப் பொரித்து எடுக்கவும் சீனியை பாகு காய்ச்சி அப்பாகினில் பொரித்த உருண்டைகளைப் போட்டு பரிமாறலாம்.

## 3. தொதல்

தேவையான பொருட்கள் :-

அரிசிமா	-	2 சுண்டு
(வறுக்காதது)		
கருப்பட்டி	-	500 கிராம்
சீனி	-	250 கிராம்
தேங்காய்	-	3
முந்திரிப்பருப்பு	-	25 கிராம்
ஏலப் பொடி	-	2 தே. க

செய்முறை :-

தேங்காய்ப் பாலை இறுக்கமாகப் பிழிந்து சீனி, கருப்பட்டி, இவற்றைச் சேர்த்துக் கரைத்து வடித்து மாவை சேர்த்து கரைத்து அடுப்பில் வைத்து காய்ச்சவும் இறுசி வரும் பருவத்தில் முந்திரிப் பருப்பு, ஏலப் பொடியைச் சேர்த்து சட்டியில் ஓட்டாத பதத்தில் இறக்கி தட்டில் கொட்டி அழுத்தமாக்கவும். (மேலால் வரும் எண்ணையை எடுக்கவும்) (விரும்பினால் வறுத்த பயற்றம் பருப்பு சிறிதளவு சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.)

## 4. கோதுமை அல்வா (மஸ்கற்)

தேவையான பொருட்கள் :-

கோதுமை மா	-	3/4 சுண்டு
தண்ணீர்	-	3 தம்ளர்
தேங்காய்ப் பால்	-	1 தம்ளர்
அல்லது பசுப்பால்		
சீனி	-	500 கிராம்
நெய்	-	150 கிராம்
முந்திரிப் பருப்பு	-	25 கிராம்
ஏலப் பொடி	-	2 தே.கரண்டி
றோஸ் எசென்ஸ்	-	1 தே. கரண்டி
கேசரிப் பவுடர்	-	அளவாக

செய்முறை :-

கோதுமை மாவை தடித்த கண்ணறைச் சீலையில் தளர்ந்த பொட்டணமாகக் கட்டி ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீரை விட்டு அதனுள் அழுக்கி விரல்களினால் பிசைந்து பாலை எடுக்கவும். (சீலையில் பிசை மாத்திரம் எஞ்சியிருக்கும்) எடுத்த கோதுமைப் பாலுடன் சீனி, கேசரிப் பவுடர் சேர்த்து கரைத்துக் காய்ச்சவும் பால் வெந்து தடித்தவுடன் தேங்காய்ப் பாலைச் சேர்த்து நெய்யையும் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து அடிப்பிடிக்காது கிளறிக் கொண்டு முந்திரிப்பருப்பு, ஏலப் பொடி, றோஸ் எசென்ஸ் இவற்றைச் சேர்த்து, இறுகித் திரளும் போது இறக்கி நெய் பூசியதட்டில் கொட்டி அழுத்திப் பரவி விடவும்.

## 5. ரவைக் கேசரி

தேவையான பொருட்கள் :-

ரவை	-	1 சுண்டு
சீனி	-	1 சுண்டு
தேங்காய்ப் பால்	-	1 சுண்டு (1 1/2 தம்ளர்)
நெய்	-	150 கிராம்
முந்திரி பருப்பு	-	25 கிராம்
முந்திரி வற்றல்	-	25 கிராம்
கேசரிப் பவுடர்	-	அளவாக
ஏலப் பொடி	-	2 தே.க

செய்முறை :-

ரவையை வறுத்து எடுக்கவும். சிறிதளவு நெய்யில் முந்திரிப் பருப்பு, முந்திரி வற்றல் இவற்றைப் பொரித்து எடுக்கவும் தேங்காய்ப் பாலுடன் கேசரிப் பவுடரைக்கலந்து கொதிக்க விடவும். நன்றாகக் கொதிக்க முதல் ரவையை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சேர்த்துக் கட்டிபடாமல் கிளறி இறுகும் போது சீனியைச் சேர்த்துக் கொள்ளவும் நெய்யையும் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து முந்திரிப் பருப்பு, முந்திரி வற்றல், ஏலப் பொடியைக் கலந்து இறுகித் திரளும் பதத்தில் இறக்கி நெய் பூசிய தட்டில் கொட்டி அழுத்தமாக்கவும்.

## 6. ரவை லட்டு

தேவையான பொருட்கள்:-

ரவை	-	1 கிலோ கிராம்
சீனி	-	3/4 கிலோ
முந்திரிப் பருப்பு	-	100 கிராம்
முந்திரி வற்றல்	-	100 கிராம்
நெய் அல்லது		
பட்டர் ஓயில்	-	2 மே.க.
ஏலப் பொடி	-	2 தே.க
தண்ணீர்	-	1 கப்.

செய்முறை :-

நெய்யை குடாக்கி முந்திரி வற்றல், முந்திரிப் பருப்பு இவற்றைப் பொன்னிறமாகப் பொரித்து எடுக்கவும் அப்பாத்திரத்திலேயே ரவையைச் சேர்த்து வறுக்கவும் பொன்னிறமாக வரும் முன்னர் சீனியைச் சேர்த்து வறுத்துக் கொண்டு முந்திரிப் பருப்பு, முந்திரி வற்றல், ஏலப்பொடி இவற்றைச் சேர்த்து தண்ணீரை சிறிது சிறிதாக தெளித்துக் கிளறி, சீனி இளகும் பருவத்தில் இறக்கி குடு ஆற முதல் அளவான உருண்டைகளாகப் பிடித்துக் கொள்ளல் வேண்டும்.

## 7. அரியதரம்

தேவையான பொருட்கள் :-

அரிசி மா	-	4 சுண்டு
(வறுக்காதது)		
கப்பிக் குருணல்	-	1 சுண்டு
சீனி	-	500 கிராம்
ஏலப் பொடி	-	1 தே. க
சுடு நீர்	-	1 கப்
உப்பு	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ

செய்முறை :-

மா, குருணல், சீனி, ஏலப்பொடி இவற்றை ஒன்றாக கலந்து கொதி நீரை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டுக் குழைத்து 3 அல்லது 4 மணி நேரம் மூடி வைக்கவும் பின் திரும்பக் குழைத்து அளவான உருண்டைகளாக்கி அமர்த்தி கொதித்த எண்ணெயில் பொரித்துக் கொள்ளவும்.

## 8. கொக்கீஸ்

தேவையான பொருட்கள் :-

வெள்ளை அரிசி மா		1 சுண்டு
(வறுக்காதது)		
தேங்காய்ப் பால்	-	1 கப்
சீனி	-	2 மே.க
முட்டை	-	1
மஞ்சள் தூள் உப்பு	-	அளவாக
தே. எண்	-	1 போ.

செய்முறை :-

சீனி தேங்காய்ப்பால், முட்டை, உப்பு, இவற்றைக் கலந்து நன்றாக அடித்துக் கொள்ள வேண்டும் மஞ்சள் தூளை மாவடன் கலந்து சிறிது சிறிதாகக் கலவையுடன் சேர்த்துக் கரைத்து விரும்பிய கொக்கீஸ் அச்சினை மாவில் தோய்த்து நன்றாக கொதித்த எண்ணெயின் அச்சினை வைத்துப் பொரித்தல் வேண்டும்.

## 9. களு தொதல்

தேவையான பொருட்கள் :-

தேங்காய்	-	5
கருப்பட்டி	-	1 கிலோ
கோதுமை மா	-	500 கிராம்
கஜ்	-	250 கிராம்
ஏலப் பொடி	-	அளவாக

செய்முறை :-

இறுக்கமான தேங்காய்ப்பாலில் சுருப்பட்டியைக் கரைத்து வடித்து மாவைச் சேர்த்துக் கரைத்து அடிப்பிடிக்காது காய்ச்சவும். இறுக்கித்திரண்டு வரும் போது ஏலம், முந்திரிப் பருப்பு இவற்றைக் கலந்து சட்டியில் ஓட்டாத படிவில் இறக்கி நெய் பூசிய தட்டில் கொட்டி அழுத்திப் பரவவும்.

## 10. சுருட்டப்பம். (பான் கேக்)

தேவையான பொருட்கள் :-

கோதுமை மா	-	500 கிராம்
தேங்காய்	-	1
சுருப்பட்டி அல்லது சீனி	-	250 கிராம்
மஞ்சள் தூள் உப்புத் தூள்	-	அளவாக
ஏலப் பொடி	-	அளவாக

செய்முறை :-

மாவூடன் மஞ்சள் தூள், உப்பு, கலந்து தண்ணீர் விட்டுக் கரைத்துக் கொள்க. (தோசை மா பதம்) தேங்காய்ப் பூவுடன் சுருப்பட்டி சேர்த்து வீறுத்து ஏலத்தையும் சேர்த்துக் கொள்க தோசைக் கல்லில் மாவை மிக மெல்லியதாக வார்த்து இருபக்கமும் வேக விட்டு எடுத்து சூட்டுடன், கலவையை வைத்து சுருட்டிக் கொள்க.

## 11. சிப்பிப் பலகாரம்

தேவையான பொருட்கள் :-

கோதுமை மா	-	2 சுண்டு
தேங்காய்ப் பால்	-	1 1/2 கப்
பட்டர்	-	1 மேக
உப்பு	-	அளவாக
சீனி	-	100 கிராம்
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போ

செய்முறை :-

மாவூடன் பட்டரைச் சேர்த்து நன்கு பிசையவும். தேங்காய்ப்பாலில் உப்புச் சேர்த்து நன்றாக கொதிக்க வைத்து மாவுக்கள் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து நன்கு அடித்துக் குழைக்கவும். பின் மாவை சிறிய உருண்டைகளாக்கி முள்ளுக் கரண்டியின் மேல் வைத்து அமர்த்தி உருட்டி எடுத்துப் பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுத்து ஆற விட சீனியை சிறிது சேர்த்துப் பாகு காய்ச்சி பலகாரத்தின் மேல் விட்டுக் கிளறி விடவும்.

## 12. பூந்தி

தேவையான பொருட்கள் :-

கடலை மா	-	1 சுண்டு
அப்பச்சி	-	1 தே.க
கேசரிப் பவுடர்	-	அளவாக
தண்ணீர்	-	2 கப்
சீனி	-	250 கிராம்
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போ
உப்பு	-	அளவாக
முந்திரிப் பருப்பு	-	25 கிராம்
முந்திரி வற்றல்	-	25 கிராம்
கற்கண்டுத் தூள்	-	1 மே.க
கரம்பு ஏலப் பொடி	-	1 தே.க
நெய்	-	1 மே.க

செய்முறை :-

கடலை மாவூடன் அப்பச் சோடா கேசரிப்பவுடர் உப்பு கலந்து தண்ணீரை விட்டு கரைத்து 1/2 மணி நேரம் வைத்திருக்கவும் பின் நன்றாக கொதித்த எண்ணெயின் மேலாக துவாரங்கள் உள்ள கரண்டியைப் பிடித்துக் கொண்டு மாவை பரவலாக வாரக்கவும். பூந்தி நன்றாக பொரியும் முன்னர் வடித்து எடுத்து சீனியைச் சிறிது சிறிதாகச் சூாவி லேசாக மசித்துக் கொண்டு நெய்யில் முந்திரி வற்றல், முந்திரிப் பருப்பு, இவற்றைப் பொரித்துக் கற்கண்டுத் தூள், வாசனைப் பொருட்கள் யாவற்றையும் கலந்து கொள்க.

## 13. கடலை மா லட்டு

தேவையான பொருட்கள் :-

கடலை மா	-	1 சுண்டு
அப்பச் சோடா	-	1 தே.க
சீனி	-	250 கிராம்
நெய்	-	100 கிராம்
தண்ணீர்	-	2 கப்
கற்கண்டு தூள்	-	2 மே.க
முந்திரிப் பருப்பு	-	25 கிராம்
முந்திரி வற்றல்	-	25 கிராம்
ஏலப் பொடி	-	2 தே. க
உப்பு	-	அளவாக
தேங்காய்எண்ணெய்-	-	1/2 போத்தல் எண்ணெய்

செய்முறை :-

மாவுடன் அப்பச் சோடா, கேசரிப் பவுடர், உப்பு சேர்த்து தண்ணீர் விட்டு கரைத்து 1/2 மணி நேரம் வைத்திருக்கவும் நன்றாக கொதித்த எண்ணெயின் மேல் துவாரமுள்ள கரண்டியைப் பிடித்து அதன் மேல் மாலை வார்த்துக் கொள்க பூந்தி ஓரளவு பொரிந்ததும் எடுத்து எண்ணெயை வடிய விடவும் பின் உரலிலிட்டு மெதுவாக இடித்து சீனியை இடையிடையே சேர்த்து இடித்து எடுத்துக்கொண்டு கற்கண்டு. நெய்யில் பொரித்த முந்திரிப்பருப்பு, வற்றல் வாசனைப் பொருட்களைச் சேர்த்து நெய்யைச் சூடாக்கி சிறிதுசிறிதாக விட்டு கலந்து சூட்டுடன் உருண்டைகளாகப் பிடித்துக் கொள்க.

## 14. கடலைப் பருப்பு சுசியம்.

தேவையான பொருட்கள்:-

கடலைப்பருப்பு	-	500 கிராம்
சீனி	-	200 கிராம்
தேங்காய்	-	1/2 பாதி
கோதுமைமா	-	250 கிராம்
ஏலம் , உப்பு, மஞ்சள்	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ
தண்ணீர்	-	2 கப்

செய்முறை :-

கடலைப் பருப்பை ஊறவைத்து அவித்து ஈரலிப்பு இல்லாது சுண்டவிட்டு அகப்பையால் மசித்துக் கொள்க. தேங்காய்ப் பூ, சீனி, ஏலப் பொடி இவற்றைக் கலந்து அளவாக உப்பையும் சேர்த்துக் குழைத்து சிறு உருண்டைகளாகப் (தேசிக்காய் அளவு) பிடித்துக் கொள்க. மாவுடன் உப்பு மஞ்சள்தூள், சேர்த்து தண்ணீர் விட்டு ஓரளவு இறுக்கமானதாகக் கரைத்து அதில் உருண்டைகளைத் தோய்த்துக் கொதித்த எண்ணெயிற் பொரித்து எடுக்கவும்.

## 15. கடலைப் பருப்பு போளி

தேவையான பொருட்கள்:-

கடலைப் பருப்பு	-	500 கிராம்
சீனி	-	200 கிராம்
கோதுமை மா.	-	500 கிராம்
ஏலப்பொடி	-	அளவாக
உப்பு, மஞ்சள்தூள்	-	அளவாக
நெய்	-	1 மே. க

செய்முறை :-

கடலைப் பருப்பை ஊறவைத்து அவித்து ஈரலிப்பு இல்லாது சுண்டவிட்டு இறுக்கி சீனியையும் சேர்த்து அம்மியில் அரைத்து அதனுடன் ஏலம், உப்பு, இவற்றைச் சேர்த்து குழைத்து அளவான உருண்டைகளாக்குக. மாவை உப்பு, மஞ்சள் தூள், சேர்த்து ஹோட்டிப் பதத்தில் இறுக்கமாகக் குழைத்து சிறிய உருண்டைகளாக்கி மெல்லிய வட்டமாகத் தட்டிப் பருப்பு உருண்டையை நடுவில் வைத்து மாவினால் இழுத்து மூடி மாபூசிய தட்டில் வைத்து உருளையினால் உருட்டி வட்ட வடிவில் தட்டையாக்கி நெய் பூசிய தோசைக் கல்லில் வைத்து இருபக்கமும் வேகவிட்டு எடுக்கவும்.

## 16. சிற்றூண்டி

தேவையான பொருட்கள்:-

பயற்றம்மா (வறுத்தது)	-	250 கிராம்
சீனி	-	150 கிராம்
தேங்காய்	-	1/2 பாதி
அரிசி மா	-	1 சுண்டு
ஏலக்காய் உப்பு	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போத்தல் எண்ணெய்

செய்முறை :-

தேங்காய் பூவை பொன்னிறமாக வறுத்து, சீனியையும் சேர்த்து மாவாக இடித்து பயற்றமா, உப்பு, ஏலப் பொடி இவற்றைச் சேர்த்துக் கலந்து கொள்ளவும். மாவை உப்புச் சேர்த்து கொதிநீரில் இறுக்கமாய் குழைத்து கட்டையான மெல்லிய சிறிய வட்டங்களாக்கி அதற்குள் கலவையை வைத்து பற்றில் வடிவில் மூடி பொன்னிறமாகப் பொரிக்கெடுக்கவும்.

## 17. பயற்றம் பணியாரம்

தேவையான பொருட்கள் :-

பயற்றம் மா (வறுத்தது)	-	1 கிலோ
தேங்காய்	-	3
சர்க்கரை	-	500 கிராம்
சீனி	-	250 கிராம்
ஏலம், உப்பு,	-	அளவாக
கோதுமை மா	-	250 கிராம்
அரிசி மா	-	200 கிராம்
மஞ்சள் தூள்	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ

செய்முறை :-

தேங்காய் பூவை பொன்னிறமாக வறுத்து மாவாக இடிக்கவும் அதனுடன் சர்க்கரை, சீனியையும் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து இடித்து பயற்றம் மாவையும் இடையிடையே சேர்த்து இடித்துக் கலவையை ஒன்றாக்கவும் பின் ஏலப் பொடி, உப்பு, இவற்றைக் கலந்து கொதிநீரை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சேர்த்துக் குழைத்து விரும்பிய அளவு உருண்டைகளாக்கவும் அரிசி மா, கோதுமை மா, இரண்டையும் சிறிது உப்பு, மஞ்சள் தூள், இவற்றைச் சேர்த்துக் கரைத்து உருண்டைகளை மாக்கரைசலில் தோய்த்துக் கொதித்த எண்ணெயில் பொரிக்கெடுக்கவும்.

## 18. கோண்டஸ்

தேவையான பொருட்கள்:-

கோதுமை மா	-	750 கிராம்
சீனி	-	1 மே. க
பட்டர்	-	20 கிராம்
பால்	-	1 பைக்கற்
முட்டை	-	1
நொதி	-	15 கிராம் (ஈஸர்)
ஐசிங் சீனி	-	100 கிராம்
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ
உப்பு	-	அளவாக

செய்முறை :-

நொதியையும் சீனியையும் சேர்த்து சிறிதளவு கடுநீர் விட்டுக் கரைக்கவும் பட்டரை ஒரு பாத்திரத்தில் உருக்கி அதனோடு பாலைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி இறக்கி மெல்லிய குட்டில் நொதிக் கலவையைச் சேர்த்து வடிக்கவும் நன்றாக அடிக்கப்பட்ட முட்டைக் கலவையையும் சேர்க்கவும் மாவை சிறிது உப்பு சேர்த்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு பால் கலவையை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டு நன்கு அடித்துச் சேர்த்து குழைக்கவும். இதை இரண்டு மணி நேரம் வெப்பமான இடத்தில் மூடி வைக்கவும். பின் மாவை உருண்டைகளாக்கி வட்டமாகத் தட்டையாக்கி நடுவில் துவாரமிட்டு (சிறு போத்தல் மூடியினால்) பொன்னிறமாகப் பொரிக்கெடுத்து மேலே ஜுகிங் சீனியைத் தூவிக் கொள்ளவும் (விரும்பினால் துவாரத்தினுள் ஜாமை வைக்கலாம். அல்லது வட்ட வடிவில் சரி பாதியாக வெட்டி நடுவில் ஜாமைப் பூசி இரு பாதிகளையும் ஒன்று சேர்த்து வைக்கவும்)

## 19. வனிலா குக்கீஸ்

தேவையான பொருட்கள் :-

கோதுமை மா	-	500 கிராம்
பட்டர்	-	250 கிராம்
சீனி	-	250 கிராம்
முட்டை	-	1
பேக்கிங் பவுடர்	-	1/2 தே. க
வனிலா	-	2 தே.க
உப்பு	-	அளவாக

செய்முறை :-

சீனியையும் பட்டரையும் நன்கு அடித்து முட்டையையும் சேர்த்து அடித்து மா, பேக்கிங் பவுடர், வனிலா உப்பு இவற்றை அடிக்கப்பட்ட கலவைக்குள்சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து திரணையாக்கி பின் பலகையில் வைத்து மெல்லியதாகத்தட்டி விரும்பிய வடிவங்களில் வெட்டி பேக் பண்ணவும்.

## 20. லவேரியா

தேவையான பொருட்கள் :-

அரிசிமா அல்லது கோதுமை மா	-	1 சுண்டு
தேங்காய்	-	1/2 பாதி
கருப்பட்டி அல்லது சீனி	-	100 கிராம்
ஏலப் பொடி	-	1 தே.க
உப்பு	-	அளவாக

செய்முறை :-

மாவுடன் உப்பை சேர்த்து கொதி நீர் விட்டுக் குழைக்கவும். தேங்காய்ப்பூவுடன் கருப்பட்டியைக் கலந்து வறுத்து ஏலத்தையும் சேர்த்து ஈரம் சுண்டியதும் இறக்கவும் மாவை இடியப்ப உரலில் இட்டு எண்ணெய் பூசிய வாழை இலையில் இடியப்பத்தைப் பிழிந்து நடுவில் கலவையை வைத்து சரி பாதியாக இலையை மடித்து ஓரங்களை அமர்த்திப் பின் இலையை விரித்து எடுத்து நீராவியில் வைத்து அவித் தெடுக்கவும்.

## 21. பேரிச்சம்பழ நோல்

தேவையான பொருட்கள் :-

பேரிச்சம்பழம்	-	250 கிராம்
சீனி	-	250 கிராம்
றவை	-	100 கிராம்
தேங்காய்ப் பால்	-	1 கப்
பட்டர்	-	50 கிராம்
முந்திரிப் பருப்பு	-	50 கிராம்
ஏலப் பொடி	-	1 தே. க

செய்முறை :-

பேரிச்சம்பழத்தை சிறிய துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ளவும். பால், சீனி என்பவற்றைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி சீனி கரைந்தவுடன் பேரிச்சம்பழத்தைச் சேர்த்து கிளறவும். பின் பழம் கரையாமல் வெந்து தடித்ததும் பொன்னிறமாக வறுக்கப்பட்ட ரவையைச் சேர்த்துக் கிளறி பட்டரையும் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்துக் கொண்டு முந்திரிப் பருப்பு ஏலப் பொடியையும் சேர்த்து சுருண்டு திரளும் பதத்தில் இறக்கி பட்டர் பூசிய தட்டில் கொட்டி அழுத்திப் பரவி வெட்டவும். (வாணக் கடதாசி ரிக ஆகியவற்றினால் சுற்றிப் பரிமாறலாம்.)

## 22. அரிசிமா வாய்ப்பன்

தேவையான பொருட்கள் :-

அரிசிமா (பச்சை)	-	2 சுண்டு
நடுத்தரக் குறுணல்	-	1/2 சுண்டு
சர்க்கரை	-	200 கிராம்
சீனி	-	50 கிராம்
வாழைப்பழம்	-	4
தயிர்	-	2 மே.க.
தேங்காய்ப்பால்	-	1 கப்
உப்பு	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ.

செய்முறை :-

தேங்காய் பாலைச் சடவைத்து குருணலைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி இறக்கவும், அத்துடன் மா சர்க்கரை, சீனி, வாழைப்பழம் தயிர், உப்பு, இவற்றைச் சேர்த்து நன்றாகப் பிசையவும். (நீர் தேவையானால் சிறிது சேர்த்துக் கொள்ளலாம்) பின் ஒரு மணி நேரம் மூடி வைக்கவும். திரும்பவும் நன்றாகக் கரண்டியால் கடைந்து மேசைக்கரண்டியளவு எடுத்துக் கொதித்த எண்ணெயில் விட்டுப் பொரிக்கவும்.

### 23. கொழுக்கட்டை

தேவையான பொருட்கள் :-

அரிசி மா (வறுத்தது)	-	2 சுண்டு
பயற்றம் பருப்பு	-	1 சுண்டு
(வறுத்துக் குற்றி தோல் நீக்கியது)		
சர்க்கரை	-	200 கிராம்
சீனி	-	100 கிராம்
தேங்காய்	-	1
ஏலப் பொடி	-	2 தே.க
உப்பு	-	அளவாக

செய்முறை :-

அரிசி மாவை உப்புச் சேர்த்து கொதி நீரில் இறுக்கமாக இடியப்பப் பதத்தில் குழைத்துக் கொள்ளவும் பருப்பை அவித்து உப்புச் சேர்த்து மசியக் கூடிய பதத்தில் நீரை சுண்ட விட்டு இறக்கி தேங்காய் பூ, சர்க்கரை, சீனி, ஏலம், இவற்றைக் கலந்து சேர்க்கவும் மாவை சிறு உருண்டைகளாக எடுத்து சிறு கிண்ணங்களாகப் பிடித்து கலவையை உள்ளே வைத்து ஓரங்களை அழுத்தமாக அமர்த்தி அவங்கரித்து நீராவியில் வைத்து அவித்தெடுக்கவும்.

### 24. மிக்சர்

தேவையான பொருட்கள் :-

கடலைமா	-	1 சுண்டு
கோதுமை மா	-	1/2 சுண்டு
(அவித்தது)		
கடலைப் பருப்பு	-	250 கிராம்
கச்சான்	-	250 கிராம்
மரவள்ளிக் கிழங்கு	-	250 கிராம்
செத்தல் மிளகாய் பொடி	-	2 மே.க
மஞ்சள் தூள், உப்புதூள்,	-	அளவாக
ஓமப் பொடி	-	1 தே.க
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ.
கறிவேப்பிலை		

செய்முறை :-

கடலைப்பருப்பு, கச்சான் இவற்றை ஊறவைத்து நீரை வடிய விடவும், கிழங்கை சுத்தமாக்கி சிறு மெல்லிய துண்டுகளாக வெட்டவும். மா வகைகளுடன் உப்பு, மஞ்சள், ஓமம் சேர்த்து கொதி நீரை விட்டு குழைத்து சிறு துவாரமுள்ள அச்சு உரலில் மாவை இட்டுக்கொதித்த எண்ணெயில் பிழிந்து பொரித்து எடுக்கவும். கடலைப்பருப்பு கச்சான், மரவள்ளி கிழங்கு கறிவேப்பிலை இவற்றையும் ஒவ்வொன்றாகப் பொரித்து எடுக்கவும் பின் உப்புத் தூள், மிளகாய் பொடியை பொரித்தவற்றுடன் சேர்த்துக் கலந்து விடவும்.

### 25. அச்சுப் பலகாரம்

தேவையான பொருட்கள் :-

வறுத்த அரிசி மா	-	2 சுண்டு
உழுத்தமா	-	3/4 சுண்டு
(வறுத்தது)		
எள்ளு	-	2 மே.க
தேங்காய்ப்பால்	-	3 கப்
உப்பு	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ.
சீனி	-	100 கிராம்

செய்முறை :-

மாவகையுடன் எள்ளைக்கலந்து தேங்காய்ப் பாலில் அளவான உப்பைச் சேர்த்து நன்றாக கொதிக்க வைத்து குடு ஆறமுதல் மாவின்னுள் கொஞ்சம் கொஞ்சமகவிட்டுக் குழைத்து அச்ச உரலில் இட்டு எண்ணெய் பூசிய தட்டிற் பிழிந்து அளவாக வெட்டி கொதித்த எண்ணெயில் இட்டுப் பொரித் தெடுக்கவும். சீனியை சிறிது நீர் சேர்த்துப் பாகு காய்ச்சிப் பலகாரத்தின் மேல் விட்டுக் கிளறிக் கொள்ளவும்.

## 26. கார முறுக்கு

தேவையான பொருட்கள் :-

வெள்ளை அரிசி மா	-	2 சுண்டு
(பச்சை)		
உழுத்தம் பருப்பு	-	1/4 சுண்டு
நற்சீரகம்	-	1 1/2 தே. க
மிளகு	-	1 தே. க
எள்ளு	-	1 மே. க
மஞ்சள், உப்பு,	-	அளவாக
தேங்காய்ப் பால்	-	1 கப்
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போ

செய்முறை :-

உழுந்தை இரண்டு மணி நேரம் ஊறவைத்து சுத்தமாக்கிப் பட்டுப் போல் அரைக்கவும் சீரகம் மிளகு மஞ்சள், அவற்றையும் பசுந்தாக அரைத்து, மாவுடன் கலந்து எள்ளையும் சேர்த்துக்கொண்டு தேங்காய்ப்பாலை உப்பு சேர்த்து நன்கு கொதிக்க விட்டு குடு ஆறமுதல் மாவுக்குள் விட்டு கலவை ஒன்று சேர இறுக்கமாகக் குழைத்து முறுக்கு அச்ச உரலில் மாலை இட்டு கொதித்த எண்ணெயில் பிழிந்து பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

## 27. ஓமப் பொடி

தேவையான பொருட்கள் :-

கடலை மா	-	1 சுண்டு
கோதுமை மா	-	1/2 சுண்டு
(அவித்தது)		
ஓமப்பொடி	-	2 தே. க
மஞ்சள் தூள், உப்பு	-	அளவாக
செத்தல் மிளகாய்தூள்	-	1 மே. க
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ.
கறிவேப்பிலை		

செய்முறை :-

மா வகையுடன் ஓமம், மிளகாய், மஞ்சள், உப்புப் பொடிகளைச் சேர்த்து கொதி நீர் விட்டு இறுக்கமாக குழைத்து சிறு தூவாரமுள்ள முறுக்கு அச்ச உரலில் இட்டு கொதித்த எண்ணெயில் பிழிந்து பொன்னிறமாகப் பொரித் தெடுக்கவும். கறிவேப்பிலையையும் பொரித்துச் சேர்த்துச் கொள்ளவும்.

## 28. போண்டா

தேவையான பொருட்கள் :-

உருளைக்கிழங்கு	-	500 கிராம்
வெங்காயம்	-	100 கிராம்
பச்சை மிளகாய்	-	25 கிராம்
மஞ்சள் உப்பு	-	அளவாக
மிளகாய்த்தூள்	-	அளவாக
கோதுமை மா அல்லது		
கடலை மா	-	250 கிராம்
கடுகு, பெருஞ்சீரகம்,	-	அளவாக
கறிவேப்பிலை	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ
அப்பச் சோடா	-	1 கே.க.

செய்முறை :-

உருளைக்கிழங்கை அவித்து மசித்துக் கொள்க. எண்ணெயில் வெங்காயம், பயிலகாய், கறிவேப்பிலை, கடுகு, பெருஞ்சீரகம், இவற்றை வதக்கி கிழங்கு மசியலையும் சேர்த்து உப்பு, மஞ்சள்தூள், மிளகாய்ப் பொடிகளையும் சேர்த்து வதக்கி பின் உருண்டைகளாக்கிக் கொள்ளவும், மாவை அப்பச்சோடா, உப்பு சேர்த்து இறுக்கமாகக் கரைத்து அக் கரைசலில் உருண்டைகளை நன்கு தோய்த்துப் பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

## 29. தட்டை வடை

தேவையான பொருட்கள் :-

உழுத்தம் பருப்பு	-	1 கண்டு
கோதுமை மா	-	1 கண்டு
செத்தல் மிளகாய்ப் பொடி	-	2 தே. க
பெருஞ்சீரகம்	-	1 தே. க
கறிவேப்பிலை	-	அளவாக
உப்பு	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போ.

செய்முறை :-

உழுத்தை இரண்டு மணிநேரம் ஊறவைத்து சுத்தம் செய்து மா, மிளகாய்ப்பொடி, பெசீரகம், கறிவேப்பிலை யாவற்றையும், ஒன்று சேர்த்து இறுக்கமாகக் குழைத்து மெல்லிய சிறு வட்டங்களாகத் தட்டி பொன்னிறமாகப் பொரித்துக் கொள்ளவும்,

## 30. பற்றிஸ்

தேவையான பொருட்கள் :-

உருளைக்கிழங்கு	-	500 கிராம்
வெங்காயம்	-	100 கிராம்
பச்சை மிளகாய்	-	25 கிராம்
கோதுமைமா	-	500 கிராம்
பட்டர்	-	50 கிராம்
மிளகாய்த்தூள்	-	2 தே. க
மஞ்சள் தூள்	-	1 தே. க
கறி வேப்பிலை		
கடுகு, பெருஞ்சீரகம்-		
உப்பு	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ.
தண்ணீர்	-	அளவாக

செய்முறை :-

கிழங்கை அவித்துமசித்து மிளகாய்த் தூள், மஞ்சள் தூள், உப்பு இவற்றைக் கலந்து வெட்டிய வெங்காயம், பயிலகாய், கடுகு, பெருஞ்சீரகம், கறி வேப்பிலையைத் தாழித்து கலவையைச் சேர்த்து கிளறி இறக்கவும் மாவூடன் பட்டர், உப்பு, மஞ்சள் தூள், கலந்து பட்டர், மாவூடன் நன்கு சேரும் படி நுனி விரல்களினால் பிசறி குளிர் நீரை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தெளித்துக் கையில் ஓட்டாத பதத்தில் குழைத்து மெதுமையாகும் வரை நன்கு அடித்துக் குழைத்து பலகையில் வைத்து உருட்டி மெல்லிய வட்டமாக்கி பற்றிஸ் அச்சில் வைத்து, கலவையை நடுவில் வைத்து அச்சினால் மூடி எடுத்துப் பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

## 31. றோல்ஸ்

தேவையான பொருட்கள் :-

உருளைக்கிழங்கு	-	250 கிராம்
வெங்காயம்	-	50 கிராம்
பச்சை மிளகாய்	-	5
மஞ்சள்தூள், மிளகுத்தூள்,		
உப்பு	-	அளவாக
கோதுமைமா	-	2 சுண்டு
றஸ்க் தூள்	-	அளவாக
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போ.

செய்முறை :-

கிழங்கை அவித்து மசித்து மஞ்சள்தூள், மிளகுத்தூள், உப்பு, வெங்காயம், பயிளகாய் இவற்றைக்கலந்து கொள்ளவும். ஒன்றரைச் சுண்டு மாவில் உப்புக்கலந்து தண்ணீர் விட்டு மெல்லிய கரைசலாக்கவும். மிகுதி மாவையும் தண்ணீர் விட்டு தோய்க்கும் பதத்தில் கரைக்கவும். பின் தோசைக்கல்லில் எண்ணெய் பூசி மாக்கரைசலை அரைக்கரண்டியளவு எடுத்து மெல்லிய சிறு வட்டங்களாக வார்த்து வெந்ததும் எடுத்து கிழங்கு கலவையை வைத்து உருட்டி மாக்கரைசலில் தோய்த்து றஸ்க் தூளில் புரட்டி கொதித்த எண்ணெயில் பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

## 32. மீன் கட்லட்

தேவையான பொருட்கள் :-

உருளைக்கிழங்கு	-	500 கிராம்
மீன் ரின்	-	1 (பெரியது)
வெங்காயம்	-	100 கிராம்
பச்சைமிளகாய்	-	25 கிராம்
உப்புத்தூள்		
மிளகுதூள்	-	அளவாக
முட்டை	-	2
எலுமிச்சம் பழம்	-	1/2 பாதி
றஸ்க் தூள்	-	தேவையான அளவு
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ

செய்முறை :-

உருளைக்கிழங்கை அவித்து மசிக்கவும். மீனை சுத்தம் செய்து உதிர்த்துக் கொள்ளவும். குறுணலாக வெட்டிய வெங்காயம் மிளகாயை கிழங்கு, மீன் கலவையுடன், கலந்து உப்பு, மிளகுதூள், எலுமிச்சம் புளி அளவாக சேர்த்து குழைத்து சிறு உருண்டைகளாக்கி அடித்த முட்டைக் கலவையுள் தோய்த்து றஸ்க் தூளில் புரட்டி பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

## 33. முட்டைக் கட்லட்

தேவையான பொருட்கள் :-

முட்டை	-	7
உருளைக்கிழங்கு	-	250 கிராம்
வெங்காயம்	-	50 கிராம்
பச்சைமிளகாய்	-	6
உப்புத்தூள், மிளகு தூள்-		அளவாக
எலுமிச்சம் பழம்	-	1/2 பாதி
றஸ்க் தூள்	-	தேவையான அளவு
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போ

செய்முறை :-

ஆறு முட்டைகளை அவித்து சரி பாதியாக வெட்டி மஞ்சள் கருவை நீக்கிக் கொள்க. கிழங்கை அவித்து மசித்து மஞ்சள் கருவையும் குறுணலாக வெட்டிய வெங்காயம், மிளகாய், மிளகு, உப்புத்தூள், எலுமிச்சம்பழம் என்பவற்றைக் கலந்து குழைக்குக ஓவ்வொரு முட்டைப் பாதிகளையும் கிழங்குக் கலவையைச் சேர்த்துப் பூரணமாகி உருண்டைகளாக்கி அடித்தமுட்டைக் கலவையுள் தோய்த்து றஸ்க் தூளில் புரட்டிக் கொதித்த எண்ணெயிலிட்டு பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

## 34. மரக்கறி கட்லட்

தேவையான பொருட்கள் :-

உருளைக்கிழங்கு	-	500 கிராம்
கரட்	-	100 கிராம்
வெங்காயம்	-	100 கிராம்
பச்சை மிளகாய்	-	25 கிராம்
உப்புத்தூள்	-	அளவாக
மிளகு தூள்	-	அளவாக
கோதுமைமா	-	100 கிராம்
எலுமிச்சம்பழம்	-	1/2 பாதி
றஸ்க் தூள்	-	தேவையான அளவு
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1/2 போத்தல்

செய்முறை :-

உருளைக்கிழங்கை அவித்து மசிக்கவும். கரட்டை உரோஞ்சி எடுக்கவும். வெங்காயம், பச்சைமிளகாய், குறுணலாக வெட்டிய கிழங்கு, கரட்டுடன் சேர்த்து உப்புத்தூள், மிளகுத்தூள், எலுமிச்சம்பழனியை அளவாகச் சேர்த்துக் குழைத்து உருண்டைகளைக்கவும். மாலைக் கரைத்து அதில் உருண்டையைத் தோய்த்து றஸ்க் தூளில் புரட்டிப் பொன்னிறமாகப் பொரிக்கவும்.

## 35. கடலைப் பருப்பு வடை

தேவையான பொருட்கள் :-

கடலைப்பருப்பு	-	500 கிராம்
வெங்காயம்	-	100 கிராம்
ப. மிளகாய்	-	25 கிராம்
பெருஞ்சீரகம்	-	2 தே.க
உப்பு	-	அளவாக
கறிவேப்பிலை	-	
தேங்காய் எண்ணெய்	-	1 போ.

செய்முறை :-

கடலைப்பருப்பை ஊறவைத்து அரைத்து (நடுத்தரமாக) குறுணலாக வெட்டிய வெங்காயம், ப.மிளகாய், கறிவேப்பிலை, பெருஞ்சீரகம், உப்பு இவற்றைச் சேர்த்து நன்றாகக் குழைத்து அளவான உருண்டைகளைக்கி கொதித்த எண்ணெயில் பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும்.

## 36. உருளைக்கிழங்கு இனிப்பு

தேவையான பொருட்கள் :-

உருளைக்கிழங்கு	-	500 கிராம்
சீனி	-	500 கிராம்
நெய்	-	2 மே. க
முந்திரிப்பருப்பு	-	25 கிராம்
வனிலா	-	2 தே. க
தண்ணீர்	-	1/2 கப்

செய்முறை :-

கிழங்கை அவித்து உராய் கருவியில் உரோஞ்சிக் கொள்க. சீனியைப்பாசு காய்ச்சிக் கம்பிப் பாகாக வரும் போது கிழங்குத் துருவலைச் சேர்த்துக் கொண்டு இறுகும் பருவத்தில் நெய்யிற் பொரித்த முந்திரிப்பருப்பு, நெய், வனிலா, இவற்றையும் சேர்த்து திரளும் பருவத்தில் இறக்கி நெய் பூசிய தட்டிற் கொட்டி அழுத்திப் பரவவும். (விரும்பினால் கலரிற் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்) (வற்றாளை, மரவள்ளிக்கிழங்குகளிலும் இதே முறையைப் பின்பற்றலாம்)

## 37. கரட் இனிப்பு

தேவையான பொருட்கள் :-

கரட்	-	500 கிராம்
சீனி	-	350 கிராம்
வனிலா	-	2 தே. க
கேசரிப்பவுடர்	-	அளவாக
தண்ணீர்	-	1/2 கப்

செய்முறை :-

கரட்டை உரோஞ்சி நீர் வற்றச் சுண்ட விடவும். சீனியைப் பாகு காய்ச்சி கரட் துருவலைச் சேர்த்துக் கிளறவும். இறுகும் பதத்தில் வனிலா, கேசரிப்பவுடர், கலந்து திரளும் பருவத்தில் இறக்கி நெய் பூசிய தட்டிற் கொட்டி அழுத்திப் பரவவும்.

### 38. பால் இனிப்பு

தேவையான பொருட்கள்:-

நின் பால்	-	1
சீனி	-	450 கிராம்
தண்ணீர்	-	1 நின்
ஏலம்	-	அளவாக
முந்திரிப்பருப்பு	-	1 மேக

செய்முறை :-

பால், சீனி, தண்ணீர் இவற்றைக் கலந்து கரைத்துக் காய்ச்சவும் இறுகும் பருவத்தில் ஏலம் முந்திரிப்பருப்பைக் கலந்து சட்டியில் ஓட்டாது திரளும் பருவத்தில் இறக்கி எண்ணெய் பூசிய தட்டிற் கொட்டி அழுத்தமாகப் பரவி சிறிது நேரத்தில் வெட்டிக் கொள்ளவும்.

### 39. பாற் கோவா

தேவையான பொருட்கள் :-

லக்ஸ்பிறேமா	-	400 கிராம்
சீனி	-	400 கிராம்
தண்ணீர்	-	3 கப்
ஏலம் அல்லது, நோஸ் எசென்ஸ்-	-	அளவாக

செய்முறை :-

மாவை தண்ணீர் சேர்த்து கட்டியில்லாமல் கரைத்து வடித்து சீனியையும் சேர்த்து கரைத்துக் காய்ச்சவும். இறுகும் பதத்தில் ஏலம் அல்லது நோஸ் எசென்ஸ் கலந்து சட்டியில் ஓட்டாது திரளும் பருவத்தில் இறக்கி எண்ணெய் பூசிய தட்டிற் கொட்டி அழுத்தமாகப் பரவி சிறிது நேரத்தில் வெட்டிக் கொள்ளவும்.

### 40. பட்டர் கேக்

தேவையான பொருட்கள் :-

பட்டர்	-	500 கிராம்
மா	-	500 கிராம்
சீனி	-	500 கிராம்
முட்டை	-	8
பேக்கிங் பவுடர்	-	4 தே. க
வனிலா	-	2 தே. க
முந்திரிவற்றல்	-	100 கிராம்

செய்முறை :-

பட்டரையும், சீனியையும், சேர்த்து நன்கு அடிக்கவும். இடையிடையே முட்டையும் ஒவ்வொன்றாகச் சேர்த்து அடிக்கவும். சீனி நன்கு கரைந்த பின் பேக்கிங் பவுடர் சேர்த்து அரிக்கப்பட்ட மாவை சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து கலக்கவும் பின் வனிலா முந்திரிகைவற்றல் இவற்றைச் சேர்த்து எண்ணெய்த்தாள் இட்ட தட்டில் ஊற்றி பேக் பண்ணிக் கொள்ளவும்.

### 41. சொக்லட் கேக்

தேவையான பொருட்கள் :-

பட்டர்	-	500 கிராம்
கோதுமை மா	-	500 கிராம்
சீனி	-	500 கிராம்
முட்டை	-	8
பேக்கிங் பவுடர்	-	4 தே.க
கொக்கோ பவுடர்	-	2 மே. க
வனிலா	-	2 தே. க

செய்முறை :-

பட்டரையும், சீனியையும் சேர்த்து நன்கு அடிக்கவும் இடையிலே முட்டையையும் ஒவ்வொன்றாக சேர்த்து அடிக்கவும் சீனி கரைந்த பின் பேக்கிங் பவுடர் கலந்த மாவையும் கொக்கோ பவுடரையும் சேர்த்து கலவைக்குள் சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்துக் கலக்கி வனிலாவையும் சேர்த்து பேக் பண்ணிக் கொள்ளவும்.

நிற்ப்பு :-

தேவையான கொக்கோப் பவுடர் சேர்க்கும் போது அதே அளவு கோதுமை மாலை எடுத்த பின்னரே கொக்கோ பவுடரைச் சேர்த்தல் வேண்டும்.

## 42. பேரிச்சம்பழக் கேக்

தேவையான பொருட்கள் :-

பட்டர்	-	500 கிராம்
சீனி	-	500 கிராம்
றவை	-	500 கிராம்
முட்டை	-	8
பேரிச்சம்பழம்	-	1 கிலோ
பெக்கிங் பவுடர்	-	4 தே. க
வனிலா	-	2 தே. க
முந்திரிகை வற்றல்	-	100 கிராம்
தேயிலைச் சாயம்	-	2 கப்

செய்முறை :-

பேரிச்சம்பழத்தைக் கழுவி விதை நீக்கி மிகச் சிறு துண்டுகளாக வெட்டி ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு தேயிலைச் சாயத்தை விட்டு 7-8 மணிநேரம் ஊறவைக்கவும். பட்டரையும் சீனியையும் சேர்த்து நன்கு அடிக்கவும். முட்டையையும் இடையே ஒவ்வொன்றாகச் சேர்த்து அடிக்கவும். றவையுடன் பெக்கிங் பவுடரைச் சேர்த்துக் கலவைக்குள் சேர்க்கவும் பின் ஊற வைத்த பேரிச்சம்பழம், முந்திரிகை வற்றல், வனிலா, இவற்றை சேர்த்து நன்கு கலக்கி பேக்பண்ணவும்.

## 43. சைவக் கேக்

தேவையான பொருட்கள் :-

ரின் பால்	-	3/4 ரின்
கோதுமை மா	-	250 கிராம்
றவை	-	250 கிராம்
மாஜரின்	-	250 கிராம்
சீனி	-	100 கிராம்
பெக்கிங் பவுடர்	-	2 தே. க
வனிலா	-	1 தே. க
முந்திரிகை வற்றல்	-	50 கிராம்

\* செய்முறை :-

மாஜரின், சீனியைச் சேர்த்து நன்கு அடிக்கவும். பின் ரின் பாலையும் சேர்த்துக் கொண்டு பெக்கிங் பவுடர் சேர்த்து அரிந்த மா, இலேசாக வறுக்கப்பட்ட றவை இவற்றைச் சேர்த்து நன்கு கலந்து வனிலா, முந்திரிகை வற்றல் சேர்த்து பேக்பண்ணவும்.

## 44. பழக்கலவை கேக்

தேவையான பொருட்கள் :-

மாஜரின்	-	250 கிராம்
சீனி	-	250 கிராம்
முட்டை	-	5
கோதுமைமா	-	150 கிராம்
றவை	-	100 கிராம்
முந்திரிகை வற்றல்	-	200 கிராம்
முந்திரிப்பருப்பு	-	200 கிராம்
கன்டீப்	-	100 கிராம்
சிறிய திராட்சை (கறன்ஸ்)	-	200 கிராம்
ஜிஞ்சர்பிறிசேவ்	-	100 கிராம்
பெக்கிங் பவுடர்	-	3 தே. க
வனிலா	-	2 தே.க

செய்முறை :-

பழவற்றல்களைக் கழுவி சுத்தம் செய்து சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ளவும் மாஜின் சீனியையும் சேர்த்து நன்கு அடிக்கவும் முட்டையையும் இடையே சேர்த்து அடிக்கவும். சீனி கரைந்ததும் பேக்கிங் பவுடர் மா ரவை வனிலா பழவற்றல்கள், முந்திரிப்பருப்பு இவற்றைக் கலந்து பேக் பண்ணிக் கொள்ளவும்.

#### 45. நிச் கேக்

தேவையான பொருட்கள் :-

பட்டர்	-	500 கிராம்
சீனி	-	1 கிலோ
ரவை	-	400 கிராம்
கோதுமை மா	-	100 கிராம்
முட்டை	-	25
முந்திரிகைவற்றல்	-	1 கிலோ
முந்திரிகைப்பருப்பு	-	500 கிராம்
சிறிய திராட்சை(கறன்ஸ்)	-	500 கிராம் 1 kg
பூசனி அல்வா	-	500 கிராம் 1 kg
இஞ்சிப் பாகு	-	250 கிராம் 500g
பேரிச்சம்பழம்	-	250 கிராம்
செரிஸ்	-	250 கிராம்
சவ்சவ்	-	250 கிராம்
கன்டெப்பீல்	-	250 கிராம்
ஸ்ரொபரி ஜாம்	-	1 போத்தல்
றோஸ் எசென்ஸ்	-	1 போத்தல்
வனிலா	-	1 போத்தல்
ஏலம், கரம்புத்துள்	-	1 மே.க
பிரண்டி	-	1வைன் கிளாஸ்
தேன்	-	1வைன் கிளாஸ்
கோல்டன் சிரப்	-	1 போத்தல்
சாதிக்காய்	-	1/2 பாதி
பேக்கிங் பவுடர்	-	4 தே. க

செய்முறை :-

முந்திரிகை வற்றல், முந்திரிகைப் பருப்பு, சிறிய திராட்சை, பேரிச்சம்பழம் இவற்றைக் கழுவி உலர்த்திய பின் எல்லாப்பழங்களையும் சிறிய துண்டுகளாக வெட்டுதல் பின் வெட்டிய பழங்கள், ஜாம், எசென்ஸ்வகைகள், வாசனைப் பொருட்கள் தேன் பிரண்டி யாவற்றையும் ஒன்று சேர்த்து 3 நாட்கள் மூடிவைக்கவும் றவையை இலேசாக வறுத்து அரைவாசி பட்டரைச் சேர்த்து ஒரு மணிநேரம் வரை ஊற விடவும் மிகுதி பட்டர், சீனியை நன்கு அடித்துக் கொண்டு, மஞ்சட் கருவையும் சேர்த்து அடிக்கவும் முட்டை வெள்ளைக் கருவை நுரைவரக் கூடியதாக நன்கு அடிக்கவும் பட்டர் சீனிக்கலவை நன்கு மென்மையானதும் பேக்கிங் பவுடர் சேர்த்து அரிக்கப்பட்ட மா, ரவை, இவற்றைச் சேர்த்துக் கலந்து பழக் கலவையையும், முட்டை வெண்கருவையும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சேர்த்து நன்கு கலந்து பேக் பண்ணிக் கொள்ளவும்.

#### 46. யோர்க்கட்

தேவையான பொருட்கள் :-

பால்	-	1 போத்தல் (500 மில்லிமீற்றர்)
பால்மா	-	100 கிராம்
சீனி	-	150 கிராம்
ஜெலற்றீன்	-	2 தே. க
வனிலா	-	அளவாக
மஞ்சள் கலரிஞ்	-	அளவாக
உறைந்த தயிர்	-	1 கப்

செய்முறை :-

பால், பால்மா, சீனி, என்பவற்றைக் கலந்து கொதிக்கவைக்க வேண்டும் பின் பாற் கலவை நன்றாக ஆறிய பின்னர் 1/2 கப் தண்ணீரில் ஜெலற்றீனைக் கரைத்துப் பாலுடன் சேர்த்து வனிலா, கலரிங் சேர்த்து பின் உறைந்த தயிரைக் கலந்து பால் கலவையை நன்கு கலக்கி குளிர் சாதனப் பெட்டியில் வைக்கவும்.

## 47. மாஸ்மலோ

தேவையான பொருட்கள் :-

சீனி	-	500 கிராம்
ஜெலற்றீன்	-	30 கிராம் (1 பைக்கற்)
தண்ணீர்	-	2 கப்
கலரிங்	-	விரும்பிய அளவு
எலுமிச்சம்பழம்	-	2 தே. க
கோன் பிளவர்	-	அளவாக

செய்முறை:-

சீனியைத் தண்ணீர் சேர்த்துப் பாகு காய்ச்சவும், பாகு நூல் பதமானதுடன் இறக்கி வேறொரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி ஜெலற்றீனை 1/4 கப் தண்ணீரில் கரைத்து பாகுடன் சேர்த்து நன்கு ஆற விடவும். பின் முட்டை அடிகருவி அல்லது கேக் அடி கருவியினால் நன்றாக அடிக்கவும் பின் நுரையாக இறுகும் பருவத்தில் கலரிங் எலுமிச்சம் புளியைச் சேர்த்து பின் ஒரு தட்டில் கோன் பிளவரை லேசாக தூவி அத்தட்டில் கலவையை ஊற்றி குளிர்நட்டியில் வைக்கவும் அல்லது தண்ணீர் பாத்திரத்தின் மேல் வைக்கவும்.

குறிப்பு:-

(அடிகருவியை கலவையிலிருந்து எடுக்கும் போது கலவை சிந்தாமல் இருப்பதே மாஸ்மலோவின் பதமாகும்.)

## 48. சொக்லெட் ஜஸ்கிரீம்

தேவையான பொருட்கள் :-

ரின் பால்	-	1 ரின்
தண்ணீர்	-	1 1/2 ரின்
பால்மா	-	2 மே. க
சீனி	-	2 மே.க
ஜெலற்றீன்	-	2 தே.க
கொக்கோப்பவுடர்	-	2 தே.க
இளஞ்சூட்டு நீர்	-	1 கப்

செய்முறை :-

ரின் பால் 1 1/2 ரின் தண்ணீர், சீனி, இவற்றைக் கரைக்கவும், பால்மா கொக்கோப்பவுடர் இவற்றை 1/2 கப் நீரில் கரைத்து வடித்து பாலுடன் கலந்து குடாக்கவும். (கொதிக்கத் தேவையில்லை) பின் ஜெலற்றீனை 1/2 கப் நீரில் கரைத்து பாலுடன் கலந்து வனிலாவையும், சேர்த்து கலவை ஆரியதும் நன்கு அடித்து குளிர்நட்டியில் வைக்கவும் மீண்டும் இரண்டு அல்லது மூன்று தடவைகள், 3 மணித்தியாலங்களுக்கு ஒரு முறை வெளியில் எடுத்து அடிகருவியினால் நன்கு அடித்து திரும்பவும் குளிர்நட்டவும் (விரம்பினால் முந்திரிகைவற்றல் சேர்க்கவும்.)

## 49. வனிலா ஜஸ்கிரீம்

தேவையான பொருட்கள் :-

ரின் பால்	-	1 ரின்
தண்ணீர்	-	1 1/2 ரின்
பால்மா	-	2 மே. க
சீனி	-	2 மே. க
கஸ்ரட்பவுடர்	-	2 தே. க
வனிலா	-	1 தே. க
இளஞ் சூடான நீர்	-	1/2 கப்

செய்முறை :-

ரின் பால், தண்ணீர், சீனி இவற்றைக் கரைக்கவும் பால்மாவை இளஞ்சூடான நீரில் கரைத்து வடித்து பாலுடன் சேர்த்து குடாக்கவும் பின் கஸ்ரட் பவுடரை சிறிதளவு நீர் சேர்த்துக் கரைத்து பாலுடன் கலக்கி இறக்கி அறவிடவும் அத்துடன் வனிலாவையும் சேர்த்து அடிகருவியினால் அடித்து குளிர்நட்டியில் வைக்கவும். திரும்பவும் இரண்டு, மூன்று தடவைகள் எடுத்து அடித்துக் குளிர்நட்டவும்.

## 50. வட்டிலப்பம்

தேவையான பொருட்கள்:-

கருப்பட்டி	-	500 கிராம்
முட்டை	-	6
தேங்காய்ப் பால்	-	1 கப்
ஏலப் பொடி	-	1 தே.க
பட்டர்	-	1 தே. க

செய்முறை :-

இறுக்கமான தேங்காய்ப் பாலில் கருப்பட்டியைச் சேர்த்துக் கரைத்து வடிக்கவும். முட்டையை நுரைவரக் கூடியதாக நன்கு அடிக்கவும். பின் கருப்பட்டிக் கரைசலுடன் முட்டைக்கலவையை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சேர்த்து நன்கு அடித்து ஏலத்தையும் சேர்த்துக் கொள்ளவும் பின் பட்டர் பூசிய பாத்திரத்தில் ஊற்றி நீராவியில் அவித்தெடுக்கவும். (பாத்திரத்தின் மேல் ஓயில் பேப்பரினால் மூடிக்கட்டி 3/4 மணிநேரம் அவிக்கவும்.)

## 51. கரமல் புடிங்

தேவையான பொருட்கள் :-

முட்டை	-	5
ரின் பால்	-	1 ரின்
சீனி	-	2 மே. க
வனிலா	-	1 தே.க

செய்முறை :-

முட்டையை நன்கு அடிக்கவும் பின் பாலை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டு நன்கு அடித்து வனிலாவையும் சேர்த்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் சீனியைப் போட்டு பொன்னிறமாக வரும் வரை குடேற்றி அக் கரமலை பாத்திரத்தின் உட்பாகம் முழுவதும் பரவிப் பூசிய அப்பாத்திரத்திலேயே கலவையை ஊற்றி நீராவியில் அவித்தெடுக்கவும். (பாத்திரத்தின் மேல் ஓயில் பேப்பரினால் மூடிக்கட்டி அவிக்கவும்)

## 52. கோப்பி புடிங்

தேவையான பொருட்கள் :-

ரின் பால்	-	1 ரின்
முட்டை	-	5
தடிப்பான கோப்பி	-	1கப்
ஜெலற்றீன்	-	1 மே. க
வனிலா	-	1 தே. க
தண்ணீர்	-	1 1/2 ரின்

செய்முறை :-

ரின்பாலுடன் ஒரு ரின் தண்ணீர் கலந்து கொதிக்கவைத்து இறக்கி 1/2 கப் தண்ணீரில் ஜெலற்றீனைக் கரைத்து பாலுடன் கலக்குக முட்டையை நன்றாக நுரைவரும் வரை அடித்து கோப்பியையும் சேர்த்து அடித்து பாற்கலவையுடன் சேர்த்து வனிலாவையும் விட்டு நன்கு கலந்து குளிர்நட்டியில் வைத்தல் வேண்டும்.

## 53. சொக்லெட் புடிங்

தேவையான பொருட்கள் :-

ரின் பால்	-	1ரின்
முட்டை	-	4
கொக்கோபவுடர்	-	1 மே.க
வனிலா	-	1 தே. க
சுடு தண்ணீர்	-	1/2 கப்

செய்முறை :-

முட்டையை நூரை வரக் கூடியதாக அடிக்கவும். கொக்கோபவுடரை 1/2 கப் சுடு நீரில் கரைத்து வடிக்கவும். ரின்பாலுடன் அடித்த முட்டை, கொக்கோ வனிலா இவற்றைக் கலந்து அடித்து எண்ணெய் பூசிய பாத்திரத்தில் ஊற்றி நீராவியில் அவித்தெடுக்கவும்.

#### 54. பிஸ்கட் புடிங்

தேவையான பொருட்கள் :-

பிஸ்கட்	-	250 கிராம்
பட்டர்	-	250 கிராம்
சீனி	-	250 கிராம்
முட்டை	-	2
பால்	-	1/2 கோப்பை
வனிலா	-	1 தே. க
கொக்கோபவுடர்	-	அளவாக
முந்திரிப்பருப்பு	-	அளவாக

செய்முறை :-

பட்டரையும் சீனியையும் நன்றாக அடிக்கவும் முட்டையும் சிறிது பாலையும் அதனுடன் சேர்த்து அடித்து வனிலாவையும் கொக்கோபவுடரையும் சேர்க்கவும் (விரும்பினால் கலவையை இரண்டாகப் பிரித்து ஒருபகுதிக்கு கொக்கோ பவுடரும், மற்றைய பகுதிக்கு விரும்பிய நிறத்தைச் சேர்க்கலாம்) பின் ஒரு பாத்திரத்தின் அடியில் பிஸ்கட்டை பரவலாக அடுக்கி (கிறீம் அல்லாத பிஸ்கட் உகந்தது) அதன் மேல் சிறிது பாலை பரவலாக ஊற்றி மேல் கிறீம் கலவையை ஊற்றி பரவி விடவும் பின் திரும்பவும் பிஸ்கட்டை அடுக்கி பாலை விட்டு கிறீம் கலவையை ஊற்றி பரவவும். இவ்வாறே மாறிமாறி கலவை முடியும் வரை செய்து மேலே ஒடித்த முந்திரிப்பருப்பைத் தூவி குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கவும்.

#### 55. மாஸ்மலோ புடிங்

தேவையான பொருட்கள் :-

சீனி	-	1 கப்
நீர்	-	1 1/2 கப்
முட்டை	-	4
ஜெலற்றீன்	-	1 1/2 மே.க
வனிலா	-	1 தே.க

செய்முறை :-

சீனியை 1கப் நீர் சேர்த்து நூற்பதம் வரை காய்ச்சி இறக்கவும் ஜெலற்றீனை 1/2 கப் நீரில் கரைத்து சீனிக்கரைசலுடன் கலக்கவும் முட்டை வெண்கருவை நன்றாக அடித்து கரைசல் ஆறிய பின் கலந்து அடிக்கவும் கலவை தடிப்பாக வரும் வரை அடித்து வனிலாவையும் கலந்து குளிர்நட்டியில் வைக்கவும்.

#### 56. பழச்சலாது

தேவையான பொருட்கள் :-

அன்னாசிப்பழம்	-	1
மாம்பழம்	-	3
வாழைப்பழம்	-	6
பப்பாசிப்பழம்	-	1
எலுமிச்சம் பழம்	-	1
முந்திரிகைவற்றல்	-	50 கிராம்
முந்திரிப்பருப்பு	-	50 கிராம்

கஸ்ட் கூழ் :-

கஸ்ட் பவுடர்	-	2 தே.க
ரின் பால்	-	3 மே.க
சீனி	-	1 மே.க
நீர்	-	1/4 கப்

செய்முறை :-

பழங்களைச் சுத்தம் செய்து விரும்பிய வடிவங்களில் சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டி வேறு வேறாக வைத்துக் கொள்வதும் நிரப்பலுடன் சீனியைச் சேர்த்துச் சிறிதளவு நீர் சேர்த்துக் காய்ச்சவும் இறுகும் பருவத்தில் கஸ்ரட்பவுடரை சிறிதளவு நீரில் கரைத்து சேர்த்துக் காய்ச்சி இறக்கி கலவை ஆறியதும் வெட்டிய பழங்களை ஒன்று சேர்த்து முந்திரிகை வற்றல், முந்திரிப்பருப்பு ,எலுமிச்சம் புளி இவற்றையும் சேர்த்து கஸ்ரட் கூழையும் சிறிது சிறிதாக ஊற்றி நன்கு கிளறி சிறிது நேரம் குளிரட்டியில் வைத்துப் பரிமாறலாம்.

## 57. அன்னாசிப்பழ ஜெலி

தேவையான பொருட்கள் :-

அன்னாசிப்பழத்துண்டுகள்	-	500 கிராம்
சீனி	-	350 கிராம்
ஜெலற்றீன்	-	2 தே.க
எலுமிச்சம்பழச்சாறு	-	2 தே. க

செய்முறை :-

அன்னாசிப்பழத் துண்டுகளை மிக்சியிவிட்டு அடித்து ஒருபாத் திரத்தின் மேல் சுத்தமான மேல்லிய துணியை விரித்து அத்துணியின் மேல் அடித்த பழக்கலவையை விட்டு பழச்சாற்றை வடிய விடவும். பின் வடிகட்டிய பழச்சாற்றுடன் சீனியைச் சேர்த்து கரைக்கவும் ஜெலற்றீனை 1/2 கப் தண்ணீரில் கரைத்து அக்கரைசலையும் எலுமிச்சம் சாற்றையும் சேர்த்துக் கலக்கி குளிரட்டியில் உறைய வைக்கவும்.