



യു.പി

കൂട

നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



മത്തങ്ങ ആളൊരു പുലിയാ..

കൂട്ടുകാർക്ക് മത്തങ്ങ ഇഷ്ടമാണോ? മത്തങ്ങ കൊണ്ട് എന്തൊക്കെ വിഭവങ്ങൾ തയ്യാറാക്കാം പറ്റും? മത്തങ്ങ എരിശ്ശേരി, സാമ്പാർ പിന്നെ?

നമുക്കൊരു മത്തങ്ങ അച്ചാർ ഉണ്ടാക്കിയാലോ.



മത്തങ്ങ അച്ചാരോ എന്ന് ചോദിക്കാൻ വരട്ടെ. മാങ്ങ അച്ചാർ പോലെ തന്നെ അടിപൊളി അച്ചാർ ആണു മത്തങ്ങ അച്ചാരും. ഒരു മത്തങ്ങ എടുത്ത് കൊത്തിയരിഞ്ഞ് ഉണ്ടാക്കാൻ തുടങ്ങാം. മാങ്ങ അച്ചാർ ഉണ്ടാക്കുന്ന അതേ പോലെ തന്നെ ഉണ്ടാക്കിയാൽ മതി. പുളിക്ക് ഒരല്പം കൂടുതൽ വിനാഗിരി ഒഴിക്കണം എന്ന് മാത്രം.

 ഈ പ്രവർത്തനത്തിന്റെ വിശദീകരണ വീഡിയോ കാണാം



അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനിക്ക-ശാസ്ത്രകേരളം

**വിജ്ഞാ
നോത്സവം**



യു.പി

കൂട

നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



വേണ്ട സാധനങ്ങൾ

=====

- ▶ മത്തങ്ങ- ഒട്ടും പഴുക്കാത്ത പച്ചനിറമുള്ളത് ചെറിയത് - 1
- ▶ ഉലുവ- 1 ടീസ്പൂൺ
- ▶ കടുകു- 1 ടീസ്പൂൺ
- ▶ വറ്റൽ മുളക്- 10 എണ്ണം
- ▶ വെളുത്തുള്ളി- 1/2 കപ്പ്
- ▶ ഇഞ്ചി ഒരു വലിയ കഷണം (പൊടിയായി അരിഞ്ഞത്)
- ▶ പച്ചമുളക്- 4 എണ്ണം (പൊടിയായി അരിഞ്ഞത്)
- ▶ കറിവേപ്പില- ആവശ്യത്തിന്
- ▶ മഞ്ഞൾപ്പൊടി 2 ടീസ്പൂൺ
- ▶ കാശ്ചീരി മുളകുപൊടി- 4 ടേബിൾസ്പൂൺ
- ▶ കായപ്പൊടി- 1 ടീസ്പൂൺ
- ▶ വിനാഗിരി - 1 കപ്പ്
- ▶ നല്ലെണ്ണ - 1 കപ്പ്
- ▶ ഉപ്പ്- ആവശ്യത്തിന്



അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനൈറ്റഡ് സ്റ്റേറ്റ്സ് ഓഫ് ഇന്ത്യ

വിജ്ഞാപനം



യു.പി

കൂട

നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



ആദ്യം തന്നെ തൊലി കളയാതെ മത്തങ്ങ കുറുകുന്ന അരിഞ്ഞ് അതിൽ ഉപ്പും വിനാഗിരിയും പുരട്ടി മാറ്റി വെള്ളം വാലാൻ വയ്ക്കുക. ഒരു ചീനചട്ടി അടുപ്പത്ത് വച്ച് ചൂടായി വരുമ്പോൾ എണ്ണ ഒഴിച്ച് ചൂടാക്കി അതിൽ കടുകും ഉലുവയും പൊട്ടിക്കുക. പിന്നെ വറ്റൽ മുളക്, കറിവേപ്പില, ഇഞ്ചി, വെളുത്തുള്ളി എന്നിവ ചേർത്ത് നന്നായി മുപ്പിച്ച് എടുക്കുക. മുത്ത് വരുമ്പോൾ പച്ചമുളക് ചേർത്ത് കൊടുക്കുക.

ഒരു മിനിറ്റിനു ശേഷം മഞ്ഞൾപൊടി, കാശ്മീരി മുളക് പൊടി എന്നിവ ചേർത്ത് മുത്ത് വരുമ്പോൾ കായപ്പൊടി ചേർക്കാം. കായത്തിന്റെ നല്ല മണം വരുന്നില്ലേ? അരിഞ്ഞ് ഉപ്പും വിനാഗിരിയും ചേർത്ത് പച്ച മത്തങ്ങ ചേർക്കാൻ സമയമായി. മത്തങ്ങ ചേർക്കുമ്പോൾ വാർന്ന് വന്ന വെള്ളം ചേർക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. [പെട്ടെന്ന് കേടാവാതിരിക്കാനാണിത്.]



അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനിക്ക-ശാസ്ത്രകേരളം
വിജ്ഞാനോത്സവം



യു.പി

കൂട

നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



മത്തങ്ങയിൽ പുരട്ടിക്കഴിഞ്ഞ് ബാക്കി വന്ന വിനാഗിരി ചേർത്ത ശേഷം മത്തങ്ങ ഒരു രണ്ട് മിനിറ്റ് അടച്ച് വച്ച് വേവിക്കാം. രണ്ട് മിനിറ്റിനു ശേഷം മുടി തുറന്ന് ഉപ്പും പുളിയും നോക്കണം. കുറവ് തോന്നുന്നെങ്കിൽ ഉപ്പും വിനാഗിരിയും ചേർത്ത് കൊടുക്കാം. തണുത്ത ശേഷം കഴുകി തുടച്ച ഒരു കുപ്പിയിൽ ആക്കി സൂക്ഷിക്കാം. രണ്ട് ദിവസത്തിനു ശേഷം കൂട്ടുകാർക്കും വീട്ടുകാർക്കും കൊടുത്ത് നോക്കൂ എന്താണു അവരുടെ അഭിപ്രായം?

മത്തങ്ങ പായസം

പച്ച മത്തങ്ങ കിട്ടിയില്ലേ? മത്തങ്ങ പഴുത്തതേ ഉള്ളൂ. ശരി, സാരമില്ല നമുക്കൊരു മത്തങ്ങ പായസം ഉണ്ടാക്കി നോക്കിയാലോ?



അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനിക്ക-ശാസ്ത്രകേരളം

വിജ്ഞാ
നോത്സവം



യു.പി

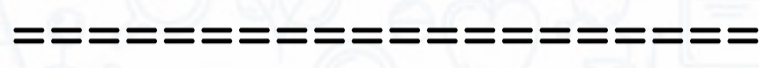
കൂട
നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



വേണ്ട സാധനങ്ങൾ



- ▶ മത്തങ്ങ - നന്നായി മുത്ത് പഴുത്തത് വലുത് ഒരെണ്ണം
- ▶ ശർക്കര - 750 ഗ്രാം
- ▶ നെയ്യ് - 100 ഗ്രാം
- ▶ തേങ്ങാപ്പാൽ - 2 വലിയ തേങ്ങയുടെ [തേങ്ങ ചിരവി ഒന്നാം പാൽ മാറ്റി വയ്ക്കണം. രണ്ടാം പാലും മൂന്നാം പാലും മറ്റൊരു പാത്രത്തിൽ മാറ്റി വയ്ക്കുക]
- ▶ ചുക്ക് പൊടി - ഒരു നുള്ളി [1ഗ്രാം]
- ▶ ഏലക്ക പൊടി - ഒരു നുള്ളി [1 ഗ്രാം]
- ▶ അണ്ടിപ്പരിപ്പ് - 100 ഗ്രാം
- ▶ ഉണക്ക മുന്തിരി - 100 ഗ്രാം

മത്തങ്ങ തൊലി കളഞ്ഞ് വലിയ കഷണങ്ങളാക്കി മുറിച്ച് ഒരു കുക്കറിൽ നന്നായി വേവിച്ച് ഉടയ്ക്കുക. മത്തങ്ങ വേവുന്ന സമയം കൊണ്ട് ശർക്കര ഒരൽ



അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനിക-ശാസ്ത്രകേരളം
**വിജ്ഞാ
നോത്സവം**



യു.പി

കൂടെ നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



ഈ വെള്ളം ചേർത്ത് ഉരുക്കി അരിച്ച് വയ്ക്കണം. വെണ്ണ് ഉടച്ച മത്തങ്ങയും ശർക്കരയും രണ്ടാം പാലും മൂന്നാം പാലും ചേർത്ത് അടുപ്പത്ത് വച്ച് നന്നായി ഇളക്കി വറിയുക.

എല്ലാം ചേർന്ന് വറ്റി വരുമ്പോൾ 50 ഗ്രാം നെയ്യ് ചേർത്തിളക്കി നല്ല ബ്രൗൺ നിറമാകുമ്പോൾ ഒന്നാം പാൽ ചേർത്ത് ഇളക്കി ഒരു ചെറിയ തിള വരുമ്പോൾ ചുക്കും ഏലക്കാപൊടിയും ചേർത്ത് ഇളക്കി ഇറക്കി വയ്ക്കുക. ബാക്കി നെയ്യിൽ അണ്ടിപ്പരിപ്പും ഉണക്ക മുന്തിരിങ്ങയും വറുത്ത് ഉരുളിയിൽ ചേർക്കുക. പായസം തയ്യാറായി കഴിഞ്ഞു. നന്നായി തണുത്തോട്ടെ. അമ്മയ്ക്ക് കുടിക്കാൻ കൊടുത്ത് നോക്കൂ. എന്താ അഭിപ്രായം? നിങ്ങൾക്ക് ഇഷ്ടമായോ?



അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനിക്ക-ശാസ്ത്രകേരളം
വിജ്ഞാനോത്സവം



യു.പി

കൂട

നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



ഇപ്പോൾ രണ്ട് മത്തങ്ങയുടെ കൂടലും (മത്തങ്ങയുടെ കുരുവും ഉള്ളിലുള്ള മറ്റ് ഭാഗങ്ങളും) തൊലിയും ബാക്കിയായല്ലേ? അത് കളഞ്ഞ് വൃത്തിയാക്കാൻ അമ്മ പറഞ്ഞ് കാണും. അതൊന്നും കളയരുത്. നമുക്ക് ആ മത്തങ്ങ കൂടൽ കൊണ്ട് ഒന്നാന്തരം ഒരു ചമ്മന്തി ഉണ്ടാക്കാം. ആ തൊലി ഉപ്പും മുളകും ചേർത്ത് ഉണക്കി കൊണ്ടാട്ടം ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യാം.

മത്തങ്ങ കൂടൽ ചമ്മന്തിയുടെ റെസീപ്പി ഇതാ വേണ്ട സാധനങ്ങൾ

=====

- ▶ മത്തങ്ങ കൂടൽ - ഒരു മത്തങ്ങയുടെ
- ▶ ഉപ്പുന്ന് - 100 ഗ്രാം
- ▶ ചുവന്നമുളക് - 8 എണ്ണം.

അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനൈറ്റഡ് സ്റ്റേറ്റ്സ്
വിജ്ഞാപനം



യു.പി

കൂട

നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



- ▶ വേപ്പില - ഒരു പിടി
- ▶ പുളി - 50 ഗ്രാം (ഒരു നെല്ലിക്കാ വലിപ്പം)
- ▶ വെളിച്ചെണ്ണ - 50 മിലി

ഉഴുന്ന്, ചുവന്നമുളക്, വേപ്പില വെളിച്ചെണ്ണയിൽ വറക്കുക. ബാക്കി വെളിച്ചെണ്ണയിൽ മത്തൻ കൂടൽ 5 മിനിട്ട് വേവിക്കുക. കാൽ റ്റിസ്പൂൺ മഞ്ഞൾ, കാൽടീസ്പൂൺ കായം എന്നിവ ചേർത്ത് ഒരു മിനിട്ട് കൂടെ വേവിക്കുക. എല്ലാം കൂടെ പുളി ചേർത്ത് അരക്കുക. ഒരു മില്ലി വെളിച്ചെണ്ണ കൂടെ ചേർത്ത് നന്നായി ഇളക്കി യോജിപ്പിച്ച് എടുക്കുക.

ഇനി ഇത് തന്നെ ഇഡ്ഡലിയുടെ കൂടെ ചട്ണി ആയി കഴിക്കണമെങ്കിൽ എല്ലാം കൂടെ അരയ്ക്കുമ്പോൾ നന്നായി വെള്ളം ചേർത്ത് അരയ്ക്കുക. എന്നിട്ട് കടുകും വറ്റൽമുളകും കറിവേപ്പിലയും വെളിച്ചെണ്ണയിൽ പൊട്ടിച്ച് ചേർത്തിളക്കുക.

അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനൈറ്റഡ് സ്റ്റേറ്റ്സ് ഓഫ് ഇന്ത്യ

വിജ്ഞാ
നോത്സവം



യു.പി

കൂട

നിർമ്മാണം



പ്രവർത്തനം



മത്തങ്ങ തൊലി വറ്റൽ

- ▶ മത്തങ്ങ തൊലി - കനം കുറച്ച് ചെത്തി യെടുത്തത് - 250 ഗ്രാം - അല്ലെങ്കിൽ ഒരു മത്തങ്ങയുടെ
- ▶ ഉപ്പ് - ആവശ്യത്തിനു
- ▶ മുളക് - 2 ടീസ്പൂൺ
- ▶ മഞ്ഞൾ - കാൽ ടൂസ്പൂൺ
- ▶ കായപൊടി - ഒരു നുള്ളി (1 ഗ്രാം)

മത്തങ്ങ തൊലി ഉപ്പും മുളകും മഞ്ഞളും കായവും ചേർത്ത് ഇളക്കി വെള്ളം വാലാൻ വയ്ക്കുക. വെള്ളം വാർന്ന് പോയതിനു ശേഷം നല്ല വെയിലത്ത് മൂന്ന് ദിവസം ഉണക്കി എടുക്കുക. വെയിലില്ലെങ്കിൽ മൈക്രോ വേവിൽ ചൂടാക്കി ഉണക്കിയാലും മതി. ശേഷം വെളി ചെണ്ണയിൽ വറുത്തെടുക്കുക.

പാചകമെല്ലാം ആസ്വദിച്ചില്ലേ? ഇനി ഒരു കുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കാൻ മറക്കരുത്. എന്തൊക്കെ ഉണ്ടാക്കി, എന്തൊക്കെ സാധനങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചു, നിങ്ങൾക്കും മറ്റുള്ളവർക്കും ഇഷ്ടപ്പെട്ടോ, പാചകം ഒരു രസകരമായ അനുഭവമായിരുന്നോ എന്നൊക്കെ പറയണം കുറിപ്പിൽ. ചിത്രങ്ങൾ, വീഡിയോകൾ ഒക്കെ കുറിപ്പിൽ ചേർക്കാം.

അറിയാം
നിറയാം
ഉയരാം



യൂനിക്ക-ശാസ്ത്രകേരളം

വിജ്ഞാനോത്സവം