

कॉन्टीनेन्टल राईस



साहीत्य -

१. बासमती तांदूळ २ कप
२. राजमा अथवा रेड बीन्स शिजवून १ कप
३. रेड कॅपसिकम मध्यम आकाराची बारीक चिरून
४. ऍलॅपिनो ४ बारीक चिरून
५. कांदा १ मोठा बारीक चिरून
६. कांदा पात १ कप बारीक चिरून
७. स्वीट कॉर्न १ कप
८. लसूण पाकळ्या ४ बारीक चिरून
९. कोथींबीर ४ टेबलस्पून बारीक चिरून
१०. ऑलिव्ह ऑईल ४ टेबलस्पून

११. मीठ, मीरपूड ,साखर चवीनुसार

१२. ग्रेटेड मेक्सिकन चीज १ कप

१३. पनीर तुकडे ३/४ कप

कृती - प्रथम तांदूळ धुवुन १ टेबलस्पून तेलावर परतून दुप्पट पाणी घालुन शिजवुन घेणे. नंतर भात पसरुन

गार व मोकळा करुन घेणे.

पॅन गरम करुन त्यामध्ये ३ टेबलस्पून ऑलिव्ह ऑईल गरम करणे. त्यावर प्रथम लसूण व कांदा परतणे. मग

एँलपेनो, रेड कॅपसिकम, रेड बीन्स, स्वीट कॉर्न परतणे. गार झालेला भात त्यात मिक्स करणे व झाकण ठेवून

५ मिनिटे वाफ देणे. त्यावर मीठ, मीरपूड, साखर चवीप्रमाणे घालणे. कांदा पात,कोथींबीर व पनीर तुकडे मिक्स

करणे व गॅस बंद करणे. भात सर्व्ह करताना चीज मिक्स करुन मायक्रोवेव्हमध्ये ३ ते ४ मिनिटे गरम करणे.

सौ.अरुंधती शिरीष देशपांडे

asdssd@gmail.com

(मराठी विश्व,न्यूजर्सी यांच्या सौजन्याने)