

आलू मटर



साहित्यः

- १ कप बटाटे उकडून व तुकडे करून
- १ कप हिरवे वाटाणे
- ३ हिरव्या मिरच्या
- २ कांदे बारीक चिरून व आले-लसूण यांच्याबरोबर एकत्र वाटून
- १ टोमॅटो बारीक चिरून किंवा एक टेबलस्पून टोमॅटो पेस्ट किंवा एक टेबलस्पून टोमॅटो प्यूरी
- २ टेबलस्पून तेल
- १ टीस्पून जिरे
- १ तमालपत्र
- १/२ टीस्पून हळद
- १ टेबलस्पून मीठ
- १/२ टीस्पून गरम मसाला
- १/२ टीस्पून लाल मिरची पावडर
- २ टेबलस्पून दही
- १ टेबलस्पून धणा-जीरा पावडर
- १ टेबलस्पून बारीक चिरलेली कोथिंबीर

कृतीः

१. तेल तापवा व त्यात जिरे व कडीपत्ता टाका.
२. जिरे तडतडायला लागल्यावर त्यात कांदा-आले-लसूण यांची पेस्ट टाकून ती थोडा वेळ परतवा.
३. टोमॅटो (किंवा पेस्ट किंवा प्यूरी), हळद, मीठ, गरम मसाला, मिरची पावडर व धणा-जीरा पावडर घालून तेल सुटे होईपर्यंत परतवा.
४. त्यात वाटाणे, बटाटे, हिरव्या मिरच्या घालून, गॅस मोठा करून भाज्या शिजेपर्यंत परतवा.

५. त्यात पाणी घालून उकळवा. मंद गॅसवर १०-१५ मिनिटे ठेवा. वरून कोथिंबीर पेरा.
६. गॅस बंद करून गरम गरम सर्व्ह करा.

सौ. प्रीती बाणावलीकर

(<http://pritisKitchen.weebly.com>)

(पूर्वप्रसिध्दी : 'स्नेहदीप', जानेवारी २०१२)