

இறால் சொதி நன்றி தோழி சுஜி

https://www.youtube.com/watch?v=_auMSEQ6aZg

தேவையான பொருட்கள்:

இறால் சுத்தம்படுத்தியது	- 100 கிராம்
வெங்காயம்	- 1
உள்ளி	- 5 பல்லு
பச்சை மிளகாய்	- 4
தக்காளி	- 2
மிளகு தூளாக்கியது	- 1/4 தே.க.
மஞ்சள்	- 1/4 தே.க.
கறிவேப்பிலை	- 1 கெட்டு
தேங்காய் பால்	- 1/2 கப்
எலுமிச்சம் புளி	- பாதி
பெருங்காயம்	- 1 சிட்டிகை
உப்பு மஞ்சள்	- 1/2 தே.க.

செய்முறை

ஒரு பாத்திரத்தை அடுப்பில் வைத்து அதில் நீர் விட்டு அதில் இறால், வெங்காயம், உள்ளி, பச்சை மிளகாய், தக்காளி, மிளகு, மஞ்சள், கறிவேப்பிலை சேர்த்து மூடி 5 அவியவிடவும். அதன்பின் உப்பு, விரும்பினால் பெருங்காயம் சேர்த்து கிளறி அடுப்பை நிறுத்தவும். தேங்காய் பால் சேர்த்து கிளறி எலுமிச்சம் புளி விடவும். சுவையான இறால் சொதி தயார்