- ஆன்மிகம் (48)
- இனைய செய்திகள் (43)
- கருத்துரைகள் (41)
- கவிதைகள் (21)
- சமையல் டிப்ஸ் (62)
- ஹெல்த் டிப்ஸ் (98)

முதல் பக்கம் E BOOK ஆன்மிகம் சமையல் டிப்ஸ்

Translate

Select Language

Powered by Google Translate

என் இனிய நண்பர்களே!

Saturday, February 01, 2014

பூண்டு சாதம்

அன்பு ஒரு முதலீடு. எவ்வளவு போட்டாலும் அது மீண்டும் நம்மை வந்தடைந்துவிடும்.அன்பு, நேர்மை, பொறுமை ஆகியவற்றைத் தவிர வேறொன்றும் நமக்கு தேவையில்லை. அன்பு தான் வாழ்க்கையின் அடிப்படை ஆதாரம்.
சுவாமி விவேகானந்தர்,,,

யாமறிந்த மொழிகளிலே தமிழ்மொழி போல்
இனிதாவது எங்கும் காணோம் ,
பாமரராய் ,விலங்குகளாய் ,உலகனைத்தும்
இகல்சிசொலப் பான்மை கெட்டு நாமமது
தமிழரேனக்கொண்டு இங்கு வால்திடுதல் நன்றோ ?
சொல்லீர் ! தேமதுரத் தமிழோசை உலகமெல்லாம்
பரவும்வகை செய்தல் வேண்டும்.
சுப்ரமணிய பாரதியார், (1882-1921)

எனது பதிவுகள் (கிறுக்கல்கள்)

- ► 2017 (1)
- ► 2016 (3)
- ► 2015 (13)
- ▼ 2014 (31)
  - ► July (1)
  - ► March (2)
  - ▼ February (19)
    - சமையல் சமாளிப்புகள்
    - உங்களின் அனைத்து விசேஷத்திற்கும் நீங்களே நல்ல நாள்...
    - உடலை தூய்மை படுத்தும் உணவு வகைகள்
    - உங்கள் செல் போனின் கதிர்வீச்சு “எஸ்.ஏ.ஆர். வேல்யூ...
    - என்னென்ன காய்கறிகளில் என்னென்ன சத்துக்கள் இருக்க...
    - எண்ணெய் குளியல் எடுக்கும் போது... ஒரு பார்வை
    - தேங்காய் நல்லதா, கெட்டதா
    - உருளைக்கிழங்கு சாதம் செய்முறை
    - கறிவேப்பிலை சாதம் செய்முறை
    - தேங்காய் சாதம் செய்முறை
    - குடமிளகாய் சாதம்
    - மிளகு சாதம்
    - கொத்துமல்லி சாதம் செய்முறை
    - மாங்காய் சாதம் செய்முறை
    - கோவைக்காய் சாதம்
    - உளுந்து சாதம்
    - தக்காளி சாதம் - இரண்டாம் வகை
    - தக்காளி சாதம் - முதல் வகை

தேவையானப்பொருட்கள்:

சாதம் - 2 கப் (இருவருக்கு தேவையான அளவு)
பூண்டு பற்கள் (சிறிய அளவு) - 10 முதல் 15 வரை
காய்ந்த மிளகாய் - 2
தனியா - 1 டீஸ்பூன்
கடலைப்பருப்பு - 1 டீஸ்பூன்
உளுத்தம் பருப்பு - 1 டீஸ்பூன்
எண்ணை - 1 முதல் 2 டேபிள்ஸ்பூன் வரை
கடுகு - 1/4 டீஸ்பூன்
கறிவேப்பிலை - சிறிது
உப்பு - 1/2 டீஸ்பூன் அல்லது தேவைக்கேற்றவாறு

செய்முறை:
ஒரு சிறு வாணலியில் ஒரு டீஸ்பூன் எண்ணை விட்டு அதில் கடலைப்பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, தனியா, மிளகாய் ஆகியவற்றைப் போட்டு சிவக்க வறுக்கவும். கடைசியில் 4 அல்லது 4 பூண்டு பற்களைப் போட்டு சற்று வதக்கி எடுத்து ஆற விடவும். ஆறிய பின், வறுத்த அனைத்தையும் நன்றாகப் பொடித்துக் கொள்ளவும்.

ஒரு வாணலியை அடுப்பிலேற்றி எண்ணை விட்டு அதில் மீதமுள்ள பூண்டுப்பற்களைப் போட்டு சிவக்க வதக்கி எடுத்து, தனியாக வைத்துக்

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!

பூண்டு சாதம்

- ▶ January (9)
- ▶ 2013 (40)
- ▶ 2012 (83)
- ▶ 2011 (141)

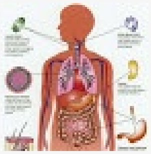
பிரபலமான இடுக்கைகள்

சிக்கன் பிரியாணி செய்முறை

சிக்கன் பிரியாணி தேவையான பொருட்கள்:- பாசுமதி அரிசி - 2 கப், கோழிக்கறி - 1/2 கிலோ, இஞ்சி - பெரிய துண்டு, பூண்டு - 15 பற்கள், மிளகாய், தக்...

மீன் குழம்பு செய்முறை

மீன் குழம்பு தேவையானவை : மீன் - 1/4 கிலோ தக்காளி - இரண்டு சாம்பார் வெங்காயம் - ஒரு கைப்பிடி புளி - எலுமிச்சையளவு மிளகாய்த் தூள் - 4...



ஹெல்த் டிப்ஸ்

உடல்நலம் தொடர்பான தகவல்கள் வாந்தி, பேதி வராமல் தடுப்பூசி போடுங்க மூலிகை மருத்துவம் - தீராத விளையாட்டுப் பிள்ளை- முடவாட்டுக்கால் ஆ...

வினிகரை எப்படி எல்லாம் பயன்படுத்தலாம் என பார்க்கலாம்

உங்கள் வீட்டுக் கிச்சனில்எவர்சில்வர் காஸ் அடுப்புக்கள், கண்ணாடி பொருட்கள் மற்றும் டைல்ஸ்கள் ஆகியவற்றை வினிகர் மூலம் சுத்தம் செய்தால் அனைத்...

தேங்காய் சாதம் செய்முறை

தேவையானப் பொருட்கள்: அரிசி - 1 கப் தேங்காய்த்துருவல் - 1 கப் காய்ந்த மிளகாய் - 2 பச்சை மிளகாய் - 4 கடலைப்பருப்பு - 1 டீஸ்பூன் பெருங்...

ஆழ்மனதின் அற்புத சக்திகள் 8 யோகாவின் எட்டு நிலைகள்

ஆழ்மனதின் அற்புத சக்திகள் 8 யோகாவின் எட்டு நிலைகள் ஆழ்மனதின் அற்புத சக்திகள் 8 தியானம் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே நம் முன்னோர்கள...

தொப்பை குறைய உடற்பயிற்சி

பாயில் படுத்துக்கொண்டு உள்ளங்கைகளை உங்கள் உடலோடு இணைந்து வைக்கவும். உங்கள் கால்கள் நீட்டிக் கொள்ளவும். உங்கள் கால்களை மெதுவாக தரையில் ...

விபாசனா தியான முறை - செய்முறை பயிற்சி

விபாசனா தியான முறை: 1) மற்ற தியானங்களைப் போலவே விபாசனா தியானத் திற்கும் அதிக குறுக்கீடுகள்

கொள்ளவும். அதே எண்ணையில் கடுகு போட்டு வெடிக்க ஆரம்பித்ததும் கறிவேப்பிலை சேர்க்கவும். அடுப்பை தணித்து வைத்துக் கொண்டு, சாதம் மற்றும் பொடித்து வைத்துள்ளப் பொடி, உப்பு ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் கலந்து விடவும். கடைசியில் வதக்கி வைத்துள்ளப் பூண்டையும் சேர்த்துக் கிளறி இறக்கி வைக்கவும்.

வெள்ளரிக்காய் பச்சடியுடன் பரிமாறவும்.

கவனிக்க: எண்ணைக்கு பதில் சிறிது நெய்யிலும் பூண்டை வதக்கி போடலாம். கடலைப்பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பிற்குப் பதிலாக, பொட்டுக்கடலை, வேர்க்கடலை ஆகியவற்றைப் பொடித்தும் சேர்க்கலாம். பொட்டுக்கடலை/வேர்க்கடலை சேர்ப்பதென்றால் வறுக்கத் தேவையில்லை.

Download As PDF

Posted in எனது பார்வையில் (சிவசுகு) at 1.2.14

Labels: சமையல் டிப்ஸ்

Reactions: funny (0) interesting (0) cool (0) very nice (0)

No comments:

Post a Comment

Enter your comment...

Comment as: Google Account

Publish Preview

Links to this post

Create a Link

Newer Post Home Older Post

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!

இல்லாத அமைதியான இடத்தைத் தேர்ந்தெடுங்கள். ...

மீன் வகைகள் பட்டியல்

அறுக்குளா அவுரி - CHANNA MARULIUS அம்புட்டன் வாழ - CHITALA CHITALA அனுவ மீன் - DIPLOPRION BIFASCIATUM அத்வாணி திருக்கை - GYMNURA POECILURA...

பழமொழியும் அதன் அர்த்தங்களும்

1. ஊரோடு ஒத்து வாழ் ஊரோது ஒத்து வாழ் என்றால் , நீ எந்த ஊரில் இருந்தாலும் , அது சொந்த ஊராக இருந்தாலும் சரி , வேறு ஊராக இருந்தாலும் சரி . ...

Subscribe to: Post Comments (Atom)

எனக்கு பிடித்த பிளாக்கர்

விவசாயி
சிறுவாட்டுக்காசு
2 months ago

THENU'S RECIPES
34. க்ரீன் ஆப்பிள் ஃப்ரிட்டர்ஸ். GREEN APPLE FRITTERS.
3 months ago

தேன் கிண்ணம்
ஓ காதல் கண்மணி - மலர்கள் கேட்டேன்
2 years ago

எனக்கு பிடித்தது
யாரிடம் எப்படி பேச வேண்டும்
3 years ago

Sivasugu5's Blog | Just another WordPress.com site
புக்ஸ்
4 years ago

bharath
உங்கலுக்கு தெரியுமா
4 years ago

Muthukkumar
காதல் ♥♥♥
5 years ago

Tamil Veg Cooking
Oats upma
5 years ago

மனசே ரிலாக்ஸ்

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!

என் தளத்தை பார்வையிட்டவர்கள்

Live Traffic Feed

A visitor from **Absecon, New Jersey**
viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): பூண்டு சாதம்" 1 secs ago

A visitor from **Absecon, New Jersey**
viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): தக்காளி சாதம் - முதல் வகை" 14 secs ago

A visitor from **Tirupur, Tamil Nadu**
arrived from google.co.in and viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): கண்களை பாதுகாக்க எளிய வழிமுறைகள்" 1 day 16 hours ago

A visitor from **Shimla, Himachal Pradesh**
arrived from google.co.in and viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): எண்ணெய் குளியல் எடுக்கும் போது... ஒரு பார்வை" 1 day 19 hours ago

A visitor from **India**
arrived from google.co.in and viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): தொப்பை குறைய உடற்பயிற்சி" 2 days 20 hours ago

A visitor from **India**
arrived from google.co.in and viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): February 2014" 3 days 12 hours ago

A visitor from **Kundan, Jammu and Kashmir**
viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): வினிகரை எப்படி எல்லாம் பயன்படுத்தலாம் என பார்க்கலாம்" 4 days 11 hours ago

A visitor from **Surat, Gujarat**
arrived from google.co.in and viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு)" 4 days 14 hours ago

A visitor from **Kumar, Himachal Pradesh**
arrived from google.co.in and viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): இயற்கை உணவே இனிய உணவு" 5 days 17 hours ago

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!

PDFmyURL

A visitor from **Kumar, Himachal Pradesh**

arrived from google.co.in and viewed "Enathu paarvaiyil (சிவ சுகு): இயற்கை உணவே இனிய உணவு" 5 days 18 hours ago

Real-time view · Get Feedjit

sivasugu(சிவசுகு)

Loading...

my songs

என் நண்பர்கள்

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!

மொத்த பக்கங்கள்

என்னை பற்றி

View my complete profile

தமிழ்நாடு ஆன்லைன் சேவைகள்

SSLS,+2 பழைய கேள்வித்தாள்கள்

தமிழ்நாடு அரசு பாடப்புத்தகங்கள்

திருமண சான்றிதழ் கேட்டு விண்ணப்பம் செய்ய

மின்கட்டணம் ஆன்லைனில் செலுத்த

வாக்காளர் அட்டையில் உங்கள் பெயர்

http://minorityaffairs.gov.in/newsite/schemes/schemes.asp

www.indiapost.gov.in

http://www.consumer.tn.gov.in/ ஒரே நிமிடத்தில் ரேஷன் கார்டு புதுப்பிக்க

முக்கிய சுட்டிகள்

தமிழ் வழி ஆங்கிலம் கற்க

Write in Hindi

Free DNS,SMTP,POP,IMAP Check tools

English-Tamil Dictionary

ISD codes

Tamil TV Serials

இந்தியா PIN codes

இந்தியா STD codes

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!

இந்தியா தொலைப்பேசி அட்டவணை

இந்தியா வரைபடங்கள்

உங்கள் IPaddress அறிய

sivasugu. Powered by Blogger.

vedio clips

HYPERLINK

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!

Web page converted to PDF with the PDFmyURL **PDF creation API**!