

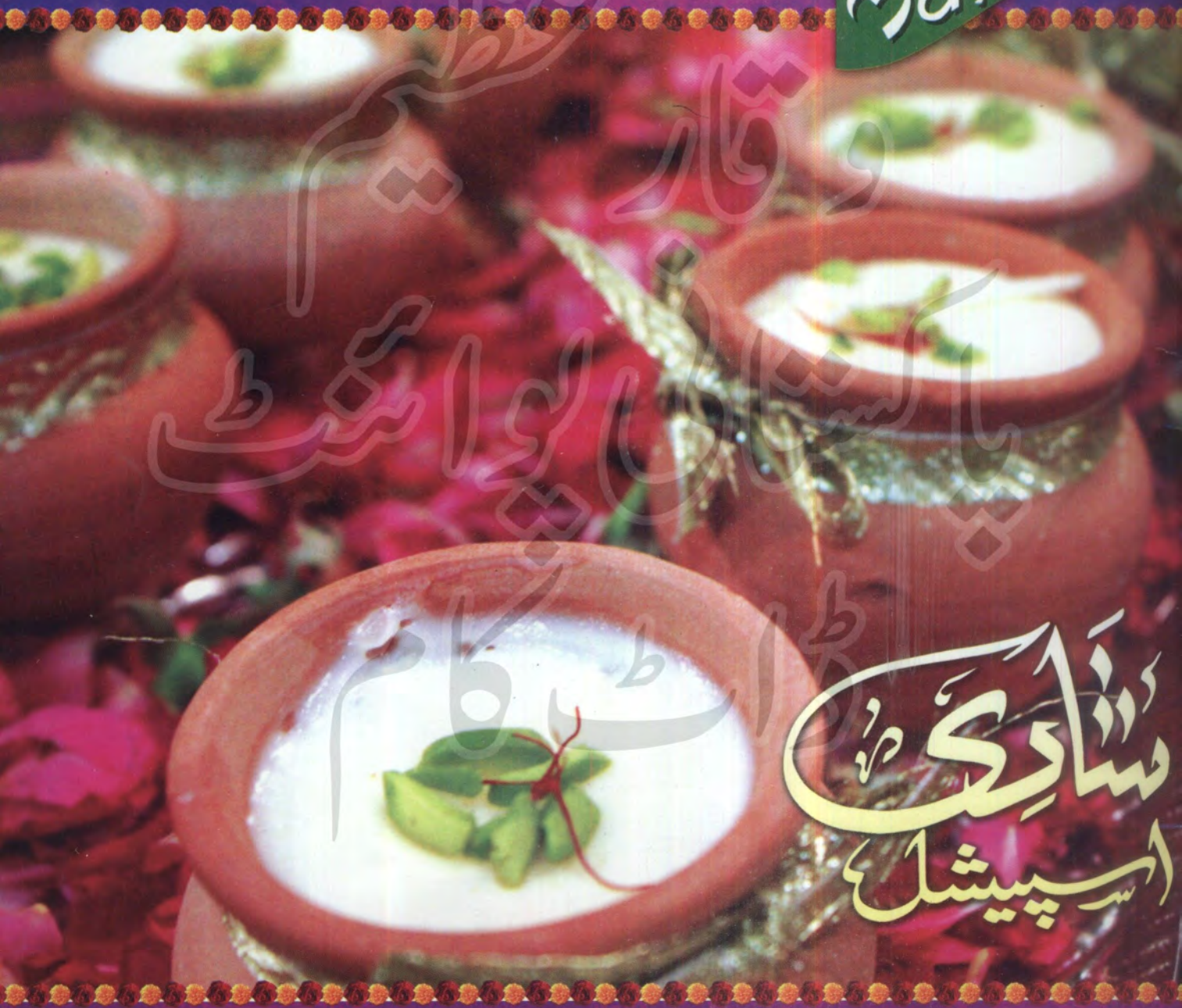
MASALA

TV FOOD MAG

RECIPES IN ENGLISH & URDU



Regd. No. SC-1333



CONTENTS

Masala Kitchen

Handi	ہانڈی	39
Dawat	دعوت	43
Masala Mornings	مصالحہ مارنگنز	47
Tarka	ترکا	51
Cooking On A Budget	کوکنگ آن آ بجٹ	55
Live@9	لائو ایٹ نائن	59
Chef At Home	شیف ایٹ ہوم	63
Food Diaries	فوڈ ڈائریز	67
Lively Weekends	لائو لی ویکنڈز	71

Editorial

شادی، زندگی کے نئے موڑ کا آغاز
گزرتے ہوئے وقت کے ساتھ رسوم و رواج میں جدت آگئی ہے تاہم مشرقی شادیاں آج بھی دنیا بھر
میں مقبول ہیں شاز بیا نوار

Special Article

Dholki

Mayun/Mehndi

Shadi

Valima

Masala Roundup

Masala Tips

Totkay

ڈھولکی

مایوں، مہندی

شادی

ولیمہ

شہر کی خبریں

مصالحہ ٹپس

ٹوٹکے

محترم قارئین السلام علیکم!

مصالحہ ٹی وی فوڈ میگ کے تمام قارئین کو سال نو مبارک ہو۔ اللہ کرے کہ یہ سال ہم سب کے لئے امن، سکون، کامرانیوں اور کامیابیوں کا سال اہو۔ (آمین)

کل کسی سے بات ہو رہی تھی تمدنی شعور کے حوالے سے، دوران گفتگو مجھے اس بات کا شدت سے احساس ہوا کہ ہماری اکثریت تمدنی شعور سے بے بہرہ ہے۔ راستے میں پیدل چلنے سے لے کر ڈرائیونگ تک، گھر سے لے کر تقریبات تک لوگ افسوسناک حرکات و سکنات کرتے نظر آتے ہیں اور اس سے بھی زیادہ افسوس کا مقام یہ ہے کہ اس سے کوئی بھی طبقہ فکر مستثنیٰ نہیں ہے۔

تمدنی شعور کی بدترین مثال شادیوں میں دیکھنے کو ملتی ہے جہاں بلا تفریق لوگ کھانوں کی ڈشوں پر ٹوٹ پڑتے ہیں۔ ہر پلیٹ میں کھانوں کے پہاڑ بنے ہوئے نظر آتے ہیں، میزوں پر ضائع ہونے والے کھانے اور مشروبات کے ڈھیر نظر آتے ہیں۔ لوگ قطاروں کو توڑ کر کھانے کے حصول کے لئے اس قدر دھکم پیلی کرتے ہیں کہ اللہ کی پناہ۔ ایسے میں زیادہ حیرت ان لوگوں کو دیکھ کر ہوتی ہے جن کی گفتگو مذہبی حوالوں سے بھرپور ہوتی ہے اور میں یہ سوچنے پر مجبور ہو جاتی ہوں کہ دین اسلام سب سے زیادہ میانہ روی کا درس دیتا ہے تو اس مذہب کو ماننے والے کھانوں کو اس قدر بے دردی سے کیسے ضائع کر سکتے ہیں۔

ان سطور پر میں اپنے قارئین سے بالخصوص تقریبات میں تمدنی شعور اور احساس برتنے کی درخواست کروں گی۔ میں سمجھتی ہوں کہ میزبانوں کو بھی اس حوالے سے سوچ بچار کی ضرورت ہے، لوگ بچے ہوئے کھانوں کو ضائع کر دیتے ہیں، اگر تھوڑی سی زحمت کرتے ہوئے بچے کچھ کھانے کو جمع کر کے مستحقین کے اداروں تک پہنچا دیا جائے تو یقیناً بہت سے لوگوں کا بھلا ہو جائے گا۔

بعض باتیں ویسے تو بہت چھوٹی سی لگتی ہیں لیکن ان کے اثرات بہت دور رس ہوتے ہیں۔ زندگی کے بہت سے معاملات آسانی سے حل ہو سکتے ہیں، بس ضرورت ہے تو تمدنی شعور اور احساس ذمہ داری کو بیدار کرنے کی۔

شہناز رمزی



چیف ایڈیٹر۔ سلطانہ صدیقی، ایڈیٹر۔ شہناز رمزی، جاسٹ ایڈیٹر۔ شازیہ انوار، معاونین۔ فعاویہ قادری، سینئر ایڈیٹر۔ وسیم احمد، ڈیزائنر۔ یوسف رضوی، عکاسی۔ عباس مہدی، یاور نقوی، ایڈورٹائزنگ منیجر۔ منور حسین بھٹی

ڈسٹری بیوٹر۔ رہبر نیوز ایجنسی 0333 216 8390 پرنٹر۔ یونی پرنٹ

ہم نیٹ ورک لمیٹڈ

10/11، حسن علی اسٹریٹ، بمقابلہ آئی آئی چندر گروڈ کراچی۔ 74000 پاکستان۔ یو۔ اے۔ این: 111-486-111 (کراچی) فکس: 32628640-21-92

شادی زندگی کے نئے موڑ کا آغاز

گزرتے ہوئے وقت کے ساتھ رسوم و رواج میں جدت آگئی ہے، تاہم مشرقی شادیاں آج بھی دنیا بھر میں مقبول ہیں، شازیا انوار

شادی ایک ایسا رشتہ ہے جو دو خاندانوں کو ایک لڑی میں پرو دیتا ہے۔ کسی بھی انسان کی زندگی میں شادی ایک ایسا موڑ ہے جو اس کی زندگی کا رخ موڑنے کا سبب بنتا ہے۔ دنیا بھر میں شادی کے موقع پر مختلف طرح کی رسوم رائج ہیں جو اس موقع کو یادگار بنانے کا سبب بنتے ہیں۔ ایشیائی ممالک میں منعقدہ شادی کی تقریبات اپنے رسوم و رواج کی بنیاد پر دنیا بھر کے لئے دلچسپی کا باعث ہیں۔ بیرونی ممالک بالخصوص یورپی ممالک میں رہنے والوں کے لئے پاکستانی شادیوں میں بہت کشش ہے۔ پاکستان کے مختلف صوبوں میں شادی بیاہ کی مختلف رسمیں ہیں اور ہر جگہ کے مختلف پکوان ہیں لیکن کچھ مشترکہ رسمیں ہیں جو ہر زبان اور قوم اپنے اپنے طور پر شایان شان طریقے سے مناتی ہے۔

نکاح اور ویسے کے علاوہ بیشتر رسومات کا دین اسلام سے کوئی تعلق نہیں مگر شادی کی تقریب کو یادگار بنانے کے لئے اُن کو نہایت اہتمام سے منایا جاتا ہے۔ وقت کے ساتھ ساتھ ان رسوم کے انداز بھی بدلتے رہتے ہیں مگر اہمیت کسی بھی دور میں کم نہیں ہوتی، مثال کے طور پر شادی کی تقریبات میں ڈھولک بجانا ایک عام رسم ہے جو بلا امتیاز غریب و امیر سب کے ہاں ہوتی ہے۔ شادی سے کئی روز قبل ہی گھر کی خواتین خصوصاً لڑکیاں ڈھولک بجانا شروع کر دیتی ہیں اور ہر رات شادی سے متعلق گیت گاتی ہیں۔ دورِ جدید میں تقریب کے اس حصے نے خاصی ترقی کر لی ہے۔ اب دولہا اور دلہن کے گھروں پر ”ڈھولکی“ کی تقریب کا خاص اہتمام کیا جاتا ہے جس میں نوجوان لڑکے اور لڑکیاں کانے اور ڈانس کے آئینم پیش کرتے ہیں۔ دولہا اور دلہن کے قریبی عزیزوں کے گھروں پر بھی ”ڈھولکی“ ہوتی ہے جہاں رات گئے تک محفلیں جیتی ہیں اور لوگ لطیف انداز ہوتے ہیں۔

شادی کی تقریبات کا باقاعدہ آغاز رسم مایوں سے کیا جاتا ہے۔ آج سے چند ہائی قبل لڑکی کو شادی سے ایک ایک ماہ قبل مایوں بٹھا دیا جاتا تھا۔ مایوں بیٹی ہوئی دلہن کو مکمل آرام کرایا جاتا مایوں کا جوڑا پہننے کے بعد کسی مرد کا چہرہ نہیں دیکھ سکتی تھی۔ مایوں کے دوران وہ ایک مقررہ جگہ پر بیٹھی رہتی تھی اور اس کے گھر سے باہر جانے کا تصور بھی نہیں تھا لیکن گزرتے وقت کے ساتھ ساتھ اب دلہن شادی سے چند روز قبل ہی مایوں بیٹھ پاتی ہے۔ مایوں کے دوران بھی اس کے شادی کی ضروری شاپنگ اور بیوٹی پارلر جانے کا سلسلہ بھی جاری رہتا ہے۔ مایوں کے لئے مقررہ دن لڑکی کی سہیلیاں اور دیگر عزیز اقارب ہوتے ہیں اور لڑکی کو آئین دکھایا جاتا ہے۔

مایوں کے بعد مہندی کی رسم ادا کی جاتی ہے۔ قبل ازیں دولہا اور دلہن کی مہندی علیحدہ علیحدہ ادا کی جاتی تھی۔ دلہن کے گھر والے دولہا کے گھر اور دولہا کے گھر والے دلہن کے مہندی سجا کر لے جاتے تھے۔ اس موقع پر کانوں کے مقابلے بھی ہوا کرتے تھے تاہم گزرتے وقت کے ساتھ اس رسم میں بھی جدت پیدا ہو چلی ہے اور آج مہندی کی تقریب ایک ہی جگہ منعقد ہوتی ہے جس میں پہلے دلہن یا دولہا کو مہندی لگا کر رسم ادا کر دی جاتی ہے۔ اس موقع پر ہرے اور پیلے رنگ کے لباس سلوائے جاتے ہیں جب کہ لڑکی کے لئے پھولوں کا زور تیار کیا جاتا ہے۔

مہندی کے بعد شادی کا دن آتا ہے یعنی جس دن دلہن کو رخصت ہو کر پیادیس سدھارنا ہے۔ رخصتی کے دن نکاح گاڑی رکوانی دودھ پلائی، جوتا چھپائی، انگلی پکڑائی اور شیشہ دکھائی کی رسوم ہوتی تھیں جو دلہن کی بہنیں اور بھائی کیا کرتے تھے۔ اب ان رسوم میں بھی تبدیلی آئی ہے اور

زیادہ تر گھرانوں میں نکاح ایک دن قبل یا اسی دن صبح کے وقت کر دیا جاتا ہے جب کہ دیگر رسوم بھی کہیں ہوتی ہیں اور کہیں نہیں ہوتیں۔ شادی کے دن مہمانوں کی پر تکلف ضیافت کے بعد دلہن کو اس تصور کے ساتھ قرآن پاک کے سائے میں اوداع کیا جاتا ہے کہ اس سے دلہن کی آنے والی زندگی خوشگوار اور بابرکت گزرے گی۔ رخصت ہو کر نئے گھر میں آنے والی دلہن کا خیر مقدم منہ دکھائی اور کھیر کھائی کی رسوم سے کیا جاتا ہے یوں رات گئے تک رسوم کا سلسلہ جاری رہتا ہے۔

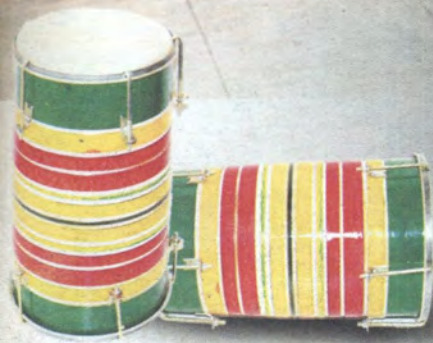
شادی کے بعد ویسے کا شورا اُٹھتا ہے۔ جس میں ایک بار پھر دونوں گھرانوں کے عزیز واقارب جمع ہوتے ہیں۔ اس دن دو لہا والے میزبان ہوتے ہیں جو اپنے مہمانوں کی تواضع کے لئے اس شاندار کھانے تیار کراتے ہیں۔

شادی کے وقت نکاح اور ویسے کو سنت رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہونے کا اعزاز حاصل ہے۔ شادی کی تقریبات میں پہلے کے مقابلے میں بہت زیادہ تبدیلیاں آ گئی ہیں۔ پہلے شادیاں گھروں سے باہر سڑکوں یا پارکوں پر ٹینٹ لگا کر کی جاتی تھیں اور گھر والوں کو تمام انتظامات خود کرنے پڑتے تھے لیکن اب مہندی سے لے کر ویسے تک کی رسوم عموماً شادی بالوں یا ہوٹلوں میں ہوتی ہیں۔ ایونٹ مینجمنٹ کے نام پر کھلنے والے بہت سے ادارے شادی کی تقریبات احسن طریقے سے کرانے کی ذمہ داری لے لیتے ہیں۔ اس کے علاوہ کیلرنگ سروسز نے کھانے پینے کے انتظامات کو نہایت سہل بنا دیا ہے جو موقع پر نہ صرف لذیذ طعام کی بروقت فراہمی کو یقینی بناتے ہیں بلکہ گرم لوازمات موقع پر ہی تیار کر کے تقریب کا مزہ دو بالا کر کے تقریب کو یادگار بنانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ ■



دھولکی

جس گھر سے ڈھول بجنے کی آوازیں آنے لگیں یہ اندازہ کرنا مشکل نہیں ہوتا کہ اس گھر میں کسی کی شادی ہے کیوں کہ شادی بیاہ کے موقع پر ڈھولک بجانا ایک عام رسم ہے جو عموماً بلا امتیاز غریب و امیر سب کے ہاں ہوتی ہے۔ عام طور پر اس موقع پر رات گئے تک بلا لگا ہوتا ہے اور مزے دار کھانے جیسے آلو پنے کی ترکاری، بھٹنا ہوا قیمہ زردہ اور سلاد پکایا جاتا ہے۔ ڈھولکی کی رسم میں عام طور پر فریقین کے گھروالے اور دوست احباب شریک ہو کر گانوں سے محظوظ ہوتے ہیں۔





رشین سلاد

ترکیب:

ایک پیالے میں تمام اجزاء ملا کر فرج میں رکھ دیں۔ سلاد کو خوب ٹھنڈا کر کے پیش کریں۔

ایک چائے کا چمچ
1/2 کھانے کا چمچ
حسب ذائقہ

پسی ہوئی سفید مرچ
چینی
ٹمک

اجزاء:
بند گوبھی (باریک کٹی ہوئی) ایک عدد
مٹر (اُلی ہوئی) ایک پیالی
کھیرے (باریک کٹے ہوئے) 2 عدد
گاجر (باریک کٹی ہوئی) 3 عدد
آلو (اُلیے اور باریک کٹے ہوئے) 3 عدد
سیب (باریک کٹا ہوا) 3 عدد
تازہ کریم ایک پیالی
سکشش 1/2 پیالی
انناس کے ٹکڑے 200 گرام
مائیونیز 300 گرام

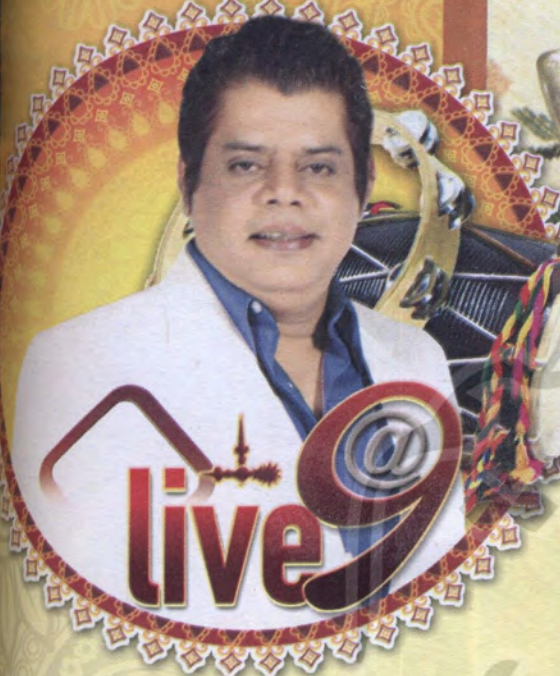
Russian Salad

Ingredients:

Cabbage (finely cut)	1
Peas (boiled)	1 cup
Cucumbers (finely cut)	2
Carrots (finely cut)	3
Potatoes (boiled and finely cut)	3
Apple (finely cut)	3
Fresh cream	1 cup
Raisins	1/2 cup
Pineapple pieces	200grams
Mayonnaise	300grams
White pepper (powder)	1 tsp
Sugar	1/2 tbsp
Salt	to taste

Method:

- Mix all ingredients in a bowl and refrigerate.
- Serve chilled.



پودینے اور املی کی چٹنی

ترکیب:

پودینے میں لال مرچ ملا کر باریک پیس لیں۔ اسے پیالے میں ڈالیں اور املی کا گودا ملا لیں۔ اسے ساس پین میں ڈالیں اور براؤن چٹنی ملا کر چند منٹ پکائیں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر نمک اور کالا نمک ملا کر پیش کریں۔

ایک چکی

½ چائے کا چمچ
حسب ذائقہ

کالا نمک
براؤن چٹنی
نمک

ایک گڈی
ایک پیالی
ایک چائے کا چمچ

اجزاء:
پودینہ
املی کا گودا
کٹی ہوئی لال مرچ

Mint Leaves and Tamarind Chutney

Ingredients:

Mint Leaves	1 bunch
Tamarind pulp	1 cup
Red chillies (crushed)	1 tsp
Black salt	1 pinch
Brown sugar	½ tsp
Salt	to taste

Method:

- Mix red chillies and mint leaves and grind finely.
- Remove in a bowl; add tamarind.
- Add brown sugar and cook in a saucepan and for few minutes.
- When cool, sprinkle salt and black salt and serve.



آلو چنے کی ترکاری

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے پیاز باوا می کریں اس میں ٹماٹر ڈال کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں پانی کے علاوہ باقی تمام اجزاء ملائیں اور 5 منٹ تک بھونیں۔ پانی شامل کریں اور مزید 5 منٹ پکا کر تارلیں اور گرما گرم پوری کے ساتھ پیش کریں۔

½ چائے کا چمچ
½ چائے کا چمچ
½ چائے کا چمچ
¼ پیالی
حسب ذائقہ
½ پیالی

ٹٹی ہوئی لال مرچ
پسا ہوا دھنیا
پسی ہوئی کھٹائی
پانی
نمک
تیل

اجزاء:
کالی چنے (اُبلے ہوئے)
آلو (اُبال کر بھر تہ بنالیں)
پیاز (باریک کٹی ہوئی)
ثابت سفید زیرہ
کلونجی
انار دانہ
ٹماٹر (باریک کٹا ہوا)
ہری مرچیں
پسی ہوئی ہلدی

Potato Chickpeas Tarkari

Ingredients:

Chickpeas (boiled)	1 cup
Potatoes (boiled and mashed)	2
Onion (finely cut)	1
Cumin seeds	½ tsp
Onion seeds	1 pinch
Pomegranate seeds	½ tsp
Tomato (finely cut)	1
Green chillies	4
Turmeric powder	½ tsp
Red chillies (crushed)	½ tsp
Coriander powder	½ tsp
Critic acid powder (khatai powder)	½ tsp
Water	¼ cup
Salt	to taste
Oil	½ cup

Method:

- Heat oil in a pot; fry onion brown.
- Add tomato; cook till dry.
- Add remaining ingredients except water and fry for 5 minutes.
- Add water; cook for another 5 minutes; remove and serve with hot puris.



بھنا ہوا قیمہ

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کر لیں۔ اس میں لہسن اور کچا قیمہ، نمک اور پانی ملائیں، پھر ڈھکن ڈھا تک کر قیمہ آدھا گلنے تک پکائیں۔ اس میں نمائ لال مرچ، ہلدی، زیرہ اور دھنیا شامل کر کے قیمہ گلنے تک پکائیں۔ اس میں گرم مصالحہ ہرا دھنیا، ہری مرچیں اور ادراک ملا کر پیش کریں۔

4 کھانے کے چمچے

4 عدد

ایک کھانے کا چمچ

ایک پیالی

1½ چائے کے چمچے

½ پیالی

ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)

ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)

ادراک (باریک کٹی ہوئی)

پانی

نمک

تیل

½ کلو

ایک پیالی

1½ کھانے کے چمچے

2½ چائے کے چمچے

½ چائے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

ایک کھانے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

3 عدد

اجزاء:

گائے کا قیمہ

پیاز (باریک کٹی ہوئی)

پسا ہوا لہسن اور ک

پسی ہوئی لال مرچ

پسی ہوئی ہلدی

کٹا ہوا سفید زیرہ

کٹا ہوا ثابت دھنیا

پسا ہوا گرم مصالحہ

نمائ (باریک کٹا ہوا)

Fried Mince

Ingredients:

Beef mince	½ kg
Onion (finely cut)	1 cup
Ginger/garlic paste	1 ½ tbsp
Red chilli powder	2 ½ tsp
Turmeric powder	½ tsp
Cumin seeds (crushed)	1 tbsp
Coriander seeds (crushed)	1 tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Tomatoes (finely cut)	3
Fresh coriander (finely cut)	4 tbsp
Green chillies (finely cut)	4
Ginger (finely cut)	1 tbsp
Water	1 cup
Salt	1 ½ tsp
Oil	½ cup

Method:

- Heat oil in a pot; fry onions till golden.
- Add ginger/garlic, mince, salt and water.
- Cover with lid; cook mince till partially tender.
- Add tomatoes, red chillies, turmeric, cumin and coriander; cook till tender.
- Add hot spices, fresh coriander, green chillies and ginger; mix and serve.



زردہ

ترکیب:

چاولوں کو 8 گھنٹوں کے لئے پانی میں بھگو دیں۔ دہی میں پانی اُبالیں، اس میں ½ لوٹکیں ½ الائچیاں اور چاول ڈال کر چاولوں کو 2 کئی تک اُبالیں اور چھان کر رکھ لیں۔ چاولوں میں زردے کا رنگ، دودھ، بادام، پستے، چینی اور مرے ملا دیں۔ ایک دہی میں کھی گرم کر کے باقی لوٹکیں اور باقی الائچیاں ڈالیں، خوشبو آنے لگے تو چاول ڈالیں اور لکڑی کے پیچھے سے ملائیں۔ دہی پر ڈھکن ڈھالیں اور دم پر رکھ دیں۔

½ چائے کا چمچ
حسب ضرورت
حسب پسند
ایک پیالی

زردے کا رنگ
پانی
مرے
کھی

3 پیالی
ایک پیالی
4 عدد
10 عدد
10 عدد
8 عدد
2½ پیالی

اجزاء:
سیلا چاول
تازہ دودھ
لوٹکیں
پستے (باریک کئے ہوئے)
بادام (باریک کئے ہوئے)
چھوٹی الائچیاں
چینی

Zarda

Ingredients:

Sela rice	3 cups
Fresh milk	1 cup
Cloves	4
Pistachios (finely cut)	10
Almonds (finely cut)	10
Green cardamoms	8
Yellow food colour	½ tsp
Sugar	2 ½ cups
Water	as required
Compote	to taste
Clarified butter	1 cup to taste

Method:

- Soak rice in water for 8 hours.
- Boil water in a pot; add ½ cloves, ½ cardamoms and rice; par-boil.
- Strain and set aside.
- Add food colour, milk, almonds, pistachios, sugar and compote in rice.
- Heat clarified butter in a pot; add remaining cloves and cardamoms; when they give off aroma, add rice and stir with wooden spoon.
- Cover pot with lid and leave on dum.



مایوں، مہندی

دہن کو مایوں بٹھانا اور مہندی لگانا بہت قدیم رسم ہے۔ آج کل اس رسم کو بہت اہتمام اور دھوم دھام سے منایا جاتا ہے۔ فی زمانہ مایوں اور مہندی کی رسم عموماً ایک ساتھ ہی کر دی جاتی ہے۔ اس کے لئے دولہا اور دہن والے ایک ہی دن کا انتخاب کرتے ہیں اور مایوں مہندی کی تقریب کے لئے ایک ہی جگہ کا انتخاب کیا جاتا ہے جہاں مدعوین دال کچوری، مٹھی، کباب یا سیخ کباب پرائے اور سوہی کے حلوے سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔





لال مرچ کی تلی ہوئی چٹنی

ترکیب:

بلینڈر میں لال مرچیں، لہسن اور زیرہ ملا کر چٹنی بنائیں اور نمک ملا لیں۔ فراننگ پین میں تیل گرم کر کے لال مرچ کا آمیزہ تیل پھر زیتون کا تیل ملا کر مزید 2 منٹ تک پکائیں۔ اسے پیالے میں نکالیں اور لیموں نیچڑیں۔ ہرے دھننے سے سجا کر پیش کریں۔

2 کھانے کے چمچے
2 عدد
ایک کھانے کا چمچ
سجانے کے لئے

زیتون کا تیل
لیموں
تیل
ہر ادھیا

اجزاء
ثابت گول لال مرچیں 10 عدد
لہسن 8 جوے
ثابت سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ
نمک حسب ذائقہ

Fried Red Chilli Chutney

Ingredients:

Dried round red chillies	10
Garlic	8 cloves
Cumin seeds	1 tsp
Salt	to taste
Olive oil	2 tbsp
Lemons	2
Oil	1 tbsp
Fresh coriander	for garnishing

Method:

- Blend red chillies, garlic, and cumin in a blender; add salt.
- Heat oil in a frying pan; fry chilli paste. Add olive oil and cook for 2 minutes.
- Pour into a bowl; squeeze lemon in it and serve.
- Garnish with coriander.



پوریاں

ترکیب:

میدہ میں تمام اجزاء ملا کر نیم گرم پانی سے آٹا گوندھ لیں۔ اسے 1/2 گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ آٹے کے چھوٹے چھوٹے بیڑے بنائیں اور ہلکا سا تیل لگا کر پوریاں تیل میں کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور پوریاں تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔

1/2 چائے کا چمچ
2 کھانے کے چمچے + تیل کے لئے

نمک
تیل

2 پیالی
1/2 پیالی

اجزاء:
میدہ (چھنا ہوا)
آٹا (چھنا ہوا)

Puriyan

Ingredients:

Refined flour (sieved)	2 cups
Whole wheat flour (sieved)	1/2 cup
Salt	1/2 tsp
Oil	2 tbsp + for frying

Method:

- Mix all ingredients in flour; knead into dough with luke-warm water.
- Leave aside for 1/2 hour.
- Make small balls out of dough; apply little oil and roll out into puris.
- Heat oil in a wok; fry puriyan; dish out on absorbent paper.



مٹھی کباب

ترکیب:

ایک پیالے میں تیل کے علاوہ باقی تمام اجزاء ڈال کر ہاتھ سے یکجان کر لیں۔ اس آمیزے کو مٹھی میں دباتے ہوئے لیوٹر سے کباب بنالیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور کبابوں کو اس میں سنہری تل کر نکال لیں۔

1/2 چائے کا چمچ
ایک عدد
1/2 چائے کا چمچ
1/2 چائے کا چمچ
حسب ذائقہ
تلنے کے لئے

چاٹ مصالحہ
انڈہ
سٹی ہوئی لال مرچ
سٹکا ہوا انار دانہ
نمک
تیل

اجزاء:
گائے کا قیمہ
بیسن
ہر ادھیا (چوپ کیا ہوا)
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
پودینہ (چوپ کیا ہوا)
پیاز (چوپ کی ہوئی)
ٹماٹر (چوپ کیا ہوا)
پسا ہوا سفید زیرہ
250 گرام
3 کھانے کے چمچ
1/4 گڈی
3 عدد
1/4 گڈی
ایک عدد
ایک عدد
1/2 چائے کا چمچ

Mutthi Kebab

Ingredients:

Beef mince	250 grams
Gram flour	3 tbsp
Fresh coriander	1/4 bunch
Green chillies	3
Mint leaves	1/4 bunch
Onion	1
Tomato	1
Salt	to taste
Cumin seeds	1/2 tsp
Chaat masala	1/2 tsp
Egg	1
Red chillies (crushed)	1/2 tsp
Pomegranate seeds (crushed)	1/2 tsp
Oil	for frying

Method:

- Mix with fingers all ingredients except oil in a bowl.
- Taking little mince at a time, press and shape into long kebabs.
- Heat oil in a wok; fry the kebabs golden; remove.



داں کچوری

ترکیب:

ایک پیالے میں میدہ، گھی اور نمک ملا کر نیم گرم پانی سے گوندھ لیں۔ ہینڈر میں بھرنے کے اجزاء یکجان کر لیں۔ آٹے کے چھوٹے چھوٹے بیڑے بنائیں، انہیں ہاتھ کی مدد سے پھیلائیں اور داں کا آمیزہ بھر کر دوبارہ پیڑے بنالیں۔ تھوڑی دیر رکھنے کے بعد انہیں تیل میں کڑاہی میں تیل گرم کریں اور کچوریاں سنہری تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔

بھرنے کے اجزاء:

ایک پیالی
ایک کھانے کا چمچ
6 عدد
حسب ذائقہ

چنے کی داں (اُپلی ہوئی)
بھننا اور گٹنا ہوا سفید زیرہ
ثابت گول لال مرچیں
نمک

آمیزے کے اجزاء:

میدہ (چھنا ہوا)
نمک
گھی
تیل

Daal Kachori

Ingredients:

Refined flour (sieved) 2 cups
Salt to taste
Clarified butter 2 tbsp
Oil for frying

Filling Ingredients:

Gram lentils (boiled) 1 cup
Cumin seeds (roasted and crushed) 1 tbsp
Dried round red chillies 6
Salt to taste

Method:

- Mix flour, clarified butter and salt in a bowl; knead into dough with luke-warm water.
- Blend all filling ingredients in a blender.
- Make small balls out of dough; spread out with fingers; fill with little lentil mixture and reshape into balls. Keep aside for a while.
- Roll out into puris.
- Heat oil in a wok; fry kachoris golden; remove on absorbent paper.



سوُجی کا حلوہ

ترکیب:

سوُجی کو فرائننگ پیسن میں ہلکا سا بھون کر نکال لیں۔ الائچیوں کو ایک کھانے کے چمچے چینی کے ہمراہ پیسن لیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کر کے اس میں پیسی ہوئی الائچی اور لوٹکس بھونیں، اس میں باقی چینی، پانی اور زردے کا رنگ شامل کر کے چند منٹ پکائیں۔ اُبال آنے لگے تو اس میں سوُجی اور دودھ ڈالیں اور چمچ چلاتے ہوئے پکائیں۔ آمیزہ گاڑھا ہونے لگے تو کنارہ چھوڑنے تک بھون کر سر ونگ ڈش میں نکال لیں اور بادام پستے سے سجا کر پیش کریں۔

¼ چائے کا چمچ

½ پیالی

2 کھانے کے چمچے

¼ پیالی

زردے کا رنگ

پانی

تیل

ایک پیالی

1½ پیالی + ایک کھانے کا چمچ

½ پیالی

4 عدد

4 عدد

اجزاء:

سوُجی

چینی

تازہ دودھ

لوٹکس

چھوٹی الائچیاں

Semolina Halwa

Ingredients:

Semolina	1 cup
Sugar	1 ½ cups + 1 tbsp
Fresh milk	½ cup
Cloves	4
Green cardamoms	4
Yellow food colour	¼ tsp
Water	½ cup
Oil	2 tbsp
Almonds, pistachios (finely cut)	¼ cup

Method:

- Roast semolina lightly in a frying pan; remove.
- Grind cardamoms with 1 tbsp sugar.
- Heat oil in a wok; fry ground cardamoms and cloves. Add remaining sugar, water and food colour; cook for few minutes.
- Bring to boil; add semolina and milk; stir continuously while cooking.
- Fry till halwa thickens and leaves sides of wok. Remove in a serving dish; garnish with almonds and pistachios.



شادی

شادی یا رخصتی وہ دن ہے جب دلہن کے گھر والے میزبان کی حیثیت سے دولہا والوں کا استقبال کرتے ہیں ان کے گلے میں پھولوں کے ہار ڈالتے ہیں اور ان کی راہوں میں پھول بکھیرتے ہیں۔ دلہن والے اپنے طور پر اس دن کو یادگار بنانے کے سارے اہتمام کرتے ہیں اور سب سے زیادہ اہمیت اس موقع پر آنے والوں کی خاطر تواضع کی ہوتی ہے۔ پہلے شادی کے موقع پر بریانی، قورسے اور زردے کا رواج تھا لیکن بدلتے وقت کے ساتھ اس مینو میں قورسے، بریانی کے علاوہ چکن بروسٹ، وان ٹون اور قلفی کے ساتھ دیگر کئی مزے دار چیزوں کا اضافہ ہوا ہے۔





تلے ہوئے وان ٹونز

ترکیب:

ایک پیالے میں قیمہ لال مرچ، کالی مرچ، چاٹ مصالحہ اور نمک ملا لیں۔ انڈے میں میدہ اور نمک ملا کر پھیٹ لیں۔ سموسے کی پٹیوں کے چوکور ٹکڑے کاٹ لیں۔ ہر ٹکڑے کے درمیان میں تھوڑا سا مرغی کا قیمہ رکھیں اور اسے وان ٹون کی شکل دیتے ہوئے انڈے کے آمیزے سے چپکا کر بند کر لیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور وان ٹون تل کر نکال لیں۔

۱/۴ چائے کا چمچ
حسب ذائقہ
تلنے کے لئے

پسی ہوئی کالی مرچ
نمک
تیل

اجزاء
مرغی کا قیمہ 125 گرام
سموسے کی پٹیاں 4 عدد
انڈہ ایک عدد
میدہ ایک کھانے کا چمچ
گٹی ہوئی لال مرچ ۱/۲ چائے کا چمچ
چاٹ مصالحہ ۱/۲ چائے کا چمچ

Fried Wontons

Ingredients:

Chicken mince	125 grams
Samosay strips	4
Egg	1
Refined flour	1 tbsp
Red chillies (crushed)	½ tsp
Chaat masala	½ tsp
Black pepper powder	¼ tsp
Salt	to taste
Oil	for frying

Method:

- Mix mince, red chillies, black pepper, chaat masala and salt in a bowl.
- Mix flour and salt in egg; whisk.
- Cut samosay strips into squares.
- In every square place a little mince mixture; shape into wontons and seal edges with egg.
- Heat oil in a wok; fry wontons; remove.



FOOD DIARIES

مرغی کا بادامی قورمہ

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کریں اور پیاز تیل کر ڈال لیں۔ اسی دیکھی میں الائچیاں، لونگیں، کالی مرچیں، دھنیا، لہسن اور مکہ ڈال کر بھون لیں۔ مرغی کے ٹکڑے شامل کر کے ملائیں، پھر باقی پانی اور پیاز شامل کر کے مرغی کے ٹکڑے گل جانے تک پکائیں۔ جب سالن گاڑھا ہو جائے تو اس میں جانفل جاوتری، کیوڑہ، بادام اور چینی ڈال کر دم پر رکھ دیں۔

ایک کھانے کا چمچ
1/4 چائے کا چمچ
100 گرام
1/2 چائے کا چمچ
2 1/2 پیالی
ایک کھانے کا چمچ
4 کھانے کے چمچ

پسی ہوئی لال مرچ
پسی ہوئی جانفل جاوتری
بادام (چھلے ہوئے)
کیوڑہ
پانی
نمک
تیل

ایک کلو
250 گرام
1/2 چائے کا چمچ
6 عدد
10 عدد
4 عدد
250 گرام
12 عدد
2 کھانے کے چمچ
1 1/2 کھانے کے چمچ

مرغی کے ٹکڑے
دہی (بھینٹی ہوئی)
چینی
لونگیں
چھوٹی الائچیاں
بڑی الائچیاں
پیاز (باریک کٹی ہوئی)
ثابت کالی مرچیں
پسا ہوا دھنیا
پسا ہوا لہسن اور مکہ

Chicken Almond Qorma

Ingredients:

Chicken pieces	1 kg
Yogurt (whipped)	250 grams
Sugar	1/2 tsp
Cloves	6
Small cardamoms	10
Big cardamoms	4
Onions (finely cut)	250 grams
Black peppercorns	12
Coriander powder	2 tbsp
Ginger/garlic paste	1 1/2 tbsp
Red chillies powder	1 tbsp
Nutmeg/maze powder	1/4 tsp
Almonds (peeled)	100 grams
Screw pine	1/2 tsp
Water	2 1/2 cups
Salt	1 tbsp
Oil	4 tbsp

Method:

- Heat oil in a pot; fry onions; remove.
- Fry cardamoms, cloves, peppercorns, coriander, ginger/garlic, yogurt, red chillies, 1/2 cup water and salt in the same pot.
- Add chicken pieces; stir; add remaining water, and onions; cook till chicken is tender.
- When curry thickens, add nutmeg/maze, screw pine, almonds and sugar; leave on dum.



سندھی بریانی

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کریں، لہسن اور مک، مرغی کے ٹکڑے، پیسی ہوئی ہری مرغ، دھنیا لال مرغ، ٹماٹر، ثابت گرم مصالحہ اور نمک ڈال کر بھونیں، پھر 1/2 پیالی پانی ڈال کر مرغی گلنے تک پکائیں۔ اس میں وہی اور پیاز ڈال کر آمیزہ گاڑھا ہونے تک پکائیں، پھر آلو، ہری مرغیں اور آلو بخارے ڈال کر 5 منٹ تک پکائیں۔ ایک ٹھلے منہ کی دیکھی میں 1/2 چاولوں کی تہہ لگائیں، اس میں مرغی کے آمیزے اور ہرے دھننے کی تہہ لگا کر باقی چاول ڈال دیں۔ اس کے اوپر گھی، کیوڑہ، گرم مصالحہ اور زردے کا رنگ ڈال کر دم پر رکھ دیں۔

Sindhi Biryani

Ingredients:

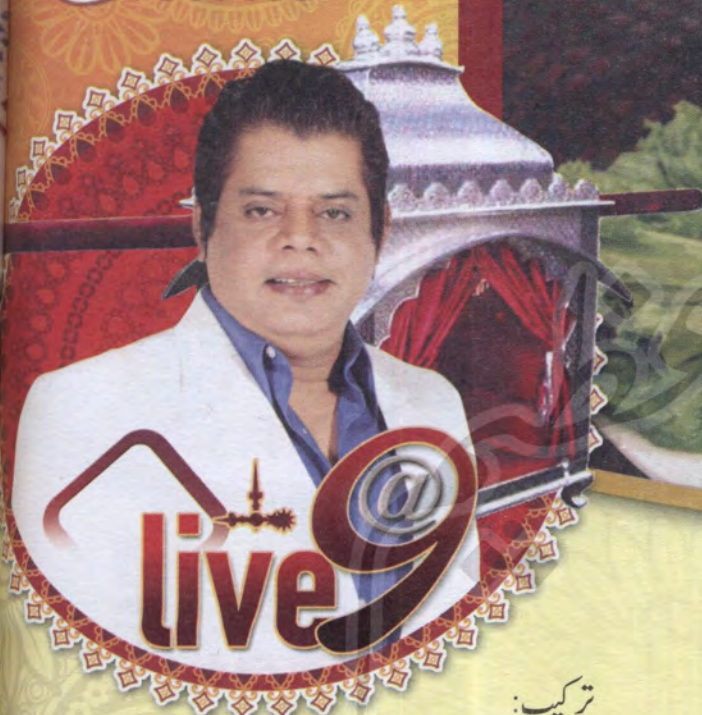
Chicken pieces	1 kg
Rice (boiled)	1/2 kg
Potatoes (cubed and fried)	1/2 kg
Yogurt (whipped)	1 cup
Tomatoes (chopped)	4
Green chillies paste	6
Coriander powder	2 tbsp
Hot spices (whole)	1 tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Red chilli powder	2 tsp
Salt	2 tsp
Green chillies	8
Dried plums	12
Onions (fried)	1 cup
Fresh coriander (finely cut)	1/2 tsp

Screw pine	1 tbsp
Yellow food colour (dissolved in water)	1/4 tsp
Clarified butter	2 tbsp
Oil	3/4 cups

Method:

- Heat oil in a pot; add ginger/garlic, chicken, green chilli paste, coriander, red chillies, tomatoes and salt; fry. Add 1/2 cup water; cook till chicken is tender.
- Add yogurt and onions; cook till gravy thickens. Add potatoes, green chillies and dried plums; cook for 5 minutes.
- Layer a wide-necked pot with 1/2 rice; chicken and fresh coriander; top with remaining rice.
- Sprinkle clarified butter, screw pine, hot spices and food colour; leave on dum.

مرغی کے ٹکڑے	ایک کلو
چاول (اُبلے ہوئے)	1/2 کلو
آلو (چوکور کٹے اور تلے ہوئے)	1/2 کلو
دہی (بھینٹی ہوئی)	ایک پیالی
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	4 عدد
پیسی ہوئی ہری مرغیں	6 عدد
پسا ہوا ہر ادھنیا	2 کھانے کے چمچے
ثابت گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچ
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا لہسن اور مک	2 کھانے کے چمچے
پیسی ہوئی لال مرغ	2 چائے کے چمچے
ثابت ہری مرغیں	8 عدد



چکن بروسٹ

ترکیب:

ایک پیالے میں مرغی کے ٹکڑے، سرکہ، لال مرچ، پیپٹا اور نمک ملا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ ایک ڈبے میں بروسٹ مصالحہ ڈالیں اس میں مرغی کے ٹکڑے ڈال کر اچھی طرح سے ہلائیں۔ مرغی کے ٹکڑوں کو انڈے میں لپیٹ کر دوبارہ ڈبے میں ڈال کر ہلائیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کر کے مرغی کے ٹکڑے اس میں ڈالیں اور ڈھکن ڈھانک کر ہلکی آنچ پر سنہری رنگ آنے تک پکائیں۔ مزیدار بروسٹ سلاڈ پتے اور پیاز سے سجا کر پیش کریں۔

☆ بروسٹ مصالحہ بنانے کے لئے میدہ 2 پیالی، چاول کا آٹا 1/2 پیالی اور کارن فلوئڈ 1/2 پیالی چھان کر بلینڈر میں ڈالیں۔ اس میں چکن پاؤڈر 4 کھانے کے چمچے، گارلک پاؤڈر 2 کھانے کے چمچے، پیسی ہوئی سفید مرچ 4 کھانے کے چمچے، چائینز نمک 2 کھانے کے چمچے اور نمک 2 کھانے کے چمچے شامل کر کے یکجان کر لیں اور حسب ضرورت استعمال کریں۔

Chicken Broast

Ingredients:

Chicken pieces (with skin)	8 pieces
Papaya paste	4 tbsp
Red chilli powder	1 tbsp
☆ Broast masala	as required
Eggs (beaten)	4
White vinegar	1 tbsp
Salt	to taste
Oil	for frying
Lettuce, onions	for garnishing

Method:

- Marinate chicken pieces with vinegar, red chillies, papaya and salt; keep aside for 1 hour.
- Put broast masala in a box; add chicken pieces and shake well.
- Coat chicken pieces with egg; place again in box; shake.
- Heat oil in a wok; cook chicken pieces on low flame with lid on till golden.
- Garnish with lettuce and onions; serve.
- ☆ To make broast masala take refined flour 2 cups, rice flour 1/2 cup and cornflour, 1/2 cup; sieve and put in blender. Add chicken powder 4 tbsp, garlic powder 2 tbsp, white pepper powder 4 tbsp, Chinese salt 2 tbsp and salt 2 tbsp; blend. Use as required.

اجزاء:

مرغی کے ٹکڑے (بمقہ جلد)

8 ٹکڑے

پیسا ہوا کچا پیپٹا

4 کھانے کے چمچے

پیسی ہوئی لال مرچ

ایک کھانے کا چمچ

☆ بروسٹ مصالحہ

حسب ضرورت

انڈے (پھینٹے ہوئے)

4 عدد



شادی کا

شاہی قلفی

ترکیب:

دہلی میں دودھ اُبالیں اور اس میں چینی گھول لیں۔ دودھ میں کارن فلور ملا کر گاڑھا کریں۔ اس میں باقی تمام اجزاء ملا کر چولہا بند کر دیں۔ جب دودھ ٹھنڈا ہو جائے تو اسے سانچوں میں بھر کر کم از کم 4 گھنٹوں کے لئے فریڈر میں رکھیں۔ جب قلفی جم جائے تو سانچے سے نکالیں، اسے ناریل اور چاندی کے ورق سے سجا کر پیش کریں۔

ایک چائے کا چمچ

ایک کھانے کا چمچ

1/4 چائے کا چمچ

ایک چمکی

سجائے کے لئے

کیورڈ

کارن فلور (پانی میں گھلا ہوا)

پسی ہوئی الائچی

زردے کا رنگ

پسا ہوا ناریل، چاندی کا ورق

1/2 کلو

250 گرام

ایک پیالی

ایک پیالی

1/2 پیالی

25 گرام

25 گرام

25 گرام

اجزاء:

تازہ دودھ

کریم

کھویا

کنڈینسڈ ملک

چینی

بادام (چوپ کیا ہوا)

پستے (چوپ کیا ہوا)

اخروٹ (چوپ کیا ہوا)

Royal Kulfi

Ingredients:

Fresh milk	1/2 kg
Cream	250 grams
Whole dried milk	1 cup
Condensed milk	1 cup
Sugar	1/2 cup
Almonds (chopped)	25 grams
Pistachios (chopped)	25 grams
Walnuts (chopped)	25 grams
Screw pine	1 tsp
Cornflour (dissolved in water)	1 tbsp
Cardamom powder	1/4 tsp
Yellow food colour	1 pinch
Desiccated coconut, sterling silver leaf	for garnishing

Method:

- Boil milk in a pot; dissolve sugar in it.
- Add cornflour and thicken milk.
- Add remaining ingredients; turn off flame.
- Allow the milk to cool; pour into kulfi moulds; place in freezer for at least 4 hours.
- When kulfi sets, remove from mould; garnish with coconut and sterling silver leaf; serve.



ولیمہ

شادی کی تقریبات کا اختتام ولیمہ کی تقریب سے ہوتا ہے۔ اس تقریب کے میزبان دولہا والے بھی مہمانوں کی عزت افزائی کے لئے اپنی حتی الوسع کوشش کرتے ہیں۔ ان کے استقبال کے لئے پھولوں کے تھال سجائے جاتے ہیں جب کہ ان کی خاطر تواضع سلا، چٹنیاں، میسنی، جھینگے، باربی کیو، فوائل چائیں، چکن فرائیڈز، گلاب جامن اور کھیر پیش کر کے کی جاتی ہے۔



باربی کیو فوائلی چانپیں

ترکیب:

چانپوں پر پیٹا اور نمک لگا کر 15 منٹ کے لئے رکھ دیں۔ اس میں باقی تمام اجزاء ملائیں۔ المونیم فوائل کے ٹکڑوں پر ایک ایک چانپ رکھ کر اسے پلیٹ لیں۔ انگیٹھی پر کونے گرم کریں اس کے اوپر جالی رکھیں اور جالی کے اوپر چانپیں رکھ دیں اور تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد انہیں پلٹے رہیں۔ 15 منٹ کے بعد ایک چانپ کو کھول کر دیکھیں۔ اگر وہ اچھی طرح سے گل گئی ہو تو باقی چانپیں اُتار لیں، بصورت دیگر انہیں مزید 5 منٹ تک پکائیں۔ مزیدار چانپیں سلاڈپے، ٹماٹر، کھیرے، پیاز اور لیموں سے سجا کر پیش کریں۔

حسب ذائقہ

3 کھانے کے چمچے

سلاڈپے، ٹماٹر، پیاز، کھیرا، لیموں سجانے کے لئے

نمک

تیل

1/2 کلو

1/4 گڈی

ایک چائے کا چمچ

ایک کھانے کا چمچ

2 کھانے کے چمچے

3 کھانے کے چمچے

اجزاء:

بکرے کی چانپیں

ہر ادھیا (چوپ کیا ہوا)

پسی ہوئی ہلدی

پسی ہوئی لال مرچ

پسا ہوا آہن اورک

پسا ہوا کچا پیٹا

Barbecue Foil Chops

Ingredients:

Mutton chops	1/2 kg
Fresh coriander (chopped)	1/4 bunch
Turmeric powder	1 tsp
Red chilli powder	1 tbsp
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Raw papaya paste	3 tbsp
Salt	to taste
Oil	2-3 tbsp
Lettuce leaves, tomatoes, onion, cucumber and lemon	for garnishing

Method:

- Marinate chops with papaya and salt; keep aside for 15 minutes.
- Add remaining ingredients.
- Individually wrap chops in aluminum foil strips.
- Grill chops on barbecue grill; turn them over at intervals. After 15 minutes, check if chops are ready.
- If tender, remove them; otherwise cook for another 5 minutes.
- Garnish with cut lettuce leaves, tomatoes, onion and lemon; serve.



بیسنی جھینگے

ترکیب:

جھینگوں کو صاف کر کے ان کے درمیان میں کٹ لگائیں مگر دم علیحدہ نہ ہونے دیں۔ ایک پیالے میں تیل کے علاوہ باقی تمام اجزاء تھوڑا سا پانی ڈال کر یکجان کر لیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں، جھینگوں کو آمیزے میں لپیٹیں اور کڑاہی میں سنہری تل کر نکال لیں۔ مزیدار جھینگے ٹماٹر سے سجا کر پیش کریں۔

ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی) 2 عدد
نمک حسب ذائقہ
تیل تلنے کے لئے
ٹماٹر سجانے کے لئے

اجزاء:
جھینگے
بیسن (چھنا ہوا)
ہر ادھنیا (چوپ کیا ہوا)
پودینہ (چوپ کیا ہوا)
گلی ہوئی لال مرچ
پسی ہوئی کھٹائی
ادرک (چوپ کیا ہوا)

300 گرام
½ پیالی
2 کھانے کے چمچے
2 کھانے کے چمچے
½ چائے کا چمچ
½ چائے کا چمچ
ایک درمیانہ ٹکڑا

Gram Flour Prawns

Ingredients:

Prawns	300 grams
Gram flour (sieved)	½ cup
Fresh coriander (chopped)	as required
Mint leaves (chopped)	as required
Red chillies (crushed)	½ tsp
Citric acid powder	½ tsp
Ginger (chopped)	1 medium piece
Green chillies (chopped)	2
Salt	to taste
Oil	for frying
Tomatoes	for garnishing

Method:

- Clean prawns and slit from the center; do not remove tail.
- Mix all ingredients except oil in a bowl; add little water to make a batter.
- Heat oil in a wok; coat prawns with batter; fry them golden.
- Garnish with tomatoes; serve.



چکن فرائیڈ رائس

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (اُبلی اور ریش کی ہوئی)
چاول (اُبلے ہوئے)
شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)
بند گوبھی (باریک کٹی ہوئی)
انڈہ
گاجر (باریک کٹی ہوئی)
ہری پیاز (سبز اور سفید حصہ علیحدہ کر لیں)
مرغی کی بخنی
وارچسٹر سائز ساس
سفید سرکہ

ایک پیالی
3 پیالی
ایک عدد
ایک عدد
ایک عدد
2 عدد
ایک پیالی
1/2 پیالی
ایک چائے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ

چائیز نمک
پسی ہوئی کالی مرچ
سویا ساس
نمک
تیل
ہری پیاز

1/2 چائے کا چمچ
1/2 چائے کا چمچ
2 کھانے کے چمچے
ایک کھانے کا چمچ
1/2 پیالی
سجانے کے لئے

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے ہری پیاز کا سفید حصہ سنہری کریں اس میں گاجر، مرغی، چائیز نمک، کالی مرچ اور نمک ڈال کر اچھی طرح سے ملا لیں۔ اس میں چاول، سویا ساس، وارچسٹر سائز ساس اور انڈہ ملائیں۔ اس میں باقی اجزاء ڈال کر اچھی طرح سے ملا لیں اور دم پر رکھ دیں۔ مزیدار چاولوں کو ہری پیاز سے سجا کر پیش کریں۔

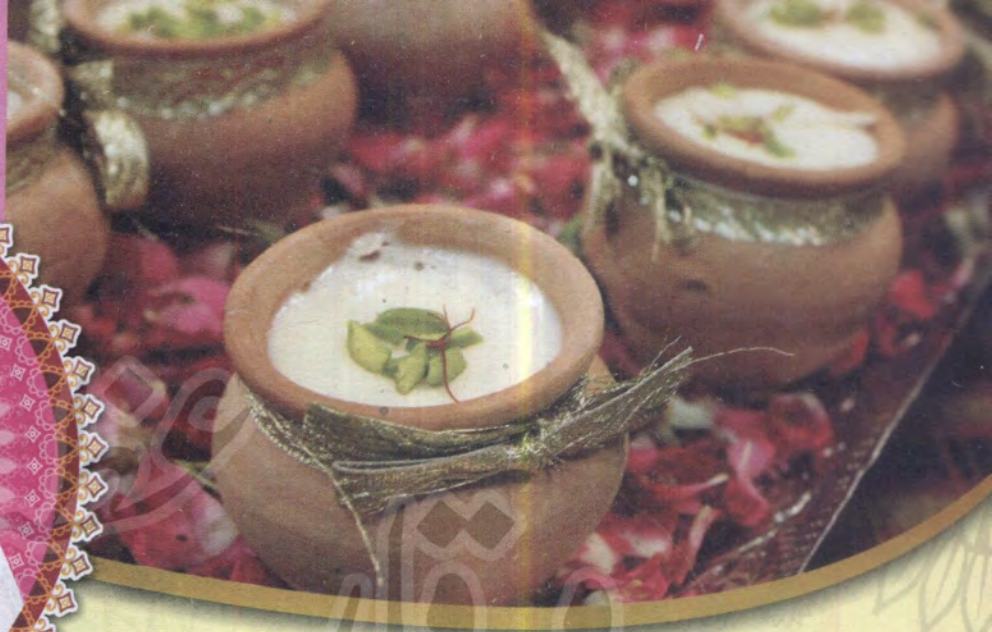
Chicken Fried Rice

Ingredients:

Chicken pieces (boiled and shredded)	1 cup
Rice (boiled)	3 cups
Capsicum (finely cut)	1
Cabbage (finely cut)	1
Egg (beaten)	1
Carrots (finely cut)	2
Spring onions (separate the green parts from the white)	1 cup
Chicken stock	1/2 cup
Worcestershire sauce	1 tsp
White vinegar	1 tsp
Chinese salt	1/2 tsp
Black pepper powder	1/2 tsp
Soya sauce	2 tbsp
Salt	1 tbsp
Oil	1/2 cup
Spring onions	for garnishing

Method:

- Heat oil in a pot; fry the white part of spring onions till golden.
- Add carrots, chicken, Chinese salt, black pepper and Salt; mix thoroughly.
- Add rice, soya sauce, Worcester sauce and egg.
- Add remaining ingredients and mix well; leave on dum.
- Garnish rice with spring onions and serve.



اسپیشل دہلی کی کھیر

ترکیب:

چاولوں کو رات بھر کے لئے بھگو کر رکھیں پھر ہاتھوں سے انہیں باریک پیس لیں۔ دہی میں دودھ اُبالیں اور اس میں چاولوں کو نرم ہونے تک پکائیں۔ اس میں چینی ڈال کر 15 منٹ تک پکائیں، پھر شوکھا ہوا دودھ اور بادام پستے ملا کر گاڑھا ہونے تک پکا کر چولہا بند کر دیں۔ اس میں زعفران اور کیوڑہ ملائیں اور مٹی کی چھوٹی چھوٹی مٹکیوں میں نکالیں، پھر بادام پستے اور زعفران سے سجا کر پیش کریں۔

ایک چائے کا چمچ
سجانے کے لئے

کیوڑہ
بادام پستے، زعفران

2 کلو
6 کھانے کے چمچ
ایک پیالی
ایک پیالی
4 کھانے کے چمچ
1/2 چائے کا چمچ

اجزاء:
تازہ دودھ
چاول
چینی
شوکھا ہوا دودھ
بادام پستے (باریک کئے ہوئے)
زعفران

Special Delhi Rice Pudding

Ingredients:

Fresh milk	2 kg
Rice	6 tbsp
Sugar	1 cup
Milk powder	1 cup
Almonds, pistachios (finely cut)	4 tbsp
Saffron	1/2 tsp
Screw pine	1 tsp
Almonds, pistachios, saffron	for garnishing

Method:

- Soak rice overnight; crush them finely with fingers.
- Boil milk in a pot; add rice; cook till rice softens.
- Add sugar; cook for 15 minutes; add milk powder, almonds and pistachios; cook till thick; remove from flame.
- Add saffron and screw pine; put in small earthenware bowls.
- Garnish with almonds, pistachios and saffron; serve.



گلاب جامن

ترکیب:

دیہی میں شیرے کے اجزاء ملا کر ایک تار بننے تک پکائیں اور چولہے سے ہٹالیں۔ میدے میں سوڈا الائچی، انڈہ اور گھی ملا کر گوندھ لیں۔ اس آمیزے کی چھوٹی چھوٹی بالز بنالیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور انہیں سنہری تل کر شیرے میں شامل کر دیں۔ تھوڑی دیر بعد گلاب جامنوں کو نکال کر سر ونگ ڈش میں ڈالیں۔ اسے چاندی کے ورق، بادام اور پستے سے سجا کر پیش کریں

شیرے کے اجزاء:

چینی 1/2 کلو
پانی 2 پیالی
چھوٹی الائچیاں 4 عدد

اجزاء:
میدہ (چھٹا ہوا) 2 پیالی
کھانے کا سوڈا 1/4 چائے کا چمچ
پسی ہوئی الائچی ایک چمچی
انڈہ ایک عدد
گھی 2 کھانے کے چمچے
تیل تلنے کے لئے
چاندی کے ورق، بادام، پستے سجانے کے لئے

Gulab Jamun

Ingredients:

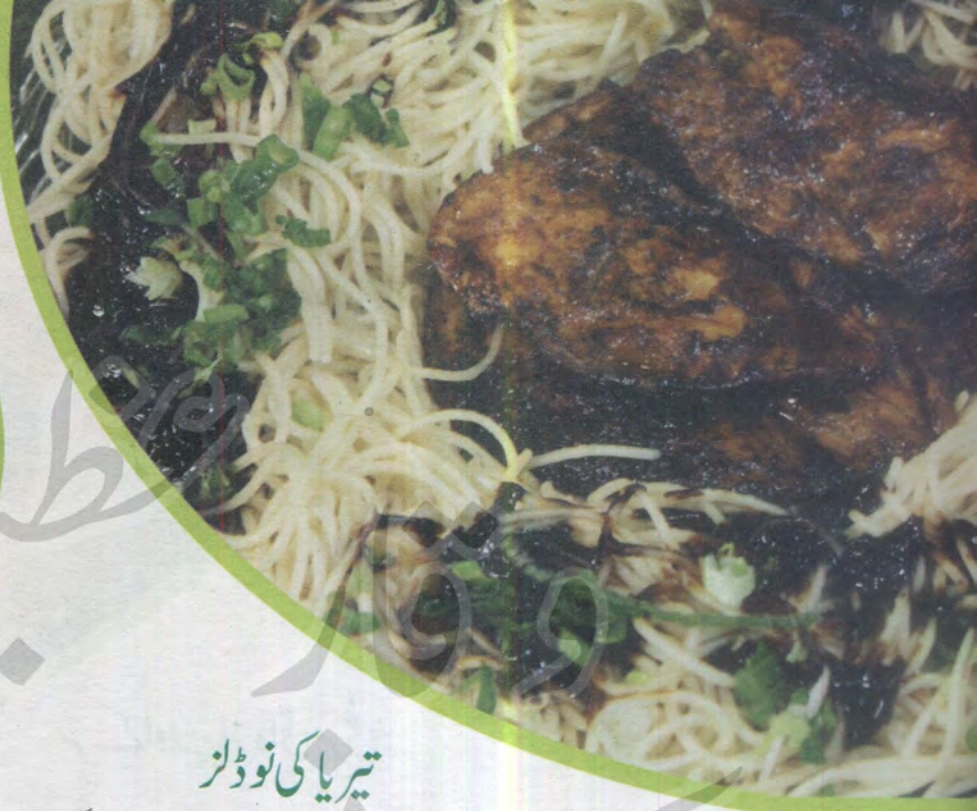
Refined flour (sieved) 2 cups
Baking soda 1/4 tsp
Cardamom powder 1 pinch
Egg 1
Clarified butter 2tbsp
Oil for frying
Sterling silver leaf, almonds, pistachio for garnishing

Syrup ingredients:

Sugar 1/2 kg
Water 2 cups
Green cardamoms 4

Method:

- Mix syrup ingredients in a pot; cook till sugar has dissolved and a syrupy consistency is achieved.
- Mix soda, cardamom, egg and clarified butter in flour; knead into dough.
- Make small balls from dough.
- Heat oil in wok; fry balls till golden and place in syrup.
- Remove in serving dish after a while; garnish with sterling silver leaf, almonds and pistachios; serve.



تیریا کی نوڈلز

ترکیب:

فرائننگ پیمن میں تھوڑا سا تیل گرم کریں اور نوڈلز کو ہلکا سا تیل کر سرونگ ڈش میں نکال لیں۔ مرغی کے سینوں کو 2 ٹکڑوں میں کاٹیں، اُن پر تیل کے علاوہ باقی تمام اجزاء ملا کر رکھ لیں۔ فرائننگ پیمن میں تیل گرم کریں اور مرغی کے سینے رنگ تبدیل ہونے تک پکا کر نوڈلز کے اوپر رکھ دیں۔ ساس پیمن میں ساس کے اجزاء کو ہلکا سا پکائیں اور اسے مرغی اور نوڈلز کے اوپر ڈال کر پیش کریں۔

★ چکن کیوب والا امیدہ بنانے کے لئے 2 ½ پیالی میدے میں 10 پیکٹ چکن کیوب توڈر شامل کریں اور ہاتھوں سے مسل کر یکجان کر لیں۔ اس آمیزے کو بنا کر فرج میں رکھ لیں اور حسب ضرورت استعمال کریں۔

ساس کے اجزاء:

3 کھانے کے چمچے
تیریا کی ساس
ایک چائے کا چمچ
سویا ساس
ایک کھانے کا چمچ
براؤن چینی
★ چکن کیوب ملا میدہ
½ کھانے کا چمچ

مرغی کے اجزاء:

نوڈلز (اُبلے ہوئے) 300 گرام
مرغی کے سینے 2 عدد
تیریا کی ساس 3 کھانے کے چمچے
سویا ساس 2 کھانے کے چمچے
★ چکن کیوب ملا میدہ ایک کھانے کا چمچ
ادرک (چوپ کی ہوئی) ایک چائے کا چمچ
نمک حسب ذائقہ
تیل ½ پیالی
ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا) سجانے کے لئے

Teriyaki Noodles

Chicken ingredients:

Noodles (boiled) 300 grams
Chicken breasts 2
Teriyaki sauce 3 tbsp
Soya sauce 2 tbsp
★ Chicken cube flour 1 tbsp
Ginger (chopped) 1 tsp
Salt to taste
Oil ½ cup
Fresh coriander (finely cut) for garnishing

Sauce ingredients:

Teriyaki sauce 3 tbsp
Soya sauce 1 tsp
Brown sugar 1 tbsp
★ Chicken cube flour ½ tbsp

Method:

- Heat little oil in a frying pan; stir-fry noodles and remove in serving dish.
- Cut chicken breasts into two; mix all ingredients except oil; keep aside.
- Heat oil in frying pan; fry chicken till it changes colour; place on top of noodles.
- Lightly cook sauce ingredients in a saucepan; pour on top of noodles and chicken; serve.

★ For chicken cube flour break 10 packets of chicken cubes in 2 ½ cups flour and mix thoroughly with fingers. Refrigerate and use as and when required.



سر کے اور پیاز والی مرغی

ترکیب:

دیکھی میں مرغی کے ٹکڑے ہر کدہ زردے کا رنگ باہن ادرک اور نمک ملا کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ گڑا ہی میں تیل گرم کر کے مرغی کے ٹکڑے تل کر نکال لیں۔ ایک دیکھی میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کر کے پیاز بادامی کریں اس میں مرغی اور باقی اجزاء ڈال کر دم پر رکھ دیں۔

1/2 پیالی
ایک چائے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ
حسب ذائقہ
تلنے کے لئے

سفید سرکہ
کٹی ہوئی کالی مرچ
پیاز باہن ادرک
نمک
تیل

اجزاء:
مرغی کے ٹکڑے
لیموں
پیاز (باریک کٹی ہوئی)
ثابت گول لال مرچیں
ثابت ہری مرچیں
زردے کا رنگ

ایک عدد
2 عدد
4 عدد
6 عدد
6 عدد
ایک چمچ

Chicken with Vinegar and Onions

Ingredients:

Chicken pieces	1
Lemons	2
Onions (finely cut)	4
Dried red round chillies	6
Green chillies	6
Yellow food colour	1 pinch
White vinegar	1/2 cup
Black pepper (crushed)	1 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Salt	to taste
Oil	for frying

Method:

- Cook chicken, vinegar, food colour, ginger/garlic and salt in a pot till dry.
- Heat oil in a wok; fry chicken pieces; remove.
- Heat 2 tbsp oil in a pot; fry onions brown; add chicken and remaining ingredients; leave on dum.



پران فنگرز

ترکیب:

ایک پیالے میں جھینگے کے علاوہ میرینڈ کے اجزاء ملائیں، ان میں جھینگے ملا کر 1/2 گھنٹے کے لئے رکھ دیں، پھر انہیں کانٹے کی مدد سے چٹل لیں۔ اس میں کارن فلوور، کالی مرچ، چینی اور نمک ملا لیں۔ سلاؤں کے کنارے کاٹ کر انہیں 2 ٹکڑوں میں کاٹیں اور جھینگے کا آمیزہ ان پر لگائیں۔ اس کے اوپر ڈبل روٹی کا چوڑا، بادام اور انڈے کی سفیدی لگائیں۔ کڑائی میں تیل گرم کریں اور سلاؤں تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔

فنگرز کے اجزاء:	میرینڈ کے اجزاء:
ڈبل روٹی کا چوڑا	1/2 کلو
انڈوں کی سفیدی (چھینٹی ہوئی)	ایک پیالی
بائی ڈبل روٹی	ایک چائے کا چمچ
بادام (چوپ کئے ہوئے)	ایک چائے کا چمچ
کارن فلوور	ایک چائے کا چمچ
چینی	2 کھانے کے چمچ
پسی ہوئی کالی مرچ	
نمک	
تیل	

Prawn Fingers

Marinade ingredients:

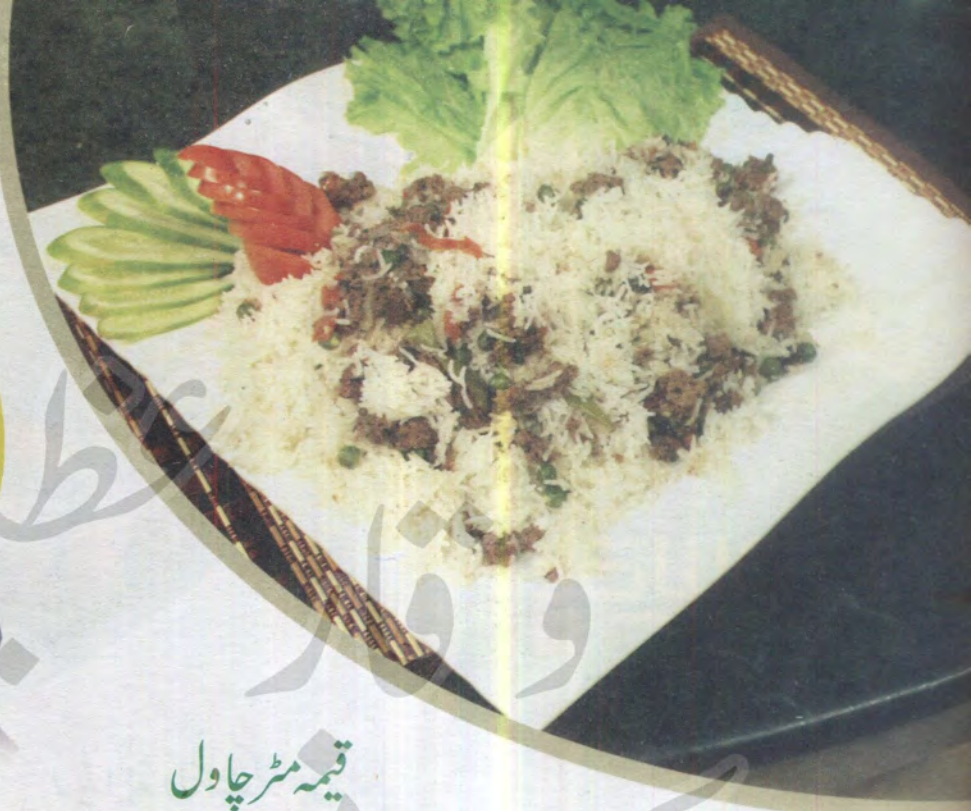
Refined flour (sieved)	1 cup
Baking powder	1 tsp
Sugar	1 tsp
White pepper powder	1 tsp
Cornflour	2 tbsp

Finger ingredients:

Shrimps	1/2 kg
Breadcrumbs	1 cup
Egg whites (beaten)	2
Stale bread	6 slices
Almonds (chopped)	10
Cornflour	1 tsp
Sugar	1/4 tsp
Black pepper powder	1/2 tsp
Salt	to taste
Oil	for frying

Method:

- Mix marinade ingredients except shrimps in a bowl; add shrimps and keep aside.
- After half an hour, mash shrimps with the help of a fork.
- Add cornflour, black pepper, sugar and salt; mix.
- Cut off crusts of bread; cut into half and spread mixture on top.
- Sprinkle breadcrumbs and almonds over them and brush with egg whites.
- Heat oil in a wok; fry bread; dish out on absorbent paper.



قیمہ مٹر چاول

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے بسن ادراک اور قیمہ پانی خشک ہونے تک بھونیں۔ اس میں پیاز ہری مرچیں، گرم مصالحہ دہی، ٹماٹر اور نمک ڈال کر خوب اچھی طرح سے بھونیں، پھر مٹر ہرا دھنیا اور پودینہ ملا لیں۔ ایک ٹھلے منہ کی دیکھی میں ½ چاول، قیمہ، ہرا دھنیا اور پودینہ ڈال کر باقی چاولوں کی تہہ لگائیں۔ اس کے اوپر کیورہ چھڑکیں اور دم پر رکھ دیں۔ مزیدار قیمہ مٹر چاول ٹماٹر اور سلا دپتے سے سجا کر پیش کریں۔

Mince Peas Rice

Ingredients:

Beef mince	½ kg
Peas (boiled)	1 cup
Rice (boiled)	300 grams
Onions (finely cut)	2
Green chillies (finely cut)	4
Fresh coriander (finely cut)	¼ bunch
Hot spices powder	1 tsp
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Yogurt (beaten)	125 grams
Tomatoes (finely cut)	2
Mint leaves (finely cut)	¼ bunch
Screwpine	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	¼ cup
Tomatoes, lettuce	for garnishing

Method:

- Heat oil in a pot; fry ginger/garlic and mince till water dries.
- Add onions, green chillies, hot spices, yogurt, tomatoes and salt; fry thoroughly.
- Mix in peas, coriander and mint leaves.
- Layer a wide-necked pot with ½ rice, mince, coriander and mint leaves, and remaining rice.
- Sprinkle screwpine; leave on dum.
- Garnish Mince Peas Rice with tomatoes and lettuce; serve.

اجزاء:	گانے کا قیمہ
½ کلو	مٹر (اُبلے ہوئے)
ایک پیالی	چاول (اُبلے ہوئے)
300 گرام	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
2 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)
4 عدد	ہرا دھنیا (باریک کٹی ہوئی)
¼ گڈی	پسا ہوا گرم مصالحہ
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا بسن ادراک
2 کھانے کے چمچے	دہی (بھینٹی ہوئی)
125 گرام	



ریڈ اینڈ وائٹ کڑاہی

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے پیاز اور تھوڑا سا پانی ڈال کر پیاز نرم ہونے اور پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں مرغی اور انڈر کٹ ڈال کر رنگ تبدیل ہونے تک بھونیں۔ اس میں بسن اور ک ملا کر 5 منٹ مزید پکائیں، پھر ٹماٹر کٹی اور پیسی ہوئی لال مرچیں ہلدی زیرہ دھنیا دہی نمک اور پانی ڈالیں اور ڈھکن ڈھا کر 15 منٹ تک پکائیں۔ اس میں ہر ادھنیا ہری مرچیں اور میتھی ملا کر بھونیں پانی خشک ہو جائے تو گھی ڈال کر 5 منٹ تک مزید بھونیں اور پیش کریں۔

ایک کھانے کا چمچ
2 کھانے کے پیچھے
ایک پیالی
حسب ذائقہ
1/2 پیالی
1/4 پیالی

قصوری میتھی
پا ہوا بسن اور ک
پانی
نمک
تیل
سکھی

اجزاء:
مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی) 1/2 کلو
انڈر کٹ 300 گرام
پیاز (باریک کٹی ہوئی) ایک عدد
ٹماٹر (اُبلے ہوئے) 3 عدد
ہری مرچیں (موٹی کٹی ہوئی) 5 عدد
دہی (پھینٹی ہوئی) 125 گرام
ہر ادھنیا (چوپ کیا ہوا) 1/4 گڈی
گٹی ہوئی لال مرچ ایک چائے کا چمچ
پیسی ہوئی لال مرچ ایک چائے کا چمچ
پیسی ہوئی ہلدی ایک چائے کا چمچ
ٹما ہوا سفید زیرہ ایک کھانے کا چمچ
ٹما ہوا دھنیا ایک کھانے کا چمچ

Red and White Karahi

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Undercut	300 grams
Onions (finely cut)	1
Tomatoes (boiled)	3
Green chillies (cut thickly)	5
Yogurt (whipped)	125 grams
Fresh coriander (chopped)	1/4 bunch
Red chillies (crushed)	1 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Turmeric powder	1 tsp
Cumin seeds (crushed)	1 tbsp
Coriander (crushed)	1 tbsp
Dried Fenugreek leaves	1 tbsp
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Water	1 cup
Salt	to taste
Clarified butter	1/4 cup
Oil	1/2 cup

Method:

- Heat oil in a pot; add onions and little water; cook till onion softens and water dries.
- Add chicken and undercut; fry till colour changes.
- Mix in ginger/garlic; cook for 5 minutes; add tomatoes, crushed and powdered red chillies, turmeric, cumin, coriander, yogurt, salt and water; cover with lid and cook for 15 minutes.
- Add fresh coriander, green chillies and fenugreek; fry.
- When water dries add clarified butter and cook for 5 minutes; serve.



ہاٹ فرائیڈ پرائن

ترکیب:

جھینگوں کے درمیان میں نشان لگا کر صاف کریں اور 1/2 پیالی میدے میں انہیں لپیٹ کر رکھ لیں۔ ایک پیالے میں باقی تمام اجزاء ملائیں اور نیم گرم پانی سے گاڑھا آمیزہ تیار کر لیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں، جھینگوں کو آمیزے میں پیشیں اور کڑاہی میں سنہری تل کر نکال لیں۔

2 کھانے کے چمچے

1/2 چائے کا چمچ

1/2 پیالی + 3 کھانے کے چمچے

1/4 چائے کا چمچ

حسب ذائقہ

تلنے کے لئے

کارن فلور

بیکنگ پاؤڈر

میدہ (چھتا ہوا)

پسی ہوئی کالی مرچ

نمک

تیل

300 گرام

ایک انچ کا کلڑا

4 جوے

ایک عدد

1/2 چائے کا چمچ

ایک کھانے کا چمچ

ایک عدد

2 کھانے کے چمچے

اجزاء

جھینگے (بڑے سائز کے)

ادرک (چوپ کر لیں)

لہسن (چوپ کیا ہوا)

ہری پیاز (چوپ کی ہوئی)

پسی ہوئی لال مرچ

اؤسٹرساس

انڈہ

ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)

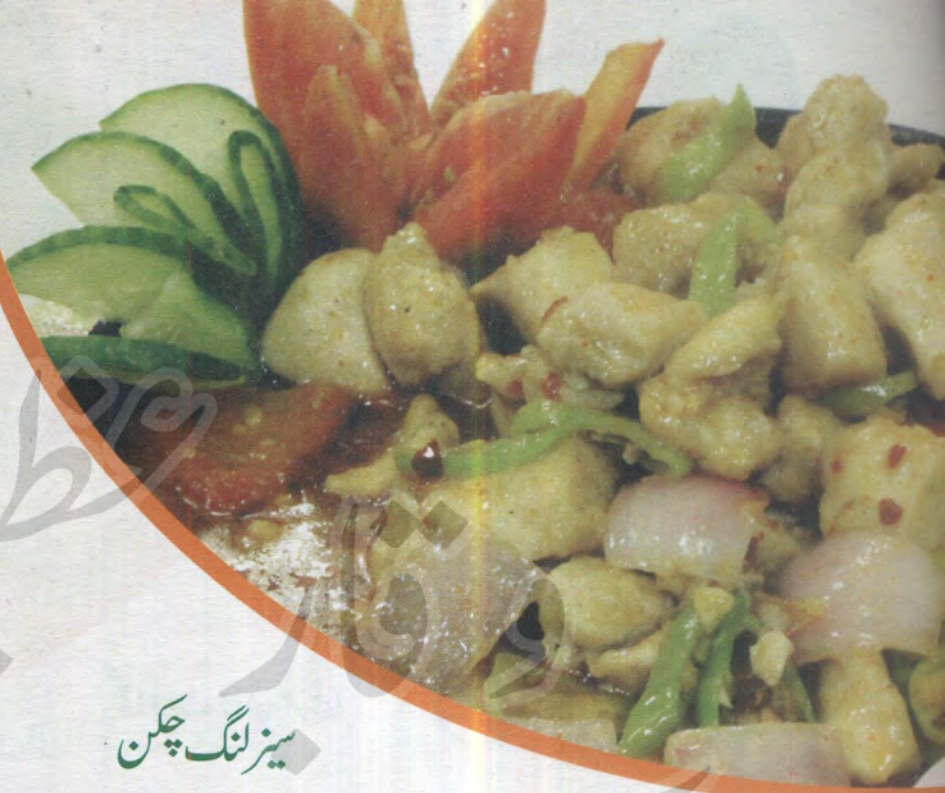
Hot Fried Prawns

Ingredients:

Prawns (large)	300 grams
Ginger (chopped)	1 inch piece
Garlic (chopped)	4 cloves
Spring onions (chopped)	1
Red chilli powder	1/2 tsp
Oyster sauce	1 tbsp
Egg	1
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Cornflour	2 tbsp
Baking powder	1/2 tsp
Refined flour (sieved)	1/2 cup + 3 tbsp
Black pepper powder	1/4 tsp
Salt	to taste
Oil	for frying 1/2 tsp

Method:

- Slit prawns from the center and clean them; coat with flour; keep aside.
- Mix remaining ingredients in a bowl; add luke-warm water and make thick batter.
- Heat oil in a wok; coat prawns with batter and fry golden; remove.



سینر لنگ چکن

ترکیب:

مرغی کی بوٹیوں پر 1/2 سفید مرچ، 1/2 کارن فلور، 1/2 سویا ساس، انڈہ اور نمک ملا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ دیکھی میں تیل گرم کر کے لہسن سنہری کریں اس میں مرغی کی بوٹیاں ڈال کر رنگ تبدیل ہونے تک بھونیں۔ اس میں شملہ مرچ، ٹماٹر، پیاز، ہری مرچیں، بجنی، باقی سویا ساس باقی سفید مرچ اور بجنی ڈال کر اُبال آنے تک پکائیں پھر باقی کارن فلور ڈال کر گاڑھا کریں۔ اسے یز لڑ میں ڈالیں، ٹماٹر اور کھیرے سے سجا کر گرم پیش کریں۔

ہری مرچیں (لہائی میں کٹی ہوئی) 4 عدد
مرغی کی بجنی ایک پیالی
نمک ایک چائے کا چمچہ
مرچوں کا تیل 1/2 پیالی
کھیرا ٹماٹر سجانے کے لئے

اجزاء:
مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی) 1/2 کلو
بجنی 1 1/2 چائے کے چمچے
پسی ہوئی سفید مرچ ایک چائے کا چمچہ
کارن فلور 2 کھانے کے چمچے
سویا ساس 2 کھانے کے چمچے
انڈہ (پھینٹا ہوا) 1/2 عدد
لہسن (چوپ کیا ہوا) ایک کھانے کا چمچہ
شملہ مرچیں (چوکور کٹی ہوئی) 2 عدد
ٹماٹر (چوکور کٹے ہوئے) 2 عدد
پیاز (چوکور کٹی ہوئی) 2 عدد

Sizzling Chicken

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Sugar	1 1/2 tsp
White pepper powder	1 tsp
Cornflour	2 tbsp
Soya sauce	2 tbsp
Egg (beaten)	1/2
Garlic (chopped)	1 tbsp
Capsicums (cubed)	2
Tomatoes (cubed)	2
Onions (cubed)	2
Green chillies (cut lengthwise)	4

Chicken stock	1 cup
Salt	1 tsp
Chilli oil	1/4 cup
Cucumber, tomato	for garnishing

Method:

- Mix 1/2 white pepper, 1/2 cornflour, 1/2 soya sauce, egg and salt with chicken; set aside for 1 hour.
- Heat oil in a pot; fry garlic golden; add chicken pieces; cook till colour changes.
- Add capsicums, tomatoes, onions, green chillies, stock, remaining soya sauce, remaining white pepper, and sugar; bring to boil; add remaining cornflour till gravy thickens.
- Place on a sizzler; garnish with tomato and cucumber; serve hot.



گلاوٹ والی مرغی

ترکیب:

بادام، ناریل، خشکاش اور چنے بلینڈر میں بکجان کر لیں۔ ایک پیالے میں مرغی کے ٹکڑے اور باقی تمام اجزاء ملا کر 2 گھنٹوں کے لئے رکھ دیں۔ دیکھی میں تیل گرم کریں اور مرغی مصالحے سمیت اس میں شامل کر کے گوشت گلنے اور تیل اُپر آنے تک پکائیں۔ مزیدار مرغی ہری پیاز، ٹماٹر اور ہری مرچ سے سجا کر پیش کریں۔

Galavat Chicken

Ingredients:

Chicken pieces	1 kg
Yogurt (whipped)	¾ cup
Desiccated coconut	1 tsp
Poppy seeds	1 tsp
Almonds (roasted)	6
Chickpeas (roasted)	1 tsp
Cumin powder	1 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Black pepper powder	½ tsp
Hot spices powder	½ tsp
Nutmeg and mace powder	½ tsp
Raw papaya paste	1 tsp
Onion (fried and crushed)	2 tbsp
Red chilli powder	1 ½ tsp
Coriander powder	1 tsp
Saffron	¼ tsp

Screwpine	1 tsp
Salt	to taste
Oil	1 cup
Spring onions, tomato, green chillies (for garnishing)	

Method:

- Blend almonds, coconut, poppy seeds and chickpeas in a blender.
- Marinate chicken pieces with remaining ingredients in a bowl; set aside for 2 hours.
- Heat oil in a pot; add chicken; cook till tender and oil separates.
- Garnish chicken with spring onions, tomato and chillies; serve.

اجزاء:

مرغی کے ٹکڑے	ایک کلو
دہی (پھیٹی ہوئی)	¾ پیالی
پہا ہوا ناریل	ایک چائے کا چمچ
خشکاش	ایک چائے کا چمچ
بھنے ہوئے بادام	6 عدد
بھنے ہوئے چنے	ایک چائے کا چمچ
پہا ہوا سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
پہا ہوا بن اورک	ایک کھانے کا چمچ
پسی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچ
پہا ہوا گرم مصالحہ	½ چائے کا چمچ
پسی ہوئی جائفیل جاوتری	½ چائے کا چمچ



یونگ ٹونگ سچوان فیش

ترکیب:

مچھلی کے فیلے کے چھوٹے ٹکڑے کاٹیں اور ان پر کارن فلوور لگا کر 5 منٹ کے لئے رکھ دیں۔
کڑاہی میں تیل گرم کریں اور مچھلی کے ٹکڑوں کو سنہری تل کر نکال لیں۔ دیکھی میں مرچوں کا تیل
گرم کر کے ادک اور لہسن بھونیں۔ اس میں باقی تمام اجزاء ڈال کر چند منٹ پکائیں، پھر مچھلی
ڈال کر 5 منٹ تک پکا کر ڈش میں نکالیں اور ہرے دھنئے سے سجا کر پیش کریں۔

ایک پیالی
ادک (چوپ کی ہوئی) ایک کھانے کا چمچ
لہسن (چوپ کیا ہوا) ایک کھانے کا چمچ
ہر ادھنیا (باریک کٹا ہوا) سجانے کے لئے

اجزاء:
بیکٹی مچھلی کے فیلے 1/2 کلو
کارن فلوور 3/4 پیالی
تیل تلنے کے لئے
ساس کے اجزاء:
مرچوں کا تیل 1/2 پیالی
چینی 4 کھانے کے چمچ
سفید سرکہ 2 کھانے کے چمچ

Yong Tong Schezwan Fish

Ingredients:

Bekti fish fillet 1/2 kg
Cornflour 3/4 cup
Oil for frying

Sauce ingredients:

Chilli oil 1/2 cup
Sugar 4 tbsp
White vinegar 2 tbsp
Tomato ketchup 1 cup
Ginger (chopped) 1 tbsp
Garlic (chopped) 1 tbsp
Fresh coriander (finely cut) for garnishing

Method:

- Cut fish fillet into small pieces; coat with cornflour; keep aside for 15 minutes.
- Heat oil in a wok and fry fish golden; remove.
- Heat chilli oil in a pot; fry ginger/garlic.
- Add remaining ingredients; cook for few minutes; add fish.
- Cook for 5 minutes; dish out; garnish with coriander; serve.



کھڑے مصالحے کی مچھلی

ترکیب:

مچھلی کو منہ اور دم سمیت صاف کر کے اس پر گہرے نشان لگالیں۔ مچھلی کو نمک لگا کر دھولیں۔ بڑے فراننگ پن میں لہسن اور ک' سونف، لال مرچیں، زیرہ، دھنیا اور اجوائن ڈال کر بھونیں۔ اس میں دہی املی کا گودا، بریانی مصالحہ اور نمک ملائیں، جب مصالحہ گاڑھا ہو جائے تو اس میں مچھلی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکنے دیں اور تھچے کی مدد سے مصالحہ اس کے اوپر ڈالتے جائیں۔ مچھلی تیار ہو جائے تو ہری مرچیں، ہرا دھنیا، چاٹ مصالحہ اور ادراک سے سجا کر پیش کریں۔

2 کھانے کے چمچے

ایک کھانے کا چمچ

1/2 چائے کا چمچ

1/4 پیالی

ادراک، ہری مرچیں، ہرا دھنیا، ادراک (باریک کٹی ہوئی)

سجانے کے لئے

پیکٹ والا بریانی مصالحہ

ثابت دھنیا

نمک

تیل

چاٹ مصالحہ

2 عدد

ایک کھانے کا چمچ

6 عدد

ایک پیالی

ایک چائے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

3 کھانے کے چمچے

اجزاء:

سالم مچھلی

لہسن اور ک' (چوپ کیا ہوا)

ثابت لال گول مرچیں

دہی (بھینٹی ہوئی)

سونف

اجوائن

ثابت سفید زیرہ

املی کا گودا

Whole Spices Fish

Ingredients:

Fish (whole)	2
Ginger/garlic (chopped)	1 tbsp
Dried round red chillies	6
Yogurt (whipped)	1 cup
Fennel seeds	1 tsp
Carom seeds	1 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Tamarind pulp	3 tbsp
Biryani masala (packaged)	2 tbsp
Coriander seeds	1 tbsp
Salt	1/2 tsp
Oil	1/4 cup

Ginger, green chillies,
fresh coriander, chaat masala for garnishing

Method:

- Clean whole fish (with head and tails); make deep cuts on it.
- Apply salt on fish and wash.
- Roast ginger/garlic, fennel, red chillies, cumin, coriander and carom in a big frying pan.
- Add in yogurt, tamarind pulp, biryani masala and salt.
- Add fish when gravy thickens; let it cook on low flame, constantly putting masala on top of the fish with a spoon.
- When fish is ready, garnish with green chillies, coriander, chaat masala and ginger; serve.



لوبیا کی بھنی ہوئی دال

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے ہری پیاز کا سفید حصہ سنہری کریں اس میں گاجر، مرغی، چائیز نمک، کالی مرچ اور نمک ڈال کر اچھی طرح سے ملا لیں۔ اس میں چاول، سویا ساس، وارچر شائرساس اور انڈے ملائیں۔ اس میں باقی اجزاء ڈال کر اچھی طرح سے ملا لیں اور دم پر رکھ دیں۔ مزیدار چاولوں کو ہری پیاز سے سجا کر پیش کریں۔

2 چائے کے چمچے	نئی ہوئی لال مرچ	250 گرام	سفید لوبیا (ابلا ہوا)
2 چائے کے چمچے	ثابت سفید زیرہ	250 گرام	دہی (پھیٹی ہوئی)
1/2 چائے کا چمچ	پسی ہوئی بلدی	ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
1/2 چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ	2 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
1/2 چائے کا چمچ	نمک	4 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)
1/2 پیالی + 2 کھانے کے چمچے	تیل	4 جوے	لہسن (باریک کٹا ہوا)
		ایک پیالی	پودینہ (باریک کٹا ہوا)
		ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا لہسن

Fried Bean Lentiles

Ingredients:

White beans (boiled)	250 grams
Yogurt (whipped)	250 grams
Onion (finely cut)	1
Tomatoes (chopped)	2
Green chillies (finely cut)	4
Garlic (finely cut)	4 cloves
Mint leaves (finely cut)	1 cup
Garlic paste	1 tsp
Red chillies (crushed)	2 tsp
Cumin seeds	2 tsp
Turmeric powder	1/2 tsp
Hot spices powder	1/2 tsp
Salt	1/2 tsp
Oil	1/2 cup + 2 tbsp

Method:

- Heat oil in a pot; fry onion golden.
- Add tomatoes, garlic, red chillies, turmeric, hot spices and salt; fry thoroughly. Add beans; leave on dum.
- Place yogurt, green chillies, mint leaves and beans in a serving dish.
- Heat 2 tbsp oil; fry garlic and cumin golden; pour on lentils.



گا جری قلاقند

ترکیب:

دہیچ میں گجروں کو ہلکی آٹھ پر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں چینی ڈالیں اور تیز آٹھ پر بھوننے کے بعد چوبہا بند کر دیں۔ اس میں الائچی، کھویا اور کیوڑہ ملائیں۔ ایک چکنی ٹرے میں قلاقند ڈالیں اور پیچھے کی مدد سے ہموار کر لیں۔ اس کے اوپر بادام اور پستے ڈالیں اور چاندی کے ورق سے سجادیں۔ ٹھنڈا ہو جائے تو ٹکڑے کاٹ کر پیش کریں۔

۱/۲ چائے کا چمچ

حسب پسند

سجائے کے لئے

پسی ہوئی چھوٹی الائچی

بادام اور پستے (باریک کئے ہوئے)

چاندی کے ورق

۱/۲ کلو

ایک پیالی

۱/۲ کلو

ایک چائے کا چمچ

اجزاء:

گا جری (کدو کش)

چینی

کھویا

کیوڑہ

Carrot Qalaqand

Ingredients:

Carrots (grated)	½ kg
Sugar	1 cup
Whole dried milk	½ kg
Screwpine	½ kg
Small cardamoms powder	½ tsp
Almonds and pistachios (finely cut) as required	
Sterling silver leaf	for garnishing

Method:

- Boil carrots in a pot on low flame till dry.
- Add sugar and roast on high flame; remove from flame.
- Add cardamoms, whole dried milk and screwpine.
- Brush oil on a tray; place qalaqand on it and flatten evenly with a spoon.
- Sprinkle almonds and pistachios on top; garnish with sterling silver leaf.
- Cut into pieces when cool; serve.



بھنڈی کا اسٹو

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے لہسن اور گوشت بھونیں۔ اس میں بھنڈی اور لیموں کے رس کے علاوہ باقی تمام اجزاء ڈال کر گوشت گلنے تک پکائیں، پھر بھنڈی شامل کر کے دم پر رکھ دیں۔ اس میں لیموں ملائیں اور پیش کریں۔

پسی ہوئی کالی مرچ
لیموں کا رس
پانی
نمک
تیل
1/2 چائے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ
ایک پیالی
ایک چائے کا چمچ
1/2 پیالی

احراء
چھوٹی والی بھنڈی
گائے کا گوشت (چھوٹے چوکور ٹکڑے)
پسے ہوئے ٹماٹر
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
لہسن (چوپ کیا ہوا)
1/2 کلو
1/2 کلو
2 کھانے کے چمچ
ایک پیالی
ایک کھانے کا چمچ

Okra Stew

Ingredients:

Okra (small)	1/2 kg
Beef (cubed)	1/2 kg
Tomato puree	2 tbsp
Tomatoes (chopped)	1 cup
Garlic (chopped)	1 tbsp
Black pepper powder	1/2 tsp
Lemon juice	1 tbsp
Water	1 cup
Salt	1 tsp
Oil	1/2 cup

Method:

- Heat oil in a pot; fry garlic and beef.
- Add all ingredients except okra and lemon juice; cook till beef is tender
- Add okra; leave on dum.
- Mix in lemon; serve.



COOKING ON A
Budget

مرغ کٹاکٹ

ترکیب:

توے پر تیل گرم کر کے زیرہ سنہری کریں، پھر پیاز شامل کر کے سنہری کریں۔ اس میں میتھی اور ہری مرچوں کے علاوہ باقی تمام اجزاء ڈال کر بھونیں۔ اس میں میتھی اور ہری مرچیں ڈال کر 5 منٹ تک پکائیں۔ مزید مرغ کٹاکٹ ہری مرچوں اور ٹماٹر سے سجا کر پیش کریں۔

ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ	1/2 کلو	مرغ کی چھوٹی بوٹیاں (بغیر ہڈی)
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی لال مرچ	ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	ثابت سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ	اورک (چوپ کی ہوئی)
1/2 چائے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی	ایک کھانے کا چمچ	لہسن (چوپ کی ہوئی)
ایک پیالی	چھوٹی میتھی کے پتے	4 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	نمک	3 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
1/4 پیالی	تیل	2 چائے کے چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
	ہری مرچیں، ٹماٹر (باریک کٹے ہوئے) سجانے کے لئے		

Chicken Katakot

Ingredients:

Chicken pieces (small boneless)	1/2 kg
Onion (chopped)	1
Ginger (chopped)	1 tbsp
Garlic (chopped)	1 tbsp
Green chillies (finely cut)	4
Tomatoes (chopped)	3
Hot spices powder	2 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Turmeric powder	1/2 tsp
Small fenugreek leaves	1 cup
Salt	1 tsp
Oil	1/4 cup

Green chillies, tomatoes (finely cut) for garnishing

Method:

- Heat oil on an iron griddle; fry cumin golden; add onion and fry golden.
- Add all ingredients except fenugreek and green chillies; fry.
- Add fenugreek and green chillies; cook for 5 minutes.
- Garnish Chicken Katakot with green chillies and tomatoes; serve.



بسبوسہ

ترکیب:

ایک پیالے میں تمام اجزاء ملا لیں۔ بیکنگ ٹرے کو چکنا کریں اور تمام آمیزہ اس میں ڈال دیں۔ پورے آمیزے پر چھتری کی مدد سے چھوٹے چوکور نشان لگالیں۔ ہر چوکور پر ایک بادام لگا دیں۔ ٹرے کو پہلے سے گرم اودن 180°C میں 35 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔ ایک ساس پین میں شیرے کے اجزاء ملا کر 10 منٹ تک پکا کر بسبوسہ کے اوپر ڈالیں۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو چوکور کٹڑے کاٹ کر پیش کریں۔

شیرے کے اجزاء:

ایک پیالی
ایک پیالی
ایک کھانے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ

چینی
پانی
لبوں کا رس
کیوڑہ

2 پیالی
ایک پیالی
ایک پیالی
ایک پیالی
ایک پیالی
1/2 پیالی
حسب ضرورت

اجزاء:

سوچی
پسا ہوا ناریل
چینی
دہی (پھینسی ہوئی)
مکھن
تازہ دودھ
بادام

Basbusa

Ingredients:

Semolina	2 cups
Desiccated coconut	1 cup
Sugar	1 cup
Yogurt (whipped)	1 cup
Butter	1 cup
Fresh milk	1/2 cup
Almonds	as required

Syrup ingredients:

Sugar	1 cup
Water	1 cup
Lemon juice	1 tbsp
Screw pine	1 tsp

Method:

- Mix all ingredients in a bowl.
- Brush oil on a baking tray and pour mixture in it.
- Make square cuts with a knife on it.
- Place an almond on each square.
- Bake in a pre-heated oven at 180°C for 35 minutes; remove.
- Mix all syrup ingredients in a sauce pan; cook for 10 minutes; pour over basbusa.
- When cool, cut out squares; serve.



بیسن کی کھنڈویاں

ترکیب:

بیسن میں لہسن اور کھلدی، لیموں، تیل، دودھ اور نمک ملا لیں۔ اس آمیزے کو ہلکی آنچ پر گاڑھا ہونے تک پکائیں۔ اس میں پنیر، ناریل، ہرا دھنیا اور ہری مرچیں ملا کر اُتار لیں۔ ایک ٹرے کو چمکانا کریں اور بیسن کا آمیزہ اس میں ڈال دیں۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو اس کے ٹکڑے کاٹ لیں۔ سالن بنانے کے لئے دیکھی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کر لیں، پھر لہسن ڈال کر 2 منٹ تک بھونیں، اس میں باقی تمام اجزاء ڈال کر تیل اوپر آنے تک بھونیں، پھر کھنڈویاں شامل کر کے ملا لیں اور ڈش میں نکال دیں۔ مزیدار کھنڈویاں ہرے دھنئے سے سجا کر پیش کریں۔

Gram Flour Khandwiyen

Ingredients:

Khandwiyen ingredients:

Gram flour (sieved)	2 ½ cups
Fresh milk	½ cup
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Turmeric powder	1 tsp
Lemon juice	1 tbsp
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Green chillies (chopped)	3
Cottage cheese (grated)	1 cup
Desiccated coconut	1 cup
Salt	to taste
Oil	1 cup

Curry ingredients:

Tomato puree	1 cup
Yogurt (whisked)	1 cup
Red chilli powder	1 ½ tbsp
Turmeric powder	1 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Cumin powder	1 tsp
Ginger/garlic paste	2 tbsp

سالن کے اجزاء:

ایک پیالی	پسے ہوئے نمٹاڑ
ایک پیالی	دہی (چھینٹی ہوئی)
1 ½ کھانے کے چمچے	پسی ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا زیرہ
2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا لہسن اور ک
ایک پیالی	پیاز (پسی ہوئی)
حسب ذائقہ	نمک
4 کھانے کے چمچے	تیل
سجانے کے لئے	ہرا دھنیا

کھنڈویوں کے اجزاء:

2 ½ پیالی	بیسن (چھنٹا ہوا)
½ پیالی	تازہ دودھ
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور ک
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی
ایک کھانے کا چمچ	لیموں کا رس
½ گڈی	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
3 عدد	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
ایک پیالی	پنیر (کدو کش)
ایک پیالی	پسا ہوا ناریل
حسب ذائقہ	نمک
ایک پیالی	تیل

Onion paste	1 cup
Salt	to taste
Oil	4 tbsp
Fresh coriander	for garnishing

Method:

- Mix ginger/garlic, turmeric, lemon juice, milk, oil and salt in gram flour.
- Cook on low flame till thick.
- Add cheese, coconut, coriander and chillies; remove.
- Brush oil a tray; spread gram flour mixture on it.
- Cut into pieces when cool.
- To make curry heat oil in a pot; fry onions golden; add garlic; fry for 2 minutes.
- Add remaining ingredients; fry till oil separates. Add khandwiyen; mix and dish out.
- Garnish Khandwiyen with coriander; serve.



بالٹی قیمہ

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کر لیں۔ اس میں ٹماٹر شامل کر کے بھونیں، پھر دارچینی، الائچیاں، کالی مرچیں، زیرہ، لہسن اور ک لال مرچ اور نمک ملا کر 5 منٹ تک پکائیں۔ اس میں قیمہ شامل کر کے بھونیں، پھر دہی ملا کر قیمہ گلنے تک پکائیں اور تیز آئج پر پانی خشک کر لیں۔ اس میں لیووں کا رس ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار بالٹی قیمہ ہری مرچوں اور کھیرے سے سجا کر پیش کریں۔

ایک پیالی	دہی (بھینٹی ہوئی)	1/2 کلو	اجزاء:
2 کھانے کے چمچے	لیووں کا رس	2 عدد	گائے کا قیمہ
حسب ذائقہ	نمک	2 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
5 کھانے کے چمچے	تیل	2 عدد	ٹماٹر (باریک کٹے ہوئے)
سجانے کے لئے	ہری مرچیں اور کھیرا	3 ڈنڈیاں	دارچینی
		3 عدد	بڑی الائچیاں
		ایک چائے کا چمچ	ثابت کالی مرچیں
		1/2 چائے کا چمچ	ثابت کالا زیرہ
		ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور ک
		ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ

Balti Mince

Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Onions (finely cut)	2
Tomatoes (finely cut)	2
Cinnamon	3 sticks
Cardamoms	3
Black pepper corns	1 tsp
Black cumin seeds	1/2 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Red chilli powder	1 tbsp
Yogurt (whipped)	1 cup
Lemon juice	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	5 tbsp
Green chillies, cucumber	for garnishing

Method:

- Heat oil in a pot; fry onions golden.
- Add tomatoes; fry; then add cinnamons, cardamoms, black pepper, cumin, ginger/garlic, red chillies and salt; cook for 5 minutes.
- Add mince; fry; then add yogurt and cook till mince is tender.
- Cook on high flame till dry.
- Mix lemon juice and dish out.
- Garnish Balti Mince with green chillies and cucumber; serve.



چاکلیٹ ہنی کریم ڈرائی فروٹ کیک

ترکیب:

ایک پیالے میں انڈے اور مکھن ملا کر الیکٹرک بیٹر سے پھینٹیں، پھر چینی ڈال کر آمیزہ اوپر آنے تک پھینٹیں۔ اب اس میں بیکنگ سوڈا، شہد، میوے اور بیکنگ پاؤڈر ملائیں پھر چاکلیٹ ملا کر تمام اجزاء یکجان ہونے تک پھینٹیں۔ اس میں میدہ ڈال کر ہچکے سے ملائیں۔ اس آمیزے کو کیک کے سانچے میں ڈال کر پہلے سے گرم اودن میں 200°C پر 35 منٹ پکا کر نکالیں۔ ایک پیالے میں ٹاپنگ کے تمام اجزاء ملائیں اور اسے ٹھنڈے کیک کے اوپر پھیلا کر پیش کریں۔

ٹاپنگ کے اجزاء:

خشک میوے
باریک پس ہوئی چینی
تازہ کریم
بغیر نمک کا مکھن

ایک پیالی
ایک پیالی
3 پیالی
1½ پیالی

اسفنج کے اجزاء:

میدہ (چھٹا ہوا)
باریک پس ہوئی چینی
چاکلیٹ بار (پگھلا لیں)
بیکنگ پاؤڈر
بیکنگ سوڈا
انڈے
خشک میوے (چوپ کئے ہوئے)
شہد
مکھن

2½ پیالی
2 پیالی
250 گرام
2 کھانے کے چمچے
ایک چائے کا چمچ
6 عدد
½ پیالی
3 کھانے کے چمچے
200 گرام

Chocolate Honey Cream Dry Fruit Cake

Sponge ingredients:

Refined flour (sieved)	2 ½ cups
Castor sugar	2 cups
Chocolate bar (melted)	250 grams
Baking powder	2 tsp
Baking soda	1 tsp
Eggs	6
Dry fruits (chopped)	½ cup
Honey	3 tsp
Butter	200 grams

Topping ingredients:

Dry fruits	1 cup
Castor sugar	1 cup
Fresh cream	3 cups
Unsalted butter	1 ½ cups

Method:

- Mix eggs and butter in a bowl; beat with electric beater; add sugar and beat till frothy.
- Add baking soda, honey, dry fruits and baking powder; add chocolate and beat till well-blended.
- Fold in flour with spoon.
- Pour mixture into cake mould; bake in pre-heated oven at 200°C for 35 minutes. Remove and cool.
- Mix all topping ingredients in a bowl; spread over cake; serve.



بیف پاستا سوپ

ترکیب:

دیگچی میں گائے کی بخنی اور گوشت ڈال کر اُبالیں۔ اس میں نوڈلز اور سبزیوں کے علاوہ باقی تمام اجزاء ملا کر اُبال آنے تک پکائیں۔ اس میں سبزیاں شامل کر کے 2 منٹ تک پکائیں، پھر چولہا بند کر دیں۔ سوپ کی ڈش میں نوڈلز بچھائیں، اس کے اوپر سوپ ڈالیں اور ہری پیاز سے سجا کر پیش کریں۔

ایک چائے کا چمچ
ایک عدد
ایک چائے کا چمچ
حسب ذائقہ
1/4 پیالی
سجاوٹ کے لئے

براؤن چینی
لیموں
پسی ہوئی کالی مرچ
نمک
تیل
ہری پیاز

اجزاء:
گائے کا گوشت (اُبال کر باریک کاٹ لیں)
گائے کی بخنی
نوڈلز (ابلے ہوئے)
گاجر، مرچ، آلو، پھول گو بھی، لوکی
سویا ساس
ووٹر شائز ساس
ہاٹ ساس

Tangy Peanut Sauce Chicken

Ingredients:

Beef pieces (boiled and finely cut)	1/2 kg
Beef stock	4 cups
Noodles (boiled)	300 grams
Carrots, peas, potatoes, cauliflower, bottle gourd	2 cups altogether
Soya sauce	1/4 cup
Worcestershire sauce	1/4 cup
Hot sauce	1/4 cup
Brown sugar	1 tsp
Lemon	1
Black pepper powder	1 tsp
Salt	to taste
Oil	1/4 cup
Spring onions	for garnishing

Method:

- Boil beef and stock in a pot.
- Add all ingredients except noodles and vegetables; cook and bring to boil again.
- Add vegetables and cook for 2 minutes; remove from flame.
- Place noodles in a soup dish; pour soup on top; garnish with spring onions; serve.



لیموں والی تندوری مرغی

ترکیب

ایک پیالے میں تمام اجزاء ملا لیں۔ انہیں پائریکس کی ڈش میں ڈالیں اور پہلے سے گرم اودن میں 180°C پر 20 منٹ پکا کر نکال لیں۔ مزیدار تندوری مرغی لیموں اور پیاز سے سجا کر پیش کریں۔

ایک کھانے کا چمچ
2 کھانے کے چمچ
سجانے کے لئے

دہی
تیل
لیموں پیاز

اجزاء:
مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی) 1/2 کلو
پکٹ والا تندوری مصالحہ ایک کھانے کا چمچ
لیموں 2 عدد
لیموں کے چھلکے (کدو کش) ایک کھانے کا چمچ
لہسن (چوپ کیا ہوا) ایک کھانے کا چمچ

Lemon Tandoori Chicken

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Tandoori masala (packaged)	1 tbsp
Lemons	2
Lemon zest (grated)	1 tbsp
Garlic (chopped)	1 tbsp
Yogurt	1 tbsp
Oil	2 tbsp
Lemon, onion	for garnishing

Method:

- Mix all ingredients in a bowl.
- Place in Pyrex dish; bake in pre-heated oven at 180°C and cook for 20 minutes; remove.
- Garnish Tandoori Chicken with lemon and onion; serve.



مصالحے دار مرچ دال

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کریں۔ اس میں لہسن اور ک اور پیسی ہوئی ہری مرچ اور دھنیا ڈال کر 5 منٹ تک بھونیں۔ اس میں دال نمک اور پانی ملا کر اُپال آنے تک پکائیں پھر براؤن چینی اور لیموں کا رس ملا کر دال کے گاڑھا ہونے تک پکائیں۔ فرائنگ پیس میں تھوڑا سا تیل گرم کر کے بگھار کے اجزاء پادامی کریں اور دال پر ڈال کر پیش کریں۔

حسب ذائقہ

1/4 پیالی

بگھار کے اجزاء

نمک

تیل

تیل پیاز لال مرچ، لہسن اور زیرہ

اجزاء:

مسور کی دال (اُبلی ہوئی)

1/4 کلو

پسی ہوئی ہری مرچ اور ہرا دھنیا

1/2 پیالی

پسا ہوا لہسن اور ک

ایک کھانے کا چمچ

لیموں

ایک عدد

براؤن چینی

ایک چائے کا چمچ

پانی

1/4 پیالی

Masala Chilli Lentils

Ingredients:

Red lentils (boiled)	1/4 kg
Green chilli & coriander paste	1/2 cup
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Lemon	1
Brown sugar	1 tsp
Water	1/4 cup
Salt	to taste
Oil	1/4 cup
Oil, onion, red chillies, garlic and cumin seeds	for tempering

Method:

- Heat oil in a pot.
- Add ginger/garlic and green chilli/coriander paste; fry for 5 minutes.
- Add lentils, salt and water; bring to boil. Add brown sugar and lemon juice; cook till lentils thicker.
- Heat little oil in a frying pan; fry tempering ingredients till brown and pour on lentils; serve.



چکن لیمن گارلک ساس

ترکیب:

مرغی کے سینوں کو کسی بھاری چیز سے چلیں اور ان پر نمک اور کالی مرچ لگا کر رکھ دیں۔ ایک پیالے میں باقی تمام اجزاء ملائیں اور مرغی کے سینوں پر لگا کر کم از کم ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ تو بے پرتھوڑا سا تیل گرم کریں اور مرغی کے سینوں کو دونوں جانب سے تل لیں، بار بار میں مصالحہ بھی لگاتے جائیں۔

حسب ذائقہ
3 کھانے کے چمچے
تلنے کے لئے

نمک
زیتون کا تیل
تیل

اجزاء:
مرغی کے سینے
لہسن (چوپ کر لیں)
لیموں کا رس
کٹی ہوئی کالی مرچ
اجودہ (چوپ کیا ہوا)
1/2 کلو
4 جوے
1/4 پیالی
حسب ذائقہ
ایک کھانے کا چمچ

Chicken Lemon Garlic Sauce

Ingredients:

Chicken breasts	1/2 kg
Garlic (chopped)	4 cloves
Lemon juice	1/4 cup
Black pepper (crushed)	to taste
Parsley (chopped)	1 tbsp
Salt	to taste
Olive oil	3 tbsp
Oil	for frying

Method:

- Flatten chicken breasts with a mallet; apply salt and pepper; keep aside.
- Mix remaining ingredients in a bowl; marinate chicken breasts with it and leave aside for 1 hour.
- Heat little oil on an iron griddle; fry chicken from both sides while constantly applying masala on them.



کچے قیتے کے پراٹھے

ترکیب:

آٹے میں تیل اور نمک ملا کر نیم گرم پانی سے گوندھ لیں۔ ایک پیالے میں قیتے کے تمام اجزاء ملا کر کم از کم 2 گھنٹوں کے لئے رکھ لیں۔ گوندھے ہوئے آٹے کی 6 روٹیاں بیلیں۔ 3 روٹیوں پر قیتے کی تہہ لگائیں اور باقی 3 روٹیاں ان کے اوپر رکھ کر کناروں کو اچھی طرح سے دبا دیں۔ انہیں گھی لگا کر توڑے پر سینک لیں۔

Raw Mince Parathay

Mince ingredients:

Beef mince (finely ground)	½ kg
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Onion (chopped)	1
Red chilli powder	1 tbsp
Red chillies (crushed)	1 ½ tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Cumin seeds (crushed)	2 tsp
Pomegranate seeds (crushed)	2 tsp
Spring onions (chopped)	125 grams
Green chillies (chopped)	6 – 8
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Mint leaves (chopped)	½ bunch
Lemons	4
Yogurt (beaten)	½ cup
Salt	1 tsp
Clarified butter	for frying

Dough ingredients:

Whole wheat flour	½ kg
Salt	½ tsp
Oil	2 tbsp

Method:

- Mix oil and salt in flour; knead into dough with luke-warm water.
- Mix all mince ingredients in a bowl; allow to marinate for at least 2 hours.
- Roll out dough into 6 rounds.
- Spread mince mixture on 3 rounds; cover with remaining 3 rounds; press edges firmly.
- Apply clarified butter on them; cook on iron griddle.

قیتے کے اجزاء:

4 عدد	لیموں	½ کلو	گائے کا قیمہ (باریک پسا ہوا)
½ پیالی	دہی (چھینٹی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور دھن
ایک چائے کا چمچ	نمک	ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)
تلنے کے لئے	گھی	ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
		1 ½ کھانے کے چمچ	ٹکی ہوئی لال مرچ
		ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
		2 چائے کے چمچ	کٹنا ہوا سفید زیرہ
		2 چائے کے چمچ	کٹنا ہوا انار دانہ
		125 گرام	ہری پیاز (چوپ کی ہوئی)
		6-8 عدد	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
		½ گڈی	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
		½ گڈی	پودینہ (چوپ کیا ہوا)

آٹے کے اجزاء:

½ کلو	آٹا
½ چائے کا چمچ	نمک
2 کھانے کے چمچ	تیل



پسندے چٹنی کباب

ترکیب:

بلینڈر میں مرغی کی بوٹیوں کے علاوہ باقی تمام اجزاء پیسیں اور ایک پیالے میں ڈال دیں۔ اس میں مرغی کی بوٹیاں ڈال کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ ایک شاشلیک اسٹیک پر 5 سے 6 بوٹیاں لگائیں، اس عمل کو دہراتے ہوئے ساری بوٹیوں کو شاشلیک اسٹیکس پر لگالیں۔ فرائننگ پن کو چمکانا کر کے بوٹیوں کو اس برائٹ پلٹ کر کے سینک لیں۔ مزیدار پسندہ چٹنی کباب ہرے دھنسنے سے سجا کر پیش کریں۔

ایک پیالی
2 کھانے کے چمچے
2 چائے کے چمچے
½ چائے کا چمچ
4 کھانے کے چمچے
سجانے کے لئے

دہی (پھیٹی ہوئی)
املی کا گودا
پسا ہوا ناریل
نمک
تیل
ہرے دھنی کی پتیاں

½ کلو
2 کھانے کے چمچے
ایک چائے کا چمچ
2 کھانے کے چمچے
2 چائے کے چمچے
2 چائے کے چمچے
ایک چائے کا چمچ

اجزاء:
مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)
لیمون کا رس
پسا ہوا کچا پیپٹا
پیاز (تلی ہوئی)
پسا ہوا لہسن اور ک
پسی ہوئی لال مرچ
پسا ہوا گرم مصالحہ

Pasanday Chutney Kebab

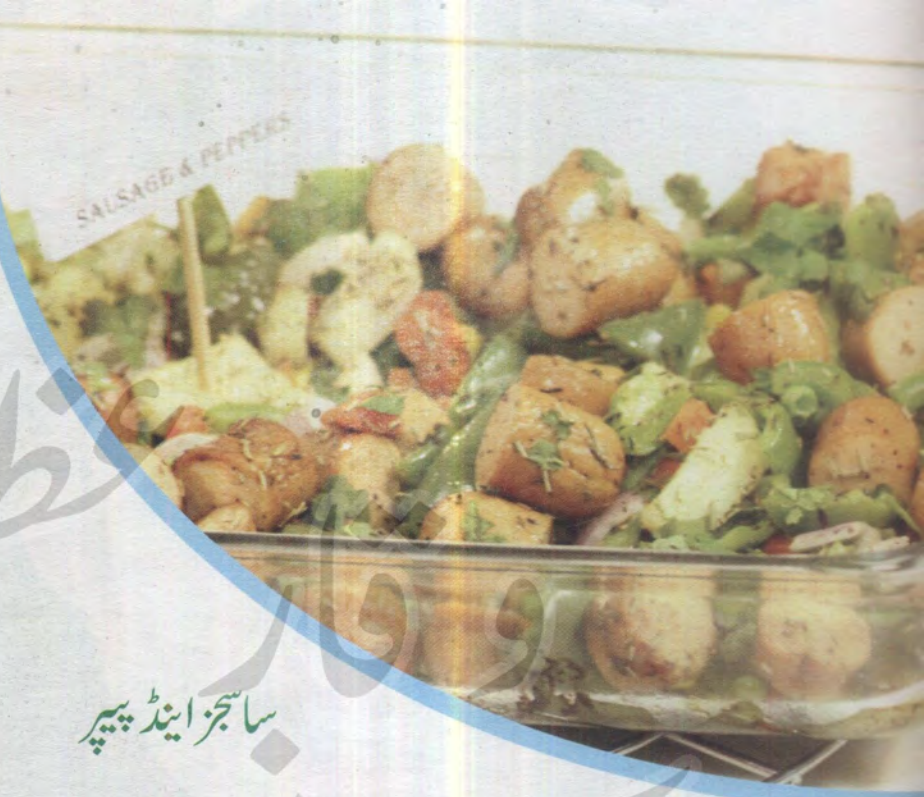
Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Lemon juice	2 tbsp
Raw papaya paste	1 tsp
Onion (fried)	2 tbsp
Ginger/garlic paste	2 tsp
Red chilli powder	2 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Yogurt (whipped)	1 cup
Tamarind pulp	2 tbsp
Desiccated coconut	2 tsp
Salt	½ tsp
Oil	4 tbsp
Fresh coriander	for garnishing

Method:

- Blend all ingredients except chicken in a blender; remove in a bowl.
- Add chicken pieces; keep aside for an hour.
- Pierce 5 to 6 chicken pieces on a shashlik stick; repeat process with remaining chicken pieces.
- Brush oil on a frying pan; grill shashlik sticks, turning them over intermittently.
- Garnish Pasanday Chutney Kebab with coriander; serve.

Lively Weekend



سائجز اینڈ پیپر

ترکیب:

سائجز کے چھوٹے ٹکڑے کاٹ کر پائریکس کی ڈش میں رکھیں، اس میں باقی تمام اجزاء ڈال کر اسے پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 8 منٹ پکا کر نکال لیں اور گرم گرم پیش کریں۔

ایک کھانے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

بٹھے، مرز، لوبیا اور گاجر (اُبلے ہوئے) ایک پیالی

حسب ذائقہ

ایک کھانے کا چمچ

ہر ادھنیا

روز میری

نمک

زیتون کا تیل

ایک کھانے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

7 عدد

2 عدد

2 عدد

ایک عدد

ایک کھانے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

ایک چائے کا چمچ

اجزاء

مرغی کے سائجز

شملہ مرچیں (چوکور کٹی ہوئی)

آلو (اُبلے اور چوکور کئے ہوئے)

پیاز (باریک کٹی ہوئی)

پسی ہوئی کالی مرچ

لہسن (چوپ کیا ہوا)

تھانم

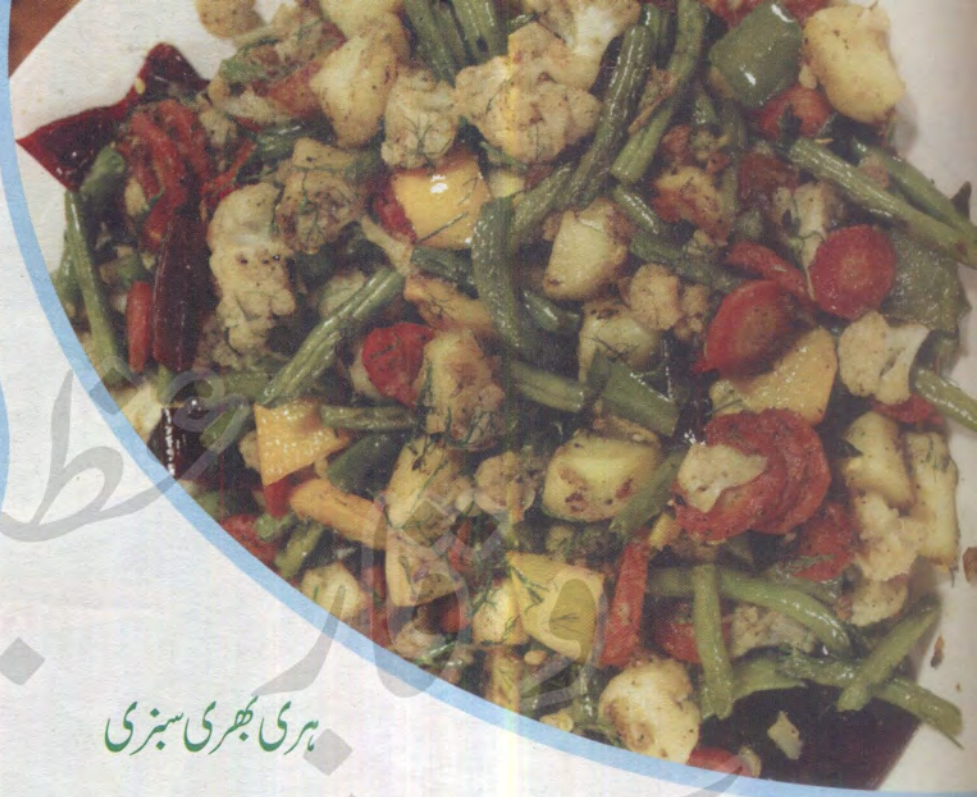
Sausages and Pepper

Ingredients:

Chicken sausages	7
Capsicums (cubed)	2
Potatoes (boiled and cubed)	2
Onion (finely cut)	1
Black pepper powder	1 tbsp
Garlic (chopped)	1 tsp
Thyme	1 tsp
Fresh coriander	1 tbsp
Rosemary	1 tsp
Corn kernels, peas, white beans and carrots (boiled)	1 cup altogether
Salt	to taste
Olive oil	1 tbsp

Method:

- Cut sausages into small pieces; place in Pyrex dish.
- Add remaining ingredients and bake in pre-heated oven at 180°C for 8 minutes; remove; serve hot.



ہری بھری سبزی

ترکیب:

آلوؤں کو 1/2 اہال لیں۔ تیل کو گرم کر کے لہسن سنہری کریں، اس میں آلو ملا کر ہلکا سا تیل لیں۔ اس میں شملہ مرچ، فرنچ بینز، پھول گو بھی، گاجر، لال مرچ اور نمک ملائیں۔ سبزیاں گل جائیں تو سویا اور مکھن ملا کر دوش میں نکال لیں۔ اسے کشمیری مرچوں سے سجا کر پیش کریں۔

ایک کھانے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ
حسب ضرورت
سجانے کے لئے

مکھن
پسی ہوئی لال مرچ
نمک
سرسوں کا تیل
کشمیری مرچیں

اجزاء
آلو (چوکور کٹے ہوئے) 1/2 کلو
لہسن (چوپ کیا ہوا) ایک کھانے کا چمچ
شملہ مرچ (چوکور کٹی ہوئی) ایک پیالی
فرنچ بینز (چھوٹی کٹی ہوئی) ایک پیالی
پھول گو بھی (پھول توڑ لیں) ایک عدد
گاجر (گول کٹی ہوئی) 3 عدد
سویا (چوپ کیا ہوا) ایک گڈی

Mixed Vegetables

Ingredients:

Potatoes (cubed)	1/2 kg
Garlic (chopped)	1 tbsp
Capsicum (cubed)	1 cup
French beans (cut small)	1 cup
Cauliflower (separate flowers)	1 head
Carrots (cut into rounds)	3
Soya (chopped)	1 bunch
Butter	1 tbsp
Red chilli powder	1 tsp
Salt	1 tsp
Mustard oil	as required
Kashmiri chillies	for garnishing

Method:

- Par-boil potatoes.
- Heat oil; fry garlic golden; add potatoes and sauté.
- Add capsicum, french beans, cauliflower, carrots, red chillies and salt; stir.
- When vegetables are tender, add soya and butter and dish out.
- Garnish with Kashmiri chillies; serve.

شہر شہر کی خبریں



آرٹس کونسل پاکستان کراچی میں عشاءے کا اہتمام

آرٹس کونسل آف پاکستان کراچی کے سالانہ انتخابات کے امیدوار احمد شاہ اعجاز فاروقی پینل کے اعزاز میں شیم فرپو کی جانب سے عشاءے کا اہتمام کیا گیا۔ اس موقع پر سراج قاسم تیلی، شہلارضا، محمد احمد شاہ، پروفیسر اعجاز فاروقی، محمد امین یوسف، ڈاکٹر ہمایہ، ڈاکٹر قیصر سجاد اور محترمہ فاطمہ ثریا بیجا سمیت معززین شہر کی بڑی تعداد شریک ہوئی۔

جاپانی قونصل جنرل کی جانب سے شہنشاہ کی سالگرہ کی تقریب

کراچی میں قائم جاپانی قونصل خانے کے قونصل جنرل آکیراچی اور ان کی اہلیہ جو کو اوچی نے شہنشاہ جاپان ایک ہیٹو کی سالگرہ کی تقریب کا اہتمام کیا جو 23 دسمبر کو 79 سال کے ہو گئے ہیں۔ اس موقع پر وزیر برائے امداد اور آباد کاری مظفر علی شجرہ، وزیر اعلیٰ سندھ سید قائم شاہ اسپیکر سندھ اسمبلی نثار احمد کھوڑو، محترمہ فاطمہ ثریا بیجا سمیت دیگر صوبائی وزراء، سفارتکاروں، تاجروں، پارلیمانی نمائندوں اور علمائے دین شہر نے شرکت کی۔





روحانی مسیحا

معروف روحانی اسکالر ایس۔ این۔ قادری
ستاروں کی گردش ہو یا حاسدوں کی بندش
آپ کے مسائل کا قرآنی، اسلامی اور روحانی حل پیش کرتے ہیں

مشورے اور استخارے کا کوئی بدلہ نہیں ہے۔ آپ کے مسائل صیغہ راز میں رکھے جاتے ہیں نام آپ کی اجازت کے بغیر قطعی شائع نہیں کیے جاتے، مکمل بھروسے کے ساتھ زُجوع کریں۔

شجاع احمد (کراچی)
قادری صاحب میں کینیڈا جانا چاہتا تھا ایک مرتبہ کوشش کی تو ایک صاحب کافی عرصے تک آسرے میں رکھنے کے بعد پیسہ لے کر غائب ہو گئے اسکے بعد ایک رشتے دار کی راہنمائی میں دوبارہ کوششیں شروع کیں تو تمام مراحل طے کرنے کے باوجود معاملہ اٹکا ہی رہا۔ میری اتنی جو آپ کی پرانی کلائنٹ ہیں انھیں جب میری پریشانی کا علم ہوا تو انھوں نے مجھے آپ سے مشورہ کرنے کی تاکید فرمائی میں نے آپ سے مشورہ کیا تو آپ نے بتایا کہ بیٹا تمہارے سفر کی راہ میں رکاوٹیں درپیش ہیں سفر کی راہ میں حاصل رکاوٹوں کو دور کرنے کیلئے آپ نے لوح راہ داری اور وظیفہ پڑھنے کو دیا۔ الحمد للہ قادری صاحب آپ کی دُعاؤں سے میرا Visa لگ کر آگیا ہے اور انشاء اللہ ایک مہینے کے اندر میری روانگی ہے میرا وظیفہ مکمل ہو چکا ہے لوح کا اب کیا کرنا ہے؟

جواب: اللہ خوش رکھے! بیٹا کینیڈا پہنچنے تک اس وظیفے کی صرف ایک تسبیح روزانہ پڑھ لیا کرو اور لوح کو وہاں پہنچنے کے بعد ٹھنڈا کر ادینا۔

روزینہ (ملتان)

قادری صاحب میں اپنے نام کا مبارک پتھر (Lucky Stone) جو آپ پڑھائی کر کے دیتے ہیں حاصل کرنا چاہتی ہوں میرا پتھر کونسا ہے اور اسے کیسے حاصل کر سکتی ہوں۔

جواب: بیٹی! آپ کا مبارک پتھر (اول) ہیرا اور (دوئم) اوپل ہے میرے آفس سے ڈاک کے ذریعے منگواسکتی ہیں موبائل پر رابطہ کر کے طریقہ معلوم کر لیں۔

پہلے جائیداد کے معاملے میں ابو اور چچا کا آپس میں جھگڑا ہو گیا تھا جسکی وجہ سے ابو نے میرا رشتہ ختم کر کے چچا سے بالکل ناطہ توڑ لیا تھا ہم دونوں ایک دوسرے کے بغیر ایک پل بھی نہیں رہ سکتے تھے دن رات روتی رہتی تھی پیار رہنے لگی تھی میری وجہ سے امی بھی بہت پریشان تھیں وہ میری بیماری کی وجہ بھی سمجھتی تھیں انھوں نے بہت مولویوں اور عالموں سے بھی رابطہ کیا مگر کوئی فائدہ نہ ہوا۔ مصالحوں و میگزین میں آپ کے بارے میں پڑھا تو آپ سے رجوع کیا آپ نے لوح قدوس اور وظیفہ پڑھنے کو دیا وظیفہ ختم ہونے میں ابھی دس دن باقی تھے کہ اللہ تعالیٰ نے غیب سے مدد فرمائی میرے تایا ابو جو پچھلے 20 سال سے امریکہ میں مقیم تھے اور کبھی بھی پاکستان نہیں آئے وہ اچانک پاکستان آ گئے اور انھوں نے میرے ابو اور چچا دونوں کو ایک جگہ بٹھا کر صلح صفائی کر کے جائیداد کا مسئلہ حل کر دیا اور ساتھ میں حکم بھی جاری کر دیا کہ جلدی سے دونوں بچوں کی شادی کی تیاری کرو اب میں اپنی بیٹی اور بیٹے کی شادی میں شرکت کر کے ہی واپس جاؤں گا آجکل دونوں گھرانوں میں شادی کی تیاریاں عروج پر ہیں اور اگلے مہینے ہماری شادی ہے قادری صاحب آپ نے نہ صرف مجھے میری محبت سے ملوایا بلکہ بچا اور ابو کے درمیان جھگڑے کو ختم کر کے دونوں بھائیوں کی محبت کو دوبارہ قائم کر کے دو خاندانوں کو پھر سے جوڑ دیا آپ واقعی مسیحا ہیں مجھے اپنی دعاؤں میں ہمیشہ یاد رکھیے گا۔ اللہ آپکو ہمیشہ سلامت رکھے۔

جواب: جیتی رہو! اللہ پاک آپ کے خاندان کی محبتوں کو ہمیشہ قائم و دائم رکھے۔

مزارجل (اسلام آباد)

قادری بھائی میری بیٹی کی شادی میں شدید رکاوٹیں تھیں چند سال پہلے اسکا رشتہ طے ہوا تھا شادی کی ساری تیاریاں مکمل ہو چکی تھیں شادی سے چند ہفتے پہلے لڑکے والوں نے بغیر کوئی وجہ بتائے اچانک انکار کر دیا اسکے بعد سے میری بیٹی کے رشتے تو آتے تھے مگر بات کہیں بھی نہیں بنتی تھی اس سلسلے میں آپکو Call کر کے تمام حالات سے آگاہ کیا تو آپ نے مبارک پتھر (پکھر اج) پڑھائی کر کے بھیجا اور وظیفہ بھی پڑھنے کو دیا آپ نے پڑھائی کر کے جو مبارک پتھر بھیجا تھا وہ اگلی ہی بنا کر بیٹی کے ہاتھ میں پہنا دیا تھا اور آپکی ہدایت کے مطابق وظیفہ شروع کر دیا تھا وظیفہ پڑھتے ہوئے ابھی ڈھائی ماہ ہی گزرے تھے کہ ہمارے ایک دور کے رشتے دار اپنے بیٹے کا رشتہ لیکر ہمارے گھر آ گئے کیونکہ خاندان دیکھا بھلا تھا لڑکا امریکہ سے آیا ہوا تھا ان کو بھی شادی کی جلدی تھی اسی لئے رسمی بات چیت کے بعد ایک مہینے کے اندر چٹ مٹنی پٹ بیاہ ہو گیا آج میری بیٹی اپنے گھر میں بہت خوش ہے ہمارے دل سے آپ کے لئے ڈھیروں دعائیں نکلتی ہیں اللہ تعالیٰ آپکو لمبی عمر عطا فرمائے اور آپ یونہی پریشان ناؤں، بہنوں اور بیٹیوں کے مسائل حل کرتے رہیں۔

جواب: اللہ خوش رکھے! بہن میری دُعا ہے کہ اللہ پاک آپکی بیٹی کے نصیب اچھے کرے اور اُسکے گھر کو خوشیوں کے ساتھ ہمیشہ آباد رکھے (آمین)

نادیہ (جہلم)

قادری صاحب میرا تعلق ایک پڑھے لکھے زمیندار گھرانے سے ہے میرا رشتہ میرے ابو نے بچپن میں ہی میرے چچا کے بیٹے سے طے کر دیا تھا ہم دونوں بھی ایک دوسرے کو بہت چاہتے تھے مگر 5 سال

Lucky Stone

مبارک پتھر

روحانی اسکالر ایس۔ این۔ قادری آپ کے کام اور نام کے مطابق آپ کے موافق پتھروں (گینڈوں) پر آیات مقدسہ کی پڑھائی کر کے دیتے ہیں۔ اپنے نام اور کام کے مطابق اپنا مبارک پتھر حاصل کریں، اگلی ہی بنا کر پہنیں، انشاء اللہ آپ کے بگڑے کام سنورتے چلے جائیں گے، دل و دماغ پر خوشگوار اثرات مرتب ہوں گے، صحت و تندرستی حاصل ہوگی، لوگوں کے دلوں میں آپ کے لئے نرم گوشہ پیدا ہوگا اور آپ کی عزت و وقار میں اضافہ ہوگا۔



ایس۔ این۔ قادری

رضویہ مارکیٹ، 86، فرسٹ فلور، ناظم آباد چورنگی، کراچی۔ 74600

رابطہ کیلئے موبائل : 0333-2105914

0336-1202302

E-mails: qadrihelpline@yahoo.com

qadrihelpline@hotmail.com

E-mail کرتے وقت اپنے شہر کا نام لازمی لکھیں۔

رابطہ کے اوقات صبح 10 سے شام 7 بجے تک روزانہ۔

مصالحہ ٹپس

☆ شہد میں ادراک ملا کر چبانے سے گلا ٹھیک ہو جاتا ہے اور بند آواز کھل جاتی ہے۔

☆ بچگی آ رہی ہو تو ایک لونگ کھالیں۔ چٹکی بھر نمک کھانے سے بھی بچکی رُک جاتی ہے یا پھر 2 سینڈ کے لئے سانس روک لینے سے بھی بچکیاں آنا بند ہو جاتی ہیں۔

☆ تھوے میں لیموں نچوڑ کر پینے سے تھکاوٹ دُور ہو جاتی ہے۔

☆ پلکوں کو گھٹنا کرنے کے لئے رات میں سونے سے قبل کیسٹر آئل روئی کی مدد سے پلکوں پر لگائیں اور مہینے بھر بعد فرق دیکھیں۔

☆ سردیوں میں اکثر ہونٹ پھٹ جاتے ہیں اس لئے گائے کا کچا دودھ روزانہ ہونٹوں پر لگائیں۔

☆ چہرے کے ٹھلے مسام بند کرنے کے لئے ان پر پھلگری رگڑیں۔ اس سے ٹھلے ہوئے مسام بند ہو جائیں گے۔

☆ بالوں میں چمک پیدا کرنے کے لئے سر کے استعمال بہت مفید ہے۔ سفید سرکہ ہلکے رنگ کے بالوں، رنگ دار سرکہ سیاہ اور گھنے بالوں کے لئے بہتر ہے لیکن سرکہ قدرتی پھلوں کا بنا ہوا ہونا چاہئے۔

☆ بعض اوقات راتوں کو دیر تک جاگنے یا دیر تک سونے سے آنکھوں کے نیچے سوجن ہونے لگتی ہے۔ اس کے لئے سر کے نیچے سے تکیہ ہٹا کر سونیں۔ ایک پیالی چائے کے تھوے میں برف کے چند کیوب ڈالیں، جب تھوہ ٹھنڈا ہو جائے تو اس میں روئی بھگو کر ہلکا سا نچوڑیں اور آنکھوں پر رکھ کر لیٹ جائیں۔

☆ رات کو سونے سے پہلے ویسلین ہونٹوں پر لگائیں اس سے ہونٹ سرخ ہو جاتے ہیں۔

☆ کہنی کے سیاہ دھبے دور کرنے کے لئے لیموں کو کاٹ کر رس نکالیں، چھلکوں میں 1/2 چائے کا چمچ دودھ ڈالیں اور اس سے کہنی کو خوب اچھی طرح سے رگڑیں۔ کچھ دنوں کے عمل سے کہنی صاف ہو جائے گی۔

☆ اگر آپ کے ہاتھوں پر پھل یا سبزی کاٹنے سے دھبے پڑ گئے ہوں تو دھوؤں کو چھلے ہوئے آلو سے رگڑیں، دھبے صاف ہو جائیں گے۔ سفید سرکہ سے بھی صفائی ہو سکتی ہے۔



ٹوٹکے

رائی کو گھن سے بچانے کے لئے

پسی ہوئی رائی پلاسٹک کے ڈبے میں بند کر کے فریج کر دیں تو اس میں زیادہ طویل عرصے تک گھن نہیں لگے گا۔

مچھلی کے چھلکے آسانی سے اُتارنے کے لئے

مچھلی دھونے سے پہلے اگر اس پر تھوڑا سا سرکل دیا جائے تو اس کے چھلکے آسانی سے نکل جائیں گے۔

کھانسی دُور کرنے کے لئے

اگر کھانسی ہو تو رات میں سونے سے پہلے ایک گلاس نیم گرم دودھ میں 1/2 چائے کا چمچ پسی ہوئی سفید مرچ ڈال کر پی لیں۔ کھانسی دُور ہو جائے گی۔

مزیدار پکن ٹکوں کے لئے

پکن ٹکوں میں مصالحے لگا کر فریج کر دیں جب کھانے کے لئے پیش کرنا ہوں تو ایک گھنٹہ پہلے فریج سے نکال کر رکھیں پھر ان کو سیخوں پر لگا کر سینک لیں تو زیادہ مزیدار ہو جائیں گے۔

میدے کو سرسریوں سے بچانے کے لئے

آٹا، مین یا میدے میں بہت جلد سرسریاں پڑ جاتی ہیں لیکن اگر آپ ان میں 2 یا 3 تھچ پتے ڈال دیں تو سرسریاں نہیں پڑیں گی۔

چٹنی کو خراب ہونے سے بچانے کے لئے

اگر بلینڈر میں چٹنی پیس رہے ہوں تو شروع میں نمک نہ ڈالیں ورنہ چٹنی تپتی ہو جائے گی۔ جب کھانا ہو تو چٹنی میں نمک ملا لیں۔ یہ چٹنی کئی دن تک استعمال کی جاسکتی ہے۔ جھوٹا چمچ استعمال نہ کریں۔ املی کی چٹنی میں کالا نمک ملانے سے کافی دن تک خراب نہیں ہوتی۔ چٹنیاں جب بالکل ٹھنڈی ہوں تو صاف بوتل میں ڈالیں ورنہ خراب ہو جائیں گی۔

اخروٹ کی ثابت گرمی ٹکالنے کے لئے

اگر اخروٹ کی گرمی ثابت نکالنا ہو تو اخروٹ گرم پانی میں 15 منٹ کے لئے بھگو دیں اور پھر اسے ٹوڑیں تو پھلکا آسانی سے اُتر جائے گا اور اخروٹ کی گرمی ثابت نکل جائے گی۔

کیک کے اچھے رنگ کے لئے

اگر چاکلیٹ کیک کا رنگ زیادہ گہرا کرنا ہو تو مکھن میں چمکی بھرسوڈا ملادیں۔