

પાઠમાં વૈવિધ્યતા

જસ્મીન છેડા



પાઉની વૈવિધ્યતા
Pav ni Vaividhyata

© શ્રીમતી જસ્મીન જયંત છેડા

All rights reserved with the Publisher. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the publisher.

દ્વિતીય આવૃત્તિ : ૧૫ જાન્યુઆરી ૨૦૧૨
પ્રથમ આવૃત્તિ : ૮ મે ૨૦૧૦
કિંમત : રૂ. ૧૦૦.૦૦
Overseas Price : \$ 5

પ્રકાશક અને પ્રાપ્તિ સ્થાન :
મુલુંડ ટાઈમ્સ પબ્લિકેશન સેન્ટર
૧૮, મોનાણી સદન, ગૌરવ હોટલ સામે,
જે. એન. રોડ, મુલુંડ (વેસ્ટ),
મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૮૦.
ફોન : ૨૫૬૮ ૮૨૯૭
E-mail : gurjarmat@gmail.com

પાઉની વૈવિધ્યતા



મારા દ્વિતીય પુસ્તક પાવની વૈવિધ્યતાની પણ મારા પ્રથમ પુસ્તક અવનવો કચ્છી રસથાળની જેમ વધુ આવૃત્તિ પ્રગટ થઈ રહી છે. તે મારા માટે ઉંડા સંતોષની વાત છે. હું તે બદલ મારા રસોઈ કામ અંગેના પુસ્તકોને આવકારના બહેનો-ભાઈઓનો આ માટે હૃદયપુર્વક આભાર માનું છું. રસોઈ કલા એ હર સ્ત્રીને વરદાન મળેલું છે. રસોઈ બાબતમાં આપણે જાણીએ તેટલું ઓછું પડે. દરેક સ્ત્રીને અન્નપૂર્ણા દેવી બનવું પડે છે.

આજના યુગમાં અન્નપૂર્ણા બનવું એ બહુ કપરું કામ છે. અગાઉ આપણે મોટે ભાગે પરંપરાગત વાનગીઓ પસંદ કરતા પણ આજે કમસે કમ અઠવાડિયે એક વખત નવું નવું બને અને તે હોટેલના સ્વાદને ટક્કર મારે તેવું હોવું જોઈએ એવો આગ્રહ મોટા ભાગના કુટુંબના સભ્યો કરતા હોય છે. તેમની બધી ફરમાઈશો પૂરી કરવી એ ગૃહિણી માટે ખૂબ મુશ્કેલ છે. આવે વખતે મહોલ્લામાં મળતા પાઉ ગૃહિણીને મદદ કરી આવે છે.

આ પાઉમાંથી ઘણી વાનગીઓ સહેલાઈથી બને છે અને તેનાથી ગૃહિણી પોતાના કુટુંબની નવી પ્રકારની વાનગીઓની ઈચ્છા સંતોષી શકે છે.

આ પુસ્તકનો નામ 'પાઉની વૈવિધ્યતા' રાખ્યું છે. તે ઘણા અર્થમાં સુચક છે. મને આશા છે કે ગૃહિણીઓ આ પરથી પોતાની પાકકલાને વધુ રસપ્રદ બનાવી શકશે.

આ પુસ્તકમાં બ્રેડ, પાઉ અને ટોસ્ટની વિવિધ આઈટમ સરળ ભાષામાં લખી છે. આ પુસ્તકની વિશેષતા એ છે કે તેમા દર્શાવવામાં આવેલી આઈટમ જાતે બનાવી શકાય છે. વેસ્ટમાંથી પણ બેસ્ટ આઈટમ થઈ જાય.

નાનપણથી મને રસોઈ બનાવાનો બહુ શોખ. મારા મમ્મી પ્રેમીલાબેન, મારા શ્વસુર પક્ષે મારા સાસુ લક્ષ્મીબેન, મારા પતિ જયંત અને મારા બે બાળકો શ્રીમતી કેતકી દ્વિપેશ ડાઘાને યશનો સાથ ન મળ્યો હોત તો મેં વિવિધ વાનગીઓ શીખવાનો તેમજ શીખવવાનો શોખ ન રાખ્યો હોત તેમના સાથે મને હર્મેશા કઈક નવું કરવાની પ્રેરણા મળી છે અને આમ જીવનમાં સભરતાનો અનુભવ થયો છે. એ બદલ હું તેમની આભારી છું. આ પુસ્તક તૈયાર થતું હતું તે વખતે તેમા રસ લઈને તેને વધુ સમૃદ્ધ બનાવનાર **ગુર્જરમાત પરિવાર** અને ખાસ કરીને તેના મહિલા સભ્યો વંદનાજી-પ્રતિભાજીનો વિશેષ આભાર.

સમાપન કરતા ફરી એક વખત મારા જેવી ગૃહિણીઓને ખરા અર્થમાં અન્નપૂર્ણા બનવા માટેની હોંશ રાખવા અને નવું નવું શીખવા અંગે શુભકામના આપીશ.





અર્વાચીન ભારતથી આજ દિવસ સુધી આપણે દેશ ખેતી પ્રધાન દેશ છે. આપણા દેશની મુખ્ય ખેતીમાં ઉત્પાદનમાં ઘઉં, ચોખા, બાજરી, જવારી, રૂનો સમાવેશ થાય છે. જેમ જેમ સમય બદલાતો ગયો અને માણસની આશા અપેક્ષાઓ વધતી ગઈ તેમજ રહેણી કહેણીમાં પણ પુષ્કળ બદલાવ આવતો ગયો. આ બદલાવ સાથે રોજિંદા ખોરાકમાં પણ ફેરફાર થતા ગયા.

આજથી ૩૧૦૦ વર્ષ પૂર્વે મેસોપોટામીયા અને ઇજીપ્તમાં બ્રેડ બનાવવાની શરૂઆત થઈ. સર્વ પ્રથમ બ્રેડ ઘઉંમાંથી બન્યા અને એનો કલર બ્રાઉન કલર જેવો હતો. સમય જતા ઇજીપ્ત દેશમાં આ બ્રેડની ઉપર રિસર્ચ થયું અને મેંદાના બ્રેડ બનાવવામાં આવ્યા. મેંદો વપરાતો હોવાથી બ્રેડનો કલર સફેદ આવવા લાગ્યો અને ટેસ્ટમાં પણ મીઠાશ આવતા ઇજીપ્ત દેશમાં ત્રીસ અલગ અલગ વેરાયટીઓમાં બ્રેડ બન્યા. તેમા મુખ્યત્વે સ્લાઈસ બ્રેડ જોઈને યુરોપના અન્ય દેશો પણ આકર્ષાયા હતા જેવા કે ગ્રીક, યુરોપીયન દેશો તેમજ રોમન દેશોમાં પણ બ્રેડ વધુને વધુ પ્રચલિત થતા ગયા અને ખવાતા ગયા.

સમય જતાં જતાં બ્રેડમાં અન્ય વેરાયટીઓ પણ આવતી ગઈ અને એને ઉપયોગ અન્ય રીતે પણ થતો ગયો અને માણસોના મનભાવતા સ્વાદ પ્રમાણે બ્રેડ બનવા શરૂ થયા. જેમ બાળકોને મીઠા બ્રેડ વધુ ભાવે તો બ્રેડમાં તુટી-ફુટી તેમજ સાકર નાખી તેમજ અન્ય મીઠાશ અન્ય પદાર્થો નાખી અને મીઠા બ્રેડ બનવા શરૂ થયા. યુવાનોને નમકીન ભાવતું હોવાથી તેમને અંદર જીરું તેમજ અન્ય સોલ્ટી પદાર્થ નાખી અને ટોસ્ટ બનવા શરૂ થયા અને તે પણ વધુને વધુ ખવાતા ગયા. ત્યારબાદ મિક્સીંગ બ્રેડ, પાઈનએપલ બ્રેડ, સ્ટ્રોબેરી બ્રેડ તેમજ અન્ય વેરાયટીઓ બજારમાં આવી.

સમય જતાં આ બ્રેડને સ્પેશિયલ બેકીંગ કરી સ્ટીક બ્રેડ, ટોસ્ટ બ્રેડનું પણ સ્વરૂપ આપવામાં આવ્યું અને તેમ પણ હોંશે હોંશે ખવાતા ગયા અને પોતાનું અલગ સ્થાન ધરાવે છે.

આધારભૂત સૂત્રો દ્વારા જણાવ્યાપ્રમાણે ભારતમાં છેલ્લા છ દાયકાઓથી પુષ્કળ બદલાવ આવી ગયો અને આપણા રોજિંદા ખોરાકમાં બ્રેડ(પાઉ) ખાવાનું પ્રમાણ વધી ગયું છે. આ બ્રેડ ઘઉંમાંથી અને મેંદામાંથી બનાવવામાં આવે છે. ખાવામાં સોફ્ટ અને મીઠા હોવાથી તેમજ બ્રેડમાં રહેલા કાર્બોહાઈડ્રેટને કારણે પચવામાં હલકા પણ છે અને આ બ્રેડ ખાવાથી માણસોમાં મેદ (ચરબી) ઓછી થાય છે. બ્રેડ ખાવામાં અને પચવામાં સારા હોય છે. આજના મેડીકલ સાયન્સમાં પણ બ્રેડને એક ડાયટ ફુડ તરીકે

માન્યતા આપવામાં આવી છે. આજના મેડીકલ સાયન્સ બ્રેડને આપણા રોજિંદા ખોરાક જેવા કે રોટી, રોટલાનો પુરક મનાય છે અને તે દરરોજના ખાવાની સલાહ આપે છે.

છેલ્લા છ દાયકાઓથી આપણે બ્રેડને આપણા રસોડામાં મહત્વનું સ્થાન આપ્યું છે. એક અંગ્રેજી કહેવત છે કે **"My work is my bread butter."**

આજના હરિફાઈ ભર્યા જીવનમાં વ્યવહારથી અને સમયની મર્યાદા હોવાથી માણસોને ખાવા પીવામાં રહેતી અનિયમિતતા અને લાપરવાહીના કારણે શારીરિક તકલીફો ઉભી થાય છે અને પાચન શક્તિમાં અનિયમિત થઈ જાય છે. તેમજ એકની એક ચીજ ઘડી ઘડી ખાવાથી કંટાળી જવાય છે? અને શરીરને હાની પણ પહોંચે છે. પણ બ્રેડ સદાબહાર છે અને તેને દરરોજ વધુને વધુ ખાવાનું મન થાય છે.

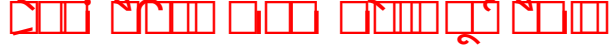


બ્રેડ અથવા પાઉ અલગ અલગ પ્રકાર તેમજ અલગ અલગ સાર્થકમાં તૈયાર મળે છે. જેવા કે Flat બ્રેડ, Stick બ્રેડ, Cubs બ્રેડ, Rye બ્રેડ, Fruit બ્રેડ, Wholemeal બ્રેડ, Multigrain & Kibbled બ્રેડ, Bagel બ્રેડ, Sourdough બ્રેડ, Hearth બ્રેડ.

આ બ્રેડ બનાવવા માટે ભારતમાં મુખ્ય કંપનીઓમાંથી નીચે જણાવેલ કંપનીમાંથી અલગ અલગ વેરાયટી અને સાર્થકોમાં તેમજ જરૂરીયાતપ્રમાણે બ્રેડ તૈયાર મળે છે.

- Relish રેલીસ બ્રેડ
- Britanian બ્રીટાનીયન બ્રેડ
- Wibs વીબ્સ બ્રેડ
- Brown બ્રાઉન બ્રેડ
- Wheat વીટ બ્રેડ
- Modern મોડર્ન બ્રેડ
- Creamica ક્રીમીકા બ્રેડ
- Anytime એનીટાઈમ બ્રેડ

ઉપર જણાવેલ કંપનીઓના બ્રેડ ૨ થી ૩ દિવસ સુધી ખાઈ શકાય છે. બ્રેડ લેવા જાવ ત્યારે **Manufacturing date** અને **Expiry date** જરૂરથી તપાસી લેવી. જેટલું બને એટલું એજ દિવસે ખાઈને પૂરા કરવા. બહારગામ જાવતો બજારમાં બટરના ક્યુબ, ચીઝના ક્યુબ, સોસના પાઉચ તૈયાર મળે છે.



બ્રેડ આમ તો આપણા રોટલા-રોટલીને સાથે સરખાવી શકાય પણ તેની ઉપર વિવિધ પ્રકારની ચટણી આદિ લગાડીને તેમાં રોટલા-રોટલીથી ઘણું વધારે વૈવિધ્ય લાવી શકાય તેમ છે આપણને બ્રેડની વાનગીઓ વિષે વિગતવાર જણાવા પહેલ તેની બ્રેડમાં વૈવિધ્યતા લાવવા માટેની પૂર્વ તૈયારી અંગે જણકારી મેળવી લઈએ.



સામગ્રી :

મેંદો અડધી વાટકી,
૩૦ ગ્રામ ચીસ્ટ,
સાકર ૩ ટી. સ્પૂન,
ઘી અથવા માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૨ ચમચી મીઠું.



રીત : મેંદામાં ચીસ્ટવાળું પાણી અને મીઠું નાખી લોટ બાંધવો. લોટને થોડીવાર ટુંપવો. થોડુ ઘી મસળી ભીનુ કપડું ઠાંકી ૩૦ મિનિટ રહેવા દેવું લોટને બે ભાગ કરી ટ્રેમાં મૂકવું. ઉપરથી ભીનું કપડું રાખવું. લોટ ફૂલવા લાગે ત્યારે ઓવનમાં ૪૫૦° ફક્ત ૧૦ મિનિટ બેક કરવું. ઓવનમાંથી બહાર કાઢી બ્રશથી ઉપર ઘી લગાડવું ને સ્લાઈસ કરવી.



સામગ્રી :

૨૦૦ ગ્રામ ગાયનું ઘી,
૧ ચમચી મીઠું,
ચપટી સોડા, બરફના ટુકડા.



રીત : ઘીને પલાડીને સોડા, મીઠું, મીક્સ કરી ૩ મિનીટ હલાવવું. ત્યારબાદ ૭ થી ૮ બરફના ટુકડા નાખી. ૫ થી ૬ મિનીટ હલાવવું. પાણી અને બરફ કાઢી બીટરથી બીટ કરવું. બીટર ન હોય તો ચમચાથી જરા વધારે વાર હલાવવું. ગાયનું ઘી પીળું હોય છે એટલે બટર ઇન્ટરનેશનલ કંપનીઓ બનાવે છે તેવું જ થાય છે ખાવામાં નુકસાન નથી કરતું.



સામગ્રી :- ૪ ચમચી ગાયનું ઘી,

૧ ચમચી મીલક પાવડર,

૧ ચમચી કોર્નફ્લોર,

૧/૪ ચમચી મીઠું,

૧/૪ ચમચી ચીઝ,

એસેન્સ,

મીઠું,

ચપટી સોડા,

ચપટી લીંબુના ફુલ (citric acid).



રીત :- ઘીને પલાડીને તેમા મીલક પાવડર, કોર્નફ્લોર, સોડા, મીઠું નાખી હલાવવું. ત્યારબાદ ૩ થી ૪ બરફના ટુકડા નાખી હલાવવું. બરફના ટુકડા કાઢી બીટરથી બીટ કરવું અથવા સ્પુનથી ખુબ હલાવુ અને પછી ફીજરમાં સેટ કરવા મૂકવું.



૧૫૦ ml દૂધ,

૧ ચમચો ભરીને કોર્નફ્લોર,

૧ ચમચો માખણ,

૨ ચમચા તેલ,

૧ ચમચી સાકર,

૧ ચમચી રાઈનો પાવડર,

૨ ચમચા વિનેગર,

મીઠું, મરી જરૂરીયાત પ્રમાણે.



૧ કપ દૂધ ગરમ કરવું. તેમાં માખણ નાખવું અડધો કપ ઠંડા દૂધમાં કોર્નફ્લોર હલાવવો. ગરમ દૂધમા ઉભરો આવે પછી ઠંડું કોર્નફ્લોરવાળું દૂધ નાખવું. બે ઉભરા આવે પછી નીચે ઉતારી તરત જ તેલ ધીમે ધીમે નાખી હલાવવું. મીઠું અને મરી નાખવા. એક વાસણમાં રાઈનો પાવડર અને સાકર મૂકી ફીણવું. તેમાં વિનેગર નાખી પાછું ઘૂંટવું. તૈયાર કરેલો રાઈનો પાવડર દૂધમાં નાખી હલાવવું. તૈયાર કરેલા દૂધને મેથોનીઝ ફીજમાં રાખવું. આ બનાવવા એલ્યુમિનિયમનું વાસણ લેવું. વિનેગરના બદલે લીંબુનો રસ નાખી શકાય. રાઈ પાવડર માર્કેટમાં મળે છે પણ ઘરે ખલદસ્તામા રાઈનો પાવડર અને સાકર મૂકી ઘૂંટવું.



પ્રેડના ટુકડા કરી ઓવનમાં શેકી રાખવા અથવા તાજા કરવા હોય તો ઘીમાં તળી લેવા. સૂપમાં પણ નાખી શકાય. પ્રેડનો ટોસ્ટ કરી અથવા ટુકડા હોય તો તેને ઓવનમાં કડક કરી તેને કુટીને તેનો ભૂકી બાટલીમાં ભરી રાખવો. શાક માટે કામ આવે છે.



સેન્ડવીચ માટે કોથમીર, કોપરાની, કુદીનાની, લસણની લાલ ચટણી, કોથમીર-દાળિયાની, મીઠા લીમડાની વગેરેની કોઈ પણ ચટણી બનાવવી. છેલ્લે ચટણી ન હોય તો તવા પર બટર અથવા ઘી નાખી લાલ મરચું નાખી બંને બાજુ પ્રેડ શેકીને ગરમ ગરમ ખાવું.



સામગ્રી :

કોથમીર ૧ જુડી,
પાલક ૧ જુડી,
૧ લીંબુ, મીઠું,
ભાવનગરી ગાંઠીયા.



રીત : ૧ જુડી કોથમીર લેવી, ૧ જુડી પાલક લેવી, ૫ થી ૬ મરચા સાફ કરી ઘોઈ એમા ૧ લીંબુનો રસ, માપસર મીઠું ભાવનગરી ગાંઠીયા અથવા પાપડી ગાંઠીયા નાખી. બધું મિક્સરમાં પીસવું વધુ દિવસ રાખવી હોય તો એમા લીંબુનો રસ વધુ નાખો. ૫ થી ૬ દિવસ ચટણીનો કલર એવો જ રહેશે ને ચટણી ઘટ્ટ રહેશે.

**સામગ્રી :-**

૨ કપ પાલક ટુકડા,
૮ થી ૧૦ મરચા જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૧ ટી. સ્પુન વાઈટ વેનીગર,
બે બાફેલા બટેટા,
મીઠું,
ભાવનગરી ગાંઠિયા અથવા પાપડી ગાંઠિયા.



રીત :- ૧ ઝુડી કોથમરી લેવી, ૨ કપ પાલકના ટુકડા લેવા, ૫ થી ૬ મરચા સાફ કરી ઘોઈ એમાં ૧ લીંબુનો રસ, માપસર મીઠું ભાવનગરી ગાંઠિયા અથવા પાપડી ગાંઠિયા નાખી. બધું મિક્સરમાં પીસવું વધુ દિવસ રાખવી હોય તો એમાં લીંબુનો રસ વધુ નાખો. ૫ થી ૬ દિવસ ચટણીનો કલર એવો જ રહેશે ને ચટણી ઘટ્ટ રહેશે.

**સામગ્રી :-**

લાલ કાશ્મીરી મરચા ૮ થી ૧૦ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
મીઠું,
લાલ મરચાની ભૂકી,
ભાવનગરી ગાંઠિયા.



રીત :- લાલ કાશ્મીરી મરચાને રાત્રે પલાળવા અથવા ૮/૧૦ કલકા પલાળીને પછી એમાંથી પાણી કાઢી એના બીચા કાઢી નાખવા એમાં મીઠું લાલ મરચાની ભૂકી. ભાવનગરી ગાંઠિયા નાખી મિક્સરમાં પીસવું.

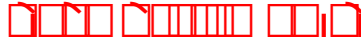


સામગ્રી :

લાલ કાશ્મીરી મરચા ૮ થી ૧૦ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
મીઠું,
લસણ જરૂરીયાતપ્રમાણે,
લાલ મરચા ભૂકી,
ભાવનગરી ગાંઠિયા.

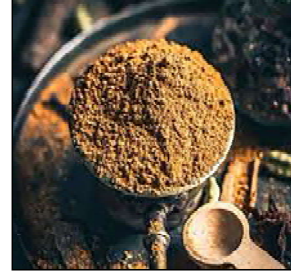


રીત : લાલ કાશ્મીરી મરચાને રાત્રે પલાળવા અથવા ૮ થી ૧૦ કલાક પલાળીને પછી એમાંથી પાણી કાઢી એના બીયા કાઢી નાખવા. એમાં મીઠું લાલ મરચાની ભૂકી. ભાવનગરી ગાંઠિયા, લસણ નાખી મિક્સરમાં પીસવું. એટલે લાલ લસણની ચટણી થઈ જાય.



સામગ્રી :

સંચળ ૨ ટેબલ સ્પૂન,
ધાણા,
કાળા મરી ૩૦ ગ્રામ,
મીઠું (Iodized Salt),
શાહજીરો ૩૦ ગ્રામ,
આમચુર ૫૦ ગ્રામ,
૧ ટેબલસ્પૂન હિંગ.



રીત : આ બધું મિક્સરમાં મિક્સ કરી પીસવું ને મસાલો ચાખી એમા મીઠું, જીરું અને આમચુર, સંચળ જરૂરત પ્રમાણે ઉમેરવું પછી બોટલમાં ભરી આ મસાલો સેન્ડવીચીસ, સલાડ, સોફ્ટ ડ્રીક્સમાં પણ વાપરી શકાય.



મેંદાના લોટને લઈ પાણીમાં બાંધી એક પ્લેટમાં મૂકવું એક બ્રેડની સ્લાઈસ લઈ એમા જામ, એક બ્રેડની સ્લાઈસ ઉપર ચટની, એક બ્રેડની સ્લાઈસ ઉપર સોસ, એક બટર વાળો બ્રેડ, એક ચીઝ વાળો બ્રેડ, બધાને Shapeમાં cut કરવા કિનારી કાપીને Triangle, Square, Round પછી ઉપર ચેરી અથવા Cheese Cubeના ખમણીથી ખીસ (Cut) કરી ટૂથ સ્ટીક લગાડી આ મેંદાનો બાંધેલા લોટમાં ચારે બાજુ ખોસવાને ટેબલની વચ્ચે મૂકી જેને જે ખાવું હોય તે ખીસ ટૂથ સ્ટીકથી ખાઈ શકે.

બ્રેડની સ્લાઈસ લઈ કિનારી કાપી રાઉન્ડ શેપમાં કટ કરવા એક એક round પર ચટની, જામ, સોસ, બટર, એવી રીતે કલરફુલ રીતે ગોઠવવા.

બ્રેડમાંથી ઘણા ફુલ બનાવે છે.

બ્રેડની કિનારી કાપી પછી બ્રેડમાંથી નાના નાના બોલ બનાવી અને food colour જેવા કે લાલ, ગ્રીન, પીળો એમા રંગદોળી ને ડેકોરેશન માટે કામ આવે.

બ્રેડને ગ્રીલ કરી શેપમાં કટ કરી Plate મા ગોઠવું.

આજુબાજુ ગાજરના ફુલ, ટમેટાના છીલટામાંથી બનાવેલું ગુલાબનું ફુલ રાખી શકો.

ગ્રીન ચટણી અને ટોમેટો સોસ કાકડીની બોટ બનાવી અથવા નાળિયેરની સુકી અડધી વાટકી એમા લીલી ચટણી નાખી ડેકોરેશન માટે રાખી શકાય. લાલ સીમલા મરચી ઉપરથી કટ કરી ગ્રીન ચટની નાખી અને ગ્રીન સીમલા મરચી કટ કરી. એમાં સોસ રાખવું.



ચાર માણસો હોય તો મોટુ બ્રેડનું પેકેટ લેવું.

- ૧) બ્રેડ બટર અથવા દૂધની મલાઈ - બ્રેડ ની સ્લાઈસ લેવી એની ઉપર બટર અથવા મલાઈ લગાવી સેન્ડવીચનો મસાલો નાખવો અને પછી ઉપર બીજી બ્રેડની સ્લાઈસ રાખી ખાવું.
- ૨) બ્રેડ બટર ચટની - બ્રેડની સ્લાઈસ લેવી એની ઉપર બટર લગાવી ગ્રીન ચટણી લગાવી અને ઉપર બીજી બ્રેડની સ્લાઈસ રાખી ખાવું.
- ૩) બ્રેડ બટર સાકર - બ્રેડની સ્લાઈસ લેવી એની ઉપર બટર લગાવી સાકર નાખી ઉપર બીજી સ્લાઈસ રાખી ખાવું.
- ૪) બ્રેડ બટર, ચટની, ટમેટો સોસ - બ્રેડની સ્લાઈસ લેવી એની ઉપર બટર, ગ્રીન ચટણી અને ટોમેટો સોસ લગાવી એની ઉપર બીજી બ્રેડની સ્લાઈસ લગાવી ખાવું.
- ૫) બ્રેડ જામ - બ્રેડની સ્લાઈસ લેવી એની ઉપર જામ લગાવી ઉપર બીજી સ્લાઈસ રાખીને ખાવું.
- ૬) બ્રેડ ચીઝ - બ્રેડની સ્લાઈસ લેવી એની ઉપર ચીઝ નાખી, સેન્ડવીચ મસાલો નાખી. ઉપર બીજી બ્રેડ સ્લાઈસ રાખીને ખાવું.

ઉપર આવેલ બધી આઈટમ તમે બ્રેક ફાસ્ટમાં, બપોરે ચા સાથે અથવા બહારગામ જાવ ત્યારે ખાઈ શકો છો. અગર કોઈ ગેસ્ટ આવે ને બ્રેડ સ્લાઈસને રાઉન્ડ શેપમાં, ચોરસ અને ત્રિકોણ શેપમાં કટ કરીને પ્લેટમાં ગોઠવો. એવી રીતે ગોઠવો કે રેડ જામ, ગ્રીન ચટણી, અને લાલ સોસ અને સાદો વાઈટ બટર વાળા આ બધા બ્રેડની સ્લાઈસ કલરફૂલ રીતે ગોઠવો એટલે એટરેક્ટીવ લાગે.



- ૧) બ્રેડને ચટનીમાં નાખી શકાય.
- ૨) બ્રેડની કિનારી સેકી સૂપમાં નાખી શકાય.
- ૩) બ્રેડને પેટીસમાં નાખી શકાય.
- ૪) બ્રેડને નાનમાં નાખવાથી નાન ફૂલે છે.
- ૫) બ્રેડને લજ્યાના ખીરામાં નાખી શકાય છે.
- ૬) બ્રેડને દૂધીનાં થેપલામાં નાખી શકાય.
- ૭) બ્રેડને મલમલના કપડામાં રાખવાથી તાજી રહે છે.
- ૮) બ્રેડને વેનીલા કે સ્ટ્રોબેરી આઈસ્ક્રીમમાં નાખી શકાય.
- ૯) બ્રેડને શેકી પાવડર બનાવી શાકમાં નાખી શકાય.
- ૧૦) બ્રેડને પલાળી છોલેમાં નાખી શકાય.
- ૧૧) બ્રેડની કિનારી ઓવનમાં શેકી મીઠું મરી નાખી ખાઈ શકાય.
- ૧૨) બ્રેડના ટુકડા કરી છાસમાં બોડીને વઘારવા ને ખાવામાં ઉપયોગ કરવા.
- ૧૩) બ્રેડની કિનારી તળી, ટુકડા કરી મમરા, પોંચા, સીંગ ચેવડામાં નાખી શકાય.
- ૧૪) ૬ બ્રેડને પાણીમાં પલાળી, ૧ ટેબલ સ્પૂન ચણાનો લોટ મીઠું મરચુ, ગરમ મસાલો નાખી મિક્સ કરી કોફતા વાળી તળી નાખવા.

અનુક્રમણિકા

પેજ નં.	પેજ નં.
સેન્ડવીચસ	
● કલ્બ સેન્ડવીચ ૧	● બ્રેડ રોલ ૧૪
● રશિયન સેન્ડવીચ ૨	● ટોસ્ટ સેન્ડવીચ..... ૧૫
● સમોસા સેન્ડવીચ..... ૩	● પાપડ રોલ ૧૫
● પાઈનેપલ સેન્ડવીચ ૩	● પકોડા રોલ ૧૬
● વડા સેન્ડવીચ ૪	● બ્રેડના દહીંવડા..... ૧૬
● વેજટેબલ સેન્ડવીચ..... ૪	● બ્રેડના ઢોકળા ૧૭
● જૈન વેજટેબલ સેન્ડવીચ ૫	● બ્રેડના પીળા ઢોકળા..... ૧૭
● ગ્રીન રોલ સેન્ડવીચ ૫	● બ્રેડ પુડલા ૧૭
● બ્રાઉની સેન્ડવીચ ૬	● બ્રેડ કટલેસ ૧૮
● મેક્સીકન સેન્ડવીચ ૭	● ક્યુંબર બ્રેડ ૧૮
● સબમરીન સેન્ડવીચ ૮	● બ્રેડ પીઝા ૧૯
● ગારલીક બ્રેડ..... ૮	● વેજ બર્ગર ૧૯
● મગની સેન્ડવીચ ૯	● વેજ સ્પ્રીંગ રોલ ૨૦
● ઈટાલીયન સેન્ડવીચ..... ૯	● ડીનર રોલ ૨૦
● ટીકી સેન્ડવીચ ૧૦	● હોટ ડોગ ૨૧
● ચાયનીઝ સેન્ડવીચ ૧૦	● ચીઝ રોલ..... ૨૧
● મીની સેન્ડવીચ ૧૧	● કુટ લોંગ ૨૨
● ટોમેટો આમલેટ સેન્ડવીચ..... ૧૧	● રોસ્ટેટ આમલેટ બ્રેડ ૨૨
● થ્રી લેયર સેન્ડવીચ..... ૧૨	● બોમ્બે સેન્ડવીચ ૨૩
● મંચુરિયન સેન્ડવીચ ૧૩	● સ્વીટ બ્રેડ ૨૩
● ગ્રીલ સેન્ડવીચ ૧૩	● રવા બ્રેડ ૨૩
● પનીર સેન્ડવીચ ૧૪	● મલાઈ બ્રેડ પીઝા ૨૪
	● જૈન બ્રેડ મટર પીસ ૨૪

પેજ નં.	પેજ નં.
પાઉંની આઈટમ	ટોસ્ટ આઈટમ
● પાઉંભાજી.....૨૫	● ટોસ્ટ બ્રેડ..... ૩૩
● જૈન પાઉંભાજી૨૬	● બીન્સ ઓન ટોસ્ટ ૩૩
● ખડા પાઉંભાજી.....૨૭	● હૈદ્રાબાદી ટોસ્ટ ૩૪
● મસાલા પાઉં.....૨૭	● ચીલી ટોસ્ટ ૩૪
● ચીઝ પાઉંભાજી.....૨૮	● મગની દાળની ટોસ્ટ ૩૫
● ડ્રાયફ્રુટ પાઉંભાજી.....૨૯	● કોર્ન ટોસ્ટ ૩૫
● રગડા પાઉં.....૨૯	● ભાજી ટોસ્ટ ૩૬
● ઉસળ પાઉં.....૩૦	● પનીર મકાઈ ટોસ્ટ ૩૬
● ડાબેલી.....૩૦	● સેઝવાન ટોસ્ટ ૩૭
● ગ્રીન વટાણાની દાબેલી..... ૩૧	● ગ્રીલ ઓપલ ટોસ્ટ ૩૭
● ભેલવાળી ડાબેલી ૩૧	
● સેન્ડવીચ ડાબેલી ૩૨	
● વડા પાઉં.....૩૨	
● સુકી ચટની પાઉં..... ૩૨	



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ,
- ૧ ઝૂડી કુદીનો,
- ૧ કપ કોથમરીના ટુકડા,
- ૪ લીલા મરચા,
- ૧ મોટો કાંદો,
- ૧ કાચી કેરી,
- ૩ કળી લસણ,
- ૧ બીટ, બાફેલું
- ૨ ગાજર ખમણેલા,
- સલાડ પાન.



રીત :- બ્રેડની કિનારી કાપી માખણ લગાડી, કુદીનાની ચટણી લગાડવી, ઉપર ચાટ મસાલો નાખી સેન્ડવીચ બનાવવી.

કુદીનાની ચટણી :- કુદીનો, કોથમીર, મરચા, કાંદા, લસણ, કેરી, મીઠું, સાકર, જીરું નાખી ચટણી તૈયાર કરવી.

ડેકોરેશન :- સેન્ડવીચ ઉપર સલાડ પાન, બીટ, ગાજર ખમણી, મીઠું લગાડી સલાડ આજુબાજુ પણ ગોઠવવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
દાડમના દાણા,
મીઠું, મરીનો ભૂકો,
મેયોનીઝ,
૧ એપલ,
૩ પાઈનેપલ સ્લાઈસ,
અડધો કપ ફણસી ઝીણી,
અડધો કપ ગાજર,
અડધો કપ વટાણા,
કાળી કોબી ખમણેલી.



રીત :- બ્રેડ ઉપર માખણ લગાડી નાખવું. ગાજર, ફણસી, બટેટુ, વટાણા બાફી ઝીણાં સમારી બાફી નાખવા એની પેસ્ટ કરી બ્રેડ ઉપર લગાડવું. એપલ, પાઈનેપલને ઝીણા સમારી એમાં મીક્સ કરવું. એમાં મેયોનીઝ મીક્સ કરવું. ઉપર મીઠું અને સફેદ મરીનો ભૂકો ભભરાવો. સેન્ડવીચ તૈયાર થઈ જાય એટલે ઉપર કાળી કોબી, દાડમના લાલ દાણા, પાઈનેપલ ખમણીને ઉપરથી મીઠું મરી નાખવા. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.

ડેકોરેશન :- તૈયાર થઈ ગયેલી સેન્ડવીચને એક પ્લેટમાં રાખી તેની ઉપર વિવિધ સ્વાદના શરબતોનું ડેકોરેશન કરી શકાય છે.



સામગ્રી :- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૩ સમોસા,
તીખી-મીઠી ચટણી,
૧ કાકડી,
૧ ટમેટું,
૨ ગાજર,
૧ કેપ્સીકમ,
આમલી, ગોળ,
મીઠું, સાકર, જીરું, લાલ મરચા, આમચૂર



રીત :- બ્રેડની સ્લાઈસ પર સમોસાના નાના ટુકડા માખણ લગાડી ઉપર ગોઠવવા ઉપરથી તીખી મીઠી ચટણી લગાડવી અથવા બ્રેડ પર તીખી ચટણી લગાડવી. ઉપરથી ટામેટા, કાકડીની સ્લાઈસ મૂકવી. તીખી ચટણીમાં લાલ મરચા, જીરું, મીઠું, આમલી નાખવી. મીઠી ચટણીમાં સાકર, ગોળ, મીઠું, લાલ મરચા, આમચૂર નાખવું.

સેન્ડવીચ ઉપર ગાજર, કેપ્સીકમ ખમણીને ઉપરથી નાખવા. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-
૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ માખણ,
અડધો પેકેટ પાઈનેપલ કસ્ટર્ડ પાવડર,
૨ પેકેટ પાઈનેપલ સ્લાઈસ,
ચેરીઓ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૧ પીળું કેપ્સીકમ મરચુ,
અડધો કપ દૂધ,
મીઠું, મરીનો ભૂકો.



રીત :- બ્રેડની સ્લાઈસ પર દૂધમાં કસ્ટર્ડ બનાવી બ્રેડ ઉપર લગાડવું. એના પર પાઈનેપલ અડધું કાપી ગોઠવવું, મીઠું નાખી, ચેરી મૂકી, ત્રિકોણ આકારના સેન્ડવીચ કાપવી. સેન્ડવીચ ઉપર ચેરીની આજુબાજુ કેપ્સીકમ ઝીણા લાંબા સુધારી પાખડીની જેમ ચેરીની આજુબાજુ ગોઠવવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.

**સામગ્રી :-**

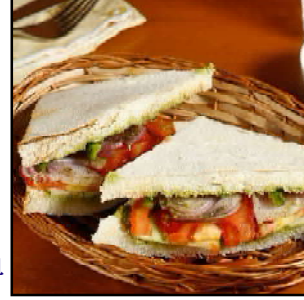
જરૂરીયાત પ્રમાણે પાઉં,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
કેળા/બટેટા વડા જરૂરીયાત પ્રમાણે,
લસણની ચટણી,
૧ કાંદો,
૬ કળી લસણ,
લાલ મરચું, મીઠું, સાકર, સંચળ, ૨ ટી સ્પૂન આમલી,
લાલ, લીલા, પીળા કેપ્સીકમ મરચું નાખવા.



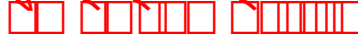
રીત :- બ્રેડની કિનારી કાપી ઉપર વડો મૂકવું ઉપર લાલ લસણની ચટણી, ગ્રીન ચટણી, મીઠી ચટણી, સેવ, કાંદા સુધારેલા નાખવા ઉપર બ્રેડની બીજી સ્લાઈસ રાખી ઉપર ડેકોરેશન કરવું હોય તો લીલા પીળા, કેપ્સીકમ ઝીણા સુધારી નાખવા અથવા ખમણીને સેન્ડવીચ ઉપર નાખવા. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.

**સામગ્રી :-**

બ્રેડ પેકેટ,
બટર,
ગ્રીન ચટની,
કાકડી, ટમેટા,
બાફેલુ બીટ, બાફેલા બટેટા,
સીમલા મરચા, મીઠું, મરી ભૂકી અથવા સેન્ડવીચ
મસાલો, ટોમેટો સોસ.

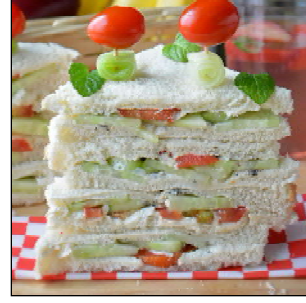


રીત :- ઉપર આપેલ બધા વેજિટેબલ સુધારી એક ડીશમાં ગોઠવવા. બ્રેડની સ્લાઈસ લઈ કીનારી કાપી નાખવી ને ઉપર બટર લગાવું, ચટણી લગાવી અને કાકડી, ટમેટા, બીટ, સીમલા મરચાની ગોળ રીંગ, બાફેલા બટેટાની ખીસ ઉપર મસાલો છાંટી બીજી બ્રેડ સ્લાઈસ રાખી આઠ યા છ ખીસ કરવા અથવા કોસ કરીંગ કરી ૪ ત્રિકોણ ખીસ કરવા. ટોમેટો સોસ સાથે ખાવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

બ્રેડ,
બટર,
ચટણી,
કાકડી, ટમેટા, સીમલા મરચાં,
સેન્ડવીચ મસાલો, ટોમેટો સોસ.



રીત :- બ્રેડની સ્લાઈસ લઈ ઉપર બટર, ચટણી લગાડી કાકડી, ટમેટા સુધારેલા રાખવા, સીમલા મરચાની રીંગ ઉપર સેન્ડવીચ મસાલો નાખીને બીજી સ્લાઈસ રાખી. ૬ થી ૮ ટુકડા કરી ખાવા. ટોમેટો સોસ જૈન નાખવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

તાજી બ્રેડની સ્લાઈસ,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
ગ્રીન ચટણી,
કાકડી ખમણેલી,
પાલકની ઝીણી સેવ,
મીઠું, મરી, ચાટ મસાલો ટેસ્ટ પ્રમાણે.



રીત :- બ્રેડની ત્રણ સ્લાઈસ લઈ તેની કિનારી કાપી લેવાની. એક સ્લાઈસ લઈ પાણી છાંટી તેને વેલણથી વણી, બીજી સ્લાઈસ કિનારી પર પાણી લગાડી પહેલી સાથે ચોટાડી દેવી. તેવી રીતે ત્રીજી બ્રેડ કાપી. વણી, ચોંટાડવી, એના પર બટર લગાડી, ચટણી લગાડવી. ઉપરથી કાકડીનું પાણી નીચોવી બ્રેડ પર પાથરવી, એમાં મીઠું, મરી, ચાટ મસાલો ભભરાવી ઘીરેથી (ખાંડવીની જેમ) રોલ વાળી ભીના કપડામાં મૂકી ફ્રીઝમાં ૩૦ મિનિટ સુધી મુકવી. થોડી વાર પછી બહાર કાઢી તેના ગોળ કટકા કરવા.

ડેકોરેશન :- પ્લેટમાં ગોળ કટકા ગોઠવી ઉપરથી પાલકની ઝીણી સેવ નાંખવી. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ બ્રાઉન બ્રેડ,
- ૧ વાઈટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- લીલી ચટણી,
- ૧ બીટ ખમણેલું,
- અડધી ઝૂડી પાલક ઝીણી કાપેલી, મીઠું, લીંબુ.



રીત :- બ્રેડની કિનારી કાપી વાઈટ બ્રેડની સ્લાઈસ પર માખણ લગાડવું. એના પર ટમેટાનો સોસ લગાડી, બીટ ખમણેલુ પાથરી ઉપરથી બ્રાઉન બ્રેડની સ્લાઈસ મૂકી માખણ લગાડી ચટણી લગાડવી. એના પર પાલક ઝીણી પાથરવી, ઉપરથી પાછી વાઈટ બ્રેડની સ્લાઈસ મૂકવી અને બ્રેડને કાપી ઊભી ગોઠવવી. તેમાં ત્રણથી ચાર કલરની સેન્ડવીચ દેખાશે.

ડેકોરેશન :- બીટ ખમણી પાલક ઝીણી સમારી, મીઠું, લીંબું નાખી ઉપરથી ભભરાવવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- વીનીગર જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૩ થી ૪ ચીઝના ટુકડા,
- ૧ ઝૂડી કોથમીર,
- ૧ સેલેરી ભાજી,
- બટેટા/કેળાની વેફર,
- ૩ સલાડ લીવ્સ,
- અડધી ઝૂડી પાલક,
- ૨ કાંદા, ૧ ઝૂડી લીલા કાંદા,
- ૩ કળી લસણ, ૧ કાકડી, ૧ ટમેટું, ૧ બટેટું,
- મીલી સોસ, સાકર, લીંબુ, મીઠું,



રીત :- બ્રેડની સ્લાઈસ પર માખણને ચીઝ મિક્સ કરી લગાડવું. ગ્રીન પેસ્ટ લગાડી એના પર કાકડી, ટમેટા, બટેટાની સ્લાઈસ મૂકી, ચીલી સોસ લગાડી ચીઝની સ્લાઈસ મૂકવી.

ગ્રીન પેસ્ટ :- કોથમરી, પાલક, કાંદો, લસણ, મીઠું, લીંબુ નાખી જાડી પેસ્ટ બનાવવી.

ડેકોરેશન :- સેન્ડવીચને પ્લેટમાં ગોઠવી, આજુબાજુ વેફર, લીલા કાંદા, ઝીણા સમારેલા, સલાડ, લીવ્સ, સેલેરી ભાજી ગોઠવું.

ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ લાંબા બ્રેડ રોલ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૩ થી ૪ કળી લસણ,
- ૧ કાંદો,
- ૨ ટમેટા, ૧ કેપ્સીકમ, કોબી, અડધી ઝૂડી પાલક,
- ૩ થી ૪ ક્યુબી ચીઝ,
- ૧ ટી સ્પૂન લાલ મરચાંની ભૂકી, મીઠું, સંચળ.



રીત :- બ્રેડને વચમાંથી કાપી, માખણમાં લસણની પેસ્ટ મિક્સ કરી બ્રેડ પર લગાડવી. એના પર ચીઝ પાથરી કાંદા, ટામેટા, કોબી, કેપ્સીકમ, કાપીને બ્રેડ પર ગોઠવવું એના પર મીઠું સંચળ નાખી. સેન્ડવીચને વચમાંથી અડધી કરવી. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ લેવું,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ,
- લસણની પેસ્ટ જરૂરીયાત પ્રમાણે.

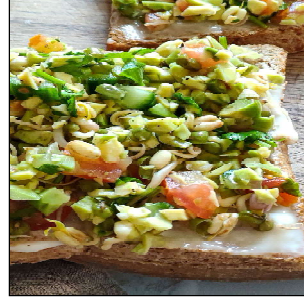


રીત :- ૧ બ્રેડની સ્લાઈસ લેવી, એક બાઉલમાં માખણ અને લસણની પેસ્ટ મીક્સ કરીને બ્રેડ પર લગાડવું અને non-stick તવા પર માખણ અથવા ઘી નાખી જરા શેકવું. ગારલીક બ્રેડ Breakfastમાં પણ ખાઈ શકીએ. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ઝીણી સેવ,
- ૧ કપ પલાળેલા મગ,
- મીઠું, ચાટ મસાલો,
- ૧ ઝૂડી કોથમીર, અડધી ઝૂડી પાલક,
- ૧ કેપ્સીકમ, ૩ થી ૪ લીલા મરચાં, ૧ કાકડી, ૧ લીંબુ.



મગ : મગ બાફી, મીઠું, લીંબુ, ચાટ મસાલો નાખી તૈયાર રાખવું.

રીત :- બ્રેડ ઉપર માખણ લગાડી, ચટણી લગાડવી, ઝીણી સેવ છાટી, બાફેલા મગ અને મીઠું, લીંબુ, ચાટ મસાલો બ્રેડ ઉપર લગાડવું અને ત્યારબાદ કાકડી ખમણ જરૂરીયાત પ્રમાણે ડેકોરેટ કરવું અને સેન્ડવીચ તૈયાર કરવી.

ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૪ ક્યુબ ગ્રેટેડ ચીઝ,
- ૧ કપ દહીં,
- ૨ થી ૩ ગાજર,
- ૬ થી ૭ ફણસી, ૧ કાકડી, ૨ બટેટા,
- કોબી, ૩ થી ૪ સ્લાઈસ, પાઈનેપલ,
- ટામેટા સોસ, ચીલી સોસ, મીઠું, મરચું, વીનીગર.



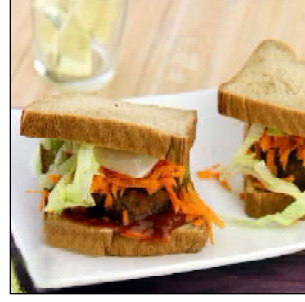
રીત :- દહીંમા બટર મીક્સ કરી. બ્રેડ પર લગાડવું. વટાણા, ફણસી, બટેટા બાફી મીઠું મરી નાખી. પેસ્ટ બનાવી બ્રેડ પર પાથરવું. તેના ઉપર ટમેટા સોસ, ચીલી સોસ નાખી. ચીઝ નાખવીને પાઈનેપલની સ્લાઈસ મીઠું, મરી નાંખી ગોઠવવી ને સેન્ડવીચ કાપી પ્લેટમાં ગોઠવવી.

ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ગ્રીન ચટણી,
- ૫ બટેટા,
- ૧ કપ ચણાની દાળ,
- ૧ કાંદો,
- ૧ ઝૂડી કોથમરી, ફૂદીનો,
- ૧ કાચી કેરી,
- ૮ મરચાં, ૧ આદુ નાનુ, ૨ કપ તેલ, મીઠું સંચળ, આમચૂર.



રીત :- પહેલા ટીકી બનાવી. બટેટાને બાફી. તેમાં ચણાની દાળ પલાળી, બાફી મીક્સ કરી મીઠું આદુ મરચાં, ફૂદીનો, કોથમરી, સાકર નાખી પેસ્ટ તૈયાર કરવી. એમાંથી ગોળ ટીકી બનાવી તેલમા તળી લેવી.

ડેકોરેશન :- પ્લેટમાં સેન્ડવીચ ગોઠવી. તળેલી ચણાની દાળ તેમા મીઠું, સંચળ, આમચૂર નાખી. થોડા ઝીણા કાંદા સમારી સેન્ડવીચ ઉપર નાખવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે ,
- ૨ ટેબલ સ્પૂન મેંદો,
- અડધો કપ દૂધ,
- મેયોનીઝ, ચીલી સોસ, ટામેટા સોસ.
- અડધો કપ કોબી, ૫ થી ૬ પાઈનેપલ સ્લાઈસ,
- મીઠું, મરીનો ભૂંડો.



રીત :- બ્રેડની સ્લાઈસ પર માખણ લગાડી, વાઈટ સોસ લગાડી એમા કોબી ઝીણી, પાઈનેપલ ઝીણા સુધારી મેયોનીઝ ચીલી સોસ, મીઠું, મરી બધુ મિક્સ કરી લગાડવુ સેન્ડવીચ તૈયાર કરવી. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.

ડેકોરેશન :- ટોમેટા સોસની રીંગ કરી વચમા પાઈનેપલ ગોઠવવું.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
પનીર કશ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૧ અથવા બે ટમેટા, કોબી, ઝીણી સમારેલી,
સોસ (ટમેટા), મીઠું, મરી, ચાટ મસાલો.



રીત :- બ્રેડને નાની વાટકી અથવા ગોળ કટરથી ગોળ કાપવી, ગરમ પાણીના ટોપમા ચારણી મૂકી બ્રેડને થોડી ગરમ કરવી તેથી બ્રેડ નરમ થશે, એના પર માખણ લગાડી ટોમેટામા ચાટ મસાલો નાની સ્લાઈસ મૂકી ચાટ મસાલો નાખી સેન્ડવીચ બનાવવી. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.

ડેકોરેશન :- ગ્રીન કોબી ઝીણી સુધારી. પનીર છુટું પાડી એમાં મીઠું, મરી, ચાટ મસાલો નાખી બ્રેડની આજુ બાજુ ગોઠવવું.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૪ ટમેટા, ૧ કાંદો,
૧ કપ ચણાનો લોટ,
૫૦ ગ્રામ બટર જરૂરીયાત પ્રમાણે,
જરૂરીયાત પ્રમાણે મીઠું, મરી, સંચળ વરિયાળી, ટામેટાનો સોસ.



રીત :- સર્વપ્રથમ ટમેટા, કાંદા અને ચણાના લોટ મિક્સ કરી તવા ઉપર નાના નાના પુડલા બનાવવા ત્યારબાદ બ્રેડની સ્લાઈસ પર બટર લગાડી, ચટણી લગાડી ઉપરથી નાના પૂડલા મૂકવા ટામેટા, કાંદાની સ્લાઈસ મૂકી, સોસ લગાડી મસાલો ભભરાવવો. આની ઉપર જરૂરીયાત પ્રમાણે મીઠું, મરી, જીરું નાખી તૈયાર કરી સેન્ડવીચના ત્રણ થી ચાર ટુકડા બનાવવાના. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.

ડેકોરેશન :- બ્રેડના ઉપર ચોરસ ડીઝાઈન સોસથી કરવી વચમાં પાલક ઝીણી સુધારી તળીને નાખવી.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે ,
- ૧ કપ સોસ,
- ૪ થી ૫ બટેટા,
- ૧ બીટ ખમણીને,
- કોથમરી ઝૂડી,
- ૪ મરચા, અડધો કપ કોપરું ખમણેલું,
- ૧ કપ ઘઉંનો લોટ,
- ૨ ક્યુબ ચીઝ, મીઠું, લાલ મરચું, સાકર,
- સેન્ડવીચનો મસાલો,
- બટેટાની વેફર, ૧ કપ શીંગતેલ.



રીત :- બ્રેડની ૪ સ્લાઈસ લેવી, તેના પર માખણ લગાડવું. એક સ્લાઈસ પર બટેટા બાફી મસાલો કરી. પૂરણ બનાવવું બટેટાનું પૂરણ પાથરવું. બીજી સ્લાઈસ ઉપર મૂકી તેના પર લીલી ચટણી, ત્રીજા બ્રેડ પર લાલ ચટણી લગાડવી સાથે બીટ ખમણીને મુકવું. ચોથા બ્રેડ પર માખણ લગાડી ઉપરથી મૂકવું. પછી તૈયાર કરી. બ્રાઉન પેપર થેલીમાં મૂકી ૨ કલાક ફીઝમાં રાખી બહાર કાઢી. કાપી ઘઉંના લોટનું ખીરૂ બનાવવું. તેમાં સેન્ડવીચ બોળી ભજિયાની જેમ તળી લેવું.

લાલ ચટણી :- ટમેટાના સોસમાં મરચાની ભૂકી સંચળ મીક્સ કરવું.

લીલી ચટણી :- કોથમીર, મરચા, કોપરું, મીઠું, સાકર, લીંબું.

સેન્ડવીચ :- સેન્ડવીચ તૈયાર થઈ જાય એટલે એના પર ચીઝ ખમણી ને પાથરવું આજુબાજુ વેફર મૂકી ખાવી.

ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- અડધુ પેકેટ ન્યુડલ્સ,
- ૩ ક્યુબ ચીઝ,
- અડધા કપ મેંદો, ૧ કપ કોર્નફ્લાર,
- ૧ કપ કોબી, ૧ કપ ગાજર ખીસ કરેલું, ૧ કેપ્સીકમ,
- ૧ કાંદો,
- ૧ ચમચી લસણની પેસ્ટ, ચીલી સોસ, સોયાસોસ,
- ટામેટા સોસ,
- મીઠું, મરી, ૧ કપ શીંગતેલ.



મંચુરીયન :- મેંદો કોર્નફ્લાર મિક્સ કરી શાક ને બાફી થોડી લસણ પેસ્ટ નાંખી. ૧ કાંદો મીક્સ કરી ખીંચે બનાવી. મીઠું, મરી નાખી ખીંચે બનાવી મંચુરીયન તળી લેવા.

રીત :- ટામેટા સોસ, સોયાસોસ, ચીલી સોસ સ્વાદપ્રમાણે લઈ મિક્સ કરી. માખણ બ્રેડ પર લગાડી સોસ લગાડવું. એના પર મંચુરીયન મૂકી સેન્ડવીચ તૈયાર કરવી. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.

ડેકોરેશન :- ન્યુડલ્સને બાફી એમા મીઠુંને તેલ નાખવું. થોડીવાર કપડા ઉપર સુકવી તળી લેવું ને પ્લેટમાં સેન્ડવીચ ગોઠવી ઉપરથી ભભરાવવો.



સામગ્રી :-

- એક સેન્ડવીચ બનાવવા ત્રિકોણ બ્રેડની ત્રણ સ્લાઈસ લેવી,
- ૧ કેપ્સીકમ, ૧ બીટ બાફેલુ, ૧ મોટુ બટેટું, ટમેટું, કાંદા,
- લાલ ચટણી, ગ્રીન ચટણી, બટર, ચાટ મસાલો.



રીત :- એક ત્રિકોણ બ્રેડ લેવું એના પર લાલ ચટણી લગાડવી. ઉપર બાફેલુ બીટને સ્લાઈસ, સીમલા મરચી, ઉપર બીજુ બ્રેડ મુકવું તેની ઉપર કાંદા, ટમેટાની સ્લાઈસને બટેટાની ખીસને ઉપર ચાટ મસાલો ને પછી ત્રીજું બ્રેડ નાંખી પછી ગ્રીલ મશીનમાં ગ્રીલ કરવું. ગ્રીલ થયા બાદ તેની ઉપર બટેટાની વેફરનું ડેકોરેશન કરવું.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ બટર જરૂરીયાત પ્રમાણે
પનીર બે વાટકી,
કાંદા ૨, ટમેટા બે, કેપ્સીકમ બે, લાલ મરચું, મીઠું,



પનીર :- દૂધમાં લીંબુનું રસ અથવા વેનીગર નાખવાથી દુધ ફાટી જશે. પાંચ મિનિટ બાદ આ દુધમાંથી પાણી કાઢી નાખવું પાણી કાઢી નાખતા તે બાકી રહેલો માવો તૈયાર થઈ જશે તેને પનીર કહેવાય.

રીત :- એક બ્રેડની સ્લાઈસ પર જરૂરીયાત પ્રમાણે પનીર રાખવું. એમા કાંદાના ટુકડા, ટમેટાના ટુકડા, કેપ્સીકમના ટુકડા એમા લાલ મરચું, મીઠું નાખી બધું મિક્સ કરવું. એક બ્રેડ લેવું એની ઉપર આ મસાલો નાખી ઉપર બીજુ બ્રેડ નાખી ને તવામાં બટરથી ટોસ્ટ કરવું. ગ્રીન ચટણી અને સોસ સાથે ખાવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૬ બટેટા, લસણની પેસ્ટ, લીલા મરચા પીસેલા,
કોથમરી,
મીઠું, શીંગતેલ, રાઈ, જીરું.



રીત :- સર્વપ્રથમ ૬ બટેટા બાફી તેમજ જરૂરીયાત પ્રમાણે મસાલા નાખી માવો તૈયાર કરવો.

બ્રેડની સ્લાઈસને પાણીમાં બોળી પાણી કાઢી નાખવું. એમાં બટેટા વડાનું મસાલો બનાવ્યું હોય તે નાખી રોલ વાળી તળી લેવું. સાથે સોસ અથવા નાળિયેરની ચટણી સાથે ખાઈ શકાય. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ બટર જરૂરીયાત પ્રમાણે,
બટેટા અથવા કાચા કેળા,
લસણની પેસ્ટ, મરચા પીસેલા,
મીઠું, તેલ, રાઈ, જીરૂ



રીત :- સર્વપ્રથમ બટેટાં/કાચા કેળા બાફી તેમજ જરૂરીયાત પ્રમાણે મસાલા નાખી માવો તૈયાર કરવો.

બ્રેડની સ્લાઈસ લઈ એમા બટેટા વડાનું માવો મૂકી બીજી બ્રેડની સ્લાઈસ રાખી તવા પર બટર નાખી શેકવી.



સામગ્રી :-

મરીવાળા પાપડ,
૧ પેકેટ બ્રેડ,
૨ થી ૩ ચમચી માખણ,
ચીઝ જરૂરીયાતપ્રમાણે,
૪ કાચા કેળા,
૧ ઝૂડી કોથમીર, ૪ લીલા મરચાં,
મીઠું, મરી, સાકર, લીંબુ.



રીત :- કાચા કેળા બાફી તેનો છૂંદો કરવો તેમાં મીઠું મરી, લીલા મરચા, કોથમરી, સાકર, લીંબું નાખી લોટની જેમ બાંધવો. તેના નાના ગોટા કરવા એમાં પાપડ શેકી ભૂકો કરી સ્ટફ કરવું. બ્રેડને ભીનું કરી તેમાં આ ગોળ કરેલા માવો મૂકવો ને તળી લેવા ત્યારબાદ તેના નાના નાના ટુકડા કરી. ગરમ ગરમ પીરસવું. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૨ થી ૩ ચમચી માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૨ થી ૩ કાંદા,
- અડધી ઝૂડી કોથમરી,
- ૪ લીલા મરચા,
- ૧ કપ બેસન, ૧ બીટ, મીઠું, લાલ મરચું.

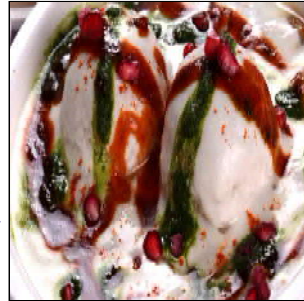


રીત :- બેસનના ખીરમાં મીઠું, લાલ મરચું, કોથમીર, કાંદા નાખી તૈયાર કરવું. બ્રેડને ફાય પેન પર બટર લગાડી શેકવા મૂકવું. એના પર બેસનનું ખીર પાથરી ધીમા તાપે તપવા દેવું. બ્રાઉન થઈ જાય પછી બ્રેડને ધીરે ધીરે ગોળ વાળતા જેવું પછી તેના કટકા કરવા. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૧ કપ શીંગતેલ,
- જરૂરીયાત પ્રમાણે દહીં,
- મીઠી ચટણી, લીલા મરચાં, કોથમરી, મીઠું, લાલ મરચું, જીરું, ચાટ મસાલો.

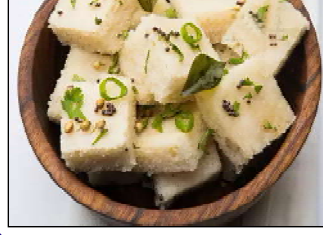


રીત :- બ્રેડને કટરથી ગોળ કાપવા. તેલમાં તળી નાખવાને પછી તરત બહાર કાઢી પ્લેટમાં ગોઠવવા તેના પર દહીં વલોવી, મીઠું નાંખી, જીરૂ પાવડર, લાલ મરચું, દહીંવડા તૈયાર કરવા ઘણા ચાટ મસાલો નાખેને મરી નાંખે. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૨ કપ ખાટી છાશ,
- ૧ ઝૂડી કોથમરી, ૪ લીલા મરચાં,
- મીઠું, મરી, રાઈ, અડધો કપ શીંગતેલ.



રીત :- બ્રેડની કિનારી કાપી તેના ચોરસ ટુકડા કરવા. છાશમાં મીઠું મરચું નાંખી બ્રેડ પર થોડી થોડી છાશ નાખી. એક થાળીમાં બ્રેડના ટુકડા ગોઠવવા ઢોકળાની જેમ વરાળમા બાફી ઉપરથી રાઈનો વઘાર કરવો. કોથમરી છાંટવી. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- બ્રેડ,
- ખાટી છાશ,
- હળદર પાવડર, રાઈ, જીરું, મીઠું, શીંગતેલ.



રીત :- ખાટી છાશ લેવી એમા મીઠું નાખવું ને હળદર પાવડર નાખવી, કડાઈમાં તેલ નાખી. એમા રાઈ જીરું નાખવું. બ્રેડને ટુકડા કરી ખાટી છાશમાં બોળી બોળી રાખવા પછી આ વઘાર ઉપર નાખી હલાવવું પીળા ઢોકળા જેવું લાગે.



સામગ્રી :-

- બ્રેડ ૩ થી ૪ સ્લાઈસ,
- ૧ કપ શીંગતેલ,
- ૨ ક્યુબ ચીઝ,
- ૧ કપ મગની દાળ,
- ૧ ઝૂડી પાલક, ૧ ઝૂડી કોથમીર, ૩ થી ૪ લીલા મરચાં, મીઠું.



રીત :- મગની દાળને પલાળી વાટી નાંખવી, તેના સાથે પાલક કાચી વાટવી. એમાં બ્રેડનો ભૂકો કરી નાખવું. મીઠું, લીલા મરચા નાખવા ને ગરમ ગરમ પૂડલા બનાવવા બ્રેડ નાખવાથી પૂડલા બ્રાઉન કલરના થાય. આ પૂડલા ચટણી અથવા સોસની સાથે ખાવા.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૧ કપ શીંગતેલ,
- ૧ કપ વટાણા, ૧ કપ ફણસીના ટુકડા, ૧ કપ બટેટા અથવા કાચા કેળા,
- મીઠું, આદુ મરચાં, કોથમરી, દાળીયા, લીંબુ.



રીત :- કાચા કેળા અથવા બટેટા બાફી માવો બનાવવો. એમાં કાચા કેળા/બટેટાના માવામાં બાફેલા વટાણા, બાફેલી ફણસી, મીઠું, આદુ મરચાં, કોથમરી સુધારેલી નાખી કટેલસ તળી લેવી અને બટેટા/કાચા કેળાની કટલેશ બનાવી શકાય. કટલેશ તળીને ટીસ્યુ પેપર પર રાખવી એટલે તેલ બધી ચૂસી લે. બે બ્રેડની સ્લાઈસ લેવી વચ્ચે કટલેશ રાખી. બીજુ બ્રેડ રાખી સોસથી ખાઈ શકાય છે. ટ્રાવેલિંગમાં બ્રેકફાસ્ટ યા નાસ્તા માટે ખાવા કામ આવે.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૧ ચમચી શીંગતેલ,
- ૨ કાંદા, ૨ થી ૩ ટમેટા,
- ૧ ઝૂડી કોથમરી, ૪ લાલ મરચાં, ૪ થી ૫ લસણની કળી,
- મીઠું, સાકર.

રીત :- તેલ મૂકી કાંદા સાતળવા સાથે લસણની પેસ્ટ કરી તે પણ સાંતળવું ને ટામેટાં ઝીણા સમારી નાંખવા. મીઠું, મરચું, કોથમરી, સાકર, નાંખી. તેમાં બ્રેડના ટુકડા નાંખવા ને ગરમ ગરમ પીરસવું. ઉપર ઝીણી સેવ, કોથમરીને પાપડનો ભૂકો નાંખવો. બ્રેડની બદલે પાઉં પણ વાપરી શકાય. બપોરે યા અચાનક મહેમાન આવી જાય તો આ નાસ્તો ફટાફટ થઈ જાય.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૩ ક્યુબ ચીઝ,
- ૨ થી ૩ ચમચી માખણ,
- ૨ કાંદા, ૨ થી ૩ ગાજર, ૨ કેપ્સીકમ, લીલા મરચાં, ૧ કપ અડદની દાળ,
- ૧ ટે.સ્પૂન કોર્નફ્લોર, મીઠું, મરચું,

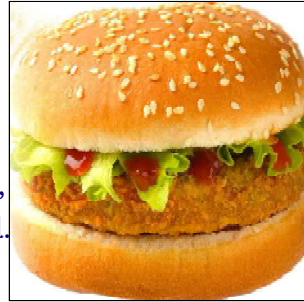


રીત :- બ્રેડને ગોળ કાપી ફાયપેન પર બટર લગાડી ગોઠવવા. તેના પર અડદની દાળ પલાળી વાટી કોર્નફ્લોર મિક્સ કરી મીઠું મરચું નાખી ચમચીથી બ્રેડ પર ખીરૂં પાથરવું. થોડીવાર રાખી બ્રેડને ઊંઘી કરવીને બીજી બાજુ સોસ લગાડી તેના પર કાંદા કેપ્સીકમની રીંગ લગાડવી એને ચીઝ ખમણીને નાખવું. પીસ પર ચીઝ સાથે ગાજર કોબી ખમણી ને નાંખવા. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

- ૪ થી ૫ બર્ગર બ્રેડ,
- બે ત્રણ ચમચી માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- બટેટા અથવા કાચા કેળા,
- કેપ્સીકમ, ૧ કોબીના છૂટા પાન, ટમેટુ ૧ કાકડી,
- ૧ બીટ, વટાણા એક વાટકી, ૧ વાટકી ફણસી.
- લીલી ચટણી માટે કોથમરી, મરચા, લીબું, મીઠું,
- દાળીયાની દાળ અથવા ભાવનગરી ગાંઠીયા.



રીત :- બટેટા બાફવા એમાં આદુ મરચાંની પેસ્ટ નાખવી મીઠું નાખી શેકવી અથવા તળી લેવી. કાચા કેળાની પેટીસમાં બીટ બાફી એના ટુકડા, વટાણા બાફેલા, ફણસીને ઝીણી સૂધારી બાફી નાખવી એમાં મીઠું અને મરચા પીસેલા નાખવાને પેટીસને તળી લેવી પછી બર્ગર બ્રેડ લઈ એમાં ચટણી લગાડવી ઉપર પેટીસ મૂકી મોટી બનાવવી ઉપર ટમેટાની સ્લાઈસ, કાકડીની સ્લાઈસ, કેપ્સીકમની રીંગ, ગ્રીન કોબીના પાન મૂકીને સોસ સાથે ખાવી પ્લેટ બહાર રાખી બાજુમાં બટેટાની વેફર ખાવી.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૨ થી ૩ ચમચી માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૨ ક્યૂબ ચીઝ,
- ૨ કાંદા, ૧ કાંદાની ઝૂડી, ૧ કેપ્સીકમ, ૧ કપ ફણગાવેલા મગ,
- લસણ, આદુ, ચીઝ સ્પ્રેડ, મીઠું, મરી, સોયાસોસ

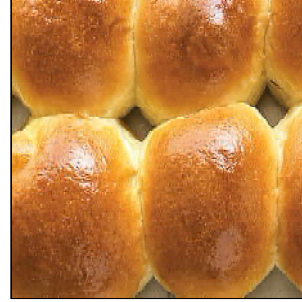


રીત :- શાકનું પૂરણ કાંદા કેપ્સીકમ, લસણ લાંબા ચીરીયા કરવા એમા દૂધ ચીઝ બટર મીઠું મરી સોયાસોસ નાખી પૂરણ તૈયાર કરવું. બ્રેડની કિનારી કાપી બ્રેડ ઉપર શાકનું પૂરણ લગાડી બટર લગાડી રોલવાળવાને તળી નાખવા. ટુકડા કરી ગરમ ગરમ પીરસવું. પ્લેટમાં રોલના ટુકડા કરવા લીલા કાંદાની લાંબી સ્ટ્રીપ રોલ પર ફરતે ગોઠવવી આજુબાજુ ઝીણા કાંદાને ચીઝ નાખવી ડેકોરેટ કરવું.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૨ થી ૩ ચમચી માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૪ બટેટા, ૨ બટેટાની ચીપ્સ, ૧ કપ ચણાનો લોટ,
- ૧ ઝૂડી ફુદીનો, કોથમીર,
- ૪ લીલા મરચા, ૩ કળી લસણ,
- ૨ લવિંગ, ૧ કપ શીંગતેલ, મીઠું, સાકર, લીંબુ, સોડા.



રીત :- પૂરણ માટે બટેટા બાફી, ફુદીનાની ચટની બનાવવી. તેમા ફુદીનો, મીઠું, લીલું મરચું, લસણ, લવિંગ, કોથમીર નાંખી. તે પેસ્ટ બટેટામાં નાખી પૂરણ તૈયાર કરવું. બ્રેડની સ્લાઈસ પર માખણ લગાડી, બટેટાનું પૂરણ લગાડવું એના ઉપર બીજી બ્રેડ મૂકી, ત્રિકોણમાં કાપી લેવું ચણાના લોટનું ખીરું બનાવવું. મીઠું સોડા લાલ મરચાની ભૂકી નાંખી. સેન્ડવીચને ખીરામાં બોળી તળી લેવું. આ રોલ સ્નેક્સની જેમ પણ ખાઈ શકાય. પાર્ટી હોય તો પણ રોલ બનાવી રાખી શકાય. ઉપર જણાવેલી સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

૪ લાંબા બ્રેડ રોલ,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે, ચીઝ
સ્લાઈસ,
૧ ઝૂડી લીલા કાંદા, સલાડપાન, ૨ કાંદા, અડધો
કિલો ટમેટા, ૩ કેપ્સીકમ,
૪ થી ૫ કળી લસણ, ટામેટા સોસ, મીઠું, મરી,
અજમો.



રીત :- માખણમા કાંદા ખમણીને સાંતળી નાંખવા, લસણ કશ કરી મીઠું મરી
અજમો નાંખી ટામેટાની પ્યુરી નાંખી, સોસ તૈયાર કરવો.

બ્રેડ રોલને વચમાંથી કાપી માખણ લગાડી સોસ લગાડવો. એના પર ચીઝની
સ્લાઈસ મૂકી ટમેટા કેપ્સીકમની રીંગ મૂકી મીઠું મરી નાંખી ૧૦ મિનીટ બેક કરવું. પછી
જરૂરીયાત પ્રમાણે ડેકોરેશન કરી અને ટુકડા કરી ખાઈ શકાય. ઉપર જણાવેલી
સામગ્રીમાંથી ૩ થી ૪ વ્યક્તિઓ ખાઈ શકે.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
બે ત્રણ ચમચા માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
મારગરીન, ૩ ક્યુબ ચીઝ, ૨ કાંદા,
મીઠું, મરી, ચીલી સોસ.



રીત :- બ્રેડની સ્લાઈસ પર માખણ લગાડી
મારગરીન લગાડવું ચીલી સોસમાં કાંદા, ચીઝ મીઠું નાખી બ્રેડ પર લગાડી હાથથી
દબાવી બરાબર રોલ વાળવા રોલ છૂટી ન જાય તેથી ટૂથપીક લગાડી ૧૦ મીનીટ ઓવન
મા બેક કરવું ને ગરમ ગરમ પીરસવું.



સામગ્રી :-

ફૂટલોંગ પાઉં,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
જરૂરીયાત પ્રમાણે કાંદા, ટમેટા, કેપ્સીકમ, ગાજર,
વટાણા બટેટા, બીટ,
સેઝવાન સોસ, ચીઝ.



રીત :- ૧ કાંદો લેવું એના નાના પીસ કરો, ટમેટા, કેપ્સીકમના પીસીસ કરો, વટાણા બાફવા, બીટને બાફીને ખીસ કરવી. બટેટાનું માવો કરી એમા મીઠું હળદર નાખી રાખવું. આ બધુ મીક્સ કરી એમા સેઝવાન સોસ નાખવું. ફૂટલોંગ પાઉં લઈ વચમા કટ કરવું એમા આ મસાલો નાખી ઉપર ચીઝ ખમાણી અને નોન સ્ટીક પર શેકી ને ખાવું.



સામગ્રી :-

પેકેટ બ્રેડ,
ચણાનો લોટ એક વાટકી, મગની દાળનો ખીરો,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
કાંદાના ટુકડા, ટમેટાના ટુકડા,
કોથમરી, મીઠું, લાલ મરચું, હળદર.



રીત :- ચણાના લોટ ને પાણી નાખી પલારવું ઘટ્ટ એમા કાંદા, ટમેટા ટુકડા નાખવા એમા મીઠું, લાલ મરચું હલ્દી, કોથમરી નાખવી, બ્રેડ લઈ બ્રેડના ટુકડા આ ખીરા મા બોળી ને નોન સ્ટીક તવા પર બટર નાખી બને બાજુ રોસ્ટ કરવું અથવા તેલ નાખી તળવું. એવીજ રીતે મગની દાળના ખીરા મા બોળી ને તવી પર તળવું.



સામગ્રી :-

૧ નાનું પેકેટ બ્રેડ લેવું,
૨ ટમેટા, ૨ કાકડી, ૨ બટેટા,
કોથમરી, લીલા મરચાં, લીબું, મીઠું,
દાળિયા અથવા ભાવનગરી ગાંઠિયા, બટર મસાલો



રીત :- ૧ બ્રેડની સ્લાઈસ લ્યો એની કિનારી કટ કરા ઉપર બટર લગાડા, લાલી ચટની લગાડો, ટમેટાની સ્લાઈસ મૂકવી ઉપર કાકડીની સ્લાઈસ મૂકવી ને બાફેલા બટેટાની સ્લાઈસ મૂકી ઉપર સેન્ડવીચ મસાલો નાખીને સોસ સાથે ખાવું.



સામગ્રી :-

નાનુ પેકેટ બ્રેડ,
સાકર, દૂધ, એલચીનો ભૂકો.



રીત :- સાકરવાળું ઠંડું દૂધ લેવું. એમા એલચીનો ભૂકો નાખી બ્રેડની કિનારી કાપી નાના નાના ટુકડા અંદર બ્રેડને પલાળીને પછી ખાવા. ઉનાળામાં પેટમાં ઠંડક થઈ જાય.



સામગ્રી :-

અડધો કપ રવો,
૮ સ્લાઈસ બ્રેડ,
લીલા મરચાં, કોથમરી,
૧/૪ ચમચી મરીનો ભૂકો, ૨૦૦ ગ્રામ ચીઝ,
૧ ટે.સ્પુન બેકિંગ પાવડર, ઘી અથવા શીંગતેલ,
મીઠું.



રીત :- રવામા બધું નાખી, પેસ્ટ બનાવી બ્રેડ પર લગાડી તવામા સાંતળવી કે તેલમા તળવામાં ચીઝ ઓછું નાખવું હોય તો ચાલે થોડુ રવો વધારે લેવો.



સામગ્રી :-

૬ સ્લાઈઝ બ્રેડ,
૧ કપ મલાઈવાળું દહીં, બે ચમચા રવો,
કાકડી, ટમેટા, કેપ્સીકમ, કાંદા, ચીઝ, ટમેટા,
ચીલીસોસ.



રીત :- કાકડી, ટમેટા, કેપ્સીકમ, કાંદાના નાના ટુકડા કરવા. મલાઈવાળા દહીંમા રવો તથા મીઠું નાખી હલાવી. તેમાં બધા ટુકડા ઉમેરી અને ચીલી સોસ નાખો. નોન સ્ટીક તવા પર મલાઈવાળું દહીં એક ચમચો નાખી સાઈડમાં જે ઘી નીકળે તે બ્રેડમાં લઈ એક બાજુ શેકી લેવા. પેલી શેકેલી સાઈડ પર બ્રેડ લગાડી બીજી બાજુ શેકવી. ઉપર ચીઝથી ડેકોરેટ કરવું.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
લીલા વટાણા, કોથમીર,
કોપરું, લીંબુ, સાકર, મીઠું, ચણાનો લોટ, શીંગતેલ.



રીત :- વટાણાને અધકચરા વાટી તેને સાંતળવા અને તેની અંદર કોપરું, કોથમીર, લીંબુ, સાકર, મીઠું બધું જ ઉપરાંત ગરમ મસાલો નાંખવો ત્યારબાદ તેને બ્રેડની એક સ્લાઈઝ પર લગાડીને તેના ઉપર બીજી સ્લાઈઝ મૂકવી અને પછી તેને ચણાના લોટમાં બોળીને તળવા. ત્યારબાદ તેના ચાર પીસ બનાવવા અને તેને ડીશમાં ગોઠવવા.



સામગ્રી :-

પાવ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
 ૪ બટેટા, કાંદા ૪, ૬ ટમેટા, ફલાવર ૧/૨ કિલો,
 બે વાટકી વટાણા,
 કેપ્સીકમ બે થી ત્રણ,
 લસણની પેસ્ટ, મીઠું, શીંગતેલ, લાલા મરચાની
 પાવડર,
 પાઉભાજી મસાલો



રીત :- ફલાવર ઘોઈ ઝીણું ઝીણું સુધારવું એમા વટાણા નાખી બાફવું. બટેટા બાફી નાખવા, કાંદા ઝીણા સુધારી લેવા. ટમેટાને ગરમ પાણીમાં નાંખી ઉકાળવા અને પછી ઠંડા થાય એટલે છીલટા કાઢી નાખવાને મિક્સરમાં પીસી લેવા. વઘારમાં તેલ અથવા ઘી લેવું. એમા લસણની પેસ્ટ સાંતળવી, કાંદા સાંતળવા, ટમેટાની ગ્રેવી નાખવી, કેપ્સીકમના ટુકડા નાખવા બાફેલા ફલાવરને ક્ષ કરવું એ પણ નાખવું મીઠું, લાલ મરચું, હળદર, પાઉભાજી મસાલો નાખી રાંધવું ને કોથમીર નાખવી જરૂર પ્રમાણે બટર નાખવું.

પાઉને વચ્ચમાંથી કટ કરી એમા મીઠું, લાલ મરચું નાખીને તવા પર બટર મા શેકવુંને ભાજી સાથે ખાવું. બાજુમા કાંદાના ટુકડા, લીંબુ, પાપડ લઈ શકાય છે.



સામગ્રી :-

પાલ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
 ૪ કાચા કેળા,
 વટાણા બે કપ,
 ૪ થી ૬ ટમેટા, ૨ કેપ્સીકમ,
 લાલ મરચું, મીઠું, શીંગતેલ.
 પાઉભાજી મસાલો.



રીત :- કાચા કેળા બાફવાને માવો બનાવવું, વટાણા બાફવા, ટમેટાને ગરમ પાણી નાખી પછી ઠંડા કરી છીલકા કાઢવા, કેપ્સીકમ ના ટુકડા કરવા વઘાર માટે તેલ લેવું એમા વટાણા, કેપ્સીકમ ના ટુકડા કાચાકેળા નો માવો અને ટમેટા ની ગ્રેવી બધુ મિક્સ કરી એમા મસાલો નાખીને ભાજી બનાવી.

પાઉને વચ્ચમાંથી કટ કરી એમા મીઠું, લાલ મરચું નાખીને તવા પર બટર મા શેકવુંને ભાજી સાથે ખાવું. બાજુમાં પાપડ લઈ શકાય છે.



સામગ્રી :-

પાઉં જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૪ બટેટા, કાંદા ૪, ૬ ટમેટા, ફલાવર ૧/૨ કિલો,
બે વાટકી વટાણા,
કેપ્સીકમ બે થી ત્રણ,
લસણની પેસ્ટ, મીઠું, શીંગતેલ, લાલા મરચાની
પાવડર,
પાઉંભાજી મસાલો.



રીત :- ફલાવર ઘોઈ સુધારવું એમા વટાણા નાખી બાફવું. બટેટા બાફી નાખવા,
કાંદા મોટા ટુકડા લેવા. ટમેટાને ગરમ પાણીમાં નાંખી ઉકાળવા અને પછી ઠંડા થાય
એટલે છીલટા કાઢી નાખવાને લેવા. વઘારમાં તેલ અથવા ઘી લેવું. એમા લસણની
પેસ્ટ સાંતળવી, કાંદા સાંતળવા, ટમેટાની ગ્રેવી નાખવી, કેપ્સીકમના ટુકડા નાખવા
બાફેલા ફલાવરને નાખું. મીઠું, લાલ મરચું, હળદર, પાઉંભાજી મસાલો નાખી રાંધવું
ને કોથમીર નાખવી જરૂર પ્રમાણે બટર નાખવું.

પાઉને વચ્ચમાંથી કટ કરી એમા મીઠું, લાલ મરચું નાખીને તવા પર બટર મા શેકવુંને
ભાજી સાથે ખાવું. બાજુમા કાંદાના ટુકડા, લીંબુ, પાપડ લઈ શકાય છે.



સામગ્રી :-

પાઉં જરૂરીયાત પ્રમાણે,
કાંદા ૩, ટમેટા ૩, કેપ્સીકમ ૨, કોથમરી,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
લસણની પેસ્ટ,
લાલ મરચાને પાઉંભાજી મસાલો.



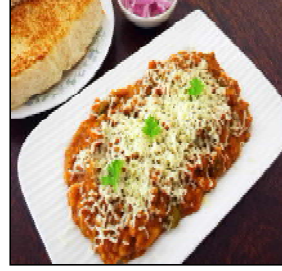
રીત :- કાંદા ઝીણા સુધારવા, ટમેટા ઝીણાં સુધારવા, કેપ્સીકમ ઝીણાં સુધારવા.
કડાઈમાં બટર નાખી આ શાક નાખવું લસણની પેસ્ટ નાખવી લાલ મરચુ અને
પાઉંભાજી મસાલો નાંખી બધું સાંતળવું તમતમતું થાય ત્યાં સુધી.

પાઉના વચ્ચમાં કટ કરવું ને મસાલો ભરવું અને સીધો મસાલોવાળા પાઉં ખાવું
ગરમ ગરમ સારું લાગે.



સામગ્રી :-

ચીઝ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
 પાઉં જરૂરીયાત પ્રમાણે,
 ૪ બટેટા, કાંદા ૪, ૬ ટમેટા, ફલાવર ૧/૨ કિલો,
 બે વાટકી વટાણા,
 કેપ્સીકમ બે થી ત્રણ,
 લસણની પેસ્ટ, મીઠું, શીંગતેલ, લાલા મરચાની પાવડર,
 પાઉંભાજી મસાલો.



રીત :- ફલાવર ઘોઈ ઝીણું ઝીણું સુધારવું એમા વટાણા નાખી બાફવું. બટેટા બાફી નાખવા, કાંદા ઝીણા સુધારી લેવા. ટમેટાને ગરમ પાણીમાં નાંખી ઉકાળવા અને પછી ઠંડા થાય એટલે છીલટા કાઢી નાખવાને મિક્સરમાં પીસી લેવા. વઘારમાં તેલ અથવા ઘી લેવું. એમા લસણની પેસ્ટ સાંતળવી, કાંદા સાંતળવા, ટમેટાની ગ્રેવી નાખવી, કેપ્સીકમના ટુકડા નાખવા બાફેલા ફલાવરને ક્ષ કરવું એ પણ નાખવું મીઠું, લાલ મરચું, હળદર, પાઉંભાજી મસાલો નાખી રાંધવું ને કોથમીર નાખવી જરૂર પ્રમાણે બટર નાખવું.

પાઉને વચ્ચમાંથી કટ કરી એમા મીઠું, લાલ મરચું નાખીને તવા પર બટર મા શેકવુંને ભાજી સાથે ખાવું. બાજુમા કાંદાના ટુકડા, લીંબુ, પાપડ લઈ શકાય છે.

આ પ્રમાણે કર્યા પછી પાઉં ઉપર તેમજ ભાજી ઉપર ચીઝની ખીસ નાખવી.



સામગ્રી :-

મિક્સ ડ્રાયફ્રુટ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
પાવ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૪ બટેટા, કાંદા ૪, ૬ ટમેટા, ફલાવર ૧/૨ કિલો,
બે વાટકી વટાણા,
કેપ્સીકમ બે થી ત્રણ,
લસણની પેસ્ટ, મીઠું, શીંગતેલ, લાલા મરચાની પાવડર,
પાઉભાજી મસાલો.

રીત :- ફલાવર ઘોઈ ઝીણું ઝીણું સુધારવું એમા વટાણા નાખી બાફવું. બટેટા બાફી નાખવા, કાંદા ઝીણા સુધારી લેવા. ટમેટાને ગરમ પાણીમાં નાંખી ઉકાળવા અને પછી ઠંડા થાય એટલે છીલટા કાઢી નાખવાને મિક્સરમાં પીસી લેવા. વઘારમાં તેલ અથવા ઘી લેવું. એમા લસણની પેસ્ટ સાંતળવી, કાંદા સાંતળવા, ટમેટાની ગ્રેવી નાખવી, કેપ્સીકમના ટુકડા નાખવા બાફેલા ફલાવરને ક્ષ કરવું એ પણ નાખવું મીઠું, લાલ મરચું, હળદર, પાઉભાજી મસાલો નાખી રાંધવું ને કોથમીર નાખવી જરૂર પ્રમાણે બટર નાખવું.

પાઉને વચ્ચમાંથી કટ કરી એમા મીઠું, લાલ મરચું નાખીને તવા પર બટર મા શેકવુંને ભાજી સાથે ખાવું. બાજુમા કાંદાના ટુકડા, લીંબુ, પાપડ લઈ શકાય છે.

આ પ્રમાણે કર્યા પછી ભાજી ઉપર ડ્રાયફ્રુટો નાખીને ભાજી ખાવી.



સામગ્રી :-

પાઉ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
સફેદ વટાણા બે વાટકી,
મીઠી ચટણી, તીખી ચટણી, કાંદા, લસણની ચટણી,
મિક્સ ફરસાણ ગાંઠિયાંવાળું, શિંગતેલ.



રીત :- સફેદ વટાણા ભીંજવી નાખવા ને કુકર મા બાફવા પછી કડાઈમા તેલ નાખી વટાણાનો વધાર કરવું એમા મીઠું હળદર નાખવું રસ ઘટ કરવું હોય તો ચણાના લોટમાં પાણી નાખી ઓગળી ને નાખવું. એક પ્લેટ મા રગડો નાખવો એની પર મીઠી ચટણી, તીખી ચટણી મિક્સ ફરસાણ, કાંદા, લસણ ચટણી, પાઉ ને બોળી ને ખાવું.

પાઉ કોરા રાખવા શેકવા નહીં એમજ બોળી ને ખાવા.



સામગ્રી :-

પાઉ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
મિક્સ કઠોળ અથવા મઠ બે વાટકી,
મીઠી ચટણી,
તીખી ચટણી, કાંદા,
લસણની ચટણી,
મીક્સ ફરસાણ, શીંગતેલ.



રીત :- મીક્સ કઠોળ અથવા મઠ રાતે પલાળી નાખવાને કુકરમાં બાફી નાખવા. તેલમાં વધાર કરી ગરમ મસાલો નાખવું ને રસને ઘટ કરવું હોય તો ચણાના લોટમાં પાણી ઓગળીને નાખવું. પછી પ્લેટમાં ઉસળ નાખી મીઠી ચટણી, તીખી ચટણી, લસણની ચટણી, કાંદા સુધારેલા ને મીક્સ ગાંઠિયાનો ફરસાણ નાખી પાઉ સાથે ખાવું.



સામગ્રી :-

૪ થી ૬ બટેટા લેવા,
૨ ટમેટા,
૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
દાબેલી મસાલો,
શીંગતેલ,
મસાલા શીંગ,
દ્રાક્ષ, દાડમ,
સેવ ઝીણી.



રીત :- કડાઈ મા તેલ મૂકી ટમેટા ની ગ્રેવી બનાવી ગરમ કરવું એમા બટેટાનો માવો અને દાબેલી મસાલો જોઈએ એટલું નાખવું પછી એક થાળી મા નાખી પાથરવું એના ઉપર મસાલા શીંગ, દાડમ, અંગૂર ગ્રીન, સેવ ઝીણી, પાઉ લઈ વચ્ચમાં કટ કરી એમા માવો ભરી જરા બટર મા શેકી ખાવું.



સામગ્રી :- ૫૦૦ ગ્રામ વટાણા,

બે મોટા બટેટા,

માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,

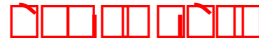
૨ ચમચા ગરમ મસાલો, ૨ ચમચી ઘાણા જીરું, એક ચમચી હળદર,
એક ચમચી લાલ મરચું, એક ચમચી વરીયાળી, એક ચમચી હીંગ.

ચટણી :- ગોળ આંબલીની.

બ્રેડ :- દાબેલી માટેના સ્પેશ્યલ બ્રેડ લેવા.

રીત :- પ્રથમ વટાણા છોલી તેને ઘોઈ કુકરમાં બટેટા સાથે બાફવા. ઘાણા જીરું, હળદર, ગરમ મસાલો, સાકર, લાલ મરચું, હીંગ બધું મિક્સ કરી રાખવું. વટાણા અને બટેટા બફાઈ જાય એટલે તેનો માવો કરી. બન્ને મિક્સ કરવું એક કડાઈમાં ૨ ચમચા બટર લેઈ તેમા આ બધો મસાલો નાખી. ૨ મિનીટ સાંતળવું. તેમાં વટાણા બટેટાનો માવો નાખી હલાવી સ્વાદપ્રમાણે મીઠું નાખવું સુંગઘ આવે એટલે ગેસ બંધ કરવો.

ડેકોરેશન :- દાબેલીના પાઉંને વચ્ચેથી કાપી તેમાં વટાણાના માવો પાથરી તેમા આંબલીની ચટણી લગાડવી એની ઉપર દાડમના દાણા, મસાલાવાળા શીંગ, કાજુ કિસમીસ, દ્રાક્ષ, અનાનસના ટુકડા, કોથમીર તેમજ સેવ ભભરાવીને ખાવી.



સામગ્રી :-

દાબેલી સ્પેશલ પાઉં જરૂરીયાત પ્રમાણે,

સેવ, મમરા, કાંદા, બટાટા,

ખમણ, મીઠી ચટણી, તીખી ચટણી,

દાબેલી મસાલો, શીંગતેલ, મસાલા શીંગ,

દ્રાક્ષ, દાડમ, સેવ ઝીણી.



રીત :- સર્વપ્રથમ કાંદા, બટાટા, સેવ, મમરા, મીઠી ચટણી, તીખી ચટણી, લસણની ચટણી અને ભેલ તૈયાર કરવી. ત્યારબાદ દાબેલીના પાઉંની વચ્ચેમાં આ ભેલ પાથરવી. ત્યારબાદ તેને તવા ઉપર બટરવાળે શેકી તેમાં દ્રાક્ષ, દાડમ, મસાલા શીંગ, દાબેલીનો મસાલો નાખવાથી દાબેલી ભેલ તૈયાર થઈ જશે.



સામગ્રી :-

દાબેલીના સ્પેશલ પાઉં જરૂરીયાત પ્રમાણે,
બટેટા, ટમેટો,
સોસ, મીઠી ચટણી, તીખી ચટણી,
સેવ, કાંદા, મસાલાવાળા શીંગ,
રાઈ, જીરું, લાલ મરચાં, દાડમ.



રીત :- બટેટા મીડીયમ સાઈઝ લેવાને બાફવા પછી કડાઈમા જરાક તેલ નાખી રાઈ, લાલ મરચાને મીઠું નાખી. બધા બટેટા મસાલામાં હલાવી રાખી દેવા. એક બાઉલમાં ખજૂરની મીઠી ચટણી બનાવી, કોથમીર ની લીલી ચટણી બનાવી, કાંદા જીણા સુધારવા પાઉં લેવું વચમાં કટ કરવું. એમા મસાલોવાળી બટેટુ નાખી. પાઉં ફોલ્ડ કરી ઉપરથી કટ કરવું પીસીસ કરવા એની ઉપર મીઠી ચટની, તીખી ચટની ટમેટા સોસ, સેવ, કાંદા, મસાલાવાળા શીંગ, તૈયાર ન હોય અને બે ચટની તૈયાર હોય તો આ આઈટમ અચાનક મહેમાન આવે તો ઝટપટ તૈયાર થઈ જાય.

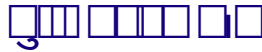


સામગ્રી :-

પાઉં,
બટેટા વડા,
મીઠી ચટની, લીલી ચટની, લસણની ચટની, સેવ.



રીત :- પાઉંને વચમાંથી કટ કરી બટાટા વડા મૂકી ઉપર મીઠી ચટણી, ગ્રીન ચટણી, લસણની ચટણી મૂકી પાઉં ફોલ્ડ કરી ખાવું. સૂકી ચટણી અને વડા પાઉં વચ્ચે રાખીને પણ ખાઈ શકાય.



સામગ્રી :-

પાઉં,
સૂકી ચટણી, માખણ.



રીત :- સૂકી ચટણી, શીંગ/દાળીયા, લાલ મરચાં, જીરુંને મિક્સરમાં પીસી અને સૂકી ચટણી બનાવી શકાય છે. એમા માખણ સરખું લગાડો એના ઉપર દાળિયા શીંગની સુકી ચટણી છાટી પાઉં ફોલ્ડ કરી ખાવું.



સામગ્રી :

મેંદો અડધી વાટકી,
૩૦ ગ્રામ ચીસ્ટ,
સાકર ૩ ટી. સ્પૂન,
ઘી અથવા માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૨ ચમચી મીઠું.



રીત : મેંદામાં ચીસ્ટવાળું પાણી અને મીઠું નાખી લોટ બાંધવો. લોટને થોડીવાર ટુંપવો. થોડું ઘી મસળી ભીનું કપડું ઠાંકી ૩૦ મિનિટ રહેવા દેવું લોટને બે ભાગ કરી ટ્રેમા મૂકવું. ઉપરથી ભીનું કપડું રાખવું. લોટ ફૂલવા લાગે ત્યારે ઓવનમાં ૪૫૦° ફક્ત ૧૦ મિનિટ બેક કરવું. ઓવનમાંથી બહાર કાઢી વ્રશથી ઉપર ઘી લગાડવું ને સ્લાઈસ કરવી.

આ સ્લાઈસને ટોસ્ટ મશીનમાં નાખી અને ટોસ્ટ બ્રેડ બનવવું. ટોસ્ટર ન હોય તો ચીપિયો આડો મૂકી સગડી પર ટોસ્ટ બ્રેડ બનાવી શકાય. આ ટોસ્ટની ઉપર ટોસ્ટ બનાવવાની જાળી પણ આવે છે. તેના પર ટોસ્ટ બનાવી શકાય. ટોસ્ટ બ્રેડ બન્યા પછી તેની ઉપર માખણ લગાવી તેમજ ચટણી અથવા જામ લગાડીને પણ ટોસ્ટ બ્રેડ બાઈ શકાય છે.



કોઈ પણ રીતે ટોસ્ટ બનાવી એના પર બીન્સ ટોમેટો સોસ (તૈયાર ડબ્બા મળે છે) પાથરી દેવો. અથવા તો બીન્સ રાત્રે પલાળી એને બાફવા અને ટોમેટો સોસ બનાવી તેમા ભેળવી ટોસ્ટ પર મૂકવા.





સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ માખણ,
૨ થી ૩ કપ તેલ,
બીટ, ગાજર, કોબી, કાંદા, કોથમીર, લીલા મરચાં,
લીંબુ, દાળિયા નીદાળ, મીઠું, મરી.



રીત :- બે બીટ લેવા એના છીલકા ખોલી ખીસ કરવી, ગાજર ની ખીસ કરવી, લીલી કોબી ઝીણી સુધારવી, કાંદા ઝીણા લાંબા સુધારવા. બધું મિક્સ કરી મીઠું મરી નાખવું. લીલી ચટની બનાવવી ઉપર આપેલ ચટનીની સામગ્રી ૧ બ્રેડની સ્લાઈસ લઈ કિનારી કાપી પાણીના બાઉલમા બોળી પાણી કાઢી એમા શાકનો મસાલો નાખવું અને રોલ તળી લેવું. તેલવાળું ઓછું ખાવું હોય તો બ્રેડની કિનારી કાપી એમા મસાલો ભરી ઉપર બીજી બ્રેડ મૂકી નોન સ્ટોક પેન મા સીજાવવું. શેકવું બેઉ બાજુ ચટની અને સોસ થી ખાવું.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૨ ક્યુબ ચીઝ,
૨ કેપ્સીકમ, ૧ કપ મેંદો, ૧ કપ દૂધ,
સોયાસોસ, વીનીગર, ચીલી સોસ, મીઠું.



રીત :- ૧ પેનમા માખણ મૂકી મેંદો સાંતળવો એમા દૂધ મિક્સ કરી બનાવવું એમા કેપ્સીકમ ઝીણુ સુધારી થોડી વાર સાંતળવું ઉપરથી મીઠું સાકર ચીલી સોસ સોયાસોસ વિનેગર ટેસ્ટ પ્રમાણે મિક્સ કરવું. ઉપરથી ચીઝ પાથરી બેક કરવા (૧૫૦ સે.) ૧૫ મિનિટ મૂકવું.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૧ કપ મગની ફોતરાવળી દાળ,
- ૧ ઝૂડી પાલક,
- ૧ ઝૂડી કોથમરી,
- ૪ થી ૫ મરચાં, ૧ કપ નાળિયેરનું ખમણ,
- ૧ કપ શીંગતેલ, મીઠું, ચાટ મસાલો, પાલકની ઝીણી સેવ.



રીત :- મગની દાળને પલાળી, ક્રશ કરી તેમા પાલક કોથમરી, મરચાં, મીઠું સાકર, લીંબુ, નાખી પેસ્ટ તૈયાર કરવી. બ્રેડ પર માખણ લગાડી મગની દાળની પેસ્ટ લગાડી તળી લેવું પહેલા સાદી બાજુ તળવું.

ડેકોરેશન - પ્લેટમા ટોસ્ટ કાપી ગોઠવવા, એના પર કોથમીર, નાળિયેરનું ખમણ, ચાટ મસાલો ઉપરથી પાલકની ઝીણી સેવ નાખવી.



સામગ્રી :-

- ૧ પેકેટ બ્રેડ,
- ૫૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
- ૧ કપ દૂધ,
- ૧ કપ મકાઈ, ૩ થી ૪ લાલ મરચાં,
- ટામેટાનો સોસ, મીઠું, સાકર, લીંબુ,
- મરી પાવડર જરૂરીયાત પ્રમાણે.



રીત :- બ્રેડને કટરથી ગોળ કાપી લેવી. એના પર માખણ લગાડવું એના પર મકાઈની પેસ્ટ લગાડવી. એના પર મીઠું મરી નાખી ઓવન અથવા ટોસ્ટરમાં ૧૫ મિનીટ બેક કરવું.

મકાઈની પેસ્ટ-મકાઈને બાફી અધકચરી વાટી પેનમાં બટર મૂકી કોર્નફ્લાવર નાખી મકાઈને સાંતળવી, દૂધ નાખવું, મીઠું, મરચું, સાકર નાખી પેસ્ટને ઘટ્ટ થવા દેવું થઈ જાય પછી લીંબુ નાખવું.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
માખણ ૫૦ ગ્રામ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૪ કાંદા, ૨ ટમેટા, ૧૦૦ ગ્રામ ફલાવર, ૩ કેપ્સીકમ,
૧૦૦ ગ્રામ વટાણા,
લસણની ચટની, ૧ ટી.સ્પૂન પાઉભાજી મસાલો,
મીઠું, આમચૂર, સંચળ, ૩ થી ૪ પાપડ.



રીત :- બધાં શાક બાફી છૂંદો કરી કાંદાને સાંતળી ટોમેટોની ખ્યૂરી મિક્સ કરી ભાજી બનાવવી. એમા ૧ ટેબલ સ્પૂન લસણની ચટની, મીઠું પાવભાજીનો મસાલો સંચળ, આમચૂર નાખી ભાજી તૈયાર થયા પછી બ્રેડની સ્લાઈસ પર માખણ લગાડી. ભાજી મૂકવી એના પર ઝીણા કાંદા નાખી ટોસ્ટ તૈયાર કરવું. પ્લેટ મા ટોસ્ટ ભાજી તૈયાર કરી મૂકવી ને એની આજુ બાજુ પાપડ તળીને ટુકડા મૂકવા.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
૫૦ ગ્રામ બટર જરૂરીયાત પ્રમાણે,
ચીઝ ૨ ક્યુબ,
૨ બટેટા, ૧૦૦ ગ્રામ પનીર, ૧ કપ મકાઈ (કશ),
અડધો કપ મેંદો, અડધો કપ દૂધ, પેકેટ પોપકોર્ન,
૩ લીલા મરચાં, મીઠું, મરી પાવડર.



રીત :- બટેટા બાફી એમા પનીરનો ભૂકો મકાઈ કશ કરી લીલા મરચાં, મીઠું નાખી મિક્સ કરવું બ્રેડની સ્લાઈસ ઉપર માખણ લગાડી આ પૂરણ લગાડવું એના પર વાઈટ સોસ, ચીઝ ખમણેલી મીઠું મરી નાખી ટોસ્ટ શેકવા. વાઈટ સોસ માખણ મૂકી મેંદો શેકવો એમા દૂધ નાખી મીઠું મરી નાખવું. પ્લેટ મા ડેકોરેટ કરવું. ત્રિકોણ આકારથી ટોસ્ટ કાપી મૂકવી એના પર ચીઝ નાખી આજુ બાજુ પોપકોર્ન ઝીણા કરી નાખવા, મકાઈના દાણા બાફેલા રાખવા.



સામગ્રી :-

૧ પેકેટ બ્રેડ,
બે ચમચા માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૧ કેપ્સીકમ, ૧ લીલા કાંદાની ઝૂડી, ૧ કપ કોબી
ઝીણી સમારેલી,
ગાજર ઝીણા સમારેલી, ૧ કપ મકાઈ, સેઝવાન
સોસ, ૧ પેકેટ ન્યુડલ્સ,
મીઠું, મરી.



રીત :- કેપ્સીકમ, કાંદા, કોબી, ગાજર, ઝીણી સમારી સાંતળી નાખવા બાફેલી મકાઈ નાખવી મીઠું મરી, સેઝવાન સોસ નાંખી પૂરણ તૈયાર કરવું. બ્રેડની સ્લાઈસ પર માખણ લગાડી ચાઈનીઝ પૂરણ મૂકી ટોસ્ટરમાં શેકવું. ટોસ્ટને કટરથી ગોળ કાપવું. પૂરણ મા કેપ્સીકમ, કાંદા, કોબી, ગાજર ઝીણા સમારી સાંતળી નાખવા બાફેલી મકાઈ નાખવી મીઠું મરી અને સેઝવાન સોસ નાખી પૂરણ તૈયાર કરવું.



સામગ્રી :-

૪ પાઉ,
૪ સફરજનની ગોળ રિંગ,
૬૦ ગ્રામ માખણ જરૂરીયાત પ્રમાણે,
૪ ચમચી કેરીની ચટણી, ૪ ચમચી ખમણેલું ચીઝ,
૧ નાનો કાંદો, અડધું ટમેટું, મીઠું, મરી, ૨ ચમચા દૂધ,
લીલા મરચાં કાપેલા, કોથમીર.



રીત :- બ્રેડના ટોસ્ટ બનાવવા. બહુ કટકા કરવા નહિં. સફરજનની અંદરનો કઠણ ભાગ કાઢી, છોલી, ગોળ પીતા કાપવા, કેરીની ચટણી બનાવવી, કાંદાને તથા ટમેટાને બારીક કાપી અંદર નાખવા. દરેક બ્રેડ ઉપર પહેલા માખણ લગાડવું. ઉપર ચટણી પાથરવી. તેના ઉપર સફરજનની રિંગ મૂકવી. ઉપરથી ચીઝની પેસ્ટ પાથરી, ગ્રીલમાં ગુલાબી રંગના શેકી ખાવાના કામમાં લેવા.



જસ્મીન જયંત છેડા

મૂક સમાજસેવક પિતાશ્રી પદમશીભાઈ પાસેથી સેવાનો અને આદર્શ ગૃહિણી માતા પ્રેમીલાબેન અને માતા સમાન સાસુમા લક્ષ્મીબેન પાસેથી મળેલ તાલીમ અને સંસ્કારો ભાવિ પેઢી સુધી પહોંચાડવા ઉત્સુક જસ્મીન જયંત છેડાએ અંગ્રેજી માધ્યમની શાળા અને કોલેજમાં રાસ ગરબા, રમત ગમત, ડ્રોઈંગમાં ઈનામ મેળવતા બેચલર ઓફ આર્ટ્સ (B.A.)ની પદવી મેળવી. અંગ્રેજી માધ્યમમાં ભણવા છતાં સામાજિક વ્યવહારની ભાષા ગુજરાતીમાં પણ પ્રભુત્વ છે તેની પ્રતીતિ કરાવે છે આ પુસ્તક. કોઈપણ હોદા પર રહ્યા વગર નિઃસ્વાર્થ સેવા કરવાની હોંશ. અનાથ તેમજ પ્રતિકુળ વાતાવરણમાંથી આવતા બાળકોને પ્રેરણા અને ટયુશન આપી ગ્રેન્ટ્યુએશન કરાવ્યું છે. આ તેમના વાનગીઓ વિશેના બીજા પુસ્તકની બીજી આવૃત્તિ છે. તેમના વાનગીઓ વિશેના પ્રથમ પુસ્તક અવનવો કચ્છી રસથાળને ગૃહિણીઓ અને કિશોરીઓ-યુવતીઓ તરફથી ઉમળકાભર્યા અવકાર મળ્યો હતો અને ટુંકમાં તેની ત્રીજી આવૃત્તિ પ્રગટ થશે.