



Penmai.com

*Tamil Peoples Online Community...*

## Idly Dosa Recipes

*Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes from  
Penmai's Kitchen Queens*

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)



Our sincere thanks to all the members who had contributed their recipes in Penmai. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form, all rights reserved by the respective contributors. Though the contents provided here are with good faith and free from errors, we do not warrant its accuracy or completeness.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: jv\_66 @ Jayanthi

## சாதா இட்லி & தோசை

### தேவையானப் பொருட்கள்

- இட்லி புழுங்கல் அரிசி - 1 ஆழாக்கு
- பச்சரிசி - 1/2 ஆழாக்கு
- முழு உளுந்து - 1 ஆழாக்கு
- கெட்டி அவல் - 1/4 ஆழாக்கு
- ஜவ்வரிசி - ஒரு கைப்பிடி
- உப்பு - தேவையான அளவு

### செய்முறை

1. உளுந்தைத் தனியாகவும், அரிசிகள், அவல், ஜவ்வரிசி இவைகளை ஒன்றாகவும் முதல் நாள் இரவு ஊறப்போடவும்.
2. மறுநாள், உளுந்தை முதலில் அரைத்து விட்டு, அதை எடுத்து தனியே வைத்துவிட்டு, அதற்குப் பிறகு அரிசிகளை அரைக்கவும். அப்போதுதான் கல்லில் ஒட்டிக்கொண்டுள்ள உளுந்தும் அரிசியுடன் சேர்ந்து கொள்ளும்.
3. இப்போது அரிசி அரைபட்டவுடன், மீண்டும் அதில் அரைத்து வைத்துள்ள உளுந்தைப் போட்டு, ஒரு 2 நிமிடம் அரைத்தால், எல்லாம் ஒன்றாக நன்கு கலந்து விடும்.
4. இதில் உப்பு போட வேண்டாம்.
5. மறுநாள், நீங்கள் இட்லி செய்யத் தேவையான மாவைத் தனியே ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு, அதற்குத் தேவையான உப்பை மட்டும் போட்டுக் கையால் நன்றாகக் கலந்து விடவும்.
6. மீதம் உள்ள மாவை அப்படியே எடுத்து ஃபிரிட்ஜில் வைத்து விடவும்.
7. இதை எப்போது உங்களுக்கு இட்லியோ அல்லது தோசையோ செய்ய வேண்டும் என்றாலும், அதற்கு ஒரு 8 மணி நேரம் முன்பு, உப்பு சேர்த்து வெளியில் வைத்துப் புளிக்க வைத்து உபயோகிக்கவும்.
8. இவ்வாறு முதலிலேயே உப்பு சேர்க்காமல், ஃபிரிட்ஜில் வைத்து, தேவையான அளவு மாவுக்கு மட்டுமே உப்பு சேர்த்து உபயோகிப்பதால், எப்போது இந்த மாவை உபயோகித்தாலும், புது (ஃபிரெஷ்) மாவாகவே இருக்கும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

9. ஒரு முறை மாவு அரைத்தால், இந்த முறையைப் பின்பற்றினால், 2 வாரங்களுக்குக் கூட வைத்துக் கொண்டு, வாரத்தில் எல்லா நாடும் இட்லி தோசை என்று செய்யாமல், இரண்டு நாள் மட்டுமே செய்துவிட்டு, மீதமுள்ளதை, மறுவாரம் கூட செய்யலாம். இல்லாவிடில், இந்த மாவை வேறு வகையான இட்லிகள் செய்வதற்கும், புதிய மாவாகவே எடுத்து உபயோகிக்கலாம்.

### குறிப்பு

- இது நான் செய்யும் முறை. இந்த மாவையே அரைத்த மறுநாள், இட்லியாகவும், அதற்கு மறுநாள் தோசையாகவும் செய்வேன். தனித்தனியாக அரைப்பதில்லை.
- இதில் ஜவ்வரிசி, அவல் சேர்ப்பதால் மிகவும் மெத்து மெத்தென்று மல்லிகைப் பூப்போல வெண்ணிறத்தில் இட்லி இருக்கும். எனக்கு வெந்தயம் சேர்த்தால், இட்லி கிரே நிறத்திலும், தோசை சிவப்பு நிறத்திலும் வருவதால், சாதா இட்லி, தோசைக்கு, நான் வெந்தயம் உபயோகிப்பதில்லை.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: Rosei

## இட்லி - தோசை

### தேவையானப் பொருட்கள்

- உளுந்து - 1 கப்
- பாசுமதி அரிசி - 2 கப்
- வெந்தயம் - சிறிதளவு
- உப்பு - தேவையான அளவு

### செய்முறை

1. உளுந்தை முதலில் கழுவிக்கொள்ளுங்கள். பின்னர் அதில் ஒருதரம் மட்டும் கழுவி பாசுமதி அரிசி மற்றும் வெந்தயம் சேர்த்து காலையில் ஊறவிடுங்கள்.
2. மாலையில் இதனை நன்றாக அரைத்து (இட்லி பதத்துக்கு) உப்பும் சேர்த்து ஒரு இரவும் அடுத்த நாள் பகலும் வெளியில் வையுங்கள் (இங்கு புளிக்க கஷ்டம் என்பதால் இப்படிச் செய்வேன்).
3. அடுத்த நாள் இரவுக்கு இட்லியும், அதற்கு அடுத்தநாள் :பிரிட்ஜில் வைத்து சுடுவதற்கு ஒரு மணிக்கு முன் வெளியில் எடுத்து வைத்து தோசை பதத்துக்கு நீர் விட்டு பின் தோசையாகவும் சுட்டுக் கொள்ளலாம்.
4. இட்லி தோசை இரண்டுமே மிகவும் நன்றாகவும் ருசியாகவும் வரும். தோசைக்கு கொஞ்சமாய் ஆலிவ் ஆயில் விட்டு செய்வேன். அது பழகிவிட்டால் சுவையாக இருக்கும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: Thenuraj

## ரவா தோசை

### தேவையானப் பொருட்கள்

- ரவா - 1 கப்
- அரிசி மாவு - 1 1/2 கப்
- மைதா - 1/2 கப்
- சீரகம், மிளகு - 1 ஸ்பூன்
- வெங்காயம் - பொடிப்பொடியாக நறுக்கியது
- பச்சை மிளகாய் - 2
- கறிவேப்பிலை
- உப்பு - தேவையான அளவு

### செய்முறை

1. ரவா, அரிசிமாவு, மைதா மூன்றையும் நன்றாக தண்ணீர் விட்டு கலந்து, தோசை மாவு பதத்திற்கு கரைத்துக்கொள்ளவும்.
2. வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் இரண்டையும் பொடிப்பொடியாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.
3. வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி மிளகு, சீரகம் தாளித்து, பின் வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கறிவேப்பிலை எல்லாம் போட்டு வதக்கி, தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து, கரைத்து வைத்துள்ள மாவுடன் கலந்து விடவும்.
4. சிறிது நேரம் கழித்து தோசை ஊற்றலாம். தேங்காய் சட்னியுடன் சாப்பிட்டால் ஹோட்டல் தோசை போன்றே மொறுமொறுவென்று சுவையாக இருக்கும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: Ramyaraj

## மைதூர் மசால் தோசை

### தேவையானப் பொருட்கள்

- தோசை மாவு - 1 கப்
- தக்காளி - 1
- பூண்டு - 3 பல்
- காய்ந்த மிளகாய் - 3
- உருளைக் கிழங்கு - 3
- கடலைப் பருப்பு - 1 ஸ்பூன்
- வெங்காயம் - 1 (பொடியாக நறுக்கியது)
- பச்சை மிளகாய் - 2 (பொடியாக நறுக்கியது)
- மஞ்சள் தூள் - 1/2 ஸ்பூன்
- கறிவேப்பிலை- சிறிது
- கொத்தமல்லி - சிறிது
- உப்பு - தேவையான அளவு

### செய்முறை

1. முதலில் தோசை மீது தடவும் மிளகாய் சட்னி செய்து கொள்ளவும்.
2. வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு தக்காளி, பூண்டு, காய்ந்த மிளகாய் சேர்த்து வதக்கவும். பின் அதை ஆற வைத்து மிக்ஸ்யில் அரைத்து கொள்ளவும்.
3. இப்போது தோசைக்கு மசால் செய்ய வேண்டும்.
4. உருளைக் கிழங்கை வேக வைத்து மசித்துக் கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெய் காய்ந்ததும், அதில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பை சேர்த்து தாளிக்கவும். பின் அதில் வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கறிவேப்பிலை சேர்த்து வதக்கவும். பொன்னிறமாக வதங்கியதும் அதில் மஞ்ச தூள், உப்பு சேர்த்து நன்றாகக் கிளறி, மசித்த உருளைக் கிழங்கைச் சேர்த்து வதக்கவும். கடைசியில் சிறிது கொத்தமல்லி தூவி இறக்கவும்.
5. தோசைக் கல்லில் முதலில் தோசை ஊற்றிவிட்டு, அது லேசாக வெந்ததும், அதன் மேல் அரைத்து வைத்த சட்னியைத் தடவவும். பின் அதன் நடுவில் உருளை மசாலை வைத்துச் சுற்றி நெய் அல்லது எண்ணெய் விடவும். தோசை பொன்னிறமாக ஆனதும், அதை பாதியாக மூடி எடுக்கவும்.





Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

6. சுவையான மசால் தோசை ரெடி. இதற்குத் தொட்டுக் கொள்ள சட்னி, சாம்பார் செய்தால் நன்றாக இருக்கும்.

குறிப்பு: நான் இட்லி தோசை இரண்டுக்கும் 4 கப் இட்லி அரிசிக்கு, 1 கப் உளுந்து என்ற கணக்கில், அரிசி, உளுந்தை தனித்தனியாக ஊற வைத்து அரைப்பேன்.

www.Penmai.com



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: Ramyaraj

## அடை தோசை

### தேவையானப் பொருட்கள்

- பச்சரிசி - 1 கப்
- கடலைப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு, பச்சை பயிர் எல்லாம் சேர்த்து - 1 கப்
- உளுந்து - 2 ஸ்பூன்
- சீரகம் - 1 ஸ்பூன்
- பெருங்காயம் - 1/2 ஸ்பூன்
- வெங்காயம் - 1 (பொடியாக நறுக்கியது)
- காய்ந்த மிளகாய் - 2
- கறிவேப்பிலை - சிறிது
- கொத்தமல்லி - சிறிது
- உப்பு - தேவையான அளவு

### செய்முறை

1. முதலில் அரிசி, பருப்பு வகைகள் எல்லாம் சேர்த்து, மூன்று மணி நேரம் ஊற வைத்துக் கொள்ளவும்.
2. கிரைண்டரில் ஊற வைத்த அரிசி, பருப்புடன் சீரகம் மற்றும் காய்ந்த மிளகாய் சேர்த்து அரைக்கவும். சிறிது கரகரப்பாக அரைக்கவும்.
3. அரைத்த மாவில் வெங்காயம், கறிவேப்பிலை, கொத்தமல்லி, பெருங்காயம் மற்றும் உப்பு சேர்த்து நன்றாகக் கிளறவும்.
4. தோசைக் கல்லில் மாலை ஊற்றி, சுற்றி சிறிது எண்ணெய் விடவும். தோசை பொன்னிறமாக வெந்ததும், திருப்பிப் போட்டு சிறிது நேரம் கழித்து எடுக்கவும்.
5. சுவையான அடை தோசை ரெடி. இதற்குத் தொட்டுக் கொள்ள அவியல் அல்லது சட்னி செய்தால் நன்றாக இருக்கும்.

குறிப்பு: எனக்கு அடையில் பச்சை பயிர் சேர்க்கத் தான் பிடிக்கும். நிறைய பேர் பாசி பருப்பை தான் சேர்ப்பார்கள்.





Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

**Contributor: Anbupurush**

## Mudakkathan Dosai

### Ingredients

- Raw rice - 2 cups
- Jeera – 2 tsp
- Red chillies - 4 to 5
- Mudakkathan keerai - 1 to 1 1/2 cup
- Salt - To taste

### Method

1. Soak the rice for about 4 to 5 hours.
2. Clean the keerai and wash and keep aside.
3. Grind the soaked rice with all the ingredients and also keerai by adding water little by little.
4. The batter must be little thinner than regular dosa batter.
5. Now in a pan make dosa by pouring the batter in the middle and spreading it, add little oil and close the lid and cook when done, flip and cook on other side.
6. This dosa will be very tasty, the keerai is little bit bitter, if you add more keerai dosa will become bitter.
7. It is very healthy.
8. Serve with coconut chutney.

**Note:** No need for fermentation



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: smahi

### சைனிஸ் ஸ்டைல் சில்லி இட்லி

#### தேவையானப் பொருட்கள்

- இட்லி - 6
- பூண்டு பல் - 3
- குடை மிளகாய் - 1 (சிறியது )
- பச்சை மிளகாய் - 1
- சில்லி சாஸ் - 1 டீஸ்பூன்
- சோயா சாஸ் - 1 டீஸ்பூன்
- தக்காளி சாஸ் - 1 டீஸ்பூன்
- எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன்
- பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயத் தாள் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

#### செய்முறை

1. முதலில் இட்லிகளை பெரிய துண்டுகளாக கட் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். பூண்டு பற்களை பொடியாக நறுக்கி வைத்துக்கொள்ளவும்.
2. குடை மிளகாயை நீளவாக்கில் நறுக்கி வைக்கவும்.
3. அடுப்பில் வாணலியை வைத்து எண்ணெய் விட்டு சூடானதும் முதலில் பொடியாக நறுக்கி வைத்துள்ள பூண்டைப் போட்டு வதக்கி, அடுத்து நறுக்கி வைத்துள்ள பச்சை மிளகாய், குடை மிளகாய், மேலே கொடுத்துள்ள சாஸ் வகைகள் இவற்றை ஒன்றன் பின் ஒன்றாகச் சேர்த்து சிறிது நேரம் வதக்கி, கடைசியாக இட்லி துண்டுகளையும் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து வெங்காயத் தாள் தூவி சுடச் சுட பரிமாறவும்.
4. குழந்தைகளுக்கு மிகவும் பிடித்த இந்த சைனிஸ் ஸ்டைல் சில்லி இட்லி சாப்பிடுவதற்கு மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

குறிப்பு: குழந்தைகளுக்கு தயாரிக்கும் போது பச்சை மிளகாயை தவிர்த்து விடலாம்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: smahi

### இட்லி மஞ்சூரியன்

#### தேவையானப் பொருட்கள்

- இட்லி - 10
- மைதா மாவு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
- சோள மாவு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
- மிளகு தூள் - 1/4 டீஸ்பூன்
- உப்பு - 1 சிட்டிகை
- சிகப்பு ஃபுட் கலர் - 1/2 சிட்டிகை (விருப்பப்பட்டால்)
- எண்ணெய் - பொரித்தெடுக்க தேவையான அளவு

#### மஞ்சூரியன் சாஸ் தயாரிக்க தேவையான பொருட்கள்

- பூண்டு பல் - 2
- வெங்காயம் - 1 (சிறியது)
- பச்சை மிளகாய் - 1
- சில்லி கார்லிக் சாஸ் - 1 டீஸ்பூன்
- டொமடோ சாஸ் - 1 டீஸ்பூன்
- சோயா சாஸ் - 3/4 டீஸ்பூன்
- வினிகர் - 1/2 டீஸ்பூன்
- தண்ணீர் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- எண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- வெங்காயத்தாள் - சிறிதளவு (பொடியாக நறுக்கியது)

#### செய்முறை

1. முதலில் வாணலியில் பொரிக்கத் தேவையான அளவு எண்ணெய் ஊற்றி நன்றாகக் காய விடவும்.
2. இட்லிகளை சதுரத் துண்டுகளாக வெட்டி வைத்துக்கொள்ளவும்.
3. வெங்காயம், பூண்டு, பச்சை மிளகாய் இவற்றைப் பொடியாக நறுக்கி வைக்கவும்.
4. ஒரு சிறிய பெளலில் மைதா மாவு, சோளமாவு, மிளகுத் தூள், உப்பு மற்றும் ஃபுட் கலர் சேர்த்து கட்டிகள் இல்லாமல் கரைத்து வைத்துக்கொள்ளவும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

5. எண்ணெய் நன்றாகக் காய்ந்ததும் துண்டுகளாக வெட்டி வைத்துள்ள இட்லிகளை மாவில் தோய்த்து எண்ணெயில் போட்டு பொரித்தெடுத்து தனியாக வைக்கவும்.
6. மீண்டும் வாணலியை அடுப்பில் வைத்து 2 டேபிள் ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு நன்றாக சூடானதும் நறுக்கி வைத்துள்ள பூண்டு, பச்சை மிளகாய், வெங்காயம் இவற்றை ஒவ்வொன்றாகச் சேர்த்து நன்றாக வதக்கி மேலே கொடுத்துள்ள சாஸ் வகைகளை ஒன்றன் பின் ஒன்றாகச் சேர்த்து கலந்து கடைசியாக 2 ஸ்பூன் தண்ணீர் விட்டு, 2 நிமிடம் கொதிக்க விட்டு, அதில் முன்பே பொரித்து வைத்துள்ள இட்லித் துண்டுகளைப் போட்டு நன்றாகப் பிரட்டி வெங்காயத்தாள் தூவி சூடாகப் பரிமாறவும்.
7. இந்த இட்லி மஞ்சூரியன் பூண்டு வாசனையுடன் வித்தியாசமான சுவையுடன் சாப்பிட மிகவும் சூப்பராக இருக்கும். மாலை நேர சிற்றுண்டியாக செய்து சாப்பிட ஏற்றதாக இருக்கும்.

குறிப்பு: டொமாதோ சாஸ் சேர்ப்பதால் அதுவே நல்ல நிறம் கொடுக்கும். கூடிய வரை ஃபுட் கலர் சேர்க்காமல் இருந்தால் உடல் நலத்திற்கு மிகவும் நல்லது.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: smahi

## இட்லி உப்புமா

### தேவையானப் பொருட்கள்

- இட்லி - 10
- வெங்காயம் - 1
- பச்சை மிளகாய் - 5
- கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு
- மஞ்சள் தூள் - 1/4 டீஸ்பூன்
- எலுமிச்சம்பழ ரசம் - 1 டீஸ்பூன்
- தேங்காய் துருவல் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
- கொத்தமல்லி தழை - சிறிதளவு

### தாளிக்க

- கடுகு - 1 டீஸ்பூன்
- கடலை பருப்பு - 1 டீஸ்பூன்
- உளுத்தம் பருப்பு - 1 டீஸ்பூன்
- பெருங்காயம் - 1/4 டீஸ்பூன்
- எண்ணெய் - 4 டேபிள் ஸ்பூன்

### செய்முறை

1. முதலில் இட்லிகளை கைகளால் பொடிப் பொடியாக உதிர்த்துக்கொள்ளவும். வெங்காயத்தைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொண்டு பச்சை மிளகாயைக் கீறி வைத்துக் கொள்ளவும்.
2. வாணலியை அடுப்பில் வைத்து எண்ணெய் ஊற்றிக் காய்ந்ததும் தாளிக்கக் கொடுத்துள்ள பொருட்களை ஒவ்வொன்றாக சேர்த்துக் கடுகு நன்றாக வெடித்ததும், கீறி வைத்த பச்சை மிளகாய், கறிவேப்பிலை, பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயம், மஞ்சள் தூள் சேர்த்து 2 நிமிடம் மிதமான தீயில் வதக்கி, உதிர்த்து வைத்துள்ள இட்லிகளையும் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து கடைசியாக எலுமிச்சம்பழ ரசம் ஊற்றி, தேங்காய் துருவலையும் தூவி, பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி தழை சேர்த்து மீண்டும் நன்றாகக் கலந்து அடுப்பை அணைத்து விடவும்.
3. சுடச் சுட சுவையான இட்லி உப்புமா சாப்பிடத் தயார்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

### குறிப்பு

- இட்லிகளை இரண்டு நாள் பிரிட்ஜில் வைத்துவிட்டு எடுத்து உதிர்த்து உப்புமா செய்தால் பொடிப் பொடியாக மிகவும் நன்றாக வரும்.
- இட்லியிலேயே உப்பு சேர்த்திருப்பதால் மீண்டும் உப்பு சேர்க்கத் தேவை இல்லை. ஆனால் எலுமிச்சம்பழ ரசம் சேர்ப்பதால், தேவையானால் ஒரு சிட்டிகை உப்பு சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

www.Penmai.com





Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: smahi

### ப்ளைன் ரவா இட்லி

#### தேவையானப் பொருட்கள்

- ரவை - 2 கப்
- தயிர் - 1 கப்
- agd:ப்ருட் சால்ட் (eno) - 3/4 டீஸ்பூன்
- முந்திரி பருப்பு - 5
- கடுகு - 1/2 டீஸ்பூன்
- சீரகம் - 1/4 டீஸ்பூன்
- கடலை பருப்பு - 1/2 டீஸ்பூன்
- உளுத்தம்பருப்பு - 1/2 டீஸ்பூன்
- நெய் - 2 டீஸ்பூன்
- கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு
- கொத்தமல்லி தழை - சிறிதளவு
- உப்பு - தேவையான அளவு

#### செய்முறை

1. முந்திரி பருப்பை சிறு சிறு துண்டுகளாக உடைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். கறிவேப்பிலை, கொத்தமல்லி தழை இவற்றைப் பொடியாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.
2. ஒரு வாணலியில் நெய் விட்டு காய்ந்ததும், அதில் கடுகு, சீரகம், கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, முந்திரிப் பருப்பு, கறிவேப்பிலை தாளித்து கடைசியாக ரவையைச் சேர்த்து நன்றாக வறுத்தெடுத்து ஆற வைத்து அதில் தயிர், உப்பு சேர்த்து கலந்து 15 நிமிடம் ஊறவைக்கவும்.
3. பதினைந்து நிமிடம் கழித்து அதில் ுப்ருட் சால்ட் (eno) சேர்த்து, சிறிதளவு தண்ணீர் தெளித்தால் நுரைத்துக் கொண்டு வரும். மீண்டும் அதில் தேவையான அளவு நீர், கொத்தமல்லி தழை சேர்த்து இட்லி மாவு பதத்திற்கு கரைத்துக் கொண்டு உடனடியாக இட்லி தட்டில் ஊற்றி ஆவியில் 10 நிமிடம் வேகவைத்து எடுக்கவும்.
4. சுவையான சா:்ப்டான ப்ளைன் ரவா இட்லி சாப்பிடத் தயார்.
5. இந்த இட்லியுடன் அனைத்து வகையான சட்னியும் மிகப் பொருத்தமாக இருக்கும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: smahi

### கார தோசை

#### தேவையானப் பொருட்கள்

- தோசை மாவு
- சின்ன வெங்காயம் - 6
- பூண்டு - 6 பல்
- தனி மிளகாய் தூள் - 1 டீஸ்பூன்
- உப்பு - தேவையான அளவு.

#### செய்முறை

1. முதலில் மேலே கொடுத்துள்ள பொருட்களை எல்லாம் மிக்ஸியில் போட்டு சிறிது தண்ணீர் விட்டு நைசாக அரைத்து கொள்ளவும்.
2. அடுப்பில் தோசைக் கல்லை வைத்து சூடு படுத்தி எண்ணெய் தடவி தோசை வார்த்து மூடி போட்டு வேக விடவும்.
3. தோசை பாதி வெந்ததும் அரைத்து வைத்த காரச் சட்னியை அதன் மேல் தடவி சுற்றிலும் சிறிதளவு எண்ணெய் விட்டு, மீண்டும் மூடி போட்டு ஒரு பக்கம் மட்டும் வேக வைத்து எடுத்து தேங்காய் சட்னியுடன் பரிமாறவும்.
4. இந்த தோசை வெங்காயம், பூண்டு வாசனையுடன் சாப்பிட மிகவும் சுவையாக இருக்கும். தேங்காய் சட்னி இந்த தோசைக்கு நல்ல காம்பினேஷன்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: smahi

## ஓட்ஸ் ரவா இட்லி

### தேவையானப் பொருட்கள்

- ஓட்ஸ் - 1 கப்
- ரவா - 1 கப்
- தயிர் - 1 கப்
- பெருங்காயம் - 1/2 டீஸ்பூன்
- பேக்கிங் சோடா - 1/2 டீஸ்பூன்
- உப்பு - தேவையான அளவு

### தாளிக்க

- நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
- கடுகு - 1/2 டீஸ்பூன்
- சீரகம் - 1/2 டீஸ்பூன்
- பச்சை மிளகாய் - 2
- முந்திரிப்பருப்பு - 5
- கேரட் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- கொத்தமல்லி தழை - சிறிதளவு (பொடியாக நறுக்கியது)

### செய்முறை

1. முதலில் வெறும் வாணலியில் ஓட்ஸ், ரவை இரண்டையும் நிறம் மாறாமல் தனித்தனியாக வறுத்தெடுத்து நன்றாக ஆறவைக்கவும்.
2. முந்திரிப் பருப்பை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து வைத்துக்கொள்ளவும்.
3. ஓட்ஸ் நன்றாக ஆறியதும் மிக்சியில் போட்டு நன்றாகப் பொடித்துக் கொண்டு, ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அதனுடன் ரவை, பெருங்காயம், பேக்கிங் சோடா, உப்பு இவற்றைச் சேர்க்கவும்.
4. ஒரு வாணலியில் ஒரு ஸ்பூன் நெய் விட்டு நன்றாகக் காய்ந்ததும் கடுகு, சீரகம், உடைத்த முந்திரிப்பருப்பு தாளித்து, கடுகு வெடித்ததும் அதில் பொடியாக நறுக்கிய பச்சை மிளகாய் மற்றும் துருவிய கேரட் சேர்த்து 2 நிமிடம் வதக்கி ஓட்ஸ், ரவை இருக்கும் பாத்திரத்தில் போட்டு தயிர், தேவையான அளவு தண்ணீர், கொத்தமல்லி தழை சேர்த்து இட்லி மாவ் பதத்திற்குக் கரைத்து 5 நிமிடம் மூடி வைக்கவும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

5. ஐந்து நிமிடம் கழித்து இட்லித் தட்டில் சிறிது எண்ணெய் தடவி, அதில் சிறிது துருவிய கேரட், வறுத்த பாதி முந்தரிப்பருப்பு வைத்து, அதன்மேல் மாவை ஊற்றி ஆவியில் வேக வைத்து எடுக்கவும்.
6. இப்பொழுது சத்துள்ள சுவையான ஓட்ஸ் ரவா இட்லி தயார்.
7. சூடான இந்த இட்லியுடன் தேங்காய் சட்னி அல்லது சாம்பார் சேர்த்து சாப்பிட மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

www.Penmai.com



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

www.Penmai.com

Contributor: jv\_66 @ Jayanthi

### ஸ்ட்ஃப்பிங் இட்லி

#### தேவையானப் பொருட்கள்

- இட்லி மாவ

#### ஸ்ட்ஃப்பிங் செய்ய

- உருளைக்கிழங்கு - 1/4 கிலோ
- பெரிய வெங்காயம் - 2
- தக்காளி - 2
- பச்சைமிளகாய் - 2
- அல்லது உங்களுக்கு விருப்பமான கறிகாய்கள்
- உப்பு - தேவையான அளவு

#### தாளிக்க

- எண்ணெய், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம்

#### செய்முறை

1. உருளைக்கிழங்கு அல்லது வேறு எந்தக் கறிகாய் உபயோகிக்க வேண்டுமோ, அவற்றை வேக வைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.
2. உருளைக்கிழங்காக இருந்தால் மட்டும், அதை தோல் உரித்து மசித்துக் கொள்ளவும். மற்றக் கறிகாய்களை அப்படியே உபயோகித்துக் கொள்ளலாம்.
3. கடாயில் எண்ணெய் விட்டு, கடுகு மற்றவற்றைத் தாளித்து, பச்சை மிளகாயைப் போட்டு, அதில் அரிந்து வைத்துள்ள வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும். உப்பு சேர்க்கவும்.
4. மேலும் தக்காளியைப் போட்டு வதக்கி, பின்னர், உருளைக்கிழங்கோ அல்லது மற்ற கறிகாய்களோ போட்டு நன்றாக வதக்கி, இவற்றைத் தனியாக எடுத்து வைக்கவும்.
5. இப்போது ஸ்ட்ஃப்பிங் தயார்.
6. இப்போது இட்லி தட்டில், ஒரு கரண்டி இட்லி மாவை ஊற்றி, அதன் மீது இந்த ஸ்ட்ஃப்பிங் 1 அல்லது 2 டீஸ்பூன் வைத்து, அதன் மீது மீண்டும் ஒரு கரண்டி இட்லி மாவை ஊற்றி வைக்கவும். இதே போல எல்லாத் தட்டிலும் செய்யவும்.
7. இட்லி வெந்த பிறகு எடுத்துப் பரிமாறவும்.
8. சுவையான ஸ்ட்ஃப்பிங் இட்லி தயார்.
9. குழந்தைகள் தினமும் இட்லியா என்று அங்கலாய்க்காமல் இருக்க இது போன்ற கலர்ஃபுல் இட்லி செய்து கொடுத்தால், கறிகாயும் உடலுக்குச் சேர்ந்து விடும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: sujivsp

## பெசரட் (சிறு பயிறு தோசை)

### தேவையானப் பொருட்கள்

- சிறுபயிறு - 200 கிராம்
- சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்
- பச்சை மிளகாய் - 3 (பொடியாக நறுக்கியது)
- இஞ்சி - ஒரு விரல் அளவு (பொடியாக நறுக்கியது)
- பெரிய வெங்காயம் - 1 (பொடியாக நறுக்கியது)
- மஞ்சள் தூள் - 1/2 டீஸ்பூன்
- கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு
- உப்பு - தேவைக்கேற்ப
- தண்ணீர் - தேவைக்கேற்ப

### செய்முறை

1. சிறுபயிறை 6 மணிநேரம் ஊற வைத்து, மிக்ஸியில் கொரகொரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.
2. அதில் மாவு பதத்திற்கு தண்ணீர் விட்டு, தேவையான உப்பு சேர்த்து, ஒரு மணி நேரம் அப்படியே வைக்கவும்.
3. ஒரு மணி நேரத்திற்குப் பின், அந்த மாவில் மஞ்சள் தூள், சீரகம் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும்.
4. தோசைக்கல்லில் எண்ணெய் தடவி, மாவை ஊற்றி, அதன் மீது நறுக்கிய வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் மற்றும் இஞ்சியைத் தூவவும்.
5. சுற்றி எண்ணெய் விட்டு திருப்பி போட்டு எடுத்து பரிமாறவும்.

### குறிப்பு

- இதை முளை கட்டிய பயிரில் செய்தால் சுவை வேறு மாதிரி நன்றாக இருக்கும். சீரகம் அதிகம் சேர்த்தால் கசந்து விடும்.
- நறுக்கிய வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் மற்றும் இஞ்சியை பச்சையாக போடப் பிடிக்கவில்லை என்றால் தாளித்தும் போடலாம்.
- இதற்கு தேங்காய் சட்னியில் இஞ்சி போட்டு அரைத்தால் மிகவும் பொருத்தமாக இருக்கும்.





Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

### தேங்காய் இஞ்சி சட்னி

தேவையானப் பொருட்கள்

- தேங்காய் - ஒரு முறி
- இஞ்சி - சிறிய துண்டு
- பச்சை மிளகாய்
- உப்பு

தாளிக்க

- எண்ணெய், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி தழை

செய்முறை

1. தேங்காய், இஞ்சி, பச்சை மிளகாயை மிக்ஸியில் மையாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.
2. பின் ஒரு பாத்திரத்தில் வழித்து வைத்து, அதில் தேவையான நீர், உப்பு சேர்க்கவும்.
3. வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை தாளித்து சட்னியில் கொட்டவும்.
4. மல்லித்தழை தூவி பரிமாறவும்.

குறிப்பு: இந்த சட்னியில் புளி, வெள்ளைப்பூண்டு சேர்க்கத் தேவையில்லை.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: Dhivyasakthi

### கம்பு தோசை

#### தேவையானப் பொருட்கள்

- கம்பு - 1 படி
- உளுந்து - 1 டம்ளர்
- காய்ந்த மிளகாய் - 4 அல்லது 5
- கறிவேப்பிலை
- சீரகம் - 3 ஸ்பூன்
- சிறிய வெங்காயம் - 1 கப்
- வெந்தயம் - 2 ஸ்பூன்
- உப்பு - தேவையான அளவு

#### செய்முறை

1. கம்பை சுத்தம் செய்து கொள்ளவும்.
2. கம்பு, உளுந்து, வெந்தயம் இவற்றை தனித்தனியாக 3 மணி நேரம் ஊறவைக்கவும்.
3. கம்புடன் வெங்காயம், காய்ந்த மிளகாய், சீரகம், கறிவேப்பிலையை அரைத்துக் கொள்ளவும்.
4. பின், உளுந்தை வெந்தயத்துடன் அரைக்கவும்.
5. உப்பு சேர்க்கவும்.
6. இப்போது மாவு தயார். மூன்று அல்லது நான்கு மணி நேரம் வரை புளிக்கவைத்து தோசை சுடவும்.
7. நல்ல சுவையுடன், வாசனையாகவும் இருக்கும்.
8. தேங்காய் சட்னி இதற்கு பொருத்தமாக இருக்கும்.

#### குறிப்பு

- காலையில் ஊற வைத்து, மதியம் அரைத்து, இரவு தோசை சுடலாம்.
- உடல் ஆரோக்கியத்திற்கும் மிகவும்



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

## Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: susibabu

### கார தோசை

#### தேவையானப் பொருட்கள்

- பச்சரிசி - 1/2 கப்
- துவரம்பருப்பு - 1/4 கப்
- தேங்காய் - 1/2 மூடி
- மிளகாய் - 4
- சீரகம் - 1/2 டீஸ்பூன்
- மிளகு - 10
- உப்பு - 1/2 டீஸ்பூன்
- பெருங்காயம் - சிறு துண்டு
- மல்லித்தழை, கறிவேப்பிலை - சிறிது

#### செய்முறை

1. அரிசி, பருப்பு இரண்டையும் அரை மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். இதனுடன் மேலே கொடுத்துள்ள அனைத்துப் பொருட்களையும் சேர்த்து சிறிய ரவை பதத்துக்கு அரைத்துக் கொள்ளவும்.
2. எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து, அரைத்து வைத்துள்ள மாவில் கொட்டி கலக்கவும்.
3. தேவையெனில் சிறிது தண்ணீர் சேர்த்து கலக்கிக் கொள்ளவும்.
4. தோசைக் கல்லில் மாவை ஊற்றி தோசை வார்க்கவும்.
5. மாவு மீந்து விட்டால், அடுத்த முறை தோசை ஊற்றும்போது, மீந்த மாவில் பொடியாக அரிந்த வெங்காயம், கறிவேப்பிலை, மல்லித்தழை சேர்த்து தோசை வார்க்கவும்.



Penmai.com

Tamil Peoples Online Community...

# Idly Dosa Recipes (Tamil & English)

Idly - Dosa Varieties, the popular South Indian Dishes

[www.Penmai.com](http://www.Penmai.com)

Contributor: jv\_66 @ Jayanthi

## நீர் தோசை

### தேவையானப் பொருட்கள்

- பச்சரிசி - 1 கப்
- துருவிய தேங்காய் - ¼ கப்
- உப்பு - தேவையான அளவு
- எண்ணெய் - சுட்டெடுக்க

### செய்முறை

1. பச்சரிசியை முதல் நாள் இரவே ஊற வைத்து விடவும் அல்லது 5 மணி நேரமாவது ஊற வேண்டும்.
2. பின்பு அதை அரைக்கும்போது, துருவிய தேங்காயையும் அதனுடன் சேர்த்து, நன்கு மைய அரைத்துக்கொள்ளவும். உப்பு சேர்த்து விடவும்.
3. இப்போது அந்த மாவானது நல்ல நீர்க்க இருக்க வேண்டும். இது எப்படி என்றால், அந்த மாவைக் கரண்டியில் எடுத்து திரும்ப விட்டால், கரண்டியில் மாவ ஓட்டாத அளவு நீர்க்க இருத்தல் வேண்டும்.
4. இப்போது அந்த அரைத்த மாவை ஒரு கரண்டியில் எடுத்து, தோசைக் கல்லில் அப்படியே ஊற்ற வேண்டும். ஓரத்திலிருந்து நடுவில் ஊற்ற வேண்டும்.
5. அங்கங்கே இடைவெளி இருந்தால், அதில் மேலும் சிறிது மாவை விடவும். இதை ரெகுலர் தோசை ஊற்றுவது போல நடுவில் ஊற்றி, பெரிதாக ஆக்கக் கூடாது (முடியாது). சுற்றிலும் எண்ணெய் விட்டு, அந்த தோசைக் கல்லை, ஒரு மூடியால் மூடி அடுப்பை சிம்மில் வைக்கவும்.
6. ஒரு நிமிடம் கழித்து, அந்த மூடியைத் திறந்து (தோசையைத் திருப்பிப் போட வேண்டாம்), அந்த தோசை அளவில் மிகவும் பெரியதாக இருப்பதால், தோசைத் திருப்பியால் அதை பாதியாக மடித்து, பின்பு அதையே முக்கோண வடிவில் மடித்து, எடுத்து தட்டில் வைத்து விடவும்.
7. நீங்கள் நான்ஸ்டிக் தவாவில் செய்தால், அந்த தோசையை ஒரு பெரிய தட்டின் முன் அப்படியே கவிழ்த்தாலும் அது தட்டில் விழுந்து விடும். பின்னர் அதை முக்கோண வடிவில் மடித்துக் கொள்ளலாம். நல்ல மெல்லியதாக இருக்கும் இந்த தோசை.
8. இதைச் சூடாக சாப்பிட்டால் மிகவும் நன்றாக இருக்கும். எந்த ஒரு சட்னியும் தொட்டுக்கொண்டு சாப்பிடலாம்.