

செவ்வெழுத்து
பொருளாக





1) உப்பு

Salt

1

2) அறுகாய்

Pickle

மாங்காய் அறுகாய்
காய்கறி அறுகாய்

Mango Pickle
Vegetables Pickle

ஸ்விட் பச்சடி

Sweet Pachadi

3) பழங்காய் பச்சடி
[முக்கனி]

Fruit Pachadi
[Mukkani]

மாம்பழம் - 2 பீஸ்

Mango - 2 pcs

பாப்பழம் - 4 பீஸ்

Jackfruit - 4 pcs

வாழைப்பழம் - 1

Banana - 1

சர்க்கரை - 2 ஸ்பூன்

Sugar - 2 tsp

கருங்காய் - 2 ஸ்பூன்

coconut - 2 tsp

செய் - 1 ஸ்பூன்

Ghee - 2 tsp

மிந்திரி - 5 பீஸ்

cashew - 5 pcs

4) பீட்ரூட்:

சிறிய பீட்ரூட் - 1
சர்க்கரை - 3 ஸ்பூன்
முந்திரி - 5 பீஸ்
நெய் - 2 ஸ்பூன்
செந்நீர் - 2 ஸ்பூன்

Beetroot:

2

Small Beetroot - 1
Sugar - 3 tsp
Cashew - 5 Pcs
Ghee - 2 Tsp
Coconut - 2 Tsp

5) யனிப்பு பச்சடி

தக்காளி:

தக்காளி - 2
யனி - சிறிய கண்ணா
வெல்லம் - சிறிய கண்ணா
கருகு - 1 ஸ்பூன்
ப. அரிசி - 1 ஸ்பூன்
கருவேப்பிலை - 6. அளவு
எண்ணெய் - 2 ஸ்பூன்
உப்பு - 6. அளவு

Tamarind Pachadi

Tomato

Tomato - 2
small pieces of Tamarind
Jaggery Small pcs
mustard seeds - 1 Tsp
urad dal - 1 Tsp
curry leaves
oil - 2 tsp
Salt

தமிழ்ப்பச்சடி

6) கேரலை

கேரலை - 1 பீஸ்
தயிர் - 1 கரண்டி
நெய் - 1 ஸ்பூன்
ப. உப்பு - 1 ஸ்பூன்
தேங்காய் - 65. அளவு
உப்பு - 65. அளவு
க. வெப்பம் - 65. அளவு

7) கார்பூரீ

கார்பூரீ - 1 கிண்டி
தயிர் - 1 கிண்டி
நெய் - 1 ஸ்பூன்
ப. உப்பு - 1 ஸ்பூன்
உப்பு - 65. அளவு
க. வெப்பம் - 65. அளவு
தேங்காய் - 65. அளவு

Curd Pachadi

Carrot

Carrot - 1 pcs
Curd
Mustard seeds - 1 tsp
Urad dal - 1 tsp
Coconut
Salt
Curry leaves

Boondi

Karra Boondi - 1 cup
Curd - 1 cup
Mustard seeds - 1 tsp
Urad dal - 1 tsp
Salt
Curry leaves
Coconut



87) காஷு பச்சடி

காஷு - 25 கிராம்
 தயர் - 1 ஸ்பூன்
 உப்பு - 65. மிளகாய்
 உப்பு - 65. மிளகாய்
 உப்பு - 65. மிளகாய்

♥ Cashew Pachadi

Cashew - 25g
 Ghee - 1 tsp
 curd -
 Salt
 Coconut

சுவை தயர்

9) சுவை சுவை

சுவை சுவை - 1 கிராம்
 சூ. பருப்பு - 25 கிராம்
 தயர் - 25 கிராம்
 ப. உப்பு - 1 ஸ்பூன்
 சீரகம் - 1 ஸ்பூன்
 உப்பு - 65. மிளகாய்
 உப்பு - 65. மிளகாய்
 உப்பு - 65. மிளகாய்

Sweet poriyal

Chow chow

Small chow chow - 1
 Toor dal - 25g
 Jaggery - 25g
 urad dal - 1 tsp
 Cumin - 1 tsp
 Coconut
 Salt
 Curry leaves

10) சீவம்பு புதன்

சீவம்பு புதன் - 1 டீன்

சு. பருப்பு - 25 கிராம்

வைள்ளை - 50 கிராம்

தேனீக்காய் - 65. மனது

உப்பு - 1 சிட்டிகை

கிரகம் - 1 ஸ்பூன்

ப. உதட்டை - 1 ஸ்பூன்

வெள்ளைக்காய் - 1 டீன்

க. வேம்பு - 65. மனது

கீதா தயாரிப்பு

11) பீன்ஸ் தயாரிப்பு

பீன்ஸ் - 100 கிராம்

ப. வெள்ளைக்காய் - 5 டீன்

தேனீக்காய் - 65. மனது

உப்பு - 65. மனது

கிரகம் - 1 ஸ்பூன்

ப. உதட்டை - 1 ஸ்பூன்

க. வேம்பு - 65. மனது

Red Pumpkin

Red Pumpkin - 1 Pcs

Toor dal - 25g

Jaggery - 50g

Coconut

Salt

cumin - 1 tsp

Urad dal 1 tsp

red chilli - 1 tsp

Curry leaves

Kaara Poriyal

Beans Poriyal

Beans - 100 gm.

Green chilli - 5 Pcs

Coconut

Salt

Mustard seeds - 1 tsp

urad dal

Curry leaves



12) அவரைக்காய்:

அவரைக்காய் - 100g
 உருமிளகாய் - 5 பீஸ்
 புளி - 1 சிட்டிகை
 உப்பு - 65.மிளா
 தேயிலை - 65.மிளா
 கடுகு - 1 ஸ்பூன்
 ப.உருக்கி - 1 ஸ்பூன்
 க.உருக்கி - 65.மிளா

13) தானியமாசு கேக்:

தானியமாசு - 1 கப்
 தண்ணீர் - 1 கப்
 புளி - 1 கப்
 சர்க்கரை - 1 கப்
 மி.புழுதி - 1 சிட்டிகை
 எண்ணெய் - 25 மிளா
 முந்திரி - 10 கிராம்

Broad Beans:

Broad Beans - 100g
 red chilli - 5 pcs
 Tamarind
 Salt
 Coconut
 mustard seeds - 1 Tsp
 urad dal - 1 Tsp
 Curry Leaves

Corn powder cake:

Corn powder - 1 cup
 water - 1 cup
 milk - 1 cup
 Sugar - 1 cup
 pinch of colour
 Ghee - 25 m
 Cashew - 10g



வடை

14) தவ. கடலை வடை

தவ. கடலை $\frac{1}{4}$ கப்
 மொகு - 1 ஸ்பூன்
 சீரகம் - 1 ஸ்பூன்
 ப. மொகாய் - 3
 உப்பு - 65. மிளகாய்
 இஞ்சி - சூகண்ட 1 டீஸ்பூன்
 தவ. மசூன் - 65. மிளகாய்
 க. வெங்காயம் - 65. மிளகாய்

15) தயிர் வடை

தவ. கடலை $\frac{1}{4}$ கப்
 ப. மொகாய் - 10 டீஸ்பூன்
 இஞ்சி - 10 கிராம்
 உப்பு - 65. மிளகாய்
 தயிர் - 100 கிராம்
 தவ. மசூன் - 65. மிளகாய்
 க. வெங்காயம் - 65. மிளகாய்

Vada

Vellai Kadalaivada

Vellai Kadalai - $\frac{1}{4}$ cup
 Pepper - 1 Tsp
 Cumin - 1 Tsp
 Green chilli - 3
 Salt
 Small ginger - 1 Pcs
 Coriander leaves
 Curry leaves.

Curd vada

Split urad dal - $\frac{1}{4}$ K
 Green Chilli - 10 Pcs
 Ginger - 10 g
 Salt
 Curd - 100 me
 Coriander leaves
 Curry leaves.

16) பாயாசம் (தேங்கனா) Payasam

Jikku Komulu

தேங்கனா - 1 கப்

Jikku Komulu - 1 cup

தெய்யை - 25 ம்ல

Ghee - 25 ml

கிச்கிசு - 20 க்ராம்

Cashew - 20 g

சர்க்கரை - 1 கப்

Sugar - 1 cup

தெ. விதை 10 க்ராம்

Cucumber Seeds - 10 g

தேங்கனா - 25 க்ராம்

Coconut - 25 g

17) பம்பாய் புளியா

Pampou Poley

கம்புபாய் - 1 கப்

Chana dal - 1 cup

தெய்யை - 1 கப்

Jaggery - 1 cup

மாட்டா - 2 கப்

Maida - 2 cup

தெய்யை - 5 பச

Elakpay - 5 Pas



கலவை சாதம்

18) தேங்காய் சாதம்

சாதம் - 1 கப்
 தேங்காய் - $\frac{1}{2}$ கப்
 கடுகு - 4 ஸ்பூன்
 ப. உளுந்தல் - 1 ஸ்பூன்
 க. பருப்பு - 1 ஸ்பூன்
 மிளகாய் - 5 திராள்
 ப. மிளகாய் - 4
 உப்பு - 65. அளவு
 க. உளுந்தல் - 65. அளவு
 தரிசு மிளகாய் - 65. அளவு
 தரிசு - 1 ஸ்பூன்
 எண்ணெய் - 2 ஸ்பூன்

Variety rice

Coconut rice

rice - 1 cup
 coconut - $\frac{1}{2}$ cup
 Mustard seeds - 1 Tsp
 Urad dal - 1 Tsp
 Chana dal - 1 Tsp
 Cashew - 5g
 Green chilli - 4
 Salt
 Curry leaves
 Coriander leaves
 Ghee - 1 Tsp
 Oil - 2 Tsp

19) தகாந்தரமல்லாசாதம்

சாதம் - 1கப்

தகா.மல்லாத்தை $\frac{1}{2}$ கப்

ப.மொளகாய் - 4

உப்பு - தே.மளவு

கடுகு - 1ஸ்பூன்

ப.உருக்க - 1ஸ்பூன்

க.பருப்பு - 1ஸ்பூன்

க.உப்பு - தே.மளவு

எண்ணெய் - தே.மளவு

Coriander leaves rice

Rice - 1 cup

Coriander leaves - $\frac{1}{2}$ cup

Green chilli - 4

Salt

Mustard seeds - 1 Tsp

Urad dal - 1 Tsp

Chana dal - 1 Tsp

Curry leaves

Oil



20. மாங்காய் சாதம்

Mango rice

சாதம் - 1 கப்

Rice - 1 cup

மாங்காய் - 1 சீஸ்

Small mango - 1

வெங்காயம் - 1 பெரிய

big onion - 1

பூண்டு - 10 பீஸ்

Garlic - 10 pcs

கடுகு - 1 ஸ்பூன்

Mustard seeds - 1 Tsp

ப. உதட்டை - 1 ஸ்பூன்

Urad dal - 1 Tsp

க. பருப்பு - 1 ஸ்பூன்

Chana dal - 1 Tsp

எண்ணெய் - தே. அளவு

Oil

க. கெம்புரி - தே. அளவு

Curry leaves

கொ. மல்லி - தே. அளவு

Coriander leaves

21. சாதம்

Rice

22. தரல்

Ghee

23. பப்பா

Pappu



24) 4 லவங்காய் கட்டு

Snake Gourd Kuttu

4 லவங்காய் - 1

Snake Gourd - 1

க.பகுப்பு - 25 கிராம்

Chana dal - 25g

நா.பகுப்பு - 25 கிராம்

Paya tham parupu - 25g

ம.காள் - 85 மிளம்

Turmeric powder

கேதுகாய் - 85 மிளம்

Coconut

ப.மிளகாய் - 2

Green chilli - 2

சீரகம் - 10 கி

Cumin - 10g

நவதீபாயம் - 1 சீதல்

Small onion - 1

உப்பு - 85 மிளம்

Salt -



25) சாம்பார்

Sambar

காய்கறிகள் - ½ கிலோ

மசூ - 100 கிராம்

தவளம் - சிந்தலதனது

தமாந்தை - 25 கிராம்

தவ. கடை - 25 கிராம்

ம. பட்டி - 25 கிராம்

சு. பட்டு - 200 கிராம்

க. பட்டு - 50 g

வர. மெகாம் - 10

சீரகம் - 1 ஸ்பூன்

மெக - 1 ஸ்பூன்

கேட்காய் - 65. மனது

உப்பு - 65. மனது

க. ஆம்பா - 65. மனது

தக. மல்ல - 65. மனது

எண்ணெய் - 65. மனது

கடுகு - 1 ஸ்பூன்

ப. 2 கடுகு - 1 ஸ்பூன்

Vegetables - ½ Kg

Tamarind - 100g

Jaggery

Mochai - 25g

Vellai kadalai - 25g

Malai parai - 25g

Toor dal - 200g

Chana dal - 50g

Green chilli - 10

Cumin - 1 Tsp

Pepper - 1 Tsp

Coconut

Salt

Curry leaves

Coriander leaves

Oil

Mustard seeds - 1 Tsp

Urad dal - 1 Tsp



26) ரீசம்

4ந் - 50 கிராம்
 மி. கான் 2 ஸ்பூன்
 உப்பு - 35. மிளகாய்
 மிளகாய் 1 ஸ்பூன்
 தீர்த்தகான் 1 ஸ்பூன்
 கண்ணாடி - 2
 கடுகு 1 ஸ்பூன்
 ப. உருக்காய் 1 ஸ்பூன்
 க. குவாந்தா - 35. மிளகாய்
 ஏகா. ம. தாது - 35. மிளகாய்
 உருக்காய் - 2

27) மேகா கிழங்கு

மேகா - 2 லிட்டர்
 க. பருப்பு - 25 கிராம்
 மிளகாய் - 10 கிராம்
 ப. மிளகாய் - 10
 உப்பு - 35. மிளகாய்
 குவாந்தா - மிளகாய்
 கிணிகி - 1 கிராம்

Rasam

Tamarind - 50g
 Turmeric powder - 2 Tsp
 Salt
 Pepper powder - 1 Tsp
 Cumin powder - 1 Tsp
 Garlic - 2
 Mustard Seeds - 1 Tsp
 Urad dal - 1 Tsp
 Curry leaves
 Coriander leaves
 Red chilli - 2

Meer Kulambu

Curd - 2 glass
 Chana dal - 25g
 Coriander - 10g
 Green chilli - 10
 Salt
 Coconut
 Ginger - 1 [small]

28) தயிர்

Curd

29) சிப்பளம்

Papad

30) வத்தல்

Vattal

31) மோர் மிளகாய்

Mor milakay

32) வாழைப்பழம்

Banana

33) பீடா

Bada



Thank you