

Suji Halwa

Prep Time: 5 mins

Cook Time: 20 mins



Ingredients

- ½ cup of semolina
- ⅓ cup of trans-fat free margarine
- 1¼ cups of water
- ½ cup of cook and bake sweetener
- 5 almonds sliced
- 5 cashew nuts chopped
- ¼ teaspoon of cardamom powder

Method

1. Pour the water in a small saucepan and bring it to boil over medium flame, it will take around 3-4 mins. Remove it from the flame and keep it aside.
2. Take semolina in a heavy based pan, add trans-fat free margarine and heat it over medium flame.
3. Stir and mix using spatula.
4. Roast it until golden-brown. It will take anywhere between 8 to 10 mins.
5. Reduce flame to low; slowly add boiled water and mix by stirring constantly.
6. Stir and cook to avoid any lump formation.
7. Increase flame to medium and cook until all water gets absorbed. Add sweetener and cardamom powder.
8. Stir until sweetener dissolves and has a semi-solid consistency. Add and mix almonds and cashew nuts after reserving some of them for garnishing.



ரவை அல்வா

தயாரிப்பு நேரம்: 5 நிமிடங்கள்

சமையல் நேரம்: 20 நிமிடங்கள்



தேவையான பொருட்கள்

- ½ குவளை ரவை
- ½ குவளை டிரான்ஸ் கொழுப்பில்லாத மார்ஜரின்
- 1¼ குவளை தண்ணீர்
- ½ குவளை “குக் அண்ட் பேக்” இனிப்பூட்டி
- 5 பாதாம், வெட்டியது
- 5 முந்திரி, வெட்டியது
- ¼ தேக்கரண்டி ஏலக்காய்த் தூள்

செய்முறை

1. ஒரு சிறிய வாணலியில் தண்ணீரை ஊற்றி, நடுத்தர அனலில் கொதிக்க வைக்கவும். இதற்குச் சுமார் 3 முதல் 4 நிமிடங்கள் எடுக்கும். தண்ணீர் கொதித்தவுடன் அடுப்பிலிருந்து இறக்கி ஓரமாக வைக்கவும்.
2. அடி கனமான பாத்திரத்தில் ரவையுடன் டிரான்ஸ் கொழுப்பில்லாத மார்ஜரின் சேர்த்து, நடுத்தர அனலில் சூடேற்றவும்.
3. தட்டையான கரண்டியால் கிளறவும்.
4. பொன்னிறமாகும் வரை வறுக்கவும். இதற்குச் சுமார் 8 முதல் 10 நிமிடங்கள் எடுக்கும்.
5. அனலைக் குறைத்து, கொதிக்கவைத்த தண்ணீரைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஊற்றி, தொடர்ந்து கிளறிக்கொண்டே இருக்கவும்.
6. கட்டிகள் இல்லாத வகையில் நன்றாகக் கிளறிவிடவும்.
7. அனலை நடுத்தரமாகக் கூட்டி, தண்ணீர் முழுமையாக உறிஞ்சப்படும்வரை சமைக்கவும். இனிப்பூட்டியும் ஏலக்காய்த் தூளும் சேர்க்கவும்.
8. இனிப்பூட்டி கரைந்து, ஓரளவு கெட்டியாகும் வரை கிளறவும். அலங்கரிப்புக்குக் கொஞ்சம் ஒதுக்கிவைத்துவிட்டு, மீதியுள்ள பாதாம் மற்றும் முந்திரியைச் சேர்த்துக் கிளறவும்.

