

Kesari

Prep Time: 5 mins

Cook Time: 10 mins



Ingredients

- 5 tablespoons of trans-fat free margarine
- 8 tablespoons of cashews halves
- 2 tablespoons of raisins
- 200g of plain flour
- 50g of wholegrain flour
- 1 cup of water
- 1 cup of cook & bake sweetener
- 4 tablespoons of saffron water / kesari food colour
- 1 teaspoon of cardamom powder

Method

1. Heat 2 tablespoons of trans-fat free margarine and roast cashews, and raisins on low flame. Once the cashews turn golden brown, put it aside.
2. In the same pan, cook $\frac{1}{2}$ cup of flour (100g plain flour and 25g wholegrain flour), cook on low flame for 5 mins or till it turns aromatic. Put it aside.
3. In a medium pot boil water. Keeping the flame on low, add in the remaining flour, and continuously stir till the flour absorbs the water and no lumps are formed.
4. Add sweetener (add $\frac{1}{2}$ -1 cup depending on sweetness you prefer). Keeping the flame on low, stir well till sweetener dissolves.
5. Add saffron water / kesari food colour (soak few threads of saffron in 2 tablespoons of warm water for 15 mins). Then add 3 tablespoons of trans-fat free margarine, stir continuously and make sure the mixture is mixed well and no lumps are present. Cover and simmer for 2 mins or till the mixture is cooked well completely.
6. Add roasted cashews, raisins and cardamom powder. Mix well till the kesari separates from the pan.
7. Serve kesari bath as a dessert.



கேசரி

தயாரிப்பு நேரம்: 5 நிமிடங்கள்

சமையல் நேரம்: 10 நிமிடங்கள்



தேவையான பொருட்கள்

- 5 மேசைக்கரண்டி டிரான்ஸ் கொழுப்பில்லாத மார்கரின்
- 8 மேசைக்கரண்டி பாதியாக உடைத்த முந்திரிகள்
- 2 மேசைக்கரண்டி உலர்ந்த திராட்சைகள்
- 200 கிராம் மைதா மாவு
- 50 கிராம் முழுதானிய மாவு
- 1 குவளை தண்ணீர்
- 1 குவளை "குக் அண்ட் பேக்" இனிப்பூட்டி
- 4 மேசைக்கரண்டி குங்குமப்பூ கலந்த தண்ணீர் / கேசரி வண்ணம்
- 1 தேக்கரண்டி ஏலக்காய்த் தூள்

செய்முறை

1. வாணலியில் 2 மேசைக்கரண்டி டிரான்ஸ் கொழுப்பில்லாத மார்கரின் சூடேற்றி, குறைவான அனலில் முந்திரிகளையும் உலர்ந்த திராட்சைகளையும் வறுக்கவும். முந்திரிகள் பொன்னிறமானவுடன் தனியாக எடுத்து வைக்கவும்.
2. அதே வாணலியில், ½ குவளை மாவை வறுக்கவும் (100 கிராம் மைதா மாவு, 25 கிராம் முழுதானிய மாவு). சுமார் 5 நிமிடங்களுக்கு அல்லது வாசம் வரும்வரை குறைவான அனலில் வறுத்து, தனியாக எடுத்து வைக்கவும்.
3. நடுத்தர அளவிலான சட்டியில் தண்ணீரைக் கொதிக்க வைக்கவும். அனலைக் குறைத்து வைத்து, மீதமுள்ள மாவைச் சேர்க்கவும். கட்டிகள் இல்லாமல் மாவுடன் தண்ணீர் முழுமையாகக் கலக்கும்வரை தொடர்ந்து கிளறவும்.
4. இனிப்பூட்டி சேர்க்கவும். அனலைக் குறைத்து வைத்து, இனிப்பூட்டி கரையும் வரை நன்கு கிளறவும்.
5. குங்குமப்பூ கலந்த தண்ணீர் / கேசரி வண்ணம் சேர்க்கவும் (சில இழைகள் குங்குமப்பூவை 2 மேசைக்கரண்டி வெதுவெதுப்பான நீரில் 15 நிமிடங்கள் ஊறவைக்கவும்). பிறகு 3 மேசைக்கரண்டி டிரான்ஸ் கொழுப்பில்லாத மார்கரின் சேர்த்து, கட்டிகள் இல்லாத வகையில் தொடர்ந்து நன்றாகக் கிளறவும். வாணலியை மூடிவைத்து, 2 நிமிடங்களுக்கு அல்லது கலவை முழுமையாக வெந்துவரும்வரை வேகவிடவும்.
6. வறுத்த முந்திரி, திராட்சை, ஏலக்காய்ப் பொடி சேர்க்கவும். கேசரி வாணலியில் ஒட்டாமல் வரும்வரை கிளறவும்.
7. கேசரியை சாப்பாட்டுக்குப் பிறகு பரிமாறவும்.

