

संदर्भ

सूपशास्त्र

सन १८८९

पुणे नगर वाचन मंदिर



123406



सूपशास्त्र. ACC 332

अंक १ ला—भाग १ ला.

मद्रासी चालीचे पदार्थ.

ह्या तामिल पुस्तकाचें मराठी भाषांतर,

श्रीमंत सरकार सयाजीराव महाराज गायकवाड,
सेना खासखेल समशेर बहादूर, जी. सी. एस्.

आयू. संस्थान बडोदे, ह्यांचे हुकुमावरून,

रामकृष्ण साळुंकेराव, बाध्यस्त निसबत श्रीमंत
युवराज फत्तेसिंगराव छोटे महाराज गायकवाड,

ह्यांनी सांगितलें तें;

बळवंतराव रामचंद्र मराठे, चिटणीस निसबत

हुजूर सेक्रेटरी ऑफिस, सं० मजकूर,

ह्यांनी लिहून घेऊन, सुधारून व

व्यवस्थित करून छापिलें.

संवत् १९४५; सन १८८९ इ०.

" किंमत अडीच रुपये.

पुर्णे:

“ जगद्धितेच्छु ” छापखान्यांत छापिलें.

आवृत्ति पहिली.

द्याची मालकी सन १८६७ च्या २५ व्या आक्टाप्रमाणें नोंदली आहे.

ह्या पुस्तकासंबंधी सर्व हक्क राखून ठेविले आहेत.

प्रस्तावना.

मुख मिळविण्याविषयीं मनुष्यप्राण्याचे नेहमीं यत्न चाललेले असतात, व तें मिळणें त्याच्या शरीरसंपत्तीवर अवलंबून असतें. ज्या मानानें शरीर सुदृढ व निरोगी असेल, त्या मानानें मनुष्याला कमी-अधिक सुख मिळतें. ज्याचें शरीर निरोगी व बळकट नसतें त्याचें जिणें व्यर्थ होय. शरीरसंपत्ति चांगली राखणें हें मनुष्याचें पहिलें कर्तव्य आहे. जे लोक ह्या कर्तव्याकडे दुर्लक्ष्य करतात, ते आपलें जाणून बुजून नुकसान करून घेतात. याकरतां प्रत्येकानें ह्या मुख्य कर्तव्याकडे लक्ष्य देऊन, आपल्या शरिराचें पोषण कोणत्या रीतीनें चांगलें होईल ह्याविषयीं विचार केला पाहिजे.

आपले खाण्याचे पदार्थ पौष्टिक असून, त्यांचें चांगलें पचन होण्यास ते रुचिकर असावेत. पदार्थ रुचिकर असले म्हणजे ते खातांना तोंडास पाणी सुटतें, व त्याच्या योगानें खाल्लेल्या अन्नाचें पचन चांगलें होतें. जे पदार्थ आपणांस आवडत नसतील ते खाऊं नयेत. कारण, ज्या पदार्थांच्या सेवनानें मनाला समाधान होत नाहीं, ते खाल्ले असतां त्यांपासून इष्ट परिणाम व्हावयाचा नाहीं. खाण्याचे पदार्थ रुचिकर असून ांत अ-

राळ्या तऱ्हेचे असावेत. तेच तेच पदार्थ रोज खाण्यांत आल्यास त्यांवर अप्रीति होते. तसेंच, ज्या पदार्थाबद्दल अप्रीति उत्पन्न झाली नाही, ते खाळे असतां समाधान व सुख होतीं. मधुर, अंबट, तिखट वगैरे रसांचे पदार्थ आपल्या खाण्यांत यावे.

अन्नापासून शरिरांत मुख्य दोन कार्ये घडतात. एक शरिराचें पोषण व दुसरें शरिरांत उष्णता. जे पदार्थ आपण अन्न म्हणून खातो, त्यांमध्ये हे दोनही गुण असतात. फक्त कित्येक पदार्थांत पोषक गुण जास्त असतो व कित्येकांत उष्णताजनक गुण जास्त असतो. जसेः—मांस, गहू, चणे, उडीद, वाल वगैरे जिनसांत पोषक गुण जास्त असतो, व तूप, तेल, साखर, आदिकरून पदार्थांत उष्णताजनक गुण जास्त असतो. मनुष्याचें अन्न केवळ पोषक पदार्थांचें किंवा केवळ उष्णतोत्पादक पदार्थांचें असेल, तर त्याला त्या अन्नावर फार दिवस रहातां यावयाचें नाही. त्याचें अन्न दोनही गुणांनीं युक्त असलें पाहिजे. मनुष्याची वाढ बाल्यावस्थेंत जास्त असते; म्हणून त्या वेळेस हलकें व ज्यांत पोषक द्रव्य जास्त असतें असें अन्न त्यास दिलें पाहिजे, आणि यौवनावस्थेंतही वाढ असतेच म्हणून त्या वेळीं मानानें ज्यांत पोषक द्रव्य जास्त असेल असेंच

त्याचें अन्न असावें. शीतकालामध्ये व थंड प्रदेशांत शरिराचें रक्षण होण्याकरितां शरिरांत जास्त उष्णता असली पाहिजे; ह्याकरतां त्या वेळीं थंडीचे मानानें अन्नांत उष्णता उत्पन्न करणारे पदार्थ जास्त असावे. तसेंच, उष्ण प्रदेशांत व उन्हाळ्याचे दिवसांत वरील पदार्थ कमी खावे. पावसाळ्यांत आरंभीं पाचन-शक्ति कमी होऊन क्षुधा कमी लागते; म्हणून त्या वेळीं जडान्न व वातुळ पदार्थ वर्ज करावे; व जसजशी क्षुधा वाढत जाईल, तसतसा जडान्नाचा भाग वाढवीत जावा. मनुष्य आजारी असतो तेव्हां त्याची पाचन-शक्ति कमी झालेली असते; सबब त्या वेळीं त्यानें हलकें अन्न सेवन करावें. तूप, मलई, आदिकरून जड पदार्थ तापासारख्या आजारामध्ये कधींही खाऊं नयेत. कारण, त्यांच्या योगानें जठराग्नि मंद होतो, व त्याच्यानें व्हावें तसें अन्नाचें पचन होत नाहीं.

खाल्लेल्या अन्नाचें उत्तम पचन होण्यास भोजन नियमित वेळींच केलें पाहिजे. कारण, नियमित वेळीं भोजन केलें असतां त्याचें जसें उत्तम रीतीनें पचन होतें तसें अनियमित वेळीं केलें असतां होत नाहीं. त्याचप्रमाणें पचन उत्तम होण्यास अन्नाचें चर्वण चांगल्या रीतीनें केलें पाहिजे, व भोजनसमयीं मन आनंदांत अ-

सून, तें भोजनाशिवाय दुसऱ्या कोणत्याही विचारांत गढलेलें असूं नये. भोजनाचे वेळीं सुस्वर वाद्यें श्रवण करावीं, आणि आनंददायक व विनोदपर गोष्टी ऐकाव्या. भोजन सावकाश करावें. जेवणाचे आधीं निदान अर्ध तास व नंतर तासभर कोणत्याही प्रकारचे विशेष श्रम करूं नयेत. भोजनाचे पदार्थ तयार करण्यांत व पिण्यांत जें पाणी वापरावयाचें तें निर्मळ असून पचनास उत्तम असें असावें. पाणी खराब असेल, तर त्याच्या योगानें संग्रहणी, मूतखडा वगैरे रोग होतात. भूक उत्तम लागून खाछेल्या अन्नाचें पचन होण्यास व शरीर निरोगी रहाण्यास व्यायामाची अत्यावश्यकता आहे. प्रत्येक मनुष्यानें प्रातःकाळीं व सायंकाळीं थकवा न येई इतका व दम न लागे असा नित्य व्यायाम करावा.

मनुष्याची वाढ बाल्यावस्थेंत अधिक असते. ज्या मानानें वाढ जास्त असते त्याच मानानें क्षुधा व पाचन-शक्तीही जास्त असते; म्हणून बाल्यावस्थेंत मुलांस भोजन वेळोवेळीं दिवसांतून वयाचे मानानें चार पांच वेळ द्यावें लागतें. यौवनावस्थेंत बाल्यावस्थेपेक्षां वाढ किंचित् कमी असते; यास्तव, त्या वेळीं म्हणजे सुमारे बारा-पामून चौवीस वर्षांचे उमरीपर्यंत निदान तीन वेळां खाणें आवश्यक आहे. त्यानंतरचे वयापासून पंचावन वर्षा-

प्रावेतों बहुधा दोन वेळ भोजन केलें असतां बस होतें; परंतु ज्यांस प्रातःकाळीं किंवा तिसरे प्रहरां क्षुधा लागत असेल त्यांनीं अल्प आहार अवश्य करावा. पंचावन वर्षांचे उमरीपुढें मनुष्याची क्षुधा कमी होत जाते; तेव्हां त्यास एकभुक्त राहणें सुखावह वाटत असल्यास त्यानें तसें करावें. सारांश, कमी-जास्ती वेळ खाणें अगर भोजन करणें हें मनुष्यानें आपल्या क्षुधेवर आणि पाचनशक्तीवर अवलंबून ठेविलें पाहिजे. जसें, थंड प्रदेशांत व थंडीचे दिवसांत क्षुधा जास्त प्रदीप्त असते; यासाठीं त्याच मानानें अन्न जास्ती खाल्लें पाहिजे.

पदार्थ चांगले आणि रुचिकर कसे तयार करावे हें समजण्याला प्रस्तुत असावीं तशीं साधनें नाहींत. निरनिराळ्या देशांत कोणत्या प्रकारचे पदार्थ तयार केले जातात, हेंही समजण्याला मार्ग नाहीं. निरनिराळ्या देशांत पदार्थ तयार करण्याच्या रीती, आपल्या लोकांस एकाद्या पुस्तकाच्या द्वारे समजण्यांत आल्या असतां त्यापासून त्यांचें हित होईल.

ही सूपशास्त्रमाला एका विशेष जातीचे लोकांच्या उपयोगाकरतां आहे असें नसून, सर्वांना, त्यांच्या अनुकूलतेप्रमाणें, हिचा उपयोग करून घेतां येईल. तसेंच, श्रीमंत व ऐपतदार लोकांनाच हिजपासून फायदा हो-

ईल असा गैर समज होण्याचा संभव आहे; परंतु ह्या मालेच्या अंकांत दिलेले बरेच पदार्थ इतक्या थोड्या खर्चाचे आहेत कीं, गरिबांनीं देखील ते आपल्या घरीं तयार करावे.

संस्कृतांत ह्या शास्त्रावर बरेच ग्रंथ झाले आहेत; त्यांपैकीं जे उपयुक्त असून प्रसिद्ध झाले नाहींत ते ह्या मालेंत गुंफले जातील. पूर्वीं ह्या शास्त्रामध्यें प्रवीण असे सूपकार पुष्कळ होते; परंतु कालपरत्वे हल्लीं ते सांपडणें कठिण झालें असून, लोकांनाही ह्या शास्त्राची माहिती नाहींशी होत चालली आहे. कदाचित् आणखी बरींच वर्षे ह्या उपयुक्त शास्त्राकडे लोकांचें दुर्लक्ष्य होत गेलें, तर ज्या लोकांनीं परिश्रम घेऊन, सूपशास्त्रावर ग्रंथ लिहिले त्यांचा आपण कांहींच उपयोग केला नाहीं असें होऊन, त्यांत आपलेंही नुकसान होईल ही भीति मनांत आणून, व आपल्या देशांतील सूपशास्त्रावरील ग्रंथ अस्तित्वांत रहावे असें वाटून, ही सूपशास्त्रमाला मराठी भाषेंत प्रसिद्ध करण्यास आरंभ केला आहे.

बाह्यदेशांत ज्याप्रमाणें इतर शास्त्रांमध्ये सुधारणा होत आहे, त्याचप्रमाणें ह्या शास्त्रावर उत्तम ग्रंथ झाले असल्यानें त्यांचा ह्या मालेंत समावेश करण्याचा विचार आहे.

ह्या शास्त्राची माहिती स्त्रियांना असणें, व नसल्यास ती करून देणें ही गोष्ट आवश्यक आहे. आपल्या आचार-पद्धतीप्रमाणें स्त्रीवर्गावरच स्वयंपाकाचें काम सोंपलेलें असल्यामुळें, पदार्थ कसे तयार करावे हें त्यांना कळणें इष्ट आहे. सांप्रत बऱ्याच मुलींना लिहितां वाचतां येऊं लागले आहे. त्यांना अशा प्रकारच्या पुस्तकांच्या द्वारें सूपशास्त्राची माहिती करून दिली, तर पाकक्रियेच्या अज्ञानामुळें त्यांना सासरीं होणारा जाच चुकेल, व एकंदरीन पुढें त्यांच्या कुटुंबाचें हित होईल हें सांगणें नको. मुलींच्या शाळेमध्ये जे विषय शिकविले जातात त्या सर्वांत ह्या विषयाची जितकी आवश्यकता आहे तितकी दुसऱ्या कोणत्याही विषयाची नाहीं; म्हणून मुलींच्या शाळांमध्ये ह्या पुस्तकांची जितकी लवकर सुरुवात होईल तितकी होणें बरें.

आमच्या हेतूस अनुलक्षून ज्या कोणाजवळ आजपर्यंत न छापलेलें असें सूपशास्त्राचें पुस्तक असेल तें त्यांनीं आमचेकडे पाठविल्यास व आम्हास पसंत पडल्यास आम्ही तें छापण्याची तजवीज करून, त्याची छापलेली एक प्रत व मूळ हस्तलेख ज्याचा त्यास परत करूं. तसेंच, आपल्या लोकांत नल, भीम इत्यादि मोठमोठे सूपकार होऊन गेले व हल्लींही पुष्कळ होत आहेत;

परंतु त्यांची स्वयंपाक करण्याची खरी खुबी लिहून ठेवण्याकडे लोकांचें दुर्लक्ष्य झालें असल्यानें रुचिकर पदार्थ कसे तयार करावे हें समजण्यास साधन राहिलें नाहीं; तथापि, अजूनही ज्यांना पदार्थ करण्याची हातोटी साधली आहे त्यांनीं ते तयार करण्याची रीति खुलासेवार लिहून आमचेकडे पाठविल्यास आम्ही ती छापून प्रसिद्ध करूं.

सूचना.

ह्या पुस्तकांत ज्या वजनांचा उपयोग केला आहे त्यांचें कोष्टक पुढें दिल्याप्रमाणें आहे:—

वजनांचें कोष्टक.

८ गुंजा.....	१ मासा.
१२ मासे.....	१ सुरती रुपया.
४० सुरती रुपये.....	१ पौंड.

अनुक्रमणिका.

सामान्य माहिती.

अंक.	विषय.	पृष्ठ.
	स्वयंपाक घर	१
	स्वयंपाकी..	२
	धातु व मृन्मय पात्रें ह्यांचे गुणदोष.	
१.	धातुपात्र...	४
२.	मृत्तिकापात्र.	९
	स्वयंपाकाचीं भांडीं.	६
	धान्यें.	
१.	नेळ—डांगर (भात)....	१०
	राजमान्य भात....	१७
२.	गोधुमै (गहूं)....	२४
३.	तुवरै (तुरी)....	२९
४.	कडलै (चणे)....	३०

अंक.	विषय.	पृष्ठ.
९.	पयर (मूग)....	३१
६.	उळुंद (उडीद).	३२
७.	कोळ (कुळिथ).	३३
८.	कारामणी (चवळ्या)....	३४
९.	कंत्रु (बाजरी)... ..	३५
१०.	शोळं (मकई)... ..	३६
११.	मुत्तुशोळं (जोंधळे)	३७
१२.	वरघ अरशी (कोद्रे)....	३८
१३.	केळवरघ (नाचण्या)....	३८
१४.	शामै (सांवा)... ..	३९
१५.	तिन्नै अरशी (कांग)....	४०
१६.	येळ (तीळ)....	४१

गायी, म्हैशी व शेळ्या ह्यांचें दूध,
दहीं, लोणी व ताक.

१.	पाल (दूध)	४२
२.	तयर (दहीं)....	४७
३.	न्यै (तूप).	४९
४.	वेण्यै (लोणी)... ..	५०
५.	पालाडै (मलई).	५१
६.	मोर (ताक)....	५१
७.	झिनकटी (पन्नीर)	५३

अंक.	विषय.	पृष्ठ.
	स्त्रियांच्या दुधाचे गुणदोष १४

	करिमाव पडलं (भाजणी, मेथ्यांची पूड इत्यादि पदार्थ) १६
--	---	---------

	सरक् शुद्धि शैय्युं पडलं (पदार्थ शुद्ध करण्याची रीति) ६२
--	---	---------

	पळवघै पडलं (फळमेवा). ६९
--	-----------------------------	---------

भाज्या.

१.	कायघरी पडलं (फळभाज्या).... ७१
२.	किळंगवघै पडलं (कंदमुळांच्या भाज्या).	८४
३.	कीरैवघै पडलं (पालेभाजी).... ८६
४.	बडोदें येथें मिळणाऱ्या भाज्या.	
	१. वर्षातून एक किंवा दोन महिने मिळणाऱ्या भाज्या. ९१
	२. ऋतुवार मिळणाऱ्या भाज्या ९१
	३. बारमाही मिळणाऱ्या भाज्या ९४

पदार्थ.

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
१.	वरण	९६

भात करण्याची रीति.

२.	पेज न काढतां केलेला भात....	९६
३.	पेज वेळून केलेला भात...	९७
४.	फोडणीचा भात...	९८
५.	शरकरै पोंगळ (साखरभात)....	१००
६.	तिविरांछपळं शादं (बेदाणा-मिश्रित भात)	१०१
७.	वाधुमै परुप्पू शेरंद शादं (बदाम-मि- श्रित भात)....	१०२
८.	कत्तारिकाय शेरंद शादं (वांगीभात)....	१०२
९.	वेंडिकाय शेरंद शादं (भेंड्याभात)....	१०४
१०.	शेपं किळंग शेरंद शादं (अळकुड्यां- चा भात)	१०५
११.	करुणै किळंग शेरंद शादं (सुरणाचा भात)	१०६
१२.	येलिंबिच्चं पळरसं शेरंद शादं (का- गदी लिंबांचा रस-मिश्रित भात)....	१०७
१३.	किच्चिलीपळं शेरंद शादं (संत्र्यांचा भात)	१०८
१४.	वाळैप्पळं शेरंद शादं (केळींभात)	१०९

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
१५.	पेलाक्काय शेरंद शादं (फणसभात) ११०
१६.	तेंगाय पाल शेरंद शादं. (ओल्या नार- ळाचे दुधाचा भात).. १११
१७.	मांपळं रसत् शेरंद शादं (आंबरसाचा भात)... ११२
१८.	पुळी शेरंद शादं (चिंचभात).... ११३
१९.	पुळी तयर शेरंद शादं अल्लघ् दध्योदनं (दही-भात)... ११४
२०.	तुवरं परुप्प अरशीयुं शेरत् शइयुं शादं (तुरीचा भात) ११६
२१.	उळित माव् शेरंद शादं (उडीदभात)..	११७
२२.	पच्चपयर माव् शेरंद शादं (मूगभात)...	११८
२३.	कडलै माव् शेरंद शादं (हरबन्याचें पीठ-मिश्रित भात).	
	पहिला प्रकार.. ११९
	दुसरा प्रकार... १२०
२४.	येळ्ळ पोडी शेरंद शादं (तीळपूड-मि- श्रित भात).... १२१
२५.	वेळ्ळरी वेरई माव् कलंद शादं (चिभुडां- तीळ बियांचें पीठ घालून केलेला भात)	१२२

खिचडी करण्याची रीति.

२६. साधा तुवरं परुप्प पोंगळ (तुरीच्या

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	डाळीची खिचडी).... १२३
२७.	वरुत्त तुवरं परुप्प शेरंद पोंगल (भा- जलेल्या तुरीच्या डाळीची खिचडी)..	१२४
२८.	साधा पच्चपयर पोंगल (मुगांचे डा- ळीची खिचडी) १२५
२९.	पच्चपयर वरुत्त शेरंद पोंगल (भाज- लेल्या मुगांचे डाळीची खिचडी)....	१२६
३०.	जापरुप्प पच्चपरुप्प शेरंद पोंगल (चा- रोळ्या-मिश्रित मुगांचे डाळीची खिचडी)	१२७
३१.	उळितं परुप्प शेरंद पोंगल (उडिदांचे डाळीची खिचडी).... १२८
३२.	कडलै परुप्प शेरंद पोंगल (हरबऱ्याचे डाळीची खिचडी).... १२९
३३.	कोळ्ळु परुप्प शेरंद पोंगल (कुळिथांचे डाळीची खिचडी).... १३०
३४.	कडलै अळधू कोळ्ळु परुप्प पोंगल (चणे व कुळिथ ह्यांच्या डाळीची खिचडी).	१३१
३५.	साधा पोंगल (साधी खिचडी)... १३३

पकान्नें, फराळाचे पदार्थ आणि खिरी.

पकान्नें.

३६. जिलेबी येन्नु तेंगुळै पलघारं (जिलळ्या).

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	पहिला प्रकार.. १३४
	दुसरा प्रकार..... १३६

लाडू.

३७.	बूंदी पलवारं (बूंदीचे लाडू).	
	पहिला प्रकार.. १३७
	दुसरा प्रकार... १३८
	तिसरा प्रकार... १३९
	चौथा प्रकार..... १३९
	पांचवा प्रकार.. १४०
	सहावा प्रकार... १४०
३८.	गोधुमै उंडै हळू (रव्याचे लाडू). १४१
३९.	पूशनी वेंरै उंडै (कोंहळ्याच्या बि- यांचे लाडू).... १४२
४०.	तुवरं परुप्प शेरंद उंडै (तुरीच्या पि- ठाचे लाडू)... १४२
४१.	तुवरं परुप्प उंडै (तुरीच्या डाळीचे लाडू)	१४३
४२.	पुरी वेळांगाय (लाडू).	
	पहिला प्रकार.. १४३
	दुसरा प्रकार..... १४४
४३.	तितिप्पु येळ्ळु उंडै (तिळांचे लाडू)....	१४५
४४.	मुंदिरी परुप्प उंडै (काजूचे लाडू)....	१४५

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
४९.	कडलै माव् तितिप्पु उंडै (चण्याच्या पिठाचे लाडू)..	१४६
४६.	शेवखंडांचे लाडू...	१४६
४७.	मुक्कुळी पणिघारं (घीवर)	१४७

पोळ्या.

४८.	पेरिय पणिघारं (पुरणपोळी)....	१४९
४९.	पच्च पयर पणिघारं (मुगांच्या डाळीची पुरणपोळी)	१५०
५०.	तुवरै उंडै (तुरीच्या डाळीची पुरणपोळी)	१५२
५१.	डाळेंपोळी..	१५२
५२.	गोधुमै मंडिवै अडै (पोळ्या)....	१५३
५३.	गोधुमै नुई सुरुळै (पोळ्या) ...	१५४
५४.	पांढरीपोळी	१५५

रोट्या.

५५.	गोधुमै रुट्टी (गव्हांच्या पिठाची रोटी).	१५५
५६.	कडलै रुट्टी (चण्याचे पिठाची रोटी) ...	१५६

परोटे.

५७.	गोधुमै नुई रुट्टी (रव्याचा परोटा)....	१५७
५८.	तुवरं परुप्पु रुट्टी (तुरीच्या पिठाचा परोटा).	१५८

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
५९.	पच्चपयरं अरशी मावुं शेरंद रुट्टी. (तांदूळ व मूग ह्यांच्या पिठाचा परोटा).	१५९

उंडे.

६०.	कडलै त्वयल (हरबज्याच्या पिठाचे उंडे).	१६०
६१.	कडलयुं गोधुमै मावुं शेरंद पलघारं (चणे व गहूं ह्यांच्या पिठाचे उंडे). १६१
६२.	उळितुंडै (उडिदांचे उंडे).... १६२
६३.	तुवरै त्वयल (तुरीच्या पिठाचे उंडे)....	१६३
६४.	अरशी माव् उंडै (तांदुळांच्या पिठाचे उंडे). पहिला प्रकार... १६४
	दुसरा प्रकार... १६५
६५.	पच्चपयर उंडै (मुगांच्या पिठाचे उंडे).	१६६
६६.	येळुं अरशी मावुं शेरंद स्वयल (तीळ- गुळाचे उंडे)... १६७
६७.	कडलयुं अरशी मावुं शेरंद कोळु कट्टई (उकड-उंडे)... १६८
६८.	तुवरै रुट्टी (तुरीच्या डाळीचे उंडे)....	१६९

घारगे.

६९.	साधा पणिघारं (साधे घारगे)... १७०
७०.	पच्च पयरी नाल शइध पणिघारं (मु- गाच्या पिठाचे घारगे). १७१

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
७१.	अरशी माव पणिघारं (तांदुळांच्या पि- ठाचे धारगे)... १७२
७२.	इंजी पणिघारं (आल्याचे धारगे) १७३
७३.	पुशानिक्राय पणिघारं (कोंहळ्याचे धारगे).	१७३
७४.	तयर पणिघारं (दही-धारगे).	
	पहिला प्रकार.. १७४
	दुसरा प्रकार... १७५
७५.	वेण्यै पणिघारं (लोण्याचे धारगे). १७६
७६.	नीयुं अरशी मावुं शेरत् शैय्य पट्ट पु- ळित्त पणिघारं (तांदुळांच्या व उडि- दांच्या पिठाचे धारगे).... १७७
७७.	येळुं गोधुमै मावुं शेरंद पणिघारं (तीळ व मैदा ह्यांचे धारगे).. १७८

कानवले.

७८.	खरजुरकाय (कानवले).	
	पहिला प्रकार.. १७९
	दुसरा प्रकार... १८०
	तिसरा प्रकार... १८१
	चौथा प्रकार.... १८२
	पांचवा प्रकार.. १८२
७९.	यरुकंगाय कोळु कटई (उकड-कानवले).	१८३

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
८०.	पूरी पलघारं (कानवले).	१८४

वडे.

८१.	कडलै चुवैय्यल (वडे).			
	पहिला प्रकार..	१८६
	दुसरा प्रकार...	१८७
८२.	उळितं वडै (उडिदांचे वडे).			
	पहिला प्रकार..	१८८
	दुसरा प्रकार...	१८९
	तिसरा प्रकार..	१८९
	चौथा प्रकार...	१९०
	पांचवा प्रकार..	१९१
८३.	पच्चपयर पणिघारं (मुगांच्या डाळीचे वडे)			१९२
८४.	पलवघै परुप्पु शेरंद अंबिलवडै (डाळी- चे दहीं-वडे)..	१९३

मोदक.

८५.	कुळउंडै (तांदुळांच्या पिठाचे मोदक).			
	पहिला प्रकार...	१९४
	दुसरा प्रकार....	१९६
	तिसरा प्रकार...	१९६

अंक.	पदार्थ. धिरडीं.	पृष्ठ.	
८६.	अरशी माविल शड्युं तोसै (तांदुळांच्या पिठाचीं धिरडीं).	१९८	१२
८७.	नीयुं अरशी मावुं शेरंद शड्य पट्ट अडै हळ् (धिरडें).	१९९	१३

फराळाचे पदार्थ.

८८.	गोधुमै माव अडै (गव्हांचे पिठाच्या करंज्या).		४
	पहिला प्रकार...	२००	५
	दुसरा प्रकार...	२०२	६
	तिसरा प्रकार...	२०२	७
	चौथा प्रकार...	२०३	८
	पांचवा प्रकार...	२०३	९
	सहावा प्रकार..	२०४	
८९.	गोधुमै माविनाल शेयुं पणिघारं (साठोच्या.)...	२०५	

चिरोटे.

९०.	अडुक पणिघारं (चिरोटे)....	२०६
९१.	फेणी पलघारं (चिरोटे)..	२०७

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
९२.	खरजुर पलघारं (शंकरपाळे).	
	पहिला प्रकार...२१०
	दुसरा प्रकार...२११

वज्या.

९३.	गोधुमै नुई पेरिय पलघारं (रव्याच्या वज्या).	
	पहिला प्रकार...२१२
	दुसरा प्रकार...२१४
९४.	वाधुमै परुप्पु शेरंद गोधुमै पलघारं (ब- दाम-मिश्रित रव्याच्या वज्या).२१४
९९.	पालाडै शेरंद गोधुमै नुई पलघारं (म- लई-मिश्रित रव्याच्या वज्या)..२१६

९६.	मुरुक् (चकल्या).	
	पहिला प्रकार...२१७
	दुसरा प्रकार...२१८

९७.	पच्चपयर उंडै (मुगांच्या पिठाची शेव) ...	२१९
-----	---	-----

९८.	वेर कडलै (भुईमुगांचे दाणे).	
	पहिला प्रकार...२२०

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	दुसरा प्रकार... २२०

९९.	गोधुमै पुरिमाव (सत्तू).. २२१
१००.	पञ्चपयर पुरिमाव (मुगांची डाळ). २२१
१०१.	कूटरसी. २२२
१०२.	वरुत्त कडलै (हरबऱ्याची तळींव डाळ).. २२३
१०३.	वरुत्त पञ्चपयर (मुगांची तळींव डाळ)....	२२४
१०४.	कारामणी पच्छणै (चवळीच्या शेंगांचे तळींव दाणे).. २२५

१०५.	वरुत्त वाळकाय (केळयांच्या तळींव चकत्या)..... २२६
------	---	----------

खिरी.

१०६.	पालुं अरशी मावुं शेरंद पायासं (तांदु- ळांचें पीठ घालून केलेली खीर)....	२२७
१०७.	काट अरशीयुं पालुं शेरंद पायासं (तां- दुळांची खीर).	२२७
१०८.	मुंगिलारशीयुं पालुं शेरंद पायासं (मुं- गिलारशी तांदुळांची खीर).	
	पहिला प्रकार... २२८
	दुसरा प्रकार... २२९

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
१०९.	कोरै धान्नियुं पालुं शेरंद पायासं (नव्या तांदुळांची खीर) २३०
११०.	पच्चरशी नुई पायासं (तांदुळांचे कण्यांची खीर).. २३१
१११.	पालुं गोधुमै नुइयुं शेरंद पायासं (रव्याची खीर).	
	पहिला प्रकार.. २३२
	दुसरा प्रकार... २३२
११२.	गोधुमै माविन पालुं कोळुकट्टई (पोळ्यांची खीर) २३४
११३.	पालुं शव्वरशीयुं शेरंद पायासं (साबुदाण्यांची खीर).	
	पहिला प्रकार.. २३५
	दुसरा प्रकार... २३५
११४.	तेंगायुं पालुं शेरंद पायासं (ओल्या नारळाची खीर).	
	पहिला प्रकार.. २३७
	दुसरा प्रकार... २३७
११५.	वाधुमै परुप्पू पालुं शेरंद पायासं (बदामांची खीर). २३८
११६.	द्राक्ष पायासं (बेदाण्याची खीर), २३९
११७.	येळुं पालुं शेरंद पायासं (तिळांची खीर).	२४०

अंक.

पदार्थ.

पृष्ठ.

हलवे, मुरंबे व सरबते.

हलवे.

११८. अकबर प्रियमाय टिंडू हलवा (अकबर-
प्रिय हलवा)... २४१
११९. निसी सदा हलवा. २४३
१२०. गोधुमै रवै हलवा (रव्याचा हलवा).
पहिला प्रकार.. २४५
दुसरा प्रकार.... २४६
१२१. वाधुमै परुप्पु गोधुमै नुई शेरंद हलवा.
(बदाम-मिश्रित रव्याचा हलवा).
पहिला प्रकार... २४६
दुसरा प्रकार... २४८
१२२. शुरकाय हलवा (दुध्या भोंपळ्याचा ह-
लवा)... २४९

मुरंबे.

१२३. मांगाय तितिप्पु (आंब्यांचा मुरंबा).
पहिला प्रकार... २५१
दुसरा प्रकार... २५२
तिसरा प्रकार... २५४
चौथा प्रकार... २५६
पांचवा प्रकार-अकबर-प्रिय मुरंबा.... २५७

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
१२४.	नेल्लिक्राय तितिप्पु (आंवळ्यांचा मुरंबा).	
	पहिला प्रकार... २९९
	दुसरा प्रकार... २६०
	तिसरा प्रकार... २६२
	चौथा प्रकार... २६४
१२५.	येलिंबिच्चंगाय तितिप्पु (कागदी लिं- बांचा मुरंबा).	
	पहिला प्रकार. २६९
	दुसरा प्रकार... २६७
१२६.	अकबरप्रियमाय उभयोह पडुत्ये इंजी तितिप्पु (अकबर-प्रिय आल्याचा मुरंबा).	
	पहिला प्रकार. २६८
	दुसरा प्रकार... २७०
१२७.	इलंदक्याय तितिप्पु (बोरांचा मुरंबा)....	२७२
१२८.	शोपुपळं तितिप्पु (शेपांचा मुरंबा)....	२७४

सरबतें.

१२९.	चंदनाचें सरबत... २७४
१३०.	ते माधुळं सरबत (गोड डाळिंबांचें सरबत).	२७५
१३१.	पुळी माधुळं पळं सरबत (अंबट डा-	

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ३०९
१४६.	आवरकाय करी (घेवज्याच्या शें- गांची भाजी).	
	पहिला प्रकार-कोरडी. ३११
	दुसरा प्रकार-तुरीची डाळ-मिश्रित.... ३१२
	तिसरा प्रकार-तूप-मिश्रित.... ३१२
	चौथा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ३१३
	पांचवा प्रकार.. ३१४
१४७.	कोत्तवरंगाय करी (गोंवारीच्या शें- गांची भाजी).	
	पहिला प्रकार-कोरडी. ३१६
	दुसरा प्रकार... ३१८
	तिसरा प्रकार-अंबट... ३१९
१४८.	शुरकाय करी (दुध्या भोंपळ्याची भाजी).	
	पहिला प्रकार-साधी... ३२१
	दुसरा प्रकार-अंबट.... ३२२
	तिसरा प्रकार-मोहज्या-मिश्रित. ३२३
	चौथा प्रकार-तीळ-मिश्रित.... ३२४
	पांचवा प्रकार-मिरें-मिश्रित.... ३२५
१४९.	पुशनिक्काय करी (कोंहळ्याची भाजी).	
	पहिला प्रकार-कोरडी. ३२७
	दुसरा प्रकार-अंबट.... ३२८
१५०.	पलाकाय पुळी करी (फणसाची चिंच-	

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	मिश्रित भाजी). ३३०
१९१.	कत्तरिकाय करी (वांग्यांची भाजी).	
	पहिला प्रकार-कोरडी. ३३१
	दुसरा प्रकार-अंबट.... ३३२
	तिसरा प्रकार (कागदी लिंबांचा रस घालून केलेली भाजी).... ३३३
	चौथा प्रकार-खोबरे-मिश्रित... ३३४
	पांचवा प्रकार-दही-मिश्रित... ३३५
	सहावा प्रकार-तूप-मिश्रित.... ३३६
	सातवा प्रकार-तेलाची. ३३६
१९२.	मुरुंगकाय करी (शेवग्याच्या शेंगांची भाजी).	
	पहिला प्रकार-कोरडी. ३३८
	दुसरा प्रकार-अंबट.... ३३९
	तिसरा प्रकार-तुरीची किंवा मुगांची डाळ-मिश्रित ३४०

कंद-भाज्या.

१९३.	करुणै किळंग पुळी करी (सुरणाची चिंच घालून केलेली भाजी).... ३४१
१९४.	शेपंकिळंग करी (अळकुड्यांची भाजी)... ३४३

अंक.	पदार्थ.	एष्ट.
१९९.	शरकरै वळी किळंग करी (रताळ्यांची भाजी).	
	पहिला प्रकार-कोरडी. ३४९
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ३४६
	तिसरा प्रकार-तूप-मिश्रित.... ३४७
	चौथा प्रकार-तेलाचे फोडणीची ३४८
१९६.	आरळी किळंग करी (पोहिनीच्या कंदांची भाजी).. ३४९

पालेभाज्या.

१९७.	आरैकीरै करी (तांदुळजाची भाजी).	
	पहिला प्रकार-कोरडी.. ३९०
	दुसरा प्रकार-तुरीची डाळ-मिश्रित.... ३९१
	तिसरा प्रकार-तूप-मिश्रित.... ३९२
१९८.	मुळकिरै करी (लहान कोंवळ्या माठाची भाजी).	
	पहिला प्रकार-चिंचेचा कोंवळा पाला-मिश्रित ३९२
	दुसरा प्रकार-आंब्याच्या कैऱ्या-मिश्रित ३९४
	तिसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित... ३९४
१९९.	तंडकिरै करी (मोळ्या माठाची भाजी).	

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	पहिला प्रकार—साधी... ..	३९६
	दुसरा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित....	३९७
	तिसरा प्रकार—कच्ची चिंच-मिश्रित....	३९७
	चौथा प्रकार—चिंच-मिश्रित....	३९८
	पांचवा प्रकार—आंब्याच्या कच्च्या कैच्या-मिश्रित	३९९
१६०.	माठाच्या कोंवळ्या डेंखांची व पा- ल्याची भाजी.	
	पहिला प्रकार—साधी... ..	३९९
	दुसरा प्रकार—मुगांची डाळ-मिश्रित... ३६०	
	तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित....	३६१
	चौथा प्रकार—कच्ची चिंच-मिश्रित....	३६२
	पांचवा प्रकार—दही-मिश्रित....	३६३
१६१.	मुरुंग कीरै साधा करी (शेवग्याचे पा- ल्याची साधी भाजी)..	३६३
१६२.	अघत्ती कीरै करी (अगस्त्याचे पा- ल्याची भाजी).	
	पहिला प्रकार—साधी... ..	३६४
	दुसरा प्रकार—डाळ-मिश्रित..	३६५
१६३.	काशली कीरै करी (पासलीची भाजी).	
	पहिला प्रकार—साधी... ..	३६५
	दुसरा प्रकार—डाळ-मिश्रित....	३६६
	तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित....	३६७

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	चौथा प्रकार—तूप-मिश्रित २६८
१६४.	शिरुक्किरै साधा करी (उकिरज्याची साधी भाजी).. ३६९
१६५.	कूटकरी (डाळ-मिश्रित भाजी).. ३७०

कोळंबूं.

१६६.	वरुत्त वाळकाय कोळंबूं (तळीं व केळ्यांचें कोळंबूं) ३७२
१६७.	मलयाळ देशत्तिल शमैक्कीर वाळकाय मिळव कोळंबूं (मलयाळ देशांत मिरे घालून केळ्यांचें कोळंबूं करण्याची रीति)..	३७३
१६८.	पाघरकाय कोळंबूं (मोठ्या कारल्यांचें कोळंबूं).	
	पहिला प्रकार—तळीं व... ३७५
	दुसरा प्रकार—चण्याची डाळ-मिश्रित..	३७६
१६९.	मिधी पावरकाय कोळंबूं (लहान कारल्यांचें कोळंबूं). ३७८
१७०.	वेंडिकाय कोळंबूं (भेंज्यांचें कोळंबूं).	
	पहिला प्रकार—दही-मिश्रित... ३८०
	दुसरा प्रकार—चिच-मिश्रित.... ३८१
१७१.	कोत्तवरंगाय पुळी कोळंबूं (गोंवारीच्या शेंगांचें चिच-मिश्रित कोळंबूं). ३८२

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
१७२.	पलाक्याय कोळंबू (फणसाचें कोळंबू)....	३८४
१७३.	कत्तरिकाय कोळंबू (वांग्यांचें कोळंबू)..	३८५
१७४.	महाराष्ट्र मोर कोळंबू (महाराष्ट्र रीती- चें ताकाचें कोळंबू)....	३८७
१७५.	तेलंगु मोर कोळंबू (ताकाचें तेलंगी कोळंबू).	३८८
१७६.	करुणै किळंग कोळंबू (सुरणाचें मिरे- मिश्रित कोळंबू)	३८९
१७७.	शेप किळंग कोळंबू (अळकुज्यांचें मिरे- मिश्रित कोळंबू).	३९१
१७८.	वळी किळंग मोर कोळंबू (बारीक र- ताळ्यांचें ताक-मिश्रित कोळंबू)	३९२
१७९.	व्यंदयमुं पुळित्त तयरुं शेरंद कोळंबू (मेथ्या-मिश्रित दह्याचें कोळंबू)....	३९३
१८०.	शिराळ वडी कोळंबू (वज्यांचें कोळंबू)..	३९४
१८१.	पकवडा-कोळंबू..	३९६
१८२.	पालकरी कोळंबू (पन्नीरच्या वज्यांचें कोळंबू).	३९७

सार.

१८३.	मिळवनोर (मिऱ्यांचें सार). पहिला प्रकार-चिच-मिश्रित...	३९८
------	---	-----

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	दुसरा प्रकार—कागदी लिंबांतील रस घालून केलेलें सार.. ४००
	तिसरा प्रकार.. ४०१
	चौथा प्रकार—महाराष्ट्र सार.... ४०२
१८४.	सियेक्का इलई मिळघनीर (शिककईच्या पानांचें मिरें-मिश्रित सार).... ४०३
१८५.	भांगाय मिळघनीर (आंब्याच्या अमसु- लांचें मिरें घालून केलेलें सार). ४०४
१८६.	महाराष्ट्र कसंबा.... ४०६

लोणचीं.

१८७.	भांगाय ऊरघाय (आंब्याचें लोणचें).	
	पहिला प्रकार—मोहऱ्या-मिश्रित. ४०७
	दुसरा प्रकार—मेथ्या-मिश्रित... ४१०
	तिसरा प्रकार.... ४११
	चौथा प्रकार—मीठ-मिश्रित..... ४१२
	पांचवा प्रकार.. ४१३
	सहावा प्रकार.. ४१४
	सातवा प्रकार... ४१८
	आठवा प्रकार... ४१८
	नववा प्रकार.... ४२०
१८८.	नेल्लिकाय ऊर्घाय (आंबळ्यांचें लोणचें).	
	पहिला प्रकार... ४२२

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	दुसरा प्रकार... ४२३
	तिसरा प्रकार... ४२४
	चौथा प्रकार.... ४२६
	पांचवा प्रकार.. ४२७
१८९.	एलिचिंगाय ऊर्घाय (कागदी लिंबांचें लोणचें).	
	पहिला प्रकार.. ४२९
	दुसरा प्रकार.... ४३१
	तिसरा प्रकार.. ४३२
	चौथा प्रकार.... ४३६
	पांचवा प्रकार.. ४३९
१९०.	पुळियंगाय तोक (कच्च्या चिंचांचें लोणचें).	४३७
१९१.	शुकंगाय ऊर्घाय (चिंचोरच्यांचें लोणचें).	४३८
१९२.	काशली कीरै तोक (पासलीच्या भाजी- चें लोणचें).... ४३९
१९३.	कड्काय चटणी (हिरज्यांचें लोणचें)....	४४०
१९४.	मुळघाय चटणी (सुक्या मिरच्यांचें लोणचें). ४४१

वडघ-सांडगे.

१९५.	कल्याणि पुशनिक्काय वडघं (कोंहळ्या- चे सांडगे).... ४४१
१९६.	व्यंदीय वडघं (मेथ्यांचे सांडगे). ४४२

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
१९७.	कोत्तिमल्ली इलई वडवं (कोथिंबिरीचे सांडगे). ४४३
१९८.	अरशी माव वडवं, (तांदुळांच्या पिठाचे सांडगे). ४४३
१९९.	वरुत्त निल्लुं कोत्तिमल्ली शेरंद वडवं (कोथिंबीर-मिश्रित तांदुळांचे सांडगे).	४४४
२००.	अरशी मावुं वाळतंडुं शेरंद वडवं (कालें-मिश्रित तांदुळांच्या पिठाचे सांडगे)	४४९
२०१.	शुरकायं वडवं (दुध्या भोंपळ्याचे सांडगे). ४४६
२०२.	मोच्च कोट्टै माविन् वडवं (वालांच्या पिठाचे सांडगे). ४४६
२०३.	पच्चै मोच्चै परुप्प वडवं (वालपापज्यांच्या दाण्यांचे सांडगे). ४४७
२०४.	उळुंद वडवं (उडिदांचे सांडगे). ४४७
२०५.	पांपड..... ४४८
२०६.	कुरडया..... ४४९

चटण्या, कोथिंबिरी, भरीत इत्यादि पदार्थः

चटण्या.

२०७. बिरियानी चटणी.

अंको.	पदार्थ.	पृष्ठ.
.....	पहिला प्रकार.. ४९०
.....	दुसरा प्रकार..... ४९१
२०८.	कोत्तिमिळी त्वयल (कोथिंबिरीची चटणी).	४९२
२०९.	इंजी त्वयल (आल्याची चटणी). ४९२
२१०.	करिवेपिलै त्वयल (कढीलिंबाची चटणी).	४९३
२११.	नेल्लिकाय त्वयल (आंवळ्यांची चटणी).	
	पहिला प्रकार... ४९४
	दुसरा प्रकार..... ४९४
२१२.	नेल्लिकाय पेरन्डै शेरंद त्वयल (आंवळे- मिश्रित कांडवेलीची चटणी). ४९९
२१३.	माधळपू नेल्लिकायं शेरंद त्वयल (आंवळे व डाळिंबाचीं फुलें ह्यांची चटणी).....	४९६
२१४.	पुळी मादळं पिंजी चटणी (अंबट क- च्चया डाळिंबाची चटणी)..... ४९७
२१५.	विळांगाय चटणी (कंवठाची चटणी).....	४९८
२१६.	कडलै परुप्पु तुवेल (चण्याचे डाळीची चटणी). ४९०
२१७.	तुवरं परुप्पु तुवेल (तुरीच्या डाळीची चटणी).	
	पहिला प्रकार... ४९०
	दुसरा प्रकार..... ४९१
२१८.	उळुतं परुप्पु साधा तुवेल (उडिदांच्या डाळीची चटणी).	

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	पहिला प्रकार.. ४६१
	दुसरा प्रकार... ४६२
	तिसरा प्रकार... ४६२
२१९.	पच्चपयर त्वयल (मुगांचे डाळीची चटणी).	
	पहिला प्रकार... ४६३
	दुसरा प्रकार.... ४६४
२२०.	कोळु साधा चटणी (कुळिथांची साधी चटणी).	
	पहिला प्रकार.. ४६४
	दुसरा प्रकार... ४६५
२२१.	शेपंकिकंग तुवैयल (अळकुज्यांची चटणी).	
	पहिला प्रकार-साधी.. ४६५
	दुसरा प्रकार-तूप-मिश्रित ४६६
२२२.	करुणै किळंग त्वयल (सुरणाची चटणी).	
	पहिला प्रकार-साधी.. ४६७
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ४६७
	तिसरा प्रकार-तूप-मिश्रित.... ४६८
२२३.	वाळकाय त्वयल (केळ्यांची चटणी).	
	पहिला प्रकार-साधी.. ४६८
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ४६९

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
२२४.	वाळतंड त्वयल (काल्याची चटणी)....	४६९
२२५.	वाळैप्पु त्वयल (केळफुलाची चटणी).	
	पहिला प्रकार-साधी... ..	४७०
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	४७१
२२६.	पुळियं कायं वाळकट्टयं शेरंद पच्चडी (कच्चया चिंचेत केळीच्या मुळाचा गड्डा मिळवून चटणी)..	४७२
२२७.	वाळैप्पळ त्वयल (केळ्यांची चटणी)..	४७३
२२८.	पुळियं पिंजी त्वयल (कच्चया चिंचांची चटणी).	४७३
२२९.	साधारण मान पुळी त्वयल (पिकलेल्या नव्या चिंचांची चटणी).	४७४
२३०.	कोत्तिमिळी त्वयल (कोथिंबिरीची चटणी).	४७४
२३१.	पच्चमुळघायं पुळियं शेरंद त्वयल (चिंच- मिश्रित फोडणीच्या ओल्या मि- रच्या).	४७५
२३२.	विळां पळं त्वयल (पिकलेल्या कंवठांची चटणी).	४७६
२३३.	विळांकाय त्वयल (कच्चया कंवठांची चटणी).	४७७
२३४.	पिरकंगाय त्वयल (दोडक्यांची चटणी).	
	पहिला प्रकार-साधी... ..	४७८

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ४७९
२३५.	विळ्ळुरिकाय त्वयल (कांकडीची चटणी).	
	पहिला प्रकार-साधी.. ४७९
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ४८०
	तिसरा प्रकार-कच्ची चिंच-मिश्रित..... ४८१
२३६.	तेंगाय त्वयल (ओल्या खोबऱ्याची चटणी).	
	पहिला प्रकार-साधी... ४८१
	दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित.... ४८३
२३७.	तेंगायुं नेयुं पुळियुं शेरंद त्वयल (सुक्या खोबऱ्यांत चिंच मिळवून केलेली चटणी). ४८२
२३८.	मांगाय त्वयल (कच्च्या आंब्यांची चटणी).. ४८३
२३९.	किच्चिलीकाय चटणी (नारिंगांची चटणी).. ४८४
२४०.	पिरंडै त्वयल (कांडवेलीची चटणी).	
	पहिला प्रकार... ४८५
	दुसरा प्रकार.... ४८५
२४१.	शियका इलई त्वयल (शिककईच्या पाल्याची चटणी).. ४८६
२४२.	काशिली कीरई चटणी (पासलीच्या	

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	भाजीची चटणी). ४८७
२४३.	पुळी इलई चटणी (चिंचेचे कोंवळ्या पाल्याची चटणी).... ४८७
२४४.	मुळकिरै चटणी (लहान माठाच्या भा- जीची चटणी). ४८८
२४५.	अमसूल चटणी (अमसुलांची चटणी).... ४८९
२४६.	वेपिलै कट्टी (कडूलिंबाच्या कोंवळ्या पाल्याची चटणी).... ४८९

२४७.	कत्तरिक्काय वरल (वांग्यांचें लोणचें).... ४९०
२४८.	पुडलंगाय भजी (पडवळांचें लोणचें).... ४९२
२४९.	पाघरकाय चटणी (कारल्यांचें लोणचें).	
	पहिला प्रकार.. ४९३
	दुसरा प्रकार... ४९४

२५०.	कत्तरिक्काय भजी (वांग्यांचें भरीत).	
	पहिला प्रकार.. ४९४
	दुसरा प्रकार.... ४९५
	तिसरा प्रकार... ४९६
	चौथा प्रकार.... ४९६
२५१.	विळांगाय तयरुं शेरंद पच्चडी (कंवठां- चें भरीत)..... ४९७

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
२९२.	पंडकायं पुळियुं शेरंद पच्चडी (भेंज्यांचें भरीत).४९८

कोशिविरी.

२९३.	वाळतंड कुजमीर (काल्याची को- शिवीर).४९९
२९४.	वाळैप्पळं पच्चडी (केळ्यांची कोशिवीर).	९००
२९५.	कोत्तिमल्ली इलै तयरुं शेरंद पच्चडी (को- थिविरीची कोशिवीर).९००
२९६.	पच्च मुळघाय तयरुं शेरंद पच्चडी (हि- रव्या मिरच्यांची कोशिवीर).९०१
२९७.	वेळ्ळरिक्काय तयरुं शेरंद पच्चडी (कां- कडीची कोशिवीर).	
	पहिला प्रकार...९०२
	दुसरा प्रकार....९०२
२९८.	इंजियुं पच्चडी (आल्याची कोशिवीर).	
	पहिला प्रकार..९०३
	दुसरा प्रकार..९०३
२.	तेंगाय कुजमीर (खोबऱ्याची कोशिवीर).	
२४१	पहिला प्रकार..९०४
	दुसरा प्रकार....९०४

अंक.	पदार्थ.	पृष्ठ.
	पंचामृत.	
२६०.	नारतंगाय पुळी गोज्जु (साखरलिंबांचें पंचामृत).	५०५
२६१.	किच्चिलीकाय गोज्जु (नारिंगांचें पंचामृत).	५०६
२६२.	उळुतं वडै गोज्जु (उडिदाच्या वड्यांचें पंचामृत).	५०६
२६३.	मांगाय गोज्जु (आंब्याचें पंचामृत).	५०७
२६४.	काचऱ्या...	५०८

मुख्य पदार्थांची विल्हेवार अनुक्रमणिका.

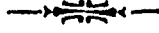
सामान्य माहिती.

पदार्थ.	पृष्ठ.
	पासून-पर्यंत.
गायी, ह्यैशी व शेळ्या ह्यांचें दूध, दही, लोणी व ताक.	४१- ५४
धातु व मृन्मय पात्रें ह्यांचे गुणदोष.	४- ६
धान्ये.	१०- ४१
पदार्थ शुद्ध करण्याची रीति.	६२- ६५
फळमेवा.....	६५- ७१
भाजणी, मेथ्यांची पूड इत्यादि पदार्थ.	५६- ६२
भाज्या.	
फळभाज्या.	७१- ८४
कंदमुळांच्या भाज्या.....	८४- ८६
पालेभाजी.	८६- ९१
बडोदें येथें मिळणाऱ्या भाज्या.	९१- ९४
स्त्रियांच्या दुधाचे गुणदोष.	५४- ५६
स्वयंपाकघर &	१- २
स्वयंपाकी.	२- ४
स्वयंपाकाचीं भांडी.	६- १०

पदार्थ

पदार्थ.	पृष्ठ.
	पासून-पर्यंत.
कुरड्या..... ४४९-४५०
कोळंत्रूं..... ३७२-३९८
खिचडी करण्याची रीति... १२३-१३३
खिरी. २२७-२४१
चटण्या, कोशिंबिरी, भरीत इत्यादि पदार्थ.	४५०-५०८
पक्वान्नें..... १३४-२००
पापड. ४४८-४४९
फराळाचे पदार्थ..... २००-२२६
भाज्या.	
फळभाज्या.. २८२-३४१
कंदभाज्या.. ३४१-३५०
पालेभाज्या.. ३५०-३७१
भात करण्याची रीति. ९६-१२२
मुरंबे. २५१-२७४
लोणचीं..... ४०७-४४१
वरण. ९५-९६
सरबतें..... २७४-२८२
सार. ३९८-४०७
सांडगे..... ४४१-४४८
हलवे..... २४१-२५०

सूपशास्त्र.



अंक १ ला—भाग १ ला.



सामान्य माहिती.



स्वयंपाक घर.

स्वयंपाक घराची लांबी बत्तीस पाउलें आणि रुंदी आठ पाउलें ह्या प्रमाणानें असावी; व त्यांत धूर जाण्याकरतां धुराडें असावें. पूर्व बाजूस जमिनींत नवग्रहांची सुवर्णप्रतिमा पुरून, तिजवर चुलीचें तोंड पश्चिमेकडे करून ती घालावी. हिचा आकार गौ—पुच्छाकृति असावा. ही चूल नुसत्या मातीची अथवा विटामातीची घालून, तिजपुढें एक वेताचा ओटा करावा, व ह्या ओ-

द्व्यावर भाज्या ठेवण्याकरतां, किंवा भा-
तांतील पेज ज्या भांड्यांत वेळून काढाव-
याची असते तें ठेवण्यासाठीं, खळगा करावा.

सदरहु चुलींत विस्तव घालणें तो स्वयं-
पाक घरांत आणून प्रथम आग्नेय दिशेस ठे-
वावा, व नंतर चुलींत घालावा. लांकडें, सू-
प व केरसुणी दक्षिण दिशेस ठेवून पाणी नै-
र्ऋत्य दिशेस ठेवावें. वायव्येस उखळ पुरावें.
ईशान्येस मुसळ, पाटा, वरवंटा व भाज्या ठे-
वून, पूर्व वाजूस चुलीजवळ स्वयंपाकाचीं भां-
डीं ठेवावीं.

स्वयंपाकी.

स्वदेशांत जन्मलेला स्वयंपाकी असावा.
तो चपल, सुदृढ, चाणाक्ष, बुद्धिमान, पाप-
भीरु, शुचिर्भूत व सदाचारसंपन्न असावा. पं-
च धातूंचीं लक्षणें जाणणें, देश व काल यां-
चा विचार करून वर्तणें, मनांत काडी इत-
काही द्वेष व क्रोध न बाळगणें, रुचिकर व

मधुर पदार्थ करतां येणें,—हेही गुण त्याच्या अंगी असले पाहिजेत.

अशा स्वयंपाक्यानें स्वयंपाक घरांत जाण्यापूर्वी, स्नान करून, धूत वस्त्र नेसून, नित्यानुष्ठान करून, शेंडी बांधून, हातपाय धुऊन पुसून, हात व भांडीं पुसण्याकरतां एक स्वच्छ रुमाल घेऊन, स्वयंपाक घरांत प्रवेश करावा. स्वयंपाक करते वेळीं बसण्याकरतां चुलीजवळ एक पाट मांडलेला असावा. प्रातःकाळीं व सायंकाळीं, पाकशाळेची जमीन, चुनेगच्चीची असल्यास पाण्यानें धुतलेली असावी, आणि मातीची असल्यास शेणानें सारविलेली असावी. जमीन वाळल्यानंतर स्वयंपाक्यानें स्वयंपाक करण्यास आरंभ करावा. भाज्या केल्यानंतर त्या ऊन ऊन रहाव्या म्हणून भाज्यांचे भांड्यांवर झांकणें ठेवावीं. भोजन वगैरे सर्व आटोपल्या-

नंतर पाकशाळेची जमीन धुऊन अगर सार-
बून ठेवावी.

धातु व मृन्मय पात्रें यांचे गुण-दोष.

१. धातुपात्र.

१. तांब्याच्या भांड्यांत अन्न शिजवून भ-
क्षण केलें असतां, वात, गुल्म वगैरे रोग जा-
तील. तसेंच, किंचित् पित्त व शोष ज्यांस
वरचेवर पडत असेल अशांनीं हें अन्न सेव-
न केलें, तर त्यांस तें हितकारक होईल.

२. सुवर्ण-पात्रांत अन्न शिजवून खाळें तर
तेणेंकरून विषपंडु व क्षयरोग जातील. वी-
र्यवृद्धि होऊन देह पुष्ट होईल. तसेंच, *मेघ-
वातादि रोग जातील.

३. चांदीच्या भांड्यांत पदार्थ करून भ-
क्षण केल्यापासून श्लेष्म व पित्त जाईल.

*उपदेशानें रक्त दूषित होऊन, रक्तपितीसारखा रोग
होतो त्याला 'मेघवात' म्हणतात.

कल्हर्इच्या भांड्यांत अन्न शिजवून खा-
ल्लें असतां रक्तवृद्धि होईल. तसेंच, शरीरत्वचा
सुदृढ होऊन, पित्त शमन होईल.

५. लोहपात्रांत अन्न शिजवून ग्रहण केलें
तर त्यापासून पंडु व क्षयरोग जातील.

६. काशाचे भांड्यांत भात केला, तर तो
खाण्यास प्रशस्त वाटून त्यापासून त्रिदोष
जातील.

२. मृत्तिकापात्र.

१. चिकण मातीच्या (नदी व तलावा-
चे तळाशीं जी माती असते ती) पात्रांत भा-
त करून खाल्ला असतां, दीपन होऊन बल-
वृद्धि व सुख होईल.

२. निळ्या वर्णाच्या मृत्तिका-पात्रांत अन्न
शिजवून ग्रहण केल्यापासून, थंड वाटून रक्त-
पित्त, कफ व पनिस यांचा नाश होईल.

३. सफेद चिकण मातीच्या मडक्यांत भा-

त करून भक्षण केला असतां किंचित् शै-
त्य होईल.

४. लाल मातीच्या पात्रांत तांदूळ शिज-
वून खाछे असतां, पित्त व शोष पडत असे-
ल तर तो बंद होईल.

५. काळ्या मातीच्या मडक्यांत अन्न क-
रून खाछें असतां, क्षय व पंडुरोग जातील.

६. पिवळ्या मातीच्या पात्रांत पदार्थ क-
रून ग्रहण केले, तर ते फार गुणावह होतील.

७. सामान्य जमिनीच्या मृत्तिकापात्रांत
अन्न शिजवून तें सेवन केल्यापासून बलवृ-
द्धि होऊन शरीर सतेज होईल.

स्वयंपाकाचीं भांडीं.

हीं पात्रें चिकण मातीचीं, तांब्याचीं, शि-
शाचीं, मृत्तिकेचीं, दगडी, लांकडी, लोखं-
डी व पितळी असतात, व त्यांत भाज्या क-
रण्याकरतां मुख्यत्वे मृत्तिकेचीं असावीत. लो-

खंडाचे किंवा पितळेचे भांड्यांत त्या केल्या असतां, लोखंडास गंज येतो व पितळेस कळंक येतो; आणि पदार्थांत त्यांचा अंश गेल्यानें पित्तविकृति होते; याकरतां मृत्तिकेचे पात्रांत भाजी करणें उत्तम गणलें आहे. कदाचित् मृत्तिकापात्रांत भाज्या शिजवून, लोखंडी किंवा पितळी भांड्यांत त्या काढून ठेवितां येतील; परंतु त्यांत चिंच वगैरे अंबट पदार्थ घातले असतां, त्यांत काढून ठेवितां कामा नये.

१. चाटू किंवा पळी—ह्या पात्राचे टवळ्याचा परीघ बारा अंगुळें व दांडी चौवीस अंगुळें असावी. हीं पात्रें सोनें, चांदी, लोखंड वगैरे धातूंचीं अथवा लांकडाचीं करितात. प्रवाही पदार्थ ढवळण्यास, अथवा त्यांस फोडणी देण्यास हीं उपयोगीं पडतात.

२. उखळ—हें दगडाचें किंवा लांकडाचें असून ह्याची उंची चार विती असावी. त-

सैंच, ह्याचा वरील बाजूचा परीघ दोन वि-
ती असून, मध्यभागी एक खळगा सोळा
अंगुळें खोलीचा असावा. ह्या खळग्याचा
व्यास सात अंगुळें असतो; आणि कांडतांना
उखळांतील जिन्नस बाहेर उडूं नये, म्हणून उ-
खळासभोवती चार अंगुळें उंचीची कड्या-
चे आकारासारखी दगडी किंवा लांकडी पा-
ळ करून बसवितात.

३. सूप—हें हत्तीच्या कानाच्या आकाराप्र-
माणें असतें. धान्य पाखडण्यास हें उपयोगी
पडतें.

४. चाळणी—वेळूची करितात, व हिला
खालील बाजूस बारीक भोंकें असतात. हीं-
त कणीक वगैरे जिन्नस घालून चाळले अ-
सतां, त्यांतील केरकचरा निघून ते स्वच्छ
होतात.

५. पाटा-वरवंटा—काळ्या दगडाचा असून
त्याजवर मसाला, चटणी वगैरे वरवंट्यानें

वांटतात.

६. लाटणें.—पोळ्या, पापड्या वगैरे लाटण्याकरितां लांकडाचें करितात. ह्याची लांबी दोन विती असून मधला भाग पुष्कळ जाड असतो.

७. कढई.—ही लोखंडी किंवा पितळी असून हिचे दोन बाजूंस दोन कडीं असतात. कढई तापली असतां ती ह्या कड्यांनीं उचलून खालीं ठेवितां येते. तसेंच, ही कढई चिकण मातीचे खापराची किंवा दगडाची असून तिचा आकार तगारीप्रमाणें असतो, व कित्येक कढया विन कड्यांच्याही असतात. हें पात्र पुण्या वगैरे तळण्याचे कार्मीं येतें.

८. झारा.—ह्याचा दांडा दोन फूट लांब असून त्याचे पुढील भागास बारीक भोंकें असतात. कढईतील तळलेला जिन्नस ह्या झार्यानें बाहेर काढतां येतो. बुंदी पाडण्याचे कार्मीं ह्याचा मुख्यत्वेकरून उपयोग होतो.

९. विळी.—वीत किंवा दीड वीत लांबीची लोखंडी अगर लांकडी पट्टी असून, तिचे एका बाजूस चाकूसारखे धार लाविलेले खोलगट पातें बसविलेले असतें, व त्याचे वरील बाजूस ओला नारळ खवण्याकरतां खवणी असते. ह्या विळीनें भाज्या चिरतात.

१०. किसणी.—लोखंडी किंवा पितळी लहान पण्यास भोंकें पाडलेलीं असून, तो लांकडी अगर लोखंडी चौकटीवर बसविलेला असतो. खोवरें, कांकडी, मुळे इत्यादि पदार्थ किसण्यास ही उपयोगीं पडते.

धान्यें.

१. नेह्ल—डांगर (भात).

भूमिंत नाना प्रकारचीं धान्यें उत्पन्न होतात, त्यांतील हें एक धान्य असून फार उपयोगी आहे. ह्यास महाराष्ट्र देशांत भात

म्हणतात. एकंदर डांगरीच्या जाती खालीं
लिहिल्याप्रमाणें आहेत:—

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| १. इलुपैप्पुशंबा. | २. ऊशीशंबा. |
| ३. आडीशाशंबा. | ४. कलिंगशंबा. |
| ५. कनगशंबा. | ६. कलप्पुशंबा. |
| ७. कम्बंशंबा. | ८. काडैकळुत्तानशंबा. |
| ९. कुंडुच्चंबा. | १०. शैवल्लिच्चंबा. |
| ११. कोडंशंबा. | १२. सडैशंबा. |
| १३. सन्नशंबा. | १४. सिन्नच्चंबा. |
| १५. शिरुमणिशंबा. | १६. जिरघशंबा. |
| १७. सुरक्कायशंबा. | १८. सूरदासशंबा. |
| १९. शंबाळैशंबा. | २०. सूर्यशंबा. |
| २१. तिरुवरंगशंबा. | २२. तुच्यमल्लिघैच्चंबा. |
| २३. पालन्शंबा. | २४. पेरुशंबा. |
| २५. पेवेळैशंबा. | २६. पैघोशंबा. |
| २७. मंगंशंबा. | २८. मणलवारिच्चंबा. |
| २९. मलैकुलुकिच्चंबा. | ३०. मावरंबैच्चंबा. |
| ३१. मिळघ्शंबा. | ३२. मुनैवेळैशंबा. |
| ३३. अन्नच्चंबा. | ३४. कालापात्तवालाजापसंद. |
| ३५. पिशालैअरशी. | ३६. कार्तिघैक्कार. |
| ३७. शित्तिरैक्कार. | ३८. मुट्टैक्कार. |
| ३९. मणकत्तै. | ४०. करुमोसनं. |

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| ४१. वेळैमोसनं. | ४२. वालमोसनं. |
| ४३. पोच्चाली. | ४४. अरनजोदी. |
| ४५. इरंगमाट्टान्. | ४६. ईसुरक्कोवै. |
| ४७. पिच्चवारीशंवाळै. | ४८. कळुंडैअरशी. |
| ४९. करुप्पुपुट्टरशी. | ५०. वेळुप्पुट्टरशी. |
| ५१. कुळिप्पीअरशी. | ५२. कुच्चिलडीअरशी. |
| ५३. कोळरिक्कुंगअरशी. | ५४. सलिवप्पुवलअरशी. |
| ५५. शिट्टिघानरशी. | ५६. शिंगडीकन्नअरशी. |
| ५७. शोरणापुरंअरशी. | ५८. सोलाअरशी. |
| ५९. तविट्टअरशी. | ६०. तासरीअरशी. |
| ६१. तिरुमुळ्ळैवासल-
अरशी. | ६२. तोडमुडाअरशी. |
| ६३. पसुनालअरशी. | ६४. पालैसुरंअरशी. |
| ६५. पाधरकंजंअरशी. | ६६. पराणीअरशी. |
| ६७. किंडीअरशी. | ६८. पैय्याकुंडअरशी. |
| ६९. मुत्तुपेट्टैअरशी. | ७०. अधरामपट्टणअरशी. |
| ७१. मोटांअरशी. | ७२. रशिंगअरशी. |
| ७३. लाडीअरशी. | ७४. लालाकुट्टलअरशी. |
| ७५. विशाघपट्टणअरशी. | ७६. वीरभोगवसंतरायल-
अरशी. |
| | ७७. वेळुचोळ्ळाअरशी. |

शंवापञ्चरशीशादं (भात)—उत्तर दे-
शांतिल काथीनाडा व बजवाडा नामक प्रां-

तांत कृष्णा, गोदावरी आणि तुंगभद्रा ह्या नद्यांच्या उदकानें उत्पन्न होणारे शंवापञ्चरशी तांदूळ घेऊन पांच सहा वेळ पाण्यानें धुऊन ठेवावे; व चुलीवर एका भांड्यांत आधणाचें पाणी ओतून त्यांत ते वयरून भात करून खावा. गुण.—हा भात समशीतोष्ण, रक्तवर्धक, खाण्यास रुचिकर असून शरिरास कांति आणणारा, पचनशक्ति वाढवून धातुवृद्धि करणारा, परंतु पोटांत जाड्य करणारा आहे. तसेंच, हा थंड प्रकृतीस वात उत्पन्न करतो. याकरतां वरील तांदूळ स्वच्छ धुऊन भात करून भक्षण केला असतां अपकार होणार नाही.

कारपञ्चरशी शादं.—भरत खंडांतील कांचीपुर, आणक्काऊर, तिरुओट्टीऊर ह्या प्रांतांत कावेरी व पालार ह्या नद्यांच्या उदकानें वरील जातीचे तांदूळ उत्पन्न होतात. गुण.—हे तांदूळ नऊ वेळ पाण्यानें धुऊन भात करून

खाव्यास शीत होऊन शोष पाडील; अशुद्ध रक्त उत्पन्न करील; खाण्यास रुचिकर असून शरिरास तजेला आणील; पोटांत जडपणा वाटून मलावष्टंभ होईल आणि वात धरील. उपाय.—जिरें व मिरें खावें.

पुळुंगअरशीशादं (बाफलेल्या तांदुळांचा भात).—योळ देशांत कावेरीचे तीरीं व कालंड नदीचे कांठीं उत्पन्न केलेली डांगर आणून, ती पाण्यांत भिजत घालून बारा तासांनीं उपसून काढावी. नंतर ती मडक्यांत घालून, चुलीवर ठेवून शिजवावी. डांगरीचीं तोंडे उकलतांच मडकें खालीं उतरून आंतील डांगर काढून वाळवावी. मग ती कांडून, तांदूळ सडून पाण्यानें स्वच्छ धुवावे, व ते आधणाचे पाण्यांत वयरून भात करून खावा. गुण.—उष्णता व शोष होईल. अल्प रक्तवृद्धि करील. हा भात खाण्यास फारसा रुचिकर नसतो. बलहीन व ज्याचा कोठा

मजवूत नाहीं त्यास व व्याधिग्रस्तास, तसेंच, लहान लेंकरांस गुणावह होईल. ह्याच्या अंगी पौष्टिक गुण कमी असल्यामुळे, हा दूध व तूप ह्यांबरोबर खावा.

शंबानेह्ल.—भरत खंडांतील आणक्काऊर, तिरओट्टिऊर, कावेरी प्रदेश व कांची क्षेत्र येथें उत्पन्न होणारी वरील जातीची डांगर आणून, तिचे तांदुळांचा भात करून खावा. गुण.—शीतोष्ण व शोष हे सारखे होतिल; खाण्यास रुचिकर, बलवर्धक, देहास सौंदर्य व बळकटी आणून दीपन करील. ह्या डांगरीचा सालासकट कषाय करून घेतला असतां, उदरांतील मृत लेंकरूं बारेहे निघून येईल, व पोटांतही दुखणार नाहीं.

कार्नेल (डांगर).—सदरील प्रदेशांतून ह्या जातीची डांगर आणून तिच्या तांदुळांचा भात करून खावा. गुण.—शीत वाटून शोष पडेल. अधिक खावासा वाटणार नाहीं;

शरिरास तेजी येईल; पक्काशय मोठा होईल; पोटांत जाड्य होऊन तें दुखेल; तसेंच वातही धरील. उपाय.—पुदिन्याची चटणी वांटून खावी.

पोहे.—पूर्व रात्री डांगर आधणाचे पाण्यांत भिजत घालून, दुसरे दिवशीं ती उपसून मडक्यांत घालून भाजतात. मग तिचा घाणा लांकडाचे उखळांत घालून कांडून पोहे करितात. नंतर ते स्वच्छ पाखडून, निवडून गरम पाण्यांत भिजत घालतात. भिजले म्हणजे त्यांतील पाणी निथळून त्या पोह्यांत मीठ, चिंच व तिखट घालून खातात. तसेंच, हे पोहे दोन घटकांपर्यंत भिजत घालून नंतर वेळून ठेवतात. मग एक कढई चुलीवर ठेवून तींत तूप घालून, तें तापतांच त्यांत सुक्या मिरच्या व उडदांची डाळ टाकून, तांबूस होतांच वरील पोहे फोडणीस टाकतात, व त्यांत मीठ टाकून कलथ्यानें परतून पर-

तून उतरून खातात. तसेंच, वरप्रमाणें पो-
हे भिजवून त्यांत दहीं व मीठ घालून काल-
वून खातात.

पीठ.—साडे बारा पौड तांदूळ भाजून द-
ळून ठेवितात. उन्हाळ्यांत तीन महिनेपावे-
तो, पावसाळ्यांत पंधरा दिवसपर्यंत, आणि
हिवाळ्यांत दोन महिने हें पीठ ठेविल्यास
त्रिघडणार नाही. रात्रौ फराळाऐवजीं हें पीठ
कालवून त्यांत तूप साखर, किंवा मीठ, मिरें
व चिंच मिळवून खातात. ह्याचे इतके पदार्थ
होतात कीं ते लिहितां पुरवत नाहीं.

राजमान्य भात.

उत्तम प्रकारचे तांदूळ आणून ते चांगले
कांडून ठेवावे; व दोन महिन्यांनंतर ते पुन्हा
कांडून पाण्यानें अनेक वेळां धूत असतां स्व-
च्छ पाणी निघूं लागलें म्हणजे ते पाघळत
ठेवावे. मग जितके तांदूळ असतील त्यांच्या

तिप्पट तांदूळ ज्यांत मावतील असें एक
 भांडें चुलीवर ठेवून त्यांत पाणी वेतानें ओ-
 तावें, व खाली चांगला जाळ लावावा. पा-
 ण्यास आधण आलें असतां; त्यांत सदरी-
 ल धुतलेले तांदूळ वयरून कढ आल्यावर
 दोन तीन वेळ ढवळावें. तांदूळ बोटचेंपा
 झाला म्हणजे थोडें दूध किंवा तूप त्यां-
 त टाकून फडक्यानें भांड्याचें तोंड बांधून
 आंतील पेज वेळून काढावी; व थोडी पेज
 शिलक ठेवून, चुलीतील निखारे पुढें ओ-
 ढावे. मग त्या निखाऱ्यांवर भाताचें भांडें उ-
 तरून ठेवून त्यावर झांकण ठेवावें. कांहीं वे-
 ळानें पळीची दांडी भातांत रोवून, पेज नसून
 भात मऊ मोकळा झालासें वाटल्यास भांडें
 खाली उतरून, त्यांतील भात उकरून वा-
 ढावा.

खाली दर्शविलेल्या दोषयुक्त आठ प्रका-

रचे भातांव्यतिरिक्त हा भात निर्दोष असल्याने ह्यास राजमान्य भात म्हणतात.

आठ प्रकारचे भात व त्यांचे दोष.

१. आसट भात.—ह्या भातांत अधिक पेज असते. हा भक्षण केला असतां, आमरोग होतो.

२. पिचलेला भात.—ह्या भाताचीं शितें सबंद नसतात. हा खाल्यापासून गुल्म रोग होतो.

३. अळी किंवा केशमिश्रित भात.—ह्यापासून उष्णता होऊन तिचे योगानें तोंडांतून लाळ गळते.

४. कच्ची कणी राहिलेला भात.—हा भक्षण केला असतां श्वास होतो.

५. अर्ध शिजलेला व अर्ध न शिजलेला भात.—ह्यापासून रक्तविकार होतो.

६. बुडीं जळालेला भात.—ह्यापासून धातु-विकार होतो.

७. फडफडीत व दाठरलेला भात.-
ह्याचे योगानें वीर्य नाश पावतें.

८. शिळा भात.-हा सेवन केला असतां
सुस्ती व शैत्य होतें.

खिचडी.-कृष्णा, गोदावरी व तुंगभद्रा
ह्या नद्यांचे कांठी, बजवाडा व काधीनाडा
वगैरे गांवीं उत्पन्न होत असलेल्या डांगरीचे
तांदूळ व पश्चिमेकडील पर्वतांचे पायथ्याशीं अ-
सलेल्या गांवीं उत्पन्न होणारी तुरीची डाळ, च-
ण्याची डाळ, कांदे व लसुण आणून, वरील तांदु-
ळांतून तीन पाँड पांच रुपये भार तांदुळांत दीड
पाँड डाळ मिळवून, ती खिचडी पाण्यानें स्व-
च्छ धुऊन ठेवावी. नंतर चुलीवर एक भांडें
ठेवून त्यांत पाऊण पाँड तूप घालून, तें ता-
पतांच, त्यांत पंधरा रुपये भार चिरलेले कां-
दे व साडे सात रुपये भार सोलीं व लसुण
टाकून, तांबूस होतांच तूप खालीं उतरून
ठेवावें. मग चुलीवर एका भांड्यांत पाणी

ओतून, त्यास आधण येतांच त्यांत वरील खिचडी वयरून शिजत आली असतां, तींत सर्व तूप ओतून खिचडी कलथ्यानें हालवून तिजवर झांकण ठेवावें; व खालवर निखारे घालून वाफ येऊन, खिचडी मऊ मोकळी होतांच उकरावी, व निवाल्यावर खावी. गुण.—समशीतोष्ण, रक्तवर्धक, खाण्यास स्वादिष्ट, देहपुष्टि व धातुवृद्धि होऊन शरीर सुदृढ होईल. घोड्यावर बसणारास फार हितावह होईल.

पुलाव.—सदरीं सांगितलेल्या गांवीं उत्पन्न होणारे कच्चे तांदूळ तीन पौंड पांच रुपये भार व डाळ सव्वा एकतीस रुपये भार एकत्र करून पाण्यानें स्वच्छ धुऊन ठेवावी. मग एका भांड्यांत पाणी घालून चुलीवर ठेवावें. पाण्यास आधण येतांच साडेसात रुपये भार गरम मसाला एका स्वच्छ फडक्यांत बांधून, ती पुरचुंडी वरील आधणाचे पाण्यांत

घालावी. उकळ्या आल्यावर पुरचुंडी काढून टाकून त्या पाण्यांत वरील खिचडी वयरावी, व दुसरे चुलीवर एक भांडें ठेवून त्यांत पाऊण पौंड काजूची डाळ, पंधरा रूपये भार चिरलेले कांदे, व साडेसात रूपये भार सोर्ली- व लसुण व अर्ध रूपया भार हळद हे जिन्नस टाकून, बेताचें पाणी आंत घालून, चांगले शिजूं घावे; व वरील खिचडी शिजतांच तींत ते ओतून, खिचडीवर एक पौंड पांच रूपये भार लोणकढें तूप घालून पुलाव सारखा ढवळावा, व लागलीच त्याजवर झांकण बसवून वाफ येतांच पुलाव उकरून वाढावा. गुण.— समशीतोष्ण, रक्तवर्धक, खाण्यास स्वादिष्ट, कोव्यास बळकटी आणणारा असा आहे. धातुवृद्धि होऊन शरीर पुष्ट होईल. हा भोई लोकांस फारच हितावह आहे. धातु नष्ट होत असल्यास ती नष्ट होणार नाही. हृदय-कमल व गुर्दा ह्यांस बळकटी येईल. ह्याच्या

योगानें डोकें-दुखी, घेरी व शोष हे विकार होतात. उपाय.—गरम पाण्यांत कागदीलिंबाचा रस व साखर घालून प्यावें.

अरशी रुट्टी (तांदुळाची भाकर).—भरत खंडांतल आणक्काऊर, तिरुओट्टीऊर, कावेरी प्रदेश व कांचीपुर वगैरे प्रदेशांत उत्पन्न होणारी डांगर आणून, तिचे तांदूळ करून त्यांच्या पिठाची भाकर करून खावी. गुण.—शीतल असून शोष पडेल; खाण्यास तिटकारा येईल; श्रम करणारास हितावह; परंतु पोटांत जडपणा वाटून सुस्ती येईल; छातींत जळजळेल; पोटांत किंचित् दुखेल व वात धरील. उपाय.—पुदिना व जिरे खावें.

पूनुइकंजी (तांदुळाच्या बारीक कण्यांची कांजी).—तांदुळाच्या बारीक कण्या घेऊन त्या पाखडून, निवडून पाण्यानें स्वच्छ धुवाव्या; व त्या आधणाचे पाण्यांत वयरून शिजल्या म्हणजे त्यांत मीठ किंवा साखर

घालून ढवळून ती प्यावी. गुण.—समाधान वा-
टेल; खाण्यास रुचिकर आहे; उष्णता शमेल;
दीपन होईल; उपवास करणारास फारच हि-
तकारक आहे.

२. गोधुमै (गहूं).

उत्तरदेश म्हणजे मुंबई, बंगाल वगैरे प्रां-
तांत गहूं उत्पन्न होतो. गुण.—समशीतोष्ण,
खाण्यास रुचिकर, बलवर्धक, धातुवर्धक, दी-
पन करणारा, शरिरास तजेला आणणारा
असा आहे; परंतु पोटांत दुखेल व जाड्य
होईल; गर्भाशयाचें द्वार आकुंचित होत नसेल
तर तें गहूं खाण्यापासून आकुंचित होईल;
प्रसव मंद असल्यास किंवा प्रसववेदना जा-
स्त होऊं लागल्यास, गव्हांचा पदार्थ करून
खाण्यास द्यावा; म्हणजे पोट किंचित दुखत
असतांच तें अधिक दुखूं लागून लवकर सुट-
का होईल.

नाट्ट गोधुमै.—साधारण गांवीं उत्पन्न होणारे गहूं खाण्यापासून गुण.—थंड वाटून शोष. पडेल; उष्णता शमेल; शरिरास कांति व कोठ्यास बळकटी येईल; शौचास फार वेळां होत असल्यास परिमित होईल व वातप्रकृतीस मलावष्टंभ होईल.

गोधुमै माविन् रुट्टी (गव्हांचे पिठाची रोटी).—उत्तर देशीं बंगाल व मुंबई वगैरे प्रांतांत व महाराष्ट्र देशांत उत्पन्न होणारे गव्हांचे पिठाच्या रोट्या करून खाव्या. गुण.—ह्या समशीतोष्ण, रक्तोत्पत्तिकारक व रुचिकर आहेत. ह्यांचे योगानें शरिरास तजेला येऊन, पचन होऊन, धातुवृद्धि होईल; परंतु शरिरांतील गुर्घांत खडा उत्पन्न होऊन वातविकृति होईल. उपाय.—शिक्रा व मध खावा.

पळये रुट्टी (शिळी रोटी).—वरील गव्हांच्या पिठाची शिळी रोटी खाण्यापासून

गुण.—उष्णता व शोष पडून अशुद्ध रक्त उत्पन्न होईल. ही खाण्यास वेचव असते. पचन होईल, कोट्यांत थंडावा असेल तो नाहीसा होऊन शोष पडेल, व पोटांत उष्णता होऊन तें दुखेल. उपाय.—तूप व साखर खावी.

गोधुमै तविट्टिन् रुट्टी (गव्हांचे कोंड्याची रोटी).—गडू दळून त्या पिठांतील कोंडा तीन वेळ चांगला पाखडून त्याची भाकर करून खावी. गुण.—समशीतोष्ण, खाण्यास निषिद्ध असून पोटास काळेपणा येईल; जास्त परिश्रम करणारांस हितकारक असून अन्न पचन होईल; शोष पडेल; मलशुद्धि अधिक होईल, परंतु पोटांत दुखेल. उपाय.—तूप व साखर खावी.

गोधुमै पुलित रुट्टी (गव्हांच्या आंबविलेल्या पिठाची रोटी).—गव्हांचें पीठ पाण्यांत कालवून आंबवून त्याची भाकर करून

खावी. गुण.—समशीतोष्ण, खाण्यास रुचिकर, कोठा शुद्ध करणारा असून सुख वाटेल; शरिरास तजेला, बलवृद्धि होऊन मल कमी होईल. तसेंच, रात्रौ चांगलें पचन होईल; परंतु गरम प्रकृतीस जास्त उष्णता करील. उपाय.—तूप व खीर खावी.

गोधुमै नुई रुट्टी (रव्याची रोटी).—वरील गव्हांचे रव्याची भाकर करून खावी. गुण.—समशीतोष्ण, खाण्यास रुचिकर, शुद्ध रक्तोत्पत्तिकारक, शरिरास कांती देणारी व दीपन करणारी आहे. परंतु किंचित् उष्णता करील. उपाय.—बदामगीरमिश्रित दुधाची खीर खावी.

नाट्ट गोधुमै रुट्टी.—(साधारण खेड्यापाड्यांत उत्पन्न होणारे गव्हांच्या पिठाची रोटी).—बल्लारी व बंगलूर वगैरे गांवीं उत्पन्न होणारे गव्हांची भाकर करून खावी. गुण.—थंड वाटून अंगास शहारे येतील; खाण्यास

रुचिकर आहे. उष्ण प्रकृतीस मानवेल. उष्ण-
तेमुळें ज्याचें तोंड आलें असेल त्यानें ही
भाकर भक्षण केल्यास त्याच्या तोंडाचा वि-
कार जाऊन शोषही मिटेल; परंतु पोटांत
जाड्य होऊन वात धरील. उपाय.—आंब्या-
चा रस खावा.

नाट्ट गोधुमै नुई द्राक्ष पळं इवघळै श-
रत् कायचिये कंजी (गांवड्यांतील गव्हाचे
रव्यांत मनुका मिळवून कांजी करण्याची री-
ति).—बछारी व बंगलूर ह्यांजवळील पर्वतांचे
पायथ्याशीं असलेल्या प्रदेशांत उत्पन्न हो-
णारे गहूं आणून, ते दळून त्यांतील रवा का-
ढावा; व एक भांडें चुलीवर ठेवून, त्यांत
बेताचें आधणाचें पाणी ओतून, नंतर रवा
वयरावा. मग बेताच्या मनुकांतील बिया
काढून त्या स्वच्छ धुऊन वरील कांजींत घा-
लून शिजल्यावर ती रावडी खालीं उतरावी,
व निवाल्यावर प्यावी. गुण.—थंड असून अं-

गावर शहारे येतील, खाण्यास रुचिकर, पथ्यास उपयोगी, डोकें-दुखीस गुणावह, मलावरोधनाशक व शरिरास कांती आणणारी अशी आहे.

गोधुमै (गहूं).—पाउणे एकोणीस पौंड गहूं आणून ते उन्हांत वाळवून दळून ठेवावे. ह्या पिठाचे पुष्कळ प्रकारचे पदार्थ करितात.

३. तुवरै (तुरी).

साडेबारा पौंड तुरी आणून, उन्हांत वाळवून भाजून, वरील सालपट काढून खाव्या. तसेंच, तुरी भरडून डाळ स्वच्छ करून ती दळून पीठ करून ठेवावें. हें पीठ पुष्कळ कामांस उपयोगी पडतें. हें पंधरा दिवस टिकतें, व ह्याचे फराळाचे पदार्थ केले असतां ते रुचिकर लागतात.

४. कडलै (चणे).

पश्चिम व उत्तरेकडील प्रदेशांत ह्यांचें पीक फार होतें. हरभरे उन्हांत वाळवून भरडून पाखडून त्यांची डाळ करितात; व ती भाज्या वगैरे पदार्थांत मिळवितात. तसेंच, ह्या डाळीचे पुष्कळ पदार्थ करितात. हे पथकन्यास उपयोगी नाहींत.

कडलै माविन् रुट्टी (चण्याचे पिठाची भाकर).—पुणें व सातारा एथील चणे आणून भरडून त्यांची डाळ झाल्यावर ती दळून त्या पिठाची भाकर करून खातात. गुण.—समशीतोष्ण, व स्वाण्यास रुचिकर असल्यानें डाळीचा पदार्थ ज्यास्त खावासा वाटतो. शरिरास तेजी व बळकटी येऊन धातुवृद्धि होईल. सुदृढ मनुष्यास हितकारक आहे; मांस वाटेल; पोटांत जाड्य होईल; कोठ्यांत वात धरील; व काळजाची बळकटी कमी होईल.

५. पयर (मूग).

सव्वा सहा पौंड मूग आणून उन्हांत वाळवून, भरडून त्यांची डाळ करावी. मग ती भाजून, दळून पीठ करून ठेवावें, व पाहिजे त्या वेळीं त्यांत तूप साखर घालून खावें. तसेंच, हें पीठ भिजवून भात शिजत असतांना त्यांत घालून खावें. दुनियेंत ह्या पिठाप्रमाणें गुणावह असा दुसरा पदार्थ नाहीं. कारण, तें शरिरांतील उष्णता काढून पित्त शमवितें. काळे मूग शुभकार्यास निरुपयोगी आहेत. सव्वा सहा पौंड हिरवे मूग आणून त्यांस थोडें तेल लावून उन्हांत वाळवावे. नंतर ते भरडून कांडून वरील सालपट वगैरे पाखडून स्वच्छ डाळ करावी, व ती भाजून दळून पीठ करून ठेवावें. ह्या पिठांत लोणकढें तूप व साखर मिळवून लाडू करून खावे; म्हणजे त्यापासून शरीर सुदृढ होतें.

मुगांचे किंवा उडदांचे डाळीची कांजी.— पश्चिम दिशेस बंगलूर, बेळ्ळारी, कडाप्पा, शि-
तूर वगैरे जिल्ह्यांतील गांवांत उत्पन्न होणारे
मूग किंवा उडीद आणावे, व ते भाजून भरडून
त्यांची स्वच्छ डाळ करावी. मग ती तांदुळांत
मिळवून कांजी करून घ्यावी. गुण.—थंड वाटू-
न अंगावर शहारे येतील; स्वाण्यास रुचिकर
असून उष्णता शमन होईल; शक्तिक्षीणास,
गरम प्रकृतीस व ज्वरपीडितास गुणावह आहे;
तसेंच, ह्या कांजींत काजू मिळविले असतां ही
अधिक पौष्टिक होईल.

६. उळुंद (उडीद).

साडे बारा पौंड उडीद आणून ते उन्हां-
त वाळवून भरडतात. मग ते उखळांत घालून
कांडून सुपानें पाखडून स्वच्छ करतात. नंतर
ते दळून त्यांचे पिठाचे फराळाचे पदार्थ करता-
त. हे पदार्थ पथ्यकच्यास निरुपयोगी आहेत.

उळुंद माविन् रुट्टी (उडदांची भाकर) .—पश्चिम दिशेस बंगलूर, बल्लारी, कडाप्पा वगैरे जिल्ह्यांतील गांवांत उत्पन्न होणारे उडीद आणून त्यांचे पिठाची भाकर करून खाण्यापासून गुण.—थंड वाटून अंगावर शहारे येतील; रुचिकर असून शरीर सतेज होईल; शरिरास बळकटी व धातुवृद्धि होऊन गुर्दाही मजबूत होईल; परंतु अग्निमांघ होऊन पोटात फुगेल, व वात धरील. उपाय.—पुदिना व जिरें खावें.

७. कोळ (कुळिथ).

सव्वासहा पौंड कुळिथ आणून, भाजून दळावे. शीतज्वर ज्यास येत असेल त्यानें हें पीठ खाल्लें असतां पुष्कळ गुणावह होईल. ह्या पिठांत मीठ व लोणकढें तूप मिळवून व्याधिग्रस्तास दिलें असतां हितकारक होईल. हें स्वभावतः पथ्यकर नव्हे.

सहा तोळे कुळिथ घेऊन ते एका मडक्यांत घालून, त्यांत तीस तोळे पाणी ओतून तीन तासपर्यंत मंदाग्नीवर शिजत असू द्यावे. नंतर ते दुसरे भांड्यांत गाळून त्या गाळलेल्या पाण्यांत तीन रुपये भार मिरें, थोडें मीठ व थोडी चिंच पाण्यांत कुवळून तें पाणी, असे पदार्थ मिळवून तें भांडें चुलीवर ठेवावें, व खाली मंद जाळ लावावा. मग पळी जाळावर धरून तापली म्हणजे, तींत एक रुपया भार लोणकढें तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत तीन मासे मोहऱ्या घालून ती फोडणी वरील पदार्थास द्यावी. हा पदार्थ दररोज प्रातःकाळीं करून खावा; म्हणजे शीतज्वर जाईल.

८. कारामणी (चवळ्या).

पुरट्टाशी म्हणजे भाद्रपद महिन्यांत साधारण किंवा वाळूचे जमिनींत ह्यांची पेरणी करतात; व ते म्हणजे पौष महिन्यांत मोहऱ्या व

उडीद ह्यांचे बरोबर चवळ्यांची पेरणी करतात. वाळूचे जमिनींत ह्यांचें पीक जबरदस्त येतें. पथकऱ्यांस ह्या निरुपयोगी आहेत. भाजीपाल्यांत चवळ्या मिळवून भाज्या करितात.

९. कंबु (वाजरी).

कंबु माविन् रुट्टी (वाजरीच्या पिठाची भाकर).—पश्चिमेस सेलेम व शित्तूर ह्या जिल्ह्यांतील गांवांत उत्पन्न होणारी वाजरी आणून, कांडून दळावी. ह्या पिठाची भाकर करून खाण्यापासून गुण.—थंड वाटून शोष पडेल; ही भाकर खाण्यास मन घेत नाहीं; शैत्य, अशक्तता, मांघ, मलाधिक्य, सुस्ती हे विकार होऊन, घेरी येईल व डोकें जड होईल. उपाय.—पुदिन्याची चटणी खावी.

कंबु शादं (वाजरीचा भात).—पश्चिमेस सेलेम व शित्तूर जिल्ह्यांतील गांवां पैदा

होणारी वाजरी आणून उन्हांत वाळवून, कांडून पाखडावी, व तिचा भात करून खाण्यापासून गुण.—शीत असून शोष पडेल. खाण्यास रुचिकर नाही. शरिरांत शैत्य होईल. शक्ति कमी होऊन मल अधिक होईल. घेरी व सुस्तीही येईल. उपाय.—आलें, मिर्रे व पुदिना असे पदार्थ वांटून खावे.

१०. शोळ (मकई).

शोळ माविन् रुट्टी (मकईचे पिठाची भाकर).—उत्तर देशांतिल नेहुर जिल्ह्यांत उत्पन्न होणारी मकई आणून पाण्यांत भिजत घालावी. भिजल्यावर काढून बारीक कुटून त्या पिठाची भाकर करून खाल्ही असतां गुण.—किंचित् उष्णता होऊन शोष विशेष पडेल; रुचिकर असल्यानें अधिक खावीशी वाटेल; सुखदायक, बलवर्धक, धातुपौष्टिक, थंड प्रकृतीस हितकारक असून, गुर्द्यास बळकटी आणील; परंतु मांघ होईल.

उपाय.—लोणी खावें अथवा दूध प्यावें.

शोळं शादं (मकईचा भात).—उत्तर देशांतील नेल्लुर जिल्ह्यांत उत्पन्न होणारी मकईची कणसें आणून, त्यांचे दाणे काढून कांडावे. नंतर सुपानें पाखडून त्यांचा भात करून खाळा असतां गुण.—समशीतोष्ण असून रुचिकर नसतो. हा खाळा असतां पोट स्थूल होईल; अंगावर बारीक बारीक पुरळ येऊन खाज सुटेल; शरिरांत उष्णता करील, व आमांश होईल. उपाय.—दूध व तूप खावें.

११. मुत्तुशोळं (जोंधळे).

मुत्तुशोळं शादं (जोंधळ्यांचा भात).—वरील प्रदेशांत उत्पन्न झालेले जोंधळे आणून ते वरप्रमाणें तयार करून त्यांचा भात करून खाळा असतां गुण.—उष्णता होऊन शोष पडेल; शुद्ध रक्तोत्पत्ति होईल; हा खाण्यास रुचिकर नसतो.

१२. वरघ अरशी (कोद्रे).

वरघ अरशी शादं (कोद्रेचा भात).—पश्चिमेस कडाप्पा, शित्तूर व सेलेम ह्या जिल्ह्यांत उत्पन्न होणारे कोद्रे आणून ते भरडून, त्यांचा भात करून खाळा असतां गुण.—उष्णता होऊन शोष पडेल; हा खाण्यास रुचिकर नसतो; गरमीमुळे पोटावर बारीक पुरळ उठून खाज सुटेल. उपाय.—दूध, दही व तूप खावें.

१३. केळवरघ (नाचण्या).

केळवरघ शादं (नाचण्यांचा भात).—वर सांगितलेले जिल्ह्यांत उत्पन्न होणाऱ्या नाचण्या आणून, त्या भरडून पाखडून, त्यांचा भात करून खाण्यापासून गुण.—खाण्यास रुचिकर, दीपनकारक, बलवर्धक असून पोटास सूज आली असल्यास ती उतरेल; परंतु उष्णता करून शोष पडेल, व पोटांत मुरडा

होईल. उपाय.—गाईचें दूध, ताक, लोणी व तूप खावें.

केळवरघ रुट्टी (नाचण्यांची भाकर).—वरील प्रदेशांत उत्पन्न होणाऱ्या नाचण्या आणून त्यांचे पिठाची भाकर करून खाळी असतां गुण.—उष्णता जाणवून शोष पडेल; खाण्यास रुचिकर, बलवर्धक, दीपनकारक आहे; तलखी विशेष होऊन, अस्थिगतज्वर असल्यास तो वृद्धिंगत होईल. उपाय.—तूप व लोणी खावें.

१४. शामै (सांवा).

नेल्लुर जिल्ह्यांतील वंगोल, कुंडूर वगैरे गांवीं उत्पन्न होणारा, किंवा पर्वतांच्या पायथ्याशीं होणारा सांवा आणून, तो कांडून पाखडून, त्याचा भात करून खावा. गुण.—थंड वाटून शोष पडेल; खाण्यास रुचिकर नाही; पचन होऊन बलवृद्धि होईल; पथ्या-

स उपयोगी आहे; ह्याच्या योगानें छातीतील कोरडा कफ नाश पावेल; परंतु पोटांत मुरडा होईल. उपाय.—तूप, दूध व साखर खावी.

१५. तिनै अरशी (कांग).

तिरवण्णामलई देशांतील रानांत व गांवांत उत्पन्न होत असलेलें वरील धान्य आणून, त्याचा भात करून भक्षण करावा. गुण.—उष्णता होऊन शोष पडेल; खाण्यास रुचिकर, असून शरिरास शैत्य सुटत असेल तर तें बंद होईल; रस धातूतील रोग नाहींसे होऊन बलवृद्धि व पचनशक्ति वाढेल; ज्वरास गुणावह आहे; कमरेतील दुखावा जाईल; उचकी लागली असल्यास ती बंद होईल; परंतु उष्णता, मांघ व पित्त विशेष होऊन उष्णवात होईल. उपाय.—तूप, दूध व साखर खावी.

१६. येळ (तीळ).

सव्वा एकतीस पौंड तीळ आणून पाण्यांत भिजवून, त्यांवरील सालें काढून टाकावीं. मग ते भाजून दळून, तें पीठ भातांत अगर भाज्यांत मिसळून भक्षिलें असतां फार स्वादिष्ट लागेल. तसेंच, हें पीठ गव्हांचे पिठांत मिळवून, त्यांत पाणी घालून भिजवावें. नंतर तें मळून मुरुक (सोरा) चे साचांत घालून, कढईतील तापलेल्या तुपांत सांचा दावून मुरुक पाडावे, व तळून काढून खावे. तसेंच, सव्वा एकतीस पौंड किंवा पाउणे सत्तेचाळीस पौंड पांच रुपये भार तीळ आणून, घाणींत पिळून त्यांचें तेल काढावें. हें तेल नाना प्रकारच्या कार्मीं येतें. पथ्यकच्यास निरुपयोगी आहे.

गायी, ह्यैशी व शेळ्या ह्यांचें दूध, दहीं, लोणी व ताक.

१. पाल (दूध).

पसुविन पाल पुदुगुणं.—(गायीच्या दुधाचे सामान्य गुण) येंणेंप्रमाणें आहेत:—

१. पांढऱ्या गायीचें दूध पिण्यापासून गुण.—लेंकरास, वृद्ध मनुष्यास, पुराण सांगणारास व ज्यास अतिशोषजन्य रोग असेल त्यास गुणावह आहे; परंतु पित्त व क्रोध उत्पन्न करील.

२. लाल गायीच्या दुधाचा गुण.—वात होईल.

३. काळ्या गायीच्या दुधापासून गुण.—कफ रोग जाईल.

४. कपिला (काळा व पिंढळा मिश्रित अशा सुवर्ण वर्णाच्या) गायीचे दुधापासून त्रिदोष जातील.

५. कारां पसुविन गायीचें दूध पिण्यापासून गुण.—नेत्ररोग, क्षय व रक्तपित्त हे रोग जातील, व राजा वश होईल.

६. अघापसु.—ह्या गायीच्या दुधाचे गुण सामान्य जाणावे.

पघर पसुविनचें धारोष्ण दूध सकाळीं पिण्यापासून गुण.—लेंकरास व अनेक प्रकारचें कफ-रोग्यांस हें गुणावह आहे; ह्याचे योगानें पोटांतील उष्णता शमेल.

इरा पसुविनचें दूध सकाळीं न काढतां, एक वेळ रात्रौ काढून लाल होई तों तापवून जेवतांना पिण्यापासून गुण.—शरिरांतील उष्णता, कफ रोग, श्वास, पित्त, क्रोध, नेत्र-दोष, धातूंतिल विकार इत्यादि सर्व रोग लयास जातील. शरिरास कांति, शुक्रवृद्धि व स्त्रीसंभोगेच्छा होईल; हें पथ्यकन्यास उपयोगी आहे.

युनानी पसुविनचें दूध पिण्यापासून गुण.—समशीतोष्ण असून अंगावर शहारे येतील. पिण्यास उत्तम, बलवर्धक, शरिरास कांति देणारें आहे. शरिरांतील रुक्षता नाहीशी करून

मेंदूस बळकटी आणील व मलशुद्धि करील. दूध मोडून (दूध उकळत असतां त्यांत द-
हीं टाकतात म्हणजे तें फुटतें.) त्यांतील
पाणी व्याधिग्रस्तास दिलें असतां शोष मो-
डेल; मुतखडा व गुर्घांत खडा उत्पन्न होई-
ल. तसेंच, तिळीची बळकटी कमी होईल.
उपाय.—मध व साखर एकत्र करून चाटावें.

पसुविन सीपाल (गाय व्याल्यावर
दहा दिवसांतील दूध) पिण्यापासून गुण.—
शीत होऊन अंगावर शहारे येतील. पिण्या-
स रुचिकर, शरिरास बळकटी आणणारें अ-
सें आहे; परंतु मांथ येईल, व मुतखडा
होईल. उपाय.—साखर खावी.

पसुविन पालशादं (दूधभात)—उत्त-
र देशांत यमुना, नर्मदा, सरस्वती, त्रिवेणी
व तुंगभद्रा ह्या प्रसिद्ध नद्यांच्या उदकानें वा-
ढलेलीं मकईचीं व बाजरीचीं झाडें आणि
सरक्या खाऊन पुष्ट झालेल्या गायीचें दूध आ-

पून लाल होईपर्यंत तापवून भाताबरोबर खाण्यापासून गुण.—समशीतोष्ण, शुद्ध रक्त-वर्धक, खाण्यास रुचिकर, छातीस व फुफ्फुसास बळकटी आणणारें असें आहे. ह्याच्या योगानें छातीवर उत्पन्न झालेला फोड जाईल, व खोकला बंद होईल; थंड प्रकृतीचे मनुष्यास किंचित् पडसें येईल. उपाय.—ह्या दुधांत साखर अधिक मिळवून प्यावें.

पाल कंजी (दुधाची कांजी).—चांगले उत्तम तांदूळ आपून भरडून त्यांच्या कण्या कराव्या. मग एका भांड्यांत आधणाचें पाणी ठेवून त्यांत त्या कण्या धुऊन वयराव्या. अर्धवट शिजल्या म्हणजे त्यांत दूध घालून राबडी शिजतांच उतरावी व कोंबट झाली म्हणजे प्यावी. गुण.—थंड वाटून अंगावर शहारे येतील; पिण्यास रुचिकर, शरिरांतील उष्णता घालविणारी व बलवर्धक आहे; परंतु पक्काशय व काळीज ह्यांस बाधक होते.

उपाय.—खडी किंवा पिठी साखर खावी.

येरुमै पाल (म्हैशीचें दूध).—हें दूध धारोष्ण अथवा तापवून पिण्यापासून गुण.—थंडी होऊन अंगावर शहारे येतील; किंचित् पित्तही होईल; पिण्यास रुचिकर व बलवर्धक आहे. ह्याचे योगानें शरिरास टवटवी व पुष्टि येईल; तसेंच, हें दूध तापवून त्यांत खडी साखर घालून प्यालें असतां मूळव्याध जाईल.

विळयाट्टिन् पाल (शेळीचें दूध).—उत्तर देशांत अनेक प्रकारच्या वनस्पती भक्षण करणाऱ्या शेळीचें दूध पिण्यापासून गुण.—थंड व रुचिकर वाटून अंगावर शहारे येतील; किंचित् उष्णताही करील; जीर्णज्वर व छातीवर झालेले फोड, पुटकुळ्या जाऊन शरिरांतील उष्णता शमेल; घसा बसला असेल, अगर उचकी लागली असेल, अथवा जिन्हेस विकार झाला असेल, तर ते सर्व

विकार ह्या दुधाची चूळ भरली असतां नष्ट होतील. ह्या दुधाप्रमाणें दुसरें कोणतेंही दूध गुणकारक नाहीं. हें गर्भिणी स्त्रियांस, ज्यांचें काळीज कमकुवत असेल त्यांस, व अपस्मार व्याधि झालेल्यांस निरुपयोगी आहे. उपाय.—मध व साखर मिळवून चाटावें.

शम्मरी याट्टिन् पाल (सामान्य बकरीचें दूध).—उत्तर देशांतील बकरीचें दूध पिण्यापासून गुण.—समशीतोष्ण, पिण्यास रुचिकर, मेंदूस बळकटी आणणारें, छातींतील विकृति नाहींसें करणारें असें आहे; तसेंच, उष्णतेपासून झालेला खोकला जाईल; परंतु ढोळ्यांतील शिरांस बाधक होईल. उपाय.—साखर व मध मिळवून चाटावें.

२. तयर (दहीं).

पसुविन तयरशादं (दहींभात).—उत्तर देशांत यमुना, नर्मदा, सरस्वती, त्रिवे-

णी व तुंगभद्रा ह्या प्रसिद्ध नद्यांच्या कांठ-
च्या मकईची व बाजरीची झाडे आणि सरक्या
खाऊन पुष्ट झालेल्या गायीचें दूध काढून, ता-
पवून त्यांत विरजण घालून, झांकून ठेवावें. दुस-
रे दिवशीं तें दहीं भातावरोबर खावें. गुण.—थंड
वाटून उष्णता जाईल; शरिरांतिल दहा शांत
होईल; दहीं अंबट असल्यास चांगलें पचन
होईल; परंतु शीतज्वर येईल; कलमलून डोकें
दुखेल. उपाय.—कांदे खावे.

तयार कंजी (दहीं कांजी).—पूर्वी सांगि-
तलेल्या रीतीनें कांजी करून ती शिजत अ-
सतां, तींत वेताचें दहीं घालून चांगली शि-
जून तयार झाली म्हणजे प्यावी. गुण.—शो-
ष पडेल व थंड वाटेल. ही अधिक प्यावी-
शी वाटणार नाही; गरम प्रकृतीस हितकार-
क आहे; परंतु आमांश करील. उपाय.—मध
चाटावा.

पसुविन तयर (गायीचें दहीं).—गायीचें दूध काढून, तापवून कोंबट असतां त्यांत विरजण घालून, झांकून ठेवावें. दुसरे दिवशीं तें दहीं खावें. गुण.—शीत वाटून अंगावर शहारे येतील; पक्काशयांतील उष्णता शमेल; परंतु वात करील व पाठीचा कणा दुखेल. उपाय.—आलें व पुदिना वांटून खावा.

पसुविन पुळित्तर (गायीच्या दुधाचें अंबट दहीं).—गुण.—शरिरांत शीतळताव रुक्षता होईल; स्वाण्यास रुचिकर आहे; उष्णता शमेल; अन्न पचन होईल; परंतु हिरड्या सुजतील. उपाय.—मध व पाणी एकत्र करून प्यावें.

३. न्यै (तूप).

पसुविन न्यै (गायीचें तूप).—उत्तम गायीचें दूध काढून, तापवून विरजावें. दुसरे दिवशीं घुसळून लोणी काढावें, व तें कढवून

तूप खावें. गुण.—समशीतोष्ण, खाण्यास स्वादिष्ट, उष्णता शमविणारें असें आहे; अंगांतील रूक्षपणा मोडेल; शरीर सतेज होईल; डोळ्यांस शीतळाई येईल; हें तूप घालून पदार्थ केला असतां तो रुचिकर लागेल व दीपन होईल. गरम प्रकृतीचे मनुष्याच्या छातींतील रक्त दूषित होईल. उपाय.—तूप मारून खावें अथवा गरम करून प्यावें.

४. वेण्यै (लोणी).

पसुविन वेण्यै (गायीचें लोणी).—गायीचें लोणी भक्षण केल्यापासून गुण.—समशीतोष्ण व खाण्यास रुचिकर आहे; ह्याच्या योगानें उष्णता शमेल; शरीर सतेज होईल; कोठा सुदृढ होईल; छातींतील रूक्षता मोडेल; उचकी राहिल; नेत्रांस थंडावा येऊन त्यांतील विकार नाहींसे होतील; मलशुद्धि होई.

ल; परंतु पोटांत जाड्य करील. उपाय.—पि-
ठी किंवा खडी साखर खावी.

५. पालाडै (मलई).

पसुविन पालाडै (गायीच्या दुधाची म-
लई).—गायीचें दूध तापवून, त्यावरील म-
लई काढून ती भक्षिल्यापासून गुण.—समशी-
तोष्ण व रुचिकर आहे; शरिरास बळकटी
व तजेला येऊन उष्णताजन्य खोकला जा-
ईल; उचकी जाईल; परंतु मांघ येईल. उपा-
य.—मध व आलें ह्यांचा मुरंबा करून खावा.

६. मोर (ताक).

मोरशादं (ताकभात).—उत्तर देशांत य-
मुना, नर्मदा, सरस्वती, त्रिवेणी व तुंगभद्रा
ह्या प्रसिद्ध नद्यांच्या उदकानें वाढलेलीं म-
कईचीं व बाजरीचीं झाडें व सरक्या खाऊ-
न पुष्ट झालेल्या गायीचें, म्हैशीचें किंवा शे-

ळीचें दूध काढून, लाल होईपर्यंत तापवून, त्यांत विरजण घालून ठेवावें. दुसरे दिवशीं तें दहीं घुसळून, त्यांतील लोणी काढून घेऊन त्या ताकाबरोबर भात खावा. गुण.—थंड वाटून अंगास शहारे येतील; पोटांतील उष्णता शमून, पित्तांश कमी होऊन, शरिरांतील दहा शांत होईल; स्वाण्यास रुचिकर आहे; शरीर सतेज होईल; डोळ्यांस थंडावा वाटून पित्ताची घेरी जाईल; तृषा भागेल; श्रमपरिहार होईल; उष्ण प्रकृतीस फारच हितावह आहे; अंगांतील ज्वर व डोकेंदुखी बंद होईल; गरोदर स्त्रीस व लहान लेंकरास अवगुण करील. उपाय.—लोखंड तापवून ताकांत विझवावें, व तें ताक प्यावें. गाय, म्हैस, शेळी आणि उंटीण ह्यांचे दुधाच्या ताकाचे गुणदोष वरप्रमाणें समजावे.

मोर कंजी (ताकाची कांजी).—चांगल्या तांदुळांची कांजी शिजत असतां, तींत ताक

वेतानें घालून कांजी झाल्यावर ती प्यावी. गुण.—थंड वाटून अंगावर शहारे येतील; अंगांतील उष्णता शमेल; मुरडा बंद होईल; पोट फुगलें असल्यास तें उतरेल; कोठ्यांतील उष्णता जाऊन तो सुदृढ होईल; थंड प्रकृतीस निरुपयोगी आहे. उपाय.—आलें व पुदिना खावा.

पसुविन मोर (गायीचें ताक).—गायीचें दूध तापवून, विरजून ताक करावें. हें ताक खाण्यापासून गुण.—थंड वाटून अंगावर शहारे येतील; खाण्यास रुचिकर व गरम प्रकृतीस फारच गुणावह आहे. शरिरांतील उष्णता शमून रुक्षताही मोडेल; परंतु घेरी येईल. उपाय.—आल्याचा मुरंवा करून खावा.

७. झिनकटी (पन्नीर).

उपुकलंद झिनकटी (गायीच्या दुधाचें पन्नीर).—गायीचें दूध उकळूं लागलें अस-

तां त्यांत मीठ टाकावें, म्हणजे तें फुटेल. मग त्यांतील चोंथा काढून, तो एका भांड्यांत काढून खाल्यापासून गुण.—शरिरांत किंचित् उष्णता व रुक्षता करील; खाण्यास रुचिकर आहे; शरीर सतेज करील; परंतु मांस होऊन अंगाची जास्त तलखी होईल. उपाय.—वरील पनीरमध्ये अंबट जिन्नस मिळवून खावें.

लंडन येथील गायीच्या दुधाचे पदार्थ अथवा दुधाचें पनीर खाण्यापासून गुण.—शरिरांत उष्णता व रुक्षता येईल; खाण्यास रुचिकर, बलवर्धक व दीपनकारक आहे; पोठ, पाठ व गळा सुद्ध होतील; परंतु पोटांत दुखेल. उपाय.—मध व पुदिना खावा.

स्त्रियांच्या दुधाचे गुणदोष.

लक्ष्मी व अरुंधती ह्यांचे सारख्या कुलवती व रूपवती स्त्रिया आहेत त्यांचे दुधाचे

गुण.—समशीतोष्ण, लेंकरांस पिण्यास फार-
 च उत्तम व पौष्टिक आहे. अधिक वेळ शौ-
 चास होत असल्यास तें बंद होईल; पित्त वा-
 ढेल; ज्याचें अंग थंड पडतें त्यास व खो-
 कल्यास गुणावह आहे; शरिरांतील उष्णतेचे
 योगानें तोंडांत चट्टे (छाले) पडले असल्यास
 ते व शोष ह्यांचा परिहार होईल; लघवी बंद
 झाली असल्यास ती मोकळी होईल. ह्या दु-
 धावांचून लहान लेंकरांस गुणावह असा दु-
 सरा पदार्थ नाही. लेंकरांच्या आईचे किं-
 वा दाईचे दुधांत तेल मिळवून लेंकरांस पा-
 जितात, किंवा ह्या दुधांत फडकें भिजवून, तें
 फडकें तुपांत बुचकळून, लेंकरांचें डोकें दुखत
 असल्यास त्यास लावतात; तेणेंकरून डोकें
 दुखणें बंद होतें.

लहान लेंकरांस स्त्रियांचें दूध पाजिल्यापासू-
 न सप्तदोष, सन्निपात, वातपित्त, कफज्वर
 आणि त्रिदोष निवृत्त होतात. शिवाय हें दूध

औषधांच्या अनुपानास फारच उपयोगी पडते.

काळ्या वर्णाच्या स्त्रियांचें दूध डोळ्यांचीं औषधें करण्यास उपयोगी पडते. हें दूध इतर औषधांस निरुपयोगी आहे.

गौर वर्णाच्या स्त्रियांचे दुधापासून वातादि त्रिदोष जातील.

परत्तर मुल्लै पालगुणं.—मेनका, ऊर्वशी, रंभा व तिलोत्तमा ह्या चार अप्सरांप्रमाणें किंवा ह्यांहूनही विशेष रूपवती, मुखकमलें चंद्राप्रमाणें, दंतपंक्ति मौक्तिकतुल्य, मांड्या केळीच्या गाभ्यासारख्या, वेणीचे केश पायांपर्यंत लांब, चालणें गजगति अशा वेश्यांचे दुधापासून त्रिदोष, वातरोग, रक्तदोष व अंगास क्षतें पडणें इत्यादि रोग होतात.

करिमाव पडलं (भाजणी, मेथ्यांची पूड इत्यादि पदार्थ).

करिमाव (भाजणीचें पीठ).—आठ रु-

पये भार चांगले सडीक तांदूळ एका पात्रांत लाल होतपर्यंत भाजावे. मग एका लहान मडक्यांत दीड रुपया भार मिरें, तीन रुपये भार मिरच्या आणि कढीलिंगाच्या दोन डहाळ्यांचीं पानें असे तीन पदार्थ निरनिराळे भाजून, वरील तांदुळांत मिळवावे. नंतर ती भाजणी दळून ठेवावी, आणि पाहिजे त्या वेळीं भाज्यांत घालून तिचा उपयोग करावा.

मेथ्यांची पूड.—पाउणे चार रुपये भार हळद, बारा रुपये भार मेथ्या, पांच सुक्या मिरच्या व एक रुपया भार जिरें हे पदार्थ एका ताटांत निरनिराळे ठेवून, तें ताट एक तासपावेतो उन्हांत ठेवावें. नंतर हें सामान एका पात्रांत निरनिराळें भाजून घ्यावें. मग सर्व पदार्थ एकत्र करून, त्यांत एक मूठ कढीलिंगाचीं पानें घालून, बारीक वांटावे. ही पूड मीठ लावलेल्या काचऱ्यांत अथवा चिंचेच्या कोळंबंत घालतात.

तेलंगु करिमाव (तेलंगी भाजणी).—
 तीन रुपये भार तांदूळ, तीन रुपये भार च-
 ण्यांची डाळ, व चार रुपये भार हिरव्या मु-
 गांची डाळ असे पदार्थ निरनिराळे उन्हांत
 वाळवावे. एक रुपया दीड मासा मिरें, तीन
 रुपये भार मिरच्या व एक मूठ कढीलंब हे
 तीन जिन्नस एका मडक्यांत घालून, मंद जा-
 ळावर ठेवून, आंतील जिन्नस लाल होत तों-
 पर्यंत परतून घ्यावे, व लागलीच वरील ती-
 न धान्येही निरनिराळीं भाजून, त्यांत वरी-
 ल मसाला मिळवावा, व त्याची वारीक पूड
 करून ठेवावी. पावसाळ्याचे दिवसांत ह्या पि-
 ठास मधून मधून ऊन्ह दाखवीत असावें, किं-
 वा लहान मडक्यांत घालून चुलीजवळ ठे-
 वावें. हें पीठ सर्व प्रकारच्या भाज्यांस घा-
 लतात.

दुसरा प्रकार.—आठ रुपये भार मकई-
 चे दाणे उखळांत कांडून पाखडून, एका

मडक्यांत घालून भाजावे. नंतर ते दळून ठेवावे. एक रुपया दीड मासा मिरे व तीन मिरच्या भाजून बारीक वांटून, वरील पिठांत मिळवाव्या, व ही पूड ज्या ठिकाणी मिरे व गैरे मसाला मिळत नाही, त्या ठिकाणी भाज्यांत अथवा कोळंबूंत घालतात.

महाराष्ट्र करिमा (दक्षिणी चालीची भाजणी).—पांच रुपये भार बारीक तांदूळ किंवा गहू व चार रुपये भार मकईचे दाण्यांचा भरडा हे जिन्नस दहा घटकांपर्यंत उन्हांत वाळवून, एका मडक्यांत निरनिराळे भाजून घ्यावे. एक रुपया भार मिरे व एक हळकुंड हे पदार्थ भाजून वरील धान्यांत मिळवावे. नंतर ह्या सर्वांची पूड करून भाज्यांत घालतात.

महाराष्ट्र पुळी कोळंबु करिमा (दक्षिणी चालीचे चिंचेच्या कोळंबूंत घालावयाची भाजणी).—पाउणे चार रुपये भार हळद, दीड रुपया दीड मासा मेथ्या, दीड रुपया

दीड मासा सुक्या मिरच्या, दालचिनी, लवंगा, वेलदोड्यांचे दाणे, जायफळ, जायपत्री व जिरे हे जिन्नस प्रत्येकीं पाऊण रुपया भार ह्या प्रमाणानें घेऊन उन्हांत वाळवून, त्यांत वेताचा कढीलिव मिळवून, त्या सर्वांची पूड करून ठेवावी. चिंचेचें सार, दहीं व ताक ह्या प्रत्येक पदार्थांत ही पूड बेतानें मिळवून उपयोग करावा. ही पूड एक आठवडापर्यंत टिकते. उत्तर देशांत गुर्जर लोक ह्या पिठाचा पुष्कळ उपयोग करितात.

कानडा देशांतील भाजणी.—अडीच रुपये भार तांदूळ, दोन रुपये भार तुरीची डाळ, दीड रुपया दीड मासा मिरें, दीड रुपया दीड मासा मिरच्या, पाऊण रुपया भार हळद, पाऊण रुपया भार जिरे व मूठभर वाळलेल्या कढीलिंबाचीं पानें असे सर्व जिन्नस भाजून, त्यांची पूड करून भाज्यांत घालतात; तेणेंकरून त्या फार रुचिकर लागतात.

मिळघनीर तुवरै पोरिमा (मिऱ्यांचे सारांत घालण्याकरितां तुरीची भाजणी).—साडेचार रुपये भार मिरें, सव्वादोन रुपये भार जिरें, दोन रुपये भार तुरींची डाळ, सव्वादोन रुपये भार धने व दोन मुठी कढीलिंब हे सर्व पदार्थ भाजून, त्यांची पूड करून ठेवितात. हें पीठ आठ दिवस टिकतें.

पुळिरसं शेरंदमिळघनीर पोरिमा (चिंचमिश्रित मिऱ्यांचे सारांत घालण्याची भाजणी).—अडीच रुपये दीड मासा भार हळद, एक रुपया दीड मासा मेथ्या, तितक्याच मिरच्या व तितकेंच जिरें आणि एक मूठ कढीलिंबाचीं वाळलेलीं पानें असे सर्व पदार्थ निरनिराळे भाजून, पूड करून, एकत्र करून ठेवतात.

मिळघनीर पोरिच्च कोळंबु इवै हळक्क उपयोघ पडुं तामिल पोरिमा (मिऱ्यांचें

सार व पोरिच्च कोळंबु ह्यांत घालण्याकरितां द्राविडी भाजणी)—सव्वा दोन रुपये भार मिरे, एक रुपया दीड मासा भार मिरच्या, पाऊण रुपया भार जिरे, एक मूठ वाळलेल्या कढीलंबाचा पाला हे सर्व जिन्नस एकत्र करून बारीक वांटून ठेवितात. ह्याप्रमाणें भाजणी मलयाळ व त्रावणकोर देशांत करितात.

सरक् शुद्धि शैष्युं पडलं—

(पदार्थ शुद्ध करण्याची रीति).

ताक करण्याची रीति.—सव्वा सहा पौंड गायीचें दूध चार तासपर्यंत तापवून निवत ठेवावें. कोंबट झालें म्हणजे त्यांत ताक किंवा सुपारी एवढी चिंच किंवा अर्धें लिंबू ह्या तीनहींतून एक पदार्थ मिळवून, झांकून ठेवावें. बारा तासांनंतर त्या दह्यांत साडे बारा पौंड पाणी ओतून रवीनें

घुसळावें; म्हणजे ताक होईल. द्रविड देशांत ह्या ताकाचा उपयोग फार करितात.

शरकरै अळक्क येड्क्किरमुरै (साखरे-ची मळी काढण्याची रीति).—तीन पौंड पांच रुपये भार साखर एका मोठ्या तोंडाच्या पाते-ल्यांत घालून, त्यांत सव्वा एकतीस रुपये भार पाणी ओतावें. मग तें पातेलें चुलीवर ठेवून खालीं जाळ लावावा. नंतर दूध व पाणी एकत्र करून तें वरील पाकास फेंस येईपर्यंत त्यांत वरचेवर शिंपडीत असावें; म्हणजे मळी वर निघून येईल; ही पळीनें काढीत जावी. अशा रीतीनें पाक निर्मळ झाल्यावर तो पाहिजे त्या पकान्नांत घालून उपयोग करावा. फौजेतील लोक ह्याच रीतीनें पाक निर्मळ करून त्याचा उपयोग करितात.

उप्पिल् अळुक्किडु किंड्रुमुरै (मीठ स्वच्छ करण्याची रीति).—तीन पौंड पांच रुपये भार मीठ एका कोऱ्या मडक्यांत घालू-

न, त्यांत पाणी ओतून तें मडकें एक रात्र राहूं घावें. दुसरे दिवशीं त्यांतिल सर्व पाणी गाळून, चुलीवर ठेवून खालीं जाळ लावावा. मग पाणी आटून स्वच्छ मीठ बुडाशीं वसतें तें काढून भाज्या वगैरे पदार्थांत घालतात. फौजेतील लोक ह्याच कृतीनें मीठ तयार करून उपयोग करितात.

मुळघाय तूळ शैय्यु मुरै (तांबडें तिखट करण्याची रीति).—दीड पौंड अडीच रूपये भार सुक्या मिरच्या गोडे तेलांत किंवा लोणकढ्या तुपांत परतून, लांकडी उखळांत घालून कुटाव्या. तिखट वारीक झालें म्हणजे तें दगडी किंवा मातीचीं पात्रें शिवाय करून बाकीच्या पात्रांत भरून ठेवावें, व भाज्या वगैरेंत पाहिजे त्या वेळीं घालीत असावें.

वेंगाय पक्कं (कांदे पक्क करण्याची रीति).—कांद्यांवरील पाचोळा काढून टाकून ते वाटोळे चिरावे. मग एका कढईत तूप घा-

लून तें तापलें म्हणजे त्यांत त्या कांद्याच्या चकत्या टाकून, त्यांतील पाण्याचा अंश नाहीसा होईपर्यंत तळाव्या, व त्या एका वार्टींत काढून ठेवाव्या. तांदुळजा व माठाची भाजी खेरीज इतर सर्व भाज्यांत ह्या चकत्या घालाव्या, आणि वरील दोन भाज्यांत फक्त लसुण तळून घालावी. तळलेला कांदा, चिंचेचें कोळंबूं, सार व चटण्या ह्यांत घालून त्याचा उपयोग करितात.

पळवघै पडलं (फळमेवा).

कोडी मुंदिरी पळं (गोड द्राक्षें).—बंगाल प्रांतांत आणि एडन वगैरे गांवीं द्राक्षांचें उत्पन्न फार होतें. द्राक्षें खाण्यापासून गुण.—शीतळ असून रुक्ष व खाण्यास फार उत्तम आहेत; ह्यांचे योगानें शरिरांतील उष्णता कमी होईल; अरुचि जाईल; शरीर पुष्ट होईल; पित्त-विकार शमेल; शरिरास तजेला येईल; वाळले-

लीं द्राक्षें कित्येक औषधी पदार्थांत घालतात; तेणेंकरून वलवृद्धि होते; परंतु काळीज व तिळी ह्यांस इजा होते; तसेंच, केव्हां केव्हां अजीर्णही होतें. उपाय.—जिरें व रानजिरें खावें.

पुळिप्पु कोडी मुंदिरीचं पळं (अंबट द्राक्षें).—सदरीं सांगितलेल्या ठिकाणीं उत्पन्न होणारीं अंबट द्राक्षें खाण्यापासून गुण.—शीतळता व रुक्षता करतील; खाण्यास बेचव आहेत; ह्यांचे योगानें दीपन होईल व पोटांत मुरडा होत असल्यास तो मिटेल; परंतु मांघ वाटून किंचित् ज्वरही येईल. उपाय.—मध व आलें खावें.

द्राक्षपळं (द्राक्षें).—एडन वगैरे गांवीं उत्पन्न होणारीं द्राक्षें खाण्यापासून गुण.—सम-शीतोष्ण व खाण्यास रुचिकर आहेत. ह्यांचे योगानें उष्णता शमेल; मलशुद्धि होऊन शरीर सतेज होईल.

सीमै अत्तिपळं (अंजीर).—युरोपांत अं-

जिरें फार उत्पन्न होतात. हीं खाण्यापासून गुण.—समशीतोष्ण, खाण्यास रुचिकर, ज्यांस उदर झालें असेल त्यांस हीं फळें विशेष गुणावह आहेत. शौचास परिमित होऊन रस-धातुवर्धन होईल; उष्णता जाईल; शरीर सतेज व बळकट होईल; हृदयकमलांतील व्याधि नष्ट होईल आणि छाती व कंठ ह्यांतील रुक्षता मोडेल.

वाळलेल्या अंजिरांचे गुण.—समशीतोष्ण व खाण्यास स्वादिष्ट आहेत; हीं खाल्हीं असतां छाती व कंठ ह्यांतील रुक्षता जाऊन तिळीस फारच हित होईल.

किशमिडा(वेदाणा) चे गुण.—समशीतोष्ण व खाण्यास बेचव आहे; शरीर सतेज होऊन मलशुद्धि होईल; मूळव्याधि, खोकला ह्यांस व घसा बसला असेल त्यास हितावह होईल; परंतु उदररोग्यास बाधक होईल. उपाय.—चिंच खावी.

इनिप्पु माधुळै पळं (गोड डाळिंब).—प-
 श्विमेस उत्तकुडियार(त्रिचन्नापल्ली)वगैरे गां-
 वांतील डाळिंबें झाडांवर पिकून उकललेलीं
 आणून खाळीं असतां गुण.—शीतळ व अंगास
 शहारे आणणारीं; अधिक खावींशीं वाटणार
 नाहींत; हृदयांतील रुक्षता मोडेल; मेंदूस बळ-
 कटी येईल; तसेंच, पित्ताची उग्रता कमी
 होईल; परंतु घसा वसेल व दाण्यांचा चोंथा
 खाळा असतां अन्नपचन होणार नाहीं; उ-
 पाय.—पिठी किंवा खडी साखर खावी.

पुळिप्पु माधुळं पळं(अंबट डाळिंबें).—वरी-
 ल देशांत उत्पन्न होणारीं अंबट डाळिंबें खा-
 ण्यापासून गुण.—खाण्यास बेचव आहेत; शी-
 तळता व रुक्षता करतील; उष्णता शमवितील;
 ज्यांस शौचास अधिक वेळ होत असेल, किंवा
 शौचाचे वेळीं रक्त पडत असेल, अथवा आंव
 पडत असेल, त्यांनीं लहान कच्चीं डाळिंबें
 खाळीं असतां वरील विकार नाहींसे होतील;

परंतु कधीं कधीं मांघ येईल; काळजाचा सु-
दृढपणा कमी होईल व थंड प्रकृतीस इजा
होईल. उपाय.—आल्याचा मुरंबा खावा.

इनिप्पु तम्बरतं पळं. (गोड कमर-
क).—सदरील प्रदेशाचे पश्चिमेस पळणी,
तिरुपत्तुर इत्यादि गांवीं हीं फळें विपुल हो-
तात. गुण.—खाण्यास शीतळ व लजतदार
आहेत; हीं खाल्हीं असतां पक्काशय सुदृढ हो-
ईल; हीं दीपन करतील; पित्तोष्ण शमवितील
व पीनस बरा होईल; परंतु पोटांत वात धरील.
उपाय.—सुंठ व मध खावा.

पुळिप्पु तम्बरतं पळं (अंबट कमर-
क).—सदरील अंबट फळें खाण्यापासून गु-
ण.—शीतळता व रुक्षता करतील; खाण्यास रु-
चिकर नाहीत; पक्काशय व काळीज ह्यांस ब-
ळकटी येईल; दीपन होईल; कोठ्यांतील उ-
ष्णता शमेल; परंतु मुरडा होईल. उपा-
य.—मध खावा.

नेह्लिक्राय (आंवळे).—तिरवाळूर देशाचे पश्चिमेस नह्लीण, पराळं इत्यादि गांवीं उत्पन्न होणारे आंवळे खाळे असतां त्यांपासून गुण.—शीतळताव रुक्षता करतील; खाण्यास रुचिकर नाहींत; पोटांतील आमांश नष्ट होईल; उष्णता शमेल; पित्तापासून घेरी व शोष झालेला मिटेल; परंतु मलावष्टंभ होईल; आंवळ्यांचें लोणचें व चटणी रोगग्रस्तांनीं खाल्ही असतां त्यांचे तोंडाची अरुचि जाईल; पक्काशय व हृदयकमल ह्यांस बळकटी येईल; दीपन होईल, व वांती होत असल्यास ती बंद होईल; परंतु तिळीस बाधक होऊन पोटांत किंचित् वात धरील. उपाय.—मध खावा.

इनिप्पु पिलियन्नं पळं.—उत्तर हिंदुस्थानांत व अरबस्थानांत हीं फळें उत्पन्न होतात. गुण.—शांतता वाटेल; खाण्यास रुचिकर आहेत; हीं खाल्हीं असतां पक्काशय, हृदय व मेंदू ह्यांस बळकटी येईल; ह्या फळांचा चोंथा खाऊं

नये; खाल्हा असतां पोटांत गांठ होईल. उपाय.—भोजनापूर्वी मध खावा.

पुळिप्पु पिकिटान्नुं पळं.—हीं अंबट फळें खाल्हीं असतां गुण.—शीतळना व रुक्षता होईल; खाण्यास रुचिकर नाहींत; पित्तोष्ण शमन होईल; ह्या जातीचीं गोड फळें खाण्यापेक्षां अंबट फळें खाल्हीं असतां विशेष बळकटी येईल; परंतु खोकला होईल. उपाय.—मध खावा.

भाज्या.

कायघरी पडलं (फळभाज्या).

१. वाळप्पळं (केळीं).—खालीं दर्शविल्याप्रमाणें दहा प्रकारच्या केळ्यांच्या जाती असून तीं बागेंत, शेतांत व पर्वतांवर उत्पन्न होतात.

१. मौंदन वाळक्काय.—हीं केळीं साधारण केळ्यांहून अधिक लांब व जाड

सालीचीं असून, त्यांस तीन पैलू असतात. ह्यांचीं झाडें जमिनींत लावल्यापासून एका वर्षानें ह्यांस केळ्यांचे घड येतात. दरएक घडास सत्तरपासून पंचाहत्तरपावेतों केळीं असतात. उत्तर देशीं नदी, तलाव इत्यादिकांचे किनाऱ्यांवर सामान्यतः हीं झाडें लावितात. ह्या केळ्यांचे नानाप्रकारचे पदार्थ करितात. हीं शिजवून खाळीं असतां फारच रुचिकर लागतात.

२. रस्ताळिक्काय (कच्चीं सोनकेळीं).— ह्यांची भाजी करितात व हीं पिकवून खाळीं असतां फार नामी लागतात. ह्यांवर काळे ठिपके असतात.

३. नेतिरवाळै.— पश्चिम देशीं मलबार प्रांतांत व दक्षिण देशांत हीं केळीं उत्पन्न होतात. वरील केळ्यांपेक्षां हीं किंचित् मोठीं असून, पिकलीं म्हणजे

खाण्यास फार रुचिकर लागतात. हीं केळीं कच्चेपणीं फुपाट्यांत पुरून भाजून, तयार झालीं म्हणजे त्यांची भाजी करून खातात. दक्षिण देशांत लाविलेल्या झाडांस जमिनीचे क्षारामुळे फारशीं केळीं येत नाहीत.

४. पुवान वाळक्याय (सोनकेळीं).

५. पच्चै वाळै (हिरवे रंगाचीं पिकलेलीं केळीं).

६. शेव्वाळै (लाल केळीं).

७. करी वाळै (निळ्या रंगाचीं केळीं).

८. पुदिमोंद वाळै.—हीं केळीं मोठीं असतात. ह्यांला पैलू नसतात.

९. कोट्टै वाळै.—ह्या केळ्यांचे आंत बिया असतात.

१०. पेवाळै.—हीं केळीं करांगुली एवढीं मोठीं असून प्रत्येक घडास एक हजारपर्यंत लागतात.

२. कोंबुपावकाय (लांब कारलीं).—हीं भाजीपाल्याचे मळ्यांत किंवा शेतांत लावितात. ज्येष्ठ व कार्तिक महिन्यांचे अखेरीस वर्षातून दोनदां जमिनींत क्यारे (वाफे) खणून त्या क्यार्यांत खत घालून बीं पेरितात; व दररोज पाणी घालून तें बीं उगवलें म्हणजे क्यार्यांवर मांडव बांधून त्यावर वेल चढवितात. ह्या वेलांस पंधरापासून वीस अंगुळें लांबीचीं कारलीं लागतात. ह्यांचें पीक कधीं अतिशय होतें, व कधीं कमी होतें. कारलीं कडू असतात, म्हणून त्यांची भाजी करतांना तींत चिंच घालतात; तेणें करून कडवटपणा कमी होतो.

३. मिथी पावकाय (लहान कारलीं).—साधारण जमिनींत किंवा वाळूंत अथवा नदीकिनार्यास हीं लावतात. तसेंच, भाजीपाल्याचे मळ्यांतही लावतात. उष्ण-काळाशिवाय वाकीचे सर्व कारलीं हीं उत्प-

न होतात. ह्यांचे वेल जमिनीवर लांबच लांब पसरतात. ह्यांचे अंगी कडूपणा कमी असतो, व ह्यांत बिया पुष्कळ असतात. ह्यांची भाजी कस्तेवेळीं कोणत्याही जातीचा अंबट पदार्थ तींत घालतात; त्यामुळे ती चांगली लागते.

४. पिरकंगाय (दोडके).—वर्षाकाळांत व हिवाळ्यांत उत्तर देशांतील शेतांत, बागेत आणि भाजीपाल्याचे मळ्यांत ही भाजी सामान्येकरून लावतात. जमिनींत दोडक्यांचें बीं पेरल्यापासून चाळीस किंवा पंचेचाळीस दिवसांनीं वेल होऊन ते फैलावतात, व त्यांस एक वीत किंवा अधिक लांबीचे दोडके लागतात. ह्यांस वरले अंगास शिरा असतात. ह्यांची भाजी तुपांत किंवा पाण्यांत शिजवून करितात.

५. नुरइ पिरकंगाय (घोंसाळीं—गिल्कीं).—वर्षाऋतूचे आरंभींचिकण मातीचे जमिनींत ह्यांची पेरणी करितात. घोंसाळ्यांचे

वेल झाडावर चढत जातात, व त्यांस सहा महिनेपर्यंत घोंसाळीं येतात. घोंसाळ्यांचें पीक जास्त होत नाहीं; तसेंच, त्यांस दोडक्यांप्रमाणें वरले अंगानें शिरा नसून तीं अगदीं साफ असतात. ह्यांची भाजी तुपांत किंवा पाण्यांत शिजवून करितात. चिंच घातल्याशिवाय घोंसाळ्यांची भाजी होते.

६. पुडलंगाय(पडवळें).—आनी म्हणजे ज्येष्ठ, व मारगळी म्हणजे मार्गशीर्ष ह्या महिन्यांत जमिनींत क्यारे खणून त्यांत पडवळांचें बीं पेरितात, व वेल झाल्यावर त्या क्यार्यांवर मांडव घालून त्यावर ते वेल चढवितात. ह्या वेलांस तीन महिनेपर्यंत पडवळें येतात. कित्येक पडवळें लांब व कित्येक आंखूड अशीं असतात. ह्यांची भाजी तुपांत किंवा पाण्यांत शिजवून करितात; तसेंच चिंच मिळवून ह्यांची चटणी करितात.

७. वेंडिक्राय (भेंड्या).—ज्येष्ठ मासांत कळिप्पु (चिकण मातीची जमीन) शिवाय करून वाकीचे सर्व जमिनींत किंवा बागा-ईत जमिनींत प्रथम खत घालून, तें मुरल्यावर भेंड्यांची पेरणी करितात. बीं पेरल्यापासून चाळीस किंवा पंचेचाळीस दिवसांचे आंत झाडें होऊन त्यांस पुष्कळ भेंड्या येतात. भेंड्यांत दाणे फार असतात. तुपांत किंवा पाण्यांत, तसेंच दह्यांत किंवा चिंचेचे पाण्यांत शिजवून ह्यांची भाजी करितात.

८. अवरक्राय (घेवड्याच्या शेंगा).—ह्याच्या दोन जाती आहेत. एक, करुप्प-वरक्राय म्हणजे निळ्या रंगाच्या शेंगा; दुसरी, वेळेयवरक्राय म्हणजे पांढऱ्या रंगाच्या शेंगा. ज्येष्ठ मासीं भाजीपाल्याच्या मळ्यांत ह्यांची पेरणी करून, त्यांचे वेल होऊन, ते विस्तृत झाले म्हणजे मांडव घालून त्यावर ते चढवितात. हिंवाळ्यांत ह्यांचें पी-

क फारच होतें. माघ मासीं ह्यांचा भर सरतो. ह्यांची भाजी तुपांत अथवा पाण्यांत किंवा चिंचेच्या पाण्यांत शिजवून करितात; परंतु दह्यांत मात्र शिजवून करीत नाहींत.

९. कोत्तवरंगाय (गोंवारीच्या शेंगा).— ज्येष्ठ महिन्यांत भाजीपाल्याचे मळ्यांत ह्यांची पेरणी करितात. ह्यांचीं झाडें लहान लहान असून त्यांस दुसरे महिन्यापासून शेंगा येऊं लागतात, व सहा महिनेपावेतो ह्यांचा भर असतो. कोंवळ्या शेंगा तोडून, पाण्यांत शिजवून, नंतर त्यांतील पाणी वेळून काढतात, व त्यांत हर कोणतीही डाळ मिळवून भाजी करितात. ही भाजी पित्तकारक आहे.

१०. गुरकाय (दुध्या भोंपळा).— ह्यांत लहान व मोठी अशा दोन जाती आहेत. ज्येष्ठ महिन्यांत भाजीपाल्याचे मळ्यांत ह्यांची पेरणी करितात. मग वेल हो-

ऊन त्यांस दोन महिन्यानीं भोंपळे येऊं लागतात. ह्यांचा भर चार किंवा सहा महिनेपर्यंत असतो. कोंवळा दुध्या भोंपळा आणून, तो चिरून, त्यांत भाजणीचें पीठ किंवा डाळ मिळवून भाजी करितात. ही भाजी थंड असते.

११. पूशनिक्काय (भुरा कोंहळा).— ह्याचे वेल झाल्यावर ते मांडवावर न चढतां जमिनीवर पसरत जातात. ह्याचें पीक सहा महिनेपर्यंत होतें. ह्याची भाजी पाण्यांत किंवा चिंचेचे पाण्यांत शिजवून करितात. ह्याच्या लांब लांब फांकी चिरून, उन्हांत वाळवून उसऱ्या करून ठेवितात, व ज्या दिवसांत भाज्या मिळत नाहींत त्या दिवसांत ह्यांचा उपयोग करितात. ही भाजी वातकारक आहे.

१२. कल्याणी पूशनिक्काय (काशीफळ).—ज्येष्ठ महिन्यांत भाजीपाल्याचे म-

ळ्यांत व नदी किंवा तलावाचे किनाऱ्यावर ह्याची पेरणी करितात. ह्यांचे वेल जमिनीवर पसरून त्यांस नव्वद दिवसांनी भोंपळे लागतात. भोंपळा तोडतांना हातांतून खाली निसटून पडला, तर तो फुटून त्यांतील बिया चोहोंकडे उडून पडतात, व त्यांचे वेल होऊन त्यांस भोंपळे येतात. ह्याची भाजी करितात, किंवा तो चिरून त्यांत पीठ व सांबाऱ्याचा मसाला मिळवून शिजवितात. मग त्याचे सांडगे घालून ते उन्हांत वाळव्यावर तुपांत किंवा एरंडेल तेलांत तळून दोन प्रहरांचे किंवा रात्रीचे भोजनसमयी खातात; तेणेंकरून मेघरोग नष्ट होतो.

१३. पलाक्काय (फणस).—हीं झाडे वागेंत, रानांत व पर्वतांचे पायथ्याशीं, दरींत व शिखरांवर वाढतात. सित्तरै म्हणजे चैत्र महिन्यांत ह्या वृक्षास लहान लहान फळे येऊं लागून ज्येष्ठ महिन्यांत तीं मोठीं होऊन पिकतात.

हीं फळें लहान असतात तेव्हां भाजी करण्याचे उपयोगी पडतात. कोंवळा व लहान फणस घेऊन त्यावरील कांटे काढून टाकून आंतील गरे काढतात, व त्या गऱ्यांत पाणी घालून शिजवून, त्यांत बेतानें चिंच व साखर घालून भाजी करितात. तसेंच, पिकलेल्या फणसाचे भाजींत फक्त चिंच घालतात. हें फळ सर्वास आवडतें. हें भक्षण केल्यानंतर लागलीच गोडें तेल किंवा तूप प्यावें; म्हणजे पचन होऊन उष्ण होणार नाही.

१४. कत्तरिक्काय (वांगीं).—ह्यांच्या तीन जाती आहेत. एक, मणलवारी कत्तरिक्काय. हीं वांगीं रेटाड जमिनींत उत्पन्न होतात. ह्यांत बिया नसतात. दुसरी, नीर कत्तरिक्काय. हीं पाण्याचे कांठीं उत्पन्न होतात. तिसरी, कर्पूरकत्तरिक्काय (पांढरीं वांगीं). भाजीपाल्याचे मळ्यांत किंवा शेतांत सामान्यतः ह्यांची पेरणी करितात. मोड फुटल्यापा-

सून चाळीस किंवा पन्नास साठ दिवसांनीं ह्यांस अतिशय वांगीं येतात. त्यांत पहिल्या वहाराचीं वांगीं फारच नामी लागतात. नुसत्या पाण्यांत, चिंचेच्या पाण्यांत किंवा तुपांत ह्यांची भाजी शिजवून करितात. ह्या भाजीचे प्रकार पुष्कळ आहेत. ह्यांच्या फोडी उन्हांत वाळवून उसच्या करून ठेवितात, व ज्या दिवसांत भाज्या मिळत नाहींत त्या दिवसांत त्यांची भाजी करतात.

१५. मुरुंगकाय (शेवग्याच्या शेंगा).— ह्यांचीं झाडे सर्व प्रकारच्या जमिनींत उत्पन्न होतात. हीं वाढविण्याचे कामीं फारसे प्रयास पडत नाहींत. सित्तै म्हणजे चैत्र मासांत व पुरट्टाशी म्हणजे भाद्रपद मासांत ह्यांस शेंगा येतात, व दरएक झुबका पांच किंवा सहा शेंगांचा असतो. ह्या शेंगा सुमारे एक हात लांब असून फारच स्वादिष्ट असतात, कोंवळ्या शेंगांचें पोरियल (कोरडी

भाजी) करितात. ह्यांचे पदार्थ कामोद्दीपक आहेत.

१६. वेळरिक्काय (कांकडी).-आवणी व पुरट्टाशी म्हणजे आषाढ व भाद्रपद महिन्यांत बागेंत ह्यांची पेरणी करितात. पेरणी झाल्यापासून सुमारे पन्नास दिवसांनी कांकड्या येऊं लागतात. चिंच घालून ह्यांची भाजी करितात, व ती फार स्वादिष्ट लागते.

१७. शुक्रंगाय (चिंचोरटीं).-मकईच्या किंवा बाजरीच्या शेतांत ह्यांची पेरणी करतात. नंतर वेल उत्पन्न होऊन त्यांस पुष्कळ फळें येतात. कोंवळेपर्णी ह्या फळाचें लोणचें करितात. तसेंच, ह्यांत मीठ व मथ्यांची पूड मिळवून उन्हांत वाळवितात; व त्या काचच्या तुपांत किंवा तेलांत तळतात. ह्या खाल्या असतां मेघरोग बरा होतो.

१८. मुळुकत्तरिक्काय (डोरलीं वांगीं).-

१९. तूदवळंगाय (एक प्रकारची भाजी).
२०. अरिनेल्लिकाय (राय आंवळा किंवा हरपरेवडी).
२१. तेंगाय (नारळ).
२२. पञ्चमुळघाय (ओल्या मिरच्या).
२३. अत्तिकाय (उंबरें).
२४. मणत्तकळिकाय (कांगोण्या).

किळंगवधै पडलं.

(कंदमुळांच्या भाज्या).

१. करुणैकिळंग. (सुरण).—भाजीपाल्याचे मळ्यांत किंवा चिकण मातीचे जमिनींत ह्याची उत्पत्ति होते. पुरट्टाशी म्हणजे भाद्रपद मासांत अथवा कित्येक ठिकाणीं मारगळी म्हणजे मार्गशीर्ष महिन्यांत सुरणाचे गडे जमिनींतून उकरून काढतात. सुरणांत एक पांढरी जात असते ती फार रु-

चिकर असून घशांत खाजतही नाही. सुरण भक्षिल्यापासून मूळव्याधि नाहीशी होते. तसेंच, उलटी बंद होते.

२. शोपंकिळंग (अळकुड्या).-ह्यांचें पीक शेतांत, तलावाचे कांठी व कुव्याचे आसपास पाणी सांचतें तेथें होतें. सदरील ठिकाणची जमीन खणून, तींत खत घालून, आनी म्हणजे ज्येष्ठ महिन्यांत अळकुड्या लावतात; व ते मास म्हणजे पौष महिन्यांत त्या उकरून काढतात. ह्या खाल्यापासून वात व शैत्य अतिशय होतें.

३. आळवळी किळंग (गोराडू).-बागेंत, मळ्यांत किंवा चिकरण मातीचे शेतांत जमीन खोदून, खत घालून गोराडूची लागवड करितात, व सुमारे बारा महिन्यांनीं ह्यांचे कंद काढून घेतात. हे खाण्यापासून धनुर्वात होतो.

४. शरकरै वळी किळंग (रताळीं).-ज्ये-

षट् मासांत वाळूचे जमिनींत ह्यांची लागवड करून, मारगळी व तै म्हणजे मार्गशीर्ष व पौष मासांत तीं उकरून काढतात. पांढऱ्या रताळ्यांपेक्षां तांबडीं रताळीं मोठीं असतात. रताळीं खाण्यापासून वात होतो.

५. उरुळै किळंग (बटाटे).—ह्यांची पेरणी कोणत्याही ऋतूंत पर्वतावर, लाल जमिनींत व पाणथळ जागीं करितात; व सहा महिन्यांनीं बटाटे उकरून काढतात. हे वातकारक आहेत.

कीरैवघै पडलं (पालेभाजी).

१. वसलै कीरै (वेलबोंडी).—हिचे वेल भाजीपाल्याचे मळ्यांत किंवा चिकण काळ्या मातीचे जमिनींत उत्पन्न होतात. तै म्हणजे पौष महिन्यांत ह्यांचें बीं पेरितात. वेल झाल्यावर पाहिजे त्या वेळीं तोडून त्यांची भाजी

करितात. पावसाळ्यांत ह्यांची पेरणी होत नाही. ही खाल्यानें मूळव्याधि जाते.

२. आरैक्किरै (तांदुळजा).—ही भाजी शेतांत होते. पावसाळ्याखेरीज इतर ऋतूंत हिची पेरणी होते. ह्या भाजीस पाटानें पाणी देतात; तेणेंकरून ती लवकर वृद्धिंगत होते, व पाहिजे त्या वेळीं तोडून हिची भाजी करितात. ह्या भाजीपासून शैत्य होतें.

३. मुळ्ळक्किरै व तंडक्किरै (लहान व मोठ्या माठाची भाजी).—ही भाजी सर्व काळीं सर्व प्रकारच्या जमिनींत उत्पन्न होते; परंतु वाळूची जमीन असल्यास तींत प्रथम खत घालून नंतर पेरणी करितात. ही भाजी थंड असल्यानें शरिरास आरोग्य करिते; परंतु शैत्य करिते.

४. व्यंदय कीरै (मेथीची भाजी).—बागेंत पावसाळा खेरीज करून बाकी सर्व दिवसांत हिची पेरणी करितात, व ही भाजी

खाण्यास योग्य झाल्यावर पाहिजे त्या वेळीं उपटून हिची भाजी करितात. मेथीच्या कोंवळ्या काड्या, पानें आणि बीं म्हणजे मेथ्या उपयोगीं पडतात. ही भाजी खाण्यापासून एकवीस प्रकारचे मेघरोग नष्ट होतात.

५. मुरुंग कीरै (शेवग्याचे पाल्याची भाजी).—ही भाजी तोडून आणून तिची भाजी करितात. तसेंच, शेवग्याच्या शेंगा व फुलें ह्यांची भाजी करितात. ही भाजी कामोद्दीपक आहे.

६. अघत्ती कीरै (अगस्ता).—ह्याच्या पांढरा व तांबडा अशा दोन जाती आहेत. हीं झाडें बागेच्या आजूबाजूस लावतात. हीं उंच वाढतात. ह्याची भाजी पाहिजे त्या वेळीं तोडून आणून करितां येते, व पावसाळ्यांत ती फारच स्वादिष्ट लागते. ही भाजी औषधि-गुण नाहींसा करिते.

७. पोन्नांगणी कीरै (एक प्रकारची भाजी).-ही माक्यासारखी असून हिला पांढरीं फुलें येतात. नदीचे किंवा कालव्याचे किनाऱ्यास अथवा पाणी सांचतें त्या ठिकाणीं, उन्हाळा खेरीज करून इतर दिवसांत ती आपोआप उत्पन्न होते. ही भाजी नेत्रविकारास फारच हितकारक असून डोळे सतेज करिते.

८. काशली कीरै (पासलीची भाजी).-शेतांत किंवा बागेंत ज्येष्ठ महिन्यांत हिची पेरणी करितात, व आवणी म्हणजे श्रावण मासीं तोडून हिची भाजी करितात. कधीं कधीं कार्तिके व तै म्हणजे कार्तिक व पौष महिन्यांत हिची पेरणी करितात. ही भाजी मकईच्या किंवा हरभऱ्याच्या शेतांत लावतात. हिची चटणीही करितात. ही खाण्यापासून मलावष्टंभ होतो.

९. शिरुक्किरै (उकिरडा).-हिचें बीं

उन्हाळ्याचे दिवसांत पाणथळ जमिनींत पेरून त्यास विहिरीचें पाणी काढून घालतात. पर्जन्यकालांत ही भाजी आपोआप उत्पन्न होते. ही शरिरांतील उष्णता शमविते; परंतु रसगंधपाषाणाचा (औषधि विशेष) गुण नाश करिते.

१०. करिवेपिलै (कठीलिंग).—ह्या झाडाची उत्पत्ति बागेंत होऊन त्यास उन्हाळ्याही पुष्कळ असतात. हीं झाडें सामान्य जमिनींत उत्पन्न झाल्यावर त्यांस स्वतः घालून व पाणी पाजून मोठीं करितात. ह्यांचे निबर पानांस वास पुष्कळ असतो, व तीं हरजिनसी भाज्यांस घालतात. ह्याचे सारखाच दुसरे प्रकारचा कठीलिंग रानांत उत्पन्न होत असून, त्याचा वरप्रमाणेंच उपयोग होतो. हे दोन प्रकारचे कठीलिंग खाण्यापासून पित्ताधिक्य नष्ट होतें.

११. गुकांकीरै.—अंबट चुक्याची भाजी.

१२. पुधिना कीरै.—पुदिना.
 १३. कोविसी कीरै.—करमकल्ला, फु-
 लावर, नोलकोल इत्यादि भाज्या.
 १४. परप्पु कीरै.—पालकाची भाजी.
 १५. पुळियारे कीरै.—अंबुशीची भाजी.

बडोदें येथें मिळणाऱ्या भाज्या.

१. वर्षांतून एक किंवा दोन महिने मि-
 ळणाऱ्या भाज्या.

१. घोळीची भाजी एप्रिल व जून महिन्यांत मिळते.
 २. अंबाडा ,, ,, ,,
 ३. करटूली सप्टेंबर ,,

२. ऋतुवार मिळणाऱ्या भाज्या वगैरे.

१. दोडके.

१. आगष्ट तागाईत अक्टोबर अखेर तीन
 महिने मिळतात.

२. एप्रिल तागाईत जुलै अखेर चार महिने
 मिळतात.

२. चिभडी.

१. जानेवारी तागाईत जून अखेर सहा महिने मिळतात.
२. आगष्ट तागाईत अक्टोबर अखेर तीन महिने मिळतात.
३. चिकण कांकड्या व खिरे आगष्ट तागाईत अक्टोबर अखेर तीन महिनेपर्यंत मिळतात.
४. पडवळें जुलै व आगष्ट तागाईत अक्टोबर अखेर तीन महिने मिळतात.
५. मट्टी वांगीं नव्हेंबर तागाईत मार्च अखेर पांच महिने मिळतात.
६. मोगच्या जानेवारी तागाईत मार्च अखेर तीन महिने मिळतात.
७. भेंड्या.
 १. जानेवारी तागाईत जून अखेर सहा महिने मिळतात.
 २. आगष्ट तागाईत नव्हेंबर अखेर चार महिने मिळतात.
८. परवरें.
 १. एप्रिल तागाईत जुलै अखेर चार महिने मिळतात.
 २. आगष्ट ,, अक्टोबर ,, तीन ,, ,,
९. गोंवारीच्या शेंगा.
 १. एप्रिल तागाईत जुलै अखेर चार महिने मिळतात.

२. आगष्ट तागाईत नव्हेंबर अखेर चार महिने मिळतात.
१०. परदेशी गोंवारीच्या शेंगा अक्टोबर तागाईत जानेवारी अखेर. चार महिने मिळतात.
११. चवळीच्या शेंगा सप्तंबर तागाईत डिसेंबर अखेर चार महिने मिळतात.
१२. वालोळ्या डिसेंबर तागाईत मार्च अखेर चार महिने मिळतात.
१३. वालोळ्या (सुरती) सदरप्रमाणें.
१४. पापड्या
१५. डिंगच्या डिसेंबर तागाईत जानेवारी दोन महिनेपर्यंत मिळतात.
१६. रताळीं डिसेंबर तागाईत एप्रिल अखेर पांच महिने मिळतात.
१७. ओला चणा, जानेवारी तागाईत मार्च अखेर, तीन महिने मिळतो.
१८. गाजरें.
१९. करमकळ्या डिसेंबर तागाईत मार्च अखेर चार महिने मिळतो.
२०. फुलावर " " "
२१. नोलकोल " " "
२२. सलगम " " "
२३. बीट " " "
२४. सालेट " " "

२५. टामाटे जानेवारी तागाईत मे अखेर पांच महिने मिळतात.
२६. आळू जुलै व आगष्ट तागाईत अक्टोबर अखेरपर्यंत मिळतात.
२७. माठ आगष्ट तागाईत डिसेंबर अखेर पांच महिने मिळतो.
२८. शेषूची भाजी आगष्ट तागाईत नव्हेंबर अखेर चार महिने मिळते.
२९. ओल्या मिरच्या अक्टोबर तागाईत मार्च अखेर सहा महिने मिळतात.
३०. ओले कांदे " " " "
३१. ओली लसुण नोवेंबर तागाईत ज्यानेवारी अखेर तीन महिने मिळते.

३. बारमाही मिळणाऱ्या भाज्या वगैरे.

- | | | |
|----------------------|-----------------------|---|
| १. बटाटे. | ८. सुरण. | १४. गोराडू. |
| २. सुके कांदे. | ९. सुकी लसुण. | १५. आलें. |
| ३. ओली हळद. | १०. कोथिंबीर. | १६. मेथीची भाजी. |
| ४. तांदुळजा. | ११. दुध्याभोंपळा. | १७. कारलीं लहान व मोठीं अशीं दोन प्रकारचीं. |
| ५. लालभोंपळा. | १२. वांगीं सल्ली. | |
| ६. गिलोडीं-तोंडोळीं. | १३. गिल्कीं-घोंसाळीं. | |
| ७. डोरलीं वांगीं. | | |

पदार्थ.

१. वरण.

१०. रु० भार डाळ. १. मासा पिठी हळद.
१. गुंज भार हिंग. ४. मासे मीठ.

तुरी, मूग, उडीद, वाल, हरभरे व चव-
ळ्या ह्यांतून पाहिजे तें धान्य भरडून, कां-
डून पाखडावें; व त्यांतील साल, कोंडा व-
गैरे निघून डाळ स्वच्छ झाली म्हणजे तीं-
तून दहा रुपये भार घ्यावी. मग एका भां-
ड्यांत वीस रुपये भार पाणी ओतून, त्यास
आधण येतांच त्यांत ती डाळ वयरावी. कढ
येऊन गेल्यावर एक मासा पिठी हळद आणि
एक गुंज हिंग आंत टाकून वर झांकण ठे-
वावें. पाणी आटून डाळ बोटचेंपी झाली
म्हणजे वरणाचें भांडें खाली निखाऱ्यांवर
ठेवून, वर पाण्याचा शिपका मारून झांकून

ठेवावें. कांहीं वेळानें झांकण काढून आंतील डाळ अगदीं शिजलीशी वाटली म्हणजे तीं- त चार मासे मीठ टाकून, पळीचे टवळ्यानें हटावें, व त्यांत बेताचें थोडें पाणी घालून, पळीनें ढवळून वरण वाढावें.

भात करण्याची शीति.

२. पेज न काढतां केलेला भात.

जितके तांदूळ असतील त्यांच्या दुप्पट पाणी एका भांड्यांत ओतून तें चुलीवर ठेवावें. आधण आलें म्हणजे त्यांत तांदूळ व- यरावे. पाणी आटून तांदूळ बोटचेंपे झाले म्हणजे भांडें निखाऱ्यांवर उतरून ठेवावें, व त्यावर झांकण ठेवून वाफ येतांच भात उ- करून वाढावा. एकाद वेळ तांदूळ जुने अ- सले तर भात कच्चा रहातो; सबब त्यावर थोडें गरम पाणी शिंपडून, पळीचें पीस भा- तांत फिरवून पुनः झांकण ठेवावें.

३. पेज वेळून केलेला भात.

नऊ पौंड पंधरा रुपये भार तांदूळ चांगले कांडून पाखडावे; व त्यांतील केरकचरा काढून पाण्यानें स्वच्छ धुऊन पाघळत ठेवावे. मग तिप्पट तांदूळ शिजतील इतकें मोठें भांडें चुलीवर ठेवून, त्यांत साडे सततीस पौंड पाणी ओतावे. आधण येतांच त्यांत सदरीं धुऊन ठेविलेले तांदूळ वयरावे; व कणी शिजावयाची थोडी बाकी राहिली म्हणजे त्यावर वेळणी ठेवून, आंतील पेज वेळून काढावी. (ही वेळणी सामान्य वेळणीसारखी असून तिच्या अर्ध भागास पेज निघून जाण्याकरतां बारीक भोंकें पाडलेली असतात.) नंतर तें भांडें निखाऱ्यांवर ठेवून त्यावर झांकण घालून ठेवावे. सुमारे अर्ध घटकेनें झांकण काढून भात मऊ मोकळा झाला म्हणजे उकरून वाढावा.

४. फोडणीचा भात.

१९८२५	पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार तांदूळ.	३८३६	तीन पौंड छ- त्तीस रुपये भार तूप.
२	मुठी चिरलेले कांदे.	१॥.	रु० भार लवंगा.
१	रु० भार वेलदोडे.	१	रु० भार दाल- चिनी.
५	मुठी मीठ.		
९	रु० भार बेदाणा.	९	रु० भार बद- मगीर.
९	रु० भार काजू.		
२१.	रु० भार तमालपत्र.	३४५	तीन पौंड पांच रुपये भार दूध.

पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार उत्तम वा-
रीक तांदूळ पाण्यानें तीन वेळ स्वच्छ धुऊन
पाघळत ठेवावे. मग चुलीवर एक भांडें ठे-
वून, त्यांत तीन पौंड छत्तीस रुपये भार तूप
घालून, तें तापतांच त्यांत दोन मुठी चिर-
लेले कांदे, दीड रुपया भार लवंगा, एक रु-
पया भार वेलदोडे व एक रुपया भार दाल-
चिनी असे पदार्थ टाकून, कांदे, दालचिनी

वगैरे तांबूस होतांच सव्वा एकतीस पौंड
 पाणी आंत ओतावें. नंतर पांच मुठी मी-
 ठ टाकून वर झांकण ठेवावें, व खाली चां-
 गला जाळ लावावा. पाण्यास आधण येऊन
 तें सळसळं लागलें असतां त्यांत नऊ रुपये
 भार बेदाणा, नऊ रुपये भार सोलीं व बदा-
 मगीर, नऊ रुपये भार सोललेल्या काजूच्या
 बिया व सव्वा दोन रुपये भार तमालपत्र इ-
 तक्या रकमा टाकाव्या, व वरील तांदूळ व-
 यरून वरतीं झांकण ठेवावें. तांदुळांतील पा-
 णी उतूं जाऊं नये म्हणून ते वरचेवर हाल-
 वीत असावें. पाणी आटून तांदूळ बोटचेंपे
 होतांच त्यांत तीन पौंड पांच रुपये भार
 तापविलेलें दूध घालून, कलथ्यानें सारखें हा-
 लवावें. नंतर त्या भांड्याचे तोंडावर ओल्या
 फडक्याची चुंबळ बसवून तिजवर झांकण
 ठेवावें. मग चुलींतील निखारे उपसून, त्यांवर
 भाताचें भांडें ठेवावें, व थोडे निखारे झांक-

णावर व थोडे भांड्याचे आजूबाजूस घालून,
सुमारें अठ्ठेचाळिस मिनिटांनीं फडक्यांतून
पांढरी वाफ निघूं लागतांच झांकण काढून
भात पहावा. तो बरोबर शिजला नसला
तर पुनः झांकण ठेवून, कांहीं वेळानें उक-
ळून ऊन ऊन वाढावा.

५. शरकरै पोंगळ (साखरभात).

२९. रु० भार तांदूळ. १२॥. रु० भार साखर.

२९. रु० भार तूप किंवा लोणी.

पंचवीस रुपये भार उत्तम बारीक तांदू-
ळ पाण्यानें स्वच्छ धुवावे. मग एका भांड्यां-
त पाणी घालून, तें चुलीवर ठेवून, आधण
येतांच त्यांत वरील तांदूळ वयरावे. तांदूळ
बोटचेंपे झाल्यावर त्यांत पंचवीस रुपये भार
लोणकढें तूप अथवा लोणी आणि साडे बा-
रा रुपये भार साखर घालून ढवळावे. नंतर

तो भात खालीं निखाऱ्यांवर उतरून त्यावर झांकण घालून, वाफ आल्यावर उकरून वाढावा.

का प.

६. तिविरांछ शादं (बेदाणामिश्रितभात).

१ पौड बेदाणा.

१ पौड तांदूळ.

६ मासे मीठ.

२ रु० भार तूप.

१ रु० भार उडिदांची डाळ. १ सुक्या मिरच्या.

एक पौड बेदाणा ऊन पाण्यानें दहा वेळ धुऊन, एक पौड तांदुळांचा भात शिजत असतां त्यांत मिळवावा. तसेंच, सहा मासे मीठ टाकून हालवून, झांकण घालून ठेवावा. वाफ येतांच तो उकरून, पळी जाळावर तापवून, तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्या घालून, फोडणी होतांच ती वरील भातास देऊन, सारखा कालवून ऊन ऊन वाढावा.

७. वाधुमै परुप्पु शेरंद शार्दं (बदाममिश्रित भात).

१ पौड बदामगीर.

१॥ पौडशजळ्ळ.

१॥ पौड तूप.

३० १-२ १२ साखर.

एक पौड बदामगीर ऊन पाण्यांत भि-
जत घालून, दोन मिनिटें होतांच काढून सो-
लावे. मग दीड पौड तांदुळांचा भात शिज-
त असतां त्यांत ते मिळवावे. तसेंच, त्यांत
दीड पौड तूप आणि तीस रुपये भार सा-
खर घालून तो ढवळावा. भाताचें शितकण
शिजलेंसे पाहून तो निखाऱ्यांवर उतरून ठे-
वावा, व त्यावर झांकण ठेवून वाफ आली
म्हणजे उकरून वाढावा.

८. कत्तरिक्काय शेरंद शार्दं (वांगींभात).

२९ रु० भार तांदूळ.

४० कोंवळीं लहान वांगीं.

३ रु० भार मेथ्यांची
पूड.

३ रु० भार मीठ.
२४ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार तांदुळांचा भात करून, तो एका पातेल्यांत काढून ठेवावा. मग कोंवळीं लहान चाळीस वांगीं आणावीं; व प्रत्येक वांग्याच्या देंठापर्यंत उभ्या चार फांकी ह्याप्रमाणें सर्व वांगीं चिरावीं. नंतर तीन रुपये भार मेथ्यांची पूड व तीन रुपये भार मीठ एकत्र करून, त्यांतून थोडथोडी भुकटी वरील प्रत्येक वांग्यांत भरावी. ह्याप्रमाणें सर्व वांगीं भरलीं म्हणजे तीं वीस मिनिटेंपर्यंत तशींच राहूं द्यावीं. मग चुलीवर कढई ठेवून, तींत चोवीस रुपये भार तूप घालून, तें तापलें असतां त्यांत सदरील वांगीं टाकावीं, व तळून तयार झालीं म्हणजे त्यांत वरील भात ओतून परतून वाढावा. हा भात दोन प्रहरीं भोजनाचे वेळीं खावा.

९. वेंडिक्राय शेरंद शादं (भेंड्याभात).

१०० भेंड्या.	२ रु० भार मीठ.
२ रु० भार मे-	१२ रु० भार तांदूळ.
थ्यांची पूड.	२४ रु० भार गायीचें साजू-
	क तूप.

कोंवळ्या व अगदीं लहान शंभर भेंड्या आणून उभ्या चिराव्या, व त्यांत दोन रुपये भार मीठ व दोन रुपये भार मेथ्यांची पूड एकत्र करून तें मिसळण थोडथोडें भरावें. मग बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करून तो दुसऱ्या भांड्यांत काढून ठेवावा. नंतर कढई चुलीवर ठेवून तींत चोवीस रुपये भार गायीचें साजूक तूप घालून, तें तापतांच त्यांत सदरील मसालेदार भेंड्या टाकून तळाव्या. तळून तयार झाल्या म्हणजे त्यांत भात ओतून कलथ्यानें परतून परतून वाढावा.

१०. शेषं किळंग शेरंद शार्दं. (अळकुड्यांचा भात).

१२॥ रु० भार तांदूळ. २९ रु० भार अळकुड्या.
 १ रु० भार मीठ. १ रु० भार मेथ्यांची पूड.
 २४ रु० भार गाथीचें सा- २ रु० भार तूप.
 जूक तूप. ८ सुक्या मिरच्या.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करून तो दुसरे भांड्यांत काढून ठेवावा. पंचवीस रुपये भार अळकुड्या उकडून सोलाव्या, व त्यांत एक रुपया भार मीठ व एक रुपया भार मेथ्यांची पूड एकत्र करून, तें मिसळण मिळवावें. मग चुलीवर एक कढई ठेवून तींत चोवीस रुपये भार गाथीचें साजूक तूप घालून, तें तापतांच त्यांत वरीळ अळकुड्या घालून तळाव्या. नंतर एका पर्ळींत दोन रुपये भार तूप घालून, तें तापलें म्हणजे त्यांत आठ सुक्या मिरच्या टाकून तळाव्या. मिरच्या तळून झाल्यावर त्या

वरील अळकुड्यांत ओताव्या, व सदरील भातही त्यांवर घालून कलथ्यानें सारखा परतून वाढावा.

११. करुणै किळंग शेरंद शार्दं. (सुरणाचा भात).

२४ रु० भार सुरण. १ रु० भार मीठ.
१ रु० भार मेथ्यांची पूड. १२ रु० भार तांदूळ.
२४ रु० भार गायीचें साजूक तूप.

चोवीस रुपये भार सुरणाच्या एका इंचा-एवढ्या फोडी चिरून त्या सव्वा पौंड पाण्यांत शिजवाव्या, व त्यांत एक रुपया भार मीठ व एक रुपया भार मेथ्यांची पूड मिळवावी. मग बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करून, एका भांड्यांत काढून निवत ठेवावा. नंतर चुलीवर कढई ठेवून तींत चोवीस रुपये भार गायीचें तूप घालावें, व तें

तापलें म्हणजे त्यांत वरील फोडी टाकून, तळून तयार होतांच त्यांत भात ओतून, उलथन्यानें परतून परतून वाढावा.

१२. येलिंबिच्चं पळरसं शेरंदं शादं. (कागदी लिंबांचा रसमिश्रित भात).

- १२॥ रु० भार तांदूळ. ६ मासे मीठ.
 १ मासा हळद. १० कागदी लिंबे.
 ४ रु० भार तूप. ४ मासे मोहऱ्या.
 २ मासे जिरें. ९ सुक्या मिरच्या.
 १० कढीलंबाचीं पानें.

साडेबारा रुपये भार तांदुळांचा भात करून, तो एका ताटांत काढून निवत ठेवावा. सुमारे दहा मिनिटांनीं त्या भातावर सहा मासे मीठ व एक मासा हळद भुरभुरून, वरतीं दहा कागदी लिंबांचा रस पिळून, सर्व सारखा कालवून ठेवावा. नंतर चुलीवर पातेलें ठेवून, त्यांत चार रुपये भार तूप घा-

लावें, व तें तापतांच त्यांत चार मासे म्छो-
हऱ्या, दोन मासे जिरे, पांच सुक्या मिरच्या
व कढीलंबाचीं दहा पानें टाकून, फोडणें
होतांच तींत वरील भात घालून, कलथ्यानें
परतून परतून वाढावा.

१३. किञ्चिलीपळं शेरंद श्रादं. (संख्यांचा भात).

१२॥ रु०. भार तांदूळ.	३ मासे मीठ.
६ रु० भार तूप.	४ मासे मोहऱ्या.
२ मासे जिरे.	९ सुक्या मिरच्या.
१० कढीलंबाचीं पानें.	२ संत्रीं.

साडे वारा रुपये भार तांदुळांचा भात
करून तो एका लहान परातेंत काढून निव-
त ठेवावा, व त्यांत तीन मासे मीठ मिळवा-
वें. मग चुलीवर पातेलें ठेवून, त्यांत सहा
रुपये भार तूप टाकावें, व तें तापलें म्हणजे

त्यांत चार मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरे, पांच सुक्या मिरच्या व कढील्लिंबाचीं दहा पानें टाकून, फोडणी होतांच तींत सदरील भात घालून परतावा. नंतर दोन संत्रां सोलून बिया काढून टाकून, भातांत घालून कलथ्यानें परतावा, व खालील जाळ काढून, कांहीं वेळानें हा भात उकळून वाढावा.

१४. वाळैप्पळं शेरंद शार्दं (केळींभात).

१२॥ रु० भार तांदूळ.

३ मासे मीठ.

९९ केळीं.

४ रु० भार तूप.

२ मासे जिरे.

२ मासे मोहऱ्या.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करून तो एका लहान परातेंत काढून निवत ठेवावा, व त्यांत तीन मासे मीठ मिळवावें. मग पंचावन केळीं सोलून चिखन तींही वरील भातांत मिसळावीं. नंतर चुलीवर

एक पात्र ठेवून, त्यांत चार रूपये भार तूप टाकावें, व तें तापलें म्हणजे त्यांत दोन मासे जिरे व दोन मासे मोहऱ्या टाकून, फोडणी होतांच तींत वरील केळींमिश्रित भात घालून, परतून परतून वाढावा. सदरील फोडणींत मेथ्या घालूं नये.

१५. पेलाकाय शेरंद श्रादं (फणसभात).

- ६। रु० भार तांदूळ. ४ पिकलेल्या फणसांतील
 १ मासा मीठ. चार गरे.
 २ रु० भार तूप. १ मासा जिरे.
 २ सुक्या मिरच्या.

सव्वा सहा रूपये भार तांदुळांचा भात करून, एका ताटांत उकरून निवत ठेवावा. मग पिकलेल्या फणसांतील चार गरे घेऊन, त्यांतील आठळ्या काढून ठेवाव्या; व दरएक गऱ्याच्या चार फोडी ह्याप्रमाणें चार गऱ्यांच्या फोडी करून, त्या व एक मासा मीठ

वरील भातांत मिसळावें. नंतर चुलीवर एक लहानसें पातेलें ठेवून, त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकून, तें तापतांच त्यांत एक मासा जिरे व दोन सुक्या मिरच्या घालाव्या. फोडणी होतांच तींत वरील भात घालून परतून परतून वाढावा.

१६. तेंगाय पाल शेरंद शादं.

(ओल्या नारळाचे दुधाचा भात).

१२॥रु० भार तांदूळ.

१ ओला नारळ.

४ मासे मीठ.

१ मासा पिठी हळद.

३ रु० भार तूप.

२ मासे मोहऱ्या.

१ मासा जिरे.

३ सुक्या मिरच्या.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करून तो एका पितळींत काढून निवत ठेवावा. मग एक ओला नारळ फोडून, त्याचें दूध काढून तें, चार मासे मीठ व एक मासा पिठी हळद वरील भातांत मिळवावी. नंतर

चुलीवर पातेलें ठेवून, त्यांत तीन रुपये भार तूप टाकावें, व तें तापतांच त्यांत दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरे व तीन सुक्या मिरऱ्या टाकून, फोडणी होतांच तीत सदरील भात ओतून, कलथ्यानें परतून परतून वाढावा.

१७. मांपळं रसत् शेरंद शार्दं.

(आंबरसाचा भात).

१२॥ रु० भार तांदूळ.

२० आंबे.

४ मासे मीठ.

१२॥ रु० भार खडीसाखर.

१ रु० भार तूप.

२ मासे मोहऱ्या.

१ मासा जिरे.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करून, तो एका कल्हई लावलेल्या पात्रांत काढून निवत ठेवावा. मग त्या भातांत वीस आंब्यांचा रस, चार मासे मीठ व साडे बारा रुपये भार वांटलेली खडीसाखर असे

पदार्थ मिळवावे. नंतर जाळावर पळी धरून तापतांच तींत एक रुपया भार तूप टाकावें, व तें तापलें म्हणजे त्यांत दोन मासे मोह-च्या व एक मासा जिरें टाकून, फोडणी हो-तांच ती वरील भातास देऊन भात सारखा कालवून वाढावा.

१८. पुळी शेरंद शादं (चिंचभात).

- | | |
|---|----------------------------|
| २४ रु० भार तांदूळ. | ६ रु० भार चिंच. |
| १॥ रु० भार मीठ. | ३ रु० भार तूप. |
| ४ मासे मोहच्या. | २ मासे जिरें. |
| ९ मुक्या मिरच्या. | १५ कढीलंबाचीं पंधरा पानें. |
| ३ रु० भार महाराष्ट्र पुळी कोळंबु करिमा. | |

चोवीस रुपये भार तांदुळांचा भात करून तो एका पात्रांत काढून निवत ठेवावा. सहा रुपये भार चिंच दहा रुपये भार पाण्यांत कुवळून तें पाणी एका कल्हईच्या भांज्यांत ओतावें, व त्यांत दीड रुपया भार मी-

ठ घालून तें भांडें चुलीवर ठेवावें. मग पळी जाळावर धरून तापली म्हणजे तींत तीन रुपये भार तूप घालून, तें तापतांच त्यांत चार मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरे, पांच सुक्या मिरच्या व कठीलिंबाचीं पंधरा पानें टाकावीं, व फोडणी होतांच ती चिंचेच्या पाण्यास द्यावी. मग एका कल्हईच्या परातेंत थोडथोडा भात घालून त्यावर चिंचेचें पाणी थोडथोडें शिंपडावें. ह्याप्रमाणें सर्व भात व सर्व पाणी एकवट होतांच त्यांत तीन रुपये भार तिळांची पूड मिसळावी.

१९ पुळी तयर शेरंद शादं अल्लध् दध्योदनं (दहीभात).

२९. रु० भार सन्नशंभा
तांदूळ.

१ रु० भार मीठ.

१। पौंड अंबट दही.

३ रु० भार सुंठ किंवा
आलें.

३ रु० भार तूप.

३ मासे मोहऱ्या.

२ मासे जिरेँ.

५ सुक्या मिरऱ्या.

४ गुंजा हिंग.

१० कढील्लिबाऱीं दहा पानेँ.

पंचवसल रूपये भार सन्नंशंवा जातीचे तां-
दुळांचा भात करून, एका कव्हईऱ्या पा-
त्रांत काढून, पांच मिनिटेपर्यंत निवत ठेवावा.
मग सव्वा पौंड अंबट दहीं, तीन रु-
पये भार ठेंचलेली सुंठ किंवा आलें व एक
रुपया भार मीठ हे जिन्नस त्यांत मिसळावे.
नंतर पळी तापवून तींत तीन रूपये भार तूप
टाकावें, व तें तापतांच त्यांत तीन मासे मो-
हऱ्या, दोन मासे जिरेँ, पांच सुक्या मिरऱ्या,
चार गुंजा हिंग व कढील्लिबाऱीं दहा पा-
नेँ टाकून, फोडणी होतांच ती सदरील भाता-
स द्यावी, व भात कालवून वाढावा.

२०. तुवरं परप्प् अरशीयुं शेर्त् शइयुं शादं (तुरीचा भात).

२९ रु० भार सन्नंशंबा	२९ रु० भार तुरीची डाळ.
तांदूळ.	३ रु० भार तांबडें तिखट.
१॥ रु० भार मीठ.	२ रु० भार तूप.
१ रु० भार उडिदांची	४ सुक्या मिरच्या.
डाळ.	

पंचवीस रुपये भार तांदुळांचा भात करून तो एका परातेंत काढून निवत ठेवावा. भग पंचवीस रुपये भार तुरीची डाळ भाजून पाट्यावर भरड वांटावी, व तींत तीन रुपये भार तांबडें तिखट व दीड रुपया भार मीठ मिळवून, ती डाळ वरील भातांत मिसळावी. नंतर पळी तापवून तींत दोन रुपये भार तूप घालून, तें तापलें असतां त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व चार सुक्या मिरच्या टाकून, फोडणी होतांच ती वरील भातास घावी.

२१. उळित माव् शेरंद शादं.

(उडीदभात).

९ पौड तांदूळ.	२९ रु० भार उडिदांची डाळ.
१॥रु० भार तांबडें	४ रु० भार मीठ.
तिखट.	३ रु० भार तूप.
१ रु० भार उडिदांची	९ सुक्या मिरच्या.
डाळ.	

पांच पौड तांदुळांचा भात करून एका परातेंत काढून निवत ठेवावा. मग पंचवीस रुपये भार उडिदांची डाळ भाजून कांडून साल वगैरे पाखडून स्वच्छ करावी. नंतर ती डाळ दळून, त्या पिठांत दीड रुपया भार तांबडें तिखट व चार रुपये भार मीठ मिळवावें, व तें सदरील भातांत मिसळावें. मग चुलींत पळी घालून तापली म्हणजे तींत तीन रुपये भार तूप घालावें. तूप तापतांच त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्या टाकून फोडणी होतांच ती

वरील भातास द्यावी, व तो भात सारखं
कालवून वाढावा.

२२. पञ्चपथर माव् शेरंद शार्दं. (मूगभात).

२९ रु० भार मुगांची डाळ.	३ रु० भार तांबडें तिखट. ९ मासे मीठ.
१२॥रु० भार तांदूळ.	२ रु० भार तूप.
१ रु० भार उडिदांची डाळ.	४ सुक्या मिरच्या.

पंचवीस रुपये भार मुगांची डाळ भाजू-
न कांडावी. मग पाखडून निवडून तींतील
खडा, माती वगैरे काढून टाकावी. नंतर ती
भरड वांटून, तीन रुपये भार तांबडें तिखट
व नऊ मासे मीठ तींत मिळवून, त्या पिठा-
चे तीन भाग करावे. दोन भाग पीठ घेऊन,
साडे बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करू-
न, निवाल्यावर त्यांत तें पीठ मिसळावें. मग

पळी तापवून तींत दोन रुपये भार तूप घालावें, व तें तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व चार सुक्या मिरच्या टाकून, फोडणी होतांच ती वरील भातास देऊन, भात सारखा कालवून वाढावा.

२३. कडलै माव् शेरंद शादं.

(हरभऱ्याचें पीठ-मिश्रित भात).

पहिला प्रकार.

२५ रु० भार चण्याची डाळ.	१॥ रु० भार तांबडें तिखट.
१ रु० भार मीठ.	२५ रु० भार तांदूळ.
३ रु० भार तूप.	१ रु० भार उडिदांची डाळ.
४ सुक्या मिरच्या.	

वर सांगितलेल्या रीतीनें पंचवीस रुपयें भार हरभऱ्याची डाळ भाजून कांडून पाखडावी, व ती स्वच्छ झाल्यावर दळावी. मग दीड रुपया भार तांबडें तिखट व एक रुप-

या भार मीठ वरील पिठात मिळवून, ११२० पंच-
 वीस रुपये भार तांदुळांचा भात करून न नि-
 वाला म्हणजे त्यांत तें पीठ मिसळावें . नंतर
 पळी तापवून तींत तीन रुपये भार तूप टा-
 कावें, व तापलें म्हणजे त्यांत एक रुप या भार
 उडिदांची डाळ व चार मिरच्या घालून, फो-
 डणी होतांच ती सदरील भातास घटिवी, व
 तो भात सारखा कालवून वाढावा.

दुसरा प्रकार.

१२	रु० भार चणे.	१०१॥	एक रुपया दीड
	१०१॥ एक रुपया दीड		मासा तांबडें तिरु वट.
	मासा मीठ.	१।	पाँड तांदूळ.
३	रु० भार तूप.	१	रु० भार उडिदेदा-
४	सुक्या मिरच्या.		ची डाळ क.

बारा रुपये भार चणे जस्ताचे फन, गात्रांत
 भाजून कांडावे व ते पाखडून, स्वच्छरू-ठ झा-
 ल्यावर दळावे. एक रुपया दीड मास, मग तांबडें

तिखट व तितकेंच मीठ वरील पिठांत मि-
ळवून, सव्वा पौंड तांदुळांचा भात करून,
तो निवाल्यावर त्यांत सदरील पीठ मिसळावें.
मग पळी तापवून तींत तीन रुपये भार तूप
टाकावें, व तें तापतांच त्यांत एक रुपया भार
उडिदांची डाळ व चार सुक्या मिरच्या घा-
लून, फोडणी होतांच ती वरील भातास दे-
ऊन, भात सारखा कालवून वाढावा.

२४. येळू पोडी शेरंद शादं. (तीळ-पूड-मिश्रित भात).

१२ रु० भार तीळ.

१॥ रु० भारतांबडें तिखट.

९ मासे मीठ.

१२ रु० भार तांदूळ.

बारा रुपये भार तीळ भिजत घालून धु-
ऊन, त्यांवरील सालपटें चोळून काढावीं.
मग ते स्वच्छ तीळ भाजून, खलवत्यांत
कुटून, दीड रुपया भार तांबडें तिखट व न-

ऊ मासे मीठ असे दोन पदार्थ तिळाचे पि-
ठांत मिळवावे. नंतर बारा रुपये भार तांदु-
ळांचा भात करून, निवाल्यावर त्यांत स-
दरील भुकटी मिसळून वाढावा.

२५. वेळूरी वेरडू माव् कलंद श्रादं.
(चिभुडांतील बियांचें पीठ घालून
केलेला भात).

१२ रु० भार चिभुडांतील १॥ रु० भार तांबडें ति-
बिया. खट.

९ मासे मीठ. १२ रु० भार तांदूळ.

चिभुडांतील बिया सोलून, त्यांतून बारा
रुपये भार घेऊन, खलबत्यांत घालून बारीक
कुटाव्या. मग त्या पिठांत दीड रुपया भार
तांबडें तिखट व नऊ मासे मीठ मिळवावें.
नंतर बारा रुपये भार तांदुळांचा भात करू-
न तो निवाल्यावर त्यांत वरील पीठ मिस-
ळून वाढावा.

खिचडी करण्याची रीति.

२६. साधा तुवरं परुप्प पोंगल.

(तुरीच्या डाळीची खिचडी).

१२ रु० भार तुरीची डाळ. २९ रु० भार तांदूळ.

३ रु० भार तूप.

१ रु० भार मीठ.

२ मासे जिरे.

३ मासे मिरे.

२ मासे पिठी हळद.

बारा रुपये भार तुरीची डाळ आणि पंचवीस रुपये भार तांदूळ एकत्र करून पाण्याने स्वच्छ धुऊन ठेवावे. मग चुलीवर एक पात्र ठेवून, त्यांत बेताचे पाणी ओतून त्या पाण्यास आधण येतांच त्यांत वरील खिचडी वयरावी. कढ आल्यावर तीन रुपये भार तूप, एक रुपया भार मीठ, दोन मासे जिरे आणि तीन मासे मिरे ह्यांचा भरडा व दोन मासे पिठी हळद इतके पदार्थ तींत टाकावे, व शिजली म्हणजे झांकण

घालून निखाच्यांवर ठेवावी, व वाफ येऊन मऊ मोकळी झाली म्हणजे वाढावी.

२७. वरुत्त तुवरं परुप्प शेरंद पोंगल.
(भाजलेल्या तुरीच्या डाळीची खिचडी).

१२॥ रु० भार भाजलेली तु- १। पौंड तांदूळ.
रीची डाळ. ६ रु० भार तूप.
१ रु० भार मीठ. ६ मासे तूप.
२ मासे जिरें.

पंचवीस रुपये भार तुरी भाजून भरडून पाखडाव्या, व त्यांतून साडे बारा रुपये भार डाळ व सव्वा पौंड तांदूळ एकत्र करून खिचडी धुवावी. एका भांड्यांत सव्वा पौंड पाणी घालून चुलीवर ठेवावें. आधण येतांच त्यांत सदरील खिचडी वयरावी. कढ येऊन खिचडी शिजत आली म्हणजे सहा रुपये भार तूप, एक रुपया भार मीठ, व सहा मासे तु-

पांत दोन मासे जिरें तळून तें, तींत घालावें व खिचडी शिजतांच झांकण घालून निखाच्यां-
वर ठेवावी. वाफ येऊन खिचडी मऊ मोक-
ळी होतांच काढून वाढावी.

२८. साधा पञ्च पयर पोंगल.

(मुगांचे डाळीची खिचडी).

१२ रु० भार मुगांची डाळ. २९ रु० भार तांदूळ.

२४ रु० भार तूप. ४ मासे जिरें.

१ रु० भार मीठ.

बारा रुपये भार मुगांची डाळ व पंचवी-
स रुपये भार तांदूळ एकत्र करून पाण्यानें
स्वच्छ धुऊन ठेवावे, व त्यांत बेताचें पाणी
घालून खिचडी चुलीवर शिजत ठेवावी.
कढ येऊन शिजू लागली म्हणजे चोवीस
रुपये भार तूप, चार मासे जिरें व एक
रुपया भार मीठ तींत टाकून, कलथ्या-

नें सारखी ढवळून, शिजली म्हणजे झांकण घालून निखाऱ्यांवर ठेवावी, व वाफ आल्यावर वाढावी.

२९. पञ्च पयर वरुत्त शेरंद पोंगल.
(भाजलेल्या मुगांचे डाळीची खिचडी).

१२ रु० भार मुगांची भाज- २५ रु० भार तांदूळ.
लेली डाळ. १२ रु० भार तूप.
१ रु० भार मीठ. १ रु० भार जिरें.
१ रु० भार मिरें.

बारा रूपये भार भाजलेल्या मुगांची डाळ व पंचवीस रूपये भार तांदूळ एकत्र करून खिचडी धुवावी, व तींत दुप्पट पाणी घालून तें भाडें चुलीवर ठेवावें. आधण येतांच त्यांत खिचडी वयरून खालीं चांगला जाळ लावावा. कढ येऊन गेल्यावर तींत बारा रूपये भार तूप व एक रूपया भार मीठ घालून, बोटचेंपी होतांच निखाऱ्यांवर उतरून

ठेवावी. मग एक रुपया भार जिरे व एक रुपया भार मिरे ह्यांचा भरडा तींत टाकून, कलथ्यानें हालवून झांकण घालावें. वाफ येऊन खिचडी मऊ मोकळी शिजली म्हणजे उकरून वाढावी.

३०. जापरुप् पञ्चपरुप् शेरंद पोंगल.
(चारोळ्या-मिश्रित मुगांचे डाळीची खिचडी).

१२॥रु० भार चारोळ्यांची १२॥रु० भार मुगांची डाळ.
डाळ. १२ रु० भार तूप.
१ रु० भार सांबाऱ्याचा १२॥रु० भार साखर.
मसाला. ३ मासे मीठ.

साडे बारा रुपये भार चारोळ्यांची डाळ आणि तितकीच मुगांची डाळ एकत्र करून, धुऊन चुलीवर शिजत ठेवावी. शिजत असतां तींत बारा रुपये भार तूप, एक रुपया भार सांबाऱ्याचा मसाला, साडे बारा रुपये

भार साखर व तीन मासे मीठ असे पदार्थ टाकावे, व कलथ्यानें हालवून, खिचडी शिजली म्हणजे निखाऱ्यांवर उतरून, झांकण घालून ठेवावी, व वाफ येतांच काढून वाढावी.

३१. उळितं परुप्पु शेरंद पोंगल.

(उडिदांचे डाळीची खिचडी).

६ रु० भार उडिदांची डाळ.	२९ रुपये भार तांदूळ.
६ रु० भार तूप.	६ मासे मीठ.
२ रु० भार तूप.	३ मासे मोहऱ्या.
२ मासे जिरें.	१ मासा हिंग.

सहा रुपये भार भाजलेल्या उडिदांची डाळ व पंचवीस रुपये भार तांदूळ एकत्र करून, खिचडी धुऊन चुलीवर शिजत ठेवावी. शिजतांना त्या खिचडींत सहा रुपये भार तूप व सहा मासे मीठ टाकून, कलथ्यानें हालवून भाडें निखाऱ्यांवर उतरून ठेवावे, व त्यावर झां-

कण ठेवावें. वाफ येतांच खिचडी उकरून काढावी. मग जाळावर पळी धरून तापली म्हणजे तींत दोन रुपये भार तूप घालावें, व तें तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोह्या, दोन मासे जिरें व एक मासा हिंग टाकावा, व फोडणी होतांच ती सदरील खिचडीस देऊन, सारखी कालवून वाढावी.

३२. कडलै परुप्पू शेरंद पोंगळ. (हरबऱ्याचे डाळीची खिचडी).

- १२॥ रु० भार हरबऱ्याची डाळ. २५ रु० भार तांदूळ.
१८ रु० भार तूप. १ रु० भार चिंच.
२ मासे जिरें. १ रु० भार मीठ.

साडे बारा रुपये भार हरबऱ्याची डाळ व पंचवीस रुपये भार तांदूळ एकवट करून, स्वच्छ धुऊन खिचडी चुलीवर शिजत ठेवावी. शिजत असतां तींत अठरा रुपये

भार तूप घालावें. मग एक रुपया भार चिंच पाण्यांत कुवळून, त्या पाण्यांत दोन मासे जिऱ्याचा भरडा व एक रुपया भार मीठ मिळवून तें सदरील खिचडींत ओतून, कलध्यानें सारखी हालवावी, व शिजली म्हणजे निखाऱ्यांवर ठेवून वर झांकण घालावें. वाफ येऊन खिचडी मऊ मोकळी शिजली म्हणजे वाढावी.

३३. कोळु परुप्प शेरंद पोंगल. (कुळिथांचे डाळीची खिचडी).

- १२ रु० भार कुळिथांची डाळ. २५ रु० भार तांदूळ.
१२ रु० भार तूप. १ रु० भार मीठ.
३ रु० भार तूप. २ मासे जिऱें.

२ मासे मिऱें.

बारा रुपये भार भाजलेल्या कुळिथांची डाळ आणि पंचवीस रुपये भार तांदूळ ए-

कत्र करून खिचडी पाण्यानें निर्मळ धुवावी. मग ती चुलीवर शिजत ठेवून, डाळतांदूळ बोटचेंपे होतांच त्यांत बारा रूपये भार तूप ओतावें. नंतर एक रुपया भार मीठ टाकून, कलथ्यानें खिचडी सारखी हालवून, निखाऱ्यांवर उतरून ठेवावी, व तिजवर झांकण ठेवून, वाफ येतांच पळी तापवून तींत तीन रूपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन मासे जिरें व दोन मासे मिरें टाकून, फोडणी होतांच ती वरील खिचडीस द्यावी, आणि सारखी कालवून वाढावी.

३४. कडलै अल्लद् कोळ्ळ परुप्प पोंगल.
(चणे व कुळीथ ह्यांच्या डाळींची खिचडी).

३ रु० भार चण्याची
डाळ.

३ रु० भार कुळिथांची
डाळ.

३ रु० भार ताक.

६२॥रु० भार तांदूळ.

१।।।पौंड तूप.

९ मासे मीठ.

३ रु० भार भाजणीचें
पीठ.२० रु० भार भाजी (हर-
जिनसी).३ रु० भार सोर्लीव ब-
दामगीर.

तीन रुपये भार चण्याची डाळ व तित-
कीच कुळिथांची डाळ एकवट करून, त्यांस
तीन रुपये भार ताक लावावें. मग साडे
बासष्ट रुपये भार तांदूळ स्वच्छ धुऊन
त्यांत वरील डाळी मिसळाव्या. नंतर ही
खिचडी चुलीवर शिजत ठेवावी, व शिजली
म्हणजे तींत पाउणे दोन पौंड तूप ओतावें.
वस रुपये भार चिखून शिजविलेली हरजि-
नसी भाजी, नऊ मासे मीठ, तीन रुपये भार
भाजणीचें पीठ व तीन रुपये भार सोर्लीव
बदामगीर असे पदार्थ वरील खिचडींत मि-
ळवून, निखाच्यांवर झांकण घालून ठेवावी,
व वाफ येऊन मऊ मोकळी होतांच उकरून
वाढावी.

३५. साधा पोंगल (साधी खिचडी).

१२ रु० भार तांदूळ. ६ रु० भार सहा प्रकार-
१ मासा हळद. च्या डाळी.

६ मासे मीठ.

बारा रूपये भार तांदूळ, आणि तुरी, चणे, उडीद, मूग, वाल व चवळया अशा सहा डाळी प्रत्येकीं एक तोळाप्रमाणें सर्व एकत्र करून खिचडी धुऊन शिजत ठेवावी. शिजतांना एक मासा पिठी हळद आणि सहा मासे मीठ तींत टाकून कलथ्यानें हालवावी. बोटचेंपी झाली म्हणजे निखाऱ्यांवर उतरून, झांकण घालून ठेवावी, व वाफ येतांच उकरून वाढावी.

यात्रेकरून, प्रवासी वगैरे लोक वरील प्रकारची खिचडी करून खातात, व समयविशेषीं तींत शिजतांना हरकोणतीही भाजी मिळवितात.

सर्व जिलब्यांवर वीस रुपये भार पन्नीर शिंपडून त्या वाढाव्या.

दुसरा प्रकार.

दीड पौंड अडीच रुपये भार साखरेचा पाक करून, त्यांतील मळी काढल्यावर पंधरा रुपये भार पन्नीर त्यांत टाकावें. मग दीड रुपया दोन मासे भार विलायची, चार मासे केशर आणि दोन गुंजा कस्तुरी ह्या तीन रकमा दोन रुपये भार पन्नीरमध्ये खलून वरील पाकांत मिळवाव्या. नंतर सदरीं लिहिलेल्या कृतीनें जिलब्या करून त्या ह्या पाकांत बुचकळून काढून ठेवाव्या; व त्यांवर नऊ रुपये भार पन्नीर शिंपडून, अठरा रुपये भार खडी साखरेचा भरडाही भुरभुरावा.

लाडू.

३७. बूंदी पलघारं (बूंदीचे लाडू).

पहिला प्रकार.

३०९	तीन पौंड पांच रुपये	३१।	रु० भार दहीं.
	भार चण्याच्या डा-	६।	पौंड तूप.
	ळीचें पीठ.	१९	रु० भार खडीसा-
१९	रु० भार पिठी सा-		खर.
	खर.	३	रु० भार पन्नीर.

चण्याची डाळ एक दिवस उन्हांत वाळवावी, व ती दळून पाखडून त्या पिठांतून तीन पौंड पांच रुपये भार बारीक पीठ वैचून घ्यावें. मग त्यांत सव्वा एकतीस रुपये भार दहीं मिळवून, पाणी घालून पळीवाढें कालवून एक रात्र ठेवावें. दुसरे दिवशीं तें फेंसावें, व चुलीवर कढई ठेवून तींत सव्वा सहा पौंड तूप घालावें. तूप तापतांच बूंदी पाडावयाचा झारा हातांत घेऊन त्यांत वरील पीठ वाटीनें ओतावें, व त्या

झाच्याच्या दांड्यावर हातानें ठोकावें; म्हणजे त्यांतून पीठ कढईत पडून दाणेदार बुंदी तयार होते. मग दुसऱ्या झाच्यानें दोन तीन वेळां परतून त्या कळ्या चाळणींत टाकाव्या, व त्या चाळणीखालीं पातेलें ठेवावें; म्हणजे बुंदीतील तूप त्यांत पाघळेल. नंतर ती बुंदी परातेंत घालून, तिजवर पंधरा रुपये भार वांटलेली खडी साखर व पंधरा रुपये भार पिठी साखर भुरभुरून तीन रुपये भार पन्नीरही वर शिंपडावें, व कालवून खावें.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें अडीच पौंड बुंदी पाडून, कढई चुलीवर ठेवावी, व तींत तूप टाकून तें तापलें म्हणजे त्यांत ती बुंदी घालून, पुनः तळून काढावी. मग पंचवीस रुपये भार साखरेचा पाक मळी काढून निर्मळ झाल्यावर त्यांत बुंदी टाकावी; व ती हालवून, परातेंत

ओतून निवत ठेवावी. नंतर पंचवीस रुपये भार खडी साखरेचा भरडा करून बुंदीवर भुरभुरावा. तसेंच, बारा रुपये भार पनीर तिजवर शिंपडावें, व लाडू वळून वाढावे.

तिसरा प्रकार.

वरप्रमाणें बुंदी पाडून, तिजवर पंधरा रुपये भार पाण्यांत आठ मासे केशर खलून शिंपडावें. तसेंच, तिजवर दोन पौंड सव्वा रुपया भार खडी साखरेची पूड भुरभुरून, सारखी हालवून तिचे लाडू करून वाढावे.

चौथा प्रकार.

वरप्रमाणें बुंदी पाडून, आठ मासे केशर, दोन मासे कस्तुरी व सहा मासे सोन्याचा वर्ख पंधरा रुपये भार पनीरमध्ये खलून तें तिजवर शिंपडावें, व लाडू वळावे. पाहिजे

असल्यास सोन्याचे वर्वाऐवजीं चांदीचा वर्व
मिळवावा.

पांचवा प्रकार.

उडिदांच्या डाळीच्या पिठाची वुंदी वर-
प्रमाणें पाडून, सदरील सर्व प्रकारांत सांगि-
तलेल्या रीतीनें तिचे लाडू करावे. परंतु पीठ
भिजवून तें एक रात्र व दुसरे दिवशीं प्रातः-
काळचे दहा वाजेपर्यंत ठेवून, नंतर त्याचा
उपयोग करावा.

सहावा प्रकार.

१२॥ रु० भार चणे. ३ मासे मीठ.

१० रु० भार तूप.

साडे बारा रूपये भार चणे पाण्यांत भि-
जवून त्यांवरील सालपटें काढावीं. मग त्यांत
तीन मासे मीठ मिळवून पाट्यावर बारीक

वांटावे, व त्या पिठांत थोडें पाणी घालून पळीवाढें कालवून ठेवावें. नंतर चुलीवर कढई ठेवून तींत दहा रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे कढईवर झारा धरून, त्यांत तें पीठ घालून झाल्याचे दांड्यावर ठोकावें; म्हणजे त्यांतून पीठ पडून दाणेदार बुंदी तयार होते ती काढून वाढावी.

३८. गोधुमै उंडै हळ (रव्याचे लाडू).

२९ रु० भार रवा.

२९ रु० भार तूप.

२० रु० भार पिठी साखर.

४ मासे वेलदोड्यांची पूड.

पंचवीस रुपये भार रवा तितक्याच तुपांत भाजून, त्यांत वीस रुपये भार पिठी साखर व चार मासे वेलदोड्यांची पूड मिळवून लाडू वळावे.

३९. पूशनी वेंरै उंडै. (कोंहळ्याच्या वियांचे लाडू).

१२॥ रु० भार कोंहळ्याच्या
सोलीव विया.

६ रु० भार तूप.
१२॥ रु० भार पिठी
साखर.

एक कोंहळा आणून त्यांतील विया काढून सोलाव्या. मग त्या वियांतून साडे बारा रुपये भार विया घेऊन, सहा रुपये भार तुपांत तळाव्या. नंतर साडे बारा रुपये भार पिठी साखरेचा पाक करून त्यांत त्या मिळवून लाडू करावे.

४०. तुवरं परुप्प शेरंद उंडै. (तुरीच्या पिठाचे लाडू).

१२॥ रु० भार तुरीच्या १२॥ रु० भार साखर.
डाळीचें पीठ. १२॥ रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार तुरी भाजून त्यांची स्वच्छ डाळ करावी. मग ती दळून, तीत साडे बारा रुपये भार पिठी साखर आणि तितकेंच तूप मिळवून लाडू करावे.

४१. तुवरं परुप्प उंडै.

(तुरीच्या डाळीचे लाडू).

२४ रु० भार तुरीची डाळ.

२४ रु० भार गूळ.

तुरी भाजून त्यांची स्वच्छ डाळ करावी, व तीतून चौवीस रुपये भार डाळ घ्यावी. मग चौवीस रुपये भार गुळांत थोडें पाणी घालून त्याचा पाक करून त्यांत ती डाळ मिळवून लाडू करावे.

४२. पुरी वेळांगाय (लाडू).

पहिला प्रकार.

१२॥ रु० भार साखर.

६ रु० भार खोबरे.

६ रु० भार तुरीची ६ रु० भार तूप.
किंवा मुगांची
डाळ.

साडे बारा रुपये भार साखरेचा पाक मळी काढून निर्मळ करावा, व सहा रुपये भार खोबऱ्याचे बारीक बारीक तुकडे करून, सहा रुपये भार तुपांत तळून काढावे. तसेंच, त्या शेष राहिलेल्या तुपांत सहा रुपये भार तुरीची किंवा मुगांची डाळ तळावी. मग खोबरे व डाळ सदरील पाकांत मिळवून कांहीं वेळानें लाडू वळावे.

दुसरा प्रकार.

१२॥ रु० भार साखर. ६ रु० भार तुरीची किंवा मुगांची डाळ.

साडे बारा रुपये भार साखरेचा पाक करून, त्यांत सहा रुपये भार तुरीची किंवा

मुगाची डाळ भाजून मिळवावी व निवाल्या-
वर लाडू करावे.

४३. तितिप्पु येळु उंडै (तिळांचे लाडू).

२९ रु० भार तीळ.

२९ रु० भार गूळ.

पंचवीस रुपये भार तीळ भाजून, त्यांत
पंधरा रुपये भार गुळाचा पाक करून मिळ-
वावा, व ठरल्यावर त्याचे लाडू करावे.

४४. मुंदिरी परुप्पु उंडै (काजूचे लाडू).

१२॥ रु० भार काजूची डाळ.

२९ रु० भार साखर.

साडे बारा रुपये भार काजूची स्वच्छ डाळ
घेऊन, पंचवीस रुपये भार साखरेचा पाक
करून त्यांत मिळवावी, व ठरल्यावर लाडू
करावे.

४५. कडलै माव् तितिप्पु उंडै. (चण्याच्या पिठाचे लाडू).

२९ रु० भार चण्याची डाळ. १८ रु० भार तूप.
१२॥रु० भार जिऱ्याचें १२॥रु० भार साखर.
पीठ.

पंचवीस रुपये भार चण्याची डाळ भा-
जून दळावी. मग चुलीवर कढई ठेवून, तीं-
त अठरा रुपये भार तूप घालून, तापलें म्ह-
णजे त्यांत वरील पीठ घालावें, व तें शिऱ्या-
प्रमाणें भाजतांच साडे बारा रुपये भार जि-
ऱ्याचें पीठ व तितकीच साखर त्यांत मिळ-
वून परतून, कढई खालीं उतरावी. नंतर
त्याचे लाडू वळून वाढावे.

४६. शेवखंडांचे लाडू.

२९ रु० भार चण्याचें किंवा ३ रु० भार तूप.
तांदुळाचें पीठ. २९ रु० भार तूप.
२९ रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार चण्याचे किंवा तां-
दुळाचे पिठांत तीन रुपये भार तुपाचें मोह-
न घालून, भिजवून एक दिवस ठेवावें. मग
त्यांत पाणी घालून घट्ट कालवावें, व चुली-
वर कढई ठेवून, तींत पंचवीस रुपये भार
तूप घालावें, व तापलें म्हणजे, जिलबी-पा-
त्राप्रमाणें पात्र असून त्यास खालील बाजू-
स तीन भोंकें असतात अशा पात्रांत सदरीं
कालवून ठेविलेलें पीठ ओतावें. नंतर त्या
पात्राचीं तीन भोंकें बोटांनीं दाबून धरून
कढईत त्याचीं वेंटोळीं पाडावीं, व तळून
झाल्यावर त्यांचे लहान लहान तुकडे करू-
न, पंचवीस रुपये भार साखरेच्या पाकांत टा-
कून, निवाल्यावर लाडू करावे.

४७. मुक्कुळी पणिघारं (घीवर).

२९ रु० भार चण्याचें १० रु० भार तूप.
किंवा तांदुळांचें २० रु० भार दूध.

पीठ अथवा द- २५ रु० भार तूप.
ळलेला रवा. १॥पौंड साखर.

पंचवीस रुपये भार चण्याचें किंवा तां-
दुळांचें पीठ अथवा बारीक दळलेला रवा घे-
ऊन, त्यास दहा रुपये भार तूप चोळावें, व तो
थोडें पाणी घालून घट्ट भिजवून एक दिवस
दडपून ठेवावा. दुसरे दिवशीं वरील पिठांतून
थोडथोडें पीठ परातेंत घेऊन, त्यांत दूध
घालून तार येईपर्यंत चांगलें फेंसावें. मग
ज्यालातीन खोल खळगे असतात असें
घीवर-पात चुलीवर ठेवून, त्या तीन खळ-
ग्यांचे निमे भागांत पंचवीस रुपये भार
तुपांतून तूप घालावें, व तें तापलें म्हणजे
एका पातेलींत वरील फेंसलेलें पीठ घेऊन,
दरएक खळग्यास पातेली लावून, पिठाची
धार ओतीत ओतीत हात हळू हळू उंच उच-
लावा; म्हणजे तूप दरदरून वर येणार नाही.
कदाचित् आल्यास धार अंमळ बंद करून

पुनः ओतांवी. अशा रीतीनें घीवर पाडून ते परतावे. नंतर दीड पौड साखरेचा पाक करून, त्यांत ते बुचकळावे, व पाक चांगला भरतांच काढून वाढावे.

पोळ्या.

४८. पेरिय पणिघारं (पुरणपोळी).

२९ रु० भार चण्याची डाळ.	२९ रु० भार साखर
३ मासे विलायची दाणे.	किंवा गूळ.
३० रु० भार कणीक.	३ मासे मीठ.
६ मासे तेल.	१० रु० भार तांदुळांची पिठी.

पंचवीस रुपये भार चण्याची डाळ निवडून शिजवावी. मग तींतील पाणी वेळून पंचवीस रुपये भार साखर किंवा गूळ तींत मिळवून, पुरण पातळ झाल्यास पुनः चुलीवर ठेवून, एक कढ येऊं द्यावा; म्हणजे तें आळून ठीक होईल. नंतर तें पळीनें घाटून

परातेंत उपसावें, व त्यांत तीन मासे विला-
यची दाण्याची पूड मिळवून तें पाट्यावर
बारीक वांटावें.

तीस रुपये भार कणीक भिजवून मळून
तिंबून तयार झाल्यावरं, तीन मासे मीठ व सहा
मासे तेल एकत्र करून, तिंबलेल्या कणकेस
लावावें, व ती पुनः तिंबावी. मग ह्या कणकेंतून
थोडी कणीक व बेतानें पुरणाचा गोळा घेऊन,
तो त्या कणकेंत भरून गोळा करावा, व त्यावर
पिठी लावून, पोळपाटावर लाटून त्याची पो-
ळी करावी. नंतर ती तव्यावर टाकून दोनही
अंगांनीं भाजून काढून, लोणकढें तूप किंवा
गायीचें दूध अथवा कांकडी ह्यांशीं खावी;
म्हणजे पचन होतें.

- ४९. पञ्च पयर पणिघारं.

(मुगाच्या डाळीची पुरणपोळी).

२९ रु० भार मुगांची डाळ. २९ रु० भार गूळ.

- | | |
|------------------|-------------------------------|
| ४ मासे वेलदोडे. | १ मासा कापूर. |
| ३० रु० भार कणीक. | ३ मासे मीठ. |
| ६ मासे तेल. | १० रु० भार तांदुळाची
पिठी. |

पंचवीस रुपये भार मुगांची डाळ चांगली सोलीं व घेऊन, फडक्यांत बांधून आधणाचे पाण्यांत शिजत ठेवावी, व किंचित् कच्ची आहे तोंच बाहेर काढावी, इतक्यांत ती चांगली शिजते. मग तींत पंचवीस रुपये भार गूळ घालून, चार मासे वेलदोड्यांची पूड व एक मासा कापूर तींत मिसळून, पाट्यावर पुरण बारीक वांटावें.

तीस रुपये भार कणीक भिजवून, मळून तिंबून तयार झाली म्हणजे तिला तीन मासे मीठ व सहा मासे तेल एकत्र करून लावावें, व ती पुनः तिंबावी. मग ह्या कणकेंतून थोडी कणीक घेऊन, तींत सदरील पुरणाचा गोळा भरून वाटोळा गोळा करावा. नंतर त्यास पिठी लावून, पोळपाटावर लाटू-

न त्याची पोळी करावी, व ती चुलीवरील तव्यावर टाकून दोनही अंगांनी भाजून लोणकढें तूप अथवा दूध ह्यांशीं खावी.

५०. तुवरै उंडै.

(तुरीच्या डाळीची पुरणपोळी).

सदरीं चण्याच्या डाळीचे पुरणाची पोळी करण्यास सामान व कृति सांगितली आहे, त्याचप्रमाणें चण्याचे डाळीऐवजीं तुरीच्या डाळीचें पुरण करून त्याच्या पोळ्या कराव्या.

५१. डाळेंपोळी.

२९ रु० भार कणीक.

२ रु० भार तूप.

२० रु० भार डाळें.

१० रु० भार तांदुळाची पिठी.

पंचवीस रुपये भार कणकेंत दोन रुपये भार तुपाचें मोहन घालून ती भिजवून ठेवावी. मग ती मळून तिंबून तयार करावी.

नंतर वीस रुपये भार फुटाणे चोळून, त्यां-
रील सालपटें काढून स्वच्छ डाळ करावी,
व ती वांटून बारीक पीठ करावें.

चुलीवर तवा ठेवून, सदरील कणकेच्या
गोळींत वरील डाळीचें पीठ बेतानें भरून,
गोळा करून त्यास पिठी लावावी, व त्या-
ची पोळी लाटून तव्यावर टाकावी. दोनही
अंगांकडून भाजली म्हणजे काढून तुपा-
बरोबर खावी. वरतीं दूध प्यावें अथवा कांकडी
खावी, म्हणजे पचन होईल.

५२. गोधुमै मंडिघै अडै (पोळ्या)

२९ रु० भार रवा. ६ रु० भार दूध.
२ मासे मीठ.

पंचवीस रुपये भार रवा सहा रुपये भार
दुधांत भिजवून, त्यांत दोन मासे मीठ मिळ-
वावें. मग तें पीठ मळून चांगलें तिंबावें.

नंतर एका कोऱ्या माठाचें तोंड फोडून, त्याचे बुडास चुना लावून, बूड वर करून तो चुलीवर ठेवावा, व वरील पिठाची एक रुपया भार वजनाची गोळी घेऊन, तिची पोळी पातळ लाटून करावी, आणि माठावर टाकून भाजून काढावी.

५३. गोधुम नुई सुरुळै (पोळ्या).

२९ रु० भार रवा.

६ रु० भार दूध.

१ पौंड दूध.

१० रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार रवा सहा रुपये भार दुधांत भिजवून कुटून गोळा करावा. मग त्याच्या एक रुपया भार वजनाच्या लाट्या लाटून, पाण्यांत शिजवून एक पौंड दूध व दहा रुपये भार साखर ह्यांत मिळवून खाव्या.

५४. पांढरी पोळी.

२६ रु० भार मैदा.	६ मासे मीठ.
२ रु० भार तूप.	६ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार मैदा अथवा कणीक घेऊन, तीत सहा नासे मीठ व दोन रुपये भार तूप मिळवून भिजवावी. मग ती मळून चांगली तिंबली म्हणजे तिच्यांतून लिंबा एवढी गोळी घेऊन, पोळपाटावर पातळ पोळी लाटावी, व ती चुलीवरील तव्यावर टाकून फुगली म्हणजे काढावी, आणि तूप चोपडून, आंबरस किंवा साखर ह्यांशीं खावी.

रोट्या.

५५. गोधुमै रुट्टी.

(गव्हाच्या पिठाची रोटी).

२९ रु० भार मैदा.	२ रु० भार तूप.
१० रु० भार तूप.	१० रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार मैद्यांत दोन रुपये भार तुपाचें मोहन घालून भिजवावा. मग तें पीठ मळून चांगलें तिंबल्यावर त्याच्या जाड रोठ्या करून भाजाव्या, आणि दहा रुपये भार तूप व दहा रुपये भार साखर ह्यांशीं खाव्या. पाहिजे असल्यास पाण्याऐवजीं दहा रुपये भार दुधांत मैदा भिजवावा; म्हणजे ती दशमी फराळास उपयोगीं येईल.

ह्या रोठ्या प्रवासकाळीं उंसाचे रसाशीं खातात, व तो न मिळाल्यास दहा रुपये भार तुपांत तळून खातात.

५६. कडलै रुट्टी (चण्याचे पिठाची रोटी).

२९ रु० भार चण्याच्या ६ मासे मीठ.
डाळीचें पीठ.

चण्याच्या किंवा तुरीच्या डाळीचें पीठ पंचवीस रुपये भार घेऊन त्यांत सहा मासे

मीठ मिळवून भिजवावें. मग त्या पिठाच्या
रोट्या करून भाजून तुपाशीं खाव्या.

परोटे.

५७. गोधुमै नुई रुट्टी.

(रव्याचा परोटा).

२५ रु० भार रवा. ३ रु० भार तुपाचें मोहन.
१० रु० भार तूप. १० रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार रव्यांत तीन रुपये
भार तुपाचें मोहन घालून भिजवावा, व मळून
तिंबावा. मग त्याचे मोठाले गोळे करावे, व दर
एकाची जाड पोळी लाटून तिला दहा रुपये
भार तुपांतून थोडथोडें तूप लावून चौघडी क-
रून पुनः लाटावें. नंतर चुलीवरील तव्यावर
तो परोटा टाकून भाजला म्हणजे त्यावर बा-
कीचें तूप टाकीत जाऊन, चांगला खरपूस

झाला म्हणजे काढून दहा रुपये भार सा-
खरेशीं खावा.

५८. तुवरं परुप्प रूष्टी.

(तुरीच्या पिठाचा परोटा).

२९ रु० भार तुरीची डाळ. ४ रु० भार तांदूळ.

६ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार तुरीची डाळ व चा-
र रुपये भार तांदूळ एकत्र करून भिजत
घालावे. भिजले म्हणजे काढून उखळांत घा-
लून, त्यांत थोडें पाणी घालून गरगटावे. म-
ग त्याचा परोटा करून तव्यावर टाकावा, व
किंचित् भाजतांच त्यावर सहा रुपये भार तु-
पांतून थोडथोडें तूप टाकून खरपूस होतां-
च काढून वाढावा.

५९. पञ्चपयरं अरशी मावुं शेरंद रुष्टी.

(तांदूळ व मूग ह्यांच्या पिठाचा परोटा).

१२॥ रु० भार तांदुळांचें १२॥ रु० भार मुगांच्या डा-
पीठ. ळींचें पीठ.

४ मासे मीठ.

६ रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचें पीठ व तितकेंच मुगांच्या डाळींचें पीठ एकत्र करून, त्यांत चार मासे मीठ मिळवून भिजवावें. मग चुलीवर काशाचें ताट ठेवून, वरील पिठाचे चार गोळे करावे. मग त्या दर एक गोळ्याचा परोटा करून, तो ताटावर टाकून, किंचित् भाजतांच त्यावर सहा रुपये भार तुपांतून थोडथोडें तूप टाकावें, व परतून खरपूस होतांच काढून वाढावा.

उंडे.

६०. कडलै त्वयल.

(हरभच्यांच्या पिठाचे उंडे).

२९ रु० भार चण्याची डाळ. २९ रु० भार साखर.
 १२॥ रु० भार तांदुळांचें पीठ. १२॥ रु० भार उडि-
 २ रु० भार तूप. दांचें पीठ.
 २९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार चण्याची चांगली डाळ शिजवून, आंतील पाणी निथळून काढावें. मग पंचवीस रुपये भार साखर तीत मिळवून पाट्यावर बारीक वांटावी; व तिचे सुपारी एवढे गोळे करून ठेवावे. नंतर साडे बारा रुपये भार तांदुळांचें पीठ व तितकेंच उडिदांचें पीठ एकवट करून त्यास दोन रुपये भार तूप चोळावें, व तें पीठ दाट कालवावें.

चुलीवर तळणी ठेवून तीत पंचवीस रुपये भार तूप घालावें, व तें तापलें म्हणजे सद-

रील पुरणाचे गोळे त्या कालविलेल्या पिठांत बुडवून तळणीत टाकावे; म्हणजे भजांप्रमाणें तळून निघतात.

६१. कडलयुं गोधुमै मावुं शेरंद पलघारं.
(चणे व गहूं ह्यांच्या पिठाचे उंडे).

२९ रु० भार चण्याची डाळ. २९ रु० भार गूळ.
२९ रु० भार मैदा. २ रु० भार तूप.
२९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार चण्याची चांगली डाळ शिजवून, तींतील पाणी वेळून काढावें. मग पंचवीस रुपये भार गूळ तींत मिळवून, तें पुरण पाट्यावर बारीक वांटावें. नंतर पंचवीस रुपये भार मैद्यास दोन रुपये भार तूप चोळून, भिजवून मळावा; व त्यास तुपाचा हात लावून, त्याच्या पापड्या हातांनी वाटीसारख्या खोलगट करून, त्यांत वरील पुरण भरून तोंडें बंद करून गोळे करावे,

आणि लागलीच चुलीवर तळणी ठेवून, तींत पंचवीस रुपये भार तूप घालून, त्यांत ते तळून काढून वाढावे.

६२. उळितुंडै (उडिदांचे उंडे).

२९ रु० भार उडिदांचें पीठ. २९ रु० भार साखर.
 ३ रु० भार तूप. १ रु० भार विलायची.
 २९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार उडिदांचे पिठांत तितकीच साखर, तीन रुपये भार तुपाचें मोहन व एक रुपया भार विलायचीची पूड इतके जिनस मिळवून पीठ भिजवावें व मळावें. मग चुलीवर कढई ठेवून तींत पंचवीस रुपये भार तूप टाकावें, व तें तापतांच त्यांत सदरील पिठाचे आंवळ्या एवढे गोळे करून टाकावे, व तळून काढून वाढावे.

६३. तुवरै त्वयल (तुरीच्या पिठाचे उंडे).

२९ रु० भार तुरीची डाळ.	२९ रु० भार साखर
१० रु० भार उडिदांचें	किंवा गूळ.
पीठ.	१० रु० भार तांदुळांचें
२ रु० भार तूप.	पीठ.
२९ रु० भार तूप.	

पंचवीस रुपये भार तुरीची डाळ आध-
णाचे पाण्यांत वयरून, शिजली म्हणजे वे-
ळावी. मग तींत पंचवीस रुपये भार साखर
किंवा गूळ मिळवून, पाट्यावर बारीक वां-
टून, पुरण करून ठेवावें. नंतर दहा रुपये
भार उडिदांचें पीठ आणि तितकेंच तांदु-
ळांचें पीठ एकत्र करून, त्यांत दोन रुपये
भार तुपाचें मोहन घालावें, व तें पीठ भि-
जवून, पळीवाढें कालवून ठेवावें. चुलीवर
तळणी ठेवून, तींत पंचवीस रुपये भार तूप
घालावें, व तें तापतांच वरील पुरणाचे सुपारी
एवढे गोळे करून, कालविलेल्या पिठांत

बुचकळून तळणींत टाकावे, व तळून काढून वाढावे.

६४. अरशी माव् उंडै.

(तांदुळांच्या पिठाचे उंडे).

पहिला प्रकार.

२९ रु० भार तांदुळांचें
पीठ.

२९ रु० भार उडिदांचें
पीठ.

४ रु० भार तूप.

२० रु० भार चण्याची डाळ.

२९ रु० भार गूळ.

१ रु० भार विलायची.

२० रु० भार कणीक.

२९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार तांदुळांचें पीठ व तित-
केंच उडिदांचें पीठ एकत्र करावें, व त्यांत
चार रुपये भार तुपाचें मोहन घालून, घट्ट
भिजवून एक दिवसपर्यंत ठेवावें. दुसरे दि-
वशीं बीस रुपये भार चण्याची डाळ शिज-
वून वेळावी, व तींत पंचवीस रुपये भार गू-
ळ मिळवून, पाट्यावर पुरण बारीक वांटावें.

वीस रुपये भार तांदुळांचें पीठ व आठ रुपये भार उडिदांचें पीठ एकत्र करून, त्यास तीन रुपये भार तूप चोळावें. मग पंचवीस रुपये भार गूळ व सहा मासे विलायचीची पूड त्यांत मिळवून, किंचित् पाणी घालावें, व मळून घट्ट गोळा करावा. नंतर चुलीवर कढई ठेवून, तींत पंचवीस रुपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत वरील पिठाचे आंवळ्या एवढे गोळे करून टाकावे, व तळले म्हणजे काढून वाढावे.

६५. पञ्च पयर उंडै (मुगाच्या पिठाचे उंडे).

२९ रु० भार मुगांची डाळ.	२० रु० भार साखर.
१ रु० भार जायपत्री.	१ रु० भार जाय-
१ रु० भार लवंगा.	फळ.
१ रु० भार विलायची.	२९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार मुगांची डाळ दळून, त्या पिठांत वीस रुपये भार साखर, एक रु-

पया भार जायपत्री, एक रुपया भार जाय-
फळ, एक रुपया भार लवंगा आणि एक
रुपया भार विलायची ह्या चार रकमांची पू-
ड मिळवून, भिजवून मळावें, व त्याचा घट्ट
गोळा करून ठेवावा. मग चुलीवर कढई
ठेवून, तीत पंचवीस रुपये भार तूप घालून,
तें तापतांच त्यांत वरील पिठाचे आंवळ्या
एवढे गोळे करून टाकावे, व तळून काढू-
न वाढावे.

६६. येळुं अरशी मावुं शेरंद स्वचल.
(तीळगुळाचे उंडे).

१२॥ रु० भार तीळ.

१९ रु० भार गूळ.

६ रु० भार उडिदांचें
पीठ.

६ रु० भार तांदुळांचें
पीठ.

२० रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार तीळ भाजून, त्यां-
त पंधरा रुपये भार गूळ मिळवून गोळा क-

रावा, व त्याचे लहान लहान उंडे करून ठेवावे. मग सहा रूपये भार उडिदांचें पीठ व तितकेंच तांदुळांचें पीठ एकत्र करून पाणी घालून कालवावें. नंतर चुलीवर कढई ठेवून, तीत वीस रूपये भार तूप घालून, तें तापतांच वरील उंडे कालविलेल्या पिठांत बुचकळून त्यांत टाकावे, व तळून काढून वाढावे.

६७. कडलयुं अरशी मावुं शेरंद कोळु कट्टई.

(उकडउंडे).

१२॥ रु० भार चण्याची
डाळ.

६ मासे मीठ.

२९ रु० भार तांदुळांचें
पीठ.

४ रु० भार तूप.

साडे बारा रूपये भार चण्याची डाळ शिजवून पाट्यावर बारीक वांटावी. मग त्या पिठांत पंचवीस रूपये भार तांदुळांचें पीठ, सहा मासे मीठ व चार रूपये भार तूप मि-

ळवून, पाणी घालून पीठ चांगलें मळावें. नंतर एका पातेल्यांत पाणी घालून, रुमालानें त्याचें तोंड बांधून चुलीवर ठेवावें, व त्या रुमालावर वरील पिठाचे उंडे करून ठेवून, वरतीं झांकण घालावें. उंडे उकडून तयार होतांच जमिनीवर घास पसरून, त्यावर निवत ठेवावे, व नंतर वाढावे.

६८. तुवरै रुष्टी (तुरीच्या डाळीचे उंडे).

६ रु० भार तुरीची डाळ. १ ओला नारळ.

३ मासे मीठ. १० रु० भार तूप.

सहा रुपये भार तुरीची डाळ पाण्यांत घालावी. भिजली म्हणजे वेळून, एका ओल्या नारळांतील खोबरें किसून तींत मिळवावें. मग दगडाच्या उखळांत घालून गरगटावें. एकजीव झाला म्हणजे काढून, त्या पिठांत तीन मासे मीठ मिळवून, त्याचे लहान लहान गोळे करून ठेवावे. नंतर चुलीवर त-

ळणी ठेवून, तीत दहा रुपये भार तूप घालून, तापले म्हणजे त्यांत वरील उंडे घालावे, व तळून काढून वाढावे.

घारगे.

६९. साधा पणिघारं (साधे घारगे).

२९ रु० भार फुटाणे.
४ मासे वेलदोड्यांची
पूड.

१० रु० भार साखर.
६ रु० भार गव्हांचा
रवा.

२ रु० भार तूप.

१९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार फुटाणे भरडून त्यांची स्वच्छ डाळ करून दळावी. मग त्या पिठांत दहा रुपये भार साखर आणि चार मासे वेलदोड्यांची पूड मिळवावी. नंतर सहा रुपये भार रव्यांत दोन रुपये भार तुपाचे मोहन घालून, तो वरील पिठांत मिळवून, पाणी घालून ते पीठ भिजवावे, व मळून

त्याचे धारगे करून ठेवावे. चुलीवर कढई ठेवून, तीत पंधरा रुपये भार तूप घालून, तें तापतांच त्यांत सदरील धारगे घालून तळून वाढावे.

७०. पञ्च पयरी नाल शद्ध पणिधारं.

(मुगाच्या पिठाचे धारगे).

२० रु० भार मुगांची डाळ.	६२॥ रु० भार साखर.
६ मासे विलायचीची पूड.	२० रु० भार तांदुळांचे पीठ.
२० रु० भार उडिदांचे पीठ.	११ पौंड तूप.

वीस रुपये भार मुगांची डाळ शिजवून वेळावी, व तीत साडे बासष्ट रुपये भार साखर व सहा मासे विलायचीची पूड मिळवून, वांटून गोळा करावा. मग वीस रुपये भार तांदुळांचे पीठ व तितकेच उडिदांचे पीठ एकत्र करून, त्यास चार रुपये भार तूप चोळा-

वें, व तें वरील पुरणांत एकवट करून, पाणी घालून मळावें.

चुलीवर कढई ठेवून, तींत सव्वा पौंड तूप घालून, तें तापतांच त्यांत वरील पिठाचे धारगे करून टाकावे, व तळून वाढावे.

७१. अरशी माव पणिघारं.

(तांदुळांच्या पिठाचे धारगे)

२५ रु० भार साखर किंवा २५ रु० भार तांदुळांचें पीठ.

गूळ.

२० रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार साखरेचा किंवा गुळाचा पाक करून, त्यांत पंचवीस रुपये भार तांदुळांचें पीठ मिसळावें. मग चुलीवर कढई ठेवून, तींत वीस रुपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत वरील पिठाचे धारगे करून टाकावे, आणि तळून वाढावे.

७२. इंजी पणिघारं (आल्याचे घारगे).

१० रु० भार साखर.	६ रु० भार आलें.
३० रु० भार तांदुळांचें पीठ.	२० रु० भार तूप.

वीस रुपये भार साखरेचा पाक करून, सहा रुपये भार आलें सोलून किसून त्यांत मिळवावें. मग तीस रुपये भार तांदुळांचें पीठ त्यांत मिसळून, गोळा करून ठेवावा. नंतर चुलीवर कढई ठेवून तींत वीस रुपये भार तूप घालून, तापतांच त्यांत वरील पिठाचे घारगे करून सोडावे, आणि तळून वाढावे.

७३. पुशानिक्काय पणिघारं. (कोंहळ्याचे घारगे).

२५ रु० भार गूळ.	२५ रु० भार कोंहळ्याचा कीस.
२५ रु० भार तांदुळांचें पीठ.	३ रु० भार तूप.
२५ रु० भार तूप.	

पंचवीस रुपये भार गुळाचा पाक करावा. मग कोंहळ्यावरील साल, आंतील बिया व कापसासारखा भाग असतो तो काढून टाकावा, व गाभा किसून त्यांतून पंचवीस रुपये भार कीस व पंचवीस रुपये भार तांदुळांचें पीठ एकत्र करून, त्यास तीन रुपये भार तूप लावावें, व तें पीठ वरील पाकांत मिळवून, मळून त्याचे धारगे करून ठेवावे. नंतर चुलीवर कढई ठेवून, तींत पंचवीस रुपये भार तूप घालावें, व तें तापतांच त्यांत वरील धारगे घालून तळून वाढावे.

७४. तयर पणिघारं (दहीं-धारगे).

प्रहिला प्रकार.

- १११॥ पौंड घट्ट व गोड सायी- ३२ रु० भार रवा.
सकट दहीं- ९ रु० भार लोणी
२ पौंड तूप. किंवा घट्ट तूप.
४१ पौंड साखर.

साडे पंधरा पौंड घट्ट व गोड सायास-
कट दहीं आणून, पूर्व रात्रीं रुमालांत बांधू-
न खुंटीस टांगून ठेवावें. दुसरे दिवशीं का-
ढून, त्यांत बत्तीस रुपये भार रवा व नऊ
रुपये भार लोणी किंवा घट्ट तूप मिळवून
मळावें. मग चुलीवर कढई ठेवून, तींत दो-
न पौंड तूप घालून, तें तापतांच त्यांत वरी-
ल पिठाचे धारगे करून टाकावे, व तळून
काढून ठेवावे. नंतर सव्वा चार पौंड साख-
रेचा पाक करून, त्यांत ते धारगे बुचकळून,
पाक मुरतांच काढून वाढावे.

दुसरा प्रकार.

वर लिहिल्याप्रमाणें दहीं तयार करून,
त्यांत रवा व लोणी किंवा तूप मिळवावें. म-
ग पंधरा रुपये भार भरड वांटलेले सोलीव
बदामगीर, एक रुपया भार खललेलें केशर
आणि पंधरा रुपये भार वेलदोड्यांची पूड

अशा तीन रकमा सदरील पिठांत मिसळून तें पीठ चांगलें मळावें. नंतर सव्वा सहा पौंड खडी किंवा पिठी साखरेचा पाक करून, नऊ रुपये भार पन्नीर त्यांत घालून, खाली उतरून ठेवावा, व चुलीवर कढई ठेवून, तीत दोन पौंड तूप टाकून, तापलें म्हणजे त्यांत वरील पिठाचे धारगे करून घालावे, आणि तळून होतांच पाकांत सोडून, दोन तास मुरल्यावर काढून वाढावे.

७५. वेण्यै पणिघारं (लोण्याचे धारगे).

१२॥ रु० भार तांदूळ.
२ मासे मीठ.

१२॥ रु० भार लोणी.
१२॥ रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार तांदूळ पाण्यांत घालून, भिजले म्हणजे कुटून बारीक पीठ करावें. मग त्या पिठांत साडे बारा रुपये भार लोणी व दोन मासे मीठ मिळवून, त्याचे

घारगे करून ठेवावे. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून, तीत साडे बारा रुपये भार तूप टाकून, तें तापतांच त्यांत वरील घारगे घालून तळून वाढावे.

७६. नीयुं अरशी मावुं शेरत् शैच्यपट्ट
पुळित्त पणिघारं.

(तांदुळांच्या व उडिदांच्या पिठाचे घारगे).

१२॥ रु० भार तांदुळांचें
पीठ.

६ मासे जिरे.

६ मासे मीठ.

१२॥ रु० भार उडिदां-
चें पीठ.

६ मासे मिरे.

१० रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचें पीठ आणि तितकेंच उडिदांचें पीठ एकत्र करून, भिजवून दोन दिवस आंबवत ठेवावें. मग त्या पिठांत सहा मासे जिरे व सहा मासे मिरे ह्यांचा भरडा आणि सहा मासे मीठ मिसळून मळावें. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून,

तीत वीस रुपये भार तूप घालून, तापलें म्हणजे त्यांत सदरील पिठाचे धारगे करून घालावे, व तळून झाल्यावर काढून वाढावे.

७७. येळुं गोधुमै मावुं शेरंद पणिघारं.

२९ रु० भार मैदा. २ रु० भार तूप.
 १२॥रु० भार सफा के- १२॥रु० भार गूळ.
 लेले तीळ. १९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार मैद्यांत दोन रुपये भार तुपाचें मोहन घालून भिजवावा. मग त्याच्या लाट्या लाटून, साडेबारा रुपये भार सफा केलेले तीळ आणि तितकाच गूळ एकत्र करून, त्यांतून थोडथोडें पुरण वरील पापडीवर घालावें, व चोहोंकडून दुमडून गोळा करून, लाटण्यानें धारग्या इतका मोठा लाटावा. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून, तीत पंधरा रुपये भार तूप घालून, तें

तापतांच त्यांत सदरील धारगे सोडून, तळून वाढावे.

कानवले.

७८. खरजुरक्काय (कानवले).

पहिला प्रकार.

२५ रु० भार तीळ.

२० रु० भार गूळ.

२५ रु० भार तांदुळांचें.
पीठ.

२ रु० भार तूप.

२० रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार निवडलेले तीळ पाण्यांत भिजत घालून एका तासानें काढावे, व त्यांवरिल सालपटें चोळून काढून स्वच्छ पांढरे करावे. मग त्यांत वीस रुपये भार गूळ मिळवून गोळा करून ठेवावा. नंतर पंचवीस रुपये भार तांदुळांच्या पिठांत दोन रुपये भार तुपाचें मोहन घालून भिजवून मळावें, व चुलीवर कढई ठेवून, तींत वीस रुपये भार

तूप टाकावें, व तें तापतांच तांदुळाचे पिठा-
च्या थापट्या करून, त्यांवर वरील पुरण थो-
डथोडें घालून, दुमडून कानवले करावे. मग
ते कढईत घालून तळून काढावे. हे खाल्यानें
कामेच्छा होते.

दुसरा प्रकार.

- | | |
|----------------------------------|-----------------|
| १२ रु० भार तीळ. | ६ रु० भार गूळ. |
| १९ रु० भार तांदुळां-
चें पीठ. | १० रु० भार तूप. |

बारा रुपये भार तीळ वरप्रमाणें सालपटें
काढून स्वच्छ करावे. मग ते भाजून वांटून
त्यांत सहा रुपये भार गूळ मिळवावा. नंतर
पंधरा रुपये भार तांदुळांचें पीठ भिज-
वून, त्यांच्या थापट्या करून दर एकीवर थो-
डथोडें सारण घालावें, व दुमडून मुरड घाला-
वी. मग चुलीवरील तळणींत दहा रुपये भार

तूप घालून, तापलें असतां त्यांत वरील कानवले घालून तळून काढावे.

तिसरा प्रकार.

२९. रु० भार मैदा.	३ रु० भार तूप.
१२॥ रु० भार सफा केलेले तीळ.	१२॥ रु० भार गूळ.
	१९ रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार मैद्यांत तीन रुपये भार तुपाचें मोहन घालून भिजवावा. मग तो मळून त्याच्या लाव्या लाटून ठेवाव्या. साडे बारा रुपये भार सफा केलेले तीळ आणि तितकाच गूळ एकत्र करून, त्यांतून थोडथोडें बाकर वरील पापडीवर घालून, दुमडून कानवले करावे. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून, तींत पंधरा रुपये भार तूप घालावें. तूप तापतांच त्यांत कानवले घालून तळून काढावे.

चौथा प्रकार.

२५ रु० भार तांदुळांचें पीठ. २ रु० भार तूप.
१५ रु० भार सफा केलेले तीळ. १५ रु० भार गूळ.

पंचवीस रुपये भार तांदुळांचे पिठांत दोन रुपये भार तुपाचें मोहन घालून आधणाच्या पाण्यानें भिजवून ठेवावें. मग तें मळून, त्याच्या लाट्या लाटून, पंधरा रुपये भार सफा लेलेले तीळ आणि तितकाच गूळ एकवट करावा, व त्यांतून थोडथोडें पुरण पापडीवर घालून, दुमडून कानवले करावे. नंतर चुलीवर पातेलें ठेवून, त्यांत पाणी घालून, त्या पातेल्याचें तोंड रुमालानें बांधावें, व त्या रुमालावर कानवले ठेवून, वरतीं झांकण घालावें. उकडले म्हणजे ते काढून वाढावे. ह्यांच्या योगानें मांघ येतें.

पांचवा प्रकार.

२५ रु० भार तांदुळांचें पीठ. २ रु० भार तूप.

६ रु० भार हरभन्त्या-
ची डाळ.

६ रु० भार सफा
केलेले तीळ.

१२ रु० भार गूळ.

पंचवीस रुपये भार तांदुळांचे पिठांत दो-
न रुपये भार तुपाचें मोहन मिळवून आधणाचें
पाणी घालून भिजवावें. मग तें मळून त्या-
च्या लाट्या लाटून ठेवाव्या, व सहा रुपये
भार हरभन्त्याची डाळ शिजवून, तींत सहा
रुपये भार सफा केलेले तीळ व बारा रुपये
भार गूळ मिळवून, पुरण वांटावें. ह्या पुरणां-
तून थोडथोडे पुरण दर एक पापडीवर घालून,
दुमडून कानवले करावे, व ते वरप्रमाणें उ-
कडून वाढावे.

७९. यरुकंगाय कोळु कट्टई.
(उकड-कानवले).

११ पौंड तांदूळ.

३ रु० भार तूप.

२९ रु० भार तुरीची डाळ.

२९ रु० भार गूळ.

सव्वा पौंड उत्तम सडीक तांदूळ पाण्यांत घालून, भिजले म्हणजे काढून कांहीं वेळ तसेच पाघळत ठेवावे; म्हणजे ते कोरडे होतात. मग ते खलवत्यांत कुटून सुपांत काढावे, व त्यांतून बारीक पीठ पंचवीस रूपये भार वेंचून घेऊन, त्यास तीन रूपये भार तूप चोळून भिजवावे. नंतर पंचवीस रूपये भार तुरीची डाळ शिजवून, तींत तितकाच गूळ घालून, पाट्यावर पुरण बारीक वांटावें, आणि वरील तांदुळांचे पिठाच्या लाट्या लाटून, दर एक पापडीवर थोडथोडे पुरण घालून दुमडून कानवले करावे, व वरप्रमाणें उकडून वाढावे.

८०. पूरी पलघारं (कानवले).

६। पौंड रवा.	१० रु० भार तूप.
१९ रु० भार तूप.	३। पौंड साखर.
३२ रु० भार भाजलेली खसखस.	१९ रु० भार बदामांचें पीठ.

४ खोबऱ्याच्या वाढ्या. २ पौड तूप.

सव्वा सहा पौड रव्यांत दहा रूपये भार तुपाचें मोहन घालून, भिजवून एक रात्र ठेवावा. दुसरे दिवशीं तो चांगला कुटून त्यांतून एक पौड पिठाच्या लाढ्या लाटून ठेवाव्या, व चुलीवर कढई ठेवून, तींत पंधरा रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत वरील पापड्या घालून, पुऱ्या तळून काढाव्या. मग त्या पुऱ्या खलवत्यांत कुटून, बारीक होतांच त्यांत सव्वा तीन पौड सारखर, बत्तीस रूपये भार भाजलेली खसखस, पंधरा रूपये भार सोलींव बदामांचें पीठ आणि चार वाढ्या किसलेलें खोबरें असे सर्व पदार्थ एकत्र करून ठेवावे.

सदरीं बाकी राहिलेल्या पिठाच्या लाढ्या लाटून, पापड्या कराव्या, व दर एक पापडीवर बेताचें सारण घालून, करंज्यांप्रमाणें दुमडून मुरड घालावी. सर्व कानवले तयार हो-

तांच चुलीवर कढई ठेवून, तींत दोन पौड तूप घालावें. तूप तापतांच त्यांत वरील कानवले टाकून, तळून काढावे.

वडे.

८१. कडलै चुवैय्यल (वडे).

पहिला प्रकार.

२९ रु० भार चण्याची

डाळ.

२ रु० भार तूप.

२९ रु० भार तूप.

२९ रु० भार गूळ.

२९ रु० भार तांदुळांचें

पीठ.

पंचवीस रुपये भार चण्याची डाळ शिजवून, तींत पंचवीस रुपये भार गूळ मिळवून, पाट्यावर पुरण वांटावें, आणि त्याचे वडे करून ठेवावे. मग पंचवीस रुपये भार तांदुळांचे पिठांत -दोन रुपये भार तुपाचें मोहन मिळवून पाणी घालून कालवावें. नंतर चु-

लीवर कढई ठेवून, तींत पंचवीस रुपये भार तूप घालून, तें तापतांच त्यांत वरील वडे तांदुळांचे पिठांत वुचकळून टाकावे, व तळून काढून वाढावे.

दुसरा प्रकार.

१२॥ रु० भार हरबऱ्याचें	१२॥ रु० भार तांदुळांचें
पीठ.	पीठ.
६ मासे मीठ.	३ मासे जिरे.
३ मासे मिरे.	१० रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार हरबऱ्याचें पीठ आणि तितकेंच तांदुळांचें पीठ एकत्र करून भिजवावें. मग सहा मासे मीठ, तीन मासे जिरे, आणि तीन मासे मिरे ह्यांचा भरडा असे पदार्थ त्या पिठांत मिसळून, तो गोळा एक दिवस तसाच राहूं द्यावा. दुसरे दिवशीं त्या पिठाचे वडे करून, तव्यावर दहा रुपये

भार तुपांतून थोडथोडें तूप टाकून, वडे त-
ळून काढावे.

८२. उळितं वडै (उडिदांचे वडे).

पहिला प्रकार.

२९ रु० भार उडिदांची
सोलीं व डाळ.

१ रु० भार मीठ.

१ रु० भार मिऱ्यांचा

१९ रु० भार तूप.

भरडा.

पंचवीस रुपये भार उडिदांची सोलीं व
डाळ पाण्यांत घालावी, व भिजली म्हणजे
काढून पाट्यावर वांटावी. मग तींत एक रु-
पया भार मीठ व एक रुपया भार जिऱ्याचा
भरडा मिळवावा. नंतर पंधरा रुपये भार तू-
प घेऊन, त्या तुपाचा हात केळीचे फाळ-
क्यास लावावा, व त्यावर वरील पिठाचे व-
डे करून, त्यांस मध्यभागीं एक भोंक बोटा-
नें पाडावें. नंतर चुलीवर कढई ठेवून,

थोडें तूप वड्यांस लावण्याकरितां वगळून बाकीचें तींत ओतावें, व तापलें म्हणजे त्यांत वडे घालून तळून काढावे.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें डाळ मडक्यांत चौवीस तास भिजत घालावी. नंतर दगडाचे उखळांत घालून गरगटून तिचा एकजीव होतांच, तींत एक रुपया भार मीठ, एक रुपया भार मिऱ्यांचा भरडा व तीन मासे जिरें घालून, वरप्रमाणें वडे करून तळून काढावे.

तिसरा प्रकार.

वरप्रमाणें उडिदांची डाळ भिजवून गरगटून तींत वीस केळीं सोलून मिळवावीं. तसेंच, तींत तीन मासे मीठ मिसळून, सदरीं लिहिलेल्या कृतीनें वडे करून तळून वाढावे.

चौथा प्रकार.

२९ रु० भार उडिदांच्या डाळीचें पीठ.	६ रु० भार तांदुळांचें पीठ.
२९ रु० भार चण्याची डाळ.	१ पौंड साखर किंवा गूळ.
२ रु० भार वेलदोड्यांची पूड.	३० रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार उडिदांच्या डाळीचें पीठ व सहा रुपये भार तांदुळांचें पीठ एकत्र करून भिजवून एक रात्र राहूं द्यावें, दुसरे दिवशीं पंचवीस रुपये भार चण्याची डाळ शिजवून, तींत एक पौंड साखर किंवा गूळ मिळवावा, व ती पाट्यावर वांटून सदरील पिठांत मिसळावी. मग त्या पिठांत दोन रुपये भार वेलदोड्यांची पूड मिळवून, चुलीवर कढई ठेवून, तींत तीस रुपये भार तूप घालावें, व तें तापलें म्हणजे त्यांत वरील पिठाचे सांगितलेल्या कृतीनें वडे करून तळून वाढावे.

पांचवा प्रकार.

२५ रु० भार उडिदांचें पीठ.	२५ रु० भार तांदुळांचें पीठ.
२ मासे सुंठीची पूड.	२ मासे जिरे.
२ मासे मिरे.	६ मासे मीठ.
६ रु० भार चण्याची डाळ.	१० रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार उडिदांचें पीठ आणि तितकेंच तांदुळांचें पीठ एकत्र करून भिजवावें, व तें दोन दिवस आंबवत ठेवावें. तिसरे दिवशीं त्या पिठांत दोन मासे सुंठीची पूड, दोन मासे जिरे व दोन मासे मिरे ह्यांचा भरडा, सहा मासे मीठ व पाहिजे असल्यास सहा रुपये भार भिजवून वांटलेली चण्याची डाळ असे पदार्थ मिळवून वडे करावे. मग चुलीवर पातेलें ठेवावें, व त्या पातेल्यांत अर्ध भाग पाणी घालून त्याचें तोंड रुमालानें बांधावें. आधण आलें म्हणजे त्या

रुमालावर वडे ठेवून, वरतीं गच्च झांकण ब-
सवावें. नंतर वडे शिजून तयार होतांच का-
ढून दहा रुपये भार साखरेशीं खावे.

८३. पञ्चपयर पणिघारं. (मुगांच्या डाळीचे वडे).

१२॥ रु०भार मुगांची डाळ. ६ मासे आलें.
३ मासे जिरें. ३ मासे मीठ.
६ रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार मुगांची डाळ भि-
जत घालावी. भिजली म्हणजे काढून तींत
सहा मासे सोलून किसलेलें आलें, तीन मा-
से जिऱ्याचा भरडा व तीन मासे मीठ मि-
ळवून पाट्यावर वांटावी. मग त्या पिठाचे
वडे करून, चुलीवर तळणी ठेवून, तींत स-
हा रुपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्ह-
णजे त्यांत वडे घालून तळून वाढावे.

८४. पलवधै परुप्पु शेरंद अंबिलवडै.

(डाळीचे दही-वडे).

६ रु० भार मुगांची
डाळ.६ रु० भार चण्याची
डाळ.६ रु० भार उडिदां-
ची डाळ.६ रु० भार तुरीची डाळ.
३ मासे मीठ.

१२॥ रु० भार तूप.

३० रु० भार दही.

३ मासे मीठ.

१ मासा हळद.

२ रु० भार तूप.

३ मासे मोहऱ्या.

२ मासे जिरें.

२ मासे तांबडें तिखट.

मुगांची डाळ, चण्याची डाळ, उडिदां-
ची डाळ व तुरीची डाळ अशा चार प्रकार-
च्या डाळी प्रत्येकीं सहा रुपये भार घेऊन
पाण्यांत भिजत घालाव्या. भिजल्या म्हणजे
काढून पाट्यावर वांटाव्या. मग तीन मासे
मीठ त्या वांटलेल्या डाळींत मिळवून चुली-
वर तळणी ठेवावी, व तींत साडे बारा रुपये
भार तूप घालून, तापतांच त्यांत वरील पि-
ठाचे वडे करून तळावे.

एका कल्हई लावलेल्या पात्रांत पाऊण पौंड उत्तम दहीं घालून, त्यांत तीन मासे मीठ व एक मासा हळद मिळवावी. तसेंच, त्यांत सदरील वड्यांचे तुकडे करून तेही भिजवावे. मग जाळावर पळी तापवून, ती-त दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहच्या, दोन मासे जिरें व दोन मासे तांबडें तिखट टाकून, फोडणी होतांच ती दहीं-वड्यांस घावी, व ते कालवून अर्ध्या तासानें वाढावे.

मोदक.

८५. कुळउंडै (तांदुळाच्या पिठाचे मोदक).

पहिला प्रकार.

२९ रु० भार तांदुळांचें
पीठ.

२९ रु० भार गूळ.

२ रु० भार तूप.

२९ रु० भार तुरीची
किंवा चण्या-
ची डाळ.

सव्वा पौड उत्तम सडीक तांदूळ पाण्यांत घालून ठेवावे. भिजले म्हणजे काढून फडक्यावर घालून पसरावे; म्हणजे ते कोरडे होतात. मग ते कुटून त्यांतील बारीक पीठ वैचून घेऊन, त्यांतून पंचवीस रुपये भार पीठ घ्यावें. नंतर त्या पिठास दोन रुपये भार तूप चोळून, त्यांत बेतानें आधणाचें पाणी ओतून, पीठ घट्ट भिजवावें, व त्या पिठाच्या वाटीच्या आकृतीप्रमाणें जाड पापड्या हातांनीं करून ठेवाव्या.

पंचवीस रुपये भार तुरीची किंवा चण्याची डाळ शिजवून, तींत पंचवीस रुपये भार गूळ मिळवून, पाट्यांवर बारीक पुरण वांटावें, व वरील पापड्यांत बेतानें घालून, तोंडें बंद करून, मोदक करावे. त्यांना हरपरेवडीप्रमाणें पैलू पाडावे. मग चुलीवर पातेलें ठेवून, त्यांत निमे भाग पाणी घालून, त्याचें तोंड रुमालानें बांधावें, व पाण्यास आधण

येतांच त्या रुमालावर मावतील तितके मोदक ठेवून, वाफ बाहेर न जाई अशा रीतीने वरतीं झांकण ठेवावें. मोदक उकडतांच काढून ऊन ऊन वाढावे.

दुसरा प्रकार.

२५ रु० भार तांदुळांचें पीठ. ६ मासे मीठ.

१८ रु० भार भाजलेली डाळ.

पंचवीस रुपये भार तांदुळांचे पिठांत सहा मासे मीठ मिळवून, आधणाचें पाणी घालून भिजवावें. मग अठरा रुपये भार भाजलेली हर कोणतीही डाळ भरूड वांटून, वरील पिठाच्या जाड पापड्यांत थोडथोडी भरून, मोदक करून वरप्रमाणें उकडावे, व ऊन ऊन वाढावे.

तिसरा प्रकार.

१२॥ रु० भार तांदुळांचें पीठ.

६ रु० भार उडिदांचें पीठ.

- ३ रु० भार मुगांचें पीठ. ६ मासे मीठ.
 १९ रु० भार भाजलेल्या १९ रु० भार साखर.
 चण्याचें पीठ. ४ मासे वेलदोड्यांची पूड.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचें पीठ, सहा रुपये भार उडिदांचें पीठ, तीन रुपये भार मुगांचें पीठ व सहा मासे मीठ हे सर्व पदार्थ एकत्र करून, आधणाचे पाण्यांत भिजवावे. मग त्याच्या हातांनीं जाड व खोल-गट पापड्या कराव्या. नंतर पंधरा रुपये भार भाजलेल्या चण्याचे डाळीचें पीठ, पंधरा रुपये भार साखर आणि चार मासे वेलदोड्यांची पूड एकवट करून, त्यांतून थोडथोडें पुरण वरील पापड्यांत घालावें व मोदक करून वरप्रमाणें उकडून वाढावे. हे मोदक लोणी किंवा तूप ह्यांशीं खावे.

धिरडीं.

८६. अरशी माविल् शइयुं तोसै.
(तांदुळांच्या पिठाचीं धिरडीं).

१२ रु० भार तांदुळांचें पीठ.	६ रु० भार उडिदां- चें पीठ.
४ मासे जिरे.	४ मासे मिरे.
१ मासा हिंग.	२ मासे सुंठ.
६ मासे मीठ.	३ रु० भार तूप.

बारा रूपये भार तांदुळांचें पीठ व सहा रूपये भार उडिदांचें पीठ एकत्र करून पाण्यांत दाट कालवावें, व दोन दिवस आंबवत ठेवावें. तिसरे दिवशीं चार मासे जिरे व चार मासे मिरे ह्यांचा भरडा, एक मासा हिंग, दोन मासे कुटलेली सुंठ व सहा मासे मीठ अशा जिनसा त्यांत घालून कालवावें. मग चुलीवर तवा ठेवून तीन रूपये भार तूप घ्यावें, व तें पानाचे तुकड्यानें थोडथोडें तव्यास लावून, त्यावर तें कालविलेलें पीठ ओग-

राळयानें घालावें. नंतर हातानें सारखें करून वर पत्रावळ ठेवावी, व दुसऱ्या अंगानें उलटून धिरडें तयार होतांच काढून वाढावें.

दोन रुपये भार उडिदांची सोलींव डाळ भिजवून सहा मासे तुपांत परतावी. नंतर तींत दोन मासे मीठ, दोन मासे तिखट, दोन गुंजा हिंग व कढीलिंगाचीं पांच पानें टाकून परतून काढून, वारीक पूड वांटावी, व तिजबरोबर सदरील धिरडें खावें.

८७. नीयुं अरशी मावुं शेरंद शय्य पट्ट अडै हळ (धिरडें).

१२॥ रु० भार तांदुळांचें पीठ. १२॥ रु० भार उडिदांचें पीठ.

२९ रु० भार साखर किंवा गूळ. १० रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार तांदुळांचें पीठ व तितकेंच उडिदांचें पीठ एकत्र करून, पा-

णी घालून दाट कालवावें, व एक दिवस आंबवत ठेवावें. दुसरे दिवशीं त्यांत पंचवीस रूपये भार साखर किंवा गूळ मिळवून, चुलीवर लहान काहील ठेवून, तींत दहा रूपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत सदरीं कालविलेलें पीठ एकदम सर्व ओतून, वर झांकण ठेवून, खालीं मंद जाळ लावावा. कांहीं वेळानें धिरडें उलटून खरपूस होतांच काढून ऊन ऊन खावें.

फराळाचे पदार्थ.

८८. गोधुमै माव अडै.

(गव्हांचे पिठाच्या करंज्या).

पहिला प्रकार.

२५ रु० भार रवा किंवा सपीठ.	३ रु० भार तूप.
	१२॥ रु० भार दूध.
२५ रु० भार भाजलेल्या चण्याची डाळ.	२० रु० भार साखर.
	६ मासे विलायची.
	२० रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार रवा किंवा सपीठ घेऊन, त्यांत तीन रुपये भार तुपाचें मोहन घालावें. मग साडे बारा रुपये भार दुधांत किंवा गरम पाण्यांत तें पीठ घट्ट भिजवून एक तास ठेवावें. नंतर तें कुटून, त्याच्या सुपारी एवढ्या लाट्या पातळ लाटून ठेवाव्या. तसेंच, पंचवीस रुपये भार भाजलेल्या चण्याची डाळ दळून, त्या पिठांत अर्ध पाँड साखर व सहा मासे वेलदोड्यांची पूड मिळवून, त्यांतून थोडथोडें पुरण दरएक पापडीवर घालून ती दुमडावी, व तिचा कांठाकडील भाग कांतण्यानें सारखा कांतून घ्यावा. सुमारे अर्ध तासानंतर कढई चुलीवर ठेवून, तींत वीस रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत वरील करंज्या सोडून तळून होतांच काढून ठेवाव्या. ह्या पंधरा दिवस टिकतात.

दुसरा प्रकार.

वर सांगितल्याप्रमाणें पापड्या लाटून ठेवाव्या. मग बारा रूपये भार किसलेल्या खोबऱ्यांत तितकीच खसखस मिळवून, चुलीवर अंमळ परतून भांडें खाली उतरावें, व त्यांत एक रुपया भार वेलदोड्यांचे दाणे घालून, पाट्यावर सर्व मिसळण बारीक वांटावें. नंतर बरोबरीनें साखर मिळवून, त्यांतून थोडथोडें सारण दरएक पापडीवर घालून दुमडून वरप्रमाणें करंज्या कराव्या, आणि त्या अर्ध पौंड तुपांत तळून काढाव्या.

तिसरा प्रकार.

वरप्रमाणें पापड्या तयार करून, बारा रूपये भार मुगांची डाळ भाजून दळावी, व त्या पिठांत तितकीच साखर व चार मासे वेलदोड्यांची पूड मिळवावी. मग हें सार-

ण सदरील पापडीवर थोडथोडें घालून दुमडून, वरप्रमाणें करंज्या करून तळून घ्याव्या.

चौथा प्रकार.

पंचवीस रुपये भार रवा साडे बारा रुपये भार दुधांत भिजवून, मळून त्याचा घट्ट गोळा करून ठेवावा. मग अर्ध पौंड खसखस भाजून पूड करून तींत तितकीच साखर मिळवावी. नंतर वरील पिठाच्या लाट्या लाटून, त्या दरएक पापडीवर वरील साखर थोडथोडें घालून, दुमडून करंज्या कराव्या, व त्या अर्ध पौंड तुपांत तळून वाढाव्या.

पांचवा प्रकार.

सदरीं सांगितल्याप्रमाणें रव्याच्या लाट्या लाटून, त्या दरएक पापडीवर अर्ध पौंड साखरेंतून थोडथोडी साखर घालावी, व दुमडून

कातण्यानें कांतून करंज्या कराव्या. मग त्या पंधरा रुपये भार तुपांत तळून वाढाव्या.

सहावा प्रकार.

सव्वा सहा पौंड रव्यास अर्ध पौंड तूप चोळून, रात्रौ पाण्यांत भिजवून ठेवावा. दुसरे दिवशीं प्रातःकाळीं तो पाट्यावर ठेवून, लोखंडी वसवीचे मुसळानें चांगला कुटावा. मग त्या पिठांतून सव्वा पौंड पिठाच्या लाट्या लाटून, अर्ध पौंड तुपांत तळून घ्याव्या, व खलबल्यांत घालून बारीक कुटाव्या. नंतर त्या कुटलेल्या पुऱ्यांत तीन पौंड पांच रुपये भार साखर, बत्तीस रुपये भार किंचित् भाजलेली खसखस, पंधरा रुपये भार सोलून चिरलेले बदामगीर व साडे बारा पौंड किसलेलें खोबरें असें सर्व पदार्थ एकत्र करून, तें सारण सदरील पिठाच्या लाट्या लाटून, त्यावर थोडथोडें घालून, दुमडून कांता-

व्या, व त्या करंज्या अडीच पौंड तुपांत त-
ळून काढून वाढाव्या.

८९. गोधुमै माविनाल शेषुं पणिघारं (साठोच्या).

१२॥ रु० भार कणीक. ३ रु० भार तूप.
१२॥ रु० भार साखर. १ रु० भार वेलदोडे.
१० रु० भार तूप.

साडे बारा रुपये भार कणकेंत तीन रुप-
ये भार तुपाचें मोहन घालून, भिजवून ति-
च्या लाट्या लाटाव्या. मग साडे बारा रुप-
ये भार साखरेंत एक रुपया भार वेलदोड्यां-
ची पूड मिळवून, थोडथोडी दरएक पापडी-
वर घालावी, व तिजवर दुसरी पापडी ठेवून,
तोंडें बंद करून साठोच्या करून ठेवाव्या.
नंतर चुलीवर कढई ठेवून, तींत दहा रुपये
भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत

वरील साठोच्या घालून, तळून होतांच काढून वाढाव्या.

चिरोटे.

९०. अडुक पणिघारं (चिरोटे).

२५ रु० भार मैदा.

४ रु० भार तूप.

१२॥ रु० भार ताक.

१२॥ रु० भार लोणी.

२० रु० भार तूप.

१९ रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार मैद्यांत चार रुपये भार तुपाचें मोहन घालून, साडे बारा रुपये भार ताकांत भिजवावा. मग तो पुष्कळ कुटून, त्याच्या सुपारी एवढ्या लाढ्या फार पातळ लाटून ठेवाव्या, व साडे बारा रुपये भार लोणी घेऊन, त्यांतून दरएक पापडीस वेतानें चोपडावें. नंतर त्या पापडीवर दुसरी पापडी ठेवून तीसही लोणी चोपडावें, व ह्या रीतीनें सात पापड्या एकीवर एक अशा

ठेवून, लाटण्यानें ती पोळी लाटावी. मग त्या पोळीचे चौरस चार अंगुळांप्रमाणें सुरीनें तुकडे करून, ते पुनः लाटून ठेवावे.

चुलीवर तळणी ठेवून, तींत वीस रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत वरील चिरोटे घालून तळून काढावे, व त्या दरएक चिरोट्यावर पंधरा रुपये भार साखरें-तून थोडथोडी साखर घालून वाढावे.

९१. फेणी पलघारं (चिरोटे).

१० रु० भार तांदूळ.	३६५	तीन पौंड पांच
३२ रु० भार दूध.		रुपये भार रवा.
१० रु० भार तूप.	२७	रु० भार लोणी.
२॥ पौंड तूप.	१०	रु० भार पन्नीर
१॥ पौंड खडी साखर.		(गुलाबपाणी).

दहा रुपये भार तांदूळ पाण्यांत तीन दिवसपर्यंत भिजत ठेवावे; परंतु त्यांतील पाणी वरचेवर बदलीत असावें; म्हणजे तांदूळ आं-

बणार नाहींत. तसेंच, दुसरे दिवशीं रात्री तीन पौड पांच रुपये भार रवा वत्तीस रुपये भार दुधांत भिजवून ठेवावा. तिसरे दिवशीं वरील तांदूळ काढून कोरंडे करावे, व ते कुटून अगदीं बारीक पीठ करून परातेंत घालावें. नंतर त्या पिठांत सत्तावीस रुपये भार लोणी घालून, दोन घटकांपर्यंत एकसारखें फेंसावें, व तो सांठा दुसरे पात्रांत निपटून काढून ठेवावा. त्याचप्रमाणें भिजविलेला रवा पाट्यावर ठेवून, लोखंडी वसवीचे मुसळानें उभें राहून जोरानें कुटावा. मात्र पाट्यास व मुसळाचे बुडास पांच रुपये भार तुपांतून थोडथोडें तूप वरचेवर लावावें; म्हणजे पीठ चिकटणार नाहीं. तसेंच, कुटीत असतां, दुसरे मनुष्यानें हातांस तूप लावीत जाऊन, पीठ वारंवार उलटीत असावें. अशा रीतीनें एक तासपावेतो पीठ कुटून, त्याचा गोळा करून ठेवावा.

सदरील रव्याचे पिठाच्या आंवळ्या एवढ्या गोळ्या करून, पोळपाटास व लाटण्यास तुपाचा हात लावून, ती गोळी कांद्याच्या पापुऱ्या इतकी पातळ लाटावी, व त्या पोळीचे दोनही अंगांस थोडथोडा सांठा लावून, एकीवर एक अशा सात किंवा दहा पोळ्या ठेवाव्या. मग ती पोळी लाटून, तिचे चौ-रस चार अंगुळांएवढे तुकडे सुरीने कापून तेही लाटावे. नंतर चुलीवर कढई ठेवून, तींत अडीच पौंड तूप घालून, तें तापतांच त्यांत वरील चिरोटे दरएक वेळीं तीन तीन-प्रमाणें सोडून तळावे, व तळतांना कढईतील तूप पळीनें वरचेवर त्या चिरोट्यांवर घालून, तळून होतांच काढून ठेवावे.

सर्व चिरोटे तळून तयार होतांच, त्यांवर दहा रुपये भार पन्नीर शिंपडून, वरतीं सव्वा पौंड खडी साखरेचा भरडा भुरभुरून वाढावे.

९२. स्वरजुर पलघारं (शंकरपाळे).

पहिला प्रकार.

- ३०३६। तीन पौंड सव्वा छत्तीस ३०३६। तीन पौंड स-
 रुपये भार रवा. व्वा छत्तीस
 ९ रु० भार घट्ट दहीं. रुपये भार
 ९ रु० भार खसखस. साखर.
 १०३९ एक पौंड पसतीस रुपये भार तूप.

तीन पौंड सव्वा छत्तीस रुपये भार रवा
 तितक्याच साखरेचा पाक करून त्यांत मि-
 ळवावा. मग त्यांत नऊ रुपये भार घट्ट
 दहीं मिळवून, मळून तें मिसळण एका परा-
 तेंत थापावें, व त्यावर नऊ रुपये भार खस-
 खस भाजून भुरभुरून बसवावी. नंतर चु-
 लीवर तळणी ठेवून, तींत एक पौंड पसतीस
 रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे
 त्यांत थापून ठेविलेल्या मिसळणाचे तिकोनी
 दोन अंगुळांएवढे शंकरपाळे सुरीनें कापून
 घालावे, व तळून काढून वाढावे.

दुसरा प्रकार.

- ६। पौंड साखर. ९ रु० भार पन्नीर.
 ३ रु० भार वेलदो- ३८३६।. तीन पौंड सव्वा छ-
 ज्यांची पूड. तीस रुपये
 ९।. रु० भार खसखस. भार रवा.
 १०३९ एक पौंड पसतीस रुपये भार तूप.

सव्वा सहा पौंड साखरेचा पाक करून, मळी काढावी, व त्यांत नऊ रुपये भार पन्नीर, तीन रुपये भार वेलदोज्यांची पूड व तीन पौंड सव्वा छत्तीस रुपये भार रवा मिळवून मळावा. मग एका परातेंत प्रथम सव्वा नऊ रुपये भार खसखशींतून अर्धी खसखस पसरून तिजवर तें पीठ थापावें. नंतर बाकीची खसखस वरतीं भुरभुरून बसवावी, व चुलीवर कढई ठेवून तींत एक पौंड पसतीस रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत थापून ठेविलेल्या पिठाचे वरप्र-

माणें शंकरपाळे सुरीनें कापून टाकावे, व त-
ळून काढून वाढावे.

वड्या.

१३. गोधुमै नुई पेरिय पलघारं.

(रव्याच्या वड्या).

पहिला प्रकार.

६। पौंड रवा.	६। पौंड दूध.
३०५ तीन पौंड पांच रु-	३०५ तीन पौंड पांच
पये भार लोणी	रुपये भार
किंवा घट्ट तूप.	खडी साखर.
३० रु० भार सोर्लांव	३० रु० भार बेदाणा.
बदामगीर	१२ रु० भार पन्नीर
८ मासे केशर.	(गुलाबपाणी).

सव्वा सहा पौंड रवा घेऊन, त्यांत ति-
तकेंच निरुसें चांगलें दूध निमे आटवून मि-
ळवावें. तसेंच, त्यांत तीन पौंड पांच रुपये
भार अथवा चार पौंड पंधरा रुपये भार लो-

णी किंवा घट्ट तूप मिसळावें. मग तीन पौड पांच रुपये भार वांटलेली खडी साखर, तीस रुपये भार सोलीं व बदामगिराचे काप, गरम पाण्यानें धुतलेला तीस रुपये भार बेदाणा व बारा रुपये भार पनीर (गुलाबपाणी) मध्यें आठ मासे केशर खलून तें, असे सर्व पदार्थ वरील पिठांत मिसळून मळावे, आणि ते एका मोठ्या परातेंत थापून परातीचे कांठावर ओल्या फडक्याची चुंबळ बसवून, तिजवर झांकण गच्च बसवावें. नंतर वाफ जाऊं नये म्हणून उडिदांचें भिजविलेलें पीठ तिचे सांध्यावर बसवून, जमिनीवर पाटीभर कोळसे घालून पेटवावे, व त्यावर ती परात ठेवून, वरतीं व आजूबाजूस निखारे घालावे. सुमारे अर्धा किंवा पाऊण तासपर्यंत वारा घालून, निखारे प्रज्वलित असूं द्यावे, व वाफ आली म्हणजे ते एकीकडे साळून, परात खालीं उतरावी. परात नि-

वाली म्हणजे झांकण काढून सुरीने वड्या कापून वाढाव्या.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें सर्व जिन्नस एकवट करून, त्यांत दीड पौंड अडीच रुपये भार मलई मिळवावी. मग तें पीठ परातेंत थापून वरप्रमाणें झांकण बसवून खालवर निखारे घालावे, व वाफ येतांच खालीं उतरून निवाल्यावर झांकण काढून, सुरीने वड्या कापून वाढाव्या.

९४. वाधुमै परुप्पु शेरंद गोधुमै पलघारं.
(बदाम-मिश्रितं रव्याच्या वड्या).

१८२२॥. एक पौंड साडे १९॥. रु० भार दूध.
बावीस रु० भार ३२ रु० भार सो-
रवा. लींव बदाम-
१२॥. रु० भार दूध. गीर.

१८ रु० भार तूप.	३२ रु० भार मलई.
२०१५ दोन पौंड पंधरा	१२ रु० भार बे-
रुपये भार साखर.	दाणा.
६ रु० भार पन्नार (गुलाबपाणी).	

एक पौंड साडे बावीस रुपये भार रवा साडे पंधरा रुपये भार चांगल्या दुधांत भिजवून एक तास ठेवावा, व बत्तीस रुपये भार सोलीव बदामगीर साडे वारा रुपये भार दुधांत वांटून ते, अठरा रुपये भार तूप, बत्तीस रुपये भार मलई, दोन पौंड पंधरा रुपये भार साखरेची मळी काढून स्वच्छ केलेला पाक, वारा रुपये भार स्वच्छ बेदाणा व सहा रुपये भार गुलाबपाणी (पन्नार) असे सर्व पदार्थ एकत्र करून मळून गोळा करावा. मग एका कल्हईच्या निर्मळ परातेंत वरील गोळा थापून सदरीं सांगितलेल्या कृतीनें वळ्या कराव्या.

९५. पालाडै शेरंद गोधुमै नुई पलघारं.

(मलई-मिश्रित रव्याच्या वड्या).

३८९ तीन पौंड पांच रुप- २८१९ दोन पौंड पं-
ये भार रवा. धरा रुपये

१९ रु० भार लोणी. भार मलई.

३८९ तीन पौंड पांच रुप- ६ रु० भार गु-
ये भार खडी साखर. लाबपाणी

(पनीर).

तीन पौंड पांच रुपये भार रवा, दोन पौंड पंधरा रुपये भार मलई व पंधरा रुपये भार लोणी असे तीन पदार्थ एकवट करून, तो गोळा एक रात्र राहूं द्यावा. दुसरे दिवशीं तो दगडावर ठेंवून, लोखंडी वसवीच्या मुसळानें चांगला कुटून, त्यांत तीन पौंड पांच रुपये भार खडी साखरेचा भरडा व सहा रुपये भार गुलाबपाणी (पनीर) मिळवून, मळून गोळा करावा. मग एका कलहईच्या स्वच्छ परातेंत तो थापून, झांकण बसवून वरप्रमाणें वड्या करून खाव्या.

१६. मुरुक (चकल्या).

पहिला प्रकार.

२५ रु० भार उडिदांची	२५ रु० भार तांदूळ.
सोर्लीव डाळ.	६ रु० भार घट तूप.
१ रु० भार सोर्लीव तीळ.	१॥ मासा हिंग.
१ रु० भार जिरे.	१ रु० भार पांढरीं
१॥ रु० भार मीठ.	मिरे.
२० रु० भार दूध.	२० रु० भार तूप.

पंचवीस रुपये भार उडिदांची सोर्लीव डाळ आणि तितकेच धुतलेले तांदूळ एकत्र करून भाजावे, व ते बारीक दळून त्या पिठांत सहा रुपये भार घट तूप, एक रुपया भार सोर्लीव तीळ, दीड मासा हिंग, एक रुपया भार वांटलेलें जिरे, एक रुपया भार वांटलेलीं पांढरीं मिरे व दीड रुपया भार मीठ असे सर्व पदार्थ अर्ध पौंड दुधांत घट भिजवावे. मग तें पीठ मुरुक पाडण्याचे सांच्यांत घालून दाबून जिलब्यांप्रमाणें चक-

ल्या पाडाव्या, व त्या सुमारे चार तासपर्यंत तशाच ठेवाव्या. नंतर चुलीवर कढई ठेवून, तीत वीस रुपये भार तूप घालून, तापलें म्हणजे त्यांत वरील चकल्या सोडाव्या, व खरपूस होत तोंपर्यंत तळून वाढाव्या.

दुसरा प्रकार.

- १२॥ रु० भार मुगांचे सो- ६ रु० भार रवा.
 लीव डाळीचें पीठ. ३ रु० भार घट्ट तूप.
 १० रु० भार दूध. १२॥ रु० भार तूप.
 १० रु० भार खडी किंवा पिठी साखर.

साडे बारा रुपये भार मुगांच्या सोलीव डाळीचें पीठ व सहा रुपये भार रवा एकत्र करून, त्या पिठास तीन रुपये भार घट्ट तूप चोळावें. मग तें दहा रुपये भार दुधांत घट्ट भिजवून ठेवावें, व मुरुक पाडण्याचे सांच्यांत घालून चकल्या पाडाव्या. नंतर चुलीवर कढई ठेवून, तीत साडे बारा रुपये

भार तूप घालावें. तूप तापतांच त्यांत वरील चकल्या घालून तळून काढाव्या, व त्यांवर दहा रुपये भार खडी साखरेचा भरडा किंवा पिठी साखर भुरभुरून वाढाव्या.

९७. पञ्चपयर उंडै (मुगांच्या पिठाची शेव).

६ रु० भार मुगांची सोलींव	२ मासे मीठ.
डाळ.	२ मासे जिऱ्याचा
१० रु० भार तूप.	भरडा.

सहा रुपये भार मुगांची सोलींव डाळ पाण्यांत घालून, भिजली म्हणजे काढावी, व तींत दोन मासे मीठ व दोन मासे जिऱ्याचा भरडा मिळवून बारीक वांटावी. मग चुलीवर कढई ठेवून, तींत दहा रुपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्हणजे कढईवर झारा धरून, त्यावर वरील पीठ तळहातानें दाबून शेव पाडावी, व तळून होतांच काढून वाढावी.

१८. वेरकडलै (भुईमुगाचे दाणे).

पहिला प्रकार.

२९ रु० भार भुईमुगाचे
दाणे.

१० रु० भार तूप.

१० रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार भुईमुगाचे दाणे दहा रुपये भार तुपांत तळावे, व त्यांत दहा रुपये भार साखर मिळवून खावे.

दुसरा प्रकार.

२९ रु० भार भुईमुगाचे
दाणे.

१० रु० भार तूप.

६ मासे मीठ.

३ मासे तिखट.

पंचवीस रुपये भार भुईमुगाचे दाणे दहा रुपये भार तुपांत तळून, त्यांत सहा मासे मीठ व तीन मासे तिखट मिळवून खावे.

९९. गोधुमै पुरिमाव (सत्तू).

- | | |
|--------------------|---------------------|
| १२॥. रु० भार गहूं. | १२॥. रु० भार चण्या- |
| ३ रु० भार जव. | ची डाळ. |
| २० रु० भार दही. | ६ मासे मीठ. |
| ३ मासे तिखट. | |

साडे बारा रुपये भार गहूं, तितकीच चण्याची डाळ व तीन रुपये भार जव असे तीन पदार्थ निरनिराळे भाजून दळावे, व ते एकत्र करून त्या सत्तूंत वीस रुपये भार दही अथवा तीन रुपये भार तूप किंवा तीन रुपये भार लोणी घालून कालवावा. मग त्यांत सहा मासे मीठ आणि तीन मासे तिखट मिळवून खावा. हा सत्तू यात्रेकरू, मुशाफर वगैरे लोकांस फार उपयोगी असतो.

१००. पञ्चपयर पुरिमाव (मुगांची डाळ).

- १२॥ रु० भार मुगांची किंवा ३ मासे जिरें.

तुरीची डाळ. ३ मासे मीठ.

१२॥ रु० भार तूप.

साडे बारा रूपये भार मुगांची किंवा तुरीची डाळ अर्धा तास पाण्यांत घालावी, व भिजली म्हणजे काढून कुटावी. मग तींत तीन मासे जिऱ्याचा भरडा व तीन मासे मीठ मिसळावें. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून, तींत साडे बारा रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत वरील डाळ घालून तळून खावी.

१०१. कूटरसी.

- | | |
|--------------------|---------------------|
| ६ रु० भार तांदूळ. | २ खोबऱ्याच्या |
| ३ रु० भार तीळ. | वाक्या. |
| ३ रु० भार गहू. | ३ रु० भार हरबऱ्याची |
| १० रु० भार तूप. | डाळ. |
| ३ मासे मीठ. | २ रु० भार तूप. |
| १० सुक्या मिरच्या. | २ रु० भार तूप. |

सहा रुपये भार नवे तांदूळ एक तासपर्यंत पाण्यांत भिजत घालून ठेवावे. मग ते काढून कोरडे करावे. खोबऱ्याच्या दोन वाट्यांचे बारीक बारीक तुकडे, तीन रुपये भार तीळ, तीन रुपये भार गहू व तीन रुपये भार हरबऱ्याची डाळ असे तांदुळांसुद्धां सर्व पदार्थ दहा रुपये भार तुपांत निरनिराळे तळून एकत्र करावे. नंतर तीन मासे मीठ, व दोन रुपये भार तुपांत दहा सुक्या मिरच्या तळून वांटून केलेलें तिखट, वरील पदार्थांत मिळवावें, व एक पात्र चुलीवर ठेवून, त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकून, तें तापतांच त्यांत सदरील पदार्थ घालून तळून खावे.

१०२. वरुत्त कडलै.

(हरबऱ्याची तळीं व डाळ).

१२॥. रु० भार चण्याची डाळ. ६ रु० भार तूप.

३. मासे मीठ.

१ रु० भार तूप.

३ मासे तिखट.

साडे बारा रुपये भार चण्याची किंवा तुरीची डाळ सहा तास पाण्यांत भिजत घालावी. मग ती काढून पाघळल्यावर एका रुमालावर पांच मिनिटें पसरून ठेवावी, व चुलीवर तळणी ठेवून, तींत सहा रुपये भार तूप टाकून, तापतांच त्यांत ती घालून तळावी. नंतर तींत तीन मासे मीठ मिळवून, जाळावर पळी तापवून, तींत एक रुपया भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे तिखट घालून, फोडणी होतांच बरील डाळीस द्यावी, व ती परतून वाढावी.

१०३. वरुत्त पञ्चपथर.

(मुगांची तळीं व डाळ).

१२॥. रु० भार मूग.

६ रु० भार तूप.

३ मासे मीठ.

३ मासे तिखट.

साडे बारा रुपये भार मूग पूर्व रात्रीं पाण्यांत भिजत घालून, दुसरे दिवशीं काढून भाजावे. मग ते भरडून त्यांची स्वच्छ डाळ करावी, व चुलीवर तळणी ठेवून, तींत सहा रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत वरील डाळ घालून तळावी. नंतर तींत तीन मासे मीठ व तीन मासे तिखट मिळवून, परतून परतून वाढावी.

१०४. कारामणी पच्छणै.

(चवळीच्या शेंगांचे तळीं व दाणे).

१०० चवळीच्या शेंगा. २ मासे तिखट.
२ मासे मीठ. ४ रु० भार तूप.

पन्नास चवळीच्या शेंगा आणून, त्यांतील दाणे काढून, त्यांत दोन मासे तिखट व दोन मासे मीठ मिळवावें. मग चुलीवर तळणी ठेवून, तींत चार रुपये भार तूप टाकावें. तूप

तापतांच त्यांत वरील दाणे घालून, तळून वाढावे.

१०५. वरुत्त वाळकाय.

(केळ्यांच्या तळीं चकत्या).

१० केळीं.

१ लिंबू.

३ मासे मीठ.

३ मासे मिऱ्यांची पूड.

१२॥. रु० भार तूप.

दहा पिकलेलीं केळीं सोलून त्यांच्या चकत्या कराव्या. मग त्यांत एक लिंबाचा रस, तीन मासे मीठ, व तीन मासे मिऱ्यांची पूड मिळवून पाव तास असूं द्याव्या. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून तींत साडे बारा रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत सदरील चकत्या घालून, तळून वाढाव्या.

खिरी.

१०६. पालुं अरशीं मावुं शेरंद पायासं.
(तांदुळांचें पीठ घालून केलेली खीर).

२५ रु० भार दूध. ६ रु० भार तांदुळांचें
१॥ रु० भार तूप. पीठ.
६। रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार दूध चुलीवर ठेवून,
कढ येतांच त्यांत सहा रुपये भार तांदुळांचें
पीठ व दीड रुपया भार तूप घालून, खालीं
जाळ लावावा. वीस मिनिटें होतांच सव्वा
सहा रुपये भार साखर त्यांत मिळवून, खीर
तयार होईपर्यंत ढवळीत असावें. नाही तर
ती उत्तं जाईल किंवा बुर्डी लागेल.

१०७. काट अरशीयुं पालुं शेरंद पायासं.
(तांदुळांची खीर).

२५ रु० भार डांगर (भात). १। पौंड दूध.
६ रु० भार साखर. ३. मासे विलायचीची पूड.

पंचवीस रुपये भार डांगर कांडून, पाख-
डून स्वच्छ तांदूळ करावे. नंतर चुलीवर पा-
तेलें ठेवून, त्यांत सव्वा पौंड दूध घालून कढ
येतांच त्यांत वरील तांदूळ वयरावे. सुमारें चा-
ळीस मिनिटें शिजल्यावर सहा रुपये भार
साखर त्यांत घालून खीर ढवळावी. मग त्या
खिरींत तीन मासे विलायचीची पूड मिळवून
तयार होतांच उतरून वाढावी.

१०८. मुंगिलारशीयुं पालुं शेरंद पायासं.

(मुंगिलारशी तांदुळांची खीर).

पहिला प्रकार.

६। रु० भार मुंगिलारशी २९ रु० भार दूध.

तांदूळ.

१२॥ रु० भार साखर.

४ मासे विलायचीची पूड.

सव्वा सहा रुपये भार मुंगिलारशी तां-
दूळ पंचवीस रुपये भार दुधांत शिजवून, त्यां-

त साडे वारा रुपये भार साखर व चार मासे विलायचीची पूड मिळवावी, आणि खीर तयार होतांच खाली उतरून वाढावी.

दुसरा प्रकार.

१९८२५	पंधरा पौंड पंचवीस	२०१३॥	दोन पौंड
	रु० भार दूध.		पाउणे चवदा
२१	रु० भार बदामगीर.		रुपये भार
२१	रु० भार बेदाणा.		मुंगिलारशी
२१	रु० भार पन्नीर		तांदूळ.
	(गुलाबपाणी.)	६।	पौंड खडी
			साखर.

पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार दुधांत तीन पौंड पांच रुपये भार पाणी घालून चुलीवर ठेवावे, व उकळी येतांच त्यांत दोन पौंड पाउणे चवदा रुपये भार मुंगिलारशी तांदूळ वयरावे. तांदूळ शिजत आले म्हणजे त्यांत एकवीस रुपये भार सोलीं व बदामगि-

राचे काप, एकवीस रुपये भार धुऊन स्वच्छ केलेला बेदाणा, एकवीस रुपये भार पन्हेर (गुलाबपाणी) व सव्वा सहा पौंड खज्ज साखर किंवा पांच पौंड पाउणे एकोणीस रुपये भार पिठी साखर असे पदार्थ घालून ढवळावे. मग ती खीर चांगली दाट होतांच खाली उतरून वाढावी.

१०९. कोरै धान्नियुं पालुं शेरंद पायासं.
(नव्या तांदुळांची खीर).

१॥ रु० भार नवे तांदूळ. २५ रु० भार दूध.
६ रु० भार साखर.
३ मासे विलायचीची पूड.

दीड रुपया भार नवे तांदूळ पंच-
वसि रुपये भार दुधांत घालून, शिजून,
दूध दाट होतांच त्यांत सहा रुपये भार
साखर व तीन मासे वेलदोड्यांची पूड मि-
ळवावी. मग ती खीर ढवळून खाली उत-
रून वाढावी.

११०. पञ्चरशी नुइ पायासं.

(तांदुळांचे कण्यांची खीर).

१५४२५	पंधरा पौंड पंचवीस	१८२२॥.	एक पौंड
	रुपये भार दूध.		साडे बावीस
९	रु० भार बदामगीर.		रुपये भार
१५	रु० भार पन्नीर		तांदुळांच्या
	(गुलाबपाणी-).		कण्या.
	६। पौंड खडी साखर.		

पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार दुधांत एक पौंड साडे बावीस रुपये भार तांदुळांच्या कण्या स्वच्छ धुऊन घालून, तें भांडें चुलीवर ठेवावें. कण्या शिजल्यावर नऊ रुपये भार सोर्लीव बदामगीर वांटून, पंधरा रुपये भार पन्नीरमध्ये कालवून, सदरील खिरीत मिळवावे. मग ती खीर एकसारखी ढवळून, तीत सव्वा सहा पौंड खडी साखर

किंवा साडे पांच पौंड पिठी साखर मिळवून,
तयार होतांच उतरून वाढावी.

१११. पालुं गोधुमै नुइयुं शेरंद पायासं.

(रव्याची खीर).

पहिला प्रकार.

२५ रु० भार दूध. ३ रु० भार रवा.

६ रु० भार साबूदाणे. १ रु० भार वेलदोज्यांची
पूड.

पंचवीस रुपये भार दुधांत तीन रुपये
भार रवा व सहा रुपये भार साबूदाणे घालून
चुलीवर शिजत ठेवावे. मग त्या खिरींत ए-
क रुपया भार वेलदोज्यांची पूड मिळवून,
ढवळून तयार होतांच वाढावी.

दुसरा प्रकार.

१९८२९ पंधरा पौंड पंच- १८६॥।। एक पौंड पाउ-
वीस रुपये भार णे सात रु-
दूध. पये भार रवा.

१५ रु० भार सोलीव १५ रु० भार पन्नीर
बदामगीर. (गुलाबपाणी).

३०३६।. तीन पौंड सव्वा छत्तीस
रुपये भार पिठी साखर.

पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार दूध एका पात्रांत घालून, तें पात्र चुलीवर ठेवून खाली चांगला जाळ लावावा. दूध तापतांच ढवळावें. मग त्यांत एक पौंड पाउणे सात रुपये भार रवा मिळवून, पुनः एकसारखें ढवळीत असावें; म्हणजे रव्याच्या गोळ्या होणार नाहीत.

पंधरा रुपये भार सोलीव बदामगीर वांटून, त्यांत नऊ रुपये भार पाणी व पंधरा रुपये भार पन्नीर (गुलाबपाणी) मिळवून सदरील दुधांत ओतावें. तसेंच, तीन पौंड सव्वा छत्तीस रुपये भार पिठी साखर किंवा चार पौंड साडे सत्तावीस रुपये भार ख-

डी साखर वरील खिरींत घालून, ढवळून तयार होतांच खाली उतरून वाढावी.

११२. गोधुमै माविन् पालुं कोळुकट्टई.

(पोळ्यांची खीर).

१२॥ रु० भार रवा. ६। रु० भार दूध.

१। पौड दूध. १२॥ रु० भार साखर.

साडे बारा रुपये भार रवा घेऊन, तो सव्वा सहा रुपये भार दुधांत भिजवून मळावा. मग त्या पिठाचे लहान लहान गोळे करून, त्यांच्या पोळपाटावर पातळ पोळ्या लाटून, स्वच्छ सफेद रुमालांत झांकून ठेवाव्या. नंतर सव्वा पौड दूध एका पात्रांत घालून, चुलीवर उकळत ठेवावे, व त्या दुधांत सदरील पोळ्या घालून, शिजल्या म्हणजे त्यांत साडे बारा रुपये भार साखर घालावी. नंतर ती खीर ढवळून वाढावी.

११३. पालुं शव्वरशीयुं शेरंद पायासं.
(साबूदाण्यांची खीर).

पहिला प्रकार.

२५ रु० भार दूध. ६ रु० भार साबूदाणे.
६ रु० भार साखर. ३ रु० भार बेदाणा.
३ मासे विलायचीची पूड.

पंचवीस रुपये भार दूध एका पात्रांत ओतून चुलीवर ठेवावें, व कढ येतांच त्यांत सहा रुपये भार साबूदाणे घालून शिजवावे. मग त्यांत सहा रुपये भार साखर, तीन रुपये भार स्वच्छ बेदाणा व तीन मासे विलायचीची पूड असे पदार्थ मिळवून ढवळून, खीर तयार होतांच खालीं उतरून वाढावी.

दुसरा प्रकार.

१५८२५ पंधरा पौंड पंच- २८१३॥॥ दोन पौंड पा-
वीस रुपये भार उणे चवदारु-

दूध. पये भार
 ९ रु० भार सो- साबूदाणे.
 लींव बदामगीर. १५ रु० भार पन्नीर.
 ९९१८।।।. पांच पौंड पाउणे एकोणीस
 रु० भार पिठी साखर.

पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार दुधांत दी-
 ड पौंड अडीच रुपये भार पाणी मिळवून
 चुलीवर ठेवावें. मग त्यांत दोन पौंड पा-
 उणे चवदा रुपये भार साबूदाणे टाकून, ते
 शिजतांच त्यांत नऊ रुपये भार सोलींव ब-
 दामगिराचे काप, पंधरा रुपये भार पन्नीर व
 पांच पौंड पाउणे एकोणीस रुपये भार पिठी
 साखर किंवा सव्वा सहा पौंड खडी साखर
 ह्याप्रमाणें पदार्थ मिळवावे. नंतर ती खीर
 आटून तयार होतांच खालीं उतरून वाढावी.

११४. तेंगायुं पालुं शेरंद पायासं.

(ओल्या नारळाची खीर).

पहिला प्रकार.

१ ओला नारळ. २५ रु० भार दूध.
१२॥ रु० भार साखर. १ रु० भार वेलदोड्यांची पूड.

एक ओला नारळ फोडून, त्यांतील खोबरे किंसेन पंचवीस रुपये भार दुधांत मिळवावे. मग ते भाडें चुलीवर ठेवून, उकळी येतांच साडे वारा रुपये भार साखर व एक रुपया भार वेलदोड्यांची पूड त्यांत मिळवावी. नंतर ती खीर तयार झाली म्हणजे खाली उतरून वाढावी.

दुसरा प्रकार.

३ ओले नारळ. ६ रु० भार साखर.
१ रु० भार विलायचीची पूड.

तीन ओले नारळ फोडून, त्यांतील खोबरे
कुटून दूध काढावे. मग ते दूध चुलीवर ठे-
वून, उकळी घेतांच त्यांत सहा रुपये भार
साखर व एक रुपया भार विलायचीची पूड
मिळवावी. नंतर ती खीर ढवळून, बेतानें
आटून तयार होतांच उतरून वाढावी.

११५. वाधुमै परुप्प पालुं शेरंद पायासं. (बदामांची खीर).

३० रु० भार बदाम-
गीर.

३ मासे जायफळ.

६ रु० भार बेदाणा.

१०३५ एक पाँड पसतीस

रुपये भार दूध.

तीस रुपये भार बदामगीर कडू गोड पा-
हून गरम पाण्यांत भिजत घालावे. भिजले
म्हणजे काढून, सोलून ठेवावे. त्याचप्रमाणें
सहा रुपये भार बेदाणा गरम पाण्यांत घालू-
न, स्वच्छ धुऊन ठेवावा. मग एका पात्रांत

एक पौंड पसतीस रुपये भार निरसें चांगलें
 दूध घालून चुलीवर ठेवावें. दूध उकळूं ला-
 गतांच त्यांत सदरील बदाम व बेदाणा घा-
 लून, शिजला म्हणजे त्यांत तीन मासे जा-
 यफळाची पूड मिळवावी. नंतर ती खीर
 खालीं उतरून ढवळून वाढावी.

११६. द्राक्ष पायासं (बेदाण्याची खीर).

२९ रु० भार दूध.

६ रु० भार बेदाणा.

६। रु० भार साखर.

१ रु० भार वेलदोऱ्यांची

पूड.

एका भांड्यांत पंचवीस रुपये भार निर-
 सें चांगलें दूध घालून, तें भांडें चुलीवर ठे-
 वून खालीं जाळ लावावा. दुधास उकळी
 आली म्हणजे त्यांत सहा रुपये भार स्वच्छ
 बेदाणा, सव्वा सहा रुपये भार साखर व ए-
 क रुपया भार वेलदोऱ्यांची पूड मिळवून

ढवळावें, व सुमारें दहा मिनिटांनीं खीर तयार झाली म्हणजे खालीं उतरून वाढावी.

११७. येळुं पालुं शेरंद पायासं. (तिळांची खीर).

६। रु० भार तीळ. २९ रु० भार दूध.
२९ रु० भार साखर. ३ मासे जायफळाची पूड.

सव्वा सहा रुपये भार तीळ भिजवून चोळावे, व त्यांचीं सालपटें काढून ते स्वच्छ करावे. मग एका पात्रांत पंचवीस रुपये भार निरसें चांगलें दूध घालून, तें भाडें चुलीवर ठेवावें. दुधास उकळी फुटली म्हणजे त्यांत सदरील सफा केलेले तीळ घालून शिजवावे. नंतर पंचवीस रुपये भार साखर त्यांत टाकून ढवळून, खीर तयार होतांच तींत तीन

मासे जायफळाची पूड मिळवून, खाली उत-
खून वाढावी.

हलवे, मुरंबे व सरबते.

हलवे.

११८. अकबर प्रियमाय टिंडू हलवा.

(अकबरप्रिय हलवा).

- | | |
|---|---|
| १८२२॥. एक पौंड साडे
बावीस रुपये
भार कांकडी-
च्या सोर्लींव
बिया. | १८२२॥. एक पौंड साडे
बावीस रुपये
भार खरबुजा-
च्या सोर्लींव
बिया. |
| १८२२॥. एक पौंड साडे
बावीस रुपये
भार दुध्याच्या
सोर्लींव बिया. | ३१. रु० भार सो-
र्लींव बदाम-
गीर. |
| ६ रु० भार खसखस. | २॥. पौंड गायीचे
निरसें दूध. |
| ६१. पौंड खडी साखर. | १९ रु० भार पन्ही |
| १॥॥. पौंड तूप. | (गुलाबपाण
ल |
| ३१ | |

८ मासे केशर.

४ मासे सोन्याचा

२ मासे कस्तुरी.

वर्ष.

कांकडीच्या बिया, खरबुजाच्या बिया व दुध्या भोंपळ्याच्या बिया वाळवून सोलून, प्रत्येकीं एक पौंड साडे बावीस रुपये भार, सव्वा एकतीस रुपये भार सोलीं व बदामगीर व सहा रुपये भार खसखस असे पदार्थ गायीच्या अडीच पौंड चांगल्या निरशा दुधांत घट्ट वांटून, गोळा करून ठेवावा. मग सव्वा सहा पौंड खडी साखरेचा पाक करून, त्यांत वरील गोळा घालून मिसळावा. नंतर चुलीवर एक भांडें ठेवून, त्यांत पाउणे दोन पौंड तूप घालावें. तूप गरम झालें म्हणजे त्यांत पंधरा रुपये भार पनीर (गुलाबपाणी), आठ मासे केशर, दोन मासे कस्तुरी व चार मासे सोन्याचा वर्ष घालून ढावें. मग त्यांत सदरील पाक घालून ढा-

वळून, हलवा होतांच उतरून निवाल्यावर
खावा.

११९. निसी सदा हलवा.

१९८२९ पंधरा पौंड पंच- वीस रुपये भार गहूं.	३८९ तीन पौंड पांच रुपये भार खडी किंवा पिठी साखर.
३० रु० भार तूप.	१ रु० भार वेलदो-
९ रु० भार पन्नीर.	ज्यांची पूड.
४ मासे केशर.	

पूर्व रात्रीं पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार
गहूं पाण्यांत भिजत घालावे. दुसरे दिवशीं
बाहेर काढून, दगडाचे उखळांत घालून गर-
गटावे अथवा पाट्यावर वांटावे. मग कल्हई
लावलेल्या पातेल्याचे तोंडास स्वच्छ सफेद
रुमाल बांधून, त्यावर ते वांटलेले गहूं
लून चोळावे, म्हणजे सत्व निघते, व बा

राहिलेल्या चोंथ्यांत पाणी घालून चोळून, सर्व सत्व काढून घेऊन, चोंथा फेंकून घावा. नंतर रुमाल सोडून, त्यास लागलेले सत्व काढून घेऊन, दुसरा रुमाल त्या पातेल्याचे तोंडास बांधून तें आठ दिवस तसेंच ठेवावें. आठवे दिवशीं रुमाल सोडून, त्या सत्वांतून तीन पौंड पांच रुपये भार सत्व काढून घ्यावें.

तीन पौंड पांच रुपये भार खडी किंवा पिठी साखरेचा पाक करून, मळी काढून निर्मळ झाल्यावर त्यांत सदरील सत्व, पाऊण पौंड साजूक तूप, नऊ रुपये भार पनीर, चार मासे खललेले केशर व एक रुपया भार वेलदोड्यांची पूड असे पदार्थ मिळवून तें भांडें चुलीवर ठेवावें; व ढवळून, हलवा होतना खाली उतरून निवाल्यावर खावा.

१२०. गोधुमै रवै हलवा.
(गव्हांचे रव्याचा हलवा).
पहिला प्रकार.

- | | | |
|-------------------|-----|-----------------|
| ६।. पौंड दूध. | ३०९ | तीन पौंड पांच |
| ६।. पौंड साखर. | | रुपये भार रवा. |
| ३१।. रु० भार तूप. | ३ | रु० भार पन्नीर. |

सव्वा सहा पौंड दुधांत दीड पौंड अ-
डीच रुपये भार पाणी घालून चुलीवर ठे-
वावें. दूध उकळूं लागलें म्हणजे त्यांत तीन
पौंड पांच रुपये भार रवा मिळवून, शिजून
घट्ट होतांच त्यांत सव्वा सहा पौंड साखरे-
चा स्वच्छ पाक करून मिळवावा; व त्यावर
सव्वा एकतीस रुपये भार तूप व तीन रुपये
भार पन्नीर ओतून, हालवून एकवट करावें.
मग त्यावर झांकण ठेवून मधून मधून हाल-
वीत असावें; व हलवा तयार झाला म्हण
खाली उतरावा.

दुसरा प्रकार.

२९ रु० भार रवा.	२९ रु० भार तूप.
२० रु० भार दूध.	१२॥. रु० भार साखर.

पंचवीस रुपये भार रवा जस्ताच्या पात्रांत लाल होईपर्यंत भाजावा. मग तो बारीक वांटून, एका पात्रांत घालून चुलीवर ठेवावा; नंतर त्यांत पंचवीस रुपये भार तूप घालून परतून, अर्ध पौंड दूध व साडे बारा रुपये भार साखर त्यांत घालावी; व हालवून तयार झाला म्हणजे तो हलवा खालीं उतरून निवाल्यावर तांदुळांचे भाकरीशीं खावा.

१२१. वाधुमैपरुप्पु गोधुमै नुइशेरंदहलवा.
(बदाम-मिश्रित रव्याचा हलवा).

पहिला प्रकार.

पात्र २७॥.	चार पौंड साडे	१०२२॥.	एक पौंड साडे
दूध	सत्तावीस रुपये		बावीस रुपये
	भार दूध.		भार रवा.

१० रु० भार दूध. १९ रु० भार
 ६ रु० भार पन्नीर. बदामगीर.
 ३०३६।. तीन पौंड सव्वा १९।।. रु० भार तूप.
 छत्तीस रुपये भार साखर.

चार पौंड साडे सत्तावीस रुपये भार नि-
 रसें चांगलें दूध एका भांड्यांत घालून, त्या
 दुधांत पंधरा रुपये भार पाणी मिळवून चु-
 लीवर ठेवावें. मग एक पौंड साडे बावीस
 रुपये भार रवा त्या दुधांत टाकून शिजवावा.
 नंतर पंधरा रुपये भार बदामगीर ऊन पा-
 ण्यांत भिजत घालून, सोलून दहा रुपये भार
 दुधांत वांटावे; व ते वरील हलव्यांत घालून
 पळीनें हालवावे.

तीन पौंड सव्वा छत्तीस रुपये भार सा-
 खरेची चासणी करून, तींत सहा रुपये भार
 पन्नीर व साडे पंधरा रुपये भार तूप घालून
 एकवट करावें, व त्यांत सदरील हलवा घ
 लून, हालवून तयार होतांच खालीं उतराव

दुसरा प्रकार.

३८५	तीन पौंड पांच रुपये भार बदामगीर.	१	पौंड दूध.
		३८५	तीन पौंड पांच रुपये भार दूध.
१८२२॥.	एक पौंड साडे बावीस रुपये भार रवा.	३८३६।.	तीन पौंड सव्वा छत्तीस रुपये भार साखर.
४	मासे केशर.	३१।.	रु० भार रवा.
६	रु० भार पन्नीर.	१	रु० भार वेलदोडे.

तीन पौंड पांच रुपये भार बदामगीर गरम पाण्यांत घालावे; व भिजले म्हणजे काढून सोलून एक पौंड दुधांत वांटावे. मग तीन पौंड पांच रुपये भार दूध चुलीवर उकळत ठेवून त्यांत सव्वा एकतीस रुपये भार रवा मिळवावा; व तो शिजला म्हणजे पात सदरील बदामांचें पीठ मिळवून, मधून प्लून हालवून, मंदाग्नि करून चुलीवर तसाच घावा.

तीन पौंड सव्वा छत्तीस रुपये भार सा-
खरेचा पाक करून, मळी काढून स्वच्छ क-
रावा; व त्या पाकांत सव्वा एकतीस रुपये
भार रवा, सहा रुपये भार पन्नीर, चार मासे
खललेलें केशर व एक रुपया भार विलाय-
चीची पूड असे पदार्थ एकत्र करून त्या मि-
सळणांत वरील हलवा मिळवावा. नंतर खा-
लीं जाळ लावून, वरचेवर हालवून तयार हो-
तांच हलवा खालीं उतरावा; व निवाल्यावर
खावा.

१२२. गुरकाय हलवा.

(दुध्या भोंपळ्याचा हलवा).

- | | |
|--------------------|-------------------|
| २ दुध्ये भोंपळे. | ६। पौंड दूध. |
| ९ रु० भार बदामगीर. | ३० रु० भार तूप. |
| १। पौंड खडी साखर. | ९ रु० भार पन्नीर. |
| ४ मासे केशर. | |

दोन दुध्ये भोंपळे आणून, त्यांचें साल

काढून चिरावे; व त्यांतील बिया व कापसा-
 सारखा भाग काढून टाकून, फक्त गाभ्याच्या
 लहान लहान फोडी चिरून ठेवाव्या. मग
 सव्वा सहा पौंड निरसें चांगलें दूध एका
 भांड्यांत घालून चुलीवर ठेवावें; व त्या दु-
 धांत एक पौंड साडे बावीस रुपये भार पा-
 णी मिळवून खाली चांगला जाळ लावावा.
 दूध उकळूं लागलें म्हणजे त्यांत वरील फो-
 डींतून पाउणे चार पौंड फोडी घालून, सु-
 मारें दीड तास शिजून एक जीव झाला
 म्हणजे नऊ रुपये भार सोलीं व बदामगीर
 पाणी घालून वांटून त्यांत मिळवावे; व लां-
 कडाच्या घोटणीनें गरगटून त्यांत तीस रु-
 पये भार तूप, सव्वा पौंड वांटलेली खडी
 साखर, नऊ रुपये भार पनीर व चार मासे
 खललेलें केशर असे सर्व पदार्थ मिळवून, ह-
 लवा तयार होतांच खाली उतरून निवाल्या-
 वर खावा.

मुरंबे.

१२३. मांगाय तितिप्पु (आंब्यांचा मुरंबा).

पहिला प्रकार.

- | | |
|-----------------------|-----------------|
| १०० उत्तम कच्चे आंबे. | ३० पौंड तूप. |
| ३१। पौंड पिठी साखर. | १९ रु० भार |
| १९ रु० भार जायपत्री. | जायफळ. |
| १९ रु० भार वेलदोडे. | १ रु० भार केशर. |

मुरंबा करण्याजोगे शंभर आंबे झाडावरून तोडून आणून, अडीच तास गरम पाण्यांत भिजत घालून ठेवावे. नंतर ते काढून, स्वच्छ कपड्यानें पुसून, सुरीनें त्यांवरील साल काढून टाकावी; व ते चिरून त्यांचे आंतील कोयाही काढून टाकाव्या. मग तीस पौंड तूप एका पात्रांत घालून, तें पात्र चुलीवर ठेवून खाली जाळ लावावा. तूप तापलें म्हणजे त्यांत सदरील आंबे टाकून सुमारें दीड तास शिजवावे; व सव्वा एकती-

स रुपये भार पिठी साखरेचा किंवा चार पौंड साडे सत्तावीस रुपये भार खडी साखरेचा पाक करून, मळी काढून स्वच्छ झाल्यावर त्या पाकांत वरील शिजलेले आंबे टाकावे. तसेंच, त्यांत पंधरा रुपये भार जायफळांची पूड, पंधरा रुपये भार जायपत्रीची पूड, तितकीच वेलदोड्यांची पूड व एक रुपया भार खललेलें केशर असे जिन्नस मिळवून निवाल्यावर तो मुरंवा एका बरणींत ओतावा; व त्या बरणीवर गच्च झांकण बसवून, स्वच्छ रुमालानें तोंड बांधून ती सावलीत ठेवावी. चाळीस दिवस होतांच मुरंवा काढून खावा.

दुसरा प्रकार.

१०० कच्चे आंबे.	३७॥ पौंड खडी किंवा
३०५ तीन पौंड पांच	पिठी साखर.
रुपये भार पत्रीर	१२॥ रु० भार कागदी

गुलाबपाणी).

लिंबांचा रस.

१॥ रु० भार जायपत्री.

१॥ रु० भार जायफळ.

४ मासे कस्तुरी.

१॥ रु० भार वेलदोडे.

४ मासे अंबर.

१ रु० भार केशर.

वरप्रमाणें शंभर आंबे गरम पाण्यांत दोन तास भिजत घालावे. मग ते त्याच पाण्यानें स्वच्छ धुऊन, एका निर्मळ कपड्यास पुसून ठेवावे; व त्या आंब्यांची साल सुरीनें काढून, आंतील कोयाही काढून टाकाव्या. नंतर साडे सततीस पौंड खडी किंवा पिठी साखरेचा पाक करून, मळी काढून त्यांत वरील फांकी घालाव्या; व तीन पौंड पांच रुपये भार पनीर (गुलाबपाणी) आणि कागदी लिंबांचा साडे बारा रुपये भार रस त्यांत मिळवावा. तसेंच, त्यांत दीड रुपया भार जायफळाची पूड, दीड रुपया भार जायपत्रीची पूड, तितकीच वेलदोड्यांची पूड, चार मासे कस्तुरी, तितकाच अंबर व एक

रुपया भार खललेलें केशर अशा सर्व रकमा
सदरील मुरंब्यांत मिसळाव्या.

एक रुंद तोंडाची मोठी बरणी घेऊन,
तींत वरील मुरंबा ओतून तिचे तोंडावर झां-
कण गच्च बसवावें; व वर स्वच्छ रुमाल बां-
धून ती बरणी पांच दिवसपर्यंत उन्हांत ठे-
वीत असावें. नंतर तीतून मुरंबा काढून
खावा.

तिसरा प्रकार.

- | | |
|---------------------|----------------------|
| ९० पाडास आलेले | ६। पौंड लोणकडें तूप. |
| आंबे. | १२॥ पौंड साखर. |
| ७॥ रु० भार वेलदोडे. | ७॥ रु० भार लवंगा. |
| ७॥ रु० भार जायफळ. | ७॥ रु० भार जायपत्री. |

पाडास आलेले पन्नास आंबे तोडून आ-
णून, गरम पाण्यांत दोन तासपर्यंत घालून
ठेवावे. मग ते त्याच पाण्यानें निर्मळ धुऊन,
स्वच्छ कपड्यास पुसून त्यांवरील साल सु-

रीने काढून टाकावी; व दरएक आंब्याच्या चार फांकीप्रमाणे सर्व आंब्यांच्या फांकी करून ठेवाव्या. नंतर सव्वा सहा पौंड लोणकढें तूप एका पात्रांत घालून तें पात्र चुलीवर ठेवावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत सदरील फांकी घालून शिजवून भांडें खाली उतरावें.

एका भांड्यांत साडे बारा पौंड साखर घालून, तींत बेताचें पाणी ओतावें; व तें भांडें चुलीवर ठेवून पाक करून, मळी काढून स्वच्छ करावा. मग त्या पाकांत वरील शिजविलेल्या फोडी टाकाव्या. नंतर त्यांत साडे सात रूपये भार वेलदोड्यांची पूड, साडे सात रूपये भार लवंगांची पूड, साडे सात रूपये भार जायफळाची पूड व तितकीच जायपत्रीची पूड मिसळून, तीं मुरंवा बरणींत भरून वर गच्च झांकण घालून ठेवावा; व मुरला म्हणजे काढून खावा.

चौथा प्रकार.

१०० पाडाचे आंबे.

४८ पौंड खडी साखर.

३ रु० भार जि-

३ रु० भार विलायची-

च्याची पूड.

ची पूड.

पाडास आलेले शंभर आंबे वरप्रमाणें गरम पाण्यांत घालून, धुऊन पुसून कोरडे करावे; व त्यांवरील साल काढून चिरून, त्यांतील कोया काढून टाकाव्या. मग त्या फोडी एका रुंद तोंडाच्या बरणींत भरून, त्यांवर अठ्ठेचाळीस पौंड खडी साखर बारीक वांटून घालावी. नंतर फोडी व साखर एकत्र करून बरणीचें तोंड बंद करावें. ही बरणी पंधरा दिवसपावेतों प्रत्यहीं उन्हांत ठेवीत जावी; व सोळाव्या दिवशीं बरणीचें तोंड उघडून, आंतील मुरंब्यांत तीन रुपये भार जिच्याची पूड व तितकीच विलायचीची पूड मिळवून त्याचा उपयोग करावा.

पांचवा प्रकार—अकबरप्रिय मुरंवा.

१०० पाडास आलेले	१२॥ पौंड दूध.
आंबे.	२१८३९ एकवीस पौंड
६ रु० भार जायफळ.	पसतीस रुपये
७॥ रु० भार रूमी-	भार चिनई
मस्तकी.	खडी साखर.
७॥ रु० भार सालम-	९ मासे कस्तुरी.
मिश्री.	९ मासे अंबर.
१ रु० भार केशर.	१८८ एक रुपया
४ मासे गोरोचन.	आठ मासे
२९ रु० भार वदा-	भार विला-
मगिराचें तेल.	यची.

पाडास आलेले शंभर आंबे गरम पाण्यांत अडीच तास भिजत घालावे. मग ते त्याच पाण्यानें स्वच्छ धुऊन पुसावे. नंतर त्यांवरील साल काढून, साडे बारा पौंड दुधांत पंचवीस रुपये भार पाणी मिळवून, त्यांत ते आंबे घालून चुलीवर शिजत ठेवावे. सुमारें एक तासानें ते खालीं उतरून, एक तासपावेतों निवत असूं द्यावे.

एकवीस पौंड पसतीस रुपये भार चिन-
 ई खडी साखरेचा पाक करून, त्यावरील
 मळी काढून, पाक निर्मळ होतांच त्यांत स-
 दरील आंबे घालावे. मग सहा रुपये भार
 जायफळ, साडे सात रुपये भार रूमीमस्त-
 की, साडे सात रुपये भार सालममिश्री, पां-
 च मासे कस्तुरी, पांच मासे अंबर, एक रु-
 पया भार केशर, एक रुपया आठ मासे
 भार विलायची व चार मासे गोरोचन इत-
 क्या जिनसा निरनिराळ्या बारीक वांटून व-
 रील मुरंब्यांत मिळवाव्या. तसेंच, त्यांत पं-
 चवीस रुपये भार बदामगिराचें तेल ताजें
 काढून मिळवावें. दोन कढ येऊन गेल्यावर
 तो मुरंबा एका बरणींत ओतून, तिजवर झां-
 कण बसवून, त्या झांकणावर दोन किंवा ती-
 न रुमालांचे दादरे बांधावे; व त्यांवर माती-
 चें लिंपण करून, जमिनींत दोन हात खो-
 लीचा खाडा खणून, त्यांत ती बरणी पुरून

ठेवावी. एकेचाळीस दिवसांनीं बरणी बाहेर काढून, तोंड उघडून त्यावर वारीक स्वच्छ रुमालाचा दादरा बांधावा; व ती बरणी एक दिवस सावलींत राहूं देऊन, दुसरे दिवसापासून अरुणोदय-समयीं अनशेपोटीं थोडा मुरंबा काढून खात जावा; म्हणजे त्यापासून धातु व रक्तशुद्धि होईल.

१२४. नेल्लिक्काय तितिप्पु.

(आंवळ्यांचा मुरंबा).

पहिला प्रकार.

- | | |
|-------------------|--------------------|
| ९ पौंड आंवळे. | १० पौंड खडी साखर. |
| २४ रु० भार जिरें. | १ रु० भार विलायची. |
| ३ मासे जायफळ. | ३ मासे जायपत्री. |
| ३ मासे लवंगा. | |

चैत्र मासांत पांच पौंड आंवळे आणून पाण्यांत भिजत घालावे. मग ते काढून पितळेच्या टोंचणीनें सर्वत्र टोंचावे; व बरणींत

भरावे. नंतर दहा पौंड खडी साखर वांटून, वरणींत घालून तींत ते आंवळे नीट कालवावे; व वरणीचे तोंडावर झांकण बसवून, त्यावर पांढरा स्वच्छ रुमाल बांधून ती वरणी घडवंचीवर ठेवावी. ह्या वरणीस एका दिवसाआड ऊन दाखवीत जाऊन, मुरंवा मुरला म्हणजे त्यांत चोवीस रुपये भार गोड जिऱ्याची पूड करून मिळवावी. तसेंच, त्यांत एक रुपया भार वेलदोडे, तीन मासे जायफळ, तीन मासे जायपत्री व तीन मासे लवंगा ह्या जिनसांची निरनिराळी पूड करून मिळवावी; व त्याचा उपयोग करावा.

दुसरा प्रकार.

२५ पौंड आंवळे.	३०५ तीन पौंड पांच
१५०२५ पंधरा पौंड	रुपये भार क-
पंचवीस रुपये	ळीचा चुना.
भार साखर.	< मासे जायफळ.
< मासे जायपत्री.	< मासे वेलदोडे.

पंचवीस पौंड बिन डागांचे उत्तम आं-
 वळे आणून ते शिंदीच्या कांट्यांचे पुंजक्यां-
 नीं अथवा पितळेच्या टोंचणीनें टोंचावे. मग
 तीन पौंड पांच रुपये भार कळीच्या चुन्यां-
 त पंचवीस पौंड पाणी घालून, त्यावरील
 सर्व निवळी हळूच ओतून घ्यावी; व त्या
 निवळींत सदरील आंवळे घालून, चुलीवर
 ठेवून खालीं जाळ लावावा. सुमारे बारा
 मिनिटांनीं ते काढून घेऊन, स्वच्छ फडक्या-
 नें पुसून कोरडे करावे. नंतर पंधरा पौंड
 पंचवीस रुपये भार साखरेचा पाक करून,
 मळी काढून स्वच्छ झाल्यावर त्या पाकांत
 वरील आंवळे घालावे. तसेंच, त्यांत आठ
 मासे जायफळ, आठ मासे जायपत्री व
 आठ मासे वेलदोडे ह्या तीन जिनसांची नि-
 रनिराळी पूड करून मिळवावी. दोन कढ
 येतांच मुरंवा खालीं उतरून, निवाल्यावर व-
 र्णींत ओतून वर झांकण घालावें; व स्वच्छ

सफेद रुमालानें त्या बरणीचें तोंड बांधून, तीन दिवस उन्हांत ठेवून, नंतर त्या मुरंब्याचा उपयोग करावा.

तिसरा प्रकार.

- | | | | |
|------|-----------------------------|----------------|-----------------|
| २९ | पौड आंवळे. | २ | पौड कळीचा चुना. |
| १२॥. | पौड ताक. | २९ | पौड ताक. |
| १० | पौड खडी किंवा
पिठी साखर. | २ | मासे कस्तुरी. |
| | | २ | मासे अंबर. |
| १० | मासे विलायची. | १० | मासे जायफळ. |
| | १० | मासे जायपत्री. | |

बिन डागांचे पंचवीस पौड आंवळे आणावे. मग दोन पौड कळीचे चुन्यांत साडे बारा पौड पाणी ओतून त्यावरील सर्व निवळी एका कल्हई लावलेल्या पातेल्यांत हळूच काढून घ्यावी; व त्या निवळींत साडे बारा पौड ताक मिळवून त्या मिसळणांत सदरील आंवळे घालावे. नंतर तें पातेलें

चुलीवर ठेवून खालीं जाळ लावावा. सुमारे तीन मिनिटांनीं पातेलें खालीं उतरून, त्यांतील आंवळे काढून घ्यावे; व ते आंवळे पंचवीस पौंड ताकांत एक तास भिजत घालावे.

दहा पौंड खडी किंवा पिठी साखरेचा पाक करून, मळी काढून स्वच्छ झाल्यावर त्यांत वरील आंवळे ताकांतून काढून घालावे; व त्यांत दोन मासे कस्तुरी, दोन मासे अंबर, दहा मासे विलायची, दहा मासे जायफळ व तितकीच जायपत्री अशा रकमांची निरनिराळी पूड करून मिळवावी. मग तो मुरंबा बरणींत ओतून, तिचे तोंडावर गच्च झांकण बसवून मातीनें लिंपावें; व ती बरणी धान्याचे कोठींत पुरून ठेवून एकवीस दिवसांनीं बाहेर काढावी. नंतर तिचें तोंड उघडून, त्यावर स्वच्छ सफेद रुमालाचा दादरा बांधून एक दिवस सावलींत ठेवावी; व दुसरे दिवशीं मुरंबा काढून खावा.

चौथा प्रकार.

२९	पौंड आंवळे.	२९	पौंड ताक.
१०	पौंड खडी किंवा पिठी साखर.	२	मासे कस्तुरी.
१०४	एक रुपया चार मासे भार जायपत्री.	१०४	एक रुपया चार मासे भार जायफळ.
८	मासे केशर.	१०४	एक रुपया चार मासे भार वेलदोडे.
९	रु० भार पत्री.		

वरप्रमाणें पंचवीस पौंड आंवळे आणून पंचवीस पौंड ताकांत शिजवावे. मग ते काढून स्वच्छ रुमालानें पुसावे. नंतर दहा पौंड खडी किंवा पिठी साखरेचा पाक करून, मळी काढून स्वच्छ झाल्यावर त्या पाकांत सदरील आंवळे घालावे; व दोन कढयेतांच तो मुरंवा खालीं उतरून निवाला म्हणजे बरणींत ओतावा. एक रुपया चार मासे भार जायफळ, तितकी जायपत्री व तितकेच वेलदोडे ह्या तीन जिनसांची निर-

निराळी पूड करून मुरंब्यांत मिळवावी. त-
 सेंच, आठ मासे केशर खलून, नऊ रुपये
 भार पनीरमध्ये मिसळून मुरंब्यांत मिळवावे;
 व बरणीचें तोंड बंद करून, त्यावर मा-
 तीचें लिंपण घालून, ती बरणी धान्याचे को-
 ठीत पुरून ठेवावी. सुमारे पंधरा दिवसांनीं
 ती काढून, तोंड उघडून तें पुनः वारीक
 स्वच्छ रुमालानें बांधावे; व एक दिवस सा-
 वलीत राहूं देऊन, दुसरे दिवशीं मुरंबा का-
 ढून खावा.

१२५. येलिं बिच्चंगाय तितिप्पु.

(कागदी लिंवांचा मुरंबा).

पहिला प्रकार.

१०० कागदी लिंबें.

४६०३९ शेचाळीस पौंड

१०८ एक रुपया आठ
मासे जायफळः

पसतीस रुपये
भार मध.

१०८ एक रुपया आठ
मासे जायपत्री.

१०८ एक रुपया आठ
मासे वेलदोडे.

पिकण्याजोर्गी झालेलीं अशीं बिन डा-
गाचीं शंभर उत्तम कागदी लिंवे आणून ए-
क तासपर्यंत आधणाचे पाण्यांत भिजत
घालावीं. मग तीं काढून स्वच्छ रुमालानें
पुसून ठेवावीं. शेचाळीस पौंड पसतीस रु-
पये भार उत्तम मध आणून, कव्हई लावले-
ल्या पातेल्यांत घालून तें पातेलें चुलीवर
ठेवावें; व खालीं जाळ लावावा. मधावर
मळी येईल ती वरचेवर काढीत जाऊन मध
निर्मळ झाला म्हणजे त्यांत सदरील लिंवे
घालावीं. तसेंच, त्यांत एक रुपया आठ
मासे जायफळ, तितकी जायपत्री व तितके-
च वेलदोडे ह्यांची निरनिराळी पूड करून
मिळवावी. दोन कढ आल्यावर तो मुरंवा
खालीं उतरून ठेवून निवाला म्हणजे ए-
का बरणींत ओतावा; व त्या बरणीचें तोंड
बंद करून, ती पंधरा दिवसपर्यंत उन्हांत ठे-
वून नंतर त्याचा उपयोग करावा.

दुसरा प्रकार.

१००	कागदी लिंबें.	९९१९	नऊ पौंड पंधरा
४६९३९	शेचाळीस पौंड		रुपये भार
	पसतीस रुपये		दूध.
	भार पिठी	१ रु०	भार जायफळ.
	साखर.	१ रु०	भार जायपत्री.
		१ रु०	भार वेलदोडे.

वरप्रमाणें शंभर कागदी लिंबें आणून, साडे बारा पौंड पाणी व नऊ पौंड पंधरा रुपये भार दूध एकत्र करून त्यांत घालावीं. मग तें भांडें चुलीवर ठेवून खालीं जाळ लावावा. सुमारें एक तासपर्यंत तीं शिजलीं म्हणजे भांडें खालीं उतरावें; व त्यांतून तीं काढून रुमालानें पुसून ठेवावीं. नंतर शेचाळीस पौंड पसतीस रुपये भार पिठी साखरेचा पाक करून, मळी काढून निर्मळ झाल्यावर त्या पाकांत सदरील लिंबें घालावीं. तसेंच, त्यांत एक रुपया भार

जायफळ, एक रुपया भार जायपत्री व तितकेच वेलदोडे ह्या तीन रकमांची निरनिराळी पूड करून मिळवावी. दोन कढ येऊन गेल्यावर मुरंबा खाली उतरून निवाला म्हणजे बरणीत ओतून तिजवर झांकण बसवावे; व ती बरणी पांच दिवसपावेतो उन्हांत ठेवून, मुरंबा काढून खावा.

१२६. अकबरप्रियमाय उभयोह पडुत्ये

इंजी तितिप्पु.

(अकबरप्रिय आल्याचा मुरंबा).

पहिला प्रकार.

३० पौंड आलें.	३० पौंड ताक.
२५ शहाळीं (कों- वळे ओले नारळ).	१०० कागदी लिंबें. ६० पौंड खडी साखर. ३० रु० भार पत्रीर.
१ रु० भार जाय- फळ. -	१ रु० भार जायपत्री. १ रु० भार वेलदोडे.

१ रु० भार केशर. ६ रु० भार कागदी लिं-
४ मासे कस्तुरी. बांचा रस.

तीस पौंड उत्तम आलें आणून, त्याव-
रील सालपटें काढून टाकून आधणाचे पा-
ण्यांत घालावें. सुमारें पांच मिनिटांनीं तें का-
ढून तीस पौंड ताकांत पांच मिनिटें पावेतों
ठेवावें. मग तें काढून पंचवीस शहाळ्यां-
चे (कोंवळ्या ओल्या नारळांचे) पाण्यांत
दोन तास भिजत घालावें. नंतर तें काढून
तीन मिनिटेंपर्यंत वाऱ्यावर सुकत ठेवावें.
मग तें शंभर कागदी लिंबांचे रसांत भिजत
घालून सुमारें पाउणे तीन तासांनीं काढून
ठेवावें.

साठ पौंड खडी साखर भरड वांटून
आठ पौंड पाण्यांत मिळवावी; व तिचा
पाक करून, मळी काढून स्वच्छ होतांच त्या
पाकांत तीस रुपये भार पन्नीर मिळवावें.
मग तो पाक एका बरणींत ओतून त्यांत स-

दरील आलें घालावें; व त्यांत एक रुपया भार जायफळ, एक रुपया भार जायपत्री व तितकेच वेलदोडे ह्यांची निरनिराळी पूड करून मिळवावी. तसेंच, एक रुपया भार केशर कागदी लिंबांच्या सहा रुपये भार रसांत खलून तो रस व चार मासे कस्तुरी त्यांत मिसळावी. नंतर त्या वरणीचे तोंडास स्वच्छ रुमालाचा दादरा बांधून, वर झांकण ठेवून त्यावर मातीचें लिंपण घालावें; व ती वरणी डांगरीचे (साळीचे) कोठींत पुरून ठेवावी. एकवीस दिवस होतांच ती बाहेर काढून तिचें तोंड उघडावें; व त्यावर वारीक स्वच्छ सफेद रुमालाचा दादरा बांधून, एक दिवस सावलींत ठेवून, नंतर मुरंबा काढून खावा.

दुसरा प्रकार.

३० पौंड आलें.

१९ पौंड ताक.

१०९ पौंड मध. १९ रु० भार पन्नीर.
 १०८ एक रुपया आठ मासे जायफळ. १०८ एक रुपया आठ मासे जायपत्री.
 १०८ एक रुपया आठ मासे वेलदोडे.

तीस पौंड आलें आणून त्यावरील सालपटें काढून टाकावीं. मग पंधरा पौंड ताक व तितकेच पाणी एकत्र करून, त्यांत वरील आलें घालून चुलीवर शिजत ठेवावें; व तें थोड्या वेळानें काढून घेऊन स्वच्छ फडक्यानें पुसून ठेवावें.

उत्तम प्रकारचा मध एकशें पांच पौंड किंवा पाउणे एक्याणव पौंड आणून, त्यांत सव्वा सहा पौंड पाणी मिळवून चुलीवर ठेवावा; व पाणी आटून मळी निघाली म्हणजे तो एका बरणींत ओतावा. मग त्यांत सदरील आलें घालून, पंधरा रुपये भार पन्नीरमध्ये एक रुपया आठ मासे जायफळ, तितकी जायपत्री व तितकेच वेलदोडे ह्या तीन जिनसांची निरनिराळी पूड करून मिळवून तें

वरील मुरंब्यांत मिळवावें. नंतर त्या बरणीचें तोंड झांकण घालून, दादरा बांधून मातीनें लिंपावें; व ती बरणी जमिनींत तीन फूट खाडा खणून त्यांत पुरून ठेवावी. तीस दिवसांनीं ती बाहेर काढून, तोंड उघडून त्यावर बारीक स्वच्छ रुमालाचा दादरा बांधावा; व एक दिवसपर्यंत सावलींत ठेवून दुसरे दिवशीं मुरंबा काढून खावा.

१२७. इलंदकाय तितिप्पु.

(बोरंचा मुरंबा).

१९८२९	पंधरा पौंड	१०	पौंड खडी किंवा
	पंचवीस रु-		पिठी साखर.
	पये भार बोरें.	२	मासे कस्तुरी.
१८४	एक रुपया चार	१८४	एक रुपया चार मासे
	मासे जायफळ.		जायपत्री.
१८४	एक रुपया चार	८	मासे केशर.
	मासे वेलदोडे.	९	रु० भार पन्नीर.

पिकण्याजोगीं झालेलीं बोरें पंधरा पौंड

पंचवीस रुपये भार आणून आधणाचे पाण्यांत घालावीं; व पांच मिनिटांनीं बाहेर काढून, स्वच्छ रुमालानें पुसून ठेवावीं.

दहा पौंड खडी किंवा पिठी साखरेचा पाक करून त्यांत वरील वोरें घालावीं. मग दोन मासे कस्तुरी मिळवून, एक रुपया चार मासे जायफळ, तितकी जायपत्री व तितकेच वेलदोडे ह्या जिनसांची निरनिराळी पूड करून वरील मुरंब्यांत मिसळावी. तसेंच, आठ मासे केशर नऊ रुपये भार पन्नीरमध्ये खलून मिळवावें; व तो मुरंवा बरणींत ओतून, वर सांगितल्याप्रमाणें बरणीचें तोंड बंद करून ती धान्याचे कोठींत पुरून ठेवावी. सुमारे पंधरा दिवसांनीं ती बाहेर काढून, तोंड उघडून, त्यावर फक्त वारीक स्वच्छ रुमालाचा दादरा बांधून एक दिवस सावलींत असूं द्यावी; व दुसरे दिवशीं मुरंवा काढून खावा.

१२८. शेषुपळं तितिप्पु.

(शेषांचा मुरंबा).

पन्नास शेष (सफरजंग-फळें) आणून, त्यांचा आंवळ्यांचे मुरंब्याप्रमाणें साहित्य घेऊन मुरंबा करावा.

टीपः—सदरहु सर्व मुरंबे प्रत्येक आठवड्यास उन्हांत ठेवावे; व ते वरणींतून काढणें झाल्यास चांदीचे चमच्यानें अथवा लांकडाच्या चाटूनें (पळीनें) काढावे; म्हणजे बिघडत नाहींत.

सरबतें.

१२९. चंदनाचें सरबत.

६ रु० भार चंदनाचा
कीस.

१८ रु० भार खडी
साखर.

६ रु० भार पत्तीर.

मलबारी उत्तम पक्या चंदनाचें खोड

आणून, चरकीं धरून त्याचा कीस करावा; व त्या किसांतून सहा रुपये भार कीस एका पात्रांत घालून त्यांत तीस रुपये भार पाणी ओतावें. मग तें भांडें चुलीवर ठेवून, पाणी आटून सुमारे बारा रुपये भार शेष राहिलें म्हणजे खालीं उतरावें; व तो कीस कुसकरून त्यांतील पाणी गाळून घ्यावें. नंतर त्या पाण्यांत अठरा रुपये भार खडी साखरेची पूड करून मिळवावी. तसेंच, त्यांत सहा रुपये भार पन्नीर मिळवून, भांडें चुलीवर ठेवून पाक झाला म्हणजे खालीं उतरावें; व सरबत निवाळें म्हणजे प्यावें.

१३०. ते माधुळं सरबत.

(गोड डाळिंबांचें सरबत).

८ मस्कती गोड डाळिंबें. खडी किंवा पिठी साखर.

२ रु० भार पन्नीर.

आठ मस्कती गोड डाळिवें आणून, त्यां-
 तील दाणे चांदीच्या किंवा कल्हई लावले-
 ल्या पात्रांत काढून तें लांकडाच्या घोटणीनें
 घोटावे, व त्यांतील रस काढून घ्यावा. चों-
 थ्यांत रस शिलक राहिला असल्यास पुनः
 तो घोटून, सर्व रस पिळून घेऊन चोंथा फें-
 कून घ्यावा. मग जितका रस निघाला असे-
 ल त्याच्या वजना इतकीच खडी किंवा पि-
 ठी साखर वांटून त्या रसांत मिळवावी. त-
 सेंच, त्यांत दोन रुपये भार पनीरही मिळ-
 वून भांडें चुलीवर ठेवावें. पाक झाल्यावर
 तो बोटांनीं किंचित् उचलून पहावा; व तार
 आली तर सरबत झालें असें समजावें. नं-
 तर तो पाक खालीं उतरून, निवाला म्हण-
 जे कांचेच्या स्वच्छ वाटलींत ओतावा; व
 बूच बसवून, पाहिजे त्या वेळीं सरबत काढून
 प्यावें. बिरयानी पुलाव भक्षण केल्यानंतर हें
 सरबत प्यालें असतां गुणावह होईल.

१३१. पुळी माधुळं पळं सरबत.

(अंबट डाळिंबांचें सरबत).

८ अंबट डाळिंबें.

खडी साखर.

झाडावर उकललेलीं सात किंवा आठ अंबट डाळिंबें आणून, वरप्रमाणें त्यांचा रस काढून घ्यावा. मग जितका रस असेल त्याच्या दीडपट खडी साखर वांटून त्यांत मिळवावी; व चुलीवर ठेवून पाक होतांच खालीं उतरून निवाला म्हणजे बाटलींत ओतून ठेवावा. दररोज प्रातःकाळीं सरबत दोन रुपये भार घेऊन, त्यांत चार रुपये भार पाणी मिळवून प्यावें. पित्त शमन होईल.

१३२. इरुवधै माधुळं सरबत.

(अंबट व गोड डाळिंबांचें सरबत).

८ अंबट डाळिंबें.

८ गोड डाळिंबें.

खडी साखर.

अंबट डाळिंबें आठ व गोड डाळिंबें
आठ आणून त्यांतील दाणे काढावें. मग
त्यांचा रस काढून त्या रसाचे पावपट खडी
साखर त्यांत मिळवून, वरील कृतीनें सरबत
करून ठेवावें.

१३३. कोडी माधुळं सरबत.

(वेल-डाळिंबांचें सरबत).

१॥. पौड वेल-डाळिंबांचे आं- खडी साखर.
तील गीर.

वरील जातीचीं डाळिंबें आणून त्यांवरील
सालपट काढून टाकावें. मग आंतील गीर
दीड पौड घेऊन, चांदीच्या खलबत्यांत किं-
वा दगडाचे खलांत घालून, कुटून रस का-
ढून घ्यावा. जितका रस असेल तितकीच
खडी साखर घेऊन तीतून एक अष्टमांश
साखर कमी करावी; व बाकीची वांटून

वरील रसांत मिळवून, सदरहु कृतीनें सरबत करून ठेवावें. हें सेवन केल्यापासून पित्त व पित्तोष्ण शमन होईल.

१३४. द्राक्षपल सरबत.

(द्राक्षांचें सरबत).

२५ रु० भार द्राक्षांचा खडी किंवा पिठी साखर
रस. ६ रु० भार पन्नीर.

द्राक्षांचे घड आणून कुसकरून त्यांचा रस काढावा; व चोंथ्यांत थोडें पाणी घालून, कुसरून रस पिळून घ्यावा. मग ह्या रसांतून पंचवीस रूपये भार रस घेऊन चुलीवर ठेवावा. सुमारे पंधरा मिनिटांनीं खालीं उतरून, जितका रस राहिला असेल तितकीच खडी साखर त्यांत मिळवून चुलीवर ठेवावा. एक कढ येतांच त्यांत सहा रूपये भार पन्नीर घालून, पाक होतांच खालीं उतरून बाटलींत ओतून ठेवावा.

दररोज प्रातःकाळीं सहा रुपये भार पाण्यांत तीन रुपये भार सरबत मिळवून प्यालें असतां, पितोष्ण व हातापायांची व नेत्रांची आग होत असेल ती शमन होईल.

१३५. तामर इप्पु सरबत.

(पोहिनीच्या फुलांचें सरबत).

पोहिनीचीं फुलें* आणून, त्यांच्या पांढऱ्या पाकळ्या काढून सावलींत वाळवाव्या; व त्यांतून पांच रुपये भार पाकळ्या घेऊन, त्यांत एक पौंड पाणी घालून चुलीवर ठेवावें; मग पाणी आटून निमें राहिलें म्हणजे खालीं उतरून ठेवावें; व निवालें म्हणजे कुसकरून फडक्यानें गाळून घ्यावें. जितकें पाणी असेल तितकीच खडी साखर व थोडें पन्नीर त्यांत मिळवून, चुलीवर ठेवून वरप्र-

* हीं फुलें कमळांसारखीं असून पांढरीं असतात.

माणें सरबत करून ठेवावें. हें सेवन के-
ल्यानें मेघ नष्ट होतो.

१३६. एलिंबिचंपळं सरबत.

(कागदी लिंबांचें सरबत).

शंभर किंवा पन्नास कागदी लिंबें आ-
णून तीं चोळावीं. नरम झालीं म्हणजे सु-
रीनें त्यांच्या फांकी कराव्या; व त्या एका
दगडींत पिळून त्या रसांतील त्रिया काढून
टाकाव्या. मग रसाचे दुप्पट किंवा अडी-
चपट साखर त्यांत मिळवून, वरील कृतीनें
सरबत करून ठेवावें. (पित्तशामक).

१३७. नारतंपळं सरबत.

(संख्यांचें सरबत).

चांगलीं संत्रीं अथवा नारिंगें बीस आ-
णून, त्यांचा रस काढून गाळून घ्यावा; व

त्या रसांत दुप्पट साखर मिळवून, पक्का पाक करून वाटलीत भरून ठेवावा. (पित्तनाशक).

भाज्या.

फळ भाज्या.

१३८. वाळक्याय करी.

(कच्च्या केळ्याची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

- | | |
|----------------|-----------------------|
| १० कर्ची केळी. | १ रु० भार मीठ. |
| १ रु० भार तूप. | १० सुक्या मिरच्या. |
| १॥ रु० भार उ- | ४ रु० भार भाजणीचे कि- |
| डिदांची डाळ. | वा हरभऱ्यांचे पीठ. |
| | १ रु० भार मीठ. |

दहा कर्ची केळीं आणून, त्यांवरील साल व डेंख काढून टाकावे. मग त्यांचे एका अंगुळाप्रमाणें तुकडे करून पाण्याने स्वच्छ

धुवावे; व पांच मिनिटंपर्यंत पाण्यांत घालून ठेवावे. नंतर ते काढून, एका पात्रांत घालून त्यांत एक पौड पाणी व एक रुपया भार मीठ घालावे; व तें भाडें चुलीवर ठेवून खाली जाळ लावावा. तुकडे शिजले म्हणजे भाडें खाली उतरून, त्यांतील पाणी वेळून टाकावे.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत एक रुपया भार तूप टाकावे. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व दीड रुपया भार उडिदांची डाळ टाकून फोडणी करावी; व ह्या फोडणींत वरील तुकडे टाकून, चार रुपये भार भाजणीचें किंवा हरवऱ्यांचें पीठ आणि एक रुपया भार मीठ घालावे. मग ते कलथ्यानें परतून वर झांकण घालून, मंदाग्नि करून त्यावर शिजूं द्यावे. तसेंच, मधून मधून परतीत असावे. भाजी तयार होतांच खाली उतरून वाढावी.

दुसरा प्रकार—तळींव.

- १० कर्ची केळीं. १ रु भार तांबडें तिखट.
 १ रु० भार मीठ. १० रु० भार तूप.

दहा कर्ची केळीं वरप्रमाणें सोलून त्यांचे वाटोळे तुकडे करावे. मग त्यांस एक रुपया भार तांबडें तिखट व एक रुपया भार मीठ एकत्र करून लावावे. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून तींत दहा रुपये भार तूप टाकावे. तूप तापतांच त्यांत ते तुकडे घालून तळून काढावे. (भित्त-वातकारक).

तिसरा प्रकार—मोहऱ्या-मिश्रित.

- १० कर्ची केळीं. १॥ रु० भार मोहऱ्या.
 १॥ रु० भार चिंच. १ रु० भार मीठ.
 १ रु० भार मेथ्या. २ रु० भार तूप.
 ३ मासे मेथ्या. ३ मासे जिरें.
 १० कढीलंबार्ची पानें. ५ सुक्या मिरच्या.

वरप्रमाणें दहा केळीं चिरून, त्या तुकड्यांत पाणी घालून शिजवावे. मग त्यांतील पाणी निथळून काढून, दीड रुपया भार वांटलेल्या मोहऱ्या, दीड रुपया भार चिंच तीन रुपये भार पाण्यांत कुत्रळून तें पाणी, एक रुपया भार मीठ व एक रुपया भार मेथ्यांची पूड इतक्या जिनसा त्यांत मिसळाव्या.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत तीन मासे मेथ्या, तीन मासे जिरे, कढीलें, बार्ची दहा पानें व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून फोडणी होतांच तींत सदरील केळ्यांचे तुकडे घालावे; व लागलींच वर झांकण ठेवून क्षणभरानें काढावें. मग कलथ्यानें परतून परतून, भाजी खालीं उतरून वाढावी. (वात-पित्तकारक).

चौथा प्रकार—तूप-मिश्रित.

१० कर्ची केळीं.	१ रु० भार मीठ.
५ रु० भार तूप.	५ सुक्या मिरच्या.
१ रु० भार उडिदांची	१ रु० भार मीठ.
डाळ.	३ रु० भार भाजणीचें
	पीठ.

दहा कच्च्या केळ्यांचे वरप्रमाणें केलेल्या तुकड्यांत एक रुपया भार मीठ व पाणी घालून ते शिजवावे; व त्यांतील पाणी निथळून टाकावें. मग चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत पांच रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व एक रुपया भार उडिदांची डाळ टाकून फोडणी होतांच तींत केळ्यांचे तुकडे टाकावे; व त्यांवर झांकण ठेवून, क्षणभरानें तें काढून परतावे. नंतर त्यांत एक रुपया भार मीठ व तीन रुपये भार भाजणीचें पीठ मिळवून पुनः परतावे; व मंदाग्नीवर ही भाजी

झांकण घालून ठेवावी. तयार झाली म्हणजे ती खाली उतरून वाढावी.

१३९. पाघरकाय पुळी करी.
(मोठ्या कारल्यांची अंत्रट भाजी).
पहिला प्रकार.

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| ३ मोठीं कारलीं. | १ रु० भार मीठ. |
| १ रु० भार मीठ. | २ रु० भार चिच. |
| ३ रु० भार तूप. | ३ मास मोहज्या. |
| १ मासा मेथ्या. | १ मासा जिरें. |
| १ सुक्या मिरच्या. | १० कढीलिन्याचीं पांनें. |

तीन मोठालीं कारलीं आणून, त्यांच्या वाटोळ्या चकत्या चिरून त्यांस एक रुपया भार मीठ लावावें; व त्या चकत्या पाट्या-खालीं एक घटका दडपून ठेवाव्या. मग त्या चकत्या दोनही हातांनीं जोरानें घट्ट पिळून, त्यांतील पाणी काढून टाकावें; व थोडें पाणी घालून त्या शिजविल्यावर त्यांतील

पाणी काढून टाकावें. नंतर त्यांत एक रुपया भार मीठ व दोन रुपये भार चिंचेंत पांच रुपये भार पाणी घालून काढलेला बलक मिळवून ठेवाव्या.

चुलीवर कल्हर्ईचें पातेलें ठेवून त्यांत तीन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, एक मासा जिरें, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढील्लिवाचीं दहा पानें टाकून फोडणी होतांच तींत सदरील भाजी घालावी; व कलथ्यानें ती परतून वरतीं झांकण ठेवावें. क्षणभरानें झांकण काढून, कलथ्यानें परतून परतून, भाजी काढून वाढावी. (ह्या भाजीपासून पित्तहोतें).

दुसरा प्रकार.

३ मोठीं कारलीं.

१ रु० भार मीठ.

३ रु० भार चिंच.

१ रु० भार गूळ.

- | | |
|-------------------|----------------------------|
| १ रु० भार मीठ. | ३ रु० भार तांदुळांची पिठी. |
| ३ रु० भार तूप. | २ मासे मोहऱ्या. |
| १ मासा मेथ्या. | १ मासा जिरें. |
| ९ सुक्या मिरऱ्या. | १० कढीलंबाचीं पानें. |

तीन मोठ्या कारल्याच्या चकत्या करून त्यांस एक रुपया भार मीठ लावावें; व वर-प्रमाणें दडपून शिजवून, त्यांतील पाणी काढून टाकावें. मग दीड पौंड पाण्यांत तीन रुपये भार चिंच कुवळून त्यांत एक रुपया भार गूळ, एक रुपया भार मीठ व तीन रुपये भार तांदुळांची पिठी मिळवून, फोडी घालून भाडें चुलीवर ठेवावें. तीन उकळ्या आल्या म्हणजे पळी तापवून तींत तीन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, एक मासा जिरें, पांच सुक्या मिरऱ्यांचे तुकडे व कढीलंबाचीं दहा पानें टाकून फोडणी होतांच ती वरील भाजीस द्यावी; व

ती पळीनें हालवून, जमली म्हणजे खालीं
उतरून वाढावी.

१४०. मिधी पावरकाय वरल.

(लहान कारल्यांची तळीं व भाजी).

३० रु० भार लहान कारलीं.	१ रु० भार मीठ.
१॥ रु० भार चिंच.	९ मासे मीठ.
६ मासे तांबडें तिखट.	६ मासे धने.
१० रु० भार तूप.	४ मासे लसूण.
३ रु० भार कांदे.	२ रु० भार काजू.

तीस रुपये भार लहान कारलीं आणून
वरप्रमाणें चिरावीं. मग त्यांस एक रुपया
भार मीठ लावून, शिजवून पिळून टाकावीं;
व त्यांत दीड रुपया भार चिंचेचा बलक,
नऊ मासे मीठ, सहा मासे तांबडें तिखट व
सहा मासे वांटलेले धने मिळवून ठेवावीं.

चुलीवर तळणी ठेवून, तींत दहा रुपये

भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत चार मासे सोललेली लसूण, तीन रुपये भार कांयांच्या चकत्या व दोन रुपये भार काजूची डाळ टाकून वरील भाजी फोडणीस टाकावी. मग ती कलथ्यानें परतून, तळून होतांच काढून वाढावी. ही भाजी वात व पित्त करणारी आहे.

१४१. कोंबू पावरकाय वरल.

(लांब कारल्यांची तळीं व भाजी).

१० लांब कारलीं.	२ रु० भार मीठ.
५ रु० भार ताक.	१॥ रु० भार चिंच.
१ रु० भार मीठ.	१ रु० भार तांबडें
६ मासे धने.	तिखट.
२० रु० भार तूप.	१ रु० भार लसूण.
१० रु० भार कांदे.	५ रु० भार काजूच्या
	बिया.

दहा लांब कारलीं आणून, त्यांस टोंचणीनें टोंचावें. नंतर दोन रुपये भार मीठ मिळवून, पांच रुपये भार ताक व बेताचें पाणी घालून शिजवावीं. मग तीं पिळून, त्यांत दीड रुपया भार चिंचेचा बलक, एक रुपया भार मीठ, एक रुपया भार तांबडें तिखट व सहा मासे वांटलेले धने मिळवून असूं घावीं.

चुलीवर तळणी ठेवून, तींत वीस रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार सोलीं व लसूण, दहा रुपये भार कांद्यांच्या चकत्या व पांच रुपये भार काजूच्या सोलीं व बिया टाकून, त्यांत तीं कारलीं फोडणीस टकावीं; व परतून तळून होतांच काढून वाढावीं.

(दोडक्यांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

- | | |
|----------------------------|--------------------|
| १० दोडके. | १॥. रु० भार मीठ. |
| ४ रु० भार तूप. | १ रु० भार उडिदांची |
| १० सुक्या मिरच्या. | किंवा तुरीची |
| ३ रु० भार तांदुळांची पिठी. | डाळ. |

दहा दोडके कडू गोड पाहून आणावे; व त्यांवरील शिरा काढून टाकून त्यांच्या एक अंगुळ जाडीच्या फोडी चिराव्या. मग त्या फोडी एका भांड्यांत घालून, त्यांत दीड रुपया भार मीठ मिळवून भांडें चुलीवर ठेवावें; व खाली मंद जाळ लावून वर झांकण ठेवावें. नंतर कांहीं वेळानें त्या फोडीच्या अंगचें पाणी सुटूं लागून त्यायोगें फोडी शिजल्या म्हणजे त्यांतील पाणी काढून टाकावें.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत चार रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत

एक रुपया भार उडिदांची किंवा तुरीची डाळ आणि दहा सुक्या मिरच्या घालून सदरील भाजी फोडणीस टाकावी. मग तीत तीन रुपये भार तांदुळांची पिठी घालून, कलथ्यानें परतून वर झांकण ठेवावे. तीन किंवा चार मिनिटांनीं झांकण काढून, कलथ्यानें परतून परतून भाजी खालीं उतरावी.

दुसरा प्रकार—हटीव.

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| १० दोडके. | २० हिरव्या मिरच्या. |
| १ रु० भार चिंच. | १ रु० भार मीठ. |
| २ रु० भार तूप. | १ रु० भार उडिदांची डाळ. |
| ६ मासे मोहच्या. | |
| २ मासे मेथ्या. | ३ मासे जिरें. |

दहा दोडके आणून, त्यांवरील शिरा काढून टाकून त्यांच्या वाटोळ्या फोडी चिराव्या. मग त्यांत वीस ओल्या मिरच्या व थोडे पाणी घालून भाडें चुलीवर ठेवावे.

फोडी शिजत आल्या म्हणजे त्यांत एक रुपया भार चिंचेचा बलक व एक रुपया भार मीठ मिळवून भांडें खालीं उतरावें.

एक कल्हईचें पातेलें चुलीवर ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, सहा मासे मोहऱ्या, दोन मासे मेथ्या व तीन मासे जिरें टाकून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी घालावी; व लांकडाच्या घोटणीनें घोटून, एक जीव होतांच खालीं उतरून वाढावी. ही श्लेष्मकारक आहे.

तिसरा प्रकार—तूप-मिश्रित.

- | | |
|----------------------|--------------------|
| १० दोडके. | ६ रु० भार तूप. |
| १० सुक्या मिरच्या. | १ रु० भार उडिदांची |
| १ रु० भार ताडुळांचें | डाळ. |
| पीठ. | १ रु० भार मीठ. |

वरप्रमाणें दहा दोडक्यांच्या फोडी क-

रून अंगचे पाण्यानें शिजवाव्या. मग चु-
लीवर एक पात्र ठेवून त्यांत सहा रुपये
भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत दहा
सुक्या मिरच्या व एक रुपया भार उडिदां-
ची डाळ टाकून फोडणी होतांच तींत वरी-
ल भाजी टाकावी. नंतर तींत एक रुपया
भार तांदुळाचें पीठ व एक रुपया भार मीठ
मिळवून, परतून परतून पांच मिनिटांनीं खा-
लीं उतरावी. ही भाजी धातुवर्धक आहे.

चौथा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित.

- | | |
|-------------------------------|---|
| १० दोडके. | १ रु० भार मीठ. |
| १ रु० भार तांदुळांचें
पीठ. | ६ रु० भार तुरीची डाळ.
२ रु० भार तूप. |
| ७ सुक्या मिरच्या. | १ रु० भार उडिदांची डाळ. |

दहा दोडक्यांच्या फोडी वरप्रमाणें शिज-
विल्यावर त्यांत एक रुपया भार मीठ, एक
रुपया भार तांदुळांचें पीठ व सहा रुपये
भार तुरीची शिजविलेली डाळ मिळवावी.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रुप-
ये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत
सात सुक्या मिरच्या व एक रुपया भार उ-
डिदांची डाळ टाकून फोडणी होतांच तींत
वरील भाजी घालावी; व परतून परतून, खालीं
उतरून वाढावी. ही खाल्यानें उष्णता होते.

पाचवा प्रकार—अंबट.

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| १० दोडके. | ९ रु० भार चिंच. |
| ६ मासे मेथ्यांची पूड. | १॥ रु० भार मीठ. |
| ३ रु० भार भाजणीचे | २ रु० भार तूप. |
| पीठ. | १ मासा मेथ्या. |
| १ मासा जिरें. | १० सुक्या मिरच्या. |
| | २ कढीलंबाच्या डहाळ्या. |

वरप्रमाणें दहा दोडक्यांच्या फोडी करून
न शिजवाव्या. मग पांच रुपये भार चिंच
दीड पौंड अडीच रुपये भार पाण्यांत कुव-
ळून, त्या पाण्यांत सहा मासे मेथ्यांची पूड,

दीड रुपया भार मीठ व तीन रुपये भार
भाजणीचें पीठ असे जिन्नस मिळवावे; व
तें चिंचेचें पाणी वरील भाजींत ओतून ती
शिजत ठेवावी. नंतर पळी जाळावर धरून
तापली म्हणजे तींत दोन रुपये भार तूप
टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक मासा
मेथ्या, एक मासा जिरें, दहा सुक्या मिर-
च्यांचे तुकडे व कठीलिंबाच्या दोन डहा-
ळ्यांचीं पानें टाकून ती फोडणी सदरील भा-
जीस द्यावी; व पळीनें भाजी ढवळून वाढावी.
ही खाल्यानें पित्त शमतें.

१४३. नुरई पिरकंगाय करी.

(गिल्क्यांची भाजी).

पहिला प्रकार—साधी.

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| १० गिल्कीं (घोंसाळीं). | ६ रु० भार तूप. |
| १ रु० भार उडिदांची | १० सुक्या मिरच्या. |
| डाळ. | १॥ रु० भार मीठ. |

दहा गिल्कीं आणून, त्यांवरील साल काढून टाकावी; व त्यांच्या अंगुळाएवढाल्या फोडी कराव्या. मग चुलीवर पात्र ठेवून त्यांत सहा रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी घालावी. नंतर त्या भाजींत दीड रुपया भार मीठ मिळवून, वर झांकण ठेवून मंदाग्नीवर शिजूं द्यावी; व शिजली म्हणजे उतरून वाढावी.

दुसरा प्रकार—हटीव.

- | | |
|----------------------------|--------------------|
| १० गिल्कीं (घोंसार्ळीं). | २० ओल्या मिरच्या. |
| २ रु० भार चिंच. | १॥ रु० भार मीठ. |
| २ रु० भार तूप. | १ रु० भार उडिदांची |

६ मासे मोहऱ्या.

डाळ.

२ मासे मेथ्या.

३ मासे जिरे.

दहा गिल्कीं आणून, त्यांची साल काढून टाकून वरप्रमाणें चिरावीं. मग त्या भाजींत वीस हिरव्या मिरच्या व बेताचें पाणी घालून, चुलीवर ठेवून शिजवावी. नंतर दोन रुपये भार चिंचेंत पांच रुपये भार पाणी घालून, कुवळून त्यांत दीड रुपया भार मीठ मिळवून वरील भाजींत मिसळावें; व ती चांगली शिजवावी.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, सहा मासे मोहऱ्या, दोन मासे मेथ्या व तीन मासे जिरे टाकून फोडणी होतांच ती वरील भाजीस द्यावी. मग ती भाजी लांकडाच्या घोटणीनें घोटून, एक जीव होतांच काढून वाढावी.

१४४. पुडलंगाय करी.

(पडवळांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

१० कोंवळीं पडवळें. १॥ रु० भार मीठ.

१॥ रु० भार तांदुळां- २ रु० भार तूप.
ची पिठी. १० सुक्या मिरच्या.

१ रु० भार उडिदांची किंवा तुरीची डाळ.

दहा कोंवळीं पडवळें आणून त्यांच्या अर्ध अंगुळाप्रमाणें चकत्या कराव्या; व त्या सव्वा दोन पौंड पाण्यांत शिजवून आंतील पाणी वेळून टाकावें. मग त्यांत दीड रुपया भार मीठ व तितकीच तांदुळांची पिठी मिळवावी. नंतर चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व एक रुपया भार उडिदांची किंवा तुरीची डाळ घालून, फोडणी होतांच तीत वरील भाजी टाकावी; व परतून परतून त-

यार होतांच खालीं उतरून वाढावी. ही भा-
जी श्लेष्मकारक आहे.

दुसरा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित.

ही भाजी वरप्रमाणेंच साहित्य घेऊन
करावी; मात्र सहा रुपये भार तुरीची डाळ
निराळी शिजवून भाजी फोडणीस टाकण्याचे
पूर्वी तींत मिळवावी. ही भाजी तोंडास रुचि
आणते.

तिसरा प्रकार—अंबट.

- | | |
|-------------------------|----------------------------|
| १० कोंवळीं पडवळें. | २ रु० भार चिंच. |
| ६ मासे मेथ्यांची पूड. | १ रु० भार मीठ. |
| १ रु० भार भाजणीचें पीठ. | २ रु० भार तूप. |
| १ मासा मेथ्या. | १ मासा जिरें. |
| १० सुक्या मिरच्या. | २ कढीलिंबाच्या
डहाळ्या. |

वरप्रमाणें दहा कोंवळ्या पडवळांच्या फो-

डी शिजवून दीड पौंड पांच रुपये भार पाण्यांत दोन रुपये भार चिंच कुवळावी; व त्या पाण्यांत फोडी टाकून त्यांत सहा मासे मेथ्यांची पूड, एक रुपया भार मीठ व एक रुपया भार भाजणीचें पीठ मिळवावें. मग तें भाडें चुलीवर ठेवून, भाजी चांगली शिजून तयार झाली म्हणजे पळी जाळावर धरून, तापवून तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक मासा मेथ्या, एक मासा जिरें, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलंबाच्या दोन डहाळ्यांचीं पानें टाकून, फोडणी होतांच ती वरील भाजीस द्यावी. नंतर ती भाजी ढवळून वाढावी.

चौथा प्रकार—तूप-मिश्रित.

१० पडवळें.

२ रु० भार मीठ.

३ रु० भार तूप.

२ रु० भार उडिदांची

२० सुक्या मिरच्या.

डाळ.

२ रु० भार मीठ.

२ रु० भार तांदुळांचें पीठ.

दहा कोंवळ्या पडवळांच्या चकत्यांत दोन रुपये भार मीठ मिळवून चुलीवर शिजत ठेवाव्या, शिजतांना त्यांच्या अंगचें पाणी सुटेल तें त्या शिजल्यावर काढून टाकावें. मग चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत तीन रुपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन रुपये भार उडिदांची डाळ व वीस मिरच्यांचे तुकडे टाकून फोडणी होतांच तींत सदरील भाजी घालावी; व लागलींच तींत दोन रुपये भार मीठ आणि दोन रुपये भार तांदुळांचें पीठ मिळवून कलथ्यानें परतून परतून वाढावी. ही भाजी आरोग्यकारक आहे.

पांचवा प्रकार—दही-मिश्रित.

१० कोंवळीं पडवळें.

४ रु० भार तूप.

- | | |
|-------------------------|-------------------|
| १। पौड दहीं. | १ रु० भार तूप. |
| १ रु० भार उडिदांची डाळ. | ३ मासे मेथ्या. |
| ३ मासे जिरें. | २ रु० भार मीठ. |
| २ रु० भार तूप. | ५ सुक्या मिरच्या. |
| ३ मासे जिरें. | ३ मासे मोहच्या. |
| १॥ मासा हिंग. | १ मासा मेथ्या. |

२ कढीलिंगाच्या डहाळ्या.

दहा कोंवळीं पडवळें आणून त्याच्या चकत्या कराव्या. मग चुलीवर कल्हई लावलेलें पातेलें ठेवून त्यांत चार रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत वरील चकत्या टाकून त्यांत सव्वा पौड चांगलें दहीं घालावें; व वर झांकण ठेवून खालीं जाळ लावावा. फोडी शिजल्या म्हणजे जाळावर पळी तापवून तींत एक रुपया भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, तीन मासे मेथ्या व तीन मासे जिरें हे जिनस घालून, तळून होतांच काढून पाट्यावर बारीक वांटावे. नंतर ती पूड

व दोन रुपये भार मीठ भाजींत मिळवून, पळीनें हालवून खालीं उतरावी.

चुलीवर कल्हर्डचें पातेलें ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, तीन मासे जिरें, तीन मासे मोह्या, दीड मासा हिंग, एक मासा मेथ्या व कठीलिंबाच्या दोन डहाळ्या टाकून त्या फोडणींत वरील भाजी घालावी; व पळीनें हालवून हालवून वाढावी. ही भाजी थंड आहे.

सहावा प्रकार—मुगांची डाळ-मिश्रित.

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| १० पडवळें. | १॥ पौंड मुगांची डाळ. |
| ४ रु० भार तूप. | १ रु० भार उडिदांची डाळ. |
| १ मासा मेथ्या. | २ मासे जिरें. |
| ३ मासे मोह्या. | १॥ मासा हिंग. |
| १० सुक्या मिरच्या. | २ कठीलिंबाच्या डहाळ्या. |
| १ रु० भार तूप. | ६ मासे उडिदांची डाळ. |

- १ मासा मेथ्या. ४ गुंजा हिंग.
२ रु० भार मीठ. १ ओला नारळ.

दहा कोंवळीं पडवळें आणून, त्यांच्या चकत्या करून पाण्यानें स्वच्छ धुवाव्या. तसेंच, दीड पौंड मुगांची सोलीं व डाळ पाण्यांत भिजत घालून ठेवावी. मग एका पात्रांत वरील चकत्या व मुगांचीं भिजविलेलीं डाळ घालून चुलीवर ठेवून शिजवावी. चकत्या व डाळ शिजल्यावर भांडें खालीं उतरावें.

चुलीवर पातेलें ठेवून त्यांत चार रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरें, तीन मासे मोह्या, दीड मासा हिंग, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलंबाच्या दोन डहाळ्या टाकून, फोडणी होतांच तींत सदरील भाजी घालावी. मग पळी जाळावर तापवून तींत एक रुपया भार तूप टाकावें. तूप तापलें

म्हणजे त्यांत सहा मासे उडिदांची डाळ, एक मासा मेथ्या व चार गुंजा हिंग टाकून, तळून होतांच पाट्यावर वांटून ती पूड व दोन रुपये भार मीठ भाजीत मिळवावें. त्याचप्रमाणें, एक ओला नारळ फोडून, त्यांतील खोबरें खवून तो चवही भाजीत मिळवावा; व भाजी परतून परतून वाढावी. ही भाजी पित्तनाशक आहे.

१४५. वेंडिकाय करी.

(भेंड्यांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

६० कोंवळ्या भेंड्या. ४॥ रु० भार तूप.

२ रु० भार उडिदांची १० सुक्या मिरच्या.

डाळ. १॥ रु० भार मीठ.

१॥ रु० भार तांदुळांचें पीठ.

साठ कोंवळ्या भेंड्या आणून चिरून

पाण्यांत टाकाव्या; व त्यांतील चिकटपणा ना-
होसा होईपर्यंत धुवाव्या. मग त्यांत सव्वा
दोन पौंड पाणी घालून, चुलीवर ठेवून, फो-
डी शिजल्या म्हणजे आंतील पाणी निथळून
टाकावें.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत साडे चा-
र रूपये भार तूप घालावें. तूप तापलें म्ह-
णजे त्यांत दोन रूपये भार उडिदांची डाळ
व दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून फोड-
णी होतांच तींत वरील भाजी घालावी. म-
ग तींत दीड रूपया भार मीठ व दीड रूप-
या भार तांदुळांचें पीठ मिळवून कलथ्यानें
परतून परतून, भाजी खालीं उतरून वाढावी.
ही भाजी मेघनाशक आहे.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

६० भेंड्या.

२ रु० भार मीठ.

४॥ रु० भार चिंच.

२ मासे मेथ्यांची पूड.

- | | |
|--------------------|--------------------|
| २ कढीलिंगाच्या | ३ रु० भार तूप. |
| डहाळ्या. | १ रु० भार उडिदांची |
| १० सुक्या मिरच्या. | डाळ. |

वरप्रमाणें भाजी चिरून, धुऊन सव्वा दोन पौड पाण्यांत शिजवावी. मग तींतील पाणी वेळून टाकून, तींत साडे चार रूपये भार चिंचेचा बलक मिळवून चुलीवर ठेवावी. सुमारें दोन मिनिटांनंतर दोन रूपये भार मीठ, दोन मासे मेथ्यांची पूड व कढीलिंगाच्या दोन डहाळ्यांचीं पानें तींत टाकून, पळी जाळावर धरून तापवावी. पळी तापली म्हणजे तींत तीन रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत एक रूपया भार उडिदांची डाळ व दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून, ती फोडणी वरील भाजीस द्यावी. नंतर ती भाजी पळीनें सारखी हालवून वाढावी. ही भाजी वातपित्तनाशक आहे.

१४६. आवरकाय करी.

(घेवड्याच्या शेंगांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

२०० घेवड्याच्या शेंगा.	२ रु० भार तांदुळांची
१॥ रु० भार मीठ.	पिठी.
३ रु० भार तूप.	१ रु० भार उडिदांची
१० सुक्या मिरच्या.	डाळ.

घेवड्याच्या दोनशें शेंगा आणून त्यांचे डेंख व दोर काढून तुकडे करावे. मग त्यांत तीन पौंड पाणी घालून चुलीवर शिजत ठेवावे. शिजले म्हणजे त्यांतील पाणी वेळून टाकावें; व त्यांत दोन रुपये भार तांदुळांची पिठी आणि दीड रुपया भार मीठ मिळवावें.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत तीन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून, त्यांत वरील भाजी फोडणीस टाकावी. मग ती कल-

थ्यानें परतून परतून, खालीं उतरून वाढावी.
ही भाजी पथ्याची आहे.

दुसरा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित.

ह्या भाजीची कृति व साहित्य वरप्रमा-
णेंच समजावें. मात्र शेंगा शिजल्यावर सहा
रूपये भार तुरीची डाळ निराळी शिजवून
त्यांत मिळवावी; व नंतर तीस फोडणी द्यावी.

तिसरा प्रकार—तूप-मिश्रित.

२०० घेवज्याच्या शेंगा.	६ रु० भार तूप.
७ सुक्या मिरच्या.	२ रु० भार उडिदां- ची डाळ.
१ मासा हिंग.	

१॥ रु० भार भीठ.

घेवज्याच्या दोनशें शेंगा वरप्रमाणें निसून,
तुकडे करून पाण्यानें स्वच्छ धुवाव्या. मग
चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत सहा रूपये भार

तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत सात सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, दोन रुपये भार उडिदांची डाळ व एक मासा हिंग टाकून, त्यांत वरील भाजी फोडणीस टाकावी. नंतर तींत दीड रुपया भार मीठ मिळवून कलथ्यानें परतून परतून वर झांकण ठेवावें. क्षणभरानें झांकण काढून, पुनः परतून तींत थोडें पाणी घालून शिजवावी. शिजून तयार होतांच परतून परतून खालीं उतरून वाढावी.

चौथा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

२०० घेवड्याच्या शेंगा.	९ रु० भार चिंच.
१॥ रु० भार मेथ्यांची पूड.	१॥ रु० भार मीठ.
२ रु० भार तूप.	३ मासे मोहऱ्या.
२ मासे जिरे.	७ सुक्या मिरच्या.
१ मासा मेथ्या.	१॥ मासा हिंग.
१ मूठ कढीलंब.	

घेवड्याच्या दोनशें शेंगा निसून तुकडे

करून धुवाव्या; व त्यांत पाणी घालून शि-
जवाव्या. मग त्यांतील पाणी काढून टाकून
नऊ रूपये भार चिंचेचा बलक, दीड रुपया
भार मेथ्यांची पूड व तितकेंच मीठ त्यांत
मिसळावें.

चुलीवर एक कल्हईचें पात्र ठेवून त्यांत
दोन रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें
म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे
जिरें, सात सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, एक
मासा मेथ्या, दीड मासा हिंग व एक मूठ
कढीलिंब घालून फोडणी होतांच तींत वरी-
ल भाजी घालावी; व कलथ्यानें परतून पर-
तून खालीं उतरून वाढावी. ह्या भाजीपा-
सून घेरी बंद होते.

पांचवा प्रकार.

२०० घेवज्याच्या शेंगा.

१ ओला नारळ.

२९ रु० भार दूध.

२ रु० भार पांढरे

२ रु० भार सांबाऱ्याचा मसाला.	तीळ.
१ मासा बासकापूर.	१॥ रु० भार मीठ.
२ रु० भार तूप.	१० रु० भार दूध.
६ मासे उडिदांची डाळ.	३ मासे मोहऱ्या.
	१ मासा हिंग.
	५ सुक्या मिरऱ्या.
१ कढीलिंबाची डहाळी.	

घेवड्याऱ्या दोनशें शेंगा आणून, निसून तुकडे करून त्यांतील दाणे काढावे; व त्या दाण्यांत पंचवीस रुपये भार दूध घालून चुलीवर शिजत ठेवावे. दाणे शिजून दूध आटलें म्हणजे ते खालीं उतरून ठेवावे. मग एका ओल्या नारळाचें दूध काढून, तें सदरील शेंगांत मिळवून त्याही शिजवाव्या. शिजत असतां त्यांत दोन रुपये भार वांटलेले पांढरे तीळ, दोन रुपये भार सांबाऱ्याचा मसाला व दीड रुपया भार मीठ मिळवावें. शेंगा शिजल्या म्हणजे त्यांत दाणे घालून, एक मासा बासकापूर व दहा रुपये भार दू-

ध मिळवून ती भाजी पुनः शिजवावी; व तयार होतांच खालीं उतरावी.

चुलीवर एक पातेलें ठेवून, त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, सहा मासे उडिदांची डाळ, एक मासा हिंग, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलंबाच्या एका डहाळीचीं पानें टाकून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी घालावी; व परतून परतून खालीं उतरावी. नंतर ती लागलींच सुपारीचे पानांत घालून, गच्च बांधून एक घटका ठेवावी; व जेवतेसमयीं खावी. ही भाजी खाल्यानें पित्त शमून कफ रोग जातो.

१४७. कोत्तवरंगाय करी.

(गोंवारीच्या शेंगांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

९०० गोंवारीच्या शेंगा.	१॥ रु० भार मीठ.
१॥ रु० भार भाजणीचें	३ रु० भार तूप.
पीठ.	१ रु० भार उडिदां-
९ सुक्या मिरच्या.	ची डाळ.

गोंवारीच्या पांचशें कोंवळ्या शेंगा आणून निसाव्या, व त्यांचे तुकडे करावे. मग त्यांत तीन पौंड पाणी घालून, चुलीवर ठेवून शिजवाव्या. शिजल्या म्हणजे त्यांतील पाणी वेळून टाकावें; व त्यांत दीड रुपया भार मीठ व तितकेंच भाजणीचें पीठ मिळवावें. नंतर चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत तीन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी फोडणीस टाकावी; व परतून परतून खाली उतरून

वाढावी. ही भाजी खाण्यापासून पित्त व वात हे विकार होतात.

दुसरा प्रकार.

२०० गोंवारीच्या शेंगा.	१ रु० भार मीठ.
१॥ रु० भार चिंच.	१॥ रु० भार भाजणीचें
१ रु० भार साखर किंवा	पीठ.
गूळ.	२ रु० भार तूप.
२ मासे जिरें.	१ मासा मेथ्या.
१ रु० भार उडिदांची	५ सुक्या मिरच्या.
डाळ.	१ कढीलंबाची डहाळी.

गोंवारीच्या दोनशें कोंवळ्या शेंगा आणून निसून त्यांचे तुकडे करावे. मग त्यांत अर्ध पाँड पाणी व एक रुपया भार मीठ घालून, चुलीवर ठेवून शिजवाव्या. शिजल्या म्हणजे त्यांतील पाणी निथळून टाकावें; व लागलींच त्यांत दीड रुपया भार चिंचेचा बलक, तितकेंच भाजणीचें पीठ व एक रु-

पया भार साखर किंवा गूळ मिळवावा. नंतर चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावे. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन मासे जिरे, एक मासा मेथ्या, एक रुपया भार उडिदांची डाळ, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंबाच्या एका डहाळीचीं पानें टाकून त्या फोडणींत वरील भाजी घालावी; व परतून परतून तयार होतांच खालीं उतरून वाढावी. ही भाजी वायु करणारी आहे.

३

॥

तिसरा प्रकार = अंबट.

- | | | | |
|-----|---------------------|--------------------|-----------------|
| २०० | गोंवारीच्या शेंगा. | ६ | मासे मीठ. |
| ४१ | रु० भार चिंच. | १ | रु० भार मीठ. |
| २ | मासे मेथ्यांची पूड. | २ | रु० भार तूप. |
| १ | मासा मेथ्या. | २ | मासे मोह्या. |
| १ | मासा जिरे. | ९ | सुक्या मिरच्या. |
| | १ | कढीलिंबाची वाळलेली | डहाळी. |

गोंवारीच्या दोनशें कोंवळ्या शेंगा आणून निसून त्यांचे तुकडे करावे; व त्यांत अर्ध पाँड पाणी व सहा मासे मीठ घालून शिजवावे. तुकडे शिजले म्हणजे त्यांतील पाणी वेळून टाकावें. मग साडे चार रूपये भार चिंचेंत आठ रूपये भार पाणी मिळवून कुवळून, आंतील चोंथा काढून टाकावा; व तें पाणी वरील भाजींत घालावें. तसेंच, तींत एक रुपया भार मीठ व दोन मासे मेथ्यांची पूड मिळवून, दोन मिनिटेंपर्यंत भाजी चुलीवर ठेवून खालीं उतरावी. नंतर चुलीवर कल्हईचें एक पात्र ठेवून त्यांत तेंपून रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक मासा मेथ्या, दोन मासे मोह्या, एक मासा जिरें, पांच सुक्या मिरच्या व कठीलिंबाच्या वाळलेल्या डहाळीचीं पानें टाकून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी घालावी; व परतून परतून तयार होतांच खालीं उतरून वाढावी.

१४८. गुरक्काय करी.
 (दुध्या भोंपळ्याची भाजी).
 पहिला प्रकार—साधी.

- १ कोंवळा दुध्या भोंपळा. १ ॥ रु० भार मीठ.
 २ रु० भार भाजणीचें २ रु० भार तूप.
 पीठ. ७ सुक्या मिरच्या.
 १ रु० भार उडिदांची डाळ.

एक कोंवळा दुध्या भोंपळा आणून त्या-
 वरील साल काढून टाकावी. मग तो
 चिरून त्याच्या लहान लहान फोडी चिरा-
 व्या; व त्या फोडींत बेताचें पाणी व दीड
 रुपया भार मीठ घालून चुलीवर शिजत ठे-
 वाव्या. शिजल्या म्हणजे त्यांतील पाणी नि-
 थळून टाकून त्यांत दोन रुपये भार भाजणी-
 चें पीठ मिसळावें. नंतर चुलीवर एक पात्र
 ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तू-
 प तापलें म्हणजे त्यांत सात सुक्या मिर-

च्यांचे तुकडे व एक रुपया भार उडिदांची
डाळ घालून फोडणी होतांच तींत वरील
भाजी फोडणीस टाकावी; व कलथ्यानें पर-
तून परतून खालीं उतरून वाढावी. ही भा-
जी वात व पित्त हरणकारणारी आहे.

दुसरा प्रकार—अंबट.

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| १ कोंवळा दुध्या भोंपळा. | १॥ रु० भार मीठ. |
| १ रु० भार चिंच. | २ मासे मेथ्यांची पूड. |
| २ रु० भार तूप. | ९ सुक्या मिरच्या. |
| २ मासे जिरें. | १ कढीलिंबाची डहाळी. |

वरप्रमाणें दुध्या भोंपळा चिरून, त्यांत
थोडें पाणी व दीड रुपया भार मीठ घालून
फोडी शिजवाव्या. फोडी शिजल्या म्हणजे
त्यांतील पाणी निथळून टाकून एक रुपया
भार चिंचेचा बलक व दोन मासे मेथ्यांची
पूड त्यांत मिसळावी. मग चुलीवर एक क-

व्हईचें पातेलें ठेवून त्यांत दोन रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, दोन मासे जिरे व कढीलिंबाची एक डहाळी टाकावी. फोडणी तयार झाली म्हणजे तींत वरील भाजी घालून, कलथ्यानें परतून परतून खालीं उतरून वाढावी. ही भाजी खाल्ली असतां पित्त शमतें.

तिसरा प्रकार—मोहऱ्या-मिश्रित.

- | | |
|-----------------------|------------------|
| १ दुध्या भोंपळा. | १॥ रु० भार मीठ. |
| १॥ रु० भार मोहऱ्या. | १० कागदी लिंबें. |
| ३ मासे मेथ्यांची पूड. | २ रु० भार तूप. |
| ३ मासे मोहऱ्या. | १ मासा मेथ्या. |
| ९ सुक्या मिरच्या. | २ मासे जिरे. |

१० कढीलिंबाचीं पानें.

एका कोंवळ्या दुध्या भोंपळ्याचे फोडींत दीड रुपया भार मीठ व थोडेंसें पाणी घा-

लून शिजवाव्या. फोडी शिजल्या म्हणजे त्यांतील पाणी निथळून टाकून, त्यांत दीड रुपया भार वांटलेल्या मोहऱ्या, दहा कागदी लिंबांचा रस व तीन मासे मेथ्याची पूड मिळवावी.

चुलीवर एक पातेलें ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, दोन मासे जिरें व कढीलिंबाचीं दहा पानें टाकून, फोडणी झाली म्हणजे तींत सदरील भाजी घालावी; व परतून परतून खालीं उतरून वाढावी. ही भाजी खाल्ल्यानें पित्त होतें.

चौथा प्रकार—तीळ-मिश्रित.

१ कोंवळा दुध्या भोंपळा.

१॥ रु० भार मीठ.

२ रु० भार तीळ.

२ रु० भार तूप.

- १ रु० भार उडिदांची डाळ. १ मासा हिंग.
९ सुक्या मिरच्या. १० कढीलंबाचीं पानें.

वरप्रमाणें दुध्या भोंपळ्याचे फोडोंत दी-
ड रुपया भार मीठ व थोडें पाणी घालून,
शिजवून त्यांतील पाणी निथळून टाकावें. म-
ग दोन रुपये भार तिळांची पूड मिळवावी.
नंतर चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रु-
पये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे
त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, एक
मासा हिंग, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व
कढीलंबाचीं दहा पानें टाकून फोडणी हो-
तांच तींत वरील भाजी घालावी; व परतून
परतून खालीं उतरावी. ही भाजी खाल्ली
असतां उष्णता होते.

पांचवा प्रकार—मिरें-मिश्रित.

- १ दुध्या भोंपळा. १॥ रु० भार मीठ.
२ रु० भार तूप. ६ रु० भार मिरें.

- १० सुक्या मिरच्या. १ मूठ कढीलिंगाचीं पानें.
 १ मासा हिंग. ६ मासे मीठ.
 ६ रु० भार तुरीची डाळ. २ रु० भार तूप.
 १ रु० भार उडिदांची डाळ. ५ सुक्या मिरच्या.

वरप्रमाणें दुध्या भोंपळ्याच्या फोडींत दीड रुपया भार मीठ व थोडें पाणी घालून शिजवून त्यांतील पाणी निथळून टाकावें. मग चुलीवर तळणी ठेवून तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत सहा रुपये भार मिरें, दहा सुक्या मिरच्या, कढीलिंगाचीं एक मूठ पानें व एक मासा हिंग हे जिनस टाकून तळून पाट्यावर घालून बारीक पूड वांटावी. नंतर ती पूड तीस रुपये भार पाण्यांत मिळवून तें पाणी निमें आटवावें; व त्यांत सहा मासे मीठ, सहा रुपये भार तुरीची शिजविलेली डाळ व सदरील दुध्या भोंपळ्याची भाजी घालून पांच मिनिटेंपर्यंत शिजवावी. मग पळी तापवून

तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप ता-
पलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदां-
ची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे
टाकून ती फोडणी वरील भाजीस द्यावी; व
ती पळीनें हालवून खालीं उतरून वाढावी.
ही भाजी वायुहारक आहे.

१४९. पुशानिकाय करी.

(कोंहळ्याची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

- | | |
|-------------------------|--------------------|
| १ लहान कोंहळा. | ३ रु० भार मीठ. |
| ६ रु० भार तुरीची डाळ. | २ रु० भार भाजणीचें |
| २ रु० भार तूप. | पीठ. |
| १ रु० भार उडिदांची डाळ. | १० सुक्या मिरच्या. |

एक लहान कोंहळा आणून त्यावरील
साल काढून टाकावी. मग त्याच्या एका इं-
चा एवढाल्या फोडी चिरून त्यांत तीन रुप-

ये भार मीठ व वारा रुपये भार पाणी घालून शिजवाव्या. फोडी शिजल्या म्हणजे त्यांत सहा रुपये भार तुरीची शिजविलेली डाळ व दोन रुपये भार भाजणीचें पीठ मिळवावें. नंतर चुलीवर पातेलें ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून त्या फोडणींत वरील भाजी घालावी; व परतून परतून खाली उतरून वाढावी. ही भाजी वायु करणारी असून औषधी-गुण नाश करिते.

दुसरा प्रकार—अंबट.

- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| १ लहान कोंहळा. | ४॥ रु० भार चिंच. |
| २ रु० भार तांबडें तिखट. | २ रु० भार मीठ. |
| ३ रु० भार तूप. | २ मासे मेथ्या. |
| ३ मासे मोहच्या. | २ मासे जिरें. |
| १० सुक्या मिरच्या. | २ कढीलंबाच्या
डहाळ्या. |

वरप्रमाणें एक लहान कोंहळा चिरून त्याच्या फोडी एका कल्हईचे पातेल्यांत घालाव्या. मग त्यांत साडे चार रुपये भार चिंच पंचवीस रुपये भार पाण्यांत कुवळून तें पाणी घालावें. तसेंच, त्यांत दोन रुपये भार तांबडें तिखट व तितकेंच मीठ मिळवून भाजी चुलीवर ठेवून चांगली शिजवावी. नंतर जाळावर पळी तापवून तींत तीन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन मासे मेथ्या, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरें, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलंबाच्या दोन डहाळ्यांचीं पानें टाकून, फोडणी होतांच ती वरील भाजीस घावी; व ती पळीनें ढवळून वाढावी. ही भाजी पित्तनाशक आहे.

१५०. पलाक्काय पुळी करी.
(फणसाची चिंच-मिश्रित भाजी).

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| १ लहान कोंवळा फणस. | ३ रु० भार चिंच. |
| १ मूठ पिठी साखर. | १ मूठ कढीलिंबाचीं पानें. |
| १ मूठ मीठ. | २ रु० भार भाजणीचें |
| २ रु० भार तूप. | पीठ. |
| १ सुक्या मिरच्या. | १ रु० भार उडिदांची |
| १ कढीलिंबाची डहाळी. | डाळ. |

एक लहान कोंवळा फणस आणून, त्या-
वरील कांटे व पातळ साल काढून टाका-
वी. मग तो चिरून आंतील आठळ्या का-
ढून टाकून त्याच्या एक इंचा एवढाच्या ल-
हान लहान फोडी चिराव्या; व त्यांत पाउ-
णे दोन पौंड पाणी घालून भाजी शिजत ठे-
वावी. शिजून नरम झाली म्हणजे आंतील
पाणी वेळून टाकावें. नंतर त्या भाजींत ती-
न रुपये भार चिंचेचा बलक, एक मूठ पि-
ठी साखर, एक मूठ कढीलिंबाचीं पानें, ए-

क मूठ मीठ व दोन रुपये भार भाजणीचें
 पीठ मिळवून भाडें चुलीवर ठेवावें; व ला-
 गलींच जाळावर पळी तापवून तींत दोन
 रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे
 त्यांत पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, एक रु-
 पया भार उडिदांची डाळ व कढीलिंबाच्या
 एका डहाळीचीं पानें घालून, फोडणी होतां-
 च ती वरील भाजीस द्यावी; व ती हाल-
 वून वाढावी. ही भाजी खाण्यानें मेघवात
 रोग होतो.

१५१. कत्तरिक्काय करी.

(वांग्यांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

२० वांगीं.

१ रु० भार मीठ.

१॥ रु० भार तांदुळांचें पीठ.

२ रु० भार तूप.

६ मासे उडिदांची डाळ.

५ सुक्या मिरच्या.

वीस कोंवळीं वांगीं आणून त्यांच्या फो-
डी कराव्या; व त्या दीड पौंड पाण्यांत शि-
जवून, त्यांतील पाणी निथळून टाकावें. मग
त्यांत एक रुपया भार मीठ व दीड रुपया
भार तांदुळांचें पीठ मिळवून थोडा वेळ पुनः
शिजवाव्या. नंतर पळी तापवून तींत दोन
रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे
त्यांत सहा मासे उडिदांची डाळ व पांच
सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून, फोडणी हो-
तांच ती वरील भाजीस द्यावी; आणि ती
पळीनें हालवून, खालीं उतरून वाढावी. ही
भाजी पथ्यकर आहे.

दुसरा प्रकार—अंबट.

- | | |
|-----------------------|-----------------|
| २० कोंवळीं वांगीं. | २ रु० भार चिंच. |
| ३ मासे मेथ्यांची पूड. | १॥ रु० भार मीठ. |
| २ रु० भार तूप. | ३ मासे मोह्या. |

१ मासा मेथ्या.

२ मासे जिरें.

१ कढीलंबाची डहाळी.

वरप्रमाणें वांगीं चिरून शिजवून, त्यांतील पाणी निथळून टाकल्यावर त्यांत दोन रुपये भार चिंचेचा बलक, तीन मासे मेथ्यांची पूड व दीड रुपया भार मीठ मिळवावें. मग जाळावर पळी तापवून तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहच्या, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरें व कढीलंबाच्या एका डहाळीचीं पानें टाकून फोडणी होतांच ती सदरील भाजीस द्यावी, व ती पळीनें हालवून वाढावी. ही भाजी पित्तनाशक आहे.

तिसरा प्रकार.

(कागदी लंबांचा रस घालून केलेली भाजी).

कृति व साहित्य सदरप्रमाणें समजावें.

मात्र चिंचेऐवजीं कागदी पांच लिंबांचा र-
स काढून, भाजींत मिळवून भाजी करावी.
ही खाल्ल्यानें घेरी जाते.

चौथा प्रकार—खोबरे-मिश्रित.

- २० वांगीं. १ खोबऱ्याची वाटी.
१॥ रु० भार मीठ. १ रु० भार तांदुळांचें पीठ.
२ रु० भार तूप. १ रु० भार उडिदांची डाळ.
५ सुक्या मिरच्या.

वीस कोंवळीं वांगीं वरप्रमाणें चिखून,
त्यांत खोबऱ्याची एक वाटी किसून मिळवा-
वी. तसेंच, त्यांत दीड रुपया भार मीठ व
एक रुपया भार तांदुळांचें पीठ मिसळून, बेताचें
पाणी घालून भाजी चुलीवर शिजत ठेवावी,
व शिजतांच खालीं उतरावी. मग चुलीवर
एक पातेलें ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप
टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रु-

पया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून फोडणी होतांच तीं-
त वरील भाजी घालावी; व परतून परतून
खालीं उतरून वाढावी. ही भाजी शीलस
रोग उत्पन्न करणारी आहे.

पांचवा प्रकार—दही-मिश्रित.

- | | | | |
|----|---------------------|-----|---------------------|
| २० | कोंवळी वांगीं. | ३०५ | तीन पौंड पांच रुपये |
| ३ | मासे मेथ्यांची पूड. | | भार अंबट दही. |
| १॥ | रु० भार मीठ. | २ | रु० भार तूप. |
| १ | मासा मेथ्यां. | ५ | सुक्या मिरच्या. |
| | १ कढीलंबाची डहाळी. | | |

वांगीं वरप्रमाणें चिरून, त्यांत तीन पौंड
पांच रुपये भार अंबट दही घालून शिजवा-
वीं. मग ह्या भाजींत तीन मासे मेथ्यांची
पूड व दीड रुपया भार मीठ मिळवावें. नं-
तर पळी तापवून तींत दोन रुपये भार तूप

टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक मा-
सा मेथ्या, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व
कढीलिंगाच्या एका डहाळीचीं पानें टाकून
फोडणी तयार होतांच ती वरील भाजीस घा-
वी; आणि ती पळीनें हालवून वाढावी.
ही भाजी वातपित्त करणारी आहे.

सहावा प्रकार—तूप-मिश्रित.

सामान व कृति हीं वरप्रमाणेंच जाणावीं.
मात्र दह्याऐवजीं ह्या भाजींत साडे बारा
रुपये भार तूप घालून ती शिजवावी. ही भाजी
उष्णशामक आहे.

सातवा प्रकार—तेलाची.

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| २० कोंवळीं लहान वांगीं. | २० रु० भार तेल. |
| १० सुक्या मिरच्या. | १ मूठ धने. |

२ रु० भार तेल.	१॥ रु० भार चिंच.
१॥ रु० भार मीठ.	९ रु० भार तेल.
१९ रु० भार कांदे.	९ रु० भार लसूण.
८ रु० भार काजूची डाळ.	१ ओल्या खोबऱ्या- ची वाटी.

वीस कोंवळीं लहान वांगीं आणून देंठा-
पर्यंत उभीं चिरावीं. मग चुलीवर तळणी ठे-
वून तींत वीस रुपये भार तेल टाकावें. तेल
तापलें म्हणजे त्यांत वरील वांगीं घालून
तळून काढावीं. नंतर दहा सुक्या मिर-
च्या व एक मूठ धने हे जिनस दोन रु-
पये भार तेलांत तळून पाट्यावर वांटून पू-
ड करून ठेवावी; व अर्ध पौंड पाण्यांत दी-
ड रुपया भार चिंच कुवळून, दीड रुपया
भार मीठ आणि वरील मिरच्या व धने ह्यांची
पूड त्यांत मिसळावी. तसेंच, एका खापराचे
कुंड्यांत पांच रुपये भार तेल टाकून, तें ताप-
तांच त्यांत पंधरा रुपये भार चिरलेले कांदे,
पांच रुपये भार सोललेली लसूण व आठ

रूपये भार काजूची डाळ हे तीन पदार्थ निरनिराळे तळून सदरील चिंचेचे पाण्यांत मिळवावे; व तें पाणी तळलेल्या वांग्यांत ओतून चुलीवर ठेवून भाजी चांगली शिजवावी. भाजीतील पाणी आटलें म्हणजे तींत 'ओल्या खोवऱ्याच्या एका वाटीचें दूध घालून परतून परतून खाली उतरून वाढावी. ही भाजी औषधि-गुण नाहींसा करते.

१५२. मुरंगकाय करी.

(शेवग्याच्या शेंगांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| १० शेवग्याच्या शेंगा. | १ रु० भार भाजणीचें |
| १ रु० भार मीठ. | पीठ. |
| २ रु० भार तूप. | १ रु० भार उडिदांची |
| ५ मुक्या मिरच्या. | डाळ. |

शेवग्याच्या दहा शेंगांचे चार अंगुळें लांबी.

चे तुकडे करून वेताचें पाणी घालून शिजवावे. मग त्यांत एक रुपया भार भाजणीचें पीठ व एक रुपया भार मीठ मिळवून पळी ताप-त ठेवावी. पळी तापली म्हणजे तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सु-क्या मिरच्यांचे तुकडे घालून ती फोडणी व-रील भाजीस द्यावी; व ती परतून परतून वा-ढावी. ही भाजी सुखकारक आहे.

दुसरा प्रकार—अंबट.

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| १० शेवग्याच्या शेंगा. | १ रु० भार मेथ्यांची पूड. |
| १ रु० भार मीठ. | २ रु० भार चिंच. |
| २ रु० भार तूप. | १ मासा मेथ्या. |
| २ मासे जिरे. | १० कढीलंबाचीं पानें. |

शेंगांचे दरप्रमाणें तुकडे करून, त्यांत वेता-चें पाणी घालून शिजवावे. मग त्यांत एक रुप-

या भार मेथ्यांची पूड, एक रुपया भार मीठ व दोन रुपये भार चिंचेचा बलक मिळवावा. नंतर तापविलेल्या पळीत दोन रुपये भार तूप टाकावें; व तें तापलें म्हणजे त्यांत एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरे व कढीलिंगाची दहा पाने घालून ती फोडणी वरील भाजीस द्यावी.

तिसरा प्रकार.

(तुरीची किंवा मुगांची डाळ-मिश्रित).

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| १॥ पौड तुरीची किंवा | १० शेवग्याच्या शेंगा. |
| मुगांची डाळ. | १ रु० भार भाजणीचे |
| १॥ रु० भार मीठ. | पीठ. |
| ३ गुंजा हिंग. | २ रु० भार तूप. |
| २ मासे मोहय्या. | ६ मासे उडिदांची डाळ. |
| ३ सुक्या मिरच्या. | १ कढीलिंगाची डहाळी. |

वरील दोन डाळींपैकी एक डाळ दीड

पौड घेऊन, तींत वेताचें पाणी घालून चुलीवर शिजत ठेवावी. डाळ शिजत असतां तींत शेवग्याच्या दहा शेंगांचे तुकडे करून टाकावे. डाळ व तुकडे चांगले शिजले म्हणजे त्यांत एक रुपया भार भाजणीचें पीठ, दीड रुपया भार मीठ व तीन गुंजा हिंग टाकून पळीनें भाजी ढवळावी. मग पळी तापवून तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत दोन मासे मोहऱ्या, सहा मासे उडिदांची डाळ, तीन सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंबाच्या डहाळीचीं पानें टाकून, ती फोडणी वरील भाजीस देऊन, ती पळीनें ढवळून वाढावी. ही भाजी वात व पित्त करणारी आहे.

कंद-भाज्या.

१५३. करुणै किळंग पुळी करी.

(सुरणाची चिंच घालून केलेली भाजी).

३०९	तीन पौंड पांच रुपये	३	रु० भार चिंच.
	भार सुरण.	१॥	रु० भार मेथ्यांची
१९	रु० भार गुळी साखर.		पूड.
१॥	रु० भार शुद्ध केलेलें मीठ.	३	रु० भार तूप.
१	रु० भार मेथ्या.	३	मासे मोहऱ्या.
४	गुंजा हिंग.	१	मूठ कढीलिंगाचीं
			पानें.

तीन पौंड पांच रुपये भार सुरण आणून पंधरा पौंड पंचवीस रुपये भार पाण्यांत शिजत लावावा. शिजून नरम झाला म्हणजे तो काढून, त्यावरील साल काढून टाकावी. मग त्याच्या लहान लहान फोडी करून त्यांत तीन रुपये भार चिंच दहा रुपये भार पाण्यांत कुवळून तें पाणी, दीड रुपया भार मेथ्यांची पूड, पंधरा रुपये भार गुळी साखर व दीड रुपया भार शुद्ध केलेलें मीठ मिळवावें; व ती भाजी पुनः चुलीवर ठेवून क्षणभरानें खाली उतरावी.

एक कल्हईचें पातेलें चुलीवर ठेवून त्यांत तीन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार मेथ्या, तीन मासे मोहऱ्या, चार गुंजा हिंग व कढीलिंबाचीं एक मूठ पानें टाकून त्यांत वरील भाजी फोडणीस टाकावी; व ती पळीनें हालवून ऊन ऊन वाढावी. ही भाजी भात अथवा भाकरी ह्यांचे बरोबर खावी.

१५४. शेषंकिलंग करी. (अळकुड्यांची भाजी).

- | | |
|--|---------------------------------------|
| १॥॥ पौंड अळकुड्या. | ६ रु० भार चिंच. |
| १ रु० भार शुद्ध केलेलें मीठ. | २ रु० भार गूळ.
१ रु० भार मेथ्यांची |
| ३ रु० भार तूप. | पूड. |
| २ रु० भार उडिदांची डाळ. ९ मासे सुक्या मिरच्या. | |
| १ कढीलिंबाची डहाळी. | |

पाउणे दोन पौंड अळकुड्या आणून, त्या गोणपाटानें चोळून त्यांवरील सालपट काढून टाकावें; व त्यांत पाणी घालून शिजवाव्या; अथवा वरील अळकुड्या पाण्यांत उकडून त्यांवरील सालपट सोळून टाकावें. मग त्या चिरून सहा रूपये भार चिंच वेताचे पाण्यांत कुवळून तें पाणी, एक रुपया भार शुद्ध केलेलें मीठ, दोन रूपये भार गूळ व एक रुपया भार मेथ्यांची पूड असे पदार्थ त्यांत मिळवून भाजी चुलीवर ठेवावी. नंतर पळी तापवून तींत तीन रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन रूपये भार उडिदांची डाळ, नऊ मासे सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंगाच्या एका डहाळीचीं पानें टाकून ती फोडणी वरील भाजीस द्यावी; व ती पळीनें ढवळून वाढावी. ही भाजी खाल्ल्यानें कफ होतो.

१५५. शरकरै वळी किळंग करी.

(रताळ्यांची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

- ३०९ तीन पौंड पांच रुपये १ रु० भार मीठ.
 भार रताळीं. १ रु० भारतांदुळांचें पीठ.
 २ रु० भार गुळी साखर. १२ रु० भार तूप.
 १ रु० भार उडिदांची ५ सुक्या मिरच्या.
 डाळ. १ कढीलिंबाची डहाळी.

तीन पौंड पांच रुपये भार रताळीं आ-
 णून पाण्यानें स्वच्छ धुवावीं. मग त्यांवरचीं
 सालपटें काढून टाकून एका इंचा एवढाले
 त्यांचे तुकडे करावे; व त्या तुकड्यांत तीन
 पौंड पाणी घालून, शिजल्यावर त्यांतील पा-
 णी वेळून टाकावें. नंतर त्यांत एक रुपया
 भार मीठ, एक रुपया भार तांदुळांचें पीठ
 व दोन रुपये भार गुळी साखर मिळवावी.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत बारा रु-
 पये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे

त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंगाच्या डहाळीचीं पानें टाकून फोडणी होतांच तीं-
त वरील भाजी घालावी; व परतून परतून,
तयार होतांच खालीं उतरून वाढावी. ही
भाजी वातकारक आहे.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

- | | |
|----------------------------|--------------------|
| १॥ पौड रताळीं. | १२ रु० भार तूप. |
| ३ रु० भार उडिदांची डाळ. | १० सुक्या मिरच्या. |
| २ कढीलिंगाच्या डहाळ्या. | १ रु० भार मीठ. |
| ३ रु० भार चिंच. | २॥ रु० भार साखर. |
| २ रु० भार तांदुळांची पिठी. | |

दीड पौड रताळ्यांच्या चकत्या करून
साडे सात पौड पाण्यांत उकडाव्या. म-
ग त्यांतील पाणी वेळून टाकल्यावर त्या पु-
नः चुलीवर ठेवाव्या; व आंतील सर्व पाणी

आटलें म्हणजे खालीं उतरून, ताटांत घालून ठेवाव्या.

चुलीवर एक कल्हई लावलेलें पातेलें ठेवून त्यांत बारा रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन रूपये भार उडिदांची डाळ, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंबाच्या दोन डहाळ्यांचीं पानें टाकून फोडणी होतांच तींत वरील चकत्या घालाव्या. मग त्यांत एक रूपया भार मीठ, तीन रूपये भार चिंचेचा बलक, अडीच रूपये भार साखर व दोन रूपये भार तांदुळांची पिठी अशा रकमा टाकून, भाजी परतून परतून, तयार होतांच खालीं उतरून वाढावी. ही भाजी वायु करणारी आहे.

तिसरा प्रकार—तूप-मिश्रित.

वरप्रमाणें रताळ्यांच्या चकत्या अर्ध पाँड

तुपांत तळल्यावर त्यांत दहा सुक्या मिरच्या, कढीलिंगाचीं दहा पानें, एक रुपया भार मीठ व तितकेंच तांदुळांचें पीठ घालून वर झांकण ठेवावें. भाजी तयार झाली म्हणजे खालीं उतरून वाढावी. ही भाजी उष्णता शमविते.

चौथा प्रकार-तेलाचे फोडणीची.

२९ रु० भार रताळीं.	६ रु० भार चिंच.
१ रु० भार तांबडें तिखट.	१ रु० भार मेथ्यांची पूड.
१ रु० भार मीठ.	२ रु० भार तूप.
३ मासे मोहऱ्या.	१ मासा मेथ्या.
२ मासे जिरें.	४ गुंजा हिंग.

पंचवीस रुपये भार रताळीं आणून, त्यांच्या वरप्रमाणें चकत्या करून पाण्यानें स्वच्छ धुवाव्या. मग सहा रुपये भार चिंच अ-

धं पौड पाण्यांत भिजत घालून कुवळून, त्या पाण्यांत एक रुपया भार तांबडें तिरवट, एक रुपया भार मेथ्यांची पूड व एक रुपया भार मीठ मिळवून, त्या पाण्यांत वरील चकत्या घालाव्या; व ती भाजी चुलीवर ठेवून खालीं जाळ लावावा. तीन उकळ्या येऊन, भाजी शिजली म्हणजे पळी जाळावर धरून तापवावी. पळी तापली म्हणजे तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरे व चार गुंजा हिंग टाकून ती फोडणी वरील भाजीस द्यावी, व ती पळीनें ढवळून वाढावी.

१५६. आरळी किळंग करी.

(पोहिनीच्या कंदांची भाजी).

ह्या कंदांची भाजी सदरीं सर्व प्रकारांत

सांगितलेल्या कृतीने साहित्य घेऊन करावी.

टीप:—वरील सर्व भाज्यांस फोडणी दिल्यावर लागलीच त्यांवर झांकण ठेवून, वाफ जिरली म्हणजे तें काढावें. असें केल्यानें फोडणी चांगली वठते.

पालेभाज्या.

१५७. आरै कीरै करी.

(तांदुळजाची भाजी).

पहिला प्रकार—कोरडी.

२४ रु० भार तांदुळजाची भाजी.	१ रु० भार मीठ.
२ रु० भार तूप.	१ रु० भार तांदुळजांचें पीठ.
१ रु० भार उडिदांची डाळ.	९ सुक्या मिरच्या.

चोवीस रुपये भार तांदुळजाची भाजी निसून, बारीक चिरून पाण्यानें स्वच्छ धुवावी. मग तींत एक रुपया भार मीठ मि-

ळवून चुलीवर शिजत ठेवावी. शिजली म्हणजे ती पितळींत काढून तीतील पाणी पिळून टाकावें; व तींत एक रुपया भार तांदुळांचें पीठ मिसळावें.

चुलीवर एक भांडें ठेवून त्यांत दोन रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी घालावी; व कलथ्यानें परतून परतून तयार झाली म्हणजे खाली उतरून वाढावी.

दुसरा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित.

ह्या भाजीची कृति व साहित्य वरप्रमाणें समजावें. मात्र पांच रूपये भार तुरीची डाळ निराळी शिजवून फोडणी देण्याचे पूर्वी ती वरील भाजींत मिळवावी.

तिसरा प्रकार—तूप-मिश्रित.

ही भाजी वरील कृतीनेच साहित्य घेऊन करावयाची आहे. तथापि, ती शिजवून पिळून टाकल्यावर दहा मिनिटें एका ताटांत पसरून ठेवावी. तसेंच, दोन रुपये भार तुपाचे ऐवजीं आठ रुपये भार तुपाची फोडणी वरप्रमाणें करून, तींत ती भाजी घालून, परतून परतून वाढावी.

१५८. मुळकिरै करी.

(लहान कोंवळ्या माठाची भाजी).

पहिला प्रकार.

(चिंचेचा कोंवळा पाला-मिश्रित).

- | | | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----------|-------|----|-----|-----|-----------|
| २९ | रु० | भार | माठाची | भाजी. | २९ | रु० | भार | चिंचेच्या |
| १॥ | रु० | भार | मीठ. | | | | | झाडाचा |
| १ | रु० | भार | मेथ्यांची | पूड. | | | | कोंवळा |
| | | | | | | | | पाला॥ |
| १ | रु० | भार | तांबडें | तिखट. | २ | रु० | भार | तूप. |

३ मासे मोहऱ्या.

१ मासा मेथ्या.

२ मासे जिरे.

२ कढील्लिंबाच्या

डहाळ्या.

लहान कोंवळ्या माठाची पंचवीस रुपये भार भाजी निसून बारीक चिरावी. तसेंच, चिंचेचा अगदीं कोंवळा लाल पाला आणून, त्याचीं पानें पंचवीस रुपये भार घेऊन तींही बारीक चिरावीं. मग ह्या दोन भाज्या एकवट करून पाण्यानें स्वच्छ धुवाव्या; व त्यांत दीड रुपया भार मीठ, एक रुपया भार मेथ्यांची पूड व एक रुपया भार तांबडें तिखट मिळवून, त्या भाज्या झांकण घालून चुलीवर शिजत ठेवाव्या. भाजी शिजली म्हणजे खालीं उतरावी.

चुलीवर कल्हई लावलेलें पातेलें ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरे व कढील्लिंबा-

च्या दोन डहाळ्यांचीं पानें टाकून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी घालावी; व कलथ्यानें परतून परतून, खालीं उतरून वाढावी. ही भाजी थंड आहे.

दुसरा प्रकार—आंब्याच्या कैऱ्या-मिश्रित.

सामान व कृति हीं सदरप्रमाणें समजावीं. मात्र आंब्याच्या दहा लहान कोंवळ्या कैऱ्या आणून, सोलून चिरून, त्या फोडी माठाचे भाजींत चिंचेच्या पाल्याऐवजीं मिळवून भाजी शिजवावी. तसेंच, फोडणींत पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालावे.

तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

२९ रु० भार माठाची
भाजी.

१ रु० भार मीठ.
१ रु० भार चिंच.

६ मासे मेथ्यांची पूड. २ रु० भार तूप.
३ मासे मोहऱ्या. २ मासे जिरें.

पंचवीस रुपये भार माठाची भाजी आणून, निसून चिरून धुवावी. मग तींत एक रुपया भार मीठ मिळवून ती शिजत ठेवावी. शिजत असतां तींत एक रुपया भार चिंचेचा बलक व सहा मासे मेथ्यांची पूड मिळवून, भाजी चांगली शिजतांच पळी तापत घालावी. पळी तापली म्हणजे तींत दोन रुपये भार तूप टाकून, तें तापतांच त्यांत तीन मासे मोहऱ्या व दोन मासे जिरें घालून फोडणी करावी. नंतर ती फोडणी सदरील भाजीस देऊन, भाजी हालवून वाढावी.

१५९. तंडकिरै करी.

(मोठ्या माठाची भाजी).

पहिला प्रकार—साधी.

२५ रु० भार मोठ्या मा- १ रु० भार मीठ.

ठाची भाजी.	१ रु० भार तांदुळांचें
२ रु० भार तूप.	पीठ.
१ रु० भार उडिदां- ची डाळ.	९ सुक्या मिरच्या.

पंचवीस रुपये भार मोठ्या माठाची भाजी आणून, निसून वारीक चिरावी. मग ती धुऊन तींत एक रुपया भार मीठ मिळवून, चुलीवर शिजत ठेवावी. भाजी शिजली म्हणजे पितळींत काढून पिळून, पाणी फेंकून द्यावें; व ती भाजी ताटांत पसरून पांच मिनिटेंपर्यंत राहूं द्यावी. नंतर तींत एक रुपया भार तांदुळांचें पीठ मिसळून ठेवावी.

चुलीवर पातेलें ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून फोडणी होतांच तींत वरील भाजी टाकावी; व ती कलथ्यानें परतून परतून, खालीं उतरून वा-

ढावी. ही भाजी किंचित् वातकारक आहे.

दुसरा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित.

ह्या भाजीची कृति व साहित्य वरप्रमाणें समजावें. मात्र चोवीस रुपये भार तुरीची डाळ निराळी शिजवून ती वरील भाजी फोडणीस टाकण्याचे पूर्वी तींत मिळवावी.

तिसरा प्रकार—कच्ची चिंच-मिश्रित.

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------|
| २५ रु० भार मोठ्या मा-
ठाची भाजी. | ८ रु० भार कच्च्या
चिंचा. |
| ६ मासे मेथ्यांची पूड. | ९ मासे मीठ. |
| २ रु० भार तूप. | ३ मासे मोहच्या. |
| १ मासा मेथ्या. | २ मासे जिरें. |
| ५ सुक्या मिरच्या. | |

पंचवीस रुपये भार मोठ्या माठाची भा-
जी निसून चिखून धुवावी; व तींत आठ रु-

पये भार कच्च्या चिंचा धुऊन, बारीक चिरून मिळवाव्या. मग ही भाजी चुलीवर ठेवून, शिजली म्हणजे तींत सहा मासे मेथ्यांची पूड व नऊ मासे मीठ मिळवावें.

पळी जाळावर धरून तापली म्हणजे तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरे व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून फोडणी होतांच ती वरील भाजीस द्यावी; व भाजी पळीनें हालवून वाढावी.

चौथा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

सामान व कृति वरप्रमाणेंच आहे. तथापि, ह्या भाजींत कच्ची चिंच न मिळवितां, भाजी शिजल्यावर तींत दोन रुपये भार चिंच-

चेचा बलक मिळवावा. ही भाजी पित्तना-
शक आहे.

पांचवा प्रकार.

(आंब्याच्या कच्च्या कैऱ्या-मिश्रित).

ह्या भाजीचें सामान व कृति हीं लंहान
माठाच्या भाजीचे दुसरे प्रकारांत सांगितल्या-
प्रमाणें समजावीं. विशेषेंकरून, ही भाजी
शिजतांना तींत पांच हिरव्या मिरच्या बारी-
क चिरून घालतात; तेणेंकरून ती स्वादि-
ष्ट लागते.

१६०. माठाच्या कोंवळ्या डेंखांची व
पाल्याची भाजी.

पहिला प्रकार—साधी.

दहा माठाचीं झाडें आणून त्यांचे कों-

वळे डेंख व पाला तोडून गरम पाण्यानें पांच वेळ धुवावा. मग ती भाजी बारीक चिरून, सदरीं माठाच्या पहिल्या प्रकारांत सांगितलेल्या कृतीनें साहित्य घेऊन करावी.

दुसरा प्रकार—मुगांची डाळ-मिश्रित.

- | | | | |
|----|-----------------------------|------|--|
| ६ | माठाचीं झाडे. | २४१४ | दोन पौंड चवदा |
| १ | रु० भार तांदुळांचें
पीठ. | | रुपये भार मु-
गांची सोर्लीव
डाळ. |
| १॥ | रु० भार मीठ. | | |
| २ | रु० भार तूप. | १ | रु० भार उडिदां-
ची डाळ. |
| ९ | सुक्या मिरच्या. | | |

माठाचीं पांच झाडे आणून त्यांचे कोंवळे डेंख व पाला तोडून बारीक चिरावा. मग दोन पौंड चवदा रुपये भार मुगांच्या सोर्लीव डाळांत बेताचें पाणी घालून ती शिजत असतां तींत वरील भाजी धुऊन घालावी.

तसेंच, तींत एक रुपया भार तांदुळांचें पीठ व दीड रुपया भार मीठ मिळवून भाजी चांगली शिजवावी. नंतर पळी तापवून तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून, फोडणी होतांच ती वरील भाजीस द्यावी; व पळीनें ढवळून वाढावी. मध्याह्न भोजनां ह्या भाजीचा उपयोग करावा.

तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

- | | |
|--------------------------|-----------------|
| १० माठार्ची झाडें. | ४ रु० भार चिंच. |
| १ रु० भार मेथ्यांची पूड. | १॥ रु० भार मीठ. |
| २ रु० भार तूप. | २ मासे मोहऱ्या. |
| १ मासा मेथ्या. | २ मासे जिरे. |

दहा माठार्ची झाडें आणून तीं वरप्रमाणें चिहून धुवावीं. मग त्यांत चार रुपये भार चिंचेचा बलक, एक रुपया भार मेथ्यांची पूड

व दीड रुपया भार मीठ मिळवून भाजी चुलीवर शिजत ठेवावी. शिजली म्हणजे पळी तापवून तीत दोन रुपये भार तूप टाकावे. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या व दोन मासे जिरें घालून, फोडणी होतांच ती वरील भाजीस द्यावी; व ती पळीनें ढवळून वाढावी. ही भाजी पित्तशामक आहे.

चौथा प्रकार—कच्ची चिंच-मिश्रित.

ह्या भाजीची कृति व सामान वरप्रमाणें जाणावें. परंतु चिंचेऐवजीं सहा रुपये भार कच्च्या चिंचा वांटून अथवा कुटून, त्यांतील रस काढून भाजींत मिळवावा. तसेंच, एक रुपया भार मोहऱ्या पाणी घालून वांटून त्याही तीत मिसळाव्या. ही भाजी वात व पित्त ह्यांचा नाश करते.

पांचवा प्रकार—दही-मिश्रित.

ह्या भाजींत कच्च्या चिंचांचा रस व मोहच्या न घालतां पंधरा रूपये भार दही मिळवावें. वरकड कृति व सामान वरप्रमाणें जाणून भाजी करावी. ही भाजी फार थंड आहे.

१६१. मुरुंग कीरै साधा करी.

(शेवग्याचे पाल्याची साधी भाजी).

२९ रु० भार शेवग्याचा	१ रु० भार मीठ.
पाला.	१ रु० भार तांदुळांचें
१॥ रु० भार तूप.	पीठ.
१ रु० भार उडिदांची डाळ.	४ सुक्या मिरच्या.

पंचवीस रूपये भार शेवग्याचा पाला आणून चिरून धुवावा. मग त्यांत एक रूपया भार मीठ मिळवून भाजी चुलीवर शिजत ठेवावी. शिजली म्हणजे ती पिळून टा-

कून तींत एक रुपया भार तादुळांचें पीठ मिळवावें.

चुलीवर दुसरें पात्र ठेवून त्यांत दीड रुपया भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून, फोडणी होतांच तींत वरील भाजी फोडणीस टाकावी; व कलथ्यानें परतून परतून वाढावी. ही भाजी भोगेच्छा उत्पन्न करते.

१६२. अघत्ती कीरै करी.

(अगस्त्याच्या पाल्याची भाजी).

पाहिला प्रकार—साधी.

ह्या भाजीची कृति व साहित्य वरप्रमाणें समजावें. ही भाजी औषधि-गुणाचा नाश करते.

दुसरा प्रकार.

(मुगांची अथवा तुरीची डाळ-मिश्रित).

वरप्रमाणें साहित्य घेऊन सदरीं सांगित-
लेल्या रीतीनें भाजी करावी. मात्र ही भाजी
शिजल्यावर तींत पांच रूपये भार मुगांची
अथवा तुरीची डाळ निराळी शिजवून मिळ-
वावी. ही भाजी पित्त व अरुचि ह्यांचा ना-
श करणारी आहे.

१६३. काशली कीरै करी.

(पासलीची भाजी).

पहिला प्रकार—साधी.

- | | |
|----------------------------|------------------------------|
| २५ रु० भार पासलीची भाजी. | १ रु० भार मीठ. |
| १ रु० भार भाजणीचें
पीठ. | २ रु० भार लोणी
किंवा तूप. |
| १ रु० भार भिरें. | ५ सुक्या मिरच्या. |

पंचवीस रुपये भार पासलीची भाजी नि-
सून चिरून स्वच्छ धुवावी. मग तींत एक रु-
पया भार मीठ मिळवून शिजवून पिळून
ध्यावी. नंतर तींत एक रुपया भार भाजणी-
चें पीठ मिसळावें.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रुप-
ये भार लोणी किंवा तूप टाकावें. तूप ताप-
लें म्हणजे त्यांत एक रुपया भार कुटलेलीं
मिरे व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून,
फोडणी होतांच तींत वरील भाजी टाकावी;
व परतून परतून खाली उतरून वाढावी. ही
भाजी खाण्यापासून पित्त शमते.

दुसरा प्रकार.

(तुरीची किंवा मुगांची डाळ-मिश्रित).

ह्या भाजीची कृति व साहित्य हीं वैप्र-
माणें जाणावीं. परंतु भाजी शिजल्यावर तींत

पांच रुपये भार तुरीची किंवा मुगांची डाळ निराळी शिजवून मिळवावी. ह्या भाजीपासून वात होऊन पोट फुगते.

तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| २९ रु० भार पासलीची भाजी. | ४॥ रु० भार चिंच. |
| ९ मासे मीठ. | ९ मासे तांबडें तिखट. |
| २० हिरव्या मिरच्या. | २ रु० भार तूप. |
| ३ मासे मोहच्या. | १ मासा मेथ्या. |
| २ मासे जिरें. | |

पंचवीस रुपये भार पासलीची भाजी निसून चिरून धुवावी. मग तीत बेताचें पाणी घालून शिजवून पिळावी. नंतर तीत साडे चार रुपये भार चिंचेचा बलक, नऊ मासे मीठ, तितकेंच तांबडें तिखट व बारीक चिरलेल्या वीस हिरव्या मिरच्या मिळवाव्या. चुलीवर एक कल्हई लावलेलें पातेलें

ठेवून त्यांत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या व दोन मासे जिरे घालून त्या फोडणींत वरील भाजी घालावी; व पळीनें हालवून वाढावी. ही भाजी वात उत्पन्न करते.

चौथा प्रकार—तूप-मिश्रित.

२५ रु० भार पासलीची
भाजी.
१ रु० भार उडि-
दांची डाळ.

३० रु० भार तूप.
५ सुक्या मिरच्या.
९ मासे मीठ.

पंचवीस रुपये भार पासलीची भाजी निसून चिरून धुवावी. मग चुलीवर कांशाचें पातेलें ठेवून त्यांत तीस रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व एक रुपया भार उ-

डिदांची डाळ टाकून त्यांत वरील भाजी फोडणीस टाकावी; व तळून होतांच तींत नऊ मासे मीठ मिळवून, परतून परतून खाली उतरावी. ही भाजी बलवर्धक आहे.

१६४. शिरुक्किरै साधा करी. (उकिरड्याची साथी भाजी).

- | | |
|--------------------------|-------------------------------------|
| १। पौंड उकिरड्याची भाजी. | ३० रु० भार तूप किंवा लोणी. |
| २ रु० भार उडिदांची डाळ. | ५ सुक्या मिरच्या.
१ रु० भार मीठ. |

सव्वा पौंड उकिरड्याच्या भाजीच्या मुळ्या व काड्या काढून टाकून ती चिरून धुवावी. मग तीस रूपये भार तूप तापवून, त्यांत दोन रूपये भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून त्यांत वरील भाजी फोडणीस टाकावी; व लागलीच ती-

त एक रुपया भार मीठ मिळवून परतून परतून वर झांकण ठेवावें. भाजी शिजली म्हणजे खाली उतरून वाढावी. ही भाजी थंड असून औषधि-गुण नाहीसा करते.

१६५. कूटकरी. (डाळ-मिश्रित भाजी).

- | | |
|--|------------------------------|
| १९. रु० भार चण्याची
किंवा मुगांची
डाळ. | १० रताळीं. |
| ३ मासे मोहऱ्या. | १ रु० भार मीठ. |
| १ मासा मेथ्या. | २ रु० भार तूप. |
| ६ सुक्या मिरच्या. | २ मासे जिरें. |
| १ कढीलंबाची डहाळी. | १ रु० भार उडिदां-
ची डाळ. |
| | १ ओला नारळ. |

पंधरा रुपये भार चण्याची किंवा मुगांची डाळ भिजत घालावी; व दहा रताळीं चिरून धुवावीं. मग एका भांड्यांत रताळ्यांच्या फोडी व डाळ घालून त्यांवर ए-

क रुपया भार मीठ व बेताचें पाणी घाला-
वें; व झांकण ठेवून खालीं जाळ लावावा.
भाजी शिजली म्हणजे खालीं उतरावी.

चुलीवर एक पात्र ठेवून त्यांत दोन रुप-
ये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत
तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरे, एक
मासा मेथ्या, एक रुपया भार उडिदांची डा-
ळ, सहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कठीलिं-
बाच्या एका डहाळीचीं पानें टाकून त्या फो-
डणींत वरील भाजी घालावी; व परतून पर-
तून तींत एका ओल्या नारळाचा चव मिळ-
वून, पुनः परतून खालीं उतरावी.

वांगीं, पडवळें, दोडके, कालें, कर्ची के-
ळीं, दुध्या भोंपळा, कांकडी व मोठा माठ
ह्यांची भाजी वरील कृतीनें साहित्य घेऊन
करावी.

कोळंबू.

१६६. वरुत्त वाळकाय कोळंबू.
(तळीं व केळयांचें कोळंबू).

- | | |
|--------------------|------------------|
| १० कच्चीं केळीं. | १९ रु० भार तूप. |
| २० सुक्या मिरच्या. | ९ मासे धने. |
| ३ रु० भार चिंच. | १॥ रु० भार मीठ. |
| १० रु० भार तूप. | ७॥ रु० भार लसूण. |
| ३० रु० भार कांदे. | |

दहा कच्च्या केळयांचे डेंख व साल काढून टाकून त्यांचे एका अंगुळाप्रमाणें तुकडे करावे; व ते थोडा वेळ पाण्यांत भिजत घालून स्वच्छ धुवावे. मग चुलीवरील तळणींत पंधरा रूपये भार तूप टाकून, त्यांत ते तुकडे तळून काढल्यावर, उरलेल्या तुपांत वीस सुक्या मिरच्या व नऊ मासे धने हे दोन जिन्नस निरनिराळे तळावे; आणि पाट्यावर घालून वांटून ती पूड, तीन रूपये भार चिंचेचा बलक व दीड रुपया भार मीठ ह्या

तीन रकमा एकत्र करून, त्यांत दीड पौंड पाणी घालून कालवाव्या.

चुलीवर एक कल्हर्दचें पात्र ठेवून त्यांत दहा रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत साडे सात रुपये भार सोललेली लसूण व तीस रुपये भार चिरलेले कांदे घालून लाल होत तों परतावे. मग त्यांत वरील केळ्यांचे तुकडे टाकून, परतून त्यांत मसाल्याचें पाणी ओतावें; व ढवळून खालीं जाळ लावावा. थोडा वेळ कढून, कोळंबू अंबटीप्रमाणें होतांच खालीं उतरावें.

१६७. मलयाळ देशांतिल शमैक्कीर

वाळकाय मिळय कोळंबू.

(मलयाळ देशांत मिरें घालून केळ्यांचें

कोळंबू करण्याची रीति).

१० कच्चीं केळीं.

१ रु० भार मीठ.

३ रु० भार तूप.

४ रु० भार मिरें.

- १ मूठ कढीलेंब. ५ रु० भार तुरीची डाळ.
 ३ रु० भार चिंच. ६ मासे मीठ.
 २ रु० भार तूप. १० सुक्या मिरच्या.
 १ रु० भार उडिदांची डाळ.

वरप्रमाणें दहा कच्च्या केळ्यांचे तुकडे करून, स्वच्छ धुतल्यावर त्यांत एक रुपया भार मीठ व बेताचें पाणी घालून शिजवावे. मग तीन रुपये भार तुपांत चार रुपये भार मिरें व एक मूठ कढीलेंब हे जिन्नस पाणी घालून वांटावे; व तो गोळा सव्वा दोन पौंड पाण्यांत कालवून त्या पाण्यांत वरील केळ्यांचे तुकडे घालून चुलीवर ठेवावे. तीन उकळ्या येतांच त्यांत पांच रुपये भार तुरीची शिजविलेली डाळ, तीन रुपये भार चिंचेचा बलक व सहा मासे मीठ घालून अंबटीप्रमाणें शिजवावे; व ह्या कोळंबूस दोन रुपये भार तूप, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व एक रुपया भार उडिदांची डाळ ह्यां-

ची फोडणी करून घ्यावी.

१६८. पाघरकाय कोळंबू.

(मोठ्या कारल्यांचें कोळंबू).

पहिला प्रकार—तळीं व.

१॥ पौड कारलीं.	१ रु० भार मीठ.
१० रु० भार तूप.	२॥ रु० भार चिंच.
९ मासे मीठ.	२ रु० भार तूप.
३ मासे मोहऱ्या.	१ मासा मेथ्या.
२ मासे जिरें.	१० सुक्या मिरऱ्या.

दीड पौड कारलीं चिरून, त्यांच्या चकत्यांत एक रुपया भार मीठ मिळवून दडपून ठेवाव्या. मग हातांनी त्या कुसकरून त्यांतील पाणी पिळून टाकावें; व त्या चकत्या दहा रुपये भार तुपांत तळून घ्याव्या. नंतर दीड पौड पाण्यांत अडीच रुपये भार चिंच कुवळून त्यांत नऊ मासे मीठ मिळवावें; व

त्या पाण्यांत वरील चकत्या घालून चुलीवर ठेवून शिजवाव्या. चकत्या शिजल्या म्हणजे त्या कोळंबूस दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरे व दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून घावी.

दुसरा प्रकार—चण्याची डाळ-मिश्रित.

३० रु० भार कारलीं.	१ रु० भार मीठ.
९ रु० भार ताक.	१५॥ रु० भार हरबऱ्या- ची डाळ.
३ रु० भार तूप.	१ मूठ धने.
१० सुक्या मिरच्या.	६ मासे मीठ.
३ रु० भार चिंच.	१ रु० भार उडिदांची डाळ.
७॥ रु० भार तूप.	
१ कढीलिंगाची डहाळी.	
१९ रु० भार कांदे.	३ रु० भार लसूण.
९ रु० भार तूप.	१ ओला नारळ.

तीस रुपये भार कारलीं चिरून त्यांचे

चकत्यांत एक रुपया भार मीठ व पांच रुपये भार ताक घालून चुलीवर शिजत ठेवाव्या; व मधून मधून परताव्या. पाणी आटलें म्हणजे दुसरे भांड्यांत त्या काढून ठेवाव्या. तसेंच, साडे पंधरा रुपये भार हरबऱ्याची डाळ शिजवून ठेवावी. मग तीन रुपये भार तुपांत दहा सुक्या मिरच्या व एक मूठ धने तळून वांटून ती पूड, तीन रुपये भार चिंचेचा बलक व सहा मासे मीठ हे तीन पदार्थ दीड पौंड पाण्यांत मिळवून असूं द्यावे.

चुलीवर एक कल्हईचें पात्र ठेवून त्यांत साडे सात रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ व कठीलिंबाच्या एका डहाळीचीं पानें टाकून, त्या फोडणींत पंधरा रुपये भार चिरलेले कांदे व तीन रुपये भार सोलींव लसूण टाकून, परतून परतून लाल होतांच त्यांत सदरील चिंचेचें पाणी ओतावें; व लाग-

लींच वर झांकण ठेवून कढ आला म्हणजे भांडें खाली उतरावें. मग चुलीवर दुसरें पात्र ठेवून, त्यांत पांच रुपये भार तूप टाकून त्यांत कारल्याच्या चकत्या टाकाव्या; व त्या परतून, त्यांत चण्याची शिजविलेली डाळ घालून पुनः परताव्या. नंतर त्यांत सदरील कोळंबू ओतून, एक कढ येतांच त्यांत एका ओल्या नारळाचें दूध काढून घालावें व ढवळून वाढावें. हें कोळंबू खाळ्यापासून मल-शुद्धि होते.

१६९. मिथी पावरकाय कोळंबू.

(लहान कारल्यांचें कोळंबू).

- | | |
|-------------------|----------------------------|
| ३० रु० भार कारली. | १ रु० भार मीठ. |
| ३ रु० भार चिंच. | १॥ रु० भार मेथ्यांची पूड. |
| ६ मासे मीठ. | १ रु० भार तांदुळांचें पीठ. |
| २ रु० भार तूप. | २ मासे जिरें. |
| १ मासा मेथ्या. | १० सुक्या मिरच्या. |
- १ कढीलंबाची डहाळी.

तीस रुपये भार लहान कारल्यांचे डेंख काढून टाकून, त्यांत दीड पौंड पाणी व एक रुपया भार मीठ घालून शिजवावीं. कारलीं शिजलीं म्हणजे त्यांतील पाणी निथळून टाकावें. मग एका कल्हईचे पातेल्यांत पाउणे दोन पौंड पाणी ओतून, त्यांत तीन रुपये भार चिंच कुवळून चुलीवर दहा मिनिटें उकळत ठेवावी; व त्या पाण्यांत सदरील कारलीं घालून दहा मिनिटें शिजवावीं. नंतर त्यांत दीड रुपया भार मेथ्यांची पूड, सहा मासे मीठ व एक रुपया भार तांदुळांचें पीठ घालून कोळंबूं शिजवावें; व त्यास दोन रुपये भार तूप, दोन मासे जिरें, एक मासा मेथ्या, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंबाच्या एका डहाळीचीं पानें ह्यांची फोडणी करून देऊन, पळीनें ढवळून वाढावें. हें कोळंबूं पित्तनाशक आहे.

१७०. वेंडिक्काय कोळंबू.

(भेंड्यांचें कोळंबू).

पहिला प्रकार—दहीं-मिश्रित.

१० कोंवळ्या भेंड्या.	१॥ पौंड दहीं.
३ रु० भार तूप.	१० सुक्या मिरच्या.
६ मासे मेथ्यांची पूड.	१ रु० भार मीठ.
२ कढीलिंगाच्या डहाळ्या.	२ रु० भार तूप.
२ मासे मेथ्या.	३ मासे मोहच्या.

पन्नास कोंवळ्या भेंड्या आणून चि-
राव्या. मग त्यांत बेताचें पाणी घालून शि-
जवून त्यांत दीड पौंड दहीं घालावें; व प-
ळीनें ढवळावें. नंतर एका कल्हईचे पातेल्यांत
तीन रुपये भार तूप टाकून, चुलीवर ठेवून
तूप तापलें म्हणजे त्यांत दहा सुक्या मिर-
च्यांचे तुकडे घालावे; व त्यांत वरील कोळ-
ंबू ओतून, त्यांत सहा मासे मेथ्यांची पूड,
एक रुपया भार मीठ व कढीलिंगाच्या दोन
डहाळ्या टाकाव्या. कोळंबू शिजून तयार झालें

म्हणजे त्यास दोन रुपये भार तूप, दोन मासे मेथ्या व तीन मासे मोहऱ्या ह्यांची फोडणी करून घ्यावी, व तें ढवळून वाढावें.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

- | | |
|----------------------------|--------------------------------|
| ५० कोंवळ्या भेंड्या. | २४ रु० भार नवी चिंच. |
| २ रु० भार तांदुळांची पिठी. | २ रु० भार मीठ. |
| २० हिरव्या मिरच्या. | ९ रु० भार गूळ किंवा गुळी साखर. |
| २ रु० भार तूप. | ३ मासे मोहऱ्या. |
| २ मासे मेथ्या. | १० सुक्या मिरच्या. |
| २ कढीलंबाच्या डहाळ्या. | |

पन्नास कोंवळ्या भेंड्या चिरून धुवाव्या. मग चोवीस रुपये भार नव्या चिंचेंत सव्वा दोन पौड पाणी ओतून कुवळून, आंतील चोंथा काढून टाकावा; व तें पाणी भेंड्यांचे फोडींत घालून भाडें चुलीवर ठेवावें. कढ आला म्हणजे त्यांत दोन रुपये भार तांदु-

ळांची पिठी, तितकेंच मीठ, नऊ रुपये भार
 गूळ किंवा गुळी साखर व डेंखापासून मध्य
 भागापर्यंत उभ्या चिरलेल्या वीस हिरव्या मि-
 रच्या घालून कोळंबू चांगलें शिजवावें. नं-
 तर त्यास दोन रुपये भार तूप, तीन मासे
 मोहऱ्या, दोन मासे मेथ्या, दहा सुक्या मिर-
 च्यांचे तुकडे व कढीलिंबाच्या दोन डहा-
 ळ्यांचीं पानें ह्यांची फोडणी करून घावी;
 व कोळंबू पळीनें ढवळून वाढावें.

१७१. कोत्तवरंगाय पुळी कोळंबू.

(गोंवारीच्या शेंगांचें चिंच-मिश्रित कोळंबू).

२००	गोंवारीच्या शेंगा.	१	रु० भार मीठ.
१०	रु० भार तुरीची डाळ.	१०	रु० भार चिंच.
		१॥	रु० भार मीठ.
२	रु० भार तूप.	२	रु० भार उडिदांची डाळ.
१०	सुक्या मिरच्या.		
२	मासे जिरें.	१	कढीलिंबाची

२ रु० भार तूप.

डहाळी.

१ रु० भार उडिदां-
ची डाळ.

७ सुक्या मिरच्या.

गोंवारीच्या दोनशें शेंगा निसून त्यांचे तुकडे करावे; व त्यांत एक रुपया भार मीठ व बेताचें पाणी घालून शिजवावे. तुकडे शिजले म्हणजे त्यांतील पाणी निथळून टाकावें. तसेंच, दहा रुपये भार तुरीची डाळ शिजवून ठेवावी. मग सव्वा दोन पौड पाण्यांत दहा रुपये भार चिंच कुवळून आंतील चोंथा काढून टाकल्यावर, त्यांत सदरील भाजी व डाळ घालून भाडें चुलीवर ठेवावें. कोळंबूं उकळत असतां त्यांत दीड रुपया भार मीठ,—आणि दोन रुपये भार तुपांत दोन रुपये भार उडिदांची डाळ, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, दोन मासे जिरे व कढीलंबाच्या एका डहाळीचीं पानें तळून, बारीक वांटून ती पूड,—मिळवावी. नंतर त्यांस दोन रु-

पये भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची
डाळ व सात सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यां-
ची फोडणी करून घ्यावी, व कोळंबू तयार
होतांच खाली उतरावें.

१७२. पलाक्काय कोळंबू.
(फणसाचें कोळंबू).

- | | |
|----------------------|----------------------|
| १ लहान कोंवळा फणस. | २ रु० भार तूप. |
| १ रु० भार मिरें. | १ रु० भार तुरीची |
| १ रु० भार उडिदांची | डाळ. |
| डाळ. | १ सुक्या मिरच्या. |
| १० कढीलंबाचीं पानें. | १ रु० भार मीठ. |
| २ रु० भार तूप. | १० हिरव्या मिरच्या. |
| १ मासा हिंग. | १० कढीलंबाचीं पानें. |

एक लहान कोंवळा फणस आणून त्या-
वरील कांटे व साल तासून काढावी. मग
तो चिरून आंतील बियाही काढून टाका-
व्या; व त्याच्या लहान लहान फोडीं करून

ठेवाव्या. नंतर दोन रुपये भार तुपांत एक रुपया भार मिरें, एक रुपया भार तुरीची डाळ, तितकीच उडिदांची डाळ, पांच सुक्या मिरच्या व कठीलिंबाचीं दहा पानें हे जिन्नस पृथक् पृथक् तळून, एकत्र करून बारीक वांटून ती पूड व एक रुपया भार मीठ वरील फोडोंत मिळवावें; व लागलींच त्यांत दोन पौंड पाणी ओतून, भाडें चुलीवर ठेवून खालीं जाळ लावावा. फोडी शिजून कोळंबूं तयार होतांच त्यास दोन रुपये भार तूप, दहा चिरलेल्या हिरव्या मिरच्या, एक मासा हिंग व कठीलिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून द्यावी, व तें पळीनें ढवळून पांच मिनिटांनीं खालीं उतरावें. हें कोळंबूं वातकारक आहे.

१७३. कत्तरी काय कोळंबूं.

(वांग्यांचें कोळंबूं).

१० वांगीं.	३ रु० भार तूप.
८ रु० भार मिरें.	१० सुक्या मिरच्या.
२ कढीलिंगाच्या	१॥ रु० भार मीठ.
डहाळ्या.	२ रु० भार तूप.
१ रु० भार उडिदांची	१० सुक्या मिरच्या.
डाळ.	

द्वीस वांगीं चिरून वेताचे पाण्यांत शि-
जवावीं. मग तीन रुपये भार तुपांत आठ
रुपये भार मिरें, दहा सुक्या मिरच्यांचे तुक-
डे व कढीलिंगाच्या दोन डहाळ्यांचीं पानें
तळून बारीक वांटून ती पूड दीड पौड पा-
ण्यांत मिसळावी; व तें पाणी चुलीवर ठेवा-
वें, पाण्यास तीन उकळ्या येतांच त्यांत व-
रील भाजी व दीड रुपया भार मीठ मिळ-
वावें. नंतर ह्या कोळंबूस दोन रुपये भार
तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ व द-
हा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी

करून घावी; आणि कोळंबू तयार होतांच खाली उतरावें.

१७४. महाराष्ट्र मोर कोळंबू.

(महाराष्ट्र रीतीचें ताकाचें कोळंबू).

१ पौंड अंबट ताक.	१९ रु० भार हरबऱ्याचें
१९ वांग्यांच्या किंवा	पीठ.
कांकडीच्या	९ रु० भार चण्याची
फोडी.	डाळ.
१० मासे मेथ्यांची पूड.	१० मासे मीठ.
२ रु० भार तूप.	३ मासे मोहऱ्या.
२ मासे जिरे.	८ मासे कोथिंबीर.

एक पौंड अंबट ताकांत पंधरा रूपये भार हरबऱ्याचें पीठ मिळवून, चुलीवर शिजत ठेवावें; व त्यांत वांग्यांच्या किंवा कांकडीच्या पंधरा फोडी व पांच रूपये भार चण्याची डाळ हे दोन पदार्थ निराळे शिजवून मिळ-

वावे. मग कोळंबूंत दहा मासे मेथ्यांची पूड व तितकेंच मीठ मिळवून, तीन उकळ्या आल्यावर त्यास दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या व दोन मासे जिरें ह्यांची फोडणी करून घावी; व त्यांत आठ मासे कोथिंबीर मिळवून, कोळंबू खाली उतरून ढवळून वाढावे.

१७५. तेलंगु मोर कोळंबू.

(ताकाचें तेलंगी कोळंबू).

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| ४ रु० भार तांदूळ. | २९ रु० भार अंबट ताक. |
| १ रु० भार मेथ्यांची पूड. | ९ मासे मीठ. |
| १० कांकडीच्या फोडी. | १॥ रु० भार तूप. |
| ३ मासे मोहऱ्या. | २ मासे जिरें. |
| ४ सुक्या मिरच्या. | |

चार रुपये भार तांदूळ पाण्यांत भिजत घालून काढून वांटावे; व त्या पिठांत पंच-

वीस रुपये भार अंबट ताक मिळवून चुली-
 वर शिजत ठेवावें. मग त्यांत एक रुपया
 भार मेथ्यांची पूड, नऊ मासे मीठ व कांक-
 डीच्या शिजविलेल्या दहा फोडी असे पदार्थ
 घालावे. तीन उकळ्या आल्यावर ह्या कोळं-
 बूस दीड रुपया भार तूप, तीन मासे मोह-
 च्या, दोन मासे जिरें व चार सुक्या मिरच्यां-
 चे तुकडे ह्यांची फोडणी करून देऊन, को-
 ळंबू पळीनें ढवळून वाढावें.

१७६. करुणै किळंग कोळंबू.

(सुरणाचें मिरें-मिश्रित कोळंबू).

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| २ रु० भार मिरें. | १ रु० भार तुरीची डाळ. |
| १ मूठ कढीलंबाचीं पानें. | ४ गुंजा हिंग. |
| २ रु० भार तूप. | २ रु० भार उडिदांची डाळ. |
| १ रु० भार तूप. | ३० रु० भार सुरण. |
| १ रु० भार मीठ. | १॥ रु० भार तूप. |

१ रु० भार उडिदांची १ मूठ कठीलिंबाचीं
डाळ. पानें.

दोन रुपये भार मिरे, एक रुपया भार तुरीची डाळ, कठीलिंबाचीं एक मूठ पानें व चार गुंजा हिंग ह्या जिनसा दोन रुपये भार तुपांत तळून बारीक वांटाव्या; व ती पूड तीन पौड पाण्यांत मिसळावी. तसेंच, दोन रुपये भार उडिदांची डाळ एक रुपया भार तुपांत तळून, वरील पाण्यांत मिळवून तें चुलीवर उकळत ठेवावें. उकळत असतां त्यांत तीस रुपये भार सुरणाच्या फोडी निराळ्या शिजवून त्या व एक रुपया भार मीठ मिळवून चांगलें शिजवावें. नंतर ह्या कोळंबूस दीड रुपया भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ व कठीलिंबाचीं एक मूठ पानें ह्यांची फोडणी करून घावी; व तें खालीं उतरून वाढावें.

१७७. शोपं किळंग कोळंबूं.

(अळकुड्यांचें मिरें-मिश्रित कोळंबूं).

१॥ पौंड अळकुड्या.	२ रु० भार मिरें.
२ रु० भार उडिदांची	१० कढीलंबाचीं पानें.
डाळ.	२ रु० भार तूप.
२ रु० भार चिंच.	१॥ रु० भार मीठ.
३ रु० भार तूप.	४ रु० भार उडिदांची
४ सुक्या मिरच्या.	डाळ.

२ कढीलंबाच्या डहाळ्या.

पाउणे दोन पौंड अळकुड्या उकडून, त्यां-
वरील सालपटें सोलून टाकावीं. मग दोन
रुपये भार मिरें, तितकीच उडिदांची डाळ
व कढीलंबाचीं दहा पानें ह्या जिनसा दोन
रुपये भार तुपांत तळून वांटून, पूड करून
न ठेवावी; आणि लागलीच सहा पौंड पाण्यांत
दोन रुपये भार चिंच कुवळून, व दीड रुपया
भार मीठ त्यांत मिळवून, तें चुलीवर उकळत
ठेवावें. पाणी उकळत असतां त्यांत वरील

अळकुड्या व मसाल्याची पूड मिळवून, कोळंबू शिजून तयार होतांच त्यास तीन रुपये भार तूप, चार रुपये भार उडिदांची डाळ, चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंगाच्या दोन डहाळ्यांचीं पानें ह्यांची फोडणी करून घावी; आणि तें खालीं उतरावें.

१७८. वळी किळंग मोर कोळंबू.
(बारीक रताळ्यांचें ताक-मिश्रित कोळंबू).

४	पौंड ताक.	१५	रु० भार तांदुळांची पिठी.
९	मासे मेथ्यांची पूड.		
१॥	रु० भार स्वच्छ केलेलें मीठ.	२५	रु० भार बारीक रताळीं.
२	रु० भार तूप किंवा लोणी.	२	मासे जिरें.
		१	मासा मेथ्या.
६	गुंजा हिंग.	९	मासे कढीलिंग.

चार पौंड ताकांत पंधरा रुपये भार तांदुळांची पिठी, नऊ मासे मेथ्यांची पूड, दी-

ड रुपया भार स्वच्छ केलेलें मीठ व पंच-
वीस रुपये भार बारीक रताळीं चिरून त्या
फोडी असे पदार्थ घालून तें चुलीवर शिज-
त ठेवावें. कोळंबूं शिजून तयार होतांच त्या-
स दोन रुपये भार तूप किंवा लोणी, दोन
मासे जिरें, एक मासा मेथ्या, सहा गुंजा
हिंग व नऊ मासे कढीलंब ह्यांची फोडणी
करून घावी. हें कोळंबूं वातकारक आहे.

१७९. व्यंदयमुं पुळित्त तयरुं शेरंद कोळंबूं.
(मेथ्या-मिश्रित दह्याचें कोळंबूं).

२५ रु० भार दही.	१॥ रु० भार मेथ्यांची पूड.
६ मासे मीठ.	१॥ रु० भार तूप.
३ मासे मोहज्या.	२ मासे जिरें.
४ सुक्या मिरच्या.	१ कढीलंबाची डहाळी.

पंचवीस रुपये भार दह्यांत दीड रुपया
भार मेथ्यांची पूड व सहा मासे मीठ मिळ-

वून चुलीवर शिजत ठेवावें. कोळंबूं तयार होतांच त्यास दीड रुपया भार तूप, तीन मासे मोहच्या, दोन मासे जिरें, चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंगाच्या एका डहाळीचीं पानें ह्यांची फोडणी करून घावी. हें कोळंबूं मध्याह्न-भोजनां भाताबरोबर खावें.

१८०. शिराळं वडी कोळंबूं.

(वड्यांचें कोळंबूं).

१९ रु० भार मुगांची डाळ.	१९ रु० भार कांदे.
९ हिरव्या मिरच्या.	६ मासे मीठ.
१० रु० भार तूप.	२ रु० भार तूप.
९ सुक्या मिरच्या.	१ रु० भार घने.
३ रु० भार चिंच.	१ रु० भार मीठ.
३ रु० भार तूप.	१९ रु० भार कांदे.
३ रु० भार लसूण.	१ ओला नारळ.
२ रु० भार तूप.	३ मासे मोहच्या.
२ मासे जिरें.	१ कढीलिंगाची डहाळी.

पंधरा रुपये भार मुगांची भाजलेली डां-

ळ पाणी घालून वांटावी. मग पंधरा रूपये भार कांदे व पांच हिरव्या मिरच्या हे दोन पदार्थ बारीक चिरून ते व सहा मासे मीठ वरील वांटलेल्या डाळींत मिसळून तिचा एक वडा करावा. नंतर एका पातेल्यांत दीड पौंड पाणी ओतून त्या पातेल्याचें तोंड रुमालानें बांधून तें चुलीवर ठेवावें; व त्या रुमालावर सदरील वडा ठेवून त्यावर झांकण घालावें. वडा उकडून तयार होतांच काढून त्याच्या एका इंचाएवढाल्या वड्या कराव्या; आणि त्या दहा रूपये भार तुपांत तळून ठेवाव्या.

दोन रूपये भार तुपांत पांच सुक्या मिरच्या व एक रूपया भार धने तळून, त्यांत थोडें पाणी घालून वांटलेली गोळी, तीन रूपये भार चिंचेचा बलक व एक रूपया भार मीठ हे तीन पदार्थ दीड पौंड पाण्यांत मिसळून ठेवावे. मग एक कल्हर्ईचें पातेलें चुलीवर ठेवून त्यांत तीन रूपये भार तूप टा-

कावें. तूप तापतांच त्यांत पंधरा रुपये भार चिरलेले कादे व तीन रुपये भार सोलून चिरलेली लसूण टाकून, परतून परतून लालपणा आला म्हणजे त्यांत वरील वड्या व मसाल्याचें पाणी घालावें; व ढवळून खालीं जाळ लावावा. कोळंबूं उकळून तयार होतांच त्यांत एका ओल्या नारळाचें दूध मिळवून, दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरे व कढीलिंगाच्या एका डहाळीचीं पानें ह्यांची फोडणी करून त्यास घावी; आणि तें ढवळून खालीं उतरावें.

१८१. पकवडा-कोळंबूं.

१९ रु० भार हरबऱ्याची
डाळ.
९ मासे मीठ.

१९ रु० भार कादे.
१० हिरबऱ्या मिरच्या.
३० रु० भार तूप.

पंधरा रुपये भार हरबऱ्याची डाळ पा-

ण्यांत भिजत घालावी, व शिजली म्हणजे काढून बारीक वांटावी. मग पंधरा रुपये भार कांदे व दहा हिरव्या मिरच्या हे दोन जिन्नस बारीक चिरून ते व नऊ मासे मीठ वरील वांटलेल्या डाळींत मिळवून थोडें पाणी घालून ती कालवावी. नंतर चुलीवरील तळणींत तीस रुपये भार तूप टाकून तें तापतांच त्यांत सदरील डाळीच्या पिठाचीं बोंडें करून सोडावीं; व तळून होतांच काढून ठेवावीं.

मागें सुरण व अळकुड्या ह्यांचें कोळंबूं करण्याची कृति व साहित्य सांगितलें आहे, त्याचप्रमाणें कोळंबूं करून, त्यांत सुरण व अळकुड्या ह्यांचे ऐवजीं वरील बोंडें घालून कोळंबूं करावें. हें कोळंबूं खाण्यानें मलशुद्धि होते.

१८२. पालकरी कोळंबूं.

(पनीरच्या वड्यांचें कोळंबूं).

६। पौंड म्हैशीचें दूध. १९ रु० भार दहीं.

सव्वा सहा पौंड म्हैशीचें दूध चुलीवर ठेवून उकळी घेण्याचे वेळीं त्यांत पंधरा रुपये भार दहीं घालावें; म्हणजे तें फुटेल. मग तें एका खादीचे स्वच्छ रुमालांत घालून, बांधून खुंटीस टांगून नऊ तासपावेतों ठेवावें. सर्व पाणी निचरलें म्हणजे रुमालांतील गोळा काढून घेऊन त्याच्या लहान लहान वड्या कराव्या; व वरप्रमाणें कोळंबूं करून, त्यांत त्या घालून कोळंबूं तयार होतांच खालीं उतरावें. हें कोळंबूं खाण्यापासून भोगेच्छा होते.

सार.

१८३. मिळघनीर.

(मिऱ्यांचें सार).

पहिला प्रकार—चिंच-मिश्रित.

४ रु० भार मिऱें.	४ रु० भार तुरीची डाळ.
२ कढीलिंबाच्या डहाळ्या.	२ रु० भार तूप.
१॥ रु० भार मीठ.	४ रु० भार चिंच.
२ रु० भार तूप.	३ मासे मोहऱ्या.
१ मासा मेथ्या.	४ सुक्या मिरऱ्या.

चार रुपये भार मिऱें, तितकीच तुरीची डाळ व कढीलिंबाच्या दोन डहाळ्यांचीं पाऱें असे तीन जिन्नस दोन रुपये भार तुपांत तळून, पाढ्यावर घालून बारीक पूड वांटावी; व ही पूड, दीड रुपया भार मीठ व चार रुपये भार चिंचेचा बलक हे पदार्थ चार पाँड पाण्यांत मिळवून तें पाणी चुलीवर उकळत ठेवावें. सार आटून तयार ठेविल्यास दोन रुपये भार तूप, तीनर तूप, दोन ऱ्या, एक मासा मेथ्या व चार व पांच सु-

च्या ह्यांची फोडणी करून द्यावी. ह्या सारापासून तोंडास रुचि येते.

दुसरा प्रकार—कागदी लिंबांतील रस घालून केलेलें सार.

२ रु० भार तुरीची डाळ.	२ रु० भार मिरे.
१॥ रु० भार तूप.	१ रु० भार मीठ.
४ कागदी लिंबे.	१ मूठ कढीलंबाचीं पानें.
२ रु० भार तूप.	३ मासे मोहऱ्या.
१ मासा मेथ्या.	२ मासे जिरे.

४ सुक्या मिरच्या.

दोन रुपये भार तुरीची डाळ व तितकींच मिरे दीड रुपया भार तुपांत तळून, तीन पौंड पाण्यांत घालून चुलीवर ठेवावीं. मग रुपया भार मीठ, चार कागदी व कढीलंबाचीं एक मूठ पाणी चांगला जाळ लावावा.

सार उकळून तयार झालें म्हणजे त्यास दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरे व चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून घावी.

वरील सार अधिक स्वादिष्ट व्हावें असें वाटल्यास, शेवग्याच्या शेंगांचे लहान लहान तुकडे अथवा कंवठाची एक करवंटी सार उकळत असतां त्यांत घालावी. हें सार कानडी लोक करितात.

तिसरा प्रकार.

तीन रुपये भार मिरपूड व आठ रुपये भार तुरीची डाळ चार पौंड पाण्यांत घालून चुलीवर एक प्रहर शिजत ठेवावी. मग एक रुपया भार चिंच व सहा मासे मीठ मिळवून, ह्या सारास एक रुपया भार तूप, दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरे व पांच सु-

क्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून घ्यावी.

चौथा प्रकार—महाराष्ट्र-सार.

तीन रुपये भार मिरें व दोन रुपये भार तुरीची डाळ एक रुपया भार तुपांत तळून, पाढ्यावर वांटून ती पूड आणि एक रुपया भार मीठ हे दोन जिन्नस तीन पौंड पाण्यांत मिसळून चुलीवर ठेवावे. सुमारे दोन तास उकळल्यावर त्यांत आठ रुपये भार हरबरे निराळे शिजवून घालावे. पांच मिनिटें गेल्यावर त्या सारास एक रुपया भार तूप, दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरें, दोन मासे धने, दोन गुंजा हिंग व कढीलिंगाच्या एका डहाळीचीं पानें ह्यांची फोडणी करून घ्यावी.

१८४. सियेक्का इलई मिळघनीर.

(शिककईच्या पानांचें मिरें-मिश्रित सार).

१ रु० भार मिरें.	१ रु० भार तुरीची डाळ.
४ सुक्या मिरच्या.	१ कढीलिंबाची डहाळी.
६ रु० भार शिककईचीं पानें.	२ रु० भार मीठ.
३ मासे मोहऱ्या.	२ रु० भार तूप.
	२ मासे जिरें.
	१ मासा मेथ्या.

एक रुपया भार मिरें, तितकीच तुरीची डाळ, चार सुक्या मिरच्या व कढीलिंबाच्या एका डहाळीचीं पानें ह्या चार जिनसा वांटून, सव्वा सहा पौंड पाण्यांत मिळवून तें पाणी चुलीवर उकळत ठेवावें. मग त्यांत शिककईचीं सहा रुपये भार पानें घालून, तीन उकळ्या आल्यावर त्या सारांत दोन रुपये भार मीठ मिळवावें. नंतर दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरें व एक मासा मेथ्या ह्यांची फोडणी क-

रून सारास घावी; आणि तें ढवळून वाढावें.
हें सार पित्तशामक आहे.

१८५. मांगाय मिळघनीर.

(आंब्याच्या अमसुलांचें मिरें घालून
केलेलें सार).

६ रु० भार आंब्याचीं	१ रु० भार मिरें.
अमसुलें.	१ रु० भार उडिदांची
५ सुक्या मिरच्या.	डाळ.
२ रु० भार तूप.	१॥ रु० भार मीठ.
२ रु० भार तूप.	३ मासे मोहच्या.
१ मासा मेथ्या.	१ मासा हिंग.
१ कढीलंबाची डहाळी.	

पाडास आलेले शंभर आंबे आणून, त्यां-
वरील साल काढून टाकावी; व दरएक आं-
ब्याच्या चार फांकी ह्याप्रमाणें सर्व आंब्यांच्या
फांकी करून, उन्हांत घालून वाळवाव्या;

अथवा त्या एका दोरींत ओंवून पंधरा दिवस वाळत ठेवाव्या. मग त्या काढून, एक दिवस उन्हांत ठेवून, वाळल्यावर भांड्यांत भरून ठेवाव्या. नंतर ह्या अमसुलांतून सहा रुपये भार अमसुलें घेऊन तीं तीन पौड पाण्यांत भिजत घालावीं. अमसुलें भिजलीं म्हणजे पाण्यासकट चुलीवर ठेवावीं. एक रुपया भार मिरें, तितकीच उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्या जिनसा दोन रुपये भार तुपांत तळून, बारीक वांटून ती पूड व दीड रुपया भार मीठ वरील सारांत मिळवावें; व तें चांगलें उकळलें म्हणजे त्यास दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोह्या, एक मासा मेथ्या, एक मासा हिंग व कढीलंबाच्या एका डहाळीचीं पानें ह्यांची फोडणी करून द्यावी. हें सार पित्तशामक आहे.

१८६. महाराष्ट्र कसंबा.

२४ रु० भार चिंच.	६ रु० भार चणे.
२॥ पौंड वांगीं.	६ मासे मेथ्यांची पूड.
१ रु० भार तांदुळांची पिठी.	१॥ रु० भार मीठ.
२ मासे जिरें.	२ रु० भार तूप.
	९ सुक्या मिरच्या.
	१ मासा हिंग.

चोवीस रुपये भार चिंच पांच पौंड पाण्यांत कुवळून, आंतील चोंथा काढून टाकावा. मग त्या पाण्यांत सहा रुपये भार चणे व अडीच पौंड वांग्यांच्या फोडी घालून भाडें चुलीवर ठेवावें. चणे व फोडी शिजल्या म्हणजे त्यांत सहा मासे मेथ्यांची पूड, एक रुपया भार तांदुळांची पिठी व दीड रुपया भार मीठ मिळवून तीन उकळ्या आल्यावर त्यास दोन रुपये भार तूप, दोन मासे जिरें, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व एक मासा हिंग ह्यांची फोडणी करून द्यावी; आणि

तो कसंबा ढवळून वाढावा.

टीपः—वरील सर्व सारांत कोथिंबीर घा-
तली असतां तीं अधिक स्वादिष्ट लागतील.

लोणचीं.

१८७. मांगाय ऊरघाय.

(आंब्याचें लोणचें).

पहिला प्रकार—मोहऱ्या-मिश्रित.

- | | |
|--------------------------------|---------------------------------------|
| १०० पाडाचे आंबे. | ६१ पौंड धुवा मीठ. |
| ३० रु० भार सुक्या
मिरच्या. | १९ रु० भार मेथ्या.
१९ रु० भार हळद. |
| १९ रु० भार तूप. | १॥ पौंड मोहऱ्या. |
| ३ पौंड गोड्या तिळांचें
तेल. | १ रु० भार तूप.
३ रु० भार हिंग. |
| १२ रु० भार लसूण. | ३ रु० भार जायपत्री. |
| ३ रु० भार लवंगा. | ३१ पौंड हरबऱ्याच्या
डाळीचें पीठ. |
| ३१ पौंड मिरें. | |
| ३ पौंड गोडें तेल. | १॥ रु० भार गुग्गुळ. |

पाडास आलेले शंभर मोठे आंबे तोडून आणून, लागलीच ते एका मोठ्या चादरीत बांधून, ती मोटळी कुव्यांत किंवा वाहत्या ओढ्यांत ठेवून एका तासानें वाहेर काढावी; व तींतील आंबे स्वच्छ धुऊन वाच्यावर अर्ध तासपर्यंत सुकत असूं द्यावे. मग दर-एक आंब्याच्या देंठापावेतों चार फांकी करून आंतील कोय काढून टाकावी; व ह्या-प्रमाणें सर्व आंबे चिरून ठेवावे.

उन्हांत सहा तास वाळवून दळलेलें सव्वा सहा पौंड धुवा मीठ घ्यावें. तीस रुपये भार सुक्या मिरच्या, पंधरा रुपये भार मेथ्या व तितकीच हळद हे तीन जिन्नस पंधरा रुपये भार तुपांत तळून, वारीक कुटून ते आणि उन्हांत वाळवून वांटलेल्या दीड पौंड मोह-च्या हे दोन पदार्थ गोड्या तिळांचे तीन पौंड तेलांत मिळवून असूं द्यावे. तसेंच, एक रुपया भार तुपांत तळून कुटलेला तीन रुपये

भार हिंग, बारा रुपये भार सोलून ठेंचलेली लसूण, तीन रुपये भार जायपत्रीची पूड, तितकीच लवंगांची पूड, सव्वा तीन पौंड हरबच्याच्या डाळीचें पीठ व तितकीच मिरपूड हें वरील सर्व सामान एकत्र कालवून तें कूट सदरील आंब्यांत भरावें.

सदरील सर्व आंबे मावतील इतका मोठा माठ आणून, त्यास आंतून दीड रुपया भार गुग्गुळाची धुरी दिल्यावर त्यांत आंबे भरावे; व त्यांवर तीन पौंड गोडें तेल ओतून माठाचे तोंडास एका स्वच्छ फडक्याचा दादरा बांधावा. नंतर हा माठ एका उंच घडवंचीवर ठेवून, त्यास चार आठवडेपावेतों प्रत्यहीं ऊन दाखवीत जावें; म्हणजे लोणचें मुरेल, तें काढून दहीं-भाताबरोबर तोंडीं लावावें.

दुसरा प्रकार—मेथ्या-मिश्रित.

- | | |
|-------------------------------|---------------------|
| १०० पाडाचे आंबे. | ६। पौंड धुवा मीठ. |
| ३ पौंड मेथ्या. | १॥ पौंड हळद. |
| ३० रु० भार सुक्या
मिरच्या. | १ पौंड गोडें तेल. |
| ३ रु० भार हिंग. | १ रु० भार तूप. |
| ६ रु० भार सोर्लीव
लसूण. | ३ पौंड गोडें तेल. |
| ४ रु० भार गोड जिरें. | ४ रु० भार जायफळ. |
| ३ पौंड गोडें तेल. | ४ रु० भार लवंगा. |
| | १॥ रु० भार गुग्गुळ. |

वरप्रमाणें पाडाचे शंभर आंबे भिजवून चि-
रून ठेवावे. मग सव्वा सहा पौंड धुवा मीठ
वाळवून दळून घ्यावें. तीन पौंड मेथ्या, दीड
पौंड हळद व तीस रूपये भार सुक्या मिरच्या
ह्या तीन जिनसा एक पौंड गोडे तेलांत निरनि-
राळ्या तळून कुटून त्या आणि एक रूपया
भार तुपांत तळून कुटलेला तीन रूपये भार
हिंग हे दोन पदार्थ एकत्र करून, तीन पौंड

गोड्या तेलांत मिळवावे. तसेंच, सहा रुपये भार सोलून ठेंचलेली लसूण, चार रुपये भार कुटलेलें जायफळ, तितक्या कुटलेल्या लवंगा व तितकेच कुटलेलें गोड जिरे ह्या चार रकमा एकत्र कराव्या. नंतर वरील सर्व साहित्य एकवट करून तें कूट सदरील आंब्यांत भरल्यावर, एका मोठ्या माठास आंतून दीड रुपया भार गुग्गुळाची धुरी देऊन त्यांत ते भरावे; आणि त्यांवर तीन पौंड गोडे तेल ओतून, माठाचे तोंडास दादरा बांधून चार आठवडे उन्हांत ठेवीत असावे; म्हणजे लोणचें मुरेल. हें लोणचें उष्ण असतें; सबब पावसाळ्यांत खावें.

तिसरा प्रकार.

वरप्रमाणें शंभर आंबे कोयांसुद्धां चिरल्यावर दोन प्रहरचे कडक उन्हांत ठेवावे. मग

सब्बा सहा पौंड धुवा मीठ, सब्बा सहा पौंड कुटलेल्या मेथ्या व ह्या दोन रक-मांशिवाय बाकीचा तयार केलेला सदरील सर्व मसाला हे तीन पदार्थ एकत्र करून तें कूट आंब्यांत भरावें; व ते आंबे एका कल्ह-ईच्या मोठ्या पातेल्यांत घालून त्यांवर तीन पौंड दहीं किंवा ताक ओतावें. नंतर ह्या लोणच्यास एक पौंड गोडें तेल, पांच रुपये भार मोहच्या, तितकेंच जिरें व दोन मुठी कढीलिंबाचीं पानें ह्यांची फोडणी करून घा-वी; व तें पातेलें दररोज उन्हांत ठेवीत जा-वें; म्हणजे लोणच्यांतील खार मुळून बेता-चा राहिल.

चौथा प्रकार—मीठ-मिश्रित.

पाडाचे शंभर आंबे स्वच्छ धुऊन दोन

तास वाच्यावर सुकत असूं द्यावे. मग एका मोठ्या माठास आंतून दीड रुपया भार गुग्गुळाची धुरी दिल्यावर त्यांत सव्वा सहा पौंड वांटलेलें मीठ घालून, त्यावर वरील सर्व आंबे सगळाले घालावे; व सव्वा सहा पौंड हिरव्या मिरच्या देंठांसुद्धां आंब्यांवर घालून, माठाचें तोंड फडक्यानें बांधून, आठ दिवसपर्यंत लोणचें मुखूं द्यावें. नंतर हा माठ एक दिवसा-आड उन्हांत ठेवीत जावा; म्हणजे लोणचें मुरेल; तेव्हां तें काढून तोंडीं लावावें; व पाहिजे असल्यास ह्या लोणच्यांतील मिरच्या काढून, तेलांत किंवा तुपांत तळून तोंडीं लावाव्या.

पांचवा प्रकार.

पाडाचे शंभर आंबे स्वच्छ धुतल्यावर

त्यांवरील साल चिरून काढावी. मग ते चिरून, आंतील कोया काढून टाकून त्यांच्या बारीक बारीक फोडी कराव्या; व ह्या फोडींत सव्वा सहा पौंड वांटलेलें मीठ मिळवावें. नंतर सहा रुपये भार तळलेल्या सुक्या मिरच्या व साडे चार रुपये भार मेथ्या ह्या दोन रकमा खलवत्यांत कुटून त्या व तीन पौंड पांच रुपये भार बारीक चिरलेल्या हिरव्या मिरच्या वरील फोडींत मिसळवाव्या; आणि हें लोणचें वरप्रमाणें माठांत भरून तोंड बंद करून ठेवावें. लोणचें मुरलें म्हणजे काढून तोंडीं लावावें.

सहावा प्रकार.

- | | |
|-------------------|-------------------|
| १०० पाडाचे आंबे. | ९। पौंड धुवा मीठ. |
| १८ रु० भार सुक्या | ९ रु० भार मेथ्या. |

	मिरच्या.	१२	रु० भार गोड जिरें.
१२	रु० भार हळद.	६	रु० भार हिरडे.
२०	रु० भार तूप.	४॥	पौंड गोडें तेल.
१	रु० भार हिंग.	१॥	पौंड मिरें.
२	रु० भार जायफळ.	२	रु० भार जायपत्री.
२	रु० भार वेलदोडे.	१२	रु० भार लसूण.
४॥	पौंड ओल्या च-	३०	रु० भार तूप.
	ण्याचे सोल्यां-	३०	रु० भार गोडें
	ची डाळ.		तेल.
३	रु० भार लसूण.	३	रु० भार मोहच्या.
३	रु० भार जिरें.	३	रु० भार मेथ्या.
१	मूठ कढीलंब.	१॥	पौंड गोडें तेल.

पाडास आलेले शंभर आंबे खाली पडून देतां हातांनीं तोडून घ्यावे; व ते वहात्या ओढ्यांत दोन तास असू घ्यावे. मग ते काढून पाऊण तासपर्यंत हवेवर सुकत ठेवावे; व सुकले म्हणजे त्यांच्या देंठापर्यंत चार फांकी करून आंतील कोया काढून टाकाव्या.

सव्वा नऊ पौंड धुवा मीठ दोन तास

उन्हांत वाळवून वारीक वांटून घ्यावें. अठरा रुपये भार सुक्या मिरच्या, नऊ रुपये भार मेथ्या, बारा रुपये भार गोड जिरें, बारा रुपये भार हळद व सहा रुपये भार हिरडे हे सर्व जिन्नस वीस रुपये भार तुपांत निरनिराळे तळून कुटून पाउणे पांच पौंड गोड्या तेलांत मिळवावे. एक रुपया भार हििंग, दीड पौंड मिरें, दोन रुपये भार जायफळ, तितकी जायपत्ती व तितकेच वेलदोडे ह्या रकमांची पूड करून घ्यावी. तसेंच, बारा रुपये भार सोलून ठेंचलेली लसूण आणि पाउणे पांच पौंड ओल्या चण्याचे सोल्यांची डाळ घ्यावी. नंतर वरील सर्व सामान एकत्र कालवून, तें कूट वरील आंब्यांच्या फोडोंत भरून उरेल तेंही त्यांत घालावें.

चुलीवर एक मोठें कल्हई लावलेलें पातेलें ठेवून त्यांत तीस रुपये भार तूप व तितकेच गोडें तेल घालावें. तूप व तेल ता-

पतांच त्यांत तीन रुपये भार सोलीं व लसू-
ण, तीन रुपये भार मोहऱ्या, तितकें जिरें,
तितक्याच मेथ्या व एक मूठ कढीलेंब घा-
लून वर झांकण ठेवावें; व फोडणी झा-
ल्यावर तींत सदरील आंबे फोडणीस टाका-
वे. मग वाफ आली म्हणजे तें लोणचें ए-
का मोठ्या स्वच्छ बरणींत भरून, वर झांक-
ण बसवून, त्यावर स्वच्छ रुमालाचा दादरा
वांधावा; व ती बरणी उन्हांत चाळीस दि-
वसपावेतों ठेवीत जावी. नंतर त्या बरणीचें
तोंड उघडून, आंत तेल नसल्यास दीड पौंड
गोडें तेल आंब्यांवर ओतावें; व त्या बरणी-
चें तोंड पूर्ववत्प्रमाणें पुनः बंद करून, चा-
ळीस दिवस उन्हांत ठेवीत जाऊन, नंतर त्या
लोणच्याचा उपयोग करावा.

सातवा प्रकार.

वरप्रमाणें शंभर आंबे ओढ्यांत भिजत घालून काढून, वाऱ्यावर ठेवून सुकवावे. मग दरएक आंब्याच्या देंठापावेतों दोन फांकी ह्याप्रमाणें सर्व आंबे चिरून, मेथ्या व जिरे खेरीज करून बाकीचें सर्व सामान सदरी सांगितलेल्या रीतीनें तयार करून तें कूट आंब्यांचे पोटांत भरावें; व उरेल तें त्यांवर घालावें. नंतर वरप्रमाणें पातेल्यांत फोडणी करून, तींत ते आंबे घालून, वाफ आल्यावर वरणींत भरावे; आणि चाळीस दिवस उन्हांत ठेवून उपयोग करावा.

आठवा प्रकार.

वरप्रमाणें आंबे चिरल्यावर सव्वा नऊ पौड धुवा मीठ उन्हांत वाळवून दळून घ्या-

वैं. एकवीस रुपये भार सुक्या मिरच्या, सहा रुपये भार मिरें, एक पौंड चवदा रुपये भार मोहच्या, पंधरा रुपये भार हळद, तितक्या मेथ्या व तितकेंच जिरें हें सामान तुपांत तळून कुटून तेलांत मिळवून ठेवावें. तसेंच, सव्वा सहा पौंड चण्याचें पीठ,—आणि चार मुठी कोथिंबीर, पांच मुठी पुदीना, नऊ रुपये भार सोलींव आलें व सहा रुपये भार सोलींव लसूण,—हे सर्व जिन्नस ठेंचून एकवट करून, ह्यांत सदरील मीठ व मसाला मिसळून कालवावें; आणि हें कूट आंब्यांत भरून त्यांस वरप्रमाणें फोडणी दिल्यावर ते बरणींत भरावे. नंतर त्या बरणीवर झांकण घालून, चाळीस दिवस उन्हांत ठेवून, आंतील लोणचें काढून तोंडीं लावावें.

नववा प्रकार.

वरप्रमाणें शंभर आंबे झाडावरून तोडून आणून, वहात्या ओढ्यांत भिजत घालावे. नंतर ते काढून पुसून, त्यांवरील साल चिरून काढावी; आणि ते चिरून, आंतील कोऱ्या काढून टाकून त्यांचे हरवऱ्या एवढाले तुकडे करावे. मग आठ पौंड मिठांतील खडा-माती निवडून काढून, दोन तास उन्हांत वाळविल्यावर बारीक वांटून ठेवावें. तसेंच, चौवीस रुपये भार सुक्या मिरच्या, सहा रुपये भार मिरें, पंधरा रुपये भार मोहऱ्या, बारा रुपये भार जिरे, साडे तेरा रुपये भार मेथ्या, तीन रुपये भार हळद, तीन रुपये भार जायफळ, तितकी जायपत्री, तितकेच वेलदोडे, दीड रुपया भार लवंगा, दीड रुपया भार केशर ह्या जिनसा (हळद व केशर शिवाय करून) अर्ध पौंड तुपांत निरनिराळ्या तळून कुटून बारीक

वांटाव्या; व त्यांत हळद व केशर वांटून मिळविल्यावर, त्यांत सव्वा चार पौंड गोडे तिळांचें निर्भेळ ताजें तेल मिळवून त्यांत वरील मीठही मिसळावें. नंतर हें कूट सदरील आंब्यांच्या तुकड्यांत मिळवावें.

चुलीवर कल्हई लावलेलें मोठें पातेलें ठेवून त्यांत दीड पौंड तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत सहा रुपये भार सोलीं व लसूण, साडे चार रुपये भार जिरें, तितक्याच मेथ्या व दोन मुठी कठीलिव टाकून वर झांकण ठेवावें. क्षणभरानें तें काढून, आंतील लसूण, जिरें वगैरे लाल झालेंसें पाहून, त्या फोडणींत सदरील कूट-मिश्रित आंब्यांच्या फोडी घालाव्या; व त्या परतून परतून वर झांकण ठेवावें. मग वाफ येऊन गेल्यावर एका मोठ्या बरणींत त्या घालून, तोंड बंद करून, ती बरणी आठ दिवस उन्हांत ठेवावी. नंतर त्या लोणच्याचा उपयोग करावा. पुढें

ह्या लोणच्यास दर पंधरा दिवसांनीं उन दाख-
वीत जावें.

१८८. नेह्लिकाय ऊर्घाय.

(आंवळ्यांचें लोणचें).

पहिला प्रकार.

२५ पौंड आंवळे.

६। पौंड मीठ.

६। पौंड ओल्या मिरच्या.

कार्तिक किंवा चैत्र मासांत पंचवीस पौंड उत्तम आंवळे आणून, गरम पाण्यांत घालून एक तास भिजूं द्यावे. मग एका मोठ्या माठांत सव्वा सहा पौंड मीठ व तितक्याच ओल्या मिरच्या घालून, त्यांत वरील आंवळे पुसून घालून एकवट करावे; व माठाचे तोंडावर झांकण ठेवून दादरा बांधून, आठ दिवसपर्यंत लोणचें ठेवावें; व तें मुरलें म्हणजे

काढून दही-भातावरोवर तोंडीं लावावें.

दुसरा प्रकार.

३ पौंड आंवळे.	१० रु० भार कळीचा
१९ रु० भार साजूक तूप	चुना.
किंवा गोडे तेल.	१ रु० भार मीठ.
३ मासे मोहऱ्या.	३ मासे जिरें.
२ मासे मेथ्या.	९ गुंजा हिंग.
१० कढीलंबाचीं पानें.	

तीन पौंड उत्तम आंवळे दहा रूपये भार कळीच्या चुन्याचे निवळींत वीस मिनिटेंपर्यंत भिजत घालून ठेवावे. मग ते काढून, पंधरा रूपये भार साजूक तुपांत किंवा गोड्या तेलांत मऊ होत तोंपर्यंत परतून काढून घ्यावे; व त्यांत एक रूपया भार मीठ मिळवून ठेवावे. नंतर उरलेल्या तळणाचे तुपांत तीन मासे मोहऱ्या, तितकेंच जिरें, दोन मासे मेथ्या, दोन गुंजा हिंग व कढीलंबा-

चीं दहा पानें घालून फोडणी होतांच तीत वरील आंवळे फोडणीस टाकावे; आणि परतून परतून, खालीं उतरून लोणचें वाढावें.

तिसरा प्रकार.

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| ६। पौंड आंवळे. | ६। पौंड ओल्या मिरच्या. |
| ६। पौंड मीठ. | ३० रु० भार मेथ्यांची |
| १५॥ रु० भार तांबडें | पूड. |
| तिखट. | १ रु० भार हिंग. |
| १५ रु० भार तूप. | १॥ पौंड उत्तम गोडें तेल. |

चैत्र मासांत सव्वा सहा पौंड उत्तम आंवळे आणून, गरम पाण्यांत घालून चार तासपर्यंत भिजत ठेवावे. मग ते काढून, उखळांत घालून अंमळ ठेंचावे; आणि आंतील बिया काढून टाकाव्या. नंतर एका कल्हर्ईचे पात्रांत सव्वा सहा पौंड ओल्या मिरच्या व तितकेंच मीठ घालून, त्यांत व-

रील आंवळे घालून सर्व एकवट करावें; व त्या पात्राचें तोंड बंद करून आठ दिवस-पावेतों असूं द्यावें.

सदरहु लोणचें मुरलें म्हणजे त्यांत तीस रुपये भार मेथ्यांची पूड, साडे पंधरा रुपये भार तांबडें तिखट व एक रुपया भार हििंग हे तीन पदार्थ पंधरा रुपये भार तुपांत तळून मिसळावे. तसेंच, त्या लोणच्यावर दीड पौंड उत्तम गोडें तेल गरम करून ओतावें; व त्या भांड्याचें तोंड बंद करून ठेवावें.

चौथा प्रकार.

४	पौंड धुवा मीठ.	१२	रु० भार सुक्या
४	रु० भार मेथ्या.		मिरच्या.
४	रु० भार जिरें.	४	रु० भार हळद.
६	रु० भार मोह्या.	२९	रु० भार गोडें तेल.
१९	पौंड ताक.	२९	पौंड मोठे परिपक्व
१९	रु० भार तूप.		आंवळे.

१॥ रु० भार लसूण.

९ मासे जिरें.

९ मासे मेथ्या.

३ रु० भार मोहच्या.

चार पौंड धुवा मीठ, वारा रूपये भार सुक्या मिरच्या, चार रूपये भार मेथ्या, तितकें जिरें, तितकीच हळद व सहा रूपये भार मोहच्या इतक्या जिनसा निरनिराळ्या कुटून, पंचवीस रूपये भार गोड्या तेलांत मिसळून ठेवाव्या. मग सत्तेचाळीस पौंड नुसतें पाणी, किंवा एकोणीस पौंड ताक व सोळा पौंड पाणी एकत्र करून तें मिसळण, ह्या दोहोंतून एकांत पंचवीस पौंड मोठे परिपक्व आंवळे घालून चुलीवर शिजत ठेवावे; व चोवीस मिनिटांनीं काढून पुसावे. नंतर त्या आंवळ्यांत वरील कूट मिळवून, चुलीवर एक मोठें कल्हई लावलेलें पातेलें ठेवून त्यांत पंधरा रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत दीड रूपया भार सोलीं व लसूण, नऊ मासे जिरें, नऊ मासे मेथ्या व

तीन रुपये भार मोहऱ्या इतक्या जिनसा टा-
कून, फोडणी होतांच तींत सदरील आंवळे
कुटासुद्धां घालावे; आणि ते आवसडून किं-
वा हालवून वर झांकण ठेवावें. वाफ येऊन
गेल्यावर एका मोठ्या बरणींत ते घालून, तों-
ड बंद करून, आठ दिवसपर्यंत लोणचें दर-
रोज उन्हांत ठेवून उपयोग करावा.

पांचवा प्रकार.

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| २२ पौंड ताक. | २९ पौंड आंवळे. |
| २१ रु० भार मोहऱ्या. | ७॥ रु० भार मेथ्या. |
| ६ रु० भार जिरें. | ६ रु० भार सुक्या |
| ६ रु० भार मिरें. | मिरऱ्या. |
| ३ रु० भार हळद. | २९ रु० भार गोडें तेल. |
| ३० ३६ तीन पौंड छत्तीस | ९ रु० भार तूप. |
| रुपये भार | २१ रु० भार गोडें तेल. |
| मीठ. | १॥ रु० भार जिरें. |
| १॥ रु० भार मेथ्या. | २ मुठी कढीलंब. |

३ रु० भार सोलीव १॥ मासा हिंग.
लसूण.

बावीस पौंड ताक व तितकेंच पाणी एकत्र करून, त्यांत पंचवीस पौंड आंवळे घालून चुलीवर शिजत ठेवावे. सुमारे एका तासानें त्यांतील एक आंवळा काढून पहावा. तो बोटचेंपा झालासें वाटल्यास सर्व आंवळे काढून, थंड पाण्यांत घालून ते न फुटतील अशा रीतीनें हळूच धुवावे. मग दर एक आंवळ्याच्या चार फांकी होऊन आंतील बी निघून जाईल अशा रीतीनें सर्व आंवळे बोटानीं दाबून आंतील बिया काढून टाकाव्या.

एकवीस रुपये भार मोहऱ्या, साडे सात रुपये भार मेथ्या, सहा रुपये भार जिरें, सहा रुपये भार सुक्या मिरच्या, सहा रुपये भार मिरें व तीन रुपये भार हळद ह्या सर्व रकमा पंचवीस रुपये भार गोड्या तेलांत निरनिराळ्या तळून, एकत्र करून त्यांची पूड

करावी; व त्या कुटांत तीन पौंड छत्तीस रुपये भार मीठ मिळवून सदरील आंवळ्यांत मिसळावें.

चुलीवर एक मोठें कल्हईचें पातेलें ठेवून, त्यांत नऊ रुपये भार तूप व एकवीस रुपये भार गोडें तेल टाकून, तें तापतांच त्यांत दीड रुपया भार जिरें, तितक्याच मेथ्या, दोन मुठी कढीलिंब, तीन रुपये भार सोर्लीव लसूण व दीड मासा हिंग घालावा; व फोडणी झाली म्हणजे तींत वरील आंवळे घालून वर झांकण ठेवावें. वाफ आल्यावर तें लोणचें वरणींत भरून, तोंड बंद करून आठ दिवसपावेतो उन्हांत ठेवावें; आणि नंतर त्याचा उपयोग करावा. हें लोणचें पित्तनाशक आहे.

१८९. एलिंबीचंगाय ऊर्घाय.

(कागदी लिंबांचें लोणचें).

पहिला प्रकार.

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| १०० कागदी लिंबें. | १॥॥ पौंड मीठ. |
| ३१। रु० भार मेथ्यांची
पूड. | ७॥ रु० भार तांबडें
तिखट. |
| ३० रु० भार आलें. | ३० रु० भार ओल्या
मिरच्या. |
| ३० रु० भार गोडें तेल. | |
| ३० रु० भार ओल्या मिरच्या. | |

शंभर कागदी लिंबें गरम पाण्यांत भिज-
त घालून, एका तासांन काढून वाऱ्यावर वी-
स मिनिटें सुकल्यावर त्यांच्या देंठापावेतों
चार फांकी कराव्या. मग पाउणे दोन पौंड
मीठ, सव्वा एकतीस रुपये भार मेथ्यांची
पूड, साडे सात रुपये भार तांबडें तिखट,
तीस रुपये भार आल्याचे बारीक तुकडे व
तितकेच ओल्या मिरच्यांचे तुकडे ह्या सर्व
रकमा एकवट करून, तें कूट वरील लिंबांत
भरावें; व तीं लिंबें एका माठांत भरून, त्यां-

वर उरलेलें कूट घालून सर्व एकवट करावें. नंतर ह्या लोणच्यावर तीस रूपये भार गोडें तेल व तितक्याच ओल्या मिरच्या सगळाल्या घालून माठाचें तोंड बंद करावें; आणि तो माठा दर आठवे दिवशीं उन्हांत ठेवून, लोणचें मुरलें म्हणजे तोंडीं लावावें.

दुसरा प्रकार.

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| ३० कागदी लिंबें. | ३० रु० भार तूप. |
| ४॥ रु० भार तांबडें
तिखट. | ४ रु० भार मेथ्यांची
पूड. |
| ९ रु० भार मीठ. | |

तीस कागदी लिंबें गरम पाण्यांत भिजत घालून, एका तासानें काढून वाऱ्यावर वीस मिनिटें सुकत ठेवावीं. मग तीस रूपये भार तूप चुलीवरील तळणींत टाकून, तापलें म्हणजे त्यांत वरील लिंबें तळून घ्यावीं; व

त्यांच्या देंठापावेतों दोन दोन फांकी करा-
व्या. नंतर साडे चार रुपये भार तांबडें ति-
खट व चार रुपये भार मेथ्यांची पूड वरील
तळणाचे तुपांत तळून घेऊन, त्या कुटांत न-
ऊ रुपये भार मीठ मिसळून सदरील लिंबां-
त भरावें. नंतर हें लोणचें एका कल्हईचे
भांड्यांत भरून ठेवून, मुरलें म्हणजे काढून
तोंडी लावावें.

तिसरा प्रकार.

१०० कागदी लिंबें.	४॥॥ पौंड धुवा मीठ.
१२ रु० भार सुक्या मिरच्या.	३ रु० भार मिरें. ९ रु० भार मेथ्या.
९ रु० भार मोहऱ्या.	६ रु० भार जिरे.
२० रु० भार गोडें तेल.	१९ रु० भार आल्याचा रस.
११ पौंड हिरव्या मिरच्या.	३० रु० भार गोडें तेल.
३० रु० भार गोडें तेल.	६ रु० भार सोलीव

१॥ रु० भार जिरें.

लसूण.

१॥ रु० भार मेथ्या.

१ मूठ कढीलिंग.

एक मोठें पातेलें चुलीवर ठेवून त्यांत बावीस पौंड पाणी ओतावें, व खालीं जाळ लावावा. पाण्यास आधण आलें म्हणजे भाडें खालीं उतरावें; व त्या पाण्यांत शंभर कागदी लिंगें घालावीं. मग एक मिनिटानें तीं काढून फडक्यानें पुसावीं. नंतर दरएक लिंगाच्या देंठापर्यंत चार फांकी ह्याप्रमाणें सर्व लिंगें चिरून ठेवावीं.

पाउणे पांच पौंड धुवा मीठ वाळवून दळून घ्यावें. तसेंच, बारा रूपये भार सुक्या मिरच्या, तीन रूपये भार मिरें, नऊ रूपये भार मेथ्या, तितक्याच मोह्या व सहा रूपये भार जिरें ह्या सर्व जिनसा वीस रूपये भार गोड्या तेलांत तळून, बारीक वांटून ठेवाव्या. आल्याचा पंधरा रूपये भार रस व सव्वा पौंड बारीक चिरलेल्या हिरव्या मिरच्या

एकवट करून, त्यांत वरील मीठ व मसाला मिळवून, हें मिसळण तीस रुपये भार गोड्या तेलांत मिळवावें; आणि तें कूट सदरील लिंबांत भरावें.

चुलीवर एक भांडें ठेवून त्यांत तीस रुपये भार गोडें तेल घालावें. तेल तापलें म्हणजे त्यांत सहा रुपये भार सोर्लीव लसूण, दीड रुपया भार जिरें, तितक्याच मेथ्या व एक मूठ कढीलिंब टाकून, फोडणी होतांच तींत वरील लिंबें घालून आवसडावीं, आणि वर झांकण ठेवावें. लोणच्यास वाफ आल्यावर तें एका बरणींत ओतून, तोंड बंद करून, ती बरणी वीस दिवसपर्यंत उन्हांत प्रति दिवशीं ठेवीत जावी; आणि लोणचें मुरतांच तें काढून तोंडीं लावावें.

चौथा प्रकार.

शंभर कागदी लिंबें वरप्रमाणें आधणाचे पाण्यांत भिजत घालून, काढून फडक्यानें पुसावीं. मग तीं बरणींत भरून, त्यांत पाउणे आठ पौड धुवा मीठ घालून, त्यांवर पंचवीस कागदी लिंबांतील रस व सव्वा एकतीस रुपये भार द्राक्षांचा शिक्रा किंवा उंसाचा शिक्रा ओतून बरणी हालवावी. नंतर ह्या बरणीचे तोंडास दादरा बांधून, साठ दिवसपर्यंत ती प्रत्यहीं उन्हांत ठेवून, आंतील लोणचें काढून तोंडीं लावावें. पुढें दर आठवड्यास ह्या लोणच्यास एकदां ऊन दाखवीत असावें.

पांचवा प्रकार.

शंभर कागदी लिंबें वरप्रमाणें आधणाचे पाण्यांत घालून, दोन मिनिटांनीं काढून पु-

सार्वी. मग साडे दहा रुपये भार सुक्या
 मिरच्या, साडे चार रुपये भार मिरे, सहा रु-
 पये भार मेथ्या, सहा रुपये भार जिरे,
 तितक्या मोहऱ्या व तितकीच सोर्लीव
 लसूण ह्या सर्व रकमा कुटाव्या. तसेंच,
 नऊ रुपये भार बारीक चिरलेल्या ओल्या
 मिरच्या व सव्वा एकतीस रुपये भार ह-
 रबऱ्याचें पीठ हे दोन पदार्थ एकत्र करून,
 त्यांत वरील कुटलेल्या सर्व जिनसा मि-
 ळवून, हें मिसळण नऊ रुपये भार तूप व
 छत्तीस रुपये भार गोडें तेल ह्यांत मिस-
 ळावें. नंतर वरील दरएक लिंबाच्या देंठापा-
 वेतां चार फांकी करून त्या लिंबांत हें कूट
 भरावें; व सदरीं तिसऱ्या प्रकारांत सांगितल्या-
 प्रमाणें फोडणी करून, तींत हीं लिंबें फोड-
 णीस टाकून वर झांकण ठेवावें. वाफ आ-
 ल्यावर हें लोणचें वरणींत घालून, तोंड बंद
 करून, वीस दिवसपर्यंत दररोज उन्हांत ठे-

वावें, आणि मुरलें म्हणजे काढून खावें.

१९०. पुळियंगाय तोक.

(कच्च्या चिंचांचें लोणचें).

- | | |
|------------------------|---------------------|
| २९ पौंड कच्च्या चिंचा. | २९ पौंड पिकलेल्या |
| ६। पौंड मीठ. | चिंचा. |
| ६। पौंड ओल्या मिरच्या. | ४ रु० भार मेथ्यांची |
| ३ पौंड गोडें तेल. | पूड. |
| २ रु० भार हिंग. | |

पंचवीस पौंड कच्च्या चिंचा व तितक्याच पिकलेल्या चिंचा एकत्र करून कुटून, त्यांतील चिंचोके काढून टाकावे. मग ह्या चिंचेचें गोळे करून ते एका माठांत भरावे; व त्या माठाचें तोंड बंद करून एक किंवा दोन दिवस तो तसाच ठेवावा. नंतर सव्वा सहा पौंड मीठ, तितक्याच ओल्या मिरच्या, चार रुपये भार मेथ्यांची पूड ह्या

तीन रकमा एकत्र करून वरील माठांत घालाव्या. तसेंच, त्यांत तीन पौड गोडें तेल व दोन रुपये भार भाजून पूड केलेला हिंग घालून लोणचें कालवावें; आणि त्या माठाचें तोंड बंद करून एक महिना ठेवावा. परंतु मधून मधून त्यास दर आठवड्यास ऊन दाखवावें.

१९१. शुक्रगाय ऊर्घाय.

(चिंचोरट्यांचें लोणचें).

मार्गशीर्ष व पौष महिन्यांत शंभर चिंचोरटीं आणून ऊन पाण्यानें धुवावीं. मग त्याच्या देंठापावेतों चार फांकी करून, त्यांत पांच रुपये भार मीठ, तीन रुपये भार ओंवा व तितक्याच मेथ्या ह्या तीन जिनसा वांटून ती पूड मिसळावी. नंतर तीं चिंचो-

रठीं बरणींत भरून, तिचें तोंड बंद करून ठेवावें; व लोणचें मुरलें म्हणजे काढून दे-
हीं-भाताबरोबर खावें.

१९२. काशली कीरै तोक.

(पासलीच्या भाजीचें लोणचें).

पंचवीस पौंड पासलीची भाजी आणून, चांगली निसून कुटून माठांत भरावी; व त्या माठाचें तोंड बंद करून तो सहा महि-
नेपावेतो ठेवावा. नंतर त्याचें तोंड उघडून त्यांत सव्वा सहा पौंड मीठ, तितक्याच हि-
रव्या मिरच्या, तीन रुपये भार हिंग, साडे चार रुपये भार लसूण ह्या सर्व रकमा कुटून घालाव्या; व तें लोणचें कालवून, तोंड बंद करून पंधरा दिवसपर्यंत ठेवावें. लोणचें मु-
रलें म्हणजे काढून तोंडीं लावावें. पाहिजे असल्यास हें लोणचें लोणकढें तूप किंवा

गोडें तेल ह्यांत तळून खावें.

१९३. कड्काय चटणी.
(हिरड्यांचें लोणचें).

हिरड्याचीं कर्चीं लहान फळें पंचवीस पौंड आणून, उखळांत घालून कुटावीं; व त्यांतील विया काढून टाकाव्या. मग सव्वा सहा पौंड धुवा मीठ वरील हिरड्यांत मिळवून ते हिरडे एका माठांत घालावे; आणि त्या माठाचें तोंड बंद करून तो एक महिनापावेतो ठेवावा. मग पाहिजे त्या वेळीं त्या माठांतून थोडें लोणचें काढून घ्यावें; व दोन रुपये भार लोणकडे तुपांत तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरें, पांच सुक्या मिरऱ्या व कढीलंबाचीं दहा पानें ह्या जिनसा टाकून, ती फोडणी वरील लोणच्यास द्यावी. नंतर हें लोणचें चटणीप्रमाणें वांटून खावें.

१९४. मुळघाय चटणी.

(सुक्या मिरच्यांचें लोणचें).

पंचवीस पौंड सुक्या मिरच्या आणि पंचाहत्तर पौंड हरबऱ्याची आंब हे दोन पदार्थ एकत्र करून, त्यांत सव्वा सहा पौंड धुवा मीठ मिळवून, हें लोणचें एका माठांत घालावें. मग त्या माठाचें तोंड बंद करून, नेहमीं उन्हांत ठेवून, लोणचें मुरल्यावर काढून तोंडीं लावावें. पावसाळ्यांत ज्या दिवशीं ऊन पडेल त्या दिवशीं ह्या लोणच्यास ऊन दाखवीत असावें.

वडघ--सांडगे.

१९५. कल्याणि पुशानिक्काय वडघं.

(कोंहळ्याचे सांडगे).

पाउणे दोन पौंड पांच रुपये भार उडि-

दांची डाळ एक रात्र पाण्यांत भिजत घालून, दुसरे दिवशीं काढून वांटावी. तसेंच, एक कोंहळा आणून, त्यावरील साल सुरीनें सोलून टाकून, आंतील बियाही काढून टाकाव्या. मग त्याच्या लहान लहान फोडी करून, त्यांत वरील वांटलेली डाळ मिळवावी. नंतर त्यांत बेताचें तांबडें तिखट, जिरे, मिरपूड व एक रुपया भार हिंग मिळवून, सर्व एकत्र कालवून, त्यांचे सांडगे चादरीवर घालावे; व ते दोन दिवस उन्हांत ठेवून, वाळवून तुपांत तळून खावे.

१९६. व्यंदीय वडघं.

(मेथ्यांचे सांडगे).

पंचवीस रुपये भार मेथ्या पाण्यांत भिजत घालून एक रात्र ठेवाव्या; व दुसरे दिवशीं त्या काढून कुटून, त्यांत दोन रुपये

भार जिरें, तीन रुपये भार तांबडें तिखट,
 दोन रुपये भार मीठ, एक मूठ कढीलंब व
 कागदी लिंबांतील बेताचा रस ह्या रकमा
 वांटून मिळवाव्या; व ह्यांचे सांडगे घालून,
 उन्हांत वाळवून, तुपांत तळून खावे.

१९७. कोत्तिमल्ली इलई वडयं.

(कोथिंबिरीचे सांडगे).

कोथिंबिरीच्या जुड्या आणून, त्यांतून
 चांगली कोथिंबीर निसून घ्यावी. मग ती
 कुटून, तींत बेताचें तिखट-मीठ मिळवून सां-
 डगे घालावे; व ते उन्हांत वाळवून तुपांत
 तळून खावे.

१९८. अरशी माव वडयं.

२११. नेह्लिकाय त्वयल.

(आंवळ्यांची चटणी).

पहिला प्रकार.

पंधरा आंवळे भाजून त्यांतील बिया काढून टाकाव्या. मग एक रुपया भार कोथिंबीर, तितकेंच खोबरे, दोन रुपये भार मीठ, सहा मासे सोलींव लसूण, तितकेच कांदे व वारा हिरव्या मिरच्या हे जिन्नस एकत्र करून वांटावे; व त्यांत सदरील तीन अंवट पदार्थांतून एक पदार्थ वेतानें घालून चटणी कालवून वाढावी.

दुसरा प्रकार.

वारा किंवा पंधरा आंवळे भाजून त्यांतील बिया काढून टाकाव्या. मग दोन रुपये भार मीठ, एक रुपया भार कोथिंबीर, सहा मासे पुदिना, तीन मासे खोबरे व ति-

तकीच खसखस असे सर्व जिन्नस एकत्र वांटून, त्यांत वरील अंबट रसांतील एक अंबट रस एक रुपया भार घालून, चटणी कालवून वाढावी.

२१२. नेल्लिकाय पेरन्डै शेरंद त्वयल.
(आंवळे-मिश्रित कांडवेलीची चटणी).

पंधरा आंवळे भाजून त्यांतील बिया काढून टाकाव्या. मग पंधरा रुपये भार कांडवेल एक तास पाण्यांत भिजत ठेवून नंतर शिजवावी; व तींतील पाणी काढून ती पुसून कोरडी करावी. नंतर हे दोन पदार्थ एकत्र करून, त्यांत तीन रुपये भार मीठ, पंधरा हिरव्या मिरच्या, दोन रुपये भार खोबरे, एक रुपया भार कोथिंबीर, सहा मासे खसखस, तितकी सोलींव लसूण व तितकेच कांदे हे सर्व पदार्थ एकत्र वांटावे; व त्यांत स-

दरील अंवट रसांतून एक रस घालून चटणी कालवून वाढावी.

सदरहु चटणीस पाहिजे असल्यास दोन रुपये भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ, तीन मासे मोहऱ्या, चार सुक्या मिरऱ्यांचे तुकडे व कठीलिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून घावी; व ती पुनः वांटून वाढावी.

२१३. माधळंपू नेह्लिकायं शेरंद त्वयल.
(आंवळे व डाळिंबाचीं फुलें ह्यांची चटणी).

डाळिंबाचीं वीस फुलें आणि तितक्याच वजनाचे आंवळे आणावे. मग चुलीवर एक पात्र ठेवून, त्यांत वरील फुलें घालून अंमळ अंमळ परतावीं; व तीं काढून घेऊन त्या भांड्यांत वरील आंवळे टाकून, तेही भाजून घेऊन त्यांतील विया काढून टाकाव्या. मग फुलें

व आंवळे एकत्र करून, त्यांत पाउणे चार रूपये भार मीठ, एकवीस हिरव्या मिरच्या, सहा मासे कढीलंबाचीं पानें, एक रूपया भार खोबरे, एक रूपया भार कोथिंबीर, तितका पुदिना, तितकेच सोलीव आलें, सहा मासे सोलीव लसूण व तितकेच कांदे हे सर्व पदार्थ घालून वांटावे. नंतर चुलीवरील तळणीत सहा रूपये भार तूप टाकून, तें तापतांच त्यांत वरील चटणी घालून, तळून काढून वाढावी.

२१४. पुळी मादळं पिंजी चटणी.

(अंबट, कच्च्या डालिंबाची चटणी).

सात किंवा आठ कच्चीं अंबट डालिंबें आणून, त्या दरएकाचे वरील व खालील बाजूंचे शेंडे कापून टाकावे. मग तीं डालिंबें, अकरा ओल्या मिरच्या, सहा मासे

कोथिंबीर, तितका पुदीना, दीड रुपया भार
 किसलेलें खोबरें, दोन रुपये भार सोर्लीव
 लसूण, सहा मासे खसखस व एक रुपया
 भार सोर्लीव आलें ह्या सर्व जिनसांत ए-
 का कागदी लिंबाचा रस घालून वारीक वां-
 टावे; व ह्या चटणींत दोन रुपये भार मीठ
 व चटणी घट्ट राहिल इतका कागदी लिंबा-
 चा रस मिळवून, गोळा करून ठेवावा. ही
 चटणी आठ दिवस टिकते, व तीन दिव-
 सांनंतर फार रुचिकर लागते.

२१५. विळांगाय चटणी.

(कंवठाची चटणी).

कंवठें फोडून त्यांचे गिरांतील बिया काढू-
 न टाकाव्या; व तो गीर सहा रुपये भार घेऊन
 त्यांत दहा हिरव्या मिरच्या, एक रुपया भार
 कोथिंबीर, तितका पुदीना, तितकेंच सोर्लीव

आलें, सहा मासे खसखस, तितकेच फुटाणे, एक रुपया भार किसलेलें खोबरें व दोन रुपये भार सोलीं व लसूण ह्या सर्व जिनसा मिळवून, त्यांत दोन कागदी लिंवांचा रस घालून बारीक वांटाव्या. मग ह्या चटणींत एक रुपया भार मीठ व बेताचा कागदी लिंवाचा रस मिळवून, घट्ट गोळा करून ठेवावा.

हरएक चटणी कांहीं दिवस टिकावी अशी अपेक्षा असल्यास तींत पाण्याऐवजीं कागदी लिंवाचा रस घालून वांटून ठेवावी.

मुळा, पडवळें व घेवड्याच्या शेंगा हे तीन जिनस अगदीं कोंवळे आणून, त्यांतून पडवळें व शेंगा भाजून घेऊन तीनही जिनस एकत्र करावे. मग त्यांत वरप्रमाणें सामान मिळवून त्यांची सदरील कृतीनें चटणी करावी.

२१६. कडलै परुप्प तुवेल.

(चण्याचे डाळीची चटणी).

पांच रुपये भार चण्याच्या डाळीचें पीठ पाणी घालून कालवून त्यांत एक कागदी लिंबाचा रस, तीन मासे मीठ व तीन मासे तांबडें तिखट मिळवावें. मग चुलीवरील तळणींत दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोह्या, दोन मासे जिरें, तीन हिरव्या मिरच्यांचे बारीक तुकडे व कढीलिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून, तींत वरील कालविलेलें पीठ ओतून, हालवून खालीं उतरावें.

२१७. तुवरं परुप्पु तुवेल.

(तुरीच्या डाळीची चटणी).

पहिला प्रकार.

चार रुपये भार तुरीची डाळ व दहा सु-

क्या मिरच्या हे दोन जिनस तीन रुपये भार तुपांत तळून त्यांत चार मासे मीठ मिळवावें. मग त्यांत थोडें पाणी घालून वांटून, ती चटणी भातांत मिळवून खावी.

दुसरा प्रकार.

सामान व कृति वरप्रमाणेंच जाणावी. मात्र ह्या चटणींत साडे चार मासे चिंच मिळवून ती वांटावी. ही चटणी खाल्ल्यानें अरुचि जाते.

२१८. उळुतं परुप्पु साधा तुवेल.

(उडिदांच्या डाळीची चटणी).

पहिला प्रकार.

साडे चार रुपये भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे दीड रुपया

भार तुपांत तळून, त्यांत चार मासे मीठ मिळवावें. मग ही चटणी वांटून, भातांत मिळवून खावी. ह्याप्रमाणेंच तुरीच्या डाळीची चटणी करतात.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें उडिदांची डाळ व सुक्या मिरच्या तुपांत तळून, त्यांत कागदी लिंबाचा दीड रुपया भार रस, चार मासे मीठ, कढीलिंबाचीं दहा पानें व दोन गुंजा हिंग घालून, बारीक वांटून चटणी करावी.

तिसरा प्रकार.

सहा रुपये भार उडिदांच्या डाळीचें पीठ बारा रुपये भार दह्यांत कालवून, त्यांत एक कागदी लिंबाचा रस, आठ मासे मीठ

व एक रुपया भार तांबडें तिखट मिळवावें.
मग दोन रुपये भार तुपांत तीन मासे मोह-
च्या, दोन मासे जिरें व कठीलिंबाचीं दहा
पानें तळून, बारीक वांटून वरील चटणींत
मिळवावीं. ही चटणी रात्रौ जेवतांना खावी.

२१९. पञ्चपयर त्वयल.

(मुगांचे डाळीची चटणी).

पहिला प्रकार.

एक रुपया भार तुपांत दोन गुंजा हिंग,
दोन रुपये भार मुगांची डाळ व दहा सु-
क्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून तळावे. मग
त्यांत चार मासे मीठ मिळवून, थोडें पाणी
घालून चटणी वांटावी.

दुसरा प्रकार.

साडे चार रुपये भार मुगांची डाळ व वीस सुक्या मिरच्यांचे तुकडे दोन रुपये भार तुपांत तळावे; व त्यांत सहा मासे चिंचेचा बलक, तितकेंच मीठ व कढी-लिंबाचीं दहा पानें घालून चटणी वांटावी. ही चटणी शिळ्या भाताबरोबर खावी.

२२०. कोळु साधा चटणी.

(कुळिथांची साधी चटणी).

पहिला प्रकार.

साडे चार रुपये भार कुळिथ व दहा सुक्या मिरच्या दोन रुपये भार तुपांत तळून त्यांत तीन मासे मीठ मिळवावें. मग त्यांत थोडें पाणी घालून वांटून चटणी करावी. ही चटणी शिळ्या भाताबरोबर खावी.

दुसरा प्रकार.

आठ रुपये भार कुळिथ व पांच सुक्या मिरच्या हे दोन जिन्नस दोन रुपये भार तुपांत तळून, त्यांत आठ मासे चिंच व पांच मासे मीठ मिळवावें. मग ह्यांत थोडें पाणी घालून चटणी वांटावी. ही चटणी औषधि-गुणनाशक आहे; परंतु स्त्रियांस व लहान लेंकरांस हितावह आहे.

२२१. शेषंकिळंग तुवैय्यल.

(अळकुड्यांची चटणी).

पहिला प्रकार—साधी.

सहा रुपये भार अळकुड्या उकडून, त्यां-वरील सालपट काढून टाकावें. मग दोन रुपये भार उडिदांची डाळ व चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे एक रुपया भार तुपांत त-

ळून वरील अळकुड्यांत मिळवावे. तसेंच, त्यांत तीन मासे मीठ व थोडें पाणी घालून चटणी वांटावी.

दुसरा प्रकार—तूप-मिश्रित.

वरप्रमाणें अळकुड्या उकडून त्यांचे बारीक तुकडे करावे. मग एक भांडें चुलीवर ठेवून त्यांत सहा रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत दहा सुक्या मिरच्यांचे तुकडे, दोन रूपये भार उडिदांची डाळ व वरील अळकुड्यांचे तुकडे टाकून तळावे. मग त्यांत चार मासे मीठ व तितकीच चिंच मिळवून, पाट्यावर घालून चटणी कोरडी वांटावी. ही चटणी वात व पित्त ह्यांचा नाश करते.

२२२. करुणै किळंग त्वयल.

(सुरणाची चटणी).

पहिला प्रकार—साधी.

तीन रुपये भार सुरण आणून पाण्यांत शि-
जवून, त्यावरील सालपट काढून टाकावें.
मग दीड रुपया भार उडिदांची डाळ
व तीन सुक्या मिरच्यांचे तुकडे दोन रु-
पये भार तुपांत तळून, त्यांत वरील सुरण
व तीन मासे मीठ घालून चटणी बारीक
वांटावी. ही चटणी रात्रौ जेवतांना खावी.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

सामान व कृति हीं वरप्रमाणें समजावीं.
तथापि, सुरण न शिजवितां तो भाजावा. त-
सेंच, ह्या चटणींत चार मासे चिंच मिळवून
वांटावी.

तिसरा प्रकार—तूप-मिश्रित.

सहा रुपये भार सुरणाच्या बारीक फोडी कराव्या. मग सहा रुपये भार तुपांत दोन रुपये भार उडिदांची डाळ, पांच सुक्या मिरच्या, कढीलिंगाचीं दहा पानें व सुरणाच्या फोडी तळून, त्यांत चार मासे चिंच व तितकेंच मीठ मिळवून, चटणी कोरडी वांटावी.

२२३. वाळकाय त्वयल.

(केळ्यांची चटणी).

पहिला प्रकार—साधी.

चार किंवा पांच कच्चीं केळीं आणून, चुलींत घालून भाजावीं. मग त्यांवरील सालपटें सोलून टाकून, त्यांवर दोन रुपये भार उडिदांची डाळ व तीन सुक्या मिरच्या दोन

रुपये भार तुपांत तळून घालाव्या. तसेंच, त्यांवर चार मासे मीठ टाकून, पाठ्यावर घालून चटणी वांटावी.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

वरप्रमाणें केळीं भाजून, त्यांवरील सालपटें काढल्यावर त्यांत दीड रुपया भार चिंच व तीन मासे मीठ मिळवावें. मग त्यांवर एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्या ह्यांची दोन रुपये भार तुपांत फोडणी करून ओतावी. नंतर ही चटणी वांटून रात्रौ भोजन-समयीं खावी. ही चटणी वातकारक आहे.

२२४. वाळतंड त्वयल.

(काल्याची चटणी).

पंचवीस रुपये भार काल्याच्या बारीक

वारीक फोडी करून, खलवत्यांत घालून कुटाव्या. मग त्यांत पाणी घालून काडीनें हालवून, त्यांतील दोर, कचरा वगैरे काढून टाकावा. मग तें पिळून घेऊन, त्यांत एक रुपया भार चिंच, आठ मासे मीठ व सहा मासे मेथ्यांची पूड मिळवावी. नंतर दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या व दोन मासे जिरें ह्यांची फोडणी करून, चटणीवर ओतून, ती कालवून वाढावी.

२२५. वाळैप्पु त्वयल.

(केळफुलाची चटणी).

पहिला प्रकार—साधी.

केळफूल निसून, त्यांतील दांडा व पांढरी पाकळी काढून टाकावी; व त्या निसलेल्या फुलांतून साडे बारा रुपये भार फुलें घेऊन, बारीक चिरून त्यांत तीन मासे मीठ

मिळवावें. मग तीं खलवत्यांत घालून कुटावीं; व तीं काढून घेऊन, पाणी घालून धुवावीं. नंतर तीं पिळून एका ताटांत पसरून कांहीं वेळ ठेवावीं; व त्यांत तीन मासे मीठ मिळवून, दोन रुपये भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्या ह्यांची फोडणी करून त्यांवर ओतावी. मग ही चटणी पाठ्यावर घालून, थोडें पाणी घालून वांटावी. ही चटणी आमनाशक आहे.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

सामान व कृति हीं वरप्रमाणें जाणावीं. मात्र फोडणींत दोन गुंजा हिंग घालावा. तसेंच, ही चटणी वांटण्यापूर्वी तींत एक रुपया भार चिंचेचा बलक मिळवावा. रात्रौ जेवतांना ही खावी.

२२६. पुळियं कायं वाळकट्टयं शेरंद पच्चडी.

(कच्च्या चिंचेंत केळीच्या मुळाचा
गडा मिळवून चटणी).

वारा रुपये भार कच्च्या चिंचा आणून, त्यांत दहा हिरव्या मिरच्या, एक मासा पिठी हळद व सहा मासे मीठ मिळवून वांटाव्या. मग केळीच्या झाडाच्या मुळाचा गडा किंवा कालें चिरून कुटून, पाणी घालून धुवावें; व तें पिळून त्यांतून बेताचें घेऊन वरील चटणींत मिळवावें. नंतर दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोह्या, दोन मासे जिरे व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून, वरील चटणीवर ओतून, ती पुनः वांटून वाढावी. ही चटणी एक आठवडा टिकते. ही खाल्ल्यापासून शैत्य होतें.

२२७. वाळैप्पळ त्वयल.

(केळ्यांची चटणी).

पांच पिकलेलीं केळीं सोलून त्यांच्या चकत्या करून ठेवाव्या. मग एक रुपया भार चिंचेच्या बलकांत सहा मासे मीठ व एक मासा पिठी हळद मिळवून तो बलक वरील चकत्यांवर घालावा; व लागलींच त्यावर दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोह्या व दोन मासे जिरें ह्यांची फोडणी करून ओतून, चटणी कालवून वाढावी.

२२८. पुळियं पिंजी त्वयल.

(कच्च्या चिंचांची चटणी).

बारा रुपये भार कच्च्या चिंचा आणून त्यांवर आठ मासे मीठ घालावें. तसेंच, त्यांवर एक रुपया भार तूप, तीन मासे मोह्या, पांच सुक्या मिरच्या व कढीलंबाचीं

दहा पानें ह्यांची फोडणी करून ओतून चटणी वांटावी.

२२९. साधारण मान पुळी त्वयल.

(पिकलेल्या नव्या चिंचांची चटणी).

तीन रुपये भार चिंच पाट्यावर ठेवून, तिजवर चार मासे मीठ घालावें. तसेंच, तिजवर दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोह्या, एक रुपया भार उडिदांची डाळ, दोन मासे जिरें, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून ओतून चटणी वांटावी. मग तींत दोन कागदी लिंबांतील रस मिळवून वाढावी.

२३०. कोत्तिमिळी त्वयल.

(कोथिंबिरीची चटणी).

चार रुपये भार कोथिंबिरींत दीड रुपया भार चिंच, चार मासे मीठ व एक मासा पिठी हळद मिळवून, पाट्यावर घालून ठेवावी. मग तिजवर दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरें, पांच सुक्या मिरच्या व कढीलिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून ओतून चटणी वांटावी. ही चटणी एक दिवस टिकते.

२३१. पञ्च मुळघायं पुलियं शेरंद त्वयल.

(चिंच-मिश्रित फोडणीच्या
ओल्या मिरच्या).

तीन रुपये भार हिरव्या मिरच्या देंठांपावेतों उभ्या चिरून, त्यांत चार मासे मीठ व एक मासा हळद भरून ठेवाव्या. मग

चुलीवरील तळणींत दोन रुपये भार तूप टा-
कून, तें तापतांच त्यांत दोन मासे मोहऱ्या,
एक मासा जिरे व एक मासा मेथ्या टाकून,
फोडणी होतांच तींत वरील मिरच्या घालून
परताव्या. नंतर त्यांवर एक रुपया भार चि-
चेचें पाणी व आठ मासे चिरलेली को-
थिंबीर घालून वर झांकण ठेवावें. क्षणभ-
रानें तें काढून, पुनः परतून, मिरच्या शिजून
तयार झाल्या म्हणजे काढून घ्याव्या.

२३२. विळां पळं त्वयल.

(पिकलेल्या कंवठांची चटणी).

चार किंवा पांच पिकलेलीं कंवठें फो-
डून, त्यांतील गिरांत आठ मासे मीठ व ती-
न मासे मेथ्यांची पूड मिळवून तो पाट्यावर
ठेवावा. मग त्यावर एक रुपया भार तूप,
दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरे, पांच

सुक्या मिरच्या व कढीलिंबाचीं दहा पानें
ह्यांची फोडणी करून ओतून चटणी वांटावी.

२३३. विळांकाय त्वयल.

(कच्च्या कंवठांची चटणी).

पांच कच्चीं कंवठें भाजून, त्यांतील गी-
र काढून त्या गिरांत आठ मासे मीठ, बारा
हिरव्या मिरच्या, कढीलिंबाचीं दहा पानें व
आठ मासे कोथिंबीर घालून चटणी वांटा-
वी. मग ह्या चटणीस दोन रुपये भार तूप,
दोन मासे मोहच्या व एक मासा जिरें ह्यांची
फोडणी करून देऊन, चटणी कालवून वाढा-
वी; अथवा कंवठांचे गिराशिवाय बाकीचे स-
र्व जिन्नस दोन रुपये भार तुपांत तळून,
गिरांत मिळवून चटणी वांटावी. ही चटणी
खाळ्यानें घेरी जाते.

२३४. पिरकंगाय त्वयल.

(दोडक्यांची चटणी).

पहिला प्रकार—साधी.

दोन दोडक्यांवरील शिरा काढून टाकून, त्यांच्या एका इंचा एवढाल्या फोडी कराव्या. मग चुलीवरील तळणीत एक रुपया भार तूप टाकून, तें तापतांच त्यांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व दोन तांदूळभार हिंग टाकून, त्या फोडणीत वरील भाजीच्या फोडी टाकाव्या; व त्यांवर आठ मासे मीठ घालून, परतून परतून वर झांकण ठेवावें. फोडी आंगच्या पाण्यानें शिजल्या म्हणजे पुनः परतून, पाट्यावर घालून त्यांची चटणी वांटून वाढावी.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

वरप्रमाणें दोडक्यांच्या फोडी करून, फोडणीस टाकून, झांकण घालून शिजवाव्या. मग पाट्यावर त्या घालून, त्यांत सहा मासे चिंच व आठ मासे मीठ मिळवून चटणी वारीक वांटावी. फोडणींत उडिदांच्या डाळीऐवजीं दोन मासे मोहऱ्या घालाव्यां.

२३५. त्रिळरिक्काय त्वयल.

(कांकडीची चटणी).

पहिला प्रकार—साधी.

दोन लहान कांकड्यांवरील साल काढून टाकून त्यांच्या फोडी कराव्या. मग चुलीवरील तळणींत दोन रुपये भार तूप घालून, तें तापतांच त्यांत सहा रुपये भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे

टाकून, फोडणी होतांच तींत वरील फोडी घालून परताव्या; व त्यांवर झांकण ठेवून, फोडी थोड्या शिजल्या म्हणजे त्या पाट्यावर घालाव्या. नंतर त्यांवर आठ मासे मीठ टाकून चटणी वांटावी. ही चटणी पित्तशामक आहे.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

वरप्रमाणें कांकड्यांच्या फोडी करून पाट्यावर घालाव्या; व त्यांत सहा रूपये भार चिंचेंतील चिंचोके काढून टाकून ती व आठ मासे मीठ मिळवावें. मग ह्या फोडींवर दोन रूपये भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून ओतून चटणी वांटावी.

तिसरा प्रकार—कच्ची चिंच-मिश्रित.

दहा कांकड्यांवरील साल काढून टाकून त्यांच्या उभ्या फांकी कराव्या. मग पंचवीस रुपये भार कच्च्या चिंचा पाट्यावर घालून कुटून त्यांवर दोन रुपये भार मीठ टाकावें; व लागलीच पळी तापवून तींत एक रुपया भार तूप घालावें. तूप तापतांच त्यांत दोन मासे मोहच्या, एक मासा जिरे, एक मासा पिठी हळद व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे टाकून, ती फोडणी चटणीवर ओतून बारीक वांटावी. नंतर ही चटणी वरील फांकींस चोपडून त्या खाव्या.

२३६. तेंगाय त्वयल.

(ओल्या खोबऱ्याची चटणी).

पहिला प्रकार—साधी.

एक ओला नारळ फोडून, त्यांतील खो-

बरे काढून बारीक वांटावे; व त्यावर सहा मासे मीठ घालावे. मग दोन रुपये भार तूप, सहा रुपये भार उडिदांची डाळ व एक रुपया भार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून खोबऱ्यावर ओतावी; व चटणी वांटून वाढावी. ही चटणी ऊन भाताबरोबर खावी.

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.

वरप्रमाणें ओलें खोबरें वांटून त्यांत सहा मासे मीठ व तितकीच चिंच मिळवावी. मग दोन रुपये भार तूप, दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरें व कढीलिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून, वरील चटणीवर ओतून ती वांटावी.

२३७. तेंगायुं नेयुं पुळियुं शेरंद त्वयल.

(सुक्या खोबऱ्यांत चिंच मिळवून केले-
ली चटणी).

सुक्या खोबऱ्याच्या दोन वाट्यांचे बारीक तुकडे करून, एक रुपया भार तुपांत परतून पाट्यावर घालावे; व त्यांत दीड रुपया भार मीठ व एक रुपया भार चिंच मिळवावी. मग एक रुपया भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ व तीन सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून, वरील तुकड्यांवर ओतून चटणी कोरडी वांटावी. ही चटणी तीन दिवस टिकते.

२३८. मांगाय त्वयल.

(कच्च्या आंब्यांची चटणी).

आंब्याच्या दहा कैऱ्यांवरील साल व आंतील कोया काढून टाकून त्यांच्या बारीक

फोडी कराव्या. मग दोन रुपये भार तूप किंवा तेल, दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरे, पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढी-लिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून, तींत वरील फोडी घालून चांगल्या परताव्या. नंतर पाठ्यावर त्या घालून, त्यांत एक रुपया भार मीठ मिळवून चटणी वांटून वाढावी.

२३९. किञ्चिलीकाय चटणी.

(नारिंगांची चटणी).

दोन किंवा तीन नारिंगें सालासकट बारीक चिरून, बेताचे तुपांत तळून त्यांजवर एक मासा हळदीची पूड व सहा मासे मीठ घालून फोडी परताव्या. मग त्यांस सहा मासे तूप, दोन मासे मोहऱ्या व एक मासा जिरे ह्यांची फोडणी करून घावी; व ही चटणी कालवून वाढावी.

२४०. पिरंडै त्वयल.
 (कांडवेलीची चटणी).
 पहिला प्रकार.

सहा रुपये भार कोंवळी कांडवेल घेऊन तिचे बारीक तुकडे करावे. मग एका भांड्यांत दोन रुपये भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून तीत वरील तुकडे घालून तळावे. नंतर ह्या चटणीत एक रुपया भार मीठ मिळवून, पाट्यावर घालून चटणी वांटावी. ही खाल्ल्यापासून अजीर्णाचा नाश होऊन दीपन होईल.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें कांडवेल चिरून दोन रुपये भार तुपांत तळावी. मग एक रुपया भार

तूप, दोन मासे मोहऱ्या, कढीलिंगाचीं दहा पानें व एक मासा पिठी हळद ह्यांची फोडणी करून वरील चटणींत मिळवावी. नंतर ह्या चटणींत सहा मासे मीठ मिळवून, पाट्यावर घालून वांटून, शिळ्या अन्नाबरोबर खावी.

२४१. शियक्का इलई त्वयल.

(शिककईच्या पाल्याची चटणी).

सहा रूपये भार शिककईचा पाला दोन रूपये भार तुपांत तळून, त्यावर एक रुपया भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरे व पांच सुक्या मिरच्या ह्यांची फोडणी करून घालावी. तसेंच, त्यांत सहा मासे मीठ मिळवून, पाट्यावर घालून चटणी वांटावी. ही चटणी दीपन करणारी आहे.

२४२. काशिली कीरई चटणी.

(पासलीच्या भाजीची चटणी).

चोवीस रुपये भार पासलीची भाजी नि-
सून, तीत तीन हिरव्या मिरच्या बारीक चि-
रून मिळवून दोन रुपये भार तुपांत तळावी.
मग ती पाट्यावर घालून, तीत एक रुपया
भार चिंच, वीस हिरव्या मिरच्या व एक रुप-
या भार मीठ मिळवून, तिजवर दोन रुपये
भार तूप, तीन मासे मोहच्या, दोन मासे
जिरें व कढीलंबाचीं दहा पानें ह्यांची फो-
डणी करून घालावी. नंतर ही चटणी वां-
टून तोंडीं लावावी.

२४३. पुंळी इलई चटणी.

(चिंचेचे कोंवळ्या पाल्याची चटणी).

चिंचेचा बारा रुपये भार कोंवळा पाला

आणावा. मग एका भांड्यांत दोन रुपये भार तूप किंवा तेल, तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरे, पांच सुक्या मिरच्या व कढील्लिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून, तींत वरील पाला घालावा; व तो परतून परतून, पाट्यावर घालून, त्यांत सहा मासे मीठ मिळवून चटणी वांटावी.

२४४. मुळकिरै चटणी.

(लहान माठाच्या भाजीची चटणी).

बारा रुपये भार लहान माठाची भाजी निसून, पाण्यानें पांच वेळ धुऊन ठेवावी. मग एका भांड्यांत दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरे पांच सुक्या मिरच्या व कढील्लिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून, तींत वरील भाजी घालून परतून परतून पाट्यावर घालावी. नंतर तींत

आठ मासे मीठ मिळवून चटणी वांटावी.

२४५. अमसूल-चटणी.

(अमसुलांची चटणी).

सहा रुपये भार उत्तम अमसुलें ऊन पाण्यानें पन्नास वेळ धुऊन तीं सहा रुपये भार गुलाबपाण्यांत दोन तास भिजत घालावीं. मग तीं पाट्यावर घालून, त्यांजवर दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या व कढीलंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून ओतावी. तसेंच, त्यांत सहा मासे मीठ मिळवून चटणी वांटावी.

२४६. वेपिलै कट्टी.

(कडूलंबाच्या कोंवळ्या पाल्याची चटणी).

एक रुपया भार चिंचेचीं कोंवळीं पानें,

एक रुपया भार कंवठीचीं कोंवळीं पानें,
 तितकीं कागदी लिंबाच्या झाडाचीं कोंवळीं
 पानें, तितकींच नारिंगाच्या झाडाचीं पानें व
 आठ रुपये भार कडूलिंबाचीं कोंवळीं पानें
 एकत्र करून, त्यांत दोन रुपये भार मीठ व
 एक रुपया भार ओंवा मिळवून चटणी कु-
 टावी. मग ती दोन दिवस वाऱ्यावर ठेवून
 कांजी व भात ह्यांबरोबर तोंडीं लावावी.
 ही चटणी पांच दिवस टिकते.

चटणी (लोणचीं).*

२४७. कत्तरिक्काय वरल.

(वाग्यांचें लोणचें).

लांब लांब व काळ्या रंगाचीं वीस वां-
 गीं आणून त्यांतून दरएक वांग्याच्या देंठा-

* हे पदार्थ ज्या त्या वेळीं करून खावयाचे आहेत.

पावेतों चार फांकी कराव्या. मग सहा रूपये भार उडिदांची डाळ व तीन रूपये भार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे बारा रूपये भार तुपांत किंवा लोण्यांत तळून, त्यांत दहा धने-भार हिंग व कढीलिंबाचीं दहा पानें मिळवून, हा मसाला पाठ्यावर घालून वांटावा; आणि त्यांत एक रूपया भार मैथ्यांची पूड व चार मासे मीठ मिळवून, दरएक वांग्यांत थोडथोडा मसाला भरावा. नंतर चुलीवर एक पात्र ठेवून, त्यांत सहा रूपये भार तूप टाकावें. तूप तापतांच त्यांत सदरील वांगी घालून, त्यांवर पाण्यानें भरलेलें भांडें ठेवून खालीं मंद जाळ लावावा; व वांगी शिजलीं म्हणजे खालीं उतरावीं.

एका कल्हर्द्दच्या पातेल्यांत अर्ध पौंड पाणी ओतून, त्यांत बारा रूपये भार चिंच घालून कुवळावी; व ह्या पाण्यांतील चौथा काढून टाकून त्यांत एक रूपया भार मीठ व

सहा मासे मेथ्यांची पूड घालून, कालवून भांडें चुलीवर ठेवावें. पाण्यास उकळी आली म्हणजे त्यांत वरील वांगी घालून, लोणचें शिजून तयार होतांच खाली उतरावें. हें लोणचें चार दिवस टिकतें.

२४८. पुडलंगाय भज्जी.

(पडवळांचें लोणचें).

दोन पडवळांच्या एक इंची चकत्या कराव्या; व त्या तीन रुपये भार तुपांत तळाव्या. मग पांच रुपये भार चिंचेंत दहा रुपये भार पाणी घालून कुवळून, त्यांतील चोंथा काढून टाकावा; आणि त्या पाण्यांत दहा मासे मीठ मिळवून चुलीवर ठेवावें. उकळी आली म्हणजे त्या पाण्यांत वरील चकत्या घालून दोन कढ येतांच ह्या लोणच्यास एक रुपया भार तूप, दोन मासे जिरें,

चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलंबा-
र्ची दहा पानें ह्यांची फोडणी करून घावी.

२४९. पाघरकाय चटणी.

(कारल्यांचें लोणचें).

पहिला प्रकार.

दोन लांब कारल्यांच्या पातळ चकत्या
करून, चुलीवर हंडी ठेवून, तींत त्या घालू-
न परताव्या. मग तीन रुपये भार चिंचेंत स-
हा रुपये भार पाणी घालून कुवळून, आंती-
ल चोंथा काढून टाकावा; व त्या पाण्यांत
सहा मासे मीठ, सदरील भाजलेल्या चक-
त्या व सहा मासे मेथ्यांची पूड घालून लो-
णचें चुलीवर ठेवावें. दोन उकळ्या आल्या
म्हणजे त्या लोणच्यास एक रुपया भार तूप,
तीन मासे मोहच्या, दोन मासे जिरें, चार
सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलंबार्ची द-

हा पानें ह्यांची फोडणी करून द्यावी.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें दोन कारल्यांच्या चकत्या करून, त्या दोन रुपये भार तुपांत तळाव्या. मग त्यांत तीन कागदी लिंबांचा रस, दोन रुपये भार गूळ व सहा मासे मीठ मिळवून भांडें चुलीवर ठेवावें; व लोणचें खदखदूं लागतांच त्यास एक रुपया भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरे व कढीलिंबाची दहा पानें ह्यांची फोडणी करून द्यावी.

भरीत.

२५० .कत्तरिकाय भज्जी.

(वांग्यांचें भरीत).

पहिला प्रकार.

चार काळीं लांब वांगीं भाजून सोलावीं;

व तीं कुसकरून त्यांत सहा मासे मीठ मिळवावें. मग चुलीवर तळणी ठेवून तींत दोन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दोन रुपये भार उडिदांची डाळ व चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे घालून, फोडणी होतांच तींत सदरील वांगीं घालून परतून परतून, भरीत खालीं उतरून वाढावें.

दुसरा प्रकार.

वंरप्रमाणें वांगीं भाजून, सोलून कुसकरावीं. मग त्यांत दीड रुपया भार चिंचेचा बलक व सहा मासे मीठ मिळवावें. नंतर ह्या भरितास दीड रुपया भार तूप, तीन मासे मोहच्या, एक मासा जिरें, चार सुक्या मिरच्यांचे तुकडे व कढीलिंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून घावी; आणि तें कालवून वाढावें.

तिसरा प्रकार.

वरप्रमाणें वांगीं भाजून, सोलून कुसकरावीं; व त्यांत अर्ध पौंड चांगलें दहीं व सहा मासे मीठ घालून भरीत कालवावें. नंतर त्यास दीड रुपया भार तूप, एक रुपया भार उडिदांची डाळ, सहा मासे तांबडें तिखट व चार गुंजा हिंग ह्यांची फोडणी करून घावी; आणि भरीत कालवून वाढावें.

चौथा प्रकार.

तीन लांब काळीं वांगीं भाजून, सोलून कुसकरावीं; व त्यांत दहा हिरव्या मिरच्या, एक रुपया भार मीठ, तीन रुपये भार कोथिंबीर, दोन रुपये भार कांदे व एक रुपया भार लसूण हे सर्व जिन्नस वांटून मिळवावे. मग ह्या भरितांत द्राक्षांचा शिर्का अथ-

वा उंसाचा शिर्का किंवा हरबऱ्याची आंब
ह्यांतून एक पदार्थ दीड रुपया भार मिळवू-
न, भरीत कालवून वाढावें.

२५१. विळांगाय तयरुं शेरंद पञ्चडी.
(कंवठांचें भरीत).

चार किंवा पांच कर्ची कंवठें भाजून
फोडावीं; व त्यांतील सर्व गीर काढून घेऊ-
न, त्यांत अर्ध पौंड दहीं, एक मासा पिठी
हळद व एक रुपया भार मीठ घालून का-
लवावा. मग ह्या भरितास दोन रुपये भार
तूप, तीन मासे मोहऱ्या, दोन मासे जिरें व
पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोड-
णी करून घावी; आणि तें कालवून वाढावें.

२५२. पंडकायं पुळियुं शेरंद पञ्चडी.

(भेंड्यांचें भरीत).

पंचवीस रुपये भार कोंवळ्या भेंड्या चि-
खून, त्या तुकड्यांत एक रुपया भार मीठ व
वेताचें पाणी घालून शिजवावे. मग त्यांतील
पाणी निथळून टाकून, त्या तुकड्यांत अर्ध
पौंड दहीं किंवा तीन रुपये भार चिंचेंत बा-
रा रुपये भार पाणी घालून कुंवळून, आंती-
ल चोंथा काढून टाकून, तें पाणी घालून
कुसकरावे; व त्या भरितांत एक रुपया भार
मीठ, एक मासा हळद व सहा मासे तांबडें
तिखट घालून कालवावें. नंतर त्या भरितास
दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या व
दोन मासे मेथ्या ह्यांची फोडणी करून घा-
वी; व तें कालवून वाढावें.

कोशंबिरी.

२५३. वाळतंड कुजमीर.

(काल्याची कोशंबीर).

पंचवीस रुपये भार काल्याच्या चकत्या करून, बारीक चिरून, खलबत्यांत घालून कुटाव्या. मग तो ठेंचा पिळून, पाण्यांत घालून, स्वच्छ धुऊन पिळून घ्यावा; व त्यांत अर्ध पाँड अंबट दहीं मिळवून, त्या कोशंबिरींत एक रुपया भार मीठ व सहा मासे मेथ्यांची पूड मिळवावी. नंतर ह्या कोशंबिरीस दोन रुपये भार तूप, तीन मासे मोहच्या, दोन मासे जिरे व पांच सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी करून घ्यावी; व ती कालवून वाढावी. ही कोशंबीर खाल्ल्यानें लघवी जास्त होते.

२५४. वाळैप्पळं पञ्चडी. (केळयांची कोशिंबीर).

पांच पिकलेल्या केळयांच्या चकत्या क-
रून त्यांत पंधरा रुपये भार दहीं मिळवावें.
मग ह्या कोशिंबीरिस दोन रुपये भार तूप,
तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, दोन
मासे जिरे व एक मासा पिठी हळद ह्यांची
फोडणी करून घावी; व ती कालवून वाढावी.

२५५. कोत्तिमल्ली इलै तयरुं शेरंद पञ्चडी. (कोथिंबिरीची कोशिंबीर).

सहा रुपये भार दह्यांत पांच रुपये भार
कोथिंबिरीचीं बारीक चिरलेलीं पानें, चार
मासे मीठ व एक मासा वांटलेली बडीशो-
प घालून कोशिंबीर कालवावी. मग तिला
एक रुपया भार तूप, दोन मासे जिरे व ती-

न सुक्या मिरच्यांचे तुकडे ह्यांची फोडणी
करून घावी; व ती कालवून वाढावी.

२५६. पच्च मुळघाय तयरुं शेरंद पच्चडी.
(हिरव्या मिरच्यांची कोशिंबीर).

बारा रुपये भार दह्यांत तीन रुपये भार
बारीक चिरलेल्या हिरव्या मिरच्या, आठ
मासे कोथिंबीर व आठ मासे मीठ घालून
कोशिंबीर कालवावी. मग तिला एक रुप-
या भार तूप किंवा लोणी, दोन मासे मोह-
ऱ्या, एक मासा मेथ्या, एक मासा जिरें,
चार धने-भार हिंग व एक मासा पिठी ह-
ळद ह्यांची फोडणी करून घावी; आणि ती
कालवून वाढावी.

२५७. वेळूरिकाय तयरुं शेरंद पञ्चडी.

(कांकडीची कोशिवीर).

पहिला प्रकार.

एका कांकडीची साल सोलून ती बारीक चिरावी. मग तींत साडे बारा रुपये भार दहीं व चार मासे मीठ मिळवावें. नंतर ह्या कोशिवीरीस एक रुपया भार तूप, दोन मासे मोहच्या, एक मासा जिरें, दोन मासे तांबडें तिखट व अर्ध मासा पिठी हळद ह्यांची फोडणी करून घावी; व ती कालवून वाढावी.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें एक कांकडी सोलून चिरून, तींत एका ओल्या नारळाची वाटी किसून मिळवावी. मग तींत दहा रुपये भार दहीं, सहा मासे मीठ, तीन मासे तांबडें तिखट

व. एक रुपया भार पिठी साखर घालून, को-
शिंबीर कालवून वाढावी.

२५८. इंजियुं पच्चडी.

(आल्याची कोशिंबीर).

पहिला प्रकार.

सहा रुपये भार आलें सोलून ठेंचून,
त्यांत बारा रुपये भार दहीं, आठ मासे मी-
ठ, दोन मासे मेथ्यांची पूड व एक रुपया
भार कोथिंबिरीचा रस घालून कालवावें. म-
ग ह्या कोशिंबिरीस एक रुपया भार तूप,
दोन मासे मोहऱ्या, एक मासा जिरे व क-
ढीलेंबाचीं दहा पानें ह्यांची फोडणी करून
द्यावी; व ती कालवून वाढावी.

दुसरा प्रकार.

सहा रुपये भार सोललेलें आलें व दोन

रुपये भार चिंच हे दोन पदार्थ पाठ्यावर घालून बारीक वांटावे. मग त्यांत थोडें पांणी घालून कालवून, त्यांत आठ मासे मीठ मिळवावें. नंतर ह्या कोशिंबीरीस एक रुपया भार तूप, तीन मासे मोहऱ्या व एक मासां जिरे ह्यांची फोडणी करून द्यावी.

२५९. तेंगाय कुजमीर.
(खोबऱ्याची कोशिंबीर).

पहिला प्रकार.

एक ओला नारळ फोडून, त्यांतील खोबऱें काढून किसावें. मग त्यांत पंधरा रुपये भार दहीं व पांच रुपये भार साखर घालून, कोशिंबीर कालवून वाढावी.

दुसरा प्रकार.

वरप्रमाणें ओल्या नारळार्चे खोबऱें किसू-

न त्यांत आठ मासे कोथिंबीर, सहा मासे तांबडें तिखट, चार मासे मीठ व एक रुपया भार हरवऱ्याची भिजवून वांटलेली डाळ घालून, कोशिंबीर कांलवून वाढावी.

पंचामृत.

२६०. नारतंगाय पुळी गोज्जु.

(साखरलिंबांचें पंचामृत).

दोन साखरलिंबांच्या बारीक फोडी करून, चुलीवरील तळणींत चार रुपये भार तूप टाकून, त्यांत त्या लाल होत तोंपर्यंत तळाव्या. मग त्यांत चार रुपये भार चिंचेचा बलक व पंधरा रुपये भार गूळ सहा रुपये भार पाण्यांत काळवून घालावा; व पंचामृत शिजलें म्हणजे खालीं उतरून, दुसरें भांडें चुलीवर ठेवून, त्यांत तीन रुपये भार तूप टाकावें. तूप तापलें म्हणजे त्यांत दहा हि-

रव्या मिरच्यांचे तुकडे तळून काढून ते व आठ मासे मीठ वरील पंचामृतांत मिळवावे; व लागलींच उरलेल्या तुपांत एक रुपया भार उडिदांची डाळ, एक मासा मेथ्या, दोन मासे जिरें, एक मासा हिंग व कढीलिंबांची दहा पानें घालून, फोडणी होतांच तींत वरील पंचामृत ओतून, ढवळून खाली उतरावे.

२६१. किञ्चिलीकाय गोज्जु.

(नारिंगांचें पंचामृत).

पांच नारिंगें आणून त्यांचें वरप्रमाणेंच पंचामृत करावे. परंतु त्यांत गूळ न घालतां दोन कागदी लिंबांचा रस मिळवावा.

२६२. उळुतंवडै गोज्जु.

(उडिदाच्या वड्यांचें पंचामृत).

उडिदाचे दहा वडे करून घ्यावे. मग

पंधरा रुपये भार चिंचेंत बेताचें पाणी घालून कुवळून, आंतील चौथा काढून टाकावा; व त्या पाण्यांत पंधरा रुपये भार गूळ मिळवून, चुलीवर ठेवून शिजवावें. मग त्या पाण्यांत सदरील वडे व एक रुपया भार मीठ घालून, पंचामृत शिजलें म्हणजे खाली उतरावें, व त्यास दोन रुपये भार तूप, एक रुपया भार उडिदाची डाळ, दोन मासे जिरें, तीन मासे मोहऱ्या, एक मासा मेथ्या, तीन हिरव्यां मिरच्यांचे तुकडे व एक मासा हिंग ह्यांची फोडणी करून घावी; आणि पंचामृत ढवळून वाढावें.

२६३. मांगाय गोज्जु.

(आंब्याचें पंचामृत).

सामान व कृति हीं वरप्रमाणेंच जाणावीं. मात्र वड्यांचे ऐवजीं दहा कैऱ्यांवरील साल काढून, त्यांच्या बारीक फोडी करून त्या

किंवा तीन कांकड्या सोलून त्यांच्या फोडी करून, त्या चिंच-गुळांत मिळवाव्या.

२६४. काचऱ्या.

पडवळें, भेंड्या, घेवड्याच्या शेंगा, कार्ली, वांगी, कोंहळा, कांकडी व चिंचोरटी ह्या भाज्यांपैकी पाहिजे ती भाजी पंचवसि रूपये भार आणून तिच्या फोडी कराव्या, व त्या उन्हांत वाळविल्यावर पंचवीस रूपये भार ताक व एक रुपया भार मीठ एकत्र करून, त्यांत घालून एक रात्र ठेवाव्या. दुसरे दिवशीं त्या काढून पुनः उन्हांत वाळवून ठेवाव्या. मग ह्या पाहिजे त्या दिवशीं तुपांत किंवा तेलांत लाल होत तोंपर्यंत तळून काढून ऊन ऊन वाढाव्या. द्रवीड लोक ह्या काचऱ्या नेहमीं तळून मोठ्या आवडीनें खातात; तसें तेलंगी लोक फारकरून त्या खात नाहींत.

समाप्त.

विल्हेवार अनुक्रमणिका.

पदार्थांचें नांव.

पृष्ठ.

अ.

अकबरप्रिय आल्याचा मुरंवा.	
पहिला प्रकार... २६८
दुसरा प्रकार... २७०
अकबरप्रिय हलवा. २४१
अगस्त्याचे पाल्याची भाजी.	
पहिला प्रकार-साधी... ३६४
दुसरा प्रकार-डाळमिश्रित.....	... ३६५
अमसुलांची चटणी. ४८९
अळकुज्यांचा भात.. १०९
अळकुज्यांची चटणी.	
पहिला प्रकार-साधी.... ४६५
दुसरा प्रकार-तूपमिश्रित. ४६६
अळकुज्यांची भाजी. ३४३
अळकुज्यांचें मिरें-मिश्रित कोळंबूं... ३९१

आ.

आल्याची कोशिंबीर.

पहिला प्रकार.. ५०३

दुसरा प्रकार.... १०३
आल्याची चटणी.. ४९२
आल्याचे घारगे.... १७३
आंबरसाचा भात... ११२
आंब्यांचा मुरंबा.				
पहिला प्रकार.. २९१
दुसरा प्रकार... २९२
तिसरा प्रकार.... २९४
चौथा प्रकार.... २९६
पांचवा प्रकार—अकबरप्रिय मुरंबा. २९७
आंब्यांची (कच्च्या) चटणी. ४८३
आंब्यांचें पंचामृत. १०७
आंब्यांचें लोणचें.				
पहिला प्रकार—मोहऱ्या-मिश्रित. ४०७
दुसरा प्रकार—मेथ्या-मिश्रित... ४१०
तिसरा प्रकार... ४११
चौथा प्रकार—मीठ-मिश्रित.... ४१२
पांचवा प्रकार... ४१३
सहावा प्रकार.. ४१४
सातवा प्रकार... ४१८
आठवा प्रकार... ४१८
नववा प्रकार.... ४२०
आंब्याच्या अमसुलांचें मिरें घालून केलेलें सार.... ४०४
आंवळे-मिश्रित कांडवेलीची चटणी. ४९९

आंवळे व डाळिंबाचीं फुलें ह्यांची चटणी...	४९६
आंवळ्यांचा मुरंबा.		
पहिला प्रकार...	२९९
दुसरा प्रकार....	२६०
तिसरा प्रकार...	२६२
चौथा प्रकार....	२६४
आंवळ्यांची चटणी.		
पहिला प्रकार...	४९४
दुसरा प्रकार....	४९४
आंवळ्यांचें लोणचें.		
पहिला प्रकार..	४२२
दुसरा प्रकार....	४२३
तिसरा प्रकार...	४२४
चौथा प्रकार....	४२९
पांचवा प्रकार..	४२७

उ.

उकड-उंडे.	१६८
उकड-कानवले:....	१८३
उकिरज्याची साधी भाजी..	३६९
उडिदांचे उंडे.....	१६२
उडिदांचे डाळीची खिचडी.	१२८
उडिदांचे वडे.		
पहिला प्रकार...	१८८

दुसरा प्रकार...	१८९
तिसरा प्रकार...	१८९
चौथा प्रकार....	१९०
पांचवा प्रकार..	१९१
उडिदांचे सांडगे...	४४७
उडिदांच्या डाळीची चटणी.					
पहिला प्रकार..	४६१
दुसरा प्रकार....	४६२
तिसरा प्रकार..	४६२
उडिदांच्या वज्यांचें पंचामृत....	१०६
उडीद.	३२
उडीद-भात.	११७

क.

कडूलिंबाच्या कोंवळ्या पाल्याची चटणी..	४८९
कढीलिंबाची चटणी.	४९३
कागदी लिंबांचा मुरंबा.					
पहिला प्रकार.	२६९
दुसरा प्रकार....	२६७
कागदी लिंबांचा रस-मिश्रित भात.	१०७
कागदी लिंबांचें लोणचें.					
पहिला प्रकार..	४२९
दुसरा प्रकार....	४३१
तिसरा प्रकार...	४३२

चौथा प्रकार...	४३९
पांचवा प्रकार..	४३९
कागदी लिंबांचें सरवत....	२८१
काचऱ्या...	९०८
काजूचे लाडू.	१४९
कानवले....	१८४
कानवले.					
पहिला प्रकार...	१७९
दुसरा प्रकार....	१८०
तिसरा प्रकार..	१८१
चौथा प्रकार....	१८२
पांचवा प्रकार.	१८२
कारल्यांची (मोठ्या) अंबट भाजी.					
पहिला प्रकार..	२८७
दुसरा प्रकार...	२८८
कारल्यांची (लहान) तळींव भाजी....	२९०
कारल्यांची (लांब) तळींव भाजी.	२९१
कारल्यांचें (लहान) कोळंबूं....	३७८
कारल्यांचें (मोठ्या) कोळंबूं.					
पहिला प्रकार-तळींव.	३७९
दुसरा प्रकार-चण्याची डाळ-मिश्रित.	३७६
कारल्यांचें लोणचें.					
पहिला प्रकार..	४९३
दुसरा प्रकार...	४९४

काल्याची कोशिंबीर.	४२२
काल्याची चटणी..	४६२
कांकडीची कोशिंबीर.					
पहिला प्रकार..	९०२
दुसरा प्रकार...	९०२
कांकडीची चटणी.					
पहिला प्रकार-साधी....	४७२
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	४८०
तिसरा प्रकार-कच्ची चिंच-मिश्रित....	४८१
कांग.	४०
कांडवेलीची चटणी.					
पहिला प्रकार...	४८९
दुसरा प्रकार...	४८९
कुरडया.	४४२
कुळिथ.	३३
कुळिथांची साधी चटणी.					
पहिला प्रकार....	४६४
दुसरा प्रकार....	४६९
कुळिथांचे डाळीची खिचडी.	१३०
कूटरसी.	२२२
केळफुलाची चटणी.					
पहिला प्रकार-साधी...	४७०
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	४७१
केळींभात....	१०९

केळ्यांची कोशिंबीर.	१००
केळ्यांची चटणी.	
पहिला प्रकार-साधी...	४६८
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	४६९
केळ्यांची (कच्च्या) भाजी.	
पहिला प्रकार-कोरडी.	२८२
दुसरा प्रकार-तळीव....	२८४
तिसरा प्रकार-मोह्या-मिश्रित.	२८४
चौथा प्रकार-तूप-मिश्रित.	२८६
केळ्यांचें (तळीव) कोळंबू.	३७२
केळ्यांचें (मलयाळ देशांत मिरे घालून केलेले)	
कोळंबू करण्याची रीति.	३७३
केळ्यांच्या तळीव चकत्या.	२२६
कोथिंबिरीची कोशिंबीर....	१००
कोथिंबिरीची चटणी.	४७४
कोथिंबिरीची चटणी.	४९२
कोथिंबिरीचे सांडगे.	४४३
कोद्रे.	३८
कोंहळ्याची भाजी.	
पहिला प्रकार-कोरडी..	३२७
दुसरा प्रकार-अंबट....	३२८
कोंहळ्याचे घारगे...	१७३
कोंहळ्याचे सांडगे..	४४१
कोंहळ्याच्या बियांचे लाडू.	१४२

कंदमुळांच्या भाज्या.	८४
कंवठाची चटणी....	४९८
कंवठाची (पिकलेल्या) चटणी....	४७६
कंवठाची (कच्च्या) चटणी.	४७७
कंवठाचें भरीत.	४९७

ख.

खिचडी (साधी)..	१३३
खोबऱ्याची कोशिंबीर.					
पहिला प्रकार....	९०४
दुसरा प्रकार....	९०४
खोबऱ्याची (ओल्या) चटणी.					
पहिला प्रकार-साधी....	४८१
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	४८२
खोबऱ्यांत (सुक्या) चिंच मिळवून केलेली चटणी.					४८२

ग.

गहूं.	२४
गव्हांचे पिठाची रोटी.....	१९९
गव्हांचे पिठाच्या करंज्या.					
पहिला प्रकार..	२००
दुसरा प्रकार....	२०२
तिसरा प्रकार..	२०२
चौथा प्रकार....	२०३

पांचवा प्रकार..	२०३
सहावा प्रकार..	२०४
गव्हाचे रव्याचा हलवा.					
पहिला प्रकार..	२४६
दुसरा प्रकार....	२४६
गिल्क्यांची भाजी.					
पहिला प्रकार—साधी....	२९८
दुसरा प्रकार—हटीव....	२९९
गोंवारीच्या शेंगांची भाजी.					
पहिला प्रकार—कोरडी.	३१६
दुसरा प्रकार....	३१८
तिसरा प्रकार—अंबट....	३१९
गोंवारीच्या शेंगांचें चिच-मिश्रित कोळंबूं.	३८२

घ.

घारगे—साधे	१७०
घावर.	१४७
घेवज्याच्या शेंगांची भाजी.					
पहिला प्रकार—कोरडी.	३११
दुसरा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित....	३१२
तिसरा प्रकार—तूप-मिश्रित	३१२
चौथा प्रकार—चिच-मिश्रित	३१३
पांचवा प्रकार...	३१४

च.

चकल्या.

पहिला प्रकार..	२१७.
दुसरा प्रकार...	२१८
चणे.	३०
चणे व कुळिथ ह्यांच्या डाळीची खिचडी..	१३१
चणे व गहू ह्यांच्या पिठाचे उंडे.	१६१
चण्यांचे डाळीची चटणी..	४६०
चण्यांच्या पिठाची रोटी...	१९६
चण्यांच्या पिठाचे लाडू....	१४६
चवळीच्या शेंगांचे तळीव दाणे....	२२५
चवळ्या....	३४
चारोळ्या-मिश्रित मुगांचे डाळीची खिचडी.	१२७
चिभुडांतील बियांचें पीठ घालून केलेला भात....	१२२
चिरोटे.	२०६
चिरोटे.	२०७
चिंचभात....	११३
चिंचांची (कच्च्या) चटणी.	४७३
चिंचांची (पिकलेल्या नव्या) चटणी....	४७४
चिंचांचें (कच्च्या) लोणचें.	४३७
चिंचेचे कोंवळ्या पाल्याची चटणी.	४८७
चिंचेंत (कच्च्या) केळीच्या मुळाचा गडा मि-					
ळवून चटणी....	४७२
चिंचोरव्यांचें लोणचें.	४३८

चंदनाचें सरवत.... २७४

ज.

जिलव्या.

पहिला प्रकार.. १३४
दुसरा प्रकार.... १३६
जोंधळे. ३७

ड.

डाळ-मिश्रित भाजी. ३७०
डाळिंबाची (अंबट व कच्च्या) चटणी... ४९७
डाळिंबाचें सरवत.
गोड डाळिंबाचें. २७९
अंबट डाळिंबाचें. २७७
अंबट व गोड डाळिंबाचें..... २७७
वेल-डाळिंबाचें.. २७८
डाळीचे दही-वडे.... १९३
डाळें-पोळी. १९२
डांगर (भात).... १०
राजमान्य भात. १७

त.

ताक. ९१
ताकाचें (महाराष्ट्र रीतीचें) कोळंबू. ३८७

ताकाचें (तेलंगी) कोळंबूं....	३८८
तांदुळजाची भाजी.				
पहिला प्रकार-कोरडी.	३९०
दुसरा प्रकार-तुरीची डाळ-मिश्रित....	३९१
तिसरा प्रकार-तूप-मिश्रित....	३९२
तांदुळांची खीर....	२२७
तांदुळांची (नव्या) खीर.	२३०
तांदुळांचे कण्यांची खीर...	२३१
तांदुळांचे (कोथिंबीर-मिश्रित) सांडगे....	४४४
तांदुळांचें पीठ घालून केलेली खीर....	२२७
तांदुळांच्या पिठाचे उंडे.				
पहिला प्रकार..	१६४
दुसरा प्रकार...	१६५
तांदुळांच्या पिठाचे धारगे..	१७२
तांदुळांच्या पिठाचीं धिरडीं.	१९८
तांदुळांच्या पिठाचे मोदक.				
पहिला प्रकार..	१९४
दुसरा प्रकार...	१९६
तिसरा प्रकार...	१९६
तांदुळांच्या पिठाचे सांडगे.	४४३
तांदुळांच्या पिठाचे (कालें-मिश्रित) सांडगे...	४४५
तांदुळांच्या व उडिदांच्या पिठाचे धारगे..	१७७
तांदूळ व मूग ह्यांच्या पिठाचा परोटा....	१९९
तिळांची खीर.	२४०

तिळांचे लाडू.....	१४९
तीळ.	४१
तीळगुळाचे उंडे....	१६७
तीळपूड-मिश्रित भात.	१२१
तीळ व मैदा ह्यांचे धारगे.	१७८
तुरी.	२९
तुरीचा भात.	११६
तुरीचे डाळीची चटणी.					
पहिला प्रकार.	४६०
दुसरा प्रकार..	४६१
तुरीच्या डाळीची खिचडी.	१२३
तुरीच्या (भाजलेल्या) डाळीची खिचडी.	१२४
तुरीच्या डाळीची पुरणपोळी.....	१५२
तुरीच्या डाळीचे उंडे....	१६९
तुरीच्या डाळीचे लाडू....	१४३
तुरीच्या पिठाचा परोटा....	१९८
तुरीच्या पिठाचे लाडू.	१४२
तुरीच्या पिठाचे उंडे.	१६३
तूप.	४९

द.

दही.	४७
दही-धारगे.					
पहिला प्रकार..	१७४

दुसरा प्रकार...	१७९
दर्ही-भात..	११४
दह्याचें (मेथ्या-मिश्रित) कोळंबूं.	३९३
दुध्या भोंपळ्याचा हलवा.	२४९
दुध्या भोंपळ्याची भाजी.					
पहिला प्रकार-साधी...	३२१
दुसरा प्रकार-अंबट....	३२२
तिसरा प्रकार-मोहज्या-मिश्रित.	३२३
चौथा प्रकार-तीळ-मिश्रित.....	३२४
पांचवा प्रकार-मिरे-मिश्रित....	३२५
दुध्या भोंपळ्याचे सांडगे....	४४६
दूध.	४२
दोडक्यांची चटणी.					
पहिला प्रकार-साधी..	४७८
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	४७९
दोडक्यांची भाजी.					
पहिला प्रकार-कोरडी.	२९२
दुसरा प्रकार-हटीव....	२९४
तिसरा प्रकार-तूप-मिश्रित.....	२९५
चौथा प्रकार-तुरीची डाळ-मिश्रित....	२९६
पांचवा प्रकार-अंबट...	२९७
द्राक्षांचें सरबत....	२७९

ध.

धातु-पात्र..	४
धिरडें.	१९९

न.

नाचण्या.....	३८
नारळाची (ओल्या) खीर.						
पहिला प्रकार..	२३७
दुसरा प्रकार...	२३७
नारळाचे (ओल्या) दुधाचा भात.				१११
नारिंगांची चटणी....	४८४
नारिंगांचें पंचामृत.	१०६
निसीसदा हलवा....	२४३

प.

पकवडा कोळंबूं....	३९६
पडवळांची भाजी.						
पहिला प्रकार-कोरडी.	३०१
दुसरा प्रकार-तुरीची डाळ-मिश्रित....	३०१
तिसरा प्रकार-अंबट....	३०२
चौथा प्रकार-तूप-मिश्रित.	३०३
पांचवा प्रकार-दही-मिश्रित....	३०४
सहावा प्रकार-मुगांची डाळ-मिश्रित.	३०६
पडवळांचें लोणचें.	४९२

पदार्थ शुद्ध करण्याची रीति.	६२
पन्नीर.....	९३
पन्नीरच्या वज्यांचें कोळंबूं.	३९७
पापड.	४४८
पालेभाजी.....	८६
पासलीची भाजी.			
पहिला प्रकार—साधी.....	३६९
दुसरा प्रकार—तुरीची किंवा मुगांची डाळ-			
मिश्रित.	३६६
तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.....	३६७
चौथा प्रकार—तूप-मिश्रित.	३६८
पासलीच्या भाजीची चटणी.	४८७
पासलीच्या भाजीचें लोणचें.	४३९
पांढरीपोळी.	१९९
पुरणपोळी.	१४९
पोहिनीच्या कंदांची भाजी.	३४९
पोहिनीच्या फुलांचें सरबत.	२८०
पोळ्या.	१९३
पोळ्या.....	१९४
पोळ्यांची खीर.	२३४

फ.

फणस-भात.	११०
फणसाची चिंच-मिश्रित भाजी.....	३३०

फणसाचें कोळंबूं....	३८४
फळ-भाज्या.	७१
फळमेवा.....	६९
फोडणीचा भात....	९८

ब.

बडोदें येथें मिळणाऱ्या भाज्या.

१. वर्षांतून एक किंवा दोन महिने मिळ-

णाऱ्या भाज्या. ९१

२. ऋतुवार मिळणाऱ्या भाज्या. ९१

३. बारमाही मिळणाऱ्या भाज्या.... ९४

बदाम-मिश्रित भात. १०२

बदाम-मिश्रित रव्याचा हलवा.

पहिला प्रकार.. २४६

दुसरा प्रकार... २४८

बदाम-मिश्रित रव्याच्या वज्या.... २१४

बदामांची खीर..... २३८

बाजरी. ३९

विरियानी चटणी.

पहिला प्रकार.. ४९०

दुसरा प्रकार... ४९१

बुंदीचे लाडू.

पहिला प्रकार.. १३७

दुसरा प्रकार.... १३८

तिसरा प्रकार...	१३९
चौथा प्रकार..	१३९
पांचवा प्रकार..	१४०
सहावा प्रकार..	१४०
बेदाणा-मिश्रित भात.	१०१
बेदाण्याची खीर...	२३९
बोरांचा मुरंबा.	२७२

भ.

भाजणी, मेथ्यांची पूड इत्यादि पदार्थ....	९६
भात करण्याची रीति.					
१. पेज न काढतां केलेला भात....	९६
२. पेज वेळून केलेला भात....	९७
भुईमुगाचे दाणे.					
पहिला प्रकार.	२२०
दुसरा प्रकार....	२२०
भेंड्यांची भाजी.					
पहिला प्रकार-कोरडी.	३०८
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	३०९
भेंड्यांचें कोळंबूं.					
पहिला प्रकार-दही-मिश्रित....	३८०
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	३८१
भेंड्यांचें भरीत.	४९८

भेंज्या-भात...	१०४
----------------	------	------	------	------	------	------	-----

म.

मकई.	३६
मलई.	५१.
मलई-मिश्रित रव्याच्या वज्या.	२१६
महाराष्ट्र कसंवा	४०६

माठाची (लहान कोंवळ्या) भाजी.

पहिला प्रकार—चिंचेचा कोंवळा पाला-मिश्रित. ३९२

दुसरा प्रकार—आंब्याच्या कैज्या-मिश्रित..... ३९४

तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.... ३९४

माठाची (मोठ्या) भाजी.

पहिला प्रकार—साधी.... ३९५

दुसरा प्रकार—तुरीची डाळ-मिश्रित.... ३९७

तिसरा प्रकार—कच्ची चिंच-मिश्रित.... ३९७

चौथा प्रकार—चिंच-मिश्रित.... ३९८

पांचवा प्रकार—आंब्याच्या कच्च्या कैज्या-

मिश्रित. ३९९

माठाच्या कोंवळ्या डेंखांची व पाल्याची भाजी.

पहिला प्रकार—साधी.... ३९९

दुसरा प्रकार—मुगांची डाळ-मिश्रित.... ३६०

तिसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.... ३६१

चौथा प्रकार—कच्ची चिंच-मिश्रित. ३६२

पांचवा प्रकार—दही-मिश्रित.... ३६३

माठाच्या (लहान) भाजीची चटणी. ४८८
मिरच्या (चिंच-मिश्रित फोडणीच्या ओल्या)....	४७९
मिरच्यांची (हिरव्या) कोशिंबीर ९०१
मिरच्यांचें (सुक्या) लोणचें. ४४१
मिऱ्यांचें सार.	
पहिला प्रकार—चिंच-मिश्रित.... ३९९
दुसरा प्रकार—कागदी लिंबांतील रस घालून	
केलेलें सार. ४००
तिसरा प्रकार... ४०१
चौथा प्रकार—महाराष्ट्र सार.... ४०२
मुगांची डाळ २२१
मुगांची तर्कीव डाळ २२४
मुगांचे डाळीची खिचडी.... १२५
मुगांचे (भाजलेले) डाळीची खिचडी.... १२६
मुगांचे डाळीची चटणी.	
पहिला प्रकार.. ४६३
दुसरा प्रकार... ४६४
मुगांच्या डाळीची पुरणपोळी. १५०
मुगांच्या डाळीचे वडे. १९२
मुगांच्या पिठाची शेव.... २१९
मुगांच्या पिठाचे उंडे.... १६६
मुगांच्या पिठाचे घारगे.... १७१
मुंगिलारशी तांदुळांची खीर.	
पहिला प्रकार.. २२८

दुसरा प्रकार....	२२९
मूग.	३१
मूग-भात....	११८
मृत्तिका-पात्र.	९
मेथ्यांचे सांडगे.	४४२

र.

रताळ्यांची भाजी.

पहिला प्रकार—कोरडी.. ३४५

दुसरा प्रकार—चिंच-मिश्रित.... ३४६

तिसरा प्रकार—तूप-मिश्रित. ३४७

चौथा प्रकार—तेलाचे फोडणीची ३४८

रताळ्यांचें (बारीक) ताक-मिश्रित कोळंबूं. ३९२

रव्याचा परोटा. १५७

रव्याचा हलवा.

पहिला प्रकार... २४५

दुसरा प्रकार... २४६

रव्याची खीर.

पहिला प्रकार.... २३२

दुसरा प्रकार.... २३२

रव्याचे लाडू. १४१

रव्याच्या वज्या.

पहिला प्रकार... २१२

दुसरा प्रकार.... २१४

ल.

लाडू.

पहिला प्रकार.... १४३

दुसरा प्रकार.... १४४

लोणी. ९०

लोण्याचे घारगे. १७६

व.

वडे.

पहिला प्रकार. १८६

दुसरा प्रकार... १८७

वरण. ९९

वज्यांचें कोळंबूं. ३९४

वालपापज्यांच्या दाण्यांचे सांडगे.... ४४७

वालांच्या पिठाचे सांडगे.... ४४६

वांगीं-भात. १०२

वांग्यांची भाजी.

पहिला प्रकार—कोरडी. ३३१

दुसरा प्रकार—अंबट.... ३३२

तिसरा प्रकार—कागदी लिंबांचा रस घालून

केलेली भाजी. ३३३

चौथा प्रकार-खोबरें-मिश्रित....	३३४
पांचवा प्रकार-दही-मिश्रित...	३३५
सहावा प्रकार-तूप-मिश्रित....	३३६
सातवा प्रकार-तेलाची.	३३६
वांग्यांचें कोळंबूं....	३८५
वांग्यांचें भरीत.			
पहिला प्रकार...	४९४
दुसरा प्रकार....	४९५
तिसरा प्रकार...	४९६
चौथा प्रकार....	४९६
वांग्यांचें लोणचें....	४९०

श.

शिककईच्या पानांचें मिरें-मिश्रित सार....	४०३
शिककईच्या पाल्याची चटणी....	४८६
शेपांचा मुरंबा....	२७४
शेवखंडांचे लाडू....	१४६
शेवग्याचे पाल्याची साधी भाजी...	३६३
शेवग्याच्या शेंगांची भाजी.			
पहिला प्रकार-कोरडी.	३३८
दुसरा प्रकार-अंबट....	३३९
तिसरा प्रकार-तुरींची किंवा मुगांची डाळ-			
मिश्रित.	३४०

पहिला प्रकार..	२१०
दुसरा प्रकार....	२११

स.

सत्तू.	२२१
साखर-भात.	१००
साखर लिंबांचें पंचामृत....	१०९
साठोन्या....	२०९
सान्द्राण्याची खीर.					
पहिला प्रकार...	२३९
दुसरा प्रकार....	२३९
सांवा.	३९
सुरणाचा भात.....	१०६
सुरणाची चटणी.					
पहिला प्रकार-साधी...	४६७
दुसरा प्रकार-चिंच-मिश्रित....	४६७
तिसरा प्रकार-तूप-मिश्रित....	४६८
सुरणाची चिंच घालून केलेली भाजी....	३४१
सुरणाचें मिरें-मिश्रित कोळंबूं....	३८९
संत्र्यांचा भात:	१०८
संत्र्यांचें सरबत....	२८१
स्त्रियांच्या दुधाचे गुणदोष..	१४
स्वयंपाक घर	१
स्वयंपाकाचीं भांडीं.	६

विल्हेवार अनुक्रमणिका.

२९

स्वयंपाकी..... २

ह.

हरबऱ्याची तळींव डाळ...	२२३
हरबऱ्याचे डाळीची खिचडी.	१२९
हरबऱ्याचे पिठाचे उंडे....	१६०
हरबऱ्याचें पीठ-मिश्रित भात.				
पहिला प्रकार..	११९
दुसरा प्रकार....	१२०
हिरड्यांचें लोणचें...	४४०

के निकास पर बैठ कर जपे ताजे पानी का छींटा दे तो पीड़ा जावे ।

(१३४) दाढ़ के कीड़ा का मंत्र

कामरूप देश कामस्या देवी जहाँ बसे
इस्माइल जोगी । इस्माइल जोगी ने पाली
गाय, नित उठ चरने बन में जाय । बन में
वम्बूर जो गाय गोबर कियो जामे निपजे
कीड़ा सात. सूत सुताला पूंछ पुछाला घर
पिवर सेहुंम ठागाल में सगडी करनी, गुरु
गोरखनाथ की दुहाई शब्द साँचा पिंड काँचा
फुरो मंत्र ईश्वरी वाचा । विधि—यह मंत्र पढ़
लोहे की कील सात बार काँठ में ठोक दे ।

ओ३म नमो नखकटा विषकटा भेद मज्जा
वद फोड़ा फुंसी अदीठि दुमल दुःख नोरत्था
बैरीधन वाय, चौसठ जोगनी बावन वीर,
छप्पन भैरव रत्ना करें, जो आप फु ० मंत्र
ईश्वरी वाचा विधि—राख की चुटकी पर मंत्र

पढ़ सात बार चुटकी सात दिन दे तो रोग जाय ।

ओ३म नमो आदेश गुरु को बाल मेक पाल में भुजा में कीड़ा कीड़े में रण पीड़ा सोने की सिलाषा वां काये से तोड़ा ईश्वर धड़े जरवजा वोड़े शब्द सांचा पिंड चलो मंत्र शीघ्र ही ईश्वरी वाचा । विधि—इस मन्त्र को पढ़ कर भभूत पर पांच बार फूंक मारे ।

(१३७) नजर कम हो

अजातशच सुकन्याशच चवनम शक्र मध्य उमो जतीन्तो स्मरेत यस्म तरमय नेव ननस्य निविध । विधि—भोजन के अन्त में पानी को चुल्लू भर सातबार पढ़के नेत्रों को धोवे ।

(१३८) नेत्र न दुखने का मन्त्र

ओ३म कभो जलमल जाहर भरी तलाई जहां बैठा हनुमत आय, स्कूटे न पाले व करे न पीड़ा जती हनुमंत राखे हीड़ा । विधि—

