फिश मोइली रेसिपी

करची मैगी नारियल का दूध पाउडर

करची तेल

जी मसाले, सरसों के बीज, जमीन

प्याज (कटा हुआ)

जी हरी मिर्च (कटी हुई)

में अदरक

लौंग लहसुन

जी धनिया पत्ती (कटी हुई)
1/2 1/2 चम्मच हल्दी पाउडर

1/2 1/2 चम्मच लाल मिर्च पाउडर

टमाटर (कटा हुआ)

चुटकी नमक

कप पानी

जी मछली

1. सूची में बताए अनुसार सामग्री तैयार करें।

2. कढ़ाई में तेल गर्म करें. इसमें राई डालें और चटकने दें। प्याज, हरी मिर्च, अदरक, लहसुन और करी पत्ता डालें। जब तक वे नरम और पारदर्शी न हो जाएं तब तक भूनें।

3. हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर डालें और एक मिनट तक भूनें। अब इसमें टमाटर और स्वादानुसार नमक डालें. टमाटर के नरम
होने तक पकाएं.

4. एक कटोरे में मैगी कोकोनट मिल्क पाउडर को गर्म पानी में मिलाएं और इसे उपरोक्त तैयारी में मिलाएं। बीच-बीच में हिलाते हुए उबाल लें। मछली के टुकड़े डालें और
8-10 मिनट तक धीमी आंच पर पकाएं। गर्म -
गर्म परोसें।

45
8

1 / 1