

## Curry leaf Rice

### කරපිංචා ග්‍රයිඩ් රයිස්

ශක්තිය: කිලෝකැලරි 363

සකස් කිරීමේ වේලාව: මිනිත්තු 20

පිසීමේ කාලය: විනාඩි 10

ප්‍රමාණය: 4 ක් සඳහා සෑහේ

පිසු බත් 500g

කටු රහිත චිකන් 200g

නෝර් සීසනින් කියුබ් 1

සුදුළුඵෑණු බික් 2

අඟලක පමණ තලාගත් ඉඟුරු කැබැල්ලක්

කරපිංචා කෝප්පයක පමණ ප්‍රමාණයක්

පරිප්පු මේස හැඳි 2

මුං ඇට 50g

තෙල් මේස හැඳි 2

බඳුනකට කපාගත් තක්කාලි ගෙඩියක්

අඟලක පමණ රම්පේ කැල්ලක්

තලා ගත් ඵෑණු ගෙඩි භාගයක්

රස කර ගැනීමට ලුණු හා ගම්මිරිස් කුඩු

### සාදන ක්‍රමය

1) පෑන් එකට මුං ඇට දමා විනාඩි 2-3 ක් බැඳගන්න. අනතුරුව එයට පරිප්පු එක් කර තවත් විනාඩියක් පමණ බැඳගන්න. දැන් කරපිංචා එක් කර තරමක් ක්‍රිස්පි ගතියට එනතුරු බැඳගන්න. අනතුරුව ගින්නෙන් ඉවත් කර, කුඩු කර ගැනීම සඳහා හිවෙන්නට පසෙකින් තබාගන්න.

2) හැවිතත් පෑන් එකට ඉඟුරු, සුදුළුඵෑණු, ඵෑණු, රම්පේ දමා මද තෙලෙහි යන්තමින් විනාඩි කිහිපයක් බැඳගන්න. අනතුරුව එයට චිකන් චිකතු කර විනාඩි දෙකක් පමණ පිසගන්න.

3. දැන් එයට තක්කාලි සහ නෝර් සීසනින් කියුබ් එක් කර හොඳින් මිශ්‍ර කරගන්න. ඉන්පසු කරපිංචා කුඩු එක්කර අනතුරුව බත් මිශ්‍රකරගන්න. ලුණු සහ ගම්මිරිස් පදමට දමා රසකරගෙන උණු උණු වෙන්ම පිළිගන්වන්න.

### සුපවේදී උපදෙස්:

කරපිංචා කුඩු/පවුඩර් චිකන් සහ වෙනත් ව්‍යාංජන සඳහාද මිශ්‍රකළ හැකි.