

Instant Khaman Dhokla

ईस्टैंट खमन ढोकला

Preparation: 10 mins.

Cooking: 10 mins.

Serves 8 Cal/Ser 98



Ingredients

- 1½ cups gram flour (besan)
- 2 tbsp semolina (suji), 1¼ cups water
- 1 tbsp oil, ¼ tsp soda-bi-carb (mitha soda)
- 1¼ tsp eno fruit salt, 1 tsp salt, 2 tsp sugar
- ¼ tsp turmeric (haldi)
- 1 tsp green chilli paste, 1 tsp ginger paste
- 2 tsp lemon juice
- TEMPERING**
- 1 tbsp oil, 1 tsp mustard seeds (rai)
- 2-3 green chillies – slit into long pieces
- 1 tbsp lemon juice, ¾ cup water, 3 tsp sugar
- 2 tbsp finely chopped coriander

Method

1. Sift besan. Mix besan, suji, water, oil, salt, sugar, haldi, chilli paste and ginger paste to a smooth batter of a thin pouring consistency. Beat well. Add eno and soda. Sprinkle lemon juice. Beat well for a few seconds. Don't over mix.
2. Immediately pour this mixture in the steamer or a dish. Cover dish with cling film and prick at 1-2 places for the steam to escape. Microwave for 6 minutes. Give standing time of 5-6 minutes.
3. For tempering, mix oil, chillies, rai, water, sugar and lemon juice. Microwave for 4 minutes. Pour over dhokla. Wait for 20 minutes to turn soft. Cut into pieces. Sprinkle coriander.

सामग्री

- 1½ कप बेसन, 2 बड़े च. सूजी
- 1¼ कप पानी, 1 बड़ा च. तेल
- ¼ छोटा च. मीठा सोडा, 1¼ छोटा च. इनो फ्रूट सॉल्ट
- 1 छोटा च. नमक, 2 छोटे च. चीनी
- ¼ छोटा च. हल्दी, 1 छोटा च. हरी मिर्च का पेस्ट
- 1 छोटा च. अदरक का पेस्ट, 2 छोटे च. नींबू का रस
- तड़के के लिए**
- 1 बड़ा च. तेल, 1 छोटा च. राई
- 2-3 हरी मिर्च – लंबे स्लाइस काटें
- 1 बड़ा च. नींबू का रस, ½ कप पानी, 3 छोटे च. चीनी
- 2 बड़े च. बारीक कटा धनिया

विधि

1. बेसन छानें। बेसन, पानी, तेल, नमक, चीनी, हल्दी, हरी मिर्च पेस्ट और अदरक का पेस्ट को अच्छी तरह मिला कर पतला बहता हुआ घोल बनायें। अच्छी तरह फेंटे। इनो साल्ट और मीठा सोडा डालें। उस पर नींबू का रस छिड़कें। कुछ सेकेंड के लिए अच्छी तरह फेंटे। ज़्यादा न मिलायें।
2. इस मिश्रण को तुरंत एक स्टीमर में या चिकनी करी डिश में डालें। क्लिंग रेप से कवर करें। 1-2 स्थान पर छेद करें। जिससे स्टीम निकल सके। 6 मिनट के लिए माइक्रोवेव करें। 5-6 मिनट के लिए अलग रख दें।
3. तड़के के लिए तेल, हरी मिर्च, राई, पानी, चीनी और नींबू का रस मिलाएँ। 4 मिनट माइक्रोवेव करें। ढोकले पर डालें। 20 मिनट रुकें जब तक वह नर्म हों। टुकड़ों में काटें। हरा धनिया छिड़कें।