

# Khatthi- Mithi Tokri

## खट्टी मीठी टोकरी

Preparation: 15 mins.

Cooking: 6 mins.

Serves 9 Cal/Ser 105



### Ingredients

9 slices of bread, 1 tbsp tomato ketchup

**SPREAD FOR THE BREAD**

2 tbsp olive oil, ¼ tsp chilli flakes, ¼ tsp oregano

¼ tsp pepper, ¼ tsp chaat masala

**FILLING**

¼ cup moong sprouts - boiled

¼ cup fresh pomegranate seeds

½ onion - chopped finely

1 tbsp chopped coriander

¼ of a cucumber - chopped finely

2 tbsp ready-made imli chutney

1 tsp lemon juice

### Method

1. Keep the bread on a rolling board (chakla). With the help of a rolling pin (belan), press applying pressure and roll out the bread thinly.
2. Mix olive oil with all seasonings. Take a 3-4" diameter steel bowl (big size katori) and cut out a round from the bread. Apply olive oil on them.
3. Take a muffin tray, place bread rounds in them to get a tokri with folds. Place them on the high rack. Grill for 6-7 minutes or till evenly browned on the edges.
4. Mix all ingredients of the filling. To serve, put some filling in the tokri & dot with tomato ketchup.

### सामग्री

9 स्लाइस ब्रेड, 1 बड़ा च. टमाटो केचप

**ब्रेड के लिए स्प्रेड**

2 बड़े च. ऑलिव ऑयल, ¼ छोटा च. कुटी हुई लाल मिर्च, ¼ छोटा च. ओरिगेनो

¼ छोटा च. काली मिर्च, ¼ छोटा च. चाट मसाला

**भरावन**

¼ कप अंकुरित मूंग - उबली हुई

¼ कप ताजे अनार के दाने, ½ प्याज़ बारीक कटा हुआ

1 बड़ा च. कटा हुआ ताज़ा हरा धनिया, बारीक कटा हुआ ¼ खीरा

2 बड़े च. रेडीमेड इमली की चटनी

1 छोटा च. नींबू का रस

### विधि

1. ब्रेड को चकले पर रखें। बेलन की सहायता से ब्रेड को दबाते हुए पतला बेलें।
2. थोड़ी बड़ी स्टील की कटोरी से ब्रेड को गोलाकार में काटें। ऑलिव ऑयल में सारी सीज़निंग मिलाएं। ब्रेड के गोलाकार स्लाइसों पर ब्रश से स्प्रेड लगाएं।
3. मफिन ट्रे में रखें जिससे टोकरी सी बनेगी। हाई रैक पर रखें। 6-7 मिनट के लिए या किनारों के ब्राउन होने तक ग्रिल करें।
4. भरावन की सारी सामग्री मिलाएं। परोसने के लिए, थोड़ा सा भरावन टोकरी में डालें और उस पर टमाटो केचप की बूंद टपकाएं।

### TiP

You can fill the tokri with some salad too.  
आप टोकरी में सलाद भी भर सकते हैं।

Recipes to be microwaved at 100% level or high unless the power level is specified in the recipe.

सभी रेसिपी को 100% पॉवर लेवल (हाई) पर माइक्रोवेव करें।

यदि कम पॉवर लेवल की आवश्यकता हो तो रेसिपी में लिखा हुआ है।