

ఖర్జూర లడ్డు



ఏడాదిపొడుగునా లభిస్తూ ఎన్నో పోషకాలను అందించే ఖర్జూరాలను అన్నివయసుల వారు ఇష్టపడతారు. అయితే వీటిని ఎప్పుడూ నేరుగా తినాలంటే బోర్ అనిపిస్తుంది. అందుకే ఈవారం కాస్త వైరైటీగా ఖర్జూర లడ్డు తయారీ ప్రయత్నిద్దాం...

కావాల్సిన వస్తువులు: ఖర్జూరాలు: 100గ్రాములు, జల్లించిన శెనగపిండి : 200గ్రాములు, మొక్కజొన్నపిండి: 200గ్రాములు, బేకింగ్ పౌడర్: ఒక టీస్పూను, పంచదార: 300గ్రాములు, నువ్వులు: 25 గ్రాములు, నూనె: వేయించడానికి సరిపడా.

తయారుచేసే విధానం: ముందుగా శెనగపిండి, మొక్కజొన్నపిండి, బేకింగ్ పౌడర్, రెండుపందలగ్రాముల పంచదారను ఓ పాత్రలో తీసుకుని బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమానికి ఖర్జూరాలను చేర్చాలి. ముద్దలా అవుతుంది. దీనిని చిన్న చిన్న ఉండల్లా చేసుకుని నూనెలో వేయించాలి. ఇలా వేయించినవాటిని చల్లనినీటిలో ముంచి తీసి పక్కన పెట్టుకోవాలి. ఇప్పుడు మిగిలిన పందలగ్రాముల పంచదారను పాకంపట్టాలి. దీనిలో ముందుగా వేయించిపెట్టుకున్న ఖర్జూర లడ్డాలను నువ్వుల్లో ఒకసారి దొర్లించి పాకంలో ముంచి తీయాలి. అంతే ఖర్జూర లడ్డాలు సిద్ధం. నువ్వులు ఇంకా మిగిలినట్లయితే.. లడ్డాలపైన చల్లుకోవచ్చు. వీటిని సాయంత్రాలు స్నాక్స్ లానే కాకుండా పిల్లలకు బాక్సుల్లోనూ సర్ది ఇవ్వవచ్చు. నోట్లో ఇట్టే కరిగిపోయే ఈ లడ్డు ఎంతో బలవర్ధకం కూడా.