



شکر قندی کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
شکر قندی	250 گرام	دودھ	دو کلو
بالائی	250 گرام	چینی	ایک کلو
کیوڑہ	ایک بڑا چمچ	گری بادام	60 گرام
پست	30 گرام	ناریل پسا ہوا	60 گرام
آلاچی بزر	چھ عدد	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب : شکر قندی کو ابال لیں اور اس کا چھلکا اتار کر سل پر پیس لیں۔ موجودہ دور میں املی ہوئی سبزیوں کو ایک سادہ آلہ میں دبا کر پیس لیا جاتا ہے۔ یہ سہولت نہ ہونے پر صاف سل پر پیس لیں۔ ایک دیکھی میں دودھ ڈال کر چولیسے پر رکھ دیں۔ دودھ میں جب جوش آجائے تو اس میں پس ہوئی شکر قندی ڈال دیں۔ ساتھ ہی آلاچی اور پسا ہوا ناریل بھی ڈال دیں۔ چند منٹ بعد بالائی پھینٹ کر اس میں شامل کر دیں۔ ہلکی آنچ پر پکنے دیں اور چمچ چلاتی رہیں۔ جب یہ محلول گاڑھا ہو جانے لگے تو اس میں چینی ڈال دیں۔ چمچ متواتر چلاتی رہیں۔ جب چینی اچھی طرح گھل جائے اور شیرہ گاڑھا ہو جائے تو بادام اور پست ڈال دیں۔ تھوڑی دیر بعد شیرہ جذب ہو جائے گا اور دودھ محلول میں مل کر خشک ہو جائے گا تو کیوڑہ ڈال کر بست ہلکی آنچ پر دم دینے کے لئے رکھ دیں۔ تین منٹ بعد چولیسے سے دیکھی اتار لیں اور اسے گرم حالت میں ہلیٹھوں میں ڈال دیں پھر پستے اور بادام کی ہوائیاں چمڑک دیں۔

کیلے کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے	چھ عدد	دودھ	ڈیڑھ کلو
چینی	750 گرام	سبز آلاپچی	چھ عدد
بالائی	375 گرام	پتہ	دس عدد
کری بادام	بارہ عدد	کیوڑہ	چند قطرے

ترکیب: کیلوں کا چھلکا اتار کر موٹے موٹے قلعے کاٹ لیں۔ سبز آلاپچی کے دانے چیں کر پھینٹی ہوئی بالائی میں شامل کر لیں۔ پھر ایک بڑی دیکھی میں دودھ ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکنے دیں۔ چھچھ برابر چلاتی رہیں۔ پھر چند منٹوں بعد چینی ملا دیں۔ جب چینی مکمل طور پر محلول میں حل ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو جائے اور دودھ بالائی میں کھل جائے پھر کیلے کے قلعے ڈال دیں۔ چند منٹوں کے لئے پکنے دیں۔ اس کے بعد کیوڑہ کے چند قطرے ڈال دیں۔ جب کیلے گل کر دودھ میں حل ہو جائیں تو چوڑے سے اتار لیں اور چاندی کے ورق لگا کر ہلمشوں میں پیش کریں۔

گاجر کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	دو لیٹر	چاول پے ہوئے	125 گرام
گاجر	چار عدد	کھویا	125 گرام
چینی	250 گرام	کری بادام	بارہ عدد
ناریل پا ہوا	125 گرام	آلاپچی سبز	چھ عدد

☆	☆	چند قطرے	کیوڑہ
---	---	----------	-------

ترکیب: دودھ میں آلاچی ڈال کر جوش دیں پھر اس میں چاول شامل کر کے تقریباً بیس منٹ تک پکائیں اور مستقل، چمچ چلاتی رہیں۔ اب اس میں کدو کش کی ہوئی گا جبر شامل کر دیں اور کچھ دیر پکنے کے بعد چینی ڈال دیں۔ چینی حل ہونے کے بعد کھویا ناریل ڈال کر سب اشیاء اچھی طرح ملا لیں۔ اتارنے سے پہلے چند قطرے کیوڑہ بھی شامل کر لیں۔ اب کھیر کو ڈش میں نکال کر باریک کٹے ہوئے بادام سے سجائیں۔ ٹھنڈا ہونے کے بعد لذیذ گا جبر کی کھیر پیش کریں۔

گڑ کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	آدھ کلو	مز	تین کلو
دہی	ایک کلو	پانی	ڈھائی کلو
ناریل	120 گرام	چھوہارے	چار عدد
آلاچی بزر	چار عدد	گری بادام	دس عدد

ترکیب: چاول صاف کر کے دو گھنٹوں کے لئے پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ گڑ باریک کاٹ لیں۔ دہی پھینٹ کر علیحدہ رکھ دیں پھر دونوں اشیاء کو پانی میں ڈال کر چو لے پر رکھ دیں کھلے منہ والا برتن استعمال کریں۔ ہلکی آنچ رکھیں دونوں کو خوب ابلنے دیں۔ کچھ دیر بعد دھیمی آنچ پر ہی گڑ شیرہ میں تبدیل ہو جائے گا۔ پھر اسے ایک باریک کپڑے میں چھان لیں۔ اب اس میں چاول پیس کر ڈال دیں چاول سل پر پیس سکتی ہیں۔ موجودہ دور میں گرامنڈر سے بھی تھوڑا پانی ڈال کر پیس سکتی ہیں ناریل کے خوبصورت گول ٹکڑے کاٹ کر اس میں شامل کر لیں اور پھر اسے پکنے دیں۔ چند منٹوں بعد یہ مخلول کھیر کی طرح گا جبر ہو جائے گا۔ پھر اسے اتار لیں۔ پائٹ میں کھیر ڈال لیں اور چاندی کے ورق سے سجائیں۔ دودھ میں چھوہارے ابال کر گھلا لیں ان کو بادام کی گری، آلاچی بزر کے ساتھ ورق پر لگا

گنے کی رس کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گنے کا رس	دو لیٹر	چاول	دو سو گرام
گاجر	250 گرام	دودھ	آدھا لیٹر
گری بادام	دس پندرہ دانے	کشمش	پندرہ بیس عدد
آلاچی سبز	تین عدد	تازہ کریم	حسب ضرورت

ترکیب: چاول صاف کر کے بھگو دیں۔ گنے کے رس میں آدھا لیٹر دودھ شامل کر کے پکنے کے لئے چولہے پر رکھ دیں۔ چولہے کی آگ مدھم رہیں۔ گنے کے رس اور دودھ کے پکنے سے بننے والی تلچٹ اور جھاگ کو نکل کر پھینک دیں وہ اس طرح بالکل شفاف ہو جائے گا بھیکے ہوئے چاول پیس لیں اور گاجروں کو کدو کش کر لیں۔ اب گاجر اور لہسے ہوئے چاولوں کو گنے کے رس اور دودھ میں ڈال دیں۔ چولہے کی آگ مدھم ہی رہنے دیں۔ اسے اس وقت تک پکائیں جب تک گاجر اور چاول یکجان نہ ہو جائیں۔ آخر میں آلاچی پیس کر اور بادام کی ہوائیاں کاٹ کر کھیر میں شامل کر لیں۔ کشمش بھی اس میں ڈال دیں۔ اس کھیر کو آپ تازہ کریم کے ساتھ پیش کریں۔

لوکی کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سبز لوکی تازہ	دو چمٹاں	چینی	آدھ کلو
دودھ	آدھ کلو	بدریل	30 گرام
گری بادام	پندرہ دانے	پست	دس دانے

آلاچی بزر	پانچ عدد	ہلائی	250 گرام
کیوڑہ	ایک بڑا چمچ	☆	☆

ترکیب: لوکی کو چھیل کر دھولیں اور ہاریک کدو کش کر لیں۔ پھر ایک دیکھی میں ڈال کر ہلکی آنچ پر چولے پر رکھ دیں اسے اپنے پانی میں گلنے دیں لوکی گل جائے تو اس میں دودھ، آلاچی اور ہلائی پھینٹ کر ڈال دیں۔ پھر چینی کا شیرہ ملا دیں۔ اتنے میں چند منٹوں بعد شیرہ جذب ہو جائے گا تو اس میں بادام، ناریل اور پستہ کتر کر ڈال دیں اور کیوڑہ بھی ڈال دیں۔ پک کر گاڑھا ہونے پر اسے اتار لیں۔ پھر ہلٹوں میں ڈال کر ورق لگا دیں۔

ناریل کی بنگلہ دیشی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ناریل	ایک عدد	باستی خوشبودار چاول	250 گرام
کھجور کا گڑ	آدھ کلو	☆	☆

ترکیب: تازے ناریل کو کدو کش کر لیں۔ یا کھرچن سے کھرچ لیں۔ کھرچنی نہ ہو تو تازے ناریل کو صاف سل پر چس لیں۔ یا ناریل کے چھوٹے چھوٹے کڑے کاٹ کر معمولی پانی گرائنڈر میں ڈال کر گرائنڈ کر لیں۔ پھر اس میں آدھ کلو گرم پانی ڈال کر ہاتھ سے مل لیں۔ اور پھر آدھ کلو پانی میں پہلے کی طرح دودھ نکال لیں اور ناریل کا پھوک پھینک دیں۔ چاول کے ہمراہ چولے پر رکھ دیں جب چاول خوب گل جائیں تو اچھی طرح کھونٹ کر کھجور کا گڑ ڈال دیں دس پندرہ منٹ تک پکائیں۔ جب گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ بہت خوش ذائقہ ہو گا۔ گڑ کھجور ہی کا ہونا چاہئے۔ گنے کا نہ ہو۔ یہ ڈش بنگالیوں کے ہاں موسم سرما میں پکائی جاتی ہے کیونکہ کھجور کا گڑ سردیوں میں ہی ملتا ہے۔ اگر کھجور کا گڑ سردیوں میں بھی یہاں دستیاب نہ ہو تو اس کی جگہ عام کھجور کو سل پر چس کر ڈالا جاسکتا ہے یا ایرانی پنڈم کھجوریں بھی استعمال کی جاسکتی ہیں۔

آڑو کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آڑو	آدھ کلو	میدہ	90 گرام
کھن	90 گرام	دودھ	سوا کلو
انڈے	چھ عدد	چینی	250 گرام

ترکیب: انڈوں کی سفیدی خوب پھینٹیں کہ جھاگ بن جائے پھر اس میں چینی ملا کر پھینٹیں کہ چینی پوری طرح حل ہو جائے پھر انڈوں کی زردی پھینٹیں۔ سفیدی اور زردی ملا کر اچھی طرح پھینٹ لیں۔ اب کھن اور میڈہ ملا کر انڈوں کے محلول میں شامل کر لیں۔ دودھ دھیمی آنچ پر اہل لیں۔ جب نصف مقدار میں رہ جائے تو اتار لیں۔ اب انڈوں، کھن، چینی اور میڈہ کے آمیزے میں دودھ ڈال کر خوب پھینٹیں۔ جب سارا محلول یکجان ہو جائے تو پڈنگ کے سانچے میں یہ مادہ ڈال دیں۔ آڑو کا چھلکا اتار کر حتمی شکل لیں۔ اس کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے 250 گرام بھر پانی میں ایک چھوٹے چینی ڈال کر پندرہ منٹ تک پکائیں جب گل جائیں اور چینی چاشنی سی بن جائے تو ٹھنڈا کر کے یہ مادہ بھی سانچے میں ڈال کر گھول لیں۔ اب سانچے کو ڈھکن سے ڈھانپ دیں۔ ایک بڑی دیکھی میں مادہ سے نصف پانی ڈال کر چولہے پر رکھ دیں اس میں پڈنگ کے سانچے کو رکھ کر اوپر وزن رکھ دیں اور دیکھی کو ڈھکن سے ڈھانپ دیں۔ برتن آدھا پانی کے اندر رہے اور آدھا باہر آدھے گھنٹے تک پکائیے پڈنگ جم جائے تو اتار لیں اور اس میں ایسنس ڈال دیں اور ہلکشوں میں اتار لیں۔ آڑو کی پڈنگ تیار ہے۔

انڈوں کی پڈنگ-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	چھ عدد	دودھ	ایک لیٹر

کیلے	دو عدد	مانا	ایک عدد
چینی	حسب ذائقہ	ورق	حسب ضرورت

ترکیب: انڈوں کی سفیدی اور زردی الگ الگ خوب پھینٹ لیں جب سفیدی سے جھاگ اٹھنے لگے تو اس میں چینی شامل کر لیں پھر زردی بھی ملا دیں اور دودھ ڈالتے رہیں۔ جب تینوں چیزیں شامل ہو جائیں تو ایک کھلے منہ کا ڈبہ یا برتن لے کر اس میں ایک چمچہ چینی ڈال کر پھلائیں۔ جب مکمل جائے تو پینڈے میں پھیلا دیں۔ پھر اس میں پھینٹے ہوئے انڈے ڈال کر برتن کا منہ اچھی طرح سے بند کر لیں یا اس کے ڈھکنے پر وزن رکھ دیں۔ اب ایک پتیلی میں پانی بھر کر اس میں وہ ڈبہ رکھ دیں اور آدھ گھنٹے تک ابالیں۔ آدھے گھنٹے کے بعد دیکھیں کہ پڈنگ جم گئی ہے یا نہیں۔ اگر جم گئی ہو تو اتار لیں ورنہ تھوڑی دیر اور ابالیں پھر اس ڈبے کو کسی ڈش میں سنبھال کر الٹ دیں۔ کیلے کے گول گول ٹکڑے کر کے اور مانے کی پھاکیں چھیل کر ڈش سجا دیں۔

انڈوں کی پڈنگ-2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	تین عدد	دودھ	آدھ گلو
چینی	125 گرام	لچی کا گودا	60 گرام

ترکیب: انڈوں کی زردی اور سفیدی کو الگ الگ خوب پھینٹیں۔ سفیدی اتنی پھینٹیں کہ جھاگ کی شکل میں آ جائے پھر اس میں چینی ملا کر پھینٹیں تاکہ چینی پوری طرح حل ہو جائے اور سفیدی میں مکمل طور پر مکمل جائے۔ پھینٹی ہوئی زردی تھوڑا دودھ ڈال کر مزید پھینٹ لیں اور ایک چمچہ چینی ملا لیں پھر اسے دیکھی میں اتنا بھونیں کہ یہ بادامی رنگ میں آ جائے۔ پھر اسے پڈنگ کے سانچے میں پھیلا دیں۔ اس کے بعد انڈوں، دودھ اور چینی کا آمیزہ ڈال دیں۔ لچی کا گودا تھوڑا گلا کر اس مادے میں شامل کر دیں اور اچھی طرح پھینٹیں تاکہ سارے آمیزے میں مکمل طور پر جذب ہو جائے۔ پھر سانچے کا منہ ڈھکنے سے

بند کر دیں۔ ایک بڑی دیکھی میں آدھا پانی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ پڈنگ کا سانچہ اس پانی میں رکھ دیں جس سے پڈنگ کے سانچے کا نصف حصہ پانی میں ڈوبا رہے۔ بیس منٹوں تک دھیمی آگ پر پکے دیں۔ جب پک جائے اتار کر ٹھنڈا ہونے دیں۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو پڈنگ کو ہلٹوں میں اتار لیں۔ یورپ میں عموماً کہ پڈنگ کے سانچے سے پڈنگ باہر نہیں نکالتے سانچہ ہی میں کھاتے ہیں۔ آپ حسب منشاء استعمال کر سکتی ہیں۔

انٹاس کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انٹاس	آدھا کلو	کھن	دواونس
میدہ	دواونس	دودھ	ایک کلو
انڈے	چار عدد	چینی	حسب ضرورت

ترکیب : انٹاس کو چھیل کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں۔ اگر انٹاس بازار میں دستیاب نہ ہو تو انٹاس کے پک ڈبے جو ہر بڑے شور سے مل جاتے ہیں۔ ایک خرید لیں ان ڈبوں میں چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کٹا ہوا انٹاس شربت کے ساتھ پک ہوتا ہے۔ ان ٹکڑوں کو 250 گرام پانی میں ایک بڑا چھچھنی کا ڈال کر پندرہ منٹ کے لئے پکائیں پھر اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ انڈے تو ذکر میدہ میں شامل کر لیں ساتھ کھن بھی ملا لیں۔ اور خوب پھینٹیں جب سارا مرکب کی صورت میں یکجان ہو جائے تو اس میں دودھ ملائیں اور چھنی بھی ملا دیں جب سب کچھ مل جائے اور ایک کھل آمیزہ تیار ہو جائے تو اس کو ایک کھلے منہ کے برتن میں ڈال دیں اور انٹاس کے ٹھنڈے ٹکڑے بھی ڈال دیں۔ اب اس کو ایک دیکھی میں پانی ڈال کر اس میں برتن رکھ دیں اور اوپر سے بند کر دیں اور پکے کے لئے رکھ دیں۔ پچیس منٹوں کے بعد دیکھیں اگر جم گیا ہو تو اتار لیں اور خوب ٹھنڈا ہونے پر پیش کریں۔

بادام کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری بادام	250 گرام	دودھ	ایک کلو
کھویا	250 گرام	چینی	375 گرام
انڈے	چار عدد	وینا ایسنس	چند قطرے

ترکیب: انڈوں کی زردی اور سفیدی الگ الگ پھیٹ لیں۔ سفیدی اتنی پھیٹیں کہ جھاگ بن جائے پھر اس میں چینی ڈال دیں پھر زردی سفیدی اور چینی کو ملا کر اکٹھا پھیٹ لیں۔ کھویا مسل کر ملا دیں اور مزید پھیٹ کر یکجان کر لیں۔ دودھ ہلکی آنچ پر اتا پکائیں کہ نصف رہ جائے پھر آمیزے میں تھوڑا تھوڑا دودھ ڈال کر مزید پھیٹنے کے دودھ، کھویا، چینی، انڈے اچھی طرح حل ہو جائیں۔ بادام گرانینڈر سے پس کر اس میں شامل کر کے ان کو بھی پھیٹ لیں۔ اب تیار شدہ آمیزے کو سانچے میں ڈال کر اوپر سے ڈھک دیں اور سانچے کو اوون میں رکھ دیں۔ اگر اوون نہ ہو تو ایک کھلے منہ کے پیلے میں نصف پانی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں اس میں پڈنگ کا سانچہ رکھ دیں۔ سانچے کا نصف حصہ پانی میں ڈوبا رہے۔ آدھ گھنٹے بعد پڈنگ جم جائے گی تو اسے نکال لیں ایسنس ڈال دیں۔ پڈنگ ٹھنڈی ہونے پر طشتری میں نکال لیں۔

بالائی کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بالائی	250 گرام	چینی	آدھ کلو
انڈے	بارہ عدد	گری بادام	60 گرام

لیکن زیادہ دعوتیں جمعہ کو ہوتی ہیں کیونکہ یہ عام چھٹی کا دن ہوتا ہے دعوت دینے والا مقررہ دن سے تین چار روز پہلے مہمانوں کو دعوتی خط لکھتا ہے اور دعوت کے دن ہر ایک مہمان کے مکان پر بطور یاد دہانی کے جاتا ہے اور ہر شخص سے جلد آنے کا وعدہ لیتا ہے۔ دعوت کے واسطے دو کمرے سجائے جاتے ہیں ایک مہمانوں کے بیٹھنے کا دوسرا کھانا کھانے کے لئے مخصوص ہوتا ہے۔ کھانے کے کمرے میں حضرت علی کرم اللہ وجہہ، حضرت امام حسنؑ اور حسینؑ کی تصویریں آویزاں ہوتی ہیں۔ اب بعض گھروں میں امام خمینی کی تصویر بھی دیکھنے میں آتی ہے۔ جدید سوچ اور رومان پسند لوگوں کے گھروں میں شیریں اور لیلیٰ کی تصاویر قالینوں میں بنی ہوئی نظر آتی ہیں پہلے چائے (قہوہ) دیا جاتا ہے پھر چند منٹوں بعد میزبان آکر مہمانوں سے کہتا ہے۔ ”بفرمائید“ یعنی تشریف رکھیے جناب! اس چائے کے ساتھ خشک میوے بادام، پستہ اور کشمش ملے چلے بوتے ہیں۔ چائے کے بعد کھانا شروع کرتے ہیں۔ سب سے پہلے میزبان پھر کہتا ہے ”بفرمائید آغا“ اور خود بسم اللہ کہہ کر کھانا شروع کر دیتا ہے سب لوگ اس کی تقلید کرتے ہیں۔ مختلف قسم کا کھانا مختلف برتنوں میں لایا جاتا ہے اور ہر ایک کے سامنے تین تین چار چار طشتیاں رکھ دی جاتی ہیں اور ہر ایک اپنی پسند کا کھانا اپنی طشتی میں ڈالتا اور کھاتا ہے۔ کھانے متعدد قسم کے ہوتے ہیں پلاؤ، چلاؤ، ابراہیم خانی برنج، فیرنی، قورمہ، آب گوشت، سج کباب، کباب شام، نان، ترشی، مرہ سیب وغیرہ رکھے جاتے ہیں۔ جب کھانا کھا چکے ہیں تو ملازمین مہمانوں کے ہاتھ دھواتے ہیں پھر مہمان نشست کے کمرے میں دوبارہ چلے جاتے ہیں یہاں پھر چائے کا دور چلتا ہے اس کے بعد رخصت ما جاتی ہے۔

کھانے سے پہلے اور کھانے کے بعد دونوں ہاتھ منوں تک دھونا چاہیے۔ بعض لوگ صرف ایک ہاتھ یا انگلیاں دھو لیتے ہیں بلکہ صرف چٹکی دھونے پر اکتفا کرتے ہیں۔ اس سے سنت ادا نہیں ہوتی کھانے سے پہلے ہاتھ دھو کر پونچھے نہ جائیں اور کھانے کے بعد دھو کر رومال یا تولیہ سے پونچھ لیں، کہ چکنائی وغیرہ گلی نہ رہے۔ اس جدید دور میں کھانے کے بعد ہاتھ دھونے والے کو ”نان کھڑ“ کہا جاتا ہے ان کا کہنا ہے کہ کھانا کھاتے وقت بے احتیاطی کی بنا پر انگوٹھوں کو سالن یا فوڈ کے اثرات ہاتھوں کو لگتے ہیں۔ وہ ہاتھ دھونے کی بجائے نشو و نما کا استعمال کرتے ہیں۔ خشک نشو و نما کے علاوہ خوشبودار پانی سے ”عط نشو و نما“

سیب	ایک عدد	آلو بخارے	چند دانے
-----	---------	-----------	----------

ترکیب : انڈوں کی سفیدی اور زردی کو الگ الگ پھینٹیں۔ اتنی پھینٹیں کہ جھاگ بن جائے پھر چینی ملا کر سفیدی کو پھینٹیں۔ چینی پوری طرح حل ہو جائے پھر بالائی ڈال کر اچھی طرح پھینٹ لیں پھر سفیدی ملا کر خوب پھینٹیں۔ باداموں کا چھلکا اتار کر پیس لیں یا تھوڑا دودھ گرائنڈر میں ڈال کر پیس لیں اور وہ بھی انڈوں میں پھینٹ دیں۔ جب سارا آمیزہ حل ہو جائے تو پنڈنگ کے سانچے میں یہ پھینٹا ہوا محلول ڈال کر ڈھک دیں اوپر وزن رکھ دیں ایک کھلے منہ کی دیکھی میں اتنا پانی ڈالیں کہ سانچہ نصف پانی میں ڈوب جائے پھر اسے چولہے پر چڑھا دیں۔ چند منٹ تیز پھر نصف گھنٹہ ہلکی آگ پر پکے دیں۔ ڈھکنا اٹھا کر دیکھیں اگر نہ جمی ہو تو مزید چند منٹ اور رہنے دیں۔ مکمل جم جانے پر اتار لیں پھر کسی پلیٹ میں ڈال دیں۔ ڈش کے چاروں طرف ڈالتے کے لئے سیب اور آلو بخارے کی قاشیں چن دیں۔

بریڈ پنڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ڈبل روئی	چھ سلائس	دودھ	آدھا لیٹر
گری بادام	دس عدد	کھن	پچاس گرام
چینی	پچاس گرام	انڈے	تین عدد
گری پستہ	پانچ عدد	کشمش	25 گرام

ترکیب : ڈبل روئی کے سلائس کناروں سے کاٹ لیں۔ ان پر کھن لگا دیں اور ایک برتن میں برابر برابر بچھا دیں ایک برتن میں دودھ ڈال کر چینی اور انڈے ملا دیں اور خوب پھینٹیں۔ اب ڈبل روئی والے برتن میں پستے اور بادام کی گریاں کاٹ کر ڈال دیں اور کشمش صاف کر کے چھڑک دیں اور ان کے اوپر پھینٹا ہوا دودھ ڈال کر اوپر ڈھکن رکھ دیں اور برتن کو درمیانی آگ والے اودن میں پندرہ منٹ تک رکھیں۔ پھر پنڈنگ جم

جانے پر باہر نکل لیں۔ بریڈنگ پنڈنگ تیار ہے۔

جلیبی کی پنڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
جلیبی	250 گرام	دودھ	ایک کلو
اندھے	چار عدد	چینی	30 گرام
ونیا اسپنس	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: اندوں کی زردی اور سفیدی 'نک انگ پیسٹ لیں۔ سفیدی اتنی پھینٹیں کہ جھاگ بن جائے جو نصف گھنٹے تک نہ بیٹھے۔ پھر چن ڈال کر پھینٹیں جس سے سفیدی اور چینی مکمل طور پر یکجان ہو جائیں پھر اس مرکب میں زردی چینی سوٹ ملا کر مزید پھینٹیں۔ دودھ کو اتنا پکائیں کہ نصف رہ جائے۔ اب اندوں والے مادے میں تھوڑا دودھ ڈال کر پھینٹیں جس سے دودھ، چینی اور اندھے مکمل طور پر ایک آمیزہ کی صورت اختیار کر لیں۔ پھر جلیبیاں توڑ کر اس آمیزے میں ملا دیں۔ کم از کم پندرہ منٹوں تک بیٹگی رہیں۔ پھر اس مرکب کو پنڈنگ کے سانچے میں ڈال کر اون میں ہلکی آنچ پر رکھ دیں۔ اگر اون گھر میں نہ ہو تو پیلے میں تھوڑا پانی ڈال کر چولے پر چڑھا دیں۔ نصف پانی سے مراد سانچے کا نصف حصہ پانی میں ڈوبا رہے۔ پیلے میں سانچہ رکھ کر پیلے کے اوپر تھوڑے سے انگارے رکھ دیں۔ سوئی گیس کے عام استعمال کے باعث اگر شہروں میں کوئلے نہ مل سکیں یا دشواری پیش آئے تو پیلے کے ڈھکنے کے اوپر وزن رکھ دیں اور دھیمی آنچ پر پکے دیں۔ مطلب یہ کہ مرکب کو نیچے کی بجائے اوپر والے حصہ سے بھی حرارت ملتی رہے گی۔ جو پنڈنگ کو پکے میں مدد دے گا۔ پنڈنگ پک کر جم جائے گی۔ ایسی حالت میں پیلے کا ڈھکنا اتار کر دیکھ لیں کہ پنڈنگ جم گئی ہے یا نہیں۔ اگر پوری طرح نہ جھی ہو تو مزید چند منٹ اور پکے دیں۔ پنڈنگ جب حسب منشاء جم جائے تو اتار کر اسپنس کے چند قطرے ڈال دیں اور ٹھنڈا ہونے دیں۔ پنڈنگ کا سانچہ خوبصورت ہو تو سانچہ ہی میں کھائی جاسکتی ہے ورنہ ہلینٹوں میں اتار کر کھائیں۔

چاول کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	125 گرام	دودھ	250 گرام
تازہ کریم	125 گرام	کھوپرے کا دودھ	250 گرام
چینی	125 گرام	انڈے	دو عدد
نارنگی کا پسا ہوا چمکا	ایک چمچی	آلو بخارے کا گودا	125 گرام
آزو	دو عدد	نمک	آدھی چمچی
ونیا اہمنس	چند قطرے	ہینہ	ہینہ

ترکیب : چاول صاف کر کے چند ٹکٹوں کے لئے بھگو دیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی الگ الگ پھیٹ دیں۔ سفیدی کو اتنا پھینیں کہ جھاگ بن جائے۔ زردی بھی خوب پھینیں۔ پھر دونوں کو ملا کر پھینیں اور اب چینی ڈال کر پھینیں۔ چینی انڈوں میں حل ہو جائے تو نمک ڈال دیں اور مزید پھینیں۔ ایک کھلے منہ کی دیکھی میں دودھ گرم کریں۔ ایلنے لگے تو بھیکے ہوئے چاول شامل کر دیں اور ہلکی آنچ پر پکے دیں۔ دودھ خشک ہو جائے تو کھوپرے کا دودھ ڈال دیں اور پکے دیں۔ چمچ ہلاتی رہیں تاکہ خشکی نہ بنے۔ پک جائے تو نارنگی کا پسا ہوا چمکا ڈال دیں۔ شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے گا اور چینی کا پانی خشک ہو جائے گا۔ اس وقت چند قطرے وینیا اہمنس کے ڈال دیں اور ٹھنڈا ہونے دیں۔ اس ڈش میں ٹھنڈا کریں جس میں پیش کرتا ہے پڈنگ میں ٹھنڈی ہو جائے تو کریم پھیٹ کر ڈش کے ارد گرد خوب صورت حاشیہ بنا کر ڈالنے آڑو کے قلعے ڈش کے اوپر سجادیں۔

چاکلیٹ پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کارن فلور	ایک پیالی	دودھ	تین پیالی
چینی	ایک پیالی	کوکو	ایک چمچ

ترکیب : کارن فلور میں ڈیڑھ پیالی دودھ ملا کر پھینٹیں۔ دیکھی میں چینی اور بقیہ دودھ ڈال کر گرم کریں یہاں تک کہ چینی حل ہو جائے۔ کارن فلور اور دودھ کے آمیزے کو دودھ اور چینی کی دیکھی میں ڈال دیں اور دیکھی کو درمیانی آنچ پر رکھ دیں اس کے ساتھ ساتھ آمیزے کو ہلاتے رہیں۔ جب آمیزہ گاڑھا ہو جائے تو چولہا بند کر دیں۔ پانی کے دو تین چمچ میں کوکو ملا کر اسے حل کر لیں اور آمیزے میں ڈال دیں۔ چمچے سے اس کو آمیزے کے ساتھ یکجان کر دیں۔ اب ہلکی چمکانی لگے ہوئے سانچوں میں آمیزہ ڈال دیں اور قرعہ میں رکھ دیں تاکہ جم جائے۔ جب چاکلیٹ پڈنگ جم جائے تو کسی خوبصورت ٹرے میں نکال لیں اور پسند کے پھلوں کے ساتھ کھائیں۔

ڈبل روٹی کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ڈبل روٹی	چھ سلائس	دودھ	آدھ کلو
چینی	125 گرام	کھن	دواونس
کشمش	30 گرام	انڈے	تین عدد

ترکیب : ڈبل روٹی کے سلائس کے کنارے کاٹ لیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی الگ الگ خوب پھینٹ لیں۔ جب سفیدی جھاگ بن جائے تو اس میں پھینٹی ہوئی زردی ملا دیں۔ پڈنگ کے سانچے میں چاروں طرف کھن لگائیں اس میں ڈبل روٹی کے ٹوس برابر

برابر بچھا دیں پھر دودھ میں چھنی ملا کر اس پر ڈال دیں اور ساتھ ہی کشمش چھڑک دیں اور اوپر سے سفیدی اور زردی جو پھینٹی ہوئی ہو ڈال دیں اب سانچے کو ڈھانپ دیں اور اس کے اوپر ڈھکنے پر وزن رکھ دیں اور ہلکی آنچ دیں۔ دس منٹ پر ڈھکن اٹھا کر دیکھیں کہ پنڈنگ جم گئی ہے یا نہیں۔ اگر نہ جمی ہو تو مزید چند منٹ رہنے دیں۔ اگر جم گئی ہو تو چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈی ہونے پر ہلٹیوں میں ڈال کر پیش کریں۔

سوچی کی پنڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سوچی	250 گرام	بادام	125 گرام
انڈے	چار عدد	چھنی	250 گرام
تھی	حسب ضرورت	دودھ	آدھ بیر
عرق گلاب	چند قطرے	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: نصف بادام گراؤنڈر سے پیس لیں نصف باریک کٹ لیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی الگ الگ پھینٹ لیں۔ پھر دونوں کو ملا کر اکٹھا پھینٹ لیں۔ سوچی کو ہلکی آنچ پر دودھ میں ملا کر بھون لیں۔ بادامی رنگ پر سوچی جب آجائے تو اتار لیں اس میں پے ہوئے اور کئے بادام چھنی اور عرق گلاب اور انڈوں کی سفیدی اور زردی ملی ہوئی شامل کر کے یکجان کر لیں سانچے کو چاروں طرف سے تھی لٹائیں اور اس میں ان سب چیزوں کے آمیزے کو ملا دیں اور سانچے میں ڈال دیں۔ سانچے کو کسی ڈھکنے سے ڈھانپ کر اوون میں دس پندرہ منٹوں کے لئے رکھ دیں تاکہ پنڈنگ کو حرارت برابر ملتی رہے۔ پہلے ڈھکن اٹھا کر دیکھیں کہ جم گئی ہے یا نہیں۔ اگر نہ جمی ہو تو ہلکی آنچ کر کے اوون میں مزید رہنے دیں۔ جم جائے تو اسے ہلٹیوں میں نکال لیں اور اس پر حسب ضرورت چاندی کے ورق لگا کر پیش کریں۔

انٹاس	کئے ہوئے چند ٹکڑے	وٹیا اہنس	ایک چمچ
-------	-------------------	-----------	---------

ترکیب: دودھ میں چینی ڈالیں اور اسے گرم کر کے ایک جوش دیں۔ انڈے کی سفیدی خوب پھینٹیں پھر اس میں میدہ ملا کر پھینٹیں۔ پھر انڈے کی زردی پھینٹ کر ملائیں اور یہ مرکب دودھ میں ملا کر پھینٹتے رہیے۔ اس دوران برتن میں کافی پانی رکھ کر ابال لیں اور مرکب سانچے میں ڈال کر پانی کے اندر رکھ دیں۔ سانچے کا نصف حصہ پانی میں ڈوبا رہے۔ اس سانچے کو کسی ڈھکن سے ڈھانپ دیں اور اس پر وزن رکھ دیں۔ دس منٹ تک ہلکی آنچ پر پکنتے دیں۔ پھر ڈھکن اٹھا کر دیکھیں اگر پڈنگ نہ جمی ہو تو مزید پکنتے دیں۔ واضح رہے کہ مرکب میں پے ہوئے تازہ سیب اور انٹاس کے باریک ٹکڑے ضرور شامل کر لیں جو ذائقہ میں اضافہ کریں گے۔ جب جم جائے تو اس پر اہنس ڈال کر کریم پھیلا دیں اور ٹھنڈا ہونے پر ہلیٹھوں کے گرد موچی فروٹ کے قتلے سجا دیں۔ فروٹ پڈنگ تیار ہے۔

کھجور کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ٹنگ کھجور	180 گرام	کیک کے ٹکڑے	دو پیالی
دودھ	ایک کلو	چینی	180 گرام
کھن	کھانے کا ایک چمچ	انڈے	تین عدد
کارن کلور	کھانے کا ایک چمچ	پانی	ڈیڑھ پیالی
گری با دام پس ہوئی	30 گرام	وٹیا اہنس	کھانے کا آدھا چمچ

ترکیب: کھجوروں کو رات کو بھگو دیں صبح کو اس کی مٹھلیاں نکال لیں۔ ان کے ٹکڑے کر کے نمین کے سانچے میں رکھ دیں۔ کیک کو بیس منٹوں کے لئے دودھ میں بھگو دیں۔ چینی کھن اور انڈے ملا کر خوب پھینٹ لیں پھر اسے کیک کے آمیزے میں شامل کر کے کھجوروں کے اوپر ڈال دیں۔ ایک بڑے برتن میں پانی ابال لیں اس میں سانچہ بند ہو اور آدھا پانی میں ڈوبا ہو تاکہ پانی اندر نہ جائے۔ صرف بیس منٹ بھاپ میں پکائیں۔ اب سانچے

کو باہر نکال کر ٹھنڈا کریں۔ ٹھنڈا ہونے پر کھولیں اور آہستہ سے ڈش میں رکھیں۔ ساس کی تمام چیزیں کسی برتن میں ڈال کر اچھی طرح ہلائیں۔ پھر اسے ہلکی آنچ پر پکائیں جب گاڑھا ہو جائے تو اتار کر پڈنگ کے اوپر ڈال دیں اور ٹھنڈی ہی پیش کریں موسم سرما کے لئے بڑی اچھی ڈش ہے۔

کھوئے کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کھویا	250 گرام	دودھ	ڈیڑھ کلو
چینی	375 گرام	اندھے	آٹھ عدد
آم کا گودا	آدھی پیالی	پست	30 گرام

ترکیب: اندوں کی زردی اور سفیدی الگ الگ پھینیں۔ سفیدی اتنی پھینیں کہ جھاگ بن جائے پھر اس میں چینی ملا کر خوب پھینیں کہ چینی پوری طرح حل ہو جائے اب زردی کو خوب پھینیں پھر اس کو سفیدی میں ملا کر پھینیں۔ کھویا کو مسل کر اندوں کے آمیزے میں شامل کر لیں۔ اس مادے کو اتنا پھینیں کہ مکمل طور پر ایک ہو جائیں پھر آم کا گودا ڈال کر پھینیں کہ سب یکجان ہو جائیں۔ ایک کھلے منہ کے پیٹلے میں دودھ ڈال کر چولہے پر رکھ دیں۔ ہلکی آنچ پر پکے دیں جب سارا مرکب تین پاؤ کے قوب رہ جائے تو اتار لیں۔ اس دودھ کو مادے میں تھوڑا تھوڑا ڈال کر پھینیں حتیٰ کہ سب دودھ آمیزے میں حل ہو جائے۔ اب اس میں پست باریک کتر کر یا چیں کر ڈال لیں اور خوب پھینیں۔ یہ تیار شدہ مخلول پڈنگ کے سانچے میں ڈال دیں۔ پھر اسے اوون میں پکے کے لئے درمیانی آنچ پر رکھ دیں۔ اگر اوون نہ ہو تو پھر ایک کھلے منہ کی دیکھی میں آدھا پانی لیں اس میں سانچے کو ڈھک کر بند کر دیں اور اس پر وزن رکھ دیں۔ دھیمی آنچ پر آدھ گھنٹے کے لئے پکے دیں جب پڈنگ جم جائے اور اوپر سے سرخ ہو جائے تو اتار لیں اور ویلا اسٹنس ڈال دیں ٹھنڈا ہونے پر ہلیٹھوں میں ڈال کر پیش کریں۔

کشرڈ کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میدہ	120 گرام	بیکنگ پاؤڈر	چائے کی آدمی چمچی
چینی	120 گرام	کھی	30 گرام
دودھ	250 گرام	انڈے	دو عدد

ترکیب : انڈوں کو دودھ میں خوب پھینٹ لیں۔ کھی اور چینی کو اچھی طرح ملائیں۔ اب تین اشیاء کو اچھی طرح ملا کر ان میں میدہ ڈال دیں اور خوب پھینٹیں۔ پھر ایک بڑے منہ کی دیکھی میں کھی ڈال کر یہ مرکب تیار کھی میں ڈال دیں۔ (مگر یہ برتن کے کنارے سے دو انچ اونچا رہے) برتن کو ڈھانپ دیں اور کسی ایسے برتن میں بس میں کافی دانی ہو۔ برتن کے ڈھکنے پر کوئی وزن رکھ دیں۔ یہ برتن عام پڈنگ کے سانچہ جیسا ہو۔ دیکھی کو چوبیس پر چڑھا کر اس کے نیچے آگ لگا دیں اور پانی کھولائیں۔ تقریباً ایک گھنٹہ بعد پڈنگ کا سانچہ نکال لیں۔ یہ دھیمی آگ پر پکایا جائے۔ پہلے ڈھکنے اتار کر دیکھ لیں کہ پڈنگ جم گئی ہے یا نہیں اگر نہ جمی ہو تو مزید چند منٹ پکے دیں۔ جب تیار ہو جائے تو اتار کر ٹھنڈا ہونے دیں۔ پڈنگ تیار ملے گی۔

کیلے کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے	تین عدد	دودھ	ایک کلو
چینی	250 گرام	انڈے	تین عدد
ایس	حسب ذائقہ	☆	☆

ترکیب : انڈوں کی زردی اور سفیدی الگ پھینٹیں۔ سفیدی اتنی پھینٹیں کہ بھاگ

بن جائے۔ پھر اس میں چینی ڈال دیں اور مزید پھینٹیں کہ چینی پوری طرح حل ہو جائے۔ زردی علیحدہ پھینٹیں اور اس میں ایمنس ڈال دیں۔ اس کے بعد سفیدی اور زردی ملا کر خوب پھینٹیں۔ دودھ کو ایک بڑی دیگی میں ڈال کر دھیمی آنچ پر پکنے دیں جب نصف دودھ رہ جائے تو کیلے کے گودے کو کانٹے سے پلیٹ پر رکھ کر مسل لیں اور دودھ میں شامل کر دیں۔ انڈوں کا آمیزہ بھی اس دودھ میں شامل کر دیں اور خوب پھینٹیں۔ جتنا زیادہ پھینٹیں گے پڈنگ اتنی ہی لذیذ بنے گی۔ یہ سارا مخلول پڈنگ کے سانچے میں ڈال دیں اور ڈھکن سے ڈھانپ دیں۔ اوون میں معمولی آنچ سے رکھ دیں اگر اوون نہ ہو تو ایک دیگی میں پڈنگ کے سانچے سے نصف سطح تک پانی ڈال کر آگ پر پکائیں۔ بھاری ڈھکن اوپر رکھ دیں۔ یا اس دیگی کے ڈھکنے پر وزن رکھ دیں۔ ہلکی آنچ پر پکنے دیں۔ آدھ گھنٹے میں پڈنگ جم جائے گی پہلے ڈھکن اٹھا کر دیکھ لیں جم گئی ہے یا نہیں۔ اگر نہ جمی ہوئی تو مزید چند منٹ اور رہنے دیں۔ جم جانے پر اتار لیں اس وقت باریک کترا ہوا پست ڈال دیں۔ کیلے کی پڈنگ تیار ہے۔

کشمش کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	تین عدد	دودھ	ایک کلو
کشمش	60 گرام	کھویا	120 گرام
چینی	180 گرام	جائفل	ایک گرام
ایمنس	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: انڈوں کی زردی اور سفیدی علیحدہ علیحدہ پھینٹ لیں۔ سفیدی اتنی پھینٹیں کہ جھاگ بن جائے جو نصف گھنٹہ تک قائم رہے اب اس میں چینی ڈال کر پھینٹ دیں تاکہ چینی پوری طرح حل ہو جائے۔ اب پھینٹی ہوئی زردی بھی ملا لیں اور تینوں چیزوں کو اکٹھا پھینٹیں۔ پھر کھویا مسل کر شامل کر لیں اور خوب پھینٹیں۔ اور دودھ میں کشمش ڈال کر پکنے کے لئے چولہے پر رکھ دیں اور تپا پکائیں کہ دودھ نصف رہ جائے اب تھوڑا تھوڑا دودھ

بھی استعمال کیا جاتا ہے جیسے انٹر لائن کا مکمل فضائی سفر کے دوران ہوائی جہاز کے مسافروں کو دیتا ہے۔

کھانا بسم اللہ پڑھ کر شروع کیا جائے۔ کھانا زندگی کی بقا اور جسم کے قیام کا اصل ذریعہ ہے اس نام خدا کی برکتیں شامل رہیں؟ بسم اللہ بلند آواز سے کہنی چاہیے تاکہ ساتھ والوں کو اگر یاد نہ ہو تو سن کر انہیں یاد آ جائے اور کھانے کی برکتیں سب کو حاصل ہو جائیں۔ صوفیائے کرام کے لئے کھانے سے بڑھ کر کوئی چیز بھی نقصان دہ نہیں ہے۔ داتا گنج بخش رحمۃ اللہ علیہ اپنے مریدوں کے سامنے بھوک کی بڑی تعریف کیا کرتے تھے۔ اور فرمایا کرتے تھے اگر فرعون نے بھوک دیکھی ہوتی تو وہ کبھی خدائی کا دعویٰ نہ کرتا اگر قارون بھوکا رہتا تو خدا کا باغی کبھی نہ ہوتا۔ آپ فرماتے ہیں جہاں تک ہو سکے اکیلا نہ کھائے۔ کھانے سے پہلے بسم اللہ پڑھ لے دسترخوان پر چیزوں کو الٹ پلٹ نہ کرے۔ پہلا لقمہ نمکین کھائے۔ لقمہ بڑا نہ ہو، دوسروں کے لقمے نہ دیکھے۔ لقمے کو اچھی طرح چبالے پانی صرف ضرورت کے وقت پیئے۔ ساتھیوں سے انصاف کرے یعنی اپنے حصے سے زیادہ نہ لے۔ کھانا کھا کر ہاتھ دھوئے۔ دوستوں سے چھپ کر دعوت میں نہ جائے۔ درویش کی دعوت رد نہ کرے۔

روٹی پر کوئی چیز نہ رکھی جائے حدیث شریف میں فرمایا گیا ہے کہ روٹی کا احترام کرو کہ یہ چیز جب کسی قوم سے بھاگی ہے تو لوٹ کر نہیں آئی یعنی ناشکری کی وجہ سے کسی قوم کا رزق چلا جاتا ہے تو پھر واپس نہیں آتا۔ قرآن حکیم میں یہ ذکر موجود ہے کہ یمن کی ایک بستی میں رزق بست تھا۔ زرعی پیداوار بست ہوتی تھی پھلوں میں رس بست ہوتا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا کہ ہم نے اس بستی سے رزق سمیٹ لیا کیونکہ وہ لوگ ہماری نعمتوں کا شکر ادا نہیں کرتے تھے۔ کھانا کھانے یا کوئی بھی رب کریم کی عطا کی ہوئی نعمت کھانے کے بعد اس ذات برکات کا شکر یہ ضرور ادا کرنا چاہیے۔ حتیٰ کہ جب آپ پانی کا گلاس پیتے تو بھی اس رب کریم کا شکر ادا کریں۔

بعض لوگ سالن کا پیالہ یا چٹنی کی پیالی یا نمک دانی وغیرہ روٹی پر رکھ دیتے ہیں ایسا نہیں کرنا چاہیے روٹی کا کنارہ خواجوا توڑ کر ڈال دیتا اور درمیانی حصہ کھا لینا اسراف ہے بلکہ پوری روٹی کھالے۔ ہاں اگر کنارے کچے رہ گئے ہیں یا جل گئے ہیں کہ کھانے سے

ڈال کر انڈوں کی سفیدی، زردی کھوئے اور چینی کے آمیزے کو خوب پھیننا جائے۔ تاکہ سارا محلول یکجان ہو جائے۔ پھر اس تیار شدہ مادے کو سانچے میں ڈال دیں پھر جانفل کتر کر ڈال دیں اور پڈنگ کے سانچے کو ڈھانپ دیں۔ پڈنگ کے سانچے کو اوون میں رکھ دیں۔ دس منٹ بعد اوون کی چاروں طرف کی حرارت میں پڈنگ تیار ہو جائے گی۔ اگر اوون نہ ہو تو ایک کھلے منہ کی دیکھی میں سانچے کے نصف حصہ تک پانی ڈال کر ہلکی آگ پر پکے دیں۔ اور ڈھکنے پر وزن رکھ دیں۔ دس پندرہ منٹوں بعد پڈنگ جم جائے گی۔ پھر پڈنگ کو ٹھنڈی ہونے کے بعد ہلٹھوں میں اتار لیں اور ایسنس برائے نام ڈال دیں۔ کشمش کی پڈنگ تیار ہے۔

ناریل کی پڈنگ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کھوپرا پسا ہوا	250 گرام	انڈے	چار عدد
چینی	375 گرام	دودھ	ایک کلو
کھویا	125 گرام	سیب کی تیلے	حسب ضرورت
نارنگی کی پھانکیں	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: انڈوں کی زردی اور سفیدی کو الگ الگ پھینٹ لیں۔ سفیدی اتنی پھینٹیں کہ جھاگ بن جائے جو نصف گھنٹہ تک قائم رہے۔ زردی علیحدہ پھینٹ لیں پھر سفیدی اور زردی کو ملا کر پھینٹیں۔ دودھ کو گرم کر کے چینی ملا دیں چمچہ چلاتی رہیں اور خوب پکائیں۔ دودھ نصف رہ جائے اور شیرہ پک کر گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ کھویا مسل کر پے ہوئے کھوپرے میں ملا دیں پھر ان کو دودھ اور چینی میں ملا کر خوب پھینٹیں اب اس میں انڈے ڈال کر پھینٹیں۔ پڈنگ کے سانچے میں تھوڑا سا گھی لگائیں۔ جب دودھ، کھویا، کھوپرا، انڈے اور چینی ایک دوسرے میں جذب ہو جائیں تو پڈنگ کے سانچے میں ڈال دیں اور ساتھ ہی ایسنس ڈال دیں پھر ڈھکنے سے ڈھانپ کر اوون میں رکھ دیں جب جم جائے تو نکال لیں ٹھنڈی ہونے پر ڈش پر ڈال لیں سیب کے تیلے اور نارنگی کی پھانکیں سجا کر پیش کریں۔

پھلوں والا زردہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آم کا گودا	آدھ کلو	چاول	آدھ سیر
چینی	250 گرام	دودھ	125 گرام
بالائی	125 گرام	کھویا	125 گرام
گھی	250 گرام	زعفران پیسی ہوئی	ایک چٹنی
مشک	چند قطرے	کیوڑہ	ایک بڑا چمچ
پھول ہارے	چار عدد	گری بادام	60 گرام
اخروٹ	حسب ضرورت	کشمش	حسب ضرورت
ناریل	حسب ضرورت	☆	☆
لونگ دو عدد	☆	☆	☆
پستہ	30 مرک	آبھی سبز	چھ عدد

ترکیب نمبر 1: چاول صاف کر کے کھلے پانی میں بھگو دیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکچے میں ڈیزھ سیر پانی ڈال کر چولے پر چڑھا دیں۔ پانی جب ابلنے لگے ٹو بھیکے ہوئے چاول نہجو ڈال ڈال دیں۔ چاول جب تین گنی پر ابل جائیں تو نہجو لیں اور طشتری میں پھیلا لیں تاکہ پانی خشک ہو جائے۔ بالائی، کھویا، بلا ہوا دودھ اور آم کا گودہ ایک کھلے منہ کے برتن میں ڈال کر اچھی طرح حل کر لیں یا ملک شیک کی طرح گرائنڈر سے کس کر لیں۔ اس میں چینی، زعفران اور کیوڑہ بھی ڈال دیں ایک کھلے منہ کے دیکچے میں ایک تہ چاولوں کی ایک تہ آم، بالائی اور کھوئے کی لگائیں یہاں تک کہ سارے چاول ختم ہو جائیں۔ ایک کھلے قرائی پن میں سبز آلاچیاں اور دو عدد لونگ ڈال کر گھی میں بھون لیں۔ اسی گھی میں بادام کی گری، پستہ، اخروٹ کی گری، کترا ہوا ناریل اور کشمش ڈال کر قل لیں اس آمیزے کو چاولوں میں ڈال

کر بلکی آنچ پر دم دے کر رکھ دیں۔ چند منٹوں بعد اتار لیں اور ہلٹوں میں ڈال کر پیش کریں۔

ترکیب نمبر 2: ایک کھلے منہ کے بڑے دیکھے میں سبز آلاپچی اور لونگ ڈال کر کھی میں تل لیں۔ پھر اسی کھی میں بادام، اخروٹ، پستہ کی گریاں اور کترا ہوا ناریل اور کشمش بھی ڈال دیں۔ پھر ایک = چاول ایک = آم کے گودے کی اور ایک = بالائی کی پھیلا دیں جب چاول اور بالائی وغیرہ ختم ہو جائے تو دم پر لگا دیں۔ پندرہ منٹ کے بعد اتار لیں۔ سات منٹ مزید پڑا رہنے دیں۔ ایک بڑی ٹرے میں چاول پھیلا دیں تاکہ پانی خشک ہو جائے۔ پھر ان چاولوں کو باقی آمیزہ کے ساتھ دیکھے میں ڈال دیں۔ اور ہلٹوں میں اتار کر چاندی کے ورق لگائیں۔ پستہ اور باداموں کی ہوائیاں ورقوں پر چھڑک دیں دودھ میں ایلے ہوئے چار چھوڑے چاولوں میں کھڑے کر دیں۔ بالائی کو پھینٹ لیں۔ اس میں کیوڑہ چھڑک دیں اخروٹ اور پستہ کی کٹی ہوئی گریاں زردے کی ہلٹوں میں سجالیں۔ موسم کے لحاظ سے آم کی بجائے آڑو، خوبانی، کیلا یا انناس کا پھل بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ سیب کا پھل بہت موزوں رہے گا۔

پھلوں والا سفیدہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	آدھ کلو	چینی	375 گرام
کھی	250 گرام	دودھ	750 گرام
کھویا	125 گرام	بالائی	125 گرام
آم	کے تھ	چھ کدو	
گری بادام	60 گرام	آڑو کے تھ	چھ عدد
خوبانیاں	چھ عدد	لیموں	ایک عدد

آلاچی سبز (کھلی ہوئی)	دس عدد	جائفل (پسی ہوئی)	ایک چنگی
منٹی	ایک جج	لوگ پے ہوئے	چار عدد
تربوز کے جج	چائے کا ایک جج	کھیرے کے جج	ایک جج
خربوزے کے جج	ایک جج	نمک	ایک چنگی

ترکیب : چاول چن کر صاف کر لیں پھر کھلے پانی میں جس منٹ تک بھگوئے رکھیں۔
 نھار کر ایک کھلے منہ کے بڑے دیکچے میں ایک سیر پانی ڈال کر ہلکی آنچ پر چولہے پر چڑھا
 دیں۔ جب پانی ابلنے لگے تو بھیکے ہوئے چاول نھار کر ڈال دیں۔ ایک دو مرتبہ چاول کو
 بڑے جج (کفگیر) سے ہلائیں۔ تاکہ تمام چاولوں کو یکساں آنچ لگے۔ جس چپتیس منٹوں بعد
 جب چاول تین کئی پر گل جائیں تو اتار کر بڑی ٹرے میں یا ایک کائن کے کپڑے پر رکھ کر میز یا
 چار پائی پر پھیلا دیں۔ تاکہ پانی خشک ہو جائے۔ یہ احتیاط کریں کہ چاول مکمل طور پر اب
 گلنے نہ پائیں۔

چینی میں آدھ کلو پانی ڈال کر دھیمی آگ پر پکنے دیں۔ اس دوران آپ بڑا جج چلاتی
 رہیں جب مدھم حرارت میں چینی اور پانی بھگو دیں۔ جب ان کا چھلکا نرم ہو جائے تو اتار
 لیں۔ اخروٹ کی گریاں پانی میں اچھی طرح دھو کر الگ رکھ لیں۔ آم کا چھلکا اتار کر گودے
 کے قتلے کر لیں۔ آڑو کا چھلکا اتار کر حشلی نکال لیں اور گودے کے قتلے بنا لیں۔ خوبانیوں کی
 مٹھلیاں نکال کر دو ٹکڑے کر لیں۔ ایک کھلے منہ کے بڑے دیکچے میں بادام، دودھ اور پے
 ہوئے جج ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں اور اتنا پکائیں کہ دودھ ٹینک پاؤرہ جائے۔ ایک بھاری
 پینڈے کے بڑے دیکچے میں پاؤ پھر گھی ڈال کر چولہے پر رکھ دیں اس میں پسی ہوئی لوگ
 اور کھلی ہوئی آلاچیاں ڈال کر ہلکی آنچ پر بھونیں۔ نمک کی ایک ہلکی سی چنگی بھی ڈال دیں
 جب بھن جائیں تو دودھ ڈال دیں پھر پیسا ہوا جائفل بھی ڈال دیں۔ چچہ چلاتی رہیں اس کے
 چند منٹ بعد چاول ڈال دیں اور لیموں کا رس نچوڑ کر بھی شامل کر دیں۔ اب کھوئے اور
 بالائی میں پھینٹے ہوئے پھل ڈال دیں۔ بند دیکچے کو دونوں ہاتھوں سے اٹھا کر آہستہ آہستہ
 ہلائیں اس طرح چاول نہیں ٹوٹے گا۔ چند منٹ بعد دم پر رکھ دیں اور پندرہ منٹ بعد اتار
 لیں۔ پھر ہلکے میں سفیدہ ڈال کر چاندی کے ورق لگا کر سجائیں۔ بادام، پستہ اور

اخروٹ کی گریاں نمایاں کر کے پھیلا دیں اور ابلے ہوئے چھوہارے کتر کر سجادیں۔ پھلوں کا لذیذ سفیدہ تیار ہے۔

چاول کے آٹے کا میٹھا

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول کا آٹا	آدھ کلو	چینی	375 گرام
تھی	250 گرام	بڑی آلاچی	دو عدد
لونگ	دو عدد	زعفران پس ہوئی	ایک چٹکی

ترکیب: ایک کھلے منہ کے بڑے دسپچے میں تھی ڈال کر آلاچیاں اور لونگیں بھون لیں۔ پھر چاولوں کا باریک آٹا ڈال دیں اور خوب بھونیں جب آٹا بادامی رنگ کا ہو جائے تو اس میں چینی ڈال دیں۔ جب چینی کا پانی خشک ہو جائے تو پس ہوئی زعفران ڈال دیں پھر چند قطرے کیوڑہ کے ڈال کر دم پر لگا دیں۔ پندرہ منٹ بعد اندر لیں۔ چاولوں کے آنے کا میٹھا ہلٹھوں میں ڈال لیں۔ ٹاریل کے چند ٹکڑے، بادام کی گریاں اور پستہ تھوڑے سے تھی میں تل کر میٹھے پر بکھار لگا دیں پھر چاندی کے ورق لگائیں۔

دریاری زردہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	ایک کلو	چینی	دو کلو
تھی	250 گرام	دودھ	125 گرام
کھویا	125 گرام	زعفران پس ہوئی	چائے کی ایک چمچی
کشمش	ایک بڑا چمچ	گری بادام	آٹھ عدد
پستہ کی گری	آٹھ عدد	آلاچی بزر	دس عدد

☆	☆	ایک بڑا بچہ	ناریل پسا ہوا
---	---	-------------	---------------

ترکیب: چاول صاف کر کے دو کلو پانی ڈال کر ایک کھلے منہ کے دیکھے میں آدھ کھنے کے لئے بھگو دیں۔ پانی نتھار کر دو سرے دیکھے میں سوا کلو تازہ پانی ڈال دیں اور چولے پر جزا دیں۔ جب پانی اٹھنے لگے تو بجھکے ہوئے چاول نچوڑ کر اس میں ڈال دیں۔ بڑے چھ (کفگیر) سے آہستہ آہستہ چاولوں کو ہلائیں تاکہ اوپر نیچے اور درمیان کے چاول یکساں ہوں۔ چاول پک کر ایک کٹی پر آجائیں تو سارا پانی نکال دیں اور چاولوں کو طشتری میں پھیلا دیں تاکہ پانی خشک ہو جائے۔ باداموں کی گریوں کو پانی میں بھگو دیں اور ان کا چھلکا اتار لیں۔ کشمش بھی بھگو لیں ناریل کتر لیں۔ ابلے ہوئے دودھ میں چینی کھول لیں اس میں کھویا مسل کر ڈال دیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکھے میں چاول، چینی، دودھ کھویا، زعفران، کشمش، بادام، پستہ اور ناریل ڈال دیں۔ چینی کا شیرہ بن جائے اور چاول پوری طرح گل جائیں تو ایک قرانی چین میں گھی ڈال کر سبز آلا تھیاں بھون لیں پھر ان کو چاولوں میں ڈال لیں اور ایک چھچھ کیوڑہ بھی ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر دم کے لئے رکھ دیں گھی اوپر آ جائے تو اتار لیں۔ چھو بارے دودھ میں ابال کر سجائیں۔ بادام اور پستے کی ہوائیاں چھڑک دیں ایک پیالی میں بالائی پھینٹ لیں اور اخروٹ کی گریاں ڈال دیں۔

زردہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	آدھ سیر	چینی	375 گرام
ماننے کا چھلکا ایک کڑا ہوا	ایک چھچ	گھی	250 گرام
کری بادام	30 گرام	ناریل	60 گرام
کشمش	30 گرام	اخروٹ	60 گرام
آلا تھی سبز	چھ عدد	زعفران پس ہوئی	ایک چٹکی

کیوڑہ	ایک بڑا چچہ	☆	☆
-------	-------------	---	---

ترکیب: چاول صاف کر کے کھلے منہ کے برتن میں پانی میں بھگو دیں۔ آدھے گھنٹے تک بھیکے رہنے دیں۔ پھر پانی نتھار کر رکھ دیں چینی میں آدھ کلو پانی ڈال کر چولیسے پر رکھ دیں اسے ہلکی آنچ پر پکائیں تاکہ چینی اچھی طرح حل ہو جائے۔ چینی کا پانی خشک ہو جائے شیرہ کی صورت میں بن جائے تو اتار لیں۔ کشمش کو صاف کر کے پانی میں بھگو دیں۔ گرم پانی میں بادام کی مگیاں بھگو دیں چھلکا نرم ہو جائے تو اتار لیں۔ ناریل باریک کتر لیں۔ اخروٹ کی گرمی دھو کر رکھ لیں۔ ایک کھلے منہ کے دھچے میں ایک سیر پانی ڈال کر چولیسے پر چڑھا دیں اور اس میں زعفران پسپی ہوئی ڈال دیں اور چچہ چنائیں ساتھ زردہ پکانے والا رنگ بھی ڈال دیں۔ پانی اٹنے لگے تو نتھارے ہوئے چاول ڈال دیں۔ بڑا چچہ (کنگنیر) آہستہ آہستہ دو تین مرتبہ چنائیں تاکہ تمام چاولوں کو یکساں آنچ لگے۔ جب تین کئی پر چاول پک جائیں تو چاولوں کو نکال کر کسی بڑی ٹرے میں پھیلا دیں تاکہ پانی خشک ہو جائے۔ ایک کھلے منہ کے بڑے دھچے میں تھی ڈال کر سبز آلائچیاں بھون لیں۔ بادام، اخروٹ، ناریل اور کشمش بھی ڈال لیں۔ مالنے کا چھلکا باریک کاٹ کر بھی ڈال لیں۔ جب میوہ اور چاشنی چمکنے لگے تو چاول ڈال دیں پھر ایک چچہ بڑا کیوڑہ کا ڈال کر دم پر رکھ دیں۔ پندرہ منٹ بعد زردہ تیار ہو جائے گا۔ اسے ہلیمٹوں میں نکال لیں اور چاندی کے ورق لگا کر پیش کریں۔

سفیدہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	آدھ کلو	چینی	375 گرام
تھی	200 گرام	آلائچی سبز	چھ عدد

ترکیب: ایک کلو پانی میں آدھ گھنٹہ تک چاول بھگو دیں۔ بڑے دھچے میں ایک کلو پانی اٹلنے کے لئے رکھ دیں دو سبز آلائچیاں اٹلتے ہوئے پانی میں ڈال دیں پھر چاول نتھار کر ڈال دیں۔ جب چاول تین کئی پر ابل جائیں تو اتار کر کسی بڑی ٹرے میں پھیلا دیں تاکہ تمام پانی خشک ہو جائے۔ چینی کو آدھ کلو پانی میں ڈال کر ہلکی آنچ پر رکھیں اور دھیمی آنچ پر پکھنے

دیں۔ چچہ چلاتی جائیں تاکہ چینی اچھی طرح حل ہو جائے اور شیرہ تیار ہو جائے۔ بادام کی گریاں اور کشمش پانی میں بھگو دیں اخروٹ کی گری بھی دھو لیں ناریل چھیل کر اس کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں۔ ایک کھلے منہ کے بڑے دیکچے میں جس کا پینڈہ بھاری ہو اس میں بادام، اخروٹ، آلاچی، لونگ کشمش اور ناریل کے ٹکڑے ڈال کر قل لیں اس بھار میں چاول ڈال دیں پھر چاشنی ڈال دیں اور کیوڑہ ڈال کر دم پر رکھ دیں۔ دس منٹ بعد اتار لیں۔ سفیدہ تیار ہے۔

شاہی زردہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	ایک کلو	تھی	375 گرام
چینی	750 گرام	گری بادام	80 گرام
کشمش	ایک جج	پست	آٹھ دانے
زعفران پس ہوئی	ایک چٹکی	آلاچی سبز	ایک درجن
زردے کارنگ	دو چٹکی	کیوڑہ	ایک بڑا جج

ترکیب: چاول صاف کر کے بھگو دیں۔ کشمش اور بادام پانی میں ڈالیں۔ بادام کا چھلکا جب نرم ہو جائے تو اتار لیں اور کشمش کے پھول جانے کا انتظار کریں۔ چاول سے دو گنا پانی یعنی دو لیٹر کسی کھلے منہ کے بڑے پتلے میں ڈالیں۔ اس میں چینی، زعفران، یا زردے کا رنگ ملا کر چولہے پر چڑھا دیں۔ پانی ابلنے لگے تو چاول نتھار کر ڈال دیں۔ کفگیر سے ایک دو بار ہلائیں تاکہ چاول ایک کئی سے کچیں اور ڈھک دیں پانی خشک ہو جائے تو دم پر رکھ دیں۔ پندرہ منٹ بعد اتار لیں۔ فرائی پین میں گھی گرم کریں۔ سبز آلاچیاں بھون لیں۔ پھر کشمش، پست اور بادام قل لیں چاولوں میں شامل کر کے اور کیوڑہ ڈال کر پانچ سات منٹ کے لئے دم پر لگا دیں۔ اتار کر حسب شوق ورق لگائیں۔ میوہ کی ہوائیاں چھڑکیں موسمی پھل کاٹ کر سجائیں۔

آلاتچی سبز	چھ عدد	لومک	چھ عدد
بیاز	پانچ عدد	نمک	حسب ذائقہ

ترکیب : چاولوں کو صاف کر کے آدھ گھنٹے تک بھگوئے رکھیں۔ بڑے منہ کے پیلے میں ایک لیٹر سے کچھ زیادہ ہی پانی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ پانی کھولنے لگے تو چاول نھار کر ڈال دیں کفگیر چلاتے رہیں۔ تاکہ چاول یکساں پکیں۔ جب چاول ایک کئی پک جائیں تو نچوڑ لیں۔ شیرہ گاڑھا ہونے تک چھچھ چلاتے رہیں۔ گوشت کو صاف کر کے چولہے پر چڑھا دیں۔ اس میں آدھ لیٹر پانی اور سبز آلائچیاں ڈال دیں۔ ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب بخنی 100 گرام رہ جائے تو اتار لیں۔ پیلے میں تھی گرم کریں۔ اس میں چند دانے سبز آلائچیاں، زعفران پست اور بادام ڈال کر بھونیں۔ پھر گوشت اور دہی ڈال کر بھونیں۔ جب دہی کی منک ختم ہو جائے اور گوشت کے ٹکڑے سرخ ہو جائیں تو نکال لیں اس تھی میں آدھے چاول پھیلا دیں۔ اوپر گوشت کے تے ہوئے ٹکڑے رکھ دیں باقی آدھے چاول اس تے اوپر ڈال دیں۔ اب بخنی ڈال دیں اور دودھ کا شیرہ ملا دیں۔ لیموں کا رس ملا کر ڈھکنا دے دیں۔ اب بخنی ڈال دیں اور دودھ کا شیرہ ملا دیں۔ لیموں کا رس ڈال کر ڈھکنا رکھ دیں اور دھیمی آنچ پر پکنے دیں۔ پانی خشک ہو جائے تو دم پر لگا دیں۔ طباق میں چاول کفّیہ سے پھیلا دیں۔ گوشت کی بوٹیاں نمایاں کر کے اوپر رکھ دیں۔ گھی میں تے ہوئے بادام پست اور ناریل کا بھنار لگائیں۔ دودھ میں ابالے ہوئے چھوہارے کاٹ کر اوپر سجائیں اور ورق بھی لگائیں ایک پیالے میں بالائی پھینٹ کر اوپر بچھا دیں۔ لذیذ تنجن تیار ہے۔

مرغ تنجن

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
مرغ کا گوشت	دو کلو	چاول	ایک کلو
چینی	آدھ کلو	گری بادام	60 گرام
شیرہ	300 گرام	پست	30 گرام
آلاتچی سبز	دس عدد	زعفران پسپی ہوئی	ایک چمچی

کیوڑہ	چار بڑے بچے	پیار	ایک عدد
لسن	چھ جوئے	خنگ دھیا	ایک چچ
سونف	ایک چنگی	کالی مرچ	ایک چنگی
دار چینی	ایک انچ لمبی	زیرہ	ایک چنگی
ادرک	ذرا سا	نمک	حسب ذائقہ
لیموں	بڑے دو عدد	☆	☆

ترکیب : چاول صاف کر کے ایک کھنٹے کے لئے بھگو دیں۔ ایک کھلے منہ کے بڑے دیکھے میں ڈیڑھ کلو پانی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں جب پانی کھولنے لگے تو چاول نتھار کر ڈال دیں اور کفگیر چلاتے رہیں۔ چاول جب دو کئی کے رو جائیں تو نیچوڑ لیں اور طشتری میں پھیلا دیں۔ بڑی ٹرے یا سوتی کپڑے پر پھیلا دیں تو زیادہ سوزوں رہے گا۔ کپڑے پر پھیلائے سے پانی جلد خشک ہو جائے گا۔ آدھ کلو چینی میں آدھ کلو پانی ڈال کر شیرہ تیار کریں۔ دو سری دیکھی میں ایک کلو پانی میں نمک برائے نام معمولی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ گرم سالہ، سوکھا دھیا اور سونف سفید صاف کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر پانی میں ڈال دیں۔ دھیمی آنچ پر پکنے دیں جب میں پچیس منٹوں بعد پانی پک کر نصف رہ جائے تو اتار لیں۔ کھلا سالہ پانی میں ڈال کر پکایا جائے تو بخنی کو چھاننا پڑتا ہے ایک کھلے منہ کے پتلے میں گھی ڈال کر آلاچی سبز بھون لیں جب بادامی رنگ ہو جائے تو مرغ کا گوشت ڈال دیں۔ اسے آہستہ آہستہ بھونیں۔ دس منٹوں تک بھوننے کے بعد گوشت میں چینی کا شیرہ ڈال دیں۔ جب پکنے لگے تو چاول ڈال دیں، ساتھ ہی بادام، پستہ، کشمش اور لیموں کا رس بھی شامل کر دیں۔ پانی خشک ہو جائے تو زعفران کو کیوڑے میں حل کر کے چھڑک دیں اور دم پر لگا دیں۔ پندرہ منٹ بعد اتار لیں۔ ایک بڑی ٹرے میں چاول نکال لیں انہیں کفگیر سے پھیلا دیں۔ پھر اسے ہلٹھوں میں نکال لیں۔ مرغ کی ہونیاں نمایاں کر کے اوپر رکھ دیں اور چاندی کے درق لگائیں۔ چار چھوٹے دودھ میں ابال کر اور کتر کر سجا دیں۔ ٹاریل کی ہوائیاں چھڑک دیں۔ ایک پیالے میں بالائی اور کھویا پھینٹ لیں۔ اگر پہلے کھویا گھی میں بھون لیں تو زیادہ سوزوں ہو گا۔ اس میں بادام، ہیمس کر ڈال دیں۔ ذرا سا کیوڑہ بھی چھڑک دیں۔ لذیذ مرغ تنجن کھانے کے لئے پیش کریں۔

نقصان ہو سکتا تو توڑ سکتے ہیں۔ ہاتھ سے لقمہ چھوٹ کر دسترخوان پر اگر گر جائے تو اسے چھوڑ دینا اسراف ہے بلکہ اسے اٹھا کر کھا لیجئے مگر اسے صاف کر لیں۔ لقمے چھوٹے چھوٹے اور خوب چبا کر کھائیں۔

دائیں ہاتھ سے کھانا کھائیں اور پانی پیئیں اور تین انگلیوں سے کھائیے۔ پانچوں انگلیوں سے کھانا گنواروں کا طریقہ ہے اور معیوب بھی، صرف کھانے پینے کی خصوصیت نہیں شریعت مطہرہ کو اکثر کلام داہنی جانب سے 'دائیں ہاتھ سے پسند ہیں۔ حدیث پاک میں ذکر موجود ہے کہ داہنے ہاتھ سے کھائے اور داہنے ہاتھ سے پیئے اور دائیں ہاتھ سے دے اور دائیں ہاتھ سے لے۔ کھانے کے دوران موت کا ذکر نہ کرے تاکہ دوسرے کی طبیعت میں بد مزگی نہ آئے اور خواہش کے باوجود بھوکے اٹھ بیٹھیں۔

جب کھانا ایک قسم کا ہو تو ایک جگہ سے اٹھائے ہر طرف ہاتھ نہ مارے۔ ہاں اگر طباق میں مختلف قسم کی چیزیں ہوں تو اوڑھنا حرام ہے کھانے کی اجازت ہے پھر بھی بے صبری کا مظاہرہ نہ کرے۔ بست گرم کھانا نہ کھائیں اس سے منہ جلتا ہے نہ کھانے پر پھونکیں ماریں نہ کھانے کو سونچیں، زیادہ گرم کھانا نقصان دہ بھی ہے اور اس سے سیری بھی حاصل نہیں ہوتی۔ کھانے میں عیب نہ نکالیں مرغوب ہو تو کھالیں ورنہ ہاتھ اٹھالیں۔ میاں بیوی میں جھگڑے کی ایک وجہ یہ بھی ہوتی ہے۔ دوست احباب یا گھر کے لوگ کھانا مل کر سب ایک ساتھ کھائیں تو اس میں برکت بھی ہوتی ہے۔ تھوڑا کھانا سب کو کفایت کرتا ہے اور برباد نہیں ہوتا۔

جب بیشتر مہمان اپنی اپنی پلیٹ میں کھانا لے چکیں تو مزید تامل کے بغیر انہیں کھانا شروع کر دینا چاہیے تاکہ انتظار میں ٹھنڈا نہ ہو جائے۔ اگر بچے کچھ سوجھ بوجھ رکھتے ہوں تو انہیں بھی چاہیے اس وقت تک انتظار کریں جب تک کہ مہمانوں کی اکثریت کھانا نہ لے لے۔ اگر بچے صرف اپنے والدین کے ساتھ کھا رہے ہیں تو صبح کے ناشتے کے سوا باقی اوقات میں چاہیے کہ اس وقت تک کھانا شروع نہ کریں جب تک کہ والدین بسم اللہ نہ کریں۔ البتہ والدین اگر انہیں کھانا شروع کرنے کی ہدایت دیں تو پہل کرنے میں کوئی مضائقہ نہیں۔ ایک شائستہ اور مہربان شوہر ناشتے کے سوا دیگر کھانوں کے اوقات میں خود کھانا شروع کرنے سے پہلے میز پر اپنی بیگم کا انتظار ضرور کرتا ہے کہ وہ کھانا اپنی پلیٹ میں پسٹ

آلو کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	250 گرام	دودھ	دو کلو
چینی	آدھ کلو	بالائی	250 گرام
آلاچی سبز	چھ عدد	گری بادام	60 گرام
گری پستہ	60 گرام	کیوڑہ	ایک بڑا چمچ
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : آلوؤں کو چھیل کر کدو کش کر لیں۔ ایک کھلے منہ کے دسپچے میں ڈال کر ہلکی آنچ پر رکھ دیں اور دسپچے کو بھاری ڈھکن سے ڈھانپ دیں۔ تاکہ بھاپ میں آلو اپنے پانی میں گل جائیں تو ایک مزید جوش دے کر اس میں سبز آلاچی پسے ہوئے آلو اور بالائی پھینٹ کر ڈال دیں۔ چمچ برابر چلاتی رہیں دودھ پک کر آدھا رہ جائے تو چینی ڈال دیں جب چینی اچھی طرح حل ہو جائے اور اس کا شیرہ بن جائے اور گاڑھا ہو کر جذب ہونے لگے تو بادام کتر کر ڈال دیں۔ چمچ چلاتی رہیں۔ اسی دوران یہ محلول فرنی کی صورت اختیار کرے گا تو کیوڑہ ڈال کر دم پر لگا دیں۔ ہلینٹوں میں فرنی اتار لیں اس پر چاندی کے ورق لگائیں۔ باریک کترے ہوئے بادام اور پستہ کی ہوائیاں اوپر پھیلا دیں۔

آم کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آم کا گودا	750 گرام	چینی	375 گرام
دودھ	ڈیڑھ کلو	بالائی	250 گرام
عادل	60 گرام	گری بادام	30 گرام

مکری پستہ	30 گرام	آلاپچی ہنز	آٹھ عدد
زعفران پسى ہوئی	آدمی چکی	کیوزہ	ایک بڑا چچہ

ترکیب : چاول صاف کر کے کھلے برتن میں چار گھنٹے کے لئے بھگو دیں پھر نتھار کر گرافینڈر سے یا صاف سل سے باریک چس لیں۔ آلاپچی کے دانے چس لیں۔ بالائی پھینٹ لیں۔ ایک کھلے منہ کے برتن میں یا بڑے دیکھے میں دودھ ڈال کر چولیسے پر چڑھا دیں آج دھیمی رکھیں ایک جوش آنے پر پسے ہوئے چاول ڈال دیں۔ پکنے لگے تو آم کا گودا 'بالائی' پسى ہوئی زعفران پسے ہوئے آلاپچی کے دانے اور چینی ڈال دیں اسے اچھی طرح حل کر لیں جب شیرہ بن جائے اور گاڑھا ہونے لگے تو یہ مخلول فرنی کی صورت اختیار کر لے گا پھر اس میں کیوزہ ڈال دیں اور چند منٹوں کے لئے ڈھکا رہنے دیں۔ پھر ہلینوں میں فرنی اتاریے اور چاندی کے ورق لگا دیں۔ بادام اور پستہ کی کئی ہوئی باریک گریاں فرنی کی ہلینوں پر بچھیا دیں۔

بادام کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میںھے بادام کی مری	250 گرام	چینی	375 گرام
دودھ	750 گرام	بالائی	250 گرام
چاول	60 گرام	پستہ کی مری	30 گرام
آلاپچی ہنز	آٹھ عدد	زعفران پسى ہوئی	آدمی چکی
کیوزہ	ایک بڑا چچہ	☆	☆

ترکیب : چاول صاف کر کے کھلے برتن میں چار گھنٹے کے لئے پانی میں بھگو دیں پھر گرافینڈر سے یا سل سے باریک چس لیں۔ بادام کی مری کو گرم پانی میں بھگو دیں نرم ہونے پر چھلکا اتار لیں اور اسے بھی باریک چس لیں۔ آلاپچی کے دانے چس لیں اور بالائی

پھینٹ لیں۔ ایک کھلے منہ کے بڑے دیکچے میں دودھ ڈال کر چولے پر چڑھا دیں۔ ایک جوش آجائے تو پے ہوئے چاول اور پیسی ہوئی آلاچیاں ڈال دیں۔ چچہ برابر چلاتی رہیں۔ تھوڑا پکنے لگے تو پے ہوئے بادام، پھینٹی ہوئی بالائی، اور پیسی ہوئی زعفران ڈال دیں جب پکنے کے قریب ہو تو چینی ڈال دیں اور چینی کو پوری طرح حل ہونے دیں اور اس کا شیرہ گاڑھا ہو جائے تو کیوڑہ ڈال کر دم پر لگا دیں۔ پھر چند منٹوں بعد فرنی ہلٹھوں میں نکال لیں اور اس پر چاندی کے ورق سجادیں اور پسا ہوا باریک پست پھیلا دیں ڈالتے کے لئے آم کا گودا ہلٹھوں کے گرد سجادیں۔

پستے کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری پست	125 گرام	دودھ	750 گرام
بالائی	250 گرام	چاول	60 گرام
گری بادام	30 گرام	آلاچی سبز	آٹھ عدد
چینی	375 گرام	زعفران پیسی ہوئی	آدھی چمکی
کیوڑہ	ایک بڑا بچ	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب : چاول صاف کر کے کھلے برتن میں چار گھنٹے تک پانی میں بھگو دیں پھر سل پر باریک پیس لیں۔ پست دھو کر چٹکوں سمیت پیس لیں بالائی پھینٹ لیں۔ آلاچی سبز کے دانے پیس لیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکچے میں دودھ ڈال کر چولے پر چڑھا دیں ایک جوش آجائے تو پے ہوئے چاول چولے پر چڑھا دیں چچہ چلاتی رہیں۔ دس منٹ تک پکا کر اس میں پسا ہوا پست، آلاچی کے پے ہوئے دانے، پیسی ہوئی زعفران اور پھینٹی ہوئی بالائی ڈال دیں دس منٹ پکنے کے بعد چینی ڈال دیں شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ ہلٹھوں میں ڈال کر ورق لگا دیں۔ اور بادام کی گریاں اور آلو بخارے کے قتلے سجا دیں۔

پھلوں کی فرنی

مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت
250 گرام	ناشپاتی	250 گرام	سیب
دو کلو	دودھ	چار عدد	کیلے
آدھ کلو	چینی	250 گرام	بالائی
30 گرام	گری پستہ	30 گرام	گری بادام
آدھی چٹکی	زعفران پس ہوئی	آٹھ عدد	آلاپچی سبز
☆	☆	ایک بڑا چمچ	کیوڑہ

ترکیب: سیب اور ناشپاتی چھیل کر کٹے کر لیں۔ کیلے کے چھلکے اتار کر موٹے قتلے کاٹ لیں۔ بالائی پھینٹ لیں سبز آلاپچی کے دانے پس لیں۔ ایک کھلے منہ کے بڑے دیکچے میں دودھ ڈال کر چولے پر چڑھا دیں۔ دھیمی آگ رکھیں۔ جب ایک جوش آجائے تو چینی، پے ہوئے آلاپچی کے دانے پھینٹی ہوئی بالائی، سیب اور ناشپاتی کے کٹے اور پس ہوئی زعفران ڈال دیں۔ چمچ چلاتی رہیں دودھ پک کر گاڑھا ہو جائے اور شیرہ کی صورت میں محلول تیار ہو جائے تو کیلے کے قتلے اور کیوڑہ ڈال دیں ذرا سا پک جائے تو دم پر لگا دیں۔ پانچ منٹوں بعد فرنی تیار ہو جائے گی اسے ہلینٹوں میں اتار لیں اور چاندی کے ورق لگا کر پیش کریں۔ پستہ اور بادام کی باریک کتری ہوئی گریاں سجا دیں۔

چاولوں کی فرنی

مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت
دو کلو	دودھ	60 گرام	پے ہوئے چاول
60 گرام	گری بادام	250 گرام	چینی

گری پست	30 گرام	آلاپنچی ہبز	دس عدد
کیوڑہ	حسب ضرورت	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب : اگر چاولوں کا پسا ہوا خشک آٹا میسر نہ آئے تو چاول دو گھنٹے تک پانی میں بھگوئے رکھیں پھر انہیں گرائنڈر سے یا سل پر اچھی طرح پیس لیں اور انہیں ململ کے کپڑے سے چھان کر تھوڑا سا دودھ بھی ملا دیں۔ پتیلی میں ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ چپچہ برابر چلاتی رہیں۔ ہاتھ روکنا نہیں چاہئے کیونکہ چاول کی گھٹلی بننے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ تھوڑی دیر بعد اس میں چینی ڈال دیں اور دھیمی آنچ رکھیں۔ چند منٹوں بعد یہ مخلول فرنی کی شکل میں بن جائے گا۔ اگر فرنی کو منی کے پیالوں میں چھوٹی ڈشوں میں ڈال دیں تو آسانی سے جم جائے گی۔ اب اس پر چاندی کے ورق لگائیں۔ بادام اور پستہ کی ہوائیاں چھڑک دیں۔

چھوہاروں کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چھوہارے	آدھ کلو	چینی	آدھ کلو
دودھ	ایک سیر	بالائی	250 گرام
چاول	60 گرام	گری بادام	30 گرام
کیوڑہ	ایک بڑا بچ	گری پستہ	30 گرام
زعفران پس ہوئی	ایک چنگی	آلاپنچی ہبز	آٹھ عدد

ترکیب : چھوہاروں کو دودھ میں پکالیں۔ گل جائیں تو گھٹلیاں نکال کر گرائنڈر سے یا سل پر پیس لیں۔ چاول صاف کر کے کھلے پانی میں چار گھنٹے بھگو دیں پھر نختار کر پیس لیں۔ بالائی پھینٹ لیں۔ آلاپنچی کے دانے پیس لیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکچے میں دودھ ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ دھیمی آنچ رکھیں۔ ایک جوش آ جائے تو پے ہوئے چاول ڈال دیں۔

چھچھ بھاتی جائیں۔ کپٹے گگے تو پے ہوئے چھوہارے ڈال دیں۔ پھر آلاچی کے پے ہوئے دانے پھینٹی ہوئی بالائی اور پسی ہوئی زعفران شامل کر لیں ذرا پک جائے تو چینی ڈال دیں۔ چھچھ چلاتی جائیں تاکہ چینی اچھی طرح حل ہو جائے۔ شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے تو کیوڑہ ڈال دیں اور دم پر لگا دیں۔ ہلٹھوں میں فرنی نکال لیں اس پر چاندی کے ورق لگا دیں۔ بادام اور پستہ سجا کر پیش کریں۔

سادہ فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	125 گرام	دودھ	ایک کلو
بالائی	250 گرام	چینی	آدھ کلو
گری بادام	60 گرام	گری پستہ	30 گرام
آلاچی ہنر	چار عدد	کیوڑہ	ایک بڑا جج
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	ہنر	ہنر

ترکیب: چاول صاف کر کے چار گھنٹے کے لئے کھلے برتن میں بھگو دیں پھر گرامنڈر سے یا سل پر باریک پس لیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکچے میں دودھ ڈال کر چولے پر چڑھا دیں۔ دھیمی آگ رکھیں ایک جوش آجائے تو باریک پے ہوئے چاول اور بالائی پھینٹ کر ڈال دیں۔ آلاچیاں بھی ڈال دیں چھچھ چلاتی رہیں ورنہ سٹھلی بن جائے گی ذرا پک جائے تو چینی ڈال دیں اور نیچے برابر چلاتی رہیں تاکہ چینی اچھی طرح حل ہو جائے۔ شیرہ گاڑھا ہو جائے اور چاول اچھی طرح حل ہو جائیں تو کیوڑہ ڈال دیں۔ ہلٹھوں میں نکال کر ورق لگائیں۔ پستہ اور بادام کی ہوائیاں بکھیر دیں۔

سوچی کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سوچی	125	چینی	375 گرام
دودھ	ایک کلو	بالائی	250 گرام
تھی	250 گرام	گری بادام	ایک چمٹاٹک
گری پستہ	30 گرام	آلاچی سبز	آٹھ عدد
کیوڑہ	ایک پرائیج	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: ایک کھلے منہ کے دیکھے میں تھی ڈال کر سبز آلاچی بھون لیں۔ پھر سوچی ڈال کر بھونیں جب سوچی بادامی رنگ میں آجائے اور خوشبو دینے لگے تو دودھ کو چینی میں ڈال کر حل کر لیں اور دیکھے میں ڈال دیں۔ دھیمی آگ پر پکائیں۔ چھچھ برابر چلاتی رہیں جب چینی کا پانی خشک ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو جائے اور سوچی حل ہو جائے تو بادام کتر کر ڈال دیں اور کیوڑہ شامل کر دیں جب یہ محلول مزے گاڑھا ہو جائے تو چند منٹوں کے لئے دم پر لگا دیں۔ سوچی کی فرنی تیار ہے اسے ہلٹھوں میں نکال لیں اور چاندی کے ورق لگا دیں۔ باریک کترا ہوا پستہ اس پر بکھیر دیں۔ مزید ڈالتے کے لئے کسی قسم کا تازہ پھل کاٹ کر سجا دیں۔

سوچیوں کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سوچیوں ہلکے	125 گرام	دودھ	دو کلو
چینی	250 گرام	تھی	200 گرام
گری بادام	آدھ چمٹاٹک	گری پستہ	30 گرام

آلاچی سبز	چھ عدد	چھوہارے	دس عدد
کیوڑہ	دو بڑے چمچ	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: کھئی میں سبز آلاچیاں ڈال کر بھون لیں پھر سویاں ڈال کر بھونیں جب ان کا رنگ سرخ ہو جائے تو اتار لیں۔ دودھ میں چھوہارے الگ برتن میں پکائیں یہاں تک کہ دودھ ڈیڑھ سیرہ جائے اب یہ دودھ سویوں کے اوپر ڈال دیں اور چینی بھی ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکنے دیں یہاں تک کہ دودھ خشک ہو جائے اور گاڑھا محلول بن جائے یہ محلول ہی سویوں کی فرنی ہے۔ پھر ہلینٹوں میں نکال لیں۔ اور چاندی کے ورق لگائیں۔ پست اور بادام کی گریاں باریک کاٹ کر اس پر پھیلا دیں۔

کھوئے کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کھویا	250 گرام	بالائی	250 گرام
دودھ	ڈیڑھ کلو	چاول	90 گرام
چینی	375 گرام	گری بادام	30 گرام
گری پست	30 گرام	آلاچی سبز	چھ عدد
کیوڑہ	ایک بڑا چمچ	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: چاول صاف کر کے کھلے پانی میں چار گھنٹوں کے لئے بھگو دیں پھر مقدار کر صاف سل پر باریک پیس لیں یا گرائنڈر سے پیس لیں۔ بالائی پھینٹ لیں۔ کھویا مسل کر بالائی میں پھینٹ لیں۔ سبز آلاچی کے پسے ہوئے دانے اور پیس ہوئی زعفران ملا دیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکچے میں دودھ ڈال کر چولہے پر رکھ دیں۔ دھیمی آگ جلائیں ایک جوش آ جائے تو پسے ہوئے چاول ڈال دیں۔ چمچ چلاتی جائیں۔ جب پکنے لگے تو کھویا، بالائی، زعفران، آلاچی کے پسے ہوئے دانے اور چینی ڈال دیں۔ چمچ چلاتی رہیں مزید پک جائے تو بادام کتر کر ڈال

دیں۔ شیرہ گاڑھا ہو جائے اور یہ محلول فرنی کی شکل میں آجائے تو کیوڑہ ڈال کر چند منٹوں کے لئے دم پر رکھ دیں پھر ہلٹھوں میں نکل کر چاندی کے ورق لگائیں اور اوپر کترا ہوا پست پھیلا دیں۔ انناس کے قتلے بھی سجا دیں۔ اور مسانوں کو لذیذ کھوئے کی فرنی پیش کریں۔

لذیذ فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ایک لیٹر	چاول	25 گرام
چینی	100 گرام	کشش	25 گرام
گری بادام	دس عدد	آلاچی ہبز	چار عدد
گری پست	آٹھ عدد	مغز	دو پچیس گرام
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: چاول صاف کر کے کھلے پانی میں چار گھنٹے کے لئے بھگو دیں پھر صاف سل پر یا گراسنڈر سے چس لیں۔ بادام کی گریاں گرم پانی میں بھگو کر چھلکا اتار لیں۔ ایک کھلے منٹ کے دیکچے میں دودھ ڈال کر چولے پر رکھ دیں۔ اس میں پسے ہوئے چاول ڈال کر کفگیر کے ساتھ پندرہ منٹ تک ہلکی آنچ پر پکائیں۔ پھر چینی اور آلاچی ڈال کر ملائیں۔ چند منٹوں تک پکانے کے بعد مغز اور کشش ڈال دیں اور اچھی طرح ملا دیں۔ پھر چولے سے اتار لیں اور کتری ہوئی بادام کی گریاں اور پست کی باریک ہوائیاں ورق پر بکھیر دیں۔

ناریل کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ناریل پسا ہوا	250 گرام	چینی	375 گرام
چاول	60 گرام	دودھ	750 گرام

ہالائی	250 گرام	پست	30 گرام
آلا پچی سبز	چھ عدد	زعفران پس ہوئی	آدمی چٹکی
کیوڑہ	ایک بڑا بیج	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: چاول صاف کر کے دو گھنٹے کے لئے پانی میں بھگو دیں۔ ناریل چھیل کر کدو کش کر لیں اور ایک کھلے منہ کے بڑے دھچکے میں ڈال دیں۔ اندازے سے تھوڑا پانی ڈال دیں۔ چولہے پر دھبی آگ سے پکائیں۔ گل جائے تو اتار کر گرائنڈر سے یا صاف سل پر چیں لیں۔ پھر دھچکے میں دودھ ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر پکنے دیں۔ ایک جوش آجائے تو آلا پچیوں کے دانے چیں کر ڈال دیں اور ساتھ ہی پسے ہوئے چاول ڈال دیں۔ چھپے چلاتی رہیں۔ جب پکنے لگے تو پسہ ہوا ناریل اور پسہ ہوئی زعفران شامل کر دیں پھر ہالائی پھینٹ کر ڈال دیں۔ پانچ منٹوں بعد چینی ڈال دیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے اور محلول فرنی کی شکل میں نمودار ہو جائے تو کیوڑہ ڈال کر چند منٹوں کے لئے رکھ دیں۔ ہلیٹھوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں اور لپسا ہوا سبز پست سجا دیں۔

نشاستے اور کھوئے کی فرنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ڈھائی کلو	نشاستہ	کھانے کے چھ بیج
کھویا	250 گرام	گری بادام	60 گرام
گری پست	60 گرام	چینی	ایک پاؤ
کیوڑہ	دو بڑے بیج	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: دودھ ایک کھلے منہ کی بڑی دھچکی میں ڈال کر پکنے کے لئے رکھ دیں جب دودھ دو کلو رہ جائے تو اس میں نشاستہ ملا دیں۔ نشاستہ کو نیم گرم پانی میں پہلے خوب حل کر لیں پھر پتے ہوئے دودھ میں ملا دیں اور نیچے چلاتی رہیں تاکہ گھٹلی نہ بنے پائے۔ پانچ منٹ

امرود کی جیلی-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
امرود	ایک کلو گرام	چینی	500 گرام
ٹائری پسی ہوئی	ایک چٹکی	کھانے کا رنگ	کوئی سا ذرا سا
پانی	حسب ضرورت		

ترکیب: کچے امرود دھو کر باریک کتر لیں۔ دیکھی میں ڈال کر ایک لیٹر پانی ڈال دیں۔ دھیمی آنچ پر رکھ کر پکائیں جب امرود اچھی طرح گل جائیں تو انہیں کسی باریک کپڑے میں ڈال کر پونلی باندھ لیں۔ پونلی کو لٹکا کر اس کے نیچے برتن رکھ دیں۔ تاکہ اس میں امرود کا پانی نہک نہک کر جمع ہوتا رہے۔ پندرہ گھنٹے تک امرود کا جتنا پانی اکٹھا ہو اس میں چینی رنگ اور ٹائری ملا دیں اور دھیمی آنچ پر پکائیں۔ چاشنی تیار ہو جائے تو اس میں امرود کے ٹکڑے ڈال کر کچھ دیر اور پکائیں۔ پھر اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے پر بوتلوں میں محفوظ کر لیں۔

امرود کی جیلی-2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
امرود	ایک کلو	کانڈی لیموں	چار عدد
چینی	حسب ضرورت	کھانے کا رنگ	گلابی

ترکیب: امرودوں کو اچھی طرح دھو کر کاٹ لیں۔ شیل کی بڑی دیکھی میں ابل لیں۔ کچھ وقت تک پکنے کے بعد اس میں لیموں کا رس نہجوڑ دیں۔ اور اس کو چھج سے کچل کر اس رس کا وزن تول لیں اور اس وزن کے برابر اس میں چینی ملا کر شیل کے چھج سے ہلاتے رہیں اور تیز آگ پر پکاتے رہیں۔ اتنا خیال رہے کہ تہہ میں بیٹھنے نہ پائے۔ جب پکتے پکتے یہ مرکب گاڑھا ہو کر جھنے کی حالت میں آجائے تو اسے آگ سے اتار کر خشک بوتلوں میں بھر کر رکھ دیں یہ مرکب ہی جیلی ہے اب یہ امرود کی ذائقے دار جیلی استعمال کے لئے تیار ہے۔

اخروٹ کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
اخروٹ	250 گرام	تھی	125 گرام
تازہ دودھ	500 گرام	میدہ	125 گرام
چینی	500 گرام	سجک	62 گرام
مسالہ پاؤڈر	چائے کا آدھا چمچ	ٹازی پاؤڈر	چائے کا آدھا چمچ
پھنکری	چائے 3/4 چمچ	پسے ہوئے بلوام	2 چائے کے بیج

ترکیب: میدہ اور سجک ایک کپ مقدار میں ٹھنڈے دودھ میں گھول لیں اور اچھی طرح چمچ سے ہلائیں اور باقی دودھ بھی شامل کر لیں اور اچھی طرح ہلائیں۔ اس آمیزے کو ایک کھلے منہ کی دیکھی میں ڈال کر چولے پر پکنے کے لئے رکھ دیں جب دودھ پانی چھوڑ دے تو آگ سے نیچے اتار لیں۔ تھوڑی دیر ٹھنڈا کریں پھر چولے پر تیز آگ سے پکائیں۔ اب آدھا گھی یعنی 63 گرام گھی شامل کریں اور پکائیں۔ یہاں تک کہ پانی آدھا رہ جائے اب دو کھانے کے چمچ چینی ملائیں اور چھ سے آٹھ گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ اگلے دن پھر اسے چولے پر چڑھائیں یہاں تک کہ اس کا پانی خشک ہو جائے اور رنگت براؤن ہو جائے۔ پھر بقیہ گھی شامل کر لیں اور مسالہ پاؤڈر ڈال دیں ساتھ اخروٹ کی مگیاں بھی ملا دیں۔ جم جانے پر چوکور ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

ادریک کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ادریک	ایک کلو گرام	تھی	ایک لیٹر
چینی	دو کلو گرام	گوز	250 کلو گرام

اس جیلی کو رنگین بنانے کے لئے کھانے کا گلابی رنگ ملا دیں۔

بادام کی جیلی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بادام کی گریاں	125 گرام	دودھ	125 گرام
چینی	125 گرام	پانی	125 گرام
اگر اگر (چائیز جیلانین)	125 گرام	ایسنس بادام	چند قطرے

ترکیب: بادام کی گریاں چند گھنٹوں کے لئے پانی میں بھگو دیں۔ پھر انہیں چھیل لیں۔ بادام کی ان گریوں کو گرائنڈر سے پیس لیں اور پانی ڈال کر ساس پان میں ڈال دیں پھر چولہے پر رکھ دیں۔ چچہ آہستہ آہستہ چلاتے رہیں تاکہ گریوں کا یہ محلول نیچے بیٹھ نہ جائے کھولنے لگے تو اس میں چینی ڈال دیں۔ جب پک کر آدھا رہ جائے تو اس میں دودھ ڈال دیں اور پانچ منٹ مزید کھولنے دیں۔ اب اس میں اگر اگر ملا دیں اور چچہ مسلسل چلاتے رہیں خوب گاڑھا ہو جائے تو ایسنس ڈال کر اتار لیں۔ اور چھوٹی چھوٹی رکابیوں میں ڈال لیں۔ ٹھنڈی ہو کر جم جائے تو استعمال کریں۔ اگر اگر چائیز جیلانین بڑے جنرل سٹور سے دستیاب ہو جاتی ہے۔

سیب کی جیلی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سیب	ایک کلو گرام	شہد	کھانے کے تین بڑے بچے
کھن	تین گرام	گازمی کریم	250 گرام
جیلی	ایک بڑا چمچ		

ترکیب: سیب چھیل کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیں بیج نکال کر پھینک دیں۔ کھن پکھلا کر اس میں کھانے کے تین چمچ پانی اور سیب کے ٹکڑے ڈال دیں۔ اور پکائیں آٹھ

دھبی رکھیں ٹکڑے گل جائیں تو چمچ سے خوب پھل کر دھبی آٹھ پر پکائیں۔ تھوڑی دیر بعد اتار کر ٹھنڈا کرنے کے لئے چھوڑ دیں۔ پانی میں جیلی کو حل کر کے اس میں شد ملائیں پھر سیب ملا کر اوپر کریم کی تہہ بنائیں اور فریج میں رکھ دیں۔

شد کی جیلی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
شد	کھانے کے تین چمچے	لیموں کا رس	1/4 پیال
سنگترے کا رس	2/3 پیال	جیلی	ڈیڑھ بڑا چمچ
اسٹرابیری	حسب ضرورت	کیلا	ایک عدد
سنگترہ	ایک عدد	گرم پانی	2/3 پیال
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : عمدہ قسم کے کیلے اور سنگترے منتخب کریں کیلے چھیل کر ٹکڑے کر لیں سنگترہ چھیل کر اس کی پھانکیں الگ کر کے دو دو ٹکڑے کر لیں۔ شد میں لیموں اور سنگترے کا رس ملا دیں۔ اب گرم پانی میں جیلی گھول لیں اور اس میں پھلوں کے رس والا شد اچھی طرح ملا دیں۔ اسٹرابیری، سنگترے اور کیلے کے تھلے بھی اس میں ملا کر فریج میں رکھ دیں۔ ٹھنڈی ہونے پر استعمال کریں۔

کیلے کی جیلی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے کا گودا	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : عمدہ پکے ہوئے کیلے چھیل کر الگ کرتے جائیں حتیٰ کہ ان کا وزن ایک کلو

ہو جائے کیلے کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں۔ ٹکڑوں کو اندازاً ایک لیٹر پانی میں ڈال کر محض بھر پکائیں۔ اتنی دیر میں گودا پک کر خاصا نرم ہو جائے گا گودے کو کپڑے سے چھان لیں۔ اب گودے کو چینی سمیت کسی تام چینی کے برتن میں ڈال کر پکائیں۔ چمچ مسلسل چلاتے رہیں۔ ایک محض بعد کیلے اور چینی یکجان ہو کر جیلی کی شکل اختیار کر لیں گے ابھی جیلی کچھ گرم ہی ہو تو اسے برتنوں میں بھر لیں۔

منقہ کی جیلی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
منقہ	ایک کلو گرام	چینی	650 گرام
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: منقہ اچھی طرح دھو لیں اور ان کے ڈنشل وغیرہ صاف کر لیں اب منقہ کو پانی میں ڈال کر ابل لیں۔ پھر پانی سے نکال کر اس میں چینی ملا کر پکائیں۔ چمچ مسلسل چلاتے رہیں تاکہ مرکب دیکھی میں نکلنے نہ پائے اچھی طرح جب منقہ اور چینی یکجان ہو جائیں اور گاڑھی شکل اختیار کر لیں اتار لیں اور نیم گرم ہی بوتلوں میں بھر لیں۔

آلو بخارہ کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو بخارہ کا گودا	سو گرام	چینی	سو گرام
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: آلو بخارے دھو کر چھلکا اتار لیں۔ پانی میں ڈال کر پکائیں۔ جب گل جائیں تو انہیں خوب گھوٹ لیں اور گھٹلیاں نکال کر پھینک دیں۔ اب گودے کو چھان لیں۔ چینی میں تھوڑا سا پانی ڈال کر چولہے پر رکھ دیں۔ چینی حل ہو جائے اور شیرہ بننے لگے تو اس میں آلو بخارے کا گودا ڈال دیں۔ درمیانی آنچ رکھیں۔ چمچہ ہلاتے رہیں شیرہ گاڑھا ہونے پر اتار لیں یہی آلو بخارے کا جام ہے۔ گرم شیرہ کو صاف بوتلوں میں ڈال لیں۔

امروہ کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
امروہ کا گودا	ایک کلو	چینی	ایک کلو
لیموں	دو عدد	☆	☆

ترکیب: اچھی قسم کے امروہ اچھی طرح دھو کر چھیل لیں۔ بیج والا حصہ نکال دیں یعنی صرف خالص گودا رہ جائے۔ گودے کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں اور نصف مقدار پانی میں پکائیں۔ جب گودا گداڑ ہو جائے تو گودے کے ہم وزن چینی کی مقدار ڈال دیں اور تھوڑا سا لیموں کا رس بھی شامل کر دیں۔ مرکب جب تک گاڑھا نہ ہو جائے پکاتے رہیں۔ جب آمیزہ گاڑھی چاشنی کی شکل اختیار کرے اسے ڈبوں میں یا بوتلوں میں بھر دیں یہی امروہ کا جام ہے ہر ڈبہ میں جام کے اوپر ملک پیرافین ڈال دیں اس کے بعد ڈبوں سے منہ بند کر دیں۔

املی کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
املی	ایک کلو	چینی	دو کلو

ترکیب : املی کو اچھی طرح تھوڑے پانی میں دھو کر صاف کر لیں پھر اس کے چاروں طرف سے ریٹھ صاف کر کے املی کو دو سرے پانی میں ڈبوئے رکھیں پھر املی کے گودے سے ان کی گھٹلیاں نکال کر ان کو کسی سٹیل یا ایلوئیم کی کیتلی میں ہلکی آنچ پر پکائیں۔ پکتے وقت اس مرکب کو برابر جچے سے ہلاتے رہیں پکتے پکتے جب یہ محلول گاڑھا ہو جائے تو اسے آگ پر سے اتار کر ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں پھر جام کو کھلے منہ کی بوتلوں میں بھر کر ڈسٹکن تختی سے بند کر دیں اب یہ املی کا کھانا میٹھا جام تیار ہے۔

انجیر کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انجیر کا گودا	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام
سڑک اہلہ	چھ گرام	☆	☆

ترکیب : مکمل پختہ اور عمدہ قسم کے انجیر منتخب کریں اور انہیں دھو کر اچھی طرح صاف کر لیں تاکہ انجیر مٹی اور دیگر مضر اثرات سے پاک ہو جائیں انجیروں کو صاف کپڑے سے پونچھ کر یا کھلی ہوا میں رکھ کر پانی خشک کر لیں انجیروں کو کسی دیکھی میں ڈالیں اور دیکھی کو خوب گرم کریں تاکہ انجیریں نرم پڑ جائیں انجیروں کا مشین کے ذریعے یا ملل کے کپڑے میں دبا کر گودا الگ کر لیں۔ گودے میں چینی اور سڑک اہلہ ڈال کر پکائیں اسے اتنا ابالیں کہ انجیر کا اپنا پانی خشک ہو جائے اور سارا مرکب جام کی شکل اختیار کر لے جام کو صاف ستھرے مرتبان میں یا بوتلوں میں 190 درجہ فارن ہائٹ پر ڈال کر مضبوطی سے بند کر دیں۔

انناس کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انناس	ایک کلو	چینی	800 گرام
سائٹرک ایسلڈ	دو گرام	ایسنس	تھوڑا سا
پانی	300 ملی میٹر	زرد رنگ	تھوڑا سا

ترکیب: انناس چھیل لیں اور گودے کو کاٹ لیں اور اس کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے بنالیں۔ اگر انناس دستیاب نہ ہو تو بڑے سٹوروں پر انناس بند ڈبوں میں مل جاتا ہے۔ ایک کلو وزن کے گودے کے لئے ڈبوں میں بند انناس خرید لیں۔ انناس کے ٹکڑوں میں پانی ڈال کر اسے آگ پر پکائیں۔ جب انناس کے ٹکڑے پک جائیں تو اس میں سائٹرک ایسلڈ اور زرد رنگ ملا دیں۔ پھر چینی ڈال کر چمچہ ہلاتے رہیں۔ چند منٹوں بعد مرکب تیار ہو جائے گا اسے اتار کر ٹھنڈا ہونے کو رکھ دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر اس میں ایسنس ملا کر صاف خشک بوتلوں میں بھر دیں۔ یہ انناس کا خوشبودار لذیذ جام ہے۔

انناس اور خربوزے کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انناس (قاشیں)	نصف کلو گرام	خربوزہ (قاشیں)	دو کلو گرام
چینی	تین کلو گرام	لیموں کارس	کھانے کے چھ چمچے

ترکیب: خربوزے چھیل کر قاشیں بنالیں اور انناس کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے ساتھ ملا کر پکنے کے لئے ایک بڑی دیکھی میں ڈال کر چولہے پر رکھ دیں دھیمی آگ پر ان کے پانی میں پکنے دیں جب گل جائیں تو گھوٹ لیں اور لیموں کارس شامل کر دیں ساتھ چینی بھی ڈال دیں جب چینی حل ہو جائے تو آگ تیز کر دیں گاڑھا شیرہ جام کی شکل میں بن جائے گا پھر

اسے بوتلوں میں بند کر کے محفوظ کر لیں۔

نماثر کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
نماز	500 گرام	چینی	500 گرام
لیموں	دو عدد	☆	☆

ترکیب: اچھی قسم کے یکساں کپے ہوئے نماز لے کر دھو لیں۔ نمازوں کو معمولی گرم پانی میں ڈال دیں اور اگر سخت نماز ہوں تو چند منٹوں کے لئے ابال لیں پھر ان کے چھلکے اتار لیں۔ نماز کے گودے کو مسل کر خوب پھینیں۔ پھر اس میں چینی ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر پکائیں۔ چمچ چلاتے رہیں جب نماز کا پانی خشک ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ لیموں کا عرق نچوڑ کر بیج نکال دیں اور اسے جام میں ملا دیں صاف اور خشک بوتلوں میں بھر لیں۔

نماز اور سیب کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
نماز	500 گرام	چینی	450 گرام
لیموں کا رس	کھانے کے دو پیچھے	چھلکا	ایک لیموں کا
سیب (بزر)	سو گرام	☆	☆

ترکیب: سیب چھیل لیں۔ عمدہ سرخ نماز بھی دھو لیں۔ نماز مع سیب کا چھلکا اور لیموں کا رس تھوڑے سے پانی میں ڈال کر ابال لیں۔ گل جائیں تو سیب کے چھلکے نکال کر الگ کر لیں۔ نماز کا عرق چھان لیں۔ لیموں کے چھلکے باریک کتر لیں۔ اب نماز کے رس میں لیموں کے چھلکے کی کترن، لیموں کا رس اور سیب کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے (بغیر بیج کے) ڈال دیں۔

پکائیں۔ چھج بلا تے رہیں جب سیب گل جائیں تو اچھی طرح گھوٹ لیں اور یکجان کر لیں جب جام گاڑھا ہو جائے تو آج تیز کر دیں۔ سطح پر جھلی نظر آنے لگے تو جام کو بوتلوں میں محفوظ کر لیں۔

جامن کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کالے جامن کا گودا	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : پکے ہوئے بہترین قسم کے کالے جامن منتخب کریں۔ جامنوں کو پانی سے اچھی طرح دھو کر صاف کر لیں اور انہیں تھوڑے سے پانی میں ڈال کر ابال لیں۔ جامن ابل جائیں تو پانی سے نکال لیں۔ سچ سے گودا الگ کر لیں۔ گودے کا وزن ایک کلو ہونا چاہئے۔ اب گودے میں ایک کلو چینی ڈال کر پکائیں اور چھچچ برابر چلاتے رہیں جب جامن کا اپنا پانی خشک ہو جائے اور شیرہ تیار ہو جائے تو جام کو آگ پر سے اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے پر بوتلوں میں بھر لیں۔

خوبانی کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
خوبانی اچھی قسم	ایک کلو	چینی	750 گرام
گلوکوز	250 گرام	ٹائٹریک ایسڈ	تین گرام

ترکیب : خوبانی کو تازے پانی سے اچھی طرح دھو لیں اور چاقو سے اس کی گھٹلیاں نکال لیں اور پھل کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں۔ اگر پھل ترش ہو تو اس کے ہم وزن چینی ملا دیں۔ اگر خوبانی میٹھی ہو تو ایک کلو پھل میں 750 گرام کے حساب سے چینی

ڈال دیں پھر ٹکڑی کے تپے سے دونوں کو خوب ملائیں اور نصف گھنٹہ تک پزارہنے دیں تاکہ پانی بالکل نکل جائے اور چینی اور پھل مکمل مل جائیں۔ اگر پھل سخت ہو تو پھل کو پہلے ابل لیں پھر چینی ملائیں اور ان کو آگ پر پکائیں جب پک جائے تو آگ سے اتار کر گرم گرم حالت میں صاف بوتلوں میں بھر لیں۔ اور ٹھنڈی جگہ پر رکھ دیں۔

خشک خوبانی کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
خوبانی خشک	225 گرام	چینی	775 گرام
لیموں کارس	کھانے کا ایک چمچ	پانی	1150 ملی لیٹر

ترکیب: خوبانی دھو کر صاف کر لیں۔ گھٹلی پھیٹک دیں اور پانی میں ڈال کر اتا پکائیں کہ اچھی طرح گل جائیں اس میں لیموں کارس ڈال کر چمچ چلاتے رہیں۔ گاڑھا ہو جائے تو چینی ملا دیں اور خوب چمچ چلائیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہو جائے تو چمچ چلاتا روک دیں اور آٹھ تیز کر کے چھوڑ دیں۔ جھلی نظر آنے لگے تو جام کو صاف بوتلوں میں بھر لیں۔

سیب کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سرخ سیب	دو کلو	چینی	ایک کلو
گلوکوز	نصف کلو	ٹائٹرک ایسڈ	5 گرام

ترکیب: سیب دھو کر چھیل لیں اندر سے بیج اور سخت حصہ نکل لیں۔ سیب سے بیج اور سخت حصہ نکالنے کی گول چھری بازار میں دستیاب ہے اس سے بیج اور سخت حصہ سیب کاٹنے سے پہلے ہی آسانی سے نکل آتا ہے۔ سیب کو ٹکڑوں میں کاٹ لیں اور ایک کلو پانی میں ابل لیں۔ حتیٰ کہ سارا پانی خشک ہو جائے پھر اس میں ایک کلو چینی ڈال کر پکائیں۔ جب شیرہ

گاڑھا ہو جائے تو یہ جام کی صورت میں نمودار ہو جائے گا پھر اس میں ٹائٹرک ایسڈ شامل کر دیں۔ اسے بالکل ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں بھر دیں۔

کنو کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کنو'ینٹھا	تین درجن	چینی	ایک کلو
پانی	آدھ کلو	پیلا رنگ	رتی کے برابر

ترکیب : چینی کو پانی میں ملا کر خوب پکائیں۔ جب پک کر چاشنی بن جائے تو اسے اتار لیں۔ اب کنو کو چھیل کر اس کا رس نکال لیں اور اسے باریک کپڑے سے چھان لیں پھر یہ رس چاشنی میں ملا دیں اور چاشنی کو دوبارہ چولہے پر چڑھا دیں اور پانچ منٹ پکانے کے بعد اتار لیں اور اس میں حسب پسند رنگ ملا لیں۔ اکثر زردے کا رنگ ڈالا جاتا ہے پھر ٹھنڈا ہونے پر بوتلوں میں بھر لیں۔

گریپ فروٹ کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گریپ فروٹ درمیانہ	چھ عدد	سیب کا رس	ایک پائٹ
مالنے کا رس	ایک پائٹ	چینی	ایک کلو

ترکیب : گریپ فروٹ کا چھلکا اتار لیں اور اس کا سفید جالا اچھی طرح اتار لیں پھر پھل کو ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ اس کے بیج نکال دیں ایک برتن میں ایک پائٹ سیب کا رس ایک پائٹ مالنے کا رس اور ایک کلو چینی ڈال دیں اور ان کو بغیر گرم کئے اچھی طرح حل کر لیں کہ یہ آمیزہ ایک صاف شربت سا بن جائے۔ پھر اس کو دھیمی آنچ پر دس منٹوں کے لئے ابالیں پھر گریپ فروٹ کے ٹکڑے ڈال دیں اور بیس منٹ کے لئے آگ پر پکائیں۔ اب مرکب گاڑھا ہو جائے گا جو جام کی صورت میں دکھائے دے گا اسے بوتلوں میں محفوظ کر

پست	125 گرام	کھویا	250 کلو گرام
سونی	250 کلو گرام	بادام	125 گرام

ترکیب: تازہ اور کچھیل کر باریک ہیں لیں۔ ایک دیکھی میں ڈھائی لی لیٹر تھی ڈال کر چولے پر رکھ دیں اور گرم کریں۔ گرم تھی میں دس عدد سبز آلاچی ڈال کر سرخ کر لیں۔ پھر سوچی ڈال کر بادامی رنگ میں لے آئیں۔ ایک دو سری دیکھی میں (75) لی لیٹر تھی ڈال کر اور ک بھون لیں اور بادامی کر لیں۔ اب گڑ ملا دیں۔ گڑ پکھل جائے تو سوچی ڈال دیں اور چھچھ چلاتی جائیں۔ پانچ منٹ بعد چینی ڈال دیں۔ جب سارا آمیزہ مخلول کی صورت اختیار کر لے اور حلوے کی صورت میں پکنے لگے تو بادام اور پست چھیل کر باریک ہیں کر ڈال دیں۔ حلوہ تیار ہے۔

ادرک اور بادام کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ادرک	آدھ کلو	بادام کی گریاں	250 گرام
چینی	آدھ کلو	تھی	375 گرام
خشخاش	125 گرام	کشمش	حسب ذائقہ
کھوپرا	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: ادرک کو چھیل کر صاف کر لیں۔ بادام کی گریوں کو گرم پانی میں بھگو دیں۔ چند منٹوں بعد گریوں سے چھلکے اتار لیں۔ خشخاش کو صاف کر کے پانی میں بھگو دیں۔ ان تینوں چیزوں کو یعنی ادرک، بادام کی گریوں اور خشخاش کو الگ الگ سل پر ہیں لیں۔ پیسنے سے پہلے سل کو اچھی طرح پانی سے دھو کر صاف کر لیں۔ اسی آمیزے کو ایک کڑائی میں ڈال کر چولے پر چڑھا دیں اور بجلی آنچ پر پکنے دیں۔ اس دوران بڑا چھچھ یا کفیر برابر چلاتی رہیں تاکہ مخلول اچھی طرح قفل جائے اور کڑائی سے نہ لگے۔ اچھی طرح پک جائے تو آمیس چینی، کشمش اور کترا ہوا کھوپرا ڈال دیں۔ جب پکتے پکتے اس میں سوندھی سوندھی سی

مالٹے کا جام

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
مالٹے پتلے چھلکے والے	بارہ عدد	جینی	مالٹے کے گوبے کے ہم وزن

ترکیب: پتلے چھلکے والے ایک درجن مالٹے لیں۔ کانٹے کے ساتھ ان کو چاروں طرف سے چھید کر لیں۔ ایک برتن میں ٹھنڈا پانی ڈال کر تین روز کے لئے ان کو ڈبو کر رکھیں۔ دن میں دو بار پانی بدلتے رہیں۔ تیسرے دن ان کو کافی پانی میں آگ پر دھیمی آنچ سے پکائیں جس سے مالٹے نرم ہو جائیں گے۔ ان کو نکال کر ایک رات کے لئے ٹھنڈے پانی میں رکھیں۔ پھر ہر مالٹے کے چھ نکوے کاٹ لیں اور بیج نکال لیں اور ایک پکانے والے برتن میں ڈال دیں پھر اتنی مقدار میں جینی ملا دیں اور بالکی آنچ پر پکائیں۔ تھوڑی دیر بعد یہ گاڑھا قوام بن جائے گا واضح رہے کہ باریک چھلکوں والے مالٹوں کے چھلکے نہیں اتارنے ہی گلے ہوئے یعنی پکے ہوئے چھلکے جام میں لذت دیں گے۔

پھلوں کا مار سلیمٹ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ماننے کا رس	1/4 لیٹر سے کچھ ذائقہ	لیموں کا رس	1/4 لیٹر
گرہ پ فروٹ کا رس	1/4 لیٹر	چینی	دو کلو گرام
پانی	850 ملی لیٹر	☆	☆

ترکیب: پھلوں کو دھو لیں۔ رس نکل کر چھان لیں۔ ماننے کے چھلکے باریک کاٹ لیں۔ پانی میں پھلوں کا گودا اور ماننے کا چھلکا ڈال کر خوب پکائیں۔ جب گودے اور چھلکے خوب گل جائیں تو نچوڑ کر نکال لیں۔ پانی چھان لیں اب اس پانی میں پھلوں کا رس ڈال دیں گودے سے ماننے کا چھلکا الگ کر کے انہیں بھی رس میں ڈال دیں اور تیز آنچ پر پکائیں اور اس میں چینی ڈال دیں۔ دھیمی آگ پر چھپ چلاتے جائیں۔ گاڑھا ہونے پر یہ مخلول مار سلیمٹ کی صورت میں نمودار ہو گا۔

سگترے کا مار سلیمٹ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سگترے	تین عدد	چینی	ضرورت کے مطابق
نمک	تھوڑا سا	پانی	تین لیٹر

ترکیب: سگتروں کا چھلکا اتار لیں اور اس کے بیج نکال دیں۔ سگترے کے چھلکوں کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ سگترے کی پھانکیں بھی چھوٹی چھوٹی کاٹ لیں۔ اب سگترے کی پھانکیوں کو پانی میں ڈال کر ایک گھنٹہ کے لئے اہال لیں۔ اہالنے کے بعد ایک پتلے کپڑے سے سگترے کا رس نچوڑ کر نکال لیں۔ پھر اس نچوڑے ہوئے رس کو اچھی طرح پکائیں جب دو تین اہال آجائیں تو چینی گرم پانی میں حل کر کے اس میں ڈال دیں۔ نیچے

چلاتے رہیں ایسا کرنے اس میں گھنٹیں نہیں پڑیں گی۔ اس دوران اس میں نمک ملا کر اسے پھر سے پکائیں۔ اب دوبارہ پکتی ہوئی چاشنی میں شگتروں کے چھلکوں کے ٹکڑے ملا دیں۔ پکاتے ہوئے لکڑی کے چچہ سے ہلاتے رہیں چند منٹوں بعد پکتے پکتے جب یہ محلول خوب گاڑھا ہو جائے گا اور جیلی جیسی گاڑھی چاشنی بن کر تیار ہو جائے تو اسے ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں بھر دیں۔

گاجر کا مارملیٹ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گاجر کدو کش کی ہوئی	ایک کپ	لیموں	دو کپ
مانا	ایک کپ	پھنی	ایک کپ

ترکیب: اچھی قسم کی سرخ گاجریں لے کر دھو لیں انہیں چھیل کر کدو کش کر لیں۔ مانا چھیل کر اس کا رس نکال لیں۔ لیموں کا بھی رس نکال لیں۔ دونوں کے رس کا وزن ایک اور دو کپ ہو۔ پھلوں کے اس رس کو چھان لیں اب اس میں گاجریں ڈال کر آگ پر خوب گھالیں گاجریں گلنے پر گھوٹ کر اس میں پھنی تیز گرم کر کے ڈال دیں۔ ہلکی آنچ رکھیں اور خوب ملائیں جب گاڑھا ہو جائے تو چچہ چلاتا روک لیں۔ جلی نظر آنے لگے تو بوتلوں میں بھر کر ڈھکنا بند کر دیں۔

گریپ فروٹ کا مارملیٹ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گریپ فروٹ	سوا کلو گرام	پھنی	دو کلو گرام
لیموں کا رس	125 ملی لیٹر	پانی	ڈھالی لیٹر

ترکیب: گریپ فروٹ اور لیموں کو دھو کر ان کا رس نکال لیں۔ پانی میں پھل کا کودا

ڈال کر خوب پکائیں۔ جب گل جائے تو گودا نچوڑ کر نکال دیں اور پانی چھان لیں۔ پانی کو تیز آنچ پر پکائیں پھر اس میں رس ملا دیں۔ بعد میں چینی ڈال دیں۔ چچہ چلاتے رہیں مخلول گاڑھا ہونے لگے تو چچہ چلاتا روک دیں۔ یہ مخلول مارملیڈ ہے۔ اسے گرم حالت میں بوتلوں میں محفوظ کر لیں۔

لیموں کا مارملیڈ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
لیموں	ایک کلو	چینی	دو کلو
پانی	دو لیٹر	☆	☆

ترکیب: دو لیٹر پانی ایک بڑے دھچے میں ڈال کر لیموں ڈال دیں۔ اور ہلکی آگ پر گرم کریں۔ جب لیموں گل جائے تو انہیں گول گول پتلے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ ان ٹکڑوں کو ملل یا کسی سوتی کپڑے میں ڈال کر پوٹلی بنالیں۔ برتن کے پانی کو مزید گرم کرنے کے لئے رکھ دیں۔ جب پانی کم ہونے لگے تو اس میں چینی ملا دیں۔ چینی کے حل ہونے تک دھچے میں مخلول کو لکڑی کے چچہ سے ہلاتے رہیں۔ اب تیار آمیزے کو آگ پر رکھ کر پوٹلی ڈال دیں۔ جب آمیزہ زیادہ گاڑھا ہونے لگے تو پوٹلی کو کھول کر اس میں الٹ دیں اور آگ سے اتار لیں۔ اب مارملیڈ تیار ہے اس میں سائٹرک ایسڈ ملا کر بوتلوں میں بھر دیں۔

مالٹے کا مارملیڈ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
مالٹے	ایک کلو گرام	چینی	دو کلو گرام
پانی	1/1/8 لیٹر	لیموں کارس	کھانے کے دو چچے

ترکیب: مالٹے دھولیں رس نکال کر چھان لیں۔ آدھے پانی میں مالٹے اور لیموں کارس

ڈال کر پکائیں۔ باقی پانی میں گودا اور چھلکا گھلا کر چھان لیں اور یہ پانی بھی رس میں ڈال دیں۔ مالٹے کے چھلکے بھی گودے سے الگ کر کے کتر کے ڈال دیں۔ چھنی خوب گرم کر کے رس میں ڈال کر چھج چلاتے جائیں۔ زیادہ گاڑھا کرنا ہو تو کھانے کے دو چھج جیلانین پانی میں گھول کر چھنی ڈالنے کے بعد ملا سکتے ہیں۔ اب چھج خوب ہلائیں۔ چھنی حل ہو جائے اور مارسلڈ گاڑھا ہو جائے تو آئینچ تیز کر دیں مارسلڈ بننے لگے اور اس پر جھلی نظر آنے لگے تو گرم گرم ہی بوتلوں میں محفوظ کر لیں۔

ادرک کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ادرک	آدھا کلو	چینی	ڈیڑھ کلو
لیموں	ڈیڑھ کلو	آلاپچی بزر	چار عدد
زیرہ	تھوڑا سا	پانی	حسب ضرورت

ترکیب: اچھی قسم کے ادرک کو چھیل کر دھو لیں اور باریک کاٹ کر پانی میں ابال لیں۔ ایک دو جوش دپینے کے بعد اس میں چینی ڈال دیں۔ ادرک پیندے میں بیٹھ جانے کے بعد اوپر کا پانی پھینک دیں۔ چینی ڈالنے کے دو منٹ بعد یہ پانی نکالیں تاکہ ادرک کی ترشی زیادہ نہ رہے اور حسب ضرورت پانی ڈالیں اور چینی کے آمیزے سے چاشنی تیار کر لیں اب اس مرکب میں لیموں کا رس ڈال دیں اب چاشنی ملے ادرک کو پوری طرح گھنائیں جب ادرک گل جائے اور شیرہ گاڑھا ہو جائے تو آلاپچی کے واسے پیس کر اس میں ڈال دیں ساتھ سیاہ زیرہ کی پیسی ہوئی چٹکی بھی شامل کر دیں۔ اب ادرک کا مربہ تیار ہے۔ ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں محفوظ کر لیں۔

آڑو کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آڑو (نیم پختہ)	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام
بزر آلاپچی	دس عدد	لونگ	دس عدد
کشمش	60 گرام	بزرک امٹ	آدھا گرام
نمک	حسب ضرورت	کیوزہ	ایک بڑا چمچ
پانی	آدھا لیٹر	☆	☆

ترکیب : ایک بڑے دیکچے میں نمک ڈال کر پانی اہل لیں۔ نمک کے اس پانی سے آڑوں کو دھو لیں پھر ان کا پانی خشک کر لیں کشش صاف کر لیں۔ آلاچی کے دانے نکال کر قدرے کوٹ لیں۔ آڑو کو چھیل لیں درمیان سے کاٹ کر گھٹلیاں نکال کر پھینک دیں ہر آڑوں کے دو حصے کر لیں۔ آڑو کے گودے کا سرخ جلا نکال کر پھینک دیں۔ آدھا لیٹر پانی میں چینی ملا کر شیرہ بنانے کے لئے چولہے پر رکھ دیں۔ چینی ملے پانی سے جھاگ اٹھنے لگے گی اسے اتار کر پھینک دیں۔ اس وقت مربہ میں لذت پیدا کرنے کے لئے کشش 'لوٹنگ اور آلاچی ڈال دیں۔ آڑوں کو کانٹے سے گود لیں۔ اور دھیمی آگ پر پکے دیں۔ دس منٹوں تک یہ عمل جاری رکھیں۔ اتنے میں یہ آمیزہ چاشنی کی شکل میں نمودار ہو جائے گا۔ یہی آمیزہ آڑو کے مربے میں لذیذ گاڑھا پانی ہے جو کھانے میں بے حد لذیذ ہوتا ہے۔ آڑو اب مکمل طور پر گل جائیں گے۔ مگر آپ کے چچہ ہلانے سے آڑو ٹوٹنے نہ پائیں آڑو ثابت رہیں اور مکمل طور پر گل بھی جائیں یہی آڑو کے مربہ کی خوبصورتی ہے۔ پھر چولہے سے اتار کر ٹارٹرک اسلٹ ڈال کر پتیلی کا منہ بند کر دیں جب فھنڈا ہو جائے تو کیوڑہ ملا کر مرتبان میں بھر لیں۔

آلو کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	ایک کلو	چینی	ڈیڑھ کلو
کھانے کا چوٹا	ایک چمچ	عرق گلاب	40 گرام

ترکیب : آلو دھو کر کھلے پانی میں بھگو دیں اور اس میں چوٹا ڈال دیں اور اسے ایک دن تک زکھار بنے دیں۔ دو سرے دن چوٹے کے پانی سے نکال کر صاف پانی میں بیس منٹ تک بھگوں۔ اور اہل لیں جب اچھی طرح گل جائیں تو اتار لیں اور ان کا چھلکا اتار دیں دو کلو پانی میں چینی ڈال کر چاشنی تیار کر لیں اور ابلے ہوئے آلو اس چاشنی میں ملا دیں اور بیس منٹ تک پکے دیں مگر دھیمی آگ پر آلو ٹوٹنے نہ پائیں بلکی آج میں چاشنی ان آلوؤں

میں جذب ہو جائے۔ چولے سے اتار کر ٹھنڈا کر لیں اور شیرہ کے ساتھ مرتبان ڈال لیں۔

آلوچے کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلوچے	ایک کلو	چینی	ایک کلو

ترکیب: آلوچوں کو پانی سے اچھی طرح دھو لیں اور ان کے دو دو ٹکڑے کر کے گٹھلیاں نکال لیں۔ ایک کھلی ٹرے میں اس کے اندر دنی صے باہر رکھ کر ان میں چینی چھڑک دیں۔ دوسرے دن تک انہیں اسی طرح پزار بنے دیں پھر اسے ایک کھلے منہ کے دیکچے میں رکھ کر آہستہ آہستہ ہلکی آنچ پر رکھیں اور کبھی کبھی ہلاتے رہیں۔ چینی اور آلوچوں کے پانی سے ایک گاڑھا محلول بن جائے گا جب گاڑھا آمیزہ بن جائے تو اسے تیز آنچ پر جوش دیں۔ جب پانی بالکل خشک ہو جائے تو مرتبان میں بند کر لیں کسی ٹھنڈی جگہ پر رکھ کر خشک ہونے دیں۔

آم کا مربہ-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آم کا گودا	ایک کلو	چینی	ایک کلو
شرک ایسٹ	دو گرام	پانی	آدھ کلو

ترکیب: آم کے مربے کے لئے نیم پختہ آم منتخب کریں۔ اچھی طرح دھو کر اس کا چھلکا اتار لیں اور حسب غشاء پھانکیں تیار کر لیں۔ پھانکوں کو ملل کے کپڑے میں ڈال کر اچلتے ہوئے پانی میں ڈبو کر نرم کر لیں۔ ان پھانکوں کو صاف کپڑے پر بچھا کر لکڑی کی تیلیوں سے ان میں جگہ جگہ چھید کر لیں تاکہ پھانکوں میں چینی کی مٹھاس اچھی طرح جذب ہو سکے۔ ایک کلو چینی میں آدھ کلو پانی ڈال کر پکائیں پھر اس میں دو گرام شرک ایسٹ ملا دیں۔ چینی کے شیرہ میں آم کی پھانکیں ملا دیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ مربہ ٹھنڈا ہونے پر

ٹنگ اور صاف مرتبان میں ڈال لیں۔ مرہ کو ٹنگ اور ٹھنڈی جگہ پر رکھیں۔ مرہ بتانے کے چوبیس گھنٹے بعد ایک دفعہ پھر مرہ کو جوش دے لیں۔ اس سے مرہ کے خراب ہونے کا احتمال نہیں رہتا۔

آم کا مرہ - 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کچے آم	آدھا کلو	چینی	دو کلو
گری بادام	60 گرام	☆	☆

ترکیب: آم چھیل کر حسب پسند ٹکڑے کاٹ لیں۔ پھانکوں کو چوبیس گھنٹوں کے لئے ٹھنڈے پانی میں بھگوئے رکھیں۔ پھر اس کا پانی بدل کر تین سیر تازہ پانی میں بھگوئی ہوئی پھانکیں ڈال دیں۔ اور چوبیس گھنٹے پر چڑھا دیں اور انہیں نیم پختہ حالت تک گلائیں پھر نکال کر کسی صاف کپڑے پر پھیلا دیں۔ اب چینی میں ایک پیالی پانی ڈال کر چاشنی تیار کریں۔ جب آمیزہ گاڑھا ہو جائے تو اتار کر ٹھنڈا کر لیں پھر ابلی ہوئی آم کی پھانکیں شیرہ میں ڈال دیں۔ پس ہوئی بادام کی گری یا سبز آلاچی کے پسے ہوئے دانے بھی شامل کر دیں۔ اسے بھی کسی کھلے منہ کی بوتل یا مرتبان میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

املی کا مرہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
املی	ایک کلو	چینی	ایک کلو
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: ایک کلو املی کے بیج نکال کر گودا پانی میں بکا اباں لیں پھر املی کے ہم وزن چینی ڈال کر ایک کھلے منہ کے برتن میں چاشنی تیار کریں۔ آٹھ گھنٹے رکھیں۔ پھر پندرہ منٹ

بعد یہ مرکب گاڑھا ہو جائے گا۔ اسے پھر کسی صاف اور خشک مرتبان میں محفوظ کر لیں۔

آٹے کا مرہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آٹے	ایک کلو	چینی	ڈیڑھ کلو
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: آٹے اچھی طرح دھو لیں پھر انہیں کانٹے سے گود کر چونے کے پانی میں ایک دن کے لئے بھگو دیں۔ پھر تازہ پانی سے دھو کر رکھ لیں اور ایک کھلے منہ کی دیکھی میں ابال لیں جب اچھی طرح ابل جائیں تو چولہے سے اتار لیں۔ پندرہ بیس منٹ بعد آٹے نکال لیں۔ پھر ایک بڑی ٹرے میں پھیلا دیں اور ان کے اوپر نصف چینی چھڑک دیں۔ ان آٹوں کو چوبیس گھنٹوں تک اسی حالت میں رہنے دیں۔ دوسرے دن ان میں اتنا پانی چھوڑیں کہ چینی مکمل طور پر حل ہو جائے۔ چینی کے محلول سے اب آٹے نکال لیں۔ پھر باقی بچی ہوئی نصف چینی کو اسی محلول میں شامل کر دیں اور آٹے بھی ڈال دیں پھر اسے درمیانی آگ پر پکائیں۔ پندرہ بیس منٹوں بعد یہ آمیزہ گاڑھا ہو جائے گا اسے اب چولہے سے اتار لیں اور انہیں ٹھنڈا ہونے دیں۔ پھر ایک خشک اور صاف کھلے منہ کی بوتل میں یا مرتبان میں بھر دیں۔ اب یہ آٹے کا لذیذ مرہ تیار ہے۔

انجیر کا مرہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انجیر	ایک کلو گرام	چینی	دو کلو گرام
پان کا چونا	35 گرام	نمک	35 گرام

ترکیب: پانی: دو ٹال کر کے چھوڑ دیں۔ چونا نیچے بیٹھ جائے تو پانی نکھار لیں۔

خوشبو بھی آنے لگے تو اتار لیں حلوہ تیار ہے۔ اگر اس حلوے کو زیادہ دن رکھنا چاہیں تو دیکھی سے گرم حلوہ ایک ہموار پرت میں انڈیل دیں ٹھنڈا ہونے پر اس کے ٹکڑے کاٹ لیں۔ خشک حلوے کی صورت میں تیاری کے لئے آدھ سیر بھی درکار ہو گا۔ یہ حلوہ دماغ کو تقویت دیتا ہے اور سردیوں میں کھایا جاتا ہے۔

آلو کا حلوہ۔ 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	750 گرام	تھی	375 گرام
چینی	750 گرام	گری اخروٹ	60 گرام
بالائی	250 گرام	پست	20 گرام
آلاپچی سبز	سات عدد	کیوڑا	چند قطرے
زعفران	آدمی چنگی	☆	☆

ترکیب : آلو صاف کر کے ابال لیں جب گل جائیں تو چوبیس سے اتار کر ان کا چھلکا اتار لیں پھر صاف سل پر باریک چیں لیں۔ زعفران کو گرم پانی میں بھگو دیں پانی ٹھنڈا ہونے پر اس کا رنگ نکل آئے گا یہ زعفرانی پانی ان پے ہوئے آلوؤں کے لمبہ میں ملا دیں۔ ایک دیکھی میں پانی ڈال لیں تقریباً ایک سیر مقدار سے کچھ زیادہ ہو پھر اس میں چینی ڈال کر پکائیں۔ چمچ ہلاتی رہیں تاکہ شیرہ بن جائے اور گاڑھا ہو جائے جب تار بن جائے تو اس شیرہ کو ایک کھلے منہ کی بڑی دیکھی میں بھی ڈال کر کڑکرائیں۔ اس بھی میں سبز آلاپچی کے دانے بھی ڈال کر بھونیں پھر پے ہوئے آلو ڈال کر جب بادامی رنگ کے ہو جائیں تو اتار لیں پھر بالائی پھینٹ کر ڈال دیں اور ساتھ ہی شیرہ ملا دیں چند منٹوں بعد دودھ ڈال دیں جب دودھ اور چاشنی خشک ہو جائیں تو اخروٹ کی گریاں ڈال دیں اور خوب بھونیں اتنے میں خوشبو آنے لگے گی جب حلوہ بھی چھوڑ دے تو کیوڑا ڈال دیں پھر اتار کر چند منٹوں کے لئے رکھ دیں۔ حلوہ تیار ہو جائے گا۔

انجیروں کو پانی سے دھوئیں اور ان کا چھلکا اتار کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔
 کانٹے سے ان میں سوراخ بنالیں۔ نصف گھنٹہ چونے کے پانی میں بھگو رکھیں۔ باہر نکال کر
 پانی سے دھوئیں اور پانی میں ابل لیں اور نیچے اتار کر خشک کر لیں۔ چینی میں تھوڑا سا پانی
 ڈال کر قوام بنائیں اور اس میں انجیر ڈال دیں۔ دھیمی آنچ پر پکاتی رہیں یہاں تک کہ قوام
 گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں، لذیذ مربہ تیار ہے خشک اور صاف بوتلوں میں بند کر دیں۔

انگور کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انگور بے دانے والے	دو کلو گرام	چینی	چار کلو گرام
پھنکری	تین گرام	کیوڑہ	تین گرام
پانی	ضرورت کے مطابق	☆	☆

ترکیب: انگوروں کو صاف پانی سے دھو لیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکچے میں پانی ڈال کر
 پھنکری شامل کر دیں ایک ہلکا جوش دیں پھر اتار کر رکھ دیں۔ چینی کو دو کلو گرام پانی میں
 ڈال کر چاشنی تیار کریں۔ چاشنی تیار کرتے وقت دھیمی آگ رکھیں جب چاشنی تیار ہو جائے
 تو اس میں گرم پانی میں ابلے ہوئے گرم حالت میں انگور شامل کر دیں۔ تھوڑی دیر پکنے
 دیں پھر اتار کر دو گرام زعفران اور روح کیوڑہ ڈال کر لہن کو اچھی طرح حل کر لیں تاکہ
 خوشبو انگوروں میں جذب ہو جائے۔ ٹھنڈا ہونے پر مرتبان میں بھر کر رکھ دیں۔ تین دن
 کے بعد نہایت اعلیٰ درجے کا لذیذ مربہ تیار ہو جائے گا۔ انگور کا مربہ دل و دماغ کو طاقت
 دیتا ہے۔

انناس کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انناس	دو کلو	چینی	چار کلو
آلاپچی سبز	چھ عدد	لیموں	چھ عدد
گلاب کا پانی	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: تازہ انناس دستیاب نہ ہو تو ڈبوں میں بند انناس ٹکڑوں میں ملتا ہے انناس کے ٹکڑے ابال لیں پانی میں انناس کا پانی بھی شامل رکھیں جب ٹکڑے ٹھنڈے ہو جائیں تو انیس کانٹے یا چاقو کی نوک سے گود دیں۔ چار کلو چینی کو پانچ لیٹر پانی میں ڈال کر گاڑھی چاشنی تیار کریں۔ اس چاشنی میں انناس کے ٹکڑے ڈال کر پندرہ منٹ تک پکائیں جب محلول یکجا ہو جائے تو چولیسے سے اتار لیں اور اس میں عرق گلاب، پسی ہوئی سبز آلاپچی، لیموں کا رس ملا کر خوب ہلائیں۔ ٹھنڈا ہونے پر ایک مرجان میں بھر کر رکھ دیں اب انناس کا مربہ استعمال کے لئے تیار ہے۔

بادام کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری بادام	250 گرام	چینی	500 گرام
غاص شد	60 ملی لیٹر	لیموں	ایک عدد

ترکیب: بادام کی گریوں کو چار روز تک پانی میں بھگوئے رکھیں۔ پانی میں نمک ملا لیں۔ پھر نمکین پانی سے نکال کر تازہ پانی سے دھو لیں اور چھلکے اتار لیں۔ 500 ملی لیٹر پانی میں گریاں اور شد ڈال کر ابال لیں۔ کئی ابال آجائیں تو گریاں نکال کر تازہ پانی میں دھو لیں گریوں کو باریک کوٹنے سے گود لیں۔ 250 گرام چینی پانی میں ملا کر قوام بنائیں۔ قوام ایک

تار کا ہو جائے تو اس میں گریاں اور آدھالیوں نچوڑ کر قدرے پکائیں اور ٹھنڈا کر لیں۔
تین دن بعد باقی چینی کا پھر ایک تار کا قوام بنائیں اور گریوں کو پہلے قوام سے نکال کر تازہ قوام
میں ڈال دیں۔ قوام کو پھر پکائیں اور گاڑھا ہونے پر ٹھنڈا کر کے مرتبان میں رکھ لیں۔

بیر کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ہرپکے	آدھ کلو	چینی	ایک کلو
کیوزہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: یکساں سائز کے پورے پکے ہوئے بیر لیں۔ داغی نہ ہوں ایک سیرپانی میں اباں
کر اس میں بیر ڈال دیں تاکہ ذرا نرم ہو جائیں نیم پختہ حالت میں انہیں پھر کانٹے سے خوب
گود لیں۔ اب چینی کا شیرہ شد کی مانند گاڑھا بنالیں پھر اس میں بیر ڈال کر ایک ہفتہ کے لئے
رکھ دیں تاکہ اس میں مٹھاس اچھی طرح جذب ہو جائے ایک ہفتہ بعد بیروں کو نکال کر
دھوپ میں خشک کر لیں۔ مربے کو کیزے کمزوں سے بچا کر رکھیں چار دنوں میں مربہ
خشک ہو کر تیار ہو جائے گا۔

پھلوں کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انگور	دس عدد	انجیر	چھ عدد
کیا	بارہ عدد	بارنگی	تین عدد
دودھ	تین پیالی	چینی	حسب ذائقہ
پھلوں کا سس	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: بڑی بڑی میٹھی تار تمبیاں چھیل کر ٹکڑے کر لیں۔ کیلے چھیل کر چھوٹے چھوٹے

نکڑے کر لیں۔ انگوروں کے دو دو نکڑے کر لیں اگر دانے ہوں تو نکال دیں۔ انجیر بھی صاف کر کے کاٹ لیں۔ اب دودھ میں چینی اور پھل ڈال کر پکائیں۔ آج بکلی رکھیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہونے لگے اور مخلول میں سب پھل گل جائیں تو چولہے سے اتار لیں۔ ٹھنڈا کر کے استعمال کریں۔

پیشے کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
پیشے کا گودا	چار کلو	چینی	چار کلو
چونا	سو کرام	کیوڑہ	ڈھائی کرام

ترکیب: پیشے کو چھیل کر اس کی پھانکیں کاٹ لیں۔ پھانکوں کو احتیاط سے گود لیں اب گودے ہوئے پیشے کے نکڑوں کو چونے کے پانی میں پندرہ منٹ تک بھگو رکھیں۔ پھر پانی سے نکال کر ان پھانکوں کو تازہ پانی سے دوبارہ دھو کر ایک کپڑے پر بچھا کر ہوا میں رکھ دیں۔ پھر چینی کی چاشنی تیار کریں۔ جب چاشنی گاڑھی ہونے لگے تو ہوا میں رکھی ہوئی پھانکیں پھر دھو کر چاشنی میں ڈال دیں۔ یہ مرکب جب گاڑھا ہو جائے اور پھانکیں پک کر گل جائیں تو چولہے سے اتار لیں اور آمیزے پر کیوڑہ چھڑک دیں۔ ٹھنڈا کر کے مرتبان میں ڈال دیں۔

جامن کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
جامن	ایک کلو	چینی	دو کلو

ترکیب: اچھی قسم کے جامن لیں اور پانی سے دھو کر صاف کر لیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکھے میں پانی ڈال کر ابال لیں اور باہر نکال کر کسی کپڑے پر بچھا کر خشک کر لیں۔ چینی میں پانی ڈال کر گاڑھی چاشنی تیار کر لیں مزید گاڑھا کر کے قوام بنا لیں پھر اس قوام میں جامن ڈال دیں جامن کو مزید حرارت دینے اور شیرہ میں رکھ کر جذب کرنے کے لئے دوبارہ

چولیسے پر چڑھائیں۔ جب قوام لعاب دار ہو جائے تو جامنوں کو باہر نکال لیں ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں محفوظ کر لیں۔

چقندر کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چقندر	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام
آلاچی بزر	چھ گرام	عرق گلاب	بارہ گرام

ترکیب: پتلے چٹکے والے چقندر لیں جن کے گودے کا وزن ایک کلو ہو۔ چھیل کر اس کا سفید جلا صاف کر لیں اور ان کے ٹکڑے کاٹ لیں۔ ٹکڑوں میں کانٹے سے سوراخ کر لیں پھر انہیں ایک گھنٹہ تک تازے پانی میں بھگوئے رکھیں۔ انہیں سیل کے برتن میں بھگوئیں پھر تھوڑی دیر بعد انہیں نکال کر کسی کپڑے پر بچھا دیں اور خشک کر لیں۔ اب چینی کا شربت تیار کر کے دھیمی آنچ پر رکھیں اور اس میں چقندر کے ٹکڑے ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکنے دیں جب شربت گاڑھا ہو جائے تو سبز آلاچیاں چس کر اس میں ڈال دیں اور اچھی طرح ملا دیں۔ چند منٹوں بعد چقندر کا مربہ تیار ہو جائے گا اس وقت اس میں عرق گلاب چھڑک دیں اور ٹھنڈا ہونے پر صاف بوتلوں میں بھر دیں۔

چیری کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چیری	250 گرام	چینی	ایک کپ
پانی	دو کپ	سرخ رنگ کھانے والا	ایک چٹکی

ترکیب: موسم گرما اور بہار میں تازہ چیری بازار میں دستیاب ہوتی ہے۔ جو صرف چند دن ہی دیکھنے میں آتی ہے۔ اس موسم میں بنانا ہو تو بازار سے تازہ چیری خرید لیں۔ دیگر

موسموں میں اگر بنانا ہو تو بازار میں یہ پھل بند ذبوں میں ملتا ہے۔ عام ڈبے میں تقریباً 250 گرام کے قوب چیری ہوتی ہے جن کے ڈبے سے چیری نکل کر ایک منٹ کے لئے اسے گرم پانی میں رکھیں اور چینی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیں۔ کھانے والا سرخ رنگ اس میں شامل کر دیں دس منٹوں بعد شیرہ گاڑھا ہو جائے گا۔ اسے اتار کر ٹھنڈا کر لیں اور استعمال کریں۔

ہڑہڑ کا مرہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ہڑہڑ پھل	آدھ کلو	چینی	ایک کلو
نمک	ایک چمچ	☆	☆

ترکیب : ہڑہڑ دھو کر دو پیالی پانی ملا کر ایک ابال دیں۔ دھیمی آنچ پر ابال لیں اور تقریباً پندرہ منٹ تک چولہے پر رہنے دیں۔ پھر اتار کر ایک کپڑے پر بچھالیں خشک ہونے پر جب ٹھنڈا ہو جائے تو کانٹے سے ہر دانے پر گود لیں۔ اب چینی میں نمک اور تھوڑا سا پانی ملا کر شیرہ تیار کر لیں۔ یہ ابلے ہوئے ہڑہڑ چینی کی چاشنی میں پانچ منٹ تک تیز آنچ پر پکائیں تاکہ چینی میں موجود پانی بالکل خشک ہو جائے تو اتار کر بادام پھیل کر ڈال لیں۔ یہ محلول جب گاڑھا ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے دیں پھر اسے کسی مرتبان یا کھلے منہ کی بڑی بوتل میں ڈال دیں۔

خوبانی کا مرہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
خوبانی	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام

ترکیب : صاف اور تروتازہ اعلیٰ قسم کی خوبانیاں دھو لیں۔ ایک ٹھنڈے کے لئے ٹھنڈے پانی میں بھگوئے رکھیں اب انہیں پانی میں ابال لیں۔ جب نرم ہو جائیں تو انہیں باہر نکال کر نیل کے کسی برتن میں رکھ کر خشک کر لیں۔ چینی سے شیرہ تیار کر لیں۔ شیرہ تیار کرتے وقت

ہلکی آنچ رکھیں۔ شیرہ میں یہ خوبانیاں ڈال دیں اور دھیمی آنچ پر حرارت دیں۔ اسی اثناء میں گاڑھے شیرے میں پک کر ایک مربہ کی شکل بن جائے گی اب اسے آنچ سے اتار لیں پھر ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں بھر دیں۔

خشک کھجور کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
خشک کھجور	ایک کلو	چینی	ایک کلو
آلاچی سبز	بارہ گرام	عرق کلاب	بارہ گرام

ترکیب: خشک کھجوروں کو ٹھنڈے پانی سے اچھی طرح دھوئیں پھر انہیں کھلے منہ کے دیکھے میں ڈال کر گرم پانی میں اباں لیں۔ جب نرم ہو جائے تو انہیں چولیسے سے اتار لیں۔ کھجوروں کو باہر نکال کر اندر کے جذب شدہ پانی کو خارج ہونے دیں۔ انہیں اگر کسی سوتی کپڑے پر بچھا دیں تو زیادہ موزوں ہو گا چینی میں پانی ڈال کر شربت بنالیں اس میں خشک کھجوریں ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکائیں تاکہ کھجوریں اچھی طرح گل جائیں اور منھاس خوب جذب ہو جائے جب چاشنی گاڑھی ہو جائے تو آلاچی کے دانے پیس کر ڈال دیں یا ثابت آلاچی ربنے دیں اب یہ محلول مربہ کی صورت میں نمودار ہو جائے گا تو اس میں کلاب کا عرق ڈال دیں۔ انہیں بوتلوں میں بند کر دیں۔

زرد آلو کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
زرد آلو (خوبانی کالی)	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام

ترکیب: کالی خوبانی جو عام خوبانی سے حجم میں بڑی ہوتی ہے اور اس کا رنگ زرد ہوتا ہے اسے زرد آلو بھی کہتے ہیں۔ اچھی قسم کی کالی خوبانی کا انتخاب کریں اور اسے ٹھنڈے پانی سے دھوئیں اور ایک گھنٹے کے لئے پانی میں بھگوئے رکھیں۔ پانی سے نکل کر انہیں کسی

کپڑے پر بچا دیں تاکہ ان کا بیرونی پانی خشک ہو جائے پھر اس کی مٹھلیاں نکل کر علیحدہ کر دیں۔ اب تمام چینی کے برتن میں یا سٹیل کے برتن میں چینی ڈال کر پانی ملا دیں اور دھیمی آگ پر پکے دیں۔ جب شربت میں بلبلے پیدا ہونے لگیں تو ان میں زرد آلو ڈال دیں جب یہ اچھی طرح پک جائیں اور محلول گاڑھا ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں ٹھنڈا ہونے پر مرتبان میں یا کھلے منہ کی بوتلوں میں محفوظ کر لیں یہ بہت قوت بخش مرہ ہے روزانہ پانچ چھ دانے کھائیں بہت مفید ہے۔

سیب کا مرہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میٹھے اور پختہ سیب	تین کلو	چینی	سازھے تین کلو
چونا	60 گرام	سبز آلاچی	دس عدد
پانی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : اچھے تازہ پختہ سیب لیں۔ انہیں چھیل کر یا چھیلنے سے پہلے بیج نکالنے کی گول چھری سے سیب کے بیج اور درمیانی سخت حصہ نکل لیں۔ سیب کو ٹکڑوں میں کاٹ لیں اور کانٹے سے اچھی طرح گود لیں۔ پھر سیب کو چونے کے پانی میں چند منٹوں کے لئے بھگو دیں پھر نکال کر صاف پانی سے اچھی طرح دھو لیں۔ اسی طرح پانی صاف سے سیبوں کو دو تین مرتبہ دھوئیں۔ پھر ایک کھلے منہ کے دیکھے میں پانی ڈال کر اہل لیں۔ پانی جب کھولنے لگے تو دیکھے کو چولہے سے اتار لیں اور اس میں سیب ڈال دیں۔ بیس منٹ تک اس پانی میں سیب پڑے رہنے دیں۔ پھر تین لیٹر پانی لے کر اس میں تین کلو چینی ملا کر چاشنی بنائیں۔ چاشنی جب اچھی طرح تیار ہو جائے تو اس میں سبز آلاچی کے دانے پیس کر اس محلول میں ملا دیں جب یہ آمیزہ گاڑھا ہونے لگے تو دیکھے کو چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ پھر اسے صاف اور خشک مرتبان میں ڈال لیں اگر سیب درمیانہ سائز کے ہوں تو انہیں ثابت رہنے دیں ٹکڑے نہ کاٹیں۔

گاجر کا مرہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سرخ گاجریں	ایک کلو	چینی	ڈیڑھ کلو
ٹائری	1/2 پیچ	☆	☆

ترکیب : گاجروں کو چھیل لیں۔ گاجریں اگر بڑی ہیں تو کے حسب پسند ٹکڑے (لمبو ترے) کر لیں اور درمیان کا سخت حصہ ڈنٹھل نکال لیں نصف کلو پانی میں گاجروں کو ابل لیں اتنا ابالیں کہ وہ گل جائیں اور پانی خشک ہو جائے۔ اب چینی سے چاشنی تیار کریں اور قوام کو گاڑھا تیار کر لیں۔ لیکن زیادہ سخت نہ ہو پھر ابلے ہوئی گاجروں کو شیرہ میں ڈال کر پندرہ منٹ تک دھبی آگ پر پکائیں تاکہ گاجر چینی جذب کر لے شیرہ تیار کرتے وقت ٹائری بھی ڈال دیں۔ پندرہ منٹوں بعد جب گاجریں اچھی طرح گل جائیں اور شیرہ مناسب حد تک گاڑھا ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈا کر کے صاف کھلے منہ کی بڑی بوتلوں یا مربتان میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ گاجر کا مرہ ہاضمہ کو تقویت دیتا ہے پیٹ میں پانی بڑھنے سے روکتا ہے۔ گاجروں کے پتوں میں پروٹین، چکنائی، معدنی نمک نشاستہ دار اجزاء چونا اور فاسفورس بھی ہوتا ہے یہ گاجر سے زیادہ قوی ہیں۔ گاجر کے ایک 60 گرام پتوں میں تیس حرارے قوت ہوتی ہے۔ گاجر کے پتوں کو کسی صورت ضائع نہ کریں۔ سینکڑوں برس قبل عرب اطباء نے گاجر کو سیب کا بدل قرار دیا۔ عرب اطباء سیب کی بجائے گاجر کا استعمال کرایا کرتے تھے۔ دل کی تقویت کے لئے گاجر یا سیب کا مرہ تجویز کرتے تھے۔ اس بنا پر گاجر کو عوام کے سیب سے موسوم کیا جاتا ہے۔ یہ حقیقت بڑی دلچسپ اور بصیرت افروز ہے۔ کہ جدید سائنسی اور غذائی تحقیق نے بھی عرب اطباء کی اس تحقیق کی تصدیق کی ہے۔

لیموں اور شہد والا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
لیموں	پچیس عدد	شہد	پانچ لیٹر
جلاوتری	چھ گرام	جانفل	چھ گرام
آلاپچی سبز	بارہ گرام	☆	☆

ترکیب: لیموں کو ایک گھنٹہ پانی میں بھگوئے رکھیں۔ ایک کھلے مت کے بڑے دیکچے میں شہد ڈال کر جوش دیں۔ گاڑھا ہونے پر اتار لیں اس میں 'لیموں' جلاوتری 'جانفل' اور آلاپچی ڈال کر دوبارہ چولہے پر رکھ دیں اور دھیمی آگ پر پندرہ منٹوں کے لئے پکائیں۔ بعد ازاں چولہے سے اتار کر لیموں مع شہد بوتلوں میں بھر لیں اور بوتلیں مضبوطی سے بند کر کے سات دن کے لئے چھوڑ دیں مربہ تیار ہو جائے گا۔

لیموں کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
لیموں	ایک کلو	چینی	تین کلو
نمک	حسب ضرورت	آلاپچی سبز	10 گرام

ترکیب: چینی کو پانی میں حل کر کے چاشنی بنالیں پھر مزید پکا کر قوام تیار کر لیں۔ لیموں کو اچھی طرح تازے پانی میں دھو کر دو دو یا چار چار ٹکڑے کاٹ لیں اور ان ٹکڑوں کو قوام میں ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پندرہ منٹوں کے لئے پکنے دیں پھر نمک اور آلاپچی ملا دیں اور چولہے سے اتار کر مرتبان میں بند کر دیں۔

آلو کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	ایک کلو	سجی	آدھ کلو
چینی	750 گرام	سوچی	250 گرام
بالائی	250 گرام	بادام کی گری	60 گرام
پستہ	30 گرام	سبز آلاپچی	سات عدد
کشمش	دس عدد	کیوڑا	چند قطرے
ناریل	60 گرام	☆	☆

ترکیب :

آلو دھو کر ابالیں جب گل جائیں تو ان کے چھلکے اتار لیں ایک صاف سل پر آلوؤں کو چس لیں۔ ایک کھلے منہ کی بڑی دیکھی میں چینی ڈال کر ایک کلو پانی ڈال دیں اسے چولہے پر چڑھا دیں اور ہلکی آنچ سے پکائیں۔ چھپہ برابر چلاتی رہیں چند منٹوں بعد شیرہ بننا شروع ہو جائے گا۔ اتنے میں کشمش پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ تھوڑی دیر بعد جب کشمش پھول جائے تو پانی نکال دیں۔ ناریل پانی سے دھو کر باریک کتر لیں پھر پستہ اور بادام کی گریاں دھو کر باریک کتر لیں۔ ایک کھلے منہ کی بڑی دیکھی میں کھی ڈال کر سبز آلاپچی ڈال کر بھونیں خوشبو آنے پر سوچی ڈال دیں جب سوچی کارنگ بادامی ہو جائے تو پیسے ہوئے آلو ڈال دیں اور خوب بھونیں۔ اب چینی کا شیرہ شامل کر دیں اور بالائی بھی پھینٹ کر ملا دیں۔ چھپہ برابر چلاتی رہیں۔ چاشنی کا شیرہ گاڑھا ہو کر خشک ہو جائے گا۔ پھر حلوہ کی صورت بن جائے گی تو بادام، اخروٹ، ناریل اور پستہ ڈال دیں۔ ہلکی آنچ پر تھوڑی دیر تک بھونے۔ جب حلوہ کھی چھوڑ دے تو کیوڑا ڈال کر اتار لیں اور چند منٹوں کے لئے ڈھکا رہتے دیں اب حلوہ تیار ہے ہلٹھوں میں ڈال کر پیش کر دیں۔

منہ ے کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
منق ے	ایک کلو گرام	چینی	ایک کلو گرام
نمک	ساتھ گرام	دہی	250 ملی لیٹر
لیبوں	ایک عدد	☆	☆

ترکیب: منہ ے صاف کر لیں۔ مٹی کے برتن میں پانی ڈال کر ایک گھنٹے کے لئے بھگو دیں ایک گھنٹہ بعد پانی سے نکال کر خشک کرنے کے لئے ایک سوٹی کپڑے پر بچھا دیں۔ اس میں جذب شدہ پانی ہاتھ سے دبا دبا کر نکال دیں۔ 120 گرام دہی میں پانی ملا کر اس میں منہ ے ڈال دیں۔ ایک گھنٹہ بعد اسے ابا لیں۔ دھیمی آگ پر ابا لیں جب رنگ بدل جائے تو اتار لیں پھر منہ ے کو صاف پانی سے دھو لیں۔ باقی دہی میں لیبوں کا رس، نمک اور منہ ے ڈال کر لائیں۔ چینی کا پتلا سا شربت تیار کریں اس میں منہ ے ڈال کر دھیمی آگ پر پکائیں قوام تیار ہو جائے تو ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں بھر لیں۔

ناشیاتی کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ناشیاتی	ایک کلو	چینی	ایک کلو
آلاچی ہبز	چھ عدد	پانی حسب ضرورت	۶۶

ترکیب: پکی ہوئی سخت ناشیاتی منتخب کریں۔ نصف چینی کو پانی میں حل کریں اور پھل کو اس میں ابا لیں پھر پندرہ بیس منٹ بعد باقی ماندہ چینی بھی اس میں ڈال دیں۔ ناشیاتی کو اس وقت تک ابا لتے رہیں جب تک وہ نرم نہ ہو جائے اور محلول کا پانی گاڑھا نہ ہو جائے پھر مربے کو ٹھنڈا ہونے دیں۔ پھر صاف بڑی بوتلوں یا مربتان میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

اخروٹ کی برنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری اخروٹ	آدھ کلو	کھویا	375 گرام
چینی	ایک کلو	تھی	120 گرام
کیوزہ	ایک بڑا چمچ	زردہ	ایک چنگی

ترکیب: اخروٹ کی گری گرائنڈر سے پیس لیں۔ ایک کھلے منہ کے برتن میں تھی ڈال کر کھوئے کو بھون لیں۔ جب کھویا بادی رنگ میں آجائے تو چوبیس سے اتار لیں۔ چینی میں پانی ڈال کر چاشنی بنالیں مزید حرارت دے کر گاڑھا شیرہ بنالیں۔ اس میں بھنا ہوا کھویا پے ہوئے اخروٹ اور زردے کا رنگ ڈال دیں۔ جب سارا آمیزہ گاڑھا ہو کر یکجان ہو جائے تو اتار لیں۔ ایک سنیل کی ٹرے میں تھی ڈال کر پکا ہوا محلول پھیلا دیں پھر کیوزہ چمڑک دیں۔ جب ٹھنڈا ہو کر سخت ہو جائے تو ٹکڑے کاٹ لیں اس پر ورق لگا کر پیش کریں۔

اخروٹ کی ٹانی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری اخروٹ	250 گرام	دودھ	ایک لیٹر
کھویا	125 گرام	چینی	250 گرام
کھن یا کھی	معمولی مقدار میں	☆	☆

ترکیب: ایک کھلے منہ کے برتن میں دودھ ڈال کر پکائیں دودھ اتنا پکائیں کہ خشک ہو کر دو پیالی رہ جائے پھر دودھ میں چینی ڈال کر دھیمی آنچ پر دس منٹوں تک پکائیں۔ اخروٹ کی گری پیس لیں۔ پے ہوئے اخروٹ دودھ میں شامل کر کے چمچے سے اچھی طرح ہلائیں جب اخروٹ کی پسی ہوئی گری دودھ میں اچھی طرح حل ہو جائے تو کھویا مسل کر

دودھ میں ڈال دیں اور چولہا بند کر دیں۔ ایک چمچ سے اچھی طرح ہلائیں ایک ڈش یا ٹرے میں رکھیں یا کھن لگائیں اور ٹافی کا آمیزہ اس پر پھیلا دیں اور اگر زیادہ گاڑھا بن گیا ہو تو اسے بیلن سے پھیلا دیں تاکہ پوری طرح ٹرے میں آجائے۔ تھوڑی دیر کے لئے رکھ دیں۔ جب آمیزہ ٹھنڈا ہو جائے تو مرضی کے مطابق چھری سے ٹکڑے کاٹ لیں۔

اخروٹ کی مٹھائی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری اخروٹ	250 گرام	دودھ	ایک لیٹر
چینی	250 گرام	کھن	120 گرام
کوکو پاؤڈر	دو چھوٹے چمچ	☆	☆

ترکیب: ایک بڑے دھچکے میں دودھ، چینی اور کوکو پاؤڈر اکٹھے ملا کر یکجان کر لیں اور دھیمی آنچ پر پکائیں۔ چمچ برابر چلاتے رہیں۔ گاڑھا ہونے پر دوبارہ پھینٹ لیں اور اخروٹ کی گریاں صاف کر کے ملا دیں۔ جب یہ آمیزہ گاڑھا ہونے لگے تو ایک پلیٹ میں رکھی ملا کر یہ مرکب اس میں ڈال دیں اور چمچ سے بالائی سطح ہموار کریں چند منٹ ایسے ہی رہنے دیں ٹھنڈا ہونے پر چھری سے برنی کی طرح ٹکڑیاں کاٹ لیں۔

اندرے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول کا مونا آٹا	آدھ کلو	چینی	375 گرام
کھی	250 گرام	تل	دو چمچ
خشخاش	دو چمچ	خربوزے کے بیج	دو چمچ

ترکیب: چاولوں کو صاف کر کے دو گھنٹوں کے لئے کھلے پانی میں بھگو لیں۔ اور نکال کر

باریک جالی دار پلاسٹک کی چھوٹی نوکری میں رکھ دیں تاکہ پانی سارا خشک ہو جائے پھر ان چاولوں کو کسی سوتی کپڑے پر پھیلا دیں۔ جب وہ پسنے کے قابل ہو جائیں تو انہیں گرا سٹنڈر سے پیس لیں اور چینی ملا کر ہاتھوں سے یکجان کر لیں۔ تھوڑی دیر پڑا رہنے دیں۔ پھر اندر سے کے مطابق اس کی گولیاں بنالیں اور ہاتھ میں خشک آٹا لگا کر اندر سے بنالیں پھر ان پر خشکاش تل اور خربوزے کے بیج لگا کر کھمی میں دھبی آٹھ پر تل لیں۔ اندر سے جب بادای رنگ کے قوب آنے لگیں تو اتار لیں۔

بادام کی برنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری بادام	آدھ کلو	کھویا	آدھ کلو
چینی	دو کلو	کھمی	750 گرام
کیوڑہ	حسب ذائقہ	کھانے کا رنگ	حسب پسند

ترکیب: بادام کی گریوں کو گرم پانی میں چند منٹوں کے لئے بھگو دیں۔ چھلکا نرم ہونے پر اتار لیں۔ اور باریک پیس لیں ایک کھلے منہ کے برتن میں پیسے ہوئے بادام کھمی میں بھون لیں جب ان کا رنگ بادای ہو جائے تو اتار لیں پھر کھویا مسل کر اس میں ڈال دیں۔ چمچہ چلاتی رہیں پیسے ہوئے باداموں میں کھویا ڈال کر بھون لیں۔ جب دونوں چیزیں اچھی طرح یکجان ہو جائیں تو پھر چینی کا گاڑھا شیرہ تیار کر لیں اور اس میں اپنی پسند کا کھانے کا رنگ ملا لیں۔ جب پانی خشک ہو جائے اور شیرہ مکمل گاڑھا ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں۔ پھر اس محلول کو ایک سنیل یا کسی دھات کی بڑی ٹرے میں پھیلا دیں۔ آمیزہ ڈالنے سے پہلے ٹرے میں چاروں طرف کھمی لگا دیں۔ اس پر کیوڑہ چھڑک دیں جب ٹھنڈا ہو جائے تو چھری سے برنی کے ٹکڑے کاٹ لیں اور اوپر چاندی کے ورق لگا دیں۔

بادام کی مٹھائی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری بادام	250 گرام	چینی	آدھ کلو

ترکیب: ایک دھچکے میں چینی ڈال کر 250 گرام پانی میں گرم کر کے شیرہ تیار کر لیں کھانے کا کوئی سارنگ حسب پسند شامل کر دیں۔ چچہ چلاتے رہیں جب چاشنی گاڑھی ہونے لگے تو بادام کی گری چھلکا اتار کر ڈال دیں۔ چند منٹوں بعد شیرہ گاڑھا ہو جائے گا اور باداموں کی شیرہ پر جم جائے گی تو اسے چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے دیں پھر چھری سے ٹکڑے کاٹنے کے لئے رے میں پھیلا دیں۔

برنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کھویا	ڈیڑھ کلو	چینی	دو کلو
بادام	60 گرام	پست	30 گرام
ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: دو کلو چینی میں آدھا کلو پانی ڈال کر کھلے منہ کے دھچکے میں رکھ کر شیرہ تیار کر لیں۔ چچہ چلاتی جائیں جب شیرہ گاڑھا ہو جائے تو اس میں کھویا مسل کر ڈال دیں اور آمیزے کو خوب بھونیں جب کھویا اور شیرہ ایک دوسرے میں جذب ہو جائیں تو ایک بڑی رے یا تھل میں انڈیل لیں۔ اور ٹھنڈا ہونے دیں۔ پست اور بادام کی گریوں کو باریک کاٹ کر اوپر بکھیر دیں اور چاندی کے ورق لگا کر حسب خشا ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

بیس کے لڈو

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بیس	ایک کلو	چینی	ڈیڑھ کلو
کھج	آدھ کلو	گری بادام	10 گرام
گری پست	120 گرام	آلاچی سبز	چھ عدد

ترکیب : ایک کڑائی میں کھج ڈال کر گرم کریں پھر بیس ڈال کر خوب بھونیں خوشبو آنے پر چینی ڈال دیں چھچھلاتے رہیں۔ جب چینی پوری طرح حل ہو جائے اور پانی خشک ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں اب اس میں بادام اور پست کی باریک کٹی ہوئی گریاں ڈال دیں اور ساتھ سبز آلاچی کے دانے نکال کر ڈال دیں۔ پھر نیم گرم حالت میں آمیزے کے ہاتھوں سے لڈو بنالیں اور چاندی کے ورق لگا دیں۔

پستے کی برنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
پست	250 گرام	چینی	آدھ کلو
کھویا	250 گرام	کھج	120 گرام
کھانے کا رنگ	دو چٹکی	☆	☆

ترکیب : پستے کو صاف کر کے گرائنڈر سے باریک چیں لیں۔ ایک دیکچے میں کھج ڈال کر گرم کر لیں پھر کھوئے کو مسل کر باریک کر لیں اور دیکچے میں ڈال دیں چند منٹوں بعد میں بادامی رنگ کا ہو جائے تو اتار لیں۔ دوسرے برتن میں چینی سے شیرہ تیار کر لیں جب شیرہ گاڑھا ہو جائے تو اس میں پسا ہوا پست اور بھنا ہوا کھویا ڈال دیں۔ چھچھچھلاتی رہیں جب آمیزہ ایک محلول کی صورت میں آجائے تو اتار لیں ایک ٹرے میں کھج لگا کر اس میں تیار

شدہ آمیزہ پھیلا دیں پھر ٹھنڈا ہونے دیں اور کیوڑہ چھڑک دیں مزید ٹھنڈا ہونے پر چھری سے حسب مشاکلہ کاٹ لیں اور ورق لگالیں۔

پیٹھے کی برنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ہٹھا	ایک کلو	چینی	دو کلو
تھی	ڈیڑھ لیٹر	انڈے	بارہ عدد
گری بادام	دس عدد	گری پست	دس عدد
سوجی	ایک کلو	☆	☆

ترکیب: پیٹھے کو چھیل کر کدو کش کر لیں۔ کڑاہی میں تھی ڈال کر گرم کریں اور ہٹھا ڈال دیں۔ پہلے تیز آنچ پر چند منٹ پکے دیں۔ پھر دھیمی آنچ پر پکائیں جب پانی خشک ہو جائے تو اسے اتنا بھونیں کہ ہٹھا سرخ ہو جائے۔ سوچی تھی میں علیحدہ بھونیں اور پیٹھے میں ڈال دیں ایک برتن میں انڈے اور چینی پھینٹ لیں اور اس آمیزے میں ملا دیں۔ پندرہ منٹوں تک پکائیں جب محلول گاڑھا ہو جائے تو آندر لیں ٹھنڈا ہونے پر جم جائے گا پھر اسے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

پیٹھے کی مٹھائی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ہٹھا	آدھ کلو	چینی	750 گرام

ترکیب: ہٹھا چھیل کر صاف کر لیں اور اس کے بیج نکال دیں۔ پھر اس کے لمبے یا چوکور ٹکڑے کاٹ لیں۔ اب ان کو کانٹے سے اچھی طرح چوک دیں۔ پھر پانی میں ڈال کر ابال لیں۔ دوسرے برتن میں چینی کی چاشنی بنالیں جب گاڑھی ہو جائے تو اس میں ابالے

ہوئے پیٹھے کے ٹکڑے ڈال دیں اور پکائیں۔ جب چاشنی گاڑھے شیرہ کی صورت میں بن جائے اور ٹکڑوں پر بھنے لگے تو اتار لیں اور اس پر کیوڑہ چھڑک دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر اتار لیں۔ ایک بڑی ٹرے میں یہ محلول اور ٹکڑے پھیلا دیں خشک ہونے پر ٹکڑے کاٹ لیں۔

جلیبی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میدہ	آدھ کلو	چینی	دو کلو
تھی	375 گرام	زر دے کارنگ	ایک گرام
بیکنگ پاؤڈر	10 گرام	دودھ	آدھ کلو

ترکیب : دو کلو چینی میں آدھ کلو پانی ملا کر ابال لیں۔ ساتھ زر دے کارنگ بھی ڈال دیں اسے دھبی آگ پر پکنے دیں جب یہ گاڑھی چاشنی بن جائے تو اتار کر علیحدہ رکھ لیں۔ میدے میں بیکنگ پاؤڈر ملا دیں پھر تھوڑے سے دودھ میں گوندھ لیں۔ میدہ سخت ہو جائے تو ہاتھوں کو پانی لگا کر مزید گوندھ لیں پھر یہ ایک خمیر کی طرح پھول جائے گا۔ آدھ کلو دودھ میں سے 300 گرام دودھ اس میدے میں ملا لیں تاکہ یہ کریم کی طرح گاڑھا ہو جائے۔ ایک موٹے سوتی کپڑے میں یہ محلول ڈال کر نیچے ایک چمید کئے ہوئے کپڑے میں محلول سے انگلی ہٹا کر کڑاہی میں تھما کر جلیبی کی طرح تھماتے جائیں اور جلیبی کی شکل بناتی جائیں۔ جلیبیاں جب سرخ ہونے لگیں تو ان کو گرم گرم حالت میں شیرے میں ڈالتے جائیں آدھے گھنٹے بعد اسے شیرہ سے نکل لیں۔

چھوہاروں کی برنی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چھوہارے پے ہوئے	ایک کلو	دودھ	ایک کلو

چینی	دو کلو	کھویا	750 گرام
------	--------	-------	----------

ترکیب: بڑے دیکچے میں چھوہاروں اور دودھ کو اہل لیں۔ جب چھوہارے گل جائیں اور دودھ خشک ہو جائے تو چولہے سے اتار کر چھوہاروں سے گھٹلیاں نکال لیں اور چھوہاروں کو پس لیں۔ ان پسے ہوئے چھوہاروں کو دیکچے میں ڈال کر دوبارہ بھون لیں۔ کھوئے کو مسل کر ان میں ڈال دیں۔ جب کھویا اچھی طرح بھن جائے اور یہ مرکب اچھی طرح تیار ہو جائے تو اس میں چینی اور تین پیالی پانی ڈال دیں جب چینی حل ہو کر گاڑھا شیرہ بن جائے اور سب چیزیں اچھی طرح یکجان ہو جائیں تو اتار لیں۔ ایک بڑی ٹرے میں تھی لگا کر یہ آمیزہ اس پر پھیلا دیں۔ اور ٹھنڈا ہونے دیں پھر چھری سے ٹکڑیاں کاٹ لیں۔

رس گلے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کچا دودھ	دو کلو	پستکری پیسی ہوئی	ایک چنگی
کھویا	125 گرام	میدہ	125 گرام
چینی	ایک کلو	آلاپچی ہبز	دس عدد

ترکیب: ایک بڑے دیکچے میں دودھ اہل لیں۔ جوش آنے پر پستکری کی چنگی ڈال دیں۔ دودھ پھٹ جائے گا۔ اسے اتار کر باریک سوتی کپڑے میں چھان لیں اور پھنے ہوئے دودھ کی پھٹکڑیوں کو باندھ کر لٹکا دیں تاکہ باقی ماندہ بھی نکل جائے۔ جب پیر کی شکل میں آجائے تو نکل لیں کھوئے کو مسل دیں۔ پھر پیر اور کھوئے کو خوب پھینیں پر ان میں میدہ ڈال کر کانٹے سے پھینیں 'میدہ' پیر جتنا پھیننا جائے گا اتنا ہی رس گھلا نرم ہو گا۔ رس گلے بناتے وقت ان کے درمیان دو دو آلاپچی کے دانے ڈالتے جائیں۔ چینی کی چاشنی تیار کر لیں اس میں رس گلے ڈال کر پکنے دیں۔ جب رس گلے پھول کر نرم ہو جائیں تو نکل لیں۔ ٹھنڈے ہونے پر اسی چاشنی میں ڈال دیں۔ اور ورق لگا کر پیش کریں۔

گلاب جامن - 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میدہ	250 گرام	دہی	125 گرام
چینی	آدھ کلو	نکھن	125 گرام
تھی	200 گرام	گری بادام	250 گرام
بیکنگ پاؤڈر	چائے کا ایک چمچ	☆	☆

ترکیب : بادام کی گریاں گرائنڈر سے چس کر میدہ میں ملا لیں اور انہیں نکھن میں حل کر لیں۔ پھر بیکنگ پاؤڈر ملا کر ان سب اشیاء کو خوب پھینٹیں پھر دہی ملا دیں۔ سارے آمیزے کو خوب پھینٹیں اور ایک مرکب تیار کر لیں اور اسے چند منٹوں کے لئے پڑا رہنے دیں چینی میں آدھ کلو پانی ڈال کر شیرہ بنالیں جب گاڑھا ہو جائے تو گلاب جامن حسب سائز گول یا لمبی بنالیں۔ ایک کھلے منہ کے بڑی دیکچے یا کڑا ہی میں تھی گرم کر کے گلاب جامن ڈال دیں۔ اور چند منٹوں تک تلنے رہیں جب بادامی رنگ کی ہو جائیں تو شیرہ میں ڈال دیں۔ ایک گھنٹہ تک پڑی رہنے دیں۔ اس وقت میں گلاب جامن شیرہ جذب کر لیں گی۔ پھر ایک بڑی کڑھی سے گلاب جامن اٹھا کر ڈونگے میں ڈال دیں ان پر چاندی کے ورق لگا دیں۔

گلاب جامن - 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میدہ	دو بڑے چمچے	کھویا	250 گرام
غیر	125 گرام	چینی	آدھا کلو
تھی	250 گرام	آلاپچی سبز	دس عدد
بیکنگ پاؤڈر	چائے کا ایک چمچ	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

آلو مٹر کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	آدھ کلو	مٹر کے دانے	آدھ کلو
چینی	750 گرام	کھجور	375 گرام
بالائی	250 گرام	سبز آلاپچی	چھ عدد
گری بادام	60 گرام	☆	☆

ترکیب : آلو پھیل کر کدو کش کر کے کھلے منہ کی دیکھی میں ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں ہلکی آنچ پر آلو کو اپنے ہی پانی میں گلنے دیں جب گل جائیں تو اتار لیں اب مٹر اور آلو کو سل پر اکٹھا پیس لیں۔ چینی میں 750 گرام پانی ڈال کر شیرہ بنالیں بالائی پھینٹ کر اس میں زعفران ملا دیں دیکھی میں کھجور ڈال کر سبز آلاپچی بھون لیں۔ سبز آلاپچی جب براؤن رنگ میں ہو جائے تو اس میں پسے ہوئے مٹر اور آلو ڈال دیں۔ چند منٹ اور بھونیں پھر چاشنی اور زعفران ملی بالائی ڈال دیں۔ چھپرے برابر چلاتی رہیں۔ دھیمی آنچ رکھیں اب حلوہ گاڑھا بن جائے گا پھر بادام اور کشمش ڈال دیں جب حلوہ کھجور دے تو کیوڑا ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔

انڈوں کا حلوہ-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	ایک درجن	چینی	375 گرام
چھوہارے	دو عدد	گری بادام	30 گرام
تدریل	60 گرام	بالائی	ایک پیانی
سبز آلاپچی	چار عدد	زعفران پس ہوئی	آدھی چنگی

ترکیب : کھوئے کو اچھی طرح مسل لیں اور پنیر شامل کر کے باتھوں سے اچھی طرح پھینٹ لیں۔ اب سبز آلاچی پیس کر ملا دیں پھر بیکنگ پاؤڈر ڈال کر پانی شامل کر کے گوندھ لیں اور ایک گھنٹہ تک کے لئے پڑا رہنے دیں۔ ایک کڑاہی میں تھی گرم کریں دوسرے برتن میں چینی میں پانی ملا کر چاشنی بنالیں۔ کڑاہی کے نیچے دھبی آگ رکھیں۔ کھوئے اور پنیر کے آمیزے سے چھوٹی چھوٹی گول یا لمبی گلاب جاسن تیار کر لیں اور تھی میں تلے جائیں جب رنگت بادامی ہو جائے تو اتارتے جائیں اور شیرہ میں ڈبو تے جائیں دس پندرہ منٹ شیرہ میں ڈوبی رہنے دیں۔ پھر ایک گمرے برتن میں پاؤڈر گنے میں ڈال لیں۔ ہلٹھوں پر سجا کر چاندی کے ورق لگا دیں۔

موتی چور کے لڈو-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چنے کی دال	آدھ کلو	تھی	آدھ کلو
چینی	750 گرام	دودھ	125 گرام
دہی	60 گرام	آلاچی سبز	دس عدد
بیکنگ پاؤڈر	چھ گرام	☆	☆

ترکیب : چنے کی دال دس گھنٹے تک کھلے پانی میں بھگوئے رکھیں پھر اسے صاف سل پر پیس لیں۔ پس ہوئی دال میں دو چمٹاں تھی ملا دیں۔ دہی پھینٹ کر ڈال دیں۔ تینوں چیزوں کے مرکب کو خوب پھینٹیں۔ دودھ ابال کر ٹھنڈا کر لیں اور اسی آمیزے میں شامل کر دیں پھر بیکنگ پاؤڈر ڈال کر اچھی طرح پھینٹیں تاکہ جھاگ نکل آئے۔ چینی میں ایک پاؤ پانی ڈال کر چاشنی تیار کر لیں۔ ایک کڑاہی میں آدھ سیر تھی ڈال کر گرم کر لیں۔ لوہے کی موٹی چھلنی جس کے پھید بڑے ہوں اس میں پسی ہوئی دال کا مرکب ڈال کر تلے جائیں اور شیرہ میں ڈالتے جائیں یہ بوندیاں دو گھنٹے تک شیرہ میں رہنے دیں۔ پھر آلاچی کے دانے ملا دیں اور باتھوں سے لڈو بنائیں ان پر باریک کئے ہوئے بادام اور پستہ بجا دیں۔ ہلٹھوں

میں رکھ کر چاندی کے ورق جمادیں۔

موتی چور کے لڈو-2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بیس	225 گرام	میدہ	225 گرام
چینی	725 گرام	تھی	500 گرام
گری بادام	20 گرام	گری پستہ	20 گرام
آلاچی بزر	چودہ	زعفران	ایک چٹکی
چاندی کے ورق	حسب ضرورت		☆

ترکیب : بیس اور میدہ کو حسب ضرورت پانی میں گھول کر اچھی طرح پھینٹ لیں۔ پھینٹے ہوئے مرکب کا ایک قطرہ پانی میں ڈال کر دیکھیں اگر بہتا ہے تو تیار اگر ڈوب جائے تو مزید پھینٹیں۔ کڑا ہی میں تھی گرم کریں۔ نوے کی بنی ہوئی موتی جالی جس کے سوراخ بڑے ہوں اور حجم چوڑا ہوا اس کا دستہ لبا ہوتا ہے جسے لڈوں کی چھانی بھی کھا جاتا ہے۔ اس پر بیس اور میدہ کا آمیزہ ڈالیں یہ موتی کی طرح تھی پر کرتا جائے گا۔ دوسری بڑی چھانی سے اٹھا کر چینی سے تیار کردہ گاڑھے شیرے میں ڈالتے جائیں۔ قوام میں زعفران ڈال کر پہلے ہی تیار کر رکھیں جب یہ سارا محلول ٹھنڈا ہو جائے تو اس میں سبز آلاچی پسی ہوئی ڈال کر ملا لیں۔ یا آلاچی کے دانے ملا لیں اور ہاتھوں سے حسب خشاء سائز کے لحاظ سے لڈو بناتے جائیں پھر بادام اور پستہ کی باریک کٹی ہوئی گریاں جمادیں اور ورق لگا کر پیش کریں۔

میوے کے لڈو

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
شیش	125 گرام	گری بادام	آدھا کلو

گری اخروت	250 گرام	چلنوزے	125 گرام
چینی	750 گرام	کھی	250 گرام
گونڈ قطہ	125 گرام	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: ایک کڑاہی میں کھی گرم کر لیں اور اس میں قطہ گونڈ ڈال کر سرخ کر لیں جب گونڈ پھول جائے تو نکال کر کوٹ لیں۔ گرم پانی ڈال کر بادام کی گری سے چھلکا اتار لیں اور تمام میوؤں کو موٹا موٹا کوٹ لیں اور چینی ڈال کر گرائنڈر سے پیس لیں اور ملا دیں۔ پانی کا چھینٹا دیتے ہوئے ہاتھوں سے لڈو بنالیں اور ورق لگا کر پیش کریں۔

ناریل کی برقی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ناریل کدو کش کیا ہوا	ایک کلو	چینی	ڈیڑھ کلو
کھویا	375 گرام	گری بادام	دس عدد
گری پست	دس عدد	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: ناریل کو کھرچ کر کدو کش کر لیں۔ بازار میں باریک کٹا ہوا خشک ناریل بھی دستیاب ہے اسے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے اس کو کڑاہی میں کھی ڈال کر بھون لیں جب اس کا رنگ گہرا بادامی ہو جائے پھر کھویا ڈال دیں۔ چمچہ برابر چلاتی رہیں جب ناریل اور کھویا یکجان ہو کر بھن جائیں تو اس میں چینی اور 375 گرام پانی ڈال کر بھونیں جب چینی اچھی طرح حل ہو جائے اور پانی خشک ہو جائے تو اس کا ایک گاڑھا محلول بن جائے گا۔ ایک سنیل یا تام چینی کی ٹرے میں اسی آمیزے کو ڈال دیں۔ ڈالنے سے پہلے ٹرے میں کھی لگالیں تاکہ یہ محلول برتن سے چٹ نہ سکے اور اتارنے میں آسانی رہے۔ اب اس محلول کو ٹھنڈا ہونے دیں۔ پھر چھری سے حسب غٹا ٹکڑیاں کاٹ لیں اوپر بادام اور پست کی کٹی ہوئی باریک ہوائیاں چھڑک دیں اور چاندی کے ورق لگا کر پیش کریں۔

آم کی آئس کریم

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
اچھی قسم کے بڑے آم	آدھ کلو	چینی	180 گرام
دودھ	دو کلو	کھن	تین ادنس
بالائی	125 گرام	کشرڈ پاؤڈر	چار بڑے چمچے

ترکیب: ایک کھلے منہ کی دیبھی میں دودھ پکنے کے لئے رکھ دیں اسے ہلکی آچ پر اتنا پکائیں کہ یہ ڈیڑھ کلو رہ جائے اب اس میں چینی ڈال دیں۔ ٹھنڈے دودھ میں کشرڈ پاؤڈر کھول لیں اور اسے ملا دیں۔ کشرڈ پاؤڈر ملاتے وقت چمچ مسلسل چلاتے رہیں تاکہ گھٹلی نہ بنے اب اس میں کھن ڈال دیں اور اس میں چمچ چلاتے رہیں تاکہ یہ مخلول حل ہو جائے اور نیچے اتار کر ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ آم کاٹ کر اس کے گودے کے باریک باریک ٹکڑے کاٹ لیں چھلکا اور گھٹلی الگ کر دیں اس گودے کو انڈا بھینڈے والی مشین سے پھینٹ لیں اور کشرڈ ٹھنڈا ہونے پر ملا دیں اور 125 گرام بالائی بھی ملا دیں پھر اس مخلول کو اچھی طرح پھینٹیں۔ آئس کریم مشین میں جو برف ڈال کر تیار کی گئی ہو ڈال کر جمالیں یا فریج میں رکھ کر جمالیں۔

انڈوں کی آئس کریم

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	دس عدد	چینی	چار کپ
کریم	آٹھ کپ	گری با دام	تین کپ
جانین	دو کمانے کے چمچ	بھینٹی ہوئی نمک	چائے کا نصف چمچ
دنیالہ منس	چائے کا نصف چمچ	☆	☆

ترکیب: ایک کھلے منہ کی دیکھی میں پانی اور چینی ڈال کر پکنے کے لئے رکھ دیں۔ چینی کو ہلکی آنچ پر پکا کر چاشنی تیار کر لیں اور اسے علیحدہ رکھ دیں۔ ایک برتن میں دس انڈوں کی سفیدی بھینیں۔ پھینے وقت انڈوں کی سفیدی میں تھوڑا تھوڑا گرم پانی ڈالتی جائیں اور مسلسل بھینتی جائیں جب تک آمیزہ ٹھنڈا اور ذرا سخت نہ ہو جائے۔ پھر اس میں ونیلا ایسنس، جلائین، بادام اور کریم ڈال دیں اور اسے کسی خوبصورت باؤل میں ڈال کر فریج میں رکھ دیں تاکہ محلول جم جائے پھر اس پر کریم سے سجاوٹ کر دیں۔

چاکلیٹ آئس کریم

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاکلیٹ پاؤڈر	چار کھانے کے چم	تازہ کریم	چار اونس
چینی	125 گرام	دودھ	ڈیزہ کلو

ترکیب: ایک کھلے منہ کی دیکھی میں دودھ پکا کر ڈیزہ کلو سے ایک کلو کر لیں۔ اب ٹھنڈے دودھ میں چاکلیٹ ملا لیں اور اچھی طرح گھول لیں پھر پکتے ہوئے دودھ میں چینی ڈال دیں پھر چاکلیٹ کا آمیزہ شامل کر دیں اور چمچ برابر چلاتی رہیں اور ٹھنڈا کرنے کے لئے چولہے سے اتار لیں۔ جب تھوڑا ٹھنڈا ہو جائے تو اس میں تازہ کریم ملا دیں پھر اسے خوب بھینیں پھر تھوڑا اور ٹھنڈا کر کے اسے آئس کریم مشین میں ڈال کر جمالیں۔

سٹرابیری آئس کریم

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سٹرابیری	آٹھ عدد	سٹرابیری فیلور	ایک چم
آئس کریم پاؤڈر	دو چم	چینی	چار کھانے کے چم
کریم	چار کھانے کے چم	دودھ	250 گرام

بیکنگ پاؤڈر	آدھا چمچ	☆	☆
-------------	----------	---	---

ترکیب: دودھ ابال کر ٹھنڈا کر لیں پھر چینی ڈال کر اچھی طرح حل کر لیں۔ پھر اس میں کریم، بیکنگ پاؤڈر اور سٹراپیری فیلور ملا دیں۔ ان سب چیزوں کو اکٹھا پیسٹ لیں تاکہ ہر چیز اچھی طرح کھل جائے پھر آئس کریم کے کسی خوبصورت سانچے میں یہ مخلول ڈال کر فریج میں رکھ دیں۔ جب یہ آمیزہ جم جائے تو اس کو نکال دیں اور آئس کریم ڈش میں سکوپ کے ذریعے آئس کریم نکالیں۔ ہر کپ میں دو تین سٹراپیری لگا دیں۔

کافی آئس کریم

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دائے دار کافی	ایک بڑا چمچ	پسی ہوئی کافی	چائے کے چار چمچ
دودھ	دو کلو	کریم	چار اونس
چینی	180 گرام	☆	☆

ترکیب: دودھ گرم کر کے خوب پکائیں جب ڈیڑھ کلو رو جائے تو اس میں چینی اور کسٹروڈ ڈال کر ملا دیں۔ ایک پیالی سے کافی اور کریم ملا کر خوب حل کر لیں جب جھاگ اٹھ آئے تو اس میں ایک کپ دودھ ملا لیں اور اسے کسٹروڈ میں ڈال کر ملا دیں اور اچھی طرح پیسٹ لیں۔ اسے فریج میں ایک گھنٹہ تک رکھ دیں بڑی لذیذ آئس کریم تیار ہوگی۔

☆	☆	چند قطرے	کیوڑہ
---	---	----------	-------

ترکیب: 125 گرام اور بالائی ایک برتن میں پھینٹ لیں۔ پھر کیوڑہ کے ساتھ زعفران ملا کر ان چیزوں میں شامل کر دیں۔ پھر چینی ڈال دیں اور خوب پھینٹیں کہ چینی کے دانے مرکب میں حل ہو جائیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی الگ الگ پھینٹ کر ملا لیں پھر ان چیزوں کے سارے مرکب کو اچھی طرح پھینٹ لیں کہ یہ یکجان ہو جائیں تو ایک کھلے منہ کے پیٹے میں گھی ڈال کر سبز آلاپچی ملا دیں اور گھی کڑکڑائیں۔ ناریل اور بادام کتر کر شامل کر دیں۔ چھوہارے دودھ میں ابال کر گھالیں پھر پست کے ساتھ گھی میں ملا دیں اور سارے مرکب کو دھیمی آگ پر پکتے دیں جب پانی خشک ہو جائے اور حلوہ گھی چھوڑ دے تو کیوڑہ ڈال کر چولہے سے اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔

انڈوں کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	چھ عدد	چینی	250 گرام
گھی	200 گرام	کھویا	200 گرام
خشخاش	60 گرام	پست	10 گرام
بادام کی گری	60 گرام	کیوڑہ	تین چائے کی چمچ
سبز آلاپچی	چھ عدد	☆	☆

ترکیب: خشخاش کو پانی سے دھو کر صاف سل پر باریک پیس لیں۔ اسے گرینڈر سے بھی پیس سکتی ہیں۔ انڈے توڑ کر سفیدی اور زردی علیحدہ علیحدہ خوب پھینٹ لیں، بادام بھگو کر چھیل لیں پست اور بادام باریک کاٹ لیں۔ اب گھی پر سبز آلاپچی ڈال کر کڑکڑائیں۔ سبز آلاپچی کی خوشبو آنے پر کھویا اور خشخاش ڈال دیں جب خوب بھن جائے تو اس میں انڈوں کی سفیدی اور زردی ملا کر ڈال دیں اور خوب چمچ چلاتے جائیں جب گھی چھوڑنے لگے تو اس میں چینی ڈال دیں اور چینی خشک ہونے پر اتار لیں اور اوپر سے روح کیوڑہ چھڑک

دیں ساتھ پستہ اور بادام کی ہوائیاں چھوڑ دیں، انڈوں کا لذیذ حلوہ تیار ہے۔

انڈوں کا حلوہ۔ 3

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	چھ عدد	تھی	125 گرام
دودھ	250 گرام	بالائی	250 گرام
کھویا	125 گرام	ناریں	چند ٹکڑے
کشمش	چھ عدد	جائفل پسا ہو	ایک چمکی
دار چینی	نصف انچ	آلاپچی سبز	چھ عدد
پستہ	آٹھ عدد	کیوڑہ	چند قطرے
زعفران پس ہوئی	ذرا سی، قلیل مقدار	☆	☆

ترکیب: دودھ اہل کر اس میں چینی شامل کر لیں چھپہ ہلاتی جائیں تاکہ چینی آسانی سے حل ہو جائے پھر جائفل اور دار چینی ڈال دیں۔ کشمش بھی صاف کر کے ڈال دیں مرکب تیار ہو جائے تو چو لمے سے اتار لیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی کو الگ الگ پھینٹ کر ملا لیں۔ ملا کر پھر پھینٹیں۔ پھر بالائی کو پھینٹ لیں پھر انڈوں میں ملا کر پھینٹیں۔ ایک کھلے منہ کے پیٹے میں تھی ڈال کر کڑکڑائیں اور سبز آلاپچی کے دانے یا ثابت آلاپچی ڈال کر تل لیں۔ کھوئے کو مسل کر بھون لیں۔ پھر انڈے، بالائی، زعفران اور پستہ ڈال دیں۔ پھر دودھ میں پکا ہوا چینی کا قوام شامل کر لیں۔ ہلکی آنچ پر پکھنے دیں اور چھپہ متواتر چلاتی رہیں۔ اسی اثنا میں چینی کا پانی خشک ہو جائے گا شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے گا حلوہ جب تھی چھوڑ دے تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں چند منٹ ڈھکار بنے دیں۔ حلوہ تیار ہے ہلمٹھوں میں ڈال کر پیش کریں۔

8 سینی میز	13 بج
10 سینی میز	14 بج
13 سینی میز	15 بج
15 سینی میز	16 بج
18 سینی میز	17 بج
20 سینی میز	18 بج
23 سینی میز	19 بج
25 سینی میز	10 بج
28 سینی میز	11 بج
30 سینی میز	12 بج ایک فٹ

○○○○○○○○

❦ دسی وزن کے پیمانے ❦

8 خشوش	ایک چاول	2 چمٹاں	آدھ پاؤ
8 چاول	ایک رتی	4 چمٹاں	ایک پاؤ
8 رتی	ایک ماش	8 چمٹاں	آدھ میر
12 ماش	ایک تود	16 چمٹاں	ایک میر
5 تود	ایک چمٹاں	40 میر	ایک من

انڈوں کا حلوہ۔ 4

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈوں کی زردی	ایک پیالی	تھی	200 گرام
چینی	375 گرام	بالائی	ایک پیالی
گری بادام	30 گرام	سبز آلاپچی	چھ عدد

ترکیب: انڈوں کی زردی اور بالائی علیحدہ علیحدہ پھیٹ لیں پھر چینی ملا کر تین چیزوں کو خوب پھینٹیں تاکہ چینی کے دانے حل ہو جائیں پھر کھلے منہ کے پتلے میں گھی کڑا لیں اور اس میں سبز آلاپچی کے دانے ڈال دیں۔ اس مرکب میں بادام اور پستہ کترا ہوا بھی ڈال دیں چمچ چلاتی رہیں۔ اتنے میں چند منٹوں بعد پانی خشک ہو جائے گا شیرہ گاڑھا ہو جائے گا اور جب حلوہ گھی چھوڑ دے تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں چند منٹ ڈھکا رہنے دیں۔ حلوہ تیار ہے۔

بادام کا حلوہ۔ 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری بادام	125 گرام	چینی	750 گرام
گھی	750 گرام	پنے کی دال	250 گرام
سکمش	50 گرام	سوف	25 گرام
سبز آلاپچی	چند دانے	کیوڑہ	تین بچ
زعفران	برائے نام	☆	☆

ترکیب: سب سے پہلے دال کو چن کر بھگو دیں۔ پھر صاف سل پر باریک پیس لیں۔ ایک کڑا ہی میں گھی گرم کریں اور آلاپچی چھوڑ دیں۔ جب خوشبو پھوننے لگے تو پیسی ہوئی

دال ڈال کر دھبی آنچ سے بھون لیں۔ جب دال بادامی رحمت اختیار کر جائے تو چینی ڈال کر بھونیں۔ اگر پسند کریں تو چینی کے بعد کھویا بھی حسب پسند ڈال دیں اس سے حلوہ کا مزہ دو بالا ہو جائے گا۔ پھر پسی ہوئی گری ڈال دیں جب سرخی مائل ہو جائے تو تمام اجزاء ڈال کر دو تین منٹ مزید بھون لیں ساتھ ہی کیوڑہ اور حسب ضرورت زعفران شامل کر دیں۔ نہایت لذیذ اور صحت بخش حلوہ تیار ہو گا۔

بادام کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری بادام	آدھ کلو	چینی	آدھ کلو
تھی	آدھ کلو	کھویا	250 گرام
زعفران	دو گرام	کیوڑہ	چار بچ

ترکیب: پہلے بادام کی گری پانی میں جگودیں پھر چھلکے اتار لیں۔ اس کے بعد انہیں سل پر باریک چیں لیں۔ چینی میں ایک پاؤ پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں۔ اب تھی میں سبز آلاچی کے دانے ڈال کر کڑکڑائیں اور اس میں پے ہوئے بادام ڈال کر بھونیں۔ جب بھن جائیں اور خوشبو دینے لگیں تو اس میں کھویا ڈال کر بھونیں۔ اب اس میں چینی کا تیار شدہ شیرہ ڈال دیں اور کسی برتن میں ڈال کر جمالیں اور برنی کی طرح کاٹ لیں یا حلوے کی طرح ہی گرم گرم استعمال کریں۔

بیس کا حلوہ۔ 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بیس	آدھ کلو	چینی	375 گرام
کھویا	125 گرام	تھی	375 گرام

کشمش	60 گرام	آلاچی بزر	بارہ عدد
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: کھی میں آلاچی ڈال کر کڑائیں جب خوشبو آنے لگے تو کشمش کو صاف کر کے اس میں ڈال دیں اور ایک منٹ تک چچہ چلائیں پھر اس میں مین ڈال کر بھونٹے جائیں یہاں تک کہ مین میں سے خوشبو آنے لگے۔ چینی کا شیرہ تیار کر لیں (بہت تھوڑا پانی ڈال کر) پھر مین میں کھویا ڈال دیں اور تھوڑا سا بھونیں پھر چینی کا شیرہ ملا کر چچہ چلاتے جائیں جب پانی بالکل خشک ہو جائے تو اتار لیں اور چاندی کے ورق لگا کر پیش کریں۔

مین کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
مین	ڈیزہ کپ	انڈے	آٹھ عدد
چینی	ڈیزہ کپ	تھی	حسب ضرورت
ناریل پاہوا	دو کپ	بادام	بارہ گری
پست	آٹھ گری	☆	☆

تلاکھچ: انڈے اور چینی ملا کر پھیٹ لیں۔ اب کھی کو گرم کر کے بزر آلاچی کے دانے ڈال دیں اس میں مین ڈال کر بھون لیں۔ خیال رہے چلنے نہ پائے۔ اب اس میں انڈے اور چینی کا آمیزہ ملا دیں اور پکائیں۔ اس میں دو کپ پاہوا ناریل شامل کر لیں اور ملا کر پکائیں اور بادام کا چھلکا اتار کر پہلے سے کات لیں وہ بھی شامل کر دیں۔ پلیٹ میں نکال کر سجائیں۔ مین کا حلوہ تیار ہے۔

پیتے کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
پیتا کپا	625 گرام	چینی	آدھا کلو
تھی	125 گرام	آٹا پختی ہنز	چند دانے
بادام	حسب ضرورت	ہی	ہی

ترکیب : پیتے کو دھو کر چھلکا اتار لیں اور باریک کاٹ لیں۔ ایک دیکھی میں دو کلو دودھ لے کر چولے پر گرم کریں۔ دودھ میں پیتے کے باریک ٹکڑے ڈال کر ابال لیں۔ ابال اترنے پر چولے کی آنچ دھبی کر دیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے اور پیتا اچھی طرح گل جائے تو دیکھی چولے سے اتار لیں۔ دوسری دیکھی میں تھی گرم کریں ساتھ ہی آٹا پختی بھی ڈال دیں۔ اب دودھ میں گھلا ہوا پیتا بھی تھی میں ڈال کر قل لیں۔ بننے کے عمل کے دوران چینی اور باریک کترے ہوئے بادام ڈال دیں۔ اب دیکھی میں چینی کا شیرہ بن جائے گا۔ اس تمام آمیزے کو دھبی آنچ پر پکنے دیں۔ آہستہ آہستہ پکنے پر پیتا کا حلوہ تیار ہو جائے گا۔ جب آپ سمجھیں کہ حلوہ تیار ہو گیا ہے تو دیکھی میں 60 گرام بھر تھی ڈال دیں اور بالکل ہی دھبی آنچ دیں۔ تھی حلوہ میں جذب ہو جائے تو کیوڑہ چمڑک کر دیکھی اتار لیں۔ مسمنوں کی تواضع کے لئے سویٹ ڈشیز کی ایک عمدہ ڈش ہے۔

پیتے کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
پیت	250 گرام	تھی	آدھا کلو
چینی	آدھا کلو	بالائی	250 گرام
کھویا	250 گرام	انڈے	چار عدد

گری بادام	60 گرام	کشمش	آٹھ دانے
لوہک	دو عدد	آلاچی سبز	آٹھ عدد
کیوڑہ	چند قطرے	زعفران پس ہوئی	ایک چٹکی

ترکیب: پستہ کی گری کو گرینڈ کر لیں۔ چینی میں ایک سیر پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں۔ بالائی کو پھینٹ لیں۔ کھوئے کو مسل کر بالائی میں ملا کر پھینٹیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی کو علیحدہ علیحدہ پھینٹ لیں اور پھر ملا کر پھینٹیں۔ ایک کھلے منہ کے قیلے میں گھی کڑکڑائیں لوہک اور آلاچی کے دانوں کو پس کر بھون لیں۔ گرینڈ کیا ہوا پستہ بھون لیں اور بادامی میں لے آئیں۔ پستہ جب گھی میں مل کر خوشبودار دینے لگے تو شیرہ پھینٹی ہوئی بالائی کھویا۔ پستہ ہوئی زعفران، انڈوں کا محلول، کشمش اور بادام ڈال کر ہلکی آنچ پر پکے دیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے اور حلوہ گھی چھوڑ دے اور خوشبودار دینے لگے تو کیوڑہ ڈال دیں اور چند منٹوں کے لئے ڈھکا رہنے دیں۔ حلوہ تیار ہے۔

پیٹھے کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بیشہا	ایک کلو	گھی	375 گرام
چینی	375 گرام	کھویا	250 گرام
آلاچی سبز	دو عدد	کیوڑہ	حسب ضرورت
چاندی کے ورق	حسب فضاء	جیر	☆

ترکیب: بیشہا چھیل کر کدو کش کر لیں۔ اب اس کو اسی کے پانی میں چڑھا دیں تاکہ گل جائے۔ ہلکی آنچ پر اس کا پانی خشک ہونے دیں جب پانی خشک ہو جائے تو چینی ڈال دیں اور بھونتے جائیں جب تک چینی کا پانی خشک ہو جائے اب ایک کڑا ہی میں گھی میں آلاچی سبز ڈال کر کڑکڑائیں اور اس پر بیشہا ڈال دیں اور بھونتے جائیں یہاں تک کہ اس میں

خوشبو آنے لگے اور اس کا رنگ سرخی مائل ہو جائے اب اس میں چینی ڈال دیں اور بھونٹتے جائیں یہاں تک کہ چینی کا پانی خشک ہو جائے اور بھن کر حلوہ گھی چھوڑ دے اس میں کیوڑہ اور بادام ڈال کر اتار لیں اور ورق لگا کر پیش کریں۔

جلیبیوں کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
جلیبیاں	ایک کلو	کھوپڑا	آدھ کلو
دودھ	ایک کلو	بالائی	250 گرام
چینی	375 گرام	گھی	375 گرام
گری بادام	60 گرام	پست	دس عدد
سبز الائچی	دس عدد	چھوہارے	دو عدد
کیوڑہ	چند قطرے	ہینہ	☆

ترکیب: خشک ناریل کھرچ کر گرائیڈ کر لیں یا بازار سے پسا ہوا ناریل خشک حالت میں لے آئیں دودھ کو اہل لیں اور ٹھنڈا ہونے دیں پھر اس میں جلیبیاں ڈال دیں جب دودھ میں جلیبیاں خوب رچ جائیں تو پیچھے سے گھونٹ دیں ایک گاڑھے محلول کی شکل میں بنالیں۔ ایک کھلے منہ کے قیلے میں گھی کڑکڑائیں۔ سبز الائچیاں بھون لیں پھر پسا ہوا ناریل ڈال دیں اور بھون لیں جب بادامی رنگت میں آجائے تو دودھ جلیبیاں اور بالائی پھینٹ کر ڈال دیں۔ ہلکی آنچ پر پکے دیں جچے چلاتی رہیں۔ چینی میں آدھ کلو پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں اسے پکتی ہوئی جلیبیوں میں ڈال دیں پست اور بادام کترے ہوئے شامل کر دیں اور ہلکی آنچ پر پکے دیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے اور چاشنی جذب ہو جائے اور حلوہ گھی چھوڑ دے تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔

پنے کی دال کا حلوہ۔ 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
پنے کی دال	آدھا کلو	گھی	375 گرام
کھویا	250 گرام	بادام کی گری	125 گرام
پستہ	60 گرام	ناریل	60 گرام
دودھ	ایک کلو	چینی	آدھ کلو
کیوزہ	چار پیچ	آلاپچی سبز	چند دانے

ترکیب : پننے کی دال صاف کر کے بھگو دیں دو گھنٹے بعد اس کا پانی نکال لیں اور دودھ ڈال کر پکنے کو رکھ دیں جب دال گل جائے تو دودھ خشک کر لیں اور اتار لیں اور اس دال کو سل پر باریک پیس لیں۔ اب گھی میں آلاپچی کے دانے ڈال کر کڑکرائیں اور اس میں پیس ہوئی دال ڈال کر بھونیں۔ اتنا بھونیں کہ دال میں کچاند نہ رہے اور اس کا رنگ سرخی مائل ہو جائے۔ اب اس میں کھویا ڈال دیں اور بھونتے جائیں جب کھویا بن جائے تو چینی ڈال کر بھونیں۔ اس کے ساتھ ہی ناریل کاٹ کر ڈال دیں اور بھونتے جائیں۔ جب خوب گھی چھوڑ دے تو اتار لیں اوپر سے بادام اور پستہ کاٹ کر اس کی ہوائیاں چھوڑیں۔ پننے کی دال کا حلوہ تہایت مزیدار تیار ہو جائے گا۔

پنے کی دال کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
پنے کی دال	ایک کلو	چینی	دو کلو
گھی	آدھ کلو	دودھ	ایک کلو
بادامی	250 گرام	کھویا	250 گرام

گری بادام	125 گرام	آلابچی سبز	دس عدد
کپاریل	125 گرام	☆	☆

ترکیب: چنے کی دال صاف کر کے دو گھنٹے کے لئے پانی میں بھگو دیں۔ ایک بڑی دیکھی میں دودھ ڈال کر چولے پر چڑھا دیں۔ ابل آنے پر دال ڈال دیں ہلکی آٹھ پر پکنے دیں گل جانے پر اتار لیں دودھ سے نکل کر گرائنڈر سے یا سل سے پیس لیں۔ پس ہوئی دال کو دودھ میں ڈال دیں پھر چینی ڈال دیں بالائی پھینٹ لیں اور زعفران میں حل کر کے دال میں شامل کر لیں۔ ہلکی آٹھ پر پکنے دیں۔ چھچھلاتی رہیں۔ گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ بڑی دیکھی میں تھی کڑکڑائیے اور سبز آلابچی کے دانے پیس کر بھون لیں کچے ناریل کو پیس لیں اور اس میں شامل کر لیں پھر کھویا ڈال دیں۔ پھر چینی، دودھ اور بالائی کا محلول بھی ڈال دیں۔ ہلکی آٹھ پر پکائیں شیرہ گاڑھا ہو جائے گا اور حلوہ تھیں چھوڑ دے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔

چھوہاروں کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چھوہارے	آدھا کلو	دودھ	ڈیڑھ کلو
چینی	ڈھائی سو گرام	کیوڑہ	حسب خواہش
سبز آلابچی	چند دانے	☆	☆

ترکیب: چھوہاروں کو ایک کھلے برتن میں اچھی طرح دھو لیں تاکہ ان پر جی ہوئی گرد صاف ہو جائے پھر ان میں مٹھلیاں نکال لیں اب چھوہاروں کے چار ٹکڑے کر لیں۔ اس عمل سے فارغ ہو کر انہیں دودھ میں بھگو دیں۔ ایک ڈیڑھ گھنٹے بھیننے کے بعد اس دیکھی کو چولے پر چڑھا دیں۔ دھیمی آٹھ پر اتنی دیر پکائیں کہ دیکھی کا دودھ خشک ہو جائے اور چھوہارے گل جائیں۔ دیکھی کو چولے سے اتار کر چھوہاروں کو ٹھنڈا کر کے صاف سل پر پیس لیں۔ دیکھی میں تھی گرم کریں اور الماچیاں ڈال دیں جب خوشبو پھوٹنے لگے تو

چھوڑ دے ڈال کر دھیمی آنچ پر بھون لیں جب خوب بھن جائیں تو چینی ڈال کر مزید بھون لیں۔ جب چینی کا پانی خشک ہو جائے تو کیوڑہ کا چھینٹا مار کر دیکھی کو چولہے سے اتار لیں۔ اگر مناسب سمجھیں تو اوپر سے بادام کتر کر ڈال دیں۔ چھوڑوں کا نہایت خوش ذائقہ اور مزیدار حلوہ تیار ہو جائے گا۔ یہ حلوہ کمزوری کے لئے بے حد مفید ہے۔ اعصاب کی قوت کو بحال کرتا ہے۔ تاہم زیادہ مقدار میں کھانا مناسب نہیں ہو گا۔ میانہ روی سے استعمال کریں۔ فائدہ مند ثابت ہو گا۔

حلوہ کدو کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
زرد کدو	ایک کھو	چینی	ایک کھو
تھی	375 گرام	کھویا	250 گرام
بالائی	250 گرام	گری بادام	125 گرام
پست	20 گرام	آلاچی بزر	آٹھ عدد
کیوڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: کدو سے بیج نکال کر اسے چھیل لیں اور کدو کش کر لیں۔ ایک بڑی دیکھی میں کدو کے لچھے ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں اور ہلکی آنچ پر اسے اپنے ہی پانی میں گلنے دیں اور بھاری ڈھکنے سے ڈھانپ دیں۔ جب کدو کا پانی خشک ہو جائے اور گل جائے تو اس میں بالائی پھینٹ کر ڈال دیں اور ساتھ ہی چینی ڈال دیں پھر اس میں چھ لگاتی رہیں جب تک چینی مکمل طور پر حل نہیں ہوتی پھر اس کا شیرہ بننے لگے گا۔ تھوڑی دیر بعد یہ شیرہ گاڑھا ہو جائے گا اور بالائی بھی جذب ہو جائے گی۔ ایک کھلے منہ کے قیلے میں کھی کڑکڑائیں اس میں بزر آلاچی ڈال کر بھونیں۔ جب خوشبو آنے لگے تو کدو ڈال دیں اور ساتھ ہی بادام شامل کر لیں اب خوب بھونیں۔ چند منٹوں بعد خوشبو آنے لگے گی اور حلوہ کھی چھوڑ دے گا۔

لگائیں اور پیش کریں۔

سفید سوہن حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ایک کلو	میدہ	ایک کلو
نشاستہ	250 گرام	چینی	دو مرتبہ دو کلو
پستہ	چھ عدد	☆	☆

ترکیب : دودھ میں میدہ اور نشاستہ گھول کر پکائیں۔ جب ابال آ جائے تو چینی ملا کر خوب گھونٹتے اور پکائیں۔ جب ڈوئی بندھنے لگے تب نیچے اتار کر مزید چینی ملائیں اور گولیاں بنا کر ہتھیلی پر پوری کی طرح چینی کیجئے اور کترا ہوا پستہ لگائیں۔ سفید سوہن حلوہ تیار ہے۔

سنگھاڑے کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سنگھاڑے	دو کلو	تھی	ڈھائی سو گرام
چینی	آدھا کلو	بادام	سو گرام
پستہ	پچاس گرام	کشمش	پچاس گرام
بلبل	ڈھائی سو گرام	سبز آلاچی	چند دانے

ترکیب : سنگھاڑے چھیل کر اچھی طرح دھو لیں پھر انہیں سل پر باریک چیں لیں۔ تاریل کو کدو کش کر کے ایک پلیٹ میں رکھ لیں۔ ایک دیکھی میں تھی گرم کریں اس میں آلاچی ڈال دیں۔ جب خوشبو پھوٹنے لگے تو پسے ہوئے سنگھاڑے ڈال کر بھون لیں۔ جب سرفی مائل رنگت آ جائے تو چینی ڈال دیں اور خوب بھونیں۔ ساتھ ہی آدھے پستے بادام

5 کلوئید "اؤنس" (1/4 پائونڈ)	150 ملی لیٹر
6 کلوئید "اؤنس"	190 ملی لیٹر
8 کلوئید "اؤنس"	250 ملی لیٹر
10 کلوئید "اؤنس" (1/2 پائونڈ)	300 ملی لیٹر
16 کلوئید "اؤنس"	500 ملی لیٹر
20 کلوئید "اؤنس" (ایک پائونڈ)	600 ملی لیٹر
ایک لیٹر (پونے دو پائونڈ)	1000 ملی لیٹر

OOOOOOOO

HELPFUL MEASURES

☆ مددگار پیمائش ☆

شاہی نظام IMPERIAL SYSTEM	عشراری نظام METRIC SYSTEM
1/8 انچ	3 ملی میٹر
1/4 انچ	6 ملی میٹر
1/2 انچ	ایک سینٹی میٹر
3/4 انچ	2 سینٹی میٹر
ایک انچ	2.5 سینٹی میٹر
2 انچ	5 سینٹی میٹر
از علی انچ	6 سینٹی میٹر

اور ناریل کدو کش کیا، اس میں ڈال کر دھیمی آنچ پر بھونیں جب خشکی پر آجائے تو کیوڑہ چمڑک کر اتار لیں اور ہلشوں میں جھاتے جائیں اور سے چاندی کے ورق لگالیں۔ شگھاڑے کا حلوہ تیار ہے یہ حلوہ اپنی ٹھنڈی تاثیر کی بنا پر بہت صحت بخش اور فائدہ مند ہے۔ کمزوری دور کرتا ہے اور طاقت بڑھاتا ہے۔

سوچی کا حلوہ - 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سوچی	نصف کلو	چینی	ایک کلو
تھی	نصف کلو	پانی	ڈیڑھ کلو
کیوڑہ	10 گرام	بادام	پچاس گرام
پستہ	پچاس گرام	زعفران	دو گرام
سبز آلاچی	چند دانے	☆	☆

ترکیب: تھی میں آلاچی کے دانے ڈال کر کڑکڑائیے۔ پھر اس میں سوچی ڈال کر ہلکی آنچ پر بھونے۔ جب سوچی براؤن ہو جائے اور خوشبو آنے لگے تو اتار لیں۔ دوسرے چولہے پر چینی میں ڈیڑھ کلو پانی ڈال کر پکائیں اور دودھ کے چھینے دیں۔ یہ عمل دو تین بار دہرائیں شیرہ صاف کر لیں۔ جب شیرہ پک جائے تو اس میں زعفران پس کر ملا لیں۔ اب بھنی ہوئی سوچی میں یہ شیرہ ڈال کر چولہے پر رکھ دیں اور ہلکی آنچ پر پکاتے جائیں۔ چمچے برابر چلائیں جب گاڑھا ہو جائے اور حلوہ تھی چھوڑ دے تو اتار لیں اور کیوڑہ ڈال دیں۔ اوپر سے بادام اور پستہ باریک کاٹ کر اس کی ہوائیاں چمڑک دیں۔

سو جی کا حلوہ - 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سو جی	ایک کلو	چینی	سوا کلو
تھی	آدھا کلو	پانی	ڈیڑھ کلو
کھویا	آدھا کلو	کھوپرا	پچاس گرام
بادام	چوتیس گرام	پست	پچاس گرام
سبز آلاپچی	چند دانے	☆	☆

ترکیب : ایک دیکچی میں تھی گرم کر کے چند دانے سبز آلاپچی ڈال دیں۔ پھر اس میں سو جی ڈال کر بھون لیں جب سو جی کی رنگت بادامی ہو جائے تو اتار لیں۔ اب چینی میں پانی ڈال کر چولہے پر پکائیں۔ جب شیرہ تیار ہو جائے تو اس میں بھنی ہوئی سو جی ڈال دیں۔ ساتھ ہی کھویا اور آدھا خشک میوہ بھی ڈال دیں۔ لیکن یاد رکھیں جھج ضرور چلاتے رہیں ورنہ حلوہ میں تسلی پڑ جائے گی جب حلوہ تھی چھوڑ دے تو دیکچی اتار لیں اور ایک ٹرے میں تھی لگا کر حلوہ اس میں نکال لیں اوپر سے باقی ماندہ خشک میوہ جمادیں۔ ایک تھی لگے جھج سے حلوہ کو جاتے جائیں۔ مناسب سمجھیں تو چاندی کے ورق بھی لگالیں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر صاف چھری سے قلعے بنائیں۔ سو جی کا مزیدار حلوہ تیار ہے۔

سو جی اور انڈوں کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	پندرہ عدد	☆	☆
سو جی	250 گرام	تھی	250 گرام
بالائی	250 گرام	چینی	375 گرام

گری بادام	60 گرام	گری اخروٹ	60 گرام
آلاچی بزر	چار عدد	پستہ	40 گرام

ترکیب : انڈوں کی زردی میں چینی ڈال کر اچھی طرح پھینٹ لیں پھر تھی ڈال کر پھینٹیں۔ سوچی کو علیحدہ بھون لیں جب بادامی رنگ میں آجائے تو چولہے سے اتار کر علیحدہ رکھ لیں۔ کھلے منہ کی دیکھی میں انڈوں کی زردی، چینی اور تھی کا آمیزہ دھیمی آنچ پر پکائیں پھر زعفران اور کیوڑے کو ملا کر اس میں شامل کر دیں بھونتی ہوئی سوچی اور دودھ بھی ڈال دیں پھر بالائی پھینٹ کر ڈال دیں ساتھ سبز آلاچی، پستہ، بادام اور اخروٹ کی گریاں ڈال دیں چینی کا پانی خشک ہونے پر گاڑھا شیرہ بن جائے گا اور حلوہ تھی چھوڑ دے گا۔ سوچی اور انڈوں کا صودہ تیار ہے۔

سوچی اور بالائی کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سوچی	125 گرام	بالائی	آدھ کلو
چینی	375 گرام	تھی	250 گرام
گری بادام	60 گرام	گری پستہ	بارہ عدد
آلاچی بزر	چھ عدد	زعفران پسا ہوا	ایک چمکی
کیوڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب : چینی میں ایک سیر پانی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں اور اس کا شیرہ تیار کر لیں۔ بالائی کو خوب پھینٹ لیں اور سوچی ملا دیں۔ کھلے منہ کی بڑی دیکھی میں تھی کڑکڑائیں ساتھ سبز آلاچی ڈال لیں اور اچھی طرح مل لیں پھر پستہ اور بادام کی گریاں ڈال کر بھون لیں۔ پھر سوچی اور بالائی کا آمیزہ شامل کر دیں بعد میں چینی کا شیرہ اور زعفران ڈال دیں۔ بلکی آنچ پر پکائیں اور تھپہ بلاتی رہیں۔ شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے گا اور چند منٹوں بعد تھی حلوہ

پھوڑ دے گا تو کیوڑہ ڈال دیں چند منٹ تک ڈھکا رہنے دیں۔ پھر ہلٹوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگا دیں بادام کی گریاں اور پست کے کترے ہوئے ٹکڑے اوپر بچھا دیں۔ حلوہ تیار ہے۔

سو جی اور پستے کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سو جی	آدھ کلو	پست	125 گرام
بالائی	250 گرام	کھویا	آدھ پاؤ
تھی	250 گرام	چینی	آدھ کلو
چینی	آدھ کلو	بادام	30 گرام
کھوپڑا	30 گرام	آلاپچی سبز	چھ عدد
کشمش	آٹھ دانے	کیوڑہ	چند قطرے
زعفران پہا ہوا	ایک چٹکی	☆	☆

ترکیب: سو جی کو تھی میں بادامی رنگ پر بھون لیں۔ پستے کو گرائنڈ کر کے پس لیں اور تھی میں بھون لیں اور ایک کھلے منہ کے قیلے میں تھی کڑکڑائیں اس میں سبز آلاپچی ڈال کر بھون لیں سو جی اور پست ملا دیں ان کو تھی میں بھون لیں پھر کھویا مسل کر شامل کر دیں ہلکی آنچ پر بھون لیں۔ چند منٹوں بعد بالائی پھینٹ کر ڈال دیں چھچھ چلاتی رہیں۔ 750 گرام پانی میں چینی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں اس شیرے کو بھی آمیزے میں شامل کر لیں پھر زعفران، بادام، کھوپڑے کے ٹکڑے اور کشمش ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب حلوہ تھی پھوڑ دے تو کیوڑہ ڈال دیں۔ حلوہ تیار ہے۔

سوچی اور دودھ کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سوچی	آدھ کلو	دودھ	آدھ کلو
چینی	250 گرام	بالائی	125 گرام
کھویا	125 گرام	گری بادام	30 گرام
پستہ	دس عدد	آلاچی بزر	چھ عدد
تھی	آدھ پاؤ	کیوڑہ	چند قطرے
زعفران پسا ہوا	ایک چٹکی	☆	☆

ترکیب: بالائی اور کھویا الگ الگ پھینٹ لیں۔ سوچی کو دودھ میں بھگو دیں چند منٹوں بعد اسے گھول کر اچھی طرح حل کر لیں پھر زعفران ڈال دیں ان سب اشیاء کو دودھ میں ملا دیں ایک کھلے منہ کے پتیلے میں تھی کڑ کڑائیں۔ سبز آلاچیاں، بادام کی گری اور پستہ ڈال کر بھونیں۔ پھر چینی ڈال دیں۔ چھچھلاتی رہیں جب سوچی بادامی رنگ کی ہو جائے تو اس میں دودھ کا آمیزہ ڈال دیں۔ ہلکی آنچ پر چند منٹوں کے لئے پکنے دیں اتنے میں شیرہ یعنی محلول گاڑھا ہو جائے گا اور حلوہ تھی چھوڑ دے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔ ہلٹوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں سبز پستہ نمایاں رکھیں۔

سوچی اور دہی کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سوچی	250 گرام	دہی	ڈیڑھ کلو
تھی	250 گرام	چینی	750 گرام

تدریل	30 گرام	گری بادام	60 گرام
گری اخروٹ	30 گرام	آلاچی سبز	چھ عدد
کسٹرڈ	دو بڑے بیج	لوہک	دو عدد

ترکیب: دہی کو ایک سوئی کپڑے میں باندھ کر لٹکا دیں جب پانی نکل جائے تو اس میں سوچی اچھی طرح ملا دیں ایک کھلے منہ کے پیلے میں گھی کڑکڑائیں۔ سبز آلاچیاں اور لوہک ڈال کر بھون لیں پھر اس میں سوچی ملا ہوا دہی ملا کر بھون لیں۔ چند منٹوں بعد سوچی کارنگ بادامی ہو جائے گا تو چینی ڈال دیں چھچھلاتی رہیں جب شیرہ گاڑھا ہونے لگے تو اس میں بادام، پستہ، اخروٹ اور ناریل ڈال دیں پانی خشک ہونے پر جب شیرہ گاڑھا ہو جائے اور محلول حلوہ کی صورت میں آجائے اور گھی چھوڑ دے تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔

سیب کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سیب (پیلے)	آدھ کلو	بالائی	250 گرام
کھویا	125 گرام	گھی	375 گرام
گری بادام	30 گرام	چینی	آدھ کلو
آلاچی سبز	چھ عدد	کسٹش	40 گرام
پستہ	40 گرام	کیوڑہ	چند قطرے

ترکیب: سیب چھیل لیں اور کدو کش کر لیں۔ ایک بڑی دیکھی میں ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ سیب اپنے ہی پانی میں گل جائیں گے چند منٹوں بعد جب کدو کش کیے ہوئے سیب اچھی طرح گل جائیں تو بالائی چھینٹ کر کھویا کو مسل کر اس میں ڈال دیں پھر چینی شامل کر دیں۔ چھچھلاتی رہیں۔ جب چینی اچھی طرح حل ہو جائے اور شیرہ جذب ہو جائے تو گھی میں

سبز آلاچی تل کر ڈال دیں۔ پستہ اور کشمش بھی ملا دیں اور اچھی طرح بھون لیں۔ اس دوران حلوہ کھی چھوڑ دے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے ہلٹھوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگا کر پیش کریں۔

شکر قندی کا حلوہ۔ 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
شکر قندی	آدھ کلو	چینی	آدھ کلو
کھی	250 گرام	گری بادام	60 گرام
آلاچی سبز	چھ عدد	کھوپرا کترا ہوا	120 گرام
دودھ	ایک کلو	پستہ	20 گرام
کیوڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: شکر قندی اہل لیں اور چھلکا اتار کر سل پر پیس لیں۔ ایک کھلے منہ کے پیلے میں کھی کڑکڑائیں اور اس میں سبز آلاچی کے دانے بھون لیں اس کے بعد پیس ہوئی شکر قندی ڈال کر بھون لیں۔ تھوڑا تھوڑا دودھ ڈالتی جائیں اور بھونتی جائیں۔ دودھ خشک ہو جائے تو چینی ملا دیں۔ چمچ چلاتی رہیں۔ دھیمی آنچ رکھیں۔ جب چینی اچھی طرح گھل جائے اور پانی خشک ہو جائے تو چند منٹوں بعد شیرہ گاڑھا ہو جائے گا پھر اس میں بادام اور پستہ ڈال دیں۔ یہ مخلول حلوہ کی شکل اختیار کر لے گا اور حلوہ کھی چھوڑ دے گا۔ تو کیوڑا ڈال کر اتار لیں۔ ہلٹھوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں۔ کترے ہوئے بادام اور پستے کے ٹکڑے اوپر بکھیر دیں۔

شکر قندی کا حلوہ - 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
شکر قندی	ایک کلو	تھی	آدھ کلو
پھنی	ایک کلو	دودھ	750 گرام
بالائی	250 گرام	آلاپچی سبز	چھ عدد
گری بادام	60 گرام	پست	20 گرام
کیوڑہ	ایک چمچ	☆	☆

ترکیب: شکر قندی اباں لیں جب مکمل جائے تو چھلکا اتار لی۔ پر چیں لیں۔ ایک کلو پانی میں پھنی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں ہلکی آنچ رکھیں۔ شیرہ بنالیں۔ ایک کھلے منہ کے برتن میں تھی ڈال کر کڑکڑائیں اس میں سبز آلاپچی ڈال کر بھون لیں۔ جب خوشبو آنے لگے تو پسی ہوئی شکر قندی ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر بھونیں جب پادای رنگ پر آجائے تو دودھ شیرہ اور بالائی پیسٹ کر ڈال دیں اور چمچ چلاتی رہیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے۔ نمی ختم ہو جائے تو شیرہ گاڑھا ہو جائے گا۔ پھر بادام اور پست ڈال کر ہلکی آنچ پر خوب بھونیں خوشبو آنے لگے اور حلوہ تھی چھوڑ دے تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے ہلکے ہلکے میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں۔

قیے کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
قیر	آدھ کلو	پھنی	750 گرام
پانی	آدھ کلو	تھی	375 گرام
گری بادام	دس عدد	پست	80 گرام

نمک	10 گرام	مصری	20 گرام
عرق گلاب	30 گرام	زعفران	20 گرام

ترکیب: قیتے کو پانی میں چار مرتبہ اچھی طرح دھو لیں۔ ایک دیکھی میں پانی اور نمک ڈال کر چولے پر چڑھا دیں اور اس میں قیمہ ڈال دیں جب پانی خشک ہو جائے اور قیمہ گل جائے تو اتار کر سل پر باریک پس لیں اور سل کو صاف کر کے خوب اچھی طرح دھو لیں اور آلاچیوں کے دانے نکال کر سل پر باریک پس لیں۔ گرم پانی میں باداموں کی گریاں اور پستہ کچھ دیر کے لئے ڈال دیں۔ پھر ان کا چھلکا اتار کر کتر لیں۔ مصری کو آگ پر رکھ کر کوفتہ کر لیں زعفران کو عرق گلاب میں حل کر لیں دیکھی میں بھی ڈال کر گرم کریں اور بالائی ڈال دیں اور قیمہ ڈال کر بھونیں جب لال ہونے لگے تو آگ کم کر دیں چند منٹوں بعد دیکھی چولے سے اتار لیں اس میں زعفران گلاب کا عرق، آلاچی کے دانے اور مصری ملا دیں۔ یہ ایک نادر اور نہایت لذیذ گوشت کا حلوہ ہے۔

کدو کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کدو	ایک کلو	چینی	آدھ کلو
تھی	375 گرام	گری ہدام	60 گرام
پستہ	20 گرام	آلاچی بزر	دس عدد
کیوزہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: کدو کو پھیل کر بیج نکال لیں اور کدو کش کر لیں۔ ایک بڑی دیکھی میں بزر آلاچی کے دانے نکال کر تھی میں بھون لیں۔ پھر کدو کش کیا ہوا کدو اس میں ڈال دیں اور دیکھی کے ڈھکنے پر تھوڑا وزن رکھ کر ڈھانپ دیں۔ دھیمی آگ پر پکے دیں۔ چند منٹوں بعد لچھے گل جائیں گے تو ان کو مزید گھوت لیں تاکہ ایک گاڑھا مخلول بن جائے پھر اس میں چینی ڈال دیں اور پکے دیں تاکہ چینی کا شیرہ گاڑھا ہو جائے۔ شیرہ گاڑھا ہونے پر اسے

بھون لیں اتنے میں پانی خشک ہو جائے گا۔ اور مخلول حلوہ کی شکل میں نمودار ہو جائے گا پھر بادام کی مری ڈال کر بھونیں اب حلوہ تھی چھوڑ دے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں ہلیٹوں میں حلوہ ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں پستے کی کتری ہوئی سبز ہوائیاں بکھیر دیں۔ حلوہ تیار ہے۔

کچے کھوپرے کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کپاریل	ایک کلو	تھی	375 گرام
چینی	تین کلو	انڈے	دس عدد
بالائی	375 گرام	گری اخروٹ	60 گرام
لومک	دو عدد	پست	چھ عدد
آلاپچی سبز	دس عدد	کشمش	دس عدد
کیوڑہ	چند قطرے	زعفران پس ہوئی	ایک چنگی

ترکیب: کچے ناریل کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے گرائنڈر پر پس لیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی الگ الگ پھیٹ لیں پھر دونوں کو ملا کر پھینیں۔ تین سیر چینی میں چار سیر پانی ڈال کر چاشنی تیار کر لیں۔ بالائی پھیٹ لیں۔ اخروٹ اور پست صاف کر کے دھو لیں کشمش پانی میں بھگو کر رکھ دیں ایک بڑی دیبھی میں سبز آلاپچی کے دانے ڈال کر تھی میں تھلیں پھر اس میں زعفران، کشمش، پست، اخروٹ اور چاشنی ملا دیں۔ دھیمی آگ پر پکائیں چھپ ہلاتی رہیں جب شیرہ پانی اور دودھ خشک ہو جائے تو یہ آمیزش حلوے کی شکل اختیار کرے گی اور حلوہ تھی چھوڑ دے گا پھر کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ ہلیٹوں میں ڈال کر چاندی کے ورق سے سجائیں پستے کی سبز ہوائیاں ورق پر بکھیر دیں۔

280 گرام	9 اونس
315 گرام	10 اونس
345 گرام	11 اونس
375 گرام	12 اونس (3/4 پاؤنڈ)
410 گرام	13 اونس
440 گرام	14 اونس
470 گرام	15 اونس
500 گرام	16 اونس (ایک پاؤنڈ)
750 گرام	24 اونس (دو پاؤنڈ)
ایک کلوگرام	32 اونس (2 پاؤنڈ)

oooooooo

LIQUID MEASURES

☆ لیکوڈ پیمائش ☆

شاہی نظام IMPERIAL SYSTEM	عشاری نظام METRIC SYSTEM
ایک فلوئڈ "Fluid" اونس	30 ملی لیٹر
3 فلوئڈ "Fluid" اونس	60 ملی لیٹر
3 فلوئڈ "Fluid" اونس	100 ملی لیٹر
4 فلوئڈ "Fluid" اونس	125 ملی لیٹر

کراچی کا سوہن حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
نشاستہ	آدھ کلو	چینی	دو کلو
پانی	دو کلو	تھی	آدھ کلو
سبز آلابچی	60 گرام	ٹاٹری	ایک چمکی برابر
جائفل	دو عدد	جاو تری	تھوڑی سی
زرد رنگ	آدھی چائے کی چمچ	کری بادام	60 گرام
گری پستہ	30 گرام	☆	☆

ترکیب: چینی کو سوا کلو پانی میں حل کر لیں اور اس میں جائفل جاو تری اور ٹاٹری پیس کر ملا دیں۔ سبز آلابچی چھیل کر دانے آدھے پیس کر ڈال دیں۔ چولے پر چڑھا کر چاشنی تیار کر لیں۔ باقی 750 گرام پانی میں نشاستہ اور زرد رنگ حل کر کے کپڑے میں چھان لیں۔ اب نشاستہ ملا مرکب چاشنی میں ڈال کر ہلکی آگ پر پکنے کے لئے رکھ دیں اور خوب پیچھے سے ہلاتے جائیں۔ تھوڑا پکنے کے بعد اس میں پستہ اور بادام چھیل کر ڈال دیں اور پکنے دیں۔ جب شیرہ حلوے کی طرح ہو جائے اور اس میں چھپے ہلانا مشکل ہو جائے تو اس میں تھی کا ایک ایک چمچ ڈال کر چلاتے جائیں یہاں تک کہ حلوہ لکھی چھوڑ دے اور مزید لکھی نہ مانگے تو اسے ایک بڑے تسلیے میں پلٹ دیں اور ایک برابر کر دیں ٹھنڈا ہونے پر حسب پسند ٹکڑے کر لیں۔

کھجور کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کھجور آدھ	آدھ کلو	دودھ	دو کلو

چینی	180 گرام	دال چنا	250 گرام
کھی	250 گرام	کیوڑہ	چار بڑے چچ
گری پست	5 گرام	گری بادام	30 گرام
آلاچی بزر	چند دانے	☆	☆

ترکیب : کھجور تازہ اور بڑی بڑی ہونی چاہئے۔ ان کو دھو لیں اور ان کھجوروں کی مشعلی نکال لیں۔ چنے کی دال کو دھو کر صاف کریں اور دودھ میں ڈال کر ابالنے کے لئے رکھ دیں۔ جب دال گل جائے تو دودھ خشک کر کے اتار لیں۔ اسے سل پر باریک پس لیں۔ اب صاف ہاتھوں سے کھجوروں کو مسل لیں اور پس ہوئی دال میں ملا دیں۔ ایک کڑا ہی میں کھی ڈالیں اور اس میں دال ملی کھجوریں ڈال کر بھونیں۔ جب خوب بھن جائیں تو اس میں چینی ڈال دیں اور بھونتے جائیں۔ چینی کا پانی خشک ہونے پر اس میں آلاچی کے دانے پس کر ڈال دیں اور کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ اب اس کے اوپر سے پستہ کاٹ کر اور بادام چھیل کر باریک کاٹ ڈالیں۔ حلوہ تیار ہے۔

کیلے کا حلوہ - 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے	ایک کلو	بادامی	250 گرام
کھویا	250 گرام	چینی	دو کلو
کھی	آدھ کلو	گری بادام	250 گرام
پستہ	40 گرام	تدریل	30 گرام
آلاچی بزر	ہند	زعفران پنا ہوا	ایک چنگی
کیوڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب : کیلے کے گودے کو کانٹے سے کچل لیں۔ بادام کی گری کو پانی میں بھگو کر چھلکا

اتار لیں اور انہیں گرائنڈر سے چس لیں۔ بالائی پھینٹ لیں کھویا کو مسل لیں اور بالائی میں ملا دیں اور دونوں چیزوں کو اچھی طرح پھینٹ لیں۔ خشک ناریل کو چند منٹ پانی میں بھگو کر کدو کش کر لیں یا تازہ ناریل کو کدو کش کر لیں پستہ کو صاف کر کے دھو لیں۔ ایک بڑی دیکھی میں سبز آلاپچی کو معمولی گھی میں تل لیں پھر باقی گھی ڈال دیں اس میں کیلے کا کچلا ہوا گودا شامل کر دیں جب بادامی رنگ پر آجائے تو اتار لیں پھر بالائی 'کھویا' پس ہوئی زعفران بادام اور چینی ڈال دیں۔ دھیمی آگ پر پکنے دیں۔ چمچہ بلاتی رہیں۔ چینی کا شیرہ گاڑھا ہو جائے تو مخلول حلوے کی شکل میں نمودار ہو گا۔ اور حلوہ گھی چھوڑ دے گا پھر کترا ہوا پستہ اور ناریل ڈال دیں۔ خوشبو آنے پر کیوڑہ ڈال دیں۔ حلوہ تیار ہے۔

کیلے کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے	آدھ کلو	بالائی	250 گرام
دودھ	ایک کلو	چینی	آدھ کلو
گھی	375 گرام	گری بادام	125 گرام
آلاپچی سبز	چھ عدد	چھوہارے	دو عدد
زعفران پسا ہوا	ایک چنگی	☆	☆

ترکیب : چینی میں 750 گرام پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں۔ کیلے کے گودے کو کاٹنے سے کچل لیں۔ بالائی پھینٹ لیں۔ ایک بڑی دیکھی میں دودھ ڈال دیں دھیمی آگ پر کیلوں کا کچلا ہوا گودا دودھ کے ایک اہال کے بعد ڈال دیں۔ چمچہ چلاتی رہیں چند منٹ پکانے کے بعد دودھ خشک ہو جائے گا تو ایک الگ کھلے منہ کی دیکھی میں سبز آلاپچیاں بھونیں پھر کیلے ڈال کر بھونیں پھر چینی کا شیرہ 'بالائی' اور زعفران شامل کر دیں اور بعد میں بادام کی گری اور پستہ ڈال دیں دودھ خشک ہو جائے گا شیرہ گاڑھا ہو کر ایک مخلول کی صورت میں حلوہ بن جائے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔

گاجر کا حلوہ - 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گاجر تازہ	ایک کلو	چینی	ڈھائی سو گرام
دودھ	ڈیڑھ کلو	کھویا	ڈھائی سو گرام
تکھی	ڈھائی سو گرام	انڈے	ایک درجن
کیوڑہ	چھ چمچ چائے والے	زعفران	برائے ٹم
آلاچی بزر	چھ عدد	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: سرخ گاجروں کو پہلے چھیل کر اچھی طرح دھو لیں۔ پھر قاشیں بتانے کی بجائے کدو کش کر لیں۔ اب کچھ دودھ اندازے سے ڈال کر گاجروں کو چولے پر چڑھا دیں۔ خیال رہے کہ آٹھ دھیمی ہونی ضروری ہے تاکہ گاجریں گل جائیں اور چولے پر ان کا پانی خشک ہو جائے۔ اب ایک کڑاہی میں تکھی گرم کریں جب تکھی کڑکڑانے لگے تو آلاچی ڈال دیں خوشبو پھوٹنے پر گاجر میں ڈال دیں اور بھونتی جائیں۔ گاہے بگاہے دودھ کا چھینٹا بھی دیتی جائیں۔ بھوننے کا یہ عمل لازمی طور پر دھیمی آٹھ پر کریں۔ آہستہ آہستہ دودھ گاجروں میں جذب ہو کر خشک ہو جائے گا۔ اب گاجریں بھی چھوڑ دیں گی۔ اب زعفران اور کیوڑہ حسب منشاء ڈال دیں۔ بھوننے کے دوران آدھا کھویا بھی ڈال دیں تاکہ گاجروں کے ساتھ مکس ہو جائے۔ چاہیں تو خشک میوہ یعنی بادام پستہ وغیرہ بھی ڈال سکتی ہیں۔ انڈوں کو ابال کر چھیل لیں اور درمیان میں سے دو ٹکڑے کر لیں۔ ایک ڈش میں تیار شدہ حلوہ نکال لیں اس کے اوپر کھویا جمائیں اور درمیان میں وقفہ وقفہ سے انڈوں کے پیس بتاتی جائیں۔ اس کے ساتھ ہی چاندی کے ورق بھی حلوہ پر لگا دیں۔ گاجروں کا لذیذ حلوہ تواضع کے لئے تیار ہے۔

گاجر کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
تازہ گاجر	ایک کلو	دودھ	دو لیٹر
کھویا	125 گرام	تھی	250 گرام
چینی	375 گرام	گری بادام	60 گرام

ترکیب: گاجروں کو چھیل کر ان کا درمیانی سخت حصہ نکل دیں پھر کدو کش کر لیں۔ انہیں دودھ میں ڈال کر چولے پر رکھ دیں جب دودھ گاجروں میں حل ہو جائے تو چینی ڈال دیں۔ اب کڑاہی میں آلاچی دانے ڈال کر انہیں گرم ہونے دیں پر کھویا مسل کر ڈالیں اور اچھی طرح بھونیں۔ کدو کش کی ہوئی گاجریں ڈال کر اچھی طرح بھون لیں جب تک گاجر تھی چھوڑ دے اور خوشبو آنے لگے تو بادام اور کیوڑہ ڈالیں اور نیچے اتار لیں۔ باقی بادام اور پست کاٹ کر حلوہ پر چھڑک دیں اور ان پر چاندی کے ورق لگائیں۔

گاجر کا حلوہ۔ 3

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گاجر	پانچ سو گرام	چینی	ڈھائی سو گرام
دودھ	ایک لیٹر	گری بادام	ساتھ گرام
نیم گرم پانی	دو کمانے کے چمچ	کشمش	تین گرام
کھن	چھ نکلیں	زعفران	چند چٹکی

ترکیب: گاجروں میں سے سخت حصہ (کیل) نکل کر چھیل لیں اور کدو کش کر لیں۔ دودھ کو جوش دے کر اس میں کدو کش کی ہوئی گاجریں ڈالیں۔ دھیمی آگ پر پکائیں ساتھ ساتھ چمچ ہلاتے رہیں یہاں تک کہ یہ گاڑھا ہو جائے، باداموں کی گریوں کو نیم گرم پانی

میں بھگو کر چھلکے اتار لیں اور انہیں باریک کتر لیں۔ زعفران کی پتیوں کو گرم پانی میں ڈبوئیں۔ کشش کو بھگو کر خشک کر لیں۔ چٹنی اور میوے کو آمیزے میں ڈالیں اور چبھ ہلاتے رہیں۔ جب گاڑھا ہو جائے تو اس میں مکھن اور زعفران کا پانی ڈال دیں اور آمیزے کو سنہرا ہونے تک پکے دیں۔ چند منٹوں بعد یہ محلول حلوہ کی صورت میں نمودار ہو جائے گا پھر اسے ہلٹھوں میں ڈال دیں اور اس پر کئے ہوئے بادام سجا دیں۔

گجریلا

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گاجر	ایک کلو	چٹنی	375 گرام
دودھ	ڈھائی کلو	نیا چاول	250 گرام
کھویا	آدھ کلو	بادام	60 گرام

ترکیب: گاجروں کو چھیل کر سخت حصہ (کیل) نکال لیں اور کدو کش کر لیں۔ چاولوں کو چند منٹ پانی میں بھگو کر ایک بڑی دیکھی میں ڈال دیں۔ کدو کش کی ہوئی گاجریں ملا کر چولے پر چڑھا دیں اور دھیمی آگ پر پکائیں۔ تاکہ گاجریں اور چاول دیکھی میں نہ لگیں۔ جب پانی میں پانچ چھ جوش آلیں تو دودھ ڈال دیں۔ اور خوب اچھی طرح پکائیں تاکہ گاجریں اور چاول اچھی طرح گل جائیں۔ جب یہ مرکب سخت ہو جائے تو اس میں چٹنی اور کھویا ڈال دیں۔ بادام کی آدمی گریاں کتر کر ملا دیں اور پکاتے رہیں۔ جب مرکب یکجان ہو جائے اور زیادہ سخت ہونے لگے تو دیکھی کو چولے سے اتار لیں۔ اور پیالوں یا ہلٹھوں میں نکال لیں۔ بعض لوگ گجریلا کو سخت نہیں ہونے دیتے۔ نیم خشک حالت میں ہی اتار لیتے ہیں۔ برتنوں میں ڈال کر ٹھنڈا ہو کر سخت ہو جاتا ہے۔ کچھ لوگ نیم گرم گجریلا پسند کرتے ہیں۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو چاندی کے ورق لگانے کے بعد پستے اور بادام کی باقی گریاں کتر کر ان پر چھڑک دیں۔ گجریلا ہلٹھوں کی بجائے پیالوں میں اتار کر زیادہ پسند کیا جاتا ہے۔

گندم کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گندم شری	آدھا کلو	کھی	750 گرام
چینی	750 گرام	بادام	بیس گرام
پست	بیس گرام	آلابچی بزر	آٹھ عدد
زعفران	برائے ضرورت	کیڑہ	چند قطرے
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: گندم اچھی طرح چن کر اور صاف کر کے پانی میں بھگو دیں۔ دو روز تک صبح شام اس کا پانی بدلتی رہیں۔ تیسرے دن جب گندم کے دانے خوب پھول جائیں تو اس کا چھلکا اتار کر پھینک دیں۔ گندم کے دانے مل کر اس کا دودھ (نشاستہ) نکال لیں۔ اس میں مزید ایک گلاس پانی ڈال کر چوبیس گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ ایک دیکھی میں اس مخلول کو اس طرح پکائیں کہ جلنے نہ پائے۔ اس میں دھیمی آنچ رکھنی ضروری ہے چچہ دیکھی میں چلاتی جائیں۔ اور چینی کا شربت بنا کر اس میں کترے ہوئے پست، بادام اور تھوڑا سا زعفران ڈال دیں۔ چولے پر چڑھے ہوئے مخلول میں آہستہ آہستہ شربت ڈال دیں۔ ساتھ ہی کھی بھی ڈال دیں اور چچہ برابر چلاتی رہیں۔ حتیٰ کہ مخلول گاڑھا ہوتے ہوئے حلوے کی صورت اختیار کر جائے گا اس دوران چچہ سے تھوڑا تھوڑا کھی ڈالتی جائیں تاکہ حلوہ جل نہ جائے ساتھ ہی بھننے کا عمل بھی جاری رکھیں۔ جب حلوہ اچھی طرح پک جائے اور کھی حلوہ سے جدا نظر آنے لگے تو آگ ہٹا دیں۔ ایک بڑی سے طشتری لیں اور اس میں کھی لگا دیں اور حلوہ انڈیل لیں۔ کھی گے جج سے پھیلا دیں اوپر سے چاندی کے ورق لگا دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر صاف چھری سے کاٹ کر نوش فرمائیں۔ مسمانوں کی تواضع بھی کی جاسکتی ہے۔ یہ حلوہ نہایت طاقتور ہوا ہے۔ صبح تندر منہ اور رات کو سوتے وقت استعمال کرنے سے کمزوری دور ہو جائے گی۔ کھانے میں انتہائی لذیذ آمیزہ ہے۔

گوندھے کا سوہن حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	پانچ کلو	سوئی	250 گرام
چینی	ڈھالی کلو	پھٹکری	تھوڑی سی
نشاستہ	125 گرام	☆	☆

ترکیب : دودھ، سوئی اور نشاستہ کڑھاؤ میں رکھ کر تیز آگ جلا دیں۔ اس کے بعد دودھ کو تھوڑی سی پھٹکری یا ٹائری سے پھاڑ دیں۔ جب دودھ اچھی طرح پھٹ جائے اور خوب جوش آجائے تو ڈھالی کلو چینی ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکنے دیں اور جب اسکی گولی چٹکی میں بندھنے لگے تو کڑا ہی اتار لیں۔ گوندھے کا حلوہ سوہن تیار ہے۔

لوکی کا حلوہ-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
لوکی	آدھ کلو	دودھ	ایک کلو
کھی	250 گرام	چینی	375 گرام
آلاچی بزر	چند دانے	ہلوا	60 گرام
چاندی کے ورق	حسب فضاء	کیوڑہ	چائے کے چارچ

ترکیب : لوکی کو چھیل کر کٹ لیں اور بیج نکال لیں۔ اب اسے کدو کش کر لیں ایک کڑا ہی میں آلاچی ڈال کر کھی کے ساتھ کڑکڑائیں اور اس میں لوکی ڈال کر اسے خوب بھونیں۔ یہاں تک کہ خوشبو آنے لگے تو اس میں دودھ ڈال دیں اور پکنے دیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے تو اسے پھر سے بھونیں اور اس میں چینی ڈال دیں اور بھونتے جائیں یہاں تک کہ چینی کا پانی خشک ہو جائے اور لوکی کھی چھوڑ دے۔ اس میں ہلوا اور کیوڑہ

ڈال کر اتار لیں۔ پیش کرتے وقت چاندی کے ورق لگا دیں۔

لوکی کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
لوکی	ایک کلو	چینی	دو کلو
دودھ	دو لیٹر	تھی	375 گرام
کھویا	125 گرام	ہلائی	250 گرام
گری بادام	60 گرام	گری اخروٹ	60 گرام
ناریل	30 گرام	کشمش	بارہ عدد
پست	20 گرام	آلاپچی بزر	چھ عدد
زعفران پسایا	ایک چٹکی	کیڑہ	چند قطرے

ترکیب : کدو کو چھیل کر کاٹ لیں اور بیج الگ کر کے کدو کش کر لیں۔ کھوئے کو مسل کر ہلائی میں اچھی طرح پھینٹ لیں۔ کشمش کے پھول جانے تک پانی میں رکھیں۔ ایک کھلے منہ کے پیٹے میں دودھ، لوکی، ہلائی اور کھویا ڈال کر دھیمی آگ پر پکے دیں۔ دودھ خشک ہونے لگے تو تھی، بزر آلاپچی کے دانے پس کر پی ہوئی زعفران، بادام کی گری، اخروٹ کی گری، ناریل کترا ہوا اور کشمش ڈال دیں اور بھونتے جائیں۔ یہ محلول حلوے کی شکل اختیار کرے گا۔ حلوہ تھی چھوڑنے لگے تو کیڑہ ڈال کر اتار لیں۔ کچھ دیر ڈھکا رہنے کے بعد ہلٹھوں میں نکال لیں اور چاندی کے ورق لگائیں۔ ان پر پست، بادام اور اخروٹ باریک کئے ہوئے چمڑک دیں۔ لذیذ حلوہ تیار ہے۔

ماش کی دال کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ماش کی دال	آدھ کلو	چینی	آدھ کلو
تھی	500 گرام	چھوہرے	دو عدد
بدریل	60 گرام	گری بادام	60 گرام
گری اخروٹ	30 گرام	آلاچی بزر	دس عدد

ترکیب: چار گھنٹے ماش کی دال پانی میں بھگو کر چھلکا اتار لیں۔ دھلی ہوئی دال کو گرائنڈر سے پیس لیں۔ چینی میں تین پاؤ پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں۔ ایک بڑی دیکھی میں تھی ڈال کر ہبز آلاچی کے دانے بھون لیں اس میں پیسا ہوا بدریل، پیس ہوئی دال بادام اور اخروٹ کی گریاں ڈال کر بھونیں دال بادامی رنگ کی ہو جائے تو شیرہ اور بادام کتر کر شامل کر دیں۔ خوشبو آنے پر حلوہ تھی چھوڑ دے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتمر لیں۔ ماش کی دال کا حلوہ تیار ہے۔

مونگ کی دال کا حلوہ-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
مونگ کی دال دھلی ہوئی	آدھ کلو	چینی	250 گرام
تھی	375 گرام	بدریل	30 گرام
لونگ	دو عدد	گری بادام	60 گرام
پست	20 گرام	زعفران پیسا ہوا	ایک چٹکی
آلاچی بزر	دس عدد	کیوڑہ	چند قطرے

ترکیب: دال کو چار گھنٹے پانی میں بھگو کر گرائنڈر سے پیس لیں پھر دودھ میں ابل

کھانے کے آداب^{۱۱}

کھانا کھانے کے بھی کچھ آداب ہیں۔ ان آداب سے ناواقفیت کھانے کی میز پر آپ کو ناپسندیدہ شخصیت قرار دے سکتی ہے۔ کچھ لوگ بے خیالی میں انگلیاں چاٹنی شروع کر دیتے ہیں۔ ذرا سی بے خیالی سے آپ کا وجود دو سروں کے لئے ناقابل برداشت ہو جاتا ہے۔ اگر آپ بچے کے ساتھ کھانا کھاتے ہیں تو آپ کی دیکھا دیکھی وہ بھی یہی عادت سیکھے گا۔ اس کے قطع نظر اچھی عادتیں اور آداب ہم سب کے لئے ضروری ہیں۔

رسول کریم حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم کھانا تین انگلیوں یعنی انگوٹھا اور اس کے ساتھ کی دو انگلیوں سے تناول فرماتے۔ پانی بیٹھ کر اور تین سانس لے کر نوش فرماتے۔ پیالہ میں اگر کسی قدر پانی بچ جاتا تو دائیں جانب بیٹھے ہوئے خدام کو عنایت فرما دیتے۔ ایک دن دودھ پیتے ہوئے فرمایا کہ مشروبات کے شرانہ میں اللہم اوزقنا خیرا منہ کمنہ چاہیے اور جو کوئی دودھ پئے وہ اللہم ہارکہ لنا لہ وزدنا منہ کہے کیونکہ دودھ ایسی نعمت ہے جو خوردنی اور نوشیدنی دونوں کا کام دیتا ہے۔

مغربی ممالک میں مہمان میزبان کے ساتھ بیٹھتا ہے۔ خواہ کسی طرف بیٹھے دائیں یا بائیں جانب، ٹیکنیکل سیکنڈے نیوین ممالک (وسطی یورپ) میں مہمان میزبان کے بائیں جانب بیٹھتا ہے۔ یہ رسم امریکہ اور ایشیائی ممالک میں بھی ہے۔ مغربی ممالک میں لوگ بائیں ہاتھ سے کھانا کھاتے ہیں۔ مسلم ممالک اور ایشیا میں لوگ دائیں ہاتھ سے ہی کھانا کھاتے ہیں۔ کئی ممالک میں چھری کانٹے کا استعمال ابھی تک نہیں ہے۔ جاپانی فرش پر بیٹھ کر کھانا کھاتے ہیں۔ ہر فرد کے لئے علیحدہ علیحدہ پیالوں میں کھانا اتار کر ایک نیچی میز پر لگا دیا جاتا ہے۔ کھانے کی یہ چھوٹی سی میز، جاپان میں اس قدر لازمی ہے کہ امیر و غریب سب حسب حیثیت اس کا استعمال کرتے ہیں۔ فرش پر کھانا رکھ کر کھانا بہت معیوب سمجھتے ہیں۔ ہاتھ سے نوالے بنانا کر کھانا غلط عادت تصور کیا جاتا ہے۔ جاپانی لکڑی کی دو تیلیوں سے کھانا کھاتے ہیں جو 8، 9 انچ لمبی اور پھل کے برابر موٹی ہوتی ہیں۔ ان دونوں تیلیوں کو داہنے ہاتھ کی انگلیوں میں اس طرح پکڑتے ہیں کہ چمنا سا بن جاتا ہے۔ اس کے بیچ میں کھانے کی چیزیں پکڑ کر منہ تک لے جاتے ہیں۔ یہ تیلیاں صرف ایک وقت میں استعمال کی جاتی ہیں اس کے بعد ان کو توڑ کر پھینک دیتے ہیں۔ کھانے کی میز پر نہ کوئی کپڑا بچھاتے ہیں نہ اس پر پھول سجاتے ہیں مگر میز

لیں۔ ہلائی پھینٹ لیں۔ پھر چینی ڈال دیں اور زعفران بھی شامل کر لیں۔ چھچھلاتی رہیں۔ دھیمی آگ پر پکائیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہو جائے اور ہلائی جذب ہو جائے اور دودھ خشک ہو جائے تو اتار لیں۔ ایک کھلے منہ کے برتن میں یا کڑائی میں کھی کڑائیں سبز آلاپھی کے دانے، لونگ اور ناریل پس کر ڈال دیں۔ بادام اور پستہ بھی ڈال دیں ہلکی آنچ پر پکائیں چھچھلاتی رہیں۔ چند منٹوں بعد حلوہ گاڑھا ہو جائے گا تو کیوڑہ ڈال کر اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔

مونگ کی دال کا حلوہ۔ 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
مونگ کی دال دھلی ہوئی	250 گرام	چینی	250 گرام
کھی	250 گرام	گری بادام	60 گرام
چاروں مغز	ایک بڑا چھچ	آلاپھی سبز	چھ عدد
پستہ	20 گرام	ناریل	30 گرام
کشمش	دس عدد	کیوڑہ	چند قطرے

ترکیب: دال کو چار گھنٹے پانی میں بھگو لیں اور گراؤندہ سے پس لیں۔ ایک بڑی دیہیجی میں کھی ڈال کر آلاپھی سبز کے دانے پس کر ڈال دیں اور بھون لیں دال ڈال کر بھونیں۔ دودھ کا چھینٹا دیتی جائیں۔ جب دال بادای رنگ پر آجائے تو چینی ڈال دیں آنچ دھیمی رکھیں اور چھچھلاتی رہیں۔ پھر دودھ اور ہلائی پھینٹ کر ڈال دیں۔ شیرہ خشک ہونے پر حلوہ کھی چھوڑ دے گا تو کیوڑہ ڈال دیں۔ کڑائی میں پس ہوئی زعفران، ناریل کے ٹکڑے، پستہ اور کشمش تھوڑے سے کھی میں مل لیں اور چند منٹوں کے لئے دم پر لگا دیں۔ دو چھوہارے دودھ میں ابل لیں اور گھالیں پھر باریک کتر لیں۔ حلوہ تیار ہے۔ ہلینٹوں میں اتار لیں چاندی کے ورق سجائیں۔ چھوہارے ہلینٹوں کے گرد لگا دیں۔

میٹھے کدو کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
حلوہ کدو	ایک کلو	چینی	آدھ کلو
گری ہادام	بارہ عدد	پستہ	بارہ عدد
دار چینی	5 گرام	کیوڑہ	ایک بڑا چمچ
کھی	200 گرام	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: حلوہ کدو چھیل لیں اندر کا جالا اور بیج نکال دیں کدو کو کدو کش کر لیں۔ پستہ کو باریک کاٹ لیں ہادام کی گریاں چھیل لیں کدو کش کیے ہوئے حلوہ کدو کو کھلے منہ کی پتیلی میں ڈال کر پکتے کے لئے رکھ دیں۔ جب پانی خشک ہو جائے اور کدو گل جائے تو ایک کڑا ہی میں کھی ڈال کر کڑا آئیں اب اس میں حلوہ کدو ڈال کر بھونیں کہ اس کا رنگ سنہری ہو جائے۔ اب اس میں چینی ڈال دیں۔ (چینی حسب ذائقہ 250 گرام سے آدھ کلو تک ڈال سکتے ہیں) چینی ڈال کر چمچہ جلدی جلدی چلائیں تاکہ چینی پیندے میں نہ لگ جائے بھونتے بھونتے جب چینی کا پانی خشک ہو جائے اور حلوہ کدو کھی چھوڑ دے تو اتار لیں اب اس میں کیوڑہ ملا کر ڈھانپ دیں۔ ہلیمٹوں میں نکالنے پر ہادام، پستہ اور چاندی کے ورق سے سجائیں۔ یہ حلوہ ایک ہفتہ تک خراب نہیں ہو سکتا۔

ناریل کا حلوہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ناریل	ایک کلو	چینی	دو کلو
کھی	375 گرام	ہلال	آدھا کلو
کھویا	250 گرام	انڈے	ایک درجن

آلاچی سبز	چھ عدد	گری ہد ام	60 گرام
گری اخروٹ	60 گرام	کشمش	آٹھ عدد
زعفران پسا ہوا	ایک چکی	کیڑہ	چند قطرے

ترکیب : ٹاریل رات بھر بیگا رہنے دیں۔ صبح اوپر سے کھرچ کر سل پر ہار یک ہیں لیں۔ تازہ ٹاریل اگر مل جائے تو اسے گرا انڈر سے چیں لیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی کو الگ الگ پھینٹیں۔ کھوئے کو سل کر ہلائی میں ملا لیں اور سبجان کر لیں۔ چینی میں تین سیر پانی ڈال کر پکائیں شیرہ تیار ہونے پر اتار لیں۔ کشمش کو پانی میں بھگو دیں پھولنے پر ٹھل لیں۔ اخروٹ 'پستہ ہد ام' بھی صاف کر لیں اور کیڑے کو لہے سے ہوئے زعفران میں حل کر لیں گھی میں دو عدد لونگ اور آلاچی بھون لیں پھر ٹاریل بھون لیں۔ زعفران 'ہلائی' کھویا اور پھینٹے ہوئے انڈے اس میں ڈال دیں چھچھو چلاتے رہیں۔ آمیزہ گاڑھا ہو جائے گا۔ تو اس میں پستہ 'ہد ام' اخروٹ اور کشمش ڈال دیں زعفران ملا کر کیڑہ ڈال دیں۔ ٹاریل کا ملبہ تیار ہے۔

آلو کی کھیر-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	375 گرام	دودھ	ڈیڑھ کلو
چینی	آدھ کلو	بھائی	250 گرام
گری بادام	60 گرام	پستہ	بارہ دانے
کھی	125 گرام	چھوہارے	تین عدد
آلاپچی سبز	پانچ عدد	ثابت لونگ	تین عدد
کیوڑہ	ایک بڑا بچہ	☆	☆

ترکیب : آلو اہل لیں جب اچھی طرح گل جائیں تو اتار کر ان کا چھلکا اتار لیں اور ہاتھ سے یا مشین سے ان آلوؤں کو کچل لیں۔ ایک دیکھی میں ڈال کر کھی میں انہیں بھون لیں جب یہ براؤن رنگ کی شکل میں ہو جائیں تو اتار کر الگ رکھ دیں۔ دوسرے برتن میں آلاپچیاں اور لونگ کھی میں قل لیں۔ ایک بڑے برتن میں دودھ ڈال کر چولے پر رکھ دیں اس میں آلاپچی، پستہ اور بادام کے دانے ڈال دیں جب دودھ میں جوش آجائے تو بھائی پھینٹ کر ڈال دیں اور اسے ہلکی آٹھ پر پکائیں۔ پھر اس مخلول میں چینی ڈال دیں چند منٹوں بعد شیرہ گاڑا ہو جائے گا پھر بادام اور پستہ ڈال دیں۔ اس دوران چھچھ برابر چلاتی رہیں۔ جب تمام اشیاء ایک کھیر کی شکل اختیار کر لیں تو اس میں کیوڑہ ڈال دیں۔ چند منٹوں کے لئے بہت ہلکی آٹھ پر دم کے لئے رہنے دیں۔ پھر کھیر نکال کر ہلمٹوں میں ڈال دیں۔ چھوہارے دودھ میں اہل کر کاٹ لیں اور چاندی کے ورق لگا دیں اور ان پر پستہ باریک پسا ہوا بکھیر دیں۔ آلو کی کھیر تیار ہے۔

آلو کی کھیر-2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	250 گرام	دودھ	دودھ
چینی	آدھ کلو	گری بادام	بارہ عدد
پست	دس دانے	آلاچی بزر	سات عدد
کیوڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: آلو چھیل کر کدو کش کر لیں۔ ایک بڑی دھچی میں دودھ ڈال کر گرم کرنے کے لئے چولہے پر رکھ دیں۔ دودھ میں جوش آنے پر آلوؤں کا کدو کش ڈال دیں۔ دس چندرہ منٹوں بعد آلو گل جائیں گے تو اس گاڑھے محلول میں کترے ہوئے بادام، پست، آلاچی کے پے ہوئے دانے ڈال دیں ساتھ ہی چینی بھی شامل کر لیں۔ چولہے کی آگ بہت ہلکی رکھیں دھبی آٹچ پر چینی کو محلول میں گاڑھا ہو کر جذب ہونے دیں۔ اسی اثناء میں چچہ برابر چلاتی رہیں۔ آلو گل کر دودھ میں حل ہو جائیں گے اور پانی خشک ہو جائے گا اور سب اشیاء کھیر کی شکل اختیار کر لیں گی۔ تو پھر ان میں کیوڑہ کے چند قطرے ڈال کر چند منٹوں کے لئے دم دیں۔ پھر کھیر کو ہلہٹوں میں ڈال کر ورق لگا دیں۔ کھیر تیار ہے۔

آم کی کھیر-3

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
نیم پختہ آم	250 گرام	دودھ	دودھ
چینی	ایک کلو	پست	دس دانے
گری بادام	دس دانے	آلاچی بزر	دس دانے (عدد)
کیوڑہ	چند قطرے	زعفران	ایک گرام

☆	☆	حسب ضرورت	چاندی کے ورق
---	---	-----------	--------------

ترکیب: زیادہ گودے والے آم دو یا تین لیں جن کے صرف گودے کا وزن 250 گرام ہو۔ آم کو چھیل لیں اور کدو کش میں نکال لیں۔ آم کے اس گودے کو دودھ میں پکائیں۔ گرم دودھ میں جب گودا حل ہو جائے تو اس میں چینی اور کھوپرا (پسا ہوا) ڈال کر پکائیں۔ جب کھیر گاڑھی ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں۔ اور اس میں زعفران، کیوڑہ، آلاچی کے دانے، بادام اور پستے کی کتری ہوئی گریاں ملا دیں۔ پھر کھیر کو گرم حالت میں ہلنٹوں میں ڈال دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر ورق لگا کر پیش کریں۔

بادام کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گری بادام	250 گرام	چاول	60 گرام
دودھ	دو کلو	بالائی	250 گرام
چینی	آدھ بیر	آلاچی بزر	آٹھ عدد
پست	آٹھ دانے	زعفران	دو گرام
کیوڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب: خوشبودار اچھی قسم کے باستی چاول صاف کر کے پانی میں چند گھنٹوں کے لئے بھگو دیں۔ بادام کی گری کو پانی میں بھگو دیں۔ چند منٹوں بعد بادام کی گری کے چھلکے اتار لیں۔ چاولوں اور گریوں کو سل پر پیس لیں یا گرائنڈر سے پیس لیں۔ بالائی کو اچھی طرح پھینٹ لیں۔ ایک بڑی دیکھی میں دودھ ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ ہلکی آنچ پر پکے دیں۔ ایک جوش آنے پر پسے ہوئے چاول، پسے ہوئے آلاچی کے دانے اور پسے ہوئے بادام ڈال دیں پھر چینی شامل کر لیں۔ چچہ برابر چلاتی جائیں۔ اس طرح شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے گا۔ چاول اور بادام یکجا ہو جائیں تو دودھ خشک ہو کر 750 گرام کے قوب رہ جائے گا۔ بالائی جذب ہو جانے پر سارا محلول کھیر دکھائی دینے لگے گا تو کیوڑہ کے چند قطرے ڈال

دیں اور چند منٹوں کے لئے دم پر رکھ دیں۔ پھر کھیر ہلٹھوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں اور ہارک پستہ اوپر چھڑک دیں۔ بادام کی لذیذ کھیر تیار ہے۔

چاول کی کھیر-1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	100 گرام	دودھ	دو لیٹر
چینی	آدھا کلو	بالائی	آدھا کلو
ناریل پسا ہوا	60 گرام	چھوہارے	چار عدد
گری اخروٹ	30 گرام	کشمش	30 گرام
پستہ	30 گرام	گری بادام	60 گرام
دار چینی	آدھ انچ کا ایک ٹکڑا	آلاچی بزر	چند دانے
کیوڑہ	ایک بڑا چمچ	☆	☆

ترکیب: موٹے یا باسستی چاول صاف کر کے دو کھنٹے کے لئے پانی میں بھگو دیں۔ گری بادام، اخروٹ کی گری اور پستہ بھی دھو کر رکھ دیں۔ کشمش کو صاف کر کے پانی میں بھگو دیں۔ ایک دیکھی میں دودھ ڈال کر چولے پر رکھ دیں۔ جوش آنے پر چاول ڈال دیں اور پسا ہوا ناریل، آلاچی کے پے ہوئے دانے، پسی ہوئی دار چینی اور پھینٹی ہوئی بالائی ڈال دیں جب دودھ خشک ہو کر آدھا رہ جائے تو چینی ڈال دیں۔ چمچ ہلاتے رہیں۔ جب چینی کا پانی خشک ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے تو بادام، پستہ، اخروٹ اور کشمش ڈال دیں۔ مخلول گاڑھا ہو کر کھیر کی شکل اختیار کر لے گا پھر کیوڑہ ڈال کر چند منٹ تک دم آنے دیں۔ کھیر طشتری میں نکال لیں۔ چھوہاروں کو دودھ میں ابال کر مٹھالیں۔ سمٹلی نکال کر الگ کر دیں اور چھوہاروں کو کتر کر بادام، پستہ اور اخروٹ کی گری کے ساتھ کھیر پر چھڑک دیں اور ورق لگا کر پیش کریں۔

چاول کی کھیر-2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
چاول	125 گرام	چینی	آدھ کلو
دودھ	ایک کلو	کشش	60 گرام
کیڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب : چاول چار گھنٹے تک پانی میں بھگو دیں اب ان کو دودھ میں ڈال کر پکائیں دودھ خشک ہونے پر ان میں چینی ڈال دیں۔ اس دوران چمچ چلاتی رہیں۔ پھر کیڑہ اور سبز آلاپچی کے دانے ڈال دیں۔ مرکب تیار ہو جانے کی صورت میں اسے برتنوں میں ڈالیں۔ مری بادام اور پست کی گریاں باریک کاٹ کر ڈال دیں اور چاندی کے ورق لگا کر پیش کریں۔

چھوہارے کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ایک لیٹر	چھوہارے	ڈھائی سو گرام
چینی	پچاس گرام	کھویا	125 گرام
مکئی کا آٹا	تین چمچ	آلاپچی سبز	چھ عدد
روح کیڑہ	چند قطرے	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب : چھوہارے دھو کر صاف کر لیں اور اہل کر گھٹلیاں نکل لیں۔ پھر تمام چھوہارے گرائنڈر سے پیس کر گرم دودھ میں ڈال کر اہل لیں اور چھلتی سے چھان لیں۔ پھر چولہے پر رکھ کر اس میں مکئی کا آٹا شامل کر دیں اور ہلکی آچ پر پانچ منٹ کے لئے پکائیں اور کھویا مسل کر ڈال دیں۔ اس دوران بڑے چمچ سے ہلاتی رہیں دو منٹ بعد آلاپچی سبز

کے پے ہوئے دانے اور چینی ڈال کر ملائیں۔ چند منٹ جھج ہلانے کے بعد روح کیوڑہ چھڑک دیں پھر تھوڑی دیر بعد چولے سے اندر لیں اور پلیٹ میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں۔ چھوہاروں کی کھیر تیار ہے۔

ڈبل روٹی کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	دو لیٹر	چینی	ڈھائی سو گرام
کھویا	آدھا کلو گرام	ڈبل روٹی	چھ سلائس
انڈے	تین عدد	آٹا پختی ہیز	چار عدد
بادام پے ہوئے	125 گرام	پست	آٹھ کری
بوزہ	10 گرام	☆	☆

ترکیب : سب سے پہلے دودھ کو بوتل میں پھر دھیمی آنچ پر آدھ گھنٹہ تک پکائیں۔ ڈبل روٹی کے کنارے علیحدہ کر لیں۔ کنارے کاٹتے پہلے سلائس کو دھیمی آگ پر خوب سینک کر براؤن کر لیں پھر اس کا چورا کر لیں اور دودھ اہال کر اس میں ڈال دیں اس مرکب کو تیز آنچ پر چلاتے رہیں۔ چند منٹوں بعد انڈوں کی زردی میں چینی ڈال کر پھینٹیں اور مرکب میں ملا دیں پک جائے تو کیوڑہ چھڑک کر پیش کریں۔ مرکب تیار ہوتے وقت پے ہوئے بادام شامل کر لیں اور ٹھنڈا ہونے کے لئے فریج میں رکھ دیں اس کھیر کا ذائقہ قلعی جیسا ہوگا۔

ساگودانے کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ساگودانہ	تین بڑے بچے	دودھ	ڈیڑھ کلو
چینی	آدھا کلو	پھوپارے	تین عدد
آلاچی سبز	تین عدد	کشش	دس دانے
کیوڑہ	چند قطرے	☆	☆

ترکیب : ساگودانہ پندرہ منٹ پانی میں بھگو رکھیں۔ ایک دسپچی میں دودھ ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ ہلکی آنچ پر پکائیں۔ دودھ میں جوش آجائے تو ساگودانہ سے پانی نکال کر دودھ میں شامل کر لیں۔ پھر کشش اور چینی بھی ملا دیں۔ نہایت ہلکی آنچ رکھیں تاکہ ساگودانہ زیادہ پھول نہ جائے۔ چینی کا پانی جب خشک ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہونے لگے اور ساگودانے میں جذب ہو جائے تو کیوڑہ بھی ڈال دیں اور تین منٹ کے لئے دم پر لگا دیں۔ ایک پلیٹ میں کھیر نکال لیں اس پر چاندی کے ورق لگائیے۔ چھوپارے اباں کر گھالیں اور کتر کر پلیٹ پر لگا دیں اور ساتھ کشش بھی سجا دیں۔ ساگودانے کی کھیر تیار ہے۔

سوجی کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	دو کلو	چینی	آدھ کلو
سوجی	125 گرام	لسن	375 گرام
گری بادام	60 گرام	پست	60 گرام
عرق گلاب	چند قطرے	کیوڑہ	چند قطرے

ترکیب : پہلے لسن کے چھلکے چھیل لیں اور ایک کلو پانی میں جوش دیں اسی طرح پانی بدل

اور برتنوں کی صفائی کا بڑا اہتمام کرتے ہیں۔ سب گھروالے مرد 'عورتیں' بچے ایک ساتھ بیٹھ کر کھانا کھاتے ہیں اگر مہمان آئے تو مرد الگ کھاتے ہیں اور عورتیں الگ۔ مہمان آئے یا کوئی تقرب ہو تو کھانا شراب سے شروع کرتے ہیں۔ کھانا کھاتے ہوئے زیادہ باتیں نہیں کرتے نہ ہی کھانا کھانے میں زیادہ دیر لگاتے ہیں۔ جرمنی میں یہ مشہور ہے کہ جس کی بیوی اچھا کھانا پکا سکتی ہے وہ اپنے خاوند کی آدمی محبت کی مالک ہو سکتی ہے۔ جرمنی میں کھانا کھانے سے پہلے سوپ پیا جاتا ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ بھوک جب شدت اختیار کر جائے تو گوشت اور ترکاری زیادہ کھائی جاتی ہے جو معدے کے لئے نقصان دہ بھی ثابت ہو سکتی ہے۔ اس وجہ سے ہلکی غذا یعنی سوپ کے ذریعہ بھوک کے زور کو کم کیا جاتا ہے اس کے بعد پھلی کھائی جاتی ہے پھر گوشت کی باری آتی ہے اور آخر میں پیرو وغیرہ کھاتے ہیں۔ یورپین لوگ کھانا کھانے میں بہت دیر لگاتے ہیں۔ کھانے کے لوازمات میں دسترخوان اور کھانے کی میز کی آرائشی کو بھی بڑا دخل ہے۔ یورپ میں کھانے کی میز پر تازہ پھولوں کے گلہ سٹ کا ہونا ضروری ہے۔ طشتری میں کھانا چھوڑنا عیب میں داخل ہے۔ کھانے میں کھانے کے بعد ڈکار لینا نہایت بد تمیزی میں شامل ہوتا ہے۔ ڈونگوں سے کھانا نکالتے وقت دو سروں کا خیال کرتے ہیں اور باری باری سے ایک دوسرے کو ڈونگا دیا جاتا ہے پھر سیدھے ہاتھ میں چھری اور آلے ہاتھ میں کانٹا لے کر کھانا شروع کرتے ہیں۔ پھلی جرمنی میں دو کانٹوں سے کھاتے ہیں۔ فرانس اور انگلینڈ میں پھلی کے لئے خاص قسم کا کانٹا اور کند چھری ہوتی ہے۔ گوشت چھری سے نہایت احتیاط سے کانا جاتا ہے تاکہ پلیٹ کو کسی قسم کا نقصان نہ پہنچے اور یہ بھی نہ ہو کہ گوشت اچھل کر میز کے نیچے جا پڑے۔ کپڑوں کی احتیاط کے لئے ایک رومال کی قسم کا کپڑا رکھا ہوتا ہے اسے گلے میں یا زانو پر رکھ لیتے ہیں تاکہ اگر کوئی قطرہ یا کھانے کا ریزہ گرے تو کپڑے محفوظ رہیں۔ ہر ایک کا پانی کا گلاس الگ رکھا جاتا ہے وہ اسی میں پانی پیتا ہے۔

ایران میں دعوت کو مہمانی کہتے ہیں۔ جو یہاں کی عام رسم ہے۔ غویب آدمی بھی مہینہ میں ایک دعوت اپنے دوستوں کی کرتا ہے۔ امیر لوگ مہینے میں چار پانچ دعوتیں کرتے ہیں۔ ہر شخص اپنی دعوت میں اپنی حیثیت سے زیادہ خرچ کرتا ہے اور ہر ایک چاہتا ہے کہ اس کا ہم مقابل اس کی فراخ دلی سے شرمندہ نہ ہو۔ دعوت کسی خاص دن یا خاص موقع پر نہیں کی جاتی بلکہ دعوت کرنے والا اپنی سولت کو بیکر جو دن چاہتا ہے مقرر کر لیتا ہے

بدل کر چار مرتبہ جوش دیں۔ دودھ پہلے گرم کر لیں۔ بسن کو ٹھنڈے پانی سے خوب دھو کر دودھ میں ڈال دیں۔ بڑا چمچہ چلاتے رہیں۔ ایک کلو دودھ رہ جانے پر اتار لیں۔ پھر پستہ، بادام، عرق گلاب اور کیوڑہ ڈال دیں اور ہلٹھوں میں اتار لیں۔ یہ کھیر بلغم کے مریضوں اور بلغمی شکایت والے لوگوں کے لئے بہت مفید ہے۔ بسن بلغم پیدا ہونے نہیں دیتا بلکہ بلغم خارج کر دیتا ہے۔

سو یوں کی کھیر

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ڈیزھ کلو	سویاں	60 گرام
بادام	بارہ عدد	ناریل	ایک کھوپرا
آلاچی سبز	دو عدد	پستہ	30 گرام
چھوہارے	آٹھ عدد	تھی	60 گرام
چمٹ	60 گرام	کیوڑہ	چھ قطرے

ترکیب۔ آلاچی کو تھی میں سرنگ کر لیں۔ سو یوں کا چورا کر لیں۔ اور تھی ڈال دیں۔ جب سویاں سرخ ہو جائیں تو دودھ ڈال دیں۔ باداموں کے چھلکے اتار کر باریک پیس لیں۔ ناریل کو کدو کش سے باریک کر لیں۔ جب دودھ گاڑھا ہونے لگے تو اس میں باریک کیا ہوا ناریل اور بادام ڈال دیں۔ چھوہارے دھو کر ابالیں اور باریک کات کر رکھیں۔ تھوڑی دیر بعد چینی ڈال دیں اور ہلکی آنچی پر پکھنے دیں جب آمیزہ گاڑھا ہونے لگے تو کیوڑہ ڈال کر دم پر لگا دیں۔ اب پستہ کی سبز ہوائیاں نکھیر دیں اور ہلٹھوں میں نکال لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر نوش فرمائیں بہت لذیذ سویٹ ڈش تیار ہے۔

ناپ، تول اور پیمائشی گائیڈ

چائے کا ایک چمچ = 5 ملی لیٹر

کھانے کا ایک چمچ = 20 ملی لیٹر

DRY MEASURES

☆ خشک پیمائش ☆

شاہی نظام IMPERIAL SYSTEM	عشری نظام METRIC SYSTEM
1/2 اونس	15 گرام
ایک اونس	30 گرام
2 اونس	60 گرام
3 اونس	90 گرام
4 اونس (1/4 پاؤنڈ)	125 گرام
5 اونس	155 گرام
6 اونس	185 گرام
7 اونس	220 گرام
8 اونس (1/2 پاؤنڈ)	250 گرام

نکالے۔

چھری اور کانٹے کے صحیح استعمال سے واقفیت ضروری ہے۔ کانٹا لے باتھ اور چھری سیدھے باتھ سے استعمال کے لئے پکڑیں۔ اگر چاہیں تو گوشت یا قواس کے کٹے ہوئے ٹکڑوں کو کانٹے کی مدد سے جو آپ کے لئے باتھ میں ہو گامہ تک لے جائیں یعنی اگر آپ نے گوشت کا ٹکڑا چھری کانٹے کی مدد سے کاٹ لیا ہے تو یہ ضروری نہیں کہ پلیٹ میں چھری ایک طرف رکھیں پھر کانٹے کو سیدھے باتھ میں پکڑیں اور اسے کھانے کے لئے استعمال کریں۔ اس کی بجائے کانٹے کو اپنے باتھ میں پکڑ کر نوکیں نیچے کی طرف ہونی چاہیں کھانے کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ شوربے کے ساتھ روٹی کھاتے وقت جب کانٹا استعمال کرتے ہیں تو وہ چاہے جس باتھ میں ہو کانٹے کی نوکیں نیچے کی طرف رکھتے ہیں البتہ اگر کھانا ایسا ہے کہ کانٹے کی نوک میں نہیں پھنس سکتا تو پھر نوکیں اوپر کی طرف رکھ کر اسے پیچے کی طرح استعمال کریں۔

کھانے کی میز پر کوئی مشروب اس وقت تک نہ پینیں جب تک منہ نوالے سے بالکل خالی نہ ہو۔ ایسا نہ ہو کہ منہ میں لقمہ رکھتے ہوئے ساتھ ساتھ مشروب پینا شروع کر دیں۔ لقمہ نگلنے کے بعد فیہ مکن سے صاف کریں۔ پھر مشروب کا چھوٹا سا گھونٹ لیں اس طرح پیالے یا گلاس پر کھانے سے چکنے داغ نہیں پڑیں گے۔ کھاتے وقت فیہ مکن گود میں پھیلا دیں دوپہر کے کھانے میں فیہ مکن پوری طرح کھول کر بچھائیں اور رات کی دعوت میں دہرا فیہ مکن گود میں رکھیں۔ جب میزبان اپنا فیہ مکن بچھانے کے لئے اٹھائے اس کے بعد ہی مہمان فیہ مکن اٹھاتے ہیں صرف بچوں کے گلے میں فیہ مکن باندھا جاتا ہے۔ کھانے کے بعد فیہ مکن کو دوبارہ نہ کریں بلکہ یونسی لیٹ کر سیدھے باتھ کی طرف رکھ دیں اگر آپ کے ہاں کوئی مہمان مقیم ہے تو ہر بار کھانے پر اس کے لئے صاف دھاوا ہوا فیہ مکن رکھیں۔ استعمال شدہ فیہ مکن کو میز پر رکھنا ایسا ہی ہے جیسے کہ میلے بستر پر بار بار سویا جائے۔

سوپ چاہے دستے والی پیالی میں ہو یا بغیر دستے کے پیالے میں اسے ہونٹوں سے لگا کر پیا جاتا ہے۔ اگر سوپ میں سجاوٹ کے لئے ذیل روٹی کے ٹکڑے یا کوئی اور چیز ڈالی گئی ہو تو پہلے اسے پیچے کے ساتھ اٹھا کر کھالیں۔ بعد میں سوپ پھنکیں۔ اگر سوپ پینے کے بعد پیالے میں نو ذل یا کوئی اور غذا رہ جائے تو بعد میں پیچ سے نکال کر کھائیں۔

بعد اس میں چینی ڈال دیں۔ جب چینی اچھی طرح حل ہو جائے تو اس میں کھویا مسل کر ڈال دیں۔ جب دودھ گاڑھا ہو جائے تو کیوڑا ڈال کر نیچے اتار لیں۔ اور اسے ڈش یا پلیٹوں میں جمالیں اوپر سے بادام اور پستے پارکک کات کر ڈال دیں بہت ہی مزیدار قرنی تیار ہے۔ گریاں ڈالنے سے پہلے حسب ضرورت ورق بھی لگائے جاسکتے ہیں۔

ابی سویاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سویاں	آدھ کلو	چینی	375 گرام
بالائی	آدھ کلو	چھوہارے	دودھ
گری بادام	60 گرام	گری پست	30 گرام
گری اخروٹ	30 گرام	آلاچی ہز	چھوہارے
کشمش	ایک پیچ	☆	☆

ترکیب نمبر 1: ایک کھلے منہ کے دھچکے میں پانی ایلنے کے لئے رکھ دیں۔ جب پانی ابل جائے تو اس میں سویاں اور آلاچیاں ڈال دیں۔ پانی کی مقدار سویوں سے کم از کم ایک انگلی بلند ہو۔ پانچ منٹ بعد جب گل جائیں تو نچوڑ لیں اور پھر چولہے پر ہلکی آنچ پر رہنے دیں تاکہ نمی خشک ہو جائے پھر ایک چمچہ کھی کا ڈالیں تاکہ ساری سویوں کو کھی کی چکناہٹ لگ جائے۔ سویاں نکال کر ایک بڑی ٹرے میں ڈال دیں۔ بالائی پھینٹ لیں سویوں کو ہلےٹوں میں اتار لیں اور ان پر گول دائرے کی شکل میں پسی ہوئی چینی کی تہہ جما دیں۔ بادام، پست، اخروٹ اور کشمش ان سویوں پر پھیلا دیں اور چاندی کے ورق لگا دیں اور مزید ڈالتے کے لئے بالائی (چینی ہوئی) ساتھ رکھ دیں۔

ترکیب نمبر 2: دودھ میں پست، بادام، اخروٹ اور کشمش ڈال کر پکائیں جب پک کر محلول گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں اس آمیزے کو ابلی ہوئی سویوں میں ڈال دیں۔ چھوہارے دودھ میں ابال لیں۔ گل جائیں تو اتار لیں۔ کشمش نکال لیں اور باریک کتر کر سویوں پر بجا دیں۔

بالائی کی سویاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بالائی	آدھ کلو	سویاں	ایک کلو
دودھ	ایک کلو	چینی	ایک کلو
گری بادام	60 گرام	گری پستہ	30 گرام
گری اخروٹ	60 گرام	تھی	250 گرام
کشش	30 گرام	چھوہارے	چار عدد

ترکیب: ایک کھلے منہ کے دیکچے میں تھی ڈال کر سبز آلاپچی بھون لیں جو کم از کم چھ کی تعداد میں ہوں پھر سویاں ڈال کر بادامی رنگ پر بھون لیں۔ اس میں دودھ ابال کر ڈال دیں۔ چینی، بالائی، (پھینٹ کر) زعفران، چھوہارے، اخروٹ، بادام اور پستہ بھی ڈال دیں ہلکی آنچ پر پکنے دیں جب شیرہ گاڑھا ہو جائے اور سویاں بھی گاڑھی دکھائی دیں تو کیوڑہ ڈال کر دم پر لگا دیں۔ پھر سویوں کو ہلٹھوں میں اتار لیں اور اس پر بادام، اخروٹ اور پستہ ہلٹھوں پر لگا دیں چھوہارے باریک کتر کر ہلٹھوں پر سجا دیں اور ورق لگائیں۔

دودھ سویاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ایک لیٹر	سویاں	250 گرام
چینی	ایک پاؤ	تھی	125 گرام
آلاپچی سبز	دس عدد	کھویا	250 گرام
گری بادام	120 گرام	☆	☆

ترکیب: تھی میں سبز آلاپچی ڈال کر کڑکڑائیں اور اس پر سویاں ڈال کر سرخ کر لیں۔

چینی میں تھوڑا سا پانی ڈال کر قوام تیار کر لیں۔ دودھ کو پکائیں اور اتنا پکائیں کہ نصف رہ جائے ساتھ کھویا ڈال دیں۔ سویاں جب سرخ ہو جائیں تو اوپر چینی کا قوام ڈال دیں۔ ہلکی آنچ پر پکنے دیں اور جب دودھ خشک ہو جائے تو دم پر لگا دیں اور ساتھ ہی کیوڑہ میں آلاچی کے دانے پیس کر ڈال دیں۔ بادام باریک کاٹ لیں دم آنے پر اتار لیں۔ فوراً کاتنا لے کر سویوں کو ذرا گودیں تاکہ جم نہ جائیں۔ گرم گرم کھانی چاہئیں جو زیادہ لذیذ ہوتی ہیں۔

دودھ کی خشک سویاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ڈیڑھ کلو	سویاں	آدھ کلو
چینی	آدھ کلو	بالائی	250 گرام
گھی	180 گرام	گرمی بادام	60 گرام
گرمی پست	30 گرام	گرمی اخروٹ	60 گرام
آلاچی سبز	چھ عدد	کیوڑہ	ایک بڑا جج
آڑو	ایک عدد	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب : ایک کھلے منہ کے دیکچے میں گھی ڈال کر سبز آلاچیاں بھون لیں۔ پھر سویاں بادامی رنگ پر بھون لیں۔ اس میں بالائی پھینٹ کر ڈال دیں اور بعد میں چینی ڈال دیں اور ساتھ ہی بادام، اخروٹ اور پست کی گریاں شامل کر دیں۔ دودھ ایک جوش پر ابال کر ڈال دیں۔ دھیمی آگ پر پکنے دیں جب چینی اچھی طرح حل ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے تو کیوڑہ ڈال کر چند منٹوں کے لئے دم پر لگا دیں۔ پھر سویوں کو ہلٹھوں میں اتار لیں اور ان پر چاندی کے ورق لگائیں بادام اور پست کی چند گریاں باریک پیس کر پھیلا دیں۔ پہلے آڑو کی پھانکیں کاٹ کر چاروں طرف سجا دیں۔

سویاں کا زردہ - 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سویاں	250 گرام	چینی	375 گرام
تھی	125 گرام	گری بادام	60 گرام
آلاچی سبز	چھ عدد	زردے کارنگ	ایک چنگی
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : ایک کھلے منہ کے بڑے دیکچے میں تھی ڈال کر سبز آلاچیاں بھون لیں یا آلاچیوں کے دانے نکال کر بھون لیں۔ آدھ کلو پانی میں چینی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں اور زردے کارنگ ڈال دیں۔ ایک یا دو اہال آنے پر سویاں اور بادام کی گریاں ڈال دیں۔ پھر انہیں بھاری ڈھکنے سے ڈھانپ دیں۔ دیکچے کو اوپر نیچے دائیں بائیں ہلائیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو دھیمی آگ پر دم دے دیں ہلینوں میں سویاں ڈال کر کانٹے سے پھیلا دیں اور ان پس ورق لگا دیں۔ ورقوں پر پسے ہوئے بادام پھیلا دیں۔

سویوں کا زردہ - 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سویاں بادیک	250 گرام	چینی	375 گرام
گری بادام	30 گرام	آلاچی سبز	دس عدد
گری پست	50 گرام	کشمش	دس عدد
زعفران پس ہوئی	آدھی چنگی	کیوڑہ	ایک بڑا چوچ
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : تھی میں دو آلاچیاں اور کشمش بھون لیں۔ ایک بڑے دیکچے میں سویاں ڈال کر

بادامی رنگ میں بھون لیں۔ چینی میں 375 گرام یا آدھا کلو پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں اور اسے سویوں میں ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکے دیں جب سویاں گل جائیں تو کیوڑہ میں پس ہوئی زعفران شامل کر دیں۔ چھ عدد سبز آلاچیوں کے دانے پیس کر اس آمیزے میں حل کر دیں۔ اب بادام اور پستہ کی گریوں کو باریک کاٹ کر ڈال دیں۔ بعد میں کیوڑہ کا ایک بڑا چمچ بھی ڈال دیں۔ تین منٹ بعد اسے دم پر رکھ دیں۔ گرم گرم سویوں کو ہلمشوں میں نکال لیں۔ بادام اور پستہ کی ہوائیاں بکھیر دیں۔ پہلے ورق لگالیں۔ سویوں کا لذیذ زردہ تیار ہے۔

سویوں کا زردہ - 3

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سویاں	250 گرام	چینی	375 گرام
دودھ	250 گرام	بائی	250 گرام
کھویا	250 گرام	کھی	250 گرام
گری بادام	50 گرام	گری پستہ	60 گرام
ناریل کترا ہوا	30 گرام	زعفران پس ہوئی	آدھی چٹکی
لونگ	دو عدد	آلاچی سبز	دس عدد
کیوڑہ	ایک بڑا چمچ	ہاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: ایک کھلے منہ کے دھچکے میں کھی ڈال کر سبز آلاچیاں اور لونگ بھون لیں۔ پھر سویاں ڈال کر ڈارک براؤن رنگ پر بھون لیں۔ کھویا مسل کر بھون لیں۔ پھر دودھ اور پسا ہوا ناریل ڈال دیں اور بھاری ڈھکنے سے ڈھانپ دیں تاکہ سویاں بھاپ میں گل جائیں۔ چینی میں آدھ کلو پانی ڈال کر قوام تیار کر لیں اور اسے سویوں میں شامل کر دیں۔ بادام اور پستہ کی گریاں بھی ڈال دیں۔ چند منٹ بعد اسے مزید ڈھانپ دیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو جائے اور سویوں میں جذب ہو جائے تو سویاں کھی چھوڑ دیں گی تب

انہیں اتار لیں اور روح کیوڑہ ڈال کر چند منٹ کے لئے ڈھانپ دیں۔ پھر ہلٹھوں میں سویاں نکل لیں ان پر چاندی کے ورق لگائیں۔ پستہ کی باریک گریاں کاٹ کر ہلٹھوں میں پھیلا دیں۔

سویوں کا زردہ۔ 4

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سویاں	250 گرام	دودھ	تین کلو
کھی	250 گرام	چینی	375 گرام
آلاچی سبز	چھ عدد	کیوڑہ	ایک بڑا جج

ترکیب: ایک کھلے منہ کے دستچے میں دودھ پکائیں اتنا پکائیں کہ دودھ خشک ہو کر ریوڑ بن جائے۔ دوسرے دستچے میں کھی ڈال کر سبز آلاچیاں بھون لیں۔ ریوڑ بنے دودھ میں سویاں ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکے دیں۔ جب سویاں ایک کئی پر گل جائیں تو چینی میں زعفران اور 750 گرام پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں اس شیرے کو سویوں میں ڈال دیں۔ ایک فراٹی پن میں پستہ اور بادام بھون لیں اور سویوں میں شامل کر دیں پھر کیوڑہ ڈال کر دو پر لگا دیں چند منٹ بعد اتار لیں۔ پھر ہلٹھوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں پستہ اور بادام کی ہوائیاں بکھیر دیں۔

سویوں کا قنجن

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
باریک سویاں	ایک کلو	گوشت	آدھا کلو
چینی	750 گرام	کھی	250 گرام
دعی	60 گرام	دودھ	375 گرام

چھوہارے	چار عدد	سشش	40 گرام
ٹاریل پسا ہوا	30 گرام	گری بادام	60 گرام
گری پستہ	30 گرام	آلاچی بزر	چھ عدد
کیوڑہ	دو بڑے چچ	زعفران پس ہوئی	ایک چنگی
لونگ	دو عدد	چاندی کے ورق	حسب ضرورت

ترکیب: گوشت کو صاف کر کے دھو لیں اور نمک لگا کر رکھ دیں۔ دہی میں تھی گرم کریں اس میں سبز آلاچی سے دانے نکل کر بھون لیں ساتھ لونگ بھی شامل کر لیں۔ اسی دہی میں گوشت ڈال کر تھیں اور دہی لگا کر دھیمی آگ پر رکھ دیں۔ دہی جب خشک ہو جائے اور گوشت میں پوری طرح جذب ہو جائے تو گوشت کو بھونیں۔ چار پیالی پانی ڈال کر گوشت کو ہلکی آنچ پر پکتے دیں یہاں تک کہ گوشت گل جائے اور پانی خشک ہو جائے چینی میں تقریباً ایک لیٹر پانی ڈال کر شیرہ بنالیں اور اسے گوشت میں ڈال دیں سویاں بھی ملا دیں۔ ذرا سی پک جائیں تو ٹاریل اور دودھ شامل کر دیں پھر بھاری ڈھکنے سے ڈھک دیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے اور اچھی طرح مخلول میں جذب ہو جائے اور سویاں گل جائیں اور دودھ چھوڑنے لگیں تو زعفران کو کیوڑہ میں ملا کر حل کر لیں اور اس آمیزے میں ڈال دیں پھر بادام اور پستہ کی گریوں کو بھی اس میں ڈال دیں اور چند منٹ تک دم پر رہنے دیں۔ سویاں ہلکھوں میں ڈال دیں اور گوشت کی چھوٹی چھوٹی بوٹیاں اوپر سجا دیں اور ورق بھی لگا دیں باریک پستہ اور بادام کی گریاں اس پر پھیلا دیں۔ چھوہاروں کو دودھ میں ابل کر گھالیں اور باریک کتر کر ان پر بچھا دیں۔

شاہی سویاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سویاں	180 گرام	دودھ	دو لیٹر
چینی	حسب ذائقہ	سمی	ایک چمچ

چھوہارے	دودھ	آلاچی بزر	چار عدد
گری بادام	آٹھ عدد	گری پست	آٹھ عدد
ناریل پیا ہوا	کمانے کے تین بچ	کشش	آٹھ عدد
زعفران پیا ہوا	دو گرام	☆	☆

ترکیب: دودھ اتا ابالیں کہ آدھا رہ جائے۔ کھی میں آلاچیاں ڈال کر بھونیں پھر سویاں ڈال کر پانچ منٹ تک بھونیں بعد میں دودھ اور چھوہارے ڈال کر پکائیں۔ جب محلول گاڑھا ہونے لگے تو چینی ڈال دیں اور دھیمی آنچ پر پکائیں جب پکتے پکتے آدھا ہو جائے تو زعفران، بادام، پست، کشش ڈال کر پکائیں۔ ہلکی آگ پر دس منٹ پکنے کے بعد اتار لیں۔ ہلٹھوں میں ڈال کر چاندی کے ورق لگائیں۔ پست اور بادام اور ناریل کی ہوائیاں چھڑک دیں۔

شیر خرمہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	دو کلو	ہوئیاں	250 گرام
چھوہارے	60 گرام	گری بادام	60 گرام
گری پست	30 گرام	آلاچی بزر	چھ عدد
کیوڑہ	ایک بڑا چچہ	چینی	250 گرام

ترکیب: دودھ میں تمام خشک میوے پکنے کے لئے رکھ دیں جب دودھ خشک ہو کر ڈیڑھ کلو کے قریب رہ جائے تو اس میں سویاں ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکنے دیں۔ آہستہ آہستہ چھچھ چلاتی رہیں۔ جب پک کر آمیزہ گاڑھا ہونے لگے تو چینی، چھوہارے (پس کر) بادام کی گری اور آلاچی کے دانے ڈال دیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہو کر جذب ہو جائے اور کھیر کی شکل اختیار کرنے لگے تو کیوڑہ ڈال کر دم پر لگا دیں۔ ہلٹھوں میں سویاں نکالیں ان میں چاندی کے ورق لگائیے اور بادام کی ہوائیاں چھڑک دیں۔

کھوئے کی سویاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کھویا	375 گرام	سویاں	ایک کلو
بالائی	آدھ کلو	دودھ	آدھ کلو
آلاتچی سبز	چھ عدد	لونگ	دو عدد
سکھی	250 گرام	گری بادام	60 گرام
گری پستہ	آدھ چمٹاک	کشمش	ایک چمچ
کیوڑہ	ایک بڑا چمچ	زعفران پس ہوئی	آدھی چٹکی
چینی	ایک کلو	☆	☆

ترکیب : سکھی میں لونگ اور سبز آلاتچیاں بھون لیں پھر سویاں ڈال کر بادامی رنگ پر بھون لیں ان سویوں میں دودھ ڈال دیں اور دھیمی آنچ پر پکتے دیں۔ جب سویاں گل جائیں تو بالائی اور کھویا پھینٹ کر ملا لیں اور ہلکی آنچ رکھیں اور زعفران ملا دیں اور چینی کی چاشنی بنا لیں۔ دودھ خشک ہو جائے اور سارا آمیزہ ایک جان ہو جائے تو بادام پستہ اور کشمش ڈال دیں پھر کیوڑہ ڈال کر چند منٹ کے لئے ڈھک کر رکھ دیں۔ ہلٹھوں میں سویاں نکال لیں اور چاندی کے ورق لگالیں پستہ اور بادام سجا دیں۔ سجاوٹ اور ذائقے کے لئے سرخ سیب کے قتلے پلیٹ کے چاروں طرف سجا دیں۔

میٹھی سویاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سویاں	250 گرام	چینی	100 گرام
سکھی	200 گرام	جائفل	ایک چٹکی

کافی یا چائے بہت گرم ہو تو چند لمحے انتظار کریں اور ٹھنڈا ہونے دیں۔ پھونکیں مار کر چھچھلا کر ٹھنڈا کرنے کی کوشش نہ کریں۔ پرچ میں چائے ڈال کر پینا انتہائی معیوب ہے۔ پلیٹ میں کھانے کی ڈھیری نہ لگائیں یعنی چاولوں کے اوپر سالن گوشت اور سبزی ڈال کر مینار بنانے کی ضرورت نہیں ہر چیز الگ الگ رکھیں۔ تھوڑے تھوڑے چاول کانٹے کے ساتھ شوربے میں ملائے رہیں اور کھاتے جائیں۔ پلیٹ میں اتنا ہی کھانا ڈالیں جتنا کھا سکیں۔ کم لینے میں حرج نہیں کہ بقدر ضرورت دوبارہ لیا جاسکتا ہے۔ اکثر دعوتوں میں دیکھا گیا ہے کہ مہمان پہلے گوشت ڈال لیتے ہیں اور پلیٹ بھر لیتے ہیں پھر تھوڑی مقدار میں چاول ڈال کر گوشت کو چھپا لیتے ہیں یہ عمل بڑی تیزی اور پھرتی سے کرتے ہیں جو غیر شعوری عمل ہے۔ پلیٹ کا بچا ہوا کھانا ڈونگے میں واپس نہیں ڈالا جاتا۔ مگر بعض دعوتوں میں یہ بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ ڈونگے کا سالن دوبارہ دیکچے میں ڈال لیا جاتا ہے تاکہ گرم رہے ایسا نہیں کرنا چاہیے۔ دیکچے سے دوبارہ کھانا ڈونگوں میں ڈال لیا جائے تو بہتر ہے۔ ضرورت سے زیادہ کھانے لے کر پلیٹ میں چھوڑ دینا بد تمدنی کی علامت ہے۔ اگر آپ نے بھولے سے منہ میں کھانے کا گرم گرم نوالہ ڈال لیا ہے تو اسے اگلنے کی ضرورت نہیں۔ پانی کا ایک گھونٹ لے کر نوالہ ٹھنڈا کر لیں۔ منہ میں ایک لقمے کی موجودگی کے باوجود پانی تو پیا جاسکتا ہے۔ بعض اوقات منہ میں لقمے کے ساتھ کوئی کنکر یا کوئی ایسی بد ذائقہ چیز آ جاتی ہے کہ نوالہ اگلا پڑتا ہے۔ جب ایسا ہو تو منہ کے لقمے کو اپنے کانٹے پر اگلیں اور پلیٹ میں ایک طرف رکھ دیں۔ لقمہ منہ سے نکالتے وقت ایسی صورت نہ بنائیں جس سے اندازہ ہو کہ آپ کوئی حرکت خلاف ادب کر رہے ہیں۔ منہ سے اگلا ہوا لقمہ کھانے کی میز پر ساتھ بیٹھنے والوں کے لئے کراہت کا باعث ہو سکتا ہے۔ لہذا اسے سلاڈ کے پتے یا روٹی کے ٹکڑے سے ڈھک دیں جیسے کسی پھل کی گھنٹی کو پلیٹ میں رکھ کر آپ بھول جاتے ہیں اور دوسروں پر ناگوار اثر نہیں ہوتا۔ اسی طرح چبایا ہوا لقمہ بھی پلیٹ میں رکھ کر فراموش کیا جاسکتا ہے۔ کھاتے وقت دانتوں میں کوئی چھوٹی ہڈی یا پھلی کا کاٹنا پھنس جائے تو اسے انگلی اور انگوٹھے کی مدد سے نکال لیں۔ کھانے کی پلیٹ میں اگر کوئی کھوڑا یا کھمی پڑی ہو تو اس طرح نکالیں کہ دوسرے نہ دیکھ سکیں ورنہ ان کی طبیعت بد مزہ ہو جائے گی آپ خاموشی سے اپنی پلیٹ بدل لیں۔ اپنے گیلے جچے کو شکر دان میں نہ ڈالیں نہ ہی اپنی چھری کو مکھن یا جیم کی بوتل میں

شہد	ایک بڑا چچہ	گری بادام	60 گرام
آلاچی سبز	چار عدد	کیوڑہ	ایک بڑا چچہ
زعفران پس ہوئی	ایک چنگی	چاندی کے ورق	خسب ضرورت

ترکیب : چینی اور شہد میں 250 گرام بھر پانی ڈال کر پکائیں۔ شیرہ پک کر تیار ہو جائے تو اتار لیں۔ ایک بڑے کھلے منہ کے دیکچے میں سبز آلاچیوں کو گھی میں بھون لیں پھر اس میں سویاں ڈال دیں اور گھرا بادامی رنگ آنے تک بھونتے جائیں۔ کیوڑے میں پس ہوئی زعفران حل کر کے ڈال دیں۔ اندازے سے اتنا پانی ڈالیں کہ سویاں گل جائیں۔ چینی اور شہد کے تیار شدہ شیرہ اس میں ڈال دیں اور دھیمی آگ پر پکنے دیں جب پانی خشک ہو جائے اور سویاں گل جائیں اور شیرہ جذب ہو جائے تو جائفل ڈال دیں۔ جب سویاں گھی چھوڑ دیں تو کیوڑہ ڈال کر چند منٹ کے لئے دم پر لگا دیں۔ پھر سویاں ہلٹھوں میں نکل لیں۔ پھر چاندی کے ورق لگائیں۔ بادام گھی میں تل کر سویوں پر ڈال دیں۔ لذیذ میٹھی سویاں تیار ہیں۔

آلو کی میٹھی پوریاں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آلو	250 گرام	میدہ	250 گرام
چینی	125 گرام	دودھ	حسب ضرورت
زعفران	ایک چمکی بھر	کھی	حسب ضرورت

ترکیب: آلو دھو کر ابل لیں۔ جب آلو گل جائیں تو چھلکا اتار کر آلوؤں کو سل پر باریک پس لیں اور میدہ میں ملا لیں۔ اب چینی اور کھی بھی اس میں شامل کر لیں اور زعفران پس کر ملا دیں۔ دودھ کی مدد سے ان تمام اشیاء کو قدرے سخت جان حالت میں گوندھ لیں۔ پھر اس کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنا کر پوریوں کی شکل میں بیل لیں۔ کڑای میں کھی یا تیل کڑا کر یہ پوریاں تلی لیں۔ جب پوریوں کی رنکت ہلکی بادامی ہو جائے تو اپنی کڑای سے اتار لیں۔ آلوؤں کی مزیدار پوریاں تیار ہیں۔

انڈے کے میٹھے پرائٹھے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
انڈے	دو عدد	دودھ	250 گرام
آٹا	اندازاً تین پرائٹھوں کا	چینی	حسب ذائقہ

ترکیب: آٹے میں کھی اور چینی ڈال کر اسے خوب ملا دیں بلکہ دونوں ہاتھوں سے مسل کر بالکل یکجہاں کر لیں۔ دودھ اور انڈے ملا کر خوب پھینیں۔ اس پھینے ہوئے دودھ اور انڈوں کے ساتھ آٹا گوندھ لیں پھر اس کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنا کر اندر کھی لگائیں اور پرائٹھے کی طرح پکالیں۔ بہت لذیذ پرائٹھے ہوں گے۔

اہل پائی

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سیب	ایک کلو	چینی	4 بڑے جج
پسی ہوئی چینی	100 گرام	پسی ہوئی دار چینی	ایک بڑا جج
آٹا	250 گرام	کشمش	60 گرام
کھن	تین چمٹا	بادام	ایک چمٹا
لیموں کا چھلکا کہ دس کیا ہوا	ایک	ڈبل روئی کا چورا	تھوڑا سا
انڈا	ایک عدد	☆	☆

ترکیب: سیب چھیل کر بیج نکال لیں پھر سیب کے قتلے کر لیں اور ان قتلوں کو پیالے میں رکھ کر ان کے اوپر لیموں کے چند قطرے ڈال دیں۔ اس کے بعد دو جج چینی 'دو جج کھن 60 گرام کشمش اور 45 گرام بادام کی گری تھوڑا سا آٹا اور دار چینی سیب کے ٹکڑوں میں ملا دیں اور اس کو ایک طرف رکھ دیں۔ اب پائی کا آمیزہ تیار کریں۔ چھنا ہوا آٹا پرت میں ڈھیر کی شکل میں لگائیں۔ ایک پیالہ لیں اس میں کھن 'پسی ہوئی چینی' انڈے کی زردی اور سفیدی ڈال کر آمیزہ تیار کریں۔ پھر آنے اور اس آمیزے کو خوب اچھی طرح مکس کریں اور فریج میں ٹھنڈا کرنے کے لئے رکھ دیں۔ جس برتن میں پائی بنانا ہے اس میں کھن اچھی طرح لگا کر اس کو بھی فریج میں رکھ دیں تاکہ کھن اچھی طرح جم جائے۔ پھر اس برتن کو نکال کر اس میں تھوڑا سا آٹا چھڑک دیں۔ اب اس مرکب کو تیل کر روئی تیار کریں اور اس کو برتن کے اندر لگا دیں۔ اور اس پر ڈبل روئی کا چورا چھڑک دیں۔ پھر سیب کا مرکب اس میں ڈال کر ہاتھ سے ہموار کریں۔ باقی آنے کی روئی بنائیں جتنی پہلے بنائی تھی اسے سیب کے مرکب کے اوپر ڈال دیں۔ دونوں روٹیوں کے کنارے دبا کر ایک دوسرے سے پوست کر دیں اور اس کو اوون ٹرے میں رکھ دیں۔ اہل پائی چالیس منٹ کے اندر تیار ہو جائے گی۔ پھر اس کو فریش کریم اور شادری سے سجا دیں۔

بالائی والے ٹکڑے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ڈبل روئی	ایک عدد	چینی	375 گرام
تھی	250 گرام	بالائی	آدھ کلو
گری بادام	30 گرام	گری اخروٹ	30 گرام
کشمش	40 گرام	پست	40 گرام
زعفران پی ہوئی	آدھی چٹکی	آلاچی سبز	چھ عدد
کیوڑہ	ایک بڑا چھچھ	☆	☆

ترکیب: سلائس چاروں طرف سے کاٹ لیں۔ ایک کھلے منہ کے دیکچے میں تھی ڈال کر سبز آلاچیاں تل لیں پھر ڈال روئی کے سلائس تل لیں۔ آدھ کلو پانی میں 375 گرام چینی ڈال کر پکالیں۔ جب شیرہ گاڑھا ہونے لگے تو آدھ لیں۔ پیسے ہوئے زعفران کو بالائی میں پھینٹ لیں۔ سلائس ہلکی آنچ پر تھیں اور ان پر چاشنی ڈال دیں۔ بالائی تھوڑی تھوڑی سلائسوں پر ڈالتی جائیں۔ بادام، اخروٹ، پست اور بھیگی ہوئی کشمش ڈال دیں تاکہ دونوں طرف سے یکساں پک جائیں اور ثابت رہیں۔ بالائی جب جذب ہو جائے اور شیرہ گاڑھا ہو جائے تو کیوڑہ ڈال دیں پھر چند منٹ کے لئے دم پر لگا دیں۔ ہلینٹوں میں ٹکڑے نکالیں ان پر چاندی کے ورق لگائیں۔ ان پر پست، بادام، اخروٹ اور کشمش سجا دیں۔

پوڑے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گڑ	375 گرام	گندم کا آٹا	250 گرام
تھی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : گڑ میں آدھ کلو پانی ڈال کر پکنے کے لئے رکھ دیں۔ جب گڑ اور پانی یکجہاں ہو جائیں تو اتار لیں۔ گڑ والے پانی سے آٹا گوندھ لیں۔ آٹا اتنا زیادہ نرم ہونا چاہیے کہ توے پر آسانی سے پھیل جائے جیسے آٹا اس طرح پھیلا دیں جس طرح آلیٹ پھیلاتے ہیں۔ پھر اسے پرائے کی طرح فرائی کریں گھی خوب زیادہ ہونا چاہئے۔ پوڑے تیار ہیں۔

تلیے ہوئے سیب

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
سیب بڑے	تین عدد	انڈے	تین عدد
میدہ	125 گرام	چینی	125 گرام
گھی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب : سیب چھیل کر گول گول کٹ لیں اور درمیان سے بیج اور سمٹلی نکل لیں یا سیب کاٹنے سے پہلے سیب کاٹنے کی گول چھری سے سیب کے بیج نکل لیں پھر چھیل لیں۔ انڈوں کی سفیدی اور زردی ایک گہری پلیٹ میں الگ الگ ڈال کر خوب پھینٹیں۔ اتنا کہ سفیدی جھاگ کی شکل میں بن جائے۔ پھر اس میں چینی اور میڈ ملا دیں اور خوب پھینٹتے جائیں۔ جب یہ سب مل کر ایک ہو جائے تو زردی بھی اس میں شامل کر لیں۔ اب سیب کا ایک ٹکڑا لے کر اس کو اس تیار شدہ انڈوں اور میڈ میں اچھی طرح لپیٹھ لیں اور فرائی پین میں گھی کڑکڑا کر اس میں تلے جائیں۔ ایک ایک ٹکڑا کر کے آہستہ آہستہ ہلکی آنچ پر تلیں اور سرخ ہونے پر اتار لیں بہت مزے کی آسانی سے اور جلدی سے تیار ہونے والی سویٹ ڈش ہے۔

توری روٹی کا میٹھا

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
توری روٹی	ایک کلو	چینی	تین کلو

دودھ	ایک کلو	کھویا	250 گرام
بالائی	250 گرام	کھی	375 گرام
زعفران پیسی ہوئی	آدھی چٹکی	آلاچی بیز	چھ عدد
لوگ	دو عدد	گری بادام	60 گرام
گری پستہ	20 گرام	گری اخروٹ	30 گرام

ترکیب: روٹی کو ابلے ہوئے دودھ میں بھگو دیں تاکہ روٹی دودھ کو جذب کر لے ایک پلینے میں کھی گرم کر کے آلاچیاں اور لوگ بھون لیں۔ اس میں دودھ بھگوئی روٹی اور چینی ڈال دیں۔ کھویا مسل کر ڈال دیں۔ بالائی پھینٹ کر شامل کر دیں چھچھ چلاتی رہیں۔ دھیمی آگ رکھیں اب بادام پستہ اور اخروٹ ڈال دیں۔ چینی جب اچھی طرح حل ہو جائے شیرہ پک کر جذب ہو جائے اور کھی اوپر آ جائے تو کیوڑہ ڈال کر چند منٹوں کے لئے دم پر رکھ دیں۔ پھر ہلٹوں میں اتار کر لذیذ روٹی تناول فرمائیں۔

جام رول

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
جام	125 گرام	چینی	125 گرام
دودھ	ایک بیر	انڈے	چھ عدد
میدہ	375 گرام	کھی	125 گرام
کسٹرز پاؤڈر	کھانے کے تین چمچے	☆	☆

ترکیب: انڈوں کی سفیدی اور زردی کو علیحدہ علیحدہ پھینٹ لیں۔ اتنا پھینٹیں کر بالکل جھاگ ہو جائے۔ اب اس میں کھانے کا ایک بڑا چمچ چینی کا ملا دیں جب چینی بھی بالکل جھاگ میں مل جائے تو اس میں میدہ ملا دیں جب تینوں چیزوں کا مرکب تیار ہو جائے تو فرائی چین میں کھی ڈال کر گول چپاتی کی طرح نکلیں قل لیں اور تلتنے کے بعد ٹھنڈا ہونے کے لئے

ایک پلیٹ میں رکھ دیں اب اس پر جام کا ہلکا ہلکا لپ دیں اور اس کو گول گول پیٹ کر دیں۔ اس طرح ہر ٹکیہ کو پیٹ کر رکھ لیں۔ اب اس کے ایک انچ موٹے ٹکڑے کاٹ لیں۔ کسٹرڈ پاؤڈر اور دودھ کا کسٹرڈ تیار کریں اور ڈش میں ڈال کر ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ جب نیم گرم رہ جائے تو اس میں رول رکھ دیں یا ایک فلیٹ ڈش میں جام رول رکھ کر اوپر سے کسٹرڈ ڈال دیں اور فریج میں ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر کھانے کے لئے پیش کریں۔

جیلی وداہل

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
جیلیٹن پاؤڈر	دو کھانے کے چمچ	دودھ	دو کپ
بادام کا ایسنس	چند قطرے	انٹاس	گول کئے ہوئے ٹکڑے
چیریز	چند دانے	☆	☆

ترکیب: ایک پیالے میں دو کھانے کے چمچ ٹھنڈا پانی لے کر جیلیٹن پاؤڈر گھول لیں۔ اس میں ایک کپ گرم دودھ ڈال دیں یہ سخت سا ہو جائے گا۔ پھر پونا کپ (3/4 کپ) چینی ڈال کر مکس کر دیں۔ اب ایک کپ ٹھنڈا دودھ ڈال کر مکس کر لیں اور اسے کسی سادہ ڈیزائن کے برتن میں ڈال کر جمالیں۔ جمانے سے ایسنس کے چند قطرے ضرور ڈال لیں جب جم جائے تو مناسب سائز کے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ ایک کپ چینی اور چار کپ پانی کا شربت بنائیں اس میں جیلی کے یہ ٹکڑے ڈال دیں اس پر انٹاس کے گول ٹکڑے اور چیریز سجائیں۔

خوبانی ڈش

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
خوبانی خشک	250 گرام	چینی	250 گرام

دودھ	ایک کلو	ناریل پا ہوا	200 گرام
کسٹرڈ	5 بچ (ہائے)	کھی	حسب ضرورت

ترکیب: خوبانی کو چار گھنٹے تک پانی میں بھگوئے رکھیں پھر اس کی گھٹلیاں آسانی سے نکل آئیں گی پھر صاف پانی سے اچھی طرح دھو کر ایک دیکھی میں ڈال دیں اور آدھ کلو پانی شامل کر دیں پھر جو لمے پر پکنے کے لئے رکھ دیں۔ خوب اچھی طرح پکنے دیں۔ یہاں تک کہ دیکھی کا تمام پانی خشک ہو جائے۔ اب ایک علیحدہ دیکھی میں عام طریقے سے کسٹرڈ پکائیں۔ جب کسٹرڈ پوری طرح پک جائے تو ایک ڈش میں ایک تہہ کسٹرڈ کی اور دوسری تہہ خوبانی کی جمائیں اسی طرح تہہ بہ تہہ پوری ڈش بھر لیں جب ڈش بھر جائے تو کدو کش یا پسے ہوا ناریل کی تہہ بچا دیں۔ اب ڈش کو ٹھنڈی کرنے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ اس ڈش میں آپ مزید اضافہ بھی کر سکتی ہیں وہ اس طرح کہ ہر تہہ کے درمیان انگوڑ کے دانے یا سیب کی قاشیں رکھ دیں۔ یا کوئی فروٹ جیلی کی تہہ رکھ سکتی ہیں۔ مزید ذائقے کے لئے ان کے علاوہ انٹاس کے گول ٹکڑے رکھ دیں۔ انتہائی منفرد خوش ذائقہ اور لذیذ سویٹ ڈش تیار ہے۔ یورپی سویٹ ڈشوں کی طرح اوپر کریم ڈال دیں زیادہ خوش شکل اور لذیذ بن جائے گی۔

ڈبل روٹی کا مربہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ڈبل روٹی درمیانہ سائز	ایک عدد	چینی	250 گرام
کھی	250 گرام	کھڑہ	چار بچے
زعفران	ایک چائے کی چمچی	بادام کی گری	60 گرام
پست	آدمی چمناک	بالائی	250 گرام
دورق چاندی	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: ڈبل روٹی کے آٹھ سلائس لیں ان کو چاروں طرف سے کات لیں۔ پھر ہر سلائس کو دو برابر حصوں میں کات لیں بادام کی گری گرم پانی میں کچھ دیر بھسوتر پھیل لیں

اور باریک کاٹ لیں۔ پستہ بھی باریک کاٹ لیں۔ اس کے بعد چینی میں 375 گرام پانی ڈال کر پکنے کے لئے رکھ دیں اور اسے پکا کر شیرہ تیار کر لیں اور ایک باریک کپڑے سے چھان لیں۔ اب سلائس فرائی پان میں قل کر بادامی رنگ کر لیں۔ بادامی ہونے پر چینی کے شیرہ میں ڈالتے جائیں اور جب سب قل جائیں تو اس میں زعفران پیس کر اور کیوڑہ بھی ساتھ ملا دیں اور چینی کے شیرے سے نکال کر ایک ڈش میں سجا دیں۔ اوپر سے بادام اور پستہ ڈال دیں پھر چاندای کے ورق لگا دیں اور پلائی ڈال کر کھانے کے لئے پیش کر دیں۔

ڈیٹ ڈیلائیٹ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کھجوریں	250 گرام	باری بکٹ	ایک بکٹ
کھن	4 پے جج	چینی	4 پے جج
کھوپرا پسا ہوا	1/2 پیالی	ایڈا پھینٹا ہوا	ایک عدد
بادام پیسے ہوئے	تین اونس	تازہ کریم	تین اونس

ترکیب : کھجوریں کو دھو کر مٹھالیاں نکال لیں۔ کھن کو چٹلی میں چینی کے ساتھ دھبی آنچ پر پٹھلائیں۔ پھر اس میں کھجوریں ڈال کر پکائیں یہاں تک کہ یہ پیسٹ بن جائے۔ چولہے پر سے ہٹا کر اس میں ایڈا ڈال کر تیزی کے ساتھ چلائیں چولہے پر چٹلی دوبارہ رکھیں اور بسکٹوں کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے ان کو کھجوروں کے مکسچر میں ملائیں۔ چند منٹ تک پکنے دیں، یہاں تک کہ مکسچر کی تہہ بسکٹوں پر چڑھ جائے۔ اب بادام ڈالیں اور آگ سے اتار لیں۔ مکسچر کو ایک ٹرے میں پھیلا دیں۔ پھر تیز چھری سے چوکور ٹکڑوں میں کاٹیں اور اسے ٹھنڈا ہونے دیں۔ پیش کرنے سے پہلے ان پر پسا ہوا کھوپرا ڈال دیں اور ان پر تازہ کریم ڈالیں۔ یہ غذا صحت بھری صحت بخش ڈش تیار ہے۔

شاہی ٹکڑے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ڈبل روٹی	ایک عدد	تھی	250 گرام
دودھ	ڈیڑھ کلو	بادام کی مری	50 گرام
پست	25 گرام	آلاچی بزر	چھ عدد
زعفران	ایک چائے کی چمچی	کیوڑہ	پانچ چائے کی چمچ
چاندی کے ورق	حسب ضرورت	☆	☆

ترکیب: بڑی ڈبل روٹی کے آٹھ توں بتا کر اس کے کنارے علیحدہ کر لیں۔ اب ان کو اپنی پسند کے مطابق چھوٹے متوازی ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ ایک برتن میں زعفران بھگو دیں۔ بادام کی مری گرم پانی میں بھگو دیں۔ نرم ہو جانے پر اس کا چھلکا اتار لیں پھر اسے باریک کر کے زعفران کے پانی میں ڈال دیں اور پست باریک کتر کر اس میں شامل کر دیں اب ان چیزوں میں کیوڑہ ڈال دیں اور سل پر باریک پیس لیں اور دودھ کو اتنا پکائیں کہ آدھا رہ جائے پھر اس میں چینی ملا دیں۔ اس کے بعد فرائی پان میں تھی ڈال کر ڈبل روٹی کے ٹکڑے تل لیں۔ اسے ہلکی آنچ پر تھیں جب یہ ڈبل روٹی کے ٹکڑے پوری طرح بادی ریگ کے ہو جائیں تو ایک پلیٹ میں اتار کر رکھ دیں۔ پھر ان ٹکڑوں کو دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ جب دودھ خشک ہو جائے اور یہ ٹکڑے گداز ہو جائیں لیکن ٹوٹنے نہ پائیں پھر یہ ٹکڑے احتیاط کے ساتھ اٹھا کر پلیٹ میں رکھ دیں اور اوپر زعفران ڈال دیں اور پر سے کترے ہوئے پستے بادام ڈال دیں اور چاندی کے ورق لگا دیں ٹھنڈا ہونے پر نوش فرمائیں۔

فروٹ ٹرائفل

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
جیلی	ایک پیکٹ	کسٹرڈ	ایک پیکٹ

استعمال کریں۔ کھانے کا ڈونگا اٹھانے کے لئے اپنی کرسی سے نہ اٹھیں بلکہ اپنے پاس بیٹھے مہمان سے اس زحمت کے لئے درخواست کریں کھانے کی میز پر باتیں کرتے وقت ہاتھ دھو کر منہ پر قابو رکھیں۔ زور سے بولنا اور ہنسنا مناسب نہیں۔ میز پر بیٹھ کر عام بات چیت کریں یہاں راز افغانی کی ضرورت نہیں۔ نہ ہی کسی قسم کی سیاسی گفتگو کریں بعض حالتوں میں نظریاتی اختلاف کے باعث جھگڑے ہو جاتے ہیں اور نہ ہی سیاسی پرچار کریں۔ اپنے ساتھی سے باتوں میں اتنے محو نہ ہوں کہ دوسرے افراد کو فراموش کر دیں۔

ایک دفعہ چند صحابہ کرام نے رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے عرض کیا کہ ہم کھانا کھاتے ہیں لیکن پیٹ نہیں بھرتا۔ ارشاد فرمایا غالباً تم لوگ الگ الگ کھانا کھاتے ہوں گے۔ عرض کیا ہاں یا رسول اللہ۔ آپ (صلعم) نے فرمایا اکٹھے ہو کر کھاؤ اور بسم اللہ پڑھو۔ برکت ہوگی دسترخوان پر چند اشخاص ہوں تو ان میں جو بزرگ ہو وہ کھانا پہلے شروع کرے اور پھر اور لوگ۔ اس میں حسن ادب و تعظیم بھی ہے۔

رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم سرکہ کے ساتھ روٹی تناول کرتے اور فرماتے روٹی اور سرکہ بہترین غذا ہے۔ مرغ اور سرخاب کا گوشت بھی آنحضرت (صلعم) نے تناول فرمایا۔ بکرے کے بازو کا گوشت اور کدو آپ (صلعم) کو بہت مرغوب تھا۔ فرمایا کرتے کہ روغن زیتون کھایا کرو اور ہمیشہ اپنے بدن پر مالش کیا کرو۔ اس کے اندر بڑے مبارک خواص پوشیدہ ہیں۔ جو کی روٹی کے ہمراہ ہمیشہ خشک کھجور، تازہ کھجور اور خرپوزہ، کھجور اور مکھن ملا کر بھی استعمال کیا کرتے تھے۔

کرم	ایک پکٹ	مختلف پھل کئے ہوئے	حسب ضرورت
سپونج کیک	چار انڈوں والا	☆	☆

ترکیب: جیلی دو کپ پانی ڈال کر جمائیں اور کشرڈ بنا کر مختلف پھل ڈالیں۔ پھر کریم کی ایک تہہ لگا دیں۔ اس کے بعد کشرڈ کی ایک تہہ لگا دیں۔ سب سے آخر میں جیلی کے کیوب کاٹ کر اوپر سجا دیں۔ فروٹ ٹرانفل تیار ہے۔ روز جیلی کی بجائے اورنج جیلی ڈالنے اور رنگ میں بھی خوبصورت لگتی ہے۔ پھلوں میں انٹس کا استعمال مزید ذائقہ میں اضافہ کرے گا۔ گلابی رنگ کا کشرڈ روز جیلی کے ساتھ نہ بنائیں یہ اورنج رنگ جیلی میں زیادہ موزوں رہتا ہے۔ پہلے رنگ کے کشرڈ میں روز جیلی کا استعمال خوبصورتی کو مزید ابھارتا ہے۔

فریج ٹوسٹ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
ڈبل روٹی کے سلائس	چھ عدد	دودھ	آدمی پیالی
میدہ	ایک درمیانہ چمچ	انڈے	دو عدد
چینی	ایک درمیانہ چمچ	نمک	ایک چائے کا چمچ
ونیل خوشبو	آدھا چمچ	☆	☆

ترکیب: ڈبل روٹی کے سلائس کے کنارے چاقو سے کاٹ لیں۔ انڈے ایک برتن میں ڈال کر خوب پھیٹ لیں پھر اس میں چینی اور دودھ ملا دیں۔ اس کے بعد اس میں چینی اور دودھ بھی شامل کر لیں اور خوب پھیٹ کر یکجان کر لیں۔ پھر اس میں سلائس بھگو لیں۔ پندرہ منٹ تک بھیکے رہنے دیں۔ اب ایک فرائی پن میں گھی ڈالیں اور بڑے آرم سے ایک ایک سلائس ڈال کر تل لیں۔ بادامی ہونے پر پلٹے سے آہستہ سے پلٹ دیں دونوں طرف سے بادامی ہونے پر نکالتے جائیں اور کھانے سے پہلے پیش کرنے سے پہلے ان پر تھوڑی سی بالائی بچھا دیں۔ یہ ٹوسٹ صبح کے ناشتے میں پیش کئے جاتے ہیں۔

کشرڈ اور کیلے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
دودھ	ایک کلو	کشرڈ پاؤڈر	دو بڑے چمچے
کیلے	چار عدد	انڈے	دو عدد
کھن تکین	دو اونس	چینی	180 گرام
بالائی	125 گرام	☆	☆

ترکیب : دودھ کو پکنے کے لئے رکھ دیں۔ جب پک چک کر وہ 750 گرام رہ جائے تو اس میں چینی ڈال دیں۔ انڈوں کو ایک پیالی میں ڈال کر خوب پھیٹ لیں اور کشرڈ پاؤڈر کو 125 گرام دودھ میں خوب گھول لیں۔ اب پکتے ہوئے دودھ میں پہلے کشرڈ ڈال کر خوب چمچے ہلائیں اور آگ دھیمی رکھیں۔ جب دودھ اور کشرڈ یکجان ہو جائیں تو انڈے ڈال کر چمچے چلاتے رہیں۔ اور آگ دھیمی رکھیں اور ساتھ ہی کھن تکین ڈال دیں۔ جب سب کچھ مل کر ایک ہو جائیں تو اتار کر ٹھنڈا ہونے کے لئے کسی کھلے منہ کے برتن میں اٹھ دیں جب خوب ٹھنڈا ہو جائے تو اس میں بالائی ڈال کر اس کو پھیٹ لیں اور اب اس میں کیلے کے چمچے لے چمک لیں۔ کٹ کر ڈال دیں اور کھانے کے لئے پیش کر دیں۔ خیال رہے کہ کشرڈ سے بچھڑنے والے وقت ڈالنا چاہئے۔ پہلے نہیں کیونکہ پہلے ڈالنے سے وہ پانی پھوڑ دیتے ہیں۔

کیلے کی سویٹ ڈش

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے بڑا ساٹز	تین عدد	کریم	300 ملی گرام
لیمن جیلی	ایک پیکنٹ	پست	50 گرام
لیموں کارس	ایک فی سپون	آئسنگ شوگر	پچاس گرام

پھل کا جوس	چار نیل سپون	جلائیں	دس گرام
لیموں کا چھلکا پسا ہوا	ایک عدد	☆	☆

ترکیب: ایک کھلے منہ کا برتن لیں اس میں ٹھنڈا پانی ڈال کر اس میں جیلی ملا لیں ایک بڑے باؤل میں برف کے بست سے ٹکڑے ڈال کر ان کے اوپر ایک ہٹا چار رکھ دیں۔ جیلی کو چند منٹ پکائیں۔ پستے کے چھلکے اتار کر چھوٹے چھوٹے کتریں۔ اب ایک کیلا چھیل کر اس کے باریک ٹکڑے کاٹ لیں اور اس پر آدھے لیموں کا عرق چھڑک دیں۔ اس کے بعد تین چار بڑے چمچ جیلی سانچے میں ڈال کر پانچ منٹ کے لئے رکھ دیں۔ پانچ منٹ بعد کیلے کے ٹکڑے سانچے میں جیلی کے اندر گولائی میں ترتیب سے لگا دیں اس کے اوپر تھوڑی سی جیلی مزید ڈال دیں اور پھر اس کے درمیان میں پستے کے ایک چوتھائی ٹکڑے احتیاط سے ڈال دیں۔ خیال رہے کہ کیلے اور پستے کی ترتیب متاثر نہ ہو پھر اس کو بیس منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں تاکہ آمیزہ جم جائے۔ اب باقی دونوں کیلے چھیل کر ڈونگے میں ڈال دیں۔ اس میں تھوڑا سا لیموں کا پسا ہوا چھلکا آئسننگ شوگر ملا کر خوب اچھی طرح مکس کر لیں بعد میں اس میں چار چمچ جوس بھی ملا دیں۔ اب دو بڑے چمچ گرم پانی میں جلائیں ملا لیں اور اچھی طرح پھیٹ کر ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ ٹھنڈی ہو جائے تو اس کو کیلے کے آمیزے میں ڈال دیں۔ ایک الگ برتن میں کریم کو خوب پھیٹ لیں اور اس کو بھی کیلے کے آمیزے میں ڈال دیں۔ اب اس میں باقی پستے بھی ڈال دیں۔ ایک چمچ کے ساتھ یہ آمیزہ احتیاط کے ساتھ جی ہوئی جیلی کے اوپر ڈال دیں اور اس سانچے کو تین گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ اچھی طرح سیٹ ہو جائے تو ایک الگ پلیٹ میں انالیں۔ کیلے کی سویٹ ڈش تیار ہے۔

کیلے کے قتلے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے سخت	تین عدد	چینی	ایک پیالی
ایسنس	چند قطرے	کھی	حسب ضرورت

ترکیب: کیلوں کے گول قتلے کاٹ لیں اور کڑا سی میں کھی کڑا کر انہیں ہلکی آنچ پر پانچ سے دس منٹ تک تل لیں۔ اب چٹلی میں چینی اور تقریباً آدمی پیالی پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں۔ گاڑھا ہونے لگے تو کیلے کے تلے ہوئے قتلے ڈال کر چٹلی پانچ منٹ تک چولہے پر رہنے دیں پھر ایسنس یا خوشبو ڈال کر چولہا بند کر دیں۔ اگر آپ کو زیادہ محاس پسند نہیں تو شیرے کے لئے چینی کی مقدار کم کی جاسکتی ہے۔ خوشبو ڈالنے کے چند منٹوں بعد اسے چٹلی سے نکال کر ڈش میں ڈال لیں۔ کیلے کے مزیدار قتلے تیار ہیں۔

کیلے کا میٹھا

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کیلے	دو عدد	موسی یا کینو	چار عدد
کشمش	بارہ عدد	چینی	دو چائے کے چمچ
انڈے کی سفیدی	ایک عدد	☆	☆

ترکیب: کیلوں کے باریک باریک ٹکڑے کاٹ لیں۔ موسی یا کینو کا عرق نکال لیں۔ اگر آپ کو کینو یا موسی کے چھلکوں کی کڑواہٹ بری نہیں لگتی تو چھلکوں کو باریک کاٹ لیں یا پھر دو کینو یا موسی کا گودا نکال لیں۔ اب کیلوں کے ٹکڑوں میں کینو کا عرق، گودا یا چھلکے اور کشمش ملا لیں اور اوون ڈش میں ان چیزوں کو ڈال دیں۔ انڈے کی سفیدی اچھی طرح پھیٹ لیں۔ جب سفیدی صرف جھاگ کی شکل میں رہ جائے تو اس میں چینی ملا کر مزید پھینٹیں تاکہ چینی حل ہو جائے۔ انڈے اور چینی کے آمیزے کو کیلوں کے ٹکڑوں کے اوپر ڈال دیں اور اوون میں اسے رکھ دیں۔ دس منٹ بعد اوون کھول کر دیکھیں۔ اگر اوپر سے یہ سنہری رنگ اختیار کر جائے تو اب ہر نکال لیں اور ٹھنڈا یا گرم جس طرح چاہیں پیش کر دیں۔

بست عمدہ بیٹھا بنے گا۔

گندم کا میٹھا دلیہ

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
گندم کا دلیہ	60 گرام	تھی	30 گرام
چینی	125 گرام	دودھ	آدھ کلو
آلاچی سبز	چھ عدد		

ترکیب : گندم کے دلیے کو تھی میں بھون لیں جب اس کا رنگ گہرا یاد اسی ہو جائے تو اس میں آدھ کلو پانی ڈال دیں اور دھیمی آگ رکھیں۔ جب دلیا گل جائے اور پانی خشک ہو جائے تو اس میں دودھ ڈال دیں اور اس طرح ہلکی آنچ پر پکے دیں جب دودھ خشک ہو جائے تو اس میں چینی ڈال کر چار پانچ منٹ تک پکائیں۔ چھچھ چلاتی رہیں پھر آلاچی چس کر ڈال دیں اور اتار کر جمالیں۔

میٹھا مغز

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بکرے کے مغز	دو عدد	چینی	250 گرام
تھی	250 گرام	☆	☆

ترکیب : مغز کو پانی میں ڈال کر ایک ابال دے دیں اب اسے پانی سے نکل لیں اور سوئی میں ملا کر خوب گوندھیں اس کی چھوٹی چھوٹی ٹکیاں بنا کر تھی میں تل لیں اور سرخ کر لیں جب ٹھنڈی ہو جائیں تو انہیں باریک چس لیں اور ان کو تھی میں بھون لیں اس میں چینی بادام اور سبز آلاچی کے دانے ڈال کر پانچ منٹ کے اندر اندر اتار لیں۔

میٹھے سمو سے - 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میدہ	آدھ کلو	گھی	375 گرام
چینی	375 گرام	مرہ سیب	125 گرام
مرہ گاجر	125 گرام	کشش	15 گرام
بادام کی کری	30 گرام	پستہ	10 گرام
ناریل	آدھی چمٹک	آلاچی سبز	5 گرام

ترکیب : سیب اور گاجر کا مرہ باریک کاٹ لیں بلکہ ہاتھوں سے مسل لیں۔ بادام کی کری کچھ دیر بھگو کر چھیل لیں اور ناریل کو بھی اسی طرح پانی میں بھگو کر باریک کاٹ لیں پستہ بھی کاٹ لیں۔ آلاچی چھیل کر دانے نکال لیں اور ان سب چیزوں کو مرے میں ملا کر ڈھانپ کر رکھ دیں۔ اب میدہ چھان لیں اور اس میں آدھی چمچی نمک ملائیں اور دودھ سے گوندھ لیں۔ اب اس میں ایک چمچہ گھی ملا دیں اور پانی کا ہاتھ لگا کر خوب گوندھیں۔ گوندھنے کے بعد اس کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنالیں۔ اب ایک ٹکڑے کو ہاتھ پر رکھ کر اس کے درمیان میں ایک چمچہ مرہ رکھ دیں اور دونوں طرف سے لپیٹ کر ٹکوندہ سمو بنالیں اور پانی لگا کر تمام کنارے اچھی طرح بند کر دیں۔ تاکہ تلتے وقت کھل نہ جائیں۔ اس طرح سب سمو تیار کر لیں اور انہیں ایک گیلے کپڑے سے ڈھانپ دیں۔ اب ایک کڑائی میں کھی کڑکڑائیں اور سمو سے قلی قلی کر بادامی رنگ ہونے پر نکالتے جائیں۔ سرخ نہ ہونے دیں۔ یہ سمو سوختی کے جلوے کے ساتھ بھی بھرے جاسکتے ہیں۔

میٹھے سمو سے - 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میدہ	ایک کلو	چھوہارے	ایک چمٹک

چینی	آدھا کلو	بادام	ایک چمٹا
کھی	ایک چمٹا	☆	☆
کشمش	ایک چمٹا	ناریل	ایک چمٹا
مینھا سوڈا	پوتا چمچ		

ترکیب : بادام، کشمش، پست، چھوہارے اور ناریل کو باریک کتر لیں۔ چینی کا شیرہ تیار کر لیں۔ اب میدہ میں ایک چمٹا کھی، مینھا سوڈا اور تیار کیا ہوا شیرہ ملا کر اچھی طرح گوندھ لیں۔ میدہ قدرے سخت ہونا چاہئے یعنی زیادہ ملائم نہ ہو اب میدہ کی پوری تیل کر اس کے دو حصے کر لیں اور ہر حصہ سے کترا ہوا میدہ رکھ کر ٹکونہ سموں بنا کر تل لیں ہلکے براؤن رنگ ہونے پر نکال لیں۔ میٹھے سموں سے تیار ہیں۔

میدہ کی کھجوریں

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
میدہ	ایک کلو گرام	دودھ	ایک کلو گرام
چینی	ایک کلو گرام	کھی	ڈیڑھ کلو گرام
بالائی	سو گرام	کیوڑہ	چار چمچ
دہی	پچاس گرام	زعفران	ایک چمکی

ترکیب : میدہ میں سو، سو سو گرام کھی ڈال کر دودھ سے ذرا سخت گوندھ لیں۔ گوندھنے کے دوران دہی کس کر لیں۔ ایک گھنٹہ تک میدہ کو ایسا ہی پڑا رہنے دیں۔ بعد میں ملائی، کیوڑہ اور زعفران کس کر دیں۔ جب سب چیزیں یکجان ہو جائیں تو چینی ڈال کر دودھ اور پانی کو دوبارہ گوندھ لیں۔ دس منٹ تک ایسے ہی چھوڑ دیں اب مطلوبہ سائز کی کھجوریں بنا لیں۔ ایک دیکھی میں کھی گرم کریں جب کھی گرم ہو جائے تو کھجوریں تیار شروع کر دیں۔ آٹھ دھیمی رکھیں مکمل بادامی ہونے پر اتار لیں اس طرح تمام کھجوریں اتار لیں یہ

کجھوریں دس پندرہ دن سے بھی زائد رہتی ہیں اور خراب نہیں ہوتیں۔ ناشتے اور شام کی چائے میں مزہ دیتی ہے۔

میوہ بھرے سمو سے

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
کشمش	تیس گرام	کھویا	250 گرام
میدہ	ڈھائی پیالی	گھی 'میدہ' گوندھنے کیلئے	چائے کے دو چمچ
گری بادام	تیس گرام	گری پستہ	تیس گرام
چینی	چائے کا ایک چمچ	ناریل ثابت	62 گرام
گھی (تیلنے کیلئے)	ایک کلو		

ترکیب : ایک پیالے میں میوہ چھان لیں میوے میں گھی ڈال کر گوندھ لیں بادام کی گریوں کو گرم پانی میں بھگو کر چھیل لیں اور ساتھ پستہ کی گریوں کو بھی باریک کاٹ لیں۔ ناریل بھی باریک کاٹ لیں۔ کھوئے میں کئے ہوئے بادام 'پستہ' ناریل 'کشمش اور چینی ڈال کر انہیں اچھی طرح ملائیں گندھے ہوئے میوے کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنالیں۔ پیڑوں کی چھوٹی چھوٹی روئیاں تیل لیں اب ایک روٹی لیں اور اس کے درمیان کھوئے کا آمیزہ رکھیں۔ اب روٹی کا ایک سرا دوسرے سے ملا کر بند کر دیں سمو سے کے کناروں کو ہاتھ سے گول پلیٹ لیں۔ کڑاہی میں گھی گرم کریں۔ گرم گھی میں سمو سے تل لیں دونوں جانب سے سرخ ہو جائیں تو ایک پلیٹ میں رکھ دیں۔ سمو سے ٹھنڈے ہو جائیں تو بند ڈبے میں رکھ دیں۔ یہ سمو سے دس بارہ دن تک محفوظ رہ سکتے ہیں۔ میوے میں حسب خواہش دیگر اشیاء شامل کر سکتی ہیں۔ مثلاً اخروٹ کی گری وغیرہ کھویا نہ ملے تو آپ قلاقند یا سوچی کا حلوہ بھی ڈال سکتی ہیں۔

آم کی جیلی - 1

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
بزرآم	تین کلو	بڑے لیموں	چھ عدد
چینی	چار کلو	پانی	دو کلو

ترکیب: آموں کو دھو کر چھیل لیں اور چھوٹی چھوٹی پھانکوں میں کاٹ لیں پھر دو لیٹر پانی میں اہل لیں اور ایک باریک کپڑے میں چھان لیں ایسا کرنے سے آموں کے گودے کے ریشے نکل جائیں گے۔ چینی کو پانی میں حل کر لیں اور اس کے ساتھ ملا دیں۔ لیموں کا رس نکال لیں اسی محلول میں شامل کر دیں اور اسے تیز آگ پر اس وقت تک ابالتے رہیں جب تک چاشنی گاڑھی نہ ہو جائے۔ یہ گاڑھی چاشنی ہی جیلی ہے تھوڑی دیر بعد یہ جیلی تیار ہے۔ اب اسے کھلے منہ کی بوتلوں میں بھر کر رکھ دیں۔

آم کی جیلی - 2

اشیائے ضرورت	مقدار	اشیائے ضرورت	مقدار
آم کی کھیاں	ایک کلو گرام	چینی	500 گرام
سٹی	60 ملی لیٹر	آلاچی بزر	چھ عدد
عرق کیوڑہ	حسب ضرورت		

ترکیب: آم کی صاف ستھری کھیاں لے کر رات کو چولیسے کی گرم بھوئل میں دبا دیں۔ صبح تک نرم ہو جائیں گی۔ اب انہیں دھو کر صاف کر لیں ہاتھوں سے دبا کر ان کا عرق نکال لیں اور کپڑے سے چھان لیں۔ عرق میں چینی ملا کر خوب حل کریں۔ چینی میں کھی پھنک لیں۔ اس میں آلاچی کے دانے کڑا کر آم کا رس ڈال دیں۔ اسے اتنا پکائیں کہ قوام شہد کی طرح گاڑھا ہو جائے۔ یہی قوام آم کی جیلی ہے۔ آخر میں عرق کیوڑہ ڈال کر اتار لیں اور استعمال کریں۔