।। कोबातीर्थमंडन श्री महावीरस्वामिने नमः ।।

।। अनंतलब्धिनिधान श्री गौतमस्वामिने नमः ।। ।। गणधर भगवंत श्री सुधर्मास्वामिने नमः ।।

।। योगनिष्ठ आचार्य श्रीमद् बुद्धिसागरसूरीश्वरेभ्यो नमः ।। ।। चारित्रचूडामणि आचार्य श्रीमद् कैलाससागरसूरीश्वरेभ्यो नमः ।।

आचार्य श्री कैलाससागरसूरि ज्ञानमंदिर

पुनितप्रेरणा व आशीर्वाद

राष्ट्रसंत श्रुतोद्धारक आचार्यदेव श्रीमत् पद्मसागरसूरीश्वरजी म. सा.

जैन मुद्रित ग्रंथ स्केनिंग प्रकल्प

ग्रंथांक : १

श्री महावीर जैन आराधना केन्द्र

आचार्यश्री कैलाससागरसूरि ज्ञानमंदिर
कोबा, गांधीनगर-श्री महावीर जैन आराधना केन्द्र
आचार्यश्री कैलाससागरसूरि ज्ञानमंदिर
कोबा, गांधीनगर-३८२००७ (गुजरात)
(079) 23276252, 23276204
फेक्स : 23276249
Websiet : www.kobatirth.org
Email : Kendra@kobatirth.org

शहर शाखा

आचार्यश्री कैलाससागरसूरि ज्ञानमंदिर
शहर शाखा
आचार्यश्री कैलाससागरसूरि ज्ञानमंदिर
त्रण बंगला, टोलकनगर
परिवार डाइनिंग हॉल की गली में
पालडी, अहमदाबाद – ३८०००७
(079) 26582355

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

…कसार.

लहानसा ग्रंथ

…राम लाळे किकवीकर,

…रंदर, जिल्हा पुणें,

ह्यांनीं

तयार केला

तो

…राम लाळे किकवीकर,

ह्यांनीं

पुणें येथें

…छापखान्यांत छापून प्रसिद्ध केला.

…त्ति पहिली.

…२ विकृतिनामसंवत्सरे.

१८९० इसवी.

…१८६७ चे २५ वे आक्टाप्रमाणें रजि-
…णागांनीं आपणाकडे ठेविली आहे.

…त १० आणे.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

सूपशास्त्र ह्मणजे पाकशास्त्र याची पूर्वीपासून शास्त्रांत गणना केली आहे; तेव्हां हा विषय मोठा गहन समजला पाहिजे असें उघड दिसून येईल. प्राचीन जें पाकशास्त्र आहे त्यापासून आतांचें फार भिन्न दिसतें. ज्याप्रमाणें वैद्यशास्त्राचे प्रयोग आहेत त्याचप्रमाणें पाक शास्त्राचे आहेत, असें जाणावें. ह्मणजे अमुक पदार्थ भक्षण केला असतां त्यापासून अमुक गुण दोष होतो. परंतु वैद्य शास्त्राहून यांतील एक प्रकार मोठा भिन्न समजला पाहिजे. तो असा कीं, तिखट मिठाचे संबंधानें यांत नक्की नेम करितां येत नाहीं. कोणास फारच तिखट पदार्थ आवडतात, कोणास मध्यम आवडतात, व कोणास अगदीं अळणी आवडतात. त्याचप्रमाणें गूळ साखरेचें व तुपाचें आणि आंबटाचें मान समजलें पाहिजे. ज्यांस जशी आवड असेल त्यांणीं आपापले आवडीप्रमाणें तिखट, गोड वगैरे पदार्थ घालून पाक सिद्ध करावा. या ग्रंथांत आह्मीं केवळ स्थूल मान सांगितलें आहे.

अमुक पात्रांचा स्वयंपाक सिद्ध करण्यास किती सामान लागतें याचें ज्ञान सर्वत्रांस नसतें. त्यामुळें मुंजी, लग्नें वगैरे कार्यें करण्यास अदमासानें साहित्याची योजना करावी लागते. वगैरे अनेक अडचणी दूर व्हाव्यात हा हेतु मनांत आणून हा एक पाकसार नांवाचा लहानसा ग्रंथ वर्णानुक्रमानें तयार केला आहे. अशा उपयुक्त पुस्तकांची प्रत्येक कुटुंबांत संग्रहास ठेवण्याची विशेष आवश्यकता आहे यांत संशय नाहीं. कारण या एकच पुस्तकाचे संग्रहानें पाकशास्त्र संबंधीं सर्व अडचणी दूर होणार आहेत.

हा ग्रंथ तयार करण्याचे कामांत आमचे मित्र रा. रा. रावजी श्रीधर गोंधळेकर यांनीं आह्मांस चांगली मदत केली त्याबद्दल आह्मी त्यांचे परम आभारी आहोंत.

रं० सखाराम,

ग्रंथाचे कर्ते.

For Private And Personal Use Only

अनुक्रमणिका.

विषय.	पृष्ठ.	विषय.	पृष्ठ.
शंमर पात्रांचें सामान.	१	चिकवड्या.	१७
सपीट व रवा तयार करणें.	२	[redacted]	१७
[redacted]	३	चिरोटे.	१९
[redacted]	३	जिलबी.	२०
अपूप.	४	तारफेणी.	२१
अनारसे.	४	तेलच्या.	२२
[redacted]	५	दिंडें.	२२
आंबोळी.	६	देंठी आळवाची.	२३
आईते.	६	घिरडें.	२३
उंडूऱ्या.	७	पंचामृत.	२३
[redacted]	७	पापड.	२४
करंज्या.	८	पापड्या.	२५
कडबोळीं.	९	पिठलें.	२५
कानोले.	९	पोळ्या.	२६
कुरवड्या.	१०	बासुंदी.	३०
कोंशिंबिरी.	१०	भरीत.	३०
खाज्या.	११	भर्जी.	३२
खिरी.	१२	भाज्या.	३२
गुरवळ्या.	१४	भात.	४२
घारगे.	१५	मांडे.	४६
घिवर.	१५	मालपुवा.	४७
चकल्या.	१६	मालत्या.	४८

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

मोदक.	४८	शिरा.	६२
मोहनभोग.	४९	शिखरिणी.	६३
मृदुवल्या.	४९	साखरपारा.	६३
मेथकूट.	५०	साखरफेणी.	६४
रायतीं.	५०	साखरबोंडें.	६४
रोडगे.	५१	सांजा.	६४
लाडू.	५१	सांजोऱ्या.	६५
लापशी.	५६	सांबारें.	६५
लोणचीं.	५६	[illegible]	६६
वरण.	५९	सांडगे.	६८
वडे.	६०	श्रीखंड.	६९
वड्या.	६०	[illegible]	७०
शंकरपाळें.	६२		

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

पाकसार.

शंभर पात्रांचें सामान पुणेंमापी.

६ पायली तांदूळ,
३ पायली गव्हाची कणीक पुरण पोळी असल्यास.
३ पायलींचें पुरण परंतु उन्हाळा असल्यास आडीच पायलींचें पुरतें.
१। पायली तुरीची दाळ, वरणास.
१२ शेर गूळ पुरणास ह्मणजे शेरास शेर घालावा.
१६ शेर तूप पुरणपोळी असल्यास परंतु पक्वान्न असल्यास ८ शेर पुरतें.
१ शेर हरबऱ्यांची दाळ, आमटीस वगैरे.
२५ शेर भाज्या.
३ पायलींचें बुंदीचे लाडू.
४ पायलींच्या जिलब्या.
५ पायलींच्या दळिया.
५ पायलींचें बेसन.
२॥ पायलींचा मोतीचूर.

६ पायली गहूं पांढरी पोळी असेल तर.
५ पायलींचा चुटयाचुर्मा.
२॥ पायलींचे घेवर.
३ पायलींच्या पुऱ्या, व त्याचे जोडीस खालीं लिहिलेल्या चहूंतून कोणतें तरी एक करावें.
बर्फी ३० शेर.
श्रीखंड २ दोनमण दुधाचें, बासुंदी २॥ मण दुधाची, खीर आटीव ३ मण दुधाची.
४॥ पायलींचे वडे किंवा वडे व घारगे मिळून ४॥पायली.
२ शेर मीठ.
८८८९ अतपाव तांबडें तिखट.
८८८९ अतपाव मेथ्या.
८८८९ अतपाव मोहोऱ्या.
।॥- आर्धाशेर भुईमुगाचे दाणे
२ शेर तेल.

For Private And Personal Use Only

२ शेर गूळ.
-।।- शेर खोबरें.
२ तोळे हिंग.
२ तोळे जीरें.
॰॰॰९ अतपाव हाळद.
॰।।।· पाउणशेर भाजीचा मसा.
॰॰१।। दीड पावशेर आमटीचा मसाला.
१ शेर ओल्या मिरच्या.
१६ शेर दूध मठ्ठ्यास.
१। शेर चिंच.

किरकोळ सामान.

॰॰। पावशेर कोंथिबीर.
१५ पंधरा पिकलेलीं केळीं.
॰।।· अर्धाशेर दाळ चटणीस वगैरे.
१।। शेर वांगीं भरतास.
२।। शेर कांकड्या.
२।। शेर मुळे.
१ शेर पेरू.
३० लिंबें.
१ शेर रांगोळी.
॰।· शेर गुलाल.
४ मासे केशर गंधास.

विड्याचें सामान.

२५० विड्याचीं पानें.
॰।· शेर सुपारी.
१ तोळा कातगोळ्या.
२ तोळे लवंगा.
२ तोळे चुना.
५ तोळे गुलाब पाणी.
४ मासे अत्तर.
२५ उदबत्त्या.
१ आचारी.
१ खटपट्या.
१ पोळक्या.
४ वाढपी.
१ पाणक्या.

येणेंप्रमाणें सामान व मनुष्यें शंभर पात्रांचें भोजन तयार करण्यास लागतात. हें एक साधारण अनुमान आहे असें जाणावें.

सपीट व रवा तयार करण्याची कृति.

चांगले लाल बक्षी गहूं घेऊन पाण्यांत भिजवून हातानें चांगले चोळावे व चांगले भिजल्यावर एक्या फडक्यांत गांठोडी बांधून त्याजवर पाटा दडपण ठेवावा. नंतर एक रात्र गेल्यावर गांठोडी सोडून

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

त्यांतील गहूं फोडून पहावा पांढरा. दिसूं लागला म्हणजे तयार झाला असें समजावें. ही कृति उन्हाळ्यांत करावी. पावसाळा असल्यास गहू धुवून चांगले कोरडे करावे, आणि थोडा तेलाचा हात लावून फडक्यांत गांठोडी बांधून वर दडपण ठेवावें. एक रात्र गेल्यावर खसखशीच्या दाण्यासारखा रवा पडेल अशा बेतानें दळावें. नंतर वस्त्रगाळ करावें वस्त्रांतून खालीं पडतें त्याचें नांव सपीठ आणि वर गाळ राहतो त्याचें नांव रवा. नंतर तो वेंचावा व पांखडावा. त्यांत उत्तम रवा एक, फुलरवा दोन, मोहन भोगाचा रवा तीन, सांज्याचा रवा चार व कणीक पांच असे वेगळे प्रकार काढून ठेवावे.

माज्यांचा मसाला.

पावशेर मिरच्या घेऊन एक तोळा तेलांत तळाव्या व त्यांत छटाक मीठ घालून एकंदर कुटावें. धणें अच्छेर, तांबडे तीळ अतपाव, खोबरें अतपाव, हाळद दोन तोळे, लवंगा दोन तोळे, शहाजिरे दीड तोळा, दालचिनी एक तोळा, एलचीदाणे एक तोळा, हाळद एक तोळा, तमालपत्र एक तोळा, मिरीं एक तोळा, जिरें दोन तोळे, हिंग अर्धा तोळा, दगडफूल एक तोळा, हे सर्व पदार्थ तेलांत वेगळे तळावें. शाहा जिरें, लवंगा व जिरें मात्र तळून येत. नंतर सर्व पदार्थ निरनिराळे कुटून पूड करावी. नंतर सर्व एकत्र करून पुनः चांगलें बारीक करून ठेवावें. इतक्या पदार्थांस तळण्यास तेल सुमारें अतपावाचे आंत लागेल असें जाणावें.

आमटीचा मसाला.

मिरच्या पावशेर तेलांत तळून कुटतांना त्यांत छटाक मीठ घालावें. धणे अतपाव, खोबरें पावशेर, तीळ अतपाव, दालचिनी दोन तोळे, तमालपत्र चार तोळे, वेलदोडे दोन तोळे, मिरीं दोन तोळे, नागकेशर

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

दोन तोळे, इळकुंडें साहा तोळे, जिरें दोन तोळे, दगडफूल दोन तोळे, हिंग चांगला दोन तोळे, लवंगा दोन तोळे, शाहाजिरें दोन तोळे, बाद्याण अर्धा तोळा. येणेंप्रमाणें जिनसा घेऊन त्यांपैकीं जिरें, शाहाजिरें, लवंगा व वेलदोडे खेरीज करून बाकी सर्व पदार्थ अतपाव तेलांत चांगले खमंग तळावे. नंतर सर्वांची कुटून वेगळी वेगळी पूड चांगली बारीक करावी. व त्यांत मसाल्याचे मानानें एरंडाचे कोळशाची थोडी पूड घालावी ह्मणजे मसाल्यास काळा रंग येतो.

आपूप (इंदुरसा.)

मोठ्या तांदुळाचें पीठ घेऊन त्यांत तिसरा भाग साखर व किंचित् दहीं घालून पुष्कळ वेळ मळून एक दिवस तसेंच ठेवावे. नंतर दुसरें दिवशीं त्याचे वडे करावे. ते तुपांत तळून भक्षण करावे. ते गुणांनीं फार थंड प्रियकर, बलदायक, पुष्टि देणारे आणि कफ व वात यांचा नाश करितात.

अनरसे (शालिपूप.)

जुने मोठे तांदूळ दोन दिवस पाण्यांत भिजत घालावे नंतर वरूळींत घालून सर्व आंतील पाणी गेल्यावर व चांगले वाळल्यावर उखळांत घालून कुटावे. नंतर वस्त्रगाळ पीठ करावें. नंतर आच्छेर तांदुळांस पाउण शेर साखर, छटाक तूप असें त्या पिठांत कालवून पुन्हां तें पीठ कुटावें व गोळा करून ठेवावा. नंतर चुलीवर कढई ठेवून शेरांस सव्वाशेर या मानानें तूप घेऊन त्यांतील निमें तूप कढईंत टाकावें, तें संपल्यावर मग दुसरें घालावें. कढईंत तूप चांगलें तापलें ह्मणजे तयार करून ठेविलेल्या पिठांतून मध्यम आंवळ्या इतकें पीठ घेऊन त्याची पानावर गोळी करून ती खसखशींत दोन्ही बाजूंनीं दडपून चांगली खसखस लागली असें पाहून कढईंत घालून तळून काढावे. याप्रमाणें अनारसे तयार करावे. हे भक्षण

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

केले असतां, त्याचे गुण. शीतल, वीर्यवृद्धि करणारे, रुचिकर, स्निग्ध व अतिसारनाशक असे आहेत.

आंवटी.

एका भांड्यांत दहा शेर पाणी घालून त्यांत हारबऱ्याची दाळ कोरडी पावशेर टाकावी. अतपाव चिंचेचा कोळ, गूळ अतपाव, मीठ आठ तोळे, गरम मसाला अतपाव, तांबडें तिखट तीन रुपये भार, खोबरें भाजून बारीक तुकडे केलेलें अतपाव, तीन तोळे कोथिंबीर, हारबऱ्याचें पीठ अतपाव याप्रमाणें सामान तयार ठेवावें. प्रथम कल्हईचे भांड्यांत पाणी घालून त्यास आधण आल्यावर हरबऱ्याची दाळ आंत घालावी. ती शिजली ह्मणजे चिंचेचा कोळ चोथा काढून टाकून आंत घालावा. नंतर मसाला टाकावा. त्यानंतर हारबऱ्याचें पीठ पाण्यांत कालवून ओंतावें. नंतर मीठ वगैरे सर्व पदार्थ घालून पळीनें ढवळून सारखी करावी. दोन कड आल्यावर निखाऱ्यांवर उतरून ठेवावी. त्यानंतर आमटीस फोडणी द्यावी. त्याचा प्रकार असा, दीड छटाक तेल, एक दिडकीभार फोडणीची मिसळवण, एक मासा हळद, एक मासा हिंग, तेलांत घालून फोडणी करून आमटींत घालावी.

प्रकार २ रा.—हारबऱ्याची दाळ पावशेर घेऊन आडीच शेर पाण्याचें आधण ठेवावें. पाण्यास आधण आलें ह्मणजे ती डाळ, आंत घालावी. ती शिजल्यावर खालीं उतरून त्यांतील अर्धी दाळ काढून निथळत ठेवावी आणि पातेलें चुलींवर ठेवून काढलेली दाळ, आमसुलें दोन तोळे, गूळ एक तोळा, मसाला तीन तोळे, खोबरें चार तोळे, मीठ आडीच तोळे पैकीं काढलेली दाळ, मसाला व खोबरें हे तिन्ही बारीक वांटून त्यांत आठ तोळे पाणी घालून कालवून पातेल्यांत ओंतावें. नंतर आमसुलें पाण्यांनीं धुवून मीठ आंत टाकावें एक कड आला ह्मणजे गुळ बारीक करून आंत टाकावा. आणि खाली उतरून निखाऱ्यावर ठेवावी. नंतर फोडणीस तीन तोळे तेल घालून त्यांत एक तोळा मिसळण एक

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

मासा हाळद चार गुंजा हिंग घालून फोडणी चांगली झाली ह्मणजे आंत ओतावी.

प्रकार ३ रा.—वरील आमटींत पुरणाची वेळवण काढून घातली असतां चांगली आमटी होते. दोन चार दाळी एकेजागीं करून मिसळी-ची आमटी करितात. तिची ही कृति वर प्रमाणें समजावी. तिखट मीठ आंबट जसे जास्त लागेल तसे कमी जास्त प्रमाणानें घालावें.

आंबोळी.

हारबऱ्याची दाळ, तांदुळ, गहु आणि उडदाची दाळ हे चारी पदार्थ पावशेर पावशेर घेऊन त्यांत दोन तौळे मेथ्या घालाव्या व एकत्र मिसळण करून ती बारीक दळावी नंतर पाण्यांत कालवून एकरात्र आंबत ठेवावें. नंतर दोन तोळे मीठ घालून धिरड्याचे कृतिप्रमाणें तयार करावें.

आयते (घावन.)

जुने तांदूळ एकशेर घेऊन बारीक दळावे नंतर पाणी ऊन करून त्यांत कढी इतकें पातळ कालवावें व एक तोळा मीठ आंत टाकावें व सारखें करावें. चुलीवर पोळ्याचा तवा ठेवून त्यास नारळाचे शेंडीनें तूप लावून त्याजवर तें पीठ सारखें पातळ घालावें व वर झांकण ठेवून थोड्या वेळांनीं तो तवा तसाच खालीं उतरून ठेवावा. नंतर चारशेर दूध चूलीवर ठेवून थोडें आटवावें. व त्यांत एक तोळा वेलदोड्याची पूड शेरभर साखर आंत घालावी. व सारखें करून वर तयार केलेले पदार्थ आयते वाढण्यापूर्वीं एक घटका दुधांत भजित घालून नंतर वाढावें.

प्रकार २ रा.—ओल्या नारळाचा कीस व साखर एकत्र करून

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

त्यांत थोडी वेलदोड्याची पूड घालून एकत्र करावें त्यास पुरण ह्मणतात. त्यांपैकीं थोडें पुरण आधीं आयत्यावर घालून त्याची घडी करावी आणि त्या घडीवरही थोडें पुरण घालून दुसरी घडी घालून वाढावें.

उंडुऱ्या.

उडीद दळून त्याचें पीठ करावें नंतर त्या पिठास मीठ, जिरें, हिंग व आलें हे पदार्थ नेमस्त वाटून लावावे व पाण्यांत सुकसुकें मळून त्याचीं मुटकुळीं करावीं. तीं भांड्याच्या तोंडावर फडके बांधून त्यांत पाणी घालून वाफेवर मंदाग्नीनें शिजवावीं नंतर ती तुपांत किंवा तेलांत तळावी किंवा त्यांचे सुरीनें काप काढून तळावीं. त्या भक्षण केल्या असतां त्याचे गुण, बलकर, शुक्रवर्धक, पुष्टिदायक, व जड अशा आहेत. आणि वायू, अरुचि, आणि तोंड एकाएकी वाकडें होतें तो अर्दित वायु यांचा नाश करितात.

कढी.

कढी ताकाची.—ताक फार आंबट व फार गोड नाहीं असें सव्वाशेर घेऊन त्यास हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ सुमारें दीडतोळा कालवून कल्हईचे पातेल्यांत घालून चुलीवर ठेवावें. व कढ येईपर्यंत पळीनें ढवळावें. नंतर चांगले कढ येऊन एक बोटभर आटली म्हणजे दोन गुंजा हिंग भाजून पूड करून आंत टाकावी. एक तोळा मीठ, व साहामासे मिरपूड हे पदार्थ आंत घालून चांगलें ढवळावें नंतर थोडी हळदीची चिमूट आंत टाकावी व पळी तापवून त्यांत एक तोळा तूप दोन मासे मिसळण घालून फोडणी द्यावी, ही कढी भक्षण केली असतां पचन शक्ति देते, तोंडास रुचि येते, लघु, अग्निदीपक, व

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

कफवायू मलावष्टंभ यांचा नाश करिते. ही किंचित् पित्त करणारी अशी आहे.

कढी ठिकरीची.—वरप्रमाणें कढी तयार करून दगडाची ठिकरी तापवून लाल झाली ह्मणजे चिमटयानें उचलून एका कल्हईच्या पातेल्यांत ठेवावी, नंतर तींत दोन तोळे लोणी, चार गुंजा हिंगाची पूड, दोन मासे मोहऱ्या घालाव्या. आणि वर झांकण ठेवावें म्हणजे आंत फोडणी तयार होऊन धूर कमी होत चालला म्हणजे तयार झालेली अर्धी कढी आंत ओतावी व लागलींच झांकण ठेवावें. व थोड्या वेळानें राहिलेली कढी ओतावी म्हजणे तयार झाली.

कढी चिंचेची.—एक शेर पाणी घेऊन त्यांत तीन तोळे चिंच कुसकरून चोथा काढून टाकावा व त्यांत सवा तोळा मीठ, दीड तोळा गूळ, व दीड तोळा हरबऱ्याचे दाळीचें पीठ घालून त्या सर्वांचा एक जीव करावा. नंतर कल्हईच्या पातेल्यांत घालून चांगली कढवावी व वरचेवर ढवळीत जावी. नंतर चागंली कढली ह्मणजे त्यांत थोडी कोथिंबीर टाकून ताकाचे कढीप्रमाणें फोडणी द्यावी.

करंज्या.

पिठी व रवा समभाग एक शेर त्यांत तांदुळाची पीठी दोन तोळे व आतपाव तूप घालून चांगलें चोळावें. नंतर दुधांत तें पीठ घट्ट मिळवून पाट्यावर घालून खूप कुटावें. पुन्हां तांदळाचें पीठ एक तोळा व तूप चार तोळे अशीं दोन्हीं एकत्र फेंसून तें त्या कुटलेल्या पिठास लावावें नंतर त्याच्या लहान लहान गोळ्या कराव्या व त्या पातळ लाटून त्यांत खालीं लिहिलेलें पुरण बेतानें घालून दुमडून मुरड घालून किंवा कातून तुपांत तळाव्या. किसलेलें खोबरें दीडशेर, भाजलेली खसखस आतपाव, सहामासे वेलदोडे व सव्वाशेर साखर येणें प्रमाणें पुरण तयार करावें.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

पोकळ करंज्या.—या करंज्या वर प्रमाणेंच कराव्या. परंतु पिठाची गोळी फार पातळ लाटावी व पुरण करंज्याच्या निम्यानीं घालावें व वरप्रमाणें तळाव्या म्हणजे फार चांगल्या फुगतात. यांचे गुण, धातुवर्धक, शुक्रधातु उत्पन्न करणाऱ्या हृद्य, जड, सारक, म्हणजे मळशुद्धि करणाऱ्या, मोडलेल्या हाडांना सांधणाऱ्या व वायु आणि पित्त यांचा नाश करणाऱ्या अशा आहेत.

कडबोळीं.

बाजरी एकशेर, हरबऱ्याची दाळ पावशेर, गहूं पावशेर, तांदूळ पावशेर, उडदाची दाळ अतपाव, धणे अतपाव, हीं धान्यें पातेल्यांत घालून निरानिराळीं अर्धवट भाजावीं. नंतर जिरें एक तोळा, आंत घालून सर्व एकत्र करून थोडें मोठें पीठ दळावें. नंतर त्यांत ओंवा एक तोळा, तांबडे तीळ दोन तोळे, मीठ साहा तोळे, हिंग तीन मासे, तांबडें तिखट चार तोळे, थोडी कोथिंबीर बारीक चुरून आंत घालून सर्व एकत्र थंड पाण्यांत चांगलें मळावें. नंतर कांहीं वेळानें त्याच्या वळकट्या करून कडबोळीं करावीं. वळकट्या वळते वेळीं भगरा हाऊं लागल्यास थोडा ऊन पाण्याचा हात लावून पीठ मळावें. नंतर तो कडबोळीं तेलांत अथवा तुपांत घालून तळून काढावीं. यांचे गुण. जड, कफकर, पित्ताला कोपविणारीं व वातनाशक अशीं आहेत.

कानवले.

कानवल्यास कणीक घट्ट लागते करितां ऐक शेर कणकीस अर्धा तोळा तांदुळाची पिठी व दोन तोळे तूप घालावें. यांस मोहन म्हणतात. हें घालून कणीक घट्ट करावी, नंतर थोडी कणीक घेऊन पोळी सारखी

२

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

लाटावी. तींत पुरण किंवा गूळ खोबरें घालून करंजीप्रमाणें मुरड घालून तुपांत तळून काढावे. व तुपाबरोबर खावे.

कुरवड्या.

ऐक शेर गहूं घेऊन किंचित् भाजावे व चार दिवस कल्हईचे भांड्यांत पाणी घालून त्यांत भिजत ठेवावे. नंतर पाट्यावर वांटून त्यांचा चीक काढावा व फडक्यानें गाळून घ्यावा व तो कांहीं वेळानें वरील निवळ पाणी ओतून टाकावें. नंतर तितक्याच पाण्याचें चुलीवर आधण ठेवून त्या आधणांत मीठ चार तोळे, पापडखाराची पूड पावतोळा, तुरटी पावतोळा व हिंगांची पूड दोन मासे हे सर्व पदार्थ घालून नंतर चीक आंत ओतून पळीनें सर्व सारखें करून वर झांकण ठेवून मंदाग्नीनें शिजवावा. चांगला शिजला ह्मणजे साचांत घालून कुरवड्या कराव्या. वाळल्यावर तेलांत अथवा तुपांत तळून वाढाव्या.

कोशिंबिरी.

आंब्याची कोशिंबीर.—आंबे किसून त्यांचें पाणी पिळून काढावे. व त्यांचे दुप्पट हरबऱ्याची भिजलेली दाळ आंत घालावी. त्यांत थोडें खोबरें किसून घालावें. नंतर त्यांत तिखट, मीठ, हिंग, जिरें यांची पूड नेमस्त घालावी व सर्व सारखें करून त्यास तेलाची फोडणी द्यावी, ह्मणजे तयार होते.

आल्याची को०.—आलें एक तोळा, हिंग अर्धी गुंज व मीठ सुमारें दोन मासे एकत्र वांटून दह्यांत कालवून वाढावी.

काकडीची को०.—अर्धाशेर काकडी घेऊन वरील साल काढावी. नंतर किसावी किंवा बारिक चोंचून त्यांत अर्धा तोळा बारीक मीठ घालून

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

एकदर हातानें चांगली कुसकरून पिळून पाणी काढून टाकावें. नंतर मीठ पाव तोळा, ओल्या मिरच्या अर्धा तोळा, कोथिंबीर अर्धा तोळा एकत्र हातानें चिरडून काकडीस लावावें, किंवा मिरच्यांचे ऐवजीं एक तोळा मोहऱ्या पाणी घालून पाट्यावर वांटून त्या लावून अतपाव दह्यांत कालवून वाढावी.

केळ्यांची को०.–दोन पिकलेलीं केळीं घेऊन वरील सालपटें काढून त्यांच्या चिरून चकत्या कराव्या. नंतर त्यांत अर्धा तोळा साखर, तीन मासे मोहऱ्या पाण्यांत बारीक वांटून, आणि त्या बेतानें दहीं घालून सर्व चांगलें एकजागीं करून ती कोशिंबीर वाढावी.

खोबऱ्याची को०.—नारळाचें ओलें खोबरें किंवा सुकें खोबरें किसून ती केळ्याचे कोशिंबिरीप्रमाणें करावी.

गाजराची को०.—पावशेर गाजरें किसून त्यांत किंचित् मीठ घालून कुसकरून पाणी पिळून टाकावें. नंतर मीठ अर्धा तोळा, मोहरी पाण्यांत वांटलेली पाव तोळा, हिंग दोन गुंजा एकंदर अतपाव दह्यांत कालवून वाढावी.

दाळींची को.—हरबऱ्याची डाळ अतपाव ऊन पाण्यांत थोडा वेळपर्यंत भिजत घालून, नंतर आंतील पाणी निथळून त्यांत किंचित् हळदीची पूड, तिखट, मीठ, खोबऱ्याचा कीस, हिंग, जिरें यांची बारीक पूड, हे पदार्थ नेमस्त घालून त्यास हिंग मोहऱ्या घालून तेलाची फोडणी द्यावी व दाळीवर एक लिंबाचा रस पिळावा नंतर वाढावी.

पेरूची को०—पेरूच्या बारीक फोडी चिरून त्याची कोशिंबीर वरील केळ्याचे कोशिंबिरीप्रमाणें करावी.

मुळ्याची को०—मुळे किसून पाणी पिळून टाकावें. नंतर त्यांत दहीं व मीठ नेमस्त घालून वाढावी.

खाज्या.

सर्व कृति करंज्यांप्रमाणें; परंतु खालीं एक व वर एक अशा दोन

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

निराळ्या पातळ पापडा सारख्या लाट्या लाटून एकावर करंज्यांचें पुरण ठेवून नंतर वर दुसरी लाटी ठेवून सभोंवतीं वाटोळी मुरड घालावी आणि तळून काढाव्या. या जड, धातुवर्धक, व पित्त आणि वायु यांस नाशक आहेत.

खिरी.

करडीची.—एकशेर करडी चांगल्या निवडून भरडाव्या. नंतर पांखडून कोंडा काढून टाकावा व वैंचून पुढील रोम रात्रीं भिजत घालावे. त्याचप्रमाणें गहूं एक शेर घेऊन त्यांस पाणी लावून कांडावे व पांखडून सालपटें काढून टाकावीं. व एक रात्र पाण्यांत भिजत घालावे. दुसरे दिवशीं पाण्याचें आधण ठेवून त्यांत वैरावे व भाताप्रमाणें चांगले शिजवावे व हाटावे. नंतर करडी पाट्यावर वांटून त्याचें दूध काढून गाळून गव्हांत ओतावें, व एक रुपयाभार मीठ घालून चांगलें हाटावें. नंतर एकशेर गूळ किंवा एकशेर साखर आंत घालून चांगली आटवावी. व खालीं काढून ठेवावी. नंतर सहामासे वेलदोड्याची पूड व खोबरें अतपाव किसून आत टाकावें किंवा ओला एक नारळ किसून आंत टाकावा ह्मणजे करडखीर तयार झाली.

गव्हल्याची खी.—सपीट व रवा समभाग आच्छेर घेऊन त्याला दोन तोळे तूप घालून दुधांत घट्ट कालवून पाट्यावर कुटून चांगले मऊ झाले ह्मणजे त्याच्या सुरळ्या हातावर करून जिऱ्याप्रमाणें गव्हले करावे व ते वाळवून ठेवावे याची खीर आटीव दुधाचे खीरीप्रमाणें करावी. फरक इतकाच कीं आच्छेर गव्हल्यास चार शेर दूध मात्र घालावें.

गव्हाची खी.—सवा शेर गहूं निवडून त्यांस पाणी लावून उखळांत घालून सडावे व वरचा कोंडा काढून टाकावा. नंतर रात्रीं ते पाण्यांत भिजत घालून सकाळीं दुसऱ्या पात्रांत चुलीवर शिजत

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

ठेवावी. त्यांत हरबऱ्याची दाळ अतपाव, व तांदूळ अतपाव घालून एकत्र करून चांगले शिजवावे. नंतर त्यांत दीडशेर गूळ व एक तोळा वेलचीची पूड घालून चांगली हाटावी. इचे गुण, बलप्रद, कफ व मेद यांना करणारी, जड, शीतल, पित्तनाशक, वातकर, आणि धातुवर्धक अशी आहे.

तांदुळाची खीर.—अर्धा शेर तांदूळ तिप्पट पाण्यांत शिजवून शिजले ह्मणजे हाटून त्यांचें चांगलें गरगट करावें. नंतर त्यांत आच्छेर गूळ, सहामासे वेलदोड्यांची पूड व दोन शेर दूध घालून पुन्हां हाटून चांगली सारखी करावी. गुळाच्या ऐवजीं पाहिजे तर साखर घालावी.

दुधाची खीर.—पांचशेर दूध आणून आटत ठेवावें व कल्हईच्या पळीनें ढवळीत जावें. तळास लागूं देऊं नये. नंतर त्यांत सुमारें पांच तोळे तांदूळ धुवून घालावे व ढवळीत जावें. सुमाराची दाट झाली ह्मणजे त्यांत अर्धा शेर किंवा पाउण शेर चांगली साकर मळी काढून पाक करून त्यांत ओतून ढवळीत जावें. दोहोंचा एक जीव झाला ह्मणजे वेलदोड्यांची पूड सहामासे, बदामाच्या चकत्या छटाक, खडीसाखर छटाक, व बेदाणा छटाक याप्रमाणें पदार्थ आंत घालून सारखी करून वाढावी. ही जड, धातुवर्धक, बलकारक, मलाचा अवष्टंभ करणारी अशी आहे, व अरुचि मेदोवृद्धि, कफ, अग्निमांद्य यांना करणारी आणि रसायनी अशी आहे व रक्तपित्त, वातपित्त यांचा नाश करिते.

नखुल्यांची खीर.—हे गव्हल्यांप्रमाणेंच नखानें चिमटून वाटोळ्या गोळ्या कराव्या ह्मणजे आंतून पोकळ राहतात व यांची सर्व कृति गव्हल्यांचे खिरीप्रमाणें करावी.

नारळाची खीर.—चांगला आगरी रसाचा नारळ आणून बारीक किसून गाईचे दुधांत घालावा आणि तें दूध फार पातळ व फार दाट न होई असें मंदाग्नीवर आटवावें. नंतर त्यांत साखर व तूप नेमस्त घालून पुन्हां थोडी आटवून खालीं उतरून ठेवावी. ही शीतल,

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

स्निग्ध, जड, पुष्टिकारक, मधुर, व धातुवर्धक अशी आहे व वायु आणि रक्तपित्त यांचा नाश करते.

बोटव्याची खीर.—मोहनभोगाचा रवा आच्छेर घेऊन त्यास चार तोळे तूप लावून त्याजवर निरसें दूध शिंपडून कांहीं वेळ दडपून ठेवावे. नंतर त्याजवर थोडें थोडें दूध घालून हातानें चोळीत जावे. त्याजवर थोडें सपीट घालून पुन्हां चोळावें. याप्रमाणें चोळतां चोळतां आंतील रवा उडदा येवढा झाला ह्मणजे घोळून वेगळे काढावे. एकंदर आच्छेर रव्यास दोन शेर सपीट खपवावें. याप्रमाणें बोटवे तयार करून वाळवून ठेवावे. यांची खीर गव्हल्यांचे खिरीप्रमाणें करावी. या खिरीला कोणी वळवटांची खीर ह्मणतात.

शेवयाची खीर.—गव्हांचा फुलरवा दुधांत मळून तार येई तोंपर्यंत कुटावा आणि त्याच हातानें सुता सारखे तंतु करावे व काठीवर घालून वाळवावे. नंतर अर्धा शेर शेवया आधणांत घालून पळीचे दांड्यानें खालवर कराव्या व किंचित् वाफ येईपर्यंत झांकण ठेवावें. नंतर दुरडींत ओतून लागलींच त्यांजवर थंड पाणी ओतावें व पातळ तूप शेवयांवर सोडून दुरडी चांगली हालवावी ह्मणजे तूप सर्व शेवयांस लागतें. नंतर शेरभर दूध आटवून त्याचें पाउण शेर करावें व त्यांत दीडपावसाखर, तीन मासे वेलदोड्यांची पूड घालून त्यांत वरील तयार झालेल्या शेवया भिजत ठेवून थोड्या वेळांनीं वाढाव्या. या तृप्तिकर, बलकर, जड, ग्राही, रुचिकर, मोडलेल्या हाडास सांधणाऱ्या व पित्त आणि वायु यांचा नाश करणाऱ्या अशा आहेत.

गुरवळ्या.

पावशेर रवा दुधांत कालवावा व कांहीं वेळ तसाच ठेवावा नंतर अर्धा शेर धुवा साखर बारीक चांगली वांटावी. त्यांत तांदुळाची पिठी तीन तोळे, वेलदोड्यांची पूड सहामासे, खसखस भाजून वांटलेली

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

एक तोळा, हे तिन्ही जिन्नस एकत्र करून ठेवावे. नंतर रव्यास दुधाचा हात लावून चांगला तिंबून ठेवावा व त्यांतून मोठ्या सुपारी एवढा घेऊन वस्त्रगाळ केलेल्या तांदुळाचे पिठींत तो गोळा वांटून पापडी करावी. व त्यांत वरील तीन जिनसांचें पुरण घालून सभोंवतीं बोटानें चिमटून पुन्हां घोळून पाट्यावर लाटावें. लाटते वेळीं ती फुगत असते, करितां फार जपून वांटावी. याप्रमाणें लाटून वाटोळी करून तुपांत तळून काढावी ह्मणजे चांगली फुगते. पावशेर रव्यास तीन छटाक तूप लागतें.

घारगे.

गव्हांचा सांजा एकशेर शिजत घालून त्यांत दोन तोळे मीठ व आडीचशेर गूळ बारीक करून घालावा. तो सांजा चांगला शिजल्यावर गरगटावा व घट्ट करावा. नंतर त्यांत एक शेर गव्हांची कणीक घालून परांतीत काढून चांगला मळावा व गोळा करून ठेवावा. नंतर केळीचे पानास तूपाचा हात लावून त्याजवर थोडी खसखस घालून तयार केलेले सांज्यापैकीं निंबा एवढी गोळी त्याजवर ठेवून थोडी थापटून तळून काढावी. तांदुळाचेही करणें असल्यास असेच करावे. हे बलकारक, प्रिय, रुचिकर जड, धातुवर्धक, पुष्टि करणारे आणि वात व पित्त यांचा नाश करितात.

घीवर.

आंब्याचे घी०.—चांगल्या आंब्याचा रस तुपांत घालून मंदाग्नीवर शिजवून जाड खवा करून साखरेचे पाकांत घालून चांगला एकत्र करावा आणि उतरून ताटांत अंगुळभर जाड थापावा. थंड झाल्यावर चौकोनी वड्या कापाव्या. हे हृद्य, जड, दीपक, रुचिकर, वातपित्तनाश-

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

क, बलकर, अतिधातुवृद्धि करणारे असे आहेत. वर सांगितलेले पदार्थ आवडीप्रमाणें नेमस्त घालावे.

कचऱ्याचे घी०.—दुधाचे खव्यांत कचऱ्याचें पीठ व साखर नेमस्त घालून मळून वड्या सारखे करून तुपांत युक्तीनें तळून काढावे.

खव्याचे घी०.—दुधाचा खवा करून त्यांत साखर घालून फेंसावा. नंतर त्याचे घीवर करून मंदाग्नीवर थोड्या तुपांत तळून काढावे.

गव्हांचे घी०.—गव्हांचा रवा एकशेर बारीक दळून त्यास पावशेर तूप चोळून लावावें. नंतर तें पीठ दुधांत कालवून दडपून ठेवावें. एक दीड तासानंतर त्यांतून थोडथोडें परातींत घेऊन दूध घालून चांगलें फेंसावें. तार येऊं लागली ह्मणजे घिवरपात्र चुलीवर ठेवून त्यांत तूप घालून तें तूप तापलें ह्मणजे पात्रास लावून त्यांत घिवर ओतावें. नंतर झारा व बांबूची कामीठ यांणीं घिवर परतावा. नंतर साखरेचा पक्का पाक करून त्यांत बुचकळून त्या तयार झालेल्या घिवरावर वरचेवर पळीनें पाक घालीत जावा. याप्रमाणें सर्व बुचकळून काढावे. शेरभर रव्यास चार शेर साखर घ्यावी. मधमाशाचे पोळीला जशीं घरें असतात तशीं घिवरास पडलीं असतां उत्तम झाले असें जाणावें. हे जड, धातुवर्धक, शुक्रधातुवर्धक, हृद्य, बलकर, व कफ, रक्त व कुष्ठ यांना करणारे आणि वायु, पित्त व क्षय यांचा नाश करणारे असे आहेत.

तांदुळाचे घी०.—दूध निमें आटवून त्यांत धुतलेल्या चांगल्या तांदुळाचें वस्त्रगाळ पीठ व साखर हीं नेमस्त घालून परातींत चांगलीं फेंसून वर घिवर तयार करावे.

नारळाचे घी०.—गव्हाच्या रव्यांत साकर, किसलेला ओला नारळ आणि दूध हीं नेमस्त घालून परातींत चांगलें फेंसून त्याचे वरप्रमाणें घिवर करावे.

चकल्या.

पावशेर सोलीव उडदाची दाळ, तांदुळ पावशेर धुतलेले, पैकीं

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

निमे तांदूळ व निमी दाळ भाजावी. नंतर सर्व एकत्र करून बारीक दळावें. आदले दिवशीं अतपाव लोणी भिंतीवर मारून त्याजवर पान लावून ठेवावें, दुसरे दिवशीं तें लोणी त्या पिठांत घालावें. त्या शिवाय मीठ दीड तोळा, हिंग दीडमासा, जिऱ्याची पूड अर्धा तोळा, मिऱ्यावरील फोल काढून त्याची पूड अर्धा तोळा एकत्र कालवून तें दुधांत कालवावें. थोडें घट्ट करावें. नंतर साच्यांत तें पीठ घालून वर मुसळानें दाबून वाटोळ्या कडबोळ्या सारख्या कराव्या. त्याचे आंगास कांट्यासारखें किंवा तीन पेडी दोरी सारखें वळ दिसूं लागतात नंतर त्या चकल्या तळून काढाव्या.

चिकवड्या.

तांदुळ धुवून वाळवून दळून बारीक पीठ करावें. त्यांत मीठ, मिऱ्याची पूड, व हिंग हे पदार्थ नेमस्त घालून एका भांड्यांत पाण्याचें आधण चुलीवर ठेवावें. नंतर त्या आधणांत हें पीठ पाण्यांत कालवून ओतावें व चांगलें घोटून वर झांकण ठेवावें पिठल्यासारखें घट्ट होऊन वाफ आली ह्मणजे तें खालीं उतरून त्याचे लहान लहान गोळे करून वाळवावे. व वाढतेवेळीं तेलांत तळून वाढाव्या.

चटण्या.

उडदाची च०.—उडदाची दाळ खरपूस भाजून त्यांत मीठ, मिरच्या, हिंग हे पदार्थ नेमस्त घालून पाट्यावर पाणी घालून बारीक वांटावी. नंतर दह्यांत कालवून वाढावी.

आंब्याची च०.—आंब्याचा कीस १० तोळे घेऊन पिळून त्याचें पाणी काढून टाकावें. नंतर हिंग, जिरें, मीठ तिखट, हळद हे

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

पदार्थ नेमस्त घेऊन त्यांत तो कीस कालवावा, व नंतर त्यास चांगली फोडणी द्यावी.

आमचुलाची च०.—आमचुलें थोडीं भाजून भिजत घालावीं. चांगलीं भिजलीं ह्मणजे त्यांत मिरीं अथवा तिखट, मीठ, हिंग, जिरें हे पदार्थ नेमस्त घालून पाट्यावर बारीक बारीक चटणी वांटावी.

आंवळकटीची च.—आंवळकटी चांगली निवडून भिजत घालावी व पाट्यावर जिरें, मिरीं, अथवा तिखट, हिंग, मीठ हे पदार्थ नेमस्त घालून वांटून त्यावर आंवळकटी वांटावी.

कौठाची च०.—हिरव्या कौठाचा गीर काढून पाट्यावर चेंचून पिळून त्याचें पाणी काढून टाकावें. नंतर त्यांत तिखट, मीठ, जिऱ्याची पूड हे पदार्थ नेमस्त घालून कालवून तव्यांत तेल व मिसळवण घालून त्यांत तें तिखट घालून खरपूस होईपर्यंत परतून काढावें. व खालीं उतरून ठेवावें.

प्रकार दुसरा.—पिकलेल्या कौठाचा गीर काढून त्यांत तिखट मीठ, हिंग, जिरें, कोथिंबीर, गूळ हे पदार्थ नेमस्त घालून पाट्यावर वांटून काढावी ह्मणजे तयार झाली.

कढी निंबाची च०.—कढी निंबाचा ओला पाला पांच तोळे व वाळलेल्या मिरच्या एक तोळा तेलांत किंवा तुपांत परतून त्यांत खोबऱ्याचा कीस एक तोळा, पावतोळा चिंच व पावतोळा मीठ, हीं सर्व एकत्र करून पाट्यावर बारीक चटणी वांटावी.

कोथिंबिरीची च०.—कोथिंबीर घेऊन तींत मीठ व तिखट नेमस्त घालून पाट्यावर बारीक वांटावी.

खोबऱ्याची च०.—खोबरें किसून त्यांत समभाग तांबडे तीळ भाजून घालावे व नंतर त्यांत तिखट, मीठ, हळद हे पदार्थ नेमस्त घालून तव्यांत तेल टाकून फोडणीस टाकावी व खालीं उतरून ठेवावी.

प्र० दु०—सुकें खोबरें भाजलेलें, सुक्या मिरच्या, मीठ व हिंग हे पदार्थ नेमस्त घेऊन पाट्यावर चटणी वांटावी.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

चिंचेचीं च०.—चिंच पाण्यांत काहीं वेळ भिजत टाकून चांगला दाट कोळ करावा व त्यांत समभाग गूळ व तिखट, मीठ हे नेमस्त घालून तेलाची चांगली फोडणी देऊन वाढावी.

जवसांची च०—जवस भाजून त्यांस नेमस्त तिखट मीठ घालून उखळांत बारीक कुटावी.

तिळांची चटणी.—(**काऱ्हाळे तीळ.**)—हे तीळ चांगले भाजून त्यांत मिरच्या व मीठ घालून उखळांत चांगले कुटावे.

तिळाची च०—(**तांबडे तीळ.**)—तीळ भाजून त्यांत मिरच्या व मीठ नेमस्त घालून उखळांत कुटावी.

प्र० दु—तीळ भाजून यांत तिखट, मीठ, जिरें, हिंग, चिंच, किंवा निंबांचा रस, गूळ हे पदार्थ नेमस्त घालून पाणी घालून पाट्यावर बारीक करून वांटावी.

दोडक्याचे शिरांची च०—दोडक्याच्या शिरा काढून त्या तेलांत परताव्या. नंतर त्यांत तिखट, मीठ, हिंग हे पदार्थ नेमस्त घालून उखळांत तिखट कुटावें.

मिरच्याची च०—ओल्या मिरच्या घेऊन त्यांचे देंठ काढावे, व त्यांत मीठ, जिरें, हिंग, चिंच, गळ व कोथिंबीर हे पदार्थ नेमस्त घालून पाट्यावर चटणी वांटावी.

हरबऱ्याचे दाळीची च०—हारबऱ्याची दाळ भिजवून पाट्यावर घ्यावी. नंतर तिखट, मीठ, हिंग, व चिंच हे पदार्थ नेमस्त घालून पाट्यावर बारीक वांटावी. ह्मणजे चटणी तयार होते. कोणी ही चटणी दह्यांत कालवून तिजला फोडणी देतात तिही चांगली होते.

चिरूटे.

एक शेर गव्हांचे रव्यास सुमारें दीड अतपाव तूप व चार तोळे

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

जिलबी.

भार तांदुळाची पिठी कालवून दुधांत मळून ठेवावा. नंतर थोडा वेळ गेल्यावर पाट्यावर खूप कुटून तयार करावा. नंतर दोन तोळे तांदुळांची पिठी व चार तोळे तूप असे फेसून त्या कुटलेल्या रव्यास लावून साधारण लिंबा एवढ्या गोळ्या करून झांकून ठेवाव्या. नंतर पोळपाटावर एक गोळी घेऊन खालवर तांदुळाची पिठी लावून पातळ पोळी सारखी लाटावी. नंतर तूप लावून एकीवर एक अशा तीन पोळ्या ठेवून पुन्हां तूप लावून चार बोटें रुंदीची परतून घडी घालावी. अशा सर्व तयार करून चाकूनें चौरस चार चार बोटां एवढे तुकडे करून ते पुन्हां लाटावे. नंतर तूपांत तळून काढून प्रत्येकावर साखर घालून वाढावे, ते वृष्य, बलदायक, धातुवर्धक, जड, व पित्त आणि वायु यांचे नाशक आहेत.

जिलबी.

कोरें मडकें घेऊन त्यास आंतलें बाजूनें पावशेर दह्याचा लेप करावा आणि गव्हांचा रवा एक शेर व दहीं अर्धा शेर व अतपाव तूप घालून एकत्र कालवून मडक्यांत घालून आंबट होई तांपर्यंत तें मडकें उन्हांत ठेवावें. नंतर पातळ करून सछिद्र पात्रांत घालून तुपाचे तापलेले कढईंत वाटोळी फिरवून फिरवून धार पाडावी ह्मणजे वाटोळी जिलबी होते. ती चांगली पक्क झाली ह्मणजे साखरेचे पाकांत बुडवावी आणि काढून वाढावी. ती कांति व बल यांना देणारी, धातुवर्धक, वृष्य, रुचिप्रद आणि इंद्रियांना तृप्त करणारी अशी आहे.

प्रकार दु.—गव्हांचा रवा एक शेर, तूप अतपाव आणि तांदुळाची पिठी छटाक, हरबऱ्यांचें पीठ अर्ध छटाक, दोन तोळे उडदाचे दाळीचें पीठ हीं सर्व एकत्र करून पाण्यांत अथवा निर्लेप करणें असल्यास दुधांत कालवून ठेवावें. नंतर त्यांत सहा कागदी निंबें चिरून त्यांचा रस पिळावा आणि पाण्यांत भिजविलें असल्यास निंबाचे रसाचे ऐवजीं आतपाव आंबट दहीं घालावें. नंतर एकत्र करून एक रात्र झांकून ठेवावें. दुसरे दिवशीं आडीच शेर साखरेचा कच्चा पाक तयार करून भिजत

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

ठेवलेलें पीठ परातींत घालून फेंसावें. दाट झाल्यास दूध किंवा पाणी घालून फेंसावें. तें तार येई तोंपर्यंत चांगलें फेंसावें. नंतर चुलीवर परात ठेवून त्यांत सव्वा शेर तूप घालावें. नारळी पात्रांत फेंसलेलें पीठ घेऊन परातींत घालतांना पात्राचें बुडाचें भोंक झांकून धरून परातींत वाटोळे तीन वेढे होईपर्यंत घालून नंतर एक मधून उभी रेघ घालावी. या प्रमाणें परातींतील सात आठ जिलब्या झाल्या ह्मणजे परतून बाहेर काढून लागल्याच कच्चा पाक करून ठेविला आहे त्यांतून थोडा थोडा पाक वेगळा घेऊन पक्क करावा, आणि त्यांत त्या जिलब्या बुडवून काढन ठेवाव्या. जर जिलबीची नळी पोकळ न होईल तर पुन्हां तें पीठ तूप घालून फेंसावें. तूप फार झालें तर फुटते आणि मोहन कमी झालें असतां कडबोळ्या सारखें घट्ट होऊन नळी पडत नाहीं. याकरितां मोहन बेतानें घालीत जावें. नळी पोकळ झाली ह्मणजे आंत पाक शिरून जिलबी चांगली होते.

प्रकार ति०.—गव्हांचा पांढरा शुभ्र रवा घेऊन दुधांत भिजवून आंबट होई तोंपर्यंत तसाच दाबून ठेवावा. पुन्हां दूध घालून परातींत फेंसून सछिद्र नारळाचे पात्रांत घालून तापलेल्या तुपांत कडबोळ्या सारखी वाटोळी धार सोडून तळावी. नंतर बाहेर काढून साखरेच्या पात्रांत बुडवावीं. ही धातुवृद्धिकर, वृष्य, हृद्य, इंद्रियांना तृप्तिकारक व पुष्टि, कांति आणि बल यांना देणारी अशी आहे.

तारफेणी.

गव्हाचा रवा किंचित् मीठ घालून पाण्यानें भिजवून कुटून कुटून तार येईपर्यंत मऊ करून ठेवावा. नंतर थिजलेलें तूप परातींत घालून लोण्या सारखें होईपर्यंत फेंसून ठेवावें. नंतर मऊ केलेल्या रव्याची गोळी घेऊन तिजला पाटावर दोहों हातांनीं चोळून दोहों बाजूनें बारीक सुतें पाडावीं आणि फेंसाळलेलें तूप हातास लावून तीं सुतें एके जागीं घेऊन चौंगे करून त्यांजवर तूप लावून जानव्या सारखे फेरे

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

घालून युक्तीनें तापून तुपांत तळाव्या. तळते वेळीं चोयांच्या जुडीनें हालवावें, ह्मणजे त्याच्या दोडक्याच्या शिरांसारख्या तारफेण्या होतात. त्या वृष्य, धातूला उत्पन्न करणाऱ्या व वायु आणि कफ यांचा नाश करितात.

तेलच्या.

पुरणाच्या पोळीप्रमाणें पुरण तयार करावें. कणीक मात्र अंमळ घट्ट असावी. नंतर पुरणाच्या पोळीपेक्षां थोडें कमी पुरण घालून त्याची पोळी तेल किंवा तूप लावून लाटावी नंतर शेरभर कणकीस आच्छेर तेल किंवा तूप घेऊन त्यांत तळावी ह्मणजे तेलच्या चांगल्या फुगून तयार होतात.

दिंडें.

पुरण-पोळीप्रमाणें पुरण तयार करून कणकीची लहानशी पोळी करावी व त्यांत लिंबा येवढा पुरणाचा गोळा ठेवून त्या पोळीची चौकोनी घडी करावी. नंतर पातेल्यांत अगर तपेल्यांत कडब्याचा पाचोळा, गवत किंवा हळदीचीं पानें वाळलेलीं व थोडें पाणी घालून चुलीवर ठेवून आधण आलें ह्मणजे त्यांत तीं दिंडें शिजत घालावीं व वाफ बाहेर न जाई असें वर झांकण ठेवावें. नंतर अर्ध घटकेनें झांकण काढून पहावें ह्मणजे तीं फुगतात व त्यांतून पांढरी वाफ निघूं लागते तेव्हां तीं शिजलीं असें जाणावें.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

देंठी आळवाची.

आळवाचे देंठ सोलून त्याचे चार चार बोटाचे तुकडे करावे. असे पावशेर देंठ घेऊन त्यांत छटाक पाणी घालून कल्हईचे भांड्यांत चुलीवर शिजत ठेवावें. एक वाफ आल्यावर आंबट ताक छटाक आंत घालून चांगली शिजली ह्मणजे उतरून निवाल्यावर पिळून काढावी. नंतर कुसकरून काढून त्यांत आतपाव दहीं, हिंग दोन गुंजा, अर्धे तोळा मीठ, तांबडें तिखट दोन मासे व मोहोरी वांटलेली दोन मासे घालून कालवावी. नंतर पळींत तूप घालून त्यांत चार गुंजा जिरें व चार गुंजा मोहोऱ्या घालून फोडणी द्यावी. याचप्रमाणें पोकळ्याची देंठी व माक्याची देंठी तयार करावी.

घिरडें.

उडदाची दाळ पावशेर व तांदूळ पावशेर एकत्र करून पाण्यांत भिजत घालावें व दुसरे दिवशीं पाट्यावर बारीक वांटावें. नंतर त्यांत दीड तोळा मीठ व आतपाव दहीं घालून कल्हईचे भांड्यांत झांकून ठेवावें. नंतर तिसरे दिवशीं एक तोळा कोथिंबीर व एक तोळा मिरच्यांची पूड आणि हिंग दीड मासा असे बारीक करून आंत घालून तव्यांस तूप किंवा तेल लावून ओगराळ्यानें तें वर घालावें. नंतर सारखें करून वर पत्रा व झांकण ठेवून दुसरे अंगानें परतून तयार झाल्यावर काढावें.

पंचामृत.

तीळ, शिरस व धणे हे प्रत्येक पदार्थ मूठभर व अर्धा तोळा येलची,

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

लवंगा अर्ध तोळा घेऊन हे सर्वत्र तेलावर भाजून त्याची वस्त्रगाळ पूड करून ठेवावी. नंतर सुकें खोबरें व हिंग भाजून कोथिंबीरीसहवर्तमान बारीक कुटून तयार करून ठेवावें व आच्छेर ओल्या मिरच्यांचे तुकडे व भिजलेल्या मेथ्या सहा तोळे तेलावर तळून त्याला हळद व मीठ लावून ठेवाव्या. नंतर गूळ व चिंचेचें पाणी हें शेरभर घेऊन त्यांत नेमस्त मीठ घालून कढवावें. नंतर त्यांत वर तयार करून ठेवलेले सर्व पदार्थ घालून एक अंगुळभर आटे तोंपर्यंत कढवावें. नंतर हिंग घालून तेलाची फोडणी द्यावी. या प्रकारें केलेलें पंचामृत पंधरा दिवस राहतें.

प्रकार २ रा.—पावशेर ओल्या मिरच्या घेऊन त्यांचे तुकडे करावे. नंतर अर्ध तोळा मेथ्या व तीन मासे हळद हें दोन्ही तेलांत तळून काजळा सारखें बारीक वांटून नारळाच्या पाण्यांत घोळून तयार करावे. नंतर एक नारळाचा अंगरस व पाणरस तयार करून त्यांत मिरच्यांचे तुकडे फोडणीस टाकून त्यांत तें मसाल्याचें पाणी चिंच, हिंग व मीठ हे सर्व पदार्थ एकत्र करून त्यांत घालून त्या तयार फोडणीवर ओतावें. नंतर पळीनें ढवळून क्षणभर शिजूं द्यावें. नंतर नारळाचा अंगरस घालून क्षणभर वर झांकण ठेवून उतरावें.

पापड.

उडदाची पांढरी केलेली दाळ सवाशेर घेऊन बारीक दळावी. त्यापैकीं पांचवा हिस्सा पीठ वेगळें ठेवावें व एक शेराचे पिठांत जिऱ्याची पूड वस्त्रगाळ एक तोळा, हिंगाची पूड तीन मासे, पापडखाराची पूड एक तोळा मिरपूड दोन मासे तुरटी अर्धातोळा तांबडें तीखट वस्त्रगाळ केलेलें पांच तोळे व मीठ दहातोळे याप्रमाणें सर्व एकत्र करून केळीच्या पाण्यांत घट्ट कालवून थोडा तेलाचा हात लावून पाट्यावर चांगलें कुटून सुपारी येवढाल्या गोळ्या कराव्या. व पूर्वी राखून ठेवलेलें पीठ चांगलें खालवर घालून पाट्यावर पापड लाटून तयार करावे व उन्हांत वाळवून ठेवावे. नंतर तुपांत किंवा तेलांत तळावे. किंवा निखाऱ्यावर

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

भाजून वाढावें. याचप्रमाणें मुगाचे करावे. हे उडदाचे पापड बलकर रुचिकर, पाचक, सारक व जड आहेत आणि रक्तपित्त, जठराग्नि, कफ व मळ यांना वाढविणारे असे आहेत मुगाचे पापड केले असतां पथ्यकारक, ज्वर, नेत्ररोग, कर्णरोग व अरुचि यांचे नाशक आणि स्निग्ध, लघु व दोषनाशक असे आहेत.

पापड्या.

एकशेर जुने तांदूळ घेऊन थोडे भाजून दोन दिवस पाण्यांत भिजत घालावे. नंतर सावलींत वाळवून दळावे. नंतर त्या पिठांत संबंध जिरें दोन तोळे, पांढरे केलेले तीळ एक तोळा, खसखस एक तोळा, मीठ चार तोळे, व हिंग दोन मासे हे सर्व पदार्थ घालून तें पीठ पाण्यांत घालून पातळ करावें. नंतर चुलीवर एका पातेल्यांत त्याचे चौथाई पाणी घालून त्याचे तोंडावर फडकें बांधावें व खालीं अग्नि लावावा. वाफ झाली ह्मणजे वडाचीं अथवा पळसाचीं पानें घेऊन त्यांस लोण्याचा हात लावून तें तयार केलेलें पीठ त्यांजवर सारवून तीं पानें फडक्यावर ठेवून वर झांकण ठेवावें व लागलींच झांकण काढून आंतील पानें बाहेर काढून दुसरे पानांत घालून याप्रमाणें पापड्या तयार कराव्या. खालीं काढलेल्या पापड्या पानावरून काढून उन्हांत वाळत घालाव्या. वाळल्या ह्मणजे तुपांत किंवा तेलांत तळून वाढाव्या. या पापड्या वृष्य, धातुवर्धक, लघु आणि वातनाशक अशा आहेत.

पिठलें.

एक कल्हईचें पातेलें चुलीवर ठेवून तापलें ह्मणजे त्यांत एक तोळा तेल टाकावें. तें तापलें ह्मणजे फोडणीचें मिसळण, हिंग दोन गुंजा, हाळद एक मासा घालून खरपुस फोडणी झाली ह्मणजे त्यांत पाउण

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

शेर पाणी घालावें, त्याचें आधण आलें ह्मणजे दीड तोळा मीठ, तांबडें तिखट एक तोळा, जिऱ्याची पूड दीडमासा हाळद, दोन मासे, किसलेलें खोबरें तीन तोळे, कोथिंबीर अर्ध तोळा येणेंप्रमाणें जिन्नस आंत टाकावें. नंतर हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ पावशेर घेऊन त्यांतून थोडें थोडें पीठ पातेल्यांत घालून पळीनें हाटीत जावें, गोळी होऊं देऊ नये, गोळी झाल्यास वरती पाण्याचें भांडें झांकण ठेवून खालीं मंदाग्नि लावावा ह्मणजे गोळी मोडून जाते. नंतर हाटून निखाऱ्यावर ठेवावें. याप्रमाणें पातळ दाट जसें करणें असेल तसें करावें.

पोळया.

अर्धा शेर कणीक किंवा रवा घेऊन तो पाणी घालून कालवितांना दोन तोळे तूप व चार मासे मीठ आंत घालून चांगला घट्ट कालवून तयार करावा. नंतर चुलीवर कढई ठेवून त्यांत तीन छटाक तूप घालून त्या तयार केलेल्या कणकीच्या पुऱ्या पाट्यावर लाटून तळून काढाव्या ह्मणजे फुगून वर येतात. फुगली ह्मणजे परतून टाकावी व झाऱ्यानें काढावी.

केळ्यांची पो०.—हिरवीं केळीं उकडून सोलावीं. तीं अर्धा शेर केळीं घेऊन कुसकरावीं व त्या समान त्यांचे आंत साखर घालावी. पातळ झाल्यास चुलीवर ठेवून एक कढ द्यावा. नंतर खालीं उतरून थंड झाल्यावर त्याचें पुरण वांटावें आणि राजगिऱ्याचें पीठ करून पाण्यांत कालवून त्याच्या लहान लहान गोळ्या करून त्यांत हें केळ्यांचें पुरण घालून पोळ्या कराव्या ह्मणजे त्या निरशनाचे उपयोगीं पडतात.

खव्याची पो०.—आच्छेर खव्यास आच्छेर साखर घालावी आणि सहामासे वेलदोड्यांची पूड घालून पुरण करून ठेवावें. नंतर कणकीचा रवा भिजवून तें पुरण त्यांत भरून पोळ्या कराव्या.

खापर पो०.—चांगले बारीक तांदूळ घेऊन तीन वेळा कुटून चांगलें

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

बारीक पीठ करावें आणि त्यांत अष्टमांश तुपाचें मोंहोन घालून दोहों हातांनीं चांगलें चोळून, नंतर पाणी घालून कालवून मध्यम पातळ करावें आणि मातीचें खापर चुलीवर ठेवून खालीं अग्नि मंद लावावा आणि तें खापर तापलें ह्मणजे त्याच्या आंतून पुरचुंडीनें राखेचें जाडपाणी लावून नंतर तें पीठ कालवून ठेवलेलें अर्धे अगुंळ जाड पोळी होईल असें ओतावें. नंतर त्या पिठास छिद्रें पडलीं ह्मणजे वर झांकण ठेवून थोडे वेळानें ती पोळी शिजली ह्मणजे उन असतांच साकर घातलेल्या दुधांत किंवा नारळाच्या रसांत सोडावी. ती सेवन केली असतां धातूची वृद्धि होते, व वृष्य, उष्ण, सम, व दुर्जर अशी आहे.

खोबऱ्याची पो०.—दोन नारळ फोडून किसावे व पावशेर तांदूळ भिजवून किसांत मिळवून पाट्यावर वांटावे. वांटतांना थोडें थोडें पाणी घालीत जावें. नंतर गूळ अथवा साखर दीडशेर एका भांड्यांत घालून त्यांत सुमारें आच्छेर पाणी घालून चुलीवर शिजत ठेवावें. नंतर त्यांत एक तोळा वेलदोड्यांची पूड व एक तोळा मीठ वांटून तयार केलेला कीस आंत घालावा व हाटावें. कढ आल्यावर निखाऱ्यावर उतरून ठेवून वर झांकण ठेवावें. नंतर तें पुरण कणकींत घालून तो गोळा खसखशींत घोळून थोडी पिठी लावून लाटून पुरणाच्या पोळीप्रमाणें पोळ्या कराव्या.

गुळाची पो०—अर्धाशेर कणीक घेऊन त्यांत दोन तोळे तूप व दोन तोळे तांदुळाची पिठी एकत्र करून पाणी घालून कालवून चांगली मळावी व न तिंबतां तशीच झांकून ठेवावी. नंतर त्याचे समभाग गूळ किंवा साखर घेऊन त्यांत वेलदोड्यांची पूड सहा मासे व खसखस आतपाव आणि हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ भाजलेलें छटाक आंत घालून एकत्र करून पाट्यावर बारीक वांटावें. नंतर त्यांत तीन छटाक तूप घालून कालवून गोळा करून ठेवावा. नंतर कणकीच्या दोन गोळ्या खालवर घालून त्यामध्यें तयार केलेला गूळ घालून पुरणपोळीप्रमाणें पोळी तयार करावी. किंवा तुपांत तळून काढावी. ती जड, वृष्य, धातुवृद्धिकर व वात पित्त यांचा नाश करिते.

घडीची पो०.—कणिक अगर रवा एक शेर घेऊन त्यांत एक-

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

तोळा मीठ व चार तोळे तूप किंवा तेल घालून पाण्याशीं भिजवून ती कणीक चांगली तिंबावी. नंतर त्याची एक गोळी घेऊन पाट्यावर लाटावी. पापडा येवढा आकार झाल्यावर मध्यें तूप किंवा तेल लावून दुमडावी. पुन्हां तेल किंवा तूप लावून दुमडावी ह्मणजे दुसरी घडी घालावी व लाटून तव्यावर भाजावी. हिचे गुण मांड्यासारखे आहेत. आणि घडीची पोळी न करितां नुस्ती पोळी केली असतां ती बलकर, कफकारक, वातनाशक, जड, धातुवर्धक, पित्तनाशक, बृंहण, सारक अशी आहे.

पुरण पो०.—एकशेर हारबऱ्याची दाळ घेऊन आडीच शेर आधणाचे पाण्यांत वैरावी. ती चांगली शिजली ह्मणजे त्यांतील पाणी वेळून काढावें. तें आमटीच्या उपयोगीं पडतें. नंतर त्या दाळी इतकाच गूळ किंवा फार गोड करणें असल्यास सव्वापट गूळ फोडून घालावा. पुरण पातळ झाल्यास पुन्हां चुलीवर ठेवून दोन कढ द्यावे ह्मणजे पाणी आटून पुरण ठीक होतें. नंतर त्यांत वेलदोड्यांची पूड एक तोळा घालून पाट्यावर पुरण बारीक वांटावें. यास कणीक घेणें ती आच्छेर कणीक घेतल्यास उत्तम, पाउणशेर घेतल्यास मध्यम आणि एकशेर घेतल्यास साधारण जाणावें हें समजून जी कणीक घेणें असेल ती घेऊन ती पाण्यांत भिजवून चांगली तिंबून तयार झाल्यावर शेरास नऊ मासे मीठ व एक तोळा तेल हीं दोन्ही एकत्र करून कणकीस लावून चांगलें तिंबावें. नंतर कणकीचा लहानसा गोळा घेऊन त्यांत बेतानें पुरण घालून पोळी लाटून तव्यावर टाकावी. त्या तव्याचे बुडाला मातीचा लेप असावा ह्मणजे पोळी करपत नाहीं. पोळ्यांस पिठी असणें ती एकशेर कणकीस पावशेर तांदुळाची पिठी असावी. ही लघू, स्वादू, शीतल, अग्नीला मंद करणारी आणि क्षयरोगनाशक अशी आहे.

रताळ्यांची पो०—एक तपेलें घेऊन त्याचे आंतून तूप लावावें व सबंध रताळीं धुवून त्यांत घालावीं आणि वर पाण्यानें भरलेलें भांड झांकण ठेवून चांगलें शिजवावें. नंतर तीं बाहेर काढून सोलावीं. नंतर आडीच शेर रताळ्यांस आच्छेर हारऱ्याची दाळ वेगळी शिजवून ती दाळ व रताळीं मिसळून पुरण वांटावें. त्यांत दोनशेर गूळ घालावा. याप्रमाणें पुरण तयार करून दुसरी सर्व कृति पुरणाच्या पोळीप्रमाणें करावी.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

रस पो॰—आच्छेर रवा व आच्छेर पिठी असें एकशेर घेऊन त्यांत पांच तोळे तूप घालून पाणी घालून चांगलें घट्ट तिंबून ठेवावें. नंतर मोठ्या सुपारीयेवढ्या दोन गोळ्या घेऊन त्यांस तूप लावून एकावर एक अशा तीन चार ठेवून पोळी लाटावी. अगर वीतभर वाटोळ्या तीन चार पोळ्या लाटून एकावर एक ठेवून चौघडी करून लाटावी. आणि चांगली वाटोळी रुंद झाली ह्मणजे पुन्हां चारी बाजूंनीं दुमडून पुन्हां लाटून तव्यावर टाकावी. नंतर दोनशेर दूध पातेल्यांत घालून त्यास चार रुपयेभार खसखस भाजून बारीक वांटून लावावी आणि त्यांत साखर आच्छेर अथवा गूळ आच्छेर घालून चांगली कालवून त्यांत वेलदोड्यांची पूड सहा मासे घालावी. नंतर तव्यावरील दोन्ही हीं अंगांनीं भाजून काढलेली उन उन पोळी त्या दुधांत टाकावी नंतर वाढावी.

साखर पोळी.—गव्हाचा एकशेर रवा घेऊन त्यांत पांच तोळे तूप मोंहोन टाकावें आणि आतपाव तांदळाचें पीठ घालून पाण्यानें तो रवा भिजवावा. नंतर एक घटकेनें पाट्यावर वरवंट्यानें कुटून नंतर दोन तोळे तांदुळाचें पीठ व चार तोळे तूप हे दोन्ही एकत्र करून चांगले फेंसून कुटलेल्या रव्यास लावून तो रवा पुन्हां चांगला कुटावा. नंतर लहान लहान गोळ्या करून ओल्या फडक्याखालीं झांकून ठेवाव्या. नंतर एक गोळी घेऊन तांदुळाची पिठी लावून पोळी सारखी पातळ लाटून तव्यावर टाकावी व लागलींच परतून टाकावी. नंतर साखर एकशेर, वेलदोड्याचे दाण्याची पूड एक तोळा व आतपाव खसखस भाजून याप्रमाणें तिन्ही पदार्थांचें मिसळण करून ठेवावें आणि त्यांतून थोडें मिसळण पोळीच्या मानाप्रमाणें घेऊन तव्यावर पोळी असतांना तिजवर घालून त्याजवर पळीनें तूप घालावें आणि खतखतूं लागलें ह्मणजे ती पोळी तव्यावरच चोहोंकडून दुमडून घडी करून काढावी. याप्रमाणें साखर पोळ्या तयार कराव्या.

सांज्याची पो॰—सांजा चांगला बारीक आच्छेर घेऊन त्यास दोन तोळे तूप चोळून थोडा थोडा भाजून काढावा. नंतर एकशेर पाण्याचें आधण ठेवून त्यांत ओतावा व पळीनें सारखा करावा. तो थोडा शिजत

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

आला ह्मणजे त्यांत सवाईनें किंवा दिढीनें गूळ चांगला बारीक करून घालावा. सहामासे वेलदोड्यांची पूड व सहामासे मीठ हीं आंत घालावीं व थोडें खोबरें किसून आंत घालून निखाऱ्यावर ठेवून वर झांकण ठेवावें. नंतर थोड्या वेळानें निखाऱ्यावरून काढून परातींत उपसून मळून सारखा करावा व यास जी कणीक घ्यावयाची ती तयार करण्याचें मान वगैरे सर्व पुरणाचे पोळीप्रमाणें सर्व कृति करावी.

बासुंदी.

दोनशेर चांगलें दूध घेऊन कल्हईचे पात्रांत घालून चुलीवर ठेवून पळींतून पडे अशा बेतानें आटवावें. नंतर पाउणशेर साखरेची मळी काढून तिचा पाक करून आंत मिळवावा व चांगलें ढवळावें. नंतर त्यांत चार तोळे खडीसाखरेचा भरडा, दोन तोळे बेदाण्याचे तुकडे, चार तोळे बदामाचे आंतील बियांचे तुकडे आणि सहामासे वेलदोड्यांची पूड या सर्व जिनसा आंत घालून पळीनें ढवळावें ह्मणजे बासुंदी तयार झाली.

भरीत.

आगस्त्याचें भरी०—आगस्त्याचीं फुलें निवडून पात्रांत घालून चुलीवर एक वाफ येईपर्यंत शिजवावीं. नंतर आळवाचे देंठीप्रमाणें पुढील सर्व कृति करावी. आगस्त्याचीं फुलें पांढरीं असावीत. तांबडीं घेतल्यास त्यांपासून रातांधळें उत्पन्न होतें.

घोंसाळ्याचें भ०—घोसाळ्याची साल काढून त्यांच्या फोडी कराव्या. त्या सुमारें पावशेर फोडी पात्रांत घालून चुलीवर शिजत ठेवून वर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवावें. थोडा वेळपर्यंत शिजवून खालीं उतरून आंतील पाणी पिळून काढावें. नंतर वांग्याच्या भरताप्रमाणें सर्व कृति करावी.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

टरबुजाचें भ०—टरबुजाच्या फोडींची साल काढून त्या न शिजवितां आळवाचे देंठीप्रमाणें सर्व पदार्थ घालून फोडणी देऊन तयार करावें.

भेंडयांचें भ०—पावशेर चांगल्या कोंवळ्या भेंड्या घेऊन निखाऱ्यावर भाजून चांगल्या पुसाव्या. नंतर त्याचे देंठ वगैरे काढून टाकावे. नंतर त्यांत एक तोळा हिरव्या मिरच्यांचा ठेंचा आतपाव दहीं, दोन गुंजा हिंग आणि सहामासे मीठ हे पदार्थ घालून त्या भेंड्या चांगल्या हातानें कुसकरून चांगल्या सारख्या कराव्या. नंतर आळवाचे देंठीप्रमाणें त्यास फोडणी द्यावी.

भोपळ्याचें भ०—तांबड्या भोपळ्याच्या फोडी पावशेर चिरून चुलीवर शिजत ठेवून वर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवावें. थोडे वेळानें फाडी शिजल्या ह्मणजे खालीं उतरून निवाल्यावर कुसकरून त्यांत बारीक वांटलेली मोहरी तीन मासे, दहीं आतपाव, मीठ सहा मासे, तिखट दोन मासे, भाजक्या हिंगाची पूड दोन गुंजा याप्रमाणें पदार्थ घालून हातानें सर्व एकत्र करून त्यांस आळवाचे देंठीप्रमाणें फोडणी द्यावी.

मिरच्यांचें भ०—दोन तोळे मिरच्या घेऊन त्यांस थोडा तुपाचा हात लावून निखाऱ्यावर भाजाव्या. व निवाल्या ह्मणजे देंठ काढून चांगल्या कुसकरून त्यांत दहीं छटाक, मीठ तीन मासे, भाजक्या हिंगाची पूड एक गुंज हे सर्व पदार्थ एकत्र करून सहा मासे तुपांत पांच गंजा जिरें घालून पळींत फोडणी तयार करून द्यावी.

वांग्यांचें भ०—बंगाळी ह्मणजे मोठीं वांगीं अग्नीवर भाजून त्यांची वरील साल काढून टाकावी. अशीं तीं वांगीं पावशेर असल्यास हिरव्या मिरच्यांचें तिखट सहामासे, मीठ सहामासे, भाजक्या हिंगाची पूड दोन गुंजा, चुरलेली कोथिंबीर सहा मासे पाहिजे असल्यास थोडा नारळाचा कीस आंत घालावा व आतपाव दहीं घालून आळवाचे देंठीप्रमाणें फोडणी देऊन सारखें करावें.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

भजा.

हारबऱ्याचें पीठ पावशेर घेऊन त्यांत सहामासे मिऱ्यांची पूड अथवा तांबडे मिरच्यांचें तिखट घालावें. नंतर सव्वा तोळा मीठ, एक मासा-हिंग, सहामासे हाळद, सहामासे धन्याची पूड व सहामासे जिऱ्याची पूड हे सर्व पदार्थ एकत्र करून त्यांत पाणी घालून कालवावें. व फार पातळ नाहीं व फार घट्ट नाहीं असें झालें ह्मणजे त्यांतून जेवढी मोठी भजीं करणें असतील त्या मानानें पिठाचा अंश घेऊन तीन छटाक तुपांत अगर तेलांत तळून काढावीं.

प्रकार दु०—हारबऱ्याचें पीठ वजनी पावशेर घऊन तें दुधांत किंवा पाण्यांत कालवावें. नंतर त्यांत दोन तोळे तूप, सहा मासे जिऱ्याची पूड, एक तोळा तांबडें तिखट, एक तोळा कोथिंबीर, एकमासा हिंगाची पूड, सवा तोळा मीठ याप्रमाणें पदार्थ पिठांत कालवून त्या पिठाची आंवळ्यायेवढी गोळी घेऊन वरप्रमाणें भजीं तयार करावीं याप्रमाणें पाठ तयार करून त्यांत कांद्याच्या चकत्या, किंवा कोंवळ्या घोंसाळ्यांच्या लहान लहान चकत्या किंवा ओंव्याचीं पानें घालून त्याचीं भजीं वरप्रमाणें तयार करावीं.

भाज्या.

आगस्त्याच्या फुलाची भा०—पांढऱ्या आगस्त्याचीं फुलें घेऊन उकडत ठेवावीं व वर झांकण ठेवावें. नंतर कांहीं वेळांनीं तीं शिजलीं ह्मणजे खालीं उतरून त्यांतील पाणी पिळून काढावें नंतर त्यांत मुगांची भिजलेली दाळ, तांबडें तिखट, मीठ, हे पदार्थ अदमासानें घालून पातेल्यांत फोडणीस टाकावी व पळीनें सारखी करावी.

अगस्त्याचे शेंगांची भा०—शेंगा चिरून चुलीवर उकडत ठेवाव्या. शिजल्या ह्मणजे खालीं उतरून त्यांतील पाणी काढन टाकावें.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

नंतर त्यास दाळीचें पीठ पाण्यांत कालवून लावावें आणि मसाल्याचें तिखट व मीठ घालून त्या शेंगा फोडणीस टाकाव्या व थोडें पाणी घालून वर झांकण ठेवून वाफ आली ह्मणजे तें पात्र खालीं उतरून ठेवावें.

आळवाची भा०—आळवाचीं पानें व देंठ सोलून बारीक चिरावे. ही चिरलेली भाजी एकशे रघ्यावी. वाटाणे, हारबरे, पावटे (पावट्याची दाळ) भुईमुगाचे दाणे, हारबऱ्याची दाळ हे सर्व पदार्थ भिजलेले असावे. त्यांतून कोणतेंही एक धान्य आवडीचें आतपाव घ्यावें. प्रथम पातेल्यांत भाजी घालून तींत पाणी घालून चांगली कुसकरून दोन तीन वेळां धुवून टाकावी. नंतर त्यांत अर्धशेर पाणी घालून तें पातेलें चुलीवर ठेवावें व त्याजवर झांकण ठेवावें. आंतील भाजी बोटचेंपी झाली ह्मणजे त्यांतील पाणी वेळून काढावें. नंतर वरील कोणच्याही धान्याचा एक प्रकार व पावशेर उन पाणी भाजींत घालून शिजत ठेवावी. आंतील दाणा बोटचेंपा झाला ह्मणजे चिंचेचा कोळ दोन तोळे, गूळ दोन तोळे, तांबडें तिखट दोन तोळे, बेसनाचें पीठ दोन तोळे, पाण्यांत कालवून भाजींत ओतावें. नंतर मीठ दोन तोळे, ओल्या मिरच्यांचे तुकडे एक तोळा हे पदार्थ आंत घालावे. नंतर चार तोळे तूप किंवा तेल त्यांत फोडणीची मिसळण घालून फोडणी खरपूस झाली ह्मणजे भाजींत ओतून वर झांकण ठेवावें. वाफ बिलकूल जाऊं देऊं नये. नंतर झांकण काढून एक तोळा कोथिंबीर चिरून आंत टाकावी. ह्म० तयार होते.

अलकोलची भा०—अलकोल घेऊन त्याची वरील साल काढून बारीक चिरून एकशेर ती भाजी घ्यावी. नंतर त्यांत हरबऱ्याची भिजलेली दाळ चार तोळे, मसल्याचें तिखट दोन तोळे व पाणी तीन तोळे आंत घालावें. बाकीची सर्व कृति तांबड्या भोपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

आबईची भा०—इची सर्व कृति घेवड्याचे भाजीप्रमाणेंच जाणावी.

अंजीराची भा०—हिरवे अंजीर घेऊन त्यांचे देंठ काढून ते चिरून प्रत्येकाच्या चार चार फोडी कराव्या. याप्रमाणें एकशेर भाजीस दोन तोळे मसल्याचें तिखट व आतपाव पाणी घालून शिजवावी. पाणी मात्र शेष राहूं देऊं नये. बाकीची सर्व कृति तांबड्या भोपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

५

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

करडईची भा०—करडईचे पाल्याची भाजी हारबऱ्याचे भाजीसारखी करावी.

करटोल्यांची भा०—ही भाजी कारल्यांच्या कोरड्या भाजीप्रमाणें जाणावी.

कारल्यांची भा०—कोंवळीं कारलीं घेऊन त्यांच्या वाटोळ्या चकत्या चिरून आंतील बिया काढून टाकाव्या. याप्रमाणें आच्छेर कारलीं घेतल्यास त्यास एक तोळा मीठ लावून त्या चांगल्या हातानें चुरून त्याचें कडु पाणी पिळून काढावें. नंतर परातींत घेऊनत्याजवर सहामासे मीठ, एक तोळा मसल्याचें तिखट, एक मासा हाळद व दोन तोळे खोबऱ्याचा कीस घालून हातानें ती भाजी सारखी करावी. नंतर दोन तोळे तेल पळींत घेऊन त्यांत फोडणीचें मिसळण घालून किंवा पातेल्यांत फोडणी पक्की करून त्यांत ती तयार केलेली भाजी टाकावी. आणि परतून परतून चुरचुरीत झाली ह्मणजे काढावी.

कारलीं मसाल्याचीं—आच्छेर चांगलीं कारलीं आणून तीं सगळ्या वांग्यांसारखीं चिरून त्यांतील सर्व बिया काढून टाकाव्या. नंतर त्यांत एक तोळा मीठ भरून फडक्यांत पुरचुंडी बांधून वजनदार दगडाखालीं दाबून ठेवावीं. कांहीं वेळानें तीं काढून त्यांतील पाणी पिळून काढावें. नंतर दोन तोळे मसाला पाट्यावर घालावा आणि त्यांजवर पाउण तोळा मीठ घालून थोडा पाण्याचा हापका मारून बारीक वांटावा. नंतर कल्हईच्या भांड्यांत घालून त्यांत दीड तोळा चिंचेचा कोळ एक रुपायाभार गूळ घालून एक जागीं करून कारल्यांत भरण्यासारखा मसाला पातळ होई असें पाणी कालवून कारल्यांत भरावा. नंतर दोन तोळे तेल, दोन मासे फोडणीचें मिसळण, चार गुंजा हिंग व चार गुंजा हाळद घालून फोडणी करावी. ती खरपूस झाली ह्मणजे त्या फोडणीचे पातेल्यांत तीं कारलीं घालून पातेलें आसडावें. नंतर त्यांत सहा मासे कोथिंबीर चुरून टाकावी व एक तोळा खोबऱ्याचा कीस व पांच तोळे पाणी घालावें. आणि मंदाग्नि लावून वर पाण्याचें भरलेलें भांडें झांकण ठेवावें. थोड्या वेळानें शिजलीं ह्मणजे झांकण काढून अंगाबरोबर आंतील रस आहे तोंच ती भाजी उतरून ठेवावी.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

केळफुलाची भाजी.--केळफूल आणून वरील तांबड्या पाऱ्या काढून टाकाव्या. नंतर आंतील (फुलांतील)दांडा जाड असतो तो व पांढरी पाकळी काढून टाकून चांगले बारीक चिरून सुमारें अर्धाशेर घ्यावी व ती तशीच पाण्यांत कांहींवेळ भिजत ठेवावी. भिजल्यानंतर पिळून घेऊन पुन्हां त्यांत पावशेर पाणी घालून शिजत ठेवावी. एक कढ आला ह्मणजे पिळून टाकावी. नंतर परातींत घेऊन त्या भाजींत मुगाची दाळ भिजवलेली आतपाव, चिंचेचा कोळ सहा मासे, एक तोळा मसाल्याचें तिखट, मीठ पाउण तोळा, खोबऱ्याचा कीस एक तोळा, कोथिंबीर चिरलेली सहा मासे व गुळाचें पाणी हीं एकत्र कालवून तूप किंवा तेल एक रुपयाभार पातेल्यांत घालून त्यांत फोडणीचें मिसळण दोन मासे व हिंग एक गुंज घालून त्या पातेल्यांत ती भाजी फोडणीस टाकावी. नंतर परतून परतून तयार करावी.

केळ्यांची भाजी.—हिरवीं केळीं घेऊन त्यांजवरील साल काढून बारीक फोडी चिराव्या. त्या आच्छेर असल्यास भाजीचा मसाला एक तोळा व पाणी दोन तोळे घालावें. बाकीची सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

कोबीचे कांद्याची भा०.—कोबीचा कांदा एक शेर चिरून ती भाजी धुऊन टाकावी. नंतर आतपाव हारबऱ्याची दाळ भिजलेली आंत मिळवून त्यांत दोन तोळे मसाल्याचें तिखट, दोन तोळे खोबऱ्याचा कीस आंत मिळवून नंतर सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

गवारीच्या शेंगांची भाजी.—ही भाजी घेवड्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

गाजराची भा०.—गाजराच्या चिरलेल्या फोडी एक शेर घ्याव्या, व त्या पातेल्यांत फोडणीस टाकाव्या. नंतर मसाल्याचें तिखट दोन तोळे व मीठ दीड तोळा, खोबऱ्याचा कीस दोन तोळे आणि पाणी चार तोळे घालून मंदाग्नि लावून शिजवावी. वरती झांकण ठेवावें. व शिजल्यानंतर खालीं उतरून ठेवावी.

घेवड्याची भा०.—घेवड्याच्या शेंगा चांगल्या कोंवळ्या घेऊन

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

निवडाव्या व एक शेर भाजीस दोन तोळे मसाला घालून दोन तोळे पाणी घालून बाकी सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी. गूळ मात्र घालूं नये.

घोंसाळ्यांची भा०.—घोंसाळ्यांची साल काढून चिरून एक शेर फोडी घ्याव्या व त्यांत चार तोळे हारबऱ्याची दाळ भिजलेली घालावी आणि तांबडे तिखटाऐवजीं दोन तोळे मसाला घालावा. गूळ घालूं नये.वरकड सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

घोळूची भा०.—घोळ कोंवळी आणून निवडून बारीक चिरावी. ती एक शेर असल्यास हारबऱ्याची दाळ भिजलेली आतपाव घालावी व पावशेर पाणी घालून चुलीवर शिजत ठेवावी. त्यांतील दाळ थोडी मऊ झाली ह्मणजे त्यांत तीन तोळे चिंचेचा कोळ व एक तोळा गूळ आणि तीन तोळे हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ सहा तोळे पाण्यांत कालवून हे सर्व पदार्थ आंत कालवावे. नंतर एक तोळा तांबडें तिखट व दोन तोळे मीठ घालून पुढें सर्व कृति आळवाचे भाजीप्रमाणें करावी.

चवळीची भाजी.—चवळीचा कोंवळा पाला आणून बारीक चिरून धूऊन नंतर उकडावा व पिळून काढावा. नंतर एकशेर पाल्यास भिजलेली हारबऱ्याची दाळ आतपाव घालून एक तोळा तांबडें तिखट, पाउण तोळा मीठ असें एकत्र करून सर्वांस फोडणी देऊन पातेल्यांत परतून परतून काढून ठेवावी.

चंदनबटव्याची भा०—घोळूप्रमाणें भाजी करावी.

चाकवताची भा०—चाकवताची भाजी बारीक चिरून धुऊन टाकावी. अशी एकशेर भाजी घेऊन तींत हारबऱ्याची दाळ भिजलेली आतपाव घालावी व पावशेर पाणी घालून चुलीवर शिजत ठेवावी. नंतर एक तोळा तांबडें तिखट व दीड तोळा मीठ घालावें. आंतील दाळ थोडी शिजली ह्मणजे पुढें सर्व कृति आळवाचे भाजीप्रमाणें करावी. आंबटा ऐवजीं ताक चांगलें आंबट घालून फोडणी द्यावी. ज्या वेळीं चिंचेच्या ऐवजीं ताक घालावयाचें त्यावेळीं आंत गूळ घालूं नये.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

चुक्याची भाजी—चुका चिरलेला एकशेर घ्यावा. व त्यांत हारबऱ्याची दाळ भिजलेली आतपाव घालावी व पावशेर पाणी घालून चुलीवर शिजत ठेवावी. एक कढ आल्यावर चण्याचें पीठ दोन तोळे, चार तोळे पाण्यांत कालवून आंत ओतावें. नंतर गूळ दोन तोळे, तिखट एक तोळा, मीठ दोन तोळे, घालून पुढील सर्व कृति आळवाचे भाजीप्रमाणें करावी; परंतु मिरच्या, चिंच व आलें हे पदार्थ घालूं नयेत.

तोंडल्यांची भाजी—एक शेर तोंडलीं घेऊन प्रत्येक तोंडल्याच्या उभ्या चार फांकी कराव्या. तांबडे तिखटाऐवजीं दोन तोळे मसाला घालावा. गूळ घालूं नये. बाकी सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

दुध्या भोंपळ्याची भा०—दुध्या भोंपळा फोडून चिरून त्याची वरील साल काढून टाकावी व लहान लहान फोडी कराव्या. अशा फोडी एकशेर घेऊन त्यांत आतपाव मुगाची दाळ मिळवून ती भाजी फोडणीस टाकावी. नंतर दोन तोळे मसाला घालावा. गूळ मात्र घालूं नये. बाकी सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

दोडक्यांची भा०—दोडक्यावरील सालीं व शिरा काढून त्याचे चिरून बारीक तुकडे करावे. असे तुकडे एक शेर घेऊन त्यांत हारबऱ्याची भिजलेली दाळ छटाक घालून त्या फोडी फोडणीस टाकाव्या. तिखटाऐवजीं दोन तोळे मसाला घालावा. गूळ मात्र घालूं नये. बाकी सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

घेंडशांची भा०—वरील साल काढून बारीक चिरावी व आंतील बिया काढून टाकाव्या. अशा एक शेर भाजीस छटाक हारबऱ्याची दाळ भिजवलेली आंत मिळवून पातेल्यांत फोडणीस टाकावी. बाकी सर्व कृति दोडक्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

पडवळांची भा०—पडवळांच्या चिरलेल्या फोडी एक शेर घेऊन त्याला छटाक हारबऱ्याची अगर तुरीची दाळ भिजलेली घालून भाजी फोडणीस टाकून त्यांत मसाल्याच तिखट दोन तोळे घालावें. गूळ घालूं नये. बाकीची सर्व कृति भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें जाणावी.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

पोकळ्याची भा०—माठाचे भाजीप्रमाणें तयार करावी.

फणसाची भा०—फणसावरील साल काढून ती बारीक चिरावी. अशी चिरलेली भाजी एक शेर घेऊन त्या भाजींत आतपाव हारबऱ्याची दाळ भिजविलेली किंवा भाजलेले पावटे किंवा भिजून फुगलेले वाटाणे आंत मिळवून ती भाजी फोडणीस टाकावी. नंतर पावशेर पाणी, तीन तोळे मसाल्याचें तिखट व दोन तोळे मीठ घालावें. गूळ घालूं नये. बाकी सर्व कृति भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

बटाट्यांची भा०—एक शेर बटाटे चिरून त्यांत भाजीचा मसाला दोन तोळे, पाणी आठ तोळे घालून बाकी सर्व कृति भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी. परंतु गूळ घालू नये.

प्रकार दु०—एक शेर बटाटे शिजवून सालपटें काढून टाकावीं. नंतर चिरून त्याच्या फोडी कराव्या. त्यांत मसाला दोन तोळे, मीठ दोन तोळे, कोथिंबीर एक तोळा, खोबऱ्याचा कीस एक तोळा घालून हातानें सारखी करावी. नंतर चार तोळे तूप कढईंत घालून तींत फोडणीचें मिसळण घालावें, फोडणी खरपूस झाली ह्मणजे आंत ती भाजी ओतून परतून काढावी.

प्रकार ति०—एकशेर बटाटे चिरून फोडी कराव्या. नंतर नुसत्या फोडणीस टाकाव्या. नंतर दोन तोळे मसाला, आठ तोळे पाणी, एक तोळा गूळ, एक तोळा चिंच व एक तोळा चण्याचें पीठ हे पदार्थ पाण्यांत कालवून आंत ओतावे. बाकी सर्व कृति भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

भेंड्यांची भा०—भेंड्या चिरून एकशेर घ्याव्या. नंतर दोन तोळे तूप पातेल्यांत घालून एक मासा जिरें व सहा मासे तांबडें तिखट फोडणी चांगली झाली ह्मणजे फोडी फोडणीस टाकाव्या. नंतर त्यांत आतपाव ताक टाकावें किंवा ताक न घालतां दोन तोळे चिंच व एक तोळा गूळ घालावा. बाकी सर्व कृति भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

भोपळ्याची भा०—(तांबडा भोपळा). तांबडा भोंपळा आणून चिरावा. नंतर वरील साल काढून बारीक फोडी कराव्या. अशा चिरलेल्या

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

फोडी एकशेर घ्याव्या. नंतर चुलीवर पातेलें ठेवून तें थोडें तापलें ह्मणजे त्यांत तूप अथवा तेल दोन तोळे घालावें तें तापलें ह्मणजे फोडणीचें मिसळण घालावें. फोडणी खरपूस झाली ह्मणजे त्यांत त्या फोडी फोडणीस टाकाव्या. नंतर पाउण तोळा तिखट, दीड तोळा मीठ घालून तें पातेलें आसडावें व पाण्यानें भरलेलें भांडें त्याजवर झांकण ठेवावें. भोपळा गोडीस कमी असल्यास एक तोळा गूळ. एक वाफ आल्यावर आंत घालावा आणि खालीं मंदाग्नि लावावा. थोड्या वेळानें ती भाजी शिजली ह्मणजे त्यांत एक तोळा कोथिंबीर बारीक चिरून घालावी व पाहिजे असल्यास दोन तोळे खोबऱ्याचा कीस आंत घालून पळीचे दांड्यानें ढवळून थोडें आंत पाणी आहे तोंच खालीं उतरून ठेवावी.

माठाची भा०—माठ बारीक चिरून एक शेर भाजी घ्यावी व पातेल्यांत फोडणीस टाकावी.नंतर एक तोळा मीठ व अर्धा तोळा तांबडें तिखट घालून तें पातेलें आसडावें व खालीं मंदाग्नि लावून वर कोरडें झांकण ठेवावें थोड्या वेळानें शिजली ह्मणजे खालीं उतरून ठेवावी.

माठाची भाजी.—(गरगटी) एक शेर माठाचा पाला चांगला बारीक चिरून पाण्यानें धुऊन काढावा. नंतर आंत पसाभर तुरीची दाळ घालून ती भाजी पातेल्यांत शिजत घालावी. व पावशेर पाणी घालून वर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवावें. थोडे वेळानें आंतील दाळ व भाजी शिजली ह्मणजे चार रुपयेभार हरबऱ्याचें पीठ आठ तोळे पाण्यांत कालवून आंत घालावें. नंतर एक तोळा तांबडें तिखट एक तोळा मीठ घालून पळीनें गरगटावी. नंतर थोडा वेळ शिजली ह्मणजे पळींत फोडणी तयार करून आंत घालावी व सारखी करावी.

मुळ्यांची भा०—मुळे व पाला दोन्ही बारीक चिरून पाण्यानें धुऊन टाकावा.अशी एक शेर भाजी घेऊन तींत हारबऱ्याची दाळ आतपाव घालावी व पावशेर पाणी घालून चुलीवर शिजत ठेवावी. एक कढ आला ह्मणजे खालीं उतरून पिळून काढावी. पुढें सर्व कृति केळफुलाच्या भाजीप्रमाणें करावी.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

मुळ्याच्या शेंगांची भाजी– ही भाजी घेवड्याच्या भाजीप्रमाणेंच करावी.

मेथीची भा०—माठाच्या भाजीप्रमाणें मोकळी व गरगटी करावी.

प्रकार दु०—मेथीची चिरलेली भाजी एकशेर घेऊन तींत हारबऱ्याची दाळ भिजलेली एक मुठभर घालावी आणि पावशेर पाणी घालून शिजत ठेवावी. वर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवावें. थोडी शिजली ह्मणजे हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ एक तोळा व कणिक आडीच तोळे आंत घालून पळीनें गरगटावी. नंतर बारीक मीठ दीड तोळा व तांबडें तिखट एक तोळा व उन पाणी दोन तोळे आंत घालून खालीं मंदाग्नि लावावा. थोडा वेळ शिजली ह्मणजे पळींत फोडणी तयार करून भाजी खालीं उतरून फोडणी द्यावी.

मोहरीची भा०—मोहोरीच्या पाल्याची भाजी माठाच्या भाजीप्रमाणें करावी.

राजगिऱ्याची भा०—राजगिऱ्याच्या पाल्याची भाजी माठाच्या भाजीप्रमाणें करावी.

वांग्यांची भा०—वांग्याचे देंठ काढून एकशेर फोडी चिरून घ्याव्या. तांबडे तिखटाचे ऐवजीं तीन तोळे मसाला घालावा. गूळ मात्र घालूं नये. बाकी सर्व कृति तांबडे भोंपळ्याचे भाजीप्रमाणें करावी.

वांगीं मसाल्याचीं.—लहान कोंवळीं एकशेर वांगीं घेऊन देंठ काढून टाकावें व एकेक वांग्याच्या चार चार फांकी करून सबंध वांगें राहूं द्यावें. याप्रमाणें वांगीं चिरून थोडा वेळ पाण्यांत राहूं द्यावीं. नंतर मसाल्याचीं कारलीं करण्याची कृति वर सांगितली आहे त्याप्रमाणें मसाला तयार करावा. मीठ मात्र दोन तोळे घ्यावें. नंतर पाण्यांतून वांगीं काढून झाडून आंतील पाणी सर्व नाहींसें करावें. नंतर तो तयार केलेला मसाला आंत भरावा. बाकी सर्व कृति मसल्याचीं कारलीं करण्यास सांगितलीं आहेत त्याप्रमाणें वांगीं तयार करावीं.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

दाळवांगें.—पावशेर तुरीची दाळ घेऊन वरणाप्रमाणें शिजत घालावी. चांगली शिजत आल्यावर त्या दाळींत आच्छेर वांग्यांच्या फोडी चिरून शिजत घालाव्या, त्या शिजल्या ह्मणजे पळीनें गरगटाव्या; नंतर तीन तोळे मसाला, तीन तोळे मीठ, दोन तोळे खोबऱ्याचा कीस, दीड तोळा चिंचेचा कोळ, एक तोळा गूळ व एक शेर पाणी एकत्र करून चुलीवर पातेल्यांत ओतावें. एक कढ आला ह्मणजे दोन तोळे हारबऱ्यांचें पीठ पाण्यांत कालवून आंत ओतावें व पळीनें सारखें करावें. नंतर चार पांच कढ आले ह्मणजे पळींत फोडणी तयार करून आंत घालावी वाफ जाऊं देऊं नये.

वालपापडीची भा०—घेवड्याप्रमाणें करावी.

शिवपालकाची भा०—घोळूच्या भाजीप्रमाणें करावी.

शेवग्याच्या शेंगांची भा०—शेवग्याच्या शेंगा फार कोंवळ्या नाहींत व फार निबर नाहींत अशा घेऊन त्यांचे चार बोटें लांबीचे तुकडे करावे. याप्रमाणें वजनी एक शेर तुकडे घेऊन कल्हईचे पातेल्यांत सव्वाशेर पाणी व थोडी हाळदीची चिमूट टाकून त्यांत ते शेंगांचे तुकडे टाकावे. नंतर चार तोळे मीठ टाकून वर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवावें. थोड्या वेळानें आंतील शेंगा मऊ झाल्या ह्मजजे बेसनाचें पीठ आतपाव, दोन तोळे तांबडें तिखट, दोन तोळे खोबऱ्याचा कीस एक तोळा, चिरलेली कोथिंबीर व थोडी जिऱ्यांची पूड हे पदार्थ आंत घालून एक कढ आला ह्मणजे पळींत फोडणी तयार करून आंत ओतावी. या शेवग्याच्या शेंगा कढींत किंवा वांग्याच्या भाजींत घातल्या असतां चांगल्या लागतात.

हारबऱ्याची भा०—हारबऱ्याचे पाल्याची भाजी मेथीचे भाजीप्रमाणें मोकळी व गरगटी करावी. परंतु तिजला कणीक न घालतां हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ घालावें.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

भात.

केशरीभात—चांगले बारीक तांदूळ एकशेर घेऊन चांगले धुऊन त्यांचा भात किंचित् कच्चा राखावा आणि भांड्याचे तोंडावर घट्ट चांगलें फडकें बांधून परातीवर दोन सरळ लांकडें ठेवून त्याजवर तें भांडें पालथें घालून निथळत ठेवावा आणि बदामाचे, सोललेले पांढरे गर पावशेर, व बेदाणा पावशेर, वेलदोड्यांचे आंतील दाणे एक तोळा, व पाउण तोळा केशर पाण्यांत खललेलें, व पिठीसाखर दोनशेर हें सर्व सामान तयार करून ठेवून नंतर त्या भातांतील पेज सगळी निथळून कोरडा झाला ह्मणजे परातींत उपसून मोकळा करून ठेवावा. नंतर त्यांत वरील जिन्नस घालून मिसळावे. नंतर एक मोठें भांडें चुलीवर ठेवून त्यांत दीडशेर तूप घालून सळसळ होईपर्यंत तापवून त्यांत अर्धा तोळा लवंगा टाकून थोडा वेळ वर झांकण ठेवून नंतर तो भात फोडणीस टाकून पळीचे दांड्यानें सारखा चाळवून पुन्हां वर झांकण ठेवून तसाच घटकाभर राखून नंतर खालीं उतरून आंत पावशेर खडीसाखर व अर्धा तोळा लवंगा मिसळून वाढावा. हा धातुवर्धक वातनाशक, पौष्टिक मधुर व कफहारक असा आहे.

प्रकार दु०—चांगले बारीक तांदूळ पिठी लावून कांडलेले वजनी ८० तोळे घेऊन धुऊन आधणांत ओतण्याचे पूर्वीं त्यांत आतपाव तूप घालून नंतर तांदूळ ओतून पळीनें ढवळावें आणि कढ आल्यावर तो भात वेळून फडकें लावून आंतील पाणी काढून निखाऱ्यांवर ठेवावा. भात शिजला ह्मणजे उतरून परातींत पसरावा. नंतर एक तोळा केंशर, दहा तोळे पाण्यांत घालून निखाऱ्यावर शिजत ठेवून चांगलें बारीक कुसकरून परातींतले भातास सारखें चोळावें. नंतर चांगली साखर दोन शेर घालावी, बेदाणा पावशेर स्वच्छ धुऊन कोरडा करून घालावा, बदामाचे गोळे पावशेर उन पाण्यांत घालून सोलून त्याचे काप काढून आंत घालावे. नंतर चुलीवर कल्हईचें पातेलें ठेवून त्यांत आच्छेर तूप घालून चांगलें सळसळूं लागलें ह्मणजे परातींतील भात आंत ओतावा. आणि पळीचे दांड्यानें सारखा करावा. नंतर कढ येऊन खतखतूं लागून साखरेचा पाक

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

होऊन जातो. याप्रमाणें चार कढ येऊन गेल्यावर भात निखाऱ्यांवर ठेवावा. नंतर पुन्हां पावशेर तूप त्या भातावर ओतावें. आणि झांकण ठेवावें, ह्मणजे चांगला मोकळा भात होतो. तो तयार झाल्यावर पावशेर खडीसाखरेचा भरडा व दोन तोळे वेलदोड्याचे दाण्याची बारीक केलेली पूड वर घालून भात वाढावा. यास साखरभातही ह्मणतात.

खिचडी—शेरभर तांदूळ चांगले सडलेले घेऊन त्यांत मुगाची दाळ पाउणशेर घालावी. नंतर दोन्हीही एकत्र करून धुवावी व त्याचे दुप्पट पाण्याचें आधण ठेवून नंतर वांगीभाताचा मसाला सांगितला आहे त्यांतून कोळसा खेरीज करून बाकी सर्व मसाला त्याच कृतीनें तयार करून खिचडीस कढ येण्याचे सुमारास आंत घालावा व दुसरा कढ येण्याचे सुमारास आच्छेर तूप आंत घालावें व बोटचेंपी झाल्यावर उतरून निखाऱ्यांवर ठेवून पुन्हां पावशेर तूप फोडणीस ठेवून त्यांत हिंग चार गुंजा व मोहोऱ्या दोन मासे घालून त्या निखाऱ्यांवर ठेवलेले खिचडीस फोडणी देऊन झांकण ठेवावें. नंतर एक नारळ किसून घालून वाढावी.

प्रकार दु०—एकशेर तांदूळ पाउणशेर मुगाची दाळ धुऊन घेऊन त्यास खोबरें आतपाव, लवंगा एक तोळा, मिरीं एक तोळा, जिरें एक तोळा, हिंग तीन मासे व हाळद तीन मासे. हे जिन्नस पूड व भरडा करून ठेवावे. खोबरें तळून भरडा करावा. नंतर आतपाव तूप फोडणीस ठेवून त्यांत मोहऱ्या व हिंग घालून तांदूळ व दाळ एकत्र केलेली त्यांत ओतावी. नंतर वरील प्रमाणें तयार केलेला मसाला त्यांत घालावा आणि कढ आल्यावर छटाक मीठ घालून थोडी बोटचेंपी झाली ह्मणजे पावशेर तूप आंत घालून निखाऱ्यांवर काढून ठेवावी. बाकी सर्व कृति वरप्रमाणें करावी.

गव्हल्यांचा भा०—आच्छेर गव्हले घेऊन तितकेंच दुसरे भांड्यांत पाण्याचें आधण ठेवावें. नंतर पावशेर तूप तिसऱ्या भांड्यांत घालून तापवून त्यांत गव्हले घालावे आणि आसडावे. नंतर पूर्वी ठेवलेलें आधण त्यांत ओतावें व चांगली पांढरी साखर आंत एकशेर घालावी. नंतर बदामाचे गोळे आतपाव व बेदाणा आतपाव हे दोन पदार्थ आंत घालावे.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

नंतर पितळेची पळी घेऊन तिच्या दांड्यानें सारखे करावे. नंतर पावशेर तूप आंत घालून वर झांकण ठेवावें. नंतर निखाऱ्यांवर उतरून ठेवून वाढते वेळेस आतपाव खडीसाखरेचा भरडा त्याजवर घालून वाढावा.

तांदुळाचा भा०—तांदुळ चांगले सडलेले घेऊन आधणांत ओतावे. चांगला कढ आल्यावर आंतील शीत चेंपून पहावें. भात बोटचेंपा झाला ह्मणजे वेळून काढून निखाऱ्यांवर ठेवावा. नंतर त्यांतून पांढरी वाफ निघूं लागली ह्मणजे निखाऱ्यांवरून खालीं उतरून ठेवावा. यास वेळलेला भात असें ह्मणतात. हा भात पथ्यकर, अग्निदीपन, तृप्तिकर, मूत्रल, स्वच्छ, लघु, रुचिकर, उष्णवीर्य व कफ आणि वात यांचा नाश करितो.

प्रकार दुसरा.—भांड्याचे बेतानें तांदूळ धुऊन आंत घालावे. पाणी मधले बोटाचें मधलें पेरें बुडेपर्यंत घालावें. नंतर भांडें चुलीवर ठेवावें. एक कढ येऊन गेला ह्मणजे वर झांकण ठेवून खालीं मंदाग्नि लावावा ह्मणजे भात तयार होतो. हा भात, शीत, रुचिकर, जड, शुक्रवर्धक वृष्य, मधुर, ग्राही, तृप्तिदायक व क्षय, कफ, आणि वायु यांचा नाशक आहे.

नारळाचा भा०—बारीक तांदूळ एकशेर घेऊन शिजत घालावे. कढ येतांच वेळून टाकून भात मोकळा करावा. व कल्हईचे परातींत पसरावा, एक तोळा केंशर खलून त्या भातास लावावें. पांच नारळ फोडून त्यांचा कीस भातावर घालावा. नंतर आडीचशेर साखरेचा पाक किंवा आडीचशेर साखर वर घालावी. नंतर दोन तोळे वेलचीची पूड, पावशेर बेदाणा, पावशेर बदामाचे गोळ्यांच्या चकत्या, याप्रमाणें पदार्थ आंत घालून कल्हईचे पातेल्यांत आच्छेर तूप घालून एक तोळा लवंगांचा भरडा घालून फोडणी तयार करावी व तयार केलेला भात आंत घालून असडावा. दोन कढ आल्यावर उतरून निखाऱ्यांवर ठेवावा. वाफ आली ह्मणजे उतरून खालीं ठेवावा. वाढतेवेळीं दीड पावशेर खडीसाखरेचा भरडा आंत घालून वाढावा.

वांगिभात.—एक शेर चांगले तांदूळ घेऊन धुऊन रोवळींत पाध-

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

ळत ठेवावे. नंतर त्यास दोन तोळे तूप लावावें. धणे आतपाव, पावशेर खोबरें, दोन तोळे लवंगा आणि जिरें, शहाजिरें, मिरीं, दालचिनी, नाकेशर, वेलदोडे हीं सर्व एक तोळा, हिंग अर्धा मासा, मिरच्या पांच तोळे, व हाळकुंडें दोन तोळे येणेंप्रमाणें सर्व जिनसा तुपांत तळाव्या, शहाजिरें मात्र तळूं नयेत. वरील दोन तोळे लवंगांपैकीं एक तोळा लवंगा फोडणीस ठेवून बाकी सर्व तळलेल्या जिनसा शहाजिऱ्यासुद्धां बारीक वांटाव्या. नंतर एक शेर तांदुळांस चांगलीं कोंवळीं लहान लहान वांगीं अशीं घेऊन त्यांचे अर्धे देंठ ठेवावे. आणि कांटे मात्र हातानें सर्व काढून टाकावे. वांगीं चिरावयाचीं तीं एकदां देंठाकडून व एकदां वांग्याकडून अशा चार फांकी करून नंतर वरील वांटलेला मसाला आहे त्यांत एरंडाचा कोळसा किंवा सुपाऱ्या भाजून त्यांचा कोळसा थोडा घालावा ह्मणजे मसाला रंगदार होतो. तो मसाला व पांच तोळे मीठ एकत्र करून त्यांपैकीं निम्मा मसाला वरील धुतलेल्या तांदुळांस लावून बाकी राहिलेला अर्धा मसाला घेऊन त्यांत एक तोळा चिंचेचा कवळ मिळवून सारखा कालवून हातानें वांग्यांत भरावा. अशीं सर्व वांगीं मसाला भरून तयार ठेवावीं. नंतर तांदुळाचे दुप्पट पाणी मोजून आधण ठेवावें. नंतर दुसऱ्या कल्हईच्या तपेल्यांत पावशेर तूप घालून फोडणी तापवावी. नंतर त्यांत मोहऱ्या घालून त्या तडतडल्या ह्मणजे मसाला भरलेलीं वांगीं फोडणीस टाकावीं. आणि आसडून त्यांचे तोंडावर पाण्यानें भरलेलें भांडें ठेवावें, दोन वाफा आल्यावर जास्त शिजूं न देतां कच्चीं वांगीं पातेल्यांत ओतून काढावीं. नंतर त्याच पातेल्यांत पावशेर तूप घालून एक तोळा ठेवलेल्या लवंगा तुपांत फोडणीस घालून त्यांत तांदूळ ओतून आसडावे आणि आधण ठेवलेलें पाणी त्यांत ओतावें. नंतर तो भात बोटचेंपा होण्यापूर्वीं त्यांतून चौथाई भात ओग्राळ्यानें परातींत काढून तीं सिद्ध करून ठेवलेलीं वांगीं तपेल्यांत ओतावीं आणि परातींत काढलेला भातही आंत घालावा. नंतर तपेल्याचे तोंडावर आच्छेर तूप ओतून झांकण ठेवून त्याजवर निखारे घालून तें भाताचें तपेलें निखाऱ्यांवर ठेवावें आणि वाफ आल्यावर जमिनीवर उतरून वाढतेवेळीं अर्धा नारळ किसून त्या भातांत मिळवून वाढावा.

सोजी भात.—एकशेर तांदूळ धुऊन निथळत ठेवावे व चांगले

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

कोरडे करावे. नंतर आतपाव तूप फोडणीस टाकावें आणि वांगीं-भाताचे मसाल्याप्रमाणें निमे वजनाचा मसाला तयार करून मिठाखेरीज त्या कोरडे केलेल्या तांदुळांस लावून ते फोडणीस टाकावे आणि तांदुळांचे दुप्पट आधणांत ओतावे. कढ आला ह्मणजे ढवळून त्यांत दोन तोळे मीठ घालावें आणि तांदूळ बोटचेंपे झाल्यावर त्यांत आतपाव तूप घालून निखाऱ्यांवर उतरून ठेवावी.

मांडे.

गव्हांला पाणी लावून कांहीं वेळ दडपून ठेवावे. नंतर भरडून बारीक व शुभ्र अशा वस्त्रानें गाळून रवा काढावा. त्यांत सोळावा हिस्सा तुपाचें मोंहोन घालून पाण्यानें मळावा व पाटघावर कुटून फारच मऊ करावा आणि त्यांची लिंबाएवढी गोळी घेऊन हातानें पोळी सारखा वाटोळा व कांद्याच्या पापुद्र्यासारखा पातळ असा उलटया हातावर मोठा विस्तार करून चुलीवर ठेवलेल्या मडक्याचे बुडावर ठेवून भाजावा. नंतर त्याची चौघडी करून साखर व दूध मिश्र करून दुधांत बुडवून खावा. तो बलकर, धातुवर्धक, वृष्य, रुचिकर, ग्राहक व लघु आहे व त्रिदोषांचा नाश करितो.

मांडे दुधाचे.—रुंद तोंडाच्या भांड्यांत कापसाच्या बिया व पाणी घालून खालीं जाळ लावावा आणि त्याचे तोंडावर पितळी किंवा ताट ठेवून त्यांजवर आटीव दूध पळीनें पसरून घालावें तें वाळलें ह्मणजे पुन्हां विस्तारावें. याप्रमाणें करून तांदुळा इतकेच जाड झाले ह्मणजे चाकूनें हळूहळू काढावे नंतर त्यांजवर साखर व वेलचेची पूड घालून खावे.

मांडे पुरणाचे.—सव्वाशेर उत्तम साखर घेऊन पाटघावर बारीक वांटावी. नंतर आतपाव खसखस भाजून बारीक वांटून आंत टाकावी. एक तोळा वेलदोड्याची पूड, छटाक गव्हांची पिठी व घट्ट चांगलें तूप आच्छेर

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www.kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

येणेंप्रमाणें जिन्नस साखरेंत मिळवून पुन्हां पाट्यावर चांगले बारीक वांटून तयार करून ठेवावे. रवा चांगला पाउणशेर, पावशेर पिठी, एक तोळा मीठ आंत घालून पाण्यानें कालवून नंतर परातींत घेऊन वरचेवर पाण्याचा हात लावून तिंबून चांगलें मऊ करून ठेवावें. नंतर मातीचा डेरा त्यास चुना लावून चुलीवर पालथा ठेवावा व चिखलानें चुलीस व डेऱ्याचे तोंडास संधीलेप करावा. नंतर तूप चार तोळे, एक तोळा साखर आणि एक तोळा पीठी हे तिन्ही पदार्थ एकत्र करून फेंसून तयार केलेले रव्यास लावावे व लिंबाएवढ्या गोळ्या दोन घेऊन त्यांमध्यें पुरणाची गोळी ठेवून बोटानें सभोंवतीं चेंपून तांदूळाचे पिठींत घोळून पोळपाटावर लाटून तयार झाल्यावर हातावर घेऊन त्यांची पिठी झाडून डेऱ्यावर टाकून परतावा व सभोंवतीं दोन दोन बोटें दुमडून नंतर एकच मोठी घडी करून भिंतीशीं अगर दोन लांकडांवर ठेवावा ह्मणजे निवतांच फुगतो. याप्रमाणें शेराचे बारा मांडे होतात.

मालपुवा.

एक शेर गव्हाचा रवा घेऊन त्यांत छटाक तूप व चार तोळे तांदुळाचें पीठ घालून पाण्यानें किंवा दुधानें भिजवावा. व क्षणभर थांबून पाट्यावर खूप कुटावा. नंतर पुन्हां दोन तोळे तूप एक तोळा तांदुळाचें पीठ परातींत फेंसून लावावें. नंतर निंबा एवढ्या गोळ्या करून पिठींत चांगली जितकी पातळ लाटवेल तितकी लाटून एक तयार करून ठेवावी. नंतर एक शेर साखर, खोबऱ्याचा कीस अर्धा शेर भाजून कुटलेला, एक तोळा वेलदोड्याची पूड, हे तिन्ही एकत्र करून ठेवावे. नंतर तयार करून ठेवलेली एक पोळी तव्यावर घालावी. खालीं मंदाग्नि लावावा. पोळीवर तूप लावावें आणि तीन जिन्नस तयार करून ठेवलेले मूठभर घेऊन तव्यावरील पोळीवर घालून सारखें तिजवर दुसरी पोळी घालावी आणि परतावी. नंतर तिजवर तसेंच तूप घालून वरील साखर

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

खोबऱ्याचें मिश्रण मूठभर घालून सारखें करून पुन्हां तिजवर लाटलेली तिसरी पोळी घालावी आणि परतावी. अशा चार पांच पर्यंत पोळ्या घालाव्या. ह्मणजे तितकीं पुटें पडून एक पोळी होते.

मालत्या.

उत्तम रवा घेऊन दुधांत भिजवून मळून चांगला कुटावा. नंतर उडदा एवढाले पिठाचे गोळे हातांत घेऊन सहाणेवर बोटांनें गव्हल्याप्रमाणें लांब करून तेथेंच मुरडावे. ह्मणजे दोरीप्रमाणें त्याचे पीळ पडतात. याप्रमाणें तयार झाल्यावर वाळवून ठेवाव्या. नंतर आधणाचे पाण्यांत घालून वेळून काढून एक शेर मालत्यांस पावशेर तूप घालून त्यांत मालत्या फोडणीस टाकाव्या. नंतर एक शेर साखर व आतपाव तूप घालून पाक झाला ह्मणजे निखाऱ्यांवर ठेवाव्या. व त्यांत एक तोळा वेलदोड्यांची पूड घालून झांकण ठेवावें.

मोदक.

चांगले आच्छेर तांदूळ घेऊन बारीक दळावे. नंतर दोन नारळ किसून तो कीस तव्यावर भाजावा. आणि त्यांत पाउणशेर साखर व सहा मासे वेलदोड्यांची पूड घालून मिश्रण करून ठेवावें. नंतर गोड्या पाण्याचें आधण मापानें पिठाचे दुप्पट ठेवून त्यांत चार तोळे तूप व एक तोळा मीठ घालावें व पाण्यास आधण आलें ह्मणजे त्यांत तांदुळाचें पीठ घालून त्यास न ढवळतां पळीचे दांड्यानें पांचचार भोकें पाडून झांकण ठेवावें. नंतर दोन कढ पिठावर आले ह्मणजे पाणी अधिक वाटल्यास काढून टाकावें. नंतर पळीनें आंत गोळ्या असल्यास फोडून सारखें करावें. किंचित् वाफ येण्याकरितां निखाऱ्यांवर ठेवून परातींत काढून पाण्याचे हातानें वाटी सारख्या करून त्याजवरील पुरण घालून मोदक करावा. पि-

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

ठाची गोळी लहान घेऊन पुरण थोडें जास्त घालावें. एक पातेलें घेऊन त्यांत चौथा हिस्सा पाणी घालून त्याचे तोंडास फडकें बांधावें आणि समावेश होईल त्या मानानें सारखे मोदक ठेवून त्यांतील वाफ बाहेर न जाई अशा बेतानें वर झांकण घालून चुलीवर ठेवावे. शिजले ह्मणजे काढावे.

मोहनभोग.

बारीक गव्हांचा रवा अर्धाशेर घेऊन एके पातेल्यांत घालावा. नंतर अतपाव तूप घालून भाजावा. आणि त्याच पातेल्यांत वरचेवर थोडें थोडें दूध शिंपडून शिजवावा. नंतर त्यांत सहा मासे वेलदोड्यांची पूड, आच्छेर साखर घालून त्यांजवर अतपाव तूप घालून पळीचे दांड्यानें दवळून झांकून ठेवावा.

मृदुवल्या.

आच्छेर तांदूळ थोडा वेळ भिजत घालून स्वच्छ धुऊन कोरडे झाल्यावर घ्यावे. नंतर वस्त्रगाळ पीठ करावें. नंतर दोन नारळांचा कीस वांटून त्याचें दूध काढून ठेवावें. नंतर एक तोळा वेलदोड्यांची पूड, एक तोळा मीठ, एकशेर साखर हे पदार्थ पिठांत घालून नारळाचे दुधांत कालवून पळींतून पडे असें करावें. नंतर एका पातेल्यांत निम्मे पाणी घालून त्याचें तोंड फडक्यानें बांधावें व त्या फडक्यावर लहानशी ताटली ठेवावी. व त्या ताटलीच्या आंतून लोणी चोळून त्यांत दोन पळ्या वरील पीठ घालून त्यांजवर झांकण ठेवावें. खालीं मंदाग्नि लावावा. थोडे वेळानें आंतील पदार्थ शिजला ह्मणजे लागलींच एका परातींत एक बोटभर गार पाणी घालून त्यांत ती ताटली काढून ठेवावी ह्मणजे निवते. नंतर त्याच्या सुरीनें चौकोनी वड्या कापून काढाव्या ह्मणजे तयार झाल्या.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

मेथकूट.

एक तोळा मेथ्या, दोन तोळा मोहोऱ्या, दोन मासे मिरीं, तीन मासे वाळलेल्या मिरच्या, पावशेर हारबऱ्याची डाळ, छटाक गहूं, दोन मासे जिरें, छटाक उडदाची दाळ, पाव तोळा हिंग, तीन मासे वेलदोडे, तीन मासे सुंठ, सहा मासे हाळकूंडें येणेंप्रमाणें सर्व पदार्थ घेऊन त्यांपैकीं मोहोऱ्या, सुंठ व वेलदोडे हे खेरीज करून बाकी सर्व पदार्थ थोडे थोडे भाजावे, प्रथम हिंग दळून मग हारबऱ्याची दाळ दळावी. नंतर सर्व पदार्थ दळून नंतर मिरच्या दळाव्या. याप्रमाणें सर्व दळून एकत्र करून तयार करून ठेवावे. वाढतेवेळीं पांच तोळे मेथकूट असल्यास दुप्पट दहीं व चार मासे मीठ घालून वाढावें.

रायतीं.

आंवळ्याचें रा०—अर्धाशेर आंवळे घेऊन त्यांत दुप्पट पाणी घालून शिजवून त्यांतील बिया काढून टाकाव्या. नंतर पावशेर दह्यांत कालवून त्यास सहा मासे मोहरी बारीक वांटलेली आणि दोन तोळे मीठ, चार गुंजा हिंग हे सर्व एकत्र करून दगडींत घालून ठेवावें.

आंब्याचें रा०—आंबे भाजून अगर शिजवून वरील साल व आंतील कोय काढून टाकावी. नंतर अतपाव गीर कल्हईचे भांड्यांत घालून त्यांत बरोबरीनें गूळ व चार मासे मीठ, एकत्र कालवून वाढावें.

प्रकार दु०—हिरव्या आंब्याच्या वरील साली काढून मध्यम फोडी करून उकडून काढाव्या. नंतर त्यांस मोहरी वांटून लावावी. नंतर गूळ, मीठ, नेमस्त घालून पळीनें त्यास फोडणी द्यावी.

बटाट्यांचें रा०—बटाटे प्रथम उकडून काढून वरील साल काढून टाकावी. नंतर कुसकरून सर्व कृति भोपळ्याचें रायत्याप्रमाणें करावी.

भोंपळ्याचे रा०—तांबड्या भोंपळ्याच्या बारीक फोडी करून

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

वरील साल काढून उकडून काढाव्या. नंतर त्यांस आंबट दहीं व थोडा गूळ घालून नेमस्त मोहरी वांटून लावावी. नंतर थोडें मीठ घालावें, आणि पळींत तुपाची फोडणी तयार करून द्यावी आणि वाढावें.

रोडगे.

गव्हांचा रवा, सपीट किंवा कणीक घेऊन मुटकुळें होईपर्यंत आंत मोहन घालून पाण्याशीं चांगली मळावी. नंतर त्याचे जाड मध्यें खोलगट असें वडे करून निर्धूम अग्नीवर सावकाश भाजावे. हे पौष्टिक, धातुवर्धक, लघु, दीपन, कफनाशक व बलकर असे आहेत आणि पीनस, श्वास, खोकला यांचा नाश करितात.

लाडू.

कमळकंदाचे ला०—कमळांच्या कांद्यावरील साल काढून ते शिजवावे आणि त्याचे युक्तीनें पीठ करून त्याचीं शेवखंडें करून तळावीं आणि साखरेचे पाकांत घोळून त्याचे लाडू बांधावे ते रूक्ष, दुर्जर, मलावष्टंभक, असे आहेत आणि शूल, शैत्य, कफ आणि पित्त यांचा नाश करितात. याचप्रमाणें सूरण, शिंगाडे, कचरा, कमळाक्ष, कोंहळा, आलें-केळें यांचे लाडू करावे.

खसखशीचे ला०—खसखस अर्धाशेर घेऊन चांगली भाजून वांटावी आणि साखर अर्धा शेर, तूप पावशेर, वेलदोड्यांची पूड, सहा मासे हे पदार्थ वांटलेल्या खसखशींत घालून लाडू बांधावे.

गूळपापडीचे ला०—एक शेर गहूं घेऊन त्यांस पाणी लावून सडून वाळवावे. नंतर त्यांत अर्धा शेर हारबऱ्याची दाळ घालून बारीक दळावे. नंतर सव्वा शेर गूळ व पाउण शेर तूप घेऊन तें दळलेलें पीठ तूप

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

लावून थोडें थोडें भाजावें व उरलेलें तूप गुळांत घालून गुळाचा पाक करावा. नंतर त्यांत तें भाजलेलें पीठ घालून लाडू वळावे.

चुट्टेचुर्मा—पावशेर सपीट व पावशेर रवा हीं दोन्ही एकत्र करून त्यांत अतपाव तूप घालावें आणि दूध किंवा पाणी घालून कालवून त्याच्या पांढऱ्या पोळ्या चांगल्या डागल्याशिवाय जाड करून नंतर त्या पोळ्यांचे तुकडे करून चुरा करून कुटून तो चूर चाळणीनें चाळून त्यांत साखर पाउणशेर, व बेदाणा, बदाम, खडीसाखर व वेलदोड्यांची पूड हे जिन्नस मोतीचुरांत सांगितलेल्या मानानें आंत घावावे. आणि पावशेर तूप घालून लाडू बांधावे. हा पदार्थ दुधाबरोबर चांगला लागतो.

चुर्मा ला०—एक शेर रवा घेऊन त्यांत पावशेर तूप घालून हातानें तो रवा तुपासकट चोळून निरशा दुधांत घट्ट कालवावा. नंतर कढईत आच्छेर तूप घालून रव्याचीं मुटकुळीं करून तळून काढावीं व तीं हातानें चोळून फोडावीं ह्मणजे परातींत दाणेदार रवा पडत जातो. नंतर खडीसाखर, बेदाणा, बदाम, व वेलदोड्यांची पूड असे चारी जिन्नस मोतीचुराचे लाडवास सांगिलेल्या मानानें त्यांत घालून, नंतर दीड शेर साखर आंत घालावी व सर्व जिन्नस एकत्र करून त्याचे लाडू बांधावे.

दाळ्याचे ला०—अतपाव तूप घेऊन त्यांत आच्छेर गूळ घालून पाक करावा. नंतर त्यांत आच्छेर दाळें घालून त्याचे लाडू करावें.

तिळाचे ला०—शेरभर गुळांत पावशेर तूप घालून पाक करावा. नंतर त्यांत एक शेर तीळ भाजून घालून लाडू बांधावे.

तिळाच्या कोंदीचे ला०—शेरभर तीळ घेऊन भाजून बारीक उखळांत कुटावे. नंतर शेरास शेर गूळ घालून पुन्हां कुटावे. नंतर पावशेर खोबऱ्याचा कीस घालून लाडू बांधावे.

दळ्याचे ला०—पावशेर रवा, पावशेर सपीट असे दोन्ही जिन्नस वेगळे वेगळे घेऊन त्यास छटाक तूप चपचपीत लावून निर्से दूध आतपाव वर शिंपडून दडपून ठेवावें. नंतर पाउण शेर तूप घेऊन त्यांतून तीन छटाक

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

तुपांत सदरी दडपून ठेवलेला पावशेर रवा तळून काढावा, आणि नंतर पाउण शेर तूप घेऊन त्यांतून तीन छटाक तुपांत सपीट तळून काढावें. नंतर पाउण शेर साखर घेऊन त्यांत बाकी राहिलेलें तूप घालून ती साखर परातींत पांढरी होई तोंपर्यंत फेंसावी. नंतर त्यांत सहा मासे वेलदोड्यांची पूड आतपाव बदामाचे काप, आतपाव बेदाणा आणि आतपाव खडीसाखरेचा भरडा एकत्र करून त्यांत तळलेलें सपीट व रवा घालावा. व सर्व एकत्र करून लाडू वळावे. वळतेवेळीं तूप जास्त आहे असें वाटेल परंतु मग आपोआप कमी होतें.

बियांचे ला०—भुईमूग, कोंहळा, भोंपळा, इत्यादिकांच्या बिया सोलून त्या तुपावर किंचित् भाजाव्या आणि साखरेच्या पाकांत घालून त्याचे लाडू करावे. ते गुरु, धातुवर्धक व शीतळ असे आहेत आणि स्थुलता, कफ, शुक्र व बल यांतें देणारे आणि वायु, पित्त, रक्त दोष यांचा नाश करितात.

बुंदीचे ला०—प्रथम हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ वस्त्रगाळ पिठाप्रमाणें एक शेर घेऊन त्यांत चार तोळे तूप व एक तोळा मीठ घालून तें पाण्यानें कालवून फेंसावें व साधारण पातळ झालें ह्मणजे कढईंत सव्वाशेर तूप घालून खालीं मंदाग्नि लावावा व बुंदी पाडण्याचा झारा घेऊन तें तयार केलेलें पीठ ओग्राळ्यानें झाऱ्यांत घालून त्याच्या दांड्यावर हातानें ठोकावें. ह्मणजे झाऱ्याच्या छिद्रांतून पीठ कढईंत पडून दाणेदार बूंदी होतात. नंतर दुसऱ्या झाऱ्यानें दोन तीन वेळां परतून त्या कळ्या चाळणींत काढाव्या. बुंदी पाडण्याचा झारा प्रत्येक वेळीं धूत जावा. नंतर आडीच शेर साखर घेऊन तिची वरील मळी काढून पक्का पाक करून त्यांत बुंदीचे दाणे घालून लाडू वळावे. पीठ पातळ झालें तर दाणे लांबट होतात, घट्ट झाल्यास दाणा फुगत नाहीं व पोटीं हिरवा राहून मोठा पडतो. याकरितां पीठ तयार करणें तें मध्यम प्रकारचें तयार केलें पाहिजे. फराळाचे लाडू करावयाचे असल्यास दाळ भाजावी. अथवा पीठ दुधांत कालवावें. हे लाडू लघु, शुक्रवर्धक, धातुवर्धक, तृप्तिकर, शीतळ,

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

रूक्ष आणि मधुर असे आहेत आणि पित्त, कफ व वायु यांचा नाश करितात.

बेसनाचे ला०—हारबऱ्याचें दळलेलें बारीक पीठ आच्छेर घेऊन पाउणशेर तूप पातेल्यांत चुलीवर ठेवून तें तापलें ह्मणजे त्यांत तें पीठ ओतावें आणि वरचेवर ढवळीत जावें तें कढी सारखें दिसूं लागतें. नंतर ढवळतां ढवळतां खमंग वास येऊं लागतो. व त्याचा रंगही तांबूस वर्ण दिसूं लागतो. व त्यावेळीं छटाक दूध वर शिंपडून ढवळावें. तेणेंकरून दरदरून फुगून पातेलें भरून येतें. व तें पीठ मोकळें दिसूं लागतें. त्यावेळीं काढून निवत ठेवावें आणि त्यांत पाउणशेर साखर, अतपाव बेदाणा, आतपाव खडीसाखरेचा भरडा, आतपाव बदामाचे काप, व सहा मासे वेलदोड्यांची पूड, हे पदार्थ एकत्र करून लाडू वळावे.

बेसनचाचणीचे ला०—बेसनाचे पीठ वस्त्रगाळ केल्यावर जो वर गाळ राहतो त्यांतून चांगला रवा अर्धाशेर काढून घ्यावा.नंतर पाउणशेर तूप कढईत घालून तें तापलें ह्मणजे त्यांत तो रवा घालून तळावा आणि बेसनाचे लाडू प्रमाणें याजवरही आठ तोळे निर्से दूध शिंपडून ढवळावा ह्मणजे हाही दरदरून फुगून मोकळा होऊन वर येतो त्या वेळीं काढून ठेवावा आणि साखरी भातास साखरेचा पाक सांगितला आहे त्याप्रमाणें सवादोनशेर साखरेचा पाक करून त्यांत बदामाचे काप अतपाव, खडीसाखरेचा भरडा अतपाव, बेदाणा आतपाव, व सहामासे वेलदोड्यांची पूड घालून सर्व एकत्र करून लाडू बांधावें.

प्रकार दुस०—हारबऱ्याची दाळ रात्रीं भिजत घालून दुसरे दिवशीं कोरडी करून बारीक वांटावी. त्यांत तळतांना दूध मात्र घालावयाचें नाहीं. वरकड सर्व कृति चाचणीचे बेसनाप्रमाणचें करूच लाडू वळावे. फराळाचे करणें असल्यास दाळ दुधांत भिजत घालावी.

मुगदळाचे ला०—अर्धाशेर मुगाची दाळ भाजून बारीक दळून पीठ करून ठेवावें. नंतर आच्छेर तूप व पाउणशेर साखर परातींत घालून फेंसून त्यांत सहामासे वेलदोड्यांची पूड व मुगाचें पीठ घालून लाडू बांधावे.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

प्रकार दु०—मुगाचे किंवा उडदाचे सडीक दाळीचें मध्यम बारीक पीठ घेऊन त्याचे समान तूप घालून मंदाग्नीवर पळीनें ढवळीत असावें. किंचित् लाल होऊं लागलें ह्मणजे मध्यें मध्यें दूध शिंपावें. असें करितां करितां दाणा पडला ह्मणजे खालीं उतरून त्यांत दुप्पट साखर, वेलची, पिस्ते, बदाम, लवंगा, थोडें थोडें तूप घालून त्याचे लाडू बांधावे ते मुगाचे असतां शीत, लघु, व वात पित्त नाशक आणि उडदाचे असतां जड, उष्ण, स्निग्ध, धातु वर्धक, तृप्तिकारक, व वातनाशक असे आहेत.

मोतीचुराचे ला०—उत्तम साखर तीनशेर घेऊन कल्हईचे पातेल्यांत घालावी व दीड शेर पाणी घालून चुलीवर ठेवून खालीं मंदाग्नि लावावा. कढ आला ह्मणजे छटाक दूध छटाक पाणी एकत्र करून त्या पाकावर दोन तीन वेळां शिंपून मळी काढीत जावी. मळी काढून पाक स्वच्छ झाल्यावर त्यास पक्की एक तार आली ह्मणजे पातेलें निखाऱ्यांवर उतरून ठेवावें व त्यांत दहा मासे केशर खलून घालावें. नंतर त्यांत हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ वस्त्रगाळ केलेलें घेऊन त्यांत चार तोळे तूप व सहामासे मीठ घालून नंतर त्यांत पाणी अदमासें घालून पीठ कढी सारखें कालवावें आणि दीडशेर तूप कढईंत घालून तूप तापलें ह्मणजे मोतीचुराचा झारा घेऊन त्यांत तें पीठ ओंगळ्यानें थोडें घालून त्या कढईंत झाऱ्याचे दांड्यावर हातानें ठोकावें. ह्मणजे आंत बाजरी येवढा दाणा पडतो. नंतर कढईंतील तयार झालेला घाणा बाहेर काढून लागलींच त्या पाकांत टाकावा. याप्रमाणें सर्व पीठाचे दाणे जसजसे तयार होतील तसे तसे त्या पाकांत घालावे. नंतर बेदाणा पावशेर, बदामाच्या चकत्या पावशेर, खडी साखरेचा भरडा पावशेर, वेलदोड्याची पूड एक तोळा, हे सर्व पदार्थ त्यांत घालून चांगले सारखे कालवून परातींत ओतावे. ते थोडे मोकळे झाले ह्मणजे त्यांचे लाडू बांधावे.

राजगिऱ्याचे लाह्याचे ला०—तिळाचे लाडवाप्रमाणें करावे.

राघवदास ला०—चांगला उत्तम खवा अर्धाशेर व चांगली साखर दीड शेर घेऊन ठेवावी. नंतर रवा चांगला बारीक अतपाव घेऊन

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

त्यांत तूप घालावें. तें असें कीं, रव्याचें मुटकुळें व्हावें. याप्रमाणें त्यास तूप चोळून नंतर एक तोळा केशर खलून त्या पैकीं आर्धें दुधास लावून त्या दुधांत रवा कालवावा. तो चांगला घट्ट भगरा असावा. नंतर अतपाव तुपांत तो रवा तळून त्यांत खवा मिळवावा. नंतर साखर घालावी. नंतर बदामाच्या फाकीं अतपाव, बेदाणा अतपाव, खडीसाखरेचा भरडा अतपाव, आणि वेलदोड्याची पूड, सहा मासे त्यांत घालून आर्धें खललेलें केशर त्यांस चोळून त्याचे लहान लहान लाडू बांधावे.

लाह्याचे ला०—हे तिळाचे लाडू प्रमाणें करावें.

साखर ला०—तांदुळाची पिठी एकशेर अर्धाशेर तुपांत भाजावी. नंतर आच्छेर तूप व सवाशेर साखर असे दोन्ही एकत्र फेंसून त्यांत ती भाजलेली पिठी घालावी. आणि एक तोळा वेलदोड्यांची पूड घालून लाडू बांधावे.

लापशी.

तापलेल्या तुपांत त्याचे समान चांगला शुभ्र गव्हाचा रवा घालून परतावा. आणि तुपाचे व रव्याचे समान दूध साखर हीं एकत्र मिळवून गाळून त्या रव्यांत घालून दुध अंगीं भरून बाहेर तूप दिसूं लागेतोंपर्यंत मंदाग्नीवर शिजवावा. नंतर त्यांत कापूर, मिरीं, व वेलची यांचें चूर्ण नेमस्त घालून ढवळून खालीं उतरावी. ही लापशी वृष्य, बलप्रद, धातुकर, जड, कफकारक, व पित्त आणि वायु यांचा नाशक अशी आहे.

लोणचीं.

उकड आंबा.—ज्या झाडास पाड लागला असेल व बिन रेषेचा आंबा असेल असे झाडावरून उतरून आणावे. व कल्हईचे भांड्यांत घा-

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

लून थोडें पाणी घालून थोडी वाफ येई तोंपर्यंत शिजवावे. नंतर बरणींत घालून त्यांत पाण्याचे विसावा हिस्सा मीठ घालावें. पाणी मात्र आंब्यावर एक अंगूळ येई इतकें घालून झांकून ठेवावें. याप्रमाणें ठेवलेले आंबे एक वर्षपर्यंत राहतात.

आंब्यांचें लोणचें--ज्या झाडास पाड लागला असेल त्या झाडावरील गोडे आंब्याची झेलानें उतरलेले असे शंभर आंबे घेऊन उभे चिरून त्यांत मीठ भरून तीन दिवस ठेवावे. नंतर त्यांतील कोय युक्तीनें काढून उन्हांत पांढरे होई तोंपर्यंत चार दिवस वाळवावे. नंतर त्यांत हाळद एक शेर, मोहोऱ्या एक शेर, मिरच्या अर्धा शेर, चांगला हिंग चार तोळे, मिठ दोन शेर, हे पदार्थ मीठावांचून सर्व तेलांत भाजून बारीक कुटून एकत्र करावे. नंतर शिरसाचें तेल मीठ घालून कालवून तें त्या आंब्यांत भरून आंबा त्यासुद्धां शिरसाचे तेलांत बुडवून बरणींत ठेवावा. याप्रमाणें सर्व आंबे भरून तयार झाल्यावर पूर्वी काढलेलें आंब्याचें पाणी सर्व आंत घालावें. नंतर आंबे सर्व बुडेपर्यंत शिरसाचें तेल ओतून तोंडावर घट्ट फडकें बांधून ठेवावें. हें लोणचें अग्निदीपक, पाचक व रुचिकर असोन दहा वर्षेपर्यंत टिकतें.

प्रकार दु०—आंब्यांस पाड लागल्यावर साल जाड, दळदार रेषारहित असे ताजे आंबे शंभर झाडावरून उतरून आणून कांहीं वेळपर्यंत थंड पाण्यांत भिजत ठेवावे. नंतर फडक्यानें पुसून आपल्यास जशा वाटतील तशा फांकी कराव्या. नंतर मेथ्या पांच तोळे घेऊन एक तोळा तेलांत तळून कुटाव्या, त्याचप्रमाणें अतपाव हाळद तेलांत तळून कुटावी. मोहऱ्या एक शेर, धुऊन वाळवून वरील टरफलें काढून उखळांत बारीक कुटाव्या, नंतर तीन तोळे हिंगाची बारीक पूड करावी. पावशेर मिरच्या कुटून तेलांत परतून बारीक पूड करून ठेवावी. नंतर कल्हईच्या परातींत आंब्याच्या फोडी घालून त्यांजवर हाळद व तीन शेर मीठ बारीक दळलेलें असे दोन्ही पदार्थ घालून त्या फोडींस चांगले घोळावे. नंतर त्या फोडी एका करंडींत भरून परातीवर आडवीं दोन लांकडें ठेवून त्यांजवर ती करंडी ठेवावी व फोडींवर दगडाचें दड-

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

पण ठेवावें. चार घटकेनें फोडींचें पाणी परातींत पाझरेल त्या पाण्यांत मोहोरी फेसावी. नंतर तयार केलेले सर्व पदार्थ त्या मोहोरींत घालावे. नंतर हिंगाची पूड घालावी. नंतर सर्व फोडी चांगल्या कालवून सारख्या कराव्या. नंतर कढईंत आच्छेर तिळाचें तेल घालून एक तोळा मोहऱ्या, अर्धा तोळा मेथ्या, सहा मासे हिंगाची पूड घालून फोडणी तयार झाली ह्मणजे ती फोडींवर ओतून सर्व फोडी सारख्या कराव्या. नंतर बरणींत भरून ठेवावें. नंतर त्याजवर पावशेर मोहरीचें तेल व पावशेर खातें तेल घालावें. नंतर नदींतील लहान लहान दगड आणून ते लोणच्यावर दडपून ठेवून त्याजवर फडकें बांधावें. तिसरे दिवशीं पसाभर मीठ घालून पुन्हां तोंड बांधून ठेवावें. हें लोणचें एक महिन्यानें चांगलें खारतें.

आंवळ्यांचें लो०—चांगले मोठाले आंवळे आणून उकडून आंतील बिया काढून टाकाव्या. शेरभर आंवळ्यांस पाण्यांत वांटलेली अतपाव मोहरी लावावी. दोन तोळे हिरव्या मिरच्यांचे तुकडे तेलांत परतून आंत टाकावे. मीठ दोन तोळे, हळद सहा मासे, हे पदार्थ एकत्र करून पाणी घालून सरसरीत कालवावें. नंतर कल्ईचें पातेलें चुलीवर ठेवून तापलें ह्मणजे आंत तेल एक तोळा, मोहऱ्या सहा मासे, मेथ्या चार मासे व हिंग एक मासा, घालून चांगली फोडणी खरपूस झाली ह्मणजे त्यांत वरील लोणचें ओतून लागलींच वर झांकण ठेवावें. वाफ बाहेर जाऊं देऊं नये. नंतर थोडा गूळ बारीक करून आंत घालून खालीं उतरून बरणींत घालून ठेवावें.

लिंबांचें लो०—शंभर लिंबें चांगलीं रसाळ घेऊन धुऊन एक लिंबाच्या चार फांकी याप्रमाणें फांकी कराव्या. परंतु तुकडे वेगळे करूं नयेत. नंतर मेथ्या, अतपाव त्या दोन तोळे तेलांत तळाव्या, दोन तोळे हिंग घेऊन तो एक तोळा तेलांत तळावा, हाळकुंडें अतपाव दोन तोळे तेलांत तळावीं, मिरच्या अतपाव चार तोळे तेलांत तळाव्या. नंतर सर्वांची निरनिराळी बारीक पूड करून ठेवावी. नंतर तो मसाला एकत्र करून त्यांत मीठ बारीक कुटलेलें आच्छेर घालावें व

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

सर्व एकत्र करून तो मसाला लिंबांत भरून तीं लिंबें बरणींत घालून ठेवावीं व त्यांत थोडें आल्याचें तुकडे टाकून त्यांजवर लहान लहान दगडांचें झांकण ठेवून तोंड बांधून ठेवावें. हें मुरण्यास दोन महिने लागतात.

प्रकार दु०—वरील पहिले प्रकारांत सांगितल्याप्रमाणें लिंबें चिरून व मसाला तुपांत तळून कुटून ठेवावा. एक कल्हईचें पातेलें घेऊन त्यांत आठ तोळे तूप, एक तोळा मोहऱ्या, मसाल्याचे हिंगापैकीं तीन मासे हिंग, घालून फोडणी झाली ह्मणजे त्यांत तीं लिंबें फोडणीस घालून आसडावीं आणि खालीं मंदाग्नि लावून वर झांकण ठेवावें. वाफ आली ह्मणजे मिठासहित सर्व मसाला घालून एक कढ आल्यावर खालीं उतरून झांकण घालून ठेवावें ह्मणजे लोणचें तयार झालें हें तावडतोब खाण्याचे उपयोगीं पडतें.

वरण.

वरण तुरीचें.—आच्छेर तुरीची दाळ चांगली निवडून घ्यावी. नंतर पाण्यांत धुऊन पाघळून द्यावी. नंतर सहामासे तूप लावून दीड शेर गोडे पाण्यांच्या आधणांत घालून एक कढ येऊन गेल्यावर दोन मासे हळदीची पूड आंत टाकावी व वरती झांकण ठेवावें. शिजण्यापूर्वी दाळीस ढवळूं नये. दाळ चांगली शिजली ह्मणजे दोन तोळे मीठ, एक तोळा तूप व एक तोळा गूळ आणि एक गुंज हिंग असे जिन्नस घालावे. परंतु ढवळूं नये. निखाऱ्यांवर उतरून ठेवावें. वाढतेवेळीं पितळेच्या पळीनें हाटावें व ऊन पाणी घालावें. व सारखें करून वाढावें. दाळ लवकर शिजत नसेल तर थोडें तेल किंवा तूप किंवा भुरका तिखट यांतून कोणताही पदार्थ घातला असतां लवकर शिजते.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

वडे.

उडदाची दाळ पांढरी केलेली पावशेर व तांदूळ धुऊन वाळलेले आच्छेर हे दोन्ही पदार्थ भरड दळावे. त्यांत गहूं अतपाव व हारबऱ्याची दाळ अतपाव अशी दळून सर्व एकत्र करून त्यांत एक तोळा हाळद, तीन तोळे मीठ, दीड मासा हिंग, ओलि कोथिंबीर सहामासे, जिऱ्याची पूड तीन मासे, मिऱ्याची पूड तीन मासे, ओल्या मिरच्यांचा ठेचा तीन तोळे याप्रमाणें सर्व जिनसा एकत्र करून त्यांत कढत पाणी घालून मळून ठेवावें. नंतर पांढरे तीळ अतपाव भाजून जवळ ठेवावे, आणि पानास पाण्याचा हात लावून त्यांजवर तीळ घेऊन त्यांजवर तयार केलेल्या पिठाची लिंबा एवढी गोळी थोपटून वर तीळ घालून तळणींत सोडावा व परतून बाहेर काढावा याप्रमाणें तुपांत किंवा तेलांत सर्व वडे तळावे.

प्रकार दु०—उडदाची व हारबऱ्याची दाळ समभाग एकत्र करून भिजत घालून दुसरे दिवशीं पाट्यावर बारीक वांटून त्यांत वर प्रमाणें सर्व जिन्नस घालून तळून काढावे.

वड्या.

अळवड्या.—पावशेर आळवाचीं पानें फडक्यानें पुसून तयार करून ठेवावीं, हारबऱ्याचें पीठ अतपाव, गव्हाची कणीक दोन तोळे, मीठ एक तोळा, तांबडें तिखट सहा मासे, जिऱ्याची पूड एक मासा, मिऱ्याची पूड एक मासा, चिंचेचा कवळ एक तोळा हे सर्व पदार्थ एकत्र करून त्यांत थोडें पाणी घालून आळवाचे पानावर घट्ट सारवावें, व एकावर एक अशीं पीठ लावलेलीं पानें तीन ठेवून त्यांची वळकुटी करावी. याप्रमाणें सर्व पानांच्या वळकुट्या तयार झाल्यानंतर एक पातेलें चुलीवर ठेवून त्यांत अतपाव पाणी घालून वर गवत, कडबा किंवा पाचोळा, वगैरे घालून चुलीवर ठेवून आधण आलें ह्मणजे त्यांत वळकुट्या

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

घालाव्या व वर झांकण ठेवावें. थोड्या वेळानें शिजल्यावर बाहेर काढून घ्याव्या. निवाल्या ह्मणजे वड्या कापून अतपाव तेल तळणींत ओतून त्यांत चार चार वड्या घालून तळून काढाव्या.

कोथिंबिरीच्या व०—चांगली कोंवळी कोथिंबीर पावशेर घेऊन निसुन बारीक चिरावी, व त्यांत हरबऱ्याचें दाळीचा भरडा पीठ पावशेर, तांबडें तिखट एक तोळा, जिऱ्याची पूड एक मासा, मिऱ्याची पूड एक मासा, आणि मीठ दीड तोळा हे सर्व पदार्थ घालून एका ठिकाणीं घट्ट कालवून मळून त्याच्या वळकुट्या सुमारें आठ बोटें लांबीच्या कराव्या. नंतर अळवड्याप्रमाणें उकडून काढून नंतर बारीक चकत्या चिरून अळवड्याप्रमाणें तेलांत परतून काढाव्या.

पाटवड्या.—लवंगा चार गुंजा, हिंग चार गुंजा, कोथिंबीर एक तोळा, धणे एक तोळा, दालचिनी दोन मासे, जिरें तीन मासे, हे पदार्थ तेलांत किंवा तुपांत परतून पाट्यावर बारीक वांटून गोळा करून ठेवावा. नंतर एक पातेलें अथवा तपेलें घेऊन त्यांत एकशेर पाणी फोडणीस टाकावें. नंतर मसाला पाण्यांत कालवून आंत घालावा. नंतर दीड तोळा तांबडें तिखट, व तीन तोळे मीठ, व हाळदीची पूड, तीन मासे असें आंत टाकावें. त्या पाण्यास आधण आल्यावर भांडें खालीं उतरावें. नंतर अर्धा शेर चण्याचें पीठ व अतपाव कणीक एकत्र करून आंत ओतून पळीनें ढवळावें, पुन्हां चुलीवर ठेवावें. एक कढ आला ह्मणजे खालीं उतरून निखाऱ्यांवर ठेवून वर झांकण ठेवावें. तें शिजून वाफ चांगली आली ह्मणजे परातीस किंवा पाटास तपाचा हात लावून त्याजवर तें शिजलेलें पीठ थापून वर ओलें फडकें घालून लाटण्यानें सारखें अर्धे अंगूळ जाड होईपर्यंत लाटावें. नंतर त्याजवर ओल्या नारळाचा कीस अथवा खोबऱ्याचा कीस पसरून दाबावा. नंतर थंड झाल्यावर चौकोनी वड्या कापून काढाव्या. कांहीं लोक या तयार झालेल्या वड्या तुपांत किंवा तेलांत तळतात. यांचें सेवन केलें असतां शुक्रधातु, वीर्यबल, कफ, कांति व पुष्टि यांना वाढवितात व जड, रुचिकर, व पित्त व गुदोष आणि वायु यांचा नाश करितात.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

भरड्याच्या व०—गहूं पावशेर व हारबऱ्याची दाळ पावशेर घेऊन एकत्र करून भरड दळावी. नंतर तें भरडा पीठ भांड्यांत घालून त्यांत दोन तोळे तूप, दोन तोळे मीठ, एक मासा मिऱ्याची पूड, एक मासा जिऱ्याची पूड, व दोन तोळे भाजीचा मसाला हे पदार्थ घालून घट्ट कालवावें व त्याच्या एक अगुंळ जाडीच्या पोळ्या लाटून भांड्याचे तोंडास फडकें बांधून त्यांजवर एक पोळी ठेवून वर झांकण ठेवावें व कांहीं वेळानें शिजली ह्मणजे काढून ठेवावी. याप्रमाणें सर्व पोळ्या उकडून काढून निवाल्यावर चाकूनें त्याचे लहान लहान तुकडे कापून एका पातेल्यांत सहा तोळे तूप फोडणीस घालून त्यांत फोडणीचें मिसळण व दोन मासे हाळद घालून फोडणी झाली ह्मणजे आंत वड्या घालून चांगल्या परतून काढाव्या.

शंकरपाळीं.

आच्छेर रवा पिठी घेऊन त्यांत पावशेर हारबऱ्याचे दाळीचें पीठ, पाउणशेर गूळ, सहा मासे वेलदोड्यांची पूड, व पावशेर तूप घालून हातानें कालवून नंतर दुधांत चांगलें मळून त्याची पोळी लाटावी आणि त्या पोळीचे सुरीनें तिकोनी तुकडे करून तुपांत तळून काढावे.

प्रकार दु०—आच्छेर बेसनाचें पीठ व आच्छेर कणीक, पाउणशेर गूळ, पावशेर तूप हे चारी पदार्थ एक ठिकाणीं कालवून नंतर दुधांत कालवून चांगले मळून वरप्रमाणें शंकरपाळीं तयार करावीं.

शिरा.

मोहनभोगाचा सांजा तूप लावून चांगला भाजावा व पावशेर

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

रव्यास पाउणशेर दूध तापत ठेवून त्यांत भाजलेला सांजा घालावा आणि एक कढ आला ह्मणजे पाउणशेर साखर आंत घालून तीन कढ आले ह्मणजे ढवळावा. नंतर त्यांत खडी साखरेचा भरडा अतपाव, बेदाणा छटाक, बदामाचे काप अतपाव, व वेलदोड्याची पूड एक तोळा, याप्रमाणें घालून वाढावा.

शिखरिणी.

फडक्यांत बांधून पाणी निचून गेलेलें घट्ट असें दहीं ३२ तोळे घेऊन त्यांत एक तोळा, तूप एक तोळा, साखर १६ तोळे, दालचिनी दीड मासा, नाकेशर दीड मासा, वेलचीची पूड दीड मासा, तमालपत्र दीड मासा, मिरीं सहा मासे, सुंठ सहामासे याप्रमाणें पदार्थ घालूनतें दहीं कर्पूरवासित भांड्याचे तोंडावर बारीक स्वच्छ पांढरें वस्त्र बांधून त्यावर हळूहळू घासावें. एक रूप झालें ह्मणजे शिखरिणी तयार झाली ही रुचिकर, स्निग्ध, पौष्टिक, धातुवृद्धिकर, कांतिकारक, शुक्रल, बलकर, जड व कफकर अशी आहे. आणि श्रम, वातपित्त, व पडसें यांना दूर करते.

साखरपारा.

पावशेर पीठ, पावशेर साखर, पावशेर तूप, सहा मासे वेलदोड्यांची पूड हे पदार्थ एकत्र करून तुपांत खूप मळावे. नंतर परातींत पांढरा कागद घालून त्याजवर तो पदार्थ थापून सुरीनें चौकोनी तुकडे करून दुसरी परात वर झांकण ठेवावी. नंतर निखाऱ्यांवर ठेवून थोड्या वेळानें परातीवर पाणी मारून पहावें. तें पाणी वाजतांच परात जमिनीवर काढून ठेवावी आणि निवाल्यावर वड्या निखळून काढाव्या.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www.kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

साखरफेणी.

उत्तम साखर घेऊन तिचा पाक करतांना त्यांत चौथा हिस्सा खडीसाखर घालून मळी काढून पाक तयार करावा. आणि किंचित् चिकटपणा आला ह्मणजे उतरून ठेवावा. नंतर पितळेची मोठी पळी घेऊन चुलीचे वैलावर मातीचा मोरवा कांठ काढलेला ठेवावा. ह्मणजे त्याजवर पळी नीट बसते. नंतर फडक्याची एक चुंबळ करून जवळ ठेवावी आणि पूर्वी केलेला पाक अर्धे पात्र भरून घालावा, व खालीं मंदाग्नि लावावा. नंतर लाटण्यानें ढवळून वरचे वर उचलून पहावा. पाण्यांत हात घालून त्या पाकाची गोळी करून पहावी. गोळी होते असा झाल्यावर खालीं उतरून त्या चुंबळीवर ठेवून लाटण्यानें लवकर ढवळावा, व चुंबळीसुद्धां तें पात्र पायानें दडपून धरून घोटावा. नंतर घोटतां घोटतां दरदरून वर येऊं लागला ह्मणजे हलूंच झांकण घालून ऊब बाहेर न जाई असं धरावें. ह्मणजे फुगा वर येतो. नंतर पुन्हां वैलावर तें पात्र ठेविलें असतां पात्रापासून सुटून वेगळा होतो.

साखरबोंडें.

जिलबीप्रमाणें पीठ तयार करून तळणींत लिंबा येवढें हातानें टाकीत जावें व भज्याप्रमाणें परतून काढून साखरेच्या पाकांत घोळावीं.

सांजा.

गव्हाचा सांजा अर्धा शेर घेऊन, छटाक तुपांत भाजावा, आणि दुप्पट पाण्याचे आधणांत घालावा. नंतर आच्छेर गूळ, व सहा मासे वेलदोड्यांची पूड घालून शिजल्यावर त्यांत अतपाव, तूप घालावें. आणि

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

निखाऱ्यांवर ठेवून तयार झाल्यावर खालीं काढून ठेवावा.

सांजोऱ्या.

शेवया करण्याचा रवा असतो त्यांतून मोठा रवा काढून कल्हईचे पातेल्यांत तूप टाकून त्यांत थोडा थोडा भाजून घ्यावा. नंतर आच्छेर रव्यास दोन नारळ किसून बारीक वांटावे. नंतर त्यांत दीड शेर गूळ अथवा साखर व अतपाव तूप घालून तें वांटलेलें खोबरें चुलीवर शिजत ठेवावें. एक कढ येऊन पाक झाला ह्मणजे रवा आंत ओतावा व ढवळून खालीं उतरून झांकून ठेवावा. या पुरणांत साखर घातली असेल, तर पोळ्याला रवा पिठी एक शेर अथवा गूळ घातला असल्यास चांगली वेंचलेली कणीक एक शेर घेऊन एक तोळा मीठ घालून, कालवितेवेळेस पांच तोळे तूप घालून कालवून चांगली मळावी. त्यांतून अर्ध्या लिंबाएवढी गोळी घेऊन पिठी लावून लाटावी आणि दुप्पट पुरण आंत घालून गोळी करून वर खालीं पिठी घालून सारखी लाटून तव्यावर टाकावी. ती दोहोंकडून भाजल्यानंतर तिच्यावर घालून परतावी. याप्रमाणें सांजोऱ्या तयार करून परताव्या.

सांबारें.

अळवाचें सांबारें.—आळवाचीं पानें चिरून धुऊन काढावीं. त्यांत मोड आलेले वाटाणे अथवा वालाच्या डाळिंब्या, ओल्या नारळाचे तुकडे हे पदार्थ समभाग घालून आंत नेमस्त मीठ घालावें. आणि पाण्यांत चांगलें शिजवावें नंतर जितकें सांबारें करावयाचें असेल तितकें आधण आलेलें कढत पाणी घालावें. आणि त्यांत नेमस्त चिंचेचें पाणी घालून चांगलें उकळत ठेवावें. नंतर एका नारळाचा अंगरस काढून ठेवून त्या-

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

चाच अर्धाशेर पाणरस काढून त्या पाणरसांत गरम मसाला व किंचित् हरबऱ्याचें पीठ कालवून घालावें. व चांगला कढ येईपर्यंत पळीनें ढवळून पानावर राही इतकें घट्ट झालें ह्मणजे खालीं उतरून आंत तो अंगरस घालून तेलाचीं फोडणी द्यावी.

गोळ्याचें सां०—तुरीची दाळ छटाक, हरबऱ्याची दाळ अतपाव, व गहूं छटाक, हीं तिन्ही धान्यें एकत्र करून भरड दळावीं. त्यांत, तूप दोन तोळे, मीठ दीड तोळा, तांबडें तिखट पाउण तोळा, जिऱ्यामिऱ्याचा भरडा दोन मासे, कोथिंबीर अर्धा तोळा हे सर्व पदार्थ पाणी घालून घट्ट कालवावे आणि त्याच्या सुपारी एवढ्या गोळ्या कराव्या. नंतर कल्हईचे पातेल्यांत पाउणशेर पाण्याचें आधण ठेवून त्यांत त्या गोळ्या घालाव्या. एक कढ येऊन शिजल्या ह्मणजे त्यांत चिंचेचा बलक तीन तोळे, गूळ दोन तोळे, तांबडें तिखट एक तोळा, मीठ दीड तोळा, भाजून कुटलेलें खोबरें चार तोळे, कोथिंबीर अर्धा तोळा, हरबऱ्याचें पीठ तीन तोळे, सहा तोळे पाण्यांत कालवून त्यास लावावें. व त्यास खरपूस फोडणी द्यावी.

फळपत्राचें सांबा०—पडवळ, भोंपळा, चाकवत, व शेवग्याचीं फुलें इत्यादिकांचें सांबारें करणें झाल्यास प्रथम पडवळ, भोंपळा व चाकवत चिरून उकडून एक वाफ देऊन काढावी. नंतर ताकाची कढी करण्याची कृति सांगितली आहे त्याप्रमाणें ताकास फोडणी देऊन नंतर वरील उकडून काढलेली फळें पानें फुलें वगैरे त्यांत टाकून कढीप्रमाणें सांबारें तयार करावें.

सार.

आमसुलाचें सार—एक कल्हईचें पातेलें घेऊन त्यांत दोन शेर पाणी घालून त्यास आधण आलें ह्मणजे चार तोळे आमसुलें पाण्यानें चांगलीं धुऊन त्या आधणांत टाकावीं. नंतर दीड तोळा गूळ, एक तोळा कोथिंबीर, दीड मासा मिरीं व दीड मासा जिरें यांचा भरडा, चार गुंजा

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

हिंगाची पूड आणि मीठ अतपाव येणेंप्रमाणें जिन्नस आंत घालून आमसुलें चांगलीं शिजवून लाल पाणी झालें ह्मणजे एक तोळा तुपांत दोन गुंजा फोडणीची मिसळण घालून त्यांत च्यार गुंजा हाळद टाकून फोडणी द्यावी.

प्रकार दु०—कल्हईचे पातेल्यांत दीड शेर पाणी घेऊन त्यांत चार तोळे आमसुलें शिजत टाकावीं. नंतर एक नारळ फोडून तो खवून त्यांत छटाक उन पाणी व चार मासे मीठ घालून चांगलें कुसकरून त्याचा रस काढावा. तो रस चुलीवरील रसांत ओतून भाजलेल्या हिंगाची पूड चार गुंजा व मीठ दीड तोळा, आंत घालून चांगलें कढवावें. नंतर एक तोळा तुपांत एक मासा फोडणीचें मिसळण व चार गुंजा हाळद घालून फोडणी द्यावी.

ओंठाचें सार—या साराची कृति जीवर अमसुलाचें सार करण्याची पहिली कृति सांगितली आहे त्याप्रमाणें करावी. हें सार फार थंड असल्यानें चैत्र वैशाख या दोन महिन्यांत मध्यें फार हितावह होतें.

उसाच्या रसाचें सार—उसाचा रस दीड शेर कल्हईचे पात्रांत घालून त्यांत तीन तोळे चिंचेचा कोळ घालावा. बाकीची सर्व कृति आमसुलाचे साराप्रमाणें करावी.

कौंठाचें सार—कच्चीं कौठें फोडून आंतील गीर पावशेर घेऊन त्यांत आडीच शेर पाणी घालून एके कल्हईचे पातेल्यांत चुलीवर शिजत ठेवावें. थोडें कढलें ह्मणजे आंतील चोथा पिळून टाकून त्यांत छटाक गूळ, तीन तोळे मीठ, जिऱ्याची पुड दोन मासे, हिंग चार गुंजा व एक तोळा चुरलेली कोथिंबीर याप्रमाणें पदार्थ घालून चांगलें कढवून एक तोळा तुपाची फोडणी पळींत तयार करून त्यांत अर्धमासा हळदीची पूड टाकून सारास फोडणी द्यावी.

चिंचेचें सा०—एक कल्हईचें पातेलें घेऊन त्यांत पाणी दोन शेर, अतपाव चिंचेचा कोंळ, अडीच तोळे गूळ, दोन गुंजा भाजका हिंग, एक मासा जिऱ्याची पूड एक व मासा मिऱ्याची पूड आंत घालून चांगले

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

कढवावें. नंतर एक तोळा तूप कढईत घालून त्यांत फोडणीचें मिसळण एक मासा व अर्धा मासा हिंग घालून फोडणी द्यावी.

द्राक्षाचें सां०--आच्छेर चांगलीं द्राक्षें आणून वरील सालपटें काढून टाकून एका कल्हईचे पातेल्यांत दोन शेर पाण्याचें आधण ठेवून त्यांत तीं द्राक्षें घालावीं. नंतर एक तोळा गूळ व दोन तोळे मीठ, घालून चांगलें शिजलें ह्मणजे त्यास एक तोळा तुपाची फोडणी द्यावी.

सांडगे.

काकडीचे सां०---काकडी किसून त्यांत कोंहळा, तांबडा भोंपळा किंवा कोंवळ्या भेंड्या यांपैकीं एक समभाग घालून ता कीस पिळून टाकून बाकी सर्व कृति भोंपळ्याचे सांडग्याप्रमाणें करावी.

कोंहळ्याचें सां०---कोंहळा किसून पाणी पिळून टाकावें. भेंड्या घालून ते बाकी सर्व पदार्थ भोंपळ्याचे सांडग्याप्रमाणें घालून त्याचप्रमाणें तयार करून ठेवावे.

चिकवड्यांचे सां०---एक शेर गहूं घेऊन थोडे भाजून दोन दिवस भिजत घालावे. नंतर धुऊन पाट्यावर बारीक वांटावे. नंतर पांच शेर पाण्यांत कालवून खादीचे फडक्यानें गाळून चोथा टाकून द्यावा. व पाणी तसेंच एक प्रहरपर्यंत ठेवावें. नंतर वरील निवळी ओतून टाकावी ह्मणजे खालीं चिकी बसते. नंतर एक शेर पाण्याचें चुलीवर आधण ठेवून आधण आलें ह्मणजे तूप दोन तोळे, मीठ एक तोळा, हिंग तीन गुंजा व ती चिकी घालून पळीनें ढवळीत असावे. ह्मणजे थोड्या वेळानें चिकी घट्ट होते. नंतर निवाल्यावर वस्त्रावर सांडगे घालावे. वाळले ह्मणजे तुपांत किंवा तेलांत तळून खावे.

तिळाचे सां०---मराठे तांबडे तीळ आच्छेर थोडा वेळ भिजत घालून नंतर घोंगडीवर चोळून टरफलें काढून स्वच्छ पांढरे करावे. नंतर

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

दोन शेर रताळीं चांगलीं धुऊन एका पात्रांत घालून त्यांत दोन तोळे तूप घालून तें पातेलें चुलीवर ठेवून वर भरलेलें झाकण ठेवावें. व खालीं थोडा जाळ लावावा. थोडे वेळानें शिजली ह्मणजे दुसऱ्या एका भांड्यांत ओतून घ्यावीं. नंतर थंड झाल्यावर वरील सालपटें काढूनटाकून रताळीं चांगलीं कुसकरून त्यांत तीन तोळे मीठ, एक मासा हिंग व पांढरे केलेले तीळ घालून सारखें कालवावें, व त्याचे सांडगे घालावे. वाळले ह्मणजे तेलांत किंवा तुपांत तळून खावे.

भाजीचे सां॰—हरबरे, मूग किंवा उडीद यांचे दाळीचे सांडगे करितात ह्मणून ज्या दाळीचे सांडगे करणें असतील ती दाळ अर्धा शेर भाजून पाण्यांत भिजत घालावी. नंतर धुऊन दुसरे भांड्यांत घेऊन त्यांत दोन तोळे मीठ व दीड तोळा तांबडें तिखट, एक मासा हिंग, जिऱ्याचा भरडा एक मासा, मिऱ्याचा भरडा एक मासा, एक तोळा कोथिंबीर हे पदार्थ एक जागीं करून पाट्यावर जरा भरड वांटावी. नंतर त्या दाळीचे सांडगे घालून उन्हांत वाळवावे.

भोंपळ्याचे सां॰—तांबडा भोंपळा एक शेर घेऊन किसावा व त्यांत बारीक चिरलेल्या भेंड्या अर्धाशेर, ओल्या मिरच्या बारीक चिरलेल्या अतपाव, किसलेलें आलें दोन तोळे, तांबडे तीळ दोन तोळे, कोथिंबीर दोन तोळे, मीठ आडीच तोळे, हिंग, दोन मासे, हे पदार्थ एक जागीं करून उखळांत कुटावीं. नंतर त्यांचे सांडगे तुपांत घालून वाळवावे. नंतर तेलांत किंवा तुपांत तळून भक्षण करावे.

श्रीखंड.

तीन शेर दूध चांगलें घेऊन तें चुलीवर ठेवून तापवावें. नंतर साईसुद्धां विरजण घालून ठेवावें दुसरे दिवशीं सकाळीं तें दहीं स्वच्छ घट्ट फडक्यांत घालून खुंटीस टांगून ठेवावें. नंतर निथळून घट्ट झालें ह्मणजे एक शेर साखर घेऊन कल्हईचे पातेल्याचे तोंडावर दुसरें स्वच्छ फडकें बांधून

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

त्यावर तें टांगून ठेवलेलें दहीं व साखर घालून हातानें चोळून गाळावें. नंतर त्यास दोन मासे केशर खलून लावावें. नंतर खडी साखरेचा भरडा छटाक, वेलदोड्यांची पुड सहा मासे आणि कस्तूरी अर्ध गुंज भार बारीक खलून त्या श्रीखंडास लावावी ह्मणजे श्रीखंड तयार झालें.

किरकोळ.

आंब्याची भाजी.—आंब्याची भाजी आंबट न लागण्याची युक्ति अशी आहे कीं, हिरव्या आंब्यांची साल काढून ते किसावे. एक शेर कीस असल्यास त्यांस चार तोळे चुना लावून एके चिरगुटांत घालून दगडाचे पाट्याखालीं दडपून ठेवावा. आंतील पाणी निथळून गेलें ह्मणजे तीन चार वेळ स्वच्छ पाण्यानें धुऊन पिळून टाकावा. नंतर हरबऱ्याची दाळ भिजवलेली व तिखट, मीठ, वगैरे पदार्थ नेमस्त घालून चालीप्रमाणें भाजी तयार करावी. ह्मणजे भाजी आंबट न लागतां रुचिकर लागते.

पुरण पातळ झाल्यास उपाय.—पुरण पातळ झाल्यास कोरडें करून ह्मणजे पाणी फडक्यानें शोषून घेऊन पायलीस छटाक, चुना या मानानें पुरणांत कालवावा, ह्मणजे पुरण घट्ट होऊन पोळी चांगली होते.

दूध न आंबण्यास उपाय—एक शेर दुधांत राईचे तेलाचे थेंब पंचवीस टाकले असतां तें दूध आंबट न होतां पंधरा दिवस जशाचें तसें गोड राहतें.

खराब तूप सुधारणें—जितकें खराब तूप असेल त्याचे दुप्पट दूध विरजण लावण्याजोगें खमंग तापवून तयार करावें. मग त्याजमध्यें खराब झालेलें तूप उन करून ओतून एक दीड दिवस तसेंच राहूं द्यावें. मग घुसळून लोणी काढून घ्यावें. नंतर कढवून त्याचें तूप करावें. या तुपांत पहिला कांहीं एक खराब अंश राहत नसून उत्तम लोणकढें तूप होतें. ताक मात्र उपयोगीं पडत नाहीं.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

मिरच्यांचा तिखटपणा कमी करणें—हिरव्या मिरच्या पाहिजे तशा चिरून पापडखाराच्या पाण्यांत एक रात्र भिजूं द्याव्या. एक शेर मिरच्यांस पांच तोळे पापडखार घ्यावा. मग दुसरे दिवशीं सकाळीं कुसकरून धुऊन टाकाव्या. नंतर मीठ मसाला घालून पाहिजे असल्यास भाजी करावी. किंवा तळून तोंडीं लावाव्या. त्या भाजीपेक्षां जास्त तिखट लागत नाहीं.

समाप्त.

For Private And Personal Use Only

Shri Mahavir Jain Aradhana Kendra www. kobatirth.org Acharya Shri Kailassagarsuri Gyanmandir

नवीन पुस्त[illegible]

१ वैद्यसुधाकर, सुधारलेली आवृत्ति २...
२ सुबोधसार, (निवडक सुभाषित श्लोक
३ स्त्रीचिकित्सासार, भा. १ व २. (सर्व स्त्रिय
४ बालचिकित्सासार, भा. १ व २. (सर्व ब
५ पाकावली, (सालंमिश्री सर्व पाक व स
६ पाकसार, (स्वयंपाक व खाण्याचे पदार्थ
७ मदनविलास, (यांत सर्व शृंगारसार भरपू
८ विषार, (यांत सर्व प्रकारचे विषांवर अनु
९ वैद्यमित्र, (यांत सर्व वनस्पतीचीं सु
१० पटकी, (महामारीचीं कारणें व रामब
११ सुगंधसार, (उदबत्त्या वगैरे सर्व गंधी-स
१२ नेत्रांजन डबी, नंबर १ (सर्व नेत्ररो
१३ प्रवाळभस्म, (सूर्यपुटी उत्तम ख
१४ सुवर्णमाक्षिकभस्म, (उत्तम
१५ लोहभस्म, (उत्तम खात्रीचें)

हीं पुस्तकें व औषधें खालील प[illegible]
पाठवून किंवा व्हॉल्युपेएबलनें मागवावींत.
त्यास टपाल हंशिल पडणार नाहीं.

ज्ञानप्रकाश, ज्ञानचक्षु, श्रीशिवाजी, पुणे
ळकर आ० कं०, किताबखाना हीं पुण्यांती
वा० मो० पोतदार, ज० मा० गुर्जर, का
गो. ना. आ. कं., नेटिव ओपीनियन हीं मु
सोलापूर, प्रमोदसिंधु उमरावती, वामन वि
पूजी गोविंद पारखे नंदुरबार (खानदेश.)

(मालक) बाळाजी सखा

पुणें पेठ बुधवार फरसखान्याचे बोळां

Serving JinShasan
098384
gyanmandir@kobatirth.org

For Private And Personal Use Only