



फलेवर्स ऑफ फ्यूजन

आईस्क्रीम स्पेशल



डॉ.सुप्रिया शेटे उपाध्ये

फलेवर्स ऑफ फ्युजन

डॉ. सुप्रिया शेते उपाध्ये

ई साहित्य प्रतिष्ठान



फलेवर्स ऑफ फ्युजन (पाककला)

लेखक: डॉ.सुप्रिया शेते उपाध्ये

८ ओकफील्ड रोड NE34HS

न्यू कॅसल, युनायटेड किंग्डम

Whatsapp संपर्क क्र: + ४४ (७८८२१९६७७०)

ई मेल : supriya.upadhye@nhs.net

या पुस्तकातील लेखनाचे सर्व हक्क लेखिकेकडे सुरक्षित असून पुस्तकाचे किंवा त्यातील अंशाचे पुनर्मुद्रण वा नाट्य, चित्रपट किंवा इतर रुपांतर करण्यासाठी लेखिकेची लेखी परवानगी घेणे आवश्यक आहे. तसे न केल्यास कायदेशीर कारवाई (दंड व तुरुंगवास) होऊ शकते.

This declaration is as per the Copyright Act 1957. Copyright protection in India is available for any literary, dramatic, musical, sound recording and artistic work. The Copyright Act 1957 provides for registration of such works. Although an author's copyright in a work is recognised even without registration. Infringement of copyright entitles the owner to remedies of injunction, damages and accounts.

प्रकाशकः

ई साहित्य प्रतिष्ठान

ईलेवनथ फ़्लोअर,

ईटर्निटी,

ईस्टर्न एक्सप्रेस हायवे, ठाणे

www.esahity.com

esahity@gmail.com

Whatsapp- 9987737237

(विनामूल्य पुस्तके मिळवण्यासाठी आपले नाव आणि गाव Whatsapp करा)



प्रकाशन : १३ एप्रिल २०२५

©esahity Pratishthan®2025

विनामूल्य वितरणासाठी उपलब्ध.

- आपले वाचून झाल्यावर आपण हे फ़ॉरवर्ड करू शकता.
- हे ई पुस्तक वेबसाईटवर ठेवण्यापुर्वी किंवा वाचनाव्यतिरिक्त कोणताही वापर करण्यापुर्वी ई-साहित्य प्रतिष्ठानची लेखी परवानगी घेणे आवश्यक आहे.

मनोगत

नमस्कार ,

मी डॉ.सुप्रिया शेटे उपाध्ये,
न्यूकॅसल यूके इथे मी NHS मध्ये काम
करत आहे.

पंचवीस वर्षापूर्वी मी जेव्हा
यूकेला आले होते तेव्हा पासून मला
स्वयंपाकाची आवड निर्माण झाली.

खरतर ही आवड माझ्या आईकडूनच मला मिळाली आहे. माझी आई सुगरण
आहे आणि कळत नकळत लहानपणी तिचे कुकिंग बघून मला ती आवड
निर्माण झाली होती.

माझ्या डॉक्टरी व्यवसायाइतकंच माझं स्वयंपाक करण्यावरही प्रेम आहे
स्वयंपाक घरात नवनवीन प्रयोग करून बघणे हा माझा विरंगुळा आहे . संबंध
दिवस काम करून दमून आल्यावर नवीन पदार्थ करण्यात मला नवीन उर्जा
मिळते.



हा माझा छंद जोपासण्याची संधी मला लॉक डाऊन मध्ये अधिक जोमाने मिळाली .

घरातून व मैत्रिणींकडून प्रोत्साहन मिळत गेलं आणि मी अधिकच गुंतत गेले स्वैपाकाचे नवीन प्रयोग करण्यात. छंद कधी पॅशन बनला कळलंच नाही . मनाने असं घेतलं की भारतीय पदार्थ व वेगवेगळ्या देशांतील पारंपारिक पदार्थ ह्यांच फ्युजन करून काहीतरी नवीन, वेगळं करू शकते का ते पाहू, त्यातूनच ह्या फ्युजन फुडची निर्मिती झाली.

आईकडून शिकलेले पारंपारिक मराठी पदार्थ व इकडच्या देशात आल्यावर शिकलेले पदार्थ या दोन्हींच्या एकत्रीकरणाने काहीतरी नवीन निर्माण होऊ शकतं या विचाराने उत्साह वाढला आणि या फ्युजन फुडची कल्पना साकार झाली व मी माझ्या प्रयत्नाने ही नवनिर्मिती करत आहे. अजून पुष्कळ काही करायची इच्छा आहे. आपल्या प्रोत्साहनाने ते मी साध्य करीन अशी आशा आहे.

मी २०० पेक्षा जास्त रेसिपी लिहिल्या आहेत आणि माझे “सुप्रिया चे स्वयंपाकघर (Supriya’s kitchen) “ नावाचे ब्लॉग आहे.

असं म्हणतात की माणूस आधी डोळ्यांनी जेवतो व मग तोंडाने. त्यामुळे पदार्थांच्या रंगरूपाकडे विशेष लक्ष दिले व चवीला जास्त प्राधान्य

दिले. दिसायला आकर्षक तर हवेत पण चवीत कुठेही तडजोड नाही असे पदार्थ करण्याकडे माझा कल आहे

मला मराठी आणि इंग्रजी काल्पनिक पुस्तके वाचायला आवडतात. जेवण बनवण्यासोबतच लोकांना भेटणे, हायकिंग, पोहणे हे माझे इतर छंद आहेत.

मला प्रोत्साहन आणि पाठिंबा दिल्याबद्दल मी टीम ई साहित्यचे आभारी आहे.

डॉ. सुप्रिया शेटे उपाध्ये

अनुक्रम

मिठाई आणि चहा फ्लेवरचे आइस्क्रीम

- गुलाब जाम रबरी कसाटा स्टाईल आइस्क्रीम
- मुंबई कटिंग चहा आइस्क्रीम
- बदाम कटली आइस्क्रीम
- मोतीचूर आइस्क्रीम रेसिपी
- नटी रसमलाई आइस्क्रीम
- पंच खाद्य आइस्क्रीम
- करंजी मावा आइस्क्रीम

फ्रुट फ्लेवरचे आइस्क्रीम

- नारळ आंबा चिया सीड आइस्क्रीम
- कलिंगड आइस्क्रीम
- स्ट्रॉबेरी कुल्फी

अर्पणपत्रिका

माझे हे पहिले पाककलेचे पुस्तक मी माझ्या आई बाबांना

आणि माझ्या आयुष्यात आलेल्या प्रत्येक व्यक्तीस

समर्पित करत आहे !!!

मिठाई आणि चहा फ्लेवरचे आइस्क्रीम

गुलाब जाम रबरी कसाटा स्टार्डल आईस्क्रीम



यासाठी लागणारे तीन घटक पुढील प्रमाणे:

१. गुलाब जाम केक/किंवा तुम्ही गुलाब जामवर उरलेले कुस्करून ते बदलू शकता.
२. घरी बनवलेले आईस्क्रीम.
३. रबरी , तीन फ्लेवर्ससह. मी गुलाब, केशर आणि पान गुलकंद वापरले आहे, तुमच्या आवडीचे कोणतेही फ्लेवर्स घालू शकता.

गुलाब जाम केक गुलाब जाम मिक्स पावडरपासून बनवा

साहित्य:

१. १/२ कप गुलाब जाम मिक्स
२. १/२ कप साधा फ्लॉवर
३. १/४ कप कप साखर
४. १/२ टी स्पून बेकिंग पावडर
५. १/२ स्पून बेकिंग सोडा
६. १/४ कप तेल
७. १/४ कप दूध

कृती:

१. चर्मपत्र कागदाने एक लोफ टिन घ्या (तुम्ही कसाटा बनवाल तसाच असेल).
२. सर्व कोरडे साहित्य घ्या आणि चांगले मिसळा.
३. तेल आणि दूध घाला.

४. लोफमध्ये पीठ घाला आणि केक तयार होईपर्यंत बेक करा.
५. केक थंड होऊ द्या.
६. नंतर केकचे हळूवारपणे आडवे तुकडे करा.
७. तोच लोफ टिन घ्या आणि त्याला क्लिंग फिल्मने अशा प्रकारे रेषा करा की ते कडा ओलांडून जाईल. यामुळे आइस्क्रीम वर येईल.
८. तुम्ही २/३ चमचे गुलाब जाम सिरप आणि कुस्करलेले गुलाब जाम घालून रबरी तयार होईपर्यंत फ्रीजमध्ये ठेवू शकता.

रबरी रेसिपी

साहित्यः

६ कप संपूर्ण दूध

२ कप दूध पावडर

१ कप साखर

गुलाब रबरी - २ चमचे गुलाब सरबत

केशर रबरी - दुधात भिजवलेले चिमूटभर केशर

पान गुलकंद रबरी - मी बनारसी पान गुलकंद वापरले, जर तुमच्याकडे हे नसेल तर तुम्ही पान किंवा हिरवा रंग घालू शकता

कृतीः

१. दूध उकळवा आणि ते ५ मिनिटे कमी होऊ द्या.

२. दूध पावडर घाला आणि शिजवत राहा ते अर्धे कमी होईल.

३. नंतर साखर घाला आणि चांगले मिसळा.

४. तुमची रबरी तयार आहे.

५. थंड होऊ द्या.

६. रबरी तीन भागांमध्ये विभागून घ्या

गुलाब रबरी

रबरी च्या एका भागात २ चमचे गुलाब सरबत घाला,

केसर आणि पन्ना गुलकंदसह तेच पुन्हा करा.

तुम्हाला रबरीचे तीन स्वाद मिळतील.

बेसिक आईस्क्रीम रेसिपी

कोणत्याही आईस्क्रीमच्या बेससाठी ही एक उत्तम रेसिपी आहे. तुम्ही तुमच्या आवडीनुसार कोणताही स्वाद घालू शकता.

साहित्य:

१. ३०० मिली व्हिपिंग क्रीम
२. १४ OZ कॅन कंडेन्सड मिल्क

कृती:

१. कोल्ड व्हिपिंग क्रीम घ्या आणि हँड मिक्सर वापरून मध्यम गतीने फेटून घ्या, जोपर्यंत तुम्हाला मऊ शिखरे मिळत नाहीत.
२. वेग कमी करा आणि कंडेन्सड मिल्क घाला.

कॅसाटा थर लावणे कृती:

१. बेसिक आइस्क्रीमचे तीन समान भाग करा आणि प्रत्येक चव घाला. म्हणजे तुम्हाला तीन रबरी आणि बेसिक आइस्क्रीम मिश्रण मिळेल.
 २. फ्रीजमधून लोफ टिन घ्या आणि पहिल्या थरातील गुलाब रबरी आणि आइस्क्रीम मिक्स घाला.
 ३. ते फ्रीजरमध्ये ठेवा आणि ते ६ ते ७ तासांसाठी सेट होऊ द्या.
 ४. तुम्ही तोपर्यंत इतर दोन फ्रीजरमध्ये फ्रीज करू शकता किंवा फक्त फ्रीजमध्ये ठेवू शकता.
 ५. नंतर केशरचा थर घाला आणि ते गोठू द्या आणि सेट होऊ द्या.
 ६. शेवटी पॅन गुलकंद थरात चिरलेले बदाम किंवा कसाटामध्ये मिळणाऱ्या कोणत्याही नटसह घाला. मी गुलाबाच्या पाकळ्या देखील घालतो.
 ७. दुसऱ्या दिवशी तुम्ही आइस्क्रीम ३ ते ४ मिनिटे बाहेर ठेवू शकता आणि क्लिंग फिल्म हळूवारपणे उचलून लोफचा आकार घेऊ शकता आणि त्याचे तुकडे करू शकता.
- चवीनुसार राबरीमध्ये साखर समायोजित करा.

मुंबई कटिंग चहा आईस्क्रीम



साहित्य:

१ कप डबल क्रीम

१ कप कंडेन्सड मिल्क

२ पिशव्या इन्स्टंट मसाला चहा पावडर

१ टीस्पून सुके आले पावडर

१ टीस्पून हिरवी वेलची पावडर

आईस्क्रीमसोबत बिस्कटे (शक्यतो ग्लुकोज/बिस्कॉफ/माल्टेड बिस्कटे)

कृती:

१. क्रीम आणि कंडेन्सड मिल्क एकत्र करा आणि चांगले मिसळा. इन्स्टंट मसाला चहाचे पिशव्या घाला.
२. चांगले मिसळा आणि एका कंटेनरमध्ये घाला.
३. ते अॅल्युमिनियम फॉइलने झाकून फ्रीजरमध्ये ठेवा
४. सुके आले पावडर आणि वेलची पावडर शिंपडून आईस्क्रीम स्कूप सव्ह करा, बिस्किटांसोबत सव्ह करा आणि या स्वादिष्ट आईस्क्रीमचा आनंद घ्या!

बदाम कटली आईस्क्रीम



बदाम कटली

मी बदाम कटलीची मूळ रेसिपी फॉलो केली आहे. वेळ वाचवण्यासाठी, तुम्ही ती कोणत्याही मिठाईच्या दुकानातून खरेदी करू शकता.

साहित्यः

१. २ कप बदामाचे पीठ
२. १/२ कप साखर
३. ३/४ कप पाणी
४. २ चमचे तूप
५. चिमूटभर वेलची पावडर

कृतीः

१. साखर आणि पाणी एकत्र गरम करा आणि एका धाग्याचे सरबत बनवा.
२. नंतर बदाम पावडर आणि वेलची पावडर घाला.
३. मिश्रण पानाच्या बाजूने निघेपर्यंत सतत मिसळा.
४. बटर पेपरवर पीठ घाला आणि ५ मिनिटे थंड होऊ द्या.
५. हातावर १ चमचा तूप लावा आणि पीठ चांगले मळून घ्या.
६. नंतर पीठ लाटून घ्या आणि लहान हिऱ्यांमध्ये कापून घ्या.

बेसिक आईस्क्रीम रेसिपी

कोणत्याही आईस्क्रीमच्या बेससाठी ही एक उत्तम रेसिपी आहे. तुम्ही तुमच्या आवडीनुसार कोणताही स्वाद घालू शकता.

साहित्य:

१. ३०० मिली व्हिपिंग क्रीम
२. १४ OZ कॅन कंडेन्सड मिल्क

कृती:

१. कोल्ड व्हिपिंग क्रीम घ्या आणि हँड मिक्सर वापरून मध्यम गतीने फेटून घ्या, जोपर्यंत तुम्हाला मऊ शिखरे येत नाहीत.
२. वेग कमी करा आणि कंडेन्सड मिल्क घाला.
३. नंतर ६/७ बदाम कटली चिरून घ्या आणि मिश्रणात घाला.
४. आइस्क्रीम हवाबंद कंटेनर किंवा पॅनमध्ये घाला किंवा पॉप्सिकल्स मोल्डमध्ये घाला आणि फ्रीजरमध्ये ठेवा.

मोतीचूर आईस्क्रीम



साहित्य:

४ मोतीचूर लाडू (दुकानातून विकत घेतलेले किंवा घरी केलेले)

कृती:

१. बेसिक आईस्क्रीम रेसिपी वापरा आणि दोन चिरलेले लाडू घाला. चांगले मिसळा.
२. मिश्रण फ्रीजर सेफ कंटेनरमध्ये ओता आणि उरलेल्या मोतीचूर लाडूने सजवून सव्ह करा.

बेसिक आईस्क्रीम रेसिपी

साहित्य:

१. ३०० मिली व्हिपिंग क्रीम
२. १४ OZ कॅन कंडेन्सड मिल्क

कृती:

१. कोल्ड व्हिपिंग क्रीम घ्या आणि हँड मिक्सर वापरून मध्यम गतीने फेटून घ्या, जोपर्यंत तुम्हाला मऊ शिखरे येत नाहीत.
२. वेग कमी करा आणि कंडेन्सड मिल्क घाला.
३. नंतर २ मोतीचूर लाडू कुस्करून घ्या आणि मिश्रणात घाला.
४. आइस्क्रीम हवाबंद कंटेनर किंवा पॅनमध्ये घाला किंवा पॉप्सिकल्स मोल्डमध्ये घाला आणि फ्रीजरमध्ये ठेवा.

नटी रसमलाई आईस्क्रीम



साहित्यः

३०० मिली व्हिपिंग क्रीम

१४ OZ कॅन गोड केलेले कंडेन्स मिल्क

१/२ कप रस मलाई दूध

८ रस मलाई डिस्कस चिरलेले

२ चमचे वेलची पावडर

एक चिमूटभर केशर

१ कप चिरलेले पिस्ता

कृतीः

१. थंड व्हिपिंग क्रीम घ्या आणि हॅंड मिक्सर वापरून मध्यम गतीने फेटून घ्या, जोपर्यंत मऊ होत नाही.

२. वेग कमी करा आणि कंडेन्सड मिल्क घाला,

३. नंतर रसमलाई दूध घ्या.

४. नंतर पिस्ते अर्धे करा, केशर घाला आणि मिश्रणात चिरलेली रसमलाई हलक्या हाताने मिक्स करा.

५. एका पॅनमध्ये काढा आणि पिस्ता आणि केशरने सजवा.

६. प्लास्टिकच्या आवरणाने झाकून फ्रीजरमध्ये ठेवा.

पंच खाद्य आईस्क्रीम



साहित्यः

१. १/२ कप सुकवलेले नारळ
२. १/२ कप खवा, दुधाचे घन पदार्थ
३. १/२ कप सुक्या खजूराची पावडर/चिरलेली खजूर
४. १ टेबलस्पून खसखस
५. २ १/२ कप ताजे क्रीम
६. १ टिन कंडेन्सड मिल्क
७. २ टीस्पून दुधाची पावडर
८. चिमूटभर मीठ
९. २ टीस्पून वेलची पावडर
१०. चिमूटभर केशर

कृतीः

१. नारळ २ मिनिटे भाजून घ्या.

२. नंतर खवा खसखस आणि खजूर घाला, चांगले मिसळा., बाजूला ठेवा.
३. इलेक्ट्रिक व्हिस्क वापरून क्रीम २ मिनिटे घट्ट होईपर्यंत फेटून घ्या.
४. यामध्ये दुधाची पावडर आणि चिमूटभर मीठ घाला आणि ते आणखी फेटून घ्या.
५. पुढे कंडेन्सड मिल्क घाला आणि चांगले मिसळा.
६. यामध्ये नारळ, खसखस, मिश्रण घाला
७. वेलची पावडर आणि केशर घाला.
८. हे फ्रीजर सेफ पॅनमध्ये ओता.
९. ते अर्धवट सेट झाल्यावर, मिश्रण स्कूप करा आणि आस्वाद घ्या.
- १० .गुळ मावा मोदक आणि सॉल्टेड कॅरमल सॉस सोबत आईस्क्रीम सर्व्ह करावे.

गुळाचा मावा मोदकची रेसिपी खालीलप्रमाणे : १५ मोदक साठी

साहित्य:

१. १ १/२ कप मावा
२. ३/४ कप गूळ
३. चिमूटभर केशर
४. १ टीस्पून वेलची पावडर

कृती:

१. एक पॅन घ्या आणि खवा आणि गूळ एकत्र गरम करा
२. ढवळत राहा आणि ५ मिनिटांनी केशर आणि वेलची पावडर घाला.
३. चांगले मिसळा आणि ढवळत राहा.
४. गूळ मिश्रणात वितळेपर्यंत आणि ते सर्व एकत्र येईपर्यंत शिजवत राहा, एका मिक्सिंग बाऊलमध्ये काढा.
५. स्पटुला वापरून चांगले मिसळा.
६. मिश्रण थंड होऊ द्या.
७. मोदक साच्याला थोडेसे तूप लावा.
८. मोदक साच्याचा वापर करून मोदक बनवा.

सॉल्टेड कॅरमल सॉस रेसिपी खालीलप्रमाणे :

साहित्य:

१/२ कप साखर

१ टेबलस्पून पाणी

२ टेबलस्पून मीठयुक्त बटर

१/२ कप आणि १ टीस्पून क्रीम

१ टीस्पून मीठ

कृती:

१. सॉस बनवण्यासाठी साखर एका पॅनमध्ये ठेवा आणि नंतर मध्यम आचेवर पॅनमध्ये पाणी घाला जोपर्यंत ते वितळत नाही तोपर्यंत ते जाड तपकिरी द्रवात बदलत नाही.

२. साखर वितळली की, हळूहळू जाड क्रीम घाला. क्रीम घातल्यानंतर ते उकळू द्या.

३. गॅसवरून उतरवा आणि बटर आणि मीठ घाला.

करंजी मावा आईस्क्रीम



करंजी/गुजिया ही आणखी एक मिठाई आहे ज्याशिवाय माझी दिवाळी अपूर्ण राहते. मी माझ्या आईस्क्रीमला चव देण्यासाठी बेसिक करंजी मध्ये भरण्यासाठी वापरल्या जाणाऱ्या मावा नारळाच्या मिश्रणाचा वापर केला आहे.

बेसिक आईस्क्रीम रेसिपीमध्ये करंजी नारळ मावा मिक्सचे २/३ चमचे घाला.

करंजी नारळ मावा साहित्य:

१. १ कप मावा/खोया
२. २ टेबलस्पून डेसिकेटेड नारळ
३. १ टेबलस्पून दाणेदार साखर
४. १ टेबलस्पून खसखस
५. तुमच्या आवडीचे २ टेबलस्पून मिक्स केलेले चिरलेले काजू
६. ३ टेबलस्पून गरम वितळलेले तूप

कृती:

१. तूप वगळता सर्व साहित्य मिसळा.
२. मिश्रणात गरम तूप घाला आणि चांगले मिसळा.

फ़ुट फलेवरचे आइस्क्रीम

मला वेगवेगळ्या फळांवर प्रयोग करायला आवडते आणि म्हणूनच मी हे रिफ्रेशिंग ट्राय केले

कलिंगड आइस्क्रीम

नारळ चिया सीड्स आणि आंबा आइस्क्रीम

कलिंगडला नैसर्गिक गोडवा आहे, तो ताजेतवाने आहे आणि त्याच्या तेजस्वी रंगासोबत या आइस्क्रीमला एक जादुई फळांची चव देते.

उन्हाळ्यात जेव्हा कलिंगड सहज उपलब्ध असतात तेव्हा हे नक्की ट्राय करावे.

मला माझ्या आइस्क्रीमला ट्रॉपिकल टचद्यायचा होता, म्हणूनच आंब्याच्या सॉससह नारळ चिया सीड्स आइस्क्रीमची ही कल्पना सुचली. चिया सीड्स या आइस्क्रीमला निरोगी आणि कुरकुरीत चव देतात.

मलईदार हलक्या नारळाच्या आइस्क्रीमला वाढवण्यासाठी मी आंब्याची सॉस / प्युरी वावरली आहे.

सुंदर रंग आणि समृद्ध चवीसाठी दोन्ही एकत्र सर्व्ह करत आहे.

नारळ आंबा चिया सीड आईस्क्रीम



साहित्य:

१ कॅन नारळाचे दूध

१ कप नारळ पावडर (मॅगी) किंवा कोणताही चांगला ब्रँड

किंवा १ कप दुधाची पावडर

१ कप साखर किंवा चवीनुसार

३०० मिली व्हीपड क्रीम

२ टेबलस्पून चिया बिया

कृती:

१. मिक्सरमध्ये नारळाचे दूध, नारळ / दुधाची पावडर आणि साखर घाला.

२. व्हीप पर्यायासह ते चांगले मिसळा.

३. हँड मिक्सरने क्रीम मऊ होईपर्यंत फेटून घ्या आणि वरील मिश्रण घाला

४. स्पॅटुलासह मिसळा आणि नंतर त्यात चिया बिया घाला.

५. मिश्रण एका बॉक्समध्ये ओता आणि रात्रभर फ्रीजमध्ये ठेवा. सर्व करण्यापूर्वी आईस्क्रीम काढा आणि आंबा प्युरी ड्रिझल करा.

जर नारळ मऊ असेल तर सर्व्ह करण्यापूर्वी त्याचे तुकडे घाला.

कलिंगड आईस्क्रीम



साहित्यः

१. दोन कप ताज्या कलिंगडचा रस
२. २ चमचे साखर
२. कलिंगडच्या गोडपणानुसार १ कप कंडेन्सड मिल्क किंवा त्यापेक्षा कमी

३. ४०० मिली व्हिपिंग क्रीम

४. १ टेबलस्पून मिल्क पावडर

कृती:

१. २ कप कलिंगडचा रस आणि २ चमचे साखर एकत्र करा. एक पॅन गरम करा आणि हे मिश्रण सुमारे १.५ कप होईपर्यंत कमी करा. मिश्रण थंड करा.

२. एका भांड्यात थंड व्हीप्ड क्रीम घ्या. मऊ येईपर्यंत मिक्स करा.

३. यामध्ये १ कप कंडेन्सड मिल्क, मिल्क पावडर घाला आणि हळूवारपणे मिसळा.

४. थंड पाण्यातील कलिंगडची प्युरी घाला.

५. मिश्रण फ्रीजर सेफ बॉक्समध्ये घाला.

६. ८-१२ तासांसाठी गार करा.

७. चॉकलेट चिप्ससह स्कूप करा आणि सर्व्ह करा (पर्यायी)

स्ट्रॉबेरी कुल्फी



साहित्य:

१ टिन एवापोरेटेड मिल्क (सुपर मार्केट मध्ये टिन मिळतात)

३०० मिली व्हीप्ड क्रीम

१ कॅन कंडेन्सड मिल्क

१ टीस्पून बडीशेप

६ वेलची

३ कप स्ट्रॉबेरी चिरलेली आणि २ टेबलस्पून साखर आणि १ टीस्पून लिंबाचा रस स्ट्रॉबेरी जॅम बनवण्यासाठी

कृती:

१. मिक्सरमध्ये पावडर साखर, वेलची आणि बडीशेप बीज घाला.
२. एका पॅनमध्ये बारीक चिरलेली स्ट्रॉबेरी, साखरेचे मिश्रण, लिंबाचा रस घ्या.
३. मिश्रण घट्ट होईपर्यंत शिजवा.
४. स्ट्रॉबेरी प्युरी थंड करा.
५. एका भांड्यात , एवापोरेटेड मिल्क, कंडेन्सड मिल्क आणि व्हीप्ड क्रीम घाला. नंतर स्ट्रॉबेरी प्युरी घाला आणि सर्व चांगले मिसळेर्यंत फेटा. कुल्फी मोल्ड किंवा प्लास्टिकच्या साच्यात घाला.
६. रात्रभर गोठवा.

महाराष्ट्र. एक श्रीमंत राज्य.

या राज्याच्या प्रत्येक भागात स्वतःचे असे खास खाद्यपदार्थ आहेत. कोकण, पश्चिम महाराष्ट्र, खानदेश, विदर्भ, उत्तर महाराष्ट्र, मराठवाडा, सोलापूर, कोल्हापूर... प्रत्येक भागात वेगळ्या चवी, वेगळी पक्वान्नं, वेगळे चोचले.

पण ...

पण या भागाचा त्या भागाला पत्ता नाही. वाससुद्धा नाही.

कोकणातली कुयरीची भाजी इतरांना माहित नाही. खानदेशातली शेव भाजी कोकणात ठाऊक नाही. नागपूरचा वडे भात, कोल्हापूरचा तांबडा रस्सा, सोलापूरचे धपाटे, किती काय काय सांगावं..., नावंही ऐकलेली नसतात.

पण उडुपी आणि पंजाबी विचारा ... इटालियन आणि चायनीज विचारा .. थाय आणि मंगोलियन सगळे माहित असतात मराठी माणसाला...

जाऊ दे ... काय बोलावं... त्यापेक्षा करूनच दाखवावं...

तुम्हाला ठाऊक असलेले खास मराठी पदार्थ... त्यांच्या पाककृती आणि फोटो... आम्हाला कळवा.

esahity@gmail.com

एक मराठी खाद्यकोश बनवूया...

[पाककला](#)

क्लिक करा.