



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GARAM MASALA

<https://mutfakradyosu.com>

Kişniş tohumu/sabut dhania ½ su bardağı
Kimyon tohumu/sabut jeera ¼ su bardağı
Çubuk tarçın/dalchini 6-7 cm.lik 9-10 adet
Karanfil/laung 2 tatlı kaşığı
Defne yaprağı/tejpatta 10 adet
Büyük kakule/badi elaichi 10/12 adet
Küçük kakule/choti elaichi 2 tatlı kaşığı
Tane karabiber/sabut kalimirch 1,5 tatlı kaşığı
Kuru zencefil/sonth 2,5-3 cm.lik bir adet
Küçük hindistancevizi/jaiphall 1 adet

Kişniş ve kimyon tohumlarının taşını ayıklayın.

Diğer baharatlarla birlikte hepsini genişçe bir kaba veya tepsiye yayın.

2-3 gün güneşte kurutun. Ara sıra karıştırarak bütün yüzeylerin güneş ışığı almasını sağlayın.

İlk önce kuru zencefilli öğüteceksiniz. Bunun için çok iyi bir kahve veya baharat değirmeni/öğütücüsü kullanın.

Öğütmesi en zor olan baharat kuru zencefil. Tamamen un haline gelmeyecektir. (Havanda ezmek zorlu ve zahmetli bir alternatif olarak spor yapmak isteyenlerin tercih edeceği bir yöntem olabilir).

Daha sonra, küçük hindistancevizlerini bütün olarak ve çubuk tarçınları da kırarak zencefillere ilave edin ve tekrar çekin. İnce bir toz kıvamına veya un haline gelene kadar çekeceksiniz. Daha sonra çektiğiniz bu karışımı öğütücünden alarak ayrı bir kaba koyun.

Diğer baharatların hepsini öğütücüye koyun ve un kıvamına gelecek şekilde çekin. Sonra öğütücünden çıkarın ve önceden çektiğiniz ve ayrı bir kaptaki beklettiğiniz zencefil, Hindistan cevizi, çubuk tarçın karışımıyla güzelce karıştırın. Tüm baharatların birbiriyle iyice harmanlanmasını sağlayın.

Garam Masala baharat karışımınızı hava geçirmeyen bir kaba veya kavanoza koyun ve serin bir yerde saklayın. Bu şekilde 1 yıl tazeliğini koruyacaktır. Tüm yemeklerinizde kullanabilirsiniz.

Not: Hint mutfaklarının olmazsa olmazlarından bir baharat karışımı Garam Masala, sıcak baharat karışımı anlamına geliyor. Sindirimi kolaylaştırıcı etkisi olduğu söyleniyor.

