



Recipe of the F inalist

Amateur Group



Anju Man Ara
Dhaka

ইলিশ মাছের রোস্ট

উপকরণ :	পরিমাণ :
ইলিশ মাছ	১টি (মাঝারি)
টক দই	১ কাপ
আদা বাটা	২ টেবিল চামচ
রসুন বাটা	২ টেবিল চামচ
শুকনা মরিচের গুঁড়া	১ টেবিল চামচ
পিঁয়াজ কুচি	২ কাপ
কাঁচামরিচ	১০/১২টি
তেল	৫০০ গ্রাম
এলাচ, গোলমরিচ, লবঙ্গ	সামান্য করে
চিনি	১ টেবিল চামচ
লবন	পরিমাণমত
পেস্টা বাদাম (লাল)	২০/২৫টি
কিসমিস	২ টেবিল চামচ

প্রস্তুত প্রণালী :

- ১। ইলিশ মাছের আঁশ তুলে ভাল করে ধুয়ে আস্ত মাছের মাথা থেকে লেজ অবধি এমনভাবে লম্বালম্বি সমান দুই টুকরা করবেন যেন দুই দিকেই মাথা থাকে; অবশ্য লেজের শেষ অংশটি একদিকে থাকবে।
- ২। পেটের ময়লা এবং মাথার ময়লা ফেলে আবারও ধুয়ে আধুকাপ দই, ১ চা চামচ মরিচের গুঁড়া, ১ চা চামচ আদা বাটা, ১ চা চামচ রসুন বাটা ও সামান্য লবণ দিয়ে ১৫ থেকে ২০ মিনিট ভিজিয়ে রাখুন।
- ৩। কাটা মাছের দুটো টুকরাই ডুবো তেলে হালকা করে ভেজে তুলে রাখুন (বড় ফ্রাইপ্যানে ভাজতে হবে)।
- ৪। ১ কাপ মিহি পিঁয়াজ কুচি তেলে বাদামী করে ভেজে রাখুন।
- ৫। বড় কড়াইতে যে তেলে মাছ ভাজা হয়েছে সেই তেল পরিমাণমত দিয়ে ১ কাপ পিঁয়াজ, বাকি মসলা, আধুকাপ দই এবং চিনি দিয়ে কষাতে থাকুন। মসলা কমানো হলে ভাজা মাছ দিয়ে আস্তে আস্তে নেড়ে (যেন ভেঙে না যায়), উল্টিয়ে কম আঁচে রান্না করুন। কাঁচামরিচ দিয়ে দিন। তেল উপরে উঠলে নামিয়ে রাখুন এবং ঠাণ্ডা হতে দিন।
- ৬। একটি সুদৃশ্য লম্বা আকৃতির প্লেটের উপর মাছের দুটি টুকরো এমনভাবে রাখুন যাতে দেখলে মনে হবে আস্ত মাছটি সাজানো আছে। এখন মাছের উপরে পিঁয়াজের বেরেস্টা ছিটিয়ে দিন। বাদাম কুচি কিসমিস ছড়িয়ে দিন।
- ৭। বিভিন্ন সবজি দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করুন।

Ilish Maser Roast (Hilsha Roast)

Ingredients :	Quantity :
Hilsha	1 pc (medium size)
Yoghourt	1 cup
Ginger paste	2 tab spoon
Garlic paste	2 tab spoon
Red chilli powder	1 tab spoon
Chopped onion	2 cup
Green Chilli	10/12 pcs
Oil	500 gm
Cardamon, black pepper, clove	a bit of each
Sugar	1 tab spoon
Salt	to taste
Cashew nut (red)	20/25pcs
Raisin	2 tab spoon

Cooking Procedure :

1. Scrape the scales off the fish, clean well and cut longitudinally through the middle of the head into two equal pieces.
2. Marinate the fish for 15/20 minutes with half cup of yoghurt, 1 tea spoon of chilli powder, 1 tea spoon of ginger paste, 1 tea spoon of garlic paste and a bit of salt.
3. Fry both the pieces of hilsha immersed in oil.
4. Fry 1 cup of chopped onion in oil until it turns brown.
5. Put 1 cup of onion, other spices, half cup of yoghurt, sugar and oil. which was used in frying fish in a big pan and simmer. Once the spices are cooked enough put both the pieces of hilsha and cook on gentle flame by mixing carefully so as to keep the fish pieces intact. Add green chilli. Once the oil floats on the surface. Take the pan away and keep aside
6. Set both the pieces of fish together on a oval shaped dish in such a manner that it will give the look of a whole fish. Sprinkle fried onion, chopped nuts and raisin on it.
7. Garnish with different vegetables and serve.