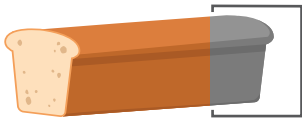


ဟ်ကီၤ ကိၣ်ပိၣ်မူး



ပုၤအမဲၤရကၤဖိပုၤ

ကိၣ်ပိၣ်မူးလိၣ် 3 ကက္ခိၣ်လိၣ်



တနံၣ်စုၣ်စုၣ်.

25%

န့ၣ်ဘၣ်တၢ်တၢၤကွၢ်အိၤလၢတယၣ်ဒၢအပူၤလီၤ.

(တၢ်န့ၣ်အိၣ် ကိၣ်ပိၣ်မူးလိၣ် 750 ကက္ခိၣ်လိၣ်န့ၣ်လီၤ.)

ကဘၣ်ဟ်ကီၤကိၣ်ပိၣ်မူးဒ်လဲၣ်

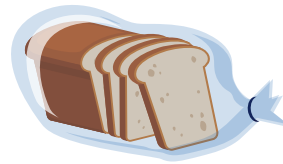
က့ၢ်ကိၣ်ပိၣ်မူး-

ဘိၣ်ဘၢအိၤဒီးတၢ်ထွါ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကံးညၢအက ဝံဒီးထၢန့ၣ်လီၤ ဆူစးခိၣ်ဒၢအပူၤတက့ၢ်. ဟ်အိၤလၢစီၢ်နီၤခိၣ်ဖးထီၣ်အဖီခိၣ် မ့တမ့ၢ် ကိၣ်ပိၣ်မူးဒၢအပူၤလၢ 2-3 သီအဂီၢ်တက့ၢ်.

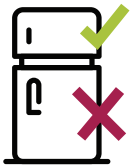


ဆိ-ကဘျးလီၤကိၣ်ပိၣ်မူး

ဟ်အိၤလၢဖျးစတးဒၢအပူၤ လၢ 5-7 သီအဂီၢ် လၢ စီၢ်နီၤခိၣ်ဖးထီၣ် အဖီခိၣ် မ့တမ့ၢ် ကိၣ်ပိၣ်မူးဒၢအပူၤ.



ကိၣ်ပိၣ်မူးတဖၣ်ကနၢၤထီၣ်ချ့သဒိးဖဲနဟ်အိၤလၢတၢ်ခုၣ်ဒၢအပူၤ န့ၣ်လီၤ. နစူးကိၣ်ပိၣ်မူးဘၣ်ဆၢဘၣ်ကတီၢ်တသ့ဘၣ်အခါ, ဟ်ခုၣ်လီၤသကၤအိၤလၢဖျးစတံးလၢကလံၤန့ၣ်တသ့အပူၤ တုၤလၢ ယုၤလါန့ၣ်တက့ၢ်.



တဘၣ်တၢၤကွၢ်ဒီးမၤကတၢ်တၢ်ဒ်န့ၣ်တဂ့ၤ.



စူးကိၣ်ပိၣ်မူးလိၣ် ဒ်ကိၣ်တၢ်လိၣ်တဖၣ်အသိး, ဒးအိၣ်ထီၣ် ခံး(စ)လၢတၢ်ကၢ်အိၤ, မ့တမ့ၢ်တၢ်ထွါန့ၣ်အိၤတခါလၢနအိၣ်သ့ၣ် ဘီၣ်ဂီၤအပူၤ မ့တမ့ၢ် ခူးခိၣ်ကတံၢ်အပူၤလၢကဟ်ဃာ်တၢ်ခဲလၢာ် ကဟ်န့ၣ်တက့ၢ်.

မၤကဲထီၣ်ကဒါက့ၤကိၣ်ပိၣ်မူး

မၤကဲထီၣ်ကဒါက့ၤ



လၢကမၤကီၢ်ထီၣ်ကဒါက့ၤကိၣ်ပိၣ်မူးအဂီၢ်, ထၢန့ၣ်လီၤဆူမဲးခိၣ်ဂ့ၢ် တဆဲးစးကိး မ့တမ့ၢ် ထၢန့ၣ်လီၤတၢ်ကၢ်ကိၣ်ပိၣ်မူးစးအပူၤဒီးတၢ် မၤလၢထီၣ်ကယီၤကယီၤအပတီၢ်တက့ၢ်.

ဟ်တၢ်ဒီးတၢ်လၢဂ့ၤဂ့ၤ



တၢ်ဟ်ကိၣ်ပိၣ်မူးလီၤလံၤတက့ၤတၢ်ဟ်တၢ်ဒီးတၢ်လၢဂ့ၤအလီၤလၢ တၢ်ခုၣ်ဒၢအပူၤ မၤစၢၤစ့ၣ်သံးတၢ်စ့ၣ်စီၣ်ဒီးပၤဃာ်တၢ်ဒီးတၢ်လၢဂ့ၤ တလီၤညးလီၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဆိတလဲအိၤကိးနံၤဒီး မ့တမ့ၢ် ခဲသီ တဘျီတက့ၢ်.

ဒုးအိၣ်န့ၣ်ထံၣ်



ဒုးအိၣ်န့ၣ်ထံၣ်ဒီးကိၣ်တစဲးတမ့ၢ်. ဃါဃာ် ကိၣ်ပိၣ်မူးလီၤလံၤလၢအ လီၤကလဲ 1/2 ခူးဒီး ကိၣ်ကမူၣ် 2 ခူး, ထံ 2/3 ခူးဒီး သီအိၣ် နီၣ်တၢၤစီၢ်နီၤခိၣ် 6 တၢၤတက့ၢ်. လဲၣ်လူၤအိၤဒီးခိၣ်တၢ်လီၤအိၤလၢ အက့ၢ်အဂီၢ်ဒီး တၢ်ဒိၣ်တၢ်ကိၣ်စိးယုးခဲ မ့တမ့ၢ် ထံခူးတက့ၢ်. က့ၢ်အိၤလၢတၢ်က့ၢ်ကိၣ်စိးယုးခဲအတၢ်အပူၤဒီး တၢ်ကီၢ် 350° လၢ 35-40 မိနိးန့ၣ်တက့ၢ်. သမံသမိးဒီးန့ၣ်ဖိကီၢ်ဖိကသံၣ်သ ရၢၣ်လၢနကသ့ၣ်သါဘၣ်လၢ မ့ၢ်ဘုၤက့ၣ်ဖဲလဲၣ်တကလုာ်တဖၣ် လၢထံၣ်အိၣ်အိၣ်သ့တဖၣ်လဲၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.



ဟ်ခုၣ်လီၤသကၤအိၤ

ဟ်ကိၣ်ပိၣ်မူးအသီ မ့တမ့ၢ် အလီၤလံၤလၢတၢ်မၤခုၣ်လီၤသကၤအိၤအပူၤဒီးဟံးန့ၣ်အိၣ်အိၣ်ထဲန့ၣ်လိၣ်ဘၣ်အိၤန့ၣ်တက့ၢ်.



မၤဟံၣ်ကသုထံ

ထၢန့ၣ်လီၤကိၣ်ပိၣ်မူးလီၤလံၤတက့ၤလၢကသုထံအပူၤ ဝံဒီးကျိၣ် ကျိၣ်ဃာ်အိၤလၢကဟ်ထီၣ်ဒီးထၢန့ၣ်လီၤအရီၢ်တဖၣ်တက့ၢ်.



မၤကိၣ်ပိၣ်မူးဘိဃု

ဒိၣ်တၢ်လီၤကိၣ်ပိၣ်မူးလီၤလံၤတဖၣ်ဃုဘီကျိၣ်, ထွါဒီးသၣ်စၢၤယံး အသိးဒီးတၢ်န့ၣ်မုၢ်န့ၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. သလဲၣ်လီၤဃုဘီကျိၣ်တဖၣ်လၢ တၢ်က့ၢ်ကိၣ်အတၢ်အဖီခိၣ်ဒီးကိၣ်ဃုအိၤလၢဖၣ်က့ၢ်အပူၤတုၤလၢ အထီၣ်ဘိတက့ၢ်. ဟ်ကီၤအိၤလၢတၢ်ဒၢလၢကလံၤန့ၣ်တန့ၢ်အပူၤ ဒီးထၢန့ၣ်ဟ်အိၣ်လၢတၢ်ခုၣ်ဒၢအပူၤတုၤလၢလျီၤန့ၣ်သ့န့ၣ်လီၤ.



မၤကိၣ်ပိၣ်မူးဃုတဖၣ်

မၤဃုထီၣ်ကိၣ်ပိၣ်မူးအက့ၢ်ဒိတဘျီလၢဖၣ်က့ၢ်အပူၤဒီးတၢ်ကီၢ်အ သဟီၣ်အစၢ်ကတၢ်, ဝံဒီးကိၣ်ကမူၣ်ကိၣ်ပိၣ်မူးဃုတဖၣ်တက့ၢ်. က့ၢ်အိၤဒီးတၢ်ကီၢ်အသဟီၣ်အစၢ်ကတၢ်လၢတန့ၣ်ရံၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်. ဟ်ခုၣ်လီၤကိၣ်ပိၣ်မူးကမူၣ်ဃုထီၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဒၢလၢကလံၤန့ၣ်တန့ၢ်အပူၤတုၤလၢ 6 လါအဂီၢ်သ့န့ၣ်လီၤ.