

समाचार वाणी

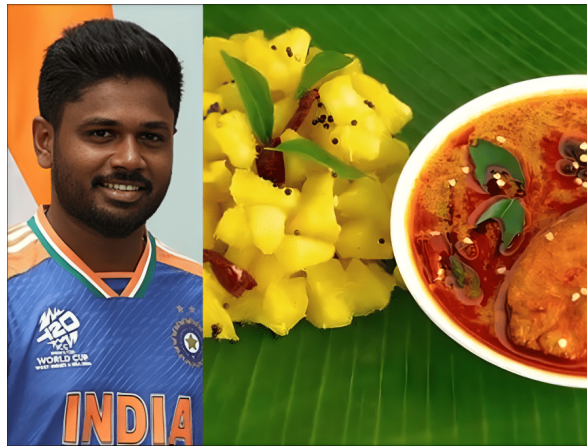
खबर जो करें असर !

नाशिक | Wednesday, 23 September 2026

टी20 वर्ल्ड कप स्टार Sanju Samson की पसंदीदा डिश : केरल स्टाइल फिश करी और कप्पा, जानिए आसान रेसिपी

Sanket Morankar

Published on 16 Mar 2026



भारतीय क्रिकेट टीम के स्टार विकेटकीपर-बल्लेबाज Sanju Samson मैदान पर अपनी शानदार बल्लेबाजी के लिए जाने जाते हैं। लेकिन क्रिकेट के अलावा उन्हें अपने राज्य केरल के पारंपरिक खाने भी बेहद पसंद हैं। खास तौर पर **केरल स्टाइल फिश करी और कप्पा (टैपिओका)** उनकी पसंदीदा डिशों में से एक मानी जाती है।

यह पारंपरिक डिश केरल में बहुत लोकप्रिय है और मसालों के खास स्वाद के कारण पूरे देश में भी इसे काफी पसंद किया जाता है। आइए जानते हैं इस स्वादिष्ट डिश की **आसान स्टेप-बाय-स्टेप रेसिपी**।

केरल स्टाइल फिश करी बनाने की सामग्री

- 500 ग्राम मछली (किंग फिश या कोई भी समुद्री मछली)
- 1 कप कद्दूकस किया हुआ नारियल
- 2 प्याज (बारीक कटे हुए)
- 2 टमाटर
- 3-4 हरी मिर्च
- 1 चम्मच हल्दी पाउडर
- 2 चम्मच लाल मिर्च पाउडर
- 1 चम्मच धनिया पाउडर

- 1 छोटा टुकड़ा इमली
- करी पत्ता
- नारियल तेल
- नमक स्वादानुसार

फिश करी बनाने की विधि

स्टेप 1:

सबसे पहले मछली को अच्छे से धोकर साफ कर लें।

स्टेप 2:

एक कढ़ाही में नारियल तेल गर्म करें और उसमें करी पत्ता व कटा हुआ प्याज डालकर सुनहरा होने तक भूनें।

स्टेप 3:

अब इसमें टमाटर, हरी मिर्च, हल्दी, लाल मिर्च और धनिया पाउडर डालकर मसाले को अच्छी तरह पकाएं।

स्टेप 4:

अब इसमें इमली का पानी डालें और थोड़ी देर उबाल आने दें।

स्टेप 5:

इसके बाद मछली के टुकड़े डालकर 10-12 मिनट तक धीमी आंच पर पकाएं।

स्टेप 6:

अंत में नारियल का पेस्ट डालकर कुछ मिनट और पकाएं। आपकी केरल स्टाइल फिश करी तैयार है।

कप्पा (टैपिओका) बनाने की रेसिपी

सामग्री :

- 500 ग्राम टैपिओका (कप्पा)
- नमक
- करी पत्ता
- हरी मिर्च
- नारियल तेल

विधि :

1. टैपिओका को छीलकर छोटे टुकड़ों में काट लें।
2. इसे पानी और नमक के साथ उबाल लें।
3. एक पैन में नारियल तेल गर्म करके करी पत्ता और हरी मिर्च डालें।
4. उबले हुए टैपिओका को इसमें मिलाकर हल्का सा भून लें।

केरल की यह पारंपरिक डिश **फिश करी और कप्पा** स्वाद और पोषण दोनों से भरपूर होती है। यही वजह है कि यह डिश Sanju Samson जैसे कई केरल के खिलाड़ियों की पसंदीदा मानी जाती है।

DISCLAIMER: the views/contents expressed/presented herein, within this advertorial and promotional feature are the sole and exclusive responsibility of individual clients/expert/their authorised representative/Sanket Morankar, to which effect, publication house/its representative/affiliates are not responsible/liable whatsoever.