

DOODH PEDA

Hidangan manisan Peda berasal dari Mathura, Uttar Pradesh, India. Terdapat beberapa nama manisan ini seperti pedha, penda dan pera. Bahan utama yang digunakan adalah khoa (produk tenusu), gula, serbuk buah pelaga, kacang pistachio dan minyak sapi. Cara membuat peda ialah khoa dimasak dengan larutan gula dan serbuk pelaga. Kacau sehingga pekat dan bentukkan menjadi sfera. Hiaskan dengan kacang pistachio di atasnya.

The sweet peda delicacy originates from Mathura, Uttar Pradesh, India. It is known by various names such as pedha, penda and pera. The main ingredients are khoa (dairy product), sugar, cardamom powder, pistachios and ghee. To prepare peda, khoa is cooked with sugar solution and cardamom powder. Next, it is stirred until it becomes thick and then shaped into spheres. It is then garnished with pistachios at the top.

.



IDLI

Idli berasal dari India Selatan dan mempunyai pelbagai jenis. Contohnya, sanna, rave atau sambar idli. Ia dimakan sebagai sarapan pagi ataupun sebagai makanan ringan. Bahan utamanya ialah vigna mungo (black gram) dan nasi. Makanan ini sering dihidang dengan chutney, sambar dan lain-lain.

Idli has its origins in Southern India, and it comes in numerous varieties. Among them are sanna, rave or sambar idli. It is consumed either for breakfast or as a snack. Its main ingredient is vigna mungo (black gram) and rice. This delicacy is often served with chutney, sambar and others.



MURUKU

Muruku merupakan makanan tradisional kaum India di Malaysia yang berasal dari negara India Selatan terutamanya dari kawasan Tamil Nadu. Muruku diperbuat daripada tepung kacang ulunthu dhal dan tepung beras. Muruku yang biasa berbentuk bulatan. Muruku dibuat menggunakan acuan khas dengan cara menekan tepung yang telah diuli dan memutarkannya ke dalam kuali berisi minyak masak. Muruku mudah diperolehi di kedai-kedai tepi jalan terutama semasa perayaan kaum India yang menghidangkan muruku sebagai juadah perayaan mereka.

Muruku is a traditional Indian food in Malaysia that originates from Southern India, particularly from the Tamil Nadu region. It is made from ulunthu dal flour and rice flour. Muruku is usually shaped into round forms. It is made using a special mould by pressing the kneaded flour and rotating it into a pot filled with cooking oil. Muruku is readily available at roadside stalls, especially during Indian celebrations when served as part of their festive meal.





NASI DAUN PISANG
BANANA LEAF MENU

1

NASI

Nasi merupakan makanan ruji bagi penduduk Asia dan dihidangkan bersama lauk sebagai pelengkap rasa dan keperluan gizi seseorang iaitu keperluan protein, fiber dan serat.

RICE

Rice is the staple food for people in Asia, and it is served with other dishes to complement flavours and meet the nutritional needs of an individual, including protein, fibre and nutrients.

2

SAMBAR

Sambar pula ialah air rebusan sayur-sayuran berasaskan lentil, dimasak bersama-sama dal dan air asam jawa. Antara sayur-sayuran yang boleh dimasak bersama sambar ialah kacang bendi, labu, lobak merah atau lobak putih, ubi kentang dan terung. Bahan yang digunakan untuk membuat vendakkai sambar adalah kacang bendi, bawang, lentil, garam, kacang dal, serbuk cili, serbuk kunyit, serbuk sambar, air asam jawa, cili kering dan sedikit air.

Sambar means vegetable stew based on lentils cooked together with dal and tamarind water. Among the vegetables that can be cooked with sambar are okra, pumpkin, red or white radish, potato and eggplant. The ingredients to make vendakkai sambar include okra, lentil, salt, dhal, chilli powder, turmeric powder, sambar powder, tamarind water, dried chillies and a bit of water.



NASI DAUN PISANG
BANANA LEAF MENU

3

MANGGA PACHADI

Pachadi merujuk kepada acar atau proses melumat yang berasal dari India Selatan. Pachadi adalah sajian sampingan yang disediakan bersama-sama sayur-sayuran, yoghurt, kelapa, halia dan daun kari serta rempah ratus. Mangga Pachadi dihidangkan bersama-sama nasi atau snek seperti idli, tosai dan pesarattu.

Pachadi refers to pickles or the grinding process that originated in Southern India. It is a side dish served with vegetables, yoghurt, coconut, ginger, curry leaves and spices. Mango Pachadi is served with rice or snacks such as idli, tosai and pesarattu.

4

MEDU VADA

Medu Vada dibentukkan seperti donut dengan kerangupan diluar dan lembut di dalamnya. Ia biasanya dihidangkan pada waktu sarapan pagi atau sebagai makanan sampingan. Bahan utama untuk menyediakan medu vada adalah lentil hitam, daun ketumbar, potongan cili, bawang, halia, daun kari, biji jintan, lada hitam dan garam. Sajian ini disajikan bersama-sama sambar atau yogurt.

Medu vada is shaped like a doughnut, crispy on the outside but soft on the inside. It is served during breakfast or as a snack. The main ingredients for preparing medu vada are black lentils, cilantro, chopped chilli, onion, ginger, curry leaf, cumin seeds, black pepper and salt. It is often served with sambar or yoghurt.



NASI DAUN PISANG
BANANA LEAF MENU

5

MANGGA URUKAAI

Urukaai diambil daripada bahasa India yang bermaksud acar/jeruk. Mangga Urukaai adalah acar mangga. Terdapat 2 kaedah penyediaan jeruk mangga iaitu sebiji acar mangga atau jeruk mangga potong; bergantung pada kawasan dan rempah ratus yang digunakan. Mangga direndam menggunakan garam, minyak sayuran dan rempah ratus yang telah dikisar.

Urukaai is derived from the Indian language, meaning pickles. Mango Urukaai refers to pickled mango. There are two methods of preparing pickled mangoes: whole mango pickles or sliced mango pickles, depending on the region and spices used. The mangoes are soaked in a solution containing salt, vegetable oil and ground spices.

6

LOBAK TAYIR PACHADI

Lobak Tayir Pachadi juga dikenali sebagai Gajar Ka Raita. Lobak merupakan sayuran yang berkhasiat dan enak. Bahan yang digunakan untuk membuat lobak tayir pachadi ialah yogurt, lobak (disagat halus), serbuk masala dan garam. Sajian ini kebiasaannya dihidangkan bersama-sama nasi atau paratha dan roti.

Tayir Pachadi carrot is also known as Gajar Ka Raita. Carrots are highly nutritious and delicious. The ingredients for making tayir pachadi include yoghurt, carrots (finely grated), masala powder, and salt. It is often served with paratha or bread.



NASI DAUN PISANG
BANANA LEAF MENU

7

PAYASAM

Payasam merupakan sejenis puding dari India yang diperbuat dari susu dan gula serta dicampur dengan salah satu bahan seperti nasi, ubi kayu, gandum,susu,ghee, dan sage vermicelli. Ia diperisakan lagi dengan kelapa kering, kismis, gajus, pistachio, badam, kekacang atau buah-buahan kering. Payasam biasanya dijadikan sebagai manisan di kuil Hindu dan semasa musim perayaan. Payasam dihidangkan sebagai sajian sampingan atau pencuci mulut bagi kaum India.

Payasam is a type of pudding from India made from milk and sugar and mixed with other ingredients such as rice, tapioca, milk, ghee and sage vermicelli. It is flavoured more by adding dried coconut, raisins, cashew nuts, pistachios, almonds, and dried fruits. Payasam is usually served as sweets at Hindu temples and during festive seasons. It is also served as a side dish or dessert for the Indian community.

8

CURD

Curd dirujuk sebagai yogurt tradisional buatan sendiri. Curd di dalam bahasa India ialah dahi. Ia dibuat melalui proses pendidihan dan penyejukan susu sehingga 30 - 40°C dan ditambah dengan beberapa sudu curd. Curd sangat kaya dengan sumber kalsium dan protein serta sesuai untuk dimakan oleh individu yang tidak boleh bertoleransi dengan laktosa. Di India, curd sangat baik untuk penghadaman dan menyejukkan perut daripada makanan pedas.

Curd is a type of traditional homemade yoghurt. Curd means forehead in the Indian language. It is made by boiling and cooling milk to around 30-40°C and then adding a few spoons of curd. Curd is rich in calcium and protein, making it suitable for individuals who are lactose intolerant. In India, curd aids digestion and soothes the stomach, particularly after consuming spicy food



BASUNDI

Basundi adalah manisan yang terkenal di negeri Gujarat dan Maharashtra. Di India Utara, hidangan ini dipanggil dengan nama lain, iaitu Rabri. Ia sering disediakan semasa hari perayaan Hindu seperti Kali Chaudas dan Bhaubeej (Bhai Dooj). Sajian ini dibuat dengan susu, gula, cardamoms, nutmeg dan saffron. Terdapat pelbagai jenis basundi, seperti sitaphal (Kastard Apple) basundi dan angoor basundi (basundi seperti jenis yang lebih kecil rasgullas).

Basundi is a well-known sweet in the states of Gujarat and Maharashtra. In Northern India, it is known by another name, Rabri. It is often prepared during Hindu celebrations such as Kali Chaudas and Bhaubeej (Bhai Dooj). The dish is made from milk, sugar, cardamom, nutmeg and saffron. There are various types of basundi, like the sitaphal (Apple Custard) basundi and angoor basundi (small versions resembling rasgullas).





KETTI URUNDAI

Ketti urundai merupakan manisan yang masih diteruskan oleh sebilangan kecil masyarakat India. Biasanya, ketti urundai dibuat semasa perayaan Deepavali. Saiz manisan ini adalah sebesar genggaman tapak tangan. Ia menggunakan tepung dhal dan juga kacang hijau untuk menghasilkannya. Tekstur manisan ini agak keras, namun di situlah tarikan sebenar manisan ini.

Ketti urundai is a traditional sweet that is still preserved by a small community in India. Usually, ketti urundai is prepared during Deepavali celebrations. The size of this sweet is about the size of a palm. It is made of lentil flour and green gram. The sweet has a somewhat hard texture, but its unique appeal lies here.



UPMA

Upma, uppumavu atau uppittu adalah hidangan berasal dari India Selatan. Upma merupakan makanan sarapan pagi bagi orang India. Ramuan sajian ini menggunakan tepung suji, bawang besar, cili hijau, halia, ranting daun kari, buah gajus/janggus, gula pasir, garam, minyak sapi dan halba campur. Upma juga merupakan makanan yang sihat dan ideal untuk orang diet.

Upma, uppumavu or uppitu, is a dish originating from Southern India. Upma is a breakfast dish for people in India. The ingredients for upma include semolina flour, large onion, green chilli, ginger, curry leaves, cashew nuts, granulated sugar, salt, ghee and mixed spices. Upma is also a healthy and ideal meal for people on a diet.



PAAL APPAM

Appam adalah sejenis sajian lempeng yang berasal dari India. Makanan ini terkenal di Kerala, Tamil Nadu dan Sri Lanka, India. Ia dimakan paling kerap untuk sarapan atau makan malam. Paal appam disediakan dengan menggunakan santan pekat dan tapai nasi yang ditambah ke dalam doh. Kebiasaannya dihidangkan bersama santan kelapa atau kari.

Appam is a type of pancake originating from India. This delicacy is well-known in Kerala, Tamil Nadu and Sri Lanka, India. It is commonly consumed during breakfast or dinner. Paal Appam is prepared using thick coconut milk and fermented rice added to the dough. It is typically served with coconut milk or curry.



PANI PURI

Pani puri adalah bola berongga rangup yang diperbuat daripada semolina atau gandum yang dikenali sebagai puri. Puri diisi dengan kentang dan bawang besar dipotong dadu. Pani puri dihidangkan bersama-sama imli pani (air asam jawa dicampur chutney, serbuk cili, serbuk masala dan kacang pis). Di beberapa tempat seperti Deshpriya Park, puri sangat terkenal yang dihasilkan dengan menggunakan ramuan masam, dan dipanggil Dahi (curd) Puchka.

Pani puri is a crispy hollow ball made from semolina or wheat, commonly known as puri. The puri is stuffed with diced potatoes and onions. Pani puri is served with imli pani (tamarind water mixed with chutney, chilli powder, masala powder and peas). In some places, such as Deshpriya Park, a popular version of puri known as Dahi (curd) Puchka is made using sour ingredients.



IDIYAPPAM

Idiyappam adalah hidangan mi nasi yang berasal dari India Selatan dan Sri Lanka. Ia juga dikenali sebagai putu mayam di Malaysia. Ramuan utamanya terdiri daripada tepung beras yang dibentukkan seperti mihun dengan menggunakan mesin penekan putu dan kemudian dikukus.

Idiyappam is a rice noodle dish originating from Southern India and Sri Lanka. It is also known as putu mayam in Malaysia. The main ingredients consist of rice flour shaped into vermicelli strands using a putu pressing machine and then steamed.





MASALA VADA

Masala vada diperbuat daripada toor dal (lentil) dan juga hirisan cili hijau, daun kari dan bawang merah yang dicampurkan sekali serta dibentuk seperti piring terbang. Ia juga dirujuk sebagai aamai vadai dalam bahasa Tamil kerana mempunyai bentuk seperti kura-kura. Nama lain termasuk paruppu vadai (Tamil), masala vade (Kannada), masala vada dan parippu vada (Malayalam). Kitab Dharmasutra pernah menyebut tentang vadai sebagai vataka.

Masala Vada is made from toor dal (lentil), sliced green chillies, curry leaves and red onions, which are then mixed and shaped into discs resembling flying saucers. It is also referred to as aamai vadai in Tamil due to its turtle-like shape. Other names for it include paruppu vadai (Tamil), masala vade (Kannada), and masala vada and parippu vada (Malayalam). The Dharmasutra book referred to vadai as vataka.



LADDU

Laddu berasal dari perkataan Sanskrit yang diterjemahkan sebagai ladduka atau lattika yang bermaksud bola kecil. Hidangan manisan ini sering disediakan semasa perayaan atau hari peristiwa keluarga seperti majlis perkahwinan, kelahiran atau diberikan sebagai ‘Prasad’ di kuil-kuil Hindu, terutamanya kuil Tuhan Ganesha. Bahan-bahan untuk menghasilkan laddu ialah tepung, air, minyak sapi dan air larutan gula. Kemudian dibentukkan menjadi bulatan kecil dan digoreng.

The word Laddu has its roots in Sanskrit and is translated as ladduka or lattika, which means a small ball. The sweet delicacy is often prepared during celebrations or family events such as weddings and births or offered as Prasad in temples, especially in the temple of Lord Ganesha. The ingredients to make laddu include flour, water, ghee, and sugar. They are then shaped into small rounds and fried.

