



లుధియానా. ఆమె కుటుంబంలో ఎవరికీ సంగీత నేపథ్యం లేదు. కానీ, ఆమె తల్లిదండ్రులు కూతురు వినసాంపుగా పాడుతుంటే చూసి ప్రాంతానికి వచ్చిన ఆ కళతో కళకళలాడు తోంది. వద్దాలుగేళ్ల వయసులోనే పిల్లలకు సంగీత పాఠాలు చెబుతుంది. ఆ డబ్బుతో తనకు కావాల్సిన సంగీత పరికరాలు కొనుక్కునేది. ఢిల్లీ వచ్చాక...లుధియానాలో హైస్కూల్ పూర్తిచేసి పై చదువుల కోసం ఢిల్లీ చేరుకుంది జస్సీన్. హిందూ కాలేజీలో బీకామ్ పూర్తి చేసింది. కాలేజీ రోజుల్లో అందరూ ప్లాన్ బి గురించి ఆలోచిస్తే... తన మాత్రం మ్యూజిక్ మాత్రమే తన కెరియర్ అని స్పష్టంగా నిర్ణయించుకుంది. మరోవక్క రియాల్టీషోల్లో తన అద్భుతాన్ని పరిక్షించుకోవడం మొదలు పెట్టింది. ఇండియాన్ గాట్ టాలెంట్ ఫస్ట్ సీజన్లో సెమీ ఫైనలిస్టులలో ఒకరిగా

అరంభంలో అందరిలానే నేనూ ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నా సమాజాలకు వెళ్లడానికి చాలా కష్టపడేదాన్ని. ఇంటి అద్దె కట్టడానికి కూడా ఇబ్బంది వచ్చేది. నా కష్టమే నన్ను నిలబెట్టిందని నమ్ముతున్నా. కొన్నిసార్లు వెనక్కి వెళ్లిపోదామా అని కూడా అనుకున్నా అని గతం గుర్తు చేసుకుంటుంది జస్సీన్. అయితే, ఎక్కడా శిక్షణ తీసుకోకపోవడం అవకాశాలు రాకపోవడానికి కారణమే అయినా.. తన సహజ ప్రతిభను మాత్రం ఎవరూ అడ్డుకోలేకపోయారు. ఎంటివిలో ప్రసారమైన 'వంటి హో జావా' ఆల్బమ్ మంచి పేరు తెచ్చింది. దీన్ని జస్సీన్ స్వయంగా సామాజిక రాసుకుని కంపోజ్ చేసింది. ఈ పాట అత్యుపయోగపానికి, స్వేచ్ఛకు ప్రతీకగా చెబుతూ.... మాధ్యమంలో పెద్ద ఎత్తున ట్రెండ్ అయ్యింది. అదే తనకి ఖుబ్బూరతోలే పాడే అవకాశం తెచ్చిపెట్టింది.

ఇది విజయవంతం కావడంతో సినిమా అవకాశాలూ వరుస కట్టాయి. 'బార్ బార్ దేబోతో' బాలీవుడ్లో కంపోజర్గా డ్రేక్ వచ్చింది. ఆపై 'అస్మి సజ్జా', రంజా, 'లపా జిందగీ', 'నచ్

దేనే సారే', 'దినే పగనా దా'... అస్మి హిట్స్, ఫోక్, పాప్, ఆధునిక సంగీతాల్ని మేళవించి జస్సీన్ చేసే ప్రయోగాలు ఈ తరం గుండెల్లో చెరగని ముద్రవేశాయి. ప్రైవేట్ వీడియో సాంగ్స్, ఆల్బమ్స్ విడుదల చేస్తూ యువతను హుషారెత్తిస్తోంది. అలా 'హా బాబా', 'హారియే హారియే' విశేషంగా ఆకట్టుకోగా... తాజాగా విజయ దేవరకొండ 'సాహిబా' పాట వైరల్ అవుతోంది. విడుదలైన రెండువారాల్లోనే దాదాపు రెండుకోట్ల వ్యూస్ సాధించి మకుంది. పంజాబీ, హిందీ, బెంగాలీ గుజరాతీలతో పాటు ఇంగ్లీషులోనూ పాటలు పాడింది జస్సీన్. మహిళా మ్యూజిక్ డైరెక్టర్గా ఫిల్మ్ ఫేర్ అవార్డుని అందుకుంది.. 'కష్టానికి భయపడి వెనకడుగు వేస్తే... మనసుంటే మనమే తెలుసుకోతేం. అవకాశాలు ఎవరూ ఇవ్వరు మనమే అందుకోవాలి' అని చెబుతోంది జస్సీన్!

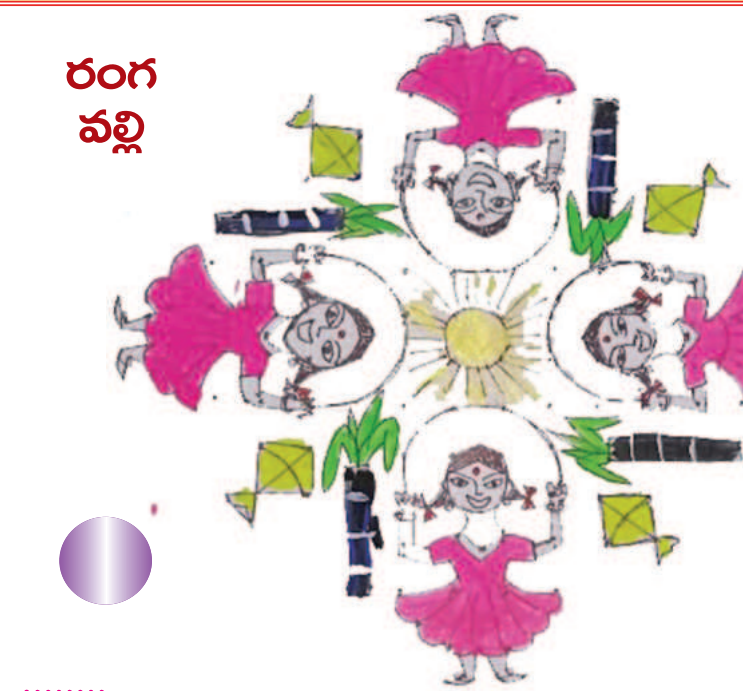
సంగీత ప్రపంచంలో ఓ ప్రభంజనం..

జస్సీన్ రాయర్... సంగీత ప్రపంచంలో ఇప్పుడు ఓ ప్రభంజనం. సామాజిక మాధ్యమాల్లో ఓ సంవత్సరం. గాయనిగా, మ్యూజీషియన్గా, కంపోజర్గా... ఒకటేమిటి ఎన్నెన్నో చదులు చేస్తూ అందరినీ ఆకట్టుకుంటోన్న యువతరంగం. 'హారియే', 'హారియే' పాట మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్ వార్డ్ ఇన్ఫర్మా నిలిచిన విషయం తెలిసిందే. తాజాగా విజయ దేవరకొండతో చేసిన మ్యూజిక్ వీడియో 'సాహిబా'తో మరోసారి వార్డ్లో నిలిచింది. చిన్నప్పుడు రేడియోలో పాటలు వింటూ సంగీతంపై ప్రేమ పెంచుకుంటుంటుంది జస్సీన్. ఫస్ట్ క్లాస్లో ఉండగానే పియానో నాయింది అందరినీ అబ్బురపరిచింది. ఆ ఇష్టం తనతో పాటు పెరిగి పెద్దదవుతూ వచ్చింది. ఎటువంటి శిక్షణ లేకుండానే... పియానో, గిటార్, మోత్ ఆర్గన్ వంటి వాద్య పరికరాలను నేర్చుకుని స్వతంత్రంగా సంగీత సామ్రాజ్యాన్ని నిర్మించుకుంది. జస్సీన్ పంజాబ్లోని

నిలిచిపోయిన అందరి దృష్టిని ఆకర్షించింది. తన ప్రతిభతో 'వన్ ఉమన్ బ్యాండ్'గా గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. బాలీవుడ్లో ఆడుగుపెట్టాలన్నది నా కల. అయితే, అది అంత తేలిగ్గా నెరవేరలేదు. నేను మ్యూజిక్ ఇండస్ట్రీకి ఆడుగుపెట్టటాన్ని ఎలాంటి రివరెన్సులా లేవు నరే... కేవలం నా మీద నాకు ఉన్న నమ్మకంతోనే ఇక్కడకు వచ్చా. కానీ, కెరియర్



రంగ వల్లి



ఎం. హరతి
మంగళకాండ
నెల్లూరు జిల్లా

14 చుక్కలు 2
వరుసలు 2 వరకు
పరి చుక్కలు

యాపిల్ డిలైట్

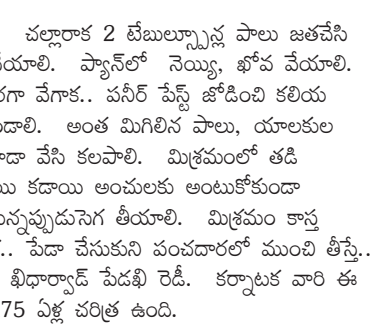
కావలసినవి: మైదా అర కప్పు, మిల్క్ మెయిడ్ 200 గ్రాములు, చిక్కటి పాలు ముప్పాపు కప్పు, యాపిల్స్ 3, బాదం, జీడివప్పు పలుకులు కప్పు, బటర్ 50 గ్రా. దాల్చినచెక్క పొడి అర చెంచా, బేకింగ్ పౌడర్ చెంచా టాపింగ్ కోసం: మైదా, బటర్, పంచదార పొడి 2

తయారీ: యాపిల్ పండ్ల చెక్క, చిక్కపాలు తీసి ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. మిక్సర్లో బౌల్లో మైదా, మిల్క్ మెయిడ్, పాలు, బటర్, బేకింగ్ పౌడర్, దాల్చినచెక్క పొడి, యాపిల్ ముక్కలు, బాదం, జీడివప్పు పలుకులు వేసి కలపాలి. బేకింగ్ డిష్లో వెన్న రాసి..



రాజీ భోగ్

కావలసినవి: పాలు లీటర్, పంచదార కప్పున్నద, యాలకుల పొడి అర చెంచా, కుంకుమపువ్వు కొద్దిగా, నిమ్మరసం చెంచా, రోజ్ వాటర్ కొన్ని చుక్కలు, గుల్జంద్ చెంచా, బాదం, పిస్తా పలుకులు వారేమి తయారీ: మధుగుతున్న పాలలో నిమ్మరసం వేయాలి. విరిగిన పాలను వడకట్టాలి. అందులో చల్లటి నీళ్లు పోసి మరోసారి వడకడితే పులుపు వాసన పోతుంది. ఈ వస్తిరు పాపుగంట వక్కనుంచాలి. ఈలోగా పంచదారలో యాలకుల పొడి, కుంకుమపువ్వు, 4 కప్పుల నీళ్లు పోసి మరిగించాలి. ఇప్పుడు వస్తిర్ ను నాలుగైదు నిమిషాలు చపాతీపిండిలా కలపాలి. బాదం, పిస్తా పలుకుల్లో గుల్జంద్, రోజ్వాటర్, కొంచెం పంచదార సీరెవ్ కలిపి.. చిన్న బాల్స్ చేసుకోవాలి. వస్తిర్ను చిన్న అప్పుల్లా చేయాలి. మధ్యలో డ్రైఫ్రూట్స్ బాల్ ఉంచి గుండ్రంగా కప్పేయాలి. అన్నీ అయ్యాక పంచదార సీరెవ్ లో వేసి నన్ను సెగ మీద పది నిమిషాలు ఉడికించి సెగ తీయాలి. చల్లారాక ఏదైనామిది గంటలు ఫ్రీజ్లో ఉంచాలి. బయటకు తీసి మిగిలిన బాదం, పిస్తా పలుకులతో గార్నిష్ చేస్తే పహస్ అనిపించే "రాజీభాగ్ రుచి."

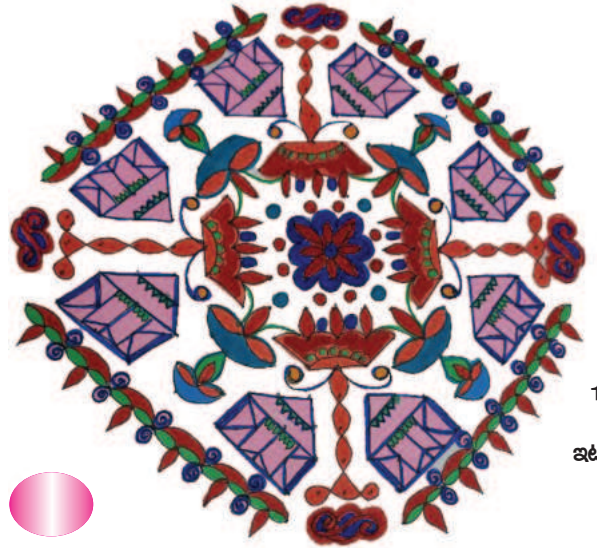


పండగ తీపి రుచులు

నెయ్యిపప్పు

కావలసినవి: బియ్యపుండి కప్పు, మైదా, మొక్కజొన్న పిండి అర కప్పు చొప్పున, బెల్లం పావు కిలో, కొబ్బరి

ఏ ప్రత్యేక సందర్భం వచ్చినా ఏవేవో వంటలు చేస్తుంటాం. మళ్లీ పండుగ వరకు గుర్తించిపోవాలి. ఆత్మీయులతో కలుపు చెబుతూ పసందైన మిఠాయిలు తింటుంటే.. అంతకంటే మజా ఏముంటుంది? అందుకే మీ కోసం ఈ సృష్టలే రెసిపీలు.



- కవిత పుల్లమరాజు
వీతారాంబాగ్

17 చుక్కలు 5
వరుసలు
ఇటు అటు వదిలి 6
వరకు

సోహల్ హల్వా

కావలసినవి గోధుమపిండి, పురా, మిల్క్ పౌడర్ 4 టేబుల్స్పూన్స్ చొప్పున, పంచదార కప్పున్నద. నెయ్యి కప్పు, పిస్తా బాదం, జీడివప్పు పలుకులు కప్పు

తయారీ ఒక పాత్రలో గోధుమ పిండి, మైదా, మిను కలపాలి. ప్యానెల్లో నెయ్యి, పంచదార . గోధుమపిండి, మైదా, మిల్క్ పౌడర్ మిశ్రమం చేసి కలియ తిప్పుతూ రెండు నిమిషాల తర్వాత దించాలి. చిన్న బౌల్స్ నెయ్యి రాసి, డ్రైఫ్రూట్స్ పలుకులు వేయాలి. వాటి మీద హల్వా వేసి సమంగా సర్దాలి. అంతే.. రుచికరమైన మిఠాయిని ఆనాడించండి.



జి. పద్మావతి
విశాఖపట్నం

14 చుక్కలు
6 వరకు
నందు
చుక్కలు

మట్టి సారాన్ని పెంచాలి !

మోతాదు మట్టిలో అవసరం.ఇది అరటితోక్కల్లో పుష్కలంగా దొరుకుతుంది. అందుకే, దీన్ని పేస్తే చేసి మొక్క చుట్టూ



పిండి పదార్థాలు, మేలు చేసే ఇతర పోషకాల మొత్తం ఆరోగ్యంగా ఎదిగిలా చేస్తుంది. పెన్సిల్ పాట్లు: సాధారణంగా పెన్సిల్స్ నిడార్ ఉడ్డో తయారు చేస్తారు. ఈ పాట్లను మొక్క చుట్టూ మట్టిలో వేస్తే... కీటకాలను తరిమేస్తాయి. కొబ్బరి పాట్లు: వాతావరణంలో హెచ్చుతగ్గుల వల్ల ఒక్కోసారి మట్టి త్వరగా పొడిబారుతుంది. ఈ ఇబ్బంది లేకుండా ఉండేందుకు, అది సార వంతంగా మారేందుకు కొబ్బరి పొట్లను మట్టి చుట్టూ మట్టిలో వేయాలి. దీనివల్ల కలుపు అందారాల, ఇది అడవాళ్లలో ఉండే సహజ నమస్కు కూడా రాదు. □

తెలుసుకుందాం..

పిల్లలు ప్రపంచంలో ఉన్నప్పుడు రక్షింపకోవడానికి ముందుంటాం. అందుకు అవసరమైతే ఇతరుల మద్దతు కూడగట్టుకోకుండా ఈ ప్రపంచాన్ని ఖిదండి అండ బిడ్డెండి రెన్నాన్ అందారాల, ఇది అడవాళ్లలో ఉండే సహజ లక్షణం. దీనికి కారణం మనలోని హార్వేస్ట్ నట. □



చిలగడ గులాబీజామ్

కావలసినవి. చిలగడదుంపలు రెండు, మైదాపిండి రెండు టేబుల్ స్పూన్స్, పంచదార కప్పు, బేకింగ్ సోడా, యాలకుల పొడి చిలికెడు చొప్పున, నెయ్యి అరటిస్పూన్, నూనె వేయించడానికి సరిపడా . తయారీ: పిల్లలతోపాటు పెద్దలూ ఎంతో ఇష్టంగా గులాబీలను తింటారు. ఎప్పుడూ చేసే వడ్డతిలో కాకుండా ఇలాచేస్తే రుచిలేపాటు ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఒకటి తిన్న తర్వాత మరోటి కావాలంటారు. ఇంతకీ వీటినెలా చేయాలంటే.. చిలగడదుంపలను మరీ మెత్తగా కాకండా ఆవిరి మీద ఉడికించుకోవాలి. (చాలామంది వీటిని నీళ్లతోనే ఉడికి. అలాచేస్తే దీంట్లో ఉంటే పోషకాలన్నీ నీళ్లతోపాటు బయటకు వెళ్లిపోతాయి), ఉడికిన తర్వాత తొక్క తీసి.. మెత్తగా మెదుపుకుని మైదాపిండి వేసి ముద్దలా కలపాలి. పిండి పల్లంగా ఉంటే మరికాస్త వేయొచ్చు. తర్వాత నెయ్యి వేసి కలపాలి. పిండిలో నుంచి చిన్న ముద్దను తీసుకుని గుండ్రంగా లేదా గుడ్డు ఆకారంలో గులాబీలు చేయాలి. కడాయిలో నూనె పోసి వేడిచేసి నిద్దంగా ఉన్న ఉండలు వేసి తక్కువ మంట మీద వేయించాలి. ఒకేసారి ఇవారు ఉండలకు మించి వేయకుండా..గోధుమరంగులోకి వచ్చేంత వరకూ వేయించాలి. ఇతే ఇలా అన్నీ అయిన తర్వాత తీసి వక్కన పెట్టుకోవాలి. గిన్నెలో పంచదార, కప్పు నీళ్లు పోసుకుని మరిగించాలి. దీంట్లో యాలకుల పొడి వేసి.. లేత పాకం వచ్చేంత వరకూ మరిగించాలి. ఇప్పుడు స్టాఫ్ చేసి.. సిద్ధంగా ఉన్న గులాబీజామ్ లను ఈ పాకంలో వేసి గంట నుంచి రెండు గంటలపాటు బాగా నానని వ్వాలి. అంతే నోట్స్ వేస్తే కరిగిపోయేలా ఉంటే గులాబీలు సిద్ధిస్తాయి. అందరూ ఎంతో ఇష్టంగా తినే వీటిని మైదాపిండితో కాకుండా ఇలా చిలగడదుంపతో చేయడం వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది. □



