

# Amla Powder (Gooseberry Powder)

Pure homemade amla powder made by chopping, sun-drying, grinding, and sieving fresh amla.

**YIELD**

From 1 kg amla

**PREP**

15 minutes

**COOK/SET**

Sun-dry 2 days

**SOURCE**

DTdGc8dyLas

## Ingredients

- Fresh amla/gooseberry: about 1 kg

## Notes

- The colour deepens after 15-20 days in storage.
- Use only dry spoons for longer shelf life.
- The video notes that fully dried powder keeps very well for years.

## Method

1. Wash and dry the amla well.
2. Grate on the thick side or chop very finely in a chopper.
3. Spread in a very thin layer on a clean sheet or tray.
4. Cover with a thin muslin cloth and sun-dry.
5. After 1 day, turn or loosen the pieces so they dry evenly.
6. Dry for about 2 days, until completely dry.
7. Grind to a powder, sieve, and grind the coarse bits again.
8. Store in a clean, dry airtight bottle.

Quantities are checked against the video transcript; where an exact quantity is not spoken, the recipe says as needed.

# आंवला पाउडर

ताजे आंवले को काटकर, सुखाकर, पीसकर और छानकर बना शुद्ध घर का आंवला पाउडर।

**YIELD**

1 किलो आंवला

**PREP**

15 मिनट

**COOK/SET**

2 दिन सुखाएं

**SOURCE**

DTdGc8dyLas

## सामग्री

- ताजा आंवला: लगभग 1 किलो

## टिप्स

- 15-20 दिन बाद रंग मार्केट जैसा गहरा हो जाता है।
- हमेशा सूखा घम्मच इस्तेमाल करें।
- पूरी तरह सूखा पाउडर लंबे समय तक खराब नहीं होता।

## विधि

- आंवला धोकर अच्छे से सुखा लें।
- मोटे कढ़कस से कसें या घॉपर में बारीक काट लें।
- साफ शीट या ट्रे पर बहुत पतली लेयर में फैला दें।
- ऊपर से पतला मलमल का कपड़ा ढक दें।
- एक दिन बाद टुकड़ों को पलट दें ताकि बराबर सूखें।
- लगभग 2 दिन तक पूरी तरह सूखने दें।
- पीसकर छान लें और मोटे हिस्से को फिर से पीस लें।
- साफ, सूखी एयरटाइट बोटल में स्टोर करें।

मात्राएं वीडियो transcript से मिलान करके लिखी गई हैं; जहां exact मात्रा नहीं बोली गई, वहां जरूरत अनुसार लिखा गया है।