

# أشهى و ألذ

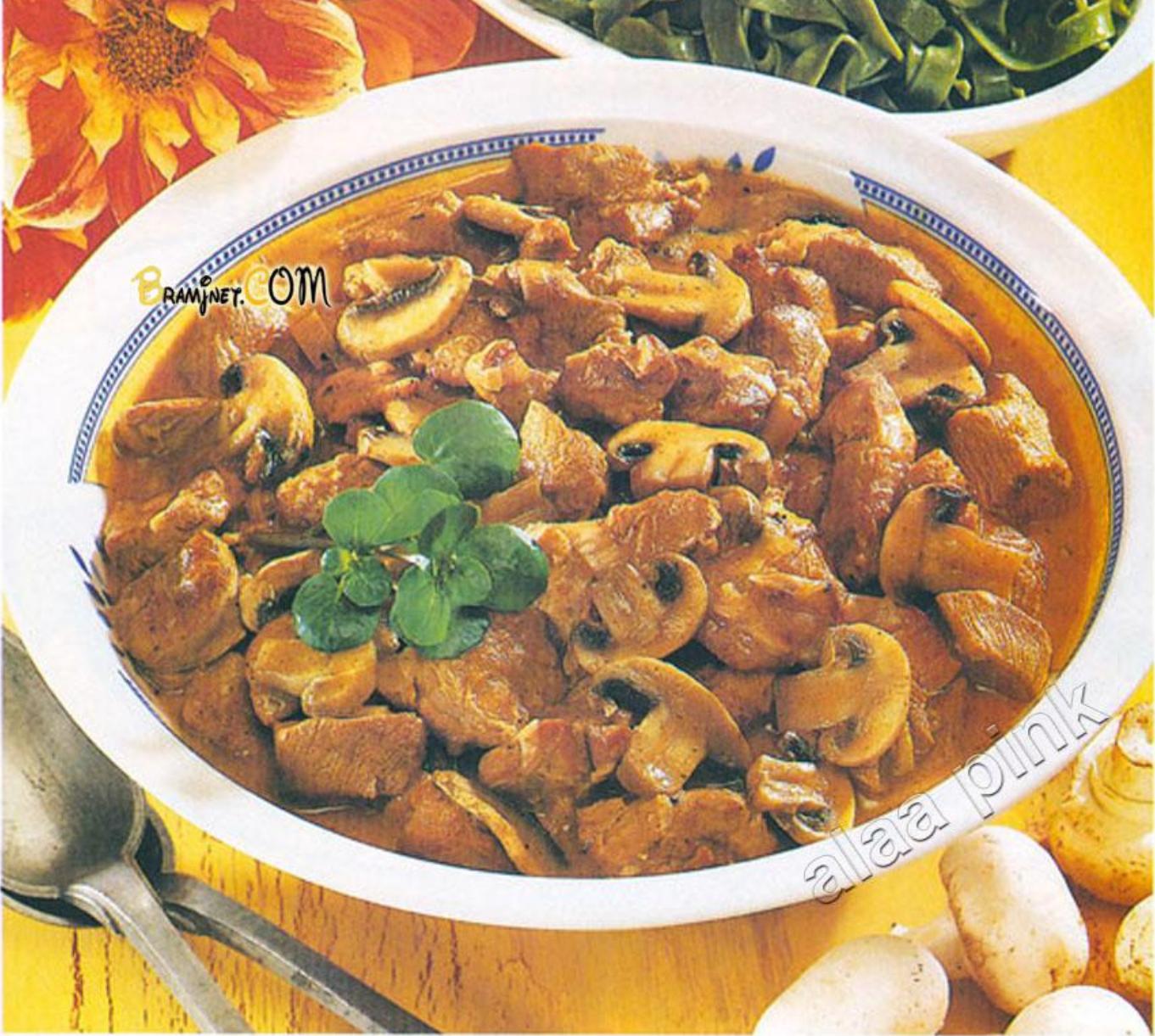
# الطبخ



ISBN 978-950-03-300-3

9 78950 033000

سلسلة كتب تعليم الطبخ



## اللدر بالفطر والكريمة

١- يضاف الكراث والثوم ويقلبان ثم تغطى  
القدر حتى يصبح الكراث طرياً فيضاف الخل  
ويقلب الخليط حتى يقل السائل إلى النصف.

٢- يعاد اللحم للقدر ويضاف المعجون  
والماء والفلفل وتغطى القدر وتترك على نار  
هادئة لنصف ساعة. ثم يضاف بعدها الفطر  
ويواصل تنضيج الطبيخة على نار هادئة من  
دون غطاء لثلاث ساعات أو حتى تتكاثف  
الصلصة قليلاً ليقدم الطاجن بعد أن تضاف  
ونقلب الكريمة معه.

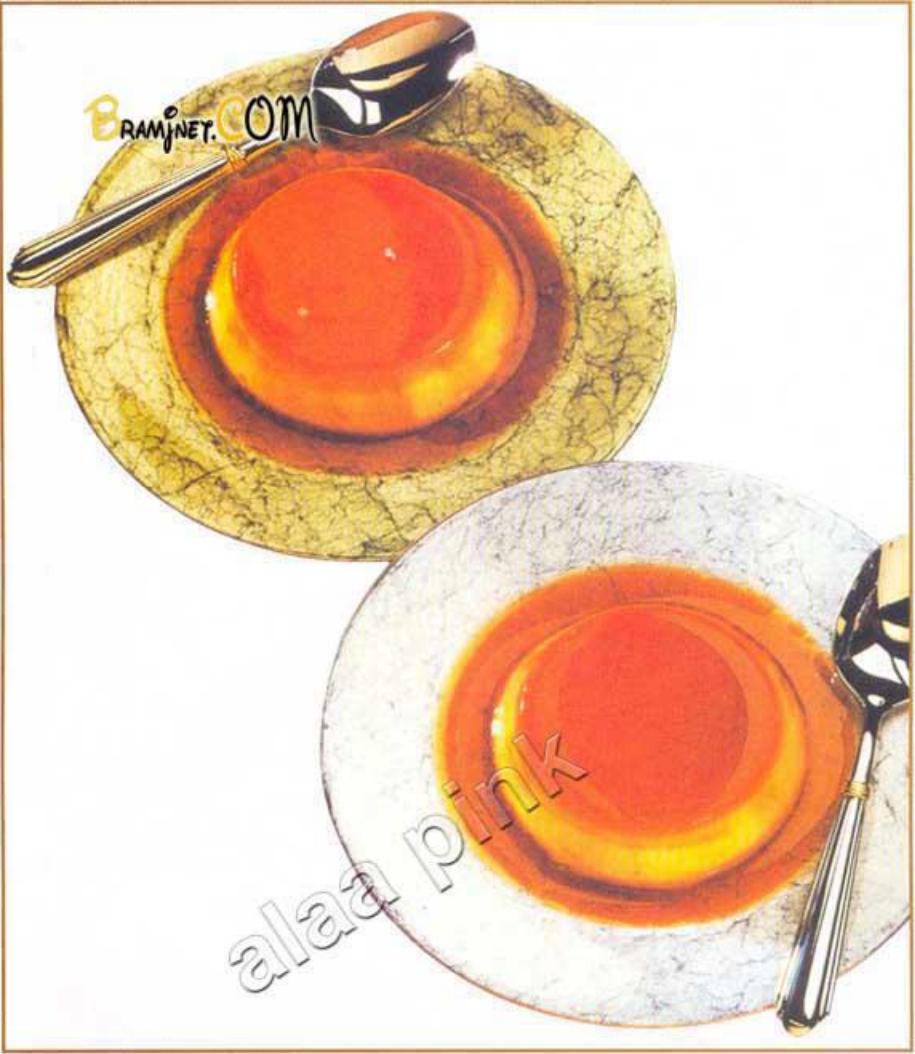
- ملعقتان من معجون الطماطم  
- ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون  
- ٣٠٠ جم رؤوس فطر صغيرة. تقطع شرائح  
- ثلث كوب كريمة

**المقادير:**  
- كيلو ونصف الكيلوجرام هبرة عجل. تفرم  
قطعاً صغيرة  
- قليل من الطحين لتعقير اللحم

- عشرون جراماً زبدة  
- ملعقة ونصف الملعقة من زيت الزيتون  
- حبة كرات متوسطة. تفرم  
- فصان من الثوم. يدقان  
- كوب خل أبيض  
- أربعة أكواب ماء

### التحضير:

١- يغمر اللحم بالطحين وتسخن الزبدة  
في قدر كبيرة ويضاف اللحم ويقلب على وجبات  
حتى يكتسب قليلاً من اللون البني ليخرج  
ويجفف على ورق المطبخ.



## الكريم كراميل

### الطريقة

يُسْكب الحليب بارداً بعد إضافة مقدار الحليب الجاف معه، يُسْكب في الخليط ومعه السكر والبيض والفانيليا السائلة، ويُضرب على سرعة عالية ثم متواضعة، مدة دقيقةتين لكل سرعة، في طنجرة غير قابلة للالتصاق، يُحضر الكراميل، ثم يُسْكب في القوالب الصغيرة وفوقه خليط الكريم، تُرَص القوالب الصغيرة جمعها في صينية فرن فيها ماء، حتى تلتها الأخيرة، بحيث لا يغمر الماء سطح القوالب.

يمكث ساعة في فرن حار، ثم يُخرج ليُقدم بارداً بعد وضعه 3 ساعات في الثلاجة.

### المقادير

- لتر من الحليب «كامل الدسم»، مضافة إليه ملعقة متواضعة من الحليب الجاف (بودرة حليب).
- 4 بيضات كبيرة، ملعقتا شاي من الفانيليا السائلة.
- 8 ملاعق متواضعة من السكر المبلور، أو أكثر (حسب الرغبة في نسبة التحلية).
- كراميل (سبق وصف طريقة تحضيره).
- قشور ليمون بمقادير ملعقة شاي.

# اللحم بالبطاطس

## التحضير:

- يقلب اللحم البقري في الطجين وينفخ عنه الفاتض ثم يسخن الزيت في طاجن حاربي ويظهر فيه البصل مع هبرة العجل المفرومة مع خريكمها حتى يصبح البصل طريا ليخرج من الطاجن جانبا.
- يسخن الباقي من الزيت في الطاجن ويظهر اللحم على وجبات حتى يصبح بني اللون.
- يعاد خليط البصل إلى الطاجن وتضاف ونقلب معه المرة ثم يترك مغطى في فرن معتمدل حوالي الساعة.
- تضاف البطاطس والزعتر وتظهر مغطاة حوالي الساعة أو حتى النضوج التام للحم.
- تضاف وبقلب المعجون قليلا ثم يقدم الطاجن بعد اضافة الملح اليه ونشر البقدونس فوقه.

## المقادير:

- كيلوغرامان شرائح لحم بقر، نفرم
- كمية طحينكافية لتعفير اللحم
- حبنا يصل كبارتان، نفرمان جيدا
- أربع شرائح هبرة عجل خفيفة، نفرم خشنا
- أربعة أكواب مرفقة لحم
- خمس حبات بطاطس كروية صغيرة (١٠٠ جم)
- ٢٠٠ جم بطاطس كبيرة، نفرم خشنا
- ملعقتنا زعتر طازجتان، نفرمان خشنا
- ملعقة معجون طماطم
- ملعقة بقدونس طازج مفروم جيدا



# كارى فبله الدجاج بكرات الأرز

١- تضاف الطماطم بعد هرسها قليلاً بالشوكو وتحضف المربقة وتغلى المخارة وتنترك القدر مغطاة فوقها لنصف ساعة وبملطف نضيف كرات الأرز ثم تنترك القدر من دون غطاء حتى تنسخن كرات الأرز ولكن على آلا نقلن ثم نقدم الكاري مزيناً بأوراق الكبيرة.

٢- لعمل كرات الأرز يدور الأرز بالخلط مع صفار البيض حتى يصبح كالعجينة ثم ينفلط إلى وعاء تحضاف بقية المقادير وتحضر جيداً ثم تكفيق بين راحتي اليدين وهما رطبتان على شكل كرات صغيرة بمقدار ملعقة طعام ملءة للكرة الواحدة.

## (كرات الأرز):

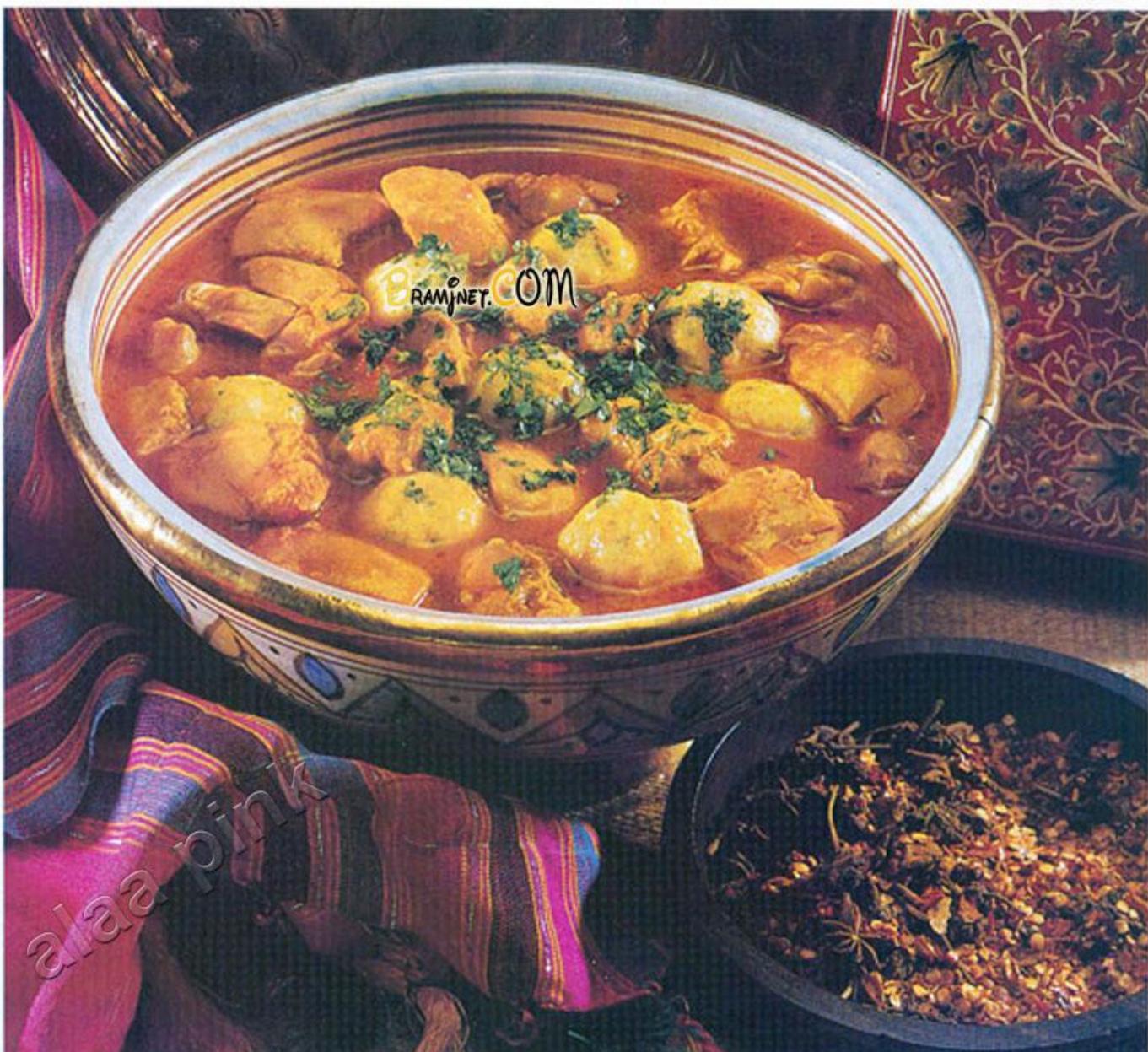
- كوبان من الأرز المطبوخ
- صفار بيضة واحدة
- ملعقة كبيرة مفرومة، إضافية
- كوب من لب الخبز الطازج

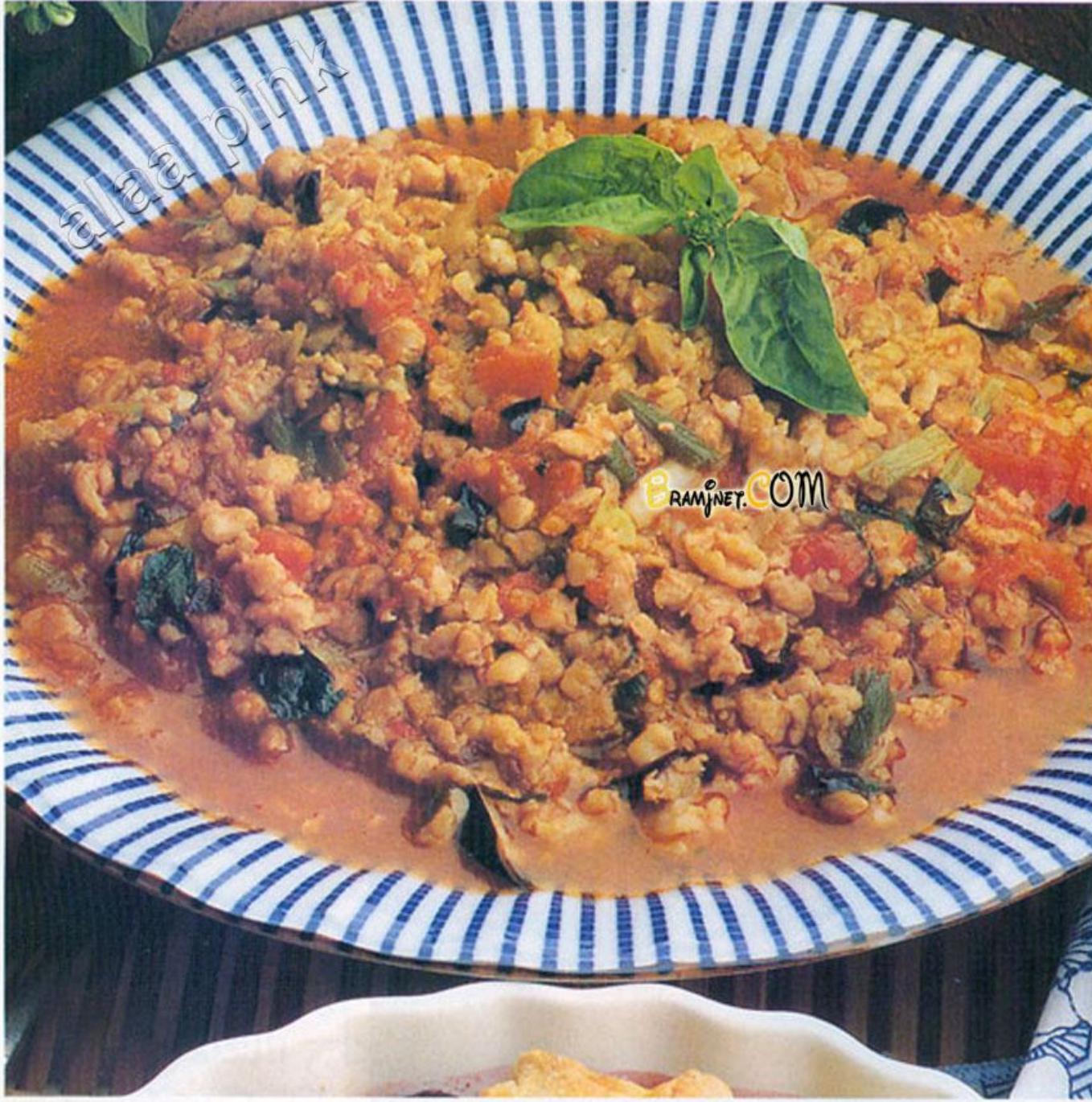
## التحضير:

- ١- يسخن الزيت في قدر كبيرة ويضاف الدجاج ويظهر مع خريكه على وجبات حتى يتحمر ثم يعاد جميه للقدر ويضاف البصل والثوم والرجبيل والكاري ونظهري جميه مع خريكه حتى تنباعث عطورها.

## المقادير:

- ملعقة زيت
- ١٤ قطعة فبله افخاذ دجاج، تقطع إلى أربع
- حبتان كبيرتان من البصل، تقطعان شرائح
- ملعقتان صغيرتان من الرجبيل الطازج المبشور
- ملعقتان من مسحوق الكاري المعندل
- علبة طماطم زنة (٤٥٤ جم)
- نصف كوب ماء
- ملعقة كبيرة مفرومة





## كارى الدجاج الدفروه بالطماطم

- ٤- يضاف اللحم المفروم ويقلب على النار ل الأربع دقائق أو حتى يصبح بني اللون.
- ٥- تضاف وتحريك الطماطم مع سوانحها وكذلك الكزبرة وحال بعالي الخليط نفلل النار ونترك القدر فوقها من دون غطاء لعشرين دقيقة أو حتى يتمخض معظم سائل الطهوي لنقدم البهنة
- الـ-٦- جانب طمة من الأرز الأبيض.

**النضوج، تفسير وتفرم**

- التحضير:**

  - 1- يسخن الزيت في قدر صغيرة الحجم ويطهى معجون الكاري مع الثوم والمصل والقليل مع خريكتها لدقيقتين

**ملعقةان صغيرةان من القلفل الخام المفروم**

  - سنت جبات من البصل الأخضر نفرم
  - نصف كيلوجرام من لحم الدجاج المفروم جيداً
  - نصف كيلوجرام من الطماطم شديدة



## صينية البطاطس بالكرات والزعتر

المقادير:

- خمس حبات بطاطس كبيرة. تقطع حلقات خفيفة
- حبة كرات منوسخة. تفرم
- ثلاثة ملاعق صغيرة زعتر مفروم
- ربع كوب مربقة دجاج
- ملعقتان زيت زيتون
- فص ثوم يدق

التحضير:

- 1 - نصف نصف كمية حلقات البطاطس في صينية شواه سعة 1½ كوبًا مزيونة بالزيادة أو الزيت ثم ينشر فوقها الكرات ونصف الزعتر ثم تغطى بالباقي من حلقات البطاطس وتنتز بالباقي من الزعتر.
- 2 - تخلط بقية المقادير في قارورة أو أبريق خلطة وتنسك فوق البطاطس ثم تغطى الصينية وتوضع في فرن معتمد لثلاثة أربع المساعفة ثم يزال الغطاء وتشوى لمدة مائة حتى تتحمر قليلاً من الأعلى لتقدم ساخنة بعد نثر قليل من الأعشاب الطازجة فوقها.



# البطاطس بالمايونيز

## التحضير:

1- نسلق البطاطس حتى تنضج وتحفظ وتترك لتبرد ثم يلطف تخلط مع المايونيز والبقدونس وتنقلب فيها حشيشة فتحفظ جيداً وتترك بالبارد لثلاث ساعات على الأقل قبل تقديمها متنور فوقها الفلفل المطحون.

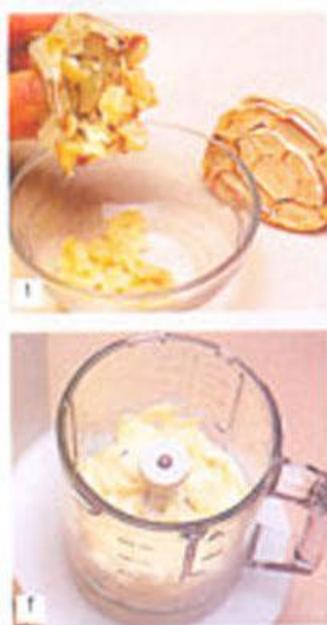
2- لعمل المايونيز: يوضع رأس الثوم من دون أن يتشير في سينية الفرن ويملئه بالزيت ويشوى دون أن يغطى في فرن معندل إلى على الحرارة لربع ساعة ثم يخرج ويقطع إلى أنصاف طولية ويضقط على الفوشرة لاستخلاص اللب بسهولة ثم يوضع الثوم مع الصفار والليمون في الخليط وتدور حتى تتحسن وتصبح طرية ثم يضاف الزيت الإضافي ويحشى بمساكة القبطة على الخليط وهو يدور ثم يضاف الماء حتى يصبح المايونيز بالكتافة المعرفة تبستخدم مع البطاطس.

## المقادير:

- أربعون جمة من البطاطس شديدة
- السكر تقطع إلى أنصاف
- ملعقة أوراق بقدونس ملفوف
- ربع ملعقة فلفل أسود مطحون

## المايونيز:

- رأس ثوم متوسط
- ملعقتان صغيرة من زيت الزيتون
- صفار بيضتين
- ملعقة عصير ليمون حامض
- كوب زيت زيتون إضافي
- ملعقة ماء ساخن



BRAMLEY.COM

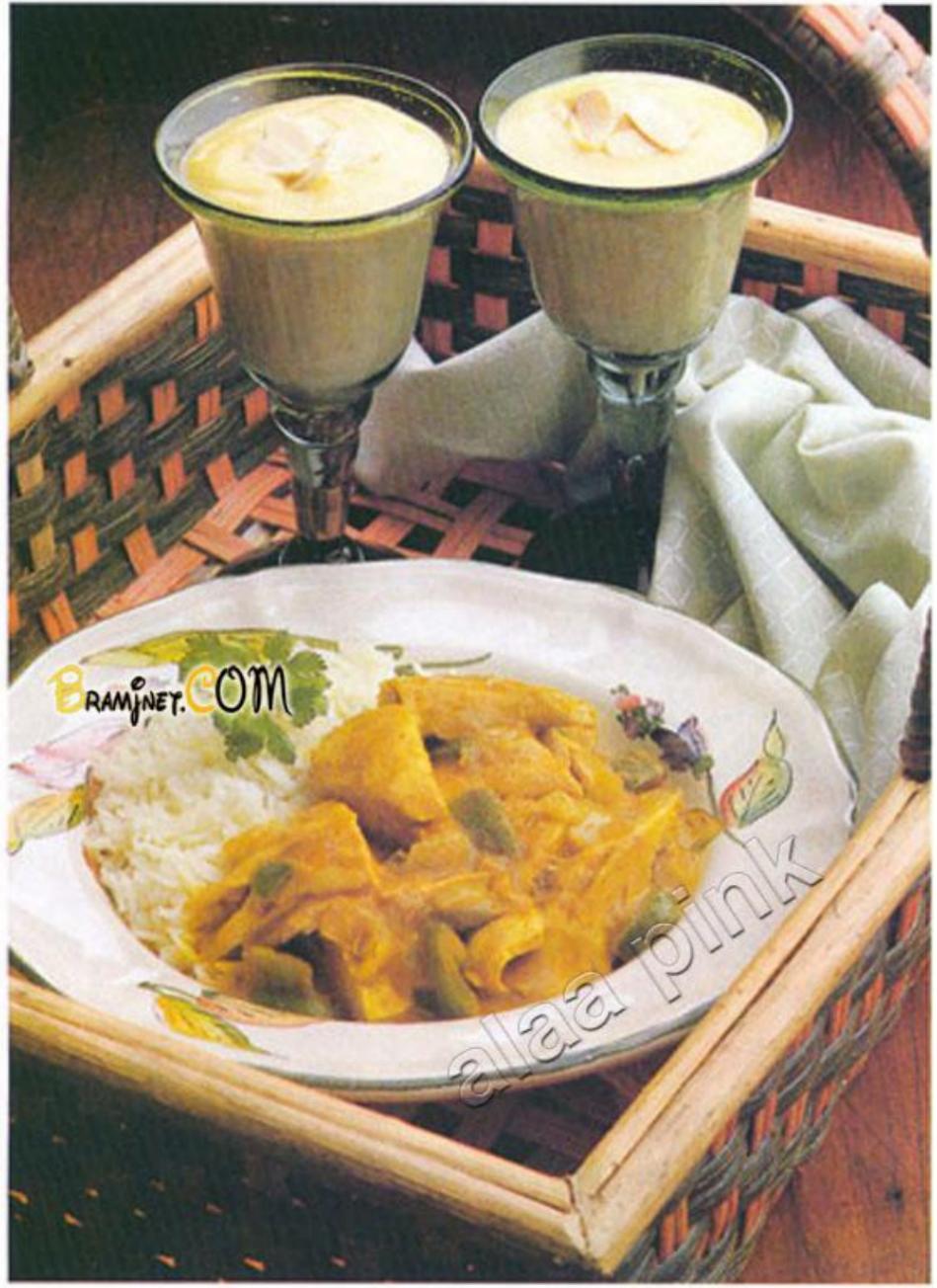
## الدجاج باللبن الرائب

### التحضير:

- 1- يوضع لحم الدجاج أو لحم الديك الرومي المطبوخ في وعاء عميق ثم يضاف البقدونس وعصير الليمون ثم يبشر الليمون فوق الوعاء ويخلط جيداً ثم يخفق الروب جيداً
- 2- يضاف اللبن الرائب شيئاً فشيئاً للخلط مع التقليب ثم يضاف إليه الفلفل والملح حسب الرغبة، ويغطى ثم يوضع في الثلاجة لحين موعد تقديمها
- 3- يوضع في صحن التقديم مزيناً بأنصاف الليمون ويقدم مع الخبز المحمص

### المقادير:

- 225 جم فليلة دجاج "مطبوخ" ومفروم ناعماً
- 100 جم لحم ديك روبي مطبوخ يمكن الاستغناء عنه بلحم الدجاج يفرم ناعماً
- ثلاثة ملاعق كبيرة بقدونس مفروم ناعماً
- ملعقة صغيرة مبشرة قشر الليمون
- ملعقتان كبيرة من عصير ليمون
- فص ثوم يفرم ناعماً
- نصف كوب لبن روب خالي الدسم
- ملح وفلفل "حسب الرغبة"



## كارى الدجاج بالغلغل

### التحضير:

١- نذاب الزبدة في قدر فلي كبيرة وبطهير البصل والثوم والغلغل على نار متوسطة بتحريكها لأربع دقائق أو حتى يصبح البصل طرياً

٢- يضاف الكاري والكمون والطحين وتنضاف وبنكهة المربقة باستمرار حتى يغلي الخليط وبنكائف.

٣- يضاف الدجاج وتقليل الحرارة وبنك لثلاث دقائق ثم يقدم الكاري مع الأرز أو الخبز وسلطنة الخضروات المفضلة.

### المقادير:

- خمس وأربعون جراماً زبدة  
- حبة يصل متوسطة. تفرم  
- نصف ملعقة صغيرة من الثوم المفروم  
جيداً

- حبة فلفل أخضر بارد متوسطة. تفرم  
- ثلاثة ملاعق صغيرة من معجون الكاري  
- ملعقة صغيرة من الكمون المطحون  
- ملعقتان من الطحين

- خمسين مل مربقة دجاج  
- ثلاثة أربع كيلوجرام فيله صدور دجاج  
قطع قطعاً صغيرة

alaapink

## كعكة التفاح والجوز باطابكريوف

### التحضير:

- ١- يزيل قالب مابكرورويف دائري (٢١ سم) بقليل من الزبدة وينثر في قعره وعلى حافاته دقيق البندق.
- ٢- تخفق الزبدة مع الطحين والقرفة والسكر والشراب والمبيض في وعاء متوسط بخلاط كهربائي على السرعة المتوسطة حتى تتجانس المقادير ثم على السرعة العالية لدقيقة أو حتى يصبح الخليط طرياً ويتغير لونه.
- ٣- يضاف الجوز والعناب والنفاح وتخلط ثم ينقل الخليط إلى قالب المضرن لمدد عليه ويسوى سطحه بظهر سكين المعجنات ثم يطهى من دون غطاء حتى الدرجة المتوسطة العالية (٧٠٪) حوالي عشر دقائق أو حتى نضوج الكعك الذي يخرج ويترك خمس دقائق قبل أن يقلب فوق شبكة معدنية ليقطع ويقدم مع الشاي.

### المقادير:

- ثلث كوب دقيق بندق
- نسعون جم من الزبدة، نظرى
- كوب ونصف الكوب طحين
- ملعقة صغيرة قرفة مطحونة
- ثلاثة أربع كوب من السكر الأسمير المحسن
- ربع كوب شراب نفاح
- ثلاثة بيضات
- كوب من الجوز المفروم
- نصف كوب عناب مجفف مفروم
- حبة نفاح كبيرة، تبشر

# الحمص بالكمون

## التحضير:

- تسلق حبوب الحمص بماء بارد وتوضع في قدر مناسبة مع الماء والثوم والبصل ثم ننثر على نار هادئة والقدر غير مغطاة لتصف ساعة أو حتى تصبح حبوب الحمص طرية.

- تسلق البطاطس حتى النضوج التام ثم نخرج لنهرس جيدا  
- يوضع خليط الحمص بالخلاط ويدور حتى يصبح طريا ثم يخرج إلى وعاء متوسط  
لنضاف إليه البطاطس مع الزيت والتوايل ونتحقق جميعها جيدا ثم ننقل إلى صحن التقديم لتتبسيط فيه بظهور اللعقة ثم يقدم الغموس منتبرا فوقه بعض حبات الزيتون  
السود وجزء اللبؤون وقليل من زيت الزيتون مع الحبز الحمص

## المقادير:

- كوب من حبوب الحمص
- أربعة أكواب ماء
- فص ثوم يدق
- حبة يصل متوسطة، تفرم
- حبة بطاطس كبيرة، تفرم
- ثلث كوب من زيت الزيتون
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
- نصف ملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة



# «ريشات» الحمل بالخردل

## التحضير:

- ١- بعد تنشيف الريشات من الدهون والأعشاب يسخن الزيت في طاجن حاري سعة ١٢ كوبًا وتضاف الريشات وتحمر على وجبات وعلى الجانبين ثم يجفف الزيت من القدر وتعاد الريشات جمبعها مع الشوم والزعتر والمرقة والقشر والصوص والخردل ويغطى الطاجن ويترك في فرن معتدل لساعة ونصف الساعة أو حتى نضوج اللحم.
- ٢- تضاف البطاطس والنشاء بعد خلطه بالماء ثم يعاد الطاجن دون غطاء للفرن ليترك ربع ساعة أو حتى نضوج البطاطس ليقدم مزيناً ببعض الأعشاب وفصوص الليمون.

## المقادير:

- ١٢ حبة من «ريشات» حمل - ملعقة زيت زيتون - ستة فصوص ثوم، نقشر - ملعقتان صغيرتان من الزعتر المفروم - كوب مرقة لحم - ملعقة صغيرة نقشر ليمون ميشور - ملعقة صغيرة صوصاً صوياً - ملعقتان صغيرتان من بذور الخردل - ١٢ حبة من البطاطس الصغيرة جداً تقطع إلى أرباع - ملعقتان من النشاء - ملعقتان من الماء



# البطاطس الحارة

BRAMJNEY.COM

## التحضير:

- ١- يحضر الفرن بحرارة عالية وتسلق البطاطسا حتى تنضج ثم تشطوف حتى ماء بارد وتجفف وتنرك لتبرد تماما.
- ٢- تخلط البطاطس بعد تقشيرها وفرمها مكعبات صغيرة مع الزيت والمذور والتوايل والثوم في وعاء حاراري كبير ثم تدخل إلى الفرن لثلاث ساعات أو حتى تتحمر البطاطس فليلا فيقدم الطبق منثوراً فوقه الكزبرة المفرومة.

## المقادير:

- سنت جبات بطاطس متوسطة الحجم
- ربع كوب زيت
- ملعقة صغيرة من بذور الخردل السوداء
- ملعقة صغيرة من بذور الكمون
- ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الحلو المطحون
- ملعقة صغيرة من مسحوق الكركم
- فص ثوم يدق
- ملعقتان من العصير الخامض
- ربع كوب كزبرة مقرومة

allaapink

# شوربة الدجاج التابلاندية

## التحضير:

- ١- توضع مرقة الدجاج وصدر الدجاج والبصل والزبكييل في قدر وتسخن حتى تغلي الفدر وتنثر على نار هادئة لأربعين دقيقة.
- ٢- تضاف مرقة الدجاج في قدر ويضاف إليها حليب جوز الهند وترك على النار حتى يذوب ثم يخلطها ناعماً وتنثر على نار هادئة لعشرين دقيقة.
- ٣- خلال إعداد المرقة يزال جلد صدور الدجاج والعظام وتقطع شرائح رفيعة.
- ٤- يضاف عصير الليمون وشرائح الدجاج والسكر الأسمير إلى الشوربة وتطهيرها على نار هادئة لمدة ٣-٤ دقائق ثم تقدم بعد تزيينها بشرائح الفلفل الحار.

## المقادير:

- أربعة أكواب مرقة دجاج
- ثلاثة صدور دجاج
- حمة بصل نفرم ناعماً
- ثمانيني شرائح زبكييل طازج
- ٤٠٠ ملليلتر حليب جوز الهند
- عصير ليمونة
- ملعقةان صغيرةان سكر أسمير
- قرنا فلفل أحمر حار ضغيران بذال بذورهما وبفرمان بعض أوراق الريحان المفرومة

BRAMJNET.COM



# سلطة الكاري بالغافل والبصل

## التحضير:

- 1- يوضع عصير الليمون في وعاء كبير ويضاف السكر ويحرك معه حتى يذوب فتضاف بقية المقادير وتقلب جيداً ثم يغطى الوعاء ويترك بالبراد لنصف ساعة أو حتى يبرد.
- 2- يقدم الطبق إلى جانب السمك المشوي أو الدجاج.

## المقادير:

- ملعقتان من عصير الليمون
- ملعقتان صغيرة من السكر الأسود
- ملعقة صغيرة من قشر الليمون المبشور
- حبة فلفل أخضر باره متوسطة، تفرم ناعماً
- ملعقتان من أوراق الكزبرة المفرومة
- حبة فلفل أحمر حار صغيرة، تفرم جيداً
- حبة بصل متوسطة، تفرم جيداً
- ملعقة زيت زيتون

alaa pink  
BRAMJNET.COM





## شوربة البطاطس والسبانخ



### التحضير:

- 1- يسخن الزيت في قدر كبيرة ويضاف البصل والثوم والتوابل وترك حتى يصبح البصل طرياً.
- 2- تضاف الطماطم مع سائقيها والبطاطس والمرقة وتغلى الحرارة وتترك القدر مقطأة فوقها لمدة نصف ساعة ثم خرك علالها الشورية بين حين وأخر حتى تضوح البطاطس ثم تضاف السبانخ والسبانخ ويواصل تحضير الشوربة على نار هادئة من دون أن تغطى حتى تذبل السبانخ فيضاف الملح المطلوب ثم تترك الشوربة قليلاً وتقدم وهي ساخنة.

### المقادير:

- ملعقة زيت زيتون
- حبة بصل كبيرة نفرم
- فصان من الثوم يدقان
- نصف ملاعق صغيرة من الفلفل الحلو المطحون
- ملعقتان صغيرتان كمون
- ملعقة صغيرة كزبرة مطحونة
- نصف ملعقة صغيرة فرفة مطحونة
- نصف كجم طماطم ناضجة نفرم
- سنتة أكواب مرقة خضراء
- باقة سبانخ (١٠٠ جم)، نفرم
- نصف كيلوجرام حبوب بارلاه محمدية، نذوب ونقشر
- أربع حبات بطاطس كبيرة نفرم



## طاجن اللحم بالشمندر

ويطهير اللحم مع التقليب على وجبات حتى يتحمر جيدا ثم يخرج ليجفف على ورق المطبخ  
٤ - بضاف البصل والثوم ويحركان حتى يصبح البصل طريا فتضاف المرق والخل والكمبرية والفلفل واللحم ثم تقليل الحرارة وتترك القدر لأربعين دقيقة وهي مغطاة.

٥ - بضاف الشمندر والبقدونس وبواصل طهي الخليط على نار هادئة ولكن بدون غطاء لعشرين دقيقة ثم يقدم الطاجن مع الأرز الإبيض أو الخبز

- ملعقة بقدونس مفروم  
- ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون

### التحضير:

- ١- بعد تنظيفه جيدا وتشذيبه يسلق الشمندر من دون تقطير حتى يتضاج نه يترك لبيرة.
- ٢- يقشر الشمندر ويقطع إلى حزوز متوضطة ثم يغفر اللحم بالطحين.
- ٣- يسخن الزيت في قدر كبيرة الحجم

### المقادير:

- كيلو ونصف الكيلوجرام من الشمندر
- كيلوجرام لحم ضأن يقطع مكعبات صغيرة
- قليل من الطحين لتعغير اللحم
- ملعقتان من زيت الزيتون
- جبنة كباريتو من البصل. تقطع شرائح
- فص ثوم يدق
- كوبان ونصف الكوب من مرق اللحم
- نصف كوب خل
- ملعقة كبيرة مفرومة



## السفرجل المعسل

### المقادير:

- أربع حبات سفرجل صغيرة
- ثلثا كوب من العسل
- قليل من القرفة المطحونة

### التحضير:

- 1- يجفف السفرجل جيداً بدعكه بقطعة من القماش ثم يشطبه برأس السكين من حوله.
- 2- تلف حبات السفرجل منفصلة بورق الألومينيوم وتوضع في وضع واقف في طاجن حاراري صغير لتنشوى في فرن عالي الحرارة لحوالي الساعة ونصف الساعة ثم تقطع بعد أن تبرد إلى انصاف بنقط على كل منها في صحن التقديم العسل بالتساوي وتقدم بعد نثر قرفة فوقها

# كارى الدجاج الأخضر بالخضروات الطوعة

المقادير:

- سنت قطع من فيليه صدور الدجاج (١٠٠ جم)
  - ملعقتان من الزيتة
  - حبة بصل كبيرة، تقطع شرائح
  - حبة فلفل أخضر بارد كبيرة، تفرم خشناً
  - كوب مرقة دجاج
  - علبة (٢٨٠ مل) حليب جوز هند
  - حزمة من أوراق السلق الصغيرة (٣٠ جم).
- تفرم خشناً
- ملعقتان صغيرتان من النشاء
  - ربع كوب من أوراق الكزبرة المفرومة

(معجون الكاري):

- حبة فلفل أخضر حار صغيرة
- ملعقة زبكييل طازج ميسور
- فصان من الثوم يدقان
- ملعقة صلصة سمك
- ملعقة صلصة خوخ
- ملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون الطحون
- نصف ملعقة صغيرة من الزبكييل الطحون

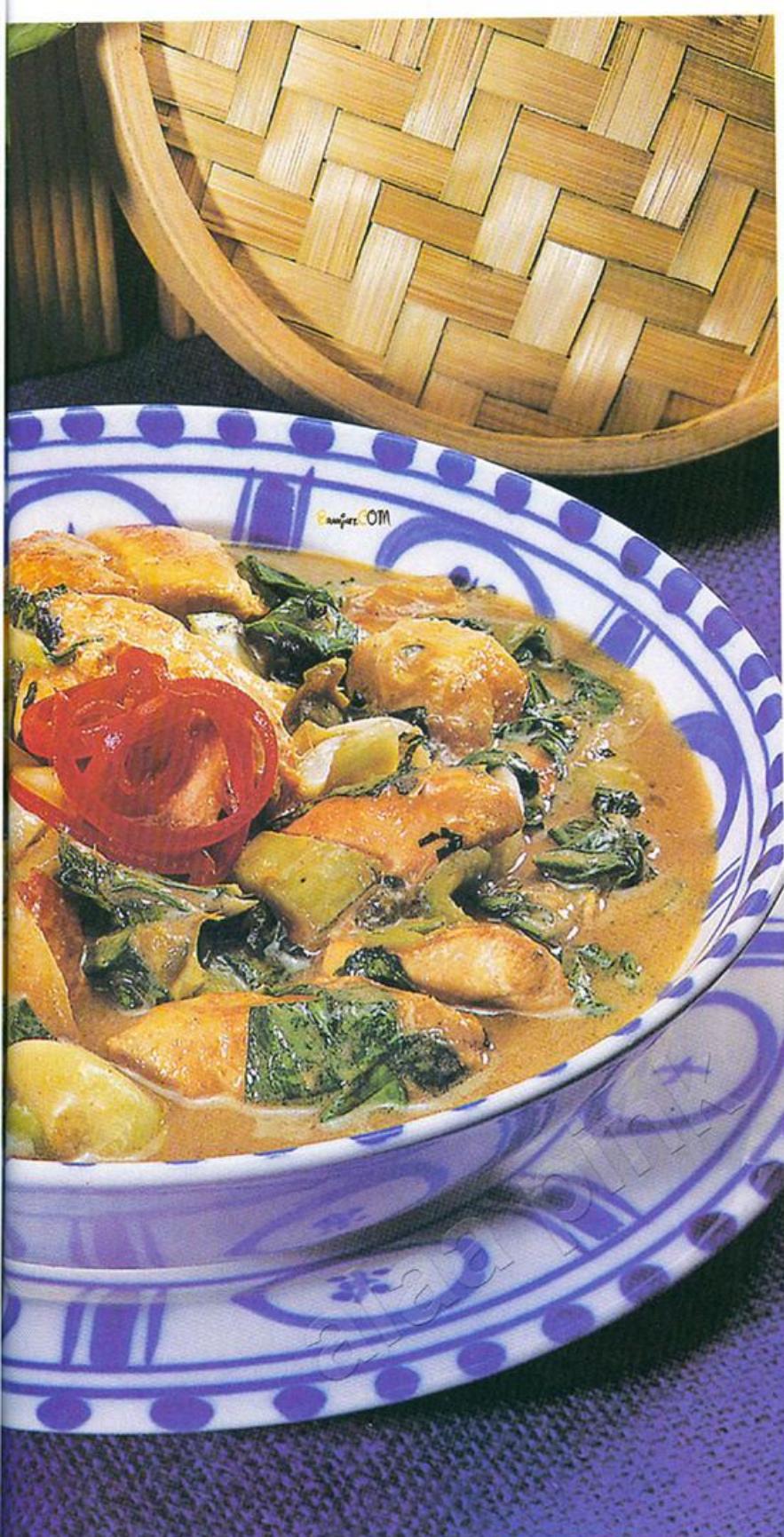
التحضير:

- ١- يقطع الفيليء قطعاً صغيرة (٣سم) ويُسخن نصف كوب زيت في قدر متوسطة ويضاف الدجاج على وجبات وبطهه حتى يتحرّم جيداً ثم يخرج من القدر.

- ٢- يُسخن المتبقّي من الزيت في القدر ذاتها ويضاف البصل والفلفل ومعجون الكاري وخرق جميعها حتى يصبح البصل طرياً فيعاد الدجاج للقدر وتضاف المرقة وحليب جوز الهند وتُقلّل الحرارة وتترك القدر غير مغطاة فوقها لثالث ساعة يُقلب الخليط خلاها من وقت آخر.

- ٣- قبل تقديم الكاري بقليل يضاف السلق والنشاء مخلوطاً بالماء ويُقلب قليلاً حتى يغلي ويُكتاف ثم يقدم بعد إضافة الكزبرة ونقلبها قليلاً معه.

- ٤- لعمل معجون الكاري: توضع جميع محتوياته في الخلط وتدور لمرات حتى تتجانس.



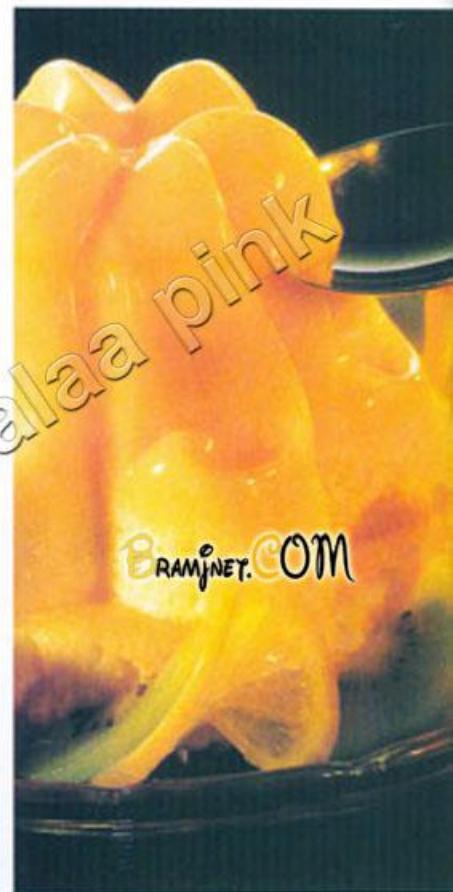
# جلاتي العسل

- ١- يرش الجيلاتين على ماء يغلي في وعاء وعندما يصبح أسفنجياً يوضع في المايكروويف على الدرجة العلية لمدة (٢٠ ثانية) ويحرك حتى يتلاشى ثم الجيلاتين ثم يترك جانبياً ليبرد
- ٢- يخفق صفار البيض والكريمة في وعاء كبير وبضاف النشاء وفشر الليمون والجيلاتين المذاب والسكر حتى يصبح الخليط سميكاً
- ٣- يصب الخليط في دورق المايكروويف على الدرجة العلية لمدة (٤-٥ ثوان) أو حتى يصبح ساخناً. وبشكل تدريجي يخلط الخليط مع خليط البيض
- ٤- تقلل درجة حرارة المايكروويف إلى الوسطى من (٩-٧)
- ٥- دفانة وبخفق الخليط كل دقيقة حتى ينثر الخليط ثم يضاف عصير الليمون وبخفق جيداً
- ٦- في وعاء نظيف يخفق بياض البيض جيداً ثم يضاف خليط الليمون على بياض البيض ويخلط بواسطة ملعقة
- ٧- يصب الخليط في قالب المبرد ويغطى ويوضع في الثلاجة لمدة (١١ ساعات) ثم يخرج قبل التقديم مباشرةً ويقلب في صحن التقديم مزييناً بأنصاف الكيوي والبرتقال

- المقادير:**
- أربع ملاعق كبيرة مسحوق جيلاتين
  - أربع ملاعق كبيرة ماء
  - ثلاث بيضات حجم كبير
  - "يُفضل بياضها عن صفارها"
  - سنت ملاعق كبيرة كريمة
  - ملعقة كبيرة نشاء
  - فشر ليمونتين مبشور
  - عصير ليمونين
  - ٩٠ جم سكر
  - كوب ونصف الكوب حليب

## التحضير:

- ١- يدهن قالب الجيلي سعة "١٠٠٠" التر بالزيت ويوضع في البراد ليتجدد



# حرس البازلاء

## بالشبت

المقادير:

- ثلث كوب زيت زيتون
- حبة بصل من متوسطة الحجم نفرم ناعماً
- فص ثوم يسحق
- ملعقة صغيرة كمون مطحون
- رشة مسحوق حار (حدا)
- نصف كجم فرون بازلاء من النوع القصير العربيض. نفرم
- ثلاثة أربع كوب ماء
- ملعقة عصير ليمون
- ملعقة شبت طازج مفروم

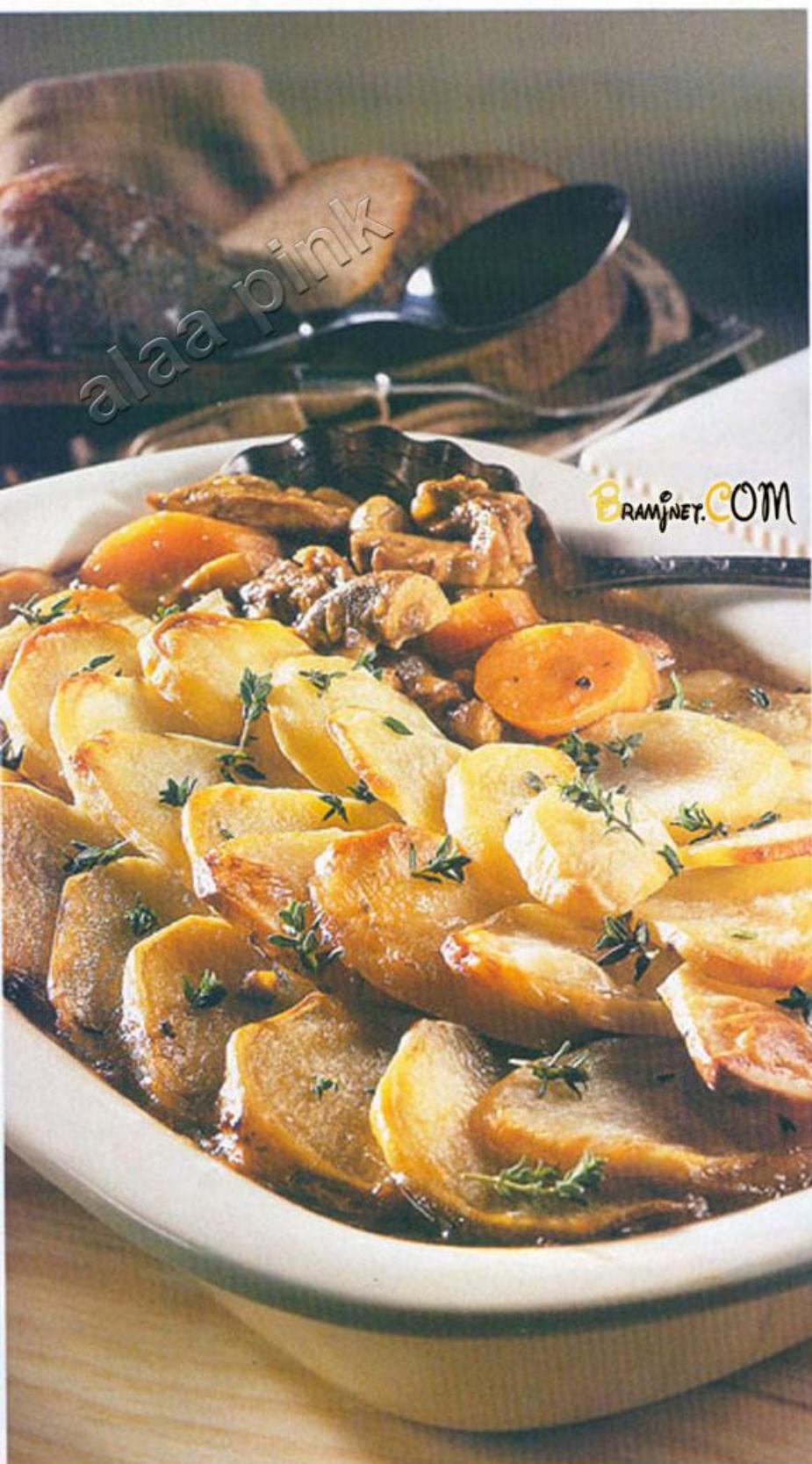
التحضير:

- ١- تسخن ملعقة من الزيت في قدر متوسطة الحجم ويضاف البصل مع الثوم والكمون والمسحوق الحار وتحطى مع التحريك حتى يصبح البصل طرياً ثم تضاف البازلاء وتحطى مع التحريك حوالي خمس دقائق.
- ٢- ينقل الخليط إلى الخلاطة ويدور مع التبقي من الزيت والماء وعصير الليمون حتى تمتزج المواد جيداً.

- ٣- يعاد الخليط إلى القدر نفسها ويحرك على النار حتى يسخن ليضاف الشبت ويقلب معه ثم تزاح القدر ويقدم مهروس البازلاء دافناً في صحن تقدم عميق بعد نثر قليل من المسحوق الحار فوقه ليؤكل مع الخبز الأحمر أو وحده.



# الـ «كلاوي» بالبطاطس والجزر



المقادير:

- سنت (كلاوي) حمل
  - ملعقتان صغيرتان ملح
  - ملعقتنا زيت نباتي
  - كيلوجرام لحم ضأن مفروم
  - جبنة جزر متوسطة تقطران شرائح عرضية
  - حبة كرات كبيرة. تفرم
  - ١٥٠ جم رؤوس فطر صغيرة. تقطع أنصافاً
  - ملعقتنا طحين
  - ملعقة صلصة صوصاً
  - كوب ونصف الكوب مরقة لحم
  - كوب ماء
  - ملعقتان صغيرتان زعتر طازج مفروم جيداً
  - ملعقة صغيرة بذور قلقل أسود مدقوقة
  - أربع حبات بطاطس متوسطة. تقطر
- شرائح

التحضير:

- يزال غشاء الكلاوي والدهون وتغمر في الماء وتغطى وتنثر بالبراد للبللة.
- جفف الكلاوي وتشطف حتى الماء البارد ثم جفف وقطع أنصافاً طولياً لنزالت الزوالد البيضاء منها ثم تفرم قطعاً صغيراً (سم)
- يسخن نصف الزيت في قدر كبيره وبطهور اللحم على وجهاً حتى يتحمر ثم ينقل ويفرش في قعر طاجن حارسي سعة ١٢ كوباً ثم تعود إلى طهي الكلاوي في القدر مع التحريك حتى تتحمر لتسكب فوق اللحم في الطاجن
- يسخن البافى من الزيت في القدر نفسها وبطهور الجزر مع الكراث والفطر وتنقل جميعها حتى يصبح الكراث طرياً ليضاف عندها الطحين ونواصل التحريك حتى يصدر الخليط فقاعات لنزاح القدر عن النار ثم بالتدريج نضيف ونحرك الصلصة والمরقة والماء والزعتر والثفلل ثم يجعل الخليط يغلي وننكل الحرارة ونحركه فوقها خمس دقائق أو حتى يغلي الخليط ثانية ويتكتنف.
- يسكب الخليط الخضراءات مع الكلاوي واللحم في الطاجن ونصف قوته شرائح البطاطس وتنقطع فوقه الزبدة المذابة ويوضع في فرن معتمد لحوالي الساعه ثم يزال الغطاء ويسوى لتسكب ساعة أخرى ويخرج ليقدم مع الخبز بعد أن يصبح دافناً.

# خموس البازنجان

## التحضير:

- توضع البازنجانة بأكملها فوق صينية الفرن وتشوى بحرارة عالية حوالي الساعة او حتى تصبح طرية فتخرج وتنترك لتبرد ثم تنزع قشرتها بسهولة وبقلم اللب.
- يوضع البازنجان مع بقية المقادير في الخليط وتدور لمرات عديدة حتى يتجانس الخليط ويصبح طرياً فيفرغ في وعاء وبخطىء ويترك في البراد لساعات قبل تناوله.

## المقادير:

- حبة باذنجان كبيرة
- حبة يصل متوسطة. نفرم جيداً
- ثلاثة أرباع الكوب من فتات الخبز
- ملعقتان من اللبنة
- ثلاثة قصصون ثوم. تسحق
- نصف كوب من اليقطون المفروم
- ملعقة خل أبيض
- ملعقة ونصف الملعقة من عصير الليمون
- نصف كوب من زيت الزيتون



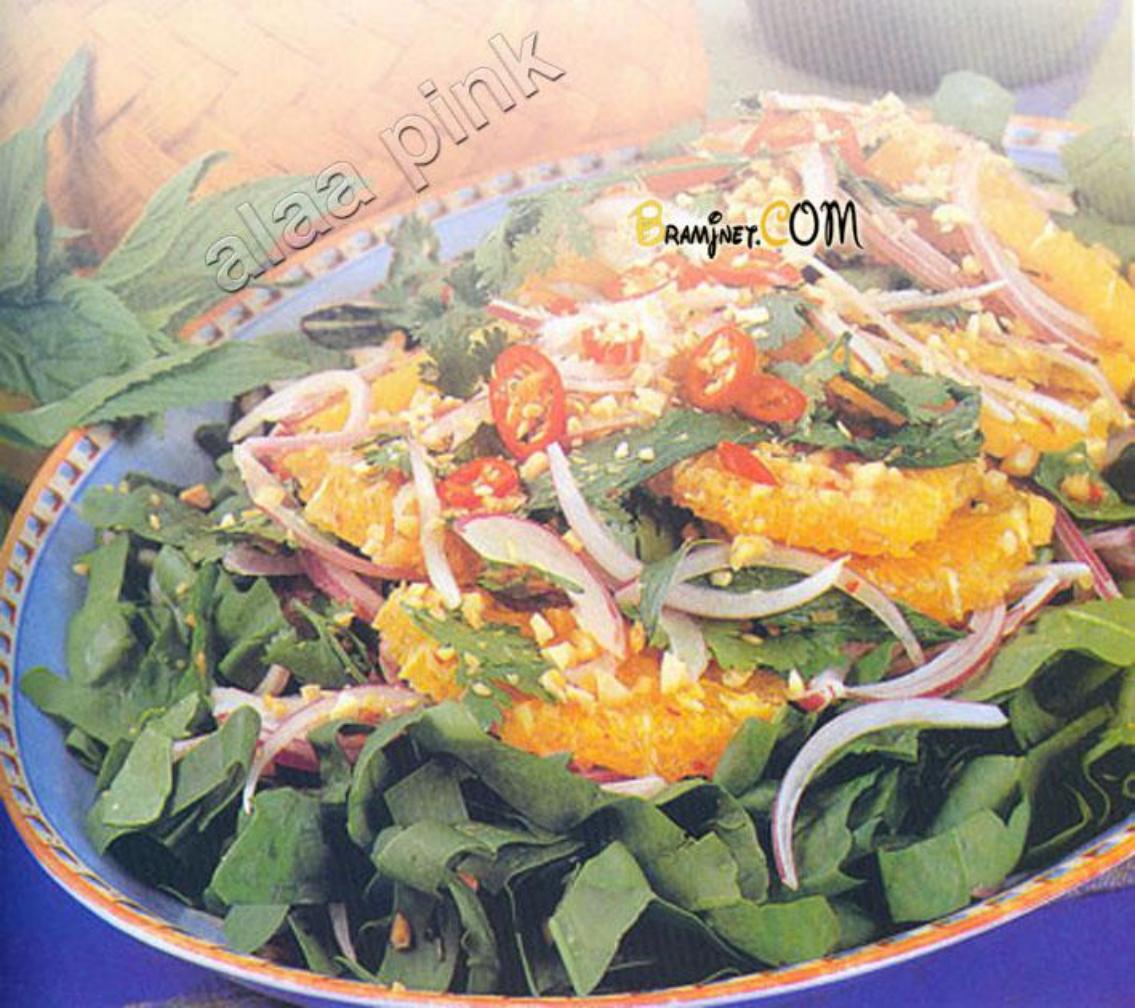
# سلطة البرتقال اطاكسيكية

## التحضير

- نزال فشرة البرتقال الخارجية والداخلية حتى يظهر اللب ثم تقطع إلى شرائح ونزال البذور برأس السكين
- نوضع شرائح البرتقال مع البصل واللوز والفلفل والكمبرة والنعنع في وعاء زجاجي كبير ونقلب جميعها حتى تختلط ثم نترك لنصف ساعة.
- يفرش صحن تقديم عميق قليلاً بالسبايدخ قبل أن نسكب السلطة فوقه ليقدم بعد تنقية اللقليل من الماء فوقه.

## المقادير

- سنت حبات برتقال صغير الحجم
- جبنان متواضعتا الحجم من البصل تفرمان
- نسعون جراماً من اللوز الحمصي تفرم
- جبنان صغيرتا الحجم من الفلفل الأحمر الحار تفرمان
- نصف باتنة كبيرة
- أربع ملاعق من أوراق النعنع
- ربع باتنة من أوراق السبايدخ تفرم خشنأ



BRAMJNET.COM



BRAMFNEY.COM

## الدجاج بالبطاطس والبفطين

### المقادير:

- كيلوجرام من البطاطس كبيرة الحجم . تقطع إلى حزوز
- نصف كجم بفطين . ينشر ويقطع إلى حزوز
- دجاجة زنة (كيلوجرام) . تقطع ثمانية قطع
- ثلاثة ملاعق زيت زيتون
- ملعقة زعتر مملح
- عشرون فص ثوم غير ملمس
- نصف ملعقة صغيرة من الملح

### التحضير:

1- يحضر الفرن بمقدمة حرارة (٢٢٠ م) وتقلى قدر كبيرة من الماء الملح لنلق فيها البطاطس والبفطين خمس دقائق ثم يصفيان جيداً.

2- يوضع الدجاج مع الخضروات في صينية فرن مناسبة وينفذ فوقها الزيت وبعثرة فوقها الثوم والزعتر ثم ترش بالملح.  
3- توضع الصينية في الفرن المقرر لساعة وربع الساعة مع تقلب المكونيات كل ثلث ساعة أو حتى ينحصر الدجاج والبطاطس لنخفر في صحن التقديم ونقدم ساخنة أو دافئة مع الخس والسلطة.



# كاسترد الشوكولاتة

المقادير

- ثلاثة بيضات
- ربع كوب مسحوق كاكاو
- ثلث كوب سكر كاسبره
- كوبان من الحليب
- ملعقة من بودرة المسكر والنشاء

التحضير

- ١- يخفق البيض مع الكاكاو والسكر جيداً في وعاء خلطة مناسب. ويُسخن الحليب في أربعة صحنون ثم بالتدريج يضاف ويحرك معه الخليط البيض حتى يتجانس.
- ٢- يفرغ الخليط المذكور في أربعة صحنون تقدم حرارتها سعة ( $\frac{1}{4}$  كوب) وتوضع في صينية فرن مناسبة ثم يمسك في الصينية كمية من الماء المغلي تصل إلى منتصف ارتفاع الصحنون.
- ٣- توضع الصينية في فرن معتمدل حمّص وعشرين دقيقة ثم تقلل الحرارة وتترك الصينية لثلث ساعة ثم تخرج وتترك صحنون الكاسبره لبرد ثم تقدم بعد نثر كل منها بكمية من بودرة المسكر.

BRAMINET.COM

alaa pink

