



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



وستر جال بالكريديس

التحضير
يفصل الكريديس ويغسل،
إلى النصف،
شرط الاحتفاظ بذيله.
ترفع المطيبات من القدر
وتتصف الصالصة.
ينظرف كيس الرمل
الموجود في ظهر كل حبة
كريديس، ثم يغسل
فيها جبات الكريديس حتى
تصبح وردية اللون
(يتزحزح قشور ورؤوس
الكريديس وتوضع في قدر
مع كمية كافية من الماء،
وقطأ طولياً) وحين يتغير
لونها، تخرج من المقلة
وطوسم جانبياً.
يقلن البصل في الزيت
نفسه، ثم تضاف إليه
ملعقتا طعام من الدقيق.
يقلن الكل قليلاً، ثم تضاف
المرقة، وجوزة الطيب
والفلفل الأبيض والمالح
حسب الحاجة والخشدة
الطازرية.
تحشى الأصداف بهريسة
البطاطا (يمكن استعمال
كيس تزيين الحلووات
لإعداد أشكال زخرفية).
تزيين كل قطعة بثلاث
جبات كريديس وتوضع
ملعقتا طعام أو ثلاثة
ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
الكريديس. ترك الذيل
ظاهرة إلى الخارج، وترش
الجبنية المشورة فوق
الكريديس. تخمير في الفرن
حتى تذوب الجبنية. تقدم
ساخنة مباشرة من الفرن.

١٢ حبة كريديس عملاقة
٢ أو ٣ رؤوس متوسطة من البطاطا، مسلوقة ومفشرة
ومهرولة، ومن ثم مخلوطة مع بيضة مخفوفة وربع
كوب من القشدة الطازجة وملح وفلفل.

صالصة للكريديس
ملعقتا طعام من الزبدة
بصلة متوسطة مفرومة ناعماً
٣ ملاعق طعام من الدقيق (الطحين)
كوبان من مرقة الكريديس
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
ثمن ملعقة صغيرة من جوزة الطيب المشورة
ربع كوب من القشدة الطازجة
ملح حسب الحاجة
جبنة مشورة (مزيج من الغرويار والموزاريلا) لتخليف
الكريديس.

دجاج مكون



الملحقة: يحب بعض الأشخاص الخضار الكل معًا في القدر ويطهى فوق نار خفيفة قلي الكوسا والبطاطا والبندورة والبصل هي حتى تصبح كل الخضار طرية وناضجة، وكذلك الزيت نفسه المستعمل لقلي الدجاج، ومن ثم متابعة عملية المطهو كما هو من ذكرنا أعلاه. في هذه الحالة يجب استعمال المزيد من الزيت للقليل.

الدجاج. ثم يضاف الثوم والملح والمكون، يخلط الكل معًا في القدر ويطهى فوق نار خفيفة حتى تصبح كل اللحم وردي اللون.

تغسل قطع الدجاج وتنشطف، ثم تقلل في التحضير

قطع الدجاج بالماء وتنضاف إليها التوابل. يطهى المحتوى فوق النار لمدة ٣٠ دقيقة. تضاف البطاطا والكوسا والبندورة والبصل إلى



دجاج التامرين (الصبار) المشوي

في فرن معتدل الحرارة والزنجبيل، الثوم والتوابل لمدة ساعة تقريبًا. تدهن الدجاجة بصلصة التامرين والماء وتخبز من دون غطاء في فرن حرارته ٢٥٠ درجة فهرنهايت لمدة ٣٠ دقيقة أو حتى يصبح جلدتها مشاً وبيضاء.

توضع التوابل والأوراق في المطحونة في وعاء صغير. تترك الدجاجة باطن الدجاجة، ويُقفل الشق بواسطة عود أستان بهذا المزيج، ثم تُقطع وتحفظ في الثلاجة لمدة ٦ ساعات أو طوال الليل. توضع الدجاجة فوق مصبع حديدي في صينية خبز. تخبز من دون غطاء يخلط الزيت مع الفلفل،

مسالا (مزيج توابل هندية)	الكمون المطحون	ملعقتان صغيرة من الزيت	عدونان من القرفة
ربع كوب من صلصة التامرين	ملعقتان صغيرة من الزنجبيل الطازج المبشور	النباتي، رسان صغيران من الفلفل الأحمر الحريف،	٦ حلبات هال
ملعقتان طعام من الماء.	الكريمة المطحونة	مفروم ناعماً	٤ أوراق كاري
	ملعقة صغيرة من غaram	دجاجة وزنتها ١.٥ كلغ	

فريمة بالقشدة



تورتة اللوز والكرز الاسود

كوب من الدقيق (الطحين)
العادى
ربع كوب من الأذى الناعم
ملعقتان طعام من السكر
٩٠ غ من الزبدة الباردة
المفرومة
بيضة واحدة مخفوقة قليلاً
ملعقتان صغيرتان من الماء
البارد
٢٠٠ غ من الكرز الاسود الطازج
المتنزوع النوى أو كوبهوت الكرز
الاسود المصفي من كل الماء
والحالى من النوى.

الحشوة
٧٠ غ من الزبدة
ثلث كوب من السكر
بيضة واحدة
ثلاث كوب من اللوز المطحون
ملعقة طعام من الدقيق.

الطبقه العلوية
ملعقتان طعام من مربى
المشمش
ملعقة طعام من الماء.

التحضير

دقيق إضافية أو حتى
بواسطة المخففة
تسحب العجينة وردية اللون
الدهنيه أو قوالب التورتات
الدائريه أو قوالب التورتات
تسقط الحشوه فوق العجينة
الصغيرة. قطعها ٢٠ سم أو
في قوالب تورته صغيرة
المخبوزة وتوزع فوقها
ترفع حواضن العجينة على
فردية. يوضع المزيج مع
حواب القوالب وتشذب
حبات الكرز. يضغط على
اللحسون على صلصة
السكر والزبدة والبيض في
خلط الطعام. يخلط الكل
معاً ثم يضاف إليها
بعض حبات اللوز.
تحيز التورته في فرن
٤٠ دقيقة.
الطبقه العلوية
يخلط مربى المشمش مع
الماء في قدر صغيره فوق
التار حتى يصل المزيج
إلى درجة الغليان. يصفى
المزيج عبر المصفاة قبل
استعماله.

على دائرة كبيرة كعابه
لتقطيع قبر العجينة
صينية دائريه طلبيه
القاعدۃ قطعها ٢٠ سم أو
الصغيرة. قطعها ٨ سم أو
في قوالب تورته صغيرة
المخبوزة وتوزع فوقها
وقشدي.
يضاف اللوز ويتحقق الكل
حبات الكرز. يضغط على
اللحسون على صلصة
السكر والزبدة والبيض في
خلط الطعام. يخلط الكل
معاً ثم يضاف إليها
بعض حبات اللوز.
تحيز التورته في فرن
٤٠ دقيقة.
الحشوة
يتماسك العجينة في زاوية
الفول الجافة. توضع التورته
في صينية فرن وتتحفظ في
الثلاجة لمدة ٣ دقائق.
ترق العجينة وتحفظ في
البرشمان وبين ورق
البرشمان حتى الحصول
تحفق العجينة لمدة ١٠
استعماله.

التحضير

حتى يبدأ المزيج بالغليان.
يتابع الغلي وتحفظ النار
الذهبى.
تحضر شرائط من شعر
الجلبي.
يصب قطر السكر فوق
المثلثات الفيصلية الباردة
١٦ إلى ١٧ دقيقة حتى يصبح
متوسط الكثافة.
ويترك المثلثات جانبًا
٨ سم وعرضها سـم.
يوضع كل شريط من شعر
الجلبي فوق طاولة العمل
تقديم مثلثات الفيصلية
ويغلى المزيج لمدة دقيقة
إضافية.
تقطر في حرارة الفرن، ثم
تحفظ في الثلاجة لأنها
من القشدة على جانب.
وتترك جانبًا حتى تبرد.
تحتوي على القشدة.
واحد من العجين على شكل
شرطي العجين على شكل
مثلث ويتبع الطهي حتى
الوصول إلى حافة العجين
(مثل طبیة العالم).
قطر السكر
كوبان من السكر
كوب من الماء
سخن كمية كافية من
ملعقة صغيرة ونصف
الزيت النباتي في مقلاة
زيت نباتي للقلي
ماء ورد وماء زهر (اختياري).

نصف كيلوغرام من شعر الكثافة الرفيع
نصف كيلوغرام من القشدة الطازجة الجاهزة
كوب من الفستق الحلبي المسلوق والمكسر
قطر السكر
زيت نباتي للقلي
ماء ورد وماء زهر (اختياري).

تحضير العجينة
تحاطل الزبدة مع بيضة
واحدة وكمية السكر في
خلط الطعام. يضاف
الدقيق إلى المزيج ويطحون
الكل للحصول على
عجينة. تقلب العجينة فوق
سطح مكسو قليلاً
بالدقيق. ثم تدعى فرنهايت لمدة
٢٥ درجة حرارة فرن حارته
١٠ دقائق، ثم ينزع عنها
ورق البرشمان وحبات
الزبدة حتى تمتزج
الشوكولا بالقشدة.
تضاف الزبدة وتحاطل مع
المزيج. يترك المزيج
جانباً لمدة نصف ساعة ثم
يضاف إليه الجوز ويخلط.
تسكب الصالصة فوق
التورته المخبوزة وتترك
جانباً حتى تجمد.
تنزع قطع الشوكولا عن
ورقة البرشمان وتوضع
فوق التورته في شكل وردة.
توزع فوقها السكر الناعم.

الصلصة
يسخن كوب من القشدة
قطرها ٢٢ سـم. تشذب
حواضن العجينة ثم تقطع
دائرية العجين بورق
برشمان حتى تصبح كبيرة
كفاية لتفصيف قبر العجينة
بسخن كوب من القشدة
قطرها ٢٢ سـم. تشذب
دواير العجينة ثم تقطع
دائرية العجين بورق
فانيلا.

العجينة
١٥٥ غ من الزبدة غير المملحة
ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم
بيضة
كوبان ونصف الكوب من الدقيق
(الطحين) العادي
فانيلا.



الحشوة
٢٠٠ غ من الزبدة غير المملحة
ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم
بيضة
كوبان ونصف الكوب من الدقيق
(الطحين) العادي
فانيلا.

الزينة
١٠٠ غ من الشوكولا شبه
الحلوة
مذوبة ومسكوبة فوق ورق برشمان
في شكل طبقة رقيقة. وحين
تحف طبقة الشوكولا تقريباً،
تائف مثل اللفافة وتترك جانبًا
حتى تبرد تماماً.

ملاحظة: يمكنك اعداد
قوالب حلوى صغيرة
بالطريقة نفسها.
إذا كانت العجينة المعدة
قاسية قليلاً، يمكنك
عندئذ إضافة صفار بيضة
واحدة إليها لجعلها أكثر
طراوة.



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



بذنة القرع

المقادير
ملحظة، يجب التمييز
بين توسيع محتفظين من
القرع، فالقرع الذي له ب
بدتالي له مذاق حلو
وخصوص لاعداد
الحلويات. أما القرع اللازم
للبخنة فيجب أن يكون
لبه باللون الأصفر
الشاحب.

كيلوغرام من القرع
المقشر والمقطوع إلى
مكعبات كبيرة
كوب من الحمص
المقطع طوال الليل
في الماء، ومن ثم
المفسول والمصفى
نصف كيلوغرام من
مكونات القرع (موزات
الفم أو البقر)
عصير ليمونتين
ملعقة طعام من الملح
ملعقة طعام من السمن
النباتي
ملعقتا طعام من الزيت
النباتي وملعقة طعام
من الزيادة
ملعقتا طعام من
العنان اليابس.
يسخن الزيت في قدر
كبير، وتقلى فيه مكعبات
اللحم حتى يتغير لونها
تضاف كمية كبيرة من
الماء الساخن إلى
المقدار، إضافة إلى
الخمص، و معجون
البندورة، وعصير الليمون
والملح. يطهى الكل فوق
النار حتى يصبح اللحم
طرياً. (يمكن استعمال
طنجرة الضغط لتسريع
مدة الطهو). يجب إزالة
كل الطعام الموجودة في
اللحم.
تضاف قطع القرع إلى
حتى القدر ويتابع
الطهو لمدة عشر دقائق
تقريباً وذلك حتى يصبح
القرع طرياً.
يسخن الزيت والزيادة
جيداً في قدر صغير،
ويقلى فيها العناء
اليابس. يضاف العناء
المقلبي بسرعة إلى مزيج
القرع واللحم.
إذا لم تكن كمية الماء
كافية، يمكن إضافة
المزيد من الماء الساخن
إلى القدر.
يقدم هذا الطبق مع
البرغل.

عجة الفاصوليا بالصلصة

كوبان من القنبيط (الزهرة) المسلوق
٢٠٠ غ من اللحم المفروم على نحو متوسط
كوب من البصل المفروم
كوب من البقدونس المفروم
كوب من الدقيق (الطحين)
٨ بيضات ونصف كوب من الماء
ملعقة صغيرة من البهار ونصف ملعقة صغيرة من الملح
نصف كوب من الزيت.

التحضير
يسلق القنبيط ثم يقطع إلى شرائح رقيقة.
يُخفق البيض مع الدقيق ونصف كوب من الماء، يفرك البصل بالملح والبقدونس ومعلقة صغيرة من البهار.
يسكب مزيج البصل والبقدونس فوق القنبيط واللحم ومزيج البيض.
ملاحظة: يرتبط حجم الصينية بمدى السماكة المرغوبة للعجة.
يُخلط الكل جيداً.
يسخن الزيت في صينية.



معكرونة بالجبنه والكلعك الوطدون

المطحون.
تحبز المعكرونة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهایات أو ١٨٠ درجة مئوية حتى يصبح سطحها وردي اللون.
تقىم نصف باقة من البقدونس.
تحلط بيهضة واحدة مع البقدونس والجبنه ورشة من الفلفل الأسود ورشة من الفلفل الأحمر. يخلط الكل جيداً.
يدهن طبق زجاجي مقاوم للحرارة بالكثير من الزبدة.
يرش فوقه الكك المطحون.
تحلط المعكرونة مع بيهضتين.
تحسب نصف كبة المعكرونة في الطبق الزجاجي. توضع فوقها الجبنه. ومن ثم الكيبة الباقيه من المعكرونة.
يرش المزيد من الكلعك المطحون فوق المعكرونة.
توضع ٤ أو ٥ قطع من الزبدة فوق الكلعك زيدة.



بارفيه بالفراولة (الفريز)

نصف علبة من جيلاتين
بياض بيضتين مخفوقتين
الفراولة + نصف كوب من الماء
الساخن مع ملعقتين مخفوقتين
كوب ونصف الكوب من
زيادة مذوية لدهن أكواب
الفيلو القشدة الطازجة المخفوقة
(مزيج من القشدة النباتية
والقشدة الحيوانية) + ملعقتا
قرفة لرشها فوق الرقاقات.

تحضير البارفيه
يخلط الجيلو مع الماء الساخن حتى يذوب وتحتفي منه الحبيبات. يترك الجيلو حتى يجمد ويصبح مثل اللبن.
تحتفق القشدة الطازجة مع السكر، يتحقق بياض البيض مع السكر.
يخلط الجيلو مع القشدة الطازجة وبياض البيض للحصول في النهاية على مزيج خفيف.
حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهایت لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق حتى تصبح وردية صفراء بالزبدة.
تقسم رقاقات عجينة الفيلو إلى أنصاف كوب، بحيث تتشابك فوق بعضها مثل الفوط.
ترش القرفة فوق تزيين الأكواب المحشوقة بحبات الفراولة وتقدم كنوع من الحلوي الخفيفة واللذيذة بعد الوجبات.



جاًنوه شوكولا أسود وأبيض

طبقة الغاناش

٢٠٠ غ من الشوكولا السوداء المقطرة

كوب من القشدة الطازجة ملعقة صغيرة من الزبدة.

التحضير

تسخن القشدة الطازجة في قرن فرق النار، ترفع النار عن النار وتضاف قطع الشوكولا إلى محتواها.

يجب الانتظار قليلاً حتى تذوب الشوكولا.

يخلط المزيج جيداً للحصول على صلصة ناعمة، ثم تضاف إليه الزبدة وتحاطل معه، تترك الصالصة جانبًا لمدة تصف ساعة قبل سكبها فوق البسكوت.

مزيج متجانس.

يسكب المزيج فوق ورق البرشمان ويختبر لمدة ١٥ دقيقة في فرن حرارته ٤٠٠ درجة فهرنهایت حتى يخسر الجانوه كل الرطوبة.

توضع طبقة من سكريت فيكتوريا وتبسط فوقها موس الشوكولا البيضاء.

توضع من ثم طبقة ثانية من سكريت فيكتوريا وتبسط فوقها موس الشوكولا السوداء.

يضاف مسحوق الكاكاو.

تحتفق القشدة الطازجة وتحاطل مع الشوكولا وتحتفي به للحصول على موس أبيض.

بسكويت فيكتوريا

٥ بيضات مخصوصة

ثلاثة أرباع الكوب من السكر

ملعقتا طعام من مسحوق الكاكاو.

تحتفق القشدة الطازجة وتحاطل مع الشوكولا الشبه الحلاوة المخفوقة ويحرك المزيج للحصول على موس.

موس الشوكولا شبه الحلاوة

٢٥ غ من الشوكولا شبه الحلاوة، المذوية والمبردة في حفارة الغference

نصف كوب من الحليب الافتار

كوبان ونصف الكوب من القشدة الطازجة المخفوقة

٢٥٠ غ من الشوكولا البيضاء

٢٥٠ غ من القشدة الطازجة المخفوقة

(مزيج مؤلف بنسبة متوالية من القشدة النباتية والقشدة الحيوانية).

موس الشوكولا

نصف كوب من الحليب

٢٥٠ غ من الشوكولا شبه الحلاوة، المذوية والمبردة في حفارة الغference

٢٥٠ غ من القشدة الطازجة المخفوقة

(مزيج مؤلف بنسبة متوالية من القشدة النباتية والقشدة الحيوانية).

التحضير

يضاف مسحوق الكاكاو

الإسان معًا.

يضاف مسحوق الكاكاو

تسخن الشوكولا حتى تذوب

ويخلط الكل للحصول على

الغاناش.

يتم تبريد المزيج ناعم.

تحاطل الشوكولا مع الحليب

الحصول على مزيج ناعم.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

أرز بالسمك



التحضير
ينضج الأرز ويجري
امتصاص كل الماء.
تتطلب السمكة وتنقل أو
تصفاف الشرائح السمك ثم
تقلى في الزيت في مقلاة
مع المرizج، ثم يترك مزج
الأرز حتى يرتاح لمدة
نصف ساعة وهو مغطى
بفوطة مطيخ.
يُقلى البصل المفروم في
الزيت نفسه حتى يصبح
شاحب اللون.
يُغسل الأرز ويصفي
ويضاف إلى البصل المقلي
ويطهى معه لبعض الوقت.

يضاف عصير البندورة
والملح والفلفل والزعفران
ونصف كوب من الماء
الساخن.
يترك المرizج فوق النار حتى
يبدأ بالغليان. تخفف بعدها
النار ويتابع الطهو حتى

نصف ملعقة صغيرة
من الزعفران
ملح وفلفل
زيت بذاتي القالي
كوب ونصف كوب من
الماء المغلي
كوب من البازيلا.

كيلوغرام من شرائح
السمك (الفيلييه)
كوبان من الأرز الطويل
الحبة
بصلة متوسطة مفرومة
نصف كوب من صلصة
البندورة (الطمطم)

شراح اللحم مع الفطر والبندورة



كولباستي الدجاج

الآخر ويحمر، ثم تضاف إليه عصارة البصل. تخفف النار ويترك المزيج فوقها حتى يсты. تسكب بقية الصلصة فوق الدجاج.

تبسط السمن في صينية لحم الدجاج بالملح والفلفل وعصير الليمون لمدة ٢ ساعات على الأقل، أو حتى يغزر حتى يحمر وجهه. قبل يوم كامل شرط حفظ اللحم بمتن الساطور. يتبل

التحضير
عصارة صغيرة في ظهرها تفتح كل دجاجة في ظهرها وتستخرج العظام من الصدر والضلوع، ثم يدق اللحم بمتن الساطور. يتبل

دجاجتان صغيرتان	عصارة بصلتين تقربياً
ملح وفلفل، نصف كوب من	ربع كوب من الماء
عصير الليمون	ملعقة طعام من السمن.

٥. شراح لحم العجل
كوبان من مرقة الدجاج
علبة متوسطة من الفطر المقضع إلى شراح
كيلوغرام من البندورة
(الطمطم) الحمراء
المقدمة ونصف ملعقة طعام من الخردل
ملح وفلفل أبيض
١٠ شراح من الخبز
الممحص، في حال استعمالها، في طبق التقديم، قسم شراح اللحم إلى ١٠ قطع، على أن يكون وزن كل منها ١٥ غ.
يرش الملح والفلفل فوق شراح اللحم.

تسخن ملعقتان طعام من الزبدة مع ملعقتين طعام من الزيت في مقلاة. تقليل شراح اللحم فوق نار قوية حتى يغير لون اللحم وينضج. توضع الشراح المقلي جانبًا. تستعمل المقلاة نفسها. يضاف إليها مكميناً المرقة مع كوب من الماء (يمكن استعمال الماء الموجود في علبة الفطر)، وبندورة (الطمطم) والملح (والفلفل والخردل وبطهي الكل لمدة ٥ دقائق ثم تعاد شراح اللحم إلى الصلصة وتقدم مع البطاطا أو المعكرونة.

سلك وقلبي بالبصل والكرزبة (طبق نلجي)

طريقة التحضير
تنظف السمكة وتغسل
ثم تجفف بواسطة
محارم المطبخ
الورقة.

يهرس الثوم مع نصف
ملعقة صغيرة من الملح
إضافة إلى الكمون
وعصير الليمون
والنومي.

تتقع السمكة في هذا
المزيج لمدة نصف
ساعة ثم تغمس في
الدقيق وتقلى في

الزيت النباتي الساخن
حتى تتضخم ويصبح
جلدها هشاً.

ترفع السمكة من
المقالة وتوضع جانباً.
يفقلي البصل في
المقالة نفسها حتى
يصبح ذهبياً، ثم
تضاف إليه الكرزبة
المفرومة وتقليل بعض
الوقت قبل أن ترتفع
وتوضع جانباً.

يوضع كوب من الماء
في المقالة نفسها
وتصبف إليه التوابل
المتنوعة، تطهى
التوابل فوق النار حتى
يغلق المزيج، يحتفظ
بالقليل من هذا المزيج
جانباً ويضاف مزيج
البصل إلى الكمية
الباقية في المقالة.
يمطهى الكل لمدة
دققتين إلى ثلاثة
دقائق.

توضع السمكة في
طبق التقديم وتسكب
فوقيها الصلصة، تزين
السمكة بمزيج البصل
والكرزبة المحشط به
جانباً وكذلك بشرائح
الليمون. تقدم السمكة
ساخنة مع الأرز
المسلوق أو البطاطا.

ملاحظة: يمكنك
استعمال شرائح
السمك بدلاً من
السمكة الكاملة.

التوابل المتنوعة (قرفة، خولنجان، هال، ملح، فلفل أسود)	ملعقتا طعام من عصير الليمون الحامض	سمكة لقز يتراوح وزنها بين كيلو و ١,٥ كيلوغراماً
٣ ملاعق طعام من الدقيق	نصف ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء	بصلة كبيرة مقطعة إلى شرائح
نصف باقة من الكرزبة	نصف ملعقة صغيرة من النومي المطحون	٤ فصوص ثوم مهروسة
الطازجة المفرومة	ملعقة صغيرة من الكمون	كوب من الزيت النباتي للقليل
كوب من الماء.	ملعقتان صغيرتان من ليمونة حامض واحدة	مقطعة إلى شرائح





التحضير

يحضر شرطiet من ورق الألمنيوم عرضه ٨ إلى ١٠ سم بسماكه ثلاثة لف ١ ألياف سوفليه تقريباً.

يخلط نصف كوب من السكر مع الماء وعصير البرتقال والجبلاتين في قدر.

يتحقق صفار البيض قليلاً ثم يضاف إلى مزيج الجبلاتين. يسخن المزيج فوق نار متوسطة حتى درجة الطilan، شرط التحريرك باستمرار، ثم ترفع القدر عن النار ويضاف برش البرتقال إلى محتوها.

توضع القرقر في وعاء مليء بالماء والثلج، شرط تحريرك محتوها بين العين والآخر، إلى أن يصبح المزيج كثيفاً مثل اللبن.

إذا أصبح المزيج كثيفاً جداً، توضع القدر في وعاء من الماء الساخن ويعرك محتوها باستمرار حتى يصبح المزيج بالقوام المطلوب.

يتحقق بياض البيض في وعاء حتى يصبح كثير الرغوة. يضاف إليه نصف كوب من السكر، بمعدل ملعقة طعام كل مرة، ويتبع الخفق حتى يصبح المزيج لاماً وخفيفاً.

يضاف مزيج الجبلاتين إلى بياض البيض.

تتحقق القشدة حتى تصبح كثيفة بيضاء، تضاف إلى القشدة المحفوظة إلى مزيج

بياض البيض، يسكن المزيج بعناية في أطباقي السوفليه وتحفظ الأطباقي في الثلاجة لمدة ٨ ساعات حتى تجمد.

ينزع ورق الألمنيوم عن الأطباقي مباشرة قبل التقديم.

سوفليه بالبرتقال

ملعقة طعام من الجبلاتين
نصف كوب من السكر
الحادي من الكهفة
كوبان من القشدة
٤ بيضات مخصوصة
المحفوظة (مزيج من
ملعقتان صغيرة من
القشدة النباتية والقشدة
برش البرتقال
عصير البرتقال
الحيوانية).

ثلاثة أرباع الكوب من
السكر
كوب من الماء
٤ بيضات مخصوصة
ملعقتان صغيرة من
القشدة النباتية والقشدة
برش البرتقال
عصير البرتقال
الحيوانية).



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

طار الأطalam



قبل يوم واحد، ينطف
القربيس ويسلق.

تسلق أزهار القنبيط
والبروكولي ثم

تشطف وتجفف.

يقطع الجزر على
شكل أزهار ثم يسلق

قليلًا.

يقطع الفجل وفق
الشكل المطلوب ثم

ينقع في الماء.

يقطع الخيار إلى
شرائح.

يقطع البصل
الأخضر ثم يقع في

الماء.

تحضر الصلستان
وتحفظان في قوارير

لاستعمالهما عند
الحاجة.

هذا الطبق الزخرفي
ملائم لكل المناسبات

ال الخاصة ويمكن أن
يشكل وسطاً جميلاً

وأساسياً للمائدة.

صغيرة رقم ١

ثلث كوب من الزيت
النباتي

ثلث كوب من الخل

ملعقة صغيرة من

دough بقري صغيرة

السكر

نصف ملعقة صغيرة

من الملح

ربع ملعقة صغيرة من

الفلفل الأبيض

فص مهروس من الثوم.

رغيف خبز كبير

بيضوي أو دائري

ثلاثة أرباع الكوب من

البن

نصف كوب من

المayo فينيز

ملعقتا طعام من البصل

المبشور

ملعقتا طعام من الشبت

نصف ملعقة صغيرة

(طماطم) صغيرة

الحجم

٦ إلى ٨ أزهار جزر

٣ شرائح توست

٦ إلى ٨ حبات

شارائح سلامي بقري

قربيس متوسطة

الحجم، مسلوقة

ومشمرة وإنما

محفظة بدليها

٢٠ سبع خببي طول

الواحد منها ١٦ سم

٣٠ سبع خببي طول

الواحد منها ٢٤ سم

٩ إلى ١٠ أزهار بروكولي.

٦ إلى ٨ رؤوس ذرة

ملاحظة: عليك

سيديتي الاتباه الى

الصورة جيداً لمعرفة

مراحل كيفية تزيين

الطاائر والمقدمة من

استعمال الاسياخ

الخشبية في ثبيت

الخضار واللح

بطريقة جميلة

ومميزة.

شراهن اللحم الونكة

نصف كيلوغرام من فصان من الثوم	نصف كيلوغرام من لحم البقر الهبر
مفروم ناعماً	المقطع إلى شرائح
قطعة من الزنجبيل	رأسان مفروم من الطازج طولها ٢.٥ سم،
الطازج طولها ٢.٥ سم،	بصل الأخضر، مع المزيدي من البصل
مفرومة ناعماً	للزينة زيت نباتي
ملعقتا طعام من السكر	لدهن شراهن اللحم
٣ ملاعق طعام من صلصة الصويا	صلصة حريفة
الحقيقة	للتقديم.
٣ ملاعق طعم من صلصة الصويا الدائمة	صلصة التخليل
ملعقة طعام من زيت السمسم.	ملعقتا طعام من بذور السمسم

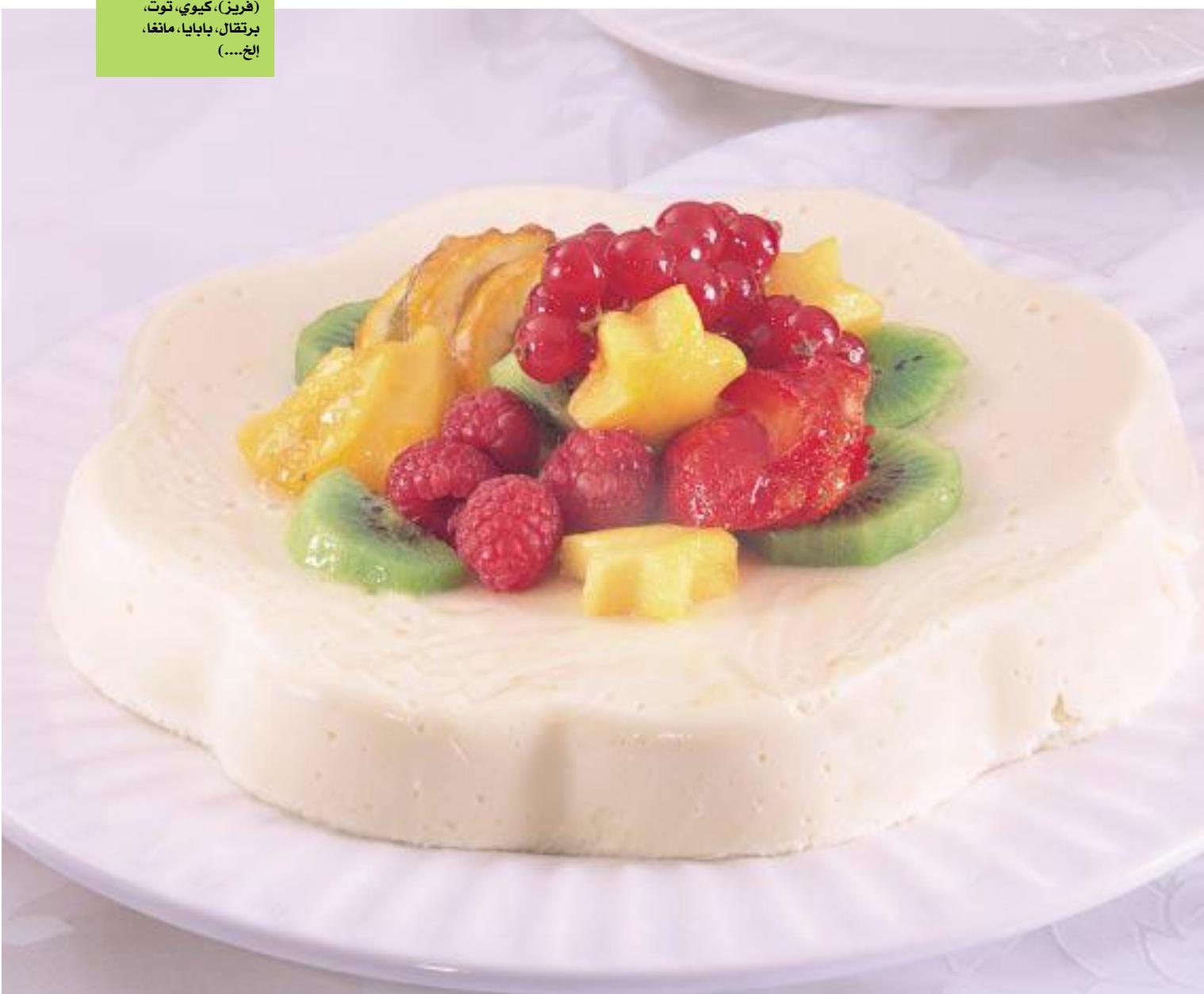
التحضير
 أو مقلاة كبيرة وثقيلة بالزيت.
 ويسخن الزيت جيداً.
 تضاف شراهن اللحم في طبقة واحدة إلى الزيت
 وتغطى لعدة دقيقة أو دققيتين. تقلب الشراهن مرة واحدة حتى تتحمر من الأختهار وصلصة التخليل
 في وعاء غير معدني. يغطى
 الوعاء ويترك المزيج في الثلاجة لمدة ٤ ساعات.
 تدهن صينية مقلبة بالحديد
 بذور السمسم ناعماً في مطحنة الفهوة.
 يضاف الثوم، والزنجبيل،
 والسكر، وصلصة الصويا
 لإعداد صلصة التخليل،
 تسخن مقلاة وتحضف إليها
 في خلاطة الطعام الكهربائية للحصول على
 معجون. يخلط اللحم مع البصل
 حتى تصبح ذهبية. شرط
 العريق باستقرار، تطعن
 بذور السمسم ناعماً في
 مطحنة الفهوة.
 يضاف البصل الأخضر.



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

صفار بيهضات
كوب ونصف الكوب من السكر
كوبان من الحليب وكوب من الحليب للتذوب الجيلاتين
ملعقتنا طعام من مسحوق الجيلاتين
كوب من القشدة الطازجة
علبة كوكتيل فاكهة
متوسطة الحجم أو أنواع مختلفة من الفاكهة
الموسمية لللزينة (فراولة، فريز، كيوي، توت، برتقال، بادايا، مانغا، الخ....)

التحضير
يتحقق صفار البيض مع السكر، ثم يصب الحليب المغلي ببطء فوق المزيج. يحرك الكل ويترك ليبرد. يذوب الجيلاتين في كوب من الحليب البارد، ثم يمزج خليط الجيلاتين مع خليط الحليب البارد.
تضاف القشدة الطازجة.
يصفى عصير كوكتل الفاكهة وتضاف الفاكهة إلى رأساً على عقب.
يزين الجيلو بالفاكهة الملونة ويفتق.



جاتوه عليه الشوكولا

<p>حتى يصبح أبيض اللون وخفيضاً.</p> <p>يضاف إليه القطر الساخن جداً أثناء عمل الخليط بسرعة متوسطة.</p> <p>يتبع خفق الشدة حتى يصبح الميرانج بارداً تماماً عند لمس ر韻اء الخليط باليدين.</p> <p>تضاف قطع من الزبدة إلى الميرانج على نحو تدريجي وتحاطط معه بملعقة خشبية أو شريط حديدي حتى يصبح المزيج خفيفاً وقشدياً وناعماً.</p> <p>يجب أن تكون حرارة الزبدة في حرارة الميرانغ أي في حرارة الغرفة، وذلك لتثادي التخثر.</p> <p>تبسط هذه القشدة بين طبقات الجاتوه.</p>	<p>أوديكوفوندان جاهز</p> <p>مخاوط مع مسحوق الكاكاو (بياض معجون ديكوفوندان في الحالات التي تتبع لوازم الحلويات)</p> <p>الكريما</p> <p>بياض ٦ بيضات كوب وثلث الكوب من قطر السكر ٣ كوب من الزبدة فانيلا.</p> <p>التحضير</p> <p>يسخن كوب وثلث الكوب من السكر في قدر لغاية ١٢٠ درجة مئوية حتى يصبح السكر كثيفاً ولكن من دون أن يحترق.</p> <p>يوضع بياض البيض في الخليط الكهربائي ويخفق</p>	<p>تبسيط الكريما فوق الطبقتين البالبيتين من الجاتوه، ثم يدهن فرقها بمربى المشمش قبل لصق الطبقتين بيضهما. يزين الجاتوه بالمرصبان الحصول على شكل علبة.</p> <p>تحفظ حبات الشوكولا حول حافة العلبة.</p> <p>تقطي علبة الشوكولا بالغطاء على نحو نصف مائة ثم تحفظ في الثلاجة حتى موعد التقديم.</p> <p>الطبقة العلوية</p> <p>نصف كيلوغرام من المرصبان الجاهز المخلوط مع مسحوق الكاكاو مربى المشمش حبات شوكولا لتزيين الغطاء.</p>	<p>استعمال أول قسم بمثابة الطعام، فيما يackson القسمان البالبيان ببعضهما بواسطة الكريما للحصول على شكل علبة.</p> <p>يدهن القسم المتفصل من العلبة العلبة بالمرصبان بيزين غطاء العلبة بالمرصبان للحصول على شكل غطاء عليه.</p> <p>يحضر المرصبان الأحمر يترك الجاتوه جانبياً حتى الملون لإعداد شريط زخرفي يستعمل للف الغطاء، كما تستعمل السكاكير الصغيرة النهائية أقسام متساوية يتم يدهن قعر صينية مربعة</p>
--	--	---	--



أناهيد دوتيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

روستو مع الأعشاب



وجهة طيب مطحونة
كوب من البصل المقطع
إلى شرائح رقيقة
كوب من الجزر المقطع
إلى شرائح رقيقة
فلفل حلو قبلي قبلياً
٣ ملاعق طعام من
الزيت وملعقة طعام من
الزيادة لقلي الروستو.
فلفل

شهيابة للروستو وزنها
٢ أو ٢.٥ كيلوغرام، ملح
ربع كوب من الخردل
الأصفر
أقليل جبن يابس
أوراق صتربرى يابسة
أوراق صتربرى يابس
فلفل حلو قبلي قبلياً
٣ ملاعق طعام من
الملح
ثمن ملعقة صغيرة من
على صلصة ناعمة.

التحضير
ويطهى اللحم لمدة ساعة
ونصف الساعة إلى
بالخردل.
في وعاء صغير، تخلط
نصف ملعقة صغيرة من
استعمال طبقة الضغط
إكيليل الجبل اليابس مع
طبقه طعام من الملح
وملعقة صغيرة من الصعتر
البرى اليابس وملعقة
صغريرة من الصعتر وربع
ملعقة صغيرة من
التصعين وربع ملعقة
صغريرة من الفلفل وربع
ملعقة صغيرة من جوزة
الطلع.
فتحت شفوق عمقها سنتم
واحد في متن الشهية
بواسطة سكين حادة
وتحشى هذه الشفوق
بمزيج الأعشاب.
يفرك سطح قلعة اللحم
بما تبقى من مزيج
الأعشاب.
يسخن الزيت والزيادة في
شرائح
تسخن الزيدة في قدر
ويضاف إليها الدقيق
ويقلب معها لمدة ٥ إلى
٧ دقائق. تضاف
صلصة الروستو
ويخلط الكل بواسطة
المخففة (أو الشريبت
المعدني) للحصول
على صلصة ناعمة.

التحضير
تقرب قطعة اللحم
بالخردل.
نصف ملعقة صغيرة من
إكيليل الجبل اليابس مع
طبقه طعام من الملح
وملعقة صغيرة من الصعتر
البرى اليابس وملعقة
صغريرة من الصعتر وربع
ملعقة صغيرة من
التصعين وربع ملعقة
صغريرة من الفلفل وربع
ملعقة صغيرة من جوزة
الطلع.
فتحت شفوق عمقها سنتم
واحد في متن الشهية
بواسطة سكين حادة
وتحشى هذه الشفوق
بمزيج الأعشاب.
يفرك سطح قلعة اللحم
بما تبقى من مزيج
الأعشاب.
يسخن الزيت والزيادة في
شرائح
تسخن زبادي في قدر
نصف كوب من زيت السلطة
وكوب من زيت الزيتون
وأنسان من الفلفل الأخضر
الروستو.
الصلصة للأعشاب
ملعقة طعام من الزيدة
ملعقتان طعام من
الدقيق (الطحين)
كوبان من صلصة
الروستو.
الصلفول الحلو المقلي
رائحة من الفلفل الأخضر
مقطعان إلى شرائح طويلة
بمزيج الأعشاب.
عرضها ٢ سه بعد ذرع
الصلوة والبدور
نصف كوب من زيت السلطة
كوب من البصل المقلي إلى
تسخن الزيدة في قدر
ويضاف إليها الدقيق
ويقلب معها لمدة ٥ إلى
٧ دقائق. تضاف
صلصة الروستو
ويخلط الكل بواسطة
المخففة (أو الشريبت
المعدني) للحصول
على صلصة ناعمة.

كرات الجبنة الدجاج والخضاء

التحضير
 تغز عيدان أسنان خشبية في جبة الغريفيروت مهربة الطاطا أو الشوكة. تغمس الكرات الأخرى في تضاف إليها القشدة البقدونس المفروم وتوضع فوق محارم المطبخ الطازجة والبصل ويخلط المزيج ثم تحضر منه كرات جبة الغريفيروت. توضع قطع السكويت الأسفل حول الطبق قبل تقديمها كوع من المقبلات تقسيم الكرات قسمين. تغمس نصف الكرات في بأوراق الخس، شرط ثبيتها قبل وجة الطعام أو كوجبة أوراق الخس بواسطة الفلفل الأحمر المفروم وتنافل من كل الجهات ثم خفيفه في الحفلات.



فتة وكدوش الباذنجان

دبس الرمان	كيلوغرام ونصف
فنجان قهوة من	الكيلوغرام من
عصير التمر الهندي	الباذنجان الأسود
ملقة طعام من	الصغير
معجون البندورة	نصف كيلوغرام من
رغيفان من الخبر	اللحم المفروم وبصلة
العربي مقطulan إلى	صغيرة وملح وبهار
قطع صغيرة ومقلية	وريغوب من
في الزيت	الصنوبر
نصف كوب من	كيلوغرام من
الطحينة مخلوط مع	البندورة (المطاطم)
نصف كوب من اللبن	الحرمة والجامدة
المرحي يقليل من	بصلة متوسطة
الدأ وفمن من الثوم	مفرومة وملقطة
وملح	طعام من الزيت.
ريغوب من الصنوبر	ملقة طعام من
المقلي	معجون الفلفل، ملح
ريغوب من اللوز	وبهار
المقلي.	ملقطة طعام من

دقيقة تقرير.
لتقديم الطبق
 ترفض قطع الخبز المقلي في قدر طبق التقديم، ثم تسكب فوقها صلصة البندورة، توضع بعدها رؤوس الباذنجان المحسنة فوق الصلصة ويسكب فوقها طرطور الطحينة واللبن بين الطبق باللوز المقلي والصنوبر. ترش رؤوس البندورة وتهرس الفرن بعد تغليف الوعاء للحصول على صلصة. يقلن البصل في الزيت ويسكب إلى الأعناق ملتصقة بها وفتح فجوات صغيرة في قدر كل رمان وعصير التمر الهندي ومعجون البندورة للحصول على مزيج لذيذ. المفرومة ويقلل حتى يصبح شاحب اللون. يضاف اللحم والملح وبطنه اللحم حتى يتغير لونه ويصبح مقلياً. تطفأ النار ويضاف البهار والصنوبر. يخلط الكل جيداً ويترك جانبياً حتى يبرد.

تحضير صلصة البندورة
 تتحضر صلصة البندورة من جبة البندورة المقلي في وعاء زجاجي مقاوم للحرارة وتخبز في الفرن بعد تغليف الوعاء بورق الالمنيوم حتى تتضخ المفرومة على حوف الطبق قبل التقديم.

رأس هاشميتة	بسكويت أحمر كبير
مفرم ناعماً	أوراق خس الزيمة
نصف باقة من البقدونس	كرة غريفيروت
بصلة صغيرة مفرومة	زيتون أسود.
ناعماً	



جاتوه بالتوت الأحمر

الجاتوه الاسفنجي
الأصفر
٥ بيضات كبيرة
رشة ملح
نصف كوب من السكر
ثلاثة أرباع الكوب
من الدقيق
(الطحين) المتعدد
الاستعمالات
فانيلا.

ويحتفظ بها جانباً.
يوضع الجاتوه الملفوف فوق طبق التقديم وبطبي
بالقشدة المخففة
باستعمال كيس حلويات أو شوكولا للحصول على شكل خطوط محززة.
توضع شريحتان صغيرتان على جانب الجاتوه للحصول على شكل الأغصان.
يزين الجاتوه بالمربي من حبات التوت ويحفظ في الثلاجة قبل تقطيعه.

في خلاط الطعام للحصول على هريسة ناعمة وباردة وجمادة.
تحفظ القشدة حتى تصبح كثيفة، ثم تضاف إلى مزيج التوت، يفتح الجاتوه الملفوف وتسلط فوقه حشوة التوت وتحفظ التار ويطهى المزيج.

كثيفة، ثم تضاف إلى مزيج التوت، يفتح الجاتوه الملفوف وتحفظ التار ويطهى المزيج حتى يذوب السكر.
يدبوب الجيلاتين في الماء البارد، ثم يسخن ليصبح سائلاً وشفافاً. يخلط نصف كوب من السكر الجيلاتين ملعقة طعام من الجيلاتين

ملعقتا طعام من الماء ١٢٠ كوب من القشدة النباتية.
يذبوب كوب من الجبنة القشدية.
تحفظ القشدة حتى تصبح كثيفة، ثم تضاف إلى مزيج التوت، يفتح الجاتوه الملفوف وتحفظ التار ويطهى المزيج حتى يذوب السكر.
يدبوب الجيلاتين في الماء البارد، ثم يسخن ليصبح سائلاً وشفافاً. يخلط

ملعقتا طعام من الماء ١٢٠ كوب من القشدة النباتية.
يذبوب كوب من الجبنة القشدية.
تحفظ القشدة حتى تصبح كثيفة، ثم تضاف إلى مزيج التوت، يفتح الجاتوه الملفوف وتحفظ التار ويطهى المزيج حتى يذوب السكر.
يدبوب الجيلاتين في الماء البارد، ثم يسخن ليصبح سائلاً وشفافاً. يخلط

الحصول على رغوة كثيفة.
يضاف صفار البيض إلى درجة فهرنهيات.
يبيض قلاب صينية حجمها ٣٧٥ يحيى الفرن لغاية ٣٧٥ درجة فهرنهيات.
يُطبخ قلاب صينية حجمها ٣٣٠٢٢٢ من الجانب الطويل، يترك الجاتوه ليبرد على أن تكون الجهة الموصولة في قلاب يسكب هذا المزيج في قلاب بالقليل من الزيت ويرش فوقه الدقيق.
تحمو متساوياً بخبز الجاتوه في فرن حرارة ٣٥٠ درجة فهرنهيات لمدة ١٣ إلى ١٥ دقيقة.

يفصل ييastic البيض عن الصفار، يخفق صفار البيض لمدة دقيقة.
يقلب الجاتوه فوق منشفة مطبخ نظيفة وترش فوقه بياض البيض قبل خفقه

البريوش الإيطالي

لمدة ٢ إلى ٥ دقائق فوق سطح مكسي بالدقيق أو حتى تفقد العجينة ديقها. يوضع قسم العجينة في قابلين مدهونين بالزيت، يتسع كل والماء الفاتر في وعاء صغير. يترك الخليط ليرتاح مدة ٥ منهما لمقدار ٨ أكواب. يغطى القابلين وترك العجينة في مكان دافئ لمدة ٤٠ دقيقة أو حتى يتضاعف حجمها. يخفق البيض وصفار البيض إلى ٢٠ دقيقة أو حتى يتضاعف حجمها. يمكن وضع العجينة أيضاً في علبتين حديديتين مدهونتين بالكتير من الزيت، تتسع كل يدخل الدقيق والملاح في وعاء ٣ أكواب. يضاف إليها برش الليمون والزبدة والزيت. يضاف مزيج البيض والحلب طولياً. ترك العجينة لترتاح في مكان دافئ لمدة ٢٠ دقيقة، ومن ثم مزيج العجينة الفاتر، ومن ثم مزيج العجينة دقيقة تقريباً أو حتى ومزيج الفاكهة غير المصنфи. تخفق العجينة بسرعة يدهن سطح العجينة بمسحة بواسطة ملعقة خشبية لمدة ٥ دقائق، لاماً أن هذا الخفق بالأهمية، ففند الشروع في الخفق، تكون العجينة مثل مزيج الجاتوه. وبعد الانتهاء من الخفق، يفترض أن تصبح دقيقة إضافية أو حتى تتضاعف حجمها. العجينة مرنة ومنضولة عن يقلب البريوش فوقاً فوق حواره الغرفة. يصب حديدي حتى يبرد ثم يرش فوقه السكر الناعم.

٤٤ دقيقة أو حتى يتضاعف ملاحظة: يمكنك استعمال حجمها. تدعى العجينة قوالب البريوش عوضاً عن القوالب الحديدية المذكورة بالدقيق، ثم تقطع إلى نصفين. يدعك كل نصف

كوب من الزبيب الخالي من البذور شريحتان من الأناناس المجفف بالسكر ملعقة طعام من قشر الحمضيات المجففة بالسكر ٩٠ غ من الخميرة الفورية ملعقة صغيرة من السكر ربع كوب من الماء الفاتر ٣ بيضات صفار ٣ ملاعق طعام إضافية من السكر ٥ أكواب من الدقيق المتعدد الاستعمالات نصف ملعقة صغيرة من الملح ملعقة صغيرة من برش الليمون ٩٠ غ من الزبدة في حرارة الغرفة ملعقة طعام من الزيت كوب من الحليب الفاتر ببيضة إضافية لدهن سطح العجينة سكر ناعم.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونااد ناصيف

لـش العصـفـور بالدـجاج



اللفل الأحـمـرـ الحـرـيفـ	شـريـحتـانـ منـ صـدرـ الدـجـاجـ،ـ مـقـطـعـتـانـ إـلـىـ شـرـائـحـ طـوـلـيـةـ وـسـمـيـكـةـ
٣ـ إـلـىـ ٤ـ حـبـاتـ قـطـرـ	طـازـجـةـ مـقـطـعـةـ.
لـقـلـيـ	نـصـفـ كـوبـ مـنـ الـزـيـتـ
الـصـلـصـةـ	٣ـ مـلاـعـقـ طـعـامـ مـنـ دـقـيقـ الذـرـةـ
نـصـفـ مـلـعـقـةـ طـعـامـ مـنـ دـقـيقـ الذـرـةـ	مـعـجـونـ الـبـنـدـوـرـةـ
مـعـجـونـ الـبـنـدـوـرـةـ	٣ـ مـلاـعـقـ طـعـامـ مـنـ دـقـيقـ الـطـاطـمـ
(ـالـطـاطـمـ)	ربعـ كـوبـ مـنـ صـلـصـةـ
مـاحـ وـفـلـلـ أـبـيـضـ	بـيـضـتـانـ مـخـفـوقـتـانـ
بـيـضـتـانـ مـخـفـوقـتـانـ	قـلـيلـاـ
رـبـعـ كـوبـ مـنـ الـكـاشـشـابـ	رـبـعـ لـقـيـ الـحـمـ
رـبـعـ كـوبـ مـنـ المـاءـ	٣ـ حـبـاتـ مـنـ الـفـطـرـ
مـلـعـقـةـ صـغـيرـةـ مـنـ	الـصـينـيـ ذـاتـ الشـكـلـ
صـلـصـةـ الصـوـبـيـ الـدـاكـنـةـ	تـحـلـلـ هـذـهـ الـمـكـوـنـاتـ مـعـ
رـاسـ لـفـلـلـ أحـمـرـ حـرـيفـ	بعـضـهـاـ للـحـصـولـ عـلـىـ
مـفـرومـ أوـ رـاسـانـ مـنـ	صـلـصـةـ.

يسـنـطـ علىـ عـيـدانـ	سـلـالـ الـبـطـاطـاـ
الـبـطـاطـاـ بـوـاسـطـةـ مـصـفـاةـ	تـقـشـرـ رـؤـوسـ الـبـطـاطـاـ
أـصـفـرـ جـمـاـ أوـ بـوـاسـطـةـ	وـتـقـطـعـ إـلـىـ شـرـائـحـ قـصـيرـةـ
مـلـعـقـةـ أـصـفـرـ لـجـلـعـهـاـ عـلـىـ	وـرـفـعـةـ مـثـلـ عـيـدانـ
شـكـلـ عـشـ	الـكـبـرـيـتـ،ـ مـنـ دـونـ غـسـلـهـاـ.
تـقـلـيـ الـبـطـاطـاـ فـيـ الـمـصـفـاةـ	يـسـخـنـ الـزـيـتـ فـيـ قـدـرـ
فـيـ الـزـيـتـ السـاخـنـ جـداـ	صـغـيرـةـ،ـ تـقـمـسـ مـصـفـاةـ
حـتـىـ تـصـبـ ذـهـبـيـةـ اللـونـ	مـعـدـنـيـةـ عـلـىـ شـكـلـ مـلـعـقـةـ
تـنـزـ أـلـوـلـ سـلـةـ بـطـاطـاـ	سـكـبـ عـمـيقـةـ فـيـ الـزـيـتـ
وـتـكـرـرـ الـعـلـيـةـ نـفـسـهـاـ مـعـ	حـتـىـ تـسـخـنـ جـيـداـ.
بـقـيـةـ عـيـدانـ الـبـطـاطـاـ	تـرـفـعـ الـمـصـفـاةـ الـمـعـدـنـيـةـ
لـإـعـدـادـ سـلـةـ بـطـاطـاـ لـكـلـ	مـنـ الـزـيـتـ وـتـمـلـأـ بـعـيـدانـ
ضـيـفـ.	الـبـطـاطـاـ.

الـتـحـضـيرـ

يـخلـطـ دـقـيقـ الذـرـةـ معـ

الـدـقـيقـ وـالـلـمـاحـ وـالـلـنـلـلـ.

تـقـمـسـ شـرـائـحـ الدـجـاجـ فـيـ

مـرـيجـ الـدـقـيقـ ثـمـ تـقـمـسـ

فـيـ الـبـيـضـ الـمـخـفـوقـ

وـتـقـلـيـ فـيـ الـزـيـتـ السـاخـنـ

جـداـ.ـ تـرـفـ شـرـائـحـ

الـدـجـاجـ الـقـلـيلـ وـتـوـضـعـ

جـانـبـاـ.

تـقـطـعـ كـلـ حـيـاتـ

الـفـطـرـ الـصـيـنـيـ الـمـنـقـوـتـةـ

فـيـ المـاءـ إـلـىـ ٢ـ أـوـ ٤ـ قـطـعـ.

كـمـاـ تـقـطـعـ حـيـاتـ الـفـطـرـ

الـطـاطـجـ إـلـىـ ٢ـ أـوـ ٤ـ قـطـعـ.

يـفـرمـ الـفـلـلـ الـطـاطـجـ أـوـ

الـمـجـفـ الـحـرـيفـ.

يـرمـيـ مـطـمـعـ الـرـيـتـ

الـمـوـجـودـ فـيـ الـمـقـلـةـ

وـيـرـكـ الـقـلـيلـ مـنـ قـطـطـ.

تـقـلـيـ فـيـ قـطـعـ الـفـطـرـ

وـالـفـلـلـ الـحـرـيفـ.

تـسـخـنـ الـمـكـوـنـاتـ

الـمـذـكـورـةـ أـعـلـاهـ فـيـ مـقـلـةـ

أـوـ قـدـرـ.

تـضـافـ إـلـيـهـاـ شـرـائـحـ

الـدـجـاجـ وـكـذـلـكـ قـطـعـ

الـفـطـرـ وـالـفـلـلـ الـحـرـيفـ.

يـخلـطـ الـكـلـ مـعـ وـيـطـهـيـ

الـمـرـيجـ لـبـضـ دـقـائقـ.

يـقـدـمـ الـمـرـيجـ فـيـ سـلـالـ

مـنـ الـبـطـاطـاـ أـوـ مـعـ الـأـرـزـ

الـمـسـلـوـقـ أـوـ الـمـعـكـرـوـنـةـ.



مزيج اللحم بالأصابع.
يسخن الزيت في مقلاة غير
لاصقة ويقلن فيه الصنوبر ثم
يرفع ويوضع فوق محارم
المطبخ الورقية للتخلص من
فائض الزيت.

يستعمل الزيت نفسه لقلي
البصل حتى يصبح شاحب
اللون. تضاف حينها كرات
اللحم ويتتابع القلي حتى يتغير
لون الكرات وينضج داخها.
تندول الطحينة في الماء مع
صلصة البندورة والملح.
تخلط صلصة الطحينة مع مزيج
اللحم والبصل والصنوبر ويسخن
المزيج ولكن من دون الغليان.
يقدم الصنيف مع الأرز المسلوق.

كرات اللحم في صلاة الطحينة

التحضير

يُخلط اللحم مع معجون
البندورة والملح والتوابل في
وعاء.
تضاف البيضة والكек
المطهونون والدقيق.
يُخلط الكل معًا للحصول على
عجينة وتتحول هذه العجينة إلى
كرات صغيرة بحجم حبات
الكرز. تفمس البدان بالماء أثاء
هذه العملية لتقديم التناصق

والصنوبر
٢ بصلات متوسطة مقطعة
إلى شرائح
نصف كوب من الصنوبر
المطهون
كمية كافية من الماء
لتذوبها
ملعقة صغيرة من معجون
البندورة.

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل
الأحمر الحلو
بيضة واحدة
ربع كوب من الكعك
المطهون
ملعقة صغيرة ونصف
الملعقة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من
(الطحين)
نصف كوب من الزيت لقلي
كرات اللحم والبصل
ربع ملعقة صغيرة من البهار

**كيلوغرام من لحم الكفته
المفروم ناعمًا
ملعقة طعام من معجون
البندورة (الطمطم)
ملعقة صغيرة ونصف
الملعقة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من
البهار الأسود
الفلفل الأسود
ربع ملعقة صغيرة من البهار**



رُزْجَة السلمون

نصف ملعقة صغيرة من عصير الليمون
بصلة خضراء مسلوقة في الماء لمدة ٣٠ ثانية
(لاستعمالها لربط الرزمة)
كرات أفوكادو مغروفة
شرائح ليمون
كافيار أسود للزينة
أوراق خس للزينة.

لإعداد رزمة واحدة
١٠٠ غ من شرائح السلمون
الدخن
ملعقة طعام من الجبنة القشدية، ربع ملعقة صغيرة من الشبت
نصف ملعقة صغيرة من البصل المقروض
رشة من برش الليمون

للسلمون على شكل رزمة.
وتريط رزمة السلمون بالبصل الأخضر.
تقديم رزمة السلمون مع كرات الأفوكادو وشرائح الليمون وأوراق الخس الأخضر.
ملاحظة: يمكن تقديم الخبز الأسمري مع هذه السلطة.
يوضع ١٠٠ غ من شرائح السلمون في طبق مسطح.
تخلط الجبنة القشدية مع الشبت والبصل وبرش الليمون وعصير الليمون.
توضع ملعقة طعام من هذا المزيج فوق شرائح السلمون.
تطوى الحواف الأربع

افادة الكارميلا والبرتقال

تبسط نصف كمية الكريما فوق الجاتوه، مع ترك سنتيمتر واحد عند الحواف. يلف الجاتوه من الجانب الطويل ثم يوضع على صينية شرط ان تكون الجهة الموصولة الى الأسفل.

تبسط نصف كمية الكريما فوق الجاتوه، تقطع منه قطع صغيرة للحصول على شكل أصasan. يغلف الجاتوه باللوز المحمص والمقرمش ثم يزين بالنجم والقمر المصنوعة من الفوندان الزخرفي المغموس في البرق الفضي.

يفضل تحضير هذا الجاتوه قبل يوم واحد وحفظه في الثلاجة.

يترك الجاتوه ليرتاح مدة ٢٠ دقيقة في حرارة الغرفة قبل التقديم.

ملعقة خشبية مزج اللوز تدريجياً. يسكب هذا المزيج في قالب ملاعق طعام من السكر البني بواسطة الخلاط الفرن لمدة ٢٥ دقيقة حتى يخرج عود الأسنان نظيفاً بعد غزره في وسطه. تمر سكين صغيرة حادة حول حواف القالب لفصل الجاتوه عن الحواف.

ينقل الجاتوه مع ورق البرشمان إلى مصبوع ويترك ليبرد قبل نقله إلى منشفة. يرش السكر الناعم على المنشفة ثم يلف الجاتوه بها.

يترك الجاتوه جانبأً حتى يبرد.

المزيج ناعماً. يتحقق صفار البيض مع ٥ يخفق صفار البيض مع ملاعق قشدة الحلويات مع البني بواسطة الخلاط الكهربائي حتى يذوب السكر. يضاف إليه برش البرتقال والفانيلا.

يتحقق بعدها بياض البيض بعففة نظيفة حتى تكون رغوة. تضاف إليه ٥ ملاعق طعام من السكر البني الغيفي ويتابع الخفق حتى يصبح المزيج كثيفاً ولكن ليس جافاً.

يضاف بياض البيض إلى مزيج صفار البيض، ثم يضاف إليهما بواسطة

تقطر القشدة بورق التايكون اللاصق وتترك حتى تبرد. تتحقق قشدة الحلويات مع البني الزرقاء حتى يصبح المزيج ناعماً وقشداً أي السكر. تضاف القشدة في قدر فوق النار حتى الغليان.

تحضير الجاتوه

يعجن الفرن لغاية ٣٠٠ درجة فهرنهايت.

يبطن قالب صينية حجمها ٢٣٠ × ٢٢ سم بورق البرشمان ثم يدهن الورق بالقليل من الزيت ويرش فوقه الدقيق.

ينقل المزيج إلى وعاء منوسط ويضاف إليه برش البرتقال. يحرك المزيج جيداً حتى يصبح ناعماً.

التحضير

يخفق صفار البيض مع السكر والدقيق في وعاء متوسط حتى يتمزج الخليط جيداً. توضع إلى كريما خفيفة. تضاف القشدة الساخنة ببطء إلى مزيج البيض. يعاد مزيج البيض إلى القدر نفسها وبطئاً حتى يبدأ المزيج بالغليان ويصبح كثيفاً. شرط الخفق باستمرار.

الجاتوه
كوب ونصف الكوب من اللوز المحمص غير المقرمش والمطحون ملعقتا طعام من الدقيق المعتدلة الاستعمالات ٦ بيضات مقصولة ١٠ ملاعق طعام من السكر البني الخفيف ملعقة صغيرة من برش البرتقال، فانياً ثمن ملعقة صغيرة من الملح سكر ناعم.

الكريما
صفار ٦ بيضات ثلث كوب من السكر البني الخفيف ملعقتا طعام من الدقيق كوب ونصف الكوب من القشدة الطازجة فانياً ملعقة صغيرة ونصف الملعقة من برش البرتقال كوب من الزردة في حرارة الغرفة. للزينة كوب من اللوز المقرمش والمقطع.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

الدجاج مع صلصة البرتقال



٤ دجاجات صغيرة
أو طيور حمام
برتقالة كبيرة غير
مقشرة
بصلة كبيرة
ملح وفلفل
نصف كوب من
الزبدة المذوبة
كوب من مرقة
الدجاج
وستة من
الكوسكوس
شرائح برتقال
مقليّة للزينة.

التحضير
٣ ملاعق طعام من السكر
القدر برافق لمدة ٥ دقائق.
يخلط قطر الماء
ربع كوب من السكر مع
ملقطة طعام من نشاء الذرة
فشر البرتقال ومربقة
كوب من مرقة الدجاج
الدواجن وزبيج نشاء الذرة
وعصير البرتقال. يسخن
ربع كوب من عصير
المزيج جيداً.
لتقطيعه، تسكب الصلصة
في طبق منفصل ويزين
طبق الطيور بشرائح
البرتقال ويقدم مع
يُشخّن السكر في قدر
متوسطة الحجم حتى
يتذوب ويصبح بنّياً ذهبياً.
يضاف إليه ربع كوب من
الماء بعناية ويتابع الطهو
فوق نار خفيفة حتى
يتمزج الاشان جيداً
كوب من الماء الساخن
ملقطة طعام من الزبدة
نصف ملقطة صغيرة من
تقطع شرائح رفيعة طولها
٤ سنتيمتر شرائح
رشاش زعفران
ملقطة طعام من البقدونس
المفروم.
٢ دقائق ثم تصفي.
التحضير
يضاف كوب من مرقة
الدجاج إلى عصارة الشواء
في الصينية ويغلى المزيج
في الصينية ويفصل حتى
يجرى امتصاصه تماماً.
فوق النار مع التحرير.
يخلط الكوسكوس مع
الزبدة المذوبة والزعفران
ويحرك المزيج بالشوكة.
يخلط المزيج مع
البقدونس المفروم ويقدم
فوق النار حتى الغليان،
شرط التحرير باستمرار
مع الطيور المشوية.
حتى يصبح ذهبياً.
يوضع الطيور من الفرن وتوضع
في طبق ساخن.

صلصة البرتقال
يحمى الفرن مسبقاً إلى
حرارة ٢٢٥ درجة
فهرتها.
تسسل الدجاجات الصغيرة
أو طيور الحمام، من
الداخل والخارج، ثم
تجفف بالمحارم الورقية.

تقطع البرتقالة غير المقشرة
إلى شرائح، ثم تنشر البصلة
وتقطع إلى شرائح.
يرش الملح والفلفل في
يعلن كل طائر حمام.
توضع من ثم بعض شرائح
البرتقال والبصل تحت
جلد الطيور، وتحشى
بطونها بقية شرائح
البرتقال والبصل.

توضع الطيور فوق مسمى
في صينية شواهد ضحلة،
شرط أن يكون صدرها إلى
الاعلى. تدهن الطيور
بالقليل من الزينة المذوبة
ويرش فوقها الملح والفلفل.

تشوى الطيور من دون
غطاء وتدهن بين الحين
وآخر بقية الزينة
الممزوجة مع كوب من
مرقة الدجاج. تشوى
الطيور لمدة ساعة تقريباً
أو حتى يصبح لحمها طرياً
ولونها ذهبياً. تخرج

الطيور من الفرن وتوضع
في طبق ساخن.

كركش مع الصلصة الدجاج ونودلز الأعفران

كركش واحد وزنه
٦٠٠ غ.
٣ رؤوس بندورة
(طماطم) مقرشة
ومفرومة
ملعقة طعام من
معجون البندورة
بصلة صغيرة مفرومة
ملعقتان طعام من زيت
الزيتون
ملح وقليل أبيض.

تحضر معكرونة النودلز
البنفسجية مع البنفسجية
يوضع إلى جانبها رأس
الكركش وذيله ويوزع من ثم
الأبيض. يطهى الكل معًا
اللحم مع الصلصة في
المسافة الممتدة بين
كثيفة قليلاً.
يقطع ذيل الكركش إلى
الرأس والذيل.
يزين الطبق بأوراق
شرائح متواسطة الحجم
وتحضير هذه الشريحة إلى
الصلصة.

المغلي ويغسل بالماء
بارد الجاري من
البنفسج.
يغسل الذيل عن الجسم
حتى تصبح الصلصة
ويقطع جانبي القشرة
الرقيقة التي تغطي الذيل
لاستخراج اللحم بعناية.
يسخن زيت الزيتون في
قدر صغير ويفقلي فيه
البصل حتى يصبح شاحب
اللون. ثم يرفع من الماء

التحضير

توضع كمية كافية من الماء
فوق النار في قدر كبيرة
حتى الغليان.
حين يغلي الماء، يغمر فيه
رأس الكركش أولاً، ومن ثم
جسمه.
يسلق الكركش لمدة ٥ إلى
٦ دقائق حتى يصبح أحمر
اللون. ثم يرفع من الماء



كيلوغرام من البصل الصغير أو المتوسط الحجم
نصف كيلوغرام من لحم الفنم أو البقر المقطع إلى
مكعبات
كوبان من الحمص المنقوع في الماء
ملعقتان طعام من زيت البابي
٥٥٠ غ من البندورة (الطماطم) المفرومة
كوبان من عصير البندورة أو ملعقة طعام ونصف
الملعقة من معجون البندورة
ملعقة صغيرة من الملح
ملعقة صغيرة من البهار
ماء سلق اللحم والحمص
نصف ملعقة صغيرة من القرفة.

التحضير
يقليل البصل في الزيت
البندورة أو معجون
البندورة إلى مزيج اللحم.
يفسّل الحمص ويوضع في
صفة.
يسلق اللحم في الماء
يتتابع الطهو حتى ينضج
البصل واللحم والحمص.
ويضاف الملح والتواابل
قطيًّا.
ويكتَل الحمص إلى اللحم.
يقدم الطبق مع البرغل
حتى ينضج اللحم
بالشعيرية.

نزلة البطل (طبق مصرى)

استيك بيتري دوتيل

(Hotel b'Erlitz)

التحضير

يقطع اللحم إلى شرائح سماكتها ١,٥ إلى ٢ سم. تسخن ملعقتا طعام من الزبدة مع ملعقة طعام من الزيت في مقلاة غير لاصقة.

يقلن اللحم فوق نار قوية جداً لتفادي خروج العصارة منه، كما يمكنه شواء اللحم من دون زيت.

بعد قلي كل شرائح اللحم، يرش فوقها الملح والفلفل على الوجهين وتنقل إلى أطباق ساخنة. توضع شريحة من الزبدة فوق كل شريحة لحم وتزين بالخضار والبطاطا وتقدم على الفور.

زيدة الميتري دوتيل
تخلط الزبدة الطيرية مع الثوم والبقدونس والكزبرة. يمكن إضافة الملح إذا كانت الزبدة المستعملة غير مملحة، والإضافات القليل من الملح إلى مزيج الزبدة. يسكب مزيج الزبدة على جانب ورقة برشمان وقفز الورقة مثل الفناق وتحفظ في قسم التجميد من الثلاجة حتى يجمد محتواها.

تخرج لفافة الزبدة من الثلاجة وينزع عنها ورق البرشمان وتقطع إلى شرائح سماكتها ١ سم. توضع شريحة من الزبدة فوق كل شريحة لحم ساخنة وتقدم على الفور.

في هذه الأثناء، تبدأ الزبدة بالذوبان نتيجة حرارة شريحة اللحم وتتحول إلى صلصة زبدة.

ملاحظة: يفضل تقطيع اللحم إلى شرائح مباشرة قبل طهوها للحفاظ على طراوة اللحم.

تستعمل النار القوية لقلي شرائح اللحم مما يساهم في الحفاظ على عصاراتها في الداخل وأبقائها طرية.

ملعقتا طعام من البقدونس المفروم ناعماً
ملعقتا طعام من الكزبرة المقرومة ناعماً
ملعقة طعام من الزيت ملح
فلفل أسود مطحون خشنًا
٤٠٠ غ من الزبدة الطيرية في حرارة الغرفة
٤ فصوص من الثوم، مهروسة





أعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصویر: رونالد ناصیف

قالب الأرض والأرضي شوك

سطح العجينة
بمزج البيض وتبخر الصينية
في فرن حرارته ٢٥٠ درجة
فهيهايات أو ١٨٠ درجة مئوية
حتى تتنفس وتصبح وردية اللون.
تخرج الصينية من الفرن
ويسكب محتواها في طبق التقديم، ثم يقطع
إلى شرائح و يقدم ساخناً مع السلطة الخضراء.

علبة من العجينة الجاهزة
٩٨٢٧٩٦٣٥

٨ رؤوس أرضي شوكى

٧ مشطورة الى تصفيين ومن

٦ ثم مقطعة الى أرباع

٥٠ ٣٤ من شرائح اللحم

٥٠ الهمبر، كوبان من الأرز

٤ الطفول الحبة

٣ ملعقة طعام من الملح

٣ ملعقة صغيرة من البهار

٢ نصف كوب من اللوز

١ المقلي

١ وريغ ملعقة صغيرة من

١ القرقنة ونصف ملعقة

١ صغيرة من الفلفل الأبيض

١ مزيج مؤلف من ملعقة

١ طعام من السمن النباتي

١ وملعقتا طعام من الزبدة

١ وملعقة طعام من السمن

١ الحبيوني

التحضير
يسخن السمن مع الزبدة.
يقطل اللوز والصنوبر حتى
يصبح لونهما رديداً.
يرفع اللوز والصنوبر بواسطة
ملعقة دات تقوب.
يستعمل الزيت نفسه لفلي
قطع الأرضي شوكى حتى
تصبح وردية اللون. ترفع قطع
الأرضي شوكى من المقالة.
وتقلى شرائح اللحم في الزيت



غراتان السبانخ وع الخبز المدوم

تحضير سخن الزبدة في قدر ضع السبانخ حتى يطهى حتى يخلص من كل مائة. سهل السبانخ ويصفى. سخن الزبدة ويفقلى فيها حصل حتى يصبح احمر اللون. نخلط البصل مع سبانخ.

حتى تفوح رائحة لذذة يضاف الحليب، وجوزة الطيب، والملح. تستعمل المخففه أو الملعقة الخشبية لخلط المزيج والحصول على صلصة متوازنة الكثافة.

توضع شرائح الخبز المحمصه في قفر طبق زجاجي مقاوم للحرارة أو في صينية.

يسقط مزيج السبانخ فوق اللون.

شرائح الجبز، وترش فوقه نصف كمية الجبنة. تصب الصالصة البيضاء فوق السباناخ حتى تغطيه تماماً.	حتى تفوح رائحة لذذة. يضاف الحليب، وجوزة الطيب، والملح. تستعمل المخفقة أو الملعقة الخشبية لخلط المزيج والحصول على صالصة متوسطة الكثافة.
ترش بقية الجبنة فوق الصالصة البيضاء ويخبر السباناخ في فرن حارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية حتى يصبح سطحه وردي اللون.	توضع شرائح الجبز المحمصة في قعر طبق زجاجي مقاوم للحرارة أو في صينية. يسقط مزيج السباناخ فوق
اضع السباناخ في قدر سخن. ثم يطهى حتى خلص من كل مائه. سل السباناخ وبصفى. مخفن الزبدة ويفلى فيها صل حتى يصبح احب اللون.	تحضير
	مخفن ملعقata طعام من زبدة ويفلى فيها الدقيق

- ٤. كيلوغرام من السبانخ الطازج المغسول والمفروم بصلة متوسطة مفرومة ناعماً وملعقة طعام من الزبدة
- ٥. غ من الجبنة المتنوعة
- ٦. ملعقتاً طعام من الزبدة
- ٧. ملائق طعام من الدقيق
- ٨. كوبان من الحليب
- ٩. إلى ٥ شرائح من الخبز الأبيض، محمصة قليلاً في الفرن
- ١٠. رباع ملعقة صغيرة من جوزة الطيب
- ١١. نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
- ١٢. ملعقة صغيرة من الملح.



الدجاج مع الكاجو

رأسان من البصل	بياض بيضة واحدة
الأخضر، مقطعان إلى قطع حجمها ٢٠ سم	ملح
رأس قافل أخضر مقطع إلى قطع	فلفل أسود
ملعقة صغيرة في ملعقتين	ملعقة صغيرة من دقيق الذرة مذوبة في ملعقتين
ملعقتنا طعام من صلصة الصويا	طعام من الماء
ملعقة صغيرة من السكر	صدر دجاج من دون جلد
ملعقة صغيرة من دقيق الذرة	ملعقة إلى قطع حجمها ٢٥ سم
١٠ ملاعق طعام من الزيت النباتي	٢ أو ٣ ملاعق طعام من الماء.
نصف كوب من الكاجو	النبيء

تستعمل المقلة نفسها وتغير لونها. تقلي قطع الدجاج فوق نار تخلط صلصة الصويا مع السكر ودقيق الذرة والماء لونها. يضاف البصل الأخضر والفلفل الأخضر. يصب هذا المزيج فوق اللحم والخضار. يحرك الكل معاً بعض الوقت ويسرعة كبيرة. الكاجو المقلي. يقدم شرط إبقاء النار قوية جداً الطبق مع الأرز المطهو.

التحضير
تخلط قطع الدجاج في وعاء مع بياض البيضة، والملح، والملح، ودقيق الذرة المذوب. يترك المزيج منقوعاً لمدة ساعة على الأقل. يقلن الكاجو في الزيت، ثم يترك جانبًا.

لأفات السلمون والهامور

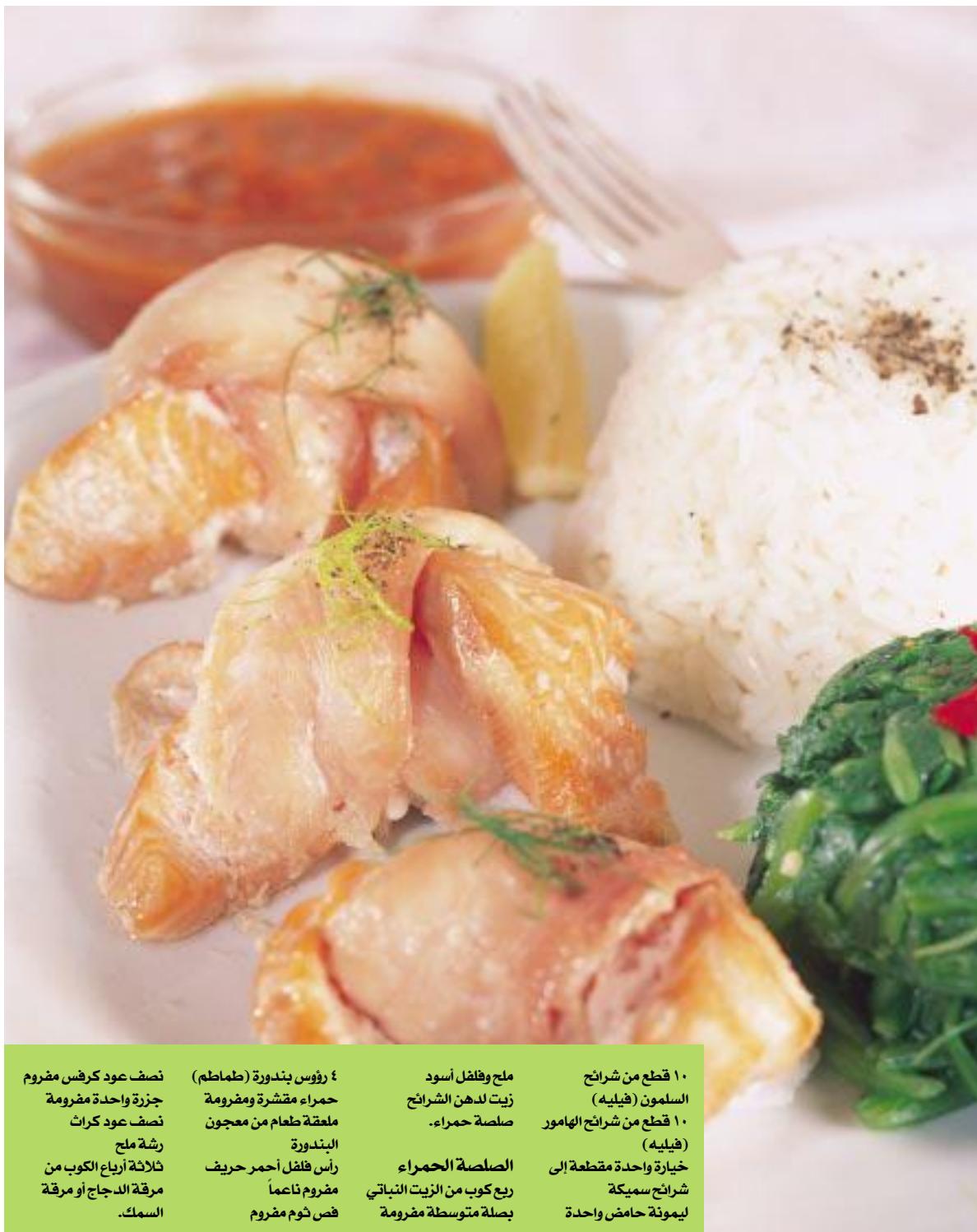
التحضير

تتطف شرائح السلمون
وتقطع إلى شرائط أو
قطع من ٣ سم.
تقطع شرائح الهامور إلى
شرائط أو قطع من ٣
سم.
ترصف شرائح الخيار
في صينية.
تفرّق قطعة هامور مع
قطعة سلمون على شكل
هلال ثم تدهن بالزيت
وتوضع فوق شرائح
ال الخيار في الصينية.
يرش الملح والفلفل فوق
قطع السمك.
يجمى الفرن مسبقاً
وتحبز فيه قطع السمك
في حرارة ٣٥ درجة
فهرتها لـ ٧ دقائق إلى
١٠ دقائق.

تحضير الصلصة

الحماء
يسخن زيت الزيتون في
قدر ويقلى فيه البصل
والثوم حتى يصبح لونهما
شاحباً. يضاف الفلفل
الأحمر الحريف المفروم
والكرفس المفروم
والكراث المفروم والجزرة
المفرومة ويتابع القلي.
تضاف البندورة ومعجون
البندورة والملح.
يطهى المزيج فوق نار
متوسطة إلى أن يبدأ
بالغليان. تخفف حينها
 النار وتصف مربقة
الدجاج أو مرقة السمك
إلى المزيج. يطهى الكل
حتى تصبح الصلصة
كتيفة.

توضع الصلصة في
خلط الطعام وتبرس.
توضع قطع السمك في
طبق التقديم وتسكب
فوقها الصلصة. كما
يمكن تقديم الصلصة
لوحدتها في طبق جانبي.
يزين طبق التقديم
باسبانخ المسلوق
والمقلبي قليلاً والأرز
المسلوق.



دجاج بالتوابل مع التوابل

التحضير
يسلق التوابل دون غطاء
الحرف والنطر وقطع
الدجاج. يقليل الكل معًا
لمدة ٥ دقائق تقريباً أو
إلى أن يصبح شبه ناضج.
حتى تضيق قطع الدجاج.
تضاف نصف كمية الزيت
تضاف الصالصة الحريفة
إلى المزيج.
تضاف بعدها معكرونة
التوابل وزيت السمسم
وصالصة الصويا ويطهى
قطع صغيرة.
تسخن بقية الزيت في
الكل فوق النار حتى يسخن
المزيج جيداً.

مكونات
٣ ملاعق صغيرة بهارات
من زيت السمسم
ملعقتان طعام من
الزيت
نصف كيلوغرام من
الخيفية
نصف ملعقة صغيرة
حباتان من الفطر
شرائح لحم الدجاج
من مسحوق الكاري
(صدر الدجاج)
واس فلفل أحمر
الصيني ذات الشكل
فستان مهروس من
الداوري، مقوّعتان
حريف صغير،
تضاف البندورة من
الثوم
مفروم
في الماء ومفروم
نصف ملعقة صغيرة
بعض أخضر مفروم
ربيع كوب من صلصة
للزينة.
الفلفل الحريف
من مسحوق الخمس



أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



شو مين

التحضير

يقطن اللحم والدواجن إلى شرائح رقيقة جداً طولها ٥ سم تقريباً.

توضع شرائح اللحم والدواجن في وعاء وتصفاف إليها ملعقة طعام من صلصة الصويا وملعقة طعام من الصلصة الحرفة وملعقة طعام من صلصة الأساتي، يحاط الكل جيداً وتترك شرائح اللحم متوترة في الصلصات لمدة ٦٠ دقيقة.

يشرب البصل ويقطع إلى شرائح.

يقطع الفلفل إلى شرائح، وكذلك الفطر أو برامع الكيرزان والكرفس.

يضاف نودلز البيض إلى كمية كبيرة من الماء المغلي الملحق ويسلق من دون غطاء لمدة ٥ دقائق أو حتى يصبح التوولذ طرياً.

يحرك التوولذ بين الحين والأخر ففصله عن بعضه ثم يصفى جيداً.

تسخن ملعقة طعام من الزيت في مقلاة كبيرة ويضاف إليها التوولذ مع ملعقة طعام من صلصة الصويا، يخلط المزيج لمدة دقيقتين ثم يرفع من المقلاة ويحفظ ساخناً.

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص
عود كرفس
بصلتان متوسطتان
٢٥٠ غ من شرائح اللحم
الهبر
٢٥٠ غ من لحم صدر
الدواجن
جزران
٢٥٠ غ من القربيس
المتوسط الحجم
ملعقتا طعام من صلصة الصويا
٣ ملاعق صغيرة من دقيق الذرة
ملعقة طعام من الصلصة الحرفة
ثلاثة أرباع الكوب من الماء، مكتبان من مرقة الأساتي
٢٥٠ غ من نودلز البيض
ملعقتا طعام من صلصة الصويا
١٢٥ غ من الفطر أو

تسخن بقية الزيت في المقلاة ويقلل فيها البصل لمدة دقيقة ثم تضاف إليه بقية الخضار، يحرك المزيج لمدة دقيقة ثم يرفع من المقلاة.

يسخن الزيت الفاخر في المقلاة وتصفاف إليه نصف كمية شرائح اللحم والدواجن وجيات القربيس، يقلل بقية الخضار، يضاف الخضار ويطهى الكل فوق نار قوية لمدة دقيقتين إضافتين، يرفع المزيج من المقلاة، ثم تضاف إليها بقية شرائح ويفسد.

يقطن الفلفل إلى شرائح، وكذا الفطر أو برامع الكيرزان والكرفس.

يضاف نودلز البيض إلى كمية كبيرة من الماء المغلي الملحق ويسلق من دون غطاء لمدة ٥ دقائق أو حتى يصبح التوولذ طرياً.

يحرك التوولذ بين الحين والأخر ففصله عن بعضه ثم يصفى جيداً.

تسخن ملعقة طعام من الزيت في مقلاة كبيرة ويضاف إليها التوولذ مع ملعقة طعام من صلصة الصويا، يخلط المزيج لمدة دقيقتين ثم يرفع من المقلاة ويحفظ ساخناً.

السلطة القربيس (الربان)



الصلصة	٢ إلى ٣ أكواب من الملفوف الصيني أو الخس الخل الأبيض
ثاث كوب من خل الأرز أو ربع كوب من الزيت	الذرة والجزر والبندورة والبصل الأخضر.
٣ ملاعق طعام من صلصة الصويا، ملعقة صغيرة من الزنجبيل المبشور	تحفظ السلطة في الثلاجة.
١٥ جرام قربيس نصف ملعقة صغيرة من الماج	搾 خلطة جبات القربيس وصلصتها مع السلطة مباشرة قبل تقديم السلطة.
١٥ جرام قربيس نصف ملعقة صغيرة من الماج	وتوضع جانبًا في وعاء آخر، تحضر صلصة السلطة بمزج كل مكوناتها المذكورة أعلاه. تقديم السلطة على الفور متوسطة الحجم ويخلط مع تقع حبات القربيس في تحت الماء البارد وتتصفى

الذرة والجزر والبندورة
والبصل الأخضر.
تحفظ السلطة في الثلاجة.
搾 خلطة جبات القربيس
وصلصتها مع السلطة
مباشرة قبل تقديم السلطة.
وتوضع جانبًا في وعاء آخر،
تحضر صلصة السلطة بمزج
كل مكوناتها المذكورة أعلاه.
تقديم السلطة على الفور
متوسطة الحجم ويخلط مع
تقع حبات القربيس في
تحت الماء البارد وتتصفى



٨ أكواب من مرقة الدجاج مؤلفة من مكعبين من مرقة الدجاج	الكمية تكفي ٥ أشخاص
٢٠٠ غرام من لحم البقر مقطع إلى شرائح	
صلصة الصويا قصيرة ورفيعة علبة صغيرة من ملقطة طعام من دقيق الذرة مع نصف كوب من الماء	
نصف كوب من الماء ملعقة صغيرة من مسحوق الكاري والملقطة إلى شرائح	

حساء الكاري

التحضير
يضاف من ثم مسحوق
الكاري وصلصة الصويا.
يطهى الكل معاً حتى
ينتهي الحساء ويصبح
كثيفاً قليلاً.

التحضير
تسخن مرقة الدجاج
فوق النار.
يدوب دقيق الذرة في
الماء ويضاف إلى
الحساء.

بوجة مع الليمسي

التحضير
ويُسْكَب فوقها عصير الرمان. يقدم الطبق بارداً.
تصفى حبات الليمسي من الماء الموجود في العلبة وتوضع جانباً.

الكمية تكفي شخصاً واحداً
٥ حبات ليمسي طازجة
أو معلبة
ملقطتان بوصلة بنكهة الفانيلا
ملعقة بوصلة بنكهة الفراولة
الفراولة
عصير رمان



البط مع البرتقال

التحضير
يضاف عصير البرتقال ومرقة الدجاج إلى المقلاة. تغسل البطاطة وتُنْظَف جيداً، مع ضرورة التخلص من أي دهن فائض. يُوْخَز جلد البطاطة في أماكن عدة بواسطة سيخ الشواء. يُحْمِي الزيت في مقلاة وتُحرَّم فيه البطاطة من كل الجهات. يجري تنظف المقلاة وتُنْظَف بعدها الشخص من أي زيت فائض.

ترك المكونات فوق النار حتى الغليان. يضاف إليها دقيق الذرة المذوب حتى تصبح كثيفة. تقطع البطاطة إلى حصص التقديم وتنوضع في طبق التقديم.

تسكب فوقها الصلصة وتُزَرَّن بشرائح البرتقال وشرائح الفلفل الأحمر والبصل الأخضر.

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص
بطاطة واحدة وزنها ٢.٥ كيلو
فأس ثوم مقشر
٣ ملاعق طعام من الزيت
٣ برقلات مقطعة إلى شرائح
نصف كوب من عصير البرتقال
كوب من مرقة الدجاج
ملعقة صغيرة من دقيق الذرة مذوبة في ملعقتين طعام من الماء

الصلصة
٤ ملاعق طعام من صلصة الصوص
ملعقة طعام من السكر
ملقطتان صغيرةان من الخل
ملعقة صغيرة من الزنجبيل المفروم ناعماً





إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



(طبق صيني)

ثلاج البارد مع صلصة المدار

التحضير

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- ٣ رؤوس من البصل الأخضر مقطعة إلى دوائر صغيرة
- ملعقة صغيرة من الملح والقليل
- نصف كيلوغرام من الدقيق (الطحين) العادي، كوب ونصف الزنجبيل الطازج الكوب من الماء البارد.
- البيشور
- زيت لدهن الرزم قبل سلقها بالبخار.
- الصلصة**
- نصف كيلوغرام من اللحم البقري المقروض أو لحم الدجاج المقروض أو صلصة الصويا، خل، أو صلصة حريفة.

إلى ٧ دقائق. يرفع بعدها الخليط من المقدار. يضاف البصل والزنجبيل إلى المقلة وبطيلان لمدة ٢ دقيقة. يحاطل دقيق الذرة مع القليل من الماء، للحصول على مزيج ناعم، ويضاف مع بقية الماء، ومكمبات مرقة الدجاج، وصلصة المحار، وصلصة الصويا، وزيت السمسم، والسكر والملح إلى القدر. يخلط الكل جيداً. تحرك الصلصة فوق النار حتى يتلف. يضاف إليها البارد وبصفح فوق المقلة. محارم المطبخ الورقية. الكل معًا حتى يسخن المزيج جيداً. يسكب المزيج في طبق التقديم ولحم الدجاج إلى السرطان ولحم الدجاج إلى المقلة وبقى الكل لمدة ٥



الحساء الحريف والرائب

التحضير

ينوب دقيق الذرة في القليل من الماء، ويضاف ببطء إلى الحساء المعلبة ويخلط معه جيداً. يجب التحقق من أن الحساء حريف ورائب فعلاً، وأن يضاف المزيد حال استعماله. يضاف صلصة الصويا والخل إلى طبق الحساء، مع إضافة لحم البقر أو الدجاج في حال استعماله. يزجن طبق الحساء بالبصل الأخضر، وخل الأرز إلى الحساء.

ملعقتا طعام من الخل الحلو	مكعب من مرقة الدجاج	نصف كوب من اللوبية
Vinegar 2 spoons	Boiled chicken stock cube	1/2 cup lobia
الأحمر، ملعقتان صغيرة من الصلصة الحريفة	ملعقتا طعام من صلصة الصويا	Red pepper, 2 spoonfuls of chili sauce
نصف ملعقة صغيرة من خل الأرز.	ملعقتا طعام من دقيق الذرة	1/2 cup cornstarch
	10 إلى 12 كوبًا من مرقة الدجاج	Chicken stock cube 10-12 cups
	المقطع ناعماً (اختياري)	Chopped soft (optional)
	إلى شرائح	To slices

ساطة النضار المطموحة

(طبق صيني)



كرات البوظة المقلية



الكمية تصنع 10 كرات

لبيتان من البوظة
بنكهة الفانيلا
دقيق (طحين)
بيضتان
ربع كوب من الحليب
كوب من قنات
الجاتوه المحمص أو
الكشك المطحون
زيت للقلي.

من المهم جداً أن تكون كرات البوظة باردة وفاسية جداً. لذا، توضع البوظة في صينية داخل قسم التجعيد من الثلاجة قبل إعداد كرات البوظة. تعرف البوظة في شكل كرات بواسطة مفرقة البوظة، وتوصى على صينية وتعاد إلى قسم التجعيد من الثلاجة حتى تصبح فاسية. تغلف كرات البوظة بالقليل من الدقيق، ثم تغمس في البيض المخفوق مع الجليب، لتغلف بعدها بالكثير من فنات الجاتوه. ترصف كرات البوظة فوراً في صينية داخل قسم التجعيد من الثلاجة، وتكرر العملية نفسها مع بقية الكرات. تحفظ كل كرات البوظة في قسم التجعيد من الثلاجة حتى تصبح فاسية جداً، ثم تغلف مجدداً بهرجي البيض وفنات الجاتوه، يمكنك تركها الآن لأن أيام عدتها إلى أن ترتفع في تقديمها.

لقطي كرات البوظة، توضع كرتان كل مرة في مقلاة مشتعلة على الكثير من الزيت الساخن وتقطيان لمدة ٢٠ ثانية أو حتى يصبح لونهما بنيناً ذهبياً. توضع كرات البوظة فوق محارم المطبخ الورقة وتقدم فوراً مع قطر السكر البارد أو العسل أو صلصة الشوكولا.

التحضير

قوية، ثم تضاف صلصة الهويسن المخلوطة مع الخل، والسكر، ومكعب مرقة الدجاج، وصلصة الصويا، والماء ودقيق الذرة وزباد السمسم. يخلط المزيج فوق نار قوية حتى تغلي الصلصة وتصبح كثيفة.

يقطع البصل إلى شرائح، ويقطع الفلفل الأخضر والأحمر إلى قطع كبيرة. يوضع الفطر الصيني المقotto في وعاء ويغمره بالماء الساخن لمدة ١٥ دقيقة. يقطع أربعة أقسام، يقطع البصل والخل والذرة زباد السمسم. يضاف الفطر المقotto إلى قطع البصل والذرة. يخلط الكل في المقلاة لمدة دقيقة واحدة فوق نار قوية.

يقطع العجز إلى قطع صغيرة، تضاف شرائح القاسية ويقطع إلى أحجام براجم الخيزران وكذلك متوسطة ويوضع جانبًا.

رؤوس ذرة طازجة
ملعقة طعام من صلصة هويسن
٣ أرغفة من الفطر الصيني الأسود المقotto
رأس قليل أحمر
بصلتان متوسطتان
ملعقتان صغيرة من صلصة الصويا
خيارة واحدة
نصف كوب من الماء
٢ ملاعق صغيرة من دقيق الذرة
الصيني مفرومة خشناً
رأس قليل أخضر
٤ إلى ٥ أوراق من الملفوف الأخضر
٣ ملاعق صغيرة من زيت السمسم
رأس قليل أخضر
علبة من براجم الخيزران المقطعة إلى شرائح
الطازج المبشور
٥ ملاعق طعام من الزيت.

رؤوس ذرة طازجة
ملعقة طعام من صلصة هويسن
نصف ملعقة صغيرة من السكر
مكعب مرقة دجاج
ملعقتان صغيرة من صلصة الصويا
خيارة واحدة
نصف كوب من الماء
٣ ملاعق صغيرة من دقيق الذرة
الصيني مفرومة خشناً
رأس قليل أخضر
نصف ملعقة صغيرة من زيت السمسم
علبة من براجم الخيزران المقطعة إلى شرائح
الطازج المبشور
٦ ملاعق طعام من الزيت.



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان
تصوير:رونالد نصيف

الدجاج مع صلصة الطحينة



ذهبية اللون وهشة.
يقطع لحم الدجاج إلى
أشكال أصابع طولية.
تقمس أصابع الدجاج في
الدقيق، ومن ثم في
البيض، ويعدها في الكعك
المطحون.
توضع أصابع الدجاج في
الثلاثة لمدة ساعة إلى
ساعتين حتى تجفم.
يسخن الزيت وتقليل فيه
أصابع الدجاج حتى تصسب

الحامي
ماء وملح
ملعقتا طعام
من البقدونس
المفروم
كعك مطحون
دقائق (طحين) وملح
ووقف
الطحينة
زيت لقليل الدجاج
فص ثوم مهروس
ببيضة واحدة
ملعقة أو ملعقتا طعام
مخروفة قليلاً.
الكمية تكفي شخصين إلى
٣ أشخاص
نصف كيلوغرام من
لحم صدر الدجاج
المقطوع إلى أصابع
طويلة
نصف كوب من
وقف
الطحينة
زيت لقليل الدجاج
فص ثوم مهروس
ببيضة واحدة
ملعقة أو ملعقتا طعام
مخروفة قليلاً.

الباذنجان المقلية في صلصة الصويا



التحضير

صلصة الصويا الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص
ملعقة طعام من دقيق الذرة مذوبة في نصف كوب من الماء
رأس باذنجان كبير ملعقة طعام من الماء
فلفل أحمر وأحمر فصا ثوم مقطع إلى مكعبات صغيرة للزينة
نصف ملعقة صغيرة من بيسنان مخفوقتان مع زيت لقاي الملح والفلفل
الباذنجان دقيق (طحين) ملعقتا طعام من لغم الصويا
لغم الصويا المبشور

والزنجبيل المشور فيها.
يغسل رأس الباذنجان وينضاف إليها صلصة الصويا ودقيق الذرة سماكتها نصف سم. تتمس شرائح الباذنجان حتى تصبح صلصة في الملح، ومن ثم في البيض المخفوق قبل قليها تضاف شرائح الباذنجان إلى الصلصة وتتسخن لمدة دقيقة وهشة. توضع شرائح الباذنجان وتترصف في طبق التقديم تحضر الصلصة بتسخين ملعقة طعام من الزيت في مقلاة وقلي الثوم إنه طبق لذيذ للنباتيين.



شرائح اللحم مع الذرة



التحضير

ويضاف إليها البصل والثوم والزنجبيل والذرة. يقليل الكل لمدة دقيقة واحدة. تسخن مقلاة طعام من الزيت في مقلاة وتضاف إليه نصف كمية شرائح اللحم حتى تحرم جيداً. يخلط دقيق الذرة مع الماء وصلصة الساتيه وزيت السمسم وصلصة الصويا. يضاف المزيج إلى القدر بفرم البصل، ويغسل ويختلط مع محتواها ويترك فوق النار حتى تذوب. تسخن بقية الزيت في قدر

الزيت

الكمية تكفي ٤ أشخاص
ملعقة طعام من نصف كيلوغرام من دقيق الذرة شرائح لحم الفيليه البقرى نصف كوب من الماء ملعقتان صغيرتان كوب من حبات الذرة من صلصة الساتيه بصلة متوسطة فصا ثوم ٢٦٩٩ ملعقة صغيرة من زيت السمسم الزنجبيل الطازج ملعقة طعام من المشور صلصة الصويا.

حساء الونتون

الحساء الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

أكواب من مرقة الدجاج ٣ أرؤوس من البصل الأخضر نصف ملعقة صغيرة من زيت السمسم مكعب من مرقة الدجاج.

اللونتون ٢٥ رقاقة وتنتون بيضة واحدة ماء ملح.

عصينة الونتون

بيضة واحدة
ثلاثة أرباع كوب من الماء، ملح كوبان من الدقيق (الطحين).

تحقق البيضة مع الماء في وعاء عميق، يضاف إليها الدقيق ويدعك الاثنان جيداً للحصول على عجينة متماسكة. تقطي العجينة بقطعة قماش رطبة وترتك جانباً لمدة نصف ساعة حتى ترتاح.

ترق العجينة فوق سطح مكسو بالدقيق لتصبح سماكتها نصف سم وتقطع إلى ٢٤ مربعاً.

تدهن الجهة الأمامية للزاوية اليمنى من كل

المفروم. تضاف من ثم مثلك بالبيضة المخفوفة، وكذلك الجهة الخلفية للزاوية اليسرى. يبرم السسمس والزنجبيل الطرفاين مع بعضهما البعض، يخلط الكل جيداً.

تطفو قماش رطبة وترتك ثم تصنف. تووضع ٢ لفافات وتنتون في فعر كل على شكل مثلث، ويضغط على الحواف جيداً لختمتها.

تدهن الجهة الأمامية للزاوية اليمنى من كل

المفروم. تضاف من ثم مثلك بالبيضة المخفوفة، وكذلك الجهة الخلفية للزاوية اليسرى. يبرم السسمس والزنجبيل الطرفاين مع بعضهما البعض، يخلط الكل جيداً.

تطفو على السطح، ثم تصنف. تووضع ٢ لفافات ويطهي المزيج برقق لمدة ٢ دقائق.

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة وبصلة متوسطة مفرومة

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

حساء الونتون

الدجاج أو القرىديس المفروم

ربع ملعقة صغيرة من زيت السمسم

شريائح اللحم بالفلفل الأخضر والأحمر

اللحم والخضار ويقلن
الكل لمدة دقيقة
إضافية.
تطأ النار، ويقدم الطبق
مع الأرز المطهو.

يخلط الماء مع دقيق
الذرة، والفلفل الأسود،
وصلصة الصويا وصلصة
المحار في وعاء. تسكب
هذه الصلصة فوق مزيج

المزيج ناضجاً وإنما
ييفي هشاً.
تسخن المقلاة، ويقلن
يضاف اللحم ويتابع
القليل السريع حتى ينضج
اللحم.

التحضير
البيصل والفلفل الأخضر
والأحمر والزنجبيل فوق
نار قوية حتى يصبح

رأس فلفل أخضر مقطع إلى شرائح
رأس فلفل أحمر مقطع إلى شرائح
كيلوغرام من شريائح اللحم البار
ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المفروم
بصلة متوسطة مقطعة إلى شرائح
٢ أو ٣ ملاعق طعام من صلصة الصويا
ملعقة صغيرة من صلصة المحار ٦٥٠٦١٢٧٥
ربع كوب من الماء
ملعقة صغيرة من دقيق الذرة
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

صورة:Nafiseh Aghayian

الخليط الدجاج والدجاج مع الذرة والفطر الأسود



التحضير
يوضع الفطر في وعاء،
ويغمر بالماء الساخن
ويترك جانبياً لمدة ٣٠
دقيقة ثم يصفى.
يقطع الدجاج إلى قطع
صغرى، كما تقطع شرائح
اللحم إلى قطع صغيرة.
تائف قطع اللحم والدجاج
بدقيق الذرة.
يفرم البصل خشناً.
يسخن الزيت في مقلاة
وتضاف إليه نصف كمية
قطع اللحم والدجاج. تقليل
هذه القطع حتى تصبح
بنية ذهبية.
ترفع قطع اللحم والدجاج
من المقلاة وتكرر العملية
نفسها مع النصف الباقي.
توضع بعدها كل قطع

الكمية تكفي ٦ أشخاص	ال天涯
٦ إلى ٨ رؤوس ذرة صغيرة	٧٥٠
أو علبة صغيرة من الذرة	٧٥٠
بصلستان متواسطتان	٧٥٠
ملعقة طعام من صلصة الصويا	البقر
ملعقة طعام من صلصة الهويسن	٣٤ من الفطر الأسود
نصف كوب إضافي من ملعقتان صغيرة من المخفف	٥ شرائح من الزنجبيل
دقائق الذرة.	



الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ٦ أرغفة تورتيلا مكسيكية
- ٦ شرائح من السلمون المدخن
- ٦ ملاعق طعام من الجبنة القشدة
- سبت طازج أو يابس وصل أخضر.

ويلف حول التورتيلا في
شكل عقدة.
يقطع طرقاً التورتيلا
الملفوفة على نحو مائل
وتقدم التورتيلا بمثابة نوع
من المقبلات.

توضع شريحة من
السلمون المدخن فوق كل
رغيف تورتيلا ثم تلف
التورتيلا مثل السيجار.
يغمس عنق من البصل
الأخضر في الماء الساخن
من المقبلات.

التحضير

تبسط ملعقة طعام من
الجبنة القشدة فوق كل
رغيف تورتيلا، ويرش
فوقها الشبت الطازج أو
اليابس.

تورتيلا

السلمون



إعداد السيدة
أناهيد دوفيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



دجاج هويسن

التحضير
الهويسن، صلصة الصويا، والخل، والملح، والماء، ومكعبات مرقة الدجاج، وزيت السمسم ودقائق الذرة الإضافي.
يقطع البصل ويفرم خشنًا.
يقطع البروكولي إلى أزهار صغيرة، ويقطع الجزر إلى قوبق نار قوية حتى تقللي
الصلصة وتتصبح كثيفة. يتبع
الملهو لمدة دقيقتين.
يغسل قطع الدجاج بالقليل
من دقيق الذرة.
يسخن الزيت في مقلاة
وتقلى فيه قطع من
الدجاج كل مرقة لمدة 5 دقائق
تقريبًا حتى تصبح ويتغير
لونها. تصفى بعدها قطع
الدجاج المقلي جيداً.

الكمية تكفي 4 إلى 6 أشخاص
دجاجة واحدة وزنها 1.5 كيلو
دقائق ذرة زيت للقليل
٣ ملاعق طعام إضافية من الزيت
ملعقة صغيرة من الزنجبيل الطازج
المبشور
بصلتان متوسطتان
رأس فلفل أحمر
جزرتان متوسطتان
٤٠ غ من البروكولي
ملعقتان طعام من صلصة الهويسن
ملعقتان طعام من صلصة الصويا
ملعقتان طعام من الخل الأحمر
ملح، مكعبان من مرقة الدجاج
نصف ملعقة صغيرة من زيت
السمسم (اختياري)
٣ ملاعق صغيرة من دقيق الذرة.

تضاف بعدها البصل

إلى المقلاة ويطهى فوق نار

قوية لمدة دقيقة واحدة.

تضاف من ثم الجزر

والبروكولي والفلفل ويطهى

الكل معًا لمدة دقيقتين.

تضاف من ثم صلصة

بطاطاً محسوّة بالخضار والدجاج



الكمية تكفي 4 أشخاص

- ٤ رؤوس بطاطاً متوسطة، مفرومة ومجففة
- ٤ ملاعق طعام من الزيت
- ٤ ملاعق طعام من الجبنة المتنوعة (شقوقان وغروبيير) ملعقتان طعام من الزبدة نصف كيلوغرام من لحم الدجاج المقطع إلى شرائح رفيعة وطويلة
- بصلة متوسطة مفرومة ٣ قصص ثوم مهروسة رأس فلفل أحمر مفروم رأس فلفل أحمر مفروم نصف كوب من الذرة المعالبة ربع كوب من الكاتشب ملعقة صغيرة من صلصة وورشستر ملح وفلفل.

التحضير
تدهن رؤوس البطاطاً بالزيت وتؤخذ بواسطة الشوكة. تخبز رؤوس البطاطا في الفرن أو المايكرويف حتى تصبح طرية تماماً. يشق كل رأس بطاطاً من الأعلى بواسطة السكين بمسافة ٢ إلى ٣ سم. يحشى هذا الشق بالجبنة المتنوعة ويسخن رأس البطاطا حتى تذوب الجبنة.

تحضير الحشوة
تسخن الزبدة ويقلن فيها البصل والثوم، يضاف من ثم لحم الدجاج ويقلن المزيج حتى ينضج اللحم تماماً. يضاف بعدها الفلفل الأحمر والأخضر، والذرة، والكاتشب، والملح، والفلفل وصلصة وورشستر. تحشى رؤوس البطاطا بهذه الحشوة وتقدم ساخنة للغداء أو العشاء.



قوارب محسوّة بالبندورة والزيتون

التحضير
يسخن الزيت ويقلن فيه البصل قليلاً. تضاف البندورة، والفلفل الأخضر، والبصل، والزيتون الأسود، وصلصة التاباسكو، ومعجون البندورة والملح. يطهى الكل معالحصول على صلصة كثيفة. تسكب ملعقة صغيرة من الصلصة في كل قارب وتقدم القوارب بمثابة نوع لذيد من المقبلات يمكن الاستعانت به في حفلات البوفيه.

ملاحظة: يمكن وضع قطعة من سمك الأنشوفة في كل قارب أيضاً.

الكمية تصنع ١٢ قارباً أو أكثر

١٢ توتنة صغيرة على شكل قوارب
١٢ عجينة الباف الجاهزة أو عجينة البريزيه
١٢ ملعقة طعام من البصل المفروم ناعماً
١٢ ملعقة صغيرة من معجون البندورة ورشة ملح
بعض قطرات من صلصة التاباسكو أو الصلصة الحريفة
ملعقة طعام من الزيت.
جانباً.



الكمية تصنع ١٢ قطعة

١٢ حبة قريديس متوسطة الحجم
١٢ شريحة توست أبيض
مايونيز
كافيار
بصل أخضر.

توست بالقربيتس

التحضير
سلق ١٢ حبة قريديس في الماء الساخن لمدة ثانية واحدة ليصبح طرياً. تزيين كل شريحة بالكافيار بيسط المايونيز فوق شرائح الليمون وتقدم شرائح الخبز، تم توضع بمثابة نوع لذيد من المقبلات يمكن الاستعانت به في حفلات البوفيه.

بعنق بصل أخضر منقوع في الماء، ثم تفشر شرطة الاحتفاظ بدبيولها. تقطيع جبات القربيتس في شرائح الليمون وتقدم شرائح الخبز، تم توضع بمثابة نوع لذيد من المقبلات يمكن الاستعانت به في حفلات البوفيه.

مستطيلات، على أن يكون حجم كل مستطيل بحجم حبة القربيتس طرياً.

تزيين كل شريحة بالكافيار بيسط المايونيز فوق شرائح الليمون وتقدم شرائح الخبز، تم توضع بمثابة نوع لذيد من المقبلات يمكن الاستعانت به في حفلات البوفيه.

سلق ١٢ حبة قريديس في الماء الساخن لمدة ثانية واحدة ليصبح طرياً.

تقطيع جبات القربيتس في شرائح الليمون وتقدم شرائح الخبز، تم توضع بمثابة نوع لذيد من المقبلات يمكن الاستعانت به في حفلات البوفيه.



الكمية تصنف ٨ إلى ١٠
شرائح جاتوه

٣ بيضات مفصولة
رشة ملح
ربع كوب من السكر
فانيلا
برش جوز الهند حسب
الحاجة
٣ أكواب من القشدة
الطازجة المخفوقة
شرائح أناناس وفراولة
(هريز) للزينة.

القشدة الطازجة
كوب ونصف الكوب
من القشدة البالية
كوب ونصف الكوب
من القشدة الحيوانية
نصف كوب من
السكر. تحقق هذه
المكونات مع بعضها
للحصول على قشدة
ثick enough.

الجاتوه وبلف الجاتوه فوق
منشفة مطبخ مكسوة
بالسكر. تحضر قشدة جوز الهند
وتبسيط فوق الجاتوه
المليوف. يرش برش جوز الهند فوق
الجاتوه وبصبع قفره وردي
اللون قليلاً.
يخرج الجاتوه من الفرن
ويترك جانباً حتى يبرد.
ينزع ورق البرشمان في
بيضاء وخفيفة.

حجمها ٢٠x٣٠ سم
ويسلك فوقه ويمد مزيج
الجاتوه قبل خبزه لمدة ١٠
إلى ١٢ دقيقة في فرن
حرارته ٣٢٥ درجة
فهرنهايت حتى يجف
يضاف الدقيق والفانيلا
والملح إلى صفار البيض
ويخلط المزيج جيداً
بواسطة ملعقة.
يسقط ورق البرشمان في
قرص صينية مستطيلة

باتوه جوز الهند



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

شراح اللحم مع البطاطا المقلية

يسخن الزيت في مقلاة
وتنضاف إليه شرائح اللحم
تدريجياً. حين تحرم الشرائح
من أول جهة، تقلب على
الجهة الأخرى حتى تحرم
أيضاً. تذهب شرائح اللحم
بسرعة فوق نار قوية حتى
تضخت تماماً. ويجب الانتهاء
إلى أن الإفراط في الطهو
يجعل اللحم قاسياً.
تضاف صلصة الهويسن
وتحلط مع اللحم حتى
الحصول على مزيج كثيف
قبلاً.

يخلط هذا المزيج بعدها مع
البطاطا المقلية.

الكمية تكفي
٤ إلى ٦ أشخاص

صلصة الهويسن
٣ ملاعق صغيرة من دقيق
الذرة
نصف ملعقة صغيرة
من بيكونات السودا
ملعقة صغيرة من
السكر
رشة ملح
ملعقة صغيرة من دقيق
الذرة
ملعقتان صغيرتان من
صلصة الصويا
ملعقة صغيرة من
صلصة المحار
؛ رؤوس بطاطا
متوسطة مبشرة
ومقطعة إلى عيدان
متوسطة الحجم
ملعقة طعام من الزيت.

تحلط كل هذه المكونات مع
بعضها للحصول على صلصة
الهويسن. تضاف الصلصة
إلى اللحم وتحلط معه حتى
تغلي الصلصة. تضاف من ثم
البطاطا المقلية ويطهى
المزيج لمدة دقيقتين فوق نار
قوية.





شريكسيه بالدجاج

من الزيت إلى أن يتغير لون البصل. يضاف هنا البصل المقلي إلى خليط الجوز والخبز. يرش الملح والفلفل والقليل الأحمر والقليل من مرقة الدجاج والقليل من مرقة المزيج. يحرك فوق هذا المزيج. يحرك الكل حتى يصبح أكثر كثافة من قوام اللبن. يقطع الدجاج إلى قطع الأبيض في وعاء مع القليل من مرقة الدجاج لنطريته. يضاف الجوز إلى الخبز، ويخلط الاثنين في الخليط. يقليل البصل المبشور في قطعة من الزبدة والقليل إلى الأرز.

(نحو ٦ أكواب) إلى الأرز لغمده تماماً. ويطهى الأرز فوق نار متوسطة حتى يغلي. تخفف النار وترك الأرز لمدة ١٥ دقيقة حتى ينضج تماماً.

يتم التخلص من العواطف الداكنة في شرائح الخبز الافرنجي ويوضع اللب مستقل.

ينقلب الأرز ويوضع في الأبيض في وعاء مع القليل من مرقة الدجاج لنطريته. يضاف الجوز إلى الخبز، ويخلط الاثنين في الخليط. يضاف كوب من زيت الزيتون إلى الخليط. ينضاف مرقة الدجاج

التحضير

يسلق الدجاج في الماء المغلي، ويضاف إليه البصل وحب الهال والمسكك والملح والفلفل الأسود.

يخرج الدجاج من القدر ويصفى الحساء في وعاء مستقل. يغسل الأرز وينقلب في مصفنة. ينقل بعدها إلى قدر ويطهى فوق النار لمدة ٥ دقائق مع نصف كمية الزبدة والقليل من زيت الزيتون.

٣ أكواب من الأرز	حباتان من المسكك
المصرى	ملح وفلفل أسود
نصف ملعقة صغيرة من دجاجتان	نصف ملعقة صغيرة من
ربع كيلوغرام من الجوز	القليل الأحمر
٦ شرائح من الخبز	نصف كوب من زيت الزيادة
الافرنجي الطرى	والقليل من زيت الزيادة.
بصلتان متوسطتان	
حباتان من حب الهال	

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



التحضير
تسخن الزبدة ويقلل فيها البصل.
يضاف من ثم الملح والسكر.
تقترن أوراق الخس بعد نزع العرق
البيض الوسطي، وتضاف إلى
البصل المقلي. تضاف مرقة الدجاج
مع الماء إلى مزيج البصل والخس.
يطهى الحساء فوق النار ثم يهرس في
الألة الكهربائية. تقرن بعض أوراق من
الخس ويحاط بها للزينة. تتحقق
الفشدة الطازجة وتضاف إلى
الحساء. يزين الحساء بأوراق الخس
المفروم وبرش قوche الفلفل الأسود.
يقدم الحساء مع الخبز المحمص.

الملعقة من مرقة الدجاج	ملعقة صغيرة من الملح	مغسولتان	المكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص
كوب من القشدة الطازجة المحفوظة.	ملعقة طعام من السكر	خستان منظفتان	
	٤ أكواب من الماء	ومنقلتان	
	ملعقة طعام ونصف	٥ غ من الزبدة	بصلتان صغيرتان

کتابہ

الكمية تصنع ١٢ قطعة كتابية	كيس حلويات مزود رأساً زخرفياً وسُك القليل منها فوق كل شريحة خبز على شكل زهرة جميلة.
١٢ شريحة من التوست الأبيض	تزين كتابية الباتي بالخيار
٤٠٠ غ من باتييه الكبد	المخلل وتقدّم بمثابة نوع لذيد من المقبلات يمكن
٥٠ غ من الزبدة	الاستعانته به في حفلات
١٢ قطعة من الخيار المخلل.	البيوفقة.



التحضير
قطعه شرائط الخبز إلى
أداة بواسطة قطاعة
لبيسكوت أو عنق كوب

A close-up view of several deviled eggs arranged on a light-colored surface. Each egg is filled with a yellowish-orange mixture and garnished with a small sprig of herbs, a blackberry, and a red cherry. A green cocktail pick is inserted through the top of each egg. The background is slightly blurred, showing more of the same dish.

١٢ - الكمية تصنع
قطعة

٦ - بيضات
سلسلة
مقشرة

٧ - ملاعق طعام
من المايونيز
نصف ملعقة
صغيرة من
الخردل
شطة ملح
بع ملعقة
صغيرة من
اللفال الأسود
كافيار بصل
خضراء
بقدونس مفروم
المزيونة.

<p>التحضير</p> <p>قطع كل بيضة مسلوقة طوليا إلى نصفين. ينزع منها صفار البيض وبهرس بواسطة الشوكة.</p> <p>يغسل صفار البيض مع المايونيز والخردل والملح</p>	<p>والفلفل. يجسح بياض البيض بهذا المزيج باستعمال كيس حلويات له رأس ذهبي.</p> <p>يرصف البيض المحشو فوق طبق التقديم.</p> <p>يغطي الطبق ويحفظ في الثلاجة لمدة ٤ إلى ٥ ساعات. يزين البيض بأعناق البصل الأخضر والكافيار والتقوis المفروم. يقدم هذا الطبق بمتابة نوع من المقبلات يمكن الاستuanة به في حفلات البوفيه.</p>
---	--

السبخ الم��و



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

©Bulles de l'Isle sur Sorgue

الدجاج الملفوف بالعجين



من حجم لفافة الدجاج.
تدهن العجينة بصلصة
الخردل وتستعمل لتنليل
لفافة الدجاج مع صورة
طي طرفيها على
الجانبين.

تدهن العجينة بمزيج
صفار البيض قبل خبزها
في فرن حرارته ٢٥٠
درجة فورتها حتى
تصبح ذهبية اللون.
تخرج وتقلى في الزيت
الساخن حتى تصبح وردية
اللون من كل الجهات.
تدهن لفافة إلى شرائح
وتقدم للذاء أو مخللات
البوفيه.

حتى تصبح ذهبية اللون
وناضجة من الداخل.
تخرج لفافة الدجاج من
ال الفرن وتترك حتى تبرد
 تماماً، ثم ينزع الخليط
عنها.
تدهن لفافة الدجاج
بالخردل.
ترق العجينة الجاهزة إلى
مستطيل صغير أكبر قليلاً.

نصف علبة من العجينة
الجاهرة
صفار بيضة واحدة
ملعقة صغيرة من الحليب
ملعقة صغيرة من صلصة
الخردل.
زيت للقليل

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص
نصف دجاجة مع جلدتها
ملح وفلفل
٥ إلى ٦ فصوص ثوم



البط مع الأناناس

الصلصة	الكمية تكفي 4 أشخاص
علبة أناناس	بطة واحدة وزنها 1.5 كيلو
ملعقة طعام من الزيت	ملعقة طعام من الزيت
ملعقة طعام من الزنجبيل	نصف كوب من الماء
الطازج المفروم	ملعقتا طعام من صلصة فس دوم
قس دوم	ملعقتا طعام من صلصة الشواء
ثلاثة أرباع الكوب من الماء	ملعقتا طعام من الخل
الأبيض	٣ ملاعق صغيرة من دقيق الذرة
ملعقة طعام من صلصة الصويا	ملعقتان صغيرتان من صلصة الشواء
الصينية.	ربع ملعقة صغيرة من ملحقة طعام من صلصة الصويا
الصينية.	مسحوق الخمس بهارات
الصينية.	مكعب من مرقة الدجاج
الأبيض.	ملعقة طعام من الخل

يقطع رأس الأناناس الطازج، قوية لمدة دقيقتين أو حتى في حال استعماله، إلى بسطة بالمرقة على نحو متوازٍ. تخرج البطة من الفرن وتترك حتى تبرد. وتسكب فوقها بقية المكونات المخلوطة مع سطح سكين حادة أو ساطور صيني لقطيع البطة بعضها. تدخل البطة إلى فرن ساخن لمدة ٢٠ دقيقة إلى نصفين. يقطع بعدها كل قطع. يسخن الزيت في قدر أو مقلاة يطلب الكل فوق النار حتى يضف إليه الزنجبيل المبشر. تغلى الصلصة. تضاف قطع الأناناس ويطهى المزيج والثوم المهروس. يقلل الأشان لمدة دقيقة. تضاف قطع البط ويطهى الكل معًا فوق نار قوية. بعدها هذه الأقسام إلى قطع تصبح معتدلة ثم تخbir البطة لمدة ٦ دقيقة. يجب تبلييل

البط مع الأناناس في صينية خبز متوازٍ. تخرج البطة من الفرن وتترك حتى تبرد. وتسكب فوقها بقية المكونات المخلوطة مع سطح سكين حادة أو ساطور صيني لقطيع البطة بعضها. تدخل البطة إلى فرن ساخن لمدة ٢٠ دقيقة إلى نصفين. يقطع بعدها كل قطع. يسخن الزيت في قدر أو مقلاة يطلب الكل فوق النار حتى يضف إليه الزنجبيل المبشر. تغلى الصلصة. تضاف قطع الأناناس ويطهى المزيج والثوم المهروس. يقلل الأشان لمدة دقيقة. تضاف قطع البط ويطهى الكل معًا فوق نار قوية. بعدها هذه الأقسام إلى قطع تصبح معتدلة ثم تخbir البطة لمدة ٦ دقيقة. يجب تبلييل



إعداد السيدة
أناهيد ديفيكيان

صور: ©Natalia Romanova

الجلب مع الفلفل الأخضر

التحضير

يقطع اللحم إلى شرائح رقيقة.

تقشر البصلتان وتقطعان إلى أرباع.

تترع الدبور من الفلفل الأخضر قبل تقطيعه إلى شرائح.

يسخن الزيت في مقلاة ويقلى فيه الثوم المهروس، ومسحوق الحمس بهارات، وشرائح اللحم. يقلى الكل حتى يصبح لون اللحم بنياً ذهبياً.

يضاف البصل ويطهى المزيج لمدة دقيقتين أو حتى يذبل البصل وإنما يبقى مشاماً.

تضاف شرائح الفلفل ويطهى الكل معاً لمدة دقيقتين.

يضاف دقيق الذرة الممزوج بالماء ومكعب مرقة الدجاج المفتوت وصلصة الصويا. يحرك المزيج حتى تقليل الصلصة وتتصبح كثيفة. يقدم الطبق مع الأرز.

الكمية تكفي 4 أشخاص
نصف كيلوغرام من شرائح لحم البقري
بصلتان
رأسان من الفلفل الأخضر
ملعقتان طعام من الزيت
فص ثوم
نصف ملعقة صغيرة من مسحوق الحمس بهارات الصيني
ملعقة صغيرة من دقيق الذرة
ربع كوب من الماء
مكعب من مرقة الدجاج
ملعقتان طعام من صلصة الصويا.



سبرينج رولز



التحضير
يوضع الخل مع عصير الأناناس
وصلصة الصويا والكاشا
والسكر في قدر فوق النار حتى
الفليان يضاف دقيق الذرة
الممزوج مع الماء، ويحرك
المزيج حتى تغلي الصلصة
وتصبح كثيفة. تخفف النار
ونتهي الصلصة برفق لمدة ٢
دقائق. يضاف إليها الأناناس
المصنف والمقطع إلى شرائح.

الصلصة الحلوة والرائبة
نصف كوب من الخل الأبيض
كوب من عصير
الأناناس المطبل
ملعقة طعام من صلصة الصويا
٣ ملاعق صغيرة من الكاتشب
نصف كوب من السكر
ملعقة طعام من دقيق الذرة
ربع كوب من الماء
نصف كوب من الأناناس
المفروم ناعماً.

تقطع جبات القربيس إلى
قطع صغيرة.
يفرم البصل الأخضر،
وكذلك رأس الفلفل الأحمر.
يقطع الفطر إلى شرائح رقيقة.
يفشر الزنجبيل وبيشر، ويفرم
كستاء الماء.
يفرم الملفوف ناعماً.
توضع كل هذه المكونات مع
بعضها في وعاء، يضاف إليها
لحم البقر أو الدجاج مع
صلصة الصويا والملح.
يخلط المزيج جيداً.
من كل لفافة سبرينغ رول،
ثم تلف اللفافة مثل الظرف.
تدهن حافة اللفافة بمزيج
الدقيق لصقها جيداً.
تقلى اللفافات المحسوسة
في الزيت الساخن.
حتى تصبح ذهبية وناضجة
لبيرد. يخلط الدقيق مع الماء
تماماً. تقدم لفافات
في وعاء.
يسكب مقدار ملعقة طعام أو
زيت للقلبي.

الكمية تصنع ١٢ إلى ١٥ سبرينغ رولز
٢٥٠ غ من لحم السرطان أو لحم
البقر أو لحم الدجاج المفروم
٢٥٠ غ من القربيس المقشر
والمنظف
رأس فلفل أحمر متوسط
الحجم
٤ رفوس من البصل الأخضر
نصف كوب من الفطر المفروم
ملعقة صغيرة من الزنجبيل
الطاجر المفروم
نصف كوب من كستاء الماء
الصيني المفروم
ربع ملعقة صغيرة صينية مفرومة
ناعماً
ملعقة طعام من صلصة الصويا
نصف ملعقة صغيرة من الملح
ملعقة طعام من زيت
٢٥٠ غ من عجينة لفافات
السبرينج رولز (متواهفة في
السوبرماركت)
ملعقة طعام من الدقيق
(الطحين)
ربع كوب من الماء
زيت للقلبي.



لفافات القربيس

التحضير
تفشر جبات القربيس مع
الاحتفاظ بدبويلها، ثم
تنفس وتجفف بمحارم
المطبخ الورقية.

تفق كل حبة قربيس في
الوسط بواسطة السكين
وتسقط.

تحلط جبات القربيس مع
الثوم المهروس والزنجبيل
المبشور.

تقطع كل لفافة وتنتون إلى
متلثين، وتلف كل جبة
قربيس بمثلث وتنتون مع
ضرورة ترك الذيل خارجاً.

تصف لفافات الونتون بمزيج
الماء الدقيق.

يسخن الزيت في مقلاة
عميقه وتقليل فيه لفافات
القربيس حتى تصبح
ذهبية اللون.

تقد لفافات القربيس
ساخنة مع الصلصة
الحرفية أو الصلصة
الحلوة والرائبة.



الكمية تصنع ١٢ لفافة
ملعقة صغيرة من التوم
اللفافة وتنتون
٢٤ حبة قربيس متوسطة
(الطحين) مدوية بالقليل
الحجم
ملعقة صغيرة من الزنجبيل
زيت للقلبي.

الحسوة	يوضع الدقيق في وعاء ويضاف إليه الماء نصف كيلوغرام من اللحم البقر المفروم أو لحم الدجاج تدمعك العجينة لمدة المفروم أو مزيج من لحم الدجاج والقربيس ٤ رفوس من البصل الأخضر ملعقة صغيرة ورقية مقدمة إلى دواز صغيرة ملعقة صغيرة من الملح والفلفل الطازج المبشور ملعقة صغيرة من الزنجبيل الطازج المبشور زيت لدهن الرزم قبل سلقها بالبخار.
الصلصة	نصف كيلوغرام من اللحم البقر المفروم أو لحم الدجاج تدمعك العجينة لمدة المفروم أو مزيج من لحم الدجاج والقربيس ٤ رفوس من البصل الأخضر ملعقة صغيرة ورقية مقدمة إلى دواز صغيرة ملعقة صغيرة من الملح والفلفل الطازج المبشور ملعقة صغيرة من الزنجبيل الطازج المبشور زيت لدهن الرزم قبل سلقها بالبخار.
تحضير العجينة	تحضير العجينة صلصة الصويا، خل، أو صلصة حرفية. يُعطى باقي العجين بمنشفة.
الكمية تكفي ٥ إلى ٦ شخص	مكونات العجينة نصف كيلوغرام من الدقيق (الطحين) الحادي كوب ونصف الكوب من الماء البارد.



الدجاج مع الكابو

على نحو مائة	الكمية تكفي 4 إلى 6 أشخاص
علبة صغيرة من برامع	
الخيزان المقطعة إلى	بياض بيضة واحدة
شرائح (نصفة من الماء)	ملح، فلفل أسود
ربع كوب من الفطر الأسود	ملعقة صغيرة من دقيق
منقوع في الماء الفاتر و من	الذرة مع ملعقة طعام من
ثم مصفى	الماء
ملعقة طعام من صلصة	٣ صدور دجاج وزنتها ٧٥٠ غ
الصوص	قطعة إلى قطع من ٢٠.٥ سم
نصف ملعقة صغيرة من	١٠ ملاعق طعام زيت نباتي
السكر	نصف كوب من الكابو
ملعقة طعام من دقيق الذرة	بصلتان متوسطتان
مندوية في نصف كوب من	مقطعتان إلى شرائح
مرقة الدجاج	جزرتان مقطعتان إلى قطع

التحضير
تنقع قطع الدجاج في مزيج وردية اللون. يقليل الكابو في ٥ ملاعق بياض البيض والملح. طعام من الزيت في مقلاة الذرة المذوب في مرقة الدجاج وبطهئ المزيج مع أخرى ثم يرفع ويوضع على النار. وتقلى الذرة المذوبة، وتترك منقوعة جانباً. يستعمل الزيت نفسه لقليل المقلية والكافور حتى يختلط لمدة نصف ساعة. تسخن ٥ ملاعق طعام من البصل، والجزر، وبرامع المزيج جيداً ببعضه. يقدم الطبق مع الأرز الزيت في مقلاة وتقلى فيها المسلوق. قطع الدجاج حتى تصبح يقليل لبعض دقائق.



إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

رئاسة المطبخ: نادين رزق

الدجاج مع المايونيز

التحضير

يطهى الدجاج مع التوابل.
يقطع الدجاج المطبوخ إلى قطع ويرصض مع البطاطا المقليّة وشرائح الفطر في طبق زجاجي مقاوم للحرارة.

تحلّط مكونات الصلاصة مع بعضها وتُسكب فوق

مكونات الطبق الزجاجي.

تبخّر محتويات الطبق

الزجاجي لمدة ٣٠ إلى ٢٥

دقيقة في فرن حرارته

٢٧٥ درجة فهرنهايت. يقىم الدجاج

ساخناً مع السلاطة الخضراء

والخضار المقليّة.



٤/٣ الكوب من مرقة الدجاج	لطهو الدجاج	الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص
١/٤ كوب من القشدة الطازجة	كيلوغرام من البطاطا المقشرة والمقطعة إلى	٤ إلى ٦ قطع من الدجاج
٤ ملاعق طعام من صلصة الصويا	شرائح سماكتها سنتيمتراً واحداً	أو دجاجة كاملة
نصف ملعقة طعام من الخل	نصف كيلوغرام من الفطر الطازج المقطع إلى شرائح.	ورقة غار
فلفل أسود ملعقة صغيرة من عصير الليمون أو الخل الأحمر.	الصلصة	بصلة مقطعة إلى أربعة أقسام
	٤/٣ الكوب من الماء	ملح
		٥ إلى ٦ حبات فلفل كاملة
		كمية كافية من المايونيز

عجينة البااف مع التونة

علبة من لحم التونة المصنف من الزيت
علبة وزنها ٢٠٠ غ من جبنة فيلاذلها القشدية
جزرتان مسلوقتان ومقطعتان إلى مكعبات صغيرة ٤/٣ الكوب من الكبار المصنف من الماء والمفروم ٤ الكوب من الكببس المخلل المصنف والمفروم نصف ملعقة صغيرة من قشر الليمون المبشور ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض ٣ رؤوس مفرومة من البصل الأخضر علبة من عجينة البااف ٩٧٦٧٩٥٢٦٩٥ صفار بيضة واحدة وملعقة صغيرة من الحليب.

التحضير
بالقليل من الماء داخل فرن العجينة. يفتت لحم التونة وبهرس ثم يسكب مزيج لحم التونة في وسط العجينة، وتلف إلى دقيقة إلى أن تتنفس أشارة العجين الجانبي فوق المزيج على نحو اللون. تخرج العجينة من الفرن متشارك في شكل ضفائر. يختم طرفا العجينة جيداً وترك جانبياً لمدة ٢٠ دقيقة ثم تقطع إلى شرائح ويدهن سطحها بمزيج الدقيق المرشوش قليلاً بحجم حصص التقديم على الطاولة وعلى العجينة. تخبز العجينة المحشوقة في المقلبات. تحرز شقوق طولها ٥ إلى ٦ سم على جانبي مستطيل بالقليل من الماء داخل فرن حرارته ٣٧٥ درجة ٢٥ فهرنهait، وذلك لمدة ٢٥ إلى ٣٠ دقيقة إلى أن تتنفس العجينة وتلف العجل، والبصل الأخضر، وبرش الليمون والفلفل الأبيض. ترق عجينة البااف إلى مستطيل كبير بمساعدة دقيقه ثم تقطع إلى شرائح البااف كبر بمساعدة البيض والحلب. بحجم حصص التقديم وتقدم للغداء أو كنوع من صينية غير لاصقة مدهونة المقلايات.



الملاع.
يظهر الباذنجان فوق النار، وحين يبدأ بالبلalian، تخفف النار ويظهر العجينة بخلط ١٥ دقيقة تقريباً أو حتى ينضج. تطفأ النار وتوضع القدر جانبًا. يحضر طرطور الطحينة. ترصف رؤوس الباذنجان في طبق التقديم ويسكب بهذه الحشوة، ثم ترصف فوقها طرطور الطحينة في قدر وغمر بكمية كافية من الماء إضافة إلى عصير الليمون ونصف ملعقة صغيرة من

التحضير
تسلل رؤوس الباذنجان وتجفف ويفرغ لها. تحضر العجينة بخلط الفطر مع البرغل، والفلفل الأخضر، والبندور، ومعجون الباذنجان، ملح، جاباً. البندور، والمالح، والبهار، والفلفل الأسود والماء. ترصف رؤوس الباذنجان في طبق التقديم ويسكب بهذه الحشوة، ثم ترصف في قدر وغمر بكمية كافية من الماء إضافة إلى عصير الليمون ونصف ملعقة صغيرة من

عصير ليمونتين أو دبس البندور	ملعقة طعام من معجون البندور	خشنة في ماكينة اللحم كوب من البرغل	الكمية تكفي ٣ الى ٤ اشخاص
ملعقة صغيرة من الملح	الباذنجان، ملح.	الباذنجان، ملح.	
نصف ملعقة صغيرة من مفسول ومصفي	نصف ملعقة صغيرة من القليل الأسود	راسا بندوره (طماطم)	كيلوغرام ونصف
طيطور الطحينة	رشة من البهار الحلو	رشة من البهار الحلو	الكيلوغرام من الباذنجان
نصف كوب من الطحينة	مقطعيان إلى مكعبات	مقطعيان إلى مكعبات	الأسود المتوسط الحجم
كوب من الماء	ملعقة طعام من معجون	٢٥٠ غ من الفطر المعلب	
عصير ليمونة واحدة	عصير ليمونة واحدة	رأسان من القليل الأخضر	المصنف من الماء
فص ثوم مهروس.	الفلفل الحريف (اختياري)	الصغير الحريف المقطع	والمفروم إلى قطع صغيرة
	ربع كوب من الماء	إلى مكعبات صغيرة	أو المفروم على نحو

الشمام المحشو بالبوظة

الكمية تكفي 4 أشخاص

٤ رؤوس صغيرة من
الشمام أو البطيخ
الأصفر أو الخرivist
٨ ملاعق طعام من
البوظة
صلصة شوكولا
لوز مفروم خشنًا

التحضير
تقطع شريحة من أعلى كل
رأس شمام صغير بمتن السكن
لحمل اطرافها محززة. تنزع
البذور من داخل كل رأس شمام
ويجفف داخله بواسطة
محمرة ورقية للتخلص من
الرطوبة. تسكب ملعقتان طعام
من أي نوع من البوظة داخل
كل رأس شمام وتتسكب فوقها
صلصة الشوكولا. يزين رأس
الشمام باللوز المفروم خشنًا
ويقدم فوراً بمثابة نوع منعش من
الحلوى الصيفية.

ملاحظة:
يفضل استعمال
بوظة الفانيليا.





إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

رBunqiaN qoivnB



شرائح اللحم مع جبنة بورسان

التحضير
تزيين شرائح اللحم بقطع
من جبنة بورسان وتقدم مع
الخضار المسلوقة
والم بطاطا المقلية.
يفمس وجها شرائح لحم
الفيليه في مزيج الفلفل
المطحون خشنا.

التقليد
تقليل شرائح اللحم في مزيج
الزيت والزبدة فوق نار قوية
حتى تضخت تماماً أو تتصفح
نصف نضج وذلك حسب
الرغبة الشخصية.
ترفع شرائح اللحم من
المقلة بريش فوقا القليل
من الملح ثم تحفظ الطعام ساخنة.
تسخن ؛ ملاعق طعام من
جبنة بورسان qoivnB BunqiaN
في المقالة التي استعملت
لتقلي شرائح اللحم. حين
تصبح الجبنة طرية
وقدية، تضاف إليها
ملفقتنا طعام من القشدة
المطازجة وربع كوب من
مرقة الدجاج، ملح.
شرائح اللحم المقليه.

الكمية تكفي 4 أشخاص
؛ قطعة من لحم الفيليه
البقري المقطع إلى
شرائح سمكتها تراوح
من 3 إلى 4 سم
مزيج من الفلفل
المطحون خشنا(فلفل
أحمر وأبيض وأسود)
علبة من جبنة
BunqiaN qoivnB
ملفقة طعام من الزبدة
ملفقتنا طعام من الزيت
النباتي
ملفقتنا طعام من القشدة
المطازجة وربع كوب من
مرقة الدجاج، ملح.

دجاج بالكارب في أكواب الفيلو



الكمية تكفي
٥ إلى ٦ أشخاص

نصف كيلوغرام من
الفاصوليا البيضاء
الصغيرة المنشورة في
الماء طوال الليل
باقة من المطبيات (جزر
وعيدان قرفة وكوفيرن)
١٠٠ غ من لحم الحبش
المقدد والمشوي
٥ فصوص ثوم مهروسة
٣ رؤوس كرات (بصل
صغير الحجم) مفرومة
٥ درع كوب من الزيت و٥
غ من الزبدة
كوبان من القشدة
الطازجة المخفوقة
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من
زيت الزيتون
فلفل أسود.

حساء الفاصوليا السضاء

التحضير
يحضر ١٢ فنجان قهوة
(عربي). تقطع كل رقاقة فيلو
إلى ٤ أو ٦ مستطيلات
صغيرة. ترصف ٤ أو ٥
مستطيلات من العجين في
كل فنجان قهوة. تنسج
العجينة بالليل من الرينة
وتخبز في فرن حرارته
٢٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة
مئوية حتى تصبح وردية اللون.
تخرج فنجان القهوة من الفرن
وتوضع جانبياً ثم تخرج
الراقيات من الأكواب وتتغير
لوحدتها في الفرن حتى تصبح
الأطراف وردية اللون أيضاً.
في وعاء آخر، تخلط الجبنة
الشديدة مع النفل الملون
والبصل والأعشاب المطيبة
والقشدة الطازجة والخردل.
تحشى كل رقاقة بهذه العشوة
ثم تزين بحشيش السرطان
المفت وتقديم بمثابة نوع لذذة
من المقبلات يمكن الاستعانته
به في حالات البوكيه.



تدوب الزبدة مع زيت
الزيتون ونقلى فيهما
الكراث والثوم.
توضع الفاصوليا مع مائتها
في الخليط الكهربائي
يسكب الحساء في أطباق
ويضاف إليها الكراث
والثوم. يهرس الكل معاً
للحصول على هريسة لها
قوام شبيه بالحساء.
وشرائح لحم الحبش
تطبخ ٢ إلى ٣ ملاعق
طعام من الزيت مع
المقدد والمشوي.

تدوب الزبدة مع زيت
الزيتون ونقلى فيهما
الكراث والثوم.
توضع الفاصوليا مع مائتها
في الخليط الكهربائي
يسكب الحساء في أطباق
ويضاف إليها الكراث
والثوم. يهرس الكل معاً
للحصول على هريسة لها
قوام شبيه بالحساء.
وشرائح لحم الحبش
تطبخ ٢ إلى ٣ ملاعق
طعام من الزيت مع
المقدد والمشوي.

الكمية تصنع ١٢ قطعة أو أكثر

٦ راققات فيلو
٣ ملاعق أناناس (نصف
كوب)
٣ ملاعق طعام من
المابونيز
ملعقة صغيرة من مسحوق
الكارب
٤ ملاعق صغيرة من
الفلفل الحلو
رأسان من البصل الأخضر
مقطعان إلى شرائح
ملعقة طعام من القشدة
الطازجة
نصف ملعقة صغيرة من
صلصة الخردل
رشة من الفلفل الأبيض.
تحشى أكواب الفيلو بهذا
المزيج وتزين بقطع
الأناناس والقليل من
البيقدروس المفروم.
تقدماً أكواب المشوية
بمثابة نوع لذذة من
المقبلات يمكن الاستعانته
به في حالات البوكيه.



التحضير
يحضر ١٢ فنجان قهوة
(عربي). تقطع كل رقاقة فيلو
إلى ٤ أو ٦ مستطيلات
صغيرة. ترصف ٤ أو ٥
مستطيلات من العجين في
كل فنجان قهوة. تنسج
العجينة بالليل من الرينة
وتخبز في فرن حرارته
٢٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة
مئوية حتى تصبح وردية اللون.
تخرج فنجان القهوة من الفرن
وتوضع جانبياً ثم تخرج
الراقيات من الأكواب وتتغير
لوحدتها في الفرن حتى تصبح
الأطراف وردية اللون أيضاً.
في وعاء آخر، تخلط الجبنة
الشديدة مع النفل الملون
والبصل والأعشاب المطيبة
والقشدة الطازجة والخردل.
تحشى كل رقاقة بهذه العشوة
ثم تزين بحشيش السرطان
المفت وتقديم بمثابة نوع لذذة
من المقبلات يمكن الاستعانته
به في حالات البوكيه.

الكمية تصنع ١٢ قطعة أو أكثر
٦ إلى ٨ راققات عجينة فيلو
رشة من الأعشاب المطيبة، ملعقة
صغريرة من البصل المفروم ناعماً جداً،
٤٠٠ غ من الجبنة القشدية
٤ ملاعق طعام من القشدة الطازجة، ملعقة
شعير كوب فلفل أحمر مفروم ناعماً جداً
صغيرة من الخردل، لحم سرطان مفت.



كاسترد بالقرفة (حلو اسباني)

الكمية تكفي 6 أشخاص

كوبان وربع الكوب من القشدة عود القرفة ٣ شرائح من قشر البرتقال صفاره بيضات بيضة واحدة ثلث كوب من السكر ربع ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة ملعقة طعام ونصف الملعقة من السكر البنى.

فوق أطباق الكاسترد قبل حفظها مجددًا في الثلاجة لمدة ساعة واحدة. يرش القليل من الماء فوق أطباق الكاسترد قبل خبزها تحت مصباح ساخن جدًا لمدة ٢٥ دقيقة تقريبًا أو حتى يجمد محتواها. ترفع دقيقتين تقريبًا أو حتى يصبح سطحها بلون الكاراميل. تحفظ أطباق الكاراميل في الثلاجة لمدة ٣ ساعات أو طوال الليل.

يرش مزيج القرفة والسكر على دقيق أو حتى يجمد سطحها.

البيضة والسكر في وعاء متوسط الحجم حتى يصبح المزيج شاحبًا وكثيفًا، ثم يضاف تدريجيًا مع مزيج القشدة الساخن. توضع سلة أطباق مقاومة لحرارة الفرن، سمة كل منها نصف كوب تقريبًا، في حتى تبرد، ثم تغطى وتحفظ حتى تبرد، ثم تغطى وتحفظ صينية خبز ويوزع مربى الكاسترد على هذه الأطباق الستة. تسكب كمية كافية من الناعم والسكر البنى بالتساوي يخفق صفار البيض مع

التحضير
توضع القشدة مع الحليب وعودي القرفة وقشر البرتقال في قدر متوسطة الحجم فوق النار ويخلط المزيج حتى يصل إلى درجة الغليان. ترفع القدر عن النار ويترك المربى ليترتاح مدة ٥ دقائق، ثم يجري التخلص من عودي القرفة وقشر البرتقال.



إعداد السيدة
أناهيد دوفيكيان

روابط: www.aleph.com

ذبيط التونة

مع خبز الفوكاسيا بالأشعاب

التحضير

يهرس لحم التونة غير المصفر مع الزيادة، وبرش الليمون وعصير الليمون والثوم حتى الحصول على مزيج ناعم، ينقل هذا المزيج إلى وعاء، يضاف إليه الكبار والأشعاب والبصل ويخلط الكل جيداً. يحفظ المزيج في الثلاجة لمدة ساعة قبل التقديم.

يقدم هذا المزيج مع خبز الفوكاسيا الهش.

خبز الفوكاسيا الهش بالأشعاب

يقطع الخبز الإيطالي إلى شرائح من ٢٢ سم. يدهن وجهها كل شريحة خبز بمزيج الزيت والثوم والأشعاب.

ترصف شرائح الخبز في صوان خاصة بال الفرن وتخبز في فرن معتدل لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً أو حتى تصبح هشة. تقلب شرائح الخبز على وجهها الآخر في منتصف عملية التخبز.



ملعقتان صغيرة من	الكمية تكفي
الص嗣 الطازج المفروم	٤ إلى ٥ أشخاص
بصلة صغيرة مفرومة	بصلة صغيرة مفرومة
ناعماً.	١٨٥ غ من التونة المعلبة
في الزيت	
٣ ملاعق طعام من	
خبز الفوكاسيا	
بالأشعاب	
قطعة حجمها ١٦٨٣٢	
ملعقة صغيرة من قشر	
الليمون المشور	
سم من خبز الفوكاسيا	
الإيطالي الجاهز	
ملعقتان صغيرة من	
نصف كوب من زيت	
عصير الليمون	
فص ثوم مهروس	
ملعقتان صغيرة من	
الكبار المصفر	
ملعقة طعام من الص嗣	
الطازج المفروم	
والمفروم	
ملعقتان صغيرة من	
الحبق الطازج المفروم	
الحبق المفروم	
الطازج المفروم	



بساء القوچ المقصور والملفوف

تخرج أرغفة الخبز من الفرن وتحفظ جانباً حتى موعد الاستعمال. يمكن تحضير أرغفة الخبز قبل يوم واحد. ويمكن أيضاً تحضير أرغفة عدة ب معدل تحضير أرغفة عدة بمعدل رغيف لكل شخص، أو الاستعاضة عنها برغيف كبير يسكب فيه الحساء جمجمة أفراد العائلة.

ويفرغ منه اللب الطري. يحمر الفرن لغاية ٤٠٠ درجة فهرنهايت لمدة ١٠٠ إلى ١٥ دقيقة. تخفض حرارة الفرن من ثم إلى ٢٠٠ درجة فهرنهايت وتخزن فيه أرغفة الخبز لمدة ٥٠ دقيقة حتى تجف ٥٠ درجة حرارة الغرفة العلوية من كل جانباً عند لمسه بالأصبع.

واللحم ويطهى الكل معًا لبعض دقائق حتى ينضج الملفوف. يسكب الحساء في أرغفة خبز مفرغة في قدر آخر، يسخن ويقدم ساخناً بعد تزيينه بأوراق البقدونس.

تحضير الخبز

قطع الطبقات العلوية من كل رغيف خبز افرينجي دائري، يسكب مزيج الملفوف والبصل فوق حساء القمّ تقاضف ملعقة أو ملعقتاً

التحضير
يُنقع القمح المقشور في الماء طوال الليل، ثم يصفى قبل سلقه. يوضع القمح مع قطع اللحم في قدر آخر، يُسلق في الزيت وبقلي فيه البصل حتى يذبل، يضاف إليه الملفوف المفروم ويُسلق معه قدر فوق النار، يضاف الملح قدر ٧ إلى ٨ دقائق. ويطهى المزيج حتى ينضج يسكب مزيج الملفوف والبصل فوق حساء القمّ تقاضف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.

المكونات
كوبان من القمح المقشور بصلة متوسطة مفرومة ملعقتاً طعام من معجون البندورة (الطمطم) رأس ملفوف صغير مفروم ٢٠٠ غ من مكعبات اللحم (أو الموزات)
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الزيت النباتي ملعقة طعام من الزبدة ملعقة صغيرة من الملح نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.



السلك الأبيض مع الخضار

الكمية تكفي لـ 4 أشخاص

- ٤ شرائح من لحم السمك الأبيض
- ٤ رؤوس بندورة (بطاطس) متوسطة الحجم
- بصلة واحدة مقطعة إلى دوائر، رأس قليل أخضر وأحمر مقطع إلى دوائر ٢٠٠ غ من الجبنة المتنوعة وجبنة غرويار مشوية
- دقيق (طحين) لغمس شرائح السمك
- ملح وقليل أبيض
- زيت لفلي شرائح السمك
- ٤ ملاعق طعام من هريسة الزيتون الأخضر.

التحضير

يخلط الملح والفلفل مع الدقيق. تتمس شرائح السمك في مزيج الدقيق ثم تقليل في الزيت حتى تصبح هشة ووردية اللون. ثم ترصف الشرائح في طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن. يرمي معظم زيت القلي الموجود في المقدار ويتم الاحتياط بملعقتين طعام منه. فتحل. يستعمل هذا الزيت لفلي البصل، والفلفل الأحمر، وشرائح البندورة. تقطع كل شريحة سمك بهريسة الزيتون وتترصف فوقها الخضار المقلية. ترش فوقها الجبنة وتبخز في فرن محمى مسقى حتى تذوب الجبنة. يقدم الطبق مع شرائح البطاطا المقلية.



شرائح اللحم مع صلصة الخل الحلو

كيلوغرام من رؤوس البطاطا الصافية ربع ملعقة صغيرة من المبشورة إلى نصفين البهار الحلو كيلوغرام من فليه الغنم أو الخروف (فتائل) مقشرة جزرات مقطعة إلى ملعقتان طعام من الزبدة شرائح سميكة رؤوس غار (أو أكثر حسب الحاجة) ٥ إلى ٦ حبات فلفل ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من بقدونس للزينة الخل الحلو.

التحضير

عند الضرورة إلى المقدار ويطهى المزيج فوق نار خفيفة بعد تنطية القدر حتى تضيع قطع اللحم وتتمتص قطع البطاطا كل الصالصة ويصبح الجزر طرياً. يقدم الطبق ساخناً مع وجبات البهار، والخل الحلو، السلطة الخضراء والأرز المسلوق. توضع الخضار جانبياً في وورق الغار وكمية كافية من الماء الساخن. تخفف النار يضاف المزيد من الزيت.

كلافوتي بالفاكمة

الدمراء



حتى ينضج قبر الكلافوتى
وحواهه يخرج الطبق من
الفرن ويترك ليبرد لمدة
نصف ساعة، ثم يقدم هاتراً.
ملاحظة: يمكن شراء خليط
التوت الأحمر المجلد من
السوبرماركت.

يزخلط الدقيق مع دقيق الذرة
والباكيينغ باودر.
يضاف الحليب الفاتر
يزجاجي مقاوم لحرارة الفرن
والخشيدة المطازجة إلى مزيج
البيض، يضاف من ثم مزيج
الدقيق، سكك مزيج التوت
الأحمر في الخليق الزجاجي.
يضاف البيض مع السكر.
يضاف من ثم الفانيلا.

الكمية تكفي 6 إلى 7 أشخاص
الفاتر ٤/٣ الكوب من السكر
نصف كوب من القشدة
الطازجة
ملعقتان صغيرتان من
الباكيينغ باودر
فانيلا.

٦ ملاعق طعام من الدقيق
(الطحين)
١٢ ملاقة طعام من دقيق
الأحمر (أو التوت الأزرق
والفيري (الفراولة) والعليق
والتوت الأسود)



أناهيد دوفيكيان

©Bulka Ads Agency

الدجاج مع اللوز



المقادير

الخيزانة
ملعقة صغيرة من الزنجبيل
الطاووس المششور
ملعقة طعام من الزيت
٦٠ غ من اللوز المسلوق والمشرش.

الصلصة
ملعقة طعام من دقيق الذرة
كوب ونصف الكوب من الماء
ملعقة طعام من صلصة الصويا
مكعب من مرقة الدجاج.

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

٤ صدور دجاج
ملعقة صغيرة من الملح
ملعقة طعام من دقيق الذرة
بياض بيضة واحدة
زيت للقلي
٦ رؤوس كرات (بصل اندلسي)
٤ إلى ٥ حبات فطر
جزرة كبيرة
علبة صغيرة من برام

التحضير

الساخن حتى يتغير لونها ثم تصفي جيداً.
يخلط دقيق الذرة مع الماء وصلصة الصويا ومكعب مرقة الدجاج لتحضير الصلصة. يحرك المرق فوق النار حتى تغلي الصلصة وتكتاف. تقرم حبات الفطر خشناً وتقطع رؤوس الكراث إلى قطع من ٢ سم.
قطيع براعم الخيزان إلى شرائح. تبشر الجزرة وتقطع إلى مكعبات صغيرة.
يقطع لحم صدر الدجاج إلى قطع من ٢،٥ سم ويخلط لحم الدجاج مع الملح ودقيق الذرة وبياض البيض المخفوق قليلاً. يخلط الصلصة وتخلط جيداً، ثم يضاف اللوز.
يقطع الدجاج في الزيت



البيتزا الصغيرة المخبوزة أو المقليّة

في قدر فوق النار. يطهى المزيج من دون غطاء حتى الحصول على صلصة كثيفة.

ملاحظة، يمكن قلي دوائر عجين البيتزا في الزيت الساخن حتى تحرج جداً وتتحضّر تماماً. تصفى بعدها من الزيت فوق محارم المطبخ الورقية. تقطع دوائر البيتزا الساخنة بخشوة البندورة، علمأً أنه يمكن تحضير هذه الحشوة مسبقاً.

قطريها ٤ سم. تخبز دوائر العجين في الفرن حتى تصبح وردية اللون.

ثم تقطع الدوائر المخبوزة بخليل البندورة والجوز وتزين بأوراق الصتر الطازجة وتقدم فاترة أو ساخنة.

العجينة طرية ومرنة. يمكنك أيضاً استعمال خلاط الطعام لديك العجينة).

تقطع وترك في مكان دافئ لمدة ١٠ دقائق تقريباً حتى يتضاعف حجم المزيج. يخلط الدقيق مع الملح في ساعة تقريباً أو حتى تجفف ويزفف إلىهما مزيج الخميرة وزيت الزيتون.

يخلط الكلى للحصول على عجينة طرية.

تدعك العجينة فوق سطح طرية. مكسو بالدقيق حتى تصبح مكرونة طعام من زيت الزيتون. الطازج المفروم ربع كوب من جبنة بارميسان. المفروم.

التحضير

الطبقة العلوية	الكمية تصنع ١٦ قطعة
نصف كيلوغرام من البندورة (الطمطم)	بيتزا صغيرة
ملقة صغيرة من الحمراء المقشدة والمفرومة ناعماً	ملقة صغيرة من الحمراء المقشدة
نصف ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية	نصف ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية
السكر	ثلث كوب من الماء
فنجان ذوم	رأس متوسط من الفلفل
ثلاث كوب من الماء	كوب من الدقيق
الفاتر	نصف ملعقة صغيرة من الأحمر، مفروم ناعماً
رأس متوسط من الفلفل	(الطحين)
كوب من الدقيق	نصف ملعقة صغيرة من السكر
نصف ملعقة طعام من الصتر	ملعقة طعام من زيت الطازج المفروم
الملح	ملعقة طعام من الحبق
ملعقة طعام من زيت الزيتون	الطازج المفروم
ربع كوب من جبنة بارميسان.	نصف كوب من الجوز المفروم.



بารميانا الباذنجان

التحضير
 يقطع الباذنجان إلى شرائح من سم، توضع الشريحة على مصبعات حديبة فوق صوان العبر ويرش فوقها الملح الخشن. ترك الكل من دون غطاء لمدة ١٠ دقائق تقريباً أو حتى يكتافى المزيج قليلاً.
 يضاف من ثم الحقن البارد وتتصف وتطفف فوق معاجم المطبخ الورقة.
 يدهن طبق زجاجي مقاوم الحرارة الفرن سعنه ٨ أكواب بالقليل من الزيت.
 تسكب فيه نصف كمية مزيج البندورة، ثم ترصف فوقه شريحة الباذنجان.
 وبعدها نصف شريحة الموزاريلا، وترش فوقها جبنة البارميسان.
 تكرر العملية نفسها مع المكونات الباقية من مزيج قدر، ويضاف إليه الثوم

فرن معتدل الحرارة لمدة ٤٠ دقيقة تقريباً أو حتى تذوب الجبنة. يمكن تقديم هذا الطبق مع معكرونة الرجالي من دون غطاء في النولار المسلوقة.

الكمية تكفي ٦ أشخاص	على طبق من البندورة
المهروسة (وزن كل منها ٤٢٥ جرام)	بندورة، وشرائح الباذنجان، وشرائح الموزاريلا وجبنة البارميسان. يحضر الطبق الرجالي من دون غطاء في النولار المسلوقة.
ملعقتان من البندورة	البندورة، وشرائح الموزاريلا وجبنة البارميسان. يمك تقديم هذا الطبق مع معكرونة الرجالي من دون غطاء في النولار المسلوقة.
ملعقة صغيرة من السكر	
ربع كوب من الحبق الطازج	
المفروم	
ملعقتان طعام إضافيتان من جبنة نصف كيلوغرام من جبنة الموزاريلا المقطعة إلى شرائح، ثلث كوب من جبنة فاسا ثوم مهروسان بارميسان المبشورة.	



إعداد السيدة
أناهيد دويفيكان

روابط: www.aleph.com

السلمون المخلل

التحضير

يخلط السكر مع الملح
الخشن.

توضع نصف كمية هذا
الخليل في طبق زجاجي،
وتسقط فوقها شريحة
السلمون. تسكب من ثم
الكمية الباقية من خليط
السكر والملح لتنطبق كل
الشريحة.

تحفظ شريحة السمك في
الثلاجة لمدة ٢٤ ساعة.

تخرج الشريحة من الثلاجة
وتغسل بالماء البارد ثم

تجفف بمحارم المطبخ
الورقية. يحضر خليط من
الليمون وزيت الزيتون
والبصل الأخضر المفروم

وحبات الفلفل الأسود.
يسكب هذا الخليط فوق

شريحة السلمون وتترك
الشريحة في الثلاجة لمدة ٢

إلى ٣ ساعات.

ترفع الشريحة من الصالصة

وتقطع بواسطة سكين حادة
إلى شرائح رقيقة جداً وتقدم

مع الخبز الأسمري والزبدة
كوع لذيد من المقبلات.



ثلاث ديم سيم

التحضير
يخلط البصل المفروم ناعماً مع الملفوف المفروم ناعماً، والقريدس المفروم، ولحم الدجاج المفروم، والبيضة، ودقيق الذرة، وصلصة الصويا وزيت السمسم. يخلط المزيج جيداً. ت découper la viande en petits morceaux et la faire cuire à la poêle avec l'oignon et le persil. Ajouter la mayonnaise et la sauce soja et mélanger.

عجينة الونتون
ببيضة واحدة يخلط المزيج جيداً. تقطع حواوف العجينة بواسطة سكين حادة كوبان من الدقيق (الطحين) للحصول أخيراً على مربع حجمه ٢٨٣٨ سم. يقطع هذا المربع إلى مربعات صغيرة حجمها ٨ سم بمساعدة المسطرة. توضع مربعات الونتون في صينية وتغطى بقطعة قماش رطبة حتى تصبح جاهزة للاستعمال.

التحضير
تخفق البيضة مع الماء في ثلاثة أرباع الكوب من الماء. ينبعج بياض البيض بواسطة زيت السمسم. يضاف إليها الدقيق ويدعك المزيج تماماً حتى تصبح العجينة لينة وناعمة.

الكمية تصنع ٢٥ إلى ٣٠ قطعة	بيضة واحدة
ملقطتا طعام من دقيقة الذرة	بياض بيضة واحدة
كوب ونصف الكوب من لحم القريدس المفروم	ملقطتا طعام من صلصة الصويا
نصف كوب من لحم الدجاج المفروم	نصف كوب من لحم الونتون الجاهزة
ملقطتان صغيرتان من زيت السمسم	بصلة متوسطة مفرومة
٢٥ غ من رفقات ناعماً	زيت للقليل
كوب من الملفوف المفروم ناعماً	زيت للقليل



حبر البط مع الفطر والقريدس

ويبراعم الخيزران والجزر ويضاف هذا المزيج إلى الصلصة. يطهى الكل لمدة دققيتين.

يصب هذا المزيج فوق شرائح لحم البط ويزين بالبايسون التجمي ويقدم الطبق فوراً.

ينقع التمر الهندي في الماء البارد، ثم يصفى. يخلط عصير التمر الهندي مع العسل وصلصة الصويا وعصير البايسون التجمي ودقيق الذرة المذوب في الماء. تطهى الصلصة فوق النار حتى تكتاثف قليلاً. يخلط الفطر مع القريدس وردبياً، ثم يرفع من القدر ويسلق صدر البط مع الملح والبصل والبصل الأخضر ويسخن الزيت في مقلاة ويقلى فيه صدر البط حتى يصبح لونهما وردبياً. يمكنه مع كمية من الماء حتى ينضج البط ويصبح طرياً. يقطع كل صدر بط إلى برقع بعدها من القدر. شرائح وترصف الشرائح في الماء نفسه، يسلق القريدس حتى يصبح لونه ناصعاً.

التحضير
الكمية تكتفى إلى ٤ أشخاص
التمر الهندي ربع كوب من السكر أو العسل صدر بطاطاً ٢٥ غ من القريدس المقلي إلى شرائح ملقطتا طعام من صلصة الصويا بصلة متوسطة مفرومة ٣ ملاعق طعام من دقيق الذرة رأسان من البصل الأخضر مقليان إلى شرائح ٤ إلى ٥ حبات من الفطر فصا ثوم مفروم ناعماً ٣ حبات من البايسون ومصفاة ٥ إلى ٧ ملاعق طعام من التجمي (نوع من التوابيل) الماء ٤ حبات كبش قرنفل جزرتان مقطعتان إلى نصف كوب من عصير شرائح.



الدجاج زانيا

شرط تقطيبها بيقية
الصاصنة البيضاء.
يرش القليل من الجبنة في
الأعلى وتحيز اللازانيا في
فزن حرارته ٢٥٠ درجة
فنهزتها حتى يصبح
سطحها وردي اللون.
تقدّم اللازانيا كطبق أساسي
مع السلطة الخضراء.

الواحدة تلو الأخرى، إلى الماء المغلي وتسقط حتى تصبح طرية، ثم ترتفع من التدر وتختفي في الماء البارد وتحجف بمحارم المطبخ الورقية. يدهن قفر طريق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن أو صينية عادمة بالزينة.

ترتفض طبقية من رفاقات اللازانيا في قفر الصينية وتعطى بطبقية من الصالصة البيضاء. تتوضع من ثم طبقة أخرى من رفاقات اللازانيا وتعطى بطبقية من مزيج اللحم. تتوضع من ثم طبقة ثالثة من رفاقات اللازانيا وتعطى بالصالصة. تذكر العملية على هذا النحو حتى يسْطَع آخر طبقة من رفاقات اللازانيا

التار حتى تذوب، يضاف إليها الدقيق ويحرك بملعقة خشبية أو شريطة معدني للحصول على مزيج ناعم، تضاف مفرقة الدجاج، والملح، وجوزة الطيب واللقاليل للأبيض، يخلط الكل معًا حتى تظهر الفاكهة في الصلصة وتتصبّغ كثيفة. تضاف القشدة الطازجة إلى الصلصة وتختلط معها. تضاف من ثم نصف كمية الجبنة المتنوعة إلى الصلصة ويحقن بالبيضة لتقطيع سطح الازانيا. يسكب مقدار كافٍ من الماء في قدر كبيرة ويغلى مع ملعقة طعام من الملح. تضاف رفقات الازانيا.

تحضير الصالحة

البيضاء المتوسطة الكثافة

٣ ملاعق طعام من الزبدة
٣ ملاعق طعام ونصف
الملعقة من الدقيق
كوبان ونصف الكوب من مرقة
الدجاج
ملاعق طعام من القشدة
الطازجة

٢٠٠ غ من الجبنة المتبوعة
نصف ملعقة صغيرة من الملح
ربع ملعقة صغيرة من جوزة
الطبع
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل
الأبيض.

التحضير

تسخن الزبدة في قدر فوق

التحضير
يوضع الزيت والزبدة في
مقلاة فوق النار. يقلل فيهما
البصل حتى يذبل.
يضاف من ثم الحمّام الدجاج مع
الملح ويتابع القلي حتى يتغير
لون لحم الدجاج.
تضاف البازيليا والجزر،
والكوسا، و沐جون البندوره،
والفلفل الأبيض والهار
الحلو. يتتابع الطهو لمدة 5
دقائق إضافية. ترفع المقلبة
عن النار ويترك المزيج جانباً.



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

Vista: LiseKapcia



ملعقة طعام من البقدوس الطازج المفروم
ملعقة صغيرة من القصعين الطاطن المفروم
(اختياري)
حبات كوسا متوسطة
الحجم، مقطعة إلى شرائح سميكة
جزرة متوسطة مقطعة
إلى قطع ورقائق.
الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

مفرومتان فص ثوم مهروسان
٤ شرائح من لحم البقر أو رأس فلفل أحمر كبير
رأس فلفل أصفر كبير
الحبيش المدخن
دقيق عادي
١٢ فخذ دجاج (القسم العلوي فقط بعد تنزع علبة وزنتها ٤٢٥ غ من العظام والجلد منه)
ملعقة طعام من معجون بصلتان متوسطتان، البنودرة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

فص ثوم مهروسان

٤ شرائح من لحم البقر أو رأس فلفل أحمر كبير

رأس فلفل أصفر كبير

الحبيش المدخن

ثلاثة أرباع الكوب من مرقة الدجاج أو اللحم

علبة وزنتها ٤٢٥ غ من البنودرة (العلاء)

ربع كوب من زيت الزيتون

بصلتان متوسطتان، البنودرة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

فص ثوم مهروسان

٤ شرائح من لحم البقر أو رأس فلفل أحمر كبير

رأس فلفل أصفر كبير

الحبيش المدخن

دقيق عادي

١٢ فخذ دجاج (القسم العلوي فقط بعد تنزع علبة وزنتها ٤٢٥ غ من العظام والجلد منه)

ملعقة طعام من معجون بصلتان متوسطتان، البنودرة

الدجاج مع النثار

قطع الكوسا والجزر وورق الغار وشرائح الفلفل.
يُجبر الطبق وهو مقطوع في فرن معتدل الحرارة لمدة ساعة وربع الساعة تقريباً
أو حتى ينضج الدجاج
والخضار.

تسخن بقية الزيت في قدر البنودرة. يطهى الكل من وسادة اللون. (يمكن شواء ويفلي فيها البصل مع الشوكولاته. يُنثر على البصل، تضاف من ثم مرقة اللحم أو الدجاج، والبنودرة، ويسكب فوقها مزيج البنودرة

من فانيليا الدقيق.
تسخن ملعقتان طعام من الفلفل داخل الفرن دون غطاء لمدة دقائق الأربع أقسام وتزرع منها الزيت في قدر وتقلى فيه البنودرة. تُرشى قطع الفلفل إلى شرائح عرضها سم واحد. يوضع الدجاج على دفقات فوق المضيع على أن تكون دجاج قبل رجها للتخلص من تقطيع رؤوس الفلفل إلى أربعة أقسام وتنزع منها البنودرة. تُرشى قطع الفلفل إلى شرائح عرضها سم حتى تحرر من كل الجهات. توضع قطع الدجاج في طبق وعاء وتقلب فيه أفحاد الدجاج قبل رجها للتخلص من تقطيع رؤوس الفلفل إلى أربعة أقسام وتنزع منها البنودرة. تُرشى قطع الفلفل إلى شرائح عرضها سم واحد. يوضع الدجاج فوق القشرة من الأعلى إلى أن تصبح القشرة مجعدة



كرات البنودرة والبصل

- تحضير حشوة البنودرة**
٣ أكواب من الدقيق (الطحين) العادي
ملعقتان صغيرة من البنودرة وتنزع
وعاء مدهون بالزيت، وتقطع
منها البنودرة وتفرد. يسخن
الزيت في قدر ويُقلّى فيه
البصل والثوم، مع التحريك،
حتى يذبل البصل.
تحشى شرائح مقطعاً على
البنودرة، مع التحريك جيداً.
كرات العجين في مكان دافئ
لمدة ٥ دقائق. تقطع
فرن مدهون بالزيت.
١٠ دقائق أو حتى تصبح الحشوة
طرية ومرة. توضع العجينة في
تنفس رؤوس البنودرة وتنزع
وترك في مكان دافئ لمدة
ساعة تقريباً أو حتى يتضاعف
حجمها. تقلب العجينة فوق
سطح مكسو بالدقيق وتدعى
نصف البنودرة والجبن.
الجيزة إلى كرات مفتوحة.
ترصّف هذه الكرات في صينية
فرن مدهون بالزيت.
١٢ دقيقة أو حتى تضجّ
البنودرة، مع التحريك جيداً.
أعلى كل كرة ملعقة العجينة
والآخر. تُزين الحشوة بالزيتون
للمدة ٤٠ دقيقة تقريباً أو حتى
يتضاعف حجمها تقريباً.
تحضير الكرات
تدهن كرات العجين بالبيضة
المخفوقة وتُخبز في فرن
معتدل الحرارة لمدة ٤ دقائق
وتضاف إليه الخميرة مع السكر
ومقطعتان إلى شرائح
فص ثوم مهروس
ملعقة طعام من جبنة
بارمسان المبشورة
ملعقة طعام من الصغير
الزيتون
يُنخل الدقيق فوق عاء كبير،
ويُضاف إليه الخميرة مع السكر
ومقطعتان متوسطتان،
تصبّر أو حتى تبدو كرات
البنودرة. يُخلط الكل جيداً.
يضاف من ثم الزيت وكبيرة
الملعقة طعام من جبنة
بارمسان المبشورة
ملعقة طعام من الصغير
الزيتون
يُنخل الدقيق من الصغير
البنودرة، فارغة عند التقدّم
عليها. يُرشى الشقان
المقطعاً على كل كرة بحشوة
عجينة طرية.
البنودرة وتنرين الحشوة
بالصغير الطازج وجبة من
الزيتون الأسود.



الفول أو فان المدشو بقشدة ماسكاربون

**حشوة جبنة
الماسكاريون**
تتحقق الشفافة الطازجة حتى
تنتفخ وتتصبح بيضاء اللون.
تضاف إليها جبنة الماسكاريون
وملقطات طعام من السكر الناعم
ويتبع الخفق وتقدم كوع من
الحلوى الخفيفة.

الماسكاريون باستعمال كيس
الحلويات. تقطع الحشوة في
كل قطعة فول أو فان بقطاء
واحد وبرش فوقه السكر
الناعم. تزين قطع الفول أو
فان بقطيع المشمش
والفراولة وتقدم كوع من
الحلوى الخفيفة.

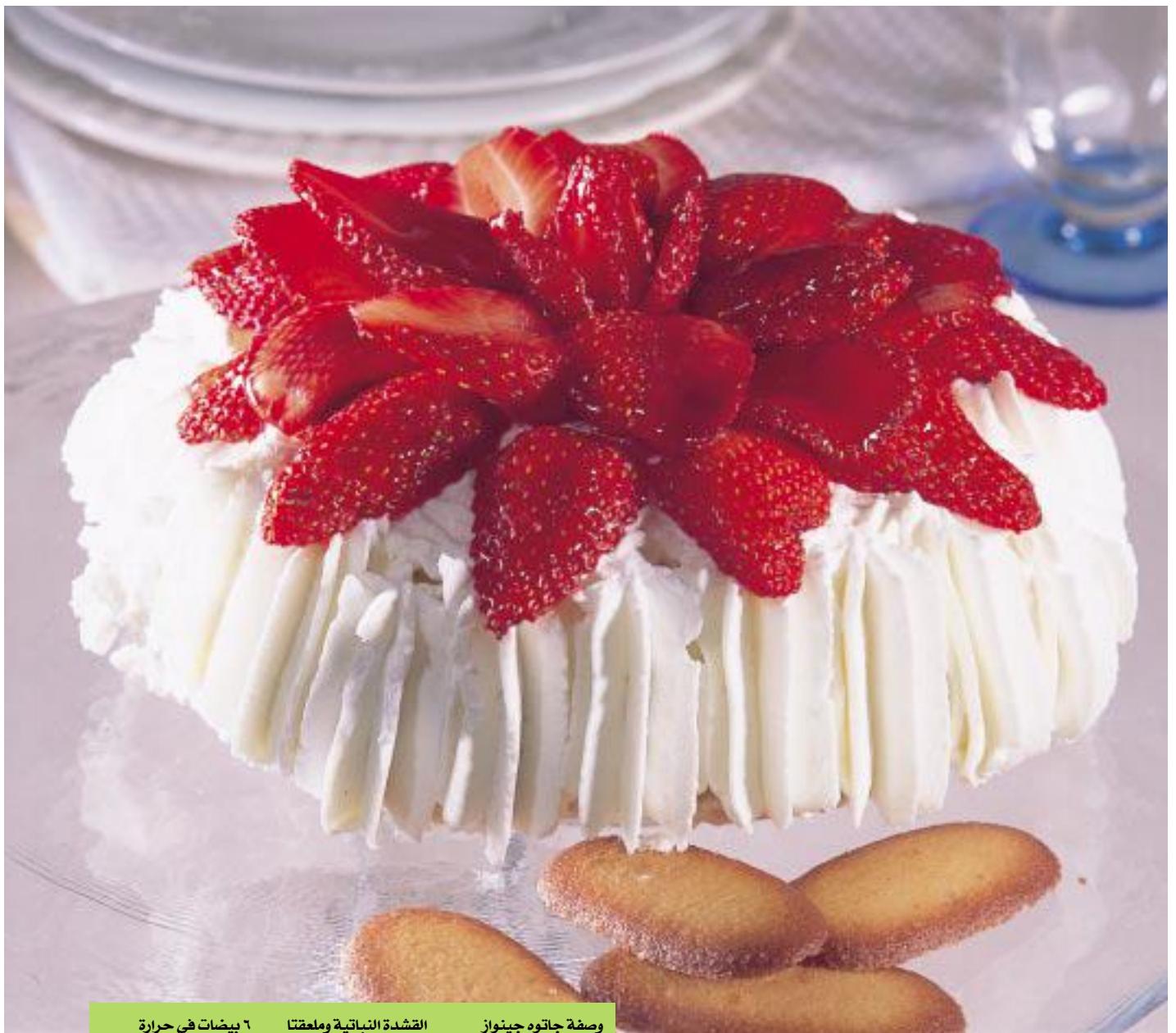
على ٦ أغطية.
تقسم هذه الأغطية في
كل قطعة فول أو فان بقطاء
في مقلاة غير لاصقة،
يسخن كوب من السكر فوق
نار متوسطة حتى يذوب
وينتشر حشوة القشدة
وينتشر حشوة القشدة
وتحشى كل قطعة فول أو
فان بحشوة جبنة

فهنهایت حتى تنتفخ ويكبر
حجمها وتتصبح وردية اللون.
الدايرية في صينية مكسورة
في مقلاة غير لاصقة،
يسخن كوب من السكر فوق
نار متوسطة حتى يذوب
وينتشر حشوة القشدة
وتحشى كل قطعة فول أو
فان بحشوة جبنة

التحضير
ترصف قطع الفول أو فان
الدايرية في صينية مكسورة
بورق البرشمان. يدهن
سطحها بصفار البيض
وتحمر لمدة ٢٥ إلى ٤٠
دقيقة تكريباً في فرن
دقيقة تكريباً في فرن
حرارته ٣٧٥ درجة

الكمية تكفي ٦ أشخاص
٦ قطع فول أو فان
جاهزة ومجلدة
(بالحجم الكبير)
صفار بيضة واحدة
٦ قطع مشمش
٦ حبات فريز (فراولة)
لوز مسلوق ومقشر ومن
ثم محمص في الفرن
لتصبح وردي اللون
كوب من سكر الكaramيل
سكر ناعم
١٠٠ غ من جبنة
ماسكاريون
كوب ونصف الكوب من
القشدة المخفوقة
٤/٣ كوب من القشدة
النباتية و٤/٤ كوب من
القشدة الحيوانية
وملعقتا طعام من
السكر (بعض قطرات
من خلاصة اللوز
(اختياري).

كابي بجينة الروكفور



الزوكتو مع الفريز (الفراولة)

٦ بيضات في حرارة الغرفة
٣/٢ كوب من السكر الناعم
٣/٢ كوب من الدقيق (الطحين)
فانيلا
نصف كوب من عصير البرتقال.
٦ بيضات
١ كيلوغرام من الفريز (الفراولة) المفرومة ناعماً
٣ أكواب من القشدة الطازجة المخفوقة
أيضاً استعمال الشوكولا (البيضاء).
تحضير جاتوه جينواز
٦ بيضات

بها، شرط استعمال كيس العجينة حتى تجفيفها.
يغطي الجاتوه بورق التاليلون والشوكولا المبشورة.
اللائق ويفخذه في الثلاجة لمدة ٤ إلى ٥ ساعات أو
زخرفياً. يزين الجاتوه أيضاً بالفراولة ويحفظ مجدداً في الثلاجة حتى موعد التقديم.

وصفة جاتوه جينواز
٦ كيلوغرام من الفريز (الفراولة) المفرومة ناعماً
٣ أكواب من القشدة الطازجة المخفوقة
(كوبان من القشدة الحيوانية وكوب من

يعيق الجاتوه إلى مثلثات طولية وترصف هذه المثلثات في قعر الطبق الرجاجي وعلى حواهفه. تدهن مثلثات الجاتوه إلى ١٢ دقيقة، ثم يخرج الجاتوه من الفرن ويترك يوقف الخلط ويضاف في وعاء آخر، تخلط القشدة المخفوقة (شرط بيسط ورق التاليلون اللائق الاحتفاظ ببعضها للزينة) داخل وعاء زجاجي متوسط العمق.

التحضير
يعيق البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، وتتحقق العجينة حتى تصبح دقة.

٦٠ غ من الزبدة
٤ بيضات
رشة ملح
٤ كوب من الماء
٦٠ غ من العجينة
٤ كوب من الدقيق (الطحين)
لسكب كرات صغيرة من هذه العجينة في صينية غير لاصقة أو في صينية عادية مكسوة بورق البرشمان.
يجب إبعاد الكرات عن بعضها قليلاً.
تخبز قطع البات آشو في فرن حرارة ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى تتتفتح وتنفس وردية اللون وتتصبح قاسية على اللمس.
يطفال الفرن وتترك كرات البات آشو داخله لمدة ٢٠ دقيقة إضافية حتى تنسو أكثر فأكثر.
تقطع شريحة من أعلى كل كرة بات آشو وتحشى بمزيج العجينة قبل تقديمها.

٤ كوب من العجينة
٦ كوب من الماء
٦٠ غ من العجينة
٤ كوب من الدقيق (الطحين)
لسكب العجينة في صينية غير لاصقة أو في صينية عادية مكسوة بورق البرشمان.
يجب إبعاد الكرات عن بعضها قليلاً.
تخبز قطع البات آشو في فرن حرارة ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى تتتفتح وتنفس وردية اللون وتتصبح قاسية على اللمس.
يطفال الفرن وتترك كرات البات آشو داخله لمدة ٢٠ دقيقة إضافية حتى تنسو أكثر فأكثر.
تقطع شريحة من أعلى كل كرة بات آشو وتحشى بمزيج العجينة قبل تقديمها.

الكمية تكفي ٦ أشخاص
الغرفة، حبات عنب أحمر
مشطورة إلى صففين، ربع كوب من القشدة الحيوانية
ملعقة طعام إلى ثلاثة ملاعق من الزبدة في حرارة الطازجة المحفوظة.
الزنقاء، عليه من كرات



الدجاج في خبز التورتيلا

التحضير
يسلق لحم الدجاج مع بصلة مقطعة إلى أربعة أقسام، والقليل من الملح، وورقة غار، و٥ حبات كاملة من الفلفل الأحمر، مهرسان وربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض، ٣ روؤس من البصل الأخضر، مفروم تماماً كبيس خيار صغير الحجم، الزينة بندورة (طماطم)، صفيرة للزينة، أوراق خس، الزينة لبنة، ١٢ رغيف تورتيلا (علبة كاملة).

الكمية تصنع ٢٤ قطعة
٤/٣ كيلوغرام من لحم صدر الدجاج
٤/٣ كوب من المايونيز
٣ ملاعق طعام من القشدة الطازجة
٨ غ من العجينة
القشدة
فصانوم
مهرسان وربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
٣ روؤس من البصل الأخضر
مفروم تماماً كبيس خيار صغير الحجم
الزينة
بندورة (طماطم)
صفيرة للزينة
أوراق خس
الزينة
لبندة، ١٢ رغيف تورتيلا (علبة كاملة).



يغطي الجاتوه بورق التاليلون والشوكولا المبشورة. يبسط هذا المزيج فوق مثنتين الجاتوه، ثم توضع طوال الليل حتى يجمد. يقلب الجاتوه ويهذن سطح المثلثات بعصير البرقان.

يغطي الجاتوه بورق التاليلون والشوكولا المبشورة. يغطي هذا المزيج فوق مثنتين الجاتوه، ثم توضع طوال الليل حتى يجمد. يقلب الجاتوه ويهذن سطح المثلثات بعصير البرقان.

يغطي الجاتوه بورق التاليلون والشوكولا المبشورة. يغطي هذا المزيج فوق مثنتين الجاتوه، ثم توضع طوال الليل حتى يجمد. يقلب الجاتوه ويهذن سطح المثلثات بعصير البرقان.

يعيق الجاتوه إلى مثلثات طولية وترصف هذه المثلثات في قعر الطبق الرجاجي وعلى حواهفه. تدهن مثلثات الجاتوه إلى ١٢ دقيقة، ثم يخرج الجاتوه من الفرن ويترك يوقف الخلط ويضاف في وعاء آخر، تخلط القشدة المخفوقة (شرط بيسط ورق التاليلون اللائق الاحتفاظ ببعضها للزينة) داخل وعاء زجاجي متوسط العمق.

التحضير
يعيق البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، وتتحقق العجينة حتى تصبح دقة.

٦٠ غ من العجينة
٤ كوب من الماء
٦٠ غ من العجينة
٤ كوب من الدقيق (الطحين)
لسكب كرات صغيرة من هذه العجينة في صينية غير لاصقة أو في صينية عادية مكسوة بورق البرشمان.
يجب إبعاد الكرات عن بعضها قليلاً.
تخبز قطع البات آشو في فرن حرارة ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى تتتفتح وتنفس وردية اللون وتتصبح قاسية على اللمس.
يطفال الفرن وتترك كرات البات آشو داخله لمدة ٢٠ دقيقة إضافية حتى تنسو أكثر فأكثر.
تقطع شريحة من أعلى كل كرة بات آشو وتحشى بمزيج العجينة قبل تقديمها.

الكمية تكفي ٦ أشخاص
الغرفة، حبات عنب أحمر
مشطورة إلى صففين، ربع كوب من القشدة الحيوانية
ملعقة طعام إلى ثلاثة ملاعق من الزبدة في حرارة الطازجة المحفوظة.
الزنقاء، عليه من كرات



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

(Bild: Karin Adelskog)

سوليسي الأوراماكي المقلوب

التحضير

يوضع الأرز في وعاء كيرر ويغسل ميداً، ويغير ماء الغسل مرات عددة إلى أن يصبح شفافاً. يصفى الأرز وترك في المصنفة لمدة ساعة كاملة. وفي حال نقص الوقت، ينقع الأرز في الماء البارد النظيف لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة، ثم يصفى. ينقل الأرز إلى قدر عميق وتحميس القعر، ويضاف إليه الماء وقطعة من الكومبو المجفف في حال استعماله. تقطع القدر ويغلق الأرز فوق نار قوية لمدة ٥ دقائق تقريباً. ثم يجري التخلص من عشب الكومبو.

تحميس النار وتترك القدر مغطاة فوق نار خفيفة لمدة ١٠ دقائق تقريباً أو حتى يجري امتصاص كل الماء. يجب ألا يرفع الغطاء عن القدر. ترفع القدر عن النار وتترك مغطاة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة.

يخلط خل الأرز مع السكر والملح في وعاء صغير ويحرك المزيج حتى يذوب تماماً. ينقل الأرز المطهو إلى طبق مسطح كبير ويُسكب فوقه الكثير من صلصة الخل (مزيج خل الأرز مع السكر والملح).

تستعمل ملعقة خشبية لخلط صلصة الخل مع الأرز، ولكن من دون التحرير. وأنشاء عملية الخلط، يجب تبريد الأرز بسرعة باستعمال مروحة (أو قطعة من الكرتون للتهوية). يترك بعدها الأرز حتى يبرد في حرارة الغرفة قبل استعماله لإعداد السوشي.

التحضير

تكرر العملية نفسها مع فتات الخبز الياباني. يخلط ١٠٠ غ من لحم السرطان المفتى مع ٣ ملاعق طعام من الأرز المابونيز ويستعمل الخليط لتقطيع قطع الأوراماكي إذا شئت أو كل رقاقة التورى على نحو متساوا باستعمال الأصابع، يتم تحضير فتات الخبز الياباني المقلي على النحو التالي: يسخن الزيت في مقلاة وبرش فتات الخبز المقلي في الزيت الساخن حتى يصبح ذهبياً. ينقل فتات الخبز المقلي إلى محارم المطبخ الورقية بواسطة ملعقة ذات ثقوب للخلص من الزيت الناضج، ثم يحفظ في عليه. يستعمل هذا التقطيف كل لفافة إلى ٥ قطع، وترصيف في طبق التقديم وتقديم مع الزنجبيل المخلل وصلصة القرىديس فوق الأرز، ومن ثم قلب كل الرقاقة مع حشوتها فوق الحصيرة المغطاة بورق النايلون.

ملاحظة: يجب تقطيع حصيرة لف السوشي بورق النايلون مما كان نوع الأوراماكي المقلوب.

طريقة تحضير الأرز

المخلل

الكمية تصنع ٤ أكواب من الأرز كوب ونصف الكوب من الأرز الياباني القصير الحبة قطعة كومبو حجمها ٤ سم لتنكية الأرز (اختياري) ٢ ملاعق طعام من خل الأرز الياباني ملعقتان طعام من السكر كوبان من الماء ملعقة صغيرة من ملح البحر.

٣ أكواب من الأرز المخلل

رقاقتان من التورى

زنجبيل مخلل للتقديم.

صلصة الخل

ملقطتان طعام من خل الأرز، نصف كوب من الماء.

رقاقات تورى

عيadan من لحم السرطان شرائح سلمون طويلة ورفيعة

شرائح أفوكادو طويلة ورفيعة

بدورسمسم محمصة

لتقطيف السوشي

فتات خبز ياباني مقلي

لتقطيف السوشي

كافيار قريديس لتقطيف

السوشي.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

BBagh: Hassan Dilonor



كانيلوني الدجاج

تسكب صلصة البندورة في قعر طبق زجاجي مقاوم للحرارة. ترصيف قطع الكانيوني فوق هذه الصلصة وترش فوقها جبنة البارميisan. تخbir قطع الكانيوني في فرن حرارته ٣٢٥ درجة هنريات لمدة ٣٠ دقيقة حتى يصبح سطحها وردي اللون.

تضاف الروكا المفرومة، والزيتون الأسود، والجبنية، والقشدة، وزيت الزيتون. تسلق أوراق الأزادانيا، واللفلف الأسود إلى لحم الدجاج المفروم.

تقطع كل رقاقة لازانيا إلى نصفين. يوضع القليل من حشوة الدجاج على طرف كل قطعة لازانيا وتلف الرقاقة بياحكام على أن تكون جهة الوصل إلى الأسفل عند وضع التفافات في الطبق.

من الملح. توضع القدر فوق النار حتى يغلي الماء. تضاف من ثم ملعقة طعام من زيت الزيتون ورشة من الملح الواحدة تلو الأخرى، لمدة دقيقة واحدة في الماء المغلي المفروم ويطهي المزيج فوق نار خفيفة. يضاف إليه السكر ثم تتصفى وتسطح جانبًا حتى تبرد.

تحضير الصلاصة
تسخن الزبيدة في قدر فوق النار. ويقلل فيها الكراث المفروم. تضاف من ثم البندورة المفرومة ويطهي المزيج فوق نار خفيفة. يضاف إليه السكر والملح والخل الحلو. يطهى الكل معاً لمدة ٢٥ إلى ٣٠ دقيقة.

تحضير الحشوة
يطهي صدر الدجاج حتى ينضج، ثم يوضعان في الخليط الكهريائي ويفرمان قدر وتضاف إليها ملعقة طعام

توضع كمية كافية من الماء في خشناً.

٢٥ غ من رفقات الأزانيا	الصلصة
الطازجة (علبة واحدة)	ملعقتاً طعام من
الزيادة	الزيادة
٣ رأسان من الكراث	رأسان من الكراث
(البصل الصغير)	ملح وفلفل
نصف باقة من أوراق	نصف باقة من أوراق
الروكا المفرومة	الروكا المفرومة
نصف باقة من الجبنة	نصف باقة من الجبنة
الطازجة المفروم	الطازجة المفروم
ربع كوب من الزيتون	ربع كوب من الزيتون
نصف ملعقة صغيرة	نصف ملعقة صغيرة
الأسود المفروم خشناً	الأسود المفروم خشناً
ثلاثة كوب من القشدة	ثلاثة كوب من القشدة
ملعقة طعام من الخل	الطازجة
الحلو	٤ ملاعق طعام من زيت
٣ رؤوس بندورة	الزيتون
(طماطم) طازجة	(طماطم) طازجة
ربع ملعقة صغيرة من	ربع ملعقة صغيرة من
الفلفل الأسود	الفلفل الأسود
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من	٢ إلى ٣ ملاعق طعام من
جبنة بارميisan.	جبنة بارميisan.

للفات السالمون المدخن (تيماكى)



٣ أكواب من الأرز
المخلل
٤ رفاقات من التوري
زنجبيل مخلل.

الحسوات
سلمون مدخن
٤ روؤس من البصل
الأخضر، خيار
رأس أفوكادو
عيadan من لحم
السرطان
عصير ليمونة
بذور سمسم.

طبق مسطح كبير ويسكب فوقه الكثير من صلصة الخل (مزيج الخل مع السكر والملح). تستعمل ملعقة خشبية لخلط صلصة الخل مع الأرز، ولكن من دون التحرير. وأثناء عملية الخلط، يجب تبريد الأرز بسرعة باستعمال مروحة (أو قطعة من الكرتون للتهوية). يترك بعدها الأرز حتى يبرد في حرارة الغرفة قبل استعماله.

لمدة ٥ دقائق تقريباً، ثم يجري التخلص من عشب الكومبو. تخفف النار وتترك القدر مغطاة فوق نار خفيفة لمدة ١٠ دقائق تقريباً أو حتى يجري امتصاص كل المصفاة لمدة ساعة الماء. يجب لا يرفع كاملة. وفي حال نقص الوقت، ينفع الأرز في الماء البارد النظيف لمدة ١٠ دقائق. وتترك مغطاة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة.

يخل الأرز إلى قدر عميقه وتقيلة القعر، ويضاف إليه والملح في وعاء صغير كوبان من الماء وقطعة من الكومبو المجفف في حال استعماله. تقطن القدر تماماً. ويغلى الأرز فوق نار قوية

يوضع الأرز في وعاء كبير ويغسل جيداً ويفير ماء الغسل مرات عدة إلى أن يصبح شفافاً. يصفى الأرز ويترك في المصفاة لمدة ساعة كاملة. وفي حال نقص الماء، ينفع الأرز في الماء البارد النظيف لمدة ١٠ دقائق. وتترك ملائعاً طعام من خل الأرز الياباني ملعقتاً طعام من السكر كوبان من الماء ملعقة صغيرة من ملح البحر.

التحضير للأرز المخلل
الكمية تصنع ٣ أكواب من الأرز المخلل كوب ونصف الكوب من الأرز الياباني القصير الجبة قطعة كومبو حجمها ٤ سم لتنكية الأرز (اختياري) على برق وترصف في طبق التقديم. ملاحظة: يمكن استعمال السالمون ثانية لجعلها هشة وإبراز المدخن المفروم لخشتها. تقطع كل رقاقة التوري بالعرض إلى نصفين. توضع ملعقتاً طعام من الأرز المخلل في كل قطعة نوري وبيسط الأرز فوق كل الرقاقة. توضع بعدها الحشوات التي اخترتها على نحو مائل فوق الأرز للحصول على شكل مخروطي. يقطع الخيار إلى شرائح. يقطع رأس الأفوكادو إلى شرائح ويهن بعصير الليمون. تمرر رفاقات التوري فوق نار خفيفة جداً لنحو ثانية لجعلها هشة وإبراز المدخن المفروم لخشتها. تقطع كل رقاقة التوري بالعرض إلى نصفين. تذور السمسسم فوقها.



لافات الفونكاواكي

يخلط خل الأرز مع السكر والملح في وعاء صغير ويحرك المزيج حتى يذوب تماماً. ينقل الأرز المطهو إلى طبق مسطحة كبير ويُسكب فوقه الكثير من صلصة الخل (مزيج خل الأرز مع السكر والملح). تستعمل ملعقة خشبية لخلط صلصة الخل مع الأرز، ولكن من دون التحرير. وأثناء عملية الخلط، يجب تبريد الأرز بسرعة باستعمال مروحة (أو قطعة من الكرتون للتهوية). يترك بعدها الأرز حتى يبرد في حرارة الغرفة قبل استعماله.

الماء البارد النظيف لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة، ثم يصفى. ينقل الأرز إلى قدر عميقه وتحتية القدر، ويضاف إليه كوبان من الماء وقطعة من الكومبو المفلفف في حال استعماله. تقطي القدر ويغلى الأرز فوق نار قوية لمدة ٥ دقائق تقريباً، ثم يجري التخلص من عشب الكومبو. تخفف النار وتترك القدر مغطاة فوق نار خفيفة لمدة ١٠ دقائق تقريباً أو حتى يجري امتصاص كل الماء. يجب ألا يرفع الغطاء عن القدر. ترفع القدر عن النار وتركت مغطاة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة.

المخلل ونصف الكوب من الأرز الياباني القصير الحبة قطعة كومبو حجمها ٤ سم لتنكية الأرز (اختياري) ٣ ملاعق طعام من خل الأرز الياباني، معلقتان طعام من السكر، كوبان من الماء ملعقة صغيرة من ملح البحر.

الياباني، يلف شريط نوري حول مستطيل الأرز ويُلصق الشريط بواسطة الأرز المخلل. توضع ملعقتان صغيرتان من الكافيار والقليل من الكبار المخلل فوق الشريط أو يمكن تزينيه بال الخيار الأخضر. تكرر العملية نفسها مرات عدة للحصول على المزيد من اللفافات مع إمكانية استعمال لحم السرطان أو أي نوع من ثمار البحر. تقدم اللفافات مع الزنجبيل المخلل وصلصة الصويا اليابانية.

هذه اللفافات عبارة عن شريط من رفاقات النوري ملفوف عمودياً حول الأرز مع طبقات علوية نبيئة مثل السلمون والكافيار والإيكورا. ويمكن أن تحتوي اللفافات على لحم السرطان المفتت أو الذي في شكل كل. التحضير

قطع كل رفقة نوري بالعرض للحصول على ١٢ شريطاً بحجم ٣×٤ سـ. تقسم اليدان في صلصة الخل، ثم يؤخذ مقدار ملعقة أو ملعقتين طعام من الأرز المخلل باليد ويعصر للحصول على شكل $٣ \times ٢ \times ٤$ سم.

٣ أكواب من الأرز المخلل رفاقتان من النوري.

صلصة الخل
ربع كوب من الخل
كوب من الماء.

الطبقات العلوية
نصف أو ثلاثة كوب من لحم السرطان معجون واسابي ثلث كوب من كافيار السلمون أو الكافيار الأحمر كبار أو خيار صغير أو أي خضار حضرة للزينة.

التقديم
زنجبيل مخلل صلصة صويا يابانية.



إعداد السيدة
أناهيد دو فيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



سلك البريزي مع الطرطور

الكمية تكفي 4 أشخاص

التحضير
بمجرد الطهي مع الماء
للحصول على خليط ناعم
وقشدي. يضاف حينها
والفلفل الأسود، ويغمس
السمك في هذا المزيج.

تسكب صلصة الطرطور
يسخن الزيت جيداً في
 فوق السمك المقلي أثناء
التقديم أو تقدم صلصة
الطرطور بجانب السمك
على دفعات حتى يصبح
هشاً.

يزين الطبق بالبقدونس
معارم المطبخ الورقية
المفروم وشرائح الليمون.
يقدم الطبق مع الخبز
الفانص. العربي كوع لذيد من
المقبلات.

يوضع السمك المقلي فوق
صلصة الطرطور
كوب من الطحينة
كوب من الماء
فمن ثم مهروس مع
الملح
عصير ليمونة
واحدة
بقدونس مفروم
للزينة.

كيلوغرام من سمك
البريسي المختلف
والمحضون والمصنف
دقائق (طحين) وملح
وقفل أسود
زيت لقلي السمك.

صلصة الطرطور
كوب من الطحينة
كوب من الماء
فمن ثم مهروس مع
الملح
عصير ليمونة
واحدة
بقدونس مفروم
للزينة.

شراح اللحم مع صلصة البندورة والبقدونس

التحضير

تلف كل شريحة لحم
بشيحة من اللحم
الإيطالي المعلب وورقة
حبق ونصف ملعقة صغيرة
من جبنة البارميسان.
تحضر لفافات اللحم
وتحفظ جانبًا.

الموجود في المقالة
ويحتفظ ببعضه فقط لقلي
الثوم. تضاف البندورة
المفرومة، ومعجون
البندورة، والحبق المفروم
إلى الثوم وتطهى الكل معاً
لمنطقة 5 دقائق.
توضع لفافات اللحم في
الصلصة وتطهى معها لمدة
٧ إلى ١٠ دقائق.
يقدم الطبق ساخناً مع
الأرز المطبوخ.

الكمية تكفي ٤ أشخاص
من جبنة البارميسان
المبشورة
علبة وزتها ٨٠٠ غ من
البندورة (الطمطم)
المفروم
(مثل شرائح الجامبون
باقية من الحبق)
البقرى)
المسوول والمفروم
ناعماً
٤ إلى ٥ فصوص ثوم
مهرسة مع الملح
ملعقة طعام من
معجون البندورة.





تماماً. تزين البوظة
بالبندق أو اللوز
المحمص والمفروم.

تقديم البوظة في أكواب
البوظة أو تسكب في
قوالب زخرفية وتفرغ من
القوالب بعد أن تجمد

المخفوقة
بياض بيضتين
ملعقة طعام من السكر
١٥٠ غ من الشوكولا شبه
الحلوة. بعض حبات من
البندق أو اللوز المفروم
رشة فانيليا
كوب من القشدة الطازجة
خشناً لزيتها.

الكمية تكفي
٣ إلى ٤ أشخاص
صفار بيضتين
ملعقتا طعام من السكر
رشة فانيليا
كوب من القشدة الطازجة

للحصول على مزيج
خفيف، يضاف بياض
البيض إلى مزيج القشدة،
او يخلط بواسطة ملعقة
خشبية برفق. تذوب
الشوكولا شبه الحلوة في
المایكرووايف ثم تترك
بعض الوقت حتى تبرد
قليلًا وتضاف إلى المزيج.
يسكب المزيج في وعاء
محكم الأغلاق ويحفظ
في قسم التجميد من
الثلاجة حتى يجمد.

يتحقق صفار البيض حتى
يصبح كثيفاً وبلون
الليمون. يضاف إليه
السكر ويتابع الخفق
للحصول على مزيج
خفيف وكثير الرغوة.
تضاف إليه الفانيلا، ومن
ثم القشدة المخفوقة.
في وعاء آخر، يتحقق
بياض البيض حتى يصبح
خفيفاً ثم يضاف إليه
السكر ويتحقق معه

بوظة الشوكولا الأوروبية

مطبخ لما

عصير البرتقال البارد مع المياه الغازية

الكمية تكفي شخصاً واحداً

نصف كوب من المياه
الغازية
نصف كوب من عصير
البرتقال الطازج
ملعقة طعام من عصير
الرمان الحلو.

التحضير

تخلط المياه الغازية
الباردة مع عصير البرتقال
الطازج في كوب طويل.
يضاف إلى المزيج عصير
الرمان.

يزين الكوب بشربيحة
برتقال وحبة كرز حمراء
وورقة نعناع.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



باستا أراباستا

حتى يغلي. يضاف من ثم معجون البندورة لتصبح الصلصة كثيفة. ملاحظة: يمكن خلط الكريمة الطازجة مع المعكرونة وتسلق لمدة ٩ إلى ١١ دقيقة حتى تتضج المعكرونة ولكن من دون أن تصبح طرية جداً. تصفي المعكرونة من الماء وتعاد إلى القدر حتى تبقى فاتحة. أثناء سلق المعكرونة، تطهى رؤوس الفلفل الحريف قليلاً في زيت الزيتون لتنكح الزيت بطعم الفلفل الحريف. وإذا كنت لا تحبين ذلك، يمكنك الاستغناء عن قلي الفلفل الحريف. تضاف البندورة إلى الفلفل وتترفع حرارة النار ويترك المزيج

الكمية تكفي ٤ أشخاص
نصف كيلوغرام من
البندورة (الطمطم)
المفشرة والمفرومة
ملعقتان طعام من معجون
البندورة
بضعة رؤوس من الفلفل
الأحمر الحريف
المجفف أو الطازج
٣ ملاعق طعام من زيت
الزيتون
٥٠٠ جرام من معكرونة ببني
٦٥٧٧٦٩

شراح السالمون على الطريقة الريفية

الكمية تكفي ٤ أشخاص

نصف كوب من الجوز
نصف كوب من الصنوبر

باقية من الكزبرة المفرومة (حسب الرغبة)

رأس من البصل متوسط الحجم مفروم ناعماً

٦ فصوص ثوم مهروسة مع الملح

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

٥ ملاعق طعام من زيت الزيتون

ملعقة طعام من الزبدة الطرية

٤ شرائح سلمون وزن كل منها ٢٠٠ إلى ٢٥٠ غ.

٤ ملاعق طعام من زيت الزيتون لشرائح السمك.



يتغير لونهما. يضاف
حيثها مزيج الجوز
والصنوبر مع الكزبرة
المفرومة. يقليل الكل
لبعض دقائق ثم يترك
جانباً حتى يبرد.

يخلط هذا المزيج مع
ملعقة طعام من الزبدة
الطرية للحصول على
قوام المعجون.

المشوية مع الفتوتشيني
الأخضر أو البطاطا
والخضار.

تحضير الحشوة
يفرم الجوز والصنوبر
فرماً متواصلاً.

تسخن ٥ ملاعق طعام من
زيت الزيتون ويقليل فيها
الثوم مع البصل حتى

المقالة وبرش فوقها الملح
والفلفل، ثم ترصف في
صينية خبز غير لاصقة.
توضع ملعقتان طعام من

الhashoush فوق كل شرائح
سلمون ثم تشويب لمدة ٧
إلى ١٠ دقائق في فرن
حرارته ٤٠٠ درجة.

يجب عدم الإفراط في
فهرنهايت على الأكثر.
القليل.

ترفع شرائح السمك من

لتحضير

تحمي

مقدلاً

غير لاصقة

ونضاف إليها ٤ ملاعق

طعام من زيت الزيتون.

تقلى كل واحدة من شرائح

السلمون على الوجهين

إلى أن يتغير لونها. لكن

يجب عدم الإفراط في

القليل.

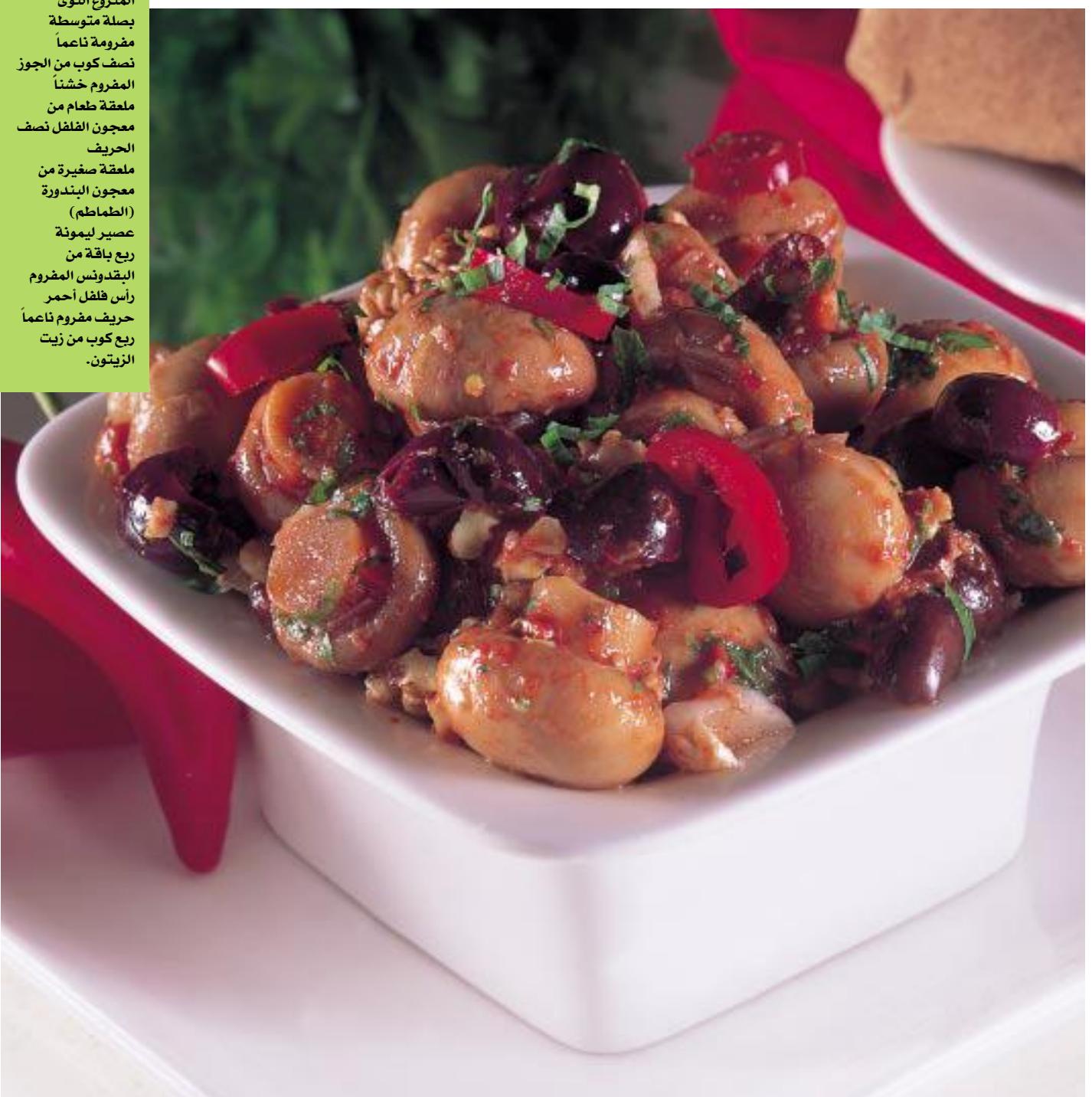
سلطة الفطر والجوز

الكمية تكفي 4 أشخاص

علبة من حبات الفطر الكاملة، مصفاة نصف كوب من الزيتون الأسود المنزوع النوى بصلة متوسطة مفرومة ناعماً نصف كوب من الجوز المفروم خشناً ملعقة طعام من معجون الفلفل نصف الحريف ملعقة صغيرة من معجون البندورة (الطماطط) عصير ليمونة ربع باقة من البقدونس المفروم رأس فلفل أحمر حريف مفروم ناعماً ربع كوب من زيت الزيتون.

التحضير

يخلط الفطر مع الزيتون، والجوز المفروم خشناً، تسكب هذه السلطة في طبق التقديم وتقدم كنوع من المقبلات مع الخبز الفلفل، وعصير الليمون، والفلفل الحريف المفروم العربي.



بوظة شرقية

الكمية تكفي 10 أشخاص

٤ أكواب ونصف الكوب من الحليب كوب من السكر ملعقة صغيرة ونصف الملعقة من السحلب ملعقة صغيرة ونصف الملعقة من النشاء ربع ملعقة صغيرة من الفانيلا أو ماء الورد قطعتان صغيرتان من المستكة مطحونتان مع ملعقة طعام من السكر، كوب من الحليب البارد.



الثلاثاجة. للحصول على البوظة بالفستق الحلبي، يضاف كوب من الفستق الحلبي المطحون وبخضع قطرات من ملون الطعام الأخضر إلى البوظة بعد خفقها ومن ثم تحفظ في وعاء بلاستيكي محكم الأغلاق في قسم التجليد من الثلاجة.

البوظة الشرقية بالقشدة من التجليد من الثلاجة. يضاف إليه عندئذ ماء الورد. يذوب السحلب والنشاء في القليل من الحليب. تخلعن المستكة مع السكر ثم تخلط كل المكونات مع بعضها باستثناء ماء الورد. يطهى المزيج فوق النار، حتى يصبح كثيناً مثل اللبن. يضاف إليه عندئذ ماء الورد. يبرد المزيج جيداً ويوضع في الثلاجة حتى يجمد. تقدم البوظة في أكواب السكوت بعد تزيينها بالخفافصة الكهربائية حتى الحصول على قوام دبق ومرن. يعاد المزيج إلى قسم التجليد، ملاحظة: يمكن تحضير البوظة على الثلاجة. للحصول على البوظة بالفستق الحلبي، يضاف كوب من الفستق الحلبي المطحون وبخضع قطرات من ملون الطعام الأخضر إلى البوظة بعد خفقها ومن ثم تحفظ في وعاء بلاستيكي محكم الأغلاق في قسم التجليد من الثلاجة.



إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

أقراص الكبة النية

التحضير:
يفسّل البرغل ويصفي،
ويضاف إليه اللحم والملح
والبصل والبهارات ويدعك
للحصول على معينة لزجة
غير إضافة الماء إلى
المزيج بقدر ما يستلزم.
ومن ثم تخلط جبوب
الصنوبر مع المزيج وتبل
اليان في المياه وتقرص
عجينة الكبة إلى أقراص
صغريرة بحجم لقمة واحدة.
تسقّ الأقراص في طبق
التقديم، ويشرّ عليها المزيد
من الصنوبر وتقدم مع
سلطة خضراء.

السلطنة:
رأسان من البندورة
(الطمطم) حمراوان
وصليان. ينزع اللب منها
ويقطّع إلى مكعبات
صغريرة
بسلاة متوسطة الحجم
مفرومة ناعماً
نصف باقة من البقدونس
تغسل وتصفي وتترم
رشة ملح ونصف ملعقة
طعام من الفلفل الحريف
نصف باقة من التعناع
الطازج (اختياري).
تخلط جميع المكونات
المذكورة أعلاه معًا وتقدم
مع أقراص الكبة النية.

الكمية تكفي
٥ إلى ٦ أشخاص

كيلوغرام من لحم
القنم الهرير
المدقوق (يحفظ
في البراد لمدة
ساعتين قبل
استعماله)
كوبان من البرغل
الناعم
بصلة صغيرة
مبشوّرة
ملعقة طعام من
الملح
ربع ملعقة طعام
من الفلفل الأسود
رشة بهار حلو
نصف ملعقة طعام
من الكمون
نصف ملعقة طعام
من الحبّ الناعم
(اختياري)
ملعقتا طعام من
معجون الفلفل
الأحمر
نصف كوب من
الصنوبر
مياه باردة (مع
مكعبات من الثلج).



السلطة المليون

قطع شريحة سمك السلمون الى نصفين وتلف بها كل حبة هليون. يوضع نصف كوب من بصل الشمار المفروم الى جانب السلطة في كل طبق. وتسكب صلصة البندورة (الطماطم) فوق السلطة. تقدم ٣ الى ٤ حبات هليون لكل ضيف.

الزيتون: ٣ ملاعق طعام من الخل البارد ومن ثم يجفف ويوضع جانباً.

التحضير: تفرم حبات بصل الشمار ناعمة جداً، وتقطع بالياء الباردة وتحفظ في البراد لمدة ٢ الى ٣ ساعات.

الليمون: ٦ ملاعق طعام من عصير نهره بطرف سكين، إذا



(Ozzo)

الدجاج مع معكرونة أوزو

التحضير: يخلط الدجاج والذرة مع الزبدة الى أن يتغير لونها قليلاً ويعمل الى الأصفرار. يطهى الدجاج حتى الفليان تضاف ٧ أكواب من المياه وينزع عنه الجلد وستخرج اليهني مكرونة أوزو منه العظام، ومن ثم يقطع بالزبدة. يمدد المزيج في الصينية، سلطة خضراء طازجة.

معكرونة أوزو: مع الزبدة الى أن يتغير لونها قليلاً ويعمل الى الأصفرار. يطهى الدجاج حتى الفليان وينزع عنه الجلد وستخرج اليهني مكرونة أوزو منه العظام، ومن ثم يقطع بالزبدة. يمدد المزيج في الصينية، سلطة خضراء طازجة.

الكمية تكفي ٥ الى ٦ أشخاص

دجاجة
٢٠٠ غ من الجبنة المبشورة (مزيج الفريوار والقصقوان والموزاريلا)
كيسان من معكرونة أوزو
٥٥٥٥ (بحجم الأرز وعلى شكله)
السبع بهارات
ملعقتا طعام من الزبدة.
كوب من الذرة

لزبي الفراولة (الفريز)

التحضير:

توضع حبات الفراولة (الفريز) في قدر فوق النار، بينما تسخن وتبدأ بالغليان، يضاف إليها السكر ويستمر المزيج بالغليان لمدة ٢٠ دقيقة. انتهي لا يحترق المزيج على النار. عندما يصبح القطر كثيفاً، يرفع المزيج عن النار ويترك جانباً إلى أن يبرد. يعبأ في قوارير زجاجية أو مرطبات زجاجية وتقفل بالغطاء بشكل محكم.



٤ أكواب من الفراولة
(الفريز)
٣ أكواب من السكر.
٤ تكفي الكمية الى ٤
أشخاص
لتحضير مرطبات واحد

التحضير:

تقرن أوراق الورد بواسطة ملح الحامض، تضاف إليها المياه وتطهى لفترة ٤٥ دقيقة إلى أن تصبح أوراق الورد ناعمة.

تضاف ٣ كيلوغرام من السكر إلى المزيج ويطهى لفترة ١٥ الى ٢٠ دقيقة إلى أن يصبح قطر المربى متوسط الكثافة. ترفع القدر عن النار وتوضع مباشرة في مياه باردة جداًكي لا يصبح لون المربى داكناً أكثر. تغير المياه كل ١٠ الى ١٥ دقيقة إلى أن يصبح المربى بارداً. يسكب مربى الورد في مرطبات زجاجي نظيف وعندما يبرد في شكل تام يغطى ويحفظ في البراد. يقدم مع الفشطة أو الأرز بالحليب أو المهلبية أو مع الزبدة والخبز المحمص.



٨ الى ١٠ أشخاص
٣ كيلوغرام من أوراق
الورد القابلة للأكل
٩ أكواب من المياه
معلقتا طعام من
ملح الحامض
(حامض الليمون).



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

طبعة Adelka's Edition

السushi



٢ إلى ٣ قطع خيار	معجون واسابي
غير مقشرة	اضافي
المخلل	صلصة صويا
٣ رقاقات نوري	يابانية
معجون واسابي.	حصيرة لفف
الكمية تصنع ٦	السوشي.
للتقطيم	
زنجبيل مخلل	



الياباني
ملعقة طعام من السكر
كوبان من الماء
ملحقة صغيرة من ملح البحر.
التحضير
ويحرك المزيج حتى يذوب تماماً.
يُنقل الأرز المطهو إلى طبق استعماله. تقطع القرن ويغلى الأرز فوق نار قوية مسطح كبير ويسكب فوق الكثير من صلصة الخل لمدة ٥ دقائق تقريباً. ثم يجري التخلص من عشب (مزج خل الأرز مع السكر والملح).
تسعمل ملعقة خشبية لخففت النار وتترك القرن لخلط صلصة الخل مع الأرز، ولكن من دون التحريك، وأثناء عملية الخلط، يجب تبريد الأرز بسرعة باستعمال مروحة (أو قطعة من الكرتون) ترفع القرن عن النار وتترك للتهوية. يترك بعدها الأرز مغطاة فوق نار خفيفة لمدة ١٠ دقائق تقريباً أو حتى ١١ دقائق تقريباً.
يُنقى الأرز ويترك في المصفاة لمدة ساعة كاملة.
وفي حال نقص الوقت، ينفع القدر. يُجرب ألا يرتفع الغطاء عن القدر.
ترفع القرن عن النار وتترك مغطاة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة، ثم يُصنف.
ينقل الأرز إلى قدر عميق يخلط خل الأرز مع السكر قبل استعماله لإعداد السوشي.
وتحليه الفلفل، ويضاف إليه

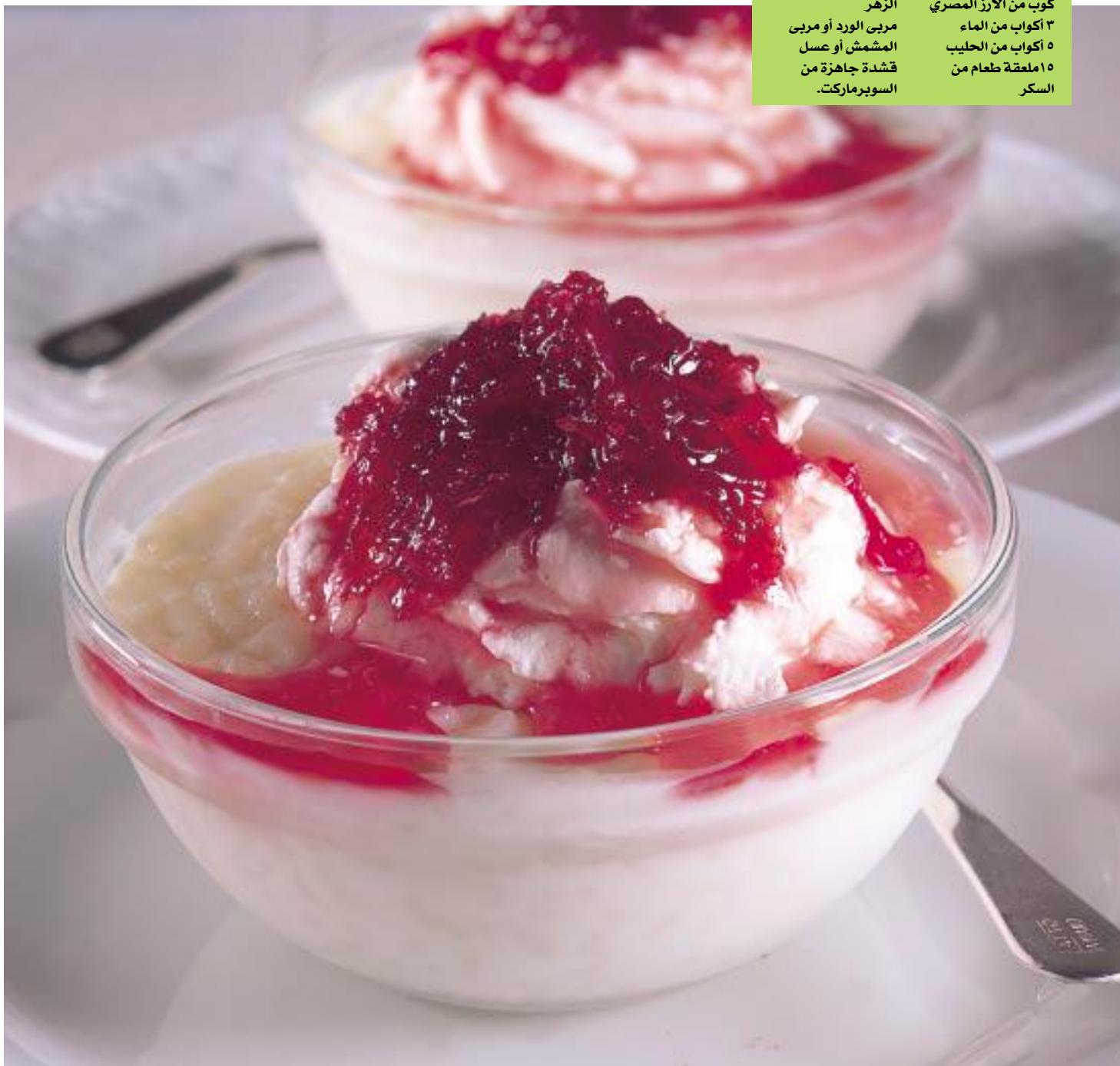
السوشي هو اسم شامل لكل الطعام المحضر بالأرز الممزوج بالخل. يجب إلا يوضع السوشي أبداً في الثلاجة، لأن الخل في الأرز يساعد على حفظه لأيام عدة في حال بقي ملفوفاً في مكان بارد ومظلل.

السوبي
يحضر الأرز المخلل أو السوبي شيء كما ذكرنا في الوصفة. تخلط مكونات الصلصة، تخلط الوجه، ينفع الأرز في الماء البارد النظيف لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة، ثم يُصنف.
يُحضر الخبار ويقطع طولياً إلى أربع، ثم تز مع منه البندور ويقطع الباقى إلى ٦ عيدان صغيرة طولها نصف سم، مع الاحتياط بقصها.
مبشرة قبل الإعداد، تمر رفقات التورى فوق نار خفيفة جداً نحو ثانيةين فقط لجعلها هشة وإبراز ذكائها. تقطع كل رقاقة نوري بالعرض إلى نصفين، ثم تجشش بالخشوة وتلف، (أنظر إلى الصورة).
تقطع كل لفافة إلى قطع، وتوصف القطع في طبق التقديم وتقدم مع الزنجبيل المخلل والقليل من معجون الواسابي وصلصة الصويا اليابانية.

طريقة تحضير الأرز المخلل
الكبة تصنع ٣ أكواب من الأرز المخلل

كوب ونصف الكوب من الأرز الياباني القصير الحبة قطعة كومبو حجمها ٤ سم لتنكية الأرز (اختياري)
٣ ملاعق طعام من خل الأرز

أرز بالحليب



بالحليب في أكواب الكاستر وترك جانبًا حتى يبرد تماماً. تحفظ الأكواب في الثلاجة ويزين سطحها بالقلشة الطازجة ومربي الورد، كما يمكن تقاديمها مع العسل أو مربي المشمش.

تحفف النار ويتابع الطهور، مع ضرورة الاستمرار في التحرير، حتى يتتصق المزيج بمن المعلقة العدبية مما يدل على تكافف المزيج. تطفأ حينها النار ويضاف ماء الورد وماء الزهر إلى المزيج. يسكب مزيج الأرز

ملعقتا طعام من ماء الورد	الكمية تصنع 10 أكواب إلى 12 كوبًا
ملعقتا طعام من ماء الزهر	كوب من الأرز المصري
مربي الورد أو مربي المشمش أو عسل قشدة جاهزة من السوبرماركت.	٣ أكواب من الماء
	٥ أكواب من الحليب
	١٥ ملعقة طعام من السكر



كيس البازنجان

خيط المحافظة على التقطيع للضغط عليه. يوضع جانباً إلى أن تجف الحشوة داخلها. تنسق حبات البازنجان جنباً إلى جنب في مربطان. يخلط في وعاء آخر كل من الثوم والثقل الأخضر ويخلط الخل والملح والخشن، ويكسس المزيج فوق البازنجان ويغطي وmekabat البندورة (الطماطم) ونصف ملعقة ملح خشن. محكم، يحفظ المربطان جانباً لفترة ٧ إلى ١٠ أيام، ومن ثم يقدم من ضمن المقبلات الذيدة.

الأخضر الحريف مقطع إلى مكعبات صغيرة	١٢ إلى هذه الكمية إلى ١٠
كوبان ونصف الكوب من رأس صغير من الفلفل	شخصاً
الأخضر الحريف مقطع إلى مكعبات صغيرة	١٠ إلى ٦ كيلو
باقاة من البقدوش	من البازنجان الصغير
المفروم	الحجم
رامان من البندورة	١٥ إلى ٢٠ فص ثوم
ووزن ثقيل مثل لوجة	مفروم ناعماً
	رأس صغير من الفلفل



إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

نوع: تسلق داونور



١٤٠ غ من شرائح السلمون
النبيء الطازجة
١٤٠ غ من شرائح السمك
الأبيض
١٤٠ غ من شرائح سمك
التونة الطازجة
جزران مفرومتان ناعماً
كوبان من أوراق الملفوف
المفرومة ناعماً
خيارة واحدة مقطعة إلى
شرائح طويلة ورفيعة
٤ إلى ٥ أوراق خس
مفرومة ناعماً
بذور س้ม حمصة.

للصلصة
ربع كوب من خل الأرز
الياباني
ملعقة صغيرة من العسل
ملعقة طعام من صلصة
الصوص اليابانية.
يخلط العسل مع صلصة
الصوص، ويضاف إليها
خل الأرز. يتم تذوق
الصلصة ويضاف إليها
المزيد من خل الأرز عند
الحاجة.

التحضير
تخلط أوراق الملفوف
المفرومة مع أوراق الخس
وال الخيار. يسكب فوقها
الجزر المفروم ناعماً.
توضع شرائح السمك فوق
السلطنة، وتنشر فوقها بذور
السمسم المحمصة. تقدم
السلطنة مع الصلصة.

سلطنة الأسماكي اليابانية

عبدة اللحم

يُخفق البيض مع الحليب
وربع ملعقة صغيرة من
الملح وربع آخر من
القليل.
يُحمس الزيت أو الزبدة
في مقلاة وتضاف إليه
البصلة وتُقليل إلى أن
يصبح لونها باهتاً.
عندما يضاف اللحم
والملح والتوابل ويطهى
المزيج إلى أن يصبح
اللحم مقليناً.
يدهن القسم الداخلي من
٢ كوب قهوة بالزبيب.
توضع رفقة مطوية على
جهتين في كل من أكواب
القهوة.
تعُبَّى الرقاقة بمزيج
اللحم، ويُطهى ما تبقى
منها فوق حشوة اللحم.
يسكب من مزيج البيض
والحليب فوق كل رقاقة،
وتُخبَّز في فرن محمى
مسبقاً على حرارة ٢٥٠
درجة فهرنهايت إلى أن
يصبح سطحها وردية.
تقديم ساخنة أو باردة مع
سلطة خضراء.



سلطنة الفراولة (الفريز) اللحمية



التحضير:
يُصْبِّي المزيج المهروس في
يُخلط التوت الأحمر والسكر
منخل ناعم موضوع فوق
وعاء، وتتنزع البذور منه.
برقق على النار إلى أن يخرج
تضاف حبات الفراولة
العصير من حبات التوت
(الفريز) إلى الصلصة، ومن
ثم يُسكب المزيج في ٤ أكواب
الأحمر، يُغلى المزيج برفق
لفتره ٥ دقائق ومن ثم يترك
 ذات قاعدة طويلة.
تقديم سلطة الفراولة
جانباً إلى بيرة.
تشطُّرحة قاكيه الألام إلى
نصفين وتفرغ البنور والعصير
منها في وعاء، يوضع مزيج التوت
الأحمر في خلاطه الطعام
الكهربائية، وتضاف إليه حبة
فاكيه الألام، ويُخلط المزيج إلى
أطيب لونه، تقدمه في درجة
حرارة الغرفة.

نكفي الكمية ٤ أشخاص
يُصْبِّي المزيج المهروس في
يحتوي كل كوب من سلطة
الفراولة (الفريز) على ١١٥
سورة حرارية

٥٠ غ من الفراولة
(الفريز) الصغير والطازج
٣ ملاعق طعام من السكر
العادي أو الخاص
للسكري
حبة من فاكهة الألام
٩٦٢٧
كوبان من التوت الأحمر
ملاحظة: يمكن حفظ المزيج
الأحمر في خلاطه الطعام
الكهربائية، وتضاف إليه حبة
فاكيه الألام، ويُخلط المزيج إلى
أطيب لونه، تقدمه في درجة
حرارة الغرفة.

بسكويت بالتواابل والتور والزبيب



التحضير:
يُخلط السكر والسمن معًا،
ومسحوق الحليب والمكون
وتحضير الكوب من
البيكيني (الطبخ)، وبخفق
الزبدة جيداً.
تحضير عجينة متوسطة
تضاف المكونات الناشفة
ريع كوب من الزيت
والحليب الرابي إلى المزيج في
الوقت نفسه.
الكريستوكالذائبة على نكهة
الزبدة بيضة
٣٠ دقيقة، ينشر بعض من
الدقيق (الطبخ) على طاولة
إعداد الحلوي، تحضير
عجينة سمساكه
على ورق خاص بالحلوي
ستتمتماً وبدهن سطحها
بزبدة البيض، ومن ثم تقطع
المكون، ملقطنا طعام من
على شكل أصابع بواسطة
دوبار متعرج خاص
بالمجبن.
يُخبَّز البسكويت في الفرن
على حرارة ٢٥٠ درجة
بسكويت.
تضاف نصف ملعقة طعام من
فهرنهايت إلى أن يحمر لونه
بعض الشيء، ثم يقدم مع
الحليب لصنع كوب من الحليب
الرابي.

التحضير:
نصف كوب من الحليب الرابي
٢٠١١١
كوب ونصف الكوب من السكر
٤ ملاعق صغيرة من البيكيني
بادر
الاسم أو الأبيض
بيضتان مخفوقتان في شكل
ملقطان صغيرتان من القرفة
نصف ملعقة صغيرة من جوزة
الثقب
ثلاثة أكواب ونصف الكوب من



أهاد السيدة
أناهيد دونيكيان

©Buji Hassan Donyikan

توبورا (طبق ياباني)



التحضير
مزيج أرق قواماً قليلاً من اللين. أو يمكنك تحضير الخليط بنفسك بمزيج الدقيق مع دقيق الذرة وكمية كافية من الماء للحصول على مزيج أرق قواماً من اللين.
تغمس ثمار البحر في صلصة التيمبورا ثم تقل في الزيت الساخن جداً فوق نار قوية حتى تصبح هشة.
قطع الخضار إلى شرائح وقطع. يسخن مقدار وفير من الزيت فوق نار قوية.
ترصف القطع المقلي نفسها مع يمزج الخليط التيمبورا مع الماء طبق التقديم وتقدم مع صلصة الصوصيا اليابانية.
حسب التعليمات المذكورة على العلبة للحصول على

نصف كيلوغرام من شرائح السمك الأبيض المقطعة
ماء حسب الحاجة للحصول على مزيج أرق قواماً قليلاً من اللين.
ربع كوب من الدقيق (الطحين)
عصينة الفمسي على قطع كوسا وفطر وبازنان أحمر وفلفل (متوفرة في الأسواق)
أحمر وأنواع أخرى من الخضار مقطعة إلى شرائح
نصف كيلوغرام من شرائح السمك الأبيض المقطعة إلى قطع متوسطة الحجم.
جزر قطع متوسط الحجم وبصلة واحدة مقطعة إلى حلقات متوسطة الحجم وإنما المحافظ عليه رأسان من البطاطا، مقرشان لحم السرطان (سوريامي) ومقطعان إلى شرائح

نصف كيلوغرام من القربيس المتوسط الحجم ومقطعات إلى شرائح بصلة واحدة مقطعة إلى حلقات متوسطة الحجم وإنما المحافظ عليه نصف كيلوغرام من عيدان لحم السرطان (سوريامي) ومقطعان إلى شرائح

الفوتوهات المقلوب

التحضير
يحضر الأرز المخلل،
ونحضر صلصة الغار،
تقطن حسيرة لف الـ
بوريق التايليون اللاصق،
وتوضع فوق لوح تقطن
جاف.
توضع رفقة التوردي
لوح التقطن العاج،
البيدان في صلصة الـ
ويؤخذ مقدار ملعقة
ثلاث ملاعق طعام من
المخلل ويوضع في وـ،
رفقة التوردي. يوزع بـ
الأرز على كل الرفقاء
بواسطة الأصابع.

٣ أ��واب من الأزر المدخل	عيدان من لحم السرطان	السمك الأبيض أو
٣ رقاقات نوري	شرائح أفوكادو	قريديس مطهو
كافيار قريديس	شرائح خيار	جزر مسلوق ومقطع الى
فتات خبز ياباني	شرائح تونة أو شرائح من	شرائح.



سوشي الفاكهة

طازجة لتزيينها مع
صلصة التوت أو المانغا.
صلصة التوت أو المانغا
لذوق من التوت مهروس مع
لعلقة طعام من السكر
ورأس مانغا مقشر ومفروم
مهروس.

التحضير
تفضل الأرز جيداً في منخل
حت الماء الجاري من
تحفنة (الصبار).
وضع بعدها الأرز مع الماء
في قدر فوق النار حتى
غليان، ويتراكم على برفق
دقيقة حتى 15 دقيقة.

٣٤- الجوز الهند التصبير	الحبة كوب وربع الكوب من الماء
٣٥- الجوز الهند	ملعقة طعام من السكر
٣٦- الملعقة طعام من خلاصة	الملعقة طعام من خلاصة
٣٧- الملعقة طعام من السكر	والمندررين والتوت.
٣٨- الملعقة طعام من خلاصة	والكريوي والبابايا
٣٩- الجوز الهند	مثل الفراولة (الفريز)
٤٠- الحبة كوب وربع الكوب من الماء	فاكهة موسمية طازجة
٤١- الجوز الهند	(اختياري)
٤٢- الحبة كوب وربع الكوب من الماء	جوز الهند المنكهة



طازجة لتزيينها مع
صلصة التوت أو المانغا.
صلصة التوت أو المانغا
لذوق من التوت مهروس مع
لعلقة طعام من السكر
ورأس مانغا مقشر ومفروم
مهروس.

غراثان البطاطا المدشوة باللحم

نكفي الكمية ٦ أشخاص

١٢ رأس بطاطا
متوسطة الحجم
١٢ ملعقة طعام من
الزيت النباتي
٧٥٠ غ من اللحم
المفروم
ملعقة طعام من الملح
نصف ملعقة طعام
من البهار
نصف ملعقة طعام
من القرفة
بصلة متوسطة
الحجم مفرومة ناعماً
ملعقتان طعام من
معجون البندورة
(البطاطا)
ربع كوب من الزيت
أو ملعقتان طعام من
الزيادة أو السمن
النباتي
نصف كوب من
الصنوبر
٤٠٠ غ من الجبن
المبشور.

ويفرغ بعض من محتواها
بواسطة ملعقة صغيرة.
المبشور على كافة روؤس
البطاطا وتحبز في فرن
يدهن قعر صينية
محمي مسبقاً على
حرارة ٣٥٠ درجة
البصلة المفرومة واللح
وتدهن بالزيت ومن ثم
تطهى في المايكرورويف
ويبلوي على النار إلى أن
يغير لون اللحم ويصبح
تشوش روؤس البطاطا
وردياً. ينقم طبق غراثان
البطاطا بخشوة اللحم
قليلًا، عندها يضاف إليه
الفوهه كل رأس بطاطا
الصنوبر ثم التوابل
فوهة كل رأس بطاطا
المعبود ثم التوابل



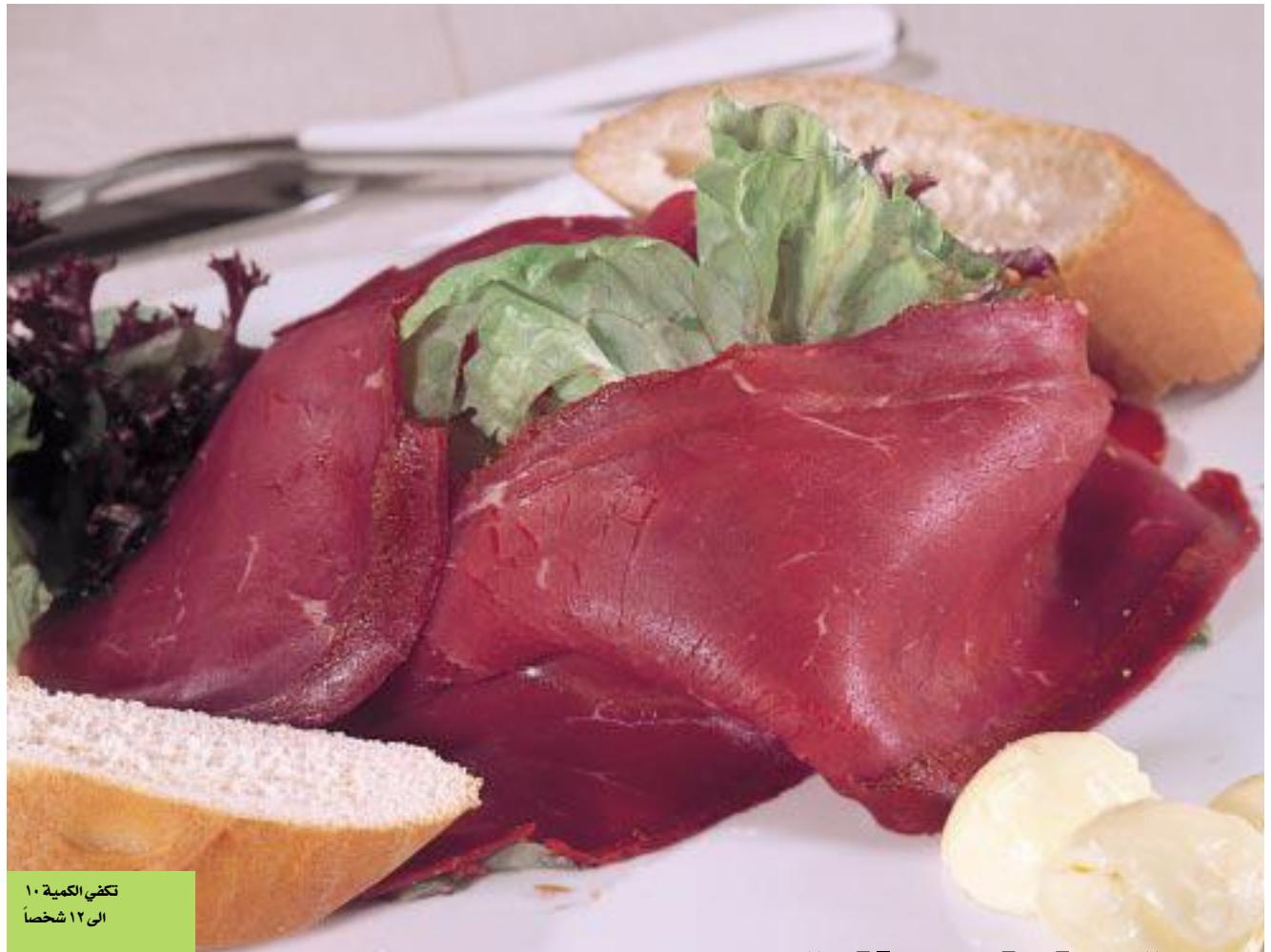
بستريما باللحم البقر

نكفي الكمية
١٢ شخصاً

كيلوغرامان ونصف
الكيلوغرام من شرائح
لحم البقر
٥٠٠ غ من الخلبة
تضاف إليها الماء
الخلبة هونوع من
(الخلبة)
التوابل
ملقطة طعام من القافل
الأحمر الحريف
ملقطة طعام من البهار
الحلو
نصف ملعقة طعام من
القافل الأسود
نصف كوب من الثوم
المهروس
بعض قطرات من ملون
الطعام الأحمر
ملح خشن.

ومجددًا تتمزج معجون الخلبة
والتوابل والثوم والمادة الحمراء
والملونة وتطنج جميع هذه
المكونات إلى أن تصبح معجونة
ناعماً غير متكتل. تدهن جميع
شرائح لحم البستريما بمزيج
وتعلق في الهواءطلق إلى أن
الخلبة بشكل جيد.
يجب سطحها. عندما تصبح
البستريما جاهزة للأكل.
يستعمل سكين حاد لقطعها
إلى شرائح رقيقة جداً.
تقدم مع الخبز العربي أو
الإفرينجي كأحد المقبلات
الشرقية اللذيذة جداً.
وتقلى إلى الجهة الأخرى،

من اللحم. تترك شرائح اللحم
وتحفظ في الثلاجة لفترة ٥
أيام إضافية. في اليوم
العاشر، تخرج من الثلاجة،
وتدهن مجددًا بالمعجون
وتعلق في الهواءطلق إلى أن
ليوضع كمية الخلبة
وتوضع نصف كمية الخلبة
وتنمر جيداً بالماء وتترك إلى
اليوم التالي.
**تحضير مزيج من
معجون الخلبة:**
توضع نصف كمية الخلبة
بفوطة، تلف شرائح اللحم
بكماش، وتنسق جنباً إلى
أن تجمد في شكل تام.
عندما تضاف إليها الكمية
الأخيرة، يخاطب خط سميك في أحد
أطراف كل شريحة ويربيط.
يوضع فوق الشرائح.
تغطى كل شريحة في شكل
متباينة وتحاطب بسرعة
لقدادي تحضير الكتل.
وفوقيه وزن تقليل جداً من أي
شرائح اللحم المنقوعة بالملح
ويضاف إلى العصائر

نكفي الكمية
١٢ شخصاً

كيلوغرامان ونصف
الكيلوغرام من شرائح
لحم البقر
٥٠٠ غ من الخلبة
تضاف إليها الماء
الخلبة هونوع من
(الخلبة)
التوابل
ملقطة طعام من القافل
الأحمر الحريف
ملقطة طعام من البهار
الحلو
نصف ملعقة طعام من
القافل الأسود
نصف كوب من الثوم
المهروس
بعض قطرات من ملون
الطعام الأحمر
ملح خشن.

فطيرة باللوز والفستق

كوب من السكر	نصف الكمية
رشة من خلاصة الفانيليا	الى ١٢ شخصاً
بعض قطرات من روح اللوز (اختياري)	
دقيق (الطحين)	
لتحضير العجينة صفار بيضة	٣ أكواب من اللوز المطحون خشناً
مربي المشمش	نصف كوب من الزبيب
بعض حبات من المشمش المقطر والمقطع والمنقوع في الماء لفترة نصف ساعة	نصف كوب من الماء
المشمش المشطورة	ومن ثم تحفظ حرارة الفرن
نصفين للتزيين	يسقط مطحون
فستق مطحون	لزينة.

التحضير: يشر الدقيق (الطحين) على الماءولة المعدة لصناعة الحلوي وتحضر عجينة مستطيلة الشكل طولها ٢٨ سم وعرضها ١٥ سم. تقطع خلوطاً بعرض ١.٥ سم على جانبي العجينة. الفرن ويدهن سطحها بمربي العجينة وتخبز العجينة في فرن محمي مسبقاً إلى حرارة ٣٧٥ درجة، والمشمش المقطر والمقطوع والفانيلا فهرنهايت لفترة ١٥ دقيقة، وورح اللوز. ومن ثم تحفظ حرارة الفرن بقطع المشمش.



٥ كيلوجرامات من الترنج (أبو صفير) بالقشر السميك كيلوجرامان ونصف كيلوجرام من السكر ٦ غرامات من ملح الحامض (حامض الليمون).

لكي يبرد في شكل تام، ومن ثم تترعرع منه الخيوط. بعدها يوضع في قوارير زجاجية ويغمر بقطره ويحفظ جانباً لكي يقدم مع الشاي أو القهوة.

قطعه في كل خيط على شكل عقد. يوضع مزيج السكر وقطع الترنج المنسقة في الخليط وتضاف إليها السكر إلى قدر كثيف. يجب استعمال ملعقة من الخشب لتحريك المربى منها لالتصاق. يذوب ملح الحامض مع ملعقة طعام من الماء ويضاف إلى المربى، ومن ثم يحرك وتطفأ النار. يترك مربى الترنج على شكل هلال وتنسق ١٠ الى ١٢ ساعات لكي يذوب

ملبى الترنج (أبو صفير)

التحضير: الداخلي أبيض لتقادي سماكه القشرة. يغسل الترنج ويجفف. ويشر لنزع القشرة الخارجية. تنقع قطع الترنج في ماء باردة إلى أن تبشر كافية حبات الترنج.

رسم خطوط بواسطة السكين ومن ثم تقطع القشرة الخارجية للعصوب على ٤ إلى ٦ قطع من كل حبة ترنج. وينزع منه اللب

تغسل قطع الترنج بالماء الباردة إلى أن تبرد. ثم تتع

في الماء شرط تغيرها بشكل متواصل. تكرر هذه العملية لفترة ٥ إلى ٦ ساعات.

يوضع السكر وقطع الترنج في وعاء ويترك لفترة ٥ إلى ٦ ساعات لكي يذوب

قطعة في كل خيط على شكل عقد. تزان قطع الترنج المنسقة في الخليط وتضاف إليها كمية متساوية من السكر.

(أي إن كان وزن القطع الترنج المناسبة في الترنج المنسقة هي الخليط ٢ كيلوجرامات، عندما تضاف إليه ٢ كيلوجرامات من السكر). يوضع السكر وقطع الترنج في وعاء ويترك لفترة ٥ إلى ٦ ساعات. يحضر خيط طويل وإبرة. تلف قطع الترنج على شكل هلال وتنسق ١٠ الى ١٢ ساعات لكي يذوب



مطبخ
الما



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

Bücher für Kinder

فريديسا (جميري) على الطريقة الهندية

التحضير: يوضع زيت الزيتون في مقلاة عميقه ويحوم على النار، ومن ثم يضاف إليه البصل ويقلن إلى أن يصبح لونه شاحباً. يضاف إليه بهار غرام ماسالاً، ومرقة الدجاج أو السمك ويطهى المزيج على النار إلى أن يصبح البصل طرياً وشفافاً والصلصة كثيفة.

لحوظة طعام من الفاضل	الأرز البسماتي:
الأسود	تقليل أكواب من الماء
٣ أوراق غار	وتضليل إليها معتقدنا طعام
ملعقة طعام من مسحوق جوزة الطيب.	من الزبدة وورقة غار وحب
التحضير:	الهال وقليل من الملح
تمزج هذه المكونات معًا	ويرش ليمونة واحدة وعود
وتطعن ناعمة. ومن ثم	قرفة للحصول على أرز
تحفظ في قارورة	ذات نكهة شهية.
للاستعمال في إعداد	يفسّل الأرز ويصفي
الأطباق الهندية.	ويضاف إلى المزيج
	المذكور أعلاه.
	تخفف النار، ويغطى القدر،

تكفي الكميه
الـ ٨ أشخاص

لوغرام من البصل
فروم ناعماً
ح كوب من زيت
بتون

حققتا طعام من بھار
رام ماسالا
(Ramen Massala)

نوع من السواب
نديه)

جاج او السمك
لوغرام من القرىديس
جمبوري (المتوسط
حجم المشر

**منظف، تضاف إليه
حقتا طعام من زيت
لستون والقليل من**

الملحق
سان من البنودرة
طماطم) المتوسطة

**مطعم مصطفى على
الشارع الصغير
من الكزبرة
للوغرام من الأرز
سماتي.**

فووكوسا سوشي (رزم السوشي)

بيبة واحدة
ربع ملعقة صغيرة من السكر رشة ملح
ربع ملعقة صغيرة من دقيق الذرة مع ربع ملعقة صغيرة من الماء
كوب واحد من الأرز المخلل
نصف ملعقة صغيرة من بذور السمسم المحمصة
قطعة من لحم السرطان أو السلمون المفروم
ناعماً
زيت دوار الشمس لقليل
البيض
عنق من البصل الأخضر.
للتقطيم زنجبيل مخلل
صلصة صويا يابانية.

والملح في وعاء صغير ويحرك المزيج حتى يذوب تماماً. ينقل الأرز إلى قدر عميقه ينقية القعر، ويضاف إليه الماء وقطعة من الكومبو المخلل بمعدل ملعقتين طعام. ينقل الأرز المخلل إلى طبق المحقق في حال استعماله. مسطوح كبير ويُسكب فوقه الياباني، ثلات أرباع الملعقة الكثيرة من صلصة الخل (مزيج خل الأرز مع السكر) نار قوية لمدة 5 دقائق تقريباً، ثم يجري التخلص من عشب الكومبو.

تستعمل ملعقة خشبية لخفف النار وتترك القدر مغطاة فوق نار خفيفة لمدة الأرز، ولكن من دون التحريك، وأثناء عملية التجفيف، يجب تبديل الأرز بسرعة باستعمال مروحة (أو قطعة من الكرتون للتهوية). يترك بعدها الأرز مغطاة لمدة 10 إلى 15 دقيقة. قبل استعماله لإعداد السوشي، يخلط خل الأرز الياباني

دقيقة، ثم يصنف.

التحضير
قطعة كومبو حجمها 4 سم لتنكية الأرز (اختياري) ملعقة طعام من خل الأرز الياباني، ثلات أرباع الملعقة من السكر، كوب من الماء نصف ملعقة صغيرة من ملح البحر.

يوضع قرص عجة واحد وتسكب فوقه كرة من الأرز ترش فوقه بندر السمسم ولحم السرطان أو السلمون. في وعاء صغير يُخفق البيض مع السكر والملح ودقيق الذرة المذوب في الماء. يُسكب هذا المزيج في المقلة البالغ قطرها 16 سم، وتحرك المقلة لتوزيع المزيج في كل قطعها وعلى حواهلها. يطهى المزيج فوق نار خفيفة لمدة 20 دقيقة من كل جهة حتى يصبح جاماً وإنما غير محمم. تقل العجة إلى طبق وتترك حتى تبرد.

طريقة تحضير الأرز

المخلل

الكمية تصنع كواب من الأرز

وفي حال نقص الوقت، يقطع الأرز في الماء البارد.

النظيف لمدة 10 إلى 15 دقيقة.

نصف كوب من الأرز الياباني

يوضع قرص عجة واحد وتسكب فوقه كرة من الأرز

داخلها بزيت دوار الشمس واستعمال محمرة ورقية.

في وعاء صغير يُخفق البيض مع السكر والملح ودقيق الذرة المذوب في الماء. يُسكب هذا المزيج في المقلة البالغ قطرها 16 سم، وتحرك المقلة لتوزيع المزيج في كل قطعها وعلى حواهلها.

يطهى المزيج فوق نار خفيفة لمدة 20 دقيقة من كل جهة حتى يصبح جاماً وإنما غير

محمم. تقل العجة إلى طبق

وتترك حتى تبرد.

تكرر العملية نفسها مع بقية المزيج لإعداد أقراص العجة حسب عدد الضيوف.



حلقات
لا تحتوي كل أنواع الساشيمي على الأرز المخلل.
شرائح تونة طازجة
خيار مقطع إلى شرائح مع قشره.
مثل المسوول أو السمك المفاطح
للتقطيم
معجون الواسابي
صلصة صويا يابانية.
شرحة سلمون مقطعة إلى

التحضير
يقطع الخيار مع قشره إلى شرائح. ينزع الجلد عن شرائح السمك فوج لوح التقطيع، للتدبييم، توضع شريحتان من كل نوع سمك ويقدمون تقطيعه أمامك في محل بيع السمك.

الساشيمي الكلاسيكي

سلطات الشام واللحم البقرى الإيطالى المعلب

ويخلط المزيج جيداً للحصول على صلصة كثيفة.

التحضير:
يخلط الخردل ويضاف إليه الزيت ببطء، ويخلط المزيج في شكل مستمر بشريط معدني لتصبح الصالصة كثيفة.

يضاف عصير الليمون والخل إلى المزيج.
ملعقة طعام من الخل
البسعي
ملعقة طعام من العسل.

صلصة الخردل بالعسل:
يقتصر رأس شمام ويقطع إلى شرائح متassفة الحجم أو يغرف على شكل كريات صغيرة. تنسق قطع الشمام واللحم البقرى الإيطالى المعلب في الطبق المعد للتقديم، وتقديم مع الخبز كسلطنة صيفية خفيفة.

التحضير:
يقتصر رأس شمام ويقطع إلى شرائح متassفة الحجم ربع كوب من الزيت ربع كوب من عصير الليمون ملعقة طعام من الخل لل تقديم، وتقديم مع الخبز كسلطنة صيفية خفيفة.

بالعسل.

تكتفى الكمية ٤ أشخاص

رأس شمام (بطيخ

أصفر) مقشر ومقطع

إلى شرائح

١٠٠

غ من اللحم

البقرى الإيطالى

المعلب بروشيتو

وصفة صلصة المخلد

بالعسل.



قالب حلوى بالشوكولا والجزر

تحضير كراميل

يسخن ربع كوب من السكر مع ملعقتين طعام من الماء إلى أن يصبح المزيج كثيناً في شكل قطر. ومن ثم تبشر جزرة كبيرة الحجم شفنة وتمزج مع القطر. وبطهئي المزيج على النار إلى أن يبدأ بالغلان، وعندها يرفع عن النار ويترك إلى أن يبرد.

الجبنية القشدية:

تحلخل الجبنية القشدية بواسطة خلاطة الطعام الكهربائية إلى أن يصبح المزيج خفيفاً وقشدياً. يضاف إليه تدريجاً السكر الناعم والماء الساخنة ويخلط المزيج إلى أن يصبح متماسكاً.

فيرنليات لمدة ٥٠

دقيقة تقريباً أو إلى أن ينضج. يترك في الفرن لمدة ٥ دقائق قبل وضعه خارجاً ليبرد. يزين قالب الحلوى بواسطة كريماً الجبنية القشدية، وأخيراً يزين بالجوز وكراميل الجزر.

وعاء أكبر.

يضاف إليه البيض ويمزج معه الجزر والطحين (الدقائق) المنخلو والصودا ومسحوق الكاكاو والحليب حسب المقادير. يسكب المزيج في قالب حلوى، ويطلقه في فرن حرارته ٣٥ درجة ومن ثم ينقل المزيج إلى

التحضير:

يدهن قالب حلوى مستطيل وعميق بالزبدة. ويرش عليه الطحين. تحلخل الزبدة وقشر البرقان المششور والسكر في وعاء صغير بواسطة ملاطة الطعام الكهربائية إلى أن يصبح المزيج متamasكـاً. ومن ثم ينقل المزيج إلى

ربع كوب من مسحوق الكاكاو، ثلاثة أرباع الكوب من الحليب.	٨ أشخاص
١٠٠ غراماً من الزبدة	
ملعقتنا طعام من قشر البرقان المششور	
ثلاثة أرباع الكوب من السكر	
ملعقة طعام من قشر البرقان المششور	
٣ أكواب من السكر الناعم	
ملعقة طعام من الماء الساخنة	
جزر مششور وجوز	
نصف ملعقة طعام من بيكريونات الصودا	



أناهيد دو فيكيان

Bilal Hassan Dibor

ثمار بدر بومباي

من مسحوق الكاري
وملعقتان طعام من
الزبدة. يوضع المزيج
فوق نار خفيفة ويطهى
الأرز. يغطى بعدها
الأرز ويحفظ ساخناً.
في مقلاة غير لاصقة،
توضع ٢ ملاعق طعام
من الزيت وتقليل فيها
شرائح السمك، ومن ثم
نصف كمية البصل،
وبعدها نصف كمية
الثوم المهروس. تضاف
من ثم ٢ ملاعق طعام
من الزبدة إلى المقلاة
وتعاد شرائح السمك
إلى المقلاة مع ملعقة
صغيرة من الكمون.
في مقلاة أخرى غير
لاصقة، تسخن ٢
ملعقتان طعام من الزيت
ويقلى فيها القربيدين
حتى يصبح وردي اللون.
يرفع القربيدين من
المقلاة، وتقليل في الزيت
نفسه الكمية الباقيه من
البصل والثوم. تضاف
من ثم ٢ ملاعق طعام
من الزبدة. يعاد
القربيدين إلى المقلاة مع
القليل من الفلفل الأسود
ونصف ملعقة طعام من
الكريمة اليابسة وملعقتان
طعام من الكزبرة
الطازجة المفرومة.
إعداد الطبق، تسكب
طبقة من وصفة الأرز
رقم ١ في طبق التقديم
وتوزع فوقها شرائح
السمك. تسكب من ثم
طبقة من وصفة الأرز
رقم ٢ وترصف فوقها
حبات القربيدين. يزين
الطبق بالمرizid من قطع
السمك والقربيدين.
ملاحظة: يحتوي هذا
الطبق على نوعين من
الأرز ونوعين من ثمار
البحر في الوقت نفسه.

التحضير
لتحضير وصفة الأرز رقم ١، ينقع الأرز مع الملح لمدة ١٥ دقيقة ثم يشطف جيداً. تضاف إليه ٣ أكواب من الماء، ويوضع الخليط فوق النار. حين يبدأ الماء بالغليان، تضاف ملعقتان طعام من الزبدة وملعقة طعام من كمية البصل، وبعدها نصف كمية الثوم المهروس. تضاف من ثم ٢ ملاعق طعام من الزبدة إلى المقلاة وتعاد شرائح السمك إلى المقلاة مع ملعقة صغيرة من الكمون. في مقلاة أخرى غير لاصقة، تسخن ٢ ملاعق طعام من الزيت ويقلى فيها القربيدين حتى يصبح وردي اللون. يرفع القربيدين من المقلاة، وتقليل في الزيت نفسه الكمية الباقيه من البصل والثوم. تضاف من ثم ٢ ملاعق طعام من الزبدة. يعاد القربيدين إلى المقلاة مع القليل من الفلفل الأسود ونصف ملعقة طعام من الكريمة اليابسة وملعقتان طعام من الكزبرة الطازجة المفرومة.

وصفة الأرز رقم ١
نصف كلغ من الأرز
البيض
٤ إلى ٥ فصوص
٣ أكواب من الماء
٣ أوراق مفرومة من
البصل الاحمرادي
ملعقة طعام من الملح
زيت لقلي السمك
والكريدين
نصف ملعقة طعام
من الكزبرة
وصفة الأرز رقم ٢
نصف كلغ من الأرز
للكريدين
٣ أكواب من الماء
الكريمة الطازجة
٣ ملاعق صغيرة من
مسحوق الكمون
لشارخ السمك
زيت لقلي السمك
الزبدة
والكريدين
نصف ملعقة طعام من
الكريدين المتوسط
الزبدة



فطائر الزيتون والجبن

التحضير

يخلط الدقيق مع الماكينغ
بأودر والزبدة وزيت الزرة
واللين والنعناع اليابس
للحصول على عجينة

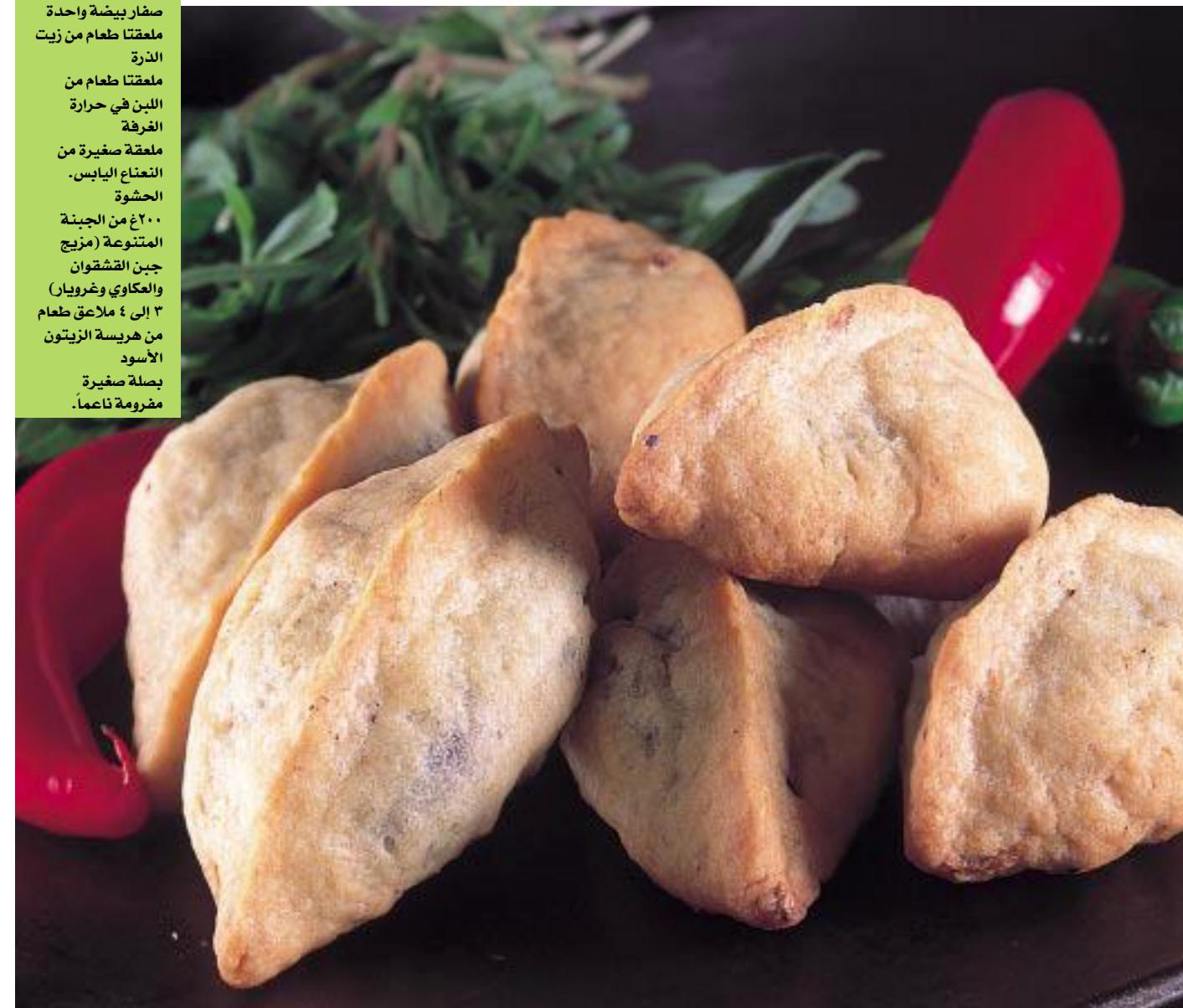
ترك العجينة جانباً حتى
ترتاح لمدة ١٠ دقائق.
ترق العجينة فوق سطح
مكسو بالدقيق على شكل

متوسطة اللونة.
ترك العجينة جانباً حتى
الجبنه والزيتون، ثم تطوى
الدائرة وتقرص حوافلها
للحصول على فطائر
بيضوية.

مستطيل كبير ثم تقطع
دوائر من هذا
سطحها بصنار البيضة ثم
المستطيل.
تخبز في فرن حارته
٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى
تحشى كل دائرة عجين
بملعقة لعلام من حشوة
الجبنه والزيتون، ثم تطوى
الدائرة وتقرص حوافلها
وردي اللون.
تقدم هذه الفطائر كنوع
لذيد من المقلبات.

الكمية تكفي
٥ إلى ٦ أشخاص

كوبان من الدقيق
(الطحين)
ملعقة صغيرة ونصف
الملعقة من الماكينغ
بأودر
١٠٠ غ من الزبدة هي
حرارة الغرفة
صفار بيضة واحدة
ملعقتا طعام من زيت
الزرة
ملعقتا طعام من
اللين في حرارة
الغرفة
ملعقة صغيرة من
النعناع اليابس.
الخشوة
٢٠٠ غ من الجبنه
المتنوعة (مزيج
جبن القشقوان
والعكاوي وغرويار)
٣ إلى ٤ ملاعق طعام
من هريسة الزيتون
الأسود
بصلة صغيرة
مفرومة ناعماً.





نصف كوب من الحليب
الرائب (نصف كوب من
الحليب العادي ممزوج
مع ملعقة طعام من
عصير الليمون
الحامض)
ملعقة صغيرة من
بيكربونات الصودا
كوبان ونصف الكوب من
الدقيق (الطحين)
المتعدد الاستعمالات
كوب من الكولا.

الكمية تكفي ١٠
إلى ١٢ شخصاً
كوب وثلاثة أرباع الكوب
من السكر
ثلاثة أرباع الكوب من
السمن النباتي بنكهة
الزبدة
بيضتان
ملعقتان طعام من
مسحوق الكاكاو
رشة ملح
رشة فانيلا

الجاتوه المدشو بالشوكولا

قسم من قشرته. يحشى
الجاتوه المفرغ بحشو
الشوكولا المعضررة. تعاد
بعدها الطبقة العلوية من
الجاتوه وتلصق الحواف
بالمزيد من الشوكولا.
يترك الجاتوه جانياً لمدة
ساعة كاملة قبل تقديمه.

تترك الصلصة جانياً حتى
تبعد تماماً. وأعلم أنه
كلما ازدادت بروادة الصلصة،
ازدادت كثافتها.
لإعداد الجاتوه
قطع طبقة سماكتها ٢
سم من أعلى الجاتوه.
يفرغ الجاتوه وينزع

حشو الشوكولا
تسخن القشدة جيداً.
تقسم الشوكولا إلى قطع
وتصب إلى القشدة وتترك
حتى تذوب. يخلط المزيج
جيداً للحصول على صلصة
فهريهات. يترك الجاتوه
داخنة. تضاف إليها الزبدة وتحلط
معها.

كل إضافة.
يسكب مزيج الجاتوه في
ال قالب المستطيل وبخنز
لمرة ٣٥ دقيقة في
وقاب جاتوه مستطيل بورق
البرشمان.
يخلط السكر مع السمن
النباتي لمدة دقيقة
واحدة. يضاف البيض
ويتابع المزيج جيداً بعد

التحضير

ماء الصودا مع عصير التفاح

التحضير
في كوب طويل،
تسكب المياه الغازية
الباردة أو صودا
الليمون، ويضاف
إليها عصير التفاح
البارد.
يزين الكوب بشرائح
التفاح الأخضر
وشرائح الليمون.

الكمية تصنع
كوباً واحداً

ثلاثة أرباع الكوب
من صودا الليمون
أو المياه الغازية
الباردة
ربع كوب من
عصير التفاح
شرائح من التفاح
الأخضر
شرائح ليمون.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

طبخ: Ahayid Donyikan



وملحقتنا طعام من العسل وملحقتنا طعام من صلصة الصويا اليابانية بذور سمسم أرز مسلوق للتقديم ملحقتنا طعام من دقيق الذرة زيت لقلي شرائح السمك ملحقتنا طعام من زيت بذور السمسم لسكيه فوق السمك. صلصة السوكي ياكى

نصف كيلوغرام من شرائح السمك الأبيض مثل الشبص (296g) أو الهامور ملحقتنا طعام من الدقيق ملحقتنا طعام من دقيق الذرة ملحقتنا طعام من زيت بذور السمسم لسكيه فوق السمك.

تقدم شرائح السمك مع الأرز المسلوق، علماً أنه يمكن تقديم المزيد من الصلصة جانباً في طبق منفصل. ملاحظة: يمكن إعداد السوكي ياكى أيضاً مع المريديس والكالاماري (المسلوق مسبقاً).

السمك حتى تصبح ذهبية وهشة من الخارج. تحضر صلصة السوكي ياكى وتغمس فيها شرائح السمك المقليه وتترك فيها حتى تمتض الصلصة. يسكب فوقها زيت السمسم ومن ثم تزين ببذور السمسم.

التحضير
تغمس شرائح السمك في مزيج دقيق الذرة والدقيق مع ربع ملعقة صغيرة من الملح وربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض. يسخن الزيت في مقلاة غير لاصقة، ونقلب فيه شرائح

سوكي ياكى بالمسلوق الأبيض

الدونات الروسي

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

٤ كوبان ونصف الكوب من الدقيق (الطحين) بيضة واحدة ملعقة صغيرة من الخميرة ربع كوب من الزيت ملعقة صغيرة من السكر ربع ملعقة صغيرة من الملح كمية كافية من الماء لتحضير عجينة طرية (١٠ كوب ونصف الكوب تقريباً) كريم باتسيسير كرز أحمر للزينة زيت للقلي.

بواسطة الخفاقة للحصول على قوام ناعم. نهضي العجينة فوق النار حتى تصبح كثيفة، ثم تسكب في طبق مسطح وتقطع بورق التاباون.

التحضير

يفغلى الحليب مع قشرة الليمون، ثم ترفع القشرة. وترك الحليب حتى يبرد. يخلط الشاء مع السكر والبيض في وعاء، يضاف الحليب البارد تدريجياً إلى هذا المزيج ويخلط الكل بالكرز الأحمر وتقدم.

التحضير

عند الحاجة للحصول على الليونة المطلوبة). تقطع العجينة وتحفظ في مكان دافئ حتى تنتفخ مع القهوة أو الشاي أو العصير أو عند الفطور. وتفرص العجينة إلى كرات صغيرة وتقليل كرات كوبان من الحليب

ذهبية اللون. تحشى الكرات بالكريم باتسيسير المحضرة مسبقاً وتقدم مع القهوة أو الشاي أو العصير أو عند الفطور. تضاف من ثم الماء للحصول على عجينة طرية. (يمكن استعمال الدوناتس حتى تصبح كمية أكثر أو أقل من الماء



الأرز بالفول

يجب أن يكون المرق الموجود في القدر موازياً لثلاثة أكواب. يضاف الأرز المغسول والماء نصف ساعة تقريباً حتى يتضخ اللحم.

محتوى القدر لغرم مكعبات اللحم وحبات الفول. تقطع القدر ونهضي الخليط فوق النار لمدة نصف ساعة تقريباً حتى يتضخ اللحم.

يضاف الفول والتوايل إلى ملعقة اللحم. يضاف الفول الأخضر وتوزع منه الحبات ثم تنسف وتصفي. يفرم البصل ويقلى في الزبدة إضافية حتى يتضخ الفول.

الكمية تكفي ٥ أشخاص

١٥ ملعقة صغيرة من الملح نصف كوب من السمن أو الزبدة ٣ مكعبات لحم الفتن أو بصلات متوسطة مفرومة ناعماً نصف كيلوغرام من حبوب الفول الأخضر رشة بهار حلو رشة فلفل أسود. كوبان من الأرز المصري

أو السمن مع مكعبات اللحم لمدة ١٥ دقيقة تقريباً.





كركدي واحد وزنه
٥٠٠ غ مسلوق
نصف علبة (٢٥٠ غ)
من الفتواتشيني
الأخضر
٣ إلى ٤ رؤوس بندوره
(طماطم) مقشرة
ومفرومة ناعماً
٢ إلى ٣ فصوص ثوم
مهروسه
نصف ياقا من
البقدونس المفروم
ملح وفلفل
ملعقة طعام من
معجون البندوره
بعض قطرات من
صلصة التاباسكو
الحرفة
٦ ملاعق طعام من
زيت الزيتون.

كافية من الماء مع ملعقة
الكركدي على حافة الطبق.
طعام من الملح و٢ ملاعق
طعام من زيت الزيتون.
نصف الفتواتشيني إلى
الكركدي فوق الفتواتشيني
ويقدم الطبق ساخناً.
ملاحظة: إذا كنت لا تحبين
الماء المغليه ويسلق حتى
ينضج ولكن من دون أن
تصبح طرياً جداً.
الفتوتشيني الأخضر،
يمكنك استعمال
فصفي الفتواتشيني وبخلط
الفتوتشيني الأبيض.
يمكنك إعداد الوصفة
نفسها مع كريديس.

يقطع لحم الذيل إلى شرائح
ويسلق الكركدي في الماء
متوسطة الحجم ويحتفظ
الساخن لمدة ٧ إلى ٨ دقائق
بها ساخنة. يسخن زيت
الزيتون في مقلاة نصف
تحلباً النار وتضاف صلصة
التاباسكو والبقدونس إلى
عصيدة ويقلى فيه اللوم لبعض
دقائق. يقطع جانباً الذيل بواسطة
مقص المطبخ لاستخراج
اللحم بعناية. تقليل كمية
يسكب الفتواتشيني في طبق

التحضير
يسلق الكركدي في الماء
الساخن لمدة ٧ إلى ٨ دقائق
بها ساخنة. يسخن زيت
الزيتون في مقلاة نصف
تحلباً النار وتضاف صلصة
التاباسكو والبقدونس إلى
عصيدة ويقلى فيه اللوم لبعض
دقائق. يقطع جانباً الذيل بواسطة
مقص المطبخ لاستخراج
اللحم بعناية.



تورتة قشدة الشن

في الخليط حتى تصبح كثيفة مثل الابنة.	سطحها وقرها وردي اللون.	فوق سطح مكسو بالدقيق للحصول على دائرة كبيرة يخلط الدقيق مع الزبدة والسكر الناعم والقرفة والفانيلا وصفار البيضة	التحضير	الكمية تكفي 8 أشخاص كوبان من الدقيق (الطحين)
توضع القشدة في كيس حلويات مزود رأساً زخرفياً وتستعمل لتزيين كل تورته.	ترك التورتات حتى تبرد تماماً ثم تحشى بمبريتين وتنزين بالقشدة الطازجة المخففة وصلصة الشوكولا.	وتوضع كل دائرة في قالب صغير للتورتة. يوحز قعر عجينة التورتات بالشوكولا على عجينة متمسكة في زاوية واحدة من وعاء الخليط. تحفظ العجينة في الثلاجة لمدة نصف ساعة.		ثلاثة أرباع الكوب من الزبدة في حرارة الغرفة
صلصة الشوكولا يحاط ٥٠ غ من الشوكولا المذوبة مع ملقطي طعام من الزبدة للحصول على صلصة الشوكولا.	كوب من القشدة الطازجة	تخبز التورتات في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهait حتى يصبح		ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم
تسكب صلصة الشوكولا فوق كل تورتة.	ركب من السكر	الصغيرة: ترق العجينة		ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من القرفة، رشة فانيلا، صفار بيضة واحدة، حبات كاملة من موريتين كوب من القشدة الطازجة المخففة، صلصة شوكولا.

التفاح والبسكويت



المكونات
٤ كوب ونصف الكوب
من الحليب، بيضتان
كوب من السكر، فانيليا.

بوظة الفانيليا

ملاحظة: إذا أردت
الحصول على بوظة بألوان
مختلفة، يقسم مزيج
البيضة ثلاثة أقسام.
يحتفظ بقسم باللون
الأبيض، ثم تضاف
الشوكولا إلى القسم
الثاني، والسكر المحمروق
إلى القسم الثالث.

تماماً، تخرج من الثلاجة
وتتحقق بالألة ثم تعاد إلى
وعاء بلاستيك وتطلى
يضاف إليه الحليب ببطء،
ومن ثم السكر والفانيليا.
وتحفظ في قسم التجليد
من الثلاجة حتى موعد
التقديم.

تقدم البوظة مع صلصة
الفراولة (الفريز) أو
شراب الرمان الحلو.
حين تصبح البوظة جامدة.

وتقوس على شكل تناهات.
ثم تغمس في فرن حارته
٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى
تصبح سطحها وقعرها
وردي اللون.
تم ترقيع المحسنة من الفرن
وترك حتى تبرد ثم يفرز
عود تفاح في كل كرة كما
يرش فوقها السكر الناعم
وتزين بأوراق التعنع
الملاعة وتقدم مع الشاي أو
القهوة.

الخلط جافا.
يضاف إليه الجوز والقرفة
وجوزة الطيب وكيش
القرنفل. يترك المزيج حتى
يبرد تماماً.
تقسم العجينة إلى ١٠ - ١٢ - ١٢ -
١٢ - ١٢ - ١٢ - ١٢ - ١٢ -
كرة.
تفتح فجوة في كل كرة كما
في أقواس الكبة وتحشى
ثمن ملعقة صغيرة من كيش
القرنفل.
يخلط برش التفاح مع السكر
الحسنة.
ويطهى فوق النار حتى
يتخمر كل الماء ويصبح

التحضير
يخلط الدقيق مع القرفة
والزبدة والباكينج باودر
نصف كوب من الجوز
والقشدة الرائبة
الحصول على عجينة
متوسطة الليونة.
ربع ملعقة صغيرة من القرفة
ربع ملعقة صغيرة من جوزة
الطلب
لتحضير الحشوة
في أقواس الكبة وتحشى
ثمن ملعقة صغيرة من كيش
القرنفل
يخلط برش التفاح مع السكر
الحسنة.
ويطهى فوق النار حتى
يتخمر كل الماء ويصبح

الحسنة
٤ تقاضات صفراء مبشورة
كوب من السكر
نصف كوب من الجوز
المطحون
ربع ملعقة صغيرة من القرفة
ربع ملعقة صغيرة من جوزة
الطلب
لتحضير الحشوة
في أقواس الكبة وتحشى
ثمن ملعقة صغيرة من كيش
القرنفل
يخلط برش التفاح مع السكر
الحسنة.
ويطهى فوق النار حتى
يتخمر كل الماء ويصبح

المكونات
١٠ إلى ١٢ قطعة
كوبان من الدقيق
الدرة
ملعقتا طعام من زيت
(الطحين)
ربع ملعقة صغيرة من
القشدة الرائبة (ملعقتا
طعام من القشدة
١٠ إلى ١٢ عود تفاح.
١٠ غ من الزبدة في
حرارة القرفة
ملعقة صغيرة ونصف
عصير الليمون).





الشراب المهندسي المثلج

التحضير
في كوب طوويل بارد،
يوضع كيس الشاي
ويضاف إليه ماء
الصودا أو صودا
الليمون المنعش.
لابقاء كيس الشاي
في قعر الكوب
الطوبل، يوضع متن
ملعقة معدنية فوقه
ويبترك الكوب جانباً
حتى يخرج الشاي
نقيعه، تضاف
شريحة برقلال وبضع
أوراق من النعناع
ويبضع شرائح من
النفاح الأخضر إلى
الكوب. يقام هذا
الشراب المنعش بارداً.

الكمية تكفي شخصاً واحداً
ثلاثة أرباع الكوب من ماء
الصودا المنعش أو صودا
الليمون المنعش
كيس شاي بنكهة الفاكهة
الحمراء، شريحة برقلال
أوراق نعناع، شرائح تقاح.

لربى المشمش (أم حسين)



التحضير:

كيلوغرام من مشمش (أم حسين)، كيلوغرام من السكر، عصير جبة ليمون.

توضع حبات المشمش والماء وعصير الليمون في قدر وتطهى لفترة ١٥ دقيقة. ثم يضاف السكر إلى المزبج ويخلط ويترك لفترة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة، ويحرك بين الحين والأخر. ترفع الرغوة من على سطح المزبج ويخلط ويترك لفترة ٦ إلى ٧ دقائق، ومن ثم تترعرع حبات المشمش من المزبج ويترك ليغلي على النار لفترة ١٠ - ١٥ دقيقة إضافية. يترك القطر جانباً إلى أن يصبح فاتراً، بعدها تسكب حبات المشمش فوق القطر ويترك المزبج جانباً إلى أن يبرد في شكل نام، عندما يعبأ في قوارير زجاجية نظيفة ويحفظ.

نكفي الكمية إلى ١٢ كوب من الماء شخصاً عصير جبة ليمون كيلوغرام من مشمش أم حسين كيلوغرام من السكر.

طريقة ثانية لصنع مربى المشمش (أم حسين):
نكفي الكمية إلى ١٢ شخصاً

لربى التين الطازج



التحضير:

يوضع ٥٠٠ غ من الكلس غير المحروق في قدر ويضاف إليه ١٢ كوبًا من الماء، ويترك المزبج حتى صباح اليوم التالي. في الغد، تصفى الماء وتحفظ في وعاء وتترعرع فيها حبات التين لفترة ٢ إلى ٣ ساعات. يغلى السكر والماء وملح الحامض لوقت قصير.

نكفي الكمية إلى ١٢ كوب من حبوب السمسم المحمس، كيلوغرام من التين الطازج، كيلوغرام من السكر، ٤ أكواب من الماء ملعقة صغيرة من ملح الحامض، نصف كوب من حبوب السمسم المحمس، ٤ عيدان قرفة، ٣ إلى ٤ قطع من المستكة المطحونة، ١٠ أكواب من الماء الكيسية.

اليانسون
كوب من حبوب السمسم المحمس.

التحضير:
يغلى السكر والماء، ومن ثم يضاف إليها ملح الحامض. يضاف إليها ملح الحامض. يسكب مزبج السكر (القطر) على التين، ثم تضاف إليه حبوب السمسم وعيдан القرفة والمستكة، ويحرك المزبج كثيفاً. يختبر القطر عبر وضع ملعقة طعام منه في طبق، والتتأكد من أنه ليس مشبعاً بالماء. ومن ثم يضاف السمسم المحمس وحبوب اليانسون ويحرك المزبج برفق. يترك المزبج جانباً ليبرد ومن ثم يعبأ في أوعية زجاجية.

ملاحظة: لطحن المستكة، تضاف ملعقة طعام من السكر إلى قطع المستكة وتطحن.

البابون
كوب من حبوب السمسم المحمس، كيلوغرام من التين المحفف، كيلوغرام من السكر، ٤ أكواب ونصف الكوب من الماء، ٤ عيدان قرفة، ٣ إلى ٤ قطع من المستكة المطحونة، ١٠ أكواب من الماء الكيسية.

مربى التين المجفف
كيلوغرام من التين المحفف، كيلوغرام من السكر، ٤ أكواب ونصف الكوب من الماء، ٤ عيدان قرفة، ٣ إلى ٤ قطع من المستكة المطحونة، ١٠ أكواب من الماء الكيسية.

ملاحظة: لطحن المستكة، تضاف ملعقة طعام من ملح الحامض ملعقة طعام من حبوب السمسم المحمس، كيلوغرام من التين المحفف، كيلوغرام من السكر، ٤ أكواب ونصف الكوب من الماء، ٤ عيدان قرفة، ٣ إلى ٤ قطع من المستكة المطحونة، ١٠ أكواب من الماء الكيسية.



إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



كريول القربيس

التحضير
يغلى الماء وسلق فيه
كيلوغرام من البندورة
(الطمطم) المنشرة
دقائق إلى أن يصبح شبه
المفرومة
ملقة طعام من معجون
البندورة
ملقة صغيرة من السكر
ملقة طعام من معجون
الثوم
يدهن قالب جاته بالزيت
ويوضع فيه الفتوتشيني
الصافي ثم يضغط عليه
جاءً. يوضع هذا القالب
في مكان دافئ حتى يصبح
القربيس جاهزاً.

كريول القربيس
تسخن الزبدة في قدر ويقللي
فيها البصل والثوم حتى
يصبح شاحب اللون.
يضاف إليه الكرفس والثوم
الأخضر والأحمر. تطهى
الخضار معًا حتى تتضج.
يضاف ورقة الفار، والملح.
والبهار، وصلصة التاباسكو،
والعصتر، والجبن، ومرقة
السمك. يطهى الكل معًا
لمرة ١٠ دقائق.
تضافة ملعقة مفرومة
بسلاة متوسطة مفرومة
البندورة، ومعجون
الثوم.
يطهى المزيج معًا للحصول
على صلصة متوسطة
الكتافة.
يضاف القربيس إلى
الصلصة ويطهى معها حتى
يصبح وردي اللون.
تسكب المعكرونة في طبق
ال تقديم، ويقدم كريول
القربيس مع المعكرونة.

ملقة طعام من الزبدة
بسلاة مفرومة
رأس فلفل أخضر كبير
قطع إلى مكعبات صغيرة
رأس فلفل أحمر كبير مقطع
إلى مكعبات صغيرة
عدد كفيس مقطوع إلى
مكعبات صغيرة
٤ ملاعق طعام من الزبدة
٦ إلى ٨ فصوص ثوم
مهرولة
ورقة غار ملح، فلفل أبيض
ملقة صغيرة من صلصة
التاباسكو
ملقة طعام من الصعف أو
التوابيل الإيطالية
ملقة طعام من الجبن

كوبان من مرقة السمك
(مكبان من مرقة السمك)
مع كوبين من الماء
ملقة طعام من الزبدة
بسلاة مفرومة
رأس فلفل أخضر كبير
قطع إلى مكعبات صغيرة
رأس فلفل أحمر كبير مقطع
إلى مكعبات صغيرة
عدد كفيس مقطوع إلى
مكعبات صغيرة
٤ ملاعق طعام من الزبدة
٦ إلى ٨ فصوص ثوم
مهرولة
ورقة غار ملح، فلفل أبيض
ملقة صغيرة من صلصة
التاباسكو
ملقة طعام من الصعف أو
التوابيل الإيطالية
ملقة طعام من الجبن

كوبان من مرقة السمك
كيلوغرام من القربيس
المتوسط الحجم، المقشر
والمتنزع العروق والمغسول
كوبان من مرقة السمك
(مكبان من مرقة السمك)
مع كوبين من الماء
ملقة طعام من الزبدة
بسلاة مفرومة
رأس فلفل أخضر كبير
قطع إلى مكعبات صغيرة
رأس فلفل أحمر كبير مقطع
إلى مكعبات صغيرة
عدد كفيس مقطوع إلى
مكعبات صغيرة
٤ ملاعق طعام من الزبدة
٦ إلى ٨ فصوص ثوم
مهرولة
ورقة غار ملح، فلفل أبيض
ملقة صغيرة من صلصة
التاباسكو
ملقة طعام من الصعف أو
التوابيل الإيطالية
ملقة طعام من الجبن

كوبان من مرقة السمك
كيلوغرام من القربيس
المتوسط الحجم، المقشر
والمتنزع العروق والمغسول
كوبان من مرقة السمك
(مكبان من مرقة السمك)
مع كوبين من الماء
ملقة طعام من الزبدة
بسلاة مفرومة
رأس فلفل أخضر كبير
قطع إلى مكعبات صغيرة
رأس فلفل أحمر كبير مقطع
إلى مكعبات صغيرة
عدد كفيس مقطوع إلى
مكعبات صغيرة
٤ ملاعق طعام من الزبدة
٦ إلى ٨ فصوص ثوم
مهرولة
ورقة غار ملح، فلفل أبيض
ملقة صغيرة من صلصة
التاباسكو
ملقة طعام من الصعف أو
التوابيل الإيطالية
ملقة طعام من الجبن



سلطنة الكوسكوس والخضار

وعصير الليمون، والملح،
ومسحوق الفلفل الأحمر
في وعاء كبير.
تقديم هذه السلطة فاترة
أو باردة فوق مهد من
أوراق خس أيسبرغ
بمتابة سلطة نباتية
خفيفة.

التحضير
كل الصلصة.
يسكب الكوسكوس فوق
البصل المقلي.
يُخاطط الكوسكوس مع
البندورة، والثعناء،
والبقدونس، والبصل
الأخضر، واللفاف
الأخضر العريف،
أن يصبح طرياً ويُمتص

يسخن زيت الزيتون في
المقلة ويفقى فيه البصل
حتى يصبح شاحب اللون.
ينقع الكوسكوس أو
البرغل الأبيض الناعم
في صلصة البندورة إلى
أن يصبح طرياً ويُمتص

ربع كوب من عصير الليمون، ربع كوب من زيت الزيتون	الكمية تكفي إلى 4 أشخاص
كوب من الكوسكوس أو البرغل الأبيض الناعم، منقوع في كوبين من صلصة البندورة، ملح مقشران ومقطعان إلى نصف ملعقة صغيرة من نصف باقة من	بصلة متوسطة مفرومة رأس بندورة (طماطم) متوسطا الحجم، مقشران ومقطعان إلى نصف ملعقة صغيرة من نصف باقة من
البقدونس المفروم حريف مقطع إلى مكعبات صغيرة أوراق خس أيسبرغ.	رأس بندورة مفرومة رأس بقدونس، متوسطا الحجم، مقطعا إلى مكعبات صغيرة أوراق خس أيسبرغ.
البصل الأخضر	

كفتة بالبندورة

البندورة فوق البطاطا
وترصف فوقها شرائح
البندورة، والفلفل
الأخضر، والفلفل الحريف
في حال استعماله.
تدخل الصينية إلى فرن
حرارته ٢٥٠ درجة
فهر نهايت أو ١٨٠ درجة
مئوية وتخبر فيه لمدة
٣٥ إلى ٤ دققة.

تشر البطاطا وتقطع إلى
شرائح دائيرية وتقل في
الزيت حتى تصبح وردية
اللون.
قطع البندورة إلى شرائح
دائيرية، وكذلك رأسا
الفلفل الأخضر.
ترصف قطع البازنجان
المقلية فوق لحم الكفتة،
ثم توضع فوقها شرائح
البطاطا. تسكب صلصة
محارم المطبخ الورقية.
ويسطح لحم الكفتة في
قعر القراء.

يقطع البازنجان إلى
شرائح دائيرية ويرش
فوقها الملح الخشن
وترك جانباً لمدة ساعة.
تفسل شرائح البازنجان
وتصفي ثم تقل في الزيت
حتى تصبح ذهبية اللون.
ترفع شرائح البازنجان من
المقلية وتصفي فوق
بالزيت. تبليل اليدين بالماء
ويسطح لحم الكفتة في



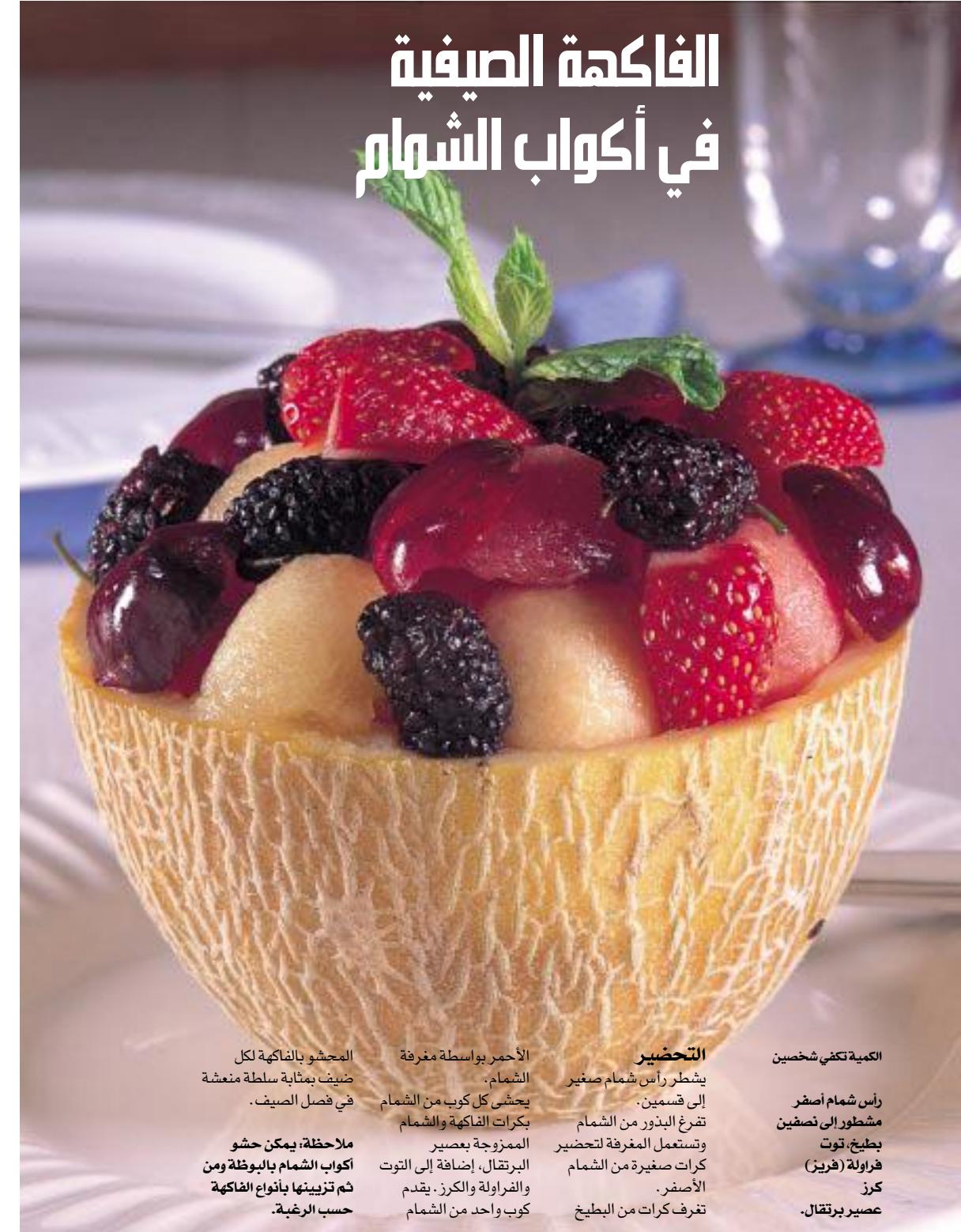
الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص	رأسا فلفل أخضر مقطعاً إلى دوائر	الصينية الزجاجية ملعقة صغيرة من الملح نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود	صلصة متوسطة مفرومة ناعماً كوبان من صلصة البندورة
كيلوغرام من لحم الكفتة	كيلوغرام من البازنجان	نصف ملعقة صغيرة من الملح	ربع ملعقة صغيرة من القرفة
كيلوغرام من البازنجان	المدعيل	البهار الحلو	ربع ملعقة صغيرة من الفلفل
٤ إلى ٥ رؤوس بندورة	نصف كيلوغرام من البطاطا	ملعقة صغيرة من معجون	الأخضر
(طماطم)	٤ إلى ٥ رؤوس بندورة	البندورة	ربع باقة من البقدونس المفروم.



الكمية تكفي ٤ أشخاص
رأسان ناضجان من
الأفوكادو، مقشران
وحاлиان من التونى
علبة من التونة بالزيت
ملعقة صغيرة من
البصل المفروم ناعماً
ملعقة طعام من عصير
الليمون
ملح وقليل أبيض
٤ شرائح من البندورة
(الطماطم)
خس أخضر
صلصة ليمون.

التحضير
تحضر ٤ دوائر معدنية
فارغة الفغر.
يهرس الأفوكادو بواسطة
الشوكة مع البصل،
والملح، والفلفل وعصير
الليمون.
تحضر ٤ شرائح من
البندورة.
يصفى الزيت من التونة
ويهرس اللحم على نحو
خشن بواسطة الشوكة.
يضاف إليه الفلفل
الأبيض والقليل من الملح.
إعداد السلطة، وتوضع
شرحة من البندورة في
قر كل دائرة معدنية.
تسكب فوقها ربع كمية
ميزيج الأفوكادو، ومن ثم
ربع كمية لحم التونة
المفتت. يضغط قليلاً
على محتوى كل دائرة.
توضع كل دائرة معشوة
في طبق تقديم كل ضيف.
ترفع بعدها الدائرة
المعدنية بعناية فائقة
ويزين الطبق بالقليل من
أوراق الخس الأخضر.
يسكب القليل من صلصة
الليمون فوق أوراق الخس
وتقدم السلطة مع الخبز
الممحص.

صلصة الليمون
يخلط ربع كوب من عصير
الليمون مع ربع كوب من
الزيت النباتي أو زيت
الزيتون والقليل من الملح
للحصول على صلصة
الليمون.



لافة الشوكولا مع قشدة الموكا

الجاتوه الملفوف وترش فوقها شعيرية الشوكولا أو رقاقات الشوكولا . يحفظ الجاتوه في الثلاجة لمدة ساعة كاملة حتى تجمد القشدة.

يمكن تحضير هذا الجاتوه قبل يوم واحد من موعد تقديميه، شرط تركه في حرارة الغرفة لمدة ٢٠ دقيقة قبل التقديم.

شعيرية الشوكولا
لتغليف الجاتوه.

الجاتوه
كوب ونصف الكوب من اللوز المحمص والمطحون مع قشرته ملعقة طعام من الدقيق (الطحين)
ملعقة طعام من مسحوق الكاكاو كوب ونصف الكوب من القشدة الطازجة ملعقة صغيرة ونصف الملعقة من برش قشرة البرتقال كوب من الزيدة في حرارة الغرفة ملعقة طعام من القهوة كوب من الزيدة في حرارة الغرفة
الكمية تكفي ١٠ اشخاص الى ١٢ شخصاً
قشدة الموكا
صفار ٦ بيضات كبيرة ثلث كوب من السكر البني الخفيف ملعقتان طعام من الدقيق (الطحين)
ملعقة طعام من مسحوق الكاكاو كوب ونصف الكوب من القشدة الطازجة ملعقة صغيرة ونصف الملعقة من برش قشرة البرتقال فانيلا رشة ملح رشة ملح سكر ناعم.

٢٥ دقيقة في الفرن أو حتى يجف داخله.
يخرج الجاتوه من الفرن ويترك جانباً حتى يبرد تماماً.

تسكب نصف كمية القشدة فوق الجاتوه، ثم يلف الجاتوه مثل السigar على أن تكون نقطة التقاء اللف فوق الصينية مباشرة.
تسكب بقية القشدة فوق

القليل من الملح في خفافة أخرى نظيفة حتى الحصول على رغوة خفيفة.
تضاف ٥ ملاعق طعام من السكر البني الخفيف إلى بياض البيض المخفوق على نحو تدريجي. يتبع الخفق للحصول على رغوة كثيفة.

يضاف بياض البيض إلى مزيج صفار البيض، ثم مخفف خفيفة وقشدة. يضاف صفار البيض في المقادير مع ٥ ملاعق طعام من السكر تدريجياً ويسكب هذا الخليط في الف قالب المستطيل المحضر. يخبز الجاتوه لمدة ٢٠ إلى

إعداد الجاتوه

دون تكون قشرة على سطح القشدة، وتترك القشدة جانبًا حتى تبرد تماماً. (يمكن وضع المزيج في الثلاجة لمدة ساعه). تخفق الزبدة في وعاء كبير باستخدام والكاكاو في خلاط الطعام. تصبح خفيفة وقشدة. يضاف صفار البيض في المقادير مع ٥ ملاعق طعام من السكر تدريجياً ويسكب هذا السكر. تضاف بعدها قشرة البرتقال والفانيليا. يخفق بياض البيض مع

تحضير القشدة
يخفق صفار البيض مع السكر، والدقيق، ومسحوق الكاكاو والقهوة السريعة الذوبان المذوبة. تغلى القشدة في قدر فوق النار. يضاف مزيج صفار البيض ببطء إلى القشدة الساخنة، ثم يعاد المزيج إلى النار ويطهى حتى يغلي ويصبح كثيفاً، مع ضرورة الحفظ المستمر. تضاف إليه الشوكولا وبرش قشرة البرتقال. يخلط المزيج جيداً حتى يصبح ناعماً. يغطي المزيج بورق



شراب المانغا

التحضير

يهرس رأس المانغا في خلاطة الطعام مع ٢ إلى ٤ مكعبات من الثلج للحصول على هريسة.

تضاف إليه بوظة المانغا وبتابع الخلط.

يسكب الشراب في أكواب زجاجية ويزين بالقشدة الطازجة وقطع المانغا ويقدم بمثابة مشروب صيفي متعش. يمكن استعمال بوظة المانجا بدلاً ببوظة المانغا إذا شئت.

الكمية تصنع كوبين رأس مانغا ناضج مقشر ومقطع إلى قطع ٣ إلى ٤ مكعبات من الثلج. كوب من بوظة المانغا أو الفانيليا.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

رقم المنشورة: ٢٠١٩/٣/١٥

الدجاج مع صلصة الفطر



نصف كوب من الدقيق	الكمية تكفي ٤ أشخاص
(الطحين)	
نصف ملعقة صغيرة من	صلصاة الدجاج (٤ قطع) مع
الملح	أو من دون الجلد حسب الرغبة
ربع ملعقة صغيرة من	٢٥٠ غ من الفطر الطازج
اللفل الأسود	ملعقة صغيرة من خردل
ملعقة صغيرة من خردل	المقطوع إلى شرائح
ديجون	٣ إلى ٤ فصوص ثوم
؛ رؤوس أرضي شوكى	مهرودة
٣ إلى ٤ ملاعق طعام من	٣ إلى ٤ ملاعق طعام من الزبدة
مقطعة	الخل البالسمى
نصف كوب من القشدة	الجاوزة
الجاهزة	٣ ملاعق طعام من الزبدة
كوب من مرقة الدجاج.	كوب من مرقة الدجاج.

الطازجة ويطهى الكل حتى يسخن جيداً.
يخلط الدقيق مع الملح والفلفل.
تخرج صدور الدجاج من الفرن وتسبك فوقها قطع صدر الدجاج الحصول على ؛ قطع من لحم الدجاج المسطح يمكن استعمال مطربة اللحم لتسطح لحم الدجاج قليلاً.
يرش فوقها الفلفل الأسود.
يسخن الزيت والزيادة في مقلاة وتقليل قطع الدجاج قليلاً ثم ترتفق وتترصف في صينية بizer وتحفري في الفرن حتى تتضيق من الداخل.
يحتفظ بالزيت في المقدمة ويقلل فيه الفطر والثوم لمدة دقيقة إلى ثلاثة دقائق.
يضاف بعدها الخل الحلو وقطع الأرضي شوكى ومرقة الدجاج يطهى الكل معًا.
تضاف بعدها صلصة الخردل وتخلط مع المزاج.
تضاف من ثم القشدة



الكمية تكفي ٨ أشخاص

كوبان من الدقيق (الطحين)
ثلاثة أرباع الكوب من الزبدة في حرارة الغرفة
ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم
فانيلا
صفار بيضة واحدة
مربي التوت أو مربي الفراولة (الفريز) للحشوة
صفار بيضة واحدة لدهن.

لتزيين سطح التورتات.
يدهن سطح كل تورتة بصفار
البيض ثم تخبز في فرن
حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت
حتى ينضج سطحها وأسفافها
ونصبح وردية اللون.
يمكنك وضع العجينة إذا
شتّت في قالب تورتة كبير
قطره ٢٨ إلى ٣٠ سنتمتراً.

صغريرة وتوضع في قوالب
تورتات فردية صغيرة وترتك
في الثلاجة لمدة ساعة. ثم
يُوْخز قدر عجينة التورتة
بالشوكة.
تحشى كل تورتة بمربي التوت
أو الفراولة.
تلف حزم من العجينة في
أشكال زخرفية وتستعمل

الخلاط.
تلف العجينة بورق النايلون
اللاصق وتحفظ في الثلاجة
لمدة نصف ساعة.
يرش الدقيق فوق طاولة
العمل وترق العجينة، بعد
إخراجها من الثلاجة، لتصبح
سماكتها ١ إلى ١,٥ سنتم.
قطع العجينة إلى دوائر

يخلط الدقيق مع الزبدة
والسكر والفانيلا وصفار
البيضة في خلاط الطعام
المزود شفرة معدنية
للحصول على عجينة
متوسطة الليونة. تصبح
العجينة جاهزة حين تتماسك
في زاوية واحدة من وعاء

التورتة الراساوية



طازجة مقطعة إلى شرائح	ومفرومة ومن ثم مقلية حتى تصبح هشة	الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص
ملعقة طعام من صلصة المحار رشة من الفلفل الأبيض	جزران مقطعتان إلى شرائح طويلة ورفيعة	
ملعقة طعام من زيت السمسم	علبة من التوفو القاسي المقطع إلى مكعبات ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من (زيت زرقاء)	
مكعب مرقة دجاج مذوب في ثلاثة أرباع الكوب من الماء	بصلة متوسطة مفرومة دقيق ذرة زيت نباتي لقليل مكعبات رأسان من البصل	
ملعقة طعام من دقيق الذرة نصف كوب من الماء	الأخضر مقطعن على نحو مائل إلى قطع نصف كيلوغرام من أزهار البروكولي المسلوقة	
	الثوم، والجزر، والفطر، وبزيzin الطبق بالمرizيد من حبات الفطر الطازجة وبالبصل الأخضر قبل التقديم.	

البروكولي مع التوفو

التحضير
تقسّم مكعبات التوفو في دقيق الذرة ثم تقلّى مثل البطاطا في الزيت حتى تصبح ذهبية اللون لترفع بعد ذلك وتوضع جانباً. تسلق أزهار البروكولي. وتقع حبات الفطر الصيني الأسود في الماء الساخن لمدة نصف ساعة. ثم

تدوب ملعقة طعام من دقيق الذرة في نصف كوب من الماء ثم تضاف إلى الخضار ويطهى المزيج حتى يصبح كثيفاً. يضاف التوفو إلى السلطة وبزيزن الطبق بالمرزيد من حبات الفطر الطازجة وبالبصل الأخضر قبل التقديم.

سرياني القربيس



التحضير
يسخن الزيت النباتي في قدر كبيرة، ثم يقللي فيه البصل المفروم مع الزنجبيل وقطع الفلفل الملونة حتى تذبل الخضار.

تحشاف حينها الكزبرة اليابسة، والكمون، ومسحوق الزعفران، وهريسة البندورة، والملح والفلفل والسكر. تطهى هذه الصلاصة فوق النار حتى تبدأ بالغليان. تحشاف كمية كافية من الماء إلى الصلاصة للحصول أخيراً على ٢

حبات القربيس حتى فوراً إلى خليط الأرز تصبح وردية اللون. يجب يطهى خليط الأرز حتى يضاف الأرز البسماتي يمتص الأرز كل الماء. يسخن الزيت في مقلاة الصلاصة ويطهى معها فوق نار خفيفة. يضاف الملح

نصف ملعقة طعام من السكر ٣ أكواب من الأرز البسماتي المفروم ناعماً جداً ملعقة طعام من الكزبرة المتوسط الحجم، منظف الياسة ومتزوج العروق ومفسول رأس فلفل أحمر ورأس فلفل أخضر، ومصفى ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من الكمون الياس مقطعة كلها إلى قطع صغيرة ملعقتا طعام من الزنجبيل ١٠ إلى ١٢ حبة قربيس رقة من مسحوق الزعفران التباهي بصلة واحدة مفرومة ناعماً الطاج المبشور أو المقرروم رأساً بندورة (طماطم) ناعماً



الكمية تكفي شخصاً واحداً

موزة واحدة
ثلاثة أرباع الكوب من بوظة الفانيلا
٤ حبات فريز (فراولة) مفرومة ومهروسة
ومصفاة.

التحضير
تنظر حبات الفريز وتغسل وتهرس مع التوت والسكر للحصول على هريسة. تصفي الهريسة للتخلص من البذور. تسكب هذه الصالصة فوق شراب الموز.

حافة الكوب الزجاجي حتى تهبط إلى أسفل الكوب. يقدم الشراب فوراً وهو بارد.

صلصة الفريز (الفراولة)
٢٠٠ غ من الفريز ١٠٠ غ من التوت ملعقتان طعام من السكر.

التحضير
توضع الموزة في خلاط الطعام وتحول إلى هريسة. تضاف إليها بوظة الفانيلا وتخلط معها. يسكب هذا المزيج في كوب طويل. تسكب صلصة الفريز حول

شراب الموز مع صلصة الفريز



نصف الكمية
الى ٣ اشخاص
٣ حبات برتقال
حبة ليمون حامض
سكر، ملح، مياه.

قليلاً، يحرك ويسبك في
مرطبان زجاجي نظيف.

يزان هذا المزيج، وتضاف
إليه كمية متساوية من السكر
رقيقة، وتزرع منها البذور.
يغلى مزيج الفاكهة والسكر
يمرج اللب المقطع الى
شرائح مع قشرة الفاكهة
بسرعة لفترة ٢٠ الى ٢٥
دقيقة او إلى أن يصبح كثيناً.
يحرّك المزيج بينما يطهى
الماء تعادل ضعفي وزن
المزيج، ويطهى على النار
حتى الغليان لفترة ٤ دقائق.
عندما يصبح المزيج مطهواً

لفترة ٧ دقائق.
يقطع لب الفاكهة الى شرائح
يتوزع فيها البذور.
يمزج اللب المقطع الى
شرائح رقيقة جداً وتضاف
إليها كمية كافية من المياه
وتسلق على النار حتى تغلي
لفترة ٧ دقائق.
تصفى من المياه، وتضاف
إليها مجدداً المياه وتغلى

مربي قشور البرتقال



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

نوعية: مطبخ دلكي

ساطة الفلفل المشوي والثوم المشوي

فوقها البقدونس وبشرى
فوقها الزيت والثوم.
يحرك الخليط جيداً
ويترك لمدة ساعتين قبل
التقديم في حرارة الغرفة
للسماح بامتصاص النكهات.
لإعداد رأسى الثوم،
يفركان قليلاً بزيت الزيتون
ويشوىان حتى يصبح
سطحهما وردي اللون.
يقدم الخبز المحمر مع
هذا النوع من المقبلات.

رأسان كبيران من
الفلفل الأصفر
رأسان كبيران من
الفلفل الأحمر
فوس ثوم مهروس
رأسان كبيران من
الفلفل الأخضر
ملح
فلفل مطحون حديثاً
ملعقة طعام من
البقدونس
ملعقتان طعام من زيت
الزيتون
رأسان من الثوم.

التحضير
يجمى الفرن مسبقاً إلى
حرارة ٢٥٠ درجة
 فهو نهائياً أو ١٨٠ درجة
متوية.
ترصف رؤوس الفلفل في
صينية رقيقة وتخزر في
الفرن لمدة ٢٠ دقيقة.
شرط تقليبياً بين الحين
والأخر حتى تتضج تماماً.
(يمكنك استعمال
المايكررواييف بحيث
تقصر مدة الخبز على
٢ دقيقة أو شواء الفلفل
على الفحم).

تخرج رؤوس الفلفل من
الفرن، وتغلف بكيس نايلون
أو كيس ورقى فيما لا تزال
ساخنة وتترك جانبياً لمدة
نصف ساعة. تخرج رؤوس
الفلفل من الكيس وتنثر.
يشطر كل رأس فلفل طولياً
إلى نصفين وتنزع منه
البذور والأعناق والضلوع.
قطع بعدها إلى قطع
طويلة ورفيعة.
ترصف قطع الفلفل في
الوعاء، ويضاف إليها الملح
والفلفل حسب الذوق. يرش



حساء الباذنجان



التحضير

القدر وتترك فوق نار متوسطة لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً.

يطحن الحساء في مطحنة ليصبح هريسة . وفي حال استعمال مطحنة يدوية، تبقى القشور في المطحنة وهذا أمر جيد ولا يجب تصفيه الحساء للتخلص من قشور الباذنجان.

يوضع الحساء المهروس في القدر ويضاف إليه المزيد من الماء عند الحاجة . تضاف إليه القشدة الطازجة ويسخن الكل ولكن من دون الغليان . يقدم الحساء ساخناً مع الخبز المحمص.

كوبان من الباذنجان الطازجة أو المجلدة
بصلة متوسطة مفرومة
جزرتان مبشورتان
ملعقتان طعام من الزبدة
نصف كوب من القشدة الطازجة
٤ أكواب من مرقة الدجاج
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.



البقدونس المفروم	الخميرة الفورية.
ملعقتا طعام من	(الطحين)
البصل المفروم	ربع كوب من اللبن
نصف ملعقة صغيرة	نصف كيلوغرام من
من الفلفل الأحمر	الزبدة المذوبة
(اختياري)	جبنة العكاوي
صفار بيضة واحدة	والمجدولة
وملعقة صغيرة من	بيضة واحدة
الحليب.	نصف ملعقة صغيرة
	ملعقة طعام من البينة
	ملعقتا طعام من
	ملعقة صغيرة من

اللافافات الجبنة

التحضير

يوضع الدقيق واللبن والزيت والبيض والملح والخميرة في خلاطة الطعام ويخلط الكل حتى تمتزج كل المكونات وتتحول إلى كتلة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخليطة .

تقسم العجينة ثلاثة أقسام وتوضع في وعاء وتغطي بفوطة مطبخ . تقطع الجبنة إلى شرائح وتتفق في الماء البارد .

غير الماء كل نصف ساعة للتخلص من معظم الملح الموجود في الجبنة . تتصدر الجبنة وتحل محل البنة والبيض . يرق كل قسم من العجينة ويتحول إلى دائرة كبيرة .

تقسم العجينة أيضاً ويوصى ثلثها على حافة بصفار البيض، ثم تخزن واحدة من العجينة، ثم

اللافافتان في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فورج الجبنة أشاء الخبز .

مئوية إلى أن يصبح تكرر العملية نفسها مع العجينة الثانية والثالثة . سطحهما وردي اللون . تخرج اللافافات وتتركان حتى تبرد . تقطع كل بعض شقوق في كل لفافة . لفافة إلى شرائح وتقدم يدهن سطح كل لفافة بصفار البيض، ثم تخزن كنوع من المقبلات .

فاصيتا اللحم أو الدجاج

مقطعتان إلى شرائح رأسان متوسطان من الفلفل الأخضر والأحمر مقطunan إلى شرائح طويلة عرضها ١ سم	٧٥٠ غرام من اللحم الهمبرغر الحلو أو مسحوق الفلفل الأحمر نصف ملعقة طعام من الثوم المهروس نصف ملعقة صغيرة من الملح ربع كوب من الخل ربع ملعقة صغيرة من الأسمر نصف ملعقة صغيرة من الفلفل ١٢ قطعة تورتيلا ٢٥ سم بحجم الصتر ملعقتان طعام من الزيت البيري الطازج أو ملعقة صغرى من الصتر النباتي بصلتان كبيرة	ملعقة صغيرة من البهار الصلاد الدجاج المقطع إلى شرائح سماكتها ١ سم ربع كوب من الزيت النباتي ربع كوب من الخل ربع ملعقة صغيرة من الأسمر نصف ملعقة صغيرة من الثوم المهروس نصف ملعقة صغيرة من الملح ربع كوب من الخل ربع ملعقة صغيرة من الأسمر نصف ملعقة صغيرة من الفلفل ١٢ قطعة تورتيلا ٢٥ سم بحجم الصتر ملعقتان طعام من الزيت البيري الطازج أو ملعقة صغرى من الصتر النباتي بصلتان كبيرة
--	---	---

التحضير

يخلط ربع كوب من الزيت مع
الخل والسكر والص嗣
ومسحوق الفلفل العربي
والثوم والملح والفلفل في
نار قوية حتى ينضج البصل
والفلفل شرط الحفاظ على
والصلصة والجبن
هشاشةهما. يضاف اللحم أو
الدجاج ويتابع الطهو لمدة ٥
إلى ٧ دقائق حتى يصبح
اللحم بني اللون. تلف
التورتيلا بورق الألمنيوم
لليل، شرط تقليبيها بين

الجين والأخر. تسخن مقلاة
تورتيلا جيداً ويوضع فيها
البصل والفلفل الأخضر
والأحمر. يقلن الكل معاً على
شرط إيقائهما ملفوقة.
تقدم الفاهيتا بوضع لحم
البقر أو الدجاج ومزيج البصل
والصلصة والجبن
والغواكامول والقشدة الرائبة
في وسط كل تورتيلا. يطوى
طرف واحد من التورتيلا في
شكل ظرف.



سلق ضلوع الطحينة مع الثوم
والقليل من الماء ونصف
حبة الليمون. تخلط الطحينة
حتى تتضجّ. تسلق تحت
الماء البارد وتصنّى. بعدها

خلوة اللين. ثم تضاف ضلوع السلق
لتصدرى الدجاج المفتت
ووضع في طبق لتقديمها
ملعقة صغيرة من البهار الحلو
للحصول على مزيج بكثافة
كوع من المقبلات.



سلاطة التفاح والخس الافرنجي

ملعقة طعام من عصير
الليمون
٣ تقاضات حمراء
٣ أعناق من الكرفس
قطعة بالعرض الى
شراح رقيقة
خمسة أفرنجية واحدة
صغيرة مفتلة
٢/٣ الكوب من القشدة
الرائية
ملعقت طعام من اللبن
العادي، ملح
فلفل مطحون
٦ قطع جوز مفرومة
خشنا.

التحضير
يملاً وعاء كبير بالماء
ويضاف إليه عصير
الليمون. تترع البذور من
التفاحات، ولكن من دون
قصشيرها، وتقطع إلى
مكبات حجمها ٢.٥ سم.
توضع قطع التفاح في
وعاء من الماء بعد
قطيعتها، تصنّى بعدها
جيداً وتنضاف إلى وعاء
السلطنة مع الكرفس
والخس الافرنجي.
في وعاء صغير، تترزج
الرشدة الرائبة مع اللبن
والملح والفلفل حسب
الذوق حتى يمتزج الخليط
جيداً. تصب الصلصة فوق
السلطنة ويضاف الجوز
و يقدم الطبق.

ملاحظة: يمكن إغناء هذه
السلطنة بجبنية الغبiera
المقطعة إلى مكبات وقطع
اللحم البقرى المعلب.



كيلوغرام من ضلوع السلق
ملح وكمية كافية من الماء
البهار الحلو
لترقق الطحينة
صدرا دجاج، مسلوقان
نصف ملعقة صغيرة من
فستان من الثوم
ومنبتان.



أرز بالدجاج والحمص

اللحم والمزيد من حبات الحمص.	الماء وينضج جيداً.	يفصل الأرز وينقع في الماء المغلي مع الملح.
يقدم هذا الطبق مع اللبن و السلطة الخضار الطازجة.	يرفع الأرز بعناية من القدر ويُسكب في طبق التقديم، ثم يزيّن بقطع يغسل الأرز ويشطط. ثم يُقلى في الزيت حتى يصبح لونه شاحباً.	
كوب ونصف الكوب من الحمص المقشر (المفقوش)	القدر، ويضاف الملح وعودي القرفة. يطهى الكل حتى ينضج اللحم.	يقطع اللحم إلى قطع صغيرة إلى البصل ويُقلى الاشان معاً إلى أن يتغير لون اللحم. يضاف الأرز، وتقطّل القدر وتوضع أولاً فوق نار قوية.
كوب من السمن أو من مزيج الزيادة والزيت عودان من القرفة.	يسكب فوق اللحم، وتضاف نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض. تضاف من ثم كمية كافية من الماء لغمر الأرز، وتقطّل القدر تخفّف بعدها النار ويطهي الأرز إلى أن يتمتص كل	لبضة دقائق إضافية فوق نار متوسطة. تضاف كمية كافية من
٣ أكواب من الأرز الطويل الحبة كيلوغرام من لحم البقر أو الغنم المقطع بصلات حمراء متوسطة	الماء لغمر محتويات القدر، ويضاف الملح وعودي القرفة. يطهى الكل حتى ينضج اللحم.	يُقلى في الزيت حتى يصبح لونه شاحباً. يقطع اللحم إلى قطع صغيرة إلى البصل ويُقلى الاشان معاً إلى أن يتغير لون اللحم. يضاف الأرز، وتقطّل القدر وتوضع أولاً فوق نار قوية.

فلافلة ونougat شبه ثانية

بعد الانتهاء من تقطير حبوب الفستق، يمكنك إعداد هذه الحلوي خلال دقائق.

طريقة التحضير

توضع حبوب الفستق في وعاء وتغطى بالماء المغلي. تترك لمدة ٢ دقائق، ثم تصفى وتترك جيداً في قطعة قماش نظيفة أو أوراق محارم سميكية لإزالة القشور.

تقزم حبوب الفستق إلى قطع صغيرة بواسطة خلاطة الطعام، تقطع النوغة إلى مكعبات صغيرة.

تحفق القشدة حتى تصبح خفيفة كالرغوة، يخفق العسل الصافي مع ماء الورد، ثم يضاف إليه الجنطري. يخفق المزيج قليلاً أكثر إذا أصبح رخواً. تضاف إليه حبوب الفستق والنوغة، ثم يسكب المزيج في أطباق أو أكواب مقاومة للheat (أو يمكن سكبها في وعاء كبير ومن ثم غرفتها بالملعقة). يوضع المزيج في البراد لمدة ٣ ساعات في حال كانت الحصص موزعة، أو لمدة ٥ إلى ٥ ساعات في حال اعتماد الطبق الكبير. ترش حبوب الفستق المفرومة فوق الأطباق، ثم تقدم مع التريز (المراؤفة) المخلوطة باسكر.

في الحصة الواحدة: ٣٧٠ وحدة حرارية و٢٦ غ من الدهن.



الكمية تكفي ٨ أشخاص
مدة التحضير ٢٥ دقيقة +
التجميد

٨٠ غ (٣/٤ الكوب) من حبوب
الفستق المقشرة وغير
المملحة
١٥٠ غ (كوب) من نوغة الفاكهة
والبندق
٢٨٤ مل من القشدة المزدوجة
(كوبان تقريباً)
١٠٠ مل (١/٣ الكوب) من العسل
الصافي
٣٠ ملعقة طعام من ماء
الورد
٢٥٠ غ (كوب وربع الكوب) من
الجنطري
الذينة
ملعقة طعام من حبوب الفستق،
المفرومة
علبة صغيرة من التوت الطازج
ملعقة طعام من السكر.

بوظة العنبية وجبن ماسكاربون

إن نقع الحليب مع إكليل الجبل يضفي نكهة عطرية رقيقة على هذه البوظة.

طريقة التحضير

يحفظ الخليط في ماكينة إعداد البوظة أو في وعاء مقاوم للثلاجة. وحين يصبح خليط العنبية مزيداً، يقلب بواسطة ملعقة معدنية حتى يصبح متموجاً. يعاد إلى الثلاجة حتى يصبح قابساً. تنقل البوظة إلى البراد لمدة ٣ دقائق، ثم يترك حتى يبرد.

لمحة رقيقة
احرصي على عدم الإفراط في خلط الهريسة في البوظة. يفترض أن يكن قلب المزيج أربع أو خمس مرات كافياً لخلط المزيج مع الهريسة.

الكمية تكفي ٨

أشخاص

مدة التحضير ٢٠

دقيقة + التجميد

مدة الطهو ١٠

دقائق

٢٥٠ غ (كوب) من

السكر

ليمونة حامضة

برشاً وعصيرها

٤٠٠ غ (كوبان)

من العنبية

أنبوبان من جبن

الماسكاربون، وزن

٢٥٠ غ

(أي علبتان).





أطابع البسكويت باللوز أو الجوز

رشة ملح
نصف كوب من اللوز أو الجوز

المحمص والمفروم

نصف كوب من اللوز أو الجوز

المحمص والمفروم للطبقة

العلوية

رشة فانيلا

بياض بيضة واحدة لدهن

سطح العجينة.

الكمية تكفي 4 إلى 5 أشخاص
رشة ملح

كوب ونصف الكوب من

الزيادة

كوب ونصف الكوب من

السكر البنى

صفار بيضتين

كوبان ونصف الكوب من

الدقيق

ببياض البيض، وينثر فوقه

نصف كوب من اللوز

ويقطع محتواها إلى

أصابع فيما لا يزال

ساخناً.

تدخل الصينية لمدة ٢٥

تحفظ أصابع البسكويت

إلى ٣٠ دقيقة إلى فرن

في وعاء ملئ بياحكام

وتقدم مع الشاي أو القهوة

سطحها وردي اللون قليلاً.

الفانياولا والدقيق واللوز

والملح.

توضع العجينة في صينية

مكسوّة بالزبدة والدقيق

ويجري تسريحها

للحصول على عجينة

سمكها ٢ أو ٢,٥ سم.

يدهن سطح العجينة

تحلّط الزبدة مع السكر

في خلاطة الجاتوه حتى

يصبح الخليط قشدياً

وخفيفاً. يضاف إليه

صفار البيض.

توقف الخلطة عن العمل

ويضاف إلى محتواها



إعداد السيدة
أناهيد دوكينيان

تصوير: رونالد ناصيف



كيلوغرام من البصل الصغير أو المتوسط الحجم
نصف كيلوغرام من لحم الغنم أو البقر المقطع إلى
مكعبات
كوبان من الحمص المنقوع في الماء
ملعقتا طعام من الزيت النباتي
٧٥٠ غ من البندورة (الطماطم) المفرومة
كوبان من عصير البندورة أو ملعقة طعام ونصف
الملعقة من معجون البندورة
ملعقة صغيرة من الملح
ملعقة صغيرة من البهار
ماء لسلق اللحم والحمص
نصف ملعقة صغيرة من القرفة.

والحمص تقريباً.
التحضير
تضاف البندورة وصلصة
البندورة أو معجون
البندورة إلى مزيج اللحم.
يفسل الحمص ويوضع في
صفاة.
كما يضاف البصل المقلي.
يسلق اللحم في الماء
يتابع الطهو حتى ينضج
البصل واللحم والحمص،
ويصبح الصلصة كثيفة
قليلاً.
 يقدم الكل في قدر مغطاة
بالشعيরية.
يطهي الكل في قدر مغطاة
حتى ينضج اللحم

نزلة البطل (طبق مصرى)

كرات الجبنة الدجاج والخضاء

التحضير

تغز عيدان أسنان خشبية في جبة الغريفيروت مهربة الططا أو الشوكة. تتمس الكرات الأخرى في البقدونس المفروم وتوضع الطازجة والبصل ويخلط فوق محارم المطبخ المزيج ثم تحضر منه كرات الورقية. تقطع حبة الغريفيروت من أصغر من الجوز. تقسم الكرات قسمين. الأسفل تثبيتها ثم تقطي الهشة حول الطبق قبل تقديمها كنوع من المقبلات بأوراق الخس، شرط تثبيت أوراق الخس بواسطة اللفل الأحمر المفروم وتنافل من كل الجهات ثم خفيفه في الحفلات.

عيدان الأسنان ثم



٣٠٠ رأس هاش من جبنة الفيتا بسكويت أحمر كبير مفروم ناعماً أوراق خس للزينة بصلة صغيرة مفرومة ناعماً ناعماً كوب من القشدة الطازجة نصف باقة من البقدونس كرة غريفيروت مفرومة ناعماً زيتون أسود.



رزمة السلمون

للسلمون على شكل رزمة، وترتبط رزمة السلمون بالبصل الأخضر. تقدم رزمة السلمون مع كرات الأفوكادو وشرائح الليمون وأوراق الخس الأخضر. ملاحظة: يمكن تقديم الخبز الأسمري مع هذه السلطة.

التحضير

يوضع ١٠٠ غ من شرائح السلمون في طبق مسطح. تخلط الجبنة القشدية مع الشبت والبصل وبرش الليمون وعصير الليمون. توضع ملعقة طعام من هذا المزيج فوق شرائح السلمون. تطوى الحواف الأربع

لإعداد رزمة واحدة نصف ملعقة صغيرة من عصير الليمون بصلة خضراء مسلوقة في الماء لمدة ٣٠ دقيقة (لاستعمالها لربط الرزمة) كرات أفوكادو مفرومة شرائح ليمون كابياء أسود للزينة أوراق خس الليمون رشة من برش الليمون



رزمة السلمون

للسلمون على شكل رزمة، وترتبط رزمة السلمون بالبصل الأخضر. تقدم رزمة السلمون مع كرات الأفوكادو وشرائح الليمون وأوراق الخس الأخضر. ملاحظة: يمكن تقديم الخبز الأسمري مع هذه السلطة.

التحضير

يوضع ١٠٠ غ من شرائح السلمون في طبق مسطح. تخلط الجبنة القشدية مع الشبت والبصل وبرش الليمون وعصير الليمون. توضع ملعقة طعام من هذا المزيج فوق شرائح السلمون. تطوى الحواف الأربع

لإعداد رزمة واحدة نصف ملعقة صغيرة من عصير الليمون بصلة خضراء مسلوقة في الماء لمدة ٣٠ دقيقة (لاستعمالها لربط الرزمة) كرات أفوكادو مفرومة شرائح ليمون كابياء أسود للزينة أوراق خس الليمون رشة من برش الليمون

ساتة البطاطا الألواحية الساخنة



٤ دفوس بطاطاً متوسطة
٨ شرائح من لحم الحبش أو
الجل المدخن المقطع إلى
قطع حجمها ٢ سم
بصلة متوسطة مفرومة
ملعقة طعام من الدقيق
ملعقة صغيرة من السكر
نصف ملعقة صغيرة من الملح
رشة فلفل
نصف كوب من الماء
ربع كوب من الخل
ملعقة صغيرة من الخردل.

المقالة عن النار، ويضاف الماء
والخل إلى محتواها. يسخن الكل
حتى الغليان، شرط التحريك
باستمرار. يرفع المزيج بعد
الغليان عن النار.
تقطع البطاطاً الساخنة إلى
شرائح سماكتها نصف سنتيمتر.

ترش الصلصة فوق البطاطا
ويرصفي لحم الحبش أو الجل
المدخن على جانبي البطاطا.
يقدم الطبق ساخناً.

التحضير
تسلق البطاطاً حتى تنضج
 تماماً.
يظهر لحم الحبش أو الجل
المدخن في مقالة حتى يصبح
هشاً. يضاف اللحم وتم
الاحتفاظ بالدهن جانباً. يظهر
البصل في هذا الدهن حتى
ينضج. يضاف إليه الدقيق
والسكر والملح والقليل، يظهر
الكل فوق نار خفيفة. شرط
التحريك باستمرار إلى أن تظهر
الفقاقيع في المزيج. ترفع

ستاك ميتر بروش

(Hotel b'Zerif)

التحضير

يُقطع اللحم إلى شرائح سماكتها ١,٥ إلى ٢ سم. تسخن ملعقتا طعام من الزبدة مع ملعقة طعام من الزيت في مقلاة غير لاصقة.

يُقلّى اللحم فوق نار قوية جداً لتفادي خروج العصارة منه. كما يمكنك شواء اللحم من دون زيت.

بعد قلي كل شرائح اللحم، يرش فوقها الملح والفلفل على الوجهين وتنقل إلى أطباق ساخنة. توضع شريحة من الزبدة فوق كل شريحة لحم وتزين بالبخار والبطاطا وتقدم على الفور.

زبدة الميتر دوتيل

تُخطف الزبدة الطيرية مع الثوم والبقدونس والكزبرة. يمكن إضافة الملح إذا كانت الزبدة المستعملة غير مملحة، والإضافات التليل من الملح إلى مزيج الزبدة. يُسكب مزيج الزبدة على جانب ورقة برشمان وتلف الورقة مثل النقانق وتحفظ في قسم التخليد من الشلاجة حتى يجمد محتواها.

تخرج لفافات الزبدة من الشلاجة وينزع عنها ورق البرشمان وتقطع إلى شرائح سماكتها ١ سم. توضع شريحة من الزبدة فوق كل شريحة لحم ساخنة وتقدم على الفور. في هذه الأثناء، تبدأ الزبدة بالذوبان نتيجة حرارة شريحة اللحم وتتحول إلى صلصة زبدة.

ملاحظة: يفضل تقطيع اللحم إلى شرائح مباشرة قبل طهوها للحفاظ على طراوة اللحم. تستعمل النار القوية لقتل شرائح اللحم مما يساهم في الحفاظ على عصاراتها في الداخل وابقائها طيرية.



ملعقتا طعام من البقدونس المفروم ناعماً

ملعقتا طعام من الكزبرة المفرومة

ناعماً

ملح

فلفل أسود مطحون خشنًا

خضار متنوعة.

كيلوغرام من شرائح لحم البقر (الفيليه)

ملعقتا طعام من الزبدة

ملعقة طعام من الزيت

٢٠٠

الغرفة

؛ فصوص من الثوم، مهرولة

عصير البرتقال بارد مع البياه الغازية

الكمية تكفي شخصاً واحداً

نصف كوب من المياه
الغازية
نصف كوب من عصير
البرتقال الطازج
ملعقة طعام من عصير
الرمان الحلو.

التحضير
تخلط البياه الغازية
الباردة مع عصير البرتقال
الطازج في كوب طويل.
يضاف إلى المزيج عصير
الرمان.

يزين الكوب بشريحة
برتقال وحبة كرز حمراء
وورقة نعناع.



فَوْقَ الْمِلَادِ
بِالشُّوكَوْلَادِ

النار حتى يبرد تماماً.	الفنانيل فوق السكر الناعم.	يضغط على هذه المطبقات
في واء آخر، يخلط السكر مع دقيق الذرة والبيض.	يسكب الحليب والكاكاو فوق هذا المزبج ويخلط الكل جيداً للحصول على صلصة ناعمة ودبقة.	الثلاث قليلاً، ثم يصب غلاسور الشوكولا فوقها.
يضاف الحليب الفاتر تدريجياً إلى مزبج البيض، ويتحقق المزبج بالشريط المعدني ليصبح ناعم القوام بعد إضافة كل الحليب، يعاد المزبج إلى النار ويطهى حتى يتكشف جيداً، شرط تحريكه باستمرار، تضاف الشوكولا إلى هذا المزبج وتخلط معه جيداً، فيفترض بحرارة المزبج أن تنذوب الشوكولا.	الكريم باتيسير كوبان من الحليب فانيلا	توضع هذه الحلوي في الثلاجة حتى تبرد تماماً، ثم تقطع إلى حصص التقديم وتقدم كفوف لذيند من الحلوي.
تضاف آخر القشدة الطازجة.	ربع كوب من السكر ربع كوب من دقيق الذرة ٣ بيضات	غلاسور الشوكولا ملعقة طعام من الزبدة ٣ ملاعق طعام من مسحوق الكاكاو، فانيلا
الطاوحة وتحلط مع المزبج.	٢٠٪ من الشوكولا السوداء المفرومة ٢ إلى ٣ ملاعق طعام من القشدة الطازجة.	كوبان ونصف الكوب من السكر الناعم ٤/٣ كوب من الحليب.
التحضير	سخن الحليب ثم يرفع عن	أول قسم من العجينة باستعمال كيس حلويات. توضع فوقها طبقة ثانية من العجينة، وتسلط عليها القشدة المخفوقة ثم تغطى بالطبقة الثالثة من العجينة.



الشوكولا الأوروبيّة

عليه من عجينة البااف	وصفة غلاسور شوكولا	حيوانية مع كوب قشدة
الجاهازة وصفة كريم	كوبان من القشدة	نباتية ولعلقتي طعام
باتيسير بالشوكلولا	المخفوقة (كوب قشدة	من السكر).

تورتة العسل والجوزات والكمثرات



التحضير

يُوحَرْ قرْ كُل تورتة بالشوكولا، يُسْكَب فوقها العسل ويرش فوقها الفستق الحلبي والتليل من كاملة. تخْبِرَ التورتات فارقة في فرن حرارته ٢٥٠ درجة مهْنَهَا يَهْتَى حتى تصْبِحَ وردية ملحوظة يَفْضُل حشو التورتات مباشرةً قبل التقديم.

الكمية تصنع ١٢ قطعة

عسل ٢٥ غرام من الزبدة في حرارة الغرفة نصف الكوب مطحون ناعماً زهر الليمون، من السكر الناعم فانيلا عجينة التورتة كوبان من الدقيق صفار بيضة واحدة.

الفستق حلبي مطحون ناعماً زهر الليمون وزيت، من الماء العجينة طرية.

عصير الليمون فوق سطح الطاولة وترق العجينة للحصول على أشكال تورتات صغيرة.

تحضير العجينة بوضع كل مكوناتها في خلاط الطعام ومنجرها معًا للحصول على عجينة طرية.

ثلج العجينة وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة.

يزْهَرْ كل تورتة بمعلقتي طعام من القشدة الجاهزة العربية وتزين باللوز.

الكمية تصنع ١٢ تورتة

فستق حلبي مطحون ناعماً زهر الليمون وزيت، من الماء العجينة طرية.

عصير الليمون فوق سطح الطاولة وترق العجينة للحصول على أشكال تورتات صغيرة.



دُوَّول بِالشوكولا

التحضير

تسخن الشوكولا السوداء في المايكرووايف أو البانماري حتى تذوب.

يضاف إليها الزيت والزبدة ويرش فوقها الفستق الحلبي قبل أن تجمد الشوكولا.

تكرر العملية نفسها مع قطع المعمول المحشوة بالتمر حتى تذوب.

يضاف إليها الزيت والزبدة ويرش فوقها الفستق الحلبي. ترصف قطع الحليب، ترصف قطع المعمول في طبق التقديم للحصول على مزيج شوكولا رخو، تعمق قطع المعمول، الواحدة تلو الأخرى، في التلاجة.

يغطى كيلو من الزبدة والمذوبة بالسميد، ثم يغطى أن تكون طبقة فوق ورق البرشمان ويرش

ويترك جانباً نحو ١٢ ساعة، وفي اليوم التالي تبلاليدان بمزيج ماء الورد وماء الزهر قبل البدء بدعك العجينة، قلب الدهن بدعك العجينة والحصول على عجينة دبة، ومتتابكة، تقسم العجينة إلى أقساماً صغيرة بحجم حبات المushima ثم تتقى وتحشى بالجوز أو الفستق المطحون، أو تحشى بالتمر وتحبز في فرن حرارته مرتفعة إلى ان تجف حبات المعمول ويصبح سطحها وردياً، وقليلاً.

طريقة تحضير المعمول

يخلط الطحين مع السميد وبنقع بمزيج الزبدة والسميد ٤ أكواب من السميد كوب من السميد نصف كيلو من الزبدة نصف كيلو من الماء، (ويمكن زيادة كمية الماء شريطة عدم ترخيق العجينة)، أي سكر عليه.

ملحوظة: يمكن تحضير العجينة ملقطان صغيرتان من ماء الورد وماء الزهر مع نصف شراءه جاهزاً ولكن من دون أي سكر عليه.

التحضير

تسخن الشوكولا السوداء في المايكرووايف أو البانماري حتى تذوب.

يضاف إليها الزيت والزبدة ويرش فوقها الفستق الحلبي، ترصف قطع الحليب، ترصف قطع المعمول في طبق التقديم للحصول على مزيج شوكولا رخو، تعمق قطع المعمول، الواحدة تلو الأخرى، في التلاجة.

يغطى كيلو من الزبدة والمذوبة بالسميد، ثم يغطى أن تكون طبقة فوق ورق البرشمان ويرش

التحضير

يُحَاط الدقيق مع الخميرة والسكر والبيض والفانيلا والملح والحليب الساخن للحصول على عجينة دبة، ورطبة، إلى ٢٠ دقيقة حتى تتنفس، ويتضاعف حجمها.

تدهن القوالب بالزيت ثم يرش فوقها الدقيق.

توزع العجينة على القوالب وترتك جانباً في مكان دافئ حتى تتنفس مجدداً لمدة نصف ساعة.

يُحَمِّي الفرن مسبقاً وتحبز القوالب حتى تصبح العجينة وردية اللون وينضج داخلها ويُخفِّف وزنها.

تُؤخَر قطع البابا بسيخ خببي في أماكن عدة للسمام بتعليل القطر

داخلها. تُخرج قطع البابا من قوالبها وتقع في القطر البارد حتى يجري امتصاص كل القطر، ثم تترك في الثلاجة لمدة ٥ إلى ٦ ساعات أو طوال الليل حتى

تبرد. تشق كل قطعة بابا للخشوة، كوب من الزبدة كيلوغرام من القشدة الجاهزة، زيت ودقيق لدهن

التحضير

يسخن السكر مع الماء والقرفة وحبات الهال، يضاف من ثم عصير البرتقال ويرتك القطر حرارة الغرفة، نصف ملعقة صغيرة من

القوالب.

الكمية تصنع ١١ إلى ١٢ قطعة

قطار السكر كوبان من السكر ٣ أكواب من الماء عود قرفة نصف كوب من عصير البرتقال ملعقة طعام من العصير البرتقال جبنة هال بيتضمان مخفوقتان فاكهة طازجة للزينة.

فانيلا تحضير القطر ثلاثة أرباع الكوب من يسخن السكر مع الماء الحليب الساخن والقرفة وحبات الهال، يضاف من ثم عصير البرتقال ويرتك القطر حرارة الغرفة، نصف ملعقة صغيرة من كل القطر، ثم تترك في الثلاجة لمدة ٥ إلى ٦ ساعات أو طوال الليل حتى تبرد. تشق كل قطعة بابا للخشوة، كوبان من القشدة الجاهزة، زيت ودقيق لدهن

فانيلا حتى يبرد تماماً.

للخشوة

كوبان من القشدة

الجاهزة

فاكهة موسمية.

زيت ودقيق لدهن

فانيلا حتى يبرد تماماً.

</



إعداد السيدة
أناهيد دوفيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

كانيالوني بالدجاج

التحضير
الفلفل، ربع ملعقة صغيرة من برش جوزة الطيب ١٠٠ غ من الجبنة المتنوعة.

التحضير
تدوب الزبدة في قدر ويتناول إليها الدقيق. يقلن الأثاث معًا لبضع دقائق. باستعمال ملعقة خشبية. تضاف الكشدة ويحرك الخليط بواسطة شريطة معدني للحصول على صلصة ناعمة. يضاف الملح والفلفل وبرش جوزة الطيب والجبنة المتنوعة. يخلط الكل جيداً.

تحشى أبواق الكانيالوني بحشوة الدجاج. تسكب صلصة البندورة في فغر صينية زجاجية مقاومة للحرارة، وترصف فوقها أبواق الكانيالوني المعشوّة جيّداً إلى جنب.

تسكب الصالحة البيضاء فوق الكانيالوني وتترك الصينية الزجاجية جانباً لمدة ساعة إلى ساعتين حتى يمتثل الكانيالوني كل الصالحة. يجمى الفرن للدرجة ٣٥٠ فهرهنيات وتبخز فيه صينية الكانيالوني حتى يصبح سطحها وردي اللون.

ملاحظة: بالنسبة إلى الكانيالوني المطبوخ مسقاً، يكون مكتوبًا على العلبة أنه لا يجدر بك سلقنه قبل الحشو، وهذا ما يجعله أسهل على الحشو.

التحضير
يسخن الزيت والزبدة في مقلاة عميقه. يقلن البصل والثوم حتى يذبلان. يضاف من ثم لحم الدجاج المفروم والملح والتواابل ويتناول القلي حتى يتغير لون اللحم وينضج. يضاف معجون البندورة ويهلي الخليط حتى يصبح كثير الحصاره وينضج جيداً.

يضاف الحرق وصافر. يتم تدوير الخليط وصافر التواابل حسب الحاجة. ترك هذه الحشوة جانباً.

إعداد الصالحة

البيضاء
كوبان من الحليب نصف كوب من القشدة ٣ ملاعق طعام من الزبدة ٣ ملاعق طعام من الدقيق (الطحين) نصف ملعقة صغيرة من الملح، ربع ملعقة صغيرة من

الفلفل الأبيض
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطاطماد) نصف كيلوغرام من لحم الدجاج المقروض على نحو متوسط زيت وزبدة لطهو الحشوة ملعقة صغيرة من الثوم المهروس ملعقة صغيرة من الحرق اليابس وملعقتا طعام من الحرق الطازج المفروم ملعقة طعام من الصعتر اليابس ربع ملعقة صغيرة من القرفة نصف ملعقة صغيرة من البندورة، صلصة بيضاء.



كبة مع حساء البدوره (الطماطم)

الكمية تكفي
٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من لحم الفتن أو البقر الهربي المطحون للكبة كوبان ونصف الكوب من البرغل الألياف الناعم كوب من السميد بصلة صغيرة مقطعة إلى أربعة ملعقة صغيرة من الملح ملعقة طعام من الملح ملعقة طعام من معجون الفلفل (اختياري) نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود ماء حسب الحاجة. الحشوة ٢٠٠ غ من الزبدة المقطعة إلى مكعبات ربع كوب من الصنوبر ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر ربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود.

اليدوية ثم تصنف وتوضع في قدر. يسلق اللحم على حدا في طنجرة ضغط مدة نصف ساعة، ومن ثم يضاف إلى القدر الذي توجد فيه صلصة البدوره (الطماطم) ويتابع الطهو حتى ينضج اللحم وتكتفى الصالصة، ويمكن إضافة بعض مرق اللحم إذا كان قوام صلصة البدوره (الطماطم) كثيف جداً. ومن ثم يضاف أقراص الكبة إلى اللحم ويطهى المزيج حتى الغليان.

يستعمل القليل من مرقة الدجاج لترقيق الصالصة وجعلها بقوام الحساء. يسخن حساء البدوره وتقدم فيه أقراص الكبة المطلوبة. يفتت لحم الدجاج ويقدم مع حساء الكبة والبدوره.

(الطماطم) الحمراء الناضجة والمفرومة ملعقة كبيرة من الملح ملعقة صغيرة من السكر ملعقة طعام من معجون الفلفل حين يعود الماء للغليان مجدداً، ترفع أقراص الكبة بواسطة ملعقة ذات ثقب للحساء.

ينغلى ٢ إلى ٤ أكواب من الماء مع ملعقة طعام من الملح. حين يبدأ الماء بالغليان، تسقى فيه ٧ إلى ٨ أقراص كبة كل مرة. حين يعود الماء للغليان مجددأً، ترفع أقراص الكبة بواسطة ملعقة ذات ثقب وبتحفظ في مصفاة.

تحضير الصالصة

تسلق دجاجة واحدة، ثم تضاف ملعقة كبيرة من الملح وملعقة صغيرة من السكر إلى البدوره.

الصلصة كيلوغرام من لحم الفتن أو البقر المقطع قطعاً متوسطة.

تصفي وتوضع جانباً ويحفظ بالمرقة. تطهى البدوره ثم تهرس دقيقاً. ثم تهرس بالمطحنة الكهربائية أو بالمحصول على صلصة ناعمة. يغسل البرغل ويصفى. يضاف إليه البصل والسميد واللحم، والملح، ومعجون الفلفل، والبهار الأسود. يخلط الكل معاً للحصول على عجينة كبة. تدخل الكبة باليدين المبللتين بالماء حتى تصبح دبةً ومتمسكة. تقرس الكبة إلى كرات صغيرة أصغر من الجوز.

تشفح فجوة بواسطة الإصبع في كل قرص كبة وتحشى هذه الفجوة بقطعة من الزبدة قبل إغلاقها.

بعد إعداد كل أقراص الكبة،



تورتة الفطر والسلوفون

الأبيض، واللبن، والشبت
الطازج. تسكب هذه الصالصة
 فوق منزوع السلمون والفطر.
 تخبر التورتة لمدة ٢٠ إلى ٢٥
 دقيقة في فرن حارره ٢٥٠ درجة
 فهرتها حتى ينضج سطحها وقعرها.

للمدة ٢٠ دقيقة. يجمى الفرن
 للدرجة ٣٥٠ فهرتها.
 بيسقط السلمون والفطر
 المفروم في قعر التورتة.
 تخلط جبنة الماسكاربون مع
 الخردل، والبيض، والدقيق،
 والرشدة الطازجة، والفلفل

الطاولة وتترك العجينة
 للحصول على تورتة قطرها
 ٣٠ إلى ٣٢ سم.
 توضع دائرة العجين في قالب
 القليل منه فقط.
 تورتة بحيث تغطي قدره
 وحوافه. تحفظ العجينة في
 قسم التجليد من الثلاجة
 يرش الدقيق فوق سطح

الخلاط. إذا كانت العجينة
 دقيقة، لا حاجة إلى استعمال
 كل الحليب إذ يمكن إضافة
 القليل منه فقط.
 تحفظ العجينة في الثلاجة
 لمدة ساعة.
 يرش العجينة متمسكة في
 زاوية واحدة من وعاء

التحضير
 يخلط الدقيق مع الزبدة
 وصفار البيضة والملح في
 الخليط الكهربائي. يضاف
 الحليب تدريجياً للحصول
 على عجينة متمسكة في
 زاوية واحدة من وعاء

الكمية تكفي
 الى ٨ أشخاص

كوبان من الدقيق
 نصف كوب من الزبدة
 ربع كوب من الحليب
 البارد (عند الحاجة)
 صفار بيضة واحدة
 ونصف ملعقة صغيرة
 من الملح

الحشوة
 نصف كوب من الفطر
 المفروم المعطر،
 مصفر من الماء
 ٣٠٠ غ من السلمون
 المدخن المفروم
 ملعقة صغيرة من
 صلصة الخردل
 كوب من جبنة
 ماسكاربون الإيطالية
 بيضتان
 ملعقة طعام من
 الدقيق
 نصف كوب من الكريما
 الطازجة وربع كوب من
 الحليب
 ملح وفلفل أبيض
 ٢ إلى ٣ ملاعق طعام
 من الشبت الطازج
 المفروم.



متبل البازنجان باللحم

المكونات

- نصف كيلوغرام من اللحم الطري (قليه) المقطع إلى مكعبات صغيرة جداً
- ربع كوب من الزيت ملعقتا طعام من الزبدة أو السمن
- ٣ فصوص ثوم مهروسة
- ربع كوب من الطحينة
- نصف كوب من البينة
- ملح وفلفل أسود وبهار حلو للحم.
- القليل من الماء

التحضير

يمضاف القليل من الماء إذا كان المزيج كثيفاً. يوحز البازنجان بالشوكة في أماكن عدة ثم يتشوى في قلي اللحم كي لا يجف ويزبن باللحم المقلي إلى مكعبات اللحم. يسخن الزيت والزبدة أو السمن. يقشر البازنجان ويهرس بواسطة مهرسة البطاطا أو بمن الشوكة. يخلط البازنجان يخلط البازنجان وبواسطة ملعقة ذات تقوب وبوضع في طبق. يستعمل الزيت نفسه لطلي



قنيطر بالدجاج واللحم

تماماً بالصلصة. يلهى القنبيط مع الصلصة فوق نار متoscota ثم خفيفة حتى ينضج. يسكب القنبيط في الأطباق ويقدم مع الأرز بالشعيرية.

ملاحظة: يمكن قلي القنبيط بدلاً ساقه إذا شئت.

من الملح إلى ماء السلق. يطهى المزيج فوق نار متoscota. ويسلق مع عود من القرفة حتى ينضج جزئياً وترفع بعدها من المرق وتوضع في خفق الطحينة مع عصير الليمون وعصير أبو صفير وعاء. يفرم البصل إلى جوانح رقيقة ويقلل في السمن حتى الطحينة إلى القدر مع كوب يذبل. يسكب البصل المقلي فوق العجينة واللحم المسالوق. يطهى الكل معاً بعض يغلى فوق النار.

يضاف بعدها القنبيط بالماء المغلي. يضاف القليل

الماء لمدة ٥ دقائق. تصفى القطع القنبيط إلى قطع متoscota العجينة لسلقها في الماء. يقطع اللحم إلى أشخاص الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص كوب من الحمص المنقوع كيلوغرام من القنبيط نصف كوب من الطحينة الطازج، ٥٠٠ غ من لحم ثالث بصلات متoscota البقر أو الغنم المقطع إلى الحجم، عصير ليمون حامض مكعبات، نصف كوب من عصير ليمون أبو صفير.



قنيطر بالدجاج واللحم

تماماً بالصلصة. يلهى القنبيط مع الصلصة فوق نار متoscota ثم خفيفة حتى ينضج. يسكب القنبيط في الأطباق ويقدم مع الأرز بالشعيرية.

ملاحظة: يمكن قلي القنبيط بدلاً ساقه إذا شئت.

من الملح إلى ماء السلق. يطهى المزيج فوق نار متoscota. ويسلق مع عود من القرفة حتى ينضج جزئياً وترفع بعدها من المرق وتوضع في خفق الطحينة مع عصير الليمون وعصير أبو صفير وعاء. يفرم البصل إلى جوانح رقيقة ويقلل في السمن حتى الطحينة إلى القدر مع كوب يذبل. يسكب البصل المقلي فوق العجينة واللحم المسالوق. يطهى الكل معاً بعض يغلى فوق النار.

يضاف بعدها القنبيط بالماء المغلي. يضاف القليل

الماء لمدة ٥ دقائق. تصفى القطع القنبيط إلى قطع متoscota العجينة لسلقها في الماء. يقطع اللحم إلى أشخاص الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص كوب من الحمص المنقوع كيلوغرام من القنبيط نصف كوب من الطحينة الطازج، ٥٠٠ غ من لحم ثالث بصلات متoscota البقر أو الغنم المقطع إلى الحجم، عصير ليمون حامض مكعبات، نصف كوب من عصير ليمون أبو صفير.



لحم عتلي مشوي

الشواء.
يشعل الفحم وتشوى فوقه
أسياخ اللحم إلى أن ينضج
اللحم وتحترق قشرة
البصل قليلاً. تقدم الأسياخ
المشوية مع الخبز العربي
والكوسا والبندورة
والبازنجان المشوية.

والزيت، والتواجد في
وعاء، يغسل الوعاء
ويحفظ في الثلاجة لمدة
7 إلى 8 ساعات أو طوال
الليل.

يقطع اللحم مع اللية،
مكعبات المفروم، والثوم،
والبصل الصغير في أسياخ
ومعجون البندورة،

التحضير

يقطع اللحم الهر إلى
مكعبات ملائمة للشواء.
تقطع لية القنم إلى مكعبات
ملائمة للشواء.

يخلط اللحم مع اللية،
والبصل المفروم، والثوم،
و معجون البندورة،

خشنًا
ملعقة طعام من معجون
من القلف الأسود
نصف ملعقة صغيرة من
البهار
نصف كيلوغرام من
القلفل
نصف كوب من الزيت
٤ إلى ٥ فصوص ثوم
بصلة كبيرة مفرومة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

بروفيتروں بالکارامیل

٤٠ قطعة بروفيتروں	الكمية تكفي ٨ إلى ١٠
كوبان من كaramيل السكر	أشخاص
كوبان من القشدة	
٤٤ الطازجة المخفوقة +	
٤٥ ملاعق طعام من السكر	قطعة من عجينة الباف
ورق برشمان.	المربعة حجمها ٢٥ × ٢٥ سم



من الأسفل للسماح بخروج البخار. تترك قطع البروفيتروں حتى تبرد تماماً. تحشى قطع البروفيتروں بالقشدة الطازجة المخفوقة كما هو مذكور في الوصفة.

تحضير القشدة

الطازجة تخلط القشدة الطازجة مع السكر في وعاء صغير. تتحقق القشدة في الخفاقة المضبوطة على أعلى سرعة إلى أن تصبح القشدة كثيفة مثل البناء. تحطى القشدة وتحفظ في الفرن وتؤخذ كل واحدة منها

صينية مكسورة بورق البرشمان. يجب أن تبعد كرات العجينة قليلاً عن بعضها إفساخاً في المجال أمام انتفاخها أثناء الغليان. يمكن استخدام ملعقة صغيرة لسكب العجينة في حال عدم توافر الرأس المعdenي). تخبز قطع البروفيتروں في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت إلى أن تشقر وتتنفس. يطفأ الفرن وتترك قطع البروفيتروں في الفرن لمدة ٣٠ دقيقة حتى تقوس وتجف. تخرج قطع البروفيتروں من الفرن وتؤخذ كل واحدة منها في

المزيج بواسطة ملعقة خشبية ويترك فوق النار حتى يتتحول إلى كتلة واحدة. تطفأ النار وتترك العجينة جانبًا مدة ١٥ دقيقة حتى تبرد. يضاف البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، وبهذا يحرك المزيج بواسطة ملعقة أو خفاقة كهربائية حتى إضافة كل البيض المستخدم. تضاف الفانيلا وتحاطط مع المزيج.

التحضير

يسخن الماء في قدر حتى يبدأ بالغليان. تضاف إليه في كيس حلويات مزود رأساً معdenياً أسطوانى الشكل ويُسكب مقدار ملعقة صغيرة منها في

التحضير ترق عجينة الباف الجاهزة على شكل مربع وتوخز جيداً بواسطة الشوكة ثم تخبيز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت بعد وضع صينية فوقها وذلك لتقادي انتفاخها. تخبيز العجينة حتى يصبح قعرها وردي اللون. تقلب العجينة ويتابع الغليان على الوجه الآخر حتى يشقر كلا الوجهين. تخرج العجينة من الفرن وتحفظ جانبًا حتى تبرد تماماً. تحضر ٤٠ قطعة بروفيتروں وتحشى كل واحدة منها بواسطة القشدة الطازجة المخفوقة. يستعمل كيس حلويات مزود رأساً معdenياً رفيعاً لإدخال القشدة الطازجة في كل قطعة بروفيتروں.

يحضر كاراميل السكر بتذوب السكر فوق نار متوسطة في قدر غير لاصقة حتى يذوب السكر ويصبحلونه ذهبياً مثل الكاراميل. توضع القدر المحشوة على كاراميل السكر في قدر آخر مليئة بالماء الساخن وذلك لحفظها على سخونتها.

تغمس قطع البروفيتروں المحشوة في الكاراميل ثم ترصف فوق ورق البرشمان. بعد غمس كل قطع البروفيتروں، يجب الانتظار حتى يحمد الكاراميل الذي عليها. تقطع حواوف عجينة الباف المخبوزة بواسطة سكين حادة للحصول على مربع طوله ٢٠ × ٢٠ سم. تحضر كرتونة أو صينية تقديم وتبسط في قعرها ملعقتاً طعام من الكاراميل.

تُرصف عجينة الباف المخبوزة فوق الكاراميل وينتظر قليلاً حتى تلتتصق العجينة بالكاراميل. بهذه الطريقة، تبقى عجينة الباف ثابتة في مكانها ولا

شوربة الأربع فواكه

لتفادي التصاق المزيج في قعر القدر. تضاف الزبدة إلى الخليط وتخلط معه. تنقل الشنطة إلى طبق مسطح وتقطع بورق التابلون اللاصق معاشرة. حين تبرد الشنطة، يمكن استعمالها لخشش التورته أو يكمن حفظها في الثلاجة حتى موعد التقديم. ملاحظة: إذا أصبحت الشنطة كثيفة نتيجة حفظها في الثلاجة، يمكن إضافة الحليب إليها على دفعات لجعلها قابلة للبساط.

التقديم.

كريم باتيسير
يسخن الحليب في قدر. يخلط البيض مع دقيق الذرة والسكر في وعاء آخر. يرفع الحليب عن النار ويترك جانبًا حتى يفتر. يضاف منزوع البيض إلى الحليب ويخلط معه بواسطة شريط معدني لتفادي نشوء الكليل. يعاد الحليب إلى النار وبطهه حتى يصبح كثيفاً وتنظر فيه الفقاقيع. ضرورة التحريك باستمرار للبساط.

تنتقل العجينة إلى قالب تورته قطره ٣٠ سم ويوضع قعرها بالشوكة. تحفظ العجينة في قسم التحليد من الثلاجة لمدة ساعة كاملة. يحمي الفرن للدرجة ٢٥٠ درجة فهرنهایت وتخبز عجينة التورته فارغة حتى تصبح وردية اللون. تخرج التورته من الفرن وتترك جانبًا حتى تبرد. تحضر الكريمة باتيسير وتسخنها لخشش التورته. ترصف الفاكهة على دفعات فوق التورته وتحفظ في الثلاجة حتى موعد

يخلط الدقيق مع الزبدة والفانيلا والسكر الناعم وصفار البيض في خلاط الطعام حتى الحصول على عجينة متمسكة في زاوية واحدة من الخليط. تلف العجينة بورق التابلون وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة. يرش الدقيق فوق سطح الطاولة وترق العجينة لتصبح أكبر من قالب التورته. يملنكه وضع رقاقة من التابلون فوق العجينة أثناء رقها لتفادي التصاق العجينة بالشوك.

التحضير.

قشرة ليمونة واحدة نصف كوب من السكر ملعقة طعام من السكر ربع كوب من دقيق الذرة ٣ بيضات فانيلا ملعقة طعام من الزبدة.

ثلاثة أرباع الكوب من الزبدة، ثلاثة أرباع الكوب إلى كوب واحد من السكر الناعم، رشة فانيلا.

كريم باتيسير كوبان من الحليب فريز(فراءلة) مقطعة إلى صفار بيضة واحدة

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص العجينة كوبان إلى كوبين ونصف الكوب من الدقيق (الطحين) صفار بيضة واحدة





كريب بالموز والقашدة

التحضير

بعضها، مع ضرورة فصلها عن بعضها بواسطة ورق البرشمان. تقطيع قطع الكريب جيداً. تبسيط وعاء. تضاف من ثم بقية المكونات ويخلط الكل بواسطة الملعقة للحصول على مزيج ناعم.

يخلط المزيج مع السكر، والباكينغ باودر والملح في وعاء. تضاف من ثم بقية المكونات ويخلط الكل تلف بعدها قطع الكريب وتقدم مع صلصة الشوكولا.

تدهن مقلاة غير لاصقة قطرها ١٥ إلى ١٦ سم بالقليل من الزيت.

الحسوة

الكمية تصنع ١٢ قطعة

الباكتينغ باودر ٢ إلى ٣ أكواب من القشدة الطازجة، ٦ موزات مقطعة إلى شرائح أو أي نوع آخر من الفاكهة، صلصة شوكولا لسكبها فوق الكريب.

كريب كوب ونصف الكوب من ملعقتان طعام من الزبدة الدقيق المذوبة رشة فانيلا نصف ملعقة صغيرة من بيسنطان.

القشدة الطازجة

يخفف الكل معًا الحصول على قشدة قوامها مثل اللينة.

كريبان من القشدة الحيوانية تذوب الشوكولا. تضاف الزبدة ويخلط الكل معًا للحصول على صلصة ناعمة.

كوب من القشدة النباتية

التحضير

يسلب ربع كوب من المزيج ١٠٠ غ من الشوكولا نصف المحضر أعلاه في المقالة لإعداد كل قطعة كريب.

تدور المقالة على الفور بعد سكب المزيج لجعله يمتد على كل قطعها.

تلهي قطعة الكريب حتى تحرر قليلاً، ثم تقلب وتلهي تسخن الكريما الطازجة، ملعقتان طعام من الزبدة الطازجة.

التحضير

تذوب قطع الكريب حتى تحرر قليلاً، ثم تقلب وتلهي تسخن الكريما الطازجة.

تسافر إليها الشوكولا نصف تكسس قطع الكريب فوق



شوسون التفاح

التحضير

والزنجبيل الطازج حتى يتم امتصاص كل الماء. يضاف السكر ويتابع الطهو حتى يصبح المزيج مثل المعجون أو على شكل هرسية. ترك الحشوة جانبًا حتى تبرد.

تسكب ملعقة صغيرة من الكريما باتيسير فوق جهة واحدة من كل قطعة عجين.

كريوب من الحليب ربع كوب من دقيق الذرة ربع كوب من السكر ٣ بيضات رشة فانيلا ملعقة صغيرة من الزبدة

التحضير

يسخن الحليب في القرن ثم يرفع عن النار.

يخلط دقيق الذرة مع السكر والبيض. يضاف هذا الخليط بيته إلى الحليب ويخلط معه بواسطة الشريط المعدني.

يعاد المزيج إلى النار ويطهى حتى يصبح كثيفًا.

يقتصر التفاح وبישر ناعمًا.

يطهى برش التفاح مع الماء

التحضير

ترق عجينة الباف على شكل مستطيل سمكه ١.٥ سم فوق سطح مكسو بالدقيق. تقطع أشكال بيضونة من هذه العجينة بواسطة السكين.

تسكب ملعقة صغيرة من الكريما باتيسير فوق جهة واحدة من كل قطعة عجين.

تذوب حشوة التفاح، وتذهب حفاف العجينة بالماء لمساعدة العجينة على الالتصاق.

تطوى العجينة إلى نصفين للحصول على شكل هلال.

تدهن كل قطعة عجين بمرizج البيض والحلب.

تحضر قطع العجين المحشوحة في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهایت لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة.

التحضير حشوة التفاح

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

٣ إلى ٤ تقاضات صفراء الناعم، ملعقتان طعام من الماء، كوب من كريمه باتيسير مقشرة ومفرومة على نحو ناعم، ملعقة صغيرة من صفار بيضة واحدة، الزنجبيل الطازج المبشور علىة من عجينة الباف ملعقتان طعام من السكر الجاهزة الحليب.

التحضير

تحفق الشوكولا المذوبة ببطء، مع ضرورة كشط ما يحيى الفرن للدرجة ٢٥٠ والكريما في وعاء آخر والباكتينغ باودر والملح فوق المزيج المذيبة.

يضاف مزيج الدقيق إلى الكهريائي حتى الحصول على مزيج خفيف.

يدهن قالب الجاتوه بالزبدة والسكر.

يذوب الشوكولا السوداء في الفرن ماري وتخلط مع العجينة.

يضاف الدقيق بالتناوب مع العجينة.

يخلط الدقيق مع الباكتينغ والباكتينغ صودا، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، بادور، والباكتينغ فيما لا إلى المزيج أعلىه مع ضرورة وعاء.

١٥ غ من الشوكولا

١٢ شخصاً

الكمية تكفي ١٢ شخصاً

كريبان من السكر وملعقتان طعام لدهن العجولة ونصف الكوب من الدقيق المذيبة رشة فانيلا ٥ بيضات في حرارة الغرفة

٥٠ غ من الشوكولا

١٢ كاكاو

١٢٠ غ من الشوكولا الداكنة المذيبة

٣ كوب من الكريما المذيبة باودر

٣ كوب من الكريما فوق ملعقة صغيرة من الصودا

٣ ربع ملعقة صغيرة من عصير الليمون

٣ تذوب الشوكولا السوداء من عصير الليمون

٣ الملح

٣ غاناش الشوكولا

٣ فرق المزيج

٣ ١٦ ملعقة طعام من الزبدة

٣ العجينة غير الملمحة في البيضاء وثلث الكوب من الكريما الطازجة

٣ حرارة الغرفة

٣ ملعقة طعام من الزبدة



إكلير بالليمون

زيينة الإكلير

كوبان من السكر
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الماء
ملعقة طعام من عصير الليمون

ملون أصفر للطعام
ملعقتا طعام من الزيت
تخلط هذه المكونات مع بعضها ويستعمل هذا المزيج لدهن أعلى قطع الإكلير. يستعمل الطرف غير القاطع من السكين لتمهيد سطح هذا المزيج.

الفرن وتترك قطع الإكلير فيه لمدة ٣٠ دقيقة حتى تجف نتيجة حرارة الفرن. ترفع قطع الإكلير من الفرن ويفتح شق في كل منها بعد أن تبرد لخشوها بالكريم باتيسير.

كريم باتيسير

كوبان من الحليب
قشرة ليمونة واحدة
نصف كوب من السكر
ربع كوب منقيق الذرة
٤ بيضات
ملعقة صغيرة من برش قشرة الليمون
رشة فانيلا
ملعقة طعام من الزبدة

التحضير

يسخن الحليب في قدر فوق النار مع قشرة الليمون، ثم ترفع هذه القشرة. في وعاء آخر، يخلط السكر مع دقيق الذرة والبيض وبرش قشرة الليمون. يضاف هذا الخليط تدريجياً إلى الحليب ويحرك المزيج بواسطة محفنة معدنية لتغادي نشوء الكل. يعاد هذا المزيج إلى النار ويطهى، مع ضرورة التحريك دوماً، إلى أن تبدأ الفقاعات بالظهور. تطفأ النار، وتصافى الزبدة إلى المزيج. يسكب المزيج في طبق مسطح ويفطى بورق النايلون اللاصق حتى موعد الاستعمال. حين يبرد المزيج يوضع في كيس حلويات لخشوا قطع الإكلير بها.

زيونة الإكلير

كوبان من السكر
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الماء
ملعقة طعام من عصير الليمون

ملون أصفر للطعام
ملعقتا طعام من الزيت
تخلط هذه المكونات مع بعضها ويستعمل هذا المزيج لدهن أعلى قطع الإكلير. يستعمل الطرف غير القاطع من السكين لتمهيد سطح هذا المزيج.

عادياً وتسكب العجينة في شكل خطوط طولها إلى ١٤ سم وذلك في صينية غير لاصقة أو في صينية مكسوّة بورق البرشمان. يحمي الفرن للدرجة ٢٧٥ درجة فهرنهايت وتخبز فيه قطع الإكلير حتى تتنفس وتصبح ذهبية اللون. يطفأ

حتى يتحول المزيج إلى كتلة واحدة. تطفأ النار وترتكب العجينة حتى تبرد لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة. يضاف البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، حتى الحصول على عجينة دقيقة. توضع العجينة فوق حلويات مزود رأساً معدنياً

التحضير

يسخن الماء في قدر مع قشرة الليمون. ترفع بعدها قشرة الليمون. تضاف إلى الماء بيضة واحدة كل مرة، حتى تذوب فيه، ثم يضاف الدقيق. يطهى الخليط فوق النار مع ضرورة التحريك بواسطة ملعقة خشبية

الكمية تصنف إلى ١٢ قطعة إكلير

كوب من الماء

كوب من الدقيق

ثلث كوب من الزبدة

٤ بيضات

قشرة ليمونة واحدة

الإيجاص مع البندق

في وعاء آخر، يخلط دقيق الذرة مع السكر والفانيليا والبيض. يضاف هذا المزيج تدريجياً إلى الحليب ويخلط الكل بواسطة الشريط المعدني للحصول على مزيج ناعم. تعاد القدر إلى النار ويطهو المزيج حتى يتكتف.

تطأ النار وتضاف الفانيليا والزبدة إلى الكريما. يخلط الكل جيداً.

كريمة باتيسير

كوب من الحليب ملعقتا طعام من دقيق الذرة

ربع كوب من السكر

رشة فانيلا

ثلاث بيضات

ملعقة صغيرة من الزبدة

التحضير

يسخن الحليب في قدر

حتى الغليان، ثم يرفع عن النار.

يتكتف أكثر. تتمس الإيجاصات في البندق المطحون خشناً.

تقسم كل إيجاصة أفقياً إلى نصفين. تفرغ البندور واللب من كل قطعة إيجاص لتعشى بالكريمة باتيسير.

تزيين قطع الإيجاص بالقليل من القشدة الطازجة المخفوقة ويسكب قطر السكر حول الإيجاصات في الطبق.

تشعر الإيجاصات وإنما مع الاحتفاظ بعنقها.

يسخن السكر مع الماء حتى يبدأ المزيج بالغليان.

تتمس الإيجاصات في قطر السكر وتسلق حتى تصبح شبه طرية.

ترفع الإيجاصات بواسطة

ملعقة ذات ثقوب وتوضع جانبياً في مصفاة ويتتابع طهو

قطر السكر قليلاً حتى

الكمية تكفي ٦ أشخاص

بندق محمص ومطحون خشناً

٦ إيجاصات جامدة كوب من كريمة باتيسير

كوب من السكر المحفوقة

نصف كوب من الماء





بوظة وع جاتوه السافارين

ويتظر حتى يجري امتصاصه تماماً. تحفظ قطع السافارين في الثلاجة حتى موعد التقديم. تسكب ملعقة طعام من البوظة فوق كل قطعة سافارين ويرش فوقها الفستق الحلي المطحون قبل التقديم. ملاحظة: يمكن تقديم الفاكهة الموسمية مع هذه الحلوي.

اللون. ترفع قطع الجاتوه من القوالب وتترك جاباً حتى تبرد. يحضر قطر السكر بخلط السكر مع الماء فوق النار. حين يبدأ المزيج بالغليان، تطفأ النار ويرش إليه حصير البرتقال وماء الورد وماء الزهر. يسكب قطر السكر الساخن فوق قطع الجاتوه على الفور.

الخلاط وتحفظ في مكان دافئ حتى تتنفس وتختمر. تدعك العجينة مجدداً. يدهن ١٢ قالب سافارين أو ١٢ قالب بابا بالزيت ويرش فوقها الدقيق.

تحشى هذه القوالب حتى الحصول على عجينة دقيقة ورخوة جداً. التصف بالعجينة المحضرة. تترك القوالب في مكان دافئ حتى تتنفس مجدداً، ثم تخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة جداً. ترفع العجينة من وعاء فور نهايتها حتى تصبح ذهبية

التحضير

ثلاث كوب من الزبدة	الكمية تصنع ١٢ قطعة سافارين
قطر السكر	كوب ونصف الكوب من الدقيق
كوبان من السكر	٣ أكواب من الماء
ملعقتان صغيرتان قليلاً	ملعقة طعام من الخميرة الفورية
نصف كوب من عصير البرتقال	ملعقة صغيرة من السكر
بيضتان مخفوقتان قليلاً	ملعقة طعام من ماء الورد
فانيلا، ثلاثة الكوب من الحليب الساخن	بواسطة الشوكة
(اختياري).	ملعقة طعام من ماء الزهر



إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



ملوخية القاهرة بالأرانب

التحضير

والزبدة. يسكب مزيج الكزبرة فوق مرقة الأرانب توزع أوراق الملوخية عن الأعنق، ثم تتطاف وتنسل وبطاطي المزيج لمدة ٥ دقائق. تقدم الملوخية ناعماً جداً بواسطة سكين من القماش وتترك خارجاً في مكان مظلل لمدة ٧ إلى ٨ ساعات حتى تجف. يقطع كل أربن إلى ٤ قطع، ثم تسلق قطع الأرانب في كمية كبيرة من الماء تزال الزفرة بواسطة ملعقة ذات ثقوب ثم يضاف الملح مع عودين من الترفة، وبصلة كبيرة مقطعة إلى أرباع، و٤ إلى ٥ حبات هال وورقتي غار إلى ماء السلق. تسلق قطع الأرنب حتى تضخت تماماً ثم تحفظ ساخنة. تصفى مرقة السلق لاستعمالها في حساء الملوخية.

بهرس الثوم مع الملح والكزبرة، ثم تضاف إليه الكزبرة اليابسة. يقلن الملوخية الطازجة باقتان من الكزبرة الطازجة الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

٥ بصلات كبيرة كوب ونصف الكوب من العسل ٣ كيلوجرامات من الملوخية الطازجة باقتان من الكزبرة الطازجة اليابسة رغيفان من الخبز العربي مقطعان إلى مكعبات أربن متوسطا الحجم أو ٥ إلى ٦ فصوص ثوم عصير ليمونة واحدة.

بهرس الثوم مع الملح والكزبرة، ثم تضاف إليه الكزبرة اليابسة. يقلن الملوخية في ملعقتين طعام من السمن أو مزيج الزيت

رacaات الشنكليس



ذهبية اللون.
تقديم الرقاقات ساخنة
بمتابة نوع لذيد من
المقبلات.
ملاحظة: يجب عصر
البندورة (الطماطم)
مسبيقاً كي لا يجعل
عصيرها العجينة لينة.
الشنكليس.
يطوى كل مثلث على بعضه
(الطماطم) مع الفلفل
وتلف وتلصق حافته
بواسطة معجون الدقيق
والماء.
يسخن الزيت في مقلاة
عميقه وتقليل فيه
مثليات ويحشى كل مثلث
الرقاقات حتى تصبح
بملعقة طعام من حشوة

التحضير

بالشوكة للحصول على فتقات ناعم 500 غ من العجينة	رأس فلفل أخضر مقطع إلى مكعبات صغيرة جداً رأسان مفروم من البصل	الخاصية برقاقات الجبنة الأخضر أو بصلة بيضاء متوسطة الحجم مفرومة ناعماً	الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص رأساً بندورة (طماطم) متسطران، مفرغان من اللب والبذور ومن ثم مقطعان إلى مكعبات صغيرة جداً
الخليط مكعبات البندورة وتلف وتلصق حافته بواسطة معجون الدقيق الشنكليس في وعاء. قطع رقاقات العجين إلى مثليات وتحشى كل مثلث الرقاقات حتى تصبح	زيـت لـقـلـي الرقاـقات مـلعـقة طـعـام مـنـ الدـقيق مع القـلـيل مـنـ المـاء لـلـصـق	كـرـتـانـ منـ جـبـنـةـ الشـنـكـلـيـشـ،ـ مـهـرـوـسـتـانـ	



نوجة بالسكر الأسود ودبس العنب (وصفة لدومية)

البلاكينغ باودر	الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص
٣ أكواب من قطر السكر مع محل صناعي	نصف ملعقة طعام من ماء الظهر
كوبان من السميد	كوبان من اللبن الحالي من الدسم
نصف ملعقة طعام من ماء الورد	ربع كوب من السكر
ملعقة طعام من دبس العنب	الأسمر، ملعقتان طعام من دبس العنب
ملعقتان صغيرتان من لوز للزينة	ملعقتان صغيرتان من لوز للزينة

ملاحظة: لتفادي احتراق قعر التمورة، تستعمل صينية مزدوجة القعر لتفادي التخلخل السريع للحرارة.
يتوافر قطر سكر الحمية أو السكر الخاص لداء السكري في محلات الحلويات العربية.
كما ان مسحوق الملح الصناعي متوافر في محلات السوبرماركت.

مربعات ويزين كل مربع بحبة لوز. تخbiz التمورة لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة في فرن حرارته ٢٥٠ درجة فهرنهايت محمي مسبقاً حتى يشقر سطحها ولكن قطرها ٣٥ سم بالطحينة. يسكب خليط السميد في الصينية ويتمهد سطحه. ترك الصينية جانباً لمدة ساعتين حتى يمتص السميد كل اللبن والسكر ويتكاثف. تقطع التمورة النية إلى

التحضير

يخلط السميد مع اللبن

وأسكر الأسمر ودبس العنب

واليابكينغ باودر في وعاء.

يدهن قعر صينية دائرة

قطرها ٣٥ سم بالطحينة.

يسكب خليط السميد في

الصينية ويتمهد سطحه.

ترك الصينية جانباً لمدة

أكواب من قطر السكر

البارد وترك التمورة جانباً

حتى تبرد تماماً.

قطع التمورة النية إلى



تعاد القدر إلى النار وتطهى الصلصة حتى تنكثف.	صلصة شوكولا للطبقة العلوية شرائح موز للزينة.
تضاف إليها الفانيلا وتخلط معها. تترك جانباً حتى تبرد تماماً. وللحصول على كريماً الموصلين تخلط الكريماً الطاżاجة مع الكريم باتيسير المحضرة وبضع قطرات من خلاصة الموز.	عصيّنة التورتة كوب ونصف الكوب من الدقيق كوب من الحليب ربع كوب من السكر ملعقتان طعام من دقيق ثلاثة أرباع الكوب من الذرة رشة فانيلا كوب من الزبدة في حرارة بيضتان كوب من الكريما الطازجة صفار بيضة واحدة.
صلصة الشوكولا ٢٠٠ غ من الشوكولا السوداء ١٠٠ غ من الزبدة المذوبة تسخن الشوكولا في المایکروویاف. تضاف إليها الزبدة وتخلط معها. ترتك الصلصة جانباً حتى تنكثف قليلاً.	حشوّة التورتة يسخن الحليب فوق النار حتى درجة الغليان، ثم تطأ النار. يخلط السكر مع البيض ودقيق الذرة. يضاف هذا إلى ٣ موزات مقطعة إلى شرائح بعض قطرات من خلاصة الحليب، ويحرك بواسطة الموز.

تورتة الموز والشوكولا

التحضير
يخلط الدقيق مع مسحوق
الكافكا، والسكر، والزبدة،
وصفار البيض في الخليط
الكهربائي للحصول على
عجينة متماسكة في زاوية
واحدة من وعاء الخليط.
تحفظ العجينة في
الثلاجة لمدة ٢٠ دقيقة.
تقرص العجينة إلى كرات
عدة، وترق كل كرة
للحصول على دائرة
تتطابق مع قالب تورتة

صغير الحجم.
يؤخذ قعر التورتات
الصغيرة قبل حفظها في
التقديم.
المحضرة. تسكب من ثم
صلصة الشوكولا وتزيين
بشرائح الموز قبل
قسم التجليد من الثلاجة
لمدة ساعة.
ملاحظة: للحווول دون
اسوداد الموز يمكن دهن
بمربي المشمش.
فهرنهايت حتى تتضخ
وتصبح قشرتها قاسية.
ملاحظة: يمكن استخدام
المقادير نفسها لصنع قالب
تورتة كبير قطره ٣٠ إلى
٣٢ سم).



إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

تصوير:رونالد ناصيف

بيض غنم بدبس الرمان

دبس الرمان وعصير
الليمون.
تطوي الصالصة حتى تبدأ
التفاقيع بالظهور فيها.
تسكب الصالصة فوراً فوق
بيض الغنم ويقدم الطبق
ساخناً بمتابة نوع لذيد من
المقبلات.

٦ بيضات غنم
دقق (طحين) وملح
وفلفل أبيض لتمسّك بيض
الغنم
٥ فصوص ثوم مهروسة
زيت للقليل
ملعقتان طعام من الزبدة أو
السمن
ربع كوب من دبس الرمان
ملعقة إلى ملعقتين طعام
من عصير الليمون.

التحضير
يشرب بيض الغنم وترمي
القشور.
يقطع البيض إلى شرائح
طويلة شبيهة باشكال
الأصابع.
تممس هذه الشرائح في
الدقيق الممزوج مع الملح
والفلفل.
يسخن الزيت في مقلاة
وتقلى فيه شرائح بيض
الغنم حتى تصبح ذهبية.
يرصف بيض الغنم المقلي
في طبق ويحفظ ساخناً.
يرمى معظم الزيت الباقي
في المقلاة ويحتفظ فقط
بمقدار ٢ إلى ٤ ملاعق
طعام منه. تضاف إليه
الزبدة أو السمن. وحين
يسخن الزيت جيداً يقليل
فيه الثوم المهروس لبعض
الوقت، ثم يضاف إليه



بيض بأكباد الدجاج

تغطى المقلة وتترك فوق نار
هادئة حتى ينضج البيض.
يسكب بعدها محتوى المقلة
في طبق ويقدم.

والكمون. يحرك الخليط فوق
النار حتى ينضج، ثم تفتح
فجوات في وسط المقلة
ويكسر فوقها البهار
يرش فوقها الملح والبهار.

التحضير

تنثر أكباد وقلوب الدجاج وتقلن
في السمن فوق نار متوسطة.



الكمية تكفي
؛ إلى 5 أشخاص
الدجاج
سمن أو زبدة أو زيت للقلي
ملح وبهار وكمون
كيلوغرام من أكباد وقلوب
؛ إلى 5 بيضات.

هاتي وع البن وصاصه البندورة (الطااطم)

التحضير يخلط الدقيق مع الماء
متناسق وجميل في صينية مدهونة بالزبدة والزيت البناتي.

يحمى الفرن بدرجة ٢٥٠ فهرنهايت وتخبز فيه المانتي حتى تحرمر قليلاً.

في هذا الوقت، تحضر صلصة اللبن والثوم.

تحضر أيضاً صلصة من مرقة اللحم أو الدجاج ومعجون البندورة (الطماطم). تسخن هذه الصلصتين ويُسكب الفليل منها فوق المانتي.

يقدم المانتي مع صلصة اللبن وبقية صلصة البندورة (الطماطم).

تحضير صلصة اللبن يخلط اللبن في قدر مع الثوم المهروس ويحرك بواسطة الشريط المعدني للحصول على مزج مرق.

يوضع القليل من اللحم وسط كل مربع عجين، ثم يطوي طرقاً المربع على شكل قارب، ترصف قطع

يقسم العجينة كرتين وقطع بمكشطة مطبخ رطبة وترتكب حتى ترتاح مدة نصف ساعة.

يرش الدقيق فوق سطح طاولة العمل وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة.

تقطع الدائرة إلى شرائط طولية ورفيعة. ثم يقطع كل شريط إلى مربعات صغيرة. (يمكن تكديس الأشرطة فوق بعضها قبل قصها إلى مربعات وذلك لتوفير الوقت).

من البهار، ربع ملعقة	كمية تكفي ٤ إلى ٥
صغيرة من الفلفل	نحاس
الأسود، ربع ملعقة	
صغيرة من الفلفل الأحمر	ويوان من الدقيق
كيلوغرام من اللبن	طحين
فاصان مهروسان من الثوم	صف كوب من الماء
٢ إلى ٣ كوب من مرقة	علقة صغيرة من الملح
الدجاج أو اللحم	علقata طعام من الزيت
ملعقة طعام من معجون	٢٠٪ من اللحم المفروم
البندورة (الطاطمزم)	لى نحو متوسط
ملعقة صغيرة من معجون	صلبة متوسطة مفرومة
الفلفل، زيت لطهو	نصف ملعقة صغيرة من
المانتي.	ملح، ربع ملعقة صغيرة



رسان من البصل	الكمية تصنع ١٠ إلى ١٢ قطعة
الأخضر مقطulan إلى شرائح طويلة ورفيعة.	
كوبان من الخس المفروم	علبة من رقاقات الأرض
ناعماً، كوب من لحم	الآسيوي (غاليل الأرض)
السرطان المقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة	نصف كيلوغرام من لحم الدجاج المسلوق المفروم
ملعقة صغيرة من الزنجبيل الطازج	أو نصف كيلوغرام من القرىديس المسلوق
المبشرون ملعقة طعام	والمفروم
من زيت السمسم.	جزرzan بشورتان

التحضير
ويتسطى فوق منشفة مطبخ
فيما لا تزال ساخنة.
تحشى كل رقاقة أرز
بملعقي طعام من الحشوة.
يطوى بعدها طرفا كل
رقاقة فوق الحشوة وتلف
الرقاقة مثل السيجار
لتتصبح شبيهة باسبرينغ
رولز. ترصف اللفافات
الجاهزة فوق مهد من
الحس وتقدم مع صلصة
الصوص.



السبرينغ رولز الفيتنامي

ساحة اللسانات بالطرطور

الفور فيما لا تزال ساخنة، وإلا ستواجهين صعوبة في تقشيرها. قطع اللسانات إلى قطع صغيرة باهزة التقديم وتسلق فوقها صالحة الطرطور قبل تقديمها بمثابة نوع لذيد من المقبلات.

ملاحظة: إذا أردت إضافة المزيد من الماء إلى القرص، يجب أن يكون الماء ساخناً شنادي انكماش اللحم.



يضاف الماء الساخن مجدداً إلى اللسانات وتسلق للمرة الثانية لمدة ٥ دقائق، ثم يرمي الماء على صلصة متمسكة بصلصة طعام من الزبدة.

يضاف الماء الساخن للمرة الثالثة ويضاف الملح والبصل والتوايل. تلهي اللسانات في قدر عادلة أو في طنجرة الضغط لمدة ٥ دقائق أو أكثر حتى تتضج جيداً. تقشر اللسانات على الرفرفة ويرمي الماء.

التحضير

تسلى اللسانات وتسلق في الماء الساخن. تزال الرفرفة ويرمي الماء.

تحضير الصلصة
ذوبى الطحينة في الماء في وعاء، بواسطة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص
٦ لسانات غنم
عدوا قرفة
بصلة متوسطة
قطعة إلى أربع
ورقة فار
٩ حبات هال
ملح وحبات فلفل
بقدونس مفروم للزينة.

صلصة الطرطور
نصف كوب من الطحينة، نصف كوب أو أكثر من الماء، عصير ليمونة واحدة، فصا ثوم مهروسان.



ملعقة طعام من الزبدة.
التحضير
تسخن القشدة الطازجة في قدر حتى تبدأ بالغليان، يمكن إضافة البندق، ثم تطفئ النار عن القدر، ثم تضاف إليها الشوكولا.

تضاف إليه الزبدة وتخلط معه، يترك المزيج جانباً لمدة ٢ إلى ٤ ساعات حتى يجمد. يمكن حفظ هذه الصلصة في الثلاجة.

التقديم وتقدم على الفور.
التحضير
تسخن القشدة الطازجة في قدر حتى تبدأ بالغليان، يمكن إضافة البندق، ثم تطفئ النار عن القدر، ثم تضاف إليها الشوكولا، ويترك المزيج لمدة ٥ إلى ٧ دقائق حتى تذوب الشوكولا نتيجة حرارة القشدة. يخفق المزيج بواسطة الشريط المعدني أو الملعقة ثم

التحضير
نزل حواف أرغفة الخبز المرقوق، ثم يقطع كل رقاقات الكرب بدلاً من الخبر، رغيف إلى شرائح طويلة ورقيقة. يهرس الموز خشنًا وتضاف إليه بعض قطرات من عصير الليمون لتنادي أسوداد لونه. يبسط غاناش الشوكولا فوق شرائح الخبر وتوزع حوله هريسة الموز. تلف شرائح الخبر مثل السيجار وتترصف في طبق

رقات بالموز والشوكولا

فطائر باللحم



اللحم	الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص
صلصة بيضاء	
١٤ غ من الجبنة	
المتنوعة (غربيار	
وموزاريلا وشقوان).	
الصلصة البيضاء	
ملعقة طعام من الدقيق	
(الطحين)	
ملعقة طعام من الزبدة	
كوب من القشدة	
نصف كوب من الماء	
لتذوب الم gio	
ملح وورشة من جوزة	
الطيب.	
تسخن الزبدة في قدر.	
يضاف إليها الدقيق	
ويقلى معها حتى تفوح رائحة الذبدة.	
تضاف القشدة والحلب.	
مع الملح وجوزة الطيب.	
يخلو المزيج حتى تختهر الفقاقيع فيه. ترفع	
القدر عن النار.	

غراتان البازنجان باللحم

المفروم في المقلة نفسها بما تبقى من الزيت لبعض دقائق. يضاف إليه اللحم ويتابع القلي حتى يتغير لون اللحم وينضج. يضاف معجون البندورة مع الماء ومن ثم التوابل ويتبع الطهو لبعض دقائق يسخن الزيت مع الزبدة أو السمن في مقلة ويضاف الصنوبر ثم يرفع. يقل بعدها البصل الحشوة جيداً.

التحضير

تحضر حشوة اللحم

تحضر كل رأس بازنجان بالخشوة. فهرهناه إلى أن تصبح الصلصة وردية اللون وتذوب الجبنة.

تحضر حشوة اللحم

تحضر كل رأس بازنجان تقلى في قدر صينية الخبز. ترصف رؤوس البازنجان في الماء المملاج لمدة ساعة، ثم تجفف وتترك جانبأً. يسخن الزيت في مقلاة وتسكب فوقها الصلصة عميقه وتقل في فيه رؤوس البازنجان حتى تصبح وردية اللون. تحضر حشوة اللحم

٦ أشخاص	ملعقة طعام من الخردل
بصلة كبيرة مفرومة ناعماً	٣ أكواب من الدقيق ملعقة طعام من الملح ملعقة صغيرة من البهار الحميـرة الفوريـة كوب من الماء البارد رب كوب من الزيـت النباتـي نصف ملعقة صغيرة من الملح.
	يخلط اللحم مع الخردل، والبصل، والماء، والتوابل والمفروم ناعماً (مثل لحم الهامبرغر) مزيج دقيق.
	الخشوة كيلوغرام من اللحم المفروم ناعماً (مثل لحم الهامبرغر) مزيج دقيق.

التحضير

يستعمل هنجان الشاي بمثابة قطاعة لقطع العجينة إلى دوائر صغيرة. يمسخ الزيت النباتي في مقلاة وتقل في الفطائر على أن تكون جهة اللحم إلى الأسفل أولأً بعد أن يسخن الزيت جيداً. يوضع مقدار قليل من الحشوة فوق كل دائرة فاترة مع اللبن وشرائح الليمون.

يخلط الدقيق فوق سطح الطاولة وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة.





بلونديز

تحرك الصلصة قليلاً
بواسطة طرف سكين من دون وصول السكين إلى أعماق الصلصة.
يرش المزيد من برش جوز الهند واللوز المسلوق والمكسرات فوق الصلصة.
تخbiz البلونديز لمدة ٢٥ دقيقة في الفرن أو إلى ٣٠ دقيقة في الفرن حتى يحرر سطحها قليلاً ويبيق وسطها طرياً قليلاً.
يجب عدم الإفراط في خبز البلونديز لأن هذا يجعلها جافة. تترك البلونديز جانبأً لمدة ٢٠ دقيقة حتى تبرد، ثم ترفع من الصينية. تقطع البلونديز إلى مربعات أو مثلثات وتقدم.

صودا وبرش جوز الهند والملح في وعاء منفصل. يضاف هذا الخليط إلى مزيج البيض ويحرك الاشان معًا للحصول على يخفق البيض بواسطة الشوكة في وعاء صغير. يضاف البيض مع الفانيلا يسكب الكاراميل بواسطة الملعقة فوق سطح هذا المزيج. يخلط الدقيق مع الباكينغ

بواسطة الخلاط الكهربائي للحصول على مزيج ناعم. يخفق البيض بواسطة يخفق البيض في وعاء صغير. يضاف البيض مع الفانيلا إلى مزيج الزبدة ويحرك الكل جيداً. يخلط السكر مع الزبدة في وعاء ويخلط الاشان معًا

التحضير

يحمى الفرن للدرجة ٢٢٥ درجة فهرنهايت. تدهن الصينية بالزبدة وتنعل بورق الألمنيوم. يدهن بعدها ورق الألمنيوم بالزبدة. يخلط السكر مع الزبدة في وعاء ويخلط الاشان معًا

الكمية تصنع ١٢ قطعة

كوب من الزبدة الطيرية
نصف كوب ونصف رشة فانيلا
٤ بيضات، كوبان ونصف

الكوب من الدقيق المتعدد

الاستعمالات، ملعقة صغيرة من الباكينغ صودا،

نصف كوب من صلصة الكاراميل، نصف كوب من

الكاراميل، نصف كوب من

برش جوز الهند، نصف كوب من اللوز المسلوق

على صلصة متجانسة.

تحضير الصلصة والمؤشر للزينة.

يسخن السكر حتى يصبح ذهبي اللون. تضاف إليها الكريما الطازجة وتحاط معه. تضاف من ثم الزبدة ويحرك المزيج للحصول من الزبدة.

رزم القشدة بمربي الكرز

القشدة الجاهزة أو الجبنة
المدهونة قليلاً بالزيت.
(مباشرة قبل التقديم).
يسكب المربي فوق كل
رزمة مباشرة قبل التقديم.
وتقدم الرزم على الفور.
ملاحظة: يمكن استعمال
أي نوع من المربي مثل
مربي الفراولة أو التوت أو
الكرز....).

غير لاصقة أو في صينية
تحبز الرزم في فرن حارته
٢٥٠ درجة فahrenheit حتى
تصبح وردية اللون.
تخرج الرزم من الفرن
وتترك حتى تبرد تماماً.
يسكب فوقها قطر السكر
الفاتر وتحشى كل رزمة
بمقدار ملعقة طعام من
واحدة منها بمزيج الزيت
والزبدة.
تكس خمس رفاقات من
عجينة الفيلو المدهونة
بالزبدة فوق بعضها البعض.
ثم تقطع إلى مربعات من ٨
إلى ١٠ سم.
تجمع الحواف الأربع لكل
الرزمة المذكورة.
تسقط رفاقات الفيلو
مربع على شكل رزمة
بواسطة فرشاة وتدهن كل

الكمية تكفي ٢٥٠ الكرز نصف كوب من الزيت النباتي نصف كوب من الزبدة المذوبة قطر سكر (كوبان من السكر وكوب من الماء وملعقة صغيرة من عصير الليمون).	١٠ إلى ١٢ شخصاً
علبة من عجينة الفيلو الجاهزة (رفاقات البلاوة)	
نصف كيلوغرام من القشدة الجاهزة أو الجبنة القشدية المحفوظة	





حلوة الشوربة

الكمية تكفي ٥ إلى ٦
أشخاص
كوب من الأرز الناعم
كوب من الماء
كوب ونصف الكوب من
السكر
كوبان من الماء
إلى ٤ قطع مسكتة
مطحونة مع ملعقة
صغريرة من السكر
ملعقة صغيرة من
عصير الليمون
قشدة طازجة
سكر ناعم
فستق حلبي مطحون
إلى ٣ ملاعق طعام
من ماء الورد.

الفراغ بالفستق الحلبي.
تقديم حلوة الشوربة على
الفور.
ملاحظة يجب تقديم
حلوة الأرز بعد وقت قصير
جدامن تحضيرها وذلك
لتقاددي سيلان القشدة داخلها.

في السكر الناعم ثم ترق
بواسطة الشويب للحصول
على شكل بيضوي.
تحشى هذه العجينة بملعقة
طعام من القشدة الطازجة ثم
تُخمير حلوة الشوربة.
تُطوى للحصول على شكل
هلال، يضغط على وسط
هذا الهلال بالإصبع وتحشى
العجينة المحضرة وتغمس

يخلط الأرز الناعم مع كوب
من الماء، ثم يسكب تدريجياً
فوق النطر الساخن ويطهى
وعاء مدهون بالزيت ومكسو
بالدقائق ويترك لبرداح طوال
الليل.
ضرورة التحرير باستمرار
بواسطة ملعقة خشبية.
يضاف ماء الورد ومسحوق
المستكة ويتابع الطهو حتى
حين يتكتاف قطر، يضاف
إليه عصير الليمون ويغلى
مجدداً لمدة دقيقة أو
دقيقتين.

التحضير

يحضر قطر السكر بغلٍ
كوب ونصف الكوب من
السكر مع كوب من الماء.
حين يتكاثف قطر، يضاف
إليه عصير الليمون ويغلى
مجدداً لمدة دقيقة أو
دقيقتين.



كِيكِ القنْدِ الشوْكُولَاتِ

تضاف إليها الزبدة وتحلّط معها. توضع هذه الصالصة في كيس الحلويات وتسكب فوق قطع الكيك. وبملعقة تضرب بحركات صاعدة قشدة الشوكولا حتى تغدو على شكل أشكاك القنفذ.

التحضير
تسخن الكريما الطازجة في قدر حتى درجة الغليان، ثم تحفظ في الثلاجة. تضاف إليها قطع الشوكولا، وينتظر قليلاً حتى تذوب الشوكولا. تخرج الصالصة من الثلاجة وتتحقق في الخلط الكهربائي للحصول على قشدة

يرش فوقها مسحوق الكاكاو. تحفظ قطع الكيك في الثلاجة. تسكب ملعقتا طعام من الكريما المخفوقة فوق كل غاناش الشوكولا ٢٠٠ غ من الشوكولا نصف الحلوة المطحونة خشناً كوب من الكريما الطازجة ويسكب القليل منها فوق كل قطعة كيك.

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

١٢ إلى ١٦ ملعقة طعام من الكريما الطازجة المخفوقة ٦ إلى ٨ قطع كيك جاهزة بنكهة الشوكولا وصفة من غاناش الشوكولا مسحوق الكاكاو.



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

الدجاج بالكارى

ملاحظة: للحصول على
صلصة ناعمة، تقلع قطع
الدجاج إلى طبق منفصل،
ثم تهرس الصلصة لتصبح
ناعمة.

التحضير
تمسح الدجاجة بالدقيق
من الداخل والخارج، ثم
تغسل جيداً للتخلص من
الدقيق. تقطع الدجاجة
إلى قطع وينزع عنقها
وهيكلها العظمي لسانهما
في قدر مع الماء والملح
ورقة غار وصلة وعود
قرفة (المطببات).
يقلن البصل في السمن أو
الزيت حتى يصفر لونه.

تضاف إليه قطع الدجاج
مع قشرة البرتقال،
والملح، والنيل الأحمر،
وملعقة طعام من
ومسحوق الكاري،

والبندورة. يحرك المزيج
فوق النار لمدة ثلاثة
دقائق. يضاف إليه مقدار
كوبين ونصف الكوب من
مرقة الدجاج التي جرى

تحضيرها من خال سلق
ظامان الدجاجة وعنقها.
يضاف أيضاً عصير
الليمون والبرتقال
والزيبيب. تقطى القدر
ويبلوي محتواها فوق نار

خفيفة حتى تتضج
الدجاجة وتتكاثف
الصلصة. يقدم الطبق مع
الأرز المسلوق.

الكمية تكفي
٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام ونصف
الكيلو من الدجاج
ملعقة طعام من
الكارى

نصف كوب من السمن
أو الزيت

ملعقة طعام من
الدقيق (الطحين)

٣ بصلات متوسطة
مفرومة

٣ رؤوس بندورة
(ظامان) حمراء
مقشدة ومفرومة

ملعقة صغيرة من
النفل الأحمر

قشرة نصف برتقالة
مفرومة ناعماً

عصير ليمونة واحدة
ربع كوب من الزيبيب.



كببة مشوية

بساء العائلة

التحضير

يوضع لحم الموزات مع عظامه في طنجرة الضغط أو في قدر كبيرة ويفصل مرات عدة قبل وضعه فوق النار، حين تظهر الزفة في الأعلى، تزال بواسطة ملعقة ذات ثقوب، وتضاف التوابل مع الملح والبصل إلى محتوى القدر، تغطى يسكب الحساء في أطباق ويرش فوقه البهار الأسود ويقدم ساخناً لكل أفراد العائلة.

ملاحظة: يمكن إعداد الحساء نفسه باستعمال الدجاج بدل اللحم.

لطهو اللحم	
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماظم)	أربعة أقسام أشخاص
كوبان من عصير البندورة	٥ حبات بهار كاملة
نصف كوب من الأرز	ملح
كمية كبيرة من الماء المصري.	ورقتا غار
	٥ حبات هال
	عدوا قرفة
	بصلة كبيرة مقطعة إلى



التحضير

يؤخذ مقدار صغير من عجينة الكبة ويسطح في إلى البصل مع الكمون، بعضها ويستعمل الماء البارد لدعك الكبة والبهار الحلو، والقليل الأسود، ونصف ملعقة والحصول على عجينة دببة.

يسخن الزيت في مقلاة غير تدهن أقران الكبة بالزيت النباتي أو السمنة وتشوى صفيرة من القرفة واللوز، ثم يضاف إليه اللحم ويخلط حتى ينضج جيداً وينبل.



٦ ملاعق طعام من زيت الزيتون، ملح وفلفل أبيض.	٦ ملاعق طعام إلى الموزاريلا المقطعة إلى قطع من جبنة
(طماظم) حمراء	٦ رؤوس بندورة

التحضير

يقطع القسم العلوي من كل رأس بندورة لاستعماله لاحقاً بمثابة غطاء، يعرف البهار الموجود داخل كل رأس بندورة ثم يجفف رأس البندورة بمحارم المطبخ الورقية ويرش فوقه القليل من الملح والقليل. تقطع جبنة الموزاريلا إلى مكعبات صغيرة، ثم تخلط مع أوراق العرقف المفرومة ويزرع هذا المزيج على رؤوس البندورة الفارغة. يسكب مقدار ملعقة طعام من زيت الزيتون فوق كل رأس بندورة مشترياً بالجنيه. تزين رؤوس البندورة ببارق الحبّق قبل التقديم.

ملاحظة: يجب أن تفسن أوراق الحبّق بالماء للحوؤل دون اسودادها.

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص	أقسام
ملعقة طعام من الملح	نصف كيلوغرام من اللحم المفروم
ملعقة طعام من معجون الفلفل	ملعقة طعام من البهار الهبر
الحسوة	كيلوغرام من لحم الكبة الهمبر
الأسود	المطحون (اختياري)
نصف كوب من الزيت النباتي	٤ أكواب من البرغل الأبيض
ملعقة صغيرة من الملح	الناعم
كوب من اللوز المفروم على نحو خشن (اختياري).	كوب من السميد
ملعقتان طعام من الكمون	كيلوغرام من البصل المقشر
ملعقة طعام من السماق	بصلة متوسطة مقطعة إلى أربعة



حلوى بالفراولة

الفراولة المفرومة وبعدها بقية القشدة. يوضع القرص الثاني من الجاتوه فوق القشدة. يرش السكر الناعم في الأعلى. يحمي سيخ الشواء فوق النار ويمرر فوق السكر الناعم المرشوش فوق الجاتوه في أشكال مائة زخرفية. يزيين الجاتوه بحبات الفراولة في الثلاجة حتى موعد التقديم.

تقطع حبات الفراولة إلى شرائح مربطة لرصيفها على حواجز الجاتوه. تفرم بقية الفراولة إلى قطع صغيرة. يوضع قرص من الجاتوه في قعر صينية يدهن سطحه بالقليل من قطر السكر. ترصف حبات الفراولة المقطعة بترتيب على حافة قرص الجاتوه كما لو أنها جداره. يحشى فرسن الجاتوه أفقياً إلى دائريتين المحفوفة. توضع من ثم منساوين قطرهما ٢٠ سم.

مسطحة مكسوة بورق البرشمان. يخبز الجاتوه في فرن حرارته ٤٠٠ درجة فور نهايته لمدة ١٠ دقائق إلى ١٢ دقيقة حتى تخرج كل الرطوبة من أعلى الجاتوه وأسفاه وينضج داخله تماماً. يترك الجاتوه جانبأً حتى يضاف الدقيق والفانيلا إلى صفار البيض. يسكب المزيج فوق بياض البيض ويرحرك الخليط بواسطة ملعقة. يسكب الخليط في صينية

التحضير

يتحقق بياض البيض مع ملاعق طعام من السكر حتى يصبح أبيض اللون وكثيف القوام.

٤ كمية تكفي ٦ أشخاص
٧٥٠ غرام من الفريز (الفراولة)
٦ بيضات مفصولة
كوبان من القشدة
٤ ملاعق طعام صغيرة
من الملح
نصف كوب من السكر فانيلا
نصف كوب من سكر ناعم لتنطية سطح الجاتوه
ربع كوب من السكر الدقيق.

وريغ كوب من الماء
لإعداد قطر السكر
وصفة الجاتوه
في حرارة الغرفة
الطازجة المخفوفة
مع ٤ ملاعق طعام
من الملح
نصف كوب من السكر فانيلا
نصف كوب من سكر ناعم لتنطية سطح الجاتوه
ربع كوب من السكر الدقيق.



إعداد السيدة
أناهيد دوفيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

بامية مع القرع



التحضير

تقطع أعناق البامية ثم تغسل وتقليل في السمن ووضع جانبياً. يطهى الكل فوق نار هادئة لمدة عشر دقائق، ثم تضاف إليه ثلاثة أكواب من الماء الساخن. ترك القدر تغلي فوق نار قوية ثم تخفف النار. يفرم التعناع ويخلط مع فصين مهروسین من الثوم وعصير الليمون الحامض. يسكب هذا الخليط فوق القرع ويطهى الكل فوق النار حتى ينضج.

يسكب القرع المحشو في طبق مع رؤوس القرع وتقطعه وأعضاها وتوضع في الماء البارد. تقرر رؤوس القرع وتترك في الماء لالحول دون اسوداد لونها.

يغسل الأرز جيداً ويضاف إلى اللحم المفروم مع ملعقتين طعام من السمن فضلاً عن الملح وملعقة صغيرة من البهار الحلو وملعقة صغيرة من القرفة. تخلط هذه الحشوة جيداً ويضاف إليها كوب من عصير البندورة. تحرك الحشوة جيداً باليدين وتستعمل لحشو رؤوس

المقادير تكفي ٦ إلى ٧ أشخاص

الملعقة من القرفة
عشرة فصوص ثوم
كيلوغرام من البامية
الطاżاجة
نصف كيلوغرام من اللحم
كوب من الأرز
عصير ليمونة واحدة
ربع باقة نعناع
أرؤوس بندورة
الملعقة من البهار الحلو
ملعقة صغيرة ونصف

(طماطمها) حمراء كبيرة.
ملعقة صغيرة ونصف



القريدس (الرisan) والسلمون المشوي مع توابل برياني

ملعقتا طعام من توابل برياني أو ملعقة طعام من مسحوق الكاري وملعقة طعام من الكمون المطحون ونصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر.	الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص
صلصة المانغا والليمون رأس مانغا كبير ناضج، مفشر، قشرة يمونة واحدة بشوره ناعمة، ملعقة طعام من خل التفاح، ربع كوب من الكزبرة المفرومة خشناً، تهرس المانغا مع قشرة الليمون وخل التفاح في خلاط الطعام، ثم تضاف إليها أوراق الكزبرة المفرومة.	نصف كيلوغرام من القربيدس الكبير غير المطبوخ والمحفظ بقشرته
	نصف كيلوغرام من شرائح السلمون المقطعة إلى مكعبات لشواء رأس فلفل أحمر مقطع إلى مكعبات رأس فلفل أخضر مقطع إلى مكعبات
	نصف كوب من زيت الزيتون، ملعقة صغيرة من النوم المهروس؛ ملاعق طعام من عصير الليمون أو الليمون الحامض (الليمون الأخضر)

وردية اللون أو يمكن استخدام المقلة غير اللاصقة لشواء الأسياخ فيها حتى تصبح وردية اللون. يقدم الطبق مع أوراق الكزبرة المفرومة الأرز البسمتي الأصفر وصلصة المانغا والليمون.

مكبات السلمون ويحفظ في الثلاجة لمدة ساعتين إلى ٤ ساعات أو طوال الليل. تضاف تشوى الأسياخ في فرن حرارته ٣٧٥ درجة حتى تصبح جيداً. ينطلي الخليط

جيداً. يخلط زيت الزيتون مع الثوم، وعصير الليمون، وتوابل البرياني والفلفل الأحمر، يضاف إليها القربيدس ومكعبات السلمون ويخلط الكل

التحضير

جاٌنوه بالفاكهة والكاسترد



تدريجياً.
يسكب الفرن المزبج في قوالب
جاٌنوه ويخبز في الفرن
لمدة ٥٠ إلى ٥٥ دقيقة.
يدهن ١٢ قالب جاٌنوه
بتراك قطع الجاٌنوه حتى
تبرد لمدة ٢٠ دقيقة ثم
ترفع من القوالب.

الكمية تصنٌع ١٢ قطعة جاٌنوه
١٢ قطعة جاٌنوه كبيرة الحجم (٦٩٦C بـC)
كوب من صلصة الكاسترد، فاكهة ملونة مثل
الفراولة والدراق والكمبوي.

بالمزيد من الفاكهة وتقدم
بمثابة حلوي طازجة.
قطع الجاٌنوه
ثلاثة الكوب من السكر
كوب وربع الكوب من
الزبدة، فانيليا، بيضات
يُخفق السكر مع الزبدة
والفانيلا والبيض في
وعاء كبير حتى الحصول
على مزيج ناعم وقشدي.
يخلط الدقيق مع الباكينج
بادور والملح. يُحقق هذا
المزيج مع الحليب
٣ أكواب من الدقيق
(الطحين) المتعدد
الاستعمالات، ملعقة
صغيرة من الباكينج باودر،
كوب من الحليب، رشة
ملح.

قطع كل قطعة جاٌنوه إلى
شرائحتين أفقيتين.
توضع الشرحة السفلية
في طبق التقديم ويسكب
فوقها مقدار ملقطتي
طعام من الكاسترد. توزع
الفاكهة الطازجة الملونة
فوق الكاسترد، ثم تبسيط
فوقها الطبقة الثانية من
الجاٌنوه. يُسكب فوقها
المزيد من الكاسترد.
ترzin كل قطعة جاٌنوه

بِسْكُوِيتٌ بِالزَّبَدَةِ

على ٩٤٢٩ لدعك العجينة.
تنقل العجينة إلى سطح
مكسو قليلاً بالدقيق وترق
لتتبسيس سماكتها ٧٥ إلى ١
سم.

تغمس قطاعة السكوبت
في الدقيق وتقطع العجينة
على أشكال مثمنة ثم
ترصف في صينية غير
لاصقة وتحفظ في
التلاجة لمدة ٢٠ إلى ٤
دقائق.

أثناء وضع المثلثات في
الثلاجة، يُحمى الفرن
للدرجة ٣٢٥ فهرنهايت.

تنقل قطع السكوبت إلى
 الصينية مبطنة بورق
 البرشمان شرط ترك
 مسافة ٢ سم بين القطعة
 والأخرى.
تحبز قطع السكوبت لمدة
 ١٨ إلى ٢٠ دقيقة أو حتى
 تصبح حواهلها ذهبية.
تخرج الصينية من الفرن
 وتترك حتى تبرد.
تحفظ قطع السكوبت في
وعاء ك testim لهواء وتقدم مع
القهوة أو الشاي أو العصير.

التحضير
يُخفق الدقيق مع السكر في
وعاء.
تقطع الزبدة إلى مكعبات
وتنضاف إلى خليط
المكونات الجافة حتى
الحصول على مزيج مفتت.
تضاف خلاصة اللوز في
حال استعمالها وتدعى
العجينة بواسطة اليدين
حتى الحصول على كرة
رطبة. يمكن استعمال
خلاث الطعام المضبوط

الكمية تصنٌع ١٢
إلى ١٦ قطعة بِسْكُوِيتٍ
كوبان من الدقيق
(الطحين) المتعدد
الاستعمالات
نصف كوب من السكر
١١ ملعقة طعام من الزبدة
الباردة غير الملحمة
المقطعة إلى مكعبات
ملعقة صغيرة من
خلاصة اللوز (اختياري).



بِيَطَالِيَّةٌ بِالبُوْظَةِ

الحلبي المطحون ويقدم
بارداً.

ملاحظة: في بعض أنحاء
الشرق الأوسط، يتم حرق
الحليب عمداً لمنع
الحيطالية تكثفه خاصة.

الكمية تكفي 12 شخصاً

٤ أكواب من الحليب
٦ ملاعق طعام من السكر
كوبان من القشدة
السائلة المازاجة
٧ إلى ٨ ملاعق طعام من
دقيق الذرة
نصف ملعقة صغيرة من
المستكة المطحونة
ملعقة طعام من ماء الورد
ملعقة طعام من ماء الزهر
فستق حلبي للزينة
كيلوغرام من بودرة السحلب
البيضاء (بؤلة شرقية).

للحرارة ويترك حتى يبرد.
يمكن حفظ هذا المزيج في
الثلاثة حتى يجمد.

يقطع الخليط إلى مربعات
بواسطة السكين، تنقل هذه
المربعات إلى أووعية التقديم.
يسكب فوقها قطر السكر
وملعقة واحدة من بوظة
السحلب البيضاء.

يزين كل طبق بالفستق

الساخن ويحرك بواسطة
الشريط المعدني، أو الملعقة
الخشبية ويتابع الطهو حتى
يغلي المزيج وتظهر فيه
الفقاقيع ويصبح مثل
الكاستردة.

تطأ النار ويضاف ماء الورد
وماء الزهر.
يسكب هذا المزيج في قعر
طبق زجاجي مسطح مقاوم
والرشدة السائلة إلى الحليب

تطأ النار ويترك القطر
حتى يبرد.

التحضير
تسخن ٣ أكواب من الحليب
مع السكر في قدر.
يدوب دقيق الذرة في كوب
من الحليب.

قطر السكر
٣ أكواب من السكر
كوب ونصف الكوب من الماء
ملعقة طعام من عصير
الليمون.

يغلى السكر مع الماء حتى
يصبح المزيج كثيناً قليلاً.
يضاف حينها عصير الليمون
ويغلى الكل لبعض الوقت ثم





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

سلطنة التايلاندي وثمار البحر

التحضير
الصوص وصلصة المحار
والماء والفلفل الأسود.
ينقع التودلز الصيني في
الماء الساخن حتى يصبح
طرياً ثم يصفى في
الসلاطة حتى يغافلها
جيداً.
تصفاف أخيراً مكعبات
الأفوكادو ويخلط المزيج
جيداً وعانياة لتقادي
هريس الأفوكادو. يزين
الطريق بالبصل الأخضر
قبل التقديم.

ناعماً
ملعقة صغيرة من
الزنجبيل الطازج أو
المبشور
٣ ملاعق طعام من الزيت
لتقاي البصل والثوم
والزنجبيل
ملقنتاً طعام من صلصة
الصوص
ملعقة طعام من صلصة
المحار
نصف كيلوغرام من
النودلز الصيني المسطح
كوب من المايونيز
مخلوط مع ملعقتين إلى
ثلاث ملاعق طعام من
الماء
ربع ملعقة صغيرة من
على نحو مائل
٣ فصوص ثوم مفرومة
والفلفل الأسود.

نكهة تكفي ٤ إلى ٥
أشخاص
٢٥ غ من عيدان لحم
السرطان المقطعة إلى
شرائح طويلة ورفيعة
نصف كيلوغرام من
القرىديس المتوسط
الحجم المنظف
نصف كيلوغرام من
والمحشو والمسلوق
نصف كيلوغرام من
النودلز الصيني المسطح
حبتاً أفوكادو
راسان متواضطان من
البصل الأخضر مقطعان
على نحو مائل
٣ فصوص ثوم مفرومة
والفلفل الأسود.

يسخن الزيت في مقلاة
كبيرة وبقليل فيه الثوم
والزنجبيل. تضاف من ثم
نصف كمية البصل
الأخضر ويتابع القلي
بعض الوقت.
يخلط التودلز مع مزيج
الثوم والزنجبيل والبصل
الأخضر إضافة إلى ما
تيقى من البصل الأخضر
وعيدان السرطان
والكريديس.
في وعاء صغير، تخلط
المايونيز مع صلصة



نطارة الكريب

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠
أشخاص

الكريب	كوب من الدقيق
٦ ملاعق طعام من المزيج	وصفة صلصة بيضاء
٦ ملاعق طعام من الزبدة	(الطحين)
٤ أكواب من الحليب	رشة ملح
كوب من القشدة الطازجة	٣ بيضات
ملعقة صغيرة من الملح	الجامبون البقري
٤ إلى ٥ مكعبات من الزبدة.	المعلب
٢٠ شريرة من جبنة	الحليب
ملعقة طعام من الزيت	الفرويار
كوبان من فنات الخبز،	النباتي
مقلاة غير لاصقة	٤ إلى ٥ مكعبات من الزبدة.
لتحضير الكريب	لتحضير الكريب.

طبق ويحيط فوقها قسم من الصلصة البيضاء ثم طبقة من اللحم والجبنة. تكرر هذه العملية حتى الانتهاء من كل قطع الكريب. تقطيع الفطيرة بالميزيد من الصلصة البيضاء (في الأعلى وعلى الحواف) وبرش فوقها الكعك المطحون. توزع فوقها قطع الزبدة وتخبز الفطيرة حتى يتحول سطحها تضاف إليها القشدة الطازجة وتحلط معها. تقطع الفطيرة إلى شرائح توضع قطعة كريب في

تحضير الصلصة البيضاء على الوجه الآخر وتقلب حتى تظهر الفقاقيع فيها لمدة يغطى الاتنان معًا لمدة دقيقة أو دقيقتين. يضاف الحليب، والملح، وجوزة الطيب والفلفل الأبيض. يحرك الخليط بواسطة شريط معدني للحصول على صلصة ناعمة وكثيفة. حين تظهر الفقاقيع في المزيج، تكون الصلصة قد أصبحت جاهزة. تضاف إليها القشدة الطازجة وتخلط معها. تقل عجينة الكريب حتى تبدأ حوافها بالاحمرار. ترفع

عندئذ من المقلاة وتقلب على الوجه الآخر وتقلب حتى تظهر الفقاقيع فيها لمدة يغطى الاتنان معًا لمدة دقيقة أو دقيقتين. يضاف الحليب، والملح، وجوزة الطيب والفلفل الأبيض. يفترض الحصول على ٨ إلى ٢٠ قطعة كريب في هذه الوصفة.

الصلصة البيضاء

٦ ملاعق طعام من المزيج

٦ ملاعق طعام من الزبدة

٤ أكواب من الحليب

كوب من القشدة الطازجة

ملعقة صغيرة من الملح

نصف ملعقة صغيرة من جوزة الطيب

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.



بافارواز بالقدمرة

ويخلط الاتنان معه. يحقق صفار البيض مع السكر الناعم. يوضع وعاء البافارواز حتى درجة الغليان (أي إلى أن يبدأ بالغليان). تسخن الشوكولا في الباناري حتى تذوب. ويستكثف ويصبح مثل اللبن. وأوفي المايكلورايف. يسكب البافارواز في أكواب زجاجية ويهفف في الثلاجة حتى يجمد. تزيين أكواب البافارواز بقصيدة الطازجة المخفوقة وحبات القهوة والتوت الطازج. تقدم البافارواز باردة مع البسكويت.

السوداء	الكمية تكفي ٥ إلى ٦
كوب من القشدة الطازجة	أشخاص
ملعقة طعام من مسحوق الجيلاتين	ملعقة طعام ونصف الملعقة من القهوة
صفار الجيلاتين إلى السريعة الذوبان	صفار، بيضات
نصف كوب من السكر (النسكافيه)	نصف كوب من السكر
توت طازج وحبات قهوة الناعم	كوب من الحليب
وقصيدة طازجة مخفوقة	٣٠ غ من الشوكولا للزينة.





إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصویر: رونالد ناصیف

الفريديس المثبل مع البصل

التحضير
يسخن الزيت في قدر
ويقلى فيه البصل حتى يذبل
ويصبح شاحب اللون.
يضاف إليه كوب من الماء
ويتابع الطهو حتى يصبح
القرنفل، والكمون، والشمار
والملحون المحمصة
والطحونة معاً. يمكن
إضافة الفلفل الأسود
والقليل الحريف إلى الخليط
لجعله حريفاً.

يضاف إليه القربي
وتواجد الغارام ماسالا
ويطهري الخليط حتى يصبح

القريديس وردي اللون.
يضاف حليب جوز الهند
والكزبرة المفرومة والملح.

**يطهى المزيج لمدة دقيقة أو
دقيقتين ونطافاً النار.
بح عدم الاراد اطفـل سلة**

القريديس ولا يتقلص
حجمه ويصبح أصغر.
رسك الأذن المسماة في

يُنْسَبُ إِلَى رَوْرَ بَشَّارِي سِي
وَسَطْ طَبْقِ التَّقْدِيمِ مَعَ
الْقَرِيدِسِ وَتَسْكِبِ الصَّاصَةِ
حَدَّ الْأَنْزَلِ

**نوابل خارم ماسالا
نصف باقة من الكبيرة
الحضراء المفرومة**

خشتا نصف ملعقة
صغيرة، من الزعفران
رشة ملح، أرز بسماتي
مطهو مع ملعقة صغيرة
من توابل غaram ماسالا
لتقديمه مع القربيتس.
كثير التوابيل.

ملاحظة: غaram ماسالا هو
مزيج من التوابيل الهندية
يمكن شراؤه جاهزاً. وهو
يرتكز على نسب مختلفة من
الهال، والقرفة، وكبتش





للازانيا بنياتية

تحضير الصلصة البيضاء	يضاف الفطر ويتبع القلي.
تضاف الذرة، والبازيلا، والجزر، والكوسا، والباذنجان، والبنودرة.	تسخن الزبدة ويضاف إليها الدقيق ويحرك فوق النار بواسطة ملعقة خشبية.
يضاف الحليب ويحرك المزيج ويطلق فوق النار حتى تصبح الصلصة كثيفة.	يضاف الملح والفلفل معجون البنودرة والبهار الحلو ويتبع الطهو حتى الحصول على مزيج كثير.
تضاف الجبنة إلى الصلصة وتخلط معها للحصول على صلصة بيضاء متوسطة الكثافة.	تسلق رقاقات اللازانيا حتى تصبح طرية ثم ترفع من القدر وتغسل بالماء البارد ثم تصفى على منشفة مطبخ.
تحضير اللازانيا	يدهن قدر صينية زجاجية مقاومة للحرارة بالكري من.



مدة التحضير:
٢٠ دقيقة إضافة إلى
٥ دققيقة للتبريد و١٠ دققيقة لتحريك البوظة.
مدة المكون: ٥ دقائق.
الكمية تكفي ٤ أشخاص.
صفار ٣ بيضات
٥٤ غ من السكر الناعم
٢٢٥ مل من الحليب
الكافيل الدسم
١٥٠ مل من القشدة
المزدوجة
ملعقة صغيرة من
خلاصة الفانيلا.

بوظة لازانيا المزدوجة

يغطى سطح الكاسترد بورق التايلون اللاصق ويترك موعود الاستعمال.

ويخلط معه جيداً. تعاد القدر إلى النار ويطهى حتى يبرد، ثم تضاف إليه محتواها فوق نار خفيفة هي الحصة الواحدة:

- ١- يخلط صفار البيض مع السكر في وعاء. يسخن الخليط في الثلاجة حتى يبرد تماماً، ثم يخلط فيالة البوظة لمدة ٢٠ دقيقة.
- ٢- يتابع تحريك الكاسترد إلى أن يتضيق بمن الملعقة. ترفع جنبها القدر عن النار ويسكب فوقه صفار البيض تحفظ البوظة في قسم يسخن مسبعة دهون.

يغطى سطح الكاسترد بورق التايلون اللاصق ويترك موعود الاستعمال.

إذا وصفة سهلة التحضير، لكنك بحاجة إلى استعمال آلة البوظة.

otionid=2519

سلطة الشمام والتوت



فوضي الفراولة

نحب جميعاً الفراولة والقشدة. إنها وصفة صغيرة رائعة تجعل حبات الفراولة القليلة لذيدة ومتفوقة بأمتياز.

التحضير

- توضع صفار كمية الفراولة في الخليط الكهربائي مع السكر. تهرس الفراولة ناعماً ثم تضاف عبر منخل ناعم للتخلص من البدور.
- تقطع بقية حبات الفراولة إلى نصفين. تتحقق القشدة مع برش البرتقال للحصول على رغوة خفيفة نتيجة الحقق.
- يسكب مقدار ملعقة طعام تقريباً من هذه القشدة في قعر كل كوب زجاجي، ثم يسكب فوقها القليل من صلصة الفراولة وبعضاً من الفاكهة. يرش القليل من البسكويت المطحون في الأعلى. ثم يتبع رصف الطبقات فوق بعضها مع ضرورة الانتهاء بفاتن البسكويت. يزين كل كوب ببعض حبات من الفراولة ويقدم على الفور.

في الحصة الواحدة:
٦٩٠ وحدة حرارية
٥٥ غ دهون
٢٤ غ دهون مشبعة
٤٤ غ كربوهيدرات.

٦٠٠ مل من القشدة	١٥ دقيقة مدة التحضير
٦٧٦ غ المزدوجة	١٣٦ غ الكمية تكفي ٦ أشخاص
٤٥٠ غ قشرة برتقالة واحدة	٤٥٠ غ من الفراولة
١٠٠ غ بمشبعة ناعمة	(الفرizer) المنسولة
٣٠٠ غ من البسكويت	والقمقرة
٣٠٠ غ ملقطان صغيرتان من بذكهة اللوز المطحون	ملقطان صغيرتان من السكر الناعم
٣٠٠ غ السكر الناعم قليلاً.	



حوالى الاستفادة من فاكهة الشمام لذيدة ولها التناعيم في الخليط الكهربائي للحصول على هريسة. تصنف هذه الهريسة عبر المنخل للتخلص من البدور، ثم تقطع بقية شريحتان من الشمام في طبق التقديم للحصول على شكل دائرة. ثم توضع فوقهما شريحتان سلطة الفاكهة على الفور.

٣- يملاً الوسط ببقة الشمام فوق لوحة الطعام وتقطع بالعرض إلى شرائح القليل من هريسة الفاكهة في الأعلى. يرش السكر بسيط جداً لكنه يعطي نتيجة باهزة.

٤- يوضع فوقهما شريحتان كلام الصورة؛ لحظات من الفاكهة. يرج من الفاكهة في الحصة الواحدة: العطرية مع القليل من هريسة التوت الطازجة ١٣٠ وحدة حرارية ١٥ غ دهون ٤٤ غ دهون مشبعة في الأعلى.

٥- يخلط ٢٥ غ من التوت مع ملعقة صغيرة من السكر التناعيم في الخليط رقيقة. توضع شريحتان من الشمام في طبق التقديم للحصول على شكل دائرة. ثم توضع فوقهما شريحتان إضافيتان وإنما في الاتجاه تحفظ في الثلاجة حتى موعد الاستعمال.

٦- تشيرر رؤوس الشمام إلى نصفين وتنزع بدورها وقشورها. توضع قطع



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

دجاج تاندورى

والبابا دام هو نوع من
الخبز الهندي مؤلف من
المانغا المقطعة إلى
دقائق الفول أو الحمص.
شائع مع هذا الطبق.

التحضير
خلط صلصة التخليل مع
لحم الدجاج وتترك جانباً
لمدة ساعة.

يوضع بعض الزيت في
المقالة وتقليل فيه صدور
الدجاج ثم ترفع وترصف
في صينية أو وعاء مقاوم
للحرارة.

يضاف المزيد من الزيت
والزبدة إلى المقالة ويقللي
الثوم من الجزر والبصل
حتى النضوج. تضاف
بعدها الكزبرة ومسحوق
الكاربوري ثم يضاف اللبن
والأكرايم الطازجة ويسخن

المربيحة لمدة دقيقة، ثم
يرفع الخليط عن النار.
ويُسكب فوق قطع الدجاج.
ثم تشوّى القطع في الفرن
حتى تتضج من الداخل.

لتقدیم طبق دجاج
التاندورى، يوضع صدر
دجاج في كل طبق مع
القليل من الأرز قرب
الدجاج إضافة إلى خبز
البابادام.



المكونات:
كيلوغرام من صدور
الدجاج لتقديمه جانبياً.
المكونات:
علبة من خبز البابادام
الماقني
ملعقة تحلى الدجاج.
ملعقة طعام من الزبدة
بعضها للحصول على
صلصة مهروسة.
٣ فصوص ثوم مهروسة
ملعقة طعام من الزبدة
ملعقتان طعام من الزيت
صلصة تخليل الدجاج.
علبة من خبز البابادام
الماقني
نصف كوب من الكاري
نصف كوب من البهار
ملعقة صغيرة من البهار
الحلو
ملعقة صغيرة من برش
البرقال
نصف كوب من الزيت أو
رشة ملح
الزيت النباتي.
٤ ملاعق طعام من صلصة
الصلوة
صلصة التخليل
جزرتان مقطعتان إلى
شرائح طولية ورفيعة
٤ رسان من البصل
الأخضر مقطعاً إلى
قطع صغيرة من
الكتون
ملعقتان صغيرتان من
باقية من الكزبرة
الخضراء، مفرومة
كوب من اللبن (الزيادي)
العقدة الصفراء
العصفري
نصف كوب من الكاري
الطاżżja
ملعقة صغيرة من برش
البرقال
نصف كوب من الزيت أو
رسحوق الكاري
رشة ملح
٣ فصوص ثوم مهروسة
ملعقة طعام من الزبدة
ملعقتان طعام من الزيت
صلصة تخليل الدجاج.
علبة من خبز البابادام
الماقني
أرز لتقديمه جانبياً.



جاًنوه الليمون والبرتقال المش

التحضير
يمكن التحقق من نضوج الجاتوه بفرز عود أسنان في وسطه، فإذا خرج العود جافاً يكون الجاتوه قد أصبح جاهزاً للخروج من الفرن.
يخلط السكر تدريجياً إلى البيض أثناء الحفف، ثم يضاف الزيت والمilk، وبذلك يبرد ويفشر الليمون والبرتقال. يوقف الخلط بعد ذلك.
يضاف الزبيب إلى محتوى الخليط ويسكب الخليط الجاتوه في قالب.
يُخبز قالب الجاتوه في فرن حراري ٣٥٠ درجة، فهلتها لـ٤٠ إلى ٤٥ دقيقة حتى يتضخم من الداخل وتصبح قشرته ذهبية اللون.

ملعقة صغيرة من الفانيلا.	صغيرة من قشر الليمون	البرتقال الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً
كوب من الزبيب	نصف كوب من الزيت	نصف كوب من الزبيب
مخلوط مع ملعقة طعام من الدقيق (الطحين)	كوبان وثلاثة أرباع	كوبان وثلاثة أرباع
نصف كوب من السكر من عصير الليمون.	٤ بيضات في حارة الغرفة	٤ بيضات في حارة الغرفة
١٢ إلى ٣ ملاعق طعام من عصير الليمون.	ملعقتان صغيرتان من البرتقال، ملعقة كوب من السكر	ملعقة طعام من قشر البرتقال، ملعقة كوب من عصير



لحم البقر المشوي مع صلصة الخردل

التحضير
تشوى الأسياخ فوق الفحم أو تقليل في مقلاة غير لاصقة أو بعض دقيق ثم تخمير في فرن حراري ٤٠٠ درجة، مقطعة في وعاء في الثلاجة لمدة ١٢ ساعة.
فهلتها حسب رغبة الضيوف (ناضجة جداً...).
تقديم أسياخ الشواء المشوية في الماء لتهدى احتراقها. تفرز الخضار ومكبات المقليّة والبطاطا، اللحم في أسياخ الشواء.



الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص (الطاطمطم) الكرزية (الصفيره الحجم) للزينة.	بعض حبات من البندورة
٣ رؤوس أنديف (حس بلجيكي)	الصلصة
كوب من لحم الدجاج	ربع باقة من النعناع أو المدخن المقطع إلى شرائح
أوراق خس من أنواع وألوان مختلفة	أوراق خس من أنواع وألوان مختلفه
نصف كوب من جبنة الفرياري المقطعة إلى شرائح رقيقة	نصف كوب من زيت الزيتون ربع كوب من عصير الليمون.

الكل حتى الغليان.
تصاف ملعقة طعام من الزبدة مهروسة، نصف كوب من الزيت دقيق الذرة المذوب في القليل من الماء ويخلط الخردل، ربع كوب من الكريما ملعقة طعام من إكلييل الطازجة الجيل المقروء، توضع الربيدة مع الزيت في قدر ويقلى فيها ملعقتا طعام من الكبار، فلفل أسود إلى مكبات للاشواه، رؤوس فلفل حمراء، نصف ملعقة صغيرة من حبيبات الكريما، ديجون حريفة أو حلوة الملح، ملعقة طعام من دقيق الطازجة وتقدم هذه الصلصة طعام من اللحم الكبار مع خردل ديجون، ومرة الدورة (طاطمطم) كوبان من مرقة الدجاج، يطهى صلصة الخردل

سلامة البروكولي والمليون

التحضير

قطع الكوسا إلى شرائح
وسلق لمدة دقتين إلى
ثلاث دقائق ثم تصفي
ونغمس سلق البروكولي
لمدة دقيقة أو دقتين ثم
تصفي وترك لتبرد.
قطع الباين إلى قطع

ويسلق لمدة دقيقة أو
دقيقةين ثم يصفى وترك
لبيبر. تسلق المعكرونة
الولبية ثم تقليل في القليل
من زيت الزيتون.
تسلق البازانيا وتصفى
وترك جانبًا لبارد.
يرمى الماء الذي استعمل



بِوَبِيْنِ الْمُؤْزِ وَالْخَبْرِ

الكمية تكفي إلى ٨ أشخاص	مسحوق الكاسترود ومعلقنا طعام من السكر)	٧
٤، موزات مهروسة نصف ملقة طعام من	كوب ونصف الكوب من صلصة الكارابيل للمزيج	
عصير الليميون ٢ إلى ٣ موزات للزينة	والطبقعة العلوية صفار بيضة واحدة	
كوبان من الكاسترود المطهو (كوبان من	ربع كوب من الكريما الطازجة رشة فانيلا	
الحليب ومعلقتا طعام من	١٢ شريحة توست طري.	

الاشان لمدة دقيقتين
ضافيتين. ترفع القدر عن
النار وتضاف إليها الزيدة.
يحرك الخليط جيداً.

صلصة الكاراميبل	بالكثير من الزبدة. يملاً	مع الموز المهروس	التحضير
كوب ونصف الكوب من السكر، كوب ونصف الكوب من الكريما الطازجة ملقطة طعام من الزبدة.	كل قالب بالميزج المحضر ثم يغلى في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهوايت حتى ينضج البوذينغ من الداخل وتصبح قشرته ذهبية اللون.	والفانيلا وثلاثة أرباع الكوب من صلصة الكاراميبل إلى قطع التوست المفتتة. يخلط الكل جيداً بواسطة الشوكة للحصول على مزيج خشن (يجب أن تبقى قطع الخبر خشنة ولا تتحول إلى هريسة).	يحضر كوبان من الكاسترد مع الحليب. حين يبرد الكاسترد، يخلط مع الكريما الطازجة وصفار البيضة.
التحضير	يحمي السكر في قدر غير لاصقة حتى يذوب ويصبح ذهبي اللون. تضاف إليه الكريما الطازجة ويطهى	يقدم البوذينغ مع صلصة الكاراميبل وشريائح الموز. ملاحظة: يمكن تقديم البوذلة مع بودينغ الموز. تدهن قوالب البريوش	تزال القشرة القاسية عن حواف التوست الطاري ويفتح التوست إلى قطع صغيرة في وعاء.
			يضاف الكاسترد المحضر



الحليب وملعقتا طعام من	١٢ شريحة توست طري.
المطهو (كوبان من	١٣ رشة فانيلا
كوبان من الكاستردة	١٤ الطازجة
١٥ ربع كوب من الكريما	١٦ صفار بيبة واحدة
عصير الليمون	١٧ نصف ملعقة طعام من
١٨ موزات لزيينة	١٩ كوبان من الكاستردة
٢٠ كوبان من	٢١ ربع كوب من الكريما
٢١ موزات مهروسة	٢٢ والطبقة العلوية
٢٣ عصير الليمون	٢٤ صفار بيبة واحدة
٢٤ نصف ملعقة طعام من	٢٥ والطبقة العلوية
٢٥ موزات مهروسة	٢٦ كوبان من الكاستردة
٢٦ إلى ٨ أخخاص	٢٧ الكمية تكفي

الاشان لمدة دقيقتين
ضافيتين. ترفع القدر عن
النار وتضاف إليها الزيدة.
يحرك الخليط جيداً.



إعداد السيدة
أناهيد دوتيكيان

تصوير: رونالد ناصيف



شراح السول مع صامدة الجبقة

المقادير تكفي لـ 4 أشخاص

كيلوغرام من شراح
سمك الهامور أو اللترز
(٢٠٠ غ وزن كل شريحة)
٥ روؤس بندورة
(طماطم)
دقيق (طحين) وملح
وفلفل أسود
نصف باقة من الجبقة
نصف كوب من زيت
الزيتون
٣ فصوص ثوم
٤ إلى ٥ ملاعق طعام من
عصير الليمون.

التحضير
فهرنهيات حتى تتبرر
برش الملح والفلفل فوق
السمك طرطوية منها.
تقديم البندورة المشوية
في الدقيق وتقليل في
تسكب الصالصة فوق
السمك وتقديم الطبق مع
معكرونة فارفالي (على
اللون تحظى شراح
السمك مغطاة جانباً
حتى تبقى فاترة.
شكل فراشة).
تقشير البندورة وتقطيع
إلى شرائح وتنزع بذورها
وترصف فوق ورق
برشمان في صينية.
يخلط الجبقة المفروم
مع الثوم المهروس وزيت
الزيتون وعصير الليمون
والفلفل الأسود.
تسكب هذه الصالصة
بريت الزيتون.
فوق شراح السمك.
تشوي البندورة في فرن
حرارته ٢٠٠ درجة.

سلطة البطاطا مع الجبن المدخن



سلطة السرطان



التحضير
والقليل الأبيض والملح في حال استعماله والماء لترقق الصلصة. تسكب هذه السلطة في طبق التقديم وينثر فوقها لحم الجيش المقلي.

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص	٤ رؤوس بطاطاً متوسطة مسلوقة ومقطعة	٤ إلى ٥ ملاعق طعام من المايونيز	٤ إلى قطع صغيرة
عوداً كرفيس مقطعان إلى مكعبات	ملعقة صغيرة من صلصة الخردل	ربع ملعقتاً طعام من الخل	٤ ملاعق طعام من المايونيز
مكعبات صغيرة	صلصة الخردل	الأخضر، نصف كوب من المدخن (المقلبي والمقطع)	٤ إلى ٥ ملاعق طعام من المايونيز
رأسان من البصل الأخضر	عصير الليمون	البازيلا الحضراء	٤ إلى ٥ ملاعق طعام من المايونيز
مقطعان	ملعقة صغيرة من صلصة البازيلا الحضراء	ملح حسب الحاجة.	٤ إلى ٥ ملاعق طعام من المايونيز

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص
المايونيز القليل الدسم، نصف ملعقة طعام من جزرتان مقطعتان إلى شرائح رقيقة جداً، نصف كيلوغرام من عيدان عصير الليمون شرائح رقيقة جداً، ملعقة صغيرة من خردل لحم السرطان المفتوحة، ملعقة طعام ونصف خسيرة واحدة من النوع الملعقة من الكبار، كوب إلى دجاج، شرائح ليمون المجدد، خيارتان مقطعتان، كوب ونصف الكوب من فلفل أسود.

بأوراق الخس وشرائح الليمون إضافة إلى شرة العرقل، والثقل الأسود، سرطان الزينة. يمكن استعمال البندورة (الطماطم) الكرزية أيضاً لإضفاء اللون على السلطة.

التحضير
تضاف المايونيز مع العرقل، والثقل الأسود، والملح حسب الحاجة. تخلط السلطة وتحفظ في الثلاجة لتقديمها لاحقاً. عند تقديم السلطة، تزين

البابايا مع الكريما

مكعبات، ملعقة طعام
الكمية تكفي ٥ إلى ٦
أشخاص
من عصير الليمون
نصف كيلوغرام من
الكريما الطازجة
كيلوغرام من البابايا
الصفراء البرتقالية
المحفوظة مع
اللون الناضجة.
٣ إلى ٤ ملاعق طعام
مقشرة وقطعة إلى
من السكر.

تملأ الأكواب بالمزيج
المحضر وتزين بمكعبات
البابايا وتحفظ في
التلاجة حتى موعد
التقديم.

تضاف الكريما المحفوظة
يمكن تقديم أصابع
البiskuit ١٢ طبقاً (٦ طبقاً)
بابايا.

تقشر البابايا وتزرع
بذورها وقطعها إلى
بعناء بحيث لا تهرس
مكعبات. يضاف إليها
عصير الليمون.

التحضير
تحفظ الكريما الطازجة مع
السكر وتحفظ في
التلاجة.



شائع السمك والقربيس

مع صلصة العسل والليمون

زيادة زيت لقلي السمك
والقربيس
صلصة العسل والليمون
معكرونة لوبياء مسلوقة
كيلوغرام من شرائح سمك
اللقم أو الهامور (٢٠٠ غ كل)
ومقلية في القليل من
الزيادة.
شريحة (٢ إلى ٣ جزرات مسلوقة
ومهرورة
صلصة العسل والليمون
نصف كيلوغرام من
كوب من العسل
اللوبياء الرقيقة المسلوقة
كوب من عصير الليمون
٤ ملاعق طعام من الزيادة.
لدة ٧ دقائق.

لتقديم هذا الطبق،
يسلق الجزر ويهرس.
تضاف إليه ملعقتا طعام
في طبق التقديم وتوضع
المعكرونة المسلوقة
جانباً مع القليل من
تسلق اللوبية الرقيقة في
هريسة الجزر واللوبياء
الماء المثلج لمدة ٧ إلى
١٠ دقائق، ثم تنسدل
صلصة العسل والليمون فوق
الزيادة.

تحضير الطبق
تسخن الزيادة وتضاف
إليها ٣ ملاعق طعام من
الزيت. تقلن شرائح
السمك والقربيس قليلاً
ثم ترفع وترصف في
صينية غير لاصقة أو
صينية عاديّة.



أناهيد دوئكيان

تصوير: رونالد ناصيف

كرات البندورة والبصل

تحضير الكرات
أعلى كل كرة عجين وتترك حتى تبدو كرات العجينة فارغة من التمر عليها. دافن لمدة ٤٠ دقيقة تقريباً أو حتى يتضاعف حجمها تقريباً. يحشى الشقان المقاطعان في كل كرة بحشوة البندورة وتنرين كرات العجين بالبصلة المخفوقة وتخبز بالزيتون الأسود. في فرن معتدل الحرارة من ثم الزيتوكيني على عجينة طرية.

تدفع العجينة فوق سطح

مكسو بالقليل من الدقيق

لمدة ١٠ دقائق أو حتى

تصبح العجينة طرية

ومرنة. توضع العجينة في

وعاء مدهون بالزيت،

وتغطى وتترك في مكان

دافن لمدة ساعة تقريباً

أو حتى يتضاعف حجمها.

تقلى العجينة فوق سطح

مكسو بالدقيق وتدعى

حتى تصبح طرية. تقرص

العجينة إلى كرات صغيرة.

ترصف هذه الكرات في

صينية فرن مدهونة

بالزيت.

يحرز شقان مقاطعان في

ناضجة ومتوسطة الحجم.
٣ أكواب من الدقيق
(الطحين) العادي
ملعقتان صغيرتان من
الزيتون
ملعقتان متوسطتان.
ملعقة طعام من السكر
فص دوم مهروس
ملعقتان صغيرتان من
الملح
ملعقة طعام من زيت
الزيتون
كوب من الحليب الافترا
بيضة مخفوقة قليلاً.
تحضير حشوة البندورة
تقشر رؤوس البندورة
٤ رؤوس بندورة (طماطم)
وتنزع منها البذور وتفرم.
الطازج.

لمدة ٤٠ دقيقة تقريباً أو
حتى تبدو كرات العجينة
فارغة من التمر عليها.
يحشى الشقان المقاطعان
في كل كرة بحشوة
البندورة وتنرين الحشوة
بالصغار المخفوقة وتخبز
في فرن معتدل الحرارة على
عجينة طرية.



فطاز مكسيكية



رacaات باللحم

التحضير

يسخن الزيت في قدر فوق النار ويقللي فيه الصنوبر، ثم يرفع ويوضع جانبًا.

يستعمل الزيت نفسه لقلي البصل حتى يذبل. بضاف اللحم والملح وبطه리 المزيج حتى ينضج اللحم ويغير لونه.

تطأ النار وتضاف التوابل إلى محتوى القدر مع دبس الرمان والصنوبر. يخلط الكل جيداً وتنرك العجينة جانباً.

يذوب الثلج عن رقاقات الفيلو وتدهن كل رقاقة بمزيج الزيت المسمى أو الزبدة.

تدكس ٥ رقاقات مكسورة بالزيت فوق بعضها البعض ثم تقطع إلى مربعات حجمها ٨ إلى ١٠ سم.

يحشى كل مربع بمقدار ملعقة طعام من حشوة اللحم، ثم تجمع الحواف الأربع لكل مربع مع بعضها على شكل رزمة وترصف في صينية غير لاصقة أو في صينية مدهونة بالقليل من الزيت.

تنجز المرعات المحشوة في فرن حرارة ٢٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح حواف العجين وردية اللون. تخرج الرقاقات المحشوة من الفرن ويسكب فوقها ما تبقى من اللحم. تزين من القبائل الرقاقات بالبقدونس وتقدم ساخنة كوع لذيد من المقبلات.

قطع دائرة العجين بواسطة قطاعة البسكويت أو بواسطة كوب دائري للحصول على دوائر صغيرة من العجين. توخر هذه الحشوة وتخلط معها دوائر العجين بواسطة

يدهن الكاشاب فوق لاصقة بالقليل من الزيت وتوضع فيها دوائر العجين حشوة الدجاج فوقه. ترش العجينة فوق الحشوة وتخبز الدوائر في فرن الفرن. تخرج دوائر العجين من الفرن وتترك حرارته ٢٥٠ درجة فهرنهايت حتى تبرد. يخلط لحم الدجاج المفتت

قطع دائرة العجين فوق الدقيق (الطحين) فوق الطاولة وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة.

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص	نصف كوب من البصل مع الخضار	نصف كوب من الذرة ناعماً	نصف كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	نصف كوب من القليفلة البيتها الجاهزة (يمكن شراؤها من الفرن)	نصف كوب من القليفلة المفروم	نصف كوب من القليفلة الخضراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	نصف كوب من القليفلة المفروم	نصف كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	نصف كوب من القليفلة المفروم	نصف كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	نصف كوب من القليفلة المفروم	نصف كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة
	ربع كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	نصاعماً	قصاصات مهروسان	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً
	ربع كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	قصاصات مهروسان	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً
	ربع كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	قصاصات مهروسان	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً
	ربع كوب من القليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة	قصاصات مهروسان	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً	نصاعماً



نصف ملعقة صغيرة من القليل الأسود، ٣ ملاعق طعام من دبس الرمان، ربع كوب من الزيت النباتي، كوب من الفلفل الأحمر بصلة صغيرة صغيرة من	نصف ملعقة صغيرة من القرفة، نصف ملعقة صغيرة من الملح	نصف كوب من الصنوبر ملعقة صغيرة من السمن أو الزبدة المذوبة	الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص
نصف ملعقة صغيرة من القرفة، نصف ملعقة صغيرة من الملح	ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة علبة من عجينة الفيلو	٧٥٠ غرام من اللحم المفروم على نحو متوسط	الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

شاي بالحلب



لافافات بالقرىشة والعسل

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ اشخاص نصف كيلوغرام من القرىشة الجاهزة أو من جبننة الريكوتا الأيطالية خيز مرقوم قطر سكر أو عسل.	يغلى الماء مع السكر للحصول على قطر متواسط الكثافة. ثم يضاف إليه عصير الليمون وتخلص النار وبعدها يضاف ماء الزهر وماء الورد.	اللافافات حتى تصبح هشة والذهبية اللون. ترفع اللافافات من كل رقاقة خبز، وتلف رقاقة القرىشة في مصفاة وتعصر جيداً للخلاص من فائض الماء تبادياً ل الحصول علىونة مفروطة في اللافافات. تربع العجاف عن أرغفة العجين المرفقة وتقطع الأرغفة إلى شرائح طولية عرضها ١٢ إلى ١٥ سم.	تسكب ملعقة طعام من القرىشة على حافة واحدة من كل رقاقة خبز، وتلف رقاقة القرىشة في مصفاة وتعصر جيداً للخلاص من فائض الماء تبادياً ل الحصول علىونة مفروطة في اللافافات. تربع العجاف عن أرغفة العجين المرفقة وتقطع الأرغفة إلى شرائح طولية عرضها ١٢ إلى ١٥ سم.
--	--	--	--



إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

السوق المدمس مع الخضار

التحضير
الشراحق في الدقيق وتدميس
في مقلاة غير لاصقة حتى
يسخن ربع كوب من زيت
الزيتون ويقلل فيه البصل
تتضج تماماً. ترصف
البطاطا المقلية فوق شراحق
السمك. يسكب مربج
الأحمر والأصفر والأخضر.
والكوسا. تقع شرائح
السمك في زيت السردين
بالكريمة الطازجة المفرومة
والكزبرة المفرومة لمدة
ساعتين، ثم تغمس هذه
خشناً.

مكعبات صغيرة	رأس بندورة (طماطم)	رأس بيض واحد
ربع رأس من الفلفل	مقطع إلى مكعبات صغيرة	ربع كوب من شرائح
الأحمر مقطع إلى مكعبات	فاصا فوم مهروسان	سمك اللقز أو الجريبدي
صغيرة، رأس كوسا مقطع	ربع رأس من الفلفل	ربع باقة من الكزبرة
إلى مكعبات صغيرة	الأصفر مقطع إلى مكعبات	الطازجة
بصلة صغيرة مفرومة	بصلة صغيرة مفرومة	ربع كوب من زيت الزيتون
رأس بطاطا مفشر ومقطع	رأس بطاطا مفشر ومقطع	دقيق (طحين) وملح
إلى دوازه ومقلي.	إلى دوازه ومقلي.	وقلفل أسود



بساء الفطر والدجاج



٨ رؤوس من الكراث	الكمية تكفي ٤ أشخاص
الأندلسي (بصل صغير)	
٢٥٠ غ من نودلز البيض	
الصيني	
جزرتان مقطعتان على	
نحو مائل، فسان من	
٣ ملاعق طعام من	
الثوم، نصف ملعقة	
طعام من الزنجبيل	
الطازج المبشور	
٣ ملاعق طعام من	
الزيت	
نصف كوب من الماء	
مكعبان من مرقة	
الدجاج	
ملح	
ملعقتان صغيرتان من	
صغيرتان من مسحوق	
الكاردي للتودلز	
ملعقة صغيرة من	
مسحوق الكاري للحم أو	
الدجاج.	

نودلز الكاري باللحام أو الدجاج

الجرز، والثوم المهروس
والزنجبيل المبشور.
يقلب الكل فوق نار قوية
لمدة ٢ دقائق أو حتى
شرائح من ٥ سم.
يحرر جيداً وينضج
 تماماً. تضاف بعدها
ملعقة صغيرة من
مسحوق الكاري.
يخلط هذا المزيج مع
النودلز ويقدم الطبق فوراً.

مطبخ لمدة ٢ ساعات حتى
يجف. يسخن الزيت في
مقلاة ويضاف إليه النودلز
ويقلى فيه لمدة ٢ دقائق.
يضاف إليه الماء
في المقلاة فوق النار
حتى يسخن جيداً ثم
تضاف إليه شرائح اللحم
أو الدجاج مع شرائح
الكراث الأندلسي، وقطع

يقدم الطبق ساخناً.
ملاحظة: يجب عدم
الإفراط في غلي الحساء
وإلا يصبح لحم الدجاج
الصويا وتخلط مع المزيج.
فاسياً جداً.

الممزوج مع الماء ويطهى
صدر الدجاج، ثم يفرم
لحمه ناعماً.
تغلى المرقة، ثم تخفف
 النار ويضاف لحم الدجاج
المفروم إلى المرقة
ويطهى برفق حتى ينضج.
يضاف إليه الفطر المتنوع
ويطهى المزيج برفق لمدة
٥ دقائق إضافية.
يضاف دقيق الذرة

التحضير
ينزع الجلد والعظم من
صدر الدجاج، ثم يفرم
لحمه ناعماً.
تغلى المرقة، ثم تخفف
النار ويضاف لحم الدجاج
المفروم إلى المرقة
ويطهى برفق حتى ينضج.
يضاف إليه الفطر المتنوع
ويطهى المزيج برفق لمدة
٥ دقائق إضافية.
يضاف دقيق الذرة

الكمية تكفي ٢ إلى ٣
أشخاص
صدر دجاج كامل
٣ أكواب من مرقة الدجاج
كوب من الفطر الصيني
ملعقتان طعام من صلصة
الصويا.



الكمية تكفي ١٢ شخصاً
١٨٠ غ من الشوكولا
السوداء نصف الحلوة
كوب وثلاثة أرباع الكوب
من الماء المغلي
كوب وربع الكوب من
مسحوق الكاكاو
كوبان من الدقيق المتعدد
الاستعمالات
معلقة صغيرة من
الباكيينج صودا
ربع ملعقة صغيرة من
الملح
كوب وربع الكوب من
الزبدة غير المملحة في
حرارة الغرفة
كوب وثلاثة أرباع الكوب
من السكر الأسمير
؛بيضات كبيرة في حرارة
الغرفة
رشة فانيلا
ثلاثة أرباع الكوب من
شرائح اللوز

الحشوة
كوبان ونصف الكوب من
الزبدة الطيرية غير
المملحة
كوبان من السكر الأسمير
نصف كوب من مسحوق
الكاكاو
رشة فانيلا
ربع كوب وملعقتا طعام من
الحليب
٢٠٠ غ من الشوكولا
السوداء المذوبة

المقادير
الطبقة العلوية
١٠٠ غ من الشوكولا
المذوبة ممزوجة مع
٣ ملاعق طعام من الزبدة

وقدسي. تضاف أخيراً
بالتساوي على القالبين
ويخبز كل واحد منها لمدة
٢٠ إلى ٤ دقيقة. يوضع
فاليه الجاتوه المخبوزان
لإعداد الجاتوه
توضع طبقه من الجاتوه،
فوق مسحوق حديديه
ويُبسط فوقها قسم من
حشوة الشوكولا باستعمال
ملعقة مسطحة لتمهيد
سطحها.
توضع من ثم طبقة ثانية
من الجاتوه ويغطى سطح
الجاتوه وحواه بشوشه
الشوكولا.
توضع الشوكولا المذوبة في
كيس حلويات وتسكب في
شكل خطوط متعرجة فوق
الجاتوه.
يُخفق الكل جيداً للحصول
على مزيج قالب الجاتوه
بشرائح اللوز.

جاتوه الشوكولا



بالتساوي على القالبين
ويخبز كل واحد منها لمدة
٢٠ إلى ٤ دقيقة. يوضع
فاليه الجاتوه المخبوزان
لإعداد الجاتوه
توضع طبقه من الجاتوه،
فوق مسحوق حديديه
ويُبسط فوقها قسم من
حشوة الشوكولا باستعمال
ملعقة مسطحة لتمهيد
سطحها.
توضع من ثم طبقة ثانية
من الجاتوه ويغطى سطح
الجاتوه وحواه بشوشه
الشوكولا.
توضع الشوكولا المذوبة في
كيس حلويات وتسكب في
شكل خطوط متعرجة فوق
الجاتوه.
يُخفق الكل جيداً للحصول
على مزيج قالب الجاتوه
بشرائح اللوز.



بالتساوي على القالبين
ويخبز كل واحد منها لمدة
٢٠ إلى ٤ دقيقة. يوضع
فاليه الجاتوه المخبوزان
لإعداد الجاتوه
توضع طبقه من الجاتوه،
فوق مسحوق حديديه
ويُبسط فوقها قسم من
حشوة الشوكولا باستعمال
ملعقة مسطحة لتمهيد
سطحها.
توضع من ثم طبقة ثانية
من الجاتوه ويغطى سطح
الجاتوه وحواه بشوشه
الشوكولا.
توضع الشوكولا المذوبة في
كيس حلويات وتسكب في
شكل خطوط متعرجة فوق
الجاتوه.
يُخفق الكل جيداً للحصول
على مزيج قالب الجاتوه
بشرائح اللوز.

التحضير
يحمى الفرن للدرجة ٣٥٠
فهرهابيت. يدهن قالبان
جازوه قطرهما ٢٦ سم
بالزبدة ويبطن قعر كل
منهما بورق البرشمان.
يُخفق الكاكاو ويحرك المزيج
جيداً ثم يترك جانباً حتى
يبرد في حرارة الغرفة.
فانيلا، وبعدها المكونات
الدقائق مع الباكيينج صودا
الشوكولا. يُخفق الكل جيداً
والملح. وفي وعاء آخر،
تحفظ الشوكولا في قدر
للحصول على مزيج
متجانس.
يُضاف بعدها ما تبقى من
المغلي. توضع القدر جانباً
بواسطة الخلط الكهربائي
حتى الحصول على مزيج
مزيج الشوكولا ويُخفق الكل
جيدياً.
يُوزع مزيج الجاتوه
بعدما البيض، بمعدل
يُضاف إليها مسحوق



التحضير
يحمى الفرن للدرجة ٣٥٠
فهرهابيت. يدهن قالبان
جازوه قطرهما ٢٦ سم
بالزبدة ويبطن قعر كل
منهما بورق البرشمان.
يُخفق الكاكاو ويحرك المزيج
جيداً ثم يترك جانباً حتى
يبرد في حرارة الغرفة.
فانيلا، وبعدها المكونات
الدقائق مع الباكيينج صودا
الشوكولا. يُخفق الكل جيداً
والملح. وفي وعاء آخر،
تحفظ الشوكولا في قدر
للحصول على مزيج
متجانس.
يُضاف بعدها ما تبقى من
المغلي. توضع القدر جانباً
بواسطة الخلط الكهربائي
حتى الحصول على مزيج
مزيج الشوكولا ويُخفق الكل
جيدياً.
يُوزع مزيج الجاتوه
بعدما البيض، بمعدل
يُضاف إليها مسحوق



بوظة جوز الهند

التحضير
تبطن ٦ قوالب
كاسترد دائريه القرع
بورق النايبلون
اللاصق. تملأ القوالب
بالبوظة ويمهد
سطحها.
يفصل كل قالب
بقطعة جاتوه دائريه
الشكل وبيضاء اللون
(يمكن شراء جاتوه
الفانيلا الجاهز).
تحفظ القوالب في
قسم التجميد من
الثلاجة حتى تجمد.
وتصبح قاسية.
تحفظ القشدة
الطازجة مع السكر.
تقلى أطباق البوظة
رأساً على عقب وتغافل
بالقشدة الطازجة
المحفوظة.
تغمس قوالب البوظة
في برش جوز الهند
وتزين بحبات الكرز
الحمراء.
تحفظ قوالب البوظة
في الثلاجة وتقدم
 مباشرة منها.

الكمية تكفي
٦ أشخاص
٦ أطباق كاسترد أو
قوالب دائريه
جوز الهند
٦ قطع جاتوه دائريه
حبات كرز حمراء
بوظة بنته الفانيلا
أو جوز الهند
نصف كوب من
القشدة الطازجة
المحفوظة مع ملعقة
طعام من السكر.