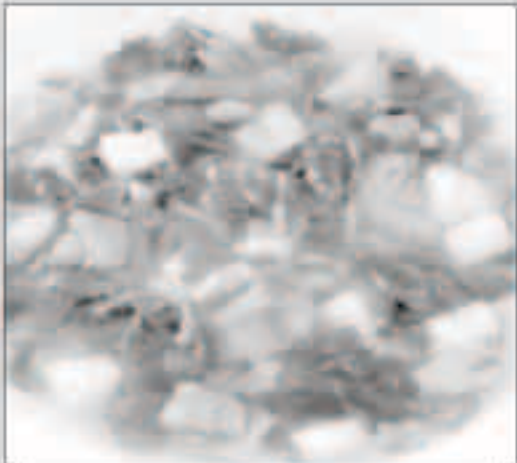


حساء الخضراوات



المقادير:

ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون.
لترتا جزر متوسط الحجم يقطع قطعاً
صغيرة.
لمرة بصل كبيرة (مفرومة).
فصلووم مفريان.
ملعقتان كبيرتان زنجبيل طازج.
لترتا بطاطس متوسطة الحجم تقطع
مربعات.
عصير 4 لترات طماطم متوسطة الحجم.
كوب كبيرة مقطعة.
7 كوب ماء.
ملعقتان صغيرتان من الملح.
ملعقة صغيرة من الخل.
ملعقة صغيرة من الكون.

الطريقة:

يوضع زيت الزيتون على النار ويحمر الجوز والصل والشم والزنجبيل على نار متوسطة الحرارة لمدة ٨ دقائق،
تضاف البطاطس والطماطم وأوراق الكزبرة مع التقليل لمدة ٥ دقائق أخرى.
تضاف بالي اللغافير ويترك الخليط فوق النار حتى تمام الغليان.
يغطى الإناء، ثم تهدأ النار ويترك الحساء لمدة ساعة أو حتى تمام النضج.

حساء الخضراوات
مع صوص الريحان



المقادير:

علفلقان صغيرتان من الشمر.
 قطعة من جبن الشيدر (اختياريّة)،
 ملعقة صغيرة من زيت الزيتون.
 ثمرة بصل متوسطة الحجم مقطعة إلى أجزاء صغيرة،
 ثمرة لفت مقشرة ومقطعة إلى أجزاء صغيرة.
 3 أعرات جزر متوسطة الحجم.
 كؤوس من الكرنب للقطع.
 ثمرتان صغيرتان من الكوسة مقطعة إلى أجزاء صغيرة.
 ثمرة بطاطس متوسطة الحجم.
 زعتر طازج.
 ورقة كسمند.
 1 ½ ملعقة صغيرة من الملح.
 9 كؤوب من الماء.
 ½ كغم من الفاصوليا الخضراء،
 ½ كغم من الفاصوليا البيضاء.
 150 غراماً من السبانخ الطازجة والمقطعة إلى أجزاء صغيرة.
 3 فصوص لوم مقوية.
 ½ ملعقة صغيرة من الملح.
 1 ½ كؤوب من أوراق الريحان الطازجة.
 ½ كؤوب من زيت الزيتون.
 1/4 كؤوب من خبز البارميزا المبشور.

الطريقة:

إعداد الحساء، يبلّو اللحم فوق نار متوسطة الحرارة ثم يضاف إليه البصل والثقل والجزر والكرفس. مع التقليب المستمر المكونات حتى تذبل أوراق الكرفس. تصفى الكوسة والزucchini وورقة الكستناء والملح والماء ويترك الخليط حتى يغلظ.

تُخصف جرة حرجرة المكونة من بونتر الكستناء فوق النار بدون تغطية الإناء لمدة 10 دقائق.

تضاف الفاصوليا البيضاء والبطيخ والبصل مع الشخص من ورق الكستناء وأوراق الزعرير ثم توضع أوراق السبانخ ويقلب الحساء بالملح والطاقل.

أما صوص الريحان فيتم عمله كالآتي، يتم في قفص الطود مع الخلج ويضاف إلى الريحان في الخلاط الكهربائي ثم الزيت والجزر وتغلى المكونات حتى تمام الاستواء.

يقدم الحساء بوضع طبق من الصوص عليه مع الطحليل حسب.

أرز أصفر بالدجاج والخضراوات

الطريقة:

تسقى الدجاج ونضيف له قليلا من الملح وقليلا من الكركم أو الزعفران والبصل والقرنفل ويترك حتى يتضخم ثم يوضع جانبا.

تضع الأرز في مرقعة الدجاج نصف استواء ويصفى ويرش عليه ماء الصود وقليل من الزعفران.

في قدر آخر نضع البصل والشوم والزنجبيل المطروم ثم نضع الخضراوات ونقلب ثم نضع البهار المخلوط والملح والكركم والدجاج ويقلى ويترك مدة 15 دقيقة.

نضع الأرز فوق الخلطة ويترك على الحديدة الغاصلة عن النار لمدة ربع ساعة

ونقدم مع اللبن (الزبادي).

المقادير:

صدور نجاح مكعبات.
أرز.
مكعبات من البطاطس والجزر والكوسا.
شريحة زنجبيل طازجة.
قضاة مفرمان.
بصلان مفرمان.
خضات من البصل والقرنفل.
ملقحة صغيرة من كركم - قرقة - بهار
مخلوط.
ملح.
قليل من ماء الورد.



أجنحة الدجاج الحمراء

المقادير:

الجنحة دجاج
ملعقتان صغيرتان من صوص الصويا.
ملعقتان صغيرتان من نشاء مذوب في القليل من
الماء
ملح بحسب الرغبة.
زيت السمسم.
1/2 كوب صوص الصويا.

الصلة:

فصا نوم مقشران ومفرومان.
القليل من الزنجبيل.
القليل من الملح.
يصل أخضر.
نضع ملاعق من صوص الصويا.

الطريقة:

- في صحن عميق، توضع أجحة الدجاج ومعلقات صغيرة تان من صلصة الصويا والشاء والملح.
- تترك الأجحة في هذه الخلطة حتى تمتص الطعم.
- في مقلاة ساخنة، يوضع القليل من زيت السمسم، تضاف أجحة الدجاج ونصف كوب من صوص الصويا ومخلول الشاء.
- تترك على النار حتى يتم استواءها.
- لتحضير الصلصة المرافقة: في مقلاة ساخنة، يوضع البصل الأخضر المقروم واللوز والزنجبيل والملح ويضاف عليها بضع ملاعق من صلصة الصويا.
- تصب الصلصة فوق أجحة الدجاج وتقدم ساخنة.

أرزب بالحم المفروم والزبيب

المقادير:

كوباً أرن.
3 ملاعق كبيرة من الزيت.
نصف كوب لبن، بصلصة.
250 غراماً من اللحم المفروم.
نصف ملعقة صغيرة من الإبرغان.
نصف ملعقة صغيرة من الفرفة.
نصف ملعقة صغيرة من الهيل.
نصف ملعقة صغيرة من الكزبرة.
نصف ملعقة صغيرة زهرة ناشفة.
ملعقة صغيرة ونصف ملعقة من
الملح.
نصف كوب زبيب، 3 كوب من الماء.

الطريقة:

- يغسل الأرز ويتقعر في الماء المالح مدة 15 دقيقة ثم يصفى.
- يفرغ الطور في قليل من الزيت ثم يصفى ويوضع جانبا.
- يفرغ البصل ثم يحمر البصل حتى يصبح لونه ذهبيا.
- يضاف اللحم المفروم إلى البصل ويقلب حتى ينفصص ساء ثم يضاف البهارات والأرز ويحرك جيدا ثم يضاف الماء.
- يضاف الأرز ويقلب جيدا ويترك حتى يغلي ثم تخفف النار ويغطى ويترك على نار هادئة حتى ينضج الأرز.
- يوضع الأرز في صحن التقديم ثم يزين بالزور والخصم ويقدم.



القشطة مع الفواكه المثلجة

المقادير:

4- عبوات قشطرة
نصف كوب من العسل
علبة فواكه مشكّلة أو فواكه غير مقطّعة

الطريقة:

تقطع الفواكه إلى قطع صغيرة، إذا كانت الفواكه مقطعة ومعلبة تصفى من السائل المحلى المحفوظة فيه.
مزج القشدة مع العسل في وعاء، ثم تضاف قطع الفواكه إلى مزيج القشدة والعسل وتقلب جيدا. ينقل الخليط إلى وعاء معدني أو إلى قوالب معدنية صغيرة، ويقطع ويحفظ في الفريزر حتى اليوم التالي.

القطايف



المقادير:

½ 3 أكواب دقيق
 ملعقتان كبيرتان من السكر
 ملعقة كبيرة من البيكنج بودر
 ملعقة كبيرة من الخميرة
 ½ ملعقة صغيرة من الملح
 ½ 2 كوب ماء

الطريقة:

- يخلط الدقيق مع السكر والبيكنج باور والصمغية والملح في الخلط الكهربائي.
- يضاف وتقلب كل المكونات جيداً حتى تتدعم وتتجانس، وتترك لمدة ساعة حتى تلتصق.
- تسخن القلاة جيداً (ويفضل أن تكون من الحديد السميك القعر لتعمل الحرارة العالية) ويصب مقدار ملعقة كبيرة من الزيت وتكرر الطريقة نفسها على أن تحمر القطايف من جهة واحدة فقط.
- عند وضع الخليط في القلاة تظهر فقاعات داخل القريب وهذا دليل على نجاح عملية التخمير، ويجب المحافظة على درجة الحرارة بحيث لا تظهر سريعاً من أسفل وتبقى سائلة من أعلى، أو تكون الصرارة منخفضة بحيث يسقط الغرض ولا يتم طهيها.
- تترك لتبرد وتحشى حسب الرغبة ثم تقلى الزيت الساخن.

