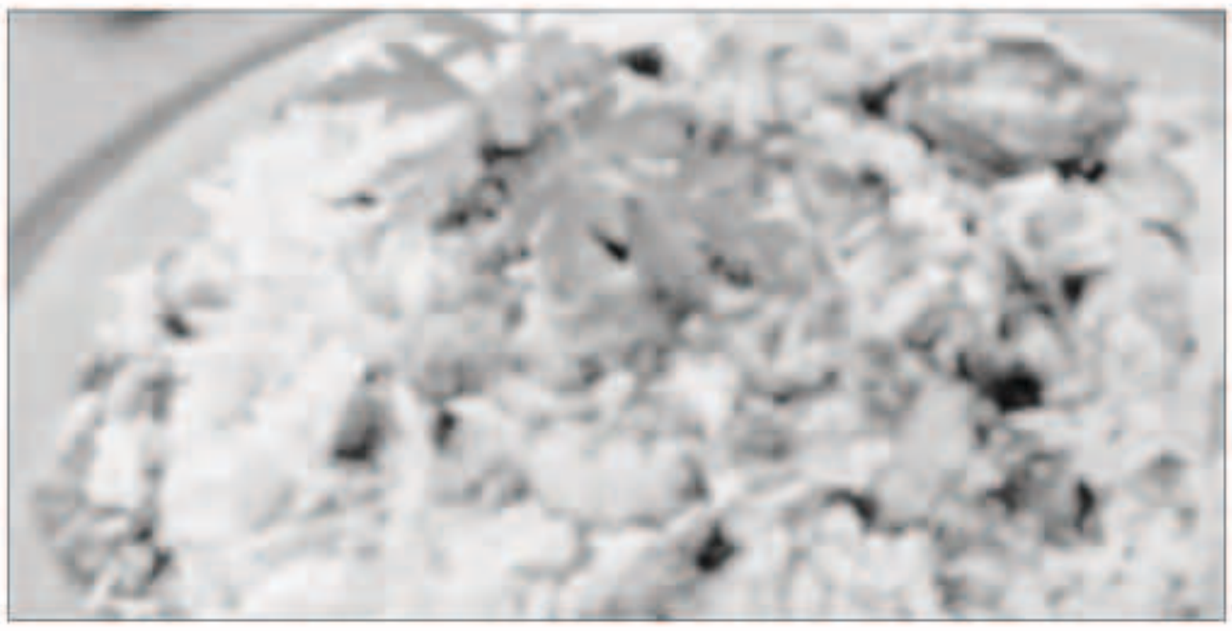
مقلوبة الدجاج بالباذنجان على الطريقة اللبنانية



المقادير:

كغ من الدجاج الكامل
حبتا باذنجان مقشر والمقطع إلى شرائح
1½ كوب من الزيت النباتي للقلي
5 ملاعق طعام من الزيت النباتي
350 غ من لحم البقر المفروم
3 أكواب من الأرز البسمتي
مكعبان من مرقة الدجاج
ملعقة طعام من الملح
½ كوب من الصنوبر المقلي

الطريقة:

تسلق الدجاجة بالماء لمدة 50 دقيقة أو حتى تنضج. ينزع جلدها وعظمها وتقطع إلى رقائق سميكة.

تقلى شرائح الباذنجان حتى تكتسب لوناً ذهبياً، ثم توضع جانباً.

تحمى الملاعق الخمس المتبقية من الزيت في قدر ويقلى اللحم المفروم لمدة 5 دقائق أو حتى ينضج جيداً ويكتسب لوناً بنياً.

تنسق شرائح الباذنجان المقلية على وجه اللحم المطبوخ في القدر عينها ثم تضاف طبقة من الدجاج المقطع، يليها أخيراً الأرز على الوجه.

يوضع 5½ أكواب من مرقة الدجاج، ويضاف إليها مكعبا مرقة الدجاج، والملح. يحرك المزيج على نار خفيفة حتى يذوب مكعبا مرقة الدجاج.

تضاف المرقة المعدة على الأرز. يغلى المزيج ويغطى ويطهى على نار خفيفة لمدة تتراوح بين 25 و30 دقيقة أو حتى ينضج الأرز.

تقلب مكونات القدر رأساً على عقب على طبق للتقديم وتزين بالصنوبر المقلي.

طاجن السمك اللبناني

المقادير:

700 غ من الهامور فيليه مقطع إلى شرائح صغيرة
300 غ من الطحينة
½ كوب أو من عصير الحامض
1¾ كوب أو من الماء
ملعقتا طعام من زيت الزيتون
حبة كبيرة الحجم أو 200 غ من البصل مقطعة إلى شرائح
½ كوب من الماء
مكعبان من مرقة الخضار
رشة من مسحوق الفلفل الحار
رشة من الكمون المطحون

الطريقة:

– يوضع فيليه السمك على صينية الخبز، ثم يخبز في فرن محمى على حرارة 250 درجة مئوية لمدة 10–15 دقيقة أو حتى ينضج السمك (يتبل بالملح، الفلفل والقليل من زيت الزيتون). تستخرج الصينية من الفرن وتوضع جانباً.

–في هذه الأثناء، تمزج الطحينة مع عصير الليمون الحامض والماء في وعاء دائري ويخفق المزيج جيداً حتى يصبح ناعماً ثم يوضع جانباً.

–يسخن زيت الزيتون في قدر متوسطة الحجم، يقلى البصل لمدة 5 دقائق أو حتى يكتسب اللون الأصفر الذهبي، ثم تسكب كمية الماء الإضافية. تترك القدر على نار خفيفة حتى يغلي الماء ويتبخر بالكامل تقريباً.

– تضاف الطحينة المجهزة مسبقاً ومكعبا مرقة الخضار يطهى المزيج على نار متوسطة ويحرك باستمرار حتى يغلي ثم يوضع على نار خفيفة لمدة 5 دقائق وترفع القدر عن النار.

– يوضع فيليه السمك المطبوخ في طبق كبير، تسكب الصلصة عليه ويقدم مع الأرز الأبيض.

أقراص الكبة اللبنانية باللحم

المقادير:

1¾ كوب أو 350 غ من البرغل الناعم
500 غ من لحم البقر المفروم قليل الدهن
حبة صغيرة الحجم أو 100 غ من البصل مفرومة
ملعقة طعام من النعناع الطازج المفروم
ملعقة صغيرة من الملح
¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون
½ ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
ملعقة صغيرة من الكمون المطحون

للحشوة:

ملعقتا طعام من الزيت النباتي
حبتان متوسطتا الحجم أو 250 غ من البصل مفرومتان
½ كغ من لحم الغنم المفروم
مكعبان من مرقة اللحم مفتتان
½ ملعقة صغيرة البهارات السبع
3 ملاعق طعام من الصنوبر المحمص
ملعقة صغيرة من النعناع المجفف
ملعقة طعام من دبس الرمان
كوبان أو 440 غ من الزيت النباتي للقلي

الطريقة:

– يغسل البرغل ويصفى ثم يغطى ويوضع جانباً لمدة ساعة.

– يمزج البرغل المجهز مع لحم البقر المفروم، البصل، النعناع، الملح والتوابل في وعاء للخلط. تفرم المكونات ثلاث مرات بواسطة آلة فرم اللحم الكهربائية (يضاف القليل من الماء البارد عند الحاجة للحصول على عجينة ناعمة). يغطى المزيج ويوضع في البراد.

– يحمى الزيت في قدر ويضاف البصل ويطهى حتى يصبح طرياً. يضاف لحم الغنم المفروم ويحرك حتى ينضج ويكتسب اللون البني، ثم يضاف المكعبان المفتتان من مرقة اللحم السبع بهارات العربية، حبوب الصنوبر، النعناع المجفف ودبس الرمان ويحرك المزيج حتى يمتزج جيداً.

– تؤخذ قطع متوسطة الحجم من مزيج عجينة الكبة بواسطة يدين رطبتين وتصنع كل حصة على شكل بيضاوي ويترك فراغ في الوسط بإدخال الإصبع من طرف واحد.

– تحشى القطع بالقليل من مزيج لحم الغنم المطبوخ وتغلق بالضغط على طرفها بإحكام.

– تقلى الكبة في الزيت المحمى حتى تكتسب اللون البني الذهبي.

– يقدم هذا الطبق ساخناً مع السلطة الخضراء واللبن الطازج.

محشي الكوسة باللحم والدارسين

المقادير:

1½ كغ كوسة
ملعقتا طعام من السمن
حبة متوسطة الحجم أو 150 غ من البصل مفرومة فرماً ناعماً
350 غ من لحم الغنم المفروم
½ ملعقة صغيرة من الدارسين
½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون
فصا ثوم مسحوقان
¾ كوب أو 150 غ من الأرز المصري المغسول والمصفى
حبة متوسطة الحجم طماطم مفرومة فرماً ناعماً
كوبان أو 500 مل من الماء
مكعبا مرقة

الطريقة:

تجوف الكوسة الصغيرة وتغسل جيداً وتوضع جانباً.

يحمى السمن في قدر كبير، ويضاف البصل واللحم، والتوابل، والثوم. تقلى المكونات مع التحريك لمدة تتراوح بين 3 و4 دقائق. ترفع المكونات عن النار وتخلط مع الأرز والطماطم.

تحشى الكوسة الصغيرة بخليط اللحم والأرز وتنسق في كسرولة كبيرة. يوضع طبقان على وجه الكوسة من أجل رصه نحو الأسفل.

يمزج الماء مع مكعبي مرقة في قدر، يغلى المزيج ثم يسكب على الكوسة الصغيرة في الكسرولة.

يغطى القدر ويترك على نار خفيفة لمدة ساعة أو حتى تنضج الكوسة والأرز.

فتة المكدوس

المقادير:

كيلو باذنجان رومي صغير الحجم
1/4 كيلو لحم معصج
3 ملاعق كبيرة صنوبر محمر
8–10 عجب زبادي
ملعقتان كبيرتان من الطحينة
فصا ثوم
حبتا بصل متوسطتان مقطعتان شرائح
كوبان من عصير الطماطم
ملعقة كبيرة دبس الرمان أو نصف كوب عصير رمان
ملعقتان كبيرتان من الزبدة
ملح وفلفل وبهار وقرفة
1/2 فنجان لوز مقشر ومحمص
1/2 فنجان صنوبر محمص

الطريقة:

–يغسل الباذنجان وتنزع الأعناق ويقور قليلا. يخلط اللحم المعصج (لحم مفروم يقلب مع بصل وبهارات وقليل من الزيت على النار حتى ينضج) مع الصنوبر ويحشى به الباذنجان.

–تقفل حبات الباذنجان المحشوة بقطع من لب الباذنجان حتى لايخرج منه الحشو أثناء الطهو. يحمر الباذنجان في قليل من السمن حتى يذبل مع تقليبه باحتراس من جميع الجهات.

– يرفع الباذنجان ويحمر البصل في نفس السمن حتى يصفر لونه ويضاف عصير الطماطم وصلصة الطماطم ودبس الرمان والملح والتوابل للبصل ويترك المقدار على النار حتى يغلي من 2 إلى 3 دقائق ثم يضاف الباذنجان المحشو باحتراس ويغطى ويترك حتى يتم النضج.

–يحمر الخبز ويوضع في طبق غويط للتقديم وتصب فوقه الصلصة المتخلفة بعد نضج الباذنجان. يمزج الزبادي مع الثوم المهروس والطحينة بعد خفقها ويصب المقدار فوق الخبز.

– يوزع الباذنجان على الوجه ويجمل باللوز والصنوبر المحمص ويقدم ساخنا.

اللفت المحشو باللحم والبهارات

المقادير:

ـ ملعقة كبيرة سمن
ـ كوبان ونصف أرز مصري
ـ ربع كيلو لحمة مفروم
ـ ربع كوب زيت
ـ 15 حبة لفت
ـ ملعقة صغيرة ملح
ـ ملعقة كبيرة عصفر
ـ فلفل أسود، بهار حلبي، قرفة، هيل

الطريقة:

1 ـ نضع البهارات على اللحمة ثم نضيف الأرز والسمن والزيت ونخلطها جيداً.

2 ـ نقشر حبات اللفت وننقرها ثم نضع اللب المستخرج من كل حبة في قعر الطنجرة التي سنطبخ فيها الحبات.

3 ـ نبدأ بالحشو ولا نملأ الحبات حتى العنق بل نترك فراغا بمقدار ربع إصبع الخنصر.

4 ـ عندما ننتهي من حشو كل الحبات، نضع قليلا من الزيت في مقلاة ثم نبدأ بقلي الحبات حتى تتحمر قليلا ثم نصفها في الطنجرة ونضع فوقها صحنا مستويا.

5 ـ نحضر الصلصة كالتالي: ننقع رغيفا من الخبز العربي بقليل من الماء مدة ربع ساعة، ثم نصفيه ونضعه جانبا. ثم ننقع أيضا باكيت من التمر الهندي بالماء مدة نصف ساعة، ثم نصفيه جيدا ونضيفه الى خليط الخبز، ونضيف إلى هذا الخليط قليلا من الملح وملعقة صغيرة هيل ونضعه فوق الحشي ثم نرفعه على النار ونتركه حتى يغلي ثم نخفف النار تحته ونتركه مدة ساعتين حتى ينضج.