

لعشاق الأطباق المغربية .. كوسكوس الدجاج



لحم العجل مع صلصة الفطر

المقادير:

- 10 شرائح من فليه العجل، تبلغ سماكة الواحدة إنشين
- ربع كيلوغرام من الفطر الطازج المقطع
- مكعب من مرق الدجاج
- ملعقتان كبيرتان من الدقيق
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- 3 أكواب من الماء
- ملح وفلفل وقرقة، حسب الرغبة
- جزر وبيروكلي، للزينة

الطريقة:

- تسخن مقلاة غير لاصقة، تشوى شرائح اللحم، حتى يصبح لونها ذهبيا، ثم ترفع من المقلاة.

- في داخل قدر، يضاف كل من الزبدة والدقيق، ويقلبان حتى يحمر الدقيق، ثم، يضاف المرق والماء والتوابل، مع التحريك حتى غليان هذا الخليط.

- يوضع اللحم في داخل القدر، يغطى ويترك على نار هادئة حتى ينضج ثم يضاف الفطر. يترك هذا المزيج ليغلي لمدة دقيقة، ثم يقدم على الفور، مزينا بالجزر والبيروكلي اللذين يقلبان مع قليل من الزبدة في مقلاة.

سلطة الخبز والزيتون على الطريقة التركية



المقادير:

- بصله حمراء متوسطة مقطعة الى مكعبات بحجم ½ انش
- كوب شرائح زيتون مخليه مفرومة
- 450 غراما بندورة (3 ثمرات كبيرة تقريبا)
- مقطعة الى مكعبات بحجم ½ انش (مع الاحتفاظ بحبيباتها وعصيرها قدر المستطاع)
- ¼ كوب عصير ليمون
- 1/3 كوب زيت زيتون
- ملح وفلفل اسود
- خبز توست مقطع الى مكعبات.
- ¼ كوب نعناع مفروم ناعما .

الطريقة:

- في اناء كبير اخلطي البندورة مع عصيرها وحبيباتها والبصل والزيتون وعصير الليمون وزيت الزيتون وتبله بالملح والفلفل.
- اتركيه جانبا في حرارة الغرفة حتى يمتص نكهة التتبيلة (مدة ½ - 1 ساعة تقريبا).
- لضعي الخبز الى مكعبات بحجم انش واحد واخطينها مع السلطة قبل التقديم مباشرة .

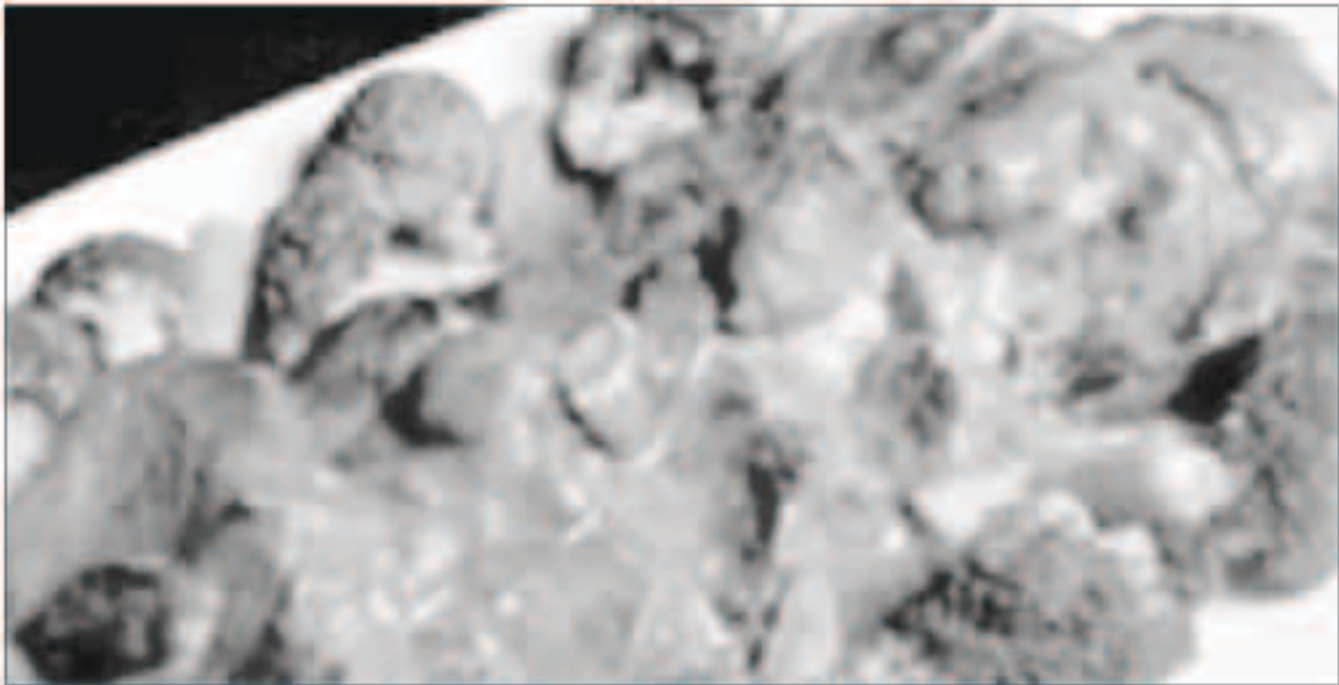
المقادير:

- ملعقتا طعام من زيت الزيتون.
- 1 حبة كبيرة الحجم او 200 غ من البصل مفرومة.
- 500 غ من صدور الدجاج منزوعة الجلد.
- 3 فصوص من الثوم مسحوقة.
- ½ كوب او 35 غ من البقدونس الطازج المفروم.
- % ملحقة صغيرة من الهال المطحون.
- % ملحقة صغيرة من الكزبرة المطحونة.
- % ملحقة صغيرة من مسحوق الزنجبيل المجفف.
- % ملحقة صغيرة من الفلفل الاسود المطحون.
- % ملحقة صغيرة من خيوط الزعفران.
- 3 حبات متوسطة الحجم او 450 غ من البندورة مقطعة الى مربعات.
- حبتان متوسطتا الحجم او 200 غ من الجزر مقطعتان الى مكعبات.
- وحدة صغيرة من عيدان القرقة.

- كوب او 250 مل من الماء.
- مكعبان من مرقة الدجاج ملح اقل.
- علبه او 400 غ من الحمص المعلب المصفى.
- حبتان متوسطتا الحجم او 200 غ من الكوسة مقطعتان الى مكعبات.

الطريقة:

- يسخن الزيت في قدر كبيرة ويقلي البصل على نار متوسطة لمدة تتراوح بين 3 و4 دقائق او حتى يذبل، يضاف الدجاج، والثوم، والبقدونس، وكافة التوابل والزعفران. تطهى للكونات لمدة تتراوح بين 4 و5 دقائق.
- تضاف البندورة والجزر، والقرقة، والماء، ومكعبا مرقة الدجاج ماجي ملح اقل. يغلى المزيج، ويغطى ويترك على نار خفيفة لمدة 20 دقيقة او حتى يصبح الدجاج شبه ناضج.
- يضاف الحمص والكوسة ويطهيان لمدة 10 دقائق او حتى ينضجا.
- يقدم الطبق مع الكوسكوس اللطيوخ.



قطع البسكويت مع الشوكولاتة والزبدة



المقادير:

- 4 ملاعق طعام من الزبدة غير المملحة المنذوبة
- علبه او 397 غ من الحليب المكثف المحلى
- كوبان او 200 غ من بسكويت الشاي المكسر الى قطع صغيرة
- كوب او 150 غ من المسلق المقطع
- ¼ كوب او 35 غ من الزبيب
- 4 ملاعق طعام من الزبدة غير المملحة (كمية إضافية)
- ¼ كوب او 200 غ من الشوكولاتة الداكنة للقطعة
- ½ كوب او 125 مل من الحليب

الطريقة:

- تمزج الزبدة مع حليب تسلة المكثف المحلى في قدر متوسطة الحجم غير لاصقة توضع على النار وتحرك



تارت البندورة المطبوخة والمحشوة

المقادير:

- 4 حبات كبيرة الحجم من البندورة
- حبة من البصل
- حبة من الكوسة
- شريحة من جبنة «الموزاريلا»
- عجينة «الباف باستري» الجاهزة
- حبة من الجزر
- عرقان من الحيق
- فصان من الثوم
- حبة من الباذنجان
- قليل من زيت الزيتون

- تقشر البندورة وتقطع في منتصفها.
- لإعداد الحشو:
- تقطع الخضراوات (البصل والكوسة والجزر والثوم والباذنجان) وتطهى في مقلاة على النار مع زيت الزيتون وذلك على درجة حرارة متوسطة.
- ترق عجينة «الباف باستري» حتى سماكة 3 ملممترات ثم تقطع على شكل دوائر وتخزن.
- تقطع الموزاريلا لأربعة اقسام، ثم توضع داخل البندورة وكذلك الحشو وتطهى لعشر دقائق.

طماطم محشوة بالتونة



المقادير:

- 4 حبات طماطم
- ملعقتا طعام معجون من طماطم الجلفلة
- صفار بيضتين
- ملعقتا شاي عصير ليمون - بشر ليمونة
- 4 ملاعق طعام زيت زيتون - علبه تونة
- ملح وفلفل اسود

للزينة:

- جبنا طماطم مجففان مقطعتان شرائح
- ريحان

الطريقة:

- لضعي الطماطم من المنتصف وافرغى الحشوة من داخلها، وزعي معجون الطماطم على اقسام الطماطم.
- رصي اقسام الطماطم في صينية فرن، ادخليها الفرن لمدة 12-15 دقيقة على حرارة 400 درجة فهرنهايت.
- اتركيه يبرد، خلال ذلك اصغى المايونيز.
- في الخلاط اخلطي صفار البيضتين والليمون وبشر الليمون حتى يصبح ناعما، خلال الخلط اضيفي زيت الزيتون
- اوغلي الخلاط عندما يصبح المايونيز كثيفا.
- اصغى التونة والكبريتان الى المايونيز وتبله واخلمله جيدا.
- وزعي خليط التونة على اقسام الطماطم وزينيه بشرائح الطماطم الجلفلة واوراق الريحان.
- ادخليه الفرن لدقائق قليلة او قدميه باردا.

سلطة الباذنجان مع دبس الرمان



المقادير:

- باذنجان مقشر ومقطع شرائح
- 4/1 ملعقة شاي ملح
- فص ثوم مدقوق جيدا
- 2-3 ملاعق طعام عصير ليمون
- 4 ملاعق طعام زيت زيتون
- ملحقة شاي دبس الرمان
- ملحقة طعام طماطم مزالة البذور ومقطعة
- مكعبات صغيرة
- ملحقتا طعام لبيلة خضراء مقطعة مكعبات صغيرة
- بصله خضراء صغيرة مفرومة
- ملحقة طعام بقدونس مفروم
- ملحقة شاي نعناع
- ملحقة شاي رمان

الطريقة:

- امسحي الباذنجان من الجهتين بزيت الزيتون.
- اشويها في الفرن، اخرجيها واتركيها تبرد تماما، قطعيها مكعبات.
- اخلطي الثوم مع الملح وعصير الليمون وضعيها على الباذنجان.
- اخلطيها مع البصل والبقدونس والتعناع والطماطم واللبيلة.
- ضفيها في طبق التقديم، رشي عليها زيت الزيتون ودبس الرمان وزينيه بحبات الرمان.
- قدميها مع الخبز العربي.