الدجاج المشوي بالكزبرة

المقادير:

صدرا دجاج خاليان من العظام، وزن كل منهما 175 غ
لصلصة التخليل:
ملعقة طعام من زيت الزيتون
ملعقة صغيرة من زيت السمسم
ملعقة صغيرة من العسل
ملعقة طعام من صلصة الصويا
قطعة زنجبيل طازجة طولها 5 سم، مقشرة ومبشورة
ملعقة طعام من الكزبرة الطازجة المفرومة
لصلصة الغواكامول:
رأس أفوكادو كبير مقشر
عصير ليمونة واحدة
فص ثوم مهروس
رأس فلفل أحمر، منزوع البذور ومفروم ناعما
رأسا بندورة كبيران، مقشران ومنظفان من البذور ومفرومان
رأسان من البصل الأخضر، مقطعان إلى شرائح رقيقة
ملعقة طعام من الكزبرة الطازجة المفرومة
رغيفان من التورتيلا أو خبز التنور

طريقة التحضير :

يلف كل صدر دجاج بقطعة كبيرة من ورق النايلون اللاصق.
يرق صدر الدجاج لتصبح سماكته من نصف إلى ثلاثة أرباع سنتيمتر.
ثم ينزع منه ورق النايلون.
تخلط مكونات صلصة التخليل مع بعضها في وعاء ثم تسكب فوق الدجاج وتترك جانباً لمدة 15 دقيقة.
في غضون ذلك، يهرس رأس الأفوكادو بالشوكة.
يضاف إليه عصير الليمون، والثوم، والفلفل الحريف، والبندورة ونصف كمية البصل الأخضر، والكزبرة والتوابل.
وفي حال عدم استعمال هذه الصلصة فوراً، يجب لفها بورق النايلون اللاصق للحؤول دون تغير لونها.
يقلى رغيفا التورتيلا لبضعة دقائق.
يوضع صدرا الدجاج على مصبع ساخن جداً ويشويان لمدة 5 إلى 6 دقائق على كل وجه.
يوضع صدر دجاج في كل طبق ويضاف إليه القليل من صلصة الغواكامول ويرش فوقه البصل الأخضر.
ويقدم الطبق مع التورتيلا.

لحم الضأن بالأرز والبهارات

المقادير:

- 3 ملاعق طعام من زيت الزيتون
- 1 ½ كغ من لحم الغنم مع العظم، مقطع إلى قطع متوسطة الحجم
- حبتان متوسطتا الحجم أو 300 غ من البصل المفروم
- ½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون
- ملعقة صغيرة من الفلفل الحريف
- ملعقة صغيرة من الكركم المطحون
- ملعقتا طعام من الصلصة
- 5 أكواب أو 1250 مل من الماء
- مكعبان من مرقة الدجاج
- 3 حبات من الجزر مقشرة ومقطعة إلى مكعبات كبيرة
- حبتان متوسطتا الحجم من البطاطا مقشرتان ومقطعتان إلى مكعبات كبيرة
- كوب من الحمص المعلب
- 3 حبات متوسطة الحجم من الكوسة مقطعة إلى مكعبات كبيرة

طريقة التحضير :

-يسخن الزيت في قدر كبيرة، يحمر اللحم بشكل خفيف ثم يضاف إليه البصل وتطهى المكونات حتى يذبل البصل.
-يتبل المزيج وتسكب فوقه الصلصة ويطهى لمدة دقيقتين إضافيتين.
-يسكب الماء فوق المزيج ويضاف إليه مكعبا مرقة الدجاج. يغطى ويترك على نار هادئة لمدة ساعة كاملة أو حتى ينضج اللحم.
- يضاف الجزر مع البطاطا ويترك المزيج على نار هادئة لمدة 10 دقائق إضافية. ثم يضاف الحمص مع الكوسة ويطهى المزيج لمدة 6 دقائق إضافية.
- يقدم مع الكوسكوس الساخن.

السلطات

سلطة الجرجير الخاصة لحرق الدهون

المقادير:

- 3 شدات جرجير
- حبتا طماطم جامدتان
- جبن حلوم مبشور
- زيتون أسود مقطع

الصلصة:

- 3 ملاعق كبيرة دبس الرمان
- 3 ملاعق كبيرة زيت زيتون
- ملعقة زعتر
- 1/2 ملعقة عصير ليمون

طريقة التحضير :

- يقطع كل من الجرجير حجم كبير والطماطم مكعبات ويخلط مع الجبن والزيتون.
- تخلط مقادير الصلصة وتصب على السلطة وقت التقديم.

الحلويات

جاتوه الجبنة الباردة مع الليمون

المقادير:

- 100 غ من الزبدة
- ربع كوب من السكر
- 100غ من بسكويت دايجستيف مطحون ناعما.

الحشوة:

- علبة (300 غ)من الجبنة القشدية الطرية الكاملة الدسم
- 3 بيضات مفصولة
- نصف كوب من السكر
- برش ليمونة واحدة
- رشة فانيلا
- كوب من القشدة المخفوقة
- ملعقة طعام ونصف ملعقة من الجيلاتين
- 7 ملاعق طعام من الماء
- صلصة الليمون للزينة.

طريقة التحضير :

- تذوب الزبدة مع السكر في قدر فوق نار خفيفة، ثم يضاف إليها فتات البسكويت.
- يسكب المزيج بالتساوي في قالب خاص بجاتوه الجبنة قطره 22 إلى 24 سم. يحفظ الجاتوه في الثلاجة أثناء إعداد الحشوة.
- توضع الجبنة القشدية في وعاء كبير وتخفق مع صفار البيض، وربع كوب من السكر، وبرش الليمون والفانيلا والقشدة.
- يذوب الجيلاتين بطريقة البان ماري فوق قدر من الماء الساخن حتى يذوب تماما.
- يضاف الجيلاتين إلى مزيج الجبنة ويوضع المزيج جانبا حتى يبدأ بالجمود.
- يخفق بياض البيض ثم يضاف إليه ربع كوب من السكر.
- يضاف هذا المزيج إلى خليط الجبنة، ثم يسكب المزيج في قالب الجاتوه.
- يحفظ القالب في الثلاجة لمدة 3 إلى 4 ساعات أو حتى تجمد الحشوة.
- تفك حواف قالب جاتوه الجبنة بعناية وينقل إلى صينية. يزين بصلصة الليمون ويقدم.

صلصة الليمون:
- كوب وربع الكوب من السكر
- ثلث كوب وملعقة طعام من دقيق الذرة
- كوب ونصف الكوب من الماء
- صفار 3 بيضات مخفوقة قليلاً
- 3 ملاعق طعام من الزبدة
- ملعقتان صغيرتان من برش الليمون
- نصف كوب من عصير الليمون
- قطرتان من ملون الطعام الأصفر حسب الرغبة.

الطريقة:
- يخلط السكر مع دقيق الذرة في قدر،يضاف إليهما الماء تدريجيا.
- يطهى الخليط فوق نار متوسطة مع التحريك باستمرار إلى أن يتكاثف ويغلي.
- يترك المزيج ليغلي مدة دقيقة كاملة.
- تسكب نصف كمية المزيج الساخن فوق صفار البيض ويوضع الخليط فوق النار حتى يغلي لمدة دقيقة كاملة.
- ترفع القدر عن النار وتضاف إليها الزبدة مع قشر الليمون وعصير الليمون وملون الطعام الأصفر.
- تترك القدر جانباً حتى يبرد محتواها، وإذا أصبح محتواها جامداً جداً، يمكن إضافة القليل من الماء إليه لجعله قابلاً للبسط.
- تسكب هذه الصلصة فوق جاتوه الجبنة الباردة.

المقبلات

بطاطا حارة من المطبخ اللبناني

المقادير:

كيلوغرام بطاطا مقشر ومقطع الى مكعبات صغيرة
1/2 باقة كزبرة مفرومة
رأس ثوم مفروم
فلفل أخضر حار
3 ملاعق كبيرة زيت نباتي لقلي الثوم والكزبرة
ملعقتان كبيرتان لعصير ليمون حامض
نصف ليتر من زيت نباتي لقلي البطاطا

طريقة التحضير :

تُقلى مكعبات البطاطا في الزيت وتوضع جانبا لتُصفى من الزيت.
انقلي الثوم بعد تقشيره وهرسه مع الحار والكزبرة في ثلاث ملاعق من الزيت النباتي.
تخلط مكعبات البطاطا مع الثوم والكزبرة والحار المقلي. يعصر الليمون وتقدم متوسطة البرودة او حسب الرغبة.