فتة اللحم بالثوم والخل

المقادير:
كوبا أرز مصري
3 ملاعق كبيرة زيت او سمن
3 أكواب ماء
ملعقة صغيرة ملح
الطبقة السفلية:
رغيفان من خبز عربي، مقطع مربعات

خليط اللحم:
4 ملاعق كبيرة زيت (يستعمل على مرحلتين)
حبة كبيرة بصل، شرائح
كيلو لحم بقر او غنم، مقطع
ملعقتان صغيرتان من الملح
4 – 6 حبات فلفل اسود صحيح
عودا قرفة، دارسين
4 – 6 حبات هيل، صحيح
2 – 3 أوراق غار (لوري)

صلصة الثوم:
ملعقتان كبيرتان من السمن او الزيت
10 – 12 فصاً كبيراً من الثوم المهروس
4/3 كوب خل ابيض
4/1 ملعقة صغيرة ملح

الطريقة
اغسلي الأرز، انقعيه في ماء دافئ 20 – 25 دقيقة.
سلق الأرز : ضعي الزيت قدر متوسط الحجم، سخني على نار متوسطة، صفي الأرز من ماء النقع. اضيفي الأرز الى الزيت، قلبي على نار قوية باستعمال ملعقة خشبية 2 – 3 دقائق الى ان يصبح الأرز جافا وتتغطى حباته بالزيت جيدا.
اضيفي الماء والملح، دعي الأرز يغلي، قلبيه مرة واحدة، غطي القدر، خففي النار واتركي الأرز 20 دقيقة الى ان ينضج. احتفظي به ساخنا.
تحميص الخبز : طريقة التحميص بالفرن،، سخني الفرن لدرجة حرارة 400 ف، ضعي الخبز في صينية واسعة، ادخليه الى الفرن 12 – 15 دقيقة الى ان يتحمص ويكتسب لوناً ذهبيا، مع التقليب من وقت لآخر لتتأكدي من توزيع اللون بالتساوي. اتركيه جانبا ليبرد. طريقة القلي: سخني زيت الذرة في مقلاة عميقة، اسقطي قطع الخبز لبضع دقائق الى ان تكتسب لونا ذهبيا، اتركيها على ورق نشاف للتخلص من الزيت الفائض. (يمكنك تجهيز الخبز مسبقا وحفظه بالثلاجة عدة ايام).
سلق اللحم : ضعي ملعقتين كبيرتين من الزيت في قدر متوسط الحجم، سخني على نار متوسطة، اضيفي البصل واللحم، قلبي الى ان يذبل البصل ويكتسب اللحم لونا ذهبيا.
اضيفي 6 – 7 أكواب من الماء، اضيفي الملح والفلفل الأسود، دعي القدر على نار قوية الى ان يغلي، اتركي اللحم من دون تغطية يغلي لبضع دقائق الى تتكون طبقة الريم على سطحه. انزعي الريم وتخلصي منه.
اضيفي القرفة، الهيل، ورق الغار، ضعي الغطاء على القدر واتركيه على نار متوسطة 35 – 40 دقيقة الى ان ينضج اللحم. (يمكنك سلق اللحم مسبقا وحفظه في الثلاجة لحين اللزوم).
اخرجي قطع اللحم، اتركيها جانبا. صفي المرق، تخلصي من البهارات، اعيدي المرق الى القدر، احتفظي به ساخنا جدا.
تحمير اللحم : ضعي ملعقتين كبيرتين من الزيت في مقلاة واسعة، سخني على نار متوسطة، اضيفي قطع اللحم، قلبي اللحم على كافة الجوانب الى ان يكتسب لونا ذهبيا خفيفا (هذه الخطوة تكسب اللحم طعما ولونا شهيا، ولكن بالطبع يمكنك الاستغناء عن هذه الخطوة وتقديم اللحم مسلوق فقط للتخفيف من الدهون).
صلصة الثوم: في مقلاة او قدر صغير الحجم، ضعي ملعقتين كبيرتين من الزيت او السمن، اضيفي الثوم، ضعي المقلاة على نار متوسطة مع التقليب باستمرار الى ان يصبح الثوم ذهبيا غامقا، اضيفي الخل (انتبهي حين تضيفين الخل حيث يسبب فوران الثوم) اضيفي الملح، قلبي الى ان يتوزع الثوم مع الخل، اتركيه على نار هادئة لحوالي 5 دقائق الى ان تتسبك الصلصة.
تجهيز الفتة: احضري طبقا عميقا مناسبا للتقديم على السفرة، ضعي الخبز المقطع في قاع الطبق.
صبي المرق الساخن جدا فوق الخبز بحيث يغطيه تماما، اتركيه جانبا لبضع دقائق الى ان يتشرب الخبز بالمرق.
وزعي بعض صلصة الثوم فوق الخبز، ليكتسب طعما لذيذا.
قلبي الأرز المسلوق بالشوكة، وزعيه فوق الخبز.
ضعي قطع اللحم المحمر فوق سطح الأرز، وزعي بقية صلصة الثوم فوق اللحم والأرز. قدميه ساخنا.

سمك بصلصة حمراء

المقادير:
سمك بصلصة حمراء
كيلو سمك مقطع حلقات سميكة
الصلصة الحمراء
بصل محمر
ملعقة صغيرة ثوم مفروم
ملعقة صغيرة لومي مطحون
ملعقة صغيرة قرنفل مطحون
ملعقة كبيرة دبس (تمر أو رمان)
ملعقة كبيرة من الزيت
2/1 كوب قطع طماطم
ملح وفلفل
سمك بصلصة صفراء
كيلو سمك متوسط الحجم
كوب حليب جوز الهند
ملعقة كبيرة حبهان مطحون
ملعقة صغيرة كزبرة مطحونة
ملعقة صغيرة كمون مطحون
ملعقة صغيرة كركم مطحون
ملعقة كبيرة زيت
ملح وفلفل
2/1 ملعقة صغيرة جوزة الطيب

الطريقة:
سمك بصلصة حمراء
يُغسل السمك ويُجفف ويُترك جانباً.
يُخلط البصل مع الثوم واللومي، القرنفل، الدبس، الزيت، قطع الطماطم ويُقلب.
يُتبل الخليط بالملح والفلفل وتُوضع قطع السمك في التتبيلة لمدة 2/1 ساعة.
في مقلاة على نار متوسطة يُصب خليط السمك والتتبيلة في المقلاة ويُغطى ويُترك حتى تمام النضج.
سمك بالصلصة الصفراء:
يُنظف السمك ويُغسل السمك ويُتم عمل فتحات بواسطة سكين حاد في ظهر السمك.
يُخلط حليب جوز الهند مع الحبهان، الكزبرة، الكمون، الكركم، الزيت، يُتبل الخليط بالملح والفلفل وجوزة الطيب.
يُوضع السمك في التتبيلة ويُترك لمدة 2/1 ساعة.
في مقلاة على نار متوسطة يُوضع جزء من الصلصة ثم يُوضع السمك وبقية التتبيلة.
يُترك حتى يبدأ في الغليان ثم يُغطى ويُترك حتى تمام النضج.
يُقدم السمك بالصلصة الحمراء والسمك بالصلصة الصفراء وهو ساخن مع أرز أو خبز.

سلطة يونانية

المقادير:
4 حبات طماطم متوسطة
حبتا خيار
حبة فلفل أخضر
بصلة متوسطة
125 غم جبنة ملح خفيف
2/1 كوب زيتون أسود منزوع البذر
ملعقتان كبيرتان زيت زيتون
ملعقة كبيرة عصير ليمون
ملح وفلفل
الطريقة:
تقطع الطماطم الى قطع بالطول، ويقطع الخيار الى شرائح.
يقطع البصل الى شرائح والفلفل الاخضر الى مربعات. تقطع الجبنة الى مكعبات صغيرة يمزج الخيار، الطماطم البصل والفلفل الاخضر، في وعاء و يحدق بالملح والفلفل وعصير الليمون و ملعقة زيت الزيتون. تضاف الجبنة او الزيتون الاسود فوقها وتضاف الملعقة المتبقية من زيت الزيتون.

صيادية بالزعفران

المقادير:
كوبا أرز بنجابي
1 4/1 ملعقة صغيرة زعفران
4/1 كوب ماء ساخن
كيلو فيليه سمك
2 – 4 ملاعق كبيرة عصير ليمون طازج
حبة كبيرة بصل ، مقطعة إلى شرائح
2 – 3 قطع ورق غار (لوري)
ملعقتان صغيرتان ملح
2/1 ملعقة صغيرة كركم
4/1 ملعقة صغيرة فلفل اسود
زيت ذرة – مكسرات مقلية

الطريقة:
اغسلي الأرز وانقعيه في ماء دافئ 20 – 25 دقيقة.
ضعي الزعفران في كوب صغير، اضيفي اليه الماء الساخن، اتركيه جانبا ليتحلل.
اغسلي قطع السمك. وزعي عليه عصير الليمون، اتركيه جانبا لحوالي 10 دقائق.
احضري مقلاة واسعة ، ضعي فيها حوالي 1 سم من زيت الذرة. سخني على نار قوية.
ضعي بعض الدقيق في طبق واسع. خذي قطعة من فيليه السمك، ضعيها في الدقيق الى ان تتغطى بطبقة خفيفة من كافة الجوانب، اسقطيها في الزيت الساخن جدا، اتركي الفيليه 2 – 3 دقائق الى ان يصبح ذهبي اللون، اقلبي على الجانب الآخر واتركيه لبضع دقائق الى ان يصبح ايضا ذهبي اللون.
اخرجي السمك، اتركيه جانبا.
جهزي المرق، في قدر متوسط الحجم ضعي الزعفران، ورق الغار، الملح، الكركم والفلفل الأسود، اضيفي 3 أكواب من الماء، دعي القدر على النار الى ان يغلي، احتفظي به ساخنا.
أحضري قدرا متوسط الحجم، سخني فيه 2 – 3 ملاعق كبيرة من الزيت، اضيفي البصل وقلبي الى ان يصبح ذهبي اللون.
رتبي قطع السمك المقلي فوق البصل.
صفي الأرز من ماء النقع ، ضعيه فوق السمك.
اضيفي المرق فوق الأرز.
اتركي القدر على نار متوسطة الى ان يغلي.
خففي النار، غطي القدر واتركيه 25 – 30 دقيقة الى ان ينضج الأرز.
ضعي الصيادية في طبق التقديم، وزعي المكسرات المقلية.

كعكة جوز الهند والموز

المقادير:
125 غراما من الزبدة.
كوب سكر ناعم.
4 بيضات.
كوبا موز مهروس.
كوب جوز مقطع.
كوبا طحين (دقيق) منخول.
كوب حليب جوز الهند.
ملعقة صغيرة قرفة.
كوب عصير برتقال.
125 غراما من كريمة جبنة (مخفقة).
30 غراما زبدة.
ملعقة كبيرة عسل.
كوبا سكر بودرة (منخول).

الطريقة:
تخفق الزبدة مع السكر للحصول على مزيج خفيف يشبه الكريمة.
يضاف البيض تدريجيا (واحدة تلو الأخرى) مع الاستمرار في الخفق.
يقلب الموز والجوز مع المزيج.
يضاف الطحين وحليب جوز الهند والقرفة وعصير البرتقال وتخفق جميعها بشدة.
يوضع المزيج بملعقة في صينية كعك مستديرة قطرها 25 سم مدهونة بالزبدة، ثم توضع الصينية في فرن حرارته 180 درجة مئوية لمدة ساعة إلى ساعة وربع الساعة.
بعد إخراج الكعكة من الفرن وأثناء تبريدها، تخفق كريمة الجبنة مع الزبدة والعسل حتى يتكون مزيج لين.
يضاف سكر البودرة تدريجياً مع الخفق المستمر.
عندما تبرد الكعكة تضاف إليها كريمة العسل وتقدم.