

الطويات

جاتو مثلثات الفانيليا



– 1/2 ملعقة صغيرة فانيليا
– 1 1/2 كوب دقيق
– 1 ملعقة كبيرة بكنج بودر
– زبد+ دقيق (لدن الصينية)

المقادير:

الكيك الأبيض:
– 5 بيضات
– 3/4 كوب سكر

طريقة التحضير :

– يُسخن الفرن على حرارة 180 درجة مئوية.
– تدهن صينية فرن مستطيلة بنفس مقاس الصينية السابقة، ثم ترش بالدقيق (مع التخلص من الزائد).
– يُخفق البيض مع السكر والزبد بواسطة (مضرب كهربائي) على سرعة متوسطة ليضع دقائق حتى يصبح هوائياً ويتضاعف حجمه.
– يُنخل الدقيق مع البكنج بودر والكافا.
– يُضاف خليط الدقيق لخليط البيض المخفوق تدريجياً، مع التقليب بخفة (باستخدام ملعقة خشبية) في اتجاه واحد حتى تتجانس المكونات.
– يُصب عجينة الكيك في الصينية المعدة، تُخبز في الفرن لحوالي 35 دقيقة.

– يُسخن الفرن على حرارة 180 درجة مئوية.
– تدهن صينية فرن مستطيلة بقليل من الزبد، ثم ترش بقليل من الدقيق مع التخلص من الدقيق الزائد.
– يُخفق البيض جيداً في العجان الكهربائي (باستخدام مضرب السلك).
– يُضاف السكر والفانيليا ويُخفق الخليط جيداً على سرعة عالية لمدة 8 دقائق (حتى يصبح هوائياً).
– يُنخل الدقيق مع البكنج بودر (بحيث تدخل كمية من الهواء).
– يُضاف خليط الدقيق تدريجياً إلى خليط البيض مع الاستمرار في الخفق على سرعة بطيئة حتى تتجانس المكونات.
– يُصب عجينة الكيك في الصينية، وتوضع في الرف الأوسط للفرن لحوالي 35 دقيقة. لكيك الشكولاتة:

المقبلات

طبق الفول المدمس



المقادير:

طماطم
ملح، فلفل، كمون
ليمون
رمان وثوم بحسب الرغبة

علبه فول بالزيت
طحينة
بقونس
بصل

طريقة التحضير :

البصل المفروم، البقدونس، الطماطم والرمان.
نضيف الثوم بحسب الرغبة.
يقدم طبق الفول مدمساً إلى جانب البصل، الخيار المخلل، الطماطم والزيتون بشكل عام، بإمكانكم تقديمه مع خضراوات أخرى إذا شئتم.

نضع الفول في طنجرة صغيرة.
نضيف الزيت، الملح، الفلفل، الكمون والطحينة على الفول ونحركه، ثم نضيف الليمون.
نفرم البصل، البقدونس والطماطم ونضعهم في طبق.
نسكب الفول في وعاء ونضيف إليه

أشهر الأطباق الفلسطينية : مقلوبه اللحم والبادنجان

المقادير:

– تكفي 5 أشخاص:
1 1/2 كيلو بادنجان مستدير.
1/2 كيلو لحم الضان (موزات).
أوقية لحم مفروم.
4 أكواب ماء.
ورقتا غار.
عودا قرفة
4 حبات هيل
ملعقة طعام ملح
1/2 كوب صنوبر
1 1/2 كوب أرز
1/4 كوب من السمن أو الزيت النباتي لتحمير الصنوبر
1/2 ملعقة صغيرة بهار
1/2 ملعقة صغيرة قرفة
1/2 ملعقة صغيرة عصفر (الزعفران)
2 1/2 كوب زيت نباتي لقلي البادنجان



طريقة التحضير :

يضاف الأرز فوق البادنجان ، ويضاف مرق اللحم الساخن إلى الأرز تدريجياً حتى لا يتغير ترتيب الأرز والبادنجان. توضع الطنجرة على نار خفيفة مدة 40 دقيقة. يقلب اللحم المفروم بالزيت المتبقي من قلي الصنوبر، حتى يتحمر قليلاً. تقلب الطنجرة على صينية أو طبق أكبر من حجم الطنجرة، وترفع بانتباه حتى لا يتغير ترتيب المقلوبه. ينثر اللحم المفروم والصنوبر على سطح طبق المقلوبه ويقدم الطبق ساخناً مع اللبن والسلطة.

اللحم، ويضاف إليه الملح والتوابل وورق الغار وحب الهيل وتُغطى الطنجرة. يترك اللحم على نار خفيفة مدة 40 دقيقة. يُغلى الأرز ويغسل بالماء عدة مرات ويُصفى: يُصفى مرق اللحم وتوضع قطع اللحم جانباً. يوضع اللحم في قعر الطنجرة وترتب قطع البادنجان المقلي فوق اللحم وعلى جوانب الطنجرة.

يقشّر البادنجان ويقطّع بالطول إلى شرائح، سمك الواحدة حوالي سنتيمتر. يوضع الزيت في مقلاة على نار متوسطة الحرارة حتى يسخن. تقلب قطع البادنجان في الزيت، ثم تُصفى على قطعة من ورق المطبخ لامتصاص الزيت. يغسل اللحم ويوضع في طنجرة على النار، وتضاف إليه الماء. تزال الزفرة أو الزبد كلما ظهرت على سطح مرق

الدجاج المحشي بالأرز والبهارات

المقادير:

– دجاجة واحدة وزنها 1.5 كيلوغرام تقريباً
– ملح وبهار أسود
– ربع كوب زبدة
– نصف كوب ماء أو مرق دجاج
– حشوة (الأرز):
– نصف كوب أرز
– بصلة صغيرة مفرومة ناعماً
– ربع كوب صنوبر أو لوز مقشر
– ربع كوب جوز مفروم (اختياري)
– ربع كوب زبيب
– بهارات متنوعة
– كوب ماء
– ملح وبهار أسود



طريقة التحضير :

الدجاجة وتخزن في فرن حرارته 350 درجة فهرنهايت لمدة ساعتين أو ساعتين ونصف الساعة، مع ضرورة تبليلها بين الحين والآخر بالعصارات الموجودة في الصينية. تقطع الدجاجة إلى قطع وتقدم مع الحشوة.

– تحشى الدجاجة بحشوة الأرز ثم تضغط بالإبرة والخيط ويربط الفخذان معاً تفرك الدجاجة المحشوة بالملح والبهار. – تذوّب الزبدة وتوضع الدجاجة في الصينية وتفرك بهذه الزبدة. – يضاف الماء أو المرقعة إلى

الماء والملح والبهار. – يترك المزيج جيداً ويغطى ويترك على نار خفيفة لمدة 10 دقائق تقريباً حتى يمتص كل الماء، ترفع القدر عن النار وتترك لتبرد. – تنظف الدجاجة وتمسح بالمحارم الورقية.

– يغسل الأرز ويصفى وتحمي الزبدة في قدر ويقلب فيها البصل ليصبح شفافاً يضاف الصنوبر أو اللوز والجوز والأرز ويقلب الكل لمدة 5 دقائق، مع التحريك المستمر. – يضاف الزبيب والبهارات

السلطات

سلاطة الخس بالفاصولياء الحمراء

المقادير:

– علبه ذرة
4 ملاعق مايونيز
4 ملاعق خل أبيض
– قليل من الملح وقليل من السكر

– نصف ربطة خس
– علبه فاصولياء حمراء

طريقة التحضير :

– اخلطي عصير البرتقال والملح والبهار، ثم اسكبي الصلصة على البرتقال ورشي الصنوبر، قدي الطبق باردا.

– قشري البصلة وقطعيها إلى شرائح دائرية رفيعة، قشري البرتقال واحتفظي بعصيره. – قطعي الفاكهة إلى شرائح ورتبها في طبق أجوف أو أطباق فردية، زينها بشرائح البصل الدائرية والزيتون.

