

الأرز الإيطالي بالمأكولات البحرية



المقادير:

250 غراما كالاماري - صبيط،
مقطع حلقات
400 غرام جمبري، متوسط مقشر
200 غرام سمك فيليه، مقطع قطع
متوسطة
2 كوب أرز
1 حبة بصل، متوسطة مفرومة
1 مكعب مرقة خضار، مذاب في 3
أكواب ماء
1/2 كوب جينة يارميزان،
ميشورة
1/4 ملعقة كبيرة زيت نباتي
1/2 كوب كريمة لباني
لؤلؤ ابيض
ملح

الطريقة:

تسخن ملعقتان كبيرتان زيت في إناء
على نار متوسطة. يضاف البصل ويقلى
حتى يلين. يضاف الأرز ويقلب لمدة دقيقتين.
تضاف المرقة وتطهى لمدة 15 دقيقة أو
حتى تمتص المرقة تماما مع التقليب من
حين لآخر.
في الوقت نفسه يسخن باقي الزيت
في طاسة.
يضاف الجمبري والكالاماري
والسمك ويقلب لمدة 5-7 دقائق.
تضاف المأكولات البحرية
إلى الأرز وتقلب جيدا.
تغطى وتترك لمدة 7-10
دقائق، يرفع عن النار
وتضاف الكريمة اللباني
والجبن.
تقلب جميع المكونات
حتى يذوب الجبن داخل
الأرز.

الأرز بالفستق..

المقادير:

كوب أرز بنجابي.
4 ملاعق كبيرة سمن أو زيت.
حبة كبيرة بصل، مفروم ناعم
فصان متوسطان من ثوم، مفروم.
نصف ملعقة صغيرة هيل، مطحون.
2 - 3 ورقات لوري (غار).
2/3 كوب فستق حلبي، مقشر.
1 1/2 ملعقة صغيرة ملح.
3 1/4 أكواب مرق دجاج أو ماء.

الطريقة:

الغسل الأرز بإلءاء عدة مرات. اتلعيه في ماء دافئ مملح
لحوالي 15 دقيقة، اتركه جانباً.
سخني السمن أو الزيت في قدر متوسط الحجم. أضيفي

البصل، الثوم، الهيل، ورق الغار و الفستق، قلبي على نار
متوسطة إلى أن يذبل البصل وتتصاعد رائحة الهيل، (لا
تدعي لون البصل يتغير).
أخذي بضع حبات الفستق، احتفظي بها جانباً لتزيين
الأرز عند التقديم.
صفي الأرز من ماء النقع، أضيفيه إلى القدر. أضيفي
الملح، قلبي يهدوء على نار قوية 1 - 2 دقيقة إلى أن
يتوزع الأرز مع بقية المكونات ويكتسب نكهة طيبة.
أضيفي المرق أو الماء، دعيه على نار قوية إلى أن يغلي.
قلبي مرة واحدة لتوزيع المكونات مع بعضها
خففي النار، غطي القدر واتركيه ليطلهى بهدوء 20
دقيقة إلى أن ينضج.
باستعمال شوكة كبيرة حركي الأرز بخفة لكي يتوزع
الفستق جيداً وتتناثر حبات الأرز، اعيدي الغطاء بسرعة،
واتركيه لحوالي 5 دقائق لكي يتم امتصاص البخار
تماماً.
ضعيه في طبق التقديم، انثري على سطحه بعض
حبات الفستق وأقدميه ساخناً.

اسكالوب بتلو بصوص الثوم

المقادير:

8 شرائح لحم، اسكالوب بتلو
1 ملعقة كبيرة زيت ذرة
1/4 كوب بقدونس، مفروم
1/4 كوب عصير ليمون
2 ملعقة صغيرة ثوم مدقوق
ملح وفلفل
2 ملعقة كبيرة زبدة

الطريقة:

1 - تدق شرائح اللحم بيد الهمون.
يسخن ملعقة زبد في طاسة كبيرة.
تضاف قطع اللحم وتحمر على الجانبين.
ترفع عن الطاسة وتوضع في صينية
للفرن.
2 - في نفس الطاسة، تضاف كمية
الزبدة المتبقية. يضاف الثوم والبقدونس
ويقلب لمدة 30 ثانية. يسكب الثوم
والبقدونس مع الزبد فوق اللحم في
الصينية.
3 - توضع الصينية على نار متوسطة
ويضاف عصير الليمون بالتدريج ثم
يضاف الملح والفلفل.
4 - مع بداية الغليان يضاف 2/1
كوب ماء ساخن. يغلي الإناء وتنخفض
النار قليلاً وتترك 5 دقائق حتى ينضج
اللحم. تقدم مع بطاطس محمرة أو أرز.

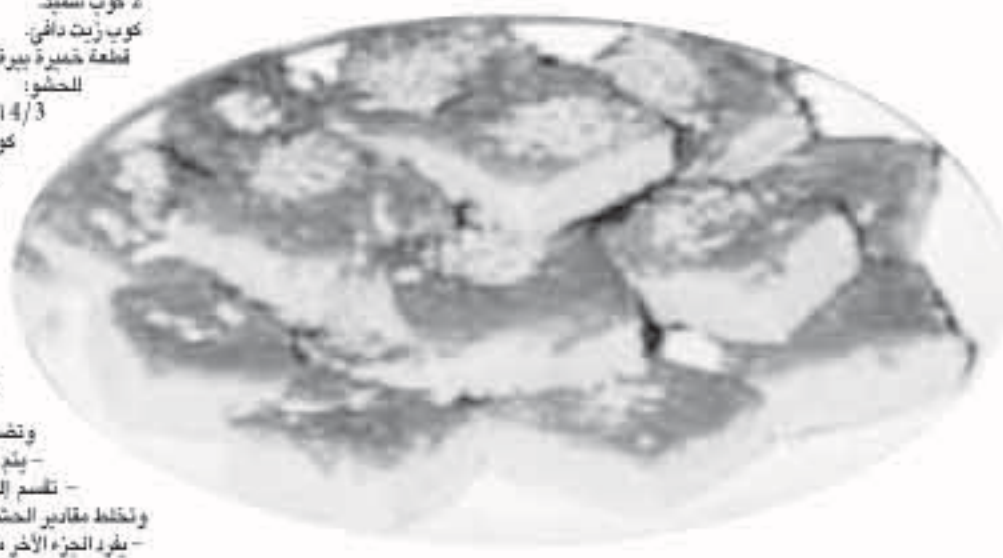
حجازية بالقرفة

المقادير:

2 كوب دقيق.
2 كوب سميد.
كوب زيت دافئ.
قلعة خميرة بيوة أو خميرة بيوة غورية،
للخشو:
4/3 أكواب سميد.
كوب سكر.
2 ملعقة كبيرة
قرفة.
لبن للعجن.

الطريقة:

- يخلط دقيق السميد مع الدقيق
ويضاف الزيت الدافئ ويحرك جيداً.
- تضاف الخميرة إلى نصف كوب لبن
وتضاف إلى الخليط السابق.
- يتم عجنتها بالبن حتى تسير قابلة للفرغ.
- تقسم إلى جزئين، يفرغ الجزء الأول في صينية
وتخلط مقادير الخشو بملعقتين من الماء وتفرغ في الوسط.
- يفرغ الجزء الآخر من العجينة فوق الخشو ثم تسوى في الفرن.



بسكويت بجوز الهند



المقادير

125 غراماً من جوز الهند.
ربع شحان من السكر.
صفار بيضتين كبيرتين.
بياض بيضة كبيرة.

الطريقة

- أخلطي صفار البيض والسكر حتى يصبح المزيج
شديداً، ثم أضيفي جوز الهند.
- أخلقي بياض البيض جيداً ثم أضيفي إليه جوز
الهند.
- ضبي ملاعق صغيرة من المزيج في صواني فرن
مدفونة.
- أضيفي الصواني في فرن يطيء حوالي 15
دقيقة، ثم خففي درجة الحرارة وأغلقيها ببطيئة جداً
والخبري الصواني مدة 30 دقيقة أخرى حتى تسير قطع
البسكويت.

حلقات البصل المقرمشة



المقادير:

2 بصل أصفر كبير مقطع حلقات.
ماء مملح.
2 كوب دقيق جميع الاستعمالات.
1 ملعقة طعام ملح خشن.
1 ملعقة طعام قفل أسود.
1 ملعقة طعام بايريك.
1 ملعقة شاي كاين (قفل بودرة حريف).
2-3 أكواب حليب الزبدة.
زيت نباتي للقلي.

الطريقة:

القلعي البصل في الماء للتحج مدة ساعة ثم جففيه.
انخلي الدقيق مع الفوايل في وعاء بلاستيكي.
ضعي حليب الزبدة في وعاء آخر.
الغسي حلقات البصل في حليب الزبدة ثم في خليط
الدقيق بعود خشبي.
الغسيه مرة أخرى في حليب الزبدة ثم في الدقيق.
جفري حلقات البصل في الزيت مدة 3-4 دقائق ثم
بالعود الخشبي شعبه على الوعاء لتجفيفه من الزيت

شوربة الخضار المغربية



المقادير:

250 غراماً قلعة صغيرة لحم.
2 جزر.
2 فلفل.
2 بطاطس.
2 ساق الكرفس.
3 طماطم.
1 بصل.
بالة بقدونس.
1/2 كوب شعيرة.
1 ملعقة كبيرة زيت.
1/2 ملعقة لؤلؤ أسود.
1 ملعقة ملح.
1 ملعقة كركم.

الطريقة:

تقشر الخضار وتقطعها قطعاً صغيرة إلا الطماطم
في شجرة تضع اللحم والخضر والبقدونس والبصل
والزيت والملح والفلفل الأسود والكركم ثم تضيف 2 لتر ماء
وتترك النمل يطهي.
ثم تضيف عصير الطماطم وترك النمل ينضج مدة 45
دقيقة. ثم تضيف الشعيرة وعندما تنضج تقدم ساخنة.