لحم بتلو محشو بالخضار

المقادير:

8 شرائح لحم بتلو
حبة جزر كبيرة مبشورة
حبة فلفل اخضر متوسط
5 ملاعق كبيرة زيت ذرة
ملح وفلفل

الطريقة:

يقطع البصل والفلفل الأخضر إلى شرائط رفيعة بنفس شكل الجزر المبشور. تسخن ملعقة زيت في إناء أو طاسة. يضاف البصل والجزر والفلفل ويقلب لمدة 5 دقائق حتى يشرف على النضج. يترك جانبا ليبرد.

توضع شرائح اللحم بين طبقتين من الرول البلاسيك وتدق بمطرقة اللحم حتى تصبح رفيعة جد.

توضع معلقتان كبيرتان من خليط الخضروات في أحد أطراف شريحة اللحم ثم تلف وتغلق الأطراف والجوانب بخلة أسنان. ترص لفائف اللحم في صينية للفرن متوسطة الحجم. تكرر الخطوات مع باقي شرائح اللحم.

يضاف باقي الزيت إلى الصينية وتحمر لفائف اللحم على نار عالية حتى تصبح بنية اللون من جميع الجوانب. يضاف نصف كوب ماء وملح وفلفل. تخفض النار وتغطى الصينية وتترك لتنضج لمدة 20-25 دقيقة حتى ينضج اللحم.

مكرونة بالدجاج والموزاريلا

المقادير:

ربطة مكرونة
نصف دجاجة مسلوقة
كوبان من جبنة الموزاريلا
كوب بندورة مقشرة ومقطعة، ملعقة كبيرة رب البندورة
نصف كوب بصل مقطع جوانح
نصف كوب فلفل اخضر مقطعة شرائح
ملعقتان كبيرتان ثوم مدقوق
ملعقة كبيرة زعتر أخضر مطحون
ملعقة كبيرة سمنة
ملح، بهار حسب الرغبة
كوب من الماء

الطريقة:

تسلق المكرونة وتصفى جيدا.

نضع السمن في طنجرة على النار وعندما يذوب نضع البصل والثوم ونحركهما جيدا ثم نضيف الفلفل الاخضر ونحرك وعندما يتغير لونها نضيف شرائح الدجاج والبهار والزعتر الاخضر والملح ونحركها جميعا ثم نضيف البندورة ورب البندورة والماء ونتركها تغلي لمدة خمس دقائق وتشتد الصلصة قليلا.

نسكب نصف كمية المكرونة في صينية ستدخل الفرن ونسكب فوقها الصلصة بحيث نغطي سطحها كله.

نرش نصف كوب من الجبنة فوقها ثم نضع ما تبقى من المكرونة ونغطي سطحها بالجبنة ونرش قليلا من الزعتر الأخضر وندخلها إلى الفرن ونتركها حتى تذوب الجبنة ويحمر سطحها قليلا. تقدم المكرونة ساخنة وإلى جانبها السلطة الخضراء.

مندي الدجاج

المقادير:

كوبا ارز طويل الحبة
ملعقتان كبيرتان من الزيت أو السمن
حبة متوسطة بصل، مفروم ناعم
1/2 عود دارسين (قرفة)
6 - 8 حبات قرنفل، صحيح
6 - 8 حبات هيل، صحيح
1/2 - 1 ملعقة صغيرة ملح
حبتان متوسطتان من الطماطم، مقشرة، مفرومة
2 - 4 قرون فلفل اخضر حار (حسب الرغبة)
1/2 - 3 اكواب ماء او مرق

تتبيلة الدجاج:

كيلو دجاج، مقطع الى ثماني قطع
ملعقة صغيرة ملح
1/2 ملعقة صغيرة هيل، مطحون
ملعقة صغيرة بهارات مشكلة
1/2 ملعقة صغيرة قرفة (دارسين)، مطحونة
ملعقة صغيرة كركم
1/4 ملعقة صغيرة فلفل اسود، مطحون
1/2 ملعقة صغيرة لومي، مطحون
2 - 3 ملاعق كبيرة عصير ليمون
ملعقتان كبيرتان من الزيت او السمن

الطريقة:

اغسلي الارز جيدا، انقعيه في الماء الدافئ لحوالي 15 دقيقة.

سخني الفرن لدرجة حرارة 375 ف، ثبتي الرف الشبكي الأوسط، احضري طبق فرن متوسط الحجم، مقاس 1.5 ليتر تقريبا. احضري ورق المنيوم، اتركيه جانبا.

في قدر متوسط الحجم، سخني الزيت او السمن، اضيفي البصل، قلبي على نار متوسطة الى ان يصبح البصل ذهبي اللون.

ابعدي القدر عن النار، اضيفي اعواد الدارسين، القرنفل، الهيل، الملح والطماطم، قلبي لتتوزع المكونات مع بعضها.

صفي الأرز من ماء النقع، اضيفيه الى القدر، قلبي الى ان تتوزع المكونات جيدا.

ضعي الارز في طبق الفرن، قطعي قرون الفلفل طوليا، انزعي البذور، ضعي قرون الفلفل على سطح الارز، صبي المرق او الماء فوق الارز.

غطي الطبق بطبقة من ورق الألمنيوم، باستعمال طرف السكين اعملي 6 شقوق في ورق الألمنيوم، اتركي الطبق جانبا.

ضعي قطع الدجاج في وعاء، اضيفي الملح، الهيل، البهارات، القرفة، الكركم، الفلفل، اللومي، عصير الليمون والزيت، قلبي المكونات الى أن تتوزع على قطع الدجاج جيدا.

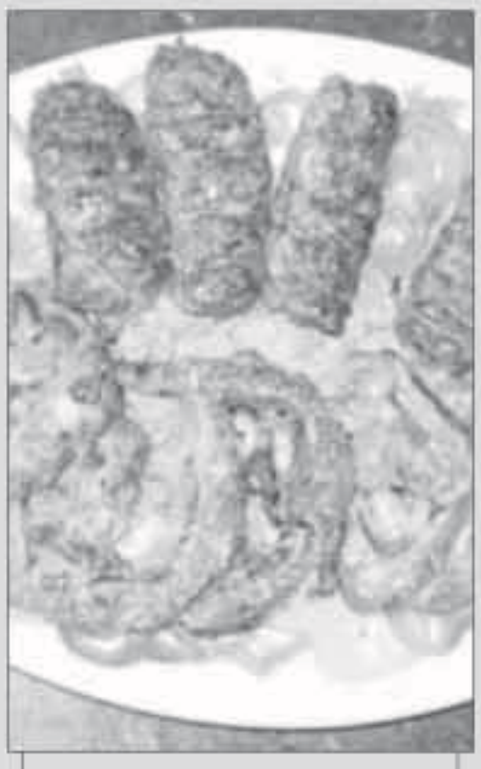
رصي قطع الدجاج المبهرة فوق طبقة الألمنيوم التي عملت فيها الشقوق سابقا.

خذي طبقتين من ورق الألمنيوم، ثم غطي الدجاج، مع احكام تغطية جوانب الطبق تماما، بحيث لا يكون هناك مجال لتصاعد البخار.

ادخلي الطبق الى الفرن لمدة 60 - 70 دقيقة، يمكنك بعد مرور حوالي 60 دقيقة اخراج الطبق من الفرن ورفع الألمنيوم عن جانب الطبق والكشف على الأرز والدجاج اذا كان قد نضج. اذا كان غير ناضج اعيدي الطبق الى الفرن لبضع دقائق اخرى.

ضعي قطع الدجاج جانبا، انزعي الألمنيوم من فوق الأرز، أعيدي ترتيب قطع الدجاج فوق الأرز وقدميه ساخنا.

كفته شامية



المقادير:

- كيلوغرام لحمة مفروم ناعم.
- ملح.
- فلفل أسود.
- بصلتان مفرومتان ناعم.
- ربع كوب بقدونس مفروم ناعم.
- ربع كيلوغرام فلفل أخضر (مقطع حلقات).
- جوزة الطيب (مطحونة).
- ربع كيلوغرام بندورة (مقطعة حلقات).

الطريقة:

- يضاف مقدار البصل المفروم والبقدونس المفروم الى مقدار اللحم المفروم، ويضاف الى الخليط السابق كمية التوابل (الملح والفلفل وجوزة الطيب).
- تخلط المكونات جميعا جيدا حتى تصبح عجينة متجانسة تماما.
- نبدأ في تقطيع العجينة على شكل اصابع متوسطة الحجم او على شكل دوائر.
- نرص أصابع الكفتة على الشبكة الحديدية لشواية الفحم.
- نرص فوق الكفتة حلقات الطماطم وحلقات الفلفل الرومي.
- نترك حتى تنضج ثم نرفع من الشواية ونقدم في وعاء التقديم المزين بالبقدونس.

مكرونة بالبروكلي وصوص جبنة الشيدر

المقادير:

للصوص:
1/4 كوب دقيق
كوبا لبن نصف دسم
1/4 كوب جبنة شيدر مقطعة شرائح

طريقة عمل الصوص:

ضعي الدقيق في إناء متوسط، صبي اللبن بالتدريج واخلطيهما جيداً بمضرب سلك.

ضعيهما على نار متوسطة الحرارة مع التقليب المستمر، حتى يصبح القوم سميكا (لمدة 8 دقائق تقريبا).

ارفعي الخليط من على النار، اضيفي الجبنة وقلبيها حتى تسيح.

المكرونة:

كيس مكرونة مقصوصة
1/4 كيلو بروكلي

الطريقة:

اطهي المكرونة في إناء به ماء مغلي ومملح.

في نفس الوقت، اطهي البروكلي على البخار في حمام ماء.

صفي المكرونة.

التقديم:

ضعي المكرونة والبروكلي في طبق التقديم، ثم ضعي عليهما صوص الجبنة الشيدر.

الدجاج بالزعفران

المقادير:

كغم ارز.
دجاجة حجم كيلو ونصف.
بصلة مقطعة.
ملعقتان كبيرتان سمن بلدي.
4 فصوص حبهان.
نصف ملعقة صغيرة فلفل.
قص مستكة.
ورقتا لورا
ملعقة كبيرة كركم.
غراما زعفران.
ملح.
مكسرات (لوز وزبيب وصنوبر محمر).

الطريقة:

تغسل الدجاجة وتقطع إلى أربع اجزاء وتسلق في ماء مغلي ويضاف عند السلق بصلة وقص حبهان وورقة لورا وبعد النضج يضاف الملح وترفع الدجاجة لتحمر في السمن مع إضافة التوابل من زعفران وملح وفلفل.

يغسل الأرز وينقع قليلا ويرفع في مصفاة.

يضاف الأرز إلى الإناء المحتوي على ماء سلق الدجاج ويضاف إليه الزعفران والملح والفلفل والحبهان وورقة لاورا ويترك تحت درجة حرارة متوسطة حتى ينضج.

يفرف الارز في سرفيس وتضع فوقه الدجاجة المحمرة ويتم عمل الديكور بالمكسرات المحمرة من لوز وصنوبر وزبيب وأوراق كزبرة وطماطم مشوية ويقدم ساخنا.