

كيف تتعامل ربة البيت مع السكاكين؟

حوادث المطبخ المفاجئة.. ما الحل؟



– يجب أن تحذري من إصابة أصابعك، فالداء التقطيع التي أصابعك إلى الأسفل وضعيها على سطح الشيء المراد تقطيعه، فمع وضع يدك على ذلك الشيء تكون أصابعك منتبئية بأمان إلى الأسفل، أحكمي قبضتك بقوة على الشيء الذي تقومين بتقطيعه.

– لا تحتفظي بالسكاكين مع الأدوات الأخرى في درج واحد، لأن هذا من شأنه أن يثلف شفراتها، والأكثر من ذلك أنها قد تنسبب في الإصابة بجروح خطيرة.

– لا تحاولي الإمساك بسكين تسقط على الأرض.. دعيها تسقط أولا ثم اسحبها.

– اغسلي السكاكين وجففها فورا بعد الاستخدام لوقياتها من الصدأ، ولا تفعيها في الماء ولا تضعيها في غسالة الأطباق، بل نظفيها يدويا.

أو قطع المعادن.

– بدلا من أن تضعي الطعام على كفك ضعيه على اللوح، ثم قومي بتقطيعه.

– اشترى سكينًا جيدة تكون لينة ومتناسقة، أما السكين الرديئة فتتلفني أو تنكسر بسهولة.

– اعرقي أن رأس السكين هو أدق جزء في هذه الأداة، فيصلح لأداء أعمال معينة والجزء الأوسط أكثر الأجزاء استخداما، فهو الذي يقوم بأغلب الأعمال، أما الثلث الخلفي من السكين، فهو خاص بالعمل الشاق كتقطيع الخضار.

– حافظي على حدة شفرة السكين لتتمكني من تقطيع الطعام بسهولة وأمان دون الضغط عليها.

معظم حوادث المطبخ تنتج عن التعامل الخاطئ مع السكاكين، خاصة أن ربة المنزل تستخدمها دائما، لهذا نقدم لك مجموعة من الإرشادات التي وضعها الخبراء لتفادي حوادث المطبخ وللحفاظ على جودة السكين في ذات الوقت وهي:

– لا تستخدمي السكين على مناضد المطبخ أو على الأسطح المعدنية الصلبة، لأنها تسبب انزلاقها وتعرضك لخطر الإصابة، واستخدمي لوح تقطيع.

– معظم الألواح البلاستيكية رخيصة الثمن، إلا أنها تساعد على سرعة فقدان السكين حدته، لذلك اختاري لوح تقطيع مناسباً، واغسلي الألواح الخشبية والبلاستيكية جيدا بعد الاستعمال.

– لا تستخدمي السكاكين في فتح العلب أو إزالة سدادات الفوارير والزجاجات

الإفطار

المقادير:

كوبان من الزيت النباتي للقلي
600 غ من البامية المنقجة المذوية
2 ملعقة طعام من زيت الزيتون
1 حبة متوسطة الحجم أو 125 غ من البصل، مفرومة
5 فصوص من الثوم مقطعة إلى شرائح
4 ملاعق طعام من الكزبرة المفرومة
حبثان متوسلتا الحجم أو 300 غ من الطماطم مقشرتان ومهروستان
2½ أكواب أو 625 مل من الماء
2 مكعبان من مرقة الخضار ماجي
2 ملعقة طعام من معجون الطماطم
½ ملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة
¼ ملعقة صغيرة من الفرفة المطحونة
¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض المطحون

طريقة التحضير

يُسخن الزيت في قدر كبيرة وتُقلي البامية إلى أن تصبح ذهبية قليلاً، تستخرج البامية من الزيت وتوضع جانباً في مصفاة. يُحشى الزيت في قدر متوسط ويُسوى البصل إلى أن يصبح

بامية مع الطماطم



طرياً ثم يُضاف إليه الثوم والكزبرة وتُحرك المكونات إلى أن تفوح منها رائحة زكية. تُضاف البامية المحضرة، الطماطم، الماء، مكعبات مرقة الخضار ماجي، معجون الطماطم، والتوابل.

طرياً ثم يُضاف إليه الثوم والكزبرة وتُحرك المكونات إلى أن تفوح منها رائحة زكية. تُضاف البامية المحضرة، الطماطم، الماء، مكعبات مرقة الخضار ماجي، معجون الطماطم، والتوابل.

السمبور

المقادير:

للعجينة: 3 أكواب أو 420 غ من الدقيق العادي،
1 ملعقة طعام من السكر، و ½ 1 ملعقة صغيرة من الملح، و 4 ملاعق طعام من الزيت النباتي، و 1 ملعقة طعام من مسحوق الخميرة المذوب في 4 ملاعق كبيرة من الماء الفاتر، و ¼ كوب أو 185 مل من الماء.

للحشوة: 2 ملاعق طعام من الزيت النباتي،
1 حبة صغيرة الحجم أو 100 غ من البصل مقطعة إلى مكعبات صغيرة، و 250 غ من الدجاج المفروم، و 1 حبة متوسطة الحجم أو 100 غ من الكوسا الصغيرة مقطعة إلى قطع صغيرة، و 1 حبة صغيرة الحجم أو 100 غ من الفليفلة الحلوة الخضراء مقطعة إلى قطع صغيرة، و 1 حبة أو 70 غ من الباذنجان الصغير مقطعة إلى قطع صغيرة، و 1 حبة متوسطة الحجم أو 150 غ من الطماطم مقشرة ومفرومة، و 1 ملعقة طعام من معجون الطماطم، و 2 مكعبان من مرقة الدجاج ماجي مفتتان، و 2 ملعقة طعام من الصنوبر المحمص، و ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون، و ½ ملعقة صغيرة من السبع بهارات.

سمبوسك بالدجاج والخضار

طريقة التحضير

يوضع الدقيق في وعاء عميق ويُضاف إليه السكر، الملح والزيت وتُمزج المكونات جيداً بواسطة أطراف الأصابع إلى أن تتحول إلى فتات.

– تُضاف الخميرة المذوية وتُمزج مع الخليط مع إضافة كميات قليلة من الماء تدريجياً إلى أن تتكون عجينة، ثم يُغطى الوعاء بواسطة قطعة مطبخ ويوضع جانباً لمدة 30 دقيقة.

– في هذه الأثناء، يُحشى الزيت في قدر ويُقلى البصل لمدة دقيقتين ثم يُضاف الدجاج المفروم ويُحرك إلى أن ينضج ثم تُضاف إليه الكوسا، الفليفلة والباذنجان.

– تُحرك المكونات على نار معتدلة لمدة 5 دقائق أو إلى أن يصبح الخضار طرياً.

– تُضاف الطماطم ومعجون الطماطم ومكعبا مرقة الدجاج ماجي المفتتان وتُحرك المكونات وتطهى لمدة 5 دقائق أو إلى أن يصبح الخضار مطهواً جيداً ويتبخر السائل.

يُضاف حب الصنوبر والبهارات ثم تُحرك المكونات وتُرفع عن النار.

– تُرقى العجينة على شكل عجينة رفيعة بسماكة 3 ملم ثم تقطع دوائر من العجينة بواسطة كوب متوسط الحجم أو آلة تقطيع العجينة.

– توضع ملعقة كبيرة من الحشوة في وسط كل قطعة وتُغلق الأطراف من خلال قلب الأطراف أو رصها بواسطة شوكة.

توضع فطائر السمبوسك المحشوة في صينية الفرن المدهونة بالزيت أو الزبدة المذوبة مع ترك مسافة 1 سم ما بينها وتوضع في مكان دافئ لمدة 30 دقيقة أو إلى أن ترتفع عجين السمبوسك المحشوة.

– تخبز فطائر السمبوسك في فرن محمى على حرارة 250 درجة مئوية لمدة 13 إلى 15 دقيقة أو إلى أن تصبح بنية ذهبية ثم تستخرج من الفرن وتقدم على الفور.



عقبلا

أصابع الموزاريلا البروست

المقادير:

½ كغ من جبنة الموزاريلا
3 من البيض مخفوقة بشكل خفيف
¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الحار
ملعقتا طعام من البقدونس الطازج المفروم فرماً ناعماً
رشة من جوز الطيب المسحوق
مغلغان من أسرار خلطة البروست ماجي
كوبان من الزيت النباتي للقلي

طريقة التحضير



تُقطع الجبنة إلى أصابع صغيرة الحجم، توضع على صينية مغطاة بورق نايلون لاصق، تُغطى أصابع الجبنة وتترك في الثلاجة لمدة 4 ساعات أو حتى تصبح جامدة.

– يُمزج البيض في وعاء مع الفلفل الحار والبقدونس وجوزة الطيب.

– تغمس كل أصبع مثلاً في مزيج البيض ثم في أسرار خلطة البروست ماجي.

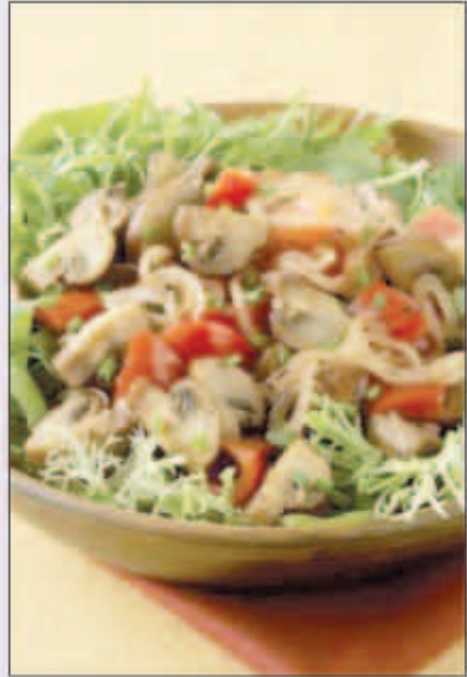
– يُسخن الزيت حتى حرارة 180 درجة مئوية. توضع قطعة صغيرة من الخبز في الزيت للتأكد من حرارته. تُقلي أصابع الموزاريلا المنقجة على مراحل لمدة تتراوح بين 3 و 5 دقائق أو حتى يصبح لونها بنياً ذهبياً. تقدم ساخنة.

سلطة الفطر

المقادير:

ملفوف – فلفل أخضر بارد
بصل عادي – خيار مخلل –
عليه مشروم
مقادير الصلصة:
عصير ليمون – فلفل أسود،
وملح – نعناع ناشف – سماق
– مايونيز – زيت زيتون

طريقة التحضير



تقطع الخضراوات طولياً.

– يخلط جميع مقادير الصلصة ثم تسكب على طبق السلطة ويخدم.