

العدد 1899 - السنة السابعة
الاحد 1 رمضان 1436 - الموافق 29 يونيو 2014
Sunday 29 June 2014 - No.1899 - 7th Year

كيف تتعامل ربة البيت مع السكاكين؟

حوادث المطبخ المفاجئة.. ما الحل؟

- يجب أن تحذري من إصابة أصابعك، فإثناء التقطيع انثني أصابعك إلى الأعلى وضعها على سطح الشيء لئلا تقطعه، فمع وضع يدك على ذلك الشيء تكون أصابعك منتصبة يامان إلى اليمين، احسكي ليرداد بقوة على الشيء الذي تقوم بعمله بقطعيه.

- لا تحفظي بالساكنين مع الأدوات الأخرى في دوح واحد، لأن هذا من شأنه أن يتلف شراوتها، والأكثر من ذلك أنها قد تتسبب في الإصابة بجروح خطيرة.

- لا تحاولي الإسكان يسكني تسقط على الأرض، دعها تسقط أولاً ثم اسحبها.

- اغسلي الساكنين وقطعيها فوراً بعد الاستخدام لتوقياتها من الصدأ، ولا تنقعها في الماء ولا تضعها في غسالة الأطباق، بل تقطعيها دوماً.

المعائن،

- بدلاً من أن تضعي الطعام على كفة ضيعه على اللوح، ثم قومي بتطعيمه.
- اشترى سكيناً جيدة تكون ثقيلة ومناسبة، أما السكين الرديئة فتنتذي أو تنكسر بسهولة.
- اعرفي أين السكين أو أدق جزء في هذه الأداة، فضعي لآداء أعمال معينة الجزء الأسط.
- أكثر الأجزاء استخداماً، فهو الذي يقوم بأغلب الأعمال، أما الثالث الخلفي من السكين، فهو خاص
- بالعمل الشاق كتقطيع الخشاب.
- حافظي على حدة شفرة السكين لتتمكني من تقطيع الطعام بسهولة وأمان دون الضغط عليها.

معظم حوادث تلطيخ تنتج عن التعامل الخاطئ مع السكان، خاصة أن ربة المنزل تستخدم دافئاً، لهذا نقدم لك مجموعة من الإرشادات التي وضعها الخبراء لتفادي حوادث تلطيخ والحفاظ على جودة السكن في ذات الوقت وهي:

- لا تستخدمين السكين على مناضد المطبخ أو على الأسطح المعدنية الصلبة، لأنها تسبب أضراراً وتعرضك لخطر الإصابة، واستخدمي لوح تلميع.
- معظم الألواح البلاستيكية رخيصة الثمن، إلا أنها تساعد على سرعة فقدان السكين حدته، لذلك اختاري لوح تلميع مناسباً، وغسلي الألواح الخشبية والبلاستيكية جيداً بعد استعمالها.
- لا تستخدمين السكاكين في فتح العلب أو إزالة سدادات الفلوراير والتزاحات أو قطع

الإفطار **بامية مع الطماطم** مقبلات

عقبلا

أصابع الموزاريلا البروست



المقادير:

من جنبه الموزار
لبيض سخوفة بشكل خفيف
ة صغيرة من الغلظ الحار
طعام من البقدونس الطازج المفروم
عما
ن جوز الطيب المسحوق
ن أسرار خلطة البروست ناجي
من التزم الفعالي للثق

طريقة التحضير

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

البيض في وعاء مع الخلط والفرنس وجوز الطيب.

س كل أصبع ملطخة في مزيج البيض ثم في أسرار خضلة البريست ماجي.

من الزيت حتى حرارة 180 درجة مئوية. توضع أطعمة صغيرة من الخبز في الزيت للتأكد من

نقى أصابع الموزايلا الملتجة على مراحل لمدة تتراوح بين 3 و 5 دقائق أو حتى يصبح لونها

نقى. نقاد، نقاد ساخنة.

سلطة الفطر



المقادير:

- فلفل اخضر يارء - بصل عادي -
 خلل - علفه مشروم
 الصلصة:
 ليمون - فلفل اسود، وملح - ثعناع
 - سباق - مايونيز - زيت زيتون

طريقة التحضير

لخضراوات طويلة.

شوربة الشعيرية



المقادير:

كوب رز مغسول و منقوع
كوب کوسا مقطّعة مكعبات
كوب جزر مقطّع مكعبات
بصل
بلاقي يقدوس مفروم
كوب بصل مكعبات
اكو آب ماء
زيت
سود
شکل

طريقة التحضير

كل من الرز والخضار عدا البقدونس على النار وتضيف الماء بمقدار ثلاثة أكواب حتى ينضج. يترك ليبرد.

مع الخليط بالخلاط ويطن جيدا حتى يصبح ناعما.

«ع الفدر «الوعاء» نضع الزيت والبقدونس ثم نضيف اليه الخليط ويتبل بالمالح والكفل الاسود المشكل.

الف كويا ماء للخليط والشعرية ويترك على نار هادئة حتى تستوي الشعرية ثم تقدم وهي

الإفطار **بامية مع الطماطم**

25 - تُغلى المكونات لم تترك على نار خفيفة لمدة 20 إلى دقيقة أو إلى أن تصبح البامية طرية. يمكن إضافة الماء عند الحاجة. تحريك المكونات إلى أن يحضرة الطماطم، الماء، الطماطم، والتوابل.

يُسَخَّرُ الزَّيْتُ فِي دَارٍ كَبِيرَةٍ وَتَقْلَى الْبَابِيَّةُ إِلَى أَنْ تَصْبَحَ ذَهَبِيَّةً لِقَلِيلًا. تَسْتَخْرَجُ الْبَابِيَّةُ مِنَ الزَّيْتُ وَتَوْضَعُ جَانِبًا فِي مَصْفَاةٍ. تُحْمَى الزَّيْتُ فِي دَارٍ مَتَوَسِّطَةٍ وَتُسَوَّى الْبَصَلُ إِلَى أَنْ يَصْبَحَ

السحور

سمبوسك بالدجاج والخضار



طريقة التحضير

يوضع الدقيق في وعاء عميق ويُضاف إليه السكر، الملح والزيت وتُمزج المكونات جيدا بواسطة الأطراف الأصابع إلى أن تتحول إلى قثا،
تُضاف الخميرة المذوبة وتُزج مع الخليط مع إضافة كميات قليلة من الماء،
تدريجيا إلى أن تتكون عجينة، ثم يُغطى الوعاء بواسطة قطعة منخل ويوضع جانباً لمدة 30 دقيقة.
في هذه الأثناء، يُخفَى الزيت في قدر ويُغلى البصل لمدة دقيقتين ثم يُضاف الدجاج اللزوم ويُحرَّك إلى أن يتضخم ثم تُضاف إليه الكوسا، الطليقة والبانجان،
تُحرَّك المكونات على نار معتدلة لمدة 5 دقائق أو إلى أن يصبح الخضار طرياً،
تُضاف الطماطم ومجروش الطماطم ومكعبات الدجاج إلى الخليط المُقتان وتُحرَّك المكونات وتُغلى لمدة 5 دقائق أو إلى أن يصبح الخضار مطبوخاً جيداً ويُتبرَخ السائل.
يُضاف حب الصنوبر والبهارات ثم تُحرَّك المكونات وتُرفع عن النار.
ترقى العجينة على شكل عجينة رقيقة بسلاسة 3 ملم ثم تُقطع دوائر من العجينة بواسطة كوب متوسط الحجم أو آلة تقطيع العجينة.
توضع قطعة كبيرة من الشوكة في وسط كل قطعة وتُغلق الأطراف من خلال قلب الأطراف أو رضا بواسطة شوكة.
توضع طماطم السوسيسك المسحوقة في صينية الفرن المدهونة بالزيت أو الزبدة القوية من 18 ساعة 1 سم ما بينها وتوضع في مكان دافئ لمدة 30 دقيقة أو إلى أن ترتفع عجين السوسيسك المسحوقة.
تُخبز طماطم السوسيسك في فرن محمى على حرارة 250 درجة مئوية لمدة 13 إلى 15 دقيقة أو إلى أن تصبح بنيت ذهبية ثم تستخرج من الفرن وتقطع في الفور.

A close-up photograph of two chocolate bundt cakes. One cake is in the foreground, slightly out of focus, while the other is in the background, more in focus. Both cakes are dark brown and have a cracked top surface. They are resting on a white plate.

الملويات
كيكة الهيل

المقادير:	طريقة التحضير:
-----------	----------------

يخفق البيض والسكر جيدا ويضاف الزبادي والزيت والفانيليا والطحين بالتدريج ويتفقا جيدا مع اضافة جوز الهند «دهن صينية الفرن بالزبدة وتضع العجينة داخلها وتخبزها الفرن لمدة ربع ساعة على الأقل مع مراقبتها لأنها تنضج بسرعة» بعد اخراجها تقطع وترش بالقليل من جوز الهند وتقدم وبهناك والعافية.

عالية زبادي دائرية وتفضل المراعي
3 بيضات
نفس عالية الزبادي ثلثا بالسكر ونفس العلية
أيضا ثلثا بالزيتو، 2 كوبا طحين فرخة، 2
معلنان صغيران بيكنج بودر، نصف ملعقة
هيل ملحون أو جيهان، ربع كوب جوز الهند
ميشور