

إهداء

إلى إبني وزوجته ...

وبناتي وأزواجهن ...

وأخواتي وإخوتي ...

وجميع أعمامي ...

وكل من يتعلم هذا الفن ...

الباب الأول

الخضروات

يحتوى هذا الباب على الطبخات المصرية القديمة التي لا يمكن الاستغناء عنها
والمحبة الى قلوبنا من الخضروات.



بامية بالصلصة واللحمة

المقادير:



- 1 كيلو بامية.
- 1 كيلو طماطم طازجة او معجون طماطم من نوع جيد.
- 8 فصوص ثوم متوسط.
- ليمونة - ملح - 1 مكعب مرقة دجاج.
- فلفل أخضر حار أو بارد حسب الرغبة.
- نصف كيلو لحم مقطع مكعبات أو موزات نوع جيد.
- ملعقة طعام سمن أو معلقتان زيت للتحمير.

طريق التحضير:

- تغسل البامية جيدا بالماء البارد وتزال الأقماع والأطراف وتترك في الصفاة
- يطحن الثوم والملح ناعما ويطحن معه قطعة من الفلفل الأخضر.
- يحمر اللحم بالسمن أو الزيت مع نصف خليط الثوم والفلفل مع ملاحظة أن لثوم سريع التحمير فيجب أن يكون اللون ذهبي فاتح ويضاف اليه اللحم سريعاً.
- على درجة حرارة منخفضة تغطى القدر وتترك اللحم لينضج بعد التحمير.
- يضاف عصير الطماطم المصفى أو الصلصة المذابة في الماء إلى اللحم ويضاف مكعب المرقة وترفع درجة الحرارة وتغطى حتى ينضج اللحم في الصلصة.
- تضاف البامية والتمتبقى من الثوم والفلفل ويضبط الملح وتترك على نار هادئة حتى تستوى البامية مع عصير ليمونة لكي تحافظ على الطعم واللون.
- تقدم ساخنة مع فلفل وليمون وتآكل بالخبز والأرز.

وبالهنا والشفا

البامية الخضراء مع اللحم



المقادير:

- 1 كيلو بامية / 8 فصوص ثوم
- 3 حزمة (ربطة) سلق
- 2 ربطة كزبرة خضراء (1 ملعقة كزبرة جافة)
- 1 فلفل أخضر حار او شطة حمرة
- 2/1 كيلو لحم للسلق مكعبات حسب رغبتك في نوعها ويفضل الموزة
- ملح - مستكة وحبهان - ورقة غار - 1 بصلة متوسطة

طريقة التحضير:

- يسلق اللحم بوضع إناء به ماء على النار حتى تغلى الماء ثم يوضع اللحم ويترك حتى يتجمع الريم على سطح الماء وتزال الريم ويصفى اللحم ويوضع في ماء مغلى نظيف ويوضع معها مستكة وحبهان وبصلة وتترك حتى تنضج لكي نحصل على شوربة جيدة الطعم.
- يطحن الثوم ناعما.
- يقطع السلق ويطحن ويعصر ونأخذ العصير والباقي يفرم مع الثوم والكزبرة الخضراء وملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة الجافة.
- تغسل البامية وتزال الأقماع وتضاف البامية في شوربة اللحمة
- ثم نضيفها مع نصف الثوم والكزبرة وعصير السلق والليمونة بعد أن تنضج البامية
- تحمر باقى الثوم والكزبرة وتوضع على البامية وتأكّل مع الفلفل والليمون بالخبز البلدى .

وبالهناء والشفا

الويكة



المقادير:

- 1 كيلو بامية حجمها كبير
- ملعقة كبيرة كزبرة جافة ناعمة
- ربطة كزبرة خضراء
- 8 فصوص ثوم مطحون ناعم
- ليمونة / 2 كوب شوربة لحمة او دجاج مع مكعب مرقة دجاج
- 2 ملعقة طعام زيت أو 1 ملعقة طعام سمن - ملح

طريقة التحضير:

- تفرم الكزبرة الخضراء وتطحن مع الكزبرة المطحونة والثوم جيداً.
- تغسل البامية وتزال الأقماع وتضاف الى الشوربة عند الغليان ويضاف نصف خليط الكزبرة والثوم والملح حسب الذوق وتترك حتى تنضج البامية جيداً ثم تهرس بملعقة خشب وشوكة حتى يمتزج مع الشوربة ويكون قوامها غير خفيف ويضاف اليها عصير الليمون.
- يحمر باقى خليط الكزبرة والثوم فى الزيت او السمن ويضاف الى البامية
- وتقدم ساخنة مع الخبز العربى والفلفل الاخضر والليمون.

وبالهناء والشفاء.....

دقية البامية

المقادير:



- 1 كيلو بامية صغيرة الحجم
- 2/1 كيلو لحم مكعبات صغيرة بحجم البامية
- بصلة مفرومة
- 4 فصوص ثوم مطحون ناعم
- كوب صلصة طماطم جيدة النوع
- مكعب مرقة ملح وفلفل
- زيت او زبد للحمير

طريقة التحضير:

- تحمر البامية فى قطعة زبدة مع جزء من الثوم المطحون
- يحضر قالب الفرن.
- توضع البامية فى القالب
- تحمر البصل مع جزء من الثوم الناعم ويكون لون البصل فاتح
- توضع مكعبات اللحم على البصل والثوم مع التقيب الجيد
- توضع عليها الملح والفلفل ومكعبه الشوربة ثم يضاف اليها الصلصة ويوضع عليها الماء حتى تكون كثافتها معقولة توضع على النار حتى ينضج اللحم
- بعد ذلك ترفع من على النار وتوضع البامية فى القالب بالترتيب ويضاف الصلصة على البامية فى القالب وتدخل الفرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه وتقدم ساخنة مع أرز أبيض.

وبالهناء والشفا.....

الملوخية الخضراء



المقادير:

- 1 كيلوا ملوخية
- 8 فصوص ثوم مطحون ناعم
- ملعقة كبيرة كسبرة جافة وناعمة
- ثمرة طماطم ، ملعقة صغيرة سكر ،
- يفرم الثوم مع الكسبرة الناعمة جيدا

ملحوظة: تكون ورق الملوخية عريض وخشن والجذور مائلة للون الأحمر لكي تكون حلوة المذاق

طريقة التحضير:

- تغسل الملوخية جيدا وتقطف وبعد أن تجف تخرط بالمخرطة ناعم
- تحتاج للشوربة إما فراخ او لحمة ونكون الشوربة جيدة الطعم.
- تصفى ثمرة من الطماطم وتوضع على الشوربة أو ملعقة معجون طماطم جيدة النوع.
- تاخذ نصف الكزبرة والثوم الناعم وتوضع على الشوربة ومكعبة الشوربة وعصير حبه الطماطم وملعقة صغيرة سكر لكي تحسن الطعم تترك على النار حتى تغلى جيدا الشوربة مع الخليط السابق ثم تنزل من على النار.
- توضع الملوخية المخروطة وتقلب جيدا معلومة لان الملوخية اذا وضعتها والشوربة على النار فقدت طعمها ولونها هذه معلومة مهمة.
- بعد ذلك يحمر باقى الثوم والكزبرة وتوضع عليها وتسمى التقلية.
- يوضع عليها الغطاء حتى لا تفقد رائحتها الجميلة.
- تقدم ساخنة مع أرز أبيض وسلطة خيار وطماطم وبصل.

وبالهناء والشفاء.....

الملوخية المجففة

المقادير :

- شوربة ومكعبه شوربة وممكن تتعمل شوربة مكعبات فقط الكمية 4 كوب شوربة
- 8 فصوص ثوم ناعم مع كزبرة جافة ناعمة
- عصير ثمرة طماطم وملعقة صلصة
- ملعقة صغيرة سكر
- كوب ملوخية ناشفة نظيفة
- زيت أو سمنة للتقلية



طريقة التحضير:

- ناخذ نصف الكزبرة والثوم الناعم وتحمر بسيط حتى تظهر رائحتها
- يصب عليها الشوربة والصلصة او الطماطم والسكر تقلب جيدا وتنزل من على النار
- ترش الملوخية حبه حبه مع التقليب حتى باقى الكمية أو حسب الكثافة المطلوبة
- ثم توضع عليها التقلية بعد التحمير.
- تاكل بالخبز مع سلطة أو مقبلات أخرى

وبالهناء والشفاء.....

الملوخية بالجمبرى

المقادير:

- 2/1 كجمبرى مقشر بحجم متوسط
- 8 فصوص ثوم ناعم + ملعقة كبيرة كزبرة جافة ناعمة
- نصف كوب عصير طماطم أو ملعقة صلصة
- ملعقة صغير سكر
- فلفل حار أو شطة
- كوب ملوخية جافة نظيفة أو 1ك ملوخية خضرة
- زيت أو سمن للتحمير 4 كوب ماء



طريقة التحضير:

- نفس الطريقة السابقة فى تحضير الملوخية
- يقشر الجمبرى ويغسل جيدا مع فتح ظهرة وتنظيفة بالدقيق.
- يغسل بالماء جيد والليمون
- يوضع على النار بدون اى اضافات حتى يشرب سائل الجمبرى يطحن الثوم مع الكزبرة الجافة
- يوضع الزيت ونصف الثوم والكزبرة ويحمر قليلا يوضع شوية شطة حارة ويضاف عصير الطماطم ثم تضاف مكعبات الشوربة ويغلى بالماء حتى يغلى
- توضع الملوخية جافة او خضرة ثم يحمر باقى الثوم والكزبرة وتوضع التقلية على الملوخية وتقدم ساخنة مع خبز أو ارز ابيض.

وبالهنا والشفا.....

القلقاس بالخضرة

ملحوظة: نصيحة عن شراء حبة القلقاس يجب ان تكون حبة واحدة بحجم الكمية المطلوبة لكي يكون النضج مذبوط.

المقادير:



- 1 كيلو قلقاس ، فرخة أو نصف ك لحمة مكعبات
- 3 ربطة سلق
- بصلة + مكبة شوربة
- 8 فصوص ثوم ناعم على 2 ربطة كزبرة خضرة
- ملح وفلفل وليمونة

طريقة التحضير:

- شوربة فراخ أو لحمة مثل الملوخية
- يقشر القلقاس ويقطع مكعبات ويضع في اناء غويط ويوضع عليه خل بدون ماء ويقلب
- يترك حوالى ساعة ثم يوضع تحت الماء ويغسل جيدا
- وبهذه الطريقة لا يحتاج الى ماء مغلى أو طريقة النقع ولا يترك أى أثر من المخاط فى الشوربة
- يقطف السلق من العيدان والكزبرة تقطع وتفرم مع الثوم والملح
- يوضع السلق على النار بعد غسلة فى المقلاة ويغطى حتى يجف من الماء مع مراعاة النار هادئة
- ثم يوضع الثوم والكزبرة مع التقليب والهرس جيدا ويوضع زيت وسمن غزير ويترك على النار الهادئة حتى يحمر الثوم ويصير جاف
- يوضع القلقاس على الشوربة ومكبة شوربة وعصير ليمون ويترك حتى ينضج جيدا بعد ذلك تصفى التقلية من السمن ويوضع على القلقاس مع ضبط الملح وينعم باقى التقلية جيدا بالدق بعد وضع السمن على القلقاس ويوضع باقى التقلية على القلقاس ويقلب ويأكل ساخنا بالخبز.

صنية القلقاس بالصلصة

المقادير:

- قلقاسة حسب وزنها (تقريبا كيلو)
- 2/1 ك لحمة مكعبات
- بصلة مفرومة
- 4 فصوص ثوم ناعم
- عصير طماطم او معجون طماطم جيد النوع
- ملح وفلفل
- زيت للتحمير



طريقة التحضير:

- يقشر القلقاس ويقطع حلق مثل الباذنجان
- يجفف جيدا بورق مطبخ
- يحمر القلقاس مثل الباذنجان في زيت غزير ثم يرص في قالب فرن
- يحمر البصل والثوم واللحمة ويوضع عليهم الصلصة او الطماطم حتى تنضج اللحمة تتبل بالملح والفلفل.
- ثم يصب الخليط على القلقاس المحمر وتدخل الفرن بعد تحمير الوجه ياكل ساخنا مع ارز ابيض.

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل الخبيزة

كثير من الناس لا يعرفونها ولاكنها وجبة لذيذة ومفيدة جدا

المقادير:



- رابطة خبيزة
- 8 فصوص ثوم ناعم
- 2/1 كوب فريك منقى ومغسول جيدا
- بصلة مبشورة
- رابطة كزبرة خضراء
- ملعقة كزبرة جافة ناعمة
- ملح وفلفل
- مرقة دجاج او لحمة حسب الرغبة (حوالى 3 كوب مرقة)
- مكعبه مرقة
- رابطة سلق وممكن الاستغناء عنها وتقطف مع الخبيزة

طريقة التحضير:

- تقطف الخبيزة مثل الملوخية وتغسل جيدا وتسلق فى الماء جيدا ثم تصفى من ماء السلق
- بعد ذلك تصفى بمصفاة الطماطم اليدوية حتى لا يتغير سمكها
- تغلى الشوربة على النار وتوضع فيها البصلة المبشورة متبله بالملح والفلفل وملعقة سكر صغيرة
- ينقى الفريك ويغسل جيدا ويضاف على الشوربة حتى يدخل فى النضج
- تصب الخبيزة المصفاة على الشوربة مع نصف الثوم الناعم وعلية الكزبرة الخضراء والجافة
- نترك باقى الكمية للتقلية لضبط ملحها وتغلى ثم تنزل من على النار
- يوضع عليها تقلية الثوم والكزبرة الخضراء والجافة الباقية بعد التحمير وتاكل ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

الفاصوليا الخضراء مطبوخة بالصلصة



المقادير:

- 1 ك فاصوليا
- 1 كيلو طماطم مصفاة او صلصة جيدة النوع
- مكعب شوربة
- بصلة مبشورة
- 8 فصوص ثوم ناعم مع قطعة من الفلفل الحار
- عصير ليمون
- ملح وفلفل

طريقة التحضير :

- تغسل الفاصوليا وتقطع بالورب قطع رفيعة
- توضع على النار مع البصلة المفرومة والملح والفلفل ومكعب شوربة وبسيط من الزيت
- توضع على نار هادئة حتى تشرب مرقة البصل ثم يوضع عليها عصير الطماطم او الصلصة والثوم الناعم وعصير الليمون مع ضبط سمك السائل
- تترك حتى تنضج وتاكل مع ازر أبيض

وبالهناء والشفاء.....

السبانخ

المقادير:



- 1 كيلو سبانخ
- بصلة مبشورة
- 2 رابطة كزبرة خضرا
- ملعقة كزبرة جافة
- 4/1 كوب فريك منقى ومغسول جيدا
- راس ثوم ناعم
- ملعقة صغيرة سكر
- 2/1 كيلو طماطم حمراء وملعقة صلصة
- ملح وفلفل
- مكعب شوربة من الممكن لحمه بداخلها أو تكون مشوية خارج الطبخة من الأفضل زيت للتحمير - 2 ملعقة زيت

ملحوظة: ملعقة السكر مهمة مع السبانخ لأن نسبة الحموضة فيها عالية وملعقة السكر تعمل معادلة مع الطعم وتقلل نسبة الحموضة..

طريقة التحضير:

- تقطع السبانخ وتغسل عدة مرات جيدا وتصفى
- يفرم الثوم مع الكزبرة الخضراء والنشفة
- ويأخذ نصف الكمية مع البصلة المبشورة وملعقة كبيرة زيت
- يحمر فيها البصلة والثوم مع الكزبرة حتى يحمر الثوم
- يضاف الطماطم والصلصة والفريك
- تترك حتى ينضج الفريك
- يوضع الملح والفلفل ومكعب الشوربة وملعقة السكر مع ضبط الطعم
- توضع السبانخ المغسولة على الصلصة بالتدريج حتى تذبل على النار
- تترك لمدة بسيطة لأنها تنضج سريعا بعد ذلك تحمر باقى التقلية والكزبرة الخضراء فى الزيت وتوضع عليها وتأكّل ساخنة .

الرجلة

المقادير:

- 2/1 كوب فريك
- ربطة رجلة
- 8 فصوص ثوم ناعم
- بصلة ناعمة
- مكعبة شوربة
- كزبرة خضراء وناشفة



طريقة التحضير:

- نفس طريقة عمل السبانخ
- تقطع الرجلة وتغسل جيدا وتصفى ويوضع الثوم الناعم مع الكزبرة الخضراء والجافة ويأخذ نصف الكمية وتحمر مع البصلة المبشورة ويضاف الصلصة ويضبط الماء ويوضع الفريك حتى ينضج ثم يوضع الرجلة وتترك حتى تنضج ثم يوضع عليها باقى التقلية بعد التحمير.

البزلاء (مطبوخة مع الجزر)



المقادير:

- 1 كيلو بزلاء مفصصة
- 4 فصوص ثوم مفروم ناعم
- 2 ثمرة جزر مقشر ومقطع مكعبات بحجم البزلاء
- زيت 2 ملعقة كبيرة
- طماطم عصير أو صلصة حسب الرغبة
- نصف كيلو لحم مكعبات شوربة ويمكن تعمل اللحمة خارج البسلة يعنى ممكن الاستغناء عنها

طريقة التحضير:

- تسلق البسلة حتى تنضج فى ماء السليق مع الجزر وملعقة سكر وتصفى
- يحمر الثوم بلون فاتح حتى لا يغير طعمه مع اللحم او بدون
- يوضع الطماطم ومكعبه الشوربة حتى تنضج اللحمة
- توضع البسلة مع ضبط الملح والمرقة وتترك حتى يتجانس الخليط مع بعضه وتأكّل مع أرز ابيض

وبالهناء والشفاء.....

القول الاخضر (مطبوخ بالصلصة)

المقادير:

- 1 كيلو فول اخضر ويكون صغير الحجم فى أول ظهوره لكى لا يكون ناشف
- 4 فصوص ثوم ناعم
- 1 كيلو طماطم حمرة مصفاة
- ملح وفلفل
- ليمونة عصير
- مكعبه شوربة
- ملعقة زيت او سمن



ملحوظة:

يمكن يوضع مع الفول
مكعبات خرشوف إذا وجد

طريقة التحضير :

- يغسل الفول ويقطع بقشرة مكعبات فى ماء وليمون مكعبات
- يحمر الثوم فى الزيت بلون فاتح
- يوضع الطماطم والمرقة والملح والفلفل حتى تغلى
- يصفى الفول من الماء حتى لا يتغير لون الفول لان نسبة الحديد فيه عالية مثل السبانخ
والخرشوف والباذنجان
- يوضع الفول على الصلصة حتى ينضج مع ضبط الملح السال وعصير الليمون يقدم
ساخنًا

وبالهناء والشفاء.....

الكوسة المطبوخة بالحمص

المقادير:

- 1 كيلو كوسة صغيرة
- 2/1 كيلو طماطم حمرا او صلصلة جيدة النوع
- 2/1 كيلو لحم ضانى أو جاموسى حسب الرغبة
- 2/1 كوب حمص ناشف
- بصلة
- ملح وفلفل
- ملعقة كبيرة سمن او زيت



طريقة التحضير:

- تقشر الكوسة وتقطع دوائر سميكة نوعا وتغسل
- يفرم البصل ناعم ويحمر فى الزيت مع مكعبات اللحم.
- يضاف عصير الطماطم وملعقة صلصة .
- تترك حتى تنضج اللحم جيدا.
- يسلق الحمص ويصفى ويوضع على الصلصة .
- توضع الكوسة والملح والفلفل حتى تستوى الكوسة.
- ممكن اضافة قليل من الشبت أو النعناع وممكن الاستغناء عنهم. وتقدم ساخنة مع ارز ابيض

وبالهناء والشفاء.....

دقية الطرلى تشكيلة خضار

المقادير:



- حبة باذنجان كبيرة.
- 1/4 كيلو كوسة.
- 2 حبه بطاطس.
- 1/4 فلفل رومى كبير حلو.
- بصلة مبشورة.
- 2 فص ثوم ناعم
- ملح وفلفل.
- مكعبه شوربة.
- 1/4 كيلو بامية صغيرة الحجم.

طريقة التحضير:

- يغسل الخضار جيداً ويقطع مكعبات كبيرة ويوضع فى قالب الفرن
- يوضع البصل بالملح والفلفل على الخضار وعير الطاطم ويوضع على النار حتى يغلى.
- تحر البامية مع قليل من الثوم وتوضع على الخضار
- ممكن وضع لحم مسلوق مع الخضار أو ريش ضانى
- وتدخل الفرن حتى تنضج الخضار ويحمر الوجه. وتأكل ساخنة

وبالهنا والشفا.....

الباب الثاني

الصوائبي

صنية المسقعة

المقادير:

- 1 كيلو باذنجان كبير.
- نصف كوب صلصة طماطم وليمونة.
- 2/1 كيلو لحم مفروم أو مكعبات لحم صغيرة.
- بصلة مفرومة.
- 1 مكعب شوربة.
- 2 فص ثوم ناعم.
- ملح وفلفل.



طريقة التحضير:

- يقشر الباذنجان ويقطع دوائر كبيرة وسميكة وينقع في الملح.
- يحمر في الزيت حتى يصير لونه ذهبى ويمكن اذا اردت تخفيف الزيت.
- يوضع الباذنجان فى صاج الفرن ويدهن بالفرشاه بالزيت ويقلب على الجهتين حتى يحمر.
- يرص فى صنية أو قالب فرن.
- يحمر البصل مع الثوم قليلا ويوضع عليهم اللحم والملح والفلفل ومكعبه الشوربة حتى تسوى اللحمه.
- بعد ذلك يوضع عليهم الصلصة ونز ود بالماء وتكون كثيفة.
- تغلى ويعصر عليها ليمونة وتصب على الباذنجان وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه وممكن يوضع على الوجه صنوبر أو لوز مقشر ومحمر وتأكّل مع ارز أو خبز.

وبالهنا والشفا.....

صنية الباذنجان بالبشاميل

المقادير:



- نفس مقادير وطريقة التحضير الباذنجان السابق
- طريقة عمل البشاميل:
- 2 ملعقة كبيرة دقيق.
- 2 ملعقة كبيرة سمن أو زيت.
- 1 كوب حليب كامل الدسم.
- ملح وفلفل أبيض لكي لا يغير لون الحليب.
- جبنة مبشورة.

طريقة التحضير:

- يوضع السمن على النار مع الدقيق.
- يقلب حتى يثرب السمن ثم يضاف عليه الحليب ويقلب جيدا حتى يصير مثل المهلبية
- وإذا احتاج الى شوربة حليب لا مانع مع التقليب المستمر ويراعى ان يكون البشاميل خفيف نسبيا.
- يصب الخليط على صنية الباذنجان وترش الجبنة على الوجه وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

الباذنجان بالخل والثوم والفلفل الحار



المقادير:

- 1 كيلو باذنجان
- 4 فصوص ثوم
- عدد 4 حبات فلفل حار
- 2 ملعقة كبيرة خل
- ملح وقليل من الماء

طريقة التحضير:

- يحمر الباذنجان فى الزيت غزير ثم يحمر الفلفل فى نفس الزيت.
- يحمر بعد شقه لكى لا يفرقع فى الزيت.
- يوضع فى طبق غويط يحمر الثوم ويوضع عليه الخل وقليل من الماء والملح ويترك حتى يغلى.
- يصب على الباذنجان والفلفل وياكل ساخنا أو باردا لانه نوع من انواع المقبلات.

وبالهنا والشفا.....

الباذنجان بالصلصة والفلفل



المقادير:

- 1 كيلو باذنجان
- ربع كيلو فلفل حار
- خل وملح
- 2 ملعقة كبيرة صلصة طماطم

طريقة التحضير:

- يقشر الباذنجان ويقطع ويوضع عليه الملح والفلفل الحار ويحمر فى الزيت الباذنجان والفلفل ويوضع فى القلب.
- لعمل الصلصة يحمر الثوم الناعم ويوضع عليه الخل ثم الصلصة أو طماطم حمرة ويضبط سمكها بالماء والملح وتترك تغلى ثم يصب الخليط على الباذنجان والفلفل ويأكل ساخن أو بارد حسب الرغبة وايضاً نوع من المقبلات.

وبالهنا والشفا.....

البابا غنوج

المقادير:

- حبة كبيرة باذنجان.
- عصير ليمون نصف كوب.
- ملح وفلفل حار اخضر.
- 2 فص ثوم.
- 2 ملعقة طحينة.
- بقدونس ناعم.



طريقة التحضير:

- يشوى الباذنجان فى الفرن حتى يستوى ويبرد ويقشر.
- يهرس بالشوكة حتى يصير ناعما.
- يوضع عليه عصير ليمون وملح وفلفل حار وبقدونس ناعم وعدد 2 فص ثوم ناعم و2 ملعقة طحينة ويقرب ويوضع فى قالب صلطة ويزين بعيدان البقدونس وقليل من الزيت.

وبالهنا والشفا.....

الباذنجان المخلل

المقادير



- 1 كيلو باذنجان طويل أسود
- راس ثوم ناعوم
- فلفل حار او شطة
- ملح
- فنجان قهوة خل
- فنجان عصير ليمون

طريقة التحضير:

- يسلق الباذنجان بعد غسله ونزع العنق الاخضر حتى ينضج.
- يصفى من الماء والملح.
- يوضع الثوم الناعم مع الملح والشطة ويفرم ناعما.
- يشق الباذنجان ويحشى ثم يرص فى قالب ويوضع عليه الخل والليمون ويقدم بعد ان يشرب خلطة الثوم والفلفل والليمون والخل . وهذا ايضا نوع من المقبلات

وبالهنا والشفا.....

صينية الكوسة بالبشاميل

المقادير:



- 1 كيلو كوسة حجم كبير
- 2/1 كيلو لحم مفروم
- نصف كوب جبنة رومي مبشورة او مونزريلا
- بصلة مبشورة وفص ثوم ناعم
- 2 ملعقة زيت
- ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير:

- تقطع الكوسة بالورب قطع كبيرة وسميكة وتوضع على النار هادية حتى تسوى وهى متبللة بالملح والفلفل وفص ثوم ناعم ثم تصفى من الماء
- يحضر قالب فرن وترس نصف كمية الكوسة
- يوضع اللحم على النار حتى يتغير لونها، ثم يضاف عليها البصل وتقلب مع الملح والفلفل الاسود وتترك حتى تنضج اللحم بعد ذلك تضاف على قالب الكوسة، ثم تغطى بباقي الكوسة
- يعمل البشاميل خفيف نسبيا مثل صنية المسقعة فى صفحة () ويصب على الكوسة
- وترش الجبنة المبشورة وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفا.....

طريقة عمل الياخنى بالبصل القلايا

المقادير:



- 2/1 كيلو ببصل قلايا صغير مقشر ومغسول.
- 2/1 كيلو لحم مكعبات.
- كوب عصير طماطم او صلصة جيدة النوع
- ملح وفلفل
- مكعبة شوربة
- زيت او سمنة.

طريقة التحضير:

- يحمّر البصل الصغير وهو صحيح بعد التقشير ثم توضع مكعبات اللحم
- تحمر مع البصل جيدا
- يوضع عصير الطماطم والملح والفلفل ومكعبة الشوربة
- تترك حتى تنضج اللحم مع ضبط قوام الصلصة وتآكل مع أرز ابيض

وبالهناء والشفاء.....

الكوسة مراكب فى الفرن

المقادير

-
- 1 كيلو كوسة كبيرة
- جبنة مبشورة
- لح مفروم
- عصاج مع البصل
- زعتر
- ملح وفلفل
- ملعقة صلصة



طريقة التحضير:

- تسلق الكوسة سلق متوسط ثم تصفى وتقطع بالطول نصفين
- ينزع قلب الكوسة بالملعقة ويوضع قلب الكوسة على العصاج ويهرس جيدا
- يحشى قلب الكوسة بالحمة المجهز عصاج
- ترص فى قالب الفرن وترش الجبنة والزعتر وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه
- نفس الطريقة مراكب الباذنجان

وبالهنا والشفا.....

ملحوظة:

نفس الطريقة مراكب الباذنجان يغسل ويحمر بعنقه وهو صحيح ثم يفتح من النصف ويحشى بنفس الخلطة اللحم المجهزة للكوسة ترص فى قالب فرن ويرس الباذنجان بالجبنة المبشورة ويدخل الفرن حتى يحمر اللون وتقدم ساخنة .

صنية الكوسة بدون لحم

المقادير:



- 1 كيلو كوسة
- بصلة مقطعة شرائح رقيقة
- ملح وفلفل
- شوربة أو مكعب شوربة
- صلصة طماطم

طريقة التحضير:

- تقشر الكوسة وتقطع شرائح سميكة
- يتبل البصل بالملح والفلفل ويقلب مع الكوسة
- توضع فى صنية وعليها صلصة الطماطم وتخفف حسب الطلب
- يوضع عليها قليل من الزيت والشبت أو النعناع وممكن الاستغناء عنه تدخل الفرن حتى تنضج تقدم وتآكل ساخنة مع ارز ابيض.

وبالهناء والشفا.....

ملحوظة:

نفس الطريقة ممكن عمل باذنجان بنس طريقة الكوسة

صنية البطاطس فى الفرن بالكفتة

المقادير:



- 1 كيلو بطاطس
- بصلة كبيرة مقطعة شرائح
- 4 فصوص ثوم ناعم
- 2/1 كيلو طماطم حمرة ومصفاة
- ملح وفلفل
- شوربة او مكعبه شوربة

طريقة التحضير:

- يقشر البطاطس ويغسل جيدا ويقطع شرائح كبيرة.
- يوضع فى صنية الفرن ويوضع عليها البصل المقطع متبل بالملح والفلفل مع الثوم المفروم
- يوضع عصير الطماطم والشوربة وتقلب
- وتوضع الكفتة فى وسط القالب وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه وتاكل ساخنة مع ارز ابيض

وبالهنا والشفا.....

طريقة عمل الكفتة



المقادير:

- 2/1 كيلو لحم مفروم
- بصلة مفرومة ناعم
- ملح وفلفل اسود
- شوربة

طريقة التحضير:

- توضع اللحمة المفروم فى اناء ويوضع عليها البصل المبشور والملح والفلفل
- وتخلط جيدا ثم تشكل على هيئة كور
- ثم توضع فى وسط قالب البطاطس وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه جيدا
- الكفتة مع البطاطس تعطىها طعم جيد ولذيذ

وبالهنا والشفا.....

صنية بطاطس محشية لحم مفروم وخضروات

المقادير:

- 10 حبات بطاطس متوسطة الحجم
- 2 كوب زيت للتحمير
- 2/1 كيلو لحم مفروم مع بصلة وتعمل عصاج
- كوب بزلاء مسلوقة
- 2/1 كوب صلصة طماطم
- كوب جبنة مبشورة
- ملح وفلفل
- مكعب شوربة



طريقة التحضير:

- تقشر البطاطس وينزع القلب وتوضع في ماء وملح
- تحمر جيدا ثم تحشى بالخليط
- طريقة عمل الخليط:
- اللحم بعد عملها عصاج يوضع عليها البازلاء والصلصة والملح والفلفل وتقلب جيدا وتحشى البطاطس وتوضع في صنية فرن وتورش الجبنة المبشورة وتدخل الفرن حتى يحمر لونها
- ممكن تقدم طبق في عزومة مع اصناف اخرى

وبالهناء والشفا.....

البطاطس البوريه



المقادير:

- 1 كيلو بطاطس
- ملح وفلفل
- 2/1 كيلو لحم مفروم
- 4/1 كوب حليب
- قطعة زبدة
- بصلة كبيرة / 2 بيضة
- جبنة مبشورة

طريقة التحضير:

- تغسل البطاطس جيدا وتسلق بالقشر وتسوى جيدا
- تقشر وتهرس ناعما
- تحضر صنية فرن مدهونة جيدا
- تعمل اللحم مع البصل والملح والفلفل عصاج
- تعجن البطاطس مع اضافة اللبن والزبدة والبيض والملح والفلفل وتأخذ نصفها فى الصنية المدهونة ويوضع العصاج فى الوسط ثم يضاف باقى البطاطس
- يدهن الوجه بالبيض والجبنة المبشورة وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه

وبالهناء والشفا.....

البطاطس بالزبدة والثوم



المقادير:

- 1 كيلو بطاطس
- قطعة زبدة
- 2 فص ثوم
- ملح وفلفل

طريقة التحضير:

- تقشر البطاطس وتقطع مكعبات وتغسل جيدا
- توضع فى حلة ويوضع عليها الزبدة والثوم المفروم والملح والفلفل وقليل من الماء وتترك على نار هادئة حتى تنضج
- وتاكل ساخنة

وبالهنا والشفا.....

سلطة البطاطس

المقادير:

- 4 حبات بطاطس مسلوقة
- فص ثوم
- ليمونة
- ملح وفلفل
- زيت زيتون
- كمون
- بقدونس ناعم
- فلفل حار



طريقة التحضير:

- تقشر وتقطع مكعبات صغيرة
- يوضع عليها فص ثوم ناعم وملح وفلفل وكمون وليمون وزيت وفلفل حار
- وتجمل بالبقدونس الناعم

وبالهنا والشفا.....

بطاطس بالحليب والكريمة



المقادير:

- 1 كيلو بطاطس
- 2 كوب حليب
- كوب كريمة لبانى
- 2/1 كوب جبنة مبشورة
- ملح وفلفل

طريقة التحضير :

- تقطع البطاطس دواير سميكة
- ترص فى قالب فرن
- تتبل بالملح والفلفل
- يصب عليها الحليب مغلى والكريمة والجبنة المبشورة
- تدخل فى الفرن حتى تتضج ويحمر الوجه

وبالهنا والشفا.....

بطاطس بورية بالزبدة

المقادير:

- 4 حبات بطاطس مسلوقة ومقشرة ومهروسة ناعم
- زبده
- حليب



طريقة التحضير:

- توضع البطاطس المهروسة ويضاف عليها قطعة زبدة وملح وقليل
- يضاف عليها ايضا قليل من الحليب وتقلب وتقدم مع سوس لحمة باردة وخضار سوتيه

وبالهنا والشفا.....

الباب الثالث

انواع المكرونة

مكرونه بالبشاميل

المقادير:

- 1 كيلو مكرونه أقلام + 2 كوب حليب
- سمنة أو زبدة 4 ملاعق طعام
- 2 ملعقة كبيرة صلصة طماطم نوع جيد
- 2/1 كيلو لحم مفروم
- بصلة مفرومة + 1 مكعبه شوربه
- ملح وفلفل + ملعقة زبدة كبيرة للمكرونه
- جبنة مبشوره + 4 ملاعق دقيق



طريقة التحضير:

طريقة عمل البشاميل:

- 4 ملاعق كبيرة دقيق
- 4 ملاعق كبيرة سمنة أو زبدة
- يجب ان يكون الدقيق فى السمنة كافي ويقلب خفيف حتى يكون لون الدقيق ابيض مصفر
- يضاف جزء من الحليب وتقلب جيدا مع اضافة باقى الحليب مع التقليب المستمر حتى تصير ناعمة
- يوضع الملح والفلفل الابيض حتى لا يتغير لون البشاميل ويكون سمكه متوسط

المكرونه :

- تسلق المكرونه فى ماء مغلى وملح حتى تنضج وتصفى
- يوضع عليها وهى ساخنة ملعقة زبدة كبيرة
- يوضع نصف الكمية فى قالب فرن مدهون جيدا
- يرش بالبقسمات الناعم أو جزء من البشاميل
- تعمل اللحمه عصاج مع البصل وتتبيل بالملح والفلفل
- يوضع عليها الصلصة وتوضع بعد نصف كمية المكرونه ثم يضاف باقى المرونه
- يصب عليها البشاميل مع تسوية الوجه وتكون كمية البشاميل مشبعة
- ترش الجبنة المبشوره وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه وتأكل مع صلطة خضراء

مكرونه بالجلاش أقلام

المقادير:

- نفس المقادير السابقة فيما عدا بدل البشاميل 4/1 كيلو جلاش



طريقة التحضير:

- نفس طريقة عمل المكرونة السابقة
- وعمل الصلصة بالعصاج
- بدل البشاميل جلاش ربع كيلو جلاش
- تدهن الصينية جيدا ويرص الجلاش عكس بعضه مع مراعاة تنزي باقي الورقى خارج الصينية حتى تغطى الصينية كلها
- تصب نصف المكرونة ويوضع العصاج وباقي المكرونة
- تغطى بطرف الجلاش التى خارج الصينية حتى تكسى الصينية كلها بوضع باقي الجاش فى وسط الصينية ويراعى تغطية المكرونة
- تدهن سمنة وتدخل فى فرن متوسط الحرارة حتى يصير لونها ذهبى
- تقلب فى طبق التقديم وتكون مثل التورته

وبالهنا والشفا.....

مكروننة لسان عصفور بالبقصمات الناعم والصلصة مع خلطة لحوم

المقادير :



- 1 كيلو مكروننة لسان عصفور
- صلصة طماطم كوب
- ملح وفلفل
- سمنة + زبدة 4 ملاعق طعام
- كوب بقصمات ناعم
- خلطة اللحوم حسب رغبتك:
- مكعبات لحمة صغيرة سجق
- ومكعبات فراخ أو كبده فراخ وقوانص
- بصلة مفرومة ناعم
- كوب شوربة

طريقة التحضير:

- تسلق المكروننة وتصفى وتنشف بالاء لكى ينزع النشا
- يحمر خليط اللحوم فى السمنة او الزبدة مع التقليب
- بعد التحمير يضاف الصلصة والملح والفلفل
- يصب الخليط على المكروننة مع قطعة من الزبد وتقلب وتصب فى صنية فرن مدهونة جيدا ومرشوشة بالبقصمات الناعم
- يوضع على وجه الصنية باقى البقصمات على الوجه كله مع قليل من سائل سمنة وممكن وضع جبنة مبشورة على الوجه وتدخل الفرن حتى تحمر الوجه وتأكّل ساخنة.

وبالهناء والشفاء.....

مكرونه اسباجتى باللحمة المفرومة والصلصة

المقادير:



- كيس مكرونة اسباجتى نوع جيد
- 2/1 كيلو لحم مفروم عصاج بالبصل
- صلصة طماطم
- ملح وفلفل
- زبدة او سمنة او زيت 2 ملعقة طعام

طريقة التحضير :

- يجب ان يكون اناء السلق كبير لكى لا تلتصق ببعضها
- تغلى الماء جيدا مع قليل من الزيت والملح
- تكسر المكرونة على اثنين وتوضع فى الماء المغلى وتقلب وتترك حتى تستوى تصفى وتشطف بالماء البارد
- يوضع عليها قطعة من الزبدة والفلفل الاسود
- يوضع العصاج مع الصلصة وتتبيل جيدا ممكن تضاف على المكرونة ويمكن تقدم فى قالب اخر وياخذ منها عند الاكل على حسب الرغبة ويمكن جبنة مبشورة
- نفس الطريقة تعمل اى نوع مكرونة بالصلصة

وبالهنا والشفا.....

صنية الفريك



المقادير:

- كيس فريك اى نصف ك
- بصلة مبشورة
- ملح وفلفل 2 كوب شوربة
- كبد واوانص او مكعبات لحم

طريقة التحضير:

- الفريك يغسل جيدا ويتبل بالملح والفلفل ومرة يغطى الفريك حتى يتشرب مثل الارز
- ثم يوضع فى قالب فرن و عليه عصاج او لحمة مكعبات او كبدة فراخ مع اوانص محمرة جيدا
- يوضع زبده على الوجه ويغطى القالب ثم يدخل الفرن مع ازالة الغطاء وتترك على نار هادئة حتى يحمر اللون

وبالهنا والشفا.....

شوربة الفريك



المقادير:

- كوب فريك منقى ومغسول
- شوربة وسمنة
- بصلة متبلة بالملح والفلفل

طريقة التحضير:

- يوضع الفريك والبصل المتبل على الشوربة ويترك حتى ينضج ويقدم ساخن ويرش عليه بقدونس مقطع ويمكن الاستغناء عنه

وبالهنا والشفاء.....

الباب الرابع

طريقة عمل العماشي

محشى ورق العنب بدون لحمة



المقادير:

- 4/1 كيلو ورق عنب
- 2 كوب ارز + ملح وفلفل
- 2/1 كوب صلصة طماطم + بشر 4 حبة طماطم
- 2/1 كوب عصير ليمون
- 2 حبة فلفل رومى كبير
- بصلة مبشورة + 2/1 كوب زيت
- ربطة شبت + ربطة بقدونس + ربطة نعناع مغسول ومقطع ناعم

طريقة التحضير :

- يوضع ورق العنب بعد غسلة جيدا فى ماء مغلى حتى يتغير لونة
- من الوجه ويصفى وينزع العنق من الناحية الخشنة لكى يكون الورق ناعم من الوجه

طريقة الخلطة :

- يوضع الارز المغسول وعليه جميع المكونات
- الارز والخضرة والبصلة والطماطم بعد بشرها والصلصة والملح والفلفل وقليل من الزيت ويقلب الخليط ثم يلف ورق العنب
- تلف كل ورقة بعد وضع الحشو وترص فى حلة مع مراعات ان قاع الحلة مكسى بصل
- ترش الحلة لابلقات بصل او حلقات طماطم او ورق عنب وشوية زيت ويرص المحشى حتى اخره ويكبس جيدا ويحشى الفلفل بعد ان يفتح من اعلى ويترك الغطاء يوغطى بعد الحشو
- يوضع على كوب عصير طماطم ويوضع زيت على الوجه وعصير الليمون ومكعب مرق ويوضع على نار عالية حتى يغلى وتهده النار مثل الارز حتى ينضج مع مراعاة تسوية الفلفل المحشى فوق ورق العنب لكى يعطية رائحة جيده وطعم جيد

طريقة المرقة:

- عصر طماطم مكعبة مرقية عصير ليمون وفلفل يغلى على النار ثم يوضع فوق المحشى مقدار التسوية حسب مقدار الارز

ورق العنب باللحمة المفرومة



المقادير:

- نفس المقادير السابقة فى ورق العنب مع إضافة لحمة مفرومة على الخليط يتم التحضير بنفس الطريقة السابقة

الكوسة المحشية

المقادير :

- 1 كيلو كوسة
- 4/1 كيلو فلفل رومى حلو
- بقدونس ونعناع وشبث
- ملح وفلفل
- بصلى كبيرة
- لحمة مفرومة زيت
- صلصة وطماطم مبشورة

طريقة التحضير:

- يقشر الكوسة او تترك بقشرها حسب الرغبة وينزع راسها وتقور وياخذ القلب ويوضع فرش للصنية
- تعمل خلطة المحشى بنفس الطريقة السابقة
- وتحشى الكوسة مع عدم ملوها لان الارز يزيد عند النضج
- يقور الفلفل ويحشى وترص الكوسة والفلفل فى صنية فرن
- ويضع السائل مثل السائل السابق وتغلى على النار وتدخل الفرن وهو هادئ حتى يتم النضج

وبالهناء والشفا.....

طريقة المرق لتسوية اى نوع محشى

- كوب عصير طماطم - ملعقة صلصة - عصير ليمون - مكعب مرقة شوربة - ملح وفلفل
- يوضع السائل على النار حتى يغلى ويضاف عليه عصير الليمون ثم يصب على المحشى ويسوى مقدار السائل يكون مثل مقدار الارز ونزيد 2/1 كوب

الباذنجان الابيض والاسود المحشى

المقادير:

- نفس الخلطة السابقة ويقور مثل الكوسة ويحشى ويسوى بنفس الطريقة ويمكن عمل تشكيلة من كل الانواع مع بعض فى صنية واحده
- اما طريقة حشو البصل يقشر ويقطع من الناحيتين ويوضع فى ماء مغلى حتى يفك من بعض دوائر وترص باليد حتى لا يقع الارز
- ويمكن عمل الخلطة على النار



طريقة التحضير:

- يوضع البصل المبشور على النار مع الزيت ويقلب ويكون لونه اصفر ويوضع عليه الخضره والطماطم والصلصة والملح والفلفل ثم يوضع الارز المغسول ويقلب وينزل من على النار ثم يحشى اى نوع باذنجان او ورق عنب او كرنب او فلفل وهذه الطريقة تعمل فى الكرنب وورق العنب اذا اردت تسوية تانى يوم حشوه فى هذه الحالة يوضع فى الثلاجة ويخرج عند تحضيره للتسوية ويحضر سائل التسوية طماطم مصفاة وعليها ليمون ومكعب شوربة وملح وفلفل وتصب على المحشى ويوضع على النار الهادئة حتى ينضج

وبالهناء والشفاء.....

الكرنب المحشى



المقادير:

- نفس مقادير الخلطة

طريقة التحضير:

- تحضر الكرنبة بعد ان تقطع على 4 ويغلى الماء والملح ويوضع كل ربع فى الماء المغلى
- يصفى ويقطع بمقاسات متساوية ثم يحشى مثل ورق العنب
- يسوى بالماء وعصير طماطم وليمون وزيت على الوجه يترك على نار هادئة مثل الارز

وبالهناء والشفا.....

صنية الارز بالجلاش

المقادير:

- 1 كيلو ارز
- 2/1 كيلو لحم مفروم (عصاج)
- بصلة مفرومة
- ملح وفلفل
- 2 ملعقة كبيرة زبدة أو سمنة
- 2 ملعقة كبيرة صلصة
- كوب بزلاء وجزر مسلوق
- 4/1 كيلو جلاش



طريقة التحضير:

- يغسل الارز ويصفي توضع ملعقة كبيرة زبده حتى تسيح وتسخن جيدا لكي تعطى رائحة للارز
- يوضع الارز مع التقليب ويوضع الماء نفس عيار الارز والملح والفلفل
- يوضع الارز على نار هادئة حتى ينضج
- يحضر العصاج ويوضع عليه الزلاء والجزر والصلصة ويقلب
- تحضر قالب فرن ويدهن بالسمن
- يرص الجلاش فى الصنية حتى يغطى الصنية بالكامل
- يوضع نصف الارز بعد النضج ثم يوضع خلطة اللحمه وينشل اطراف الجلاش خارج الصنية
- يوضع باقى الارز ثم يغطى بطروف الجلاش
- يكمل الغطاء بالجلاش حتى يغطى الارز جيدا
- يوضع على الوجه زبده سايحة
- تدخل الفرن على درجة هادئة حتى يحمر وجهها وتقلب مثل الكيك وتأكل ساخنة

وبالهنا والشفا.....

طريقة عمل الارز المحمر بالمكسرات



المقادير:

- 4 كوب ارز
- 4 كوب ماء / ملح
- مكعبة شوربة
- 2 ملعقة كبيرة زبدة أو سمن
- كوب مكسرا محمصه مشكلة وزبيب محمر
- اذا حبيتي ممكن مكعبات لحمة او اوانص وكبد فراخ

طريقة التحضير:

- يغسل الارز جيدا ويترك حتى يصفى
- يوضع السمن فى حلة على النار ويوضع الارز بعد ان يصفى جيدا ويحمر على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى يصير لونه ذهبيا ثم يوضع عليه الشوربة
- ويغلى ويترك على نار هادئة حتى ينضج ثم يحمر الاوانص والكبد و مكعبات اللحمة فى الزبد الثوم
- يقلب الارز فى قالب كيك مفتوح من النصف
- يوضع فى الفتحة اللحمة او الكبد ويرش المكسرات والزبيب ويأكل ساخنا

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل ارز بالطماطم والفلفل الحار

المقادير:

- 4 كوب ارز
- 4 كوب عصير طماطم مصفاه
- 4 قرون فلفل حار
- بصلة مبشورة
- ملح
- عصير ليمونة
- 3 ملاعق كبيرة زيت



طريقة التحضير:

- يغسل الارز ويصفى
- يوضع البصل والزيت على النار حتى يحمر بسيط ويضع الفلفل مع التقليب ثم يضاف عصير الطماطم والملح وعصير الليمون ثم يوضع الارز يغلى وتهدأ النار حتى النضج ويأكل ساخناً

وبالهنا والشفا.....

الارز الصيادية (ارز السمك)

المقادير:



- 4 كوب ارز
- 3 كوب ماء
- 2 بصلة كبيرة مبشورة
- ملح وفلفل اسود
- كوب عصير طماطم
- عصير ليمونة

طريقة التحضير:

- يحمّر البصل في الزيت حتى يصير ذهبى غامق
- يوضع عليه عصير الطماطم والماء والملح والفلفل وعصير الليمون
- ويضاف الارز ويوضع على النار يغلى وتهدأ النار حتى النضج ممكن يوضع على الوجه مكسرات محمصه
- وياكل مع سمك مقلّى

وبالهناء والشفاء.....

صنية ارز بالبشاميل



المقادير:

- نفس المقادير السابقة

طريقة التحضير:

- ارز مستوى بنفس الطريقة السابقة
- تدهن صنية الفرن بالسمن جيدا
- يوضع نصف الارز ثم العصاج
- يوضع باقى الارز ثم يصب البشاميل والجبنه المبشورة
- تدخل الفرن حتى يحمر الوجه وتاكل ساخنة

وبالهناء والشفا.....

برام الارز بالحليب



المقادير:

- 2 كوب ارز مغسول ومصفى
- ملح وفلفل
- 2 كوب حليب كامل الدسم
- قشطة او كريمة
- ممكن لحمة او حمام او فراخ مخلية

طريقة التحضير:

- يحضر برام او صنية الفرن
- يتبل الارز بالملح والفلفل ويوضع شوية فى البرام
- يوضع سمن او كريمة وتكمل عدة مرات حتى النصف
- يوضع الحمام المغسول جيدا او اللحمة او قطع الفراخ بعد التحمير فى الزبده جيدا
- يصب الحليب والقشدة على الوجه مع قطعة زبدة ويدخل فى الفرن مغطاه حتى ينضج
- ثم ينزع الغطاء ويترك فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه وياكل ساخنا

وبالهناء والشفا.....



الارز باللحمة شرائح (بفتيك)

المقادير:

- ارز مستوى
- شرائح اللحمة توضع على النار مع ملح وفلفل وشوية زيت حتى يجف ماء اللحم

طريقة التحضير:

- تحضر صنية مدهونة
- يوضع نصف الارز
- ترص شرائح اللحمة مع سوس اللحمة فى الوسط ثم يوضع
- باقى الارز ويوضع على الوجه قطع من الزبدة وقشطة وكوب حليب
- يدخل الفرن حتى يحمر

وبالهنا والشفا.....

طريقة عمل البيتزا



المقادير:

- 6 كوب دقيق ابيض منخول + 1 كوب زيت
- باكو خميرة جيدة النوع ملعقة صغيرة سكر + ملعقة ملح
- 3 ملاعق كبيرة حليب بودره + نصف كوب حليب دافئ
- كوب ماء دافئ

طريقة التحضير:

- اولا تختبر الخميرة فى كوب به شوية ماء دافئ وملعقة السكر وتترك ثم يوضع الدقيق فى اناء العجن وعلية الملح والزيت وبعد ان ترتفع الخميرة توضع على الدقيق ثم تعجن جيدا مع وضع الحليب الجاف والحليب الدافئ وتعجن جيدا حتى لا تلتصق فى اليد وتترك وتغطا حتى تخمر ثم تقطع اجزاء حسب عدد القوالب المقدة للفرن ويراعى ان يكون سمكها 2 سم بعد ذلك يدهن الوجه بالصلصة المعدة ويرش عليها فلفل حلو قطع وزيتون وأى شئ ترغيبين سجق - لحمة - فراخ - تونة - جمبرى - حسب رغبتك وترش الجبنة المبشورة والموزاريلا وتدخل فرن هادى حتى تسيح الجبنة ويحمر الوجه

طريقة عمل الصلصة:

- كوب صلصة + بصلة كبيرة شرائح ثوم مفروم - زعتر - ملح وفلفل او شطة - 2 حبة طماطم مقطعة
- يحمر البصل والثوم ويوضع عليه الصلصة والملح والفلفل والشطة والزعتر حتى يغلى الخليط مع الطماطم وينزل من على النار ويوضع على سطح عجينة البيتزا قبل ان يوضع عليها اللحوم وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

الباب الخامس

الأطباق المعروفة

طريقة عمل الكشك السمك الأحمر



المقادير:

- 1 كوب عصير طماطم
- كوب دقيق
- بصلة مبشورة
- رأس ثوم ناعم مع فلفل حار أو شطة
- عدد 2 سمكة بلطي او وقار منظف جيدا ومغسول مع عصير 3 ليمونة
- نعناع جاف ناعم
- 2 ملعقة طعام زيت
- 4/1 كوب ارز مغسول
- 2 كوب ماء

طريقة التحضير:

- تغلى الماء على النار ويوضع بها السمك بعد غسله مع الليمون والثوم الناعم حتى ينضج السمك
- ينزع السمك من الشوربة وتصفى الشوربة من السمك
- تحمر البصلة المبشورة ذهبى فاتح
- يوضع عليها عصير الطماطم والارز والملح حتى يستوى الارز
- يوضع الدقيق فى ماء ويصفى ويوضع علي خليط الطعام والارز
- بالتدريج مع التقليب المستمر حتى يصبح مثل المهلبية ويوضع عليها عصير ليمون وينزل من على النار
- ويصب فى اطبق أو قالب كبير يقدح زيت
- ينزل من على النار
- يوضع عليه النعناع الناعم
- يفصص السمك المسلوق ويوضع على الوجه
- يوضع النعناع والزيت على سطح الطبق وياكل بالخبز البلدى

وبالهنا والشفا.....

الكشك بالجمبرى

المقادير:

- 1 كيلو جمبرى منطف بالدقيق والليمون بعد فتح ظهر الجمبرى ونزع الغضروف الرفيع
- بصلة كبيرة مبشورة
- رأس ثوم ناعم مع فلفل حار او شطة
- كوب دقيق يذوب فى ماء ومصفى
- 1 كيلو عصير طماطم مصفى (حمرة)
- 4/1 كوب ارز
- ملح وفلفل



طريقة التحضير:

- يحمر البصل ذهبى فاتح ثم يوضع عليه الجمبرى المنطف والثوم والفلفل وعصير الطماطم والارز
- يوضع قليل من الماء حتى ينضج الأرز ثم يوضع الدقيق المذوب بالتدريج مع التقليب حتى يصير مثل المهلبية
- يصب فى اطباق ويزوق بالزيت والنعناع مثل الكشك السابق

وبالهناء والشفا.....

كشك بالزبادى والحليب والفراخ



المقادير:

- شوربة فراخ
- 2 علبة زبادى
- كوب حليب
- كوب دقيق
- عدد 3 بصلة مبشورة خشن
- 3 ملاعق طعام سمنة وزبدة
- ملح وفلفل

طريقة التحضير:

- يحمر البصل على نار هادئة مع قليل من الملح حتى يصير لونه ذهبى ويلاحظ تنزيله من على النار حتى لا يحرق لون البصل
- ينشل من السمن ويوضع فى طبق خارجى مع قليل من الملح حتى ينشف
- يوضع السمن المحمر فيه البصل على الشوربة
- يضرب الزبادى مع الحليب ويذوب الدقيق ويصفى ويخلط مع الزبادى والحليب ويصفى ويوضع على الشوربة بالتدريج مع التقليب مع ضبط تخانة الخليط حتى يصبح مثل المهلبية
- يصب فى قالب او فى اطباق ويرش على الوجه البصل المحمر وتفصص الفراخ على الوجه

وبالهنا والشفاء.....

طريقة عمل البصارة

المقادير:



- 2/1 كيلو فول مدشوش
- 2 بصلة واحد مبشورة وواحد مقطعة حلق
- ربطة بقدونس
- 2 ربطة كزبرة خضراء
- 2 ملعقة كزبرة جافة
- شطة او فلفل حار
- 10 فصوص ثوم ناعم

طريقة التحضير:

- يغسل الفول جيدا ويوضع عليه الماء وحلق البصل وربطة البقدونس مقطع والكزبرة
- الخضرة مقطعة وملعقة الكراوية لان الفول يكون فيه غازات والكراوية تطرد الغازات وفي نفس الوقت رائحتها ذكية
- يترك الفول على النار حتى ينضج مع مراعاة تقليل المياه في السلق حتى تكون سمكها مثل المهلبية عند التصفية ويمكن وضع ثمرة بطاطس مقشرة لكي تساعد على ضبط سمكها
- تنزل من على النار وتوضع في الخلاط او تصفى بمصفاه الطماطم
- يفرم الثوم مع الكزبرة الجافة والفلفل والكزبرة الخضرة
- توضع على النار مع ضبط الملح وتحمر الكزبرة مع باقى الخليط فى سمنة او زيت غزير
- توضع على البصارة المصفاه وتنزل من على النار وتصب فى اطباق حتى تبرد
- يحمص سمسم ويرش على الوجه واذا حبيتى بصل محمر على الوجه ممكن

وبالهنا والشفا.....

طريقة عمل الفولية

المقادير:



-
- 2/1 كيلو فو مدشوش
- 2/1 كوب از
- شوربة دسمة
- 2 ربطة سلق
- 3 عصير ليمونة
- 2 ربطة كزبرة خضراء
- ملعقة كبيرة كزبرة جافة
- بصلة كبيرة مقطعة قطع صغيرة
- ملح وفلفل اسود وفلفل حار او شطة
- 10 فصوص ثوم ناعم ومطحون مع فلفل حار او شطة

طريقة التحضير:

- يوضع الفول بعد غسلة على الشوربة على النار حتى يدخل فى الوى
- يغسل الارز ويوضع على الفول
- يقطف السلق وياخذ العيدان وتقطع وتتبيل بالملح والفلفل
- وياخذ العيدان وتقطع مثل البصل وتتبيل بالملح والفلفل وتدعك جيدا وتوضع على الشوربة حتى ينضج الفول والارز
- يدق السلق بعد غسلة ويصفى ويوضع العصير على الفول والارز بعد النضج تغلى ويعصر عليها ليمون مع مراعاة ضبط سمك الخليط
- تحمر الكزبرة المدقوقة والثوم وباقى تصفية السلق وتحمر فى السمن وتوضع السمن على الفولية ونصف التقلية والنصف الاخر بعد غرفها فى اطباق يرش على سطح الطبق باقى التقلية

وبالهنا والشفا.....

القول المطبوخ بالكزبرة الجافة



المقادير:

- 1 كوب فول مدشوش أو فول نابت مفصص
- 1 كيلو طماطم حمرة جدا مصفاه
- رأس ثوم ناعم
- 2 ملعقة كزبرة جافة وشطة
- 4/1 كوب ارز مغسول

طريقة التحضير:

- تحمر الكزبرة الناشفة والثوم مع الفول المغسول حتى يشرب رائحة الكزبرة والثوم
- يوضع عصير الطماطم والارز على نار هادئة حتى ينضج الفول والارز مع مراعاة وضع ماء حتى لا تلصق وتكون مثل اى خضار مطبوخ فى حلة تؤكل مع خبز بلدى

وبالهنا والشفا.....

العدس المطبوخ عدس بجبه (أسود)



المقادير:

- 2/1 كيلو عدس بجبه اى عدس أسود
- بصلة مبشورة ناعم مع فلفل حار
- عصير طماطم او صلصة
- 8 فصوص ثوم مطحون
- 2 ملعقة كمون ناعم

طريقة التحضير:

- ينقى العدس ويغسل جيدا ويوضع مع الماء على النار حتى يسلق جيدا ثم يصفى ويغسل لكي ينزل اللون الأسود منه
- تحمر البصلة بمبى ويوضع عليها الطماطم او الصلصة مع ضبط الماء فى الصلصة
- يوضع عليها العدس المسلوق
- يوضع الثوم والكمون الناعم مع الفلفل الحار حتى يغلى جيدا وينزل من على النار ويؤكل بالخبز

وبالهنا والشفا.....

شوربة العدس الاصفر

المقادير:



- 2/1 كوب عدس اصفر
- 1 (ثمرة) جزرة
- 1 (ثمرة) كوسة
- 1 بطاطس بصلة مقطعة حلق
- 8 فصوص ثوم ناعم
- 2 ملعقة كمون ناعم
- 3 ملاعق زيت

طريقة التحضير:

- يغسل العدس ويوضع مع الخضار المقطع الكوسة والجزر والبطاطس والبصل والطماطم ويوضع عليهم الماء على النار حتى تستوى الجميع يصفى او يضرب فى الخلاط
- بعد ذلك يوضع على النار وعليه الملح ومكعبه شوربة
- يحمر الثوم والكمون ويوضع على الشوربة وتقدم ساخنة مع قطع الخبز المحمر وبذلك تكون وجبة مغذية ولذيذة

وبالهنا والشفا.....

كشري بالعدس الاصفر

المقادير:



- 2 كوب ارز
- 2 كوب عدس اصفر منقى
- يخلط الارز مع العدس ويخلط جيدا ويغسل
- 2 ملعقة كبيرة زبدة او سمنة
- 4 ملعقة زيت لتحمير البصل
- عدد 4 حبات بصل مقطع حلق رفيع
- ملح وفلفل اسود
- كمون شطة

طريقة التحضير:

- يوضع الزيت فى حلة مع البصل ويحمر حتى يصير لونه ذهبى فاتح
- ينزل من على النار وينشل البصل ويوضع فى طبق مع قليل من الملح
- يوضع الارز والعدس فى زيت تحمير البصل ويقلب ويوضع الملح والفلفل الاسود والشطة مع التقليب ثم يضاف الماء نفس مقدار الارز والعدس ويغلى على النار ويترك على نار هادئة حتى ينضج
- بعد ذلك توضع الزبدة ويغطى حتى تسيح
- يغرف ومعه البصل المحمر على الوجه ممكن ياكل مع بيض مسلووق ومحمر فى السمن ويقدم معه

وبالهنا والشفاء.....

كشرى بعدس اسود بجبه مع مكرونة عقل صغيرة

المقادير:



- 2 كوب ارز مغسول
- 2 كوب عدس مغسول ومسلوق
- 4 بصلة مقطع حلق ومحمر مثل الطريقة السابقة
- كوب مكرونة عقل مسلوقة ومصفاة
- صلصة (نصف كوب جيد النوع)
- 2 فص ثوم ناعم
- ملح وفلفل وكمون وشطة او فلفل حار

طريقة التحضير:

- يحمر البصل فى الزيت
- يغسل الارز ويضاف مع العدس المسلوق المصفى ويوضع على زيت البصل المحمر ويقلب ويضاف عليه الملح والفلفل والكمون
- يوضع الماء المغلى وتهدأ النار حتى ينضج
- يضاف الزبدة حتى تسيح ثم يغرف ويوضع عليه المكرونة والبصل المحمر
- تعمل صلصة حارة
- يحمر الثوم ويوضع عليها قليل من الخل والفلفل الحار والصلصة والملح وتغلى وتقدم مع الكشرى
- ممكن عمل دقة خل وثوم وشطة وكمون بارد

وبالهنا والشفا.....

طريقة عمل الشكشوكة

المقادير:

- 1 2/1 كيلو طماطم لابد ان تكون الطماطم حمرة جدا
- مصفاه
- بيض حسب عدد الافراد ممكن 10 بيضات
- 4/1 كوب أرز مغسول
- فلفل حار
- بصلة مبشورة ناعم
- ملح وفلفل



طريقة التحضير:

- يحمر البصل في الزيت الى ان يصير ذهبي اللون
- يضاف عصير الطماطم عليها ثم الأرز والملح والفلفل الأسود والفلفل الحار وتترك حتى يستوى الأرز
- يوضع قليل من الماء مع ضبط المرقعة حتى تغلى
- يكسر البيض واحدة بعد الثانية بدون تحريك حتى تصبح البيضة صحيحة
- تترك على نار هادئة حتى ينضج البيض جيدا مع ملاحظة عدم التقليب لكي يظل البيض على شكله وتاكل بخبز بلدى

وبالهناء والشفاء.....

طريقة تدميس الفول

- 2 كوب فول تدميس ويكون من نوع جيد
- للعلم لون الفول يكون فاتح لانه اذا كان لونه احمر معناه انه قديم

طريقة التحضير:

- يغسل الفول ويوضع فى دماسه وينقع من الصباح حتى المساء ثم يوضع على النار حتى يغلى ويوضع على نار ضعيفه جدا
- يترك حوالى 4 ساعات محكم الغطاء ويكون مغطاه جيدا بالماء حتى لا يجف ويأكل ساخن
- ممكن عصر 2 ليمونة فى ماء الفول وهو يغلى لكى يحافظ على لونه وبالهناء والشفاء

فول بالتقلية

المقادير:

- بصله مبشورة ناعم
- خل
- ملح وفلفل
- فلفل حار
- طماطم متقطعه صغيرا

طريقة التحضير:

- يحمر البصل فاتح ويوضع عليه طماطم مقطع والفلفل الحار والخل ويوضع الفول على الخليط حتى يغلى ويأكل ساخنة
- ممكن بدل البصل ثوم بنفس الطريقة وبالهناء والشفاء

طريقة عجينة الفلافل

المقادير:

- 2/1 كيلو فول مدشوش ومنقوع فى الماء 24 ساعة
- كسبرة خضرا ربطه مغسوله ومقطعه
- بقدونس ربطه مغسوله ومقطعه
- رغيف خبز مبلول فى ماء ومعصور
- فلفل حار
- بصله
- ملح وفلفل
- كسبرة جافه وناعمه
- ثوم 8 فصوص
- ملعقة كبيرة كمون

طريقة التحضير:

- يقطع البصل والخضرة والثوم
- يصفى الفول ويفرم بمفرمة اليد او الكبه ثم يفرم مرة اخرى مع البصل والخضر والفلفل الحار والخبز
- يقلب الخليط جيد وياخذ كمية للاكل والباقى يوضع فى كيس بالفريزر قبل وضع الملح
- يسخن الزيت ويوضع باناء به ماء و 4/1 ملعقة كربوناتو ثم تبل اليد فى الماء ثم تشكل العجينة دوائر ويوضع عليها السمسم وتحمر فى الزيت بعد ان يحمر لونها وتاكل ساخنة

وبالهناء والشفاء

طريقة عمل اللوبية بعين سوداء



المقادير:

- 2/1 كيلو لوبية
- كوب عصير طماطم أو صلصة
- بصلة مفرومة
- مكعبة شوربة
- ملعقة كبيرة زيت أو سمنة

طريقة التحضير :

- تغسل اللوبية وتسلق في ماء حتى تنضج وتصفى وتشطف بالماء حتى ينزل ماء السلق
- يحمر البصل في السمن أو الزيت
- يوضع عصير الطماطم حتى يغلي
- تترك على النار مع مكعبة الشوربة والملح والفلفل حتى تنضج الطماطم وتزود بالماء ثم توضع اللوبيا على الصلصة
- تترك على النار حتى تنضج جيدا
- وتأكّل مع أرز أبيض
- تعمل الفاصوليا البيضاء بنفس الطريقة

وبالهناء والشفاء.....

العجة بالبيض والبطاطس المسلوقة



المقادير:

- 10 بيضات
- 4 حبة بطاطس مسلوقة
- ملح وفلفل بهار
- 2 حبة بصل مقطع اجنحة رقيقة
- 4 ملاعق زيت

طريقة التحضير:

- يوضع الزيت والبصل فى صينية على النار
- يحمر قليلا
- يسلق البطاطس بعد التقشير ويقطع مكعبات ثم يضاف على ابصل
- تتبل بالملح والفلفل ثم يكسر البيض ويضرب جيدا
- يوضع على البطاطس والبصل مع التقليب الجيد ثم تدخل الفرن حتى يحمر الوجه
- وتأكل مع صلطة خضار

وبالهناء والشفاء.....

العجة بالخضرة والدقيق



المقادير :

- 10 بيضات
- ربطة بقدرونس - نعناع - شبت
- بصلة مبشورة
- 2 ملعقة دقيق
- ملح وفلفل
- 2 ملعقة كبيرة زيت
- 2 حبة طماطم مقطعة مكعبت صغيرة
- فلفل حار مقطع

طريقة التحضير:

- يذاب الدقيق ويصفى ويكسر البيض ويضرب جيدا على الدقيق
- يحمر البصل فى الزيت ويوضع الطماطم ثم الخضرة والفلفل بعد غسلها وفرمها
- ينزل الخليط من على النار ويترك على نار هادئة
- يضاف على الخليط البيض المخفوق والدقيق
- يصب فى صنية مدهونة زيت
- تدخل الفرن حتى يحمر الوجه ممكن تعمل أقراص على النار فى المقلاة

وبالهناء والشفا.....

الباب السادس

أنواع اللوم

طريقة عمل اللحم البفتيك



المقادير:

- 4 شرائح لحمة
- 2 بيض مخفوق بالملح والفلفل
- بقصمات ناعم ودقيق

طريقة التحضير:

- تترك اللحم في الملح والفلفل حوالي ساعة حتى تشرب الملح والفلفل
- تتبل في الدقيق من الناحيتين وتضع في البيض وبعد ذلك في البقصمات
- تترك في الثلاجة شوية حتى لا نطلع طبقة البيض في القلي
- يوضع زيت غزير في مقلاة ويسخن الزيت ثم تهدأ النار
- يوضع البفتيك ويلاحظ عد التحريك حتى يحمر من جهة ثم يقلب للجهة الثانية
- ويترك حتى يصير لونه ذهبي فاتح
- ويأكل مع مكرونة اسباجيتي وستيه

وبالهناء والشفاء.....

اللحمة المشوية

المقادير:

- من الممكن لحم ضانى ريش أو مكعبات بتلو صغير
- او لحم انتراكوت مقطعة شرائح سميكة
- بصلة مشورة ناعم
- ملح وفلفل وعصير البصل
- قليل من جوزة الطيب
- علبة زبادى



طريقة التحضير:

- يوضع اللحم على البصل بعد عصره والملح والفلفل والبهار والزبادى
- تترك حتى يشرب اللحم الخليط
- توضع اللحم على شواية وتغطى ثم تقلب حتى تسوى فى عدم وجود شواية
- توضع فى مقلاة مدهونة زيت قليل وتقلب من الناحيتين ثم تحرق فحمة حتى تلتهب
- توضع فى كوب الومنيوم
- يصب زيت على الفحمة الملتهبة
- يطلع دخان ويغطى جيدا لكى تأخذ رائحة الشوى

وبالهناء والشفا.....

اللحمة المحمرة بالبصل والثوم



المقادير:

- 2/1 كيلو لحم مكعبات
- ملح وفلفل
- بصلة مبشورة
- 4 فصوص ثوم ناعم

طريقة التحضير:

- توضع فى حلة وتترك على النار الهادئة حتى تشرب ماء اللحم وتكون مغطاه
- يضاف الزيت أو السمنة والبصل والثوم وتحمر جيدا
- يضاف قليل من الماء بالتدرج حتى تستوى اللحم ويترك بها سائل بسيط وتأكّل ساخنة

وبالهنا والشفاء.....

اللحمة كباب حلة



المقادير:

- 2/1 كيلو لحم مكعبات
- صلصة ملعقة كبيرة
- 2 ملعقة ملح وفلفل
- 4 فصوص ثوم مدقوق ناعم
- 2 ملعقة سمنة أو زبدة

طريقة التحضير:

- توضع اللحمة على النار حتى تشرب الماء مع ملح وفلفل
- يوضع زبده أو سمنة والثوم
- تحمر ثم تضاف الصلصة والماء وتترك على نار هادئة حتى تنضج اللحم
- تترك حتى تشرب الماء
- تستوى اللحمة ويبقى الصلصة والسمن
- وتقدم مع بطاطس محمرة

وبالهناء والشفاء.....

اللحمة المتبلّة صنية بالبهارات

المقادير:



- شرائح لحمة حسب الطلب وتكون سميكة بعض الشيء
- بصلة
- 2 فص ثوم
- ملح / قرفة / وفلفل / بهار
- جوزة الطيب
- صلصة طماطم
- طماطم مبشورة

طريقة التحضير:

- يوضع البصل مع البهارات والبصل والثوم والطماطم
- يقلب الخليط جيدا ثم تتبل شريحة اللحمة جيدا فى التوابل
- توضع فى صنية وترص الشرائح مع التوابل جيدا
- يوضع زيت على الوجه ويغطى الوجه بغطاء جيد حتى لايتغير شكل الشرائح
- توضع على نار هادئة حتى تنضج
- تترك لتبرد ثم تنظف من التالطة
- وبعد ذلك ممكن تاكل مشوية او مقلية او عملها بفتيك وهذه الطريقة ممكن حفظها فى الثلاجة بالتوابل اذا فاجاك ضيوف تكون جاهزة ومستوية

وبالهناء والشفا.....

فخدة اللحم الضانى (اى لحم الخروف)



المقادير :

- فخدة أو كتف ويكون مكسر من العظم

طريقة التحضير:

- تغلى ماء وتوضع الفخدة مع بصل وملح وفلفل ومستكة وحبهان ينزع منها الريم وتترك حتى تدخل فى السوى
- ثم ينزع من الشوربة وتوضع فى صنية التوابل
- ملح وفلفل طماطم مقطعة او مبشورة زعتر
- بهار بشر ليمون وعصير ليمون زيت
- ممكن بشر برتقال لكى يعطى رائحة جيده
- يقلب الخليط ويوضع على الفخدة من جميع النواحي وتغطى وتدخل فى الفرن حتى تشرب سائل الخليط وتحمر ثم تخرج من الفرن وتقدم ساخنة

وبالهنا والشفاء.....

فخذة كندوز مخلية من العظم

المقادير:

- بصلة مقطع شرائح
- حبة طماطم وملعقة صلصة
- ملح وفلفل
- بهار
- جوزة الطيبة
- بشر برتقال
- بشر ليمون
- 2 فص ثوم



طريقة التحضير:

- يقلب الخليط على بعضه وتشق الفخذ من النصف لقبل اخرها وتحشى بنصف الخلطة وتقفل وتوضع باقى الخلطة على الوجه وقليل من الزيت والماء
- تغطى وتدخل الفرن حوالى ساعتين لكى ينضج وتشرب الطعم مع ملاحظة الفرن هادئ
- حتى يحمر وجه اللحم وتقدم ساخنة

وبالهنا والشفا.....

طريقة عمل العصاج باللحمة المفرومة



المقادير:

- 2/1 كيلو لحم مفروم
- عدد 2 بصلة مبشورة ناعم
- ملح وفلفل
- قليل من الزيت

طريقة التحضير:

- يوضع اللحم فى الزيت على النار ثم يضاف الملح والفلفل على نار هادئة حتى يتغير لون اللحم مع اضافة البصل المبشور
- تقلب وتترك على نار هادئة مغطاه حتى تشرب كل السائل ويستعمل فى كل الحشوات ويمكن يوضع عليه بيض او ملعقة صلصة ويعمل سندوتشات للاولاد فى الفطار

وبالهنا والشفا.....

اللحمة الشرائح بالملح والفلفل والزيت



المقادير:

- 2/1 كيلو لحم شرائح
- ملح وفلفل
- زيت

طريقة التحضير:

- تتبل اللحمة بالملح والفلفل
- ترص فى صنية وتوضع عليها الزيت
- توضع على النار الهادئة حتى تشرب السائل
- تحمر من الجهتين وتنزل من على النار وتأكّل ساخنة مع أرز أبيض

وبالهناء والشفاء.....

الكفتة المشوية



المقادير:

- 2/1 كيلو لحم مفروم ناعم
- بصلة صغيرة مفرومة ناعم
- ملح وفلفل
- بهار

طريقة التحضير:

- توضع اللحم مع البصل والملح والفلفل والبهار تعجن جيدا وتشكل حسب الرغبة
- توضع على الشواية حتى تستوى او توضع على النار حتى تستوى او توضع على النار مغطاه حتى تنتشرب
- يوضع بها فحمة مثل الطريقة السابقة

وبالهناء والشفا.....

طريقة عمل عيش باللحمة (الحواشي)



المقادير :

- 1 ك لحم مفروم بدون دهون
- ربطة بقدونس مغسول ومقطع قطع صغيرة
- بشر حبة طماطم
- بشر حبة فلفل رومي وفلفل حار
- عدد 3 حبة بصل مفروم ناعم
- ملح وفلفل

طريقة التحضير:

- تخلط اللحمة مع البقدونس المفروم والبصل والفلفل الاخضر والطماطم وتتبّل بالملح والفلفل وتعجن جيدا ثم توضع فى عيش عجين وتقل جيدا من الحروف ويدهن الوجه بالبيض والحليب وتدخل افرن حتى يحم الوجه وتأكّل ساخنة

طريقة عمل العيش العجين

المقادير:

- 1 ك دقيق
- ملعقة كبيرة خميرة فورية
- ملعقة سكر
- ملعقة ملح
- كوب ماء دافئ للعجب
- 2/1 كوب زيت

طريقة التحضير:

- يقلب الخليط على بعضه وتعجن جيدا وتترك حتى تخمر وترتاح ثم تقطع وتفرد للخبز

طريقة عمل الكبيبة الشامى

المقادير:



- 2/1 كيلو برغل
- كيلو لحم مفروم ناعم
- ملح وفلفل
- 2 ملعقة كبيرة قرفة ناعمة
- 2 بصلة كبيرة
- 2 بصلة - لوز او سنوبر محمص
- زبيب محمر

طريقة التحضير:

- يطحن البرغل فى مطحنة الفلفل ناعم بعد التنظيف
- يعمل 4/1 لحم عصاج مع بصلة مفرومة
- يفرم باقى اللحم فى الكبة مع الملح والفلفل وملعقة قرفة
- يوضع معها البرغل الناعم
- يوضع فى العجن ماء مثلج
- يقلب الخليط جيدا حتى تصير عجينة سهلة التشكيل
- يصفى العصاج فى مصفاه لكى لا تفك الكبيبة من دهن العصاج
- يضاف عليه القرفة الباقية والزبيب والسنوبر او اللوز المفرد
- تشكل على هيئة بيضة تفتح بالاصبع وتحشى بالعصاج وتحكم جيدا وتقلى فى الزيت
- ممكن حفظ باقى الكمية فى اطباق ثلاجة فى الفريزر وعند الاستعمال تحمر وهى جامدة فى زيت غزير وتقدم ساخنة مع عدم التقليب فى الزيت حتى لا يفك الحشو

وبالهنا والشفا.....

بفتيك اللحم المفرومة



المقادير:

- 2/1 لحم مفروم
- 2 بيض
- ملح وفلفل
- بقدونس وشبث
- نعناع قليل من القرفة
- دقيق
- بقصمات ناعم
- ممكن اضافة خبز افرنجى مبلول ومعصور او ارز مسلوق او قليل من البقصمات الناعم على اللحم

طريقة التحضير:

- توضع اللحم على ابصل والملح والفلفل والبهار والقرفة والخضرة المقطعة ثم اضافة اى نوع متداخل مع اللحم الخبز او الارز او البقصمات الناعم وممكن مبشور بطاطس تعجن جيدا
- تقطع دواير وتبسط مثل شريحة اللحم مستطيلة او مربعة حسب الشكل توضع فى الدقيق ثم البيض المخفوق بالملح والفلفل ثم فى البقصمات الناعم بعد ذلك تحمر فى زيت غزير ساخن وتكون نار متوسطة الحرارة لكى ينضج اللحم وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفا.....

الحمّة الاسكتلندي بالبيض المسلوق



المقادير:

- 2/1 كيلو لحم مفروم مع بصل وملح وفلفل مثل الكفتة
- 5 ربيصات مسلوقة جيدا

طريقة التحضير:

- يعجن اللحم مع البصل والتوابل
- تفرد اللحم ويقشر البيض المسلوق
- يرص البيض المسلوق على طرفها بجانب بعض وتلف اللحم بحرص جيدا حتى يختفي البيض تماما لتكون اسطوانه طويلة تلف بورق المنيوم مدهونة زيت لكي لا يلصق اللحم في الورق
- تقفل من جميع النواحي جيدا مع الضغط عليها وتدخل الفرن حتى تنضج
- تترك حتى تبرد ثم ينزع من عليها الورق وتقطع دوائر حتى يظهر البيض بداخلها وتقدم مع مكرونة او ارز وصلصة

وبالهناء والشفاء.....

الفتة بالخل والثوم



المقادير:

- الفتة بالخل والثوم مع لحم ضانى
- لحم ضانى او كندوز مكعبات

طريقة التحضير:

- تسلق اللحم لعمل الشوربة جيدة يوضع ماء فى 2 اناء غويط حتى تغلى
- يوضع اللحم اناء وتغلى حتى يظهر الريم بغزارة
- تنتشل اللحم وتشطف وتوضع فى الماء الغلى مع بصلة ومستكة وحبهان وورقة لورى
- تترك حتى تستوى اللحم جيدا ويوضع الملح
- يقطع الخبز الناشف ويوضع عليه ملعقة سمنة كبيرة أو زبدة
- يدخل الفرن حتى يشرب السمنة ويكون على نار هادئة
- يوضع الخبز فى قالب غويط ويحمر الثوم ويضع عليه الخل وقليل من الماء حتى يغلى مع الملح والفلفل الاسود
- تصب الشوربة على الخبز بالتدرج مع التقليب على الخبز بالدريج ثم يضاف الثوم والخل ويقلب ثم يوضع الارز الابيض على سطح القالب ويجمل باللوز المحمر وقطع اللحم
- ممكن الاستغناء عن الثوم والخل
- اذا اردنا فتة بالسمن والفلفل الاسود
- يوضع سمن على النار ومعه الفلفل الاسود ويصب على الخبز بعد الشوربة وتكمل الطريقة السابقة

وبالهناء والشفاء.....

اللحمة الباردة (روزبيف)



المقادير:

- عرق لحمة مربوط بالخيط عند الجزار
- ملح وفلفل اسود
- 4 فصوص ثوم

طريقة التحضير:

- يوضع فى اناء غويط مع زيت ويحمر جميع نواحي العرق ثم يزود بالماء حتى يغطى ويترك على النار حتى قرب ان يشرب الماء وممكن ان يوضع 4 فصوص ثوم مع التحمير
- يوضع ملح وفلفل ومكعبة شوربة ويترك على النار حتى ينتهى السائل مع ملاحظة الا ينشف السائل نهائيا
- ينشل العرق ويوضع فى طبق داخل الثلاجة قبل ان يقطع حتى يتجانس بعد ذلك يقطع قطع رفيعة وممكن يوضع عليه باقى شوربة العرق
- او يوضع خضار سوتية على السائل المتبقى من اللحم يعطى طعم لذيذ ويقدم مع اللحم

وبالهناء والشفا.....

طريقة عمل الخرشوف المحشى مع بطاطس محشية

المقادير :

- 5 خرشوفات
- 5 حبات بطاطس أو حسب الرغبة
- 2/1 كيلو لحمة مفرومة
- بصلة مبشورة ناعم
- ملح وفلفل
- كوب بزلاء مسلوقة ومصفاة



طريقة التحضير:

- ينظف الخرشوف للحشو والطريقة
- يرفع القشر واحدة بعد الثانية حتى قبل الاخر عند الورق الابيض حسب الشكل
- يقطع نصف الورق بالطول ثم تقور بالمعلقة حتى تخرج قلب الخرشوفة
- تدعك بالليمون وتسلق فى الماء والليمون وقليل من الخل وملعقة دقيق حتى يصبح لونه أبيض
- يصفى بعد ذلك ويترك للحشو البطاطس
- يقشر ويقور ويحمر بلون ذهبى ثم يترك حتى يبرد
- يخلط اللحم مع البصل الناعم والبزلاء المسلوقة والملح والفلفل
- يعجن الخليط ويوضع فى البطاطس والخرشوف كرات مثل كرات الكفته
- يرص فى صنية ويوضع عليه صلصة

طريقة عمل الصلصة:

- زيت وثوم يحمر فاتح
- يوضع عليه باقى اللحمة والبزلاء والصلصة او عصير الطماطم
- يترك حتى يغلى ويضبط بالملح والفلفل
- يصب على الخرشوف والبطاطس وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه

وبالهناء والشفاء.....

الخرشوف باتية بالبيض والبصمات



طريقة التحضير:

- ينظف الخرشوف لنهاية القشر وينزع منه الشعر
- يدعك بالليمون ويسلق بنفس طريقة الخرشوف السابق
- يصفى ويوضع فى الدقيق ثم البيض المخفوق بالملح والفلفل ثم فى البصمات ناعم
- يحمر مثل البفتيك ويقدم مع بطاطس محمرة وتصبح وجبه تغنى عن اللحوم

وبالهناء والشفا.....

الخرشوف المسلوق بالزيت والليمون



طريقة التحضير:

- ينظف الخرشوف بنفس الطريقة السابقة
- يقطع مربعات ويسلق ويصفى ويوضع عليه ثوم ناعم وخل وليمون وملح
- ويمكن يجمال بالكسبرة الخضرة على الوجه
- ممكن عمل الخرشو صنية بالبشاميل مثل طريقة المسفعة بالبشاميل

وبالهناء والشفا.....

أنواع الكبده

طريقة عمل الكبدة الاسكندراني

المقادير:



- 2/1 كيلو كبدة مقطعة شرائح رقيقة
- 8 فصوص ثوم مفروم ناعم
- ملح وفلفل حار
- فلفل اسود وكمون وكزبرة جافة وناعمة
- يدق الثوم مع الملح والفلفل والكمون

طريقة التحضير:

- يضاف على الكبدة بعد غسلها بالخل والماء وتصفى جيدا خليط الثوم والكمون والكزبرة
- يقلب الخليط مع الكبدة ويترك عندما نريد اكلها
- طريقة القلي
- يسخن الزيت جيدا ثم توضع الكبدة مع التقليب حتى لا ينزل منها سائل ويحمر وتنزل من على النار ويعصر عليها الليمون وتاكل ساخنة سندتتش مع فلفل اخضر وليمون

وبالهنا والشفا.....

الكبدة بالبصل والثوم



المقادير:

- 2/1 كيلو كبدة شرائح صغيرة
- بصلة مقطعة حلق رفيع
- 4 فصوص ثوم ناعم مطحون
- زيت
- ملح وفلفل وكمون

طريقة التحضير:

- يسخن الزيت ويوضع عليه البصل والثوم والملح والفلفل والكمون حتى يدبل البصل
- توضع الكبدة وتترك حتى تحمر ويعصر عليها ليمون وتقدم ساخنة

وبالهنا والشفا.....

الكبد بانية

المقادير:

- 2/1 كيلو كبد شرائح مثل البفتيك
- دقيق و 2 بيض
- بقصمات ناعم
- ملح وفلفل
- بهار
- زيت للتحمير



طريقة التحضير:

- توضع الكبد في وعاء غويط
- يوضع عليها خل حتى ينزل الدم ثم تشطف بلماء وتصفى جيدا مع عدم تحكها باليد
- تفرد قطعة قطعة وتغلى بالدقيق ثم البيض ثم البقصمات
- تحمر في زيت ساخن بطريقة قلى البفتيك حتى يحمر وجهها بلون ذهبي فاتح وتقدم مع صلصة ومكرونة

وبالهنا والشفا.....

كبدة الفراخ



المقادير:

- 2/1 كيلو كبدة فراخ
- 4 فص ثوم مقطع صغيرة
- ملح وفلفل وزبدة او سمن

طريقة التحضير:

- توضع الكبدة فى مقلاية على النار حتى تنشف
- يوضع عليها السمن واللح والفلفل والثوم
- تترك حتى تحمر وممكن معها اوانص مقطعة
- هذه الطريقة توضع مع الارز المحمر بالمكسرات

وبالهنأ والشفا.....

كمونية الكبدية



المقادير:

- 2/1 كيلو كبده
- 4 فصوص ثوم ناعم
- ملح وفلفل وزبدة او سمن وكمون ناعم
- عصير طماطم او صلصة

طريقة التحضير:

- تغسل الكبدية
- وتوضع فى نقلاية على النار حتى تنشف من الماء
- يوضع عليها السمن والملح والفلفل والثوم والكمون
- تترك حتى تحمر ثم يضاف عليها عصير الطماطم او الصلصة وتترك على نار هادئة حتى تنضج وتقدم ساخنة مع الارز الابيض

وبالهنا والشفا.....

كفته الارز

المقادير:



- 2/1 كيلو لحمة مفرومة ناعم + بصلة مفرومة ناعمة
-
- كوب ارز ناعم
- ملح و فلفل اسود
- خضرة بقوننس و نعناع و شبت مقطع 4 فصوص ثوم ناعم

طريقة التحضير:

- يخلط المقادير مع بعضها وتوضع فى المفرمة او الكبسة وتقرم جيدا ثم تعجن وتشكل كور صغيرة او اصابع حسب الطلب
- تحمر فى زيت غزير وتوضع بعد ذلك فى الصلصة ويمكن تاكل محمرة ساخنة

طريقة عمل الصلصة:

- فص ثوم ناعم ومحمر ويوضع الصلصة او عصير الطماطم حتى تغلى ويضبط الملح ثم يوضع الماء حسب الطلب وتغلى
- بعد ذلك الكفته وتغلى بسيط وتنزل من النار وتاكل مع ارز ابيض او مع كسكسى

وبالهناء والشفا.....

كفته داوود باشا



المقادير:

- 2/1 ك لحم مفروم ناعم
- بصلة مفرومة ناعم
- ملح ، فلفل اسود
- 2 ملعقة زيت
- 4 ملاعق دقيق

طريقة التحضير :

- يوضع اللحم فى وعاء غويط ويوضع عليه البصل المفروم والملح والفلفل الاسود وتعجن جيدا
- ثم تشكل على شكل كور صغيرة وتدحرج فى الدقيق
- ثم يوضع الزيت على نار هادئة وتوضع دوائر الكفته حتى تحمر من الناحيتين
- ثم توضع فى صلصة مثل صلصة كفته الارز وتقدم ساخنة مع ارز ابيض

وبالهناء والشفا.....

كفته الجمبرى



المقادير:

- 1 كيلو جمبرى مقشر
- 2 كوب ارز ناعم
- رأس ثوم ناعم مفروم
- فلفل حار مع الثوم الناعم
- بصلة مفرومة ناعمة
- ربطة بقدونس + ربطة نعناع مفروم ناعم

طريقة التحضير:

- يفرم الجمبرى مع الارز والثوم والبصل وبقدونس ثم يعجن الخيط جيدا ويشكل كور او اصابع ثم تحمر فى زيت ساخن
- وتقدم ساخنة او فى الصلة مثل كفته الارز

وبالهنا والشفا.....

انواع الفراغ والطبور

الفراخ مسلوقة ومحمرة



المقادير:

- فرخة - بصلة
- مستكة - حبهان
- ملح وفلفل
- زيت أو سمن للتحمير

طريقة التحضير:

- تنظف الفرخة جيدا بعد وضع قليل من الخل قبل التنظيف وإخراج الدم بداخل العظام
- يوضع في داخل الفرخة شوية ملح وتدعك جيدا
- بعد ذلك تدعك بالدقيق وتشطف جيدا
- تغلى الماء وتوضع الفرخة والملح وتترك حتى يغلى وينزع الريم
- يوضع المستكة والحبهان والبصلة ومكعبة شوربة لتحسين طعم الشوربة
- تترك حتى تنضج الفرخة ثم ينشل من الشوربة وتقطع على أربعة وتدهن بالليمون والملح والفلفل
- تحمر في زيت جيدا مع وضع غطاء حتى يفرقع الزيت وتقدم ساخنة

وبالهنا والشفا.....

الفراخ صنية فى الفرن

المقادير:



- فرخة
- بصلة
- ملح وفلفل
- ملعقة صلصة
- بهار وزعتر
- زيت
- 2/1 كوب عصير ليمون

طريقة التحضير:

- تنظف الفرخة جيدا كما ذكرت من قبل
- تقطع قطع الفراخ وتوضع البصل من التوابل والصلصة
- تدهن قطع الفراخ جيدا وترص فى قالب فرن ويوضع باقى الخلطة على وجه الفراخ وشوية زيت وتوضع على النار حتى تغلى
- تدخل الفرن ليحمر الوجنه
- من الممكن وضع حلقات بطاطس مع الخلطة اذا أردت

وبالهنأ والشفا.....

الفراخ المحشية



المقادير:

- فرخة
- كوب فريك أو ارز ملح وفلفل
- سمنة أو زيت
- لوز محمص إن وجد بصلة مفرومة

طريقة التحضير:

- تغسل الفرخة وينقى الفريك ويغسل جيدا ويصفى
- يوضع على النار البصل والملح والفلفل والسمن
- يضاف الفريك ويقلب حتى تشرب سائل الفريك
- ينزل من على النار ويضاف اليه اللوز المحمص
- تحشى الفرخة بالخليط مع مراعاة الحشو من عند الرقبة ومن عند الفخاذ ثم تقفل بالحلة الخشب
- ويكون حجم الحشو مناسب لكي لا تفتح اثناء التسوية حتى لا يخرج الحشو اثناء السليق
- تغلى ماء سليق الفرخة وتوضع معها مكونات الشوربة السابقة تترك حتى تنضج وتنشل من على النار تدهن الفرخة بالصلصة والليمون والملح والفلفل والزعر
- تدخل الفرن وتحمر من جميع الجهات
- ممكن بعد الحشو يوضع عليها نفس الخلطة وتغطى وتدخل الفرن بدون سلق

وبالهناء والشفا.....

الفراخ بالبطاطس والليمون

المقادير:



- تقطع الفرخة 8 قطع
- يقطع 1 كيلو بطاطس بعد التقشير مربعات
- ملح وفلفل
- كوب عصير ليمون
- مكعبه مرقة
- كوب ماء مغلى

طريقة التحضير:

- يحمر البطاطس فى زيت حتى يصبح ذهبى فاتح
- يحمر فى نفس الزيت قطع الفراخ تحمير جيد
- يرص البطاطس المحمرة فى قالب فرن والفراخ
- ثم يضاف الماء المغلى مكعبه الشوربة وتذوب جيدا والملح والفلفل وكوب عصير الليمون
- يصب على الفراخ والبطاطس وتدخل الفرن حتى يحمر الوجه

وبالهناء والشفاء.....

الفراخ البانية



المقادير:

- 2/1 كيلو صدور فراخ مخلية
- ملح وفلفل
- عصير ليمون
- بيض وبقصات ناعم
- دقيق

طريقة التحضير:

- تغسل الفراخ وتتبّل بالملح والفلفل و عصير الليمون
- تترك حتى تشرب طعم التتبيلة
- تتبل بالدقيق قطعة بعد قطعة ثم البيض ثم البقصات وتترك مثل البوفتيك حتى تتماسك
- تحمر في زيت غزير حتى تصبح لونها ذهبي فاتح

وبالهناء والشفاء.....

الفراخ المخلية بالصلصة البيضاء

المقادير:

- 2/1 كيلو فراخ مخلية صدور
- 2 ملعقة كبيرة دقيق
- سمن أو زبدة
- كوب حليب
- جبنة مبشورة
- ملح وفلفل
- بصلة مبشورة



طريقة التحضير:

- تقطع الفراخ مكعبات
- توضع مع البصلة وتتبّل بالملح والفلفل
- يذوب الدقيق في الحليب
- يصفى ويصب بالتدرّج على الفراخ على نار هادئة مع التقلّيب حتى تغلى ويتماسك الخليط
- يرش عليها الجبنة المبشورة ويمكن يضاف عليها كريمة ان وجد

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل الارانب

المقادير:



- ارنب منظف مثل تنظيف الفراخ
- يقطع الفخذين والوسط على اثنين والكتفين
- مستكة وحبهان
- زبدة وملح وفلفل

طريقة التحضير:

- يوضع الماء على النار للسلق
- ويوضع 4 فص مستكة مع زبدة وتحمر الارانب حتى تشرب بالسائل
- توضع فى الماء المغلى مع مستكة وحبهان وبصلة وتترك حتى تنضج
- تنشل من الشوربة وتحمر فى السمنة وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل البط

المقادير:



- بطّة
- ملح وفلفل – بهار وقرفة
- بشر برتقال – بشر ليمون
- صلصة طماطم
- ملعقتين سمن أو زيت

طريقة التحضير:

- يغسل البط جيدا بعد التنظيف بطريقة الفراخ
- يوضع البصل على الملح والفلفل وبشر البرتقال والليمون والعصير والصلصة
- يقلب الخليط ثم يحشى به البط من الداخل والخارج وتتبّل جيدا ويوضع عليها شربة للتسوية
- تدهن بالسمنة او الزيت وتغطى وتوضع على النار حتى تغلى وتدخّل الفرن حتى يحمر وجهها وتتأكد من السوى الجيد

ملحوظة:

ممكن تسلق البطة بالطريقة العادية السابقة وبعدها تحشى بالخلطة وتدخّل الفرن حسب الرغبة

وبالهنأ والشفا.....

البط المحشى بالفريك

المقادير:

- بطنة منظفة ومغسولة جيدا بالطريقة السابقة
- 2/1 كيلو فريك (ممكن استبدال الفريك بأرز)
-
- بصل مقطع اجنحة رفيعة
- ملح وفلفل وعصير ليمون
- بصلة صحيحة للشوربة
- بشر وعصير برتقال
- زعتر سمنة أو زيت
- 2 ملعقة صلصة
- مكعبة شوربة
- ملعقة كبيرة عسل نحل



طريقة التحضير :

- يغسل الفريك بعد ان ينقى ويصفى
- يوضع البصل على النار مع الملح والفلفل ثم يوضع عليه الفريك
- يقلب ويترك حتى يشرب السائل
- ممكن يوضع على الفريك كبد وقوانص
- تحشى البطنة جيدا من الرقبة ومن الفخذين وتقفل بالخياطة او بالخلة
- تسلق بنفس طريقة السلق العادية السابقة
- تنتشل من الشوربة ويوضع عليها خليط البصل وبشر البرتقال والملح والفلفل وبهار
- والصلصة وقليل من الزعتر الناعم ويقلب جيدا
- يوضع على البطنة من جميع الجهات وعليها زيت وعصير ليمون
- تدهن بالعسل النحل وتدخل الفرن وتحمر جيدا وتقدم مع ارز محمر بالمكسرات

طريقة عمل الحمام المحشى



المقادير:

- جوز حمام منظم
- 2/1 كوب أرز ملح وفلفل
- بصل مبشور ناعم

طريقة التحضير:

- يغسل الأرز ويوضع على النار مع البصل والملح والفلفل والسمنة وقليل من الماء
- يترك على نار هادئة حتى يدخل في السوى
- ثم يحشى الحمام من الرقبة والفخذين مع فتح الجلد بالأصابع لكي يحشى تحت الجلد وتكون حجمها مناسب في النضج يخيطة الفتحات او تقفل بالخلة الخشب
- يسلق بطريقة الشوربة العادية ويترك حتى تنضج
- ينشل من الشوربة ويدهن بالليمون ويحمر في الزيت ويأكل ساخن

ملحوظة :

ممكن بدل الأرز فريك بنفس الطريقة

الحمام بالبصل



المقادير :

- جوز حمام
- بصل مقطع صغير
- ملح وفلفل
- زبدة

طريقة التحضير:

- ينظف الحمام جيدا ويفتح من ظهره ويبدق جيدا حتى يصبح شريحة
- يوضع البصل والزبدة والملح والفلفل ويقلب على النار حتى يدبل البصل ثم يضاف الحمام ويقلب ويترك على نار هادئة وكل ما يشرب السائل يوضع عليه قليل من الماء حتى ينضج الحمام ويشرب كل السائل ويقدم ساخن

وبالهناء والشفاء.....

الحمام المشوى والسمان

المقادير:

- جوز حمام
- جوز سمان وينظف جيدا
- التوابل
- بصل مبشور ناعم
- ملح وفلفل - بهار - زعتر - كارى
- جوزة الطيب
- جنزبيل
- علبة زبادى
- عصير ليمون
- زيت



طريقة التحضير:

- يوضع البصل والملح والفلفل والبهار والزعتر والكارى والجنزبيل وعصير الليمون ويضرب مع الزبادى
- يضرب الخليط ببعضه جيدا مع الزبادى ويضاف عليه الحمام والسمان
- ثم يوضع الحمام والسمان فى الثلاجة 4 ساعات على الاقل لكى يشرب التوابل
- بعد ذلك على الشواية حتى ينضج ويرش بالبقدونس المفروم

ملحوظة: نفس الخلطة تتبع فى الفراخ المشوية

طريقة عمل الديك الرومي

المقادير:

- ديك رومي يستحسن ديك جاهز في السوبر ماركت لانه في داخله ترمومتر لضبط

السوى

- ينظف جيدا بنفس طريقة التنظيف السابقة

- الخلطة: نفس خلطة البط



طريقة التحضير:

- يحمر الديك في الزيت على النار من جميع النواحي مثل اللحمه الباردة في إناء كبير

- ويرفع من على النار ويتبل بالخلطة

- يحشى بالبصل وبشر البرتقال وعصير الليمون

- يدهن بالصلصة ويصب عليه عصير الليمون وزيت وبهارات مشكلة وزعتر

- يوضع في ورق الومنيوم كبير ويلف جيدا عدة مرات بالورق حتى يغطي جيدا ويوضع

في صنية بها ماء مغلى وتدخل الفرن

- يحكم من جميع النواحي ثم يوضع في صاج الفرن ويترك في الفرن حوالى 4 ساعات

حتى ينضج

- يترك ملفوف بعد خروجه من الفرن حتى يبرد ثم ينزع ورق الالومنيوم ويقدم صحيح ثم

يقطع عند التقديم شرائح

وبالهناء والشفاء.....

الفراخ البانية بالجبنه الشرائح والبطاطس البورية

(أو خضار سوتيه)

المقادير:



- 2/1 كيلو صدور فراخ
- جبنة شرائح شيدر أو رومي
- بقسمات ناعم / بيض
- دقيق
- ملح وفلفل
- زيت للقلى

طريقة التحضير:

- تغسل الفراخ ثم يفتح كل شريحة لقبل النهاية
- تحضر البطاطس بنفس طريقة البورية مهروسة جيدا ومتبله بالملح والفلفل والبهار
- توضع داخل الشريحة كأنها سندوتش ثم يوضع عليها شريحة الجبنه وتقل بالخله الخشب
- تتبل الدقيق ثم البيض ثم البقسماط الناعم
- تترك قليلا ثم توضع فى زيت ساخن على نار متوسطة حتى تحمر من الجهتين مثل البوفتيك

ملحوظة:

نفس الطريقة السابقة مع الخضار السوتية بدل من البطاطس

وبالهناء والشفاء.....

الأسماك

سمك بلطي مقلى



المقادير:

- 1 كيلو سمك متوسط الحجم ينظف جيدا

طريقة التحضير:

- ينظف السمك جيدا وينزع الخياشيم
- يفتح بطن السمك وتنظف ويغسل بالماء جيدا
- يعصر عليه ليمون بكثرة وملح وفلفل ويترك حتى يشرب الملح والليمون
- يتبل فى الدقيق ويحمر فى زيت غزير حتى يحمر جيدا
- يرص فى قالب التقديم
- ممكن عمل صلصة حارة تقدم السمك مثل صلصة الباذنجان المقلى
- ويقدم مع أرز صيادية

وبالهنا والشفا.....

سمك بلطي مشوى



المقادير:

- 1 كيلو سمك

طريقة التحضير:

- ينظف السمك جيدا من البطن فقط ومغسول
- يتبل فى الرده ويوضع على نار حامية حتى يسود أسفل السمك
- يقلب حتى يسوى من الناحيتين ويوضع فى ماء وملح وليمون ويصفى
- يقدم ساخن مع أرز أبيض وسلطة جرجير وطماطم

وبالهنا والشفا.....

سمك مشوى بالزيت والليمون



المقادير:

- كوب عصير ليمون
- كوب زيت
- ملح وفلفل
- السمك بالزيت والليمون يكون سمك بحر دنيس أو مرجان أو بورى أو شرغوش

طريقة التحضير:

- تعمل خلطة مكونة من عصير ليمون حوالى كوب عصير وملح ثم يغمس السمك فى الزيت والليمون والملح
- يوضع فى شواية أو مقالية بها قليل من الزيت حتى لا يلتصق ويسوى جيدا من الجهتين مع رش السائل من حين لآخر
- يقدم ساخن مع صب باقى الليمون على السمك
- يحكم بغطاء حتى لا يبرد ويرش بالفلفل الأسود ويأكل ساخنا

وبالهناء والشفاء.....

البربون المقلّى (السلطان ابراهيم)

المقادير:

- 2/1 كيلو بربون ويكون صابح ويعرف السمك من العين تكون لامعه
- دقيق
- ليمون
- ملح وفلفل
- زيت للتحمير



طريقة التحضير :

- يقشر من الناحيتين من قشور السمك ويفتح بطنه
- تنظف ويغسل جيدا ثم يوضع عليه الملح والفلفل الاسود ويقلب جيدا
- يتوك لبعض الوقت ثم يغمس فى الدقيق ويوضع فى زيت غزير ساخن حتى يحمر من الجهتين
- يقدم ساخن مع أرز بالطماطم والفلفل الحار وسلطة

وبالهنا والشفا.....

صنية السمك مع البطاطس

المقادير:

- الانواع التى تعمل صنية هى:
- المياس ، البورى ، القاروس، اللوت، الوقار، الميرا وتكون الاحجام كبيرة
- اى نوع من الانواع المذكورة تعمل صنية فى الفرن
- سمكة كبيرة تنظف جيدا بنفس الطريقة التنظيف وممكن تشتري منظفة من عند السماك
- ليسهل عملها توابل السمك ملح وكمون ثوم ناعم فلفل حار
- عصير ليمون - زيت
- 1 ثمرة طماطم مقطع قطع صغيرة
- 4 بطاطس مقشرة وقطعة ترانشات مثل الشيبسى



طريقة التحضير:

- يوضع التوابل والثوم والكمون والفلفل الحار مع قطع الطماطم
- تخلط جيدا ثم تحشى بها قلب السمكة
- تشق السمكة من الناحيتين حتى يدخل طعم التوابل باللحم
- يأخذ من الخلطة وتوضع مع البطاطس الشرائح ويحضر قالب فرن
- تقلب البطاطس ثم توضع فى صنية الفرن وفوقها السمكة وقطع من الفلفل الحار ممكن
- قطع كرافس وبقدونس وترش بالزيت جيدا
- تدخل الفرن مغطاه حتى ينضج البطاطس ويرفع الغطاء
- تستمر فى الفرن حتى يحمر وجه السمكة

وبالهناء والشفا.....

صنية السردين فى الفرن

المقادير:



- 1 ك سردين من نوع جيد
- عصير ليمون وحلقات ليمون
- فلفل حار
- ملح وفلفل

طريقة التحضير :

- يغسل السردين جيدا بدون أن يفتح بطنه ثم يوضع عليه الملح والفلفل الأسود ويتبل جيدا
- ثم يرص فى صنية فرن ويوضع فوقه الفلفل الحار وحلقات الليمون ثم يوضع الزيت ويدخل الفرن حتى يحمر اللون ويأكل ساخناً

وبالهناء والشفاء.....

صنية السمك بالبندق والطحينة

المقادير:

- سمكة قاروص كبيرة الحجم حوالى 1 2/1 كيلو منظفة ومفتوح ظهرها مثل السمك السنجارى نطلب من السماك ويقوم بتنظيفها
- 1 كوب طحينة – كوب سمسم
- 1 كوب بندق محمص ومطحون ناعم
- خل ليمون
- ملح وفلفل وكمون وزيت وثوم ناعم وبهار



طريقة التحضير:

- الطحينة يوضع عليها عصير الليمون والملح والفلفل والكمون وقليل من البهار وقليل من الثوم الناعم وممكن ملعقة خل وتقلب جيدا حتى تجمد
- يضاف اليها الماء مع التقليب حتى تكون سلطة طحينة
- يوضع كوب البندق الناعم على الطحينة ويقرب ثم يحشى منها السمكة من الداخل
- وتدهن من الخارج من الناحيتين حتى تغطى السمكة جيدا
- توضع فى قالب الفرن وترش بالزيت
- تدخل فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه وتقدم مع البقونس وحلق الليمون
- ممكن حجز جزء من الخلطة والبندق تزين بها السمكة عند التقديم

وبالهناء والشفاء.....

طاجن السمك فى الفرن



المقادير:

- بقدونس ونعناع
- ثوم ناعم
- بصلة مقطع أجنحة
- صلصة طماطم
- ملح وفلفل حار مقطع
- شطة
- سمك ترنشات او سمك صحيح منظم
- زيت

طريقة التحضير:

- يحمر البصل فى الزيت قليلا ثم يضاف اليه البقدونس والنعناع مفرومين والثوم والكمون
- يقاب الخليط ثم يضاف عليه عصير الطماطم او الصلصة
- يترك حتى يتشرب الخليط جيدا مع فلفل حار او شطة
- يوضع السمك بعد تتبيله بالملح والفلفل والليمون فى صنية الفرن
- يصب عليه الخليط
- يدخل الفرن حتى ينضج السمك ويقدم ساخن مع ارز أبيض

وبالهناء والشفاء.....

الجمبرى المسلوق



المقادير:

- 1 كيلو جمبرى
- ملح وفلفل أسود كمون
- بصلة ترنشات

طريقة التحضير:

- يغسل الجمبرى بالخل ويشطف جيدا ويوضع فى اناء غويط
- يوضع عليه ترنشات البصل والملح والفلفل والكمون وقليل من الزيت
- يقلب ويوضع على نار هادئة حتى يشرب الماء
- وللعلم الجمبرى يستوى بسرعة فيجب الا تتركه على النار فترة طويلة لكي لا يفقد طعمه
- يقدم ساخن مع صلصة طحينة

وبالهناء والشفاء.....

الجمبرى كباب حلة

المقادير:

- 1 كيلو جمبرى مقشر ومفتوح من ظهره لازالة الخدروف الرفيع يغسل جيدا
- ثوم ناعم
- فلفل اسود وملح
- 2 ملعقة كبيرة صلصة طماطم + زيت



طريقة التحضير:

- يوضع الجمبرى فى إناء على النار الهادئة حتى يشرب السائل
- يضاف الزيت والثوم الناعم مع الملح والفلفل حتى يصير لون الثوم بمبى فاتح فى التحمير
- توضع الصلصة وتذوب بقليل من الماء
- يترك على نار هائلة حتى تسبك الصلصة ويظهر الزيت على وجه الجمبرى

الجمبرى بانية حجم كبير

المقادير:

- 1 كيلو جمبرى منظم ومقشر ومفتوح ظهره مثل الطريقة السابقة
- ملح وفلفل اسود
- دقيق وبييض
- بقسمات ناعم + ليمون



طريقة التحضير:

- يدق الجمبرى داخل ورق زبدة او نايلون دق خفيف حتى يفرد ثم يتبل بالملح والفلفل والليمون
- يترك بعض الوقت ثم يغمس فى الدقيق ثم البييض ثم البقسومات
- يترك بعض الوقت ثم يحمى فى زيت غزير
- يراعى التحمير على نار متوسطة الحرارة حتى لا يتغير لون التحمير ويقدم مع بطاطس محمرة او ارز

جمبرى مسلوق بالمايونيز

المقادير:

- 1 كيلو جمبرى مقشر ومنظف مثل الطريقة السابقة
- 2 ملعقة كبيرة مايونيز
- كوب بزلاء مسلوقة
- فص ثوم ناعم
- ملح وفلفل اسود



طريقة التحضير :

- يوضع الجمبرى فى اناء على النار الهادئة
- يغطى حتى يشرب السائل
- ينزل من على النار ويوضع عليه البزله والملح والفلفل والثوم ويوضع مرة اخرى على النار
- يقلب بسرعة وينزل من على النار
- يوضع طبق للتقديم ويوضع عليه المايونيز والليمون ويحمل بالبقدونس

وبالهناء والشفاء.....

السيبب المقلب

المقادير:



- 1 كيلو سببب منظم ومنزوع منه الظوفر والعيون
- ملح وفلفل وكمون
- ليمون
- دقيق
- بيض بقصمات ناعم

طريقة التحضير:

- يغسل جيدا ويوضع اناء به ماء على النار ويغلى ويوضع السببب مع قليل من الخل للمحافظة على لونه حتى يغلى جيدا
- يصف ويقطع اصابع او مستطيلات حسب الشكل المستحب
- يوضع عليه الثوم الناعم والكمون والليمون
- يترك حتى يشرب لخليط ثم يغمس قطعة فى الدقيق ثم البيض ثم لبقصمات الناعم ويحمر فى الزيت ويغطى اثناء ويغطى اثناء التحمير حتى لا يخرج الزيت اثناء التحمير من القلاية ويقدم ساخن

طاجن السببب:

- يستخدم رأس السببب ثم تقطع قطع صغيرة وتعمل طاجن على النار
- يحمر البصل قليلا ويوضع عليها بقدونس ونعناع وشبت وثوم ناعم وكمون وملح وفلفل وصلصة وفلفل حار وقليل من الماء
- يوضع السببب على النار مغطى
- ويترك حتى يشرب السائل مثل طاجن السمك ويوضع عليه الخليط السابق ويترك حتى ينضج على نار هادئة

وبالهدا والشفا.....

نوع من انواع السبيط (كلامارى)

هذا النوع شكله مثل القرطاس مقفول وبه شوكة نايلون بداخل القرطاس

طريقة التحضير:



- ينزع النايلون ويغسل جيدا وهو مقفول ممكن ان يحشى او يقطع دوائر
- يقلى مثل السبيط المقلى بدون بيض وبقصمات بالدقيق فقط
- طريقة المحشى الكلامارى
- تعمل خلطة مثل خلطة المحشى تماما ويقطع بداخلها جمبرى اذا حبيتى او راس السبيط
- ثم يحشى القرطاس ولا يحشى لنهايته ويقفل بعد ذلك اما بالخيط و بالخلة الخشب بعد الحشو
- نغلى الماء جيدا ثم يوضع بها الاكلامارى المحشى ويوضع فى الماء المغلى مستكة وحبهان وبصلة مثل عمل الشورية ينشل من الشورية بعد اتمام النضج ويوضع فى مصفاه بعد ذلك يوضع فى الدقيق ثم البيض ثم البقصمات ويحمر فى زيت ساخن جيدا مع وضع غطاء اثناء التحمير ويقدم ساخنا

وبالهناء والشفا.....

المخ المسلوق



المقادير:

- مخ منظف ومنزوع منه العروق الرفيعة
- ملح وفلفل
- شاشنة معقمة
- بصلة

طريقة التحضير:

- يوضع المخ فى شاشنة معقمة ويربط جيدا ويوضع فى ماء مغلى مع بصلة وملح وفلفل حتى ينضج ثم يوضع فى ماء مثلج مع ثلج
- ينزع من الماء ويفتح الشاشنة بحرص ويترك حتى يبرد
- بعد ذلك يقطع بحرص ويوضع عليه زيت وليمون وفلفل اسود وملح

مخ بانية



طريقة التحضير:

- بعد سلق المخ ونشله من الماء يترك حتى يبرد
- يقطع ويوضع فى الدقيق ثم البيض ثم بقصمات ناعم
- ويحمر فى زيت غزير ويقدم ساخن او يعمل سندوتشات

وبالهناء والشفا.....

أكالات شعبية

طريقة عمل الأكارع

الأكارع المسلوقة

المقادير:

- أكارع بتلو أو جاموسى مقادم
- مكعبة شوربة
- ملح وفلفل
- بصلة صحيحة
- مستكة وحبهان
- ورق لورى



طريقة التحضير:

- ينظف جيدا ويقطع ترانشات كبيرة
- تغلى الماء فى إناء غويط ويوضع الأكارع
- تغلى حتى يظهر الريم ينزع جيدا
- يوضع البصل والملح والفلفل وورق اللورى والمستكة والحبهان ومكعبة الشوربة
- يترك حتى يتم النضج ويكون الماء مغطى الأكارع حتى يعمل شوربة
- ممكن عمل فته بالشوربة بالخل والثوم

وبالهنأ والشفا.....

طريقة عمل الكورع صنية في الفرن



بعد نزع الكورع من الشورية يوضع في صنية فرن
يوضع فص ثوم ناعم وملح وفلفل
يحمّر في سمن ثم يضاف اليه صلصة طماطم وشوية ماء
يدخل الفرن حتى يحمّر الوجه ويأكل ساخن مع الفتة
والشورية

وبالهنا والشفاه.....

الكرشة مسلوقة



المقادير:

- 1 كيلو كرشة منظفة جيدا
- بصلة
- ملح وفلفل ومستكة

طريقة التحضير:

- تقطع الكرشة قطع مربعة وتغلى الماء فى اناء غويط
- تترك حتى تنضج وتوضع مكونات الشوربة السابقة
- ممكن ايضا عمل فته بالشوربة

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل الكرشة مطبوخة بالحمص



تنزع الكرشة من الشوربة وتصفى
توضع على النار بصلة مبشورة ناعم وتحمر فى الزيت
يوضع عليها الكرشة وتقلب مع البصل قليلا
ثم يضاف اليها صلصة طماطم وحمص مسلوق وملح وفلفل
تترك حتى تسبك الطماطم وتقدم مع ارز ابيض

وبالهناء والشفاء.....

طريقة الكرشة محمرة



طريقة التحضير:

- تنزع من الشوربة بعد ان تستوى جيدا وتوضع فى النار مع بصلة
مبشورة وثوم ناعم وملح وفلفل
- تحمر حتى يتلون البصل والثوم
- يوضع عليها قليل من الماء حتى تنتشرب وتقدم ساخنة مع الفتة

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل الممبار (العصبان)



المقادير:

- 1 كيلو ممبار منظم جيدا
- خلطة محشى مع ارز
- نفس مكونات المحشى العادية

طريقة التنظيف :

- يوضع الممبار فى الحنفية ويقلب والماء مفتوح حتى يظهر الوجه الداخلى ثم يوضع عليه خل
- يترك بعض الوقت ثم ينزع المادة المخاطية بسكين سفرة كى لا يجرح اللحم
- ويكرر حك المادة من الناحيتين ثم يغسل جيدا
- ويوضع عليه ملح ودقيق ويدعك ويغسل مرة اخرى جيدا حتى تتخلصى من اى مادة عليه
- يقطع اصابع حوالى 10سم ويحشى بخلطة المحشى ويراعى عدم ملئ القطعة
- تبط باليد وتخزم بآبرة لكى لا يفرقع فى الماء
- ينتهى من حشو كل الكمية ثم يشطف بالماء لعدم وجود ارز عليه تغلى الماء فى اناء غويط
- يوضع بحرص مع مسك الطرفين باليد اثناء وضعه فى الماء المغلى
- تتكرر العملية حتى نهاية المقدار ويوضع ملح وفلفل وبصل ورق لورى ومستكة وحبهان
- يترك حتى ينضج وينزع من الشوربة فور نضوجه فى مصفاه ويترك ليبرد ويحمر فى زيت غزير ممكن حفظه فى الفريزر وهو مسلووق فى كيس نايلون ويحمر فى اى وقت عند الاكل

وبالهناء والشفاء.....

كمونية حلويات بتلو

المقادير:



- 1 كيلو حلويات بتلو
- رأس ثوم ناعم
- ملح وفلفل وكمون ناعم
- عصير طماطم حمرة

طريقة التحضير:

- تغسل الطماطم جيدا ثم تقطع مكعبات وتضرب فى الخلاط وتصفى
- تحمر الحلويات ثم يوضع عليها الثوم والكمون والفلفل حتى يحمر الثوم
- يوضع عليها عصير الطماطم وشوية ماء حتى يكون سائل الصلصة مضبوطة
- تترك حتى تنضج وتسبك الطماطم وتأكل بالخبز أو أرز أبيض

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل الطحال

- يغسل الطحال جيدا
- يسلق فى ماء وملح وفلفل وبصلة حتى ينضج
- ينشل من ماء السليق ويوضع فى ماء بالثلج وينشل بعد ذلك ويصفى ويرش عليه ملح وفلفل وزيت
- ويدخل الفرن حتى ينشف جيدا من الدم بعد خروجه من الفرن
- يبرد ويقطع شرائح من قطع طماطم بالملح والكمون ويمكن يقطع ويحمر فى الزيت بدل دخوله الفرن ويعمل سندوتش

طريقة عمل الفشة والكلوى

- الفشة قطع كبيرة بعض الشئ وتوضع فى ماء مغلى حتى يطلع الريم وتنزع من الماء المغلى وتشطف وتوضع فى ماء مثلج بعض الوقت وتصفى
- وتحمر مع ثوم ناعم وملح وفلفل ويمكن وضع معها قطع كلوى وتحمر معها وتأكل ساخنة



طريقة تحضير الكلاوى

- اولاً بها انابيب صغيرة يجب ان تنزع منها جيداً لكي نحافظ على رائحة جيدة من الطعام ثم نضع في ماء مغلي به ملعقة خل ونضع على النار حتى تغلي وتصفى وتوضع في ماء مثلج بعض الوقت ثم تصفى وبعد ذلك تحمر مع ثوم وزبدة وملح وفلفل وتستهمل بدون اى رائحة

طريقة عمل اللسان



- اللسان ينظف جيداً ويوضع في ماء مغلي بعض الوقت ثم ينزل في ماء مثلج وتنزع القشرة السميقة من على اللسان
- يسلق بنفس طريقة السلق المعتادة
- ينزع ويوضع عليه حلق بصل وملح وفلفل وزبدة
- يدخل الفرن حتى يحمر ويطلع ويقطع ترانشات

ملحوظة:

هذه الأكلات غير معلومة عند معظم الشباب ولكن بمجرد ان يعرفونها سوف يطلبونها دائماً

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل صنية الرقاق



المقادير:

- 16 قطعة من الرقاق
- كوب سمنة من نوع جيد
- لحمة عصاج
- شوربة دسمة

طريقة التحضير:

- تحضر صنية فرن توضع الشوربة ساخنة فى اناء غويط
- يبلىل الرقاق فى الشوربة وترص فى صنية الفرن المدهونة جيدا بالسمن نصف الكمية 8 رقائق
- يوضع اللحم العصاج ويساوى على سطح الصنية
- يبلىل باقى ورق الرقاق واحدة بعد واحدة
- توضع فوق اللحمة حتى نهاية الكمية 8 رقائق باقى الكمية
- يقطع مربعات او مثلثات
- تسخن السمن على النار وتوضع على فتحات الصنية حتى يتغلل السمن تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل شوربة الخضار



المقادير:

- عدد 2 جزرة
- عدد 2 كوسة
- عدد 2 بطاطس
- عصير طماطم
- 2 مكعب شوربة
- بصلة مفرومة مدعوكة بالملح والفلفل
- بقدونس مقطع
- كرفس مقطع

طريقة التحضير:

- يقطع الخضار مكعبات مع البصل والملح والفلفل الاسود ومكعبات الشوربة والصلصة او عصير الطماطم
- تزود بالماء حسب ما تحتاج وتوضع على النار حتى ينضج الخضار وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

شوربة الطماطم ولسان العصفور



المقادير:

- مرقة لحمة او فراخ
- بصلة مفرومة ناعم
- ملح وفلفل
- 2 ملعقة لسان عصفور
- كوب عصير طماطم حسب الكمية وعصير ليمون

طريقة التحضير:

- اولا البصل فاتح ويوضع عليه لسان العصفور
- يقلب مع البصل ويوضع عليه الشوربة وعصير الطماطم وملح وفلفل
- تترك حتى ينضج لسان العصفور وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

شوربة صيادية



المقادير:

- 2 بصلفة مفروم ناعم
- مرقة دجاج او لحمة
- ملح وفلفل
- كوب عصير طماطم
- زيت للتحمير

طريقة التحضير:

- يحمر البصل فى الزيت حتى يصبح لونه احمر غامق
- يوضع عليه المرقة والملح والفلفل وشوية أرز عصير الطماطم
- تترك على النار حتى ينضج الأرز وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

كعك العيد

لا تكمل سعادة البيت المصرى الا بوجود اصناف الكعك
المعروفة والغريبة والبسكويت والبيتي فور وخلافه
صحيح ان الصحة تتطلب منا الاقلال من هذه الحلويات
العامرة بالسمن والسكر والمكسرات لكن ادخال لفرحة
والسعادة فى العيد على الأسرة تضطرنا بوجود حلوى
العيد بعد صيام شهر رمضان المبارك لنستمتع بطعم الافطار

كعك العيد

المقادير:

- 1 كيلو دقيق منخول 3 كوب سمن
- 2 ملعقة كبيرة سمسم محمص
- ملعقة صغيرة فانيليا أو رائحة الكعك
- 1 كوب ماء دافئ للعجن
- ملعقة كبيرة خميرة بييرة فورية او قطعة بحجم عين الجمل
- ملعقة صغيرة سكر للخميرة
- ذرة ملح
- للحشو ملبن او عجمية
- مكسرات مقطعة قطع كبيرة ومحمصة



مقادير العجمية

- 2 ملعقة كبيرة دقيق
- 2 ملعقة كبيرة سمن
- كوب عسل نحل
- 2 ملعقة صغيرة سمسم محمص
- فانيليا أو رائحة الكعك
- مكسرات محمصة ومجروشة ناعم
- بندق او عجين جمل

طريقة التحضير:

- يوضع السمن على النار الهادئة حتى يسيح السمن
- يضاف الدقيق ويقلب مع مراعاة عدم تغيير لون الدقيق
- يضاف العسل مع التقليب المستمر حتى يلف الخليط خفيفا يرفع من على النار فورا لكي لا تجمد العجمية وتصبح لينة في التشكيل
- يضاف رائحة الكعك او الفانيليا والمكسرات وتترك حتى تبرد

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل الكعك :

- ينخل الدقيق فى اناء عجن
- ونعمل حفرة يوضع بها السمس
- يوضع السمن على نار هادئة حتى تقدح
- نصب السمن بحرص على الدقيق وتكبس العجينة باليد حتى تشرب كل السمنة او بالمعلقة الخشب
- يوضع بعدها الخميرة بعد اذابتها فى قليل من الماء الدافئ والسكر
- تضاف باقى كوب الماء وتعجن حتى تتكون عجينة يابسة نوعا
- تغطى العجينة لتخمر نصف ساعة
- تقطع العجينة قطع صغيرة فى حجم عين الجمل
- تكور ويعمل فى وسطها حفرة وتحشى بقطعة صغيرة من العجمية او الملبن او المكسرات
- ينقش ويرص فى صاج الفرن متوسط الحرارة حتى يتم النضج
- يرفع بحرص من الصاج ويترك ثم يرش بالسكر البودرة

وبالهناء والشفاء.....

كعك العيد بالبيكنج بودر

المقادير:

- 1 كيلو دقيق (6 كوب)
- 2 2/1 كوب زبدة جامدة
- 4/3 كوب ماء
- 2 ملعقة بيكنج بودر
- 1 ملعقة كبيرة سمس
- ذرة ملح
- عجمية
- للحشو عجمية أو ملبن بالمكسرات



طريقة التحضير:

- ينخل 6 اكواب دقيق مع الخميرة والملح
- يوضع المقدار في اناء العجن ويرش فوقه السمس ورائحة الكعك
- يقلب ويضرب الزبدة مع اللبن في الخلاط او بمضرب كهربائي حتى يتجانس الخليط
- يصب خليط اللبن والزبدة فوق الدقيق ويعجن المقدار
- قد نحتاج الى باقى الدقيق او جزء منه حتى نحصل على عجينة يمكن تشكيلها ولا تلتصق باليد
- تقطع العجينة الى كور متساوية وتحشى بالعجمية او الملبن او المكسرات وتنقش بالمنقاش مع مراعاة عدم بط الكعك باليد
- ترص الوحدات في صاج الفرن مع مسافات متباعدة
- تترك حتى يتم النضج ويصير اللون ذهبيا فاتح
- تنشل من الصاج بحرص وتترك حتى تبرد وترش بالسكر البودرة

وبالهناء والشفا.....

البيتى فور



المقادير:

- 3 اكواب ونصف دقيق منخول
- كوب ونصف سمن جامد
- 1 كوب سكر بودرة
- 1 بيضة
- فانيليا
- ذرة ملح ، ملعقة كبيرة بيكنج بودر
- 2 الى 3 ملاعق كاكاو للتجميل
- مربة مشمش
- مكسرات

طريقة التحضير:

- يخفق السمن مع لسكر بملعقة خشب او مضرب بيض حتى يصير الخليط هشاً وناعماً مثل الكريمة
- تخفق البيضة مع الفانيليا وتضاف الى الخليط السابق مع الإستمرار فى الخفق بخاط الدقيق مع البيكنج بودر
- يضاف لباقي الخليط بالتدرج حتى نحصل عجينة ناعمة لا تلتصق باليد
- تقسم العجينة نصفين ابيض النصف الاخر مع 2 ملعقة كبيرة كاكاو ومذابه على نصف ملعقة لبن كبيرة
- يعجن المقدار ثم تشكل عجينة بالشكولاته الابيض ويشكل ايضا
- تشكل العجينة بالقمع وردات وتخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يتم النضج ثم يجمل بالمربى ويغمس فى المكسرات الناعمة او تلسق كل وحدتين ببعض بالمربى او بالشكولاته خام بعد ان تذاب فى حمام مائى

وبالهناء والشفا.....

الغريبة



المقادير:

- 4 كوب دقيق
- 2 كوب سمن
- نصف كوب سكر بودرة
- فانيليا

طريقة التحضير:

- يخفق السمن جيدا حتى يصير هشاً
- يضاف السكر مع الفانيليا بالتدريج مع الاستمرار فى الخفق حتى يصير الخليط مثل الكريمة
- يضاف الدقيق بالتدريج ويقلب المقدار حتى تكون عجينة ناعمة لا تلتصق باليد ويمكن تشكيلها كرات صغيرة وتعمل بالفتق او قطع اللوز
- تخبز فى فرن هادئ الحرارة حتى لا يتغير لونها
- تترك حتى تبرد ويمكن ترش بسكر بودرة

وبالهناء والشفا.....

بسكويت النشادر

المقادير:



- 1 كيلو دقيق منخول
- 1 كوب سمن
- 2 كوب سكر بودرة
- 3 بيضات
- فانيليا / نصف كوب لبن
- 1 ملعقة كبيرة بيكربونات النشادر تذاب في 4/1 كوب حليب

طريقة التحضير:

- يرفع السمن على نار هادئة حتى يسيح ويرفع من على النار ويضاف اليه السكر ويقلب
- يخفق البيض مع الفانيليا ويضاف الى المقدار ثم يضاف الدقيق بالتدرج ويقلب المقدار حتى نحصل على عجينة ناعمة يمكن تشكيلها
- قد تضاف قليل من اللبن اذا احتاجت العجينة يقطع بالماكينة الخاصة بالبسكويت ويرص في صاج مدهونة جيدا على مسافات متباعدة
- يدهن الوجه بالبيض ويخبز في فرن متوسط الحرارة حتى يصير لونه ذهبي فاتح ويترك حتى يبرد

وبالهناء والشفا.....

كبة العسل الاسود كبة شتوى

المقادير:



- 4 كوب دقيق + كوب سكر بودر
- 4 بيضات
- كوب سمن
- كوب عسل اسود
- باكو بيكنج بودر
- 2 ملعقة كبيرة قرفة
- 2 ملعقة كبيرة كاكاو
- 2/1 كوب بشر قشر يوسفى / عصير اليوسفى
- نصف كوب زبيب مغسول ومدحرج فى الدقيق لكى لا يطلع على سطح الكيك

طريقة التحضير:

- يضرب السمن مع السكر وبشر اليوسفى والبيض
- يضاف القرفة والكاكاو والزبيب والدقيق والخميرة وعصير اليوسفى ويقلب الخليط جيدا
- والعسل الاسود بعد التقليب الجيد
- يدهن صنية فرن بالسمن وترش بالدقيق يصب الخليط
- تدخل فرن متوسط الحرارة حتى يتم النضج
- تترك حتى تبرد وتقلب فى طبق للتقديم وترش بسكر بودرة

وبالهناء والشفا.....

طريقة عمل الفطائر

المقادير:

- 1 ك دقيق منخول
- 1 كوب زيت
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة كبيرة خميرة فورية
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 4 ملاعق كبيرة حليب بودرة
- 3 كوب ماء
- 1 ملعقة حبه البركه الحبه السوداء
- 1 ملعقة كبيرة سمس



طريقة التحضير:

- يوضع الدقيق فى وعاء ثم يضاف اليه الملح والخميرة بعد اختبارها فى 2/1 كوب ماء دافئ وملعقة سكر حتى تفور
- يوضع بعد ذلك كوب الزيت وتقلب جيدا باليد ثم يوضع الماء بالتدرج حتى تصير العجينة لينه ولا تلتصق باليد
- تترك حوالى 2/1 ساعة بعد ذلك تشكل مثل القطايف ويوضع الحشو المطلوب ويقفل الطروف بالشوكة
- ويدهن سطح الفطائر بالبيض وتدخل فرن متوسط الحرارة وتقدم ساخنة

الحشو :

- بسطرمة، لحمة مفرومة عصاج مع نعناع او بقونوس ، جنبه كبرى ، زعتر مع زيت زيتون

ملحوظة:

ممكن تشكل مثل الكرواسون كما مبين فى الصورة او تقفل مثل القطايف

طريقة عمل البسبوسة

المقادير:



- 1 ك سميت ناعم
- كوب دقيق ابيض
- كوب سنة جامدة
- ملعقة صغيرة بيكنج بودر
- كوب لبن (حليب)
- 2 ملعقة كبيرة عسل جلوكوز او عسل نحل
- 1 ك سكر لعمل الشربات يقسم نصفين
- نصف ك شربات خفيف والمقدار 2/1 ك عليه 2 كوب ماء
- نصف ك شربات مركز عليه كوب ماء

طريقة التحضير:

- يوضع السميت فى وعاء العجن وعليه كوب السمنة الجامدة
- ثم الدقيق العادى والبيكنج بودر ويبيس الخليط حتى يتشرب السمنه جيدا ثم يوضع لحليب والشربات المكز والكلوكوز او العسل ويقلب جيدا ويترك حتى تلين البسبوسة حوالى 4 ساعات يدهن قالب الفرن بالسمن جيدا ويصب الخليط ويدخل الفرن حوالى 40 دقيقة حتى يحمر الوجه ثم يوضع عليها الشربات الخفيف ساخن وتترك حتى تتشرب السائل وتقدم
- ممكن تأكل مع القشدة اذا وجد

وبالهنا والشفا

طريقة عمل الشربات:

- يوضع السكر والماء على النار حتى يغلى ثم يضاف عليه ملعقة عصير ليمون والفانيليا ويقلب حتى يغلى جيدا

طريقة عمل القرص بالعجوة



المقادير:

- 1 كيلو دقيق منخول
- 2 كوب سمن
- 2/1 كوب زيت
- 3 ملعقة كبيرة خميرة فورية او قطعة مثل عين لجمال خميرة
- 2 ملعقة كبيرة سمس محمص
- عجوة منزعة النقى ومفرومة
- رائحة الكعك او فانيليا
- كوب ماء - ذرة ملح

طريقة التحضير:

- يسيح السمن والزيت على النار حتى يسخن
- يوضع الدقيق فى إناء العجن وعليه السمس وذرة ملح
- تذاب الخميرة فى ملعقة سكر حتى تسيح تضاف على الدقيق وتعجن جيدا مع كوب الماء وتعجن جيدا وتغطى
- تقطع العجينة كور بالحجم المعقول وتحشى بالعجوة المفرومة بعد اضافة ملعقة سمنا وشوية سمس محمص وممكن شوية مكسرات محمصة اذا أردت
- ترص وحدات القرص فى صاج الفرن وتدخل الفرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه

وبالهناء والشفا.....

المنين بالينسون

المقادير:



- 1 كيلو دقيق منخول
- 2 كوب سمنة
- 2/1 كوب زيت
- 1 ملعقة كبيرة خميرة فورية
- 2 ملعقة كبيرة سمسم محمص
- 2 ملعقة كبيرة ينسون منقى ومغسول
- كوب ماء أو لبن مع قشدة أو كريمة
- ملعقة صغيرة ملح

طريقة التحضير:

- يسيح السمن والزيت على النار ويكون دافئ
- يوضع الدقيق فى إناء العجن وتعمل حفرة فى نصف الدقيق ويوضع فيها السمسم والملح والينسون ثم يصب عليها السمن السايح وتكبس جيدا حتى يشرب الدقيق السمن ثم يضاف إليه الماء أو الحليب مع القشدة أو الكريمة
- يعجن الخليط جيدا حتى تصير عجينة سهلة التشكيل
- تفرد العجينة وتقطع أصابع حسب الشكل المطلوب
- يرص فى صاج فرن ويخبز فى نار هادئة حتى يحمر الوجه
- يترك حتى يبرد ويرص فى علب التقديم

وبالهناء والشفا.....

حلاوة الدقيق

المقادير:



- 4 ملاعق كبيرة دقيق منخول
- 4 ملاعق كبيرة سمن
- فانيليا
- 4 ملاعق كبيرة سكر
- كوب ماء
- 2 ملعقة كاكاو

طريقة التحضير:

- تسيح السمن على النار ويضاف عليها الدقيق
- تحمر على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى يصير لون الدقيق ذهبي غامق
- يذوب السكر فى الماء ويوضع فور تحمير الدقيق على النار مع الكاكاو والفانيليا وتقلب جيدا حتى يتشرب كل الماء ويمكن إضافة ماء آخر اذا احتاج الدقيق ويتشرب كل الماء
- تنزل من على النار وتوضع فى قالب تقديم وتزين بالمعلقة ويرش عليها مكسرات محمصة

وبالهناء والشفاء.....

الزلابية

المقادير:

- كوب دقيق منخول
- كوب ماء
- فانيليا
- ملعقة نشا كبيرة
- زيت للتحمير



طريقة التحضير:

- يذاب الدقيق فى الماء والنشا ويصفى
- يوضع زيت غزير على النار حتى يسخن ثم يصب سائل الزلابية بالمقاس المطلوب
بفنجان قهوة أو بملعقة كبيرة وتترك على ل نار حتى تحمر وتأكّل مع عسل أسود

وبالهناء والشفا.....

أم على

المقادير:



- 2/1 كيلو جلاش
- زبدة
- حليب كامل الدسم
- قشدة أو كريمة لبانى
- مكسرات محمصه
- زبيب
- جوز هند

طريقة التحضير:

- يدهن الجلاش بالذبدة السايحة بالفرشاه ويدخل فرن هادئ الحرارة بسرعة ويطلع حتى يحمر الجلاش ثم يفتت فى برام
- يوضع عليه الحليب محلاه بالسكر والمكسرات والقشدة
- تدخل الفرن حتى يحمر الوجه مع مراعاة ان يكون فيها سائل الحليب وتقدم ساخنة

وبالهناء والشفاء.....

لقمة القاضي (العوامات)

المقادير:



- 3 2/1 كوب دقيق
- 2/1 كوب ماء
- خميرة بييرة جاهزة فوزية
- 1 باكو فانيليا
- زيت للتحمير
- ملعقة كبيرة نشا
- ملعقة صغيرة سكر

طريقة التحضير:

- تسيح الخميرة فى السكر ثم تذاب فى كوب ماء دافئ وتختبر إذا فارت تكون الخميرة ناجحة
- يوضع الدقيق فى إناء مع النشا ويذاب بالماء
- توضع الخميرة وتقلب مرة اخرى وتغطى وتترك ساعة يراعى ان تكون العجينة لينة
- يسخن الزيت على النار وتحضر ملعقة صغيرة
- توضع فى الزيت ويغمس اليد فى الزيت لكى لا تلتصق العجينة فى اليد على العجينة باليد وتأخذ بالملعقة المدهونة بالزيت قطع صغيرة بعد مسك العجينة باليد مع قفل اليد حتى تطلع عجينة تأخذ وتوضع فى النار مع تكرار العملية حتى نهاية العجينة وتحمر جديا مع التقليب يعمل الشربات:
- كوب سكر و 2/1 كوب ماء وفانيليا وعصير ليمون يغلى على النار وينزل من على النار حتى يبرد وبعدها يستعمل على اللقمة وهى ساخنة أو ترش بسكر بودرة

وبالهناء والشفاء.....

قرص الكنافة على النار

المقادير:



- نصف كيلو كنافة رفيعة مقطعة باليد
- مكسرات مطحونة او سودانى محمص مطحون وعليه سكر وشوية قرفة ناعمة
- سمن نوع جيد

طريقة التحضير:

- يوضع مقلاية على النار الهادئة وتوضع ملعقة كبيرة سمينة حتى تسيح
- توضع نصف الكنافة مع مراعاة ان نصف كيلو الكنافة ممكن عمل منه 2 قرص
- يوضع نفس الكمية فى المقلاية
- يوضع الحشو ثم النصف الآخر من لكنافة وتلف باليد وتدور باليد فى نفس الاتجاه ويستمر التقليب حتى يحمر أسفل الكنافة تقلب على طبق
- يوضع سمينة مرة أخرى وتوضع الكنافة على لوجه الابيض من أسفل
- تلف بنفس الطريقة السابقة وتكرر عملية اللف ووضع السمينة حتى لونها يصير ذهبى وتنزل من على النار وتقلب فى طبق التقديم ويوضع عليها الشربات او ترش بالسكر البودرة
- ممكن تاكل بالزبادى أو بالقشدة

وبالهناء والشفا.....

صنية البقلاوة بالجلاش



المقادير:

- 2/1 كيلو جلاش
- شربات مركز
- سمن سايحة
- مكسرات محمصة أو فستق ناعم

طريقة التحضير:

- تحضر صنية مستديرة متوسطة الحجم وتوضع على ورق الجلاش كله ويقطع زوايد الصنية من الجلاش حتى يصبح الجلاش مقاس الدائرة
- يقطع بالسكينة زوايد الجلاش المستدير وتدهن الصنية جيدا
- يوضع نصف الجلاش ثم يوضع المكسرات الناعمة ثم باقى الجلاش المستدير بمقاس الصنية
- تقطع بحرص على أربعة مع تثبيت الجلاش باليد فى الصنية ويوضع عليها سمنة ساخنة حتى يتخلل السمن داخل الجلاش ثم يدخل فرن هادئ الحرارة وتترك حتى تحمر الوجه وتطلع من الفرن
- يوضع عليها الشربات المركز البارد وهى ساخنة ويرش عليها فستق اذا وجد وتكون على شكل وردة تقطع بهذا الشكل

وبالهناء والشفا.....

قرع العسل صنية بالبشاميل والمكسرات

المقادير:

- ثمرة قرع عسل يقشر ويقطع مكعبات صغيرة
- كوب سكر
- ماء للسلق يشمل حلو مكسرات محمصة
- زبيب + جوز هند ناعم
- قرفة ناعمة
- فانيليا



طريقة التحضير:

- يسلق قرع العسل فى الماء وكوب السكر حتى يشرب كل الماء
- يهرس القرع جيدا مع اضافة القرفة وقليل من السكر
- يقلب جيدا مع إضافة القرفة وقليل من السكر ويقلب حتى يصير عجينة
- نأخذ نصف كمية القرع المهروس فى الصنية وبيط باليد ويوضع المكسرات والزبيب وجوز الهند ثم يوضع باقى القرع وبيط باليد جيدا
- يوضع البشاميل على الوجه ويدهن بالبيض ويدخل الفرن حتى يحمر الوجه

طريقة عمل بشاميل حلو

المقادير:

- 2 ملعقة كبيرة دقيق
- 2 ملعقة كبيرة سمن
- كوب حليب فانيليا
- نصف كوب سكر

طريقة التحضير:

- يسيح السمن ويوضع الدقيق حتى يشرب السمن مع مراعاة عدم تغيير لون الدقيق
- يضاف الحليب والسكر مع التقليب المستمر حتى يكون سمكه مثل المهلبية ويصب على قرع العسل

طريقة عمل المفتقة (الحلبة المعقودة)



المقادير:

- 1 كيلو عسل
- كوب دقيق
- كوب حلبة مطحونة ناعم أو كوب حبه البركة مطحونة ناعم
- كوب زيت
- 2/1 كوب سمسم
- 1 عصير ليمون
- 2/1 كوب سوداني مقشر ومحمص

طريقة التحضير:

- يوضع الزيت في حلة ويسخن ويوضع عليه السمسم
- يقلب ثم يوضع الدقيق حتى يشرب الزيت ويكون ناعم
- يصب العسل مع التقليب ويوضع حبه البركة المطحونة ناعم مع التقليب أو استبدال حبه البركة بالحلبة المطحونة ويستمر التقليب حتى تدخل في الغليان ثم يضاف عصير ليمونة
- تنزل من على النار وتبرد ويضاف السوداني المحمص
- توضع بعد ذلك في برطمان معقم

ملحوظة :

حبه البركة مفيدة وطعمها لذيذ وهي مستحبة في علاج الامراض الصدرية

وبالهناء والشفاء.....

المخلل بأنواعه

طريقة عمل الليمون باللفل الاخضر الحار



المقادير:

- 3 كيلو ليمون أصفر بنزهير
- 2/1 كيلو فلفل حار مقطع

طريقة التحضير:

- يغسل الليمون ويوضع في إناء غويط على النار
- يغطى بالماء حتى يغلى حوالى 2/1 ساعة
- يصفى من الماء ويوضع فى مصفاه ويترك حتى يبرد
- يوضع الفلفل المقطع مع كيس ملح ويحشى الليمون يقطع الفلفل و لملح
- يوضع فى برطمان بعد حشو كل حبات الليمون
- يوضع باقى قطع الفلفل على وجه الليمون
- يذاب الملح فى الماء ويوضع على الليمون حتى يغطى بالماء ويراعى ان يكون الماء مغلى ويوضع بعد ان يبرد على الليمون فى كل انواع المخلل نتبع الطريقة فى التحليل حتى لا يعمل ريم على الوجه
- يغطى محكوم ويفتح عليه بعد 15 يوم بالضبط

وبالهنأ والشفا.....

الليمون المعصفر



المقادير:

- 3 كيلو ليمون عصفر
- عصفر حبه البركة من العطار
- ملح وشطة

طريقة التحضير:

- يسلق الليمون ويصفى
- يوضع العصفر و حبة البركة والملح والشطة ومع بعض
- تفتح الليمونة وتحشى بالخليط واحدة واحدة
- يرص فى برطمان ويوضع عليه ماء وملح
- يحكم الغطاء ويفتح عليه بعد 15 يوم
- نفس الطريقة لعمل الليمون بدون سلق ويحشى وهو فى هذه الحالة
- يترك من شهر الى شهرين حتى يخلل

وبالهناء والشفاء.....

طريقة تخليل الجزر



المقادير:

- 1 كيلو جزر
- ملح
- ماء
- شطة وخل

طريقة التحضير:

- يقطع الجزر اصابع بسكين مشرشرة ليعطيه شكل بعد الغسل
- يوضع فى برطمان ويغطى بالماء وملح والخل والشطة
- يحكم الغطاء ويفتح بعد 10 أيام

طريقة الخيار المخل مع الفلفل الرومى



المقادير:

- 1 كيلو خيار صغير الحجم ورفيع
- ملح / خل
- فلفل كبير رومى مقطع
- شطة

طريقة التحضير:

- يغسل الخيار ويخرم بالشوكة ويوضع فى البرطمان مع قطع الفلفل الرومى
- يغطى بالماء والملح والشطة والخل
- يحكم بالغطاء ويأكل بعد اسبوع
- ممكن يخلل مع الجزر
- للعلم الفلفل يعطى الخيار نكهة لذيذة

وبالهنأ والشفا.....

اللفت والبنجر



المقادير:

- 1 كيلو لفت
- ماء
- ثمرة واحدة بنجر

طريقة التحضير:

- يغسل اللفت ويقطع اصابع وتقشر البنجر وتقطع
- يوضع فى البرطمان مع البنجر ثم يغطى بالماء والملح مع ملاحظة عدم وضع خل فى تخليل اللفت لكى ينجح فى التخليل لان اللفت يعطى نفس حموضة الخل وممكن شرب ماء اللفن لحسن طعمه ويأكل بعد 10 أيام

وبالهنأ والشفا.....

الفلفل الحار



المقادير:

- 1 كيلو فلفل حار يكون صابح وناشف

طريقة التحضير:

- يشق ويغسل ويوضع فى برطمان ويغطى بالماء والملح والخل
- يأكل بعد ان يغير لونه ويصير اصفر بدل اخضر يترك لمدة اسبوع

وبالهنأ والشفا.....

الزيتون المخمل الاخضر

المقادير:



- 2 كيلو زيتون تفاحي ويلاحظ الا يكون به بقع كرفس
- 2 كيلو ليمون
- 2/1 فلفل حار وملح خشن

طريقة التحضير:

- يشق الزيتون بالسكينة من عند الراس على شكل مربع
- ينقع في ماء لمدة 24 ساعة
- يصفى من الماء ويقطع الكرفس والفلفل الحار والملح
- يقرب الخليط على بعضه ويوضع حبة في اسفل البرطمان وشوية زيتون
- تتكرر العملية حتى تنتهي الزيتون والخلطة
- ممكن الخلطة يوضع معها بشر جزر باقى الخلطة توضع على الوجه
- يعصر الليمون ويأكل بعد شهر عصير الليمون هو لسائل بدون ماء وبهذه الطريقة لا يغير لونه حتى اخره

تخليل الزيتون الاسود



- يوضع الزيتون الاسود في ملح خشن ويترك حتى يذوب الملح لمدة 24 ساعة
- يغسل الزيتون غسلا جيدا ثم يوضع في البرطمان ويوضع طبقات
- ملح والزيتون فقط بدون ماء
- يحكم الغطاء جيدا ولا يفتح الا بعد النضج وتقلب يوميا وهي مغطاه لحد شهرين حتى ينضج تزول مرارته
- يخرج من مائه ويغسل بالماء الدافئ لازالة الملوحة الزائدة ثم ينشر على شوال نظيف او حصيرة حتى يسود لونها ويجف منها ماء الغسيل
- توضع في الزيت وقليل من الخل لتحسين الطعم

وبالهناء والشفاء.....

انواع العربي



مربة الالرنج

المقادير:

- 2 كيلو لارنج
- سكر (يحدد بعد سلق الالرنج ويأخذ العصير ونفس كمية العصير تكون كمية السكر)
- عصير ليمون

طريقة التحضير:

- يبشر قشر الالرنج وهو صحيح ثم يوضع فى اناء غويط ويغطى بالماء ويوضع على النار حتى يسلق ويوضع تحت الماء وينقع 24 ساعة مع تغيير الماء باستمرار حتى تضيع المرارة ويصفى
- تقطع الثمرة على 4 ويطلع قلب الثمرة وتوضع فى مصفاه
- يصفى ويترك البزر ويقطع لحم الالرنج أو يفرم
- يوضع العصير والالرنج ونفس المقدار يكون مقدار السكر
- يوضع على النار حتى يغلى ثم يترك على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى يختفى الريم ويلمع الوجه تترك حتى تبرد وتعبئ فى برطمان معقم

الالرنج المسكر

نفس طريقة السلق السابقة ونزع القلب ويصفى من البزر

- يأخذ لحم الثمرة ويقطع على اربعة ونعمل خيط مع إبرة
- يلف كل قطعة من الالرنج وتقل بالابر تلتضم
- تكرر العملية حتى يصير مثل العقد
- توضع على النار مع مقدار من السكر مثل مقدار العصير والالرنج
- يوضع على النار حتى يلمع الوجه ويخرج العقد من المربى ويوضع فى مصفاه حتى يصفى
- يترك على ورق زبدة وينزع الخيط ويخرج اصابع المربى فى سكر سنتر فيش اى خرز كبير ويترك حتى ينشف ويقدم باقى السائل مع السندوتشات



وبالهناء والشفاء.....

مرية البلح (سماني)



المقادير:

- 2 كيلو بلح سماني
- 1 كيلو يوسفي مقشر مع تقطيع القشر قطع صغيرة
- عصير ليمون عدد 4
- قرنفل عصير اليوسفي
- 1 كيلو سكر لضبط السكر كل 100 بلحه عليهم 1 ك سكر

طريقة التحضير:

- يقشر البلح بحرص ويسلق في الماء
- يصفى وينزع نوى البلح مع الحرص الا يفتح البلح ثم يحشى بقطع اليوسفي ويغطي بالقرنفل حتى نهاية البلح
- ممكن يحشى باللوز مع قطع اليوسفي
- يوضع في إناء غويط مع السكر وعصير الليمون وعصير اليوسفي
- يوضع على نار هادئة حتى يلمع وجه البلح ثم يعبئ في برطمان معقم

مرية المشمش



المقادير:

- 1 كيلو مشمش
- 2/1 كيلو سكر
- عصير ليمون

طريقة التحضير:

- يغسل المشمش ينزع منه النوى ويضاف عليه السكر ويترك حتى يسيل السكر مع المشمش
- يوضع على نار هادئة حتى تختفي الريم ويلمع الوجه
- يوضع عصير الليمون وتترك حتى تبرد وتعبأ في برطمان معقم

مربة الجزر



المقادير:

- 1 كيلو جزر مفروم أو مبشور ناعم
- 1 كيلو يوسفي
- قرنفل
- 2/1 كيلو سكر

طريقة التحضير :

- يقشر اليوسفي ويقطع القشر أو يبشر ويعصر القلب اليوسفي
- يوضع الجزر على النار مع عصير اليوسفي وبشرة السكر والقرنفل وعصير الليمون
- يترك حتى يختفي الريم ويلمع الوجه
- وتعبأ بنفس الطريقة السابقة

مربة التين



- ينقى التين مع ملاحظة الا يكون مستوى ويكون مقفول 1 ك تين
- 1 كيلو تين يقطع ويوضع عليه 2/1 كيلو سكر
- يترك حتى يشرب السكر ويوضع على النار حتى يختفي الريم
- يلمع الوجه ويوضع عصير الليمون وتنزل من على النار حتى تبرد وتعبأ

وبالهنأ والشفا.....

مربة الفراولة



المقادير:

- 1 كيلو فراولة مغسولة جيدا
- 2/1 كيلو سكر
- عصير ليمون

طريقة التحضير:

- ينزع عنق الفراولة وتقطع على أربعة ويوضع عليها السكر وتترك حتى يذوب السكر وتوضع على نار هادئة
- تترك حتى يختفى الريم ويلمع الوجه
- يضاف عصير الليمون ويجب التقليب المستمر لجميع أنواع المربى
- تنزل من على النار حتى تبرد وتعبأ

وبالهنأ والشفا.....

العصائر

عصير الليمون بالنعناع



المقادير:

- لتر ماء
- عدد 8 ليمونه يكفى 4 أكواب
- 12 ملعقة سكر
- 4 عيدان نعناع

طريقة التحضير:

- يعصر الليمون ويضاف عليه الماء والسكر ويضرب فى الخلاط ثم يضاف على العصير 4 عيدان نعناع ويضرب مع العصير مرة اخرى ثم يوضع فى لثلاجة ويقدم مثلج

عصير الجوافة



المقادير:

- 1 ك جوافة
- عصير 4 ليمون
- نصف كوب سكر
- ماء أو حليب حسب الرغبة

طريقة التحضير :

- تقشر الجوافة وتقطع على 4 وينزع منها البذر ثم يضاف إليها السكر والليمون والماء أو الحليب وتضرب فى الخلاط وتقدم مثلجة

وبالهناء والشفاء.....

الكركاديه



المقادير:

- كوب كركادية
- 2 كوب سكر
- لتر ماء مثلج
- 2 كوب ماء مغلى

طريقة التحضير:

- يوضع الكركادية على الماء المغلى والسكر ويترك حوالى ساعتين ثم يصفى بعد إذابة السكر ويوضع عليه الماء المثلج ويوضع فى الثلاجة ويقدم مثلج
- مكن إضافة قطعة تمر هندى اثناء النقع يعطيه طعم لذيذ ويصفى بعد ذلك مع بعضه

الخروب



المقادير:

- كوب خروب مسكر
- 2 كوب سكر
- لتر ماء

طريقة التحضير:

- يوضع السكر فى إناء غويط على النار ومعه الخروب ويقلب حتى يذوب السكر ويتغير لونه مثل الكراميل ثم يضاف الماء ويترك حتى يغلى وينزل من على النار ويترك حتى يبرد ويصفى ويوضع فى الثلاجة ويقدم مثلج

وبالهنأ والشفا.....

طريقة عمل كوكتيل الفواكة



المقادير:

- موز
- تفاح
- برتقال
- فراولة
- عنب بدون بذر
- كantalob ، ممكن اى نوع فاكهة يضاف حسب موسم الفاكهة
- سكر حسب كمية الفاكهة

طريقة التحضير:

- تقشر وتقطع الفاكهة قطع مكعبات ويوضع عليها عصير ليمون لكى لا يتغير لونه
- وخصوصاً فى وجود تفاح وموز لأن نسبة الحديد عالية والليمون يمنع تغير اللون
- يضاف السكر وقيل من الماء وممكن إضافة ماء ورد وتوضع فى الثلاجة وتقدم مثلجة،
- ممكن وضع كريم شانتيه على الوجه مع قطع الفراولة

عصير البرتقال مع الجزر



المقادير:

- 1 ك برتقال
- 1 ك جزر

طريقة التحضير:

- يقشر الجزر ويبشر ويعصر البرتقال ويضاف مع بعضه الجزر والبرتقال ويضرب جيداً مع إضافة السكر ويقدم مثلج.

وبالهناء والشفا.....

العرق سوس



المقادير:

- فنجان شاي عرق سوس

طريقة التحضير:

- يوضع فى إناء به قليل من الماء وملعقة كبيرة كربونات الصودا ويترك حتى يتغير لونه.
- ثم يوضع فى شاشة نظيفة ويربط ويوضع فى ابريق ماء ويترك حتى يصير لونه غامق ويشرب مثلج

معلومة : إن العرق سوس مفيد جدا

وبالهنأ والشفا.....

طريقة عمل الأرز بالحليب



المقادير:

- كوب أرز مغسول
- 2 ك حليب كامل الدسم
- ربع كيلو كريمة أو قشدة
- 4 كوب سكر
- نصف كوب شاى نشا (كورن فلور)
- فانيليا
- 4 حبات مستكة مطحونة

طريقة التحضير:

- يوضع الأرز فى إناء كبير به ماء ويترك حتى ينضج الأرز ويشرب الماء
- يوضع السكر والحليب مع التقليل المستمر والمستكة
- يذاب النشا جيدا فى حليب ويصفى ويضاف على الأرز مع التقليل حتى يصير متماسك
- يضاف الكريمة أو القشدة حتى يغلى وينزل من على النار ويفرق فى كاسات أو أطباق صغيرة أو يوضع فى سرفيس كبير ويترك ويوضع فى الثلاجه ويقدم مثلج ، ممكن وضه أيس كريم معه عند التقديم وأى نوع من المكسرات إذا وجد.

وبالهناء والشفاء.....

طريقة عمل العاشوراء

المقادير:

- نصف كيلو غله
- 2 ك حليب
- نصف كوب نشا
- 4 كوب سكر
- ربع ك كريمة أو قشده
- فانيليا أو ماء ورد حسب الطلب
- لوز مقشر
- أبيض فروه أى اسطل الاسم المعروف به زبيب



طريقة التحضير:

- تنقى الغله وتغسل جيدا ثم توضع على النار حتى تغلى
- تترك ساعة بعد نزولها من على النار تفتح وتكمل نضجها ثم يوضع عليها السكر والحليب واللوز المقشر والزبيب وترفع على نار هادئة مع التقليب ويضاف النشا بعد ان تذاب ويصفى مع التقليب ثم يضاف الاسطل مقطع مثل اللوز ويترك حتى يغلى الخليط
- ينزل من على النار وتفرق فى اطباق ويوضع عليها مكسرات وجوز هند وزبيب وفسنق ناعم اذا وجد حسب الامكانيات مع مراعاة تجميل المنظر على السطح

طريقة حفظ اللحوم

عند شراء اللحمية يجب إتباع الآتى:

- توضع اللحمية فى إناء للغسل ويوضع عليها ملعقة من الخل والماء
- تترك بعض الوقت ثم تشطف وتصفى وتدخل فى اكياس كل كيس فيه كمية الطبخة لان لا يمكن ان تخرج من الفريزر وترجع مرة اخرى
- لذلك تقسم على عدد الاكلات ولا يخرج الا عند الاحتياج ويجب عند خروجها من الفريزر الا تفك بالماء
- توضع حتى تفك على راحتها ولذلك يجب ان تخرجها من الليل فى الثلاجة بدل الفريزر
- توضع فى اناء حتى لا ينزل دم اللحمية على باقى الماكولات
- ممكن توضع فى الثلاجة يومين مغطاه لكى لا يتغير لونها

طريقة حفظ الدجاج

- يغسل جيدا كما ذكرت فى طريقة عمل الفراخ وتصفى وتوضع فى الفريزر نفعل فى اللحمية مثل ما نفعل فى الدجاج

طريقة حفظ الاسماك

- تغسل جيدا وتصفى ويوضع عليها ليمون وتوضع فى اكياس فى الفريزر على الا يكون الحفظ اكثر من اسبوعين لكى تستفيدى بطعمه وممكن وضعه فى الثلاجة يومين مغطى لكى لا يغير لونه

حفظ الجمبرى

- يغسل بالخل ويشطف بحرص
- يوضع فى كيس به ماء وليمون ويربط جيدا ويحفظ بهذه الطريقة
- يخرج كأنه طازج

حفظ الخضروات

- اى نوع خضار يجب غسله وتنظيفه
- تغلى الماء ويوضع عليها فنجان خل ويوضع الخضار فى مصفاه داخل الماء المغلى والخل حتى تغلى الماء وتنزل من على النار وتوضع فى ماء بارد وتحفظ فى كيس نايلون مخرم لكى لا يدخل الهواء فى الخضار ويأمننا من اضرار النايلون وطبعا احسن شئ الخضار الطازج ولكن للظروف المرأة العاملة لايد من حفظ الأكل لضيق الوقت

الملوخية

- تغسل وتقطف وتوضع فى الفريزر وهى ورق وحين تخرجيها تفركيها فى الكيس تنعم بدون خرط وهذه اسهل طريقة للحفظ

وبالهنأ والشفا.....

الفهرس

الصفحة	الباب الأول (المضراوات)
3	بامية بالصلصة واللحمة
4	البامية الخضراء مع اللحم
5	الويكة
6	دقية البامية
7	الملوخية الخضراء
8	الملوخية المجففة
9	الملوخية بالجمبرى
10	القلقاس بالخضرة
11	صنية القلقاس بالصلصة
12	طريقة عمل الخبيزة
13	الفاصوليا الخضراء مطبوخة بالصلصة
14	السبانخ
15	الرجلة
16	البيزلاء (مطبوخة مع الجزر)
17	القول الاخضر (مطبوخ بالصلصة)
18	الكوسة المطبوخة بالحمص
19	دقية الطرلى تشكيلة خضار
	الباب الثانى الصواني
21	صنية المسقعة
22	صنية الباذنجان بالبشاميل
23	الباذنجان بالخل والثوم والفلفل الحار
24	الباذنجان بالصلصة والفلفل

25	البابا غنوج
26	الباذنجان المخلل
27	صينية الكوسة بالبشاميل
28	طريقة عمل الياخني بالبصل القلايا
29	الكوسة مراكب في الفرن
30	صنية الكوسة بدون لحم
31	صنية البطاطس في الفرن بالكفتة
32	طريقة عمل الكفتة
33	صنية بطاطس محشية لحم مفروم وخضروات
34	البطاطس البوريه
35	البطاطس بالزبدة والثوم
36	سلطة البطاطس
37	بطاطس بالحليب والكريمة
38	بطاطس بورية بالزبدة
الباب الثالث انواع الكرونة	
40	مكرونة بالبشاميل
41	مكرونة بالجلالاش أقلام
42	مكرونة لسان عصفور بالبقصمات الناعم والصلصة مع خلطة لحوم
43	مكرونة اسباحتي باللحمة المفرومة والصلصة
44	صنية الفريك
45	شوربة الفريك
الباب الرابع طريقة عمل العماشي	
47	محشى ورق العنب بدون لحمه
48	ورق العنب باللحمة المفرومة
48	الكوسة المحشية
49	الباذنجان الابيض والاسود المحشى

50	الكرنب المحشى
51	صنية الارز بالجلالاش
52	طريقة عمل الارز المحمر بالمكسرات
53	طريقة عمل ارز بالطماطم والفلفل الحار
54	الارز الصيادية (ارز السمك)
55	صنية ارز بالبشاميل
56	برام الارز بالحليب
57	الارز باللحمة شرائح (بفتيك)
58	طريقة عمل البيتزا
الباب الخامس الأطباق المغروفة	
60	طريقة عمل الكشك السمك الأحمر
61	الكشك بالجمبرى
62	كشك بالزبادى والحليب والفراخ
63	طريقة عمل البصارة
64	طريقة عمل الفولية
65	القول المطبوخ بالكزبرة الجافة
66	العدس المطبوخ عدس بجبه (أسود)
67	شوربة العدس الاصفر
68	كشرى بالعدس الاصفر
69	كشرى بعدس اسود بجبه مع مكرونة عقل صغيرة
70	طريقة عمل الشكشوكة
71	طريقة تدميس الفول
71	فول بالتقلية
72	طريقة عجينة الفلافل
73	طريقة عمل اللوبية بعين سوداء
74	العجة بالبيض والبطاطس المسلوقة
75	العجة بالخضرة والدقيق

الباب السادس أنواع اللحم	
77	طريقة عمل اللحم البفتيك
78	اللحمة المشوية
79	اللحمة المحمرة بالبصل والثوم
80	اللحمة كباب حلة
81	اللحمة المتبلّة صنية بالبهارات
82	فخذة اللحم الضاني (اي لحم الخروف)
83	فخذة كندوز مخلية من العظم
84	طريقة عمل العصاج باللحمة المفرومة
85	اللحمة الشرائح بالملح والفلفل والزيت
86	الكفته المشوية
87	طريقة عمل عيش باللحمة (الخواوشى)
88	طريقة عمل الكبية الشامى
89	بفتيك اللحم المفرومة
90	اللحمة الاسكتلندى بالبيض المسلوق
91	الفته بالخل والثوم
92	اللحمة الباردة (روزيف)
93	طريقة عمل الخرشوف المحشى مع بطاطس محشية
94	الخرشوف بانية بالبيض والبصمات
94	الخرشوف المسلوق بالزيت والليمون
أنواع الكبد	
96	طريقة عمل الكبد الاسكندراني
97	الكبد بالبصل والثوم
98	الكبد بانية
99	كبد الفراخ
100	كمونية الكبد

101	كفته الارز
102	كفته داوود باشا
103	كفته الجمري
□	انواع الفراغ والطيور □
105	الفراخ مسلوقة ومحمرة
106	الفراخ صنية في الفرن
107	الفراخ المحشية
108	الفراخ بالبطاطس والليمون
109	الفراخ البانية
110	الفراخ المخلية بالصلصة البيضاء
111	طريقة عمل الارانب
112	طريقة عمل البط
113	البط المحشى بالفريك
114	طريقة عمل الحمام المحشى
115	الحمام بالبصل
116	الحمام المشوى والسمان
117	طريقة عمل الديك الرومى
118	الفراخ البانية بالجبنه الشرائح والبطاطس البورية (أو خضار سوتيه)
□	الأسماك □
120	سمك بلطى مقلى
121	سمك بلطى مشوى
122	سمك مشوى بالزيت والليمون
123	البربون المقلى (السلطان ابراهيم)
124	صنية السمك مع البطاطس
125	صنية السردين في الفرن
126	صنية السمك بالبندق والطحينة

127	طاجن السمك في الفرن
128	الجمبرى المسلوق
129	الجمبرى كباب حلة
129	الجمبرى بانية حجم كبير
130	جمبرى مسلوق بالمايونيز
131	السييط المقلّى
132	نوع من انواع السييط (كلامارى)
133	المخ المسلوق
□	أكالات شعبية □
135	طريقة عمل الأكارع الأكارع المسلوقة
136	طريقة عمل الكورع صنية في الفرن
137	الكرشة مسلوقة
138	طريقة عمل الكرشة مطبوخة بالحمص
139	طريقة الكرشة محمرة
140	طريقة عمل المبار (العصبان)
141	كمونية حلويات بتلو
142	طريقة عمل الطحال
142	طريقة عمل الفشة والكلاوى
143	طريقة تحضير الكلاوى
143	طريقة عمل اللسان
144	طريقة عمل صنية الرقاق
145	طريقة عمل شوربة الخضار
146	شوربة الطماطم ولسان العصفور
147	شوربة صيادية
□	□

كعك العيد	
149	كعك العيد
151	كعك العيد بالبيكنج بودر
152	البيتي فور
153	الغريبة
154	بسكويت النشادر
155	كيسة العسل الاسود كيسة شتوى
156	طريقة عمل الفطائر
157	طريقة عمل البسبوسة
158	طريقة عمل القرص بالعجوة
159	المنين بالينسون
160	حلاوة الدقيق
161	الزلابية
162	أم على
163	لقمة القاضي (العوامات)
164	قرص الكنافة على النار
165	صنية البقلاوة بالجلالاش
166	قرع العسل صنية بالشاميل والمكسرات
166	طريقة عمل بشاميل حلو
167	طريقة عمل المفتقة (الحلبة المعقودة)
العجّل بأنواعه	
169	طريقة عمل الليمون بالفلفل الاخضر الحار
170	الليمون المعصفر
171	طريقة تخليل الجزر
171	طريقة الخيار المحلل مع الفلفل الرومي
172	اللفت والبنجر

172	الفلفل الحار
173	الزيتون المخلل الاخضر
173	تحليل الزيتون الاسود
□	انواع العربى □
175	مرية اللارنج
175	اللارنج المسكر
176	مرية البلح (سماني)
176	مرية المشمش
177	مرية الجزر
177	مرية التين
178	مرية الفراولة
□	العصائر □
180	عصير الليمون بالنعناع
180	عصير الجوافة
181	الكر كاديه
181	الخروب
182	طريقة عمل كوكتيل الفواكة
182	عصير البرتقال مع الجزر
183	العرق سوس
184	طريقة عمل الأرز بالحليب
185	طريقة عمل العاشوراء
186	طريقة حفظ اللحوم
186	طريقة حفظ الدجاج
186	طريقة حفظ الاسماك
186	حفظ الجمبرى
187	حفظ الخضروات
187	الملوخية