

معلومات أساسية

قارئتي العزيزة :

ستجدين الوصفات الموجودة في هذا الكتاب سهلة التنفيذ إذا تذكرت هذه النقاط :

- ١ - أغلب الوصفات تكفي أربعة أشخاص إذا لم يذكر غير ذلك .
- ٢ - أحضري جميع الأدوات المطلوبة للطبق قبل البدء في تحضيره .
- ٣ - أوقدي الفرن قبل البدء في تحضير الطبق فهذا يساعد على نجاح الطبخ .
- ٤ - تعلمي كيف تستعملين الأعشاب والبهارات في مطبخك .
- ٥ - عندما تجربين الطبق لأول مرة حاولي تنفيذه بدقة وبعد ذلك يمكنك الحذف أو الإضافة حسب ذوق عقلتك .
- ٦ - اقرئي الوصفة بدقة قبل البدء في تحضيرها .

الأدوات الضرورية للمطبخ

عند تجهيزك لمطبخك راعي أن تشتري أجود الأصناف حتى تتحمل استعمالك اليومي ، وهنا قائمة ببعض الأدوات التي يجب أن يحتويها مطبخك :

- إبريق لغلي الماء .
- أباريق شاي .
- خفّاقة بيض .
- سكاكين مختلفة المقاسات .
- سلطانيات مختلفة الأحجام .
- صواني متنوعة للفرن .
- طاحونة للبهارات .
- طاحونة للهيل والقهوة .
- عصّارة ليمون .
- غلاية حليب .
- فتّاحة علب .
- فرشاة لدهن صواني الفرن والقوالب .
- فرشاة لدهن الفطائر .
- قدور مختلفة المقاسات .
- قشّارة بطاطس .
- قطّاعات للعجين والفطائر والبسكويت .
- قوالب كريمة متنوعة .
- قوالب كيك بأشكال متنوعة .
- لوح للعجين .
- لوح لتقطيع الخضار .
- مِشْرَة .
- مصافي مختلفة الأحجام .
- مقالي مختلفة .
- مقص .
- ملاعق مخرمة ، وخشبيّة ، ومغارف .
- منخل سلك ، وآخر نايلون .
- مناشف .
- نشابة للعجين .
- هراسة بطاطس .
- هراسة ثوم .

وهناك بعض الأدوات غير الضرورية ولكن وجودها في المطبخ يسهل عليك العمل ، ويجعل الطبخ أكثر عملية ومتعة ، من هذه الأدوات :

- ميزان .
- قدر كاتم بخار (ضغط) .
- شبك سلك لتبريد الفطائر والكعك .
- فرشاة لتنظيف الخضروات .
- خلاط كهربائي .

- عصارة فواكه .
- مفرمة لحم .
- قطعة بيض .

أوراق المطبخ

١. الألمنيوم :

وجوده ضروري في المطبخ ، وتستطيعين استعماله لعدة أغراض مثل :

- لفّ الأطعمة عندما توضع في الثلاجة .
- لفّ الشطائر (السندويشات) لكي تبقى طرية .
- تغطية بعض الأطباق عند طهيها بالفرن ؛ وهذا يسرع ويسهل عملية نضجها وبقائها طرية .

- لفّ الأطعمة عند حفظها في المجمد (الفريزر) .
- لتغطية سطح الموقد (البوتوغاز) ليسهل عملية تنظيفه .
- لحفظ الأطعمة والخضراوات عند وضعها في المجمد (الفريزر) أو الثلاجة ، ولفّ الخبز والشطائر .

٢. كياس النايلون :

- لتجفيف الأطعمة المقلية والسوائل المنسكبة والأيدي .
- لتبطين قوالب الكيك ، وكعازل بين طبقات العجين أو بعض الأطعمة عند حفظها في المجمد لكي يمنع التصاقها كما أنّ ذلك يسهل أخذ الكمية اللازمة منها عند الحاجة .
- لشّي اللحوم والطيور في الفرن ، وهي تحتفظ بالطعام ليناً ، والفرن نظيفاً ، وتستطيعين رؤية الطعام من خلالها لمعرفة مدى نضجه .

٣. ورق المطبخ انشّاف :

٤. ورق الزبدة الشمع :

٥. كياس الشّي :

٦. ورق الشّفاف اللاصق :

الصرق الصحيحة لحفظ الأطعمة

في هذه الأيام ؛ أيام الثلاجات والبرادات والمجمدات نحن لانعاني من أية مشكلات في حفظ أطعمتنا ، وهنا ستجدين بعض المعلومات - التي أرجو أن تكون مفيدة - في كيفية حفظ بعض الأطعمة لمدة طويلة ، وكذلك كيفية تغليتها . وقبل ذلك أود أن أنبه إلى نقطتين :

أولاً : لاحظي - كما تعلمين - أنّ أبرد جزء في الثلاجة هو الرفّ العلوي بجانب صندوق الثلج ؛ هذا إذا كانت ثلاجتك من النوع الذي يحوي مثل هذا الصندوق .

ثانياً : والمجمدات يوجد معها - عادة - دليل إرشادي لكيفية حفظ الأطعمة لمدة طويلة ، عليك قراءة محتوياته بدقة ، وهذا - مع الأسف - مالا تفعله كثيرات منا .

١. الخبز :

٢. المعلبات :

- احفظيه في كيس نايلون مغلق لمدة ٢ - ٣ أيام في الثلاجة أو المجمد .
- هناك اعتقاد سائد بأنّها تعيش طويلاً ولكن في الحقيقة إنها تبقى جيدة لمدة عام من تصنيعها وبعد ذلك تصبح غير مضمونة ، وبالفعل هناك بعض الأنواع تبقى جيدة لعدة أعوام .
- لاحظي أنّه عندما تنتفخ أية علبه أو تنبج بأي شكل فيجب التخلص منها حالاً .
- احتفظي به في غلافه ، أو لفه - بإحكام - في كيس نايلون أو ورق ألومنيوم حتى تحفظيه من

٣. الحبن :