

## التوابل

هذه قائمة بأهم التوابل التي ورد ذكرها في هذا الكتاب :

- ١ . بابريكا : تستعمل للتجميل مع أطباق البيض والسمك والسلطة والمايونيز .
- ٢ . جوزة الطيب : للأطباق المخبوزة والبودنج المصنوع من الحليب والصلصات والخضراوات والدجاج .
- ٣ . الزعفران : يستعمل لطعمه ولونه مع الخبز والكيك والأرز .
- ٤ . الزنجبيل : يستعمل طازجاً بعد فرمه أو بشره مع اللحوم والخضراوات ، ومطحوناً مع الأصباغ المخبوزة والفتائر والحلوى .
- ٥ . الفلفل الأسود والأبيض : مع جميع الأطباق المتبلّة والأسود أخف حرارة من الأبيض .
- ٦ . القرفة : مع الفتائر والحلوى والبهارات المشكلة .
- ٧ . القرنفل : سليماً مع اللحوم والأرز ، ومطحوناً مع الخضراوات والخبز .
- ٨ . الكراوية : للخبز والكيك وأطباق الجبن والمخللات .
- ٩ . الكركم : للتلوين والطعم مع اللحوم والكاربي والأرز والمخللات .
- ١٠ . الكمون : مع اللحوم والخضراوات والبيتزا والبهارات .
- ١١ . الكزبرة : تستعمل مطحونة مع الخبز والكاربي والخضراوات واللحوم .
- ١٢ . الهيل : مع البهارات المشكلة والكاربي وأطباق التفاح .
- ١٣ . تمر هندي : يستعمل لطعمه الحامض مع أطباق الخضراوات ومحشي ورق العنب .

## معلومات مهمة

التحميص : لعمل التوست ضعي شرائح الخبز على صينية في الرف العلوي لفرن حار من ٢ - ٣ دقائق لكل جانب ، هذا إذا كنت لا تملكين آلة للتحميمص . ولتحميص القطع الصغيرة التي تضاف للحساء حمصها في إناء مع قليل من الزيت .

القلي في دهن ساخن : لاختبار درجة حرارة الدهن اغمسي نهاية ملعقة خشبية فإذا كانت حرارته عالية تكبت فقاعات عليها وفي هذه الحالة بدئي القلي ، ولكن قبل ذلك جففي الطعام المراد قليه جيداً من الماء .

الخبز في الفرن : إن اختيار الرف المناسب ودرجة حرارة الفرن يتوقف على شكل الصينية وكمية الطعام الموجود بها ونوعه ؛ لهذا يستحسن أن تتبعي الإرشادات الموجودة على أواني الفرن .

## أفكار لتجميل الأطباق

الفجل الأحمر : افصلي القشرة عن اللب من أربع أو خمس جهات ثم ضعها في ماء مثلج حتى تفتح وتأخذ شكل الورد وهناك آلة خاصة لتشكيل الفجل على شكل ورد .

الخيار : جوفي الخيار ثم احشيه بجبن أبيض أو زبدة مخلوطة مع الأعشاب ثم قطعيه حقائق . قشري الخيار على شكل خطوط طولية ثم قطعيه . قطعي الخيار المخلل طولياً مع عدم قطع