



أطباق المشهيات

٤٦	كانبيه بالأنشوجة	١	بيض بالمايونيز (١)
٤٧	كانبيه باريبي	٢	بيض بالمايونيز (٢)
٤٨	كانبيه بالسردين	٣	حلقات البيض بالخضر
٤٩	كانبيه بالجبن (١)	٤	بيض مع صلصة خضراء
٥٠	كانبيه بالجبن (٢)	٥	بيض بالطاطم
٥١	زوارق الخس	٦	بيض مُعَرَّق بالشاي
٥٢	سويس رول بالكرفس	٧	بيض بالتفاح
٥٣	مراكب الخيار	٨	بيض بالأعشاب
٥٤	مراوح الخيار	٩	شرائح الجبن بالسوسيج
٥٥	الخيار المحشو	١٠	جبن حلومي مقلي
٥٦	البنجر المحشو	١١	كرات الجبن
٥٧	فلفل محشو بالخضار	١٢	كرات الجبن الملونة
٥٨	فلفل بالجبن	١٣	جذع الجبن
٥٩	كريول الطاطم والفلفل	١٤	وردات الجبن بالطاطم
٦٠	مراوح الطاطم	١٥	كرات الجبن والزيتون (١)
٦١	طاطم بصلصة البقدونس	١٦	كرات الجبن والزيتون (٢)
٦٢	طاطم بالخضار	١٧	جبن بالطاطم
٦٣	الطاطم الذهبي	١٨	جبن برقائق الذرة (كورن فليكس)
٦٤	طاطم محشوة بالتونة	١٩	جبن بالشوفان
٦٥	فَنُوش الباذنجان	٢٠	رقائق الجبن بالجوز
٦٦	مُتَبِّل الباذنجان	٢١	مكسرات بالبهارات
٦٧	غموس الباذنجان	٢٢	توست بالجبن (١)
٦٨	غموس الخيار	٢٣	توست بالجبن (٢)
٦٩	غموس البيض الكاري	٢٤	فطائر الشو بالجبن (١)
٧٠	غموس الجبن	٢٥	فطائر الشو بالجبن (٢)
٧١	غموس الجن بالكمون	٢٦	بسكوت بالجبن (١)
٧٢	غموس الأنشوجة	٢٧	بسكوت بالجبن (٢)
٧٣	صلصة الخبز بالشوم	٢٨	تونة مع التوست (١)
٧٤	خبز الثوم	٢٩	تونة مع التوست (٢)
٧٥	خبز الخردل	٣٠	تونة مع التوست (٣)
٧٦	خبز الأعشاب	٣١	قالب التونة بالزيتون
٧٧	خبز الأنشوجة	٣٢	جمبري بالشطة
		٣٣	جمبري بالمايونيز
		٣٤	كوكتيل الجمبري
		٣٥	يوم السلمون
		٣٦	سلمون بالجبن
		٣٧	ليمون محشو بالسردين
		٣٨	لانشون بالبيض
		٣٩	لانشون بارد
		٤٠	أصابع مرتديلا
		٤١	المنفوش
		٤٢	فطائر لحم بالجبن
		٤٣	كرات الجبن بالفول السوداني
		٤٤	فول سوداني بالتوست
		٤٥	كانبيه الأوراق الخضراء

أمريكا

اليونان

قبرص

إيطاليا

١ - بيض بالمايونيز (١)



المقادير:

- ١ - ٤ بيضات مسلوقة جيداً .
- ٢ - ٢ مك مايونيز .
- ٣ - مسحوق كاري .
- ٤ - حوابل .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي البيض أنصافاً وأزيلي الصفار .
- ٢ . ادهكي الصفار مع باقي المقادير .
- ٣ - ضعي المزيج في قمع واضغطيه في داخل تجاويف البيض .
- ٤ - قدميه على فرشة من أوراق الخس وزينه بشرائح فلفل أحمر أو خيار .

٢ - بيض بالمايونيز (٢)

المقادير:

- ١ - بيض مسلوقة جيداً .
- ٢ - قدونس مفري .
- ٣ - مايونيز .
- ٤ - بابريكا .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي البيض أنصافاً بالطول واقطعي جزءاً صغيراً من أسفل لسهولة الارتكاز .
- ٢ . ادهكي الصفار مع المايونيز والقدونس .
- ٣ - ضعيه في قمع كريمة واضغطيه وردات داخل البيض .
- ٤ - رشي بالبابريكا وجهلي حسب ذوقك ورغبتك .
- * أضيفي بيوريه طماطم للمصفر إذا رغبت في الحصول على لون أحمر .

٣ - حلقات البيض بالخضر

المقادير:

- ١ - بيض مسلوقة جيداً .
- ٢ - خيار .
- ٣ - طماطم جامدة .
- ٤ - بقدونس مفري .
- ٥ - مايونيز .
- ٦ - صلصة خلّ .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الطماطم والخيار المقشر إلى مكعبات (١ سم) .
- ٢ . قطعي البيض حلقات وافرشي المايونيز في طبق مسطح .
- ٣ . رصي حلقات البيض في وسط الطبق بحيث تغطي كل حلقة جزءاً من سابقتها .
- ٤ . ضعي الخيار كحلقة حول البيض ثم حلقة من الطماطم .
- ٥ . رشي الخضر فقط بالقدونس وصلصة الخلّ .
- صلصة الخلّ : ملح + فلفل + خل أحمر + زيت توضع في قارورة وتُرج حتى يغلظ قوامها .

٤ . بيض مع صلصة خضراء

المقادير:

- ١ - ٤ بيضات مسلوقة جامداً .
- ٢ - أعشاب مشكلة .
- ٣ - كرتون كريم حامض .
- ٤ - ١ مك مايونيز .
- ٥ - ١ مك معجون الخردل .
- ٦ - ملح .
- ٧ - ثوم .
- ٨ - فلفل .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي جميع المقادير عدا البيض في الخلّاط .
- ٢ . صبيها في إناء التقديم وقدميها مع شرائح البيض وفجل وخبز .

٥ . بيض بالطماطم

المقادير:

- ١ - ٤ حبات طماطم جامدة .
- ٢ - مايونيز .
- ٣ - بيض مخلوط مقلي .
- ٤ - بقدونس مفري .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الطماطم حلقات سميكة نوعاً ما .
- ٢ . احشيها بالمايونيز والبيض ورشيها بالبقدونس كشطائر وقدميها على فرشاة سلطة خضراء .

٦ . بيض معرق بالشاي

الصين

المقادير:

- ١ - ٤ بيضات .
- ٢ - ٣ مك ماء مغلي .
- ٣ - ٢ مك أوراق شاي .
- ٤ - كمون .
- ٥ - ملح .

خطوات العمل:

- ١ . اسلقي البيض بالماء لمدة ٥ ق ثم برديه تحت ماء بارد .
- ٢ . نشفيه ثم رَبيته (اطرقى برفق) بظهر ملعقة حتى يتشقق القشر بشكل متساوٍ .
- ٣ . ضعي الماء مع الشاي والملح والكمون واغليه ثم أضيفي البيض واسلقيه لمدة ١٥ ق .
- ٤ . برديه وقدميه مقطّعاً أرباعاً أو أنصافاً ولكن لا تقشريه إلا لحظة التقديم .



٧. بيض التفاح

روسيا



المقادير:

- ١- ٤ بيضات مسلوقة جامداً حلقات رفيعة .
- ٢- تف حتان خضر وان مزالتا البذور حلقات .
- ٣- ٨ ك مايونيز .
- ٤- ٨ ك كريم حامض .
- ٥- ١ عك هورس زيدش صوص .
- ٦- ٢ مش ملح .
- ٧- ٨ مش شطة .

خطوات العمل:

١. دعي حلقات التفاح والبيض بشكل جميل .
٢. احلطي باقي المقادير واخفقيها جيداً .
٣. صبها فوق التفاح والبيض وبرديها على الأقل لمدة ٣٠ ق قبل التقديم .

٨. بيض بالأعشاب

المقادير:

- ١- شرائح توست .
- ٢- ٢ حك زبدة .
- ٣- بياض بيضتين .
- ٤- ٢ / ١ ك جبن مبشور .
- ٥- ٤ / ١ مش باكنج بودر .
- ٦- أعشاب جافة .

خطوات العمل:

١. صبي الخبز على الوجهين وادهني وجهه بالزبدة .
٢. اخفقي البياض حتى يجمد وأضيفي له باقي المقادير وقلبي بخفة .
٣. دعيه على الخبز وضعيه تحت الشواية حتى يشقر .

٩. شرائح الجبن بالسوسج

المقادير:

- ١- شرائح جبن مربعة .
- ٢- ٢ سوسج مسلوقة حلقات .
- ٣- سلطة روسية .
- ٤- بيضتان مسلوقتان .
- ٥- زيتون أسود .

خطوات العمل:

١. سعي في وسط كل شريحة قليلا من السلطة وحلقات من السوسج .
٢. صيها أسطوانيا كالأصبع وامسكي أعلاها بعود رفيع أو نكاشة أسنان .
٣. صيها في طبق وجليها بالبيض والزيتون وباقي السوسج .

١٠ - جبن حلومي مقلي



تبرص

المقادير:

- ١ - ٤ / ١ كغم جبن حلومي .
- ٢ - دقيق .
- ٣ - ليمونة .
- ٤ - زيت أو زبدة .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الجبن شرائح وأغمسيها في الدقيق .
- ٢ . اغلي الزيت أو الزبدة واقلي الجبن لمدة ١٠ ق لكل جهة .
- ٣ . اعصري الليمونة فوق الجبن وقدميه حالاً مع خبز وليمون .

١١ - كُرَاتُ الجبن

المقادير:

- ١ - ٢٠٠ غ جبن كمامبرت .
- ٢ - ٤٠٠ غ جبن أبيض دسم .
- ٣ - ١ مك مستردة .
- ٤ - ٢ مك حليب .
- ٥ - فلفل رومية حمراء مفرية .
- ٦ - فلفل رومية خضراء مفرية .
- ٧ - فجل أحمر مفري .
- ٨ - ١ مك سمسم .
- ٩ - جزر مبشور .
- ١٠ - ٢ مك فستق مفري .
- ١١ - بابريكا .
- ١٢ - ملح .
- ١٣ - فلفل .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي الجبن الكمامبرت والمستردة مع نصف الجبن الدسم .
- ٢ . اخلطي باقي الجبن مع الملح والفلفل والحليب .
- ٣ . اصنعي الخليطين على شكل كرات صغيرة .
- ٤ . زيني الكرات بباقي المقادير ثم برديها وقدميها .

١٢ - كُرَاتُ الجبن الملونة



المقادير:

- ١ - ١٧٥ غ جبن أبيض كامل الدسم قليل الملح .
- ٢ - ٧٥ غ جبن شيدر مبشور .
- ٣ - فلفل أسود .
- ٤ - ٢ / ١ مش معجون الخردل .
- ٥ - ٤ مك بقادونس مفري .
- ٦ - ٤ مك سمسم محمص .
- ٧ - بابريكا .

خطوات العمل:

١. هكي الجبن حتى ينعم ويصبح مثل القشدة .
٢. أصيفي الجبن الشيدر والخردل والفلفل وضعيه في الثلاجة .
٣. صوري الخليط كرات صغيرة متساوية .
٤. قبي ٣/١ الكرات في السمسم و ٣/١ في البقدونس والباقي في البابريكا .
٥. رعيها في طبق وضعيها في الثلاجة حين التقديم .

١٣ - جذع الجبن

المقادير:

- ١- ٢ كغم جبن شيدر مبشور .
- ٢- ٣ مك زيتون محشي مفري .
- ٣- ٣ مك جوز مفري .
- ٤- ٣ مك خيار مفري .
- ٥- ٣ مك فجل مفري .
- ٦- مايونيز .

خطوات العمل:

١. اخلطي المقادير الخمسة الأولى جيداً .
٢. أصيفي مايونيز حتى يصبح في سمك الكريمة الغليظة .
٣. تسكليه على شكل جذع شجرة طويل ، وجمليه بالزيتون وأنصاف الجوز والفجل وبرديه .
٤. قدميه على فرشة سلطة خضراء مع طماطم وبازلاء مسلوقة وبصل أخضر .

١٤ - وردات الجبن بالطماطم

المقادير:

- ١- طماطم جامدة .
- ٢- جبن أبيض .
- ٣- نعناع جاف .
- ٤- ورق خس .



خطوات العمل:

١. صعي الطماطم في ماء مغلي لمدة ١٠ ثوانٍ ثم قشريها .
٢. اقصي كل واحدة إلى ستة أقسام دون أن تنفصل من القاع .
٣. صعي كل واحدة على ورقة خس وافتحيها كزهرة .
٤. هكي الجبن ثم ضعيه في قمع كريمة واضغطي وردة في وسط كل طماطمة .
٥. رسيه بالنعناع الجاف وقدميه .

١٥ - كُرَاتُ الجبن والزيتون (١)

المقادير:

- ١ - ٢ ك جبن شيدر مبشور .
- ٢ - صفار بيضتين .
- ٣ - ٢ مك حليب .
- ٤ - ملح .
- ٥ - ٣ / ١ ك دقيق .
- ٦ - ١ مش باكنج بودر .
- ٧ - بياض بيضتين .
- ٨ - زيتون محشي .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي المقادير الستة الأولى .
- ٢ . اخفقي البياض حتى يجمد ثم أضيفيه بخفة للخليط وغطيه لمدة ٣٠ ق .
- ٣ . رشي يدك بالدقيق وشكلي العجينة كرة احشيتها بزيتونة وهكذا .
- ٤ . اقليها وقدميها مع سلطة خضراء .

١٦ - كُرَاتُ الجبن بالزيتون (٢)

المقادير:

- ١ - ٢ ك جبن شيدر مبشور .
- ٢ - ١ / ٤ ك دقيق .
- ٣ - ٢ / ١ ك زبدة .
- ٤ - زيتون محشي .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي المقادير الثلاثة الأولى واعجنها حتى تتناسك .
- ٢ . شكليها كرات واحشي كل كرة بزيتونة ورصيها - متباعدة - على صحن فرن غير مدهون .
- ٣ . غطيها واتركيها ساعة أو أكثر ثم اخبريها في فرن حار لمدة تتراوح ما بين ١٥ - ٢٠ ق .

١٧ - جبن بالطماطم

المقادير:

- ١ - ٦ حلقات طماطم مقشورة .
- ٢ - ٦ شرائح جبن غرويير سويسري .
- ٣ - بقدونس مفري .
- ٤ - زيت زيتون .
- ٥ - زيتون أسود .
- ٦ - ملح .
- ٧ - فلفل .

خطوات العمل:

- ١ . رصي الطماطم والجبن بالتبادل بحيث تغطي كل حلقة سابقتها .
- ٢ . رشيها بالملح والفلفل وزيت الزيتون والبقدونس .
- ٣ . جليها بحبات الزيتون وقدميها مع خبز .



١٨ - جبن برقائيق الذرة (كورن فليكس)



المقادير:

- ١ - ٦ مك مرجرين .
- ٢ - كوب جبن مبشور .
- ٣ - ٢ دقيق .
- ٤ - ٢ ش سكر .
- ٥ - ١ ش ملح .
- ٦ - رشة شطة .
- ٧ - ٢ كورن فليكس الأرز .
- ٨ - ٣ ٤ ك جوز مجروش .

خطوات العمل:

- ١ . اخطي المرجرين اللين والجبن وأضيفي لهما جميع المقادير واخلطيهما مع ملاحظة إضافة الكورن فليكس أخيراً .
- ٢ . برسيها لمدة ساعة بالثلاجة ثم شكليها كرات صغيرة واضغطيها قليلاً في صحن خبز بواسطة شوكة .
- ٣ . أو شكليها اسطوانات طويلة رفيعة قبل التبريد ثم قطعيها بطول ١ / ٢ سم .
- ٤ . اخزيها لمدة ١٥ ق في فرن متوسط الحرارة وقدميها باردة أو ساخنة .

١٩ - جبن بالشوفان

المقادير

- ١ - ٤ / ١ ك دقيق .
- ٢ - ٢ مك زبدة أو مرجرين .
- ٣ - ٤ / ١ ك دقيق .
- ٤ - ٢ مك زبدة أو مرجرين .
- ٥ - ٢ مك زبدة أو مرجرين .
- ٦ - ٤ / ١ ك جبن مبشور .
- ٧ - ٢ مك ماء مثلج .
- ٨ - ٤ مك زبدة أو مرجرين .
- ٩ - ٤ / ١ ك شوفان .
- ١٠ - ٣ / ١ ك جبن شيدر مبشور .
- ١١ - ٤ / ١ مش معجون الخردل .

خطوات العمل:

- ١ . اخطي المواد الأربعة الأولى ثم افركيها في الزبدة حتى تصبح كفتات الخبز .
- ٢ . أضيفي الجبن وماء حتى تصبح عجينا متماسكا ودلكيه على لوح مرشوش بالدقيق حتى ينعم .
- ٣ . افرديه رقيقاً وقطعيه دوائر قطر ١ / ٢ - ٣ سم ورصيه على صحن خبز وبرديها .
- ٤ . اخطي الزبدة وباقي المقادير وقطعيها كرات بحجم حبة الكرز وضعي واحدة في وسط كل دائرة ، واضغطيها .
- ٥ . اخزيها في فرن حار من ١٢ - ١٥ ق أو حتى تَشَقَّرَ وبرديها في الصحن نفسه وقدميها باردة .

٢٠. رقائق الجبن بالجوز



المقادير:

- ١- كوب جبن سائل كبير .
- ٢- ٦ مك زبدة أو مرجرين .
- ٣- ١/٤-١ ك دقيق .
- ٤- ١/٢ ك جوز مفري .
- ٥- ذرة فلفل أحمر حار .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي الجميع ماعدا الجوز حتى يتجانس ثم اقسّميه إلى قسمين .
- ٢ . لفي كل قسم بورق زبدة مشمع على شكل أسطوانة طولها ١٥ سم وثلجها حتى تتماسك .
- ٣ . أزيل الورق ودحرجها على الجوز ثم قطعي كلّ اسطوانة إلى ٢٤ رقيقة واخبري .

٢١. مكسرات بالبهارات

المقادير:

- ١-٢ مك زبدة بدون ملح .
٢-١ ك لوز .
٣-١/٢ ك فول سوداني .
٤-٢ مك زيت .
٥-١/٢ ك بندق .
٦-١ مك كاري .
٧-١ مش كزبرة مسحوق .
٨-٢ مك عسل أبيض .
٩- ملح وذرة شطة .

خطوات العمل:

- ١ . ضعي الزبدة والزيت على النار وقلبي فيها المكسرات لمدة ٢ ق .
- ٢ . اعجني الكاري بقطرات من الماء وأضيفيه للمكسرات هو والكزبرة وقلبي حتى يصبح لونها ذهبيا .
- ٣ . ارفعيها من على النار ورشيها بالعسل وقلبيها جيداً .
- ٤ . افردىها على صاج ورشيها بالملح والشطة وبرديها قبل تقديمها .

٢٢. توبت بالجین (۱)

المقادير:

- ١- كيس توست مبشور .
٢- قالب جبن موزاريللا مبشور .
٣- ٢ ك طماطم مفرية منزوعة القشر والبذر .
٤- ١/٢ ك بصل مفري .
٥- ثوم مهروس .
٦- ١/٣ ك حليب .
٧- ٣ مك زيت .
٨- [قطرات تاباسكو .]

خطوات العمل:

- ١ . حمري البصل والثوم في الزيت حتى يحمر وأضيفي التاباسكو في حالة استعمالها .
- ٢ . في صحن فرن مدهون ضعي التوست والطماطم والجبن والبصل على شكل طبقات على أن تكون آخر طبقة من التوست .
- ٣ . رشى الحليب على السطح واخبزيه في فرن حار حتى يحمر السطح وقدميه مع سلطة خضراء .

٢٣. توست بالجبن (٢)

المقادير:

- ١ - شرائح توست .
- ٢ - حين موزاريللا .
- ٣ - بيض مخفوق .
- ٤ - بصل مفري .
- ٥ - عصير طماطم .
- ٦ - بهارات .
- ٧ - ملح .
- ٨ - زيت .

خطوات العمل:

- ١ . للي البصل حتى يذبل ثم أضيفي الطماطم والملح والبهارات واطهي حتى يغلظ .
- ٢ . صبي شرائح اتوست كطبقة في صحن فرن مدهون .
- ٣ . دهنى الشرائح بالبيض ثم وزعي خليط الطماطم على السطح .
- ٤ . متي الجبن المشور واخبزيها حتى تحمر ويسيح الجبن .
- ٥ . قدميها ساخنة أو باردة .

٢٤. فطائر الشو بالجبن (١)

المقادير:

- ١ - كيب حليب .
- ٢ - غ زبدة .
- ٣ - ٢٠٠ ك دقيق .
- ٤ - مخيضات .
- ٥ - نة ملح .

الحشو:

- كوب قشطة - ٢٠٠ غ جبن
أبيض دسم - أعشاب مفرية .

خطوات العمل:

- ١ . أهلي الحليب - الزبدة والملح ثم أضيفي الدقيق دفعة واحدة .
- ٢ . اخفقي بشدة حتى يتفصل العجين عن جوانب الإناء .
- ٣ . يديه وأضيفي البيض مع الخفق الشديد .
- ٤ . مسعيه في قمع واضغطيه على ورق زبدة على شكل أصابع .
- ٥ . اخبزيه في فرن متوسط الحرارة لمدة ٢٥ ق أو حتى يحمر .
- ٦ . احلطي مقادير الحشو معاً .
- ٧ . لتحي الفطائر من الجانب واحشيها وقدميها مع أوراق الخس .



٢٥ . فطائر التوبالجبن (٢)

المقادير:

- ١- ٥ مك زبدة .
٢- ٣ / ٢ ك ماء .
٣- ١ / ٣ ك دقيق .
٤- بيضتان .
٥- ١ / ٢ مش معجون الخردل .
٦- ١ / ٢ ك جبن شيدر مبشور .

الحشو:

- ١- ٢ مك زبدة .
٢- ٣ مك دقيق .
٣- ٢ / ٣ ك حليب .
٤- ١ / ٤ مش مستردة .
٥- ١ / ٢ ك جبن شيدر مبشور .
٦- ٢ مك مايونيز .
٧- ١ مك بقدونس مفري .
٨- ملح .
٩- فلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . ضعي الزبدة والماء على النار حتى يغلي ثم أضيفي الدقيق دفعة واحدة .
- ٢ . حركي حتى ينفصل عن جوانب الإناء ثم برديه قليلاً .
- ٣ . أضيفي بيضة بيضة مع الخفق حتى ينعم وأضيفي الجبن والخردل .
- ٣ . بواسطة ملعقة شاي قطعيه كرات ورصيها متباعدة على صحن خبز .
- ٤ . اخبزيها في فرن حار لمدة ١٠ ق ثم خففي النار واتركيها من ٢٠ - ٢٥ ق حتى تصبح مقرمشة .
- ٥ . اعلمي شقا في الجانب وبرديها على منخل سلك .
- ٦ . أذبي الزبدة وقلبي فيها الدقيق ثم الحليب واغليها حتى تغلظ مع الخفق الجيد .
- ٧ . أضيفي لها باقي المقادير وبرديها ثم احشي بها الكرات وقدميها .

٢٦ . بسكويت بالجبن (١)

المقادير:

- ١- ١٦ بسكويتة بطعم الخضار .
٢- ٤ مك جبن كريم شيدر .
٣- بيضة .
٤- ملح .
٥- ١ مك مايونيز .
٦- فلفل أسود طازج .

خطوات العمل:

- ١ . ادهني البسكويت بالجبن ورصيه في صحن خبز .
- ٢ . اخفقي الصفار مع المايونيز والملح والفلفل .
- ٣ . اخفقي البياض حتى يجمد ثم أضيفيه بخفة واخبطي حتى يتجانس .
- ٤ . افرديه على البسكويت وخبزيه في فرن متوسط الحرارة لمدة ١٢ ق أو حتى يجمد ويَشَقَر .

٢٧ . بسكويت بالجبن (٢)



المقادير:

- ١ - ٣ ك بسكويت مالح مطحون .
- ٢ - كعب جبن موزاريلا مبشور .
- ٣ - ٤ مك زبدة .
- ٤ - بيصتان .
- ٥ - ٢ مك بقدونس مفري .
- ٦ - ثم بودرة .

خطوات العمل:

- ١ - ١- لطي الجميع ماعدا الجبن وافرديه في صينية مدهونة ورشيه بالجبن .
- ٢ - ١- اخبزها في فرن متوسط الحرارة حتى تتماسك وتشقر وقدميها ساخنة أو باردة .

٢٨ . تونة مع التوست (١)

المقادير:

- ١ - عجة تونة .
- ٢ - ٤ شرائح توست .
- ٣ - بصلتان مفريتان .
- ٤ - فلفل أسود .
- ٥ - ٢ مك جبن إيمتال مبشور .
- ٦ - ٤ شرائح جبن مربعة .

خطوات العمل:

- ١ - صفى التونة من الزيت ثم اقلي البصل في الزيت حتى يذبل ثم أضيفي التونة .
- ٢ - حمي الخبز ثم افردى عليه خليط التونة وغطي ب شرائح الجبن .
- ٣ - رشي السطح بالفلفل والجبن المبشور .
- ٤ - اخبزها تحت اشواية لمدة ٥ ق أو حتى يسيح الجبن .

٢٩ . تونة مع التوست (٢)

المقادير:

- ١ - توست .
- ٢ - زبدة أو مرجرين .
- ٣ - تونة أو سلمون .
- ٤ - بيض مخفوق .

خطوات العمل:

- ١ - أترلي جوانب التوست الجافه ثم افرديه بالنشابه .
- ٢ - إصنيها بالزبدة ثم ضعي طبقة من التونة أو السلمون المدهوك المتبل .
- ٣ - لقيها أسطوانيا وامسكيها بعود خلال خشبي .
- ٤ - اصنيها بالبيض ورصيها في صحن مدهون واخبزها حتى تشقر .

٣٠. تونة مع التوست (٢)

المقادير:

- ١ - علبة تونة .
- ٢ - شرائح توست .
- ٣ - جبن موزاريلا مبشور .
- ٤ - بصل مفري .
- ٥ - بهارات .
- ٦ - بيضة .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الخبز دوائر أو مربعات أو مثلثات حسب رغبتك .
- ٢ . صفي التونة من الزيت وادهكها مع البيضة والتوابل .
- ٣ . اقلي البصل في زيت التونة حتى يذبل ثم أضيفه للتونة .
- ٤ . ادهني الشرائح بخليط التونة ثم غطيها بالجبن المبشور .
- ٥ . رصيها في صحن فرن مدهون واخبزيها حتى تحمر ويسيح الجبن .

٣١. قالب التونة بالزيتون



المقادير:

- ١ - ٤٠٠ غ تونة .
- ٢ - زيتون أسود .
- ٣ - زيتون أخضر محشي .
- ٤ - ١٠٠ غ زبدة .
- ٥ - ٣ مك مسردة .
- ٦ - ٤ شرائح أنشوجة بالزيت .
- ٧ - بيضة مسلوقة .
- ٨ - زيت .
- ٩ - باقة بقدونس صغيرة .
- ١٠ - باقة صغيرة كزبرة .
- ١١ - ملح .

خطوات العمل:

- ١ . ادهني سلطانية صغيرة أو قالباً أملس بالزبد .
- ٢ . قطعي الزيتون المحشي أنصافاً ورصيه بالتبادل مع الزيتون الأسود مع مراعاة أن يكون الجزء المقطوع ملائماً لسطح القالب .
- ٣ . افرمي الأنشوجة والأعشاب ناعماً في مفرمة اللحم .
- ٤ . اخفقي الزبد واخلطي باقي المقادير معها وأضيفي زيتاً حتى يصبح متوسط القوام .
- ٥ . صبي نصف المزيج في القالب المعد ثم ضعي البيضة صحيحة في الوسط .
- ٦ . غطي بباقي المزيج وساوي السطح برفق وادخليه الثلاجة حتى لحظة التقديم .
- ٧ . لسهولة قلبه ضعيه في إناء به ماء مغلي ثم اقلبيه على طبق وجمليه بالزيتون الأسود .

٢٢ . جمبري بالشطة



المقادير:

- ١ - ٢/١ كغم جمبري .
- ٢ - ٣ قرون شطة خضراء .
- ٣ - ٢/١ ك عصير ليمون .
- ٤ - ثم مهروس .

خطوات العمل:

- ١ . لسلي الجمبري وقشريه وانزعي الخيط الأسود من الظهر .
- ٢ . رمي الشطة ناعماً واخلطيها مع الثوم والليمون والملح .
- ٣ . يديه في الثلاجة لمدة ٣ ساعات على الأقل .
- ٤ . حرزیه في عيدان رفيعة ملونة وقدميه .

٢٣ . جمبري بالمايونيز

المقادير:

- ١ - جمبري طازج .
- ٢ - ليمون .
- ٣ - بصلة .
- ٤ - خس .
- ٥ - كراث .
- ٦ - جرجير .
- ٧ - مايونيز .
- ٨ - ملح .
- ٩ - فلفل .

خطوات العمل:

- ١ . لسلي الجمبري في ماء مع بصلة مفرومة وملح وفلفل حتى يتلون بالبرتقالي .
- ٢ . اعصري عليه الليمون وقشريه .
- ٣ . رمي الخضروات ناعماً واخلطيها مع الجمبري .
- ٤ . قدميه وبجانبه المايونيز أو ضعي المايونيز في وسط طبق وصبي الخليط كحلقة من حوله .

٢٤ . كوكتيل الجمبري

المقادير:

- ١ - كب جمبري مسلووق مقشر .
- ٢ - ٢ مك كاتشب .
- ٣ - ٢ مك مايونيز .
- ٤ - رشة جوزة الطيب .
- ٥ - ٤ حلقات ليمون .
- ٦ - قلب خسة .
- ٧ - توابل .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي المايونيز والكاتشب والجوزة والتوابل معاً .
- ٢ . اخلطي الجمبري بملعقة من المزيج السابق .
- ٣ . رمي الخس ناعماً وقسميه في ٤ أكواب خاصة بالكوكتيل .
- ٤ . قسمي الجمبري على الأكواب وضعي فوقه قليلاً من المزيج .
- ٥ . ضعي كل كوب بحلقة ليمون وقدميه بارداً .
- * خذ آخر : افرشي طبقاً مسطحاً بالخس وضعي فوقه الجمبري وفي الوسط المايونيز .

٨ قطع

٣٥ - يوم السلمون

المقادير:

- ١ - علبة سلمون ٢٠٠ غ .
- ٢ - بصل أخضر .
- ٣ - بقدونس .
- ٤ - ٢٠٠ غ جبن كريم .
- ٥ - خبز صامولي طازج .
- ٦ - بيضة .
- ٧ - جزرة .
- ٨ - ملح .
- ٩ - فلفل .

خطوات العمل:

- ١ . اهرسي السلمون بشوكة مع قليل من زيتته .
- ٢ . افرمي البقدونس والبصل ناعماً واخلطيهما مع السلمون والجبن والتوابل .
- ٣ . اطحن الخبز وأضيفي بعضاً منه للخليط واخلطي جيداً .
- ٤ . شكليه أشكالاً بيضاوية واعمسيها في البيض المخفوق ثم في فتات الخبز .
- ٥ . رصيهما في صحن فرن غير لاصق وضعي قطعاً مثلية من الجزر للفم والعينين .
- ٦ . اخبزها في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج لمدة حوالي ١٥ ق .

٣٦ - سلمون بالجبن

المقادير:

- ١ - علبة سلمون ٢٠٠ غ .
- ٢ - ٤ فروع بصل أخضر .
- ٣ - بقدونس أو نعناع .
- ٤ - ٢٠٠ غ جبن كريم .
- ٥ - خبز صامولي طازج .
- ٦ - فلفل أسود .
- ٧ - ملح .
- ٨ - بيضتان .
- ٩ - جزر .

خطوات العمل:

- ١ . ادهكي السلمون بشوكة حتى يصبح قطعاً صغيرة .
- ٢ . افرمي البصل والبقدونس واخلطيهما مع الجبن والسلمون والملح والفلفل .
- ٣ . اطحن الخبز واخلطي بعضه مع خليط السلمون والجبن وشكليه دوائر .
- ٤ . خذي باقي الخبز واخفقيه مع البيض بشوكة .
- ٥ . اغمسي الدوائر في خليط البيض ورصيهما في صحن فرن غير لاصق .
- ٦ . ضعي قطعاً صغيرة من الجزر على السطح واخلبزها لمدة ١٥ ق وقدميهما .



٣٧ - ليمون محشو بالسردين

المقدِير:

- ١ - ٣ ليمونات كبيرة .
- ٢ - بَصْتَان مسلوقتان جيداً .
- ٣ - سردين بالزيت .
- ٤ - ٥٠ غ زبدة .
- ٥ - بقدونس مفري .
- ٦ - بابريكا .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي رؤوس الليمون وأخرجي اللب بملعقة .
- ٢ . غشي السردين والبيض والبابريكا وبعض لب الليمون في الخلّاط واخلطي لمدة ١ ق .
- ٣ . حشي قشور الليمون بالخليط وأعيدي الغطاء وحمل بالبقدونس .
- ٤ . ضعيه في الثلاجة إلى حين التقديم .

٣٨ - لانشون بالبيض

المقدِير:

- ١ - علبة لانشون .
- ٢ - بيضتان .
- ٣ - بصّل مفري .
- ٤ - بقسماط .
- ٥ - ملح .
- ٦ - فلفل أسود .
- ٧ - سمن أو زيت .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي اللانشون شرائح سمك ١ سم .
- ٢ . ضعيه مع البصل والملح والفلفل واتركيه لمدة ساعة .
- ٣ . ضعي شرائح اللانشون في البيض المخفوق المتبل ثم في البقسماط .
- ٤ . حمريه في الزيت وقدميه ساخنا .

٣٩ - لانشون بارد

المقدِير:

- ١ - علبة لانشون .
- ٢ - حلقات خيار .
- ٣ - خس مقطع .
- ٤ - جزر شرائح .

خطوات العمل:

- ١ . افرشي الخسر في طبق وقطعي اللانشون شرائح ورصيها فوق الخسر .
- ٢ . جملي بحلقات الخيار وشرائح الجزر .



٤٠. أصابع مرتديلا



المقادير:

- ١- ٦ شرائح مرتديلا .
- ٢- كوب جبن قريش .
- ٣- ٢ مك جوز مفري .
- ٤- ٢ مك بقدونس مفري .
- ٥- حلقات خيار .
- ٦- خس .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي الجبن والبقدونس والجوز جيداً .
- ٢ . وزعيه على شرائح المرتديلا ولفيها أصابع .
- ٣ . رصيها فوق أوراق الخس وجملي بالخيار .

٤١. المنفوش



المقادير:

- ١- سوقدان .
- ٢- ملح .
- ٣- ماء .

خطوات العمل:

- ١ . ضعي السوقدان في كمية من الماء المملح واغليها على النار .
 - ٢ . قليه من وقت لآخر حتى تذوب حبوب السوقدان ويصبح الخليط شفافاً وغلظاً كالجيلاتين .
 - ٣ . صبيه على شكل دوائر في صحن ألومنيوم مدهونة بالزيت أو على ورق زبدة وجففه في الشمس .
 - ٤ . اقلي الكمية المطلوبة في زيت حار وقدميها .
- * يمكن إضافة الألوان أو الثوم المسحوق أو الشطة حسب الرغبة .

٤٢. فطائر لحم بالجبن

المقادير:

- ١- كوب لحم مفري ناضج .
- ٢- ٣ مك جبن مبشور .
- ٣- ١/٤ ك بطاطس مهروسة .
- ٤- ١ مك بصل مفري ناعم .
- ٥- بيضتان مخفوقتان .
- ٦- ثوابل .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي الجميع وشكليها فطائر صغيرة وضعيها تحت الشواية حتى تنضج .

٤٣ - كرات الجبن بالفول السوداني

المقادير:

- ١ - ٢ مك دقيق .
- ٢ - ٣ مك زبدة لوز ناعمة .
- ٣ - ١/٢ ك جبن مبشور .
- ٤ - بياض بيضتين .

خطوات العمل:

- ١ - اخفقي البياض حتى يجمد واخلطي الجميع وشكليها كرات صغيرة واقليها .
- * أصيفي مزيداً من الدقيق إذا احتاج الأمر .

٤٤ - فول سوداني بالتوست

المقادير:

- ١ - ٢ مك زبدة لوز ناعمة .
- ٢ - بيضة مخفوقة .
- ٣ - ٥ مك حليب .
- ٤ - ٦ شرائح توست أسمر .

خطوات العمل:

- ١ - خفقي اللوز والحليب والبيضة وأزيلي أطراف التوست الجافة وقطعيها أصابع .
- ٢ - غمسيها في المزيج واقليها قليلاً في الزيت وقدميها ساخنة أو باردة .

٤٥ - كانبیه الأوراق الخضراء

المقادير:

- ١ - ١ علبه جبن كريم ٣ أونز .
- ٢ - جبن أزرق مفتت ٢ مك .
- ٣ - ١ مك كريمه خفيفه .
- ٤ - نقط من اللون الأخضر .
- ٥ - ٥٠ قطعة توست .
- ٦ - كبر أو خيار مخلل .

نصوات العمل:

- ١ - اخلطي المقادير الأربعة الأولى في الخلط .
- ٢ - ضعبي الخليط في قمع كريمه مع أنبوب على شكل ورقة شجر .
- ٣ - اضغطي ثلاث ورقات فوق كل قطعة توست وزيني بالمخلل .



٤٦ . كانبيه بالأنشوجة



المقادير:

- ١ - شرائح توست .
- ٢ - زيت زيتون .
- ٣ - بيض مسلوق جامدا .
- ٤ - أنشوجة .
- ٥ - زبدة .
- ٦ - بقدونس مفري ناعماً .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الخبز مستطيلات ٤ - ٦ سم وحمريها في زيت الزيتون وبرديها .
- ٢ . افرمي بياض البيض منفرداً وادهني التوست بالزبدة .
- ٣ . رشي نصف المستطيل بالصفار ونصفه الآخر بالبياض والجوانب بالبقدونس .
- ٤ . ضعي شريحتين من الأنشوجة على السطح على شكل الحرف X .

٤٧ . كانبيه باريبي



المقادير:

- ١ . شرائح توست .
- ٢ . زبدة .
- ٣ . مايونيز .
- ٤ . جرجير .
- ٥ . صفار بيض مفروم .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الشرائح مستديرات قطر ٥ سم وحمريها في الزبدة وبرديها .
- ٢ . ادهني السطح بالمايونيز ثم رشي بالجرجير المفروم .
- ٣ . رشي الوسط بصفار البيض وقدميه .

٤٨ . كانبيه بالسردين

المقادير:

- | | | |
|------------------|-------------------|------------|
| ١ - شرائح توست . | ٤ - سردين . | ٧ - ملح . |
| ٢ - عصير ليمون . | ٥ - بابريكا . | ٨ - فلفل . |
| ٣ - زبدة . | ٦ - بقدونس مفري . | |

خطوات العمل:

- ١ . انزعجي جلد وعظم السردين وادهكيه مع الليمون وملح وفلفل وقليل من الزبدة حتى يصبح كالمعجون .
- ٢ . قطعي الخبز دوائر قطرها ٥ سم وادهنيها من جهة واحدة بطبقة من الزبدة .
- ٣ . ضعي فوقها طبقة من المعجون وجهليها بخطوط من البقدونس ورشيها بالبابريكا .

٤٩ . كَانْبِيَه بِالْجَبْن (١)



المقادير:

- ١ - شرائح توست .
- ٢ - زبدة .
- ٣ - صلصة بيضاء سميكه .
- ٤ - عصير ليمون
- ٥ - جبن رومي مبشور .
- ٦ - خس .

خطوات العمل:

- ١ . طعي الخبز مستطيلات ٤ × ٦ سم وحمريها في الزبدة وبرديها .
- ٢ . خلطي الصلصة بالجبن حتى يظهر طعمه فيها .
- ٣ . ذهني الشرائح بطبقة من الصلصة وادخليها فرنًا حتى تحمّر .
- ٤ . قدميها ساخنة أو باردة على فرشة من الخس المتبل بعصير الليمون .

٥٠ . كَانْبِيَه بِالْجَبْن (٢)

المقادير:

- ١ - شرائح توست .
- ٢ - جبن رومي أو شيدر مبشور لحظة الاستعمال .
- ٣ - زبدة .

خطوات العمل:

- ١ . طعي الخبز دوائر قطرها ٥ سم وغطيها بطبقة من الزبدة اللينة من جهة واحدة فقط .
- ٢ . غمسيها بالجبن المبشور وجمليها بالبقدونس والخيار المخلل وقدميها .

٥١ . زَوَارِقِ الْخَس

المقادير:

- ١ - قلب خس .
- ٢ - ٤ كغم جبني مسلوق .
- ٣ - ٥ غ زيتون سود .
- ٤ - بهارات .
- ٥ - ٣ مك زيت .
- ٦ - عصير ليمونة .
- ٧ - ٥٠ غ زيتون أخضر محشي .
- ٨ - ٢ مك مستردة .

خطوات العمل:

- ١ . تبي أوراق الخس واخلطي باقي المقادير معاً .
- ٢ . احشي الأوراق بالخليط وزيني بالبيض المسلوق .

٥٢ - سويس رول بالكرفس



المقادير:

- ١ - شرائح توست .
- ٢ - جبن كريم .
- ٣ - شرائح كرفس .
- ٤ - فلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ - أزيل جوانب الخبز الجافة وافرد بها بالنشابة .
- ٢ - ادهنها بطبقة من الجبن ورشي فلفلًا وضعي شريحة كرفس بطولها ولفيها كالسويس رول .
- ٣ - قطعيها أنصافاً وقدميها .

٥٣ - مراكب الخيار

المقادير:

- ١ - خيار كبير الحجم .
- ٢ - طماطم مكعبات .
- ٣ - بصل أخضر مفري .
- ٤ - خل .
- ٥ - زيت .
- ٦ - خس .

خطوات العمل:

- ١ - اقصي كل خياره نصفين بالطول وانزعى اللب واقطعي جزءاً صغيراً من كل جانب لتصبح على شكل مركب .
- ٢ - اخلطي باقي المقادير وتبليها جيداً واحشي بها المراكب وقدميها على أوراق الخس .

٥٤ - مراوح الخيار

المقادير:

- ١ - علبة جبن كريم ٨ أونز .
- ٢ - ١ مك فجل مفروم .
- ٣ - ٤٠ قطعة توست صغيرة .
- ٤ - خيار مخلل صغير .
- ٥ - لون أحمر .

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي نصف الجبن والفجل وافرديه على قطع التوست .
- ٢ . اخلطي باقي الجبن مع اللون حتى يصبح وردياً .
- ٣ . ضعيه في قمع كريمة واضغطي وردة بركن كل قطعة توست .
- ٤ . قصي كل خياره أربع شرائح بالطول مع ملاحظة عدم قطعها من أسفل .
- ٥ . افرد بها على شكل مروحة وضعيها في الركن المقابل للوردة وقدميها .

٥٥. الخيار المحشو

المقادير:

- ١ - خيار كبير الحجم .
- ٢ - تمرة .
- ٣ - فلفل رومي أحمر .
- ٤ - جبن أبيض .
- ٥ - كاتشب .
- ٦ - تاباسكو (شطة) .
- ٧ - صلصة ووتر شاير .
- ٨ - زيتون أسود .
- ٩ - ملح .
- ١٠ - بهارات .

خطوات العمل:

- ١ - قلعي الخيار حلقات سمك ٤ سم وجوفئها بدون أن تنقيها .
- ٢ - محيها من الداخل وضعيها على قطعة قماش لتجف (لمدة ١٠ ق تقريباً) .
- ٣ - اخلطي التونة مع الجبن والصلصة والكاتشب والتوابل وبرديها في الثلاجة .
- ٤ - احشي الخيار بالخليط وزينه بالفلفل الأحمر والزيتون وقدميه .

٥٦. البنجر المحشو

المقادير:

- ١ - حبات بنجر .
- ٢ - حبات خيار .
- ٣ - صوب بازلاء مسلوقة .
- ٤ - ١ مش خل .
- ٥ - ١ مش زيت .
- ٦ - خسة صغيرة .
- ٧ - ٢ مك قشدة .
- ٨ - قليل من عصير الليمون .
- ٩ - ملح وفلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ - اسلقي البنجر ثم قشريه واقطعي جزءا من السطح وقوريه بعناية .
- ٢ - قطعي جزءا من أسفل الحبة حتى يمكن وضعها واقفة بدون أن تميل .
- ٣ - شري الخيار وقطعي نصفه حلقات وافرمي الباقي ناعماً واخلطيه مع نصف كمية البازلاء .
- ٤ - بليها بالخل والزيت واحشي بها البنجر وغطي السطح بالقشدة ثم ضعي باقي البازلاء .
- ٥ - صفيها في طبق مفروش بالخس المفري والخيار الحلقات . .

٥٧. فلفل محشو بالخضار

المقادير:

- ١ - فلفل رومي .
- ٢ - بازلاء مسلوقة .
- ٣ - جزر مكعبات مسلوقة .
- ٤ - خل .
- ٥ - طماطم مكعبات .
- ٦ - خيار مكعبات .
- ٧ - زيت .
- ٨ - ملح .
- ٩ - خس .

خطوات العمل:

- ١ - قطعي الفلفل أنصافاً بالطول واسلقيه لمدة ١٠ ق بعد إزالة البذور .
- ٢ - اخلطي الخضار وتبليها جيداً بالتوابل .
- ٣ - احشي الفلفل بالخليط وقدميه على فرشة من أوراق الخس .

٥٨ - قلقل بالجبين

المقادير:

- ١ - فلفل رومي .
٢ - جبن أبيض منزوع الدسم .
٣ - زيتون أسود .
٤ - بقدونس مفري .
٥ - طماطم .

خطوات العمل:

- ١ - قطعي الفلفل أنصافاً بالطول وأزيلي اللب والبذور .
- ٢ - ادهكي الجبن والبقدونس واحشي به الفلفل .
- ٣ - جمليه بالطحاطم والزيتون وقدميه .

۵۹۔ کریول الطماطم والفلفل

المقادير:

- ١- ٢ ك طماطم مقشرة مفرية .
٢- ٢ ك بصل مفري .
٣- ٨ مك جبب بارميزان مبشور .
٤- ١٢ شريحة توسب مذهبونة ومقطعة أصابع .
٥- ٢ مك بصل مفري .
٦- ٦- ٢ مك مهروس .
٧- ٢ مك زبدة .
٨- ٨- ٢ مك ملح .
٩- ٩- ٢ مك فلفل أسود .
١٠- ١٠- ٣/١ مك شطة .
١١- ١١- ٢ مك لحم مفري .

خطوات العمل:

- ١ . أذبي الزبدة وقلبي فيها البصل والثوم واللحم لمدة ٣ ق ثم تبليها .
- ٢ . أضيفي الطماطم والفلفل واطهي على نار واسبطيهامتوسطة مع التحريك حتى تنضج وتصبح جافة .
- ٣ . ارفعيها من على النار واسبطيه على أصابع التوست ثم رصيها في طبق تقديم ساخن .
- ٤ . رشها بالجبن وادخليها فرنًا حارًا لمدة ٥ ق وقدميها ساخنة .

٦٠. مِراوِجُ الظِّمَامِ



المقادير:

- ١- ٤ حبات طماطم كبيرة .
- ٢- ١ مش ريجان جاف .
- ٣- ٤ بيضات مسلوقة جيداً .
- ٤- ١/٢ ك بصل أخضر مفري .
- ٥- ٤ مك مايونيز .
- ٦- ملح وفلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . ضعي الطماطم مقلوبة . (الرأس الأخضر إلى أسفل) .
- ٢ . اقطعي عموديا من المنتصف وتقريبا حتى الجذع الأخضر .
- ٣ . اصنعي قِطْعاً مشابهاً مرتين في كل جهة ناحية القطع الأول .
- ٤ . ورشي قليلاً من الريحان في كل شق وبرديها جيداً .
- ٥ . قبل التقديم مباشرة ضعي شريحة بيض في كل قطع .
- ٦ . افرمي باقي البيض واخليطيه مع باقي المقادير وضعي قليلاً منه في وسط كل طماطمة .

٦١ . طماطم بصلصة البقدونس

المقادير:

- ١ - ٢ طماطات صلبة مستديرة .
- ٢ - بضتان مسلوقتان .
- ٣ - ٢ ك بقدونس مفري .
- ٤ - ٣ م مهروس .
- ٥ - شريحتا أنشوجة .
- ٦ - فتات خبز طازج .
- ٧ - زيت زيتون .
- ٨ - خل .
- ٩ - ملح .
- ١٠ - فلفل أسود طازج .
- ١١ - زيتون أسود .

خطوات العمل:

- ١ . طعي الطماطم نصفين عرضاً وانزعي اللب والبذور بحرص .
- ٢ . طعي البيض شرائح واحتفظي بجزء للتجميل واهرسي الباقي .
- ٣ . غلفي الأنشوجة من الحسك وافرميها ناعماً واخلطها مع الثوم والبقدونس والخبز والبيض وتبليها جيداً .
- ٤ . حشي الطماطم بالمزيج وجمليها ب شرائح الزيتون .

٦٢ . طماطم بالخضار

المقادير:

- ١ - حبات طماطم متوسطة .
- ٢ - مك مايونيز .
- ٣ - كوب لحم ناضج .
- ٤ - جزر ناضج .
- ٥ - بازلاء مسلوقة .
- ٦ - ٢ / ١ ك ذرة معلبة أو مسلوقة .
- ٧ - خس .
- ٨ - فلفلة حمراء رومية .
- ٩ - ملح .
- ١٠ - فلفل .

خطوات العمل:

- ١ . أزيلي رأس الطماطم وفرغيها من اللب والبذور ، ثم رشي داخلها بالملح والفلفل .
- ٢ . قطعي اللب قطعاً صغيرة . (ورشي داخل الطماطم بالملح والفلفل) .
- ٣ . خلطي المايونيز ولب الطماطم واللحم المقطع صغيراً والخضار وتبليها .
- ٤ . حشي الطماطم بالخليط وقدميها على فرشة من الخس .
- ٥ . قطعي الفلفة شرائح طويلة رفيعة وجملي بها الطماطم .

٦٣ . الطماطم الذهبية

المقادير:

- ١ - ٤ حبات طماطم متوسطة .
- ٢ - بضتان مسلوقتان جيداً .
- ٣ - ٢ / ١ ك جبن كريم .
- ٤ - ٣ مك خيار مفري ناعم .
- ٥ - مايونيز .

خطوات العمل:

- ١ - غمري الطماطم بهاء ساخن وقشريها ثم اقطعي الرأس وأزيلي اللب وافرميه .
- ٢ - قطعي البيض أنصافاً وافرمي البياض واخلطيه مع لب الطماطم والجبن .
- ٣ - تبلي الخليط جيداً وحشي به الطماطم .
- ٤ - ساوي السطح وغطيه بها يونيز ورشيه بالصفار المفري وجمليه بالخيار .

٦٤ . طماطم محشوة بالتونة

المقادير:

- ١ - ٤ طماطات جامدة .
- ٢ - بيضتان مسلوقتان .
- ٣ - علبة تونة .
- ٤ - بقدونس مفري .
- ٥ - ٢ مك مايونيز .
- ٦ - زيتون أخضر محشو .

خطوات العمل:

- ١ - قطعي الطماطم أنصافاً وأزيلي اللب بحذر .
- ٢ - اخلطي باقي المقادير عدا الزيتون واحشي بها الطماطم وجمليها بالزيتون .

٦٥ . فتوش الباذنجان



المقادير:

- ١ - ٢ / ١ كغم باذنجان مقلي .
- ٢ - ٣ خيارات .
- ٣ - حبة طماطم .
- ٤ - فئات خبز بايت .
- ٥ - بصل مفري .
- ٦ - ٢ / ١ ك عصير ليمون .
- ٧ - بقدونس مفري .
- ٨ - زيت .
- ٩ - ملح .

خطوات العمل:

- ١ . رشي الفئات بالماء حتى يلين وقطعي الباذنجان قطعاً صغيراً .
- ٢ . قطعي الخضراوات مكعبات صغيرة جداً وتبليها بالزيت والملح .
- ٣ . اخلطي الباذنجان والخبز وعصير الليمون وأضيفيها للخضار وقدميها .

٦٦ . متبل الباذنجان

المقادير:

- ١ - باذنجان رومي .
- ٢ - طحينة .
- ٣ - عصير ليمون .
- ٤ - بقدونس مفري .
- ٥ - ثوم .
- ٦ - زيت زيتون .
- ٧ - ملح .

خطوات العمل:

- ١ . اشوي الباذنجان أو اقليه صحيحاً بعد وخزه بالسكين عدة وخزات .
- ٢ . ضعيه في ماء بارد وقشريه واهرسيه في الخلط مع الثوم والليمون .
- ٣ . تبلي الطحينة بالملح والبقدونس وأضيفي الباذنجان .
- ٤ . صبي زيتاً على السطح وجمليه بشرائح ليمون وطماطم .

٦٧ - غموس الباذنجان

● اليونان ●

المقادير:

- ١ - ٢ كغم باذنجان رومي .
- ٢ - رَس ثوم .
- ٣ - ٤ ك فئات خبز .
- ٤ - ١ / ٤ ك عصير ليمون .
- ٥ - ١ / ٢ ك زيت زيتون .
- ٦ - ١ / ٤ ك بقدونس مفري .
- ٧ - بصل مفري .
- ٨ - فلفل أسود طازج .
- ٩ - زيتون أسود للتقديم .

خطوات العمل:

- ١ . تسوي الباذنجان صحيحاً في الفرن أو فوق الموقد (البوتوغاز) .
- ٢ . شريه وهو ساخن واهرسيه مع الثوم في الخلّاط .
- ٣ . تصفي باقي المقادير واخلطي جيداً وبرديه سيصبح سميك القوام عندما يبرد .
- ٤ . عليه بالزيتون الأسود وقدميه مع الخبز .
- ٥ . استبدلي فئات الخبز بالبطاطس المهروس إذا رغبت في ذلك .

٦٨ - غموس الخيار

● ● ●

المقادير:

- ١ - ٢ ك جبن كريم .
- ٢ - ٢ ك كريم حامض .
- ٣ - قطرات من الخل .
- ٤ - ١ مش ملح كرفس .
- ٥ - ١ مك ثوم مفري .
- ٦ - خيارة مقشرة ومفريه ناعماً .

خطوات العمل:

- ١ . تحفقي الجبن ثم أضيفي الكريم وباقي المقادير .
- ٢ . تصفي الخيار وبرديه إلى حين الاستعمال .

٦٩ - غموس البيض بالكاري

● ● ●

المقادير:

- ١ - ٣ بيضات مسلوقة جامداً .
- ٢ - ١ مك كاتشب .
- ٣ - ٤ - ٥ مك مايونيز .
- ٤ - ١ مك كاري .
- ٥ - ملح .
- ٦ - فلفل .

خطوات العمل:

- ١ . هرسى البيض تماماً ويكون أسهل وهو ساخن .
- ٢ . خلطي باقي المقادير حتى تتجانس وتبليها جيداً .

٧٠ - غموس الجبن

● ● ●

المقادير:

- ١ - ٥ فروع بقدونس .
- ٢ - ١٠٠ غ جبن شيدر مكعبات .
- ٣ - ١٠٠ غ جبن عنم .
- ٤ - ١٠٠ غ جبن سائل .
- ٥ - ١ مك معجون خردل فرنسي .
- ٦ - ٥٠ غ زبدة لينة .
- ٧ - بقدونس للوجه .

خطوات العمل:

- ١ . ضعي المقادير الثلاثة الأولى في الخلّاط واهرسيها .
- ٢ . أضيفي باقي المقادير واخلطيها حتى تتجانس وساوي السطح وجلي بالبقدونس ثم قدميها مع خبز أو بسكويت مالح .

٧١ . غموس الجبن بالكمون

المقادير:

- | | | |
|-----------------------|-------------------------|---------------------|
| ١ - ٤ مك جبّـن قريش . | ٤ - ملح . | ٧ - ٣ طماطم شرائح . |
| ٢ - قليل حليب . | ٥ - فلفل . | ٨ - جرجير . |
| ٣ - ١ / ٢ مش كمون . | ٦ - خيار كبيرة مكعبات . | |

خطوات العمل:

- ١ - اخفقي الجبن في الخلّاط مع إضافة الحليب إذا احتاج الأمر .
- ٢ - أضيفي الملح والفلفل والكمون والخيار .
- ٣ - اتركيه قليلاً قبل التقديم وجمليه بالجرجير والطماطم وقدميه .

٧٢ . غموس الأنشوجة

المقادير:

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------|
| ١ - ٤ شرائح توست منزوعة الأطراف . | ٦ - ١ مك عصير ليمون . |
| ٢ - ١ / ٢ فلفلة رومية مزالة البذور . | ٧ - ١ مك صلصة ووتر شاير . |
| ٣ - ١ / ٢ ك كريم حامض . | ٨ - ملح . |
| ٤ - علبة أنشوجة مصفاة من الزيت . | ٩ - فلفل . |
| ٥ - ٣ مك مايونيز . | |

خطوات العمل:

- ١ . ضعي جميع المقادير في الخلّاط حتى تنعم .
- ٢ . قدميها مع شرائح من الجزر والكرفس والقريبط المسلوق .

٧٣ . صلصة الخبز بالثوم كوبان

المقادير:

- | | | |
|---------------------|-------------------------|-------------------|
| ١ - ٦ رؤوس ثوم . | ٣ - ٢ / ١ ك زيت زيتون . | ٥ - بقدونس مفري . |
| ٢ - ٢ ك خبز منقوع . | ٤ - ٣ / ١ ك خل . | ٦ - زيتون أسود . |

خطوات العمل:

- ١ . اهرسي الثوم حتى يصبح كالعجين .
 - ٢ . اعصري الخبز وأضيفيه بالتدريج حتى يصبح أملس .
 - ٣ . أضيفي زيتاً وخلا بالتدريج حتى يصبح سميك القوام وجمليه بالبقدونس والزيتون .
- * استبدلي الخبز ببطاطس مهروسة إذا رغبت في ذلك .

٧٤ - خبز الثوم

المقادير:

- ١ - غيف خبز فرنسي .
- ٢ - ١٠٠ غ زبدة .
- ٣ - ٤ رؤوس ثوم مهروسة .

خطوات العمل

- ١ . قطعي الخبز حلقات سمك ٢ / ١ سم .
- ٢ . خفقي الزبدة والثوم وافريه بين الشرائح ولفي الرغيف بورق ألومنيوم وحمي في الفرن .

٧٥ - خبز الخردل

كما سبق ويضاف للزبدة ١ مك معجون الخردل .

٧٦ - خبز الأعشاب

كما سبق ويضاف للزبدة ٣ مك أعشاب مشكلة مفرية ويمكن استبدال الخبز بالتوست .

٧٧ - خبز الأنشوجة ٢٠ قطعة

إيطاليا

المقادير:

- ١ - غيف خبز فرنسي .
- ٢ - ٢ مك جبنة موتزاريلا شرائح .
- ٣ - ٣ مك علبة أنشوجة شرائح .
- ٤ - ٢ / ١ زبدة أو مرجرين .
- ٥ - بققدونس مفري .

خصوات العمل:

- ١ . قطعي الخبز شرائح سمك ٢ سم مع مراعاة وقف القطع عندما يتبقى ٣ / ٤ سم من الأسفل ؛ بمعنى أن يبقى الرغيف متماسك القطع .
- ٢ . ضعي في كل شق شريحة جبنة وشريحة أنشوجة .
- ٣ . ضعي الرغيف في صحن فرن غير مدهون وصبي فوقه الزبدة السائحة .
- ٤ . دخليه فرنًا حارًا حتى يسيح الجبن من ١٠ - ١٥ ق .
- ٥ . رشيه بالبققدونس وقدميه ساخنًا .

