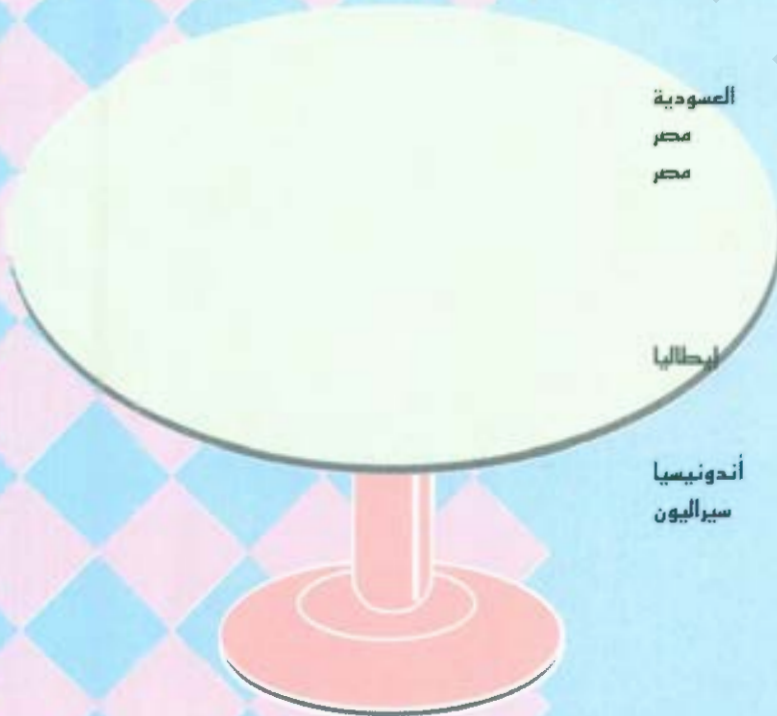




أطباق الأرز

- | | |
|-------------|-----------------------------|
| الهند | ١ الأرز البرياني (١) |
| | ٢ الأرز البرياني (٢) |
| | ٣ الأرز البخاري |
| أفغانستان | ٤ أرز قابلي |
| | ٥ الأرز الأخضر |
| الهند | ٦ بلاو القرنيط |
| الهند | ٧ بلاو الخضار المخلوط |
| الهند | ٨ بلاو بالدجاج |
| ترينداد | ٩ أرز بالدجاج |
| تنزانيا | ١٠ أرز بالدجاج والبالزلاء |
| الهند | ١١ بلاو الجمبري |
| أفغانستان | ١٢ زردبلاو |
| إيران | ١٣ برده بلاو |
| الخليج | ١٤ مكبوس الروبيان |
| العراق | ١٥ قوزي التمن |
| ليبيريا | ١٦ أرز بالخضار (١) |
| غرب أفريقيا | ١٧ أرز بالخضار (٢) |
| | ١٨ أرز بالخضار والدجاج |
| أندونيسيا | ١٩ أرز بالجمبري والدجاج |
| نيجيريا | ٢٠ أرز باللحم والدجاج |
| | ٢١ أرز بالسوسيج |
| السنغال | ٢٢ أرز بالسمنك والخضار |
| إيران | ٢٣ أرز بالثبث والفول الأخضر |
| أوزبكستان | ٢٤ أرز بالجوز |
| | ٢٥ أرز بالفرن |
| الصين | ٢٦ أرز مقلي بالجمبري |
| | ٢٧ قالب أرز بالكباب |
| | ٢٨ أرز بالصلصة البيضاء |
| | ٢٩ طبق الأرز بالبيض |
| السعودية | ٣٠ السليق |
| مصر | ٣١ الأرز المعمر (١) |
| مصر | ٣٢ الأرز المعمر (٢) |
| | ٣٣ فطيرة الأرز |
| | ٣٤ صرر الأرز |
| | ٣٥ فيونكات الأرز |
| | ٣٦ أقراص الأرز |
| إيطاليا | ٣٧ ريسوتا |
| | ٣٨ أرز بالخلطة |
| أندونيسيا | ٣٩ أرز بالدجاج والمكسرات |
| سيراليون | ٤٠ أرز بالفول السوداني |
| | ٤١ أرز بالجوز |



١. الأرز البرياني (١)

المقادير:

- | | | |
|------------------------|-----------------------|----------------------|
| ١ - كوب سمن . | ٧ - ٢ / ١ مش كمون . | ١٣ - ٢ ك أرز بسمتي . |
| ٢ - دجاجة مقطعة . | ٨ - ٢ / ١ مش قرفة . | ١٤ - زبيب . |
| ٣ - بصل مفري . | ٩ - ٤ / ١ مش زنجبيل . | ١٥ - لوز . |
| ٤ - علبة زبادي كبيرة . | ١٠ - ٤ / ١ مش كركم . | ١٦ - ١ مش زعفران . |
| ٥ - ٣ حبات قرنفل . | ١١ - ٢ / ١ مش كزبرة . | ١٧ - ملح . |
| ٦ - ثوم مهروس . | ١٢ - ٢ / ١ مش هيل . | |

خطوات العمل:

١. اسلقي الأرز نصف سلق في ماء مملح .
٢. خذني قليلاً من السمن وحمري فيه البصل والثوم والدجاج .
٣. اخطي البهارات مع الزبادي وقليلاً من الماء وصبيه فوق الدجاج .
٤. ضعي الأرز فوق الدجاج وصبي فوقه كوب ماء مذاق فيه الزعفران .
٥. حمري اللوز والزبيب في باقي السمن ثم صبي الجميع فوق الأرز .
٦. غطي القدر جيداً وأدخله فرنًا هادئاً لمدة ٤٠ ق أو حتى ينضج .
٧. اغري المكسرات وبعض الأرز الأبيض في طبق للوجه .
٨. اقلي القدر على طبق واسع ورصي الدجاج في الوسط ورشي المكسرات والأرز على الوجه .

٢. الأرز البرياني (٢)

المقادير:

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------|
| ١ - كوب أرز بسمتي . | ٥ - ٢ / ١ مش كركم . | ٩ - ٣ حبات بطاطس . |
| ٢ - ٢ / ١ كغم لحم مقطع . | ٦ - ٢ / ١ مش ثوم بودرة . | ١٠ - زبدة . |
| ٣ - ٢ / ١ مش قرفة . | ٧ - بصل مفري . | ١١ - زيت . |
| ٤ - ٣ / ١ مش هيل . | ٨ - علبة زبادي صغيرة . | ١٢ - زعفران . |

خطوات العمل:

١. اسقي الأرز نصف سلق في ماء مملح ثم صفيه واتركه جانباً .
٢. حمي قطع اللحم في الزيت ثم البصل والتوابل والزبادي والملح وقلبي حتى ينضج اللحم .
٣. قطعي البطاطس مكعبات صغيرة وحمريها في الزيت .
٤. في إناء واسع ضعي الأرز والبطاطس وخليط اللحم طبقات مع إضافة الزعفران للأرز .
٥. غصيه بالقصدير وأدخله فرنًا هادئاً حتى ينضج .

٣. الأرز البخاري

المقادير:

- ١ - دجاجة متوسطة أو ٢/١ كغم لحم .
- ٢ - ٨ جزرات (حلقات رفيعة) .
- ٣ - ١/٢ - ١ ك أرز .
- ٤ - كوب عصير طماطم .
- ٥ - بصل مفري .
- ٦ - ٤ مك زيت .
- ٧ - ١ مش هيل .
- ٨ - ١ مش قرفة .
- ٩ - ٢/١ مش قرنفل .
- ١٠ - صنوبر محمر .
- ١١ - لوز محمر .
- ١٢ - ملح .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الدجاجة واسلقيها في ماء مملح نصف سلق .
- ٢ . حمري البصل والجزر في الزيت حتى يذبل ثم ارفعيهما من الزيت .
- ٣ . حمري قطع الدجاج ثم أعيدي البصل والجزر للقدر .
- ٤ . اخلطي التوابل مع الأرز وابسطي الخليط فوق الدجاج .
- ٥ . اغلي عصير الطماطم مع ٢ ك من مرق سلق الدجاج .
- ٦ . صبيه على الأرز وغطيه على نار هادئة حتى ينضج وجمليه عند التقديم بالمكسرات .

٤. أرز قابلي

أفغانستان

المقادير:

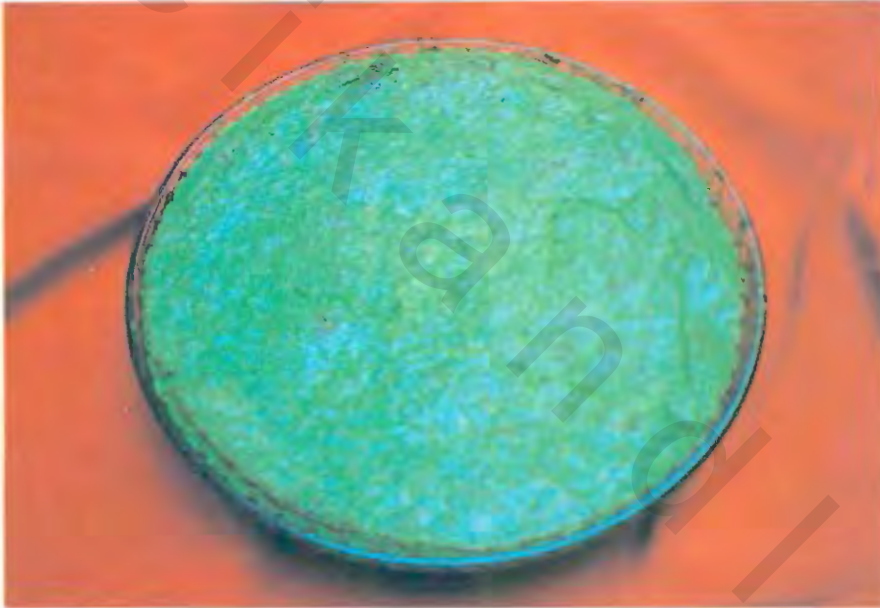
- ١ - ٢/١ كغم لحم أو دجاج مقطع .
- ٢ - ٣/٤ ك زيت .
- ٣ - بصل مفري .
- ٤ - ٢ ك أرز .
- ٥ - ٣ مش سكر .
- ٦ - ١/٤ مش قرفة .
- ٧ - ١/٤ مش هيل .
- ٨ - ١/٤ مش قرنفل .
- ٩ - ١/٤ مش كمون .
- ١٠ - جزر .
- ١١ - كوب زبيب .
- ١٢ - ٨/١ مش زعفران .
- ١٣ - ٢ مك لوز مقشر .
- ١٤ - ملح .



خطوات العمل:

- ١ . اقلي البصل حتى يَصْفَر ثم اللحم حتى يَحْمَر .
- ٢ . أضعي ٢ ك ماء وملحاً والبهارات واطبخي على نار هادئة حتى ينضج .
- ٣ . انشلي اللحم من المرق وضعي فيه الأرز وماءً كافياً لطبخه .
- ٤ . قطعي الجزر شرائح بحجم أعواد الكبريت وقلبيه على النار مع ١ / ٤ ك زيت والسكر .
- ٥ . عندما يلين الجزر انشليه واقلي الزبيب حتى يبدأ في الانتفاخ ثم اللوز حتى يشقر .
- ٦ . صبي باقي الزيت على الأرز الناضج وأضيفي الزعفران المذاب في قليل من الماء .
- ٧ . اخلطي اللحم ولأرز في إناء فرن وغطيهما وأدخليهما فرنًا متوسط الحرارة لمدة ٣٠ ق .
- ٨ . عند التقديم ضعي اللحم في وسط الصحن والأرز فوقه ورشيه بالجزر والمكسرات .

٥ . الأرز الأخضر



المقادير:

- ١ - ٤ ك أرز مسلوق .
- ٢ - ٤ / ٣ ك جبن شيدر مبشور .
- ٣ - ٤ / ١ ك زيت .
- ٤ - ٢ / ١ ك بقودونسر .
- ٥ - ثوم .
- ٦ - بصلة صغيرة .
- ٧ - بيضتان .
- ٨ - ٤ / ١ ك حليب .
- ٩ - ملح وفلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . سخني الزيت على حمام مائي وأضيفي الجبن حتى يسيح واخلطيه مع الأرز الحار .
- ٢ . ضعي باقي المقادير في الخلاط واخلطيهما حتى تمتزج واخلطيهما مع الأرز .
- ٣ . ادھني صحن فين وصبي فيه الخليط وغطيه واتركيه ليلة في الثلاجة .
- ٤ . اخزيه على حمام مائي لمدة ٤٥ ق وقدميه ساخناً .

٦ . بلاو القرنبيط

المقادير:

- ١ - كوب أرز بسمتي .
- ٢ - ٢ ك زهيرات قرنبيط .
- ٣ - بصل مفري .
- ٤ - زيت .
- ٥ - ١ مش كمون حبوب .
- ٦ - ٢ / ١ مش كركم .
- ٧ - ملح .
- ٨ - ٤ / ١ - ٢ ك ماء .

خطوات العمل:

- ١ . اغسلي الأرز وانقعيه لمدة ٣٠ ق .
- ٢ . اقلي القرنبيط في الزيت حتى يحمر وارفعيه على ورق مطبخ .
- ٣ . اقلي حبوب الكمون دقيقة ثم البصل واقلية حتى يصفر .
- ٤ . صفي الأرز من ماء النقع وأضيفيه للبصل وقلبي لمدة ٣ ق .
- ٥ . أضيفي الماء والكرم والملح واطبخي لمدة ٥ ق مع التقليب بخفة .
- ٦ . أضيفي القرنبيط وغطيه واتركيه حتى ينضج وقدميه مع سلطة خضراء .

الهنت ٧ . بلاو الخضار المخلوطة

المقادير:

- | | | |
|------------------------|-------------------------|--------------------|
| ١ - كوب أرز . | ٥ - بصل مفري . | ٩ - ٤ حبات قرنفل . |
| ٢ - ١/٢ ك جزر مكعبات . | ٦ - ٢ ك زهيرات قرنبيط . | ١٠ - ٢/١ مش فلفل |
| ٣ - فلفل رومية مفري . | ٧ - ٣/٤ ك بازلاء . | ١١ - زيت . |
| ٤ - كوب طماطم مكعبات . | ٨ - ١/٤ مش زعفران . | ١٢ - ملح . |

خطوات العمل:

- ١ . اسلقي الأرز في ماء مملح ثم صفيه واتركيه جانباً .
- ٢ . اقلي البصل في الزيت حتى يصفر وأضيفي البازلاء والجزر واطبخي لمدة ١٥ ق .
- ٣ . أضيفي الفلفل والطماطم والقرنبيط والبهارات والملح واطبخي لمدة ١٥ ق أخرى .
- ٤ . ضعي الخليط في إناء فرن طبقات مع الأرز على أن تكون الأولى خضار والأخيرة أرزاً .
- ٥ . غطيه بورق قصدير وأدخله فرن متوسط الحرارة لمدة ٢٥ ق .

الهنت ٨ . بلاو الدجاج

المقادير:

- | | | |
|--------------------|----------------------|----------------------------|
| ١ - كوب أرز . | ٧ - ١/٢ مش قرنفل . | ١٣ - ٢/١ مش زعفران . |
| ٢ - لون أصفر . | ٨ - ١ مش فلفل أسود . | ١٤ - ٢/١ ك مكعبات بطاطس . |
| ٣ - دجاجة مقطعة . | ٩ - كوب زبادي . | ١٥ - ٢/١ ك بازلاء مسلوقة . |
| ٤ - ٢ ك مرق دجاج . | ١٠ - ملح . | ١٦ - لوز . |
| ٥ - ١/٢ مش قرفة . | ١١ - زيت . | ١٧ - زبيب . |
| ٦ - ٢/١ مش كمون . | ١٢ - كوب بصل مفري . | |

خطوات العمل:

- ١ . انقعي الأرز لمدة ٣٠ ق ثم اسلقيه نصف سلق .
- ٢ . ضعي اللون الأصفر مع نصف الأرز واتركيه جانباً .
- ٣ . اسلقي الدجاجة حتى تنضج ثم ارفعيها واقلية في الزيت .
- ٤ . اخلطي البهارات مع الزبادي والملح وصبيه فوق الدجاج .
- ٥ . اقلي اللوز والزبيب في الزيت ثم انشليهما واقل البطاطس والبصل .

- ٦ . في فاء فرن ضعي طبقات من الأرز الأصفر ثم البصل والبطاطس ثم الأرز الأبيض ثم الدجاج مع رش قليل من الزبدة بين طبقات .
- ٧ . صبي فوقها ١ / ٤ - ١ ك من مرق الدجاج وغطيه بالقصدير وأدخله فرنًا حتى ينضج .
- ٨ . عند التقديم جمليه بالبازلاء والمكسرات .

٩ . أرز بالدجاج

تزيناد

المقادير:

- | | | |
|--------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| ١ - ٢ ك زيت . | ٧ - ٢ / ١ - ٢ ك أرز طويل الحبة . | ١٣ - ١ مش ملح . |
| ٢ - ٢ ك سكر . | ٨ - ٢ / ١ - ١ ك طماطم مفرية . | ١٤ - ٢ / ١ مش فلفل أسود . |
| ٣ - بص مفري . | ٩ - ٢ قرنا شطة مفريان . | ١٥ - ٢ / ١ - ٢ ك مرق دجاج . |
| ٤ - دجاجة مقطعة / قطع . | ١٠ - ٢ مك كبر . | ١٦ - ٢ مك عصير ليمون . |
| ٥ - ثوم مهروس . | ١١ - ٣ / ٢ ك زبيب . | ١٧ - ٢ ك بازلاء مسلوقة . |
| ٦ - ٢ فقلتان روميتين مفريتان . | ١٢ - ٢ / ١ - ١ مش زعتر . | |

خطوات العمل:

- ١ . اغسلي الأرز وانقعيه لمدة ٣٠ ق في ماء بارد ثم صفيه .
- ٢ . سخني الزيت ومعه السكر حتى يذوب ويصبح بني اللون .
- ٣ . أضيفي قطع الدجاج وقلبيها حتى تحمر ثم انشليها .
- ٤ . حمي البصل واشوم والفلفل والأرز في باقي الزيت لمدة ٥ ق ثم الطماطم والشطة والزبيب والكبر والزعتر والملح والليمون والفلفل والمرق .
- ٥ . غطي الإناء حتى ينضج ثم أضيفي البازلاء واتركيه لمدة ٥ ق ثم قدميه ساخناً .

١٠ . أرز بالدجاج والبازلاء

تجزانيا

المقادير:

- | | | |
|-------------------|------------------|-----------------------|
| ١ - ٢ دجاجة محلية | ٤ - ١ مك صلصة . | ٨ - ٢ / ١ ك بازلاء . |
| من العنم مكعبات . | ٥ - ملح . | ٩ - ٢ ك طماطم مفرية . |
| ٢ - ٢ مش شطة . | ٦ - ٢ مك زبدة . | ١٠ - ٢ ك أرز بني . |
| ٣ - ٢ مش بهارات . | ٧ - بصلة مفرية . | |

خطوات العمل:

- ١ . اغسلي الدجاج وتبلية بالبهارات والصلصة والملح .
- ٢ . أصبي الزبدة وحمري فيها الدجاج والبصل والطماطم .
- ٣ . أضيفي ٢ ك ماء واطهي لمدة ٢٠ ق .
- ٤ . أضيفي الأرز واطهي على نار هادئة جدا حتى ينضج مع إضافة الماء إذا لزم .
- ٥ . ضعي البازلاء فوق الأرز لمدة ١٠ ق ثم قدميه .

الهند

١١ - بلاو الجمبري

المقادير:

- ١ - كوب أرز بسمتي .
- ٢ - ١/٢ كغم جمبري مقشر .
- ٣ - ١ مش كركم .
- ٤ - بصل مفري .
- ٥ - زيت .
- ٦ - ١ مش كمون حبوب .
- ٧ - حبثا هيل .
- ٨ - عود قرفة .
- ٩ - ٣ حبات قرنفل .
- ١٠ - ١ - ٢/٢ - ٢ ك سرق أو ماء .
- ١١ - بابريكا .

خطوات العمل:

- ١ . انقعي الأرز في ماء بارد ورشي الجمبري بالملح والكركم والبابريكا .
- ٢ . اقلي الجمبري في الزيت حتى يحمر ثم انشليه واقلي البصل والبهارات مكانه .
- ٣ . صفي الأرز من ماء النقع واقليه مع البصل لمدة ٥ ق .
- ٤ . صبي المرق وتبلي بالملح وغطي الإناء حتى ينضج الأرز .
- ٥ . أضيفي الجمبري قبل دقائق من تقديمه .

١٢ - زرد بلاو

أفغانستان

المقادير:

- ١ - قشر برتقالتين .
- ٢ - كوب سكر .
- ٣ - ١/٤ ك سمن أو زيت .
- ٤ - ١/٢ ك لوز مقشر .
- ٥ - كيلو دجاج .
- ٦ - ملح .
- ٧ - فلفل أسود طازج .
- ٨ - بصل مفري .
- ٩ - ٢ ك أرز بسمتي .
- ١٠ - ١/٢ مش زعفران .
- ١١ - « فستق مبشور » .

خطوات العمل:

- ١ . أزيل اللحم الأبيض من قشر البرتقال ما أمكن ثم قطعيه شرائح رقيقة بطول ٣ سم .
- ٢ . اغليها في ٢ ك ماء لمدة ٥ ق ثم جففيها جيداً .
- ٣ . ضعي السكر مع كوب ماء مغلي وضعي شرائح البرتقال واغليها لمدة ٥ ق أو حتى يشخن الشراب .
- ٤ . ضعي ١ مك زيت في مقلاة وحمري اللوز ثم انشليه .
- ٥ . حمري قطع الدجاج في باقي الزيت ثم انشليها ورشيها بالملح والفلفل .
- ٦ . اقلي البصل في الزيت المتخلف حتى يَصْفَر .
- ٧ . أضيفي كوب ماء والدجاج وغطيه واطهي لمدة ٢٠ ق .



- ٨ . اسلقي الأرز في ماء مملح لمدة ٨ ق ثم صفيه وصبيه في وعاء وصبي فوقه شراب سلق البرتقال .
- ٩ . اخلطي الأرز جيداً وصبي نصفه في وعاء فرن مدهون ورصي فوقه الدجاج واللوز .
- ١٠ . ضعي باقي الأرز وصبي سائل طهي الدجاج فوقه وغطي الإناء بالقصدير .
- ١١ . ادخليه فرنًا هادئاً لمدة ٤٥ ق . وانتقي الزعفران في ماء ساخن .
- ١٢ . عند التقديم اغرفي الطبقة العلوية من الأرز على جوانب طبق ساخن والسفلى في الوسط .
- ١٣ . رصي الدجاج في الوسط وجمليه بشرائح البرتقال واللوز والفستق ورشيه بالزعفران .

٨ ش

١٣ - برده بلاو

إبران

المقادير:

- ١ - ٢/١ كغم مكعبات لحم مسلوق .
- ٢ - ٢/١ ك بطاطس مكعبات .
- ٣ - ٢/١ ك جزر مكعبات .
- ٤ - ٢/١ ك فلفل رومي مقطع .
- ٥ - ٣/١ ك بازلاء .
- ٦ - ٣/١ ك طماطم مكعبات .
- ٧ - ٢ ك أرز بشاروري .
- ٨ - زبدة .
- ٩ - ٢/١ مش قرفة .
- ١٠ - ٤/١ مش كركم .
- ١١ - بصل مفري .
- ١٢ - ٣ ك دقيق أسمر .
- ١٣ - زيت .
- ١٤ - صنوبر .
- ١٥ - زبيب .

خطوات العمل:

- ١ . اعجني الدقيق في الزيت مع إضافة الملح عجينا متماسكا ناعما واتركيه يرتاح .
 - ٢ . اقي البطاطس في الزبدة ثم الجزر ثم المكسرات .
 - ٣ . اقي البصل في باقي الزبدة حتى يحمر ثم اخلطيه مع اللحم والمكسرات والخضراوات وبردته .
 - ٤ . اسلقي الأرز نصف سلق في ماء مملح ثم صفيه وأضيفيه للحم والخضراوات .
 - ٥ . أضيفي الطماطم وقلبيها بخفة واضبطي الملح والبهارات .
 - ٦ . افردي العجين فرداً رقيقاً قدر استطاعتك واكسي به قاع وجوانب قدر مدهونة .
 - ٧ . ضعي الخليط في وسطها ولقي عليه أطراف العجين بإحكام حتى يتغطى السطح تماماً .
 - ٨ . أدخليها فرنًا متوسط الحرارة حتى يتم نضجها حوالي ٤٠ ق واقلبيها على طبق عند التقديم .
- * يمكنك استبدال اللحم بكفتة مسلوقة أو قطع من الدجاج أو السمك الناضج .

١٤ - مكبوس الروبيان

الخليج

المقادير:

- | | | |
|-------------------|-------------------------------|----------------------|
| ١ - كيلو روبيان . | ٥ - ٢ مش بهارات . | ٩ - ملح |
| ٢ - ٢ مك سمن . | ٦ - ١ مش كركم . | ١٠ - ٢ ك أرز بسمتي . |
| ٣ - ٣ ثوم مهروس . | ٧ - ٢ / ١ - ١ ك طماطم مفرية . | ١١ - بقدونس مفري . |
| ٤ - بصل مفري . | ٨ - فلفل أسود طازج . | ١٢ - كزبرة مفرية . |

خطوات العمل:

- ١ . اقلي الثوم في نصف السمن ثم الروبيان وقلبيه حتى يصبح وردي اللون ثم انشليه .
- ٢ . أضيفي باقي السمن والبصل واقلي حتى يصفر ثم . أضيفي البهارات وقلبي لمدة دقيقة .
- ٣ . أضيفي الطماطم والملح والأعشاب و١ / ٢ - ٢ ك ماء واتركيها على نار هادئة .
- ٤ . أضيفي الأرز المغسول واغليه لمدة ١٠ ق وخفزي النار وأضيفي الروبيان وقلبي بخفة .
- ٥ . اتركيها على نار هادئة حتى ينضج الأرز تماماً .

٦ ش

١٥ - قوزي التمن

العراق

المقادير:

- | | | |
|--------------------|---------------------|-----------------------------|
| ١ - ٦ قطع لحم . | ٤ - ١ / ٤ ك زيت . | ٧ - ٢ ك طماطم مفرية مقشرة . |
| ٢ - ليمونة سوداء . | ٥ - ١ مش بهارات . | ٨ - ملح . |
| ٣ - بصل مفري . | ٦ - ١ / ٢ مش كركم . | ٩ - فلفل أسود طازج . |

خطوات العمل:

- ١ . غطي اللحم بالماء وضعي معه الليمونة واغليه على نار هادئة .
- ٢ . اقلي البصل في الزيت حتى يذبل وأضيفي باقي المقادير .
- ٣ . عندما يجف ماء اللحم أضيفي خليط الطماطم واطهي حتى ينضج ويتشرب أغلب السائل .
- ٤ . قدميه على فرشة من الأرز الأبيض ومعه سلطة خضراء .

١٦ - أرز بالخضار (١)

البيرويا

المقادير:

- | | | |
|---------------------------|------------------|-----------------------------|
| ١ - دجاجة منزوعة العظام . | ٤ - كوب زيت . | ٧ - ٢ ك أرز أمريكي . |
| ٢ - ٤ أصابع سوسيج مقطعة . | ٥ - ٦ قرون شطة . | ٨ - ٢ ك خضار مشكلة مكعبات . |
| ٣ - كوب فلفل رومي مقطع . | ٦ - بصل مفري . | ٩ - ٣ مك صلصة . |

خطوات العمل:

- ١ . قطعي الدجاج واقلبيه في الزيت ثم أضيفي السوسيج ثم البصل والفلفل وقلبي لمدة ٢ ق .
- ٢ . أضيفي الصلصة والماء واغليه لمدة ٢٠ ق .
- ٣ . أضيفي الخضراوات والأرز واخفزي النار واتركيها حتى ينضج الأرز وقدميه مع سلطة .

● عَرَبْ أَثْرِيَا ● ١٧ - أرز بالخضار (٢)

المقادير:

- ١ - ٢ ك أرز طويل الحبة .
- ٢ - ٤ ماء .
- ٣ - ٢ مش ملح .
- ٤ - ٤ / ١ ك زبدة .
- ٥ - ٥ - بصل مفري .
- ٦ - ٦ - كوب طماطم مفرية .
- ٧ - ٧ - فلفل رومية مفرية .
- ٨ - ٢ عودا كرفس مفريان .
- ٩ - ٩ - كوب بروكلي مقطع .
- ١٠ - ١٠ - كوب فطر مقطع .
- ١١ - ١١ - ٤ / ١ مش شطة .

خطوات العمل:

- ١ . اغسلي الأرز وانقعيه في ماء بارد لمدة ٣٠ ق ثم صفيه .
- ٢ . ضفيه في إناء مع الماء و ١ / ٢ - ١ مش ملح واغليه ثم اتركه على نار هادئة حتى ينضج .
- ٣ . أذبي الزبدة واقلي البصل حتى يذبل .
- ٤ . أضيفي الخضراوات وقلبي حتى تلين ثم تبلي بباقي الملح والشطة .
- ٥ . أضيفي الأرز وقبي لمدة ١٠ ق أو حتى يسخن جيداً .

● ١٨ - أرز بالخضار والدجاج

المقادير:

- ١ - ١ مك بقدونس مفري .
- ٢ - ٢ - بصل مفري .
- ٣ - ٣ - فلفل رومية حمراء مفرية .
- ٤ - ٢ / ١ ك فطر مقطع .
- ٥ - ٢ / ١ ك بازلاء .
- ٦ - ٢ / ١ - ١ ك شرائح دجاج ناضج .
- ٧ - ٢ - مك زيت .
- ٨ - ٢ / ١ - ١ ك أرز مسلوق .
- ٩ - ٩ - شطة .
- ١٠ - ١٠ - ملح .
- ١١ - ١١ - فلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . اقلي البصل والفلفل في الزيت حتى يلينا وأضيفي الفطر وقلبي لمدة ٢ ق .
- ٢ . أضيفي باقي المقادير وتبلي جيداً وقلبيها لمدة ١٥ ق وقدميها مع شرائح الليمون .

● أندونيسيا ● ١٩ - أرز بالجمبري والدجاج

المقادير:

- ١ - ٢ - أرز طويل الحبة .
- ٢ - ٣ ك ماء بارد .
- ٣ - ١ - أعش ملح .
- ٤ - ٢ - مك زيت .
- ٥ - ٣ - بيضات .
- ٦ - ٦ - بصل مفري .
- ٧ - ٧ - قرنا شطة مفريان .
- ٨ - ٨ - ثوم مهروس .
- ٩ - ٢ - ك شرائح دجاج ناضج .
- ١٠ - ١٠ - كوب جمبري مقطع .
- ١١ - ١١ - عودا كرفس مفريان .
- ١٢ - ٢ - مك صويا صوص .

خطوات العمل:

- ١ . اغسلي الأرز واقعنيه في ماء بارد لمدة ٣٠ ق .
- ٢ . ضعي الماء والملح والأرز في إناء واغليه ثم غطي القدر واخفزي النار حتى ينضج .
- ٣ . سخني نصف الزيت في مقلاة صغيرة وصبي عليه البيض بعد خفقه وحمريه على الوجهين .
- ٤ . اجفنيه من على النار وقطعيه شرائح طول ٥ سم وعرض ١ سم .
- ٥ . اقلي البصل والثوم والشطة في باقي الزيت حتى تذبل .

- ٦ . أضيفي الدجاج والجمبري والكرفس واطهي لمدة ٥ ق مع التقليب .
- ٧ . أضيفي الأرز والبيض والصويا صوص وقلبي بخفة حتى يسخن الجميع وقدميه في الحال .

٢٠ . أرز باللحم والدجاج

نيجيريا

المقادير:

- ١ - ٢ مك زيت .
- ٢ - ١ - ٢ مك عصير طماطم .
- ٣ - ١ - ٢ مك بصل مفري .
- ٤ - ١ - ٢ مك أرز طويل الحبة .
- ٥ - ورقة غار .
- ٦ - ١ - ٢ مك عصير طماطم .
- ٧ - ١ - ٢ كغم دجاج مكعبات .
- ٨ - ١ - ٢ كغم لحم بقرى مكعبات .
- ٩ - ٣ ك ماء .
- ١٠ - ٢ مش ملح .
- ١١ - ٢ مك بقدونس مفري .
- ١٢ - ١ - ٢ مش فلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . اغسلي الأرز وانقعيه في ماء بارد لمدة ٣٠ ق .
- ٢ . اقلي البصل والشطة في الزيت حتى يذبل ثم أضيفي اللحم وقلبي حتى يحمّر جيداً .
- ٣ . أضيفي الطماطم والغار وملعقة ملح والفلفل و١/٢ ك ماء وغطي القدر وخفزي النار واطهي لمدة ٤٥ ق .
- ٤ . أضيفي الدجاج وقلبي واطهي حتى ينضج الجميع .
- ٥ . ضعي باقي الملح والماء في قدر واغليه ثم أضيفي الأرز وغطيه واطهي على نار هادئة لمدة ١٥ ق .
- ٦ . أضيفي الأرز إلى خليط اللحم والدجاج وقلبيه جيداً وصبيه في طبق ورشيه بالبقدونس .

٢١ . أرز بالسوسيج

المقادير:

- ١ - ٢ ك أرز مسلوقة مملح .
- ٢ - كوب بازلاء مسلوقة .
- ٣ - ٤ أصابع سوسيج .
- ٤ - زبدة .

خطوات العمل:

- ١ . قطعي السوسيج حلقات وحمريه في الزبدة ثم أضيفي البازلاء وقلبيه لمدة دقيقة .
- ٢ . أضيفي الأرز وقطعة زبد وقلبيه جيداً وقدميه .



٢٢ . أرز بالسك والخضار

السنتال

المقادير:

- ١ - كيلو سمك .
- ٢ - ك بقدونس .
- ٣ - ٤ أعواد بصل أخضر .
- ٤ - ١ مش فلفل أسود .
- ٥ - ١ مش شطة .
- ٦ - ملح .
- ٧ - رأس ثوم مقشر .
- ٨ - ١ مك عصير ليمون .
- ٩ - ٢ ك طماطم مفري .
- ١٠ - ٢ ك زهيرات قرنيط .
- ١١ - ٣ ك كرنب مفري .
- ١٢ - ك باذنجان مكعبات .
- ١٣ - ك لفت مكعبات .
- ١٤ - ك زيت .
- ١٥ - ٢/١ ك بصل مفري .
- ١٦ - ٣ مك صلصة .
- ١٧ - ٣ ك أرز .

خطوات العمل:

- ١ - قطعي السمك وغسليه .
- ٢ - اطحني المقادير السبعة التالية معا وتبلي بها السمك واتركيه لمدة ساعة .
- ٣ - حمري البصل في الزيت ثم الطماطم والصلصة .
- ٤ - أضيفي السمك وباقي الخضراوات و ٢ ك ماء واطهي لمدة ٣٠ ق .
- ٥ - ضعي المرق في قدر وأضيفي له الأرز وماء إذا احتاج واطهي حتى ينضج .
- ٦ - قدبيه في طبق وفوقه السمك والخضراوات .

● إيران ● ٢٣ - أرز بالشبث والفاول الأخضر



المقادير:

- ١ - كيلو لحم مقطع .
- ٢ - ١/٢ ك سمن أو زبدة .
- ٣ - بصـ مفرى .
- ٤ - ٢ ك أرز بسمتي .
- ٥ - ١/٢ مش كركم .
- ٦ - كوب حبوب فاول أخضر .
- ٧ - ١/٢ ك شبث مفرى .
- ٨ - ملح .
- ٩ - فلفل أسود طازج .

خطوات العمل:

- ١ - اقلي اللحم بالزبدة ثم انشليها ثم أضيفي البصل والكركم وقلبي لمدة ٢ ق .
- ٢ - أضيفي كوب ماء واللحم وملحاً وفلفلأ واطبخي على نار هادئة حتى ينضج ولكن لا ينهري .
- ٣ - اسقي الأرز في ماء مملح لمدة ٥ ق ثم صفيه واخلطي نصفه مع نصف الفول والشبث وتبلي .
- ٤ - أذيبي زبدة في صحن فرن وضعي معها ١ مك ماء وصبي فوقها الأرز السادة ثم خليط اللحم .
- ٥ - ضعي باقي الفول والشبث فوق اللحم ثم الأرز المخلوط ورشي باقي الزبدة على السطح .
- ٦ - غطيها وأدخليها فرنأ متوسط الحرارة لمدة ٢٠ ق أو حتى تنضج .
- ٧ - عند التقديم اغرفي الأرز المخلوط على جوانب الطبق والسادة في الوسط وفوقه اللحم .
- ٨ - أذيبي قطعة زبدة ورشيها فوق الطبق وقدميه ساخناً مع سلطة زبادي ومخلل .

● أفغانستان ● ٢٤ - أرز بالجزر

المقادير:

- ١ - ١/٤ ك زبدة .
- ٢ - ١ مك زيت .
- ٣ - ٢ ك لحم مكعبات .
- ٤ - بصـ مفرى .
- ٥ - ثوم مهروس .
- ٦ - ٢ ك جزر مقطع .
- ٧ - ٢ ك أرز منقوع لمدة ٣٠ ق .
- ٨ - ٣ ك مرق .
- ٩ - ملح .

خطوات العمل:

- ١ . أذيني الزبدة والزيت ثم حمري اللحم من جميع الجهات ثم انشليه واحتفظي به ساخناً .
- ٢ . ضعي البصل والثوم والجزر والأرز في الزيت وقلبيها لمدة ٧ ق .
- ٣ . أعيدي اللحم للقدر وصبي فوقه المرق وتبليه واغليه .
- ٤ . غطي القدر واطهي حتى ينضج ويمتص السائل وقدميه ساخناً .

٢٥ . أرز بالفرن

المقادير:

- | | | |
|---------------------------|----------------|-----------------|
| ١ - ٢ ك أرز مسلوق . | ٤ - بيضتان . | ٧ - ملح . |
| ٢ - ١ / ٤ كغم لحم مفروم . | ٥ - كوب حليب . | ٨ - فلفل أسود . |
| ٣ - بصل مفري . | ٦ - زبدة . | ٩ - بهارات . |

خطوات العمل:

- ١ . ضعي اللحم والبصل والبهارات وملحاً وقلبي على النار حتى يجف ماؤها .
- ٢ . اخفقي البيض والحليب وأضيفي الأرز وتبلي جيداً .
- ٣ . في صحن فرن مدهون صبي نصف خليط الأرز ثم اللحم ثم باقي الأرز واكسبيه جيداً .
- ٤ . أدخله فرنًا حتى يحمر ويتماسك . وزعي قطعاً من الزبدة على السطح وقدميه .

٢٦ . أرز مقلي بالجمبري

الصين

المقادير:

- ١ - ٢ ك أرز مسلوق .
- ٢ - بيضة .
- ٣ - كوب خضار مشكلة مسلوقة .
- ٤ - كوب جمبري .
- ٥ - ثوم مهروس .
- ٦ - ٣ مك زيت .
- ٧ - ملح .
- ٨ - فلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . اقلي الثوم في الزيت ثم الجمبري ، وقلبي حتى ينضج لمدة حوالي ١٠ ق .
- ٢ . اخفقي البيضة وتبليها وأضيفيها (إلى) ثم الخضراوات وقلبي ثم الأرز وقلبي لمدة ٥ ق وقدميه .



٢٧. قالب أرز بالكباب



المقادير:

- ١ - كباب ناضج أو كفتة .
- ٢ - أرز أبيض مفلفل .
- ٣ - زبدة .

خطوات العمل:

- ١ . ادهني قالباً مستديراً بالزبدة .
وبطني قاعه وجدرانه بالأرز
الناضج جيداً .
- ٢ . ضعي الكباب أو الكفتة في وسطه وغطيه بباقي الأرز وسخنيه في الفرن بضع دقائق .
- ٣ . اقليبي على طبق وحمله بالبقدونس والطماطم والليمون .
- * استبدلي الكباب بقطع من الدجاج المجرد من العظم أو الجمبري أو مكعبات لحم معرق .

٢٨. أرز بالصلصة البيضاء

المقادير:

- ١ - ٢ ك أرز مسلوقة .
- ٢ - دجاجة ناضجة
- ٣ - كوب جزر مكعبات مسلوقة .
- ٤ - كوب بازلاء مسلوقة .
- ٥ - ٢ ك صلصة بيضاء .
- ٦ - بيضة .
- ٧ - بهارات .
- ٨ - ملح .
- ٩ - فلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . ادهني صحن فرن بالزبدة وصبي فيه نصف الأرز .
- ٢ . أزيلي عظام الدجاجة وقطعي اللحم شرائح واخلطيه مع الخضراوات وضعيه فوق الأرز .
- ٣ . ضعي باقي الأرز واخفقي البيضة مع الصلصة وتبليها جيداً وصيها على السطح .
- ٤ . أدخله فرنًا حاراً حتى يحمّر السطح وقدميه ساخناً .

٢٩. طبق الأرز بالببيض



المقادير:

- ١ - ٤ ك زبدة .
- ٢ - بصل مفري .
- ٣ - كوب أرز .
- ٤ - ٢/١ مش كركم .
- ٥ - ١ - ٢ ك مرق .
- ٦ - ملح وفلفل أسود .
- ٧ - ٤ بيضات .
- ٨ - ٤ طماطات جملدة .
- ٩ - ٢ فاصوليا سوتيه .

خطوات العمل:

- ١ . أذيني ٣ مك زبدة واقلي فيها البصل حتى يصفر .
- ٢ . أضيفي الكركم والأرز والملح والفلفل وقلبي لمدة ٥ ق ثم أضيفي المرق واتركيه حتى ينضج .
- ٣ . أقطعي رأس الطماطم وقوريها بملعقة صغيرة ورصيها على صحن فرن مدهون .
- ٤ . اكسري بيضة في كل طماطة ورشها بملح وفلفل وقطعة زبد وأدخليها الفرن حتى يجمد .
- ٥ . ضعي الأرز في طبق وفوقه الطماطم وضعي الفاصوليا على شكل أكوام على أطراف الطبق .

٣٠ . السليق

السعودية

المقادير:

- | | | |
|----------------------------|--------------------|-------------|
| ١ - كوب أرز مصري . | ٣ - ٢ ك حليب . | ٥ - مصطكى . |
| ٢ - ٣ مك مرق دجاج أو لحم . | ٤ - ١ / ٤ مش هيل . | ٦ - زبدة . |

خطوات العمل:

- ١ . اغلي المرق واهيل والمصطكى والملح ثم أضيفي الأرز المغسول وأدخليه الفرن أو على نار هادئة حتى يمتص السائل .
- ٢ . أضيفي الحليب الساخن واتركيه حتى ينهري وعند التقديم اهرسيه وصبيه في طبق .
- ٣ . ضعي على السطح قطعاً من الزبدة وقدميه مع سلطة حارة .

٣١ . الأرز المعمر (١)

مصري

المقادير:

- | | | |
|--------------------|--|-----------------|
| ١ - ٢ ك أرز مصري . | ٣ - ٢ مك مرق دجاج . | ٥ - زبدة . |
| ٢ - كوب حليب . | ٤ - كبدة وقوانص دجاج مقلية مع بصل وتوابل . | ٦ - ملح وفلفل . |

خطوات العمل:

- ١ . اسلقي الأرز في المرق حتى ينضج وأضيفي له الزبدة .
- ٢ . في طاجن فرن مدهون صبي نصف الأرز ثم خليط الكبدة ثم باقي الأرز .
- ٣ . صبي الحليب فوقه ووزعي قطعاً من الزبدة وأدخليه فرنًا متوسط الحرارة لمدة ٣٠ ق .
- ٤ . حال خروجه من الفرن غطيه واتركيه من ١٠ - ١٥ ق قبل التقديم .

٣٢ . الأرز المعمر (٢)

مصري

المقادير:

- | | | |
|---|-----------------|-----------------|
| ١ - ٢ / ١ ك أرز مصري . | ٣ - علبة قشدة . | ٥ - ٣ مك زبدة . |
| ٢ - ١ / ٢ كغم لحم مقطع قطعاً صغيرة جداً . | ٤ - ٣ ك حليب . | ٦ - ملح . |

خطوات العمل:

- ١ . اخلطي الأرز والقشدة وضعي نصفه في إناء فرن عميق .
- ٢ . ضعي اللحم كطبقة ثم باقي الأرز وضعي قطعاً من الزبدة .
- ٣ . ضعي ملحاً على الحليب وصبيه فوق الجميع وأدخليه فرنًا متوسط الحرارة حتى ينضج (حوالي ساعة) .

٣٣ . فطيرة الأرز

المقادير:

- ١ - كوب أرز مصري .
- ٢ - ١ / كغم لحم مفروم .
- ٣ - بصلي مفري .
- ٤ - بيضان .
- ٥ - ٢ ك موزاريللا مبشورة .
- ٦ - كوب كاتشب .
- ٧ - ٢ مك جبني بارميزان مبشور .
- ٨ - طماطم حلقات .
- ٩ - ملح .
- ١٠ - فلفل أسود .
- ١١ - ثوم مهروس .

خطوات العمل:

- ١ . اسلقي الأرز في ماء مملح حتى ينضج ثم صفيه من الماء وبرديه .
- ٢ . اخفقي البيض ونصف الموزاريللا واخلطيها مع الأرز .
- ٣ . بطني بالخلط قاع وجوانب قالب فطير قطره ٢٥ سم مدهون جيداً .
- ٤ . اخببيه في فرن حر لمدة ١٥ ق .
- ٥ . حمري البصل والثوم واللحم ثم صفني الدهن الزائد وأضيفي له الكاتشب والملح والفلفل .
- ٦ . صببيه على الأرز وورصي حلقات الطماطم على الوجه ثم رشي باقي الموزاريللا والبارميزان .
- ٧ . أعيديه للفرن لمدة تتراوح ما بين ١٠ - ١٢ ق أو حتى يحمر السطح وقدميه ساخناً .

٣٤ . صرر الأرز



المقادير:

- ١ - ١ / ٢ كغم لحم مفروم .
- ٢ - ١ / ٢ كغم بازلاء .
- ٣ - ٢ ك أرز .
- ٤ - رقائق مجمد .
- ٥ - صبر محمر .
- ٦ - زبدة .
- ٧ - ملح وفلفل .
- ٨ - تواش .
- ٩ - بصلي مفري .

خطوات العمل:

- ١ . أذيني الزبدة وحمري فيها البصل ثم اللحم والبازلاء والتوابل والملح .
- ٢ . أضيفي ٢ ك ماء وعندما يغلي أضيفي الأرز واطهي حتى ينضج ثم اخلطي معه الصنوبر .
- ٣ . خلطي رقائق بالنصف وضعيها في إناء مقعر صغير واملئي وسطها بالأرز .
- ٤ . لفي باقي الرقائق حتى يغطي السطح تماماً مع الضغط بخفة .
- ٥ . رصي الصرر في صحن فرن مدهون مع وضعها رأساً على عقب أي الجهة الملساء للخارج والتي بها أطراف الرقائق إلى الداخل .
- ٦ . ادهي السطح بالزبدة وخبزيها في فرن متوسط الحرارة حتى تحمر وقدميها مع زبادي .

٣٥ . فيونكات الأرز



المقادير:

- ١ - بيضتان .
- ٢ - ١/٤ ك دقيق .
- ٣ - ٢ ك أرز مسلوق جيداً .
- ٤ - ٥ مك زيت .
- ٥ - ملح .
- ٦ - فلفل أسود .

خطوات العمل:

- ١ . اخفقي البيض والتوابل والأرز جيداً ثم أضيفي دقيقاً واعجني حتى يتكون خليط متماسك .
- ٢ . خذي كرة صغيرة من العجين وأبرميها أسطوانة على راحة يدك اليسرى ثم بأبهام وسبابة يدك اليمنى اضغطيها من الوسط لتأخذ شكل الفيونكة .
- ٣ . اقليها في زيت حار حتى تحمر من الوجهين وقدميها مع صلصة طماطم .

٣٦ . أقراص الأرز

المقادير:

- ١ - ٢ ك أرز .
- ٢ - ٤ كبد دجاج .
- ٣ - ٢ قونصة دجاج .
- ٤ - ٣ مك زبدة .
- ٥ - قطعة كبيرة جبن غنم .
- ٦ - ١ مش صلصة طماطم .
- ٧ - ٣ بيضات .
- ٨ - قليل من الدقيق .
- ٩ - بقسماط .
- ١٠ - مرق دجاج أو لحم .
- ١١ - ملح وفلفل أسود .
- ١٢ - بصل مبشور .

خطوات العمل:

- ١ . حمري البصل في ملعقة زبدة مع ملعقتي زيت ثم أضيفي الأرز وقلبيه حتى يحمر قليلاً .
- ٢ . صبي فوقه المرق المغلي وتبليه وقلبيه من حين لآخر حتى ينضج تماماً .
- ٣ . قطعي الكبد والقوانص قطعاً صغيرة جداً وحمريها في باقي الزبدة مع قليل من الزيت .
- ٤ . أضيفي الصلصة بعد تخفيفها بالماء وتبليها وأضيفي مرقاً كلما لزم الأمر حتى تنضج .
- ٥ . عندما تغلظ أضيفيها إلى الأرز الناضج وكذلك الجبن المقطع مكعبات صغيرة وبيضة وبرديه .
- ٦ . شكلي الخليط أقراصاً صغيرة مستديرة أو بيضاوية .
- ٧ . اغمسيها في الدقيق ثم في البيض المخفوق مع ذرة ملح ثم في البقسماط .
- ٨ . حمريها في زيت مقدوح على الوجهين ثم جففيها من الزيت وقدميها .

٣٧ . ريسوتا

إيطاليا

المقادير:

- ١ - كوب أرز .
- ٢ - ٢ مك زبدة .
- ٣ - بصل مفري .
- ٤ - ١/٢ - ٢ ك مرق دجاج .
- ٥ - ذرة زعفران .
- ٦ - توابل .
- ٧ - ١ مك صلصة .
- ٨ - جوزة الطيب .
- ٩ - جبن بارميزان مبشور .
- ١٠ - ثوم مهروس .
- ١١ - ملح .

خطوات العمل:

١. حمري البصل والثوم في الزبدة ثم أضيفي الأرز وقلبيه لمدة ٤ ق .
٢. اخلعي المرق والزعفران والتوابل والصلصة وصبيها فوق الأرز واطهي حتى ينضج .
٣. عند لتقديم رشيه بالجنين وقدميه مع حلقات من البيض أو الجمبري المشوي .

٢٨ - أرز بالخلطة

المقادير:

- | | | |
|------------------------------|------------------|--------------------|
| ١ - بصلي شرائح . | ٦ - زبيب . | ١١ - زبدة . |
| ٢ - عصير طماطم . | ٧ - صلصة طماطم . | ١٢ - لوز مقشر . |
| ٣ - ملح . | ٨ - بهارات . | ١٣ - فستق . |
| ٤ - زيت . | ٩ - فلفل أسود . | ١٤ - حلقات ليمون . |
| ٥ - كبدة مقطعة قطعاً صغيرة . | ١٠ - أرز . | |

خطوات العمل:

١. ضعي الزيت والبصل على النار حتى يصفر ثم أضيفي عصير وصلصة الطماطم .
٢. أضيفي ملحاً وفلفلًا وماءاً وبهارات واغليها لمدة ٥ ق ثم ضعي الأرز وغطيه حتى ينضج .
٣. ضعي الزبدة على النار ومعها الكبدة والمكسرات وقلبيه لمدة ١٠ ق .
٤. ضعي قليلاً من الخلطة على الأرز وقلبيه جيداً .
٥. اكبي باقي الخلطة في قالب ثم ضعي عليها الأرز واكبيه ثم اقلبيه في صحن تقديم .
٦. زينه بشرائح من الليمون والطماطم .

٢٩ - أرز بالدجاج والمكسرات

المقادير:

- | | | |
|-------------------------|---------------------------|------------------|
| ١ - دجاجة . | ٥ - لوز أنصاف مقشر محمر . | ٩ - بصل مقطع . |
| ٢ - ٣/١ كغم لحم مفروم . | ٦ - صنوبر محمر . | ١٠ - هيل . |
| ٣ - ٢ أرز . | ٧ - فستق محمر . | ١١ - ملح . |
| ٤ - ٦ مك سمن أو زيت . | ٨ - ٢ مش قرفة . | ١٢ - فلفل أسود . |

خطوات العمل:

١. اسقي الدجاجة في ماء وملح وهيل وبصل حتى تنضج .
٢. حمي اللحم المفروم في السمن ورشيه بالملح والفلفل والقرفة .
٣. أضيفي الأرز وقلبي لمدة ٥ ق ثم أضيفي مرق سلق الدجاج وغطيه حتى ينضج .
٤. أزل الجلد والعظم من الدجاج وقطعي اللحم شرائح .
٥. اسكبي الأرز الناضج في طبق وغطيه بشرائح الدجاج والمكسرات وقدميه .

٤٠. أرز بالفول السوداني

أندونيسيا

المقادير:

- | | | |
|----------------------------|--------------------------|---------------------|
| ١ - ٣ ك تمر هندي . | ٦ - ١ مك صويا صوص . | ١١ - ٤ مك زيت . |
| ٢ - ٢ ك أرز طويل الحبة . | ٧ - ١ مك كزبرة مطحونة . | ١٢ - بصل مفري . |
| ٣ - ١ مش ملح . | ٨ - ٤ / ١ مش فلفل أسود . | ١٣ - ٢ مك دبس . |
| ٤ - كوب فول سوداني مجروش . | ٩ - ٢ ك مرق دجاج . | ١٤ - ٢ / ١ مش شطة . |
| ٥ - ١ مش كمون . | ١٠ - ٢ / ١ ك جوز هند . | |

خطوات العمل:

- ١ . اغسلي الأرز وانقعيه في ماء بارد لمدة ٣٠ ق ثم صفيه .
- ٢ . ضعي التمر هندي في إناء وغطيه في ماء مغلي واتركيه لمدة ٣٠ ق ، ثم افركيه بأصابعك وصفيه .
- ٣ . اسلقي الأرز في ماء مملح لمدة ٢ ق ثم صفيه .
- ٤ . ضعي عصير التمر هندي في إناء مع الدبس والكمون والشطة والصويا والكزبرة .
- ٥ . ضعها على النار واغليها حتى يغلي الخليط ثم صبيه على الأرز وأضيفي الجوز .
- ٦ . سخني الزيت وحمري فيه البصل وأضيفي الفول السوداني وقلبي حتى يحمر .
- ٧ . أضيفيه إلى الأرز وغطي الإناء وخففي النار واطهي لمدة ١٥ ق أو حتى ينضج الأرز .

٤١. أرز بالجوز

سيرا ليون

المقادير:

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|---------------------|
| ١ - ٤ قطع دجاج . | ٥ - ٣ / ٤ ك زيت . | ٩ - بصلة مفرية . |
| ٢ - ٢ / ١ ك جمبري مقشر . | ٦ - ٢ ك حليب جوز الهند . | ١٠ - ١ مش شطة . |
| ٣ - ٢ / ١ مش زعتر . | ٧ - ٢ مك صلصة . | ١١ - ٤ / ١ ك زبدة . |
| ٤ - ملح . | ٨ - ٢ ك طماطم . | ١٢ - ٢ ك أرز . |

خطوات العمل:

- ١ . ضعي المقادير الأربعة الأولى مع كوب ماء واغليها حتى تنضج .
- ٢ . ارفعي الدجاج والجمبري واقلبيها في الزيت الحار .
- ٣ . أضيفي حليب الجوز إلى المرق الباقي من طهي الدجاج مع باقي المقادير عدا الأرز واغليها لمدة ٢٠ ق .
- ٤ . أضيفي الأرز واطهي حتى ينضج وقدميه مجملا بالدجاج والجمبري .