

أكلات لكل المناسبات

أ. فائق سعيير

مؤسسة دار الفرسان للنشر والتوزيع
٥١ ش إبراهيم خليل - التروالي - المطرية

ت ٢٢٥١١١١٠

٠١٢٢٩٨٧١٢٣٧

اسم الكتاب: أكلات لكل المناسبات

المؤلف: فاتن سعيد فوزى

الناشر: مؤسسة دار الفرسان

تصميم الغلاف: فري برنت - 0104470645

رقم الإيداع: 8637

طبعة الأولى: 2018

فهرسة أثناء النشر

سعيد ، فاتن

أكلات لكل المناسبات/ إعداد فاتن سعيد - القاهرة .-

ط2: مؤسسة دار الفرسان للنشر والتوزيع ، 2018

104 ص ؛ 24 سم

تدمك : 3-16-6169-977

أ. العنوان

إهداء

إلى روح أبى الطاهرة رحمه الله وأدخله جناته ..
إلى أمى الحبيبة التى مازالت تشملى برعايتها ..
إلى زوجى الحبيب .. حب الحياة بكل معانيها ..
إلى أحلى حب فى الدنيا زياد ..

مُتَلَمِّمَاتُ
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إن التغذية ونقص هذا التغذية السليمة شيئاً ضرورياً لنمو الإنسان واستمرار حياته بل والحفاظ على صحته .

إن الغذاء بمثابة الوقود الذى يحررنا ، ولا بد أن تكون المواد الغذائية التى يتناولها كل فرد متكاملة ومتنوعة وبكميات ملائمة بحيث لا يتعرض الإنسان إلى مشاكل صحية كثيرة كما أن العادات التى يتبعها الشخص طيلة حياته تبدأ منذ الطفولة ومن الصعب تغييرها فى الكبر لذلك لابد من تنشئة الأطفال على عادات غذائية سليمة .

وتعد الحلويات من الوجبات المحببة لكل من الصغار وكذلك أيضاً الكبار وكل امرأة تعرف ذلك جيداً كما تريد أن تتفنن فى صنع الحلويات لزوجها وصغارها .

ونتميز نحن الشعوب العربية بحبنا اللامتناهى لكل أصناف وأشكال الحلويات التى لا تكاد يخلو منها المنزل فى أى يوم من الأيام .

لذا فقد حاولت فى كتابى هذا أن أقدم تشكيلة متنوعة من أشهى وأحلى الحلويات الشرقية والغربية منها ما هو معروف لدينا ومنها ما قد يكون جديداً عليك .

فقد أبهرت في عالم الحلويات لأجلب لك سيدتي أفضل الطرق لصنع
أشهى الحلويات بأسهل وأسرع الطرق كما حاولت أن أقدم لك بعض
النصائح والمعلومات المفيدة لصناعة الحلويات وطرق تخزينها هذا وكل
أمل في الله أن ينال كتابي هذا رضاك ورضا أسرتك .

المؤلفة

فاتن سعيد فوزي

اِتِّكِيَّتُ الْمَاهِدَةِ

إعداد المائدة

يُعتبر إعداد المائدة من المهام الرئيسية لربة البيت وعليها أن تعدّها بطريقة تتيح لأسرتها الإستمتاع بالطعام وبالجو العام نفسه . لذلك لابد لكل سيدة من الإلمام ببعض المعلومات البسيطة والأساسية في نفس الوقت . المائدة اليومية لأفراد الأسرة .

تغطي المائدة بالمفرش المناسب من حيث اللون أو النوع سواء كان من القماش أو من البلاستيك ويفضل المفرش البلاستيك للوجبات اليومية حتى يسهل تنظيفه .

وأمام كل فرد يوضع الطبق وعلى يساره الشوكة وعلى يمينه الملعقة والسكين .

واستخدام هذه الأدوات يساعد على تجنب السرعة في تناول الطعام، خاصة بالنسبة للأطفال ، ذلك أن السرعة تعد من العوامل الضارة لصحة الإنسان وغالباً ما تتسبب في الإصابة بسوء الهضم .

توضع الفوطة عادة على يسار الطبق ويمكن إستبدال الفوطة القماش بالنسبة للوجبات العائلية بالفوطة الورق فهي عملية وتستبدل كلما إتسخت أما كوب الماء فيوضع أمام الطبق ويراعى وضع بقية الأدوات على المائدة .

وهى : سبت العيش - ويفضل تغطية بفوطة من القماش أو الورق -
زجاجة الماء - الملح والفلفل والمستردة وزجاجة الزيت والخل وأخيراً
الملقعة والشوكة الكبيرة المخصصة للغرف .

مائدة المناسبات :

فى المناسبات الرسمية تغطى المائدة بالمفرش الأبيض السادة
ويمكن إستبداله بالمفرش الملون فى المناسبات الأخرى مثل الأعياد
والولائم وأعياد الميلاد إلخ .

وتزين المائدة بالزهور مع مراعاة احترام البساطة والتناسق بين
ألوان الزهور والمفرش والسرفيس نفسه وكذلك اضعاء لمسة مرح وضوء
على المائدة .

وأمام كل ضيف يوضع الطبق وعلى يساره الشوكة وعلى يمينه
الملقعة والسكين وأمام الطبق كوب الماء وفى حالة تقديم الأسماك يراعى
إضافة الشوكة والسكين الخاص بالسمك إن وجد ، أما الأطباق الخاصة
يتناول الفاكهة والحلوى فتقدم عند استخدامها بعد رفع الطبق الأول .
وداخل كل طبق توضع الفوطة مثنية وبداخلها قطعة عيش صغيرة أو
رغيف العيش الصغير المستدير .

كما يراعى ترك مسافة تتراوح بين ٥٠ و ٦٠ سم بين كل طبق
وآخر حتى تتوفر الراحة للضيف .

وتقوم ربة البيت بالتأكد من حصول المدعوين على كل ما يحتاجون إليه ،
كما يراعى تغيير الأطباق المستخدمة فى تناول الأسماك أو الأطعمة
المطبوخة بالصلصة ، وتقدم السلطة فى طبق على حدة .

بعد الإنتهاء من تناول الطعام يحسن تقديم القهوة الساخنة فى
فناجين صغيرة ويقدم السكر على حدة لمن يرغب .

الموازين والمكاييل المنزلية

تسهيلاً لكل سيدة فإنه من المستحسن الاستعاضة عن الموازين بالمكاييل فى تناول يديها ويراعى عند ملئ الملاعق أن يكون ما فوق مستوى الملعقة فإنها تهز فقط ولا تكبس .

١. المواد الجافة :

١٠ جرامات من الملح	= ملئ ملعقة شاي .
٥ جرامات من السكر	= ملئ ملعقة شاي .
٢٠ جرام من السكر	= ملئ ملعقة حلو .
٢٠ جرام من الدقيق	= ملئ ملعقة حلو .
٣٧.٥ جرام من السكر	= ملئ ملعقة كبيرة .
٣٧.٥ جرام من الدقيق	= ملئ ملعقة كبيرة .
١٢٠ جرام من الدقيق	= ملئ فنجان شاي .
١٥٠ جرام من السكر البودرة	= ملئ فنجان شاي .
٢٠٠ جرام من السكر السنترفيش	= ملئ فنجان شاي .
٢٢٥ من الأرز	= ملئ فنجان شاي .
٨٠ جرام مبشور جوز الهند	= ملئ فنجان شاي .
١٥٠ جرام زبيب بناتى	= ملئ فنجان شاي .
١٢٥ جرام من البنق أو السودانى	= ملئ فنجان شاي .

٢. المواد السائلة :

لتر ماء أو لبن = ٤ فناجين شاي .

٣. المواد الدهنية :

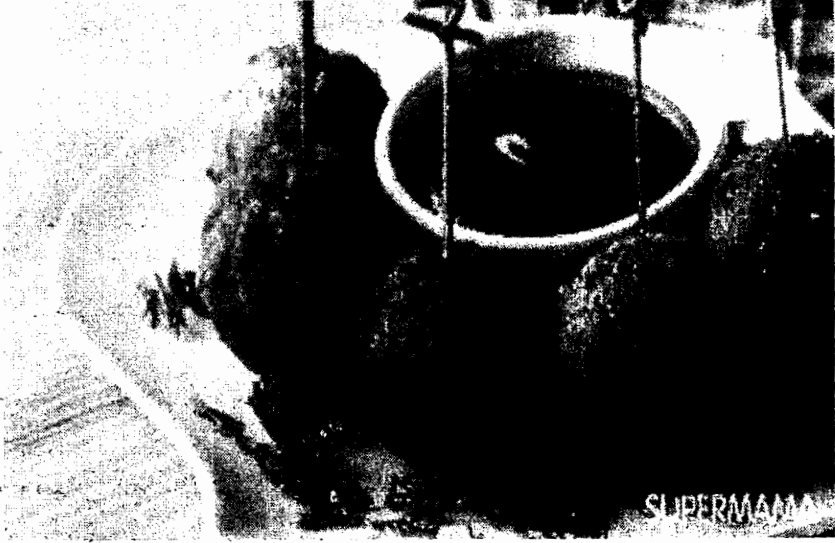
٢٠٠ جرام زبدة = فنجان شاي .

٣٧.٥ جرام زبدة = قطعة زبدة فى حجم البيضة الكبيرة .

٢٢٥ جرام لأى مادة دهنية عدا الزبدة = فنجان شاي أو كوب ماء متوسط.

كرات السوسيس بالجبن

Error



المقادير

- ½ كيلو (٥٠٠ جم) جبن شيدر مبشور
- ½ كيلو (٥٠٠ جم) سوسيس مقطع شرائح رفيعة
- ¼ كوب (١٩٠ جم) دقيق
- ½ كوب (٥٠ جم) زبد في درجة حرارة الغرفة
- بصلة متوسطة مقطعة مكعبات صغيرة
- ½ ملعقة صغيرة (٧.٥ جم) بيكنج باودر
- ½ ملعقة صغيرة (٢.٥ جم) فلفل أحمر حار بودرة

• ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير :

- سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٠٠ درجة مئوية.
- في وعاء كبير، ضعي جميع المقادير، واعجني بيديك حتى تمتزج المكونات.
- شكلي الخليط على شكل كرات متوسطة الحجم.
- رصي كرات السوسيس في صينية مغطاة بورق الزبدة.
- ضعي الصينية في الفرن لمدة ٢٥ دقيقة، ثم قدميها ساخنة مع الكاتشب وصلصة الباربيكيو.

مكرونه بأربعة أنواع جبن (كواتر فورماجي)

المقادير

- ١٥٠ جرام زبد غير مملح
- ١٥٠ جرام جبن جودا أو إيدام، مبشور
- ٧٥ جرام جبن رومي أو بارميزان، مبشور
- ٧٥ جرام جبن جرويار مبشور
- ٧٥ جرام جبن موتزاريلا مقطعة
- ملح وفلفل حسب الرغبة
- ٥٠٠ جرام (١ كيس) مكرونه ، مسلوقة

طريقة التحضير

- سخني الزبد في إناء كبير.
- أضيفي الجبن المبشور والملح والفلفل.
- أضيفي المكرونه المسلوقة وقلبي جيدا حتى تمتزج المكرونه بالجبن.
- قدميها مع نثر قليل من الجبن المبشور.

المكرونه بالجبنه والكريمه



المقادير

- 400 جرام مكرونه
- 4أكواب صوص البشاميل
- 150 جرام جبنة شيدر مبشورة
- 50 ج جبنة بارميزان مبشورة
- 1 رغيف توست

طريقة التحضير

- تسلق المكرونه وتوضع جانبا.

- يخلط صوص البشاميل مع جبن البارميزان والجبنه الشيدر مع التقليل جيداً.
- ضعى المكرونة المسلوقة وأضيفى لها خليط البشاميل والجبنه مع التقليل جيداً.
- غطى وجه المكرونة بالجبنه الشيدر والعيش التوست المفروم.
- ادخليها فرن مسخن من قبل على درجة حرارة ٢٠٠ لمدة ٢٠ دقيقة حتى يحمر الوجه ويصبح مقرمشاً.

طماطم الشيري على طريقة الكابريز

المقادير

- ١٥٠ جرام طماطم الشيري الصغيرة
- ١ ٢/١ ملعقة كبيرة كريمة خفق
- ١٠٠ جرام جبن موتزاريلا
- ٤ ورقات ريحان ١ فص ثوم، مدقوق
- ٢/١ ملعقة كبيرة خل بلساميك

طريقة التحضير

- إحدفي قالب الطماطم والبذر.
- إقليبي الطماطم على مناديل ورقية لتمدص السوائل.
- في محضر الطعام، إخلطي الكريمة والموتزاريلا والريحان والثوم حتى يمتزجوا جيدا.
- بعد وضع الطماطم في وضعها الأفقي الصحيح، أنثري عليها لاقنيل من خل البلساميك.
- قومي بحشو الطماطم بخليط الجبن.
- إحفظيها في الثلاجة حتى التقديم.

المكرونه بالطماطم

مع الزيتون والاسبارجس

المقادير

- ١ كيس مكرونه
- ٢ ملعقه كبيره زيت زيتون
- ١ بصلة كبيره، مقطعه
- ٤٥٠ جرام اسباراجس، مقطعه ٤ طماطم متوسطه، مقطعه بدون بذر
- ٢٠٠ جرام ريحان، مقطع
- ٢ ملعقه كبيره بقدونس مقطع
- ملح وفلفل
- جبن بارميزان للتقديم

طريقة التحضير

- سخني الزيت على نار متوسطه.
- اضيفي البصل وقلبيه لمدة دقيقه ثم اضيفي الاسبارجس.
- استمري في التقليب حتى يصبح لون الاسبارجس اخضر ناصعا، حوالي دقيقه واحده.

- أضيفي الطماطم و اتركها على النار دقيقة ثم أضيفي الريحان والبقدونس.
- قلبي المكرونة مع الخضروات ثم أضيفي الملح والفلفل حسب الرغبة.
- يمكن إضافة قليل من زيت الزيتون او الجبن المبشور اثناء التقديم.

كفتة الدجاج بالجبن



المقادير

- 1 حبة متوسطة بطاطس
- 4 قطع كبيرة فيليه دجاج
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1/4 ملعقة صغيرة فلفل اسود
- ملعقة صغيرة اوريغانو
- ملعقة صغيرة زيجان
- ملعقة صغيرة كزبرة
- 1/2 ملعقة صغيرة هيل ناعم
- للحشو: ١٠ مكعب جبن كريمي

- 1/2 كوب مشروم مفروم
- 2ملعقة كبيرة بقدرونس مفروم
- للتغطية: ٢ حبه كبيره بيض
- 1/2ملعقة صغيره ملح
- 1أرشة فلفل اسود
- 2كوب بقسماط
- زيت للقلّى

طريقة التحضير

- في قدر عميق ضعي البطاطس واغمريها بالماء. ضعي البطاطس على نار متوسطة إلى أن تنضج تماما. قشري البطاطس. دعيها جانباً.
- أحضري مفرمة اللحم وثبتي القرص ذو الثقوب الصغيرة. أفرمي البطاطس والدجاج في طبق عميق. أضيفي الملح، الفلفل، الأرويجانو، الريحان والهيل الناعم، قلبي الخليط بأطراف أصابعك لتحصلي على عجينة متماسكة.

- خذي قليل من العجينة وشكليها بين يديك إلى قرص متوسط الحجم، ضعي مقدار ملعقة كبيرة من الحشو في وسط القرص ثم اقلي العجينة على الحشو وشكليها بين يديك لتصبح مثل الإصبع
- اخفقي البيض بالشوكة، ضعي الملح والفلفل الأسود، إغمسي أصابع الكفتة في خليط البيض وقلبيها على الجهتين لتتغطى جيدا. ضعي أصابع الكفتة في البقسماط وقلبيها مع الضغط عليها قليلا ليلتصق البقسماط عليها جيدا.
- سخني زيت في المقلاة على نار متوسطة. ضعي عدة أصابع من الكفتة في الزيت وإقليها إلى أن تصبح ذهبية اللون. أنقليها على ورق نشاف لتتخلص من الزيت الفائض. أكملني بقيّة الأصابع. قدميها ساخنة.

أرز بيلاو الكلاسيكى

المقادير

- 2ملعقة كبيرة الزبدة.
- 2ملعقة كبيرة زيت زيتون.
- 1/2بصلة مفرومة.
- 2كوب أرز بسمتى.
- 3كوب مرقّة الدجاج.
- 1/2ملعقة صغيرة ملح.
- 1أرشة زعفران «اختياري».)
- 1/4ملعقة صغيرة فلفل حار.

طريقة التحضير

- سخنى الفرن إلى ١٧٥ درجة مئوية.
- ذوبى الزبدة وزيت الزيتون في إناء كبير على نار متوسطة الحرارة، اضيفى البصل، وقلبيه برفق لمدة تتراوح من ٧ إلى ٨ دقائق، حتى يصبح لونه بنى فاتح. ثم ارفعى الإناء من على النار.

- ضعى الأرز مع خليط البصل في طبق فخار 13 بوصة، ثم ضعى الطبق فوق صينية خبز، حركى المزيج جيداً لتغطى الأرز جيداً مع البصل.
- اضيفى مرقّة الدجاج والملح والزعفران والفلفل الحار في إناء، اتركى المزيج حتى يغلى، ثم اخفضى النار إلى أدنى حرارة، واتركيه على نار خفيفة لمدة ٥ دقائق.
- صبى خليط مرقّة الدجاج على الأرز في طبق الفخار، ثم قلبيه حتى تتجانس جميع المكونات، ساوى الخليط على طول الجزء السفلى من الطبق، ثم غطيه بإحكام بورق الفويل.
- اخبزيه في الفرن المحمى لمدة ٣٥ دقيقة، ثم اخرجيه من الفرن ودعيه ليرتاح وهو مغطى لمدة ١٠ دقائق، ازيلى الفويل وفكفكى الأرز بشوكة لفصل الحبات.

شورية الجزر على طريقة دينا كانتينا

المقادير

- 2كوب مكعبات البصل
- 2كوب مكعبات طماطم
- 2ملعقة كبيرة ثوم مفروم
- 1ملعقة صغيرة مسحوق الكاري
- 4/1كوب زبدة
- 1بطاطس مقطعة مكعبات
- 1كيلو جزر مقطع و مقشر
- 2كوب مرقة دجاج
- 4/1 1كوب مياه
- 1ملعقة صغيرة ملح
- 1ملعقة صغيرة فلفل أسود
- 1كوب كريمة ثقيلة

طريقة التحضير

- ضعي الزبدة في وعاء كبير و أضيفي مكعبات البصل و حركيه حتى تصبح ناعمة على نار خفيفة. يضاف الثوم ومسحوق الكاري، و أضيفي الطماطم.
- اضيفي إلى خليط البطاطس مكعبات البصل مع الجزر والمرق والماء والملح والفلفل و اتركه ليغلي خفضي الحرارة حتى ينضج ثم غطيه حتى يصبح الجزر طرياً من ٢٠ الى ٢٥ دقيقة.
- ضعي الحساء في الخلاط حتى يصبح ناعم يرجح أن تأخذ على دفعتين. أو استخدمى الخلاط اليدوي في وعاء ثم أضيفي كريمة ثقيلة و اتركه ليغلي ثم قدميه.

فريتاتا الفيتا والنعناع والبازلاء

المقادير

- 150 جرام بازلاء مجمدة، ذوب الثلج عنها
- 6 بصل أخضر، مفروم فرماً ناعماً
- 6 بيض، مضروب بخفة ومتبل
- 100 جرام جبنة فيتا، مقسمة إلى قطع
- حفنة نعناع صغيرة، مقطعة الأوراق
- زيت زيتون

طريقة التحضير

- سخني الشواية. اطهي البصل في قليل من زيت الزيتون في مقلاة غير لاصقة حتى يلين. اضيفي البيض، الجبنة الفيتا والبازلاء والنعناع، وقلبيهم جميعاً معاً ليمتزجوا ثم اتركيهم على نار خفيفة حتى يتماسك الأسفل.
- ضعي الطاسة في الشواية تحت الفرن حتى تكتمل النضج.
- قدميها على شكل قطع مثlette.

العجة بالخضراوات



المقادير

- كوب بروكلي مقطع قطع صغيرة.
- كوب بطاطس مقشرة، ومقطعة قطع صغيرة.
- $\frac{2}{3}$ كوب كوسة مقشرة، ومقطعة قطع صغيرة.
- $\frac{1}{2}$ كوب حليب.
- ٦ بيضات.
- $\frac{1}{2}$ كوب بصل أحمر مفروم.
- $\frac{1}{2}$ كوب فلفل أخضر مقطع مكعبات صغيرة.
- $\frac{1}{2}$ كوب فلفل أحمر مقطع مكعبات صغيرة.

• ½ كوب فلفل أصفر مقطع مكعبات صغيرة.

• كوب جبن شيدر مبشورة.

• ملعقة كبيرة زيت.

• ملح وفلفل أسود.

طريقة التحضير

• سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٢٠.

• ضعي البروكلي في ماء مغلي ومملح لمدة ٥ دقائق، ثم ارفعيه من الماء، واتركيه جانباً.

• حمري البطاطس في زيت غزير ومغلي، حتى يصبح لونها ذهبياً.

• على نار متوسطة سخني الزيت، ثم أضيفي البصل والفلفل الملون والكوسة وقلبي لمدة ٥ دقائق، ثم اتركيه حتى يبرد قليلاً.

• في وعاء كبير، ضعي البيض والحليب والشيدر، وقلبي جيداً.

• أضيفي خليط البصل والكوسة، ثم البطاطس والبروكلي والملح والفلفل الأسود، وقلبي جيداً حتى تختلط المكونات.

• صبي الخليط في صينية مدهونة بالزيت، وغير قابلة للالتصاق.

• ضعي الصينية في الفرن لمدة ٤٠ - ٤٥ دقيقة، حتى تنضج.

العجة بالمشروم

المقادير

• بصلة متوسطة مقطعة شرائح رقيقة.

• ½ ١ كوب مشروم مقطع شرائح.

• ٦ بيضات كبيرة.

• ½ كوب حليب.

• ٢ ملعقة كبيرة ثوم معمر مفروم.

• ٢ ملعقة كبيرة زيت.

• ملعقة صغيرة زبد.

• ملح وفلفل أسود.

طريقة التحضير

• سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٢٠.

• على نار متوسطة، سخني الزيت، ثم أضيفي البصل وقلبيه حتى يذبل.

• أضيفي المشروم، وقلبي حتى تجف السوائل، ثم ارفعيه واتركيه جانباً ليبرد.

- في وعاء كبير، ضعي البيض والثوم المعمر والحليب والفلفل الأسود، واخفقي جيدًا.
- أضيفي خليط البصل والمشروم، ثم صبي الخليط في صينية مدهونة بالزبد.
- ضعي الصينية في الفرن لمدة ٤٠ دقيقة.

العجة بالبطاطس



مكونات العجة بالبطاطس

المقادير

- ٣ ثمرات بطاطس متوسطة مقشرة ومقطعة مكعبات.
- ٧ بيضات.
- بصلة كبيرة مقطعة شرائح رقيقة.
- ٢ فص ثوم مفروم.
- ٢ ثمرة طماطم متوسطة مقطعة مكعبات.
- ملعقة كبيرة سمن.
- حزمة بقდونس مقطعة صغير.

- ¼ كوب حليب.
- ٢ ملعقة كبيرة زيت.
- ٢ ملعقة صغيرة بيكنج باودر.
- ¾ ملعقة صغيرة كمون.
- ½ ملعقة صغيرة بابريكا.
- ½ ملعقة صغيرة مسحوق فلفل حار.
- ملح وفلفل أسود.

طريقة التحضير

- في وعاء كبير، ضعي البطاطس والملح، وقلبيهما جيدًا، ثم اتركي البطاطس جانبًا لمدة ١٠ دقائق.
- اقلي البطاطس في زيت غزير ومغلي، حتى يصبح لونها ذهبيًا.
- سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٠٠.
- على نار متوسطة، سخني الزيت والسمن، ثم أضيفي البصل وقلبيه حتى يذبل.
- أضيفي الثوم وقلبيه لمدة دقيقة.

- في وعاء كبير، ضعي البطاطس وخليط البصل والثوم والبقدونس والطماطم والحليب والبيكنج باودر، ومعها أيضاً البابريكا والكمون والملح والفلفل الحار والأسود، وقلبي جيداً حتى تمتزج المكونات.
- صبي الخليط في صينية فرن مدهونة بالسمن، ثم ضعها في الفرن لمدة ٢٠ - ٣٠ دقيقة.
- يمكنك سلق البطاطس وهرسها بدلاً من قليها.

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

٣٥

عجة الجبن بالبروكلى

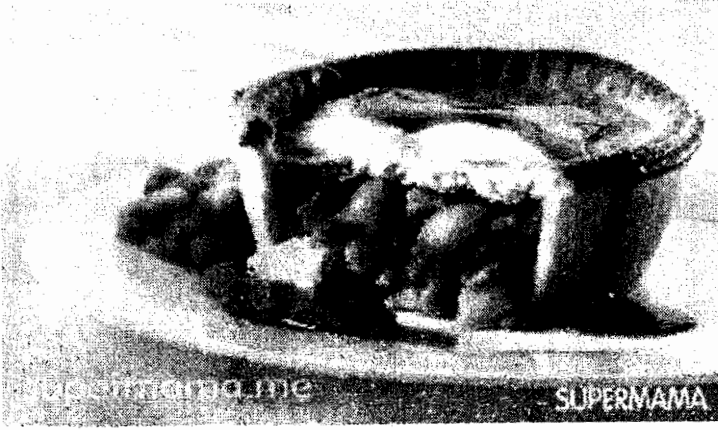
المقادير

- ثمرة بروكلى مقطع ومسلوق
- نحضر خلطة العجة
- 5 بيضات
- كوب جبن مبشور
- نص كوب جبن كريمى
- 4 معالق دقيق
- 2 ملعقة صلصة طماطم
- فلفل وملح وبابريكا
- ملعقة صغيرة بكينج صودا

طريقة التحضير

- اخلطي المكونات السابقة معاً جيداً فى وعاء عميق
- صبيها فى قالب مدهون بزيت
- اخبزها فى الفرن على درجة حرارة ١٨٠ لمدة نصف ساعة

فطائر البطاطس



المقادير

- كوب بطاطس بيوريه
- 2كوب دقيق
- نصف كوب زبد
- 2بيضة
- 2ملعقة لبن
- ملعقة صغيرة بيكنج بودر

للحشو :

- نصف كيلو لحم معصج
- 2ملعقة بقدونس

- 2ملعقة بطاطس بيوريه

طريقة التحضير

- اخلي الدقيق مع ذرة ملح و بيكنج بودر ثم يضاف له الزيت ويقلب جيدا حتى يختفى
- اعجني المقدار بالبيض واللبن وتفرد العجينة الى مربعات بسمك نصف سم
- اخلطي مقادير الحشو وتحشى بها العجين وتغلق مثل الظرف
- رصي الوحدات فى صينية مدهونة وتدهن بالبيض وتخبز فى فرن متوسط حتى تصبح ذهبى

عجينة البيتزا السهلة



المقادير

١. ٤٠٠ جرام دقيق

٢. ١ ملعقة صغيرة خميرة فورية

٣. ٣ ملعقة كبيرة زيت زيتون

• ٤٠٠ جرام دقيق

• ١ ملعقة صغيرة خميرة فورية

• ٣ ملعقة كبيرة زيت زيتون

• ١ ملعقة صغيرة ملح

• ١ ملعقة صغيرة زعتر

• ١ ملعقة صغيرة سكر أبيض

• ٢٥٠ مليلتر ماء دافئ

- اقرئي أيضاً: ٣ نصائح لخبز البيتزا

طريقة التحضير

- سخني الفرن.
- اخلطي الدقيق والملح والسكر والزعتر والخميرة في إناء كبير.
- أضيفي الزيت والماء الدافئ.
- اعجني العجين حتى تتماسك.
- اتركيها عشر دقائق
- افردى العجين في صينية مستديرة.
- أضيفي صلصة الطماطم وباقي المكونات.
- ضعها في الفرن على درجة حرارة عالية لمدة ٢٠-٢٥ دقيقة.
- قدميها ساخنة.

فطائر البيتزا

المقادير

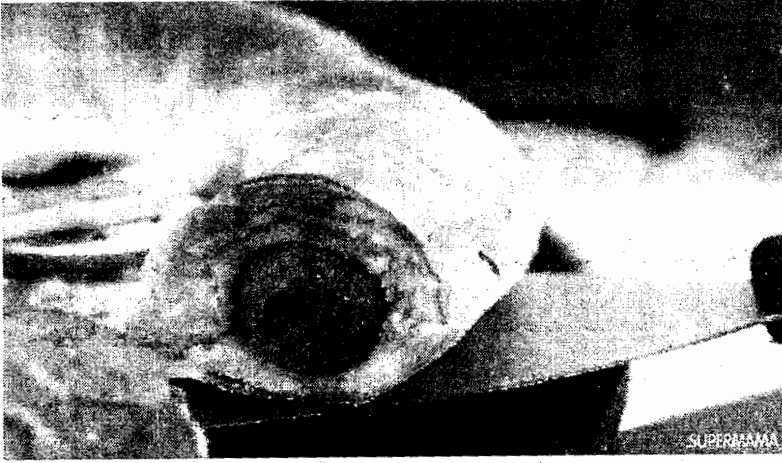
- للعجين (نفس طريقة البيتزا العادية ولكن تقطع لكرات صغيرة وتفرد لدوائر صغيرة)
- كوبين ونصف دقيق
- علبة زبادي
- ملعقة ونصف كبيرة خميرة فورية
- ملعقة كبيرة لبن باودر
- ربع كوب زيت
- نصف كوب لبن رائب
- ملح
- 3 ملاعق سكر
- للحشو
 - بصل مشوح مع صلصة طماطم
 - فلفل رومي مبشور

- لحوم مثل البيتزا العادية أي نوع حشو مثل الهوت دوج أو البيبروني أو التونة أو قطع الدجاج
- جبن موتزاريلا أو رومي

طريقة التحضير

- أذبي الخميرة مع السكر في ربع كوب ماء دافئ
- اخلطي الزبادي واللبن الرائب
- ضعي الدقيق واللبن البودرة معاً
- أضيفي الزبادي واللبن الرائب على الدقيق مع اللب البودرة واخلطي جيداً
- أضيفي الخميرة الممزوجة بالسكر
- أضيفي الزيت وأعجني جيداً حتى تتماسك
- اتركيها ترتاح قليلاً ثم قسميها لكرات صغيرة
- افردي الكرات إلى دوائر صغيرة ورصيها على صينية خبز مدهونة زيت أو افرشي ورق خبز عليها
- ضعي مكونات الحشو حسبما ترغبين

بيتزا ستافت على طريقة بيتزا هت



المقادير

- كوب ماء فاتر
- ٢ ملعقة خميرة جافة
- ١ ملعقة صغيرة سكر أو عسل
- ٣ أكواب دقيق أو ٢ 1/2 قمح كامل.
- ملعقة صغيرة ملح.
- ملعقة كبيرة زيت زيتون.

طريقة التحضير

- في وعاء كبير ضع الخميرة و السكر والماء الدافئ و امزجهم معا واحرصي على أن يكون الماء دافي بحيث لا يتسبب فى قتل الخميرة. اضيفي الدقيق والزيت والملح وقلب جيدا حتي تحصلي على عجين متماسك، قومي بفرد العجين على سطح مرشوش بالدقيق، كما يمكنك اضافة دقيق اذا كان العجين أطري من اللازم.
- في وعاء مدهون بالزيت قومي بفرد العجينة، ثم قومي بتغطية العجينة بكيس بلاستيكي واتركيها جانبا لمدة نصف ساعة أو ساعة كاملة حتي تتضاعف كمية العجين.
- قومي بتقسيم العجين فى أكثر من صنية ثم قومي بفرد قطعة العجين داخل الصينية وقومي بوضع الجبن و السوسيس فى الأطراف ثم قومي بثنيها جيدا.
- ضعها فى الفرن على درجة حرارة ٤٥٠ درجة مئوية ، لمدة ١٥ : ٢٥ دقيقة

ناجتس دجاج للأطفال



المقادير

- 1كوب مياه
- 1كوب دقيق
- 4/1ملعقة صغيرة فلفل
- 8/1ملعقة صغيرة بودرة الثوم
- 2ملعقة صغيرة ملح
- 1بيض
- 1ملعقة صغيرة بودرة البصل

• 2/1 كيلو صدور فراخ

طريقة التحضير

- اضربي البيض والماء في وعاء وضعيه جانبا
- اجمعي جميع المكونات الجافة في وعاء
- قطعي الدجاج بسمك ١/٤ بوصة وانقعيه في خليط البيض
- غطيه بالدقيق (الطحين) وغطيه في كيس في مكان فسي الفريزر واتركيه يتجمد لمدة ١ ساعة
- كرري العملية مع كل قطع الدجاج
- بعد مرور ساعة اقلي قطع الدجاج في الزيت الساخن إلى ٣٧٥ درجة ثم ضعها على مناشف ورقية

بافلو فنجرز (أصابع الدجاج)



المقادير

- 4 صدور دجاج بدون جلد وخالية من العظم - تقطع إلى قطع بحجم الإصبع
- 1/4 كوب طحين (دقيق) لجميع الأغراض
- 1 ملعقة صغيرة ثوم
- 1 ملعقة صغيرة الفلفل الأحمر "الشطة"
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 3/4 كوب خبز مقطع إلى فتافيت

• 2 بياض البيض مضروب جيدا

• 1ملعقة ماء

طريقة التحضير

• يسخن الفرن (٢٠٥ درجة مئوية)

• ضعي في كيس مزيج من الدقيق و ٢/١ ملعقة ثوم مفروم، ٢/١
ملعقة فلفل، و ٤/١ ملعقة ملح .

• ضعي خليط فتات الخبز مع بقية الثوم المفروم والشطة والملح في
طبق.

• هزي قطع الدجاج مع الدقيق في الكيس.

• اضربي بياض البيض مع ١ ملعقة ماء، ثم ضعي خليط البيض في
طبق مسطح .

• قلبي الدجاج في بياض البيض، ثم قلبها في فتات الخبز.

• ادخلي الدجاج في الفرن لمدة ٨ دقائق ثم قلبي الدجاج واتركيه لمدة
٨ دقائق أو حتى ينضج.

ستيك بالمشروم



المقادير

- بفتيك مدقوقة ورقيقة منقوع قبل بكام ساعة بشوية خل وإكليل الجبل (روز ماري) وملعقة زيت زيتون وملح وفلفل أسود وثوم مقطع..
- مشروم (عيش الغراب) طازج
- ثوم مفروم
- بصلة مقطعة جوانح
- رشة فلفل أسود
- رشة قرفة
- ورقة غار - لوري

• 4 حبات هيل - حبهان

طريقة التحضير

- ضعي زيت بالمقلية ثم البفتيك مع الخلطة واحدة واحدة ونقليه شوي بس ليغير لونه عن الجهتين ونضعهم بصينية البايركس..
- ثم قلبي البصلة والمشروم المقطع مع رشّة ملح (عشان ينزل الماء بالمشروم) وفلفل
- بعد التحمير نغمرهم بالماء المذاب فيه ملعقة كبيرة دقيق وندهم ٣ دقائق حتي الغليان
- ضعهم كلهم بالبايركس ونخلطهم ونركز الملح ونرش القرفة ونضع الهيل - الحبهان - ورقة الغار
- غطيهم بالألومنيوم ونضعهم بالفرن حوالي ٤٠ دقيقة

ستيك اللحم المشوى مع سلطة الجرجير



المقادير

- 2 شريحة عرق لحم، بسمكة ١ ½ بوصة.
- 1 كوب أوراق بقდونس.
- 2 فص ثوم.
- 2 ملاعق طعام زيت الزيتون.
- ملح وفلفل أسود.
- ¼ ملعقة صغيرة من قشر الليمون المبشور ناعماً.
- 2 ملاعق طعام من عصير الليمون الطازج.
- 1 ملعقة طعام من الخل الأبيض.

- ½ ملعقة صغيرة مسطردة.
- 6 ملاعق طعام زيت نباتي.
- 12 كوب جرجير.
- 1 كوب جبن بارميزان مبشور.

طريقة التحضير

- قطعي البقدونس والثوم تقطيع خشن، ضعيهم في وعاء صغير وامزجيهما بزيت الزيتون وتبليهما بالملح والفلفل، ادهني قطعتي العرق بالتتبيلة وغطيهما، ثم ضعيها في الثلاجة لمدة نصف ساعة على الأقل.
- لعمل صلصة السلطة: في وعاء آخر امزجي قشر وعصير الليمون، الخل، المسطردة وتبليهم بالملح والفلفل، ضيفي الزيت النباتي واضربي المكونات حتى بمتزجوا معاً في قوام سلس.
- شغلي الشواية علي حرارة متوسطة إلى عالية، وادهني صفائح الشواح بزيت الزيتون، اكشطي التتبيلة الزائدة من فوق اللحم، ثم اشويهم حوالي ٦ بوصات فوق النار، لمدة تتراوح من ٣ إلى ٤ دقائق على كل جانب، أو أكثر حسب ذوقك في نوع النضج، انقلي اللحم على لوح التقطيع واتركيه ليبرتاح لمدة ٥ دقائق، استخدمى سكين حاد على زاوية ٤٥ درجة، ثم قطعي العرق إلى شرائح سميكة.

- ضيفي الجرجير إلى صلصة السلطة وحركيه بلطف، حتى تغطيه السلطة، قسميه في ٦ أطباق تقديم، ضعي شرائح الستيك فوق الجرجير، ورشي البارميزان المبشور فوقهم.

طاجن الدجاج



المقادير

- 2 صدور دجاج كبيرة مخلية
- 4 أفخاذ دجاج بالعظام والجلد
- 2 ملعقة كبيرة زيت الزيتون
- 200 جرام بصل قورمة مقشر
- 2 فصوص من الثوم، مقطعة إلى شرائح
- قطعة زنجبيل بحجم 4 سم، مبشورة
- 1 ملعقة صغيرة كمون حب، مسحوق قليلاً

- 1ملعقة صغيرة كزبرة حب، مسحوقة قليلاً
- 2عيدان قرفة صغيرة
- رشّة زعفران
- 1ملعقة صغيرة زنجبيل مطحون
- رشّة شطة
- 375جرام جزر مقشر ومقطع
- 500مل مرقة دجاج
- 1ملعقة كبيرة عسل نحل
- 2ملعقة كبيرة كزبرة مقطعة خشن

طريقة التحضير

- سخني الفرن على درجة حرارة ١٨٠ درجة مئوية. قطعي كل صدر دجاج إلى النصف وتبلي كل الدجاج جيداً.
- سخني الزيت في كسرولة متوسطة الحجم. اضيفي الدجاج وجهه الجلد إلى أسفل وحمريه جيداً من كل الجهات ويمكنك تحميرها على دفعات. ارفعي الدجاج من على النار وضعيها جانباً.
- اخفضي الحرارة قليلاً، واطهي القورمة إلى الكسرولة ،اطهيها حتى تصبح ذهبية محمرة.

- اضيفى الثوم والزنجبيل المبشور واطهيههم لمدة ٣٠ ثانية تقريباً قبل إضافة باقى البهارات ثم اطهيههم لمدة دقيقة واحدة إضافية.
- اضيفى الجزر إلى الكسرولة وقلبيه ليتغطيه البهارات. رتبى الدجاج، وجهة الجلد مواجهة لأعلى، فوق القورمة والجزر.
- صبى مرقة الدجاج وفوقها العسل. اتركها لتطهى حتى تظهر القليل من الفقاعات ثم ضعى الكسرولة فى الفرن لمدة ٤٠ دقيقة حتى يصبح الدجاج طرى.
- ضعى طاجن الدجاج فى طبق التقديم ورشى الكزبرة على الوجه.

مكرونه بشاورما الدجاج



المقادير

- نصف عبوة مكرونه مبرومة
- شاورما الدجاج
- 2-3 قطع او ٢٥٠ جم صدور دجاج مقطعة شرائح رفيعة
- 2ملعقة طماطم مقشرة و مقطعة
- ثلث كوب من الخل الأبيض والأحمر
- 4ملاعق طعام زيت
- 3ملاعق طعام او ٥٠ جم بصل مقطع شرائح رفيعة

- ملعقة طعام لبن زبادى
- ملعقة طعام ثوم مطحون
- 3 - 4 قطع من قشر كلا من برتقال وليمون كبير ويوسفى
- ملعقة متوسطة من كلا من الملح والفلفل الأسود
- ملعقة صغيرة من كلا من الحبهان والقرنفل والقرفة
- ورقة غار كبيرة مطحونة
- 3 حبات مستكة كبيرة مطحونة
- ربع ملعقة صغيرة جوزة الطيب مبشورة

صلصة الطحينة:

- ربع كوب طحينة سائلة
- نصف كوب ماء
- 2 ملعقة طعام بقادونس مفروم
- 2 ملعقة طعام او حبة صغيرة طماطم مفرومة
- 2-3 ملاق طعام خل ابيض
- ملعقة طعام لبن زبادى

- ملعقة صغيرة من كلاً من الملح والفلفل الأسود

طريقة التحضير

- تجهيز شاورما الدجاج:
- اخلطي جميع مقادير الشاورما وانقعي الدجاج طوال الليل أو ما لا يقل عن ثلاث ساعات
- تجهيز صلصة الطحينة
- اخلطي الطحينة بالماء أولاً حتى تصبح ناعمة
- أضيفي باقي المكونات ثم تأكدي من حموضة وملح الخلطة
- إعداد الشاورما:
- اسلقي الباستا
- انتشلي الدجاج من التتبيلة وضعيه في مقلاة ثم شويهِ على النار بدون أي إضافات
- عند التأكد من نضج الدجاج اضيفي الباستا المسلوقة وصلصة الطحينة
- ضعيه في طبق التقديم ثم زينيهِ بالبقدونس المفروم وقطع المخل

مكرونة ألفريدو في الفرن



المقادير

- نصف دجاجة مسلوقة أو مشوية مخلية من العظم والجلد ومفصصة إلى قطع صغيرة
- 3 أكواب من الكريمة
- كوب من الحليب
- فصين مبشورين من الثوم
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة
- نصف كوب جبنة بارميزان + نصف كوب ليرش على وجه القالب

• ملعقتين كبيرتين بقدونس مفروم

• ملح و فلفل و جوزة الطيب

• مكعب مرق دجاج

• 400ج معكرونة مسلوقة

طريقة التحضير

• في وعاء سخني الكريمة والحليب

• أضيفي مكعب المرققة والثوم والجبن والملح والفلفل وجوزة الطيب

• عند بدء الغليان ارفعي الكريمة من على النار

• أضيفي الزبدة تدريجيا، ملعقة ملعقة مع التقليب

• أضيفي قطع الدجاج إلى الكريمة

• قلبي لكي تنتشبع بالكريمة

• أضيفي البقدونس المفروم ثم المكرونة

• صبي في قالب الفرن وتوزع جيدا

• انثري فوق الوجه الجبن المبشور

• اخبزي في فرن متوسط الحرارة إلى أن تأخذ اللون الذهبي

مكرونه بالدجاج المشوي



المقادير

- باستا
- حبة فلفل حمراء
- حبة فلفل صفراء
- حب فلفل خضراء
- صدر دجاج
- الجبن المبشور
- القليل من الخس للتزيين.

طريقة التحضير

- اشوي صدور الدجاج.
- ضعي الباستا على النار لتسلق جيدا مع قليل من الملح.
- قطعي الفلفل إلى شرائح طويلة و نقوم بتتبيلها بالملح و الفلفل الأسود.
- قومي بخلط الباستا مع الفلفل الملون والجبن و نضع فوقها الدجاج المشوي و نزينها بالخس.

الدجاج المتبل مع الفول السودانى



المقادير

- 1ملعقة صغيرة زيت الفول السودانى.
- 1صدر دجاج مخلية وبدون جلد، مقطعة إلى شرائح رقيقة بالعرض.
- 1فص ثوم، مقطع إلى شرائح رقيقة.
- 1فلفل حار، مقطع إلى شرائح رقيقة بالعرض.
- ملح خشن وفلفل مطحون.
- 1ملعقة طعام عصير الليمون الطازج.

- 1ملعقة طعام الفول السوداني المحمص المفروم.

- ¼كوب أوراق الريحان، مقطعة.

طريقة التحضير

- في مقلاة غير لاصقة متوسطة الحجم، سخني الزيت على نار متوسطة إلى عالية، اضيفي الدجاج؛ ثم اطهيه حتى يحمر على جانب واحد، من ٢ إلى ٣ دقائق.

- ضيفي الثوم، الفلفل الحار، و ٢ ملعقة طعام ماء؛ قومي بطني الخليط حتى يصبح الدجاج غير شفاف في جميع الجوانب، لمدة ٣ دقائق، تبليه بالملح والفلفل؛ وقلبي فيه عصير الليمون والفول السوداني، والريحان.

بوفتيك بالخضار فى الفرن

لمقادير

- 2 عدد جزر (مقطع شرائح)
- 2 عدد طماطم (شرائح)
- 1 عدد فلفل أحمر حلو (شرائح)
- 1 معلقة كبيرة كاتشب
- 1 عدد بطاطس (شرائح)
- 1 عدد كوسة (شرائح)
- 1 كيلو لحمه (بفتيك)
- 1 عدد بصل (شرائح)
- 1 أرشة ملح (أو حسب الرغبة)
- 1 أرشة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)
- 1 أرشة بهارات لحمه
- ½ معلقة صغيرة بودرة ثوم
- ¼ معلقة صغيرة جوزة الطيب

الخطوات

- في صينية فرن دائرية نخلط الخضروات ونضعها بالاسفل ثم نضع اللحم فوقها ونضيف البهارات والملح والفلفل ونقلب جيدا.
- نضيف معلقة الكاتشب ونقلب جيدا، ثم نغطي الصينية بورق الزبدة ونغطيها مرة أخرى بورق الفويل.
- نطهو اللحم في فرن ساخن على الدرجة ٢٠٠ مئوية لمدة ٤٠ إلى ٤٥ دقيقة.
- تقدم ساخنة مع الأرز والسلطة.

ورقة لحمية بالخضار

المقادير

- 3معلقة كبيرة زبدة
- 2معلقة كبيرة زيت ذرة
- 2عدد ورق لورا
- 1عدد بطاطس
- 1كوب عصير طماطم
- 1عدد حباية جزر
- 1معلقة صغيرة حبهان
- 1عدد فص ثوم
- 1عدد مكعب مرقة دجاج
- 1عدد كوسة
- 1عدد بصلة
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1عدد طماطم



- 1 عدد حباية جوزة الطيب
- 1معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون
- 1معلقة صغيرة كمون
- 1كيلو لحمه بتلو
- 1عدد قرن فلفل حامى
- 1كوب بسلة
- 1معلقة صغيرة بهارات لحمه

الخطوات

- هَنَقْشِر البَطاطس وَهَنَقْطَعَه مَكْعَبَات.
- نَقْطَع حباية الجزر وحباية الكوسة لقطع صغيرة متساوية.
- نَقْطَع اللحمه لقطع متوسطة الحجم ونحطها فى بولة كبيرة.
- نَقْطَع الطماطم مكعبات ونَقْطَع البصل ترانشات وقرن الفلفل ترانشات صغيرة.
- فى طاسة غويضة نسخن شوية زيت ونضيف البصل والثوم والخضار كله ما عدا الطماطم ونقلب جيدا.
- بعد ٣ دقائق نضيف مكعبات الطماطم ونقلب تانى لمدة دقيقتين.

- هنضيف كل الخضار إلى بولة اللحمة ونقلب جيدا.
- هنضيف الملح والفلفل والكمون وباقى البهارات ونقلب جيدا.
- فى صينية هنصب ربع كوب ماء ونفرش فوقها ورق الزبدة ونبلله بالماء شوية علشان ميتلسعش.
- نفضى البولة فى الصينية على ورق الزبدة ونرش ٣ معالق زبدة سايحة على الوش.
- نضيف نصف مكعب مرقة دجاج مفروم على وش الصينية.
- هننقل ورق الزبدة كويس على المكونات ونبله بشوية ماء.
- نغطى الصينية كويس بورق فويل وتدخل الفرن على درجة حرارة ٢٠٠ درجة مئوية لمدة ٢٠-٣٠ دقيقة.

طاجن موزة بالخضار

المقادير

- 3معلقة كبيرة خل
- 3معلقة كبيرة عصير ليمون
- 2عدد بطاطس (مقطعة)
- 2عدد جزر (حلقات)
- 2عدد بصل (واحدة مفرومة واخرى مكعبات)
- 2عدد فص ثوم مهروس
- 2معلقة كبيرة زبدة
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1عدد باذنجان (مقطع مكعبات)
- 1كيلو لحمة بتلو (موزة)
- 1معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون
- 1مكعب مكعب مرقة لحم
- 1عدد فلفل أصفر حلو

• 1 عدد فلفل أخضر حلو (حلقات)

• 1 أرشة جوزة الطيب

• 1 أرشة حبهان

• ½ معلقة صغيرة بهارات لحمة

• ½ لتر عصير طماطم

الخطوات

• تتبل قطع اللحم بالبصل المفروم والثوم وجميع البهارات والليمون والخل وتغطى وتترك فى الثلاجة مدة ساعتين.

• فى طاسة بها معلقتين من الزبد نضع الموزة ونقلبها من جميع الجهات مدة خمس دقائق حتى يحمر لونها.

• ثم فى نفس الطاسة نضع مكعبات البصل ونقلب حتى يصفر لونة ثم نضيف البطاطس والجزر ونقلب حتى يذبلوا.

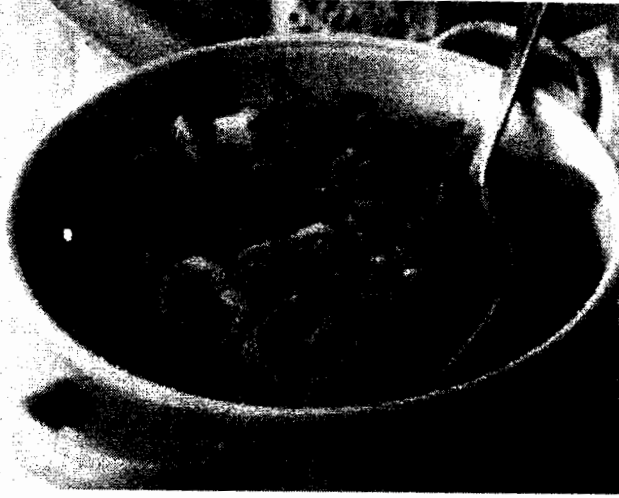
• نقلى مكعبات الباذنجان فى زيت ساخن غزير حتى يحمر لونة ثم ينشل على ورق ماص للزيت ثم يرص فى الطاجن.

• ثم ترص قطع اللحم فوق الباذنجان.

• ثم نضع البطاطس والجزر والفلفل الألوان فوق اللحم.

- نتبل عصير الطماطم بمكعب مرق اللحم وفلفل أسود والبهارات.
- ثم نصب عصير الطماطم فوق الخضر واللحم ثم نضعه في الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ مدة نصف ساعة أو لحين ان ينضج يقدم مع أرز ابيض بالهنا والشفا

طاجن السبيط



المقادير

- 5 عدد طماطم (شرائح)
- 4 عدد فص ثوم مهروس
- 3 ملعقة كبيرة عصير ليمون
- 3 عود عيدان كرفس
- 3 عدد فلفل أخضر حلو (شرائح)
- 3 عدد بصل (شرائح)
- 3 ملعقة كبيرة زيت عباد شمس

- 1 أرشة كمون
- 1 كيلو كاليمارى (سبيط)
- 1 أرشة ملح
- 1 أرشة بهارات سمك
- 1 أرشة فلفل اسود مطحون

الخطوات

- ينظف السبيط جيدا ويقطع لحقات.
- ثم فى الطاجن نرص حلقات الطماطم والفلفل والبصل والثوم والكرفس والسبيط ونتبل بالملح والفلفل والبهارات والكمون وعصير الليمون ونقلب جميع المكونات.
- يوزع فوق المكونات ائزيت ثم يوضع الطاجن فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ لمدة نصف ساعة أو لحين أن ينضج بالهنا والشفاء.

طاجن الخضار بالكاري



المقادير

- 3 عدد فص ثوم مهروس
- 2 كوب كريمة لبناني
- 2 معلقة كبيرة كاري أصفر
- 2 كوب حليب جوز الهند
- 2 عدد بصل (مقطعة أرباع)
- 1 رشّة ملح (أو حسب الرغبة)
- 1 عدد عيدان كرفس (شرائح)

- 1 عدد رأس كرات (شرائح)
- 1 ملعقة كبيرة زيت عباد شمس
- 1 عدد جزر (شرائح)
- 1 رشة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- $\frac{1}{2}$ كيلو بطاطس (مكعبات)
- $\frac{1}{2}$ كوب كزبرة خضراء
- $\frac{1}{2}$ كيلو بطاطا (مكعبات)
- $\frac{1}{4}$ كيلو مشروم (شرائح)
- $\frac{1}{4}$ كيلو بسلة
- $\frac{1}{4}$ ثمرة قرنبيط (مقطعة زهرات ومسلوقة فى ماء مغلى مع رشة من الكمون)

الخطوات

- فى وعاء على النار نضع الزيت والزبد ثم نضيف البصل والثوم والكرات والكرفس ونقلب حتى يذبلوا.
- ثم نضيف البطاطا والجزر والقرع والقرنبيط والبطاطا والبسلة والمشروم ونقلب جيدا.

- ثم نضيف حليب جوز الهند والكارى والكريمة ويتبل بالملح والفلفل ونقلب حتى يتجانس الخليط.
- تنقل المكونات فى طاجن ونضيف الكزبرة ويغطى بورق الفويل ويوضع فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ لحين أن ينضج يقدم ساخنا بالهنا والشفا.

طاجن السجق



المقادير

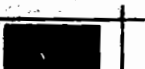
- 5 عدد فص ثوم
- 3 عدد طماطم (مكعبات)
- 2 عدد بصل (شرائح)
- 2 ملعقة كبيرة دبس الرمان
- 1 عدد فلفل أصفر حلو (مقطع)
- 1 عدد فلفل أخضر حلو (مقطع)
- 1 ملعقة صغيرة ملح (أو حسب الرغبة)

- 1معلقة صغيرة بابريكا
- 1معلقة كبيرة زبدة
- 1رشة جوزة الطيب
- ½ كيلو سجق شرقى
- ½معلقة صغيرة كارى أصفر
- ½ كيلو بطاطس (مقطعة مكعبات)
- ½معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)

الخطوات

- فى طاسة نضع الزبدة والبصل ونقلب جيدا حتى يصبح شفاف.
- ثم نضيف الثوم والسجق ونقلب جيدا.
- ثم نضيف دبس الرمان ونقلب ويترك على النار حتى مدة خمس دقائق.
- فى وعاء نضع مكعبات البطاطس وتتبّل بالكارى وجوز الطيب والبابريكا والملح والفلفل.
- ثم فى وعاء على النار نضع معلقتين من الزيت و نضيف البطاطس وتقلب جيدا.

- فى طاجن نضع طبقة من البطاطس ثم السجق ثم البطاطس ثم نضعه فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ لمدة ١٥ دقيقة.. يقدم ساخنا. بالهنا والشفا



طاجن فاصوليا بالبشاميل

المقادير

- 3كوب بشامل (مضاف له بيضة وجبن بارميزان)
- 2كوب فاصوليا بيضاء
- 2معلقة كبيرة زيت عباد شمس
- 2معلقة كبيرة صلصة طماطم
- 1عدد بصل مفرومة
- 1كوب عصير طماطم
- 1/2حزمة بققدونس طازج (مقطع للتجميل)
- 1/2كيلو لحم مفرومة
- 1/2معلقة صغيرة ملح (أو حسب الرغبة)
- 1/2معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)
- 1/8جرام مشروم

الخطوات

- نغسل الفاصوليا جيدا وتنقع في الماء مدة ١٢ ساعة.

- تشطف من ماء النقع و نسلقها في ماء فيه ملح وفلفل و ذرة بيكربونات صوديوم (تمتص الغازات من الفاصوليا)
- نصفي الفاصوليا و نغسلها من ماء السلق.
- نجهز صلصة اللحم المفروم نحمر بصلة مفرومة في الزيت ونضيف اللحم ونقلبه مع البصل لدقائق ونضيف عصير الطماطم وصلصة الطماطم والفطر ونتبله بالملح والفلفل و يترك ليتسبك قليلا.
- نضيف الفاصوليا للحم ونقلب لمدة دقائق.
- تغرف في طاجن مناسب للفرن او بايركس و يصب فوقها البشاميل و تدخل فرن ساخن حتي يحمر الوجه و تزين عند التقديم بالبقدونس و بالهنا والشفا.

توري بالباشمايل



المقادير

- 2 عدد كوسة (شرائح)
- 2 عدد بصلة (شرائح)
- 2 عدد بطاطس (مكعبات)
- 2 عدد باذنجان اسود كبير (مقشر ومقطع مكعبات)
- 2 عدد جزر (شرائح)
- 1 مكعب مرق الدجاج
- 1 ملعقة كبيرة سمن

- ½ كوب جبنة شيدر
- ¼ كيلو فاصوليا خضرا
- ¼ كيلو بسلة
- مقادير صوص البشاميل
- 4معلقة كبيرة دقيق
- 4معلقة كبيرة زبدة (مكعبات)
- 2معلقة كبيرة زعتر (فريش)
- 2 عدد ورق لورا
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1 لتر لبن كامل الدسم
- 1 عدد حباية جزر (مقطعة لقطع كبيرة)
- 1 عدد بصلة (مقطعة لقطع كبيرة)
- ½معلقة صغيرة حباية جوزة الطيب (مبشورة)

الخطوات

- أولا نحضّر البشاميل

- فى حلة على النار هنضيف اللبن والجزر والبصل واللورا والزعرور ونسيبه يغلى وبعدين نصفيه من المكونات ونسيبه يبرد.
- فى حلة على النار هنسيح الزبدة ونضيف الدقيق ونقلب كويس لحد ما الخليط يتجانس.
- هنضيف اللبن تدريجيا على الزبدة والدقيق ونقلب كويس وبسرعة لحد ما قوام الصوص يتماسك ويبدأ يغلى وبكده يبقى البشاميل جاهز
- فى طاسة على النار نضع السمن والبصل ومكعب مرق الدجاج ونقلب حتى يصفر لونة.
- ثم نضيف الثوم .ثم الجزر ونقلب.
- ثم نضيف البطاطس ونقلب حتى تصفر ثم البسلة والفاصوليا ونقلب ثم نضيف الكوسة.
- فى طاسة اخرى نقلى الباذنجان مع معلقتين من الزيت.
- ترص الخضراوات فى صينية مدهونة بالزبد ويصب فوقه البشاميل ثم ينثر فوق البشاميل الجبن.
- توضع الصينية فى فرن عند درجة حرارة ١٨٠ حتى تمام النضج أو لحين يحمر لونها..بالهنا والشفا

مكرونة بالبشاميل



المقادير

- ¼ كيلو جبنة بارميزان (مبشورة)
- مقادير طريقة تسوية المكرونة
- 200 جرام مكرونة (او نصف كيس)
- 2 لتر ماء
- 2 معلقة صغيرة ملح
- مقادير صوص البشاميل
- 4 معلقة كبيرة دقيق
- 4 معلقة كبيرة زبدة (مكعبات)
- 2 معلقة كبيرة زعتر (فريش)

- 2 عدد ورق لورا
- 1 معلقة صغيرة ملح
- 1 لتر لبن كامل الدسم
- 1 عدد حباية جزر (مقطعة لقطع كبيرة)
- 1 عدد بصلة (مقطعة لقطع كبيرة)
- 1/2 معلقة صغيرة حباية جوزة الطيب (مبشورة)
- مقادير تعصيج اللحم المفرومة
- 2 معلقة كبيرة سمن (أو زيت)
- 1 عدد فص ثوم (مفروم)
- 1 معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون
- 1 معلقة صغيرة بهارات لحم
- 1 عدد بصلة
- 1 معلقة صغيرة ملح
- 1 معلقة صغيرة زعتر (اختياري)
- 1/2 معلقة صغيرة قرفة (اختياري)
- 1/2 كيلو لحم مفرومة

الخطوات

- الأول هنحضر المكرونة البينا
- نغلي الماء في حلة كبيرة
- نضيف الملح
- نضيف المكرونة و نقلبها باستمرار علشان متعجنش
- نسيبها من ٨ لـ ١٢ دقيقة تغلي مع الماء و بعد ما تستوي صفيها من الماء
- تحضير البشاميل
- فى حلة على النار هنضيف اللبن والجزر والبصل واللورا والزعر ونسيبه يغلى وبعدين نصفيه من المكونات ونسيبه يبرد.
- فى حلة على النار هنسيح الزبدة ونضيف الدقيق ونقلب كويس لحد ما الخليط يتجانس.
- هنضيف اللبن تدريجيا على الزبدة والدقيق ونقلب كويس وبسرعة لحد ما قوام الصوص يتماسك ويبدأ يغلى وبكده يبقى البشاميل جاهز
- تحضير اللحمة المفرومة
- هنقطع البصلة مكعبات صغيرة.

- فى حلة على نار متوسطة هنضيف معلقتين سمنة ونضيف البصل ونقلبه كويس لحد ما يتحول للون الذهبى.
- هنضيف فص الثوم المفروم ونقلب كويس.
- هنوطى النار ونضيف اللحمه ونفتتها كويس بمعلقة خشب.
- هنضيف كل البهارات ونقلب كويس لحد ما اللحمه يبقى لونها بنى فاتح.
- هنسبب اللحمه على نار هاديه وهنقلبها كل شويه لحد ما ننزل ميتها وتشربها تانى.
- فى صينية بايركس هنضيف طبقه من الباشميل وعليها نصف كمية المكرونة وبعدين طبقه ثانيه من الباشميل وعليه شويه من الجبنه المبشورة.
- هنضيف كل كمية اللحمه المفرومة ونساويها كويس فى الصينية.
- هنضيف باقى كمية المكرونة فوق اللحمه.
- فى الآخر هنضيف باقى كمية الباشميل ونساويه كويس وبعدين نضيف باقى كمية الجبنه المبشورة على الوش.
- هندخل الصينية الفرن تحت الشواية علشان وشها يحمر والجبنه تسيح (حوالى ٥ دقائق) وبالهنا والشفا.

سبانخ بالبشاميل



المقادير

- 2 كوب بشاميل
- 1 عدد بصلة مفرومة
- 1 كيس سبانخ
- 1 كوب جبنة شيدر
- 1 عدد بيضة (مخفوقة)
- 1 أرشة ملح
- 1 أرشة فلفل اسود مطحون
- 1 أرشة جوزة الطيب

- 1معلقة كبيرة زبدة
- ½ كيلو لحمة مفرومة
- ½ كوب عصير طماطم

الخطوات

- فى طاسة على النار نضع الزيت واللحم المفروم ونقلب.
- ثم نضيف عصير الطماطم ونتبل بالملح والفلفل وجوزة الطيب وتترك على نار هادئة حتى تمام النضج.
- ثم تصفى السبانخ جيدا من ماؤها.
- ثم فى وعاء عميق نضع السبانخ مع نصف كوب من البشاميل والبيضة المخفوقة ونتبل بالملح والفلفل ونقلب.
- ثم فى صينية بإيريكس مدهونة بالزبد نوزع نصف كمية السبانخ.
- ثم نضيف العصاج ثم نضع النصف الاخر من السبانخ ثم نوزع فوقها البشاميل.
- ثم نوزع على الوجه الجبن المبشور وتوضع فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ حتى تأخذ لون ذهبى بالهنا والشفاء.

خرشوف بالبشاميل



المقادير

- 2معلقة كبيرة عصير ليمون
- 1معلقة صغيرة ملح (أو حسب الرغبة)
- 1معلقة كبيرة زبدة
- 1رشة جوزة الطيب
- 1عدد بصلة مفرومة
- ½كوب جبنة بارميزان
- ½كيلو خرشوف

- ½ ملعقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)
- ¼ كيلو لحمة مفرومة
- مقادير صوص البشاميل
- 4معلقة كبيرة دقيق
- 4معلقة كبيرة زبدة (مكعبات)
- 2معلقة كبيرة زعتر (فريش)
- 2 عدد ورق لورا
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1لتر لبن كامل الدسم
- 1 عدد حباية جزر (مقطعة لقطع كبيرة)
- 1 عدد بصلة (مقطعة لقطع كبيرة)
- ½ ملعقة صغيرة حباية جوزة الطيب (مبشورة)

الخطوات

- أولا ننحضر البشاميل.
- في حلة على النار ننضيف اللبن والجزر والبصل واللورا والزعتر ونسبيه يغلى وبعدين نصفيه من المكونات ونسبيه يبرد.

- فى حلة على النار هنسبح الزبدة ونضيف الدقيق ونقلب كويس لحد ما الخليط يتجانس.
- هنضيف اللبن تدريجيا على الزبدة والدقيق ونقلب كويس وبسرعة لحد ما قوام الصوص يتماسك ويبدأ يغلى وبكده يبقى البشاميل جاهز
- فى طاسة على النار نضع الزبد والبصل ونقلب حتى يصفر لونة.
- نضيف اللحم المفروم ونقلب ويترك على نار هادئة حتى ينضج اللحم ثم يتبل بالملح والفلفل والبهارات.
- يقطع الخرشوف ويشوح فى طاسة مع معلقة من الزبد ومعلقتين من عصير الليمون.
- نحضر صينية بايركس ونضع قليل من البشاميل ثم نضع الخرشوف واللحم المفروم ثم يوزع البشاميل ثم ننثر الجبن فوق الوجه.
- نضع الصينية فى فرن عند درجة حرارة ١٨٠ حتى يحمر الوجه.. تقدم ساخنة مع أرز أبيض.. بالهنا والشفا

شرائح فيليه اللحم المحشية



المقادير

- 8 عدد زيتون اسود (مخلى ومقطع)
- 6 عدد خرشوف
- 2 ملعقة كبيرة زبدة
- 1 أرشة ملح
- 1 كوب عصير طماطم
- 1 ملعقة كبيرة زيت عباد شمس
- 1 كيلو لحم فلتو (مقطع فيليه)

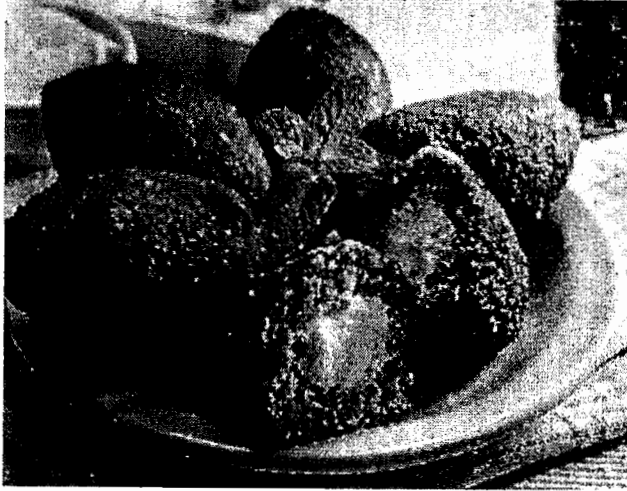
- 1رشة فلفل اسود مطحون
- 1رشة جوزة الطيب
- 1عدد جزر (مسلوقة ومهروسة)
- 1كوب جبنة موزريلا
- 1عدد بطاطس (مسلوقة ومهروسة)
- ¼كوب عصير ليمون

الخطوات

- تطرق شرائح اللحم بين ورق نايلون جيدا حتى تصبح رقيقة.
- ثم تتبل بالملح والفلفل وعصير الليمون وتغطى وتترك جانباً لمدة ساعتين.
- ثم فى مصفاة قابلة لتحمل الحرارة نضع بها حبات الخرشوف ثم نضع المصفاة فى حلة بها كمية وفيرة من الماء على النار مع معلقة من عصير الليمون ومعلقة من الملح ونتركة حتى ينضج ويسلق.
- ثم ينشل الخرشوف من الماء ويفرم جيدا.
- ثم نضيف للخرشوف المفروم البطاطس المبشورة والجزر المبشور والزيتون والجبن وتبل بالملح والفلفل ونقلب.

- نحضر شرائح اللحم وتفرد على مكان مسطح ونضع على كل شرائح جزء من الحشوة ثم تلف شرائح اللحم على هيئة رول وترص فى صينية مدهونة بالزبد.
- ثم يوزع فوق رول الفيلية المحشو عصير الطماطم وعصير البصل.
- نضع الصينية بالفرن عند درجة حرارة ١٨٠ لحين النضج تقدم ساخنة بالهنا والشفا.

كبيبة باللبنه



المقادير

- 700 جرام لحمة مفرومة (للحشو)
- 4كوب ماء
- 2كوب لبنه (للحشو)
- 1رشة فلفل اسود مطحون (للحشو)
- 1معلقة صغيرة ملح (أو حسب الرغبة)
- 1رشة ملح (للحشو)
- 1معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)

- 1معلقة صغيرة بهارات لحمة
- 1كيلو برغل
- 1عدد بصلة مفرومة (للحشو)
- 1كيلو لحمة مفرومة
- 1معلقة كبيرة زيت ذرة (للحشو)

الخطوات

- الأول نحضّر الحشو، فى طاسة على النار هنسخن زيت ونقلب فيه البصل لحد ما يدبل، وبعدين هنضيف اللحمة المفرومة ونقلبها كويس مع الملح والفلفل وتترك على نار هادية تتعصج وبعدين توضع فى بولة كبيرة ونسيبها تبرد.
- هنضيف اللبنة على اللحمة ونقلب كويس بمعلقة خشبية لحد ما الخليط يتجانس.
- بعد كده هنبدا فى تحضير الكبيبة، فى حلة هننقع البرغل فى الماء لمدة ١٠ دقائق وبعدين نصفيه.
- هنضيف على البرغل كيلو اللحمة المفرومة ونرش الملح والفلفل والبهارات.

- هنقلب المكونات كويس ونعجنهم باليد لحد ما يتماسكوا وبعدين هنقسم العجين لكرات متوسطة الحجم.
- بصباغنا هنعمل فجوة فى كل كرة من كرات العجين ونحشيها بمعلقة من الحشوة ونقفلها كويس.
- فى طاسة غويطة على النار هنسخن زيت غزير وهنقلى فيه الكبيبة لحد ما تتحول للون الذهبى.. بالهنا والشفا.

سرايح اللحم بالموزاريلا

المقادير

- 4 شريحة لحمة بتلو
- 3معلقة كبيرة زيت زيتون
- 2معلقة كبيرة زبدة
- 1 عدد بصلة
- 1 عدد جزر
- 1 أرشة ملح
- 1كوب جبنة موزريلا
- 1 أرشة زعتر مجفف
- 1 أرشة فلفل اسود مطحون
- ½ كوب مرق اللحم

الخطوات

- تتبل قطع اللحم بالملح والفلفل والزعتر.
- فى طاسة على النار نضع الزيت ونقطع اللحم ثم تقلى على الجانبين.

- ثم نضيف البصل والجزر ونقلب.
- ثم نضيف المرق ونهdy النار ونتركها لمدة نصف ساعة حتى تنضج اللحم.
- ثم ترص شرائح اللحم فى طبق الفرن ثم يرش الجبن فوق شرائح اللحم ونضعه فى الفرن حتى تسيح الجبن وتقدم بالهنا والشفا.

فهرس

٥	 مقدمة
٧	 اتيكيت المائدة
٨	 إعداد المائدة
١١	 الموازين والمكايل المنزلية
١٣	 كرات السويس بالجبن
١٥	 مكرونة بأربع أنواع جبن
١٨	 طماطم الشيرى على طريقة الكابريز
٢١	 كفتة الدجاج بالجبن
٢٤	 أرز بيللو الكلاسيكى
٢٨	 فيرتاتا الفيتا والنعناع بالبازلاء
٣٦	 عجة الجبن بالبروكلى
٣٩	 عجينة البيتزا السهلة
٤٣	 بيتزا ستافت على طريقة بيتزا هت
٤٥	 ناجتس دجاج للأطفال
٤٧	 بافلو فينجر أصابع الدجاج
٥١	 ستيك اللحم المشوى مع سلطة الجرجير
٥٧	 مكرونة بشاورما الدجاج
٦٠	 مكرونة الفريكو بالفرن
٦٤	 الدجاج المتبل مع الفول السودانى
٧٤	 طاجن السبيط
٧٩	 طاجن السجق
٩٣	 خرشوف بالبشاميل
٩٩	 كبيبة باللبنه