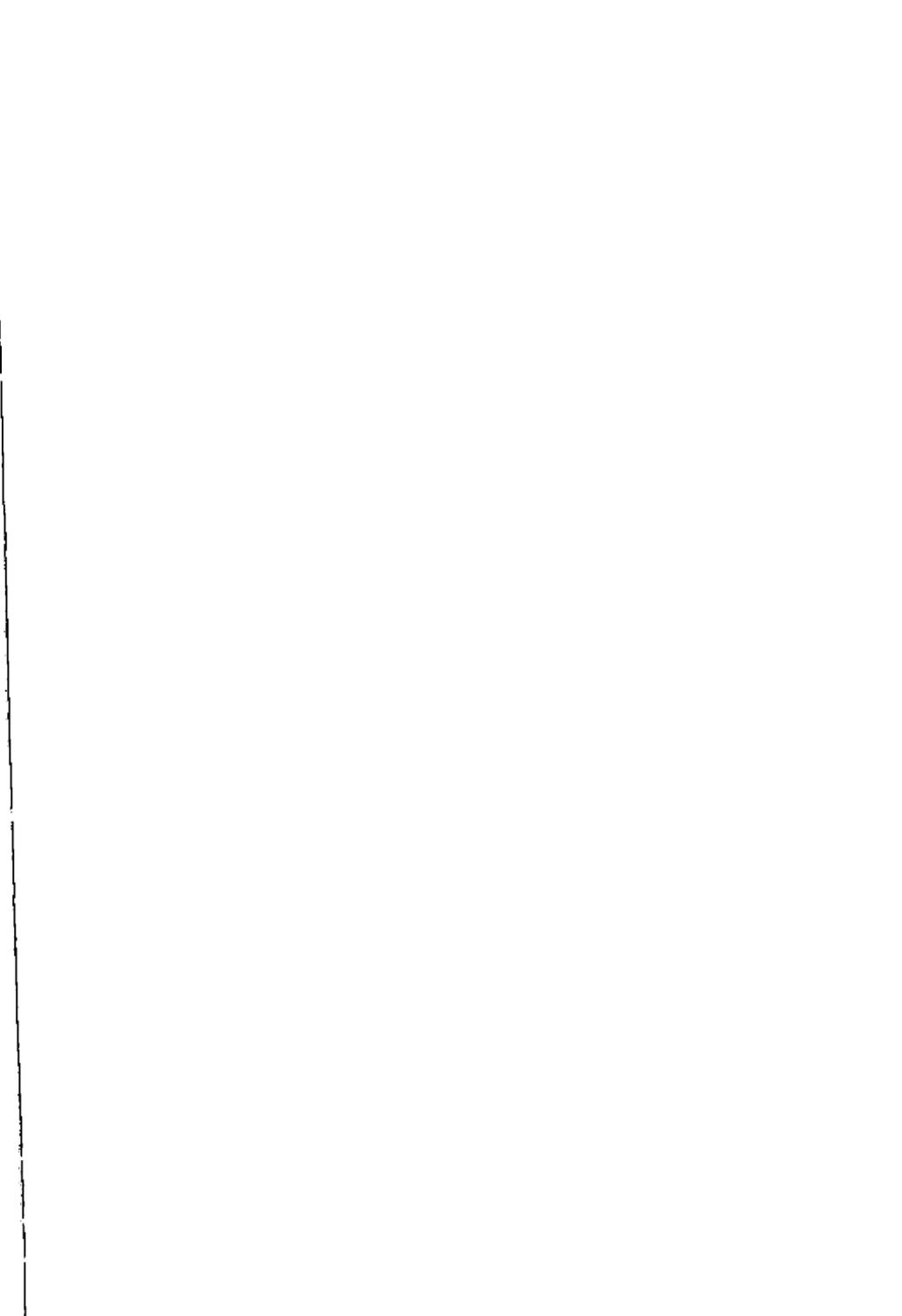


ثالثاً

المخللات
طرق التخليل المختلفة



طماطم مخللة

◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$ ك طماطم صغيرة جامدة.
- ٣ فصوص ثوم مفرى + ملعقتان كبيرتان بقدونس مفرى.
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة ملح + $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة شطة.
- $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة كمون مطحون.
- ملعقة كبيرة عصير ليمون.

◆ الطريقة:

- تقطع الطماطم على هيئة شرائح بالعرض على ألا تفصل.
- يضاف الثوم والملح والشطة والكمون وعصير الليمون ويقلب الجميع جيدا مع إضافة البقدونس.
- تحشى حبات الطماطم وترش بما تبقى من خليط.
- تحفظ الطماطم فى وعاء محكم وتوضع فى الثلاجة وتترك لعدة ساعات قبل التقديم.

باذنجان (عروس) مخلل بالكرفس

◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$ ك باذنجان عروس صغير.
- عودان من الكرفس المفري
- ملعقتان صغيرتان ثوم مفري.
- ملعقتان متوسطتان ملح.
- ملعقتان كبيرتان خل .
- ملعقة صغيرة كمون.
- ملعقتان متوسطتان عصير ليمون.

◆ الطريقة:

- تنزع أعناق الباذنجان الخضراء ويسلق في قليل من الماء نصف سلق.
- تخلط مقادير التتبيل كلها ويضاف قليل من الشطة (حسب الرغبة).
- يشق الباذنجان من جانب واحد، ويحشى بالخلطة المجهزة ثم يرص في سلطانية عميقة، ويمكن أن يضاف إليه ماء السلق ويغطى، ثم يوضع في الثلاجة.
- يقدم على فرشة من أوراق البقدونس أو الكرفس المفري.

بادنجان (رومي) مقلبي مخلل

◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$ ك بادنجان رومي حلقات.
- عودان كرفس مفري.
- ملعقة كبيرة ثوم مفري.
- ملعقتان متوسطتان عصير ليمون.
- ملعقتان متوسطتان خل.
- ملعقتان متوسطتان ملح + ملعقة صغيرة كمون.

◆ الطريقة:

- يقلى البادنجان في الزيت.
- تجهز خلطة التتبيل بالمقادير السابقة، ويوضع على كل حلقة مقدار منها.
- ترص في إناء مغلق وتحفظ في الثلاجة.

طريقة تخليل البصل

◆ المقادير:

- ك بصل صغير.
- $\frac{1}{4}$ كوب ملح + ماء.

◆ الطريقة:

- يغسل البصل ويوضع بدون تقشير في برطمان زجاجي، يغطى بمحلول بارد من الماء والملح، ثم يحكم الغطاء مع ملاحظة أن يغمر الماء المملح البصل كله ويغطيه.
- يترك البرطمان لمدة شهر في الشمس، حتى ينضج البصل.
- يقشر البصل ويتم التخلص من مائه، ثم يشطف جيدا وينقع في برطمان في محلول من الماء وكمية من الخل وقليل من الشطة، بحيث يغطى البرطمان كله ويغلق.
- يترك لمدة يومين ثم يقدم.
- طريقة أخرى لتخليل البصل:

◆ المقادير:

- ك بصل قاورمة.
- $\frac{1}{4}$ كوب خل مخفف بالماء.
- $\frac{1}{4}$ كوب ملح.

◆ الطريقة:

- يقشر البصل ويوضع في إناء، وتضاف إليه كمية من الماء المغلي تكفي لتغطيته مذاب فيها الملح ثم يترك حتى يبرد تماما.
- يرفع البصل من الماء، ويوضع في برطمان ويصب عليه الخل المخفف بما يكفي لتغطيته ويحكم الغطاء، ويمكن أن يضاف قليل من الشطة (حسب الرغبة).
- يترك لمدة أسبوع حتى ينضج ثم يقدم.

طريقة تحليل الخيار

◆ المقادير:

- ك خيار رفيع الحجم.
- ملعقة كبيرة ثوم مفرى بقشره أو فصوص ثوم.
- عودان كرفس أبيض، أو بعض أوراق النعناع.
- $\frac{1}{4}$ كوب ملح + كوب خل + كوب ماء.

◆ الطريقة:

- يغسل الخيار وتقطع نهايته ويشق ٤ قطع بالطول، أو يقطع حلقات أو شرائح مائلة حسب الرغبة.
- يرش بجزء من الملح ويترك بضع ساعات، ثم يوضع في برطمان زجاجى نظيف.
- يضاف الثوم والكرفس أو النعناع ويمكن أن يضاف قليل من الشطة أو ثمرة فلفل حامى.
- يغلى الماء والخل، ويترك حتى تهدأ حرارته ثم يصب على الخيار ويغطى سطح البرطمان بطبقة خفيفة من الزيت ويترك لمدة ثلاث أيام ثم يستعمل.



تخليل الزيتون الأخضر

◆ المقادير:

- ٢ كيلو زيتون أخضر.
- $\frac{1}{4}$ ك ليمون.
- حزمة كرفس.
- $\frac{1}{4}$ راس ثوم كبيرة (مقطع حلقات).
- $\frac{1}{4}$ كوب خل + ماء + $\frac{1}{4}$ كوب ملح.
- $\frac{1}{4}$ كوب زيت زيتون أو ذرة.

◆ الطريقة:

- يغسل الزيتون وتشق كل زيتونة بالسكين ٣ شقوق على الأقل.
- يقطع الكرفس الأخضر.
- يعصر الليمون ولا نرمى القشر.
- يوضع مقدار الماء في وعاء مناسب ثم يفرغ مقدار الملح فيه ويقلب جيداً حتى يذوب الملح (ولاختبار ملوحة الماء المناسبة تأتي بيوضة نيئة ونغسلها جيداً ونضعها فيه إن غاصت تحت الماء فهذا يجب إضافة بعض الملح... وهكذا حتى تطفو فيكون الملح مضبوطاً وجاهزاً للتخليل).

• ثم نضيف الخل وعصير الليمون للماء المملح، ونضع في برطمان التخليل بعضاً من قشر الليمون والكرفس، وحلقات من الثوم.

• يوضع جزء من الزيتون في برطمان التخليل ونكرر ما سبق حتى ينتهى المقدار .

• وفي الطبقة الأخيرة على الوجه نضع بقية قشر الليمون لتغطية الزيتون تماماً، ثم نضيف الزيت.

• يغطى ويغلق بإحكام حتى لا يدخل له الهواء، ويؤكل بعد المدة من ١٠ : ١٥ يوماً.



تخليل الزيتون الأخضر المحشو

◆ المقادير:

- $2 \frac{1}{4}$ ك زيتون تفاحى كبير.
- $\frac{1}{4}$ ك جزر مبشور ناعما.
- جزرتان مقطعتان صغيرا.
- $\frac{1}{4}$ كوب عصير ليمون.
- $\frac{1}{4}$ كيس ملح.
- $\frac{1}{4}$ كوب خل أبيض + $\frac{1}{4}$ كوب زيت.
- ٤ ملاعق كبيرة أوراق الكرفس مفرى.

◆ الطريقة:

- يغسل الزيتون وينزع النوى باحتراس على أن يحتفظ بشكل الشمار متماسكا.
- يتقع الزيتون فى الماء وقليل من الملح لحين استعماله.
- يجهز الجزر بتقطيعه رفيعا بحيث يتناسب حجمه مع فتحة الزيتون لسدها.
- تجهز خلطة الحشو من أوراق الكرفس المفرية وقشر بضع الليمونات المفرية لإكسابه الرائحة، ومبشور الجزر والفلفل الحار فى حالة استعماله.

• يضاف إلى الخلطة نصف كوب عصير ليمون، ثم تحشى وحدات الزيتون بها، وتسد الفتحة بقطعة من الجزر.

• ترص وحدات الزيتون المحشو في برطمان زجاجي، ثم تضاف بقية المقادير من عصير الليمون والخل والماء المملح، حتى يصل السائل إلى السطح ويغطي الوجه بقشر الليمون، وتضاف قشرة برتقالة ويضغط عليها، ويغلق البرطمان جيدا بالغطاء ويترك ٢٠ يوما حتى يقارب الزيتون النضج.

• عند فتح البرطمان تنزع قشرة البرتقال وقشر الليمون، ثم يضاف نصف كوب الزيت، ويرج البرطمان بخفة، ويعاد غلقه لمدة خمسة أيام فقط، وبعدها يصبح صالحا للأكل.



طريقة تخليل الزيتون الأخضر بالخضروات الطازجة

◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$ ٢ ك زيتون أخضر.
- $\frac{1}{8}$ ك جزر أصفر.
- $\frac{1}{8}$ ك فلفل حامى.
- عيدان ورأس كرفس.
- كوب عصير ليمون طازج.
- $\frac{1}{4}$ كوب خل أبيض.
- $\frac{1}{4}$ كوب زيت.

◆ الطريقة:

- يغسل الزيتون ويشق طوليا من جهة واحدة.
- يقشر الجزر ويقطع حلقات أو مكعبات صغيرة، ويقطع رأس الكرفس والعيدان قطعاً متساوية صغيرة.
- يخلط الكرفس المقطع مع الجزر ويضاف الملح والفلفل الحامى - حسب الرغبة -.
- يرص الزيتون فى طبقات بالتبادل مع خلطة الخضروات.
- يجفف الخل مع عصير الليمون، ثم يصب على الزيتون .

- يذاب الملح في قليل من الماء، ويملاً به البرطمان .
- يغطى الوجه بقشر الليمون بعد عصره، ويمكن إضافة قشرة نصف برتقالة.
- يغلق البرطمان بإحكام ويترك لمدة شهر تقريبا.
- يرفع غطاء البرطمان بعد مرور شهر، ويزال قشر البرتقال كما ينزع جزء من قشر الليمون ويضاف نصف كوب زيت ويرج البرطمان عدة مرات لتقليبه معا.
- ثم يعاد إغلاقه بإحكام وبعد ١٠ أيام يصبح الزيتون ناضجا ويقدم.



طريقة تخليل الزيتون الأسود

◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$ ٢ ك زيتون أسود.
- $\frac{1}{2}$ كيس ملح.
- $\frac{1}{2}$ كوب زيت.
- $\frac{1}{4}$ كوب خل.
- $\frac{1}{4}$ ملعقة فلفل أسود مجروش خشنا.

◆ الطريقة:

• تغسل الثمار وترص بالتبادل مع الملح في برطمان زجاجي أو فخار، بحيث تكون الطبقة الأخيرة من الملح، ثم يحكم إغلاق البرطمان ويترك لمدة شهر، على أن يهز من آن لآخر حتى يتشرب الزيتون الملح، ويتخلص من الماء.

• يرفع الغطاء بعد شهر، ويصفى الزيتون من مائه الملحي ويشطف جيدا.

• توضع ثمار الزيتون في ماء مغلي لمدة ٣ دقائق، ثم ترفع وتترك في مصفاة أو على ورقة زيد في مكان متجدد الهواء ومعرضة للشمس لمدة ٢٤ ساعة، مع تقليلها من آن لآخر، حتى تجف تماما.

• يعبأ الزيتون في برطمان زجاجي، يخفق الزيت مع الخل مع الفلفل الأسود المجروش، ويصب على البرطمان، ويقلب برج البرطمان في كافة الاتجاهات ثم يغلق البرطمان ويترك لمدة يومين قبل الاستعمال.

طريقة تخليل الزيتون الأسود (٢)

◆ المقادير:

- ٢ كيلو زيتون أسود.
- $\frac{1}{4}$ كوب خل .
- ماء + ملح.
- $\frac{1}{4}$ كوب زيت زيتون أو ذرة .

◆ الطريقة:

- نذيب الملح في الماء - بطريقة الزيتون الأخضر - ثم نضيف الخل ونقلب جيداً.
- يوضع الزيتون الأسود في البرطمان المخصص للتخليل ثم نصب فوقه الماء المملح والخل، ثم يضاف له الزيت على الوجه.
- ثم يكبس البرطمان قبل غلقه بغطاء بلاستيك أو طبق صغير، ثم يغلق الغطاء الخارجى بإحكام ولا يفتح عليه قبل ٢٠ يوماً.

الليمون المخلل

◆ المقادير:

- ٢ ك ليمون + $\frac{1}{4}$ كوب خل.
- ماء + ملح + $\frac{1}{4}$ كوب زيت ذرة.
- عصفر + حبة البركة.

◆ الطريقة:

- يسلق الليمون حتى تزال المرارة - حوالى ٢٠ دقيقة - .
- يوضع الليمون فى البرطمان، ويضاف إليه الماء المملح (بنفس طريقة الزيتون الأخضر) المضاف إليه الخل.
- ونضيف العصفر، وحبة البركة، ويرش الزيت على الوجه.
- يغطى البرطمان بإحكام، ويمكن أكله فى نفس اليوم.



تخليل الطماطم بالكرفس والثوم

◆ المقادير:

- ك طماطم جامدة صغيرة.
- عودان من الكرفس المفري.
- $\frac{1}{2}$ كوب خل + ٤ ملاعق متوسطة ملح.
- ملعقتان متوسطتان ثوم مفري.
- ملعقتان متوسطتان عصير ليمون.
- ملعقة صغيرة كمون ناعم.

◆ الطريقة:

- تشق الطماطم بالعرض مع عدم فصلها.
- تخلط مقادير التبييل كلها، وتحشى بها وحدات الطماطم الصغيرة في الوسط، ثم ترص في سلطانية عميقة وتغطى بباقي السائل المتخلف عن الحشو.
- توضع في الثلاجة حين تقديمها، ويستحسن تقديم الطماطم المخللة طازجة، ويمكن الاحتفاظ بها يومين على الأكثر.

تخليل الفلفل

◆ المقادير:

- ك فلفل + رأس ثوم مقرية.

- $\frac{1}{4}$ كوب ملح.

- ٣ أكواب خل مخفف.

- ٥ أكواب ماء.

◆ الطريقة:

- يغسل الفلفل ويشق من جهة واحدة.
- يخلط الفلفل بالثوم والملح ويوضع في برطمان زجاجي.
- يغلى الماء والخل حوالى ربع ساعة، ثم يترك حتى يبرد ويصب على برطمان الفلفل حتى يغطيه السائل كله، فيحكم إغلاق البرطمان ويقلب بحيث يكون الغطاء من أسفل، ويترك لمدة يوم كامل.
- يعدل البرطمان ويترك لمدة أسبوع حتى ينضج الفلفل.

تخليل القرنبيط

◆ المقادير:

- قرنبيطة متوسطة.
- ٤ أكواب خل مجفف + قليل من الشطة.
- $\frac{1}{٢}$ كوب ملح + قرنفل.

◆ الطريقة:

- يقطع القرنبيط زهرات صغيرة، ترص في طبق ويرش عليها الملح وتترك ٥ ساعات.
- يوضع الخل والشطة و ٥ حبات قرنفل في إناء على النار، حتى يغلى لمدة ربع ساعة ثم يصفى ويترك ليبرد.
- يصفى القرنبيط من الماء والملح ويرص في برطمان زجاجى ويصب عليه الخل حتى يغطيه تماما ويحكم إغلاق البرطمان.
- يترك لمدة ٤ أسابيع قبل تقديمه.

تخليل الكرنب

◆ المقادير:

- كرنب متوسطة.
- ٤ أكواب خل.
- كوب ملح + ٣ ملاعق كبيرة فلفل أسود صحيح.

◆ الطريقة:

- يستغنى عن الأوراق الخارجية الخضراء للكرنب، ثم تقطع الأوراق البيضاء شرائح رفيعة وتغسل جيدا وتزال منها العروق الغليظة.
- يرص الكرنب في برطمان زجاجي بالتبادل مع الملح ويضغط عليه.
- يربط الفلفل في شاشة ليغلي مع الخل ثم يترك حتى يبرد ويرفع الفلفل.
- يصب الخل على الكرنب حتى يغطيه تماما، ثم يغلق بإحكام ويترك لمدة أسبوع حتى ينضج الكرنب.
