

**ثالثاً**

**أنواع عديدة من  
النشويات المختلفة**



## الكشك

## ◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$  كوب أرز مغسول.
- كوب لبن + كوب زيادى.
- بصلة مفرية + ملعقة كبيرة سمن.
- ٢:١ ملعقة دقيق + ملح، فلفل.
- وردات بصل محمرة للتجميل.

## ◆ الطريقة:

- يضاف الأرز للشورية وأيضاً بصلة مفرية "مدعوكة" بالملح والفلفل الأسود أو الأبيض - إن وجد - .
- حين ينضج الأرز فى الشورية يضاف كوب اللبن وكوب الزيادى مخلوطاً بالدقيق ويمكن أن يزداد الدقيق واللبن حسب مقدار الكشك.
- ويقلب الجميع جيداً، مع إضافة ملعقة من السمن - حسب الرغبة - .
- حين يغلظ القوام يصب فى أطباق، ويحمل بوردات البصل المحمرة "التقليبة" ..
- ملحوظة: هناك عدة طرق لعمل الكشك.. كالكشك الصعيدي مثلاً، وعموماً معظم منازلنا تقوم بعمل هذا الصنف كلُّ بطريقته.

## كشك بالجمبرى

## ◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$  ك جمبرى صغير مقشر.
- ٥ ملاعق دقيق + ٤ أكواب زبادى.
- ٤ أكواب مرق + بصلتان محمرتان.
- ملعقة عصير ليمون.
- فص ثوم مفرى.
- كوب لبن + ملعقة زيت.

## ◆ الطريقة:

- نخلط الزبادى مع الدقيق ونتركهما فى مكان دافئ بعض الوقت.
- نضيف الخليط السابق للمرق واللبن، ويرفع على النار مع التقليب، ثم نضيف عصير الليمون.
- نشوح الجمبرى مع الثوم فى الزيت، ونضيفه لما سبق ونتركه يغلى مع الكشك.
- يغرف الكشك فى الأطباق، ثم يجمل بقطع البصل المحمرة، ويقدم ساخناً أو بارداً - حسب الرغبة.



## فتة اللحم

### ◆ المقادير:

- $\frac{1}{3}$  كوب أرز أبيض ناضج.
- رغيفان خبز بلدى - يوجد منه ناشف.
- $\frac{1}{3}$  كوب عصير طماطم + ملعقة صلصة.
- شوربة لحم مسلوق متبلة بالملح والفلفل.
- ملعقتان سمن + ملعقة خل + ثوم مفرى.

### ◆ الطريقة:

- يحمص الخبز فى الفرن بعد تقطيعه أو يحمر بالسمن.
- يوضع الخبز فى صينية أو طبق التقديم ثم يسقى بشوربة اللحم الساخنة ويغطى بضع دقائق حتى يتشرب الشوربة.
- ثم يوضع الأرز فوق الخبز ويفرد ليغطيه تماماً.
- نصب الصلصة فوقه وقطع اللحم المسلوق.

### ◆ طريقة عمل الصلصة:

- نشوح الثوم فى السمن ثم نضيف ملعقة الخل مع التقليب .
- ثم نضيف الصلصة وعصير الطماطم وتبلها ونتركها حتى يغلظ القوام قليلاً ونرفعها من فوق النار.

## ملحوظة:

- يمكن أن نرش فوق الفتة صلصة الثوم والخل فقط بلا طماطم.
- يمكن أن نحمر اللحم المسلوق قبل تقديمه - حسب الرغبة.
- ويمكن أيضاً أن ندخل صينية الفتة الفرن لثوان قليلة تحت الشواية حتى يحمر وجهها قليلاً.



## فتة الدجاج بالزبادى

### ◆ المقادير:

- ٢ صدر دجاج مسلوق ومقطع صغيراً.
- ٣ خبز لبنانى مقطع ومحمّر فى الزيت أو محمص فى الفرن.
- ٤٠٠ جرام زبادى، أو حسب كمية الخبز.
- كوب أرز أبيض ناضج.
- ثوم مفرى + ملعقة خل.
- ملعقة زيت + كمون ، ملح، فلفل.

### ◆ الطريقة:

- يرص الخبز فى صحن عميق، ويضاف له الزبادى بعد خلطه بالثوم وتبيله.
- تقلب معه قطع الدجاج، ثم يصب الأرز فوقه ويسوى .
- يحمر فسان ثوم مهروسان فى الزيت وتضاف لهما ملعقة خل وتشر فوق الفتة وتقدم.



## فتة العدس

### ◆ المقادير:

- مقدار من شوربة العدس.
- خبز ناشف مقطع.
- كوب أرز أبيض ناضج.
- ٣ فصوص ثوم مفرى.
- ملعقة خل +  $\frac{1}{4}$  ملعقة صلصة.
- ملعقة سمن + ملعقة زيت.

### ◆ الطريقة:

- يحمر الخبز في السمن ويوضع في طبق عميق.
- تصب فوقه شوربة العدس، ويترك لمدة دقيقتين ثم يفرد الأرز فوقه.
- يحمر الثوم في ملعقة زيت، ثم يضاف إليه الخل وربع كوب ماء، والصلصة وحين تغلي ترش فوق طبق الفتة وتقدم ساخنة.



## فتة الملوخية بالخل والثوم والزبادى

### ◆ المقادير:

- مقدار من الملوخية الخضراء المطهوه.
- ٢ رغيف خبز أسمر أو شامى.
- كوب أرز أبيض ناضج.
- علبتان زبادى + ملعقة متوسطة سمن.
- ملعقة صغيرة ثوم مفرى.
- ملعقة كبيرة خل + ملح، فلفل.

### ◆ الطريقة:

- يقطع الخبز قطعاً صغيرة ويحمص فى الفرن حتى يجف تماماً، ثم يوضع فى صينية أو طبق عميق.
- يسقى الخبز بالملوخية الساخنة، ويغطى الوعاء لمدة ٣ دقائق حتى يلين الخبز.
- يمكن إضافة بعض من الملوخية إذا احتاج الأمر.
- يغرف الأرز ويفرد فوقها.
- يحمر الثوم المفرى فى السمن حتى يصير لونه ذهبياً، ثم نضيف الخل والملح والفلفل، ويرفع من فوق النار ويرش فوق الأرز.
- يخفق الزبادى جيداً ويوزع على سطح الفتة.. ويمكن أن تجمل بالصلصة الحمراء.

## فتة المكشوس

## ◆ المقادير:

- $\frac{3}{4}$  ك لحم مقطع مكعبات صغيرة.
- $\frac{1}{3}$  ٢ كوب زيادى.
- ك باذنجان رومى مقشر ومقطع مكعبات.
- ٢ رغيف من الخبز الشامى.
- كوب عصير طماطم.
- ملعقة كبيرة طحينة.
- ١٠ فصوص ثوم مفرى.
- ملعقتان كبيرتان زبد أو زيت.
- ملح، فلفل، بهار.

## ◆ للوجه:

$\frac{1}{4}$  ك عصاج +  $\frac{1}{2}$  كوب صنوبر محمر + بقدونس مفرى.

## ◆ الطريقة:

- يسلق اللحم مع الماء والبهار والملح حتى يقترب من النضج.
- يضاف له نصف مقدار الثوم وعصير الطماطم وتتركه على النار الهادئة.
- تولى مكعبات الباذنجان فى الزيت، ثم تنشل على الورق الماص.

- نضيف الباذنجان لمرق اللحم ونتركه لمدة دقيقتين يغلى مع ملاحظة أن يكون المرق المتبقى حوالى كوب ونصف.
- يقطع الخبز ويحمص أو يقلى فى السمن.
- نخلط الزبادى مع الطحينة، وما تبقى من الثوم وقليل من الماء.
- نضع خليط اللحم مع المرق والباذنجان فى صينية، ثم نضع فوقه الخبز وخليط الزبادى.
- يجمل بالصنوبر والعصاج والبقدونس المفرى وتقدم الفتة ساخنة.



## فتة شاورما الدجاج

## ◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$  ك صدور دجاج مقطعة شرائح.
- أرز أبيض ناضج + ٣ ثمرات طماطم.
- بصلة شرائح + ثمرة فلفل حار.
- $\frac{1}{4}$  ملعقة قرفة ناعمة + عيش محمص.
- ملح ، فلفل ، كمون ، شطة.
- $\frac{1}{4}$  ملعقة ثوم مفري + ٣ ثمرات فلفل ملون.
- ملعقة خل وليمون + ملعقتان زيت أو زبدة.

## ◆ الطريقة:

• تتبل شرائح الصدور بالليمون والبصل وباقي التوابل ويترك لمدة ساعة في الثلاجة.

• تشوح الشرائح المتبلة في الزبدة على نار هادئة حتى تنضج تماماً، ثم يضاف لها الفلفل الملون المقطع والحرار ويقلب لمدة ٥ دقائق.

• نضع العيش المحمص والأرز في صحن التقديم، ثم نضع خليط الشاورما على السطح.

• يشوح الثوم في الزبدة ثم نضيف الطماطم المقطعة وترش على الفتة وتقدم ساخنة.

## البطاطس السوفليه

### ◆ المقادير:

- كيلو بطاطس مسلوقة ومهروسة.
- $\frac{1}{4}$  كيلو لحم معصج + كوب لبن.
- ملعقتان كبيرتان صلصة طماطم.
- فلفل ألوان شرائح للتزيين + زبدة + بقسماط.
- ٢ فلفل أخضر شرائح + بيضة + ملح، فلفل.

### ◆ الطريقة:

- نخلط اللبن مع البيض والزبد وتتبّل، ثم نضيفها للبطاطس المهروسة.
- نحضر صينية وندهنها بالزبد، ونضع بها نصف كمية البطاطس ونسويها.
- نضع اللحم المفروم المعصج المضاف إليه شرائح الفلفل الحار وصلصة الطماطم فوق البطاطس ونفردّه.
- نضع بقية البطاطس فوق اللحم مع فردّها جيّداً.
- نرش بعض البقسماط على الوجه ونزينه بشرائح الفلفل الملون.
- ندخل الصينية لفرن متوسط الحرارة حتى يتم النضج وتأخذ اللون الذهبي.

## صينية الرقاق (١)

### ◆ المقادير:

- ك رقاق + مقدار من العصاج.
- ٢ ملعقة كبيرة سمن.
- شوربة اللحم المسلوق.
- ملح، فلفل.

### ◆ الطريقة:

• تسخن الشورية وتضاف لها ملعقة سمن وتبل ثم يبلل الرقاق بها ويرص في صينية مدهونة بالسمن حتى يصل الرقاق نصف الصينية.

- يوضع العصاج في المنتصف ثم يرص باقى الرقاق المبلل.
- يرش السطح بالسمن السائح ثم تزج الصينية في فرن متوسط الحرارة حتى ينضج ويحمر.

### ■ طريقة عمل العصاج:

- نسيح ملعقتين زيت أو سمن، ونضيف لهما بصلة كبيرة مفرية ونقلب حتى يصفر لون البصل.
- نضيف نصف كيلو لحم مفروم ونقلبه مع البصل حتى ينضج وتبله بالملح والفلفل، ويمكن إضافة بعض الماء إذا احتاج الأمر.

## صينية الرقاق قليل الدهن (٢)

### ◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$  ك رقاق طرى (يباع في محال الفطير).
- ملعقة سمن + مقدار من العصاج.
- كوب شوربة ساخنة + ملح، فلفل .

### ◆ الطريقة:

- تبطن الصينية بالسمن ويرص الرقاق واحدة تلو الأخرى حتى نصل للنصف.
- ثم نضع العصاج ونسويه ونكمل باقى المقدار حتى يتهى.
- تسخن الشوربة وتضاف عليه ويزج في الفرن.

### 📌 ملحوظة:

يعد العصاج (بطريقة نيّ × نيّ) أى نضع اللحم المفروم على البصل المفرى ويتبل ويرفع على النار بلا سمن أو زيت ويترك حتى ينضج.



## صينية الرقاق (٣)

## ◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$  كيلو رقاق.
- $\frac{1}{2}$  كيلو لحم معصج.
- ٦ أكواب من مرق اللحم.
- ملعقتان كبيرتان سمن.
- كوب لبن + بيضة.
- ملح ، فلفل.

## ◆ الطريقة:

- يرش الرقاق بالمرق الساخن واحدة بعد الأخرى وترص في صينية مدهونة بالسمن.
- بعد رص نصف مقدار الرقاق يوضع العصاج بالتساوى ونكمل رص بقية الكمية بنفس الطريقة السابقة.
- بعد ذلك نضرب البيضة مع اللبن جيداً ونضيف لهما قليل من الملح والفلفل ويرش بهما الوجه.
- نقطع الرقاق مكعبات كبيرة بسكين حادة، ثم نرش الوجه بملعقة سمن سائح.
- تزج في فرن متوسط الحرارة لمدة نصف ساعة تقريباً ونتركه حتى يحمر الوجه ونخرجه ونقدمه ساخناً.

## كرات البطاطس بالجزر

### ◆ المقادير:

-  $\frac{1}{3}$  ك بطاطس مسلوقة.

-  $\frac{1}{4}$  ك جزر مسلوق + بصلة صغيرة مفروية.

- ملعقة كبيرة من الجبن المبشور + بيضة.

- ملعقة سمن + ملح، فلفل.

◆ للتحمير: بقسماط، زيت، بيض، دقيق.

### ◆ الطريقة:

• تبشر البطاطس أو تهرس وهي ساخنة نوعاً ما ويهرس الجزر أيضاً.

• تشوح البصلة في السمن حتى تلين على ألا يتغير لونها، ثم نضيف البطاطس والجزر والبقدونس والجبن وتبيل الخليط بالملح والفلفل ويخلط تماماً ثم يعجن بالبيض.

• تشكل العجينة على هيئة كرات صغيرة ثم تغطى بالدقيق وتغمس في البيض ثم البقسماط ثم تحمر في زيت غزير.



## كفتة بطاطس بالجبن الرومي

### ◆ المقادير:

- ٤ ملاعق كبيرة جبن رومي مبشور.

-  $\frac{1}{4}$  كوب كريمة لباني أو ٢ ملعقة كبيرة قشدة.

- ١ بيضة + ملح، فلفل.

◆ للتغطية: بيض مخفوق، بقسماط ناعم.

### ◆ الطريقة:

• تقشر البطاطس وتقطع مكعبات وتسلق، ثم تصفى من ماء السلق وتهرس جيداً حتى تنعم.

• تخلط البطاطس مع الجبن والكريمة أو القشدة وتبيل وتعجن بالبيضة.

• تشكل البطاطس على هيئة أصابع تغمس في البيض ثم البقسماط وتوضع في الشلاجة من ١ : ٢ ساعة.

• تحمر الكفتة في الزيت وترفع على ورق مطبخ ثم ترص في طبق وتقدم مجملة بالبقدونس.



## البطاطس الروستو

### ◆ المقادير:

- ك بطاطس مقطعة أنصاف أو أرباع.
- روز مارى طازج.
- ملعقة صغيرة زعتر مجفف.
- ٤ ملاعق كبيرة زيت زيتون.
- ملعقة صغيرة ملح + فلفل أسود.

### ◆ الطريقة:

- تتبل البطاطس بالزعتر والروزمارى والملح والفلفل.
- ترص فى صينية ثم ترش بالزيت وتغطى بورق ألومنيوم .
- تدخل فرن متوسط الحرارة حتى تمام النضج.
- قبل تمام النضج بعشر دقائق يرفع الغطاء من على البطاطس حتى تحمر، ثم تقدم ساخنة .



## بطاطس بالكريمة

### ◆ المقادير:

- كيلو بطاطس مقطعة شرائح رقيقة.
- كريمة لباني + بصلتان حلقات.
- زعتر، ملح، فلفل.

### ◆ الطريقة:

- يرص البصل في أرضية الصينية ثم فوقه شرائح البطاطس.
- نرش الملح والفلفل والزعتر ثم نصب فوقها الكريمة وندخلها الفرن حتى يتم النضج.

\*\*\*

## بطاطا بالبشاميل

### ◆ المقادير:

- ك بطاطا +  $\frac{1}{4}$  كوب سكر.
- ملعقة كبيرة زبدة، ويمكن استبدالها بالقشدة الطازجة.
- كوب لبن + زبيب - حسب الرغبة -.
- ◆ البشاميل: ملعقتان كبيرتان دقيق + ملعقتان كبيرتان زبدة.
- كوبان لبن +  $\frac{1}{4}$  كوب سكر + فانيليا.

### ◆ الطريقة:

- تنقع البطاطا ثم تغسل جيداً، وترفع على النار مع قليل من الماء والسكر وتترك مغطاة على نار هادئة حتى تمام النضج، ثم تترك لتبرد.
- يرفع الدقيق مع الزبدة على النار ويقلب لمدة دقيقة ثم يضاف اللبن المحلى بالسكر، ويستمر التقليب حتى يغلظ قوام البشاميل وتضاف الفانيليا.
- تقشر البطاطا وتهرس جيداً بالشوكة ويضاف اللبن والزبدة أو القشدة، ويمكن أن يضاف لبن إذا كان القوام غليظاً أكثر من اللازم، وتهرس تماماً ويضاف الزبيب - حسب الرغبة.
- تفرد البطاطا في طبق فرن أو بايركس ثم يصب فوقها البشاميل المعد، ويرش الوجه بقليل من السكر.
- تدخل الفرن الساخن لمدة نصف ساعة، وتفتح الشواية لمدة دقيقة حتى يحمر الوجه وتقدم البطاطا ساخنة.

## جلاش بالجبن والخضر

### ◆ المقادير:

- $\frac{1}{3}$  ك جلاش.
- من ٣: ٤ ملاعق كبيرة سمن.
- بيضتان مخفوقتان قليلاً.
- كوب لبن + أنواع من الجبن مخلوطة.
- جزرة مبشورة + ملح، فلفل.
- ثمرة طماطم مقطعة مكعبات.
- فلفلة رومى مقطعة أو حارة - حسب الرغبة -.

### ◆ الطريقة:

- يضاف اللبن للبيض المخفوق ويتبل بالملح والفلفل.
- تدهن صينية بالسمن السائح جيداً.
- يرص الجلاش واحداً تلو الأخرى فى الصينية، مرة ترش بالسمن وأخرى باللبن والبيض.
- تخلط عدة أنواع من الجبن، كالجبين الرومى المبشور والجبين الأبيض، مع إضافة اثنتين لافشكبرى واثنتين كبرى (أو أى أنواع جبنة) وتخلط معاً جيداً مع الجزرة المبشورة.

- يحشى الجلاش من المنتصف بهذا الخليط مع إضافة الفلفل المقطع والطماطم.
- ثم يوضع النصف الباقي من الجلاش كسابقه وبتنفس الطريقة إلى أن ينتهى المقدار.
- يقطع بالسكين - حسب الرغبة- ويرش السطح بالسمن ويترك لمدة ربع ساعة ثم يدخل الفرن.
- وعندما يبدأ فى النضج وقبل أن يحمر وجهه نخرجه من الفرن ونرشه ببقية اللبن والبيض ونعيده ثانية حتى يحمر وجهه.



## جلاش بالعصاج

### ◆ المقادير:

- لفة جلاش +  $\frac{1}{4}$  ك لحم أحمر معصج.
- ثمرة فلفل مقطعة صغيراً + ثمرة طماطم مقطعة صغيراً.
- بيضة مخفوقة ومتبلة بالملح والفلفل الأسود.
- كوب لبن + ٢ ملعقة سمن + ٢ ملعقة زيت.

### ◆ الطريقة:

- نضيف البيض المخفوق للبن ونخفقها معاً.
  - نسخن السمن مع الزيت.
  - نحضر صينية مناسبة وتدهن بالسمن.
  - نرص ورق الجلاش ورقة بعد الأخرى، مع رشه مرة بالسمن وأخرى باللبن والبيض حتى المنتصف.
  - نضيف اللحم المعصج ونسويه ونوزع فوقه الطماطم والفلفل.
  - ثم نكرر رص ورق الجلاش إلى أن ينتهي المقدار.
  - يقطع حسب الرغبة، ويزج في الفرن حتى يبدأ وجهه في الإحمرار، ثم نخرجه ونرش على سطحه بقية اللبن والبيض ونعيده للفرن لمدة خمس دقائق.
  - نخرجه من الفرن إلى أن يهدأ ويقدم ساخناً.
- 📌 ملحوظة: يمكن استبدال العصاج بعصاج الدجاج أو الكبد أو الجبن.

## جلاش بكريمة الجبن

### ◆ المقادير:

- $\frac{1}{3}$  ك جلاش طازج.
- من ٢:٣ ملاعق كبيرة سمن.
- من ٣:٤ بيضات مخفوقة قليلاً.
- كوب لبن + ٢ ملعقة كبيرة دقيق.
- كوب جبن رومى مبشور.
- ملح، فلفل.

### ◆ الطريقة:

- يقطع الجلاش بحسب حجم الصينية التى ستستعمل.
- تدهن صينية بالسمن السائح جيداً.
- نشوح الدقيق فى قليل من السمن ويضاف إليه اللبن بالتدرج مع التقليب المستمر حتى ينتهى مقدار اللبن.
- يخفق البيض قليلاً، ثم يضاف إلى خليط الدقيق واللبن.
- نضيف لهما الجبن الرومى المبشور، ثم يتبل الخليط بالملح والفلفل مع التقليب.
- يرفع الخليط بعيداً عن النار ويقلب من حين لآخر حتى يبرد، وذلك حتى لا تتكون قشرة على السطح.

- يوضع نصف مقدار الجلاش فى الصينىة المدهونة واحدة تلو الأخرى مع رش قليل من السمن السائح بين الطبقات.
- توزع القصاصات الزائدة بين الطبقات بالتساوى.
- يصب خليط كريمة الجبن فى الصينىة ويساوى، ثم يغطى بالنصف الآخر من الجلاش بنفس الطريقة السابقة، مع ملاحظة ترك حوالى ٢ سم من الحافة بدون كريمة الجبن.
- تقطع الصينىة بالسكين قطعاً حسب الرغبة.
- يرش السطح بملعقة سمن سائح، ثم تترك الصينىة لمدة ربع ساعة، بعدها تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه.



## السمبوسك باللحم المفروم والخضروات

### ◆ المقادير :

- $\frac{1}{2}$  كوب من الدقيق.
- ملعقة من السمن أو الزيت (ذرة).
- ماء فاتر للعجن.

### ◆ طريقة عمل عجينة السمبوسك :

- يوضع الدقيق في صينية ويحفر في وسطها حفرة يوضع فيها زيت الذرة ويفرك الدقيق جيداً.
- ثم يضاف الماء بالتدريج ويعجن جيداً حتى تتكون عجينة طرية.
- تقطع العجينة إلى كرات وترص في صينية مدهونة بالزيت، وتغطي بقطعة قماش مبللة بالماء، وتترك لترتاح لمدة ساعة تقريباً.

### ◆ مقادير الحشو :

- $\frac{1}{2}$  ك لحمة مفرومة + حزمة بقدونس مفرومة ناعمة.
- $\frac{1}{4}$  ملعقة فلفل أسود +  $\frac{1}{4}$  ملعقة كمون.
- $\frac{1}{4}$  ملعقة صغيرة ملح + بصلة كبيرة مبشورة.
- $\frac{1}{2}$  كوب بسلة وجزر (ويمكن الاستغناء عنهما).

### ◆ طريقة عمل الحشو:

• يحضر اللحم بوضعه في المقلاة، ويضاف إليه البهارات والملح والفلفل والبصل المبشور.

• ترفع المقلاة على النار حتى نضج اللحم، ويضاف إليها البقدونس المفروم والبسلة والجزر.

### ◆ الطريقة:

• يرقق العجين بأن نأخذ كرة من الكرات ونغمسها في الدقيق من الجهتين، وترقق قليلاً لتصبح كالقرص وتبسط على طبق.

• نضع كمية من الحشو في المنتصف ونغلق عليها مثل القطايف.

• يحمى الزيت وتقلي السمبوسك في زيت غزير من الجهتين حتى تحمر وتقدم ساخنة.

### ■ ملحوظة:

يمكن تبسط العجينة على شكل مستطيل ونضع اللحم في الطرف العلوى ونلفها على هيئة مثلث وتحمر وتقدم ساخنة.

\*\*\*

## سمبوسك بالدجاج والفلفل الحار

### ◆ المقادير:

- صدور دجاج مقطعة قطعاً صغيرة.
- $\frac{1}{4}$  كوب فاصوليا حمراء مسلوقة.
- $\frac{1}{4}$  ك جبنة شيدر مبشورة أو جبنة رومي.
- فلفل حار + ثوم مفرى + زيت.
- حبة طماطم مقطعة قطعاً صغيرة.
- ملعقة صلصة طماطم بوريه + بصلة مفرومة .
- مقدار من عجينة السمبوسك، أو باكيت عجينة السمبوسك (الجاهزة).

### ◆ الطريقة:

- تشوح صدور الدجاج في الزيت مع البصلة والثوم وتقلب معاً.
- ثم نضيف الفاصوليا الحمراء المسلوقة (حسب الرغبة)، ثم نضيف الطماطم.
- وبعد ذلك نضيف الفلفل الحار، وصلصة الطماطم ويقلب الجميع معاً حتى يتم نضج الدجاج.

• ثم بعد ٥ دقائق فقط نضيف الجبنة المبشورة وترفع من فوق النار.

• نفرّد شرائح السمبوسك ونضع كمية من خليط الدجاج.

• تلف الشرائح على شكل مثلث وتقل من جميع الجوانب .

• ثم تقلى فى الزيت وتقدم ساخنة .

■ ملحوظة :

أطراف السمبوسك تقلل بالبيض المربوب مع إضافة الملح والفلفل له ، ثم تدهن الأطراف بالبيض، ويمكن بالماء .



## السمبوسك بالجبن والخضر

### ◆ المقادير:

- $\frac{1}{4}$  ك سمبوسك جاهزة على شكل مستطيلات.
- $\frac{1}{4}$  ك جبن أبيض براميل + جزرة مبشورة.
- فلفل أخضر مقطع رفيع حار أو رومى - حسب الرغبة.
- قطعتان كبرى + قطعتان لافش كبرى + زيت للقلى.
- جبن موزاريللا مبشورة أو رومى.

### ◆ الطريقة:

- يخلط الجبن مع قطع الكبرى و"اللافش كبرى" والجبن المبشور والجزر المبشور والفلفل.
- تحشى السمبوسك بالجبن والخضر وتلف على هيئة مثلثات ويضغظ عليها من الجوانب الثلاثة بالأصابع.
- تقلى فى الزيت، ثم ترص بعد أن تحمر على ورق ماص.

### 📌 ملحوظة:

- يمكن استبدال الحشو بعصاج اللحم أو الدجاج أو البسطرمة أو السوسيس - حسب الرغبة.

\*\*\*

## سمبوسك بالموز

### ◆ المقادير:

-  $\frac{1}{4}$  ك سمبوسك جاهزة على شكل مستطيلات.

-  $\frac{1}{4}$  ك موز + زيت للقللي.

- سكر بودرة + ملعقة صغيرة قرفة.

### ◆ الطريقة:

• يهرس الموز ويضاف إليه سكر بودرة وقرفة ناعمة، ويخلط الجميع.

• تحشى السمبوسك بخليط الموز وتلف على هيئة مثلثات ويضغط عليها من الجوانب الثلاثة بالأصابع.

• وبعد أن تقلى في الزيت ترص بعد أن تحمر على ورق ماص.

• تنغمس بعد ذلك في سكر بودرة أو تسقى بالشراب السكرى.

📌 ملحوظة: يمكن إضافة تفاح مسلوقة ويهرس مع الموز.



## كانيلوني بالدجاج المعصج

### ◆ المقادير:

- كوب لبن + كوب دقيق.
- سمن للتحمير + ٣:٤ بيضات + ملح، فلفل.

### ◆ مقادير الصلصة:

- ٣ ملاعق كبيرة صلصة طماطم.
- ٢ ملعقة صغيرة سمن + قليل من الماء.
- ٣ ملاعق كبيرة جبن رومي مبشور.

### ◆ طريقة تجهيز الصلصة:

- يوضع السمن في إناء طهى ويرفع على النار، وتصب فوقه الصلصة ويضاف لها قليل من الماء.
- تقلب وتتبيل وتترك حتى تغلى ويغلظ القوام.

### ◆ مقادير الحشو:

- $\frac{1}{4}$  ك لحم دجاج معصج + ثمرة فلفل + ثمرة طماطم تقطعان مكعبات صغيرة.
- ٣ ملاعق كبيرة صلصة بيضاء (بشاميل) + ملح، فلفل، بهار.

### ◆ طريقة تجهيز الحشو:

- يخلط العصاج مع مكعبات الفلفل والطماطم.

• يقلب الجميع جيداً حتى يذبل الفلفل.

• يرفع المقدار من على النار وتضاف إليه الصلصة البيضاء.

#### ♦ الطريقة :

• يخلط اللبن مع الدقيق ويخفق البيض بالشوكة ويضاف إلى الخليط السابق ويتبل المقدار.

• ترفع طاسة صغيرة على النار وتدهن بقليل من السمن.

• يؤخذ فنجان صغير من الخليط السابق ويصب في الطاسة الساخنة ويهز برفق حتى يصير لونه ذهبياً، ثم يرفع وتكرر العملية حتى ينتهى المقدار.

• تحشى وحدات الكانيلونى بالخليط السابق وتلف وترص في صينية.

• تصب الصلصة فوق الكانيلونى، ويرش فوقها الجبن الرومى وتدخل الصينية فرنًا متوسط الحرارة حتى يسيح الجبن.

#### ■ ملحوظة :

• هناك نوع مكرونة كانيلونى يمكن أن يستخدم في هذا الغرض.



## شرائح التوست باللحم والجبن

### ◆ المقادير:

- ١٦ شريحة توست + ٨ شرائح من الجبن .
- ١٠٠ جرام من الجبن المبشورة.
- شرائح من اللحم المدخن أو المطهون.
- ٥٠ جرام زبدة +  $\frac{1}{4}$  لتر من الحليب .
- ملح ، فلفل ، جوز الطيب .

### ◆ الطريقة:

- تدهن صينية فرن بقليل من السمن.
- تدهن كل شريحة من التوست بالزبدة وتوضع عليها شريحة لحم، وقليل من الفلفل الأسود.
- توضع فوقها شريحة من الجبنة (شيدر مثلاً).
- توضع الطبقة الثانية من التوست بعد أن يدهن بالزبد وترص بالصينية.
- يتم تجهيز خليط من اللبن والجبن المبشور ويضاف إليهما قليل من الفلفل وجوز الطيب ويرش على التوست.
- يدخل التوست الفرن إلى أن يحمر.



## الحواشي

### ◆ المقادير:

- ٣ أكواب دقيق.
- $\frac{1}{4}$  كوب زيت + ملعقة صغيرة ملح.
- ملعقة صغيرة خميرة جافة.
- كوب زبادى + ماء.

### ◆ للحشو:

- $\frac{1}{4}$  ك لحم مفروم + ٣ ملاعق كبيرة سمن.
- ثمرتان طماطم + بصلة كبيرة مبشورة.
- خل أو عصير ليمون + ملح، فلفل، بهارات.

### ◆ لعمل الحشو:

- يشوح البصل في السمن، ثم يضاف اللحم والتوابل وتترك على نار هادئة لمدة ١٠ دقائق.
- يضاف إليها الطماطم المقطعة قطعاً صغيرة ومضاف إليها الخل والطحينة.

### ◆ الطريقة:

- تذاب الخميرة في قليل من الماء الدافئ ويضاف إليها الزيت والزبادى ويقلب الجميع جيداً.

• يضاف الملح للدقيق وتعمل حفرة في الوسط يصب فيها خليط الخميرة ويعجن جيداً ثم يترك في مكان دافئ لمدة نصف ساعة ليخمر.

• تقطع العجينة قطعاً صغيرة بحجم البيضة وتترك لتختمر.

• تفرد كرات العجينة على صينية مدهونة على شكل رغيف صغير، ويوضع في وسطها اللحم (الحشو).

• يغطى الحشو بقطعة أخرى من العجينة وتقبل الجوانب جيداً، ثم يدهن سطح الرغيف بالسمن ويزج في الفرن.

ملحوظة:

- يمكن لف كل رغيف في ورقة زبدة مدهونة بالسمن.

- ويمكن استبدال العجينة بالخبز نصف الناضج - بأن يوصى عليه الفرن- أو بالخبز العادي .

- ويمكن أيضاً إضافة الفلفل الأخضر الحار أو الشطة أو استبدال البصل ببصل أخضر - حسب الرغبة.

