

الفصل الرابع عشر اللحوم

اللحم من أطيب المأكولات للإنسان، اعتاد عليه من قديم الزمان، وذلك منذ أن كان يصطاد الحيوانات البرية بآلات قديمة، وكان يأكل اللحم نيئاً. حتى تقدمت الأمور معه واكتشف النار بوسائله الخاصة فشوى اللحم، فوجده لذيذ الطعم أجود من غيره، فأصبح لا غنى له عن هذه الطريقة. وتعددت طرق الطهي بعد ذلك وأصبحت تختلف باختلاف الولايم والأغراض المقامة من أجلها.

ويطلق اسم اللحم على الجزء العضلي الرخو بين الجلد والعظم عند جميع الحيوانات التي اعتدنا على تربيتها مثل الخروف والماعز والعجول والإبل وغير ذلك. كذلك حيوانات الصيد مثل الغزال والوعل والجاموس البري والماعز البري أيضاً.

واللحم يتعرض للفساد بسرعة، لذلك يجب المحافظة عليه والنظافة على المكان الموجود به، سواء عند الذبح أو السلخ، أو نقله وحفظه بالبيت.

كما يجب فحص الذبيحة عند الذبح لتكون سليمة خوفاً من العدوى وقبل كل شيء التكبير عليه عند الذبح فتقول بسم الله والله أكبر.

قيمة اللحوم الغذائية:

إذا قلنا إن اللحوم تحتوي على المواد الدهنية والزلاية والبروتينية فهي بذلك تساعد على نمو الجسم وبناء الأنسجة وتعويض ما يفقده الجسم منها، وكذلك توليد الحرارة والمساعدة على الهضم بترطيب جدران الأمعاء.

تقسم اللحوم إلى قسمين:

أولاً: البيضاء مثل الطيور والأرانب والحمام والإوز والحبش وغير ذلك، وهي أسهل هضماً من غيرها.

فكثيراً ما ينصح الأطباء مرضى المعدة بأكل اللحوم البيضاء، وكذلك لحوم الضأن الصغيرة منها مثل الخراف والماعز الصغير والغزلان الصغيرة.

ثانياً: اللحوم الحمراء، مثل لحم العجول، ففيها كثير من الدم والمواد الحديدية وأجودها ما كان مشوياً نصف استواء، أو استواء كلياً حسب الطلب والمذاق.

أما أجود أنواع اللحوم:

اللحم البلدي، وحسب المرعى، أما المستوردة فإنها تأتي في الدرجة الثانية، من حيث المذاق والجودة.

ملاحظات هامة:

- ١- يجب غسل الجلاتين قبل استعماله.
- ٢- يجب تصفية السوائل بقماشة ناشفة، بدون الضغط عليه.
- ٣- السلق تتم عملية السلق بتعويم المادة المراد سلقها بالماء، بحيث تكون درجة حرارة الماء قريبة جداً من درجة الغليان.
- ٤- يجب إحماء الفرن قبل إدخال مادة الشواء إلى داخله أو على سطحه.
- ٥- تمليح الشواء أو تبهيره: لا يملح الشواء أو يبهر إلا عندما يوشك أن ينضج.
- ٦- ننصح باستعمال السمن أو الزبدة الممزوجتين بالزيت للقلي أو لصنع الرو.
- ٧- ينصح بإضافة الكريمة إلى الصلصات عندما تنزل عن النار، أو عند وضع الصلصة على ظهر الفرن وتحتها ماء ساخن داخل وعاء آخر حتى لا تغلي.
- ٨- عند تقديمك الروسته أو أي نوع من أنواع اللحوم أو الطيور بارداً في حفله بوفيه، ننصح بدهن اللحم بالجلاتين خوفاً من أن يصبح لون اللحم أسود.



لحم الخروف

لطهي فخذ من الخروف (روسته) يعمل ثقب بواسطة سيخ شك اللحمه ونحشوه بالثوم.

أما إذا كان المراد تحميره باط (كتف) خروف يجب ربطه بخيط.

* * *

لحم البقر

إن الفلية الداخلية من العجل والبرانية «الفوفيليه» والرومستيك والأضلاع، يجب أن توضع في قدر على نار قوية لكي لا ينتفخ اللحم ويسيل خواصه، وعليك مراعاة كمية اللحم اللازم وأن تروي اللحم بالمرق بين الحين والآخر.

* * *

لحم العجل

إن مربعة العجل أو الطويلة هما بعد الفيليه الداخلية، وهي أحسن أنواع قطع لحم العجل للروسته.

* * *

الدجاج

إذا كان وزن الدجاجة كيلو غرام تحتاج الدجاجة إلى ٦٠ دقيقة حتى تنضج، بشرط أن تكون النار قوية.

ضع الملح في جوف الدجاجة قبل شيها أو سلقها أو تحميرها.

إذا أردت أن تعلم أن لحم الدجاج قد نضج فصب قليلاً من مرق الدجاج بصحن، فإذا كان صافياً كالماء فاعلم أن اللحم قد نضج.

* * *

أولاً: لحم الخروف طحالات غنم محشوة

المقادير:

- خذ ٨ طحالات غنم.
- ١٥٠ غرام من البصل المفروم ناعم.
- ٥٠ غرام ثوم أيضاً.
- ضمة واحدة كزبرة مفرومة ومنظفة.
- قرنان من الفلفل الحار مفروم فرماً ناعماً.
- ملعقة شاي ملح طعام.
- ١٠٠ غرام من الزيت.
- ماء بارد كأس ماء كبيرة.

الطريقة:

نقلي البصل بالزيت، حتى يذبل، ثم يضاف الثوم والفلفل الأخضر المدقوق مع الثوم، وبعد ذلك الكزبرة المفرومة فرماً ناعماً، والبهارات، والملح وتقلب الجميع مدة خمس دقائق على النار، وبعد ذلك تسلق الطحالات وتحشى بالحشوة الجاهزة وتصف داخل صينية معدة للفرن، ثم يضاف كأس من الماء، وتدخل إلى فرن متوسط الحرارة، حتى تنضج، وتحتاج إلى وقت لا يقل عن ساعة تقريباً.

وعند النضج ترفع من الفرن وتقدم ساخنة في جاط مُعدّ للسفرة، ويقدم معها على جانب مقبلات متنوعة.

ملاحظة:

طحالات البقر نفس الطريقة إذا كانت محشية، أما الطحالات المشوية، تشق وتفرك بالملح والبهارات وتصف في مصبع معد للنار أو

الفرن وتشوى سواء على الفحم أو على مصبع الفرن، وتقدم كذلك ساخنة مع السلطة والمقبلات.

* * *

أيادي ورأس خروف

المقادير:

رأسان خروف.

أيدي خروف عدد ٨.

ماء بارد وملح.

ليمون.

صلصة الخل.

الطريقة:

خذ رأسين خروف وثمانى أيدي غنم، ثم قم بتنظيفها عن طريق وضعهما في ماء يغلي وترفع من حين إلى آخر بأن يمغط (يزال) الصوف أو الشعر اللاصق على الأيدي، أو الرأس ثم تحف بالسكين أيضاً، وبعد ذلك تمرر على نار هادئة (اسبرتو مثلاً أو بابور غاز فرد) حتى لا يبقى شوائب أبداً.

بعد ذلك يغسل الجميع بالماء البارد، ويزال الشعر من بين ظلفي الرجل أيضاً، ويفصل رأس الخروف إلي قطعتين كما يستخرج ما في الأنف بأن يدق قليلاً. ثم بعد ذلك كله تغسل بالماء البارد والملح، والليمون.

ثم توضع في طنجرة كبيرة، وترفع على النار بعد أن تغمر بالماء البارد ويضاف الملح اللازم، وتقوى النار وعند رفع الزفرة، تبقى على نار هادئة حتى تنضج وتقدم ساخنة.

كذلك يقدم معها صلصة الخل على حدة وذلك حسب الطلب.

ملاحظة:

تكسر أيادي الغنم قبل رفعها على النار.

فتة رأس خروف والأيادي مع اللبن

المقادير:

- رأسان خروف.
- أيدي خروف عدد ٨.
- ٥٠ غرام ثوم.
- ٥٠ غرام من الصنوبر المنظف.
- ماء بارد وملح.
- نعنع وليمون حسب الرغبة.
- ١٠٠٠ غرام لبن.
- ٣٠٠ غرام سمينة.
- خبز محمص أو عادي.

الطريقة:

بعد سلق الرأس والأيادي كما سبق يحضر خبز محمص أو عادي، ويفت في وعاء عميق، ويصب عليه المرق ويخلط جيداً، ثم ينظف لحم الرأس من العظام، وكذلك الأيادي وتصب فوق الفت، وبعد ذلك يكسر اللبن بالثوم والنعنع ويضاف على وجه الجميع.

يقلّى مقدار ٥٠ غرام من الصنوبر المنظف بالسمينة، أو الزبدة ويضاف إلى الجميع بعد ذلك.

يزين بالفلفل الأحمر المطحون ويقدم الجميع ساخناً.

* * *

الكروش

المقادير:

- كرش خروف واحد.
- ١٠٠٠ غرام لحمة مدهنه ومفرومة على الخشن أو السكين.
- بصل صغير ٨٠٠ غرام.

حمّص ١٥٠ غرام منقوع .
ملعقة ملح طعام كبيرة .
بهارات ملعقة شاي صغيرة .
زعفران نصف ملعقة صغيرة .
١٠٠٠ غرام من الأرز المنظف والمنقوع .
لتر ماء مغلي لنقع الأرز .
ملعقة شاي كراوية مطحونة .

الطريقة :

ينظف الكرّش تنظيفاً جيداً، ويقطع إلى قطع متساوية ثم توضع في الماء المغلي، وعند أول غلية، ترفع عن النار، وتبرش بالسكين القسم الداخلي من قطع الكرّش، وحتى تذهب الحراشف الداخلية تماماً، بعد ذلك تغسل بالماء البارد وتفرك بالملح، والحامض، ثم تغسل بالماء البارد حتى تنظف .

تحضر الحشوة بأن يغسل الأرز بعد النقع ويصفى، وتحضر اللحمية على النار مع قليل من السمّنة، كما يسلق الحمص نصف سلق، ويسلق البصل الصغير، إما بالماء أو يغمر بالزيت على النار، ويترك حتى ينضج، وبعد ذلك تطبق الحشوة، مثل حشوة الخروف، يضاف الأرز إلى اللحمية، ويقلب جيداً ثم يضاف الحمص أيضاً .

ويقلب الجميع ثم يضاف الملح والبهارات، والكراوية المطلوبة وعند الحشوة أيضاً يضاف البصل الصغير، يخلط الجميع رويداً رويداً .

تخاط قطع الكروش وتحشى بالحشوة الجاهزة، وتخاط فوهتها، ثم توضع داخل طنجرة كبيرة وتغمر بالماء البارد، وترفع على النار حتى تغلي مع كمية قليلة من الملح .

ترفع الزفرة ثم تترك لتغلي، مدة تتراوح بين ثلاث ساعات إلى أربع على الأقل على نار معتدلة، وعند النضج تقدم القطع المحشية في وعاء على حدة والشوربة على حدة .

أباوات محشوة «قباوات»

الطريقة :

تغسل الأباوات وتنظف كما ورد في تنظيف الكروش، وتحشى بنفس الحشوة، ثم تخاط وتوضع على النار لتغلي.
وعند أول غلية ترفع الزفرة، وعند نضجها ترفع من الطنجرة وتقلي بالسمنة داخل مقلي حتى تتحمر، وبعد ذلك تقدم بوعاء مقطعة بشكل دوائر وبجانبيها الشوربة.

* * *

أباوات مع يخنة البندورة

الطريقة :

تحضر الأباوات بعد تنظيفها كما سبق، وتحشى بحشوة الكروش أيضاً. ثم ترفع على نار مرتفعة الحرارة بواسطة طنجرة، وتغمر بالماء.
وعند أول غلوة ترفع الزفرة، بعد ذلك تخفف النار وقبل نضجها نضجاً تاماً ترفع على النار وتقلي بالسمنة حتى تتحمر، ثم ترفع جانباً.
وبعد ذلك نحضر يخنة البندورة كما يلي :

يفرم ١٥٠ غرام بصل ناعم، مع ٥٠ غرام من الثوم، ويقشر ٢٠٠ غرام من البندورة الحمراء وتفرم ناعمة، ويقطع ١٠٠٠ غرام من لحمه الخروف من الباط، ثم نقليها مع البصلة.

ثم نضيف البندورة ونقليها جيداً، ثم نضيف لتر ماء ساخن ونترك الجميع يغلي على النار.

وقبل النضج بقليل نضيف إلى اليخنة الأباوات وندعها تغلي حتى تنضج.

وعند التقديم تقدم الأباوات في جاط على حدة، واليخني في جاط آخر، ويكون الجميع ساخناً.

* * *

معلق مشوي

الطريقة :

خذ معلق خروف واغسله جيداً.

قطّع الكبد والقلب والفشة «الرئة» مع كمية من إلية الخروف قطعاً متساوية، بحجم حبة الجوز.

تبّل الجميع بالبهار الأبيض والقرفة وملح الطعام ثم شكّها بسيخ اللحم، ثم اشوها على نار الفحم وقدمها ساخنة داخل خبز مشروح، أو عادي، مع بصل أبيض مفروم مع الكزبرة مرشوش على وجه قطع المعلق، قدم مع هذا الصنف من الطعام السلطات العربية والمقبلات بأنواعها مع الفتوش أيضاً إن وجد.

* * *

كبدة سوداء بالخل أو الحامض

الطريقة :

خذ ٢٠٠٠ غرام من كبدة الغنم، وقطّعها شرحات رش عليها ملح وبهار أبيض، ثم اغمسها بالطحين، واقلها بالزيت، ثم ارفعها عن النار بعد تقليتها وتحميرها جيداً.

اقل بالزبدة البصل المفروم ناعماً، مقدار ١٠٠ غرام مع ٥ غرام ثوم.

حمّر الجميع جيداً، ثم أضف ٥٠ غرام طحين تقريباً إلى الجميع، تحرك بشريط الحليب، ثم يضاف إلى الجميع كأس من الماء الغالي مع ملعقة كبيرة خل أحمر أو حامض معصور، وتحرك الجميع مدة عشر دقائق ثم يرش لقطعة نعنع ناشف على الصلصة ارجع الكبدة المقلية إلى الصلصة، واطرها تغلي معها مدة ربع ساعة تقريباً، وبعد ذلك قدمها ساخنة صفها بالجاط والصلصة فوقها وقدم معها بطاطا مسلوقة أو بوريه.

* * *

يخنة الفشة

المقادير:

فشة واحدة تقطع قطعاً صغيرة.

٢٠٠ غرام بصل ناعم.

١٥٠٠ غرام بندورة مقشرة.

١٠٠ غرام حمص مسلوق.

٥٠ غرام ثوم ناعم.

ملح وبهار.

الطريقة:

تقطع فشة واحدة قطعاً صغيرة، ثم يقطع ٢٠٠ غرام بصل ناعم، و١٥٠٠ غرام بندورة مقشرة، و ١٠٠ غرام حمص مسلوق، و ٥٠ غرام ثوم ناعم.

تقلى البصلة قليلاً ثم تضاف الفشة، ويحرك الجميع والثوم أيضاً جيداً، وبعد ذلك تضاف البندورة المقشرة والمقطعة قطعاً صغيرة وتقلب، بعد ذلك يضاف الملح والبهار اللازم ثم يضاف لتر ماء تقريباً، وتترك علي النار لتغلي ثم تنقل إلى نار هادئة حتى تنضج، فيضاف إليها عصير الرمان أو الحامض مقدار ملعقة طعام كبيره تقريباً، بعد ذلك تقدم ساخنة عند الطلب.

ملاحظة:

عند تقطيع الفشة يستحسن سلقها أولاً لمدة عشرة دقائق حتى ترفع الزفرة.

* * *

هريسة اللحم مع العظام

المقادير:

٢٠٠٠ غرام موزات غنم.

عظام خروف أو غنم لا يقل عن ٣٠٠٠ غرام.

١٥٠٠ غرام فريكة قمح منقاة جيداً أو ما يعادلها قمح مبشور ومهروس ما يلزم من الماء لسلق اللحم والعظام وتقدير للفريكة. حيث يجب أن يكون مثل طبح الأرز مع الحليب، أي غير رخو ولا جامد.

الطريقة :

اسلق اللحم والعظام في طنجرة، وعند أول غلية غير الماء كله، واغسل اللحم جيداً والطنجرة أيضاً وأعد اللحم والعظام إلى الطنجرة ثانية وأضف إليه الماء الكافي، بعد ذلك أعد الجميع إلى النار حتى يصل اللحم إلى حالة قريبة من النضج.

أضف الفريكة أو القمح بعد غسله، واترك الجميع في درجة الغليان حتى النضج، بعد ذلك أضف ما يلزم من الملح والبهارات اللازمة، وحرك الجميع جيداً، بعد ذلك ارفع العظام من الطنجرة جانباً، واسكب ما في الوعاء في طبق أو جاط واسع، وقدم معه ما شئت من المقبلات والخبز المشروح واللبن الرائب، وصحتين وعافية.

المنسف

الكمية :

- ١- لحمه خاروف طازجة ٦ كغ.
- ٢- لحمه خروف من الباط للفرم ١ كغ.
- ٣- أرز مصري نخب أول ٣ كغ.
- ٤- سمينة «بلدي» لطبخ الأرز ١٥٠٠ غرام.
- ٥- صنوبر ٣٠٠ غرام.
- ٦- لبن جميد بلدي ٣ كغم - لبن (ماعز) رايب ٣ كغم.
- ٧- رأس ضان صغير مطبوخ + ٢ رغيف خبز شراك.

الطريقة :

خذ كمية اللحم المطلوب على أن تكون قطعة اللحم لا يقل وزنها عن ٣٠٠ غرام، ثم قم بغسلها بماء فاتر أكثر من مرة، ثم ضعها على النار وهي بداخل طنجرة وأضف إليها ماء في درجة الغليان، أي اغمرها فقط ولا تزيد.

قم بمرس الجميد بوعاء فخاري بعد نقهه ثم صفّه جيداً من الشوائب واتركه جانباً، باشر بنزع الزفرة عن اللحم حتى تنظف تماماً، أضف رأس بصل منظف وحب الهال، لاحظ عندما ينضج اللحم نصف نضوج أضف إليه الجميد الممروس واستمر بالتحريك قليلاً ودع الجميع يغلي حتى درجة النضوج.

قم بتصفية اللبن الرايب وأضف إليه قليلاً من مرق المنسف مع مراعاة التحريك وعند أول غليه أنزله عن النار واخلطه مع مرق المنسف واترك الجميع لحين السكب.

اطبخ الأرز بالسمن البلدي كالعادة ثم قلّي اللحم المفروم والصنوبر جيداً وعند السكب، حضر الصدر المطلوب واغسله جيداً ونشفه ثم افرد شراكه واحدة وشربها بالشراب الجاهز ثم اسكب الأرز بالصدر وزينه قليلاً ثم صف اللحم الجاهز بترتيب جيد محتفظاً بمكان للرأس في أعلى المنسف وبعد ذلك وزع اللحم المفروم والصنوبر ثم غطيه بشراكه على الوجه: قم بتصفية الشراب وعدل ملحه مع إضافة سمنه أيضاً وقدم الشراب على حدة.

خروف محشي

Stuffed Lamb al' Orientale

المقادير:

- خروف ذبح ونظف قبل طهيه بيوم واحد على الأقل، بوزن ١٠ - ١٢ كغم.
- ٣٠٠٠ غرام من اللحم المدهن للحشوة مفروم على السكين أو المكينة.
- ٢٠٠٠ غرام من الأرز.
- ٢٠٠ غرام من الصنوبر.
- ١٠٠ غرام من اللوز المقشر.
- ١٠٠ غرام فستق حليبي.
- ملح وبهار.

ملعقة صغيرة من العصفور الأصفر للحشوة.

٣٠٠ غرام بصل مفروم ناعماً، تحمر قبل اللحمة المفرومة.

سمنة لا تقل عن ٣٠٠ غرام لقلي البصلة واللحمة المفرومة.

الطريقة:

يؤخذ الخروف ويفرك بالملح والبهار ويغسل، ثم يصفى من الماء ويرش بالملح والبهارات ثانية من الداخل والخارج، ويوضع داخل الوعاء المعد للتحمير، راکعاً على قوائمه الأربع، ويلف بورق سلفر ويدخل إلى فرن معتدل الحرارة لكي ينضج جيداً، ثم يرفع الخروف من وعاء التحمير إلى وعاء آخر، ويباشر بعمل الصلصة البنية بإضافة ملعقتين طحين كبيرتين، ثم تحرك جيداً على النار.

بعد ذلك يضاف الماء الساخن المعد لذلك لتغلي قليلاً من الوقت ثم تصفى جيداً وتوضع جانباً لحين الطلب.

أما طريقة عمل الحشوة فتكون بوضع السمنة والبصله في وعاء على النار ويحرك الجميع جيداً حتى تقارب اللحمة علي النضج، ثم يضاف الأرز إلى اللحمة، ويقلب الجميع لمدة عشر دقائق.

وبعد ذلك يضاف الماء الساخن والملح المعد ويبقى على نار هادئة حتى تنضج، ثم تحضر القلوبات (الجوز والفسق الحلبي والصنوبر) بالقلي ثم تبرد وتخلط مع بعضها.

وعند السكب يوضع الأرز في صينية كبيرة ويوضع الخروف فوق الحشوة وتكون أيضاً على الجوانب، ويثبت جيداً، ثم ترش القلوبات على جوانب ووسط الصينية ويزن حسب الذوق، وتقدم الصلصة المعدة على حدة وهي ساخنة.

ملاحظة:

يقدم مع الطعام لبن رايب.

كذلك يجوز جرم الخروف وحشوه بالحشوة السالفة الذكر، على أن تكون الحشوة نصف ناضجة ثم يحشى الخروف ويخاط ويدخل إلى الفرن كالعادة.

وعند النضج يرفع ويقدم ساخناً عند الطلب. ويحشى الخروف العادي أيضاً بورق العنب والمحاشي المشكلة ويقدم عادي وحوله المحاشي على أن يسلق قبل الحشي.

فخذ خروف محمّر

المقادير:

فخذ خروف كامل وزن ٣٠٠٠ غرام.
ملح ملعقة صغيرة، بهار أبيض نصف ملعقة شاي.
٣٥٠ غرام سمّنة للتحمير، ملعقة طحين كبيرة من أجل الصلصة،
نصف لتر من الماء.

الطريقة:

يؤتى بفخذ خروف كامل ويفرك بالملح والبهار المطلوب، ثم يرش عليه السمّنة المذابة، ويدخل إلى فرن بدرجة حرارة عالية، ويقلب من حين إلى آخر ليحمر جيداً، ثم يضاف إليه تقريباً كأس من الماء الساخن ويغطى بورق سلفر جيداً، ويترك حتى ينضج.

وبعد ذلك يرفع عن النار أو من الفرن، ونُعد الصلصة بإضافة الطحين المطلوب بعد أن ينشف الماء المضاف ثم يحمر الطحين بما تبقى من السمّنة ودهن الخروف المذاب. ثم يضاف الماء المطلوب ويترك يغلي لمدة عشر دقائق.

بعد ذلك يصفى جيداً ونزيل السمّنة الزائدة.

وعند التقديم يقطع الفخذ شريحات ثم يصف بشكل فخذ، ويقدم معها بطاطا وخضار بالزبدة، وتقدم الصلصة المعدة على حدة.

ملاحظة:

يضاف إلى الفخذ عند التحمير ما يعادل رأس بصل وسط وجزر مع عرق كرفس وبراصيا ورأس بندورة.

* * *

رقبة خروف محشوة ومسلوقة

المقادير:

٢٥٠٠ غرام من لحمة رقبة خروف أو ماعز.

٢٠٠ غرام من الأرز.

٢٥٠ غرام من اللحم المفروم المدهن .
ملح طعام وبهار أسود وأبيض اللازم .
قليل من الزعفران الأصفر .
١٠٠ غرام من الصنوبر المحمص أيضاً .

الطريقة :

تفتح رقبة الخروف لتصبح كالكيس من طبقتين غير مفصولتين .
تخلط الحشوة باللحمة والأرز والصنوبر والملح والبهارات اللازمة ، ثم
تخاط وتسلق بالماء حتى تظهر زفرتها .
ترفع الزفرة ، ثم يضاف بعض الأوراق العطرية ، ثم تخفف النار إلى
درجة متوسطة ، وتترك حتى تنضج .
وبعد ذلك ترفع إلى وعاء آخر ويضاف قليل من الأرز إلى المرق
وتقدم شوربة .
وأخيراً وعند تقديم الرقبة تقطع حلقات ، وتقدم في جاط مناسب مع
التزيين .

* * * رقبة محشوة محمرة

المقادير :

نفس المقادير الواردة في الرقبة المسلوقة .
مع إضافة ٢٠٠ غرام زبدة لقلي الرقبة المحشية .
ونصف لتر ماء ساخن وملعقة طحين كبيرة من أجل الصلصة البنية .

الطريقة :

تذاب الزبدة ، ويقلّى اللحم المفروم والصنوبر ، ثم يضاف الملح والبهار
اللازم والماء الساخن ، وتترك على النار حتى ينضج اللحم .
بعد ذلك يضاف الأرز المنقوع ويترك على النار أيضاً لينضج الجميع ،
ثم تفتح الرقبة وتفرك بالملح والبهارات وتحشى وتخاط .

بعد ذلك تقلى بالزبدة حتى تحمر، ثم تغطى وتبقى على نار متوسطة حتى تنضج.

ويمكن إضافة قليل من الماء حتى تغلي جيداً.

وبعد النضج ارفع الجميع في وعاء على جانب، واعمل الصلصة وقم بتصفيتها وعدل ما يلزمها من الملح والبهارات وقم بتصفيتها واتركها على باب الفرن لحين الطلب.

عند التقديم قطع الرقبة بشكل دوائر وضعها في وعاء معدّ لذلك ، وقدم مع الصلصة المطلوبة، كما يمكن تقديم نوع من البطاطا أيضاً.

* * *

كتف خروف محشي

الطريقة :

يؤخذ كتف الخروف وينظف من الزوائد والموزات ويجرم من العظام.

تفرم لحمة هبرة بوزن ٥٠٠ غرام ناعمة.

يخلط ٥٠ غرام من الفستق الحلبي ويضاف ملعقة شاي ملح طعام ولقطة بهار أبيض وقرفة وجوزة الطيب وبياض بيضة، ويخلط الجميع ويشق باط الخروف ويدق قليلاً بالمدقة على الطاولة الخشبية ثم يحشى بالحشوة الجاهزة ويلف بشكل اسطواني ويخاط ثم يربط مثل الروستو.

ثم يدخل إلى الفرن بعد اضافة قليل من السمطة والملح والبهارات، ويقلب من حين إلى آخر حتى ينضج، ثم يرفع من الفرن.

أما ما تبقى داخل الصينية فيضاف إليه ملعقتان من الطحين وتقلب جيداً حتى تأخذ لوناً، ثم يضاف كأسين من الماء الساخن، وتترك لتغلي قليلاً، ثم تصفى الصلصة ويعدل ملحها.

وعند الطلب يقطع الكتف حلقات ويصف داخل جاط، والصلصة فوق اللحم، وبجانبها خضار مع بطاطا محمرة.

* * *

ظهر خروف روسته

Rack Of Lamb Persille

المقادير:

- ظهر خروف.
- ملح طعام ٥٠ غرام.
- بهار أبيض نصف ملعقة شاي صغيرة.
- بصل حلقات ١٠٠ غرام.
- جزر ١٠٠ غرام.
- كرات ٨٠ غرام.
- سمنة ملعقة طعام تقريباً.
- طحين من أجل الصلصة ملعقة أيضاً.
- ٣٠٠ غرام ماء ساخن، يضاف بعد تخمير الجميع.

الطريقة:

يفرك ظهر الخروف بالملح والبهار الأبيض جيداً، ثم يلف ويربط أيضاً ويوضع في وعاء التخمير المعد للفرن، ويضاف إليه ملعقة من السمنة ويدخل إلى فرن مرتفع الحرارة، ويقلب من حين إلى آخر.

ثم تضاف الخضار المطلوبة إليه أيضاً ويقلب جيداً، ثم يغطى بورق سلفر بعد أن يضاف إليه قليل من الماء، ويترك في فرن متوسط الحرارة حتى ينضج.

بعد ذلك يرفع اللحم إلى وعاء آخر، ويوضع وعاء التخمير على النار أيضاً، حتى تنشف الصلصة والخضار من الماء.

ثم يضاف إليها الملح والطحين، ويحرك الجميع جيداً حتى يتحمر الطحين.

بعد ذلك يضاف الماء ويحرك مافي الوعاء جيداً، وبعد عشر دقائق يصفى ما في الوعاء، وتوضع الصلصة على جانب حين الطلب.

وعند الطلب يقطع الظهر على شكل دوائر، وتصف في جاط ويقدم معها بطاطا محمرة مع خضار بالزبدة مع قليل من الصلصة.

* * *

كستليته خروف (روسته)

Roast Lamb chops

المقادير :

٢٠٠ غرام من كستليته الخروف .

٥٠ غرام بصل جوانح .

٥٠ غرام كرات .

٥٠ غرام جزر .

٢٥٠ غرام ماء، ملعقة طحين للصلصة .

بهار أبيض ٣٠ غرام .

ملح طعام ٥٠ غرام .

الطريقة :

تفرك الكستليته بالملح والبهار جيداً وتوضع في وعاء التحمير مع الخضار المطلوبة، ويضاف ملعقة سمنة على الكستليته، وتدخل إلى فرن مرتفع الحرارة، وتقلب حتى تتحمر جيداً.

بعد ذلك يضاف قليل من الماء ثم تلف بورق السلفر .

وعند النضوج ترفع من الوعاء جانباً، ويوضع وعاء التحمير على سطح الفرن، ثم يبقى يغلي قليلاً حتى يتبخر الماء .

عند ذلك يضاف الطحين إلى الخضار والسمنة ويقلب ويغلى الجميع قليلاً، ثم نصف الصلصة وتوضع جانباً .

وعند التقديم تقطع الكستليته على شكل دوائر مع مراعاة أن تكون الريش موزعة بالتساوي، وتصف داخل الجاط المطلوب، ويقدم معها بطاطا محمرة مع خضار بالزبدة، كما تقدم الصلصة .

كستلية مع صلصة البندورة

Lamb Chops With Sause Tomats

المقادير :

- ٢٠٠ غرام من لحمة الكستلية .
- ٦٠ غرام بصل جوانح .
- رأس ثوم ، ٣٠ غرام ملح طعام .
- ٥٠٠ غرام بندورة .
- ملعقة طحين للصلصة .
- ٣٠٠ غرام ماء .
- ١٥٠ غرام سمونة تقريباً .
- لقطة بهار أبيض .
- لقطة قرفة ناعمة .

الطريقة :

تنظف الكستلية وتقطع حسب الطلب وتدق قليلاً .
ثم تذاب الزبدة وتقلي الكستلية وتنقل إلى وعاء آخر، ثم يضاف البصل والثوم ويحمر بالزبدة بعد أن تخلط قليلاً من السمونة .
بعد ذلك تضاف البندورة المقطعة وتقلب مع الجميع جيداً ثم يضاف الملح والبهارات والماء وتوضع على نار قوية لتغلي قليلاً، ثم تخفف النار .
وبعد النضج ترفع الكستلية إلى وعاء آخر ثم تصفى الصلصة وتضاف إلى اللحمية، ثم توضع على جانب الفرن لحين الطلب .
عند التقديم تصف الكستلية في جاط ويقدم معها بطاطا بورية مع خضار بالزبدة .



كستليتة غنم أو خروف مشوية

Lamb Chops Grill

المقادير:

٢٠٠٠ غرام كستليتة منظفة ومقطعة، كما سبق.

قليل من الملح، وحسب الطلب.

لقطة بهارات.

٥٠ غرام زيت قلي.

الطريقة:

تكسر عظام الكستليتة وتنظف جيداً من العروق والشوائب، ثم تدق بسماعة ١ ستمتر تقريباً، وترش بزيت وتشوى في فرن جيد حتى يتم نضجها، أو تشوى على الفحم.

ثم تصف في جاط مع البطاطا والخضار السوتيه، وتقدم ساخنة.

* * *

كستليتة بانيه مع الكعك

Lamb Chops Panee

المقادير:

٢٠٠ غرام كستليتة منظفة ومقطعة، كما سبق ولكن تدق أكثر من الأولى.

٦ بيضات.

كعك مدقوق ٢٠٠ غرام.

بهار أبيض وقرفة ناعمة لقطة.

وقليل من جوزة الطيب.

الطريقة:

يكسر البيض في وعاء ويخفق بالشوكة أو الشريط، ويضاف الملح والبهار إلى البيض.

يحضر الكعك المطحون، ثم تغمر قطع الكستليتة بالبيض ثم بالكعك

وتدق باليد في بادئ الأمر، ثم تدق قليلاً بالساطور. علي الوجهين، بعد ذلك تقلى بالزيت النباتي على الوجهين وبعد النضج تقدم معها بطاطا بوريه مع خضار بالزبدة.

* * *

كستليتة غنم بالصينية «بالفرن»

المقادير:

- ٢٠٠ غرام كستليتة منظفة، كما سبق.
- بطاطا على شكل دوائر ٣٠٠ غرام.
- بندورة مقطعة ١٥٠٠ غرام.
- بصل جوانح ١٥٠ غرام.
- سمنه أو زبدة لقلي اللحم ٣٠٠ غرام.

الطريقة:

بعد تنظيف الكستليتة تقلى بالزيت النباتي أو الزبدة، ثم تحضر بطاطا سوتيه مع بصل جوانح، وتصف بالصينية وتصف الكستليتة فوق البطاطا، ثم تغطى الكستليتة بطبقة بطاطا أخرى، ثم طبقة من شرحات البندورة، ثم تضاف صلصة بندورة مع الملح والبهارات اللازمة.

تدخل إلى فرن معتدل الحرارة، وعند النضج ترفع من الفرن وتترك جانباً لحين الطلب.

تزين بالبقدونس عند السكب.

* * *

كستليتة غنم بالصلصة البيضاء

Lamb Chops With White Sause

المقادير:

تحضر كمية الكستليتة كما مرّ سابقاً، ولكن ندقها أكثر، كما نحضر البيض والكعك مثل «الكستليتة بانيه».

أما الصلصة البيضاء فتحضر كما سبق أيضاً.

الطريقة:

تحضر الزبدة في وعاء - على النار - معد لعمل الصلصات، ثم يضاف الطحين ويقلب قليلاً بالشريط، ثم يضاف الحليب الساخن مع التحريك المستمر حتى تغلي الصلصة، ثم يضاف الملح والبهار الأبيض وجوزة الطيب.

بعد ذلك تدق الكستلية، ثم تقلي بالزيت النباتي أو الزبدة، وتصف على طاولة رخامية، ثم ترص بثقل لمدة نصف ساعة، بعد ذلك تغط بالصلصة البيضاء، ثم بالبيض والكعك، ثم تدق قليلاً باليد، ثم تقلى بالزبدة أو الزيت النباتي على الوجهين، وعند النضج ترفع جانباً حين الطلب.

يقدم معها بطاطا بوريه وكذلك خضار الموسم بالزبدة.

* * *

لحم غنم مشوي

Grill Lamb Meat

المقادير:

- ٢٠٠٠ غرام من فيليه الخاروف.
- ٥٠٠ غرام دهن.
- ٤٠٠ غرام بصل مقشر ومدقوق.
- لقطة بهار أسود.
- ٣٠ غرام ملح طعام.
- لقطة بهار أبيض.
- ٣٠٠ غرام بندورة مقطعة أيضاً للشوي.
- ٣٠٠ غرام بصل مقطع يشك مع اللحم على السيخ.

الطريقة:

يقطع اللحم والبصل والدهن قطعاً صغيرة بحجم الجوزة، ثم تفرك بالملح والبهار جيداً.

وعند الطلب تشك اللحم مرتبة على السيخ بالشكل التالي : لحمه، بصله، دهنة، لحمه، وتوشى على ظهر فرن معتدل الحرارة، أو على الفحم.
وعند النضج الجيد يفتح رغيف الخبز وتوضع الأسياخ في وسطه وتسحب، ثم تشك البندورة وتشوى أيضاً، وتضاف إلى اللحم المشوي داخل الخبز، ويقدم معه حين الطلب سلطات، ولبن ومتبّل باذنجان، وحمص بالطحينة.

* * *

كفتة أو كباب مشوي

Shish Kabab Maison

المقادير :

١٠٠٠ غرام من لحمه الخروف الطازجة .

ويستحسن أن تكون من الرقبة أو الكتف .

٢٥ غرام ملح طعام .

١٨٠ غرام بصل مفروم ناعم .

١٥٠ غرام بقدونس مفروم ناعم .

الطريقة :

يفرم اللحم على الماكينة فرماً ناعماً مرتين، ثم يفرك البصل المفروم ناعماً أيضاً بالملح والبهارات جيداً، ويخلط باللحمه مع البقدونس، ثم يشك على سيخ وتشوى على الفرن أو الفحم، ثم يوضع داخل الرغيف ويسحب السيخ منه، ويقدم عند الطلب ساخناً، وتقدم معه سلطات متنوعة، أو حمص بطحينة، أو متبل أو لبن رايب .

* * *

كفتة أقراص مشوية

الطريقة :

تحضر الكفتة بنفس الطريقة السابقة، ثم تقرص أقراصاً مستديرة .

وتقلي بالزبدة حتى تنضج وتقدم عند الطلب ومعها بطاطا، وبصل مشوي وبندورة مشوية.

ملاحظة:

يمكن إضافة لب الخبز المنقوع بالحليب مع صفار بيضتين.
وكذلك يمكن أن يغط القرص بالبيض المخفوق ثم بالكعك المدقوق قبل القلي.

* * *

كفتة بالبرغل مشوية

المقادير:

١٠٠٠ غرام من لحمه الخروف.

١٠٠ غرام دهنة.

٢٠٠ غرام برغل ناعم.

٦٠ غرام بصل.

ملح طعام ٣٠ غرام.

لقطة بهارات.

الطريقة:

تحضر الكفتة كما ورد في كفتة الأقراص المشوية، على أن يخلط البرغل مع اللحم المفرومة ثم يفرم ثانية مع البصل والملح والبهارات.

وبعد ذلك تعجن جيداً وتشك على السيخ وتشوي على النار وتوضع في وسط خبز عربي، ويقدم معها بصل مشوي وبندورة مشوية، وسلطات ولبن ومقبلات على حدة.

* * *

فتة كفتة مع اللبن

المقادير:

١٥٠٠ غرام من اللحم.

٦٠ غرام دهنة .

ملح طعام ٢٠ غرام .

لبن رايب ١٥٠٠ غرام بشرط أن يصفى قليلاً من الماء .

٢٥٠ غرام خبز عربي محمص .

باكيت زبدة واحد .

ثوم مدقوق .

نعنع يابس .

وفلفل أحمر للتزيين .

الطريقة :

تحضر الكفتة كما سبق ، وتقرص أقراص مستديرة وتقلي بالزبدة حتى تنضج ، ثم ترفع إلى وعاء آخر وتوضع قرب الفرن لحين الطلب .

يحمص الخبز ويكسر إلى قطع صغيرة ويوضع في وعاء فخاري عميق ، يخلط اللبن والثوم المدقوق ، ويضاف إليه النعنع اليابس ويخلط جيداً بالخبز ، ثم يسكب في جاط معد لذلك .

ثم تصف الكفتة على الوجه مع رش قليل من النعنع ، ويزين بالفلفل الأحمر ، ويرش قليلاً من الصنوبر .

* * *

فتة كفتة مع مرق السبانخ (يخنة)

الطريقة :

تحضر الكفتة كما سبق ، على أن يحضر عجين فطير ، يخبز على الصاج ، ثم يفت في الوعاء ، ويخلط باللبن الممزوج بالثوم والنعنع ، ثم يضاف مرق السبانخ ، ثم تصف الكفتة على الوجه ، ويزين بالصنوبر بعد إضافة قليل من اللبن على الوجه .

ملاحظة: تعتبر هذه الوجبة من الوجبات السريعة .

* * *

كفتة روستة (محمرة بالفرن)

المقادير :

- لحمة بوزن ١٥٠٠ غرام .
- ٣٠ غرام من الملح .
- بهار أبيض .
- ٣٠ غرام طحين .
- لقطة من جوزة الطيب المطحونة .
- ٣ بيضات .
- ١٠٠ غرام فستق حلبي مقشر .

الطريقة :

تحضر الكفتة كما شرح سابقاً ويخلط معها البيض والملح والبهارات، وتدعك جيداً، وتلف اللحم بشكل أسطواني وتربط جيداً، ثم توضع في وعاء معد للفرن مع إضافة قليل من الماء، ويوضع فوقها ثقل مباشرة، وتدخل إلى فرن معتدل الحرارة.

ثم يضاف المرق المتبقي بعد إضافة قليل من «الرو الأشقر» إليه ثم يغلي جيداً.

ثم يسكب فوقه اللحم، ويعدل الملح والبهار، ويترك على النار فترة قليلة، ثم يرفع اللحم حتى يبرد قليلاً، ثم يقطع على شكل دوائر.

وعند الطلب يصف في جاط مزين بخضار الموسم مع بطاطا سوتية، وتضاف الصلصة فوق اللحم، ويقدم الجميع حين الطلب ساخناً.

ملاحظة :

يمكن إضافة ١٥٠ غرام من لبّ الخبز الإفرنجي المنقوع بالحليب .



فتايل غنم مقلية بالحامض «فيليه»

المقادير:

٥٠٠ غرام من فتايل الخروف.

لقطة بهار أبيض.

ملعقة من الطحين.

زبدة ١٠٠ غرام.

عصير ليمونة واحدة.

ملعقة شاي من ملح الطعام.

الطريقة:

تنظف فيليه الخروف من الدهن والشحم، وتشق طولياً، وتدق بالمطرقة على خشبة اللحم، ثم تصف على الخشبة ويوضع عليها ثقل، ثم تقلى الفتايل حتى تحمر، ثم ترفع من المقلية، ويوضع الطحين ويحرك جيداً حتى يصبح لونه وردياً.

وبعد ذلك يضاف نصف كأس من الماء مع الحامض المطلوب لتغلي جيداً، ثم تضاف الفتائل وتنقل إلى نار متوسطة، وبعد عشر دقائق تقريباً ترفع عن النار وتغطي لحين الطلب.

* * *

القدرة

الكمية:

لحم خروف قطع وسط ٣٠٠٠ غرام.

حمص منقوع ومسلوق ٣٠٠ غرام.

أرز بشاور أو مصري نخب أول ١٥٠٠ غرام.

ملح، وقليل من العصفور، وسمنة بلدية ملعقة كبيرة.

الطريقة:

تسلق اللحمه وتملح وكذلك يسلق الحمص ويصفى من الماء. ينقع الأرز ويغسل جيداً، وبعد ذلك حضر القدرة الفخارية، واسكب بداخلها طبقة لحم

ثم أرز، ثم حمص وبعد ذلك قم بتصفية مرق اللحم جيداً، وأضف ما يلزم من الملح واغمر الخليط بمرق اللحم، ثم أضف ملعقة سمنة بلدي .
بعد ذلك ضع القدرة داخل فرن متوسط الحرارة حتى درجة النضوج .
بعد ذلك يقلب بوسط جاط مستدير وترتب قليلاً ويقدم معها لبن رايب على حدة .

آيرس ستيو

Irish Lanmb Stew

الكمية :

لحم خروف ٣ كغم .

بصل كوزات ٣٠٠ غرام منظم، بصل مفروم ٢٠٠ غرام، جزر كوزات، منظم ٣٠٠ غرام، ملفوف مسلووق ومفروم جليان ٥٠٠ غرام .

الطريقة :

قطّع لحم الخروف قطع متساوية وقم بقليها بزيت نباتي، ضع قطع اللحم صفوفاً في طنجرة تتخللها قطع البصل المفروم والكوزيات المقلية وكذلك الجزر وبعض النباتات العطرية، اغمر الجميع بالماء الغالي والملح قم بتغطية الطنجرة جيداً وضعها على نار قوية حتى تغلي، ثم خفف النار، وبعد نصف ساعة أضف الملفوف المسلووق والمصفى من الماء، ثم البطاطا المنظفة إلى ما تقدم ذكره، وادخل الطنجرة إلى فرن متوسط الحرارة، وابقها نحو ساعة بعد ذلك ارفع ما في الطنجرة وضعه في طبق وصف الخضار على الجوانب مع الصلصة وقدمه وهو ساخن .

اسكلب فنواز

Escalope Viennolse

الطريقة :

- ١- خذ قطعة من الاسكلب العادي .
- ٢- ضعها على بلاطة رخامية مرشوشة بالكعك، دقها قليلاً بالساطور على الوجهين، ثم بشكل متوازي .

٣- عند الطلب اقلها بالزيت النباتي وقليل من الزبدة على الوجهين أيضاً.

٤- تقدم بجاط ومعها بطاطا سوتيه وخضار بالزبدة.

٥- يقدم مع الأسكلب فنواز شرحات ليمون على الوجه.

٦- زلال بيض مطحون. صفار بيض مطحون، بقدونس ناعم، وقطعة إنشواه وحب قبار مع مراعاة الترتيب على قطعة الليمون، وعند التقديم توضع على وجه الإسكلب.

* * *

ستيك خروف

Grilled Lamb Steak

الطريقة :

١- خذ فخذ خروف منظم من الدهون، وقطع بالمنشار منه قطع ستيك بوزن ١٥٠ غرام مع العظم على أن يكون التقطيع عرضي للفخذ.

٢- دق ستيك الخروف قليلاً بمدقة اللحم، ثم ادهنه بقليل من زيت الزيتون.

٣- تتم عملية الشواء على صاج الفرن على الوجهين حتى النضوج. يقدم مع الستيك بطاطا وخضار بالزبدة.

* * *

ثانياً: لحم العجل والبقر

ستيك مفروم

Minced Steaks

المقادير:

- ١ كغم لحم بقري مفروم
- بيض كامل عدد ٣
- ملح طعام ١٠٠ غرام
- فلفل أسود رشّة
- بندورة ٢٥٠ غرام
- بصل ١٥٠ غرام
- ثوم ٥٠ غرام
- خيار كبيس ٥٠ غرام
- كتشاب أو رُبّ بندورة ١٠٠ غرام
- فليفلة حلوة شرائح للزينة.
- قليل من الصلصة.

الطريقة:

تفرم البصلة ناعم وكذلك الثوم يحمر الجميع بالزبدة، تقشر البندورة وتفرم ناعماً وتضاف إلى المقلاة ثم الفليفلة المفرومة، ثم يضاف المخلل إلى الخليط، ورُبّ البندورة ويبقى على نار هادئة لمدة ٢٠ دقيقة، بعد ذلك يخلط اللحم مع البيض والملح والبهارات، وتقرص قطع مستديرة الشكل، متساوية الوزن تقريباً. وبعد ذلك تغطى الأقراص بالطحين جيداً على أن لا يعلق كثيراً بها خوفاً من حرقه بالزيت، تقلى بالزبدة حتى تنضج حسب المذاق، بعد ذلك تصف بجاط وتضاف الصلصة فوق

الجميع، ويزين وسط الستيك بالفلفل الشرحات والزيتون الأسود.
يقدم على حدة، أو مع أرز مفلفل أو معكرونة بالزبدة.

* * *

رأس عجل بالخل

الطريقة :

ينظف رأس العجل بعد سلخه جيداً، ويغسل بالماء البارد ثم يستخرج النخاع بعد كسر الجمجمة، ويجرم الرأس بقدر الإمكان فيستخرج اللحم، ويكرر غسله بالماء البارد والخل أيضاً، ثم يوضع داخل طنجرة ويغمر بالماء البارد وترفع إلى نار قوية حتى تغلى مدة عشر دقائق، بعد ذلك ترفع عن النار وتوضع تحت ماء بارد مدة لتبرد ثم ترفع من الماء وتفرك بالملح والليمون الحامض، والخل الجيد. وبعد ذلك تغسل بالماء البارد وتقطع قطع متساوية مع مراعاة عدم تقطيع اللسان.

عندئذ توضع في طنجرة ثانية وتغمر بالماء، وترفع إلى نار قوية، لتغلي ثم تخفف النار حسب الطلب، بعد أول غلية ترفع الزفرة عن الوجه كلما وجدت، ثم يضاف بعد ذلك باقة من النباتات العطرية، ورأس بصل مشوي إلى الطنجرة مع ملعقة كبيرة من الخل الأبيض، كذلك يضاف الملح اللازم وحبوب بهار أسود مع ليمونة مقطعة أربع قطع.

بعد هذا تبقى الطنجرة على النار حتى تنضج، ثم ترفع عن النار جانباً ويبقى لحم الرأس داخل المرق لحين التقديم، وأما النخاع فيسلق كما شرح سابقاً، وحين التقديم يصفى اللحم من المرق، ويصف داخل جاط معد للسفرة، وبين كل قطعة والثانية يتخلل شرحات من اللسان والنخاع.

ثم يضرب صوص فينكرت بالبيض والخل والزيت، وقدم هذا على حدة ويزين الجاط أيضاً بالبقدونس وشرحات الليمون الحامض، وأوراق الخس وغيره.

ملاحظة :

لا مانع من تقديم شوربة الرأس على حدة في سوسيرة بعد أن تصفى، ويضاف إليها بقدونس ناعم مع ملعقة خل أبيض أيضاً.

لسان عجل محمّر

الطريقة :

لسان عجل واحد ينظف ويغسل بالماء جيداً، ثم يفرك بملح البارد ويترك في وعاء فخاري ١٢-١٦ ساعة تقريباً، ثم يرفع من الوعاء ويغسل جيداً ويوضع في وعاء معد للسلق.

وعند أول غلية ترفع الزفرة، ثم يضاف باقة من النباتات العطرية مع ١٠٠٠ غرام من البندورة الطازجة ويستمر الغليان حتى النضج، وبعد ذلك يرفع عن النار ويقشر اللسان بعد أن يبرد قليلاً.

يوضع سمّنة داخل طنجرة ويحمر اللسان على نار قوية أو بواسطة الفرن. وبعد النضج ترفع الطنجرة وتوضع بجانب الفرن بعد رفع اللسان منها.

أضف إلى الطنجرة ملعقتين من الطحين وحرك الجميع على نار هادئة بعض الوقت حتى يتحمر الطحين. بعد ذلك يضاف تقريباً نصف لتر من الماء الساخن وتبقى على النار قليلاً، ثم تصفى.

وعند التقديم يقطع اللسان إلى شرائح، ثم يصف في وعاء التقديم، وتصب الصلصة فوق الجميع، ويقدم مع اللسان أي نوع من البطاطا والخضار السوتية حسب الطلب.

ملاحظة :

يمكن أن يقدم اللسان بارداً، وذلك بتقطيعه على شكل حلقات وترتيبه في جاط، وتزيينه بالبقدونس والخس والبندورة وشرحات الليمون ومخلل الخيار.

* * *

رأس عجل بالبندورة

الطريقة :

حضر رأس العجل كما شرح سابقاً، ولكن أضف ٥٠ غرام من رب البندورة المعلبة، بعد رفع زفرة اللحم.

حضر صلصة بندورة كالعادة وكما مر في باب الصلصة الحمراء، ولكن لتكون الصلصة غير مصفاة بل فيها بندورة مفرومة بالسكين ومقشرة، زد على ذلك لا يقل عن ١٠٠ غرام من المشروم المفروم جليان، هذا مع مراعاة الملح والبهارات.

تقدم اللحمية على حدة مصفوفة في جاط التقديم، يتخلل اللحم شرحات من اللسان، والنخاع المسلوق، أيضاً وتقدم الصلصة على حدة مزينة بالبقدونس الناعم.

* * *

القورمة

الطريقة :

تحضر كمية من فخذ العجل خالية من الدهن تماماً، وتقطع قطعاً صغيرة بحجم حبة الحمص المنقوعة، وتفرم على الماكينة الخشنة أيضاً.

يفرم الدهن على الماكينة الخشنة، ويوضع في قدر كبير، ويحرك جيداً بملعقة خشبية كبيرة، وقبل نضج الدهن يضاف اللحم المفروم والمخلوط بالملح بنسبة ٣٠٪ من الجميع.

هذا ويراعى استمرارية التحريك خوفاً من احتراق اللحمية في قاع القدر. وعند النضج يبرد ويسكب في أوعية فخارية مدهونة، أو أوعية زجاجية.

ملاحظة :

تقدم القاورمة مع البيض المقلي أو الحمص أو تطبخ مع الكشك أو غير ذلك.

* * *

كفتة بالصينية

المقادير :

١٥٠٠ غرام لحمة

١٠٠ غرام من رب البندورة

بصل ١٥٠ غرام

ملح وبهارات

بندورة طازجة حمراء ١٠٠٠ غرام

٥٠ غرام صنوبر

بطاطا ٥٠٠ غرام

الطريقة:

تحضر الكفتة بخلط المواد بعد فرمها بالماكينة جيداً، ثم تطحن وتدعك باليد.

وحين الطلب تمد الكفتة في صينية متوسطة الحجم بعد إضافة الصلصة المطلوبة، حيث يعصر مع رُب البندورة بندورة حمراء أيضاً لا يقل عن ٣٠٠ غرام، وتقطع البطاطا حلقات وتقلي وتصف على وجه الصينية، وفوقها قطع بندورة أيضاً.

بعد ذلك تدخل إلى الفرن حتى تنضج وتقدم حين الطلب.

ملاحظة:

يمكن مد الكفتة بالصينية جيداً وإدخالها بالفرن حتى تحمر، وبعد ذلك تضاف الصلصة المعدة والبطاطا والبندورة، وتدخل ثانية لتنضج.

* * *

روسة عجل

Roast Beef

المقادير:

٢٠٠٠ غرام من لحم العجل، أي من الفخذ الطويلة أو الشهاية أو المدورة أو اللعبة أو من ظهر العجل الخارجي أو الفيليه الداخلية. سمئة ملعقة تقريباً.

لقطة بهار أبيض أو بهار أسود.

جزر ٥٠ غرام

بصل ٥٠ غرام

كرات ٥٠ غرام

رأس من الثوم

ورقتان من الغار

وعودان من القرفة

عرقان من البقدونس بدون ورقه

ملح طعام حسب الطلب، وطحين لا يقل عن ٦٠ غراماً لتحمير الصلصة.

الطريقة :

ينظف اللحم ويفرك بالملح والبهارات ويربط بالخيوط إن لزم، ويوضع في وعاء مع جميع الخضار المطلوبة المقطعة قطعاً مناسبة، وتضاف أيضاً السمنة وتدخل إلى فرن جيد الحرارة لتحمر جيداً، وتقلب بين الحين والآخر.

عند ذلك يضاف الماء إلى الوعاء ويغطى الوعاء جيداً وتترك بالفرن أو يرفع على سطحه حتى ينضج.

بعد ذلك ترفع اللحمية من الوعاء وتبقى تغلي على النار حتى يتبخر القسم الأكبر من المرق.

ثم يضاف الطحين ويحرك مع الخضار بين حين وآخر حتى يتحمر أيضاً.

ثم يضاف المرق أو الماء وتترك لتغلي على النار جيداً، ثم تصفى وتفرك بالشريط داخل المصفاة، ثم تعاد إلى النار قليلاً، ويرفع بعض المواد الدهنية عن الوجه.

وعند الطلب يقطع اللحم على شكل دوائر، وتصف داخل جاط، وتزين بالخضار والبطاطا المطلوبة.

ملاحظة :

يمكن معرفة أن اللحمية قد نضجت عن طريق خبزها بسيخ اللحمية أو الشوكة، فإذا وجد داخلها ماء أو نوع من الدم، فتكون غير ناضجة، أما إذا كانت خالية من ذلك فتكون قد نضجت.

روسته مع الثوم والبندورة الحمراء

المقادير:

١٠٠٠ غرام من فخذ العجل

٥٠ غرام ثوم مقشر

١٠٠ غرام بندورة حمراء

ملح طعام حسب الطلب

لقطة بهار أبيض

سمنة للتحمير

١٠٠ غرام طحين

٣٠ غرام بصل

٥٠ غرام جوانح كرات

٥٠ غرام جزر

٥٠ غرام رُب البندورة

ورق غار

قرفة عيدان

الطريقة:

افرك اللحم بالبهار والملح والسمنة وضعها في وعاء معد للتحمير مع باقي الخضار والبندورة وحمورها جيداً، قلبها من حين إلى آخر، وعند التحمير أضف قليلاً من الماء، واتركها بالفرن حتى درجة النضج.

عند ذلك ارفعها من الفرن، وضع الوعاء على سطح الفرن ودعه يغلي حتى يتبخر الماء تقريباً.

بعد ذلك أضف الطحين مع استمرارية التحريك حتى يتحمر تماماً، أضف الماء إلى الجميع مع مراعاة التحريك أيضاً.

وبعد ذلك أضف رُب البندورة وحرك الجميع جيداً.

وبعد أن تغلي لمدة عشر دقائق نصفي الصلصة ونضعها على جانب الفرن، ونرفع السمنة عن وجه الصلصة ونتركها لحين الطلب.

* * *

موزات عجل بالصلصة الحمراء

المقادير:

١٠٠٠ غرام من موزات العجل
٥٠ غرام بصل مفروم ناعماً
٥٠ غرام كرات أبيض مفروم ناعماً
ثوم ٢٥ غرام
سمنة ٢٥٠ غرام لقلي أو تحمير اللحم
طحين ٥٠ غرام لتعقيد الصلصة
رُب بندورة ١٥٠ غرام
بندورة حمراء ١٠٠٠ غرام

الطريقة:

تقطع اللحم وتقلي أو تحمر بالملقلى جيداً، ثم ترفع وتوضع داخل طنجرة معدة للطهي، ثم يضاف البصل والكرات والبندورة وتقلب جيداً ثم يضاف الطحين ورُب البندورة وتقلب جيداً، ثم يضاف إليها الماء الساخن أو مرق اللحم إن وجد.

يترك الجميع يغلي على النار لمدة ١٠ دقائق، ثم تطحن الخضار وتصفى، وتضاف إلى اللحم وتبقى تغلي على نار هادئة حتى تنضج. يقدم معها أيضاً جزر وبطاطا محمّرة.

كما يضاف عند التقديم ملعقة كريّة على وجه الصلصة مع ٥٠ غرام مشروم (فطر) قطع.

ملاحظة:

كذلك لحمة العجل سواء من الفخذ أو الباط تقطع قطعاً لا تقل عن ١٠٠ غرام وتطبخ بنفس الطريقة والكمية.

لحمة محمّرة مع الصلصة البنية

المقادير:

١٠٠٠ غرام من لحمة العجل الإبط «الكتف» أو الفخذ مقطعة قطعاً
تزن القطعة ٨٠ إلى ١٠٠ غرام تقريباً.

بصل ١٥٠ غرام

ثوم ٥٠ غرام

جزر ٢٠٠ غرام

بطاطا ٢٠٠ غرام

طحين ١٠٠ غرام

كرات أبيض ٥٠ غرام

سمنة ٢٠٠ غرام

الطريقة:

بعد تنظيف اللحمة وتقطيعها تقلى بالسمنة وتحمر جيداً، وبعد ذلك ترفع إلى طنجرة أخرى معدة للطهي، ويضاف ٥٠ غرام من البصل والثوم والكرات، وتقلي في نفس السمنة، وبعد قليل يضاف الطحين مع مراعاة التحريك المستمر، ثم يضاف الماء الساخن أو المرق إن وجد، وتترك على النار تغلي لمدة عشر دقائق.

بعد ذلك يطحن الجميع ويصفى على اللحمة، وتوضع على نار قوية لتغلي جيداً ثم تخفف النار.

وعند النضج تملح وتبهر حسب الطلب، ويقدم معها بطاطا كوزات محمرة، وجزر كوزات مسلوق، وبصل كوزات محمر، كما يضاف إليها أيضاً مشروم لا يقل عن ٥٠ غرام حب، وصلصة روسته.

سلق نخاع الغنم أو البقر

الطريقة:

يقشر النخاع بنزع الغشاء الرقيق الذي يغلفه، ثم يغسل بالماء البارد، ثم يسلق بعد إضافة ٨ غرامات من ملح الطعام لكل نخاع، مع بصلة

مقشرة ومقطعة، وقطعة من الليمون الحامض، وملعقة من الخل الأبيض
ثم توضع هذه المواد على نار قوية لتغلي لمدة عشر دقائق تقريباً، ثم ترفع
عن النار.

ملاحظة:

إذا أردنا الاحتفاظ بالنخاعات لمدة طويلة يجب مراعاة ما يلي:
تبقى النخاعات في ماء السلق وتوضع في وعاء فخاري أو زجاجي
بعد أن تبرد، وتوضع داخل الثلاجة. وحين الاستعمال يغسل النخاع
جيداً بالماء البارد ثم تستعمل حسب الطلب.
أما إذا أردت استعمالها بعد انتهاء الطهي مباشرة، فاغسلها بالماء البارد
واستعملها كما ترغب.



نخاعات مقلية بالزبدة

المقادير:

٥ نخاعات مسلوقة

١٥ غرام من ملح الطعام

نصف ملعقة شاي من البهار الأبيض

١٨٠ غرام زبدة

الطريقة:

بعد غسل النخاع تقطع شرحات ويرش عليه الملح والبهارات، ثم
توضع الزبدة في مقل على النار حتى تذوب، ثم تضاف النخاعات إليها
وتقلب على النار، لمدة عشر دقائق حتى تسخن جيداً، ثم يحضر عصير
ليمونة حامضة وترش على النخاعات وهي على النار، وبعد ذلك توضع
داخل جاط وتترك لحين الطلب، وتقدم ساخنة مع أي نوع من البطاطا
المجهزة، أو الخضار بالزبدة وتزين بالبقدونس الناعم.



نخاعات مقلية بانيه

المقادير:

- ٥ نخاعات غنم أو بقر
- ثلاث بيضات
- بهار أبيض لقطه
- قرفة ناعمة لقطه واحدة
- ١٨٠ غرام من الزبدة للقلي
- ٢٠٠ غرام كعك مطحون
- ١٥ غرام من ملح الطعام

الطريقة:

تقطع النخاعات المسلوقة قطعاً دائرية متساوية، ويكسر البيض ويخفق مع البهارات وملح الطعام. تغمس قطع النخاعات بالبيض ثم بالكعك، وتعمل بانيه على الوجهين، ثم تذاب الزبدة على النار، ثم تقلى النخاعات على نار متوسطة الحرارة، وتقلب على الوجهين. بعد ذلك ترفع عن النار وتصفى في وسط جاط دائري، ويقدم معها بطاطا مقلية، وخضار بالزبدة، وتزين أيضاً بالبقدونس وبقطع من الليمون. يحضر هذا الصنف قبل الطلب بنصف ساعة تقريباً.

* * *

نخاعات مقلية بانيه «عجة»

المقادير:

- ٥ نخاعات غنم أو بقر مسلوقة كما ورد
- ١٥ غرام من ملح الطعام
- بهار أبيض لقطه
- ٣٠ - ٤٠ غرام طحين

٢٨٠ غرام زبدة للقلي

٨ بيضات

الطريقة :

تقطع النخاعات قطعاً مستديرة ويرش عليها الملح والبهارات، ثم يكسر البيض ويفصل الزلال عن الصفار.

يوضع البياض في وعاء ويخفق جيداً حتى يصبح شديد البياض، ثم يضاف الصفار إليه بعد أن يخلط جيداً مع الطحين، ويحرك الجميع رويداً رويداً.

تذاب الزبدة في وعاء على النار وتغمس قطع النخاعات في المزيج جيداً، وتقلي بالزبدة على الوجهين، ثم ترفع من الوعاء، وتصف في جاط وتقدم ساخنة حين الطلب، مع خضار بالزبدة أو كوسا مقلية وقطع من الليمون.

* * *

سلطة نخاعات

المقادير :

٤ نخاعات مسلوقة

٥ غرامات من ملح الطعام

حبتان ليمون للعصير

زيت ملعقة

باقة بقدونس صغيرة مفرومة ناعمة

لقطة بهار أبيض

الطريقة :

تقطع النخاعات قطعاً دائرية متساوية، وتصف في وسط الجاط المعدّ للتقديم، ثم يخلط الزيت والحامض وملح الطعام مع البهار ويمزج جيداً، ثم يرش فوق النخاعات، وتزين النخاعات بالبقدونس المفروم وشرحات البندورة وخس جليان «رفيع» وشرحات ليمون.

يقدم هذا النوع بارداً عند الطلب.

كلاوي مقلية مع الحامض

المقادير:

خمس كلاوي عجل
١٥ غرام من ملح الطعام
لقطة من البهار الأبيض
١٥٠ غرام من الزبدة
طحين نصف ملعقة طعام
عصير ليمون

الطريقة:

تقطع الكلاوي شرحات بالطول، وتصف على قطعة خشبية على الطاولة بعد وضع ثقل عليها لمدة عشر دقائق، بعد ذلك ترش بالملح والبهارات المطلوبة، ثم تذاب الزبدة بالمقلي، وتقلي الشرحات بالزبدة، وتقلب على الوجهين وعند النضج ترفع من المقل إلى وعاء آخر.

يضاف إلى المقل الطحين رويداً رويداً مع مراعاة التحريك، ثم يضاف عصير الليمون. وبعد أن تغلي لمدة عشر دقائق تقريباً تعاد الكلاوي إلى المقل وتغطى وتبقى لحين الطلب.

تقدم الكلاوي ساخنة ومعها أي نوع من أنواع البطاطا يحضر هذا النوع من الطعام قبل الوقت بنصف ساعة تقريباً.

* * *

كلاوي مقلية مع الخل

المقادير:

كلاوي عجل عدد خمسة.
ملعقتان طعام من الخل الأحمر
١٠٠ غرام بصل مفروم ناعماً
٢٠ غرام ثوم
٣٠ غرام طحين
١٥٠ غرام من الزبدة

٢٠٠ غرام ماء ساخن

بهار طعام

وملح حسب الطلب

الطريقة :

تقشر الكلاوي وتقطع طولياً شرحات، وتصف على خشبة فوق طاولة بعد وضع ثقل عليها لمدة عشر دقائق، ثم تذاب الزبدة وتقلي الشرحات جيداً على الوجهين، ثم ترفع إلى وعاء آخر، ثم يضاف البصل والثوم ليقلى جيداً بحيث يصبح لونه ذهبياً.

بعد ذلك يضاف الطحين ويقلب الجميع جيداً، ثم يضاف الخل والماء ويحرك رويداً رويداً. حتى الغليان، ثم تنقل إلى نار متوسطة الحرارة لمدة ١٠ دقائق، ثم يضاف الملح والبهارات وتصفى بمصفاة ناعمة، وتضاف إلى الكلاوي وتترك تغلي على نار متوسطة حتى تنضج.

وتقدم ساخنة على خبز توست محمص.

عند التقديم يستحسن أن يضاف ١٠٠ غرام مشروم قطعاً مع التزين المناسب.

ملاحظة :

عند استخدام كلاوي الغنم تستخدم نفس الطريقة المتبعة في كلاوي البقر.

* * *

فخذ عجل صغير محمر

Cuesse Rotie

الطريقة :

نظف الفخذ وملحه وبهره، ثم ضع في قعر الوعاء المعد للطهي ما

يلي :

شرحات من دهن الخروف، وشرحات من البصل، والجزر، وعروق بقدونس، وورق غار، عودان قرفه، ورأس ثوم، وقليل من ورق الزعتر.

ضع الفخذ أيضاً داخل الوعاء ثم ادهن الفخذ بقليل من السمنة ورش أيضاً ملعقة صغيرة من البهار الأبيض، وأدخل الجميع إلى الفرن وقلب الفخذ بين الحين والآخر حتى يتحمر.

بعد ذلك أضف إليه المرق إن وجد أو الماء الساخن وغطّ الوعاء بغطاء محكم حتى ينضج. ثم يرفع من الفرن إلى سطحه، ويرفع الفخذ إلى وعاء معد للتقديم.

وفي أثناء التقديم يقدم على جوانبه بطاطا محمرة، والخضار المسلوقة «بالزبدة»، وتقدم الصلصة بعد تصفيتها كما مر سابقاً مزوقة بشرحات فطر.

* * *

شرحات فيليه

Filet Frit

الطريقة:

تخضر شرحات من رأس الفيليه أو ذيلها، أو ظهر العجل بوزن مائة غرام لكل شرحه، ثم تدق بالساطور دقاً خفيفاً.

تغمس الشرحات بالطحين على الوجهين، ثم تقلى بالسمنة حتى تحمر على الوجهين.

أضف إلى زبدة القلي ملعقة طحين وحركه بالزبدة، ثم أضف ربع لتر من مرق اللحم واترك الجميع يغلي لمدة عشرة دقائق على نار هادئة.

قم بتصفية هذه الصلصة بمصفاة ناعمة وضعها على شرحات الفيليه.

تقدم حين الطلب ساخنة مع البطاطا المحمرة والخضار بالزبدة والمشروم.

ملاحظة:

يمكن قلي هذه الشرحات بالكعك ويمكن أن يقدم معها نوى بالزبدة أو بوريه بطاطا أو كستنة.

روسته فيليه بالفستق الحلبي

الطريقة :

خذ قطعة من الفيليه الداخلية للعجل وزن ٢٠٠٠ غرام، ونظفها جيداً من الشحومات أو العروق .

اغرز رأس سيخ اللحمه بالفيليه، ثم قم بحشو مكان السيخ بالفستق الحلبي المقشر، وتستمر عملية الحشي بهذا الشكل حتى تنتهي من قطعة الفيليه بالكامل .

ضع في قعر الوعاء شرحات من البصل والبندورة وعروق البقدونس وقليل من الثوم وورق الغار وعودين من القرفة ورأس بصل مثبت به كبش قرنفل، وشرحات جزر .

ثم ادهن قطعة الفيليه بالبهارات والملح المطلوب ورش عليها ملعقتين من السمنة، وضعها داخل الوعاء وأدخلها إلى الفرن وقلّبها بين الحين والآخر حتى يصبح لونها وردياً .

بعد ذلك أضف إليها ما يعادل لترأ من المرق أو الماء الساخن وتركها داخل الفرن بعد تغطيتها حتى تنضج، بعد ذلك ارفعها من الوعاء، وضعها داخل جاط وضع الوعاء على النار حتى يتبخر منها الماء ثم أضف لها ٥٠ غرام من الطحين وحركها جيداً، ثم أضف لها لترأ من الماء الساخن وتركها تغلي على النار لمدة عشر دقائق، ثم قم بتصفيتها في وعاء آخر وقدمها مع الفيليه حين الطلب .

ملاحظة :

يقدم معها على جوانب الفيليه، بطاطا محمرة، وخضار الموسم بالزبدة .

* * *

البفتيك (ستيك)

Beef Steaks

الطريقة :

خذ كمية من ظهر العجل أو الفيليه الداخلية بوزن ٦٢٥ غرام تقريباً وقطعها قطعاً دائرية بحيث تكون وزن كل قطعة ١٢٥ غرام تقريباً .

دقها بالمدقة على طاولة خشبية بقدر نصف السماكة وادهنها بالزيت على وجهها.

ثم تشوى على نار قوية على سطح الفرن أو داخل مقلّى الزيت أو تشوى على الفحم إلى أن يظهر على وجهها حبوب حمراء تقلب وتملح.

وبعد أن تنضج تصف في طبق وتوضع على كل قطعة قطعة زبدة صغيرة.

ثم تقدم على كلا الجانبين بطاطا مقلية وخضار بالزبدة، ويجب أن يكون الجميع ساخناً.

* * *

البفتيك مع الكعك

Beef Steaks With Breab

المقادير:

١٠٠٠ غرام من ظهر العجل أو الفيليه الداخلية

ملعقة صغيرة من الملح

لقطة قرفة ناعمة وبهار أبيض

٤ بيضات

٢٠٠ غرام كعك مطحون

قليل من جوزة الطيب

الطريقة:

تقطع اللحم بوزن ١٠٠ غرام وتدق بسماكة ربع اللحم، ثم يخفق البيض بعد إضافة الملح والبهارات إليه، ثم تغمس قطع اللحم بالبيض وتقلب بالكعك على الوجهين، ثم ترفع من الكعك وتدق قليلاً بالساطور حتى تصبح القطعة متماسكة، ثم تقلى بالمقلّى بعد أن تذاب الزبدة، ثم تقدم ساخنة.

ملاحظة:

تحضير هذا النوع من الطعام شبيه بطريقة الأسكلوبانيه.

ويقدم معها الخضار والبطاطا المقلية.

البفتيك بالصلصة البيضاء Beef Steaks With White Sauce

الطريقة :

خذ قطعة من الفيليه الداخليه للعجل أو ظهر العجل ، وقطعها بشكل دائري بسماكة نصف سنتيمتر تقريباً ودقها أيضاً واقلها بالزبدة، ثم ضعها على خشبه فوق الطاولة، وضع عليها ثقلاً حتى يجري الدم والماء منها، ثم تنشف جيداً مدة لا تقل عن نصف ساعة .

بعد ذلك حضر صوص بشميل كما سبق، وجبنة مبروشة .
اخلط الجبنة مع الصوص بشميل، ثم اغمس قطعة البفتيك بالصلصة ودعها تبرد قليلاً . ثم اغمسها بالبيض المخفوق، ثم بالكعك .
ثم ابدأ القلي بالزبدة أو الزيت النباتي، ثم قدمها ساخنة مع الخضار بالزبدة والبطاطا المقلية .

* * *

كروكيت لحم عجل Croquettes de Veau

المقادير :

١٠٠٠ غرام من روسته لحمة العجل أو مسلوقة

١٠٠ غرام من الزبدة

٨٠ غرام طحين

صفار خمس بيضات

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأبيض

ملعقة طعام من الملح

لقطة من جوزة الطيب

ولقطة من القرفة الناعمة

٢٠٠ غرام حليب

٢٠٠ غرام جبنة مبروشة

جبنة برمزان أو غزير
كعك مدقوق
بيض مخفوق للبانة ٦ بيضات
الطريقة :

تخضر الصلصة البيضاء كالعادة، ثم تضاف إليها اللحم بعد فرمها على
الماكينة الناعمة والبهارات والملح وقليل من الحامض والحليب وصفار البيض.
يدعك الجميع حتى تصبح عجينة متماسكة ثم تقطع قطعاً متساوية
على لوح خشبي عليه كعك مطحون، ثم تدق باليد مثل قرص الهمبرغر
أو أي شكل يريده الطاهي.

بعد ذلك يخفق البيض وتغمس الأقراص فيه ثم بالكعك، وترص
باليد قليلاً ثم تغطى بالزيت النباتي، وتقدم ساخنة مع أي نوع من البطاطا
والخضار بالزبدة.

ملاحظة :

يمكن عمل لحم الخروف والدجاج أيضاً بنفس هذه الطريقة.

* * *

فيليه عجل محمرة

Filet de Boeuf A la Rotie

الطريقة :

تؤخذ فيليه عجل داخلية ذات الحجم الكبير، وتنظف وتلفّ بشرحات
من دهن الخروف، ثم توضع في وعاء عميق.

يضاف إليها ورق غار وعيدان قرفة، وكرفس، وحب هال، وورق
زعر، وجزر مقطع، وقشر برتقال يابس، وفلفل أخضر جليان، وبصل،
ورأس ثوم، وحب فلفل أسود، وقليل من الملح، ولتر من الخل
الأحمر.

تنقع الفيليه بالخل والبهارات والنباتات العطرية لمدة ٨ ساعات تقريباً،
في الثلاجة.

ترفع الفيلية من الوعاء وتنظف من الشوائب، ثم تدهن بالزبدة وتوضع في صينية داخل الفرن، وتقلب من وقت إلى آخر حتى تنضج تماماً.

تذاب على النار ملعقتان من الزبدة، ويضاف إليها ملعقتان من الطحين.

ثم تضاف الخضار المذكورة، وبعد ربع ساعة من الغليان، نقوم بطحن الخضار وتصفيته، ثم نضيف قليلاً من مرق اللحم إذا كانت بحاجة لذلك، ويمكن أن يضاف إلى الصلصة كمية من الكمأة التي تقطع بشكل شرحات.

وعند التقديم تقطع الفيلية شرحات، وتسكب فوقها الصلصة مع الكمأة، وتزين بالبطاطا المسلوقة على البخار، والخضار بالزبدة مع الأرضي شوكي، ويقدم ما تبقى من الصلصة في جاط على حدة.

* * *

سوتيه عجل برانتانيه

Saute de Veau Printanié

الطريقة :

خذ ١٠٠٠ غرام من لحم العجل من الفخذ أو الظهر وقطعه قطعاً تزن القطعة ٥٠ غرام تقريباً، رش ملح طعام وبهارات على اللحم وخلطه جيداً، ثم خلطه بالطحين.

أذب داخل مقلّى زبدة مع زيت نباتي وقم بقلي اللحم.

أضف إلى اللحم لتراً من مرق اللحم البسيطة بعد تصفيته، ثم تضاف عروق بقدونس وقطع جزر وورق غار وزعتر.

ضع الطنجرة على النار، وعند أول غلية أزل الزفرة، ثم أضف إليها ١٥ رأس من البصل الصغير وجزر كوزات ٢٠ قطعة، ومثلها من رؤوس البطاطا الطازجة ونصف كيلو من البازلاء الجاهزة.

تبقى الطنجرة على نار متوسطة لمدة نصف ساعة تقريباً وهي مغطاة.

وعند نضج الطعام قدمه ساخناً بعد أن تصف اللحم والصلصة وبقية الخضار على الجوانب.

ملاحظة :

يمكن إضافة ٥٠ غرام من الفطر إلى الصلصة عند التقديم أيضاً.

* * *

التورنيدو

Tournedo

المقادير :

شرحات من الفيليه وزن الشريحة ١٠٠ غرام تقريباً.

الطريقة :

تشوى الشرحات على سطح فرن مصبع مع تقليلها على الوجهين ، ثم يذاب قليل من الزبدة وتوضع فيها قطعة التورنيدو وتعمل سوتية .

يحضر خبز محمص من خبز «التوست» ثم يوضع الخبز في جاط ، ثم ترش بالصلصة الجاهزة ، ثم توضع فوقها قطعة التورنيدو ، ثم تصب الصلصة بالمشروم فوق قطعة اللحم .

تقدم ساخنة مع البطاطا المقلية والخضار بالزبدة .

* * *

تورنيدو روسيني

Tournedo Rossini

الطريقة :

خذ قطعة من وسط الفيليه بوزن ١٥٠ غرام تقريباً ، ثم قم بدقها على أن تبقى بشكلها الدائري .

خذ شرحات من دهن «إليه» الخروف ، ولف بها قطعة الفيليه على شكل دائري «أي الجوانب» .

ثبت شرحات الدهن على الفيليه بواسطة عيدان صغيرة «نكاشات أسنان» ، ثم قم بتمليحها وإضافة البهار إليها ، ثم تشوى على الوجهين .

تذاب ملعقة من الزبدة، ثم توضع قطعة الفيليه فيها، وتقلب قليلاً على الوجهين ثم تدخل إلى الفرن لمدة خمس دقائق، ثم ترفع من الفرن وتوضع فوق قطعة من خبز التوست المحمص، بعد إضافة صلصة التورنيدو والمجهزة بالمشروم المقطع.

يقدم معها على جانبي وعاء التقديم، البطاطا المقلية، والخضار بالزبدة «أرضي شوكي محشية بالبازلاء والجزر، بندورة مشوية».

* * *

أسكلوب على الطريقة النمساوية

Escalope Viennoises

الطريقة:

خذ من ٥-٦ شرحات من لحم العجل من الفيليه أو ظهر العجل وزن القطعة ٨٠ غراماً.

دقها جيداً بمدقة اللحم وضعها جانباً، ثم قم بخفق ثلاث بيضات بعد إضافة الملح والبهارات، ثم اغمس اللحم بالطحين ثم بالبيض المخفوق ثم بالكعك. ثم ضعها على طاولة خشبية ودقها قليلاً بالساطور.

أذب زبدة مع الزيت النباتي في المقلّي، ثم اقل الأسكلوب على الوجهين ثم ارفعه عن النار، ثم صف الجميع داخل جأط.

ثم حضر ليمون دائري، ثم بيض مسلوق وافصل الصفار عن البياض، ويفرم كل منهما وكذلك بقدونس ناعم وزيتون بدون نواة، وملعقة قبار، وعلبه أنشواة صغيرة.

ضع على قطعة الليمون الدائرية صفار البيض على حدة ومقابل البياض، ثم ضع البقدونس على حدة ومقابل القبار، ثم ضع الانشواه بشكل دائري. ارفع قطعة الليمون هذه بعد أن نعمل على عدد الأسكلوب المعمول داخل الجأط، وضع كل قطعة ليمون مزينة على قطعة أسكلوب.

يقدم معه على جانبي الجأط البطاطا السوتيه والخضار بالزبدة ويقدم ساخناً حين الطلب.

ملاحظة:

- يقدم على حدة زبدة الانشواه.
- يمكن تزيين قطعة الليمون بالفلفل الأحمر المطحون.

* * *

اسكالوب بانيه

Escalope Panee

الطريقة:

- ١- خذ قطعة من الفيلية الداخلية أو ظهر العجل أو الخد من فخذ العجل، على أن لا يزيد وزنها عن ٨٠ غرام تقريباً دقها جيداً بمدقة اللحم ودعها جانباً.
- ٢- يكسر البيض في وعاء عميق ويخفق بالشوكة، أو الشريط، ويضاف الملح وقليل من البهار الأبيض اللازم.
- ٣- يحضّر الكعك المطحون والمنخول جيداً.
- ٤- تغمر اللحم بالبيض وبعدها بالكعك ثم تدق براحة اليد في بادئ الأمر.

بعد ذلك تدق بالساطور على الوجهين.

- ٥- تقلي بالزيت النباتي على الوجهين وبعد النضج تقدم بجاط. ومعها بطاطا مقلية وخضار بالزبدة، مع شربات ليمون وعلى وجهها بقدونس.

وتقدم وهي ساخنة.

اسكالوب كوردن بلو

Escalope Cordon Bleu

الطريقة:

- ١- خذ ثلاثة قطع من الفيلية وزن القطعة ٤٠ غرام تقريباً، قم بدق القطع الثلاثة أكثر من الإسكالب العادي.

٢- ضع أول قطعة على بلاطة رخامية ومدّها جيّداً براحة اليد، ثمّ ضع فوقها قطعة رقيقة من المرتديلا، وضع فوقها قطعة اللحم الثانية، وفوق الثانية ضع قطعة جبنة كرية رقيقة.

٣- ثمّ ضع القطعة الثالثة من اللحم، قم بدق الاطراف براحة اليد جيّداً.

٤- قم بغمس الجميع بالبيض المخفوق أولاً ثمّ بالكعك المطحون والمنخول، شدّ على الأسكلوب براحة اليد وهو داخل الكعك، ثمّ دقّها على الطاولة بالساطور على الوجهين اقطع الزوائد وعند الطلب اقل على الوجهين وقدمها ساخنة مع البطاطا والخضار (وشرحات الليمون مع البقدونس).

كستليته عجل روسته

Cotes de Veau

الطريقة:

خذ قطعة من الكستليته بوزن ٢٠٠٠ غرام تقريباً، ونظفها من العروق وقطع عظم الكستليته، ثمّ رشها بالملح والبهارات وادهنها بزيت القلي.

ضع في وعاء المواد التالية:

جزر ٥٠ غرام، بصل ٥٠ غرام، ثوم ٢٠ غرام، عروق بقدونس، ورق غار، وعيدان قرفة. ثمّ ضع الكستليته فوق الجميع وأدخلها إلى فرن مرتفع الحرارة وقلبها بين الحين والآخر حتى تحمر، بعد ذلك أضف لتراً من مرق اللحم أو الماء الساخن، وأحكم غطاءها.

وعند النضج ارفعها إلى جاط آخر ثمّ قم بغلي ما تبقى على النار حتى تنشف تقريباً.

أضف إلى الجميع ٥٠ غرام من الطحين، ثمّ حرك الصلصة من حين إلى آخر، ثمّ أضف نصف لتر من الماء أو المرق واستمر بالتحريك. وبعد عشر دقائق من بدء الغليان تنزل من على النار، ثمّ تصفى.

تقطع الكستليته قطعاً متساوية وتصف داخل جاط وترش بالصلصة المعدة ويقدم مع الصلصة ١٠٠ غرام مشروم، ويقدم معها بطاطا شاتو وخضار سوتيه، وتقدم ساخنة.



كستليته عجل بانية

Breaded Veal Cutlet

الطريقة :

خذ قطعة من الكستليته ونظفها وقطعها قطعاً متساوية بحيث يكون وزن القطعة ١٢٠ غرام تقريباً وبحيث يكون في كل قطعة ريشة من العظم مع مراعاة تقصير العظام.

دقها دقاً جيداً بمدقة اللحمية، ثم رتبها على لوح خشبي فوق الطاولة وحضر كمية من البيض اللازمة واخلطها جيداً بالشريط مع الملح والبهار الأبيض ثم اغمس قطع الكستليته واحدة بعد الأخرى، ثم اغمسها بالكعك المدقوق، ودقها قليلاً بالساطور حتى يتماسك الكعك مع اللحمية. بعد ذلك أذب زبدة مع زيت نباتي وقم بقلي الكستليته.

عند التقديم توضع داخل جاط مع البطاطا والخضار بالزبدة، مع شرحات ليمون مغموسة بالبقدونس الناعم.



الشاتوبريان

Chateaubriand

الطريقة :

نأخذ قطعة من وسط الفيليه بوزن ٤٥٠ غرام، على أن تكون دائرية، ثم تدق باليد قليلاً، وتدهن بالزيت النباتي وترش بالملح والبهار الأبيض ثم تشوى في فرن مصبوع وذلك على الوجهين مع مخالفة القلب. بعد ذلك يذاب في مقلّى قليل من الزبدة ثم تقلّى اللحمية قليلاً، ثم يفرم مشروم على شكل حلقات ويضاف إلى الزبدة.

وعند السكب توضع الشاتوبريان في جاط معد للسكب، وبجانبه بطاطا شاتو وحب أرضي شوكي المسلوقة وجزر وبازلاء وروس هليون، كذلك يضاف على قطعة اللحمية قطعة زبدة متروديل.

يقدم الجاط ساخناً حين الطلب.

الإنتريكوت

Entrecotes

الطريقة :

الإنتريكوت هو اللحم الموجود بين الضلعين وتستعمل إما مشوية أو محمرة بالفرن أو تقلي بالزبدة، بعد أن تقطع قطعاً صغيرة وزن القطعة ١٥٠ غرام، بحيث تكون سماكة القطعة ١ سم.

تجرم مربعة العجل من العظام وتقطع إلى قطع متساوية بوزن ١٥٠ غرام تقريباً، وتشوى على سطح الفرن المصبع على الوجهين. ثم نذيب قليلاً من الزبدة على النار في مقلّى ونضع القطعة داخل المقلّى ونعملها قليلاً سوتيه. ثم تقدم ساخنة مع المشروم، وعلى الوجه سوتية أيضاً وخضار متنوعة وبطاطا.

ملاحظة :

يفضل عدم دق اللحوم المشوية كثيراً، حتى لا تتقطع عروقها ويسيل منها خواصها مما يجعلها صلبة وطعمها غير مستساغ. وحبذا لو دقت الفيلية ملفوفة بفاطمة نظيفة وعلى شكل دائري.

* * *

بوبيت العجل غني بالخضار

Paupiettes de Veau Richalieux

المقادير :

لحمة عجل من الظهر أو الفخذ بوزن ٢٠٠٠ غرام تقريباً، لحمة للفرم ٦٠٠ غرام تقريباً، بهار وملح طعام، فستق حليبي ٥٠ غرام، جزر مسلووق ومقطع ٨٠ غرام، بيضتان.

الطريقة :

تقطع اللحمة شرحات، وتدق بمدقة اللحمة وتصف على طاولة رخامية، ثم تحضر الحشوة - أي اللحمة المفرومة مع قليل من الدهن - ويخلط بها الفستق الحليبي والبهار الأبيض وملح الطعام، ثم تخلط بالبيض.

وبعد دحكها تماماً يوضع في وسط كل قطعة قليل من هذه الحشوة ثم تلف على شكل أسطواناني وتثبت بعيدان كردون خشبية، أو تربط بالخيطان، ثم توضع جانباً ويحضر معها صلصة البندورة.

بعد ذلك تذاب زبدة في مقلّى مع زيت نباتي، ويقلى البيت جيداً ثم توضع في وعاء ويضاف إليها مكونات صلصة البندورة بالجزر المقطع.

وبعد النضج ترفع اللحمية من الوعاء وتزال الخيوط أو العيدان وتصفى الصلصة بعد الطهي، ثم تضاف إلى البيت.

وعند السكب يضاف إليها مشروم حب وجزر كوزات وبازلاء بالخضار مع بطاطا مسلوقة أو محمرة.

ملاحظة:

قبل لف اللحمية يوضع قطعتان رفيفتان من الجزر في وسط اللحمية بعد السلق.

* * *

ستيك مع الخضار (نسواز)

Steak a la Nicois

المقادير:

١٠ قطع ستيك منظفة ومدقوقة بوزن ١٣٠ غرام تقريباً من ظهر العجل أو الفيلية الداخلية

زبدة ٢٠ غرام

بصل ١٥٠ غرام مفروم ناعماً

جزر ٢٥٠ غرام قطع بشكل مكعبات

كوسا ١٥٠ غرام

بازلاء ١٥٠ غرام

فاصولياء خضراء ١٥٠ غرام

بندورة مقشرة ٢٠٠ غرام

كرات تفرم مع البصل ١٥٠ غرام

ملح طعام ملعقة

بهار ملعقة صغيرة

قرفة لقطة

جوزة الطيب لقطة

الطريقة:

يشوى الستيك على الفرن المصبع ويقلب على الوجهين حتى يستوي نصف استواء، ثم يصف داخل صينية معدة للفرن.

تذاب الزبدة في طنجرة على النار ثم يضاف البصل المفروم والكرات، ويقلب الجميع حتى يصبح أشقر اللون، ثم تنظف جميع الخضار وتغسل بالماء البارد وتصفى من الماء جيداً، وبعد ذلك تضاف إلى البصلة ويحرك الجميع جيداً.

ثم تقشر البندورة وتفرم وتضاف إلى جميع الخضار وتقلب من حين إلى آخر، ثم يضاف الملح والبهارات المطلوبة، ثم لتر واحد من الماء ويقلّى الجميع لمدة عشر دقائق، ثم يضاف إلى الستيك ويسهل وجه الصينية جيداً، ثم تدخل إلى فرن معتدل الحرارة حتى تنضج، ويفضل أن تغطى الصينية اثناء وجودها بالفرن.

عند الطلب يزين الستك داخل جاط والخضار على وجه الستيك، ويقدم معه بطاطا مقلية.

* * *

بيار دفوه العجل

Paillard de Veau

الطريقة:

خذ قطعة من فخذ العجل بوزن ١٥٠ غرام، ودقها جيداً بالمدقة مثل أسكلوب، واجعلها رقيقة جداً، قم بشوي اللحم على فرن مصبع وقلبها جيداً، ثم لفها بشكل اسطواني، وضعها بجاط مع البطاطا المقلية، والخضار بالزبدة. يفضل أن يكون العجل الذي يستعمل لحمه في أي نوع من أنواع الشوي أو الطهي رضيعاً.

ملاحظة :

دائماً تكون درجة نضج اللحم في كافة أنواع المشويات حسب الطلب والذوق.

* * *

إنتركوت ترليان

Evtrecotes a la Talleyrand

الطريقة :

خذ قطعة بوزن ١٥٠ غرام من مربعة العجل بعد الجرم «أي من وسط الكستليتة»، ثم دقها قليلاً بمدقة اللحم، ثم اشويها على فرن مصبع وقلبها على الوجهين حتى تنضج، ثم ضعها في وعاء جانباً. ثم حضر باذنجان مقلي على شكل دوائر، وصلصة بندورة، وبصلصة ناعمة مع ثوم، تقلى بالزبدة بعد إضافة ١٠٠ غرام من البندورة المقشرة والمفرومة فرماً ناعماً.

اعمل الجميع سوتيه مع إضافة الملح والبهار الأبيض اللازم، كما يمكن إضافة ملعقة من رُب البندورة، ثم يقلب الجميع لمدة عشر دقائق.

وعند التقديم توضع قطعة الانتركوت الناضجة داخل جاط وبجانبه بطاطا مقليه ، وبازلاء + جزر سوتيه وتوضع قطعة الباذنجان فوق اللحم وفوق قطعة الباذنجان توضع الصلصة، وحب مشروم، وبقدونس مفروم ويقدم الجميع ساخناً.

ملاحظة :

بعد تقطيع الباذنجان بشكل دائري، يغمس بالحليب، ثم، بالطحين، ثم يقلى.

* * *

بكتا مرسالا

Becatta au Marsala

المقادير :

١٠٠٠ غرام فيليه عجل

زبدة ٢٠٠ غرام

طحين ٢٥٠ غرام

بصل ٢٠٠ غرام

ثوم ٥٠ غرام

مشروم علبة

الطريقة :

تقطع الفيليه شرحات وتدق قليلاً، ثم تغمس بالطحين وتقلي بالزبدة جيداً، ثم تصف داخل صينية فرن.

توضع البصلة داخل المقلّى وتقلي جيداً، ثم يرش الطحين ويقلب الجميع جيداً، ثم يضاف نصف لتر من المرق ليغلي الجميع على النار مدة ربع ساعة.

وبعد إضافة ربع لتر صلصة نضيف روسته أيضاً، ثم يُصفى الجميع ويضاف إلى البكتا، وتغطى بورق سلفر إن وجد، وتدخل إلى فرن جيد الحرارة حتى تنطبخ.

وبعد ذلك يضاف الفطر بعد أن يعمل سوتيه بالزبدة، وبعد إضافة الملح والبهارات اللازمة.

وبعد النضج ترفع من الفرن وتقدم ساخنة، مع البطاطا البورية أو المحمرة والخضار السوتيه.

* * *

ستك كدني

Steak & kidvy Piet

الطريقة :

يحضر ستك من لحم العجل «الفيلية» أو من ظهر العجل ويقطع قطعاً مربعة رفيعة، كذلك كلاوي العجل أو الخروف.

ثم تقلى بطنجرة بالزيت النباتي حتى تحمر، وبعد ذلك يصفى الزيت ويضاف إليه قليل من الماء والبهارات والملح اللازم وتغلى قليلاً، ثم يضاف إليها مشروم قطع معمول ستسية بالزبدة.

ثم يحضر عجينة ملفيه وترق على الطاولة وتقطع على شكل مربعات وتحشى وتلف، أو تعمل بشكل مربعات محشوة أيضاً، ثم تدهن بالبيض وتخبز بالفرن، وتقدم حين الطلب.

بلانكيت لحمة العجل

Blanquette de veau

الطريقة :

قطع لحم العجل إلى مكعبات متساوية لا يزيد وزن القطعة عن ٣٠ غرام تقريباً ضعها في طنجرة واغمرها بالماء اللازم مع الملح، اترك ما في الطنجرة يغلي على نار هادئة وحرك اللحم قليلاً بملعقة خشبية ثم أزل الزفرة، وبعد ذلك أضف قليلاً من ورق الغار والجزر وبصلة مشوية وورق زعتر.

ثم قم بتغطية الطنجرة ودعها على النار ساعة ونصف. بعد ذلك يعمل صوص بشميل خفيف من مرق العجل وقليل من الحليب، قم بتصفية الصلصة في وعاء آخر، وأضف إلى الصلصة اللحم المطبوخ وجزر كوزات مسلوقة وفطر وبازيلا مسلوقة وبصل كوزات مسلوقة والفليفلة المحمرة المسلوقة ويحرك الجميع قليلاً. ثم تضاف الزبدة على الوجه، وملعقة كريمه على الوجه عند التقديم.

فيلية ولبن

Filet Wellington

الطريقة :

١- تؤخذ فيلية عجل داخلية ذات الحجم الكبير وتنظف وتلف بشرحات من دهن الخروف ثم توضع في طنجرة وترش بالملح والبهارات.

٢- يضاف إليها قليل من ورق الغار وعودان قرفة، وقليل من الجزر المقطع والبصل الجوانح، كذلك حب هال وورق زعتر وقشر برتقال ناشف وحب فلفل أسود ورأس براصيا مقطوع ومنظف وعروق كرفس، يرش الجميع بقليل من الزيت النباتي.

٣- ثم تدخل إلى الفرن وتقلب من حين لآخر لمدة نصف ساعة، بعد ذلك يغلف الجميع بورق سلفر بعد أن تضيف نصف لتر ماء ساخن، دعها بالفرن حتى تنضج تماماً.

- ٤- ترفع من الفرن جانباً حتى تبرد وتنشف من الصلصة .
- ٥- مد قطعة من عجينة الملفية، ضع قطعة الفيلية كاملة على العجينة لفها جيداً بالعجينة، ثم تدهن بقليل من البيض المخفوق في قليل من الحليب تخبز بالفرن مرة ثانية حتى تأخذ العجينة لوناً ذهبياً.
- ٦- بعد ذلك قم بتحضير الصلصة واترك الخضار حتى يتبخر الماء الموجود.

٧- يضاف قليل من الطحين مع مراعاة التقليب بعد ذلك يضاف لتر مرق عجل ويقلب الجميع جيداً لمدة عشرة دقائق بعد ذلك يصفى بالشنوار، ويضاف إلى الصلصة شربات الكمأة وفطر وتقدم مع الفيلية ولبتن على حدة.

فيلية سترانجانونوف

Filet of Beef Stranof

الكمية:

- ١- ١٠٠٠ غرام فيلية عجل منظم ومقطع مثل عيدان الكبريت «ألاميت».
- ٢- فطر مقطع ٣٠٠ غرام.
- ٣- خيار كبيس ٢٠٠ غرام منظم من البذر ومقطع جليان.
- ٤- بصل مفروم ١٥٠ غرام.
- ٥- سمكة ٢٠٠ غرام.
- ٦- صوص دفي كلاس لتر ونصف معقد.
- ٧- كريمة طازجة عند التقديم ٢٠٠ غرام.

الطريقة:

- ١- توضع السمكة داخل طنجرة، ويضاف البصل المفروم وتوضع الطنجرة على نار جيدة.
- ٢- يحرك البصل بملعقة خشبية دون توقف، حتى يصبح لون البصلة ذهبي.
- ٣- أضف الفيلية المعدة إلى الطنجرة وتابع الحركة حتى تتحمر اللحم جيداً. وينشف ما في الوعاء.
- ٤- بعد ذلك أضف الفطر وتابع الحركة قليلاً ثم أضف صوص دفي كلاس

للطنجرة وتابع الحركة قليلاً، ثم دعها تغلي مدة ربع ساعة بعد ذلك أضف الكيس المغسول جيداً عدل الملح والبهار الأبيض، وأضف الكريمة الطازجة، ويقدم على حدة أرز مفلفل

ستيك بالبهارات

Steak Au Poivre

الطريقة :

- ١- خذ قطعة ستيك من الفيلية بوزن ١٥٠ غرام.
 - ٢- دق اللحم قليلاً ثم ادهن وجهي الستيك بالزيت والخردل وقليل من البهار الحب المدقوق.
 - ٣- قم بشواء الستيك قليلاً ثم ضعه داخل مقلى به قليل من الزبدة على نار جيدة وقلبه على الوجهين بإضافة قليل من البهار، ثم يضاف قليل من صوص دفي كلاس وملعقة كريمة طازجة مع متابعة الحركة. بعد ذلك يملح ويسكب بجاط وبجانبه بطاطا شتو وخضار بالزبدة.
- ملاحظة :

يحضر هذا النوع من الستيك أمام الزبون على الطاولة، ويعمل فلم بي.

أنتركوت مرشال

Entre. Cotes. Maraichere

الطريقة :

- ١- خذ قطعة من مربعة العجل بدون عظم وزن ٢٠٠ غرام. دقها قليلاً، ثم اشوها على فرن مصبع على الوجهين.
- ٢- حضر ٥٠ غرام زبدة داخل مقلى وبعد الذوبان ضع الأنتركوت داخل المقلى. وقلبها قليلاً ثم أضف إليها شربات الكمأة وفطر ورؤوس هليون، قلب الجميع قليلاً مع قليل من صلصلة المدار ثم اسكب الأنتركوت بالجاط واسكب ما تبقى بالمقلى على وجه اللحم مع مراعاة الخضار بالزبدة والبطاطا المقلية، ويضاف اثنان من الهليون مع الأنتركوب بشكل علامة الضرب ويقدم ساخن حين الطلب.

لندن هاوس

Filet London House

الطريقة:

- ١- خذ قطعة فيلية عجل كاملة على أن لا تقل عن ٢٠٠٠ غرام، نظفها من الشحوم والزوائد.
- ٢- شقها بالنصف طولياً وقم بحشيتها باللوز والصنوبر والفسق الحلبي والبندق المقشر.
- ٣- بعد ذلك ضع الفيلية تأخذ حجمها الطبيعي وقم بلفها جيداً بالخيط، ثم حمّرها بعد ذلك وعند النضج ارفعها جانباً وحضر الصوص لها واتركه جانباً، وعند التقديم يرفع الخيط وتقطع الفيلية مثل الروسته، وتقدم بجاط ومعها بطاطا مقلية وخضار سوتيه وبجانبتها على حدة الصلصة المحضرة.

ميت لوف

الكمية:

- ٢ كغم لحمة عجل بدون دهن.
- ٢٥٠ غرام فسق حلبي مقشر.
- ٢٥٠ غرام زيتون محشي فطر ١٥٠ غرام.
- ٢٥٠ غرام إلية خروف مقطعة مثل القلم.
- ٢٠٠ غرام جزر مسلوق مقطع مثل القلم.
- ٣ بيضات كاملة تخلط مع اللحمة المفرومة
- ١٠٠ غرام ملح طعام وملعقة صغيرة بهار أبيض.

الطريقة:

تخلط اللحمة جيداً بعد الفرم مع البيض والملح والبهار والفسق الحلبي ثم تمد على ورق سلفر بالشوبك بسماكة ١.٥ سم تقريباً. ثم يصف كل من الجزر والزيتون المحشي وقطع الإلية أيضاً والفطر على الجوانب.

بعد ذلك تلف اللحمه بطريقة جيدة حتى تصبح مثل الأسطوانة مع مراعاة الشد على طرف الورق، بعد ذلك تصف داخل صينية كل قطعة إلى جانب الأخرى ويوضع ثقل على الوجه وتخبز بالفرن بعد أن يضاف لها كأس ماء أو أكثر وعند النضوج ترفع جانباً وتقدم وهي ساخنة حلقات مع صلصة روسته، وخضار وبطاطا.

ملاحظة:

يجوز أن تضع بيض مسلوق كامل مع الحشوة.

* * *

الشاورما

المواد ومقاديرها:

- ١- لحم فخذ أو ظهر عجالي ١٠٠٠ غرام.
- ٢- بصل جاف ٢٠٠ غرام.
- ٣- ثوم جاف ٥٠ غرام.
- ٤- زيت نباتي ٢٠٠ غرام.
- ٥- خل أحمر ١٠٠٠ غرام.
- ٦- عصير الليمون ٥٠٠ غرام.
- ٧- ملح الطعام ١٠٠ غرام.
- ٨- قرفة مطحونة ١٠ غرام.
- ٩- جوزة الطيب المطحونة ملعقة شاي صغيرة.
- ١٠- مسكة مطحونة ملعقة شاي صغيرة.
- ١١- حب الهال المطحون ملعقة شاي صغيرة.
- ١٢- إلية الخروف كمية حسب الطلب.
- ١٣- طماطم كمية حسب الطلب.

طريقة التحضير:

- ١- تقطع اللحمه والإلية شرائح مستديرة وتدق حتى تصبح كل شرحه بسماكة سنتمترين إلى ثلاثة سنتمترات. ثم تفرك الشرائح كلها بملح

الطعام والبهارات وتبيل بالخل وعصير الليمون وجوزة الطيب والمسكة والقرفة والثوم المدقوق وحب الهال والزيت. بحيث تتم عملية التتبيل في وعاء فخاري أو زجاجي مناسب.

وبعد ذلك يدخل في الثلاجة ويبقى فيها مدة تتراوح بين اثنتي عشرة ساعة إلى خمس عشرة ساعة.

٢- يستخرج الوعاء من الثلاجة بعد ذلك، ويوضع في المطبخ ويبقى فيه إلى أن تصبح درجة حرارة اللحم المتبل مساوية لدرجة حرارة المطبخ نفسه.

عندها يحضر سيخ الشاورما وتشك فيه شرائح اللحم والإلية شريحة بعد أخرى بحيث تتوسط كل شريحة من شرائح الإلية بين كل أربع شرائح من اللحم ثم يزين رأس السيخ أخيراً بحبة أوجبتين من البندورة.

٣- يعلق السيخ بآلة الشاورما ليتحرك بداخلها حركته الدائرية التي تتيح لشرائح اللحم مواجهة النار من كل جهاتها.

٤- تقطع أطراف اللحم الناضج عادة بسكين حادة طويلة، ويقدم اللحم المقطع في طبق مع شرائح البصل والبندورة المشويين، كما يقدم على شكل سندويشات.

أما في الولاثم فتتصدر الشاورما رأس المائدة في العادة.

