

الباب الخامس

المطبخ

الفصل الأول

الأدوات المستخدمة في المطبخ

هناك بعض الآلات التي ظهرت حديثًا بالأسواق تساعدنا كثيرًا في إعداد الطعام بشكل سهل وسريع ، بل وجميل أيضًا ، مثل قطاعة الخضار فهي تستخدم في عمل السلطة وإعطائها شكلًا جميلًا .

- قطاعة الفراخ وهي آلة على شكل المقص وتستخدم في تقطيع الفراخ سواء في المطبخ أو على المائدة دون عناء .

- السكين الكهربائي يساعدنا على تقطيع اللحوم والطيور بشكل منظم وسريع .

- مقشرة الخضار والسّمك .

- قطاعة البطاطس : تعطينا شكلًا جميلًا لوحداث البطاطس .

- عصارة البرنقال الكهربائية .

- القلاية : تغطى المأكولات لونا واحداً وتحافظ على نظافة الموقد .

- قطاعة اللحوم .

- قطاعة الخضار : هناك قطاعة للجزر والطماطم والخيار والجبن

تعطينا أشكالاً هندسية وزخرفية جميلة .

- ماكينة البيتي فور وتجميل التورتات . لها أشكال متعددة وماركات مختلفة فاخترى ما يناسبك لتمهيل صنع بعض الحلويات وإعطائها أشكالاً جميلة .

- الأطباق والأواني البيركس فهي تقنى عن الأواني المعدنية كالألومنيوم ، وهي تصلح لتدخل الفرن مع الحرارة الشديدة كما يمكن أن يوضع الإناء بأكمله على مائدة الطعام فله شكل جميل .

- حاملة الجاتوه : لها شكل جميل وهي تجنبنا وقوع قطع الجاتوه أثناء حملها لذلك احرصى على اقتناء حاملة الجاتوه .

الفصل الثاني

السلطات والمخللات

١ - سلطة المكرونة

المقادير :	$\frac{1}{4}$ كيلو مكرونة صغيرة .	علبة تونة .
	٣ حبات طماطم .	ملعقة زيت زيتون .
	ملعقة ليمون .	ملعقة ريحان أخضر .

- الطريقة :
- تطلق المكرونة وتغسل ونصفي .
 - نصفي التونة من الزيت وتهرس بالشوكة .
 - تقطع الطماطم كاره (قطع متساوية) .
 - تضاف التونة إلى المكرونة مع الطماطم المقطعة مع ملعقة زيت الزيتون .
 - يضاف الريحان وعصير الليمون .
 - يضاف قليل من الملح إذا احتاج الأمر .
 - يوضع المقدار في سرفيس مسطح ويجمل بوحدة من قطع الطماطم المتبقية .

٢ - سلطة الخرشوف

المقادير :	٨ وحدات خرشوف .	٣ ثمرات جزر .
	$\frac{1}{4}$ كيلو بازلاء .	بضع عروق من الخس .
	ملعقة متونون مفري .	صلصة فرنسية .

مقادير الصلصة الفرنسية :

ملعقة زيت - ملعقة مسطردة - ملح - فلفل - خل - ملعقة عصير ليمون - فلفل أخضر .

الطريقة : - ينظف الخرشوف ونك بنزع الأوراق وتنظيف القلب بملعقة صغيرة .

- ينقع في الماء والليمون .

- يسلق الخرشوف وهو وحدات صحيحة .

- يقطع الجزر قطعاً صغيرة جداً بعد غسله وتنظيفه .

- يسلق الجزر المقطع مع البازلاء ثم يصفى .

- يخلط الجزر مع البازلاء مع ملعقة المقدونس والفلفل الأخضر ثم يتبل بالملح قليلاً .

- تحشى وحدات الخرشوف بهذه الخلطة .

- يرص في طبق التقديم مع وضع الصلصة الفرنسية فوق وحدات الخرشوف .

- يجمّل بالمقدونس وحلقات الليمون .

ملحوظة : احرصى على وجود هذا الطبق على مائدتك في موسم الخرشوف لأنه طبق لذيذ ومغذ جداً .

٣ - سلطة البنجر

المقادير : ٢ حبة بنجر متوسط الحجم . ٢ جزرتان .

٢ ملعقة عصير ليمون . ٢ ملعقة مقدونس مفرى .

٣ فصوص ثوم مفرى . حلقات من الفلفل الأخضر .

١ ملعقة خل . ملح - كمون - ملعقة مسطردة .

- الطريقة :** - تسلق وحدات البنجر فى الماء والملح .
 - ينزع القشر بالضغط عليه .
 - يبشر البنجر فى إناء غويط .
 - توضع كمية التوابل مع بعضها والمقنونس والثوم والخل
 والليمون والملح والكمون .
 - يتبل البنجر المبشور بنصف كمية التوابل .
 - يوضع فى وسط طبق مسطح متوسط الحجم .
 - يبشر الجزر بعد أن يفسل ويقشر .
 - يتبل الجزر بباقى كمية التوابل .
 - يغرف الجزر على شكل هرمى حول البنجر فى نفس
 السرفيس .
 - يجمل بحلقات الفلفل الأخضر والزيتون الأسود إن وجد .
ملحوظة : هذا الطبق له قيمة غذائية مرتفعة جدًا ومرطب للمعدة فى
 فصل الصيف هذا علاوة على شكله الجميل .

٤ - سلطة البطاطس

- المقادير :** ١ كيلو بطاطس صغيرة .
 ٢ ملعقة مقنونس مفرى .
 ٣ فصوص ثوم مفرى .
 ملح - كمون - فلفل .
 ١ ملعقة مسطردة .
 زيت زيتون - عصير ليمون .
الطريقة : - تغسل البطاطس جيّدًا وتسلق فى الماء والملح .
 - تصفى وتقشر وتقطع حلقات .
 - يخلط المقنونس المفرى مع الثوم مع الملح والكمون
 وعصير الليمون والمسطردة .

- تتبل البطاطس بخطة التوابل والمسطردة .
- ترص فى طبق مسطح وتعمل بحلقات من الفلفل الرومى والزيتون الأسود والأخضر .

٥ = حبات الطماطم المخللة

المقادير : ١٠ وحدات طماطم طويلة إن أمكن . ٢ ملعقة مقنونس مفرى .

- | | |
|---------------------|----------------------|
| ٢ ملعقة جزر مفرى . | نصف رأس ثوم مفرى . |
| ٢ ملعقة زيت زيتون . | ٢ ملعقة خس مفرى . |
| ٢ ملعقة خل | ٢ ملعقة عصير ليمون . |
- نرة ملح وكمون .

الطريقة : - تغسل الطماطم وتقور بطريقة الإعداد للحشو .

- ينزع قلب الطماطم ويخلط بجميع المقادير السابقة .
- تحشى الطماطم بالخطة السابقة .
- ترص فوق فرشاة من الجرجير أو الخس أو عيدان المقنونس .
- يوضع فوقها مقدار من عصير الليمون والخل إن تبقى من الخليط السابق .

٦ = ترشحات الطماطم المخللة

- المقادير : ٥ وحدات طماطم .
- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| ١ ملعقة مقنونس مفرى . | ٣ فصوص ثوم مفرى . |
| ١ ملعقة كرفس مفرى . | ١ ملعقة نعناع مجفف . |
| ١ ملعقة عصير ليمون . | ١ ملعقة خل - ملح - كمون . |
- حلقات من الفلفل الأخضر .

- الطريقة : - تغسل الطماطم وتقطع حلقات دون أن تفصلها .
 - أو تقطع ترنشات مفصولة عن بعضها .
 - تعمل خلطة من المجموعة السابق إعدادها .
 - تحشى وحدات الطماطم بين الحلقات بعضها وبعض .
 - أو ترص الترنشات فى طبق وتوضع عليه الخلطة السابقة .
 - تجمل بوحدات الزيتون الأسود والفلفل الأخضر .

٧ - الكوسية المخللة

- المقادير : ٥ حبات من الكوسة الرفيعة . ملح - ليمون .
 الطريقة : - تقشر الكوسة وتنظف وتغسل .
 - تسلق بالماء والملح وهى صحيحة .
 - تغسل وتصفى .
 - تقطع إلى شرائح طولية أو أصابع طولية .
 - تحرز بالسكين دون أن تفصل .
 - تتبل بعصير الليمون فقط .

٨ - الفاصوليا البيضاء بالكرفس

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| المقادير : | ١/٤ كيلو فاصوليا بيضاء . |
| | ١/٢ رأس ثوم مفرى . |
| ٢ ملعقة متدنوس مفرى . | ٢ ملعقة عصير ليمون . |
| ١ ملعقة كرفس مفرى . | ١ ملعقة زيت زيتون . |
| ٢ ملعقة خل . | |

- الطريقة : - تملق الفاصوليا البيضاء جيّدًا ثم تغسل جيّدًا وتصفى .
 - توضع جميع المقادير الأخرى مع بعضها في إناء وتقلب .
 - تتبل الفاصوليا بالخليط السابق .
 - توضع في علة محكمة الغطاء لحين استعمالها .

٨ = الخيار المخلل

- | | |
|---------------|-------------------|
| ١ كيلو خيار . | ١ رأس ثوم مقطّع . |
| ٢ عود كرفس . | ١ كوب ملح . |
| ١ كوب خل . | ٢ عصير ليمون . |
- الطريقة : - يغسل الخيار جيّدًا .

- يرص في برطمان مناسب الحجم .
- يعمل محلول من الماء والملح .
- يوضع المحلول إلى أن يملأ البرطمان .
- يوضع الثوم والكرفس وعصير الليمون .
- يحكم غطاء البرطمان .
- يفتح بعد يومين ويقدم بعد أن يقطع إلى ترنشات .

٩ = الخيار المخلل

(طريقة أخرى سريعة)

- | | |
|-----------------------|----------------------------|
| ١ كيلو خيار رفيع . | ٣ فصوص ثوم مفري . |
| ١ ملعقة متلونس مفري . | ١ ملعقة صغيرة نعناع مجفف . |
| ٢ ملعقة عصير ليمون . | ٢ ملعقة خل - ملح - كمون . |

- الطريقة : - يغسل الخيار جيدًا .
 - يقطع إلى أصابع .
 - يوضع فى ماء مغلى على النار ويترك لمدة ٥ دقائق .
 - يصفى ويغسل جيدًا .
 - تعمل خلطة من الثوم المفروى والمقنونس والملح والكمون
 وعصير الليمون والخل .
 - توضع الخلطة السابقة فوق الخيار ويوضع فى علبة
 محكمة الغطاء إلى حين استخدامه .
 - يمكن أن يرص فى سرفيس بطريقة جميلة ويقدم فى
 الحال .

١٠ - السلطة الخضراء

- | | |
|------------------------|----------------------|
| ٣ وحدات طاطم . | ٣ وحدات خيار . |
| حزمة مقنونس . | ١ بصلة رفيعة . |
| ١ حبة فلفل رومى . | ١ حبة فلفل حامى . |
| ١ جزرة مبشورة . | ١ فص ثوم مفروى . |
| ١ ملعقة خل - نرة ملح . | ١ ملعقة عصير ليمون . |

- الطريقة : - تغسل الطماطم جيدًا وكذلك باقى الخضراوات .
 - تقطع الطماطم كاريه وكذلك باقى الخضراوات .
 - تبشر الجزرة وكذلك البصلة .
 - تضاف جميع الأصناف مع بعضها .
 - تتبل بالخل والليمون ونرة الملح .
 - تغرف فى سرفيس وتقدم فى الحال مع المشويات أو
 السمك .

١١ - سلطة الزبادى

- المقادير : ١ كوب زبادى .
١ ملعقة مقنونس مفرى .
١ ملعقة صغيرة ثوم مفرى .
١ ملعقة زيت زيتون .
١ ملعقة بصل مفروم .

- الطريقة : - ينزع الوجه من الزبادى .
- يخفق الزبادى فى إناء غويط .
- يخلط الزبادى المخفوق مع باقى المقادير .
- يهرس جيّداً بالشوكة ثم يوضع بالثلاجة .
- يقدم فى سرفيس ويجمل بالشطة وحلقات الفلفل الأخضر .

١٢ - الزبادى الوردى

- المقادير : كوب زبادى - ملعقة مسطردة - ٢ فص ثوم مفرى .
٤ ملاعق طعام مبشورة بدون قشر .
الطريقة : - ينزع الوجه من الزبادى .
- يوضع فى إناء غويط ويخفق جيّداً .
- يخلط مع باقى المقادير ويتلب جيّداً .
- يجمل بحلقات الفجل الأفرنجى أو بالمقنونس أو بالطريقة المحببة إليك .

١٣ - سلطة ريتا

- المقادير : كوب زبادى - نعناع أخضر - ملح - ثلث - حبهان .
كوب بطاطس مسلوقة مهروس .

- الطريقة : - ينزع الوجه من الزبادى .
 - يوضع فى إناء غويط ثم يخفق .
 - يوضع البطاطس مع الزبادى وتخفق جيّداً إلى أن يفظ القوام .
 - يضاف الملح والفلفل والحبهان .
 - يوضع فى سرفيس مسطح ويجمل بظهر الشوكة مع وضع وحدات من الزيتون الأسود والنعناع الأخضر أو المتدونس .

١٤ = سلطة الطحينة

المقادير :	١ كوب طحينة .
	٥ ليمونة .
١ رأس ثوم مفرى .	١ كوب ماء .
٢ ملعقة خل .	مقدونس مفرى .
ملح - كمون - شطة .	
خلة - زيتون أسود .	

- الطريقة : - توضع الطحينة فى إناء غويط .
 - يضاف إليها الليمون والخل وتهرس جيّداً بالشوكة .
 - ثم يوضع الثوم المفرى ويعاد الهرس بالشوكة .
 - يضاف الماء إلى أن يصبح القوام معقولاً أو سميكاً إلى حد ما .
 - يضاف الملح والكمون وتليل من الشطة .
 - تفرغ فى سرفيس على شكل قارب ويوضع فى منتصفه عود من المقدونس .
 - يحضر قدر من الزيتون الأسود ونضع بكل زيتونة واحدة من الخلة وتوضع الزيتون على حرف الطبق والخلة إلى الخارج وفى النهاية ستحصلين على طبق جميل الشكل لذيق الطعم .

١٥ - سلطة البطاطس

- المقادير : ١ ك بطاطس صغيرة الحجم . ملح - كمون - فلفل .
٢ ملعقة مقدونس مفرى . ٢ ملعقة زيت زيتون .
٤ فصوص ثوم مفرى .
- الطريقة : - تغسل البطاطس جيّداً .
- تسلق جيّداً فى الماء والملح .
- تغسل من ماء السلق ثم تتشّر .
- تهرس جيّداً بالشوكة أو بوساطة آلة هرس البطاطس أو المقرفة .
- تضاف إليها جميع المقادير السابق إعدادها وتقلب جيّداً .
- تعرف فى أطباق مسطحة وتجمل حسب الرغبة ، وإليك بعض طرق تجميلها :
- قد تجمل بصلصة الطماطم ، وأيضاً (كتشوب) .
- أو توضع فى طبق غويط ثم تقلب وتجمل بالزيتون الأسود والخلة .
- بصنع منها شكل هرمى وذلك بوساطة الملعقة والسكين .
- أو تترد فى طبق مسطح وتجمل بظهر الشوكة والمقدونس المفرى .
- أو توضع فى قالب الكريم كراميل ثم تقلب بعد دهنه بالزيت .

الفصل الثالث

الطيور

١ - دجاج الملكة

- المقادير : ٢ نجاجة صغيرة مقطعة | ١ بصلة كبيرة مبشورة .
٤ أجزاء ، ويستحسن من ١ ملعقة زنجبيل .
٦ صدور الدجاج . | ١ رأس ثوم مفري .
١ كوب زيادى - ملح - فلفل . | ٢ ليمون مبشور .
- الطريقة : - يغسل الدجاج جيدًا وذلك بنقعه في ٢ ملعقة دقيق لمدة ١ ساعة .
- يقطع الدجاج كل واحدة إلى أربعة أجزاء .
- يضرب البصل المبشور مع الثوم مع الليمون والزنجبيل في الخلاط ، إلى أن يصير سائلاً .
- تنتقع قطع الدجاج في هذه الصلصة لمدة ٥ ساعات .
- تصفى بعد ذلك وتوضع في صينية أو صاج وتدخل الفرن .
- توفد الشواية لمدة خمس دقائق لكل جانب .
- يضاف الزيادى إلى صلصة التتبيل المتبقية .
- يسقى بها الدجاج ويدخل تحت الشواية مرة أخرى لمدة دقيقتين .

- قد يوضع الزبادى بعد أن يتم الاحمرار وتخرجها من الفرن .

- تقدم مع أرز أبيض وخضار مشوح وسلطة خضراء .

٢ - دجاج كنتاكي

المقادير : ١ دجاجة متوسطة الحجم . ١ بصلة كبيرة مبشورة .

١ ملعقة عصير ليمون . زيت غزير للتحمير .

ملح - فلفل - بهار . متقونس للتجميل .

١ كوب دقيق .

الطريقة : - تغسل الدجاجة جيدًا .

- تقطع الدجاجة إلى ثمانى قطع .

- تدق قطع الفراخ دون أن تخلى من العظم .

- تتبل بالبصل المبشور والملح والفلفل والبهار وعصير

الليمون لمدة ٥ ساعات على الأقل .

- تغطى بالدقيق مع الضغط عليها جيدًا .

- يندح زيت غزير وتلقى به قطع الدجاج مع وضع غطاء

على إناء التحمير حتى يتم النضج جيدًا من الداخل .

- تجمل بالمقنونس وتقدم ساخنة .

٣ - دجاج (نكا)

المقادير : دجاجة متوسطة الحجم . ١ رأس ثوم مفرى .

بصلة مبشورة . ملح - فلفل - بهار .

ملعقة كرفس مفرى . قطعة من الفحم .

مقنونس مقطع .

- الطريقة : - تغسل الدجاجة جيّدًا .
- تقطع إلى أربعة أجزاء .
- تتبل بالبصل المبشور والملح والفلفل والبهار والليمون .
- نضع إناء به ماء على النار إلى أن يغلى ونضع فوقه مصفاة .
- نضع الدجاجة في المصفاة وتغطى لمدة خمس دقائق وهي على النار .
- نضع الدجاجة في صينية مدهونة بالسمن .
- يوضع معها الكرفس والثوم المفري .
- نرّج في فرن إلى أن يحمر الوجه .
- تسخن قطعة الفحم على النار إلى أن تحمر .
- نضع في صينية الدجاج وتغطى جيّدًا .
- قد يوضع الدجاج في الشواية مباشرة بعد الحمام المائي إن وجدت أو تشوى على الفحم .

٤ = دجاج بالليمون

- المكافير : ٢ لحاحة متوسطة الحجم . ١٠ ليمونات كبيرة .
- ٢ بصلة مقطعة حلقات . ١ بصلة مبشورة .
- ملح - فلفل . كوب عصير طماطم .

- الطريقة : - يغسل الدجاج بالطريقة السابق شرحها .
- تقطع الدجاجة إلى أربعة أجزاء .
- يعصر نصف الليمون مع ملعقة خل ويوضع مع البصلة المبشورة والملح والفلفل وكوب الطماطم ويخلط جيّدًا .
- يتبل الدجاج بهذه الخلطة .

- يقطع باقى مقدار الليمون حلقات ويوضع مع البصل المقطع حلقات .
- يوضع نصف مقدار البصل والليمون فى صينية مدهونة بالسمن .
- يوضع الدجاج فوق البصل والليمون ويغطى بباقى مقدار البصل والليمون المقطع حلقات .
- يزوج فى فرن متوسط الحرارة إلى أن يحمر الوجه .
- تفتل قطع الدجاج من السوس المتبقى وتقدم على فرشة من المقنوس .
- يقدم السوس مع أرز أبيض .

٥ = دجاج الأميرة

- المقادير : دجاجة متوسطة الحجم . | ١ بصلة مبشورة .
 ملح - فلفل . | ١ ٢ كوب عصير طماطم .
 قليل من القرفة .

- الطريقة : - يغسل الدجاج جيّدًا ويصفى .
 - يدعك البصل المبشور مع الفلفل والملح .
 - يتبل الدجاج بنصف مقدار البصل .
 - يوضع النصف الآخر مع عصير الطماطم .
 - يوضع الدجاج فى سلّة ويوضع على نار حامية قليلًا .
 - يوضع الدجاج فى صينية مدهونة بالسمن وتغطى بالطماطم وعصير البصل .
 - تزوج فى فرن متوسط الحرارة إلى أن يحمر الوجه .
 - ترش بثرة خفيفة من القرفة وتقدم ساخنة .

٦ = الدجاج بالفريك

- المكانير : ٣ دجاج صغير الحجم . | ٢ بصلة مبشورة .
١ كيلو فريك منقى جيّداً . | ملح - فلفل - حبهان - مستكة .
- الطريقة : - يغسل الدجاج جيّداً ويصفى دون أن يقطع .
- ينقى الفريك جيّداً وينقع لمدة ساعتين على الأقل .
- يصفى الفريك ويتبل بالبصل والملح والفلفل .
- يشوح على النار قليلاً لأن الدجاج الأبيض سريع النضج فعليك مراعاة ذلك .
- يحشى الدجاج بالفريك تعمل طبقة بين جلد الدجاج واللحم ،
ويحشى أيضاً بطبقة خفيفة من الفريك حتى يصبح شكل
الدجاجة مستديراً ومملوءاً إلى حد ما ثم تكتف الدجاجة .
- يوضع الدجاج فى ماء مغلى به بصلة مبشورة وحبهان
ومستكة حتى ينضج .
- يشل ويصفى ويحمر فى السمن حتى يحمر الوجه .
- قد يوضع الدجاج بعد النضج فى صينية وتزج فى الفرن
حتى يحمر الوجه بدلاً من التحمير القزير .
- تقم صحيجة أو تقسم الدجاجة نصفين بالطول بمكين
حامية جداً وذلك بعد أن تبرد .
- ترص فى سرفيس وتعمل بالمقنونس والبطاطس الشيبس
وحلقات الطماطم والجزر .

٧ = دجاج باننيه (١)

- المكانير : ١ دجاجة متوسطة الحجم . | ١ بصلة مبشورة .
ملح - فلفل - بهار . | ٢ بيضتان
كوب بقسماط . | ٢ ملعقتان دقيق .
زيت غزير للتحمير .

الطريقة : - تغسل الدجاجة جيّداً وتقطع أربعة أجزاء وتخلي من العظم .

- يتبل لحم الدجاج بالبصل المبشور والملح والفلفل والبهار .

- تغطى الأجزاء بالدقيق .

- يرب البيض ويوضع عليه قليل من النفل الأسمر .

- توضع قطع لحم الدجاج فى البيض ثم تغطى جيّداً بالقسماط .

- يقدح السمّن جيّداً وتحمر به قطع الدجاج ثم تصفى جيّداً .

- تقدّم فى سرفيس على فرشة من المقدونس والبطاطس الشبّس .

٨ - دجاج باتيه (٢)

المقادير : دجاجة متوسطة الحجم .

١ كوب بقسماط .

٢ بيضتان .

بصلة مبشورة .

ملح - فلفل - حبهان - مستكة .

زيت غزير للتحمير .

الطريقة : - تغسل الدجاجة جيّداً وتقطع أربعة أجزاء .

- تسلق فى قليل من الماء مع الملح والفلفل والحبهان .

- تتبل من ماء السليق وتصفى .

- يرب البيض جيّداً .

- تغمس الأجزاء فى البيض ثم تغطى بالقسماط جيّداً .

- يقدح الزيت وتحمر به قطع الدجاج .

- تتبل وتصفى وتقدّم فى سرفيس مجملاً بحلقات الليمون .

٩ = دجاج فيليه

- المقادير : ٤ صدور دجاج مقلّى تمامًا . | ١ بصلة مبشورة .
٢ ملعقتان عصير ليمون . | ملح - فلفل - بهار .

الطريقة : - يغسل الدجاج جيّدًا .

- يتبلّ الدجاج بالبصل المبشور والملح والفلفل والبهار
والليمون .

- توضع فوق سطح ساخن جدًا وتُكفّل شواية كهربائية .

- أو سلّكة فوق النار أو (جرهه) .

- تسمّى بين الحين والحين بعصير البصل المتبلّ .

- تُقتم ساخنة في سرفيس وتُجمل بالمقنونس .

٩ = دجاج سوزانا

- المقادير : ٣ دجاجات صغيرة الحجم . | ٢ بصلة مبشورة .
١ كيلو خضار مشكل . | ملح - فلفل - بهار .

٢ ملعقة سمن .

الطريقة : - يغسل الدجاج جيّدًا ويصفى من الماء جيّدًا .

- يتبلّ بنصف مقدار البصل المبشور والملح والفلفل .

- ينظف الخضار كل حسب نوعه ويغسل جيّدًا .

- يشوّح مع باقى مقدار البصل والملح والفلفل وملعقة
السمن .

- يحشى الدجاج بالخضار المشوّح وتُكفّل الدجاجة .

- يوضع الدجاج في برام بيركس ويفطى .

- يضاف نصف كوب ماء إذا احتاج الأمر .
- يترك حتى يحمر الوجه .
- يقدم فى سرفيس ويجمل بحلقات الطماطم والبصل .

١٠ - دجاج الباشما

- المقادير : ٣ دجاجات صغيرة الحجم ، ٢ بصلة مبشورة .
 ملح - فلفل - بهار . ٢ ملعقة عصير ليمون .
 ٢ فلفل أخضر مفروم . $\frac{1}{8}$ كيلو ورق عنب .

الطريقة : - يغسل الدجاج جيّدًا وتشق كل واحدة من منتصف الظهر طولياً .

- تفرد الدجاجة وتتبّل بالبصل المبشور والفلفل المفروم وباقى التوابل وعصير الليمون .

- يجهز برام أو طيق فرن ويدهن بالسمن .
 - يفسل ورق العنب دون أن يصفى .

- يطن قاع البرام بورق العنب ثم نضع فوقه دجاجة .

- ثم نضع فوقه دجاجة مفردة بعد أن يضغط عليها جيّدًا براحة اليد .

- نضع فوقها طبقة من ورق العنب أيضًا .

- نضع الدجاجة الأخرى وهكذا إلى أن ينتهى المقدار على أن تكون الطبقة الأخيرة من ورق العنب .

- يغطى البرام ويدخل الفرن بدرجة حرارة متوسطة إلى أن يجف الماء .

- يمكن أن نستغنى عن الغطاء بعد ذلك ونترك الوجه يحمر .

- يقدم الدجاج فى سرفيس ويجمل بالبطاطس الشبس أو كما هو موضح فى الشكل .

١١ - الدجاج المشوى

- المقادير : ١ دجاجة متوسطة الحجم . ملح - فلفل - بهار .
١ بصلة مبشورة . ملعقة عصير ليمون .
بصل حلقات وفلفل أخضر . ملعقة خل .

- الطريقة : - تغسل الدجاجة جيّدًا وتقطع أربعة أجزاء .
- تتبل بالبصل المبشور والملح والفلفل والبهار .
- يصب عليها عصير الليمون والخل وتترك لمدة ٥ ساعات .
- يوفد قدر من الفحم وتوضح قطع الدجاج فى سلكة حتى تنضج .
- قد توضع معها حلقات البصل والفلفل الأخضر .
- تقدم ساخنة على فرششة من المتدونس وقدر من سلطة الطحينة أو الزبادى .

١٢ - كفتة الدجاج

- المقادير : ٤ من صدور الدجاج . ملح - فلفل - بهار .
٢ بيضتان . كوب بقسماط ناعم .
زيت غزير للتحمير . متدونس للتجميل .

- الطريقة : - يجهز الدجاج ويغسل جيّدًا .
- يمكن أن تستغل بواقي الدجاج لإعداد هذا الصنف وليكن دجاجًا مسلوفاً .
- يسلق مقدار الدجاج نصف سلق .

- ينزع اللحم من العظم ويفرم جيّدًا .
- يضاف البصل المفروم والملح والفلفل والبهار .
- يرب مقدار البيض ويضاف إلى لحم الدجاج ويعجن جيّدًا .
- تشكل على هيئة أصابع وتغطى جيّدًا بالقسماط الناعم .
- يتدح زيت غزير للتحمير .
- تحمر وحدات الكفتة إلى أن تصير وردية اللون .
- تصفى وتقدم بالشكل الذى يحلو لك .

١٣ = الدجاج بالأرز

- | | |
|------------------|---------------|
| المقادير : | دجاجة صغيرة . |
| فنجان صغير زيت . | بصلة مبشورة . |
| كوب أرز . | كوب ماء . |
| قطعة زبد . | |

فلفل أسود - كركم - ملح - فلفل - قرنفل - حبهان - قرفة

الطريقة : - تفصل الدجاجة جيّدًا .

- تطفى من العظم وذلك بوضعها فوق سطح خشبي ونقطع إلى أربعة أجزاء ثم يطفى العظم من كل جزء وذلك بوساطة سكين رفيعة مدببة .
- تقطع إلى قطع صغيرة وتتبّل بجميع أنواع التوابل المذكورة وتترك لمدة ساعة على الأقل .
- يحمر البصل فى الزيت إلى أن يصفر لونه .
- تضاف قطع الدجاج إلى البصل وتقلب جيّدًا وتترك حتى تنضج .

- يضاف الأرز وكوب الماء مع الكركم وملعقة الزيد .
- يترك على النار إلى أن يغلى ثم تهدأ النار حتى يتم النضج .
- تفرف في طبق مسطح وتجميل بشرائح الطماطم والجزر والزيتون الأسود .

١٤ = البطء المحشى بالبصل

- المقادير : بطء متوسطة الحجم . ٢ بصلة مبشورة .
 ملح - فلفل - حبهان . ١ ملعقة زيت .
 فنجان سمن للتحمير .
 الطريقة : - تفصل البطء جيّداً .
 - يشر البصل ويدعك بالملح والفلفل مع إضافة ملعقة الزيت .
 - تحشى البطء بالخلطة السابقة وتكتف .
 - يوضع إناء به ماء على النار حتى يغلى .
 - توضع البطء فى الماء المغلى مع الحبهان والمستكة وتترك حتى تنضج .
 - تفصل من ماء الصليق وتصفى .
 - يقدح مقدار السمن وتحمر به البطء .
 - أو توضع البطء فى صينية داخل فرن متوسط الحرارة بعد دهن الوجه بملعقتى عصير طماطم إلى أن يحمر الوجه .
 - تقدم ساخنة مع أرز أبيض وحساء البط .

١٥ = حمام الباشا (١) .

- المقادير : ٦ من الحمام كبير الحجم . ١ بصلة مبشورة كبيرة .
 ١ كيلو ورق عنب . ١ ملعقة سمن .
 ملح - فلفل - حبهان .

الطريقة : - ينظف الحمام جيّدًا ويشق من منتصف الظهر ويفرد جيّدًا .

- يتبل بالبصل والملح والفلفل والحبهان .
- يجهز طبق بيركس أو برام ويدهن بالسمن .
- توضع طبقة من ورق العنب وطبقة من الحمام بالنوالى .
- توضع الكبد فى أعلى البرام .
- يغطى بورق الفويل (الألمونيوم) إلى أن ينضج .
- توقد قطعة من الفحم وتوضع فى البرام بعد نضج الحمام ويغطى حتى نحصل على طعم الشواء .
- أو توقد قطعة من الفحم وتوضع فى إناء به ملعقتان من السمن .
- يوضع السمن فوق الحمام بعد أن يوضع فى السرفيس ويجمل بالمتونس .

١٦ = حمام الباشا (٢)

المقادير : ٦ من الحمام كبير الحجم | بصلة مبشورة .
١/٨ كيلو ورق عنب . | ملح - فلفل - حبهان .

- الطريقة : - يغسل الحمام جيّدًا ويترك جانبًا .
- تقطع (الكبد والقوانص) وتتبل بقدر من البصل المبشور والملح والفلفل .
 - يحشى الحمام بهذه الخلطة ويكتف .
 - تلف كل واحدة على حدة بورق العنب جيّدًا .
 - ثم تلف بورق الفويل (الألمونيوم) مع الضغط .
 - توضع الوحدات فى صينية وتدخل الفرن .
 - تترك حتى تبرد قليلاً وتقدم بهذا الشكل الجميل فى العشاء .

الفصل الرابع

الحمص

١ - برام اللحم بالبصل القاورمة

- المقادير : ١ كيلو لحم ضانى .
١ كيلو بصل قاورمة .
١ كوب ماء .
١ بصلة مبشورة .
١/٤ كيلو حمص الشام منقوع .
١/٤ كوب عصير طماطم .
ملح - فلفل - نرة فرقة .

- الطريقة : - يجهز اللحم ويقطع إلى مكعبات صغيرة .
- يتبل اللحم بالبصل والملح والفلفل .
- يجهز برام ويوضع به اللحم .
- يجهز البصل القاورمة ويغسل .
- يوضع فى إناء على النار مع ملعقة سمن إلى أن يصفر قليلاً .
- يضاف الحمص المنقوع فوق البصل ويترك إلى أن ينضج قليلاً .
- يوضع البصل والحمص وما به من ماء فوق اللحم فى البرام .
- نضع مقدار عصير الطماطم (قد لا يوجد الحمص الشام فنضع ٢ملعقتى لسان العصفور) .

- يغطى البرام ويدخل فى فرن متوسط الحرارة .
- قد يحتاج الأمر إلى كوب من الماء لإتمام نضج اللحم .
- يقدم ساخناً مع مكرونة اسباجتى وسلطة خضراء .

٢ = رستو فخذة الضأن :

- المقادير :** ١ فخذة ضأن ٢ كيلو .
 رأس ثوم .
 ١ بصلة مبشورة .
- الطريقة :**
- تقفل فخذة الضأن وتزال منها القشرة أو الدهن بقدر الإمكان .
 - تشقق بالسكين الرفيعة ويعمل بها عدة ثقوب .
 - يوضع الثوم فى الثقوب .
 - تبشر البصلة وتبلى بالملح والفلفل والبهار وعصير الليمون .
 - تدعك الفخذة بالتوابل والبصل جيّداً .
 - توضع فى صينية وتدخل الفرن لمدة نصف ساعة .
 - يفتح الفرن ويؤخذ من الصوص المنبقي فى الصينية ويوضع فوق اللحم ، وهكذا إلى أن يتم النضج تماماً .
 - توضع فى سرفيس وتجمل بشريط جميل على هيئة وردة فى عظمة الفخذة .
 - تقدم معها سلطة طحينة ومكرونة اسباجتى .

٣ = اللحم بالثوم

- المقادير :** ١/٢ ك لحم يقطع مكعبات .
 رأس ثوم متوسط .
 ملح - فلفل .
 كوب ماء .
 ملعقة سمن .
 ملعقة عصير ليمون .

- الطريقة :** - تقطع اللحم إلى مكعبات صغيرة .
 - يفرى الثوم ويدعك بالملح والفلفل .
 - يوضع اللحم فى إناء على النار .
 - يوضع الثوم المفرى والملح والفلفل وكوب الماء وعصير الليمون .
 - قد يضاف مقدار آخر من الماء لكى يتم النضج .
 - عند تمام النضج يوضع مقدار السمن وعصير الليمون .
 - تقلب حتى تحمر من جميع الجوانب .
 - تقدم كما يحلو لك مع أرز أبيض وبطاطس محمرة وسلطة خضراء .

٤ = اسكالوب بانيه

- المقادير :** ١ كيلو لحم مقطع شرائح | ٣ بيضات مخفوقة .
 ملح - فلفل - بهار . | كوب بقسماط .
 مقدار من الزيت والسمن . | ١ ملعقة دقيق .
 مقدار من العقنوس المنزى | بصلة مبشورة .
- الطريقة :** - يجهز اللحم وذلك بدقه حتى يصبح رقيقاً إلى حد كبير .
 - يدعك البصل المبشور بالملح والفلفل والبهار .
 - تتبل اللحم بالبصل (الخلطة السابقة) وتترك لمدة ساعة .
 - تؤخذ الشرائح وتفرد فوق طبقة رقيقة جداً من الدقيق .
 - ثم توضع الشرائح فى البقسماط ويضبط عليها جيداً .
 - يخفق البيض جيداً ويوضع عليه مقدار من الفلفل الأسمر .
 - تغمس الشرائح واحدة تلو الأخرى فى البيض المخفوق .

- يقدح مقدار من الزيت مع السمن جيّداً (نصف المقدار زيت والنصف سمن) ثم توضع شرائح اللحم وتقلب على الوجهين حتى ينضج .
- يوضع فى سرفيس ويجعل بالمقدونس المفرى .

٥ - الفيليه

المقادير : ١ كيلو لحم مقطّع شرائح . ملح - فلفل .

١ بصلة مبشورة . مقدونس مفرى .
عصير ليمونة .

الطريقة : - يجهز اللحم ويرقق جيّداً .

- تدعك البصلة المبشورة بالملح والفلفل وعصير الليمون .

- يتبل اللحم بالخليط السابق تجهيزه ويترك لمدة ساعة .

- يجهز مسطح ساخن (جره) شواية كهربائية أو شواية سلك .

- توضع شرائح اللحم على المسطح الساخن .

- تسقى من حين لآخر بعصير البصل .

- لا تتركى اللحم حتى يجف واكتفى باحمرار الوجه .

- يقدم فى سرفيس ويجعل بالمقدونس المفرى وحلقات الليمون .

٦ - اسكالوب ناتير

المقادير : ١ ٢ ك لحم شرائح (بفتيك) . ١ ٢ كيلو لحم مفروم .

١ كوب عصير طماطم . بصلة كبيرة مبشورة .

٢ ملعقة سمن . ملح - فلفل - بهار .

- الطريقة : - تجهز شرائح اللحم .
- يبشر البصل ويتبل بالملح والفلفل جيّدًا .
 - تتبل شرائح اللحم بنصف مقدار البصل وتترك جانبا .
 - يوضع نصف البصل الآخر على النار مع ملعقة سمن .
 - يضاف اللحم المفروم ويقلب قليلاً .
 - تحشى شرائح اللحم المابق تجهيزها بالعصاج وتلف جيّدًا كالأصبع .
 - تغمس كل واحدة فى مقدار الطماطم .
 - يلف كل أصبع فى ورق الفويل لفاً جيّدًا بحيث يلف من كل جهة عكس الأخرى .
 - توضع فى صينية وتدخل الفرن لمدة ٢٠ دقيقة أو أكثر قليلاً .
 - تترك لتبرد بعد ذلك .
 - ينزع الورق وتوضع فى سرفيس مع ضلعة أو محشو ورق عنب .

٧ - شرائح اللحم بالبيض

- | | | |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ٦ بيضات . ملح - فلفل - بهار . ملعقة سمن . | } | <p>المقادير : ١/٢ كيلو لحم شرائح .</p> <ul style="list-style-type: none"> بصلة مبشورة . ١/٢ كوب ماء . |
|---|---|---|

- الطريقة : - تجهز الشرائح وترقق .
- تتبل الشرائح بالبصل والملح والفلفل .
 - يسلق البيض نصف سلق .
 - يقشر البيض .
 - تلف كل شريحة بداخلها بيضة بحيث لا يظهر البيض .

- تلفه بالدوبار وتوضع فى صينية مع مقدار السمن والماء .
- توضع فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج ويحمر الوجه .
- يفك الدوبار بعد أن يبرد .
- تقطع كل واحدة إلى شرائح بالورب أو تقدم كما هى .
- يراعى أن يكون البيض بعدد شرائح اللحم .
- يجمل كما يحلو لك .

٨ = كباب حلة

- | | |
|------------|--------------------|
| المقايير : | ١ كيلو لحم كنبوز . |
| | ١ بصلة مبشورة . |
| | ١ رأس ثوم مفرى . |

- ١ كوب طماطم .
- ملح - فلفل .

- الطريقة : - يقطع اللحم إلى مكعبات متوسطة الحجم .
- توضع فى إناء وترفع على النار .

- يضاف إليها البصل المبشور والثوم المفرى، والملح والفلفل وكوب من الماء .

- عندما يجف الماء تضاف الطماطم .
- قد يضاف مقدار آخر من الماء أو الطماطم إلى أن يتم النضج .

- توضع معلقة السمن وتحمر جيدًا .
- تقدم فى سرفيس وتجمل بالطريقة التى تحلو لك .

٩ = روزبين

- | | |
|------------|-------------------------|
| المقايير : | ٢ كيلو لحم (من العرق) . |
| | ١ بصلة مبشورة . |
| | ١ رأس ثوم . |
| | ملح - فلفل . |

- الطريقة :** - يجهز اللحم دون أن يقطع ويفضل العرق الكامل .
 - يعمل بالعرق بعض الشقوق بسكين حادة مدببة .
 - يقشر الثوم ويوضع فى كل شق فص من الثوم .
 - يلف العرق بالدوبار النظيف إذا كان اللحم (عجوز) .
 - يرفع إناء به ماء على النار حتى يغلى .
 - يضاف الملح والفلفل والبصل المبشور إلى الماء .
 - يضاف عرق اللحم باحتراس إلى الماء المغلى ويترك حتى ينضج .
 - يختبر نضج اللحم وذلك بفُرس سكين حادة به حتى المنتصف فإذا خرج السكين نظيفاً كان ذلك دليلاً على تمام النضج .
 - ينشل العرق من الماء ويترك حتى يبرد تماماً .
 - يقطع بسكين حادة جداً إلى ترائشات معتدلة السمك .
 - قد يقدح مقدار من السمن وتقلب به هذه الترائشات .
 - يقدم بارداً فى سرفيس أو قد يستعمل فى عمل الساندوتشات .

١٠ - شيش كباب

- المكونات :** كيلو لحم بتلو مقطع قطع | حلقات من الطماطم .
 صغيرة - بصلة مبشورة . | حلقات فلفل أخضر .
 بصل مقطع حلقات . | ملح - فلفل - بهار .
- الطريقة :** - يقطع اللحم إلى مكعبات .
 - يتبل بالبصل المبشور والملح والفلفل والبهار ويترك لمدة ساعة .
 - توضع اللحم فى سيخ بالتبادل مع حلقات الطماطم والفلفل الأخضر .

١١ = اللحم كمونية

١ كيلو لحم مكعبات .	ملح - فلفل - كمون - حبهان .
١ كيلو طماطم .	٢ ملعقة سمن .
٢ حبة بطاطس .	١ رأس ثوم مفرى .

الطريقة : - يجهز اللحم ويقطع مكعبات .

- يرفع إناء به ماء على النار حتى يغلى .
- يضاف اللحم مع الملح والفلفل والحبهان وتترك إلى أن يتم النضج .
- يرفع إناء آخر على النار به السمن والثوم المفرى حتى يصفر لون الثوم .
- تضاف الطماطم إلى الثوم والملح المطلوب والكمون (١ ملعقة صغيرة) .
- تترك حتى تتسبك جيدًا .
- يضاف ٢ كوب من البهريز المتبقى من اللحم المسلوق إلى الطماطم حتى يغلى .
- تجهز حبات البطاطس وذلك بتقشيرها وتقطيعها إلى مكعبات .
- تحمر قليلاً فى زيت مقذوح وتنتشل .
- تضاف البطاطس إلى الصلصلة السابق تجهيزها مع مكعبات اللحم المسلوق وتترك حتى تنضج .
- تقدم ساخنة مع أرز أبيض .

١٢ - الشاورمة

- المقادير : ١ كيلو لحم كندوز أو بتلو . بصلة مقطعة حلقات .
ملح فلفل . طماطم مقطعة كاريه .
١ كوب خل . مقدونس - مفري خس .

- الطريقة : - تجهز اللحم ونقطع إلى شرائح رقيقة جداً وصغيرة .
- تتبل بالملح والفلفل وتنقع مع البصل المقطع حلقات في الخل لمدة ١٢ ساعة .
- تنشل من النقع وتوضع في صينية على النار دون أى مادة دهنية وتقلب إلى أن تنضج (قد توضع لها قطع رقيقة جداً من اللية أثناء التقليب) .
- نضاف قطع الطماطم والمقدونس والخس وتطفأ النار .
- تقدم في ساندوتشات كيزر مع سلطة طحينة فى وجبة العشاء .

النصل الخامس

اللحم المفروم

١ - الهمبورجر

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| ٣ ملاعق بقسماط . | ١ كيلو لحم مفروم . |
| ٣ ملاعق مقنونس مفرى . | ١ ملعقة دقيق . |
| ٢ بيضة . | ١ بصلة مبشورة . |
| | ملح - فلفل - بهارات . |

- الطريقة :** - يفرم اللحم مرتين إلى أن يصير ناعماً .
- يعجن اللحم جيّداً ويضاف إليه الدقيق والبقسماط والملح والفلفل والبهار ويقلب جيّداً .
- يضرب البيض جيّداً ويضاف إلى عجينة اللحم .
- يضاف المقنونس المفرى إلى عجينة اللحم أيضاً .
- يقطع اللحم إلى أقراص كبيرة وترص فى صينية مدهونة بالزيت .
- يدهن سطح الأقراص بالزيت أيضاً .
- يزج فى فرن متوسط الحرارة إلى أن ينضج .
- قد يوضع على سطح ساخن ويقلب مرتين .
- ملحوظة :** ١ - قد يقدم الهمبورجر بالكتشب أو البيض البرشت .

ملحوظة : ٢ - قد تكسر بيضة فوق سطح كل واحدة من الهمبورجر
ويزج في الفرن مرة ثانية وذلك حسب الطلب .

٢ = قالب كفتة البيض

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو لحم مفروم مرتين . ملح - فلفل - بهار .
٦ بيضات . بصلة مبشورة .
حزمة مقنونس مفرومة .

الطريقة : - يعجن اللحم جيدًا مع البصل والملح والفلفل والبهار
والمقنونس المفروم .

- تجهز قطعة من الورق المفضض حوالي ٣٠ سم ثم يفرد
اللحم عليها بنظام وسُمْك واحد (لا تستغل المساحة كلها
ويترك جزء لطيه مع اللحم) .

- يسلق البيض ويقشر .

- يوضع البيض الواحدة تلو الأخرى فوق اللحم المفرد
على الورق المفضض .

- يطوى الورق مع اللحم مع الضغط الشديد .

- تلف حافة الورق المفضض جهة اليمين والجهة الأخرى
بعكسها .

- تدخل أسطوانة اللحم في الفرن لمدة $\frac{1}{2}$ ساعة .

- تسحب من الفرن وتوضع في التلاجة إلى أن تبرد تمامًا .

- ينزع الورق باحتراس ثم يقطع اللحم بسكين حادة إلى
اسطوانات سميقة .

- قد يقطع اللحم بالمكين وهو ملفوف بالورق ثم ينزع
الورق من كل اسطوانة .

٣ - الكفتة بانيه

- المقادير : ١ كيلو لحم مفروم .
١/٢ كوب مبشورة .
٢ ملعقة مقنونس مفروم .
مقدار من الزيت مع السمن .
ملح - فلفل - بهار .
١/٢ كوب بقسماط ناعم .
١ رغيف كيزر .
٢ بيضة .

الطريقة : - يعجن اللحم جيّدًا ويضاف إليه البصل والملح والفلفل والبهار .

- ينقع الرغيف الكيزر في ماء ثم يصفى (يعصر) جيّدًا .
- يضاف العيش المنقوع إلى اللحم .
- يضرب البيض جيّدًا ثم يضاف إلى اللحم مع ملعقة المقنونس المفري .
- تقطع عجينة اللحم إلى أصابع وتقطى جيّدًا بالقسماط .
- يقدح مقدار الزيت مع السمن جيّدًا وتحمر به وحدات الكفتة حتى تنضج .
- تقدم في سرفيس وتعمل بالمقنونس .

٤ - الكفتة المشوية الكاذبة

- المقادير : ١ كيلو لحم مفروم .
١/٢ كيلو برغل نظيف .
١ بصلة كبيرة مبشورة .
ملح - فلفل - بهار - قرنفل .
٢ ملعقة مقنونس مفري .

الطريقة : - ينقع البرغل لمدة ساعتين .
- يضاف البصل المبشور إلى اللحم مع البرغل والتوابل والمقنونس المفري .

- يعجن اللحم جيّدًا مع باقى المقادير .
 - يجهز سيخ أو عصا رفيعة .
 - تشكل وحدات الكفتة على السبخ ثم تسحب . وتوضع فى صينية وهكذا إلى أن ينتهى المقدار . بحيث يكون كل إصبع مجوفًا من الداخلى .
 - توضع قطعة من الفخم على النار إلى أن تحمر جيّدًا .
 - تؤخذ الفحمة وتوضع فى الصينية وهى فى الفرن وتغطى جيّدًا .
 - تسحب من الفرن وتقدم فى سرفيس وتجملى بالمقدونس .
- ملحوظة : قد تشوى هذه الكفتة على الفخم بوساطة الأسياخ أو شبكة من السلك .

٥ - طرب الحاتى

- المقادير : ١ كيلو لحم مفروم . ملح - فلفل - بهار .
٢ بصلة مبشورة كبيرة . | منديل ضأن .
- الطريقة : - يقطع المنديل إلى قطع مربعة متساوية بقدر الإمكان .
- ينبل بجزء من البصل المبشور والتوابل .
- يعجن اللحم ويضاف إليه باقى البصل والتوابل .
- يقطع اللحم إلى قطع متساوية ويشكل على هيئة أصابع .
- يلف كل أصبع فى قطعة المنديل المتبلة .
- توضع الوحدات على شبكة من السلك وتوضع فوق الفخم المتقد .
- قد ترص الوحدات فى صينية وتدخل الفرن إلى أن تنضج .
- تقدم فى سرفيس ويجملى بالمقدونس وحلقات الليمون .

٦ - تورتة اللحم بالبطاطس

المقادير :	كيلو لحم مفروم ناعم .	كيلو بطاطس مسلوقة .
	بصلة مبشورة .	٣ بيضات .
	٢ ملعقة مقنونس مفرى .	ملح - فلفل - بهار .
	١ ملعقة سمن .	

الطريقة : - يعجن اللحم ويتبل بالبصل المبشور والملح والفلفل والبهار والمقنونس المفرى .

- يفرم البطاطس جيدًا ويتبل بالملح والفلفل .

- يضرب البيض ويضاف نصفه إلى البطاطس والنصف الآخر إلى اللحم .

- يجهز برام أو صينية صغيرة وتبطن بالورق المقضض .

- يدهن البرام بالسمن وتضاف طبقة من اللحم المفروم في

قاع الصينية ثم تضاف طبقة من البطاطس حوالى نصفها

ثم تضاف طبقة من اللحم وطبقة من البطاطس ثم باقى

مقدار اللحم إلى أن تغطى الصينية باللحم . (ثلاث طبقات

من اللحم و طبقتين من البطاطس) .

- يوضع فى فرن متوسط الحرارة إلى أن يحمر الوجه

ويسحب من الفرن .

- يترك حتى يبرد تمامًا .

- يقرب فى سرفيس مستدير ويجعل بأصاف حلقات

الطماطم .

- هذا الشكل سيعطى شكل التورتة فتجمل بالمقنونس أو

الطحينة أو كما يحلو لك .

٧ - اليمباتونى

- المقايير : ١ كيلو لحم مفروم ناعم . ملح - قفل - بهار .
٢ ملعقة سمن - بصلة مبشورة ١ كيلو بسله وجزر مقطع .
- الطريقة : - يعجن اللحم جيذاً وينبل بالبصل المبشور والملح والفلفل
والبهار .
- يشوح الخضار (البسله والجزر المقطع مكعبات) فى
مقدار من السمن إلى أن يلين .
- يفرد اللحم على الورق المفضض بطبقة سميكة على شكل
مستطيل .
- يوضع الخضار فوق اللحم (بالطول) .
- يلف الورق باللحم لكى تحصل على شكل اسطوانى :
- تلف الحافة من جهة اليمين عكس جهة اليسار حتى
يضغط اللحم جيذاً .
- تدخل اللحم الفرن لمدة نصف ساعة تقريباً .
- توضع فى الثلاجة إلى أن تبرد تماماً دون نزع الورق المفضض
- حينما تبرد تماماً تقطع بسكين حادة على شكل اسطوانة
متوسطة السمك .
- تقدم فى سرفيس مع بطاطس شبس ومقدونس مفرى .
- تقدم فى المناسبات والحفلات .

٨ - البييض الاسكتندى

- المقايير : ١ كيلو لحم مفروم . ملح - قفل - بهار .
١ بصلة مبشورة . ٥ بييضات مسلوقة .
١ بييضه مخفوقه . ٢ ملعقة دثيق .
مقدار غزير من الزيت . ١ كوب بسماط ناعم .

الطريقة : - ينبل اللحم جيداً بالبصل والملح والفلفل والبهار .

- يضاف إليه البيض المخفوق ويعجن جيداً .

- يجهز البيض المسلوق ويقشر وينحرج في الدقيق .

- تلف كل واحدة من البيض باللحم المفروم إلى أن تغطى تماماً .

- ثم تغطى الوحدات بالبيسماط الناعم تماماً مع الضغط عليها .

- يقدح مقدار الزيت جيداً .

- تلقى الوحدات في الزيت وتقلب حتى تحمر .

- فنشل من الزيت وتصفى وتترك لتبرد .

- تقسم كل واحدة إلى نصفين بسكين حادة جداً .

- ترص الأنصاف حول بعضها في سرفيس فتعطينا شكلاً

جميلاً وتجمل بأعواد من المقدونس .

٩ = العجة باللحم المفروم

المقادير : ١/٢ كيلو لحم مفروم .

٥ بيضات .

حزمة مقدونس مفرى .

٢ ملعقة كبيرة دقيق .

٢ بصلة مبشورة .

ملح - فلفل - بهار .

فنجان زيت .

ملعقة سمن .

الطريقة : - يرفع إناء على النار به ملعقة السمن مضافاً إليها نصف

مقدار البصل إلى أن تصفر .

- يوضع اللحم مع البصل ويقلب إلى أن يحمر قليلاً ويترك

جانباً .

- يوضع مقدار الزيت فى إناء مع باقى مقدار البصل ويحمر .
- ينشل البصل من الزيت ويوضع فى إناء غويط .
- يخفق البيض جيّدًا ويضاف إليه التوابل والمقدونس ويضاف إلى البصل المحمر
- يضاف اللحم المفروم المعصج إلى الخليط ثم يضاف مقدار الدقيق ويقلب جيّدًا .
- يقدح مقدار الزيت المتبقى من تحمير البصل فى صينية أو طاسة .
- يضاف الخليط إلى الزيت المقفوح ويساوى جيّدًا حتى يصبح قرصًا منتظم الشكل .
- يقلب القرص على الوجه الآخر أو تد يزج فى الفرن لمدة دقائق .
- يقدم ساخنًا أو باردًا ويقطع بسكين حادة مع بطاطس محمرة وسلطة خضراء .

١٠ - الكنالونى :

المقادير : ٤ كوب دقيق - كوب لبن مبشور جبن رومى إن وجد .
 ٢ بيضة - ملح - فلفل | كوب عصير طماطم
 بصلة مبشورة - ٢ ملعقة سمن | ١ كيلو لحم مفروم .

- ينخل الدقيق ويضاف إليه اللبن .
- يخفق البيض جيّدًا ويضاف إلى الدقيق واللبن ويعجن .
- يقدح تليل من السمن ثم يصب قليل من العجين ليكون قرصًا رقيقًا .
- تكرر العملية إلى أن ينتهى المقدار .

- تتكون لدينا عدة أقراص لينة سهلة التشكيل ثم تترك جانبًا .
- يرفع إثناء على النار به مقدار السمن ثم يوضع البصل إلى أن يصفر ثم يوضع اللحم والتوابل المنكورة .
- يوضع بكل قرص مقدار من اللحم المعصج ويلف إلى أن يصير أصبعا .
- يرص في صينية مدهونة بالسمن .
- يرش بالجبن الرومي المبشور وعصير الطماطم .
- تزع في فرن متوسط الحرارة إلى أن يحمر الوجه .
- يرص في سرفيس ويجمل بحلقات الطماطم والخيار والبصل .

الفصل السادس

الكبد والمخ

١ - الكبد باللية

- المقادير : $\frac{1}{2}$ كيلو كبد طازج .
بصلة صغيرة مبشورة . | $\frac{1}{8}$ ك لية مقطعة إلى قطع صغيرة . ملح - فلفل
- الطريقة : - توضع اللية في إناء على نار هادئة إلى أن تصفر .
- يضاف البصل المبشور مع اللية إلى أن يلين .
- نضاف الكبد والملح المطلوب والفلفل وتُشَوَّح .
- تقدم ساخنة مع سلطة طحينة .

٢ - الكبد المقليّة

- المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو كبد .
 $\frac{1}{4}$ رأس ثوم مفرى . | كوب بقسماط ناعم .
زيت غزير . | ملح - فلفل .
- الطريقة : - تقطع الكبد إلى شرائح رقيقة منتظمة الشكل .
- تتبل بالثوم المفرى والملح والفلفل وتترك لمدة ساعة .
- يقدح الزيت جيدًا .
- تقطى شرائح الكبد بالبقسماط جيدًا وتقلي في الزيت المقنوح إلى أن تحمر .
- تقدم ساخنة وتجميل بالمقنونس المفرى .

٣ - المخ البانيه

المقادير : ١ مخ .	٢ بيضة .
٢ ملعقة دقيق .	١ كوب بقسماط .
١ رأس ثوم مفرى .	ملح - فلفل - بهار - قرفة .
٢ ملعقة متدنيس .	زيت غزير للتحمير .

الطريقة : - يجهز المخ ويقطع بمكين حادة جدًا على شكل شرائح نون أن يسلق .

- يتبل باحتراس بالثوم المفرى والملح والفلفل والبهار لمدة ساعة .

- تؤخذ الشرائح وتغطى بالدقيق جيدًا .

- يضرب البيض مع ذرة من الفلفل الأسمر الناعم .

- توضع كل شريحة فى البيض المخفوق ثم البقسماط .

- يقدح الزيت جيدًا وتحمر به شرائح المخ .

- يصف على ورق سوليفان ويقدم فى سرفيس ويجمل بالمتدنيس .

ملحوظة : هذه وجبة لذيذة ومفنية ومفيدة جدًا للأطفال .

الصلب السابع

الخضراوات

١ - الخرشوف بالبازلاء

١ كيلو لحم مفروم .	٨ وحدات خرشوف منطف .
٢ كوب عصير طماطم .	١/٢ بازلاء .
بصلة مبشورة .	١/٢ كوب بهريز .
٢ ملعقة سمن .	ملح - فلفل - بهار .

الطريقة : - تنطف وحدات الخرشوف جيدًا وذلك بإزالة الأوراق والشعر بالملعقة الصغيرة وينقع فى الماء والملح أو الليمون .

- يرفع إناء على النار به مقدار السمن ونصف مقدار البصل المبشور إلى أن يصفر لونه ثم يضاف اللحم والملح المطلوب والفلفل الأسمر إلى أن تجف من الماء .

- يضاف نصف مقدار عصير الطماطم إلى اللحم ويترك حتى يتسبك (يصبح غليظ القوام) .

- تحشى وحدات الخرشوف بالعصاج وتترك جانبًا .

- توضع البازلاء فى صينية ومعها باقى عصير الطماطم وكوب البهريز وباقى مقدار البصل والملح والفلفل المطلوب ويقلب جيدًا .

- توضع وحدات الخرشوف حول بعضها في منتصف الصينية .
- تزج في فرن متوسط الحرارة (قد يحتاج الأمر إلى قليل من الماء حتى يتم النضج) .
- يقدم ساخناً مع أرز أبيض وسلطة خضراء .

٢ - الخرشوف بالشعيرية

- المقادير : ١٠ وحدات خرشوف .
 ١ كوب شعيرية .
 ١ كوب عصير طماطم .
 ١ كيلو لحم مفروم .
 ٢ ملعقة سمن .
 ١ كوب بهريز .
- الطريقة :
 - ينظف الخرشوف كما سبق شرحه وينقع بالماء والملح .
 - يسلق نصف سلق مع عصير ليمونة .
 - يعصج اللحم بالطريقة السابق شرحها ..
 - يحشى الخرشوف بالعصاج .
 - تحمر الشعيرية في مقدار السمن وتوضع في صينية .
 - ترص وحدات الخرشوف حول الشعيرية أو في منتصف الصينية .
 - نصب كوب البهريز في الصينية وتزج في فرن متوسط الحرارة .
 - نضع عصير الطماطم قليلاً قليلاً إلى أن يتم النضج .
 - يقدم ساخناً .

٣ - الخرشوف المحشو

- المقادير : ٨ وحدات خرشوف منظف . ٨ وحدات بطاطس صغيرة
 ٢ كوب عصير طماطم . مقشرة ومقورة - ٢ كوب بهريز
 ١ كيلو لحم مفروم - ملح - ثفل - بصلة مبشورة - ملعقة زيت .

- الطريقة : - يعصج اللحم بالطريقة المعروفة .
- ينظف الخرشوف كما سبق شرحه وينقع في الماء والملح .
- تقشر البطاطس وتقور ويخرج القلب .
- تحشى وحدات الخرشوف بالعصاج كذلك وحدات البطاطس .
- ترص فى طبق فرن .
- يوضع عصير الطماطم مع البصلة المبشورة مع البهريز ويتبل بالملح والفلفل مع ملعقة الزيت ويقلب جيدًا .
- يوضع نصف مقدار الخليط السابق فى طبق الفرن ويوزج فى فرن متوسط الحرارة بعد ربع ساعة نضع باقى مقدار الصلصة كلما احتاج الأمر .
- يقدم فى سرفيس ويجمل بورق الخس وشرائح الطماطم والجزر .

٤ - قالب القرنبيط بالأرز (تورتة القرنبيط)

- | | | |
|------------|--------------------|--------------------------|
| المقادير : | ١ قرنبيط متوسطة . | ١ كيلو لحم مفروم ومعصج . |
| | ٣ بيضات . | زيت غزير للتحمير . |
| | ١ كوب دقيق . | ملح - فلفل . |
| | ١ كوب عصير طماطم . | ٣ كوب أرز مسلووق . |

- الطريقة : - يسلق القرنبيط نصف سلق ويصفى .
- يخفق البيض مع الملح والفلفل جيدًا ثم يضاف إليه الدقيق ويقلب جيدًا .
- تقمس وحدات القرنبيط المسلووق فى عجينة الدقيق والبيض .

- يقدح الزيت جيدًا ونقله به وحدات القرنبيط إلى أن يحمر .

- تتشمل الوحدات وتصفى على ورقة جرنال .

- يجهز طاجن أو طبق فرن أو صينية وتدهن بالزيت ثم توضع طبقة من اللحم المعصج مضاف إليها الطماطم ثم ترص وحدات القرنبيط بحيث تكون الزهرة إلى أسفل والعنق إلى أعلى .

- يرش اللحم المعصج بين الوحدات ثم يوضع الأرز المسلوق حتى يغطى القرنبيط تمامًا ويكسب بالملعقة قليلًا .

- يزوج في فرن متوسط الحرارة لمدة ١٠ دقائق تقريبًا .
- يسحب من الفرن ويترك ليبرد قليلًا .

- يقالب في سرفيس مستدير فنحصل على شكل جميل كشكل النورثة فوردة القرنبيط ثم الأرز ، وهي وجبة تكفي ٤ أفراد بها كل العناصر الغذائية المتكاملة كالأرز والخضار واللحم والطماطم .

٥ - تورثة البانجان

المقادير : ١ كيلو بانجان رومي .
١ ٢ كيلو لحم مفروم ومعصج .
زيت للتحمير .
ملح - فلفل - ٢ ورقة لوزة .
١ كوب طماطم .

الطريقة : - يقشر البانجان ويقطع قطعًا مستديرة وسميكة ويرش بالملح ويترك جانبًا .

- يجهز اللحم المعصج بالبصل والملح والفلفل ويضاف إليه عصير الطماطم حتى يتمسك .

- يقدح قدر من الزيت ويقلى الباننجان إلى أن يصفى لونه .

- ينشل من الزيت ويصفى جيدًا .

- يجهز طاجن (طبق فرن) ويوضع به قدر من العصاج في القاع .

- ترص وحدات الباننجان المقلى دون تقطيعها ثم ترص طبقة من العصاج إلى أن ينتهى المقدار .

- يوضع فنجان صغير ماء مع ورق اللوزة ويخرم الباننجان بالشوكة .

- يوضع فى فرن لمدة ١ ساعة .

- يسحب من الفرن ويترك حتى يبرد قليلاً .

- يقلب فى سرفيس مستدير فنحصل على شكل قالب

مستدير يجملى بمكرونة اسباجتى نوضع على شكل

أهرامات صغيرة حول الباننجان .

ملحوظة : بعد وضع الباننجان فى الطاجن قد نضع ٢ كوب أرز

مسلوق فوق الباننجان ويكبس جيدًا ثم يدخل الفرن فتحصل على نفس

الشكل السابق كما فى القرنيبط .

٦ - باننجان بالجبن

المقادير : ٢ حبة باننجان رومى متوسط ٥ ملاعق بسماط ناعم .

نصف رأس ثوم مفردى . كيلو طماطم .

مقدار من الجبنة الشيدر فنجان زيت زيتون (زيت

مبشور - بصلتان كبيرتان (نرة) . - ملح - فلفل .

الطريقة : - يقطع البانجان كل واحدة نصفين ويسلق قليلاً
ويترك ليبرد .

- يزال القلب بحرص بوساطة ملعقة صغيرة .

- يؤخذ القلب ويوضع فى إناء غويط .

- يرفع إناء على النار به زيت الزيتون ويحمر به البصل
والثوم إلى أن يصفر .

- يضاف عصير الطماطم ويترك على النار إلى أن يصبح
قوامه سميكًا .

- تؤخذ قطع البانجان (القلب) وتضاف إلى الصلصة
وتتبّل جيّدًا بالملح والثفل .

- تحشى أنصاف البانجان بالخلطة السابق إعدادها ويرش
المسطح بالجبن الشيدر المبشور .

- يوضع فى طبق بيركس (طبق فرن) ويزج فى الفرن
لمدة ١ ساعة حتى تنوب الجبنة .

- يتم فى نفس طبق البيركس مع مكرونة اسباجتى .

٧ = برام البامية الخضراء

المقادير : كيلو بامية متوسطة الحجم . كوب عصير طماطم أو بهريز
١/٢ كيلو لحم مفروم ومعصج . بالحبهان - ملح فلفل .

الطريقة : - تنظف البامية بالطريقة المعروفة بحيث يكون العنق
مستديرًا بشكل هرمى .

- يجهز طبق فرن أو برام مدهون بالسمن ، ثم يغطى بطبقة
من اللحم المعصج بالطماطم .

- ترص وحدات البامية بشكل دائرى حول قاع الطبق بحيث
يكون العنق إلى الخارج أو إلى حائط البرام .

- ثم يوضع اللحم المعصج ثم طبقة من البامية إلى أن ينتهى المقدار يغطى بالطماطم .
- يزج فى فرن متوسط الحرارة ويضاف البهريز مع عصير الطماطم كلما لزم الأمر إلى أن تنضج البامية .
- يسحب البرام من الفرن ويترك ليبرد .
- يقالب فى سرفيس أبيض مستدير ويجمل بحلقات الليمون .

٨ - صينية الكوسة فى الفرن

- | | |
|------------|-----------------------|
| المقادير : | ١ كيلو كوسة . |
| | ٢ كوب عصير طماطم . |
| | ملعقة حمص طبيخ مسلوقة |
| | ١/٢ كيلو لحم مسلوقة . |

- تقشر الكوسة وتقطع حلقات سميكة ثم تغسل وتنصفى .
- توضع الطماطم مع البصل والملح والفلفل وتقلب جيداً .
- تجهز صينية متوسطة الحجم وتوضع بها حلقات الكوسة .
- يصب فوقها خليط الطماطم والبصل والملح والفلفل واللحم المسلوقة والحمص المسلوقة أيضاً .
- توضع فى فرن متوسط الحرارة إلى أن تنضج .
- تقدم مع أرز أبيض وسلطة خضراء .

٩ - صينية القلثاس

- | | |
|------------|-------------------------------|
| المقادير : | ١/٢ كيلو لحم مفروم . |
| | ٢ كوب عصير طماطم وكوب بهريز . |

الطريقة : - يثشر القلقاس ويقطع إلى حلقات سميكة أو أصابع سميكة .

- يغسل جيدًا بالماء والملح والخل وذلك بعد نغعه لمدة ساعة .

- يجهز عصاج اللحم ويسقى بالطماطم حتى يسبك .

- تجهز صينية متوسطة الحجم وتوضع بها طبقة من العصاج ثم طبقة من القلقاس ثم طبقة من العصاج إلى أن ينتهى المقدار .

- يغطى بباقي مقدار عصير الطماطم والبهريز ويتبل جيدًا .

- يزج فى فرن متوسط الحرارة ثم تهدأ حرارة الفرن إلى أن ينضج .

- قد يحتاج إلى قدر آخر من الماء أو البهريز حتى يتم النضج .

- يقدم ساخناً مع خبز أسمر أو أرز أبيض وسلطة خضراء .

١٠ - الكشك بالقشدة

المقادير :	كوب زبادى .
كوب دقيق .	١
بصلة مبشورة .	٢
ملعقة أرز .	٢
كوب قشدة .	١
كوب بهريز .	٣
ملعقة سمن .	٣

الطريقة : - يخفق الزبادى ويضاف إليه الدقيق إلى أن تتكون عجينة لينة نوعاً .

- تترك لمدة ساعة على الأقل .

- يوضع البهريز فى إناء على النار بعد أن يتبل بالملح والقلقل والحبهان إلى أن يغلى .
- يقمل الأرز ويضاف إلى البهريز ويترك حتى ينضج ويترك جانباً ليبرد .
- تضاف العجينة إلى البهريز قليلاً قليلاً مع التقليب حتى تذوب تماماً ثم توضع على النار مع استمرار التقليب .
- نضع القشدة على الخليط ويقلب حتى يغلى .
- يرفع إناء على النار به مقدار السمن والبصل المبشور حتى يحمر لونه .
- يضاف نصف البصل مع السمن المتبقى إلى خليط الكشك ويترك النصف الآخر لتجميل الأطباق .
- يغرف الكشك فى سرفيس مسطح ويجمل بالبصل إلى أن تبرد الأطباق .
- تجمل الأطباق بظهر شوكة صغيرة بخطوط طولية وعرضية

١١ = البصارة فى ثوب جديد

المكناير :	١ كبلو فول مدشوش .	١ كوب زيت .
	٢ بصلة مبشورة .	٢ ملعقة مقنونس مفرى .
	رأس ثوم مفرى .	١ ملعقة كراوية .
	ملح - كمون - كسبرة - شطة .	نعناع مجفف - مكعب ماجى .
	١ ملعقة كسبرة خضراء -	٢ فلفل أخضر .

- يفسل الفول جيذاً ويوضع فى إناء ويرفع على النار ويفطى بالماء .
- يضاف إليه المقنونس وبصلة واحدة ونصف مقدار الثوم ، والكسبرة الخضراء والقلقل الأخضر وتترك على نار هائنة بعد أن تغلى .

- وعندما ننضج محتويات الإناء نترك لتبرد .
- يضرب الخليط فى الخلاط إلى أن يصير سائلاً سميك القوام .
- يوضع فى إناء على النار مع مكعب ماجى مع إضافة باقى مقدار التوابل (الكراوية - الشطة - النعناع - الملح) .
- يرفع إناء على النار به مقدار الزيت والبصلة المبشورة المتبقية وتقلب إلى أن يصفر لونها يضاف باقى مقدار الثوم والكسبرة المطحونة حتى يحمر لون البصل والإضافات الأخرى .
- يوضع نصف المقدار مع الزيت المتبقى إلى خليط البصارة عندما يطفى والنصف الآخر يترك لتجميل الأطباق .
- تغرف فى أطباق مسطحة وتترك لتبرد وتجميل بظهر شوكة صفيرة على هيئة خطوط طولية أو عكس بعضها مع الاستعانة فى التجميل بالبصل المحمر وبعض وريقات المقدونس وحلقات البصل .
- هاهى باسيدينى البصارة ، الطبق الشعبى المصرى فى ثوب جديد وجميل ليقتدم مع حلقات الطماطم والخيار مرة كل حين .

١٢ = برام الفول المدمس بالعصاج

- المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو لحم مفروم ومعصج ٢ كوب فول مدمس .
- ٢ ملعقة مقدونس - كوب طماطم - ملح - فلفل - كمون .
- الطريقة : - يجهز اللحم بوضعه على النار مع التقليب مع البصل إلى أن يجف ،
- تضاف الطماطم إلى اللحم إلى أن ينضج .

- يوضع بعد تلك الفول والمقدونس والتوابل مع إضافة الملح المطلوب ويتلب الخليط جيدًا .
- يوضع الخليط فى برام ويزج فى الفرن قليلاً .
- يغرف فى أطباق ويحمل بوريقات المقدونس .
- أو قد لا يوضع فى الفرن ويترك على النار حتى يفتلى ثم يغرف فى أطباق ويحمل كما يحلو لك .

١٣ = صينية الفول المدمس

- | | |
|------------------------------|------------------|
| ١ بصلة صغيرة مبشورة . | ٢ كوب فول مدمس . |
| ١/٢ كوب طماطم . | ٢ بيضة . |
| ١/٢ فنجان زيت - ملح - كمون . | ٢ ملعقة مقدونس . |
- الطريقة :**
- تضاف جميع المقادير إلى بعضها البعض فى إناء غويط .
 - تجهز صينية مدهونة بالزيت ويوضع بها الخليط السابق .
 - تدخل فى فرن متوسط الحرارة إلى أن ينضج البيض أو يتعاسك الخليط .
 - تسحب من الفرن وتترك حتى تبرد قليلاً ثم تقلب فى سرفيس كبير ومسطح وتعمل بالمقدونس والبطاطس الشبس .

الفصل الثامن

القطائر الملحة

١ - السمبوسك

- المقايير : ١ كيلو جلاش .
١ كيلو لحم مفروم .
بصلة مبشورة .
ملح - فلفل - بهار .
٢ ملعقة مقنونس مفرى . مقدار من السمن مع الزيت
- الطريقة : - يفتح باكو الجلاش ويقسم إلى ثلاثة أقسام بالطول بسكين حادة جدًا وتوضع الأقسام فوق بعضها وتغطى بفوطة .
- يجهز العصاج بالطريقة المعروفة ثم يضاف إليه المقنونس المفرى والملح والفلفل والبهار وتقلب جيدًا .
- تؤخذ ورقة من الجلاش وتطوى نصفين بالطول .
- يوضع فى جانب أحد أطرافها مقدار من العصاج وتطوى عليه الورقة بشكل مثلث ثم تطوى مرة أخرى بعكس الأولى إلى أن تصل إلى آخر الورقة يحصل على شكل المنديل -
قد يلف على شكل أصبع وذلك بوضع العصاج فى منتصف طرف الورقة وتطوى من الناحيتين وتثنى أكثر من مرة إلى أن تنتهى الورقة
- يوضع مقدار السمن مع الزيت فى إناء على النار إلى أن يتدح .
- توضع الوحدات فى السمن وتقلب بسرعة على الوجهين .
وتنشل فورًا لأنها سريعة النضج .

- ترص في سرفيس مع ما يحلو لك من أصناف مناسبة .
- قد توضع الوحدات في صينية مدهونة سمن ويدهن وجهها بالسمن وتزج في فرن إلى أن يصفر الوجه بدلاً من القلية .
- هذا الصنف يصلح للعشاء والرحلات .

٢ - صينية الجلاش باللحم

المقادير :	١/٢ كيلو جلاش	١/٢ لحم مفروم
	بصلة مبشورة	١/٢ كوب لبن
	فنجان سمن	١ بيضة .
	ملح - فلفل .	١/٢ كوب طماطم .

- الطريقة : - يعصج اللحم بالبصل المبشور والملح والفلفل ثم يوضع الطماطم إلى أن تمسك جيداً .
- تجهز صينية وتدهن بالسمن .
- يفتح باكو الجلاش وتؤخذ منه ورقة ورقة وتوضع في الصينية (يفتح باكو الجلاش وتوضع فوقه الصينية ويحرز الجلاش بالسكين باستدارة الصينية ويؤخذ باقي الحرف ويوضع كحشو مع اللحم) .
- تدهن كل ورقة بسمن بسيط إلى أن تصل إلى نصف المقدار .
- يوضع اللحم المفروم في المنتصف .
- يكمل باقي المقدار بنفس الطريقة إلى أن ينتهي المقدار تقطع حسب الطلب .
- توضع في فرن هادىء الحرارة لمدة عشر دقائق .
- تضرب البيضة ويضاف إليها اللبن وتقلب جيداً .
- يوضع مقدار اللبن والبيض فوق الجلاش وتدخل الفرن مرة ثانية إلى أن يحمر الوجه .

٣ = وحدات الجلاش بالجبن

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو جلاش .
ملعقة صغيرة نعناع مجفف |
 $\frac{1}{4}$ جبنة بيضاء . فنجان سمن أو زبد .

الطريقة : - يجهز الحشو وذلك بوضع مقدار الجبن مع ٢ ملعقة زبد مع مقدار النعناع وتهرس وتقلب جيّداً .

- يجهز الجلاش وذلك بشق كمية الجلاش إلى نصفين بسكين حادة جيّداً .

- يمكن عمل أشكال كثيرة جيّداً من هذا الصنف وسأشرح لك بعضها .

١ - شكل الأصبع : تؤخذ واحدة من أنصاف ورق الجلاش ثم يوضع الحشو في أحد أطرافها وتثنى من الجنبين ثم تطوى أو تهرم كالأصبع إلى نهاية الورقة وذلك إلى أن ينتهي المقدار وقرص في صينية أو صاج فرن مدهون بالسمن أو الزبد ثم يرش الوجه بالسمن وتوضع في فرن متوسط الحرارة (في الرف الأوسط أو الأعلى) حتى يصفر لونها ثم تسحب من الفرن وتقدم ساخنة أو باردة .

٢ - شكل المثلث : يوضع الحشو في جانب أحد أطراف الورقة (نصف الورقة) ثم تطوى على شكل مثلث أو منديل إلى أن يغطي الحشو تماماً (شكل الحجاب) .

٣ - شكل الدائرة : يوضع الحشو بطول الورقة (نصف الورقة) كلها وتلف بخفة فتحصل على اسطوانة رقيقة وطويلة يمكن لفها حول بعضها حتى تحصل على شكل دائرة .

ملحوظة : يمكن لهذا الصنف ألا يدخل الفرن ويقلى في مقدار من السمن والزيت بشرط أن يقلب سريعاً وينشل حتى لا يجف .

٤ = صينية الجلاش بالبشاميل

المقادير :	١ كيلو جلاش .	١ كوب لبن .
	فنجان زبد أو سمن .	بيضة .
	فنجان جبن رومي مبشور	فنجان كبير بشاميل .

الطريقة : - يجهز الجلاش وتجهز صينية متوسطة مدهونة بالسمن .

- يجهز الحشو وذلك بوضع البشاميل في إناء غويط مع مقدار الجبن المبشور وقليل من الفلفل الأسمر (إذا رغبتنا) وخلطه جيداً .

- يوضع نصف مقدار الجلاش في الصينية ورقة ورقة مع دهان كل ورقة بقليل من السمن أو الزبد .

- يوضع الحشو ثم نكمل باقى المقدار ويرش الوجه بالسمن .

- تقطع حسب الطلب بسكين حادة جداً على شكل مثلثات أو سمبوسكة أو مربعات .

- تترج في فرن متوسط الحرارة إلى أن يصفر لونها .

- تخفق البيضة ويضاف إليها مقدار اللبن وتقلب جيداً .

- تسحب الصينية من الفرن وتسقى باللبن والبيض ثم تترج مرة أخرى إلى أن يحمر الوجه .

- تسحب من الفرن وتترك حتى تبرد قليلاً ثم تقطع وتقدم كما يحلو لك .

٥ = الطير المشمتت

المقادير :	كيلو دقيق .	١ ملعقة ملح .
	كوب سمن سائل .	مقدار من الماء .

الطريقة : - ينخل الدقيق مع الملح :

- يعجن الدقيق بالماء حتى تتكون عجينة لينة .
- يقطع العجين إلى قطع متساوية مستديرة وتترك قليلاً .
- تؤخذ الوحدات قطعة قطعة وتفرد بالنشابة مع وضع قليل من السمن .
- تكور الوحدات مرة أخرى مع دهنها بالسمن جيداً .
- تفرد مرة أخرى بالنشابة جيداً ويمكن أن نرفعها في الهواء لمطها إذا استطعنا .
- يضغط عليها باليد مع دهنها بقليل من الزيت ثم تطوى بالشكل الذي يحلو لنا أو على شكل دائرة قطرها ١٠ سم .

٦ - الأطير بالبسطرمة

المقادير : ٣ فطيرات . | مقدار من شرائح البسطرمة .
٣ بيضات . | ملعقة سمن .

الطريقة : - بعد تجهيز وحدات الفطير المكورة يمكن فردها ووضع الحشو الآتى :

- يخفق البيض جيداً ومعه شرائح البسطرمة مقطعة قطعاً صغيرة .

- توضع كمية من المقدار في عجينة الفطير ثم تطوى ونزج في الفرن في صاج مدهون بالسمن .

- تسحب من الفرن عندما يحمر الوجه وتقدم ساخنة .

٧ = الأطير بالسجق (بالسوسيس)

المقادير : ٣ فطيرات . | مقدار من السجق الأترنجى .
٣ ملعقة سمن .

- الطريقة : - يجهز السجق وذلك بتقطيعه حلقات رفيعة جدًا .
 - تجهز عجينة الفطير ثم تفرد ويوضع بها السجق ثم تطوى .
 - يدهن الوجه بالسمن وتوضع في صاج مدهون بالسمن .
 - تزدج في فرن متوسط الحرارة (يمكن أن يستبدل الحشو
 بالجبين المبشور) .
 - تسحب من الفرن عندما يحمر الوجه وتقدم ساخنة .

٨ = الفطير باللحم المفروم

- المقادير : ٣ فطيرات ناضجة . | ١ كيلو لحم مفروم وممصج .
 بيضة . | فنجان سمن .
- الطريقة : - يجهز الفطير وتقسّم كل واحدة جزئين (يفصل الوجه
 عن الظهر) .
 - يعصج اللحم بالطريقة المعروفة وتضاف إليه البيضة
 المخفوقة ويقلب جيدًا .
 - يوضع العصاج على أحد الوجهين وتطوى الفطيرة مع
 الضغط فتحصل على شكل اسطوانة سمكية .
 - تقطع إلى حلقات سمكية أيضًا وتوضع في صاج مدهون
 بالسمن .
 - يكرر نفس الشيء مع الجزء الثاني من الفطير إلى أن
 ينتهى المقدار .
 - تزدج في فرن متوسط الحرارة لمدة دقائق وتقدم ساخنة .

٩ = الفطير بالبيض

- المقادير : ٣ فطيرات ناضجة . | ٣ بيضات .
 ٣ ملعقة سمن .

- الطريقة : - ضعى الفطير فى صينية مدهونة بالسمن .
 - اكرى البيض فوق كل فطيرة .
 - ضعى قليلاً من الملح والفلفل فوق البيض .
 - نزع فى فرن متوسط الحرارة حتى ينضج البيض .
 - تقدم ساخنة فى الإفطار أو العشاء .

١٠ = النطير بالجبن

- تتبع نفس الطريقة ويستبدل البيض بالجبن الرومى المبشور .

١١ = الكرواسان

- | | |
|------------------------|--------------------------|
| ملعقة سكر . | المقادير : ٥ كوب دقيق . |
| قطعة خميرة - نرة ملح . | $\frac{2}{4}$ كيلو زبد . |
| بيض لدهان الوجه . | ماء للعجن . |

- الطريقة : - ينخل الدقيق مع الملح .
 - تدعك الخميرة مع السكر حتى يسيل وتقلب جيداً .
 - تضاف الخميرة إلى الدقيق وتقلب جيداً .
 - يضاف الماء قليلاً قليلاً حتى تتكون عجينة لينة نوعاً .
 - تفرد العجينة على سطح مسنور ثم يوضع الزبد فوق نصف العجينة .
 - تطبق العجينة فوق الزبد وتترك لتستريح لمدة ١٠ دقائق .
 - تطوى العجينة بالزبد ثم تفرد وتطوى مرة أخرى وتترك لتستريح .

- تكرر العملية حوالي خمس مرات (تطوى وتفرد وتترك لتستريح) .
- تفرد بعد ذلك ، وتقطع حلقات أو دوائر بالكوب ثم تطوى إلى الريح فتصير على شكل مثلث يطوى الطرف المدبب حتى يصير الشكل كاللهال .
- توضع في صاج مدهون بالسمن وتترك لمدة $\frac{1}{4}$ ساعة .
- يدهن الوجه بالبيض ثم يزرع في فرن متوسط الحرارة حتى ينضج .

١٢ = الباتيه

المقادير : ٥ - ٦ أكواب دقيق .	$\frac{2}{4}$ كيلو زبد - ذرة ملح .
قطعة خميرة .	ملعقة سكر .
ماء للعجن .	بيض لدهان الوجه .
$\frac{1}{8}$ كيلو جبن .	ملعقة مقدونس مفري .

- الطريقة : - ينخل الدقيق جيداً مع الملح .
- تدعك الخميرة مع السكر حتى تسيّل .
- تضاف الخميرة إلى الدقيق وتقلب جيداً .
- يضاف الماء تدريجياً حتى تتكون عجينة لينة نوعاً .
- تفرد العجينة على سطح مستو ويوضع الزبد في نصف العجينة .
- ثم يطوى النصف الآخر فوقها ونحاول الضغط على الأطراف حتى لا تخرج الزبد .
- تترك العجينة لمدة (١٠) عشر دقائق لتستريح .

- تفرد العجينة بالنشابة مع عدم الضغط الشديد مرة أو مرتين وتترك لتستريح لمدة $\frac{1}{4}$ ساعة .
- تكرر هذه العملية حرالي ٦ مرات أو خمس مرات (تطوى وتفرد بالنشابة وتترك لتستريح) .
- تقطع على دوائر .
- يجهز الحشو بخلط المقادير مع بعضها البعض ونهرس بالشوكة .
- يوضع بكل دائرة بعض من الحشو وتطوى أو تلتصق الأطراف جيّدًا .
- ترص في صاج مدهون بالسمن ويدهن الوجه بالبيض وتزج في فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .

١٣ - البوريك

ملعقة سكر .		كيلو دقيق + ذرة ملح .
قطعة خميرة .		٥ بيضات .
٢ ملعقة سمس .		١ كوب لبن .
نوعا مجفف .		جينة بيضاء .

- الطريقة : - ينخل الدقيق ويضاف إليه ذرة الملح .
- تدعك الخميرة مع السكر حتى تسيل ويضاف إليها اللبن الدافىء .
- يصب خليط الخميرة واللبن فى وسط الدقيق ويترك فى مكان دافىء ويغطى بقطعة من القماش حتى تنتشر الخميرة لمدة نصف ساعة .
- يضاف السمن والبيض المخفوق ويترك قليل من البيض لدهان الوجه .

- قد يحتاج الأمر إلى قليل من اللبن فيضاف وتترك العجينة لمدة نصف ساعة حتى تخمر .
- تلت العجينة جيدًا وتقطع قطعًا متساوية .
- تفرد هذه القطع بالنشابة وتقطع بالقطاعة على شكل دوائر .
- يوضع بكل دائرة مقدار من الحشو (الجبن المخروط بالنعناع) .
- تطبق نصفين مع الضغط على الأطراف بالأصابع المبللة بالماء .
- يدهن الوجه بالبيض ويرش بالسمن ويترك ليخمر .
- يخبز في فرن حار نوعًا ويقدم ساخنًا .

١٤ - البيئسا

- | | |
|--|---|
| ٦ ملاعق دقيق + نرة ملح .
ملح - فلفل .
قطعة خميرة . | ٣ كوب دقيق .
كوب لبن + ملعقة سكر
بيضة . |
|--|---|

- الطريقة :** - ينخل الدقيق مع الملح وتعمل حفرة في الوسط .
- يضاف السكر إلى الخميرة في إناء حتى تسيل ويضاف إليها قليل من اللبن الدافئ حتى تخمر .
 - يضاف خليط الخميرة إلى الدقيق ويقلب جيدًا ثم يضاف نصف مقدار الزيت .
 - تلت العجينة جيدًا وقد يضاف إليها قليل من اللبن حتى تصبح لينة نوعًا .
 - تترك حتى تخمر .

- تقطع إلى دوائر كبيرة .

- ترص فوق صاج مدهون ويوضع فوقها حلقات من
البصل والطماطم والبيض المسلوق والزيتون الأخضر
مع رش الوجه بالملح والفلفل .

- قد يرش الوجه بالجبن الرومي المبشور أو الشيدر .

- قد يوضع فوقها قطع صغيرة من الأنشوجة والبصل
والطماطم .

- يرش الوجه بالزيت وتوضع في فرن متوسط الحرارة
حتى تنضج .

الفصل التاسع

الأسماك

١ - سمك الماكريل

- المقادير : كيلو سمك منظم .
٢ بصلة متوسطة .
ملح - كمون فلفل أسمر .
كرفس - كسبرة خضراء .
ورق مفضض .

- الطريقة : - تجهز السمك وذلك بتنظيفه جيدًا وتقطيعه ترائشات .
- يوضع السمك في فرخ ورق مفضض ويوضع فوقه
المقدونس والكرفس والكسبرة الخضراء والملح والتفلفل
والكمون .
- يقطع البصل حلقات ويوضع فوق التوابل .
- تطوى الورقة بطريقة مربعة .
- يطهى في فرن متوسط الحرارة لمدة ٢٠ دقيقة .
- يقدم في سرفيس مع بطاطس محمرة وحلقات الليمون
ومسلطة خضراء .

٢ - سمك المرجان

- المقادير : ٢ كيلو سمك مرجان .
كسبرة مطحونة - قرنفل - كمون
رأس ثوم مفري .
ورقة لورى - كروب خل .

- الطريقة : - حاولي أن يكون السمك متساويًا في الوزن والشكل .
- بعد إزالة قشر السمك وتنظيفه جيدًا ينقع في الماء والملح لمدة ١ ساعة .
- ينشل ويتبل بمجموعة التوابل والثوم المبشور .
- يوضع السمك في صينية مدهونة بالزيت مع كوب الخل وورقة اللوزة .
- يرفع على النار إلى أن يغلى ثم تهدأ النار لمدة ١ ساعة .
- يرفع من على النار وينشل من الصلصة ويوضع في طبق التقديم .
- تترك الصلصة على النار حتى يغلظ قوامها أو لمدة خمس دقائق بالتحديد .
- توضع الصلصة فوق السمك ويجمل الطبق بالمقدونس .
- يقدم معه أرز أبيض وسلطة خضراء .

٣ = صينية السمك البورى

- المقادير : كيلو سمك بورى .
- | | | |
|-------------------|--|------------------|
| ٣ بصل كبير . | | ٣ كرفس . |
| ١/٢ طماطم جامدة . | | ٣ ليمون . |
| ١/٤ فلفل أخضر . | | ١ رأس ثوم مفرى . |
| ١/٢ كوب زيت . | | |

- الطريقة : - ينظف السمك جيدًا ويصفى .
- يقطع البصل حلقات ويدعك بالملح والكمون وعصير الليمون .
- تقطع الطماطم ترانشات وتبشر الجزرة ويقطع الكرفس .

- تُخلط المقادير كلها (البصل والطماطم والجزر والكرفس والتوابل) مع إضافة مقدار الزيت .
- يوضع جزء من الخليط فى قاع صينية متوسطة الحجم .
- يحشى قلب السمك بكمية من الخليط ويرص فى الصينية .
- توضع طبقة أخرى فوق السمك .
- تزعج الصينية فى فرن متوسط الحرارة إلى أن ينضج .
- يمكن أن تستعمل نفس الطريقة مع السمك المردين .
- يقدم مع أرز أبيض .

٤ = شوربة السمك بالطماطم

- المقادير : كيلو سمك موسى . بصلة مبشورة - ١ كوب زيت
١ كوب طماطم - ملح - فلفل - حبهان - مستكة - ملعقة كرفس .
- الطريقة : - يوضع الزيت فى إناء ويرفع على النار ويقدح مع الحبهان والمستكة .
- يوضع ثلاثة أكواب ماء على الزيت .
- توضع بها البصلة المبشورة والملح والفلفل والكرفس حتى تغلى .
- يجهز السمك (يسلخ وينظف وينقع بالماء والملح) ويصفى جيدًا .
- يوضع السمك فى الماء المغلى على النار ويترك لمدة خمس دقائق .
- يقدم حساء السمك ساخنًا .

٥ - سمك موسى بأثيه

- المقادير : كيلو سمك موسى .
٢ بيضة .
١ كوب بقسماط ناعم .
١/٢ كوب دقيق .
١/٢ رأس ثوم مفرى .
ملح - فلفل - بهار .

- الطريقة : - ينظف السمك وتنزع السلسلة .
- يوضع فى مقدار الثوم والملح والفلفل والبهار ويترك لمدة نصف ساعة .
- يضرب البيض جيدًا ويضاف قليل من الملح والفلفل .
- يوضع السمك فى الدقيق ثم البيض ويفطى بالبقسماط جيدًا .
- يحمر فى الزيت القزير بعد أن يتدح ويقدم مع بطاطس شبس وحلقات الليمون .

٦ - السمك المشوى

- المقادير : كيلو سمك ضليه .
كسبرة خضراء - ١/٢ كوب خل
ملح - كمون - فلفل أخضر - ثوم مفرى - ٢ ملعقة عصير ليمون .

- الطريقة : - يغسل السمك وينقع فى الماء والملح لمدة ١/٢ ساعة .
- تقطع الكسبرة الخضراء مع الثوم المفرى والملح والفلفل الأخضر وتخلط المقادير مع التوابل .
- توضع نصف الخلطة فى ورق مفضض ويوضع السمك فوقها ثم يوضع باقى مقدار الخلطة مع عصير الليمون فوق السمك .
- يوضع الورق المفضض فى الفرن لمدة ثلث ساعة تقريباً .
- يمسح من الفرن ويرش عليه الخل وعصير الليمون وقليل من الكمون .
- يقدم فى سرفيس مع أرز أحمر .

٧ - سمك سوتيه بالخضار

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| المقادير : | كيلو سمك بياض . |
| | بصلة مبشورة . |
| | ملح - فلفل . |
| ١ كيلو خضار مشكل . | |
| ٢ عود كرفس . | |
| ١ ملعقة صغيرة كربونات . | |

الطريقة : - يقطع السمك إلى مكعبات .

- يشوح الخضار على النار مع الكرفس والبصل المبشور .
- يضاف السمك إلى الخضار على النار ثم يوضع الماء اللازم مع الحبهان والفلفل والملح والكربونات .
- تترك حتى تنضج دون أن ينفنت السمك .
- تقدم مع حلقات الليمون والطحينة والخبز الأسمر .

٨ - سمك صيادية (دمياطي)

- المقادير :
- ١ بصلة كبيرة مبشورة .
 - ١ كيلو طماطم مبشورة .
 - ١ رأس ثوم مفري .
 - ١ ملعقة كسبرة مجففة .
 - حزمة مقدونس .
 - ١ كوب زيت .

الطريقة : - يرفع إناء على النار به مقدار الزيت والبصل المبشور ويقلب حتى يصفر .

- يوضع الثوم المفري والكسبرة ويقلب إلى أن يصير بني اللون .
- توضع الطماطم وتترك إلى أن تتسبك .
- يوضع الملح والكمون والمقدونس ويقلب جيدًا .
- يوضع نصف مقدار الخليط في صينية ثم يوضع السمك المقلّى ثم يوضع باقى مقدار الصلصة .
- تترج في فرن متوسط الحرارة لمدة ١٠ دقائق مع وضع نصف كوب من الماء إذا احتاج الأمر .
- تسحب من الفرن وتقدم ساخنة .

٩ - جمبرى بالصلصة

المقادير : ١ كيلو جمبرى صغير الحجم | ٢ كوب طماطم .
٢ فص ثوم مفرى . ١ ملعقة زيت . ملح . كمون .

الطريقة : - يغسل الجمبرى ويقشر ويغسل مرة أخرى جيدًا .
- يتبل بالملح والكمون والثوم والليمون .
- يحمر ٢ فص ثوم مفرى فى ملعقة الزيت إلى أن يصفر .
- توضع الطماطم مع الثوم إلى أن يتسبك .
- يضاف إلى الصلصة كوب ماء إلى أن تغلى الصلصة .
- يوضع الجمبرى .
- يغرف فى أطباق ويقدم مع أرز أبيض .

١٠ = جمبرى بالجلس :

المقادير : كيلو جمبرى متوسط الحجم ١ كيلو جلس
بصلة مبشورة . فنجان سمن .

الطريقة : - يسلق الجمبرى ويقشر ويقطع .
- تؤخذ واحدة من أوراق الجلس وتطوى نصفين .
- يوضع بها الجمبرى وتلف كالأصبع وتدهن بالسمن من الخارج .
- توضع فى صاج مدهون بالسمن وتخل فى فرن متوسط الحرارة إلى أن يحمر الوجه .
- تقدم فى مرفيس وهى ساخنة .
ملحوظة : طريقة سلق الجمبرى :
- يغسل الجمبرى جيدًا وينقع بالملح والدقيق ثم يشطف .

- يوضع البصل المبشور والكمون والملح مع قدر من الماء مع الجمبرى حتى يتشرب الماء .
- يترك ليبرد ويقشر ثم يستخدم فى الحشو .

١١ = جمبرى بالجىلى

- المقادير : ١ ك جمبرى متوسط الحجم | ٢ ورقة جيلاتين .
 ٢ كوب عصير طماطم . | بصلة مبشورة .
 مقدونس للتجميل . | عصير ليمون .
- الطريقة : - توضع الطماطم على النار حتى تغلى ثم يوضع الجلاتين حتى ينوب تماماً وتبلى بالملح والخل .
 - يسلق الجمبرى بالطريقة السابق شرحها .
 - عندما يغلى الطماطم مع الجيلاتين يوضع مقدار منه فى قالب ويدخل الثلاجة حتى ينمايك .
 - يسحب من الثلاجة ويوضع فوقه وحدات من الجمبرى المتبل ، ثم يوضع جزء من مقدار الطماطم والجىلى ، ويوضع فى الثلاجة مرة أخرى وتكرر العملية إلى أن ينتهى المقدار .
 - يسحب من الثلاجة ويقرب فى سرفيس ويجمل بالمقدونس المفرى وعروق الخس وحلقات الطماطم .
 - ملحوظة : يسحب من الثلاجة عند التقديم مباشرة حتى لا يذوب ويتغير شكله .

١٢ = الكابوريا المسلوقة

- المقادير : ٨ وحدات من الكابوريا | بصلة مقطعة .
 الطازجة - رأس ثوم مفرى . | ملح - كمون - ٢ ليمونة .

- الطريقة :** - يوضع إناء به ماء على النار ومعه الكابوريا المفسولة .
 - يضاف البصل والثوم والملح والكمون إلى أن تغلى .
 - نضع عصير الليمون وتهدأ النار لمدة ١ ساعة حتى يجف الماء .
 - نوضع فى إناء التقديم مع الجرجير وسلطة الطحينة .

١٣ = الكابوريا المشوية

- المقادير :** ٨ وحدات من الكابوريا الطازجة - رأس ثوم مفرى .
 ملح - كمون ليمون .
- الطريقة :** - تتبل الكابوريا بالتوم والملح والكمون والليمون .
 - توضع فى صاج على ورقة مفضضة (حتى لا تتترك أثرًا بالفرن) لمدة ربع ساعة .
 - توضع فى طبق التقديم وتقدم ساخنة مع خبز أسمر وسلطة طحينة .

الفصل العاشر

الحلويات الشرقية

١ - الكنافة

المقادير :	$\frac{1}{4}$ كيلو كنافة .	٢ كوب سكر .
	$\frac{3}{4}$ كوب سمن .	ملعقة عصير ليمون
	ملعقة سكر صغيرة .	٢ كوب ماء .

الطريقة : - تجهز الكنافة بتقطيعها ودعكها بالسمن (نصف الكوب) وملعقة السكر حتى تنتشر السمن تمامًا .

- تجهز صينية متوسطة الحجم وتدهن بالسمن ثم توضع الكنافة مع الضغط عليها جيدًا ، ثم يوضع باقى السمن فوق الكنافة .

- تخرج فى فرن متوسط الحرارة ثم تقلب على الوجه الثانى بعد أن يتم احمرار الوجه الملاصق للصينية أو توضع فى الرف الأعلى من الفرن .

- تجهز الشراب وذلك بوضع مقدار السكر مع مقدار الماء حتى يغلى ثم يضاف عصير الليمون إلى أن يصبح سميك القوام نوعًا ما ويترك ليبرد .

- تسحب الصينية من الفرن وتسقى بالشراب وتترك حتى تنتشر .

- (لا بد أن يكون الشراب باردًا إذا كانت الكنافة ساخنة) .

٢ = الكنافة بالكريمة

المقايير :	١ كيلو كنافه .	كوب لبن محلى - $\frac{2}{3}$ كوب سمن
	١ كوب شراب .	١ ملعقة نشا .
	ملعقة صغيرة سكر	

الطريقة : - تجهز الكنافة بالطريقة المعروفة (تقطيعها ووضع نصف

مقدار السمن مع دعكها بملعقة السكر) .

- تجهز الكريمة بوضع اللبن فى إناء على النار ثم تقليب

النشا حتى يغلى ثم يوضع قليل من الفانيليا .

- تجهز صينية مدهونة بالسمن ويوضع نصف مقدار

الكنافة .

- ثم توضع الكريمة فى وسط الصينية ولاتقترب من

الأطراف .

يوضع نصف مقدار الكنافة الآخر ويضبط عليه جيدًا من

المنتصف إلى الأطراف حتى تساوى تمامًا .

- تخرج الصينية فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه

الأسفل ثم تقليب أو توضع فى الرف الأعلى حتى يحمر

الوجه الآخر .

- تسحب من الفرن وتسقى بالشراب البارد وتترك حتى

تتشرب وتقطع بعد أن تبرد .

٣ = الكنافة بالفراولة

المقايير :	١ كيلو كنافه .	٢ كوب شراب
	ملعقة صغيرة سكر .	$\frac{2}{3}$ كوب سمن

عدد من حبات الفراولة المسكرة

الطريقة : - أولاً يعمل الحشو .

- تنظيف الفراولة جيداً وتغسل جيداً .
- يرفع نصف مقدار الشراب على النار حتى يغلى ثم توضع الفراولة وتترك لتبرد ثم تنشل من الشراب .
- تجهز الكنافة بتقطيعها ودعكها بملعقة السكر ومقدار السمن .
- تجهز صينية متوسطة وتدهن بالسمن ويوضع بها نصف مقدار الكنافة ثم توضع حبات الفراولة ثم النصف الآخر من مقدار الكنافة ويرش الوجه بالسمن .
- تزج فى فرن متوسط الحرارة إلى أن يحمر الوجه (توضع فى الرف الأعلى) .
- تسحب من الفرن وتسقى بالشراب البارد فوراً .
- تقدم باردة وقد تجمل بوحدات من كريم شانتيه .

٤ = الكنافة بالمكسرات

نفس الطريقة وتسنبدل الفراولة بالمكسرات وذلك بخلط كمية من الزبيب وجوز الهند والبندق واللوز أو السوداني مع بعضها وتوضع فى منتصف صينية الكنافة .

٥ = ثورتيه الكنافة

- | | | | |
|------------|----------------------------|-------------|-------------------------------|
| المقادير : | $\frac{1}{4}$ كيلو كنافة . | ٤ ملاعق سمن | $\frac{1}{4}$ كوب ماء مغلى . |
| | ٢ ملعقة سكر . | | $\frac{2}{4}$ كوب من الشراب . |
| | ١ كوب كريمة . | | مكسرات مفزية . |
| | ٢ ملعقة جوز هند مبشور . | | |

الطريقة : - يوضع مقدار السمن في الماء على النار .

- تجهز الكفاة (تقطع جيدًا قطعًا صغيرة ثم توضع على النار وتقلب مع السمن حتى تحمر ثم ترفع من على النار) .

- توضع في مصفاة ويصب عليها مقدار الماء المغلى وتترك بالمصفاة حتى تصفى تمامًا .

- توضع في قالب وتسقى بالشراب ثم تترك لتتسرب ثم تقلب في سرفيس وتجمل بالمكسرات والكريم شانقيه (على شكل وردات أو شرائط) .

١ - القطائف بالمعجوة

المقادير :	١ ٕ كيلو قطايف .
مقدار من الزيت .	١ ٕ كيلو عجوة .
ملعقة سمن .	قليل من القرفة وجوز الهند .
١ ٕ كوب شراب .	

الطريقة : - توضع المعجوة على نار هادئة جدًا مع ملعقة سمن و ٢ ملعقة ماء دافىء وتقلب حتى تصير لينة ثم توضع القرفة وتقلب .

- يوضع مقدار من المعجوة بكل واحدة من القطائف وتطبق نصفين .

- يقدح مقدار الزيت على النار وتوضع القطائف إلى أن يحمر لونها . ثم تنتشل وتوضع في الشراب البارد وتترك لتتسرب .

- تنتشل وترص في طبق بللورى بشكل جميل .

٢ = القَطَائِف بِقَمَر الدِّين

- المقادير : ١ كيلو قطائف صغيرة . مقدار من الزيت .
٢ ملعقة زبيب . ملعقة نشا .
كوب عصير قمر الدين المحلى . ١ ٢ كوب شراب .

الطريقة : - يوضع قمر الدين على النار مذاًباً فيه ملعقة النشا ويقلب حتى يغلى ويصير سميك القوام ثم يترك ليبرد .

- تعد القطائف ويوضع بها قمر الدين بالملعقة فوق منتصف كل واحدة ثم تغطى بواحدة أخرى ويضغط عليها بالأصبع من كل طرف فتصبح دائرة مزركشة الشكل - أو يوضع الحشو فى كل واحدة وتطوى ويضغط عليها من الأطراف بالطريقة المعروفة .

- يقدح مقدار الزيت على النار وتحمر وحدات القطائف وتقلب إلى أن تحمر ثم توضع فى الشراب البارد مباشرة .

- تترك لتتشرّب ثم تنشل وتصفى وتوضع فى طبق بللورى مستدير ، الوحدات المطوية فى الأطراف والمستديرة فى المنتصف ويجمل بجوز الهند المبشور .

٣ = القَطَائِف بالمكسرات

- المقادير : مقدار من المكسرات . ١ كيلو قطائف .
زبيب - جوز هند - بندق - لوز - أو سودانى ١ ٢ كوب شراب .

الطريقة : - تتبع نفس الطريقة مع تغيير نوع الحشو .

١ - البقلاوة

المقايير :	١ كيلو جلاش .
١ كوب سمن .	٢ كوب مكسرات .
	١ كوب لبن - ١ ١/٢ كوب شراب .

الطريقة : - توضع المكسرات فى إناء مع مقدار اللبن على النار حتى تتشرب اللبن وتلين .

- تجهز صينية وتدهن بالسمن ثم توضع بها ورقات الجلاش واحدة تلو الأخرى مع رش قليل من السمن بين الورقات إلى أن تصل إلى نصف المقدار .

- يوضع مقدار المكسرات فى المنتصف ثم نكمل باقى المقدار بنفس الطريقة .

- تقطع بسكين حادة جدًا حسب الرغبة .

- يقدح السمن ويرش فوق الجلاش وهو ساخن وتزج الصينية فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .

- تسقى بالشراب ثم تترك لتبرد وتقدم .

٢ - البقلاوة بالكريمة

المقايير :	١ كيلو جلاش .
٢ كوب شراب .	١ كوب سمن .
مقدار من القشدة .	١ كوب لبن .
	١ ملعقة نشا .

الطريقة : - يجهز الحشو بوضع النشا مع اللبن ويقلب جيدًا ويرفع على النار مع التقليب حتى يصبح سميك القوام ثم تضاف القشدة إن وجدت .

- تجهز صينية متوسطة الحجم مع دهنها بالسمن جيدًا .

- يوضع نصف الجلاش مع رش قليل من السمن بين الورقات إلى أن نصل إلى نصف المقدار .
- يوضع الحشو السابق تجهيزه على منتصف السطح حتى لا يخرج من الأجناب ثم يوضع النصف الآخر من مقدار الجلاش بنفس الطريقة .
- يقطع الجلاش بسكين حادة جدًا حسب الرغبة .
- يقدح باقى السمن ثم يرش فوق سطح الصينية .
- تترج فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .
- تسقى بالشراب البارد وتترك لتتشرّب وتقدم باردة .

٣ = الجلاش بالعجوة

- المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو جلاش . ١ كوب سمن - ١ كوب شراب .
 $\frac{1}{4}$ كيلو عجوة مفرومة . قرفة أو فانيليا - ١ كوب سكر بودرة
- الطريقة : - توضع العجوة المفرومة فى إناء على النار مع $\frac{1}{4}$ كوب ماء دافىء - ٢ ملعقة سمن حتى تلتين تمامًا ثم توضع القرفة وتقلب - يوتى بالجلاش وتؤخذ ورقة ثم تطوى مرتين وتدهن بسمن ، يوضع جزء من الحشو فى بداية الورقة وتطوى من الجنبين ثم تلف على شكل أصبع .
- أو تؤخذ ورقة وتطوى مرتين طوليًا حتى تحصل على مستطيل وتدهن بالسمن ثم نضع مقدارًا من الحشو فى أحد أركان الطرف الأسفل ثم نطويها على شكل مثلث عدة مرات حتى نحصل على شكل الحجاب .
- توضع الوحدات فى صينية مدهونة بالسمن وترج فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .
- تسقى بالشراب البارد وتترك لتبرد .
- أو تحمر فى مقدار من السمن على النار وترش بالسكر البودرة

دوائر البقلاوة

٤ = عش العصفور

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو جلاش . | كوب سمن .
فانيليا . | $\frac{1}{4}$ كوب شراب .

الطريقة : - يؤتى بمقدار الجلاش ويفرد ويغطى بقطعة منداة .

- تؤخذ ورقة تطوى نصفين بالطول ثم تلف على عصا

مستديرة ، أو يد ملعقة خشب مع دهن العصا بالسمن .

- تمسك العصا من الطرفين ، فوقها الجلاش ، ونحاول

تقريب اليدين من بعضهما فيساعد ذلك على انكماش

الورقة فوق العصا .

- تسحب الورقة من فوق العصا مع المحافظة على

انكماشها .

- تلف حول بعضها على شكل دائرة مع المحافظة على

الاتكماش . ومنعطينا شكل عش العصفور تمامًا .

- ترص فى صينية مدهونة بالسمن ويرش الوجه بالسمن

♦ السائل وتترك لمدة $\frac{1}{4}$ ساعة .

- تزعج فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر اللون .

- تسقى الوحدات بالشراب أو تنمس فى الشراب البارد

وتترك حتى تبرد .

- يوضع فى منتصف كل واحدة (قلب الدائرة) مقدار من

المكمرات .

- ترص فى طبق على مفرش دانتيل .

٥ = أم على

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو رقائق أو جلاش . ٢ كوب سكر - $\frac{1}{2}$ كوب لبن .
كوب سمن . مكسرات وزبيب وجوز هند مبشور .

الطريقة : - يحلى اللبن بالسكر .

- يبلل الرقائق باللبن حتى ينشرب .

- تجهز صينية وتدهن بالسمن جيدًا .

- توضع وحدات الرقائق الواحدة تلو الأخرى إلى أن نصل
إلى نصف المقدار ، ثم توضع المكسرات فى المنتصف ثم
يكمل باقى المقدار .

- نصب باقى مقدار اللبن مع نصف مقدار السمن ثم تترك
لمدة $\frac{1}{2}$ ساعة .

- تخرج فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .

- إذا كان المقدار من الجلاش فيوضع مقدار السمن كله على
النار ثم يحمر الجلاش (يوضع حسب مقياس الصينية)
الواحدة تلو الأخرى حتى ينتهى المقدار .

- يرص فى صينية مدهونة بالسمن ويسقى باللبن المحلى
بالسكر .

- تتبع نفس الخطوات بعد ذلك .

٦ = شكلمة جوز الهند

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو جوز هند مبشور . ٥ بيضات .

$\frac{1}{4}$ كيلو سكر بودرة . فانيليا - قليل من الزبد .

- الطريقة :** - يفصل صفار البيض عن البياض .
 - يخفق الصفار جيدًا مع السكر .
 - يضرب البياض بمفرده حتى يصير كالثلج .
 - يضاف جوز الهند إلى بياض البيض .
 - يضاف الخليط إلى الخليط السابق بالتدريج مع التقليب بخفة متناهية .
 - يجهز صاج الفرن ويدهن بالزبد .
 - تقطع العجينة إلى كرات صغيرة كالفريية وترص في الصاج وتزج في فرن متوسط الحرارة حتى يصفر الوجه .
 - تقدم على مفرش دانتييل .

٧ - الفريية

- المقادير :** ٢ كوب سمن جامد (زبد) . | ١ كوب سكر بودرة ناعم جدًا .
 ٤ كوب دقيق أو خمسة . | ١ بياض بيضة .
- الطريقة :** - يضرب السمن جيدًا مع السكر البودرة حتى يصير كالقشدة .
 - يخفق بياض البيضة ويضاف إلى خليط السمن والسكر .
 - ينخل الدقيق ويضاف بالتدريج إلى الخليط حتى نحصل على عجينة يمكن تشكيلها ، من الممكن ألا نضع كمية الدقيق كلها .
 - تقطع العجينة إلى كرات متساوية وصغيرة ترص في صاج على مسافات متباعدة .

- تزعج في فرن متوسط الحرارة وتهدأ الحرارة فور دخولها ، ويلاحظ عدم تغير لون وجهها واصفرار لون ظهرها قليلاً .

- تسحب من الفرن وتترك حتى تبرد تمامًا .
- توضع في علبة محكمة الغلق .

٨ = بسكويت النوشادر

١ كوب سمن .	٦ كوب دقيق منخول .
٤ بيضات .	كوب سكر بودرة .
١ ملعقة كبيرة نشادر .	١/٢ كوب لبن .
	ملعقة صغيرة فانيليا .

- الطريقة :**
- يدعك السمن مع السكر حتى يصير كالقشدة .
 - يخفق البيض مع الفانيليا ويضاف إلى المقدار السابق .
 - تضاف النوشادر إلى نصف مقدار اللبن وتقلب ثم تضاف إلى الخليط السابق بالتبادل مع الدقيق حتى تصير عجينة يمكن تشكيلها ، وقد يضاف باقى مقدار اللبن .
 - يشكل بالمفرمة على الفور .
 - يوضع في صاج مدهون بالزيت ويراعى أن ترص الوحدات بعيدة عن بعضها ويدهن الوجه بالبيض .
 - يزج في فرن متوسط الحرارة حتى يتم النضج .

٩ = البيتي نور

٤ أكواب سمن جامد (زيد) .	٨ أكواب دقيق منخول .
٢ كوب سكر بودرة .	٤ بيضات .
مربي - جوز هند للتجميل .	ملعقة صغيرة بيكنج بودر .

الطريقة : - يضرب السمن مع السكر بالمضرب الكهربائي .

- يخفق البيض ويضاف إليه الفانيليا .

- يضاف البيض إلى خليط السمن والسكر .

- يضاف الدقيق مع البيكنج بودر بالتدرج إلى الخليط حتى

تتكون عجينة صالحة للتشكيل .

- يوضع في ماكينة تشكيل البيني فور وترص في صاج

مدهون بالزيت (قليل جدًا) .

- نخبز في فرن متوسط الحرارة حتى يصفر الظهر قليلاً

دون أن يتغير لون الوجه .

- يترك حتى يبرد .

- تلتصق كل ٢ بالمربي ويعلق بالحروف قليل من جوز الهند

المبشور .

- ترص في سرفيس على مفرش دانتيلا .

١٠ = النطير بالعجوة

٢ ¼ كوب سمن .

قطعة خميرة بيرة .

١ كيلو عجوة نظيفة ومفرومة .

ملعقة قرفة .

المقادير : ٦ كوب دقيق .

ماء دافئ للعجن .

ملعقة صغيرة سكر .

٢ ملعقة سمن .

الطريقة : - ينخل الدقيق مع الملح .

- يذبح السمن ويصب فوق الدقيق ويقلب بالمقصوطة إلى

أن تهدأ حرارته .

- ييسر جيداً .

- تذاب الخميرة بدعكها بالسكر ثم تضاف إلى العجينة حتى تخمر .

العجوة : - توضع العجوة على نار هادئة جدًا مع ٢ ملعقة سمن على ٢ ملعقة ماء دافىء إلى أن تصبح لينة ، ثم يضاف السمسسم المحمص والقرفة المطحونة والترنزل .

- يقطع العجين بعد أن يخمر ويكور ثم يوضع بوسط كل كرة العجوة ثم تبط كالفطيرة الصغيرة فى حجم فوهة الكوب .

- أو يفرد العجين على شكل مستطيل سمكه نصف سم وتوضع العجوة بطوله بشكل مبروم ثم يطوى المستطيل ويبط مرة أخرى .

- يقطع بالسكين بالورب أو على شكل مربعات أو سمبوسة ويوضع فى صاج مدهون بالسمن ويترك حتى يخمر .

- هناك طريقة أخرى للتشكيل وهى أن تفرد العجينة وتقطع بالكوب على شكل مستديرات ثم توضع العجوة على شكل أصبع ثم تبرم الدائرة على شكل أصنع رفيع إلى حد ما ويوضع فى صاج مدهون بالسمن .

- يخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .

١١ - اللّآر اّقىش

ملعقة كبيرة سمسسم محمص .	٦ كوب دقيق منخول .
ملعقة شمر .	٢ كوب سمن .
ملعقة ينسون .	١/٢ ملعقة صغيرة ملح .
ملعقة سكر .	قطعة خميرة .

الطريقة : - ينقى الشمر والينسون ويحمص نصف تحميص ويطحن قليلاً .

- ينقى السمسم ويحمص أيضاً .

- تدعك الخميرة مع السكر حتى تسيل .

- يوضع الدقيق فى طبق ويرش فوقه الشمر والينسون والملح والسمسم .

- يقدح السمن ويصب فوق الدقيق ويقلب بمقصوفة حتى تهدأ حرارته .

- تضاف الخميرة والماء الدافىء حتى تتكون عجينة متوسطة اللبونة ثم تغطى وتترك فى مكان دافىء .

- تقطع حسب الرغبة إما أصابع أو فطائر صغيرة بالكوب .

- ترص فى صاج مدهون بالسمن وتترك حتى تخمر .

- يدهن الوجه بالزبد السائح وتزج فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .

١٢ = الكحك

ذرة ملح .

ملعقة صغيرة رائحة كحك .

ملعقة كبيرة سمسم محمص .

ماء دافىء للعجين .

المقادير : ٥ أكواب دقيق .

٢ ½ كوب سمن .

قطعة خميرة .

ملعقة سكر .

الطريقة : - ينخل الدقيق مع رائحة الكحك وذرة الملح .

- يوضع فى إناء غويط ، تعمل حفرة فى وسط الدقيق .

- يقدح السمن جيداً ويصب وهو يغلى فوق الدقيق ويقلب

بالمقصوفة إلى أن تهدأ حرارته .

- يمسّ باليد جيّدًا .
 - تذاب الخميرة في ملعقة السكر ويضاف إليها كوب ماء دافئ .
 - تصب الخميرة فوق العجين ثم باقى الماء بالتدريج حتى نحصل على عجينة سهلة التشكيل .
 - تغطى العجينة بغطاء نظيفة حتى تخمر .
 - تقطع العجينة حسب الطلب وتوضع فى صاج مدهون بالسمن وتترك حتى تخمر .
 - تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .
 - يسحب من الفرن ويترك حتى يبرد .
 - يوضع فوقه السكر البودرة ويرص على مفرش دانتيل .
- ملحوظة : هذه المقادير لعمل كحك ناعم وذلك حسب نوع الدقيق إذا أردنا كعكا متماسكا قليلاً فنزيد من كمية الدقيق كوباً ونحتفظ بنفس كمية السمن .

١٣ - صينية المكرونة باللبن

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ١ كيلو لبن . ١/٨ كيلو جوز هند مبشور . | | <ul style="list-style-type: none"> ١/٤ كيلو مكرونة فرن . ٢ كوب سكر . فنجان سمن . |
|--|--|---|
- الطريقة :
- يوضع مقدار من الماء فى إناء يقلى على النار .
 - يوضع مقدار المكرونة حتى يقلى ، يسلق نصف سلق وتصفى .
 - يوضع اللبن على النار حتى يقلى ويضاف السكر .

- توضع المكرونة فى اللين على النار وتقلب وتسنمر فى التقلب حتى نحصل على سائل سميك القوام .
- يوضع جوز الهند المبشور ويقلب جيداً .
- تجهز صينية مدهونة بالسمن ويوضع الخليط .
- يدهن الوجه بالسمن .
- تزعج فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .
- تسحب من الفرن وتترك لتبرد .
- تقطع على شكل مربعات وتقدم كصنف حلو .

ملحوظة : إذا كان لديك مقدار من القشدة فيمكنك إضافته إلى الخليط .

- إذا لم يتماسك الخليط ولم يصبح سميك القوام فعليك بإضافة ملعقة كبيرة نشأ إلى نصف مقدار ماء و إضافته حتى يتماسك قوام المكرونة مع اللين ، ثم يوضع فى الصينية .

١٤ - صينية قرع الصل

- | | |
|---|------------------|
| المقايير : | ٢ كيلو قرع عسل . |
| ١ كوب بقسماط ناعم - مقدار من المكسرات . | ١ كيلو سكر . |
| ٢ كوب ماء . - ملعقة سكر . | ١ كيلو لبن . |
| كوب سكر . | |
- فنجان سمن - فنجان دقيق . ٤ بيضات - ملعقة فانيليا .
- الطريقة : - تجهز الصلصة البيضاء وذلك بوضع إناء على النار به مقدار السمن والدقيق ويقلب حتى يصفر .

- يضاف اللبن المحلى بالسكر ويقلب حتى يصبح سميك القوام .
- تترك لتبرد ثم يضاف البيض المخفوق وتقلب ثم تضاف الفانيليا .
- يجهز القرع وذلك بتقسيره ونقطيعه ووضعه على النار مع مقدار السكر حتى ينضج .
- يوضع بمصفاة .
- يوضع فى إناء مع نصف الصلصة البيضاء مع مقدار المكمرات وجوز الهند المبشور ويقلب جيدا .
- تجهز صينية وتدهن بالسمن ويوضع بها الخليط .
- توضع باقى الصلصة البيضاء فوق الوجه ثم مقدار البقسماط ثم يغطى بملعقة من السمن .
- تزدج فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .
- تسحب من الفرن وتترك لتبرد وتقدم كما يحلو لك .

١٥ - صينية البطاطا

- | | |
|------------------------|---------------------|
| المقادير : | ١ ¼ كيلو بطاطا . |
| ٣ بيضات - ملعقة قرفة . | ٢ ملعقة سمن . |
| ملعقة فانيليا . | فنجان بقسماط ناعم . |
| كوب سكر . | |

- الطريقة : - تغسل البطاطا وتسلق بالطريقة المعروفة .
- تصفى البطاطا وتقتشر وتهرس جيدا .
- توضع البطاطا مع مقدار اللبن وتقلب جيدا وقد توضع على النار أثناء التقليب .
- يخفق البيض ثم تضاف الفانيليا .

- يضاف البيض إلى خليط البطاطا بالتدريج مع التقليب المستمر حتى تنتشر البطاطا البيض تمامًا .
- تجهز صينية مدهونة بالسمن وتغطى بالقسماط الناعم .
- يوضع نصف مقدار الخليط في صينية ثم توضع المكمرات والقرفة .
- يوضع باقى المقدار ويدهن الوجه بالسمن .
- تزرع في فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .
- تسحب من الفرن وتترك حتى تبرد تمامًا .
- تقلب في طبق وتعمل بجوز الهند أو الكريمة شانتيه .

١٦ = التفاح المشوى

- المقادير : ٥ تفاحات متوسطة الحجم . ٥ ملاعق كبيرة زبيب .
- ٣ ملاعق جوز هند . ملعقة سمن .
- الطريقة : - ينزع عنق التفاحة والبذور بواسطة ملعقة شاي صغيرة مع الاحتفاظ بقلب التفاحة .
- يوضع الزبيب وجوز الهند بحرص إلى أن تملأ التفاحة .
- يوضع في صينية بيركس مدهونة بسمن وتزرع في الفرن .
- توفد الشواية لمدة خمس دقائق .
- يقدم في مرفيس على مفرش دانتيل .
- ملحوظة : هذا الصنف يصلح كعشاء لصاحبات الريجيم فهي مغذية ومعيدة وخالية من الدهون .

١٧ - الجزر بالقرفة والقرنفل

المقايير :	٢ كيلو جزر .	٣ كوب سكر .
	٢ بشر برنقالة .	ملعقة عصير ليمون .
	ملعقة قرفة صغيرة .	٥ وحدات قرنفل مطحون .

الطريقة ١ : - يغسل الجزر ويقشر ويقطع حلقات متوسطة السمك . أو
أصاف حلقات أو بقطاعة الجزر لتعطيه شكلاً جميلاً .

- يبشر قشر البرتقال أو اليوسفي .

- يوضع الجزر على النار ويفطى بالماء ويترك حتى ينضج
تماماً .

- يؤخذ نصف ماء الجزر ويوضع على النار مع السكر
والليمون ويترك ليغلي ويصبح سميك القوام .

- ويوضع على النار مرة أخرى ويترك ليغلي مرة أخرى .
- تضاف القرفة والقرنفل .

- يقدم بعد أن يبرد أو يثلج ويقدم في أطباق الخشاف .

الطريقة ٢ : - يبشر الجزر بالمبشرة والجزرة بطولها حتى نحصل على

رقائق رقيقة وطويلة مثل المكرونة الاسباجتى ، وتطهى

بنفس الطريقة على أن تجعلها تشرب معظم الماء الموجود

بها وتقدم في طبق مسطح ، وتؤكل بالشوكة وقد نجعل

الصُبق بوردرات كريم شانتيه .

١٨ - الجزر بجوز الهند

المقايير :	١ كيلو جزر .	$\frac{1}{8}$ كيلو جوز هند مبشور .
	٢ ملعقة زبيب .	٢ ملعقة عسل نحل .

- الطريقة : - يبشر الجزر ويوضع فوقه جوز الهند المبشور والزبيب
 وقليل من عسل النحل أو سكر بونرة ويفتم باردا .
 - هذا الطبق مفيد جداً ومحبيب للصغار .

مثلجات

١ - عصير الموز باللبن

- المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو موز .
 ٣ كوب لبن .
 ٢ ملعقة عسل .
 ٢ ملعقة عصير ليمون .

- الطريقة : - ينزع القشر من الموز ويوضع بالخلط مع مقدار اللبن مع
 مقدار العسل مع الليمون .
 - يصب في كاسات مع مبشور جوز الهند .
 - وفي حالة وجود موز الصوبات ضعى مقداراً من السكر
 $\frac{1}{4}$ كوب ، أما في حالة الريحيم فلا داعى للسكر .

٢ - كمبوت الخوخ

- المقادير : ٢ ك خوخ كبير الحجم (بلدى) . $\frac{1}{4}$ كيلو سكر .
 ٢ ملعقة عصير ليمون . لتر ماء .
 الطريقة : - يذاب السكر في الماء ويرفع على النار .
 - يقطع الخوخ بسكين حامية على شكل شرائح أو أصابع .
 - يوضع على النار مع الماء المذاب به السكر ويتحرك
 ليفلى .

- يضاف عصير الليمون ويترك حتى ينضج الخوخ ويصبح الشراب سميكا .
- يترك ليبرد ويوضع فى برطمان زجاج مجفف ونظيف .
- يحفظ بالثلاجة .
- يقدم فى كاسات كصنف مثلج .
- تجمل به التورتات ونحشى به الجاتوهات مع أنواع الفواكه الأخرى .

٣ - كمبوت الفراولة

- المقادير : ٢ كيلو فراولة .
- ٢ ¼ كيلو سكر .
- ٢ ملعقة عصير ليمون .
- ٢ لتر ماء .
- الطريقة : - تنظف الفراولة وتغسل جيدا وتوضع بالمصفاة .
- يوضع السكر مع الماء على النار حتى يغلى .
- يضاف عصير الليمون ويترك حتى يصبح سميكا القوام .
- توضع الفراولة وهو على النار وتطفا مباشرة .
- يترك ليبرد .
- يوضع فى برطمان نظيف ومجفف .
- يستعمل كصنف مثلج أو يستعمل كحشو للتورتات والجاتوهات .

٤ - ألماظية الفراولة

- المقادير : ٢ كوب شراب فراولة .
- علبة جيلي فراولة .

- الطريقة : - يوضع عصير الفراولة على النار حتى يغلى .
 - تضاف علبة الجيلي ويذاب جيدًا حتى يغلى .
 - يوضع في كاسات صغيرة ويوضع بالثلاجة حتى يتماسك .
 - يجمّل بوردات من كريم شانتيه ووحّدات الفراولة .

٥ = مهلبية بالفراولة

- المقادير : ٢٠ كوب من شراب الفراولة، (محلّى) .
 ٥ كوب ماء ٣ ٥ ملعقة نشا .
- الطريقة : - يوضع الشراب على النار مع الماء حتى يغلى .
 - يذاب النشا فى نصف كوب ماء .
 - يضاف إلى الخليط السابق على النار حتى يغلى لمدة دقيقتين .
 - يوضع فى كاسات صغيرة ويجمّل بوحّدات الفراولة السابق عملها .

٦ = خشاب الفراولة بالموز

- المقادير : ١٠ كيلو فراولة . ٥ كيلو سكر ٥ كيلو موز .
- الطريقة : - تغسل الفراولة جيّدًا ويزال العنق .
 - تتغّ الفراولة فى إناء زجاجى أو صينى .
 - توضع طبقة من الفراولة وطبقة من السكر وتترك لمدة ١٢ ساعة .
 - تقلّب ويختبر ذوبان السكر .
 - يقشر الموز ويقطع حلقات ثم يضاف إلى الفراولة ويقلب .
 - يوضع فى كاسات التقديم ويجمّل بوردات الكريم شانتيه .

٧ = الماظية المانجو

المقادير : ٣ كوب عصير مانجو | ١ علبه جيلي ليمون أو مشمش
١ كوب سكر . | ١ ملعقة عصير ليمون .

- الطريقة : - يوضع مقدار عصير المانجو على النار حتى يغلى .
- يفرغ باكو الجيلي مع عصير المانجو ويذاب حتى يغلى .
- يوضع السكر ويقلب جيدًا .
- يترك ليبرد قليلًا .
- يفرغ في كاسات صغيرة .
- يجمد بجوز الهند المبشور ووحدات الفراولة .
- توضع في الكاسة جزءًا من الماظية المانجو ، ثم تتركها
في الثلاجة حتى تتجمد ، ثم توضع قدرًا من الماظية
الفراولة السائلة ثم نخلها الثلجة حتى تتجمد وبذلك
نحصل على شكل جميل وطعم أذ .

٨ = مربى الفراولة

المقادير : ٢ كيلو فراولة . ٢ عصير ليمون - ٢ كيلو سكر .

- الطريقة : - تغسل الفراولة جيدًا وتنزع الأعناق .
- توضع الفراولة في إناء في طبقات متبادلة مع السكر
وتتركها لمدة ١٢ ساعة في الثلاجة .
- يصفى منها الماء وتضعه على النار مع عصير الليمون
حتى يصبح سميك القوام .
- نضع الفراولة ونتركها تغلى لمدة ٢٠ دقيقة .

- قد نضع علبة جيلي في الشراب المغلى حتى يشند قوامه سريعاً وحتى تصير الفراولة وحدات دون أن تذوب نهائياً.
- تترك حتى تبرد وتوضع في برطامانات مجففة ونظيفة ويحكم غطاؤها .

٩ - مربى المشمش :

- المقادير : ٢ كيلو مشمش . كيلو سكر - ٢ ملعقة ليمون .
- الطريقة : - يغسل المشمش وينزع النوى .
- يوضع في إناء على شكل طبقات مع السكر ويترك لمدة ١٢ ساعة .
- يؤخذ الشراب المتبقى أو يصفى ويوضع على النار مع عصير الليمون .
- يقلب حتى يشند قوامه أى يصبح سميكاً .
- يوضع المشمش مع الشراب لمدة ٢٠ دقيقة .
- يترك ليبرد .
- يعبأ في برطامانات نظيفة ومجففة محكمة الغطاء .

١٠ - الكمبوت بالزبادى

- المقادير : ١٠ حبات تين مجفف . ٢ كوب عصير برتقال .
- ٢ كوب زبادى . ١/٢ كيلو موز .
- ١٠ حبات مشمش مجفف (مشمشية) .
- الطريقة : - يقطع التين وينقع فى عصير البرتقال .
- كذلك يقطع المشمش وينقع مع الخليط السابق لمدة ١٢ ساعة .

- بعد ذلك يقطع الموز حلقات ويضاف إلى الخليط السابق .
- يرب الزبادى ويوضع مع المجموعة السابقة وقد يستغنى عنه . (هذه الوجبة تصلح عشاء ووجبة إفطار لعمل ريجيم) .

١١ - الكيك الدسم :

- المقادير :** ٢ ½ كوب دقيق . ٥ بيضات - ¼ ملعقة فانيليا .
 ٢ ½ كوب سمن - نرة ملح .
 ١ ¼ كوب سكر - ¼ كوب عصير برتقال - (بشر برتقالة) .
- الطريقة :** - يدعك السمن مع السكر جيدًا باليد أو بالمضرب الكهربائى حتى يصير كالقشدة .

- يضرب البيض جيدًا وتضاف إليه الفانيليا .
- ينخل الدقيق مع نرة الملح والبيكنج بودر .
- يوضع فى إناء غويط ثم تعمل حفرة بالمنتصف .
- يضاف البيض إلى السمن والسكر ويقلب جيدًا .
- يضاف الخليط السابق بخفة إلى الدقيق ويقلب بخفة متناهية .

- يضاف بشر البرتقالة وعصير البرتقال أيضًا .
- قد يحتاج الأمر إلى ¼ كوب ماء
- تجهز صينية متوسطة الحجم وتدهن بالسمن جيدًا ثم يصب الخليط .

- تزعج فى فرن متوسط الحرارة (يوقد الفرن قبل بدء العمل) وتترك حتى تنضج (لا يفتح الفرن قبل مرور عشر دقائق على الأقل) .

- يختبر نضج الكيك بوضع سكين رفيعة وجافة فى الكيكة فإذا خرجت نظيفة كان ذلك دليل النضج والعكس صحيح .
- تسحب من الفرن وتترك حتى تبرد ، ثم تقطع حسب الطلب .

- قد توضع الكيكة في قالب الكيك (قالب رفيع مستطيل) وعندما تنتضج وتبرد تقطع ترانشات رفيعة وتلصق كل اثنين بالمربي فنحصل على شكل جديد.

١٢ - الكيك الإسفنجي

المقادير : كوب دقيق .

كوب بيض (خمس بيضات) | كوب سكر ناعم .
ملعقة صغيرة بيكنج بودر
نرة ملح .

الطريقة : - يوضع البيض مع السكر ويضرب بالمضرب جيداً (بالمضرب الكهربائي) لمدة $\frac{1}{2}$ ساعة حتى يصير الخليط هشاً ولونه أبيض كالثقة .

- ينخل الدقيق مع البيكنج بودر ونرة الملح .

- يوضع الدقيق قليلاً قليلاً مع خليط البيض والسكر ويقلب بخفة مناهية .

- تجهز صينية متوسطة الحجم وتدهن بالسمن جيداً ثم يوضع بها الخليط .

- توضع في فرن متوسط الحرارة (يوقد الفرن قبل بدء العمل) حتى تنتضج (لا يفتح الفرن قبل مضي ١٠ دقائق) ثم يهدأ الفرن .

- تسحب من الفرن وتقلب على منخل سلك .

- تترك حتى تبرد تماماً .

- هذا الصنف من الكيكة يستعمل لعمل الجاتوهات والتورتات .

١٣ - تورتة الجيلي

المقادير : صينية كيكة إسفنجية .

$\frac{1}{4}$ كوب ماء .
مقدار من الفواكه المنقطعة .
مقدار من جور الهند المبشور .

$\frac{1}{4}$ كوب كريم شانتيه .

١ علبة جيلي .

الطريقة : - تجهز الكيكة بالطريقة السابق شرحها وتترك لتبرد لمدة ١٢ ساعة .

- تشق الكيكة بسكين حادة نصفين بالعرض .
- يرفع النصف الأعلى ويترك قليلاً ويوضع فوق النصف الأسفل جزء من الكريمة ويساوى بالسكين حتى يغطي الجزء بأكمله ، ثم تضاف قطع الفواكه المجهزة .
- يوضع النصف الأعلى فوق النصف الآخر ويضغط عليه قليلاً ليسانوى الشكل .
- تغطي الكيكة بأكملها بالكريمة بوساطة السكين والملعقة حتى يصبح الشكل متساوياً تماماً (تغلف تماماً) .
- يوضع مقدار من الكريمة بالكيس والقمع وتشكل بعض الفستونات حول الكيكة ثم توضع بالثلجة .
- يوضع مقدار الماء على النار حتى يغلى ثم يوضع به مقدار الجيلي ويقلب جيداً ويترك ليغلى .
- يصب الجيلي في إناء واحد ويوضع بالثلجة حتى يتماسك .
- يخفق الجيلي بالشوكة حتى يصير على شكل حبات أو خرزات .
- يغطي به سطح التورنة مع تسويته بالشوكة وتحافظ على شكل الفستون ، قد نجعل الشكل بوردات من الكريم شانتيه وتجميل الجوانب بجوز الهند والمكسرات المفرية .
- نوضع التورنة بالثلجة إلى حين استخدامها ولانخرجها إلا قبل التقديم مباشرة .

هذه تورنة خفيفة ومحبة للأطفال جداً صيفاً أو شتاءً كما أن لها شكلاً جميلاً . كما تستعمل في أعياد الميلاد .

محتويات الكتاب

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
	الباب الثالث	٢	مقدمة
	الإسعافات الأولية		الباب الأول
٤٠	صيدلية المنزل ومحتواها		الديكور
٤١	الحدش - الحرح	١٣	أولاً : الحوائط
	الحدش - الحرح - الكمر - إصابة الرأس	١٤	الدهانات
٤٢	مزيف الأنف	١٥	البيلاستيك
٤٢	انتلاع السموم	١٥	ورق الحائط
٤٣	الحروق	١٥	طريقة التركيب
٤٤	العرق	١٦	ثانياً : الستائر
٤٥	ارتفاع درجة الحرارة	١٦	(١) الترحال
٤٥	طريقة قياس الحرارة	١٧	(٢) القطيعة
٤٦	صرخة الشمس	١٧	(٣) الحرير
٤٧	التشنجات	١٨	ثالثاً : المفارش
٤٨	الإسماك - الإسهال - القيء	١٩	رابعاً : التابلوهات
	الباب الرابع	٢٠	خامساً : الإضاءة
	اصنعى بنفسك	٢١	سادساً : الوسائد
	الفصل الأول :	٢٢	سابعاً : ساتر الطل
٥٠	(١) الصابون	٢٣	ثامناً : أسماك الربيبة
٥١	(٢) شامو صدف القنبر	٢٣	تاسعاً : صيدلية للمنزل
	(٣) لوسيون خشبة الجلد	٢٥	عاشراً : العطور المرطبة
٥١	(الفسف)	٢٥	عطر اللاصتر
٥٢	(٤) ماء الورد	٢٦	عطر الليمون
٥٢	(٥) كريم الوجه واليدين		الباب الثاني
٥٣	(٦) كريم حب الشباب		الإتيكيت - آداب المعاملة
٥٣	(٧) مرطبات راحة العرق	٢٧	العبادة العائلية
٥٣	(٨) كريم لإزالة بقع الشمس	٢٩	في مجال العمل
	الفصل الثاني :	٣٠	أنت صعبة
٥٥	السجق الأفريقي	٣١	أنت مصيبة
٥٥	١ - الموسمين	٣٣	آداب المعاندة
٥٦	٢ - المعطرمة	٣٤	طريقة إعداد المعاندة
		٣٩	طريقة عمل بوفيه للمناسبات

الموضوع	الصفحة	الموضوع	الصفحة
الفصل الرابع :		الفصل الرابع :	
الحضراوات	١١١	اللحوم	٩١
١ - الخرشوف بإزالة	١١١	١ - برام اللحم بالصل القاورمة	٩١
٢ - الحرشوف بالشعيرة	١١٢	٢ - رستوفخدة الصان	٩٢
٣ - الحرشوف المحشو	١١٢	٣ - اللحم باللثوم	٩٢
٤ - قالب القرنبيسط بالأرز	١١٣	٤ - اسكالوب بانيه	٩٣
(نورته القريبط)	١١٣	٥ - الفيليه	٩٤
٥ - نورته البانفجان	١١٤	٦ - اسكالوب نانير	٩٤
٦ - بانفجان بالجبن	١١٥	٧ - شرائح اللحم بالبيص	٩٥
٧ - برام البامية الحضراء	١١٦	٨ - كتاب حلة	٩٦
٨ - صينية الكوسة في الفرن	١١٧	٩ - روزبيف	٩٦
٩ - صينية الفلقاس	١١٧	١٠ - نيش كتاب	٩٧
١٠ - الكشك بالفضة	١١٨	١١ - اللحم كموية	٩٨
١١ - النصارة في ثوب حديد	١١٩	١٢ - الشاورمة	٩٩
١٢ - برام الفول المممس بالمعصاج	١٢٠	الفصل الخامس :	
١٣ - صينية الفول المنمس	١٢١	اللحم المفروم	١٠٠
الفصل الخامس :		١ - الهمبورجر	١٠٠
الفصل الثامن :		٢ - قالب كفتة البيص	١٠١
الفطائر المملحة		٣ - الكفتة بانيه	١٠٢
١ - السمبوسك	١٢٢	٤ - الكفتة المشوية الكاينة	١٠٢
٢ - صينية الجلاش باللحم	١٢٣	٥ - طرب الحانى	١٠٣
٣ - وحدات الجلاش باللحم	١٢٤	٦ - نورته اللحم بالبطاطس	١٠٤
٤ - صينية الجلاش بالبشاميل	١٢٥	٧ - النعمبانونى	١٠٥
٥ - الفطير المشلتنت	١٢٥	٨ - البيص الاسكتلندى	١٠٥
٦ - الفطير باليسطرمة	١٢٦	٩ - العجة باللحم المفروم	١٠٦
٧ - الفطير بالمسجق (بالسوسيس)	١٢٦	١٠ - الكناورسى	١٠٧
٨ - الفطير باللحم المفروم	١٢٧	الفصل السادس :	
٩ - الفطير بالبيص	١٢٧	الكبدة والمعخ	
١٠ - الفطير بالجبن	١٢٨	١ - الكبدة باللبن	١٠٩
١١ - الكرواسان	١٢٨	٢ - الكبدة المقفلة	١٠٩
١٢ - الباتيه	١٢٩	٣ - المعخ البانيه	١١٠
١٣ - البوريك	١٣٠		
١٤ - البيضا	١٣١		

الموضوع	الصفحة	الموضوع	الصفحة
٤ - دوائر القلاوة (عش العراب) ١٤٨		الفصل الخامس :	
٥ - أم على ١٤٩		الأسماك ١٣٣	
٦ - شكلمة حوز الهند ١٤٩		١ - سمك الماكريل ١٣٣	
٧ - الغريبة ١٥٠		٢ - سمك المرحان ١٣٣	
٨ - بسكويت النوشادر ١٥١		٣ - صيبة السمك البورى ١٣٤	
٩ - البيني فور ١٥١		٤ - ثورية السمك بالطماطم ١٣٥	
١٠ - العطبى بالعجوة ١٥٢		٥ - سمك موسى ١٣٦	
١١ - القراقيش ١٥٣		٦ - السمك المشوى ١٣٦	
١٢ - الكحك ١٥٤		٧ - سمك سوتيه بالخضار ١٣٧	
١٣ - صينية المكرونة باللبن ١٥٥		٨ - سمك صابنية (بمياطى) ١٣٧	
١٤ - صينية قرع العسل ١٥٦		٩ - حميرى بالصاصة ١٣٨	
١٥ - صينية النططا ١٥٧		١٠ - حميرى بالحلائس ١٣٨	
١٦ - التفاح المشوى ١٥٨		١١ - حميرى بالجلبى ١٣٩	
١٧ - الجدر بالقرفة ١٥٩		١٢ - الكابوريا الملوقة ١٣٩	
١٨ - الحرر بجور الهند ١٥٩		١٣ - الكابوريا المشوية ١٤٠	
المثلجات والتصانير		الفصل العاشر :	
١ - عصير المور باللبن ١٦٠		الحلويات الشرقية ١٤١	
٢ - كمبوت الحوح ١٦٠		١ - الكنافة ١٤١	
٣ - كمبوت العراولة ١٦١		الكنافة بالكريمة ١٤٢	
٤ - ألماطية العراولة ١٦١		الكنافة بالغاولة ١٤٢	
٥ - مهلبية بالغاولة ١٦٢		الكنافة بالمكسرات ١٤٣	
٦ - حشابت العراولة بالموز ١٦٢		نورثة الكنافة ١٤٣	
٧ - ألماطية الماحو ١٦٣		٢ - التطنف ١٤٤	
٨ - مريى القراولة ١٦٣		التطناف بالعجوة ١٤٤	
٩ - مربي المشمش ١٦٤		التطناف بقر الدين ١٤٥	
١٠ - الكمبوت بالزبادى ١٦٤		التطناف بالمكسرات ١٤٥	
١١ - الكيك النعم ١٦٥		٣ - القلاوة ١٤٦	
١٢ - الكيك الإسفنجى ١٦٦		البقلاوة بالكريمة ١٤٦	
١٣ - تورثة الجلبى ١٦٦		الحلائس بالعجوة ١٤٧	

رقم الإيداع ١٩٩٧/١٧٢٠٠

المطبعة العربية الحديثة

٨ شارع ٤٧ بالمنطقة الصناعية بالمسامة

الطاهرة - تلخون . ٨٧٩٢٨٠