

## اصنعى بنفسك

أولاً : هديتك :

- ١ - الشيكولاتة .
- ٢ - الفندان .

ثانياً : المربيات :

- ١ - مربى الفراولة .
- ٢ - الفراولة لمرضى السكر .
- ٣ - الشمام بالنضاع .
- ٤ - مربى الخوخ والأناناس .
- ٥ - مربى المشمش .
- ٦ - مربى الجزر باليوسلى .

ثالثاً : الطحينية .

رابعاً : الجبن الأبيض .

obeikandi.com



كوكب مائل  
بالسكويزي



مكسرات  
مائل  
بالسكويزي





## الباب الرابع

### اصنعى بنفسك

أولاً - هديتك :

سيبتى : كثيراً ما تدعين لحفل دون أن يكون لديك وقت لاختيار بعض الهدايا ، لذلك عزيزتى حواء سأذكر لك طريقة صناعة بعض الحلوى ، وخاصة الشيكولاتة حتى يمكن أن توفرى الوقت والجهد لشراء هدية .

#### ١ - الشيكولاتة

الشيكولاتة من الحلوى المحببة جداً للأطفال والكبار ، وهى ذات قيمة غذائية عالية جداً بالإضافة إلى كونها لذيذة الطعم حلوة المذاق ، وهناك طريقة لصنع صلصة الشيكولاتة التى تستخدم لتغطية بعض الأنواع الأخرى من الحلوى أو الفواكه أو البينيفور أو الكيك ، وبذلك نكون قد حصلنا على نوع جديد جداً من الحلوى . وسأذكر لك كل نوع على حدة حتى يمكن أن تختارى ما يحلو لك من الأصناف ، وما يناسب نوقك وميزانيتك .

كما نجد أن هناك نوعاً آخر من الشيكولاتة تستخدم فيه الشيكولاتة الخام ، وهى متوفرة بالأسواق ، ومن السهل الحصول عليها ، كما أنها زهيدة الثمن إذا قورنت بالشيكولاتة المصنعة .

#### الشيكولاتة الخام :

يمكن إحضار الشيكولاتة الخام ، ثم توضع على حمام مائى مع مقدار من الزبد ، وسأذكر لك المقادير بالتحديد .

المقادير : ١ كيلو شيكولاتة خام .

$\frac{1}{8}$  كيلو زبد، أو زبدة كاكاو، أو ٥ ملاعق من زيت  
الذرة .

الطريقة : توضع الشيكولاتة الخام في إناء على حمام مائي، ثم  
توضع الزبد، ويقرب الخليط جيداً، ويستمر في التقليب  
حتى تصبح سائلاً كثيف القوام (يمكن إضافة ملعقة  
زيت ذرة واحدة حتى تكون شديدة اللعان) . يصب  
الخليط في قوالب جافة ونظيفة، مثل قوالب التلاجة،  
أو قوالب البيض بالتلاجة، ثم توضع بالتلاجة حتى  
تتماسك، ثم يقلب قالب ثم تغلف، أو لا تغلف وتوضع  
في علبة جميلة حتى يمكن تقديمها للضيوف، فلتباهي  
بقدرتك على صناعة مثل هذه الأشياء بأسعار زهيدة،  
كما نجد طفاك بحاجة إلى بعض الحلوى يومياً حين  
ذهابه إلى المدرسة، فيمكن أن تصنع له ما يحلو لك  
من الأشكال الجميلة، بذلك تضمني ألا يتناول طفاك  
شيئاً ملوثاً خارج المنزل، لأن ما تصنعيه بنفسك داخل  
المنزل، تستطيعين أن توفرى فيه الجودة إلى جانب  
النظافة .

### أشجار الشيكولاتة :

المقادير : ١ كيلو شيكولاتة خام .  $\frac{1}{8}$  كيلو زبد .

$\frac{1}{4}$  كيلو جوز هند مبشور . علبة لبن مكثف .

وحدات من الشاليمون . أطباق بيليسييه .

الطريقة : - توضع الشيكولاتة مع الزبد في إناء على حمام مائي  
حتى تسيل .

- يوضع مقدار جوز الهند مع اللبن ويقرب جيداً .

- يشكل جوز الهند على شكل أمرات مع الشاليمون ،  
مع الضغط عليه جيداً .  
- نصب الشيكولاتة السائلة في فناجين القهوة ، ثم تترك  
لتبرد أو تتماسك ، ثم تخرج من الفجان وتوضع في  
طبق البيليسييه ، ثم تغرس بها أشجار جوز الهند في  
المنتصف .

## ٢ = الفندان

الفندان من الحلوى المحببة جداً للأطفال ، ويمكن صنعها  
بأشكال جميلة وأحجام مختلفة ، وتغليفها بشكل رائع ، ويمكن أن  
يأخذها الطفل معه إلى المدرسة ، أو يمكن وضعها في علبة  
الشيكولاتة المقدمة للضيوف ، أو يمكن صنعها بشكل آخر لتغطية  
بعض أنواع التورت والجانوهات .

المقادير :  $\frac{1}{4}$  كيلو سكر بوفرة . ٢ بياض بيضة .  
 $\frac{1}{4}$  كوب ماء . ملعقة شمع سائح . (زبدة  
٣ ملعقة كبيرة عسل كاكاو) .  
نحل .  
ملعقة روح الخل .

الطريقة : - يفصل بياض البيض ويضرب جيداً .  
- يضاف السكر إلى البياض ويضرب جيداً .  
- ثم يضاف الشمع (قطعة من الشمع تذاب في حمام  
مائي) زبدة كاكاو .  
- يرفع الخليط من على النار ، ويقرب حتى يصير  
متماسك القوام .  
- يختبر النضج بوضع قطعة منه على طبق زجاجي ،  
فإذا فرشت دل ذلك على عدم النضج ، ويرجى  
مداومة التقليب على النار حتى تتماسك أكثر .

- يمكن إضافة أى لون من ألوان ( الكوتشيل ) إذا أريد الحصول على ألوان .

- يصب فى قوالب مثل قالب الثلج للحصول على وحدات مربعة أو نصف دائرية .

- وقد يصب فوق رخامة مرشوشة بالنشا أو الكورن فلور ، ونفرد بالنشاية وتقطع بالسكينه بأشكال هندسية أو حسب الرغبة .

**ملحوظة :** تُد تستعمل حلوى الفندان فى تغطية بعض أنواع كيك الأسبونج، لنحصل على تورتة الفندان وهى لذيذة الطعم حلوة المذاق .

يفرد الفندان على رخامة مرشوشة بالكورن فلور بالنشابة على شكل دائرة كبيرة، يبلغ نصف قطرها أكبر من الكعكة الموجودة لدينا ، لكى تغطيها من الأجناب، تسحب من فوق الرخامة وتغطى بها الكعكة تمامًا ، ثم تساوى الأطراف من الأجناب مع الضغط عليها حتى تثبت فوق الكعكة .

### ثانيًا - المربيات :

سيدتى .. بالرغم من أن المربى تملأ المحال التجارية ، إلا أن إعدادها بالمنزل لن يكلفك الكثير ، بل إن المربى المعدة بالمنزل تفوق المربى الجاهزة بكثير ، كما نجد أن المواد الغذائية حين توافرها بالمنزل توفر الكثير من الوقت والجهد على المرأة العاملة ، حتى يجد أفراد الأسرة جميع مستلزماتهم ، إذا تأخر موعد الذهاب للشراء .

## ١ = مربى الفراولة

المقادير : ١ كيلو فراولة مغسولة ومنزوعة الأقماع .

١ باكو جبلى فراولة - نصف ليمونة .

١/٢ كيلو سكر .

الطريقة : - يوضع السكر مع الفراولة حتى تصفى .

- يؤخذ المحلول ويوضع على النار مع مسحوق الجبلى

حتى يغلى .

- تهرس الفراولة بالشوكة جيداً ، ثم تضاف للخليط

السابق ، وتترك لتغلى لمدة ثلاث دقائق .

- تترك لتبرد قليلاً ، ثم تعبأ فى برطمانات نظيفة

وجافة .

## ٢ - مربى الفراولة لمرضى السكر

المقادير : ١ كيلو فراولة نظيفة . ١ باكو جبلى .

١ ليمونة مبشورة . محلول سكرى يحتوى على

ثلاث ملاعق سكر فقط وقد

يستغنى عنه .

الطريقة : - تهرس الفراولة بالشوكة وتترك جانباً لتتصفى .

- يوضع باكو الجبلى على النار مع السائل المتبقى من

الفراولة .

- يضاف له مبشور الليمون .

- ثم تضاف الفراولة وتترك لمدة دقيقة على النار مع

التقليب .

- تترك لتبرد قليلاً ، ثم تعبأ فى برطمانات نظيفة وجافة

ويحكم غطاؤها لحين الاستعمال .

### ٣ - مربى الشمام بالنعناع

المقادير : ١ كيلو شمام مقشر  $\frac{1}{4}$  ملعقة ينسون ، ونعناع .  
ومنزوع البذر .

٣ ليمون - باكو جيلي  $\frac{1}{4}$  كيلو سكر .  
بطعم الليمون .

الطريقة : - يقطع الشمام قطعاً صغيرة ، ويوضع به بعض من السكر :

- يترك بعض الوقت (ساعتين) .

- ييسر الليمون ويوضع مع الخليط السابق .

- يصفى ويؤخذ السائل المتبقى ويوضع على النار مع السكر ، ويذاب جيداً ويترك ليغلى .

- يوضع الجيلي مع السائل المغلى على النار ويقرب جيداً .

- يضاف الشمام المقطع ويقرب ، ثم يترك ليغلى لمدة دقيقة أو اثنتين .

- توضع فى برطمان نظيف وجاف ويحكم الغطاء .

### ٤ - مربى الخوخ والأناس

المقادير : كيلو خوخ . - ١ كيلو  $\frac{1}{4}$  أناس .

سكر .  
١ باكو جيلي أصفر .

ملعقة عصير ليمون .

الطريقة : - يوضع الخوخ فى ماء مغلى لتزال القشرة .

- يقطع الخوخ والأناس .

- يؤخذ النوى ويوضع مع السكر والماء وعصير الليمون على النار حتى يغلى .
- ينتشل النوى من المحلول السكرى ، ويوضع الخوخ والأناناس ، ويترك ليغلى دقيقتين .
- يضاف الجبلى المذاب فى كوب ماء ويترك ليغلى ، معه لمدة دقيقتين .
- يترك ليبرد ، ويوضع فى برطمانات جافة ونظيفة محكمة الغطاء .

### ٥ - مربى المشمش

- المقادير : ٢ كيلو مشمش .
- ١ كيلو سكر .
- ١ باكو جبلى مشمش .
- ١ ملعقة عصير ليمون .
- الطريقة : - يغسل المشمش جيداً .
- يثق المشمش وينزع النوى .
- يرض فى إناء غويط فى طبقات مع السكر ، ويترك لمدة ١٢ ساعة .
- ينشل المشمش من الماء المصفى .
- يوضع هذا الماء على النار مع باقى مقدار السكر ويترك ليغلى .
- يذاب باكو الجبلى مع المحلول السكرى على النار حتى يغلى .
- يضاف المشمش وعصير الليمون ويترك ليغلى لمدة خمس دقائق أو أكثر قليلاً ، ثم تطفأ النار .
- تترك لتهدأ ثم تعبأ فى برطمانات جافة ونظيفة ومحكمة الغطاء لحين الاستعمال .

## ٦ - مربى الجزر باليوسفى

- المقادير : ١ كيلو جزر .  
١ كيلو يوسفى .  
١ كيلو سكر .  
١ باكو جبلى .

الطريقة : - يغسل الجزر جيداً ثم يقطع حلقات رقيقة أو مكعبات صغيرة أو يُبشر

- يغسل اليوسفى جيداً ويشق من المنتصف كالليمون .

- يوضع الجزر على النار مع مقدار من الماء ويسلق جيداً .

- ثم يوضع اليوسفى على النار مع الجزر ويتم نضجهما جيداً معاً .

- ينشل الجزر واليوسفى من الماء المتبقى، ويهرس جيداً أو يفرم هذا الخليط .

- يوضع السكر مع المحلول المتبقى من سلق الجزر واليوسفى على النار ويترك ليغلى .

- يضاف باكو الجبلى ويذاب جيداً .

- يضاف خليط الجزر المهروس واليوسفى إلى المحلول السكرى مع الجبلى والليمون .

- يترك ليغلى مع التقليب لمدة خمس دقائق أو أكثر .

- يترك ليبرد، ثم يعبأ فى برطمانات جافة محكمة الغطاء .

## ثالثاً - الطحينة

عزيزتى حواء .. سلاطة الطحينة من المشهيات اللذيذة وخاصة بجانب الأطباق المحتوية على اللحوم والأسماك وغيرها ، ولكن نجد

أن الطحينية تعتبر إلى حدّ ما عالية الثمن، وصنعها بالمنزل يوفر الكثير حين نجد أن الطريقة بسيطة وسهلة ومتوافرة الخامات .

المقادير : ١ كوب سمس . ١ كوب دقيق .  
١ كوب زيت .

الطريقة : - ينقى السمس ويغسل ويجفف .

- يطحن السمس جيّدًا بالخلاط حتى يصير كالبودرة .
- يضاف الدقيق ويعاد طحنه وخلطه مع السمس .
- ثم يضاف الزيت بالخلاط أيضًا ونستمر في ضرب جميع المقادير جيّدًا إلى أن تصبح سائلًا سميك القوام .
- يصب في برطمان زجاجي لحين الاستعمال .

ملحوظة : نجد أن الخلاط به كمية من الطحينية يصعب إخراجها، فنضع بها ٢ ملعقة خل مع عصير ليمونة مع ٢ فص ثوم مع الملح والكمون مع مقدار من الماء ويعاد تشغيل الخلاط مرة أخرى لمدة دقيقة فنحصل على مقدار من سلاطة الطحينية يوضع في سرفيس ويجمل بالمقدونس، ثم يغسل الخلاط جيّدًا ويجفف .

رابعًا = الجبن الأبيض :

الجبن الأبيض من المواد الغذائية الهامة لجسم الإنسان، لأنها تحتوى على قيمة غذائية عالية، فما رأيك أن نتعرف على طريقة صنعها بالمنزل توفيرًا للمادة والوقت والجهد، فقط يجب أن نحضري مقدارًا من المنفحة من بائع اللبن .

المقادير : ١ كيلو لبن غير مغلى . ١ ملعقة ملح .  
نقطة واحدة من المنفحة .

الطريقة : - يدفأ اللبن على النار قليلاً حتى تكون حرارته كحرارة اليد .

-توضع نقطة واحدة من المنفحة ، ويقلب اللبن مع إضافة الملح .

-يغطى بقطعة من القماش ويترك لمدة ساعتين في مكان دافئ .

-حين يتماسك القوام يوضع في مصفاة سلك ليصفى الماء .

-توضع في علبة وتغطى لحين الاستعمال .

ملحوظة :

إذا تمكنت من صنع كمية كبيرة من الحين وأردت الاحتفاظ بها لفترة طويلة يمكن إعادة وضعها في الماء المتبقى « الشرش » وذلك بعد أن يتماسك قوامها تماماً بعد يوم أو اثنين .

☆ ☆ ☆