

مقبلات

مرق لحم الغنم والخضار



الطماطم مقشرة ومقطعة إلى مكعبات 4 ملاعق طعام من معجون الطماطم 3 حبات أو 300 ج من الكوسا الصغيرة مقطعة إلى مكعبات كبيرة حبتان متوسطتا الحجم أو 300 غ من الجزر مقطعة إلى مكعبات كبيرة حبتان متوسطتا الحجم أو 500 غ من البطاطا مقطعة إلى مكعبات كبيرة ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون ¼ ملعقة صغيرة من السبع بهارات ¼ ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة

المقادير:

ملعقتا طعام من الزيت النباتي حبة متوسطة الحجم أو 125 غ من البصل مفرومة فصان من الثوم مسحوقان 450 غ من لحم الغنم المقطع إلى مكعبات كبيرة 6 أكواب أو 1500 مل من الماء مكعبان من مرقعة ماجي بنكهة لحم الخروف حبة متوسطة الحجم أو 150 غ من

طريقة التحضير

مع تغطية القدر لمدة ساعة أو إلى أن يصبح اللحم طرياً تقريباً. تُضاف الطماطم، معجون الطماطم، الكوسا، الجزر والبطاطا (مع إضافة المزيد من الماء عند الحاجة)، ثم تترك المكونات على نار خفيفة لمدة 15 إلى 20 دقيقة أو إلى أن تنتضج الخضار ولحم الغنم جيداً. تتبل المكونات بالبهارات وتحرك قليلاً ثم تقدم.

يُحمى الزيت في قدر كبيرة ويُقلى البصل إلى أن يصبح لونه ذهبياً، يُضاف الثوم ويُحرك لمدة دقيقة واحدة أو أن تفوح رائحته ثم تُضاف إليه مكعبات لحم الغنم وتطهى المكونات لمدة 5 دقائق أو إلى أن يصبح لحم الغنم بنياً. يُضاف الماء ومكعبات مرقعة ماجي بنكهة لحم الخروف ويُطهى المزيج على نارٍ خفيفة

سلطة الزيتون الأخضر بالجبن



باقة كزبرة مفرومة باقة زعتر أخضر ربع كوب كزبرة ناشفة 5 ملاعق كبيرة زيت زيتون 5 ملاعق كبيرة عصير ليمون جزرة مبشورة على أكبر مقياس، وقليل من قطع الجبنة الفرنسية

المقادير:

كوبان من زيتون مقطع شرائح فلفل حار مقطع حلقات أو فلفل أخضر عادي مقطع بحجم صغير حبتا ليمون مقطعتان قطعاً صغيرة جدا مع القشر

طريقة التحضير

وعصير الليمون والجزر المبشور والكزبرة الناشفة وقطع الجبنة ثم تخلط المكونات سوياً.

نضع الزيتون في وعاء ثم نقطع الكزبرة والزعتر الأخضر والليمون والفلفل الحار ونضيفها إلى الزيتون ثم نضيف الزيت

الإفطار

الدجاج المحمر والمحمشو بالأرز



المقادير:

1½ ملعقة طعام من الزيت النباتي 1 حبة صغيرة الحجم من البصل مفرومة ½ كوب أو 75 غ من الصنوبر 1 كوب أو 200 غ من الأرز الأبيض ذي الحبة الطويلة ¼ ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون 2 مكعبان من مرقعة الدجاج ماجي 1½ كوب أو 375 مل من الماء ½ كوب أو 75 غ من الكوسا 1 أو 1400 غ من الدجاج الكامل، كبيرة الحجم.

طريقة التحضير

مرقعة الدجاج ماجي، والزبيب. يُطهى المزيج على نار خفيفة لمدة 10 دقائق أو إلى أن يصبح الأرز مطهواً تقريباً. تحشى الدجاجة بأكبر كمية ممكنة من الأرز وتُستكمل عملية طهو الكمية المتبقية كي تقدم مع الدجاج.

يُحمى الزيت في وعاء للصلصة متوسط الحجم ويُضاف ويُطهى كل من البصل وحبات الصنوبر على نار معتدلة لمدة 4 إلى 5 دقائق أو إلى أن يصبح اللون ذهبياً تقريباً. يُضاف الأرز، القرفة، الفلفل الأسود، ومكعبات

مرقعة الدجاج ماجي، والزبيب. يُطهى المزيج على نار خفيفة لمدة 10 دقائق أو إلى أن يصبح الأرز مطهواً تقريباً. تحشى الدجاجة بأكبر كمية ممكنة من الأرز وتُستكمل عملية طهو الكمية المتبقية كي تقدم مع الدجاج.

السحور

إسكالوب الدجاج الموزاريلا



المقادير:

6 قطع من صدور الدجاج صغيرة الحجم تزن كل واحدة منها 150 غ مغلف من أسرار خلطة البروست ملحقة طعام من الكزبرة المفرومة فرماً ناعماً بشر قشر ليمونة حامضة 50 غ من جبنة الموزاريلا مبروشة برشاً ناعماً، وبيضتان 3 أكواب من الزيت النباتي

طريقة التحضير

يقطع كل صدر إلى شريحتين رقيقتين. تخلط أسرار خلطة البروست ماجي مع الكزبرة وبرش الليمون الحامض وجبنة الموزاريلا. يخفق البيض في وعاء. تغمس شرائح الدجاج في البيض ومن ثم في أسرار خلطة البروست وتوضع على صينية. يحشى الزيت على حرارة متوسطة ويقلى إسكالوب الدجاج لمدة تتراوح بين 7 و10 دقائق إلى أن يصبح لونه بنياً ذهبياً.