

كتاب خاص بالأطباق

samira tv



٥١٤ وصفات مصورة ٥١٤

زوروا موقعنا على الفايسبوك

<https://www.facebook.com/wasafat.mosawara?fref=ts>

لا تنسوني من صالح دعائكم

محتويات الكتاب

الرفيس	1
بركوكس بالدوارة	2
بوزلوف في الفرن	3
التريدة	4
تليتلي بالصلصة البيضاء	5
شخشوخة الظفر	6
كسكسي قبائلي	7
جاجة وفليساتها	8
زعلوكة الباذنجان	9
سفيرية	10
سكران طايح فالدروح	11
طاجينالدجاج المقلي	12
قرنون باني	13
لحم بالكرافس	14
لحم محمر	15
مقرون بالترك	16
طاجين الكفتة بالقرعة	17
حساء البسباس	18
حساء القرنبيط	19
حساء السبانخ	20
طاجين القرنون والجلبانة	21
طاجين الكفتة بالبطاطا	22
طاجين الجلبانة والبسباس	23
طاجين العجيجات بالدجاج	24
شرائح الديك الرومي بالكريمة الطازجة	25
دولمة السلق	26
ساندويتش شرقي بالمرقاز	27
كروكات البطاطا بالتونة	28
ماسيدوان الخضار	29

طريقة تحضير الرفيس: -3 كيلات دقيق متوسط (سيم) -1 كيلة سمن ذائب-1 قرصة ملح-250 غ جوز مرحي-250 غ لوز مرحي-100 غ زبدة طازجة- نصف كأس عسل-3 ملاعق كبيرة ماء زهر البرتقال والتزين : أنصاف جوز- لوز مرحي في وعاء ، ضعي الدقيق و الملح ، حكي جيدا بين اليدين ثم اجمعي بالقليل من الماء، ضعي العجينة المتحصل عليها في صينية فرن ثم اطهيها في الفرن حتى تكسب اللون الذهبي.بعد الطهي، اتركها تبرد ثم فتيها ، مرربها في غربال ثقوبه كبيرة و اطهيها بالبخار مرتين. ضعيها في إناء ، أضيفي العسل الزبدة اللوز والجوز المرحي ،أخلطي الكل جيدا ثم أفرغي ماء زهر البرتقال. ذري اللوز المرحي و زيني بالجوز. قدميه مرفوقا باللبن.

atb وصفات مصرية atb



طريقة تحضير برقوقس بالدوارة

المقادير: 1- دوارة-1 رأس نوم-1 ملعقة صغيرة هريسة (غير ضروري)-1 ملعقة كبيرة مملوؤة جيدا بالطماطم المصبرة-500 غ طماطم حمراء مشورة-500 غ برقوقس-1 ملعقة كبيرة فلفل أحمر-1 كأس صغير زيت-1 كأس حمص منقوع في الماء ليلة من قبل- نصف ملعقة صغيرة راس الحانوت- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- ملح

طريقة التحضير : إغسلي الدوارة ، نظفيها و قطعها.حضري الدرسة : في مهراس ، إسحقي النوم ، الملح ، الفلفل الأسود و راس الحانوت.في طنجرة ، ضعي الدرسة ، الهريسة ، الفلفل الأحمر ، الدوارة المقطعة و الزيت ، حمسي الكل ثم أضيفي نصف لتر ماء و الحمص ، أتركها تطهى.- عند نصف الطهي ، أضيفي الطماطم المصبرة ، الماء و البرقوقس ، أتركي الكل يطهى على نار هادئة حتى ينتفخ البرقوقس .



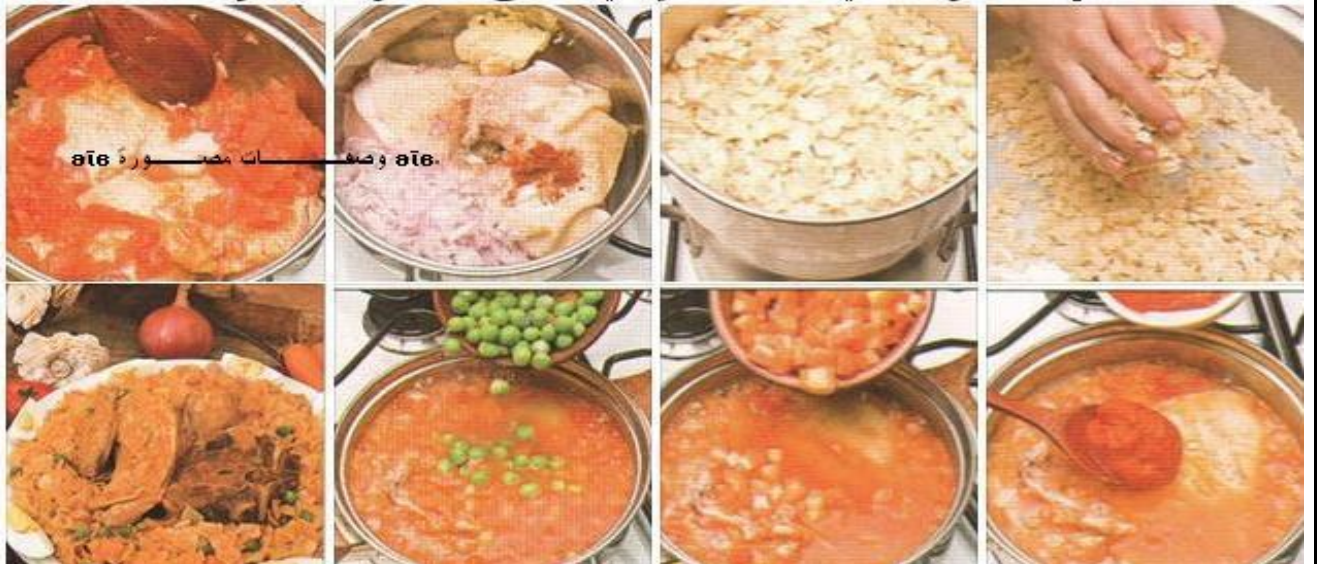
atb وصفات مصرية atb

بوزلوف في الفرن: 1 بوزلوف مشوط و منطف- 3 رؤوس ثوم- 1 ربطة معدنوس- 5 سنينات ثوم- 2 ليمون- 1 كأس صغير زيت- 3 ملاعق كبيرة زيت- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- ملح
طريقة التحضير: إطهي البوزلوف في ماء مع 1 كأس زيت، 3 رؤوس ثوم و الفلفل الأسود حتى ينتزع اللحم من العظام. بعد الطهي ،قطريه ثم إنزعي عظامه و قطعيه إلى قطع صغيرة. في صينية فرن،ضعي قطع البوزلوف، 5 سنينات ثوم مسحوقة و اسقيها ب 3 ملاعق كبيرة زيت، ذري المعدنوس المقطع ثم اسقيها بعصير الليمون واطهيها في الفرن. بعد الطهي ، قدميها مرفوقة بالسلطة.



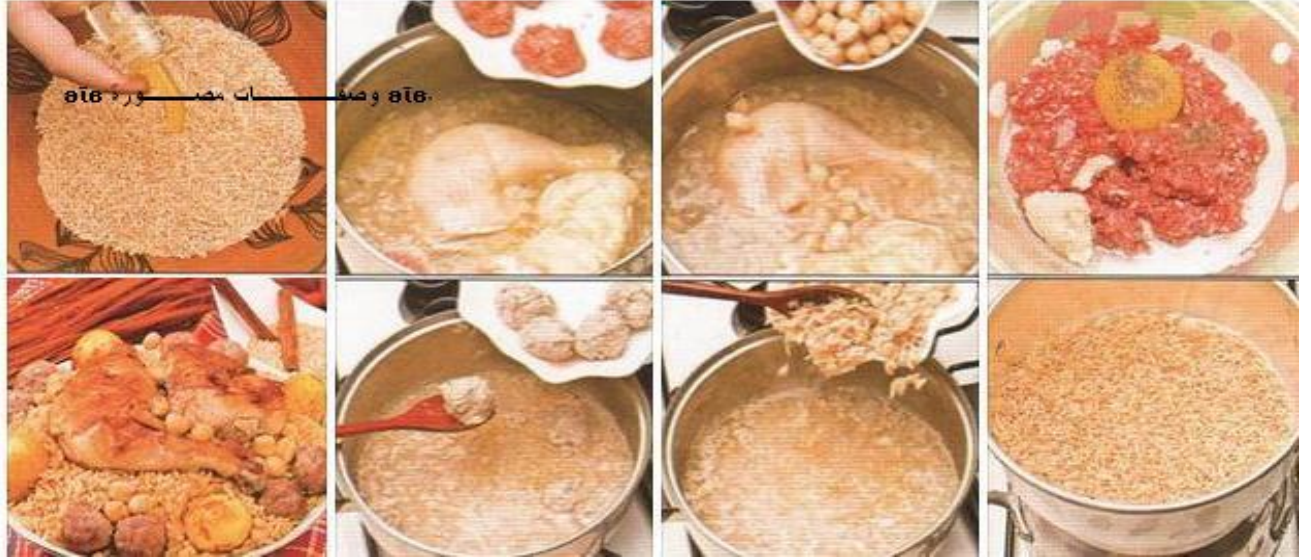
تريدة بالصلصة الحمراء و الخضار: 500 غ تريدة- 3 ملاعق كبيرة زيت- 1 دجاجة مقطعة إلى قطع- 1 ملعقة كبيرة سمن - 1 بصلة كبيرة مقطعة- 4 سنينات ثوم مسحوقة- 3 طماطم حمراء- 1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة- 4 إلى 5 جزر مقطع إلى قطع- 1 حفنة جلابانة- 1 ملعقة صغيرة فلفل أحمر- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- 2 إلى 3 بيض مسلوق- ملح في إناء ، أخلطي التريدة مع القليل من الزيت ، حكيها بين الأيدي ، إطهيها بالبخار ، إنزعيها و اتركها تجف. إسقيها بالقليل من الماء و اتركها تطهى بالبخار مرة أخرى. إنزعيها و أضيفي لها القليل من الزبدة.

حضري الصلصة : حمسي البصل ، الدجاج ، الزيت ، السمن ، الملح ، الفلفل الأسود و الفلفل الأحمر. أضيفي الطماطم المقطعة إلى مكعبات. أفرغي الماء ؛ أضيفي الطماطم المصبرة و الجزر ، أتركي الكل يطهى. قبل نهاية طهي الدجاج ، أضيفي الجلابانة و اتركها تطهى مرة أخرى. بعد طهي الدجاج ، إنزعيه ثم أضيفي التريدة و اتركها على نار هادئة حتى الإمتصاص الكلي للصلصة. زيني الطبق بالبيض المسلوق.



تليتلي بالصلصة البيضاء:- 1 كغ تليتلي-1 دجاجة-300 غ لحم مرحي-1 بصلة كبيرة- نصف كأس حمص-1 ملعقة كبيرة سمن-4 ملاعق كبيرة زيت-2 سنينات ثوم-1 إلى 2 بيض-1 عود قرفة- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- ملح

حضري الصلصة: في طنجرة حمسي الدجاج البصل المقطع رقيق الزيت، السمن والملح الفلفل الأسود والقرفة. أضيفي الماء واتركيه يطهى. من جهة أخرى، حضري الكريات بخلط اللحم المرحي، الثوم المسحوق، الملح، الفلفل الأسود و البيضة. أضيفي الحمص و كريات اللحم المرحي للصلصة، أتركي الكل يطهى. حمري التليتلي في مقلاة حتى يكسب اللون الذهبي ثم اطهيه البخار 4 مرات و ادهنيه بالزيت (كما هو الحال بالنسبة للكسكس). عندما يطهى الدجاج و كريات اللحم المرحي، إنزعها ثم أضيفي التليتلي للصلصة المتبقية و اتركيه يطهى على نار هادئة حتى تنبخر الصلصة كليا. قدمي التليتلي مزينا بالدجاج، كريات اللحم المرحي و البيض المسلوق في الماء و الزعفران.



شخشوخة الصغرى: 1 بصلة كبيرة-2 طماطم حمراء-500 غ شخشوخة الصغرى- قطع دجاج او لحم-1 حفنة حمص-1 ملعقة كبيرة طماطم مصبرة-1 ملعقة كبيرة سمن-4 ملاعق كبيرة زيت-3 سنينات ثوم-1 ملعقة صغيرة ملح-1 ملعقة صغيرة فلفل أسود-1 ملعقة صغيرة فلفل أحمر حار

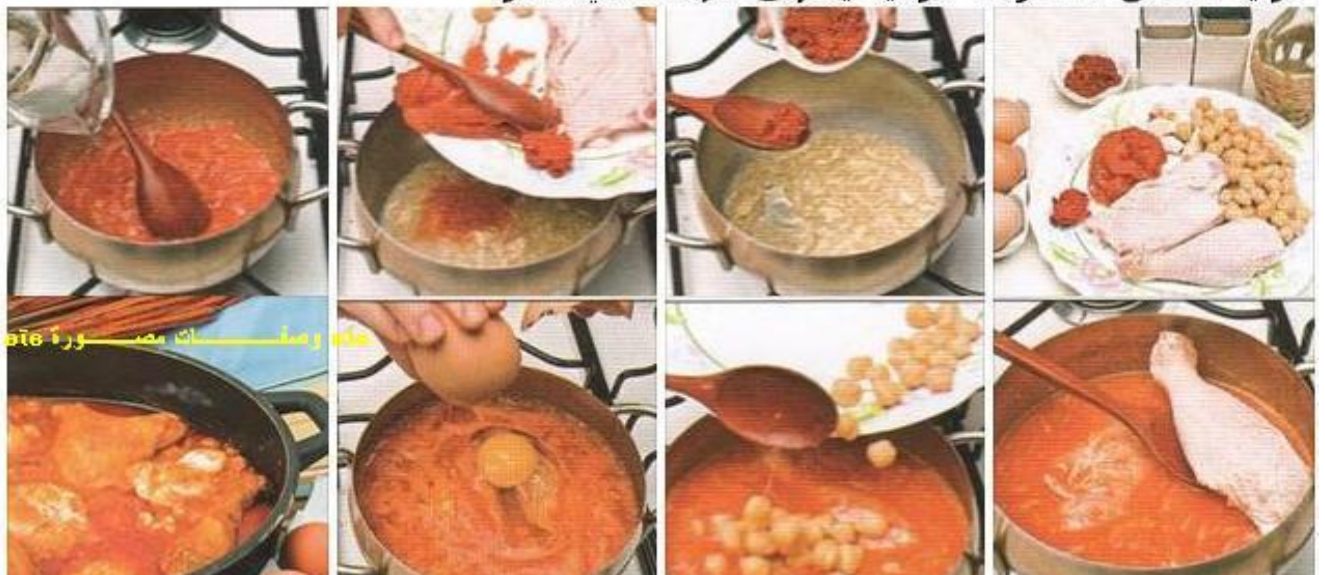
طريقة التحضير: في طنجرة، حمسي الدجاج، البصل، الزيت والسمن. أضيفي الملح، الفلفل الأسود، الفلفل الأحمر الحار و الثوم المسحوق. أضيفي الطماطم المقطعة إلى مكعبات، أفرغي الماء حتى يغطي اللحم. أضيفي الطماطم المصبرة و الحمص. في حين، أخلطي الشخشوخة مع القليل من الزيت، حكها بين الأيدي ثم ضعها في كسكاس و اطهها البخار. إنزعها من الكسكاس، إسقيها بالقليل من الماء وأضيفي لها القليل من الملح ثم اطهها للمرة الثانية و بعدها للمرة الثالثة. عندما تطهى الصلصة، أضيفي الشخشوخة و اتركها على نار هادئة حتى الإمتصاص الكلي للصلصة.



كسكس قبائلي: 1 دجاجة صغيرة-500 غ لفت-2 بصل مقطع-100 غ عدس منقوع في الماء ليلة من قبل-100 غ حمص منقوع في الماء ليلة من قبل -100 غ لوبيا سوداء منقوعة في الماء من قبل -1 فلفل دريس -1 كأس صغير زيت -1 كغ كسكس(سيم)+نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- قرفة- ملح التحضير: في طنجرة، ضعي الدجاج المقطع إلى قطع، الزيت، الملح، الفلفل الأسود القرفة، حمسي الكل مدة 10 دقائق، أفرغي الماء و اتركه يطهى، عند الغليان، أضيفي العدس، اللوبيا السوداء، الحمص و فلفل دريس اتركها تطهى، عند نصف الطهي، أضيفي اللفت المقشر و المقطع طوليا، اتركه يطهى مرة أخرى. حضري الكسكس: بلليه، قطريه ثم أضيفي إليه ملعقة كبيرة زيت، و ملعقة صغيرة ملح، حكى الكل بين يديك ثم أفرشيه في كسكاس مدهون بالزبدة و عندما يخرج البخار (يغور)، إنزعيه من الكسكاس و بلليه مرة ثانية عندها أرجعيه إلى الكسكاس ثانية و لما يخرج البخار كذلك إنزعيه نهائيا ، ضعيه في إناء وادهنيه بزيت الزيتون. إسقي الكسكس بالصلصة المحضرة



حاجة و فليلساتها: 2 أفخاذ دجاج-1 رأس ثوم صغير-1 ملعقة صغيرة هريسة (غير ضروري) -1 ملعقة صغيرة فلفل أحمر-2 ملاعق كبيرة طماطم مصبرة- نصف كأس حمص منقوع-4 بيض- نصف كأس صغير زيت- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- ملح حضري الدرسة : في مهراس ، اسحقي الثوم ، الفلفل الأسود و الملح، في الطنجرة ، ضعي الدرسة و الزيت ، حمسي الكل ، أضيفي الفلفل الأحمر، الهريسة و الطماطم المصبرة ثم أفرغي كأسين من الماء، أضيفي الدجاج و الحمص ، اتركه يطهى مدة 30 دقيقة (حتى يبقى لك مقدار كأس من الصلصة) . بعد طهي الدجاج ، كسري البيض ، ذري الفلفل الأسود ، اتركه يطهى ثم أطفئي النار.



زعلوكة الباذنجان: 1 كغ باذنجان-1 بصلة كبيرة-5 سنسنات نوم-2 طماطم حمراء-1 ربطة
 حشيش-القليل من النعناع الطازج-1ملعقة صغيرة ملح-1 ملعقة صغيرة فلفل أسود-1
 ملعقة صغيرة كمون-1 ملعقة صغيرة فلفل أحمر حار-1 ملعقة صغيرة كروبة-1 ملعقة
 كبيرة خل أحمر- 3 ملاعق زيت-1 ملعقة كبيرة سمن

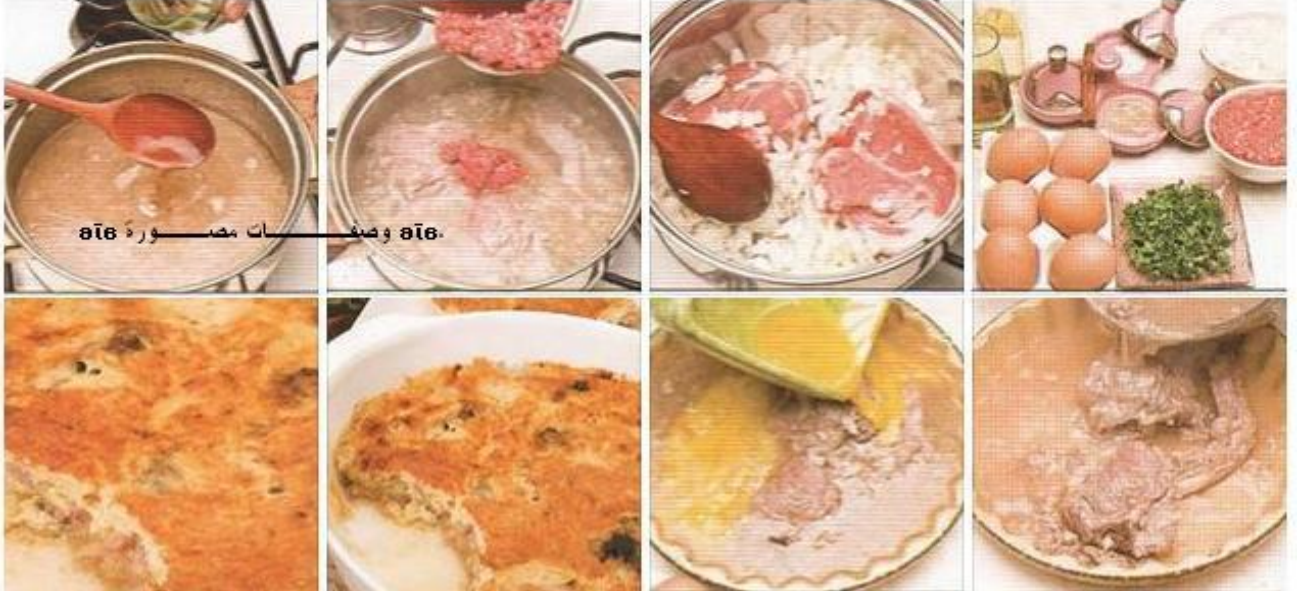
قشري الباذنجان ، إغسله و قطعه إلى شرائح أو إلى دوائر ، إطهيه بالبخر مع القليل
 من الملح بعد الطهي قطعه إلى قطع صغيرة. في مقلاة ، ضعي البصل المقطع ، الثوم
 المسحوق ، الطماطم المقطعة إلى مكعبات الزيت و السمن حمسي الكل و اتركيه
 يطهى. أضيفي الباذنجان المقطع إلى قطع صغيرة ، الملح ، الفلفل الأسود ، الفلفل
 الأحمر الحار و الكمون ونصف كمية الحشيش المقطع اتركيه يطهى مرة أخرى. بعد
 الطهي إسقي بالخل ثم ذري الكروبة. زيني بالحشيش المتبقي و النعناع.



سفيرة: 2 أفخاذ دجاج-1 بصلة مشورة-1ملعقة كبيرة سمن-1ملعقة صغيرة قرفة- نصف
 كأس صغير زيت- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- ملح-1 كأس حمص منقوع
 للكريات: نصف خبزة باتنة- ملاعق كبيرة خبز يابس مرحي-3 بيض-100ع غروبار مشور-1
 كأس حليب- نصف كأس ماء-1 قرصة خميرة كيميائية- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود-
 ملح- نصف ملعقة صغيرة قرفة- حين مقطع إلى مكعبات(غير ضروري)
 الطريقة: في طنجرة ، ضعي الدجاج ، البصل ، السمن ، الزيت ، القرفة ، الفلفل الأسود
 و الملح ، حمسي جيدا ثم أضيفي الحمص و الماء ، أتركي الكل يطهى. في حين حضري
 الكريات : إعطسي الخبز في الماء و الحليب ، أعصره ثم ضعيه في وعاء أضيفي البيض
 الملح الفلفل الأسود، القرفة الخميرة الخبز اليابس المرحي والغروبار أخلطي ثم شكلي
 كريات و احشيها بمكعبات من الجبن. إقلي الكريات في الزيت الساخن ثم قطريها على
 ورق ماص. قدمي الكريات مسقية بالصلصة و مرفوقة بالدجاج و الحمص.



سكران طايح فالدروج: 500 غ لحم عنمي-200 غ لحم مرحي-2 بصل كبير-3 ملاعق كبيرة خل أحمر-8 بيض-3 ملاعق كبيرة زيت-1 عود قرفة- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- ملح في طنجرة ، حمسي اللحم المقطع إلى قطع ، البصل ، الزيت ، الملح ، الفلفل الأسود و القرفة. أفرعي حوالي لتر و نصف ماء.أضيفي اللحم المرحي ، أخلطي جيدا و اتركه يطهى.عند طهي اللحم ، قطريه و أضيفي الخل للصلصة.في صينية فرن مدهونة بالزبدة أو الزيت ، ضعي اللحم ثم اسقي بالصلصة. أضيفي البيض المخفوق ثم اطهيه في الفرن مدة 30 دقيقة .



طاحين الدجاج مقلي:2 أفخاذ دجاج-1 بصلة كبيرة-1 حفنة حمص-1 ملعقة كبيرة سمن-4 ملاعق كبيرة زيت-1 ملعقة صغيرة فلفل أسود-1 ملعقة صغيرة زعفران -1 ملعقة صغيرة سكينجبر-1 عود قرفة- ملح-3 إلى 4 بيض- فرينة (سيم)- خبز ياسس مرحي- زيت للقلي

في طنجرة ، حمسي البصل ، الدجاج ، الزيت والسمن .أضيفي الملح ، الفلفل الأسود ، الزعفران ، السكينجبر و القرفة.أفرعي الماء ، أضيفي الحمص و اتركي الكل يطهى. بعد طهي الدجاج ، إنزعيه وقطريه.رمدى قطع الدجاج في الفرينة ، إعطسيها في البيض المخفوق ثم مرريها في الخبز الياسس المرحي.إقلي قطع الدجاج في الزيت الساخن ، قطريها على ورق ماص ثم اسقيها بالصلصة.

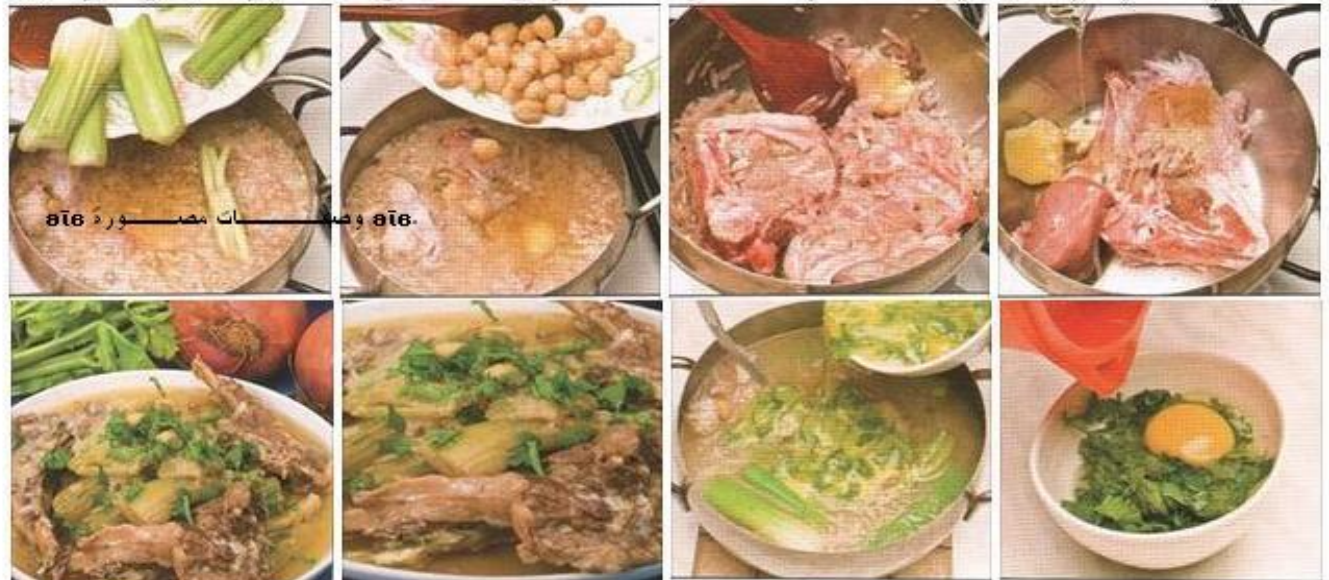


قرنون بانى بالصلصة: 2 قطع لحم- 1 بصلة كبيرة مشورة- 1 حقة حمص- 3م ك زيت- 1م ك سمن- 1 كغ قرون- 300 غ لحم مرحي- 1 بصلة صغيرة مشورة- 150 غ حبن مشور- 1 صفار بيضة- نصف ربطة معدنوس مقطع- قرفة (مرحية/عود)- نصف ملعقة صغيرة فلغل أسود- ملح- فرينة - خبز يابس مرحي- زيت للقلي

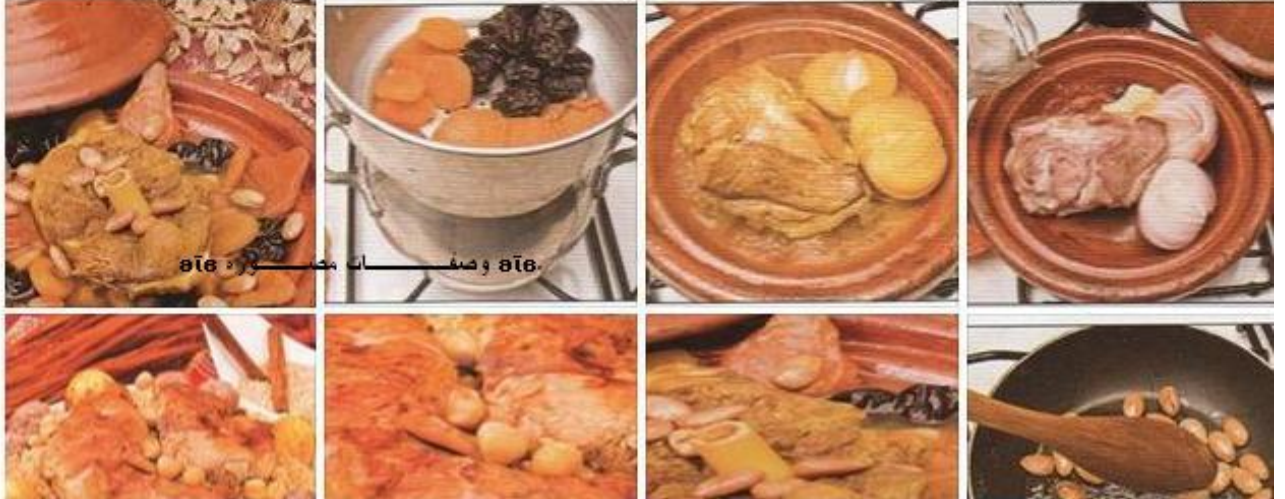
التحضير: في طنجرة و على نار هادئة، حمسي قطع اللحم البصل، الزيت، السمن، الملح، الفلغل الأسود و القرفة، ضيفي الماء، الحمص والمعدنوس، غطيها و اتركها تطهى. عندما يطهى اللحم، إنزعيه ثم ضعي القرون المقشر (إحتفظي بالقاع فقط) أتركيه يطهى قطربه ثم اسحقيه بواسطة الشوكة. حمسي اللحم المرحي في الزبدة مع القليل من الملح و الفلغل الأسود. في وعاء ، أخلطي القرون المسحوق ، اللحم المرحي ، البصلة الصغيرة المشورة، الحبن المشور، الملح، والفلغل الأسود 2 ملاعق كبيرة فرينة و صفار البيضة. شكلي عصيات بالخليط المحضر رمدتها في الفرينة ثم مرريها في الخبز اليابس المرحي إقليها في الزيت الساخن ثم قدمها مرفوقة بالصلصة و مزينة بالمعدنوس .



لحم الكرافس: -500 غ لحم غنمي- 1 بصلة مشورة- 1 ملعقة كبيرة سمن- 1 كأس صغير زيت- 1 كغ كرافس- نصف كأس حمص منقوع في الماء ليلة من قبل - 1 ربطة معدنوس مقطع- 1 بيضة- 1 ليمونة- نصف ملعقة صغيرة فلغل أسود- نصف ملعقة صغيرة قرفة- ملح طريقة التحضير: في طنجرة ، حمسي اللحم البصل السمن الزيت الملح الفلغل الأسود و القرفة. أضيفي الماء والحمص اتركي الكل يطهى عند نصف الطهي ، أضيفي أعصان الكرافس المقطعة و اتركها تطهى مرة أخرى (حتى يبقى لك نصف كأس صلصة) أطفئي النار ثم أضيفي العقدة (أخلطي المعدنوس المقطع ، عصير الليمونة و البيضة)



طريقة تحضير لمحمر: 1 كغ لحم خروف (فخذ) - 1 بصلة- 1 ملعقة كبيرة سمن- 1 ملعقة كبيرة زيت- 1 ملعقة كبيرة زبدة- نصف ملعقة صغيرة زعفران حر- نصف ملعقة صغيرة زعفران ملون- 1 حفنة لوز مقلي- فواكه جافة (إحاص، مشمش و برقوق)- 1 لتر ماء
طريقة التحضير : في طاجين و على نار هادئة ، ضعي الماء ، اللحم ، البصلة الكاملة ، السمن ، الزيت ، الملح ، الزعفران الحرو الزعفران الملون. غطيه و اتركه يطهى. إطهى بالبخار ، البرقوق المشمش و الإحاص الجاف لبعض دقائق. في مقلاة ، إقلي اللوز في القليل من الزبدة حتى يصبح لونه ذهبي. بعد طهي اللحم ، مرري الصلصة في مصفاة ثم زيني باللوز ، البرقوق ، المشمش و الإحاص الجاف .



ماقارون بالترك: 500 غ ماقارون بالترك- 500 غ لحم مرحي- 500 غ بصل مقطع إلى شرائح- 1 ملعقة كبيرة سمن- 1 كأس صغير زيت- 4 بيض - نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود- نصف ملعقة صغيرة قرفة- ملح

طريقة التحضير : على ماقارون بالترك في ماء مملح مع القليل من الزيت. بعد الطهي ، قطريه. في طنجرة، ضعي الزيت ، السمن ، البصل ، الملح ، لفلفل الأسود و القرفة. حمسي جيدا ثم أضيفي نصف كأس ماء و اللحم المرحي ، أتركه يطهى. من جهة أخرى، اطهي البيض المخفوق كالعجة سميكة و ملفوفة . بعد الطهي ، فتتها. أخلطي ماقارون بالترك مع البصل و اللحم المرحي المطهي سابقا و العجة المفتتة . قدميه ساخنا.



طاجين الكفتة بالقرعة 'الكوسة' samira tv

المقادير: 500 غ بطاطا+500 غ قرعة+500 غ لحم مرحي+1 حفنة حمص مطهية+4
سنينات ثوم+1 بصل مبشور+1/2 ربطة معدنوس مقطعة+1/2 ربطة حشيش مقطع+2
صغار بيض+2 ملعقة كبيرة زيت+1 ملعقة كبيرة فرينة+عصير حبة ليمون+ملح+فلفل
أسود+سكنجبير+كركم

طريقة التحضير: في وعاء ضعي اللحم المرحي، المعدنوس، الحشيش، نصف الثوم
المسحوق، الملح، التوابل و صغار البيض. ادعكي الكل جيدا و شكلي كريات ثم
حمسيها في الزيت. في طنجرة، سخني الزيت و قلبي البصل، أضيفي التوابل و الثوم
المتبقي. مرقي بنصف لتر من الماء و اتركه يطهى لمدة 20 دقيقة. أفرغي عصير
الليمون و الفرينة المحللة في القليل من الماء أو المرق. أضيفي الكريات و اتركها تطبخ
حتى تعقد المرققة. زيني الطبق بالمعدنوس.



حساء البسباس بالكريمة samira tv

المقادير: 2 بسباس+3 كرات (بورو)+3 بطاطا+1 جزر+1 مكعب غذائي (مرق الدجاج)+2
صغار بيض+15 سل كريمة طازجة+2 ملاعق كبيرة زيت الزيتون+2 أوراق رند+فلفل
أسود+ملح

التحضير: قطعي البسباس إلى شرائح وأبيض الكرات إلى مكعبات صغيرة، ضعها في
طنجرة وحمسيها في زيت الزيتون. أضيفي الجزر والبطاطا المقشرين والمقطعين إلى
مكعبات صغيرة ثم أضيفي المكعب الغذائي المحلل في القليل من الماء. أضيفي الرند،
الملح و الفلفل الأسود، أتركي الكل يطهى مدة 10 دقائق بعد الطهي، إرحي الكل.
ضعيه على نار هادئة ثم أضيفي صغار البيض الواحدة تلو الأخرى مع مواصلة التحريك.
أضيفي الكريمة الطازجة، أتركها على النار مدة دقيقتين مع التحريك دائما.



حساء القرنبيط: 1 رأس قرنبيط صغير+15 غ زبدة+4 حبات بطاطا صغيرة+1 بصلة+1 مكعب غذائي(مرق الدجاج)+3 قطع جبن
 كيفية التحضير: في طنجرة، ذوبي الزبدة، أضيفي البصل المقطع و حمسية. أضيفي البطاطا المقشرة و المقطعة إلى مكعبات. أضيفي الكرنب المغسول و المقطع إلى باقات. أفرغي الماء ثم أضيفي المكعب الغذائي و اتركيه يطهى على نار متوسطة مدة 30 دقيقة مع التحريك من حين لآخر. بعد الطهي، أضيفي الجبن ثم ارحي الكل حتى الحصول على خليط متجانس.



حساء السبانخ samira tv

المقادير: 1 ربة سبانخ (الأوراق)+1 بصل أخضر+1 بطاطا+2 سنينات ثوم+1 كأس حليب+1 قطعة زبدة+ملح و فلفل أسود+حب الهيل+سكنجبير مرق الدجاج أو مكعب غذائي دجاج

طريقة التحضير: حمسي البصل المقطع و الثوم في الزبدة، أضيفي الملح، الفلفل الأسود، السكنجبير و حب الهيل. أضيفي أوراق السبانخ و دوائر البطاطا. مرقي بمرق الدجاج و اطهيا مدة 20 دقيقة. اخلطي الكل مع الحليب.



طاجين القرنون و الجلبانة

المقادير: 500 غ لحم غنمي+1 كغ بزلاء (جلبانة)+1 كغ قرنون+1 بصل مبشور+1 علبه فقاغ+1 ملعقة كبيرة زبدة+1 ملعقة كبيرة زيت+ملح+فلفل أسود+1 عود قرفة +معدنوس مقطع

كيفية التحضير: نظفي القرنون و احتفظي بالقاعدة. في طاجيين، ضعي البصل، الزبدة، الزيت، عود القرفة، التوابل و حمسي الكل جيدا. أضيفي اللحم و حمسي مرة ثانية من 5 إلى 10 دقائق ثم مرقي بالماء حتى يتغطى اللحم و اتركه يطبخ. في نصف طهي اللحم، أضيفي الجلبانة و القرنون و اتركهم حتى الطهي. عند طهي اللحم و الخضر، أضيفي الفقاغ و اتركه يطبخ 10 دقائق أخرى، زيني الطبق بالمعدنوس المقطع.



طاجين الكفتة بالقرعة الكوسة: 500 غ بطاطا+500 غ قرعة+500 غ لحم مرحي+1 حفنة حمص مطهية+4 سنينات ثوم+1 بصل مبشور+1/2 ربطة معدنوس مقطعة+1/2 ربطة حشيش مقطع+2 صفار بيض+2 ملعقة كبيرة زيت+1 ملعقة كبيرة فرينة+عصير حبة ليمون+ملح+فلفل أسود+سكنجبير+كركم

طريقة التحضير: وعاء ضعي اللحم المرحي، المعدنوس، الحشيش، نصف الثوم المسحوق، الملح، التوابل و صفار البيض. ادعكي الكل جيدا و شكلي كريات ثم حمسيها في الزيت. في طنجرة، سخني الزيت و قلبي البصل، أضيفي التوابل و الثوم المتبقي. مرقي بنصف لتر من الماء و اتركه يطهى لمدة 20 دقيقة. أفرغي عصير الليمون و الفرينة المحللة في القليل من الماء أو المرق. أضيفي الكريات و اتركها تطبخ حتى تعقد المرق. زيني الطبق بالمعدنوس.



طاجين الجلبانة والبسباس samira tv

المقادير: 3 قطع لحم غنمي+ 1 بصلة متوسطة الحجم+ 1 طماطم كبيرة+ 3 سنينات ثوم
+ 1 كأس صغير زيت+ 1 كغ جلبانة+ 500 غ بسباس+ فلفل أسود+ سکنجبیر+ زعفران
+ القليل من الفلفل الاحمر+ ملح
1- في طنجرة، ضعي اللحم، البصل المقطع، الطماطم المقطعة، الثوم المسحوق،
الملح، التوابل والزيت، حمسي الكل جيداً ثم أضيفي الماء واتركيه يطهى.
2- أضيفي البسباس المقطع طولياً، الجلبانة واتركيه يطهى.



طاجين العجيجات بالدجاج samira tv

المقادير: 3 طماطم مقطعة دوائر+ 2 بصل مقطع دوائر+ 3 بطاطا مقطعة دوائر+ 2 ملعقة
كبيرة حشيش+ 2 م ك معدنوس+ 10 سل زيت نباتية+ ملح، فلفل أسود، سکنجبیر
مقادير الكفتة: 500 غ دجاج أو ديك رومي مرحي+ 1 بصل صغير مبشور+ 2 سنينات ثوم
مبشورة+ 1 كأس أرز+ 2 م ك حشيش مقطع+ 2 م ك معدنوس مقطع+ 2 م ك زيت نباتي
+ ملح، فلفل أسود، سکنجبیر. في وعاء، اخلطي الدجاج المفتت، البصل، الثوم، الملح،
التوابل، الزيت، المعدنوس و الحشيش. ادعكي الكل جيداً، شكلي كرات، رمدیها في
الأرز و اتركیها على حدى. في طاجين، رتبي البصل، البطاطا وفوقها طبقة من الطماطم.
حضري الصلصة: اخلط الملح، التوابل، الحشيش، المعدنوس و الثوم. أفرغي قليلاً من
الزيت و نصف كأس ماء و اخلطي الكل جيداً. أفرغي نصف كمية المرق على الخضروات،
ضعي فوقها كرات الدجاج وأضيفي بقية المرق. غطي الطاجين بورق الألمنيوم و دعیها
تطهى على نار هادئة.



شرائح الديك الرومي بالكريمة الطازجة
المقادير: 2 شرائح ديك رومي+ 1 علبة فقاغ+ 2 ملاعق كبيرة كريمة طازجة+ 1 ملعقة
صغيرة خردل+ 1 ملعقة كبيرة زبدة+ فلفل أسود+ ملح
طريقة التحضير: في مقلاة، إطهي شراح الديك الرومي في الزبدة مع الملح و الفلفل
الأسود حتى تكسب اللون الذهبي. في نفس المقلاة حمسي الفقاغ لمدة 5 دقائق.
أضيفي الكريمة الطازجة. اضيفي الخردل و اخلطي الكل جيدا. ضعها على النار مع
التحريك. عند الغلية الأولى، انزعها عن النار و قدمها مرفوقة بشرائح الديك الرومي



دولمة السلق: 2 باقات سلق+ 200 غ لحم مرحي+ 5 إلى 6 فصوص ثوم مرحي+ 3
ملاعق كبيرة زيت+ 150 غ زيتون منزوع النواة+ 1 بصل+ 1 طماطم مرحية+ 1 ملعقة
صغيرة معجون الطماطم+ ملح و فلفل أسود+ فلفل عكري
كيفية التحضير: قللي أوراق السلق مقطعة ومغسولة في مقلاة حتى تذبل و احتفظي
بها. داخل طنجرة، قللي البصل و الثوم في الزيت. أضيفي الطماطم المرحية و معجون
الطماطم و اخلطي جيدا. أضيفي الفلفل العكري و تبلي بالملح و الفلفل الأسود ثم
ضعي الزيتون (المنقع لمدة ساعتين في الماء البارد). و مرقي و اتركي المرق على النار
تى يغلي. في وعاء ضع السلق و الثوم تبلي بالملح و الفلفل الأسود و أضيفي اللحم
المفروم. اخلطي المكونات جيدا باليد وشكلي كريات بحجم حبة البيض. عندما يصل المرق
إلى درجة الغليان، ضع كريات اللحم بالسلق. أتركها تستوي حتى يتشرب المرق.



ساندويش شرقي بالمرقاز: 1 خبز لبناني+6 مرقاز+1/2 بصل+1/2 فلفل حلو أخضر+زيتون أخضر منزوع النواة+جبين مبشور+شريحة جبين
 صلصة اندلوسية: 1م ك مايونيز+1م ك معجون الطماطم+ملح و فلفل أسود+مسحوق الثوم+معدنوس مرحي+قرصة سكر+5 قطرات تابسكو (صلصة حارة أو الهريسة)
 طريقة التحضير: قطعي البصل طوليا و حمسيه في الزيت في مقلاة..قطعي الفلفل الحلو رقيق و حمسيه في الزيت داخل مقلاة..قشري البطاطا و قطعها طوليا ثم اقليها.
 في مقلاة اطهي المرقاز..حضري الصلصة الأندلوسية: في وعاء ضعي المايونيز و معجون الطماطم و الثوم المجفف و المعدنوس مقطع رقيق و السكر و التابسكو. اخلطي جيدا و احتفظي بالصلصة..اطلي الصلصة الأندلوسية على الخبز اللبناني و ضعي من فوق الزيتون و شريحتي الجبن.أضيفي فوق شريحتي الجبن البصل المحمر و الفلفل الحلو المقلي.أكملي بإضافة المرقاز المطهي و البطاطا المقلية.في الأخير، أضيفي الصلصة الأندلوسية و بعض حبات الزيتون الأخضر منزوع النواة المقطع إلى نصفين. أغلقي الساندويش و قدميه على الفور.



كروكات البطاطا بالتونة: 250 غ بطاطا+1 بصل+1 ملعقة كبيرة زيت+1 سنينة ثوم مسحوقة+1 ملعقة صغيرة زعيترة يابسة+1 علبة تونة (250 غ)+2 ملاعق كبيرة معدنوس مقطع+1 بيضة+قشور نصف ليمونة+3 ملاعق كبيرة فرينة+1 كأس خبز يابس مرحي+فلفل أسود+ملح+زيت للقلي

كيفية التحضير:اغسلي البطاطا، قشريها، قطعها إلى أجزاء ثم غليها، قطريها. اسحقها بواسطة شوكة (أو مرريها في الطاحونة اليدوية).قطعي البصل إلى قطع صغيرة، حمسيها في الزيت مع الملح، الفلفل الأسود، الثوم و الزعيترة.قطري التونة و ضعيها في وعاء، أضيفي عصيدة البطاطا، البصل، الملح، الفلفل الأسود، المعدنوس و قشور الليمون، أخلطي الكل جيدا.شكلي عصيات بهذا الخليط، مرريها في الفرينة، اغطسيها في البيضة المخفوقة ثم رمديها في الخبز اليابس المرحي.إقلي الكروكات في الزيت الساخن جدا حتى تكسب اللون الذهبي. قطريها على ورق ماص.



ماسدوان بالخضار samira tv

المقادير: 500 غ جزر+500 غ بطاطا+1 كغ جلابانة+1 علبة فطر+75 غ زبدة+معدنوس
+فلفل أسود+ملح

للدجاج: 1 رأس ثوم مبشور+2 ملاعق كبيرة خردل+2 ملاعق كبيرة زيت+رند، زعيترة
+فلفل أسود+فلفل أحمر+ملح+زبدة

كيفية التحضير: قشري الجزر والبطاطا واغسليها، قطعيها إلى قطع صغيرة ثم اطهيها
بالبخار مع الجلابانة والقليل من الملح. في طنجرة، ضعي الزبدة، الملح، الفلفل الاسود
والفقاغ المقطع، حمسي الكل ثم أضيفي الخضار. حضري الدجاج: في وعاء، ضعي
الزيت، الثوم، الملح، الفلفل الاسود، الفلفل الاحمر والخردل، أخلطي الكل ثم اطلبي
قطع الدجاج بهذا الخليط. ضعيها في صينية فرن، ضعي قطعاً صغيرة من الزبدة، أضيفي
الزعيترة والرند ثم اطهيها في الفرن. بعد الطهي، ضعي الخضار المطهية في نفس
الصينية، ضعي عليها قطع الدجاج ضعيها فالفرن لبضع دقائق. بعد الطهي ذري المعدنوس

