

حساء العدس والبرغل مع كباب بري (لحم الحمل المشوي)



الإفطار الشورية: حساء العدس والبرغل المقادير: 4/1 كوب من البرغل الخشن
1/2 كوب من العدس المجروش 6 أكواب من الماء أو المرق 1 حبة صغيرة من البصل، مبشور 2 فص
من الثوم، مهروس 1 ملعقة صغيرة من الملح 4/1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود 2 ملعقة
كبيرة من زيت الزيتون 2 ملعقة كبيرة من الدقيق 4/1 كوب من عصير الطماطم 2 ملعقة كبيرة
من النعناع الأخضر، مفروم 2 ملعقة كبيرة من الكزبرة الخضراء، مفرومة 2 ملعقة كبيرة من
عصير الليمون

الطريقة:

1- في قدر عميق، ضعي البرغل والعدس، أضيفي الماء، سخني على نار قوية إلى أن يغلي الماء
وتتكوّن رغوة على سطحه. ثم، تخلّصي من الرغوة. 2- أضيفي البصل والثوم، والملح والفلفل،
غطّي القدر، ودعي هذا المزيج يطهى على نار هادئة لمدة 20 دقيقة، إلى أن ينضج العدس
والبرغل. 3- في مقلاة صغيرة، سخني زيت الزيتون على نار متوسطة، أضيفي الدقيق وقلّبي إلى
أن يصبح ذهبي اللون، أضيفي عصير الطماطم ونصف كمية النعناع والكزبرة، وقلّبي لمدة

دقيقتين إلى دقائق ثلاث. أضيفي هذا المزيج إلى العدس والبرغل في القدر مع التقليب، إلى أن يسمك الحساء قليلاً، ودعي الحساء يغلي لدقائق خمس، مع الاستمرار في التقليب. 4- اسكبي الحساء في أطباق التقديم، ووزعي الكمية المتبقية من النعناع وعصير الليمون، قدّمها مباشرة.

الطبق الرئيسي: كباب بري (لحم الحمل المشوي)

مقادير لحم الحمل وصلصة:

نصف ملعقة صغيرة من الزعفران ملعقة صغيرة من الماء الساخن كوبان من اللبن كامل الدسم
نصف كوب من عصير الليمون الطازج بصلة متوسطة ومقطعة ثمانية فصوص من الثوم المقطع
ملعقتان من بذور الفلفل الأسود ملعقتان من قشر البرتقال المكسو بالسكر 8 قطع من ضلع لحم
لحم مقادير صلصة الزعفران ربع ملعقة صغيرة من الزعفران ملعقة من الماء الساخن ثلاث
ملاعق من الزبدة المملحة ثلاث ملاعق من عصير الليمون الطازج الملح والفلفل الأسود بحسب
الرغبة طريقة تحضير لحم العجل والتتبيل: - يطحن الزعفران في وعاء كبير وعميق باستخدام
طرف الملاعقة الخشبية حتى يصبح مسحوقاً ناعماً. - يضاف إليه الماء الساخن ويخلط جيداً،
ثم يترك لمدة عشر دقائق. - يضاف اللبن وعصير الليمون والبصل والثوم وبذور الفلفل وقشر
البرتقال إلى الزعفران ويخلط المزيج جيداً. - توضع قطع لحم العجل في التبلّة حتى تغمر
بالكامل. - يغطى الوعاء بواسطة الغلاف البلاستيكي وتترك التبلّة في الثلاجة لمدة تتراوح
بين 24 و48 ساعة. طريقة تحضير صلصة الزعفران - يوضع الزعفران في قدر صغيرة ويطحن
بإستخدام طرف الملاعقة الخشبية حتى يصبح مسحوقاً ناعماً. - يضاف الماء الساخن الى
الزعفران ويخلط جيداً، يتم ترك لمدة عشر دقائق. - تضاف الزبدة وعصير الليمون الى
الزعفران ويحرك المزيج جيداً على حرارة منخفضة حتى تذوب الزبدة ويختلط المزيج جيداً،

ثم يوضع الوعاء جانباً . - عندما تصبح قطع اللحم جاهزة للشوي تتبل بالملح والفلفل.
- يرش الزيت على قضبان موقد الشواء وتوضع قطع اللحم عليها. يُشوى كل جانب من قطع اللحم من ثمان إلى عشر دقائق. ثم تدهن بصلصلة الزعفران أكثر من مرة خلال عملية الشوي. - يقدم الطبق ساخناً مع الأرز.

المقادير:

للعجين 3 أكواب من الدقيق 1 ملعقة صغيرة من الملح 1 ملعقة كبيرة من الخميرة 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون 2 ملعقة كبيرة من كريمة اللباني 1 كوب من الماء، الدافئ اقتراحات مختلفة للحشو 4/3 كوب من السبانخ المطهوءة مع البصل المفروم 1 كوب من الدجاج المفروم والمطهوء مع الجزر المبشور 2/1 كوب من اللبنة، مع قليل من خليط الزعتر والسّمسم صفار بيض + 2 ملعقة كبيرة من الحليب (للدهن). سمسّم غير مُحَمَّص (للتزيين) الطريقة: - يُخلط الدقيق مع الملح والخميرة في العجان الكهربائي على سرعة بطيئة. - يُضاف زيت الزيتون والكريمة اللباني مع الاستمرار في العجن، على سرعة متوسطة حتى تتجانس المكونات. - يُضاف الماء تدريجياً مع الاستمرار في العجن، حتى تندمج المكونات ويصبح العجين كتلة واحدة. - يوضع العجين في وعاء عميق مدهون بقليل من الزيت، يُغطى ويترك في مكان دافئ لمدة 45 دقيقة حتى يختمر ويتضاعف حجمه. - يُسخّن الفرن على حرارة 180 درجة مئوية. - يُفرد نصف العجين في صينية فرن مستطيلة، ويوضع الحشو بحيث يُغطيه. - يُفرد باقي العجين على الحشو بحيث يُغطي الحشو تماماً. - يُدهن العجين بقليل من خليط صفار البيض والحليب ثم يُرش بالسمسم. - يُغطى ويترك ليختمر مرة أخرى نحو 15 دقيقة. - يُخبز الممدود في الفرن لمدة نصف ساعة أو حتى تمام الخبز.

- يُترك ليبرد قليلاً، ثم يُقطع ويُرّص في طبق التقديم.

المشروبات: الشامام المثلج مع الحبق

المقادير:

ملاحظة: (الكمية تكفي 6 أشخاص) حبة من الشامام كوبان من الماء كوب من السكر ملعقة كبيرة من عصير الحامض

5 أوراق من الحبق الطازج

الطريقة: - تقشر حبة الشامام وتنظف من البذور، ثم تقطع الى مكعبات وتوضع جانباً.
- لتحضير القطر، يوضع الماء والسكر في قدر على النار ويحرك المزيج جيداً إلى أن يغلي ويزوب السكر تماماً، ثم يدع جانباً حتى يبرد. - يوضع الشامام وعصير الحامض وأوراق الحبق في الخلاط الكهربائي ويضاف إلى المزيج القطر ثم تخلط المكونات جميعها إلى أن تحصل على مزيج متماسك. - يسكب المزيج في صينية ويوضع في الثلاجة حتى يجمد. - توضع 6 أقداح صغيرة فارغة في الثلاجة قبل التقديم. - يخرج المزيج المثلج من الثلاجة ويكشط بواسطة شوكة للحصول على قطع ثلج صغيرة ثم يسكب في الأقداح الصغيرة الباردة وتزين بأوراق الحبق قبل أن تقدم للضيوف.

الحلويات: دونتس بالفاكهة

المقادير:

للعجين 1 ملعقة كبيرة من الخميرة 1 كوب من الماء الدافئ 3/4 3 كوب من الدقيق 1/4 2
ملعقة كبيرة من السكر 2/1 ملعقة كبيرة من الـ"بيكينغ باودر" 2/1 كوب من الزبدة (درجة

حرارة الغرفة) 1 بيضة فانيليا 2 2/1 ملعقة كبيرة من الحليب ملح زيت للقلي لمهلبية المشمش 1 كوب من المشمش الجاف المقطّع، المنقوع 1 ملعقة كبيرة من النشاء 1 كوب من الحليب 2/1 كوب من السكر فاكهة جافة مّقطعة قطعاً صغيرة للحشو سكر بودرة للترزين الطريقة: لمهلبية المشمش - يُصفى المشمش ويهرّس حتى يتكون معجون ناعم. - يُذاب النشاء في 2/1 كوب من الحليب. يُسخن المقدار المتبقي من الحليب والسكر على نار متوسطة، ثم يُضاف خليط النشاء تدريجياً بالتبادل مع معجون المشمش، مع التقليب نحو 15 دقيقة حتى يغلظ القوام. - تُرفع المهلبية بعيداً عن النار، وتُترك جانباً لحين تحضير الدونتس (مع مراعاة أن تُغطى بورق زبدة مدهون بقليل من الزبدة، بحيث يكون ملامساً للسطح). للدونتس - تُذاب الخميرة في الماء الدافئ مع ملعقة كبيرة من السكر وتُقلب، وتُترك لمدة 5 دقائق حتى تتفاعل. - يُخلط الدقيق مع الكمية المتبقية من السكر وال"بيكينغ باودر" والملح في العجان الكهربائي على سرعة متوسطة. - يضاف باقي المكونات وخليط الخميرة، مع الاستمرار في العجن على السرعة نفسها، لمدة لا تقل عن 15 دقيقة (أو 25 دقيقة، باليد) حتى نحصل على عجين أملّس ومتجانس. - يُشكّل العجين على هيئة كرة، ويوضع في وعاء عميق مدهون بقليل من الزيت، ويغطى ويترك لمدة 45 دقيقة، حتى يختمر أو يتضاعف حجمه. - يُفرد العجين على هيئة مستطيل، بسُمك 2 سنتيمتر، ثم يُقطع بقطاعات نحو 7 سنتيمترات، وتُرص في صاج (مدهون بقليل من الزيت). - تُغطى وتُترك لمدة 45 دقيقة، حتى يختمر أو يتضاعف حجمه. - تُقلّى في الزيت الساخن وتُقلب على الوجهين، حتى يحمر لونها. - تُرفع على منشفة ورقية لامتصاص الزيت الزائد. - تُحشى الدونتس بمهلبية المشمش والفاكهة الجافة، أو شرائح الفاكهة الطازجة، وتُرش بالسكر البودرة.

السحور

مسخّن الدجاج بالرقائق

المقادير: 100 غرام من الدجاج 50 غرام من البصل 20 غرام من السماق 10 مل من زيت الزيتون 5 غرامات ملح قطعتان من الرقائق 5 غرامات فلفل أبيض الطريقة: يُسخّن الزيت في قدر على النار، ويقلى فيها البصل، ثم يضاف الدجاج المقطع مع الملح والفلفل

الأبيض. عندما ينضج الدجاج يضاف إليه السماق، ويقلب نحو 5 دقائق. تُفرد الرقائق، وتحشى بالدجاج، وتُلف حسب الشكل المطلوب ثم توضع في فرن درجة حرارته 140 درجة مئوية نحو 10 دقائق، وتقدم ساخنة.