شوربة الجزر والجوز الأبيض



الشوربات

شوربة الجزر والجوز الأبيض

(الكمية كافية: 4 أشخاص)

المقادير:

- 225 غرام جوز أبيض منظف ومقطع
- 225 غرام جزر منظف ومقطع
- 280 مل مرقة سلق الخضار
- 570 مل حليب
- ملح وبهار أسود
- رشة جوزة الطيب

- عرق صغير من الثوم المعمّر المقطع

- 60 مل من الكريما

طريقة التحضير:

1- اسلق الجوز الأبيض والجزر بمرقة سلق الخضار لمدة 15 دقيقة أو حتى ينضجوا.

2- بعد السلق ضعهم في الخلاط واطحنهم حتى يصبح المزيج كثيفاً ومن ثمّ أرجعهم إلى الوعاء.

3- أضف الحليب والمطيبات والملح، البهار، جوزة الطيب والثوم المعمّر، سخّنهم مجدداً واتركهم حتى تظهر الفقاقيع.

4- أضف الكريما قبل التقديم.

يمكنك تقديم هذه الشوربة مع الخبز الفرنسي المقرمش والجبنة.

مدة التحضير: 10 دقائق

مدة الطهو: 20 دقيقة

الطبق الرئيسي

الدجاج المشوي مع الخضر (سوتيه)

المقادير (تكفي لشخصاً واحداً):

صدر دجاج

نصف كوب من البازيلاء

حبة صغيرة من البصل، مقطّعة إلى شرائح

حبّة من البندورة، مقطّعة إلى شرائح

مقادير صلصة (البشاميل):

نصف بيضة

ملح، حسب الرغبة

قليل من الفلفل

ملعقتان من الحليب

ملعقة من الطحين

نصف ملعقة من الزيت

الطريقة:

- يُقطّع صدر الدجاج إلى قطع يبلغ عرض الواحدة منها سنتيمتراً.
- يخلط الحليب مع البيض والفلفل والملح، ثمّ يُغطّى صدر الدجاج بهذا الخليط، ليفرك بعدها بالطحين.
- في داخل مقلاة تحتوي على نصف ملعقة من الزيت، يُقلى الدجاج حتى ينضج، ثمّ يوزّع بشكل متناسق في طبق التقديم.
- تُطهى البازيلاء على البخار، وتُقدّم إلى جانب الدجاج، في طبق مزين بالبندورة، وإلى جانبها قليل من صلصة (البشاميل).

السلطات

سلطة أناناس مع روبيان

فكرة تقديمها تجعلنا نفكّر قبل التخلص من قشر الفاكهة لإستخدامها كطريقة مبتكرة في التقديم

المقادير:

لسلة الأناناس:

1 أناناس متوسط الحجم

1/2 كوب من فاكهة التنين أو كيوي قطع متوسطة

1 ملعقة كبيرة من البصل المتوسط المفروم

ملح وفلفل

3 ملاعق كبيرة من المايونيز

2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

للروبيان (جمبري):

1/2 كيلوغرام من الجمبري (روبيان) حجم كبير

1/2 ملعقة صغيرة من الزعفران

4 ملاعق كبيرة من عصير الليمون

1 ملعقة كبيرة من بشر البرتقال

4 ملاعق كبيرة من الزيت النباتي

ملح وفلفل

الطريقة:

- يقطع الأناناس طولياً إلى نصفين وتفرغ الثمرة، ويقطع قلب الأناناس مكعبات متوسطة الحجم توضع في إناء عميق.

- تضاف فاكهة التنين والبصل ويتبل الخليط بالملح والفلفل.

- يضاف المايونيز وزيت الزيتون وتقلب المكونات جيداً حتى تتداخل للروبيان (الجمبري).

- يُغسل الروبيان مع الإحتفاظ بالذيل والقشر والرأس، ويشق من الظهر بطرف سكين حاد وينظف تحت ماء بارد جارٍ.

- يُطحن الزعفران ويذاب في عصير الليمون ويضاف الملح والفلفل، ويتبل الروبيان في خليط الليمون ويغطى ويترك في الثلاجة لمدة ساعة.

- يوزع بشر البرتقال (الجزء البرتقالي فقط) على صاج ويوضع في فرن حرارته 100 درجة مئوية إلى أن يجف تماماً، ثمّ يطحن ناعماً.

- يُرفع الروبيان من التتبيلة ويرش ببشر البرتقال الجاف حتى يغطيه تماماً مع التخلص من الزائد منه.

- يرش الروبيان بقليل من الزيت ويرص في صاج ويوضع في فرن حرارته 180 درجة مئوية لمدة 10 دقائق مع تقليبه على الجهة الأخرى بعد خمس دقائق.

- توضع السلطة في نصف الأناناس المفرغ وتقدم مع الروبيان مباشرة.

* يُراعى عدم وضع المايونيز في حالة عدم تقديم السلطة مباشرةً

الحلويات

أصابع البقلاوة بالكاجو

المقادير (لثمانية أشخاص):

1 باكيت عجينة جلاش (بقلاوة)

3 كوب كاجو مطحون

1 كوب سكر ناعم الحبيبات

3 ملعقة كبيرة ماء زهر

3 كوب سمن مذاب

للتقديم:

قطر (شربات)

الطريقة:

- سخّ ِني الفرن إلى حرارة 200 درجة مئوية، وأحضري صينية مستطيلة مقاس 13×9 بوصة

للحشو:

- في طبق عميق، ضعي الكاجو والسكر وماء الزهر، وقلّ ِبي إلى أن تختلط المواد.
- ضعي السمن في طبق عميق. أحضري فرشاة عريضة.
- ضعي رقاقة من الجلاش أمامك. امسحيها بطبقة خفيفة من السمن. فرقاقة ثانية فوقها وامسحيها بطبقة من السمن، فرقاقة ثالثة وادهني بالسمن.
- ضعي على طرف الرقاقات الأطول بعضاً من الحشو. لفّ ِي الرقاقات على الحشو مع الضغط عليها بخفّة إلى أن تصلي إلى نهايتها.
- بإستعمال سكين حادة، قطّ ِعي الرقاقة إلى 8 أصابع صغيرة. ضعي الأصابع متراصة في الصينية.
- اسكبي بقية السمن على أصابع البقلاوة.

- اخبزي البقلاوة لمدة 20 دقيقة، أو إلى أن تصبح ذهبية اللون.

- أخرجي البقلاوة من الفرن بحذر شديد وتخلّصي من السمن الفائض.

- وزّعي القطر على البقلاوة مباشرة وهي ساخنة. دعيها تبرد تماماً قبل التقديم.

السحور

لفائف سبانخ في صلصة الصويا

المقادير:

1 كيلوغرام أوراق سبانخ، حجم كبير

صلصة صويا للتقديم

سمسم للتزيين

الطريقة:

- تُنظف أوراق السبانخ، ثمّ تُرص فوق بعضها بعضاً، بحيث تكون العروق إلى الأسفل والجزء الناعم إلى الأعلى.

- تُلَف على شكل أسطوانة مع الضغط، ثمّ توضع على حصيرة (كالمستخدمة في تحضير السوشي) وتُلف الحصيرة عليها، مع إحكام غلقها بإستخدام خيوط من الجانبين.

- تُطهَى على البخار لمدة 3 دقائق، ثمّ تُرفع بحرص وينتنزع الخليط وتُزال الحصيرة (مع الحفاظ على شكل أسطوانة السبانخ).

- تُقطع إلى شرائح بسُمك 2 سنتيمتر تقريباً.

- يُوزع قليل من صلصة الصويا في طبق التقديم، وترص فوقها لفائف السبانخ، وتُزَيّن بقليل من السمسم، وتُقدم دافئة.

رولز باللبن الرائب

1 ملعقة صغيرة من الخميرة

1/2 ملعقة صغيرة من السكر

1/3 كوب + 2 ملعقة صغيرة من الماء الدافئ

3 أكواب من الدقيق

1 ملعقة صغيرة من الملح

1/2 1 ملعقة كبيرة من عسل النحل

1 ملعقة كبيرة من الزبدة السائلة

3/4 كوب من اللبن الرائب

1 بيضة مخفوقة مع 2 ملعقة كبيرة من الحليب للدهن

سمسم للتزيين

الطريقة:

- تُذاب الخميرة والسكر في الماء الدافئ، ويُترك الخليط لمدة 5 دقائق حتى يتفاعل.
- يُخلط الدقيق مع الملح في العجّان الكهربائي على سرعة بطيئة.
- يُضاف العسل، الزبدة، اللبن الرائب وخليط الخميرة ويُعجن على سرعة متوسطة لمدة 15 دقيقة، حتى نحصل على عجين مطاطي ناعم.
- يُكوّر العجين ويوضع في وعاء مدهون بقليل من الزيت، ويُترك لمدة ساعة ليختمر، أو ليتضاعف

حجمه.

- يُقلب العجين على سطح مرشوش بقليل من الدقيق، مع الضغط عليه بقبضة الدي ليهبط قليلاً، ثمّ يُشكّل على هيئة أسطوانة.

- يُقسم العجين إلى أقسام متساوية، ويُشكل على هيئة كرات متوسطة الحجم مع الضغط الخفيف براحة اليد أثناء التشكيل.

- تُرَص الكرات في قالب فرن على مسافات متباعدة، وتُدهن بخليط البيض والحليب، وتُرش بقليل من السمسم.

- يُغطّى العجين ويُترك لمدة ساعة ليختمر مرة أخرى، أو حتى يتضاعف حجمه.

- يُسخّن الفرن على حرارة 180 درجة مئوية.

- يُخبز في الفرن نحو 54 دقيقة، أو حتى يُصبح لونه ذهبياً.