شوربة الحمص مع البقدونس



الشوربات

شوربة الحمص مع البقدونس على الطريقة المغربية

المقادير: (الكمية كافية: 6 أشخاص)

- 225 غرام من الحمص
- بصلة واحدة
- باقة صغيرة من البقدونس
- 30 مل من خليط زيت الزيتون مع زيت دوار الشمس
- ليتر ونصف ليتر من مرقة الدجاج
- عصير نصف ليمونة حامض
- ملح وبهار
- قطعة من الحامض

- قشرة ليمونة حامض مقطعة شرائح صغيرة

- خبز مغربي

طريقة التحضير:

1- اغسل الحمص جيداً ومن ثمّ ضعهم على النار لمدة ساعة ونصف حتى ينضج.

2- ضع البصل والبقدونس في البلندر واتركهما حتى يصبح المزيج سائلاً.

3- ضع الزيت على النار وأضف خليط البصل والبقدونس لمدة 5 دقائق حتى يذبل البصل.

4- أضف الحمص المسلوق بعد التخلّص من قشرته لمدة دقيقتين، ومن ثمّ أضف مرقة الدجاج، بعدها أضف الملح والفلفل ثمّ اتركهم على نارٍ هادئة لمدة 20 دقيقة حتى يصبح الحمص طرياً دون أن تصبح الشوربة سائلة.

5- بعدها، ضع الشوربة في الطبق بعد إضافة عصير الليمون الحامض.

6- عند التقديم، أسكب الشوربة في طبق التقديم بعد تزيينه بقطع الليمون الحامض وبرشه.

الطبق الرئيسي

السمك بالكاري

المقادير: (الكمية كافية: 3 أشخاص)

- حبة سمك كبيرة (سلطان إبراهيم)

- ليمونة حامض

- 3 ملاعق زيت زيتون

- بصلة مفرومة فرماً ناعماً

- حبتان من الثوم المقطّع

- 3 ملاعق بودرة الكاري

- 400 غرام بندورة معلّبة ومقطّعة

- ملعقة من زبدة الفستق
- نصف حبة فليفلة خضراء منزوعة البذر ومقطعة
- شريحتان من الزنجبيل الطازج المفروم
- حبة فلفل أخضر حار منزوع البذر ومفروم فرماً ناعماً.
- كوبان ونصف من مرقة السمك
- ملعقة من الكزبرة الخضراء المفرومة فرماً ناعماً.
- ملح وبهار أسود.

طريقة التحضير:

1- طيّب السمك بالملح والبهار وأعصر نصف الليمونة الحامض، ضع غطاء فوقها وضعها في مكانٍ بارد لمدة ساعتين.

2- حمّر الزيت في المقلاة وإقلي البصل والثوم لمدة 5 إلى 6 دقائق، عدّل الحرارة وأضف بودرة الكاري وحرّك المزيج جيداً.

3- أضف البندورة إلى المزيج وبعدها زبدة الفستق، إمزجهم جيداً بعدها أضف الفليفلة الخضراء، والزنجبيل، الفلفل الحار والمرقة. حرّك جيداً واتركهم على نارٍ هادئة لمدة 10 دقائق.

4- قطّع السمكة إلى قطع وضعها في المرقة، اتركها لمدة 20 دقيقة أو حتى تنضج السمك وبعد ذلك إرفع السمك وأرصفه في طبق التقديم.

5- أضف الكزبرة المفرومة إلى الصلصة، فإذا كانت الصلصة كثيفة جدّاً، أضف قليلاً من المرقة أو الماء المعدنية، أعِد السمكة إلى الصلصة وأتركها حتى تسخن وقدّمها مباشرة.

السلطات

سلطة جرجير وحمضيات

المقادير:

للصلصة:

1 ملعقة كبيرة من الخل الأبيض

½ ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

1 ملعقة صغيرة من دبس التمر أو الخروب

ملح وفلفل

للسلطة:

1 برتقالة، فصوص من دون قشر أو بذر

1 جريب فروت، فصوص من دون قشر أو بذر

1 لايم (ليمون أخضر)، فصوص من دون قشر أو بذر

¼ كيلوغرام من أوراق الجرجير، المغسولة

الطريقة:

- تُخلط مكونات الصلصة في وعاء عميق باستخدام مضرب سلك يدوي، حتى تتداخل المكونات وتُتبل بالملح والفلفل.

- توضع مكونات السلطة في طبق التقديم، وتُرش بالصلصة وتُقدم.

الحلويات

كريم برولیه

... يتميز بطعمه القريب من الكسترد وبطبقة رقيقة وصلبة من الكراميل، تتكون على سطحه نتيجة تحمير السكر.

المقادير:

4 من صفار البيض

¼ كوب من السكر + المزيد للسطح

3/1 ملعقة صغيرة من الفانيليا

¼ ا كوب من الكريمة اللباني

توت أحمر للتزيين

الطريقة:

- يُسخن الفرن على حرارة 180 درجة مئوية.
- يُخفق صفار البيض مع السكر والفانيليا بواسطة مضرب سلك حتى يذوب السكر ويتجانس الخليط.
- تُوضع الكريمة اللباني في إناء على نار هادئة وتُترك حتى تبدأ في الغليان.
- يُضاف جزء من الكريمة إلى خليط البيض ويُقلب جيداً، ثمّ يُضاف إلى الكريمة المتبقية ويُقلب.
- تُوضع قوالب فرن صغيرة (غير عميقة) في قالب أو صينية فرن كبيرة، يُصب الخليط في القوالب، ثمّ يُملأ القالب الكبير بالماء حتى يصل إلى نصف ارتفاع القوالب الصغيرة (مع مراعاة ألا يدخل الماء في القوالب).
- توضع الصينية في الفرن لمدة 45 دقيقة أو حتى تمام النضج.
- يُترك ليبرد، ثمّ يوضع في البراد حتى يتماسك الكريم بوليه تماماً.
- يُرش بالسكر، ويوضع في الفرن مرة أخرى (على الشواية) لمدة 4 دقائق أو حتى يحمر سطحه.
- يُترك ليبرد قليلاً ثمّ يوضع في البراد حتى يتماسك مرة أخرى.
- يُزين الكريم بوليه بالتوت الأحمر ويُقدم.

السحور

كشري بعدس أصفر

المقادير:

2 ملعقة كبيرة من الزيت

2 بصلة متوسطتان، مكعبات صغيرة

2 كوب من العدس الأصفر المغسول والمُصفى

1 ½ كوب من الأرز المصري المغسول والمُصفى

ملح

5 أكواب من الماء

للصلصة:

3 أكواب من الطعاطم، قطع صغيرة من العصير

ملح وفلفل

1 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون

1 فص من الثوم المفروم ناعماً

1 ملعقة صغيرة من الخل الأبيض

بيض مسلوق للتقديم

الطريقة:

- يُسخن الزيت في إناء على نار متوسطة.
- يُضاف البصل ويُقلب لمدة 3 دقائق حتى يلين ثمّ يُضاف العدس والأرز.
- يُتبل الخليط بالملح ويُقلب.
- يُضاف الماء، بحيث يُغطي خليط الأرز والعدس، يُترك حتى يبدأ في الغليان.
- تُخفف الحرارة، يغطى ويُترك على نار هادئة لنحو 15 دقيقة أو حتى تمام نضج الأرز.
- تُوضع الطماطم في إناء على نار متوسة، تُتبل بالملح والفلفل والكمون.
- يُضاف الثوم والخل (حسب الرغبة) وتُخفف الحرارة وتُترك الصلصة على النار لنحو 10 دقائق أو حتى تتركز، تُرفع جانباً.

- يُوضع الكشري في طبق التقديم، ويُقدم مع صلصة الطماطم والبيض المسلوق (حسب الرغبة).