مائدة اليوم السادس والعشرين (حساء الخضار والشعير باللحم مع كبسة الروبيان)

الإفطار الشوربة: حساء الخضار والشعير مع اللحم المقادير: - 500 غرام من لحم العجل بالعظم. - بصلة مقطعة مكعبات. - ملعقتا طعام من زيت الزيتون. - فصّا ثوم مدقوقان. - 425 غراماً من الطماطم المقطعة المعلبة. - ملعقة طعام من رُب الطماطم. - نصف ملعقة صغيرة من الزعتر البري (Oregano). - ستة أكواب من مرق البقر. - 300 غرام من البطاطا المقطعة مكعبات. - 300 غرام من القرع المقطع مكعبات. - ثلاثة أرباع الكوب من الشعير.

- 200 غرام من الكوسة المقطعة شرائح.

الطريقة:

انزعي العظم من اللحم ثمّ قطعيه مكعبات بحجم 5 سم. ضعي الزيت في مقلاة سميكة القعر، ارفعيها على النار، وعندما يحمي الزيت أضيفي اللحم، حركي حتى يتحمّر، ارفعيه فوق مناديل ورقية، ثمّ أضيفي

البصل إلى المقلاة نفسها، وحرّكي مدة خمس دقائق فوق نار هادئة ثمّ أضيفي الثوم، ثمّ حركي مدة دقيقة واحدة. أضيفي اللحم المقلي والطماطم ورُب الطماطم والزعتر والمرق والبطاطا والقرع. اغسلي الشعير جيّداً، صفّيه ثمّ أضيفيه إلى المقلاة. عندما يغلي المرق غطي المقلاة واتركيها فوق نار هادئة مدة عشرين دقيقة حتى تنضج المواد، ثمّ أضيفي الكوسة، اتركي المقلاة فوق النار مدة عشر دقائق أُخرى أو حتى ينضج الشعير.

الطبق الرئيسي: كبسة الروبيان مع الشعيريّة

المقادير: - 20 ملليلتراً من زيت الزيتون. - 250 غراماً من الروبيان. - 100 غرام من أرز البسمتي. - 30 غراماً من الفلفل الرومي المشكّل. - 50 غراماً من البندورة. - 5 غرامات من الكزبرة الطازجة. - 5 غرامات من الليمون المجفّف. - غرامان من حبّ الهيل. - 50 غراماً من السمن. - 50 غراماً من الشعيريّة البيضاء. - 30 غراماً من البصل. - 10 غرامات من الثوم. - 5 غرامات من الفلفل الأخضر الحارّ. - رشّة من الملح. - رشّة من الفلفل الأسود. - رشّة من الكمّون. - رشّة من الكركم.

- 200 ملليغرام من الماء.

الطريقة: • لإعداد الروبيان: يُقشّر الروبيان ويُنزع ذيله، وتُترك حبّة واحدة مع ذيلها. تشقّ هذه الأخيرة من الوسط، تُرقّ، ثمّ تُحشى بالأرز وتُلفّ بالنايلون بصورة دائرية، ثمّ تُسلق بالماء المغلي لمدة 10 دقائق مع الحبّات الباقية. ثمّ يُنزع النايلون عنها، وتُقطّع إلى دوائر. • لإعداد الكبسة: يُنقع الأرز بالماء لمدّة نصف ساعة. يقلى الثوم، وتضاف إليه البندورة والليمون الجافّ وحبّ الهيل والكركم، وتُنثر البهارات. ثمّ يضاف الأرز والماء إلى مزيج الخضر، ويُترك لمدّى 15 دقيقة على نار هادئة بعد الغليان، حتى ينضج، مع إضافة السمن المذوّب. • لإعداد الشعيريّة البيضاء: تُسلق الشعيريّة بالماء الساخن لمدة دقائق خمس، ثمّ تصفّى. يُقلى البصل والفلفل المشكل

المقطّع إلى شرائح بالزيت، وتُضاف إليه الشعيريّة، وتُنثر التوابل والملح والفلفل الأسود. · لإعداد صلصة الكبسة: يُقطّع كلّ من البندورة والبصل والفلفل الأخضر الحارّ، تُفرم الكزبرة. تُضرب هذه المكوّنات في الخلاّط الكهربائي لمدّة دقيقة، ويُضاف إليها الملح والبهار وزيت الزيتون وقليل من عصير الليمون. · طريقة التقديم: يتم ترتيب هذه المكونات وتقدم.

الطبق الجانبي: فطائر اللحم المفروم

الطريقـــــــــة:

نسحق البطاطس بالشوك ثم نضيف عليها الدقيق وباقي مكونات الخبز ثم نقوم بعجنها جيداً حتى الحصولعلى عجينة لينة، نتركها ترتاح في مكان دافئ 45 دقيقة.

في هذهالاثناء نحضر الحشوة كالآتي:-

نضع الزيت في اناء على النار نضيف البصل حتىيذبل الفلفل، الكفتة، البهارات ونحرك جيداً نترك الكفتة تستوي ونزيلها من على النار ونتركها تبرد.

المشروبات: شراب الخروب

المقاديـــــــــر:

1 كوب من الخروب المطحون

6 أكواب من الماء/ 2 كوب من السكر

الطريقـــــــــة:

- يُوضع الخروب في قطعة قماش نظيفة (أو شاش)، ويُربط جيداً حتى لا يتسرب.
- يُوضع الماء (4 أكواب) في وعاء عميق، ثم يُنقع الخروب في الماء لمدة يوم.
- تُزال قطعة القماش، مع الضغط عليها قليلاً للحصول على كل الخروب المركز، وتُضاف الكمية المتبقية من الماء مع السكر مع التقليب حتى يذوب تماماً.

- يُصب شراب الخروب في كأس التقديم، ويُقدم.

- في حالة عدم توافر مسحوق الخروب (الخروب المطحون)، يُمكن استخدام الصحيح منه بطحنه واتباع الطريقة نفسها.

الحلويات: القطايف بالجوز

المقاديـــــــــــر:

- للعجينة:

- 400 غرام من الدقيق.

- 50 غرام من الدقيق (قمحة كاملة).

- 300 ملليلتر من الحليب السائل.

- 200 ملليلتر من الماء.

- 3 غرامات من الخميرة.

- 3 غرامات من "البايكينغ باودر".

- 10 غرامات من السكّر.

- للحشو:

- 300 غرام من الجوز المفروم.

- 75 غراماً من السكّر.

- 10 غرامات من ماء الزهر.

- ملعقة صغيرة من الزبدة.

- للقطر:

- 500 غرام من السكر.

- 200 ملليلتر من الماء.

- 10 غرامات من عصير الليمون الحامض.

- 10 غرامات من ماء الزهر.

الطريقـــــــــة:

1- لإعداد الحشو: تُخلط مكوّناتها، وتُحفظ في الثلاجة، إلى حين إستعمالها.

2- لإعداد القطر: يُحرّك السكّر والماء في وعاء على النار. وحين يغلي، يُضاف عصير الليمون الحامض،

مع تركه على النار حتى يصبح كثيفاً. ثمّ يُسكب ماء الزهر إليه، ويُرفع عن النار، ويُترك جانباً حتى يبرد.

3- لإعداد عجينة القطايف: تُخلط جميع مكوّنات عجينة القطايف، ثمّ تُترك مدّة 20 دقيقة تقريباً، حتى ترتاح. بعدها تُحمّى مقلاة ذات قعر غير لاصق، وتُدهن بقليل من الزبدة أو السمن، وتُسكب قطع عجينة القطايف بشكل دائري ومتساوٍ، وعندما تجفّ ويحمرّ قعرها، توضع جانباً حتى تبرد.

4- تحشى كلّ حبّة من القطايف، وتُغلق بإحكام.

5- توضع جميع القطع المحشوّة في صينيّة غير لاصقة، وتُدهن بالزبدة أو السمن (حسب الرغبة) داخل الفرن لمدّة 10 دقائق تقريباً، وذلك على حرارة متوسّطة.

6- بعد إخراجها من الفرن، تُغمس الحبّات بالقطر، وتُزيّن بزهر الليمون.

السحور

أسياخ الدجاج على الطريقة اللبنانية

المقاديـــــــــــر:

- دجاجتان صغيرتا الحجم
- بصلة كبيرة مبروشة
- حبتان من الثوم المقطع
- نصف فنجان من زيت الزيتون
- عصير ليمونة حامض
- ملعقة من الفلفل الحلو
- 3 شعيرات من الزعفران المنقوع بملعقة من الماء المغلية
- ملح وبهار أسود
- خبز عربي للتقديم

طريقة التحضير:

1- قطع الدجاجتان الى قطع متوسطة الحجم وإذا كنت تفضل تخلص من العظام وبعدها ضع القطع في طبق مسطح وأتركهم جانباً.

2- إمزج البصل، الثوم، زيت الزيتون، عصير الليمون الحامض، الفلفل الحلو والزعفران جيداً وطيبهم بالملح والبهار.

3- أسكب النقعة فوق قطع الدجاج حتى تصبح جميع القطع مغطاة بالمزيج.

4- ضع ورقة نايلون فوق الوعاء وأتركهم في مكان بارد لمدة ساعتين على الأقل.

5- إذا كنت تريد شوي الدجاج على الفحم، أو على الشواية ضع قطع الدجاج في أسياخ معدنية وأتركهم لمدة 10 الى15 دقيقة لكل جهة.

6- قدم الطبق مع الأرز والسلطة، أو تخلص من العظام وقدمهم على شكل ساندويشات مع اللبن والثوم.

المقاديـــــــــــر:

مقادير الخبز

250 غرام حليب دافئ + 1 بيضة + 2 بطاطس مسلوقة + ملح + ملعقة سكر + خميرة فورية + كوب صغير زيت + 500 غرام.

مقاديرالحشوة

500 غرام كفتة + 1 فلفلة حمراء + بصلة مفرومة + ملعقة بودرة البابريكا + كامون + ملح + بهار+ ملعقة كبيرة صلصة طماطم + جبنمبشور.