عصير توت العليق بماء الورد

الوصفة: مشروب رمضاني

المطبخ: شامي

الصنف: عصائر

مدة التحضير 10 دقائق

مدة الطهو: 5 دقائق

الكمية: لـ5 أشخاص

المكونات:

200 غرام توت العلّيق

10 ملليليترات ماء ورد

400 غرام سكر أبيض

200 ملليليتر ماء

15 ملليليتر عصير ليمون

طريقة التحضير:

- يُغسل العلّيق ويوضع في كيس للثّلاجة.
- يُرش فوقه 100 غرام من السكر.
- يوضع في البرّاد لفترة، ثم تُفرّغ محتويات الكيس في مصفاة، ويُترك الشراب ليُصفّى إلى الوعاء تحت المصفاة، من دون الضغط على اللب.
- يجوز استخدام العلّيق لغرض آخر، لطبق حلوى مثلاً.
- يُضاف الماء وماء الورد والسكر المتبقّي إلى وعاء ويُحرّك بواسطة مخفقة يدوية إلى أن يذوب (ويجوز أيضاً استخدام خلاط).
- يوضع في البرّاد
- يُضاف 30 مل من شراب العلّيق والورد إلى كأس كوكتيل كبيرة.
- يُضاف 15 مل تقريباً من عصير الليمون إلى الكأس.
- تُضاف مكعّبات الثلج وتملأ الكأس بالمياه الباردة وتُحرّك.
- يُزيّن بشرائح الليمون وأغصان الليمون والعلّيق.

الشوربات

شوربة ميسو اليابانية

الوصفة: سريعة

المطبخ: ياباني

الصنف: شوربة

مدة التحضير 10 دقائق

مدة الطهو: 20 دقيقة

الكمية: لـ12 شخصاً

المكونات:

6 ليترات من الماء

10 غرامات من ورق أعشاب البحر المجففة "داشي" (kelp dashi)

10 غرامات من بودرة الشوربة هونداشي (dashi Hon) (يمكن استبدالها بشوربة الدجاج)

5 غرامات سكر

300 غرام من عجينة الصويا

300 غرام من فطر شيميجي (mushroom shimeji)

10 غرامات من أعشاب البحر المجففة

ملح وفلفل حسب الذوق

طريقة التحضير:

- يغلى الماء ويضاف إليه الداشي المجفف وبودرة الهونداشي وجزء من كمية أعشاب البحر المجففة.
- يضاف الملح والفلفل الأسود، ويترك الكلّ ليغلي جيداً على النار مدة 20 دقيقة.
- تضاف عجينة الصويا مع التحريك ثمّ تصفى الشوربة من كلّ الشوائب ويحتفظ فقط بمائها.
- يضاف عند التقديم إليها فطر الشيمينجي وبقية ورق أعشاب البحر المجففة للتزيين.
- تقدم إلى جانب الشوربة مكعبات التوفو وحلقات البصل الأخضر.

المقبلات

متبل الباذنجان

الوصفة: صحية

المطبخ: شامي

الصنف: طبق جانبي

مدة التحضير: 30 دقيقة

مدة الطهو: 30 دقيقة

الكمية: لـ4 أشخاص

المكونات:

200 غرام باذنجان

75 غرام طحينة (مطحون السمسم)

50 غرام لبن زبادي

10 غرامات ليمون طازج

20 غرام حبوب الرمان

20 غرام نعناع طازج

50 غرام فلفل أحمر حلو

10 ملليليترات زيت الزيتون

طريقة التحضير:

- يتم شواء الباذنجان في فرن يفضل أن يكون فيه شعلة، وهذه أفضل طريقة لشواء الباذنجان للحصول على نكهة الدخان فيه. ويتم تقليب الباذنجان كي يشوى من جميع الجهات، ثمّ تزال عنه بلطف القشرة المحروقة، للحصول على اللب الطري، ويغسل بالماء البارد للتخلص من جميع الشوائب العالقة من القشرة.
- يُقطع الباذنجان قطعاً صغيرة وتضاف إليه صلصة الطحينة ومن ثمّ اللبن الزبادي ويخلط معه عصير الليمون والملح، ويهرس جيداً بالشوكة.

- يوضع الخليط في صحن ويسوى بالمملعقة، ويزين بحبات الرمان والبابريكا وأجنحة الفلفل الحلو.

الطبق الرئيسي

بريانى الدجاج

الوصفة: للمناسبات

المطبخ: إماراتي

الصنف: طبق رئيسي

مدة التحضير: 30 دقيقة

مدة الطهو: 50 دقيقة

الكمية: لـ4 أشخاص

المكونات:

1 كيلوغرام أفخاذ الدجاج الطازج

500 غرام أرز بسمتي

250 غرام بصل أحمر مقشر

250 غرام طماطم طازجة

5 غرامات أعواد القرفة

5 غرامات أوراق الغار

5 غرامات حبوب الهيل الكاملة

25 غرام زنجبيل الطازج

25 غرام ثوم مقشر

15 غرام ملح

25 غرام فلفل أحمر حار

25 غرام مسحوق الكركم

25 غرام توابل مسالا

100 غرام زبيب ذهبي (كشمش)

100 غرام كاجو

100 غرام كزبرة طازجة

150 غرام سمن (أو زيت لخيار صحي أكثر)

½ غرام زعفران

25 غرام نعناع طازج

10 غرامات فلفل أخضر حار

300 غرام زيت الذرة

طريقة التحضير:

- يقطع البصل على هيئة شرائح وكذلك الطماطم والفلفل الأخضر.
- يفرم الزنجبيل بالخلاط والثوم معاً لتكوين عجين متجانس.
- يتم تتبيل أفخاذ الدجاج بنصف كمية مسحوق خليط التوابل، مع معجون الزنجبيل والثوم. بينما تترك بقية التوابل لطهو الدجاج.
- يوضع السمن في مقلاة ويقلى فيه الكاجو والكشمش وشرائح البصل، لتكون خلطة ذهبية لتزيين البرياني على السطح. ويحتفظ بالسمن المتبقي لطهو الأرز.
- يُسكب الزيت في قدر أخرى، ويضاف إليه نصف كمية القرفة والهيل وورق الغار. وعندما تبدأ رائحة التوابل بالظهور أضيفي إليها الشرائح البصل.
- يُقلى البصل حتى يكون ذهبي اللون، ومن ثمّ يضاف إليه معجون الزنجبيل والثوم، ويترك على النار لفترة دقائق.
- في هذه المرحلة، يُضاف مسحوق التوابل، ويُحرك على نار هادئة، ومن ثمّ تُضاف إليه الطماطم

وتطهى لمدة دقائق.

- تُضاف أفخاذ الدجاج النظيفة والمغسولة، وتتبل بالملح.
- يُسكب 200 ملليليتر من الماء لطهو الدجاج على نار هادئة. وعندما ينضج الدجاج يضاف إليه نصف كمية النعناع وأوراق الكزبرة، والتي يُترك قسم منها للزينة.
- ولتحضير الأرز، يُغسل الأرز البسمتي جيداً وينقع لمدة 20 دقيقة، ويصفى من الماء ويوضع مع السمن في قدر عميقة.
- يُسخن السمن وتضاف إليه التوابل والماء ويترك على النار حتى يستوي نصف استواء.
- تسخن قدر أخرى وتوضع فيها طبقة من الدجاج ثمّ الأرز مع نثر بعض مكونات الزينة بين الطبقات. وتكرر هذه الطريقة وتغطى بورق القصدير.
- توضع قدر البرياني في الفرن على درجة حرارة متوسطة لمدة دقيقة.
- يقدم في طبق ويزين بالكاجو والكشمش المحمص والبصل المحمر. ويقدم إلى جواره اللبن الزبادي والمخللات.

الحلويات

عيش السرايا

الوصفة: من الأكلات التقليدية

المطبخ: شامي

الصنف: حلويات

مدة التحضير: 15 دقيقة

مدة الطهو: 15 دقيقة

الكمية: لـ10 أشخاص

المكونات:

1 قالب خبز توست محمص

2 كيلوغرام سكر

2 ليتر ماء

1 ملعقة كبيرة ماء الزهر

1 كيلوغرام قشطة الحليب

فستق حلبي للزينة

طريقة التحضير:

- تُنزع أطراف خبز التوست ويُحمّص حتى يكتسب اللون البني الغامق.
- يوضع السكر في القدر على نار متوسطة مع التحريك المستمر حتى يكتسب اللون الذهبي.
- يتم تكسير خبز التوست المحمص ووضع السكر المذاب فوقه بكميات متفاوتة، مع عدم توقف الخلط حتى يتشبّع التوست بالسكر.
- يوضع ماء الزهر فوق الخليط كما يمكن خلطه مع السكر أثناء الإذابة.
- عند انتهاء خلط المكونات، مع التأكد من الشكل والطعم، يتم سكب الخليط في وعاء مفتوح وتوضع القشطة فوقه مباشرة وبشكل جميل ومتناسق.
- يُزين الطبق بالمكسرات، كما أنّه يمكن وضع الفواكه الطازجة أيضاً، وذلك حسب الرغبة.
- يمكن سكبها بهيئة صحن كبير للتقديم، أو بحصص صغيرة لكلّ فرد.

الطبق الجانبي

كوسا باللبن

الوصفة: سريعة

المطبخ: عربي

الصنف: طبق رئيسي

مدة التحضير: 10 دقائق

مدة الطهو: 30 دقيقة

الكمية: لشخص واحد

المكونات:

3 قطع كوسا منزوعة اللب

70 غرام لحم ضأن مفروم

30 غرام صنوبر

120 مل لبن

15 غرام دقيق الذرة

15 غرام ثوم مفروم

ملح حسب الرغبة

مسحوق الفلفل الأبيض حسب الرغبة

مكونات الأرز بالشعيرية:

35 غرام شعيرية

80 غرام أرز بسمتي

30 غرام بصل أبيض مفروم

250 مل مرقة دجاج

ملح (حسب الرغبة)

مسحوق الفلفل الأبيض حسب الرغبة

طريقة التحضير:

- يُزال لب الكوسا وتسلق لمدة 5 دقائق للتخلص من الطعم المر فيها.
- يُشوّح على النار كلٌّ من لحم الضأن والثوم والبصل مع التوابل. يُطهى لمدة 10 دقائق ثمّ تحشى الكوسا باللحم.
- في تلك الأثناء، يوضع اللبن على النار حتى يغلي، ويُضاف إليه دقيق الذرة لمنحه قواماً كثيفاً. تُضاف التوابل والكوسا المحشوة إلى اللبن ويُترك ليغلي لمدة 5 دقائق.
- لتحضير الأرز بالشعيرية، يُحمّر البصل مع الشعيرية والزيت على النار حتى يكتسبا لوناً بنياً، ثمّ يُضاف الأرز مع المرق والتوابل. ويُطهى الأرز لمدة 10 دقائق.
- تقدّم الكوسا باللبن مع طبق الأرز بالشعيرية بجانبها.

السحور

لحم الضأن المتبل

الوصفة: للمناسبات والأعياد

المطبخ: إيراني

الصنف: طبق رئيسي

مدة التحضير: 20 دقيقة

مدة الطهو: 240 دقيقة

الكمية: لـ5 أشخاص

المكونات:

2 كيلوغرام كتف الخروف

100 غرام ثوم

1 حبة بصل

1 حبة طماطم (بدون قشرة)

100 غرام معجون الطماطم

50 ملليليتر خل العنب

150 ملليليتر زيت زيتون

20 غرام حامض اللايم (جاف)

20 غرام مسحوق الكزبرة

10 غرام فلفل أسود

20 غرام ملح

20 غرام خلطة السبعة بهارات

500 غرام كرفس

500 غرام جزر

500 غرام طماطم

50 غرام ثوم

طريقة التحضير:

- تُخلط جميع مكوّنات التتبيلة معاً في خلّاط.
- يُغطّى كتف الخروف بكمية كبيرة من التتبيلة (الثوم والبصل والطماطم ومعجون الطماطم وخل العنب وزيت الزيتون، والليمون المجفف (اللومي) والكمون ومسحوق الكزبرة والفلفل الأسود والملح والسبعة بهارات)، للتأكّد من تغطيته كاملاً.
- توضع الخضراوات والثوم على فخذ الخروف المتبّل ويُغطّى بورق الألمنيوم.
- يُطهى لمدة 4 ساعات في الفرن على حرارة 160 درجة مئوية، مغطّى.
- يقدم على الأرز البسمتي ويزين بالمكسرات والكشمش.