

حساء الجزر بالكريما مع فخذة الضأن المحشوة بالبرغل والطماطم



الإفطار

الشوربة

حساء الجزر بالكريما

المقادير: 15 غرام من الزبد 120 غرام من الجزر، مفروم 40 غرام من البصل، مفروم زنجبيل مفروش، رشة واحدة 40 غرام من البطاطا، مكعبات 475 مل من مرق الخضروات 10 غرامات من الشبنت، المفروم 60 مل كريما للطبخ ملح وبهار، حسب الرغبة

الطريقة :

يذوب الزبد في قدر صغير. يقلب فيها الجزر والبصل والزنجبيل، ثم تضاف مكعبات البطاطا ومرق الخضروات. تترك الشوربة على نار متوسطة حتى الغليان ثم تخفف النار وتترك حتى تنضج

البطاطا. يصفى بعدها السائل في قدر منفصلة. وتوضع الخضروات المطهوه في خلاط آلي مع الشبنت وتخلط حتى تصبح متماسكة، توضع على النار مرة أخرى مع القليل من السائل. تضاف إليها الكريما. تملح وتبهر. وتترك على النار حتى تصبح ساخنة من دون أن تغلي. تقدم مباشرة مزينة بالكريما الحامضة.

الطبق الرئيسي

فخدة الضأن المحشوة بالبرغل والطماطم

- المقادير .
 - فخدة ضأن متوسطة الحجم، يحضرها الجزار "اللحم" عن طريق إزالة العظمة الرئيسية منها وفتحها "تشق طولياً" مع مراعاة عدم فصلها إلى نصفين .
 - خل أحمر
 - نصف كيلوجرام من الطماطم صغيرة الحجم .
 - كوب متوسط من البرغل الأبيض صغير
 - الحب .
 - ملعقة كبيرة من الزبدة الطبيعية .
 - بصلة كبيرة مبشورة .
 - بصل
 - زيت ذرة .
 - ملعقة متوسطة من الدقيق الأبيض .
 - ملح .
 - زيت ذرة .
 - بهارات خاصة بلحم الضأن .
 - قرفة مطحونة .
 - هيل مطحون
 - زعترا الجبل "روزماري" للتجميل الطريقة: تغسل الفخدة بالماء والخل وتشطف، تتبل من الداخل والخارج، تقلب الطماطم الصغيرة المقشرة "طازجة أو معلبة"، في زيت الذرة ثم يغسل البرغل وينقع لمدة نصف ساعة ويضاف إلى الطماطم والبصل المبشور، يترك الخليط حتى يبرد تماماً، حتى لا يفسد اللحم عند حشوه به، يحشى ويطوى اللحم ويثبت بخلة خشبية جيداً وعلى أبعاد متقاربة، ثم يقلب في الزبدة حتى يتحمر تماماً يضاف إليه لتر ماء ويترك على نار متوسطة حتى ينضج تماماً، فتضاف ملعقة الدقيق ويترك لمدة خمس دقائق على نار هادئة مكوناً صلصة بنية كثيفة. يجمع بجزء من صلصة الطماطم بالبرغل، يحمر البصل الصغير في زيت الذرة، ويقدم معه عند التقديم، يجمع الطبق بزعترا الجبل "روزماري" يقدم اللحم مع الأرز بالزعفران ومعه يقدم عصير الرمان، والخضرة "بصل أخضر، شبت وجرجير".

الطبق الجانبي

حمص حار بالفستق

المقادير: 3 ملعقة كبيرة من عصير ليمون حامض $\frac{1}{4}$ كوب ماء 3 ملعقة كبيرة من زيت زيتون 1 ملعقة صغيرة من زيت السمسم $\frac{1}{2}$ كوب من الكزبرة، مفرومة 1 قرن صغير من الفلفل الحار، مفروم 1 فص كبير من الثوم، مهروس 2 كوب حمص مسلوق $\frac{1}{3}$ كوب من الفستق الحلبي، محمص $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة من الملح $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة من الكمون $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحار للتزيين: فستق حلبي أنصاف طريقة التحضير: - في كوب صغير، ضعي عصير الليمون الحامض والماء، قلّبي لتختلط المواد. ودعيه جانباً. - في كوب صغير آخر، ضعي زيت الزيتون وزيت السمسم، قلّبي بالشوكة لتختلط المواد. ودعيه جانباً. - في وعاء محضر الطعام، ضعي الكزبرة والفلفل والثوم. شغلي على سرعة متوسطة إلى أن يصبح الخليط ناعماً جداً. أضيفي الحمص والفستق والملح والكمون والفلفل، شغلي على سرعة متقطعة، إلى أن يصبح الحمص ناعماً. - مع استمرار تشغيل المحضر، أضيفي خليط الماء والعصير ببطء، إلى أن يختلط مع الحمص. أضيفي خليط الزيت ببطء أيضاً مع استمرار التشغيل على سرعة متقطعة، ليختلط الزيت تماماً مع الحمص. - أسكبي الحمص في طبق تقديم واسع. وزيني بالفستق الحلبي، وقدمي مع خبز عربي أو إيراني.

المشروبات

توت أزرق مع الزبادي

المقادير: 1 كوب من التوت الأزرق 2 ملعقة كبيرة من العسل 1 كوب من الزبادي 1 كوب من الماء، المثلج فراولة وتوت أحمر للتزيين الطريقة: - توضع المكونات في الخلاط الكهربائي وتُخفق جيداً، حتى تتجانس. - يوضع الخليط في كأس التقديم، ويُزين بالفراولة والتوت.

الحلويات: بسكوت رقيق

المقادير 1 2/1 كوب من السكر البودرة 4/1 ملعقة صغيرة من الفانيلا 2/1 كوب من الحليب
1/2 كوب من الزبدة السايحة (مبرد) 1 4/3 كوب من الدقيق الطريقة - يخفق البيض في وعاء، ثم يضاف السكر تدريجياً مع الاستمرار في الخفق. - تضاف الفانيلا والحليب والزبدة مع الاستمرار في الخفق. - يضاف الدقيق تدريجياً حتى يتكون عجين لين ناعم. - يغطى العجين ويترك في الثلاجة حتى يتماسك. - يسخن الفرن على درجة حرارة 200 مئوية. - يشكل العجين حسب الرغبة (يمكن استخدام قواطع الستنسلز) إلى رقائق بأشكال مختلفة. - تخبز الرقائق في الفرن نحو 3-5 دقائق. - تترك لتبرد قليلاً وتقدم مع الآيس كريم. السحور

ساندويتش الخضار المشوية المقادير: 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون 2/1 ملعقة صغيرة من الأوريغانو، الجاف ملح وفلفل 1 باذنجان مُمّقط 3 فلفل ألوان 1 طماطم حلقات 1 كوسة شرائح طويلة 1 جزرة شرائح طويلة 1 بصلة حلقات 4 خبز عربي الطريقة: - تُسخن شوّاية على حرارة عالية. - يخلط الزيت مع الأوريغانو في وعاء عميق ويتبل بالملح والفلفل. - تدهن شرائح الخضار بخليط الزيت، وتوضع على الشواية حتى تأخذ علامة الشوي من الجهتين مع التقليب. - يقطع الخبز نصفين ويُدحش براقات الخضار. - يوضع على الشواية الساخنة، مع وضع ثقل على الخبز ويشوى لمدة ثلاث دقائق لكل جانب. - يوضع في طبق التقديم ويقدم ساخناً أو بارداً حسب الرغبة.