حساء العدس مع الأرز والدجاج بالمكسرات



الإفطـــار

الشوربة: حساء العدس

المقاديـــــــــــر:

2 كوب من العدس (أصفرأو أحمر)

3 ملاعق كبيرة من زيت الخضار

1 بصل كبير مفروم

2 فص من الثوم

8 أكواب من المرق

1 جزر مقشر ومقطع قطعاً صغيرة

ملح وفلفل

1 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون

للتزيين: بصل محمر/ كراث محمر/ مكعبات خبز توست محمر/ أوراق كزبرة محمرة/ صلصة طماطم

الطريقـــــــــة

- يغسل العدس بالماء جيداً ويصفى.
- يوضع الزيت في إناء على نار متوسطة، يضاف البصل والثوم مع التقليب لمدة 5 دقائق حتى يلين.
- يضاف المرق، الجزر والعدس، يترك الخليط حتى يبدأ في الغليان.
- تخفف الحرارة ويترك الخليط لمدة 45 دقيقة أو حتى تمام النضج.
- يرفع الخليط جانباً ويترك ليبرد قليلاً ثم يضرب في الخلاط الكهربائي حتى يصبح سائلاً غليظاً.
- يعاد الخليط إلى الإناء على نار متوسطة، ويمكن إضافة مرق أو ماء لضبط كثافة الخليط.
- يقلب الحساء ويتبل بالملح والفلفل والكمون.

اقتراح التقديم

- تصب الشوربة في كاسات صغيرة وتزين بالبصل أو الكراث المحمر أو أي من الاقتراحات أعلاه.

الطبق الرئيسي: الأرز مع الدجاج بالمكسرات

المقاديـــــــــر:

1 دجاج صغير صحيح (حوالي 1 كيلوغرام)

5 أكواب من مرق الخضار

1/2 كوب من الفستق المجروش

3 ملاعق كبيرة من الروزماري والزعتر الطازج (المفروم)

2 ملعقة كبيرة من الزبيب

4 أكواب من الأرز المصري المغسول

3 أكواب من الحليب

2 كوب من الكريمة

ملح وفلفل

الطريقـــــــــة:

- يسخن الفرن على درجة حرارة 180 مئوية.

- يغسل الدجاج بالماء والملح من الداخل والخارج ثم يشطف ويجفف.

- يسخن مرق الخضار (ماء مع جزر، كرفس، بصل ملح وفلفل) حتى الغليان ثم يوضع الدجاج في المرق لمدة 5 دقائق فقط ثم يرفع ويترك ليبرد.

- يخلط الفستق مع الروزماري، الزعتر والزبيب ثم يحشى الدجاج بالخليط ويربط بخيط سميك.

- يوضع الأرز داخل طاجن (قالب) فرن عميق، ويضاف نصف كمية الحليب ويتبل بالملح والفلفل ثم يوضع الدجاج المحشو فوق الأرز، ثم يضاف باقي كمية الحليب والكريمة (يمكن وضع كمية من الكريمة فوق الدجاج حتى تأخذ لوناً مميزاً عند دخولها الفرن).

- يوضع الطاجن في الفرن نحو ساعة أو حتى تمام نضج الدجاج (مع مراعاة تغطيته بورق الألومنيوم نصف المدة).

- يترك ليبرد قليلاً ثم يقدم دافئاً مع السلطات المفضلة.

الطبق الجانبي: معكرونة بصلصة الفلفل الأحمر والريحان

المقاديـــــــــر:

1/2 كيلو غرام من المعكرونة (حلزونية)

1/2 كوب من زيت الزيتون

1 كوب من البصل المفروم

1/4 كوب من الثوم المفروم ناعماً

1/2 كوب من الفلفل الأحمر المقطع مكعبات صغيرة

1/4 كوب من الزيتون الأسود المقطع قطعاً صغيرة

ملح وفلفل

1/2 2 ملعقة كبيرة من الريحان الطازج المفروم

شرائح خبز فرنسي مدهونة بقليل من الزبدة والثوم المفروم للتقديم.

الطريقـــــــــة:

- تسلق المعكرونة في كمية كبيرة من الماء المغلي المضاف إليه قليل من الملح مع تقليبها مرة أو مرتين على الأقل خلال بضع الدقائق الأولى ثم ترفع جانباً وتصفى وتوضع جانباً في وعاء عميق.

- يسخن 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون فى مقلاة على نار متوسطة ويحمر البصل والثوم حتى يذبلا ويقلبان لمدة دقيقتين.

- يضاف الفلفل الأحمر والزيتون ويتبل الخليط بالملح والفلفل، يضاف المقدار المتبقي من زيت الزيتون مع التقليب.

- تضاف المعكرونة وتقلب وتترك لمدة 5 دقائق حتى تسخن وتتشرب النكهة.

- يضاف الريحان مع التقليب.

- توضع المعكرونة في طبق التقديم وتقدم مع خبز الثوم المحمص.

المشروبات: شراب عرق السوس

المقاديـــــــــــر:

8 ملاعق كبيرة من عرق السوس المطحون

4 أكواب من الماء

الطريقـــــــــــة:

- يُذاب عرق السوس في الماء ويُترك نحو نصف ساعة حتى يتشبع من النكهة.

- يُصفى ويوضع في البراد.

- يُصب في أكواب التقديم، ويُقدم بارداً.

• إذا كان العرقسوس مطحوناً خشناً فيُمكن إذابته في ماء ساخن وتصفيته قبل التقديم.

• أفضل طريقة لتقديم العرقسوس، هي بوضع قطع الثلج في كوب التقديم ثم يُصب العرقسوس البارد فوقه.

• يُمكن إضافة السكر (حسب الرغبة).

الحلويات: أم علي بالتمر

المقاديـــــــــــر:

6 كرواسون (من دون نكهة)

3 أكواب من الحليب

1/2 كوب من السكر

1/4 كوب من اللوز، المجروش

1/4 كوب من الفستق، المجروش

1/2 كوب من التمر، منزوع البذر (قِطع)

1/4 كوب من جوز الهند

1/4 كوب من الزبيب

1 ملعقة كبيرة من الزبدة

1/2 كوب من الكريمة اللباني (قشطة أو "قشدة")

1/4 كوب من الفستق، المجروش (من دون ملح) للتزيين

الطريقـــــــــة:

- يُسخن الفرن على حرارة 180 درجة مئوية.
- يُقطع الكرواسون قطعاً كبيرة ويُوضع في وعاء عميق.
- يُوضع الحليب في إناء على نار متوسطة، ويُضاف السكر ويُقلب حتى يذوب تماماً ويبدأ الحليب في الغليان.

- يُخلط الكرواسون مع اللوز، الفستق، التمر، جوز الهند، الزبيب والزبدة.
- يُوضع قليل من الحليب الساخن في قاع صينية (أو قالب).
- يُوضع نصف كمية الكرواسون وخليط المكسرات والتمر، ثم يضاف نصف كمية الحليب.
- يضاف باقي كمية الكرواسون، ثم يُضاف باقي كمية الحليب حتى يُغطى الكرواسون تماماً.

- تُخفق الكريمة اللباني (أو القشطة)، ثم تُوضع على سطح القالب.
- يُوضع القالب في الفرن لمدة 20 دقيقة، ثم يُوضع القالب في الرَّف الأعلى من الفرن (مع إشعال الشواية) لمدة 5 دقائق، للحصول على اللون الذهبي.
- تُقدم ساخنة، وتُزيّن بالفستق المجروش.

السحور

خبز بالحليب

المقاديـــــــــــر:

2 كوب من الحليب

1 ملعقة كبيرة من الخميرة

1 ملعقة كبيرة من السكر

4 ملاعق كبيرة من الزبدة

3 بيضات

6 أكواب من الدقيق

1 1/2 ملعقة صغيرة من الملح

1 ملعقة صغيرة من إكليل الجبل (روزماري)، الجاف

1 ملعقة صغيرة من السمسم، غير المحمّص

1 ملعقة صغيرة من حَبّة البَرَكة

1 ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر، الجاف

الطريقـــــــــة:

- تُذاب الخميرة في نصف كوب من الحليب الدافئ والسكر، وتُقلّب وتُترك جانباً حتى تتفاعل لمدة 10 دقائق.

- تُذاب الزبدة في إناء صغير وتضاف إليها الكمية الباقية من الحليب وتقلب.

- يُخفق البيض ويضاف إلى خليط الحليب.

- يُعجَن الدقيق في العجّان الكهربائي على سرعة متوسطة لمدة 10 دقائق، بإضافة جميع المكونات (عَدَا الأعشاب الجافة والسمسم وحبة البركة)، أو حتى يصبح كتلة واحدة متماسكة وغير ملتصقة بالجوانب.

- يُوضع العجين في وعاء مدهون بالزيت ويُغطى، ويُترك جانباً في مكان دافئ لمدة 1 2/1 ساعة، أو حتى يختمر ويتضاعف حجمه.

- يُسخن الفرن على درجة حرارة 190 درجة مئوية.

- يوضع العجين على صاج فرن مرشوش بقليل من الدقيق، يُضغط عليه بسيف اليد في أربعة مواضع مختلفة، مع مراعاة أن يكون سميكاً.

- يدهن بالماء ويُرش إكليل الجبل في جزء من الخبز، ويرش السمسم في جزء آخر وحبة البركة في جزء آخر، وكذلك أوراق الزعتر في جزء آخر.

- يُخبز في الفرن لمدة 25 دقيقة، أو حتى يصير لونه ذهبياً.

لحم مع السفرجل ورمان

المقاديـــــــــــر:

1 كيلو غرام من اللحم البقري

3 ملاعق كبيرة من البابريكا، المطحونة

1 ملعقة كبيرة من معجون الطماطم

1/3 كوب من زيت الزيتون

1/2كوب من البصل الصغير، المقشّر (شالوت)

10 فصوص من الثوم، الصحيح

4 أكواب من المرق

ملح وفلفل

3 سفرجلات مقطعة أربع قطع

1 كوب من القَرَاصْيَا منزوعة البذر

برقوق أصفر وأحمر (أنصاف) ورمان حَبّ للتزيين

الطريقة:

- يُغسل اللحم جيداً ويُقطع مكعبات كبيرة.

- تُخلط البابريكا ومعجون الطماطم 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون، تُتبل قطع اللحم حتى تتخلل التتبيلة كل جزء منها.

- يُسخن المقدار المتبقي من زيت الزيتون فيإناء على نار متوسطة، يُضاف البصل والثوم ويُقلب لمدة

5 دقائق حتى يلين.

- تُضاف قطع اللحم وتُقلب لمدة 5 دقائق، أو حتى تحمر من جميع الجهات.

- يُضاف المرق، يُتبل الخليط بالملح والفلفل ويُقلب حتى تتجانس المكونات، ويُترك حتى يبدأ في الغليان.

- تُخفف الحرارة ويُغطى الإناء ويُترك لمدة 30 دقيقة، أو حتى تمام نُضج اللحم.

- يُضاف السَّفَرْجل والقراصيا، ويُترك الخليط لمدة 10 دقائق.

- عند التقديم، يوضع اللحم مع السفرجل والقراصيا في طبق التقديم، ويُزين بأنصاف البرقوق وحبّات الرمان.