



اطباق من الحلوى التونسية



drjoezahi.com



قيمة صاع واحد
(ما يساوي كيلو غرام ونصف)

■ تغريل الفارينة في ايناء كبير و تحفر في وسطها حفرة يسكب فيها البيض والزيت والملح يعجن الخليط جيدا مع اضافة ما يكفي من الماء الدافئ للحصول على عجينة قوية يقع دلکها لمدة نصف ساعة تقريبا حتى تصبح متماسكة لينة وقابلة للترقيق.

■ يسلق اللوز في الماء ويقشر ثم يحمص فوق نار لينة اثر ذلك يقع رحيه حتى يصبح ناعما يغربل ويضاف اليه سكر الفارينة ثم يترك جانبا.

■ تاخذ العجينة وتقسم الى 24 قطعة متساوية تبسط كل منها براحة اليد في شكل رغييف مسطح, تاخذ اثنه عشرة منها وترقق على النحو التالي :

■ يبسط الرغييف فوق مساحة مسطحة تكون مرشوشة بقليل من النشأ و يرش كذلك الرغييف بالنشأ ثم يلف حول عود الرشته ويرقق ثم يبسط ثانية فوق مساحة الطاولة. تكرر العملية عدة مرات حتى يتحول الرغييف الى ورقة في منتهى الرقة قطرها يفوق بقليل قطر الصينية.

■ تدهن الصينية بقليل من الزبدة ثم تفرش فيها الاوراق التي وقع ترقيقها بالتعاقب كل ورقة منها تدهن بخليط الزبدة والزيت والسمن ويستعمل لهذا الغرض خرقة لينة او قطعة من القماش.

■ يبسط ذلك اللوز فوق اخر طبقة من الاوراق المتتالية وترصف فوقه اثنه عشرة ورقة اخرى تعد بنفس الاسلوب.

■ تقص البقلاوة في شكل خطوط متوازية ومتقاطعة. نتحصل من خلالها على قطع صغيرة تاخذ شكلها المعروف.

■ تطهى البقلاوة في فرن متوسط الحرارة لمدة ساعة ونصف وفي الاثناء يحضر مقدار من القطر متوسط الخشورة وحالما تنضج البقلاوة تسقى بالسائل الذي وقع اعداده وترجع الى الفرن لمدة 10 دقائق. تترك البقلاوة الى اليوم الموالي حتى نتمكن من تقديمها.

● مقادير لعجينة الورقة :

■ فارينة : 2 كيلو غرام

■ بيضتان

■ زيت : 2 كؤوس شاي

■ ملح : 1/2 ملعقة صغيرة

● مقادير للحشو:

■ لوز : 2 كيلو غرام

■ سكر دقيق : 700 غرام

■ اربع ملاعق العطرشية

● مقادير الخليط الذي

تدهن به اوراق العجين:

■ زيت : لتر واحد

■ زبدة : 350 غرام

■ سمن : 125 غرام

■ نشأ : 200 غرام

● مقادير للقطر :

■ سكر مبلىر : 2 كيلو غرام

■ عصير الليمون : ليمونة

■ ماء : 2 لتر



drjoezahi.com

الطريقة

- تغربل الفارينة وتوضع في ابناء كبير وتجعل في وسطها حفرة.
- تذاب الزبدة وتسكب في الحفرة مع مقدار الملح ثم يعجن الدقيق باطراف الاصابع اولا وعندما تندمج فيه الزبدة يتواصل العجن بالايدي مع اضافة ما يكفي من الماء الدافئ حتى نتحصل على عجينة ملساء متماسكة.
- يسلق اللوز في الماء ويقشر ثم يجفف في الفرن او على نار هادئة ويفرم بعد ذلك فرما ناعما.
- يغربل اللوز ويضاف اليه مقدار السكر ثم يعجن بماء الورد ثم يفتل براحة اليد في غلض لا يتجاوز الخمس ملمترات.
- تقسم العجينة الى قطع صغيرة تاخذ كل منها وتغطس لبعض الدقائق في ماء ساخن لدرجة الغليان ثم ترقق بعود الرشته على مساحة منبسطة ومدهونة بالزيت وعندما تصبح العجينة في سمك لا يتجاوز الملمتر الواحد تقص بالسكين في شكل مستطيلات طولها 15 وعرضها 7 سم وتوضع في وسطها عجينة اللوز المفتول حسب نفس المقاييس وتلف حوله الورقة ثم تكيف اللفة في شكل كعكة.
- عندما ينتهي مقدار العجين يصفى الكعك في صينية ويطهى في فرن معتدل الحرارة حوالي 25 دقيقة.

المقادير

- فارينة : 1 كيلو غرام
- لوز : 450 غرام
- سكر دقيق : 400 غرام
- زبدة : 400 غرام
- ماء ورد : 4 ملاعق اكل
- ملح : 1/2 ملعقة صغيرة

drjoezahi.com

الدرع

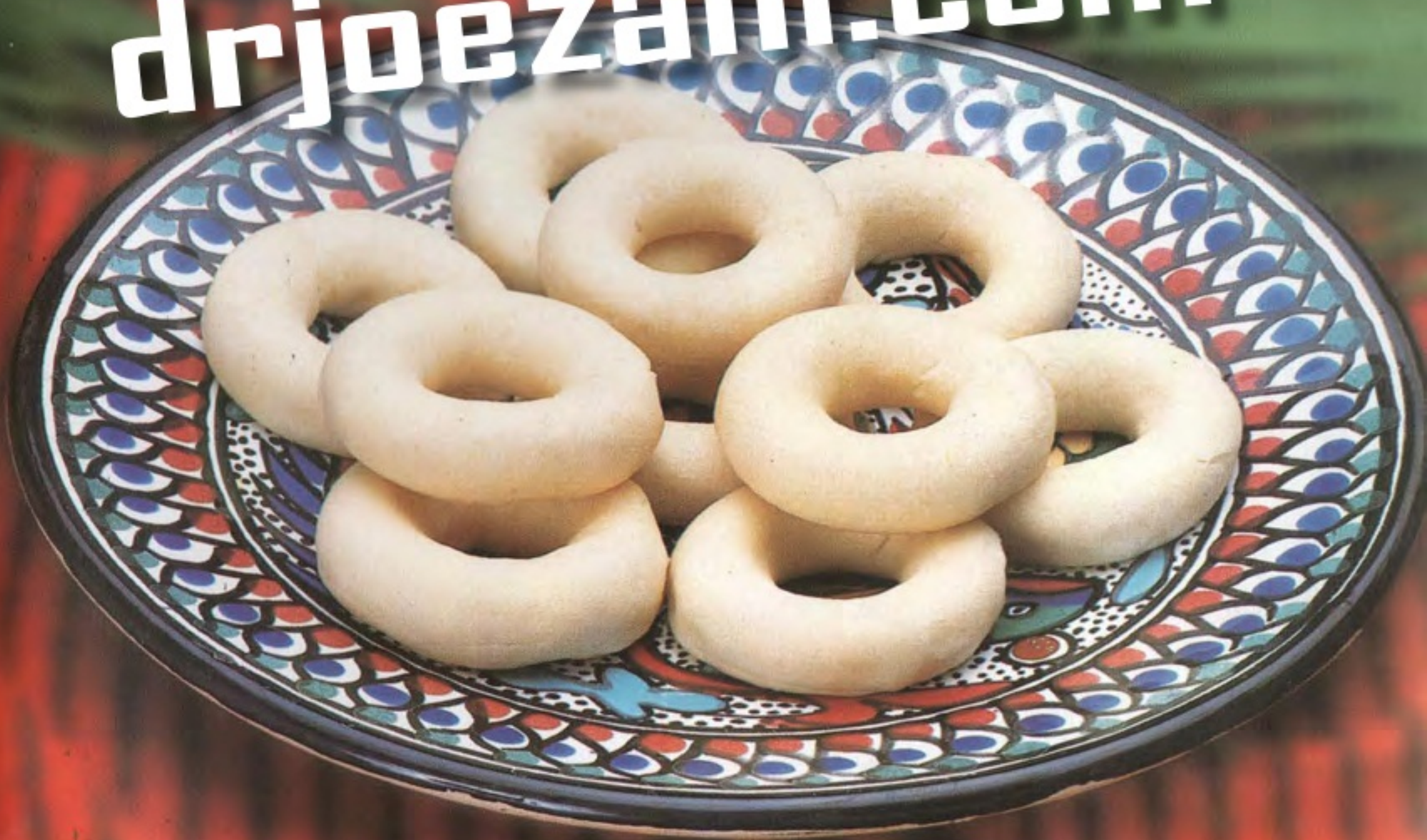
الطريقة

- يغربل دقيق الدرع ويحل في الحليب وبعد ان يصفى الخليط يوضع في ابناء فوق نار معتدلة مع التحريك المتواصل.
- عندما يجمد الدرع ويبدأ في الغليان يضاف اليه السكر وماء العطرشية.
- يسكب في كوؤس فردية و يرش سطحه ببعض الفاكهة حسب الرغبة.

المقادير

- دقيق الدرع : 500 غرام
- سكر : 400 غرام
- حليب : لتر واحد
- عطرشية : 1/10 لتر

drjoezahi.com



drjoezahi.com



المقادير

● مقادير العصيدة :

■ زقوثو : 1 كيلو غرام

■ فارينة : 750 غرام

■ سكر : 500 غرام

● مقادير الكريمة :

■ حليب : لتر ونصف

■ سكر : 500 غرام

■ فصوص اربع بيضات

■ نشا : 4 ملاعق

■ عطرشية : 1/10 لتر

الطريقة

- تنقى حبات الزقوثو و تغسل جيدا في مصفاة، اثر ذلك يتم قليها فوق النار او داخل الفرن.
- يرحى الزقوثو بفرامة اللحم عدة مرات حتى يصبح كالعجين ثم يحل في لتر من الماء مع مرسه وذلكه حتى ينحل جيدا.
- يصفى الخليط بغريال الشعر ويعصر عدة مرات حتى يستخرج منه اكثر مايمكن من مستحلب الزقوثو ولا تبقى فيه الا القشور.
- تحل بعد ذلك الفارينة في ماء الزقوثو وبعد ان يصفى الخليط من جديد يضاف اليه مقدار السكر ويوضع في ايناء فوق نار معتدلة مع التحريك بالمدلك بدون انقطاع.
- حالما تجمد العصيدة تعدل حلاوتها حسب الرغبة وتوزع في اوعية من البلور تملأ الى ثلثيها.
- تخفق فصوص البيض مع قليل من السكر.
- يحل النشأ في الحليب وبعد ان يصفى الخليط تضاف اليه فصوص البيض ويحل ما تبقى من السكر.
- ثم يوضع في ايناء فوق نار معتدلة مع التحريك المتواصل.
- حالما تبدا الكريمة في الغليان يمزج لها ماء العطرشية وتعدل لها حلاوتها ثم توزع في الاواني فوق العصيدة.
- تزين العصيدة و تزخرف حسب الرغبة والذوق وتستعمل لهذا الغرض المواد التالية :
- حبات من الفسدةق والبندق الصحيحة والمسحوقة.
- حبات البوفريوة واللوز المقلية صحيحة او مسحوقة.
- حبات من الجوز تقص انصافا او ارباعا.

A white ceramic bowl with a blue geometric pattern around the rim is filled with a brown, crumbly mixture. The mixture is topped with several whole almonds, some hazelnuts, and red seeds. The bowl sits on a white lace doily with a floral pattern. A watermark is overlaid on the center of the bowl.

drjoezahi.com

الطريقة

- تغربل الفارينة وتخلط جيدا مع الخميرة والملح والبكربونات ثم تجعل في وسطها حفرة يسكب فيها البيض مع الزيت والحليب والفانيليا.
- ثم يعجن الخليط جيدا مع ما يكفي من الماء الدافئ حتى نتحصل على عجينة ليننة ومتجانسة تغط بعد ذلك وتترك جانبا حوالي نصف ساعة.
- في ذلك الحين يسلق اللوز في الماء ويقشر ثم يجفف فوق نار ليننة ويرحى رحيا متوسطا.
- يذاب السكر في الماء ويوضع في ايناء فوق نار معتدلة حتى الغليان يضاف اليه عصير الليمون حين يغلظ قوامه.
- يحمى مقدار من الزيت في مقلاة عميقة.
- تبسط آنذاك العجينة بالقلقال سمكها سنتيمتر واحد ثم تقطع في شكل دوائر باداة معدة لذلك او بحافة كأس قطره لا يتجاوز 6 سنتيمترات وفي وسط الدائرة تقص دائرة اخرى بحافة كأس اصغر حجما من الاول حتى تصبح في شكل حلقة.
- تغلى بعد ذلك الحلقات في الزيت الحامي وتقلب فيه حتى يحمر لونها ثم تغطس في القطر وتزين باللوز و تصفف في طبق للتقديم.

المقادير

- فارينة : 500 غرام
- لوز : 150 غرام
- سكر دقيق : 150 غرام
- بيض : اربع بيضات
- فانيليا : قرطاس ونصف
- خميرة الحلويات : قرطاس
- ملح : 1/2 ملعقة صغيرة
- بكربونات : نصف ملعقة صغيرة
- زيت : عشر لتر
- حليب : عشر لتر
- زيت للقلي
- مقادير للقطر:
- سكر مبلىر : كيلو غرام
- ماء : لتر واحد
- عصير الليمون : ملعقة صغيرة

drjoezahi.com

بلوزة

الطريقة

- تقلى البوفريوة فوق نار معتدلة ثم تقشر وترحى رحيا ناعما.
- تحل البوفريوة مع السكر والنشأ في الحليب ثم توضع في ايناء فوق نار هادئة مع التحريك المستمر حتى الغليان.
- تسكب في كؤوس وتقدم ساخنة او باردة حسب الرغبة.

المقادير

- بوفريوة : 250 غرام
- سكر : 250 غرام
- حليب : لتر واحد
- نشأ : 4 ملاعق

A top-down view of a round, patterned plate filled with approximately 12 golden-brown, ring-shaped fried donuts. The plate has a blue and white geometric pattern with a dark rim. The background is a white tablecloth with a delicate floral and geometric pattern. A large, white, semi-transparent watermark is overlaid across the center of the donuts.

drjoezahi.com

A close-up view of two tall, elegant glasses filled with a thick, dark brown chocolate beverage, topped with a layer of white foam and small brown specks. The glasses are set on a white tablecloth with a repeating blue cross pattern. To the left, several silver spoons are stacked. In the background, there are clusters of small, colorful flowers in shades of purple, pink, and yellow. A large, white, semi-transparent watermark is overlaid across the center of the glasses.

drjoezahi.com

مقرروض القيروان

الطريقة

- يغربل السميد والفارينة ويضاف اليهما البكربونات والملح ثم يحمى الزيت ويسكب فوق الخليط، يعجن باليد مع اضافة قليلا من الماء الدافئ تدريجيا حتى تتماسك العجينة وتترك جانبا حوالي نصف ساعة.
- ينظف التمر وتنزع منه النوى ثم يدق بالمهراس او يرحى بآلة الرحي. يضاف اليه القرفة والزيت ويعجن باليد حتى يصبح مرنا ومتجانسا.
- تاخذ قطعة صغيرة من السميد وتفتل على شكل اسطوانة مستطيلة وتحفر في الوسط لكي يوضع فيها التمر ثم تلف العجينة على التمر وتفتل مرة ثانية.
- تسطح اثر ذلك الليفة بالقالب الخشبي المعد لذلك بسمك لا يتجاوز الصنتمتر الواحد و قبل ان يرفع القالب يحذف بالسكين ما يتجاوز جانبيه من العجين.
- يرفع انذاك القالب و يقص المقرروض في شكل معينات حسب الخطوط التي رسمها القالب فوق سطح العجين.
- يحمى الزيت في مقلاة عميقة تملأ الى ثلثيها ويقلى فيه المقرروض فوق نار معتدلة حتى يصبح لونه ذهبيا.
- في الاثناء يحضر القطر يذاب السكر في الماء ويوضع في ابناء فوق نار معتدلة وعندما يغلض قوامه يضاف اليه عصير الليمون وملعقة من ماء العطرشية .
- وحال ما يتم قلي المقرروض يغطس في القطر الساخن ويمكن رشه بالجلجلان او اللوز المجفف والمقلي والمبشور ويصفى في طبق للتقديم.

المقادير

● مقادير العجين :

■ سميد خشن : كيلو غرام

■ فارينة : 850 غرام

■ زيت : نصف لتر

■ ملح : ½ ملعقة صغيرة

■ بكربونات : ½ ملعقة صغيرة

■ قرفة : ½ ملعقة صغيرة

● مقادير الحشو :

■ تمر : 750 غرام

■ زيت : نصف لتر

● مقادير القطر :

■ سكر : كيلو غرام

■ ليمون : ليمونة واحدة

■ عطرشية : 4 ملاعق اكل



drjoezahi.com

لوز

الطريقة

- يسلق اللوز في الماء ويقشر ثم يحمص فوق نار لينة ويرحى اثر ذلك رحيا ناعما يضاف اليه السكر الدقيق ثم يمزج الخليط بماء العطرشية ويترك جانبا.
- يذاب السكر في الماء ويوضع في ايناء فوق نار معتدلة وعندما يغلظ قوامه يضاف اليه عصير الليمون وملعقة من ماء العطرشية .
- يحمى الزيت في مقلاة عميقة.
- في الأثناء تقص اوراق الملسوقة في شكل مستطيلات عرضها 6 سنتيمترات وتدهن على الوجهين بقليل من الزبدة المذابة لتصبح لينة اكثر ويسهل طيها.
- ثم يوضع في كل اول مستطيل ملعقة صغيرة من حشو اللوز وتطوى حوله الورقة بالانحراف في شكل مثلث.
- تقلى انذاك الصمصة في الزيت حتى يحمر لونها، تغطس في القطر وترش بقليل من اللوز المبشور ثم تصفف في طبق للتقديم.

المقادير

- مقادير الصمصة :
- ملسوقة : 24 ورقة
- لوز : 500 غرام
- سكر دقيق : 150 غرام
- عطرشية : 5 ملاعق اكل
- زبدة : 100 غرام
- مقدار للقطر:
- سكر دقيق : 500 غرام
- ماء : كأس
- ليمون : نصف ليمونة
- زيت للقلي.

drjoezahi.com

لوز

الطريقة

- ينقى الارز و ينضف في مصفاة تحت الحنفية ويقطرم من الماء.
- يغلى الماء في ايناء ويسكب فيه الارز ويترك حتى الغليان مع التحريك المتواصل.
- حالما يمتص الماء يضاف الحليب شيئا فشيئا مع مواصلة التحريك.
- عندما ينضج الارز يضاف اليه السكر وماء الورد ويتواصل الطبخ بنفس الطريقة حتى يتجانس الخليط
- تصب المحلبيه في صحن للتقديم ساخنة او باردة حسب الرغبة كما تزين بشيئ من الفستق او البندق او غيرها من الفاكهة.

المقادير

- الارز : 250 غرام
- سكر دقيق : 250 غرام
- حليب : لتر واحد
- ماء ورد : اربع ملاعق
- ماء : نصف لتر



drjoezahi.com



drjoezahi.com

غريبة حمص

الطريقة

- يخلط كل من مسحوق الفارينة والحمص والسكر في ابناء كبير.
- تذاب الزبدة فوق نار لينة الى حد الغليان ثم ترفع منها الطبقة البيضاء المتكونة في اعلى السائل.
- تسكب الزبدة فوق الخليط المذكور و تعجن تدريجيا باطراف الاصابع حتى تندمج فيه فتتكون عجينة متماسكة.
- يرحى الخليط في آلة رحي اللحم مرتين او اكثر وبعد ذلك يدلك براحة اليد و يفتل حسب الذوق ثم تصفف غريبة الحمص في طبق او صينية.
- تخبز في فرن متوسط الحرارة لمدة 20 دقيقة.

المقادير

- حمص مسحوق : 1 كيلوا
- فارينة : 250 غرام
- سكر دقيق : 250 غرام
- زبدة : 500 غرام

drjoezahi.com

كعابير الفزدق

الطريقة

- يرحى الفزدق ثم يغربل ويحتفظ بما تبقى من القطع (المبشور).
- يمزج الفزدق الناعم مع السكر ويضاف اليه مقدار من ماء الورد حتى يتحول الى عجينة متماسكة.
- تكيف بعد ذلك العجينة في شكل كريات بحجم حبات الجوز.
- يوضع الفزدق المبشور فوق الطاولة وتلذج كل قطعة فوقه ويضغط عليها قليلا باليد حتى تلتصق بها الحبات الصغيرة من الفزدق.
- تصفف انذاك الكعابير في طبق وتترك حتى تجف.

المقادير

- فزدق مقشر : 500 غرام
- سكر دقيق : 250 غرام
- ماء ورد : 10 ملاعق

A top-down view of a round plate with a blue and white floral pattern. The plate is filled with approximately 25 cylindrical, light brown cookies. The cookies are arranged in several rows, filling most of the plate. The background is a red and black striped fabric.

drjoezahi.com

A top-down view of a plain white round plate. The plate is filled with approximately 25 round, light brown cookies. The cookies are arranged in a somewhat circular pattern, filling most of the plate. The background is a red and black striped fabric.

drjoezahi.com

7	1	01:08 2009-11-16 بواسطة هدى	كتاب لالة خاص بالدجاج sabnina2004
78	6	09:35 2009-11-15 بواسطة oumnadir	كتاب الممنحات - نادية الجهري أم سامي
32	6	08:34 2009-11-15 بواسطة المنامية	كتاب مطبخ لالة للمعجنات zif76
98	14	07:50 2009-11-15 بواسطة oumnadir	كتاب خاص بحلويات الجافة لسعيدة بن بريم (21) sabnina2004
393	46	01:54 2009-11-11 بواسطة هدى	كتاب المعجنات - حورية المطبخ (54321) هدى
184	30	01:30 2009-11-11 بواسطة فطوووم1	كتاب جديد نسيميرة لثورتات (4321) sabnina2004
117	22	12:52 2009-11-11 بواسطة هدى	كتاب Patisserie gourmande - خيرة باشا (321) هدى
35	2	2009-11-11 بواسطة oumnadir	كتاب الفطريات الطفيف sabnina2004
48	8	12:17 2009-11-11 بواسطة oumnadir	كتاب *patisserie facon grand mere* sabnina2004
534	65	2009-11-11 بواسطة هدى	كتاب petits fours الصغيرة للسيدة ربيعة (54321... الصفحة الأخيرة) أم سامي
109	12	06:15 2009-11-10 بواسطة malk2005	كتاب فن تزيين الثورتات nayla
156	25	03:13 2009-11-10 بواسطة bachar2009	كتاب الوجبات السريعة (321) زهرة فلسطينية
151	27	02:49 2009-11-10 بواسطة sabnina2004	كتاب مطبخ مامي الطاجين (321) sabnina2004
102	14	02:32 2009-11-10 بواسطة nesma	كتاب تقنيات تحضير الحلويات والبسكوت والكيك (21) المنامية

www.drjoezahi.com/vb

والمزيد المزيد من الكتب