

رشيده أمهاوش

الأرز

خطوة خطوة

مخانا قديمية
بيتك لكل عربية

<http://www.anaqamaghribia.com/vb>



مورتاديليا بالأرز

مخاناقة بيت



- كأس من الأرز المكسر (170 غ)
- ملح و إبزار
- ورقة سيدنا موسى
- حبة من القرنفل
- 250 غ من كفتة الدجاج
- نصف كأس من السميدة الرقيقة
- ضامة البنة بنكهة الدجاج
- فسان من الثوم
- نصف كأس صغير من الزيت
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- ملعقة صغيرة من الهريسة
- 3 بيضات
- بعض حبات الزيتون بدون نواة

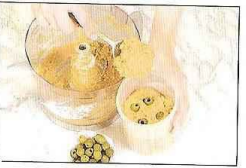
طريقة التحضير:



في كاسرول على النار، نسلق الأرز في ماء مملح مع ورقة سيدنا موسى و حبة القرنفل. نزيلهما و نصفيه.



نضع الأرز في المطحنة الكهربائية، نضيف كفتة الدجاج، السميدة الرقيقة، ضامة البنة بنكهة الدجاج، الثوم، الزيت، الملح، الإبزار، الكمون، التحميرة، الهريسة و البيض ثم نطحن الكل.



نفرغ مقدار ملعقتين كبيرتين من الخليط في أنية بلاستيكية أسطوانية الشكل (خاصة بالمورتاديليا تباع في المحلات التجارية). نضيف أربع حبات من الزيتون و نفرغ مرة أخرى ملعقتين كبيرتين من الخليط. نعيد نفس الطريقة إلى أن تنهي الخليط و نملاً الأنية جيداً ثم نغلقها.



نملاً نصف طنجرة الضغط بالماء، نضع فيها أنية المورتاديليا و نغلقها. ندعها تغلي لمدة 40 دقيقة تقريباً. نزيل الأنية و ندعها تبرد. تقدم المورتاديليا مقطعة إلى دوائر.

كويرات بالأرز و الكفتة

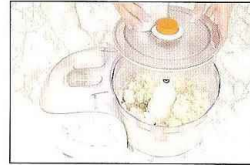
- 200 غ من الأرز المكسر
- ملح و إيزار
- 250 غ من كفتة الدجاج
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- ملعقتان كبيرتان من عصير الحامض
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ملعقة كبيرة من القزبر المفروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملعقتان كبيرتان من الجبن المفروم
- ملعقة كبيرة من الجزر المحكوك

للقلي :

- بيضة مخفوقة
- 100 غ من مسحوق الخبز المحمص
- زيت للقلي

٢٠. طريقة التحضير :

١- كاسرول على النار، نسلق الأرز مع الملح، نصفه من الماء و نطحنه في المطحنة الكهربائية ثم نضعه في إناء.



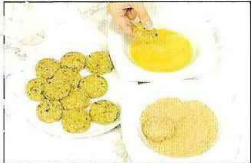
نضيف إلى الأرز المطحون كلا من كفتة الدجاج، الزيت، الملح، الإيزار، عصير الحامض، الثوم المهروس، القزبر، البقدونس، الجبن المفروم و الجزر المحكوك ثم نخلط جيدا.



4

مغناقة بيتة

نحضر الخليط على شكل كويرات، نبسطها قليلا باليد لنحولها إلى خبيزات. نغمس كل واحدة من الجهتين في البيض المخفوق و نكسوها بمسحوق الخبز المحمص. نستمر في نفس العملية إلى أن ننهي الخليط.



نقليها في حمام زيت ساخن حتى تتحمر من الجهتين. نضعها فوق ورق التنشيف ليمتص الزيت.



نقدم الكروكيت دافئة أو ساخنة حسب الذوق.

5

سلطة الأرز

للتزيين :

- حبة جزر محكوكة
- ملعقتان كبيرتان من حبوب الذرة المعلبة
- الزيتون الأسود
- قشرة الطماطم
- ورق البقدونس
- حبة كبيرة من الخيار

- 300 غ من الأرز الأصفر
- 10 ملاعق كبيرة من صلصة المايونيز
- 100 غ من الجبن المبروم
- علبة كبيرة من حبوب الذرة (280 غ)
- 3 ملاعق كبيرة من سمك الطون المعلب
- صغيرة من الجلبانة المسلوقة
- زلافة صغيرة من قطع الجزر المسلوقة
- زلافة صغيرة من قطع البطاطس المسلوقة
- زلافة صغيرة من قطع اللوبيا الخضراء المسلوقة

طريقة التحضير :

نسلق الأرز في ماء مملح. نصفيه و نحتفظ به جانبا حتى يستقطر جيدا ثم نضعه في إناء، نضيف له 3 ملاعق كبيرة من صلصة المايونيز، الجبن المبروم، نصف كمية حبوب الذرة و سمك الطون. نخلط الكل و نحتفظ به جانبا.

نضع الخضر المسلوقة في إناء، نضيف إليها باقي حبوب الذرة و ملعقتين كبيرتين من صلصة المايونيز ثم نخلط الكل.

نفرغ خليط الأرز في أنية مستطيلة الشكل و نسطه جيدا بالملعقة.

نفرغ خليط الخضر فوق خليط الأرز، نسط جيدا بالملعقة ثم ندخل الأنية إلى الثلاجة لمدة 30 دقيقة تقريبا.



مغناقة بيت



نفرغ السلطة في طبق التقديم، نزين بباقي صلصة المايونيز بواسطة جيب الحلواني. نضع الجزر المحكوك و حبوب الذرة على جانبي الطبق ثم نزين بالزيتون الأسود. نلف قشرة الطماطم على شكل وردة و نضعها على ورقتين من البقدونس ثم نصف بشكل فني دوائر رقيقة من الخيار. نرشها بصلصة مكونة من الملح، الزيت و الخل ثم نقدمها.

مقبلات بأوراق الأرز



مغناقة بيت بيت لكل عربية

طريقة التحضير :

تسلق الكرنب و الأرز في ماء مملح كلا على حدة. تصفيهما و تحتفظ بهما جانبا حتى يستقرا جيدا ثم نطحتهما في المطحنة الكهربائية مع القمرون، الكفتة، الزنجبيل، الملح و الإيزار.

نضع الخليط في إناء ثم نضيف له الجزر المحكوك، الفطر الأسود، البقدونس و صلصة الصوجا. نخلط الكل ثم نطهيه في معلقتين كبيرتين من الزيت و نحرك باستمرار.

نضع أوراق الأرز بين قطعتين من الثوب النظيف و المبلل بقليل من الماء لمدة دقيقتين و ذلك لكي يسهل طيها (مثل أوراق البسطة الطرية).

نيسط ورقة الأرز، نضع فوقها مقدار معلقتين كبيرتين من الحشوة. نثني الجانبين الأيمن و الأيسر.

نلقها على شكل سيگار. نقلي هذا المقبل (يجب وضع الجهة المفتوحة نحو الأسفل) في حمام زيت ساخن من جميع الجهات ليحمر ثم نضعه فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت و نقدمه ساخنا في طبق التقديم مزينا بأوراق من البقدونس.

- ربع زهرة كرنب (ملفوف)
- 80 غ من الأرز المكسر
- 250 غ من القمرون المنقى
- 200 غ من الكفتة بالتوابل
- قطعة صغيرة من الزنجبيل الطري
- ملح و إيزار
- حبة متوسطة من الجزر محكوك
- معلقتان كبيرتان من الفطر الأسود (مرطب في الماء الساخن و مقطع)
- معلقة كبيرة من البقدونس المفروم
- معلقتان كبيرتان من صلصة الصوجا
- كيس من أوراق الأرز
- زلافة صغيرة من خليط الدقيق و الماء
- معلقتان كبيرتان من الزيت
- زيت للقلي
- **للتزيين :**
- أوراق البقدونس

صريرات بالأرز

- 200 غ من الأرز الأصفر (مسلوق)
- 150 غ من الزبدة المذابة
- 100 غ من الجبن المبروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملح وإبزار
- 250 غ من الفمرون المنقى
- زلافة من صلصة البيشاميل (أنظر ص 45)
- 500 غ من ورق البسبيلة
- ملعقتان كبيرتان من الجبن المبروم

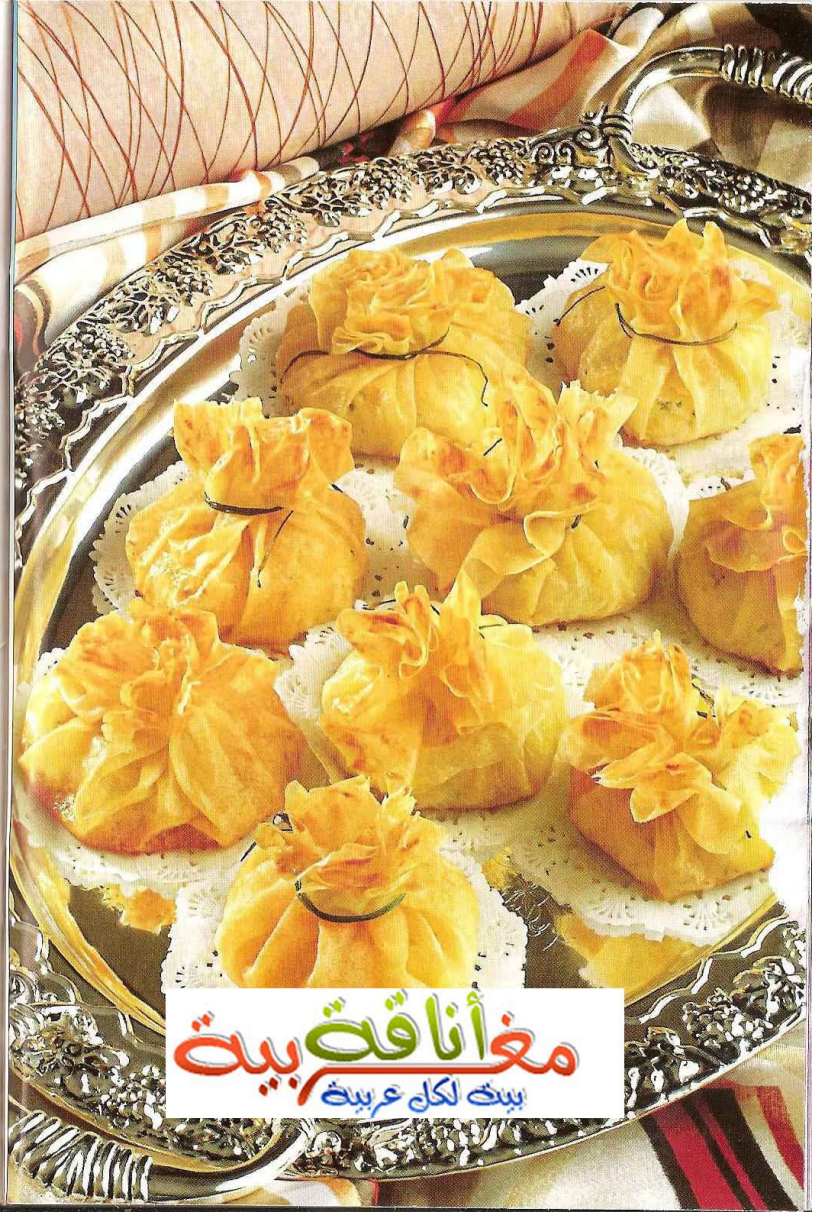
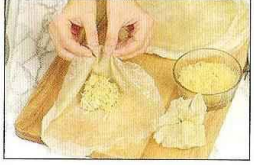
طريقة التحضير :

الحشوة : نقلي الأرز المسلوق في ملعقتين كبيرتين من الزبدة، نضيف البقدونس المفروم و نرش بالملح و الإبزار حسب الذوق، نحرك جيدا حتى يتقلّى قليلا.

نضيف القمرون إلى الأرز و نحرك حتى يطهى. نخفض من حدة النار، نفرغ صلصة البيشاميل و الجبن المبروم ثم نخلط الكل و نزيل المقلاة من النار.

ندهن ورقة البسبيلة بالزبدة المذابة، نضع ملعقتين كبيرتين من الحشوة في وسط الورقة و نضيف قليلا من الجبن المبروم. نجمع جوانب الورقة، على شكل صرة و نعدها بأوراق الثوم القصبية.

نقطع حواشي الورقة بالمقص، ندهن الصريرات بالزبدة المذابة و نضعها في صفيحة فرن مدهونة بقليل من الزيت. ندخلها إلى الفرن المسخن (180°C) لمدة 15 دقيقة تقريبا حتى تتحمر الورقة و نقدمها في حينها.



مخاناقة بيت
بيت لكل عريضة

أرز بالكلمار و البيض

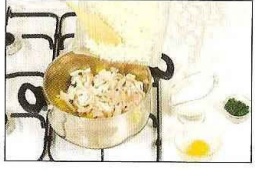


مغناقة بيت

- 1 كلغ من الحبار (الكلمار) متوسط الحجم
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت
- فصان ثوم مهروسان
- حبة متوسطة من البصل
- 2 من أوراق سيدنا موسى
- ملح و إبرار
- ملعقة صغيرة من بودرة الكاري (curry)
- 200 غ من الأرز الأصفر مسلوق
- أصفر بيضتان
- نصف علبة صغيرة من القشدة الطرية (100 غ)
- ملعقة كبيرة من البقدونس
- للتزيين :
- أوراق البقدونس



تقطع الكلمار إلى مربعات، نضعها في طنجرة على نار معتدلة و نقليها في الزيت مع كل من الثوم و البصل. نضيف أوراق سيدنا موسى ثم نرش بقليل من الملح، الإبرار و بودرة الكاري ثم نحرك. نصب مقدار كأس كبير من الماء، نغطي الطنجرة و نبقئها على النار لمدة 10 دقائق إلى أن ينضج الكلمار مع الحرص على الإحتفاظ بقليل من المرق. يمكن إضافة الماء عند الحاجة



نضيف الأرز إلى الطنجرة مع أصفر البيض، القشدة الطرية و البقدونس. نرش بالملح و الإبرار حسب الذوق و نخلط الكل جيدا. نزين هذا الطبق بأوراق البقدونس و نقدمه مع قطع من الحامض.

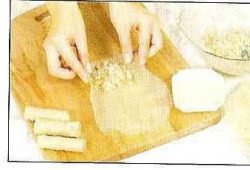
سيگار بالأرز



- 200 غ من الأرز المكسر أو الأصفر (مسلوق)
- 3 ملاعق كبيرة من مسحوق السكر (سنيده)
- ملعقة كبيرة من الحليب المركز و المحلى
- ملعقتان كبيرتان من العنب الجاف (الزبيب)
- ملعقتان كبيرتان من اللوز (مسلوق).
- مفسر. مقلي و مهرمش)
- نصف ملعقة صغيرة من مسحوق القرفة
- ملعقة صغيرة من ماء الزهر
- 500 غ من أوراق البسبيلية
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة المذابة
- زلافة من خليط الدقيق و الماء
- للتزيين :
- السكر الصقيل
- مسحوق القرفة



نضع الأرز في إناء مع السكر، ملعقة كبيرة من الحليب المحلى، اللوز المهرمش، العنب الجاف، مسحوق القرفة و ماء الزهر. نخلط حتى تتجانس كل العناصر. نقطع ورقة البسبيلية إلى أشرطة طويلة، ندهن كل شريط بالزبدة المذابة و نضع ملعقة كبيرة من خليط الأرز.



نتني الشريط قليلا من اليمين و من اليسار، نلفه حول الحشوة ثم نلصق آخره بخليط الدقيق و الماء. نقلي وحدات السيگار في حمام زيت ساخن، نحمرها من جميع الجوانب ثم نضعها مباشرة فوق ورق التنشيف. نزينها بالسكر الصقيل و مسحوق القرفة ثم نقدمها ساخنة.

أرز بالفواكه الجافة

- ملعقة صغيرة من قشرة الحامض محكوكة
- ملعقتان كبيرتان من العنب الجاف (الزبيب)
- 4 وحدات من المشمش الجاف
- ملعقتان كبيرتان من الجوز (الكركاغ) مقطع
- باليد إلى قطع صغيرة

للتزيين :

- قليل من الجوز (الكركاغ)
- قليل من رقائق اللوز المحمرة

- حبتان من القرنفل
- 3 من حبوب الهيل
- 10 من حبوب الإبرار
- عود من القرفة
- حبة من البصل مقطعة إلى قطع صغيرة
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- 250 غ من الأرز بسماتي
- نصف لتر من مرق الدجاج
- قليل من الزعفران الحر

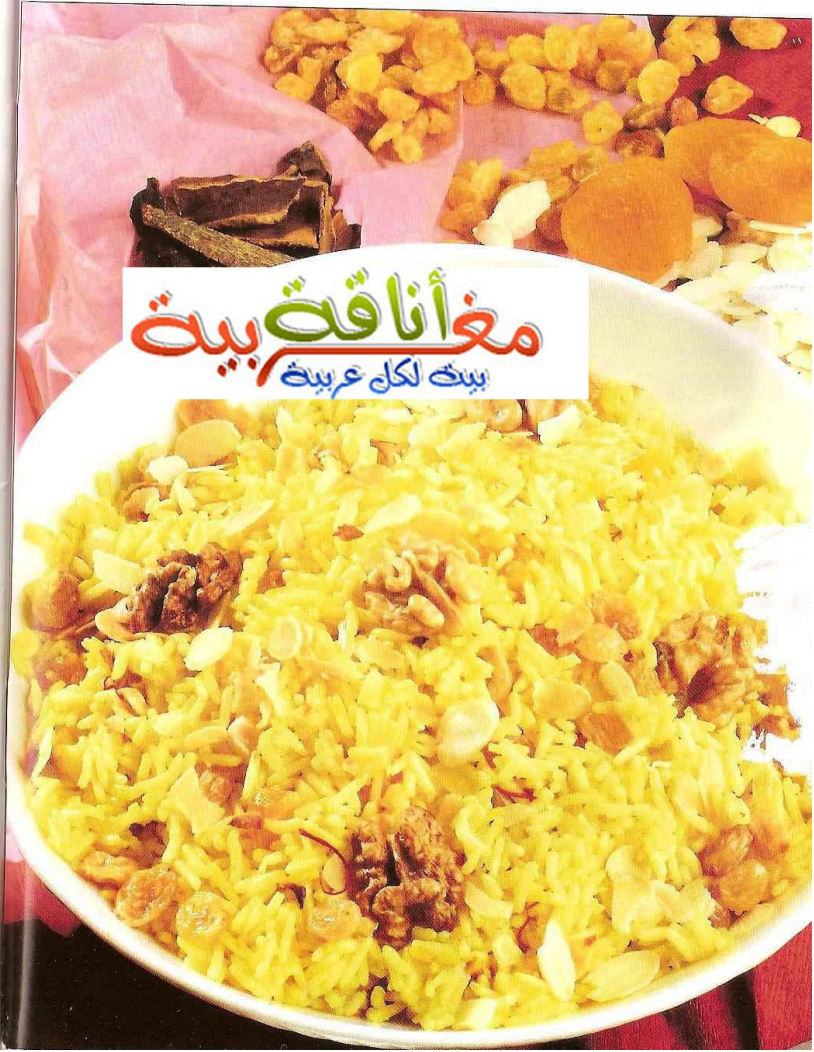
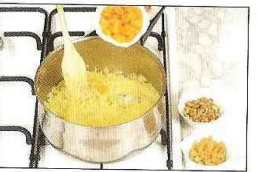
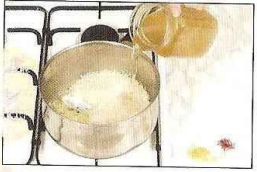
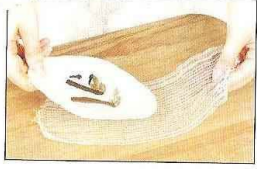
طريقة التحضير :

نضع في قطعة من الثوب الأبيض كلا من القرنفل، حبوب الهيل، حبوب الإبرار و عود القرفة ثم نعدد الثوب على شكل صرة . نضع العنب الجاف و المشمش الجاف في الماء الدافئ لمدة نصف ساعة، نصفيهما ثم نقطع المشمش إلى قطع صغيرة.

في كاسرول، نحمر قطع البصل في الزبدة إلى أن يصبح لونها شفافا، نضيف الأرز و نحرك قليلا ثم نصب مرق الدجاج.

بعد ذلك نضيف الزعفران الحر و قشرة الحامض المحكوكة، نغطي الكاسرول و نترك الأرز يطهى لمدة 15 دقيقة.

نضيف العنب الجاف و قطع المشمش الجاف إلى الأرز مع قطع الجوز ثم نخلط. نفرغ الأرز في طبق التقديم و نزين بأصاف حبات الجوز و رقائق اللوز المحمرة.



أرز بالخضر



- حبتان من القرع
- ملح و إيزار
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- بصلة مقطعة إلى شرائح
- نصف حبة من الفلفل الأحمر مقطع إلى شرائط صغيرة
- نصف حبة من الفلفل الأخضر مقطع إلى شرائط صغيرة
- نصف حبة من الفلفل الحار مقطع إلى شرائط صغيرة
- نصف حبة من الجزر المحكوك في حكاكة ذات ثقب كبيرة
- 150 غ من الأرز الأصفر
- ملعقة صغيرة من الزعفران الملون
- و قليل من الزعفران الحر
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- ملعقة صغيرة من صلصة الصوجا
- قليل من الجنجلان

طريقة التحضير :



نغسل القرع، نزيل له الرأس العلوي و نقطعه إلى دوائر. نرشه بالملح و نقليه في قليل من الزيت و في مقلاة أخرى، نحمر شرائح البصل في قليل من الزيت حتى يصبح لونها شفافا ثم نضيف كلا من الفلفل الأحمر، الأخضر و الفلفل الحار. نرش بالملح و الإيزار. نحرك حتى يطهى الكل و نضيف القرع المقلي و الجزر المحكوك. نحفظ به جانبا.



نسلق الأرز في الماء المملح مع الزعفران الملون و الزعفران الحر ثم نصفه جيدا و نضيفه إليه الزبدة و خليط الخضر مع تنسيمه بصلصة الصوجا. نحرك بمهل حتى تتجانس جميع العناصر و نقدمه ساخنا و مزينا بحبوب الجنجلان.

17

أرز بالسبانخ

مغناقة بيت



- باقة من السبانخ
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- حبتان من الجزر مقطعتان إلى مكعبات
- بصلة مقطعة إلى قطع صغيرة
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملح (حسب الذوق)
- 300 غ من الأرز الأصفر
- لتر من مرق اللحم أو مكعب بنكهة اللحم مع لتر من الماء

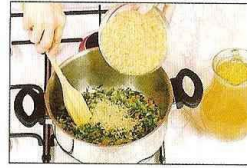
للتزيين :

- 150 غ من الجبن المفروم
- حبة من الجزر مقطعة على شكل وردة

طريقة التحضير :



ننقي السبانخ جيدا من الأوراق الصفراء و الأغصان، نحسل الأوراق، نقطعها و نقليها في طنجرة فوق نار متوسطة مع ملعقة كبيرة من الزبدة، الجزر، البصل، البقدونس و الملح. نحرك من حين إلى آخر حتى تنضج قليلا هذه العناصر.



نخفض من حدة النار، نضيف الأرز و نحرك قليلا. نصب المرق و ملعقة كبيرة من الزبدة ثم نرفع نسبيا من حدة النار و نترك الكل يطهى حتى ينضج الجزر و الأرز. نزيل الطنجرة من فوق النار و نضيف إليها الجبن المفروم ثم نخلط جيدا. عند تقديم هذا الطبق نزين الأرز بالجبن المفروم و الجزر.

16

طورتيا بالأرز

- 250 غ من الأرز المكسر
- لتر من الماء
- ملعقتان كبيرتان من البقدونس المفروم
- 4 ملاعق كبيرة من حبوب الذرة المعلبة
- 85 غ من الجبن المبروم
- بصلتان مقطعتان إلى قطع صغيرة
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- فص ثوم مهروس
- حبة من الفلفل الأحمر مقطع إلى مربعات صغيرة
- 3 حبات من الطماطم مقطعة إلى قطع صغيرة
- ملح وإبزار
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة

للتزيين :

- الجبن المبروم

طريقة التحضير :

في مقلاة، نقلي نصف كمية البصل في قليل من الزيت حتى يصبح لونها شفافا ثم نضيف الثوم المهروس، الفلفل الأحمر و الطماطم. نرش بالملح و الإبزار، نحرك حتى يتبخر ماء الطماطم. نحفظ الخليط جانبا.

في طنجرة نحمر باقي البصل في الزبدة. نضيف الأرز، نرش بالملح و الإبزار ثم نحرك قليلا و نصب الماء. نتركه يطهى إلى أن يتشرب الماء (يمكن إضافة الماء عند الضرورة). نضعه في إناء مع البقدونس المفروم، حبوب الذرة المعلبة، الجبن المبروم و خليط الطماطم المحتفظ به. نخلط حتى تتجانس جميع العناصر.

ندهن صفيحة فرن بالزبدة، نفرغ الخليط و نبسطه جيدا.

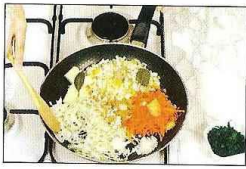
نرش بالجبن المبروم، نغطي الصفيحة بورق الألمنيوم و ندخلها الفرن المسخن بدرجة حرارة 180° لمدة 35 دقيقة ثم نزيل ورق الألمنيوم لتتحمر الطورتيا. تقدم ساخنة أو دافئة حسب الذوق.



مغناقة بيت
بيت لكل عربة

كراتان الأرز بالكفتة و الخضر

- نصف زهرة كرنب (الملفوف)	- ملح و إبزار	- قبصة من الكوزة
- حبة من الكراث (البورو)	- علبة من الفطر (140 غ)	- المحكوكة
- حبة من الجزر	- 500 غ من الكفتة بالتوابل	- بيضتان
- 60 غ من الزبدة	- 500 غ من أرز بسماتي	- ملعقتان كبيرتان من القشدة الطرية
- 3 فصوص ثوم مهروسة	الصلصة :	
- 2 من أوراق سيدنا موسى	- ملعقتان كبيرتان من الزبدة	
- ملعقة كبيرة من القزير	- ملعقتان كبيرتان من الدقيق	
- والبقدونس المفرومين	- نصف لتر من الحليب	
- كعب البنة بنكهة اللحم	- ملح و إبزار	
		- 150 غ من الجبن المفروم



نفسل الخضر، نلقيها و نقطع كلا من الكرنب و الكراث إلى قطع صغيرة ثم نحك الجزر و نضع الكل في مقلاة، نحررها مع 30 غ من الزبدة، الثوم المهروس، أوراق سيدنا موسى، القزير و البقدونس المفرومين. نفتت مكعب البنة، نرش بالملح و الإبزار ثم نحرك لمدة 10 دقائق تقريبا حتى تلين الخضر.

و في مقلاة أخرى، نقلي قطع الفطر في قليل من الزبدة مع الملح و الإبزار. نضيف الكفتة و نحرك بملعقة خشبية حتى تتفكك و تطهى ثم نضيف إليها خليط الخضر و نحرك لتجانس جميع المقادير.

نضع الأرز في ماء ساخن لمدة 3 دقائق، نصفيه ثم نضعه في كسكاس فوق القدر ليتبخر حتى ينضج، بعد ذلك نضعه في إناء لنذيب فيه باقي الزبدة. نخلطه بمهل و نحفظ به جانبا.

تحضير الصلصة : نذيب الزبدة في كاسرول على نار هادئة، نضيف لها الدقيق و نحرك جيدا لمدة دقيقتين. نفرغ الحليب تدريجيا و في نفس الوقت نرش بالملح، الإبزار و الكوزة مع التحريك حتى يعقد الخليط. نضيف البيض و القشدة الطرية و نخلط الكل جيدا.

نفرغ نصف كمية الأرز في أنية فرن مدهونة بالزبدة، نيسطه جيدا بالملعقة. نضيف فوقه خليط الكفتة بالخضر و نيسطه ثم نفرغ باقي الأرز كطبقة أخيرة. يجب أن نيسط الأرز جيدا كي يأخذ شكل الأنية عند الطهي.

نفرغ الصلصة، نشق الأرز قليلا بالشوكة لتتسرب إلى أسفل الأنية. نرش بالجبن المفروم و ندخل الأنية إلى الفرن لمدة 30 دقيقة حتى يتحمر وجه الكراتان. يقدم هذا الطبق ساخنا.

مخانا قبة بيت
بيت لكل عربة



كراتان الأرز بالباذنجان

طريقة التحضير :



نقشر البصل، نغسله ونقطعه إلى قطع صغيرة ثم نحمّره في الزيت. نضيف إليه ورق سيدنا موسى، الطماطم المحكّوة، الملح، الإبرار، التحميرة و الكمون ثم مركز الطماطم. نحرك حتى تتجانس هذه العناصر.



نزيل نصف كمية صلصة الطماطم (نحتفظ بها جانبا)، نضيف الأرز للباقي و نسقي بالمرق. نحرك من حين لآخر حتى يطهى الأرز و ذلك لمدة 15 دقيقة على نار هادئة.



نغسل الباذنجان، نقطعه إلى دوائر نقليها في الزيت و نرشها بقليل من الملح. نصف في أنية فرن، على شكل طبقات، نصف كمية الباذنجان و جبنة الموزاريلا. نرش بالحبق ثم نبسط كل كمية الأرز.



في مقلاة على نار هادئة، نقلي الكفتة في قليل من الزيت. نحرك بملعقة خشبية حتى تتفكّ الكفتة و تطهى ثم نبسطها فوق الأرز.



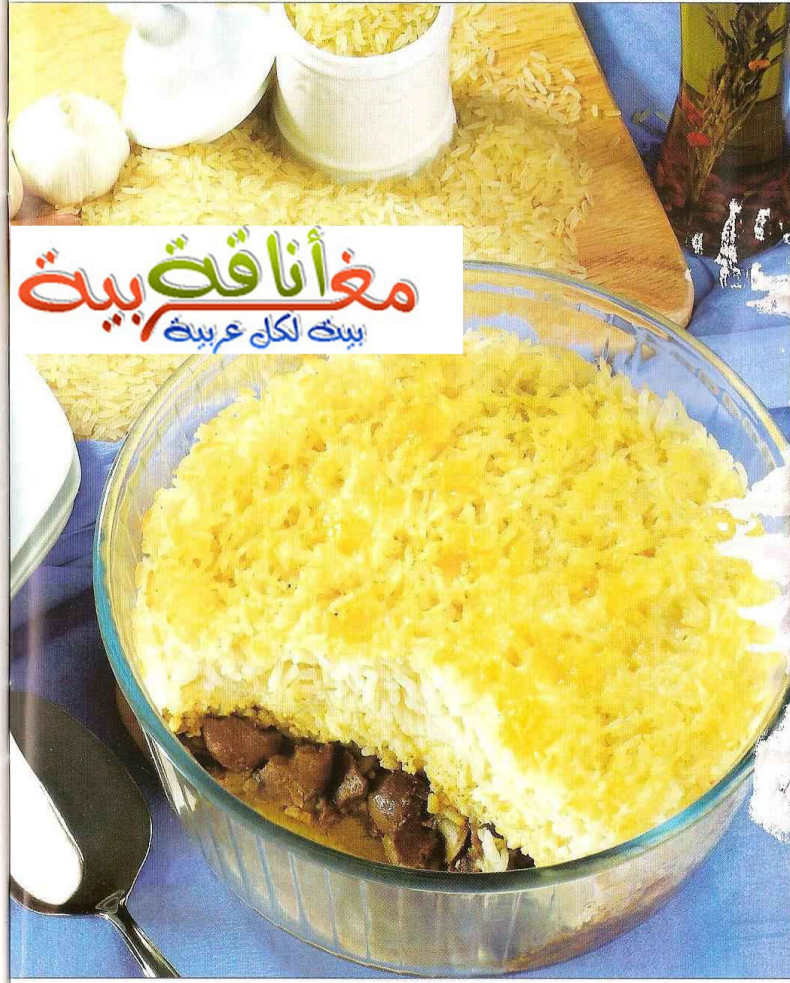
نصف باقي شرائح الباذنجان، نصب فوقها صلصة الطماطم المحتفظ بها. نرش بالجبين المبروم و ندخل الأنية إلى الفرن الساخن، درجة حرارته 200°C، لمدة 20 دقيقة. نقدم هذا الطبق ساخنا.

- 300 غ من الأرز الأصفر
- 1 كغ من الباذنجان
- 150 غ من شرائح جبنة الموزاريلا
- ملعقة صغيرة من الحبق الطري (مفروم)
- 250 غ من الكفتة بالتوابل
- صلصة
- ملعقة كبيرة من الزيت
- ورقة سيدنا موسى
- 400 غ من الطماطم محكّوة
- ملح و إبرار
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- لتر من مرق اللحم أو الماء
- للتزيين :
- 100 غ من الجبن المبروم



مغناقة بيت
بيت لكل عربيّة

كُراتان الأرز بكلي العجل



24

- بصلة -
- 500 غ من كلي العجل -
- ملعقتان كبيرتان من الزيت -
- 3 فصوص ثوم مهروسة -
- ملح و إبزار -
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون -
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة -

- زلافة صغيرة من شرائح الفطر -
- نصف ملعقة صغيرة من الدقيق -
- 250 غ من الأرز الأصفر -
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة -
- بيضتان -
- كأس صغير من الحليب -
- 50 غ من الجبن المبروم -

طريقة التحضير :

نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى شرائح. نغسل الكلي جيدا، نزيل لها الشحم ثم نقطعها إلى قطع متوسطة الحجم. نقلي الكل في طنجرة فوق النار مع الزيت، الثوم، الملح، الإبزار، الكمون و التحميرة. نحرك باستمرار. نضيف قليلا من الماء، نغطي الطنجرة إلى أن تطفى قطع الكلي.

نفتح الطنجرة، نضيف شرائح الفطر و الدقيق ثم نحرك. نترك الطنجرة فوق النار لمدة 5 دقائق ثم نزيلها.

نسلق الأرز في ماء مملح، نصفيه و نذيب فيه الزبدة. نفرغ قطع الكلي في أنية فرن و نبسط فوقها الأرز المسلوق.

نخلط البيض مع الحليب، نفرغه فوق الأرز و نرش بالجبن المبروم ثم ندخل الأنية إلى الفرن الساخن (200°C) من 20 إلى 25 دقيقة.

25



طاجين بكويرات الأرز

طريقة التحضير :

في طنجرة، نحمّر قطع البصل في الزبدة إلى أن يصبح لونها شفافاً. نضيف الأرز، نحرك قليلاً و نضب الماء. نفقت مكعب البنة ثم نرش بقليل من الملح و الإبزار. نترك الأرز يطهى إلى أن يصبح معجنا و يتبخر الماء.



نضعه في إناء مع البقدونس المفروم، الملح، الإبزار. نمزج البيض مع الحليب، نضيفهم إلى الأرز و نخلط حتى تتجانس جميع العناصر.



نسلق بيض السمّان، نقشره و نحفظ به جانبا. نحضر كويرات متوسطة الحجم من خليط الأرز، نجوف وسطها و نضع بيضة مسلوقة ثم نلف خليط الأرز من حولها. نستمر في العملية إلى أن ننهي كمية البيض.



نكسو كويرات الأرز بالدقيق، نغمسها في البيض المخفوق ثم في مسحوق الخبز المحمص.



نقلي كويرات الأرز في حمام زيت ساخن حتى تتحمر من جميع الجهات. نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت. عند تقديم طاجين اللحم أو طاجين الدجاج يمكن تزيينه بكويرات الأرز المحشوة بالبيض.

إضافة : يمكن وضع قطعة مكعب من جبنة الموزاريلا عوض البيض المسلوق.



- بصلة مقطعة إلى قطع صغيرة
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- 250 غ من الأرز المكسر
- لتر من الماء
- مكعب البنة بنكهة اللحم
- ملح و إبزار
- ملعقتان كبيرتان من البقدونس المفروم
- بيضتان
- نصف كأس صغير من الحليب
- 12 وحدة من بيض السمّان
- 50 غ من جبنة الموزاريلا
- قليل من الدقيق
- بيضتان مخفوقتان
- مسحوق الخبز المحمص
- زيت للقلي

مُمبَار بالأرز

- نصف ملعقة كبيرة من الإبزار
- ربع ملعقة صغيرة من الكمون
- ربع ملعقة كبيرة من القزير اليابس
- ربع ملعقة صغيرة من حبة حلاوة
- ربع ملعقة صغيرة من القرفة
- قبضة من الغوزة المحكوكة
- نصف ملعقة كبيرة من الفلفل
- الحار مطحون (السوداني)
- قبضة من القرنفل المطحون
- 750 غ من الكفتة بدون توابل
- بصلة مفرومة و محمرة
- 4 فصوص ثوم مهروسة
- الملح
- ملعقتان كبيرتان من القزير المفروم
- ملعقتان كبيرتان من البقدونس المفروم
- 3 ملاعق كبيرة من صلصة الطماطم الحلوة
- 100 غ من الأرز بسماتي (مسلوقة)

طريقة التحضير :



نخلط كلا من الإبزار، الكمون، القزير اليابس، حبة حلاوة، القرفة، الغوزة، الفلفل السوداني و القرنفل.



و في إناء، نضع الكفتة مع البصل المحمر، الثوم، الملح، القزير و البقدونس المفرومين، صلصة الطماطم الحلوة، و ملعقتين صغيرتين من خليط التوابل ثم الأرز. نخلط حتى تتجانس جميع العناصر.



نيسط الكفتة في صفيحة فرن. نرشها بقليل من التوابل. نغطيها بورق الألنيوم و ندخلها الفرن المسخن بدرجة حرارة 180°C لمدة 20 دقيقة.

إضافة : يمكن طهي المرق الذي تفرزه الكفتة مع صلصة الطماطم لتقديمها مع ممبار الأرز.

مغناقة بيتة

بيتة لكان عربيّة



أوراق الكرنب محشوة بالأرز

- زلافة كبيرة من الأرز المكسر
- بصلة محكوكة
- حبتان من الطماطم محكوكتان
- ملعقة كبيرة من القزير المفروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملح و إبزار
- حبة كرنب (الملفوف)
- بضع أغصان من الكرفس الطري
- بصلة مقطعة إلى دوائر
- 500 غ من أضلع الغنم
- 50 غ من الزبدة
- كأس صغير من الماء
- **طماطم على طريقة البروفانسال :**
- حبتان من الطماطم
- ملعقة كبيرة من الزيت
- ملح و إبزار
- فصان ثوم مهروسان
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم



في إناء نخلط كلا من الأرز، البصل المحكوك، الطماطم المحكوكة، القزير و البقدونس المفرومين ثم الملح و الإبزار.



نغلي الماء في كاسرول، نضع فيه أوراق الكرنب واحدة تلو الأخرى لمدة دقيقة كي تلين. نحتفظ بها جانبا.



نيسط ورقة الكرنب، نضع فيها مقدار ملعقتين كبيرتين من خليط الأرز. نثني الجانبين الأيمن و الأيسر ثم نلف الورقة على الحشوة.



نصاف أغصان الكرفس في أنية فرن، نضع فوقها دوائر البصل ثم أضلع الغنم. نضيف قطع الزبدة و نرش بالملح و الإبزار.



نصاف لفائف الكرنب فوق أضلع الغنم (نضع الجهة المفتوحة من الملفوف نحو الأسفل) ثم نصب الماء.



نضع أنية فرن ثقيلة فوق لفائف الكرنب لإبقائها متماسكة ثم ندخلها إلى الفرن لمدة 45 دقيقة مع مراقبة الطهي. نقطع الطماطم إلى دوائر سميكة نصفها في أنية مدهونة بالزيت ثم نرش بالملح و الإبزار. نضع في وسط كل دائرة قليلا من خليط الثوم المهروس مع البقدونس.

قبل نهاية نضج طبق الكرنب بـ 15 دقيقة ندخل الأنية إلى الفرن ثم نقدم الكل ساخنا.



مخاينة بيت
بيتك لكل عريضة

الأرز بالشمار (البسباس)

- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- بصلة مقطعة إلى شرائح
- 250 غ من الأرز الدائري
- 1 لتر من مرق لحم البقر
- 400 غ من البسباس الطري
- علبه صغيرة من الفطر الباريسي
- مقطع إلى شرائح (100 غ)
- باقة من الفزير و البقدونس
- 500 غ من قطع لحم البقر
- ملح و إبزار
- كأس صغير من الماء
- 3 ملاعق كبيرة من الخردل
- علبه صغيرة من القشدة الطرية (200 غ)
- 70 غ من الجبن الأحمر مفروم

طريقة التحضير :



في طنجرة فوق النار، نضع ملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون، نضيف لها شرائح البصل، نحرك حتى يصبح لون البصل شفافاً ثم نضيف الأرز. نحرك قليلاً و نفرغ نصف لتر من مرق لحم البقر.



نغسل البسباس جيداً و نقطعه إلى شرائح رقيقة نضيفها إلى الطنجرة مع شرائح الفطر و باقة الفزير و البقدونس. نترك الكل فوق النار لمدة 15 دقيقة.



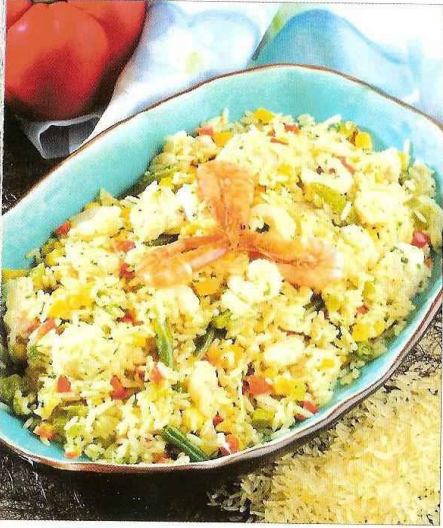
نحمر قطع لحم البقر في مقلاة مع ملعقة مع ملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون. نرش بقليل من الملح و نصب كأساً صغيراً من الماء. نترك قطع اللحم تطهى إلى أن يتبخر الماء كلياً.



نفتح الطنجرة، نزيل باقة الفزير و البقدونس. نضيف كلا من الخردل، القشدة الطرية، الجبن المفروم، الإبزار و نصف كمية اللحم ثم نحرك جيداً فوق النار. عند التقديم نضع الأرز في الطبق، نضيف قطع اللحم المتبقية في الوسط و نزين بالبقدونس المفروم.



أرز بالقمرن و الفلفل



- 3 فصص ثوم مهروسة
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- نصف حبة فلفل أحمر مقطعة إلى قطع صغيرة
- نصف حبة فلفل أخضر مقطعة إلى قطع صغيرة
- نصف حبة فلفل أصفر مقطعة إلى قطع صغيرة
- نصف زلافة من اللوبيا الخضراء مقطعة إلى قطع صغيرة
- 125 غ من الأرز الأصفر
- ملح و إبزار
- كأس كبير و نصف من الماء
- 250 غ من هبرة السمك الأبيض المقطع إلى مكعبات
- 250 غ من سمك القمرن المقشر
- 75 غ من حبوب الذرة المعلبة (نصف علبة صغيرة)

- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- وحدات من القمرن بالقشور للتزيين



في طنجرة نحمر الثوم المهروس في الزبدة، نضيف قطع الفلفل بأنواعه، قطع اللوبيا الخضراء، الأرز، الملح و الإبزار. نفرغ الماء و نقفل الطنجرة و ندع الكل يطهى لمدة 20 دقيقة تقريبا (يمكن إضافة الماء عند الضرورة).

نفتح الطنجرة، نضيف هبرة السمك الأبيض، القمرن، حبوب الذرة المعلبة و البقدونس المفروم. نحرك بمهل و نقفل الطنجرة و نبقئها على النار لمدة 10 دقائق أخرى. نضع خليط الأرز في صحن التقديم و نزيئنه بالقمرن المقلي و قطع من الحامض.

35

أرز بالسمك و الكمون

مغناقية بيت



- بصلة كبيرة مقطعة
- نصف كأس صغير من الزيت
- زلافة كبيرة من الأرز الأصفر
- الملح حسب الذوق
- ملعقتان صغيرتان من الكمون
- 3 زلافات كبيرة من الماء
- 300 غ من قطع هبرة السمك الأبيض
- فصان ثوم مهروسان
- للتزيين :**
- دوائر من الحامض
- ورقتان من البقدونس
- قشرة الطماطم ملفوفة على شكل وردة



في أنية فرن فوق نار متوسطة، نحمر البصل في الزيت و نضيف الأرز ثم نحرك قليلا. نزيله من فوق النار و نرش بالملح و ملعقة صغيرة و نصف من الكمون ثم نخلط الكل. نضيف الماء و نحرك. نغطي الأنية بورق الألمنيوم ثم ندخلها إلى الفرن الساخن (200°C) لمدة 20 دقيقة تقريبا.

نخرج الأنية من الفرن، نتبل قطع السمك بالملح و نصف ملعقة صغيرة من الكمون ثم بالثوم المهروس. نصف قطع السمك فوق الأرز و نعيدها للفرن مرة ثانية لمدة 15 دقيقة تقريبا. نقدم الطبق ساخنا و مزيئا بمقادير التزيين المذكورة.

34



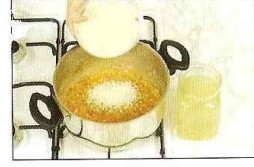
نسخن زيت الزيتون في طنجرة فوق نار متوسطة، نغسل قطع هبرة السمك الأبيض في الدقيق الأبيض ونحمرها قليلا في زيت الزيتون الساخن.



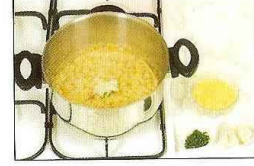
نضيف البصل، الجزر، الكرفس المفروم ثم نحرك قليلا وبمهل.



نزيل السمك من الطنجرة، نضعه جانبا ونضيف باقة القزير و البقدونس، قشرة الحامض، عصير الحامض، الطماطم، الثوم المهروس، كأس صغير من الماء، الملح والإبرار. نحرك قليلا.



نضيف الأرز، نحركه ثم نفرغ مرق السمك. نترك الكل يطهى مع التحريك بمهل من حين لآخر حتى ينضج الأرز



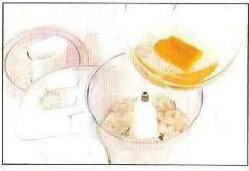
نضيف الجبن المفروم، قطع الزبدة و البقدونس المفروم. نحرك قليلا، نضع قطع السمك و نغطي الطنجرة ثم نزيلها من فوق النار بعد دقيقة فقط. نضع الأرز في طبق التقديم، نضيف قطع السمك و نزين بالبقدونس المفروم و شرائح من الحامض.



- 500 غ من هبرة السمك الأبيض
- مقطعة إلى قطع صغيرة
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 100 غ من الدقيق الأبيض
- بصلة مقطعة إلى قطع صغيرة
- جزرة مقطعة إلى مكعبات صغيرة
- ملعقة صغيرة من الكرفس المفروم
- باقة صغيرة من القزير و البقدونس
- قشرة حامضة صغيرة محكوكة
- عصير حامضة
- حبتان من الطماطم مقطعتان إلى قطع صغيرة
- فصان من الثوم مهروسان
- كأس صغير من الماء
- ملح و إبرار
- 250 غ من الأرز الدائري
- لتر من مرق السمك
- 100 غ من الجبن المفروم
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم

أرز بالقمرن

- جزرة
- ورقة سيدنا موسى
- باقة من البقدونس
- غصن من الكرفس
- شريحة من الخامض
- الملح حسب الذوق
- نصف لتر من الماء
- 500 غ من القمرن المقشر
- بيضتان
- 5 ملاعق كبيرة من الحليب
- 200 غ من الأرز الأصفر
- نصف ملعقة صغيرة من الزبدة
- قليل من القمرن المقشر
- مكعب البنة بالسّمك
- صلصة البيشاميل :
(أنظر الصفحة 45)
- للتزيين :
- البقدونس
- قليل من القمرن المقشر



في كاسرول فوق نار متوسطة، نطهي لمدة 10 دقائق الجزر في ماء مغلي مع ورقة سيدنا موسى، البقدونس، الكرفس، الخامض و الملح. ندع المرقي يبرد قليلا نصفيه و نضعه في المطحنة الكهربائية. نضيف حبة الجزر ثم نصف كمية القمرن و نطحن الكل.

في إناء نخفق أصفر البيضتين مع الحليب ثم نضيف خليط القمرن تدريجيا مع التحريك. نغطيه و نحتفظ به في الثلاجة إلى حين استعماله.

نسلق الأرز مع مكعب البنة في الماء، نصفيه و نضعه يستقتر جيدا. نضيف إليه خليط القمرن و البيض، نرش بالملح و نخلط جيدا حتى تتجانس جميع العناصر.

نخفق أبيض البيضتين جيدا حتى يصير كثيفا ثم نضيفه تدريجيا إلى خليط الأرز مع التحريك بملعقة خشبية.

ندهن أنية الفرن بالزبدة ثم نصف بعض الوحدات من القمرن. نفرغ عليها نصف كمية الخليط و نيسطها بملعقة. نصف باقي القمرن، نغطي بباقي الخليط و نيسطه.

نضع أنية الفرن فوق صفيحة فرن، ثم نصب الماء (طريقة حمام مريم). نغطي الأرز بورق الألمنيوم ثم ندخلها إلى الفرن لمدة 40 دقيقة و نقدمها.

نحضر صلصة البيشاميل و عند التقديم نضع الأرز في طبق، نصب حوله الصلصة و نزينه بالبقدونس و وحدات من القمرن محمرة في قليل من الزبدة.

مغناقية بيت



البايلا

- نصف حبة فلفل أخضر
- نصف حبة فلفل أحمر
- نصف حبة فلفل أصفر
- 6 وحدات طماطم
- 3 وحدات بصل
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- 500 غ من هبرة السمك الأبيض
- 500 غ من سمك الحبار (الكلمار)
- 500 غ من سمك القمرون مقشر
- 500 غ من سمك الراية (la raie)
- 500 غ من الأرز الأصفر
- كأس صغير من الزيت
- الماء
- قليل من الزعفران الحر
- الزعفران الملون
- الملح حسب الذوق
- الإبزار الأبيض حسب الذوق

للتزيين :

- 350 غ من القمرون الكبير الحجم
- مكعبات من قطع الفلفل بألوانه
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم

طريقة التحضير :

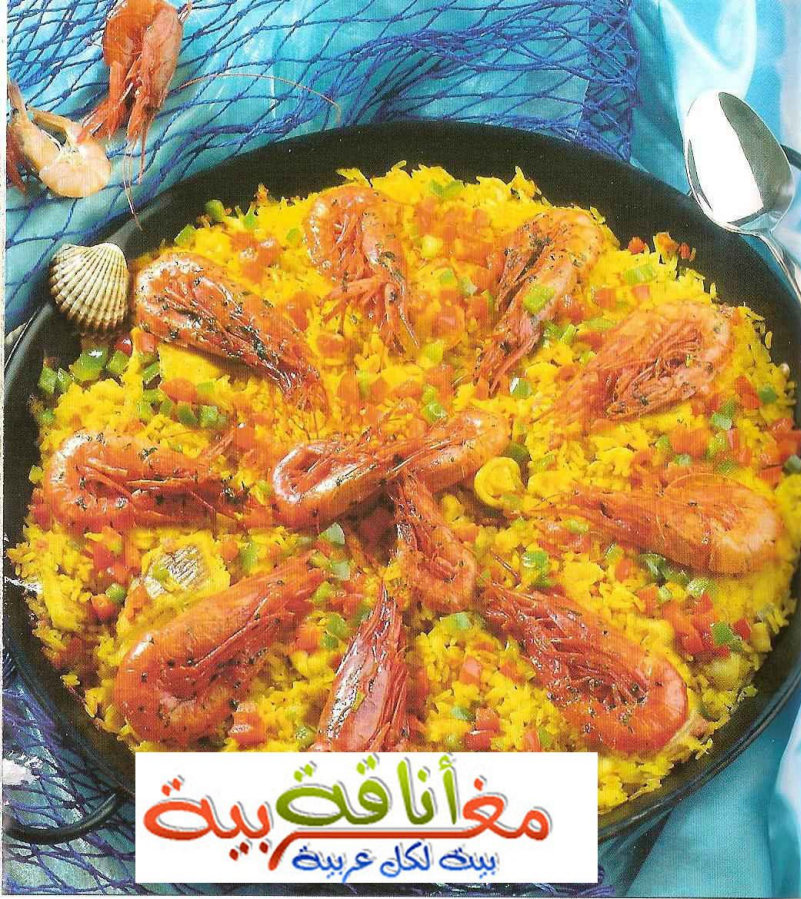
نحضر الخضر والأسماك، كلا على حدة، في مقلاة عادية ثم نضعها في مقلاة خاصة بالبايلا كالتالي :



نقطع الفلفل بأنواعه إلى قطع صغيرة ونقلبه في ملعقة كبيرة من الزيت. نقشر الطماطم، نزيل لها البذور ونقطعها إلى قطع صغيرة ثم نقلبها في ملعقة كبيرة من الزيت. نقشر البصل، نغسله ونقطعه إلى قطع صغيرة نحمرها مع الثوم المهروس في ملعقتين كبيرتين من الزيت.

نقطع هبرة السمك إلى مكعبات، نحمرها في ملعقة كبيرة من الزيت. نقشر القمرون ثم نحفظ به جانبا. نضع القشور في كاسرول ثم نغليها في لتر من الماء. نصفي ونحتفظ بمقدار كأس كبير من المرق. ننقي الحبار جيدا نقطعه إلى دوائر ثم نخيف لها الرؤوس والأجنحة. نفرغ هذه العناصر واحدة تلو الأخرى في مقلاة كبيرة خاصة بالبايلا. نغسل الأرز، نصفيه، نخيفه في المقلاة ونخلط الكل بمهل. نقطع سمك الراية إلى قطع متساوية، نحمرها في مقلاة مع ملعقة كبيرة من الزيت ثم نصفها فوق الأرز.

40



مغناقة بيت
بيت لكل عم بيت

نخلط مرق القمرون مع لتر و ربع من الماء، الزعفران الحر، الزعفران الملون، الملح و الإبزار ثم نصبه على خليط الأرز. نغطي المقلاة بورق الألمنيوم، نثقبه قليلا ثم ندخلها الفرن الساخن لمدة 30 دقيقة تقريبا إلى أن يطهى الأرز (يمكن إضافة قليل من الماء عند الضرورة). نزيل ورق الألمنيوم ثم نرجع البايلا للفرن لمدة 10 دقائق أخرى حتى تتحمر. عند التقديم نقلي كلا على حدة القمرون الكبير الحجم و قطع الفلفل في قليل من الزيت ثم نرش بالبقدونس المفروم. نزين بهما البايلا و نقدمها ساخنة.

41

كيش بالأرز والدجاج

- بصلة كبيرة مقطعة إلى قطع صغيرة
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- نصف ملعقة صغيرة من الزنجبيل
- قليل من الزعفران الملون
- ملح وإبزار
- 500 غ من أجنحة الدجاج
- 150 غ من الأرز المكسر
- كأس كبير و نصف من الماء
- 6 بيضات
- قليل من الكوزة المحكوكه
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- 200 غ من القشدة الطرية
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة

طريقة التحضير :

نقلي البصل في الزيت و نتبل بالزنجبيل، الزعفران الملون، الملح و الإبزار. نحرك من حين لآخر حتى يصبح لون البصل شفافا و نضيف أجنحة الدجاج و الأرز. نحرك قليلا، نصب الماء، نقفل الطنجرة ثم ندع الكل يطهى لمدة 20 دقيقة. نزيل الأجنحة (نحتفظ بها جانبا) و نترك الأرز يكمل نضجه.

في إناء، نخلط البيض مع الملح، الإبزار، الكوزة محكوكه، البقدونس المفروم و القشدة الطرية.

بعد التأكد من نضج الأرز، نحركه حتى يتشرب الماء كليا و نزيل الكاسرول من فوق النار ليبرد الأرز قليلا. نضيف له خليط البيض و نحرك.

نصفف أجنحة الدجاج في آنية فرن و نضع فوقها قطعا من الزبدة. نفرغ خليط البيض و الأرز في آنية فرن دائرية و مدهونة بالزبدة.

ندخل الآنيتين إلى فرن مسخن بدرجة حرارة 200°، بعد مرور 15 دقيقة نخرج أجنحة الدجاج (يجب أن تتحمر). ندع الكيش يكمل نضجه 15 دقيقة أخرى ثم نخرجه. نقدم كيش الأرز ساخنا و مرفوقا بأجنحة الدجاج.

مغناقة بيت
بيت لكل عم بيت



كراتان الأرز بشرائح الدجاج



مغناقة بيت
بيت لكل عريضة

طريقة التحضير:

لتحضير صلصة البيشاميل، نذيب الزبدة في كاسرول على نار هادئة، نضيف الدقيق ونحرك جيدا لمدة دقيقتين. نفرغ الحليب تدريجيا دون التوقف عن التحريك. في نفس الوقت نضيف الملح، الإبزار و الكوزة. نستمر في التحريك حتى يعقد الخليط ثم نزيله من فوق النار.

نقطع شرائح الدجاج إلى شرائط ثم نضعها مع الثوم في مقلاة، فوق نار هادئة. نحمرها في ملعقتين كبيرتين من الزبدة و نتبلها بالملح، الإبزار و بودرة الكاري. نحرك من حين لآخر إلى أن يطهى الدجاج.

نسلق الأرز في ماء مملح، نصفه و نذيب فيه ملعقة كبيرة من الزبدة. نصف نصف الكمية في أنية فرن مدهونة بقليل من الزبدة. نيسطه جيدا بملعقة و نصب عليه نصف كمية صلصة البيشاميل ثم نرش بقليل من الجبن المفروم.

نصفف فوقه نصف كمية قطع لحم الدجاج و نفرغ باقي الأرز. يجب أن نيسط الأرز جيدا كي يأخذ شكل الأنية عند الطهي.

نصفف باقي قطع لحم الدجاج فوق الأرز كطبقة أخيرة.

نصب باقي صلصة البيشاميل و نرش بباقي الجبن المفروم ثم ندخل الأنية إلى الفرن لمدة 45 دقيقة حتى يتحمر وجه الكراتان و نقدمه ساخنا.

صلصة البيشاميل:

- 3 فصوص ثوم مهروسة
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة
- ملح و إبزار
- ملعقة صغيرة من بودرة الكاري (curry)
- زلافة كبيرة و نصف من الأرز الأصفر
- قليل من الكوزة المحكوكة

للتزيين:

- 500 غ من شرائح الدجاج
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة
- ملح و إبزار
- ملعقة صغيرة من بودرة الكاري (curry)
- زلافة كبيرة و نصف من الأرز الأصفر
- قليل من الكوزة المحكوكة
- 150 غ من الجبن المفروم

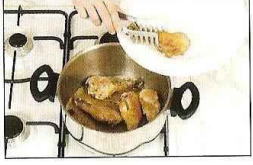
أرز بأفخدة الدجاج

- 500 غ من أفخدة الدجاج
- نصف كأس صغير من الزيت
- بصلة مفرومة
- نصف حبة من الفلفل الأخضر
- نصف حبة من الفلفل الأحمر
- 4 وحدات طماطم
- 250 غ من الأرز الأصفر
- 100 غ من الجلبانة الطرية
- فصان ثوم مهروسان
- قليل من الزعفران الحر
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- ملح وإبزار
- لتر و ربع من الماء
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- ملعقتان كبيرتان من البقدونس المفروم

للتزيين :

- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم

طريقة التحضير :



في طنجرة فوق نار متوسطة، نسخن الزيت و نحمر فيها أفخدة الدجاج، من جميع الجوانب، مع رشها بالملح. نزيل الدجاج و نحتفظ به جانبا.



في نفس الطنجرة نضيف البصل المفروم، الفلفل الأحمر و الأخضر مقطعين إلى قطع صغيرة. نحمر هذه العناصر مع التحريك لمدة 3 دقائق تقريبا.



نضيف الطماطم مقشرة و مقطعة إلى قطع صغيرة، الأرز، الجلبانة و الثوم المهروس. نتبل بالزعفران الحر، التحميرة، الملح و الإبزار. نحرك قليلا حتى تتجانس جميع العناصر. نصب الماء و نغطي الطنجرة لمدة 10 دقائق.



نفتح الطنجرة، نضيف مركز الطماطم نحرك بمهل ثم نضع أفخدة الدجاج المحتفظ بها. نقفل الطنجرة و نترك الكل يطهى لمدة 30 دقيقة تقريبا. قبل نهاية الطهي ب 3 دقائق، نضيف البقدونس المفروم. نقدم هذا الطبق مزينا بقليل من البقدونس المفروم.



مغناقة بيت
بيت لكل عربي

كفتة الدجاج بالأرز

- 250 غ من كفتة الدجاج
- 100 غ من الأرز الأصفر
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملح و إبزار
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من مسحوق القرفة
- نصف ملعقة صغيرة من مسحوق القزير الجاف
- بصلة كبيرة مقطعة
- ملعقتان كبيرتان من زيت المائدة
- ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون
- الزعفران الملون
- حبتان من الجزر مقطعتان إلى مكعبات صغيرة
- كأس كبير و نصف من الماء

طريقة التحضير :

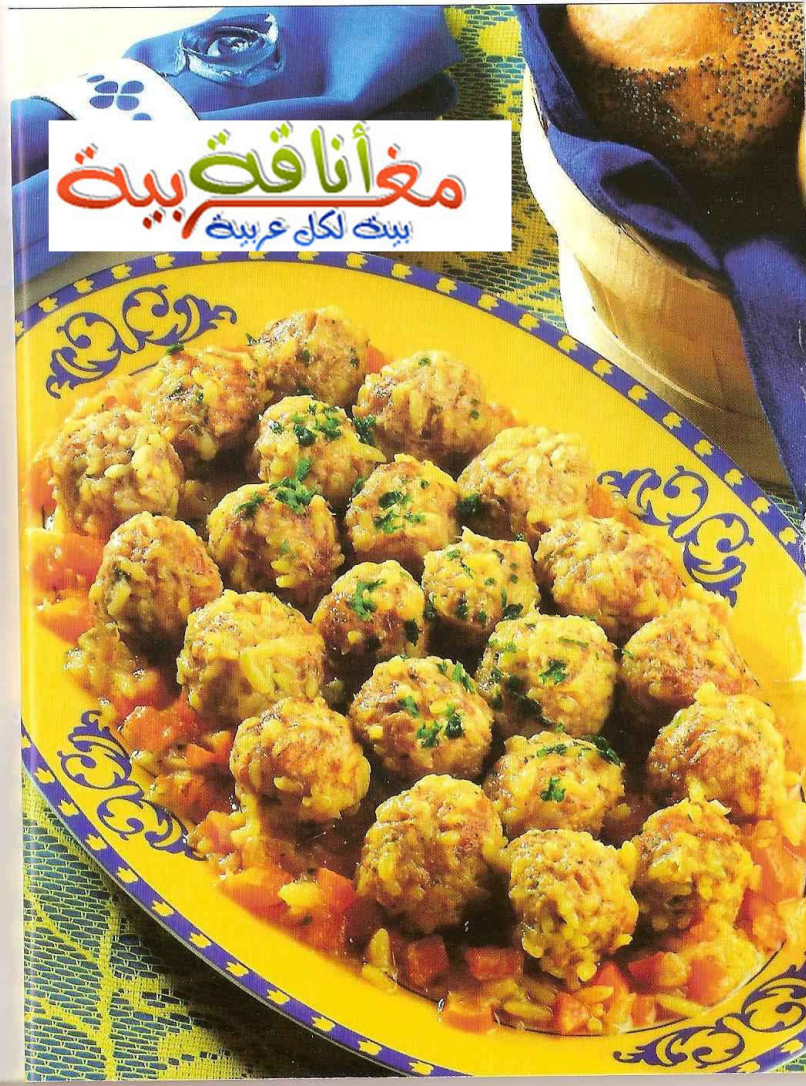


في إناء نضع كفتة الدجاج مع الأرز و البقدونس، نتبل بالملح، الإبزار، التحميرة، مسحوق القرفة و مسحوق القزير الجاف. نخلط الكل و نحضر كويرات.



نحمر البصل في زيت المائدة و زيت الزيتون. نرش بالملح، الإبزار و الزعفران الملون ثم نضيف الجزر و كويرات الكفتة و الأرز. نفرغ الماء ، نقفل الطنجرة مدة 25 دقيقة حتى يطهى الأرز مع الحرص على ترك قليل من الصلصة للتقديم.
(يمكن إضافة الماء عند الضرورة).

إضافة : يمكن تعويض كفتة الدجاج بكفتة البقر أو الغنم مع الإكتفاء بملعقتين كبيرتين فقط من الزيت.



مخانة بيت

أرز بالدجاج وحبوب الذرة



- بصلة مقطعة إلى قطع صغيرة
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- 250 غ من الأرز المكسر
- 150 غ من شرائح صدر الدجاج
- مقطعة إلى مكعبات صغيرة
- ملح وإبزار
- كأسان كبيران و نصف من الماء (أو مرق الدجاج)
- أصفر بيضتان
- 75 غ من حبوب الذرة المعلبة (نصف علبة صغيرة)
- 4 ملاعق كبيرة من الجبن المفروم
- للتزيين :**
- بيض السممان
- قطع من الدجاج المقلي بالبيض
- ومسحوق الخبز المحمص



في كاسرول نحمر قطع البصل في الزبدة إلى أن يصبح لونها شفافا ثم نضيف الأرز و قطع صدر الدجاج. نرش بالملح و الإبزار و نحرك قليلا. نفرغ الماء و ننقل الطنجرة إلى أن يطهى الأرز.



بعد التأكد من نضج الأرز، نحركه حتى يتبخر الماء كليا و نزيل الكاسرول من فوق النار. نتركه جانبا حتى يبرد و نضيف له أصفر البيض، حبوب الذرة المعلبة و الجبن المفروم. نخلط الكل جيدا. ندهن أنية فرن بالزبدة و نفرغ الخليط ثم نيسطه جيدا بالملعقة.

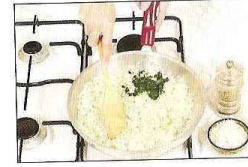
نضع الأنية فوق صفيحة فرن أخرى، نصب فيها الماء (طريقة حمام مريم). نغطي أنية الأرز بورق الألنيوم، ندخلها إلى الفرن لمدة 15 دقيقة ثم نقدمها في طبق مزينة ببيض السممان و قطع الدجاج المقلية.

أرز بالدجاج

- بصلتان مقطعتان إلى قطع صغيرة
- دجاجة من وزن 1 كلغ و نصف
- نصف كأس صغير من الزيت
- 4 فصصوص ثوم مهروسة
- الملح
- ملعقة صغيرة من مسحوق الزنجبيل
- قليل من الزعفران الحر
- ربع ملعقة من الخرقوم
- نصف لتر من الماء
- نصف ملعقة صغيرة من مركز الطماطم
- 200 غ من الأرز الأصفر مسلوق
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- للتزيين :**
- ملعقتان كبيرتان من البقدونس المفروم



في طنجرة، على نار متوسطة، نقلي البصل، قطع الدجاج و فصين من الثوم في الزيت. نضيف التوابل و نحرك من حين لآخر حتى تتجانس جميع العناصر و يصير لون البصل شفافا. نفرغ الماء، نغطي الطنجرة لمدة 30 دقيقة تقريبا (مع المراقبة). بعد ذلك نصف قطع الدجاج في صفيحة و ندخلها إلى الفرن لتتحمّر. أما المرق فنضيف إليه مركز الطماطم و نطحنه لنرفق به الطبق كصلصة.



في مقلاة، نقلي باقي الثوم المهروس في الزبدة و نضيف الأرز المسلوق مع البقدونس المفروم. نرش بالملح و الإبزار (حسب الذوق)، نحرك جيدا حتى يتقلّى الأرز قليلا. قبل التقديم نضع الأرز في طبق، نصف فوقه قطع الدجاج المحمرة ثم نزين بقليل من البقدونس المفروم.

فراخ الدجاج محشوة بالأرز

- بصلتان كبيرتان مقطعتان
- 4 ملاعق كبيرة من الزبدة
- كبد و قوانص (فنصات) فراخ
- الدجاج مقطعة إلى قطع صغيرة
- قليل من المسكة الحرة المدفوقة
- قليل من الكوزة المحكوكة
- 400 غ من الأرز الأصفر
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- ملح و إبزار
- 7 كؤوس صغيرة من الماء
- 4 من فراخ الدجاج منقاة مع الاحتفاظ بالعنق
- ملعقة كبيرة و نصف من الزبدة اللينة
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- حبة بصل مقطعة إلى دوائر

طريقة التحضير :



نقلي قطع البصل في طنجرة فوق النار مع الزبدة، نضيف الكبد و القوانص. نحرك قليلا ثم نضيف المسكة الحرة، الكوزة، الأرز، الكمون الملح و الإبزار. نحرك لمدة 5 دقائق، نضيف الماء و نغطي الطنجرة لمدة 25 دقيقة إلى أن يطهى الأرز. نحتفظ به جانبا حتى يبرد.



نغسل فراخ الدجاج جيدا، نزيل العنق مع الإحتفاظ بجلده متماسكا. نحشو فراخ الدجاج بخليط الأرز من العنق، من البطن و كذلك مباشرة تحت الجلد من جهة الأفضة و الصدر. نخيط بالخيط الغذائي كي لا يتسرب الأرز عند الطهي.



نربط فخذى الفراخ بالخيط و ندهنها بخليط الزبدة و التحميرة ثم نضعها في آنية فرن مفروشة بدوائر البصل. نغطيها بورق الألمنيوم و ندخلها الفرن لمدة 30 دقيقة تقريبا مع مراقبة الطهي. بعد ذلك نزيل الورق و نتركها تتحمر (من جميع الجهات). نقدمها مرفوقة بسلطة غنية بالخضر.



مغناقة بيت
بيت لكل عربيته

مرافقة أطباق اللحم، أرز حبة حبة



مغانقة بيت

بيت لكل عربيته

- 250 غ من الأرز
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- لتر إلا ربع من الماء
- الملح حسب الذوق



في طنجرة، نحمّر نصف كمية الأرز في الزبدة حتى يصبح لونه بنياً مع التحريك من حين لآخر. نضيف إليه باقي الأرز، ثم نصب الماء ونرش بالملح، عند الغليان ننقص من حدة النار ثم نتركه يطهى إلى أن يتبخّر الماء كلياً (دون أن نضيف الماء).
نقدمه مرفوقاً بطبق اللحم مع الصلصة.

مرافقة أطباق الدجاج، أرز بالزعفران



- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- 250 غ من أرز بسماتي
- 2 من أوراق سيدنا موسى
- الملح
- قليل من الزعفران الحر
- نصف لتر من الماء



في طنجرة فوق نار هادئة، نذيب الزبدة ونضيف كلا من الأرز، ورق سيدنا موسى، الملح ثم الزعفران الحر. نحرك من حين لآخر حتى يصبح لون الأرز ذهبياً ونصب الماء ثم نغطي الطنجرة حتى يطهى الأرز وذلك لمدة 10 دقائق تقريباً.
نقدمه ساخناً مرافقاً لطبق من الدجاج.
إفادة : أرز بسماتي يطهى بسرعة فكمية الماء تكون أقل من ضعفي كمية الأرز.

55

مرافقة أطباق السمك، أرز بالزعتر و الحامض



- نصف بصلة
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ملح وإبزار
- 250 غ من الأرز
- لتر إلا ربع من مرق السمك
- غصن من الزعتر الطري
- ملعقة صغيرة من قشرة الحامض محكوكة



نقشر البصل، نغسله ونقطعه إلى قطع صغيرة، نقليه في طنجرة مع ملعقة كبيرة من الزبدة و زيت الزيتون. نضيف الأرز، نرش بالملح و الإبزار. نحرك قليلاً ونصب مرق السمك ثم نغطي الطنجرة لمدة 10 دقائق. بعد ذلك نضيف باقي الزبدة، الزعتر وقشرة الحامض ثم نقفلها إلى أن يطهى الأرز.
نقدمه ساخناً ومرافقاً لطبق من السمك.

مرافقة أطباق اللحم، أرز بالفطر



- نصف بصلة مقطعة قطعاً صغيرة
- فص ثوم مهروس
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 250 غ من الأرز + ملح و إبزار
- لتر إلا ربع من مرق اللحم
- 70 غ من الفطر الباريسي المقطع إلى قطع صغيرة
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملعقة كبيرة من أوراق البقدونس
- 30 غ من الجبن المفروم



في طنجرة نحمّر قطع البصل و الثوم في ملعقة كبيرة من الزبدة و زيت الزيتون إلى أن يصبح لونها شفافاً. نضيف الأرز، الملح، الإبزار و نحرك قليلاً. نصب مرق اللحم، نترك الكل يطهى إلى أن يتبخّر الماء. وفي مقلاة نحمّر قطع الفطر مع باقي الزبدة، البقدونس، الملح و الإبزار. بعد أن يطهى الأرز نضيف له الفطر و الجبن. نخلط ونقدم الأرز مرفوقاً بكفتة مشوية.

54

محلّى بالأرز و الفاكهة

- 100 غ من مسحوق السكر (سنيّدة)
- ملعقتان كبيرتان من القشدة الطرية
- نصف علبة من الإجاص المصبر (230 غ)
- علبة من المشمش المصبر (250 غ)

للتزيين :

- ملعقة صغيرة من القرفة

- 200 غ من الأرز المكسر

- قبضة من الملح

- نصف لتر من عصير البرتقال

- كيس من الفانيلا (7 غ)

- ملعقتان كبيرتان من الزبدة

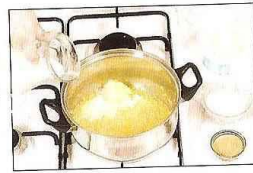
- نصف لتر من الحليب

- ملعقة صغيرة من مسحوق الزنجبيل

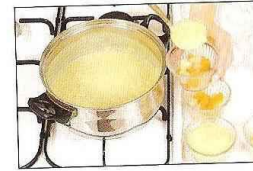
طريقة التحضير :



نغسل الأرز، نصفيه و نضعه مع الملح في طنجرة، فوق نار متوسطة، ثم نصب عصير البرتقال. نتركه يطهى حتى يتبخّر العصير.



نضيف الفانيلا، الزبدة، الحليب، مسحوق الزنجبيل، مسحوق السكر و القشدة الطرية. نترك الكل يطهى مرة أخرى إلى أن يتبخّر الحليب نسيباً.



نقطع الإجاص و نصف كمية المشمش إلى قطع صغيرة ثم نضعها في كؤوس التقديم. نملؤها بخليط الأرز، نزينها بنصف حبة من المشمش المصبر و نضعها في الثلاجة لتبرد.

عند التقديم نرشها بقليل من القرفة و نقدمها كمحلّى بارد.

مخاناقة بيّنة

بيّنة لكلّ عمر بيّنة



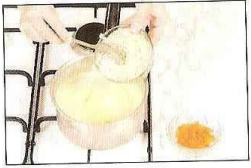


فلان بالأرز

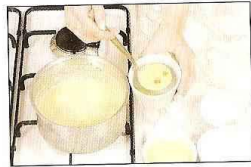
- 50 غ من الأرز
- قبضة ملح
- كيس من بودرة الفلان بالسكر (45 غ)
- نصف لتر من الحليب
- 4 وحدات من المشمش الجاف مقطعة إلى قطع صغيرة

للتزيين :
- مسحوق القرفة

طريقة التحضير :

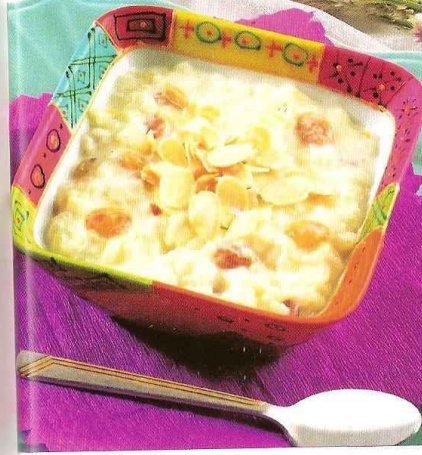


في كاسرول فوق النار، نسلق الأرز مع الملح ثم نصفيه. نفرغ محتوى علبة الفلان بالسكر في الحليب البارد، نحرك ثم نضعه فوق النار إلى أن يغلي. نضيف الأرز المسلوق و المشمش الجاف و نحرك.



نحضر أواني الفلان الصغيرة و نملؤها بخليط الفلان. نتركها تبرد قليلا و نضعها في الثلاجة لمدة ساعة على الأقل. يقدم الفلان باردا و مزينا بمسحوق القرفة.

مغناقة بيت



محلّي الأرز بالقرفة

- لتر من الحليب
- 100 غ من الأرز المكسر
- حبة من القرنفل
- حبتان من الهيل
- 1 عود القرفة (2,5 سم)
- 3 ملاعق كبيرة من مسحوق السكر (سنيدة)
- ملعقة كبيرة من ماء الزهر
- 50 غ من العنب الجاف (الزبيب)

للتزيين :
- قليل من رقائق اللوز المحمرة

طريقة التحضير :



نغلي الحليب في كاسرول على نار هادئة و نضيف الأرز. بعد 15 دقيقة من الطهي نضيف القرنفل، حبتا الهيل و عود القرفة. نترك الكل يغلي لمدة 20 دقيقة أخرى، على نار هادئة، إلى أن يطهى الأرز جيدا.



نضيف مسحوق السكر، ماء الزهر و العنب الجاف. نحرك قليلا ثم نزيل الكاسرول من فوق النار. نترك الخليط يبرد ثم نفرغه في طبق التقديم و نزينه برفائق اللوز المحمرة.

طرطة بالأرز

مغناقية بيت

بيت لكل عم بيت



- لتر من الحليب

- 150 غ من الأرز المكسر مسلووق

- 2 أكياس من الشانيل (7 غ)

- قبصة من الملح

- 250 غ من مسحوق السكر (سنيدة)

- 1 كلف من التفاح

- علبه صغيرة من الأنناس (320 غ)

- ملعقتان كبيرتان من الزبدة

- بيضتان

طريقة التحضير :

نغلي الحليب في طنجرة، نضيف إليه الأرز، الشانيل، الملح و نصف كمية مسحوق السكر. نترك الكل يطهى لمدة 45 دقيقة تقريبا فوق نار هادئة. نحرك من حين لآخر و نزيل الكاسرول من فوق النار ليبرد محتواها.

نغسل التفاح، نقشره و نقطع كل تفاحة إلى 8 أجزاء. نضع قطع التفاح و دوائر الأنناس كلا على حدة في مقلاة فوق النار مع ملعقة كبيرة من الزبدة و ملعقتين كبيرتين من مسحوق السكر حتى يتعسلا.

بعد أن يبرد خليط الأرز، نضيف البيض و نخلط جيدا.

نصف دوائر الأنناس في قعر آنية فرن ثم نفرغ فوقها نصف كمية خليط الأرز.

نصف التفاح المعسل و نفرغ فوقه باقي خليط الأرز.

نضع الأنية فوق صفيحة فرن أخرى و نصب فيها الماء (طريقة حمام مريم). ندخلها الفرن لمدة 20 دقيقة حتى تطهى و تتحمر قليلا. نحتفظ بها جانبا حتى تبرد و نقلبها في طبق التقديم ثم نضعها في الثلاجة إلى حين تقديمها.

حلوة أرز بالفواكه المعسلة

- 250 غ من الأرز المكسر
- لتر من الحليب
- كيس من الفانيليا (7 غ)
- ملعقتان كبيرتان من قشرة البرتقال محكوكه
- علبة من القشدة الطرية (200 غ)
- 400 غ من مسحوق السكر (سنبدة)
- 4 من أصفر البيض
- 3 ملاعق كبيرة من الفواكه المعسلة
- ملعقتان كبيرتان من اللوز (مسلووق)
- مقشر، مقلي و مهرمش
- للتزيين :
- قليل من رقائق اللوز محمرة

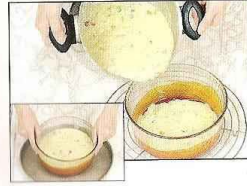
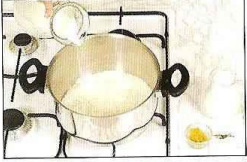
طريقة التحضير :

في كاسرول فوق النار، نضع الأرز، نضيف الحليب، الفانيليا، قشرة البرتقال المحكوكه، نترك الكل يطهى مع التحريك من حين لآخر لمدة 30 دقيقة تقريبا إلى أن ينضج الأرز. نضيف القشدة الطرية، نخفض من حدة النار و نحرك حتى يتبخر الحليب.

بعد أن يبرد الخليط، نضيف 200 غ من مسحوق السكر، أصفر البيض، الفواكه المعسلة و اللوز المهمرش ثم نخلط جيدا.

تحضير الكراميل : في كاسرول فوق نار هادئة، نضع باقي مسحوق السكر مع قليل من الماء و نحرك إلى أن يصبح السكر معسلا و لونه ذهبيا. نفرغه في آنية فرن، مع إمالتها ليصل الكراميل إلى كل مساحتها.

نفرغ خليط الأرز في الآنية، نضعها فوق صفيحة فرن أخرى و نصب فيها الماء (طريقة حمام مريم). ندخلها الفرن لمدة 30 دقيقة حتى تطهى و تتحمر قليلا. نحتفظ بها جانبا مدة 5 دقائق كي تبرد قليلا ثم نقلبها في طبق التقديم. نضعها في الثلاجة حتى تبرد جيدا. نقدمها مزينة برقائق اللوز.



مغناقة بيت
بيتك لكل عريضة

