



# عباسيات

## 20 وصفة

إعداد  
أسيمة جابر الأيوبي

## الرافيولى الاحمر



### المكونات

- 1 كج دقيق
- 8 بيضات
- عدد 2 بنجر احمر مفروم بالخلاط ومعجون حتى التماسك ثم يفرد فى الماكينة الخاصة من 1 : 7 درجات

### الخلطة

- خرشوف
- جبنة ريكوتا
- جبنة بارميزان
- ملح و فلفل أبيض

### طريقة التحضير

- تضرب الخلطة في ماكينة الكبة

### مقادير الصوص (كونتر فورماجى)

- 14 نوع من انواع الجبنة
- 200 جم كريمة لبانى
- زبدة
- ملح وفلفل أبيض

## طريقة عمل الشركسية



### المكونات

- ديك رومى أبيض
- عين جمل
- عيش توست
- سمن بلدى
- كزبرة مطحونة
- ثوم و بصل مفروم ناعم
- طماطم
- جزر
- بصل ترانشات
- كرفس
- ملح، فلفل أسود، حبهان، ورق لوري، بهارات، زعتر، ليمون، برتقال مبشور، ليمون، شوربة فراخ، أرز

### طريقة التحضير

#### طريقة تسوية الديك

- يغسل الديك جيداً ثم يتبل بالبصل المفروم والثوم والبهارات و الكرفس و الملح والفلفل الاسود والليمون والبرتقال المبشور
- يتم تحضير إناء كبير ونضع فيه البصل المقطع ترانشات والطماطم والجزر والبهارات والملح والفلفل وورق اللورا، ونضيف اليه عدد 8 أكواب ماء ، ثم نضع الديك عليهم وندخلهم الفرن ونغطيهم ويترك الديك للتسوية فى فرن درجة حرارته 350 درجة مئوية لمدة ثلاث ساعات

### طريقة عمل صلصة الجوز

- يفرم مقدار عين الجمل جيدا
- يفرم العيش التوست جيدا و يخلط مع عين الجمل المفروم
- يوضع فى إناء البصل المبشور الناعم وملعقة صغيرة من الثوم و2 ملعقة سمن بلدى وملعقة كسبرة مطحونة ثم يحمر جيدا
- تضاف الشوربة اليه ويوضع على النار لمدة 3 دقائق الى ان ينضج

### طريقة التقديم

- تقطع شرائح من الديك الرومى ونضعها على الارز ويقدم معها صوص الجوز

## الريزوتو



### المكونات

- 2 كوب أرز
- 4 كوب شوربة
- 50 جم جبنة بارميزان
- زعفران

### طريقة التحضير

- زبدة ارز مع زعفران و جبنة بارميزان وملح و فلفل ابيض ومقدار مناسب من الماء لمدة نصف ساعة على نار هادئة

عائديت

## طبق بط بصوص البرتقال



### المكونات

- بطّة
- نصف ملعقة ملح واخرى فلفل اسود
- بصلة صغيرة مقطعة ترانشات
- برتقالة مقطعة ترانشات و نصف كوب عصير طماطم
- 2 ملعقة زبدة
- ورق لوري
- 2 ملعقة سكر
- ملعقة خل

### طريقة التحضير

- تتبل البطّة في الملح والفلفل وورق اللوري
- توضع ترانشات البصل والبرتقال في الصاج وتوضع عليها البطّة وتزج في فرن شديدة الحرارة لمدة ساعة
- ترفع البطّة من الفرن ويضاف اليها 2 كوب ماء كبير وتغطى بورق الومنيوم وتعاد الى الفرن لمدة ساعتين مع ملاحظة ان تكون الفرن متوسطة الحرارة
- توضع 2 ملعقة زبدة على النار مع 2 ملعقة سكر ويقلب الخليط جيدا ثم يضاف ملعقة سكر وملعقة خل مع اضافة عصير الليمون ويضاف اليها صوص البط مع التقليب المستمر
- يذاب النشا في ماء بارد ويضاف الى الصوص مع التقليب
- يقدم البط مع خضار سوتيه و ارز ابيض مع صوص البرتقال

## طبق الكفتة الشامى



### المكونات

- كيلوجرام لحمة مفروم ناعم
- ملح
- فلفل أسمر
- بصل مفروم ناعم
- بقدونس مفروم ناعم
- ربع كيلو جرام فلفل أخضر (مقطع حلقات)
- جوزة الطيب ( مطحونة)
- ربع كيلو جرام طماطم (مقطعة حلقات)

### طريقة التحضير

- يضاف مقدار البصل المفروم و البقدونس المفروم الى مقدار اللحم المفروم
- ويضاف الى الخليط السابق كمية التوابل ( الملح والفلفل وجوزة الطيب)
- تخلط المكونات جميعا جيدا حتى تصبح عجينة متجانسة تماما
- نبدأ فى تقطيع العجينة على شكل اصابع متوسطة الحجم أو على شكل دوائر
- ترص أصابع الكفتة على الشبكة الحديدية لشواية الفحم
- ترص فوق الكفتة حلقات الطماطم وحلقات الفلفل الرومى
- تترك حتى تنضج ثم ترفع من الشواية وتقدم فى وعاء التقديم المزين بالبقدونس

## اللازانيا



### المكونات

- عجينة لازانيا تتكون من:
  - دقيق
  - بيض
  - سبانخ
- تفرد العجينة في ماكينة اللازانيا الخاصة بها
- لحم معصج بالبصل و التوابل
- 50 جم جبنة جودة
- 150 جم جبنة موتزريلا
- 100 جم صوص بشاميل

### طريقة التحضير

- يوضع مقدار البشاميل (ملعقة كبيرة) في طاجن فخار
- يضاف جزء من اللحم العصاج ، مع جزء من كلا من الجبنة الموتزريلا و الجبنة الجودة
- يوضع طبقات من الجبنة و العصاج و اللازانيا ( العجينة المفرودة) ، حوالى 3 أو 4 طبقات
- يغطى الطاجن بالبشاميل و الجبنة ( الجودة و الموتزريلا ) وتدخّل الفرن

## بلح البحر



### المكونات

- 10 قطع بلح البحر
- كوب كريمة لبناني
- ملعقة صغيرة ثوم مفري
- ملعقة صغيرة صويا صوص
- 5 جرام كرفس
- ملح و فلفل أبيض

### طريقة التحضير

- يوضع قليل من الزيت فى وعاء وتوضع على النار
- عندما يسخن الزيت ،يوضع الثوم مع الكرفس ثم يوضع بلح البحر
- تقلب المكونات السابقة ثم يضاف اليها الكريمة اللباني
- يضاف الصويا و التوابل اليهم حتى تربط الكريمة

# كشري



## المكونات

- أرز مسلوق
- معكرونة مسلوقة
- عدس
- تقلية
- حمص حب
- صلصة
- شطه
- بصل
- صلصة
- طشة
- دقة

## طريقة التحضير

### طريقة عمل الصلصة

- تغسل الطماطم ثم تعصر وتصفى
- نضعها على النار مع قليل من الزيت لمدة ربع ساعة

### طريقة عمل الطشة

- يوضع بعض الثوم المفروم في القليل من الزيت على النار لمدة نصف ساعة.
- تضاف الطشة على الصلصة ثم يضاف المزيج من البهارات (الكمون، كزبرة نشفة، جوزة الطيب، فلفل أبيض وورق اللورى)

### طريقة عمل الدقة

- ثوم مهروس + كزبرة فى خل أبيض
- تخلط كل المكونات ويصبح لدينا طبق من الكشري الشهى

## طبق غابون ستيك



### المكونات

- 250 جم ضلع بقري
- ملعقة صغيرة زبدة
- ملعقة صغيرة مستردة
- نصف ملعقة صغيرة فلفل اسود
- حبة طماطم
- نصف بصلة
- زبدة متردوتيل

### طريقة التحضير

- يتبل الضلع البقري ( T-Bone Steak ) ويوضع في الزيت والفلفل و المستردة
- يوضع على الشواية مع نصف البصلة ونصف الطماطم لمدة 25 دقيقة
- يرفع من على النار ويوضع في طبق
- وتضاف اليه الزبدة المتردوتيل
- ويوضع في طبق التقديم مع خضار سوتيه وبطاطس محمرة

## الموزة بالفتة



### المكونات

- موزة ضأن
- أرز
- سمنة بلدى
- ملح
- فلفل أسود
- حبهان (هيل)
- جوزة الطيب
- بصل
- جزر
- ثوم
- طماطم
- عيش
- خل
- شوربة لحم
- صلصة
- ورق لوري
- بهارات
- 4 كوب ماء

### مقادير عمل الصلصة

- بصل مفروم
- جزر مبشور
- 1/2 كج عصير طماطم
- 3 ملاعق صلصة
- توابل (ملح - فلفل - حبهان - بهارات)
- 3 كوب ماء

### طريقة التحضير

### طريقة تسوية الموزة

- يقطع البصل والجزر و الطماطم ترانشات وتوضع المقادير فى صينية
- يتم إضافة الملح والفلفل والحبهان واللورا و البهارات والثوم ونضيف لهم الماء
- توضع الموزة فوق الخليط السابق ، ثم توضع الصينية فى الفرن بدرجة حرارة 350 درجة مئوية ،وتترك من 1 1/2 ساعة الى 2 ساعة ، حتى يتم نضجها

### طريقة تسوية الارز

- يوضع الأرز فى ماء دافىء وملح لمدة 15 دقيقة ، ثم يتم غسله بالماء البارد
- يوضع مقدار من السمن فى الصينية ويوضع على النار، وبمجرد أن يسخن، نضيف اليه الأرز مع التقليب حتى يتم تحميره
- توضع عليه الشوربه ويوضع فى الفرن حتى ينضج

### طريقة عمل الصلصة

- يوضع البصل المفروم والجزر المفروم فى إناء ونضع عليهم ملعقة كبيرة سمن بلدى على النار حتى يتم التحمير
- يضاف اليهم عصير الطماطم المصفى وكذلك الصلصة والتوابل
- يتم إضافة الماء الى الخليط وتتركهم حتى يتم التسبيك الجيد لهم

### طريقة عمل الخبز

- يحمر الخبز فى السمن وتوضع عليه التوابل (ملح و فلفل و حبهان وجوزة الطيب و لوري)
- ثم نضع عليهم قليل من الصلصة والشوربه وتتركه حتى يطرى الخبز

### طريقة التقديم

- يوضع الأرز المطهى على عيش الفتة ثم توضع عليهم الموزة سليمة أو مقطعة حسب الطلب
- توضع ملعقتين كبيرتين من السمن على طاسة على النار ثم نضيف اليها الثوم المفروم حتى يتم التحمير، ثم نضع عليها الخل والصلصة
- تزوق بها طبق التقديم وتقدم ساخنة

# اليوكى



## المكونات

- 1 كج بطاطس مسلوقة
- 1/2 كج دقيق
- 3 صفار بيضة
- ملح وفلفل
- 2 حبة بنجر مسلوقة
- 1/2 كج سبانخ مسلوقة
- 1/4 كج جزر مسلوقة
- جبنة باراميتزان
- جوزة الطيب

## طريقة التحضير

- تهرس البطاطس ثم يوضع عليها عدد 3 صفار بيضة ثم يضاف الدقيق والملح والفلفل وجوزة الطيب وتعجن المقادير
- تضرب الخضروات المسلوقة في ماكينة الكبة (الجزر - السبانخ - البنجر) في الكبة جيدا

## أرز لاكازيتا



### المكونات

- سمك قرش
- جمبرى (fresh) مقشر
- كالاماريا (fresh) مسلوقة
- ½ بصلة
- ثوم
- ثمرة فلفل رومى مقطعة كاروهات

### صوص بسك

- (نخاع الجمبرى و بصل و جزر و ثوم و كرفس) ثم يوضع على النار مع عصير الطماطم وقليل من صلصة الطماطم ثم يصفى الصوص بعد النضج
- زيت فلي
- ملعقة زبدة

### طريقة التحضير

- توضع طاسة بها قليل من الزيت على النار
- تضاف الزبدة و السمك و الجمبرى و الكالاماريا و الثوم و البسك
- بعد نضج الحشو، يوضع فى bowl التقديم
- ثم يوضع الارز الابيض فى الطاسة على النار ثم يرفع ويغطى به الحشو

## بيكاتا مشروم على طريقة ابو شقرة



### المكونات

- 180 جم لحمه بتلو ناعم
- بصل - فلفل اسود - مستردة - مشروم
- دقيق
- زبدة صفراء
- عصير ليمون - زيت
- 200 جم مكرونة Noodles

### طريقة التحضير

- تتبل اللحم البتلو بالملح والفلفل و المستردة وعصير الليمون
- توضع اللحمه فى مقلاة بها زبدة وزيت لمدة دقيقتين ثم يوضع عليها المشروم الفريش لمدة دقيقة واحدة ثم يوضع عليها 2 ملعقة كريمه فرنساوى وتترك لمدة دقيقة اخرى..
- تقدم مع المكرونة ال noodles وتكمل بقليل من البقدونس المفروم الناعم

## مكس جريل ابو شقرة



### المكونات

- 200 جم كفتة ضانى
- 100 جم فراخ شيش تاووك
- 150 جم كباب ضانى ريش
- جارنييه مشوى (بصل - طماطم - فلفل)
- توابل للشيش طاووق (ملح - فلفل - مستردة - بصل مبشور - زبادى)

### ملحوظة

- توضع جميع التوابل على الكباب و الكفتة ماعدا الزبادى والمستردة

### طريقة التحضير

- تتبل الكفتة بالبصل والملح والفلفل ثم توضع على الاسياخ
- تتبل قطع الفراخ بالملح والبصل والفلفل والزبادى والمستردة وتترك لمدة ساعة ثم توضع على الاسياخ
- تتبل اللحم الضانى والريش بالملح والفلفل والمستردة والبصل وتترك لمدة ساعة ثم توضع فى الاسياخ
- يوضع البصل والفلفل والطماطم فى الاسياخ ثم تسوى جميع الاسياخ حتى تمام النضج ثم تقدم ساخنة وشهية وتزوق بقليل من البقدونس المفروم

## كالاامارى محشى بالSea Food



### المكونات

- نصف كج كالاامارى ( مسلوق )
- 200 جم لحم الجمبرى ( مفروم )
- 200 جم كالاامارى مفروم
- 2 ملعقة بصل مفروم
- 2 ملعقة فلفل رومى مفروم ، 4 فصوص
- 2 ، 2 ملعقة صلصة ، ملح وفلفل
- 2 ملعقة بقدونس وملعقة شبت

### طريقة التحضير

- نخلط الجمبرى المفروم مع الكالاامارى المفروم
- نضيف البصل والثوم والفلفل والتوابل والصلصة
- نحشى الكالاامارى بالخلطة السابقة ندخله الفرن حتى يتم التحمير
- يخرج من الفرن ويقطع حلقات ويقدم بجوار بطاطس محمرة أو أرز

## سمك قاروص (تورته سنجاری)



### المكونات

- سمكة سنجاری مخلية من الشوك
- توابل ( ملح - فلفل - كمون - ثوم - ملح )
- مايونيز
- ½ كج زيت ذرة

### طريقة التحضير

- تتبل السمكة بالتوابل السابقة
- يضاف طبقة مايونيز عليها
- تزوق ببعض ال Sea Food (جمبرى مخلى وسبيط) و الخضار المسلوق

## المسقة



### المكونات

- باذنجان
- ريحان مفروم
- صلصة طماطم
- زعتر - ملح - فلفل
- بشاميل
- جبنة شيدر
- مارينه (زيت زيتون - زعتر - ثوم - ريحان مفروم - ملح - فلفل)

### طريقة التحضير

- يدهن الباذنجان بالمارينه بفرشاة ويوضع على الجريل حتى ينضج
- تدهن صينية بزيت الزيتون ثم يوضع طبقة من الباذنجان ثم ترش بالريحان المفروم وقليل من صلصة الطماطم وقليل من البشاميل ثم يضاف اليها مجموعة التوابل ( زعتر - ملح - فلفل )
- ثم تضاف طبقة ثانية من الباذنجان حتى تكتمل الصينية ثم توضع طبقة من البشاميل ويوضع عليها الجبنة الشيدر المبشورة ثم توضع في الفرن

## الريش الضانى والفتو



### المكونات

- ملح
- فلفل
- بصل مفروم ناعم
- طماطم مفرومة
- زيت
- جوزة الطيب

### طريقة التحضير

- يخلط البصل مع الطماطم المفرومة مع إضافة الملح والفلفل و جوزة الطيب وقليل من الزيت
- تضاف هذه التتبيلة الى الريش و الفتو مع التأكد أن تغطي هذه التتبيلة اللحم تماما
- توضع المكونات السابقة فى الثلاجة لمدة نصف ساعة ثم تأخذ و ترص بتناسق داخل الشبكة الحديدية للشواية ثم توضع على الفحم حتى تنضج ويتم تسويتها

## كابريس اللاكريم



### المكونات

- 200 جم كريمة لبنانى
- 100 جم مشروم (عيش الغراب)
- 100 جم فراخ مسلوقة
- 100 جم جبنة جودة توضع على النار

### طريقة التحضير

- توضع الكريمة على النار فى الطاسة
- ، وتضاف اليها الفراخ و المشروم والتوابل
- نضيف الى الخليط السابق المكرونة والجبنة
- الجودة ويقلب جيدا على النار

عبدالله

## الاسوبوكو



### المكونات

- قطع من الموزة البتلو
- زيت للتحمير
- بصل - زعتر - لوري - طماطم - بقدونس
- قشر ليمون - ثوم مفروم

### طريقة التحضير

- تتبل اللحمة بالملح والفلفل ثم توضع في دقيق
- يسخن الزيت ثم يوضع فيه اللحم المتبل حتى يتلون باللون الذهبي

### طريقة عمل الصوص

- يوضع في طاسة التحمير جزر مبشور مع بصل مفري وبقدونس وثوم وقشر ليمون
- توضع طماطم كروهات وملعقة صوص ويترك لمدة 10 دقائق على نار هادئة
- يوضع اللحم المحمر في صينية ويوضع فوقه الصوص ويدخل الفرن لمدة ساعة ونصف

### التقديم

- يوضع بقدونس مفري وثوم مفري وقشر ليمون على الوش