



كل يوم إيطالي 60 وصفة

إعداد
أسيمة جابر الأيوبي

التراميسو

المكونات

- 6 صفار بيض
- 3 ملاعق كبيرة من السكر
- 450 جم من جبن الماسكربوني
- 1½ كوب من القهوة الداكنة باردة
- 2 ملعقة صغيرة من العصير الداكن
- 24 قطعة من بسكوت اسفنجي مقرمش
- ½ كوب من الشوكولا الداكنة مبشورة للتزيين

طريقة التحضير

- باستخدام خفاق كهربائي يخفق صفار البيض والسكر في وعاء كبير لمدة 5 دقائق تقريبًا حتى يغلظ الخليط ويفتح لونه
- يضاف جبن الماسكربوني إلى الخليط مع استمرار الخفق حتى يتجانس
- يضاف إلى الخليط ملعقة كبيرة من مسحوق القهوة مع تقليب جيدًا
- وفي وعاء صغير يوضع ما تبقى من مسحوق القهوة ويضاف إليه العصير
- تغمس كل قطعة من البسكوت في خليط القهوة لمدة 5 ثواني تقريبًا مع مراعاة عدم زيادة مدة الغمس حتى لا يذوب البسكوت
- يوضع البسكوت المنقوع في قاع صينية خبز ويمكن كسرها إلى نصفين إذا كان ضروريًا لتلائم مع مساحة الصينية
- يفرد ½ خليط جبن الماسكربوني فوق البسكوت ثم توضع فوقها طبقة أخرى من البسكوت ثم طبقة من خليط جبن الماسكربوني
- يغطى التراميسو بقطعة من البلاستيك ثم تحفظ في البراد لمدة لا تقل عن ساعتين ولا تزيد عن 8 ساعات
- يرش بشر الشوكولا فوق التراميسو قبل تقديمها

معكرونة (الريجاتوني) بصلصة البشاميل

المكونات

- 1 قطعة (تزن 100جم) من الزبد غير المملح
- 1/2 كوب من الدقيق + 2 ملعقة كبيرة إضافية
- 3.6 كجم من حليب كامل الدسم في درجة حرارة الغرفة
- رشة من جوزة الطيب الطازجة
- ملح بحر وفلفل أبيض
- 1 كوب من جبن (الفنتانا) المبشورة
- 230 جم من شرائح اللحم المقدد الرفيعة
- 450 جم من معكرونة (الريجاتوني)
- 3 ملاعق كبيرة من زبد غير مملح مقطع إلى مكعبات

طريقة التحضير

- يسخن الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 425 درجة فهرنهايت (215 درجة مئوية)
- وفي قدر سعته 7 كجم يذاب الزبد على حرارة متوسطة ثم يضاف الدقيق مع التقليب لمدة دقيقتين حتى يتجانس الخليط
- يضاف الحليب إلى الخليط تدريجياً مع التقليب المستمر
- يستمر خفق الصلصة حتى يصبح الخليط متجانساً وقشدي القوام
- يترك القدر على نار هادئة لمدة 10 دقائق تقريباً حتى يغلظ قوامه
- ترفع الصلصة من على النار ثم يضاف إليها جوزة الطيب و 1/2 كوب من جبن (الفنتانا) وشرائح اللحم مع التقليب
- تتبل الصلصة بالملح والفلفل الأبيض وتترك جانباً
- يوضع 5.5 لتر من الماء المملح في قدر كبير ويترك على النار حتى يغلي
- تضاف معكرونة الريجاتوني إلى الماء المغلي وتترك على النار لمدة 5 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً
- تصفى المعكرونة في مصفاة كبيرة ثم تقلب المعكرونة مع صلصة البشاميل باستخدام ملعقة خشبية
- تدهن صينية خبز بالزبد ثم يوضع فيها المعكرونة
- يرش فوقها 1/2 كوب من جبن الفنتانا وقطع صغيرة من الزبد
- توضع الصينية في الفرن لمدة 25 دقيقة أو حتى يبقق الخليط ويكتسب السطح اللون الذهبي

كعك الشوكولا مع التوت

المكونات

- 1 كوب (قطعتين) من الزبد الطري غير المملح + كمية إضافية لدهن القوالب
- 225 جم من الشوكولا الداكنة مقطعة
- 1/2 ملعقة صغيرة من مسحوق القهوة الفورية
- 4 بيضة كبيرة
- 4 صفار بيض كبير
- 2/3 كوب من السكر البودرة
- 4 ملاعق صغيرة من الدقيق + كمية إضافية لرش القوالب
- 3 ملاعق كبيرة من شراب البندق
- 1 كوب من التوت الطازج
- 1 كوب من الفراولة الطازجة
- نعناع طازج للتزيين

طريقة التحضير

- تدهن 6 قوالب (سعة القالب 170 جم) بالزبد وترش بالقليل من الدقيق ثم يزال الدقيق الزائد
- يوضع معيار 2 بوصة من الماء في قدر صغير على النار ويترك حتى يغلي
- وفي وعاء زجاجي كبير يخلط الزبد مع الشوكولا ومسحوق القهوة
- تخفض درجة حرارة النار ويوضع وعاء الشوكولا فوق الماء
- يخفق خليط الشوكولا برفق حتى تذوب تماماً
- يرفع الوعاء من على النار مع استمرار الخفق
- تترك الشوكولا لتبرد قليلاً
- وباستخدام خفاق كهربائي يخفق البيض مع صفار البيض والسكر حتى يتضاعف حجم الخليط ويفتح لونه
- تقلل سرعة الخفاق إلى متوسطة - منخفضة ثم يضاف خليط الشوكولا ببطء
- يضاف الدقيق إلى الخليط مع التقليب حتى يختفي فيه دون زيادة في الخلط
- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 450 درجة فهرنهايت (230 درجة مئوية)
- يقسم الخليط بين القوالب
- تفرد طبقة من ورق صالح للخبز في صينية خبز ثم يوضع فوقها القوالب
- توضع الصينية في الفرن لمدة 7 دقائق
- وإذا لم تخبز الشوكولا تغلف القوالب ثم تحفظ في البراد لحين تجهيزها للتقديم
- يمكن حفظ قوالب الشوكولا لمدة تصل إلى 8 ساعات ثم يرفع البلاستيك عن القوالب وتوضع في الفرن لمدة 10 دقائق بحيث تكون جوانب القالب وسطحه متماسكة وما بداخله غير متماسك

- وباستخدام قفاز حراري يقلب كل قالب في طبق للتقديم ويترك لمدة 10 ثواني ثم يرفع احد أركان القالب ليرفع بسهولة عن الكعك
- يرش 1/2 ملعقة صغيرة من نكهة البندق فوق كل كعكة ثم تضاف ملعقة من التوت حول كعك الشوكولا
- يزين الطبق بالنعناع ويقدم دافئاً

دجاج البارميزان

المكونات

- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق إكليل الجبل الطازجة والمقطعة
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر الطازجة والمقطعة
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق البقدونس الطازجة والمقطعة
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 8 شرائح (تزن الشريحة حوالي 80 جم) من الدجاج
- 1½ كوب من صلصة الطماطم البسيطة (التالي شرح طريقة تحضيرها أو أي صلصة جاهزة)
- ½ كوب من جبن الموزاريلا المبشور
- 16 ملعقة صغيرة من جبن البارميزان المبشور
- 2 ملعقة كبيرة من الزبد غير المملح مقطع إلى قطع صغيرة

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 500 درجة فهرنهايت (260 درجة مئوية)
- يخلط الزيت في إناء صغير مع الأعشاب ويتبل الخليط الملح والفلفل
- تدهن شرائح الدجاج من الجانبين بخليط الأعشاب
- تسخن مقلاة كبيرة غير لاصقة على نار مرتفعة الحرارة
- تشوح شرائح الدجاج في المقلاة حتى تتحمر قليلاً لمدة دقيقتين على كل جانب ثم ترفع المقلاة عن النار
- ترص قطع الدجاج في صينية خبز وتضاف الصلصة بالملعقة فوق كل شريحة من الدجاج
- يرش كذلك فوق كل شريحة 1 ملعقة صغيرة من جبن الموتزاريلا المبشور
- ثم يرش من فوقه 2 ملعقة صغيرة لكل شريحة من جبن البارميزان المبشور
- ثم توضع قطع الزبد الصغير فوق الجبن المبشور وتوضع الصينية في الفرن من 3 إلى 5 دقائق حتى يذوب الجبن وينضج الدجاج

روبيان (فرا ديافولو)

المكونات

- 450 جم من الروبيان كبير الحجم مقشر ومنظف
- 1 ملعقة صغيرة من الملح + كمية إضافية حسب الحاجة
- 1 ملعقة صغيرة من رقائق الفلفل الحار
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون + ملعقة كبيرة أو ملعقتين ككمية إضافية
- 1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة إلى شرائح
- 1 عبوة (تزن 400 جم) من مكعبات الطماطم
- 1 كوب من عصير العنب الأبيض
- 3 فصوص ثوم مفروم
- 1/4 ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر البري المجففة
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق البقدونس الطازجة والمقطعة
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق الريحان الطازجة والمقطعة

طريقة التحضير

- في وعاء متوسط الحجم يقلب الروبيان مع ملعقة صغيرة من الملح ورشة رقائق الفلفل الحار
- تسخن 3 ملاعق كبيرة من الزيت في مقلاة كبيرة على نار مرتفعة الحرارة نسبياً
- يشوح الروبيان في الزيت لمدة دقيقة تقريباً ثم يقلب في المقلاة مع استمرار تشويحه من دقيقة إلى دقيقتين إضافيتين
- ينقل الروبيان إلى طبق كبير ثم يترك جانباً
- وفي نفس المقلاة يشوح البصل مع ملعقة كبيرة أو ملعقتين من زيت الزيتون (إذا مالزم الأمر) لمدة 5 دقائق حتى يذبل
- تضاف الطماطم مع سوائرها وعصير العنب والثوم والزعتر البري إلى الخليط ويترك ليغلي برفق على نار هادئة لمدة 10 دقائق حتى يغلي قليلاً
- يضاف الروبيان بعصارتها مرة أخرى إلى المقلاة ثم يقلب مع الخليط جيداً ويترك على النار لمدة دقيقة واحدة حتى تمتزج النكهات
- يضاف البقدونس والريحان إلى الخليط مع التقليب وإضافة المزيد من الملح (حسب الرغبة)
- يقدم الطبق في الحال

معكرونة (فوسيلي) بالتن وصلصة الطماطم

المكونات

- 450 جم من المعكرونة (الفوسيلي)
- 1 عبوة (تزن 740 جم) من صلصة الطماطم البسيطة (التالي شرح طريقة تحضيرها أو أي صلصة جاهزة)
- 2 عبوة (تزن الواحدة 170 جم) من سمك التن محفوظة في الزيت (بعد تصفيتها)
- 1 ملعقة كبيرة من الكابر المصفى
- 1 ملعقة صغيرة من قشر الليمون المبشور
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 1 ملعقة كبيرة من أوراق البقدونس الطازجة والمقطعة

صلصة الطماطم البسيطة

- 1/2 كوب من زيت الزيتون البكر
- 1 بصلة صغيرة الحجم ومقطعة
- 2 فص ثوم مفروم
- 1 عرق كرفس مقطع
- 1 حبة جزر مقطعة
- ملح البحر وفلفل أسود مطحون طازج
- 2 عبوة (تزن الواحدة حوالي 900 جم) من الطماطم المهروسة
- من 4 إلى 6 أوراق الريحان
- 2 ورقة غار (لوري) مجففة
- 4 ملاعق كبيرة من الزبد غير المملح (اختياري)

طريقة التحضير

- تطهى المعكرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي لمدة 8 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً
- وفي هذه الأثناء تخلط صلصة الطماطم مع سمك التن والكابر وقشر الليمون في مقلاة كبيرة
- وباستخدام شوكة، تقطع التن إلى قطع كبيرة ويترك الخليط على نار هادئة لمدة 5 دقائق حتى تمتزج النكهات
- يتبل الخليط بالملح والفلفل حسب المذاق
- تصفى المعكرونة مع الاحتفاظ بكوب من مائها
- تضاف المعكرونة إلى الصلصة وتقلب معه مع إضافة القليل من ماء المعكرونة حتى تصبح كثافة الصلصة مناسبة
- يضاف البقدونس إلى المعكرونة ويقلب معها ثم تصبح جاهزة للتقديم

طريقة تحضير صلصة الطماطم

- يسخن الزيت في قدر كبير على نار متوسطة الحرارة
- يشوح البصل والثوم في الزيت لمدة دقيقتين حتى يذبل
- يضاف إلى الخليط الكرفس والجزر ثم يتبل بالملح والفلفل
- يشوح الخليط على النار لمدة 5 دقائق حتى تذبل جميع الخضراوات
- تضاف الطماطم والريحان وأوراق الغار ويغطي القدر وتترك الصلصة على نار هادئة لتغلي برفق لمدة ساعة واحدة حتى تغلظ
- ترفع اوراق الغار من الخليط ثم يذاق الخليط
- إن كان مذاق الصلصة حمضي يضاف الزبد غير المملح ملعقة كبيرة تلو الأخرى حتى يعتدل المذاق
- تخفق نصف كمية صلصة الطماطم في خلاط الطعام حتى تصبح ناعمة ثم تكرر العملية مع النصف الآخر
- إذا لم تستخدم كمية الصلصة كاملة يمكن بعد تركها لتبرد تماماً يمكن تقسيمها إلى حصص معيار كل منها 1 أو 2 كوب في أكياس حفظ بالمثلج (يمكن الاحتفاظ بها لمدة تصل إلى 6 أشهر)

معكرونة (إسباجتي) بالليمون

المكونات

- 450 جم من المعكرونة (الإسباجتي)
- $\frac{2}{3}$ كوب من زيت الزيتون
- $\frac{2}{3}$ كوب من جبن البارميزان المبشور
- $\frac{1}{2}$ كوب من عصير الليمون الطازج (عصير حوالي 3 حبات من الليمون)
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 1 ملعقة كبيرة من بشر الليمون
- $\frac{1}{3}$ كوب من أوراق الريحان الطازجة والمقطعة

طريقة التحضير

- تطهى المعكرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي لمدة 8 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً مع التقليب من آن لآخر
- وفي هذه الأثناء يخفق الزيت مع جبن البارميزان وعصير الليمون في وعاء كبير
- تصفى المعكرونة مع الاحتفاظ بكوب من مائها
- تضاف المعكرونة إلى الصلصة وتقلب معه مع إضافة القليل من ماء المعكرونة (1/4 كوب في كل مرة) حسب حاجة الصلصة
- تتبل المعكرونة بالملح والفلفل وتزين ببشر الليمون وأوراق الريحان المقطعة

معكرونة (الميني كوتي) باللحم والجبن

المكونات

- 4 ملاعق صغيرة من زيت الزيتون
- 1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة إلى قطع كبيرة
- 450 جم من اللحم البقري المفروم
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 14 قطعة من معكرونة (الميني كوتي) على شكل اسطوانات (عبوة واحدة تزن حوالي 220 جم)
- 1 عبوة (170 جم) من جبن الريكوتا كامل الدسم
- 3 أكواب من جبن الموتزريلا المبشور
- 1 كوب من جبن البارميزان المبشور
- 2 ملعقة كبيرة من أوراق البقدونس الطازجة والمقطعة
- 2 فص ثوم مفروم
- 3 أكواب من صلصة المارينارا
- 2 ملعقة كبيرة من الزبد مقسمة إلى قطع صغيرة

طريقة التحضير

- تسخن مقلاة متوسطة الحجم على نار متوسطة الحرارة
- يضاف إلى المقلاة ملعقة صغيرة من زيت الزيتون والبصل واللحم المفروم
- يتبل الخليط بالملح والفلفل
- يشوح الخليط لمدة 5 دقائق حتى يتحمر اللحم ويذبل البصل
- يرفع الخليط عن النار ويترك جانباً ليبرد
- تدهن صينية خبز كبيرة بملعقة أخرى صغيرة من زيت الزيتون
- تطهى المعكرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي لمدة من 4 إلى 6 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً
- وباستخدام مغرفة تنقل المعكرونة من القدر إلى صينية الخبز وتترك لتبرد
- وفي هذه الأثناء، يخلط جبن الريكوتا مع كوب ونصف إلى كوبين من جبن الموتزريلا و نصف كوب من جبن البارميزان والبقدونس والثوم ثم يضاف الملح والفلفل إلى الخليط (حسب الرغبة) ثم يقلب الخليط
- يضاف خليط اللحم البارد إلى خليط الجبن ويقلبان معاً
- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة فهرنهايت (حوالي 175 درجة مئوية)
- يدهن طبق حراري زجاجي (13×9×2 بوصة) بالملعقتين الصغيرتين المتبقيتين من الزيت
- ثم يضاف إلى الطبق المجهز كوب ونصف من صلصة المارينارا
- تحشى المعكرونة بخليط اللحم والجبن

- ثم ترص المعكرونة في طبقة واحدة في الطبق الحراري فوق صوص المارينارا ثم يرش فوقها ما تبقى من صلصة
- يرش كوب ونصف من جبنة الموتزريلا ونصف كوب من جبنة البارميزان فوق المعكرونة المحشية
- ثم ترش قطع الزبد فوق الطبق بكامله
- توضع المعكرونة في الفرن دون غطاء من 30 إلى 35 دقيقة حتى تبدأ الصلصة في الغليان على جوانب الطبق
- يرفع الطبق من الفرن ويترك ليبرد لمدة 5 دقائق ثم يصبح جاهزاً للتقديم

خبز بالجبن وإكليل الجبل

المكونات

- ¼ كوب من جبن البارميزان المبشور
- 1/3 كوب من جبن الغرويير المبشور
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق إكليل الجبل الطازجة مفرومة
- 1 عبوة (300 جم تقريباً) من عجينة الخبز الجاهزة المبردة، يوصي بـ (Pillsbury) ملح البحر مطحون ناعم (اختياري)

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة فهرنهايت (175 درجة مئوية)
- تفرش صينيتان كبيرتان بورق صالح للخبز
- وفي خلاط الطعام، يضرب جبن البارميزان مع جبن الغرويير وإكليل الجبل معاً حتى نحصل على خليط خشن ثم يترك جانباً
- تفصل شرائح العجين عن بعضها وباستخدام سكين البيتزا أو سكين عادي كبير وحاد تقطع شرائح العجين طولياً إلى نصفين ليصبح لدينا شرائح رقيقة
- تغطى شرائح العجين الرفيعة واحدة تلو الأخرى بخليط الجبن ويضغط عليها برفق
- تلوى كل شريحة ثم ترص في صينية الخبز المعدة ويرش فوقها بعض الملح حسب الرغبة
- توضع الصينية في الفرن من 10 إلى 15 دقيقة حتى يصبح الخبز ذهبي اللون
- يرفع الخبز من الفرن ويقدم في سلة الخبز

معكرونة الأصداف محشوة بصلصة (الأرابياتا)

المكونات

- 1 عبوة (حوالي 340 جم تقريباً) من المعكرونة على شكل أصداف كبيرة الحجم (تقريباً 36 صدف من المعكرونة)
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون + كمية إضافية لدهن صينية الخبز
- 170 جم من شرائح اللحم المقدد الرفيعة مقطعة إلى مكعبات
- 2 ملعقة صغيرة من رقائق الفلفل الحار
- 2 فص ثوم مفروم
- 5 أكواب من صلصة (المارينارا)
- عبوتان (حوالي 400 جم) من جبنة الريكوتا كاملة الدسم
- 1 1/3 كوب من جبنة البارميزان المبشورة
- 4 صفار بيض كبير
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق البقدونس الطازجة المفرومة
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق الريحان الطازجة المفرومة
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق النعناع الطازجة المفرومة
- 1 1/2 ملعقة صغيرة من الملح
- 1/2 ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون طازج
- 1 كوب من جبنة الموتزريلا المبشورة

طريقة التحضير

- يدهن طبق حراري مقاس 12×9×2 بوصة بقليل من الزيت ويترك جانباً
- تدهن كذلك صينية خبز أخرى بقليل من الزيت وتترك جانباً
- تطهى المعكرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي من 4 إلى 6 دقائق تقريباً مع التقليب من أن لآخر حتى تنضج قليلاً مع ملاحظة أنه سيكتمل نضج المعكرونة في الفرن بعد حشوها
- وباستخدام ملعقة تصفى المعكرونة ثم توضع صينية الخبز المدهونة بالزيت بحيث تفرش في مساحة الصينية حتى لا تلتصق ببعضها البعض ثم تترك جانباً لتبرد
- يسخن الزيت في قدر متوسط الحجم على نار متوسطة الحرارة
- تضاف شرائح اللحم المقدد إلى الزيت وتشوح على النار لمدة 5 دقائق تقريباً
- تضاف رقائق الفلفل الحار والثوم إلى اللحم المقدد ويشوح الخليط على النار لمدة دقيقة أخرى إضافية
- يضاف بعدها صلصة (المارينارا) ويترك الخليط ليغلي على نار هادئة مع التقليب من وقت لآخر
- وفي إناء متوسط الحجم يخلط جبنة الريكوتا مع البارميزان و صفار البيض والريحان والبقدونس والنعناع والملح والفلفل ثم يترك الإناء جانباً
- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة فهرنهايت (175 درجة مئوية)

- يضاف 1¼ كوب من الصلصة في الطبق الحراري المعد سابقاً
- تحشى أصداف المعكرونة بخليط الجبن بمعيار 2 ملعقة كبيرة لكل صدفة
- ترص أصداف المعكرونة في الطبق الحراري ثم يصب فوقها ما تبقي من الصلصة ثم من فوقه يرش جبن الموتزريلا
- يوضع الطبق في الثلث الأسفل من الفرن لمدة 25 إلى 30 دقيقة تقريباً حتى يسخن الحشو ويكتسب السطح لوناً ذهبياً جميلاً

البولينتا الأساسية

المكونات

- 6 أكواب من الماء
- 2 ملعقة صغيرة من الملح
- 1³/₄ كوب من دقيق الذرة الصفراء
- 3 ملاعق كبيرة من الزبد غير المملح

طريقة التحضير

- تغلى 6 أكواب من الماء في قدر كبير ثم تضاف إليه ملعقتان صغيرتان من الملح
- وتدرجياً يضاف دقيق الذرة إلى الماء مع الخفق المستمر
- تقلل حرارة النار حتى تصبح منخفضة ويترك الخليط على النار لمدة حوالي 15 دقيقة حتى يغلظ وينضج دقيق الذرة مع التقليب من وقت لآخر
- يرفع القدر عن النار ثم يضاف الزبد إلى الخليط مع التقليب حتى يذوب الزبد

البولينتا المحمرة

المكونات

- 3 أكواب من البولينتا (التالي شرح طريقة تحضيرها)
- 2 كوب من زيت الزيتون للتحمير
- 1/4 كوب من جبن البارميزان المبشور
- ملح
- 1 كوب من صلصة (المارينارا)

طريقة التحضير

- تدهن صينية خبز (11×7 بوصات) بقليل من الزيت
- تنقل البولينتا الساخنة إلى صينية الخبز وتفرد بشكل متساو في طبقة سمكها 3/4 بوصة
- يوضع الطبق في البراد لمدة ساعتين حتى تبرد وتصبح متماسكة
- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 250 درجة فهرنهايت (120 درجة مئوية)
- تقطع البولينتا إلى قطع بطول بوصتين وعرض بوصة واحدة
- يسخن الزيت في مقلاة كبيرة على نار متوسطة الحرارة
- تضاف قطع البولينتا إلى الزيت على دفعات بحيث تحمر كل دفعة لمدة 3 دقائق تقريباً
- للجانب الواحد حتى تصبح ذهبية اللون
- ترفع قطع البولينتا بملقطة من الزيت ثم تصفى على ورق مصاص
- تنقل قطع البولينتا إلى صينية خبز وتوضع في الفرن لتحفظ دافئة أثناء تحمير باقي الدفعات
- تنتقل قطع البولينتا إلى طبق التقديم ثم يرش فوقها جبن البارميزان والملح
- يقدم الطبق بجانب صلصة المارينارا

دراق محشو بالبسكوت

المكونات

- 45 جم من بسكوت (الأماريتي) (حوالي 12 قطعة صغيرة)
- 3 حبات دراق ناضج ويابس (تزن الواحدة حوالي 140جم) مقطعة إلى نصفين ومنزوع بذورها
- 3 ملاعق صغيرة من السكر ($\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة لكل نصف حبة دراق)
- 3 ملاعق صغيرة من الزبد غير المملح ($\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة لكل نصف حبة دراق)
- 2 كوب من الكريمة المخفوقة الطازجة

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 375 درجة فهرنهايت (190 درجة مئوية)
- تدهن صينية خبز (قطرها 8 بوصات) بالزبد وتترك جانباً
- وباستخدام ملعقة صغيرة دائرية، ينزع اللحم الأحمر من قطع الدراق
- ترص قطع الدراق في طبق وجهها لأعلى
- يضرب البسكوت في خلاط الطعام حتى يتفتت
- تحشى حبات الدراق بالبسكوت المفتت ثم ترش $\frac{1}{2}$ ملعقة من السكر فوق كل قطعة
- تدهن بعد ذلك كل قطعة من الدراق بـ $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة من الزبد
- يوضع الدراق في الفرن لمدة 30 دقيقة تقريباً حتى ينضج ويصبح حشوه مقرمشاً
- تقدم ساخنة بجانب الكريمة المخفوقة

كعكة المعرونة

المكونات

- 225 جم من معرونة (الإسباجتي)
- 1/2 كوب من الطماطم المجففة شمسياً والمحفوظة في الزيت (مصفاة ومقطعة)
- 4 بيضات كبيرة
- 1 1/2 ملعقة صغيرة من الملح
- 1/2 ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون طازج
- 3/4 كوب من جبن البارميزان المبشور
- 3/4 كوب من جبن الفونتينا المبشور
- 1 ملعقة كبيرة من الزبد غير المملح
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

طريقة التحضير

- تطهى المعرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي لمدة 8 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً مع التقليب من أن لآخر
- ترفع المعرونة عن النار وتصفى ثم تقلب مع الطماطم المجففة
- تترك المعرونة جانباً حتى تبرد تماماً وإلا جمد البيض عند إضافته إلى المعرونة الساخنة
- يخفق البيض في إناء كبير مع الملح والفلفل وجبن البارميزان وجبن الفونتينا حتى يتجانس الخليط
- يضاف خليط المعرونة الباردة إلى خليط البيض ثم يقلب معه
- تسخن المشواة
- تذاب قطعة من الزبد وبعض من الزيت في مقلاة غير لاصقة (قطرها 1/2 9 بوصة) على نار متوسطة الحرارة
- ينقل خليط الإسباجتي إلى المقلاة ويضغط عليها حتى تتكون طبقة متساوية من الخليط
- تترك المعرونة على النار لمدة 3 دقائق تقريباً حتى تتحمر قليلاً من القاع
- تنتقل المقلاة إلى المشواة وتترك بها لمدة 5 دقائق تقريباً حتى يتحمر وجه المعرونة
- تترك المعرونة في المقلاة لتبرد في درجة حرارة الغرفة بعد رفعها عن النار
- تقلب الكعكة في طبق للتقديم ثم تقطع وتقدم في درجة حرارة الغرفة

التورتيليني بالجبن في حساء خفيف

المكونات

- 8 أكواب من مرق الدجاج (يحتوى على نسبة قليلة من الملح)
- فلفل أسود مطحون طازج
- 2 عبوة (تزن الواحدة منها 250 جم) من التورتيليني بالجبن المبرد
- 2 ملعقة كبيرة من أوراق البقدونس الطازجة والمقطعة

رقائق البارميزان

- 1/2 كوب من جبن البارميزان المبشور

طريقة التحضير

- يوضع المرق في قدر كبير على درجة حرارة مرتفعة ثم يغطى ويترك حتى يغلي
- يتبل المرق بالفلفل حسب الرغبة ثم يضاف إليه التورتيليني
- يترك الخليط على نار متوسطة الحرارة لمدة 7 دقائق تقريباً حتى يصبح شبه ناضج
- يصب مرق التورتيليني في أوعية الحساء
- يزين الطبق ببعض من البقدونس ورقائق البارميزان ثم تقدم في الحال

رقائق البارميزان

- يسخن الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 400 درجة فهرنهايت (حوالي 200 درجة مئوية)
- تفرش ملعقة كبيرة وممتلئة من الجبن فوق ورق صالح للخبز (يفضل استخدام ورق السيليكون) ثم يضغط عليها قليلاً
- تكرر الخطوة السابقة بحيث تفصل مسافة 1/2 بوصة تقريباً بين كل قطعة حتى يتم الانتهاء من الكمية كلها
- تخبز رقائق الجبن في الفرن من 3 إلى 5 دقائق أو حتى تتحمص وتصبح مقرمشة
- ترفع الرقائق بعد ذلك من الفرن وتترك لتبرد ثم تصبح جاهزة للتقديم

الفريتاتا بالبطاطس باللحم المقدد

المكونات

- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 حبة بطاطا تزن حوالي 200 جم مقشرة ومقطعة إلى مكعبات (عرض المكعب الواحد 1/4 بوصة)
- 1/2 بصلة مقطعة
- 2 فص ثوم مفروم
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 6 بيضات كبيرة
- 1/4 كوب من الكريمة كاملة الدسم
- 1/4 كوب من جبن البارميزان المبشور
- 60 جم من شرائح اللحم المقدد مقطعة إلى قطع كبيرة
- 2 ملعقة كبيرة من أوراق الريحان الطازجة والمقطعة
- 1 خبز باجيت مقطعا إلى 8 قطع
- 1/4 كوب من الزبد غير المملح

طريقة التحضير

- يسخن الزيت على نار متوسطة الحرارة في مقلاة قطرها 9 1/2 بوصة
- تضاف البطاطا والبصل والثوم إلى الزيت ثم يتبل الخليط بالملح والفلفل حسب الرغبة
- يشوح الخليط على نار متوسطة إلى منخفضة لمدة 7 إلى 10 دقائق حتى تصبح البطاطا ذهبية اللون ومقرمشة من الخارج وناضجة من الداخل
- تسخن الشواية
- يخفق البيض مع الكريمة وجبن البارميزان واللحم المقدد في وعاء متوسط الحجم حتى يتجانس الخليط
- يضاف خليط البيض إلى خليط البطاطا في المقلاة ويقلبا معاً
- يترك الخليط على نار متوسطة إلى منخفضة الحرارة لمدة 3 دقائق حتى يتماسك خليط البيض من الداخل ويكون سطحه مازال غير متماسك
- ترفع المقلاة من على النار ثم توضع في الشواية لمدة 4 دقائق حتى يتحمر سطح الخليط ويصبح ذهبي اللون
- وباستخدام سباتولا بلاستيكية يفصل خليط الفريتاتا عن المقلاة
- ترفع الفريتاتا من المقلاة وتقطع إلى 12 شريحة
- تفتح قطع الخبز من النصف ثم تحمص على المشواة حتى تصبح ذهبية اللون
- أو يمكن كذلك تحميص قطع الخبز من الخارج من دقيقة إلى دقيقتين حتى تصبح ذهبية اللون كذلك (مع متابعة الخبز جيداً أثناء تحميصه حتى لا يحترق)
- يفرد الزبد على الخبز المحمص من الداخل ثم توضع قطع الفريتاتا ومن فوقها قطعة الخبز الأخرى ويقدم في الحال

السلطة الخضراء الإيطالية

المكونات

- 2 ملعقة صغيرة من زيت الزيتون
- 340 جم من سجق الديك الرومي منزوع عنها قشرتها
- 1/2 رأس خس مقطعة إلى قطع صغيرة
- 1/2 رأس خس (كابوتشا) مقطع إلى قطع صغيرة
- 2 حبة طماطم مقطعة إلى قطع كبيرة
- 170 جم من مكعبات جبن البروفولون
- 3/4 كوب من الفاصولياء الحمراء المعلبة مغسولة ومصفاة
- 3/4 كوب من الحمص المعلب مغسول ومصفى
- صلصة خل العنب الأحمر (التالي شرح طريقة تحضيرها)
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج

طريقة التحضير

- يسخن الزيت على درجة حرارة مرتفعة إلى متوسطة في مقلاة متوسطة الحجم
- يضاف السجق إلى الزيت ويقلب به مع تقطيعه أثناء التقليب ويترك على النار من 5 إلى 8 دقائق حتى ينضج ويتحمر
- يرفع السجق من المقلاة ويوضع في طبق ويترك جانباً حتى يصل إلى درجة حرارة الغرفة
- يقطع ويخلط السجق والخس والطماطم والجبن ثم تضاف الفاصولياء وما يكفي من صلصة خل العنب لتغطية الخليط
- تتبل السلطة بالملح والفلفل حسب الرغبة مع التقليب ثم تقدم في الحال

رقائق البارميزان

المكونات

- 1/2 كوب من جبن البارميزان المبشور

طريقة التحضير

- يسخن الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 400 درجة فهرنهايت (حوالي 200 درجة مئوية)
- تفرش ملعقة كبيرة وممتلئة من الجبن فوق ورق صالح للخبز (يفضل استخدام ورق السيليكون) ثم يضغط عليها قليلاً
- تكرر الخطوة السابقة بحيث تفصل مسافة 1/2 بوصة تقريباً بين كل قطعة حتى يتم الانتهاء من الكمية كلها
- تخبز رقائق الجبن في الفرن من 3 إلى 5 دقائق أو حتى تتحمص وتصبح مقرمشة
- ترفع الرقائق بعد ذلك من الفرن وتترك لتبرد ثم تصبح جاهزة للتقديم

معكرونة فيتوتشيني ألفريدو

المكونات

- 500 جم من معكرونة (الفيتوتشيني) الطازجة
- 2½ كوب من الكريمة كاملة الدسم
- ½ كوب من عصير الليمون الطازج
- 12 ملعقة كبيرة من الزبد غير المملح
- 2 كوب من جبن البارميزان المبشور
- 2 ملعقة صغيرة من بشر الليمون
- رشة من جوزة الطيب المطحونة الطازجة
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج

طريقة التحضير

- تطهى المعكرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي لمدة 4 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً مع التقليب من وقت لآخر ثم تصفى
- يخلط 2 كوب من الكريمة مع عصير الليمون في مقلاة كبيرة حتى يتجانسا
- يضاف الزبد ثم يترك الخليط على نار متوسطة الحرارة لمدة 3 دقائق حتى يذوب الزبد مع التقليب من وقت لآخر
- يرفع الخليط عن النار وتضاف إليه المعكرونة ثم تقلب
- يضاف ½ كوب الكريمة المتبقي وجبن البارميزان إلى الخليط
- يضاف بعد ذلك بشر الليمون وجوزة الطيب والملح والفلفل الأبيض
- تقلب المعكرونة ثم تترك على نار هادئة لمدة دقيقة واحدة حتى تغلظ الصلصة قليلاً

الكاليماري المحمر

المكونات

- زيت نباتي للقلي
- 450 جم من الكاليماري الكامل والمنظف ثم مقطع إلى حلقات (سمك الحلقة الواحدة 1/3 إلى 1/2 بوصة)
- 2 كوب من الدقيق
- 2 ملعقة كبيرة من البقدونس المجفف
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 2 حبة ليمون مقطعة إلى فصوص
- 1 كوب من صلصة الطماطم البسيطة الساخنة (التالي شرح طريقة تحضيرها أو صلصة المارينارا الجاهز)

طريقة التحضير

- تسخن كمية من الزيت في قدر كبير (بحيث يصل عمقه إلى 3 بوصة) حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة فهرنهايت (حوالي 175 درجة مئوية)
- يخلط الدقيق مع البقدونس والملح والفلفل في وعاء كبير
- وعلى دفعات صغيرة، يقلب الحبار في الدقيق حتى يغطيه تمامًا
- ثم يقلى الحبار في القدر لمدة دقيقة واحدة لكل دفعة حتى يتقرمش ويصبح ذهبي اللون
- وباستخدام ملقطة، يرفع الكاليماري من القدر ويترك على ورق ماص حتى يمتص الزيت الزائد
- يوضع الكاليماري المحمر بجانب شرائح الليمون في طبق نظيف ثم يرش فوقه الملح
- يقدم الطبق مع صلصة المارينارا

مرسالا اللحم

المكونات

- 8 شرائح من اللحم البقري الصغير (بتلو) تزن الشريحة الواحدة حوالي 85 جم
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 2 إلى 3 ملاعق كبيرة من الزبد غير المملح
- من 2 إلى 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 حبة كبيرة من الكراث مقطعة إلى قطع صغيرة
- من 2 إلى 4 فصوص من الثوم المفروم
- 50 جم من أنواع مختلفة من فطر مقطع إلى شرائح
- 1/2 كوب من عصير العنب السكري
- 3/4 كوب من مرق الدجاج قليل الملح
- 1 عرق من إكليل الجبل الطازج

طريقة التحضير

- تتبل قطع اللحم بالملح والفلفل
- تسخن ملعقة كبيرة من الزبد مع ملعقة كبيرة من الزيت في مقلاة كبيرة على نار فوق المتوسطة
- تضاف 4 قطع من اللحم وتشوح لمدة دقيقة ونصف على كل وجه تقريباً حتى تتحمر ثم تنقل إلى طبق
- تضاف ملعقتان من الزبد والزيت إلى المقلاة، إن لزم الأمر، وتكرر الخطوة السابقة ثم يترك اللحم جانباً
- تضاف ملعقة كبيرة من الزيت إلى المقلاة ثم يضاف إليه الكراث والثوم ويشوحا على النار لمدة 30 ثانية تقريباً حتى تبدأ رائحتهما في الظهور
- تضاف ملعقة كبيرة من زيت الزيتون، إذا لزم الأمر ثم يشوح الفطر لمدة 3 دقائق تقريباً حتى تتبخر السوائل ثم يتبل بالملح والفلفل
- يضاف بعد ذلك العصير ويترك الخليط على النار لمدة دقيقتين تقريباً حتى يقل حجم السائل إلى النصف
- يضاف المرق وإكليل الجبل إلى الخليط ويترك ليغلي برفق لمدة 4 دقائق حتى يقل حجم السائل إلى النصف مرة أخرى
- تضاف قطع اللحم ثانية إلى الخليط مع جميع سوائلهما وتترك على النار لمدة دقيقة واحدة تقريباً حتى تسخن فقط مع قلبها على الجانبين حتى تغطيها الصلصة
- تضاف الملعقة المتبقية من الزبد وتقلب مع الصلصة ثم يتبل بالملح والفلفل حسب المذاق
- باستخدام ملعقة، ينقل قطع اللحم إلى أطباق التقديم ويصب فوقها القليل من الصلصة بالملعقة وتصبح جاهزة للتقديم

دجاج مشوي مع صلصة السبانخ والسنوبر

المكونات

- 2 صدر دجاج مخلي
- 2 كوب من أوراق السبانخ الصغيرة (حوالي 60 جم)
- 1/4 كوب من السنوبر المحمص
- 2 ملعقة صغيرة من عصير الليمون الطازج
- ملعقة أو ملعقتين من بشر الليمون
- 1/3 كوب من زيت الزيتون + 2 ملعقة صغيرة إضافية
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 1/3 كوب من جبن البارميزان الطازج المبشور

طريقة التحضير

- تسخن مشواة على درجة حرارة عالية إلى متوسطة ثم تدهن بقليل من الزيت
- يرش الملح والفلفل فوق الدجاج ثم يشوى لمدة 5 دقائق على كل جانب حتى ينضج
- يخلط السبانخ مع السنوبر وعصير الليمون وبشر الليمون في خلاط الطعام
- وأثناء الخلط، يضاف 1/3 كوب من الزيت تدريجياً حتى يصبح الخليط قشدي القوام
- يضاف الملح إلى الخليط ثم يعاد تشغيل الخلاط مرة أخرى
- توضع نصف كمية الخليط في قالب مكعبات الثلج ثم يحفظ في المجمد لاستخدامه فيما بعد
- ينقل باقي خليط السبانخ إلى وعاء متوسط الحجم
- يضاف جبن البارميزان إلى الخليط ويقرب معه ثم يتبل بالملح والفلفل حسب الرغبة
- يفرّد الخليط فوق قطع الدجاج وبذلك يصبح جاهزاً للتقديم

الفطر مع خبز الكرستينو

المكونات

- 30 جم من فطر البورتشيني المجفف
- 230 جم من الفطر الأبيض مقطع إلى أربعة قطع
- 1/2 كوب من الجوز المحمص
- 2 فص ثوم
- 1 1/2 كوب من أوراق البقدونس الطازجة
- 3/4 كوب من زيت الزيتون
- 1/2 كوب من جبن البارميزان الطازج المبشور
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 36 شريحة من خبز الباجيت سمك الواحدة منها 1/2 بوصة تقريباً

طريقة التحضير

- يغمر فطر البورتشيني في وعاء به ماء ساخن مع الضغط عليه حتى لا يطفو
- يترك الفطر في الماء لمدة 15 دقيقة حتى ينضج
- يرفع الفطر من الماء مع مراعاة عدم اصطحاب أي ترسيبات من قاع الإناء ثم يتم التخلص من الماء
- يخلط فطر البورتشيني مع الفطر الأبيض والجوز والثوم والبقدونس في خلاط الطعام الكهربائي بشكل متقطع حتى يصبح الخليط خشناً
- يضاف 1/2 كوب من الزيت تدريجياً إلى الخليط مع استمرار خفقه في الخليط حتى يتجانس تماماً
- ينقل خليط الفطر إلى وعاء متوسط الحجم ثم يضاف إليه جبن البارميزان مع التقليب
- يتبل الخليط بالملح والفلفل حسب المذاق
- إذا لم يستخدم خليط الفطر بعد تحضيره فوراً، يغطى بإحكام بورق البلاستيك لمنع تغير لون الفطر
- تسخن مشواة على نار متوسطة إلى مرتفعة الحرارة
- ترص شرائح الخبز على وجهها الداخلي فوق المشواة
- تدهن شرائح الخبز بالربع كوب المتبقي من زيت الزيتون
- يترك الخبز على النار لمدة 5 دقائق حتى يتحمص ويصبح مقرمشاً
- أو يمكنك تحميص الخبز في فرن درجة حرارته إلى 375 درجة فهرنهايت (حوالي 190 درجة مئوية) بحيث ترص شرائح الخبز في صينيتين خبز كبيرتين ثم تدهن بربع كوب من زيت الزيتون ثم توضع في الفرن لمدة 15 دقيقة حتى تتحمص و تصبح مقرمشة
- يفرد معجون الفطر فوق خبز الكرستينو
- ترص شرائح الخبز في طبق وبذلك تصبح جاهزة للتقديم

معكرونة بصلصة الطماطم المجففة

المكونات

- 340 جم من المعكرونة (بياني)
- 1 برطمان (يزن حوالي 240 جم) من الطماطم المجففة محفوظة في زيت الزيتون
- 2 فص ثوم
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 1 كوب من أوراق الريحان الطازجة
- 1/2 كوب من جبن البارميزان الطازج مبشور

طريقة التحضير

- تطهى المعكرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي لمدة 8 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً مع التقليب من آن لآخر
- تصفى المعكرونة مع الاحتفاظ بكوب من مائها
- وفي هذه الأثناء، تخلط الطماطم المجففة وزيتها مع الثوم والريحان والملح والفلفل (حسب الرغبة) في خلاط الطعام ويستمر الخلط حتى تتحول الطماطم إلى قطع صغيرة للغاية ثم يوضع الخليط في وعاء كبير
- يضاف جبن البارميزان إلى الخليط ويقرب معه
- تضاف المعكرونة إلى الخليط وتقلب معه
- يضاف إلى المعكرونة ما يكفي من مائها المحفوظ حتى تصبح الصلصة رطبة
- تتبل المعكرونة بالملح والفلفل حسب الرغبة وبذلك تصبح جاهزة للتقديم

الخبز المحمص بالمسكربوني واللوز

المكونات

- 450 جم من الخبز مقطعة عرضياً إلى 12 شريحة
- $\frac{3}{4}$ كوب من المشمش المحفوظ
- 3 ملاعق كبيرة من عصير اللوز
- $\frac{2}{3}$ كوب من جبن المسكربوني
- $\frac{1}{4}$ كوب من قطع اللوز المحمص

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة فهرنهايت (175 درجة مئوية)
- توضع شرائح الخبز في صينية خبز كبيرة
- توضع الصينية في الفرن من 7 إلى 10 دقائق حتى تتحمص الشرائح وتصبح ذهبية اللون
- أو يتم تحميصها في محمصة الخبز الكهربائية حتى تصبح ذهبية اللون
- يخلط المشمش مع عصير اللوز في وعاء صغير
- توضع 6 شرائح خبز في ستة أطباق تقديم
- تفرد ملعقة من جبن المسكربوني على كل شريحة ثم شريحة أخرى من الخبز
- يوضع خليط المشمش فوق الخبز ثم يرش بقطع اللوز ويصبح جاهزاً للتقديم

شطيرة كابوناتا للرحلات

المكونات

- 1/4 كوب من زيت الزيتون
- 1 حزمة من الكرفس المقطع
- 1 حبة متوسطة الحجم من الباذنجان ومقطعة إلى مكعبات، عرض المكعب الواحد 1/2 بوصة
- ملح
- 1 حبة فلفل أحمر مقطعة إلى مكعبات، عرض المكعب الواحد 1/2 بوصة
- 1 بصلة متوسطة الحجم ومقطعة
- 1 عبوة (تزن حوالي 400 جم) من مكعبات الطماطم
- 3 ملاعق كبيرة من الزبيب
- 1/2 ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر البري المجففة
- فلفل أسود مطحون طازج
- 1/4 كوب من الخل الأحمر
- 2 ملعقة صغيرة من السكر
- 1 ملعقة كبيرة من الكبر المصفاة
- 1 رغيف من خبز التشياباتا مقطع عرضياً إلى 6 قطع متساوية
- 2 فص ثوم مقشر
- 6 شرائح (سمك الواحدة 3/1 بوصة) من جبن الموتزريلا الطازجة المحفوظة في الماء مصفاة

طريقة التحضير

- يسخن 1/4 كوب من الزيت في مقلاة كبيرة على نار متوسطة الحرارة
- يشوح الكرفس في المقلاة لمدة دقيقتين تقريباً حتى يتحمر قليلاً
- يضاف الباذنجان إلى المقلاة ثم ويشوح مع الخليط لمدة دقيقتين حتى يصبح الباذنجان طرياً
- يتبل الخليط بالملح ثم يضاف إليه الفلفل الأحمر ويترك على النار لمدة 5 دقائق حتى ينضج ويتحمر
- يضاف البصل إلى الخليط ويشوح معه على النار لمدة 3 دقائق حتى يذبل
- تضاف بعد ذلك الطماطم والزبيب والزعتر البري إلى الخليط ثم يتبل مرة أخرى بالملح والفلفل حسب المذاق
- يترك الخليط على نار متوسطة إلى هادئة لمدة 20 دقيقة حتى تمتزج النكهات ويغلظ قوام الخليط مع التقليب من وقت لآخر
- يضاف إلى الخليط الخل والسكر والكبر مع إضافة الملح والفلفل أيضاً حسب المذاق
- تقطع قطع الخبز أفقيًا إلى نصفين

- يحمص الخبز لمدة دقيقتين على نار متوسطة إلى مرتفعة الحرارة على المشواة بحيث يكون الوجه الداخلي مقابل لسطح المشواة حتى يصبح ذهبي اللون
- تدهن الجهة المحمصة من قطع الخبز بفصوص الثوم جميعها ثم تضاف فوقها شريحة من جبن الموتزريلا ثم يفرد من فوقها خليط الكابوناتا وأخيراً يغطى بالنصف الآخر من الخبز
- تلف كل شطيرة منفردة في قطعة من ورق البلاستيك أو قطعة من ورق صالح للخبز
- تحفظ الشطائر في البراد (الثلاجة) لحين التقديم ويمكن حفظها في درجة حرارة الغرفة لمدة تصل إلى ساعة واحدة

سلطة الفاكهة الصيفية بالنعناع

المكونات

- 1 1/4 كوب من عصير العنب الأبيض
- 1/3 كوب من السكر
- 1/2 حبة ناضجة من الكانتلوب مقطعة إلى نصفين ومنزوع بذورها ثم مقطعة إلى مكعبات، عرض المكعب الواحد 3/4 بوصة (حوالي 3 أكواب)
- 1 سلة (225 جم) من الفراولة الطازجة المقطعة إلى 4 أجزاء
- 1 كوب من العنب الأخضر منزوع بذره ومقطع إلى نصفين بشكل طولي
- 1 ملعقة كبيرة من أوراق النعناع الطازجة والمقطعة

طريقة التحضير

- يترك عصير العنب الأبيض مع السكر في قدر صغير على النار مع التقليب حتى يذوب السكر ثم يغلي الخليط لمدة دقيقتين ثم يرفع القدر عن النار
- تقطع حبات الكانتلوب والفراولة والعنب والنعناع ثم تخلط معًا في إناء كبير
- يصب خليط العنب الدافئ فوق الخليط مع التقليب
- يغطى الإناء ثم يحفظ في البراد (الثلاجة) لمدة لا تقل عن ساعتين مع التقليب من وقت لآخر
- ينقل خليط الفاكهة من الإناء إلى برطمان كبير بغطاء محكم مع الاحتفاظ به مثلجًا

سلطة البطاطس الفيرونية

المكونات

- 3 حبات من البطاطس (إجمالي وزنها 1.3 كجم)
- ¼ كوب من زيت الزيتون + كمية إضافية إذا لزم الأمر
- 450 جم من الهوت دوج (نوعية جيدة)
- ¼ كوب من أوراق البقدونس الطازجة والمقطعة
- 2 ملعقة كبيرة من أوراق الريحان الطازجة والمقطعة
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج

طريقة التحضير

- تسلق البطاطس كاملة لمدة 10 دقائق ثم تصفى من الماء وتترك لتبرد في درجة حرارة الغرفة
- تقشر البطاطس ثم تقطع إلى قطع صغيرة مع التخلص من القشر
- يشوح الهوت دوج في مشواة على النار لمدة 10 دقائق حتى يتحمر
- يرفع الهوت دوج عن النار ويترك ليبرد في درجة حرارة الغرفة ثم يقطع عرضياً إلى قطع صغيرة
- تخلط قطع البطاطس مع البقدونس والريحان وزيت الزيتون في إناء كبير
- تتبل سلطة البطاطس بالملح والفلفل حسب المذاق
- تضاف قطع الهوت دوج إلى طبق السلطة مع التقليب
- يتبل الخليط حسب الرغبة مع إضافة كمية من زيت الزيتون إذا ما كانت السلطة جافة
- تقدم السلطة في درجة حرارة الغرفة

حساء الخضر و المعكرونة المكثف الشتوي

المكونات

- ملعقتا طعام من زيت الزيتون
- بصلة مقطعة
- جزرتان مقطعتان و مقشرتان
- قصبتا كرفس مقطعتان
- فصا ثوم مقطعان
- 3 أونسات من لحم البانسييتا المقطعة بشكل رقيق
- رزمة من الشمندر السويسري المقطع بشكل خشن و أوراقه مشذبة
- علبة طماطم
- غصن من إكليل الجبل الطازج
- حبة بطاطا مقشرة و مقطعة
- علبتان من مرق لحم البقر قليل الصوديوم
- علبة من الفاصولياء المغسولة و المجففة
- قطعة من جبن البارمازان
- ملعقتان من أوراق البقدونس
- ملح و توابل

طريقة التحضير

- قم بإحماء الزيت في وعاء كبير فوق نار درجة حرارتها فوق المتوسطة
- ثم أضف البصل، و الجزر، و الكرفس، و الثوم، و اقلي هذه المكونات حتى يصبح البصل نصف شفاف، لمدة 10 دقائق
- ثم أضف الشمندر، و البطاطا و اقليها لمدة دقيقتين
- أضف غصن إكليل الجبل، و الطماطم، و اغليها لـ 10 دقائق أخرى
- امزج في هذه الأثناء ثلاثة أرباع كأس من الفاصولياء مع ثلث كأس من المرق في الخلاط حتى يصبح مزيجاً ناعماً
- أضف خليط الفاصولياء، و المرق و جبن البارمازان، إلى خليط الخضراوات، و اغليه ببطء لمدة 15 دقيقة حتى تصبح البطاطا طرية
- ثم ضع بقية أوراق البقدونس، و الفاصولياء إلى الخليط و اتركه يغلي أيضاً ببطء حتى يصبح الحساء سميكاً لمدة دقيقتين
- ثم رش الملح و الفلفل حسب الرغبة
- قم بإخراج ورق إكليل الجبل من الحساء، و قدم الحساء بالأطباق المخصصة لها

الخبز المحمص مع الجبن و مربى البرتقال

المكونات

- 12 شريحة من الخبز الأبيض
- 15 أونصة من جبن الريكوتا
- $\frac{3}{4}$ كأس من مربى البرتقال

طريقة التحضير

- ضع مقلاة فوق نار متوسطة، و اشوي الخبز فيها حتى يصبح لونه أسمر ذهبي اشوي 4 دقائق على كل جانب
- ادهن ملعقتان من الجبن على كل قطعة خبز، ثم ملعقة من مربى البرتقال فوقالجبن. الطبق جاهز للتقديم

كعكة اماريتي الشوكولا

المكونات

- رذاذ للطبخ غير لاصق بطعم الزبدة
- $\frac{3}{4}$ كأس من الشوكولا الحلوة و المرة أو رقائق الشوكولا الحلوة
- كأس من اللوز المشقوق إلى نصفين
- كأس من كعك الاماريتي الصغير (أونسان)
- $\frac{1}{2}$ كأس من الزبدة غير المملحة
- $\frac{2}{3}$ كأس من السكر
- ملعقتان من قشر البرتقال المفروم
- 4 بيضات
- مسحوق الكاكاو غير المحلى

طريقة التحضير

- قم بإحماء الفرن إلى درجة حرارة 350 فهرنهايت
- رش رذاذ الزبدة على المقلاة، و ضع الشوكولا في الميكروويف مدة 1 دقيقة حتى تذوب.
- ضع الكعك و اللوز في الخلاط حتى يطحن بشكل جيد. ضع الخليط في وعاء متوسط.
- ضع الزبدة و السكر في الخلاط واخلطهم جيداً. أضف قشر البرتقال، و استمر بالخلط بسرعة، ثم أضف البيض إلى الخليط. نظف بعد ذلك حواف وعاء الخلط، ثم أضف خليط البندق، و الشوكولا المذوبة بالميكروويف إلى الخلاط حتى تمتزج جميع المكونات مع بعضها
- نظف حواف وعاء الخلط ثم اخلط مرة ثانية
- صب الخليط في المقلاة المحضرة، و اخبز الكعكة مدة 35 دقيقة حتى تنضج و عند وضع عود صغير في منتصف الكعكة يجب أن يخرج نظيفاً. دع الكعكة تبرد في المقلاة لـ 15 دقيقة
- ضع الكعكة في طبق كبير واخلط مسحوق الكاكاو فوقها

كعك الصنوبر

المكونات

- قالب من الزبدة غير المملحة وبدرجة حرارة الغرفة
- ½ كأس بالإضافة إلى ملعقتين من السكر
- ملعقة صغيرة من الفانيلا
- ملعقة صغيرة من بذرة نبات الشمار
- ¼ ملعقة ملح
- بيضة كبيرة
- 1¼ من الطحين المتعدد الاستعمالات
- ¼ كأس من حبات الصنوبر

طريقة التحضير

- استعمل الخلاط الكهربائي لخلط الزبدة، و السكر، مع الفانيلا، و بذر الشمار، ثم ضع المزيج في وعاء كبير. أضف الملح، ثم اخفق البيض، و أضف الطحين إلى المزيج لتتكون لدينا عجينة
- ضع العجينة على ورقة بلاستيكية، و لفها، و برّدها في البراد لمدة ساعتين
- قم بإحماء الفرن لدرجة حرارة 350 فهرنهايت
- حضّر صينية الشواء الكبيرة و ضع فوقها ورق البار شمنت الرقيق
- قطع العجينة على شكل قطع طولية و يجب أن يكون سمك الشرائح من ⅛ إلى ¼ إنش
- ضع قطع الكعك على صينية الشواء، مع إبقاء مسافة بينهم
- اضغط حبوب الصنوبر على كل قطعة من الكعك، و اخبزها في الفرن مدة 15 دقيقة حتى يصبح لون حواف الكعك ذهبي

طبق الجبن

المكونات

- قطعة من جبن البارمازان (حوالي 8 أونسات)
- قطعة من جبن فونتينا
- وتد واحد من الجبن الأزرق
- ملعقة عسل
- 8 حبات من التين
- عنقود عنب أحمر بدون بذور
- عنقود عنب أخضر بدون بذور
- كأس من المشمش المجفف
- كأس من الجوز المقشر
- كأس من البلح
- رغيف تشياباتا مقطع

طريقة التحضير

- رتب أنواع الجبن جنباً إلى جنب على الطبق الكبير، أو على عدة أطباق صغيرة
- ثم رش العسل حول الجبن الأزرق
- ثم رتب ثمار الفواكه الطازجة، و المجففة، و الجوز، و الخبز، على طبق الجبن الكبير
- رتب بقية الثمار و الجوز على طبق كبير آخر

الاسباغيتي بصلصة التشيكا

المكونات

- 8 أونسات من الاسباغيتي أو باستا نوع شعر الملائكة
- 4 من الكراث الأندلسي (نستعمل الأجزاء البيضاء و الخضراء الفاهية فقط)، و مقطعة بشكل خشن
- 3 فصوص من الثوم المسحوق
- مرطبان واحد (حوالي 12 أونس) من الطماطم الصغيرة (المقسمة إلى أنصاف)
- قطعة واحدة (أونسة واحدة) من جبن البارمازان المقطع بشكل خشن
- من 8 إلى 10 أوراق من الريحان الطازج
- ملح و فلفل أسود
- 3 ملاعق طعام من زيت الزيتون
- 4 أونسات من جبن الموتزريلا الطازج و المقطع إلى مكعبات بحجم 1/2 إنش

طريقة التحضير

- اسلق الباستا في قدر يحتوي على ماء ملغي مملح حتى تصبح طرية و لكن قاسية عند مضغها (أن تحتفظ بصلابتها لا أن تصبح طريه جداً)، حرّك مراراً و اسلقها حوالي 8 دقائق تقريباً
- امزج في هذه الأثناء و باقي المكونات في الخلاط، مع الحرص على بقاء الطماطم خشنة (ليست بشكل معجون)
- أخرج الباستا من الماء المغلي (جففها)، و احتفظ بماء الباستا المغلي لأننا سنحتاجه لاحقاً
- امزج الباستا مع خليط قطع الطماطم و جبن الموتزريلا، ثم ضع المزيج في كأس كبيرة
- إذا بدت الصلصة جافة، أضف بعضاً من ماء الباستا الذي مازلنا نحتفظ به إلى أن يصبح قوام الصلصة مناسباً و تقدم فوراً

سندويشات الباذنجان (كابونات) للنزهة

المكونات

- ¼ كوب من زيت الزيتون
- ساق كرفس مقطّعة
- باذنجان متوسط، مقطع إلى قطع قياس بوصة
- ملح
- قرن فليفلة أحمر، مقطع إلى قطع بقياس ½ بوصة
- بصلة متوسطة مقطّعة
- 14½ أوقية طماطم مقطّعة إلى مكعبات
- 3 ملاعق طعام من الزبيب
- ½ ملعقة شاي من المردكوش (أوريغانو)
- فلفل أسود طازج
- ¼ كوب من خلّ العنب الأحمر
- ملعقتا شاي من السكر
- ملعقة طعام من نبات الكبر المخلل (يستعمل كنوع من التوابل)
- رغيف خبز تشيباتا الإيطالي، مقطع بشكل متصالب إلى 6 قطع متساوية
- فصا ثوم، مقشّران
- 6 شرائح (بسماكة ⅓ بوصة) موتزريلا المجففة

طريقة التحضير

- سخن ¼ كأس من الزيت في مقلاة كبيرة ثقيلة على درجة حرارة متوسطة
- أضف الكرفس و اقلية حتى ينضج، حوالي دقيقتين
- أضف الباذنجان و اقلية حتى ينضج أيضاً، حوالي دقيقتين
- تبّل بالملح و أضف الفليفلة الحمراء، و اطبخ حوالي 5 دقائق
- اقلي البصل حتى يصبح نصف شفاف، حوالي 3 دقائق
- أضف الطماطم المقطّعة إلى مكعبات مع عصيرها، و الزبيب، و المردكوش (الأوريغانو)
- تبّل بالملح و الفلفل، حسب الرغبة
- اغلي ببطء فوق نار من منخفضة إلى متوسطة حتى تمتزج النكهات و يتماسك الخليط، مع استمرار التحريك بشكل جيد لمدة 20 دقيقة
- أضف الخلّ، السكر، و الكبر المخلل
- تبّل بالملح و الفلفل، حسب الرغبة
- قطع قطع الخبز أفقياً مناصفة
- اشوي الخبز المنزوع الجوانب في مقلاة شواء بدرجة حرارة من متوسطة إلى مرتفعة حتى يصبح لونه ذهبي لدقيقتين

- افرك فصوص الثوم الكاملة على الجانب المحمص للخبز
- أضف شريحة جبن الموتزريلا في أسفل الخبز، و صب خليط الباذنجان (الكابوناتا) أعلاه
- غطّ السندويتش بنصف الخبز الآخر، و قدمها

الفلفل الحلو كروستيني

المكونات

- شرائح من خبز الباغيت (الخبز الفرنسي) سماكة كل شريحة 1/2 بوصة
- ملعقتا طعام من زيت الزيتون
- من 1/2 إلى 3/4 كأس من شرائح الفليفلة الحمراء المقطعة طولياً المشوية
- من 1/3 إلى 1/2 كأس من جبن الموتزيريللا المبروش المدخن أو جبن الفونتينا

طريقة التحضير

- قم بإحماء الفرن حتى درجة 375 فهرنهايت
- صف شرائح الخبز على صينية الفرن للشوي، و ادهن شرائح الخبز بزيت الزيتون.
- اخبز الشرائح في الفرن إلى أن تصبح محمصة و لونها ذهبي مدة 15 دقيقة تقريباً
- رتب شرائح الفليفلة فوق شرائح الخبز، ثم رش فوقها الجبن المبروش، و اتركها تشوى حتى يذوب الجبن حوالي دقيقتين

سلطة التونه والفاصولياء البيضاء

المكونات

- علبتان (ستة أونسات) من لحم التونا الغامقة، محفوظة في زيت زيتون
- علبتا (خمس عشرة أونسة) فاصولياء بيضاء "كانيليني"، مصفّى الماء منها ومغسولة
- 1/3 كوب من الكبر، المقطع إلى قطع صغير في ماء مملح (مخلل)، مصفّى الماء منها و
مغسولة
- 6 ملاعق من خل العنب الأحمر
- ملح بحري وقليل أسود طازج مطحون
- بصلة متوسطة الحجم، مقطعة إلى شرائح رفيعة
- 1 1/2 كوب من الطماطم صغيرة الحجم
- 2 كوب من الأوروغولا الطازجة
- 6 أوراق ريحان طازجة

طريقة التحضير

- ضع التونة في وعاء كبير، وحافظ على زيت الزيتون في وعاء صغير منفصل. قطع التونة إلى قطع بحجم اللقمة باستخدام شوكة كبيرة. أضف الفاصولياء والكبر
- أضف الخل إلى وعاء زيت الزيتون (يجب أن يكون مقدار الزيت ضعف مقدار الخل)
- قم بإضافة المزيد من زيت الزيتون البكر إذا احتاج الأمر
- تبّل بالملح والقليل
- صبّ المرق على مزيج التونة، الفاصولياء، والكبر
- دع النكهات تنتشر بينما تقطع الخضراوات
- أضف البصل والطماطم واقبلها بلطف. ضع الأوروغولا في صحن مزين كبير وضع فوقها مزيج التونة
- مزّق أوراق الريحان فوقها وقدمها مباشرة

الاسباغيتي مع البطليينوس

المكونات

- رطل من الاسباغيتي المجففة
- 1/2 كوب من زيت الزيتون البكر
- 2 من الكراث الأندلسي المقطع إلى شرائح رقيقة
- من 5 إلى 7 فصوص ثوم مقطعة بشكل ناعم
- 2 1/2 رطل من البطليينوس، المنظف
- 1/2 كوب من البقدونس الطازج المقطع
- 1/2 كوب من شراب العنب الأبيض
- ملعقتا طعام من الزبدة غير المملحة، مقطعة إلى مكعبات صغيرة
- ملح بحري وفلفل أسود مطحون حديثاً
- ليمونة واحدة مع قشرها المبشور للزينة

طريقة التحضير

- اغلي 4.5 ليترات من الماء المملح في وعاء كبير. أضف الباستا
- حرّك في البداية باستمرار لمنعها من الالتصاق
- اطبخها حتى تصبح بلون الأسنان، حوالي 8 دقائق
- في هذه الأثناء، سخن زيت الزيتون في مقلاة كبيرة
- عندما يصبح علي وشك أن يدخن، أضف الكراث والثوم واقلبه فوق نار هادئة (سوتيه)
- حتى يصبح طرياً وشبه شفاف، من 3 إلى 4 دقائق مع العناية بالألّا يحترق الثوم
- أضف البطليينوس و خل العنب . غط الوعاء و اتركها على نار هادئة من 6 إلى 8 دقائق أو إلى أن تتفتح معظم البطليينوس
- أضف ملعقتان من البقدونس
- اخفقهما مع الزبدة ليصبح المرق أسمك قليلاً
- صف الباستا من الماء باستخدام مصفاة
- لا تقم بغسل الباستا بالماء بعد ذلك لأن هذا سيزيل النشاء الطبيعي الموجود فيها
- ضع الباستا في البطليينوس واقلي على نار هادئة وامزج بشكل جيد
- أضف التوابل
- صب الباستا في وعاء تقديم كبير
- ابشر الليمونة فوق الطبق، مع العناية بالألّا تبشر القسم الأبيض منها و الذي يعطي الطعم المر
- زينّ الطبق بما تبقى من البقدونس وقدمه مباشرةً

سمك السيف المشوي بالليمون و النعناع و الريحان

المكونات

- 1/2 كأس من زيت الزيتون
- 3 ملاعق من أوراق النعناع المقطعة
- 3 ملاعق من عصير الليمون
- ملعقة من أوراق الريحان المقطعة
- حبة ثوم مقطعة
- ملح وفلفل أسود مطحون بشكل جيد
- من 4 إلى 5 قطع من شرائح سمك السيف كل قطعة سماكتها 6 أونصة

طريقة التحضير

- ضع الشواية فوق نار متوسطة، حضّر في هذه الأثناء زبدية صغيرة، و اخلط فيها عصير الليمون، والريحان، و النعناع، و الثوم، مع زيت الزيتون
- رش عليها الملح و الفلفل الأسود حسب الرغبة
- نظّف الشرائح بالليمون وزيت الزيتون
- اشوي الشرائح حتى تنضج 3 دقائق على كل جانب (حسب حجم قطع الشرائح)
- ضع الشرائح على طبق بعد أن تنضج و ضع فوقها ملعقة من الصلصة و يصبح الطبق جاهز للتقديم

سمك القناص الأحمر المشوي مع إكليل الجبل

المكونات

- 3 ملاعق من زيت الزيتون البكر
- 3 أرطال من السمك البحري الأحمر المنظف
- ملح و فلفل أسود مطحون
- ليمونة مقطعة إلى نصفين
- ½ بصلة صغيرة مقطعة
- غصن من إكليل الجبل
- ملعقة صغيرة من أوراق إكليل الجبل
- فص ثوم مسحوق

طريقة التحضير

- قم بإحماء الفرن إلى درجة 400 فهرنهايت
- غط صينية الفرن الكبيرة بورق القصدير و ادهن ورقة القصدير و السمك المشقوق من المنتصف بالزيت، و رش تجويف السمك بالملح و الفلفل و اعصر عليه نصف ليمونة
- املاً تجويف السمك بالبصل المفروم و أغصان إكليل الجبل. ثم لف بورق القصدير و اتركه لينضج مدة 40 دقيقة
- اعصر في وعاء صغير في هذه الأثناء نصف الليمونة المتبقية، و ضع الثوم و أوراق إكليل الجبل و 3 ملاعق من الزيت، و اخفق بشكل جيد، و رش على صلصة الليمون هذه الملح و الفلفل حسب الرغبة
- قد ينضج السمك بعد 40 دقيقة، استخدم سكين حاد و افصل بين شريحتي السمك من العمود (عظم السمكي المنتصف) و ضع شرائح السمك في طبق التقديم و رشها بالملح و الفلفل، و رش بشكل خفيف بعد ذلك رشة خفيفة من صلصة الليمون

حساء العدس

المكونات

- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون + كمية إضافية للتقطير
- 1 بصلة متوسطة الحجم ومقطعة
- 2 حبة جزر مقشرة ومقطعة
- 2 حزمة كرفس مقطعة
- 2 فص ثوم مفروم
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 1 عبوة (تزن تقريباً ٤٠٠ ملل) من مكعبات الطماطم المعلبة
- 450 جم من العدس (حوالي 1¼ كوب)
- 11 كوب من مرق الدجاج (يحتوي على نسبة ضئيلة من الملح)
- من 4 إلى 6 عروق زعتر
- ⅔ كوب من المعكرونة
- 1 كوب من جبن البارميزان المبشور

طريقة التحضير

- يسخن الزيت في قدر كبير على نار متوسطة الحرارة
- يضاف إلى الزيت البصل والجزر والكرفس والثوم والملح والفلفل ويشوح الخليط على النار من 5 إلى 8 دقائق حتى تذبل الخضراوات
- تضاف الطماطم ومائها إلى القدر ويترك الخليط على النار حتى يتبخر القليل من السوائل
- يقبل الخليط من وقت لآخر لمدة حوالي 8 دقائق
- يضاف العدس إلى الخليط مع التقليب
- يضاف المرق إلى الخليط مع التقليب ثم تضاف عروق الزعتر
- يترك الخليط على نار عالية الحرارة حتى يغلي
- تخفض حرارة النار ويغطى القدر ويترك على النار ليغلي الخليط برفق لمدة حوالي 30 دقيقة حتى ينضج العدس
- تضاف المعكرونة إلى الخليط
- يترك الخليط ليغلي برفق لمدة حوالي 8 دقائق حتى تصبح المعكرونة طرية قليلاً
- يتبل الخليط بالملح والفلفل حسب المذاق
- يصب الحساء في أوعية ويرش فوقها جبن البارميزان وبعض من قطرات زيت الزيتون ثم تقدم في الحال

شوكولا بالبندق: باتشي دالاسيو

المكونات

- 3 أكواب من البندق الغير محمص
- 2 كوب من السكر
- 2 ملعقة كبيرة من الزبد غير المملح الذائب + كمية أخرى إضافية (اختياري)
- 1/2 كوب من مسحوق الكاكاو غير المحلى والمنخول
- 1 ملعقة كبيرة من العسل
- 2 ملعقة صغيرة من الفانيلا
- 4 أو 5 بياض بيض في درجة حرارة الغرفة
- 85 جم من الشوكولا قليلة السكر

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة فهرنهايت (175 درجة مئوية)
- يفرد البندق كطبقة واحدة في صينية خبز ثم يوضع في الفرن
- يقلب البندق من وقت لآخر من 15 إلى 18 دقيقة حتى يتحمص قليلاً
- يرفع البندق من الفرن ويترك ليبرد لمدة 10 دقائق
- يفرك البندق على مراحل بين راحتي اليد للتخلص من القشرة (هذه الخطوة تستغرق بعض الوقت وربما لا تستطيع إزالة جميع القشور) ثم يقطع البندق إلى قطع كبيرة
- وباستخدام مطحنة مكسرات أو خلاط طعام له شفرة معدنية يطحن البندق ليصبح طحينا ناعماً
- وإذا ما أصبح الخليط زيتي ينخل البندق حتى تختفي أي كتل ثم يوضع في وعاء كبير
- يضاف السكر إلى خليط البندق مع التقليب
- يضاف الزبد ومسحوق الكاكاو والعسل والفانيلا إلى الخليط ويقرب بملعقة خشبية
- يضاف بياض البيض إلى الخليط تدريجياً مع الخفق الجيد بين كل إضافة
- مع مراعاة إضافة ما يكفي فقط من البياض إلى العجينة حتى تصبح لينة القوام
- وإن كانت العجينة لينة فيمكن عدم إضافة بياض البيض
- يرص ورق صالح للخبز في صينيته خبز أو يدهن بالزبد
- يصب خليط البندق في قمع الحلويات ذو رأس نجمية
- يضغط على القمع لتشكيل وردات صغيرة من الخليط قطرها بوصة واحدة في الصينية المجهزة بحيث تفصل مسافة بوصة ونصف بين كل وردة وأخرى لنحصل على إجمالي 60 وردة تقريباً
- تترك الوردات الصغيرة في الصنيتين في درجة حرارة الغرفة لمدة ليلة واحدة
- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 375 درجة فهرنهايت (190 درجة مئوية)
- تخبز الحبات في الفرن من 8 إلى 10 دقائق تقريباً حتى تصبح متماسكة من الخارج ولكن طرية من الداخل

- وعندما تتضج لن يغمق لون سطحها وربما تبدو غير ناضجة لذا يجب اختبارها باللمس
- ترفع الحبات من الفرن وتوضع على شبكة لتبرد تمامًا
- وفي هذه الأثناء تذاب الشوكولا على حمام بخار ثم ترفع عن النار وتترك لتبرد لتصل إلى درجة حرارة الغرفة مع التقليب من وقت لآخر
- تقلب برفق نصف كمية البسكوت على ظهرها على سطح مستو
- توضع نصف ملعقة صغيرة من الشوكولا فوق كل قطعة مقلوبة
- ترص قطعة أخرى من البسكوت السادة فوق كل قطعة مقلوبة ويضغط عليها برفق لتكوين شطيرة
- ترص قطع البسكوت على جانبها في صينية أو طبق مسطح ثم تحفظ في البراد لمدة 15 دقيقة حتى تتماسك الشوكولا
- تحفظ في وعاء مغلق في درجة حرارة الغرفة لمدة تصل إلى اسبوع

تراميسو الشوكولا

المكونات

- 170 جم من جببن الماسكربوني
- $\frac{2}{3}$ كوب من الكريمة المخفوقة
- $\frac{1}{2}$ كوب من السكر
- زاباغليوني الشوكولا (التالي شرح طريقة تحضيره)
- $2\frac{1}{2}$ كوب من قهوة الإكسبريسو الدافئة
- 24 قطعة بسكوت اسفنجي مقرمش (يوصى بنوع Savoirdi)
- مسحوق كاكاو غير محلى للتزيين
- شرائح مبشورة من الشوكولا الداكنة للتزيين

طريقة التحضير

- يوضع الجبن في وعاء كبير ويترك جانباً
- وباستخدام خلاط كهربائي تخفق الكريمة مع $\frac{1}{4}$ كوب من السكر في وعاء متوسط الحجم حتى يصبح ناعماً ويمكن تشكيله
- تثنى الكريمة المخفوقة برفق إلى جببن الماسكربوني
- ثم يثنى الخليط برفق إلى زاباغليوني الشوكولا المتلجة
- يغطى الوعاء ويحفظ في البراد
- يخفق الإكسبريسو الدافئ مع $\frac{1}{4}$ كوب المتبقي من السكر في وعاء آخر متوسط الحجم حتى يتجانس الخليط
- توضع طبقة من ورق البلاستيك على قدر معدني بحيث يتدلى البلاستيك من حواف القدر
- تغمس 8 قطع من البسكوت كل على حدة في خليط الإكسبريسو ثم ترص جنباً إلى جنب في طبقة واحدة فوق ورق البلاستيك
- يضاف $\frac{1}{3}$ خليط الماسكربوني فوق طبقة البسكوت بحيث تغطيها
- تكرر نفس الخطواتين السابقتين مرة أخرى
- ثم تغمس باقي قطع البسكوت في الإكسبريسو ثم ترص جنباً إلى جنب فوق التراميسو
- يضغط قليلاً على التراميسو (يجب أن تغطي الطبقة الأخيرة حواف القدر)
- يغطى التراميسو بقطعة بورق البلاستيك ثم يوضع في البراد لمدة لا تقل عن 6 ساعات
- يرفع التراميسو من البراد مع إزالة ورق البلاستيك
- يقلب التراميسو في طبق التقديم مع إزالة قطعة البلاستيك الثانية
- يرش قليلاً من مسحوق الكاكاو فوق التراميسو
- ثم تبشر شرائح الشوكولا الداكنة فوق التراميسو وتصبح جاهزة للتقديم

زبابا غليونى الشوكولا

المكونات

- 1/4 كوب من الكريمة المخفوقة أو كريمة كاملة الدسم
- 1/2 كوب من رقائق الشوكولا (قليلة السكر)
- 8 صفار بيضات كبيرة
- 2/3 كوب من السكر
- 1/2 كوب من القطر
- رشة من الملح
- 450 جم من الفراولة الطازجة منزوعة الرأس والمقطعة إلى 4 قطع

طريقة التحضير

- توضع الكريمة مع الشوكولا في قدر صغير
- يوضع القدر على نار هادئة مع التقليب من وقت لآخر حتى تذوب رقائق الشوكولا ويصبح الخليط ناعماً
- يرفع الخليط عن النار ويترك جانباً مع حفظه دافئاً
- يخفق صفار البيض مع السكر والقطر والملح في وعاء زجاجي كبير حتى يتجانس الخليط
- يوضع الوعاء فوق قدر صغير به ماء يغلي (مع مراعاة عدم ملامسة الماء الساخن للقدر) مع خفق خليط صفار البيض لمدة حوالي 4 دقائق حتى يغلظ ويصبح قشدي القوام
- يرفع الخليط عن النار، وباستخدام سباتولا مطاطية يضاف خليط الشوكولا إلى خليط صفار البيض ويقلب معه برفق شديد
- تقسم الفراولة بين 6 أطباق، ثم يصب فوقها خليط الزبابا غليونى الدافىء، وتقدم في الحال

أفوغاتو

المكونات

- 1/3 كوب من الكريمة المخفوقة الباردة
- 1/2 كوب من الماء المغلي
- 1 ملعقة كبيرة من مسحوق الإكسبريسو
- 500 جم من بوظة الشوكولا

طريقة التحضير

- باستخدام خلاط كهربائي، تخفق الكريمة في وعاء متوسط حتى يصبح الخليط ناعماً وسهل التشكيل
- تغطى الكريمة المخفوقة وتحفظ في البراد
- يخفق الماء المغلي مع مسحوق الإكسبريسو في كوب مقياس زجاجي حتى يذوب المسحوق
- أو يمكن استخدام ماكينة الإكسبريسو لتحضير 4 أكواب صغيرة منها
- يوضع 1/2 كوب من البوظة في كل وعاء أو كوب من الأربعة أكواب
- ثم يصب من فوقه 2 ملعقة كبيرة أو كوب صغير من قهوة الإكسبريسو الساخنة لكل كوب
- ثم من فوقها تضاف الكريمة المخفوقة ويقدم في الحال

ضلع الضأن المشوي

المكونات

- 2 فص ثوم كبير مفروم
- 1 ملعقة كبيرة من أوراق إكليل الجبل الطازجة
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر الطازجة
- رشة من الفلفل الحار
- ملح البحر
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر
- 6 ضلوع من لحم الضأن (سمك الضلع الواحد $\frac{3}{4}$ بوصة)

طريقة التحضير

- في خلاط طعام شفرتة معدنية يخلط الثوم وإكليل الجبل والزعتر والفلفل الحار والملح حتى يتجانس الخليط
- يضاف زيت الزيتون إلى الخليط ثم يشغل الخلاط مرة أخرى حتى يصبح الخليط كالعجينة
- تدهن الضلوع بالخليط ثم تحفظ في البراد لتتقع لمدة ساعة على الأقل
- تخرج الضلوع من البراد وتترك جانبًا حتى تصبح في درجة حرارة الغرفة وتستغرق هذه الخطوة حوالي 20 دقيقة
- تسخن شواية على نار عالية الحرارة حتى ينبعث منها الدخان ثم توضع ضلوع الضأن وتترك لمدة دقيقتين ثم تقلب على الجهة الأخرى لمدة 3 دقائق إضافية (للحصول على نضج أقل من المتوسط) و $3\frac{1}{2}$ دقيقة (للحصول على نضج متوسط)

طماطم محشوة بالأرز

المكونات

- 1 كوب من أرز (الأربوريو) (أو أرز أبيض قصير الحبة)
- 6 حبات كبيرة من الطماطم الناضجة (إلا أنها متماسكة)
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون + كمية إضافية للتقطير
- ملح وفلفل اسود مطحون طازج
- 1 فص ثوم مفروم
- 3 ملاعق كبيرة من أوراق الريحان الطازجة والمقطعة
- 2 ملعقة كبيرة من أوراق البقدونس الطازجة
- ¼ كوب من جبن البارميزان المبشور

طريقة التحضير

- يوضع الأرز على النار في قدر به ماء مملح يغلي
- يقلب الأرز من وقت لآخر حتى ينضج لمدة حوالي 10 دقائق
- يرفع الأرز عن النار ويصفى من الماء الساخن ثم يغسل بالماء البارد ويترك جانباً
- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة مئوية
- تقطع شريحة عرضية (سمكها ½ بوصة) من أعلى حبات الطماطم مع الاحتفاظ بهذه الشريحة
- يتم تجويف حبات الطماطم ونزع ما فيها من حبوب وسوائل ولب إلى وعاء صغير مع الاحتفاظ بربع كوب من السوائل
- يدهن قاع صينية خبز (مساحتها 8 بوصة) بـ 2 ملعقة من زيت الزيتون ثم ترص الطماطم المفرغة في الصينية
- يقلب الأرز مع سوائل الطماطم ثم يضاف الثوم والريحان والبقدونس وجبن البارميزان و2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون والملح والفلفل (حسب المذاق) ثم تخلط المقادير معاً
- تحشى الطماطم بخليط الأرز
- ترش قطرات زيت الزيتون فوق الصينية بأكملها
- ثم توضع شرائح الطماطم المحفوظة فوق الطماطم المحشية
- توضع الطماطم في الفرن لمدة حوالي 20 دقيقة
- يقدم الطبق ساخناً أو في درجة حرارة الغرفة

صينية الطماطم والخضراوات

المكونات

- 1 حبة متوسطة الحجم من البطاطا المقشرة والمقطعة إلى قطع عرض الواحدة منها 1/2 بوصة
- 1 حبة متوسطة الحجم من البطاطا الحلوة المقشرة والمقطعة إلى قطع عرض الواحدة منها 1/2 بوصة
- 1 حبة فلفل أحمر منزوع منها البذور ومقطعة إلى قطع عرض الواحدة منها 1/2 بوصة
- 2 حبة جزر مقشرة ومقطعة إلى قطع عرض الواحدة منها 1/2 بوصة
- 5 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 بصلة حمراء مقطعة إلى شرائح دائرية رقيقة
- 2 حبة صغيرة أو 1 حبة كبيرة من الكوسا مقطعة عرضياً إلى قطع سمك كل منها 1/4 بوصة
- ملح وفلفل
- 2 حبة ناضجة من الطماطم مقطعة عرضياً إلى قطع سمك كل منها 1/4 بوصة
- 1/2 كوب من جبن البارميزان المبشور
- 2 ملعقة كبيرة من فتات الخبز المحمص
- أوراق ريحان طازجة للتزيين

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 400 درجة فهرنهايت (200 درجة مئوية)
- تقلى قطع البطاطا والبطاطا الحلوة والفلفل والجزر مع 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون في صينية خبز ثم تتبل بالملح والفلفل ويقلى الخليط مرة أخرى جيداً ثم تسوى الخضراوات بحيث تغطي قاع الصينية
- ترص شرائح البصل بالتساوي فوق طبقة الخضراوات ثم ترص قطع الكوسا فوقها
- يرش فوق الخليط 2 ملعقة من الزيت والملح والفلفل ثم ترص شرائح الطماطم فوق الكوسا
- يخلط جبن البارميزان مع فتات الخبز في إناء صغير
- يرش خليط البارميزان فوق صينية الخضراوات ثم يرش عليها ملعقة من زيت الزيتون
- توضع الصينية في الفرن دون أن تغطي لمدة 40 دقيقة حتى تنضج ويصبح سطحها ذهبي اللون
- ترفع الخضراوات من الفرن وتزين بأوراق الريحان الطازجة (حسب الرغبة)

الهلين المشوي الملفوف باللحم المقدد على الطريقة الإيطالية

المكونات

- 450 جم من الهليون (حوالي 19 قطعة)
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- من 6 إلى 8 شرائح رفيعة من اللحم المقدد مقسوم كل منها إلى نصفين طولياً

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 400 درجة فهرنهايت (حوالي 200 درجة مئوية)
- تزال الأطراف القاسية من كل قطعة من الهليون ثم توضع في صينية خبز ثقيلة
- يرش فوقها قطرات من زيت الزيتون وبعض من الملح والفلفل ثم تقلب
- يوضع الهليون في الفرن لمدة 15 دقيقة حتى ينضج
- يرفع الهليون من الفرن ويترك جانباً ليبرد
- تلف كل قطعة من الهليون بنصف شريحة من اللحم المقدد بحيث تبقى أطرافه ظاهرة
- يرص الهليون في طبق بيضاوي ويقدم في درجة حرارة الغرفة

تارت الريكوتا القشدي بالصنوبر

المكونات

- 1½ كوب + 2 ملعقة كبيرة من الدقيق
- 4 ملاعق كبيرة من السكر
- 1½ كوب من الصنوبر المحمص
- رشة ملح
- قطعة (100 جم) من الزبد غير المملح الذائب ثم مبرد قليلاً
- ½ كوب ماء
- 1 كوب من جبن الريكوتا
- 170 جم جبنة الكريمة في درجة حرارة الغرفة
- 2 بيضة كبيرة
- 3 صفار بيض

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 350 درجة فهرنهايت (حوالي 175 درجة مئوية)
- يضرب الدقيق مع 2 ملعقة كبيرة من السكر و ¼ كوب من الصنوبر والملح في خلاط الطعام حتى يصبح عجينة ناعمة ثم يضاف إليه الزبد ثم يخفق مرة أخرى حتى يتجانس تمامًا
- توضع العجينة في صينية تارت (قطرها 11 بوصة وقاعها متحرك) وتفرد بحيث تغطي قاع الصينية وجوانبها
- يوضع العجين في البراد لمدة 30 دقيقة حتى يتماسك
- تغطي الفطيرة بأوراق الألومنيوم ثم من فوقه كمية من الحبوب المجففة (ثقل الحبوب يحافظ على شكل العجين لئلا ترتفع أثناء الخبز)
- يخبز التارت في الرف الثالث السفلي من الفرن لمدة 25 دقيقة
- يرفع التارت من الفرن ثم يزال عنه أوراق الألومنيوم والحبوب بحرص
- يعاد التارت مرة أخرى إلى الفرن لمدة 10 دقائق حتى يصبح ذهبي اللون
- يرفع التارت من الفرن ويترك ليبرد تمامًا
- تخلط 2 ملعقة كبيرة من السكر مع بعض الماء في قدر صغير على نار منخفضة الحرارة مع التقليب حتى يسخن الخليط ويذوب السكر (لا يجب أن يغلي الماء) ثم يرفع القدر عن النار
- يخلط جبن الريكوتا وجبن الكريمة في خلاط الطعام حتى يتجانس الخليط
- يضاف البيض الكامل وصفار البيض إلى الخليط واحدة تلو الأخرى مع الخفق المستمر حتى يصبح الخليط متجانساً
- يضاف كذلك قطر السكر برفق إلى الخليط أثناء الخفق حتى نحصل على كاستر ناعم

- يضاف الكاستر على التارت ثم توضع في الفرن من 20 إلى 25 دقيقة حتى ينضج الحشو
- يرش $\frac{3}{4}$ كوب من الصنوبر المحمص فوق الحشو
- توضع صينية التارت في الفرن مرة أخرى لمدة 10 دقائق إضافية حتى يتماسك الكاستر
- يرفع التارت من الفرن ويترك جانباً حتى يبرد تماماً قبل التقديم
- يمكن حفظ التارت ملفوف بقطعة من البلاستيك في البراد لمدة تصل إلى 3 أيام وقبل تقديمه يرفع من البراد حتى يصبح بدرجة حرارة الغرفة

الخواخ المشوي بجبن الماسكربوني

المكونات

- زيت زيتون
- 3 حبات خواخ ناضجة وصلبة، كل منها مقطوع إلى أربع قطع ومنزوع البذرة
- 2 ملعقة كبيرة من السكر
- 2 ملعقة كبيرة من عصير العنب المركز
- 1 ملعقة كبيرة من عصير الليمون الطازج
- 1/2 كوب من جبن الماسكربوني، في درجة حرارة الغرفة
- 1/4 ملعقة صغيرة من الفانيلا
- 3/4 كوب من عصير العنب الأبيض

طريقة التحضير

- توضع مشواة على درجة حرارة مرتفعة نسبياً ثم تدهن بقليل من الزيت
- ترص قطع الخواخ على المشواة مع مراعاة عدم تحريكها وإلا ضاعت خطوط الشبي الجميلة
- تترك قطع الخواخ على المشواة من 2 إلى 3 دقائق لكل جهة حتى تتلون خطوط الشبي على كل قطعة وأصبحت طرية قليلاً وساخنة أي من 5 إلى 6 دقائق في المجموع
- وفي هذه الأثناء يوضع السكر مع عصير العنب المركز والليمون في قدر متوسط الحجم ويقرب الخليط حتى يذوب السكر ثم يترك جانباً
- وعندما تصبح قطع الخواخ جاهزة ترفع عن المشواة وتوضع في صينية خبز مسطحة ثم يرش من فوقه خليط العنب ويقرب معه حتى يغطي جميع قطع الخواخ
- يوضع الخواخ جانباً لمدة 15 دقيقة مع التقليب من وقت لآخر
- وفي هذه الأثناء، تقلب الفانيلا مع جبن الإسكربوني في وعاء صغير حتى يتجانسا
- يقسم الخواخ المشوي على 6 أكواب ثم يصب فوقه عصير العنب الأبيض ثم فوقه خليط الجبن بالملعقة ثم تقدم في الحال

شريحة لحم على الطريقة الفلورنتينية

المكونات

- 2 فص ثوم كبير مقطع إلى نصفين
- 3 شرائح من لحم الخصر بالعظام (تزن كل منها حوالي 680 جم وسمكها يتراوح بين 1½ بوصة و1¾ بوصة)
- ملح طعام خشن وفلفل أسود مطحون طازج
- 1 حبة ليمون مقسومة إلى نصفين
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- خضروات مشوية (التالي شرح طريقة تحضيرها)

طريقة التحضير

- تفرك شرائح اللحم بالثوم جيداً ويرش عليها الملح والفلفل ثم توضع في البراد لمدة 1 ساعة تقريباً لتتقع بالتبيلة
- قبل الشوي بـ 20 دقيقة على الأقل يجب إخراج شرائح اللحم من البراد حتى يصبح اللحم في درجة حرارة الغرفة
- توضع مشواة على نار مرتفعة أو تحضر مشواة الفحم
- تشوى شرائح اللحم حتى درجة النضوج المرغوبة وتقلب مرة واحدة على الجهة الأخرى فلدرجة النضوج القليلة تترك 5 دقائق على كل جانب ولدرجة النضوج المتوسطة 7 دقائق على كل جانب
- يكمن السر وراء الحصول على خطوط الشوي الجميلة في أن لا تتحرك شرائح اللحم بعد وضعها أو قلبها على الوجه الآخر
- ترفع شرائح اللحم عن المشواة وتترك لتستريح لمدة 10 دقائق قبل تقطيعها

الخضروات المشوية

المكونات

- 3 فلفل أحمر مقطعة نصفين ومنزوعة البذور
- 3 قرع أصفر (مجموع وزنهم حوالي 450 جم) مقطعة إلى شرائح طولية عرض كل منها 1/2 بوصة لتصبح مستطيلات سميكة
- 3 كوسا (مجموع وزنهم حوالي 340 جم) مقطعة إلى شرائح طولية عرض كل منها 1/2 بوصة لتصبح مستطيلات سميكة
- 3 باذنجان ياباني (مجموع وزنهم حوالي 340 جم) مقطعة إلى شرائح طولية عرض كل منها 1/2 بوصة لتصبح مستطيلات سميكة
- 12 فطر (كريميني)
- 1 حزمة هليون (وزنها حوالي 450 جم) منزوعة الأطراف القاسية
- 12 بصلة خضراء مقطوع جذرها
- 1/4 كوب + 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 3 ملاعق كبيرة من الخل البلسمي
- 2 فص ثوم مفروم
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق البقدونس الطازجة والمفروم
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق الريحان الطازجة والمفروم
- 1/2 ملعقة صغيرة من أوراق إكليل الجبل الطازجة مفروم ناعم

طريقة التحضير

- توضع المشواة على نار درجة حرارتها مرتفعة نسبياً وتدهن الخضراوات برقع كوب من الزيت لتغطيها قليلاً
- ترش الخضروات بالملح والفلفل، وعلى مراحل تشوى الخضروات حتى تصبح طرية ومحمرة وتستنغرق هذه الخطوة من 8 إلى 10 دقائق للفلفل الأحمر و 7 دقائق للقرع والكوسا والباذنجان والفطر و4 دقائق الهليون والبصل الأخضر
- ترص الخضروات في طبق بيضاوي مسلطح وللحصول على خطوط الشهي الجميلة يجب عدم تحريك الخضروات على المشواة أثناء الشوي
- وفي هذه الأثناء تقلب ملعقتان من الزيت والخل البلسمي والثوم والبقدونس والريحان وإكليل الجبل في وعاء صغير ويتبل الخليط بالملح والفلفل حسب الرغبة
- يرش خليط الأعشاب فوق الخضروات وتقدم دافئة أو في درجة حرارة الغرفة

البانزانيا

المكونات

- 1/4 كوب من الكاير المصفي
- 2 ملعقة كبيرة + 1/4 كوب من الخل الأحمر
- 340 جم من خبز (التشاباتا) أو نوع آخر من الخبز الأبيض مخبوز منذ يومين أو ثلاثة
- 9 حبات من الطماطم الطازجة (إجمالي وزنها حوالي 1 كجم) منزوع مكان عنقها ومقطوعة من الأسفل
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر + 2/3 كوب إضافي
- 1 فص ثوم مفروم
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج
- 1/2 كوب من أوراق الريحان المقطعة لشرائح رقيقة
- 1 كوب من شرائح الفلفل الأحمر المشوي (مصفي)
- 1/4 كوب من زيتون أسود (الكالاماتا) منزوع بذره ومقسوم طولياً إلى نصفين
- أوراق ريحان للتزيين

طريقة التحضير

- ينقع الكاير في ملعقتين كبيرتين من الخل في وعاء صغير لمدة 10 دقائق تقريباً ثم يصفى منه
- تزال قشرة الخبز ويقطع إلى شرائح عرض كل منها بوصتين ثم يشوى ويرش بحوالي ملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون من الجهتين
- يقطع الخبز بعد شويه إلى مكعبات عرض الواحد منها بوصة واحدة ثم يترك جانباً
- تغمس الطماطم في قدر كبير على النار به ماء يغلي لمدة 10 ثوان
- باستخدام ملعقة تنقل الطماطم إلى وعاء كبير به ماء مثلج حتى تبرد قليلاً ثم تصفى
- وباستخدام سكين تقشير تنزع قشرة الطماطم ثم تقطع إلى نصفين وينزع عنها البذور ثم تقطع إلى مكعبات عرض كل منها بوصة واحدة ثم توضع جانباً
- في وعاء كبير يوضع 2/3 كوب من الزيت مع 1/4 كوب من الخل والثوم ثم يتبل الخليط بالملح والفلفل حسب الرغبة
- تضاف مكعبات الخبز والطماطم والريحان إلى الخليط ويقرب برفق وينقل نصف هذا الخليط إلى طبق كبير
- ترص نصف كمية الفلفل المشوي والكاير المصفي والزيتون فوق خليط الخبز
- ثم تضاف طبقة أخرى من خليط الخبز ومن فوقها كذلك باقي كمية الفلفل والكاير والزيتون
- تغطى السلطة وتترك في درجة حرارة الغرفة لمدة ساعة على الأقل حتى تندمج النكهات مع بعضها البعض
- تزين بأوراق الريحان وتقدم

فطر (رافيوالي) بصلصة الزبد والبارميزان

المكونات

- 1 عبوة (تزن حوالي 300 جرام) من فطر (رافيوالي) الطازج
- 1 كوب من الزبد غير المملح
- 1/2 كوب من أوراق الريحان الطازج
- 6 ملاعق كبيرة من الصنوبر المحمص
- 1 حبة جوزة الطيب كاملة أو 1 ملعقة صغيرة من جوزة الطيب المطحونة
- 2/3 كوب من جبن البارميزان المبشور

طريقة التحضير

- يطهى الفطر في قدر كبير بها ماء مملح يغلي لمدة 5 دقائق حتى ينضج ثم يصفى ويوضع في طبق
- وفي هذه الأثناء، يسخن الزبد في مقلاة متوسطة الحجم على درجة حرارة أعلى من المتوسطة لمدة 4 دقائق حتى يصبح لونه ذهبي فاتح ثم يضاف إليه الريحان ويشوح معه قليلاً لمدة دقيقتين وأخيراً يضاف الصنوبر
- يسكب الخليط فوق الفطر المطهي ثم تبشر 1/2 ملعقة صغيرة من جوزة الطيب فوقه مباشرة ومن بعدها يرش جبن البارميزان ثم يقدم الطبق ساخناً

معكرونة مع لحم البقر المقدم وصلصة الطماطم

المكونات

- 170 جم من مكعبات لحم البقر المقدم
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 1 بصلة مقطعة
- ملح البحر
- 2 فص ثوم مفروم خشن
- رشة من رقائق الفلفل الحار
- 1 علبة طماطم مهروسة تزن 800 جم
- 450 جم معكرونة لانغويني
- 1/2 كوب من جبن البيكورينو رومانو المبشور

طريقة التحضير

- توضع مكعبات اللحم في مقلاة كبيرة على درجة حرارة متوسطة
- يضاف زيت الزيتون ويشوح الخليط لمدة 8 دقائق حتى يتحمر
- يضاف البصل ويشوح لمدة 5 دقائق تقريباً حتى يذبل ثم يتبل الخليط بالملح
- يضاف الثوم ورقائق الفلفل الحار ثم يشوح الخليط لمدة 30 ثانية إضافية ثم تضاف إلى الطماطم المهروسة ويترك الخليط ليغلي برفق (دون تغطيته) على نار أقل من المتوسطة لمدة حوالي 15 دقيقة حتى تزيد كثافة الصلصة قليلاً وتمتزج النكهات
- تتبل الصلصة حسب الرغبة
- وفي هذه الأثناء، تطهى المعكرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي لمدة 8 دقائق تقريباً حتى تنضج قليلاً مع التقليب من أن لآخر
- تصفى المعكرونة مع الاحتفاظ بكوب من مائها
- تضاف المعكرونة إلى الصلصة وتقلب معه مع إضافة القليل من ماء المعكرونة حتى تمتزج المعكرونة تماماً ولكن دون تخفيف الصلصة
- يضاف فوقها الجبن ثم يقلب معها وتتبل بالملح حسب الرغبة

الأناس المشوي مع النوتيل

المكونات

- 2 حبة أناس مقشر ومنزوعة لبها ومقطعة عرضياً إلى شرائح سمك كل منها 1/2 بوصة
- 2/3 كوب من جين الماسكروني بنفس درجة حرارة الغرفة
- 1/2 ملعقة صغيرة من الفانيليا
- 2/3 كوب من زبد الشوكولا بالبندق (يفضل استخدام نوتيل)
- 6 ملاعق كبيرة من كريمة الخفق
- زيت زيتون
- 3 ملاعق كبيرة من البندق المحمص والمكسر

طريقة التحضير

- تجهز مشواة الفحم بحيث تكون درجة حرارتها فوق المتوسطة وإن كانت غير متوفرة يمكن استخدام مشواة الجريل وتضبط كذلك على درجة حرارة فوق المتوسطة
- تدهن المشواة بقليل من الزيت ثم تشوي شرائح الأناس حتى تسخن من الداخل وتبدأ في التلون ويتطلب ذلك حوالي ثلاث دقائق على كل جهة
- يجب ترك الأناس على المشواة دون تحريكه حتى لا نفقد علامات الشوي الجميلة
- وبينما يشوي الأناس يضرب جين الماسكروني مع الفانيليا في وعاء صغير حتى يتجانسا ثم يترك الخليط جانباً
- تخلط النوتيل مع الكريمة في وعاء صغير حتى يتجانسا
- ثم يوضع الخليط في الميكرويف على درجة حرارة مرتفعة لمدة دقيقتين مع التقليب كل 20 ثانية لضمان امتزاجهما جيداً أو يمكنك خلطهما معاً في قدر صغير على نار منخفضة لمدة 5 دقائق مع التقليب المستمر
- يترك الخليط على النار لمدة من 3 إلى 5 دقائق حتى يصبح طرياً وسهل السكب
- تنتقل شرائح الأناس في طبق تقديم كبير ثم يسكب من فوقه خليط الشوكولا ثم خليط الماسكروني وأخيراً يرش القليل من البندق للتزيين

المعرونة بخضروات الربيع

المكونات

- 3 حبات من الجزر المقشر والمقطع إلى شرائح طولية رفيعة
- 2 حبة متوسطة الحجم من الكوسا (أو 1 حبة كبيرة) مقطعة إلى شرائح طولية رفيعة
- 2 حبة من القرع الأصفر المقطع إلى شرائح طولية رفيعة
- 1 بصلة مقطعة إلى شرائح رفيعة
- 1 حبة فلفل أصفر مقطعة إلى شرائح طولية رفيعة
- 1 حبة فلفل أحمر مقطعة إلى شرائح طولية رفيعة
- 1/4 كوب من زيت الزيتون
- ملح طعام خشن وفلفل أسود مطحون طازج
- 1 ملعقة كبيرة من الأعشاب الإيطالية المجففة أو هيربيز دي بروفانس (خيط من الأعشاب المجففة يحتوي على الزعتر والشومر والزعتر البري واللافندر والمردقوش وإكليل الجبل)
- 450 جم من معرونة الفارفيالي (على شكل ربطات صغيرة)
- 15 حبة من الطماطم الصغيرة (التشيري) المقطعة إلى نصفين
- 1/2 كوب من جبن البارميزان المبشور

طريقة التحضير

- يحمى الفرن حتى تصل درجة حرارته إلى 450 درجة فهرنهايت (حوالي 230 درجة مئوية)
- وفي صينية خبز كبيرة تقلب الخضراوات مع الزيت والملح والفلفل والأعشاب المجففة
- تنقل نصف كمية الخضراوات إلى صينية خبز أخرى
- ترص الخضراوات في الصينيتين بشكل متساوي ثم يوضع في الفرن لمدة 20 دقيقة حتى ينضج الجزر وتبدأ باقي الخضراوات في اكتساب اللون البني ويجب مراعاة تقليب الخضراوات بعد أول 10 دقائق
- وفي هذه الأثناء تطهى المعرونة في قدر كبير به ماء مملح يغلي
- تترك المعرونة على النار لمدة 8 دقائق حتى تنضج قليلاً
- ترفع المعرونة عن النار وتصفى من الماء (مع الاحتفاظ بكوب واحد من هذا الماء)
- تقلب المعرونة في إناء كبير مع خليط الخضراوات حتى يتجانس الخليط
- تضاف الطماطم الصغيرة وكمية مناسبة من الماء المحفوظ إلى الخليط وتقلب معه
- تتبل المعرونة بالملح والفلفل (حسب المذاق) ثم يرش فوقها جبن البارميزان وتقدم في الحال

سلطة قمح الفارو بالطماطم والأعشاب

المكونات

- 4 أكواب من الماء
- 280 جم (حوالي 1½ كوب) من قمح الفارو
- 2 ملعقة صغيرة من الملح + كمية إضافية لضبط المذاق
- 450 جم من الطماطم منزوعة البذور ومقطعة
- ½ بصلة حمراء مقطعة (يمكن استخدام أي نوع بصل حلو النكهة)
- ¼ كوب ثوم معمر طازج مزال أطرافه
- ¼ كوب من أوراق الريحان المفرومة
- 1 فص ثوم كبير مفروم
- 2 ملعقة كبيرة من الخل البلسمي
- فلفل أسود مطحون طازج
- ¼ كوب من زيت الزيتون البكر

طريقة التحضير

- يقلب قمح الفارو مع الماء في قدر متوسط الحجم ثم تضاف ملعقتان صغيرتان من الملح
- يترك الخليط على نار عالية الحرارة حتى يغلي
- تخفض النار حتى تصبح متوسطة ويغطي القدر لمدة 30 دقيقة حتى ينضج قمح الفارو
- يرفع عن النار ويصفى جيدًا ثم ينقل إلى وعاء كبير ليبرد
- تضاف إليه الطماطم وكذلك البصل والثوم المعمر والبقدونس ويقلب الخليط جيدًا
- وفي وعاء آخر متوسط الحجم يخلط الثوم مع الخل والملح والفلفل وزيت الزيتون
- تضاف التتبيلة إلى السلطة ويقلبا معًا
- يمكن حفظ طبق السلطة هذا في البراد طوال الليل وعندها يخرج الطبق من البراد قبل التقديم بفترة حتى يصبح في درجة حرارة الغرفة

حساء الفاصولياء البيضاء والهندباء (الإسكارول)

المكونات

- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 2 فص ثوم مفري
- 450 جم من الهندباء (الإسكارول) المقطع
- ملح
- 4 أكواب من المرق (نسبة الملح منخفضة)
- 1 عبوة (تزن حوالي 400 جم) من حبوب الفاصولياء البيضاء مصفاة ومغسولة
- قطعة (تزن حوالي 30 جم) من جبن البارميزان
- فلفل أسود مطحون طازجًا
- 6 ملاعق صغيرة من زيت الزيتون البكر
- خبز مقرمش (إختياري للتقديم)

طريقة التحضير

- تسخن 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون في قدر كبير على نار حرارتها متوسطة
- يضاف الثوم ويشوح على النار لمدة 15 ثانية حتى تبدأ رائحته في الظهور
- يضاف الهندباء (الإسكارول) ويشوح مع الثوم لمدة دقيقتين حتى يذبل
- تضاف رشة ملح ومرق الدجاج والفاصولياء البيضاء وجبن البارميزان إلى الهندباء (الإسكارول)
- يغطى الخليط ويترك على نار هادئة لمدة 5 دقائق حتى تسخن الفاصولياء البيضاء
- يتبل الخليط بالملح والفلفل حسب الرغبة
- يصب الحساء في 6 أوعية ثم يرش فوق كل منها ملعقة صغيرة من زيت الزيتون البكر وتقدم مع الخبز المقرمش