

١٥٠



مطبخ ميمونة

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida

1

Edition
La Plume

الفهرس

2 تورت بالدجاج



4 عجيجات الباذنجان



6 بورصات بالديك الرومي



8 سلطة بالكريمة الطازجة



10 برانية بالدجاج



12 سخور البطاطا



14 سلطة بالقمح



16 غراتان القرعة



18 سلطة الخيار



20 عجيجات الكرنب



22 أوراق الدالية محشية



24 حريرة بالخضار



26 حديقة حواء



28 غراتان الملفوف بالدجاج



30 سلطة علي بابا





32 بطاطا في الفرن

34 سلطة الملفوف



36 كريات القرعة

38 فلفل حلو بالسمنورة و الثوم



40 سلطة الفرون

42 بسمباس بالزيتون الأخضر



44 سلطة متنوعة

46 فرون محشي في الفرن



48 عجة بالزيتون الأسود

50 فاصولياء خضراء في الفرن



52 فخذ الديك الرومي محمر

54 سلطة الكرنب



56 ملفوف بالتونة

58 فلفل حلو محشي



60 سلطة الباننجان

المكونات

- 1 أبيض دجاج
- 1 كبس ديول
- 4 بصل كبير مقطع رقيق
- 1 ربطة معدنوس مقطع رقيق
- 300 غ جبن أبيض
- 4 بيض
- 200 غ زبدة أو مارغرين ذائبة
- فلفل أسود ملح



- 1- إطهي أبيض الدجاج في صلصة بيضاء. بعد الطهي فنتيه.
- 2- في مقلاة حمسي البصل المقطع رقيق في القليل من الزبدة مع الملح و الفلفل الأسود.
- 3- في صينية فرن مدهونة بالزبدة. أفرشي ورقة ديول.
- 4- إطليها بالزبدة الذائبة ثم كرري العملية حتى تضعي 6 أوراق ديول.
- 5- ضعي عليها الدجاج المفتت ثم البصل المطهي.
- 6- ضعي عليها مكعبات الجبن الأبيض. ذري المعدنوس المقطع ثم أفرغي عليها البيض المخفوق.
- 7- غطيها بورقة من الديول.
- 8- إطليها بالزبدة الذائبة ثم كرري العملية حتى تضعي أوراق الديول المتبقية.
- 9- إطلي السطح بالزبدة أو المارغرين ثم اطهيها في الفرن مدة 15 دقيقة حتى يكسب السطح اللون الذهبي.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



عجيجات الباذنجان



المكونات

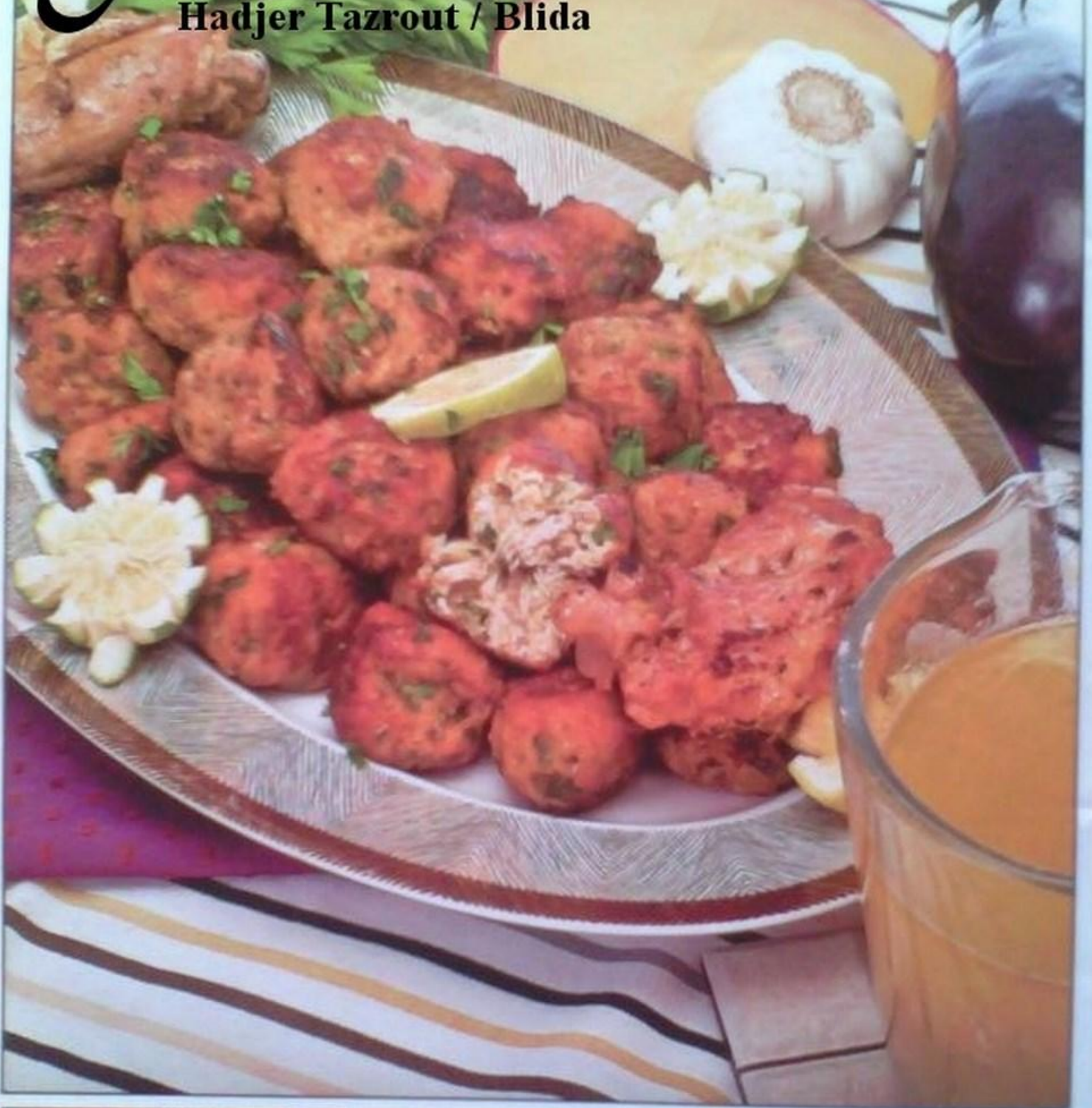
- 3 سنينات ثوم
- 3 بيض
- 1 مكعب غذائي
- معدنوس مقطع
- فلفل أسود ملح
- سكينجبير مرحي
- زيت للقلي
- 500 غ باذنجان
- 1 أبيض دجاج
- 200 غ جبن أحمر مبشور
- 1 بصلة مبشورة
- 2 ملاعق كبيرة سمن
- 1 كأس خبز يابس مرحي

- 1- إثنوي الباذنجان ثم فشره. في طنجرة. حمسي أبيض الدجاج مع البصل. السمن. الملح و الفلفل الأسود. أفرغي عليه الماء. أضيفي المكعب الغذائي و اتركه يطهى.
- 2- في وعاء و بواسطة شوكة. إسحفي الباذنجان المشوي.
- 3- أمزجي أبيض الدجاج المفتت و الثوم المسحوق.
- 4- أضيفي الجبن الأحمر المبشور المعدنوس المقطع. الملح الفلفل الأسود و السكينجبير المرحي.
- 5- أخلطي الكل جيداً بواسطة ملعقة.
- 6- أضيفي البيض و اخلطي مرة أخرى.
- 7- أضيفي الخبز اليابس المرحي. أخلطي كذلك.
- 8- شكلي كريات من الخليط المتحصل عليه.
- 9- في مقلاة. سخني الزيت ثم اقلي عجيجات الباذنجان حتى تكسب اللون الذهبي.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



الأجزاء

- 2 ملاعق كبيرة سمن
- 1 مكعب غذائي
- فلفل أسود، ملح
- سكينجبير مرحي
- 1 ملعقة كبيرة مايونيز
- عصير نصف ليمونة
- 4 إلى 5 شرائح ديك رومي (حسب عدد الأشخاص)
- 400 غ لحم مرحي
- 500 غ زيتون أخضر كبير منزوع النواة
- 1 بصلة مبشورة

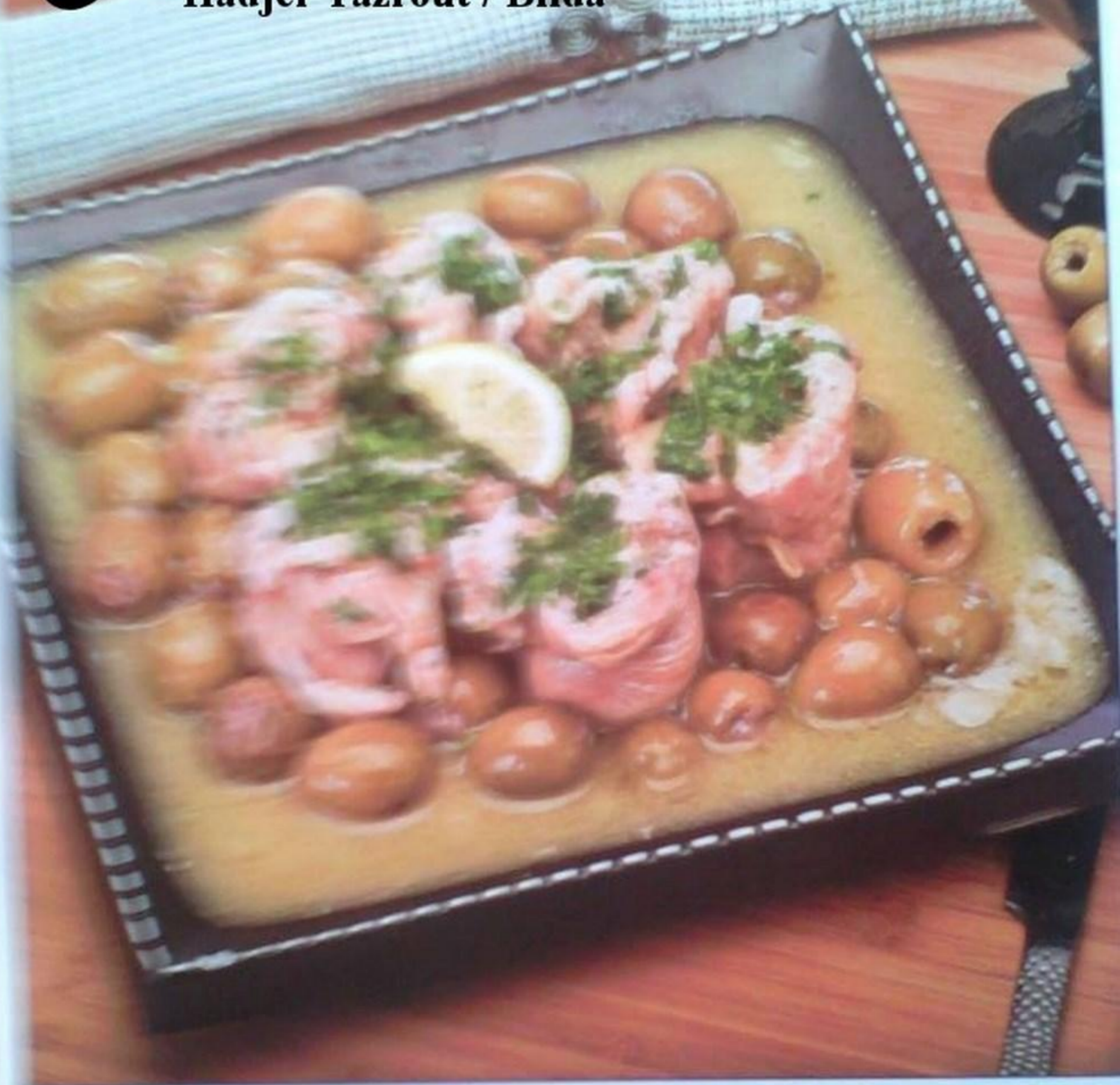


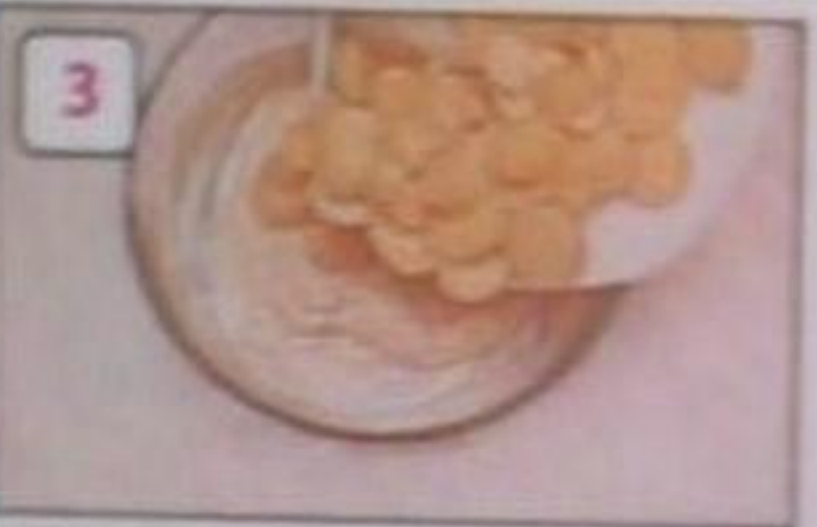
- 1- غلي الزيتون في الماء، قطريه و اتركه على حدة.
- 2- في صحن، اخلطي اللحم المرحي، الملح، الفلفل الأسود و السكينجبير.
- 3- اضيفي الملح و الفلفل الأسود لشرائح الديك الرومي ضعي كرية من الحشو في الوسط.
- 4- ارفعي الجوانب الأربعة لكل شريحة للحصول على شكل بورصة ثم اربطها بواسطة خيط غذائي.
- 5- احمشي الزيتون منزوع النواة باللحم المرحي.
- 6- في طنجرة، حمسي البصل المبشور في السمن مع الملح و الفلفل الأسود، افرغي الماء و اتركه يطهى.
- 7- عند الغليان، اضيفي بورصات الديك الرومي المحشية.
- 8- اضيفي الزيتون المحشي و اتركه يطهى.
- 9- في الأخير، اضيفي المايونيز الممزوج بعصير الليمون اتركها تطهى حتى الحصول على صلصة عاقدة.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





1 - بيضة مسلوقة
- زيتون أسود

الكريمة

- 700 غ بطاطا صغيرة
- 1 دل كريمة طازجة
- 2 ملاعق صغيرة خردل
- 1 رأس صغير خس
- فلفل أسود، ملح

1- غلي البطاطا في ماء بملاح ثم قشربها و قطعها إلى دوائر.

2- في وعاء، أخفقي الكريمة الطازجة، الخردل، الملح و الفلفل الأسود.

3- أضيفي دوائر البطاطا و حركي برفق مع الحرص على عدم تكسير البطاطا.

4- في صحن التقديم، أفرشي أوراق الخس.

5- ضعي في الوسط خليط البطاطا.

6- زينيها بالبيضة المسلوقة المقطعة إلى شرائح و بالزيتون.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



المكونات

- | | |
|---------------------------|--|
| - 1 ملعقة صغيرة ثوم مسحوق | - 1 أبيض دجاج |
| - 5 بيض | - 1 بصلة مبشورة |
| - 1 سككنجبير مرحي | - 1 كأس حمص منقوع في الماء ليلة من قبل |
| - 1 فلفل أسود ملح | - 1 كيس خميرة كيميائية |
| - 1 معدنوس مقطع | - 1 كأس خبز يابس مرحي |
| - 1 مكعب غذائي (ذوق دجاج) | - 1 جبن مبشور |
| - 1 سمون | |
| - 1 زعفران | |

- 1- في طنجرة حمسي أبيض الدجاج البصل المبشور و الثوم المسحوق في قليل من السمون.
- 2- أضيفي الحمص. السككنجبير المرحي الفلفل الأسود و الملح و الزعفران.
- 3- أفرغي الماء ثم أضيفي المكعب الغذائي و اتركه يطهى. بعد الطهي فتتي الدجاج و احتفظي بالصلصة.
- 4- في وعاء ضع نصف كمية الصلصة مع البيض. اخلطي جيدا بواسطة شوكة.
- 5- أضيفي الخميرة الكيميائية و الخبز اليابس المرحي اخلطي مرة أخرى.
- 6- أضيفي المعدنوس المقطع. اخلطي أيضا.
- 7- في الأخير امزجي الدجاج المفتت و اخلطي مرة أخرى.
- 8- في صينية فرن مدهونة بالزبدة. أفرغي الخليط المتحصل عليه.
- 9- ذريه بالجبن المبشور ثم اطهيه في الفرن.
- 10- قدميه مرفوقا بالصلصة المتبقية.



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





للأعزكري

- 1 كغ بطاطا
- 200 غ جبن مبشور
- 1/2 ربة معدنوس مقطع
- 1/2 ربة خشيش مقطع
- 4 سنينات ثوم
- 3 بيض
- فلفل أسود، ملح
- كروية
- 1 مكعب غذائي
- زيت اللقاني

صالحه الطماطم

- 2 طماطم
- 1 ملعقة كبيرة طماطم
- مصبرة
- 1 رأس ثوم مسحوق
- 1 ورقة رند
- 1/2 ملعقة كبيرة
- سمين
- 1 مكعب غذائي
- فلفل أسود، ملح
- كروية

1- قشري البطاطا ثم أبشريها.

2- في وعاء ضعي البطاطا المبشورة، المعدنوس المقطع الخشيش المقطع، الثوم المسحوق و الجبن المبشور.

3- أضيفي الملح، الفلفل الأسود، الكروية و المكعب الغذائي المسحوق.

4- أضيفي البيض و اخلطي الكل جيداً.

5- بواسطة ملعقة، شكلي كريات صغيرة من الخليط المتحصل عليه.

6- إقليها في زيت ساخن.

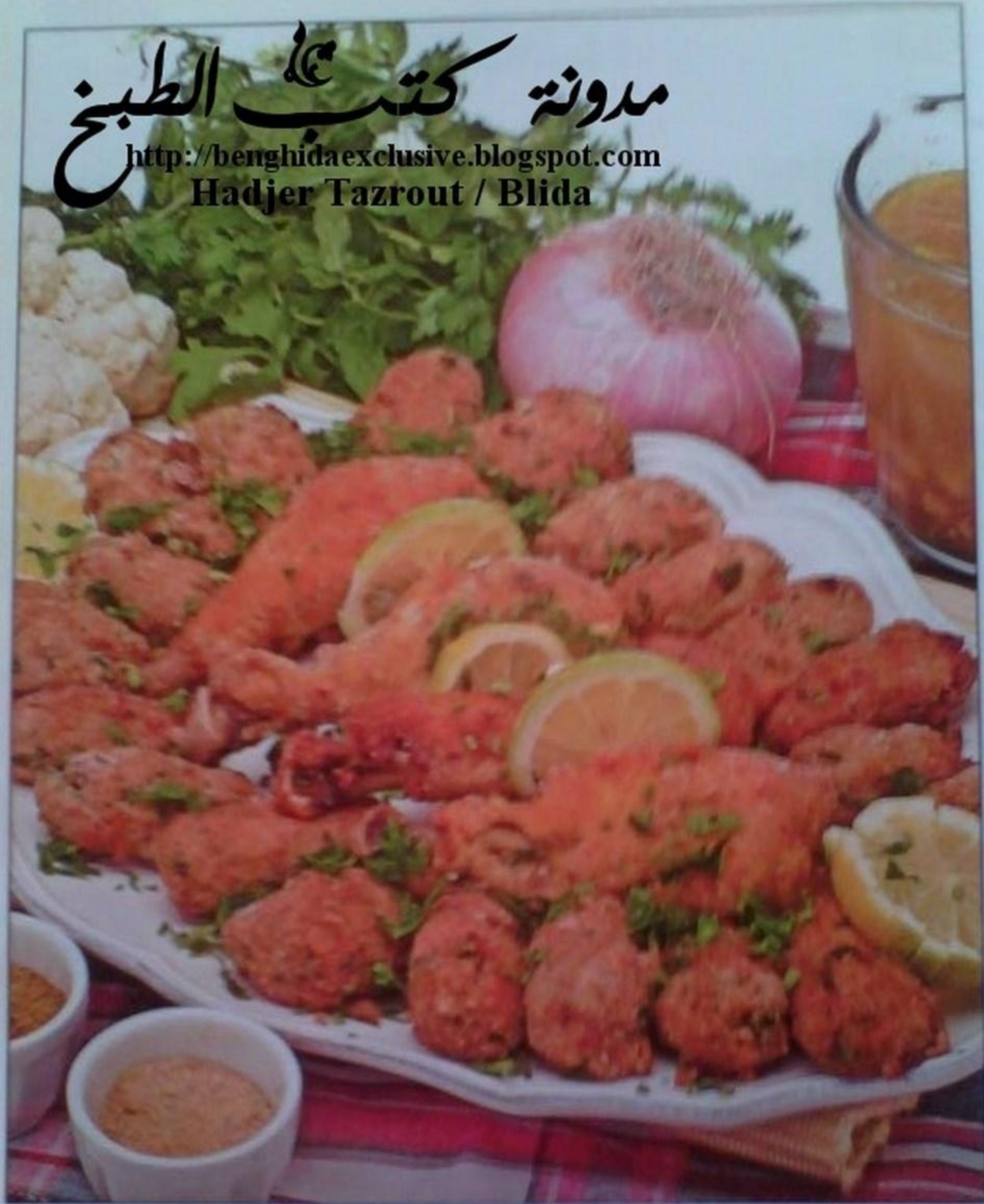
7- حضري صلصة الطماطم بخلط المقادير المذكورة ثم أفرغي الماء و اتركها تطهى.

8- عند التقديم، أفرغي كمية من صلصة الطماطم رني عليها كريات البطاطا ثم اسقيها بصلصة الطماطم المتبقية، زينها بالخشيش ثم قدميها.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





المقادير

- 1 كأس قمح
- 1 فلفل أخضر حلو
- 1 فلفل أحمر حلو
- 1 جزر
- 2 بيض مسلوق
- 1 بصلة
- 1 كأس ذرة
- 1 طماطم
- 1 علبه تونة بالزيت
- مايونيز
- معدنوس مقطع رقيق
- زيتون أخضر منزوع النواة

تصنيع الخبز

- 1 لتر زيت
- 1 كأس خل
- 1 مكعب غذائي
- ملح

- 1- إغطسي القمح في الماء ثم غليه. قطريه و حضري المقادير الأخرى.
- 2- في وعاء ضعي الفلفل الأخضر الحلو المقطع، الفلفل الأحمر الحلو المقطع، الجزر المبشور، البصل المقطع، الطماطم المقطعة إلى مكعبات و المعدنوس المقطع.
- 3- أخلطي الكل جيداً.
- 4- أضيفي الزيتون الأخضر منزوع النواة و الذرة. أخلطي مرة أخرى.
- 5- أضيفي القمح المطهي و أخلطي كذلك.
- 6- في الأخير أضيفي التونة. أخلطي.
- 7- حضري صلصة الخل بخلط المقادير المذكورة ثم اسقي السلطة.
- 8- ضعي عليها البيض المسلوق المبشور.
- 9- زيئها بالمايونيز ثم بالزيتون الأسود.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



المقادير

- 500 غ قرعة
- 1 قطعة لحم
- 200 غ جبن أحمر مبشور
- 3 بيض
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- 4 سنينات ثوم
- 1/2 رطلة معدنوس مقطع
- فلفل أسود ملح
- سكينجبير مرحي

1- حضري المقادير اللازمة.

2- قشري القرعة ثم قطعها إلى قطع بإتجاه الطول إطهوها بالبخار مع الملح. الفلفل الأسود و الثوم.

3- في مقلاة. إطهي قطعة اللحم في الزيت مع الملح الفلفل الأسود و السكينجبير. إسقيها بالماء من حين لآخر حتى يطهى جيداً.

4- في صينية فرن مدهونة بالسمن. ضعي القرعة المطهية بالبخار.

5- ضعي عليها اللحم المقطع إلى قطع صغيرة.

6- في وعاء. أخلطي صلصة طهي اللحم و البيض المخفوق.

7- أضيفي المعدنوس المقطع و اخلطي مرة أخرى.

8- أفرغي خليط البيض في الصينية.

9- ذري الجبن المبشور ثم اطهوها في الفرن.



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





المقادير

- 2 خيار
- 1 طماطم
- 1 بصلة صغيرة
- 1 ملعقة كبيرة نعناع مقطع
- 1 ملعقة كبيرة تونة بالزيت
- زيتون أخضر مشروع الفوات
- مايونيز

صالح للأكل

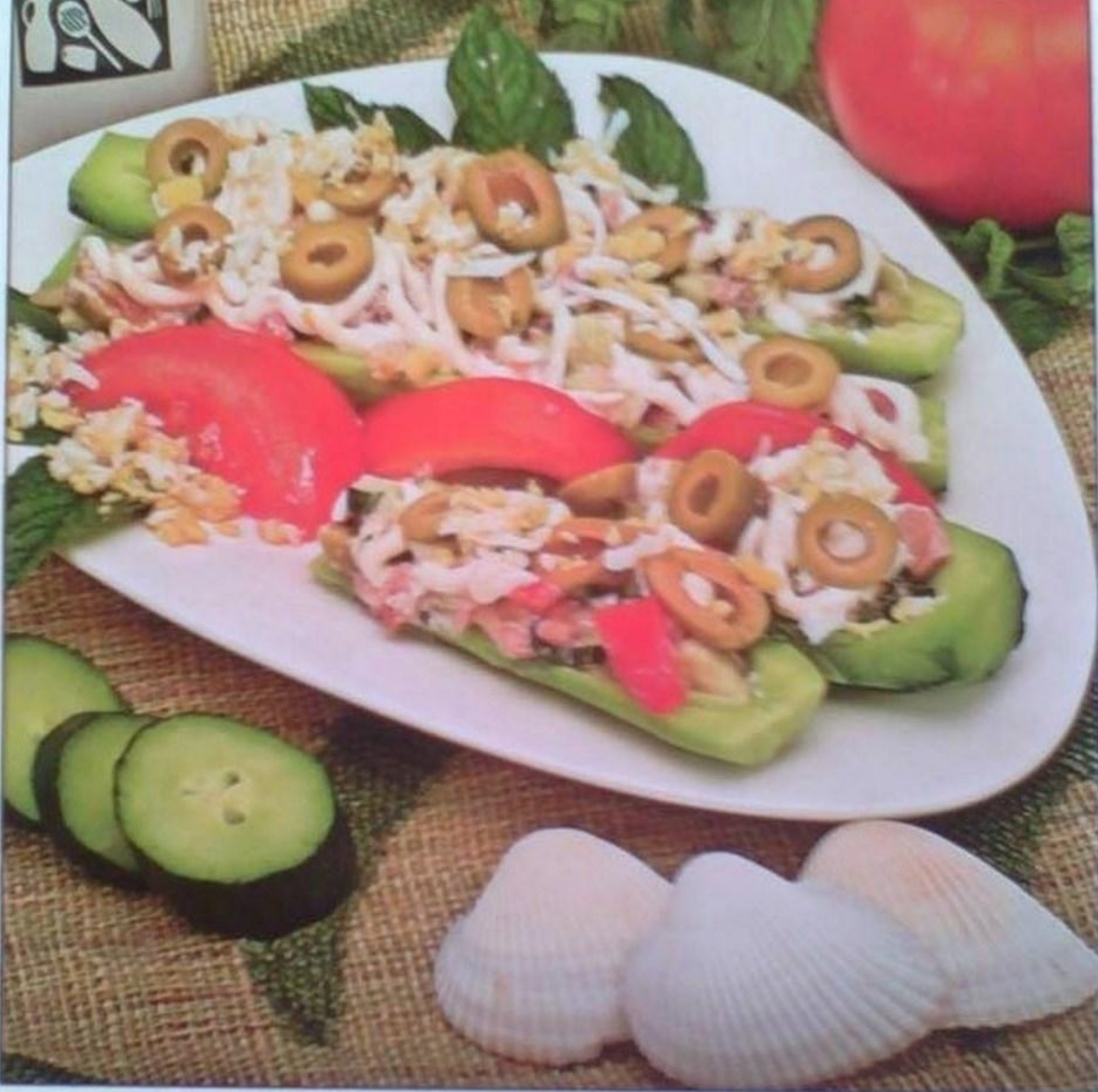
- 1 لتر زيت
- 1 كأس خل
- 1 ملعقة غذائي
- ملح

- 1- قشري الخيار و اغسله، قطعه على اثنين بإتجاه الطول.
- 2- بواسطة سكين أفرغي الخيار.
- 3- في صحن قطعي لب الخيار إلى قطع صغيرة.
- 4- أضيفي الطماطم المقطعة قطعاً صغيرة البصل المقطع رقيق الزيتون المقطع إلى دوائر و صلصة الخل (أخلطي المقادير المذكورة).
- 5- أضيفي النعناع المقطع و اخلطي مرة أخرى.
- 6- أضيفي التونة و اخلطي كذلك.
- 7- في الأخير أضيفي المايونيز. أخلطي.
- 8- إسقي الخيار المصغ بصلصة الخل.
- 9- إمليه بالخلاط المحضر ثم زينيه بأوراق النعناع.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



الأجزاء

- 1 رأس كرنب متوسط
- قطع دجاج
- 1 بصلة مبشورة
- 4 سنينات ثوم
- 1 كأس حمص منقوع في الماء ليلة من قبل
- 250 غ لحم مرحي
- 1 ليمونة
- 2 بيض
- معدنوس مقطع
- 1 مكعب غذائي (ذوق دجاج)
- 1 كأس خبز يابس مرحي
- فلفل أسود ملح
- سكينجبير
- سمون
- زيت للفلي



1- قطعي الكرنب إلى باقات ثم غليها في ماء ملح مع عصير الليمون و الثوم. بعد الطهي. قطريه.

2- في طنجرة حمسي قطع الدجاج في السمون مع البصل المبشور. الملح. الفلفل الأسود و سكينجبير. أضيفي الحمص ثم أفرغي الماء و اتركيه يطهى.

3- في وعاء ضعي الكرنب و المعدنوس ثم اسحقه بواسطة شوكة.

4- أضيفي الملح. الفلفل الأسود. السكينجبير و اللحم المرحي.

5- أضيفي صفار بيضة ثم المكعب الغذائي و اخلطي مرة أخرى.

6- شكلي كريات من الخليط المتحصل عليه و رمديها بالخبز اليابس المرحي.

7- في مقلاة. سخني الزيت ثم اقلي عجيجات الكرنب.

8- إغطسي قطع الدجاج في البيضة المخفوقة ثم رمديها بالخبز اليابس المرحي.

9- إقليها في زيت ساخن حتى تكسب اللون الذهبي.

10- قدمي هذا الطبق مرفوقا بالصلصة الساخنة.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



adm
HE
eu

الأجزاء

- أوراق العنب (الدالية)
- 250 غ لحم مرحي
- 1 بصلة مبشورة
- 1 بياض بيضة
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 مكعب غذائي
- فلفل أسود ملح
- سكينجبير مرحي
- قرفة مرحية

1- إطهي أوراق الدالية بالبخار.

2- في طنجرة. حمسي البصل المبشور في السمن مع الملح. الفلفل الأسود. القرفة. السكينجبير و المكعب الغذائي المسحوق. أفرغي القليل من الماء و اتركه يطهى.

3- إطلي أوراق الدالية ببياض البيض.

4- إرفعي الجانبين.

5- ضعي على الطرف القليل من اللحم المرحي المزوج بالملح و الفلفل الأسود. لفيها على شكل سيفشار.

6- ضعي أوراق الدالية المحشية في الصلصة و اتركها تطهى.

1

2

3

4

5

6

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



الأجزاء

- 2 - بطاطا
- 1 - رأس ثوم
- 2 - جزر
- 2 - قرعة
- 1 - ملعقة كبيرة فلفل أحمر
- 2 - ملاعق كبيرة سمن
- 2 - ملاعق كبيرة طماطم
- مصيرة
- 1 - بصلة
- 2 - ملاعق كبيرة فريضة (سبعم)
- 2 - ملاعق كبيرة خل
- فلفل أسود. ملح
- سكنجبين مرحي
- زريعة البسباس
- 1 - مكعب غذائي
- حشيش
- 1 - ربطة متنوعة



1- قشري الخضار ثم قطعها إلى قطع واطهيها في ماء ملح. بعد الطهي إرحيها.

2- في طنجرة. حمسي البصل المبشور و الثوم المسحوق في السمن.

3- أضيفي الملح. الفلفل الأسود. الفلفل الأحمر. زريعة البسباس و السكنجبين المرحي.

4- أفرغي ¼ لتر ماء ثم أضيفي الربطة المنوعة. أتركها تطهى على نار هادئة ثم أضيفي الخضار المرحية.

5- في وعاء صغير. حللي الفريضة في كأس من الماء و الخل.

6- في الأخير أضيفي خليط الفريضة ثم المكعب الغذائي و الحشيش.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



الأفكار

- 100 غ ملفوف صغير (ببوع في الأسواق)
- 100 غ بروكولي (ببوع في الأسواق)
- 150 غ ذرة
- 3 جزر
- 50 غ زيتون أسود
- 1/2 ليمونة
- مايونيز
- فلفل أسود

صالح في الخبز

- 1 لتر زيت
- 1 كأس خل
- 1 مكعب غذائي
- ملح

1- حضري المقادير اللازمة.

2- قطعي الملفوف الصغير إلى اثنين ثم أفرغيه.

3- ضعيه في وعاء ثم أضيفي الفلفل الأسود و صلصة الخل.

4- في وعاء ضعي الذرة ثم أفرغي عليه عصير الليمون.

5- أضيفي المايونيز و اخلطي الكل جيدًا.

6- إملي الملفوف المفرغ بخليط الذرة.

7- اخلطي البروكولي مع الفلفل الأسود و صلصة الخل.

8- أبشري الجزر ثم اخلطيه مع صلصة الخل. ضعيه في صحن التقديم و رتبي عليه البروكولي.

9- ضعي الملفوف المحشي ثم زيني بالزيتون الأسود.



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





المكونات

- 1 رأس ملفوف
- 1 أبيض دجاج
- 1 بصلة مبشورة
- 1 كأس حمص منقوع في الماء ليلة من قبل
- 4 بيض
- جبن أبيض
- 1 مكعب غذائي (ذوق دجاج)
- معدنوس مقطع
- سمن
- فلفل أسود، ملح
- سكجنجبير مرحي

- 1- اغسلي أوراق الملفوف ثم اطهيها بالبخار.
- 2- في طنجرة حمسي أبيض الدجاج في القليل من السمن مع البصل، الملح، الفلفل الأسود و السكجنجبير.
- 3- أفرغي عليه الماء ثم أضيفي الحمص و المكعب الغذائي. أتركه يطهى. بعد الطهي، فتني أبيض الدجاج و احتفظي بالصلصة.
- 4- في صينية فرن مدهونة بالسمن، أفرشي طبقة من أوراق الملفوف.
- 5- ضعي عليها الدجاج المفتت.
- 6- ذريها بالمعدنوس المقطع ثم ضعي مكعبات من الجبن الأبيض.
- 7- أفرغي عليها البيض المخفوق.
- 8- غطيها بأوراق الملفوف المتبقية.
- 9- إسقيها بالقليل من الصلصة التي احتفظي بها ثم اطهيها في الفرن.
- 10- قدميها مرفوقة بالصلصة المتبقية و الحمص.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



سلطة علي بابا

الأجزاء

- 50 غ زيتون أسود
- 50 غ زيتون أخضر
- منزوع النواة
- 2 بيض مسلوق
- 2 ملاعق كجبيرة زيت
- فلفل أسود، ملح
- 2 قرعة صغيرة
- 4 بطاطا صغيرة
- 2 طماطم صغيرة
- 300 غ جمبري
- 3 ملاعق كبيرة مايونيز

صالح للتحلل

- 1 لتر زيت
- 1 كأس خل
- 1 مكعب غذائي
- ملح

1- غلي القرعة و البطاطا كل على حدة في ماء بمح ثم فطريها و حضري المقادير الأخرى.

2- في مقلاة، حمسي الجمبري في الزيت مع الملح و الفلفل الأسود.

3- في صحن، أخلطي الجمبري و المايونيز.

4- في وعاء، ضعي البطاطا ثم أضيفي صلصة الخل (أخلطي المقادير المذكورة). نفس الشيء بالنسبة للطماطم المقطعة إلى دوائر و القرعة المقطعة باتجاه الطول.

5- في صحن التقديم، ضعي خليط الجمبري في الوسط ثم رتي حول القرعة.

6- ضعي دوائر البطاطا و الطماطم و شرائح البيض.

7- إسقيها بزيت الجمبري المتبقي.

8- زينيها بالزيتون الأسود و الأخضر.

1



2



3



4



4



5



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأجدراسي

- 1 كغ بطاطا
- 250 غ لحم غنمي
- 250 غ دجاج
- 1 بصلة مبشورة
- 2 ملاعق كبيرة سمن
- 1 مكعب غذائي (نوق الدجاج)
- جبن مبشور
- فلفل أسود
- حشيش مقطع
- فصصير مرحي
- 3 سنينات ثوم
- 1 ورقة رند
- ملح
- زيت للقلي

صالحية البيشاميل



- 1 كأس حليب
- 125 غ فرينة (سيم)
- 150 غ مارغرين
- فلفل أسود
- ملح

- 1- قشري البطاطا. قطعها إلى دوائر ثم اقليها. قطريها و اتركها على حدة.
- 2- في طنجرة. حمسي الدجاج. اللحم. البصل. السمن. الملح. الفلفل الأسود. القصير المرحي. الثوم المسحوق و الرند. أفرغي الماء أضيفي المكعب الغذائي و اتركه يطهى.
- 3- في حين. حضري صلصة البيشاميل : في قدر صغيرة و على نار متوسطة. ذوبي المارغرين ثم أضيفي الفرينة. الملح و الفلفل الأسود. حركي ثم أفرغي الحليب مع التحريك دائما حتى الحصول على صلصة عاقدة.
- 4- في صينية فرن. أفرشي دوائر البطاطا المقلية.
- 5- ضعي عليها قطع اللحم و قطع الدجاج.
- 6- أفرغي عليها القليل من صلصة الطهي.
- 7- أفرغي عليها صلصة البيشاميل المحضرة.
- 8- ذريها بالحشيش المقطع.
- 9- ذريها بالجبن المبشور ثم اطهيها في الفرن.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأحمر

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1 - ملفوف أحمر صغير | 2 - بيض مسلوق |
| 1 - ملفوف أخضر صغير | - زيتون أسود و أخضر |
| 1 - بصلة | - مايونيز |
| - معدنوس مقطع رقيق | - طماطم |

صالحه الخبز

- | | |
|-----------|----------------|
| 1 لتر زيت | 1 - مكعب غذائي |
| 1 كأس خل | - ملح |

- 1- قطعي رقيقا الملفوف (الأخضر الأحمر) و قطعي البصل رقيقا.
- 2- في وعاء، ضعي الملفوف الأخضر المقطع رقيق و البصل.
- 3- أضيفي المعدنوس المقطع و اخلطي الكل جيدا.
- 4- حضري صلصة الخل بخلط المقادير المذكورة، أضيفي القليل من هذه الأخيرة لخليط الملفوف الأخضر و القليل للملفوف الأحمر المقطع رقيق.
- 5- في صحن، ضعي كومات من خليط الملفوف الأخضر و كومات من الملفوف الأحمر.
- 6- زينيها بالبيض المسلوق و بالزيتون.
- 7- زينيها بالمايونيز و بالطماطم ثم قدميها.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأجزاء الكبرى

- 1 مكعب غذائي
- سكينجبير مرحي
- فلفل أسود ملح
- زيت لافلي

- 500 غ قرعة
- 250 غ لحم مرحي
- 200 غ جبن أحمر مبشور
- 4 سنينات ثوم
- 1/2 ربطة معدنوس مقطوع رقيق
- 3 بيض

1- حضري المقادير اللازمة.

2- في وعاء، أبشري القرعة، أضيفي اللحم المرحي، الثوم المسحوق، المعدنوس المقطوع، الملح، الفلفل الأسود، والسكينجبير المرحي.

3- أضيفي الجبن الأحمر المبشور واخلطي.

4- أضيفي البيض واخلطي كذلك.

5- شكلي كريات صغيرة من الخليط المتحصل عليه.

6- في مقلاة، سخني الزيت ثم اقلي الكريات حتى تكسب اللون الذهبي.

مطبوخة كتيب الطبخ

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





المكونات

- 100 غ زيتون أسود
- عصير نصف ليمونة
- أو 2 ملاعق كبيرة خل
- فلفل أسود ملح
- زيت للقلي

- 2 فلفل أخضر حلو
- 2 فلفل أحمر حلو
- 3 طماطم
- 4 إلى 5 سنمورة (أشوا)
- 5 سنينات ثوم
- 3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون

1- إقلي الفلفل الحلو (الأخضر و الأحمر) في الزيت، قشره ثم قطعه إلى شرائح رقيقة.

2- في صحن، ضعي السنمورة و الثوم المسحوق ثم اسحقيهما بواسطة شوكة.

3- في مقلاة، حمسي الطماطم المقطعة إلى مكعبات في زيت الزيتون، أضيفي السنمورة المسحوقة و اخلطي.

4- أضيفي الزيتون المقطع إلى قطع صغيرة، الملح و الفلفل الأسود.

5- أضيفي الفلفل الحلو المقلي، أتركي الكل يطهى على نار هادئة مدة 5 دقائق.

6- أطفئي النار ثم أضيفي عصير الليمون أو الخل.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأجزاء

- 3 قرنون
- 1 حفنة جليبانة
- 2 جزر
- مايونيز
- ملح
- طماطم

1- غلي القرنون في ماء ملح، قطريه و اتركه على حدة، من جهة أخرى، إطهي الجليبانة و الجزر المقطع إلى مكعبات صغيرة بالبخار.

2- قطعي القرنون على اثنين بأجساه الطول ثم أفرغيه.

3- في وعاء، أخلطي الجليبانة، الجزر و المايونيز، إملئي القرنون بالخليط المحضر ثم زينيها بالطماطم و قدميها.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأدوات والمواد

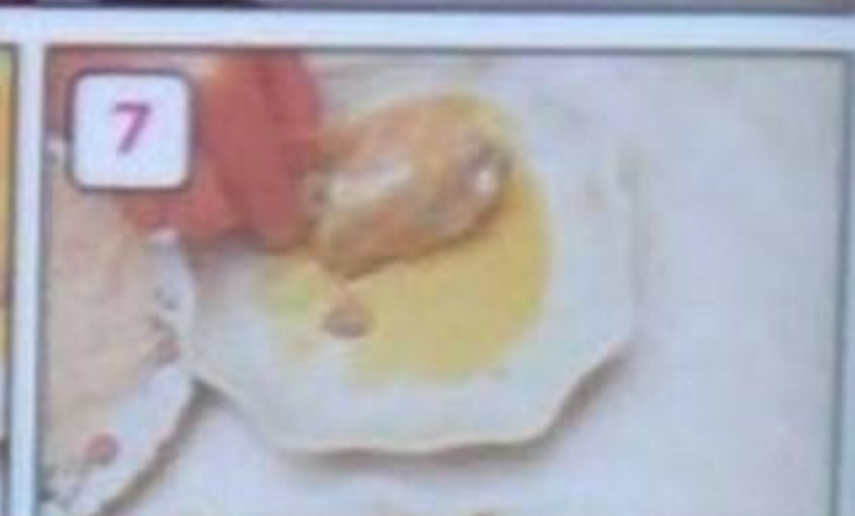
- 500 غ بسباس
- 2 أفخاذ دجاج
- 125 غ زيتون أخضر منزوع النواة
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- 1 كأس خبز يابس مرحي
- 2 بيض
- 1 بصلة مفصلة
- فلفل أسود ملح
- زيت للقلي

- 1- قطعي البسباس باتجاه الطول، أضيفي الملح و الفلفل الأسود ثم اطهيه بالبخار. من جهة أخرى. غلي الزيتون الأخضر منزوع النواة. قطريه و اتركه على حدة.
- 2- في طنجرة. حمسي البصل. أفخاذ الدجاج. السمن الملح و الفلفل الأسود.
- 3- أفرغي الماء ثم أضيفي الزيتون منزوع النواة و اتركه يطهى.
- 4- إغطسي قطع البسباس المطهية بالبخار في البيض المخفوق.
- 5- رمدبها بالخبز اليابس المرحي.
- 6- إقليها في زيت ساخن.
- 7- إغطسي قطع الدجاج في البيض المخفوق.
- 8- رمدبها بالخبز اليابس المرحي.
- 9- إقليها في زيت ساخن حتى تكسب اللون الذهبي.
- 10- قدميها مرفوقة بصلصة الزيتون.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





1

1 - بصلة صغيرة
100 غ باتي
100 غ كاشير
100 غ زيتون أخضر
1/2 ملعقة صغيرة خردل
- مايونيز

الأحمر

2 - فلفل حلو أحمر
2 - فلفل حلو أخضر
1 - طماطم
2 - حبات بطاطا صغيرة
1 - بيضة صغيرة



2

1 - مكعب غذائي
- ملح

صالح مع الخبز

1 - لقر زيت
1 - كأس خل



3

1- قطعي الفلفل الحلو (الأخضر و الأحمر) إلى شرائح رقيقة.

2- حضري صلصة الخل بخلط المقادير المذكورة ثم اخلطي كمية من هذه الأخيرة مع الخردل.



4

3- في وعاء اخلطي الفلفل الحلو الأخضر و الأحمر مع القليل من صلصة الخل.

4- غلي البطاطا. فشرها ثم قطعها إلى دوائر و اخلطها مع صلصة الخل المحضرة.



5

5- في صحن التقديم ضع خليط الفلفل الحلو في الوسط ثم رتب حوله دوائر البطاطا.

6- قطعي الطماطم إلى دوائر أيضا ثم اخلطها مع صلصة الخل و ضعها في صحن التقديم.



6

7- زينيها بالباتي و الكاشير المقطعين بالطول ثم بالزيتون الأخضر منزوع النواة المقطع إلى دوائر.

8- زينيها بدوائر البصل.

9- ذريها بالبيضة المسلوقة و المبشورة ثم زينيها بالمايونيز.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



9



8



7



الأجزاء

- جبن أبيض
- فلفل أسود، ملح
- سمن
- 1 بياض بيضه
- سككنجبير مرحي

- 1 كغ قرون
- 300 غ لحم مرحي
- 250 غ لحم خروف
- 1 بصلة مبشورة
- 1 كأس حمص منقوع
- في الماء ليلة من قبل



1- قشري القرون مع الإحتفاظ بالقاع فقط ثم حضري المقادير الأخرى.

2- في طنجرة، حمسي قطع اللحم في القليل من السمن مع البصل المبشور.

3- أضيفي الحمص، الملح، الفلفل الأسود و السككنجبير، أفرغي عليه الماء و اتركيه يطهى.

4- في صحن، أخلطي اللحم المرحي، الملح، الفلفل الأسود و بياض البيضة.

5- إملي قاع القرون باللحم المرحي.

6- ضعي مكعبا من الجبن الأبيض على كل قاع قرون.

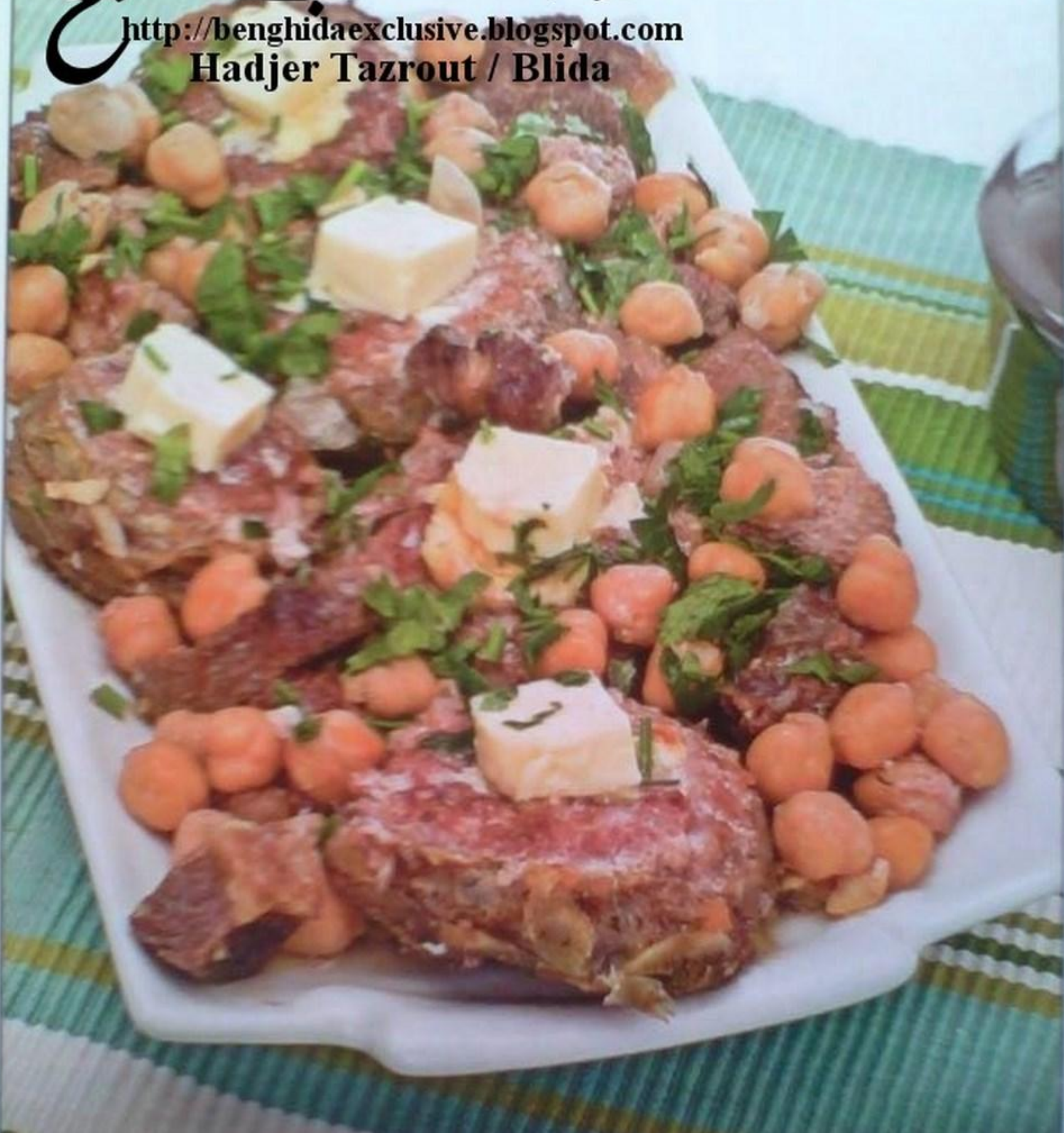
7- في صينية فرن، أفرغي الصلصة مع اللحم و الحمص.

8- ضعي عليه قاع القرون المحشي ثم اطهي الكل في الفرن.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأجزاء

- 500 غ بطاطا
- 250 غ لحم غنمي
- 200 غ زيتون أسود
- 4 بيض
- حشيشش مقطع رقيق
- زيت للقلي



صلصة الطماطم

- 3 طماطم
- 2 ملاعق صغيرة طماطم مصبرة
- 5 سنينات ثوم
- 2 ملاعق صغيرة سمن
- 1 كروية
- فلفل أسود ملح
- فلفل أحمر (غير ضروري)
- 1 مكعب غذائي



1- قشري البطاطا ثم قطعها إلى مكعبات و اقليها. قطريها ثم حضري المقادير الأخرى.



2- في مقلاة. إقلي قطع اللحم في الزيت.



3- حضري صلصة الطماطم : في طنجرة. حمسي الثوم المسحوق في السمن. أضيفي الطماطم المقطعة إلى مكعبات. الكروية. الملح. الفلفل الأسود و الطماطم المصبرة.



4- أفرغي الماء ثم أضيفي المكعب الغذائي.

5- أضيفي الزيتون الأسود و اتركه يطهى مدة 10 دقائق.

6- أضيفي البطاطا المقلية.

7- أضيفي قطع اللحم المقلي.

8- أفرغي عليه البيض المخفوق.

9- ذري الحشيشش المقطع و اتركه يطهى حتى تعقد الصلصة.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





المقادير

- 500 غ فاصولياء خضراء
- 400 غ لحم مرحي
- 2 بصل صغير
- 4 بيض
- 300 غ جبن مبشور
- معدنوس مقطوع رقيق
- سمن أو زبدة
- فلفل أسود ملح
- كروية

1- إطهي الفاصولياء الخضراء بالبخار ثم حضري المقادير المتبقية.

2- في مقلاة، حمسي الفاصولياء الخضراء في القليل من الزبدة أو السمن مع الملح و الفلفل الأسود.

3- في نفس المقلاة، حمسي البصل المبشور.

4- أضيفي اللحم المرحي، الملح، الفلفل الأسود و الكروية.

5- في صينية فرن مدهونة بالزبدة، ضعي الفاصولياء الخضراء.

6- ضعي عليها اللحم المرحي المطهي.

7- أخفقي البيض ثم أفرغيه على اللحم المرحي.

8- ذري المعدنوس المقطع.

9- ذري الجبن المبشور ثم اطهيه في الفرن.

10- بعد الطهي، قطعي مربعات ثم قدميها.



الأجزاء

- 2 فخذ ديك رومي (داند)
- 1 علبة ففعا
- 1 علبة كريمة طازجة
- سكين جبير مرحي
- فلفل أسود ملح
- كاري
- سمن
- 1 مكعب غذائي (ذوق دجاج)

1- نظفي فخذ الديك الرومي جيداً ثم شوطيه. إغسله جيداً.

2- بواسطة سكين. شلحي فخذ الديك الرومي ثم إطلبه جيداً بالسكين جبير. الفلفل الأسود. الملح. الكاري و المكعب الغذائي.

3- إطهيه بالبخر مدة 20 دقيقة.

4- في صينية فرن مدهونة بالسمن. ضعي فخذ الديك الرومي ثم اطلبه بالسمن كذلك. إطهيه في الفرن و اسقيه بماء الطهي بالبخر من حين لآخر.

5- في طنجرة. أفرغي ماء الطهي بالبخر المتبقي. اتركه يغلي ثم أضيفي الففعا.

6- في الأخير أضيفي الكريمة الطازجة و اخلطي مرة أخرى.

7- قدمي فخذ الديك الرومي مرفوقاً بالصلصة المحضرة.

مدونة كتبها الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأجزاء

- | | |
|---------------------|----------------------|
| - زيتون أسود | - 1 رأس كرنب صغير |
| - مايونيز | - 1 ليمونة |
| - 4 سنبلات ثوم | - معدنوس مقطع |
| - 2 ملاعق كبيرة زيت | - 1 طماطم |
| الزيتون | - 1 علبة تونة بالزيت |

صالحات الأجزاء

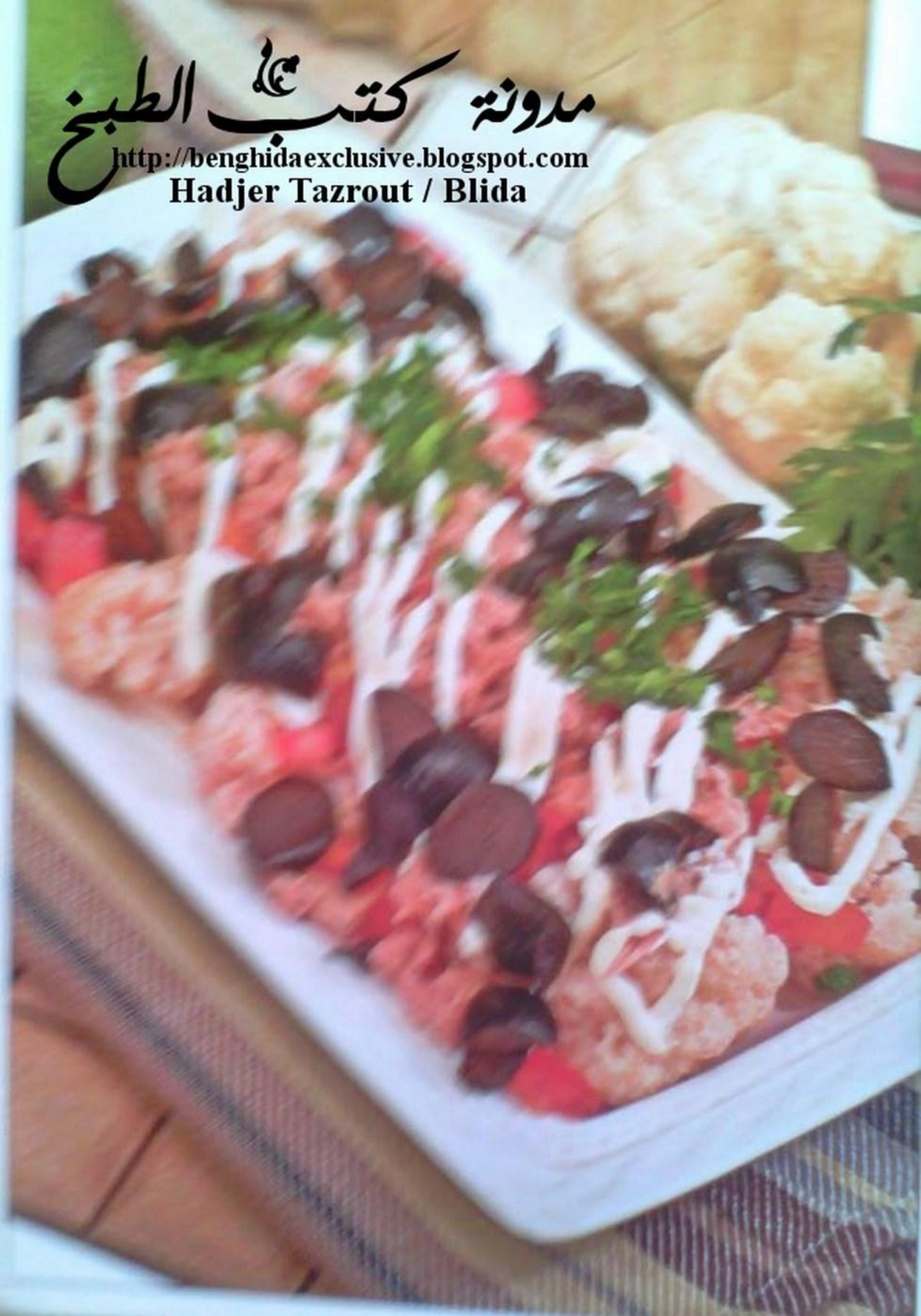
- | | |
|----------------|-------------|
| - 1 مكعب غذائي | - 1 لتر زيت |
| - ملح | - 1 كأس خل |

- 1- حضري المقادير اللازمة.
- 2- قطعي الكرنب إلى باقات ثم غليها مع الثوم والملح. عصير الليمون و زيت الزيتون. بعد الطهي قطريها.
- 3- في صحن، ضعي باقات الكرنب ثم ضعي عليها الطماطم المقطعة إلى قطع صغيرة.
- 4- إسقيها بصلصة الخل (أخلطي المقادير المذكورة) ثم ضعي عليها التونة المفتتة.
- 5- زينيها بخطوط من المايونيز.
- 6- ذريها بالمعدنوس المقطع ثم زينيها بالزيتون الأسود.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



الأجزاء

- فلفل أسود، ملح
- زبدة

- 4 بيض
- 1 علبة تونة بالزيت
- معدنوس مقطع
- مايونيز
- زيتون أسود



1- حضري المقادير اللازمة.

2- في وعاء، ضعي البيض، الملح و الفلفل الأسود، أخفقي جيداً بواسطة شوكة.

3- في مقلاة، نوبي القليل من الزبدة ثم أفرغي البيض المخفوق، إطهي العجة من الجانبين.

4- ضعي العجة المطهية على صحن، ضعي عليها التونة ثم المعدنوس المقطع.

5- لفي العجة.

6- بواسطة سكين، قطعي دوائر.

7- زيني السطح بالقليل من المايونيز و بحبة زيتون.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida





الأجزاء

- 1 ملعقة كبيرة سمن
- فلفل أسود، ملح
- سكينجبير مرحي
- زيت للقلي
- 500 غ فلفل حلو أخضر
- 250 غ لحم مرحي
- 1 صفار بيض

صالحات الطماطم

- 2 طماطم
- 1 رأس ثوم مسحوق
- 2 ملاعق كبيرة طماطم مصبرة
- 1 ملعقة كبيرة سمن
- فلفل أسود، ملح
- زريعة البسباس
- 1 مكعب غذائي
- 2 أوراق رند
- فلفل أحمر

1- إقلي الفلفل الحلو الأخضر في الزيت ثم فشريه و اتركه على حدة.

2- في قدر صغيرة، حمسي الطماطم المقطعة إلى مكعبات و الثوم المسحوق في السمن، أضيفي الملح، الفلفل الأسود، الفلفل الأحمر و زريعة البسباس، اتركها تطهى مدة 5 دقائق.

3- أضيفي الطماطم المصبرة ثم أفرغي كأسين من الماء، أضيفي أوراق الرند و اتركها تطهى على نار هادئة.

4- من جهة أخرى، حمسي اللحم المرحي في السمن مع الملح، الفلفل الأسود و السكينجبير المرحي.

5- في وعاء، أخلطي اللحم المرحي المطهي و صفار البيضة.

6- قطعي الفلفل الحلو المقلي إلى شرائح عرضها 10 سم.

7- ضعي القليل من اللحم المرحي على طرف كل شريحة.

8- لفيها على شكل سيفار.

9- ضعي شرائح الفلفل الحلو المحشية في صلصة الطماطم المحضرة و اتركها تطهى مرة أخرى.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



9



8



7



الأجزاء

- زيت الزيتون
- حشيش مقطع رقيق

- 3 باذنجان
- 300 غ جبن ابيض
- 3 سنينات ثوم
- فلفل اسود
- ملح

1- حضري المقادير اللازمة.

2- ايشوي الباذنجان على النار ثم قشره.

3- في وعاء ضع الباذنجان المقطع إلى مكعبات الجبن الابيض المقطع إلى مكعبات و الثوم المسحوق.

4- اضيفي زيت الزيتون. الملح و الفلفل الأسود اخلطي الكل جيداً.

5- في الأخير اضيفي الحشيش المقطع و اخلطي مرة اخرى.

مداونة كتب الطبخ



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

Hadjer Tazrout / Blida



Vous trouverez chez votre libraire dans la même Edition



نصائح للمبتدئات

- إذا ذبلت أوراق الخس، ضعها في الماء مع القليل من السكر.
- إذا نسيت إضافة الفلفل الأحمر للصلصة الحمراء، أضيفه في الأخير مع تحليته في القليل من الزيت حتى لا يشكل كريات صغيرة.
- لتقشير الفلفل الحلو المشوي بطريقة سهلة، ضعه في كيس بلاستيكي.
- لتقليل من كمية الكولسترول في الدم، إطهي اللحوم بالبخار قبل طهيها في الصلصة أو تحميرها.
- للتخفيف من رائحة الكرنب أثناء الغليان، أضيفي 1 ملعقة كبيرة خل أو عصير ليمون، 1 سنينة ثوم و قطعة من الخبز.
- في حال أكثرت من الملح في طعامك، أضيفي عصير الليمون أو حبة بطاطا مقشرة.

إهداء

أهدي هذا الكتاب إلى أمي الغالية
"رحمها الله" التي كانت مدرستي الأولى.
أتمنى أن يعود بالفائدة على كل من
يتصفحها و أن يترجم عليها.
كما أشكر كل من ساعدني في إنجاز هذا
الكتاب و أفهن بالذكر ابني سعيد و ابنتاي
خديجة و ليندة دون أن أنسى دار النشر
الريشة.

اخوتي الزائرة اخي الزائر

نشكركم على تحميد الكتاب

و نتمنى ان تستفيد منه

لتحميد المزيد من كتب الطبخ و الحلويات

يرجى زيارتنا على موقعنا :

مدونة كتب الطبخ

و ذلك على الرابط التالي :

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

و مشاركتنا المواضيع على صفحتنا في الفيسبوك :

<https://www.facebook.com/benghidaexclusive.blogspot>

ملاحظة هامة جدا :

يمكنكم ارسال كتب من تصويركم ﴿ بواسطة السكايب او الة تصوير او هاتف نقال ﴾

ذلك بارسال صور الكتب على الايميل التالي :

Email : roufasam2002@gmail.com

و ايضا ارسال الصور على السكايب التالي :

Skype: cooking.books



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>
Hadjer Tazrout / Blida

الإيداع القانوني : 3162-2010
ر.د.م.ك : 3-106-27-9947-978
31، شارع وزان محمد برج الكيفان
الجزائر
هاتف / فاكس : 021 21 11 03
021 20 33 99

نشر الريشة، الجزائر
حقوق الترجمة، الإقتباس،
التقليد محفوظة في كل بلد
كل محتويات الكتاب لا يمكن
تقليدها لأغراض تجارية
دون موافقة المؤلف.

