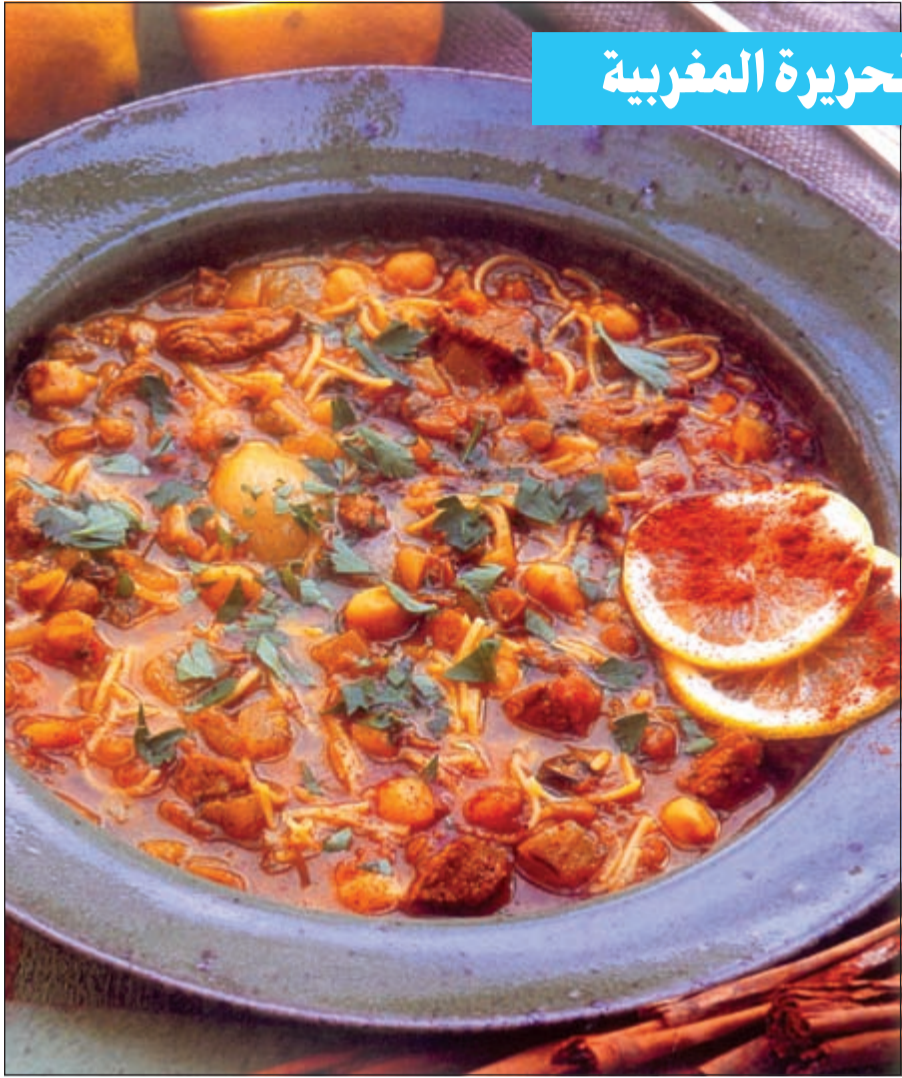


نوافذ رمضان



الحريرة المغربية

- المقادير**
- ربع كيلو لحمة قطع صغيرة.
 - حبة بصل متوسطة.
 - نصف كوب حمص - منقوع مسبقا.
 - نصف كوب عدس أسود مغسول.
 - قليل من الزيت النباتي أو زيت الزيتون - حسب الرغبة.
 - ملعقة صغيرة فوم.
 - ملح وفلفل أسود - زعفران.
 - ملعقة كبيرة معجون طماطم.
 - حفنة شعيرية.
 - حزمة بقودونس + كزبرة.
 - نصف كوب كرفس - مفروم ناعم.
 - نصف كيلو طماطم مقشورة ومعصورة في الخلاط.
 - ملعقتان أو ثلاثة ملاعق دقيق + كوب ماء ومزجها معا.
- الطريقة**
- 1- تحريك البصلة مع اللحم بقليل من الزيت في مقلاة ولدة بسيطة.
 - 2- نضيف العدس والحمص والبقودونس والكراث وجزءا من الكزبرة المفرومة ونترك الباقي عند نضج الشوربة والبهارات ونحرك الخليط.
 - 3- نضيف للمكونات ماء مغليا ونتركها حتى ينضج اللحم.
 - 4- نضيف الطماطم المعصورة والصلصة والشعيرية ونتركها على النار قليلا حتى تنضج الشعيرية.
 - 5- نضيف مزيج الدقيق مع الماء للشوربة بالتدريج مع التحريك حتى نضبط قوامها.
 - 6- ونضيف الملح والبهارات ونضيف المتبقي من الكزبرة الخضراء مع التحريك قليلا.



قالب البندجان والطماطم

- المقادير**
- نصف كيلو غرام من البانديجان المقطع إلى دوائر
 - نصف كيلو غرام من الطماطم المقشرة والمقطعة إلى دوائر
 - حبة من البصل، مقطعة إلى شرائح ناعمة
 - 4 حبات من الكوسا، مقطعة إلى دوائر ناعمة
 - ملعقة كبيرة من كل من الحبق والصعتر المفروم
 - كوب من جبنة موتزاريليا المبروشة
 - رشّة من الملح والبهار

طريقة التحضير

يملح البانديجان لمدة نصف ساعة تقريبا من ثم يغسل ويصفي ويوضع على ورق. يدخل بعدها إلى الميكروويف لمدة 5 دقائق تقريبا حتى يصبح البانديجان لينًا. يقلب خلال عملية الطهو مرة واحدة ويعاد بعدها على الورق. وبالطريقة نفسها يطهى البصل ويوضع على ورق لامتصاص فائض الماء منه. توضع نصف كمية البانديجان في الميكروويف وترتب فوقها كمية البصل مع نصف كمية الطماطم ونصف كمية الكوسا ونصف كمية الحبق والصعتر والبهار والجبنة. تعاد الكوزة حتى تنتهي المقادير كلها يطهى القالب في الميكروويف على درجة متوسطة لمدة 10 دقائق لحين نضوجه كليا.



شوربة البطاطس بالكريمة

- المقادير**
- 4 ملاعق كبيرة من الزبدة.
 - حبة من البصل مفرومة.
 - 3 ضلوع من الكراث مفرومة.
 - حبتان من البطاطا مقطعتان إلى مكعبات.
 - 3 أكواب وثلاثة أرباع الكوب من مرق الدجاج الخفيف أو الماء.
 - باقتان من الجرجير مفرومتان.
 - 2 إلى 3 أكواب من القشدة السمكية.
 - ملح وفلفل أسود.
 - قطع خبز بنكهة الثوم للتقديم.
- طريقة التحضير**
- تذوق الزبدة في طنجرة كبيرة يقلب فيها البصل والكراث والبطاطا وتحرك الخضراوات جيدا، تغطي الطنجرة وتترك الخضراوات على النار لمدة 15 دقيقة، يسكب بعدها المرق وتغطي مجددا ثم تخثر المقادير على النار 20 دقيقة إضافية لتصبح الخضراوات طرية، تهرس الخضراوات بواسطة ملعقة خشبية وتصفى في المصفاة، ثم يعاد سكبها في الطنجرة ويضاف الجرجير المفرومة وتطهى المقادير على نار خفيفة مدة 5 دقائق.
- تضاف القشدة إلى الطنجرة مع الخوايل ويعاد تسخين الحساء الذي يسكب بعدها في أطباق ساخنة ويقدم مع قطع الخبز بنكهة الثوم.

سباجيتي بالتونة والريحان

- المقادير**
- 250 غراما من المكرونة المجدولة fusilli
 - 320 غراما من التونة المعلبة
 - فص من الثوم مقشر
 - عصير حبة من الليمون الحامض
 - 5 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون - باقة من الريحان
 - حبتان من الطماطم - 16 حبة من الزيتون الخالي من النواة
- طريقة التحضير**
- تسلق المكرونة لمدة 8 دقائق في المياه المغلية المملحة تصفى وتغسل بالمياه الباردة، توضع حبات الطماطم لثلاثين ثانية في المياه المغلية ثم تبرد في المياه المثلجة وتقسر، يقطع الزيتون الأسود إلى دوائر وتقسيم الطماطم إلى أربعة أقسام وتحفظ جانبا للتزيين فيما تفتت التونة، تحضر الصلصة عبر سحق الثوم مع الريحان، يضاف الملح والفلفل في عصير الحامض وتخفق المقادير جيدا وتسكب فوق المعجنات التي توزع على طبق التقديم، تسكب فوقها التونة وتزين بالطماطم والزيتون.



اربح

10,000 دك نقداً

و50,000 جائزة فورية

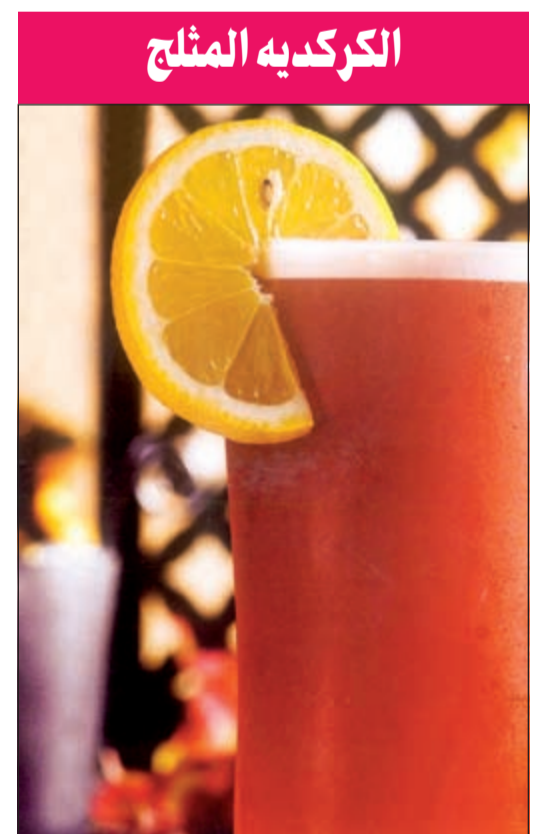


اشتر بقيمة 10 د.ك من محلات الرفاعي واحصل على فرصة للفوز بالجوائز التالية:

● الجائزة الأولى 5,000 د.ك	● الجائزة الثانية 2,000 د.ك
● الجائزة الثالثة 1,000 د.ك	● الجائزة الخامسة 450 د.ك
● الجائزة الرابعة 500 د.ك	● الجائزة الثامنة 200 د.ك
● الجائزة السابعة 250 د.ك	● الجائزة التاسعة 150 د.ك
● الجائزة العاشرة 100 د.ك	

بالإضافة إلى 50,000 جائزة فورية اصعب واربح: سلة من الهدايا، قسائم شراء، ومنتجات الرفاعي
مدة العرض من 07-07-2013 وحتى 10-08-2013

شركة الحميضي للصناعات الغذائية
1833383



الكرديه المثلج

- المقادير:**
- 4 أكواب من الماء.
 - 2 ملعقة كبيرة من الكركديه.
 - نصف كوب سكر (اختياري).
- الطريقة:**
- 1 - يوضع الماء مع السكر في قدر ويغلى الماء مع التقليب إلى ان يذوب السكر.
 - 2 - يرفع الخليط عن النار ويضاف اليه الكركديه.
 - 3 - يغطي الخليط ويترك لمدة 15 دقيقة إلى ان يصبح لون المشروب أحمر داكنا.
 - 4 - يترك المشروب كي يبرد قبل ان يوضع في الخلاجة، ويقدم باردا مع الثلج المسحوق.