

نوافذ رمضان



روستو بصلصة الشيلي

من الخل، واجعلي المقدار يغلي ثم اتركيه يستمر في الغليان لمدة 25 دقيقة على نار هادئة أو حتى ينقص مقدار الصوص ويغلظ قوامه. يريده. ● اخلطي الصلصة الباردة بما تبقى من الخل. ضعي اللحم في طبق زجاجي أو خزفي وغطيه بثلث كمية الصوص، وغطى وتركه يتبل داخل الخالصة لمدة 2 - 3 ساعات. ● صفّي اللحم من التتبيل واطهي فوق جريئة شواية مسخنة مسبقاً على درجة عالية أو في مقلاة لمدة 3 دقائق لكل وجه أو حتى تصبح بنية اللون. انقله إلى طبق خبز واخبزي عند 150 درجة مئوية لمدة 45 - 50 دقيقة أو حتى يلين قوامها. سخني المقدار المتبقي من الصلصة في كسرولة فوق لهب منخفض، وللتقديم قطعي اللحم إلى شرائح ورتبها فوق صلصة التقديم، واغرفي الصلصة وصيه فوقها واتري الزيتون الأخضر وشرائح البصل.

المقادير: ● سسخني الزيت في مقلاة فوق نار متوسطة الشدة، واضيفي الفلفل واطهيه لبضع ثوان لكل وجه، انتشلي الفلفل من المقلاة، وصفيه فوق مناشف المطبخ الورقية وضعيه في صحن عميق. صبي فوقه الماء المغلي بحيث يغطيه واتركه منقوعاً لمدة 2 - 3 ساعات. صفّي الفلفل وتخلصي من الماء. ● سسخني مقلاة فوق نار متوسطة الشدة، واضيفي البصل والثوم واطهي، مع التقليب لمدة 3 دقائق أو حتى يلين قوامها. ضعي خليط البصل مع الفلفل والكومون والأوريغانو، وثلثي كوب من المرق المركز في خلاط واطحنها معاً لعمل معجون. أعيدّي الخليط إلى المقلاة واطهي مع التقليب لمدة 5 دقائق أو حتى ينقص مقدار الخليط ويغلظ قوامه. قلبي معه ما تبقى من المرق وعصير البرتقال وملء ملعقة كبيرة

المقادير: 1 كيلو قطعة لحم عمود لعمل الروستو من دون عظم ومزال منها الشحوم الظاهرة 90 غم زيتون أخضر بصلصة مقطعة إلى شرائح لعمل صلصة الشيلي الأحمر الثري: 8 ثمرات فلفل أنشو منزوعة البذر ومزال عرقها الأوسط ملعقة كبيرة زيت نباتي بصلصة مفربة فصا ثوم مهروسان ملعقة صغيرة كمون مطحون ملعقة كبيرة أوريغانو أخضر مفري 1,5 كوب مرق دجاج أو لحم بقري كوب عصير برتقال ثلث كوب خل تفاح الطريقة: ● لعمل الصلصة قطعي الفلفل



الدجاج بالليمون

المقادير ● 10 فصوص من الثوم مدقوقة خشناً ● 3 أوراق من عشبة الحامض (lemongrass) الجزء الأبيض فقط مقشر ومفروم خشناً ● حبتان من البصل الأخضر مفرومتان ناعماً ● ملعقتان كبيرتان من صلصة السمك ● ملعقتان كبيرتان من عصير الليمون الحامض الطازج ● ملعقتان كبيرتان من الخل الأبيض ● نصف كوب من حليب جوز الهند ● ملعقة كبيرة من السمسم المحمص ● نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود المطحون ● 8 أفخاذ دجاج طريقة التحضير لتحضير الصلصة يدق الثوم وعشب الحامض والليمون حتى يتحول المزيج إلى عجينة خشنة، أو تقطع هذه المكونات إلى شرائح بواسطة سكين لتتحول إلى عجينة خشنة



سلطة مزيج الخس مع صلصة التوت

● خسة رومانية صغيرة (180 غ) منظفة ومورقة ● 250 غ من أوراق الروكا ● خسة حمراء صغيرة الحجم (150 غ) منظفة ومورقة ● نصف كوب (40 غ) من رقائق اللوز المحمص ● نصف كوب (65 غ) من التوت البري المجفف صلصة التوت البري ● ربع كوب (60 مل) من زيت الزيتون ● ربع كوب (60 مل) من الخل الأحمر ● 2 ملعقة كبيرة من عصير التوت البري ● 2 ملعقة صغيرة من خردل (ديجون) ● فص ثوم، مهروس ● 2 ملعقة طعام من صلصة التوت البري ● نصف بصلصة حمراء صغيرة فرما ناعماً طريقة التحضير: 1 - تحضر صلصة التوت البري. 2 - تخلط أوراق الخس والروكا في وعاء تقديم كبير. يوزع اللوز والتوت البري عليها قبل أن تسكب الصلصة على جميع المكونات. 3 - لعمل صلصة التوت البري: يخلط الزيت والخل والعصير والخردل والثوم والصلصة حتى تتحول جميع المكونات إلى مزيج متجانس. يضاف إليها البصل.

لفائف الروبيان

وتقطع إلى طول مقبول، يعصر لحم الروبيان، يوضع في وعاء مع الخضار والمعكرونة، يضاف البيض ويقلب الخليط حتى يمتزج جيداً، ثم يجهز. التحضير اللفائف: تنقع أوراق الأرز في مياه السكر وتجفف، يضاف إليها نحو 2 - 3 ملاعق كبيرة من الحشوة، وتطوى الأطراف نحو الداخل وتلف، تغطي بورق نايلون كي لا تجف وتحضر اللفائف الباقية بالطريقة ذاتها. يحمي الزيت جيداً في ووك أو مقلاة عميقة، تقلي اللفائف على دفعات لنحو 5 دقائق حتى تتخذ لونها ذهبياً، تصفى من الزيت على ورق مطبخ، تحفظ في فرن ساخن بينما تقلي اللفائف الباقية.



المقادير ● 15 غراماً من الفطر المجفف أو 30 غراماً من الفطر الطازج الصيني (أسود وأبيض) ● حبة جزر مقشرة ومقطعة ● حبة بصل صغيرة الحجم مقطعة ● كوب من براعم اللوبياء (bean sprouts) مغسولة ومصفاة ● 3 حبات من البصل الأخضر ● علبية من شعيرية الأرز الجافة وزن 45 غراماً ● 250 غراماً من لحم الريبان المقشر والمطبوخ ● بيضة مخفوقة ● نحو 45 قطعة من ورق الأرز يبلغ قطرها نحو 23 سم ● ملعقة صغيرة من السكر مذابة في كوب من الماء ● 4 أكواب من الزيت النباتي للقلي ● بهار مطحون بحسب الرغبة

طريقة التحضير في حال استعمال الفطر المجفف تنقع كل قطعة منه في المياه عدة مرات لإزالة الأوساخ ثم تصفى وتعصر لإزالة المياه الزائدة، أما في حال استعمال الفطر الصيني فيجب غسله بسرعة وتجفيفه ثم إزالة القلب الأبيض القاسي والتخلص منه وتقطيع الفطر إلى شرائح طويلة. يجفف كل من الجزر المقطع والبصل بقطعة قماش لإزالة الرطوبة الزائدة، تقطع براعم اللوبياء إلى طول 2 سم، ويقطع البصل إلى دوائر رقيقة. تنقع الشعيرية في المياه الباردة لمدة 15 دقيقة كي تصبح طرية ثم تجفف وتترك جانباً،

كبة الدجاج



المقادير 4 قطع صدر دجاج كبير ماء 3 بطاطس حجم كبير 2 قطعة خبز شرائح (سلايس) فنجان قهوة حليب طازج نصف كأس كبير بقونس مفروم نصف ملعقة شاي كركم ملعقة ونصف صغيرة ملح نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود بصل متوسط مبشور نصف كأس كبير بقسماط بيضة 2 زيت للقلي

طريقة: ● يغسل صدر الدجاج جيداً ويوضع في قدر به ماء ويترك على النار حتى ينضج ثم يترك حتى يبرد ثم يقطع قطعاً صغيرة ويترك جانباً. ● تسلق البطاطس وتقسر وتهرس وتترك حتى تبرد تماماً. ● يضاف البصل المبشور والبقونس والكركم والملح والفلفل الأسود إلى البطاطس ولحم الدجاج. ● تنقع شرائح الخبز (سلايس) في الحليب ثم تعصر وتضاف إلى خليط البطاطس والدجاج ويعجن جيداً ثم تشكل الكبة حسب الرغبة. ● يخفق البيض جيداً ثم تغمس كل قطعة في البيض ثم في البقسماط وتقلي في الزيت وتوضع على ورق نشاف للتخلص من الزيت الزائد ثم تقدم الكبة وهي ساخنة مع شرائح الليمون.