



### الصلصة

- 1- في قدر مناسبة تذوب الزبدة ثم نضيف الطحين ونحرك حتى يتحمص الطحين.
- 2- تضاف البهارات والملح وكذلك مرقة السمك ومرقة البصل مع التحريك المستمر حتى تثقل الصلصة.
- 3- يسكب الأرز في طبق التقديم ويوضع السمك على الوجه ويزين بالمتبقي من البصل المقلي والصنوبر ويقدم معه الصلصة.

## أطباق رمضانية

'الانباء' معكم على مائدة الإفطار في رمضان. لتقدم بأيدي الشيفات في أعرق الفنادق الكويتية أشهر الأطباق والوجبات الرمضانية وتشمل الأطباق الرئيسية والشوربات والحلويات والسلطات. إلى جانب قواعد وأسس الغذاء السليمة في هذا الشهر الكريم.



## صيادية سمك

### طريقة التحضير

- 1- توضع نصف كمية البصل في قدر صغير مع كمية من الماء ثم نضيف البهارات عود القرفة والهيل وورقة الغار ويترك حتى يغلي الجميع ونحصل على اللون الأسمر من البصل ثم يصفى.
- 2- يتبل السمك بالبهارات بعد خلطها ثم يقلى نصف قلي ويوضع جانبا.
- 3- في قدر واسع نضع القليل من الزيت (زيت قلي البصل) ونضيف الثوم ثم نحرك.
- 4- يضاف السمك وماء البصل المصفى ويترك حتى يغلي 5 دقائق أو حتى ينضج (يعتمد على حجم القطع).
- 5- يرفع السمك من ماء السلق.
- 6- يضاف الأرز ويترك على نار عالية حتى ينشف الماء.
- 7- نخفف على النار ونترك الأرز حتى ينضج تماما (أثناء ذلك نضع السمك على وجه الأرز في القدر).

### المكونات

- المطحونة  
1/2 ملعقة كمون بودر  
1/4 ملعقة صغيرة كركم  
الصلصة  
2 كوب مرقة سمك  
1 كوب مرقة البصل  
1/4 كوب زبدة  
1/2 ملعقة صغيرة كمون مطحون  
3 ملعقة كبيرة طحين  
1/4 ملعقة صغيرة قرفع مطحونة  
1/2 ملعقة صغيرة من السبع بهارات  
صنوبر مقلي وليمون طازج

### المكونات

- 1 حبة سمك، كاملة بوزن 1 ونصف كيلو غرام تقريبا (النوع حسب الرغبة ويفضل من النوع المناسب للقلي).  
4 حبات كبيرة بصل مقطع جوانح ومقلية.  
5 فصوص ثوم مهروس  
1 عود قرفة  
5 حبات هيل  
1 ورقة غار  
ملح حسب الرغبة  
بهارات تتبل السمك  
1 ملعقة صغيرة من السبع بهارات  
1 ملعقة صغيرة من الكزبرة



## تنورية لسان العصفور مع الخضار

### الطريقة والتحضير

- 1- في مقلاة على النار يحمر لسان العصفور حتى يصبح لونه ذهبيا.
- 2- ضعي مقلاة على النار ثم توضع الزبدة والزيت ويضاف البصل ويقلى حتى يصبح لونه ذهبيا.
- 3- تضاف البازلاء والفاصولياء والخضراء وتقلب جيدا يضاف ماء مغلي وتترك لمدة خمس دقائق.
- 4- يضاف الجزر ويترك يغلي قليلا ثم توضع معكرونة لسان العصفور المحمرة ثم البطاطا المقطعة مكعبات وأخيرا الكوسا.
- 5- تترك حتى تنضج لمدة 8 الى 10 دقائق.
- 6- تملح وتبهر وتترك على نار هادئة لمدة 15 دقيقة وتقدم.

### الوصفة تكفي لخمسة أشخاص

### المقادير والمكونات

- 250 غرام معكرونة لسان العصفور  
100 غرام فاصولياء خضراء  
100 غرام بازلاء  
100 غرام جزر  
100 غرام بطاطا  
100 غرام كوسا  
2 حبة بصل مفروم  
2 ملعقة زبدة  
2 ملعقة زيت ذرة  
2 ليتر مرق دجاج  
ملح بهار حسب الرغبة



- 5- توضع جميع القطع المحشوة في صينية غير لاصقة، وتدهن بالزبدة أو السمن (حسب الرغبة) داخل الفرن لمدة 10 دقائق تقريبا، وذلك على حرارة متوسطة.
- 6- بعد إخراجها من الفرن، تُغمس الحبات بالقطر، وتُزين بزهر الليمون.

- ثحتي مقلاة ذات قعر غير لاصق، وتدهن بقليل من الزبدة أو السمن، وتُسكب قطع عجينة القطايف بشكل دائري ومتساو، وعندما تجف ويحمز قعرها، توضع جانبا حتى تبرد.
- 4 - تُحشى كل حبة من القطايف، وتُغلق بإحكام.

- النار حتى يصبح كثيفا، ثم يُسكب ماء الزهر إليه، ويُرفع عن النار، ويُترك جانبا حتى يبرد.
- إعداد عجينة القطايف:  
3 - تُخلط جميع مكونات عجينة القطايف، ثم تُترك مدة 20 دقيقة تقريبا، حتى ترتاح، بعدها

## قطايف بالجوز

### مكونات العجينة

- 400 غرام من الدقيق  
50 غرام دقيق (قمحة كاملة)  
10 غرام عصير الليمون  
10 غرام ماء الزهر  
300 مليلتر حليب (سائل)  
200 مليلتر ماء  
3 غرام خميرة  
3 غرام بيكنج بودر  
10 غرام سكر

### طريقة التحضير

- 1 - تُخلط مكوناتها، وتُحفظ في الثلاجة، إلى حين استعمالها.

### إعداد القطر

- 2- يُحزق السكر والماء في وعاء على النار، وحين يغلي، يُضاف عصير الليمون الحامض، مع تركه على

### الحنلوة

- 300 غرام جوز (مفروم ناعما)  
75 غرام سكر  
10 غرام ماء الزهر  
1 ملعقة صغيرة زبدة

## سلطة التونة مع البيض

### وصفة تكفي لخمسة أشخاص

- المدقوق  
100 غرام من الزيتون الأسود  
كوب من زيت الزيتون  
1/4  
ملعقتان كبيرتان من عصير الليمون  
ملح وبهار

### طريقة التحضير

- تخلط جميع المقادير وتزين بالبيض المسلوق وتقدم.

### المقادير

- 400 غرام من الخس المنوع  
3 كوب من التونة.  
4 بيضات مسلوقة ومقطعة الى دوائر  
3 حبات من الطماطم مفرومة  
بصلة مفرومة  
2 ملعقة صغيرة من الثوم



الشيف: إبراهيم عطية



## أجنحة الدجاج المقرمتة مع الكزبرة والجرجير

### الوصفة لخمسة أشخاص

### المقادير

- 1 حزمة كزبرة  
1 حزمة جرجير  
1 كيلو أجنحة الدجاج  
1 كوب زبادي  
قلقل أسود  
ملح وبهارات  
حبة ثوم مهروس  
بصل مفروم 1  
خبز مطحون أو بقسماط  
ملح  
قلقل أسود

### الطريقة

- بابريكا  
شطة مجروشة اذا رغبت  
2 حبة بيض طازج
- ناخذ جناحا ونقطع طرفه الصغير. ثم نتبلها بجميع ما ذكر في المقادير وتترك لساعتين على أقل تقدير.
- تغلف بالبقسماط وتقلي بزيت غزير على نار متوسطة حتى تحمر جيدا وتقدم مع عيسدان الكزبرة والجرجير.