



**Hilton**  
KUWAIT RESORT  
منتجع هيلتون الكويت

## أطباق رمضانية

'الانباء' معكم على مائدة الإفطار في رمضان. لتقدم بأيدي أشهر 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.



## فريكة بموزات الغنم

**المكونات**  
كيلو موزات لحم غنم  
300 غرام فريكة  
بصلتين مفرومة ناعمة  
2 ملعقة طعام زيت نباتي  
2 ملعقة طعام زيت زيتون  
2 ملعقة زبدة  
1 ملعقة بهار حلو  
1 ملعقة صغيرة قرفة (دراسين)  
ملح حسب الرغبة  
ربع ملعقة صغيرة فلفل اسود  
بهارات سلق اللحم:  
1 بصلة مقطعة جزئين  
4 فصص ثوم  
عود قرفة

5 حبات هيل  
5 حبات قرنفل (مسمار)  
3 ورق غار  
للزينة:  
لوز وصنوبر مقلي

**طريقة التحضير**  
1- تنظف تغسل الفريكة جيدا وتصفى.  
2- يحمر اللحم في الزبدة ثم يضاف اليه بهارات سلق اللحم ويغمر بالماء حتى يغطي، يطهى اللحم على نار هادئة حتى ينضج تماما.  
3- يرفع اللحم ويصفى الماء من البهارات ويترك جانبا.

4- نحمر البصل في زيت الزيتون مدة 5 دقائق حتى تنضج، نضيف الفريكة ونقلب قليلا حتى تتجانس مع البصل.  
5- نضيف ماء سلق اللحم الى الفريكة، ومن ثم نضيف الملح والبهار الحلو ونترك الماء حتى يغلي.  
6- نخفف النار ونغطي القدر ونتركه تماما.  
7- نتبل اللحم بالملح، والفلفل الاسود، الدراسين ورشة بهار حلو ثم يحمر في الزيت او في الفرن.  
8- تسكب الفريكة في طبق التقديم ويوضع عليها اللحم، وتزين بالمكسرات المقلية، وتقدم مع الزبادي.

## مهلبية

**الوصفة تكفي لخمسة أشخاص**  
1 ليتر حليب طازج  
200 غرام سكر خشن  
50 غرام نشا  
غرام فستق حلبي ناعم 40  
فنجان قهوة ماء الزهر  
فنجان قهوة ماء الورد

### الطريقة

في كسرولة على النار يوضع الحليب مع السكر حتى يصل للغليان  
يذاب مقدار النشاء مع نصف كوب الحليب البارد ويضاف لخليط الحليب المغلي بالتدريج مع مراعاة التحريك باستمرار  
يترك على النار بعد الغليان حوالي دقيقتين ويزال عن النار ويضاف ماء الزهر ويوزع بأطباق التقديم او بكاسات ويزين بالفستق الحلبي.



## نشورية الحريرة

**المكونات:**  
1 حبة بصل، مقطع إلى قطع صغيرة  
3 حبة طماطم، مقطعة إلى قطع صغيرة  
½ كيلو غرام لحم فيليه بقرى، مقطع إلى قطع صغيرة  
للغاية

**طريقة التحضير:**  
1- في قدر نضع عصير الطماطم ونضيف الحمص والعدس والبقدونس والكزبرة والبصل والسمن والفلفل الاسود والفلفل الأحمر والزعفران والملح ونضيف لترا من الماء ونغلق القدر.

2- عندما تطهى العناصر جيدا خصوصا الحمص والعدس نضيف خليط الدقيق الأبيض والماء شيئا فشيئا مع الاستمرار في التحريك حتى لا تلتصق العجين بقعر الإناء. ثم نضيف الشعيرية مع الاستمرار في التحريك ثم نضيف معجون الطماطم ½ حزمة

1 علبه حمص  
1 كوب عدس  
ملح وفلفل، حسب الرغبة  
زعفران  
2 ملعقة سمن  
1 لتر ماء  
2 ملعقة كبيرة دقيق  
2 ملعقة كبيرة  
معجون طماطم  
½ حزمة



الشيف: عماد ياسين



## حمص بيروتى

ويضاف له ملعقة صغيرة بيكرونات الصودا لكي ينضج بسرعة ممكنة، ويبرد ويترك جانبا في مضافة لحين الاستعمال.  
2- في الخلاط يوضع الحمص المسلوق.  
3- تضاف مكعبات الثلج.  
4- ويضربوا جيدا.  
5- تضاف الطحينية، عصير الليمون، الملح، ثم الفلفل.  
6- يوضع الحمص في وعاء، يضاف المخلل، ثم الطماطم، والبقدونس المفروم ويقلبوا جيدا.  
7- ثم يوضع في صحن السكب ويزين.  
8- للترزين يضع حبات من الحمص المسلوق، ويرش بالسمسم الاسود، والسمسم المحمص، رشة بيريكا، وزيت زيتون، واوراق البقدونس الفرنسي.

**المكونات**  
500 غرام حمص حب يابس  
3 حبات خيار مخلل مقطع  
1 حبة طماطم مقطعة  
2 ملعقة كبيرة بقدونس مفروم  
1 ملعقة كبيرة طماطم مقطعة صغيرا  
2 فص ثوم  
2/1 ملعقة كبيرة بقدونس مفروم القليل من الكمون  
4 ملاعق كبيرة عصير ليمون  
1 ملعقة كبيرة زيت زيتون  
100 غرام طحينه  
100 غرام ثلج  
5 غرام سمسم اسود  
5 غرام سمسم محمص  
2 غرام بقدونس فرنسي  
1 ملعقة صغيرة بيكرونات الصودا

**الطريقة**  
1- ينقع الحمص بماء ليلة كاملة ومن ثم يغسل ويسلق لمدة ساعتين



## ساميوسك لحمية

إلى الحشوة.  
4- نضع الطحين مع الزبدة والملح ونضيف الماء ونخلطها جيدا حتى نحصل على عجينة متماسكة ونتركها ترتاح لمدة ساعة.  
5- نكور العجين على شكل كرات صغيرة نرق العجين جيدا  
6- نستخدم قالب مدور للتقطيع، ونقطع العجين ثم نحشيه ونطويه على شكل القطايف.  
7- نقفل جوانبها بإحكام باليد أو بالشوكة  
8- نتركها ترتاح في البراد وتكون جاهزة للقلي  
ممكنا وضعها في المجمد واستعمالها فيما بعد.

¼ ملعقة صغيرة قرفة بودرة  
¼ كوب بقدونس، مفروم ناعما  
¼ كوب بصل أخضر، مفروم ناعما  
100 غرام صنوبر مقلي

**طريقة التحضير**  
1- نذوب الزبدة في قدر ونضيف البصل مع رشة ملح ونتركه حتى ينضج قليلا.  
2- نضيف اللحم ونقله حتى الاستواء نضيف البهارات ونذوق مع تعديل طعم الملح ونتركها على جنب حتى تبرد.  
3- نضيف الصنوبر والبقدونس والبصل الأخضر

**المكونات**  
عجينة السامبوسك  
200 غرام زبدة  
800 غرام طحين ابيض  
15 غرام ملح  
150 ملليلتر ماء  
مكونات الحشوة  
300 غرام بصل، مفروم ناعما  
800 غرام لحمه مفرومه ناعما  
2 ملعقة كبيرة زيت نباتي  
1 ملعقة صغيرة ملح  
1 ملعقة صغيرة فلفل اسود