



رؤية الكويت

27

إعداد: لميس بلال

## نتورية

# الدجاج والخضراوات اللبنانية



### المقادير

- 30 ميليلتر من زيت الزيتون
- 80 غراما من الكراث
- 20 غراما من الثوم
- 50 غراما من الجزر
- 50 غراما من الكرفس
- 50 غراما من الكوسا
- 50 غراما من اللفت
- ليتر من مرق الدجاج
- 500 غرام من ساق الدجاج منزوعة الجلد
- 5 غرامات من الملح
- غرامان من البقدونس المفروم

### الطريقة

واتركها لتبرد قليلا. ازيل اللحم عن العظم وافرمي اللحم واضيفيه الى الشورية ثم اضيفي الملح والفلفل. قدمي الشورية مع رش البقدونس فوقها.

- 1- سخني الزيت في قدر كبيرة على نار متوسطة. اضيفي الكراث والثوم واقلي مع التحريك 2 دقيقة. اضيفي الجزر والكرفس والكوسا واللفت. اطبخي 2 دقيقة. اضيفي مرق الدجاج والدجاج وارفعي الحرارة الى ان تغلي.
- 2- خففي الحرارة واطبخي مع تغطية القدر جزئيا لمدة ساعة او الى ان تصبح الخضراوات طرية.
- 3- ارفعي قطع الدجاج من الشورية

CROWNE PLAZA  
KUWAIT AL THURAYA CITY

### أطباق رمضانية

«الأنباء» معكم على مائدة الإفطار في رمضان، لتقدم بأيدي أنسهر اللطيفات في أعرق الفنادق الكويتية أنسهي الأطباق والوجبات الرمضانية وتتضمن الأطباق الرئيسية والنتوريات والحلويات والسلطات. نتمنى لكم صياما مقبولا وإفطارا نهنئيا.

## حمص بالأفوكادو



### المقادير

- 1- ذلك ليبرد عند 5 درجات مئوية.
- 2- ضعي الحمص البارد في الخلاط وبعد أن يصبح معجونا، اضيفي اليه عصير الليمون والملح والجلد المبشور الى ان يصبح معجوننا ناعما.
- 3- اضيفي الأفوكادو واخليط ثانية.
- 4- اضيفي الطحينة وزيت الذرة وتابعي الخلط.
- 5- إذا تبين لك أن المزيج يبدو سائلا زيادة عن الزوم، اضيفي اليه المزيد من الطحينة أو زيت الذرة.
- 6- صبيه اخيرا في الآنية، وزينه بقطع من الأفوكادو وزيت الزيتون.
- 7- يقدم مع الخبز العربي.

- 200 غرام من الحمص
- 80 ميليلتر من عصير الليمون
- 200 ميليلتر من الطحينة
- 5 غرامات من الملح
- 50 ميليلتر من زيت الذرة
- 4 حبات من ثمرة الأفوكادو
- جليد ناعم - مبشور
- 50 ميليلتر من زيت الزيتون
- 4 قطع من الخبز العربي

### الطريقة

- 1- اغلي الحمص حتى يصبح طريا، ودعيه بعد



النتيف عبد الله سليم

## تورته الفستق الحلي التركي

### المقادير

- 120 غراما من الدقيق
- 40 غراما من السكر
- 80 غراما من الزبدة
- 10 غرامات من مسحوق اللوز
- 30 غراما من مسحوق الفستق الحلي
- 30 غراما من ماء الزهر
- حبة فانيليا
- 35 غراما من السكر، 150 غراما من الحليب
- 5 غرامات من النشاء الذرة
- زهرة مجففة
- 10 غرامات من حلوى شعر البنات
- بيضة زنة 50 غراما
- 3 قطع من راحة الحلقوم التركية

### الطريقة

- 1- بعد تحضير عجينة السكر ضعها في قالب التورته واخزيها في الفرن بدرجة حرارة 180 لمدة 20 دقيقة.
- 2- اصنعي كريمة الفطيرة باستخدام الحليب، السكر، البيضة ونشاء الذرة.
- 3- اخلطي مسحوق اللوز والفستق الحلي مع الفانيليا، السكر وماء الزهر لصنع معجون الفستق الحلي.
- 4- بعد حشو معجون الفستق الحلي في غلاف التورته، اضيفي اليها كريمة المعجنات على سطحها.
- 5- اخيرا، زيني السطح براحة الحلقوم التركية وبالفستق الحلي والزهرة المجففة وشعر البنات.

### المقادير

- 1000 غرام من الريبان
- 200 غرام من البصل، 60 غراما من الثوم
- 100 غرام من شبت الخضار
- 100 غرام من الكزبرة الطازجة
- 10 غرامات من الملح
- 5 غرامات من الفلفل
- 20 غراما من الكمون، 50 غراما من

### مصحوق الكركم

- 50 ميليلتر من زيت الذرة
- 50 غراما من الزبدة
- 400 غرام من الأرز البسمتي
- قطعتان من القرقة
- 4 حبات من الهال
- 1000 ميليلتر من مرق السمك
- 400 غرام من البندورة الطازجة
- 80 غراما من معجون البندورة
- 40 غراما من الكشمش للتزيين
- 80 غراما من البصل للتزيين

### الطريقة

- 1- بعد تنظيف الريبان ضعه في المصفاة حتى يجف.
- 2- بعد تقطيع البصل والثوم وإقليهما بزيت الذرة والزبدة حتى يكتسبا اللون البني.
- 3- اضيفي الريبان الجاف والتنظيف الى مزيج البصل.
- 4- اضيفي اليه أيضا الأرز النظيف ثم شبت الخضار المقطع والكزبرة.
- 5- وبعد إضافة كل التوابل ومرق السمك، ضعي الخليط على نار هادئة حتى ينضج الأرز.
- 6- والآن اصنعي صوص الدقوس عن طريق قلي البصل والثوم بزيت الذرة.
- 7- وبعد إضافة معجون البندورة إليه اضيفي أيضا البندورة الطازجة بعد وضعها في الخلاط.

## ريبان بالأرز

