إعداد: چيهان رأفت تصوير: متين غوزال

الشيف علي حمدي

SYMPHONY STYLE HOTEL KUWAIT
فندق سيمفوني ستايل الكويت

شوربة الحريرة

المقادير

- بصل
- ملعقتا زيت زيتون
- 4 أكواب شوربة (دجاج ـ لحم حسب الرغبة)
- ثلاثة ارباع كوب من الكرفس
- نصف كوب من كل من (البقدونس ـ الكزبرة) المفرومة
- كوب من العدس البني المنقوع والمسلوق نصف سلق
- كوب من الحمص المنقوع والمسلوق نصف سلق
- نصف ملعقة صغيرة زنجبيل
- ملعقة من الكركم
- ملعقة من الكمون
- ملعقة دارسين
- ملعقة من الفلفل الأسود
- ملعقة كبيرة من الطحين

طريقة التحضير:

- يوضع الكرفس مع الكزبرة مع البقدونس والبصل والزيت وتقلب ثم تضاف البندورة ثم تضاف الشوربة وتترك على النار من 10 إلى 15 دقيقة.
- يوضع العدس والحمص ثم يذاب الطحين في الماء البارد ويضاف إلى المكونات.
- يضاف معجون الطماطم والمكرونة إلى الشوربة والبهارات (كركم + ملح + فلفل + دارسين + زعفران + زنجبيل) وتترك على النار حتى تنضج.

سوشي كاليفورنيا

المقادير

- 2كوب من الأرز الياباني
- 2كوب من الماء
- أربع ملاعق صغيرة من خل الأرز
- أربع ملاعق صغيرة من السكر
- ملعقتان صغيرتان من الملح

مقادير الحشوة

- خيارة مقطعة على شكل مكعبات صغيرة الحجم
- أربعة أصابع من الكابوريا
- حبة من الأفوكادو المقطعة مكعبات صغيرة

للتزيين

- كمية من بيض السمك
- صلصة الصويا

طريقة التحضير:

- غسل الأرز جيدا، ثم وضعه مع الماء في قدر على نار متوسطة الحرارة.
- تخفف الحرارة بعد غليان الأرز، ثم تركه لينضج مدة ربع ساعة.
- ترك الأرز جانبا مدة عشر دقائق قبل الاستعمال.
- نخلط السكر وخل الأرز بالإضافة إلى الملح في وعاء زجاجي، وإدخاله إلى الفرن مدة لا تزيد عن دقيقة، ثم إضافته إلى الأرز، وتقليب المكونات جيدا باستخدام ملعقة خشبية، ثم تركها لتبرد.
- تقطيع أوراق النوري من المنتصف على قطعة من النايلون.
- وضع طبقة من الأرز فوق النوري، مع مراعاة ترك مسافة على الجوانب خالية من الأرز.
- وضع الكابوريا، والخيار، والأفوكادو على ورقة النوري، ثم لفها على شكل اسطوانة.
- تكرار الخطوات حتى انتهاء الكمية.
- تغميس قطعة السوشي في بيض السمك، حتى تتغلف بالكامل.
- إدخال قطعة السوشي إلى الثلاجة مدة نصف ساعة.
- تقطيع السوشي إلى قطع، وتقديمها مع صلصة الصويا.

سمك سنجاري على الطريقة الكويتية

لمشاهدة الفيديو

المقادير

- حبة سمك تتراوح بين نصف كيلو والكيلو (نوع السمك حسب الرغبة ـ يفضل نجرور-نويبي- بوري حمرا)
- 3 حبات بصل مفروم
- 2 فص ثوم مهروس
- حزمة كزبرة مفرومة
- حزمة شبت مفروم
- 2 ملعقة تمر هندي
- ملعقة كزبرة بودر
- ملعقة كمون بودر
- ملح + 2 ملعقة ليمون
- 2 ملعقة معجون طماطم
- زيت زيتون

طريقة التحضير:

- نحمي الفرن في درجة حرارة 160
- ينظف السمك ويغسل جيدا ثم نقوم بعمل فتحة في الظهر بطول السمكة وتترك جانبا
- توضع المكونات جميعا في وعاء وتقلب جيدا حتى تتجانس وذلك لكي تكون حشوة فوق السمكة
- نقوم بفرد الورق الحراري ونضع السمكة فوق الورق بحيث تصبح كغلاف تحتي للسمكة ثم نقوم بفرد الحشوة فوق السمكة ثم نضعها في صينية ثم ندخلها الفرن حتى تنضج
- نقوم بتقديمها في طبق التقديم ونزينها بالطماطم او الخس او الخضراوات

معلومة غذائية

السمك

يحمل السمك فوائد عديدة لجسمك، فتناول الأسماك يعزز صحة القلب والشرايين، ويقي الدماغ من الأمراض، ويساعد على نزول الوزن... والسمك منجم للعديد من الڤيتامينات والمعادن، مثل: الكالسيوم والفوسفور والحديد والزنك واليود والمغنيسيوم والبوتاسيوم، والأحماض الأمينية والدهنية الضرورية للحفاظ على صحة الجسم ووقايته من الأمراض.

اللقيمات

المقادير

- كوب من الدقيق
- ملعقتان كبيرتان من حليب البودرة
- ملعقة صغيرة من الخميرة
- ملعقة كبيرة من النشا
- رشة من الملح
- ملعقة كبيرة من السكر
- كوب من الماء دافئ
- زيت للقلي
- سمسم
- قطر للتسقية

طريقة التحضير:

- أحضري وعاء كبيرا وضعي فيه جميع المكونات السابقة، ثم اخلطيها جيدا حتى تتكون لديك عجينة لينة تشبه خليط الكيك.
- غطي العجينة بكيس بلاستيكي ثم قطعة قماش نظيفة، ثم اتركيها لتتخمر لمدة ساعة ونصف حتى تلاحظي أن حجمها تضاعف.
- ضعي كمية كبيرة من الزيت بالمقلاة.
- أمسكي العجينة بواسطة اليد وشكليها على شكل كريات صغيرة الحجم واسكبيها بالزيت الساخن.
- اتركيها دون تحريك حتى تطفو على الوجه ثم قلبيها حتى تأخذ اللون الذهبي.
- ضعي اللقيمات في القطر البارد جدا، من ثم صفيها وضعيها في طبق التقديم ورشي عليها القليل من السمسم الأبيض.