

## مطبخ شهر يوليو الصيفي

# مائدة تجمع الجبلي مع الجبلي

### السلطة الجبلية

#### مقادير السلطة:

- 8 حبات فلفل أحمر مقطعة أنصاف.
- 6 ملاعق طعام زيت زيتون.
- كغم طماطم صغيرة جداً.
- علبتان أنشوجة (50غم) منصفة.
- 100 غم زيتون أسود مقطع.
- فصان من الثوم (مفرومان).
- 50 غم من ورقات الجرجير.
- 20 غم من ورقات البقدونس.

#### الطريقة:

- سخني الفرن على درجة حرارة عالية..وفي صينية فرن رصي الفلفل الأحمر ورشيه بـ3 ملاعق طعام من زيت الزيتون، ثم اشويه لمدة 15-20 دقيقة.
- انزعي القشر عن الطماطم، ثم قطعها قطعاً كبيرة، ثم اخلطها مع الأنشوجة، زيت الزيتون، والثوم المفروم .

- ورعي الخليط على حبات الفلفل الأحمر المشوي، ثم رشيه بالباقي من زيت الزيتون.
- ادخلي الصينية في الفرن واتركها 10 دقائق.
- اخلطي الجرجير والبقدونس وانثريهم في صحن كبير، ثم رصي حبات الفلفل في الصحن.



## البيتزا السريعة

### المقادير:

- علبتان من عجينة الفطائر المنفوخة (puff pastry)
- صفار بيضة مخفوق جيداً.
- 200 غم من صدر الديك الرومي الناضج والمقطع إلى مكعبات.
- 125 غم من التوت البري المجمد.
- 50 غم من الجوز المقطع.
- قليل من زيت الزيتون.
- 125 غم جرجير.

### الطريقة:

- سخني الفرن على درجة حرارة عالية.
- افرد العجينة ثم قطعها إلى دائرتين، ثم ضعي كل دائرة على الورقة الخاصة بالخبيز.
- اثني الأطراف حوالي 2.5 سم إلى الداخل وادهنيها بصفار البيض، ثم بالشوكة اثقبي العجينة من كل النواحي.
- اخلطي مكعبات الديك الرومي، التوت البري، الجوز، ووزعيها بالتساوي على العجينة.
- رشى فطيرة البيتزا بزيت الزيتون، ثم اخبزها حوالي 25 دقيقة.
- زينها بالجرجير وقدميها ساخنة.



## الجزر الأبيض مع الزعتر البري وجبن الباراميزان

### المقادير:

- كغم من الجزر الأبيض مقطوعاً أربعة أرباع.
- 75 غم من جبن الباراميزان المبشورة.
- 50 غم من الصنوبر المقطع.
- علبتان (400 غ) من الطماطم الصغيرة جداً.
- 4 ملاعق طعام من ورقات الكزبرة الخضراء المفرومة.
- ملعقة طعام من الزعتر الأخضر المفروم.
- 100 مل من زيت الزيتون.
- 100 غ جبنة ماعز طازجة.

### الطريقة:

- سخني الفرن إلى درجة حرارة عالية.
- اسلقي الجزر الأبيض في ماء مملح، ثم صفيه لمدة 5 دقائق.
- امزجي الجبن، الزعتر، والصنوبر والتوابل، ثم جففي الجزر جيداً ورشيه بخليط الجبن.
- سخني الزيت جيداً في صينية الشوي، ثم ضعي الجزر واشويه لمدة 40 دقيقة وقلبيه من وقت لآخر.
- اسكبيه في طبق التقديم وقدميه ساخناً.



## البطاطا الحلوة المشوية

### المقادير:

- 1.5 كغم من البطاطا الحلوة المشوية.
- 4 ملاعق زيت زيتون.
- 12 ورقة من عشبة الميرامية.

### الطريقة:

- كبيرة في صينية ورشها بزيت الزيتون والتوابل وحركها لتوزيع الخليط ثم اشويها لمدة 30 دقيقة.
- ضعي الميرامية واطركي البطاطا الحلوة 15 دقيقة أخرى حتى تنضج.
- اسكبي البطاطا في طبق التقديم وقدميها ساخنة.

- سخني الفرن على درجة حرارة عالية، ثم رصي البطاطا الحلوة المقطعة مكعبات



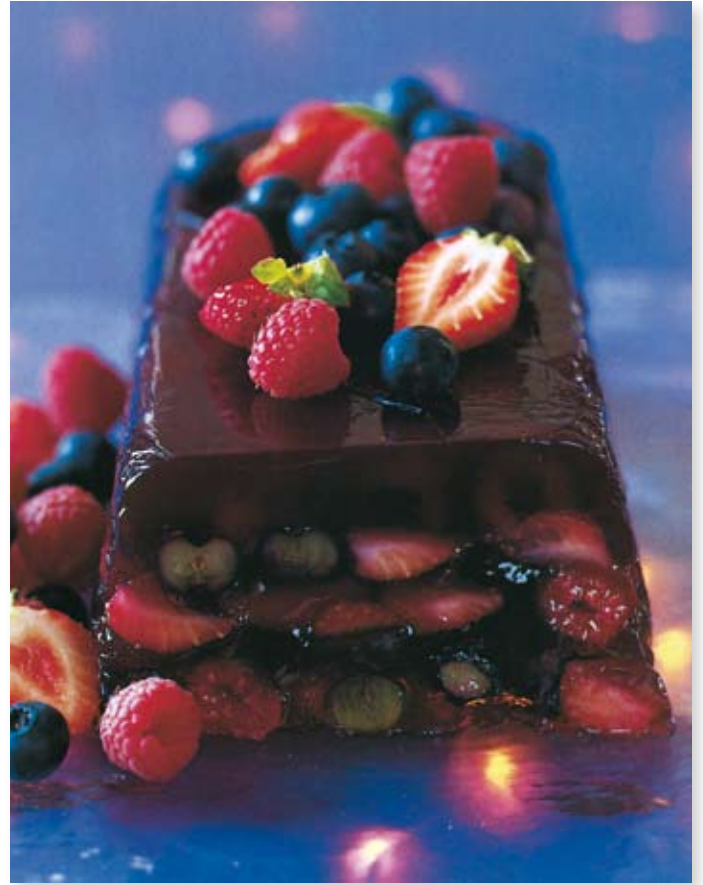
## قالب الجيلي بالفواكه

### المقادير:

- عودان من القرفة (الدارسين).
- قشرة برتقالة صغيرة.
- ملعقتا طعام من السكر.
- علبتان من الجيلي (بنكهة التوت).
- 5 ورقات جيلاطين.
- 200 غم من التوت.
- 200 غم من العنب الأسود.
- 150 غم من الفراولة المنصفة.
- طبق مستطيل.

### الطريقة:

- في إناء ضعي 300 مل من الماء مع القرفة، قشر البرتقال والسكر.. واطركي الخليط على النار لمدة 10 دقائق.
- أخرجي أعواد القرفة وقشر البرتقال من الماء، ثم ضعي الجيلي وورقات الجيلاتين.
- ضعي القليل من الفواكه ثم اسكبي القليل من السائل الجيلاتيني، ثم ضعي طبقة أخرى من الحشو، واطرقيه لمدة 30 دقيقة.
- ضعي الباقي من الجيلي في الثلاجة، ثم أعيدي الكرة في عمل الطبقات من الجيلي والفواكه حتى تصبح ثلاثة طبقات.
- اتركه في الثلاجة لمدة ساعتين قبل أن تقلبيه.
- يمكنك تقديمه مع الآيس كريم.



## كوكتيل الفواكه

### الطريقة:

- اخلطي 100 مل من: عصير جريب فروت، عصير برتقال، عصير توت بري، عصير عنب أسود.
- ضعي مكعبات ثلج، ثم غطي الخليط بمركز الليمون الحامض.

## كوكتيلات طازجة للصيف

## كوكتيل الليمون المحلى الوردى مع الزعتر الأخضر

### الطريقة:

- اعصري 4 حبات من الليمون واخلطها مع 300 مل من السكر المركز.
- ضعي عود الزعتر الأخضر في العصير، ثم اضيفي 50 مل من عصير الرمان.
- ضعي مكعبات الثلج والقليل من الصودا
- كوكتيل الأناناس مع حليب جوز الهند.

### الطريقة:

- امزجي 850 مل من عصير الأناناس مع 400 مل من حليب جوز الهند.
- ضعي قطعيتين من اللايم، ثم اضيفي مكعبات ثلج، قطعاً طازجة من الأناناس وشرائح اللايم.

