

أطباقكم غير في شهر الخير مع الشيف أسماء البحر

رمضان كريم

منتديات
ياكويت
ykuwait.net



30 وصفة حصيلة رمضان 2013

للمزيد تابعوني بالانستقرام : chef_asmaa

هذا العدد يحتوي على 30 وصفة متنوعة وشهية

مطليه الورد / المحاشي / مجبوس مكرمل / منغوليان بيف / صب
القفشه / صدور الدجاج بالليمون / سيجار البسبوسه / الرنجينه /
فطر محشي / زلابيه / دجاج بتتبيله الليمون / فليهات السمك
بالكريمه / ترفل الكاكو / جلاش باللحم المفروم / كيكه الدارسين
/ كرامبل الخوخ / خضار بالباشميل / ايس كريم كولفي / شوربه
الشمندر والعدس / اقراص البطاط المكسيكيه / فته الحمص /
صنيه الدجاج بالجزر والفطر / قطايف التفاح شوربه الجزر
والكرفس / الدجاجه المحشيه على الطريقه التركيه / شوربه
الباذنجان

أطباق رئيسية

صنبيه الدجاج بالجزر والفطر



الدجاجه المحشيه على الطريقه التركيه



منغوليان بييف



Asmaa
ALbahar



Spaghetti with meatballs and Tomato sauce

مجبوس مكرمل



صدر الدجاج بالصلصه الليمون



يُخَنه الخضار الهنديه

الطريقه :

في قدر نضع الزيت على نار متوسطه
ثم البصل وتُقلى لمدة 5 دقائق يُضاف الثوم،
والزنجبيل، والبهارات، والملح
نقلب لمدة دقيقتين ثم نضيف الطماطم
ومعجون الطماطم وتُحرك مع بعضها. يُضاف
الروب ثم يُغلى المزيج ويترك على نار
خفيفة لمدة 7 دقائق.
نخلط هذا الخليط في الخلاط الكهربائي حتى
يصبح ناعم
يُضاف الماء، والبطاطا، والجزر، والكوسا. يُغلى
المزيج ويترك على نار خفيفة لمدة 8 دقائق
أو حتى تصبح الخضار شبه ناضجة.
يُضاف الباذنجان والزهره واللوبيا والحليب.
ونحرك المكونات وتترك على نار خفيفة
لمدة 10 دقائق حتى تنضج كل الخضار.
يُزين المرق بالنعناع المفروم.



المكونات

- 2 م ك زيت
- 1 بصل مقطع شرائح / 2 فص ثوم
- 2 م ص الزنجبيل الطازج المفروم
- 1 م ص كزبرة المطحونة / 1 م ص كاري
- 1/2 م ص فلفل حار بودره
- 4 حبات هيل / 2 طماط مفروم
- 2 مكعب ماجي قليل الملح
- 1 م ك معجون الطماطم
- 1/4 كوبه روب / 2 كوب ماء
- 1 حبه بطاطا مقطعه مكعبات
- 2 حبه جزر مقطع مكعبات
- 3 حبات كوسا مكعبات
- 1 باذنجان مكعبات / 2 كوب زهره
- 1 كوب لوبيا مقطعه
- 1 كوب حليب
- نعناع مفروم للتزين

خلطة بهارات الفاهيتا



المقادير :

- ٢ ملعقة كبيرة فلفل احمر حار بودره
- ٢ ملعقة كبيرة نشاء
- ١ ملعقة كبيرة بابريكا / ١ ملعقة كبيرة سكر
- ٢ ظرف خلاصه مرقه الدجاج بودره
- ٢ ملعقة صغيره بصل بودره
- ١/٢ ملعقة صغيره ثوم بودره
- ١/٢ ملعقة صغيره فلفل ابيض
- ١/٢ ملعقة صغيره فلفل احمر مجروش
- ١/٢ ملعقة صغيره كمون



صينية الدجاج بالجزر والفطر

المقادير :

دجاجه مقطعه 8 قطع بدون جلد

2 جزر كبير مقطع اصابع رفيعه

علبه فطر طازج 250 غ / 100 غ زبده

بصله مبشوره / 2 فص ثوم مهروس

عصير ليمونه / 2 ملعقة كبيرة دبس الرمان

1/2 ملعقة صغيره كل من الملح وفلفل احمر بودره / كركم / هيل / بهار حلو / كمون

كوب ماء / 2 ملعقة كبيرة طحين

الطريقة :

- نخلط البصله والثوم وكل البهارات ودبس الرمان والليمون ونضع الخليط فوق الدجاج وتترك بالثلاجه ساعتين .

- في مقلاة واسعه نضع الزبده ونحمر الجزر والفطر حتى يذبل ويتحمر قليلا .

- نضع قطع الدجاج بالبائركس ونضع الفطر والجزر فوق الدجاج .

- نخلط الماء والطحين وملعقه دبس الرمان وملعقه من زبده التحمير ويصب فوق الدجاج

- يغطى الطبق بالقصدير ويدخل الفرن الساخن على درجه 180 لمده ساعه ونصف .

- نرفع الغطاء وتركه يتحمر قليلا من الاعلى ويقدم مع الخبز او الأرز أو السلطه .

نصيحة غذائية رمضانية

1
رمضان



الطبق الرئيسي المتوازن على الإفطار
يجب أن يحتوي على نوع من النشويات

مثل الأرز، المعكرونة، البطاطس

أو البرغل، ونوع من اللحوم مثل

اللحم الأحمر، الدجاج

أو السمك، بالإضافة إلى الخضار المطبوخة

الجدير بالذكر، إن تناول كمية معتدلة هو

المفتاح الرئيسي للصحة الجيدة.

مع تحياتي أسماء البدر

خضار بالباشميل

الطريقه :

- نضع جميع الخضار في بايركس عميق
- في مقلاة نضع الزبد والقليل من الزيت ونحمر البصل المفرومه مع الثوم والزنجبيل حتى يتحمر قليلا
- نضيف الطحين ونقلب لمده دقيقتان ثم نضيف التوابل (الكركم - البابريكا - الكمون الفلفل الاسود ومكعب خلاصه الخضار والملح
- نضيف الكريمه والحليب والماء وعصير الليمون ونخلط حتى يثخن قوام الباشميل
- نصب الخليط فوق الخضار في الباييركس
- ترش بالموزريلا والشيدر والبقصمات والبابريكا
- تغطى بالقصدير وتدخل الفرن حتى تتسبك ثم نرفع القصدير حتى تتحمر من الاعلى وتقدم ساخنه .



- مكونات الخضار : 2 بطاطا مقطع
مكعبات ومقليه - 2 حبه جزر
مكعبات ومسلوقة - باذنجان
مكعبات ومقلي - كوسا مكعبات
مقلي أو مسلوقة
علبه فطر طازج مقطع شرايح ومقلي
بروكلي او بزاليا حسب الرغبه
خليط الباشميل :
2 م ك طحين - ملح
بصله مفرومه - 2 فص ثوم مهروس
1 م ص زنجبيل مهروس
1/2 م ص كركم - 1/2 م ص كمون
ملح وفلفل اسود - م ص بابريكا
2 م ك زبد - كوب حليب
كوب كريمه
1/2 كوب ماء - عصير نصف ليمونه
مكعب خلاصه مرقة الخضار
خليط الوجه : جبن موزريلا
جبن شدر - بابريكا - بقصمات



مجبوس لحم مكرم

المكونات: 1/2 كيلو لحم غنم - 1/2 كيلو أرز
للسلق: عودين دارسين - 5 مسمار - 4 هيل
8 فلفل اسود - 2 ورق الغار - بصلصه مقطعه
2 فص ثوم - علب فلفل احمر مجفف - ملح
للتحمير الارز: 5 بصل مقطوع جوانح - زيت
القليل من نقيع ماء الورد والزعفران - للتقديم مكسرات وبصل مقلي

@asmaa_albahar

الطريقه :

- في قدر كبير نضع ملعقتين زيت واللحم والبصل وجميع البهارات الكامله ويحمر اللحم حتى تظهر رائحه الشوي ثم يسقى بالماء ويترك على نار هادئه لمدته 2:30 ساعه ثم يملح
- في قدر اخر نضع القليل من الزيت ونحمر البصل حتى يتكرمل تماما ويصبح بني يسقى بماء سلق اللحم بعد تصفيته من التوابل السلق ويخلط بالخلط جيدا .
- في القدر نضع القليل من الزيت ونضع الارز بعد تصفيته من الماء نرشه بالدارسين والفلفل الاسود والهيل ويقلب بخفه حتى تتغلف حبات الارز بالزيت وتتقرمش قليلا
- نضع خليط مرقه البصل فوق الارز ونزيد ماء مغلي اذا حتاج الامر (عقله الاصبع فوق الارز)
- نغلفه جيدا بالقصير والغطاء ونتركه لمدته 15 دقيقه على نار هائه ثم نفتح الغطاء ونضع القليل من ماء الورد والزعفران ونتركه 5 دقائق اضافيه على نار هادئه .
- نرش اللحم بالدارسين والفلفل الاسود ويحمر بالقليل من الزيت حتى يصبح ذهبي .
- يقدم الارز مع اللحم مزين بالمكسرات والبصل المقلي

نصيحة مطبخيه رمضانيه



ديروا بالكم تحطون وايد صبحون

بالتلاجه لأن هشي يرفع

درجة حرارة الأكل

وبالتالي راح يخرب بسرعه

مع تحياتي أسماء البكر



مع تحياتي أسماء البكر

الدجاجه المشويه على الطريقة التركيه

الطريقة :

نغسل الدجاجه جيدا ثم نتبل بالتتبيله المذكوره
وتترك لمدة ساعه

- في مقليه واسعه نضع السمن والبصل ونقلب حتى

يذبل ويتحمر قليلا ثم نضيف الثوم ونقلب

- نضيف اللحم المفروم ونقلب حتى يجف الماء ثم

نضيف التوابل ونضيف الكشمش والصنوبر

- نزيل الماء من الارز ونضيفه للحم مع ملعقتين ملح

ونقلب حتى تتغلف حبات الارز بالدهن

- نضيف ماء مغلي على الارز بالتساوي ويغطي

لمده 15 دقيقه .

- نضيف البقدونس ونقلبه مع الارز

- ندهن الدجاجه بخلطه التغليف من الداخل ونحشيها

بالارز ونربط اقدامها بخيط الطبخ ونقلب الجناح للخلف .

- في بايركس نفرش الجزر والبطاط ونضع الدجاجه

فوقهم وتدهن بالخلطه من الخارج ايضا

- تغطي الدجاجه بالتصدير وتوضع في فرن مسبق

التسخن على درجه حراره 180 لمده ساعه ونصف ثم

نفتح الغطاء ونترها بالفرن نصف ساعه اضافيه حتى

تتحمر من الخارج

- تقدم مع الخضار وباقي الارز .



@Chef asmaa

المكونات :

دجاجه كبيره - 2 بصل مفروم

2 فص ثوم مفروم - 400 غ لحم مفروم

كوب ارز مغسول ومنقوع لمده 2/1 ساعه

1/4 كوب صنوبر - 1/4 كوب كشمش منقوع

3 ملاعق بقدونس - 3 ملاعق سمنه

م ص كمون - م ص كركم - م ص كزبره

ورشه جوزة الطيب - م ص فلفل اسود

جزر صغير الحجم - بطاط صغير الحجم

مكونات تتبيله الدجاج 1 :

عصير ليمون - ملح وفلفل اسود

مكونات تغليفه الدجاج قبل الشوي :

2 ملعقه كبيره مايونيز

2 م ك كتشب - 2 م ك معجون طماطم

م ك صويا صوص - ملعقه كبيره ماسترد ديجون



مقادير كرات اللحم Asmaa Albahar



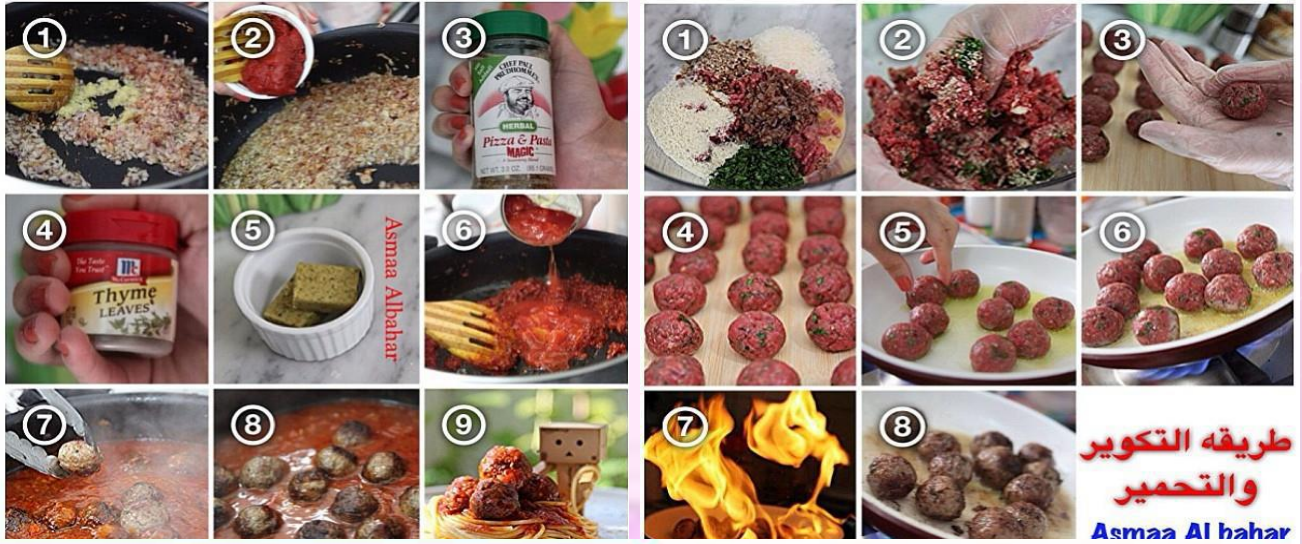
Spaghetti with meatballs and Tomato sauce

- 1 سباغيتي كرات اللحم
بالصلصة الطماطم
كرات اللحم :
٧٥٠ غ لحم بقري طازج مفروم
٢ ملاعق كبيرة بقسمات
١ بيضه
١ ١/٢ ملعقة كبيرة جوز مفرم
٢ ملاعق كبيرة جبن بارميزان مبشور
٢ ملعقة كبيرة بقدونس مفروم
١ ملعقة كبيرة صويا صوص
٢ فص ثوم مهروس

- 2 ٢ بصل مفروم ناعم جدا
١/٢ ملعقة ملح صغيرة
ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
القليل من روز ماري / زعتر بري مفروم
ان وجد
صلصة الطماطم :
١ علبه طماطم مقشره ومقطعه
٢ ملاعق زيت زيتون
٢ بصل مفروم
٢ فص ثوم مدقوق
ملعقه صغيره بهارات بيتزا اند باستا

- 3 ١/٢ ملعقة صغيرة زعتر بري ناشف
صغيرة ((تايم))
رشة بايريك
٢ علبه معجون طماطم
٢ مكعب ماجي قليل الملح
١/٢ ملعقة صغيرة فلفل أسود
ملعقه كبيرة سكر
عليه سباغيتي
٢ملعقه بقدونس او ريحان حسب الرغبة

- 4 يتبع
Asmaa
Al bahar



طريقه التكوير
والتحمير
Asmaa Al bahar

④

الطريقة

نحمر البصل والثوم بالقليل من الزيت لمدة
٥ دقائق ثم يبرد
نخلط اللحم مع كل مقادير كرات اللحم
والبصل المكرمل
وتكور الحشوه كور بحجم حبه الجوز
تصف الكور في صينييه وتوضع بالفريزر
حتى تنتهي من صلصه الطماطم
طريقه صلصه الطماطم :
نقلب البصل في القليل من زيت الزيتون
حتى يتحمر قليلا ثم نضيف الثوم ونقلب
ثم نضيف معجون الطماطم والماجي

⑤

وجميع التوابل والاعشاب والسكر ثم
نضيف الطماطم المعلبه والبقدونس
المفروم ونقلب المزيج جيدا نضيف عليه
كوب من الماء المغلي ويترد على نار هادئه
حتى يتسبك .. في مقلاة تضع القليل
جدا من الزيت ونضع كرات اللحم حتى
تتحمر من جميع الجهات
تضاف الكرات إلى الصلصه وتترك لمدة
١٥ دقيقه حتى تمتص الصلصه وتنضج
في هذه الاثناء نقوم بسلق الباستا كما
ذكر على الباكيت وتقدم مع صلصه كرات
اللحم الشهيه ورشه من البارميزان

سباغيتي كرات
اللحم بالصلصة
الطماطم

Asmaa AlBahar



نصيحة مطبخيه رمضانيه

3
رمضان



اللحم والادجاج المطبخ
لازم اطعمونهم من الفريزر قبل الطبخ
بـ 12 ساعه ونحطهم في رف التلاجه النحاي
ومن الخطأ انحطهم في اطاي الحار
لان هالشئ يشقق الانسجه الرابطه
ويخليها تفقد طعمها اللذيذ

مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر



منغوليان بيف

المكونات :

- 150 غ ستيك مقطع الى شرايح
- 2 عود بصل أخضر - 2 ملعقة زيت
- 1/2 ملعقة صغيرة زنجبيل
- 1 ملعقة صغيرة ثوم مهروس
- 1/4 كوب صويا صوص معتدله
- 1/4 كوب صلصة الصويا - 1/2 كوب ماء - 1/3 كوب سكر اسمر غامق
- 1/4 كوب نشاء الذره - كوب زيت للقلي

الطريقة:

- نغلف شرائح اللحم بالنشاء ونتركها في طبق لمدة 10 دقائق
- في مقلاة نضع الزيت على نار هادئة نضع الزيت والثوم والزنجبيل ونقلب
- نضيف الصويا والصويا المعتدله والماء ونحرك 3 دقائق حتى يثخن قوامها .
- في مقلاة اخرى نضع كوب الزيت ونسخنه ثم نقلي شرايح اللحم لمدة دقيقتين
- نزيل شرائح اللحم ونضعها على ورق التنشيف من الزيت .
- نضع شرائح اللحم على صوص الصويا ونضيف البصل الاخضر المقطع
- ونقلب لمدة دقيقتين على نار هادئة ثم يقدم مباشرة مع النودلز أو الأرز .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياما مقبولا وأفطارا شهيا



فليهات السمك والربيان بالصلصة الكريمية

المكونات :

5 فليهات سمك حسب الرغبة

كيلو ربيان منصف

كوب جبن موزريلا

الصلصة :

1/4 كوب زيت زيتون - 1/4 كوب هرده (طحينه) - 1/4 كوب عصير ليمون طازج

1/4 كوب مايونيز - 4 فص ثوم مهروس - علبه سور كريم (كريمه حامضه)

1/2 كوب شبنث مفروم - 1/2 كوب كزبره مفرومه - ملح حسب الرغبة

التوابل : 1 م ص كزبره ناشفه - 1/2 م ص كمون - 1 م ص فلفل أسود - رشه جوزة الطيب

الطريقه :

- في أثناء نخلط جميع مكونات الصلصة مع جميع التوابل

- في بايركس نضع نصف شرائح السمك ثم طبقه من الربيان ثم نصف كميته الصلصة

- نكرر الطبقة فليهات السمك ثم ربيان ثم باقي الصلصة .

- نرش وجه الطبق بالجبن ويغلف بالقصدير ويدخل الفرن الساخن على درجه حراره 200 لمدته 25 دقيقه ثم نرفع الغطاء حتى يتحمر من الاعلى ويقدم مع الأرز .

نصيحة مطبخيه رمضانيه

4

رمضان

الطريقه الافضل عشان نروح رجه البصل

من السكين اهوا ((الليمون))

ناخذ نص ليمونه ونفرك فيها السكين

وراخ نروح مباشره وبعدها

نقدر نستخدمها لتقطيع اي فاكهه

او خضار

مع تحياتي أسماء البدر



مع تحياتي أسماء البدر

1437 هـ



صينية الدجاج والزهره بالكريمه

المقادير :

- رأس زهره مقطعه ومقليه .
- 2 حبه بطاطا مقطعه مكعبات مقليه
- 2 صدر دجاج مقطع مكعبات
- 3 فلفل بارد أصفر شرائح
- 2بصل جوانح
- نصف علبه فطر طازج انصاف مقليه

الطريقه :

- في بايركس نصف حلقات الفلفل البارد
- في قدر صغير نضع القليل من الزيت والبصل ونقلب حتى يتحمر قليلا ثم الثوم والدجاج و البهارات ونقلب حتى ينضج الدجاج .
- نطفئ النار ثم نضيف الكزبره والشبنت
- نضع الزهره والبطاطا فوق الفلفل البارد ثم حمسه الدجاج .

- نخلط مقادير الكريمه جيدا و نسكبها على الوجه
- نغطي الطبق بالقصدير وندخله الفرن 20 دقيقه
- نفتح الغطاء حتى يتحمر قليلا .

2 فص ثوم مهروس

مكعب ماجي قليل الملح

1 م ك شبنت مفرومه

1 م ك كزبره مفرومه

ملح - كمون - فلفل اسود - كركم

خليط الكريمه : 3 م ك جبن كريمي

علبه كريمه - نصف علبه قيمر

ربع كوب حليب سائل



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياماً مقبولاً
وأفطاراً شهياً

2

البهارات :
ملعقه كبيره كركم
ملعقه وسط كمون
ملح حسب الرغبه
ملعقه وسط فلفل اسود
مكعب ماجي او توابل كنور حسب الرغبه
الطريقه :
نسلق اللحم لمدة ساعتين اضيقي
البهارات العدله مثل الدارسين والهيل
والمسمار وورغ الغار وفلفل اسود وحبه
بصل و٢ فص ثوم وازيلي الزفره
المتراكمه اثناء السلق ازيلي اللحم وصفي
الماء وتركيه جانبا



عيش احمر مع لحم ويطاط

المقادير :

٤ اكواب ارز منقول لمدة ساعه ونص
كيلو ونص لحم مقطع
٢ عليه معجون طماطم
٥ طماطم مفروم
٦ بصل مفروم
٢ فص ثوم مهروس
٣ بطاط مقطع مكعبات كبيره

1

Asmaa AlBahar 2013

4

في قدر ثاني ضعبي القليل من الزيت
قلبي الارز المنقوع بعد تصفيته لمدة ٥
دقائق على نار قويه
ثم ضعبي الارز فوق المرق
اذا حتاج المرق اضافه القليل من الماء
اضيقي قليلا وحركيه ثم غطي القدر
بالقصدير وخففي النار وتركيه يتسكر
لمدة ٢٠ دقيقه ثم قدميه ساخن بجانب
الروب او الدقوس



Asmaa

AlBahar 2013

في قدر كبير ضعبي ربع كوب زيت
والبصل حتى يتحمر قليلا
اضيقي الثوم وحركيهم ٢ دقائق
ثم اضيفي الطماطم المفروم وحركي
المزيج حتى ينضج الطماطم وينهرس ثم
اضيقي معجون الطماطم والبطاط
والبهارات وحركي المزيج ١٠ دقائق
ثم اضيفي نصف ماء اللحم والقليل من
الماء المغلي وتركي المرق على نار هادئه
حتى يصعد الزيت اعلى المرق ويستوي
البطاط قليلا تقريبا ٢٠ دقيقه
اضيقي اللحم في هذه اللحظه

3

نصيحة مطبخيه رمضانيه

5
رمضان



عشان نحمون الطحين من السوس

والحشرات عندكم في المطبخ

خطوا معاه شويه ورق الغار

وخرتوه في مكان جاف وبارد

مع ثيابتي أسماء البحر

مع ثيابتي أسماء البحر



@asmaa_albahar

الطريقة :

- نخلط البيضه مع عصير نصف ليمونه
- في طبق نخط الطحين والبابريكا والثوم البودره
- نغمس صدور الدجاج المجففه من الماء بالبيض
- ثم بالطحين ونتركهم بالثلاجه 10 دقائق .
- في مقلاة واسعه نذيب الزبرده والزيت ونقلي
- صدور الدجاج من الجهتين
- نخلط مرقه الدجاج وعصير الليمون ثم نسكبها
- على صدور الدجاج ونتركها على نار هادئه
- 8 دقائق حتى تتكثف الصلصه
- تقدم مع المعكرونيا او السوتيه وتزين
- بالبقدونس وشرائح الليمون .

صدور الدجاج بصلصة الليمون

المقادير :

6 صدور دجاج مخلية من
العظم

كوب ونصف مرقه دجاج
نصف كوب طحين

1 / 2 م ص بابريكا

1 / 2 م ص ثوم بودره

بيضه - ملح وفلفل

عصير نصف ليمونه

3 م ك زبده

2 م ك زيت

للتزين : ليمون وبقدونس



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياماً مقبولاً
وافطاراً شهيماً

دجاج بتتبيله الليمون والبرتقال والشبنت

الطريقه :

- نتبل الدجاج في بالتتبيله ونتركها 3 ساعات بالثلاجه .

- في بايركس فخاري او زجاجي نصف شرائح البطاط والفلفل الملون .

- نذوب مكعب مرقة الدجاج في كوب ماء ونصبه على الخضار .

- نضع الدجاج المتبل على الخضار ويرش بالقليل من زيت الزيتون والشبنت والسماق - نغطيها بقصدير وندخلها الفرن من الاسفل لمدة ساعة .

- ثم نرفع القصدير ونحمرها من الاعلى فقط

- ونرش عليها شبت مفروم وتقدم .



المقادير:

دجاجه كامله مقطعه أربع قطع

فلفل بارد ألوان مقطع حلقات

حبه بطاط مقطعه حلقات

مكعب مرقة الدجاج + كوب ماء

شبنت وسماق للوجه

التتبيله

بصلة كبيرة - 2 فص ثوم

1 م ص ملح - 1 م ص فلفل اسود

1 / 4 م ص صبغه الزعفران

1 م ك دبس رمان

1 ورق غار مفتته - برش قشر برتقالة

عصير 1 / 2 برتقالة

ربع شده شبنت

1 مك ماسترد ديجون

1 / 4 كوب عصير ليمون



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صيماً مقبولاً
وأفطاراً شهيماً

شوربات

شوربات



شوربة الشمندر والعدس



شوربة الجزر والكرفس



شوربة البادنجان



شوربه الشمندر والعدس

- المكونات : 4 م ك عدس
4 حبات شمندر مشوي بالفرن او مسلوق
2 بصل مفروم - 1م ص كمون
1 م ص فلفل ابيض - فص ثوم
4 م ك حليب جوز الهند
4 كوب مرقه الدجاج او خضار
2 م ك شعريه - بقدونس للترزين .

@chef_asmaa

الطريقه :

- في قدر نضع الزيت والبصل ونقلب حتى يذبل ثم الثوم و العدس المغسول ونقلبه مع الكمون لمدته دقيقتين .
 - نضيف المرقه ونتركه على نار هادئه حتى ينضج العدس .
 - في الخلاط الكهربائي نضع العدس والشمندر المقطع ونخلط حتى تصبح ناعمه جدا .
 - نرجع الخليط في القدر ونضع حليب جوز الهند والشعريه ونقلب حتى تنضج
 - نتبله بالملح والفلفل الابيض و تقدم شوربه مزينه بالبقدونس .
- ملاحظه ((ممكن نستبدل حليب جوز الهند بالكريمه))
((هذه الشوربه لعشاق الشمندر فقط))



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياماً مقبولاً وأفطاراً شهيماً

نصيحة مطبخيه رمضانيه

6
رمضان



إذا احترق الزيت لاسمخ الله
غطوا المقلاة عدل بالغطا
عشان تمنعون دخول الهواء
او ترشون كميه من املح
وراخ يطفى باذن الله

مع تحياتي أسماء البكر

مع تحياتي أسماء البكر

@chef_asmaa



شوربه الجزر والكرفس

المكونات :

- 2 جزر كبير مقطع مكعبات
- 2 عود سالاري (كرفس) مفروم
- 1 بصل مفروم
- 2 ملعقة كبيرة زبد
- 3 كوب مرقة الخضار او الدجاج
- ملح - فلفل ابيض حسب الرغبة
- 2/1 كوب كريمه للتقديم

الطريقه :

- في قدر نضع الزبد والبصل والجزر والكرفس ونقلب جيدا حتى تنضج الخضار نصف استواء
- نضيف مرقة الخضار ويغلى القدر وتترك لمدة 10 دقائق حتى يكتمل النضج
- نخلط مزيج الخضار والمرق في الخلاط الكهربائي حتى يصبح كريمي وناعم .
- تعاد الشوربه للقدر وتبيل بالملح والفلفل الابيض حسب الرغبة
- تقدم الشوربه مع الكريمه ساخنه .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياما مقبولا وانظرا شهيا



@chef_asmaa

شوربة الباذنجان

الطريقه :

- في قدر نضع الزبده والقليل من الزيت ونحمر البصل حتى يتكرمل
- نضيف الثوم ونقلب ثم نضيف الباذنجان ونقلب حتى ينضج
- نضيف مرقة الدجاج وواتوابل والاعشاب ونتركها تغلي 10 دقائق
- نخلط الشوربه بالخلاط الكهربائي
- نرجع الشوربه في القدر نضيف لها الجبن المبشور ونخلط ونقلب حتى يذوب

- تقدم الشوربه مع الكريمه وترش بالريحان والمزيد من الجبن قبل التقديم



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياما مقبولا وانطارا شهيا

المكونات:

- 2 باذنجان مقشر ومقطع مكعبات
- 2 بصل مفروم
- ملعقه صغيره كمون
- 2/1 ملعقه صغيره فلفل اسود
- 2/1 كوب كريمه
- 3 كوب مرقة الدجاج او الخضار حسب الرغبه
- 2/1 ملعقه صغيره ريحان مجفف
- كوب جبن موزريلا مبشوره
- 2 فص ثوم مهروس
- 25 غ زبده
- 3 ملاعق زيت نباتي
- ملح حسب الرغبه

مقبلات ومعجنات

فطر محشي بالأجبان والمحار



أقراص البطاط المكسيكيه



نصيحة مطبخيه رمضانيه



دائما كونوا حريصين على تغير ليفه
غسله الصحنون بين فتره وفتره
لان البكتيريا بسرعه تتراكم بين
انسجنتها وخيوطها لم
تستخد مونها لفتره طويله

مع تحياتي أسماء البدر



مع تحياتي أسماء البدر



فته الحمص اللذيذه

المكونات :

- 2 كوب حمص (نخي) معلب ((مفسول))
- كمون - فلفل أبيض - ملح
- 2 م ك زيت زيتون
- 3 خبز أبيض عربي مدهون بزيت زيتون
- و محمص بالفرن - 4 علب روب

- 3 فص ثوم مهروس - 3 م كبيرة هرده (طحينه) - صنوبر محمص
- 4 ملاعق كبيرة بقდونس - القليل من اللون الاخضر حسب الرغبة
- القليل من الليمون - 1 م ك سمنه - فلفل أحمر بودره للترزين .

الطريقه :

- على نار متوسطة في مقلاة نضع زيت الزيتون والحمص والملح والفلفل والكمون ونقلب 4 دقائق
- في الخلاط نخلط الروب مع الطحينه والثوم والقدونس واللون الاخضر ويتبل بالملح والفلفل والكمون
- في طبق التقديم نكسر الخبز المحمص ونضع كل الحمص (النخي) فوق الخبز
- ثم نضع خليط الروب على الحمص (النخي) .
- نسخن السمنه او زيت الزيتون وترش على الروب
- ترزين بالصنوبر والفلفل الاحمر والليمون وتقدم ساخنه او بارده حسب الرغبة .



فطر محشي بخليط الاجبان والمحار

المكونات :

6 حبات فطر متوسط الحجم

2 م ك زبده / 2 م ك زيت

ملح وفلفل اسود

1 فص ثوم مهروس

2 / 3 كوب جبن البارميزان الايطالي

المبشور / 2 م ك بقصمات

3 م ك جبن ماسكربوني او فيلادلفيا

3 م ك محار معلب مفروم ان وجد

1 مل ص بهارات ايطاليه مخلوطه

2 م ك بققدونس مفروم

1 / 3 كوب جبن موزاريلا مبشور

• نسخن الفرن إلى 180 .

نزيل راس الفطر ونحتفظ فيه للحشوه.

تذوب الزبدة والزيت على نار متوسطة الحرارة .

يضاف الفطر المفروم (سيقان الفطر)

والمحار والفلفل والثوم ويقلب لمدة 5 دقائق.

في اناء اخر جميع الاجبان والمحار والبقصمات

والتوابل الايطالية و البقدونس

ونضيف الفطر المحموس ونخلط جيداً

• نملا الفطر بالحشوه .

نضع الفطر المحشي بصينييه الفرن ويرش

بالقليل من زيت الزيتون ويخبز لمده 30 دقيقه

• ويزين بالبقدونس المفروم .



نتمنى لكم صيماً مقبولاً وأفطاراً شهياً

أقراص البطاط المكسيكيه



@asmaa_albahar

المكونات : 3 بطاطس متوسطه ومسلوقة

نص فلفل أحمر بارد - نص فلفل اخضر بارد

- نص فلفل برتقالي بارد - ملعقة كبيره هلبينو مفروم

3 م ك ذره - 1م ك بهارات الفاهيتا المكسيكيه

1 حبه افكادو مقطعه مكعبات - نص م ص ثوم بودره

2 م ك بقدونس مفروم - 1 م ك كزبره مفرومه - بصله مفرومه

((للتغليف : بيض - بقصمات _ ملح - فلفل اسود))

الطريقه :

- نسلق البطاطس حتى تنضج ثم تهرس بالشوكه .

- في مقلاة نضع 2 ملعقة زيت ونقلب البصل حتى يذبل ويتحمر ثم نضيف الفلفل ونقلب حتى يذبل .

- نضيف البصل والفلفل الى البطاطس المهروسه مع كل المكونات المذكوره في الاعلى ونقلب جيدا .

- نشكل البطاطس كالأقراص ثم نغمس بالبيض المخفوق ثم بالبقصمات

- تبرد في الثلاجه او بالفریزر ثم تقلى بزيت خفيف ليس عميق .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياما مقبولا وافتارا شهيا

نصيحة مطبخيه رمضانيه

10
رمضان



الطريقه الافضل لطبخ الشمندر
انكم تلفونه بالقصدير ونشونه
بالفرن من 60 لي 90 دقيقه بعدين
نفسرونه ونبردونه ونستخدمون
الشمندر في السلطان

مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر

خبز عروق

المقادير :

بطاطا ١ كبيره مبشوره

١ جزر كبيره مبشوره

٢ طماطم مفروم

٢ م ك بصل مفروم

٢ م ك بصل اخضر مفروم

٢ م ك كزبره مفرومه

٢ م ك بقل مفروم

٢ م ك بقدونس مفروم

٢ م ك كرفس مفروم

٢ كوب طحين اسمر

٢ م ك طحين نخي

١ ١/٢ م ك كركم

١/٢ م ك فلفل اسود

١/٢ م ك كمون

ملح حسب الرغبة

ماء للعجن

ASMAH ABU DHAR

الطريقه :

نخلط جميع المقادير في اناء كبير

ونضيف الماء بالتدرج حتى يتكون لدينا

خليط متجانس

في مقلاة مسطحة نضع زيت حتى

يسخن ونصب الخليط بالمعلقة حتى

تتحمر اقراص الخبز عروق

وتقدم ساخنه .





الطريقة :

نضع كل المواد في العجانه ونضيف الماء بالتدريج حتى تتشكل العجينه نعجنها 5 دقائق نغلف وتترك ساعه حتى تختمر جيداً - نشكل الفطائر حسب رغبتنا أو نفردها ونعمل خطوط بالسكين وتلف على نفسها ثم تبرم على شكل حلزونه كما وضحت في الفيديو السابق
تصف في صينيه الفرن وتغلق بالنايلون وتترك 10 دقائق حتى ترتاح ندهن الفطائر بخليط التلميع وندخلها الفرن مسبق التسخين على درجه حراره 180 حتى ترتفع وتتحمّر
ثم تقدم مع الجبن الكريمي والخضار

نتمنى لكم صيماً مقبولاً وأفطاراً شهياً

فطائر البصل الحلزونية

كوب ونصف طحين منخول
بصله مفرومه
4 حبات جبن كيري او مثلث
3 م ك زيت
نص م ص ملح
1 م ص سكر
1 م ك خميره
3 م ك بقدونس مفروم
ماء دافئ للعجن
للتلميع : بيضه - القليل من الحليب



بنك بوبيان
Boubyan Bank



نصيحة مطبخيه رمضانيه

11
رمضان



كل اسبوعين حطو بغرايه اطاي
قفشه صغيره ملح الليمون مع
لتر ماي وخلوها تغلي او تركوها
طول الليل بعدين غسلوها عدل
واغلو فيها ماي خالي وقطو
وشوفو شلون بنتكون نظيفه

مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر

القلاش باللحم المفروم



المقادير :

- باكيت عجينه قلاش - 500 غ لحم مفروم
- جزره مبشوره - بصله مفرومه
- 2 فص ثوم مهروس / ملح / فلفل اسود
- رشه دارسين - سمنه وزبده مذابه
- خليط الحليب : كوب حليب كوب مرقة دجاج
- 2 بيض - ملح وفلفل اسود حسب الرغبة .

الطريقه :

- 1- في مقلاة نضع اللحم المفروم ورشه دارسين ونقلب حتى يجف الماء تماما
- 2- نرفع اللحم في طبق ونضع البصل في نفس المقلاة ونقلب حتى يتحمر قليلا ونضيف الثوم ونقلب والجزر حتى يذبل ثم نضيف اللحم ويتبل بالملح والفلفل .
- 3 - في بايركس نضع طبقه من عجينه القلاش وندهنها بطبقه من السمن ونكرر الطبقات مع الدهن بين كل عجينه نضع 10 طبقات من القلاش
- 4 - ثم نضع اللحم المفروم كله ثم نكرر شرائح القلاش ايضاً 10 طبقات فوق اللحم .
- 5 - نقطع العجينييه بحذر مربعات او مثلثات حسب الرغبة .
- 6 - في الخلاط نخلط البيض والحليب والملح والفلفل والمرقه ثم نصبها على القلاش
- 7 - ندخلها على درجه حراره 180 لمده 40 دقيقه اوحتى تتحمر جيدا ثم تقدم .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صيماً مقبولاً وأفطاراً شهياً



حلويات

Chocolate Truffles



Asmaa Albahar

Tiramisu



قطايف التفاح



Asmaa ALBahar

بنك بويان
Boubyan Bank



البقلاوه
التركيه

Asmaa
Albahar



سبجار البسبوسه



Asmaa ALbahar

بنك بويان
Boubyan Bank



ASMAA ALBAHAR 2013

نصيحة مطبخيه رمضانيه

12
رمضان



احفظوا بالبهاران في مكان
بارد ومظلم
لأن الحرارة والرطوبة والضوء
الزائد يخلون الأعشاب
والبهاران الجافة
تفقد نكهتها بسرعة

مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر



كيكة الدارسين السريعه

المقادير :

- 2 كوب طحين / 1ونص كوب سكر
- 1 بيض / 1 م ص بيكنج صودا
- 1/4 كوب زيت / 1/2 م ص ملح
- 3 م ص دارسين (قرفه)
- 1 كوب حليب رائب

طريقه عمل الحليب الرائب : (كوب حليب + ملعقة خل) لمده نصف ساعه
خليط السكر ((1/2 كوب سكر بودره - 3 م ك حليب سائل))

الطريقه :

- 1 - في اناء نخلط الطحين المنخول وكوب من السكر والبيكنج صودا والملح
 - 2 - نخلط الحليب والبيض والزيت ثم نخلطهم مع المواد الجافه جيدا .
 - 3 - في اناء اخر نخلط الباقي من السكر والدارسين .
 - 4 - في صينيّه الخبز نرش سبري مانع الالتصاق او ندهنه بالزيت ونرش بالطحين
 - 5 - نضع نصف كميه خليط الكيك ونرش نصف خليط السكر
 - 6 - نكرر العمليه على حسب رغبتنا في عدد الطبقات
 - 7 - نخبز الكيكه في فرن مسبق التسخين على درجه حراره 180 لمده 50 دقيقه
 - 8 - نتركها تبرد قليلا ثم نخرجها من القالب
- تزين بخليط السكر وتقدم مع الشاي او حليب الكاكو .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياماً مقبولاً وأفطاراً شهياً



@chef_asmaa

ايس كريم ((كولفي))

المقادير :

- كوب ونصف حليب طازج
- 1 قيمر kdd الذهبي 250 ملل
- 1 حليب محلى مركز الكبير
- 1/2 كوب فستق مطحون
- ملعقه كبيره نشاء
- ملعقه صغيره هيل
- ربع كوب ماء ورد - رشه زعفران

الطريقه :

- في قدر متوسط الحجم نخلط جميع المقادير .
- نقلب الحليب على نار هادئه لمدته نصف ساعه تقريباً .
- بعد ما يثخن قوام الخليط نفرغه في طبق بايركس او اكواب تقديم .
- يوضع بالفریزر ليله كامله .
- يقطع مكعبات او يقدم بالاكواب
- يزين بالفستق والكراميل حسب الرغبه .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صيماً مقبولاً وأفطاراً شهياً

نصائح مطبخيه رمضانيه

14
رمضان

لازم يكون في مطبخكم صندوق اسعافان اوليه

يكون في : شاش - مطهر - بلاستر - قلافر

قطن معقم - مرهم مضاد حيوي

مرهم مضاد للحروق - مضاد لحساسية الجلد

ومقصب - ملقط

خافض للحرارة مثل الأسبرين

مع تحياتي أسماء البحر



مع تحياتي أسماء البحر

الطريقة :

ننخل الطحين والنشاء وطحين النخعي
ونتخلص من الكتل
نضيف باقي المكونات كلها ونعجن باليد جيدا
حتى نحصل على خليط طري
اثقل من قوام خليط للكيك واطرى من عجينه
القطاير
نغلف الطبق بالنايلون ونتركها تختمر لمدة
لا تقل عن ساعه
الان نقوم بتفريغ الهواء من العجينه عن طريقه
تحريكها باليد مره اخرى
سخني الزيت المناسب لقلبي اللقيمات (زيت
غزير وساخن)

اللقيمات مو القيمات 🍪

المقادير :

٢ كوب طحين
٢ م ك طحين نخعي (حمص)
١ م ك سكر
٢ م ك نشاء
ربع كوب زيت
٢ م ص خميره فوريه
كوب لبن المراعي دافئ
من ١/٢ إلى ٣/٤ كوب ماء دافئ
١ م ص زعفران مفتت
١ م ص هيل ناعم
رشه ملح

Asmaa

Asmaa Albahar



نصب اللقيمات باليد او بالمعلقة .. نتركها
ترتفع وتكسب لون ثم نقلبها حتى تصبح
مقرمشه مع الحرص على ان تكون درجه
حراره الزيت خفيفه .. حتى تتحمر من جميع
الجهات ثم نخرجها ونصفيها بالمشخال
نضع عليها الشيره الباردة وهى حاره
ممكن تزين بالسعسم او حبه البركه
او استبدال الشيره بالعسل او الدبس
وشكرااا 🍪😊

Asoma Albahar





@chef_asmaa

محبليه الورد

المكونات :

3 كوب حليب سائل

3/4 كوب شراب الورد المركز

4 ملاعق كبيره نشاء

قطره لون احمر سائل

علبه قيمر قشطه 250 مل

الطريقه :

- في قدر صغير نخلط جميع المكونات

- على نار متوسطه يتم تقليب المحليه حتى يثخن قوامها

- تصب المحليه في اواني التقديم

- تزين بالفستق والورد المجفف

- تبرد بالشلاجه وتقدم .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياها مقبولا
وافطارا شهيا

نصيحة مطبخيه رمضانيه

15
رمضان

عشان تسهلون على نفسكم
عصر الليمون وبتنفس الوقت
تحصلون على عصير أكثر
خطوا الليمون في اطاي الحار
خمسة دقائق قبل عصره

مع ثباتي أسماء البدر



مع ثباتي أسماء البدر

الرنجينه

المقادير :

رطب

جوز او لوز محمص

5 ملاعق كبيره طحين أسمر

قالب زبده 100 غ

3 م ك زيت

ربع ملعقه دارسين

رشه زعفران ناعم

رشه جوزة الطيب

1/2 م ص هيل ناعم

ذره ملح

الطريقه :

- نزيل النواة من الرطب ثم نحشيها بالمكسرات
ونصفهم بالطبق .

- في مقلاة نحمص الطحين حتى يشقر

- ننخل الطحين

- في مقلاة نضع الزبده والزيت حتى تذوب

الزبده نضيف التوابل ونقلب ثم نضيف الطحين
ونقلب

- نضع خليط الطحين فوق الرطب ويرش

بالحيل والزعفران .

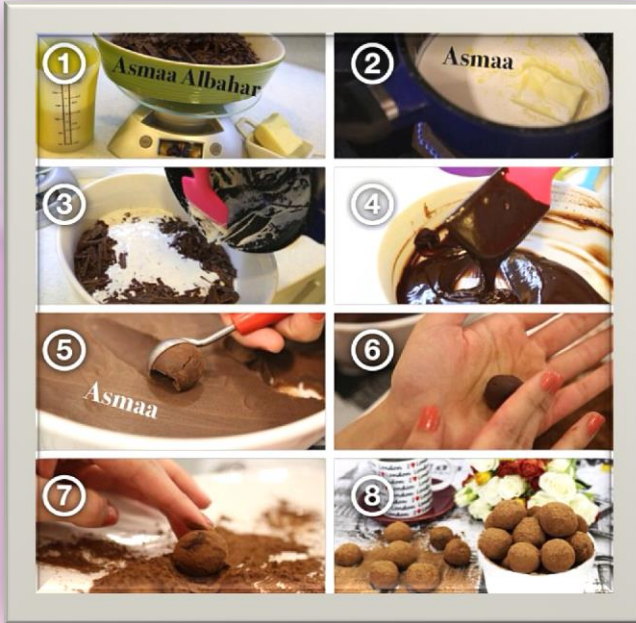
- تقدم مع القهوه العربيه .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياماً مقبولاً

وافطاراً شهياً



Chocolate Truffles



Asmaa Albahar



الطريقة :

- 1 - في قدر صغير نضع الكريمة والزبدة ونسخنهم على نار هادئة حتى تذوب الزبدة
- 2 - نضع الكريمة الساخنة على الكاكاو ونقلب حتى يذوب الكاكاو تماما .
- 3 - نغطي الخليط ونتركه يبرد بالثلاجه 4 ساعات
- 4 - نأخذ ملعقة من الخليط ونكورها باليد
- 5 - نقلب الكور بالكاكاو البودره
- 6 - نحتفظ بالترفل بالثلاجه 3 أسابيع او بالفريرز 3 أشهر.

ترفل الكاكاو

المكونات:

- 230 غ كاكاو ساده (خام) 2 كوب
- يفضل نوع بلجيكي او سويسري
- 120 ملل كريمة (كوب ونصف)
- 2 م ك زبدة
- كاكاو بودره للتغليف

نصيحة مطبخيه رمضانيه

20
رمضان



أحسن شي تنظفون الفطر
بفوطه رطبة أو فرشته
ولازم ما تغسلون الفطر باماي
كلش لأن الفطر مثل الأسفنج
يمص اماي بسرعة

مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر



@chef_asmaa

زلابيه

المقادير:

كوب طحين

2 م ك نشاء

1 م ك زيت زيتون

1/2 م ص صبغه حمراء

1 م ك خميره

1 م ك روب (زبادي)

شيره شفاهه للتقديم

كوب ماء دافئ

الطريقه :

- نخلط كل المواد الجافه - ثم نضيف الزيت

- نضيف الروب و الماء الدافئ ونحرك بملعقه خشبيه

جيذا

- نغطي الاناء ونتركها تتخمر ساعه في مكان دافئ

- نوضع في كيس الكريمه او علبه الكتشب الفارغه

وتشكل على شكل خيوط دائريه في مقلاة تحتوي على

زيت على نار متوسطه .

- تغمس في الشيره الباردة ثم تصفى وتقدم .

نتمنى لكم صياماً مقبولاً وأفطاراً شهياً



بنك بوبيان
Boubyan Bank

Asmaa Albahar



عصير الأناناس و البرتقال
مع شراب الورد
المقادير :

6 ملاعق عسل

كوب ثلج

كوبين من قطع الاناناس الطازج

كوبين عصير برتقال طازج

كوب شراب الورد قبل التقديم

الطريقة :

نضع جميع المقادير ما عدا شراب الورد في
الخلاط، ونخلط جيدا إلى أن تصبح ناعمة
نصب العصير في كؤوس التقديم، ثم نصب ٤
ملاعق من شراب الورد فوقها او حسب
رغبتكم من شراب الورد .
- لاحظته ؛ ممكن استبدال العسل بالسكر .

صب القفشه

كوب طحين أبيض - نص كوب طحين أسمر
كوب طحين نخي - علبه روب - 50غ زبده
4 م ك نشاء الذره - 1 م ص بيكنج باودر
1م ص هيل - 1م ص زعفران مفتت
رشه ملح - ربع كوب ماء ورد - 2 بيض
كوب حليب سائل - 1 م ك خميره فوريه



@chef_asmaa

الطريقه :

- ننخل انواع الطحين كلها والنشاء والبيكنج باودر
 - نخلط كل المكونات الجافه ثم نضيف المواد السائله ونخلطها جيدا باليد.
 - نغطي الطبق بالنايلون ونتركها في مكان دافئ لتختمر ساعتين .
 - نحرك صب القفشه حتى يخرج الهواء منها
 - في مقلاة مسطحه نضع زيت نصف عقلة الاصبع وعلى نار هادئه
 - نصب صب القفشه بملعقه مدهونه بالزيت .
 - نترك حبات صب القفشه تتحمر ثم نقلبها على الجهه الاخرى حتى تتحمر ايضا
 - تصفى من الزيت وتقلب بالشيره .
- ملاحظه : كل ما ارتفع سمك الزيت كانت صب القفشه سميكه اكثر
وهنا ترجع حسب رغبتكم .


بنك بويان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياما مقبولا
وأفطارا شهيا



نصيحة مطبخيه رمضانيه

25
رمضان

عشان تعرفون اذا اليك باو در
فعال او غير فعال
خطو شوي منه على اطا
اذا فار يعني صالح للاستخدام



مع تحياتي أسماء البدر

مع تحياتي أسماء البدر



سيجار البسبوسه

المكونات :

- عجينه جلاش او رقائق الفطاير
- المربعه ماركه الكرامه .
- سمنه مخلوطه مع زبده للدهن
- الحشوه عباره عن بقايا البسبوسه
- او عمل بسبوسه ساده
- الصلصه : عباره عن محليه خفيفه

(كوب حليب سائل - نص ملعقه كبيره نشاء - 3 ملاعق كبيره سكر
3 م ك ماء ورد - 3 ملاعق قيمر قشطه) على النار حتى تخثن .

الطريقه :

- ناخذ شريحه من الرقائق وندهنها بالسمن والزبده ونضع شريحه اخرى من الرقائق .
- نحشيها بالبسبوسه المطبوخه ونلفها مثل السيجار .
- نصفها في الصينيه وندخلها الفرن 180 لمده 20 دقيقه او حتى تتحمر من كل الجهات .
- تسقى بالشيره او الحليب المكثف المحلى وتزين بالورد والفسق
- تقدم مع المحليه للتغميس .

Tiramisu



1

تيراميسو

المقادير :

- ٢٥٠ غ جبن ماسكربوني
- ٢ بيض
- ٢ ملعقة سكر
- ٢٠٠ ملل كريمه سائله بارده مخفوقه مع
- ٢ ملعقة سكر بودره
- ١ ملعقة كبيره قهوه سريعه التحضير
- ٣/٤ كوب ماء ساخن
- ١٥ قطعه بسكويت ليدي فنجر
- نزه ملح
- ملعقه فانيليا

2

للتزين

- كاكار بودره خاليه من السكر
- كاكاو أرو بنكهة النعناع او لندت
- فراوله .. توت .. اوراق النعناع
- الطريقه :
- نقوم بأذبه القهوه في الماء الساخن
- ونتركها حتى تبرد
- نفصل بياض البيض عن الصفار ونضع
- كل واحد باناء منفصل
- نخفق الصفار مع ملعقتين سكر حتى
- يفتح لونه ويصبح كريمي

3

في اناء اخر نخفق بياض البيض

- مع نزه ملح حتى يصبح رغوه جامده
- ومتماسكه .
- وايضا في اناء اخر نخفق الكريمه مع ٢
- ملعقه سكر بودره وملعقه فانيليا نمزج
- خليط الصفار مع الجبن ونقلب بالملعقه
- بخفه ثم نضيف خليط بياض البيض
- بالدفتين ونمزج المكونات بخفه بالملعقه
- (سباتولا) حتى يصبح لدينا خليط كريمي
- هش وخفيف جدا
- الان نقوم بتغميس اصابع البسكويت
- بالقهوه بسرعه

4

Asmaa Albahar

- وتصف بالاطباق او في بايركس
- ونضع طبقه من الكريمه ثم نكرر العمليه
- مره اخرى
- نزين وجه الكريمه بالكاكاو البودره
- والفراوله والكاكاو المبشور والنعناع
- والتوت حسب رغبتكم
- ندعها تبرد بالثلاجه جيذا ثم تقدم بارده

2013



قطايف التفاح

المكونات :

عجينه قطايف - 2 تفاح أخضر

ملعقه صغيره دارسين

رشه جوزة الطيب

ملعقه كبيره سكر أبيض

ملعقه صغيره سكر أسمر

نص كوب جوز مفروم

خليط اللصق : (نشاء وماء)

الطريقه :

- نفرم التفاح الي مكعبات صغيره ويخلط مع الدارسين والسكر وجوزه الطيب والجوز

- في مقلاة صغيره نضع خليط التفاح ونقلبه على نار متوسطه حتى يذبل التفاح قليلا

ويذوب كل السكر .

- نحشي عجينه القطايف بملعقه من الحشوه ونضع القليل من خليط اللصق على اطراف

العجينه ونغلقها جيدا .

- نقليها بالزيت حتى تتحمر ثم تسقى بالشيره وتزين بالدارسين والجوز

وتقدم دافئه .



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صياما مقبولا وأنظارا شهيا



البقلاوه التركيه

Asmaa
Albahar



😊 البقلاوه التركيه 😊

المقادير ↓ :

عليه عجينه الجلاش

١٥٠ غ زبده ذائبه

الحشوه :

كوب لوز مطحون

١/٤ كوب سكر ناعم الحبيبات

٢ كوب فستق مطحون

ملعقه كبيره ماء الزهر

٢ ملاعق ماء الورد

٢/٤ عبلة حليب مكثف ومحلى كبيره

٢ شرائح توست الابيض مزال الاطراف

الطريقة ↓ :

تمزج كافة مكونات الحشوة في محضره
الطعام حتى نحصل على مزيج متجانس نترك
المزيج جانبا.

تدهن صينية متوسطة بالزبده وتوضع رقاقة
واحدة عليها ثم تدهن بقليل من الزبده
تكرر الخطوات مع ٥ رقاقات إضافية.

توزع الحشوة التي تم إعدادها مسبقا فوق
الجلاش

نضع طبقات اضافيه من رقاقات الجلاش مع
دهن كل طبقه بالزبده ((١٠ طبقات او اكثر
حسب الرغبة في السماكه))

طريقه اعداد الشيره :

كوب سكر

كوب ماء

ملعقه كبيره عصير الليمون

ملعقه صغيره ماء ورد

في قدر صغير على النار نغلي الماء والسكر
حتى يذوب السكر في ثم يترك على نار هادئة
مدة ١٠ دقائق ويضاف عصير الليمون وماء
الورد ويترك ٥ دقائق اضافيه ثم يترك ليبرد

تقطع الرقائق بسكين حاد بخطوط متوازية
طولا وعرضا.

توضع في الفرن 🔥 على درجة ١٨٠ لمدة ٢٠
دقيقه إلى ٣٠ دقيقه حتى يصبح وجه الجلاش
ذهبي ومقرمش.

تسكب الشيره بارده فوق الصينية فور
خروجها من الفرن ولا تسكب ساخنه حتى لا
تتعجن وترين بالفستق او اللوز

نصيحة مطبخيه رمضانيه

26

رمضان

موزين تاكلون الاجزاء الخضيره
اموجوده في البطاط والطماط
لانها تكون مو كامله النضج

ويمكن نسبب لكم نسمم

عشان جزي شيلوها

قبل الطبخ

مع تحياتي أسماء البدر



مع تحياتي أسماء البدر

كرامبل الخبوخ



الطريقه :

- نقطع الخبوخ إلى شرائح ونخلطها مع باقي

مكونات خليط الخبوخ (1)

- نضع الخليط في بايركس مدهون بالزبد

- في طبق منفصل نكسر البسكوت ونخلطه مع

باقي مكونات الكرامبل (2) جيداً بالفرك باليد حتى

تنمز كل المكونات

- نضع خليط الكرامبل فوق خليط الخبوخ

- نخبزه في فرن مسبق التسخين على درجه حراره

170 لمده 20 دقيقه حتى يتحمر ويتقرمش من

الاعلى وطري من الاسفل

- يقدم ساخناً مع كره من الايس كريم

مكونات خليط الخبوخ (1)

6 حبات خوخ (نكتارين)

2 كوب توت أزرق (بلو بيرى)

2 م ك طحين

2 قطره نكهة روح اللوز

رشه من جوزة الطيب

3 ملاعق سكر ناعم الحبيبات

مكونات خليط الكرامبل (2)

5 شرائح بسكوت بنكهة اللوز ان ووجد

1 / 3 كوب سكر ناعم الحبيبات

1 / 4 كوب سكر اسمر ناعم الحبيبات

كوب طحين

م ص دارسين

رشه ملح

100 غ زبده بدرجه حراره الغرفه (طريه)

1 / 4 كوب شرايح لوز



بنك بوبيان
Boubyan Bank

نتمنى لكم صيماً مقبولاً وأفطاراً شهياً

هل تريدین رائحة جميلة للتلاجه وخزانات
المطبخ إليك الحل عزيزتي 😊
تحتاجين : فحم طبيعي تقريبا ٨ ملاعق
مجروشين / ملعقه كبيره دارسين مطحون
٨ / ملاعق بيكربونات الصودا/بشر ليمون
او برتقال / ٢ ملعقه كبيره فانيليا / قماش
شريطه / مقص / مطرقه / اناء زجاجي .
الطريقه :

ضعي قطع الفحم في كيس بلاستيكي
وكسريهم بالمطرقه

Asmas Alba7ar

ضعي الفحم في اناء زجاجي اضيفي
البكربونات وقشر الليمون والدارسين
والفانيليا وقلبيهم جيدا .. اتركي الخليط
لمده ساعه حتى يمتص السوائل
احضري قطع القماش وضعي ملعقتين
من الخليط واربطيها من الاعلى على
شكل صره او بقشه ووزعيهم في التلاجه
وأرفف المطبخ
كل ٣ اشهر افتحيهم وضعي المزيد من
الفانيليا وملعقه بيكربونات لتجديد العطر
وانعمي برائحه منعشه كل ما فتحتي
التلاجه .



Asmaa Al Bahar