

# مطبخي

كتاب الطبخ الأول في اليمن  
لتعليم فنون الطهي

العدد الخامس 2022م - 1443هـ

رعاية ذهبية



رعاية مشاركين



شركة انكس  
التجارية المحدودة



Execution by  
**LINK**  
لنك تسويقية إعلانية

@Matbaki8



# LINK

لينك تسويقية إعلانية



خدمات إعلانية  
متكاملة



التسويق الرقمي  
Social Media



التدريب  
والاستشارات



الإنتاج الإعلامي  
Multimedia



تصميم وتطوير  
المواقع والتطبيقات

[www.LinkAds.ye](http://www.LinkAds.ye) [info@LinkAds.ye](mailto:info@LinkAds.ye) [@LinkYADS](https://www.facebook.com/LinkYADS)

[+9677736571666](tel:+9677736571666) [+967774005008](tel:+967774005008) [01-447295](tel:+967774005008)

اليمن - صنعاء - شارع الستين - جوار سيتي ماكس



الدليل الصناعي والتجاري  
الرسمي الأول في اليمن



هنا اليمن  
Here is Yemen

خل  
التفاح  
من  
الدرجة



01282412



Real Value of Product's Quality

شركة الروضة للتجارة  
محمد محمد صالح

الشركة اليمنية الدولية للصناعات الغذائية المحدودة (ييفيكو)

Yemen International Food Industries Co.Ltd. (YIFICO)



مطاحن وصوامع الغلال بالصليفي

الطاح علي محمد الجارح وأولاده  
(دقيق قمح أبيض درجة أولى)

**الجزيرة**



عالي الجودة

مدعم بالحديد والفولات  
Fortified with Iron and folic Acid

من المصنع إلى المستهلك  
الوزن الصافي ٥٠ كجم

ق. - السبيل، الظهر، ٥٢٨١١٥ - ٥٢٨١١٥ - ٥٢٨١١٥  
الطعمية - الظهر، ٥٢٨١١٥ - ٥٢٨١١٥ - ٥٢٨١١٥  
سبيل - الظهر، ٥٢٨١١٥ - ٥٢٨١١٥ - ٥٢٨١١٥  
يتمثل في مكان جاف وبارد

**دقيق الجزيرة**

خيارنا الأفضل



# FALAK<sup>®</sup> PREMIUM BASMATI RICE

أرز فلك  
المذاق الراقى  
للأرز البسمتى

☎ 01282412

  
Real Value of Product's Quality  
شركة الروضة للتجارة  
بمشاركة شركة الفلك

# السر بصرامة في أرز الواحة®



٠٢/٢٤٨٨٦٠ عدن  
٢٠٣٩٢٩/٠٤ الحديدة  
٠٤/٤٥٥٠٤٣ إب

٠١/٤٩٥١٨٨ صنعاء  
٢٨٧١٢٢/٠٤ تعز  
٠٦/٤٢٦١٨٨ ذمار  
٠٥/٣١٠٣٤٢ المكلا

احدى منتجات

شركة السعيد للتجارة (ش.م.ب.)

ALSAEED TRADING COMPANY (Y.S.C)



ALSAEED



قسم

# الأطباق الرئيسية

## « مندي و دقوس »

### ◀ المقادير:

حبة دجاج - 3 أكواب أرز الواحة - بصل - صلصة - طماطم - زيت -  
 ليمون أسود - عود قرفة - قرفة مطحونة - هيل - قرنفل - ورق غار  
 - زنجبيل - فلفل أسود - كبزرة ناشفة - بساس أخضر - ثوم - دبس  
 الفلفل - زيت زيتون - عصير ليمون - خل الدرة.

### ◀ طريقة التحضير:

في قدر على النار نضع ماء مغلي و حبة بصل متوسطة مقطعة  
 نصفين وحبتين ليمون أسود وعود قرفة و 5 حبات هيل و 5 حبات  
 قرنفل و 2 ورق غار والدجاج وتتركه على النار إلى أن يستوي.  
 في قدر آخر نضع زيت وشرائح البصل و 2 ليمون أسود - 8 حبات قرنفل  
 - 10 حبات هيل - عود قرفة - ملعقة كبزرة ناشفة - ملعقة زنجبيل  
 مطحون - ملعقة فلفل أسود - ملح ( نقليهم قليلاً ثم نضيف أرز  
 الواحة بعد غسله ونقهه بالماء 10 دقائق ثم نضيف الماء وتتركه  
 على نار هادئة إلى أن يستوي ونرش عليه صفار الزعفران و 3 ملاعق  
 زبيب و ملعقتين صنوبر مقلي بعد استواء الدجاج ندهنها بخليط عبارة:- عن ملعقة صغيرة فلفل أسود، فلفل أحمر، ملعقة  
 كاري، ملعقة زنجبيل باودر ملعقة قرفة، ملعقة كبزرة ناشفة، فنجان صغير خل، أربع ملاعق زيادي، ملح، ملعقة صغيرة صلصة،  
 أربع ملاعق زيت ونضعهم في الخلاط وندهن فيه الدجاج من الجهتين ونضعه في الفرن وبعد أن يتحمر الدجاج نضعه في قدر  
 الأرز ونبخر الأرز والدجاج بقطعة فحم وزيت

### ◀ طريقة الدقوس:

نضع في الخلاط ( 2 قرن فلفل أخضر وحبتين طماطم و4 فصوص ثوم، ملعقة صلصة، ملعقة دبس الفلفل، ملعقة صغيرة  
 فلفل أسود، ملح، 4 ملاعق زيت زيتون، ربع كوب ماء، نصف ليمونة عصير ويقدم بجانب المندي وبالعافية .



## « المقلي الحُديديّة »

### ◀ المقادير:

ثلاث إلى أربع قطع سمك - حبة بصل متوسطة - فلفل حار حسب الرغبة ربع حبة بيبار مقطوع لشرائح - ملعقة كبيرة صلصة حبة طماطم وسط - 3 إلى 4 ملاعق بسباس عدني سائل - نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود - نصف ملعقة صغيرة كمون - حبة هيل - ربع ملعقة صغيرة قرفة مطحونة - ملعقة صغيرة كجزرة ناشفة - ملعقة كبيرة كجزرة خضراء - فصين ثوم - 2 حُمُر (تمر هندي) - ثلث كوب ماء مغلي.

### ◀ طريقة التحضير:

تتبّل السمك بالملح والفلفل والكمون والكجزرة الناشفة والبسباس العدني ونقليهم بزيت القلي وتركهم جانباً. وفي مقلاة أخرى نضع البصل على الزيت إلى أن يذبل ثم نضيف البيبار ونحرك قليلاً ثم الطماطم والصلصة ونحركهم جيداً ثم البسباس العدني ونتركه يتسبك على نار هادئة بهراسة اليد (الهون أو الملكد) نطحن نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود - نصف ملعقة صغيرة كمون - حبه هيل - ربع ملعقة صغيرة قرفة مطحونة - ملعقة كجزرة خضراء - فصين ثوم ( بعد هرسهم نضيفهم إلى المقلاة ثم نضيف السمك المقلي وتركهم يتسبكوا ثم نضيف نصف كوب ماء إلى أن يغلي جيداً ثم نضيف الحُمُر وبالعاافية



## « المعصوبة »

### ◀ المقادير:

( بُر « قمح الخيول» - ماء - ملح)  
للتقديم: ( سمن بلدي - عسل - حليب سائل )

### ◀ طريقة التحضير:

نخلط البُر مع الماء والملح بحيث يكون الخليط أثقل من خليط الكيك ثم نضع الخليط في مقلاة تيفال ساخن ونقلب على الجهتين ثم نقوم بفرمها في محضرة الطعام أو باليد ونضعها في مدرة ونكورها ثم نفتح وسطها حفرة لسكب زيت السمسم أو السمن البلدي مع الحليب .. أو الحليب والعسل أو حسب الرغبة وبالعافية.



## « جمبري بالحرضة »

### ◀ المقادير:

نصف كيلو جمبري - ملعقة كبيرة زيت - فص ثوم  
مهروس - ملعقة صلصة طماطم - حبه كبيرة  
فلفل ( بيبار ) مقطع لشرائح رقيقة - حبة بصل  
صغيرة مفرومة - ملعقة ملح - 2ملعقة كمون  
1/4ملعقة فلفل أسود - 1/4 ملعقة كزبرة ناشفه -  
1/4 ملعقة بابريكا

### ◀ طريقة التحضير:

نضع البصل مع الزيت في الحرضة حتى يذبل  
ونضيف البيبار، ثم نضيف صلصة الطماطم  
ونحركهم قليلاً ثم نضيف البهارات ثم الجمبري  
ونتركه يتسبك ربع ساعة ثم يقدم وبالعافية.



## « صدور الدجاج بالسّمسم »

### ◀ المقادير:

مكعبات صدور دجاج - حبة بيض - ملعقة كبيرة صوص صويا  
- ملعقة فلفل أسود - ملعقتين دقيق أبيض «دقيق الجزيرة»  
- ملعقتين نشأ - زيت لتحمير الدجاج - ملعقتين صوص صويا -  
ملعقتين كاتشب - ملعقة عسل - ملعقتين سكر بي - ملعقة  
خل الدرة - ملعقتين كبيرة سمسّم حبوب.

### ◀ طريقة التحضير:

في صينية نضع مكعبات صدور الدجاج والبيض وملعقة كبيرة  
صوص الصويا والفلفل الأسود نقلب مكعبات الدجاج في دقيق  
أبيض «دقيق الجزيرة» ونشأ ثم نقليهم في الزيت إلى أن يتحمر.

### ◀ طريقة تحضير الصوص:

في قدر نضع ملعقتين صوص صويا، ملعقتين كاتشب ، ملعقة  
عسل ، ملعقتين سكر بي ، ملعقة خل أبيض ، وثلاث ملاعق ماء  
ثم نحركهم على النار ونضع ملعقة نشأ في نصف كأس ماء  
ونحركه حتى يكتف ثم نضع قطع الدجاج ورشة زيت ورشة سمسّم  
محمص و نتركه يتسبك قليلاً وبالعاوية.. يوضع بجانبه رز بخاري.



## « بطاطس محشية »

### ◀ المقادير:

حبتين بطاطس كبيرة مسلوقة ومهروسة - نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود - حبتين صفار بيض - ملعقة صغيرة ملح - ملعقة كبيرة زبدة - بقسماط ملعقتين كبيرة دقيق - جبن للحشو - نصف ملعقة صغيرة ثوم باودر.

### ◀ طريقة التحضير:

نخلط جميع المكونات مع بعضها ونكورها قطع صغيرة ونحشيها بالجبن أو أي حشوة حسب الرغبة ثم ندخلها الثلاجة حتى تتماسك لمدة ساعة، بعد ذلك نخرجها من الثلاجة ونغمسها في دقيق ثم في بياض البيض ثم في البقسماط ثم نقليها على زيت غزير وساخن وبالعافية.



## « الزاد ( العصيد ) »

### ◀ المقادير:

- دقيق ذرة بيضاء
- كوين حليب سائل
- ملعقة صغيرة ملح
- كوب زيادي
- للتقديم : مرق أبيض أو سمن بلدي أو زيت سمسم

### ◀ طريقة التحضير:

نضع القدر على النار ثم نقوم بخلط دقيق الذرة البيضاء مع الحليب والزيادي والملح ونستمر في التقليب إلى أن يتماسك ويصبح قوامه أخف من العصيدة العادية ثم نضعه في صحن التقديم ويتم عمل فتحة في الوسط نضع فيها مرق أبيض أو سمن بلدي أو سليط جلجل ( زيت سمسم ) على حسب الرغبة وبالعافية.  
الحشوة حسب الرغبة.



## « الصيادية البيضاء العدنية »

### ◀ المقادير:

كيلو سمك - حبة بصل كبير مقطع لشرائح - حبتين طماطم مقطعة لشرائح رفيعة - أربع حبات بطاطس كبيرة مقطعة لشرائح عريضة - خمس ملاعق بسباس عدني سائل كبيرة - 4 فلفل أخضر (بسباس) مقطعة لشرائح حسب الرغبة - 4 ملاعق صلصة لتتبيل السمك: ( ملح - كمون - فلفل أسود - بسباس عدني باودر - بسباس عدني سائل ) - لسق الأرز ( 4أكواب أرز الفلك - فلفل أسود حبوب - عود قرفة - ورق الغار - 2 حبة هيل - ملعقتين زيت - وملح ).

### ◀ طريقة التحضير:

في مقلاة الزيت نقلي 3 حبات بصل مقطعة لشرائح رفيعة ونتركه حتى يتحمر ثم نضعه على جنب نتبل السمك بالملح والفلفل والكمون والبسباس العدني البودر و السائل ونقله على الزيت ثم نتركه جانباً، نقلي البطاطس بنفس الزيت الذي قلينا فيه السمك ونتركه جانباً. في قدر على النار نضع حبة بصل كبيرة مقطعة لشرائح - حبتين طماطم لشرائح - 6 حبات فلفل حار أو حسب الرغبة - 4 ملاعق كبيرة صلصة - 4 ملاعق كبيرة بسباس عدني سائل - ملعقة صغيرة ملح - رشة فلفل أسود ونتركه يتسبك قليلاً. في قدر آخر لسق الأرز نغلي الماء وعليه (ملعقه كبيرة زيت - ملعقتين كبيرة ملح - فلفل أسود حبوب - عود قرفة - حبة هيل ) ثم نضع الأرز يغلي إلى أن يستوي نصف استواء. في قدر آخر نضع جزء من الأرز المستوي نصف استواء وعليه السمك والبطاطس والبصل المقلي ثم الصوص بعد ذلك نبخره ونتركه 10 دقائق جانباً، ثم نضيف النصف الثاني من الأرز ونرش باقي البصل المحمر وملعقة صغيرة صفار الزعفران ونبخرها مرة ثانية ونغطيها لمدة 10 دقائق مرة أخرى على نار هادئة..وبالعافية.



## « صينية البطاطس بالجبنة »

### المقادير:

شرائح بطاطس - ملعقتين زبدة - رشة فلفل أسود -  
رشة ثوم باودر - رشة بابريكا - رشة ريحان - ملعقتين  
دقيق أبيض (الجزيرة) - 2 أكواب حليب سائل - جبن شيدر.

### طريقة التحضير:

في صينية نضع شرائح البطاطس وعليها ملعقتين كبيرة زبدة  
سائحة ورشة فلفل و ثوم باودر وبابريكا ورشة ريحان ورشة  
إكليل الجبل نرصهم في الصينية بشكل مزدوج كل حبتين  
بجانب بعض ونحضر الصوص.

### طريقة تحضير الصوص:

في قدر على النار نضع زبدة ودقيق الجزيرة وفلفل أسود  
ونحركهم قليلاً ، ثم نضيف الحليب إلى أن يغلي ونضع جبن  
شيدر ونخلطه على الصوص ثم نضع الصوص على شرائح  
البطاطس ونغطي القدر بالقصدير و ندخله الفرن وبالعاوية.





خفيفة  
شهيية  
ولذيذة

01282412



## « مكرونة السباغيتي TAT باللحم المفروم »



### المقادير:

كيس مكرونة سباغيتي TAT - ملعقة كبيرة ملح - 2 ملعقة كبيرة زيت زيتون  
 - حبة كبيرة بصل مفروم - 3 فص ثوم مفروم - 300 جرام لحم مفروم -  
 ملعقة صغيرة الزعتر البري - ½ ملعقة صغيرة بابريكا - ½ ملعقة صغيرة هيل  
 ناعم - ½ ملعقة صغيرة كزبرة - ملعقة صغيرة ملح - ¼ ملعقة صغيرة فلفل  
 اسود - حبة فلفل اخضر مفروم - حبة متوسطة جزر مبروش - 3 ملعقة  
 كبيرة - معجون طماطم - 3 حبة كبيرة طماطم مقشر مفروم ناعم - ½ كوب  
 بقدونس مفروم - ¼ كوب جبن شيدر او بارميزان .

### طريقة التحضير:

في قدر نضعي 8 كوب من الماء، اضيفي الملح، دعي الماء يغلي على نار  
 قوية، اضيفي مكرونة، اتركها لتطهى حوالي 8 دقيقة، أثناء سلق المكرونة،  
 احضري مقلاة عميقة، سخني الزيت، اضيفي البصل، الثوم، وقلبي ليذبل  
 ، اضيفي اللحم قلبي لينضج، اضيفي الزعتر، البابريكا، الهيل، الكزبرة، الملح،  
 الفلفل وقلبي ليتشوح مع اللحم، اضيفي الفلفل والجزر، قلبي ليذبل،  
 اضيفي المعجون والطماطم وقلبي ليتشوح. اضيفي قليل من ماء سلق المكرونة وقلبي مع اللحم ليصبح اللحم ليناً وتحصلي  
 على صلصة لينة لذيذة، اضيفي المكرونة مباشرة من ماء السلق الى الصلصة وقلبي لتتشرب المكرونة بالصلصة، اضيفي  
 البقدونس. ضعي السباغيتي في طبق التقديم ثم انثري فوقها الجبن وقدميها مباشرة.



## « لفائف التورتilla »

### ◀ مكونات العجين :

- كوب دقيق أبيض «دقيق الجزيرة»  
- نصف ملعقة ملح - ربع كوب زيت - ماء دافئ للعجن.

### ◀ مكونات الحشوة :

حبة بصل مفرومة - فلفل حار حسب الرغبة - حبه طماطم مقطع  
قطع صغيرة - رشة ملح - رشة فلفل أسود - رشة ثوم باودر - رشة  
فلفل أحمر باودر - رشة كمون - شرائح رفيعة صدور دجاج - نصف  
كوب ماء مغلي

### ◀ طريقة التحضير:

في العجانة نضع الدقيق والماء والزيت والملح ويتم العجن لمدة  
10 دقائق ونتركها ترتاح قليلاً، ثم نقطع العجين إلى عدة قطع  
متساوية ونكورها ثم نفردها ونخبزها على صاج ساخن ونقلبها  
بإستمرار إلى أن تستوي

### ◀ طريقة عمل حشوة التورتلا:

في مقلاة على النار نشوح البصل والفلفل الحار ثم نضيف  
الطماطم ونحرك إلى أن تذبل ثم نضيف شرائح الدجاج ونحركهم  
جيداً ثم نضيف البهارات مع التحريك المستمر ثم نضيف الماء  
المغلي ونتركه حتى يستوي وبعد أن يستوي الدجاج نرش عليه  
كبزة خضراء، ثم نفردها ونخبزها وندهنه بجزء من مايونيز  
ونضيف عليه خس ثم نضيف الدجاج ونلفه بشكل ساندويتش  
ونضعه على صاج ساخن حتى يتحمر من الجهتين ..وبالعافية.



## « مكرونة TAT بالجبن والفطر »

### ◀ المقادير:

مكرونة قصيرة «مكرونة TAT» - ملعقتين زيت - ملعقتين زبدة - مشروم حسب الرغبة- كوب كريمة طبخ جبن سائل حسب الرغبة - جبن برمزان حسب الرغبة - رشة فلفل أسود - رشة هرد - رشة ريحان - بصل مفروم - ثوم مهروس - ملعقتين كبيرة صلصة - جبن شيدر.

### ◀ طريقة التحضير:

نسلق المكرونة ونضعها على جنب في مقلاة على النار نضع الزيت والبصل المفروم والثوم والزبدة والمشروم ونحركهم قليلاً ثم نضع رشة ملح وفلفل وكاري وهرد وريحان و نحركهم قليلاً ثم نضع كريمة الطبخ ، وجبن سائل وجبن برمزان ونحركهم قليلاً ثم نضيف الصلصة وجبن شيدر والمكرونة نضعهم في صينية على الفرن لمدة 10 دقائق وبالعافية.



## « مندي الدجاج »

### ◀ المقادير:

أولاً: خليط الأرز:

كوب أرز بسمتي الفلك - ملح - زيت - بهارات صحيحة (هيل - قرفة) - مكسرات و زبيب منوع - بصل مقطع شرائح - واحد قرن بسباس أخضر.

ثانياً: خليط الدجاج:

دجاج 700 جم بالجلد -ملعقتين خل - 3 ملاعق كبيرة زيادي - ملعقتين زيت زيتون - البهارات (ملعقة ثوم باودر - ملعقة بابريكا - ملعقة بصل باودر- نصف ملعقة زنجبيل باودر- ربع ملعقة كمون - نصف ملعقة فلفل أسود - ملعقة كركم -رشة لون صفار زعفران).

### ◀ طريقة التحضير:

نجهز خليط الدجاج : نقطع الدجاج إلى أرباع أو نصفين ، و بوعاء نتبل الدجاج بكل الخليط ماعدا لون صفار الزعفران و نتركه في الثلاجة لمدة ساعتين إلى أربع ساعات و بعد مرور الوقت ننقع الأرز في الماء الساخن لمدة نصف ساعة، ثم نصفيه من الماء نجهز قدر ضغط و نضع فيه الزيت و البهارات الصحيحة و المكسرات و الزبيب و البصل و البسباس و الملح و نضع الأرز المصفى و نضيف ماء بمقدار كوبين و بعدها نضع شبك حامل فوق الأرز، ثم نضع الدجاج بعد إضافة لون صفار الزعفران إليها و بالإمكان إضافة بطاطس حسب الرغبة و نغلق قدر الضغط جيداً و نتركه على نار هادئة جداً لمدة 20 دقيقة.



## « أرز بالبصل والكارى »

### ◀ المقادير:

كوبين أرز الواحة - حبة بصل مقطع شرائح - ملعقة كبيرة كاري - ملعقتين زيت - بهارات صحيحة (هيل - قرنفل - قرفة)

### ◀ طريقة التحضير:

يغسل الأرز وينقع بما فاتر لمدة نصف ساعة وبقدر على النار نضع البهارات الصحيحة والزيت ثم شرائح البصل ونقلبه حتى يحمر البصل ثم نضع الكاري والأرز والملح والماء وتركهم على نار هادئة حتى يستوي، يقدم مع لحوم او اسماك وبالعافية.



## « التلبينة »

### ◀ المقادير :

ملعقتين دقيق شعير - كوب ونصف حليب - ملعقة عسل.

### ◀ طريقة التحضير:

نخلط دقيق الشعير مع كوب ونصف حليب ونقلب على البارد بمضرب البيض ثم نوضع على النار لمدة 10 دقائق حتى يستوي الشعير وتصبح مثل المهلبية. تُحلى بالعسل وتقدم ساخنة وبالهناء والشفاء.



## « تاكو الدجاج بالجبن »

### ◀ المقادير:

نصف كيلو صدور دجاج مقطعه مكعبات - بصلة متوسطة مقطعة لشرائح - حبة فلفل أخضر - كوب بقادونس مفروم - ملعقة كبيرة ملح - ملعقة صغيرة فلفل أسود- ملعقة صغيرة بابريكا - ملعقة صغيرة ريحان مجفف - ملعقة صغيرة زنجبيل باودر - ملعقة صغيرة ثوم مهروس - ملعقتين كبيرة زيت - خبز التورتيللا - ملعقة كبيرة جبنة سائلة - كوب جبنة مبشورة احسب المتوفر أو حسب الرغبة

### ◀ طريقة التحضير:

نحمر البصل والثوم والفلفل البارد، ثم نضيف مكعبات الدجاج ونقلبها حتى تتحمر، ثم نضيف البهارات ونحرك جيداً حتى ينشف، بعد ذلك نضيف الجبنة السائلة والبقادونس. نقطع خبز التورتيللا بشكل دائري متوسط ونحشيه بحشوة الدجاج ونرصه في الصينية بشكل منتظم ثم نضيف الجبنة المبشورة ونضعه في الفرن درجة حرارة 200 درجة حتى ينضج ويقدم بالعافية.



## « الدال »

### ◀ المقادير:

عدس أصفر - ملعقة صغيرة ملح - ملعقة كركم - ملعقة صغيرة كمون حبوب - 3 قرون بسباس أحمر - فص ثوم - ملعقة صغيرة زنجبيل مهروس - حبة عصير ليمون - بصل مفروم - 2 طماطم مفروم - ملعقة صغيرة كبزرة مفرومة - بسباس أخضر حسب الرغبة - ملعقتين زبدة.

### ◀ طريقة التحضير:

في قدر الضغط نضع العدس والماء والملح والكركم ونضغط إلى أن ينضج، في مقلاة نضع ملعقتين كبيرة زبدة ورشة كمون حبوب ونحرك قليلاً ثم نضيف بسباس أحمر ثم الثوم والزنجبيل المهروس وعصير الليمون ونقلب، ثم نضيف ملعقة كركم وكوب بصل مفروم ناعم، ونقلب إلى أن يذبل البصل ثم نضيف الطماطم المفروم ونقلب إلى أن يذبل الطماطم ثم نرش عليه كبزرة مفرومة ونضع العدس ورشة كبزرة مفرومة وبسباس أخضر حسب الرغبة ورشة ملح ونتركه يتسبك 10 دقائق.

وفي مقلاة أخرى نضع رشة كمون ونتركها تتحمص قليلاً ونضع عليه ملعقة زبدة وفلفل أحمر قرون وملعقة بابريكا ونحرك لمدة 3 دقائق ونضيفه على العدس ونزينه برشة كبزرة.. وبالعافية.



## « لازانيا خضار »

### المقادير:

شرائح الباذنجان - شرائح طماطم - سبانخ مفرومة - جبن ريكوتا - جبن موزاريلا - صلصة - فص ثوم مفروم - زعتر بري - فلفل أسود - زيت زيتون.

### طريقة التحضير:

نقطع الباذنجان لشرائح طويلة رقيقة وننقعه في ماء وملح لمدة خمس دقائق ثم نأخذ صينية فرن وندهنها بزيت زيتون ثم نرص شرائح الباذنجان ونرشها بزيت زيتون وفلفل أسود وزعتر بري ونضعه في فرن ساخن لمدة 20 دقيقة ثم نقوم بفرم السبانخ ونضيف عليه أربع ملاعق من جبن الريكوتا، وفص ثوم مفروم ورشة زعتر بري ثم نلظهم ونتركه جانباً.

في صينية أخرى ندهن صينية الفرن بزيت زيتون ونرص جزء من الباذنجان في الصينية ونضع عليه خليط السبانخ

والجبين ثم شرائح الطماطم ثم جبن الموزاريلا، ومرة أخرى نضع شرائح الباذنجان والسبانخ والجبين ثم نوزع عليه صلصة الطماطم ورشة ملح ورشة فلفل أسود ثم شرائح الطماطم والموزاريلا ثم شرائح الباذنجان ورشة صلصة طماطم ورشة جبن موزاريلا مرة أخرى ونضعه في الفرن يتسبك لمدة ربع ساعة .. وبالعافية.



## « دبابيس دجاج كذابة »

### ◀ المقادير :

دبابيس دجاج ( فخذ الدجاج ) - بطاطا مسلوقة ومهروس - ملح  
 بهارات صحيحة لسلق الدجاج: ( فلفل أسود - كمون - كيزرة -  
 قرفة - هيل ).  
 بهارات ناعمة: ( بابريكا - ثوم باودر - فلفل أسود - جبن موزاريلا ).  
 لتغليف دبابيس الدجاج: ( بقسماط - دقيق الجزيرة - بيض -  
 زيت للقلي ).

### ◀ طريقة التحضير:

نسلق دبابيس الدجاج في ماء وملح ونضع البهارات  
 الصحيحة إلى أن يستوي الدجاج ثم نخرج اللحم من العظم  
 ونترك العظم جانباً  
 نهرس الدجاج مع البطاطا وجبن الموزاريلا والبهارات  
 الناعمة ونعجنهم ونلفهم بالعظم بشكل فخذ ونضعهم  
 في الثلاجة حتى تتماسك لمدة ساعة، ثم نقلبهم في الدقيق  
 ثم بالبيض ثم بالبقسماط وأخيراً نقلبهم بالزيت، ثم يقدم  
 وبجانبه خبز وصوص أو سلطة ..بالعافية.





## « المسقعة البيضاء »

### ◀ المقادير:

شرائح بطاطس مقلية - شرائح با ذنجان مقلي -  
شرائح بيبار - لحم مفروم مكشّن - ملح - فلفل أسود  
- قشطة لونا - جبن كريمي - كريمة - جبن موزاريلا .

### ◀ طريقة التحضير:

في صينية فرن نرص البطاطس المقلية ثم الباذنجان  
ثم كشنة اللحم المفروم ثم البيبار و طبقة ثانية من  
البطاطس.  
في وعاء آخر نخط القشطة والكريمة والجبن والملح  
والفلفل الأسود ونضعه على البطاطس ونرش عليه  
جبن موزاريلا للوجه ونضعه في الفرن ربع ساعة حتى  
يستوي .. وبالعافية.



مركز الكهيم التجاري

العنوان : صنعاء - شارع حدة  
التفون : 01202020



## « أرز الفلك بالخضار والدجاج »

### ◀ المقادير:

كوبين أرز الفلك - زبدة حسب الاحتياج - جزر مقطع لمكعبات صغيرة - فاصوليا خضراء قطع صغيرة - علبه حمص الدرّة - ملعقة خل أبيض - ملح - مكعبات صدور دجاج - صويا صوص - ملعقة نشأ - حبة بصل مفروم - فصين ثوم مهروس - 1 فلفل أحمر مجروش - ابيبار مكعبات صغيرة - اجزر شرائح - ربع كوب عصير أناناس - ملعقتين كاتشب - ملعقتين صلصة.

### ◀ طريقة صوص الدجاج:

في صاج نضع زبدة و مكعبات الدجاج مع ربع كوب صويا صوص وملعقة نشأ ونقلب لمدة دقيقة ثم نضع البصل المفروم والثوم والفلفل المجروش ومكعبات البيبار وشرائح الجزر ونقلبهم قليلاً ثم نضع ثلاث ملاعق كبيرة صويا صوص وربع كوب عصير أناناس وملعقة صغيرة خل و ملعقتين كاتشب و ملعقتين صلصة وملعقة نشأ ونحرك المكونات مع بعض ونتركها تتسبك حتى يستوي الدجاج ويقدم بجانب أرز الخضار.

### ◀ طريقة التحضير :

أولاً الأرز .. نقوم بغسل الأرز ونقعه في ماء فاتر ونضع عليه ملعقة خل أبيض لمدة ربع ساعة .  
و في قدر على النار نضع الزبدة ومكعبات الجزر والفاصوليا والحمص ورشة ملح و نحركهم قليلاً ثم نضع الأرز وماء مغلي ونتركه على نار هادئة حتى يستوي .. بالعافية.



## « زربيان »

### ◀ المقادير :

كوب أرز الواحة - نصف كيلو لحمه - 3 بصل مقطع لشرائح - بطاطس حسب الرغبة - رأس ثوم مفروم - ملعقتين كمون - 3ملاعق فلفل أسود - نصف ملعقة كركم - 3ملاعق زيادي - ملح - نصف كوب زيت - نصف كوب كبرزة خضراء - حبتين طماطم - ملعقتين معجون طماطم - لون صفار زعفران .

### ◀ طريقة التحضير:

بوعاء نقوم بتقطيع البصل إلى شرائح، وبعد ذلك نسخن الزيت ونقلي البصل فيه حتى يصبح لونه غامق و ليس أسود كليا بعد ذلك نخرج البصل و نضعه بوعاء جانبا . و بقدر الضغط نضع الزيت وحببة بصل مقطعة مكعبات ونضع البطاطس واللحمة و معجون الطماطم ونقلبها جيداً حتى تأخذ لون ذهبي ، ثم بالخلط نضع حبتين طماطم ونصف كوب كبرزة خضراء ورأس الثوم وقليلاً من البصل الذي تم تحميره والزيادي ثم نخلطهم ونضعهم على اللحمة ونقلبها جيداً ومن ثم نضع البهارات ونضغطها حتى تنضج اللحمة تماماً وبقدر نقوم بسلق الأرز ( مع عود قرفه - ورق الغار - وحبه هيل - ملعقه زيت - ملعقتين ملح ) نسلقه نصف سلقه وبعدها نطبق الزربيان في القدر ونضع صفار الزعفران ونضعه على نار هادئة لمدة ربع ساعة ونطفى النار عليه .. ويقدم بالعافية.



الموسم الخامس | مطبخي

قسم

# العصائر والسلطات

## « سلطة البطاطس »

### المقادير:

حبة بطاطس كبيرة - ربع كوب فاصوليا حمراء - نصف كوب شرائح زيتون أسود - نصف كوب سبانخ - ملح - فلفل أسود - ريحان مجفف - بابريكا.

### طريقة التحضير:

نقطع البطاطس لمكعبات ونسلقها ثم نتبلها بالملح والفلفل، والريحان والبابريكا، ثم فرم السبانخ والريحان فرم خشن نضيف الفاصوليا والزيتون الأسود ونقلبهم جيداً.

### الصوص :

3 ملاعق كبيرة طحينة سائلة - ملعقة صغيرة بصل باودر - ملعقة صغيرة ثوم باودر - ملح - فلفل أسود - ثلاث ملاعق كبيرة ماء نخلطهم جيداً ونضيفهم إلى السلطة وتقديم بالعافية.



## « سلطة الكوسا »

### ◀ المقادير:

- حبتين كوسا مبشورة باستخدام قشارة البطاط  
- حبة طماطم - حبة بيضاء - بقدونس.

### ◀ الصوص:

- ملعقتين زيت زيتون - ملح - فلفل أسود - زعتر  
- نصف حبة ليمون - ملعقة كبيرة حبة البركة.

### ◀ طريقة التحضير:

نخلط المكونات ونضيف الصوص على السلطة.



شركة إتكس  
التجارية المحدودة

المركز التجاري: شارع السنين - حي وادي خجلة لوجيستيا  
تفون: 01 454980 (1029) - وصاليا: 715112112 جوال: 715166166  
البيزنس في صفاقس: شارع الخيام التجاري - شارع السنين  
تفون: 01 454980 (1029) جوال: 715166166



## « سلطة الكول سلو (الملفوف) »

### ◀ المقادير:

حبه ملفوف وسط - نصف جزرة مبشورة

### ◀ الصوص:

ملعقتين كبيرة زبادي (بديل المايونيز للدايت) - ملح - ربع ملعقة فلفل أسود - ملعقة صغيرة خل أبيض - ملعقة صغيرة عسل أبيض - ملعقة كبيرة عصير ليمون).

### ◀ طريقة التحضير:

نخلطهم جيداً ونضيفهم إلى السلطة وبالعافية.

## « سلطة التونة »

### ◀ المقادير:

تونة - جرجير - شبت(شمر) - بقدونس - نصف جزرة مبشورة -  
فجل أبيض - بصل - حمص - بازلاء - زيتون أخضر.

### ◀ الصوص :

ملعقتين زيت زيتون - رشة ملح - رشة فلفل أسود - ملعقة  
كبيرة خل أبيض - نصف حبة ليمون - نخلط المكونات  
ونضيف الصوص على السلطة.

### ◀ طريقة التحضير:

نقطع المكونات، ونغلي الحمص، ثم نخلط جميع المكونات  
مع بعض، ونضيف التونة.



## « السلطة اليونانية »



## ◀ المقادير:

خس - زيتون أسود شرائح - طماطم - خيار - بصل  
صغيرة مقطعة لشرائح - مكعبات جبنة حسب الرغبة.

## ◀ المقادير:

ملعقتين كبيرة طحينه سائلة - خل أبيض - ملح -  
فلفل أسود - أربع ملاعق كبيرة ماء.

## ◀ طريقة التحضير:

نخلط المكونات ثم نضيف الصوص على السلطة.



## « سلطة الفراولة »

### ◀ المقادير:

سبانخ - كوب فراولة - حبتين كيوي - نصف  
كوب مكسرات (جوز - لوز) حسب الرغبة - ربع  
كوب زيتون - جبنة بيضاء مكعبات.

### ◀ طريقة التحضير:

نقطع الفراولة إلى شرائح، ونفرم السبانخ فرم  
خشن .  
نخلط المكونات ونضيف زيت الزيتون ثم نرش  
الجبنة البيضاء .. وبالعافية.



## « عصير الكيوي بالنعناع »

### ◀ المقادير:

حبتين كيوي - ربع كوب نعناع أخضر -  
ربع كوب عصير ليمون - كوب ثلج  
5 ملاعق كبيرة عسل (بديل السكر)  
ماء بارد حسب الرغبة.

### ◀ طريقة التحضير:

نخلط جميع المكونات في الخلاط،  
وللتقديم نضع أوراق النعناع .. وبالعافية



### نصائح للتغذية الصحية في رمضان

تناول التمر أو الماء عند الإفطار لأن الجسم  
بعد الصيام يكون بحاجة أولاً للطاقة وتمنح  
الجهاز العصبي فرصة للاستعداد للطعام



## « سلطة الجرجير والتفاح الأخضر »

### المقادير:

ثلاثة أكواب جرجير - تفاحة خضراء -  
نصف كوب جوز - ربع كوب توت مجفف  
أو حبيبات الرمان حسب الرغبة

### طريقة التحضير:

نقطع الجرجير قطع كبيرة، نوزع شرائح التفاح فوق أوراق الجرجير،  
نضيف الجوز والتوت المجفف أو حبيبات الرمان ويقدم بالعافية.



### نصائح للتغذية الصحية في رمضان

تناول السلطة والتب تعبر عن الأطعمة  
الضرورية للجسم لأنها مصدر مهم  
لفيتامينات و المعادن و يعطي شعور  
بامتلاء المعدة سريعاً.

مختبرات المحاسبي التخصصية  
AHLABI Specialized Med. Lab  
11- شارع الخديوي





## « سموثي الأناناس والمانجو والبرتقال »

### ◀ المقادير:

كوب مانجو مقطع شرائح - نصف كوب أناناس مقطع شرائح  
 2-3 حبات موز - 3 حبات جزر مبروش - حبتين مانجو مهروس -  
 لبن زبادي - كوب إلا ربع عصير برتقال.

### ◀ طريقة التحضير:

نضع المانجو والأناناس والموز والجزر واللبن الزبادي  
 ونصف كوب عصير البرتقال في الخلاط الكهربائي ونخلطهم  
 حتى تتجانس المكونات ويصبح المزيج سلساً - نصب  
 المزيج في كؤؤس التقديم ويقدم السموي فوراً على  
 السفرة وبالعاافية.

### ◀ نصيحة :

أضف ربع كوب من عصير البرتقال إذا لم يكن المزيج سلساً

## « عصير المانجو والرمان والكيوي »

### المقادير:

4 حبات مانجو مقطعة مكعبات - 6 ملاعق سكر - ربع كوب ثلج -  
حبتين رمان حجم كبير - حبتين كيوي حجم كبير - نصف كوب ماء بارد

### طريقة التحضير:

تخلط المكونات كل فاكهة على حده مع ملعقة أو ملعقتين  
سكر ثم نصب الكيوي ثم المانجو ثم الرمان في أعلى الكوب  
ليتكون لدينا طبقات .. ويقدم بالعافية.





011 2000000000  
011 2000000000  
011 2000000000  
011 2000000000  
011 2000000000  
011 2000000000  
011 2000000000



MADE IN ITALY



Better Everyday



## « سلطة المكرونة بالدجاج »

### ◀ المقادير :

مكرونة مسلوقة بالقمح أو بالشوفان حسب الرغبة  
صدر دجاجه مسلوقة - بروكلي مسلوقة - زيتون أخضر  
شرائح - بازلاء مسلوقة - فلفل أخضر شرائح - شرائح  
مخلل بسباس - سبانخ - كراث.

### ◀ الصوص :

ملعقتين زيت زيتون - ملح -  
فلفل أسود - نصف حبة ليمون .

### ◀ طريقة التحضير :

نخلط المكونات مع بعض ونضيفها على السلطة.



## « مربى البطيخ الأحمر »

### ◀ المقادير:

ربع كوب أو نصف كوب سكر السعيد - ملعقتين كبيرة ماء ورد -  
ملعقة كبيرة عصير ليمون - قشر برتقالة كبيرة - كوبين بطيخ مفروم  
أحمر بدون بذور - قشر البطيخ الأبيض.

### ◀ طريقة التحضير:

نضع البطيخ في وعاء على النار ونضيف إليه السكر و ملعقة  
من عصير الليمون وقشر البرتقال ونحرك المكونات جيداً على نار  
متوسطة مع التحريك المتقطع وعندما تتبخر المياه من البطيخ  
ويبدو سميكاً نضيف إليه ملعقة ماء الورد ونحرك قليلاً ثم نطفئ  
النار ومن ثم نضع المربى في برطمان زجاجية محكمة الإغلاق  
ونتركها حتى تبرد لتكون جاهزة للإستخدام وتكون مدة حفظ المربى  
في الثلاجة شهر واحد فقط.



شركة الهاملي لبيع الحبوب  
وجميع انواع الفواكه وتمويل الشركات  
والمراكز التجارية والفنادق والبساتين  
771571554 - 711638961



بنكهات  
متعددة  
ورهيبة



☎ 01282412



Real Value of Product's Quality

شركة الروضة للتجارة  
محمد محمد صالح

## شركة أرتكس التجارية المحدودة

**Moulinex**  
life gets easier



المنتجات الكهربائية  
**ROYAL**

**PYREX**

100 PYREX بايركس أكثر من مائة عام



المنتجات الكهربائية  
**ROYAL**

طباخات رويال الفرنجة  
أحدث طرق إعداد السلطة والتجان

جودة عالية  
سهولة الاستخدام  
توفير الطاقة  
تصميم أنيق  
متانة عالية  
سهولة الصيانة  
خدمة عملاء ممتازة



**Prestige**



**DeLonghi**

Better Everyday

حضر قهوتك بإستلوك المفضل  
DESIGN YOUR COFFEE EXPERIENCE



ArtexYEM

- معرض ش/مجاهد ت: 514111 - 01
- المركز الليبي التجاري ت: 448487 - 01
- مركز الكيميم التجاري ت: 200995 - 01
- مجمع الشلال التجاري ت: 680499 - 01

- المركز الرئيسي، ش/الستين جوار نوبونا ت: 454980/1/2/3 - 01
- معرض ش/الستين ت: 454984 - 01





## « سلطة البيض »

### ◀ المقادير:

خس - ربع كوب فاصوليا حمراء - فلفل أخضر بارد  
ربع كوب ذرة صفراء - شرائح توست أسمر  
بيضه مسلوقه - جبنة حسب الرغبة.

### ◀ الصوص :

ملعقة زيت زيتون - ملح - فلفل أسود - ريحان  
ملعقة كبيرة حبة البركة أو حسب الرغبة.

### ◀ طريقة التحضير:

يتم تقطيع المكونات مع مراعاة تقطيع البيض إلى شرائح دائرية نضيف الصوص ونخلط المكونات برفق في نحافظ على البيض من التكسير يتم تقطيع المكونات مع مراعاة تقطيع البيض إلى شرائح دائرية ثم نضيف الصوص ونخلط المكونات برفق في نحافظ على البيض من التكسير.



## « سلطة البطيخ مع جبن الفيتا »

### ◀ المقادير:

ملعقة كبيرة خل أبيض «خل الدرة» - ملعقة كبيرة زيت زيتون  
- ربع ملعقة صغيرة ملح - 3 أكواب بطيخ (مقطع مكعبات)  
- نصف كوب جبن فيتا (مفتت).

### ◀ طريقة التحضير:

نضع البطيخ في وعاء ومن ثم نضع جبن الفيتا على البطيخ.  
بعد ذلك نخلط الخل مع زيت الزيتون والملح ونقوم بتوزيع  
الخليط فوق السلطة ونقدمها باردة .. وبالعافية.



شركة الهاملي لبيع الحبوب

وجميع انواع الفواكه وتمويل الشركات  
والمراكز التجارية والشاندق واليسطات

771571554 - 711638961



## « البطيخ المثالج مع كريمة الخفق »

### ◀ المقادير :

3 أكواب كريمة الخفق - كويين بطيخ مقطّع  
نصف كوب ثلج مجروش.

### ◀ طريقة التحضير :

- نخلط كل المكونات مع بعض في الخلّاط لمدة دقيقتين.
- نصب الخليط في كاسات أو أطباق عميقة بحسب الرغبة.
- نزين البطيخ بالنعناع الطازجة.



شركة الهاملي لبيع الحبوب

وجميع انواع الفواكه وتمويل الشركات  
والمراكز التجارية والفنادق والبساتين

771571554 - 711638961

# قسم المعجنات والمخبوزات



## « فطائر »

### ◀ المقادير:

كوب طيب دافئ - كوب زيادي - ملعقة كبيرة خميرة فورية  
 ملعقة صغيرة بيكنج باوذر - ملعقة صغيرة ثوم باوذر  
 ملعقة صغيرة بصل باوذر - ملعقة كبيرة ملح  
 ملعقتين كبيرة طيب باوذر - نصف ملعقة صغيرة خل الدرة  
 ربع كوب زيت - 4 أكواب دقيق أبيض (الجزيرة) - حبة بيض.

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء نضع الطيب الدافئ والزيادي وملعقة الخميرة الفورية ونخلطهم مع بعض ثم نترك العجينة ربع ساعة ترتاح ثم نضيف الزيت والخل والملح والثوم والبصل والطيب الباوذر والبيكنج باوذر والبيضة والزيت ونحركهم مع بعض ثم نضيف الدقيق ونعجن إلى أن تتكون معنا عجينة طرية، نتركها تخمر لمدة ساعة ونبدأ نشكلها، «الحشوة حسب الرغبة».



## « اللوح البيضاني »

### المقادير:

كوب ونصف دقيق الجزيرة - حبتين بيض - علبة طيب - كوب ماء -  
ملعقة صغيرة ملح - ثلاث ملاعق سكر السعيد - ثلاث ملاعق  
طيب باودر - ملعقة كبيرة حبة البركة - ملعقة كبيرة خميرة فورية.

### طريقة التحضير:

في الخلاط نضع البيض ، الطيب ، السكر ، الملح ، الخميرة ، طيب الباور  
، الماء و الدقيق ثم نخلطهم إلى أن يصبح الخليط سائل وخفيف، ثم  
نضيف حبة البركة وتترك العجينة ترتاح لمدة ساعة .  
ندهن الصاج بزيت السمسم ونصب جزء من الخليط ونتركه يتحمر  
ونكرر الطريقة إلى أن تكتمل الكمية وبالعافية.





## « الخمير العدني »

### ◀ المقادير:

4 أكواب دقيق الجزيرة - 4 ملاعق كبيرة زيت - ملعقة صغيرة بيكنج باودر - ملعقة صغيرة خميرة فورية - 10 ملاعق كبيرة سكر - 4 ملاعق حليب باودر - ملعقتين زبادي - حبة بيض - ملعقة صغيرة قرنفل - ملعقة صغيرة هيل باودر.

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء نضع المكونات الجافة مع بعض ( الدقيق - الحليب الباودر - السكر - الخميرة الفورية - البيكنج باودر - الهيل والقرنفل) ونقلبهم مع بعض .

في وعاء آخر: نضع البيض مع الزبادي والزيت والماء ونحركهم جيداً ثم نضع المكونات الجافة عليه ونعجنها لمدة 10 دقائق إلى أن تتكون معنا عجينة طرية ومتماسكة وتتركها تتخمر لمدة ساعة ثم تفرد العجينة وتقطع حسب الرغبة.

تقل في زيت غزير و ساخن جداً حتى تنتهي الكمية..وتقدم بالعافية.



## « كوكيز بدقيق القمح الكامل »

### المقادير:

نصف كوب دقيق القمح (الخيول) - ملعقتين كبيره نخالة القمح - ملعقة صغيرة بيكنج باوذر - ربع ملعقة صغيرة كربونات الصوديوم - نصف ملعقة صغيرة ملح-نصف كوب سكر السعيد - ربع كوب زبدة - ربع كوب حليب.

### طريقة التحضير:

نخلط المقادير الجافه مع بعضها نضيف الزبدة ونحركها جيداً حتى تذوب .  
يضاف الحليب بالتدريج مع الخليط بدون عجن تشكل العجينة على شكل أسطوانة طولها 25 سم تقريباً وتلف بورق نايلون وتترك في الثلاجة لمدة ساعة كاملة نخرجها من الثلاجة ونقطعها الى شرائح عريضة بعض الشيء  
توضع في صينية الخبز على ورق زبدة تخبز في فرن ساخن على درجة حرارة 190 درجة مئوية لمدة 12 دقيقه تقريباً.





## « الرغيف »

### المقادير:

2 كوب دقيق الجزيرة - كوب ماء دافئ - كوب طيب دافئ  
ملعقة كبيرة خميرة فورية - ملعقة كبيرة زيت - ملعقة صغيرة ملح  
رشة حبة البركة

### طريقة التحضير:

في العجانة نضع كل المكونات مع بعض العجن لمدة 5 دقائق ونقطعها إلى قطع صغيرة ونتركها ترتاح قليلا ثم نفردها بالنشابه ونضعها في صاج تيفال على نار متوسطة ونقلب على الجهتين حتى تحمر وبالعافية.



الشركة اليمنية الدولية للصناعات الغذائية المحدودة (ييفيكو)  
Yemen International Food Industries Co.Ltd.(YIFICO)



مطاحن وصوامع الغلال بالصليف  
الحاج علي محمد الجباري وأولاده

قمح الخيول



قمح استرالي ابيض ممتاز

مالي الجودة 7,100  
خالي من الشوائب

وارد الشركة اليمنية الدولية للصناعات الغذائية المحدودة . ييفيكو  
Australian White Wheat

الوزن الصافي ٥٠ كجم

٠١ - ٠٢٤٨٠١٢ - ٠٢ - ٠٢٤٨٠١٢ - ٠٢ - ٠٢٤٨٠١٢  
٠٣ - ٠٢٤٨٠١٢ - ٠٤ - ٠٢٤٨٠١٢ - ٠٥ - ٠٢٤٨٠١٢  
٠٦ - ٠٢٤٨٠١٢ - ٠٧ - ٠٢٤٨٠١٢ - ٠٨ - ٠٢٤٨٠١٢

قمح الخيول

الغذاء الصحي



## « خبز الشوفان للرجيم »

### ◀ المقادير:

كوب شوفان - كوب دقيق القمح الكامل (الحقول) - ملعقتين صغيرة خميرة فورية - ملعقة صغيرة سكر السعيد - ملعقة صغيرة ملح - ماء دافئ للعجن.

### ◀ طريقة التحضير:

نطحن الشوفان حتى يصبح ناعماً، ثم نضيف الدقيق والملح ونحركهم جيداً في وعاء ثاني نضع السكر والخميرة ونضيف عليهم ماء دافئ ونضعهم جانباً لمدة 3 دقائق، بعدها نضيف مزيج الخميرة ونحركها، نضيف الماء الدافئ بالتدريج حتى تتشكل لدينا عجينة ونعجنها جيداً، ثم نغطيها ونضعها جانباً لمدة ساعتين حتى يتضاعف حجمها، نقسم العجينة إلى كرات متساوية ونمددها على سطح الصحن بعد رشه بالدقيق، نسخن الفرن على درجة حرارة عالية، نضع العجينة من 10-15 دقيقة حتى تكسب لون ذهبي، أو بوضع الخبز على الصاج ويقلب حتى يصبح رفيف خبز الشوفان جاهز .



## « بيتزا الشوفان »

### ◀ المقادير:

3 أكواب شوفان مطحون ناعم - ملعقة كبيرة ممسوحة خميرة فورية - ملعقتين كبيره زيت - كوبين ماء دافئ - ملعقة ملح.

### مكونات صلصة البيتزا:

ملعقة كبيره زيت زيتون - فصين أو ثلاثة ثوم مفروم كبيرة - ملعقتين صلصة - حبتين طماطم مقطعة مكعبات - ملعقة ملح - ملعقة فلفل أسود - ملعقة صغيرة زعتر.

### مكونات حشوة البيتزا

جبنة قليلة الدسم مبشورة - بيبار مقطع لشرائح - شرائح زيتون أسود - نصف كوب مشروم « فطر عش الغراب » مقطع لشرائح.

### ◀ طريقة التحضير:

**لتحضير الصلصة:** نضع زيت الزيتون على النار ثم نضيف الثوم ونحمره - ثم نضيف صلصة الطماطم والملح والفلفل الأسود والزعتر ونقلبم - تترك الصلصة على نار هادئة حتى تتسبك.

### لتحضير العجينة:

نضيف الشوفان المطحون مع الخميرة والزيت والماء الدافئ ونخلطهم جيداً ثم نغطي العجينة ونتركها ساعتين تتخمر - نقسم العجينة إلى كرات متوسطة الحجم ونفردها حتى يكون سمكها مناسب حسب الرغبة ثم نضعها في الصينية.  
نفرد الصلصة على عجينة البيتزا نوزع شرائح الزيتون، البيبار، والمشروم ثم نضع الجبنة المبشورة على الواجهة ونضعها في الفرن على درجة حرارة 200 درجة مئوية.





## « بسكويت بالجبنه البيضاء والكمون »

### ◀ المقادير:

ثلاثة أكواب دقيق الجزيرة - نصف كوب زيت - ملعقة صغيرة  
بيكنج باوذر - نصف ملعقة صغيرة ملح - ربع ملعقة صغيرة  
سكر السعيد - كوب جبنه بيضاء - بيضة - ربع ملعقة صغيرة  
فانيليا-ملعقة كبيرة كمون حبوب - ماء للعجن .

### ◀ طريقة التحضير:

نضع المكونات مع بعضها ونعجنها ونشكلها حسب الرغبة.



## « خبز القمح الكامل »

### المقادير:

كيلو غرام من دقيق القمح (قمح الخيول) - ملعقتين صغيرة خميرة - ملعقة كبيرة خل الدرة - ملعقة كبيرة زيت زيتون - ملعقة صغيرة ملح - ملعقة كبيرة نخالة القمح - للعجن ماء دافئ.

### طريقة التحضير:

نضع الدقيق مع الخميرة والقليل من الماء الدافئ ونحركها ونتركها تتفاعل لمدة دقيقتين أو 3 دقائق، وبعدها نضيف الملح والخل والزيت ثم نحركهم ونضيف بقية الماء بالتدرج أثناء العجن حتى تتكون لدينا عجينة متماسكة غير لاصقة، ونستمر بعجنها جيداً حوالي 5 دقائق.

نغطي العجينة ونضعها في مكان دافئ حتى تتخمر ويتضاعف حجمها بعد أن تتخمر العجينة نقطعها إلى كرات كبيرة ونبلل كرات العجينة بالماء ثم نضعها في النخالة ونمددها، نسخن الفرن على درجة حرارة 200 ونضع على الصينية ورق زبدة ثم نضع عليها العجينة ندخل الصينية في الفرن من 10\_7 دقائق.



## « بسكويت بدقيق القمح الكامل »

### ◀ المقادير:

كوب ونصف دقيق القمح الكامل (قمح الحقل) - ربع كوب دقيق أبيض (دقيق الجزيرة) - ربع كوب سكر بني - ربع ملعقة صغيرة بيكنج صودا - نصف كوب زبدة - ملعقتين كبيرة طيب باودر - ربع ملعقة صغيرة ملح - نصف ملعقة صغيرة فانيليا - 5-6 ملاعق كبيرة ماء بارد.

### ◀ طريقة التحضير:

تخلط المقادير الجافة مع بعضها، ثم نضيف الزبدة ونخلطها حتى يصبح الخليط مثل الفتات نضيف الفانيليا على الماء ونضيف الماء بالتدريج إلى الخليط ثم نخلط جيداً حتى يتماسك نلف الخليط بالنايلون ونضعها بالتلاجة نصف ساعة بعد ذلك نخرجها من التلاجة ونفردّها في ورقتين زبدة حتى لا تلتصق ويكون العمل أسهل، ثم نقطعها بالقطاعات بالأشكال التي نرغب وندخلها الفرن على درجة حرارة متوسطة حتى تتحمر ثم تقدم وبالعافية.



الهيئة العامة للغذاء والدواء  
K.S.P.C.P

مركز خدمة العملاء: 19200  
011-45233030  
011-518113  
011-5090707  
011-200990  
011-4889999  
011-2001240

ROYAL AIR FRYER  
قلية زيتك لوجباتك

ROYAL

إتقان  
صحي لغير  
مهم لك

# الطويات قسم

## « حلا الرخام »

### ◀ المقادير:

- 500 جرام شوكولاتة سوداء خام
- 500 جرام شوكولاتة بيضاء خام
- كوبين لوز محمص مطحون
- علبة حليب محلي
- نصف كوب زبدة

### ◀ طريقة التحضير:

نذوب الشوكولاتة الخام السوداء في حمام مائي ثم نقوم بتوزيعها بملعقة صغيرة في قاع القوالب السيلكون ونتركها تبرد وفي هذه الأثناء نضع الزبدة والحليب المحلى على نار متوسطة حتى تسيح الزبدة ويصبح الخليط ثقيل ثم نصبه على اللوز المطحون ونخلطهم مع بعض حتى يتجانس الخليط ثم نوزعه على القوالب المغطاة بالشوكولاتة وندخلها الثلاجة حتى تتماسك وفي هذه الأثناء نسيح الشوكولاتة البيضاء ونضعها فوق خليط اللوز حتى تتكون لدينا ثلاث طبقات.

**التزيين** نضع خطوط بالشوكولاتة السوداء وبعود صغير نقوم بتشكيلها ومزجها بشكل خفيف وعشوائي حتى يصبح لدينا الشكل الرخامي ثم نضعها بالثلاجة حتى تبرد ونخرجها من القوالب وبالعاوية.



## « موس الشوكولاتة »

### ◀ المقادير:

200 جرام شوكولاتة خام  
50 جرام من الزبدة  
100 جرام من مسحوق سكر السعيد  
6 حبات بيض

### ◀ طريقة التحضير:

تقسم الشوكولاتة إلى قطع ثم نوضع القطع في وعاء صغير مع الزبدة المقطعة تُذوب في فرن الميكروويف لمدة دقيقة واحدة في وعاء الاستانلس ستيل المزود بالمخفقة المتعددة الأسلاك والغطاء يُخفق بياض البيض لمدة دقيقة ونصف على السرعة القصوى إلى أن تتشكل منه رغوة سميكة بدون إيقاف الماكينة، يضاف السكر ويخفق المزيج لمدة دقيقة تقريباً.  
مزيج الشوكولاتة : الزبدة بالمخفقة ويُضاف صفار 4 بيضات مع التقليل باستمرار، ثم تُضاف لهذا الخليط بعد ذلك ملعقة من بياض البيض ويخلط بقوة لكي تستريح العجينة ثم تدمج بعنايه مع ما تبقى من بياض البيض المخفوق في خليط الشوكولاتة. توضع في الثلاجة وتترك لعدة ساعات.  
نصيحة يُضاف قشر البرتقال المبشور ناعماً إلى بياض البيض المخفوق.





## « لقمة الباشا »

### ◀ المقادير:

- كوب سكر السعيد
- كوب دقيق الجزيرة
- ملعقة كبيرة فانिला
- كوبين جوز الهند
- لتر ( 4 أكواب وربع حليب)
- 4 ملاعق كبيرة زبدة
- صينية مقاس 30 سم × 40 سم

### ◀ تحضير الكريمة:

ظرف كريم شانتي - كوب إلا ربع حليب بارد جداً - مكسرات

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء نخلط بمشبك يدوي الطيب مع الدقيق والسكر ثم نضعهم على نار متوسطة ونستمر في التقليب حتى لا يحترق الطيب أسفل الوعاء، نزل نحرك الخليط حتى يثقل قوامه ثم نضيف الزبدة والفانिला ونحرك حتى تمتزج الزبدة والفانिला مع الخليط السابق.

في صينية الفرن نرش كمية وفيرة من جوز الهند ونسكب الخليط الساخن المحضر مسبقاً على الصينية المرشوشة بجوز الهند ثم نضعها في الثلاجة لمدة ساعتين حتى يتماسك الخليط، ولتحضير حشوة الكريمة نخفق بالخفاق الكهربائي ظرف الكريم شانتيه مع الطيب البارد حتى نحصل على حشوة كريمية متماسكة ثم نفرط طبق الكريمة على الخليط ونساويها ثم نقطعها بشكل مستطيلات ونرش بكل مستطيل رشة مكسرات حسب الرغبة ثم نلف كل مستطيل بشكل رولات وفي الأخير يمكن تزيينها برشة فستق وبالعاوية.



## « حلا برستيغ »

### المقادير:

- كوب فواكه مجففة حسب الرغبة
- 500 جرام شوكولاتة بيضاء
- كوب فول سوداني مطحون
- نصف كوب مكسرات حسب الرغبة
- كوب سمس مسمم
- علبة طيب محلى مركز
- نصف كوب فول سوداني
- حبوب مجروش للتزيين

### طريقة التحضير:

نذوب الشوكولاتة بحمام مائي ثم نحضر قوالب سيلكون ونقوم بتوزيع الفواكه والفول السوداني والمكسرات في قاع القوالب ثم نقوم بتوزيع الشوكولاتة بملعقة صغيره فوق الفواكه المجففة والمكسرات وتؤكد بأن الشوكولاتة غطت المكسرات والفواكه ونتركه جانباً حتى يتماسك ثم نضع الفول السوداني المطحون والسمسم والطيب المحلى ونخلطهم مع بعض حتى تتكون عجينة طرية متماسكة ونضعها بالقوالب فوق الشوكولاتة ونتركها تبرد بالثلاجة لمدة نصف ساعة .  
بعد ذلك نقوم بإخراجهم من القوالب ونضع قليلاً من الشوكولاتة السائحة بالجوانب ونزينها بالفول السوداني وبالعافية.





## « بسكويت الشوكولاتة »

### المقادير:

- كوب وربع دقيق الجزيرة - رشة ملح - 2 صفار بيض
- ملعقة صغيره فانيليا - ثلث كوب كاكاو - ربع كوب سكر
- نصف كوب زبد بدرجة حرارة الغرفة

### طريقة التحضير:

في العجانة نضع الزبدة والسكر والبيض والكاكاو والدقيق والفانيليا، نعجنهم مع بعض حتى نحصل على عجينة متماسكة ثم نقوم بتشكيلها على حسب الرغبة ونضعها بصينية الفرن وندخلها الفرن على درجة حرارة 120 لمدة 15 دقيقة وبالعافية.



## « كب كيك لوتس »

### المقادير:

- نصف كيلو دقيق الجزيرة
- ثلاثة أرباع الكوب سكر باودر
- ملعقة صغيرة بيكنج باودر
- ملعقة صغيرة فانيليا
- كوب سمن بارد
- ملعقة صغيرة نشادر
- ربع كوب طيب
- حبة بيض

### طريقة التحضير:

نضع الطيب مع النشادر ونحرك الخليط مع بعض ونتركه جانبا. في وعاء عميق نضع السمن البارد و السكر ونخلطهم بالمضرب الكهربائي حتى يتداخل السكر بالسمن ويصبح كريمي. ثم نضيف البيض والفانيليا ، ورشة الملح ونخلط جيداً. بعد ذلك نضع الطيب والنشادر ونخلطهم بملعقة سيليكون حتى يتداخل الطيب بالخليط ثم نضيف الدقيق على مرحلتين ونقلب بالملعقة حتى نحصل على عجينة متماسكة. ثم نقوم بتشكيله بشكل طولي ونضعه بصينية الفرن. وبشوكه نقوم بتزيينه بعمل خطوط طوليه عليه ثم ندخله الفرن على درجة حرارة 120 لمدة 15 دقيقة .



## « قوالب الشوكولاتة »

### ◀ المقادير:

- 500 جرام شوكولاتة خام
- جوز الهند
- كيك - مربى - توفى
- حليب مطلى

### ◀ طريقة التحضير:

نقوم بتذويب الشوكولاتة على بخار ماء أو بالميكروويف ثم نقوم بتوزيعها على قوالب السيليكون الصغيرة مع التركيز على الجوانب وقاع القالب. ثم نضعه بالثلاجة حتى يتماسك. بعد ذلك نضع الحشوة المتوفرة في القالب ونقوم بتغطية الحشوة بباقي الشوكولاتة وندخلها الثلاجة حتى يتماسك جيداً ونخرجها من القوالب وتقديم بالعافية.



يالذيذ يارايق



01282412



Real Value of Product's Quality

شركة الروضة للتجارة  
محمد محمد صالح

## « المارشيملو »

### ◀ المقادير :

- كوبين سكر (400 جرام)
- كوب ماء - رشة فانيللا
- لتغطية قطع المارشيملو
- (نصف كوب نشأ ونصف كوب سكر ناعم)
- ملعقتين ونصف كبيرة جيلاتين 21 جرام
- ربع كوب عسل الجلكوز أو عسل النحل أو الكورن سيرب

### ◀ طريقة التحضير:

نذوب الجيلاتين بنصف كمية الماء ونخلطهم بالملعقة ونضعهم جانباً، ونذوب النصف الاخر من الماء على نار متوسطة بكمية السكر وكمية عسل الجلكوز او الاختيارات الأخرى التي اختزناها بدلاً عن عسل الجلكوز ونحركهم ويُفضل عدم ملامسة السكر لأطراف الوعاء وهو يسخن حتى لا تتكون قشرة من السكر غير ذائبة في الماء.

وللحصول على الدرجة المناسبة لطهي السكر للحصول على طوى المارشيملو نستخدم مقياس الحرارة والدرجة المناسبة هي من 115 الى 120 درجة مئوية وفي حال لا يتوفر مقياس الحرارة نضع نقطة من خليط السكر بوعاء فيه ماء واذا تكونت كرة مطاطية طرية فالخليط جاهز للمرحلة الثانية.

نأخذ خليط الجيلاتين ونخفقه بالخفاق الكهربائي مع إضافة خليط السكر بشكل خيط على سرعة متوسطة لحوالي عشر دقائق حتى يتحول إلى لون ابيض متماسك ويتضاعف حجمه ثم نضيف الفانيللا ثم نخلط حتى تمتزج الفانيللا مع بقية المكونات.

يتم تجهيز صينية مدهونة بزيت او مفروشة بورق زبدة مسبقاً لنضع خليط المارشيملو فيه بسرعة لكي نستطيع تشكيله قبل أن يجمد بشكله النهائي ثم نتركه لمدة ساعتين كحد أدنى أو لليوم التالي.

لتقطيع المارشيملو نستخدم سكين حاد وندهنها بكل مرة بالزيت ثم نرش على القطع خليط من النشأ والسكر الناعم وبالعاوية.



## « بسكويت الزبدة الأصلي »

### ◀ المقادير:

- كوبين دقيق الجزيرة
- ملعقة كبيرة طيب بحسب العجينة
- رشة ملح
- كوب سكر باودرة
- إضافة اختيارية ( نستبدل ملعقة
- ملعقة صغيرة فانيليا
- الدقيق بملعقة من النشأ ملعقة
- كبيرة طيب مجفف)

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء نضع الزبدة مع السكر الباودرة والفانيليا ونخفقهم بالخفاق الكهربائي حتى نحصل على قوام زبدة كريمي ابيض ثم نضيف بقية المكونات الجافة ونستمر في الخفق مرة أخرى حتى نحصل على عجينة متماسكة ثم نضيف ملعقة الحليب ونخلط مرة أخرى حتى نحصل على عجينة طرية وليست مفتتة ثم نغطيها بكيس نايلون ونضعها في التلاجة .

نأخذ جزء من العجينة ونشكلها باستخدام كيس حلواني بشكل نجمة أو أي شكل حسب الرغبة ونخلط جيداً وإذا كانت العجينة مشققة أثناء العمل عليها يمكن إضافة القليل من الحليب والجزء الآخر مع جوز هند مطحون ناعم ونفردھا بين ورق الزبدة ونضعها في الفريزر لمدة دقيقتين ليسهل تقطيعها بشكل جيد ثم نقطع العجينة بالشكل المرغوب ويمكن أن نرش على القطع سكر خشن مع مسحة من البيض على السطح . نخبز البسكويت على درجة حرارة 170 مئوية في الرف الأوسط لمدة 10 دقائق أو أقصاھا 12 دقيقة ونخرجها من صينية الخبز بعد ان تبرد تماماً وبالعافية .





## « كيكة البسبوسة »

### ◀ المقادير:

- كوبين سميد
- ملعقة كبيرة ممسوحة بيكنج باوذر
- كوب سكر
- ملعقة فانيليا ( أو بشر ليمون أو بشر برتقال)
- كوب زيت نباتي
- نصف كوب جوز هند مبشور (اختياري)
- كوب حليب
- 4 بيض
- الشيرة: كوبين ماء + كوب سكر + عصرة ليمون

### ◀ طريقة التحضير:

بوعاء نضع السكر والبيضات مع الفانيليا ونخفق بالخفاق اليدوي العادي ثم نضيف الزيت والحليب ونتأكد ان كل مكوناتنا بدرجة حرارة الغرفة وبعد الخفق نضيف السميد مع البيكنج باوذر و جوز الهند. نمسح صينية الفرن بمسحة من الزيت لكي لا تلتصق الكيكة بالصينية مع رشة من دقيق السميد ثم نصب الخليط ونوزعه بشكل متساوي ثم نضع الصينية بفرن مسخن مسبقاً في الرف الوسط على درجة حرارة 180 درجة مئوية لمدة 15 دقيقة . نقوم بتجهيز الشربات أثناء وجود الكيكة بالفرن وذلك بإضافة السكر والماء مع عصرة الليمون نقلبهم جيداً حتى تمتزج المكونات ثم نضعهم على نار متوسطة حتى يغلي ثم نطفئ النار ونتركه جانباً. نصب الشيرة على الكيكة وهي ساخنة ونغطيها بورق قصدير حتى تمتص كل الشيرة وتصبح رطبة وزينها برشة بجوز الهند ونقطعها بشكل مربعات وكل مربع نزينه بمكسرات أو ورود مجففة وتقدم.



## « الكيكة الروسية »

### ◀ المقادير:

#### ◀ مكونات طبقة الكيك: ◀ مكونات الطبقة الكريمة:

- كوب إلا ربع زبدة
- كوب سكر السعيد
- ثلث كوب عسل النحل
- ملعقة صغيرة ونصف
- بيكربونات الصوديوم
- 3 بيض - رشة ملح
- 4 أكواب دقيق الجزيرة
- كوبين قشطة رائبة (ساور كريم)
- (ويمكن استبدالها بزبادي نسبة الماء فيه أقل)
- كوبين كريمة خفق ( يمكن استبدالها
- بكريم شانتيه مخلوطة مع طيب بارد جداً)
- كوب وربع سكر ناعم
- ملعقة صغيرة فانيليا

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء عميق على النار نخلط الزبدة مع السكر والعسل وعندما يبدأ الخليط بالغليان نضيف بيكربونات الصوديوم وعندها يبدأ الخليط بالغليان فنستمر في الخلط بسرعة حتى تبدأ عملية الكرملة للسكر والعسل ويصبح لونهما بني ثم نبعث الوعاء من على النار ونستمر في الخلط وبعد أن يهدأ نضيف البيض ونخلط المكونات جيداً ثم نضيف الدقيق المخلوط مع رشة الملح تدريجياً حتى نحصل على عجينة ناعمة ورطبة (ممكن نحتاج دقيق أقل أو أكثر حسب امتصاص الدقيق للسوائل) ثم نشكل العجينة بشكل كرة ونغطيها ونضعها في الثلاجة لمدة نصف ساعة .

نقسم العجينة كرات ونفرد الكرات مع رشة دقيق حتى نضمن عدم التصاقها ثم نضغطها بالشوكة حتى لا تنتفخ ونخبز كل قطعة على صينية الفرن على درجة حرارة 180 درجة مئوية لمدة 7 دقائق ، لتجهيز الطبقة الكريمة نخلط كريمة الخفق مع القشطة الرائبة والسكر الناعم والفانيليا بالخفاق الكهربائي حتى نحصل على قوام كريمي متماسك .

في قالب دائري عميق نضع طبقات من الكيك والخليط الكريمي على التوالي ويدهن طبقات الكيك بمسحة طيب عادي حتى نحصل على كيكة رطبة لذيدة وفي الأخير بالإمكان تزينها بقطعة من قطع الكيكة المعمولة مسبقاً والمطحونة بالمطحنة نرشها على جوانب الكيكة وفي الأعلى وبالعافية .



## « بسكوت حبات القهوة »

### ◀ المقادير:

- 2 اكواب ونصف دقيق الجزيرة - ثلث كوب سكر باوذر
- نصف كوب سمنة طرية - ملعقة كبيرة كاكاو
- نصف كوب زيت - رشة ملح
- ملاعقتين كبيرة قهوة سريعة الذوبان أو بن مطحون

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء عميق نضع السمن والزيت والسكر الباوذر ونخلطهم مع بعض ثم نضيف الكاكاو والقهوة والملح والدقيق ونعجنهم جيداً ثم نشكلهم على شكل حبات البن ونضعهم بصينية فرن عليها ورق زبدة ندخلهم الفرن على درجة حرارة 120 لمدة 20 دقيقة وبالعافية.



- ☑️ السندباد الكهربي بكرة الكهربي عملة الحديد
- ☑️ 01 - 2575000
- ☑️ 02 - 2575000
- ☑️ 03 - 2575000
- ☑️ 04 - 2575000
- ☑️ 05 - 2575000
- ☑️ 06 - 2575000
- ☑️ 07 - 2575000
- ☑️ 08 - 2575000
- ☑️ 09 - 2575000
- ☑️ 10 - 2575000



Moulinex

## « رافايو »

### ◀ المقادير:

- نصف كيلو جوز الهند
- كوب طيب باوذر
- علبة قشطة لونا
- لوز أو أي نوع مكسرات للرشوة
- علبة طيب محلي

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء عميق نضع جوز الهند باستثناء كوب من جوز الهند ثم نضع القشطة والحبوب الباوذر والحبوب المحلى ونخلطهم ثم نقوم بجمع المقادير باليد حتى نحصل على عجينة متماسكة ثم نكورها ونحشيها باللوز أو أي نوع من المكسرات ونلفها ونرشها بباقي جوز الهند من جميع الجهات ونضعها في صحن وندخلها الثلاجة حتى تتماسك وبالعافية.



## « المادلين الفرنسي »

### ◀ المقادير:

- حبتين بيض بدرجة حرارة الغرفة
- نصف كوب سكر
- ملعقة صغيرة فانيليا
- بشر ليمون أو برتقال
- نصف كوب زبدة ذائبة
- كوب دقيق الجزيرة
- نصف ملعقة صغيرة بيكنج باوذر
- رشة ملح صغيرة
- سكر ناعم للتزيين

### ◀ طريقة التحضير :

بوعاء نضع السكر والبيض ونخفق بالمضرب الكهربائي حتى يصبح الخليط ابيض اللون ثم نضيف الفانيليا وبشر الليمون أو البرتقال ونخفق مرة أخرى ثم نضيف الدقيق المنخول والبيكنج باوذر ورشة الملح ثم نخلط بملعقة، وأخيراً نضيف الزبدة ونخلط بالملعقة حتى نحصل على عجينة ناعمة طرية ثم نغطي الخليط ونضعها بالثلاجة لمدة ساعة على الأقل ( هذه الخطوة مهمة جداً) .

نجهز صينية مقسمة بأشكال حسب الرغبة و ندهنها بزبدة ذائبة ثم نرشها بالدقيق ونقلب الصينية حتى يتساقط الدقيق الزائد من الصينية . نخرج العجينة من الثلاجة وبالملعقة نقسم العجين ونضع كل قسم بأقسام الصينية وعند وضعها بالفرن سوف تتشكل وتنفرد حسب شكل الصينية .

نضع الصينية بالفرن على درجة حرارة 180 درجة مئوية لحوالي من 10 دقائق إلى 15 دقيقة ويمكن تزيينها برشة سكر ناعم بعد إخراجها من الفرن .



## « كعك التمر »

### ◀ المقادير:

- 4 أكواب سميد
- كوبين دقيق الجزيرة
- 3 أكواب سمن سائح
- كيلو تمر خالي من النواة
- ملعقتين كبيرة سكر ناعم
- كوب ماء دافئ
- رشة ملح
- كوب سكر باودر للتزين

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء عميق نضع السميد والدقيق والسكر ونحركهم بملعقة الطعام ثم نضع عليهم السمن ونعجنهم جيدا ثم نضيف نصف كمية الماء مع العجن المستمر ثم نضيف باقي الماء إلى أن تصبح لدينا عجينة رملية غير متماسكة وبعدها نقوم بتكوير العجين وحشوها بالتمر وتشكيلها بقوالب الكعك ونضعها بصينية الفرن ثم ندخلها الفرن على درجة حرارة 180 درجة مئوية إلى أن يصبح لونها ذهبي وبعد أن نخرجها من الفرن نرش عليها السكر الباودر للتزين وبالعافية.





**برستيج**

منذ عام 1956  
المتاح في جميع  
مناطق المملكة

Prestige



شركة برستيج  
التجارية المحدودة

الهاتف: الرئيس: فرع: 01 454880 - 715132112  
الفاكس: 715132112 - 01 454880  
البريد الإلكتروني: info@prestige.com.sa  
البريد الإلكتروني: info@prestige.com.sa



## « كيكة الشوكولاتة بنكهة القهوة »

### ◀ المقادير:

- كوبين حليب بودر
- كوب كاكاو
- كوب زيت
- ملعقتين كبيرة كينج بودر
- رشة ملح
- 4 حبات بيض
- كوبين دقيق الجزيرة
- كوبين ماء
- كوبين سكر
- ملعقتين كبيرة قهوة سريعة الذوبان

### ◀ طريقة التحضير:

نسخن الفرن على درجة حرارة 180 درجة مئوية ثم نحضر صينية الكيك ندهنها بالزيت ونرش عليها قليل من الكاكاو ونضعها جانباً وفي الخلاط نضع البيض والسكر والحليب والزيت والماء والقهوة ونخلطهم جيداً حتى يذوب السكر تماماً وفي وعاء عميق نضع الدقيق والكاكاو والملح والبيكنج باودر ونصب عليهم الخليط ونمزجهم مع بعض جيداً بواسطة المضرب اليدوي ثم نضع الخليط في الصينية المجهزة مسبقاً ندخلها الفرن لمدة نصف ساعة ونُقدم.



## « ميني تشيز كيك »

### المقادير: ◀

#### الطبقة الأولى: ◀ الطبقة الثانية: ◀

- 2 باكيت بسكويت ماري
- 2 ملعقة كبيرة زبدة سائحة
- علبه زبادي صغيرة
- نصف كوب سكر السعيد
- نصف كوب كريمة سائلة
- 6 حبات جن كيري
- ظرف جلاتين مذاب برقع كوب ماء

### طريقة التحضير: ◀

نقوم بطحن البسكويت حتى يصبح ناعماً ثم نقوم بوضع الزبدة على البسكويت المطحون ونخلطهما مع بعض ونقوم بتوزيعه في قوالب الكب كيك أو قوالب السيليكون الصغيرة ثم نقوم بوضعهم بالثلاجة حتى تتماسك.

نضع كل مكونات الطبقة الثانية بالخلط الكهربائي حتى يصبح الخليط ناعماً ثم نقوم بتوزيعها بالقوالب الصغيرة ونضعها بالثلاجة لمدة 6 ساعات ثم نقوم بتزيينها بالفراولة أو توت أو كرز وبالعافية.



ماري تشوب  
بسكويت الأوقات الحلوة



## « حلا تراب الملوك »

### المقادير:

- باكيت بسكويت ماري
- 4 حبات جبن كيري
- كوب كريمة خفق سائلة
- علبه قشطة لونا
- ظرف كريم كراميل
- ظرف دريم ويب صغير
- علبه أناناس
- ربع كوب عصير أناناس

### طريقة التحضير:

في وعاء عميق نضع الجبن والكريمة والقشطة والدريم ويب والكريم كراميل ونخفقهم بمضرب كهربائي حتى يصبح الخليط كريمي ثم نضع الخليط بكيس طواني ونضعه بالثلاجة قليلا حتى يتماسك. نفرم البسكويت حتى يصبح ناعماً ونحضر كاسات الحلا أو كاسات زجاجية ونضع أول طبقه من البسكويت ثم نضع عليها الخليط الكريمي ونضع على الخليط شريحة أناناس صغيرة ونكرر العملية وأخيراً يزين بالأناناس ويوضع بالثلاجة 4 ساعات على الأقل وبالعاية.



ماري تيشوب  
بسكويت الأوقات الحلوة



## « كيكة الأناناس »

### ◀ المقادير:

- علبه أناناس مقطعة شرائح دائرية
- كوب سكر السعيد

### مقادير الكيكة:

- كوب دقيق الجزيرة
- كوب سكر السعيد
- كوب ماء
- نصف كوب زيت
- ملعقة كبيره بيكنج باودر
- ملعقة صغيرة فانيليا

### ◀ طريقة التحضير:

نسخن الفرن على درجة 180 درجة مئوية وفي نفس الصينية التي سنجهد فيها الكيك نضيف كوب سكر ونضعه على النار حتى يتكرمل ونرفعه من على النار ونضع فيه شرائح الأناناس ونترك الصينية جانباً. ولتجهيز خليط الكيك في الخلاط نضع كل مقادير الكيك ونخلطهم مع بعض ونضع الخليط فوق شرائح الأناناس على الصينية وندخلها الفرن لمدة 20 دقيقة حتى نتأكد من نضجها تماماً. نتركها حتى تبرد قليلاً ونقوم بقلبها وتقطيعها وبالعافية.





Marie



ماري تيشوب ..  
بسكويت الأوقات الحلوة



## « تشيز كيك ماري »

### المقادير:

- 2 بسكويت ماري - 1 جيلي فراولة أو توت - كوب إلا ربع زبدة سائحة
- 4 ظرف كريم شانتيه - كوب حليب سائل بارد - ربع كوب سكر باوذر
- 8 حبات جبن كريمي - فراولة أو توت للتزيين.

### طريقة التحضير:

الطبقة الأولى : نقوم بطحن بسكويت ماري والزبدة حتى يصبح رملي ونضعه في قالب التشيز ونضغط عليه جيدا حتى يتماسك

الطبقة الثانية: في الخلاط نضع الكريم شانتيه والسكر والحليب ونخفقهم جيدا إلى أن يتماسك الخليط ثم نضع الجبن ونمزجهم جيدا ثم نضع الخليط على طبقة البسكويت وندخله الثلاجة لمدة ساعة كي يتماسك.

الطبقة الثالثة: ظرف جيلي مع كوب ماء ساخن ونحركه حتى يذوب، ثم نضيف كوب ماء بارد ونتركه قليلاً حتى يبرد ونضع قطع الفراولة أو التوت عليه ثم نقوم بسكبه فوق طبقة الكريمة ونتركه في الثلاجة يتماسك لمدة حوالي 6 ساعات أو يوم كامل ..وبالعافية



## « كعك فاخر »

## ◀ المقادير:

- ربع كيلو سمن سائح
- 3 أكواب دقيق الجزيرة
- ثلث كوب نشأ
- 4 ملاعق كبيرة ماء دافئ
- رشة ملح
- كوب سكر باودر للتزيين
- ملعقة صغيرة سكر ناعم
- ملعقة صغيرة خميرة فورية
- ملعقتين صغيرة سمس أبيض

## ◀ طريقة التحضير:

نضع الخميرة في الماء الدافئ ونتركه جانباً ثم نضع الدقيق والنشأ في وعاء عميق آخر ونمزجهم بملعقة خشبية.

نقوم بعمل فتحة في وسط الخليط ونضع عليه السمس والسمن الدافئ وبالملعقة الخشبية نجمع الخليط ثم نضيف باقي المكونات والخميرة والماء ونقوم بعجنهم حتى نحصل على عجينة متماسكة ثم نقوم بتكوير العجينة وتشكيلها حسب الرغبة ونضعها بصينية الفرن على درجة حرارة 120 درجة مئوية لمدة 20 دقيقة وبعد أن نخرجها من الفرن نرشها بسكر الباودر للتزيين وبالعاوية.



## « كيكه الفانيلا »

### ◀ المقادير:

- خليط كيك نون - حبتين بيض - نصف كوب ماء  
- ربع كوب زيت لون صناعي

### ◀ مقادير الصوص :

كوب حليب سائل - نصف كوب حليب مكثف - رشة زعفران

### ◀ مقادير الكريمة :

كوب كريمة خفق - ظرف دريم ويب - ملعقتين كبيرة سكر باوذر

### ◀ طريقة التحضير:

نخلط جميع مكونات خليط الكيك مع بعض ثم نضع خليط الكيك في صينية فرن مدهونه بزيت وعلى الفرن إلى أن يستوي

طريقة عمل الصوص : في قدر على النار نضع كوب حليب سائل نصف كوب حليب مكثف ورشة زعفران إلى أن يغلي و نضعه على الكيك ويبرد في التلاجه لمدة ساعة.

الكريمة : نخفقهم بالمضرب الكهربائي إلى أن يتكون لدينا كريمة متماسكة ثم نزين الكيك بالكريمة وبالعافية.





## « كرات الباونتي »

### ◀ المقادير:

2 كوب جوز الهند - نصف علبة طيب مطي  
للتغليف 4 ألواح شوكولاتة سادة

### ◀ طريقة التحضير:

في وعاء عميق نضع جوز الهند والطيب المطي ونقوم بخلطهم حتى يتماسك ويصبح مثل العجينة ثم نقوم بتكويره على شكل دوائر ونضعها في الثلاجة إلى أن تتماسك.

نقوم بتذويب الشوكولاتة في الميكروويف أو على بخار ماء ثم نضع كرات الباونتي واحدة تلو الأخرى بوسط الشوكولاتة السائجة ونرفعها بشوكة ونضعها في صحن عليه ورق زبدة ونضعها بالثلاجة حتى تتماسك جيداً وتقدم وبالعافية.



## « تارت البسكوت »

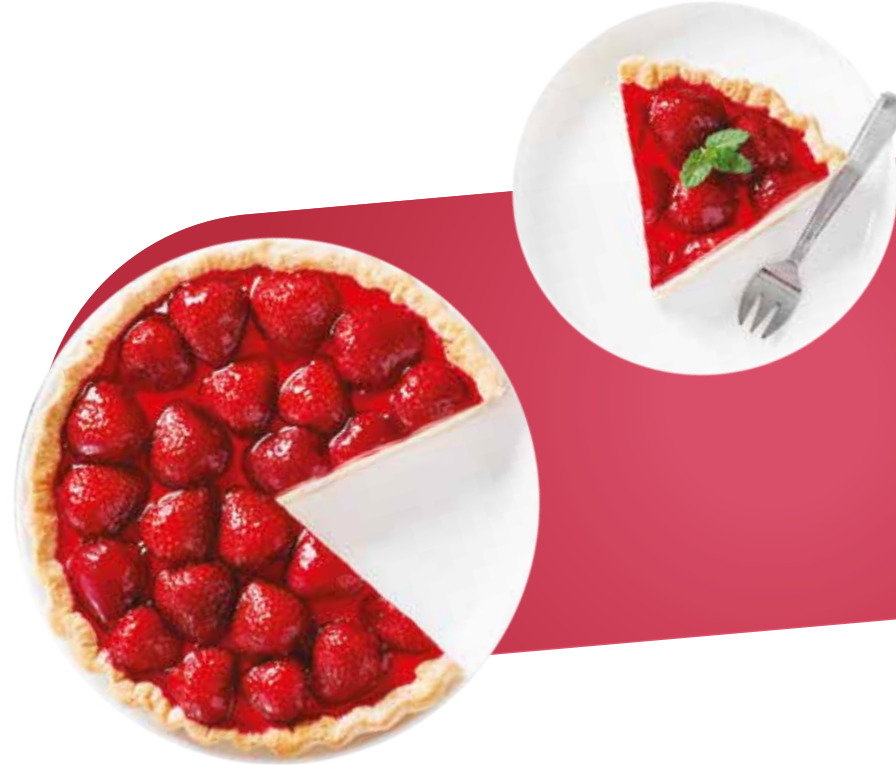
### المقادير:

2 باكيت بسكويت شاي مطحون - نصف كوب زيت - نصف كوب سكر ناعم - نصف كوب حليب سائل - ملعقة صغيرة بيكنج باودر - ملعقة صغيرة فانيليا - 3 حبات بيض - للتزيين - نصف كوب سكر - نصف كوب حليب باودر - 6 حبات جبن مثلثات - علبة قشطة لونا.

### طريقة التحضير:

نجهز قالب التارت ونقوم بدهنة بقليل من الزيت ونتركه جانباً. نضع جميع المكونات في الخلاط ونخلطهم مع بعض ثم نضع الخليط بقوالب التارت وندخله الفرن على درجة حرارة 150 درجة مئوية لمدة 20 دقيقة حتى نتأكد من أنه نضج تماماً بعدها نخرجه من الفرن ونتركه يبرد.

نخلط جميع مكونات التزيين بالخلط ونضعها فوق التارت ونرش عليه فستق أو شوكولاتة أو فراولة ويقدم وبالعافية.



طباخت رويال  
التركية

رويال  
شركة إرتكس  
التجارية المحدودة

المدى الرئيسي: صفاقس - صفاقس - صفاقس - صفاقس  
 صفاقس: 715166166 / 71212 / 494900 - 01 - صفاقس / صفاقس: 715112112 / صفاقس: 715166166  
 صفاقس: صفاقس / صفاقس: صفاقس - صفاقس: صفاقس - صفاقس: صفاقس  
 صفاقس: صفاقس / صفاقس: صفاقس - صفاقس: صفاقس - صفاقس: صفاقس

## « كوكيز شوكولا »

### ◀ المقادير:

كوب زبدة - 100 جرام شوكولاتة خام مبشورة - ملعقتين كبيرة  
كاكاو - ثلث كوب سكر السعيد - بيضة - ملعقة صغيرة قهوة  
سريعة الذوبان - كوبين دقيق أبيض الجيزة - ملعقة كبيرة  
عسل أسود

### ◀ طريقة التحضير:

نذوب الزبدة على النار ثم نضيف لها الشوكولاتة الخام  
ونخلطهم مع بعض ثم نضيف البيض والسكر ونقوم  
بضربهم بالخلاط ثم نضيف العسل الأسود والكاكاو والقهوة  
ثم الدقيق ونعجنهم حتى نحصل على عجينة متماسكة بعد  
ذلك نقوم بتكوير العجينة كرات صغيرة ونضعها بصينية الفرن  
ونضغط عليه ضغطة خفيفة من الأعلى وندخلها الفرن على  
درجة حرارة 150 درجة مئوية لمدة 15 دقيقة وبالعافية.



مطبخ  
شركة ارتكس  
التجارية المحدودة

المركز الرئيسي لتفصيل شارع فلسطين - حارة واحة نويديا للشهرات  
الهاتف : 71723 / 454953 - 01 - وخطيب 715112112 جولي 715166166  
المطبخ في صغائر معرض فلسطين - منار لخمسة الهادي - مطبخ تيني  
الهدوي - شارع بشاره (معرض) - حارة واحة نويديا للشهرات

## « بسكوت النشادر »

### ◀ المقادير:

نصف كيلو دقيق الجزيرة - ملعقة صغيرة بيكنج باودر - ثلث كوب سكر باودر - كوب سمن بارد - بيضة - ملعقة صغيرة فانيليا - ربع كوب حليب - ملعقة صغيرة نشادر.

### ◀ طريقة التحضير:

نضع الحليب مع النشادر وتقليبهم مع بعض ونتركه جانبا. في وعاء عميق نضع السمن البارد والسكر ونخلطهم بالمضرب الكهربائي حتى يتداخل السكر بالسمن ويصبح كريمي ثم نضيف البيض والفانيليا ورشة الملح ونخلط جيداً و بعد ذلك نضع الحليب والنشادر ونخلطهم بملعقة سيليكون حتى يتداخل الحليب بالخيط ثم نضيف الدقيق على مرحلتين ونقلب بالمعلقة حتى نحصل على عجينة متماسكة ثم نقوم بتشكيله بشكل طولي ونضعه بصينية الفرن وبشوكه نقوم بتزيينه بعمل خطوط طوليه عليه ثم ندخله الفرن على درجة حرارة 120 درجة مئوية لمدة 15 دقيقة وبالعافية.



## « حلا الشامواه مع بسكويت ماري »

### المقادير:

2 بسكويت ماري - ربع كوب زبدة سائحة - كوبين حليب سائل - 2 ظرف كريم كراميل - علبة قشطة لونا - ملعقة صغيرة قهوة سريعة الذوبان - ملعقتين كبيرة شوكلاتة باودر.

### طريقة التحضير:

الطبقة الأولى .. نقوم بفرم بسكويت ماري مع الزبدة حتى يصبح ناعم ونضعه في الصينية مع الضغط عليه قليلاً حتى يتماسك ثم نتركه في الثلاجة لمدة نصف ساعة.

الطبقة الثانية: في قدر على النار نضع كوبين حليب سائل و 2 ظرف كريم كراميل ونتركه على النار حتى يغلي .

ثم في الخلاط نضع خليط الكريم كراميل و 15 حبة بسكويت ماري وعلبة قشطة وملعقة صغيرة قهوة سريعة الذوبان ونخفقهم جيداً ثم نضعه على طبقة البسكويت وندخله الثلاجة حتى يتماسك الخليط ثم نرشه بالشوكلاتة الباورد ونزينه حسب الرغبة وبالعافية.



سريع التحضير



01282412



Real Value of Product's Quality

شركة الروضة للتجارة  
محمد محمد صالح

## « حلا الجيلي »

### ◀ المقادير:

ظرفين جبلي نون - بسكويت سادة - حليب سائل - ظرف كريم  
شانتيه نون - علبتين قشطة - ست حبات جن كريمي

### ◀ طريقة التحضير:

نذوب الجيلي في كوب ونصف ماء ساخن إلى أن يذوب تماماً ثم نضع عليه كوب ونصف ماء بارد ونتركه جانباً.  
الطبقة الأولى: نغمس البسكويت في الحليب ونرصه في الصينية..  
نعمل طبقتين من البسكويت.  
الطبقة الثانية: في الخلاط نضع الكريم شانتيه من منتجات نون وعلبتين قشطة والجبن وربع كوب جبلي مذاق ونخفقهم جيداً ونضعه على البسكويت ونتركه في الثلاجة نصف ساعة ي يتماسك ثم نضع عليه الجيلي ونعيده مرة أخرى إلى الثلاجة حتى يتماسك الجيلي وبالعافية.



الشركة اليمنية الدولية للصناعات الغذائية المحدودة (بيفيكو)

Yemen International Food Industries Co.Ltd.(YIFICO)



مطاحن وصوامع الغلال بالصليف

الحاج علي محمد الصارح وأولاده  
(دقيق قمح أبيض درجة أولى)

**الجزيرة**



عالي الجودة

مدعم بالحديد والفولات  
Fortified with Iron and Folic Acid

من المصنع إلى المستهلك  
الوزن الصافي ٥٠ كجم

ج. ي. - الصليف - طهورة - ٥١٥٠٠ - ٥١٥٠٠ - ٥١٥٠٠  
الصنعمة - الطهورة - ٥١٥٠٠ - ٥١٥٠٠ - ٥١٥٠٠  
سبأ - الكحلان - ٥١٥٠٠ - ٥١٥٠٠ - ٥١٥٠٠  
مغلف في مكان جاف وبارد

**دقيق الجزيرة**

خيارك الأفضل





طعم أغنى ..  
للحظات أحلى ..





بنكهات  
متعددة  
ورهيبة



01282412



Real Value of Product's Quality

شركة الروضة للتجارة  
محمد محمد صالح

