

طريقة عمل مجبوس اللحم الخليجي لذيذ بالصور



المقادير :

لحم بعدد افراد الاسره + بصلتين كبار مُقطعه مربعات صغيره
3 فصوص ثوم + 5 حبات طماطم مسلوقة وينزع الجلد عنها ثم تهرس
عليه معجون طماطم + رز مغسول ومنقوع بالماء
البهارات: [ملح _ فلفل أسود مطحون _ لومي أسود
عودين قرفه _ 5 حبات هيل _ ورقتين غار_ بهار مشكل]
3 عود فلفل أخضر + ليمون عماني يابس + ماء ساخن + زيت

حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** _ لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يوضع اللحم في قدر الضغط ويضاف الماء الساخن والبهارات الصحيحه ويترك يغلي
حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** _ لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يكتّم القدر ويترك حتى استواء اللحم
حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يضاف قليل من الزيت في القدر ويحمر البصل
حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



ثم يوضع الثوم و يقليب حتى تَطْلَع الرائحة
حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



تضاف الطماطم ومعجون الطماطم والملح ويترك يغلي على النار
حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



ثم يضاف اللحم ويرش بالبهارات المطحونه والليمون العماني ويقلب
حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



تضاف مرقه سلق اللحم ويترك يغلي حتى يتسك
حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** _ لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يرفح اللحم من المرقه

حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** _ لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



ويحمر بالفرن من الجهتين

حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يضاف الرز للمرقه بعد تصفيته من الماء
حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يترك يغلي على نار عاليه ثم تخفض النار ويترك حتى الاستواء
حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يضاف الفلفل الحار ويترك الرز حتى ينشف جيدا

حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



يوضع اللحم في القدر على الرز ويترك لوقت التقديم
حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** _ لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فرووحة الإمارات** _ لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ



حقوق النشر محفوظة لـ **فروحة الإمارات** - لا تحرموني من صالح الدعاء

موقع موسوعة الطبخ