

طريقة عمل صدور الدجاج المقلية



وقت التحضير

60 دقيقة

وقت الطهي

15 دقيقة

عدد الافراد

4

الدجاج المقلي من الوجبات الشهية واللذيذة، يمكن تحضيره في وجبة الغداء أو العشاء مع المكرونة أو البطاطس المقلي

المقادير

"تكفي 4 أشخاص"

- شرائح صدور دجاج 8
- كوب لبن رايب 1
- عصير ليمونة
- فصوص ثوم مهروس 2
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" دقيق أبيض 2
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" ملح 1

- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" بهارات دجاج 1
- ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" بابريكا 1
- ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" كاري 1
- ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" سكر 1
- بقسماط ناعم للتغطية
- زيت للقلي

طريقة عمل أصابع الحنة المقلية

خطوات التحضير

- نغسل صدور الدجاج، وندقها بمطرقة اللحوم.
- في بولة غويطة، نضع [اللين الرائب](#)، وتبله بالثوم والملح و**البهارات الدجاج** والسكر والبابريكا والكاري، ونخلطه جيداً.
- نضع صدور الدجاج في التتبيلة، وندعكها جيداً، ثم نغطي البولة، ونضعها في الثلاجة لمدة ساعة على الأقل.
- في طبق واسع ومسطح نخلط البقسماط مع الدقيق.
- نرفع قطع الدجاج من التتبيلة، ونغمسها في خليط البقسماط من الجانبين ليغطيه بالكامل.
- "في مقلاه واسعة وعلى نار متوسطة، نضع الزيت حتى يسخن" يقدح.
- نقلي شرائح الدجاج في الزيت، ونقلبها على الجانبين حتى تكتسب اللون الذهبي.
- نرفع صدور الدجاج المقلية على ورق مطبخ ليتخلص من الزيت الزائد.
- نقدم صدور الدجاج المقلية مع [المكرونه بالصوص الأبيض](#) و**البطاطس المقلية**.
- **وصفة مشابهة: طريقة عمل شوربة الدجاج الكريمي**

سر نجاح صدور الدجاج المقلية

- يمكن إضافة ملعقتين كبيرتين من النشا لخليط البقسماط؛ للحصول على صدور مقرمشة بشكل أكبر.

- يمكن استبدال اللبن الرائب بالزبادي .

فوائد الدجاج:

- تحتوي الدجاج على نسبة عالية من البروتين الضروري لبناء عضلات الجسم .
- تحتوي الدجاج على العديد من الفيتامينات التي تحافظ على صحة العينين والعظام .
- يحتوي صدر الدجاج المقلي المتوسط "85 جرام" على 160 سعر حراري .

طريقة عمل مسقعة الدجاج بالبشاميل



وقت التحضير

دقيقة 30

وقت الطهي

دقيقة 40

عدد الافراد

4

تعتبر المسقعة من الوصفات المصرية اللذيذة التي يعشقها الكثير والتي يتم إعدادها بكثرة لأنها تحتوي على مكونات غير باهظة الثمن ومفيدة وتقي من الكثير من الأمراض في نفس الوقت .. وصتنا اليوم هي مسقعة

الدجاج بالبشاميل .. طريقة جديدة للمسقة و يمكنك وضع اي كمية متبقية من الدجاج من وجبة اخرى او حسب الرغبة

المقادير

" تكفي 4 أشخاص "

- كيلو باذنجان رومي ، مقطع حلقات 1
- ثمرة بصل كبيرة الحجم ، مقطع حلقات 2
- ثمرة فلفل أخضر رومي ، ألوان ، مقطع حلقات 5
- قرن فلفل أخضر حار ، مقطع 1
- كوب كبير عصير طماطم 1
- ملح
- فلفل اسود مطحون
- ملعقة صغيرة (ملعقة الشاي) كمون 1/2
- رشة بهارات
- صدور دجاج مخلية
- صلصة بشاميل
- [طريقة عمل مسقة بالفلفل الحار](#)

خطوات التحضير

- في مقلاة على نار متوسطة يسخن الزيت.
- توضع حلقات الباذنجان في الزيت الساخن و تترك حتى تتحمر.
- في مقلاة أخرى على نار متوسطة نضع القليل من الزيت يسخن ثم نضع حلقات البصل و الفلفل الرومي و الفلفل الحار و تقلب حتى تتحمر قليلا.
- توضع حلقات الباذنجان على حلقات [البصل](#) و الفلفل ثم تتبل بالملح و الفلفل و البهارات.
- في مقلاة على نار متوسطة تشوح قطع الدجاج تنضج ثم ترفع من على النار.
- في صينية فرن ، توضع طبقة من حلقات الباذنجان و 1/4 كمية مزيج الفلفل الرومي و البصل ثم 1/4 كمية عصير الطماطم و توزع.

- نضع جزء من صدور الدجاج فوق [عصير الطماطم](#) ثم نضع طبقة أخرى من حلقات الباذنجان و 1/4 كمية مزيج الفلفل الرومي و البصل ثم 1/4 كمية [عصير الطماطم](#) و توزع ثم طبقة من صدور الدجاج.
- تكرر الخطوتين السابقتين (6 - 7) حتى الإنتهاء من الكمية.
- توضع [صلصة الشاميل](#) كطبقة أخيرة فوق المزيج ثم تدهن ب 1 بيضة مخفوقة.
- توضع صينية المسقعة في الفرن من 30 - 45 دقيقة حتى يحمر الوجه.
- و تقدم.
- **وصفة مشابهة : [طريقة عمل مسقعة لبنانية بالحمص](#)**

: سر نجاح مسقعة الدجاج بالبشاميل

- تشوح حلقات البصل و الفلفل بمفردها بعيدا عن الباذنجان حتى لا تحترق لإن الباذنجان يأخذ وقت في السواء.
- يجب طهي قطع الدجاج قبل وضعها في المسقعة.

: فوائد مسقعة الدجاج بالبشاميل

- يحتوي الباذنجان على الحديد الذي يقي من فقر الدم.
- مفيد للأعصاب لإحتوائه على مادة السكوبارون.

: السرعات الحرارية فيالمسقعة

- يحتوي مقدار مغرفة واحدة متوسطة الحجم من المسقعة على 120 سعر حراري.

طريقة عمل رول الدجاج بالجبن و المشروم



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 35

عدد الافراد

4

يحتوي الدجاج على نسبة عالية من البروتين و التي يحتاجها الجسم بالاضافة الى المشروم و الفلفل و الموزاريلا لاضافة طعم لا يقاوم.

المقادير

" تكفي ٤ أشخاص "

- كيلو دجاج بانيه ، مفروم 1/2
- ثمرة بصل متوسطة الحجم مقطعة 1
- ثمرة فلفل الوان ، مقطع 2
- كوب كبير مشروم ، مقطع 1/2
- جبن موزاريلا مبشور (الكمية حسب الرغبة)
- بيضة 1
- ملعقة كبيرة (ملعقة طعام) بقسماط مطحون 3
- ملعقة كبيرة (ملعقة طعام) زيت 2

- رشة ملح
- رشة فلفل اسود مطحون
- رشة كاري
- رشة بابريكا
- رشة بودرة بصل
- [طريقة عمل رولات الدجاج بالخضار الآسيوية](#)

خطوات التحضير

- في بولة متوسطة الحجم يوضع الدجاج و الملح و الفلفل و الكاري و البابريكا و يقرب جيدا حتى تختلط المكونات معا.
- يوضع البيض و البقسماط على الدجاج المفروم و يقرب جيدا
- في مقلاة على نار متوسطة يوضع [البصلو الفلفل الملون](#) و [المشرومو](#) يقرب بااستمرار حتى يصبح طري و يتغير لونه قليلا
- تدهن ورقة فويل (المونيوم) بالقليل من الزيت ثم يفرد مزيج الدجاج المفروم و المشروم في المنتصف ثم توضع الموزاريلا على الوجه
- يسخن الفرن على درجة حرارة 180 درجة مئوية
- نلف الفويل على الحشو مع الضغط عليه برفق حتى يصبح على شكل رول ثم يوضع في صينية قابلة للاستخدام في الفرن مدهونة بالقليل من الزيت
- توضع الصينية في الفرن لمدة 30 دقيقة
- يرفع (يزال) الفويل من على الدجاج ثم يدهن [بالصوصالمفضل](#) و يوضع تحت الشواية في الفرن حتى يتحمر الوجه و يقدم ساخنا

طريقة عمل صدور الدجاج بالصوص الأبيض



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 30

عدد الافراد

6

صدور الدجاج من الأطباق المنتشرة في مطابخ كل الدول، وتحضر بطرق مختلفة ومتنوعة حيث يمكن أن تكون مشوية أو مقلية أو في الفرن أو مع أنواع مختلفة من الصوصات الشهية

المقادير

"تكفي 6 أشخاص"

- شرائح دجاج فيليه 6
- كوب كريمة طبخ 2
- كوب مشروم طازج شرائح 1
- حبة بصل مفروم 1
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" مستردة 1
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" زبدة 1
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" زيت 1
- ملعقة صغيرة ثوم مفروم 1

- ملعقة صغيرة بودرة بصل 1
- ملعقة صغيرة ملح 2
- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود
- بقدونس مفروم للتزيين

طريقة مميزة لعمل دجاج بصوص التفاح

خطوات التحضير

- "في مقلاه واسعة وعلى نار متوسطة، نضع الزيت والزبدة حتى يسخن "يقده"
- نضع شرائح الدجاج في المقلاه، ونقلبها على الجانبين حتى تكتسب لون ذهبي فاتح، ثم نرفعها جانباً
- في نفس المقلاه، نضع البصل والثوم، ونقلبهم حتى يذبل البصل ويلين
- نضيف المشروم، ونقلبه لمدة 5 دقائق حتى يتشوح
- نذيب المستردة في كريمة الطبخ، ونضيفها للمقلاه، ونقلب جيداً
- نعيد شرائح الدجاج في المقلاه، وتبلها بالملح والفلفل الأسود، ونقلب جيداً
- نغطي المقلاه، ونتركها لمدة 15 - 20 دقيقة حتى تنضج
- نضع صدور الدجاج في الطبق، ونصب فوقها الصوص، ونزينها بالبقدونس
- نقدم صدور الدجاج بالصوص الأبيض ساخنة مع [الأرز](#)
- **وصفة مشابهة: [طريقة عمل الدجاج بالصويا صوص](#)**

سر نجاح صدور الدجاج بالصوص الأبيض:

- للحصول على صوص كثيف القوام، يمكن إضافة نصف كوب من الحليب أو الماء مذاب فيه 1 ملعقة كبيرة نشا
- يمكن استبدال المستردة برشة قرفة ناعمة، ويمكن الإستغناء عنها

فوائد صدور الدجاج بالصوص الأبيض:

- هذه الوصفة مناسبة لمن يرغبون في زيادة الوزن لأنها تحتوي على نسبة عالية من الدهون الصحية والبروتين
- يحتوي كل ربع كيلو من الدجاج بالصوص الأبيض على 650 سعر حراري

طريقة عمل أرز مكسيكي بالدجاج



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 40

عدد الافراد

8

يعتبر المطبخ المكسيكي من المطابخ العالمية المهمة، وتتميز وصفات المطبخ المكسيكي بأنها حارة وبها بهارات كثيرة للحصول على مذاق قوي

المقادير

تكفي 8 أشخاص "خليط الأرز"

- كوب أرز بسمتي 3
- حبة طماطم مقشرة ومقطعة 1
- حبة كبيرة فلفل أحمر مقطعة 1
- ربع كوب بقادونس مفروم
- ربع كوب زيت
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" صلصة طماطم 2

خليط الدجاج:

- دبايس دجاج 8
- حبة كبيرة بصل مفروم 1
- حبة فلفل رومي مفروم 2
- فصوص ثوم مفروم 4
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" زيت 6
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" زبدة 2
- ونصف ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" ملح 1
- نصف ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" بهارات دجاج
- نصف ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" بابريكا
- نصف ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" شطة
- ربع ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" فلفل أسود مطحون
- ماء

[طريقة عمل توستادا الدجاج مكسيكي](#)

خطوات التحضير

- في ماء وفير، نغسل الأرز، ثم ننقعه لمدة نصف ساعة ثم نصفه من الماء.
- في طبق صغير، نخلط الملح والفلفل الأسود وبهارات الدجاج والشطة والبابريكا.
- نتبل قطع الدجاج نصف خليط البهارات، وندعكها في التتبيلة جيداً.
- "في وعاء كبير على نار متوسطة، نضع الزيت والزبدة حتى يسخن" يقدر.
- نضع قطع الدجاج في الوعاء، ونقلبها حتى تكتسب اللون الذهبي.
- نرفع الدجاج من الوعاء، ونضعها جانباً.
- في نفس الوعاء وعلى نار متوسطة، نضيف البصل والثوم والفلفل الرومي، ونقلبهم حتى يتشوحوا وتتصاعد رائحتهم.
- نضع قطع الدجاج من أخرى، ونضيف الماء حتى يغطيها.
- نغطي الوعاء، ونتركه على نار هادئة لمدة 25 - 30 دقيقة حتى تنضج.
- "نرفع الدجاج من الوعاء، ونتركه جانباً، مع الاحتفاظ بالشوربة" المرقة.

- "في وعاء آخر وعلى نار مرتفعة، نضع الزيت حتى يسخن "يقدح
- نضع الطماطم في الوعاء، ونقلبها حتى تلين، ثم نضيف [صلصة الطماطم](#)
- نقلب جيداً، ثم نضيف باقي كمية البهارات والأرز، ونقلبه جيداً حتى يختلط
- نضيف 4 كوب ونصف من الشوربة، ونقلب مرة أخرى
- نترك الوعاء على نار مرتفعة حتى يبدأ في الغليان ويتشرب جزء من الشوربة
- نوزع قطع الدجاج فوق الأرز، ثم نغطي الوعاء، ونتركه على نار هادئة لمدة 30 دقيقة حتى ينضج
- في طبق واسع، نضع الأرز المكسيكي، ونوزع فوقه قطع الدجاج، ثم نُزينه بالبقدونس المفروم
- نقدم الأرز المكسيكي بالدجاج ساخن مع [سلطة الزبادي](#)

سر نجاح الوصفة:

- إضافة الصلصة تُكسب الأرز لون مميز وطعم شهوي
- يمكن إضافة الكاري أو الكركم لإكساب الوصفة مذاق خاص

فوائد الوصفة:

- الأرز يحتوي على النشويات التي تمد الجسم بالطاقة
- الدجاج يحتوي على البروتين الذي يساعد في بناء العضلات
- يحتوي الطبق المتوسط "100 جرام" من الأرز المكسيكي على 173 سعر حراري

بالصور.. طريقة جديدة لعمل شاورما الدجاج في الفرن



وقت التحضير

دقيقة 30

وقت الطهي

دقيقة 40

عدد الافراد

7

شاورما الدجاج في الفرن هي طريقة سهلة و سريعة و صحية في نفس الوقت و ذات جودة مضمونة و يمكنك تناولها مع السوتيه و السلطة

المقادير

" تكفي 7 أشخاص "

- كيلو صدور دجاج مخلية (بانيه) 1
- كوب زبادي 4
- ليمونة متوسطة الحجم معصورة 1/2
- ملعقة كبيرة بقدونس مقطع 1
- رشة بابريكا
- رشة ملح
- رشة فلفل أسود مطحون
- ثمرة طماطم كبيرة الحجم 1

- ثمرة بصل كبيرة الحجم 1

طريقة عمل النجرسكو بالجبن الشيدر



وقت التحضير

دقيقة 30

وقت الطهي

دقيقة 20

عدد الافراد

4

النجرسكو بالجبن الشيدر أحد الوصفات الإيطالية الشهيرة التي لها مذاق مختلف أنواع اطباق المكرونة الأخرى .. ويمكنك اضافة الزيتون الى الحشو لطعم رائع

المقادير

" تكفي 4 أشخاص "

- كيلو لبن كامل الدسم 1
- كيلو كريمة طبخ 1/2
- ملعقة صغيرة (ملعقة الشاي) زبدة 2
- ملعقة صغيرة (ملعقة الشاي) ثوم مفروم 1/4

- كيلو صدور دجاج مقطعة 1/2
- كيس مكرونة أقلام 1
- ملح (الكمية حسب الرغبة)
- فلفل أسود مطحون (الكمية حسب الرغبة)
- رشة جوزة الطيب
- كيلو جبن شيدر مبشور 1/8
- كيس جبن موزاريلا مبشور ، صغير الحجم 1

طريقة عمل أفخاذ دجاج بالحمص والهريسة الحارة



وقت التحضير

30 دقيقة

وقت الطهي

60 دقيقة

عدد الافراد

4

الدجاج أحد أنواع البروتينات الحيوانية، وتعتبر الدواجن صحية أكثر من اللحوم، ويمكن تحضيرها بطرق مختلفة مشوية أو مقلية أو مسلوقة أو مع الصوصات المتنوعة

المقادير

"تكفي 4 أشخاص"

- أفخاذ دجاج 4
- نصف كيلو حمص مسلوق
- ربع كيلو سجق
- "كوب صلصة طماطم" 400 جرام 1
- نصف لتر شوربة دجاج
- عيدان كراث مقطع 2
- حبة باذنجان مقطع مكعبات 1
- حبة فلفل أحمر مقطع 1
- حبة فلفل أصفر مقطع 1
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" هريسة حارة 4
- ملعقة كبيرة "ملعقة طعام" زيت زيتون 3
- ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" ثوم مفروم 3
- ملعقة صغيرة "ملعقة شاي" بابريكا 1
- ملح
- فلفل أسود مطحون

[طريقة عمل دجاج بالكاري والفلفل الحار](#)

خطوات التحضير

- "في وعاء كبير على نار هادئة .. نضع الزيت حتى يسخن" يقدح
- ثم نضيف إليه الكراث، ونقلبه حتى يذبل
- نضيف إليه الثوم، ونقلبه حتى يصفر
- نضع [الحمص المسلوق](#) والباذنجان والفلفل الاحمر والاصفر، ونقليهم حتى يتغير لون الخضروات
- في وعاء آخر على نار متوسطة نضع الزيت حتى يسخن "يقدح"، ثم نضع فيه أفخاذ الدجاج
- نقلب أفخاذ الدجاج حتى تكتسب اللون الذهبي، ثم نرفعها جانبا

- في نفس الوعاء .. نضع **السحق**، ونقلبه لمدة 5 دقائق وحتى يتشوح ثم نرفعه.
- نضيف إلى وعاء الخضروات **الهريسة الحارة** و**صلصة الطماطم** والشورية.
- وتبليها بالملح والفلفل الاسود والبابريكا، ونقلبهم جيداً.
- نضيف إلى نفس الوعاء الدجاج والسحق، ونوزع الدجاج بين خليط الحمص بالهريسة.
- نغطي الوعاء بإحكام، ونتركه على نار هادئة لمدة ساعة حتى تنضج.
- تقدم الدجاج ساخنة مع **مكرونه بالصلصة في الفرن**.
- **وصفة مشابهة: طريقة عمل أفخاذ دجاج بالخضار في 30 دقيقة**

سر نجاح الوصفة:

- أن تكون أفخاذ الدجاج متوسطة الحجم حتى لا تأخذ وقت كبير في التسوية.
- ترك الخليط بعد وضع الدجاج حتى يتسبك ليكون طعمه أذ.

فوائد الوصفة:

- تحتوي الدجاج على البروتينات الضرورية للجسم.
- تعتبر الشطة الموجودة في الهريسة مسكن للألام، ولكنها غير مناسبة لمرضى التهاب المعدة او القاولون.
- يحتوي فخذ الدجاج المتوسط "140 جرام" على 280 سعر حراري.

لمحبي الأكل الآسيوي .. دجاج بالتبيلة الهندية



وقت التحضير

30 دقيقة

وقت الطهي

30 دقيقة

عدد الافراد

4

يتميز الأكل الهندي بالمذاق القوي والطعم المميز، وهذا يرجع لاستخدام توابل لها طعم خاص، وعادة ما يكون الاكل الهندي حار حيث من مكوناته الاساسية الشطة والزنجبيل

المقادير

- صدور دجاج مكعبات 4
- علبة زبادي 1
- فصوص ثوم مهروس 3
- ملعقة كبيرة زنجبيل مفروم 1
- ملعقة كبيرة صلصة طماطم 1
- ملعقة كبيرة عصير ليمون 1
- ملعقة صغيرة ملح 1
- ملعقة صغيرة بهارات دجاج 1
- ملعقة صغيرة بابريكا 1
- ملعقة صغيرة كاري 1
- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود
- نقطة لون طعام أحمر 1
- نقطة لون طعام أصفر 1
- زيت

[طريقة تحضير دجاج سويت اند ساور](#)

خطوات التحضير

- نضع [الزبادي](#) في بولة، ونضيف إليه الثوم والزنجبيل و**صلصة الطماطم** وعصير الليمون، وخلط جيداً حتى يصبح كريمي القوام.

- تتبل الخليط بالملح والفلفل الاسود و**بهارات الدجاج** والكارى والبابريكا، ونخلط مرة أخرى ليتجانس.
- نضع قطع الدجاج في التتبيلة، وندعكها فيها جيداً.
- نترك الدجاج في التتبيلة لمدة ليلة كاملة أو ست ساعات على الأقل.
- نسخن الفرن على درجة حرارة 180 مئوية، وندهن الصينية بالزيت.
- نوزع الدجاج في الصينية، ندخله الفرن لمدة 30 دقيقة وحتى ينضج.
- يراعى تقليب الدجاج من وقت لآخر أثناء تسويته.
- نخرجه من الفرن، ونضعه في الطبق.
- نقدمه ساخن مع **الأرز الأبيض**.

سر نجاح الوصفة:

- ترك قطع الدجاج في التتبيلة لمدة لا تقل عن ست ساعات ولا تزيد عن ليلة كاملة.
- كلما زادت مدة التتبيل كلما كان الطعم أقوى.
- الوان الطعام عامل هام للحصول على لون دجاج تكا الهندي.

فوائد الوصفة:

- تحتوي الدجاج على البروتينات الهامة لبناء العضلات، وعلى الاحماض الامينية الضرورية للجسم.
- يحتوي كل 85 جرام على 160 سعر حراري.

طريقة عمل أفخاذ الدجاج الحارة بالمستردة و البارميزان



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 40

عدد الافراد

4

المقادير

- قطع أفخاذ دجاج 8
- زيت نباتي
- ملعقة كبيرة زبدة غير مملحة 2
- فص ثوم مقطع 2
- كوب مستردة 1
- ملعقة صغيرة شطة 1/2
- كوب بقسماط مطحون 1 1/2
- كوب جبن بارميزان مبشور 3/4
- كوب بقدونس مقطع 1/4
- ملعقة صغيرة بابريكا 2
- ملح

خطوات التحضير

- سخني الفرن على درجة حرارة 200 درجة مئوية.
- قومي بدهن صينية قابلة للإستخدام في الفرن بالقليل من الزيت.
- اخلطي الثوم و الزبدة جيدا في بولة قابلة للإستخدام في المايكروويف ثم غطيها بالبلاستيك الإستريتش و ضعها في المايكروويف لمدة 1 دقيقة ثم ضعي عليها المستردة و اخلطي جيدا.
- في بولة كبيرة الحجم اخلطي البقسماط المطحون و الجين البارميزان و الثوم المعمر و البابريكا.
- رشي 1/2 ملعقة صغيرة من الملح على أفخاذ الدجاج ثم ضعي كل واحدة منها في مزيج المستردة ثم في مزيج البقسماط المطحون حتى تغطي من جميع الجوانب.
- ضعي أفخاذ الدجاج في الصينية مع مراعاة وجود مسافة فاصلة بينهم.
- ضعي الصينية في الفرن بحيث يكون الرف الشبكي في المنتصف لمدة 40 دقيقة.
- قدمي أفخاذ الدجاج الحارة بالمستردة و البارميزان ساخنة الأرز و الخضار.

طريقة عمل صدور الدجاج بالبيروني و الموزاريللا



وقت التحضير

دقيقة 10

وقت الطهي

دقيقة 15

عدد الافراد

2

المقادير

- قطعة صدور دجاج مخلية ، مقسم كل صدر الى اثنين 2
- ملح
- فلفل اسود مطحون
- ملعقة كبيرة زبدة 2
- ملعقة كبيرة زيت زيتون 2
- [كوبصوص مارينارا](#) 3
- شرائح بيروني
- مكعبات موزاريللا
- بقدرونس مقطع

خطوات التحضير

- تبلي صدور الدجاج بالملح والفلفل جيدا.
- ضعي الزبدة و زيت الزيتون في مقلاة على نار متوسطة.
- ضعي صدور الدجاج في المقلاة و اتركها لمدة 2 1/2 دقيقة لكل جانب حتى تنضج ثم ارفعيها من المقلاة.
- ضعي الصوص في المقلاة و اتركه حتى يسخن ثم ضعي صدور الدجاج و غطيها بالصوص.
- ضعي شراح البيروني فوق صدور الدجاج ثم ضعي مكعبات الموزاريلا.
- غطي المقلاة و اتركها لمدة من 2-3 دقائق حتى تذوب الجبن.
- زيني صدور الدجاج بالبقدونس ثم قدميها ساخنة.

طريقة عمل كفتة الدجاج المشوية بالبطاطس



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 15

عدد الافراد

5

المقادير

كيلو صدور مخلية ، مفرومة 2 ثمرة بطاطس مسلوقة 3 ملعقة كبيرة بقدونس 1
مفروم 3 ملعقة صغيرة شبت مفروم 3 فص ثوم مهروس 1 ثمرة بصل مفرومة 1
ملعقة صغيرة ملح 1/2 ملعقة صغيرة فلفل اسود مطحون 1/2 ملعقة صغيرة بابريكا
1/4 ملعقة صغيرة زنجبيل

خطوات التحضير

- في بولة كبيرة الحجم ضعي الدجاج المفروم و البطاطس و قلبي .
- تبلي الدجاج بالملح و الفلفل و البابريكا و الزنجبيل ثم اضيفي الشبت و البقدونس و قلبي حتى تمام الاختلاط .
- قومي بتشكيل مزيج الدجاج على هيئة أصابع .
- سخني الزيت في مقلاة على نار متوسطة .
- ضعي اصابع الكفتة في الزيت الساخن لتتحمر ثم ضعها في طبق التقديم .
- قدمي الكفتة مع المكرونة و السلطة .

طريقة عمل ساندويتش الدجاج بالباركيو



وقت التحضير

15 دقيقة

وقت الطهي

20 دقيقة

عدد الافراد

4

المقادير

- صدور دجاج مخلية 4
- كوب باركيو صوص 1/2
- ملعقة صغيرة زبدة 1
- ثمرة بصل مقطعة شرائح رقيقة 1
- ثمرة فلفل اخضر 1
- قطع شرائح مشروم 4
- خبز فينو
- خس مقطع

خطوات التحضير

- سخني الزيت في مقلاة على نار هادئة.
- تبلي صدور الدجاج جيدا حسب الرغبة من الجانبين و ضعها في المقلاة كي تنضج.
- قلبي صدور الدجاج من حين لآخر ثم ضعي عليها الباربيكيو صوص.
- قومي بإذابة الزبدة في مقلاة على نار متوسطة.
- ضعي البصل و الفلفل و المشروم في الزبدة و قلبي حتى يذبل المزيج.
- ضعي صدور الدجاج في الخبز ثم ضعي شرائح الفلفل و البصل فوق الدجاج.
- و يقدم.

طريقة عمل أفخاذ الدجاج بالصوص الكريمي



وقت التحضير

15 دقيقة

وقت الطهي

35 دقيقة

عدد الافراد

6

المقادير

- قطع أفخاذ دجاج 6
- ملح
- فلفل أسود مطحون
- ملعقة كبيرة زبدة غير مملحة 3
- فص ثوم ، شرائح 4
- كوب شوربة دجاج 1
- كوب كريمة ثقيلة 1/2
- كوب طماطم مجففة 1/3
- ملعقة صغيرة أوريجانو مجفف 1
- ملعقة صغيرة زعتر مجفف 1
- كوب ريحان طازج ، شرائح 1/4

خطوات التحضير

- تبلي أفخاذ الدجاج بالملح و الفلفل.
- أذبي 2 ملعقة كبيرة من الزبدة في مقلاة قابلة للإستخدام في الفرن
- ضعي أفخاذ الدجاج في المقلاة على نار متوسطة و اتركها لتتحمّر من كلا الجانبين ثم ارفعيها من المقلاة.
- أذبي باقي الزبدة ثم ضعي الثوم و قلبي ليتحمّر ثم ضعي الشوربة و الكريمة و الطماطم المجففة و الزعتر و الأوريجانو و قلبي ثم إخفصي درجة الحرارة مع التقليب حتى يصبح القوام سميك.
- ضعي أفخاذ الدجاج في المقلاة و قلبها برفق في الصوص ثم ضعي المقلاة في الفرن على درجة حرارة 200 درجة مئوية لمدة 25 دقيقة.
- قدمي أفخاذ الدجاج بالصوص الكريمي مع البطاطس المهروسة و الشوربة أو الأرز بالخضروات.

طريقة عمل الدجاج بالفلفل الملون والفاصوليا



وقت التحضير

15 دقيقة

وقت الطهي

30 دقيقة

عدد الافراد

4

المقادير

- نصف كيلو صدر دجاج مقطعة
- حبة فلفل أخضر شرائح 1
- حبة فلفل أحمر شرائح 1
- حبة فلفل أصفر شرائح 1
- نصف كوب فاصوليا خضراء مقطعة
- ربع كوب عصير ليمون
- ربع كوب صويا صوص
- ملح
- فلفل أسود
- بهارات دجاج
- زيت

خطوات التحضير

- يوضع الزيت في مقلاة على النار حتى يسخن.
- توضع قطع الدجاج، وتقلب حتى يتغير لونها.
- يضاف الفلفل الملون والفاصولياء، ثم تتبل بالملح والفلفل الاسود وبهارات الدجاج، وتقلب جيداً.
- تترك على نار متوسطة لمدة 15 دقيقة، ثم يضاف عصير الليمون والصويا صوص.
- تقلب مرة أخرى حتى تتجانس، ثم ترفع من على النار.
- توضع في الطبق، وتقدم ساخنة.