

طريقة عمل شوربة الجزر و البطاطس



وقت التحضير

20 دقيقة

وقت الطهي

20 دقيقة

عدد الافراد

2

المقادير

- ثمرة جزر مقشرة و مقطعة 1
- ثمرة بطاطس مقطعة 1
- ثمرة بصل صغيرة مفرومة 1
- ملعقة كبيرة زيت زيتون 2
- كوب شوربة دجاج 2

خطوات التحضير

سخني الزيت في إناء متوسط على نار متوسطة ثم ضعي البصل و قلبي باستمرار حتى يذبل. ضعي الجزر و البطاطس في الإناء و قلبي ثم ضعي الشوربة ثم اخفضي درجة الحرارة و اتركي الإناء لمدة 15 دقيقة. قدمي شوربة الجزر و البطاطس ساخنة مع الليمون.

طريقة عمل شوربة الكرنب بالجزر



وقت التحضير

15 دقيقة

وقت الطهي

20 دقيقة

عدد الافراد

4

المقادير

- نصف رأس كرنب مقطع
- حبة جزر حلقات 2
- حبة بصل مفروم 1
- ملعقة كبيرة زيت 3
- "كوب شوربة" مرقة 4
- مكعب مرقة خضار 1
- ملح
- فلفل أسود

خطوات التحضير

- يوضع الزيت في وعاء على النار حتى يسخن.
- يوضع البصل، ويقلب حتى يذبل.
- يضاف الجزر والكرنب، ويقلب حتى يتشوح.
- تتبل بالملح والفلفل الاسود ومرقة الخضار، وتقلب مرة أخرى.
- تضاف الشوربة، وتقلب جميع المكونات حتى تغلي.
- تغطى، وتترك على نار هادئة حتى ينضج.
- توضع في الأطباق، وتقدم ساخنة.

طريقة عمل شوربة الذرة بالسوسيس والبروكلي



وقت التحضير

15 دقيقة

وقت الطهي

20 دقيقة

عدد الافراد

6

المقادير

- كوب ذرة حلوة 3
- "كوب شوربة" مرقة 2
- كوب بروكلي مسلوق 1
- نصف كوب كريمة طبخ
- حبة **سوسيس** 8
- مكعب مرقة **خضار**
- ملح
- فلفل أسود
- زيت

خطوات التحضير

- يوضع الذرة في وعاء على النار، ويضاف إليه الشورية حتى يغلي.
- يتبل بالملح والفلفل، وتخفف النار حتى ينضج.
- يرفع من على النار، ويترك ليهدأ قليلاً.
- يوضع في الخلاط، ويضرب جيداً حتى ينعم.
- يرفع على النار مرة اخرى، وتضاف الكريمة ويقلب جيداً.
- يوضع الزيت في مقلاة على النار، ويقلى فيها السوسيس حتى ينضج.
- يقطع السوسيس أنصاف، ويضاف السوسيس والبروكلي إلى الشورية.
- تترك على النار حتى تسخن.
- توضع في الأطباق، وتقدم ساخنة.

طريقة عمل شوربة الحمص بالثوم



وقت التحضير

10 دقيقة

وقت الطهي

30 دقيقة

عدد الافراد

4

المقادير

- كوب حمص 2
- حبة بصل مفروم خشن 1
- حبة طماطم مكعبات 2
- ملعقة صغيرة ثوم مفروم 1
- ملح
- كمون

- رشة زعتر
- زيت
- ماء

خطوات التحضير

- يغسل الحمص جيداً، وينقع في الماء ليلة كاملة.
- يوضع الزيت في وعاء على النار، ويضاف إليه البصل.
- يقلب البصل حتى يذبل، ثم يضاف إليه الثوم، ويقلب حتى يصفر.
- تضاف الطماطم، ويقلب مرة أخرى، ثم يوضع الحمص.
- تقلب جمع المكونات جيداً، ثم تضاف الماء.
- تترك على النار حتى تنضج، ثم تتبل بالملح والكمون.
- توضع في الاطباق، ويرش عليها الزعتر.
- تقدم ساخنة.

طريقة عمل شوربة البنجر بالجزر



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 30

عدد الافراد

4

المقادير

- حبة بنجر 4
- حبة جزر 4
- حبة بطاطس 1
- حبة صغيرة بصل مفروم 1
- نصف كوب [كوبحمص مسلوق](#)
- كوب ماء 1
- كوب عصير طماطم 1
- ربع كوب عصير ليمون
- فصوص ثوم مهروس 2
- مكعبمرقة [خضار](#) 1
- ملح
- فلفل أسود
- زيت

خطوات التحضير

- يقشر البنجر والجزر، ويبشراكلأً على حدة.
- تقشر البطاطس، وتقطع مكعبات، ثم تغسل جيداً.
- يوضع الزيت في مقلاة على النار، ويضاف إليه البصل.
- يقلب البصل حتى يذبل، ثم يضاف إليه الثوم، ويقلب حتى يصفر.
- يضاف الجزر والبنجر، ويقلب حتى يذبل.

- تضاف الماء وعصير الطماطم وعصير الليمون، ويقلب جيداً.
- يتبل بالملح والفلفل الأسود ومرقة الخضار، ويقلب مرة أخرى.
- تضاف مكعبات البطاطس والحمص، وتقلب جميع المكونات.
- يغطى، ويترك على نار هادئة لمدة 30 دقيقة وحتى ينضج.
- يوضع في الأطباق، ويقدم ساخن.

طريقة عمل شوربة البطاطس بالذرة



وقت التحضير

10 دقيقة

وقت الطهي

20 دقيقة

عدد الافراد

5

المقادير

- ثمرة بطاطس 6
- كرفس مقطع

- ثمرة بصل مقطعة 1
- كوب شوربة دجاج 2
- علبة ذرة 2
- كوب ثوم معمر ، مقطع $\frac{1}{4}$

خطوات التحضير

- قومي بغسل البطاطس جيدا ثم قشريها و قطعها مكعبات
- في اناء كبير على نار عالية ضعي البطاطس و الكرفس و البصل و قلبي
- اضيفي الماء تدريجيا الى الإناء ثم اتركي المزيج يغلي ثم اضيفي الشوربة و قلبي.
- ضعي الذرة في الإناء و اتركي الشوربة على النار لمدة 20 دقيقة حتى تنضج
- البطاطس ثم اضيفي الثوم المعمر و قلبي و اتركها لمدة 5 دقائق اخرى
- ضعي الشوربة في بولات التقديم و قدمها ساخنة مع الليمون

طريقة عمل شوربة الطماطم بالثوم والريحان



وقت التحضير

10 دقيقة

وقت الطهي

20 دقيقة

عدد الافراد

5

المقادير

- علبة شوربة طماطم 1
- كيلو طماطم مقطعة 1
- كوب ماء ½
- كوب لبن 1
- كوب جبن موزاريلا مبشور 1
- ملعقة كبيرة ثوم مفروم 2

- ملعقة كبيرة ريحان مجفف 1
- ملعقة صغيرة بودرة بصل 1

خطوات التحضير

- في اناء كبير على نار متوسطة ضعي شوربة الطماطم و الطماطم المقطعة
- اضيفي الماء و اللبن على مزيج الطماطم و قلبي
- ضعي الجبن الموزاريلا و الثوم و الريحان و بودرة البصل و قلبي المزيج جيدا
- اخفضي درجة الحرارة ثم اتركي الإناء على نار هادئة لمدة من 15-20 دقيقة مع الإستمرار في التقليب
- ضعي الشوربة في بولات التقديم و قدميها ساخنة

طريقة عمل شوربة التشيز برجر



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 30

عدد الافراد

5

المقادير

- كيلو لحم مفروم 1/4
- كوب بصل مقطع 3/4
- كوب جزر مبشور 3/4
- كوب كرفس مقطع 3/4
- ملعقة صغيرة ريحان مجفف 1
- ملعقة صغيرة بقدونس مجفف 1
- ملعقة كبيرة زبدة 4
- كوب شوربة دجاج 3
- كوب مكعبات بطاطس 4
- كوب دقيق متعدد الأغراض 1/4
- كوب مكعبات جبن شيدر 2
- كوب لبن 1 1/2
- كوب ساور كريم 1/4

خطوات التحضير

- في اناء كبير على نار متوسطة ضعي 1 ملعقة كبيرة زبدة ثم ضعي اللحم المفروم و الجزر و الكرفس و البصل و قلبي.
- ضعي البقدونس و الريحان و شوربة الدجاج و البطاطس فيالإناء و قلبي ثم اتركي المزيج لمدة من 10-12 دقيقة.
- اذيني باقي كمية الزبدة ثم ضعي عليها الدقيق و اللبن و قلبي حتى تختلط. المكونات و يصبح المزيج ناعما.

- ضعي مزيج اللبن تدريجيا على الشوربة مع التقليب المستمر حتى تختلط المكونات.
- اضيفي الجبن الى الإناء و قلبي حتى تذوب.
- اضيفي الساور كريم على الشوربة و اتركه لثوان حتى يسخن.
- ضعي الشوربة في بولات التقديم و قدميها ساخنة مع الأرز.

طريقة عمل شوربة المشروم بصوص الصويا



وقت التحضير

15 دقيقة

وقت الطهي

35 دقيقة

عدد الافراد

4

المقادير

- ملعقة كبيرة زبدة غير مملحة 4
- كوب بصل مقطع 2

- كيلو شرائح مشروم 1/2
- ملعقة صغيرة شبت مجفف 2
- ملعقة كبيرة بابريكا 1
- ملعقة كبيرة صوص صويا 1
- كوب شوربة دجاج 2
- كوب لبن 1
- ملعقة كبيرة دقيق متعدد الأغراض 3
- ملعقة صغيرة ملح 1
- فلفل اسود مطحون
- ملعقة صغيرة فلفل اسود مطحون 2
- ملعقة صغيرة عصير ليمون 2
- كوب بقدرونس مقطع 1/4
- كوب ساور كريم 1/2

خطوات التحضير

- في اناء كبير الحجم على نار متوسطة ضعي الزبدة تسيح ثم ضعي البصل لمدة 5 دقائق مع التقليب.
- ضعي المشروم على البصل و اتركه لمدة 5 دقائق مع التقليب.
- اضيفي الشبت و البابريكا و صوص الصويا و الشوربة على مزيج المشروم و البصل و قلبي ثم اخفضي درجة الحرارة و اتركي المزيج على نار هادئة لمدة 15 دقيقة.
- في بولة صغيرة الحجم ضعي اللبن و الدقيق و قلبي المزيج جيدا ثم ضعيه على الشوربة في الإناء و قلبي ثم غطي الإناء و اتركه لمدة 15 دقيقة مع الإستمرار في التقليب.
- تبلي الشوربة بالملح و الفلفل الأسود و عصير الليمون و البقدونس و الساور كريم و قلبي.
- اتركي الشوربة لمدة من 3-5 دقائق ثم قدميها ساخنة.

طريقة عمل شوربة الفاصوليا الحمراء المكسيكية



وقت التحضير

10 دقيقة

وقت الطهي

30 دقيقة

عدد الافراد

5

المقادير

- كيلو لحم مفروم 1/2
- ملح
- فلفل اسود مطحون
- علبة فاصوليا حمراء 2
- كرفس مقطع
- ثمرة فلفل احمر مقطع 1
- كوب خل 1/4
- ملعقة كبيرة شطة 2

- ملعقة صغيرة كمون مطحون 1
- ملعقة صغيرة بقدونس مجفف 1
- ملعقة صغيرة ريحان مجفف 1
- ملعقة كبيرة صوص ريسيتشيري 2
- كوب شوربة دجاج 4

خطوات التحضير

- في مقلاة على نار متوسطة ضعي اللحم المفروم و تبليه بالملح و الفلفل و قلبي حتى ينضج.
- في اناء كبير الحجم على نار عالية ضعي اللحم المفروم و الفاصوليا و الطماطم و الكرفس و الفلفل و الخل و قلبي.
- اضيفي شوربة الدجاج تدريجيا الى الإناء و قلبي ثم اتركي المزيج حتى ينضج.
- اضيفي الشطة و الكمونو البقدونس و الصوص الى الإناء و قلبي ثم ضعي الشوربة في بولات التقديم.
- قدمي الشوربة ساخنة مع الأرز الأبيض.

طريقة عمل شوربة البطاطس بالسجق الإيطالي



وقت التحضير

20 دقيقة

وقت الطهي

30 دقيقة

عدد الافراد

4

المقادير

- كوب شوربة دجاج 6
- ثمرة بصل مقطعة 1
- سجق ايطالي مفروم
- ثمرة بطاطس مقطعة مكعبات 3
- سبانخ مقطعة
- كوبيلين مبخر 1/4

- ملح
- فلفل اسود مطحون

خطوات التحضير

- في مقلاة كبيرة الحجم على نار متوسطة ضعي السجق و قلبي
- ضعي البصل على السجق و قلبي حتى ينضج المزيج
- ضعي مزيج السجق و البصل في إناء على النار ثم اضيفي الشورية و البطاطس و قلبي ثم اتركي المزيج يغلي
- ضعي السبانخ على الشورية و قلبي مرة اخرى
- ارفعي الشورية من على النار ثم ضعي اللبن المبخر في الإناء و قلبي
- تبلي الشورية بالملح و قلبي
- ضعي الشورية في بولات التقديم و قدميها ساخنة مع صدور الدجاج بالمشروم

طريقة عمل شوربة البطاطس بالبصل المكروم



وقت التحضير

دقيقة 20

وقت الطهي

دقيقة 30

عدد الافراد

4

المقادير

- حبة بطاطس 4
- حبة بصل مفروم 1
- "كوب شوربة" مرقة 4
- كوب كريمة طبخ 1
- ملعقة كبيرة زيت 2
- ملح
- فلفل أسود
- [بصل مكرمل](#) للتزيين

خطوات التحضير

- يقشر البطاطس، ويقطع مكعبات صغيرة، ويغسل جيداً.
- يوضع الزيت في وعاء على النار، ويضاف إليه البصل، ويقلب حتى يكتسب اللون الذهبي.
- تضاف مكعبات البطاطس، وتقلب لمدة 5 دقائق وحتى يتغير لونها.
- تضاف الشوربة، وتترك على النار حتى تغلي.
- تغطى، وتترك على نار هادئة حتى تنضج.
- تضاف كريمة الطبخ، وتقلب مرة أخرى.
- يتبل الخليط بالملح والفلفل، ويرفع من على النار حتى يهدأ.
- يوضع في الخلاط، ويضرب جيداً حتى ينعم، أو باستخدام الهاند بلندر.
- ترفع على النار مرة أخرى حتى تسخن.

- توضع في الأطباق، وتزين بالبصل المكرمل.
- تقدم ساخنة.

طريقة عمل شوربة الباذنجان



وقت التحضير

15 دقيقة

وقت الطهي

15 دقيقة

عدد الافراد

2

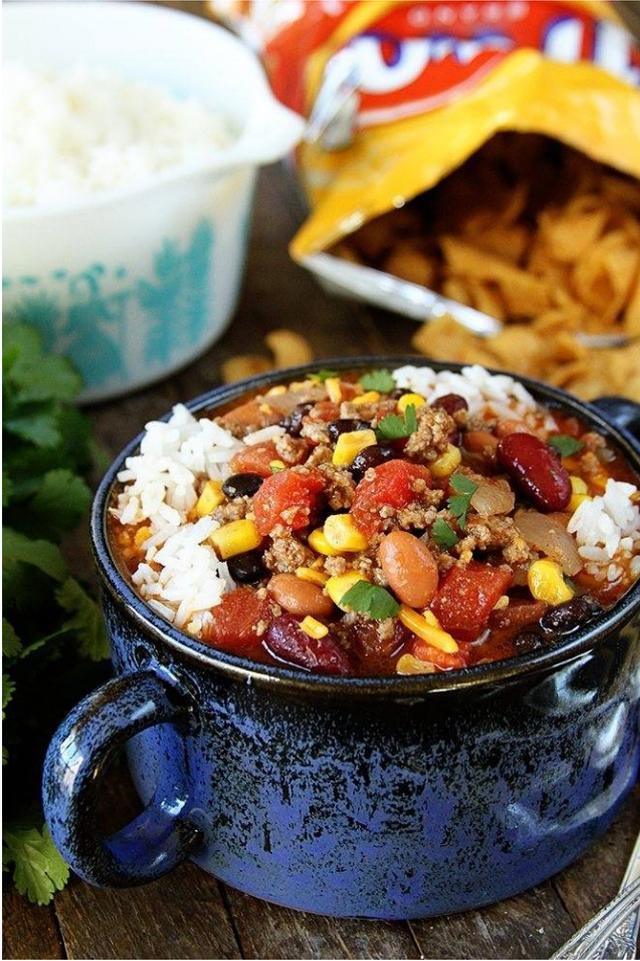
المقادير

- حبة [بادنجان رومي مشوي](#) 1
- حبة بصل مفروم 1
- كوب عصير طماطم 2
- ملعقة كبيرة كزبرة خضراء مفرومة 2
- ملعقة صغيرة ثوم مفروم 1
- مكعب مرقة 1
- ملعقة صغيرة ملح 1
- رشة فلفل أسود
- زيت زيتون
- ماء مغلي

خطوات التحضير

- يوضع الزيت في إناء، ويضاف إليه البصل المفروم حتى يصفر.
- يضاف إليه الثوم، ويقلب حتى يصفر.
- يضاف عصير الطماطم، و يتبل بالملح والفلفل الأسود ومرقة الدجاج.
- يقلب جيداً، ثم يضاف إليه الماء حتى يبدأ في الغليان.
- يوضع البادنجان، ويقلب جيداً.
- تغرف في الأطباق، ثم تزين بالكزبرة، وتقدم.

طريقة عمل شوربة التاكو بالساور كريم



وقت التحضير

دقيقة 0

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

0

المقادير

- ٣/٤ كيلو لحم مفروم
- ٢ ثمرة بصل مقطعة
- ٢ كوب فاصوليا
- ٢ كوب ذرة
- ١ كوب طماطم مقطعة
- ١ كوب فلفل مقطع

- ١ ملعقة صغيرة توابل التاكو
- ٢ كوب ماء
- جبن شيدر
- ساور كريم
- ١ كوب ارز مسلوق

خطوات التحضير

- في اناء كبير الحجم على نار عالية ضعي الماء يغلي.
- ضعي الفاصوليا و الطماطم و الذرة في الماء و قلبي.
- اضيفي الفلفل و الساور كريم و اللحم المفروم الى مزيج الفاصوليا و قلبي.
- تبلي الشورية بتوابل التاكو و اي توابل مفضلة و قلبي.
- اتركي الاناء على النار حتى يغلي المزيج و ينضج مع التقليب من حين لآخر.
- اخفضي درجة الحرارة ثم ضعي الجبن و قلبي حتى تذوب.
- ضعي الشورية في بولات التقديم و قدميها ساخنة.