

طريقة عمل شراب عرق السوس المنعش في المنزل

عرق السوس من المشروبات الرمضانية المنعشة ، التي يطلبها جسم الصائم بعيداً عن باقي العصائر والمشروبات الأخرى ، يعتبر نقيع السوس من أكثر المشروبات فائدةً للجسم ، و لعمل ابريق منعش من شراب عرق سوس اليكم الطريقة .

مدة التحضير: 20 دقائق

مدة الطبخ: 15 دقائق

الوقت الاجمالي: 35 دقائق



المقادير

- كوب بودرة العرقسوس
- نصف ملعقة صغيرة كربونات الصوديوم
- نصف كوب ماء للعجن

- كوب ماء للشرب 6

طريقة التحضير

1. في وعاء نخلط بودرة العرقسوس والكربونات. ونصف كوب ماء ونعجن المقادير جيداً
2. نفرّد الخليط في صينية ونضعه في مكان مشمس لساعتين
3. نقلب الخليط على فترات ليتخمر.
4. نضع الخليط في قطعة قماش ونغلقها جيداً.
5. نضع مصفاة في وعاء ونضع داخلها قطعة القماش (داخل المصفاة)
6. نصب الماء فوق قطعة القماش حتى تنتهي الكمية.
7. نضع الشراب الناتج عن تصفية العرقسوس في قارورة ونضعها في الثلاجة ليقدم العرقسوس بارداً
8. وبهذا نكون حضرنا طريقة بسيطة للعرقسوس البارد



التمر هندي

هو من المشروبات المحببة وخاصة في رمضان وتمر هندي هو احد انواع الفواكه التي تنمو في البلدان ذات المناخات المدارية كإفريقيا، الهند وتايلاند. ويتميز بطعمه الحامض اللذيذ وله فوائد عديدة فهو ثمرة صحية تحسن الهضم وتفرج الريح وتلطف التهابات الحلق وتعمل كملين معتدل، وتعطى أيضا لفتح الشهية وتقوية المعدة.

المقادير

كيلو تمر هندي 1/2

كوب سكر 1/2

لتر ماء 2

طريقة التحضير

- 1- نضع كوب ماء في قدر ونضيف اليه التمر هندي ونضعه على نار متوسطة الى ان يغلي المزيج جيدا
- 2- نضع التمر هندي في شاشية او كيس قماش ونربطها جيدا ونضع تحتها وغاء كبير نتركه لمدة ساعة تقريبا
- 3- بعد مضي ساعة تقريبا نعصر ما تبقى من التمر الهندي بالضغط على كيس القماش جيدا

- 4- نضيف كمية السكر الى شراب التمر الهندي ونحرك جيدا الى يذوب السكر ويمكن انقاص كمية السكر ويمكن زيادتها حسب الرغبة
- 5- نضع شراب التمر هندي في البراد لمدة ساعة تقريبا
- 6- نصب شراب التمر الهندي في اكواب ونضيف اليه الثلج ويصبح جاهز للتقديم



شراب قمر الدين

شراب يحضر باستخدام شرائح قمر الدين والسكر وماء الزهر وهو شراب تشتهر فيه مدينة دمشق السورية حيث يوجد أفضل انواع المشمش في غوطة دمشق. يقدم باردا ومن المشروبات المميزة في شهر رمضان المبارك.

: مقادير شراب قمر الدين

شرائح قمر الدين 4

اكواب ماء 5

ربع كوب سكر
ربع كوب عصير ليمون
ملعقة ماء زهر

: خطوات تحضير شراب قمر الدين

- 1- تقطع شرائح قمر الدين الى قطع صغيرة وتوضع -1 بالماء الفاتر 6 ساعات
- 2- نضيف اكواب الماء الى قطع الشرائح وتوضع في -2 الخلاط الكهربائي مع السكر وماء الزهر للحصول على عصير ناعم
- 3- يصفى العصير ويضاف عصير الليمون وماء زهر -3 ويخلط جيدا
- 4- يقدم باردا مع قطع الثلج -4.

:ملاحظة:

كل كوب شرائح قمر الدين يحتاج كوبين ماء

الجلاب بالمشمش والعسل والزعفران

الجلاب يعتبر من المشروبات الرمضانية الاكثر شهرة ، خاصة في سوريا ولبنان وفلسطين ، تقدم باردة لتروي عطش الصائم ، و مشروب جلاب هو عبارة عن دبس التمر أو الزبيب مخلوط مع عصير الليمون والسكر والماء ، وفي وصفتنا لليوم سيحتوي على المشمش . والعسل والزعفران .

مدة التحضير: 30 دقائق

مدة الطبخ: 4 ساعات

الوقت الاجمالي: 4 ساعات 30 دقائق



المقادير

- 200 غ مشمش مجفّف
- 200 غ عسل
- 0.2 غ زعفران
- 800 غ سكر
- 1 لتر ماء
- 10 غ ملح الليمون
- مياه مُكرّبة

طريقة التحضير

- يُقَطَّع المشمش المجفّف إلى قطع صغيرة
- يُضَاف الماء والزعفران، ثمّ المشمش،
- ويُطبخ على نار خفيفة جداً لأربع ساعات، مع التأكّد من وقت إلى آخر من مستوى الامتلاء وإضافة الماء عند الحاجة.
- يُصَفّى السائل في وعاء آخر ويُضَاف السكر
- والعسل وملح الليمون.

12. • يُحرّك إلى أن يذوب .

شراب التمر بالمكسرات

شراب التمر بالمكسرات أعد من قبل الشيف راميه المقت ، وهو شراب منعش مفعم بالنكهة ومليئ بالفوائد الغذائية الهامة ، لاحتواءه على مكونات عظيمة .
النفع .



المقادير

- ليتر 1 شراب تمر
- غ 125 لوز (مقطّع)
- غ 125 فستق (مقطّع)
- غ 125 مشمش مجفّف (قطع)

طريقة التحضير

13. • في طنجرة عميقة، يُترك شراب تمر على النار حتى يغلي.
14. • تُخفّف النار، ويُستخدم ميزان حرارة للحلوى لطفو الشراب حتى يصل لحرارة 115 درجة مئوية.
15. • يُزال شراب التمر عن النار ويُحفظ ساخناً.
16. • تُستخدم مكعبات الثلج لسكب أونصة واحدة من الشراب المخفّف إلى الثلج. يُرشّ بعض اللوز والفسنق والمشمش المجفّف إلى الشراب بينما يتجمّد على عصا مصّاصة.
17. • يُضاف 10 مل من الشراب فوق المكسّرات والفاكهة.

شراب الورد وتوت العليق

شراب الورد هو مشروب شعبي تشتهر به مدينة دمشق ويعد من المشروبات الرمضانية بجدارة يجهز من ماء الورد الجاهز والسكر والماء ومنهم من يقوم بنقع أوراق الورد مع اضافة العناصر السابقة ثم تصفيتها وتعبئتها وتبريدها قبل التقديم.

مدة التحضير: 6 ساعات

مدة الطبخ: 30 دقائق

الوقت الاجمالي: 6 ساعات 30 دقائق



المقادير

- غ 200 توت العليق
 - مل 10 ماء ورد
- غ 400 سكر أبيض
 - مل 200 ماء
- مل 15 عصير حامض

طريقة التحضير

18. شراب الورد والعليق
19. يُغسّل العليق ويوضع في كيس للتلاجة •
20. يُرَش فوقه 100 غرام من السكر •
21. يوضع في البرّاد لسِتّ ساعات على الأقل أو طوال الليل •

22. • تُفَرِّغ محتويات الكيس في مصفاة، ويُترك الشراب ليُصفَى إلى الوعاء تحت المصفاة، من دون الضغط على اللب.
23. • يجوز استخدام العليق لغرض آخر، مثلاً لطبق حلوى.
24. • يُضاف الماء وماء الورد والسكر المتبقي إلى وعاء ويُحرَّك بواسطة مخفقة يدوية إلى أن يذوب (ويجوز أيضاً استخدام خلاط)
25. • يوضع في البرّاد

نومي بصرة

نومي بصرة وهي ثمرة مشهورة في البصرة ، وهي عبارة عن ليمون مجفف ، ولها نوعان النوع الاول يستخدم في الطبخ ، ويكون لونه بني ، اما النوع الثاني فيستعمل للشراب لان درجة الحموضة فيه قليلة ويكون لونه اسود ويقدم اما بارد او ساخن كالشاي ، ويعد بكثرة في شهر رمضان المبارك ، فلا يخلو بيت في العراق الا وعلى مائدته شراب النومي ، وللنومي فوائد عديدة فهو يساعد في تخفيف من الام الرأس . ويساعد في خفض الضغط واليكم الطريقة

مدة التحضير: 15 دقائق

مدة الطبخ: 10 دقائق

الوقت الاجمالي: 25 دقائق



المقادير

- حبات نومي 6
- كوب سكر 1
- لتر ماء 1
- حبات هيل 6
- ملعقة كبيرة ماء الورد 2

طريقة التحضير

26. ندق حبات النومي ونستخرج البذور ونتخلص منها لانها ذات مذاق مر
27. نضع النومي في وعاء وحكم الاغلاق ونضيف اليه الماء
28. نضيف السكر الى النومي ونحرك المزيج الى ان يذوب السكر تماما
29. ندق حبات الهيل ونضيفها الى الخليط ونحركه جيدا

30. نضيف كمية ماء الورد ونحرك المكونات جيدا -
31. نغلق الوعاء ونضعه في البراد لليوم التالي مع -
الاستمرار بالتحريك كل حين
32. نصفي شراب النومي في كيش قماشي -
ونضعه في ابريق ويصبح جاهز للتقديم

نصيحة

**يجب الانتباه عند كسر حبات النومي التخلص
من البزور تماما لان اي بذرة تسقط في
الشراب ستكسبه طعم مرار غير محبب**



مشروب السوبيا

وهو نوع من انواع المشروبات المشهورة في السعودية وخاصة في مكة المكرمة ويحضر عادة في شهر رمضان المبارك فلا تخلو مائدة من موائد الافطار من مشروب السوبيا وهو نوعان سوبيا بيضاء وسوبيا حمراء وسنقدم لكم اليوم طريقة عمل السوبيا البيضاء

: مقادير السوبيا

- ارغفة خبز بر 5
- كوب شعير مجروش 1
- كوب سكر 1/2
- لتر ماء 1
- عود قرفة 2
- ملعقة صغيرة ماء الورد 1
- ملعقة صغيرة هيل حب 1

: طريقة تحضير السوبيا

- 1- في وعاء محكم الاغلاق نضع الخبز بعد تقسيمه الى 1- قطع صغيرة
- 2- نضيف الماء والسكر الى الخبز ونستمر بالتحريك الى ان يذوب السكر تماما
- 3- نضيف اعواد القرفة والهيل الحب الى الخليط ونحركهم قليلا
- 4- نضيف الشعير المجروش الى خليط السكر والخبز ونحركه جيدا
- 5- نغلق الوعاء جيدا ونتركه في البراد لليوم الثاني ولكن كل ثلاث ساعات نقوم بهزه بدون فتحه
- 6- في اليوم التالي نفتح الوعاء ونصفي الخليط في كيس قماشى
- 7- نضيف ماء الورد الى السوبيا ونحركه جيدا
- 8- بعد التأكد من مذاق السوبيا نسكبه في اكواب ويصبح جاهز للتقديم

