

# أفغوليمونو

هذا هو الحساء اليوناني الأكثر شعبية. الاسم يعني "البيض والليمون" ، أهم مكونين عبارة عن معكرونة على شكل أرز Orzo. ينتجان هذا الحساء الخفيف والمغذي يوناني ، ولكن يمكنك استخدام أي شكل صغير. تُزين بشرائح الليمون الطازجة



## مكونات

- ربع لتر مرق دجاج 1
- كوب معكرونة غير مطبوخة
- بيضات 3
- ليمون ، معصور 1
- ملعقة كبيرة ماء بارد 1
- الملح والفلفل حسب الذوق

## الاتجاهات

### قائمة مراجعة التعليمات

- **الخطوة 1**
- تُسكب مرق الدجاج في قدر كبيرة وتُترك حتى الغليان. نضيف المعكرونة ونطهو لمدة 5 دقائق.

- الإعلانات

- **الخطوة 2**
- يخفق البيض حتى يصبح رغويًا ، ثم يضاف عصير الليمون وملعقة كبيرة من الماء البارد. قلبي ببطء في مغرفة من مرق الدجاج ، ثم أضيفي واحدة أو اثنتين. احرص على عدم تقليب البيض
- **الخطوة 3**

- يُعاد هذا المزيج إلى المقلاة ، بعيدًا عن النار ، ويقلب جيدًا. يتبل بالملح والفلفل ويقدم دفعة واحدة ، مزين بشرائح الليمون. لا تدع الحساء يغلي ! بمجرد إضافة البيض وإلا سيتخثر

## شوربة الدجاج المعكرونة



### مكونات

- لتر ماء 3
- حاوية (32 أونصة سائلة) من مرق الدجاج 1
- مكعبات مرقة دجاج 8
- أنصاف صدور دجاج منزوعة الجلد والعظام ، مقطعة إلى قطع بحجم 3 بوصة واحدة
- أكواب نودلز بيض 4
- كوب من البازلاء والجزر المجمدة 1
- جزر مفروم 2
- سيقان كرفس مفروم 2
- نصف كوب بصل مفروم
- ملعقة صغيرة ملح 1
- ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون 1
- ملعقة صغيرة ريحان مجفف
- ملعقة صغيرة مطحون ورق الغار 1/8
- ملعقة صغيرة زعتر مجفف 1/8

### الاتجاهات

#### قائمة مراجعة التعليمات

- **الخطوة 1**
- يُغلى الماء ومرق الدجاج ومرق الدجاج في قدر كبير. يُضاف صدر الدجاج ونودلز البيض والبازللاء والجزر والجزر المفروم والكرفس والبصل والملح والفلفل الأسود والريحان وورق الغار والأوريغانو. استمر في الغلي ، بدون غطاء ، لمدة 20 دقيقة. خففي الحرارة إلى متوسطة واطريها على نار هادئة

حتى يختفي اللون الوردي من الدجاج في المنتصف وتنضج النودلز ، لمدة 5 إلى 10 دقائق أخرى.

## شوربة سبايتزل و دجاج



### مكونات

- دجاجة كاملة (إلى 3 باوند 2) 1
- علبة (14.5 أونصة) من مرق الدجاج 2
- بصلة متوسطة الحجم ، مقطعة أرباع 2
- حزمة كرفس مع الأوراق ، مقطعة إلى قطع 1
- عبوة (16 أونصة) جزر صغير 1
- ملح وفلفل أسود مطحون حسب الرغبة
- ملعقة صغيرة ملح ثوم أو حسب الرغبة ½
- بيضات 5
- نصف كوب ماء
- ملعقة صغيرة ملح 1
- أكواب دقيق لجميع الأغراض 3
- ملعقة صغيرة من رقائق البقدونس ½

### الاتجاهات

#### قائمة مراجعة التعليمات

- الخطوة 1

- ضعي الدجاج في قدر وأضيفي كمية كافية من الماء لتغطيه. يُسكب في مرق الدجاج ويُضاف الكرفس والبصل. يتبل بالملح والفلفل وملح الثوم. يُغلى المزيج ويُطهى لمدة ساعة تقريبًا للحصول على مرق جيد.

- الإعلانات

- **الخطوة 2**

- عندما ينضج الدجاج ويصبح طريًا ، أخرج من طبق واتركه حتى يبرد بدرجة كافية. يُصقّى المرق ، ويُرمى الكرفس والبصل. أعد المرق إلى قدر المرققة. يُرفع لحم الدجاج عن العظام ، يقطع أو يُمزق إلى قطع ، ثم يُعاد إلى القدر. أيضًا. يُغلى المرق ويُضاف الجزر.

- **الخطوة 3**

- في وعاء متوسط ، قلبي البيض والماء والملح معًا. أضيفي الدقيق تدريجيًا حتى يصبح العجين متماسكًا بدرجة كافية لتشكيل كرة. قد تحتاج إلى طحين أكثر أو أقل. ارفعي العجينة على طبق مسطح. باستخدام سكين الزبدة ، قطعي شرائح العجين من حافة الطبق بحيث يبلغ طولها من 2 إلى 3 بوصات. دعهم يسقطون مباشرة في مرق الغليان.

- **الخطوة 4**

- بمجرد أن يصبح الجزر طريًا ، يصبح الحساء جاهزًا. يرش برقائق البقدونس ويقدم.

# شوربة كرنب دجاج تايلندي



## مكونات

- أنصاف صدور دجاج منزوعة الجلد والعظام 3
- أكواب مرق دجاج 8
- حبة كراث ، مقطعة إلى شرائح 2
- جزر ، مقطعة إلى قطع 1 إنش 6
- ملفوف متوسط الرأس ، مبشور 1
- عبوة (8 أونصة) نودلز البيض غير المطبوخ 1
- ملعقة صغيرة صوص تشيلي تايلندي 1

## الاتجاهات

قائمة مراجعة التعليمات

## • الخطوة 1

- ضعي صدور الدجاج والمرق في قدر أو فرن هولندي. يُغلى المزيج ويُترك على نار خفيفة لمدة 20 دقيقة أو حتى ينضج الدجاج تمامًا. يُرفع الدجاج من المرق ويُترك جانباً ليبرد.

• الإعلانات

## • الخطوة 2

- ضعي الكراث والجزر في القدر واتركيهما على نار هادئة لمدة 10 دقائق أو حتى ينضجا. افرم الدجاج المبرد لتقطيع قطع صغيرة الحجم وإعادتها إلى القدر. يُضاف الكرنب ونودلز البيض ويُطهى لمدة 5 دقائق أخرى أو حتى تنضج النودلز. يجب أن يكون الحساء سميكًا مثل الحساء. قدميها ساخنة ونكهة حسب الرغبة مع صلصة الفلفل الحار التايلاندية

# شوربة نابياكي أودون اليابانية



## مكونات

- أكواب محضرة من مرق الداشي 6
- رطل دجاج مقطوع إلى قطع 1/4
- جزر مفروم 2
- نصف كوب صلصة صويا
- ملاعق كبيرة ميرين 3
- نصف ملعقة صغيرة سكر أبيض
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- عبوتان (12 أونصة) من التوفو الممتاسك ، مكعبات
- نصف كيلو فطر شيتاكي مقطوع إلى شرائح
- أضلاع وأوراق بوك تشوي ، مفرومة 5
- عبوة نودلز أودون طازجة (أونصة 9) 1
- بيضات 4
- حبة كراث ، مقطعة إلى مكعبات 2

## الاتجاهات

### قائمة مراجعة التعليمات

- **الخطوة 1**

- سخني مرق الداشي والدجاج والجزر وصلصة الصويا والمرين والسكر والملح في قدر على نار متوسطة. يُطهى على نار خفيفة حتى يختفي لون الدجاج من اللون الوردي في المنتصف ، من 5 إلى 7 دقائق. أضيفي التفوف والفطر والملفوف الصيني مع التحريك حتى تنضج الخضار لمدة 5 دقائق أخرى.

- الإعلانات

- **الخطوة 2**

- تُقلب معكرونة أودون في المرق وتترك على نار خفيفة حتى تنضج ، من 3 إلى 4 دقائق. أضف الكراث وكسر البيض في الحساء. يُطهى على نار خفيفة حتى يصبح البيض متماسكًا قليلاً ، حوالي 5 دقائق إضافية.

## II شوربة دجاج برتغالي



### مكونات

- صدر دجاج كامل العظم مع الجلد 1
- بصلة مقطّعة إلى شرائح رقيقة 1
- أغصان بقدونس طازج 4
- نصف ملعقة صغيرة من قشر الليمون
- غصن نعناع طازج 1
- أكواب مرق دجاج 6
- كوب نودلز بيض رقيقة
- ملاعق كبيرة من أوراق النعناع الطازجة المفرومة 2
- ملح للتذوق
- نصف ملعقة صغيرة فلفل أبيض مطحون



## الاتجاهات

### قائمة مراجعة التعليمات

- **الخطوة 1**
- في قدر كبير ، يُطهى صدر الدجاج في المرققة مع البصل ، البقدونس ، بشر ، الليمون ، وغصن النعناع حتى ينضج ، حوالي 35 دقيقة.
- الإعلانات
- **الخطوة 2**
- يُرفع الثدي ويُبرد ثم يُنزع اللحم ويُقَطَّع إلى شرائح جوليان.
- **الخطوة 3**
- يصفى المرق ، ويعود إلى القدر ، ويترك حتى يغلي. أضف المعكرونة والنعناع المفروم. يتبل بالملح والفلفل الأبيض حسب الرغبة. سخني المعكرونة حتى تنضج تمامًا.
- **الخطوة 4**
- يُرفع عن النار ويُضاف إليه عصير الليمون والدجاج جوليان. تُسكب في أطباق الحساء وتُغطى بشريحة الليمون وورق النعناع.

## شورية نودلز بالدجاج على الطريقة البنمية (سانكوشو)

### مكونات

- أرجل دجاج منزوعة الجلد 6
- بصلة كبيرة مفرومة 1
- فليفلة خضراء مفرومة 1
- فلفل حار ، منزوع البذور ومفروم 1
- فلفل أحمر مفروم 1/3
- فص ثوم مفروم 4
- أكواب مرق دجاج 3
- رطل اسم الجذر ، مقطعة إلى قطع 1 بوصة 2

- ذرة ، مقطّعة إلى أثلاث 2
- سيقان كرفس مقطّع إلى شرائح 2
- جزر مقطّع شرائح 2
- ملاعق كبيرة ريكييتو (مثل جويبا®) 2
- ملاعق كبيرة سوفريتو (مثل جويبا®) 2
- أوراق كزبرة مفرومة 4
- نصف كوب مكرونة لسان عصفور
- ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر 1

## الاتجاهات

### قائمة مراجعة التعليمات

- **الخطوة 1**
  - توضع أرجل الدجاج في قدر كبيرة على نار متوسطة. يُضاف البصل والفلفل الأخضر والفلفل الحار والفلفل الأحمر والثوم ؛ يُغطى القدر ويُطهى حتى يصبح طريًا ، حوالي 30 دقيقة.
  - الإعلانات
- **الخطوة 2**
  - تُسكب مرق الدجاج في القدر وتُغلى ؛ يُطهى على نار خفيفة حتى يختفي لون الدجاج من اللون الوردي عند العظم وتصبح العصائر صافية ، لمدة 45 دقيقة على الأقل. يجب أن يقرأ مقياس الحرارة الفوري الذي يتم إدخاله بالقرب من العظم 165 درجة فهرنهايت (74 درجة مئوية). أضف الاسم الجذر ، والذرة ، والكرفس ، والجزر ، وريكييتو ، وسوفريتو ، والكزبرة. اطبخ الحساء حتى تصبح الخضار طرية ، 30 دقيقة على الأقل.
- **الخطوة 3**
  - يقلب الأورزو والأوريغانو في الحساء ؛ تُطهى حتى تنضج المعكرونة ، حوالي 15 دقيقة.

# شوربة الفاصوليا البيضاء الإيطالية الكريمية



## مكونات

- 
- ملعقة طعام زيت نباتي 1
- بصلة مفرومة 1
- ساق كرفس مفروم 1
- فص ثوم مفروم 1
- فاصوليا بيضاء ، مغسولة ومصفاة (أونصة 16) 2
- علية واحدة (14 أونصة) من مرق الدجاج
- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
- ملعقة صغيرة زعتر مجفف 1/8
- كوب ماء 2
- حزمة سبانخ طازجة ، مغسولة ومقطعة ناعماً 1
- ملعقة كبيرة عصير ليمون 1

## الاتجاهات

### قائمة مراجعة التعليمات

- **الخطوة 1**
- في قدر كبيرة ، سخني الزيت. يُطهى البصل والكرفس في الزيت لمدة 5 إلى 8 دقائق ، أو حتى ينضج. يُضاف الثوم ويُطهى لمدة 30 ثانية مع التحريك المستمر. أضيفي الفاصوليا ، مرق الدجاج ، الفلفل ، الزعتر و 2 كوب ماء. يُغلى المزيج ويُخفف الحرارة ثم يُترك على نار خفيفة لمدة 15 دقيقة.

- الإعلانات

- **الخطوة 2**
- بملعقة مثقوبة ، يُرفع كوبان من خليط الفاصوليا والخضروات من الحساء ويوضع جانباً.

### • الخطوة 3

- في الخلاط على سرعة منخفضة ، اخلطي الحساء المتبقي على دفعات صغيرة حتى يصبح ناعمًا ، (يساعد ذلك على إزالة الجزء الأوسط من غطاء الخلاط للسماح للبخار بالخروج). بمجرد الخلط ، اسكب الحساء مرة أخرى في وعاء المرق وحركه مع الفاصوليا المحفوظة.

### • الخطوة 4

- يُغلى المزيج مع التحريك من حين لآخر. يُقلب في السبانخ ويُطهى لمدة دقيقة أو حتى تذبل السبانخ. يُضاف عصير الليمون ويُرفع عن النار ويُقدّم مع جبنّة البارميزان المبشورة على الوجه.

## دجاج سوتانجون



## مكونات

- كوب ماء 2
- ملعقة صغيرة ملح 1
- رطل من أرجل الدجاج 1
- أونصة فطر شيتاكي مجفف 1
- أونصات نودلز الفول (نودلز السيلوفان) 8
- ملاعق كبيرة زيت زيتون 3
- بصلة مفرومة 1
- فص ثوم مفروم 2
- ملعقة صغيرة مسحوق أشوت 1
- ملعقة كبيرة صلصة سمك 1
- الملح والفلفل حسب الذوق
- علبة (14.5 أونصة) من مرق الدجاج 2
- بصل أخضر مفروم 2

## الاتجاهات

### قائمة مراجعة التعليمات

- **الخطوة 1**
- يُغلى كوبان من الماء مع ملعقة صغيرة ملح في قدر. اطهي الدجاج في الماء المغلي حتى يختفي اللون الوردي في المنتصف وتصبح العصائر صافية ، لمدة 10 دقائق تقريبًا. يجب أن يقرأ مقياس الحرارة الفوري الذي يتم إدخاله في المركز ما لا يقل عن 165 درجة فهرنهايت (74 درجة مئوية). نحفظ السائل ونخرج الدجاج ونتركه يبرد قبل إخراج اللحم من العظام وتقطيعه بشوكتين. تجاهل الجلد والعظام.

• الإعلانات

- **الخطوة 2**
- بينما يبرد الدجاج ، ضع فطر شيتاكي في وعاء واسكب فوقه كمية كافية من الماء الدافئ لتغطيته تمامًا ؛ اتركه ينقع حتى يصبح طريًا ، حوالي 30 دقيقة. تُرفع عن الماء ويُقطع ويُترك جانبًا. ضع نودلز الفاصوليا في الماء وأضف المزيد من الماء الدافئ إذا لزم الأمر لتغطيتها ؛ اتركه ينقع حتى يصبح طريًا ، حوالي 10 دقائق. تصرف. قطع المعكرونة إذا رغبت في ذلك.

- **الخطوه 3**

- سخني زيت الزيتون في مقلاة على نار متوسطة. يُطهى البصل والثوم ويُقلب حتى يلين ، حوالي 5 دقائق. أضيفي مسحوق أشوت واستمري في الطهي والتقليب حتى يغطى الخليط جيدًا باللون الأحمر البرتقالي. قلب لحم الدجاج المبشور ، شرائح فطر شيتاكي ، وصلصة السمك في الخليط. اصف الملح والفلفل للمذاق. اتركي الخليط ينضج لمدة 5 دقائق قبل صب السائل المحفوظ من طهي الدجاج ومرق الدجاج في الخليط. يُغلى المزيج لمدة 5 دقائق. نضيف النودلز ونطهو لمدة 5 دقائق أخرى. يُزين بالبصل الأخضر للتقديم.