

عصيدة الزقوقو، الحلويات التونسية



عصيدة الزقوقو

المقادير:

عصيدة الزقوقو

- الصنوبر (pin d'Alep-Aleppo pine) كلغ زقوقو 1 (الحلي)

- غ من دقيق (فرينة) 700
- غ سكر 650

(la Crème patissiere-custard) الكريمة

- لتر ونصف من الحليب
- غ من السكر 500
- اربع صفار بيض

- اربع ملاعق اكل مسحوق نشاء
- ماء الزهر او الورد
- فواكه جافة لزينة : لوز، حلوى ملونة، صنوبر، فزدق، جوز، بندق

طريقة تحضير عصيدة الزقوقو:

- ينقى الزقوقو ويغسل جيدا و نحمسه قليلا ثم يرحى بفراصة اللحم مع قليل من الماء حتى نتحصل على العجين ثم يحل في لتر من الماء ويمرس جيدا ليستخرج خلاصته
- يصفى خليط الماء والزقوقو بالمصفاة و نلقي بالقشور. نضيف نصف كمية الدقيق الى الخليط ثم صف كمية السكر ونخلطها جيدا
- نضع الخليط على النار ونحرك باستمرار دون توقف نضيف الكمية الباقية من السكر والفارينة تدريجيا وعندما تصل الى درجة الغليان وتتركز (تخثر) العصيدة (تقريبا بقائها لمدة ساعة على النار ترفع من على النار
- ونضيف اليها علبة الحليب المركز وماء الورد أو الزهر أو أي نكهة أخرى. نسكب العصيدة في زبديات ونضيف اليها الكريمة و عندما تبرد نضعها في الثلاجة
- الكريمة: نضع الحليب البارد مع مسحوق النشاء و السكر ونحرك حتى يذوب السكر.

- نضعها على نار هادئة و نحركها دون توقف الى ان تصل درجة الغليان ثم نرفعها من على النار و نسكبها فوق العصيدة بعد أن تبرد و تجمد هذه الأخيرة
- تسلق اللوز في الماء ثم يقشر ويحمص . كما تحمص بقية انواع الفواكه الجافة (المكسرات) ويرحى (يطحن) جزء منها ويحتفظ بالباقي على حالته للتزيين
- اخيرا نزين الصحف بالمكسرات و الحلوى (تقدم هذه الاكلة في تونس ليلة الاحتفال بالمولد النبوي الشريف)

كعك عنبر



أكلة تونسية، كعك عنبر

المقادير:

رطل لوز مرحي

بيضتين

غ سكر محور 300

روح العنبر أو قطرات من العطرشية أو قطرات ماء
الورد

غ فستق 50

طريقة التحضير:

نخفق البيض جيدا، نمزج اللوز و نصف كمية السكر
المحور، البيض، روح العنبر أو العطرشية أو ماء الورد و
يفضل روح العنبر.

لا نكثر من الروح كي يبقى العجين متماسكا. نفتح
على طاولة نظيفة و مرشوشة بالقليل من اللوز
المرحي و القليل جدا من السكر المحور و نقوم بفرده
في شكل أصابع ثم عمل دائرة بحجم اختياري متوسط
نزين بالفستق و تطبخ في الفرن متوسط الحرارة مدة
20 دق و لا نتركها تحمر، ثم نخرجها، تركها تبرد ثم نلفها
في السكر المحور.

خبزة البسكويت



حلويات التونسية، خبزة البسكويت

المقادير:

- غ زبدة 200
- غ سكر 200
- غ بوفريوة (بندق) 150
- غ لوز 100
- قطعة من البسكويت المربع 80
- غ فستق المفروم 50
- لتر الحليب 1/2

طريقة اعداد خبزة البسكويت

- نقشر و نفرم اللوز و البوفريوة .نخلط الزبدة مع السكر حتى يتحول الخليط الى عجينة .متجانسة.يدهن طبق الفرن بقليل من الزبدة .
- نغمس 16 قطعة بسكويت في الحليب المغلي البارد ثم نضعها في الطبق على شكل مربع نطلى طبقة البسكويت بقليل من خليط الزبدة و نرش بقليل من البوفريوة و اللوز المفروم .
- نعيد العملية السابقة حتى ينتهي البسكويت، ننهي بالفستق و أخيرا نضعها في الثلاجة ثم نقصها عند التقديم.

بقلاوة الفستق



الحلويات التونسية، بقلاوة الفستق

المقادير:

العجينة:

- كلغ دقيق أو سميد الناعم 1.5
- أربع بيضات
- كلغ دقيق القمح 1
- نصف فنجان زيت
- ملعقة ملح

الحشو

- كلغ فستق 1
- غ بندق 100
- غ سكر 800

القطر:

- كلغ سكر 1
- ملعقة صغيرة ليمون
- ملاعق ماء عطرشية 4

طريقة اعداد بقلاوة الفستق:

- نخلط الدقيق مع البيض المخفوق، الزيت، الملح محلول في قليل من الماء، نضيف الماء تدريجيا إلى الخليط مع العجن حتى يتماسك و يتجانس ثم نتركه جانبا 30 دقيقة.
- بعد مرور نصف ساعة نعيد عجن الخليط حتى تصبح لينة. نفرم الفستق فرما ناعما، نضيف إليه البندق و السكر و نتركه جانبا.
- نقسم العجين إلى أجزاء و نرققه جيدا بواسطة القلقال (نشابة) على سطح مرشوش نشاء، نرقق اثنا عشر قطعة من العجين إلى أن تصبح عجينة رقيقة جدا ثم نفرشها في صينية مدهونة زبدة أو سمن بعد إذابتها و ندهن الورقة كذلك.
- عند الانتهاء من ترقيق و بسط أوراق العجين نسكب بعض من حشو الفستق و نعيد نفس عملية الترقيق و بسط اثنا عشر ورقة من العجين. نقطع

- البقلاوة إلى معينات متساوية الحجم و نضعها في الفرن على درجة حرارة هادئة مدة 90 دقيقة.
- في الأثناء نحضر القطر و ذلك بخلط السكر و الماء و تركه على نار هادئة حتى يتبخر الماء و تتخثر قليلا ثم نضيف عصير الليمون و ماء العطرشية.
 - نسكب القطر بعد أن تتحمر البقلاوة و نتركها على حدة ليلة كاملة قبل تقديمها.

القطايف



حلويات التونسية، القطايف

:المقادير

:القطايف

- غ [قطايف](#) 500
- غ زبدة 150
- غ بوفريوة 150
- غ لوز 200
- غ فزدق 100
- غ سكر الدقيق 100

القطر:

- غ سكر 400
- ثلاثة ارباع اللتر من الماء
- ملعقتان من ماء الزهر
- نصف ملعقة قهوة من عصير ليمون.

مقادير للزينة:

- غ بندق 100
- غ فستق مفروم 50

طريقة اعداد القطايف:

- نقلي [القطايف](#) في الزبدة على نار هادئة مع الحريك المتواصل، عندما تتحمر قليلا نرشها بشئ من الماء المغلي ثم نتركها تتقطر من الماء.
- نحمز المكسرات و نفرمها، نضيف إليها السكر و القطايف ثم نضعها في طبق.
- نسكب عليه القطر المعد مسبقا، نخلط الماء و السكر على نار متوسطة، عندما يتبخر الماء نضيف عصير الليمون و نسحبه من النار.

- نضع الخليط في الفرن مدة 10 دقائق ثم نتركها قليلا حتى تتماسك و نقوم بتقلبها في طبق آخر و نرجعها إلى الفرن حتى يحمر الوجه الثاني
- نقدم القطايف في طبق و نزين سطحها بالمكسرات. نقطعها حالما تبرد.

عجينة القطايف (الشعيرية)



حلويات التونسية، عجينة القطايف (الشعيرية)

المقادير:

- دقيق
- ماء بارد

- ملح

:طريقة اعداد عجينة القطايف (لشعرية)

- نعجن الدقيق مع الماء البارد و قليل من الملح ،
نخفق جيدا الخليط حتى يصبح متجانسا
- نسكب من خلال القمع ذو الثقوب المخصص لذلك
بعض من العجين حتى نتحصل على خيوطا دقيقة
من العجين شبيهة بخيوط الدويقة (الشعرية) و
نتركها حتى تبرد لنستعملها

صمصة ورقة



حلويات التونسية، صمصة ورقة

المقادير:

- ورقة ملسوقة 18
- غ سكر للحشو 350
 - غ لوز 250
- غ بوفريوة (بندق) 250
 - غ زبدة 250
- غ جلجلان (سمسم) 100
 - غ فستق 100
- ملاعق ماء ورد 4

- ملعقة صغيرة ليمون
- غ سكر 500

:طريقة اعداد صمصة ورقة

- نحمر الجلجلان و نرحيه ثم نخلطه مع السكر، نفرم بقية المكسرات كذلك فرما ناعما و نضيفه الى الجلجلان، نذيب الزبدة و ندهن بها أوراق الملسوقة.
- نضع في طبق مدهون زبدة 6 ورقات ملسوقة مدهونة زبدة كذلك، نفرش عليها نصف كمية المكسرات و نغطيها بستة أوراق ملسوقة ثم نسكب بقية المكسرات و نغطيها بأوراق الملسوقة.
- نقص الصمصة بسكين حاد الى مربعات و نضعها في الطبق لتستوي في الفرن لمدة نصف ساعة
- نحضر القطر و ذلك بخلط الماء و السكر على نار متوسطة، عندما يتبخر الماء نضيف عصير الليمون و نسحبه من النار ثم نسقي به الصمصة و نرش بعض المكسرات. المفرومة

كعابر اللوز و الفستق



حلويات التونسية، كعابر اللوز و الفستق

المقادير:

- غ لوز 500
- غ فستق 500
- غ دقيق 400
- غ سكر 250
- نصف فنجان ماء ورد
- غ سكر للقطر 500
- ربع لتر ماء
- ملعقة صغيرة عصير ليمون

طريقة إعداد كعابر اللوز و الفستق:

نخلط السكر مع نصف لتر من الماء ونضيف عصير الليمون، نسحبه من النار حالما يتبخر نصف الماء و يخثر

القطر.

نقشر اللوز و نفرمه حتى يصبح ناعما، نخلطه مع نصف كمية السكر ، نقوم بنفس العملية للفستق و نأخذ قليلا من كلا الخليطين و نشكلهما الى كويرات صغيرة و تغمس في القطر و تلف بالسكر المحبب و نتركها حتى تجف ثم نقدم

كعابر السكر



حلويات التونسية، كعابر السكر

- كلغ سكر 1.5
- كلغ لوز 1
- غ سكر محبب 250
- بيضات 4
- لتر زيت 1/10
- ملعقة ليمون، 1/2
- ملعقة ملون أحمر
- ملعقة ملون أخضر

طريقة اعداد الملبس:

- نخلط 1/2 كلغ من السكر مع نصف لتر من الماء ونضيف عصير الليمون نسحبه من النار حالما يتبخر نصف الماء و يخثر القطر
- نقشر اللوز و نخلطه مع بقية السكر اي كلغ منه، نقسم الخليط الى جزئين و نضيف لكل جزء ملون و نلفه الى كويرات صغيرة و تغمس في القطر و تلف بالسكر المحبب و نتركها حتى تجف

كعك الفرينة، الحلويات التونسية



كعك الفرينة

:المقادير

- غ سكر طوابيع 500
 - غ لوز 300
 - غ دقيق 200
 - غ زبدة 50
 - بيضات 8
 - ملعقة فانيلة
- غ سكر دقيق 100
 - غ جوز 100

:طريقة اعداد كعك الفرينة

- نخلط اللوز بعد تقطيعه مع السكر الكوابيع، ثم نضيف اليها البيض ثم الدقيق و الزبدة و الفانيلة مع التحريك المتواصل حتى نتحصل على عجينة متماسكة و رخوة.
- ندهن ورقة بالزبدة و نضعها في طبق ثم نسكب العجين بواسطة كيس معد للغرض و الضغط على الكيس للحصول على أكداص صغيرة نرشها

بالسكر الدقيق و نزين سطحها بالبوفريوة و نتركها
في الفرن 210 دقيقة حتى تستوي

الفرشك (أقراص اللوز)، الحلويات التونسية



الفرشك (أقراص اللوز)

المقادير:

- كـلـغ سكر طواع (قوالـب) 1
- غ لوز مقشر و مفروم 600
 - سكر دقيق 100
 - بيضات 10

طريقة إعداد الفرشك (أقراص اللوز):

- نخلط السكر طواع مع اللوز و نضيف بياض البيض مع التحريك واحة تلو الأخرى
- ندهن طبق بالزبدة و نسكب الخليط باستعمال قمع أو ملعقة في شكل اقراص صغيرة

- نرش السكر و نزين بقطع اللوز أو الفستق. نضعه في الفرن 15 دقيقة في الفرن .

غزيل البنات، الحلويات التونسية



غزيل البنات

المقادير:

- كغ سكر 1
- غ دقيق الحمص 750
- غ عسل 500
- غ سمن 30
- لتر ماء ½
- ملعقة قهوة عصير ليمون
- ملعقة فانيلية

طريقة إعداد غزيل البنات

- نذيب السكر و الماء مع الليمون، و نضعه على نار هادئة مع التحريك مدة 20 دقيقة. نضيف اليه العسل و السمن أو الزبدة مع التحريك.
- عندما يتخثر و يتماسك نرفعه من النار و نتركه جانبا. نضعه على طاولة مدهونة زبدة و نعجن القطر جيدا و نشكلها إلى لفيفة طويلة.
- نبسط دقيق الحمص و نضع لفيفة القطر بعد تحويلها الى حلقة و تمدد على دقيق الحمص ثم نشكلها في شكل عدد 8 و نطويها مرة اخرى و نمدها ثانية في دقيق الحمص و نعيد تشكيلها الى 8 و تطوى في شكل حلقة و نكرر العملية حتى تندمج كمية الحمص و تتحول العجينة الى كتلة شبيهة بخصلة الشعر. نقطعها الى قطع و نقدمها

حلوة مغارف، الحلويات التونسية



حلوى مغارف

:المقادير:

- غ سميد دقيق 500
- غ سكر 300
- غ عسل 200
- غ مكسرات 200
- غ زبدة 100
- ملعقتان عطرشية
- ملعقة عصير ليمون

:طريقة إعداد حلوة مغارف

- نذيب الزبدة في مقلاة و نحمر فيها السميد مع التحريك، عندما يحمر نرفعه و نتركه جانبا.
- نذيب السكر في الماء و نضعه على النار مع إضافة العسل و الليمون.
- عندما يتخثر السكر و العسل نضيف إليه السميد و المكسرات و ماء العطرشية و نضعه على النار مع التحريك حتى يتماسك الخليط.
- نسكب الخليط في طبق مدهون زبدة و نبسطها بالقلقال (نشابة) و نتركها حتى تبرد.
- نقص الحلوى الى معينات او مربعات متساوية و نقدمها.

راحة الحلقوم، الحلويات التونسية



راحة الحلقوم

المقادير:

- 500 غ سكر
- 150 غ نشاء
- 100 غ مكسرات
- لتر ماء $\frac{1}{2}$
- ملعقتان ماء زهر أو ورد أو فانيلاء
- ملعقة عصير ليمون
- سكر دقيق

طريقة إعداد راحة الحلقوم:

- نذيب السكر في الماء و نضيف إليه الليمون و .
نضعه على النار مع التحريك المتواصل.
- عندما يتخثر و يتماسك، نحل النشاء في قليل من الماء البارد و نسكبه في السكر و نواصل التحريك مدة ساعة.

- عندما يجمد الخليط و لا يلتصق في الملعقة نضيف ماء الزهر و المكسرات مع التحريك المستمر.
- عندما يتماسك الخليط و يتجانس نصبه في طبق مرشوش بالسكر الدقيق و نرش سطحه كذلك و نتركه حتى يبرد.