

## طريقة شوربة لسان العصفور



المقادير لعمل شوربة لسان العصفور :

\* 2/1 كيس مكرونة لسان عصفور

\* 2 كوب مرقة دجاج

\* 4/1 كيلو لحم مفروم

\* بهارات حسب الرغبة

\* بقدونس مفروم

\* معجون طماطم

طريقة التحضير لعمل شوربة لسان العصفور :

يحرر لسان العصفور ويترك.

يحرر البصل في ملعقة سمن ثم يضاف اللحم ثم معجون  
الطماطم ثم البهارات وتخفف بالماء حتى تغلي.

نضيف المرقعة ثم نضيف لسان العصفور حتى يتم النضج  
وقبل الانتهاء نضيف البقدونس.

## شورية الفطر



المقادير لعمل شوربة الفطر :

\* صدر دجاجة.

\* 4 بصلات خضراء.

\* نصف ملعقة زنجبيل.

\* 8 حبات فطر معلب أو طازج منقوع بالماء لمدة 10 دقائق.

\* 6 ملاعق خل.

\* نصف جزرة مقطعة طولياً.

\* 4 ملاعق صلصة صويا.

\* 6 أكواب مرقة الدجاج.

\* نصف ملعقة ملح.

\* ملعقة فلفل أسود.

\* 8 ملاعق نشاء.

طريقة التحضير لعمل شوربة الفطر :

- يسلق الدجاج مع نصف كمية البصل والجزر والزنجبيل لمدة 30 دقيقة في قدر مغطاة.

- ينقع الفطر في ماء دافئ ثم يغسل ويسلق إذا كان طازجا أما المعلب فلا يحتاج لذلك.

- يأخذ مرق الدجاج ويوضع في قدر ثم يقطع الفطر والجزر والبصل والخل والفلفل الأسود وصلصة الصويا وتترك المقادير على النار حتى تغلي.

- يضاف محلول طحين الذرة «النشا» في القدر وتحرك المقادير جيداً ثم يضاف بعد ذلك الملح ويستمر بالتحريك حتى تسخن الشوربة.

- يقطع الدجاج شرائح طولية رفيعة ثم يوضع في طبق التقديم ويصب عليها طبق الشوربة.



## طريقة شوربة القمح اللذيذة



المقادير لعمل شوربة القمح :

كوب قمح

كوبان ونصف من مرق الدجاج أو قطعتان من الدجاج

ضمة بقدونس وكزبرة

3 حبات جزر

بصلة صغيرة

حبة بطاطا متوسطة

4 ملاعق طعام زيت نباتي

ليتر حليب

التحضير

انقي القمح لمدة ساعتين

افرمي البقدونس والكزبرة والبصل

اغلي 5 كاسات من الماء

الطريقة لعمل شوربة القمح :

اسلقي الدجاج مع الملح بالماء وخذي المرق او استخدمي  
مرق الدجاج.

صفي القمح من الماء.

اضيفي الماء المغلي حتى يغطي الشعير.

غطي الوعاء واتركيه يطبخ لمدة نصف ساعة.

في وعاء كبير آخر اضيفي ملعقتي طعام زيت نباتي واضيفي  
البصل حتى يذبل.

اضيفي الجزر المبشور والبطاطا ثم اضيفي القمح  
المسلوق.

اضيفي كويين ونصف من مرق الدجاج ثم اضيفي الأوراق  
الخضراء (الكزبرة والبقدونس).

حركي المزيج ودعيه ينضج لمدة 10 دقائق.

اضيفي الحليب (المغلي) وحركي باستمرار.

اغلي المزيج مع استمرار التحريك حتى يسمك على نار  
هادئة.

## طريقة شوربة الهليون



المكونات لعمل شوربة الهليون :

كوب هليون أخضر

بصلة صغيرة مفرومة ناعم

2 مكعب ماجي

3 ملاعق زبدة

ليتر ونصف الليتر ماء

3 ملاعق طحين

كوب حليب

ملح - فلفل أسود - رشة زنجبيل ناعم

طريقة التحضير لعمل شوربة الهليون :

\* نسلق الهليون بالماء المغلي ربع ساعة ليصبح طريا  
ويترك ليبرد.

\* نضعه في الخلاط مع الماء ونخلطه جيدا.

\* نحمر البصل المفروم بالزبدة على النار ثم نضيف  
الطحين ونحرك جيدا.

\* نضيف خليط الهليون ومكعبات ماجي والملح والبهار  
مع التحريك المستمر.

\* نضيف الحليب ونترك الشوربة تغلي عشر دقائق ثم  
نسكبها ونقدمها ساخنة.

كما يقدم الهليون كأعواد مقلية عند الآسيويين ويقطع  
ويدخل في العديد من السلطات ويقدم مع الروبيان وغيره  
من الاستخدامات العديدة حسب تنوع البلدان والثقافات  
والمذاقات.

## طريقة شوربة الخرشوف بالكريمة



المكونات لعمل شوربة الخرشوف :

نصف كيلو خرشوف

2 كوب مرق الدجاج

2 بصلة مفرومة

3 ملاعق كبيرة دقيق

50 غراما سمنة

50 غراما زيت ذرة

ثلاثة ارباع كوب كريمة لباني

ملعقة صغيرة ملح

كرفس

الطريقة لعمل شوربة الخرشوف :

\* قطعي الخرشوف جيدا الى نصفين ثم احضري طنجرة وضعيها على النار وبها زيت الذرة.

\* اضيفي اليها البصل المفروم الى ان يحمر ثم اضيفي الخرشوف والكرفس ومرق الدجاج الساخن.

\* احضري مقلاة وضعيها على النار وبها زيت ذرة والسمن ثم اضيفي الدقيق الى ان يصفر ثم ضعيه على الشوربة وتبليها بالملح والفلفل.

\* احضري الخلاط الكهربائي واضربي الخليط كله ثم صفيه.

\* اضيفي الكريمة اللباني الى الشوربة ثم قدميها ساخنة

6

طريقة عمل شوربة و حساء الفاصوليا السوداء بالصور



المقادير لعمل شوربة الفاصوليا :

- كوبان من الفاصوليا السوداء الجافة (نحو نصف كيلو غرام)، أو 3 علب (زنة كل منها 425 غراماً).
- ملعقتان كبيرتان من البصل المفروم.
- ساقا كرفس مقطعتان.
- فصا ثوم كاملان.
- ملعقتان من الملح.
- ليطران من مرق الدجاج أو الخضراوات.
- صفار بيضة مسلوقة.
- ثمن ملعقة من الفلفل الأسود.
- نصف ملعقة صغيرة من الخردل الجاف.
- ملعقة كبيرة من الطحين العادي.
- ملعقة كبيرة من الزبدة.
- 7 ملاعق كبيرة من الكريما الحامضة (إن شئت).

الطريقة لعمل شوربة الفاصوليا :

- إن قررت استعمال الفاصوليا المجففة، فانقعها بالماء

## طوال الليل.

• صبّي الفاصوليا واغسلها بالماء البارد. أضيفها إلى قدر كبيرة مع البصل، الكرفس، الثوم، والملح وما يكفي من المرق ليتجاوز المكونات الأخرى بنحو سنتمترين إلى ثلاثة سنتمترات. اتركي القدر لتغلي على نار هادئة مع تحريكها من حين إلى آخر إلى أن تطرى الفاصوليا، أي نحو ساعة إن كنت تستعملين فاصوليا معلبة.

• اطحني الخليط مع مرقة على دفعات في الخلاط الكهربائي. وأضيفي إليه ما يكفي من الماء أو المرق ليصبح أقرب إلى الكريما الكثيفة. اهرسي صفار البيض مع الفلفل والخردل وأضيفي المزيج إلى الحساء.

• اهرسي الطحين مع الزبدة بواسطة شوكة وضعيهما على نار متوسطة في مقلاة أو قدر صغيرة إلى أن يكتسبا لون بنياً داكناً. خفي الخليط بقليل من المرق وأضيفيه إلى الحساء. اتركي الحساء على النار مدة خمس دقائق. وإن لاحظت أنه شديد الكثافة، أضيفي إليه الماء.

• أضيفي ملعقة صغيرة من الكريما الحامضة إلى كل طبق حساء عند التقديم إن شئت.

## طريقة عمل شوربة الطماطم والفلفل الاحمر البارد



المكونات لعمل شوربة الطماطم والفلفل :

4 حبات طماطم

ملعقة كبيرة معجون الطماطم

4/1 كوب عصير برتقال

فصان ثوم مفروم

ملعقتان كبيرتان زيت ذرة

3 ثمرات فليفلة حمراء

3 أكواب مرق دجاج

ملعقة صغيرة ملح وفلفل أسود

الطريقة لعمل شوربة الطماطم والفلفل :

1- قطعي الطماطم والفليفلة الحمراء إلى قطع صغيرة، ثم

ضعي الزيت في مقلاة وأضيفي إليه قطع الفليفلة

والطماطم وشوحها حتى تصبح لينة.

2- في الخلاط الكهربائي، ضعي الطماطم والفليفلة الحمراء

ومعجون الطماطم وعصير البرتقال والثوم المفروم

والملح والفلفل الأسود ومرق الدجاج واخفقي المكونات

في الخلاط لمدة دقيقتين ثم صفيها.

3- اسكبي المزيج في إناء وضعيه على نار متوسطة حتى يغلي، ثم اخفضي النار واتركي الخليط على نار هادئة لمدة 5 دقائق.

4- قدي الشوربة ساخنه.