

## إندومي بحمسة اللحم المفروم



### المقادير :

- 3 مغلف أندومي
- ½ كيلو لحمة مفرومة
- بصله مفرومة ناعمه
- معلقه صغيره ملح
- معلقه ابيض فلفل ابيض
- معلقه صغيره كمون
- 4/1 كوب زيت نباتي

الخبزار :

كوب فاصوليا خضره

كوب بازيلا

كوب ذره

كوب جزر مقطع مكعبات صغيرة

معلقه كبيره بهارات

كوب مرق أو ماء

2 ملعقة كبيره دبس رمان

معلقه كبيره معجون طماطم

الطريقة :

لتحضير اللحمه؛

في مقلاة نضع زيت والبصل ونتركه حتى يذبل  
ومن ثم نضيف اللحمه وتقلب حتى تنضج

نضيف الخبزار إلى اللحمه وتقلب

ومن ثم نضيف كوب الماء أو المرق وتترك على نار

نضيف دبس الرمان ومعجون الطماطم وتترك حتى

تتسبك

بعد ان تستوي ترفع عن النار

يطهى الإندومي حسب العبوة

في مقلاه واسعة نضع الاندومي وحمسة اللحمه ويوضع  
على نار مع كوب من مرق الأندومي ويقلب برفق حتى  
يتسبك

الف عافيه

## طريقة عمل اندومي ورق عنب



لقيت وصفه اندومي ورق عنب من اختراع بنت و طبقتها  
و طلعت طيبه و سهله حتى لما تنسكب شكلا بشهي مثل  
مالكم شايفين اندومي بس بصوص ورق العنب

المقادير لعمل اندومي ورق عنب :

3 اندومي

2 او اكثر بطاطا مقطعه دوائر ومقليه

2 ملعقه زيت

3-4 معالق معجون بندوره

كاسه او اكثر ماء  
7 ملاعق دبس الرمان  
3 ليمون اخضر معصور (انا استعملت الليمون العادي)  
7 ملاعق عصير تمر الهندي (ماكان عندي استغنيت عنو)  
مكعب مرقه دجاج  
0.5 ملعقه صغيره بهار مشكل  
0.5 ملعقه صغيره كاري  
0.5 ملعقه صغيره بابريكا  
0.5 ملعقه صغيره ملح (انا ضفت شطه)

الطريقة لعمل اندومي ورق عنب :

نقلي معجون البندوره بالزيت ثم نضيف الماء و جميع  
المكونات السابقة ما عدا البطاطا والاندومي

نحركها ونتركها تغلي وتتماسك شوي

نضيف البطاطا على الجوانب وبالنص ونحط الاندومي  
ونتركها لتستوي ونضيف ماء زياده ونسكر الغطا ونتركها  
تستوي ولما تستوي نص استوا نحط بهارات الاندومي  
عليها ونتركها شوي ونسكبها فيه ناس تحبها مع ميتها  
وناس تحبها ناشفه شوي



❓ صحتين وهنا

## اندومي وبيض



### ألد إندومي بالبيض

المقادير لعمل اندومي وبيض :

كيس إندومي

2 بيضة

كاس و نص ماء مغلي

2 قطعة زبدة صغيره

الطريقة لعمل اندومي وبيض :

ضعي الاندومي في وعاء بعد تكسيره قليلاً وصبي عليه الماء المغلي و اتركه جانباً و اتركه لمدة 5 دقائق

صفي الاندومي من الماء و احتفظي بمقدار فنجان من ماءه

ضعي المقلاة على النار وضعي الاندومي فيها مع الزبدة و بهار الاندومي و أضيفي قليل من الماء الذي احتفظت به حسب الذوق

أخفقي البيض و صبيه على الاندومي و حركي حتى ينضج البيض

قدميه ساخناً

و بالعافية



## سلطة اندومي وبصوص زبادي



المقادير والطريقة لعمل سلطة الأندومي بالزبادي :

2 كيس اندومي

فلفل الوان (احمر - اصفر - اخضر)

3حبات خيار

جزر مبشور

خس امريكي

علبة فاصوليا

علبة ذره حلوه

طبعاً نكسر الالندومي ونسلقه بمويه وملح  
ونقطع الخضار الفلفل والخير مكعبات والخس شرائح  
والجزر  
والفاصوليه والذره نغسله  
بعدين نخلط السلط  
اذا استوات الالندومي نصفيه ونخلطه مع السلط  
والصوص علبة زبادي وملعقتين مايونيز وملح وفلفل  
وبهارات الالندومي وليمون اخلطيهم مع بعض واضيفها  
الصوص على السلطه  
واستمتعي بالطعم

## اندومي ونقانق



اندومي ونقانق على طريقي

المقادير لعمل اندومي ونقانق :

1 باكيت شعيره

6 نقانق, قطع صغيره

1 كوب ملفوف, مفروم

1 فلفل رومي, مفروم

1 جزر, مفروم

1 بصل, مفروم

قليل بقدونس, مفروم  
2 ملعقة زيت  
2 ملعقة زيت زيتون  
مكعب ماجي  
2/1 ملعقة فلفل اسود  
1 ملعقة ملح

الطريقة لعمل اندومي ونقانق :

تسلق الشعيريه مع أضافه الملح والزيت.

في وعاء, نضيف زيت الزيتون والبصل ونشوحه على النار حتى يذبل. بعد ذلك, نضيف النقانق ونتركه قليلا على نار هاديه.

نضيف الجزر والملفوف والفلفل الرومي ونمزجه مع بعض. ثم نضيف الملح والفلفل الأسود ومكعب ماجي ونقلبه.

نصف الشعيرية عليه ونتركه قليلا حتى يمتزج مع بعضه,  
نضيف البقدونس  
ويقدم وبالعافيه.



## اندومي خضار بالليمون



المقادير لعمل اندومي خضار بالليمون :

2 طماطم طازج صغير

1 بصله متوسطه

1 طماطم معجون

1 ماجي

ورق الغار

خضار مشكلة مثلجة

القليل من الملح والفلفل الاحمر

## ليمون 2 كيس اندومي شوربة خضار بالليمون



موقع موسوعة الطبخ

الطريقة لعمل اندومي خضار بالليمون :

نكسر الاندومي في قدر ونظيف الطماطم الطازج والبصل  
وخضار مشكلة مثلجة ويضيف الماء ثم نضعه يثور حتى

ينضج

وفي قدر ثاني نضع المايجي وطماطم معجون وبهارات  
الاندومي والملح والفلفل وورق الغار نقطعه ويضيف الماء

ثم نحرّكة حتى يغلظ  
ثم نخلط الاندومي مع الخلطة ونخلطه جيدا وأخيرا  
نضيف الليمون  
من النار للصحن للفم  
وعوافي





## اندومي ياباني



الاندومي الياباني او الرامن طبق ذو شعبية كبيرة في اليابان وهو عبارة عن نوع من حساء المعكرونة النودلز الاسيوي وتحضر في مرق اللحم أو السمك وتكون بطعم صلصة الصويا أوالميسو، كما تضاف إليها شرائح من اللحم أو الدجاج، أو الطحالب البحرية المجففة، أو البصل الأخضر، أو الذرة. الأكلة متواجدة تقريباً في كل مناطق اليابان، وكل منطقة لها طرق مختلفة قليلاً في تحضير

هذه وجبة الرامن او الاندومي الياباني

المقادير لعمل اندومي ياباني :

- دجاج شرائح

- حزمة بصل أخضر

- 4 فصوص ثوم

- شرائح زنجبيل حبة

- ملعقة ملح

- ملعقتان صويا صوص

- 1 حبة بيض (مسلوقة)

- ملعقتان زيت السمسم

- 3 اكواب ماء

- كيس نودلز



طريقة التحضير وعمل اندومي ياباني :

1. في قدر كبير يضاف (البصل الأخضر والدجاج والثوم والزنجبيل ) ويترك على نار متوسطة لمدة 20 دقيقة.
2. بعد الاستواء يرفع الدجاج من المرق ويصفي المرق من الزنجبيل والثوم والبصل الأخضر.
3. في نفس القدر يوضع الحساء مرة أخرى ويضاف إليه زيت السمسم وصلصة الصويا والملح ويترك لمدة 10 دقائق على نار هادئة.

4. في قدر آخر تسلق التودلز وتصفى

5. في طبق التقديم يوضع القليل من الحساء والمكرونه وترص فوقها البيض المسلوق والدجاج ويزين ببعض البصل الأخضر المقطع إلى شرائح ويمكن اضافة شرائح جزر وملفوف

وتقدم

