

طريقة عمل ميلك شيك البراونيز



وقت التحضير

10 دقيقة

وقت الطهي

10 دقيقة

عدد الافراد

2

ميلك شيك البراونيز من أكثر [المشروبات](#) التي يفضلها الجميع، تعرفوا على طريقة تحضيرها كما في المطاعم مع شملولة.

المقادير

- [نصف كوب سكر بني](#)
- ربع كوب كاكاو بودر
- [ربع كوب زبدة فول سوداني](#)
- ملعقة صغيرة (ملعقة شاي) فانيليا 2
- ملعقة كبيرة لبن 1
- ملعقة كبيرة زبدة 2
- رشة ملح

• كوب آيس كريم شوكولاته

- نصف كوب لبن
- كريمة مخفوقة
- براونيز

0

خطوات التحضير

نقوم أولاً بتحضير صوص الشوكولاتة، باحضار وعاء كبير ونضع فيه 0 السكر البني، الكاكاو البودر، زبدة الفول السوداني، الفانيليا، لبن، زبدة، وملح، نضع الوعاء على النار مع التقليب بمضرب سلك يدوي حتى نحصل

علصوص الشوكولاته

0 في مضرب كهربائي نضع الآيس كريم، ونصف كوب لبن، ونخلط حتى يتجانس الخليط ونحصل على الميالك شيك

0 نحضر كوب التقديم، ونزينه من الداخل بصوص الشوكولاته ثم نسكب الميالك شيك

0 نزين الوجه بالكريمة المخفوقة والبراونيز ثم نقدم ميالك شيك البراونيز

طريقة عمل السحلب بالشوكولا



وقت التحضير

دقيقة 0

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

2

[السحلب](#) من أفضل المشروبات الشتوية التي تقوم بتدفئه الجسم ، ويقدم بطرق مختلفة ، تعرف مع شملولة اليوم على طريقة تحضير السحلب بالشوكولاتة في 4 خطوات

المقادير

* يكفي 4 أشخاص *

- كوب كبير لبن (960 ملل) 4
- ملعقة صغيرة * ملعقة شاي * بودرة سحلب 2
- كوب كبير شيكولاته مبشورة
- ملعقة صغيرة * ملعقة شاي * سكر أبيض 4
- : للتزيين والتقديم
- ملعقة صغيرة * ملعقة شاي * جوز هند 4
- ملعقة صغيرة * ملعقة شاي * قرفة 1
- مكسرات أو سمسم أو فول سوداني حسب الرغبة

طريقة عمل مشروب اللبن الساخن بالقرفة

خطوات التحضير

- على نار متوسطة نضع اللبن ونتركه حتى يغلي .
- في وعاء خارجي نضع الشيكولاته المبشورة و السكر الأبيض و بودرة السحلب ونقلبهم معًا حتى يختلطوا
- نضع خليط السحلب والشيكولاته والسكر على اللبن المغلي ونخفض النار إلى نار هادئة ونقلب بسرعة بملعقة خشبية حتى تذوب الشيكولاته ويختفي السكر في اللبن ويصبح له قوام متماسك
- نحضر أكواب التقديم ونسكب فيها مشروب السحلب بالشوكولا ثم نزين الوجه برش جوز هند ، والقرفة ، والمكسرات على حسب الرغبة
- وصفة مشابهة : طريقة عمل السحلب بالقرفة

: سر نجاح مشروب السحلب بالشوكولا

- حتى لا يتكتل الحليب عند تحضير السحلب ، نقوم بخلط بودرة السحلب والشيكولاته مبشورة والسكر معًا قبل إضافته للبن وذلك بعد غليانه

: فائدة مشروب السحلب بالشوكولا

- يحتوي مشروب السحلب بالشوكولا على طاقة كبيرة لذلك هو من أفضل المشروبات الشتوية التي تساعد على التدفئة
- يساعد مشروب السحلب بالشوكولا على علاج قرحات المعدة والاثني عشر، ووقف النزيف الداخلي للمعدة
- يحتوي الكوب الواحد من السحلب (261 جرام) على 144 سعر حراري

طريقة عمل كافيه لاتيه مثلج



وقت التحضير

دقيقة 10

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

1

تعد القهوة من مسببات السعادة و التي تعتبر اول شئ يخطر على بال الكثير حينما يتعرضوا للإرهاق و يحتاجون لإستعادة النشاط و التركيز.

المقادير

" تكفي شخص واحد "

- كوب كبير قهوة اسبريسو 1/2
- ملعقة كبيرة (ملعقة الطعام) سكر ابيض 2
- كوب كبير لبن 3/4
- كوب كبير مكعبات ثلج 1 1/2
- ملعقة كبيرة (ملعقة الطعام) قشطة كريمي 2
- [طريقة عمل مشروب لاتيه الكراميل الساخن](#)

خطوات التحضير

- في الخلاط الكهربائي نضع القهوة الإسبريسو و السكر.
- تخلط المكونات جيدا في الخلاط الكهربائي حتى يذوب السكر و القهوة.
- يضاف اللبن و مكعبات الثلج الى مزيج القهوة ثم تخلط المكونات مرة اخرى حتى يتجانس المزيج و يصبح متماسك.
- يصب اللاتيه في كوب التقديم ثم توضع عليه القشطة الكريمي.
- و يقدم.
- **وصفة مشابهة : كاسترد كافييه لاتيه**

سر نجاح الكافييه لاتيه:

- خلط المكونات جيدا حتى التجانس في الخلاط يعطي فوم رائع و طعم لا يقاوم مع القشطة الكريمي.

فوائد القهوة:

- تحتوي القهوة على مضادات للأكسدة و التي تساعد في الحماية من أمراض القلب.
- تقوي الذاكرة و بالتالي تحمي من خطر الإصابة بالزهايمر.
- مفيدة لصحة الأسنان و حمايتها من التسوس.

السرعات الحرارية في الكافييه لاتيه:

- يحتوي ال 200 مل من اللاتيه على 180 سعر حراري.

طريقة عمل مشروب النوتيلا باللبن و البندق



وقت التحضير

دقيقة 10

وقت الطهي

دقيقة 15

عدد الافراد

1

المقادير

- كوب لبن 1 1/2
- كوب بندق 1/4
- شيكولاتة [نوتيلا](#)

خطوات التحضير

- سخني اللبن ثم ضعي النوتيلا و قلبي جيدا.
- قلبي جيدا لمدة 10 دقائق حتى تصبح تذوب الشيكولاتة
- ضعي البندق على الشيكولاتة و قلبي.

- يقدم ساخنا مع الكوكيز .

طريقة عمل النسكافية بالشيكولاتة و اللبن



وقت التحضير

دقيقة 10

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

1

المقادير

- ملعقة صغيرة نسكافية 1
- قطع شيكولاتة
- كوب لبن ساخن 1/2
- كوب ماء ساخن 1/2
- سكر حسب الرغبة

خطوات التحضير

- ضعي النسكافية و السكر في المِج ثم ضعي القليل من الماء الساخن و قلبي باستمرار حتى يتكون الفوم.
- ضعي باقي الماء على النسكافية ثم ضعي اللبن و قلبي.
- ضعي قطع الشيكولاتة في النسكافية ثم يقدم.

طريقة عمل مشروب لاتييه الكراميل الساخن



وقت التحضير

5 دقيقة

وقت الطهي

5 دقيقة

عدد الافراد

2

المقادير

- كوب حليب ساخن 1
- مل قهوة اسبرسو 100
- ملعقة كبيرة صوص كراميل 2

للتزيين:

- كريمة مخفوقة
- صوص كراميل

خطوات التحضير

- يوضع الحليب في وعاء، ويضاف إليه القهوة والكراميل.
- يخلط جيدا حتى يتجانس، ثم يصب في الأكواب.
- يزين بالكريمة والكراميل، ويقدم ساخن.

مشروب التوت بالشيكولاتة البيضاء للكريسماس



وقت التحضير

دقيقة 10

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

2

المقادير

- كوب حليب مثلج 1
- نصف كوب توت أحمر
- ربع كوب [كوبشيكولاتة بيضاء](#) مبشورة

خطوات التحضير

- يوضع الحليب في الخلاط، ويضاف إليه التوت والشيكولاتة
- يضرب جيداً حتى يتجانس
- يصب في الأكواب، ويقدم بارد

طريقة عمل مشروب الشيكولاتة الساخن بالفراولة



وقت التحضير

5 دقيقة

وقت الطهي

10 دقيقة

عدد الافراد

0

المقادير

- كوب فراولة مجمدة 1
- كوب شيكولاتة بيضاء مبشورة 1/2
- ملعقة كبيرة عسل 1
- كوب شيكولاتة بيضاء مبشورة 1/2
- ملعقة صغيرة فانيليا 1
- كوب لبن 1
- كوب ماء 1

خطوات التحضير

- سخني اللبن و الماء جيدا على نار متوسطة ثم ضعي الفراولة
- اضيفي العسل و الفانيليا و الشيكولاتة البيضاء و قلبي حتى تمام الذوبان
- ضعي المشروب في كوب التقديم و زينه بجوز الهند و يقدم ساخنا

طريقة عمل ميلك شيك الموز بالشيكولاتة



وقت التحضير

دقيقة 5

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

2

ميلك شيك الموز بالشيكولاتة من أفضل وصفات الصيف ،كما يساعد على زيادة الطاقة في الجسم والتركيز وزيادة التركيز والانتباه

المقادير

خطوات التحضير

- نحضر الموز ونقوم بتقطيعه لشرائح
- نضع شرائح الموز ومكعبات الثلج والكاكاو واللبن في الخلاط الكهربائي ،ونقوم بضربها حتى نحصل على خليط سائل
- نحضر أكواب التقديم نضيف القليل من صوص الشيكولاتة ثم نضيف ميلك شيك الموز بالشيكولاتة ونزين الوجه بالكريمة المخفوقة ونقدمه
- **وصفة مشابهة : [طريقة عمل ميلك شيك الموكا](#)**

سر نجاح تحضير ميلك شيك الموز بالشيكولاتة

- من الممكن إضافة النوتيلا وزبدة الفول السوداني ميلك شيك الموز بالشوكولاتة وذلك سيضيف طعم خاص لميلك شيك الموز بالشوكولاتة
- من الأفضل تتليج شرائح الموز قبل تحضير ميلك شيك الموز بالشيكولاتة

فوائد ميلك شيك الموز بالشيكولاتة

- تناول ميلك شيك الموز بالشيكولاتة يعطي طاقة كبيرة للجسم
- ميلك شيك الموز بالشيكولاتة يساعد على التركيز والانتباه

طريقة عمل هوت أوريو بالمارشملو



وقت التحضير

5 دقيقة

وقت الطهي

5 دقيقة

عدد الافراد

2

المقادير

- كوب حليب 2
- ملعقة كبيرة كاكاو 2
- حبات أوريو مجروش 15
- رشة فانيليا
- سكر للتحلية

للتزيين:

- كريمة مخفوقة
- مارشملو

خطوات التحضير

- يوضع الحليب في وعاء على النار، ويضاف إليه الكاكاو، ويقلب.
- يترك على النار حتى يغلي، ثم يضاف إليه الاوريو.
- يرفع من على النار، ويحلى، ويقلب جيداً.
- يصب في الاكواب، ويزين بالكريمة المخفوقة والمارشيملو.
- يقدم ساخن مع الكوكيز.

سموثي الشيكولاتة بقطع الموز .. لذيذ و مغذي



وقت التحضير

10 دقيقة

وقت الطهي

0 دقيقة

عدد الافراد

1

المقادير

خطوات التحضير

- احضري الخلاط الكهربائي ثم ضعي به الشيكولاتة.
- ضعي اللبن و الثلج المجروش في الخلاط ثم اخلطي المزيج جيدا حتى تمام الإختلاط.
- ضعي 1/2 كمية سموثي الشيكولاتة في كوب التقديم ثم ضعي حلقات الموز .
- ضعي باقي كمية سموثي الشيكولاتة على حلقات الموز ثم قدمية.

طريقة عمل ميلك شيك التيراميسو



وقت التحضير

دقيقة 15

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

2

المقادير

خطوات التحضير

- يوضع الآيس شوكليت في وعاء، ويضاف إليه الكريمة والقهوة، ويقلب جيداً.
- يصب الخليط في كأس، ويزين بالكريم شانتيه.
- يرش قليل من الكاكاو على الكريم شانتيه.
- يقدم بارد مع [يسكوت اسفنجي](#).

طريقة عمل القهوة بزيت جوز الهند



وقت التحضير

دقيقة 0

وقت الطهي

دقيقة 5

عدد الافراد

2

المقادير

- كوب قهوة ساخن 2
- ملعقة كبيرة زيت جوز هند 2
- ملعقة كبيرة زبدة غير مملحة 2

خطوات التحضير

- احضري الخلاط الكهربائي ثم ضعي به 2 كوب القهوة الساخن.
- اضيفي زيت جوز الهند و الزبدة الى القهوة.
- اخلطي المكونات جيدا في الخلاط حتى يتجانس زيت جوز الهند و الزبدة مع القهوة.
- صبي الخليط فى كوب التقديم.

طريقة عمل مشروب الشيكولاتة الساخن بالقرفة



وقت التحضير

5 دقيقة

وقت الطهي

10 دقيقة

عدد الافراد

2

مشروب الشيكولاتة الساخن بالقرفة من المشروبات التي تساعد على تدفئة الجسم وتزيد من التركيز ونشاط الجسم ، تعرفوا على طريقة تحضيره في خطوات بسيطة

المقادير

- كوب لبن 4
- عود قرفة 1
- كوب شيكولاتة مبشورة 1/2
- سكر

خطوات التحضير

- سخني اللبن في إناء على نار متوسطة.
- ضعي القرفة مع اللبن حتى يبدأ في الغليان.
- ضعي السكر على اللبن و قلب يحتى تمام الذوبان.
- ضعي الشيكولاتة على اللبن و قلبي حتى تذوب.
- ضعي المشروب الساخن في أكواب التقديم ثم قدمية ساخنا.

طريقة عمل سموثي الشيكولاتة بالكريمة



وقت التحضير

دقيقة 5

وقت الطهي

دقيقة 0

عدد الافراد

1

المقادير

خطوات التحضير

- احضري الخلاط الكهربائي ثم ضعي به اللبن و الكريمة و أخلطي .
- أضيفي الشيكولاتة الى الخلاط و اخلطي مرة اخرى حتى تمام الإختلاط .
- ضعي السموثي في أكواب التقديم ثم قدمية باردا الكيك بالمكسرات .

طريقة عمل مشروب القهوة بالشيكولاتة الساخن



وقت التحضير

10 دقيقة

وقت الطهي

5 دقيقة

عدد الافراد

1

المقادير

- ملعقة صغيرة بن قهوة 1 1/2
- ماء
- سكر حسب الرغبة
- قطع شيكولاتة

خطوات التحضير

- ضعي القهوة و الماء و السكر في كنيكة على نار هادئة و قلبي .
- انركي القهوة على النار حتى تبدا في الغليان ثم ارفعيها من على النار .
- ضعي قطع الشيكولاتة في كوب التقديم ثم ضعي عليها القهوة و تقدم ساخنة .