

كيش، تورت و بيزا

Samira

اللغة العربية

مدونة كتب المخبز

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



Edition
La Plume

الإصدار 2008-2009
رقم 4 - 9 780547272246
الناشر: بوزيان محمد، بوج الكيلان
الطراش
مكتبة: بلكس - 100 21 110
021 28 11 94

طهران: الطبعة الأولى
مطبعة: النور 151
التقليد: مطبعة تان في كل بلد
كل مستوردين: المكتبة لايف
للطباعة: الطراش التجارية
بوزيان محمد الكيلان





- 2- كوكا بالبطاطا
 4- كوكا باللحم المرعي و السبانخ
 6- بيزا بالمزويلا
 8- تورث بالثشكشوكة
 10- كيش بالتونة
 12- تاراتات صغيرة بالسبانخ
 14- بيزا بالسلامي
 16- كيش بالسبانخ
 18- كوكا بالدجاج
 20- بيزا بالقلقل الحلو و البصل
 22- كيش بالبصل
 24- كيش بالدجاج
 26- المونشون
 28- بيزا بثلاثة أنواع من الجبن
 30- كيش دون عجينة
 32- كيش بالسلمون
 34- بيزا بالبانجان
 36- كيش بالخضار
 38- كيش بالدجاج، الزيتون و الفطاع
 40- كيش بالحلم المرعي
 42- بيزا بفواكه البحر
- 44- الكيش الصغيرة باللحم المرعي
 46- تورث بالدجاج
 48- بيزا بالسمنورة
 50- بيزا صغيرة
 52- كيش بكويات اللحم المرعي و الفطاع
 54- شوسون سوفلي
 56- كيش صغيرة بالسبانخ و الملح
 58- بيزا باللحم المرعي و الفطاع
 60- كيف تحضرين عجينة البيزا ؟
 61- كيف تحضرين العجينة بيزي ؟
 62- كيف تحضرين العجينة المورقة ؟
 63- كيف تحضرين صلصة الطماطم ؟
 64- كيف تحضرين صلصة البشاميل ؟

مدونة كتب المطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

العجينة المورقة :	-معدنوس
انظر الصفحة 62	-4 ستيشات ثوم
-3 حبات بطاطا	مسحوقة
-3 بيض	-100 غ جبن نائب
-1 ملعقة صغيرة	-زيتون دون علف
هريسة	مقطع إلى دوائر
-1 غلية صغيرة تونة	-كمون
بالزيت	-لفل اسود، ملح

- 1- قشري البطاطا، قطعيها ثم اغليها بعد الطهي، قطريها ثم اسحقها.
- 2- في وعاء شعبي البطاطا المسحوقة، 2 حبات بيض، الهريسة، التونة، الثوم، المعدنوس، الزيتون، الجبن، الكمون، الملح و الفلفل الأسود، اخلطي جيدا
- 3- اسخني العجينة المورقة، قطعي دوائر، ضعي في كل دائرة الفلفل من الحشو ثم اغلقي بواسطة مول خاص بالكوكا.



مذونة كتب الطبخ

<http://benghiliexclusive.blogspot.com>



- العجينة المورقة :
 -300 غ فرينة
 -150 غ مارجرين
 للتوريق
 - 1/2 كأس ماء
 -1 قرصة ملح
 الحشو :
 -200 غ لحم مرعي
 -1 ربيطة سبانخ (سلق)
 مغلية
- 1- حبة بصل مبشورة
 1- علبية صغيرة لقاع
 1- ملعقة كبيرة طماطم
 مصبرة
 3- ملاعق كبيرة زيت
 -عرويار مبشور
 -فلفل أسود
 -ملح
 -التزيين :
 1- صفار بيضة

- 1- حضري العجينة المورقة ،
 انظر الصفحة 62
 2- حضري الحشو ، في
 مقلاة ، حمسي البصل ،
 الزيت ، الملح ، الفلفل الأسود ،
 اضيفي اللحم المرعي
 و اتركها تطهى حتى يتبخر
 الماء كليا . اضيفي السبانخ ،
 القفاح و الطماطم المصبرة ،
 حمسي جيداً حتى يتبخر
 السائل كليا .
 3- ابسطي العجينة المورقة ،
 بواسطة مول خاص
 بالكوكا ، قطعي دوائر ،
 ضعي القليل من الحشو ثم
 اغلقي .
 4- ايطي السطح بصفار
 البيض ثم اطهوها في الفرن .



مدونة كتب المخبز

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



عجينة البيزا :

انظر الصفحة 60

صلصة الطماطم :

انظر الصفحة 63

التزيين :

-مزويلا

-زيتون أسود

-جبين دائب

-زيت الزيتون

-اعشاب البروفانس

بعض القمع من الجبن
اذائب حولها ثم لفي العجينة.

4-ضعي عليها صلصة

الطماطم ثم بعض شرائح

المزويلا، زيتي بالزيتون

الأسود ثم نري اعشاب

البروفانس، املئها في

القرن.

5-بعد الطهي، اسقيها

بالقليل من زيت الزيتون.

1-حضري عجينة البيزا،

انظر الصفحة 60.

2-حضري صلصة الطماطم،

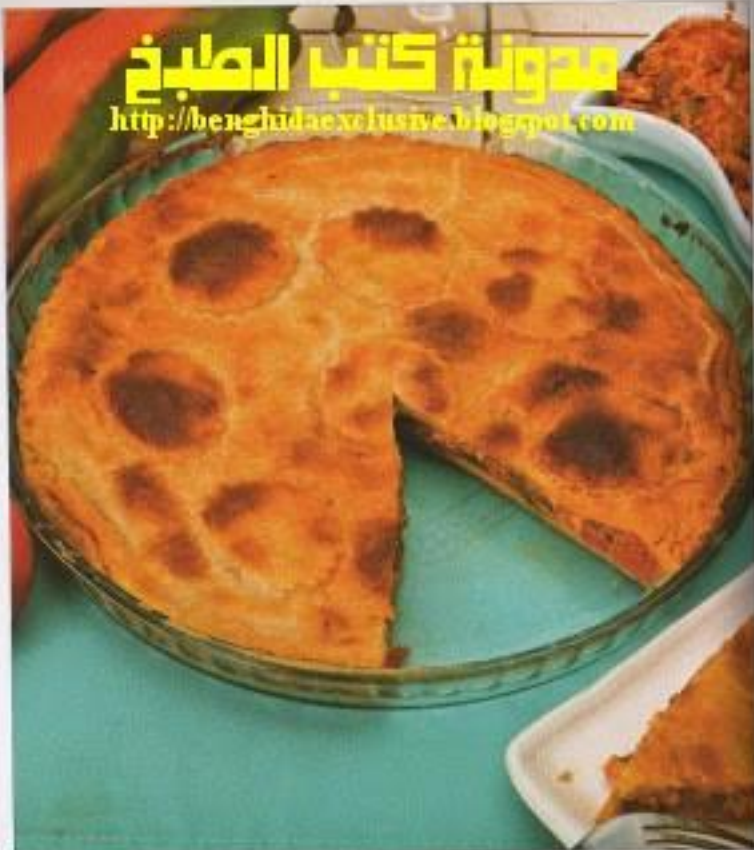
انظر الصفحة 63.

3-ايسطي العجينة، ضعها

في صينية دائرية، ضع



مذونة كتب المطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

- العجينة المورقة :
 أنظر الصفحة 62
 3- حبات بصل
 3- حبات فلفل حلو
 3- حبات طماطم
 5- بيض
 1- ملعقة كبيرة طماطم
 مصيرة
 4- ملاعق كبيرة زيت
 -فلفل أسود، ملح

- 1- في طنجرة، شعبي الزيت، البصل المقطع إلى شرائح، الفلفل الحلو المقطع إلى دوائر، الملح و الفلفل الأسود، حمصي الكلال جيداً ثم اتركه يطفئ.
 2- اضيفي الطماطم المقشرة و المقطعة إلى مكعبات صغيرة، اتركها تطفئ دون إضافة الماء حتى يتبخر كليا.
 3- اضيفي 4 حبات بيض مخفوقة و اخلطي ثم اطلق النار.
 4- على طاولة عمل، ايسطي العجينة المورقة، افرشها في مول، اذهبها بواسطة شوكة ثم افرغي التشكشوكة.
 5- غطيها بالعجينة، اطيها بالبيضة المخفوقة، زينها بدوائر من العجينة ثم اطيها في الفرن حتى تكسب التورت اللون الذهبي.

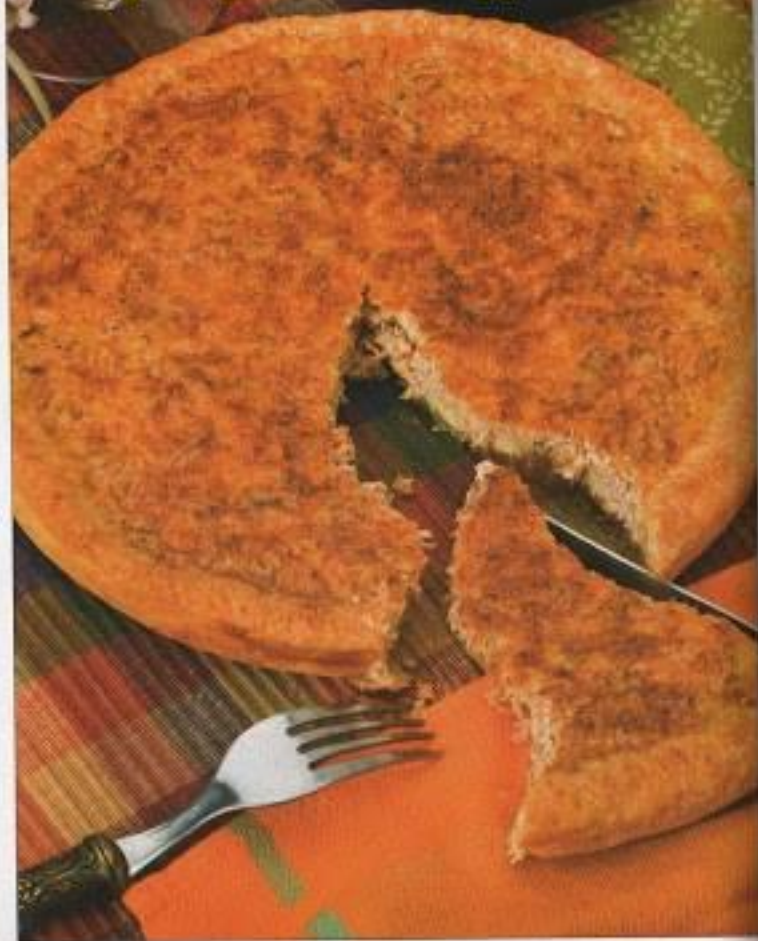


6

5

4

مدونة كتب المخبز

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

العجينة بريزي :	250 غ تونة
انظر الصفحة 61	5 بيض
500 غ فريزة	2 ملاعق كبيرة كريمة
250 غ مارغرين طرية	طازجة
¼ ملعقة صغيرة ملح	جبين مبشور
2 صفار بيض	فلفل أسود، ملح
ماء	جوزة الطيب

- 1- حضري العجينة : في إناء، تسعي الفريزة، الملح و المارغرين، حكي جيدا بكني اليدين، اضيفي صفار البيض، اخلطي أيضا ثم اجمعي بالماء حتى الحصول على عجينة سهلة الإستعمال. غشها و اتركها ترتاح في الثلاجة مدة ساعة.
- 2- في وعاء، اخلطي التونة، البيض، الكريمة الطازجة، الجبن المبشور، الملح، الفلفل الأسود و جوزة الطيب، اخلطي جيدا.
- 3- اسطي العجينة بريزي، أفرشها في مول الكروش، اقلبها بواسطة شوكة ثم أفرغي خليط التونة.
- 4- ذري الجبن المبشور ثم اقلبها في الفرن.



2



1



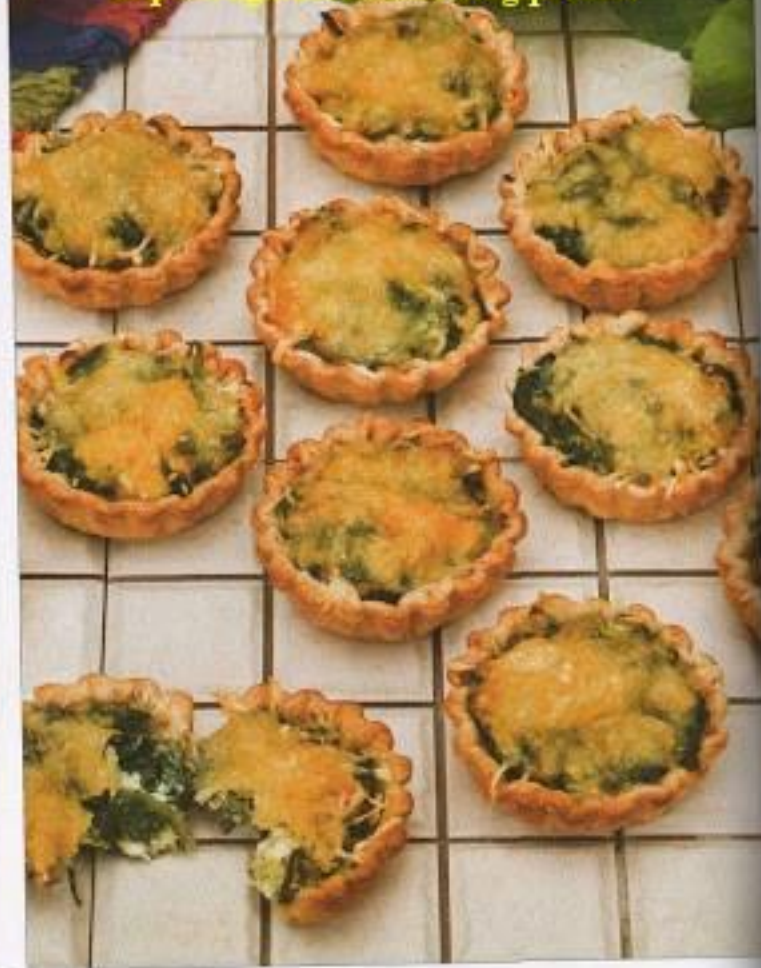
4



3

مدونة كتب المطبخ

<http://englishdaexclusive.blogspot.com>



- قاع التارتات (تباع في الاسواق)
- الحشو:
- 2- ربطات سبانخ (سلق)
- 100 غ جبن ابيض
- 2- سنينات ثوم مبشور
- 3- بيض
- قرصة ملح
- قرصة فلفل اسود
- 1- ملعقة كبيرة زبدة
- جبن مبشور

و الفلفل الأسود، اتركها تتحمس مدة 10 دقائق ثم اضيفي البيض و اتركها تظهى

- 1- قطعي السبانخ و اطهيا بالبخار ، قطريها.
- 2- في مقلاة، ضعي السبانخ، الثوم ، الزبدة، الجبن، الملح في الفرن.
- 3- املئي قاع التارتات بالحشو المحضّر، ذري الجبن المبشور ثم اطهيا في الفرن.



عجينة البيزا :

انظر الصفحة 60

صلصة الطماطم :

انظر الصفحة 63

التزيين :

-200 غ سلامي

-200 غ غروييار مبشور

-1 ملعقة كبيرة زعتر

-زيت الزيتون

1- حضري عجينة البيزا :

انظر الصفحة 60.

2- حضري صلصة الطماطم :

انظر الصفحة 63.

3- على طاولة عمل مرشوشة

بالقرينة، ايسطي العجينة

وضعي صلصة الطماطم.

4- ضعي دوائر السلامي،

تري الغروييار المبشور

و الزعتر ثم اطيها في الفرن.

5- فور إخراجها من الفرن ،

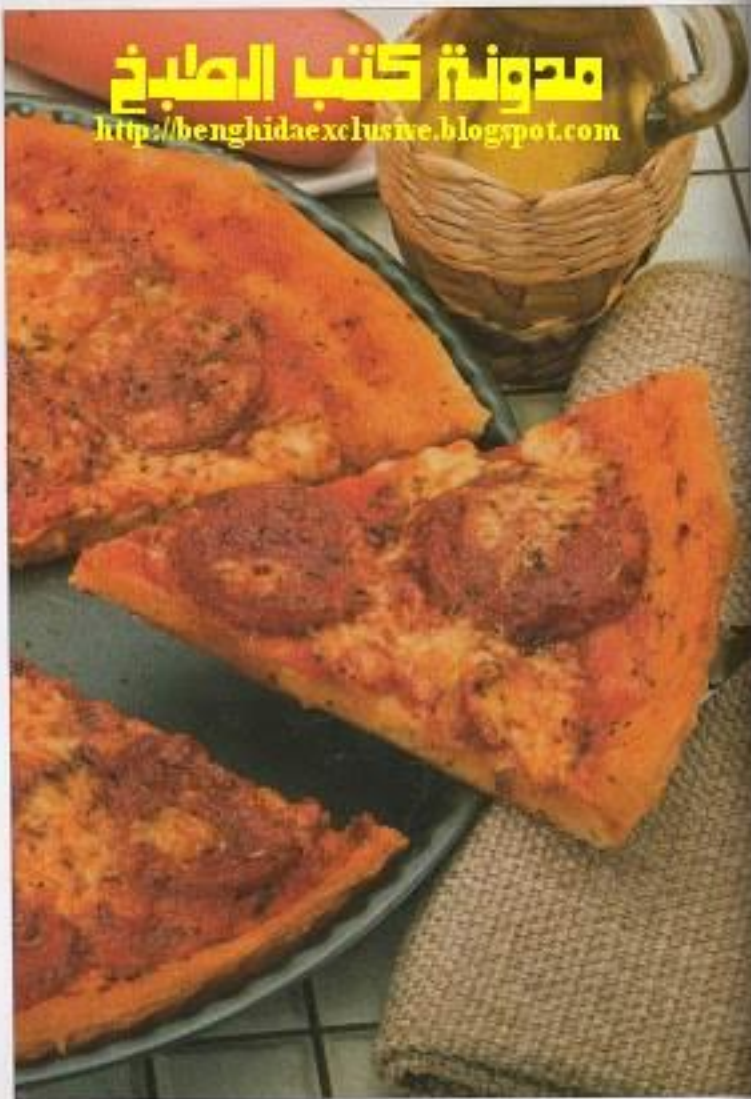
اسقيها بالقليل من زيت

الزيتون.



مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



مَدُونَةُ كِتَابِ الْمَبِخِ

<http://benghudaexclusive.blogspot.com>



جوزة الطيب و الزيت،
أضيفي السبانخ و اتركها
تطهى حتى يتبخر الماء
كلياً.

3- في وعاء، اخلطي
البيض، الكريمة الطازجة،
الملح، الفلفل الأسود،
جوزة الطيب و الغرويار
الميشور. افرغي هذا
الخليط على السبانخ
و حركي على نار هادئة.

4- ايسطي العجينة،
أفرشي مولد أثقبيها
بواسطة شوكة ثم شعبي
الحشو.

5- لذي الغرويار المشور
ثم اطهيا في الفرن حتى
تكتسب الكيش اللون الذهبي.

1- حبة بصل مبشورة
4- ملاعق كبيرة زيت
1- ملعقة صغيرة
كريمة طازجة
-غرويار مبشور
4- بيض
-جوزة الطيب
-فلفل أسود
-ملح

العجينة بريزي :
-500 غ قرينة
-250 غ مارغرين طرية
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
2- صفار بيض
-ماء
أنظر الصفحة 61
الحشو :
3- رطبات سبانخ

سهلة الإستعمال غشيها
و اتركها ترتاح في
الثلاجة مدة ساعة.
2- حضري الحشو : غلي
السبانخ ثم اعصريها من
جهة أخرى، حمسي البصل،
الملح، الفلفل الأسود،

1- حضري العجينة : في
إناء، شعبي القرينة، الملح
و المارغرين، حكي جيداً
بكتي البدين، أضيفي
صفار البيض، اخلطي
أيضاً ثم اجمعي بالماء
حتى الحصول على عجينة



6



5



8



7



3

إنزعيه، ففتّنه، وضعيه مرة
أخرى في الطنجرة مع
البصل.

2- في وعاء، اخلطي
البيض و المعدّوس
المقطع. أضيفي هذا
الخليط للدجاج مع الفقاغ.
اخلطي برفق على نار
هادئة.

3- بواسطة الحلال،
يسطي العجينة بسبك
3 مم، بواسطة مول خاص
بالكوكا، قطعي دوائر،
ضعي في كل دائرة القليل
من الحشو ثم اغلقي
العجينة.

4- املئي سطح حبات
الكوكا بصغار البيض ثم
اطهيه في فرن مسخن
حتى تكتسب اللون الذهبي.

1- ملعقة كبيرة زيت

1/2 كأس ماء

لؤلؤ أسود

2 بيض

1/4 رقيقة معدّوس

1/2 كأس فقاغ

التزيين:

صغار بيض

العجينة بريزي:

4 طيسان فرينة

1- طاس زيت + سمن

1- قرصة ملح

1- بيضة

ماء

الحشو:

1- أبيض الدجاج

1- حبة بصل مبشورة

1- حضري العجينة: في
إناء، اخلطي الفرينة،
الزيت، السمن، الملح
و البيضة، اجمعي بالماء
حتى الحصول على عجينة
متماسكة، غطيها و اتركها
تترتاح في التلاجة مدة
ساعة

2- في حين، حضري
الحشو:
أ- في طنجرة، ضعي
الدجاج، الزيت، البصل،
اللفل الأسود، الملح
و الماء، اخلطي الكل،
غطيه و اتركها تلهي.
ب- بعد طهي الدجاج،



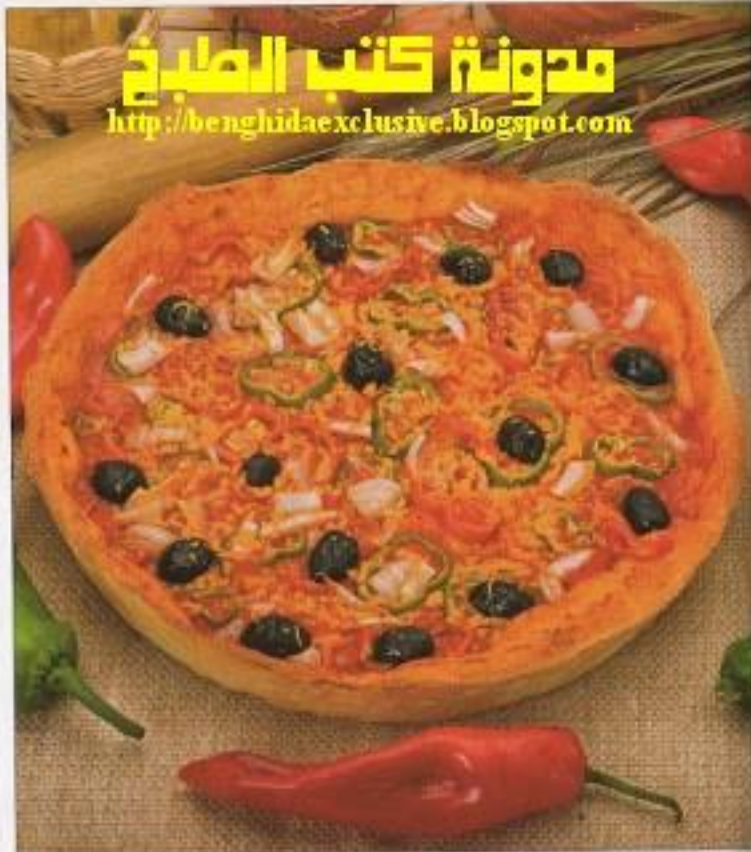
مداونة كتب الطبخ

<http://beanghadacexclusive.blogspot.com>



مذونة كتب المطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



6



5



2



1



4



3

- 1- حضري عجينة البيزا ، انظر الصفحة 60.
- 2- حضري صلصة الطماطم ، انظر الصفحة 63.
- 3- اغسلي الفلفل الأحمر والأخضر و إنزعي بذوره، قطعه إلى دوائر رقيقة.
- 4- قشري البصل وقطعه إلى قطع صغيرة.
- 5- غلي طاولة عمل مرشوشة بالفريزة، أسطي العجينة، ضعي صلصة الطماطم.
- 6- زيني بدوائر الفلفل الحلو الأحمر و الأخضر، البصل المقطع، الزيتون الأسود ثم اطيها في الفرن.
- 7- قور إخراجها من الفرن، إسقيها بالقليل من زيت الزيتون و تزي صفار

- عجينة البيزا :
 انظر الصفحة 60
 صلصة الطماطم :
 انظر الصفحة 63
 التزيين :
 1- حبة فلفل حلو أخضر
 1- حبة فلفل حلو أحمر
 1- حبة بصل صغيرة
 1- زيتون أسود
 1- صفار بيضة مقلية
 1- زيت الزيتون

العجينة بريزي :

انظر الصفحة 61

-500 غ فريئة

-250 غ مارغرين

طرية

- 1/2 ملعقة صغيرة

ملح

-2 صفار بيض

-ماء

الحشو :

-1 كغ بصل

-4 بيض

-4 ملاعق كبيرة زيت

-1 ملعقة كبيرة

كريمة طازجة

-غرويار ميبشور

-جوزة الطيب

-قلقل أسود، ملح

1-حضري العجينة :

في إناء، ضعي الفريئة،

الملح و المارغرين، حكي

جهداً بكفي اليدين.

أضيفي صفار البيض،

اخلطي كلك في

الأخير، إجمعي بالماء

حتى الحصول على

عجينة سهلة الإستعمال.

غطيها و اتركها لترتاح

في اللآجة مدة ساعة.

2-حضري الحشو :

في طنجرة، ضعي

البصل، الزيت، الملح،

القلقل الأسود و جوزة

الطيب. اتركيه يتحمس

حتى يتبخر الماء كلياً.

3- في وعاء، اخلطي

البيض، الكريمة الطازجة،

الغرويار الميبشور، الملح،

جوزة الطيب و القلقل

الأسود.

4-أفرغي هذا الخليط

الأخبر على البصل

و حركي مدة 3 دقائق

على نار قوية.

5-أبسطي العجينة،

أفرشيها في مول، اثنيتها

بواسطة شوكة ثم أفرغي

الحشو و نري الغرويار

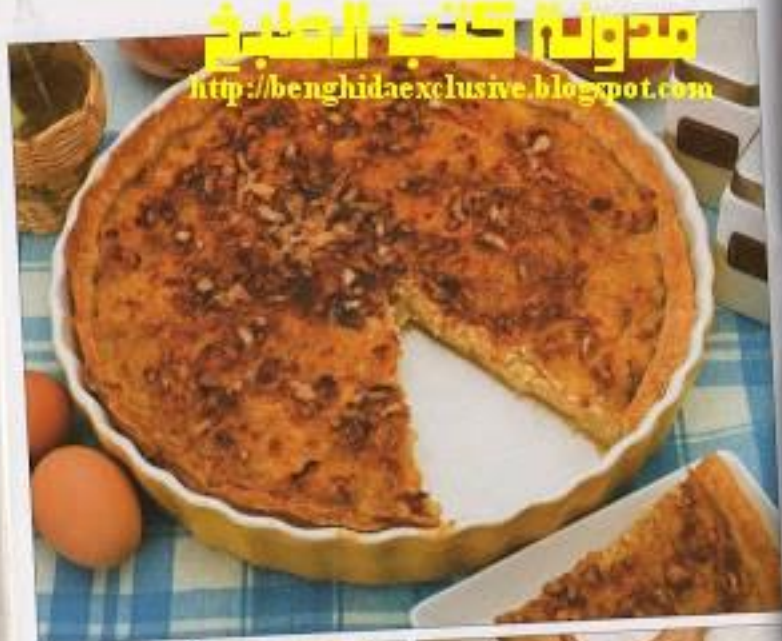
الميبشور و جوزة الطيب.

6- إطهيا في الفرن

حتى تكسب الكيش اللون

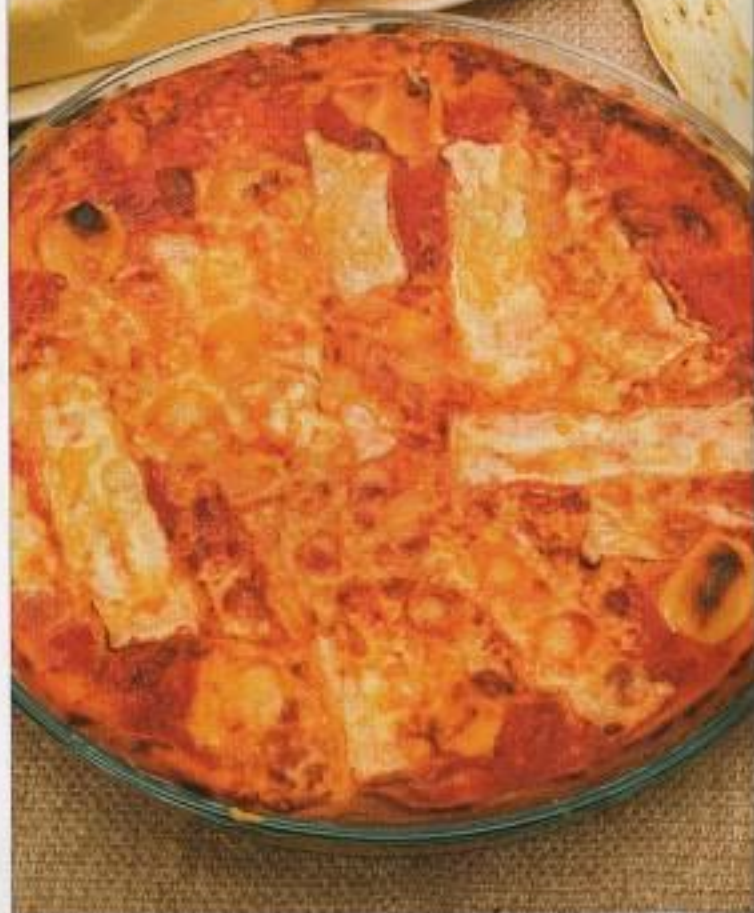
الذهبي.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

مذونة كتب الطبخ

<http://beaglehudaexclusive.blogspot.com>



عجينة البيزا :

أنظر الصفحة 60

صلصة الطماطم :

أنظر الصفحة 63

التزيين :

100 غ غروييار مبشور

– ½ علبة كاممبر

– 100 غ جبن ناثب

– زيت الزيتون

صلصة الطماطم.

4- زيني بالكامبير المقطع

إلى شرائح، الجبن الناثب

المقطع إلى قطع صغيرة

ثم نري الغروييار المبشور.

إطهيا في الفرن.

5- فور إخراجها من الفرن،

إسقي بالقليل من زيت

الزيتون.

1- حضري عجينة البيزا :

أنظر الصفحة 60.

2- حضري صلصة

الطماطم : أنظر الصفحة 63.

3- على طاولة عمل

مرشوشة بالفريشة،

أسطي العجينة وضعي



2



1



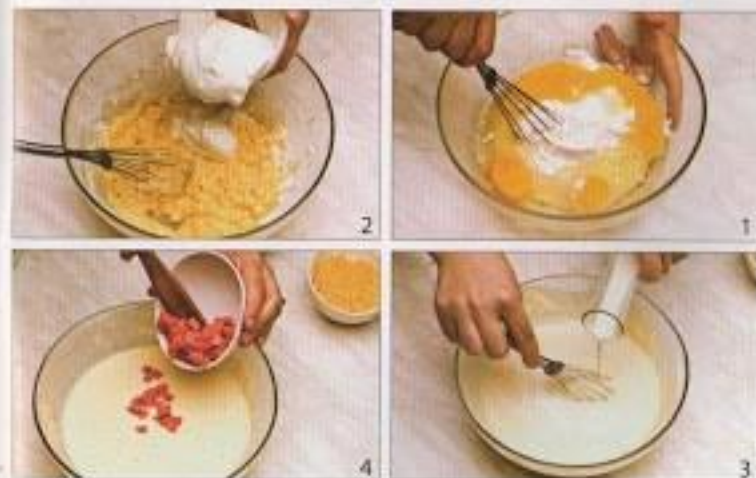
4



3

250 غ فريينة	100 غ فطاع مقطع
4 بيض	شرايح
1- علبه كريمه طازجة (20 سل)	100 غ غرويبار ممشور
1- كأس حليب	1/2 ملعقة صغيرة لثقل
100 غ كاشير مقطع	أسود
إلى شلع	ملح

- 1- في وعاء ، أفرغي الفريينة المغربية ، أضيفي البيض كاملاً ثم اخلطي بواسطة الخلاط اليدوي.
- 2- أضيفي الكريمة الطازجة ثم شيئاً فشيئاً، الحليب البارد.
- 3- أضيفي الكاشير، الفطاع، الغرويبار الممشور، الثقل الأسود والملح.
- 4- إقسمي هذا الخليط في مولات صغيرة مدهونة بالزبدة ، نري الغرويبار الممشور ثم اطيبيها في فرن متوسط الحرارة 180° (ترموستا 6) مدة 20 دقيقة.
- 5- قدمي الكيش مرفوقة بالسلطة الخضراء.



مادونة كتب المبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



- العجينة المورقة :
 أنظر الصفحة 62
 -500 غ سلمون
 -2 ملاعق كبيرة
 كريمة طازجة
- 5- بيض
 -جبين مبشور
 -قلقل أسود، ملح
 -جوزة الطيب
 -زيت

- 1- إقتلي السلمون في الزيت- قطريه. أتركه يبرد. إنزع الجلد والشوك ثم قنتيه .
- 2- في وعاء، اخلطي السلمون المفقت- البيض، الكريمة الطازجة، الجبن المبشور، الملح، القلقل الأسود و جوزة الطيب، حركي جيدا.
- 3- أيسطي العجينة المورقة، أفرشها في

- 1- اقلي الكيش، انقيها بواسطة شوكة ثم افرغي خليط السلمون. 4- تزي الجبن المبشور و جوزة الطيب، ثم اطهيا في الفرن.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



صلصة الطماطم :

أنظر الصفحة 63

2- حبات بادنجان

مقطعة طوليا و مقفية

- غرويبار مبشور

- زيت الزيتون

- زيتون اسود

- معدنوس

عجينة البيزا :

أنظر الصفحة 60

- 250 غ فرينة

1- ملعقة صغيرة خميرة

خبز

- 1/2 كأس حليب

- 3- ملاعق كبيرة زيت

1- قرصة ملح

- 1/2 ملعقة صغيرة سكر

مسحوق

- 1- حضري العجينة ، حللي الخميرة في الحليب الدافئ مع السكر في إناء ، ضعي الفرينة، شكلي حفرة في الوسط، أفرغي الخميرة مع الحليب، الزيت و الملح ، أخلطي الكل ثم اجمعي (أضيفي الماء إذا كان ذلك ضروريا) أتركها تتخمر في مكان دافئ (أنظر الصفحة 60).
- 2- حضري صلصة الطماطم : أنظر الصفحة 63.
- 3- أبسطي العجينة، ضعي

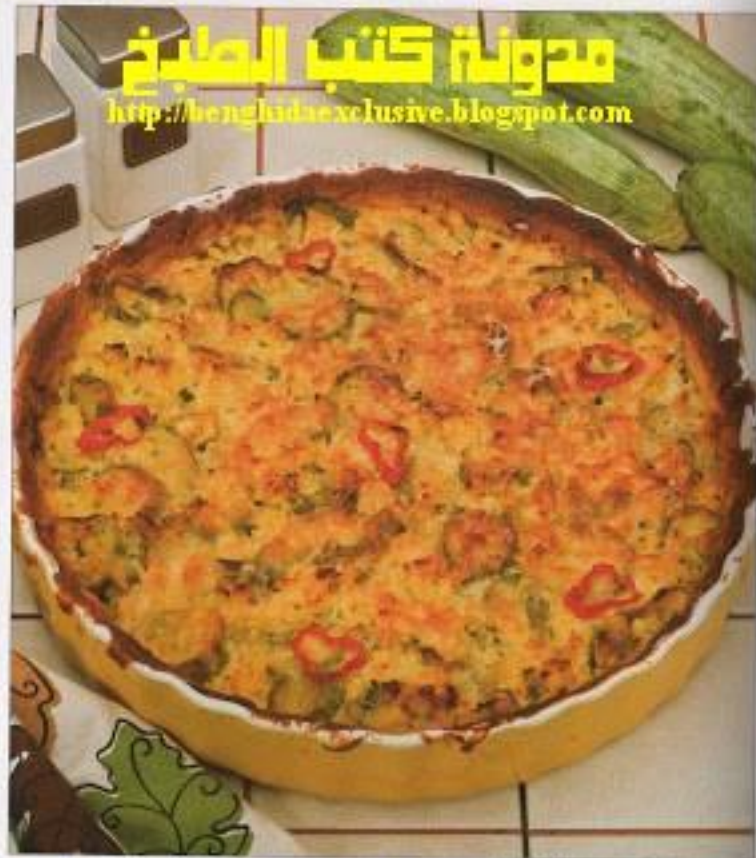


2

1

مذونة كتب المطبخ

<http://henghidaeexclusive.blogspot.com>



6



5



2



3



4



3

- العجينة المورقة :
 أنظر الصفحة 62
 3- حبات كراث مقطعة
 إلى دوائر (بوارو)
 1- حبة بصل
 3- حبات قرعة مقطعة
 إلى دوائر
- 1- علية كريمة
 طازجة
 6- بيض
 100- غ جبن مبشور
 2- ملاعق كبيرة
 زيت
 1- فلفل أسود، ملح

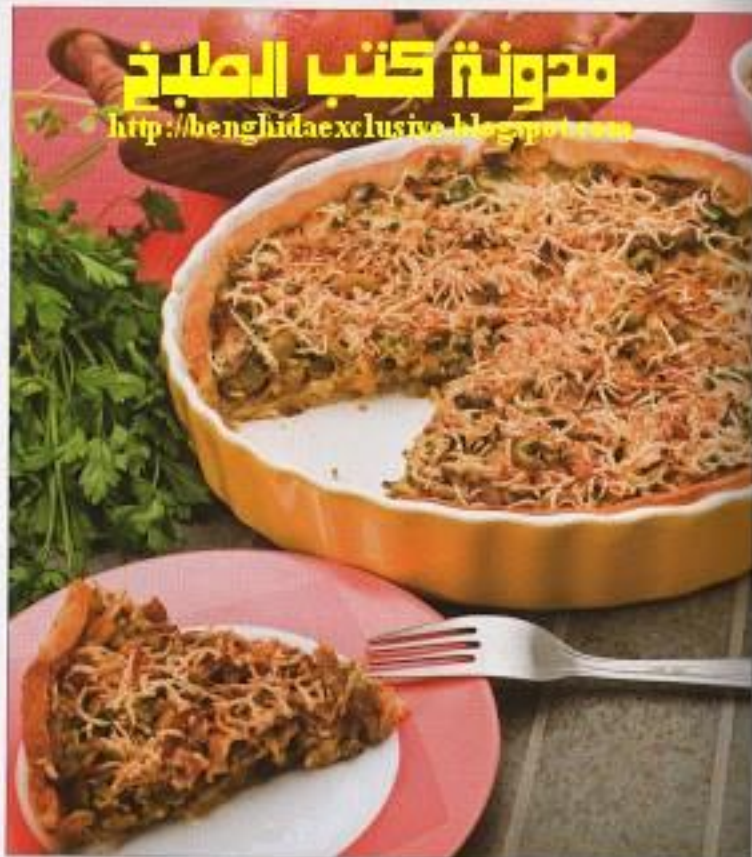
المورقة إلى طبقة رقيقة،
 أفرشها في مول، اقلبها
 بشوكة. أفرغي الحشو،
 ذري الجبن المبشور ثم
 اطهيا في فرن مسخن.

1- في مقلاة، ضعي
 الجسل المقطع إلى
 شرائح، الزيت، الملح
 و الفلفل الأسود، حمصي
 الكل جيدا ثم اضيفي
 الكراث و القرعة، حمصي
 جيدا ثم اضيفي ملاكاس
 من الماء و اتركه يطهى
 حتى يتبخر الماء كليا.

2- في وعاء، اخلطي
 الكريمة الطازجة،
 البيض، الملح، الفلفل
 الأسود و الجبن
 المبشور، ضعي هذا
 الخليط مرة أخرى
 في المقلاة مع الخضار
 و اطهيه مدة 3 دقائق.
 3- أسطي العجينة

مَدُونَةُ كَتَبِ الْمَبْنُوحِ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



حمسي الكل ثم أضيفي
الماء و التركي يطفى حتى
يتبخر كليا.
3-بعد الطهي، فنتي
الدجاج، ضعيه في المنجرة
مرة أخرى. أضيفي الزيتون
المقطع، المعدنوس
و الفطام المقطعين و البيض،
ضعيها على النار مدة 3
دقائق.

4-أيسلي العجينة.
أفرشي العول، ألقبها
بواسطة شوكة ثم ضعي
الحشو.
5-نري الغرويوار المشبور
و جوزة الطيب، ضعيها
في الفرن حتى تكسب
الكيش اللون النعني.

100- غ زيتون أخضر
دون علف مغلي
1- علبه صغيرة فطام
3- ملاعق كبيرة زيت
2- بيض
غرويوار مبشور
معدنوس
فلفل أسود، ملح
جوزة الطيب

العجينة بوزي :
500- غ قريفة
250- غ مارغرين طرية
%ملعقة صغيرة ملح
2- صفار بيض
ماء
الحشو :
1- أبيض دجاج
1- حبة بصل مبشورة

عجينة سهلة الإستعمال
غليها و اتركها تترتاح
في التلاجة مدة ساعة
(أنظر الصفحة 61).
2- في منجرة، ضعي
الدجاج، البصل، الزيت،
الملح و الفلفل الأسود.

1- حضري العجينة ، في
إناء، ضعي القريفة، الملح
و المارغرين، حكي جيدا
بكني اليدين. أضيفي
صفار البيض، اخلطي
أيضا، في الأخير، إجمعي
بالماء حتى الحصول على



- العجينة المورقة :
 أنظر الصفحة 62
 -200 غ لحم مرعي
 -1 رطلة سبانخ (سلق)
 مغلية و مقطرة
 -1 حبة بصل مبشورة

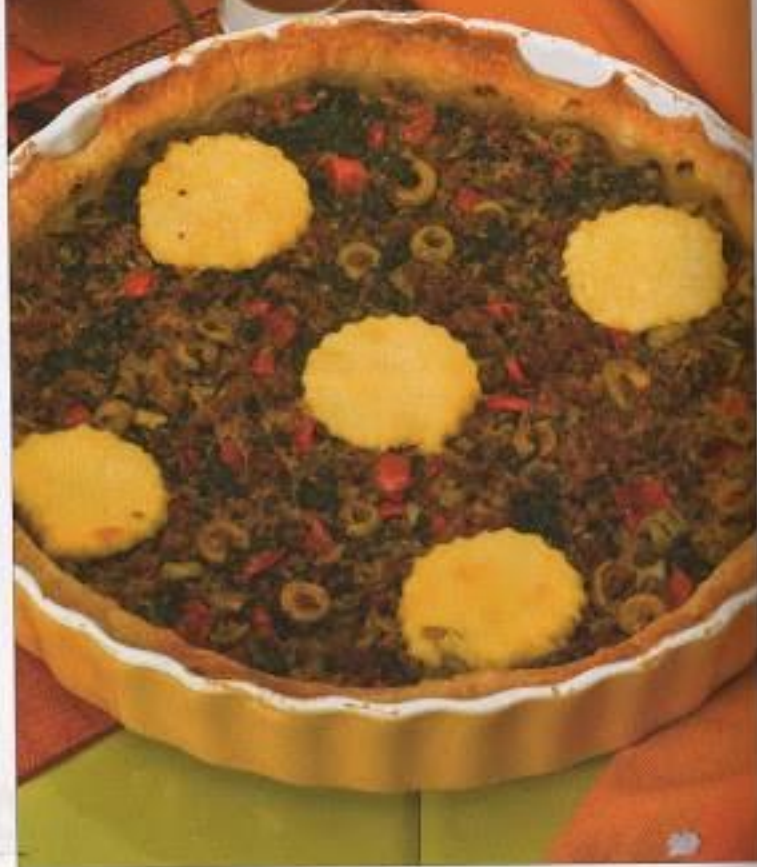
- 1- حضري الحشو : في مقلاة، حمسي البصل، اللحم المرعي، الزيت، الملح و الطفال الأسود، اضيفي الطفال الحلو الأحمر المقطع إلى مكعبات و التركيبي بطهي.
 2- اضيفي السبانخ و التركي الكمل يطهى حتى يتبخر السائل كلها. اضيفي الزيتون و اخلطي جيدا.

- 3- أبسطي العجينة المورقة ثم افرشها في بول الكيش، القينها بواسطة شوكة ثم افرغي الحشو.
 4- ضعي دوائر الجبن ثم ضعها في الفرن حتى تكسب الكيش اللون الذهبي.



مدونة كتب المطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>





مذونة كتب الطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>

أتركها تتخمر في مكان
دافئ (انظر الصفحة 60).

2- حضري الصلصة :

انظر الصفحة 63.

3- في مقلاة، حمسي

الجمبري مع ملعقة كبيرة

زيت و 2 سنينات ثوم، الملح

و الفلفل الأسود نفس

الشيء بالنسبة للسمبكا

و كلب البحر).

4- على طاولة عمل، أبسطي

العجينة، ضعي صلصة

الطماطم.

5- ضعي فواكه البحر ثم

اطهيها في الفرن.

6- بعد الطهي، نزي البيزا

الساخنة بالغروربار الميشور

واسقيها بالقليل من زيت

الزيتون.

عجينة البيزا :

انظر الصفحة 60

250 غ فريئة

1- ملعقة صغيرة خميرة

خبز

1/2 كاس حليب

3- 3 ملاعق كبيرة زيت

1- قرصة ملح

1/2 ملعقة صغيرة سكر

مسحوق

صلصة الطماطم :

انظر الصفحة 63

الوسط، أفرغي الخميرة،

الزيت و الملح- إجمعي

العجينة (أضيفي الماء إذا

كان ذلك ضروريا).

1- حضري العجينة - حطلي

الخميرة في الحليب الدافئ

مع السكر في إناء، ضعي

الغريئة، شكلي حفرة في



6



5



8



7



2



1



4



3



- العجينة المورقة :
 أنظر الصفحة 62
 -200 غ لحم مرحي
 -1 ربة سبانخ (سلق)
 مغلية ومقطرة
 -1 حبة بصل مبشورة
 -1 حبة فلفل حلو أحمر
 -100 غ زيتون دون
 علف مقطع إلى دوائر
 -3 ملاعق كبيرة زيت
 -غرويار مبشور
 -فلفل أسود، ملح

- 1- حضري الحشو في مقلاة، حمسي البصل، اللحم المرحي، الزيت، الملح والفلفل الأسود، أضيفي الفلفل الأحمر المقطع إلى مكعبات واتركيه يطهى
 2- أضيفي السبانخ و اتركي الكال يطهى حتى يتبخر السائل كليا.
 3- أبسطي العجينة المورقة ثم افرشيها في مولات صغيرة خاصة بالكيش، املئيها بالحشو.
 4- نزي الغرويار المبشور ثم ضعها في الفرن حتى تكسب الكيش اللون الذهبي.



مذونة كتب الطبخ

<http://henghadarxclusive.blogspot.com>



6



5



2



1



4



- العجينة المورقة :
أنظر الصفحة 62
الحشو :
-1.5 كغ دجاج
-1 كغ بصل مقطع إلى شرائح
-1 فنجان زيت
-1 ملعقة كبيرة سمن
-6 بيض

- 1- ربطة معدنوس كبيرة
- 1/2 كأس عنب جاف (زبيب) منقوع في ماء ساخن
- فلفل أسود
- قرصة ملح
التزيين :
- صفار بيض

في نفس المنجورة مع البصل، ثم اضيفي خليط البيض و امزجي الكل بواسطة ملعقة خشبية.

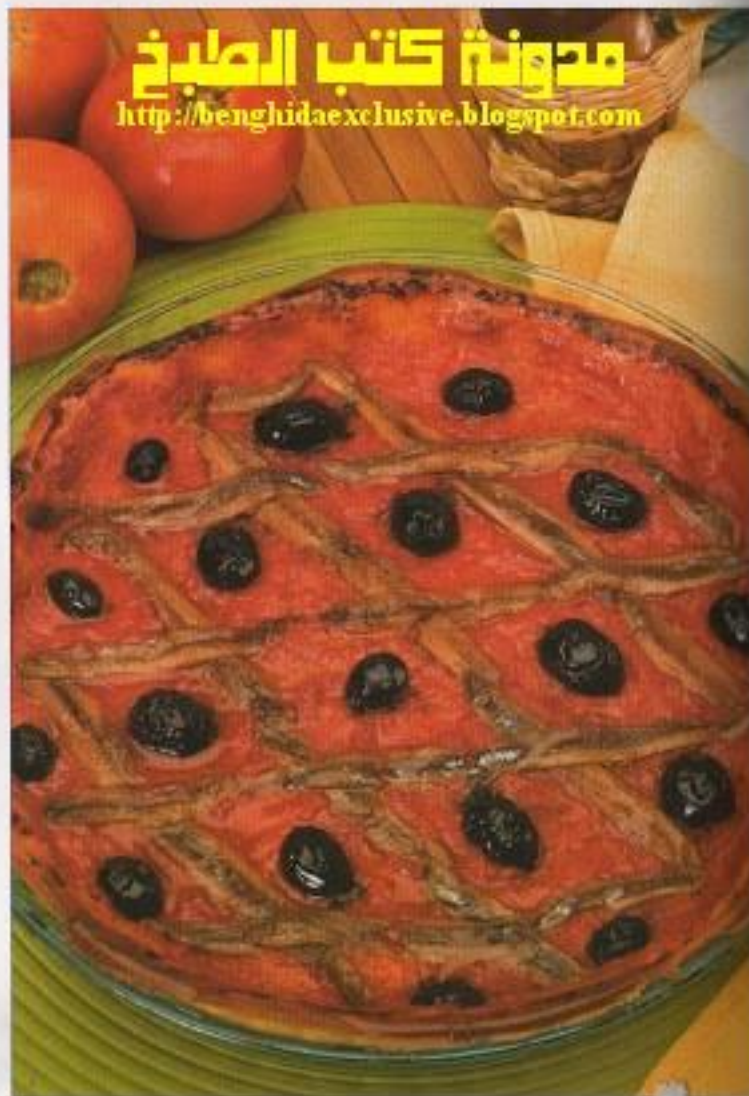
5- اسطي العجينة المورقة، ضعيها في مول، انقبيها بواسطة شوكة. افرغي الحشو ثم غطي بالعجينة.

6- اطلي بصفار البيض، وزيني بواسطة شوكة ثم اطهيها في الفرن.

- 1- حضري الدجاج : في منجورة و على نار هادئة، ضعي الزيت، السمن، البصل، الدجاج، الفلفل الأسود، الملح و القرصة اضيفي الماء، غطي المنجورة واتركيه يطهى حتى يتبخر كليا.
- 2- بعد الطهي، اتركي الدجاج يبرد، انزعي عظامه و فنتيه.
- 3- في وعاء، اخلطي البيض، المعدنوس، العنب، الجاف، الملح و الفلفل الأسود.
- 4- ضعي الدجاج المغت

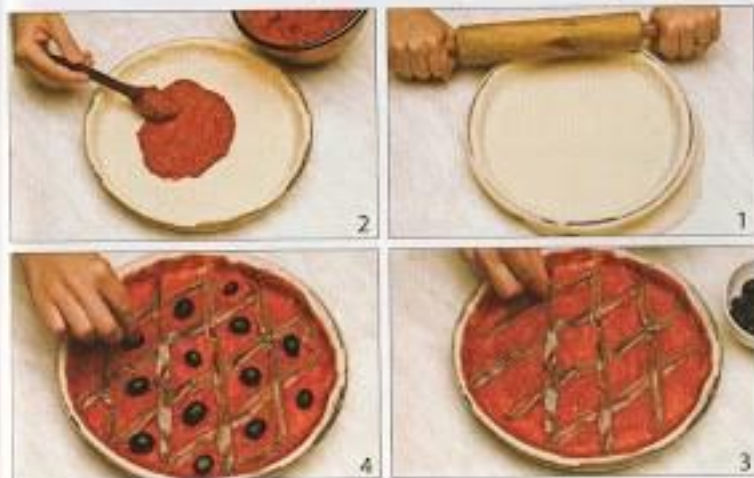
مدونة كتب المبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



- عجينة البيزا :
 أنظر الصفحة 60
 -250 غ فريضة
 -1 ملعقة صغيرة
 خميرة خبز
 - 1/2 كأس حليب
 -3 ملاعق كبيرة زيت
 -1 قرصة ملح

- 1- حضري العجينة ،
 حللي الخميرة في الحليب
 الدافئ مع السكر في
 إناء، ضعي الفريضة،
 شكلي حفرة في الوسط.
 أفرغي الخميرة، الزيت
 و الملح. أخلطي الكل ثم
 اجمعي (أضيفي الماء إننا
 كان ذلك ضرورياً).
 أتركها تتخمر في مكان
 دافئ (أنظر الصفحة 60).
 2- حضري صلصة
 الطماطم ، أنظر الصفحة
 63.
 3- ابسطي العجينة،
 ضعي صلصة الطماطم



مدونة كتب المخبز

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



عجينة البيزا :	صلصة الطماطم :
أنظر الصفحة 60	أنظر الصفحة 63
-250 غ فريزة	التزيين :
-1 ملعقة صغيرة	-150 غ فطاع
خميرة خبز	-150 غ زيتون أسود
- ¼ كأس حليب	-150 غ غرويبار ممشور
-3 ملاعق صغيرة زيت	-زيت الزيتون
-1 قرصة ملح	-أعشاب البروفانس
- ¼ ملعقة صغيرة سكر	
مسحوق	

- 1- حضري العجينة :
 حللي الخميرة في الحليب الدافئ مع السكر. في إناء. ضعي الفريزة. ضعي حفرة في الوسط. أفرغي الخميرة، الزيت و الملح.
- 2- حضري صلصة
- إجمعي العجينة (أضيفي الماء إذا كان ذلك ضروريا)، أتركها تتخمر في مكان دافئ (أنظر الصفحة 60).
- 3- حضري صلصة
- حبة زيتون أسود، ذري الغرويبار الممشور ثم اطهيا في الفرن.
- 4- فور إخراجها من الفرن، إسقيها بالقليل من زيت الزيتون.



مدونة كتب المطبخ

<http://banglidaeexclusive.blogspot.com>



العجينة المورقة، أفري
مول الكيش، اثقيبها
بواسطة شوكة، أفري
خليط السبانخ
آ-زيتي يدورة من كريات
اللحم المرعي ودورة من
الفطاع ثم اطهيا في الفرن

كريات صغيرة ، حمسيها
في الزيت.
5-موري السبانخ
و السلامي في الطاحونة
اليديوية، ضعي الخليط
المتحصل عليه في وعاء ثم
أضيفي ١٠لتر من صلصة
البشاميل ، اخلطي الكل .
6-على طاولة عمل
موشوشة بالفريشة ، أبسطي

1-حضري العجينة
المورقة ، أنظر الصفحة 62.
2-حضري صلصة
البشاميل ، أنظر الصفحة
64.
3-اطهي السبانخ بالبخار
(أو غليها) ، قطريها .
4-في وعاء ، اخلطي اللحم
المرعي ، الثوم ، الملح
و الفلفل الأسود. شكلي



مدونة كتب المطبخ

<http://benludaexclusive.blogspot.com>



من صلصة الطماطم،
البصل المطهي، قطعاً من
الكاشير، الفقع، الزيتون
و الزعيرة المحمكة.
3- كسري عليها بيضة ثم
اغلقها و نري الغرويار
الميشور.
6- اِطهي الشوسون في
الفرن حتى تكسب اللون
الذهبي.

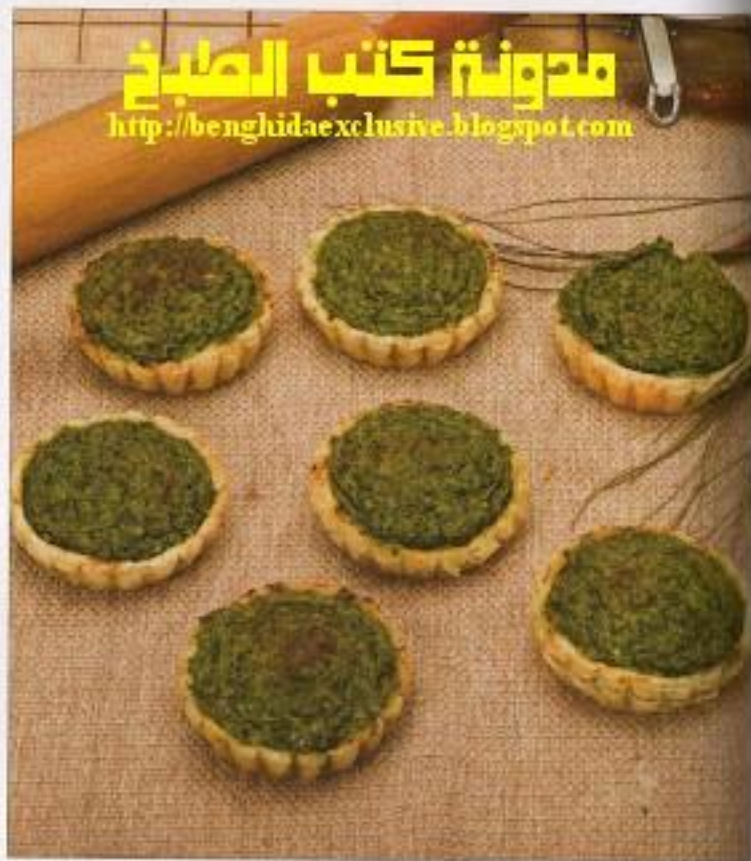
عجينة البيزا :
أنظر الصفحة 60
الحشو :
2- حبات بصل
2- حبات طماطم حمراء
2- ملاعق كبيرة زيت
الزيتون
400غ صلصة الطماطم
(أنظر الصفحة 63)
- ملح
- قفلل أسود
- زعيرة طازجة
- بيض
- غرويار مبشور
- علف
- زيتون أخضر دون

1- قشري البصل، قطعيه
إلى شرائح حمسيه مع
زيت الزيتون، القفلل الأسود
و الملح، اضيفي الطماطم
المقطعة إلى قطع و اتركها
تطهي.
2- حضري عجينة البيزا :



مداونة كتب المطبخ

<http://benghidaexclusive.blogspot.com>



العجينة المورقة :

أنظر الصفحة 62

-125 غ مخ

-150 غ سبانخ

-100 غ سلامي

-2 ملاعق كبيرة البشاميل

(أنظر الصفحة 64)

-فلفل أسود

-جوزة الطيب

-ملح

اليدوية لتنزعي الزوائد.

4-أضيفي صلصة البشاميل،

الغرويير المبشور، الفلفل

الأسود، جوزة الطيب والملح.

أخلطي الكل.

5-أيسطي العجينة المورقة.

أفرشي مولات الكيش

الصغيرة، اثقبيها بواسطة

شوكة ثم املئيها بالخليط

المحضّر و اطهريها في الفرن.

1-حضري العجينة المورقة :

أنظر الصفحة 62.

2-إطهي السبانخ بالبخر.

إغسسي المخ في الماء الساخن.

3-موري السبانخ، المخ

و السلامي في الطاحونة



2



1



6



5



4



3

مجموعة كتب الطبخ

http://www.alukah.net/magazine/active/blogspot.com



- عجينة البيزا :
- 1- انظر الصفحة 60
- صلصة الطماطم :
- انظر الصفحة 63
- 200غ لحم مرعي
- 1- ربة سبانخ مغلية
- 1- حبة بصل مبشورة
- 1- علبه صغيرة فطاع
- 1- ملعقة كبيرة
- طماطم مصبرة
- 3- ملاعق كبيرة زيت
- غرويار مبشور
- فلفل اسود، ملح
- زيتون اسود

- 1- حضري العجينة :
- انظر الصفحة 60.
- 2- حضري صلصة الطماطم، انظر الصفحة 63.
- 3- في مقلاة، حضري البصل، الزيت، الملح و الفلفل الأسود، اضيفي اللحم المرعي و اتركيه يهوى حتى يتبخر الماء كليا.
- 4- اضيفي السبانخ، الفطاع و الطماطم المركرة، حمسي جيدا حتى يتبخر السائل كليا.
- 5- ابسطي العجينة، ضعي صلصة الطماطم ثم طبقة من الخليط المحضر، ذري الغرويار المبشور، و ضعي الزيتون الأسود.



المقادير:

- 250 غ فرينة
- 1 ملعقة صغيرة خميرة خبز
- ½ كأس حليب
- 3 ملاعق كبيرة زيت
- ¼ ملعقة صغيرة سكر مسحوق
- 1 لفة ملح



1- حضري كل المقادير.



2- حللي الخميرة في الحليب الدافئ.



3- اضيفي السكر المسحوق.



4- اخلطي الفرينة، الملح و الزيت ثم اضيفي الخميرة المحللة.



5- افرغي الماء، إذا كان ذلك ضروريا ثم اجمعي العجينة.



6- تتحصلين على هذه العجينة، اتركها لتخمّر.

المقادير:

- 500 غ فرينة، 250 غ مارجرين طرية، ¼ ملعقة صغيرة ملح
- 2 صفار بيض، ماء



1- حضري كل المقادير.



2- اخلطي الفرينة، الملح و المارجرين، اضيفي صفار البيض.



3- ايسطي العجينة بواسطة الحلال.



4- ضعي العجينة على الحلال.



5- افرشيها في مول الكيش.



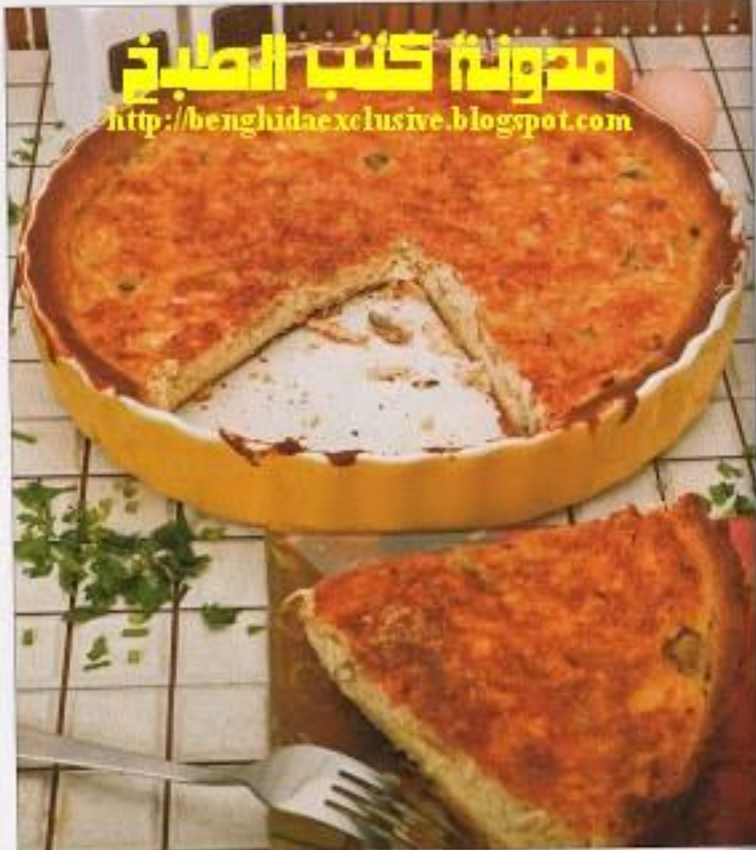
6- مرري الحلال عليها لتزعي الزاوند.



7- اثقيها بواسطة شوكة.

مدونة كتب الطبخ

<http://benghudaexclusive.blogspot.com>



تكسب الكيش اللون
الذهبي

- العجينة المورقة :
انظر الصفحة 62
- 1- 100 غ غرويير مبشور
 - 1- علبة كريمة ملازجة
 - 2- ملاعق كبيرة زيت
 - 1- حبة بصل مبشورة
 - 6 بيض
 - 1- علبة صغيرة فطّاع

- 1- في طنجرة، ضعي الدجاج، البصل، الزيت، الملح و القرفة، حمسي الكل ثم أضيفي كأس من الماء و اتركه يطهى حتى يتبخر السائل كليا.
- 2- بعد طهي الدجاج، قلّتيه، ضعيه في الطنجرة مرة أخرى. أضيفي البيض، الفطّاع المقطّع، الغرويير

- المبشور و الكريمة الملازجة، أخلطي الكل.
- 3- أسبلي العجينة المورقة إلى طبقة رقيقة.
- أفرشي مول الكيش بالعجينة، اثقيبها بالشوكة ثم أفرّشي الحشو.
- 4- نري الغرويير المبشور و قرصة جوزة الطيب ثم اطهيها في الفرن حتى



العجينة المورقة :	80 غ زبدة
أنظر الصفحة 62	1- ملعقة صغيرة جوزة الطيب
غرويبار مبشور	50 غ جبن مبشور
1 بيضة	فلفل أسود
صلصة البشاميل :	ملح
1 لتر حليب	أنظر الصفحة 64
80 غ فريضة	

الفلل الأسود و جوزة الطيب، واصلني التحريك حتى الحصول على صلصة عادية.

بعد الطهي و بواسطة لايش أدوي، إملي المونشون بصلصة البشاميل ثم اغطسي الطرفين في الغرويبار المبشور.

1- على طاولة عمل، أبسطي العجينة المورقة إلى طبقة رقيقة، لايها ثلاث مرات ثم المسكي الحافة بالبيضة المخفوقة.

2- تقطعي قطعاً طولها 7 سم، إملي السطح بالبيضة المخفوقة ثم اطهريها في الفرن.

مدونة كتب المطبخ

<http://benghudaexclusive.blogspot.com>

