

# دككوت سوريه



الكشيف كوتر حمد



# دھریا کی کل من یسب سویرتہ واما کوہوتھا







# تبولة سورية

نصف ساعة



اربع اشخاص



بقدونس باقتين \*

بصله صغيرة \*

اربع حبات بندور متوسطة الحجم \*

نعناع \*

زيت زيتون املح حسب الرغبة \*

فنجان برغل ناعم \*

عصير ليمونة واحدة \*







\* يغسل البرغل ويصفي وينقع مع عصير الليمون والملح لمدة نص ساعة  
\* تفرم البندورة قطع صغيرة .  
\* يفرم البصل والنعناع فرماً ناعماً  
\* يفرم البقدونس فرماً ناعماً  
\* تخلط جميع المقادير في وعاء  
ويضاف اليها الزيت وصحتين وعافية







# بطاطا حرة

نصف ساعة



اربع اشخاص



زيت غزير لقلي البطاطا  
البطاطا: 4 حبة كبيرة مقشرة  
ومفرومة مكعبات  
الزيت النباتي : 2 ملاعق كبيرة  
الثوم: فسان مهروسان  
عصير الليمون : 2 ملعقة كبيرة  
ملح :حسب الرغبة  
نصف كوب كزبرة مفرومة  
ملعقة كبيرة شطة حمراء







- ❖ سخني الزيت في مقلاة على نار عالية حتى يحمى
- ❖ أضيفي مكعبات البطاطا وقلبي حتى تتحمر
- ❖ صفي البطاطا من الزيت
- ❖ اضيفي في طنجرة اخرى ملعقتين من الزيت
- ❖ مع مكعبات البطاطا المقلية
- ❖ أضيفي الثوم والشطة وقلبيها
- ❖ أضيفي الكزبرة الخضراء وعصير الليمون والملح
- ❖ وقلبي لمدة دقيقتين حتى تتمازج النكهات
- ❖ قدميها ساخنة وصحتين وعافية








# شوربة عدس

نصف ساعة 

اربع اشخاص





كوب عدس احمر مجروش 

بصلة صغيرة الحجم 

جزرة متوسطة الحجم 

حبة بطاطا متوسطة الحجم 

ملعقتين طعام الزيت النباتي 

مكعبين مرقة دجاج 

واحد لتر ماء 







♥ نضع في القدر على نار متوسطة  
ونقلب فيه الزيت والبصل قليلا  
♥ نضيف باقي المكونات (الجزر  
والبطاطا والعدس ومرقة الجاج  
والكمون والملح) ونقلب المكونات  
♥ نضيف الماء المغلي على القدر لسلق  
المكونات لمدة خمس وعشرين دقيقة  
♥ نقوم بخلط شوربة بخلاط الشورية  
وتترك خمس دقائق على النار  
♥ تقدم ساخنة مع الليمون وصحتين  
وعافية