

الأكاديمية العربية الدولية



الأكاديمية العربية الدولية
Arab International Academy

الأكاديمية العربية الدولية المقررات الجامعية

فن الطهي الفندقي

(2)



الشيف

سامح عبد العليم باشا

المعهد العالي للسياحة والفنادق والحاسب الآلي

السيوف - الإسكندرية

فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
5	مقدمة
6	الباب الأول: الفاكهة وطرق إعدادها وتقديمها
7	ثمرة الفاكهة - التمييز بين الفواكه والخضراوات
8	التعرّف على الفواكه
13	القيمة الغذائية للفواكه وشراء الفواكه الطازجة
15	الشراء والتخزين
17	تجميد وتجفيف الفواكه
18	طريقة خبيز الفواكه
20	استخدام طرق عديدة في طهي الفواكه
32	حفظ الفواكه
48	وصفات من حلوي الفواكه
59	المارنج
63	المكاييل والأوزان والمعايير
68	الباب الثاني: إعداد أصناف الكاسترد والكريمة
69	أصناف الكاسترد والكريمة وصوصات الحلوى
77	أصناف الكاسترد المصنوعة من الخبيز
83	كيك الجبن
85	أصناف السوفلية
88	طريقة عمل صوص الشوكولاتة بطرق مختلفة
91	أصناف الموموس
93	تجميع الحلوى
94	إرشادات عامة لتجميع أصناف الحلويات
97	الباب الثالث : وصفات من الحلوى الغربية
123	الباب الرابع: وصفات من الحلوى الشرقية

رقم الصفحة	الموضوع
142	الباب الخامس: الحلوى المثلجة
143	الآيس كريم والجيلاتي
145	صوصات الحلوى
153	وصفات من الحلوى المثلجة
158	أنواع من الحلوى بالجيلاتين
158	مصادر الجيلاتين
160	خطوات إرشادية لنجاح أطباق الجيلاتين
161	وصفات من حلوى بالجيلاتين
171	أسئلة عامة
175	قائمة المراجع

بسم الله الرحمن الرحيم مقدمة

حلواني اسم منسوب إلى حلوى والحلواني هو صانع الحلوى أو بائعها. (وبالإنجليزية "A pastry chef or Pâtissier"). والحلواني هو حرفي متخصص في صناعة الحلويات والمعجنات. وغالبا ما تقترن هذه المهنة المرتبطة بفن ابداع وتزيين وصناعة الحلويات والمعجنات مع غيرها من الأنشطة القريبة منها ارتباطا وثيقا: كالباز، وصانع حلويات الشكولاتة "Chocolatier"، والآيس كريم (المثلجات). وغالبا ما نجد الحلواني الماهر على دراية جيدة فوق تخصصه بالحرف المرتبطة والقريبة من حرفة الحلواني. ورئيس قسم الحلوى له مواصفات خاصة بالنسبة لطبيعة عمله ولذلك لا يمكن الاستعانة به في أي قسم بالمطبخ ولا يحل محله رئيس قسم آخر. ويشغل رئيس قسم المعجنات والحلويات في فريق عمل مطبخ عصري متكامل مهني ومتعدد التخصصات حيث يجب ان يكون لديه خبرة في الحلويات الشرقية بجانب الحلويات الغربية.

يجب على الحلواني الموهوب والعصري مواكبة تطورات فن الطبخ وصناعة الحلويات، وما تتطلبه أيضا في البحث عن المفاهيم والطرق التقنية والفنية الجديدة، ومحاولة ابتكار وتطوير الوصفات وأساليب العمل. وكما هو الشأن بالنسبة لرئيس الطباخين، فالحلواني بدوره يجب أن تكون له بصمة خاصة به، وطريقة عمل مميزة، في ابداع أطباق الحلويات وأشكالها وأذواقها المختلفة، مع القدرة على مناقشة الوصفات والمكونات الغذائية والطرق الصحية للطهي والتغذية.

ويعتبر قسم الحلوى من أهم أقسام المطبخ وهو قسم منفصل بذاته من حيث موقعه في المطبخ، عادة ما يكون لديه غرفة خاصة مغلقة بها جميع الاحتياجات الخاصة به من أجهزة ومعدات وايضا الخامات الخاصة به.

الشيف / سامح عبد العليم باشا

الباب الأول

الفاكهة وطرق إعدادها وتقديمها

الأهداف:

- بدراسة هذا الباب يتمكن الدارس من أن:
 - أ أن يتعرف على أسس وتجهيز مختلف أنواع الفواكه.
 - ب يتمكن من الاتصال الفعال مع الزملاء.
 - ج يستخدم التقنيات الحديثة في مجال قسم الحلوى.
 - د يحسب الخامات اللازمة لإعداد الأطباق المختلفة.
 - ه يعد نماذج من أطباق الفاكهة.
 - و يمارس العمل الجماعي بالمطبخ.
 - ز يخطط لعمليات التجهيز المسبق للأطعمة.

ثمره الفاكهة

تعد ثمره الفاكهة، من وجهة نظر فنون الطهي، أفضل وجبة خفيفة؛ وأساس لذيذ لطبق حلو؛ صوص أو حساء ملون بديع أو صنف مصاحب لطبق من اللحوم أو الأسماك أو الرخويات أو الدواجن. وليست هناك على الإطلاق مجموعة أغذية تماثل الفواكه فيما تقدمه من هذه التشكيلة الكبيرة المتنوعة من حيث اللون والنكهة والملبس والقوام.

التمييز بين الفواكه والخضراوات

طبقا لعلم النبات، تعد كل من الطماطم والبقول والبادنجان والفلفل الأحمر الحار وكثير غيرها من الثمار، من الفواكه. ولكن في المطبخ والطهي، ليس هناك اقتناع بأنها فواكه، ويتم عادة اعتبارها والتعامل معها كخضراوات. "فالعلوم والمعارف... تخبرنا أن الطماطم تعد من الفواكه، ولكن الحكمة تقتضي منا ألا نضع الطماطم ضمن طبق سلطة فواكه." وفي بعض الحالات قد يحمل صنف الفاكهة الواحد عدة أسماء، تختلف من منطقة إلى أخرى أو حسب أهواء الموردين والمعلمين. ويعيد علماء النبات أيضا بصفة مستمرة تصنيف أصناف الفاكهة لتتوافق مع نتائج الأبحاث والاكتشافات الجديدة. وتتبع الأسماء المعطاة لأصناف الفواكه في هذه الدورة بوجه عام العرف والاستخدام الشائعين.

التعرّف على الفواكه

نقدّم الفواكه طبقاً للكيفية التي ينظر بها أغلب الناس إليها ويستخدمونها بها، وليس حسب التصنيفات الجامدة لعلم النبات. فسيتم تصنيف الفواكه في هذا الباب طبقاً للشكل، تركيب البذرة أو الموطن الطبيعي إلى ثمان فصائل:

- (1) التوت
- (2) الموالح
- (3) الفواكه الأجنبية
- (4) العنب
- (5) الشمام والبطيخ
- (6) أنواع التفاح
- (7) الفواكه ذات النواة
- (8) الفواكه الاستوائية

(1) اللبّيات أو التوت Berries

اللبّيات " التوت " ثمار صغيرة تتميز بوفرة العصير، وهي تنمو في جميع أنحاء العالم؛ إما زاحفة أو متسلقة على الكرّمات عندما تكون سيقان نباتاتها ضعيفة، أو على الشجيرات كثيفة الأغصان ذات السيقان القوية. وتتميز اللبّيات بقشرتها الرفيعة ووجود العديد من البذور الصغيرة جداً التي غالباً لا تلاحظ. وبعض الفواكه المصنّفة هنا ضمن اللبّيات لا تتفق مع تعريف علم النبات (مثل التوت الإفرنجي)، بينما هناك فواكه أخرى تعد ضمن اللبّيات حسب علم النبات (مثل الموز والكرّوم) ولكنها مصنّفة هنا ضمن فصائل أخرى.

ويمكن أن تؤكل فواكه اللبّيات بمفردها أو يتم استخدامها في إعداد العديد من أصناف الأغذية والمشروبات، من البيرة إلى الخبز، ومن الحساء إلى أطباق الحلو المثلّجة. وهي تستخدم بوجه خاص في إعداد مجموعة رائعة من المرببات والكومبوت.

ويجب أن تترك اللبّيات حتى يكتمل نضجها تماماً على الكرّمات، حيث أنه يتوقف نضجها بعد قطفها، ويتم اختيار اللبّيات الممتلئة ذات اللون الزاهي المشرق.

ويجب تجنّب نقل اللبّيات في عبوات تتسبب في انضغاطها وخروج عصيرها نظراً لضعف قشرتها، كذلك يتم تجنّب اللبّيات ذات البقع الرمادية الفاتحة أو السوداء. ويجب حفظ جميع اللبّيات في الثلاجة وأن تستخدم دون تأخير.

ولا يتم غسل اللبّيات إلا قبل استخدامها مباشرة، حيث تتسبب عملية الغسيل في ضياع بعض رائحتها وتؤدي إلى جعلها رخوة. ومعظم اللبّيات، باستثناء الفراولة، لا تزرع في مصر، ومن ثم لا تتوافر في الأسواق المصرية إلا اللبّيات المجمّدة أو اللبّيات المعالجة كيبوريه.

Blackberries	التوت الأسود
Blueberries	التوت الأزرق
Cranberries	التوت الأحمر البري
Currants	العنب البناتي
Raspberries	التوت الإفرنجي
Strawberries	الفراولة

(2) الموالح Citrus

تشتمل فصيلة الموالح على الليمون، الليمون البنزهير، الجريب فروت (ليمون الجنّة)، التانجرين (اليوسفي المغربي)، الكومكوات (البرتقال الذهبي)، البرتقال وأصناف أخرى عديدة مهجّنة. وتتسم الموالح بقشرة سميكة، لاذعة غالبا وذات لباب أبيض من الداخل وطبقة خارجية رقيقة ملونة " القشرة " يطلق عليها الزست. وقلب ثمرة الموالح مقسّم إلي فصوص ويتسم بوفرة العصير. وثمار الموالح حمضية، ذات رائحة عطرية قوية؛ ويتباين المذاق من مزّة إلى لاذع إلى حلو. وتنمو ثمار الموالح على أشجار أو شجيرات في المناطق الاستوائية والمدارية من العالم. وجميع ثمار الموالح تتترك حتى تنضج على أشجارها حيث أنها تتوقف عن النضج بعد قطفها. ويجب أن تحفظ في الثلاجة عند تخزينها لمدة طويلة. وعند الشراء، يجب اختيار ثمار الموالح الثقيلة ذات القشرة الخفيفة الناعمة. ويجب تجنّب الثمار ذات الندبات الكبيرة أو البقع الرطبة.

Grapefruits	الجريب فروت (ليمون الجنّة)
Kumquats	الكومكوات (البرتقال الذهبي)
Lemons	الليمون
Limes	الليمون البنزهير
Oranges	البرتقال
Tangerines	التانجرين (اليوسفي)

(3) الفواكه الأجنبية Exotic Fruits

أدى تطور وتحسّن خدمات النقل إلى زيادة إمكانية توافر الفواكه من جميع أنحاء العالم في الأسواق المحلية. وما كان ينظر إليه في دولة من الدول على أنه أجنبي مجلوب من الخارج وغير معتاد منذ بعض سنوات مضت، صار اليوم شائعا معروفا وغير مستغرب.

Figs	التين
Guava	الجوافة
Persimmons	الكاكا
Pomegranates	الرمّان
Prickly Pears	التين الشوكي
الحرنكش (عنب الثعلب) الكشمش	

4) الأغانب Grapes

تعد الأغانب أكبر محصول فواكه على مستوي العالم، ويتم تصنيف الأغانب حسب اللون إلى عنب أبيض (وهو في الواقع أخضر اللون) أو أسود (وهو في الواقع أحمر). والعنب الأبيض بوجه عام لطيف الطعم عن العنب الأسود؛ وهو ذو قشرة أخف وأرفع و ذو لبّ أكثر قوة وتماسك، ولون العنب ومعظم مذاقه ونكهته موجودين في القشرة. والأغانب تؤكل نيئة، سواء بمفردها أو ضمن سلطات الفواكه. وتستخدم أيضا في التزيين أو كأصناف مصاحبة لأطباق الحلو وأصناف الجبن.

وعند الشراء، يجب اختيار عناقيد العنب ذات الثمار المتماسكة الخالية من الخدوش أو الجروح. وتورّد ونضرة القشرة، ووجود غبرة على العنب نتيجة الفطريات، يدلان على أن هذا العنب قد تم حصاده من فترة قصيرة. وثمار العنب المجعّدة أو تلك ذات البقع البنية حول الساق تدل على أن هذا العنب قد تم حصاده منذ فترة غير قصيرة. وجميع أصناف الكروم يجب شطفها وتجفيفها من ماء الشطف قبل الاستخدام.

العنب المجفف ويطلق عليه الزبيب **Raisins**؛ ويصنع عادة من عنب ثومبسون البناتي أو عنب موسكات، أما الزبيب الرومي **Currants** فيصنع من عنب كورينث الأسود ويحمل العلامة التجارية "Zante"، وكذلك يوجد زبيب سلطنة **Sultanas** ويصنع من عنب سلطنة.

Red Flame Grapes	العنب الأحمر
Thompson Seedless Grapes	العنب البناتي

5) الشّمّام والبطيخ Melons

قرع العسل والخيار والشّمّام والبطيخ، أعضاء في فصيلة القرعيات. ويمكن تصنيف العشرات من أصناف الشّمّام إلى مجموعتين عامتين: الشّمّام الحلو والبطيخ.

الشَّمَام الحلو؛ وله قشرة مقسّمة كالشبكة بخطوط طولية وعرضية أو مقسّمة فقط بخطوط طولية باللون الأسمر أو الأصفر أو الأخضر، ويتميز بلبّ ذو نسيج كثيف له رائحة عطرية. وفي جميع أصناف الشَّمَام الحلو، توجد البذور في تجويف مركزي في القلب.
البطيخ؛ ويتميز بقشرة سميكة خضراء غامقة وقلب ذو نسيج كثيف مقرمش حلو غني بالماء.

Cantaloupes	الكانتالوب
Casaba Melons	شَمَام مسكي
Honeydew Melons	الشَّمَام العسلي
Watermelons	البطيخ

6 أنواع التفاح Pomes

التفاح أشجار مثمرة، ثمارها ذات قشرة رقيقة ونسيج متماسك يحيط بقلب مركزي يحتوي على العديد من البذور الصغيرة. وهي تشتمل على عدة أصناف مثل التفاح والكمثري والسفرجل.

ربما يعد التفاح أشهر أصناف الفواكه على الإطلاق ويعتبر أكثرها قيمة وأهمية، وهو ينمو على أشجار، في المناطق المعتدلة في العالم. وثمار التفاح محبوبة ومشهورة لأنها تعد من الأطعمة الجاهزة التي يمكن تناولها في أي وقت ولحلاوة مذاقها وتنوّع أصنافها وتوافرها في الأسواق. ويمكن أكل ثمار التفاح على حالتها الخام، أو يمكن استخدامها في تشكيلة واسعة من الأطباق المطهية. وهي أيضا تستخدم في المخبوزات وأطباق الحلو وأطباق الخضراوات وكأطباق مصاحبة للحوم والدواجن. ومعظم أصناف التفاح بلبّ رطب ذو لون أبيض كريمي وقشرة رقيقة صفراء أو خضراء أو حمراء اللون. وتتراوح أصناف التفاح من المذاق الحلو جدا إلى المذاق اللاذع جدا، مع مدي واسع من أشكال القوام، من القوام المتماسك والمقرمش إلى القوام الطري والحبيبي.. وأي صنف من أصناف التفاح يمكن أن يؤكل نيئا حسب الرغبة.

أصناف التفاح

Red delicious	الأحمر الغامق
Rome beauty	الأحمر الفاتح
Granny smith	التفاح الأخضر
Gala	التفاح الأصفر – البرتقالي
Cameo	التفاح الأحمر المخطط
Golden delicious	التفاح الذهبي
Pink lady	التفاح الأصفر الطوي
Brae burn	التفاح الذهبي الملون

الكمثري Pears

الكمثري أشجار مثمرة معروفة منذ قديم الزمان في المناطق المعتدلة من العالم. ومع أنه توجد آلاف الأصناف من الكمثري حسب علم النبات، إلا أن عشرة أصناف تقريبا هي المعروفة تجاريا. وتتباين أصناف الكمثري تباينا كبيرا من حيث الحجم واللون والمذاق.

وهي تؤكل غالبا طازجة على حالتها الخام، ولكنها أيضا يمكن أن تطهى بالخبيز أو البوتشنيج.

والكمثري لذيدة مع الجبن وبخاصة أصناف الجبن الأزرق، ويمكن أن تستخدم في سلطات الفواكه والكومبوت والفواكه المحفوظة.

والكمثري الآسيوية، التي يطلق عليها أيضا الكمثري الصينية أو الكمثري التفاحية، هي من نوع آخر غير الذي تنتمي إليه الكمثري التي نعرفها. وهي لها نفس الرطوبة والمذاق الحلو الذي للكمثري المعروفة ولكن شكلها الكروي وقوامها المقرمش أقرب إلى التفاح.

وعند الشراء، يجب اختيار الثمار ذات القشرة الناعمة الخالية من الكدمات والجروح وذات الساق السليم. وثمار الكمثري لا تنضج بشكل صحيح على الشجر، ولذلك يتم حصادها وهي لازالت جامدة وتترك بعد الحصاد حتي تصبح طرية قبل الاستخدام. وثمار الكمثري غير الناضجة يمكن أن تترك في درجة حرارة الغرفة لتنضج. والثمار الناضجة بشكل صحيح يجب أن تكون ذات رائحة عطرية وأن تتجاوب مع ضغطة الأصابع علي منطقة الساق برفق. ويمكن إعداد أو حفظ ثمار الكمثري بنفس الطرق المتبعة مع التفاح. وتتوافر الكمثري في الأسواق في مصر من يونيو إلى أغسطس.

Bartlett	بارتليت
Anjou	الأنجو
Bosc	البوسك
Red d'Anjou	ريد دانجو
Asian Pears	الكمثري الآسيوية

7) الفواكه ذات النوى Stone Fruits

تعرف الفواكه ذات النوى أيضا بالفواكه مفردة النواة (Drupes)، وهي تتضمن كثيرا من الفواكه المشهورة مثل المشمش، الكريز، النكتارين، الخوخ

والبرقوق. وهي تتسم بقشرة رقيقة، ونسيج لحمي طري ونواة خشبية واحدة. وعلى الرغم من أن الموطن الأصلي لهذه الفواكه ذات النوى هو الصين، إلا أن شجيرات وأشجارها تزرع الآن في جميع المناطق المعتدلة من العالم. وهي فواكه سهلة العطب ويصعب نقلها وعمرها التخزيني قصير. ويجب ألا تغسل إلا قبل الاستخدام مباشرة، لأن الرطوبة تؤدي إلى إفسادها إذا تركت ولم تستخدم. ويجب تجنب استخدام البذور الموجودة داخل النوى في الطعام – فمعظمها تحتوي على أحماض سامة. والفواكه ذات النوى ممتازة في التجفيف.

Apricots	المشمش
Cherries	الكريز
Peaches & Nectarines	الخوخ والنكتارين
Plums	البرقوق

(8) الفواكه الاستوائية Tropicals

تنمو الفواكه الاستوائية في الأماكن الحارة من العالم في المنطقة الاستوائية والمناطق المدارية. وكل الفواكه الاستوائية يمكن أكلها طازجة بدون طهي، ونكهاتها تكمل بعضها البعض وتصلح تماما مع أطباق اللحوم والأسماك والدواجن الدسمة أو المتبله.

Bananas	الموز
Dates	البلح
Kiwis	الكيوي
Mangoes	المانجو
Papayas	البابايا (الباباظ)
Pineapples	الأناناس

القيمة الغذائية للفواكه

معظم الفواكه تتميز باحتوائها على عناصر ذات قيم غذائية عالية. وهي ذات محتوى عالي من الماء (غالبا 75 – 95 %) ومحتوي منخفض من البروتين والدهن، مما يعني أنها ذات سعرات حرارية منخفضة. والفواكه أيضا مصدر ممتاز للألياف، والمحتوي السكري للفواكه الناضجة يعد مصدرا جيدا للطاقة. وبعض الفواكه تحتوي على كميات كبيرة من فيتامين ج (الذي يفقد مع الطهي والمعالجة). والفواكه ذات اللون الأصفر والأخضر الغامق، مثل المشمش والمانجو والكيوي، تحتوي على نسبة عالية من فيتامين أ؛ ويعد الموز والزبيب والتين مصدرا غنيا بالبوتاسيوم.

نضج الفواكه

تغيّرات هامة عديدة تحدث في ثمرة الفاكهة خلال نضجها. وعندما تصل الثمرة إلى حجمها الكامل، فإن اللبّاب أو النسيج اللحمي يصبح طريا سهل المضغ؛ ويتغير لون القشرة. بالإضافة إلى ذلك، يتناقص المحتوى الحامضي، ويصبح مذاقها أقل لزوجة، ويتحوّل محتواها من النشا إلى سكريات فركتوز وجلوكوز، تكسب الثمرة حلاوتها ورائحتها العطرية.

ولكن لسوء الحظ، لا تتوقف هذه التغيّرات بعد أن تصل الفاكهة إلى قمة نضجها. وبدلاً من ذلك، تبدأ الفاكهة في التدهور من حيث القوام والمذاق، وبالتالي تبدأ في العطب والفساد.

وحسب النوع، يمكن شراء الفاكهة الطازجة إما كاملة النضج أو غير ناضجة. فالتين والأناس، مثلاً، لا ينضجان إلا على الشجر ويتم حصادهما في قمة النضج أو قبل ذلك بفترة قليلة جداً، ليتم دفعهما إلى الأسواق.

لذا يجب عدم شراؤهما غير ناضجين لأنهما لن يصلا إلى المذاق والقوام الكامل بعد الحصاد. وعلى الجانب الآخر، هناك فواكه، مثل الموز والكمثرى، تواصل نضجها بعد الحصاد ويمكن شراؤهما غير ناضجين.

ومع معظم الفواكه التي يتم حصادها، يمكن مضاعفة الوقت الذي تستغرقه الفاكهة في النضج وكذلك الوقت الذي تبقي فيه الفاكهة في قمة نضجها قبل أن تبدأ في التدهور ثم الفساد. فعلى سبيل المثال، يؤدي التبريد إلى إبطاء معدل تنفس الفاكهة وكلما قل معدل تنفس الفاكهة، كلما قل معدل تحوّل النشا إلى سكر. ولأجل إنضاج أسرع، يمكن حفظ الفاكهة في درجة حرارة الغرفة.

والفواكه التي يتم قطفها غير ناضجة يمكن تسريع نضجها بتعريضها لغاز الإيثيلين قبل بيعها مباشرة. وعلى العكس، إذا أردنا أن نمد العمر التخزيني للفواكه الناضجة ليوم أو يومين، يجب عزلها عن الفواكه الأخرى وحفظها مبرّدة.

والفواكه الطازجة تتوقف عن النضج بمجرد أن يتم طاهيها أو معالجتها. ولكن، مع ذلك، فإن طريقة الطهي أو المعالجة المستخدمة، يمكن أن تتسبب في تطرية الفواكه أو تغيّر مذاقها ونكهتها.

الشراء والتخزين

الشراء

تباع الفواكه الطازجة بالوزن أو بالعدد. ويتم تعبئتها في عدة أنواع من الحاويات مثل الصناديق، الكراتين، أو الأطباق. ويختلف وزن أو عدد الثمار المعبئة في الحاوية حسب نوع الفاكهة والمورد والدولة التي تتم فيها تعبئة الفاكهة. وفي بعض الأحيان، يجب أن يتم توصيف حجم الثمار عند إصدار أوامر الشراء. فحاوية زنة 15 كجم من الليمون -على سبيل المثال- يمكن أن تحتوي على أعداد مختلفة من الثمار، حسب الحجم. وتتوافر في الأسواق بعض أصناف الفواكه الطازجة مشدبة ونظيفة ومقشرة أو مقطّعة. ويضاف في بعض الأحيان السكر والمواد الحافظة. وفي بعض الأحيان تباع معبأة في الماء. وتباع هذه الفواكه على أساس سعر الحاوية وليس الوزن.

الفواكه المحفوظة

يتم تصميم طرق حفظ الفواكه لتمد العمر التخزيني للفواكه في صورتها الطازجة بشكل أساسي. وتتضمن طرق حفظ الفواكه تعريض الفواكه للإشعاع، تعريض الفواكه للأحماض، التعليب، التجميد، والتجفيف. وباستثناء التجفيف، فإن هذه الأساليب لا تغيّر بشكل جوهري قوام أو مذاق الفواكه. والتعليب والتجميد يمكن أيضا استخدامهما في حفظ الفواكه المطهية.

والفواكه المحفوظة مثل الجبلى والمرببات هي منتجات مطهية ويتم مناقشتها فيما بعد في هذه الدورة.

تعريض الفواكه للإشعاع

بعض الفواكه يمكن لأجل حفظها أن يتم تعريضها للإشعاع المؤيّن لقتل الطفيليات والحشرات والبكتيريا. كذلك تؤدي هذه المعالجة بالإشعاع إلى إبطاء عملية نضج الفواكه دون آثار جانبية ملحوظة على مذاق وقوام الفواكه. والفواكه المعالجة بالإشعاع يجب أن تلتصق عليها بطاقة مكتوب عليها "معالج بالإشعاع treated with radiation".

تعريض الفواكه للأحماض

يتحول لون التفاح والكمثري والموز والخوخ وكثير من الفواكه الأخرى عند تقطيعها إلى اللون البني، ويعزى هذا إلى تعرّض الفاكهة للأوكسجين الذي يتفاعل مع الإنزيمات الموجودة. ويمكن تأخير هذا بغمس الفواكه بعد تقطيعها في محلول حامضي مثل عصير الليمون أو البرتقال. ويطلق على هذه الطريقة البسيطة أحيانا التحميض (acidulation). ولكن لا يوصى بنقع الفواكه في عصير الليمون مع الماء (الذي يطلق عليه ماء التحميض acidulated water)، إلا إذا أضيفت كمية كافية من الملح أو السكر إلى الماء؛ وبخلاف هذا يصبح قوام الفاكهة رخوا. ولكن يجب ملاحظة أن إضافة الملح أو السكر، لكي تحتفظ الفاكهة بقوامها، يؤدي إلى تأثير مذاقها.

شراء الفواكه الطازجة

الفواكه الطازجة هي تلك التي لم تخضع لأي معالجات (مثل التعليب، التجميد أو التجفيف). ويمكن أن تكون الفواكه الطازجة ناضجة أو غير ناضجة، حسب ظروفها عند الحصاد أو حسب الظروف التي تحتها سيتم تخزينها. ولكي نستخدم الفواكه الطازجة ونستفيد بأقصى ما فيها من مزايا، فمن الضروري اتخاذ قرار الشراء بعناية وحرص. وهناك عوامل كثيرة تؤثر على مدى الاستفادة من الفاكهة واستخدامها بشكل مناسب يتفق وفعالية التكلفة. من بين هذه العوامل: حجم الثمار، درجة جودتها، نضجها عند الاستلام، والقيم الغذائية لمحتواها.

تعليب الفواكه

أي نوع من أنواع الفواكه يمكن أن يتم تعليبه غالبا بنجاح؛ ويعد الأناناس والخوخ أكثر الفواكه شهرة في هذا المجال. وفي عملية التعليب، يتم تنظيف الفواكه الطازجة ووضعها في عبوات ملحومة جيدا، يتم تعريضها لدرجات حرارة عالية لفترات زمنية محددة. ويقتل التسخين الكائنات العضوية الدقيقة التي تسبب فساد الطعام، والجو المعزول داخل الحاوية أو العلبه يحد من تأكسد الفاكهة ويبطئ من تحللها أو أن تصبح رخوة مهترئة. ولكن يلاحظ أن التسخين الذي تتطلبه عملية التعليب يؤدي إلى تطرية قوام معظم الفواكه المعلبة نوعا.

تجميد الفواكه

التجميد طريقة فعالة بدرجة عالية في حفظ الفواكه. وهو يمنع بشكل قاطع نمو الكائنات العضوية الدقيقة التي تسبب فساد الفواكه. ولا يؤثر التجميد على العناصر الغذائية الموجودة في الفاكهة، ولكنه قد يؤثر على مظهر وقوام معظم أنواع الفواكه بسبب محتواها المائي العالي. ويحدث هذا عندما تتكون بلورات الثلج من الماء الموجود في الخلايا وتؤدي إلى انفجار جدران الخلايا وكثير من الفواكه، وبخاصة شرائح اللبّيات والتفاح والكمثري، يتم حاليا حفظها الذي "individually quick-frozen" بما يعرف بـ "التجميد الفردي السريع" وتستخدم هذه الطريقة تيار الهواء البارد اللافح، (IQF) يطلق عليه اختصارا الأطباق المتلّجة، النيتروجين السائل، الهواء السائل أو غير ذلك من أساليب لتبريد المنتجات بسرعة. وتسريع عملية التجميد يقلل بدرجة كبيرة تكوّن بلورات الثلج داخل خلايا الفاكهة

ويمكن تشذيب الفواكه وتقطيعها إلى شرائح قبل تجميدها ويتوافر منها أيضا في الأسواق الشرائح المجمدة في شراب سكري يضيف مذاقا ونكهة ويمنع تحوّل الفاكهة إلى اللون البني. ويتم تجميد اللبّيات كاملة، بينما عادة تفشّر الفواكه ذات النوى وينزع نواها وتقطع إلى شرائح. ويتوافر بيوريه الفواكه أيضا مجمدا ويجب أن يتم لحام عبوات جميع الفواكه المجمدة بمادة حاکمة مانعة للرطوبة وأن يتم حفظ العبوات في درجة حرارة ثابتة، عند -18 م° أو أقل. وعدم ثبات درجة الحرارة وتذبذبها قد يؤدي إلى احتراق المجمد

تجفيف الفواكه

يعد تجفيف الفواكه من أقدم الأساليب التي استخدمها الإنسان على مدي أكثر من خمسة آلاف سنة لحفظ الفواكه. وعندما تجفف الفواكه الناضجة، تفقد الكثير من الرطوبة الموجودة فيها. ويؤدي هذا إلى تركيز سكرها ونكهاتها ويطول عمرها التخزيني بشكل جوهري. ومعظم أصناف الفواكه يمكن أن تجفف، إلا أن الفواكه التالية أكثر شهرة وشيوعا في مجال الحفظ بالتجفيف: البرقوق (القراصيا)، الكروم (الزبيب والزبيب الرومي وزبيب سلطانة)، المشمش (المشمشية)، التين (التين المجفف). ويمكن أن تكون طريقة التجفيف بسيطة بترك الفواكه الناضجة في الشمس لتجف طبيعيا، أو يمكن إتباع الأسلوب المستخدم تجاريا بإمرار الفواكه خلال مقصورة ينبعث في أرجائها تيار من الهواء الجاف الساخن، ليتم استخلاص الرطوبة من الفاكهة في وقت قليل.

طريقة خبيز الفواكه

- 1- يتم اختيار الثمار الناضجة والتماسكة في نفس الوقت، ويتم تقشيرها وتقويرها أو نزع بذورها وتقطيعها حسب ما يلزم.
- 2- يضاف السكر أو أي مادة مكسبة للنكهة والمذاق.
- 3- تخلط الفواكه جيدا مع عجيين الحلوى حسب الرغبة أو حسب إرشادات الإعداد في الوصفة.
- 4- توضع صينية العجين مع الفواكه في الفرن، ويراعي ألا تكون الصينية بغطاء، في درجة حرارة متوسطة حتى الإنضاج أو حتى يتم احمرار وجه الكيك.

عصر الفواكه

يستخدم عصير الفواكه كمشروب، بمفرده أو ممزوجا مع مكونات أخرى، أو يستخدم كأحد المكونات السائلة الداخلة في إعداد أصناف طعام أخرى. ويمكن استخلاص العصير من الفواكه (وبعض الخضراوات) بطريقتين: **الضغط** (في العصارات بأنواعها) أو **الخلط** (في الخلاط الكهربائي أو ماكينة استخلاص العصير الكربائية).

الضغط ، يستخدم لاستخلاص العصير من الفواكه (مثل الموالح) التي محتواها المائي مرتفع. ويتم بضغط الفاكهة بين فكي عسارة (squeezer) بضمهما باليدين (كما في عسارة الليمون) أو بضغط الفاكهة مع لفها في عسارة (reamer) على قالب مخروطي مضلع ثابت أو دوار (كما في عسارات البرتقال اليدوية أو الكهربية) ليتفتت النسيج اللحمي ويتم انطلاق العصير منه. ودوما، تتم تصفية العصير لإزالة البذور والألياف.

الخلاط الكهربائي (electric blender) يستخدم ليساعد في تحويل الفواكه والخضراوات غير الغنية بالعصير (مثل التفاح والجزر والطماطم والبنجر والكرنب) إلى سائل. أما ماكينة استخلاص العصير الكهربية (electric juice extractor) فتقوم بسحق الفواكه أو الخضراوات، ثم تفصل وتصفى السائل عن اللباب والألياف بالقوة الطاردة المركزية.

ويمكن صنع المشروبات الممتعة اللذيذة بالجمع بين عصير صنفين أو أكثر من الفواكه أو الخضراوات : الأناناس مع البرتقال، التفاح مع التوت الأحمر، الفراولة مع التانجرين، والبابايا مع البرتقال. ويجب مع ذلك مراعاة اللون عند مزج العصائر لعمل المشروبات، فبعض التوافيق يمكن أن تؤدي إلى تغييرات غريبة في اللون. ومع العصائر ذات اللون الأصفر أو البرتقالي، ليست هناك مشكلة، أما العصائر التي تحتوي على أصباغ حمراء أو زرقاء (مثل عنب

كونكورد، الكريز، الفراولة، التوت الإفرنجي والتوت الأزرق) فيمكن أن ينتج عنها ألوان غير جذابة. إضافة حمض مثل عصير الليمون يساعد على الحفاظ بشكل جيد على الظلال والدرجات اللونية لكل من اللون الأحمر والأزرق.

مصطلح: عصير Juice
العصير هو السائل المستخلص من أي فاكهة أو خضار.

مصطلح : نكتار Nectar
النكتار هو العصير المحلي المخفف للخوخ، المشمش، الجوافة، العنب الأسود أو غيرها من الفواكه، حيث يكون العصير المركز للفاكهة غليظ القوام جدا أو لاذعا جدا بحيث لا يمكن شربه مباشرة.

مصطلح: سيدر Cider
السيدر هو عصير التفاح المخمر بدرجة معتدلة؛ أو عصير التفاح العادي غير الكحولي. وهناك أنواع من السيدر تحمل علامات تجارية.

استخدام طرق عديدة في طهي الفواكه

مع أن مع معظم الفواكه يمكن أن تؤكل طازجة على حالتها الخام، وأن تقدّم نمطيا بهذه الطريقة، إلا أن معظم الفواكه يمكن أيضا أن تطهى. وطرق الطهي الشائع استخدامها مع الفواكه هي:

- البرويلينج (الشواء غير المباشر) والجريلينج (الشواء المباشر)
- الخبيز
- التشويح/ القلي السطحي (السوتيه)
- القلي العميق
- البوتشينيغ (السلق في سوائل مغلّية)
- الإنضاج على نار هادئة

وعند طهي الفواكه، يعد إعطاء العناية والانتباه اللازمين أمرا حاسما للغاية. فإدني زيادة في درجة الطهي أو الإنضاج يمكن أن تؤدي لأن تصبح الفاكهة رخوة جدا. ولمواجهة تلك العملية غير الإنعكاسية (أي التي لا علاج لها)، يمكن إضافة السكر. فعندما تطهى الفواكه مع السكر، تمتص الخلايا السكر ببطء، ويؤدي هذا إلى تماسك الفاكهة. كذلك فإن الأحماض (وبخاصة عصير الليمون) تساعد الخلايا على الاحتفاظ بشكلها وقوامها. وعلى العكس من ذلك، فإن إضافة القلويات مثل صودا الخبيز، تسبب انحلال وتفتت الفاكهة بمعدل أسرع.

تحديد استجابة الفاكهة للطهي

يوجد الكثير جدا من أصناف الفواكه، ويختلف كل صنف منها عن الآخر من حيث استجابته للطهي، وليس هناك معيار مناسب لتحديد مدى الاستجابة للطهي. وكل صنف يتم تقييم استجابته للطهي على أساس وصفة بوصفة. وعموما، فإنه بالنسبة لمعظم الفواكه المطهية، يتم اعتبار أن الفاكهة قد تم طهيها وإنضاجها بمجرد أن تصبح طرية سهلة المضغ، ويستدل على ذلك عند غزّها بشوكة أو طرف سكين نقشير. والفواكه المطهية على نار هادئة، مثل الكومبوت، والتي يجب أن تكون أطري، يتم طهيها إلى ما قبل درجة الإنحلال والتفتت مباشرة.

ويمكن تجنّب الإفراط في الطهي إذا تذكرنا أنه يحدث ترحيل لبعض الطهي من خلال الحرارة المتبقية الموجودة في الطعام.

طرق الطهي بالتسخين الجاف

البرويلينج (الشواء غير المباشر) والجريلينج (الشواء المباشر)
يتم شوي الفواكه عادة قبل التقديم بفترة طويلة كافية لكرملة السكر؛ ويجب أن تتم عملية الشواء بسرعة لضمان عدم إنحلال وتفتت القوام. والفواكه التي تتجاوب بصورة جيدة مع الشواء هي الأناناس، التفاح، الجريب فروت، الموز، الكاكا والخوخ. ويمكن تقطيع الفواكه إلى شرائح أو قطع مناسبة أو أنصاف حسب صنف الفاكهة وما يناسبه. ويضيف الدهان بالسكر أو عسل النحل أو الليكير نكهة ومذاقا مثلما يفعل عصير الليمون والقرفة والزنجبيل.

وعند الشواء غير المباشر للفواكه، يتم استخدام صينية كيك مدهونة بالزيت أو طبق شواية. وعند الشواء المباشر للفواكه، يتم استخدام شبكة شواء نظيفة أو يتم غرز قطع الشواء في الأسياخ. وستحتاج شرائح الفاكهة السمكية فقط إلى الدوران في مواجهة الحرارة. والفواكه المشوية يمكن تقديمها بمفردها، أو استخدامها كأصناف مصاحبة للحوم أو الأسماك أو الدواجن، أو استخدامها كتوبينج مع الأيس كريم أو الكسترد.

طريقة شواء الفواكه

- 1- يتم اختيار الثمار الناضجة ويتم تقشيرها وتقويرها أو نزع بذورها وتقطيعها حسب ما يلزم.
- 2- يتم دهان الثمار من أعلي بطبقة من السكر أو عسل النحل لإضافة النكهة والمذاق والمساعدة على حدوث الكرملة.
- 3- توضع ثمار الفاكهة على طبق شواية أو صينية كيك أو شبكة شواية.
- 4- يتم الشواء (سواء كان مباشرا أو غير مباشر) في درجات حرارة عالية، مع تدوير قطع الشواء حسبما يلزم في مواجهة الحرارة من جميع النواحي ولكن بسرعة.

وصفة الجريب فروت المشوي

المكونات

القادير المعطاة تكفي لخدمة 8 أشخاص

4	ثمار جريب فروت أحمر
4 ملعقة كبيرة	سكر بني

طريقة الإعداد

- 1- يتم تقطيع كل ثمرة من ثمار الجريب فروت إلى نصفين، بحيث يكون اتجاه القطع عموديا على الفصوص، وباستخدام سكين حاد، تتم إزالة البذور بحرص من نصفي الثمرة.
- 2- يرش السكر على كل نصف من نصفي الثمرة.
- 3- ترص أنصاف الثمار على صاج خبيز وتوضع تحت شواية سبق تسخينها ، يتم طهي الثمار لفترة وجيزة، فقط حتي يتم تسخينها جيدا وتتم كرملة السكر. ويتم التقديم والخدمة بعدها مباشرة.

الخبيز

يمكن أن تخبز معظم التفاحيات والفواكه ذات النوى والفواكه الأستوائية بعد أن يتم غسلها وتقسيرها وتقويرها أو نزع نواها حسب ما يلزم، لإبداع أطباق حلو ساخنة شهية المذاق. والفواكه ذات القشرة القوية، وبخاصة التفاح والكمثري، تكون ممتازة في الخبيز بمفردها، لأن القشرة تحافظ على بقاء الرطوبة والنكهة داخل الثمار. ويمكن أن تستخدم أيضا كحاويات يمكن أكلها بملء التجاوير الناتجة عن التقوير بتشكيلة من الخلطات الحلوة أو الحادقة.

ويمكن أيضا خبيز مجموعات متوافقة من الفواكه بنجاح؛ وتجربة خلط الفواكه لأجل إحداث توازن بين الحلاوة واللذوعة (على سبيل المثال، الفراولة مع الراوند أو التفاح مع البرقوق).

والعديد من أطبق الحلو المخبوزة هي ببساطة فواكه (طازجة أو مجمدة أو معلبة) يتم تزيينها من أعلي بقشرة هشة محمرة من المعجنات (تسمى كوبلر cobbler) أو قشرة مجمدة مقرمشة من المعجنات (تسمى شترودل strudel) أو قطعة مموجة من عجين البانكيك (تسمى بوكل buckle). وفي بعض الأحيان، يتم طهي الفواكه بالبوتشنيج أولا، ويمكن أيضا أن تخبز في لفة من الفطير المنتفخ أو العجين الرقاقي لإبداع أطباق حلو متأنقة.

طريقة خبيز الفواكه

- 1- يتم اختيار الثمار الناضجة والتماسكة في نفس الوقت، ويتم تقشيرها وتقويرها أو نزع بذورها وتقطيعها حسب ما يلزم.
- 2- يضاف السكر أو أي مادة مكسبة للنكهة والمذاق.
- 3- تخلط الفواكه جيدا مع عجين الحلوي حسب الرغبة أو حسب إرشادات الإعداد في الوصفة.
- 4- توضع صينية العجين مع الفواكه في الفرن، ويراعي ألا تكون الصينية بغطاء، في درجة حرارة متوسطة حتي الإنضاج أو حتي يتم إحمرار وجه الكيك.

وصفة التفاح المخبوز (المطهي في الفرن)

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لخدمة 8 أشخاص

8	ثمرات تفاح، أحمر أو ذهبي
180 جم	زبيب
1.5 ملعقة كبيرة	زست برتقال
120 جم	سكر بني

طريقة الإعداد

- 1- تشطف كل تفاحة ويتم تقويرها. ويتم تثليم القشرة أو إزالتها جزئيا لكي تكون هناك فرصة لأن يتمدد اللباب دون أن تنفجر القشرة أثناء الخبيز.
- 2- ينقع الزبيب في الماء المغلي لمدة 10 دقائق لكي ينتفش ويمتلأ، ثم يصفى من الماء جيدا.
- 3- يخلط الزبيب وزست البرتقال والسكر البني. ويتم حشو الفراغ الموجود مكان قلب كل تفاحة من هذا الخليط.
- 4- يرصّ التفاح واقفا في طبق خبيز غير عميق، ويضاف قليل من الماء في الطبق بعمق 1.2 سم.
- 5- يخبز التفاح في درجة حرارة 190° م لمدة 15 دقيقة. ثم يتم خفض درجة الحرارة إلى 150° م مع الاستمرار في الخبيز لمدة ساعة تقريبا حتي يصبح التفاح طريا سهل المضغ - ولكن مع الاحتفاظ بالشكل. وبين الحين والآخر، يتم ترطيب التفاح بالسائل الذي يتجمع في طبق الخبيز.

التشويح/ القلي السطحي (السوتيه)

تعطي الفواكه مذاقا غنيا شديدا الحلاوة عند تشويحها لفترة قصيرة في الزبد مع السكر، وحسب الرغبة، مع التوابل أو الليكير. ومن الفواكه التي تصلح جدا للتشويح: الكريز، الموز، التفاح، الكمثري، والأناناس. ويتم تقشير الفواكه وتقويرها أو نزع بذورها حسب ما يلزم وتقطيعها إلى قطع منتظمة الحجم قبل تشويحها.

ولأجل إعداد أطباق الحلو، يتم تشويح الفواكه في الزبد مع السكر، لعمل الجليز أو الشراب المكرمل. ويمكن استخدام الفواكه والشراب لملء قوالب الكريب أو لتزيين الكيك الإسفنجي أو الأيس كريم من أعلى. ويمكن أن يضاف الليكير ويتم تعريض الخليط للهب أمام الضيوف الذين يتناولون العشاء. ويمكن إضافة البصل والشالوت والثوم إلى الخلطات الحادقة. وعند تشويح الفواكه لأجل إعداد الأطباق الحادقة أو الحلوة، يجب أن يكون نوع الدهن المستخدم مناسباً للمنتج النهائي. وغالبا يكون الزبد هو الدهن المناسب.

طريقة تشويح الفواكه

- 1- يتم تقشير الفواكه وتقويرها أو نزع بذورها حسب ما يلزم وتقطيعها إلى قطع منتظمة الحجم.
- 2- تتم إذابة الدهن في طاسة تشويح.
- 3- تضاف قطع الفاكهة وأي مكونات مكسبة للنكهة إلى الدهن في طاسة التشويح ويراعي عدم ازدحام الطاسة بالمكونات، وإلا تحولت الفاكهة إلى يخني في العصير الخاص بها.
- 4- يتم الطهي سريعا على نار شديدة.

وصفة سافوري فروت (الفواكه الحادقة)

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لإعداد نصف كجم سافوري

بصل، يتم تقطيعه إلى مكعبات صغيرة	180 جم
زبد	30 جم
ثمرات تفاح (لاذع المذاق) أو خوخ	3
ثمرات مشمش	3
سكر مبلور	120 جم
مسحوق شطة حسب المذاق	للتتبيل
ملح وفلفل حسب المذاق	للتتبيل

طريقة الإعداد

- 1- يتم تشويح البصل في الزبد تشويحا خفيفا دون تحمير.
- 2- يتم تقطيع التفاح أو الخوخ إلى شرائح ويتم تقطيع المشمش إلى قطع رفيعة متساوية. يضاف التفاح أو الخوخ إلى البصل ويتم الطهي لمدة 1 - 2 دقيقة. ثم يضاف المشمش.
- 3- يرش السكر على الفواكه ، مع الاستمرار في الطهي والإناء غير مغطي، على نار متوسطة حتي تصبح الفواكه طرية سهلة المضغ. يتم التتبيل مع إضافة مسحوق الشطة والملح والفلفل.
- 4- يقدم سافوري الفواكه دافئا كطبق مصاحب للمحمرات ولحوم الطرائد أو غيرها من اللحوم.

القلي العميق

فواكه قليلة تصلح للقلي العميق. وغالبا ما يتم خلط التفاح والموز والكمثري والأناس والخوخ المتناسك في عجين البانكيك أو يتم دهانه بهذا العجين، لنحصل على نتائج جيدة مع القلي العميق. ويتم تقشير الفواكه وتقويرها أو نزع بذورها وتقطيعها إلى شرائح أو قطع منتظمة الحجم. وتحتاج الفواكه بعد ذلك إلى تجفيفها بمناشف ورقية بحيث يمكن أن يمسك بها عجين البانكيك.

وتعد فطائر الفواكه من الأصناف المشهورة في الوجبات الخفيفة وأطباق الحلو. وتحتوي الفطائر على مكعبات أو قطع من السمك أو الرخويات أو الخضراوات أو الفواكه، يتم جمعها مع بعضها البعض بواسطة عجين بانكيك غليظ القوام ، ثم يتم قليها قلياً عميقاً. ولأن زمن القلي يكون قصيراً جداً، فإنه يلزم عادة طهي المكونات الأساسية طهياً مبدئياً. ويتم صبّ الفطائر بملعقة أو مغرفة مناسبة مباشرة في الدهن الساخن؛ وتكوّن الفطائر قشرة هشة محمرة أثناء القلي. ومن الأمثلة المشهورة الشائعة: فطائر الرخويات، فطائر الذرة، فطائر الخرشوف وفطائر التفاح.

طريقة القلي العميق لفطائر الفواكه

- 1- يتم تقطيع وتجهيز المكونات المتضمنة في الفطائر.
- 2- يتم الطهي المبدئي لأي مكونات حسب ما يلزم.
- 3- يتم إعدادة عجين البانكيك حسب إرشادات الإعداد في الوصفة.
- 4- يتم صبّ العجين بالتتابع باستخدام ملعقة أو مغرفة مناسبة في الدهن في درجة حرارة 180 م°.
- 5- يتم الطهي حتى الإنضاج. ويجب أن تكون الفطائر ذات قشرة مقرمشة باللون البني الذهبي من الخارج وأن تكون رطبة لدنة من الداخل.
- 6- ترفع الفطائر من الدهن وتوضع على شبكة فوق المقلاة لتصفية الدهن المتبقي. تنتقل الفطائر بعد ذلك إلى صينية مبطنّة بورق جيد الامتصاص أو مزودة برف شبكي، ويتم تقديمها ساخنة.
- 7- إذا اقتضت الظروف حجز الفطائر لتقديمها في وقت لاحق، فيتم وضعها تحت مصباح حراري.

وصفة فطائر التفاح المقلية

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لإعداد 100 فطيرة قطر الواحدة 5 سم

بيضات منفصلة	6
لبن	500 مل
دقيق	450 جم
مسحوق خبيز	1 ملعقة كبيرة
ملح	1 ملعقة صغيرة
سكر	60 جم
مسحوق قرفة	نصف ملعقة صغيرة
تفاح، يقشّر ويقوّر ويقطع إلى مكعبات	700 جم
سكر بودرة	للتزيين، حسب الحاجة

طريقة الإعداد

- 1- يضاف صفار البيض إلى اللبن.
- 2- يتم نخل الدقيق ومسحوق الخبيز والملح والقرفة معا. ويضاف هذا الخليط الجاف على مزيج اللبن و صفار البيض، ويتم المزج جيدا حتى الحصول على عجين ناعم.
- 3- يترك العجين لمدة ساعة حتى يهدأ.
- 4- يضاف التفاح إلى العجين مع التقليب.
- 5- قبل قلي الفطائر مباشرة، يخفق بياض البيض حتى الحصول على رغوة ناعمة ويخلط مع العجين جيدا.
- 6- يصبّ عجين الفطائر بالتتابع باستخدام مغرفة مناسبة في الدهن في مقلاة عميقة في درجة حرارة 180 م°، مع تقليب الفطائر حسبما يلزم حتى تنضج.
- 7- يرش السكر البودرة على الفطائر، وتقدّم ساخنة.

تنويغات: فطائر الموز المقلية

تحدّف من المكونات القرفة والتفاح ويضاف بدلا منها: 3 ملاعق كبيرة من زست البرتقال المبشور الناعم، 120 مل عصير برتقال، 2 ثمرة موز كبيرة يتم تقشيرهما وتقطيعهما إلى مكعبات (لا تتم معالجة الموز كبيوريه).

- 1- تضاف المكونات الجافة إلى السوائل.
- 2- يخلط بياض البيض جيد مع العجين.
- 3- يصبّ عجّين الفطائر بالتتابع باستخدام مغرفة مناسبة في الدهن في مقلاة عميقة.
- 4- يرشّ السكر البودرة على الفطائر

طرق الطهي بالتسخين الرطب

البوتشينج (السلق في سوائل مغلّية)

يعدّ السلق في سوائل مغلّية أحد أكثر طرق الطهي شهرة واستخداما مع الفواكه. وفي هذه الطريقة، تتم تطرية الفواكه وتصبح سهلة المضغ ويتم إكساب الفواكه بنكهات إضافية بنقعها في التوابل أو النبيذ. والتوابل المعدّة بهذه الطريقة يمكن تقديمها ساخنة أو باردة، ويتم استخدامها مع التورت أو الحلويات أو كأصناف مصاحبة لأطباق اللحوم أو الدواجن.

وسائل السلق يمكن أن يكون ماء أو نبيذ أو شراب تحلية. (كما لاحظنا قبل ذلك، يساعد السكر الفواكه على الاحتفاظ بشكلها، ولكن الفواكه التي يتم سلقها في شراب التحلية وقتنا أكثر في الإنضاج). ودرجة الحرارة المنخفضة للسلق (85°م) تتيح للفواكه أن تطري تدريجيا. والتسريع بإنضاج الفواكه في درجة حرارة أعلى يفسدها.

ويجب ترك الفواكه بعد إنضاجها في سائل أو شراب السلق حتى تبرد. ومعظم سائل السلق يمكن إعادة استخدامها. وإذا كان سائل السلق يحتوي على كمية كافية من السكر، فيمكن تركيزها بالتسخين والتبخير لتستخدم كصوص أو جليز يصاحب الفواكه المسلوقة عند التقديم والخدمة.

طريقة إنضاج الفواكه بالبوتشينج

- 1- يتم اختيار الثمار الناضجة ويتم تقشيرها وتقويرها أو نزع بذورها وتقطيعها حسب ما يلزم.
- 2- في كسرولة عميقة ذات حجم مناسب غير متفاعلة، يخلط سائل السلق (عادة ماء) مع السكر والتوبل وزست الموالح وأي مكونات أخرى حسب الرغبة أو حسب إرشادات الإعداد في الوصفة.

- 3- تغمر الفواكه في السائل. يوضع قرص من ورق البارشمنت على الفواكه للحفاظ عليها مغمورة في السائل.
- 4- توضع الكسرولة على نار متوسطة – عالية وتترك حتى الغليان.
- 5- بمجرد الوصول إلى الغليان، تتم تهدئة النار وتترك الفواكه لتنضج بطريقة "بوتشنيج" برفق.
- 6- تظل الفواكه على النار حتى تصبح طرية سهلة المضغ، ويستدل على ذلك عندما يسهل غزّها بطرف سكين. ويتوقف زمن الإنضاج على نوع الفاكهة المستخدمة ومدى نضجها وسائل السلق.
- 7- ترفع الكسرولة من على النار وتترك حتى تبرد.
- 8- ترفع الفاكهة من السائل وتحفظ في الثلاجة. ويعاد وضع الكسرولة وبها السائل على النار. يتم تركيز السائل حتى يصبح غليظ القوام، ويمكن استخدامه كصوص أو جليز أو يحفظ في الثلاجة ليستخدم فيما بعد.

وصفة الكمثري المسلوقة في الكركديه المغلي

المكونات

المقادير المعطاة تكفي 8 أشخاص

ثمرات كمثري	8
عصير كركديه	1500 مل
حبوب فلفل كاملة	10 – 8
عود فانيليا	1
سكر مبلور	340 جم
ريحان طازج، يقطع إلى قطع صغيرة	30 جم
	زست برتقالة واحدة

طريقة الإعداد

- 1- يتم تقشير وتقوير الكمثري، مع ترك السيقان سليمة.
- 2- تجمع باقي المكونات في كسرولة كبيرة غير متفاعلة، وترص الكمثري في السائل في طبقة مفردة.
- 3- توضع الكسرولة على نار متوسطة – عالية وتترك حتى ما قبل مرحلة الغليان بقليل، وعندها تتم تهدئة النار وتترك الكمثري حتى تنضج برفق. تتم

- تغطية الكمثري بقرص من ورق البارشمنت حسب ما يلزم للحفاظ على الكمثري مغمورة في السائل.
- 4- يتم الاستمرار في إنضاج الكمثري في السائل المغلي حتى تصبح طرية سهلة المضغ، تقريبا لمدة 1.5 ساعة. ترفع الكسرولة من على النار وتترك الكمثري حتى تبرد في السائل.
- 5- ترفع الكمثري من السائل ويعاد وضع الكسرولة وبها السائل على النار. يتم تركيز السائل حتى يصبح غليظ القوام ويتم التعرف على ذلك عندما يلتصق بظهر ملعقة ويعلق بها ، ثم يصفى السائل.
- 6- تقدّم الكمثري مبرّدة في درجة حرارة الغرفة في سلطانية بها بعض شراب الكركديه المركّز.

إنضاج الفواكه على نار هادئة

تستخدم أساليب الإنضاج على نار هادئة لصنع الفواكه المطبوخة والكومبوت. والفواكه الطازجة والمجمّدة والمعلّبة والمجفّفة يمكن إنضاجها في الصوص الخاص بها على نار هادئة (الستيوينج). وكما هو حادث مع أي طريقة من طرق الطهي بالتسخين الرطب، فإن الإنضاج على نار هادئة يؤدي إلى جعل الفواكه طرية سهلة المضغ. ويمكن إضافة السكر وعسل النحل والتوابل حسب الرغبة. والفواكه المطهية بهذه الطريقة يمكن أن تقدّم ساخنة أو باردة كطبق أول (مشهيات)، طبق حلو، أو كطبق مصاحب لأطباق اللحوم أو الدواجن.

طريقة إنضاج الفواكه على نار هادئة

- 1- يتم اختيار الثمار الناضجة ويتم تقشيرها وتقويرها أو نزع بذورها وتقطيعها حسب ما يلزم.
- 2- توضع الفاكهة مع سوائل الطهي، إذا استخدمت، على نار متوسطة – عالية حتى ما قبل مرحلة الغليان بقليل، وعندما تتم تهدئة النار وتترك الفاكهة حتى تنضج برفق وتصبح طرية سهلة المضغ.
- 3- يضاف السكر أو غيره من مواد التحلية حسب الرغبة أو حسب إرشادات الأعداد المذكورة في الوصفة.

وصفة كومبوت الفواكه المجففة

المكونات

المقادير المعطاة تعطي 1 كجم كومبوت

مشمش مجفف	150 جم
قراصيا مجففة، منزوعة النوي	150 جم
كمثري أو تفاح	150 جم
خوخ مجفف	150 جم
ماء ساخن	720 مل
عود قرفة	1
شراب ذرة خفيف	360 مل
عصير برتقال	15 مل

طريقة الإعداد

- 1- يتم تقطيع الفواكه إلى قطع كبيرة نسبيا. توضع القطع في كسرولة ويضاف الماء وعود القرفة.
- 2- تغطي الكسرولة و تترك على نار هادئة حتي تصبح قطع الفواكه طرية، لمدة 12 – 15 دقيقة تقريبا.
- 3- يضاف شراب الذرة وعصير البرتقال، مع الاستمرار في الإنضاج على نار هادئة والغطاء مرفوع حتي يتم تسخين كل الكومبوت جيدا. يقدم الكومبوت دافئا، أو يحفظ في الثلاجة لتقديمه فيما بعد.

حفظ الفواكه

الفواكه الطازجة يمكن أن تحفظ مع السكر، إذا تم تركيز خليط الفاكهة مع السكر بتبخير الماء الموجود في الفاكهة إلى الحد الذي لا يمكن معه حدوث الفساد الميكروبيولوجي. وتساعد إضافة السكر أيضا على تأخير نمو الكائنات العضوية الدقيقة، ولكنها لا تؤدي إلى منعها أو قتلها.

والبكتين مادة توجد بكميات مختلفة في جميع الفواكه، ويمكن أن تجعل الفواكه المطهية تتشكل في صورة كتلة نصف جامدة تعرف بالهلام (الجل). والفواكه غير جذابة المنظر، ولكنها ذات جودة عالية، يمكن تحويلها إلى هلام، أو بالأحرى إلى ما نطلق عليه المرببات والجيلي والمرملاد والفواكه المحفوظة. والمكونات الأساسية الموجودة في هلام فاكهة هي فاكهة وبكتين وحمض (عادة عصير ليمون) وسكر. ويجب أن تتم عملية مزجها بعناية وحرص بالنسب الصحيحة التي تؤدي إلى تكوّن الهلام. وبالنسبة للفواكه ذات المحتوى البكتيني المنخفض (مثل الفراولة)، يجب لكي تكوّن هلام أن يجب أن يضاف إليها البكتين بكمية ملموسة، إما بإضافة فاكهة أخرى ذات محتوى بكتيني مرتفع (مثل التفاح أو السفرجل) أو بإضافة بكتين جاهز في عبوات تجارية بالأسواق.

مصطلح: خلاصة/ مركز Concentrate

الخلاصة تعرف أيضا كمعجون فاكهة أو معجون مجموعة مركبة من الفواكه؛ بيوريه فاكهة مركز، دون أن يكون له قوام هلام (جل) الفاكهة، ويستخدم كمادة مكسبة للنكهة.

مصطلح: مربى Jam

المربى عبارة عن هلام فاكهة مصنوع من النسيج اللحمي للفاكهة والسكر

مصطلح: جيلي Jelly

الجيلي عبارة عن هلام فاكهة مصنوع من عصير الفاكهة والسكر

مصطلح: مرملاد

المرملاد عبارة عن جيلي فاكهة موالح يحتوي أيضا على شرائح غير مقشرة

من هذه الفاكهة

مصطلح: فاكهة محفوظة Preserve

الفاكهة المحفوظة عبارة عن هلام فاكهة يحتوي على قطع كبيرة من الفاكهة أو ثمار فاكهة كاملة

مصطلحات يجب معرفتها

فاكهة ناضجة
زست "قشر الموالح"
لُب القشرة
غشاء
تقسيم ثمار الموالح إلى فصوص
زبيب سلطنة
زبيب
زبيب رومي
بكتين "مادة تتواجد في الفواكه"
هجين الفواكه
أصناف مولدة من الفواكه
ثمار حرة النواة
ثمار متلاحمة النواة
بابين "إنزيم يستخرج من البابايا"
غاز الإيثيلين
البروملين "إنزيم يحلل الجيلاتين"
معدل التنفس للفواكه
IQF "التجميد الفردي السريع"
تعريض الفواكه للإشعاع
تعريض الفواكه للأحماض
عصير
نكتار "العصير المحلي المخفف"
سيدر "عصير التفاح المخمر"
خلاصة/ مركز "معجون فاكهة أو معجون مركب من الفواكه"
مربي
جيلي
مرملاد "جيلي فواكه موالح"
فاكهة محفوظة

ملحق الوصفات

الوصفات التي تدخل فيها الفاكهة كمكون أساسي؛ من الشاتني، الجيلي، الموس والكيك إلى التورت، ستجدها في ملحق الوصفات .
وتوجد أنواع مختلفة من السكر تستخدم في إعداد أطباق الحلو.

السكر الأبيض: الاسم والأبعاد

الطول المدرج أدناه هو تقريبا أكبر قطر لبلورات وحبيبات السكر. و لسان الإنسان يحس بالحبيبات التي قطرها أكبر من 0.02مم بوصفها خشنة.

سكر حبيباته كبيرة: 1-2 مم

- سكر خشن
- رملي
- لؤلؤي

سكر المائدة المحبب التقليدي: 0.3-0.5مم

سكر حبيباته ناعمة: 0.1-0.3مم

- سكر فواكه
- سكر خاص للخبازين
- سكر ناعم
- سكر فائق النعومة

سكر بودرة 0.01 – 0.1مم

- سكر حلواني
- سكر بودرة
- سكر فوندان
- سكر تزيين حلوي

والسكر البني أكثر تعقيدا في المذاق عن الأبيض، ويستخدم غالبا في إعداد الشاتني. ويشيع استخدام أصناف السكر البني الفاتح؛ موسكوفادو وديميرارا، في الطهي في أوروبا وأمريكا.

صوص التفاح بعصير التفاح

سهل الصنع كما انه صوص جيد لتقديمه مع أطباق البط أو الديك الرومى

المكونات :

تكفى لعمل 450 جرام

تفاح	450 جرام
عصير تفاح حلو	150 جم
خل تفاح	2.5 جم
زبد	25 جرام
فص قرنفل	2
عدة أغصان من الزعتر الطازج	
عسل نحل صافى	15 جم
مسطرده ديجون	10 جم

طريقة الإعداد :

1. قم بتقسير التفاح ونزع قلبه وتقطيعه إلى شرائح . ضع الشرائح في إناء مع عصير التفاح وخل التفاح والزبد والقرنفل والزعتر. اترك الخليط على نار هادئة لمدة 10 دقائق أو حتى يصير التفاح لينا ومهترئ ،مع التقليب من وقت لآخر، ثم ارفع درجة الحرارة واترك الخليط يغلى حتى يتبخر معظم السائل.
2. انزع فصوص القرنفل وأغصان الزعتر واخفق الخليط فى العسل والمسطرده. يمكن إضافة المزيد من العسل حسب المذاق، لكن يفضل أن يكون الصوص لاذع قليلا.

ملحوظة :

يمكن تصفية الصوص باستخدام مصفاة إذا كنت تفضل الصوص ناعما جدا .

مربى الفراولة
المكونات :
تكفى لعمل 1.4 كيلو جرام

1 كيلو	فراولة صغيرة
900 جرام	سكر محبب
عصير 2 ليمون	

طريقة الإعداد :

1. ضع الفراولة والسكر على طبقات فى إناء كبير . ثم غطيها واتركها طوال الليل.
2. فى اليوم التالى ، ضع الفراولة وعصيرها فى مقلاة عميقة . أضف عصير الليمون واجعل الخليط يغلى بالتدريج على نار هادئة، مع التقليب حتى يذوب السكر .
3. إغلى بثبات من 10 إلى 15 دقيقة أو حتى تصل المربى لدرجة حرارة 105 على ترمومتر السكر. يمكن اختبارها بصب ملعقة صغيرة من المربى على طبق بارد. اتركها تبرد لمدة 3 دقائق، ثم اضغط المربى بأصبعك ، إذا ظهرت خطوط على السطح ، عندها تكون جاهزة. اترك المربى تبرد لمدة 10 دقائق.
4. تصب مربى الفراولة فى برطمانات معقمة دافئة، وتملى عن آخرها. يوضع الغطاء ويقفل بإحكام والمربى لا تزال ساخنة ، وعندما تبرد البرطمانات يمكن لصق الملصقات عليها. يمكن تخزين المربى فى مكان بارد وتظل محتفظة بصلاحياتها حتى عام كامل.

ملحوظة :

بعد غسل الفراولة تأكد من فرشها جافة على منشفة نظيفة حتى تجف تماما .

مربي المارملاد بالثلاث فواكه

يفضل تقديم المارملاد مع الإفطار ويصاحبها كرواسون دافئ أو سكونز " كيك "

المكونات :

تكفي لعمل 2.25 كيلو جرام

2	برتقال ، كبير
2	ليمون
1	ثمرة جريبفروت
1.75 كيلو جرام	ماء
1.5 كيلو جرام	سكر محبيب

طريقة الإعداد :

1. يتم غسل الفواكه ، وتقطيعها إلى أنصاف وعصرها . يصب العصير في إناء كبير. يجمع لب الفاكهة والنوى في قطعة شاش مربعة وتقل لتشكل كيس ويتم ربط عنقه بخيط. يربط الكيس على مقبض الإناء حتى يتدلى منه في العصير الحمضي.
2. تقطع قشور الفاكهة إلى شرائح " ويدجيز "رفيعة، وتغسل وتنزع كل الأغشية واللبن. وتقطع القشور إلى شظايا صغيرة، وتضاف إلى الإناء مع الماء . يترك الخليط على نار هادئة ويطهى ببطء لمدة ساعتين، حتى تصبح القشور ناعمة جدا وتتشرب الماء حتى نصفها. اختبر طراوة القشور بالضغط باصبعك على قطعة باردة.
3. يرفع كيس الشاش من الإناء مع الضغط عليه لاستخلاص العصير منه. يضاف السكر في الإناء مع استمرار الطهي على درجة هادئة، والتقليب من وقت لآخر حتى يذوب كل السكر.

4. ترفع درجة الحرارة ليغلي الخليط لمدة من 10 إلى 15 دقيقة، أو حتى تصل درجة حرارة المارملاد إلى 105 درجة مئوية.
5. يمكن اختبار المارملاد ، حسب الرغبة ، بصب كمية قليلة منه على طبق بارد. وتترك دقيقتين لتبرد ، ثم اضغط باصبعك عليها ، إذا تكونت خطوط على السطح، تكون حينئذ جاهزة. يرفع الخليط من على النار ويترك ليبرد لمدة 15 دقيقة .
6. يتم تقليب المارملاد ويصب في برطمانات معقمة دافئة. تغطي بأقراص ورقية عليها طبقة من الشمع. تلتصق الملصقات عليها وهي باردة. تحفظ البرطمانات في مكان بارد مظلم .

ملحوظة :

ان ترك المارملاد ليبرد فترة قليلا قبل وضعه في البرطمانات كفيلا لمنع الفاكهة من التركيز في أسفل البرطمانات. مع ملاحظة انه يجب تقليبه أولا قبل صبه في البرطمانات.

غير مسموح باستخدام البرتقال الحلو غير الحامض لانه يجعل المارملاد يبدو شائبا.

يتم فقط استخدام الفاكهة الحمضية غير المرشوشة بالمبيدات عند صنع المارملاد.

مارملاد التفاح والبصل الأحمر

يمكن أن تستخدم صلصلة المارملاد هذه بدلا من المسطردة فى ساندوتشات الهوت دوج واللحم البقرى .

المكونات :

تكفى لعمل 450 جرام

زيت زيتون بكر ممتاز	60 جم
بصل أحمر ،مقطع شرائح رفيعة	900 جرام
سكر	75 جرام
تفاح	2
خل تفاح	90 جم

طريقة الإعداد :

1. يسخن الزيت فى مقلاة كبيرة ثم يضاف البصل .
2. يضاف السكر وتبدأ عملية الطهى - بدون تغطية المقلاة - على نار متوسطة لمدة 40 دقيقة مع التقليب من وقت لآخر، أو حتى ينعم البصل ويكتسب اللون الذهبى .
3. يقشر التفاح وينزع القلب ويبشر . ثم يضاف إلى الإناء مع الخل واستمر فى الطهى ل 20 دقيقة أخرى حتى تصبح الصلصلة سميكة لزجة . تصب بعد ذلك فى برطمان معقم وتغطى.
4. عندما تبرد ، يمكن وضع المصقات وحفظه فى الثلاجة لمدة شهر واحد.

صلصة "شاتني" المانجو المكونات :

تكفي لعمل 450 جرام

3	مانجو خضراء متماسكة
150 جم	خل تفاح
130	سكر بني خفيف
1	ثمرة تشيلي جالابينو أحمر
قطعة 2.5 سم	ساق الزنجبيل ، مقشر ومقطع رفيع
1	فص ثوم ، مقطع قطع رفيعة
5	حبوب حبهان مطحونة
2.5 جرام	بنور كسيرة ، مطحونة
1	ورق لاورو
2.5 جرام	ملح

طريقة الإعداد :

1. تقشر ثمار المانجو وينزع النوى. تقطع المانجو شرائح بالطول، ثم تقطع هذه الشرائح إلى مكعبات صغيرة أو ويدجيز رفيعة .
2. ضع هذه الشرائح في إناء كبير ، ثم أضف الخل وغطئها . تطهى على نار هادئة لمدة 10 دقائق.
3. يضاف السكر البني إلى الشرائح مع التقليب، وأيضا التشيلي والزنجبيل والثوم وحبوب الحبهان والكسيرة. ثم يضاف ورق اللورو والملح. اترك الخليط يغلى على النار ببطء مع التقليب المستمر.
4. اخفض درجة الحرارة ويترك لينضج على نار هادئة، بدون غطاء، لمدة 30 دقيقة أو حتى يصبح قوام الخليط سميكاً وعلى هيئة سائل.
5. يغرف الخليط في برطمانات معقمة ساخنة ، وتغلق بإحكام . تحفظ لمدة اسبوع قبل الأكل. بعد فتحها تحفظ باردة .

ملحوظة :

تقدم صلصة المانجو عادة مع الكارى. ومع هذا يمكن أن تقدم أيضا الصلصة مع شرائح الروست التقليدية أو مع الجبن.

ريليش النيكتارين " نوع من الخوخ له مذاق حلو "

المكونات :

تكفى لعمل 450 جرام

زيت زيتون بكر ممتاز	45 جم
بصل أحمر	120 جم
تشيلي أخضر ، منزوع البذر ومقطع قطع رقيقة	1
روزماري ، مقطع قطع رقيقة	5 جرام
ورق لاورو	2
نيكتارين ، منزوع النواة ومقطع إلى جزل	450 جرام
زبيب	150 جرام
بذور كسيرة ، مطحونة	10 جرام
سكر بني خفيف	350 جرام
عنب أحمر أو خل نبيذ أحمر	200 جم

طريقة الإعداد :

1. يسخن زيت الزيتون في إناء كبير ، ثم يضاف البصل والتشيلي والروزماري وورق اللورو، مع التقليب المستمر لمدة 15 أو 20 دقيقة أو حتى ينعم البصل.
2. يضاف باقى المكونات ويترك الخليط ليغلى ببطء مع التقليب المستمر . تخفض درجة الحرارة ويترك على نار هادئة لمدة ساعة واحدة أو حتى يصير الخليط سميكاً لصقا مع التقليب من وقت لآخر.
3. يصب الخليط فى برطمانات معقمة ويقفل بإحكام. يترك ليبرد ثم يوضع فى الثلاجة. سيحتفظ النيكتارين بصلاحيته حتى خمسة أشهر.

صلصة كنتالوب وأناناس

المكونات :

تكفي لعمل 2 كيلو جرام

طماطم	180 جم
ثمرة أناناس	1.5 كجم
ثمرة كنتالوب	1.5 كجم
بصل أخضر ، مقطع شرائح	100 جرام
سيلانثرو طازجة ، مقطعة	100 جرام
جالابينو ، منزوع البذر ومفروم	2
عصير ليمون	45 جم
ثوم مقطع	1 فص (5 جرام)
ملح	10 جرام

طريقة الإعداد :

1. تقطع الطماطم إلى أنصاف وينزع منها البذر وتقطع مكعبات " جاردرينير " .
2. يقشر الأناناس وينزع قلبه ويقطع مكعبات " جاردرينير " .
3. يقشر الكنتالوب وينزع البذر ثم يقطع مكعبات " جاردرينير " .
4. تجمع كل المكونات مع بعضها وتبرد جيدا بوضعها في الثلاجة .

الكومكوات " مثل البرتقال الصغير " المسلوق كثير التوابل

يتواجد أحيانا الكومكوات فى مصر. يمكن تعبئته فى برطمانات وتقديمه كبيتى فور مع قهوة ما بعد العشاء. ان نكهته التى تجمع بين الحلو وكثرة التوابل تجعله من أطباق الحلو والأطباق الرئيسية معا.

المكونات :

تكفى لعمل 600 جم

كومكوات kumquat	450 جرام
سكر أبيض ناعم	115 جرام
ماء	150 جم
عود قرفة ، صغير	1
ينسون ستار	1

طريقة الإعداد :

1. يقطع الكومكوات إلى أنصاف وينزع النوى . ضع الفاكهة فى إناء مع السكر والماء والتوابل، على نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر.
2. ارفع درجة الحرارة ، قم بتغطية الإناء واترك المزيج يغلى من 8 إلى 10 دقائق، حتى يصبح الكومكوات لينا. يصب الكومكوات فى برطمانات دافئة معقمة وتقفل باحكام .
3. إذا رغبت فى تقديم الكومكوات السبايسى بعد صنعه مباشرة ، اترك المزيج يبرد. ثم زينه بأوراق أى فاكهة حمضية حسب الرغبة .

كباب الفواكه المشوية

المكونات :

تكفى لعمل 8 شيش

500 جم	ثمرة كنتالوب
250 جم	ثمرة شمام
500 جم	ثمرة أناناس
8	فراولة
60 جرام	سكر بني
10 جم	عصير ليمون بنزهير
3 جم	قرفة ، مطحونة

طريقة الإعداد - شوى

1. تنزع القشرة ويقطع الكنتالوب والشمام والأناناس إلى مكعبات حجم الواحدة 2.5 سم . تنزع رؤوس الفراولة وتترك الفراولة كاملة .
2. لصنع جليز السكر، يصب السكر مع عصير الليمون البنزهير والقرفة مع التقليب حتى يذوب السكر.
3. سخن الشواية ونظف أسياخها ككل.
4. انشر الفاكهة على أسياخ الكباب، محاولا وضع ألوان مختلفة للحصول على منظر جذاب.
5. تدهن الفاكهة بجليز السكر باستخدام فرشاة. توضع الأسياخ على الشواية وتشوى مع لف الأسياخ عدة مرات حتى يحمر لونها قليلا. تقدم على الفور.

ملحوظة :

يمكن تقديم كباب الفواكه المشوية كطبق مشهيات ، أو زينة للآيس كريم أو طبق جانبي مع أطباق اللحوم كالضانى.

سلطة الفواكه الاستوائية مع دريسنج الزبادى

المكونات :

تكفى لعمل 4 أطباق سلطة صغيرة

مانجو ، مقطعة مكعبات حجم الواحدة 1.2 سم	180 جرام
أناناس ، مقطع مكعبات حجم الواحدة 1.2 سم	180 جرام
قطع جريب فروت	160 جم
عصير أناناس وجريب فروت	60 جم
زبادى سادة	120 جم
عسل	30 جم
عصير ليمون بنزهير طازج	10 جم
أوراق خس Butterhead كبيرة ، منفصلة ونظيفة	4
كيوى ، مقشر ومقطع شرائح	1
سمسم أسود	5 جم

طريقة الإعداد :

1. اخلط المانجو والأناناس والجريب فروت مع عصير الأناناس والجريب فروت.
2. لصنع الدريسنج ، اخفق الزبادى مع العسل وعصير الليمون بنزهير .
3. اصنع زينة الطبق بتشكيل خطوط من الخس. رتب شرائح الكيوى وسلطة الفواكه فوق الخس.
4. يسكب الدريسنج فوق الفاكهة وتصنع الكسوة من حبوب السمسم الأسود.

كريم الكاسترد بالبرقوق

المكونات :

تكفى لعمل 6 كؤوس

برقوق أحمر، منزوع النواة ومقطع شرائح	675 جرام
قشرة مفرومة وعصير برتقالة واحدة	
سكر أبيض ناعم	50 جرام
بودرة كاسترد (فورية)	130 جرام
كريمة خفق (نسبة دسم 35 %)	300 جم
ماء	30 جم
جيلاتين بودرة	15 جرام
بياض بيض	1
شرائح برقوق وأغصان نعناع طازجة	للتزيين :

طريقة الإعداد :

1. ضع البرقوق فى إناء مع قشر البرتقال وعصير البرتقال. أضف السكر الناعم مع التقليب من وقت لآخر، حتى يذوب السكر. يطهى البرقوق لمدة 5 دقائق حتى يصبح ليّنا. يبرد قليلا، ثم يعالج كبوريه فى ماكينة مطبخ حتى ينعم. يصفى باستخدام مصفاة فى إناء ويترك جانبا ليبرد.
2. ضع الكاسترد فى إناء ، أضف نصف كمية الكريمة واللبن واتركهما يغليان. وفى أثناء ذلك، يصب الماء فى إناء من البيركس ، وانشر الجيلاتين من فوق. اتركه جانبا لمدة 5 دقائق حتى يتشرب الجيلاتين الماء. اخفق الجيلاتين المنقوع فى الكاسترد الساخن حتى يذوب. اترك الخليط يبرد.
3. أخفق الكريمة المتبقية حتى تصبح لينة القوام، ثم صبها على خليط الكاسترد. ثم اخفق بياض البيض فى إناء حتى يكون ناعما، ثم صبه على الكاسترد أيضا. اترك الخليط جانبا ، مع التقليب من وقت لآخر، حتى يتماسك قوامه.
4. بسرعة يصب عدة ملاعق من الكاسترد وبوريه البرقوق فى ست كؤوس طويلة للحلويات. يمزج الخليط مع بعض. يترك فى الثلاجة من ساعتين إلى ثلاث ساعات، أو حتى يتماسك الكاسترد. يزين كل كأس بشرائح البرقوق وأغصان النعناع الطازجة قبل التقديم مباشرة.

براونيز البلح وعين الجمل

المكونات:

تكفى لعمل 12 كيكة براونيز

350 جرام	شيكولاتة سادة ، مقسمة مربعات
225 جرام	زبد ، مكعبات
3	بيضات كبيرة
115 جرام	سكر أبيض ناعم
5 جم	روح فانيليا
75 جرام	دقيق سادة ، معالج بالمنخل
225 جرام	بلح طازج، مقشر ومنزوع النواة ومقطع
200 جرام	قطع عين جمل
للتزيين :	سكر بودرة

طريقة الإعداد :

1. يشغل الفرن على درجة حرارة 190 درجة مئوية. يدهن قالب سعة 30 X 20 بالزبد ثم يرص فيه ورق زبدة غير لاصق.
2. يتم وضع الشيكولاتة والزبد في وعاء كبير مقاوم للحرارة (من البيركس). ثم يتم وضع الوعاء في إناء ملئ بالماء الساخن ويترك فيه حتى يذوب كلا من الشيكولاتة والزبد. يقلبا جيدا حتى ينعما ثم يرفع الوعاء ويترك ليبرد قليلا.
3. اخفق البيض والسكر والفانيليا في وعاء منفصل باستخدام المضرب. يصب هذا على خليط الشيكولاتة ، ثم يصب الدقيق والبلح والعين جمل. بعد الخلط يصب كل هذا في القالب.
4. يترك القالب في الفرن من 30 إلى 40 دقيقة حتى يغلظ قوام الخليط وينفصل عن حواف القالب. يتم إخراج القالب من الفرن ويترك ليبرد ثم يقلب على طبق كبير وينزع ورق الزبدة، ويرش عليه السكر البودرة.

ملحوظة :

عند إذابة الشيكولاتة والزبد يجب الحفاظ على الماء في الإناء ساخنا لكن لا يجب أن يصل إلى نقطة الغليان. الشيكولاتة معروفة بحساسيتها للحرارة ، لذا فمن الضروري تجنب تعريضها للسخونة الشديدة حتى لا تتحول إلى كتلة لا يمكن التحكم بها.

وصفات من حلوي الفواكه Recipes Fruit Dessert

سلطة الفواكه (Fruit Salad) هو طبق يتكون من أنواع مختلفة من الفاكهة الموسمية، تقدم في بعض الأحيان في سائل سواء في العصائر الخاصة بهم أو في شراب، وطريقة التحضير يتم غسل الفواكه جيداً ثم تقطع إلى قطع متوسطة الحجم، تقدم سلطة الفواكه كمقبلات، سلطة جانبية أو حلوى.

سلطة الفواكه بالزبادي Fruit Yogurt Salad المكونات:

فراولة	180 جم
تفاح	180 جم
موز	160 جم
مانجو	1 ثمرة
أفوكادو	1 ثمرة
كيوي	1 ثمرة
توت	160 جم
برتقال	2 ثمرة
عنب أخضر	160 جم
عنب أحمر	160 جم
عصير برتقال	60 جم
عصير ليمون	2 ملعقة كبيرة
زبادي	120 جم
عسل	30 جم

طريقة الإعداد:

1. أغسل جميع الفواكه السابقة جيداً ثم نقوم بتقطيع جميع الفواكه إلى قطع متوسطة الحجم.
2. اخفق الزبادي مع العسل وعصير الليمون.
3. ضع السلاط في كأس التقديم وصب عصير البرتقال (يمكن أن تخلط أو ترص كل نوع مع مراعاة تنسيق ألوان الفاكهة) ثم صب مزيج الزبادي (درينج الزبادي) وتوضع في الثلاجة.

فطائر التفاح المقلية Apple Fritters

المكونات:

عدد 3	بيض
1/2 كوب	لبن
1 كوب	دقيق
1ملعقة صغيرة	بيكينج باودر
1ملعقة صغيرة	ملح
6 ملاعق كبيرة	سكر
عدد 5	تفاح، يقشر ويقوّر ويقطع إلى حلقات
1 ملعقة كبيرة	سكر بودرة
1 ملعقة كبيرة	مسحوق قرفة

طريقة الإعداد:

1. يتم نخل الدقيق و بيكينج باودر والملح والقرفة معا.
2. اضع اللبن والبيض حتى تحصل على عجين ناعم ويترك جانبا.
3. تغمس حلقات التفاح في خليط الحليب وتوضع جانبا.
4. في مقلاة عميقة، سخن الزيت الغزير، توضع حبات التفاح وتقلّى حتى يصبح لونها ذهبياً.
5. تخرج حلقات التفاح من الزيت، توضع على ورق المطبخ ثم يرش عليها السكر، القرفة.

حلوى الخوخ بالآيس كريم Sweet Peach Ice Cream

المكونات:

2 ثمرة	خوخ (أنصاف)
1ملعقة كبيرة	زبدة
2 ملعقة كبيرة	عسل
1 كوب	ماء
1 ملعقة كبيرة	نشأ
للزينة:	
آيس كريم	
شرائح اللوز المحمص	

طريقة الإعداد:

1. يشوح الخوخ مع الزبدة، من كلا الجانبين.
 2. يضاف العسل ليتكرمل مع الخوخ.
 3. تذوب النشا مع الماء، ثم تضاف للخليط ويقرب جيداً، ليتكون صوص سميك وتترك لتغلي غلوة واحدة.
 4. يرفع الخليط من على النار، ويقدم في كأس التقديم، ثم تزين بالآيس كريم واللوز المحمص.
- ويصب الصوص على الآيس كريم، يقدم بارداً أو ساخناً.

ملحوظة:

يمكن شوي الخوخ في الفرن بدلاً من تشويحه في الزبدة.
يمكن زيادة قليل من الماء حسب سماكة الصوص المطلوبة.

بافلوا Pavlova المكونات:

المارنج:	
عدد 3	بياض بيض
90 جم	سكر
90 جم	سكر بودرة منخول
الكريمة:	
300 ملل	كريمة ثقيلة
الفواكه:	
300 جم	فراولة، مقطعة إلى شرائح
1 ملعقة كبيرة	سكر

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن إلى درجة حرارة 150 م.
2. المارنج: يُخفق بياض البيض في وعاء نظيف بواسطة الخلاط الكهربائي.
3. بمجرد أن يصبح الخليط هشاً، يُرش السكر أثناء الخفق باستمرار حتى يصبح هشاً متماسكاً.
4. يضاف السكر البودرة ويُستكمل الخفق حتى يصبح هشاً لمدة 8 دقائق تقريباً.
5. يُنقل الخليط بواسطة ملعقة إلى صينية خبز مبطنه بورق الخبز ويُشكل على شكل قرص.

6. يُخبز في الفرن لمدة نصف ساعة، ثم تُخفض درجة الحرارة إلى درجة حرارة 120 م° ويُطهى لمدة ساعة إضافية، يُطفى الفرن وتُترك البافلوا داخل الفرن حتى تبرد برفق لمدة 6 ساعات. في تلك الأثناء، تطرى البافلوا من المنتصف وتظل مقرمشة من الخارج.
7. تُجهز الكريمة بخفق الكريمة الباردة حتى تصل إلى قوام الفيونكة.
8. يجب رش الفراولة بالسكر ووضعها جانباً حتى تخرج منها السوائل.
9. تُنقل البافلوا إلى طبق تقديم، تُفرد الكريمة على الوجه، وتُترك الحواف مكشوفة بدون كريمة، توزع الفراولة على الوجه.

قوارب الموز مع الأيس كريم Banana Split المكونات:

عدد 4	موز
1 بولة	آيس كريم فراولة
1 بولة	آيس كريم فانيليا
1 بولة	آيس كريم شوكولاته
1/2 كوب	صوص شوكولاته
1/2 كوب	كريمة خفق
للتزيين:	
بندق مجروش	
فستق مجروش	

طريقة الإعداد:

- 1- نقشر الموز ونقطعه الى قسمين ونضع كل موزة في طبق
- 2- نضع كرة من ثلاث كرات من الأيس كريم بالنكهات المختلفة بداخل الموز.
- 3- نزينه بالكريمة ونصب صوص الشوكولاته ونرش البندق والفستق وتصبح جاهزة للتقديم.

البان كيك بالعسل والفراولة Strawberry Pancakes with Honey المكونات:

6 ملاعق	زبدة مذابة
2 1/4 كوب	دقيق
3/4 كوب	سكر
1/4 ملعقة صغيرة	بيكنج بودر
1/2 ملعقة صغيرة	صودا الخبيز
1/4 ملعقة صغيرة	ملح
عدد 2	بيض كبير
2 كوب	لبن
2 جم	فانيليا
250 جم	فراولة، شرائح
4 ملاعق كبيرة	عسل

طريقة الإعداد:

1. في وعاء كبير أخلط الدقيق والسكر وبيكنج بودر وصودا الخبيز والملح حتى تمتزج جيدا.
2. في وعاء آخر أخفق البيض واللبن والفانيليا حتى تمتزج جيدا ثم أخفق مع الزبدة المذابة.
3. أخلط بلطف مزيج البيض مع مزيج الدقيق حتى يتكون تتماسك المكونات.
4. سخن المقلاة على نار متوسطة وتدهن بالزبدة يسكب كمية من الخليط ويحرك بشكل دائري حتى تحمر ثم يقلب على الوجه الآخر حتى تحمر أيضا.
5. ترص فطائر البان كيك فوق بعض ثم يوضع من على السطح شرائح الفراولة ويصب فوقها العسل وتقدم.

شرائح الأناناس المشوية Grilled Pineapple Slices المكونات:

عدد 1	أناناس طازج مقشر ومقطع حلقات
1 كوب	لبن جوز الهند
1/2 كوب	سكر
50 جم	قرفة

طريقة الإعداد:

1. سخن الشواية درجة حرارة متوسطة وتدهن بقليل من الزيت.
2. ضع لبن جوز الهند والسكر والقرفة في أطباق منفصلة.
3. ضع شرائح الأناناس في لبن جوز الهند ثم في السكر ثم في القرفة.
4. قم بشواء شرائح الأناناس لمدة 6 دقائق لكل جانب وتقدم.

كيك الليمون الطازج "بانديت" Fresh Lemon Bundt Cake المكونات:

1 كوب	زبدة مرنة
2 كوب	دقيق
2 كوب	سكر
1/2 ملعقة صغيرة	بيكنج بودر
1/4 كوب	عصير ليمون طازج
1	زست (قشر) ليمونة كبيرة
عدد 5	بيض كبير
2 ملعقة كبيرة	لبن
2 ملعقة كبيرة	سكر ناعم

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن درجة حرارة 165°م.
2. أدهن قالب كيك الأنبوبة بقليل من الزيت.
3. أخفق بلطف في الخلاط الكهربائي الزبدة والسكر يجب ألا تلون.
4. أضف البيض واحدة تلو الأخرى بالتناوب مع الدقيق المخلوط بمسحوق بيكنج بودر.
5. أضف الخليط السابق إلى مزيج الزبدة.
6. أضف عصير الليمون مع التقليب الجيد للخليط.
7. تخبز في الفرن لمدة 45 – 55 دقيقة.
8. في وعاء على نار متوسطة أمزج 2 ملعقة سكر بودرة مع اللبن مع التحريك حتى يتماسك جيدا.
9. صب رذاذ من مزيج السكر واللبن فوق الكعك وتترك 15 دقيقة قبل التقديم.

كيك البرتقال Orange Cake المكونات:

زيت ذرة	3/4 كوب
دقيق	2 كوب
سكر	1 كوب
بيكنج بودر	2 ملعقة صغيرة
عصير برتقال طازج	1 كوب
زست (قشر) برتقال كبيرة	2 عدد
بيض كبير	4 عدد
فانيليا	1 ملعقة صغيرة

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن درجة حرارة 180 م°.
2. يخلط البيض مع السكر والفانيليا جيداً حتى نحصل على خليط متجانس فاتح اللون.
3. ثم نضيف قشور البرتقال مع الزيت النباتي وعصير البرتقال.
4. تخلط المكونات معاً بشكل جيد حتى نحصل على خليط متجانس تماماً.
5. ينخل الدقيق جيداً مع البكينج بودر ثم يضاف للخليط.
6. تخلط المكونات جيداً حتى نحصل على خليط انسيابي ذو قوام كثيف.
7. يجهز قالب الكيك الأنبوبي مع دهنة بالقليل من الزبدة أو باستخدام ورق الزبدة.
- 8- يخبز الكيك في الفرن لمدة 30 دقيقة.

بارفيه الفواكه Fruity Parfaits

المكونات:

فراولة	1/4 كوب
موز، مقشر ومقطع حلقات	2 عدد
مانجو، مقشرة ومقطعة مكعبات	1 ثمرة
زبادي	2 كوب
عسل	3 ملاعق كبيرة
بسكويت مطحون	1/4 كوب
لوز شرائح محمص	50 جم
كاجو محمص	50 جم
فستق سليم	50 جم

طريقة الإعداد:

1. ضع في قاع كأس التقديم البسكويت المطحون.
2. ثم ضع مكعبات المانجو ثم طبقة من الزبادي وصب قليل من العسل.
3. ضع شرائح الموز ثم طبقة من الزبادي وصب العسل.
4. ضع الفراولة ثم طبقة من الزبادي وصب العسل.
5. يزين الكأس بشرائح اللوز والفسق و ورق نعناع.

التفاح المخبوز المحشو بالتمر والقرفة

Baked Apples Stuffed With Dates And Cinnamon

المكونات:

تمر مفروم	1/2 كوب
زيت زيتون	رذاذ
سكر بني	2 ملعقة كبيرة
صنوبر محمص خفيف	2 ملعقة كبيرة
قشر ليمون مبشور ناعما	1 ملعقة صغيرة
قرفة ناعمة	1/2 ملعقة صغيرة
زبدة	2 ملعقة صغيرة
تفاح أخضر، مقور	عدد 4
عصير تفاح	1كوب
للتقديم: آيس كريم فانيليا	

طريقة الإعداد:

1. ينقع التمر في قليل من الماء لمدة ساعتان ويترك جانبا..
2. سخن الفرن درجة حرارة 180 م.
3. في وعاء ضع كل من الصنوبر والبلح والسكر البني والزبدة ويترك على نار درجة حرارة متوسطة لمدة 5 دقائق.
4. رش صاج الخبز بزيت الزيتون.
5. اقطع قاعدة التفاح ثم اقطع من منتصف التفاح لتصبح قطعتان.
6. ضع حشو التمر في التفاح ثم صب عصير التفاح.
7. يغطى التفاح بالورق الحراري ويخبز في الفرن لمدة 40 دقيقة او حتى يصبح التفاح طرياً.
8. يقدم التفاح مع آيس كريم فانيليا.

فطيرة التفاح Apple Pie المكونات:

مقادير العجينة:	
دقيق	300 جم
زبدة	150 جم
سكر	50 جم
صفار بيض	عدد 4
ملح	¼ ملعقة صغيرة
الحشو:	
تفاح مقشر ومقطع شرائح	5
عصير ليمون	عدد 1
سكر بني	75 جم
سكر ابيض	2 ملعقة كبيرة
قرفة ناعمة	2 ملعقة

طريقة الإعداد:

1. العجينة: قم بعمل حفرة في وسط الدقيق ثم اضع 2 صفار بيض والسكر ورشة ملح مع الخلط ثم اضع قطع الزبدة المرنة وملعقة ماء وقم بالعجن الجيد حتى تمتزج المكونات.
2. اذا بدا العجين يجف قم برش قليل من الماء مع الاستمرار في العجن، ثم رش قليل من الدقيق فوق المائدة ثم ابدأ بخلط العجين بدفعها بعيداً عند بعقب يديك.
3. ضع العجين في الثلاجة مدة 30 دقيقة.
4. قسم العجين إلى قسمين ثم رقق أحد القسمين فوق سطح مرشوش بالدقيق.
5. مدد العجين في قالب التارت بعناية حتى يغطي القالب واتركه يزيد 6 مم عن الطرف الخارجي لقالب التارت.
6. رقق الجزء الثاني من العجين ليغطي بها العجين ويترك جانبا.
7. الحشو: أغسل وجفف التفاح ثم يقشر وآنزع قلب التفاح ويقطع شرائح بسمك 6 مم ويوضع في ماء مغمور مع إضافة عصير الليمون ثم يصفى.
8. رتب شرائح التفاح فوق العجين بالقالب ثم أنثر القرفة الناعمة والسكر البني.
9. بلل أطراف العجينة بالماء البارد ثم أرفع عجينة الغطاء بحذر وضعها فوق شرائح التفاح ولا تشد العجين ثم أضغط من الأطراف بهدوء.
10. أدهن سطح العجينة بقليل من الماء واحفر ثقب في الوسط لخروج البخار.
11. أجمع زوائد العجينة وقطعا على شكل اوراق ثم ضعها فوق الفطيرة ورشها بقليل من السكر الناعم.
12. أخبز التارت في الفرن درجة حرارة 220 م لمدة 20 دقيقة حتى ينضج الحشو وتحمر العجينة وتقدم.

فطيرة مارنج الليمون Lemon Meringue Pie المكونات:

مقدار	من عجينة فطيرة التفاح السابقة
1 كوب	سكر أبيض
2 ملعقة كبيرة	دقيق
3 ملاعق	دقيق ذرة
1/4 ملعقة صغيرة	ملح
2 واحدة	عصير ليمون مع قشر الليمون
2 ملعقة كبيرة	زبدة
1 1/2 كوب	ماء
عدد 4	صفار بيض مخفوق
المارنج:	
عدد 4	بياض بيض
6 ملاعق كبيرة	سكر أبيض

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن درجة حرارة 350 م .
2. الحشو: ضع اناء على النار اخفق 1/2 كوب السكر والدقيق ودقيق الذرة والملح مع الماء واطفء عصير الليمون وقشر الليمون.
3. يطهى على نار متوسطة مع التحريك المستمر حتى يغلي ثم اطفء الزبدة.
4. في وعاء صغير أخفق صفار البيض مع نصف كمية خليط السكر الساخن السابق مع التحريك المستمر ثم اطفء باقي كمية خليط السكر حتى يصبح سميكاً.
5. افرد العجينة في قالب التارت ثم أبسط الخليط فوق العجينة .
6. المارنج: أخفق بياض البيض جيداً مضرب البيض الكهربائي ثم اطفء السكر تدريجياً حتى يتماسك جيداً.
7. أنشر المارنج فوق الفطيرة مع غلق حواف العجينة.
8. تخبز في الفرن لمدة 15 دقيقة حتى يصبح لون المارنج بنياً ذهبياً.

كريب الشوكولاتة Crêpe Chocolate المكونات:

دقيق	1/2 كوب
بورد الكاكاو	2 ملعقة كبيرة
لبن	3/4 كوب
بيض	عدد 2
موز	2 واحدة
زبدة	2 ملعقة كبيرة
سكر بني	3 ملاعق كبيرة
للتزيين:	
	فرولة
	شراب شوكلاه

طريقة الإعداد:

1. يُنخل الدقيق وبورد الكاكاو معًا في وعاء كبير الحجم، وتُعمل فتحة في منتصف الخليط. يُخفق الحليب والبيض معًا في وعاء، ثم يُضاف خليط الحليب إلى خليط الدقيق مع الخفق باستمرار حتى يصبح الخليط ناعمًا. يُغطى العجين ببلاستيك التغليف ويوضع في الثلاجة لمدة 20 دقيقة ليرتاح.
2. تُسخن مقلاة الكريب أو مقلاة غير لاصقة على نار متوسطة الحرارة، وتُدهن بالقليل من الزيت. تُضاف 2 ملعقة طعام من العجين وتُميل المقلاة في حركة دائرية لتحريك العجين لتغطية القاعدة.
3. يُطهى العجين لمدة دقيقتين على كل جانب، وتُكرر العملية.
4. تُذاب الزبدة ويُضاف السكر ويُقلب حتى يذوب، ثم يُضاف الموز ويُقلب حتى يتغلف.
5. يُقدم الكريب مع الموز.
5. يزين الكريب بالفراولة وشراب الشوكولاته أو (كريم شانتي - آيس كريم فانيليا).

المارنج Meringue

يشير المارنج إلى مزيج كلاسيكي من بياض البيض المخفوق مع السكر، وأيضا إلى حلوى مسكرة أو كيكة مخبوزة من هذا المزيج. وتعتمد صلابة أو ليونة القوام على نسبة السكر إلى بياض البيض.

المارنج الطري Soft Meringue

نسبة السكر منخفضة مقارنة بنسبة بياض البيض تؤدي إلى إنتاج مارنج طري، يمكن أن يمزج مع أصناف الموس أو كريمة بافاريا لجعلها خفيفة، أو يمكن استخدامه في الكيك الإسفنجي أو السوفيليه. والمارنج الذي يحتوي على كمية صغيرة من السكر يكون دوما طريا غير مقرمش مهما كانت الكيفية التي سيستخدم بها.

المارنج الجامد Hard Meringue

يصنع المارنج الجامد من بياض البيض وكمية من السكر تعادله من حيث الوزن أو أكثر منه. ويمكن أن يمزج المارنج الجامد في كريمة الزبد أو كريمة الحلواني. ويمكن أن يستخدم كزينة علوية "توبينج" على فطيرة أو حلوى الأسكا المخبوزة. وهذا التوبينج يوضع عادة لفترة قصيرة تحت نيران شواية لافحة لكرملة السكر وإبداع سطح جذاب بلونه البني. والمارنج الجامد الذي تصل فيه كمية السكر إلى ضعف كمية بياض البيض أو أكثر، يمكن أن يثبت إلى أقراص أو أشكال أخرى ويجفف في الفرن. والفرن ذي درجة الحرارة المنخفضة يبخر رطوبة البيض ويرفع العجين ويؤدي إلى أن تكون بنية المنتج النهائي مقرمشة سكرية المذاق شبيهة بشمع العسل. ويمكن أن تستخدم أقراص المارنج المخبوز كطبقات في تورتة أو كيكة. وأقداح أو قشور المارنج المخبوز يمكن أن تحشى بالكريمة أو الموس أو الأيس كريم أو الفاكهة. وغالبا، يحتوي المارنج المخبوز على مكسرات مطحونة أو مسحوق كاكاو أو غير ذلك من المنكهات.

صنع المارنج

هناك ثلاث طرق لصنع المارنج: العادية والسويسرية والإيطالية. وبصرف النظر عن أي من الطرق الثلاث يتم استخدامها، فإن المنتج النهائي يجب أن يكون ناعما ولامعا ورطبا. ويجب ألا يكون المارنج جافا أو شبيه بالإسفننج.

المارنج العادي Common Meringue

يصنع المارنج العادي بخفق بياض البيض أولاً بحيث تتكون رغوة ذات قمم طرية. ثم يضاف السكر المبلور ببطء ويخفق أو يمزج مع بياض البيض. وقد يكون المنتج النهائي صلباً أو طرياً حسب نسبة السكر إلى بياض البيض.

المارنج السويسري Swiss Meringue

يصنع المارنج السويسري بجمع بياض البيض غير المخفوق مع السكر وتدفئة المزيج على حمام مائي ساخن إلى درجة حرارة 38°م تقريباً حتى يذوب السكر. ثم يخفق المحلول الذي يشبه الشراب حتى يبرد حتى تتكون رغوة قصفة. وقد يكون المنتج النهائي صلباً أو طرياً حسب نسبة السكر إلى بياض البيض. ويتميز المارنج السويسري بأنه ثابت مستقر للغاية ولكنه صعب الإعداد نوعاً. وإذا بولغ في تسخين المزيج، فلن يتم خفقه بشكل صحيح؛ وسيكون المنتج النهائي مائعاً شبيه بالشراب.

ويستخدم المارنج السويسري غالباً كزينة علوية "توبينج" أو في كريمة الزبد.

المارنج الإيطالي Italian Meringue

يصنع المارنج الإيطالي بصب شراب السكر الساخن ببطء على بياض البيض المخفوق. وتقوم حرارة شراب السكر بطهي بياض البيض، لتجعل المزيج ثابتاً مستقراً. ويجب التأكد من وصول شراب السكر إلى درجة الحرارة الصحيحة، تقريباً 116°م عندما يصل إلى مرحلة النقاط الكروية الطرية، وأنه يضاف إلى بياض البيض في صورة تيار منتظم بطيء.

ويستخدم المارنج الإيطالي في كريمة الزبد أو يمزج في كريمة الحلواني لإنتاج كريم شيبوس Crème Chiboust. ويمكن أن تضاف إليه بعض النكهات ويستخدم كحشو كيكة وفروستينج يطلق عليه الأيسينج المغلي Boiled Icing.

ملحوظة عند إعداد المارنج

يوصى باستخدام منتجات البيض المبستر عند إعداد أي صنف مارنج لن يتم خبيزه وإنضاجه بدرجة كاملة قبل التقديم.

مارنج إيطالي Italian Meringue

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 1.2 كجم

سكر مبلور	840 جم
ماء	حسب ما يلزم
بياض بيض، في درجة حرارة الغرفة	420 جم

طريقة الإعداد:

1. يوضع 540 جم من السكر في إناء ثقيل وتضاف كمية مناسبة من الماء تكفي لترطيب السكر تماما. يغمس ترمومتر حلويات في الإناء ويتم التسخين على نار شديدة حتى غليان السكر.
2. يوضع بياض البيض في صحن عجّان كهربائي مزود بوصلة الخفق. وعندما تقترب درجة حرارة السكر المغلي من درجة حرارة 104 م، يتم البدء في خفق بياض البيض. وعندما تتكون رغوة ذات قمم طرية، تضاف كمية السكر المتبقية (300 جم) بالتدريج. يتم خفض سرعة العجان وتتم مواصلة الخفق.
3. عندما يصل السكر إلى مرحلة النقاط الكروية الطرية في درجة حرارة 116 م، يصب في صورة تيار منتظم بطيء في المنطقة الواقعة بين جدار الصحن ووصلة الخفق. وعندما يكتمل امتزاج السكر، يستمر الخفق لدقيقة واحدة إضافية في سرعة عالية، ثم تخفض السرعة إلى متوسطة ويستمر الخفق حتى يبرد المارنج.

الخلاصة

الفواكه، سواء كانت طازجة، مجمّدة، معلّبة أو مجففة، هي من أكثر الأغذية المحبوبة متعددة الاستعمالات. فيمكن استخدام الفواكه غير مطهية أو يمكن أن تدخل ضمن مكونات حساء، سلطة، خبز، طبق لحوم أو طبق حلوى. وعند انتقاء الفواكه الطازجة لإدراجها في قوائم الطعام، فمن المهم مراعاة توافرها في الأسواق حسب مواسم نضجها وظروف تخزينها واكتمال نضجها، إذ يجب أن تكون الفاكهة في أوج موسم نضجها للحصول على أفضل مذاق وقوام ورائحة ومظهر لها.

المكاييل والأوزان والمعايير

المكاييل والأوزان و المقاييس ووحداتهم من الوحدات المعروفة لدينا في مصر ونحتاج دائما بطبيعة الحال تغيير بعض الوحدات الغير معروفة أو الغير مألوفة إلى وحدات مألوفة.



ميزان ديجيتال عالي الدقة



معيار بيركس واكواب وملاعق مقاييس استانلس



ملاعق ميزان الكتروني رقمي



ميزان حساس

أوزان ومقاييس مختلفة

454 جم	الباوند أو الرطل
240 جم	كوب لبن سائل
225 جم	كوب دهن عدا الزبدة
200 جم	كوب زبدة
450 جم	كوب عسل
80 جم	كوب جوز هند مبشور
150 جم	كوب زبيب
125 جم	كوب فستق
2 ملعقة صغيرة	بشر ليمونه كبيره
4 ملاعق صغيرة	بشر برتقاله كبيرة
5 جم	ملعقة صغيرة سكر
10 جم	ملعقة ملح صغيرة
أقل من 8/1 ملعقة صغيرة	ذرة أو رشة أي من الخامات الجافة

أوزان المواد السائلة والجافة من الجرام والملليتر الى كوب

◀ المواد السائلة:

60 ملل	1/4 كوب	20 أونصة (oz)
150 ملل	3/2 كوب	50 أونصة (oz)
200 ملل	3/4 كوب	70 أونصة (oz)
300 ملل	1 1/3 كوب	100 أونصة (oz)
450 ملل	2 كوب	150 أونصة (oz)
600 ملل	2 1/2 كوب	200 أونصة (oz)

◀ المواد الجافة:

15 جم	ملعقتان طعام	1/2 (oz)
30 جم	3 ملاعق طعام + ملعقة صغيرة	10 (oz)
56 جم	ثلث كوب + ملعقة كبيرة	20 (oz)
85 جم	نصف كوب + 2 ملعقة كبيرة	30 (oz)
115 جم	ثلاثة ارباع الكوب + ملعقة كبيرة + ملعقة صغيرة	40 (oz)
125 جم	كوب + 2 ملعقة كبيرة	50 (oz)
175 جم	كوب وثلث الكوب	60 (oz)
200 جم	كوب ونصف الكوب	70 (oz)
225 جم	كوبين + ملعقة صغيرة	80 (oz)
285 جم	كوبين وثلث الكوب + 2 ملعقة كبيرة	100 (oz)
315 جم	كوبين ونصف الكوب	115 (oz)
340 جم	كوبين ونصف + 3 ملاعق كبيرة	120 (oz)
370 جم	ثلاثة اكواب + ملعقة كبيرة	130 (oz)
395 جم	ثلاثة اكواب وثلث الكوب + ملعقة كبيرة	140 (oz)
425 جم	ثلاثة اكواب ونصف الكوب	150 (oz)
450 جم	ثلاثة اكواب وثلثة ارباع الكوب	160 (oz)

شرح الجرام والملل كم يعادل بالكوب والملعقة

المقاييس بالجرام:

225 جم	1 كوب سكر
225 جم	1 2/1 كوب سكر ناعم
120 جم	1 كوب دقيق
225 جم	1 كوب زبد
150 جم	كوب سكر بودره
5 جم	ملعقة شاي
15 جم	ملعقة طعام

المقاييس بالمليلتر:

5 مل	ملعقة شاي
15 مل	ملعقة طعام
240 مل	1 كوب
120 مل	1/2 كوب
60 مل	1/4 كوب
30 مل	1/8 كوب
80 مل	1/3 كوب

معدلات حرارة الفرن

فهرنهايت (F°)	منوية (م°)	درجة الحرارة
F° 250 – 225	م° 120 - م° 110	منخفض جدا
F° 250 – 275	م° 150 - م° 140	منخفض
F° 350 – 325	م° 180 - م° 160	معتدل
F° 400 – 375	م° 200 - م° 190	فوق المعتدل
F° 450 – 425	م° 230 - م° 220	حار
F° 500 – 475	م° 240	حار جدا

أسئلة الباب الأول

في ضوء دراستك للباب الأول أجب عن الأسئلة التالية:

1. ما هي القيمة الغذائية للفواكه؟

2. تكلم عما يأتي:

تجفيف الفواكه – طريقة خبز الفواكه

3. اذكر المكونات فقط لكل من:

كيك البرتقال - البان كيك بالعسل والفاولة

4. اشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :

- بافلوفا

- شرائح الأناناس المشوية

- بارفيه الفواكه

- كيك الليمون الطازج

الباب الثاني

إعداد أصناف الكاسترد والكريمة وصوصات الحلوى

الأهداف:

بدراسة هذا الباب يتمكن الدارس من أن:

- ◀ أن يتعرف على اسس وتجهيز مختلف أنواع الكاسترد والكريمة.
- ◀ يعد نماذج من صوصات الحلوى.
- ◀ يتمكن من الاتصال الفعال مع الزملاء.
- ◀ يستخدم التقنيات الحديثة في مجال قسم الحلوى.
- ◀ يحسب الخامات اللازمة لإعداد الأطباق المختلفة.
- ◀ يعد نماذج من الكاسترد والكريمة.
- ◀ يمارس العمل الجماعي بالمطبخ.

أصناف الكاسترد والكريمة وصوصات الحلوى

لا يقتصر نشاط المخبز فحسب على إعداد المخبوزات السريعة وأصناف الخبز المخمر والفطائر والحلويات والبسكويت " الكوكيز " والكيك، بل إنه ينتج أيضا العديد من أصناف الحلوى اللذيذة المبهجة التي لا تخبز ولا تطهى في غالب الأمر.

وتتضمن هذه الأصناف ما يلي:

1. أصناف الكاسترد الحلو
2. أصناف الكريمة
3. أصناف الحلوى المثلجة
4. صوصات الحلوى

أصناف الكاسترد الحلو Sweet Custards

الكاسترد الحلو هو مزيج يتم طاهيه من البيض والسكر واللبن؛ وقد يضاف الدقيق أو نشا الذرة. ويمكن إضافة نكهات إلى أصناف الكاسترد الحلو بتشكيلة متنوعة من الطرق، وهي تؤكل ساخنة أو باردة. وبعضها يتم تقديمه بمفرده كحلوى أو يستخدم كحشو أو صنف مصاحب للفطائر الحلوة أو الحلويات أو الكيك.

أصناف الكريمة Creams

وتتضمن الكريمة المخفوقة وأصناف أخرى يتم تخفيفها بالكريمة المخفوقة مثل أصناف كريمة بافاريا والشيفون والموس.

صوصات الحلوى Dessert Sauces

صوصات الحلوى، التي تتضمن بوريه الفواكه وصوصات الكراميل وشراب الشوكولاتة المحلى، يتم صنعها أيضا في المخبز وسيتم تناولها في هذه الدورة.

وفي الحقيقة، كثير من الأصناف التي سيتم تناولها في هذا الباب هي عناصر مكتملة، بمعنى أنها تجمع مع الحلويات أو الكيك لتكون حلويات كاملة. وسيتم تقديم مجموعة من التوجيهات والإرشادات التي تراعى عند تجميع الحلوى، في نهاية هذه الباب.

أصناف الكسترد Custards

الكسترد هو أي سائل يتم تغليظ قوامه من خلال تخثر بروتينات البيض. وتتوقف درجة تماسك ولزوجة الكسترد على نسبة البيض إلى السائل؛ سواء كان بيض كامل أو صفار بيض فقط، ونوع السائل المستخدم. فكلما زادت نسبة البيض، كلما غلظ قوام الكسترد وصار أكثر ثراءً. وكلما كان السائل دسما (كأن تستخدم الكريمة مثلا بدلا من اللبن)، كلما غلظ الكسترد وزاد تماسكا. ومعظم أصناف الكسترد، باستثناء كريمة الحلواني، لا يتم تغليظ قوامها باستخدام النشا.

الفرق بين أصناف الكسترد المصنوعة بالتقليب وتلك المصنوعة بالخبيز
يميل الكسترد المصنوع بالتقليب لأن يكون ناعما غنيا كريمي القوام، أما الكسترد المصنوع بالخبيز والذي يتم إعداده بصورة نمطية في حمام مائي ساخن فيكون عادة متماسكا بدرجة كافية بحيث يمكن إخراجه من القالب وتقطيعه إلى شرائح.

أصناف الكسترد المصنوعة بالتقليب Stirred Custards

الكسترد المصنوع بالتقليب يطهى على شعلة الموقد العلوية، سواء مباشرة في إناء صغير أو في غلاية مزدوجة، ويجب تقلبيه طوال عملية الطهي لمنع التخثر نتيجة الطهي الزائد. والكسترد المصنوع بالتقليب، يمكن أن يستخدم كصوص حلوى، أو يدمج في حلوى مركبة أو يؤكل بمفرده. وأكثر أصناف الكسترد المصنوعة بالتقليب شيوعا في الاستخدام في منشآت الخدمة الغذائية هي صوص كسترد الفانيليا وكريمة الحلواني. ومن الأصناف الأخرى الشائعة رايب الليمون lemon curd والسابايون "زابليونية" sabayon.

صوص كسترد الفانيليا

ويطلق عليه بالفرنسية (الكريمة الإنجليزية crême anglaise)، وهو يصنع مع صفار البيض والسكر واللبن أو الكريمة، وهو ينكّه عادة مع حبوب الفانيليا أو خلاصة الفانيليا النقية، ولكن يمكن أن ينكّه أيضا مع الليكير أو الشوكولاتة أو المكسرات المطحونة أو خلاصاتها.

ويتم إعداد صوص الكسترد على شعلة الموقد العلوية على حرارة مباشرة في إناء من مادة غير متفاعلة (إذا لم يكن هذا الإناء متوفرا، يتم طهي الصوص في صحن ستانلس ستيل يوضع في حمام مائي ساخن على نار هادئة).

وعند صنع صوص كسترد يجب توخي الحرص تماما في تقليب المزيج بصفة مستمرة وعدم السماح بوصوله إلى درجة حرارة الغليان حتى لا يتخثر. ويجب عدم السماح بوصول درجة الحرارة إلى أعلى من 88°م حتى لا يتحلل الصوص ويتفكك. لذا يجب استخدام ترمومتر لمراقبة درجة حرارة الصوص أثناء الطهي، ورفع الصوص بعيدا عن الحرارة عندما تصل قراءة الترمومتر إلى 85°م.

وصوص الكسترد المصنوع بشكل صحيح يجب أن يكون ناعما وجليظ القوام بدرجة كافية بحيث يعلق بظهر الملاعقة عند اختباره. ويجب ألا يحتوي على أي قطع بيض متخثرة.

ويمكن أن يقدم صوص الكسترد مع أصناف الكيك والحلويات والفواكه والسوفيليه، ويستخدم غالبا لتزيين أطباق الحلويات. ويمكن أن يقدم ساخنا أو باردا. ويستخدم أيضا كأساس لكثير من أصناف الآيس كريم. ويمكن صنع نوع جليظ القوام جدا من صوص الكسترد باستخدام الكريمة المخفوقة وإضافة المزيد من صفار البيض. وقوامه أقرب إلى البودنج منه إلى الصوص. ويقدم هذا النوع من الكسترد غالبا فوق الفواكه في صحن تقديم صغير، ثم يزين من أعلى بالسكر المكرمل لصنع صنف الحلوى الذي يطلق عليه كريم برولاي.

كريمة الحلواني Pastry Cream

كريمة الحلواني (التي يطلق عليها بالفرنسية *crème pâtissière*) هي كسترد مصنوع بالتقليب من صفار البيض والسكر واللبن، ويتم تغليظ قوامه بمادة نشوية (دقيق ونشا ذرة أو خليط من الاثنين). ولأن المادة النشوية تحمي صفار البيض من التخثر، فإن كريمة الحلواني يمكن طهيها حتى الغليان. بل يلزم عليها، في الحقيقة، لنتم عملية جلتنة " هيلمة" النشا بالكامل والحد من مذاق النشا الخام.

ويمكن إكساب كريمة الحلواني نكهة الشوكولاتة والليكير وخلصات الفواكه (ليس البودنج سوي كريمة حلواني بنكهة من النكهات.) وتستخدم كريمة الحلواني في حشو أصناف الإكلير *éclairs* والكريم بوف *cream puffs* والنايليون *napoleons* وتورت الفواكه *fruit tarts* وغيرها من أصناف الحلوى. وكريمة الحلواني المستخدم في تغليظ قوامها نشا الذرة تستخدم في حشو فطائر الكريمة. كريمة الحلواني غليظة القوام بدرجة كافية لأن تظل محتفظة بشكلها وحتى لا تؤدي إلى جعل عجائن الحلويات مبتلة بدرجة قد تؤدي إلى انهيارها.

وكريمة الحلواني ثقيلة إلى حد ما، ولكن يمكن تخفيفها بإضافة الكريمة المخفوقة لنحصل على موسيلين *mousseline*، أو إضافة المارنج الإيطالي لنحصل على كريم شيبوس *crème Chiboust*.

جرس إنذار لأجل سلامة البيض المستخدم

البيض من الأغذية ذات المحتوى العالي من البروتين والتي يسهل تلوثها بالبكتيريا المسببة للأمراض مثل السالمونيلا. ونظرا لأن أصناف الكسترد لا يمكن تسخينها إلى درجات حرارة عالية تكفي لقتل البكتيريا دون أن تؤدي إلى تخثر البيض أولا.

لذا فمن المهم جدا إتباع إرشادات الصحة العامة المتعلقة بإعداد منتجات البيض.

- ◀ أهمية النظافة الشخصية : يجب غسل اليدين جيدا قبل البدء في العمل؛ ويجب التأكد من استخدام صحون وأدوات وحاويات تخزين نظيفة معقمة.
- ◀ عند كسر أو فصل البيض، يجب ألا يلامس قشر البيض الخارجي البيض النيئ.
- ◀ يتم تسخين اللبن إلى ما قبل درجة حرارة الغليان مباشرة قبل مزجه مع البيض، ويؤدي هذا إلى تقليل الزمن اللازم للطهي.
- ◀ يتم تبريد المنتج النهائي سريعا في حمام ثلجي ويوضع بعدها في الثلاجة على الفور.
- ◀ لا يتم تخزين مزيج الكسترد، سواء كان مطهيا أو غير مطهي، في درجة حرارة الغرفة.

ملحوظة:

لأجل سلامة الأغذية، يوصى دوما باستخدام البيض المبستر.

➤ الخطوات المتبعة في إعداد صوص كسترد الفانيليا وكريمة الحلواني

1. يوضع اللبن و/أو الكريمة في إناء ثقيل من مادة غير متفاعلة؛ ويمكن إضافة حبة فانيليا لاستخلاص نكهتها في الكريمة بعد ذلك، حسب الرغبة.
2. في إناء خفق، يتم خفق صفار البيض مع السكر والمادة النشوية (إذا استخدمت) بخفاقة يدوية، ويجب عدم استخدام خلاط كهربائي نظرا لأنه يؤدي إلى دخول كمية كبيرة من الهواء في المزيج.
3. يتم تسخين السائل حتى بداية الغليان، ويتم مزج خليط البيض بثلاث السائل الساخن تقريبا.
4. يصب مزيج البيض بعد مزجه في المتبقي من السائل الساخن ويعاد المزج فوق النار. ويمكن أن تكون حرارة الموقد بالشدة المرغوبة: كلما انخفضت شدة اللهب، كلما طالت الفترة المستغرقة ليغلظ قوام الكسترد؛ ولكن إذا زادت شدة اللهب بدرجة كبيرة، كلما زاد خطر حدوث تخثر.
5. يتم طهي المزيج مع التقليب المستمر، حتى يغلظ قوامه. ويجب أن تصل درجة حرارة صوص الكسترد إلى 85°م. ويجب ترك كريمة الحلواني تغلي للحظات قليلة.

6. يصبّ الكسترد المطهي على الفور من الإناء لمنع حدوث الطهي اللاحق. ويمكن إضافة الزيت أو غير ذلك من المنكهات في هذا الوقت.
7. يتم التبريد في حمام ثلجي. ويحفظ في حاوية نظيفة عميقة يتم تغطيتها ووضعها في الثلجة لمنع تكوين قشرة سميكة على وجه الكريمة.

← الخطوات المتبعة لأجل إنقاذ صوص كسترد الفانيليا المتخثر

1. يصفى الصوص في صحن. يوضع الصحن في حمام ثلجي ويتم خفقه بقوة.
2. إذا لم يؤدي هذا إلى إزالة التخثرات، يتم ضرب الصوص في خلاط كهربائي لبضع لحظات.

ملحوظة

في حين قد تؤدي هذه الخطوات إلى إعادة توزيع البيض المتخثر في المزيج، إلا أنها تتسبب في أن يكون الصوص رقيقاً خفيفاً عن الصوص المعد بشكل صحيح من أول مرة.

صوص كاسترد الفانيليا Crème Anglaise

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 1,2 كجم

مزيج متناصف من اللبن والكريمة المخفوقة	1 كجم
فانيليا	1
صفار بيض	عدد 12
سكر	300 جم

طريقة الإعداد:

1. يوضع المزيج المتناصف من اللبن والكريمة المخفوقة في إناء ثقيل من مادة غير متفاعلة وتضاف الفانيليا. يتم التسخين حتى بداية الغليان.
2. يخفق صفار البيض والسكر في وعاء خلط. يتم تسخين خليط البيض بإضافة ثلث المزيج المتناصف الساخن تقريبا، ثم يعاد المزيج إلى الإناء مع المتبقي من المزيج المتناصف في الإناء.
3. يعاد وضع الإناء على الموقد. ويتم الطهي على حرارة متوسطة مع التقليب المستمر، حتى يغلظ قوام الصوص بدرجة مناسبة ويلتصق بظهر الملاعقة عند اختباره. ويجب عدم السماح بأن تصل درجة حرارة الصوص إلى أعلى من 85°م حتى لا يتخثر المزيج.

4. لمنع التسخين اللاحق، يصبّ الصوص المطهي على الفور من الإناء من خلال مصفاة ذات عيون دقيقة على صحن نظيف. يتم تبريد الصوص في حمام ثلجي، ويغطى ويحفظ في الثلاجة. تدوم صلاحية الصوص من 3 إلى 4 أيام.

تنويعات

◀ صوص كاسترد الشوكولاتة:

يتم تقليب 180 جم من الشوكولاتة الغامقة المقطعة إلى قطع صغيرة في الكاسترد المصفى وهو لازال دافئاً، فتؤدي حرارة الكاسترد إلى إذابة الشوكولاتة.

◀ صوص كاسترد القهوة:

تضاف 30 - 45 جم من خلاصة البن أو أحد مركباته إلى الصوص الدافئ.

◀ صوص كاسترد الزنجبيل:

يتم حذف الفانيليا من المكونات، وينقع 90 جم من الزنجبيل الطازج المقطع إلى قطع صغيرة لمدة 10 دقائق في المزيج المتناصف الساخن. يعاد التسخين ومواصلة خطوات إعداد الصوص حسب التعليمات. ويتم تصفية قطع الزنجبيل في خطوة 4.

مصطلحات

بودنج Pudding:

كاسترد غليظ القوام يمكن تناوله بالملعقة، يصنع عادة من البيض واللبن والسكر والمنكّهات ويتم تغليظ قوامه بالدقيق أو أي مادة نشوية أخرى.

كريم برولاي Crème brûlée:

مصطلح فرنسي مناظر لـ "الكريمة المحترقة burnt cream"، وهو يستخدم لوصف كاسترد غني يتم تزيينه من أعلى بقشرة من السكر المكرمل.

موسولين Mousseline:

كريمة أو صوص يتم تخفيفه بمزجه في كريمة مخفوقة.

كريم شيبوس Crème Chiboust:

كريمة حلواني بالفانيليا يتم تخفيفها بمزجها في مارنج إيطالي، ويستخدم بصورة نمطية في جاتوه سانت أونوري.

النقع الساخن Steep:

هو نوع صنف غذائي في سائل ساخن لاستخلاص نكهته أو تطريته.

التسخين Temper:

هو التسخين برفق وبالتدريج؛ ويشير المصطلح إلى عملية إضافة سائل ساخن ببطء إلى البيض أو أصناف غذائية أخرى لرفع درجة حرارتها دون أن تتخثر.

مزيج متناصف من اللبن والكريمة المخفوقة Half-and Half:

مزيج من اللبن الطبيعي والكريمة المخفوقة، بين 10% إلى 18%.. وهذا المزيج لا يحتوي على كمية كافية من الدهن لعمل رغوة إذا تم خفقه. الوصفة الأساسية: 1 كجم من الكريمة المخفوقة + 1 كجم من اللبن الطبيعي، والنتيجة مزيج نسبة دهون اللبن به 17% تقريبا.

مزيج الليمون و الماء Lemon-Water Mixture:

(يمكن أن يستخدم محل النبيذ الأبيض حسب الرغبة). الوصفة الأساسية: يذاب 4 جم من عصير الليمون الطازج المصفى في 1 كجم من الماء.

أصناف الكسترد المصنوعة بالخبيز Baked Custards

يقوم الكسترد المصنوع بالخبيز على نفس الأسس والمبادئ التي يقوم عليها الكسترد المصنوع بالتقليب: سائل يتم تغليظ قوامه عن طريق تخثر بروتين البيض. ولكن، في حالة الكسترد المصنوع بالخبيز يتم تغليظ القوام في فرن. وتوضع حاويات الكسترد عادة في حمام مائي لحماية البيض من التخثر. ومع ذلك يجب ألا تتعدي درجة حرارة الحمام المائي 100 م°، ويجب مراعاة الحرص ألا يتم خبيز الكسترد لفترة طويلة أو في درجة حرارة عالية. فالكسترد المبالغ في خبيزه يصبح خفيفا " عايم"؛ والكسترد المخبوز بشكل صحيح يجب أن يكون ناعم الملمس ومتماسكا بدرجة كافية بحيث يمكن تقطيعه إلى شرائح.

وتتضمن أصناف الكسترد المخبوز مزيج بسيط من البيض الكامل أو صفار البيض والسكر واللبن مثلما هو يحدث في الكريم كارميل، والذي يطلق عليه فلان flan في أسبانيا والمكسيك. وتتضمن كذلك مزيج مركب تضاف إليه مكونات أخرى معلقة مثل كيك الجبن وبودنج الأرز وبودنج الخبز والكيش (التورطة الحادقة) quiche.

كريم كارميل Crème Caramel

يشير الكريم كارميل (والذي يطلق عليه أيضا الكريم المقلوب crème renversée أو فلان flan) إلى كسترد بيض مخبوز على طبقة من السكر المكرمل ثم يتم قلبه على طبق ويتم تقديمه. ويعطي السكر المكرمل -عند قلب الكسترد- سطحاً بنياً ذهبياً وطبقة رقيقة من صوص الكارميل.

كريم برولاي Crème Brûlée

يمكن إعداد كريم برولاي ككسترد مصنوع بالتقليب أو ككسترد مصنوع بالخبيز. وليس هناك صنف مفضل على الآخر، ولكن الصنفين مختلفان ببساطة. والكسترد المصنوع بالتقليب على شعلة الموقد أسرع، ولكنه يتطلب انتباها مستمرا وإحساسا - لا يأتي إلا بالخبرة- بقوام الكسترد. وكريم برولاي المصنوع بالتقليب يكون أغلظ قواما وأكثر دسما ونعومة عن نظيره المصنوع بالخبيز.

ويقدّم كريم برولاي المخبوز في صحن التقديم الصغيرة التي يخبز فيها. وعلى العكس من الكريم كارميل أو الفلان، فإن كريم برولاي المخبوز لا يتم قلبه أو إخراج من القوالب لأجل التقديم.

والحرارة الهادئة هامة جدا لكلا الطريقتين. فالكريم برولاي المصنوع بالتقليب إذا بولغ في طهيه يتخثر ويتحول إلى ما يشبه البيض الأومليت. والكريم برولاي المخبوز إذا بولغ في طهيه يصبح خفيفا مليئا بفقاعات صغيرة.

يمكن أن تضاف أشكال أخرى من النكهة والقوام والملمس إلى الكسترد بالعديد من الطرق:

- وضع طبقة من ثمار التوت الطازجة أو كومبوت الفواكه تحت الكسترد
- مزج الفواكه أو المكسرات أو الليكير مباشرة في الكسترد
- إضافة مركبات وخلصات نكهة إلى الكسترد
- نقع المكسرات، الأعشاب، التوابل، الشاي أو غيرها من المنكهات في الكريمة الثقيلة قبل صنع الكسترد.

إذا تم استخدام بوريه الفواكه أو سوائل أخرى، فيجب تعديل وضبط كمية الكريمة، وبغير ذلك سيصير الكسترد خفيفا " عائما " بدرجة كبيرة ولن يتماسك.

كريمة الحلواني Crème Patissière

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 1.7 كجم

دقيق كيك	60 جم
سكر مبلور	360 جم
لبن	1 كجم
صفار بيض	عدد 12
فانيليا	1
زبد غير مملح	60 جم

طريقة الإعداد:

1. ينخل الدقيق والسكر معا.

2. يخفق 240 جم من اللبن في صفار البيض. ثم يضاف خليط الدقيق والسكر ويعاد الخفق حتى الحصول على مزيج ناعم تماما.
3. يتم تسخين اللبن المتبقي مع الفانيليا في إناء ثقيل من مادة غير متفاعلة. وبمجرد أن يصل اللبن إلى درجة الغليان، يخفق ثلثه تقريبا في مزيج البيض والدقيق حتى يتم الامتزاج تماما. يصبّ مزيج البيض في الإناء مع باقي اللبن.
4. يتم مواصلة التقليب حتى يغلظ قوام الكاسترد. وخلال ذلك يمرّ الكاسترد بمرحلة تتسم بوجود كتل، لذا يجب زيادة سرعة التقليب لتفاديها. تتم مواصلة التقليب بقوة حتى الحصول على كاسترد ناعم، ويتم تغليظ قوامه مباشرة قبل وصوله إلى درجة الغليان.
5. يسمح لكريمة الحلواني بالغليان لمدة دقيقة واحدة، مع التقليب المتواصل.
6. ترفع كريمة الحلواني بعيدا عن النار وتصبّ على الفور في صحن عميق نظيف.
7. يضاف الزبد حتى الذوبان. ويجب عدم المبالغة في المزج حتى لا يؤدي هذا إلى جعل قوام الكاسترد رقيقا خفيفا.
8. يتم تغطية سطح الكاسترد بلف الصحن في فرخ من السلوفان، ويتم التبريد في حمام ثلجي. تزال حبة الفانيليا مباشرة قبل استخدام كريمة الحلواني.

تنويعات

- ◀ **كريمة حلواني موسولين:** يخفق 240 جم من الكريمة المخفوقة السادة حتى الحصول على رغوة ناعمة، وتمزج في كريمة الحلواني المبرّدة.
- ◀ **كريمة حلواني بالشوكولاتة:** يتم تقليب 120 جم من الشوكولاتة الغامقة المقطعة إلى قطع صغيرة جدا في الكاسترد المصفى وهو لازال دافئا. وتؤدي حرارة الكاسترد إلى إذابة الشوكولاتة.
- ◀ **كريمة حلواني بالقهوة:** يضاف 30 - 45 جم من خلاصة البن أو أحد مركباته إلى الكاسترد الدافئ.
- ◀ **كريمة حلواني بجوز الهند:** يستبدل اللبن بكمية مساوية من لبن جوز الهند المعلب غير المحلى.

أصناف الكريمة Creams

الكريم شانتي: هو ببساطة كريمة خفق يتم خفقها حتى الحصول على رغوة ناعمة طرية ويضاف إليها نكهة السكر والفانيليا. ويمكن أن تستخدم لتزيين الحلويات أو الحلوى، أو يمكن أن تمزج في الكاسترد المبرّد أو كريمة الحلواني وتستخدم كعنصر مكون في صنف حلو.

الكريم شانتي Crème Chantilly

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 2 - 5.2 كجم

1 كجم	كريمة مخفوقة مبرّدة
90 جم	سكر بودرة
2 جم	فانيليا

طريقة الإعداد:

1. توضع الكريمة في صحن خلط مبرّد. وباستخدام خفاقة يدوية يتم خفق الكريمة حتى يغلظ قوامها قليلا.
2. يضاف السكر الفانيليا وتتم مواصلة الخفق حتى الوصول للقوام المطلوب. يجب أن تكون الكريمة ناعمة وخفيفة، وغير حبيبية. ويجب عدم المبالغة في الخفق.
3. يمكن حفظ الكريم شانتي في الثلاجة لساعات عديدة. وإذا بدأ الكريم شانتي في أن يصبح طريا، يعاد خفقه برقة حسب ما يلزم.

تنويعات

كريم شانتي الشوكولاتة: تذاب 540 جم من الشوكولاتة الحلوة المزّة حتى تصل إلى درجة حرارة 49°م، فيتم رفعها بعيدا عن النار. تخفق الكريمة حتى الوصول إلى رغوة متوسطة. يخفق ربع الكريمة المخفوقة في الشوكولاتة بقوة. ويضاف برفق الكريمة المتبقية. ويكون للمزيج الناتج قوام وملمس الجاناش المخملي.

كريمة بافاريا (الكريمة البافارية) Bavarian Cream

كريمة بافاريا (بالفرنسية بافاروا bavarois) يتم إعدادها بتغليظ قوام الكسترد أولاً مع الجيلاتين، ثم تضاف الكريمة المخفوقة. ويصبّ المنتج النهائي في قالب ويبرّد حتى يصبح متماسكا بدرجة تسمح بأن يتم إخراجها من القالب ويقطع إلى شرائح.

ومع أن كريمة بافاريا يمكن أن تصبّ في قوالب فردية صغيرة للتقديم، إلا أنها عادة ما تصبّ في قالب كبير مستدير مبطن بكيكة إسفنجية أو أصابع الست لإبداع صنف حلوى كلاسيكي يطلق عليه شارلوت charlotte. يمكن إضافة نكهات إلى كريمة بافاريا بإضافة الشوكولاتة أو بوريه الفواكه أو المكسرات المقطّعة إلى قطع صغيرة أو خلاصات المواد المنكهة أو الليكير إلى أساس صوص الكسترد.

ويمكن أيضا أن تضاف طبقات من الفاكهة أو الكيك الإسفنجي المتشرب بالليكير لإكساب الكريمة مزيد من النكهة والقوام. وعند تغليظ قوام كريمة حلوى بالجيلاتين، فمن المهم جدا استخدام الكمية الصحيحة من الجيلاتين. فلو كان الجيلاتين غير كافي، أو لم يمتزج جيدا في الكريمة، ستصبح الكريمة غير متماسكة بدرجة كافية تسمح بإخراجها من القالب. وإذا تم استخدام كمية أكبر من اللازم من الجيلاتين، فستصبح الكريمة جامدة ومطاطية القوام. في هذه الوصفة تستخدم رقاقة جيلاتين، ولكن يمكن استخدام كمية مناظرة من حيث الوزن من الجيلاتين المبلور.

← الخطوات المتبعة لإعداد أصناف كريمة بافاريا

1. يتم إعداد صوص كسترد بالنكهة المطلوبة.
2. بينما صوص الكسترد لازال دافئا، يضاف الجيلاتين بعد تطريته مع التقليب. ويجب التأكد من ذوبان الجيلاتين تماما.
3. يتم تبريد الكسترد حتى يغلظ قوامه بدرجة كافية، ثم تضاف الكريمة المخفوقة.
4. تصبّ كريمة بافاريا في قالب أو على هيئة حلوى الشارلوت charlotte، ثم تبرّد في الثلاجة حتى تتماسك.

كريم بافروا Crème Bavarois

كريمة بافروا (بالفرنسية Bavarois) يتم إعدادها بتغليظ قوام الكاسترد أولاً مع الجيلاتين، ثم تضاف الكريمة المخفوقة. ويصبّ المنتج النهائي في قالب ويبرّد حتى يصبح متماسكاً بدرجة تسمح بأن يتم إخراجها من القالب ويقطّع إلى شرائح.

كريمة بافروا بالفواكه الطازجة Fruit Frais Bavarois

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد قالب واحد، زنة 1 كجم

فواكه طازجة مثل 2 ثمرة كيوي + 1 موز أو ما يعادل 225 جم توت بري أو الفراولة	225 جم
عسل نحل	15 جم
صغار بيض	عدد 3
سكر مبلور	90 جم
لبن	240 جم
فانيليا	1
رقاقة جيلاتين، تتم تطريتها	7 جم
كريمة مخفوقة سائلة	240 جم

طريقة الإعداد:

1. يرشّ قاع قالب سعه 1 لتر قليلاً بمادة تساعد على منع الالتصاق. وإذا تم استخدام قالب ناعم الملمس، فيتم تبطينه بورق سلوفان، يكون زائداً وممتداً عن حواف القالب.
2. يتم تقشير الفواكه وتقطّع إلى شرائح رقيقة إذا لزم الأمر. ويصب عسل النحل فوق الفواكه. يتم التبريد وخلالها يتم إعداد كريمة بافروا.
3. يتم إعداد صوص كاسترد الفانيليا باستخدام صغار البيض والسكر واللبن وحبّة الفانيليا، ويتم إخراجها من الإناء.
4. يضاف الجيلاتين بعد تطريته إلى الكاسترد الساخن. يتم تبريد الكاسترد حتى يغلظ قوامه، ولكن دون أن تترك الكاسترد ليثبت قوامه.

5. تخفق الكريمة حتى الحصول على رغوة طرية وتمزج في الكاسترد المبرد. يصبّ حوالي ثلث هذا المزيج (كريمة بافروا) في قالب. يرصّ نصف كمية الفواكه على وجه المزيج. يصبّ نصف الكمية المتبقية من كريمة بافروا فوق الفواكه ثم ترص بقية الفواكه في القالب. يتم ملء باقي القالب بالمتبقي من كريمة بافروا. يتم التبريد حتى تتماسك كريمة بافروا وتجمد، تقريبا لمدة ساعتين.

6. يتم إفراغ القالب على طبق تقديم. ويتم تزيين الوجه مع فواكه إضافية وكريمة مخفوقة حسب الرغبة.

ملحوظة:

قد ينفصل الجيلاتين في الفريزر، لذا فإنه لا يوصى بالتبريد السريع. المنتجات التي تحتوي على جيلاتين يمكن أن تحفظ في الثلاجة لمدة يوم أو يومين ولكنها تتصلب إذا بقيت لأكثر من ذلك.

تنويعات

شارلوت: يرص قالب شارلوت سعة 1- 1.5 لتر بأصابع الست، ثم يتم ملؤه بطبقات من الفواكه وكريمة بافروا. يقلب القالب عند تماسكه على طبق تقديم ويزين بالكريمة المخفوقة.

كيك الجبن Cheesecake

شهد كيك الجبن، الذي يعد قديما قدم الحضارة الغربية، تغييرات وتنويعات عديدة منذ الإغريق القدماء الذين يسجل لهم التاريخ تقديم أول وصفة من هذا الصنف من الحلوى. ثم جاء الأمريكيان ليحدثوا ثورة في هذا الصنف من الحلوى مع تطوير الجبن الدسم في عام 1872. وكيكة الجبن ما هي إلا كاسترد مخبوز يحتوي على جبن ناعم، يكون عادة جبن طازج طري مثل الجبن الدسم وجبن ريكوتا والجبن الأبيض أو القريش. وكيكة الجبن قد تعد بدون قشرة مقرمشة أو محمرة، وقد تكون ذات أساس أو جوانب من عجين غير مخمر أو كسرات البسكويت أو المكسرات المطحونة أو الكيك الإسفنجي.

ويمكن أن يكون الحشو كثيفا غنيا (كما في كيكة نيويورك) أو خفيفا منفوشا (على الطريقة الإيطالية). ويمكن أيضا أن يتم تضمين الفواكه والمكسرات والمنكّهات في الحشو. ويتم تزيين وجه كيك الجبن غالبا بالفواكه أو جليز القشدة الحامضية. انظر هنا وصفة كيك الجبن الكثيف على طريقة نيويورك.. وهناك أصناف من كيك الجبن لا يتم خبزها وتعتمد فقط على الجيلاتين في عملية تغليظ القوام؛ وأصناف أخرى يتم تجميدها. ولا ينتمي هذان الصنفان في حقيقة الأمر إلى أصناف الكسترد، بل هما مشابهان أكثر لأصناف الشيفون أو الموس التي سنناقشها فيما بعد.

وصفة كيكة الجبن بطريقة نيويورك New York-Style Cheesecake

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لإعداد 2 كيكة، قطر الواحدة 25 سم

1.6 كجم	جبن دسم، تتم تطريته
60 جم	دقيق كيك
540 جم	سكر مبلور
8	بييض
150 جم	كريمة مخفوقة سائلة
15 جم	خلاصة فانيليا

طريقة الإعداد

1. يخفق الجبن ببطء حتى يصبح ناعما، ثم يضاف الدقيق والسكر مع الخفق.
2. يضاف البييض ويخلط ببطء، ثم تضاف الكريمة وخلاصة الفانيليا.
3. يصب العجين الناتج في قوالب دائرية متحركة الجوانب مدهونة جيدا بالزبد. يتم الخبز في الفرن في 150 م° حتى يتماسك العجين، تقريبا لمدة 1 - 1.5 ساعة.
4. يتم تبريدها بالكامل قبل فك جوانب القوالب.

أصناف السوفيليه Soufflés

يصنع السوفيليه مع أساس كسترد يتم تخفيفه مع بياض بيض مخفوق ثم يخبز. ويتمدد الهواء الموجود في بياض البيض المخفوق ليعطي قواما خفيفا منفوشا مرتفعا.

والسوفيليه ليس منتجا ثابتا مثل الكيك أو أصناف الحلويات الأخرى، ويهبط وينهار سريعا جدا بعدما يتم إخراجها من الفرن.

ويمكن إعداد السوفيليه بتشكيلة كبيرة من النكهات الحلوة والحادقة. ويمكن مزج المنكّهات في الكسترد، كما في الوصفة التالية. أو كبديل، يمكن استخدام كريمة حلواني غير منكّهة كأساس؛ ثم يضاف الليكير أو الفاكهة أو الشوكولاتة بعد ذلك إلى كل طبق على حدة.

وعند صنع السوفيليه، يجب أن يكون أساس الكسترد وبياض البيض في درجة حرارة الغرفة. ويتم أولا، خفق بياض البيض إلى أن يصل إلى حجم جيد؛ وثانيا يتم مزج بياض البيض المخفوق مع الأساس، مع مراعاة أن يكون الاثنان عند نفس درجة الحرارة لتسهيل عملية المزج. ويمكن أن يتم خفق بياض البيض مع كمية من السكر حتى الحصول على رغوة كثيفة مرتفعة لأجل مزيد من ثبات المنتج النهائي، وبعدها يضاف بياض البيض المخفوق برفق إلى الأساس قبل الخبز مباشرة.

ويتم خبز السوفيليه في قالب ذي جوانب مستقيمة أو في صحن تقديم صغيرة. ويجب أن يكون السوفيليه منتفخا وأن يكون ذا وجه بني اللون بدرجة خفيفة. ويجب أن يرتفع السوفيليه جيدا فوق حافة قالب الخبز. ويجب تقديم السوفيليه على الفور، قبل أن يهبط. ويتم غالبا تقديم صوص كسترد دافئ (الكريمة الإنجليزية) كصنف مصاحب للسوفيليه الحلو.

والسوفيليه المجدد لا يعد حقا صنف سوفيليه. فهو بالأحرى مزيج كسترد كريمي القوام يتم تغليظ قوامه بالجيلاتين، ثم يتم تخفيفه ببياض البيض المخفوق أو الكريمة المخفوقة ويوضع في طبق سوفيليه مغلف بالورق أو قبة مصنوعة من أسيتات السليولوز. وعند إزالة القبة، يبدو المزيج كما لو كان قد ارتفع عن حافة القالب مثلما يفعل السوفيليه الساخن.

خطوات المتبعة في إعداد السوفيليه المخبوز

1. يتم دهن القالب أو الصحن بالزبد، ويرشّ بالسكر المبلور. يتم إحماء الفرن إلى 220°م تقريبا.
2. يتم إعداد أساس الكسترد. تضاف النكهات حسب الرغبة.
3. يخفق بياض البيض مع السكر حتى الحصول على رغوة كثيفة مرتفعة. يتم إضافة بياض البيض المخفوق إلى أساس الكسترد.
4. يصبّ المزيج في القالب المعد أو الصحن الصغيرة ويخبز على الفور.

وصفة سوفيليه الشوكولاتة

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لإعداد 8 حصص

عصير برتقال	480 جم
بيض، يتم فصل البياض عن الصفار	8
سكر مبلور	120 جم
دقيق متعدد الأغراض	90 جم
شوكولاتة حلوة مزّة، تقطع إلى قطع صغيرة	240 جم
ليكير برتقال (اختياري)	60 جم
زبد، سائح	حسب ما يلزم
سكر مبلور	حسب ما يلزم

الميز أون بلاس

- ✓ يفصل صفار البيض عن البياض
- ✓ يتم تقطيع الشوكولاتة إلى قطع رقيقة
- ✓ يتم تسييح الزبد

طريقة الإعداد

1. لإعداد الأساس، يتم تسخين عصير البرتقال إلى درجة معتدلة سخونة (فاترة) في إناء ثقيل.
2. يخفق صفار البيض مع 90 جم من السكر في صحن عميق. ثم يضاف الدقيق وعصير البرتقال الدافئ مع الخفق، ثم يعاد المزيج إلى الإناء.
3. يتم الطهي في حرارة متوسطة إلى منخفضة، مع التقليب المستمر، حتى يغلظ قوام الكسترد، مع عدم السماح بغليان الكسترد. يتم رفع الإناء بعيداً عن النار.
4. يتم إضافة الشوكولاتة مع التقليب حتى تذوب تماماً. ثم يضاف الليكوير (اختياري) مع التقليب. يغطى مزيج الأساس بفرخ سلوفان لمنع تكوّن أى قشرة. يحفظ الأساس في درجة حرارة الغرفة لحين الاستخدام. (يمكن حفظ الأساس غير المستخدم طوال الليل في الثلاجة؛ ويجب أن يعاد إلى درجة حرارة الغرفة قبل استخدامه ومزجه مع بياض البيض).
5. لإعداد السوفيليه، تدهن صحن التقديم (سعة الصحن 120 مل) بالزبد السائح باستخدام فرشاة، وترشّ بالسكر المبلور.
6. يتم إحماء الفرن إلى درجة حرارة 220°م، ويوضع لوح خبيز في الفرن حتى يسخن، ثم ترصّ عليه الصحن التي سيوضع فيها السوفيليه (يساعد هذا على سهولة إخراج صحن السوفيليه الساخنة من الفرن).
7. يخفق بياض البيض مع الكمية المتبقية من السكر (30 جم) حتى الحصول على رغوة كثيفة مرتفعة. يضاف بياض البيض على أساس الشوكولاتة ويصبّ المزيج في الصحن المجهزة باستخدام ملعقة. ويجب أن يملأ الصحن حتى ثلاثة أرباع ارتفاعه. يتم تنعيم وتسوية سطح كل صحن باستخدام أداة بسط ويتم الخبيز على الفور.
8. يستدل على إنضاج السوفيليه عندما يرتفع جيداً، ويحمر لون الوجه ويصبح بنياً وتبدو الحواف جافة، تقريبا لمدة 12 دقيقة. ويجب عدم لمس السوفيليه لاختبار إنضاجه من عدمه.
9. يرشّ السوفيليه عند خروجه من الفرن بسكر البودرة حسب الرغبة ويقدم على الفور.

طريقة عمل صوص الشوكولاتة بطرق مختلفة

◀ صوص الشوكولاتة اللامع الخفيف:

المكونات:

شكولاتة مبشورة	100 جم
لبن	$\frac{1}{4}$ كوب
قهوة سريعة الذوبان	$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة
عسل أبيض	1 ملعقة صغيرة
زبدة	1 ملعقة كبيرة

طريقة الإعداد:

1. يوضع اللبن في كسرولة على النار مع القهوة سريعة الذوبان ، حتى يسخن فقط.
2. ثم يوضع العسل والزبدة ويقلب جيدا، ثم تضاف الشوكولاتة المبشورة ويقلب جيدا حتى تذوب تماما ، وتمتزج كل مكونات الصوص.

ملحوظة:

- الصوص يثقل قوامه قليلا بعد ما يبرد.
- لو أردت أن يكون القوام اكثر سيولة، يمكن زيادة اللبن قليلا.
- (هذا الصوص يليق جدا مع الكريب والوافلز او البان كيك)

◀ صوص الشوكولاتة اللامع الثقيل:

المكونات:

شكولاتة مبشورة	100 جم
كريمة لباني سائلة	50 جم
نيس كافيه	$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة
عسل أبيض	1 ملعقة صغيرة
زبدة	1 ملعقة كبيرة

طريقة الإعداد:

1. سخن الكريمة في كسرولة على النار فقط.

2. ثم يضاف العسل ونيس كافيه ويقلب جيدا .
3. ثم تضاف الشوكولاتة المبشورة ويقلب جيدا حتى تذوب الشوكولاتة تماما، وتمتزج كل مكونات الصوص.

◀ صوص الشوكولاتة الكريمي الثقيل:

المكونات:

2 ملعقة كبيرة	كاكاو خام، منخول
200 جم	لبن محلي مكثف (1/2 علبة)
1/2 ملعقة صغيرة	نيس كافيه
1 ملعقة صغيرة	عسل أبيض
2 ملعقة كبيرة	زبدة
	فانيليا

طريقة الإعداد:

1. تذاب الزبدة في كسرولة على النار ، ثم يضاف الكاكاو ويقلب جيدا، ولا يترك على النار كثيرا.
2. ثم يضاف الحليب المكثف، والفانيليا ونيس كافيه والعسل ويقلب جيدا.

◀ صوص الشوكولاتة بالقشدة اللامع الثقيل:

المكونات:

عدد 2 علبة	قشدة
250 جم	شوكولاتة مبشورة ناعم
1/2 ملعقة صغيرة	نيس كافيه
1 ملعقة صغيرة	عسل أبيض
2 ملعقة كبيرة	زبدة
	فانيليا

طريقة الإعداد:

1. سخن القشدة في كسرولة على النار فقط.
2. ثم تضاف عليها الشوكولاتة المبشورة وتقلب جيدا حتى تذوب تماما.

ملحوظة:

- تستخدم كل الصوصات السابقة في تزيين الكيك والكاب كيك والتورتات والبان كيك.
- يمكن استخدام الشوكولاتة وتكون مذاقة في الميكرويف بدلا من المبشورة حسب الرغبة.
- يمكن الاستغناء عن النيس كافييه في اي نوع صوص واستبداله بالفانيليا فقط حسب الرغبة.

◀ كريمة التزيين بالشوكولاتة: المكونات:

كوكاو خام	1/2 كوب
شوكولاتة مبشورة ناعم	250 جم
بودرة كريم شانتي	1/2 كجم
سكر بودرة	1/2 كوب
ملح	رشة
فانيليا	رشة

طريقة الإعداد:

تخفق جميع المقادير بواسطة مضرب كهربائي لمدة 3 دقائق حتى تماسك الكريم ثم تعبى في كيس حلواني لتزيين التورتات أو الكاب كيك.

أصناف الموش Mousses

ينطبق مصطلح موش على تشكيلة كبيرة من أصناف كريمة الحلوى لا يسهل تصنيفها ضمن مجموعات أخرى. والموش شبيه بكريمة بافاريا أو الشيفون؛ من حيث أنه يتم تخفيفه باستخدام الكريمة المخفوقة أو بياض البيض المخفوق أو كليهما. ولكن الموش بوجه عام أطرى من هذه المنتجات الأخرى، وهو الوحيد بينها الذي قد يتضمن أحيانا كمية صغيرة من الجيلاتين. والموش طرى جدا بحيث لا يستحسن صبه في قوالب. بل يقدم بمفرده كصنف حلوى مستقل أو يستخدم كحشو في الكيك أو أصناف الحلويات. وأساس الموش الحلوى يمكن أن يكون صوص كسترد أو شوكولاتة سائحة أو فواكه بوريه.

جرس إنذار لأجل سلامة البيض المستخدم في أصناف الموش غير المطهية

يوصى باستخدام منتجات البيض المبستر لأغلب وصفات الموش، نظرا لأن الموش لا يتطلب طهيا. والاستثناء الوحيد لهذا هو المارنج الإيطالي؛ حيث يقوم شراب السكر الساخن بطهي بياض البيض إلى درجة حرارة تجعل بياض البيض مأمونا للاستهلاك.

➤ الخطوات المتبعة لإعداد أصناف الموش

1. يتم إعداد الأساس، الذي يكون عادة صوص كسترد أو شوكولاتة سائحة أو فواكه بوريه.
2. إذا تم استخدام الجيلاتين، تتم تطريته أولا، ثم يذاب في الأساس الدافئ.
3. يتم إضافة بياض البيض المبستر، إذا تم استخدامه. وإذا كان الأساس دافئا قليلا عند إضافة بياض البيض، فإن البروتينات الموجودة في البياض سوف تتخثر وتؤدي إلى جعل الموش أكثر تماسكا وثباتا.
4. يترك الموش حتى يبرد تماما، ثم تضاف الكريمة المخفوقة، إذا تم استخدامها.

ملحوظة:

تتم إضافة بياض البيض في أساس الموس قبل أي كريمة مخفوقة. ومع أن بياض البيض يمكن أن ينكمش أو يفرغ الهواء إلى حد ما خلال المزج، إلا أنه إذا أضيفت الكريمة المخفوقة أولاً فسيتم خفقتها بدرجة مبالغ فيها عند إضافة بياض البيض، مما يؤدي إلى موس خشن ذي ملمس حبيبي.

موس الشوكولاتة الكلاسيكي Classic Chocolate Mousse

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 1.5 - 2 كجم

شوكولاتة حلوة	440 جم
زبد غير مملح	280 جم
صفار بيض	عدد 7
بياض بيض	عدد 11
سكر مبلور	70 جم
كريمة خفق سائلة	250 جم

طريقة الإعداد:

1. يذاب الزبد والشوكولاتة في غلاية مزدوجة على نار هادئة. يتم التقليب حتى تختفي أي تخثرات.
2. يترك المزيج حتى يبرد قليلاً، ثم يضاف صفار البيض كل واحدة على حدة مع الخفق.
3. يخفق بياض البيض حتى الحصول على رغوة طرية. تتم إضافة السكر بالتدريج مع الخفق وبيطء حتى الحصول على رغوة كثيفة مرتفعة. يخفق ربع مزيج بياض البيض المخفوق في مزيج الشوكولاتة لتخفيفه، ثم يضاف باقي بياض البيض.
4. تخفق الكريمة حتى الحصول على رغوة طرية. يترك الموس حتى يبرد إلى 32 - 35°م، ثم تمزج معه الكريمة المخفوقة. يجب التأكد من أن عدم وجود أي أثار متبقية من بياض البيض أو الكريمة.
5. يغرف الموس بملعقة في أطباق التقديم ويزين بالكريمة المخفوقة وثمار التوت الطازج وقشور الشوكولاتة أو أغصان النعناع. أو يتم تبريد الموس تماماً، ثم ييثق في صحن أو في قوالب التورت الصغيرة. ويمكن أن يستخدم الموس أيضاً ككيك أو حشو للحلويات.

تجميع الحلوى Assembling Desserts

كثير من الحلويات والحلوى يتم تجميعها من العجائن المخبوزة والفتائر والبسكويت والكيك والمنتجات المثلجة والجليز والكريمة والكاسترد وغيرها من المنتجات. وكثير من هذه الحلويات أصناف كلاسيكية تتطلب إعدادا وتجهيزا دقيقا لعناصر معينة.

ومع امتلاك أساسي للمهارات، يمكن للشيف المبتدئ أن يوظف ملكات الابتكار والذوق وحسن تقدير الأمور لديه للجمع بين هذه العناصر ليكون تشكيلة كبيرة من أصناف الحلوى الجديدة والتميزة.

وتتكون أصناف الحلويات والحلوى المجمعَة عموما من العناصر الرئيسية الثلاثة التالية:

1. الأساس 2. الحشو 3. الزينة (الجارنيش)

الأساس: وهو العجين أو القشرة أو الكيك الذي يشكّل الهيكل الإنشائي والأساس للمنتج النهائي.

الحشو: ويشير إلى أي عنصر أو مكون يستخدم لإضافة النكهة أو الملمس أو القوام إلى المنتج النهائي.

الزينة " الجارنيش ": وتشير إلى أي جليز أو فاكهة أو صوص أو عنصر مصاحب يستخدم لاستكمال الطبق.

وعند تقديم الحلوى في أطباق عرض، فقد يتضمن هذا تقديم العديد من أصناف الحلوى على طبق عرض واحد متألق الشكل: ويتم تقديم صنف أساسي واحد ساخن في صحبة عناصر متباينة من زينة باردة وصنف حامضي لاذع أو صنف مقرمش.

إرشادات عامة لتجميع أصناف الحلويات

- ◀ يجب أن يتم المزج بشكل صحيح للنكهات المتكاملة والمتباينة. فعلى سبيل المثال، تتوافق نكهات الكمثرى والجبن الأزرق مع بعضها بشكل جيد، ولكن مع ذلك يجب عدم جمع النكهات اعتباطا لمجرد التجديد والابتكار.
- ◀ يجب أن يتم المزج بشكل صحيح لأنواع الملمس والقوام المتكاملة والمتباينة. فمثلا تتوافق الفطائر المنتفخة ذات القشرة المقرمشة بشكل جيد مع كريمة الحلواني الناعمة والفاولة الطرية.
- ◀ يجب أن يتم المزج بشكل صحيح للألوان المتكاملة والمتباينة.
- ◀ يجب عدم المبالغة في بهرجة وزخرفة الزينة.
- ◀ يجب أن يكون الأساس قويا بدرجة كافية ليقوى على حمل الحشو والزينة دون حدوث انهيار، ولكن يظل مع ذلك طريا رقيقا بدرجة تسمح بتقطيعه بسهولة بالشوكة.
- ◀ قد يؤدي الحشو والزينة إلى تطرية الأساس وجعله ليناً. وقد يكون هذا مرغوبا أو غير مرغوب حسب الأحوال. وفي حالة الرغبة في الحصول على أساس مقرمش، يتم تجميع المنتج قبل التقديم مباشرة، أما في حالة الرغبة في تطرية الأساس فيتم تجميع المنتج قبل التقديم بوقت كاف.
- ◀ يجب مراعاة طرق حفظ المكونات الفردية العديدة ومراعاة الجودة. فقد يكون من الأفضل أن يتم تجميع منتجات معينة وقت التقديم.
- ◀ يجب ألا يكون التركيب النهائي معقدا أو سهل الكسر، حتى يكون سهل التقسيم إلى حصص ويسهل تقديمه بشكل جذاب.
- ◀ يجب مراعاة إذا كان من الأفضل إعداد المنتج كحصص فردية أو كصنف كبير يتم تقسيمه بعد ذلك. وقد يتوقف هذا على الطبق المطلوب تقديمه والسهولة والسرعة التي يمكن بها تقطيع وتقسيم الصنف الكبير وقت التقديم.

المنتجات الجاهزة:

المساحيق والخلطات المنتجة على نطاق تجاري يمكن أن تستخدم لعمل تشكيلة واسعة من أصناف البودنج والكاسترد والموس والجيلاتين والكريمة. وميزة هذه المنتجات الجاهزة السرعة والرقابة على الجودة وتقليل تكلفة العمالة. ويتم إعداد هذه المنتجات الجاهزة ببساطة طبقاً لتعليمات المنتج. ويمكن أن يحسن الشيف الحلواني المنتج النهائي بإضافة الكريمة المخفوقة أو الفواكه أو الزيئات المناسبة. وكما هو الحال مع كافة المنتجات الجاهزة، تتراوح الجودة من جودة كافية إلى جودة عالية جداً. وتجربة العينات وخبرة التعامل مع الماركات العديدة الموجودة في الأسواق تؤدي إلى اختيار الأفضل والمناسب للمنشأة.

أسئلة الباب الثاني

في ضوء دراستك للباب الثاني أجب عن الأسئلة التالية:

1. ماذا تعرف عما يأتي:

أصناف الكاسترد الحلو - أصناف الكريمة - صوصات الحلوى.

2. كثير من الحلويات والحلوى يتم تجميعها من العجائن المخبوزة والفطائر

والبسكويت والكيك والمنتجات المثلجة وغيرها من المنتجات

في ضوء هذه العبارة ما هي العناصر التي تتكون منها اصناف الحلويات؟

3. ما هي الإرشادات العامة لتجميع أصناف الحلويات؟

4. اشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :

كريمة الحلواني - صوص كاسترد الفانيليا

الباب الثالث

وصفات من الحلوى الغربية

الأهداف:

بدراسة هذا الباب يتمكن الدارس من أن:

- ◀ أن يتعرف على أسس وتجهيز مختلف أنواع الحلوى الغربية.
- ◀ يتمكن من الاتصال الفعال مع الزملاء.
- ◀ يستخدم التقنيات الحديثة في مجال قسم الحلوى.
- ◀ يحسب الخامات اللازمة لإعداد الأطباق المختلفة.
- ◀ يعد نماذج من أطباق الحلوى الغربية.
- ◀ يمارس العمل الجماعي بالمطبخ.
- ◀ يخطط لعمليات التجهيز المسبق للأطعمة.

كريب سوزيت Crêpes Suzette المكونات:

2 كوب	لبن
عدد 2	بيض
1 1/2 كوب	دقيق
رشة	ملح
100 جم	زبدة مذابه
الصوص:	
2 واحدة	عصير برتقال
1 واحدة	بشر برتقال
75 جم	سكر
1/2 واحدة	عصير ليمون

طريقة الإعداد:

الكريب

1. ينخل الدقيق والملح في وعاء عميق.
2. تصنع حفرة في المنتصف ويوضع بها البيض ويضرب بالمضرب حتى يمتزج الخليط.
3. يضاف الحليب تدريجياً حتى يتجانس الخليط.
4. تضاف الزبدة المذابة ويترك العجين في الثلاجة لمدة ساعة.

الصوص:

1. يوضع عصير البرتقال وعصير الليمون الحامض وبشر البرتقال والسكر في قدر على النار حتى يغلي.
2. تضاف الزبدة تدريجياً ثم يضرب بالمضرب السلك حتى يغلظ الصوص قليلاً.
3. تسخن مقلاة الكريب ويصنع وحدات كريب.
4. يطبق كل كريب إلى نصفين ثم إلى ربعين حتى يصبح كالمثلث ثم يصب فوقه الصوص.

كريب الفراولة Creamy Strawberry Crêpes المكونات:

لبن	1/2 كوب
بيض	عدد 3
دقيق	3/4 كوب
ملح	1/2 ملعقة صغيرة
زبدة مذابة	3 ملاعق كبيرة
ماء	1/2 كوب
جبين كريمي	200 جم
سكر بودرة	1 1/4 كوب
زست (قشر) ليمون	1 ملعقة صغيرة
كريمة طازجة	250 جم
شرائح فراولة	250 جم
عصير ليمون	1 ملعقة كبيرة
فانيليا	1

طريقة الإعداد:

1. يخفق البيض واللبن والماء والزبدة المذابة، والدقيق، والملح في الخلاط حتى يصبح مزيج سلس.
2. تمزج جبنة كريم والسكر البودرة، عصير الليمون، وقشر الليمون، والفانيليا في الخلاط الكهربائي حتى يصبح ناعما.
3. تسخن مقلاه الكريب على نار درجة حرارة متوسطة وتسوى أقراص الكريب من كلا الجانبين ثم توضع على ورق منشفة وتترك جانبا.
4. عند التقديم: تملأ اقرص الكريب بشرائح الفراولة وحشوة الجبن ويوضع من على القمة قليل من شرائح الفراولة وحشو الجبن وملعقة آيس كريم فانيليا.

البروفيترول Profiteroles

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 1.2 - 1.3 كجم عجينة

ماء	1/4 لتر
زبدة	100 جم
دقيق	125 جم
بيض	عدد 4
ملح	رشة
كريمة طازجة	1 كوب
سكر بودرة	1/4 كوب
فانيليا	1

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن لدرجة حرارة 220 م .
2. في إناء على النار أغلي الماء والملح والزبدة.
3. ارفع الإناء من على النار ويضاف الدقيق دفعة واحدة مع التقليب السريع بملعقة خشب حتى تتحول كتلة واحدة ثم يرفع الإناء من على النار.
4. يترك العجين ليبرد ثم يضاف البيض واحدة تلو الأخرى مع التقليب الجيد.
5. ضع ورق الفرن على صاج التسوية.
6. قم بتشكيل العجين من خلال كيس الحلواني وقمع سادة.
7. يسوى في الفرن لمدة 25 دقيقة. وتترك لتبرد على رف سلك.
8. تقسم العجينة من المنتصف.
9. اخفق الكريمة في المضرب الكهربائي واضف السكر والفانيليا تصبح ثقيلة.
10. ذوب الشكولاتة في حمام مائي ساخن.
11. املأ البروفيترول بالكريمة ويرش من القمة الشكولاتة الذائبة.

كيك الغابة السوداء (بلاك فورست) Black Forest Cake

المكونات:

مقادير كيك الشكولاتة:	
4 ملاعق	زبد طري
1 1/4 كوب	دقيق
عدد 6	بيض
1/2 كوب	كاكاو
1 كوب	كريمة طازجة
1 1/2 كوب	سكر
1 ملعقة صغيرة	بكينج بودر
لدهان الصينية	دقيق + زبدة
كريمة الحشو:	
2 كوب	كريمة طازجة + كمية اضافية للتزيين
1/4 كوب	سكر بودرة
1	فانيليا
الشراب:	
1 علبة	كريز
للتزيين	شكولاتة سوداء

طريقة الإعداد:

1. يسخن الفرن لدرجة حرارة 180 م°.
2. تدهن صينية فرن دائرية مقاس 28 بقليل من الزبدة، ثم ترش بالدقيق .
3. يخفق البيض مع السكر والزبدة بمضرب كهربائي على سرعة متوسطة لبضع دقائق حتى يُصبح هوائياً ويتضاعف حجمه.
4. يتم نخل الدقيق مع البيكنج بودر والكاكاو.
5. تتم إضافة خليط الدقيق لخليط البيض المخفوق تدريجياً، مع التقليب بخفة باستخدام ملعقة سليكون في اتجاه واحد حتى تتجانس المكونات.
6. يتم صب عجين الكيك في الصينية المعدة.
7. تخبز في الفرن لحوالي 35 دقيقة.

لعمل الحشو لكيك البلاك فورست :

1. تخفق الكريمة الطازجة مع السكر البودرة والفانيليا بواسطة مضرب كهربائي على سرعة متوسطة لمدة 5 دقائق، حتى تتماسك.
2. يُقطع كيك الشكولاتة إلى ثلاث طبقات عرضية متساوية في الارتفاع.
3. تُوضع الطبقة السفلى من الكيك في طبق التقديم ويتم رُشها بقليل من الشرابات.
4. ويُوضع فوقها كمية من حشو الكريمة بحيث يُغطيها، ثم قطع من الكريز المُعلب، ثم الطبقة الوسطى ويُكرر السابق.
5. يُغطى سطح الكيك وجوانبه بالكريمة المخفوقة ويُزين بوردرات من الكريمة والشكولاتة المبشورة.

تورته الفواكه Torte Fruit

المكونات:

مقادير الكيك الاسفنجي:	
عدد 16	صغار بيض
عدد 16	بياض بيض
380 جم	سكر
190 جم	دقيق
110 جم	كورن فلاور
110 جم	زبدة سائلة
4 جم	فانيليا
الحشو: حسب الطلب	
كريم شانتي	
شراب فواكه	
كمبوت فواكه (أناس - خوخ)	
للتزيين:	
كريم شانتي	
فواكه طازجة	
لوز مفروم	
فستق مفروم	
كريز	

طريقة الإعداد:

(كيك الأسبونج):

1. سخن الفرن لدرجة حرارة 180م.
2. ضع صفار البيض في مضرب البيض الكهربائي وخفق على سرعة عالية.
3. ضع 2 ملعقة سكر مع الاستمرار في الخفق ثم أضف الفانيليا، أوقف مضرب البيض ثم ضع الخليط في بوله زجاج نظيف.
4. ضع بياض البيض في المضرب الكهربائي ويخفق ثم أضف باقي كمية السكر قليلا قليلا حتى يصبح المزيج (مارنج).
5. قم بإضافة المارنج إلى صفار البيض ويخلط جيدا بملعقة السليكون.
6. أمزج الدقيق مع الكورن فلاور ثم يضاف من خلال منخل إلى مزيج البيض.
7. أضف الزبدة السائلة مع التقليب الجيد.
8. ضع ورق الزبدة في قالب الكيك ذو قاعدة متحركة ثم بصب المزيج في القالب مع بسط المزيج باسباتول بلاستيك.
9. تخبز الكيك في الفرن مدة 30 دقيقة.

تجهيز التورته:

10. تزال جوانب الكيك الجافة ثم تشق إلى 3 أجزاء وتسقى بشراب الفواكه المحفوظة.
11. يبسط الكريم شانتي على اجزاء الكيك الاولى والثانية وترص قطع الأناناس والخوخ على الكيك ثم يوضع النصف الثالث من الكيك ويبسط فوقه كريم شانتي وعلى جوانب الكيك.
12. يفرد اللوز المفروم في جوانب الكيك ويرش الفستق المفروم على السطح.
12. يزين السطح بقطع الأناناس والخوخ مع الكريز(أو بقطع فواكه أخرى حسب الرغبة).

المافن بالتوت الأحمر البري المجفف Muffin Cranberries, Dried Wild

المكونات:

دقيق لجميع الأغراض	240 جم
سكر مبور	150 جم
بيكينج بودر	8 جم
ملح	1.5 جم
بيض	عدد 2
لبن	240 جم
زبد غير مملح، سائح	60 جم
خلاصة فانيليا	5 جم
بالتوت الأحمر البري المجفف (زبيب)	150 جم
زست ليمون	18 جم

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن إلى 180 م° ، يتم إذابة الزبد، يتم تبطين أقداح المافن أو دهانها بالدهن
2. تتخل المكونات الجافة (الدقيق والسكر وبيكينج بودر والملح) مع بعضها البعض.
3. يتم تقليب المكونات السائلة (البيض واللبن والزبد السائح و خلاصة الفانيليا) مع بعضها البعض.
4. يضاف مزيج المكونات السائلة إلى خليط المكونات الجافة. ويتم التقليب - دون مبالغة- إلى أن يتم فقط أمتزاج المكونات وسيصبح العجين متكتلا.
5. برفق يتم إضافة التوت الأحمر المجفف وزست الليمون إلى العجين مع التقليب.
6. تغرف حصص وحدات المافن في الأقداح بصينية المافن بعد تبطينها بالدهن أو ورق البارشمنت، ويتم الخبيز في 180 م° حتى يصبح الوجه ذا لون بني فاتح، ويتماسك القلب، تقريبا لمدة 18 دقيقة.
7. تترك وحدات المافن حتى تبرد لعدة دقائق قبل محاولة فصلها وإخراجها من الأقداح.

كريم كراميل Crème Caramel

المكونات:

الكراميل:	
سكر	1/2 كوب
عصير ليمون	1/2 ملعقة صغيرة
ماء	3 ملاعق كبيرة
خليط الكريم:	
لبن	1 1/4 كوب
كريمة طازجة	1 1/2 كوب
بيض	عدد 3
صفار بيض	3
فانيليا	1
سكر	1/2 كوب

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن لدرجة حرارة 180م .
2. تجهز صينية ويوضع بها ماء (حمام مائي ساخن) ثم قوالب الكريم كراميل.
3. **خليط الكراميل:** في إناء صغير ضع السكر وعصير الليمون والماء، ثم ضع الاناء على نار متوسطة 5- 6 دقائق مع التقليب بهدوء من وقت لآخر ليصبح الخليط ذهبي اللون. صب الكراميل في قوالب كريم كراميل، حرك القالب يمينا وشمالا لتوزيع الكراميل على القاع ويترك جانبا.
4. **خليط الكريم:** في إناء متوسط الحجم ضع اللبن والكريمة ويترك على نار متوسطة الى ان يصبح ساخن جدا.
5. في وعاء عميق ضع البيض، صفار البيض ، الفانيليا والسكر، قلب بمضرب سلك يدوي الى ان يصبح الخليط ناعما. أضف نصف كوب من خليط اللبن والكريمة الساخن، قلب بمضرب سلك يدوي بهدوء، ليختلط مع البيض جيدا، أضف بقية اللبن مع التقليب الجيد يصفى من خلال مصفاة ضيقة.
6. صب الكريم في قوالب الكريم المغطاة بالكراميل ولا تحرك الخليط.
7. توضع الصينية بها قوالب الكريم في الفرن وتسوي لمدة 30 – 35 دقيقة الى ان يتماسك الكريم كراميل.

8. بعد التسوية يترك جانبا الى ان يصبح بدرجة الحرارة العادية، يوضع الكريم كراميل في الثلاجة 6 ساعات او طوال الليل.
9. أضغط بهدوء على جوانب الكريم كراميل لإبعاده عن حواف القالب، أقلب الكريم كراميل على طبق واسع. ويقدم بارداً.

للتأكد من نضج الكريم كراميل ادخل عود خشبي او سكين رفيعة في وسط الكريم، فاذا خرجت نظيفة يكون الكريم كراميل قد تماسك ونضج.

كريم بروليه Perfect Crème Brulee

المكونات:

عدد 3	صفار بيض
1/4 كوب	سكر ابيض
1 ملعقة كبيرة	سكر بني
250 جم	كريمة طازجة
1	عيدان فانيليا
2 ملعقة كبيرة	سكر ابيض

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن لدرجة حرارة 150م.
2. ضع الكريمة الطازجة في وعاء على نار متوسطة للغليان مع اضافة عود فانيليا.
3. يخفق صفار البيض والسكر معا في وعاء ثم يصب على مزيج الكريمة مع الخفق الجيد وتترك للغليان.
4. يص المزيج في قالب فخار أو صيني ثم يسوى في صينية بها ماء ساخن (حمام مائي ساخن) ويخبز في الفرن لمدة 30 دقيقة، ثم تبرد وتوضع في الثلاجة لمدة 2 ساعة.
5. اجمع السكر البني مع السكر الأبيض ويرش على وجه الكريم ويحمر الوجه حتى يذوب السكر، ثم تبرد وتوضع في الثلاجة مدة 15 دقيقة قبل التقديم .

مووس شكولاه Chocolate Mousse

المكونات:

شكولاتة غامقة	100 جم
زبدة	50 جم
سكر	3 ملاعق كبيرة
صفار بيض	عدد 2
بياض بيض	عدد 2
كريمة خفق	120 جم
فانيليا	2 جم

طريقة الإعداد:

1. يذوب الزبدة والشوكولاتة على نار هادئة جدا ثم ترفع و يخلط بها صفار البيض.
2. يخفق بياض البيض مع السكر حتى قوام ثلجي. يصب خليط الشوكولاتة على البيض و يقلب برفق ثم يخلط تدريجيا مع الكريمة المخفوقة.
3. يصب الخليط في كأس التقديم ويزين بالفراولة و ورق نعناع و يترك في الثلاجة ساعتين قبل التقديم.

ترايفل الفراولة والكريمة Strawberries and Cream Trifle

المكونات:

مكعبات من كيك الأسبونج	200 جم
فراولة	200 جم
عصير تفاح	180 ملل
كريمة خفق	200 جم

طريقة الإعداد:

1. تخفق الكريمة جيدا ، تقطع الفراولة شرائح، توضع قطع الكيك في كأس التقديم.
2. تسقى قطع الكيك بعصير التفاح (أو بنوع جيلي مخفف).
3. ترص قطع الفراولة فوق الكيك، ثم تغطى بطبقة من الكريمة المخفوقة.
4. نعيد الخطوات السابقة مرة أخرى.
5. نزين الوجه بالفواكه و وردات من الكريم شانتي وتوضع في الثلاجة لحين التقديم.

الوافل Waffles المكونات:

دقيق لجميع الأغراض	540 جم
ملح	10 جم
بيكينج بودر	45 جم
سكر مبلور	60 جم
بيض	عدد 4
لين، دافئ	720 جم
زبد غير مملح، يذاب	150 جم
خلاصة فانيليا	10 جم

طريقة الإعداد:

1. تخلط المكونات الجافة مع بعضها في وعاء كبير.
2. يخفق البيض في وعاء آخر منفصل؛ ويضاف اللبن والزبد و خلاصة الفانيليا.
3. يصب المزيج السائل على الخليط الجاف، ويتم التقليب حتى تمتزج المكونات. يحفظ العجين في الثلاجة لحين الاستخدام. يمكن إعداد العجين وحفظه حتى يوم واحد قبل الاستخدام.
4. يتم الطهي في قالب "وافل" سبق إحماؤه طبقا لتعليمات الشركة المصنعة للقالب. يقدم الوافل على الفور بعد تزيين الوجه بما تفضل من مكونات.

تنويعات:

وافل بجوز البيكان Pecan Waffles

يرش 15 جم من جوز البيكان المقطع إلى قطع صغيرة على العجين بمجرد صبه في قالب الوافل. ويمكن الاستعاضة بـ 5 جم نكهة جوز بيكان بديلا عن خلاصة الفانيليا حسب الرغبة.

البانكيك الرقيق Fluffy Pancakes

المكونات:

دقيق لجميع الأغراض	1 كوب
ملح	1/2 ملعقة صغيرة
بيكينج بودر	2 ملعقة صغيرة
سكر	1 ملعقة كبيرة
بيض	عدد 1
لين	3/4 كوب
زبد مذاب	1/4 كوب

طريقة الإعداد:

1. في وعاء صغير أمزج الدقيق والسكر وبيكنج بودر والملح.
2. أخفق كل من البيض واللبن والزبدة في وعاء آخر ثم يضاف لخليط المكونات الجافة.
3. صب الخليط بواسطة مغرفة (1/4 فنجان) في طاسة البانكيك ويطهى من كلا الجانبين.
4. يقدم في الطبق ويزين بالفراولة وشرائح البرتقال.

مافن التوت والكريمة Raspberries Cream Muffins المكونات:

عدد 4	بيض
2 كوب	سكر
1 كوب	زيت نباتي
1 ملعقة صغيرة	خلاصة الفانيليا
4 أكواب	دقيق لجميع الأغراض
1 ملعقة صغيرة	ملح
1 ملعقة صغيرة	من صودا الخبز
2 ملعقة صغيرة	بيكنج بودر
2 كوب	الكريمة الحامضة
2 كوب	التوت الطازج

طريقة الإعداد:

1. في وعاء صغير أخفق البيض وأضف السكر تدريجياً ثم صب ببطء في الزيت وأضف الفانيليا.
2. أخلط جميع المكونات الجافة ثم أضف بالتناوب مع الكريمة الحامضة إلى خليط البيض.
3. أضف بلطف التوت الطازج.
4. صب بملعقة الخليط في قوالب المافن المدهونة بقليل من الزيت.
5. أخبز في الفرن درجة حرارة 350 م لمدة 20 دقيقة.

كيكة الجبن Cheesecake المكونات:

2 علبة	جبنة كريم ،خفت
3 أكواب	جبنة ريكوتا
2 كوب	القشدة الحامضة (Sour Cream)
1½ كوب	سكر
½ كوب	زبدة طرية
3 ملاعق	دقيق لجميع الأغراض
3 ملاعق كبيرة	دقيق الذرة
عدد 4	بيض
2 ملاعق كبيرة	عصير الليمون
1 ملعقة صغيرة	من خلاصة الفانيليا
فاكهة طازجة متنوعة	

طريقة الإعداد:

1. امزج المكونات التالية جبن كريم، جبن ريكوتا، القشدة الحامضة، السكر، الزبدة، الدقيق، دقيق ذرة حتى تتجانس جيدا.
2. اضف البيض واخلط ببطء، اضف عصير الليمون والفانيليا.
3. يصب العجين الناتج في قوالب دائرية متحركة الجوانب مدهونة جيدا بالزبد. يتم الخبز في الفرن في درجة حرارة 150°م حتى يتماسك العجين، تقريبا لمدة 1 - 1.5 ساعة.
4. يتم تبريدها بالكامل قبل فك جوانب القوالب.
5. تزيين بالفواكه الطازجة حسب الرغبة (كيوي، فراولة، توت بري).

تيراميسو Tiramisu المكونات:

200 جم	جبن ماسكربوني (أو جبن كيري)
عدد 2	2 صفار بيض + 2 صفار بيض
2 ملعقة كبيرة	سكر
200 ملل	كريمة ثقيلة
2 كوب	قهوة اسبريسو (أو نيس كافيه)
12 قطعة	بسكويت أصابع
للتزيين	شكلاتة مبشورة

طريقة الإعداد:

1. يُخفق صفار البيض إلى أن يكتسب لونًا فاتحًا، ثم يضاف السكر ويُخفق جيدًا.
2. يضاف جبنة الماسكربوني ويُقلب مع الخليط.
3. يُخفق بياض البيض إلى أن يصبح متماسكًا.
4. تُخفق الكريمة إلى أن تصبح سميكة، ثم تُخلط مع بياض البيض.
5. يُقلب خليط بياض البيض مع خليط جبنة الماسكربوني.
6. يُنقع البسكويت في القهوة قليلًا، ثم يوضع في قاع صحن زجاجي أو وعاء سوقيه.
7. يُغطى البسكويت بكريمة الماسكربوني، ويضاف المزيد من البسكويت المنقوع على الوجه.
8. يُترك التيراميسو ليبرد في الثلاجة.
9. يُرش التيراميسو بالشوكولاتة النصف محلاة المبشورة قبل التقديم.

بودنج الارز Rice Pudding

المكونات:

لبن	2 كوب
لبن جوز الهند	2 كوب
سكر	3 ملاعق كبيرة
أرز بسمتي	1/2 كوب
زبيب	125 جم
مستكة مطحونة	1/4 ملعقة صغيرة
ماء ورد (اختياري)	1/4 ملعقة صغيرة
شرائح لوز محمصة	150 جم
فستق مفروم	50 جم

طريقة الإعداد:

1. ضع لبن جوز الهند واللبن والسكر في اناء على النار ليغلي.
2. أضف الأرز البسمتي مع التحريك المستمر ويطهى على نار هادئة مع التحريك المستمر حتى يغلظ الأرز لمدة 20 دقيقة تقريبًا.
3. أضف الزبيب والمستكة المطحونة وماء الورد ويطهى لبضعة دقائق.
4. يصب الأرز في أطباق التقديم ويزين بشرائح اللوز المحمص والفستق المفروم.

بودنج الشكولاتة والكريمة Chocolate Cream Pudding المكونات:

سكر	1 كوب
نشأ الذرة	2 ملعقة
ملح	1/4 ملعقة صغيرة
لبن	2 كوب
شكولاتة غامقة غير محلاه، مبشورة	200 جم
صفار بيض	عدد 2
زبدة	2 ملعقة كبيرة
خلاصة الفانيليا	2 ملعقة

طريقة الإعداد:

1. ضع نشأ الذرة والسكر والملح ثم صب اللبن والشكولاتة مع التحريك المستمر حتى تذوب الشكولاتة ويصبح الخليط سميكاً.
2. يرفع من على النار ويضاف صفار البيض مع التقليب ثم يطهى مرة أخرى لمدة 2 دقيقة.
3. يرفع من على النار وتضاف الزبدة والفانيليا مع التقليب.
4. تصب في الكأس وتزين بشكولاتة مبشورة وكريم شانتي.

شكولاه بزبدة الفول السوداني Peanut Butter Bars of chocolate

المكونات:

سكر ناعم	2 كوب
زبدة ذائبة	1 كوب
رقائق الشكولاتة	1 1/2 كوب
فتات بسكويت	2 كوب
زبدة الفول السوداني	1 كوب
زبدة الفول السوداني	4 ملعقة كبيرة

طريقة الإعداد:

1. في وعاء متوسط الحجم، تخلط معاً الزبدة وفتات البسكويت والسكر البودرة، و 1 كوب زبدة الفول السوداني، تخلط جيداً.
2. يوضع الخليط في صينية وتوزع بالتساوي.
3. تذوب الشكولاتة مع زبدة الفول السوداني من خلال حمام مائي ساخن مع التقليب المستمر حتى تذوب الشكولاتة.
4. يوزع مزيج الشكولاتة على السطح وتوضع في الثلاجة لمدة ساعة قبل تقطيعها إلى مربعات.

كريب الموز Banana Crepes

المكونات

دقيق	1 كوب
زبدة ، مذابة	3 ملاعق
سكر بودرة	1/4 كوب
بيض	عدد 2
لبن	1 كوب
ملح	1/4 ملعقة صغيرة
زبدة	1/4 كوب
سكر بني	1/4 كوب
قرفة ناعمة	1/4 ملعقة صغيرة
جوزة الطيب ناعمة	1/4 ملعقة صغيرة
كريمة طازجة	1/4 كوب
موز ، مقشر ، مقطع بالطول	عدد 6
كريم شانتي	1 1/2 كوب
قرفة ناعمة	رشة

طريقة الإعداد:

1. ينخل الدقيق والسكر البودرة في وعاء الخلط.
2. يضاف البيض واللبن والزبدة والفانيليا والملح حتى تصبح ناعمة.
3. تدهن مقلاة الكريب بقليل من الزيت وتسوى أقراص الكريب من الوجهين.
4. ذوب 1/4 كوب في إناء على النار ثم أضف السكر البني والقرفة الناعمة وجوزة الطيب الناعمة مع التقليب الجيد ثم أضف الكريمة حتى يصبح المزيج سميكاً.
5. يطهى أنصاف الموز في زبدة بالمقلاة لمدة 3 دقائق ثم صب فوقه الصلصة السابقة.
6. ضع الموز في قرص من الكريب ويلف اسطوانتي ويوضع في طبق التقديم ويصب عليه الصوص وكريم شانتي ورشة قرفة ناعمة.

وافل الشكولاتة Chocolate Waffles المكونات

دقيق	1½ كوب
بيكنج بودر	3 ملاعق صغيرة
ملح	½ ملعقة صغيرة
سكر	½ كوب
مسحوق الكاكاو بدون سكر	3 ملاعق كبيرة
لبن	1 كوب
بيض	عدد 2
زبدة مذابة	4 ملاعق كبيرة
زبدة مرنة	1 ملعقة كبيرة
سكر بودرة	¾ كوب
خلاصة الفانيليا	½ ملعقة صغيرة
لبن	1 ملعقة صغيرة

طريقة الإعداد:

1. سخن ماكينة الوافل الكهربائية.
2. أمزج في وعاء كل من الدقيق وبيكنج بودر والملح والسكر ومسحوق الكاكاو.
3. صب اللبن والبيض والزبدة على الخليط حتى يصبح المزيج ناعماً.
4. صب المزيج في ماكينة الوافل ويسوى حتى يصبح لونها ذهبياً.
5. لعمل الصلصة: أخفق الزبدة والسكر البودرة والفانيليا واللبن معاً حتى يتصبح صلصة متماسكة.
6. يقدم الوافل مع الصلصة الساخنة.

فطائر البانكيك الفراولة والفانيليا Strawberry Vanilla Pancakes

المكونات

دقيق	1 كوب
سكر بني	2 ملعقة كبيرة
بيكنج بودر	2 ملعقة صغيرة
ملح	1 ملعقة صغيرة
بيض	عدد 1
لبن	1 كوب
زيت ذرة	2 ملعقة كبيرة
خلاصة الفانيليا	2 ملعقة كبيرة
فراولة مفرومة	1 كوب

طريقة الإعداد:

1. أمزج في وعاء متوسط الدقيق والسكر البني، وبيكنج بودر والملح.
2. صب المزيج في اللبن والزيت والبيض والفانيليا، وتخلط بشكل جيد ثم اضع الفراولة المفرومة وتقلب جيدا.
3. سخن مقلاة البانكيك المدهونة بقليل من الزيت وقم بتسوية الخليط من على الوجهين.
4. رص فطائر البانكيك فوق بعضها وتزيين بالفراولة.

باريس برست Paris-Brest
المكونات

العجينة:	
خليط ماء + لبن	12.5 سنتيلتر
زبدة	55 جم
سكر	10 جم
دقيق	50 جم
بيض	عدد 2
نشأ ذرة	50 جم
ملح	رشة
الكريمة:	
لبن	25 سنتيلتر
بيض	عدد 3
زبدة ذائبة	150 جم
نشأ ذرة	50 جم
سكر	50 جم
شرائح لوز	115 جم

طريقة الإعداد:

1. العجينة: في وعاء على النار ضع اللبن والماء يغلي مع الزبدة والسكر وورشة ملح.
2. يضاف الدقيق ونشأ الذرة في آن واحد ويقرب جيدا من جميع الحواف ثم يرفع من النار.
3. يضاف البيض واحدة تلو الأخرى مع التقليب الجيد حتى تصبح عجينة ملساء.
4. ضع العجينة في كيس الحلواني وشكل قرص دائري 20 سم.
5. شكل دائرة أخرى من العجين فوق الثانية.
6. أنثر شرائح اللوز فوق القرص وتسوى في فرن 180° م مدة 30 دقيقة.
7. الكريمة: ضع اللبن في إناء على النار ليغلي.
8. أخفق صفار البيض بقوة حتى يتحول على اللون الأبيض ثم يضاف دقيق الذرة.
9. صب اللبن المغلي مع الخفق السريع ويترك على نار متوسطة ثم يرفع من النار ويبرد.
10. أضف الزبدة وتغطي بورق البلاستيك.
11. شق العجينة المسواة من المنتصف وتحشى بالكريمة ثم ترش بالسكر البودرة.

فطيرة الجوز Pecan Pie المكونات

سكر بني	1 كوب
سكر	1/4 كوب
زبدة	1/2 كوب
بييض	عدد 2
لبن	1 ملعقة كبيرة
خلاصة فانيليا	1 ملعقة صغيرة
جوز مفروم	1 كوب

طريقة الإعداد:

1. سخن الفرن درجة حرارة 250°م.
2. في وعاء كبير اخفق البيض جيدا ثم اضف الزبدة المذابة.
3. اضف السكر البني والسكر الأبيض والدقيق مع الخلط الجيد.
4. صب الخليط في صينية التارت.
5. تخبز في فرن حار لمدة 10 دقائق، ثم خفض درجة الحرارة إلى 250°م مدة من 40:30 دقيقة، أو حتى تسوى تماما.
6. تقطع وتزيين بالكريمة المخفوقة وقطع الجوز.

الماكرون الإيطالي Italian Macarons المكونات

لوز مقشر ومطحون ناعم (مثل الدقيق) ،منخول	150 جم
سكر بودرة منخول	140 جم
بياض بيض بدرجة حرارة الغرفة	50 جم
سكر ابيض	120 جم
ماء	40 ملل
بياض بيض	55 جم
دقيق أو كاكاو خام	1 ملعقة كبيرة
سكر	1 ملعقة كبيرة
ألوان جل	حسب الرغبة
للحشو: كريمة زبدة أو جناش	

طريقة الإعداد:

1. في إناء على النار يوضع ال 120 جم سكر مع 40 ملل ماء، ويترك حتى الغليان، حتى يصل لمرحلة الكرة الناعمة (soft ball) ، ولمعرفة هذه المرحلة، نختبر قليل من الخليط في كوب من الماء العادي، اذا تماسكت كرة السكر وكانت طرية عند الضغط عليها، وقتها يرفع الخليط من على النار (لو ذابت كرة السكر في الماء العادي او اصبحت كرة صلبة ،ستفسد الوصفة).
2. في المضرب الكهربائي نظيف جدا وخالي من اي بقايا دهنية (يمكن تنظيفه بالخل اولا) وجاف تماما ، يوضع ال 55 جم بياض بيض ، يراعى ان يكون بياض البيض خالي من اي اثر لصفار البيض.
3. يخفق بياض البيض حتى قوام فومي، ثم تضاف ملعقة السكر بالتدرج مع مواصلة الخفق حتى قوام فومي غير متماسك (soft beak) مثل المنقار اللين.
4. ثم يضاف خليط الماء والسكر المغلي على خليط بياض البيض مع مواصلة الخفق، مع مراعاة صب الخليط على الجنب، يخفق الخليط حتى يصبح قوامه متماسك ، او حتى يبرد الوعاء.
5. في بولة يخلط السكر البودرة المنخول مع اللوز المطحون والمنخول مع ال 50 جم بياض بيض وملعقة الدقيق او الكاكاو حسب الرغبة ، ويقلب جيدا بالملعقة، لو بدون كاكاو يمكن اضافة اللون في هذه المرحلة، او يضاف اللون مع بياض البيض في الخفاقة.
6. يقلب ثلث كمية بياض البيض المخفوق مع خليط اللوز ويقلب جيدا حتى يمتزج الخليط تماما، ثم يضاف باقي خليط بياض البيض المخفوق لخليط اللوز ويقلب بهدوء حتى يصبح قوامه ناعم وسلس ، يتم ضبط القوام حسب مدة التقليل ، كلما كان التقليل اكثر :كلما كان القوام اصبح ناعم وسلس اكثر، (لذا يمكن عمل كل صينية بدرجة تقليل مختلفة، لنكتشف اي قوام هو الاصح). القوام السليم يكون بين السائل والمتماسك.
7. يوضع الخليط في كيس الحلواني مزود بقمع دائري سادة، ويكون القمع لفوق حتى لا يقع الخليط منه.
8. يضغط الخليط على قالب سيليكون المحدد بدوائر، ويمكن استبدال السيليكون بورق زبدة مرسوم عليه دوائر متساوية الحجم، ثم يقلب على الجهة الاخرى.
9. ثم تهز الصينية على الرخامة، حتى يخرج كل الهواء من الماكرون.
10. تترك الصينية لمدة 20 الي 30 دقيقة ليحجف الماكرون.
11. يسوى في الفرن المسخن مسبقا درجة حرارة 145 م° لمدة 15 دقيقة ويمكن ان تصل الي 17 دقيقة حتى تصبح القاعدة جامدة وليست طرية، النضج

الصحيح بيكون له قاعدة من تحت، وملمسه من فوق يكون املس وناعم.
12. يمكن حشو الماكرون بكريمة الزبدة المخلوطة بالكريم تشيز او الجناش حسب الرغبة.

ملحوظة:

هذه الوصفة دقيقة جدا، ولا بد من الالتزام بالجرامات المذكورة في المقادير.

الجناش بالشكولاتة:

تسخن 250 جم كريمة طازجة على النار، ثم تضاف 500 جم الشكولاتة المبشورة بالتدريج على القشطة، مع التقليب المستمر حتى تذوب كل الشكولاتة، ثم يرفع من على النار.
ويصب الجناش السائل فوق التورتة أو للحشو، هذا الجناش بيكون لامع وقوامه رائع.

بيتزا الفواكه Fruit Pizza

المكونات

للعجينة :	
دقيق	1/2 كجم
ماء دافئ	1 1/2 كوب
سكر	1 ملعقة كبيرة
خميرة فورية	1 ملعقة كبيرة
زيت زيتون	1/4 كوب
سميد	1 ملعقة كبيرة
ملح	رشة
للحشو:	
مربي المشمش فواكه مشكلة حسب الرغبة	

طريقة الإعداد:

1. يخلط كوب من الدقيق مع الماء الدافئ والخميرة و السكر، ويقلب جيدا بواسطة ملعقة خشبية، ثم يغطى الإناء ويترك ليختمر مدة ساعة.
2. يضاف باقي الدقيق والزيت والملح ، وتعجن جيدا، حتى الحصول على عجينة متماسكة.
- تغطى العجينة وتترك لتختمر مدة 1/2 ساعة.
3. تقسم العجينة الي كرات وتفرد على سطح مرشوش بالدقيق، ثم توضع في صينية البييتزا المدهونة بالزيت ومرشوشة بالسמיד.
4. تسوفي الفرن من اسفل مدة 5 دقائق، ثم تنقل على الرف الاوسط حتى النضج.
5. تترك لتبرد تماما، ثم تدهن بمربي المشمش، ثم تزين بالفواكه حسب الرغبة.

بانا كوتا Panna Cotta

المكونات

كوب 1/3	لين خالي الدسم
150 جم	مسحوق جيلاتين
كوب 2 1/2	كريمة خفق
كوب 1/2	سكر
1 1/2 ملعقة صغيرة	خلاصة الفانيليا

طريقة الإعداد:

1. في وعاء ضع اللبن مع مسحوق الجيلاتين ويحرك جيدا، يترك جانبا.
2. ضع في اناء الكريمة الثقيلة والسكر على نار درجة حرارة متوسطة ويغلي وتراقب جيدا حتى ترتفع الكريمة.
3. صب الجيلاتين واللبن مع الثقليب الجيد حتى يذوب تماما يطهى لمدة دقيقتان.
4. يرفع الإناء من على النار وتضاف الفانيليا.
5. صب في قوالب التقديم وتترك لتبرد وتغطى بغلاف بلاستيك وتوضع في الثلاجة 4 ساعات قبل التقديم، تزيين بالفراولة .

الخلاصة

أصناف الحلوى الغربية التي تقدّمها المطاعم اليوم صحيحة قوية بعيدة كل البعد عن مجرد شريحة متواضعة من فطيرة التفاح، مع أنه لا شيء يفوق فطيرة مصنوعة بحرفة وفن من فاكهة ناضجة في أوج موسمها!

فمع شيوع وشهرة أطباق الحلوى، صارت أمام شيفات الحلوى الغربية المزيد من الفرص لتطوير أسلوبهم. خلق التوازن بين المكونات المتباينة على أطباق الحلوى من حيث المذاق والملمس والقوام ودرجة الحرارة إلى صنع أطباق حلوى ذات قدرة كبيرة على إثارة كل الحواس. وشيفات الحلوى الذين لديهم القدرة على إبداع هذه الأطباق المبتكرة يمكنهم تحقيق دخل كبير يعادل الدخل الذي يحققه الشيفات الكبار البارزون في المطبخ.

أسئلة الباب الثالث

في ضوء دراستك للباب الثالث أجب عن الأسئلة التالية:

1. ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات التالية:

- مكونات كريب سوزيت:

[2 كوب لبن - 2 بيضة - 1 1/2 كوب دقيق - رشة ملح - 100 جم زبدة] ()

- مكونات مووس شكولاة:

[100 جم شكولاتة - 50 جم زيت - 4 بيض كامل - 200 جم كريمة خفق] ()

2. اشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من:

- البروفيتروول Profiteroles

- تورتة الفواكه Torte Fruit

- كيكة الجبن Cheesecake

- ترايفل الفراولة والكريمة Strawberries and Cream Trifle

- كريم بروليه Perfect Crème Brulee

3. اذكر المكونات فقط لكل من:

- كريم كراميل Crème Caramel

- الباوند كيك الانجليزي English Pound Cake

- تورتة الفواكه Torte Fruit

- بودنج الشكولاتة والكريمة Chocolate Cream Pudding

الباب الرابع

وصفات من الحلوى الشرقية

الأهداف:

بدراسة هذا الباب يتمكن الدارس من أن:

- ◀ أن يتعرف على أسس وتجهيز مختلف أنواع أطباق الحلوى الشرقية.
- ◀ يتمكن من الاتصال الفعال مع الزملاء.
- ◀ يحسب الخامات اللازمة لإعداد الأطباق المختلفة.
- ◀ يعد نماذج من أطباق الحلوى الشرقية.
- ◀ يمارس العمل الجماعي بالمطبخ.
- ◀ يخطط لعمليات التجهيز المسبق للأطعمة.

عيش السرايا

المكونات:

عدد 5	عيش توست
2 ملعقة كبيرة	سكر
1 ملعقة كبيرة	ماء ورد
1كوب	كريمة خفق
1كوب	لبن كامل الدسم
200 جم مكسرات	مكسرات
1ملعقة صغيرة	نشأ
1 كوب	قشطة
مقادير شربات السكر:	
1 كوب	ماء
2 كوب	سكر
2 ملعقة صغيرة	ماء زهر
2 ملعقة صغيرة	عصير ليمون

طريقة الإعداد:

1. لعمل شربات السكر: في اناء على النار ضع الماء والسكر ومع التحريك الجيد لمدة 10 دقائق، تزال اي رغوة على السطح بالملعقة .
2. اضع عصير الليمون مع التقليب ويترك الخليط على النار لمدة 10 دقائق حتى ينقل المزيج ثم يرفع من على النار ويضاف ماء الزهر ويترك ليبرد.
3. أضف الكريمة واللبن والسكر وماء الورد وماء الزهر والمكسرات والنشأ وتمزج المكونات جيدا .
4. يوضع عيش التوست في طبق التقديم وفوقه القشطة ثم طبقة أخرى من التوست وفوقه خليط الكريمة.
5. يخبز في الفرن درجة حرارة 150°م لمدة 20 دقيقة .
6. صب الشربات فوق عيش السرايا ويزين بالفستق المفروم وقطع القشدة.

ملحوظة : (الفرق بين ماء الورد وماء الزهر)

◀ ماء الورد:

يصنع من اوراق الورد الجوري الزهري اللون الذي يكون له رائحة قوية و نفاذة ويعطي طعم لذيذ ومميز للمخبوزات والكعك والكوكيز وسلطة الفواكه.

◀ ماء الزهر:

فيصنع من زهر ثمرة " البوصفير " وهي ثمرة من الحمضيات التي تزرع على ساحل البحر الابيض المتوسط وهي ثمرة تشبه البرتقال ولكن طعمها فيه بعض المرارة، يمكن اضافة ماء الزهر الى بعض أطباق الحلويات التي تصنع بكثرة في المنازل مثل الأرز باللبن مع الفانيلا .
يمكن أيضا اضافة ماء الزهر الى بعض الصلصات والحلويات والشوكولاتة، ويمكن أيضا إضافته الى الحلوى المحتوية على التوت والفراولة.

كنافة بالمكسرات

المكونات:

1 كجم	كنافة
1 كوب	سمن
2 كوب	مكسرات، محمصه، مقطعة إلى قطع كبيرة
1/4 كوب	سكر
2 ملعقة كبيرة	قرفة
مقادير شربات السكر:	
1 كوب	ماء
2 كوب	سكر
1 عود	قرفة
2 ملعقة صغيرة	عصير ليمون

طريقة الإعداد:

1. تُجهز المكسرات بأن تُخلط المكسرات بالسكر والقرفة معًا.
2. لعمل الكنافة، بواسطة الأصابع يُؤخذ شريط من الكنافة ويوضع برفق على الطاولة، وتُفرك الكنافة بالسمن بوفرة باستخدام فرشاة. توضع المكسرات ناحية الطرف القريب، وتُلف لعمل إصبع سميك، ثم توضع بحذر في صينية خبز.
3. تُكرر نفس الطريقة إلى أن تُملأ الصينية بأكملها.

4. تُدهن الكنافة بكمية وافرة من السمن.
5. توضع صينية فارغة على وجه الكنافة، وتُملأ الصينية بالحبوب المجففة.
6. تُخبز الكنافة في فرن ساخن على درجة حرارة 170 م° لمدة 30 دقيقة ثم ترفع الصينية العلوية و تترك الكنافة لمدة 10 دقائق لكي يصبح لونها ذهبي.
7. عندما نخرجها من الفرن و ما زالت ساخنة ، تُرش الكنافة بالشربات.
8. الشربات: يوضع الماء ومعه السكر في إناء على النار، ويُترك إلى أن يغلي، ثم يضاف عصير الليمون وعود القرفة ويُترك الخليط ليغلي على نار هادئة إلى أن يصبح الشربات سميكًا.

كنافة بالكاسترد

المكونات:

كنافة مفروكة	1/2 كجم
سمن	2 ملعقة كبيرة
كاسترد، مذوب في ماء	3 ملعقة كبيرة
لبن	1 كوب
مقادير الشربات:	
ماء	1 كوب
سكر	1/2 كوب
عصير ليمون	2 ملعقة صغيرة

طريقة الإعداد:

1. نقطع الكنافة قطع صغيرة جدا ثم تقسم الكمية إلى نصفين.
2. يوضع الحليب على النار حتى يسخن ، ثم يضاف الكاسترد ويقرب حتى يصبح المزيج كثيفاً، ثم يرفع من على النار ويترك حتى يبرد.
1. نضع ملعقة-كبيرة من السمن البلدي في مقلاة على النار، ثم يضاف النصف الأول من كمية الكنافة ويحمص في السمن حتى يصبح لونه ذهبي فاتح.
2. يوضع نصف مقدار الكنافة المحمص في صينية الفرن ويُرص جيداً ليكون أو طبقة في الصينية.
3. يوضع باقي مقدار الكنافة مع السمن على النار ويحمص أيضاً حتى يصبح لونه ذهبياً.
4. نضع حشوة الكاسترد على أول طبقة من الكنافة ، ثم يوضع باقي المقدار ويضغط عليها بخفة حتى تكتمل الصينية جيداً.

5. توضع الصينية في فرن على درجة حرارة 180 م - 200 م لمدة 20 دقيقة.
9. تُخرج صينية الكنافة بالكاسترد من الفرن وتضاف إليها الشربات وهي ساخنة.
10. الشربات: يوضع الماء ومعه السكر في إناء على النار، ويُترك إلى أن يغلي، ثم يضاف عصير الليمون ويُترك الخليط ليغلي على نار هادئة إلى أن يصبح الشربات سميكًا.

بقلاوة بالجوز واللوز والبندق المكونات:

عجينة البقلاوة (الرقائق)	1 كجم
سمن لدهان العجينة	الكمية حسب العجينة وحجم الصينية
الحشو:	
لوز محمص مطحون	1/4 كوب
جوز محمص مطحون	2 ملعقة كبيرة
بندق محمص مطحون	1 كوب
سكر	2 كوب
قرفة	1 عود
ماء ورد	2 ملعقة صغيرة
حبات لوز وحببات صنوبر	للتزيين
عسل نحل مخفف بماء الورد	200 جم

طريقة الإعداد:

1. تخلط المكسرات مع القرفة والقرنفل وتجمع بماء الزهر او الورد وتترك جانبا.
2. تدهن الصينية بالزبدة.
3. ترص ورقات عجينة البقلاوة مع دهنها بالسمن بفرشاة بين كل طبقة ٨ طبقات تقريبا ،نضع الحشو (المكسرات).
4. يرص باقي الورقات مع دهنها بالسمن ثم تدهن اخر طبقة.
5. تقطع بسكين حادة وتزين بقطعة لوز او صنوبر في الوقت نفسه.
6. يصب قليل من السمن على جميع الجلاش.
7. تخبز لنصف ساعة، الخمس دقائق الاولى على درجة حرارة 150 م ثم الباقي على درجة حرارة 170 م ، ثم تخرج من الفرن.
8. تسقى بالعسل المخفف بماء الورد وتترك لتنتشر العسل ثم تقدم.

أصابع البقلاوة باللوز المكونات:

عجينة البقلاوة (الرقائق)	1 كجم
سمن لدهن العجينة	1/2 كوب
لوز محمص مطحون	1/4 كوب
ماء	1 كوب
سكر	2 كوب
عصير ليمون	2ملعقة صغيرة

طريقة الإعداد:

1. تحضر الشربات أولاً بوضع الماء والسكر على النار في قدر حتى يغلي ، ثم يضاف الليمون ويترك على نار هادئة لربع ساعة حتى يتكثف ثم يترك ليبرد .
2. تفرد رقائق البقلاوة واحدة تلو الأخرى حتى خمس رقائق ، وتدهن كل منها بالزبدة المذابة .
3. توزع ملعقتين كبيرتين من الجوز المفروم على طبقات البقلاوة المدهونة بالسمن ، ثم تلف لفافات رقيقة ، وتكرر الخطوة مع باقي الرقائق .
4. تقطع اللفات المبرومة لأصابع متوسطة الطول .
5. ترص أصابع البقلاوة في صينية مدهونة بالسمن .
6. تخبز الصينية في فرن ساخن بدرجة حرارة 170 م° لمدة ربع ساعة وتكتسب لونا ذهبيا .
7. تخرج صينية البقلاوة من الفرن ، وتسقى بالشربات الباردة ، وتترك لتتسرب جيدا ، ثم ترص في طبق التقديم .

قوالب القطايف:

المكونات:

حبة قطايف، كبيرة الحجم	6
سمن	1/2 ملعقة كبيرة
حليب مركز محلى خالي الدسم	1 عبوة
كريمة مخفوقة	1 كوب
عصير برتقال، مركز	1/4 كوب
فص برتقال	1

طريقة الإعداد:

1. أدهن القطايف بالزبدة وتوضع في قوالب كب كيك وتخبز حتى تتحمص وتكتسب اللون الذهبي وتأخذ شكل القوالب.
2. يخلط الحليب مع عصير البرتقال، ثم تضاف الكريمة.
3. تقلب فصوص البرتقال مع الحشو وتملأ الأكواب بالخليط وتقدم.

بسبوسة باللوز

المكونات:

دقيق سميد ناعم	2 كوب
سكر	1 كوب
بيكنج بودر	1 ملعقة كبيرة
زبادي	1/3 كوب
سمن مذاب	1 كوب
لوز	150 جم
مقادير الشربات:	
ماء	2 كوب
سكر	2 كوب
عصير ليمون	1 ملعقة كبيرة

طريقة الإعداد:

1. يوضع في وعاء دقيق السميد والسمن ويدعك باليد خفيفاً.
2. أضف السكر والزبادي وكنج باودر وتدعك خفيفاً باليد.
3. يُدهن قالب حجم 26 سم بالسمن.
4. يُصب الخليط في القالب المجهز، مع طرق القالب على سطح الطاولة مرة واحدة لتسوية العجين.
5. يُسوى سطح العجين بواسطة يدين مبللتين، ثم تُقطع إلى قطع ماسية وتوضع حبه لوز على كل قطعة، يُترك العجين ليرتاح لمدة 30 دقيقة.
6. يُسخن الفرن إلى درجة حرارة 180°م.
7. تُخبز في الفرن لمدة 10 دقائق على الرف من أسفل، ويُستكمل الخبز لمدة 10 دقائق على الرف العلوي حتى يحمر الوجه.
8. يُحضر الشربات أثناء خبز البسبوسة في الفرن، ثم يُصب الشربات الساخن مباشرة فوق البسبوسة الساخنة، تقطع البسبوسة باردة.

أم علي

المكونات:

رقاق (أو عجين مورق مستوي)	1 لفة
سمن أو زبدة	200 جم
لبن	750 جم
كريمة خفق	750 جم
سكر	250 جم
زبيب	$\frac{1}{4}$ كوب
فستق محمص ومسحوق	$\frac{1}{4}$ كوب
لوز محمص	$\frac{1}{4}$ كوب

طريقة الإعداد:

1. إذا استخدم الرقاق يكسر ويحمر في السمن أو الزبدة، أما إذا استخدم العجين المورق المستوي فلا يُحمص ويكسر ويتم تحميصه في الفرن.
2. ضع اللبن في اناء على النار والسكر يغلي .
3. ضع قطع الرقاق أو العجين المورق في الطاجن الفخار ثم صب مزيج اللبن.
4. ضع المكسرات المشكلة ثم ضع الكريمة المخفوقة في كيس الحلواني وابسطها على الوجه .
5. يحمر الوجه في الفرن لبضع دقائق إلى أن يكتسب الوجه لونا ذهبياً فاتحاً.

بلح الشام
المكونات:

عدد 5	بيض
2 كوب	دقيق
1 1/2 كوب	ماء
1 كوب	زيت قلي (حسب الكمية)
3/4 كوب	زيت ذرة
1/2 ملعقة صغيرة	سكر
1 جم	فانيليا
1/2 ملعقة صغيرة	ملح
مقادير الشربات:	
1 كوب	ماء
2 كوب	سكر
2 ملعقة صغيرة	عصير ليمون

طريقة الإعداد:

1. نحضر اناء ونضع به الماء والزيت والملح والسكر ونقوم بوضعه على النار حتى الغليان.
2. بعد مرحلة الغليان نضع الدقيق مرة واحدة ونقوم بتهدئة النار ثم يرفع من على النار ونستمر في التقليب الى ان نحصل على عجينة لا متماسكة وغير لينة، وتترك لتبرد 30 دقيقة.
3. نأخذ الاناء الذي به العجين ونضعه في مكان بارد ونضع البيض واحدة تلو الاخرى وذلك بانه نوضع بيضة ونقلب عن طريق المضرب السلك الى ان تختفي البيضة نهائيا ثم بعد ذلك نضع البيضة التالية ونقلب الى ان تختفي ونستمر بعمل هذه العملية الى ان ينتهي البيض الموجود لدينا في الوصفة مع وضع الفانيليا والتقليب المستمر الى ان نصل لعجينة متماسكة.
4. نضع الزيت على النار درجة حرارة متوسطة ونقوم بوضع العجين في كيس الحلواني جيدا ومن ثم نقوم بوضع العجين في الزيت الغزير على شكل اصابع بلح الشام المعروفة ويكون الزيت بارد وغزير ونقوم بتهدئة النار ونستمر في التقليب الى ان نحصل على اللون الذي نرغب به وهو اللون الذهبي المعروف ثم يسقى بالشربات.

مهلبية في الفرن المكونات:

سكر	6 ملعقة كبيرة
لبن	4 كوب
نشأ	3 ملعقة كبيرة
ماء ورد	1 ملعقة صغيرة
سمن	1 ملعقة كبيرة
سكر بودرة	1 ملعقة كبيرة
مكسرات مفرومة	$\frac{1}{4}$ كوب

طريقة الإعداد:

1. يذوب النشا في نصف كوب لبن جيدا.
2. نضع باقي مقدار اللبن في وعاء على النار ونضيف السكر ونقلب جيدا.
3. عند الغليان يرفع من على النار و نضيف النشا المذوب مع الاستمرار في التقليب السريع حتى لا يتكتل الخليط.
4. يوضع الخليط ثانيا على النار مع التقليب المستمر مع إضافة ماء الورد ونقلب حتى يغلظ القوام.
5. يصب الخليط في بولات صيني صغيرة ويوضع على سطحها قليل من سكر البودرة وقطعة من السمن وتوضع في الفرن حتى يحمر وجهها.
6. تترك لتبرد وينثر فوقها المكسرات وتقدم باردة.

نوجا بالمكسرات المكونات:

سكر	$1 \frac{1}{2}$ كجم
لبن	$\frac{1}{4}$ لتر
عسل جلوكوز	2 ملعقة كبيرة
عصير ليمون	$\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة
بياض بيض	عدد 2
نشأ	للفرد
فستق سليم	$\frac{1}{4}$ كوب
لوز مجروش	$\frac{1}{4}$ كوب

طريقة الإعداد:

1. يُذاب السكر في الماء على نار متوسطة ويُضاف عصير الليمون والجلوكوز مع التقليب.
2. تُخفف الحرارة ويُترك الخليط على نار هادئة حتى يُعقد (يصبح غليظاً)، ثم يُرفع بعيداً عن النار.
3. يُخفق بياض البيض في وعاء عميق بواسطة مضرب كهربائي على سرعة عالية حتى يُصبح كالمارنج (صلباً).
4. يُضاف خليط السكر تدريجياً، مع الاستمرار في الخفق على سرعة بطيئة (وسنلاحظ أن حجم بياض البيض أصبح أقل)، ثم تُرفع سرعة الخفق حتى يبرد الخليط (يُمكن التأكد من ذلك عند إمكانية وضع اليد على سطح الوعاء من الخارج وتحمل الحرارة).
5. يُضاف الفستق واللوز مع التقليب بخفة حتى تتداخل المكونات.
6. توضع كمية كبيرة من النشا في قالب سيراميك (يتحمل الحرارة) أو في صاج فرن (به ورق حراري)، ثم يُصب عليه الخليط ويُوزع بالتساوي ويُغطى بكمية أخرى من النشا.
7. تُترك لتبرد تماماً وتوضع في الثلاجة 30 دقيقة.
8. تُقطع إلى مربعات وتُرص في طبق التقديم، مع التخلص من النشا الزائد.

أرز باللبن

المكونات:

سكر	400 جم
ماء	2 كوب
نشا	1 ملعقة كبيرة
فانيليا	1 ملعقة صغيرة
لبن	1 لتر
كريمة طازجة	1/2 كوب
أرز	1/2 كوب
ماء ورد	1 ملعقة صغيرة
مستكة مطحونة	عدد 5
فستق	للتزيين

طريقة الإعداد:

1. أغسل الأرز ويوضع في المصفاة ثم يوضع في اناء به 2 كوب ماء على النار ويترك حتى يشرب الماء.
2. أضف 1 لتر لبن ثم تضاف الكريمة مع التقليب المستمر.
3. ذوب النشا في قليل من اللبن وتضاف إلى الأرز مع الاستمرار في التقليب.
4. إذا لم ينضج الأرز جيدا أضف قليل من اللبن حتى ينضج الأرز جيدا.
5. اضف السكر مع الاستمرار في التقليب حتى يتماسك الأرز.
6. يرفع الاناء من على النار وتضاف المستكة المطحونة وماء الورد.
7. يصب الأرز في بولات التقديم ويزين بالفستق أو المكسرات حسب الرغبة ويوضع في الثلاجة لحين التقديم.

صوابع زينب

المكونات:

دقيق	1 كوب
دقيق سميد	1 كوب
زيت	1/4 كوب
سكر	1 ملعقة كبيرة
ملح	1/4 ملعقة صغيرة
فانيليا	1
ماء دافئ	للعجن
مقادير الشربات:	
ماء	2 كوب
سكر	2 كوب
عصير ليمون	2 ملعقة صغيرة

طريقة الإعداد:

1. في وعاء عميق أمزج الدقيق، السميد، الخميرة، السكر، الفانيليا، الملح .
2. أضف الزيت ويخلط مع الدقيق ثم اضف بالتدريج حتى تتكور العجينة وتكون عجينة طرية وناعمة ولا تلتصق بالوعاء.
3. تغطي العجينة وتترك لتخمر جيدا.
4. تقطع العجينة كرات صغيرة الحجم وتبرم على شكل أصابع.
5. نضع كل إصبع على مبشرة ونضغط عليها مع لفها لأسفل حتى تعطي شكل الإصبع.

5. تقلى أصابع العجينة في الزيت الساخن حتى تأخذ اللون الذهبي.
6. ترفع من على النار وتوضع في مصفاه ثم توضع في الشربات البارد.
7. ترص في طبق التقديم وتزيين بجوز الهند.

رموش الست

المكونات:

دقيق	1½ كوب
دقيق سميد	¾ كوب
زبدة	½ كوب
سكر بودرة	½ كوب
ملح	¼ ملعقة صغيرة
فانيليا	1
بيض	عدد 2
بكينج بودر	1 ملعقة صغيرة
جوز هند	¼ كوب
مقادير الشربات:	
ماء	2 كوب
سكر	2 كوب
عصير ليمون	2 ملعقة صغيرة

طريقة الإعداد:

1. أخفق السكر البودرة مع الزبدة جيدا، ثم اضع البيض واحدة تلو الأخرى مع الاستمرار في الخفق.
2. في وعاء منفصل أخلط الفانيليا و جوز الهند و الدقيق و السميد و بكينج بودر الملح و نخلطهم جيدا.
3. اضع الخليط تدريجيا للخليط السابق مع الاستمرار في الخفق ثم العجن حتى نحصل على عجينة ملساء.
4. تشكل العجين على هيئة كرات صغيرة أو أصابع ونضغط عليها قليلا بحرف الشوكة.
5. في صينية مدهونة زيت أو سمن نرص عليها كرات العجين و ندخلها الفرن 15 دقيقة على درجة حرارة 180 م.
6. نغمس رموش الست في الشربات البارد وتقدم.

زلابية (لقمة القاضي)

المكونات:

دقيق	1/2 كوب
ماء بارد	1 كوب
زيت عباد الشمس	1/4 كوب
خميرة	1 ملعقة كبيرة
نشأ	1 ملعقة كبيرة
ماء دافئ	1/2 كوب
ملح	1/2 ملعقة صغيرة
سكر	1/2 ملعقة صغيرة
مقادير الشربات:	
ماء	3/4 كوب
سكر	1/2 كوب
عصير ليمون	1 ملعقة كبيرة

طريقة الإعداد:

1. ذوب الخميرة في الماء الدافئ والسكر واطف الزيت والملح ثم تترك لتخمر 30 دقيقة.
2. في وعاء كبير ضع الدقيق ويضاف اليه مزيج الخميرة مع التقليب الجيد.
3. ذوب النشا في كوب من الماء ثم تضاف لخليط الدقيق، وتخفق المكونات جيدا حتى تمتزج تماما العجينة ثم تغطى وتترك لترتاح 30 دقيقة.
4. سخن الزيت في اناء على النار وجهاز العجينة للقلي، مع تجهيز وعاء غويط به ماء.
5. أغمس ملعقة صغيرة في الماء ثم قطع بها العجينة قطع صغيرة وباليد الثانية تكور العجينة على شكل وتقلى في الزيت مع التقليب حتى تحمر من جميع الجوانب.
6. تغمس الزلابية في الشربات وتقدم ساخنة.

الأرز المعمر الحلو المكونات:

أرز	2 كوب
ماء	3 أكواب
سكر	2 كوب
فانيليا	1
ملح	1/4 ملعقة صغيرة
لبن	3/4 لتر
سمن	1/4 كوب
قشطة	1/4 كوب

طريقة الإعداد:

1. يغسل الأرز بالماء وينقع لمدة ساعتين.
2. يصفى الأرز من ماء النقع ويوضع في إناء مع ثلاث أكواب من الماء الساخن وتتركه على النار حتى يقرب على النضوج.
3. نضيف اللبن والفانيليا والسكر ورشة الملح للأرز وتتركه على النار حتى يغلي.
4. ثم يغرف الأرز في طاجن أو صينية فرن مدهونة بالزبد ونضع فوقها قطع القشطة ونضعها في الفرن عند درجة حرارة 180 م حتى ينضج ويحمر وجهه.
5. يغرف الأرز في أطباق التقديم ويحجم بالمكسرات وجوز الهند.

العاشوراء المكونات:

قمح مقشور	500 جم
سكر	400 جم
كريمة خفق	4 ملعقة كبيرة
لبن	3 أكواب
فانيليا	1
نشأ	2 ملعقة كبيرة
قرفه	1 ملعقة كبيرة
مكسرات	للتزيين

طريقة الإعداد:

1. ينقع القمح المقشور (تنقع غلة البليلة من 4 الى 6 ساعات).
2. ينقى القمح المقشور و يعاد تقشيريه ببلة بقليل من الماء و دعة براحة اليدين ثم يوضع في منخل سلك و يدعك باليد للتخلص من باقي القشور ثم يغسل جيدا عدة مرات.
3. يوضع في اناء واسع و يغطى بالماء و يرفع على النار مع اضافة ماء كلما احتاج حتى النضج.
4. يترك لمدة لا تقل عن 6 ساعات حتى يتكون النشاء و يتضاعف حجم القمح.
5. يصفى نصف المقدار القمح الناضج او يضرب بالخلط.
6. تضاف الكمية المضافة الى النصف الاخر غير المصفى و يرفع على نار هادئة.
7. يضاف اللبن و السكر و الفانيليا و النشا بعد مزجة بقليل من الماء البارد.
8. يقلب جيدا مدة عشر دقائق حتى يتماسك القوام ثم يغرف في اطباق التقديم و يجمل الوجه بالقرفة أو المكسرات.

هريسة الذرة

المكونات:

دقيق الذرة	1 كوب
دقيق أبيض	1 كوب
لبن	$\frac{3}{4}$ كوب
سكر	$1\frac{1}{4}$ كوب
زيت	$\frac{1}{2}$ كوب
بيكنج بودر	2 ملعقة صغيرة
فانيليا	1
بيض	عدد 4

طريقة الإعداد:

1. نخلط الزيت مع كل من السكر و اللبن و البيض و الفانيليا في خلط كهربائي.
2. نصب الخليط في وعاء لعجنه ، ثم يضاف له دقيق الذرة و الدقيق الأبيض و بيكنج باودر (المكونات الجافة) و يخلط جيدا و يوضع الخليط في صينية غير لاصقة (تيفال).
3. تخبز الهريسة في الفرن درجة حرارة 180 م° إلى أن تنضج، و تقدم باردة.

سد الحنك بالعسل الابيض
المكونات:

سمن بلدي	1/2 كوب
دقيق	1 كوب
ماء دافئ	1 كوب
عسل أبيض	1 كوب
	للزينة :
	فستق مجروش.
	عسل أبيض .

طريقة الإعداد:

1. في إناء على النار، يضاف السمن ويضاف الدقيق بالتدريج مع التقليب.
2. تقلب جيدا حتى القوام الكريمي، تقلب باستمرار حتى يتحمص الدقيق جيدا ويكتسب اللون الذهبي.
3. يقلب العسل مع الماء الدافئ في بولة ، ويمكن اضافة ماء الورد او ماء الزهر حسب الرغبة.
4. يضاف خليط العسل الأبيض الي خليط الدقيق والسمن ، ويضاف عليه بالتدريج مع التقليب المستمر ، حتى تتكون عجينة متماسكة قابلة للتشكيل. مع مراعاة ان يكون على نار هادئة.
5. توضع في قوالب سيليكون أشكال وتضغط جيدا، ويمكن تركها تبرد ثم تشكل باليد حسب الرغبة (يمكن ان تشكل كرات صغيرة)
6. تقلب من قوالب السليكون على طبق التقديم، وترش بالعسل الأبيض وتزين بالفستق.

ملاحظات:

يمكن اضافة ماء ورد او ماء زهر للوصفة.

الخلاصة

الحلويات الشرقية هي أنواع الحلويات ذات الأصول العربية والإسلامية في منطقة شمال إفريقيا والشرق الأوسط، والتي كانت تحضر منذ القدم، ولا زالت تحضر حتى أيامنا هذه حتى مع وجود أنواع كثيرة من الحلويات الغربية، ومن أشهرها الكنافة، وبلح الشام، والمهلبية، والبسبوسة وغيرها الكثير، تُعتبر الحلويات الشرقية من أكثر الحلويات طلباً من قبل الناس، وذلك لسهولة تحضيرها، ومذاقها الحلو، وتعتمد هذه الحلويات على كميات بسيطة من المكونات التي يمكن أن تتواجد في أي منزل، وتحتوي على مصادر غذائية مهمة للجسم، وتعد السكريات أهم هذه المكونات لما لها من فوائد كثيرة للجسم، لأنها تمدّه بالطاقة اللازمة لممارسة الحياة الحيويّة، ويكثر تحضير هذه الحلويات في المناسبات الخاصة لطالما امتازت دول الوطن العربي بالحلويات الشرقية التي أضافتها لقائمة أطباق الحلويات العربية، حيث استطاعت أن تحظى هذه الأصناف من الحلويات الشرقية بإقبال كبير، وأصبحت هناك محلات منتشرة في معظم الدول العربية وفي دول الاغتراب تختص بتحضير الحلويات الشرقية، والتي لك أن تلاحظ تنوع أصنافها وأشكالها ومذاقها عند دخولك لهذه المحلات.

أسئلة الباب الرابع

في ضوء دراستك للباب الرابع أجب عن الأسئلة التالية:

1. ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات التالية:

- مكونات كنافة بالمكسرات:
- [1 كجم كنافة - كوب سمن - كوب سكر - 50 جم مكسرات - قرفة] ()
- مكونات بسبوسة باللوز:
- [1 1/4 كوب دقيق سميد - 75 جم سكر - 1 ملعقة صغيرة بيكنج بودر
75 ملل زبادي - 75 ملل سمن مذاب - 150 جم لوز] ()

2. اشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :

- كنافة بالكاسترد

- أصابع البقلاوة باللوز

- أم علي

- مهلبية في الفرن

3. اذكر المكونات فقط لكل من:

- نوجا بالمكسرات

- زلابية (لقمة القاضي)

- الأرز المعمر الحلو

- بسبوسة باللوز

الباب الخامس

الحلوى المثلجة

الأهداف:

بدراسة هذا الباب يتمكن الدارس من أن:

- ◀ يتعرف على المصطلحات المتداولة لأنواع المثلجات.
- ◀ يعد نماذج من المثلجات.
- ◀ يتعرف على اسس وتجهيز مختلف أنواع المثلجات.
- ◀ يخطط لعمليات التجهيز المسبق للأطعمة.
- ◀ يحسب الخامات اللازمة لإعداد الأطباق المختلفة.
- ◀ يستخدم التقنيات الحديثة في مجال قسم الحلوى.

الحلوى المثلجة Frozen Desserts

تتضمن الحلوى المثلجة الآيس كريم والجيلاتي Gelato والحلوى المجمعة مع الآيس كريم مثل آيس كريم الأسكا المخبوز وآيس كريم بومب وبارفيه. وبيوريه الفواكه المثلج الذي يعرف باسم الشربات الفرنسي والشربات الأمريكي يندرج أيضا ضمن هذه المجموعة. والحلوى المثلجة نصف المبردة، التي تعرف باسم Semifreddo ، تصنع من الكاسترد أو الموس ولكنها تتلج بدون خضّ.

ملحوظة:

عند صنع أي مزيج مثلج، تذكر أن البرد يضعف النكهات التي تكون في أحسن الحالات في درجة حرارة الغرفة، ولكنها تضعف كلما انخفضت درجة حرارة المزيج. لذا فمن المهم زيادة تحلية أو زيادة نكهة الكريمة أو الكاسترد الذي سيتم تقديمه مثلجا.

الآيس كريم والجيلاتي Ice Cream and Gelato

الآيس كريم والجيلاتي صنفان من أصناف الكاسترد يتم خضّهما أثناء التجميد. ويمكن إضافة النكهة إليهما مع تشكيلة متنوعة لا حصر لها من الفواكه والمكسرات والخلاصات وما شابه.

والآيس كريم على الطريقة الفرنسية (أصناف الكاسترد المجمدة) يحتوي على نسبة مئوية من صفار البيض والكريمة أعلى من الآيس كريم العادي.

أما الجيلاتي فهو آيس كريم إيطالي يصنع أساسا من اللبن. و بينما محتواه من دهون اللبن منخفض؛ من 4 - 9 %، إلا أنه أكثر كثافة من المنتجات الأمريكية، نظرا لأن كمية الهواء التي تتخلله أثناء الخضّ تكون أقل من المنتج الأمريكي. ويشير "Ice Milk" إلى منتجات لا تتفق مواصفاتها مع مواصفات الآيس كريم؛ فهي منخفضة في محتواها من الدهون وتصنع بدون كريمة أو صفار بيض، وهي تتوافر في الأسواق إرضاء لرغبات المهتمين بالأغذية ذات السرعات الحرارية المنخفضة.

كذلك يوجد "الزبادي المثلج" **"Frozen Yogurt"**، وفيه يتم استخدام الزبادي كأساس. وبالرغم من توافر الرغبة في جعله بديل للآيس كريم غني بالعناصر الغذائية، إلا أنه قد يحتوي على اللبن الطبيعي أو الكريمة لجعله أكثر دسماً ونعومة.

وكثير من منشآت الخدمة الغذائية تستخدم ماكينات صنع الآيس كريم المزودة بوحدة تجميد داخلية تقوم بتبريد المزيج خلال خضّه وتقليبه. وهناك ماكينات على نطاق تجاري يمكنها صنع الآيس كريم أو الشربات. ويجب إتباع التعليمات الإرشادية في استخدام وتنظيف الماكينة.

◀ الخطوات المتبعة لإعداد أصناف الآيس كريم

1. يوضع اللبن أو الكريمة في إناء ثقيل. إذا تم استخدام حبة فانيليا فيجب إضافتها في هذا الوقت.
2. يخفق صفار البيض و السكر معا في وعاء خلط.
3. يوضع السائل على النار حتى بداية الغليان. ويتم تسخين مزيج البيض بثلاث كمية السائل الساخن تقريبا.
4. يصبّ مزيج البيض بعد تسخينه على بقية السائل الساخن ويعاد الإناء على النار.
5. يتم الطهي، مع التقليب المتواصل حتى يصل الكاسترد إلى 82 - 85°م.
6. يتم إخراج صوص الكاسترد من الإناء الساخن فوراً، حتى لا يحدث طهي لاحق. ويمكن أن تضاف المنكّهات في هذا الوقت.
7. يتم تبريد صوص الكاسترد المطبوخ في حمام ثلجي، ويغطى الكاسترد ويحفظ في الثلاجة في درجة حرارة 2°م لمدة 24 ساعة لإنضاج أساس الآيس كريم.
8. تتم المعالجة في ماكينة الآيس كريم طبقاً لتعليمات المصنع.

تعليمات صحية لسلامة الآيس كريم

من المهم بذل المزيد من الاهتمام عند إعداد منتجات الآيس كريم لأنها تحتوي على مكونات غذائية عديدة معرضة للخطر، مثل الكريمة واللبن والبيض.

◀ الطهي الصحيح لأساسات الآيس كريم المستخدم فيها منتجات البيض المبستر، يساعد على ضمان سلامة المنتج النهائي.

- ◀ يجب التأكد من خلو مجمدات الآيس كريم " الفريزر " من أي شقوق أو ثغرات يمكن أن تختبئ فيها البكتيريا وتتكاثر.
- ◀ يجب دوماً تنظيف ماكينات صنع الآيس كريم بعد كل استخدام، ويتم تعقيم كل الأجزاء حسب تعليمات مصنع الماكينة.
- ◀ يجب الامتناع تماماً عن حفظ منتجات الآيس كريم المجمدة في حاويات بها كسترد نبيئ أو غير معالج دون أن يتم تنظيف وتعقيم هذه الحاويات أولاً.
- ◀ يجب، طبعاً، غسل اليدين بعناية وارتداء القفازات عند التعامل مع منتجات الآيس كريم.

صوصات الحلوى Dessert Sauces

أصناف الحلويات والحلوى تكون غالباً مصحوبة بصوصات حلوة. فصوصات الحلوى تزود الحلويات بالرطوبة والنكهة والملبس والقوام وتعزز منظر تقديم الطبق. وقد يكون أساس الصوص هو اللبن والكريمة، كما في صوص كاسترد الفانيليا الذي يعد صوص الحلوى الرئيسي. ومثل أي صوص رئيسي، يمكن أن يضاف له النكهة واللون باستخدام الشوكولاتة أو خلاصة البن أو مركبات الفواكه حسب الرغبة.

وتتضمن أنواع الصوصات الأخرى بوريه الفواكه وصوص الكارميل وشراب الشوكولاتة.

يجب إختيار الصوصات بحيث تكون متباينة مع الحلويات والحلوى التي تقدم معها أو مكملة لها. فمثلاً؛ يمكن استخدام بوريه الفراولة المكثف كصنف مكمل لسوفيليه الفراولة أو متباين مع صوص غني من الشوكولاتة.

و غالباً يتم التخطيط على أساس تقديم من 30 – 60 جم من الصوص لكل طبق حلوى.

أصناف بيوريه الفاكهة Fruit Purées

أنواع عديدة من الفاكهة يمكن إعدادها في صورة بيوريه لأجل صوصات الحلوى؛ وتعد الفراولة، الراسبرى، التوت الأسود، المشمش، المانجو والبابايا من أشهر هذه الأنواع التي يفضل اختيارها في هذا الصدد. وتعطي هذه الأنواع صوصات غليظة القوام ذات نكهات وألوان قوية. ويوصى دوماً بالفواكه الطازجة أو الناضجة أو الفواكه المبردة تبريداً سريعاً بصورة فردية.

وتوجد في الأسواق علامات تجارية عديدة لأصناف بوريه الفواكه الجاهزة. وأفضل العلامات هي تلك التي تستخدم فواكه طبيعية وتكون ممتازة في صنع الصوصات والشربات " السورباي"، وتعطي نكهات وألوان متناعمة، وتقلل وقت الإعداد وتوفر الفواكه في غير مواسم نضجها وكذلك الفواكه الاستوائية غير المتوافرة محليا بأسعار مناسبة.

ويعرف الصوص المعد من بيوريه الفواكه أيضا باسم كولي Coulis، ويمكن أن يكون مطبوخا أو غير مطبوخ. ويؤدي طهي الصوص إلى تغليظ قوامه بتركيز السائل وبتاحة الفرصة لجلتنة أي مادة نشوية مغلظة للقوام. ويمكن تحلية هذه الصوصات بإضافة السكر المبلور أو شراب سكري. ويختلف مقدار مادة التحلية اعتمادا على حلاوة الفاكهة الطبيعية والتفضيل الشخصي.

مصطلح كولي Coulis:

صوص يصنع من بيوريه الفواكه أو الخضروات

وصفة صوص التوت الأحمر " الراسبرى "

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لإعداد 1 كجم من الصوص

1 كجم	ثمار راسبرى طازجة أو IQF
500 جم	سكر مبلور
30 جم	عصير ليمون

طريقة الإعداد

1. يعالج التوت الأحمر " الراسبرى" بطريقة البيوريه ويصفى من خلال مصفاة ذات فتحات دقيقة.
2. يتم إضافة السكر وعصير الليمون إلى البيوريه مع التقليب. وتضبط النكهة بإضافة المزيد من السكر إذا لزم الأمر.

وصفة صوص الكارميل Caramel Sauce

صوص الكارميل هو مزيج من السكر المكرمل والكريمة المخفوقة. ويمكن إضافة أحد أصناف الليكير أو عصائر الموالح لإكساب النكهة.

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لإعداد 4 كجم صوص

سكر مبلور	2 كجم
ماء	480 جم
عصير ليمون	60 جم
كريمة خفق، في درجة حرارة الغرفة	1 كجم
زبد غير مملح، يقطع إلى أجزاء صغيرة	150 جم

طريقة الإعداد

1. يمزج السكر في الماء في إناء كبير عميق. يتم التقليب حتى يذوب السكر تماما. يوضع الإناء على الموقد على نار شديدة حتى الغليان، مع مسح جوانب الإناء بين الحين والآخر بفرشاة لإزالة أي بلورات سكر.
2. عندما يصل المحلول السكري إلى درجة الغليان، يضاف عصير الليمون. ولا يتم تقليب السكر حيث قد يؤدي التقليب إلى تجمع السكر في كتل. تتم مواصلة الغليان حتى يتكرمل السكر، تقريبا عند 170°م، مكتسبا اللون البني الذهبي الغامق ومعطيا رائحة غنية مميزة.
3. يرفع الإناء بعيدا عن الحرارة. وتضاف الكريمة بالتدرج، ويجب أخذ منتهي الحرص لأن الكارميل الساخن قد يطرطش. يتم خفق الكريمة لتختلط جيدا.
4. تضاف قطع الزبد. ويتم التقليب حتى يذوب الزبد تماما. إذا لزم الأمر، يعاد الإناء على شعلة الموقد لإعادة التسخين بدرجة تكفي لإذابة الزبد.
5. يصفى الصوص ويبرد تماما في درجة حرارة الغرفة. وقد يحفظ الصوص لأسابيع عديدة في الثلاجة. يتم تقليب الصوص قبل الاستخدام.

حلوى مثلجة نصف مبردة Still-Frozen Desserts

تصنع الحلوى المثلجة نصف المبردة (ويطلق عليها باللغة الإيطالية سيميفريدي semifreddi) من الكريمة أو الموس أو الكسترد المثلج. وقد تضاف طبقات من الكيك الإسفنجي و/أو الفواكه لإكساب النكهة والقوام. ولأن هذه الحلوى يتم تجميدها دون خض، فيجب أن يتخللها الهواء بمزجها في كميات كبيرة نسبيا من الكريمة المخفوقة أو المارنج. ويساعد الهواء على جعل المزيج ناعما ويمنعه من أن يصبح صلبا بدرجة مبالغة.

وتتضمن منتجات الحلوى نصف المبردة الأصناف المجمدة من السوفيليه والماركيذ والموس والنيوبالوتون. وماركيذ البندق والشوكولاتة الوارد في ملحق الوصفات هو مثال للحلوى نصف المجمدة.

شراب الشوكولاتة المحلى Chocolate Syrup

يمكن إعداد شراب أو صوص الشوكولاتة بإضافة الشوكولاتة المقطعة إلى قطع صغيرة إلى صوص كسترد الفانيليا الدافئ. ويمكن أيضا عمل شراب أغمق لونا من الشوكولاتة غير المحلاة أو مسحوق الكاكاو. والصوصات بأسلوب الفودج، مثل صوص فودج الشوكولاتة المذكور ضمن ملحق الوصفات، هي بالفعل مجرد تنويعات من الجاناش Ganache.

مصطلح جاناش Ganache

هو خليط غنى من الشوكولاتة والكريمة المخفوقة ويمكن إضافة المنكهات حسب الرغبة. ويستخدم كحشو للحلويات أو الحلوى أو مجمد.

صوص الكارميل Caramel Sauce

صوص الكارميل هو مزيج من السكر المكرمل والكريمة المخفوقة. ويمكن إضافة أحد أصناف عصائر الموالح لإكساب النكهة.

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 4 كجم صوص

سكر مبلور	2 كجم
ماء	480 جم
عصير ليمون	60 جم
كريمة خفق، في درجة حرارة الغرفة	1 كجم
زبد غير مملح، يقطع إلى أجزاء صغيرة	150 جم

طريقة الإعداد:

1. يمزج السكر في الماء في إناء كبير عميق. يتم التقليب حتى يذوب السكر تماما. يوضع الإناء على الموقد على نار شديدة حتى الغليان، مع مسح جوانب الإناء بين الحين والآخر بفرشاة لإزالة أي بلورات سكر.
2. عندما يصل المحلول السكري إلى درجة الغليان، يضاف عصير الليمون. ولا يتم تقليب السكر حيث قد يؤدي التقليب إلى تجمع السكر في كتل. تتم مواصلة الغليان حتى يتكرمل السكر، تقريبا عند 170°م، مكتسبا اللون البني الذهبي الغامق ومعطيا رائحة غنية مميزة.
3. يرفع الإناء بعيدا عن الحرارة. وتضاف الكريمة بالتدريج، ويجب أخذ منتهى الحرص لأن الكارميل الساخن قد يطرش. يتم خفق الكريمة لتختلط جيدا.
4. تضاف قطع الزبد. ويتم التقليب حتى يذوب الزبد تماما. إذا لزم الأمر، يعاد الإناء على شعلة الموقد لإعادة التسخين بدرجة تكفي لإذابة الزبد.
5. يصفى الصوص ويبرد تماما في درجة حرارة الغرفة. وقد يحفظ الصوص لأسابيع عديدة في الثلاجة. يتم تقليب الصوص قبل الاستخدام.

شراب الشوكولاتة الغامقة Dark Chocolate Syrup

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 4 كجم صوص

160 جم	مسحوق كاكاو
360 جم	ماء
240 جم	سكر مبلور
90 جم	زبد غير مملح
30 جم	كريمة مخفوقة سائلة

طريقة الإعداد:

1. يمزج مسحوق الكاكاو في كمية من الماء تكفي لعمل معجون ناعم.
2. يسخن السكر مع الماء المتبقي في إناء عميق صغير حتى الغليان. وعلى الفور تتم إضافة معجون الكاكاو، مع الخفق حتى الحصول على مزيج ناعم.
3. يتم الإنضاج على نار هادئة لمدة 15 دقيقة، مع التقليب المستمر، ثم يرفع الإناء بعيدا عن النار.
4. يضاف الزبد والكريمة إلى مزيج الكاكاو الدافئ مع التقليب. ويتم تقديم شراب الشوكولاتة دافئا أو في درجة حرارة الغرفة.

أصناف السورباى والشربات Sorbets and Sherbets

شراب سورباى Sorbet :

هو مزيج من السكر والماء وعصير الفواكه أو غير ذلك من المنكهات، يتم خضه بقوة. (بل إن بعض الأعشاب والخضراوات تصلح كمنكهات للشربات المتلج). ويتم تقديم الشربات المتلج كطباق أول، أو كمنعش لحواس الذوق بين الأطباق أو كصنف حلوى.

وقد يصنع السورباى من الفواكه الطازجة أو المجمدة أو المعلبة. وتوجد بالأسواق تشكيلة كبيرة متنوعة من أصناف عالية الجودة من بوريه الفواكه الطبيعية المجمدة لعمل السورباى. ويضاف السكر المبلور أو شراب السكر لإكساب النكهة وتغليظ القوام. ويمكن أيضا إضافة بياض البيض المبستر خلال عملية الخض للحصول على قوام وملمس محسن؛ فالبروتينات الموجودة في بياض البيض تغلف بلورات الماء خلال تجمد الشربات. وفي الغالب يتم استخدام سكر محول؛ مثل شراب الذرة المحلى أو الجلوكوز، محل السكر المبلور لمنع تكوّن حبيبات.

الشربات Sherbet :

وهو النسخة الأمريكية من السورباى الفرنسي وقد اتخذ معنى مختلفا قليلا في أمريكا. وهو بمثابة نسخة معدّلة عن السورباى، حيث يحتوي الشربات على عصير الفواكه والسكر، تماما مثل السورباى، ولكن يضاف اللبن غالبا إلى المزيج قبل عملية الخضّ، مما يجعله أكثر دسما من السورباى، ويفضل تقديمه في نهاية الوجبة.

اقتراحات لتقديم أصناف الآيس كريم والشربات

عادة يتم تقديم أصناف الآيس كريم والشربات بملعقة خاصة مقعرة تسمى "ملعقة الآيس كريم Scoop"، غالبا في قراطيس من البسكويت. وهناك أشكال أخرى للتقديم أكثر رسمية تتضمن آيس كريم الأسكا المخبوز وآيس كريم بومب وآيس كريم كوب وبيرفيه.

حلوى مثلجة نصف مبردة Still-Frozen Desserts

تصنع الحلوى الثلجة نصف المبردة (ويطلق عليها باللغة الإيطالية سيميفريدي semifreddi) من الكريمة أو الموس أو الكسترد الثلج. وقد تضاف طبقات من الكيك الإسفنجي و/أو الفواكه لإكساب النكهة والقوام. ولأن هذه الحلوى يتم تجميدها دون خضّ، فيجب أن يتخللها الهواء بمزجها في كميات كبيرة نسبيا من الكريمة المخفوقة أو المارنج. ويساعد الهواء على جعل المزيج ناعما ويمنعه من أن يصبح صلبا بدرجة مبالغة.

وتتضمن منتجات الحلوى نصف المبردة الأصناف المجمّدة من السوفيليه والماركيز والموس والنيوبالتون. وماركيز البندق والشوكولاتة الوارد في ملحق الوصفات هو مثال للحلوى نصف المجمّدة.

وصفة شربات " سورباى " الجريب فروت

المكونات

المقادير المعطاة تكفي لإعداد 1.5 كجم

عصير جريب فروت طازج	1 كجم
سكر مبلور	250 جم

طريقة الإعداد

1. يضاف السكر إلى العصير.
2. تتم المعالجة في ماكينة صنع الآيس كريم حسب تعليمات المنتج.
3. يصب الشربات في حاوية نظيفة ويحفظ في الفريزر حتى يصير متماسكا.

تنويغات

شربات " سورباى " مانجو: يضاف 1 كجم من بوريه المانجو إلى 240 جم من شراب سكري متوسط التركيز.

شربات الراسبرى: يضاف 1 كجم من بوريه الراسبرى المصفى إلى 500 جم من السكر المبلور و30 جم من عصير الليمون.

ملحوظة:

يتم إعداد الشراب المحلى متوسط التركيز بغلى الماء مع السكر بشرط أن تكون كمية الماء تعادل مرة ونصف كمية السكر لمدة دقيقة واحدة. ويعطى تركيز هذا الشراب 21 - 24 درجة على مقياس بوميه.

مصطلحات

◀ آيس كريم ألاسكا المخبوز Baked Alaska:

آيس كريم يوضع على طبقة من الكيكة الإسفنجية ويغلى بالمارنج، ثم يخبز حتى يصبح المارنج دافئا ويكتسب اللون الذهبي.

◀ آيس كريم بومب Bombe:

آيس كريم مزود بنكهتين أو أكثر، أو آيس كريم مع الشربات، يشكل في قالب كروي، وتكون كل نكهة في طبقة منفصلة بمثابة قشرة للنكهة التالية.

◀ آيس كريم كوب Coupe:

اسم آخر لآيس كريم Sundae، وبخاصة ذلك الذي يتم تقديمه مع تزيينه من أعلى بفاكهة (توبينج).

◀ بارفيه Parfait:

آيس كريم يتم تقديمه في كأس زجاجي طويل ممشوق مع طبقات تبادلية من التوبينج أو الصوص؛ أيضا اسم لصنف شبيه بالموس يعتبر الأساس لبعض أصناف الحلوى نصف المجمدة.

◀ ماركيز Marquise:

صنف حلوى مجمد شبيه بالموس، يكون عادة بالشوكولاتة.

◀ آيس كريم نيوبالوتون Neapoliten:

رغيف أو كيك آيس كريم ثلاثي الطبقات، كل طبقة بنكهة مختلفة ولون مختلف، وغالبا ما تكون النكهات بصورة نمطية هي الشوكولاتة والفانيليا والفرولة.

وصفات من الحلوى المثلجة

أساس الآيس كريم Ice Cream Base

المكونات: المقادير المعطاة تكفي لإعداد 2 كجم

لبن طبيعي	1500 جم
كريمة خفق سائلة	500 جم
فانيليا	1
صفار بيض	عدد 16
سكر مبلور	600 جم

طريقة الإعداد

1. يوضع اللبن والكريمة في إناء عميق ويتم التسخين حتى الغليان. يضاف الفانيليا، حسب الرغبة.
2. يخفق صفار البيض والسكر معا في وعاء خلط.
3. يتم تسخين البيض بثلاث مزيج اللبن الساخن. يعاد المزيج الناتج إلى الإناء.
4. يتم الطهي على نار متوسطة الشدة مع التقليب المستمر حتى تصل درجة حرارة الكاسترد إلى 82 - 85 م. يصب الكاسترد من خلال مصفاة ذات عيون دقيقة في وعاء نظيف.
5. يتم تبريد أساس الآيس كريم المطهي في حمام ثلجي، ثم يوضع في الثلاجة طوال الليل قبل معالجته في ماكينة الآيس كريم.

تنويحات

آيس كريم شوكولاتة: يضاف حوالي 250 جم من الشوكولاتة الحلوة المقطعة إلى قطع صغيرة إلى كل 1 كجم من أساس الآيس كريم. تضاف الشوكولاتة إلى المزيج الساخن بعد تصفيته. يتم التقليب حتى تمام ذوبان الشوكولاتة.

آيس كريم كابتشينو: تضاف الفانيليا مع 2 - 3 عيدان قرفة في مزيج اللبن والكريمة الساخن. وبعد صنع أساس الآيس كريم، يضاف 30 - 45 جم من خلاصة البن مع التقليب.

خبز ألاسكا Baked Alaska المكونات

فتات بسكويت	1 ¼ كوب
سكر	¼ كوب
زبدة مرنة	¼ كوب
آيس كريم فانيليا	4 كوب
بياض بيض	عدد 3
ملح	¼ ملعقة صغيرة
سكر	6 ملعقة كبيرة
خلاصة اللوز	1 ملعقة صغيرة

طريقة الإعداد:

1. يسخن الفرن لدرجة حرارة 190م.
2. يمزج فتات البسكويت مع السكر والزبدة ويترك 3 ملاعق من فتات البسكويت لتوضع من اعلى الحلو.
3. اضغط على الفتات المتبقية في وقم بعمل فطيرة بسمك 9 بوصة.
4. اخبز الفطيرة في فرن لمدة 10 دقائق. ثم تبرد وتوضع في الثلاجة.
5. أملئ قشرة المبردة مع آيس كريم وتوضع مرة أخرى في الثلاجة.
6. يخفق بياض البيض ويضاف الملح و خلاصة اللوز ثم اضف السكر ببطء وأخفق جيدا حتى يتماسك ويصبح ثقيل ثم توضع على الآيس كريم مع رش فتات البسكويت المتبقية ثم تسوى في فرن لدرجة حرارة 260م لمدة 2 دقيقة وتقدم في الحال.

فطيرة الآيس كريم Ice Cream Sundae Pie المكونات:

شكولاتة ويفر سحق ناعما	1 كوب
جوز مفروم	½ كوب
زبدة مرنة	¼ كوب
كريمة طازجة	1 كوب
سكر بودرة	2 ملعقة كبيرة
آيس كريم مخفوق	1 لتر
فراولة مجمدة محلاه	200 جم
أنصاف جوز	¼ كوب

طريقة الإعداد:

1. يسخن الفرن لدرجة حرارة 190م.
2. في وعاء متوسط الحجم أخلط فتات الشوكولاتة مع الجوز المفروم والزبدة المرنة وتخفق جيدا جدا.
3. ضع الفطيرة في صينية الفرن بسمك 9 بوصة ويضغط عليها بقوة.
4. ثم تخبز في الفرن لمدة 7 دقائق، ثم تترك حتى تبرد جيدا.
5. في وعاء متوسط الحجم أخفق الكرية الطازجة مع السكر البودرة حتى يشكل قمة لينه.
6. ضع نصف كمية الأيس كريم اسفل الفطيرة.
7. تغطى مع الفراولة مع الأيس كريم المتبقي وضع أنصاف الجوز.
8. تجمد مدة ساعتين قبل التقديم.

برتقال شربات Orange Sherbet المكونات:

عصير برتقال	3/4 كوب
سكر	3/4 كوب
لبن بارد	1 كوب
لبن مكثف بارد	150 جم

طريقة الإعداد:

1. في وعاء أمزج عصير البرتقال مع السكر ويقلب جيدا حتى يذوب السكر.
2. اضع المزيج فوق اللبن قليلا حتى يدمج بشكل كامل.
3. تصب في طبق ضحل وتجمد جيدا.
4. أكسر الشربات إلى قطع وتضرب في الخلاط الكهربائي حتى يصبح ناعما.
5. في وعاء منفصل أخفق اللبن المكثف ثم يضاف فوق الطبق ويجمد مرة خرى ويقدم.

مانجو سوربيه Mango Sorbet

المكونات:

4 واحدة	مانجو مقشرة ومقطعة مكعبات
1 كوب	شراب مخفف
3 ملاعق كبيرة	عصير ليمون طازج

طريقة الإعداد:

6. ضع قطع المانجو في معالج الطعام وتهرس جيدا.
7. صب الشراب الخفيف وعصير الليمون وتهرس جيدا حتى تصبح ناعما.
8. يوضع المزيج في ماكينة الآيس كريم ثم تجمد وتقدم.

آيس كريم موكا بجوز الهند Mocha Coconut Ice Cream

المكونات:

2 كجم	شوكولاتة داكنة وتهشم
420 جم	لبن جوز الهند
3 ملاعق كبيرة	قهوة داكنة
1	فانيليا
رشة	ملح

طريقة الإعداد:

1. ضع الشوكولاتة في حمام مائي ساخن وتقلب من وقت لآخر حتى تصبح سلسة.
2. في وعاء يخفق لبن جوز الهند مع القهوة والفانيليا والملح .
3. صب المزيج فوق الشوكولاتة الذائبة ويقلب حتى تصبح ناعمة .
4. تجمد في ماكينة الآيس كريم وفقا لتعليمات الشركة الصانعة وتقدم.

الزبادي المثلجة بطعم التوت البري Yogurt Flavored Iced Cranberry

المكونات:

1 كوب	توت بري الطازج
1/2 كوب	السكر
1 ملعقة صغيرة	عصير ليمون حامض
1 ملعقة صغيرة	زست ليمون
1 ملعقة صغيرة	فانيليا
1 كوب	لبن زبادي قليل الدسم

طريقة الإعداد:

1. يخلط التوت مع السكر والفانيليا في خلاط كهربائي.
2. تضاف باقي المكونات (زست الليمون ، عصير الليمون الحامض و اللبن الزبادي) وتوضع في الالة المخصصة لصنع الثلجات أو في الفريزر (المجمد) بشرط إخراج المزيج وخلطه كل ساعة ثم إعادته للتثليج.
3. يمكن تقديمه كشراب أيضا.

آيس كريم نابولي ساندويتش Neapolitan Ice Cream Sandwiches

المكونات:

1 شطيرة	باوند كيك
1 ملعقة	آيس كريم فانيليا
2 ملعقة كبيرة	صلصة شكولاتة داكنة
للتزيين:	
2 ملعقة كبيرة	كريمة مخفوقة
2 ملعقة كبيرة	فستق مفروم

طريقة الإعداد:

1. تفتح شطيرة الكيك من المنتصف وتحشى بآيس كريم فانيليا.
2. تصب صلصة الشكولاتة على قطعة الكيك وعلى الحواف من الجانبين ثم توضع في ثلاجة التجميد.
3. عند التقديم تزين بالكريمة المخفوقة والفستق المفروم.

أنواع من الحلوى بالجيلاتين الحلوى الباردة

يدخل الجيلاتين في كثير من الطباق الحلوة الباردة كالألماسية بالفاكهة والبفرواز والسوفلية وغير ذلك كما انه يدخل في الأطباق المملحة الراقية الباردة. ومن صفات الجيلاتين انه يتشكل بشكل القلب أو الاناء الذي يوضع فيه سواء كان مستديرا أو مجوفا أو مزخرفا أو سادة مما يجعله مادة سهلة التطويح ويمكن بشئ من المهارة والابتكار تقديم أطباق جذابة المنظر يدخل فيها الجيلاتين.

مصادر الجيلاتين

يحضر الجيلاتين من المصادر الآتية:

- (1) الكولاجين وهو المكون الأساسي للنسيج الضام في اللحوم والذي يتحول إلى جيلاتين بالغليان في الماء – كما يوجد في الغضاريف وجلود الحيوانات.
- (2) عظام الحيوانات وتفضل الكبيرة عن الصغيرة السن لأنها تحتوي على نسبة أقل من الماء وتنتج (جيلاتين) أفضل كما ونوعا.
- (3) حوافر الحيوانات وينتج منها الفراء وهو الصورة الخام الغيرنقية للجيلاتين ومعروفة استعمالته في الصناعات المختلفة.

وينقى الجيلاتين بمعاملته بالاحماض أو القلويات حتى يكون شفافا خاليا من الشوائب وصالحا للاكل.

الجيلاتين الصالح للاكل:

يكون نقيا شفافا خاليا من الشوائب لا طعم له ولا رائحة سريع الذوبان في الماء الساخن.

أشكال الجيلاتين المتداولة:

أنقى وافضل أنواع الجيلاتين هو الأيسنجلاس (Isinglass) المستخرج من الأسماك وهو خال من الرائحة والطعم ولكنه غالي الثمن ويصلح للأنواع الحلوة والمملحة وأطباق الجيلاتين المختلفة.

أشكال الجيلاتين الأخرى:

1) الجيلاتين الورق ويوجد على شكل شرائح مستطيلة رقيقة جدا شفافة وكلما كانت الأوراق رقيقة دلت على نقاوة الجيلاتين ويستعمل في الأطباق الحوة والمملحة ويحتاج لدقة في الوزن.

2) مسحوق الجيلاتين الأبيض غير المحلي:-

يوجد على شكل بلورات صغيرة أكثر خشونة الجيلاتين المحلي (علب الجيلي) ويباع معبأ في أكياس أو علب صغيرة وهو أسهل في الوزن والاستعمال واسرع ذوبانا من الجيلاتين الورق ويصلح للأنواع الحلوة والممحلة على السواء.

3) الجيلي التام التجهيز المحلي بالسكر:-

وهو جيلي العب السريع الذوبان وهو أكثر الأنواع انتشارا ويوجد في شكل مسحوق دقيق البلورات مخلوط بالسكر وبعض الأحماض ومواد النكهة كالبرتقال والأناناس والفراولة إلى أخرة ومواد ملونة ويتراوح وزن المكونات بين 90 : 100 جم وهي كافية لعمل 2 كوب من الماء. والجيلي المحلي سهل الاستعمال ويوفر كثيرا من الوقت والجهد ويصلح للأنواع الحلوة فقط.

القيمة الغذائية للجيلاتين:

هو البروتين الحيواني الوحيد الناقص لافتقاره إلى بعض الأطباق الأمنية الأساسية لنمو الجسم وبنائه.

هضم الجيلاتين:

يعتبر الجيلاتين من اسهل الأطعمة هضما ويساعد على تدفق العصارات الهضمية بالمعدة ولذا فهو من الأطعمة المناسبة لتغذية الأطفال والمرضى والمسنين خاصة لما يضاف اليه من مواد غذائية ترفع من قيمته الغذائية كالفاكهة أو العصير أو البيض أو اللبن مما يجعله لذيذ الطعم سهل المضغ والبلع والهضم.

خواص الجيلاتين:

الجيلاتين مادة صلبة سهلة الكسر كما في ورق الجيلاتين ويمكن حفظه طويلا في حالة جيدة عند وضع الجيلاتين في الماء يمتص الماء تدريجيا وينتفخ ويلين.

إعداد الجيلاتين كالألماسية فلا بد أن تمر بخطوتين:

- (1) ذوبان الجيلاتين تماما وانتشاره في السائل.
- (2) تبريد هذا المحلول في الثلجة ليتحول من الحالة السائلة إلى قوام هلامي مرن (قوام الألماسية).

خطوات إرشادية لنجاح أطباق الجيلاتين

- (1) يجب ان يكون تركيز الجيلاتين في الخليط صحيحا لتكوين قوام جيد ألا يقل عن 2 % من المحلول.
- (2) بالنسبة للألماسية (هي حلوى مشهور في السعودية ولبنان العالم العربي مكوناتها الأساسية هي نشاء الذرة والسكر والمكسرات) يستعمل عادة 20 جم من الجيلاتين لكل 2كوب سائل (ماء أو عصير) أو ملعقة كبيرة من مسحوق الجيلاتين غير المحلي وتزداد الكمية في الوقت الحار إلى 30جم وتقل الكمية إلى 15 جم بالنسبة لأطباق الجيلاتين التي تحتوي على اللبن والبيض والكريمة كالبرواز.
- (3) ورق الجيلاتين يحتاج إلى وزن دقيق نظرا لاختلاف سمكا لورق وقد يعتبر وزن ورقة الجيلاتين حوالي 6 جم.
- (4) ينقع ورق الجيلاتين بعد تكسيهه بالمقصف في ماء بارد لمدة حوالي 5 دقائق حتى يلين وينتفخ قبل إذابته على حمام مائي ساخن او نار هادئة.
- (5) وضع حلوى الالماسية في قالب كبير يستغرق ضعف وقت القوالب الصغيرة لتبريده وتراوفا مدة التبريد (لعدد 2 فنجان أو كوب) من 3 - 4 ساعات.
- (6) التبريد البطيء في الثلجة ينتج الماسية جيدة تحتفظ بتماسكها مدة طويلة.
- (7) التبريد السريع في الفريزر يؤدي إلى تعكير الخليط وتكوين بلورات ثلجية على سطحه وسرعة تفككه في درجة حرارة الغرفة (درجة

حرارة الغرفة هي 20 درجة مئوية أي معتدل لا حار ولا بارد وهو تقدير قياسي متعارف عليه)

(8) تقلب حلوى الالماسية بغمس القالب في ماء دافئ.

(9) يفضل تقديم الالماسية وأطباق الجيلاتين الأخرى في أطباق بلورية أو من المعدن اللامع كالفضة والاستانليس أستيل حتى يعكس الطبق ألوانها الجذابة ويضفى عليها بريقا جميلا.

وصفات من الحلوى بالجيلاتين

جيلي بسطة الفواكه Jelly with fruit salad

المكونات:

1	ثمرة كيوي
1/4 كجم	فراولة
1/4 كجم	عنب
200 جم	توت ازرق
2 عبوة	جيلي اناناس
1 ثمرة	تفاح
1 ثمرة	مانجو

طريقة الإعداد:

1. اخلط جميع قطع الفاكهة في قالب كيك الدائري أو ما يشابهه.
2. حضر الجيلاتين وفقاً لتعليمات العبوة.
3. أضيف الجيلاتين إلى قالب الفاكهة.
4. أدخل القالب في الثلاجة حتى يتماسك.
5. أخرج الجيلي من القالب ويقدم.

جيلي البرتقال Orange jelly المكونات:

عصير برتقال	2 كوب
عسل نحل	3 ملعقة
ماء زهر	1 ملعقة
مسحوق جيلاتين	1 ملعقة كبيرة
مكسرات	للتزيين

طريقة الإعداد:

- (1) يوضع عصير البرتقال في مقلاة.
- (2) يضاف مسحوق الجيلاتين والعسل والمنكهات.
- (3) يغلى المزيج وتخفض النار. يترك على نار هادئة لمدة 2 او 3 دقائق او حتى يتحلل.
- (4) تؤخذ 4 قوالب صغيرة وتبلل بالماء البارد.
- (5) يسكب العصير في القوالب الصغيرة (اي قالب زجاجي او من البورسلين).
- (6) يبرد في البراد لساعة واحدة.
- (7) لاخرجه من القالب، تغرز السكين على أطراف القالب ويقلب الجلي في طبق صغير للطبق. ويزين بالمكسرات.

جيلي الفراولة بالكاسترد Strawberry Jelly Custard المكونات:

جيلي فراولة	1 عبوة
فراولة	250 جم
كاسترد	1 عبوة
لبن	1/4 لتر
ماء ساخن	1 كوب
فانيليا	1 ملعقة

طريقة الإعداد:

- 1- حضر الجيلي وذوّب في الماء الساخن ثم اسكب في الكاسات ثلاث ارباع.
- 2- ضع قطع الفراولة في الكاسات وادخلها الفريزر حتى تتجمد.
- 3- احضر وعاء وضع كوب من الحليب السائل على 4 ملاعق كبيرة كاسترد وأضيف الفانيليا واخلط جيداً حتى لا يكون به تكتلات وضعه على نار هادئة حتى تحصل على قوام الكريمة.
- 4- اسكب الكاسترد فوق كاسات الجيلي ثم ادخلها الفريزر حتى تتجمد ثم تقدم.

Jelly with yogurt

جيلي بالزبادي

المكونات:

مكونات طبقة البسكويت:	
بسكويت شاي	250 جم
زبد سائل	100 جم
مكونات طبقة الزبادي:	
زبادي	2 عبوة صغيرة
فانيليا	1 باكو
سكر	2/3 كوب
لبن بودرة	2 كوب
مكونات طبقة الجلي:	
جيلي بنكهة الفراولة	1 عبوة
ماء مغلي	كوب ونصف

طريقة الإعداد:

- (1) فى صينية ضع البسكويت و قوم بنفتيته و طحنه جيّدًا و امزجه مع الزبد السائل ثم يفرد فى الصينية
- (2) اترك الصينية فى الثلاجة حتى تتماسك طبقة البسكويت
- (3) فى الخلاط اخلط الحليب و الزبادي و السكر و الفانيليا جيّدًا حتى تمام الامتزاج.
- (4) اسكب خليط الزبادي فى الصينية على البسكويت.
- (5) ضع الصينية فى الفرن لمدة 10 دقائق ثم اتركها تبرّد.
- (6) فى الماء المغلي قوم بتذويب الجلي و اتركه يبرد ثم يسكب بالصينية فوق الطبقات السابقة.
- (7) أدخل الصينية الثلاجة مرة أخرى للتماسك قبل التقديم.

Strawberries Bavarois

بافرواز الفراولة

المكونات:

كريمة البافراوز:	
كريمة خفق	1 كوب
فراولة	500 جم
سكر	1 كوب
جيلي فراولة او توت	4 عبوة
عصير ليمون	1 ملعقة كبيرة
للتارت:	
دقيق	3 كوب
زبد	1 كوب
سكر	1 كوب وربع
فانيليا	1 باكو
بيضة	1 عدد
للحشو:	
كريمة أو كاسترد	كوب ونصف
شرائح فراولة	100 جم
توت	50 جم

طريقة الإعداد:

1. قم باعداد الكاسترد بالطريقة العادية

كريمة البافراوز:

1. جهز الجيلاتين في الماء البارد ضع كوب سكر في وعاء مع نصف كوب ماء واتركه على النار الهادئة حتى يغلي.
2. صفي الجيلاتين من الماء ثم ضعه مع مزيج السكر.
3. قلب حتى يتجانس تمامًا واتركه لدقيقتين ثم يرفع من النار.
4. اغسل الفراولة وقطعها شرائح.
5. اخفق الفراولة في الخلاط مع عصير الليمون حتى تصبح كريمية.
6. أضيف الفراولة على الجيلاتين واخفق لدقيقة حتى يمتزجا.
7. اترك الخليط في حرارة الغرفة.
8. في وعاء آخر، اخفق الكريمة مع السكر حتى تصبح كريم شانتيه.
9. أضف جيلي الفراولة على الكريمة ثم اسكب الخليط في علبة محكمة واتركها في الثلاجة لساعة أو أكثر.

للتارت:

1. اخفق الزبد والسكر والفانيليا بالمضرب حتى يصبح القوام كريمي
2. أضف البيض للخليط.
3. أضف الدقيق تدريجياً واخفق جيداً.
4. اعجن بيديك حتى تتجانس، ثم اجمع العجين على شكل كتلة وغلفه واتركه في الثلاجة لساعة.
5. سخن الفرن لدرجة 170، وجهاز قوالب التارت مدهونة بزبد أو بورق خبز.
6. أخرج العجين وانثر بعض الدقيق وافردھا بالنشابة (عصا العجين) ثم شكلھا على هيئة دوائر بطرف كوب يناسب حجم قوالب التارت لديك وضع كل دائرة في قالب من القوالب.
7. اثقب العجين داخل كل قالب لتفريغ الهواء فلا تنتفش.
8. اخبزھا في الفرن لمدة 10 دقائق ثم أخرجھا واتركھا لتبرد تمامًا

الإعداد النهائي:

1. استخرج قالب التارت من قوالب الخبز ورصھا على صينية.
2. ضع ملعقة من الكريمة أو الكاسترد داخل كل قالب وافردھا بحرص.
3. أخرج كريمة البافرواز من الثلاجة وضع منها على الكريمة أو الكاسترد بشكل كرة آيس كريم على كل قالب.
4. زينھا بشرائح الفراولة والتوت.
5. اتركھا في الثلاجة وقدمھا باردة مع صوص الفراولة أو بدونه.

الخلاصة

المثلجات هي عبارة عن حلوى مجمدة معدة من الحليب أو من الماء و السكر وقد يضاف إليها الفاكهة، وهي ما يطلق عليها في بعض اللهجات الآيس كريم أو الجيلاتيني قد تصنع أيضا من هريس الفاكهة المجمدة أو من عصير الفاكهة.

ولفت خبراء التغذية إلى أن للآيس كريم فوائد كثيرة ، أوضح الباحثون أن أنواع الحميات التي تفتقر لعنصر الكالسيوم المتوافر في منتجات الألبان تحد من قدرة الجسم على حرق الشحوم، مفسرين أن عدم حصول الجسم على الكمية الكافية من الكالسيوم، يساعد الخلايا على تخزين الدهون وتكبير حجمها.

حكايات تاريخية

الكريمة المحترقة

يعتبر جيمس بيرد كريم برولاي "واحدًا من أعظم أصناف الحلوى في عالم الطهي." وربما يرجع السر في نجاح كريم برولاي إلى شهرته كغذاء منعش ملطّف. وهو مزيج غني كريمي القوام مكون من صفار البيض والسكر والكريمة، يقدم باردا جدا ومزينا من أعلى بطبقة مقرمشة من السكر المكرمل الغامق. وتباين القوام والملمس والنكهة في الكريم برولاي يؤدي إلى إرضاء رغبات كل الأذواق.

وعلى الرغم من اسمه الفرنسي، إلا أن الكريم برولاي (وترجمته الحرفية "الكريمة المحترقة burnt cream") هو منتج إنجليزي على الأرجح. وربما ظهرت أول وصفة للكريمة المحترقة في كتاب للطهي في القرن السابع عشر من منطقة دورست بإنجلترا. وتؤكد مصادر عديدة أن أحد أفراد كلية "ترينتي" في جامعة كامبريدج بإنجلترا كان أول من قدّم بنجاح هذا الكسترد المكرمل لنظرائه في منتصف القرن السابع عشر تقريبا.

الشارلوت الحلوة

كان أول إبداع للشارلوت خلال القرن الثامن عشر وتمت تسميته بهذا الاسم نسبة إلى زوجة الملك جورج الثالث ملك إنجلترا. وكان الشارلوت يتكون من كومبوت تفاح مخبوز في قالب مستدير. مبطن بشرائح من التوست. وبعدها ببضعة عقود من الزمن، تبني الشيف الفرنسي الكبير كريم Crème الاسم ولكنه غير في المفهوم نتيجة لمشكلة تعرّض لها في المطبخ. فخلال إعداده لوليمة كبيرة للملك لويس الثامن عشر وجد أن الكمية الموردة من الجيلاتين غير كافية للكريمة البافارية التي كان يقوم بإعدادها، لذا قام كريم بتدعيم وترسيخ جوانب الحلوى الطرية المرتخية بأصابع الست. وأطلق على هذه الحلوى الشارلوت الروسي charlotte russe، ربما نتيجة للبدعة التي كانت سائدة آنذاك والتي كانت تنسب كل صيحة جديدة إلى الروس. وهناك صنف آخر أكثر نوقا يسمى الشارلوت الملكي؛ ويصنع من طبقات من الكيك الإسفنجي والمربى بدلا من أصابع الست. والحشو للصنفين عبارة عن كريمة بافارية الكلاسيكية.

الآيس كريم

على الرغم من كثرة الادعاءات المتناقضة، إلا أنه من المستحيل أن يستطيع أحد الإشارة إلى دولة بعينها بوصفها الدولة التي شهدت أول اختراع للآيس كريم. والأمر الأكثر احتمالاً، هو أن الآيس كريم قد تم اختراعه في أماكن عديدة من العالم في أوقات مختلفة.

والأسلاف الأوائل لأصناف الآيس كريم المعروفة الآن كانت عبارة عن ماء مثلج مضافة إليه النكهات، وكانت شائعة في الصين منذ عصور ما قبل التاريخ. وكانت شائعة أيضاً في منطقة حوض البحر المتوسط والشرق الأوسط منذ العصر الذهبي للإغريق. وفي الحقيقة، كان الإسكندر الأكبر ذا ولع شديد بالمثلجات المنكهة بالنبيذ، وكانت تصنع من الجليد الذي يتم إحضاره من قمم الجبال بواسطة المتسلقين والعذائين. وكان إمبراطور الرومان نيرو يقدم لضيوفه مزيجاً من بيوريه الفواكه مع الجليد وعسل النحل. وقد وصلت المعارف والخبرات المتصلة بصنع المثلجات المنكهة إلى العرب من خلال غزاهم لصقلية في القرن التاسع. وشهد القرن الثاني عشر عودة الغزاة الصليبيين إلى غرب أوروبا محمّلين بذكرياتهم عن أصناف الشربات التي كانوا يتناولونها أثناء غزواتهم للشرق الأوسط.

ويقال أن الإيطاليين قد طوروا الجيلاتيني من وصفة أحضرها معه ماركو بولو عند عودته من الصين في القرن الثالث عشر. وبطريقة ما انتشر هذا الصنف وامتدت شهرته إلى إنجلترا بحلول القرن الخامس عشر، حيث يسجل التاريخ أن الملك هنري الخامس كان يقدمه في ولائمه التي كان يقيمها في حفلات تتويجه ملكاً على إنجلترا. ويحكى أن الملكة كاترين دي ميدنشي أحضرت معها إلى فرنسا وصفة الجيلاتيني عند زواجها من الملك هنري الثاني عام 1533. وكان يتم تقديم صنفاً من الجيلاتيني بنكهة مختلفة كل يوم على مدى 34 يوماً خلال فترة المهرجانات التي أقيمت احتفالاً بزواجهما.

وكان أول ظهور للآيس كريم في أسواق باريس في أواخر القرن السابع عشر. وكان يباع في المقاهي الفخمة التي كانت تقدم أيضاً صنفاً جديداً آخر؛ ألا وهو القهوة.

وسرعان ما طوّرت الشيفات الفرنسيون أصنافاً عديدة من الحلوى الفاخرة باستخدام أصناف الآيس كريم، متضمنة البومب والكوب والبارفيه.

وظهرت ميكنة مجمدات الأيس كريم كاختراع مبتكر عام 1846، لتبدأ مرحلة جديدة من الإنتاج الكمي لأصناف الأيس كريم وتوافرها في الأسواق على نطاق تجاري كبير. وبحلول أواخر القرن التاسع عشر، ظهرت قاعات الأيس كريم في أماكن التجمعات (ولازالت بعض أفكار الديكورات في قاعات الأيس كريم الموجودة الآن مأخوذة عن ديكورات التسعينيات من القرن التاسع عشر). وعلى الرغم من اختفاء عربات الأيس كريم وعربات المشروبات الغازية ونضد تقديم وجبات الغذاء السريعة الآن، إلا أنها كانت شائعة في القرن العشرين وكانت كلها تبيع منتجات الأيس كريم ولم تتناقص أبدا مبيعات الأيس كريم. واليوم يباع أكثر من 80% من منتجات الأيس كريم في متاجر السوبر ماركت أو متاجر الأغذية الجاهزة. ويزداد طلب الجمهور الآن على أصناف الأيس كريم الدسم والبيتي "super-premium" التي تكون غنية بالدهون وحافلة بمزيج رائع من النكهات، دون أي إشارة إلى تناقص المبيعات من هذه الأصناف أو توقع بحدوث ذلك.

أسئلة الباب الخامس

في ضوء دراستك للباب الخامس أجب عن الأسئلة التالية:

1. أذكر ما تعرفه عن:

- خبز ألاسكا Baked Alaska

- بارفيه Parfait

2. اشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :

فطيرة الآيس كريم - مانجو سوربيه

3. تكلم عن الفرق بين الآيس كريم والجيلاتي.

4. اشرح المصطلحات التالية:

مصطلح كولي Coulis - مصطلح جاناش Ganache

أسئلة عامة

◀ أشرح مصطلح:

وصفة " فورميولا " Formula - جلوتين Gluten

◀ ما هي القواعد التي تحكم عملية إذابة الشوكولاتة؟

◀ أشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من:

جينواز كلاسيكي - المافن بالتوت الأحمر البري المجفف

◀ ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات التالية:

- حشوة الكريمة بالفعل لا تزيد عن كونها كريمة حلواني يتم إضافة بعض

النكهة إليها ()

- في حشوة الفاكهة لا يمكن أن يحل محل النشا كل من الدقيق أو

نشا الذرة ()

- حشوات الكاسترد هي سوائل يتم تغليظ قوامها ببروتينات البيض ()

◀ اشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :

عجينة الشو - عجينة الكريب

◀ أشرح الفرق بين كل من:

المارنج السويسري - المارنج الإيطالي

◀ ماذا تعرف عما يأتي:

أصناف الكاسترد الحلو - أصناف الكريمة - صوصات الحلوى.

◀ كثير من الحلويات والحلوى يتم تجميعها من العجائن المخبوزة

والفطائر والبسكويت والكيك والمنتجات المثلجة وغيرها من المنتجات

في ضوء هذه العبارة ما هي العناصر التي تتكون منها اصناف الحلويات؟

◀ ما هي الإرشادات العامة لتجميع أصناف الحلويات؟

◀ أشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :

كريمة الحلواني - صوص كاسترد الفانيليا

◀ أذكر ما تعرفه عن:

- خبز ألاسكا Baked Alaska

- بارفيه Parfait

◀ أشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من:

فطيرة الأيس كريم - مانجو سوربيه

◀ تكلم عن الفرق بين الأيس كريم والجيلاتي.

◀ اشرح المصطلحات التالية:

Ganache - Coulis

◀ ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات التالية:

- مكونات كريم سوزيت:

[2 كوب لبن - 2 بيضة - 1 1/2 كوب دقيق - رشة ملح - 100 جم زبدة] ()

- مكونات مووس شكولاه:

[100 جم شكولاتة - 50 جم زيت - 4 بيض كامل - 200 جم كريمة خفق] ()

◀ اشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :

- البروفيترول Profiteroles

- تورتة الفواكه Torte Fruit

- كيكة الجبن Cheesecake

- ترايفل الفراولة والكريمة Strawberries and Cream Trifle

- كريم بروليه Perfect Crème Brulee

◀ اذكر المكونات فقط لكل من:

- كريم كراميل Crème Caramel

- الباوند كيك الانجليزي English Pound Cake

- تورتة الفواكه Torte Fruit

- بودنج الشكولاتة والكريمة Chocolate Cream Pudding

◀ ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات التالية:

- مكونات كنافة بالمكسرات:

[1 كجم كنافة – كوب سمن - كوب سكر- 50 جم مكسرات - قرفة] ()

- مكونات بسبوسة باللوز:

[1 1/4 كوب دقيق سميد-75 جم سكر-1 ملعقة صغيرة بيكنج بودر

75 ملل زبادي-75 ملل سمن مذاب- 150 جم لوز] ()

◀ أشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من:

- كنافة بالكاسترد

- أصابع البقلاوة باللوز

- أم علي

- مهلبية في الفرن

◀ أذكر المكونات فقط لكل من:

- نوجا بالمكسرات

- زلابية (لقمة القاضي)

- الأرز المعمر الحلو

- بسبوسة باللوز

◀ ما هي القيمة الغذائية للفواكه؟

◀ تكلم عما يأتي:

تجفيف الفواكه – طريقة خبز الفواكه

◀ اذكر المكونات فقط لكل من:
كيك البرتقال - البان كيك بالعسل والفراولة

◀ أشرح مكونات وطريقة الإعداد لكل من :
- بافلوفا - شرائح الأناناس المشوية
- بارفيه الفواكه - كيك الليمون الطازج

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

- سهير فؤاد نور (2012) أساسيات الطهي الفندقى- مكتبة جامعة الاسكندرية.
- عودة نجات (2013) أطباق الفرن – دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع - جمهورية مصر العربية.
- عالية خليفى (2014) الطبخ والحلويات – دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع - جمهورية مصر العربية.
- جمعية الطهاة المصريين (دورات تدريبية مذكرات غير منشورة) القاهرة، مصر.
- إعداد أصناف الكاسترد والكريمة والحلوى المثلجة وصوصات الحلوى - كيفية استخدام الفواكه.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- Craknell, H.L.and Kufimann, R.J. (1985). Practical Professional Cookery, Macmillan Publishers, London LTD.
- Mathiot, G. (1990). La cuisine pour tous.(In French). Albin Michel.
- Fiche Technique De Fabrication.(1995).Ecole Hoteliere, Alexandrie (In French).

ثالثاً: المواقع الإلكترونية

- *www.allrecipes.com
- * www.epicurious.com
- * www.thechefsconnection.com
- * www.meilleurduchef.com
- * www.tastykitchen.com
- * www.cooks.com
- * www.vealrecipes.com
- * www.tastykitchen.com
- * www.tasteofhome.com
- * www.petitchef.com
- * www.fatafeat.com