

شوربة عش الغراب

المقادير:

١/٤ كيلو دقيق

٢ ملعقة زبدة كبيرة

١ بصلة مفرومة

١ لتر شوربة

١ كوب صغير شوفان كويكر

١/٤ كيلو عش غراب مقطع

٢ ملعقة كبيرة كريمة

١ كوب صغير حليب

الطريقة:

١- يحضر إناء ويوضع به الزبدة ثم يضاف البصل ثم المشروم (عش الغراب)

٢- يضاف شوفان كويكر مع الدقيق حتى يتم إستواء الدقيق

٣- يوضع المرق الساخن ثم الحليب

٤- يضرب الخليط في الخلاط

٥- يضاف الملح والفلفل والكريمة

٦- قبل التقديم بقليل يضاف قليل من شوفان كويكر المنقوع في الحليب لمدة ربع ساعة .



الشوربة الإيطالية مع فواكه البحر

المقادير:

١/٢ ك جمبري صغير

١/٢ ك كاليماري (سبيط حبار)

١/٢ ك بلح البحر (جندوفلي قواقع بحرية)

١ فلفل ألوان ١/٢ ك سمك فيليه

١ عود كرفس ٢ بصلة مفرومة

١ ملعقة زيت صغيرة ٥ كوب مرقة سمك

٣ ملعقة كبيرة شوفان كويكر

١ ملعقة صلصة طماطم

الطريقة:

١- نحضر قدر ونضع به زيت علي النار

٢- نضيف البصل المفروم مع الكرفس

٣- نضيف الكاليماري ونضيف مرقة السمك

٥- بعد خمس دقائق نضيف الجمبري

٦- بعد خمس دقائق أخرى نضيف السمك وبلح البحر

٧- نضيف شوفان كويكر مع الصلصة

٨- عند تمام النضج نضبط الطعم بالملح والفلفل

٩- نضيف فلفل ألوان مقطع مكعبات صغيرة.



شوربة مع الشعيرية والكوارع والبازلاء



المقادير:

١ ك كوارع

١/٤ ك بازلاء وجزر

١ عود كرفس

ملح وفلفل

٤ ملعقة شوفان كويكر

٤ ملعقة شعيرية

١ بصلة

ورق الغار

الطريقة:

- ١- نحضر قدر ونسلق به الكوارع جيداً
- ٢- ننظف الكوارع من العظم وتقطع قطع صغيرة
- ٣- نحضر قدر ونضع به زيت أوزبدة ونضع به الشعيرية حتى تحمر
- ٤- يضاف قليل من البصل المفروم والكرفس والبازلاء والجزر (المقطع الى قطع صغيرة)
- ٥- نضيف شوفان كويكر
- ٦- نضيف مرق الكوارع والكوارع المقطعة قطع صغيرة ونتركها للتسوية نضبط الطعم بالملح والفلفل.



شوربة مع مكعبات البطاطس واللحم المفروم

المقادير:

١ ك بطاطس مقطعة مكعبات صغيرة

١/٢ ك لحم مفروم

٣ ملعقة شوفان كويكر كبيرة

٢ بصلة مفرومة

مرقة لحم



الطريقة:

- ١- نحضر قدر ونضع بها اللحم المفروم حتى يعصج (أى يستوى ٣/٤ إستواء)
- ٢- نضيف البصل المفروم والبطاطس
- ٣- نضيف شوفان كويكر
- ٤- نضيف شوربة اللحم ونتركها لتستوي
- ٥- نضبط الطعم بالملح والفلفل.



شوربة بالجزر



المقادير:

١ ك جزر

٤ كوب مرق

٢ بصلة

ملح وفلفل

٣ ملعقة كبيرة شوفان كويكر

١ ملعقة كبيرة زبدة

١ بصل أخضر

١ كوب كريمة طازجة

الطريقة:

- ١- نحضر قدر ونضع به الزبدة ونضيف البصل ونقلبهم
- ٢- نضيف الجزر ونقلب
- ٣- نضيف المرق و نترك للتسوية
- ٤- تضرب في الخلاط وتصفى
- ٥- نضيف شوفان كويكر والكريمة ونضعها على النار خمس دقائق
- ٦- نضبط الطعم بالملح والفلفل



شوربة باللحم الضاني

المقادير:

١/٤ كيلو لحم ضاني مسلوق مقطع مكعبات

١ ملعقة شعيرية

٢ فلفل ألوان

٥ ملعقة شوفان كويكر

١ بصلة مفرومة

٢ ملعقة لسان عصفور

ملعقه زبدة كبيرة

الطريقة:

١- نحضر قدر ونضع به ملعقه زبدة كبيرة

٢- نحمّر الشعيرية مع لسان العصفور حتى يصفر لونهما

٣- نضيف شوفان كويكر

٤- يضاف اللحم الضاني

٥- نضيف المرقّة ونتركها على النار للنضج

٦- نضيف الفلفل الألوان

٧- نرفعها من النار ونضبط الطعم بالملح والفلفل.



حساء الملوك



المقادير:

١ ك لحم مفروم

١/٢ جزرة

١ بصلة مقطعة مربعات صغيرة

١/٢ ملعقة صغيرة فلفل حصى

١ ملعقة كبيرة صلصة

٢ بياض بيض

١ كوب كبير شوفان كويكر

ملح وفلفل

الطريقة:

- ١- نحضر قدر ونضع به اللحم المفروم والبصل والجزر (يقطع إلى قطع صغيرة) ويوضع القدر على النار لمدة خمس دقائق
- ٢- نضع الصلصة وبياض البيض والملح والفلفل الحصى ويقلب على نار هادئة
- ٣- نقلب جيداً باليد حتى تتجانس مع بعضها.
- ٤- يتم اضافة ماء ثم نقلب جيداً
- ٥- نترك لمدة ساعة
- ٦- يوضع شوفان كويكر المنقوع في الماء لمدة ١/٢ ساعة بعد التصفية.
- ٧- يضبط الطعم بالملح و الفلفل



شوربة بالبصل

المقادير:

١/٢ ك بصل

٢ لتر شوربة

٣ ملعقة كبيرة دقيق

١ كوب كبير شوفان كويكر

٣ ملعقة زبدة كبيرة



الطريقة:

- ١- تحضير قدر ويوضع به البصل المقطع بالعرض
- ٢- يقلب على النار حتى يصبح لونه بني ثم يوضع الدقيق وشوفان كويكر
- ٤- يضاف المرق ويترك على النار حتى تمام الإستواء ويضبط الطعم بالملح والفلفل.
- ٥- عند التقديم توضع الشوربة فى طبق التقديم ويوضع عليها قطعة خبز توست وعليها جبنة موتزريلا
- ٦- يوضع طبق تقديم الشوربة (فى المايكروويف) لمدة دقيقتين لى تتماسك الجبنة مع التوست
- ٧- تقدم بعد خمس دقائق حتى تقل درجة حرارة الطبق.



شوربة شوفان كويكر



المقادير:

٢ لتر مرق

١ كوب كبير شوفان كويكر

١ كوب صغير دقيق

٢ ملعقة كبيرة زبدة

ملح وفلفل أبيض

١ كوب صغير كريمة طازجة

١ كوب صغير حليب

الطريقة:

١- نحضر قدر ونضع به الزبدة على النار

٢- نضيف الدقيق حتى تمام الإستواء

٣- نضيف المرق

٤- نضيف شوفان كويكر

٥- يضاف الحليب والكريمة

٦- يضبط الطعم بالملح و الفلفل.



شوربة الكرات



المقادير:

٢ لتر مرق

١ كوب صغير دقيق

٢ ملعقة كبيرة زبدة

ملح وفلفل أبيض

كوب صغير كريمة طازجة

١ كوب صغير حليب

١/٤ كيلو كرات أبيض وأصفر

١ كوب كبير شوفان كويكر ١ كوب صغير حليب

الطريقة:

١- نحضر قدر ونضع بها الزبدة

٢- يضاف الكرات المقطع قطع صغيرة

٣- يضاف الدقيق وتترك على النار لمدة ٥ دقائق

٤- يضاف المرق وشوفان كويكر

٥- تترك حتى تمام السواء

٦- يوضع الحليب والكريمة

٧- يضبط الطعم بالملح والفلفل.



الشوربة الفرنسية مع فواكه البحر



المقادير:

١/٢ ك جمبري

١/٢ ك سمك

١/٢ ك حبار

بصل وكرفس وكرات

١ كوب صغير شوفان كويكر

١ كوب صغير زيت ذرة

الطريقة:

- ١- نحضر قدر ويوضع بها الزيت
- ٢- يضاف البصل والكرفس والكرات المقطعين قطع صغيرة
- ٣- يضاف الكاليماري والجمبري ويقلب على النار لمدة خمس دقائق حتي يصفر اللون
- ٤- يضاف شوفان كويكر
- ٥- يضاف الماء وتترك على النار حتى السواء
- ٦- يضبط الطعم بالملح والفلفل.



شوربة بالبصل

المقادير:

١/٢ ك بصل

٢ لتر شوربة

٣ ملعقة كبيرة دقيق

١ كوب كبير شوفان كويكر

٣ ملعقة زبدة كبيرة



الطريقة:

- ١- تحضير قدر ويوضع به البصل المقطع بالعرض
- ٢- يقلب على النار حتى يصبح لونه بني ثم يوضع الدقيق وشوفان كويكر
- ٤- يضاف المرق ويترك على النار حتى تمام الإستواء ويضبط الطعم بالملح والفلفل.
- ٥- عند التقديم توضع الشوربة فى طبق التقديم ويوضع عليها قطعة خبز توست وعليها جبنة موتزريلا
- ٦- يوضع طبق تقديم الشوربة (فى المايكروويف) لمدة دقيقتين لى تتماسك الجبنة مع التوست
- ٧- تقدم بعد خمس دقائق حتى تقل درجة حرارة الطبق.



شوربة بالحمص



المقادير:

٢ لتر مرق

١ كوب كبير شوفان كويكر

١/٢ ك حمص شام مسلوق

١ بصلة مفرومة

١ ملعقة طماطم بوريه

١ ملعقة كبيرة زبدة

ملح وفلفل

الطريقة:

١- نحضر قدر ويوضع به الزبدة

٢- يضاف البصل المفروم

٣- يضاف الحمص وشوفان كويكر بعد أن تصفر البصلة المفرومة

٤- تضاف ١ ملعقة صلصة طماطم

٥- يضاف المرق وتترك حتى الإستواء

٦- يضبط الطعم بالملح والفلفل.



شوربة مع الفاصوليا



المقادير:

٢ لتر مرق

١/٤ كيلو لحم مفروم

١/٢ ك فاصوليا

١ كوب كبير شوفان كويكر

١ بصلة مفرومة

١ ملعقة صلصة طماطم

ملح وفلفل

٢ عود كرفس ١ ملعقة كبيرة زبدة

الطريقة:

١- نحضر قدر ويضع به الزبدة

٢- يضاف البصل المفروم والكرفس

٣- يضاف اللحم المفروم حتى الإستواء

٤- تضاف الفاصوليا المسلوقة وشوفان كويكر والصلصة

٥- يضاف المرق حتى تستوي ويضبط الطعم.



شوربة بازلاء



المقادير:

١ ك بازلاء

١ كوب كبير شوفان كويكر

١/٢ ك بطاطس

٢ لتر مرق

ملعقة صغيرة زبدة

ملح وفلفل أبيض

الطريقة:

- ١- نحضر قدر وتوضع بها الزبدة
- ٢- يوضع البصل لمدة دقيقتين حتي يصفر اللون
- ٣- توضع البازلاء و يضاف البطاطس وشوفان كويكر
- ٤- يضاف المرق وتترك على النار حتى تمام الإستواء
- ٥- تضرب في الخلاط وتصفى
- ٦- يضبط الطعم بالملح والفلفل.



شوربة ذرة



المقادير:

- ١ ك ذرة حلوة
- ١ كوب كبير شوفان كويكر
- ٢ لتر مرق
- ١ بصل مفروم
- ١ ملعقة كبيرة زبدة
- ملح وفلفل

الطريقة:

- ١- نحضر قدر ويوضع به الزبدة
- ٢- تضاف البصلة المفرومة والذرة الحلوة
- ٣- يضاف شوفان كويكر ويضاف المرق وتترك على النار لمدة ٥ دقائق
- ٤- يضبط الطعم بالملح والفلفل.



شوربة لحم العكاوي



المقادير:

٢ ك لحم عكاوي

ورق غار

٤ لتر ماء

١ كوب كبير شوفان كويكر

ملح و فلفل

٥ فص ثوم يقطع قطع صغيرة

١ ملعقة صغيرة بهارات لحم

١ بصلة مقطعة صغير ١ جزرة مقطعة كاريه

الطريقة:

١- تغسل العكاوي جيداً بالماء

٢- توضع في إناء به ماء مغلي على النار لمدة ربع ساعة

٣- تصفى وتغسل جيداً (تشطف بالماء)

٤- توضع على النار في ماء مغلي ويضاف عليها ورق الغار والثوم وبهارات اللحم

٥- يضاف البصل والجزر وشوفان كويكر حتى تمام الإستواء

٦- يضبط الطعم بالملح و الفلفل



شوربة عدس أسود



المقادير:

- ١ كيلو عدس أسود
- ١ كوب كبير شوفان كويكر
- ٥ لتر مرق لحم أو دجاج
- ١ بصلة مفرومة
- ١ جزرة مفرومة
- ملعقة كبيرة زبدة

الطريقة:

- ١- يتم إنضاج العدس نصف إستواء (أي يسلق العدس في الماء)
- ٢- يحضر إناء ويوضع به البصل المفروم والجزر
- ٣- يضاف العدس وشوفان كويكر وبعد ذلك تضاف الشوربة ويترك حتى تمام الإستواء
- ٤- يضبط الطعم بالملح و الفلفل .



شوربة حريرة المغربية

المقادير:

١/٤ كيلو لحم مفروم

٢ لتر شوربة لحم

١/٤ ك حمص مسلوق

١ كوب كبير عدس أسود

٣ ملعقة مكرونة صغيرة

١ ملعقة كزبرة خضراء مفرومة

١ كوب كبير شوفان كويكر ١ ملعقة أكل دقيق

١ ملعقة صلصة طماطم ١ بصلة مفرومة متوسطة الحجم

الطريقة:

١- نحضر إناء مدهون يقليل من الزيت كي تقلى البصلة

٢- تضاف المكرونة وتحمّر حتي تصبح لونها ذهبي

٣- يضاف اليها اللحم المفروم ويتم التقليب

٤- يضاف الحمص والعدس المسلوقان ثم يضاف الشوفان

٥- يضاف الدقيق وملعقة صلصة طماطم

٦- يضاف المرق وتترك علي النار لمدة نصف ساعة حتي تمام الإستواء

٧- يضبط الطعم بعد ذلك بالملح و الفلفل



شوربة عدس أصفر



المقادير:

١ ك عدس أصفر

٥ جم ثوم

١ بصلة

١/٢ جزرة

١ طماطم

١/٢ بطاطس صغيرة

كوب كبير شوفان كويكر

٤ لتر مرق ١ ملعقة كبيرة زبدة

الطريقة:

١- يحضر إناء مدهون بالزبدة

٢- يضاف البصل والجزر ثم العدس والطماطم

٣- يضاف نصف كمية شوفان كويكر وأخيراً المرق

٤- بعد أن تتضج الكمية السابقة تضرب في الخلاط وتصفى

٥- يضبط الطعم بالملح والفلفل

٦- يضاف الى الكمية السابقة باقي كمية شوفان كويكر المنقوع في الماء



شوربة خضار

المقادير:

١ لتر شوربة لحم

١/٤ كيلو جزر مقطع صغير

١ ملعقة كبيرة زبدة

١/٢ ك بطاطس مقطعة الى قطع صغيرة

١/٤ كيلو فاصوليا مقطعة صغير

١ كوب صغير بازلاء

١/٤ كيلو كوسة ملح و فلفل

١ كوب صغير شوفان كويكر ١ بصلة مفرومة

الطريقة:

١- نحضر إناء ونضع به الزبدة ثم يضاف البصل المفروم

٢- يضاف الجزر والفاصوليا والبازلاء

٣- تضاف البطاطس ثم الكوسة ،

٤- يضاف شوفان كويكر

٥- يضاف المرق

٦- وعند تمام الإستواء يضبط الطعم بالملح والفلفل



شوربة خضار مصفى

المقادير:

- ١/٤ ك بطاطس
- ١/٤ ك جزر
- ١/٤ كيلو بازلاء
- ٢ لتر شوربة
- ملعقة كبيرة زبدة
- ١ بصلة
- ١/٢ ملعقة كرفس
- ١/٤ كيلو كرات يقطع قطع صغيرة
- ١ كوب كبير شوفان كويكر
- ١ كوب كبير كريمة طازجة

الطريقة:

- ١- يتم تحضير اناء ويوضع الزبدة
- ٢- يضاف البصل والكرات والكرفس
- ٣- يضاف الخضروات (الجزر و البازلاء والبطاطس)
- ٤- تضاف نصف كمية شوفان كويكر و أخيراً المرق وتترك للإستواء
- ٥- تخلط الشوربة في الخلاط وتصفى ويضبط الطعم
- ٦- تضاف الكريمة وشوفان كويكر المنقوع في الماء و تقلب جيداً



شوربة طماطم



المقادير:

١ ك طماطم طازجة

١ لتر مرققة دجاج

١ بصلة

١ جزرة

١/٤ ك بطاطس

٣ ملاعق صلصة صغيرة ملح وفلفل

١ كوب صغير كريمة طازجة

١ كوب صغير شوفان كويكر ملعقة كبيرة زبدة

الطريقة:

- ١- توضع الزبدة في قدر على النار
- ٢- يضاف اليها الطماطم والبصل ثم الجزر والبطاطس ويمكن أن توضع الخضروات مرة واحدة مع نصف كمية شوفان كويكر
- ٣- يضاف المرق ويترك على النار حتى تمام الإستواء
- ٤- يضرب الخليط وتصفى ثم يضبط الطعم
- ٥- تضاف الكريمة وشوفان كويكر المنقوع
- ٦- يضبط الطعم بالملح و الفلفل



شوربة الدجاج

المقادير:

٢ لتر مرق

١ كوب صغير دقيق

٢ ملعقة كبيرة زبدة

كوب كبير شوفان كويكر

١ بصلة

ملح وفلفل

١ كوب صغير كريمة طازجة

كوب صغير حليب ١/٤ ك صدور دجاج مقطعة مكعبات صغيرة

الطريقة:

١- يحضر إناء مدهون بقليل من الزبدة

٢- يرش بالدقيق مع نصف كمية شوفان كويكر

٣- يضاف المرق (يجب أن يكون ساخناً)

٤- يضرب بالمضرب السلك

٥- يصفى جيداً و يضبط الطعم

٦- يضاف شوفان كويكر المنقوع في الماء وأخيراً مكعبات الدجاج

٧- توضع على النار حتى تمام الإستواء



شوربة لسان عصفور



المقادير:

نصف كيلو لسان عصفور

٢ لتر مرق دجاج

ملح وفلفل

١ كوب زيت صغير

١ ملعقة كبيرة زبدة

١ كوب كبير شوفان كويكر

١ بصلة مفرومة

الطريقة:

١- يحضر إناء مدهون بقليل من الزيت

٢- يضاف لسان العصفور حتى يصبح لونه ذهبياً

٣- يضاف البصل المفروم وشوفان كويكر ثم المرق

٤- يضبط الطعم بالملح و الفلفل.



شوربة الدجاج المقلي



المقادير:

- ١ ك صدر دجاج
- ١ لتر مرقة دجاج
- ١ كوب كبير شوفان كويكر
- ملح وفلفل
- ١ ملعقة صغيرة خردل
- ٢ بيضة
- ١ كوب صغير دقيق
- ١ بصلة مبشورة
- ١/٢ ملعقة صغيرة بهارات

الطريقة:

- ١- تقطع صدور الدجاج شرائح وتتبّل بالملح والفلفل و الخردل والبهارات،
- ٢- توضع في الدقيق ثم في البيض المخفوق
- ٣- توضع في شوفان كويكر ثم تقلى في الزيت
- ٤- تضاف شرائح الدجاج بعد التحمير على قليل من الشوربة.



شوربة عش الغراب

المقادير:

١/٤ كيلو دقيق

٢ ملعقة زبدة كبيرة

١ بصلة مفرومة

١ لتر شوربة

١ كوب صغير شوفان كويكر

١/٤ كيلو عش غراب مقطع

٢ ملعقة كبيرة كريمة

١ كوب صغير حليب

الطريقة:

١- يحضر إناء ويوضع به الزبدة ثم يضاف البصل ثم المشروم (عش الغراب)

٢- يضاف شوفان كويكر مع الدقيق حتى يتم إستواء الدقيق

٣- يوضع المرق الساخن ثم الحليب

٤- يضرب الخليط في الخلاط

٥- يضاف الملح والفلفل والكريمة

٦- قبل التقديم بقليل يضاف قليل من شوفان كويكر المنقوع في الحليب لمدة ربع ساعة .

