

# وصفة معكرونة الجبنة و الجوز والاسكواش

إن معكرونة البندق والجبن ليس فقط وصفة لتسلل المزيد من الخضار إلى نظامك الغذائي فحسب ، بل هي أيضا وصفة غنية بالنكهات الجديدة التي تجعل من وجبتك أفضل وقت في يومك. إضافة قرع البندق إلى ال معكرونة الخاص بك والجبن يعطيها لونا ذهبيا رائعا ، مما يجعلها صلصة حريريا جدا ، وتضيف مذاقا أكثر حلاوة إلى الكلاسيكية.

نحن نعتقد أن البندق والجبن يجب أن يكون طعامك المفضل الموسمي ، مثلما هو مرحب به في ليلة الأربعاء كما هو في مائدة العطلة. هنا هي أسهل طريقة للحصول من الاسكواش مكعبه إلى ماك الفاخر والجبن في المنزل.

## صنع صلصة الجبن البقري

المفتاح إلى مكرونة البندق والجبن هو طهي القرع مباشرة في الحليب. يجعل طبخ القرع المكعب في الحليب الكامل صلصة الجبن أجمل ، ويزيل الأطباق الإضافية ، ويضيف الحلاوة التي توازن تماما تانج كل من جبن الشيدر وجبن البارميزان التي تضاف إلى طبق المعكرونة النهائي.

وإليك كيفية القيام بذلك: قم بكعكة القرع (أو شراء القرع الطازج أو المجمد الذي يتم تقطيعه وتهيئته لك). ثم اجمع القرع مع الحليب ، القليل من الماء ، وبعض الملح واطبخ حتى يصبح طريا. بوريه القرع والحليب ، ولديك صلصة كريمية على الفور دون أي طحين أو رو أو كريم ثقيل.

اطبخ المعكرونة الخاصة بك بشكل منفصل وأضفها (مع الكثير من الجبن المبشور) إلى صلصة القرع الخاصة بك ، ولديك قدر جميل من اللحم والجبنة اللذيذة.



هذه الوصفة من المعكرونة بالجبنة والقرع يمكن ان تقدم حصص تتراوح من 8 إلى 10.

وقت التحضير الذي تتطلبه هـ : 25 دقيقة ؛ أما وقت الطهي فهو : 30 دقيقة

### المكوّنات التي ستحتاج إليها هي:

- 1 باوند قرع butternut ، مقشر ، المصنف ، وقطع إلى مكعبات 1/2 بوصة ، أو 1 (15-أونس) كيس مكعبات butternut مكعبات مكعبة (لا تذوب)
- 1 ½ كوب حليب صافي
- ½ كوب ماء
- 1/2 ملعقة صغيرة الملح كوشير ، بالإضافة إلى المزيد من مياه المعكرونة
- 1/4 ملعقة صغيرة الفلفل الأبيض
- 1/4 ملعقة صغيرة جوزة الطيب المبشور الطازج
- 1 باوند قذائف المعكرونة الصغيرة الجافة
- 1 1/2 كوب جبن شيدر حاد مبشور (حوالي 6 أونصات)
- 1/4 كوب الجبن البارميزان المبشور
- 2 أوقية الجبن ، في درجة حرارة الغرفة

### طريقة التحضير:

1. ضع القرع والحليب والماء والملح في إناء كبير وأحضره على نار هادئة على نار متوسطة عالية. قلل الحرارة إلى متوسطة ، وغطها ، واطهيها حتى يصبح القرع طريًا ، حوالي 20 دقيقة. (إذا كنت تستخدم القرع المجمد ، سيكون العرض طازجًا في الوقت الذي يأتي فيه المزيج ، لذلك لا تقم بتغطيته ثم طهيه). اغلق مصدر الحرارة وابتعد. في هذه الأثناء ، طهي المعكرونة.
2. صغ وعاء كبير آخر من الماء المملح ليغلي على نار عالية. يُضاف المعكرونة ويُطهى وفقًا لتوجيهات الطرد حتى تصل إلى اللثة ، من 6 إلى 8 دقائق. استنزف المعكرونة وتوضع جانبا.
3. استخدم الخلاط الغمر لتعبئة الحليب والاسكواش في صلصة ناعمة. ضجة في جوزة الطيب والفلفل. يُضاف المعكرونة المطبوخة ، الشيدر ، جبنة البارميزان ، والجبن الكريمي ، ويُحرّك المزيج حتى يتم دمج المعكرونة بالتساوي وتُذاب الجبن.

بعض ملاحظات للوصفة يمكن التأيد بها:

التخزين: يمكن تبريد بقايا الطعام في حاوية محكمة الإغلاق لمدة تصل

إلى 5 أيام.