5 وصفات للعزومات

عند التحضير للعزومات ، تحاول ربة المنزل تقديم أطباق مميزة ستنال اعجاب الجميع، تعد اللحوم من الانواع المحببة لدى الجميع، لذلك يمكنك تقديم 5 وصفات بأشكال متنوعة لتظهر المائدة بشكل جيد وقيمة غذائية في الوقت نفسه.

اليك 5 وصفات للعزومات

- **تاندوري لحم البقر**

المقادير:

- ½ كيلو لحم بقر
- 2 ملعقة كبيرة زبدة
- ¼ كوب بصل
- 1 كوب فطر
- ملح
- فلفل أسود
- صلصة صويا

طريقة التحضير:

1. يسخن الفرن على درجة 400 فهرنهايت.
2. في مقلاة ، تذوب الزبدة ثم يضاف الكرات والبصل ، وتقلب المكونات على نار هادئة لتصبح طرية.
3. يضاف الفطر ويترك على النار لمدة 5 دقائق.
4. يقطع اللحم ويترك جانبًا بعد صتع فتحات بداخله ، ثم يضاف اليه الملح والفلفل الأسود وصلصة الصويا بداخله.
5. تصب المكونات السابقة فوق اللحم ، ثم يوضع بصينية وتدخل الى الفرن وتشوى لمدة 40 دقيقة.
6. يقدم الطبق ساخنًا.

- **لحم مفروم مع البطاطس**

المقادير:

- ½ كيلو لحم مفروم

- 1 كوب ماء
- 1 بصل كبيرة
- 2 ملعقة زبدة
- 2 حبة بطاطس
- ½ كوب صلصة
- ملح
- فلفل أسود

طريقة التحضير:

1. في مقلاة ، توضع الزبدة على النار ، ثم يضاف البصل ويقلب ليصبح ذهبي اللون.
2. يضاف اللحم ثم الصلصة والمياه ، ويترك المزيج على النار حتى يتشرب المياه ، ثم يضاف الملح والفلفل الأسود.
3. تقطع البطاطس وتقلى في الزيت.
4. تقدم البطاطس الى جانب اللحم.
5. يضاف الجبن على البطاطس حسب الرغبة.

- **لحم بقر مع الملفوف**

المقادير:

- ½ كيلو لحم بقر ، مفروم
- 1 ثمرة ملفوف
- 2 كوب بصل ، مفروم
- ½ كوب كرفس
- ½ كوب فلفل أخضر، مقطع
- 2 ملعقة كبيرة شوفان
- ¼ ملعقة صغيرة ثوم بودرة
- 1 كوب صلصة طماطم
- ¼ كوب خل تفاح
- ملح
- فلفل أسود

طريقة التحضير:

1. في مقلاة ، يطهى لحم البقر مع البصل والكرفس والفلفل على نار هادئة.

2. يضاف الشوفان والثوم والملح والفلفل بعد مرور 10 دقائق من الطهي.
3. في وعاء ، تخلط الصلصة مع خل التفاح والسكر ، ويتبل المزيج بالملح والفلفل.
4. تضاف الصلصة فوق اللحم والملفوف.
5. يترك المزيج على النار ملمدة 20 دقيقة اضافية.

- **الكبدة الضاني**

المقادير:

- 1 كيلو كبدة
- 2 بصل ، مفروم
- 3 ملعقة كبيرة زبدة
- 2 ملعقة كبيرة خل
- 3 فص ثوم ، مفروم
- ملح
- فلفل أسود
- بهارات
- عصير حبة ليمون

طريقة التحضير:

1. يفرم الثوم والبصل فرما ناعما.
2. يتبل المزيج بالتوابل وعصير الليمون.
3. تضاف الكبدة الى الخليط ، وتترك منقوعة لمدة 30 دقيقة.
4. في مقلاة ، تسخن الزبدة ، ثم تضاف الكبدة وتترك على نار مرتفعة حتى تنضج.
5. تقدم الكبدة مع الأرز أو الباستا.

- **روست بيف**

المقادير:

- عرق لحم بقر
- 3 فص ثوم ، مقطع
- 1 فص ثوم ، مفروم

- 2 فص حبهان
- 1 ملعقة صغيرة زبدة
- فلفل أسود
- 1 بصل صغير
- ماء

طريقة التحضير:

1. يغسل اللحم بالماء والخل ، ويشقق بالسكين.
2. في مقلاة كبيرة ، توضع الزبدة ثم يقلى الثوم المهروس ليصبح ذهبي اللون.
3. يشوح اللحم على كل الجوانب.
4. يضاف الثوم المقطع والفلفل الأسود الى داخل شقوق اللحم.
5. في قدر من المياه المغلية ، يوض عرق اللحم ، ويطهى على نار متوسطة حتى ينضج.
6. يضاف الحبهان والبصل ، ويترك اللحم على نار هادئة لمدة ساعة اضافية.