Moulinex
QUICK CHEF

فهرس

QUICK CHEF

كافيار الباذنجان مع الكمّون

حمص بالفاصوليا البيضاء مع الكاجو

تابيناد الفليفلة المنقوعة

كريما خرشوف القدس، رغوة الدجاج و زيت البندق

كريما الذرة مع الفلفل الأبيض

شوربة الملفوف الأخضر والكستناء والدجاج

شوربة الجزر، القريدس و النقانق

جاسباتشو

فطر محشو بالفستق والجبن الطازج

معجون الكاري

صلصة الحزر

بيستو الجرجير باللوز المُحمّص

كمبوت البابايا مع شراب القيقب

كمبوت البابايا مع شراب القيقب

معجون البندق

Moulinex

Powelix

الجيل القادم من الخلط :

لأن الابتكار هو جزء من الحمض النووي لدينا ، طور خبراؤنا تقنية شفرات Powelix الجديدة. تجمع هذه التقنية الجديدة بين قوة الخلط وبين قوة المحرك الجديد، لتحقيق نتائج مثالية في أي وقت من الأوقات.
ولفترة طويلة. تضمن تقنية شفرات Powelix نعومة لا تصدق في المزج بدون مجهود حتى على أصعب المكونات.

هدف واحد : لا توقف المزج أبداً !

كافيار الباذنجان مع الكمّون

4 | 15 دقيقة | 45 دقيقة

المكونات

٢ باذنجان كبير
٢ من فصوص الثوم
ربع ليمونة صفراء
٢ ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون
٥٠ جرام من الجبنة البيضاء
نصف ملعقة صغيرة من الكمّون
ملح ، فلفل

إعداد

1 | يُسخّن الفرن تمهيدياً لغاية ٢١٠ درجات مئوية. يُقشر الثوم ويُفرم.

2 | يُسكب القليل من الماء في قعر طبق الجرتان، ويوضع الباذنجان مقسوماً الى نصفين، القشرة الى الأسفل. يُوزع الثوم على الباذنجان ويُغطى الطبق بإحكام برقائق الألمينيوم . يُخبز في الفرن لمدة ٤٥ دقيقة.

3 | يُقشط الباذنجان بواسطة شوكة، ويوضع في طبق طويل الشكل.

4 | يُضاف عصير الليمون والكمّون وزيت الزيتون والملح والفلفل. يُمزج في Quick Chef على سرعة ٨ ، لغاية الحصول على مزيج ناعم الملمس.

نصائح

تُضاف قطع صغيرة من الطماطم المُجفّفة.

حمص بالفاصوليا البيضاء مع الكاجو

4 | 15 دقيقة

المكونات

٢٠٠ جرام من الحمّص المُعلّب
٢٠٠ حرام من الفاصوليا البيضاء المُعلّبة
٥٠ جرام من الكاجو
١ فص من الثوم
٦ ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
١ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
رشّة من فلفل Espelette
٥ سنتلتر من الماء
ملح ، فلفل
بضعة أغصان من الكزبرة

إعداد

1 | يُغسل الحمّص والفاصوليا البيضاء ويُصفّيان. يُقشر الثوم ويُزال منه الجذر ويُقسم الى نصفين.

2 | في وعاء طويل (من نوع كوب القياس)، يوضع الكاجو مع الثوم ويُضاف الحمص والفاصوليا، الملح والفلفل.

3 | تُضاف ٥ ملاعق كبيرة من الزيت والماء وعصير الليمون، وتُخلط في Quick Chef على سرعة تيربو، حتى نحصل على هريس.

4 | يوضع المزيج في وعاء، يُضاف اليه الزيت المُتبقي. يُضاف الملح والفلفل. يُرش عليه الفلفل والكزبرة ، ويُقدّم.

نصائح

يُمكنك تزيينه بالحمّص فقط إذا رغبت.

تابيناد الفليفلة المنقوعة

4 | 20 دقيقة | 20 دقيقة | 1H ساعة

المكونات

٣ فليفلة حمراء
١ فص من الثوم
٦ أغصان من الزعتر
١ رشّة من الفلفل الحلو
١٠ سنتلتر من زيت الزيتون
٣ حبّات من الفلفل الأسود
١٠٠ جرام من جبنة الريكوتا
٤ حبّات من الزيتون الأسود
ملح ، فلفل

إعداد

1 | سُخّن الفرن على درجة ٢٢٠ مئوية . تُغسل الفليفلة وتوضع على ورق الخَبْز . تُخبز لمدة ٢٠ دقيقة حتى تتحول الى اللون الأسود .

2 | تُؤخذ الفليفلة من الفرن وتوضع في كيس للحفظ ، تُترك لكي تبرد . عندما تصبح دافئة يُزال عنها الجلد والبذور، وتُقطع الى قطع صغيرة .

3 | يُقشّر فص الثوم ويُسحق . في وعاء عميق، يوضع الفلفل ، الثوم ، أغصان الزعتر ويُسكب زيت الزيتون. الملح والفلفل وتُمزج . تُنقع في الثلاجة لمدة ساعة واحدة.

4 | بعد هذا الوقت ، توضع الفليفلة (بعد إزالة الزعتر والزيت) في كوب القياس. تُضاف البابريكا والزيتون الأسود . تُمزج في Quick Chef بسرعة ٦ حتى يصبح المزيج سلسًا.

5 | تُضاف الريكوتا وتخلط بلطف بالملعقة.

نصائح

يمكن استعمال هذه التابيناد لعمل لفائف من المقبلات

كريما خرشوف القدس، رغوة الدجاج و زيت البندق

6 | 25دقيقة | 30دقيقة

المكونات

٤٠٠ جرام من خرشوف القدس
٢ بطاطس
١ ساق من الكرفس
٦٠ سنتلتر من مرق الدجاج
١ بصلة
٢٠ سنتلتر من الحليب
٤ شرائح رقيقة من لحم الدجاج
١ رشّة من زيت البندق
ملح ، فلفل
٢ أغصان من البقدونس

إعداد

1 | يُقشّر الخرشوف والبطاطس ويُقطعان الى قطع صغيرة. يُقشر البصل ويُقطع الى شرائح. يُقطّع الكرفس.

2 | في قدر عميق ، يُوضع الخرشوف، البطاطس، الكرفس والبصل. يُرش عليها الملح والفلفل. يُسكب عليها مرق الدجاج، ويُغطى القدر ويوضع على النار لمدة ٣٠ دقيقة.

3 | يُسكب الحليب في قدر صغير، وتُضاف شرائح الدجاج، ويُسخّن. وعند أول الغليان تُرفع الشرائح من الحرارة، وتُترك منقوعة.

4 | بمُجرّد طهي الخُضار، يُخلط المزيج في Quick Chef على السرعة ٨ لغاية الحصول على قوام ناعم الملمس.

5 | عند التقديم ، تُرفع شرائح الدجاج ويُسكب الحليب الباقي في كوب القياس. يُخلط الحليب على سرعة تيربو لدمج الهواء فيه حيث يتولد عن ذلك رغوة على السطح.

6 | يُقسّم الحساء على الأطباق ويُرشّ بزيت البندق. يُؤخذ الزبد بواسطة ملعقة ويوزع على الأطباق.

7 | يُرش البقدونس المفروم ، ويُقدّم على الفور.

نصائح

تُشوى شرائح رقيقة من الدجاج على الشوّاية وتوضع على الحساء عند التقديم.

كريما الذرة مع الفلفل الأبيض

4 | 10 دقيقة | 12 دقيقة

المكونات

٤٠٠ جرام من الذرة المُعلّبة
١ ساق كرفس
٤٠ سنتلتر من مرق الدجاج
١ بصل أصفر
١ ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
٢٠ سنتلتر من الكريما الكثيفة
١ حفنة كبيرة من الفلفل الأبيض
بضع أغصان من البقدونس
ملح

إعداد

1 | تُغسل الذُرة وتُصفّى. يُقشّر البصل ويُفرم. كما يُفرم الكرفس . في قدر خارجي ، يُسخّن زيت الزيتون ويُقلى فيه البصل مع الفلفل لمدة دقيقتين.

2 | تُضاف الذُرة، ويُسكب المرق . يُتابع الطهي لمدة ١٠ دقائق على نار هادئة.

3 | في نهاية الطهي ، يُخلط التحضير في Quick Chef على السرعة ١٠. تُضاف الكريما الكثيفة والملح. تُخلط، ثم تُرشّ بالبقدونس المفروم، ثم يُقدّم

نصائح

للحصول على تحضير دسمٍ أكثر، استبدل بالذرة الصينية.
يمكنك إضافة بعض الفطر الذهبي الى الوعاء عند التقديم.

شوربة الملفوف الأخضر والكستناء والدجاج

4 | 10 دقيقة | 45دقيقة

المكونات

٣٥٠ جرام من الملفوف الأخضر
٢٠٠ جرام كستناء مُعلّبة أو مُجمّدة
٢ شريحتان من لحم الدجاج
١ بطاطس
١ جزرة
١ كُرّاث
٧٠ سنتلتر من مرق الدجاج
١ بصلة
ملح ، فلفل

إعداد

1 | يُقطّع لحم الدجاج الى قطع صغيرة . يُقشّر البصل ويُقطّع الى شرائح . يُقشّر الجزر والبطاطس ويُغسل الكراث. تُقطّع الخضروات الى قطع صغيرة . يُفصل الملفوف ويُقطع الى قطع.

2 | في قدر كبير ، يُقلى لحم الدجاج مع البصل لمدة دقيقتين ، يُضاف الكراث والبطاطس والجزر وتُقلى لمدة دقيقتين . يُضاف الملفوف ويُسكب مرق الدجاج .

3 | يُغلق القدر ، ويُطهى الطعام على نار هادئة لمدة ٢٠ دقيقة.

4 | تُضاف الكستناء ويُستمر بالطهي لمدة ١٥ دقيقة.

5 | في نهاية الطهي ،تُخلط الشوربة في Quick Chef على السرعة ٤ ، بحdث تبقى بعض القطع.

نصائح

تُضاف بعض مُكعبات جبنة تومي عند التقديم.

شوربة الجزر، القريدس و النقانق

4 | 10 دقيقة | 35 دقيقة

المكونات

٦٠٠ جرام جزر
٢ فصوص من الثوم
٢ من سيقان عشبة الليمون
٧٠ سنتلتر من مرق الدجاج
٢ ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون
٢ ملعقتان كبيرتان من زيت السمسم
٨ شرائح رقيقة من النقانق
٨ من القريدس
ملح ، فلفل
بضعة أوراق من الريحان التايلندي أو من الزهور العطرية الصالحة للأكل.

إعداد

1 | يُقشّر الثوم والجزر ويُقطعان الى شرائح. تُزال الورقة الأولى من عشبة الليمون وتُقطع الى قطع صغيرة.

2 | يُسخّن الزيت في مقلاة عميقة، ويُقلى الليمون مع الثوم، ويُضاف الجزر ويُقلى من ٥ الى ١٠ دقائق. يُسكب مرق الدجاج، ويُطهى على نار هادئة لمدة ٢٥ دقيقة.

3 | توضع شرائح النقانق على ورقة الخَبز، وتُشوى لبضع دقائق على الشواية.

4 | بمُجرّد الإنتهاء من طهي الجزر، يُخلط في Quick Chef على السرعة ١٠ لنشر النكهة جيداً . ينضج هذا الحساء الصيني للحصول على ملمس ناعم. يُحفظ دافئاً.

5 | تزيين القريدس. يُسخّن زيت السمسم في مقلاة صغيرة ويُقلى فيها القريدس.

6 | تُسكب في كل وعاء مغرفة من شوربة الجزر، ثم يُضاف اليها القريدس مع شريحتين من النقانق المشوية . وتُزيّن بالريحان والزهور العطرية.

نصائح

لتجنب الاضطرار إلى تمرير الحساء الصيني ، تُزال عشبة الليمون قبل مزج الجزر.

جاسباتشو

1 ساعة | 15 دقيقة | 4

المكونات

٤٠٠ جرام من الطماطم الناضجة
نصف خيارة
نصف ساق من الكرفس
١ فلفل أحمر صغير
نصف حفنة من الريحان
١ فص من الثوم
٢٠ سنتلتر من زيت الزيتون
١٠ سنتلتر من الماء
١ ملعقة كبيرة من خل العنب

إعداد

1 | تُغسل الطماطم والكرفس والخياروالفلفل الأحمر. تُقطّع الخضروات الى قطع صغيرة. يُغسل ويُفرم الريحان، يُقشّر الثوم ويُزال منه الجذر ويُقطع الى نصفين.

2 | توضع الخُضار والريحان والثوم في طبق السلطة ويُضاف اليها زيت الزيتون والخل. تُرش بالملح مالفلفل وتُخلط جيداً. تُترك في الثلاجة لمدة ساعة واحدة.

3 | تُخلط مُحتويات الطبق في Quick Chef بسرعة ١٠ ، يُضاف اليها القليل من الماء حسب القوام المطلوب. تُقدم طازجة.

نصائح

يُقدّم مع هذه الوصفة الخبز المُحمّص المدهون بالثوم.

فطر محشو بالفستق والجبن الطازج

4 | 20دقيقة | 20دقيقة

المكونات

تكفي ٤ أشخاص – التحضير ٢٠ دقيقة
– الطهي ٢٠ دقيقة
١٢ فطر كبير من باريس
١ ليمونة صفراء
١٠٠ جرام من الجبنة البيضاء
٧ سنتلتر من الكريما السائلة
٥٠ جرام من الفستق المُجفّف
١ فص من الثوم
١رشّة من زيت الزيتون
ملح ، فلفل
بضعة أغصان من الأوريغانو أو الزعتر

إعداد

1 | يُسخّن الفرن على درجة ١٨٠ مئوية. يُغسل الفطر وتُزال سيقانه. يُقشّر اليمون بلطف وتُفصل عنه الشرائح. يُقشّر الثوم ويُقسم الى نصفين.

2 | في كوب القياس ، يوضع الثوم والفستق و شرائح الليمون والجبنة البيضاء. ثم الملح والفلفل.

3 | تُمزج في Quick Chef على السرعة ٤ لمدة ١٠ – ١٥ ثانية. تُسكب الكريما تدريجياً. يجب أن تبقى بضع قطع من الفستق.

4 | يُقسّم الحشو على الفطر، ويوضع الفطر المحشو في طبق الجرتان. يُرشّ بالزيت ويُنثر عليه الأوريجانو.

5 | يُخبَز لمدة ٢٠ دقيقة.

نصائح

للشواء، يُمكنك طهي الفطر على الشوّاية.

معجون الكاري

المكونات

٣ فصوص من الثوم
٢ سنتم من جذر الزنجبيل
١ فلفل أحمر (حسب الرغبة)
٥ حبات من الهيل
١ ملعقة صغيرة من بذور الشّمر
١ ملعقة صغيرة من بذور الكزبرة
١ ملعقة صغيرة من مسحوق الكركم
١ ملعقة صغيرة من الكمّون المُجفّف
١ ملعقة صغيرة من مسحوق الكاري
١ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
١ ملعقة صغيرة من الفلفل الحلو
٢ ملعقتان كبيرتان من معجون الطماطم
٢ ملعقتان كبيرتان من خل التفاح
٣ ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
١ ملعقة كبيرة من الماء

إعداد

1 | يُقشّر الثوم ويُقطع الى قسمين وتُزال منه الجذور. يُقشّر الزنجبيل ويُقطع الى قطع صغيرة. تُسخّن ملعقة كبيرة من الزيت ويُقلى فيها الزنجبيل والثوم على نار خفيفة لمدة ١٠ دقائق، وتُحفظ جانباً.

2 | تُسخّن مقلاة من دون زيت ويُشوى فيها الشّمر والكزبرة والكركم والفلفل والكمّون والفلفل الحلو. وتُحفظ جانباً.

3 | تُجمع البذور من حبات الهيل

4 | توضع التوابل في كوب قياس ، تُضاف اليها فصوص الثوم والزنجبيل ، بذور الهيل ، الكاري ، الفلفل ، معجون الطماطم وخل التفاح. تُضاف بقية زيت الزيتون. تُمزج بسرعة ٦ للحصول على معجون متجانس

5 | ُحفظ في وعاء

نصائح

تُستخدم هذه العجينة مع شرائح الدجاج المشوية أو مع الأرز.

صلصة الحزر

4 | 20دقيقة | 70دقيقة

المكونات

- ٥٠٠ جرام من الجزر
- ٢ بصل
- ٢ فصوص من الثوم
- ٢ ملعقتان كبيرتان من خل العنب
- ١ ملعقة كبيرة من الخل البلسمي
- ٢ ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون
- ١ رشّة من مسحوق الزنجبيل
- ١ رشة من الفلفل الحلو
- ١ ورقة غار واحدة
- ٥٠ جرام من السكر الأسمر
- ٣٠ سنتلتر من كوليس الطماطم
- ١٢ سنتلتر من الماء
- ملح ، فلفل

إعداد

1 | يُقشّر البصل والثوم ويُقطّع الى شرائح. يُقشّر الجزر ويُقطع الى شرائح.

2 | يُسخّن الزيت في مقلاة ويُقلى البصل والثوم مع الجزر على نار عالية. بعد ٥ دقائق ، يرش السكر الأسمر ويُعقّد لمدة ٣ دقائق . تُميّع بخل العنب والخل البلسمي. بمجرد أن يتبخر الخل ، يضاف الزنجبيل ، والفلفل الأحمر ، و ٥ سنتلتر من الماء، وكوليس الطماطم . تُتبّل بالملح والفلفل . يُطهى المزيج لمدّة ساعة واحدة على نار خفيفة جدًّا ، مع التحريك من وقت لآخر والتحقق من وجود سائل قليل دائمًا.

3 | تُزال ورقة الغار، ويُخلط المزيج في Quick Chef بسرعة تيربو مع إضافة ٧ سنتلتر ماء الى أن نحصل على قوام متجانس وناعم.

4 | تُترك الصلصة لكي تبرد، ثم توضع في الثلاجة.

نصائح

تُستعمل هذه الصلصة مع ناجيت الدجاج المصنوعة منزلياً.

بيستو الجرجير باللوز المُحمّص

4 | 15 دقيقة | 5دقيقة

المكونات

١٠٠ جرام جرجير
١٠ أوراق ريحان
١ فص من الثوم
٦٠ جرام من اللوز المطحون
١٥ سنتلتر من زيت الزيتون
٥٠ جرام من مسحوق جبنة البارميزان
ملح ، فلفل

إعداد

1 | تُغسل أوراق الريحان والجرجير وتُجفّف جيداً. في مقلاة خارجية، يُقلى اللوز بدون زيت.

2 | يُقشر فص الثوم، ويُقطع نصفين ويُزال منه الجذر.

3 | في كوب قياس ، يُسكب الزيت، ويُضاف الجرجير والريحان والثوم واللوز وجبن البارميزان . الملح والفلفل.

4 | يُمزج التحضير في Quick Chef على السرعة ٤ لغاية الحصول على قوام مُتجانس.

نصائح

يُمكن تحضير هذا البيتسو باستبدال اللوز بالصنوبر.

كمبوت البابايا مع شراب القيقب

4 | 10 دقيقة | 20دقيقة

المكونات

٢ من فاكهة البابايا الجيدة
٣ ملاعق كبيرة من شراب القيقب
١ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
١ غصن من عشبة الليمون
٥ سنتلتر من الماء

إعداد

1 | تُقسم البابايا الى قطعتين وتُزال منها البذور، يؤخذ لب البابايا ويُقطع الى قطع صغيرة. تُزال النهايات الصلبة من عشبة الليمون وتُقسم بالطول.

2 | في مقلاة خارجية، توضع قطع البابايا مع عشبة الليمون، يُسكب عليها الماء وتُطهى على نار هادئة لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً.

3 | عند انتهاء مدة الطهي، تُرفع عشبة الليمون ويُمزج التحضير في Quick Chef على السرعة ٤، يُضاف شراب القيقب تدريجياً مع عصير الليمون.

4 | تُترك لكي تبرد قبل تناولها.

نصائح

البابايا غنية بالألياف، وهي تُعزز عملية الهضم.

كمبوت البابايا مع شراب القيقب

4 | 10 دقيقة | 20 دقيقة

المكونات

٢ من فاكهة البابايا الجيدة
٣ ملاعق كبيرة من شراب القيقب
١ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
١ غصن من عشبة الليمون
٥ سنتلتر من الماء

إعداد

1 | تُقسم البابايا الى قطعتين وتُزال منها البذور، يؤخذ لب البابايا ويُقطع الى قطع صغيرة. تُزال النهايات الصلبة من عشبة الليمون وتُقسم بالطول.

2 | في مقلاة خارجية، توضع قطع البابايا مع عشبة الليمون، يُسكب عليها الماء وتُطهى على نار هادئة لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً.

3 | عند انتهاء مدة الطهي، تُرفع عشبة الليمون ويُمزج التحضير في Quick Chef على السرعة ٤، يُضاف شراب القيقب تدريجياً مع عصير الليمون.

4 | تُترك لكي تبرد قبل تناولها.

نصائح

البابايا غنية بالألياف، وهي تُعزز عملية الهضم.

معجون البندق

• المكونات •

٦٠ جرام من مسحوق البندق
١٥٠ جرام من شوكولاتة الحليب
١ ملعقة صغيرة من هريس البندق
٥٠ جرام من الشوكولاته الداكنة
٤ ملاعق كبيرة من زيت البندق

• إعداد •

1 | في مقلاة خارجية، يُشوى مسحوق البندق من دون زيت لبضع دقائق.

2 | تُكسّر شوكولاتة الحليب والشوكولاته الداكنة إلى قطع وتذوّب في وعاء باين ماري . تُترك لكي تسخن.

3 | يوضع مسحوق البندق في كوب القياس. تُضاف اليه الشوكولاتة المذابة ، البندق والزيت ثم يُمزج في Quick Chef على السرعة ٨ حتى نحصل على خليط متجانس.

4 | يُحفظ في وعاء زجاجي

نصائح

يُحفظ هذا المعجون في مكان جاف بعيداً عن الضوء. فإذا تعرّض للجفاف، يمكن تسخينه قليلاً للتمكن من دهنه بسهولة.