



Jun 07, 2016

أطباق رمضان (الهنسف الأردني)

Written by [حنين كنعان](#)

المقادير

- لبن: 2 كيلو ((جهيد منقوع قبل بيوم ومخفوق مضاف إليه كوب لبن رايب))
- الذرز: 1 كيلو (متوسط الحبة منقوع بهاء مغلي)
- اللحم الضاني: 2 كيلو (مسلوق بالبهارات التالية: 1/2 ملعقة صغيرة قرفة، 1/2 ملعقة صغيرة فلفل اسود، 3 أوراق غار)
- لوز: نصف كوب (محص)

- صنوبر: نصف كوب (محمص)
- الكركم: نصف ملعقة صغيرة
- ورق غار: 3 أوراق
- الزيت النباتي: 3 ملاعق كبيرة

طريقة التحضير

1. نضيف مقدار 2 كوب من مرقة اللحم المسلوقة ونغلي اللبن مع التحريك المستمر.

2. ثم نضع اللحم المسلوق في اللبن ونتركه يغلي مع اللبن لمدة نصف ساعة.

- السمونة: ملعقتان كبيرتان
- خبز شراك: 2 رغيف

3. طريقة تحضير الأرز: نضع في الطنجرة الزيت والسمونة على نار هادئة ثم نضيف الأرز مع التقليب بين الحين والآخر من 7-10 دقائق.

4. ثم نضع قليلا من الكركم والملح.

5. نضيف 3 كوب من مرقة اللحم للأرز ويترك على نار عالية إلى أن تقل كمية الماء ثم نخفف النار ويترك إلى أن ينضج.

6. طريقة التقديم: نضع خبز الشراك في صينية التقديم.

7. نسكب الأرز ونرتبه فوق الخبز.

8. نضع اللحم فوق الأرز.

9. نزين باللوز والصنوبر.

10. نسقي الوجه بـ 3 ملاعق كبيرة من اللبن المهبوؤ.

ويقدم بالصحة والعنا

[رابط الهدونة](#)