

# أكلات مدينية

تنوع وعراقة



## المحتويات



### فطور

- الذقة المدينية
- مربى الششني
- الشريك
- الفتوت
- الكبدة
- المقادم



### حلويات

- العريكة
- حلاوة تركية
- العاشورية
- الديبازة
- السقدانة
- التطلي
- حبسة مدينية
- الجبنية
- المعمول
- السوبيا



### غداء

- سليق مديني
- شوربة الحَب
- دبة مديني
- البُف المديني
- شوربة العدس
- أرز قـوزي
- قاضي قضى
- عيش باللحم
- البريك
- المطبق
- لحوح مديني

## الدقة المدينية



الدقة من الأكلات الشعبية، وتتميز بسهولة توفير مكوناتها وسهولة تحضيرها ومذاقها اللذيذ، وتعتبر الدقة المدينية أحد أطباق المطبخ السعودي الشهيرة، يسعي الكثير من محبي الأطباق السعودية إلى التعرف على الوصفة الأساسية للدقة المدينية، نظرًا للمذاق اللذيذ الذي يتسم به هذا الطبق المميز.

### المكونات:

- ٢٥٠ جرام من الفلفل الأسود الحب
- ١٢٥ جرام من الملح الكمراني
- ١ كيلو ونصف من السمسم المحمص.
- ٢ كيلو ونصف من حبيبات الكزبرة
- ١ كيلو من الكمون الحب
- ١٢٥ جرام من ملح الليمون
- ٢٥٠ جرام من الورد المديني

### طريقة التحضير:

- ١- نضع حبوب الكمون في مقلاة على النار ونقلبها حتى تتحمص قليلاً مدة دقيقتين وتفوح رائحتها.
- ٢- نرفع الكمون عن النار ونضعه في وعاء عميق ثم نضع في المقلاة حبوب الكزبرة ونقلبها حتى يتغير لون الكزبرة.
- ٣- نرفع الكزبرة عن النار ونضعها فوق الكمون المحمص.
- ٤- نضع السمسم في مقلاة على النار ونقلبه حتى يتحمص ويتغير لونه، ثم نرفعه عن النار ونضعه في وعاء على حدة.
- ٥- نضع كل من الكزبرة والكمون في مطحنة البهارات ونطحن حتى يصبح الخليط ناعماً.
- ٦- نطحن كل من الورد والفلفل الأسود وملح الليمون والملح الكمراني حتى يصبح الخليط ناعماً جداً ونضيفه للمكونات السابقة.
- ٧- نخلط كل المكونات جيداً ثم نضيف السمسم المحمص ونقلب ونضع الدقة في وعاء محكم الإغلاق ونتركه جانباً.

## مربى الششني



يعتبر مربى الششني - القرع من أطباق الحلويات المشهورة جداً في المدينة المنورة وتعد من الأطباق التقليدية القديمة والمشهورة.

### المكونات:

- ١ حبة القرع كبيرة
- مياه حسب الشيرة
- ٩٠ جرام الجير الأبيض
- ٥٠٠٠ جرام سكر
- ٦ أعواد القرفة
- ١٠ حبات هيل
- عصير الليمون

### طريقة التحضير:

- ١- يقشّر القرع، ثم يقطّع إلى مربّعات متوسّطة الحجم
- ٢- يضاف الجير والماء إلى وعاء بلاستيكي، ويقلب هذا الخليط جيّداً، ثم يضاف القرع إليه، ويترك جانباً لمدّة ليلة كاملة
- ٣- في قدر كبيرة، يضاف كلّ من السكر وأعواد القرفة وحبّات الهيل والقرنفل وأنصاف الليمون، ويغمر السكر بالماء ويترك هذا الخليط على نار هادئة، مع إزالة الرغوة عند ظهورها.
- ٤- ثم يضاف القرع بعد ذوبان السكر، ويترك هذا الخليط على نار هادئة، لمدّة ساعتين.
- ٥- عند النضوج، يتغيّر لون القرع، فتطفأ النار، ويترك في القدر إلى اليوم الثاني حتى يبرد ويتداخل مع السكر، ثم يعبّأ في برطمانات تحفظ في الثلاجة، إلى حين استهلاكها.

## الشريك



يلازم السفارة الرمضانفة فف كل بفب من بفوب المءفنة المنورة قطفة من الشرفك الءرفف «السءفرة»، ءفء بفء وءوبه أساسفأ فف سفرة الإفطار، وفرطب بفارفء أهالف المءفنة المنورة، وله طعم لءفء فففرء به طفبة الطفبة عن بقفة مءن المملكة.

### المكونات:

- ٢ كوب ءقفق أففب
- ١ كوب ءقفق ءمص
- ١ ملعة سكر
- ١ ملعة ءمفرة
- رفب كوب زفب
- ١ كوب ماء
- لءهن الءبز: ١
- بفب، ١ ملعة ءل، ٣ ملعق سمسم، نص ملعق سكر، ١ ملعة ماء

### طرفة الفءفر:

- ١- نعبن مكوناء العفبنة ونفرها ءفب فءفر.
- ٢- نءفق البفب والءل والماء نءل السكر والسمص معاً.
- ٣- نعمل كراء من العفبنة ونفرها ١٠ ءائف.
- ٤- فرء الكراء ونعمل ففءة فف الوسط ونفره ١٥ ءقفقة ثم فءهن وفنفر السمص.
- ٥- فءبز فف الفر.

# الفتوت



الفتوت هو نوع خبز شهير في المدينة المنورة، ويكثر تناوله في الأعياد والمناسبات، يعشقه كل من تذوقه، ويبحث عن طريقة عمله، ويمكن تناوله مع الجبن البيضاء أو المربى أو العسل.

## المكونات:

- ٢كوب دقيق أبيض
- ١كوب ونصف دقيق أسمر
- ١ملعقة كبيرة سكر
- ١ملعقة كبيرة خميرة بييرة
- ١ملعقة كبيرة دقيق حمص مطحون
- ١ملعقة صغيرة كينج باودر
- ١كوب وربع زيت
- ٣أوراق لورا
- ١ملعقة صغيرة من الينسون والكروية والكمون والشمر
- ١ملعقة صغيرة حبة البركة والسسم
- مستكة
- ٢كوب ماء دافئ
- ٢بيضة

## طريقة التحضير:

- ١-نخلط الخميرة مع الحمص في كوب ماء دافئ و ملعقة صغيرة سكر و نتركهم يتخمروا .
- ٢-نضع الدقيق الأبيض والأسمر معاً في قدر مع الملح و السكر و الينسون و الكراوية و الشمر و البيكنج باودر و نقلبهم جيداً.
- ٣-نسخن الزيت جيداً و نضيف له المستكة و ورق لورا لثواني عديدة، ثم ننزع ورق اللورا و نضيف الزيت لخليط الدقيق و نتركه يبرد.
- ٤-نضيف الماء بالتدريج و نتركهم حتى ينعجن جيداً، ثم نقسمهم قطع و نكورهم و نفردهم في صينية مدهونة زيت، و نتركها حتى يتضاعف حجمها.
- ٥-ندهن الوجه بالبيض، ثم نرش حبة البركة و السمس و نغرزها بالسكين على شكل مربعات و نتركها في الفرن حتى تستوي.

## الكبدة



تعتبر كبدة الخروف من أشهى وأشهر المأكولات في المدينة المنورة، وخصوصاً في العيد وبعد الأضحية، والتي تتميز بمذاقها الممتع واللذيذ بجانب أنها تعتبر مصدراً قوياً للبروتين الحيواني.

### المكونات:

- ١ كيلوجرام من كبدة الغنم المقطّعة لمكعبات
- حبتان من الفليفلة
- ١ بصلة مقطّعة لجوانح
- ١ كوب من الكزبرة المفرومة
- ٤ فصوص من الثوم المهروس
- ٢ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- ٣ ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- ملح حسب الرغبة
- فلفل أسود حسب الرغبة

### طريقة التحضير:

- ١- نغسل كبدة الخروف ونقطعها لمكعبات متوسطة الحجم، ثم نشوح البصل المقطع والثوم المهروس مع القليل من الزيت النباتي على نار متوسطة الحرارة حتى يصبح لون البصل والثوم ذهبياً ثم نضيف الكبدة إلى البصل ونحرك المكونات لبضع دقائق.
- ٢- نضيف الفلفل الحلو، والبقدونس، والبصل الأخضر، والملح والفلفل الأسود مع التحريك المستمر.
- ٣- نترك الطبق على نار هادئة مع التحريك من وقت لآخر لمدة نصف ساعة أو حتى تنضج مع تغطية القدر، ثم نقدمها ساخنة على الفور بجانب الطبق الرئيسي والسلطات.

## المقادام



من أشهر الأكلات في العديد من الدول العربية، وخاصة في المدينة المنورة، والتي تقدم في بعض من المطاعم، وكذلك في أغلب البيوت وعلى اختلاف طبقاتها، وهي أقدام الجاموس والبقر.

### المكونات:

٨ حبات مقادم  
١٢ كأس ماء كبيرة  
ملح ليمون

### طريقة التحضير:

- ١- يكشط الشعر وذلك بوضعه على النار.
- ٢- تشطف جيداً عدة مرات ثم تغسل بالماء الساخن.
- ٣- يشق الحافر ويكسر عظم الكارع مع ملاحظة عدم انفصال الأجزاء.
- ٤- توضع جميع المقادم في قدر ثم يضاف عليه الماء.
- ٥- ترفع على النار حتى تنضج مع نزع الريم كلما ظهر وإضافة ماء عند الحاجة أيضاً.
- ٦- تقدم في زبدية مع الليمون.



## سليق مديني



السليق السعودي هي أكلة تراثية، من أشهى وأطيب الأطباق التقليدية في المدينة المنورة وهي تحضر في كل المناسبات.

### المكونات:

- دجاج مغسل ومقطع بالنص
- ٥ أكواب حليب
- ٤ أكواب رز مصري مغسل ومنقوع
- ٣ حبات مستكة
- ملح
- مكعب ماجي
- ٦ حبات هيل
- صلصة طماطم
- ثوم
- كمون
- كزبرة ناشفة
- سمن

### طريقة التحضير:

- ١- يوضع الدجاج داخل قدر، يضاف الماء، ملح، ماجي، ٦ حبات هيل، ٣ حبات مستكة
- ٢- بعد استواء الدجاج يمسح الدجاج بالفرشاة بمزيج يتكون من ملعقتين صلصة الطماطم، ثلاث فصوص ثوم مهروس، ملعقة صغيرة كمون، نص ملعقة صغيرة هيل مطحون، كزبرة ناشفه مطحونة، ٤ ملاعق كبير زيت أو سمن وملح، وضع الدجاج في الفرن حتى يحمر من الجهتين.
- ٣- وضع الأرز في ماء سلق الدجاج إلى ان يستوي وتنشف المويه تماماً.
- ٤- ضعي الحليب فوق الأرز مع التحريك حتى ينشف الحليب تقريباً، اضافة ٣ ملاعق كبير زبدة وتحريك السليق.
- ٥- تسخين الزبدة بإضافة حبتين مستكة يوضع عليها السليق في صحن التقديم وفوقه الدجاج المحمر وسكب الزبدة على الوجه.

## دبة مديني



من الأطباق المشهورة في المدينة المنورة

### المكونات:

- بصلتين مقطعة شرائح
- ١ كيلو لحم
- ٢ قرع تقريباً نص كيلو مقطع مكعبات متوسطة
- ٣ حبات كوسة مقطع مكعبات متوسطة
- ٣ حبات بطاطس مقطع مكعبات متوسطة
- ٣ حبات جزر مقطع مكعبات متوسطة
- سمن فارم
- علبتين صلصة طماطم
- لومي ليمون مجفف
- بهار مشكل
- (كمون كزبرة فلفل أسود ملح بهار الكبسة)

### طريقة التحضير:

- ١- يسلق اللحم مع البهار واللومي إلى الاستواء.
- ٢- نضع البصل الشرائح ويشوح بالسمن.
- ٣- يوضع اللحم فوق البصل ويشوح قليلاً وثم تضاف البهارات وصلصة الطماطم وماء سلق اللحم.
- ٤- ثم تضاف الخضار أولاً البطاطس والجزر ثم بعد ثلث ساعة تضاف باقي الخضار.
- ٦- ويترك على النار حتى يتسبك ويثقل المرق.

## شورية الحَب



اعتاد أهل المدينة المنورة أن تزخرف مواعدهم بمأكولات متميزة اشتهروا بها، تتناقلها الأجيال، ويفخر بها الأباء ويحبها الأبناء فهي سيدة السفرة المدنية خاصة في رمضان، وتُصنع من حب القمح المنزوع القشر وهي طبق كامل القيمة الغذائية.

### المكونات:

٣ أكواب حب  
علبتين لبن زبادي  
كوب حليب  
نص كيلو لحم  
بهارات صحيحة غير مطحونة: هيل، شيبه، خلنجان، قرفة، ورق غار، ملح.

### طريقة التحضير:

١- غسل الحب جيداً ونقعه لمدة ٣ ساعات.  
٢- أخذ الحب بعد النقع وغسله مره أخرى ويوضع في قدر يفضل لو يكون سميك ثم يوضع عليه ماء ساخن على النار حتى يغلي ثم تغلق النار ويغطى القدر لمدة نصف ساعة حتى تتفتح حبات الحب.  
٣- تحضير اللحمه وسلقها في قدر الضغط تخرج منها الريم ثم توضع التوابل ويغلق على القدر لمدة نصف ساعة حتى تستوي اللحمه.  
٤- وضع الحب في القدر على النار والاستمرار بالتحريك بين الحين والآخر وبعد ذلك تصفية مرق اللحم بمصفاة ناعمه ويوضع على الحب ونحرك حتى يتفتح الحب تماما وإذا احتاج ماء نضيفه أو إذا بقي من مرق اللحم.  
٥- بعد ما تصبح الشورية سميكة ويتفتح الحب فيها يوضع اللبن والحليب في خلاط العصير ثم يوضع على الحب مع التحريك باستمرار حتى يتجانس الخليط يوضع الملح حسب الرغبة، ونضع اللحم المسلوق ونتركها قليلاً على النار بعد وضع اللحمه.

## شورية عدس



تعد شوربة العدس من أهم الأطباق الأساسية التي لا بد من تناولها مع دخول فصل الشتاء، فهي من الأطعمة التي تمنح الشخص الشعور بالطاقة والدفء.

### المكونات:

كوب من العدس الأصفر  
١ بصلة متوسطة الحجم  
٢ من البطاطا متوسطة الحجم  
٣ حبّات من الجزر كبير الحجم  
١ملعقة صغيرة من الكمون  
٥ أكواب من الماء المغلي  
رشة من الملح والفلفل الأسود  
نصف ملعقة صغيرة من الكركم

### طريقة التحضير:

- ١-غسل العدس جيّداً، ونضعه على نار متوسطة الحرارة مع الماء.
- ٢-نقطع البطاطا والجزر إلى مكعبات صغيرة، ونضيفها للعدس مع بصلة واحدة وثوم.
- ٣-عندما يبدأ المزيج بالغليان، نضيف مكعبات مرقة الدجاج.
- ٤-نحركها طوال الوقت كي لا يصبح الخليط ذا كتل، وعند الاستواء نضيف الملح والفلفل، ونضربهم في الخلاط.
- ٥-بعد الخلط نضع الشورية في وعاء التقديم.
- ٦-ثمّ نحمر البصلة المتبقية مع الزبدة في مقلاة، ونضيف عليها النعناع المفروم، وحبّة الطماطم المقطعة لمدة ثلاث دقائق.
- ٧-نضيف الخليط على الشورية ونقدمه ساخنة، ويمكننا أن نقدم معها الخبز المحمص.

## البف المديني



يعد البف من أهم الأكلات التي يتم تناولها في شهر رمضان وهي من أشهر الأكلات بالنسبة لأهل المدينة، ولا تخلو منها السفارة في شهر رمضان وفي المناسبات والحفلات.

### المكونات:

- ٤ أكواب من الدقيق الأبيض
- ٣ ملاعق من الزيت
- بيضة
- رشة ملح
- ماء
- ٢ بيض مسلوق
- ٠,٥ كأس لحم مفروم
- كأس بقادونس مفروم
- ملح وفلفل

### طريقة التحضير:

- ١- نضع دقيق قبل الفرد حتى لا تلتصق العجينة.
- ٢- نفرّد العجينة وتكون شبه رقيقه ونبدأ نحشيها ونقطعها
- ٣- نضعها في زيت متوسط الحرارة تقريباً إلى ساخن، ونقليها
- ٤- حتى نحصل على شكل البف المنتفخ نحرك الزيت فوق حبة البف حتى تنتفخ ثم نقلبها
- ٥- نخرجها من الزيت ونصفيها.

## قاضي قضى



قاضي القضي (قاضي قضاة) وهي من المقبلات الحجازية الأصلية وهي عبارة عن كرة من اللحم المتبل مغطاة بعجينة ومقلية وهي من أذ وأشهى المقبلات وخاصة في شهر رمضان المبارك.

### المكونات:

نصف كوب طحين  
٣ بيض  
٢ ملعقة كبيرة حليب بودرة  
١ ملعقة صغيرة كينغ باودر  
١ ملعقة صغيرة ملح  
١ ملعقة صغيرة فلفل أسود  
١ ملعقة صغيرة بودرة الثوم

### الحشوة:

١ كوب لحم - ١ بصل - ١ فص ثوم - ٣ ملاعق كبيرة بقادونس مفروم - ١ ملعقة كبيرة سمنا -  
نصف ملعقة صغيرة ملح - نصف ملعقة صغيرة فلفل اسود - نصف ملعقة صغيرة بيريكا

### طريقة التحضير:

١- نجهز العجينة أولاً في وعاء ننخل الطحين ونضيف إليه الحليب البودرة والملح وبودرة الثوم والكنج باودر والفلفل الاسود ونخلط المكونات جيداً.  
٢- ننشأ حفرة في منتصف الطحين ونضيف البيض الواحدة تلو الاخرى ونستمر بالتحريك إلى أن تتشكل لدينا عجينة سائلة.  
٣- نترك العجين ترتاح قليلا وبهذا الوقت نجهز الحشوة نبرش البصل ونضعه في وعاء ونضيف إليه اللحم الناعمة والثوم المهروس والملح والفلفل والبيريكا ونعجنهم جيداً ثم نقسمهم إلى كرات صغيرة.  
٤- نضع كرات اللحم بمقلاة غير قابلة للالتصاق ونضيف كمية السمنا وندهم على نار متوسطة إلى أن تنضج كرات اللحم جيداً.  
٥- نترك الكرات تبرد قليلا ثم نجهز مقلاة اخرى مغمورة بالزيت وندها على نار متوسطة إلى أن يصبح الزيت ساخناً.  
٦- نضع كرات اللحم داخل العجينة ومن ثم نضعهم في الزيت الساخن ونقلبهم إلى أن يكتسب اللون الذهبي.  
٧- نضع كرات قاضي القضاة في طبق وتصبح جاهزة للتقديم.

## أرز قوزي



القوزي طبق اشتهر في منطقة المدينة المنورة، غني بالأرز واللحم، يقدم غالباً في المناسبات ويحضّر من لحم الغنم أو لحم البقر.

### المكونات:

- خروف
- ٢ كيلو مكرونة
- ٥ حبات بيض مسلوق
- نصف كيلو لحمة مفرومة
- بصلة متوسطة
- نصف ملعقة صغيرة ناعمة زعفران
- ملح ليمون
- ملح
- فلفل اسود
- خولنجان
- هيل
- قرفة
- كمون

### طريقة التحضير:

- ١- يغسل الخروف جيداً من الداخل والخارج ثم يربط جيداً ويكون الربط اليد اليمنى مع الرجل اليسرى، واليد اليسرى مع الرجل اليمنى.
- ٢- تخلط جميع المقادير بعضها مع بعض ويدهن بها الخروف.
- ٣- يقدح السمن ثم يوضع الخروف بداخل القدر ثم يقلب على الجهة الأخرى
- ٤- يضاف الماء عليه ويترك عليه حتى يستوي.
- تسلق المكرونة ثم تفرم البصلة ناعماً وتوضع على اللحمية وترفع على النار ويضاف عليه الملح والفلفل الاسود.
- ٥- تخلط المفرومة مع جزء من المكرونة وتحشى بداخل الخروف والباقي يوضع في طبق كبير.
- ٦- توضع باقي المكرونة ثم يوضع الخروف وتزين بالمفرومة والبيض المسلوق.

## البريك



طبق أساسي في شهر رمضان مكون من عجينة متعددة الطبقات تقدم بحشوات مختلفة، أشهرها الجبنة والنعناع. يتم خبزها في الفرن حتى تصبح مقرمشة.

### المكونات:

- ٤ كاسات دقيق
- نصف كيلو لحم مفروم
- بصلتان
- ٤ حبات بيض مسلوق
- حزمه بقدونس مفروم
- ٣ ملاعق زيت
- رشة ملح
- فلفل أسود
- واحد ونصف كأس ماء للعجن

### طريقة التحضير:

- ١- تفرد العجينة الأولى خفيفة وتترك قليلاً لتجف ثم تقطع في الوسط دائرة على حجم الصينية.
- ٢- الباقي يقطع قطعاً متساوية تقريباً.
- ٣- تدهن الصينية بالزيت، ثم توضع الدائرة، ثم يرش عليها قليل من الزيت ثم تضاف باقي القطع وهكذا.
- ٤- تخبز على فحم أو على عين البوتاجاز ثم تقلب على الوجه الآخر وتترك جانباً.
- ٥- تفتح العجينة الثانية وبنفس الطريق الأولى.
- ٦- توضع بينهما اللحم المفرومة والبيض المسلوق المقطع حلقات.
- ٧- يغطى البريك ويوضع على نفس الصينية الأخرى قطع من الفحم المشتعل لمدة ربع ساعة.
- ٨- يرش بقليل من مرق اللحم ان وجد.
- ٩- يقطع ويوضع في أطباق ويقدم ساخناً.



## عيش باللحم



يعد العيش باللحم من الأكلات السعودية الشهيرة خاصة في منطقة المدينة المنورة، كما أنه سهل التحضير ولا يستغرق وقت طويل.

### المكونات:

- ٢ كوب الدقيق
- ٣ ملاعق من الحليب الجاف
- فنجان من السكر
- القليل من الملح
- فنجان من الزيت
- بيضة
- ملعقة من البيكنج باودر
- ملعقة خميرة
- ١ كيلو من اللحم المفروم
- شرائح من البصل والطماطم
- رشة من الفلفل الأسود
- كمون
- عصير الليمون
- ماء وخل
- سمسم للزينة
- فنجان من الطحينية

### طريقة التحضير:

- ١- خلط جميع المكونات الجافة مع بعضها البعض، وإضافة الزيت والبيض، وفركها جيّداً.
- ٢- وضع الماء وعجن المكونات لتتماسك، وتركها تخمر لمدة نصف ساعة على الأقل.
- ٣- وضع اللحم في قدرٍ وخلطها مع شرائح البصل، وإضافة الفلفل، والملح، والكمون إليها، ورفعها على النار.
- ٤- عند نضج اللحم يمكن إضافة قطع من الكراث إليها، والقليل من الطحينية المخففة بالخل والليمون إليها.
- ٥- فرد العجينة وتقطيعها على شكل دوائر، ودهن القوالب بالزيت ووضعها على العجينة.
- ٦- حشوها بحيث تكون سميكة وتغطي الحواف، ودهن بالبيض، ورش السمسم عليها، وتقطيع شرائح من الطماطم عليها.
- ٧- إدخالها للفرن حتى تحمر من جميع الجهات، وإخراجها وتقديمها.

## لحوح مديني



اللحوح من الأكلات الشعبية في المدينة المنورة، وهو أكلة حلوة المذاق، ويتم تناول اللحوح الحجازي على وجبات الإفطار عادة إما مع صلصة حلوة أو صلصة مالحة.

### المكونات:

٢كوب طحين  
٥أكواب الماء  
بيضة واحدة  
ملعقة واحدة كبيرة خميرة  
٣ ملاعق كبيرة حليب بودرة  
رشة فانيليا

### طريقة التحضير:

- ١- يتم وضع البيضة والخميرة الفورية والماء والسكر في خلاط كهربائي ويتم خلطهم لدقيقة واحدة حتى يمتزج بشكل جيد.
- ٢- يضاف الدقيق تدريجياً مع استمرار الخفق، بعد ذلك يتم إضافة كمية الحليب البودرة.
- ٣- سوف تتكون عجينة سائلة وسميكة يتم سكب العجينة في مقلاة تيفال، ويتم تحريك المقلاة بطريقة دائرية، وذلك حتى تغطي العجينة جميع جوانب المقلاة.
- ٤- تترك العجينة على نار هادئة حتى تبدأ بالاحمرار، بعد ذلك سوف تظهر فقاعات على وجه العجينة، حتى تصبح شكل القطايف التي يتم تحضيرها في شهر رمضان .
- ٥- يتم تقليب العجينة إلى الوجه الآخر حتى ينضج.
- ٦- ستم الاستمرار في الخبز حتى تصبح قطع خبز اللحوح جاهزة، ثم يتم رصها في طبق التقديم.
- ٧- توضع الزبدة المذابة على الوجه، ويرش عليها كمية قليلة من السكر البودرة.
- ٨- يتم تكرار نفس الخطوات على باقي كمية العجينة، حتى ننتهي منها.

## المطبق



ينتمي المطبق إلى التراث السعودي العريق، و يتميز المطبق بمذاقه اللذيذ و قوامه المميز، فهو عبارة عن عجينة محشوة بخلطة لذيذة من اللحم المفروم و بعض الخضروات و التوابل، ويشتهر المطبق في منطقة المدينة المنورة.

### المكونات:

- ١ كوب من الدقيق
- ١ كوب من الماء الفاتر
- ١ ملعقة من الزيت النباتي
- رشة من الملح

### مكونات الحشوة:

بيضان - ٢٥٠ غراماً من اللحم المفروم والمطبوخ - احبة طماطم - ٣ بصل أخضر - كرات مفروم حسب الرغبة - نصف ملعقة صغيرة من الكمون

### طريقة التحضير:

- ١-نحرك الدقيق والزيت والملح معاً، ونضيف الماء بالتدريج إلى أن تتماسك العجينة، ونتركها نصف ساعة لترتاح.
- ٢-نضع كلاً من اللحم المفروم والبصل الأخضر والكرات والكمون والطماطم والبيض ونحركها معاً.
- ٣-نقطع العجينة إلى كرات صغيرة، ثم نفرّد كل قطعة من العجينة نضع الحشوة، ثم نطبق العجينة حول الحشوة.
- ٤-ندهن مقلاة بقليل من الزيت، ونضع المطبق عليها إلى أن يتحول للون الذهبي، ثم نحركها على الجهة الأخرى.
- ٥-قطع المطبق وقدميه مع الفلفل الحار والليمون.

## حلاوة تركية



تعتبر الحلاوة التركية أو ما تُعرف بـ "الحلاوة الحجازية"، أحد أشهر أنواع الحلويات القديمة، حيث تعتمد على الدقيق والسكر، ولا تتطلب سوى دقائق معدودة للتحضير، واليوم سوف نتحدث سوياً عن خطوات إعدادها.

### المكونات:

- كوب من الدقيق
- كوب من السمن في حرارة الغرفة
- كوب من الماء
- كوب من السكر
- صحن صغير من اللوز المحمص أو الفستق حسب الرغبة

### طريقة التحضير:

- 1- في مقلاة عميقة غير لاصقة يتم وضع كمية الدقيق ثم تُرفع على النار.
- 2- يتم التحريك بواسطة ملعقة خشبية لعدة دقائق؛ حتى يصبح لون الدقيق قاتم قليلاً.
- 3- يتم إضافة الزبدة تدريجياً.
- 4- نقوم بإضافة كوب السكر إلى كوب الماء، والتقليب عدة مرات حتى يذوب السكر تماماً.
- 5- فيما بعد يُضاف الماء إلى خليط الدقيق.
- 6- تقلب المكونات جيداً بواسطة حركات دائرية؛ حتى نحصل على قوام كريمي يشبه العصيدة.
- 7- مع إمكانية إضافة نصف كمية الفستق مجروشة، وفيما بعد يسكب الخليط في طبق التقديم.
- 8- يمكن تزيين الحلاوة التركية بواسطة اللوز المحمص أو الفستق الحلبي.

## العريكة



العريكة من الحلويات السعودية التقليدية وخاصة المدينة المنورة، وطريقة عمل العريكة سهلة وسريعة وتمتاز العريكة بطعمها الغني واللذيذ وتقدم العريكة للضيوف بجانب المشروبات الساخنة.

### المكونات:

- ٥ كاسات دقيق
- كأس سمن
- ملعقة كبيرة هيل ناعم
- عسل حسب الطلب
- ماء للعجن

### طريقة التحضير:

- ١- ينخل الدقيق ويضاف إليه قليل من السمن ثم قليل من الماء.
- ٢- تقطع كرات متوسطة الحجم.
- ٣- تفرد العجينة باليد.
- ٤- يوضع صاج كبير على النار من الفحم أو البوتاجاز ويدهن بالسمن ثم توضع العجينة وتقلب على الوجه الآخر.
- ٥- تفرك بعد ذلك باليد فركاً ناعماً ويضاف إليها السمن الباقي ومقدار من العسل حسب الرغبة ويرش عليه الهيل الناعم.
- ٦- تقدم ساخنة أو باردة.

# الديبازة



الديبازة حلوى شعبية، من أبرز الأطباق الحجازية الموروثة في المدينة المنورة، ارتبطت بعيد الفطر عند المسلمين؛ فهي تُقدم عادةً في أول أيامه على مائدة الإفطار بعد صلاة العيد.

## المكونات:

- ١ كيلو قمرالدين
- ربع كيلو لوز مقشر ولوز
- ٢كوب سكر
- نصف كوب زبيب
- نصف كوب مشمش مجفّف
- نصف كوب تين مجفّف
- ١ كوب تمر مفروم
- ١٠ حبات هيل
- ٣عود قرفة
- ١ كوب سمن
- ١٠ حبات قرنفل

## طريقة التحضير:

- ١- يقطع قمر الدين وينقع في ٨ أكواب ماء ساخن لمدة ساعتين.
- ٢- سخني السمن في قدر غير لاصق ثم ضعي التمر ليتحمر قليلا ثم أزيليه واتركيه جانبا.
- ٣- في نفس القدر حمري اللوز وضعيه جانبا.
- ٤- ثم ضعي المشمش والتين ثم الزبيب في نفس القدر لمدة دقيقة، وانشليه من القدر واتركيه قليلا.
- ٥- اخفقي قمر الدين وضعيه في القدر على السمن ووزعي الهيل والقرفة والقرنفل عليه واتركيه على نار هادئة لمدة ٢٠-٣٠ دقيقة.
- ٦- أضيفي اللوز المحمص والتمر والمشمش والتين وقدميه.

## العاشورية



«العاشورية الحجازية» أو «حلوى القمح»، أو «حلوى الأرز» مسميات عدة لطبق حجازي يفضله العديد من الأسر السعودية على مائدة الإفطار في العاشر من محرم، ولا تزال البيوت المدنية يحافظون على هذا الطبق باعتباره من العادات الاجتماعية القديمة.

### المكونات:

- ١ كوب قمح كامل منقوع
- نصف كوب حمص بليلة منقوع من الليل
- نصف كوب فاصوليا بيضا منقوع من الليل
- لتر حليب سائل
- ٤ ملاعق حليب بودرة
- ٤ لتر ماء مغلي
- ٦ حبات هيل
- عود قرفة
- ٤ حبات قرنفل
- سكر حسب الرغبة
- للترين: لوز بجلي مسلوقة ومقشر ومقطع طوليا - زبيب

### طريقة التحضير:

- ١- يصفى القمح والحمص والفاصوليا البيضاء توضع في قدر الضغط.
- ٢- نضع البهارات في المصفي أو في قطعة شاش حتى لا تختلط بالمكونات الأساسية.
- ٣- نسكب فوقها الماء المغلي ونقفل القدر بأحكام ويوضع على نار عالية حتى نسمع صوت الصافرة نخفض النار على أقل درجة ونتركها مدة ٤٥ دقيقة.
- ٤- بعد ٤٥ دقيقة تغلق النار ومنتظر ربع ساعة حتى يهدأ قدر الضغط وترفع الصافرة
- ٥- نفتح القدر ونزيل مصفاة البهارات ثم نضع الحليب السائل المذاب فيه الحليب البودرة والسكر ونقلب ثم نضعه على النار مرة أخرى مع التحريك من فترة لأخرى حتى يغلي المزيج ولا يلتصق في القاع
- ٦- نسكب في الأطباق وتزين باللوز والزبيب.

## التطلي



من الأكلات الشعبية المعروفة، و الذكريات الرمضانية القديمة حلى التطلي (الكاسترد) فهو يعد من أوائل أنواع الحلى والتي كانت تصنع في رمضان.

### المكونات:

- ٤ كوب ماء مغلي
- كوب حليب بودرة
- ٦ ملاعق سكر
- ٥ ملاعق كاسترد
- نصف كوب ماء
- ربع ملعقة من روح الموز

### طريقة التحضير:

- ١- يوضع على النار الماء المغلي مع الحليب والسكر ويحرك.
- ٢- يخلط جيداً مع ملاعق الكاسترد مع نص كوب ماء ويوضع على الماء والحليب على النار ويحرك على نار هادئة لمدة ٤ دقائق.
- ٣- نضع روح الموز ونغلق النار ونضعه في قوالب التقديم ويقدم بارد أو دافئ.
- ٤- يزين بجوز الهند أو الهيل الناعم.



# السقدانة



السقدانة عبارة عن حلى يحبه أهل المدينة المنورة خاصة في رمضان عندما ترتفع درجة حرارة الجو إلى أكثر من ٤٠م ويفضل تناوله بعد وجبة السحور لكونه بارد ويطفىء شدة الحرارة أثناء الصيام.

## المكونات:

- كوب سقدانة
- ٢ كوب ماء ساخن
- كوب حليب بودرة
- ٤ أكواب ماء بارد
- كوب سكر
- ملعقة شاي هيل ناعم

## طريقة التحضير:

- ١-نضع كوب السقدانة في قدر الطبخ ونضيف عليه الماء الساخن.
- ٢-نضعه على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى تتحول حبيبات السقدانة من اللون الأبيض إلى اللون الشفاف.
- ٣-نضع الحليب البودرة في زبدية ونضيف عليه الماء البارد ونقلبه حتى يذوب الحليب.
- ٤-نسكب الحليب البارد على السقدانة بعد ما تحول لونها إلى اللون الشفاف ونستمر في التقليب مع رفع حرارة النار إلى المتوسط.
- ٥-بعد عشر دقائق نضع السكر والهيل ونقلبه على نار هادئة لمدة خمس دقائق.
- ٦-نصب السقدانة في أكواب الحلى ونغطيها حتى تبرد ثم نضعها في الثلاجة لمدة أربع ساعات.

## الجُبْنِيَّة



تعتبر المعجنات من أخف الأكلات التي يتناولها الناس في الحياة العادية وفي المناسبات المختلفة والنزهات، وتتميز بطعمها اللذيذ والشهي وخفتها على المعدة كما وتتميز ببساطة مكوناتها حيث إنها طعامٌ اقتصادي في تناول الجميع، وتمتاز بسهولة إعدادها، وتعد الجبنيّة من أشهر المعجنات التي تتكون من الطحين والجبنة وغيرها من المواد ومن هنا اكتسبت الاسم، ويتم صنعها بطرقٍ متعددة.

### المكونات:

- ٢ونصف كوب دقيق
- نصف كوب ماء
- حبة بيض
- ربع كوب زيت
- املعقة كبيرة سكر
- املعق كبيرة حليب سائل
- املعقة صغيرة بكينج باودر
- املعقة كبيرة خميرة فورية
- املعقة صغيرة فانيليا
- ربع كوب حليب بودرة
- ٣ملاعق كبيرة جبن سائل

### طريقة التحضير:

- ١- في طبق عميق نخلط كل مقادير الجبنيّة ما عدا الدقيق، ونخلط بمضرب شبكي حتى نحصل على مزيج ناعم متجانس.
- ٢- نضيف الدقيق ونعجن باليد حتى نحصل على عجين متماسك لا يلتصق باليد.
- ٣- نغطي العجين ويترك بمكان دافئ حتى يختمر ويتضاعف حجمه.
- ٤- يفرد العجين على سطح مرشوش بالدقيق بسمك ١ ملل، ويقطع دوائر صغيرة بقطاعة دائرية.
- ٥- نقلبي حبات الجبنيّة بزيت غزير حار، ولضمان نجاح عمل الجبنيّة نضع بالبداية حبة كتحريّة، إذا انتفخت نسقط باقي الحبات على نار متوسطة، وإذا لم تنتفخ نترك الزيت حتى يسخن قليلاً لدقيقة إضافية.
- ٦- بمجرد ما تنتفخ الجبنيّة نقلب الحبات حتى تصير ذهبية، ونرفعها ونسقيها بالحليب المحلى أو الشيرة.

## حيسة مدينية



من أسهل الحلويات التي يمكنك تحضيرها حلوى التمر سهلة سريعة ولذيذة وهو الطبق الأشهر لأهل المدينة المنورة لاشتهارها بالتمر كما أنه طبق قديم يعتبر من التراث والموروث لأهل المدينة.

### المكونات:

٢ كأس دقيق أبيض  
كأس سمن بري أو سمن فارم أو زبدة  
ملعقة أكل كبيرة هيل مطحون  
اكيلو تمر مرقد من غير نوى

### طريقة التحضير:

١- نضع السمن وفوقه الهيل على النار ونحمس قليلاً إلى أن تخرج رائحة الهيل  
٢- نضيف الدقيق بالتدريج ونحمس الدقيق مع الهيل والسمن إلى أن يأخذ الدقيق اللون البني الفاتح  
٣- نضيف كيس التمر كامل ونستمر في التحريك والتحميس  
٤- نقفل النار ونخلط الدقيق مع التمر إلى أن يتجانس  
وتقدم برش سمس أو برش المكسرات على الوجه.

## المعمول



نوع من الحلويات الشعبية المشهورة في المدينة المنورة، ويتم عادة حشوها بالتمر، المكسرات كالجوز، الفستق الحلبي أو الحلقوم. ويعد أحد أهم مظاهر الاحتفال والفرح المصاحبة لعيد الفطر المبارك، ويتم تحضيره عادة خلال الأيام الأخيرة من شهر رمضان.

### المكونات:

- ٢٠٠ جرام زبدة
- ٢ ملعقة كبيرة سمن بلدي
- نصف كوب زيت
- ١ كيلو طحين
- ٦ ملعقة كبيرة حليب بودرة
- ٢ ملعقة كبيرة سكر بودرة
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- ١ ملعقة صغيرة بكنج باودر
- ١ ملعقة صغيرة خميرة جافة
- نصف كوب ماء دافئ
- تمر للحشو

### طريقة التحضير:

- ١- نذيب الزبدة والسمن مع الزيت على نار متوسطة.
- ٢- نسكب المزيج على الطحين.
- ٣- نضيف الحليب البودرة، السكر البودرة، الملح، البيكنج باودر، الخميرة الجافة، ونمزج جيداً.
- ٤- نضيف نصف كوب من الماء الدافئ.
- ٥- نضع المزيج في مكان دافئ ليتخمر، ونغطي الوعاء حتى لا يجف العجين.
- ٦- نسخن الفرن على درجة حرارة ٢٠٠ مئوية.
- ٧- نأخذ مقدار ملعقة كبيرة من العجين، نفرد ونحشيها بالتمر ثم نغلقها على هيئة كرة.
- ٨- نشكلها بقالب تزيين المعمول، ثم نرتبها في الصينية.
- ٩- ندخل الصينية إلى الفرن حتى ينضج المعمول ويتحول لونه إلى اللون الذهبي.

## السوييا



هو شراب بارد يصنعه أهل الحجاز من الشعير أو الزبيب أو من بقايا الخبز المصنوع من الدقيق الأبيض، ينقعونه في الماء يوماً أو ليلة، أو أكثر من ذلك بقليل، ثم يصفونه، ثم يحلونه بالسكر، وقد يضيفون إليه قليلاً من القرفة. وتعد السوييا من المشروبات الرمضانية الشعبية، المشهور تناولها في شهر رمضان حيث تعتبر من المرطبات. وتشتهر بعملها عائلة الخشة بالمدينة المنورة.

### المكونات:

- ٤ أرغفة خبز
- كوب شعير مجروش
- كوب سكر حسب الرغبة
- قرفة مطحونة ملعقة صغيرة
- ماء ورد
- ملعقة صغيرة
- حبهان
- ملعقة صغيرة
- لتر ماء

### طريقة التحضير:

- ١- في قدر على النار، نفتت خبز البر إلى قطع صغيرة ثم نضيف السكر والماء وحركي جيداً حتى ذوبان المكونات.
- ٢- نضيف القرفة المطحونة، الحبهان و الشعير المجروش إلى الخليط ثم نحرك المكونات حتى تتداخل.
- ٣- نبعد القدر عن النار، نترك الخليط جانباً حتى يبرد ثم ندخله إلى الثلاجة مدة ٢٤ ساعة.
- ٤- نصف الخليط جيداً باستعمال قطعة قماش حتى نحصل على سائل خال من المكونات.
- ٥- نضيف ماء الورد إلى العصير، نحرك جيداً حتى تتجانس المكونات ثم نقدم المشروب على سفرتك

