

FRIES

Ingredients

cauliflower

eggplant

zucchini

patato

Garlic cream

Ketchup

Chopped parsley

Capsicum

garlic

Salt

Juice of 1 lemon

A little olive oil

For tomato sauce:

olive oil

5 cloves of garlic

2 hot peppers

For fried cauliflower

Crushed garlic

Juice of 1 lemon

cumin

For marinated zucchini:

2 tablespoons yogurt

Fried zucchini

garlic

1 tablespoon tahini

Salt

A juice of lemon

1 tomato juice

Directions

لتحضير المقالّي : نقوم بتقشير الكوسا و الباذنجان و البطاطا و غسلهم جيداً بالماء ، ومن ثم قليهم (بالإضافة للزهرة). لتحضير صوص البندورة: نضع في مقلاة قليل من زيت زيتون ، الثوم ، ثم نضعها على نار متوسطة ، ومن ثم نضيف لهم فليفلة حارة، عصير البندورة (إذا هو متوفر ، فيكم تضيفوا بندورة عادية حبة فحلة مقشرة و مقطعة) و نتركهم على نار هادئة حتى الاستواء . طريقة تحضير الحامض: نضع في وعاء القليل من الثوم ، فليفلة حارة، رشّة ملح ونقوم بهرس المكونات جميعها ، ثم نضع فوقهم قليل من زيت زيتون وعصير ليمون ثم نقوم بسكبهم في وعاء التقديم. للزهرة المقلية : في وعاء نضع ثوم مدقوق ، ثم نضع فوقهم عصير ليمون ، كمون ، رشّة ملح ونقوم بخلط المكونات جميعها ، ثم نضعهم في وعاء التقديم.

لمتبل الكوسا: في وعاء نضع لبن زبادي ، كوسا مقلية ، طحينة ، ثوم ، رشّة ملح و نقوم بخلط المكونات بالآلة الكهربائية (بالهاند بلاندر) ، ومن ثم نضع فوقهم عصير الليمون ، وبعدها نضعهم في وعاء التقديم. مرحلة التطبيق الأولى : نقوم بفلق رغيف الخبز لقطعتين ووضعهم فوق بعضهم ، ثم نضع القليل من كريم الثوم و الكنشب ، باذنجان مقلي ، كوسا مقلية ، بطاطا مقلية ، زهرة مقلية ، بقدونس مفروم ، صوص البندورة ، صوص الحامض ، القليل من الملح ، وبعدها نقوم بلف الخبز ليصبح ساندويش . مرحلة التطبيق الثانية : في وعاء نضع كوسا مقلية ، باذنجان مقلي ، زهرة مقلية ، بطاطا مقلية ، بقدونس مفروم ، صوص الحامض ، صوص البندورة ونقوم بخلط المكونات جميعها .

C H E F O M A R

Bon Appetit!