

## اليوم السابع

أمريكا تعرض 3 ملايين دولار للقبض |



100 شهر

16570

عقاري المصرية  
www.youm7.com



خط  
16570

عقاري المصرية  
www.youm7.com

 Follow Youm7	 Like Youm7
 +1 +Youm7	 Follow youm7newspaper
 Follow Youm7newspaper	 Subscribe mubasheryoum7
 طباعة	 إرسال لصديق

الأكثر قراءة

أم تقتل ابنها لتتمكن من ممارسة الرذيلة مع عشيقها في العريش

ديلى ستار: ثلث البريطانيات تمر عليهن 3 أيام دون الاستحمام أو غسل الوجه

بالفيديو... إصابة شخص في انفجار عبوة زرعه إرهابيون بشارع السودان

بالفيديو... انفجار عبوتين ناسفتين بفرعين لشركات اتصالات بالمهندسين

بالفيديو... انفجار ثالث بالمهندسين يستهدف إحدى شركات المحمول بشارع السودان

انتقال خبراء المفرقات لفحص بلاغ بانفجارين في المهندسين

تحطم أتوبيسين عقب انفجار عبوتين ناسفتين بمحطة شرق الدلتا بأجا

شهود عيان: مقتل شخص وإصابة 2 آخرين في انفجار بشارع الوحدة بامبابية

شاهد عيان: لا توجد إصابات بشرية بانفجار المهندسين

الرئيسية < المرأة

### طريقة عمل "السلاد دى بوف" تقدمها الشيف "سلوى الغرباوى"

الخميس، 26 فبراير 2015 - 12:03 ص



سلاد دى بوف

كتبت رانيا سعد الدين

"السلاد دى بوف" من أنواع السلطات الرومانية الشهيرة، لاحتوائها على العديد من المكونات الغذائية المتكاملة التي تعطي شعورا بالشبع، وتمنح الجسم طاقة، كما يمكن أن تكون صنفاً جانبياً أو جبة رئيسية خفيفة يمكن تناولها أثناء ساعات العمل، تقدم الشيف "سلوى الغرباوى" طريقة عمل "السلاد دى بوف" من أنواع السلطات الرومانية الشهيرة بخطوات بسيطة وسريعة:

المكونات:

- كوب بسلة مسلوقة.
- 2 حبة بطاطس كبيرة مسلوقة ومقطعة مكعبات.
- 2 حبة جزر مسلوقة ومقطع مكعبات.
- 2 صدور دجاج مشوية ومقطعة مكعبات "يمكن استبدال الدجاج باللحم أو الجمبرى أو البسطرمة أو السوسيس".
- خيار مخلل مقطع مكعبات.
- شرائح زيتون أسود.
- ملعقة كبيرة مسطردة.
- 3 ملاعق كبيرة مايونيز.
- ملح - فلفل أسود.
- شرائح فلفل رومى.
- زيتون أسود شرائح.

طريقة التحضير:

"محمد صلاح" يحمل أعلام فيورنتينا أمام توتنهام  
بـ"اليوروباليج"

**Free .Website  
Domain Name**  
With Every New Hosting  
Package. Get Your .Website  
Domain Right Now!



الأكثر تعليقا

جون كبرى يعترف أمام "الكونجرس" بتراجع دور  
أمريكا في مصر

صاحب الكلب المذبوح بشيرا الخيمة لليوم السابع:  
"ماكس" تدخل للدفاع عنى خلال تشايرى مع صاحب  
محل.. وبرلمانى سابق حاول الصلح بيننا.. اعتقدت  
أنه سيتم العفو عنه وفوجئت بذبحه.. و"قالولى إحنا  
كدا خدنا حقنا"

بالصور.. "صحة الوادى الجديد" تلقى أدوية صالحة  
للاستخدام بالزراعات والبرك

شقيقة أحد المتورطين بذبح كلب الأهرام: "أخويا سأل  
شيوخ قبل عملية الذبح"

رعب داخل الإخوان وحلفائها بعد إصدار "الكيانات  
الإرهابية".. مصادر: ارتباك شديد داخل التنظيم  
وقياداته.. الجماعة الإسلامية تطالب بتحديد المعنى  
الدقيق للإرهاب.. وخبراء: القانون سيوقف تحركات  
الجماعة ضد مصر

أم تقتل ابنها لتتمكن من ممارسة الرذيلة مع عشيقها  
فى العريش

المصرى المسافر للمريخ: بحب الحياة جدا لدرجة أنى  
حايب تستمر فى كوكب آخر

مصدر أمنى: لم يتم التقدم ببلاغات ضد المتهمين بذبح  
كلب شبرا الخيمة

بالفيديو.. انفجار ثالث بالمهندسين يستهدف إحدى  
شركات المحمول بشارع السودان

بعد لقاء الرئيس بـ"الهلباوى ونوح والخرباوى"  
قيادات منشقة عن الإخوان تجتمع لإعداد مشروع  
لمواجهة التطرف.. مختار نوح: اللقاء لم يتطرق  
لإقرارات التوبة واستطعنا فصل 642 عن الجماعة  
وسنقيم حركة المراجعات

- تقطع جميع أنواع الخضراوات السابق ذكرها لمكعبات.
- نقوم بخلط جميع مكونات السلطة فى وعاء كبير ويضاف إليها المايونيز والمسطردة.
- نضع الزيتون والخيار المخلل فى المرحلة الأخيرة ونتبّل الخضراوات بالملح والفلفل الأسود.
- نقوم بالتزيين بالمايونيز وشرائح فلفل رومى وزيتون أسود.
- نوضع فى الثلاجة لتبرد ليكون مذاقها أفضل.

موضوعات متعلقة:

- أكلات رجيم لذيذة.. طريقة إعداد "روستو" الدجاج بالأعشاب

- طريقة تحضير شوربة الحريرة المغربية تقدمها الشيف "سلوى الغرباوى"

اخبار المرأة | أكلات صحية | رجيم صحى | انواع السلطة | وصفات رومانية

أرسل يوم7 او you7 إلى

1666	95000	9999
معدل الخدمة: ٥ فرش كل يومين	سعر الخدمة: ٢٠ فرش كل يوم	سعر الخدمة: ٢٠ فرش كل يوم

خدمة الرسائل القصيرة  
من

the Water loft.com

Get New & Classic Premium Water  
Brands Delivered to Your Door

## لا تفوتك هذه الأخبار

بالصور.. "صحة الوادى  
الجديد" تلقى أدوية صالحة  
للاستخدام بالزراعات  
والبرك



جون كبرى يعترف أمام  
"الكونجرس" بتراجع دور  
أمريكا فى مصر



فرنسا تكشف إرهاب  
"الجزيرة" وتقبض على 3  
من صحفييها لاستخدام طائرة  
بدون طيار لتصوير أماكن  
حيوية.. السفارة الأمريكية و  
الإليزية والمحطة النووية  
أبرز المناطق المصورة  
..صحفى فرنسى: استخدموا  
بحرفية



بعد لقاء الرئيس بـ"الهلباوى  
ونوح والخرباوى"  
منشقة عن الإخوان تجتمع  
لإعداد مشروع لمواجهة  
التطرف.. مختار نوح: اللقاء  
لم يتطرق لإقرارات التوبة  
واستطعنا فصل 642 عن  
الجماعة وسنقيم حركة  
المراجعات



ننقد بنشر الصور الأولى  
لكليب جماله للهضبة مع  
الموديل الإيطالية



وكالة ناسا تنشر صورًا  
"سيليفى" من كوكب المريخ

