

بالفيديو.. شاهد أهم الأخبار فى نشرة اليوم السابع المصورة للخام |

SEIF  
STOKES



الرئيسية < المرأة

## طريقة عمل ورق العنب اللبناني

الأربعاء، 18 مارس 2015 - 06:13 م



ورق العنب اللبناني

Follow Youm7	Like Youm7
+1 +Youm7	Follow youm7newspaper
Follow Youm7newspaper	Subscribe mubasheryoum7
Print طباعة	Send to friend ارسل لصديق

حمل تطبيق آخر الأخبار من اليوم السابع

كتبت رانيا سعد الدين

يعتبر ورق العنب اللبناني من الأكلات اللذيذة ولا يقدم كوجبة أساسية مثل نظيره المصري، ولكن يكون بمثابة فاتح للشهية ونوع من المقبلات، وتقدم الشيف "سلوى الفريايوى" طريقة التحضير بطريقة بسيطة مثل أفخم المطاعم اللبنانية.

المكونات:

1/2 كيلو ورق عنب

كوب أرز مصري

3 بصلات حمراء متوسطة

2 حزمة بقونس

1 ملعقة نعناع ناشف

3 حبات طماطم مبشورة

فجان زيت زيتون

2 ليمونة

ملح و فلفل أسود

رشة كمون

رشة كسبرة ناشفة

ملعقة كبيرة سماق

كوب أو كوب ونصف مرقة لحم

الأكثر قراءة

شهود عيان: سماع دوى انفجار بميدان المساحة فى الدقى

الإمارات تستدعى سفيرها بالسويد رداً على التصريحات المسيئة للسعودية

أول فيديو لعملية تحرير الرهائن المحتجزين فى متحف "باردو" بتونس

الحكومة التونسية: 19 قتيلا بينهم 17 سانحا فى أحداث متحف "باردو"

تعليم الإسماعيلية: سيارة مجهولة أقت أغذية فاسدة أمام مدرسة سممت 23 تلميذا

النائب العام يأمر بالقبض على 3 متهمين فى "أحداث الدفاع الجوى"

14 حزبا و6 منظمات مدنية و56 شخصية عامة يوقعون على بيان لتعديل قوانين الانتخابات.. الوفد والنور والدستور والمصري الديمقراطي الأبرز.. وحمدين صباحي يؤكد: إذا كانت الأحزاب ضعيفة فالدولة رخوة لا تفى بوعودها

إيطاليا تلغى قمة ثلاثية مصرفة حول ليبيا

استمرار العمليات الأمنية لإنقاذ الرهائن المحتجزين  
بمتحف "باردو" بتونس

محافظ السويس يعتذر لمدرس بعد اتهامه باطلاً  
بالتحرش بطالبة ثانوي



الأكثر تعليماً

رقية السادات في حوار الأسرار الصادمة: عندي فيديو  
يكشف تورط مبارك في اغتيال السادات.. الرئيس  
الأسبق زور تاريخ والدي و"عض الإيد التي امتدت  
له".." والدي طلب مني تسجيل احتفالات أكتوبر لأن  
فيها مفاجآت

فريد الديب يتقدم باستئناف على حكم حبس أحمد  
موسى بتهمة سب الغزالي حرب

"الفتوى والتشريع": القضاة وأعضاء النيابة لا  
يخضعون للحد الأقصى للأجور

أنباء عن وفاة الشيخة موزة وقناة الجزيرة تنفي

نجيب ساويرس: أنا مسلم أكثر من الإخوان.. و15 مليار  
دولار استثمرت بالكهرباء

الفرق بين السيسي ومرسى.. هو الفرق بين تحيا  
مصر.. ووظف في مصر

مدرس يجلد طالب إعدادي بـ"الخرطوم" في سوهاج..  
و"التعليم" تقرر نقله (تحديث)

المفتي بمجلة نيوزويك الأمريكية: المتطرفون شو هوا  
تعاليم الإسلام بأفعالهم البربرية

الجيش يضبط أجهزة اتصالات لاسلكية قبل وصولها  
للتنظيمات الإرهابية بسيناء

معاينة النيابة: وجود "شيكولاتة وكرواسون وهولز"  
في غرفة سجن سكرتير مرسى

طريقة التحضير:

- يوضع ورق العنب في الماء المغلى عدة ثوان ليذبل ثم ينقل إلى مصفاة.
- يفرم البصل ناعماً وكذلك البقدونس والتنعاع بعد غسلهما جيداً.
- يلقى البصل مع 3 ملعقة كبيرة زيت زيتون حتى يذبل ويميل اللون إلى الاصفرار.
- يضاف البصل إلى الأرز المغسول وجزء من الطماطم بعد تقشيرها وفرمها فرماً ناعماً.
- يضاف إلى هذا الحشو الزيت والملح وياقى اليهاترات.
- يحشى ورق العنب ويصف طبقات دائرية في قدر الطبخ بعد أن توضع في أسفل القدر الكمية الباقية من الطماطم المفرومة.
- يضاف المزيد من الملح وعصير الطماطم والمرق.
- يغطى وجه المحشى بطبق مقلوب ويطبخ على نار قوية ثم معتدلة.
- بعد نحو ساعة يرفع الطبق ويضاف عصير الليمون ويستكمل الطهى على نار خفيفة حتى ينضج المحشى.
- ويقدم بارداً ومزيناً بأوراق النعناع الأخضر وشرائح الليمون.

موضوعات متعلقة:

- طريقة عمل اللاتشون بالفستق

- الشيف "سلوى الغرابوى" تقدم طريقة اعداد "الباتيه" في المنزل

فاتح للشهية أكلات لذيذة الشيف سلوى الغرابوى ورق العنب اللبناني

أرسل يوم7 او youm7 إلى

1666	95000	9999
etisalat	mobitel	vodafone
سعر الخدمة: 0- فرش كل يومين	سعر الخدمة: 20 فرش كل يوم	سعر الخدمة: 20 فرش كل يوم



لا تفوتك هذه الأخبار

ارتفاع ضحايا الهجوم  
الإرهابى على متحف  
"باردو" بتونس لـ 22 قتيلًا



إحالة 22 متهمًا للمفتي في  
قضية اقتحام قسم كرداسة



كوبر يبدأ مهمة "الألف  
ميل" مع الفراعنة رسمياً..  
الخواجة يجتمع بجهازه  
المعاون خارج الجبلية..  
يدرس تكليف مترجمه بمهام  
مدرب الأحمال.. ويتعرف  
على اللاعبين عبر الجداول



في محاكمة مرسى و10 من  
الإخوان بـ"التخابر مع  
قطر".. المحكمة تعرض  
معاينة لغرف المتهمين  
بالسجن.. وتكشف وجود  
"شيكولاتة وعصير  
وكرواسون" بغرفة سكرتير

