F R I E S

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 المقالي : 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 (اذا مو متوفر ، فيكم تضيفوا بندورة عادية حبة فحلة مقشرة و مقطعة) ونتركهم على نار هادئة حتى الاستواء . طريقة تحضير الحامض: نضع في وعاء القليل من الثوم ، فليفلة حارة، رشة 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 ، رشة ملح ونقوم بخلط المكونات جميعها ، ثم نضعهم في وعاء التقديم.
لمتبل الكوسا: في وعاء نضع لبن زبادي ، كوسا مقلية ، طحينة ، ثوم ، رشة 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 الكتشب ، 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 Apetit!