

# K I B B E H L A B A N I E H

## Ingredients

Half a kilo of bulgur (3 cups and a half)

1 cup of water

1 tablespoon of cumin

1 tablespoon of salt

Half a tablespoon of black pepper

1 large onion

A quarter kilo of veal, not fat

A little of water with cornstarch

For the filling:

1 large onion and a half

1 tablespoon of ghee

pinch of salt

250 grams of lamb

150 grams fat

A pinch of black pepper

walnut

For Yogurt

:

1 kilo and a half of yogurt

200 grams of cream (one cup)

200 ml of milk (one cup)

2 tablespoons of cornstarch

1 tablespoon of salt

## Directions

لتحضير عجينة الكبة : اولاً تأتي بوعاء ونضع فيه برغل ، ماء ( يتنقعوا البرغل بالماء ) ، ملح ، كمون ، فلفل اسود ، بصل ثم نفرم المكونات في الآلة الكهربائية اول مرة ( ليش بتحطوا البصل ؟ منشان تعطيمم طراوة ) ، ومن ثم نضع اللحم على المكونات ونفرم المكونات مرة ثانية على الآلة الكهربائية ( بعد ما فرمتوا البرغل مع اللحم وجه ثاني بتدعكوهم بايديكم ، وإذا حسبتوها ناشفة بتبخوها بالماء ما بتكثروا ماء ، كيف تعرفوا اذا الكبة ناشفة ؟ بتحسوا حبة البرغل بس تمسكوها بتلاقوها لسا واقفة و لسا ناشفة ، وإذا عندكم عجانة يتمسكوها وتحتوها بقلب العجانة بتشعلوا العجانة و بتدعكها ) ، ثم نضع العجينة في وعاء حتى ترتاح ( بتغطوا وجه العجينة منشان ما تنشف وبتتركوها ترتاح ) . مرحلة تشكيل الكبة : (( اول شي بتحطوا بوعاء شوية ماء ونشأ وبتاخذوا كرة صغيرة من الكبة وبترجعوا تغطوا وعاء الكبة منشان ما تنشف ، كيف تعرفوا الكبة الطريفة ؟ بتعملوها مثل الكفتا اذا دقت معكم بتكون تمام لازم ما تكون قاسية وما تكون طرية وبترجعوا بتاخذوا دعبولة صغيرة وبتحطوا على ايديكم ماء ونشأ وبتشكلوا الكبة بايديكم واصبع ايديكم الثانية من فوق ولتحت وبترجعوا بتلوا ايديكم شوي بس مو كثير وبعد ما يصير في حفرة للكبة بتحطوا فيها الحشوة وبترجعوا بتلوا اصبعكم و بتسكروها شوي شوي ، اهم شي تغطوا الكبة منشان ما تنشف ) ، (نقطة كتير مهمة بالكبة اللبينة لازم تكون الكبة الها سماكة منشان تعطيهها طعم ) .

لتحضير الحشوة : في وعاء على النار نضع سمينة ، بصل ، ملح ، لحم ، فلفل ونقوم بقلي المكونات جميعها ( دائماً حشوة الكبة بتتبخ على السريع يعني ما تغطوا لحمه وتطبخوها وقت طويل لتكذب المي بتصير مافيه نداوة ) ، ثم نرفع الوعاء عن النار ونضع الجوز على البارد و نتركها حتى تبرد ، ومن ثم نضع اللبنة ونخلط المكونات مع بعضها وبعدها تصيح الحشوة جاهزة (ولا تحطوا لحمه مفرومة عالمكينة يعني لازم تكون اللحم مفرومة عالسيخ عند اللحم) . لتحضير اللبن : نضع في وعاء اللبن ، كريمة ( كريمة لترفع الدسم ) ، حليب ، نشأ ( فيكم تحطوا ملعقتين ونص لكن الكبة يكون فيها نثرة نشأ ولما بدكم تنزلوا الكبة وتطبخوها بقلب اللبن بتعطى كثافة اكثر فيدكم تشيلوا نص ملعقة ) ، ملح ( فيكم ما تحطوا كريمة وحليب ، فيكم تحطوا نشأ وملح أو بيضة ) ، ثم نخلط المكونات بالهاند بلاندر لمدة 2 دقيقة ، ومن ثم نرفع الوعاء على النار ونحرك بالمشبك اليدوي باتجاه واحد حتى يتشكل القوام الكريمي . مرحلة التطبيق : بعد غليان اللبن ننزل الكبة عليه (وما لازم تحركوا اللبن والكبة اول دقيقتين ، وبتتركوهم يغلوا غلوة وحدة بس) ، ثم نرفع الوعاء عن النار ونقوم بسكب اللبن والكبة فيوعاء التقديم وتزين بالصنوبر أو القليل من عشبة الطرخون ، وبعدها تصيح الكبة اللبينة جاهزة .

**C H E F O M A R**

---

Bon Apetit!