

أروع وصفات البلاوك



الفهرس

وصفات الكيسي

- 05 - كيسي بالنقانق، الفلفل و جبنة البلوك
- 06 - كيسي بالدجاج، الفطر و جبنة البلوك
- 07 - كيسي بالبروكولي، المعدنوس، الثوم و جبنة البلوك

وصفات الفطائر

- 09 - فطيرة الدجاج المحمّر، الزيتون الأحمر و جبنة البلوك
- 10 - فطيرة بالخضر المشوية و جبنة البلوك
- 11 - فطيرة الجزر المشرمل، شرائح اللحم و جبنة البلوك

وصفات الكروكيت

- 13 - كروكيت الطماطم المجففة، الحبق و جبنة البلوك
- 14 - كروكيت السمك بالسكنجبيير، الحامض و جبنة البلوك
- 15 - كروكيت بالكتفنة و جبنة البلوك



هاد رمضان، البلوك®
كيرافقك كل يوم و كيهديك باقة من أروع
الوصفات، اقتصادية، سهلة و متنوعة،
باش كل نهار توجدي شهيوة ديال الدار.

للمزيد من النصائح و الوصفات، زوروا موقعنا :
أو صفحة الفايسبوك **La Vache qui rit Maroc**

مع البلوك، شهيوات رمضان بلد نهاية !





الكينش





كيش بالنقانق، الفلفل و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

العجين المكسر

امزجي الدقيق والزبدة، أضيفي الملح و مرري الخليط بين أصابعك ثم أضيفي البيض والماء. شكلي عجينا واحفظيه في مكان بارد لمدة ساعة ثم ابسطي العجين و ضعيه في القالب ثم في الفرن لمدة 10 دقائق على درجة حرارة 180°.

الكريما

امزجي البيض مع الحليب، أضيفي القشدة، الكوسة و جبنة البلوك La Vache qui rit المحكوة ثم تبلي.

الحشوة

في مقلاة، حمري النقانق مع القليل من زيت الزيتون ثم قطعيمها إلى دوائر بسمك 1 سمر و اتركيهم جانبا. فوق النار، اشوي الفلفل ثم قشريه و قطعيمه إلى مكعبات صغيرة، ضعي القليل من زيت الزيتون في مقلاة، أضيفي مكعبات الفلفل، الأزير، الثوم و في الأخير أضيفي النقانق.

إملئ الكيش بخلط النقانق و الفلفل ثم أضيفي الكريما و ضعيه في الفرن لمدة 30 دقيقة على درجة حرارة 180°.



المقادير

250 غ من الدقيق

125 غ من الزبدة

1 بيضة

5 سل من الماء

قصبة ملح

الكريما

جبنة البلوك La vache qui rit®

4 بيضات

1/2 لتر من الحليب

60 غ من القشدة

1/2 ملعقة صغيرة من الكوسة

200 غ من النقانق

1 حبة فلفل أحمر

عرش من الأزير

ملعقة صغيرة من الثوم المهروس

10 سل من زيت الزيتون

ملح/إزار



كيش بالدجاج، الفطر و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

العجين المكسر

امزجي الدقيق والزبدة، أضيفي الملح ومرري الخليط بين أصابعك ثم أضيفي البيض و الماء.
شكلي عجينًا واحفظيه في مكان بارد لمدة ساعة ثم ابسطي العجين و ضعيه في القالب ثم في الفرن
لمدة 10 دقائق على درجة حرارة 180°.

الكريما

امزجي البيض مع الحليب، أضيفي القشدة، الكوسة و جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكوة
ثم تبلي.

الحشوة

في مقلاة، حمري البصل المقطع و الدجاج مع زيت الزيتون، أضيفي الفطر الباريزي المغسول
و المقطع مسبقا، تبلي ثم اتركيه ينضج لمدة 10 دقائق على نار هادئة. خارج النار أضيفي
المعدنوس.

إملئي الكيش بحشوة الدجاج و الفطر، أضيفي الكريما ثم أدخليها للفرن لمدة 30 دقيقة على
درجة حرارة 180°.



المقادير

250 غ من الدقيق
125 غ من الزبدة
1 بيضة
5 سل من الماء
قبضة ملح

الكريما

جبنة البلوك La Vache qui rit®
4 بيضات
1/2 نصف لتر من الحليب

60 غ من القشدة

1/2 نصف ملعقة صغيرة من الكوسة
200 غ من الدجاج

100 غ من الفطر الباريزي

1 بصلة مقطعة
3 ملاعق كبيرة من المعدنوس المقطع
3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

ملح/إزار



كيس بالبروكلي، المعدنوس، الثوم و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

العجين المكسر

امزجي الدقيق والزبدة، أضيفي الملح و مرري الخليط بين أصابعك ثم أضيفي البيض و الماء. شكلي عجينا و احفظيه في مكان بارد لمدة ساعة ثم ابسطي العجين و ضعيه في القالب ثم في الفرن لمدة 10 دقائق على درجة حرارة 180°.

الكريما

امزجي البيض مع الحليب، أضيفي القشدة، الكوزة و جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكوة ثم تبلي.

الحشوة

في وعاء مملوء بالماء الساخن و الملح، اطبخي زهيرات البروكلي 7 دقائق تقريبا ثم ضعيهم في ماء مثلي يقطر البروكلي و يحمر في مقلاة مع قليل من الزبدة، أضيفي الثوم و المعدنوس، تبلي و احتفظي به في مكان بارد.

إملئ الكيس بزهيرات البروكلي المحمرة في الثوم و المعدنوس، أضيفي الكريما و ضعيه في الفرن لمدة 30 دقيقة على درجة حرارة 180°.



المقادير

250 غ من الدقيق
125 غ من الزبدة
1 بيضة
5 سل من الماء
قبضة ملح

الكريما

جبنة البلوك La Vache qui rit®
4 بيضات
1/2 نصف لتر من الحليب

60 غ من القشدة
1/2 نصف ملعقة صغيرة من الكوزة

200 غ من البروكلي
1 ملعقة صغيرة من معجون الثوم

3 ملاعق كبيرة من المعدنوس المقطع
ملح/إزار



μύθοι





فطيرة الدجاج المحممر، الزيتون الأحمر و جبنة البلوك

La Vache qui rit®



طريقة التحضير

ابسطي العجين المورق سمكه 2 مم، قطعيه على شكل دوائر قطرها 14 سم ثم احتفظي بها في مكان بارد.

الطماطم المعسلة
اغسلي الطماطم، قطعيها إلى أربع قطع بعد تقشيرها وإزالة البذور. ضعي شرائح الطماطم فوق صينية وتبلي. أضيفي الثوم المهروس، الزعتر و زيت الزيتون ثم رشي السكر، ضعي الصينية في الفرن و اتركي الطماطم تجف لمدة ساعتين على درجة حرارة 100°.

الحشوة
في مقلة، شحري البصل مع زيت الزيتون حتى يتحمر، تبلي، أضيفي الطماطم المعسلة و مكعبات جبنة البلوك®. La Vache qui rit®. في طبق، ضعي قطع فخد الدجاج مع الزعتر و الثوم، ضعي الملح و الإزار، أضيفي القليل من زيت الزيتون و ادخليه الفرن لمدة 25 دقيقة على درجة حرارة 200° ثم أزيدي اللحم من العظم و اتركيه جانبا.

ضعي حشوة البصل فوق دوائر العجين المورق، أضيفي الدجاج المحممر و الزيتون الأحمر. اذهني جوانب العجين بأصفر البيض غطي بدائرة أخرى من العجين و ألصقى الجوانب. ضعي الفطيرة فوق صينية اذهنها بصفار البيض و ادخلها الفرن لمدة 20 دقيقة على درجة حرارة 180°.



المقادير

- 1/2 كغ من العجين المورق
- جبنة البلوك® La Vache qui rit®
- قطع من فخد الدجاج
- عرش من الزعتر
- 2 فصوص من الثوم
- 5 حبات من البصل المقطع
- 200 غ من الزيتون الأحمر
- 100 غ من الطماطم المعسلة
- 4 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- الطماطم المعسلة
- 300 غ من الطماطم
- 2 فصوص من الثوم
- عرش من الزعتر
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 1 ملعقة كبيرة من سكر سندية
- 1 بيضة
- ملح/إزار



فطيرة بالخضر المشوية و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

العجين المورق

ابسطي العجين المورق على سمك 2 مم و بواسطة قالب التقطيع، قطعي 4 حلقات بقطر 12 سم و 4 حلقات أخرى بقطر 10 سم.

مفروم الطماطم

في مقلاة على النار، قلي شرائح البصل في زيت الزيتون ثم أضيفي الطماطم المقشرة و المقطعة بدون لب، الزعتر، الازيدر، الثوم المفروم و مركز الطماطم. تبلي و اتركي الكل يطهو لمدة 10 دقائق على نار حامية.

الحشوة

قطعي القرع الأخضر و البازنجان على شكل شرائح و تبلي ثم رشي الزعتر و زيت الزيتون و حمري الكل على الشواية.

ضعي طبقة رقيقة من مفروم الطماطم و الخضر المشوية فوق حلقة العجين المورق ثم أضيفي جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكواة. غطي الحلقة الأولى بحلقة أكبر من العجين المورق و ادهني بأصفر البيض ثم أدخليها الفرن على درجة حرارة 180° لمدة 20 دقيقة.



المقادير

250 غ من العجين المورق
أصفر البيض

- جبنة البلوك®
- مفروم الطماطم
- 2 حبات طماطم
- 2 حبات بصل
- عرش من الزعتر
- عرش من الإكيليل أو أزير
- 2 ملاعق صغيرة من الثوم المفروم
- 1 ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- الحسوة
- 3 حبات من القرع الأخضر
- 2 حبات باذنجان
- 6 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 ملعقة كبيرة من الزعترية
- ملح/إزار



فطيرة الجزر المشرمل، شرائح اللحم و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

في كاساس، ضعي الجزر المقطع مسبقاً، ثم اطحنيه مع الثوم، الكمون، الفلفل الأحمر،
الحامض المرقد، عصير الحامض وأضيفي زيت الزيتون ثم تبلي.

ضعي هذا الخليط فوق النار حتى يجف مع التحريك باستمرار.
قطعي لحم البقر إلى شرائح، أضيفي الملح والإبراز، وقلية مع زيت الزيتون واتركيه جانباً

بواسطة الجب الحلواني، ضعي الجزر المطحون فوق قطعة العجين المورق وصففي فوقه قطع
اللحم. أضيفي قطع جبنة البلوك La Vache qui rit® و اذهني جوانب العجين بصفار البيض،
غطي بدائرة أخرى من العجين وأصقى الجوانب ثم ضعي الفطيرة فوق صينية و اذهنيها بصفار
البيض. ادخليها الفرن لمدة 20 دقيقة على درجة حرارة 180°.



المقادير

- 70 غ من جبنة البلوك
- 1/2 كغ من العجين المورق
- 300 غ من شرائح لحم البقر
- 6 جبات من الجزر
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون
- 1 ملعقة صغيرة من النيورة
- 1 ملعقة كبيرة من الحامض المرقد والمطحون
- 1 ملعقة كبيرة من المعدنيوس المقطع
- 1 ملعقة كبيرة من القزبور المقطع
- 8 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون ملح/إبراز
- 1 بيضة



الكروجيت





كروكيت الطماطم المجففة، الحبق و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

طريقة التحمير

أذيب الزيتة وأضيفي الدقيق، ثم مرق الخضر بارد، اتركي الخليط 5 دقائق فوق النار مع التحريك إلى أن يجف تماماً ثم أضيفي جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكوة.

اغسلي الطماطم، قطعيها إلى أربع قطع بعد تقطيرها وإزالة البذور، ضعي شرائح الطماطم فوق صينية و تبلي، أضيفي الثوم المهروس، الزعتر وزيت الزيتون ثم رشي السكر، ضعي الصينية في الفرن و اتركي الطماطم تجف لمدة ساعتين على درجة حرارة 100°.

قطعي الطماطم المجففة إلى قطع، اسكبيها فوق صلصة البشاميل مع الحبق و تبلي. ضعي الخليط في الجبجوب الحلواني، فوق صينية شكل أسطوانات و ضعيها في الثلاجة لمدة ساعة.

قطعي الأسطوانات على شكل دوائر، ثم مررها في الدقيق، في البيض المخفوق مع الزيت، و في الخبز المحمص، أعيدي نفس العملية مرتين ثم إلقي الأسطوانات في زيت على درجة حرارة 170°.



المقادير

جبنة البلوك La Vache qui rit®
الطماطم المغمسة

300 غ من الطماطم
2 فصوص من الثوم

عرش من الزعتر
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

1 ملعقة كبيرة من سكر سنيدة

ملح/إزار
عرش من الحبق المفروم

التحمير

60 غ من الدقيق

60 غ من الزبدة

1/2 نصف لتر من مرق الخضر

خبز محمص بالطريقة الإنجليزية

5 ملاعق كبيرة من الخبز المحمص

5 ملاعق كبيرة من الدقيق

2 بيضات



كروكيت السمك بالسكنجبير، الحامض و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

أدخل البطاطس للفرن حتى تصبح لينة، قشريها و اطحنيها في طحانته الخضر. ضعي البطاطس المطحونة في مقلاة فوق النار حتى تجف كلية من الماء، خارج النار، أضيفي أصفر البيض، الزبدة و جبنة البلوك .La Vache qui rit®.

في مقلاة، ضعي السمك مع زيت الزيتون، أضيفي السكنجبير، الفلفل الأحمر، الثوم، الحامض المحکوك ثم عصير الحامض. خارج النار، أضيفي الثوم القصبي، تبلي و أضيفيه للخلط الأول.

ضعي الخليط في جيب الحلواني، فوق صينية شكل أسطوانات ثم ضعيها في الثلاجة لمدة ساعة.

قطعي الأسطوانات على شكل دوائر ثم مررها في الدقيق، في البيض المخفوق مع الزيت و الخبز المحمص. أعيدي نفس العملية مرتين ثم إلقي الأسطوانات في زيت على درجة حرارة 170°.



المقادير

جبنة البلوك 200 غ من السمك الأبيض ميرلان 500 غ لب البطاطس

3 أصفر بيض

1 ملعقة صغيرة سكنجبير طري محکوك

1 ملعقة صغيرة من الثوم المهروس
قبضة الفلفل الاحمر
الحامض المحکوك

عصير حامضة

1 ملعقة كبيرة من الثوم القصبي
المفروم

2 ملعق كبيرة من زيت الزيتون
ملح/إزار

خبز محمص بالطريقة الإنجليزية
5 ملعق كبيرة من الخبز المحمص

5 ملعق كبيرة من الدقيق
2 بيضات



كروكيت بالكفتة و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

الخليط المحمص
في إناء، أديي الزيدة ثم أضيفي الدقيق و اسكبي مرق الخضر باردا. دعي الخليط ينضج لمدة 5 دقائق حتى يجف تماما.

الحشوة
في مقلاة، شحري قطع البصل في زيت الزيتون، أضيفي الجزر المقطع على شكل مكعبات ثم الزعتر و الكفتة. تبلي و اتركي الكل ينضج. خارج النار، أضيفي جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكواة ثم امزجي الكل مع الخليط الأول و احتفظي به جانبا لمدة 20 دقيقة.

شكلي كوبيرات من الحشوة و مررها في الدقيق، في البيض المخفوق ثم في الخبز المحمص. اقلبي الكوبيرات في الزيت على درجة حرارة 170° ثم قطريها قبل التقديم.



المقادير

جبنة البلوك 400 غ من الكفتة
1 جبة جزر
1 بصلة
عرش من الزعتر
3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
1 لتر من الزيت للقليل
ملح/إزار
خبز محمص بالطريقة الإنجليزية
5 ملاعق كبيرة من الخبز المحمص
5 ملاعق كبيرة من الدقيق
2 بيضات
ملح/إزار

الخليط المحمص
60 غ من الدقيق
60 غ من الزيدة
1/2 لتر من مرق الخضر



الطبخ



بطبوط بالباذنجان المدخن، المعقودة و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

البطبوط

إمزجي جميع المقادير حتى الحصول على عجين متجانس. ابسطي العجين وقطعيه على شكل دوائر صغيرة، اتركيه يرتاح قليلا ثم ضعيه ينضج فوق المقلة.

الحشوة

إشوي الباذنجان، قشريه و احتفظي باللب، أضيفي عصير الحامض، الثوم، الزعتره و زيت الزيتون، تبلي و احتفظي به جانبا.

المعقودة

ضعي البطاطس فوق النار لتنضج بعد تقطيعها إلى قطع صغيرة، قطري و تبلي ثم أضيفي التوابل، الثوم، الأعشاب المنسمة، البيض المخفوق و الممزوج بطحين الحمص ثم جبنة البلوك® المحكواة. اطهي الخليط في مقلاة مع زيت الزيتون و قطعيه على شكل دوائر معقودة.

افتحي البطبوط، ضعي داخله كفيار الباذنجان و المعقودة ثم ضعي المعدونس الإفرنجي.



المقادير

250 غ سميدة رقيقة
250 غ من الدقيق
12 غ من الملح
12 غ من زيت الزيتون
6 غ من خميرة العجين
260 مل من الماء

جبنة البلوك®
3 حبات من الباذنجان
1/2 حامضة
1 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
1 ملعقة صغيرة من الزعتره
1/2 عرش من المعدونس الإفرنجي
3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

المعقودة

3 حبات من البطاطس
2 ملاعق كبيرة من دقيق الحمص
5 بيضات
1 ملعقة صغيرة من الثوم
1 ملعقة صغيرة من الكمون
1 ملعقة صغيرة من فلفل الأحمر
1 ملعقة صغيرة من النيلوره
1 ملعقة كبيرة من المعدونس المقطع
1 ملعقة كبيرة من القبزون المقطع
3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
ملح/إزار



بطبوط بالخضر المقرمشة و جبنة البلوك

La Vache qui rit®



طريقة التحضير

البطبوط

إمزجي جميع المقادير حتى الحصول على عجين متجانس. ابسطي العجين وقطعيه على شكل دوائر صغيرة، اتركيه يرتاح قليلا ثم ضعيه ينضج فوق المقلة.

قطعي الجزر، الخيار، القرع و البصل إلى شرائح رقيقة ثم تبلي. أضيفي صلصة نيوكمان، سكينجبير الطري، زيت الزنجلان، الكاكاو و جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكوك.



المقادير

250 غ سميكة رقيقة
250 غ من الدقيق
12 غ من الملح
12 غ من زيت الزيتون
6 غ من خميرة العجين
260 مل من الماء

جبنة البلوك®
2 حبات من الجزر
2 حبات من الخيار
2 حبات من القرع
1 حبة بصل أحمر
3 ملاعق من صلصة نيوكمان
1 ملاعقة صغيرة من سكينجبير طري
محكوك
2 ملاعق كبيرة من زيت الزنجلان
2 ملاعق كبيرة من الكاكاو والمكسر
ملح/إزار



بطبوط بالطون، الشرمولة و جبنة البلوك

La Vache qui rit®



طريقة التحضير

البطبوط

إمزجي جميع المقادير حتى الحصول على عجين متجانس. ابسطي العجين وقطعيه على شكل دوائر صغيرة، اتركيه يرتاح قليلا ثم ضعيه ينضج فوق المقلاة.

حضرى الشرمولة، إمزجي جميع المكونات في إناء، تبلي و أضيفي شرائح الطون ثم جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكواة و اتركيهم جانبا.

املئي البطبوط بالطون و الشرمولة ثم جبنة البلوك La Vache qui rit® المحكواة.

المقادير

250 غ سميكة رقيقة
250 غ من الدقيق
12 غ من الملح
12 غ من زيت الزيتون
6 غ من خميرة العجين
260 مل من الماء

الشرمولة

جبنة البلوك La Vache qui rit®
2 ملاعق كبيرة من الحامض المرقد و مطحون

عصير حامضة

1 ملعقة صغيرة من الكمون
1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر
1 ملعقة صغيرة من الفلفل الحار
1 ملعقة كبيرة من المعدنوس المقطوع
1 ملعقة كبيرة من القزبوز المقطوع
8 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
ملح/إزار





البريوارات





بريوات القمرتون بالبسباس و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

الحشوة

إغسلي و قطعي البسباس. في مقلاة حمرى البسباس مع زيت الزيتون، تبلى، أضيفي القمرتون المقشر، اتركيه ينضج ثم أضيفي عصير و مشور الحامضة. خارج النار أضيفي الشبت.

قطعي جبنة البلوك La Vache qui rit® إلى مكعبات وأضيفيها إلى خليط القمرتون و البسباس.

قطعي ورق البسطيلة على شكل طولي، ضعي حشوة القمرتون و البسباس، قطعي جبنة البلوك La Vache qui rit® لفي ورق البسطيلة على شكل بريوات ثم اقليها.



المقادير

- 500 غ من ورق البسطيلة
- جبنة البلوك La Vache qui rit®
- 400 غ من القمرتون
- 3 حبات من البسباس
- 2 ملاعق كبيرة من الشبت المقطع
- 1 حامضة
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- لتر من الزيت للقليل
- 1 بيضة
- ملح/إزار



بريوات بالخليل، البصل المعسل و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

الحشوة
قلي البصل في دهن الخليل مع الزعتر. تبلي و اتركيه يتحمر على النار لمدة 10 دقائق ثم أضيفي الخليل و جبنة البلوك La Vache qui rit® المقطعة إلى قطع صغيرة.

قطعي ورقة البسطيلة على شكل طولي، ضعي مقدار حبة جوز من الحشوة ثم لفيفها على شكل بريوات و اقليها في الزيت، قطريها ثم قدميها.



المقادير

250 غ من ورقة البسطيلة
La Vache qui rit® 70 غ من جبنة البلوك
لتر من زيت القلي
2 حبات بصل
180 غ من الخليل
عرش من الزعتر
ملح و إينزار



سيكار بالبصل المحسّل، الكمون و جبنة البلوك La Vache qui rit®



طريقة التحضير

الحشوة

في مقلاة ضعي شرائح البصل مع زيت الزيتون للحصول على لون ذهبي، أضيفي التوابل، الحامض المرقد والمقطع، خارج النار، أضيفي القببورة والمعدنوس ثم تبلي. قطعي جبنة البلوك® La Vache qui rit® إلى مكعبات وأضيفيها إلى خليط البصل بعد أن يبرد ثم إحتفظي به جانباً.

قطعي ورق البسطيلة على شكل طولي، ضعي الحشوة، لفي ورق البسطيلة على شكل سيكار ثم اغلقيها بالبيض المخفوق و اقليها في زيت درجة حرارته 180°.



المقادير

- 500 غ من ورق البسطيلة
- جبنة البلوك La Vache qui rit®
- 4 حبات من البصل المقطع
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر
- 1/2 ملعقة صغيرة من التيوراء
- 1 حامضة مرقدة و مقطعة
- 2 ملاعق كبيرة من القببورة المقطع
- 2 ملاعق كبيرة من المعدنوس المقطع
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 لتر من الزيت للقلي
- 1 بيضة
- ملح/إزار

رمضان مبارك

