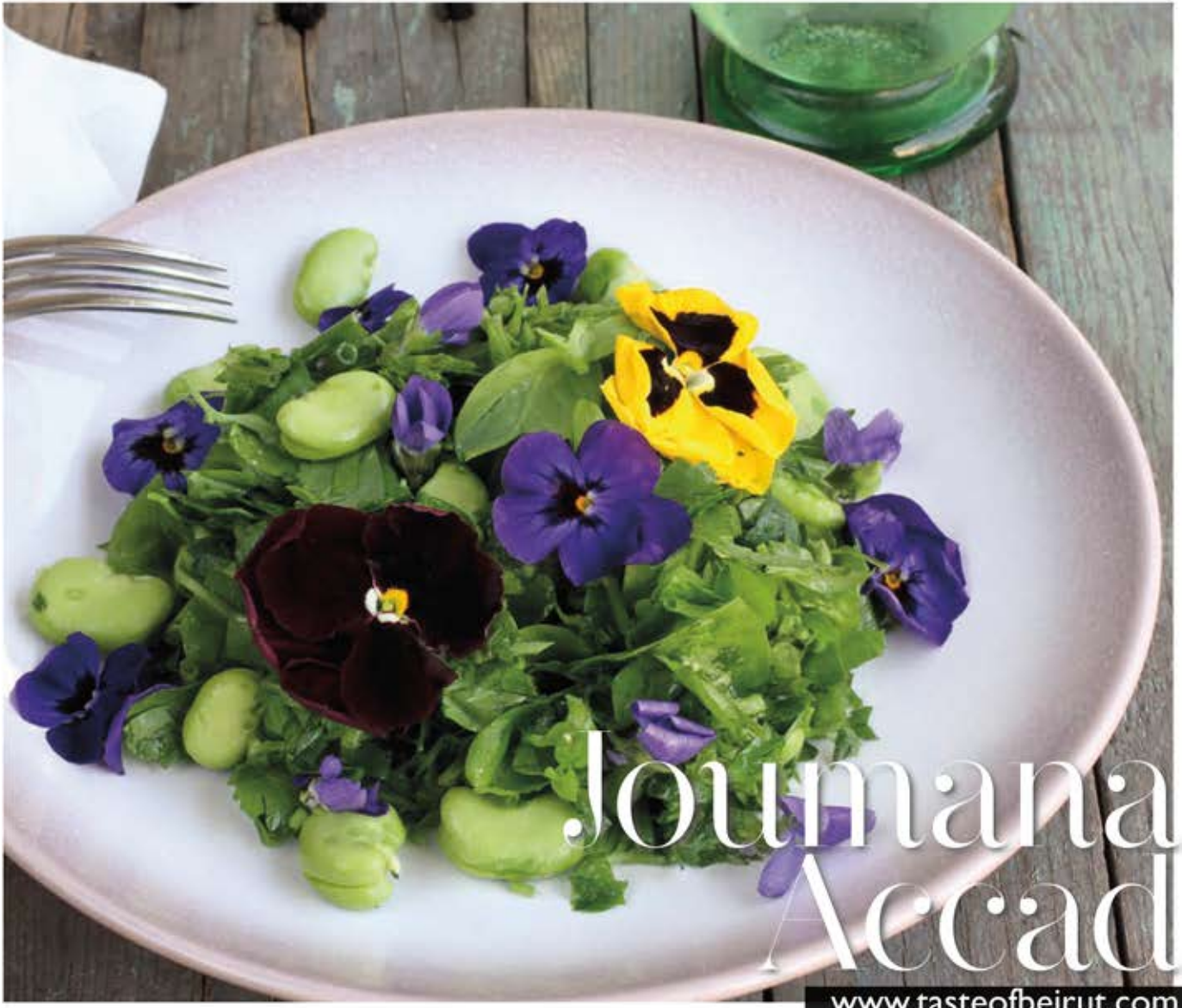




Joumana Accad

www.tasteofbeirut.com

سلطة الأزهار الصالحة للأكل

"كل أسبوعٍ يقرع بابي مزارعٍ يحمل سلّةً فيها كلّ ما أنعمت عليه أرضه الزراعية من فاكهة وخضار طازجة، وما يدهشني أنّها دوماً تحتوي على الأزهار الصالحة للأكل، مثل الثالوث والبنفسج. فاستوحيّت منها طبقاً من السلطة المنعشة المناسبة للأيام الحارّة".

المكوّنات: 3 أكواب من أوراق السلطة الخضراء، كوب من الفول الأخضر، كوب من الأزهار الصالحة للأكل. للصلصة: 1/2 كوب من عصير البرتقال، ملعقة كبيرة من عصير الليمون الحامض، 1/3 كوب من زيت الزيتون وملح.

طريقة التحضير: يكفي أن تمزجي المكوّنات كافّة بتأنٍ، وتسكبي الصلصة فوقها لتصبح جاهزة!

هي شيف مطبخ من أصل لبناني وصاحبة مدوّنة Taste of Beirut التي تتضمّن أطباقاً شرقية تجمع بين المطبخ اللبناني، السوري، التركي، الفارسي، العراقي والمصري بأسلوب فريد. أصدرت كتاباً يحمل اسم المدوّنة، مستوحى من وصفات جذتها التي كانت تعلّمها الطهي بكلّ حبّ في مطبخ العائلة القديم. حضّرت لك سلطة منعشة مزينة بالأزهار، التهميها حتى آخر بتلة!