HORDHAC

Waxaan ugu horeyntii u soo bandhigayaa aqristaha qiimaha badan qormadii labaad ee buuggan KU MACAANSO KARINTAADA, kaas oo ka kooban boqol nuuc oo kala duwan, si looga barto qaababka si habeysan loogu diyaarin karo cunnooyinka.

Waxaana aqristaha kula talinayaa in uu aad ugu fiirsado marka uu buuggaan cunnooyin uusan horey u samayn ka baranayo, aniga oo u rajeynaya in uu buuggaani u noqdo furihii uu macalin sare ugu noqon kari lahaa, gaar ahaan xeeladaha kala duwan ee cunto karinta. Waayo cunto karintu waa wax ilaahey uu ku ilhaamiyey basharka, xadaarad dheer kedibna ay u hormariyeen ilaa ay xirfadaha maanta dunida ugu macaashka badan ay ka mid noqotay.

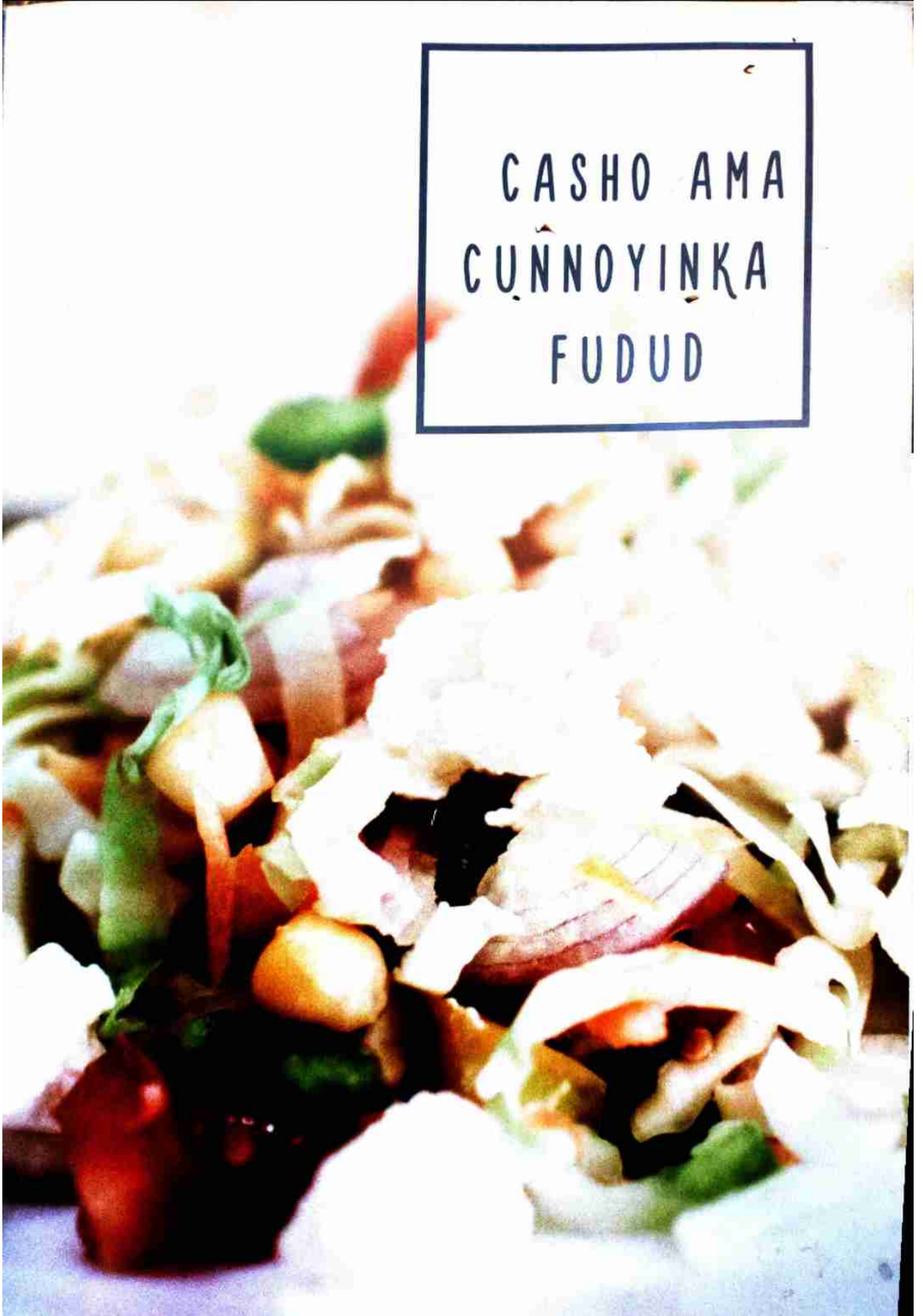
Marka aan si qoto dheer u ogaadey baahida dadka Soomaliyeed, gaar ahaan dumarkeenu u qabaan aqoonta cunta karinta isla markaasna aan hubsaday in aan aqoon iyo khibradba u leeyahay mowduucaan, ayaan waxaan go'aansaday in aan qormadaan u soo gudbiyo bulsho weynta Soomaaliyeed. Waxaana kale oo aan ku rajo weynahay mustaqbalka dhow in aan qoro buug cusub oo laga baran doono diyaarinta cunnooyinka soomalida oo si carsi ah loo hagaajiyey.

Waayo cunto karinta hagaagsan waxaa ay saameyn weyn ku leedahay hab-dhiska qurxoon ee jirka, dhaqaalaha qoyska, caafimaadka iyo fahmadaba.Waxaana aqristaha sharafta leh kula dardaar mayaa in uu cuntada cuno kaliya marka uu si la yaqaan u baahdo isaga oo ay ku haboon tahay in uusan caloosha ka buuxin in ka badan seddex meelood ha meel, labada meel oo kalena uu u soo reebto biyaha iyo neefsashada, sidaas ayaana caafimaadka qof kasta ku jirtaa.

Waxaanna ugu danbeyntii aqristaha sharafta leh ka codsanayaa in uu karti u yeesho in uu ila wadaaggo dhaliilaha buuggaan iyo waxyaabihii ugu faa'iidada badnaa ee uu ka kororsaday isaga oo iigu soo gudbinaya cinwaankeyga ku daabacan buuggaan.

Mahad sanid aqriste.

CASHO AMA CUṄNOYIṆKA FUDUD





STEAK DIGAAG

25-30 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag jiir ah (shafka) nus kiilo, labal balaariyay.
2. Yogurt (zabaadi) nus koob dheer.
3. Filfil tuman, milix yar, xabad liindhanaan, kabsar iyo toon isku tuman.
4. Jubno (parmesan chees) nus koob dheer.
5. Boorash 2 qaado oo la tumay iyo daqiiqda tooriga 3 qaado.
6. Saliid saytuun 3 qaado.

Diyaarinta:

Digaaga Marmari milixda,liin dhanaanta, kabsar iyo toonta,filfilsha, kushub yogurt-ka (zabaadiga) ee la dhig ilaa 10 daqiiqo ugu yaraan, Isku dar rootiga tuman iyo boorashka iyo jubnada iyaga oo wada qalalan is ku qas.

Kadib digaaga dul saar saar oo ku gadgadi si uu u wada qabsado, ku saf saxanka foornada, hoostana u dhig warqad aluminium dushana kaga dhib dhibci saliida, ee foornada u shid kor iyo hoos dabka, xaraarada 200 garsii.

Marka uu wada gaduutana ka bixi, waxaad u sameysataa salar, waxaadna ku cuni kartaa wixii aad jeceshahay bariis, baasto ama ceesh.



STEAK MALAY (KALUUN)

15-20 Daqiiqo *ku filan 3-4 qof* *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Malaay jiir ah oo la balbalaariyay nus kiilo.

2. Liin dhanaan xabad, Milix, Filfil tuman, Kabsar iyo Toon la isku tumay, Bur 2 qaado, Saliid 2 qaado.

3. Basal 1 xabo, Barbarooni 1 xabo.

Diyaarinta:

Malaayga kumiir liinta, kadib marmari toonta iyo kabsarta, filfisha, iyo milixda, kadib ku firfirdhi bur yar, soo qaado birtaawo sal balaaran ahna nooca culus oo aan wax ku dhagaynin, ku dhibci saliida, markay qandacdo kusaf malaayga kuna dabool, dabkuna dhex dhexaad ha ahaado, inyar kadib dhinaca kale u rog, dabkana aad u yaree ilaa uu labada dhinac ka gaduuto.

Marka aad ka dejin rabtid kudar basal iyo barbarooni war wareeg ah kadibna ka deji ee ku diyaari saxan fidsan.

U diyaarso salar waxaadna ku cuni kartaa wixii aad jeceshahay.



BATAATI NAFAQO

30-40 Dagiigo | 12-14-Xabo | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Baradho 1kg.
2. Ukun 5 xabo.
3. Bur 3 qaado.
4. Sacfaraan 1 qaado.
5. Milix iyo filfil.
6. Saliida shiilitaanka 1 litar.

Diyaarinta:

Baradhada iyo ukunta biyo ku kari, aadna u bislee baradhada, diir baradhada ee kuburburi koob salkiisa ilaa ay cajiin noqoto.

Kudar inyar oo milix iyo filfil ah si fiicanna ugu cajiin.Ukunta qolofka kadiir ee mid walba mindi kujar una qeybe 4 meelood.

Baradhada u kuuskuus cadad yaryar, kuus walibana dhex gali qayb ukunta kamid ah sifiicanna gacanta ugu wareeji ilaa uu banooni yar noqdo, ukuntana yay muuqan.

Isku qas burka iyo sacfaraanka iyo nus koob biyo ah, yuuna kaa jilcin ee biyaha haka badin.

Kuus walba dhex gali burka qasan kuna shiil saliida oo aad u kulul iyo weel aad u godan, marka uu gaduutana qaado shabaq ah uga bixbixi ee kuna saf saxan, salkana udhig warqada(mandiilka saliida loo dhigo) ama istaraasho nadiif ah si ay saliida uga dhuuqdo. Cuntadaan waxaa aad ujecel caruurta.



KABAAB

20-30 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hlib shiidan nuskiilo oo lagu shiiday toon iyo kabsar.
2. Karooto 1 xabo oo biyo lagu kariyay.
3. Koosto 6-7 laamood oo biyo lagu kariyay.
4. Basal 1 xabo oo la hoolay.
5. X awaash qaado yar, Filfil tuman qaado yar, Milix yar.
6. Ukun 5 xabo biyo lagu kariyay, Rooti qalalan oo la tumay, Ukun cayriin 2 X abo.
7. saliida shiilitaanka ilaa nus liitar

Diyaarinta:

koostada iyo karootada marka ay bislaadaan biyaha ka miir, iskuna yaryaree kuna jajabi mindida adigoo isticmaalaya looxa hilibka lagu jarjaro.

Ku dar hilibka, iyo xawaashka iyo filfisha iyo ukunta cayriinka ah 2 xabo iyo basasha hoolan iyo milixda, sifiican isugu qas, kudar rootiga tuman qiyaas inta uu ka adkaado, u kuuskuus si yar yar, dhexdana ka gali ukunta karsan oo midiiba 4 loo qaybiyay meel kamid ah sifiicanna ukuus ukuntana yeysan muuqan.

Ku shiil saliid kulul iyo dab dhexdhexaad ah, markuu wada gaduutana kagur, u diyaari salar, waxaadna ku cuni kartaa: bariis, baasto, ceesh, ama wixii aad jeceshahay.



KAABASH MAXSHI

80 : 90 min

ku filan 4-5 qof

Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Kaabash wayn ilaa 2 kg.
2. Bariis basmati koobka dheer haafkiisa.
3. Hilib shiidan rubuc kiilo(250g)
4. Shiishiid 1 qaado, Kabsar iyo Toon, filfil tuman, Milix, basal 2 xabo, Saliid zaytuun ilaa 3 qaado.
5. Saliida dalaca ilaa 3 qaado.

Diyaarinta:

kaabashka biya aad u kulul ku dhex rid, kadibna kala furfur. Isku shiil hal xaboo basal ah oo layayareeyay iyo saliida iyo hilibka shiidan, kudar shiishiidka iyo dhirta kale oo dhan, kadib dabool, marka uu biyaha dhameysto ka daji. Bariiska biyo ku Kari iyo milix yar, isagoo aan bislaanin kamiir biyaha.

isku dar hilibka shiidan oo aad karisay iyo bariiska iskuna walaaq. kaabashki furfurnaa hal caleen oo kamid ah soo qaado, dhexda uga shub 2 qaado oo bariiski iyo hilibki kuu diyaar sanaa, kuna duub adigoo duubida ka bilaabaya caleenta dhinaceeda adag kuna dhameynaya dhinaceeda jilicsan oo khafiifka ah si dhirir ah, dhinacyadana ka xir adigoo caleenta gudaha u laabaya, kuna saf digsi sal balaaran, xaga hoosana u dhig caleenta duubkeeda meesha uu ku dhamaado si aysan u furfuran.

Iskuqas koob biyo, xabad liin dhanaan iyo milix qiyaas ah, dushana uga shub khudaarta digsiga ku diyaarsan, kudar saliid zaytuun ka, xabad basal ah oo warwareeg u jaran iyo wax yar oo kabsar layaryareeyay ah ku dul firdhi.

Ku dabool Aluminium iyo saxan culus oo aan jabaynin oo digsiga dhex galaya, kadibna digsiga daboolkiisa Saar, ku Kari dab dhexdhexaad ah marka hore, kadibna dabka aad uga yaree, hana karsamo ilaa hal saac marka uu qalalana ka daji.

Marka uu qaboobo ku saf saxan balaaran adigoo si taxadar leh uqaad qaadaya si uuna kaaga fur furan.



KOOSTO IYO KHUDAAR

20-25 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Koosto hal xirmo ama nus kilo.
2. Baradho xabad wayn.
3. Karooto xabad wayn.
4. Barbarooni xabad wayn.
5. Basal baar 2 laamood.
6. Biinis hal gasac, ama digirta aad u cagaaran ee bacda ku jirta.
7. Yaanyo 5 xaboo waaweyn, kabsar iyo toon, wax yar.
8. Saliida dalaca 3-4 qaado iyo milix yar.

Diyaarinta:

Digsi wayn ku shub biyo kuna dhex rid baradhada, karootada, iyo koostada oo wada dhaqan oo aan jarjarnayn, dabkana saar 15-20 daqiiqo kadib fargeeto uga gur koostada, ee ku rid saxan, wax yar kadib ka bixi baradhada iyo karootada,

ee diirka ka fiiq ee balbalaar culus u jarjar,isku dalac saliida iyo basasha oo waawen u jarjaran, ku shub yaanyada oo kabsarta iyo toonta ku shiidan tahay, haddii aysan gaduudan ku dar shiishiid yar, ku dar milix, marka ay qalali rabto ku dar baradhada iyo karootada jar jaran, kadib ku dar barbarooniga iyo basal warwareeg u jaran, kana deji.

Soo qaado saxanki aad ku diyaarin lahayd oo ah mid ballaaran, saar koostada ee mindi ku jarjar, inyar ka reebo, inta kalana ku ballari saxanka, ku dul firdhi in yar oo bazelli bisil ah iyo basal baarta oo la yaryareeyay, ku dul shub suugada oo dhan, ku kor dabool wax yar oo koosta ah, bazelli-da hartayna iyo basal baarta ku dul firdhi.

Hadii aad jeceshahayna ukun karsan ku dul jarjar.
Sidaas ayuuna ku diyaarsan yahay.

Waxaad ku cuni kartaa ceesh, muufo, canjeero, ama wixii aad jeceshahay.



KOFTA MALAAY (KALUUN)

20-30 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Baradho 1 xabo wayn oo biyo lagu kariyay aadna loo bisleeyay.
2. Karooto 1 xabo weyn oo biyo lagu kariyay aadna loo bisleeyay.
3. Malaay (kaluun) 1 gasac weyn.
4. Beans (digirta cagaran) gasac haafkiisa.
5. Kabsar iyo Toon la isku tumay, Basal baar layaryareeyay, X awaash qaado yar, Filfil tuman inyar, Milix inyar, basal hoolan 1 xabo.
6. Ukun 2 xabo, rooti tuman, qaado bur ah.

Diyaarinta:

Isku burburi baradhada iyo karootada adiga oo isticmaalaya fargeeto, kudar malaayga oo aad qoyaanka ka daadisay iyo inta kale oo khudaarta iyo dhirta ah, isku wada qas, ku dar ukunta, si fiican isugu wada qas kunadar burka iyo rootiga tuman ilaa uu ka adkaado.

Kuus kuus ee calacashaada ku fid fidi oo ku ballaari, dushana uga firdhi inyar oo rootiga tuman ah.

Kadib ku shiil saliid kulul marka uu gaduutana kabixbixi ee kusaf saxan ballaaran oo aad salkiisa saartay ansalaato, waxaad ku cuni kartaa rooti, ceesh ama sandwich waad ka dhigi kartaa.



UKUN IYO KHUDAAR (FOORNO)

20-25 Daqiiqo | ku filan 4 qof | Quraac

Waxa uu ka kooban yahay

1. Baradho xabad weyn.
2. Basal xabad weyn
3. Karooto xabad weyn.
4. Basal baar 2 laamood, kabsar in qiyaas ah, barbroni xabad.
5. Kaabash qiyasta basasha oo lajarjaray la eg.
6. Ukun 8 xabo.
7. Milix, filfil tuman.
8. Saliid 4 qaado, zubda 1 qaado aan dha laal sanayn.

Diyaarinta:

Khudarta u jarjar si aad u dhuudhuuban, birtaawo aan wax ku dhagaynin saar dabka, ku shub saliida iyo zubdada, marka ay isku dhalaalaan ku dar khudaarta kuwa cagaaran aan ahayn, ku dar milix yar iyo filfil yar, bir taawadana dabool ilaa ay bislaato, kadib ku gad gadi qaadada,

Markay xoogaa gaduudato ku dar ukunta iyo khudaarta cagaaran oo la yar yareeyay oo la isku qasay, milix iyo filfil yarna lagu daray.

Dabool bir taawada, dabkana u yaree, marka ay aad u soo kacdo hoosna ka gaduudato daboolka ka qaad, ee gali foornada oo qaybta kore kaliya u daaran, markay kor ka gaduudato ka bixi ee mindi ku jarjar cadad waaweyn, waxaadna ku cuni kartaa canjeero iyo wixii aad jeceshahay.



MALAAY DUUBAN

30-35 Daqiiqo | ku filan 4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Malaay cad oon lafa lahayn oo la balbalaariyay nuskiilo iyo rubac (750gm).
2. X abad basal iyo baraḍho, iyo xabad karooto iyo barbarooni dhexhexaad ah.
3. Kabsar iyo toon qiyaas ah.
4. Milix yar, xawaash, filfil tuman iyo raqay.
5. Daqiiqda rootiga 2 qaado iyo liin dhanaan 2 xabo.
6. Saliid 3-4 qaado.
7. Istakiin (findhicil) hal culbad.

Diyaarinta:

Baradhada iyo karootada biyo ku Kari, marka ay bislaadaan fiiq ee u jarjar si aad u dhuudhuuban, ku dar basasha iyo barbarooniga oo iyagana sidoo kale u jarjaran, weel iskula shub, ku dar kabsar aad jarjartay iyo inyar oo milix iyo xawaash ah iskuna qas.

Soo qaado malaaygii oo si balbalaaran loo jarjaray mid walibana calacashaada la ekee, malaayga ku miir xabad liin ah marmari kabsarta iyo toonta oo la isku tumay iyo milixda, xawaashka iyo filfisha inyar, xabad walba oo malaayga fidsan ah waxaad dhexda uga shubtaa hal qaado oo khudaarta ah ama intii uu qaadan karo, kadibna ku duub ee ku mudmud istakiinka (findhicilka) ilaa laba xabo si aanu u furfuran.

Soo qaado birtaawo dabool leh aan wax qabsanaynin ku shub saliida, ku saf malaayga dabka saar kudul firdhi daqiiqda rootiga, dabool dabkana u yaree, biyo badan ayuu dhalayaa iska daa hana walaaqin ilaa uu biyaha dhameesto, kadib rog rog ilaa uu gaduuto, kadib ku dar ilaa iyo afar qaado oo biyaha raqayga iyo liin la siku daray ah, kuna gadgadi, marka uu dhameysto qoyaanka ka daji dabka, waxaad ag dhigi kartaa baasto, ama bariis amaba sabaayad ama isaga iyo salar kaliya waad isku cuni kartaa.

Laakiin marka aad saxanka saarto ka siisiib istakiinka si tartiib ah.



MALAAY BOROSTO

30-40 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Malaay Yuumbi feeto feeto ama jiir ah nuskiilo iyo rubac (750) gm.
2. Bur 2 qaado.
3. Daqiiqda rootiga 3 qaado.
4. Boorash wax yar la tumay 2 qaado.
5. Ukun 2 xabo.
6. Milix inyar, xawaash mushakal ah, filfil tuman.
7. Lun dhanaan 1 xabo iyo Saliida shil taanka.

Diyaarinta:

Malaayga marka hore biyo raacsii, ku miir liinta ku firdhi xawaashaka, filfisha iyo milixda kuna gadgadi, ukunta weel yar ku qas kadib ku dul shub malaayga.

Weel qalalan ku shub burka, boorashaka iyo daqiiqda rootiga, sadexdooda isku qas iyagoo qallalan birta saliida dabka saar markay si fiican u kululaato sooqaado feeto malaayga ah ku gedgedi qoyaankiisa kadib dul saar sadexdii wax ee qalalnaa kuna gedgedi ilaa uu malaayga wada daboolmo.

kadib ku dhex rid saliida markuu dhinac ka gaduuto dhinaca kale u gadi, kadib qaaddo shabaq ah uga saar saliida kadibna saxan ku diyaari, ansalaato lagu cunana u diyaari.

Waxaad ku cuni kartaa wixi aad jeceshahay.



DIGAAG BOROSTO

30-35 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag hal xabo ama kan lugaha kaliya 1kg.
2. Liin dhanaan xabad wayn.
3. Khal 3 qaado.
4. Toon iyo kabsar in qiyaas ah.
5. Xawaash nooci aad jeceshahay , iyo filfil tuman iyo milix.
6. Rooti tuman (daqiiqda rootiga) 4 qaado iyo into kale oo boorash isna tuman , aadna aan loo daqiijin.
7. Ukun 3 xabo iyo 4 qaado oo bur ah.
8. Saliida shiilitaanka hal liitar.

Diyaarinta:

Digaaga 2 saac kahor kuqas liinta, milixda, khalka, toonta iyo kabsarta oo tuman, filfilsha iyo xawashka, hana ka fiiqin dubkiisa.Weel qalalan ku shub boorashka tuman, rootiga tuman, xawaash yar iyo milix yar, intaas isku qas, diyaarso saxan kale kuna shubo burka, mid kalana ku diyaarso ukunta oo qasan.

Digaaga dhex gali marka u horaysa burka kuna gedgedi, kadibna dhex gali ukunta kuna ged gedi, kadib dhex gali boorashka iyo rootiga isku qasan kuna ged gedi ilaa uu ka qabsado uuna ku wada daboolmo.

Digsi godan iyo saliid badan iyo dab yar kudub, digsigana dabool 10-13 daqiiqo haku jiro ilaa uu ka gaduuto, kadibna kor saar saxan una diyaari salar, Chips iyo rooti lagu cuno.



ANSALAATOONI

30-40 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hilib lo' ama digaag jiir ah; rubuc kilo (250)
2. Ansalaato 1 geed oo wayn.
3. Baradho 1 xabo oo weyn
4. Karooto 2 xabo oo dhexdhexaad ah.
5. Barbarooni 1 xabo oo wayn.
6. Qajaar 1 xabo oo dheer.
7. Basal baar 2 laamood.
8. Ukun biyo lagu karıyay ilaa 4 xabo.
9. Digir cagaaran 1 gasac.
10. Yaanyada ansalaatada 2 xabo oo waawayn.
11. Milix, filfil 1 qaado yar, saliid 4 qaado, khal 4 qaado, liin dhanaan 2 xabo.

Diyaarinta:

Hilibka si dhuudhuub ah u jarjar, saliid iyo basal yar ku dalac, kudar milixda iyo filfisha, dabkana u yaree ilaa uu bislaado, kadib ku dar baradhada iyo karootada oo iyagana aad dhuudhuub u jartay dabkana u yaree, ha isku huuraan ilaa ay baradhada ka bislaato (bisayl fiican) dheecaan aad u yarna ha lahaado, kadibna ka deji dabka.

Khudaaarta kale oo dhan dhuudhuub u jarjar iskuna wada dar, kuna dar liinta, khalka iyo milix yar.

Hilibki iyo khudaarti kuu diyaarsanayd ku dul shub khudaarti cagaarneyd, ku dar digirta oo aad biyaha ka miirtay iyo ukunti oo aad iyadana si yar u jarjartay, kadib marka aad gurto ku diyaarso saxan balaaran.

Ukuntana yaykaa jajabin ee hadaad doonto marka aad ansalaatooniga saxanka ku gurto ukunta dusha uga qurxi.



SALATA LOWS

20-25 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ansalaato hal geed oo weyn.
2. Kaabash hadii aad heleyso labadiisa midab mid walba in yar.
3. Qajaar 2 xabo, yaanya adag 2 xabo.
4. Baradho xabad weyn 6 ukun 4 xabo oo biyo lagu karıyay.
5. Dhaban cas (fasuuliyad dhaadheer) iyo karooto lagu huuriyay in yar oo biyo iyo milix ah
6. Basal baar 2 laamood.
7. Barbarooni 3 kalat mid walba xabad, hadii aad heli karto
8. Liin dhanaan 2 xabo
9. Zubda lows 2 qaado

Diyaarinta lowska:

2 qaado zubda lows ah, ketchup 2 qaado, xabad toon ah, nus koob biyo qandac ah.
Xabad liin=== dhanaan, in yar oo milix ah, 2 qaadoo khal ah, Saliid zaytuun ama mida caadiga ah 1qaado.

Intaas isugu geey koobka makiinada khudaarta ee shiid, digsi yar ku shub hal qaado oo saliid ah kadib zubdada shiidan ku shub, Saar dabka aadna u walaaq marka ay soo cuslaatana kadeji.

Diyarinta guud:

Khudaarta wada nadiifi mid walbana gooni u jar jar si war wareeg ah aadna aan u waaweyneyn, mid walba gooni ugu dar liin iyo inyar oo milix ah, sidaas oo kale u jarjar ukunta, ku dabaq dabaqeey saxan aad u balaaran khudaarta iyo ukunta oo dhan, kadib, dhexda uga shub lowska oo aan kululayn.

Waxaad ku cuni kartaa rooti amaba kaligii a.



SALATA RUUSH

15-20 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ansalaato 2 geed oo dhexdhexaad ah.
2. Basal baar 4 laamood.
3. Karooto 1 xabo wayn oo biyo lagu kariyay.
4. Baradho 2 xabo dhexdhexaad ah oo biyo lagu kariyay.
5. Beans (digir cagaar) hal gasac.
6. Habuuq (galay qoyan) hal gasac.
7. Betraaf (babiyetar) 2 xabo yaryar oo biyo lagu kariyay.
8. Yaanyada salarka 3 xabo wawayn.
9. Barbaroomi 1 xabo wayn.
10. Tuuna (mallaay) 1 qasac wayn.
11. Mayonnaise 4 qaado.

Diyaarinta:

Khudaarta oo dhan wada dhaq, midwalba gooni u jarajr si yaryar ah, khudaarta cagaaran liin iyo milix u yeel, isku dabaq dabaqeey khudaarta aad haysid oo dhan oo sagaalka nooc ka kooban iyo mlaayga oo aad qoyaanka kadaadisay, intaas isku wada dabaq dabaqeey.

Mayonnaise-ka ku jilci 2 qaado oo khal ah sifiican iskugu qas kadibna ku shub bac nadiif ah oo af dhuuban, kadib Mayonnaise-ka ku shub bacda ee dusha uga warwareeji salatada. Ama laba dabaq walba dhexdooda kushub Mayonnaise-ka.

Salatadaan waxaad cuni kartaa kaligeeda ama sabaayada qalalan ayaad ku cuni kartaa.



SALATA KAABASH

10-12 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Kaabash nus kilo.
2. Karooto rubac kilo.
3. Liin dhanaan 2 xabo.
4. Khal 4 qaado.
5. Mayonnaise dhalada yar oo 236ml ah.
6. Sokor yaryar qaado iyo bar.
7. Milix in yar oo qiyaas ah.

Diyaarinta:

Kaabashka iyo karootada ku hool birta wax lagu hoolo, ama ku jarjar makiinada basasha lagu yaryareeyo, kadib iskula shub weel.

Liin dhananta miir kudar khalka, kudar sokorta iyo milixda iskuna qas, Mayonnaise-ka ku shub weel godan, kudar liinta kuu diyaarsan, sifiican isugu qas ilaa uu noqdo kareem , kadibna kaabashka iyo karootada kudar ee ku qas, sidaas ayuu ku diyaarsan yahay, waxaadna ku cuni kartaa rootiga iyo digaaga barostada.



SALATA FATUUSH

20-25 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ansalaato hal geed oo weyn.
2. Khayaar (qajaar) labo xabo.
3. Yaanyada salarka labo xabo.
4. Karooto hal xabo.
5. Basal baar 2 laamood.
6. Barbarooni hal xabo.
7. Jubnada cad ee dhanaanka ah baakad yar.
8. Zaytuunka dhanaan oon lafaha lahayn hal sacab
9. Saliid zaytuun 2-3 qaado, khal 2 qaado, liin dhanaan 1 xabo, milix
10. Fooliyada sanbuuska oo duuban 5 xabo ama ceesh foornada lagu qalajiyay

Diyaarinta:

khudaarta wada dhaq, Isku jar jar ansalaatada, yaanyada, khajaarka, basasha, barbarooniga, si dhexdhexaad ah u jarjar. Ku dul hool karootada, ku dul jar jar jubnada, zaytuunka, ee isku walaaq.

Isku qas saliid zaytuun ka iyo qaado yar milix iyo khalka yo liin dhananta biyaheeda, intaas isku qas ee khudaarta dusha uga shub ee isku gadgadi.

Kudul jajabi fooliyadi kuu dubneyd, cadad yar yar ah ka dhig, kadibna isku wada walaaq ee ku gur suxuunta diyaarinta.

Salarkaan waxaad ku cuni kartaa ceesh iyo noocyada hilibyada qalalan,sida kabaabka.



SALATA ZABAADI

5-7 Daqiiqo | *ku filan 3-4 qof* | *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Khayaar 2 xabo.
2. Karooto 1 xabo wayn.
3. Yaanya adag 1 xabo wayn.
4. Zabaadi (caana fadhi), 2 xabo oo dhex dhexaad ah ama 1 xabo weyn.
5. Basal baar 2 laamood oo yaryar.

Diyaarinta:

khudaarta oo dhan si fiican u wada dhaq, si aad ahna isugu yaryaree inta aan karootada ka ahayn, karootada oo hoolan ku dar, kadib ku dar inyar oo milix ah iyo zabaadiga, sifiican isugu walaaq, kadib ku gur weelal yaryar.

Waxaa lagu cunaa cunnooyinka qalalan ama dhuxusha lagu dubay.



SHOORBA MINESTRONE

20-25 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Karooto 1 xabo wayn.
2. Basal baar 4 laamood.
3. Baradho 1 xabo wayn.
4. Koosto in hal mar gacanta lagu qaban karo.
5. Kabsar aan yarayn, saliid zaytuun 2 qaado.
6. Baasto shaciiriya ama noocyada baastoo inta loogu tala galay shoorbooyinka, qiyaastana hal sacab.
7. Filfil tuman qaado yar barkeeda, milix in yar oo qiyaas ah.
8. Biyo 3 koob oo midka dheer ah.

Diyaarinta:

Isku yaryaree khudaarta oo dhan, ku dar biyaha, milixda, saliida iyo filfisha, dabkana saar marka ay soo karto ku dar baasta shaciiriyada 10 _15 daqiiqo kadib ka deji.

Kadibna ku gur baaquliyaal haddii aad dhanaan jeceshahay waxaad ku miirataa liin dhanaan.



SHOORBA CADAS

25-30 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Casho

Waxa uu kooban yahay

1. Baradho xabad weyn.
2. Karooto xabad weyn.
3. Yaanyo 2 xabo dhexdhexad ah.
4. Basal xabad weyn.
5. Cadas kob yar oo buuxa.
6. Saliid zaytuun 3 qaado, filfil tuman in yar, milix yar, kabsar

Diyaarinta:

Isku wada jarjar khudaarta oo dhan si yaryar ah, ku dalac salida zaytunka, marka ay isku shiilmaan ku dar cadaska oo dhaqan kuna walaq, kudar biyo kulul ila 3-4 koob dheer, kudar milixda iyo filfisha, marka uu bislaado ku dar kabsarta oo la yaryareeyay,

Ka deji ee ku diyaari baaquliyaal ee ku miiro liin dhanaan haddii aad jeceshahay.



SHOORBA GALEY

60-70 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Kaabash rubac kiilo 250 gm.
2. Karooto xabad weyn.
3. Baradho xabad dhexdhexaad ah.
4. Yaanyo 2 xabo waaweyn.
5. Basal xabad weyn.
6. Kabsar, filfil tuman, milix yar, liin dhanaan.
7. Jariirta galeyda hal koob yar, saliid zaytuun 3 qaado.

Diyaarinta:

isku yaryaree khudaarta oo dhan, ku dalac saliida, isku shiil, ku dar milixda iyo filfisha kudar biyo 4 galaas,

Marka ay biyaha kululaadaan kudar jariirta, mar walbana walaaq dabkana u yaree hana karsamo ilaa halsaac, marka uu soo cuslaado ku dar nus koob liin dhanaan lamiiray ah iyo biyo yar oo laysku daray si fiicanna ugu walaaq,

Marka uu bislaadana ka deji ee ku diyaari baaquli godan.



SHOORBA (BOORASH IYO KHUDAAR)

40-45 Daqiiqo *ku filan 5-6 qof* *Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Kaabash rubac kilo(250gm)
2. Basal 1 xabo wayn.
3. Yaanyo 2 xaboo waawayn
4. Karooto xabad dhexdhexaad ah.
5. Kabsar layaryareeyay.
6. Filfil tuman iyo milix.
7. Saliida dalaca 4 qaado.
8. Boorash qalalan hal koob dheer

Diyaarinta:

Inta khudaarta ah isku yaryaree, ku dalac saliida, iskuna shiil kadibna ku dar filfisha iyo milixda. Marka uuqalaysmo kudar 3-4 koobka dheer oo biya ah.

Marka ay biyaha kululaadaan ku dar boorashka, si fiicanna uwalaaq si uusan u kuus kuusmin, marka uu soo karana dabka uyaree.

Marwalba walaaq hana karsamo ilaa 30- 35 daqiiqo. Dabka ka deji kuna gur baaquliyaal yaryar.

Shoorbooyinka waxaa la jecelyahay afurka.



SHOORBA MALAAY

30-35 Daqiiqo | ku filan 4-5 qof | Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Malaay jiir ah rubac kilo=250gm.
2. Basal 1 weyn oo la yaryareeyay.
3. Karooto 1 weyn oo la hoolay.
4. Kuusa 1 dhexdhexaad ah oo la yaryareeyay.
5. Yaanyo 1 weyn oo la yaryareeyay.
6. Boorash 1 koob dheer.
7. Liin dhanaan 1 xabo.
8. Filfil tuman iyo milix in qiyaas ah.
9. Kabsar iyo toon la isku tumay in qiyaas ah.
10. Bur 1 qaado.
11. Saliid zeytuun 3-4 qaado.

Diyaarinta:

Marka hore malaayga biya raaci,kadib u jarjar cadad dhex dhexaad ah, ku miir liinta ku dar kabsarta iyo toonta tuman iyo qayb filfisha iyo milixda ah, isku gadgadi ee ku dul firdhi burka sificanna isugu gadgadi.

Dabka saar digsi aan wax ku dhageynin. ku shub saliida marka ay kululaato ku ridrid malaayga tartiibna u gad gadi ilaa uu wada gaduuto kadibna ka gur ee meel dhigo.

Digsigi oo weli dabka saran ku shub basasha jarjaran ee in yar ku shiil, ku dar yaanyada iyo kuusada jarjaran iyo filfisha iyo milixda, dabool ilaa ay isku shiilmaan, kadib ku dar 4 koob oo biya ah iyo karootada hoolan, marka ay biyuhu aad u kululaadaan kudar boorashka oo qalalan sificanna u walaaq si uusan kaaga kuus kuusan,

Marka uu soo karo 5 daqiiqo kadib ku rid rid malaayga tartiibna u walaaq si uusan malaayga kaaga jajabin, ha karsamo ilaa 10 daqiiqo kadibna ka daji ee ku diyaari baaquli godan.



XUMMUS

5-7 Daqiiqo | ku filan 2-3 qof | Quraac ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. X ummus 2 koob karsan.
2. Daxiina 4 qaado ama Saliid macsaro nus koob yar.
3. Liin dhanaan nus koob yar iyo khal laysku daray
4. Toon 2 xabo iyo Milix inyar oo ah

Diyaarinta:

Intaas iskula shiiid makiinada bajiyaha ilaa ay kareem noqoto, kadib ku gur saxan Godan dushana uga shub saliid zaytuun yar.
Waxaa kalood kor saran kartaa yaanyo jarjaran, zaytuunka dhanaan, basal baar iyo kabsar la isku yaryreeyay.

Waxaana inta badan la'ag dhigtaa cunnooyinka qalalan iyo ceeshka oo xummuska lagu cunayo.



KHUDAAR LA HUURIYAY

15 Daqiiqo | *ku filan 3-4 qof* | *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Noocyada khudaarta aad heli karto sida:basal, barbarooni, bocor cad, kaabash, karooto, baamiye, bisbaas cagaar, koosto, kabsar caleen, reexaan, brokli, faasuuliya dhaadheer iyo wixi lamid ah.
2. Saliid zaytuun 2-3 qaado.
3. Milix, filfil tuman wax yar.

Diyaarinta:

Noocyada khudaarta aan soo sheegnay hadaba intii ay naftaada ka heleyso soo diyaarso, sifiican u dhaq, isku wada yaryaree.

Soo qaado bir taawo aan wax ku dhageynin, ku shub khudaarta kuu jarjaran, ku dar saliida, dabka saar, ku dar milixda, filfisha, isku shiil adigoo qaado qori ah isticmaalaya, kadib inyar dabool ilaa 6-7 daqiiqo, kadib qaadada ku gad gadi ee saxan ku gur, hadii aad dhanaanka jeceshahay korka uga dar liin dhanaan iyo khal la isku daray,

waxaa kaloo aad khudaarta ku darsan kartaa gasac malaay ah oo biyaha laga daadiyay inta ay khudaarta dabka saran tahay.

Khudaartaan waa cunno aad u fudud, caafimaad ahaanna aad u fiican, waxayna ku fiican tahay in kaligeed lagu casheeyo.



FAASUULIYA (CAD AMA GADUUD)

10-15 Daqiiqo *ku filan 3-4 qof* *Quraac ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Faasuliya karsan hal gasac ama midka guriga lagu kariyay.(sida cambuulada loo kariyay)
2. Yaanyo 2 xabo oo waaweyn
3. Basal 1 xabo weyn
4. Kabsar
5. Besbaas cagaar
6. Barbaroon
7. Milix yar
8. Filfil yar oo tuman
9. Saliidda dalaca ilaa 4 qaado
10. Salad Zaytuun qurxinta 2 qaado.

Diyaarinta:

Khudaarta oo dhan yaryaree, isku dalac basasha iyo saliida, ku dar yaanyada, isku jajabi, kadib ku dar faasuuliyada, biyahana marka hore ka miir ee raacsii kadib dabool ilaa 10 daqiiqo.

Kadib ku burburi faasuuliyada koob salkiisa, kadib marka ay is dhexgalaan oo ay adkaato kudar khudaarta cagaaran sifiicanna isugu walaaaq kana deji ee ku gur saxan dushana uga shub saliidda zaytuunka.

Waxaadna ku cuni kartaa ceesh ama rooti ama canjeero.





MALAWAX QALALAN IYO SUQAAR

60 Daqiiqo | *ku filan 3-4 qof* | *Quraac ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur cad 2 koob dheer
2. Caano booro 2 Qaado
3. Sokor 4 Qaado
4. Milix Wax yar
5. Biyo (2 iyo bar ilaa 3 Koob)

Diyaarinta:

Waxyaabaha uu ka kooban yahay oo dhan isku qas, una garaac sida canjeerada, jileecna ka dhig.

Bir Taawo aan wax qabsaneynin ama birta canjeerada dabka saar, marka ay kululaatana u dub sida canjeerada qafiifna kadhig, marka uu hoos ka gaduuto u gadi dhinaca kale si uu u gaduuto, sidaasna u wada dub.

U laablaab sadex gees ee suqaarka ku cun.

- Suqaarka sida loo sameeyo kafiiri boga 33.



SUQAAR DIGAAG

25-30 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag jiir ah nus kilo (500g).
2. Basal 1 weyn.
3. Karooro 1 dhexdhexaad.
4. Kuusa 1 dhexdhexaad.
5. Barbarooni 1 dhexdhexaad.
6. Liin dhanaan 1 xabo.
7. Toon 3 xabo.
8. Basal baar iyo kabsar la isku yaryareeyay in qiyaas ah.
9. Xawaaji mushakal ah qaado yar iyo milix qiyaas ah.
10. Bisbaas cagaar 1 weyn oo miraha laga daadiyay.
11. Saliid nooci aad doonto 3 qaado.

Diyaarinta:

Digaaga u jarjar cadad yaryar ee ku mi liinta,sidoo kale u jarjar basasha, kuusada karootada iyo barbarooniga.

Digsiga dabka saar ee ku shub saliida, iyadoo aad u kululaanin kudar basasha iyo toonta o tuman, marka ay in yar isku shiilmaan ku d digaaga iyo milixda iyo xawaashka, si fiic qaadada ugu gadgadi ee is ku shiil, iska dabo dabkana u yaree biyana haku darin isgaa biy dhalayee.

15 daqiiqo kadib ku dar kuusada iyo karootadaku jarjaran 6-8 daqiiqo kadib ku dar barbarooni kabsarta iyo basalbaarta, 1 daqiiqo kadib ka d ee u diyaari ceesh ama rooti ama canjeero a bariis wixii lagu cuni lahaa.



SUQAAR HILIB

30-40 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hilib Lo' ama nuucii aad jeceshahay 350 (gm).
2. Basal 2 xabo oo dhexdhexaad ah.
3. Baradho 1 xabo weyn.
4. Karooto 1 xabo weyn.
5. Kabsar, toon, barbarooni iyo xawaash kaari.
6. Milix, iyo saliid (3 - 4) Qaado.
7. Bisbaas cagaar hadii aad jeceshahay.

Diyaarinta:

Isku yaryareey basasha, kabsarta, toonta iyo barbarooniga, digsiga saliida ku shub dabkana saar, markay kululaato kushub qudaartii isku jarjarneyd ee wax yar dabool.

Hilibka si yaryar u jarjar ee kudar digsiga inyar kadib, dabka u yareey, isku yaryareey baradhada iyo karootada 15 daqiiqo kadib ama markaad is dhahdo hilbka wuu bislaaday ku dar, ku dar bisbaaska, milixda iyo xawaashka.

Hadii uu qoyaanka dhameesto ayadoon baradhada bislaanin ku dar ilaa sadex qaado oo biyo ah dabkana aad u yareey, markay isku bislaadaana ka daji.

Hadii aad dheecaan u rabtana ku dar wax yar oo biya ah





MALAWAX HILIB KU DUUBAN

45-50 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur cad 2 koob oo dheer.
2. Sokor 2 qaado.
3. Caano booro 2 qaado
4. Milix in yar.
5. Biyo 2 koob dheer ilaa 2 iyo bar.
6. Hilib shiidan rubac kiilo 250gm.
7. Basal 2 xabo oo waaweyn iyo kabsar iyo toon.
8. Baradho 1 xabo weyn oo la yar yareeyay.
9. Karooto 1 xabo weyn oo la yar yareeyay.
10. Barbaroont 1 xabo weyn oo la yar yareeyay.
11. Kaabash rubac kiilo 250gm oo la yaryareeyay.
12. Saliid 3 qaado, iyo qaado yar oo xawaash ah.

Diyaarinta:

Isku dar burka, sokorta, caanaha, milixda iyo biyaha ee si fiican isugu qas adigoo isticmaalaya birta gacanta ama gacantaada si fiican ugu garaac sida canjeerada.

Kadibna horay ka dub sida canjeerada ama malawaxa udub qafiifna ka dhig hana gaduudinin si uusan u adkaanin. Marka aad wada dubto meel dhigo ee diyaarso wixii lagu duubi lahaa oo ah sidan.

Soo qaado birtaawo godan ama digsi aan wax ku dhageyn, ku rid hilibka iyo xabad basasha la yar yareeyay ah iyo saliida dabka Saar, isku shiil qaadadana ku jajabi hilibka. Ka dib ku dar baradhada, kabashka, karootada, milixda iyo xawaashka, dabool dabkana u yaree ilaa uu bislaado uuna qalalo.

Hilibka marka uu qaboobo soo qaado saxan fidsan, Saar xabad malawax ah, geeska adiga ku soo xiga ku shub 2 qaado oo hilibka ah, ka soo laab labada dhinac. kadibna dhirir u duub sidaasna ku wada dhamee, ka dib soo qaado birtaawo ballaaran oon wax ku dhageynin, marmari qaado saliid ama zubda ah iyadoo dabka saaran, ku dhex saf malawixii duuduubnaa inta uu qaadi karo ka dib si tartiib ah u rog rog ilaa uu dhan walba ka guduuto, kana ilaali in uu furfurmo kadib ka gur ee saar saxan sidoo kalana yeel qaybta hartay.



ISBESO MALAAY

25-30 Daqiiqo | ku filan 4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Malaay jiir ah -nooca aan aadka u jilic sanayn, nuskiilo.
2. Basal 2 xabo dhex dhexaad ah.
3. Yaanyo xabad weyn.
4. Barbarooni xabad wayn.
5. Kabsar iyo toon qiyaas ah.
6. Filfil tuman qaada yar.
7. X awaash mushakal ah qaada yar.
8. Liin dhanaan 2 xabo dhexdhexaad ah.
9. Khal 2-3qaado.
10. Bur cad hal qaado oo aad u buuxdo.
11. Saliid 3-4 qaado.

Diyaarinta:

Malaayga ku miir xabad liin ah, ka dib u jar jar si dhuudhuuban, ka dib biyo raacisii, ku dar liintii kale, ku dar toonta iyo kabsarta oo tuman iyo milixda, xawaashka iyo filfisha, isku jar jar basasha yaanyada barbarooniga aadna u yaryaree ama mashiinka ku yaryaree, ku dul shub malaaygii kuu qasnaa, kudar burka iyo khalka, qaadada iskula walaaq oo isdhex gali.

Digsi aan wax ku dhagayn dabka saar ku shub saliida, marka ay kululaato ku shub waxa oo dhan, qaado alwaax ah ku gadgadi, dabka u yaree ee dabool, shan daqiiqo ka dib gadgadi ilaa uu bislaado, ku dar nus koob biyo ah kuna walaaq wax yar kadibna ka daji.

Waxaad ku cuni kartaa muufo, ama rooti ama sabaayad ama ceesh ama wixii aad jeceshahay.

SHAWARMA



80-90 Daqiiqo



ku filan 5 qof



Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

Ceesh lubnaani oo ah sidan:

1. Bur cad 2 koob dheer.
2. Bur qamadi ah 1 koob dheer.
3. Saliid 3 qaado.
4. Sokor 1 qaado.
5. Fixiso 1 qaado.
6. Biyo diiran, iyo nus qaado yar milix.

Diyaarinta:

Waxyaabaha qalalan isku wada qas, kadib kudar biyaha iyo saliida, sifiican isugu cajin ee bac kudabool ilaa 20 daqiiqo uu ka khamiiro.

Marka uu khamiiro u googoo cadad dhexdhexaad 5 ilaa 6 kuus, bir taawo balaaran dabka saar, marka ay kululaato hal cad oo cajiinkii ah oo aad si khafiif ah u fidisay adiga oo saliid marmarinaya ama bur inta aad fidinaysay, ku dub birtaawada oo ah nooca aad u balaaran.

Marba dhinac u rog ilaa uu gaduud khafiif ah ka noqdo, sidaasna uwada dub.

Hilibka iyo khudaarta lagu dhex laabayo oo ah sidan:

1. Nus kiilo hilib jiir ah, ari ama lo' ama digaag.
2. Karooto 2 xabo waaweyn.
3. Baradho 4 xabo waaweyn.
4. Basal 2 xabo waaweyn.
5. kabsar iyo toon, filfil tuman in yar, bisbaas cagaar, barbarooni xabad,
6. Saliid 4 qaado, iyo milix,
7. Mayonnaise ilaa 5 qaado,
8. Ketchup 5 qaado,
9. Ansalaato, yaanyo adag 2 xabo, basal cad 1 xabo, liin dhanaan, khal 5 qaado.

Diyaarinta:

khudaarta oo dhan u jarjar si dhuudhuuban, mid walba gooni diisa, hilibkana u jarjar si dhuudhuuban ee ku dalac saliida iyo xoogaa badan oo basasha ah, marka uu bislaan rabo ku dar dhirta iyo bisbaaska, karootada ku dar khalka iyo milix yar, haku qasnaado ilaa nus saac.

Kadib hilibka marka uu bislaan rabo kudar karootada iyo khalkeeda, marka ay isku wada bislaadaan, ku dar barbarooniga iyo basasha hartay, kana deji.



Baradhada ku dar milix yar ee ku shiil saliid kulul sida chips-ka. Ansalaatada iyo yaanyada iyo basasha cad isku jarjar ee ku dar liinta iyo milix yar.

Soo qaado xabad ceesh ah, saxan ballaaran saar, hilibka ku dar *Ketchup* ee ku walaaq, ceeshka mari qaado Mayonnaise ah, geeska adiga ku xiga uga shub hilibka, chips-ka, ansalaatada, u duub si dhirir ah inta uu qaadi karo adigoo geesaha kalaabaya ceeshka, kadib haddii aad jeceshahay in aad qaybisid dhexda mindi uga jar si loo arko dhexdiisa, kadib sidaas u wada samee ee saxan ku saf, una diyaari sharaabki lagu cabi lahaa.

BURGAR

60 Daqiiqo | 10 Xabo | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

Rooti oo ah sidan

1. Bur ka cad 1/2kg.
2. Caano booro 2 qaado.
3. Sokor yar yar 2 qaado.
4. Zubdo dhalaalsan 2 qaado.
5. Leebito (fixiso) 1 qaado weyn.
6. Milix in yar oo qiyaas ah.
7. Biyo qandac ah 1 koob dheer.
8. Sisin 2 qaado oo qurxinta ah.

Hilibka la dhex galinayo oo ah sedan:

1. Hilib ari oo jiir ah oo lashiiday nus kilo
2. Rooti la qalajiyay daqiiqdiisa nus koob dheer
3. Filfil tuman iyo milix in qiyaas ah
4. Basal 1 xabo weyn oo la hoolay
5. Toon 4 xabo oo la tumay ama la hoolay
6. Ukun 1 xabo
7. Saliid 3-4 qaado.

Diyaarinta:

isku dar biyaha iyo milixda, inta kalana isku dar sisinta maahane, kadib ku qas biyaha sifiican isugu xash ilaa uu ka noqdo cajiin naacim ah, ku dabool bac ilaa 20-30 daqiiqo, kadib ka dhig cadad dhex dhexaad ah oo kuus kuus ah, ku saf weelka foornada nooca godadka leh oo rootigan loogu tala galay, haddii aad haysato, saliidna mari,

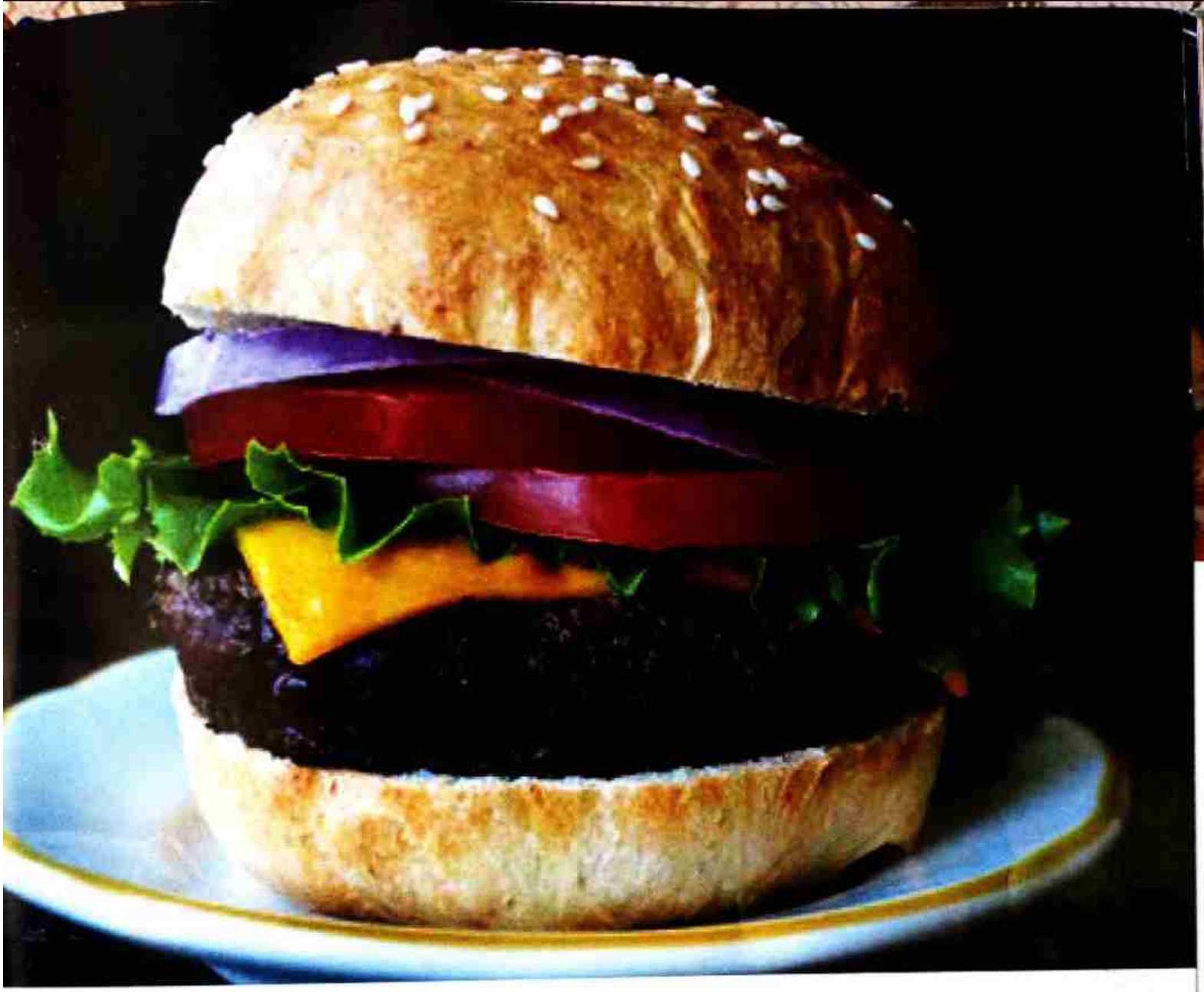
ilaa 30 daqiiqo oo kale ha khamiiro isaga oo banaanka yaala, bacdana ku dabool, kadibna dusha kamari caano si adag loo qasay, kadib dusha uga firdhi inyar oo sisin ah rooti walba. Sidaasna ugu daar foornada hoos kaliya marka ay kululaatana ku xaree ilaa 10 daqiiqo kadibna ku shid foornada qeybta kore ilaa uu ka gaduuto, haddii aad dhuxul ku dubaysidna dabka ka Saar kor iyo hoos hal mar adiga oo xaga hoos dabka ka yareynaya. Marka aad dabka ka bixisana mara nadiif ah ku dabool ilaa 5 daqiiqo si uu u jilco.

Diyaarinta:

Waxyaabaha uu ka kooban yahay oo dhan isku wada dar saliida maahee, sifiican isugu cajin ilaa ay is wada dhex galaan, kadib soo qaado bir taawo balaaran oo aan wax ku dhageynin, dabka saar, ku dhibci qaado saliid ah ee birta wada gaarsii.

Soo qaado hilibki ee in qiyaas ah ka qaado, gacanta ku kuus sidi banooni yar kadibna gacanta kale kuriix si uu wareeg u noqdo, khafiifna yuu kaa noqon.

Kadib birtaawada ku saf intii ay qaado ee marba dhinac u rog ilaa uu labada dhinac ka gaduuto, sidaasna u wada diyaari.

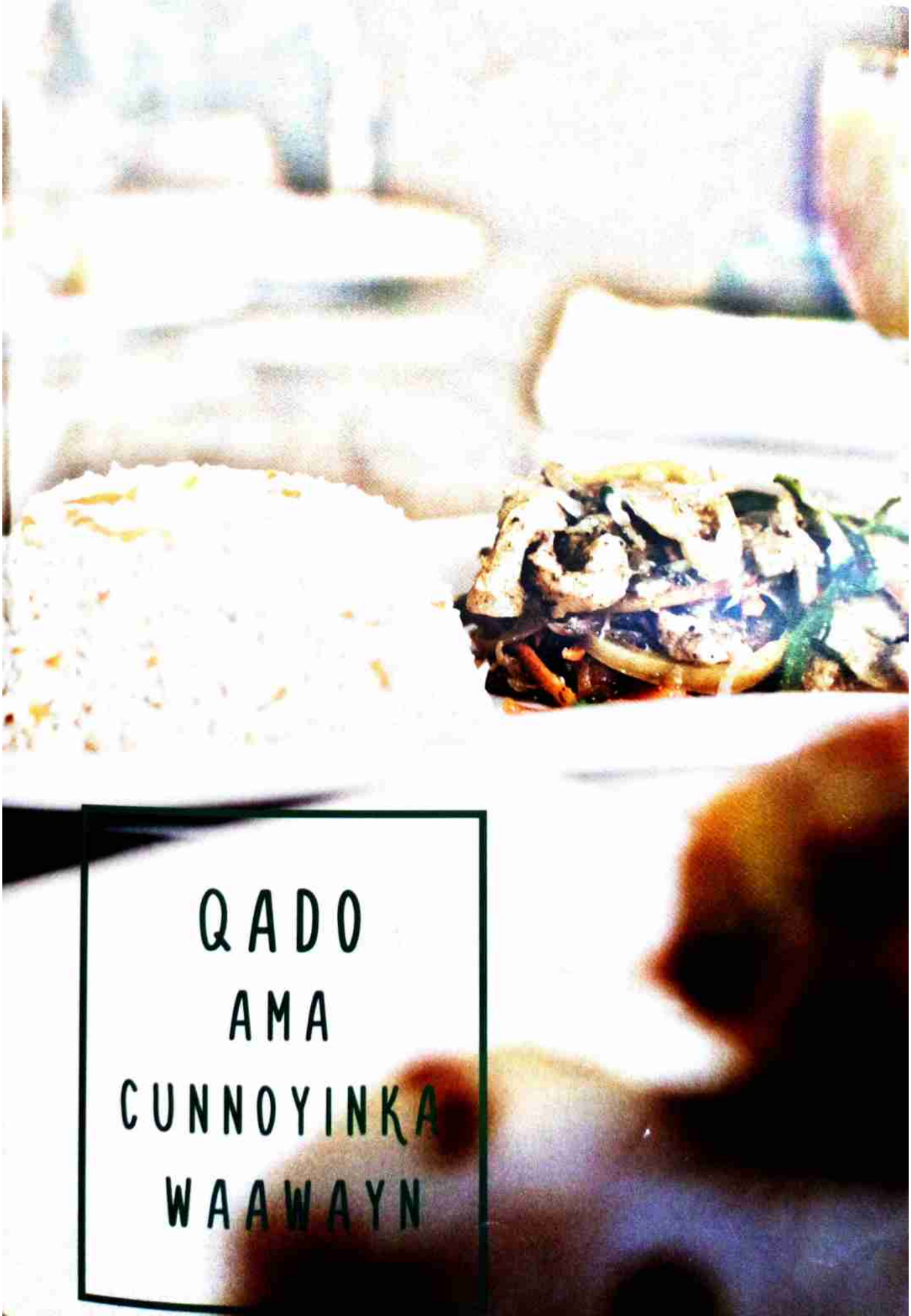


Khudaarta iyo waxyaabaha la dhex galinaayo:

Ansalaato, yaanyo 2 xabo waaweyn oo adag, basal cad hal xabo, baradho shiilan(chips) la balbalaariyay ilaa nus kilo, jubna balballaaran 6 ilaa 8 xabo, Mayonnaise 4 qaado, ketchup 5 qaado, bisbaaska dhalada ku jira hadii aad jeceshahay (shatta), liin dhanaan iyo khal yar.

Diyaarinta guud:

Rootiga dhexda ka kala qaybi, midka hoose waxaad marisaa qaado yar oo Mayonnaise ah, midka kalana mari qaado yar oo ketchup ah, midkii hore kor saar hilibka, siina dul saar baradhada shiilan, ku dul saf khudaarta oo balballaar loo jarjaray oo liin iyo khal leh, sii kor Saar jubnada, ku kor dabool rootiga qaybiisa kale, sidaas ayuuna ku diyaarsan yahay.



QADO AMA CUNNOYINKA WAAWAYN

BARIIS MAQLUUBA (DIGAAG)

1 : 10 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag xabad 1 kg.
2. Bariis nus kiilo basmati dhuudhuuban.
3. Baradho 2 xabo waaweyn.
4. Basal 3 xabo dhexdhexaad.
5. Baadinjaan 2 xabo.
6. Toon ilaa 5 xabo.
7. Kabasar qiyaas.
8. Heyl 8 xabo.
9. Qorfe 2 qori oo dhaadheer.
10. Bisbaas cagaar waaweyn oon aad u kululayn 2 xabo.
11. X awaash nooca aad jeceshahay qaado yar.
12. Lows ama zabiib midka aad jeceshahay ama labadooda.
13. Saliida shiilidda iyo dalaca.

Diyaarinta:

Digaaga u jar jar ilaa lix cad, ku dhaq liin dhanaan kadib ku rid digsi. Ku dar xabad basal ah oo yar yar iyo kabsar jarjaran iyo wax yar oo heyl ah iyo qorfe aan la tumin iyo in yar oo milix ah iyo shan koob oo biyo ah, ka dib saar dab ilaa uu bislaado.

Bariiska dhaq ee ku qas biyo ilaa nus saac, marka uu digaaga bislaado ka dhexsaar maraqa kuna rido saxan gooniya, soo qaado bariiska biyahana ka miir, maraqa ka qaado hal koob inta kalana bariiska ku dhex shub kuna kari, dabcan maraqa wuu ku yar yahay laakiin waa loogu tala galay inuusan bariiska bislaanin.

Baradhada iyo badinjaanka u jarjar balbalaar, mari milix yar kuna shiil saliid, marka uu gaduutana ka gur saliida ee ku diyaarso saxan, mid walba gooni u shiil.

Soo qaado digsi waasac ah marmari digsiga oo dhan laba qaado oo saliid ah, Saar dabka, salkiisa ku shub afar qaado oo saliid ah marka ay kululaato ku shub basasha oo yar yar iyo kabsarta iyo toonta oo tuman iyo bisbaas cagaarka oo yaryar, marka aad isku shiisho. Ku rid digaagii kuu karsanaa kuna guduudi kuna dar milix yar haddii uu u baahan yahay iyo xawaashka, dabka iska yaree, digaaga ku dul saf baradhada iyo badinjaankii shiilnaa iyo basal warwareeg ah, ku dul firdhi sacab zabiib ah.

Iyo haddii aad jeceshahay wax yar oo lows ah, soo qaado bariiska ku sii dul shub dhamaantiisa qaadadana kula riix riix, tartiib ugu dul wareeji koobkii maraqa ahaa oo kuu yiilay, dabool, dabkana aad u yaree ama gali foornada ilaa uu bariiska bislaado.



Marka uu bislaado 10 daqiiqo ka dib soo qaado saxan ballaaran ku dabool digsiga afkiisa, soo qaad digsiga adigoo digsiga iyo saxanka si taxadar leh isugu haya ku rog bariiska miiska isla saar, ka dib si tartiib ah uga saar digsiga kor kor, si uusan bariiska isugu dhex daadan.

U diyaarso salar iyo shidni.



BAASTA BALAAR MALAAY IYO KHUDAAR

30-40 Daqiiqo | *ku filan 3-4 qof* | *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Baasta balaar 250gm (rubac kiilo).
2. Malaay (kaluun) jiir ah nus kiilo.
3. kuuso 1 xabo ama baradho dhexdhexaad ah.
4. Karooro 1 xabo weyn.
5. Faasuuliyad dhaadheer in qiyaas ah.
6. Basal xabad weyn.
7. Barbarooni xabad weyn.
8. Kabsar iyo toon qiyaas ah.
9. Milix yar, filfil yar oo tuman, liin dhanaan.
10. Saliida dallaca 3-4 qaado.

Diyaarinta:

Malaayga u jar jar si dhuudhuuban, ku dar xabad liin dhanaan ah, milix, filfil, kabsar iyo toon isku tuman.Digsi ballaaran saar dabka ama bir taawo weyn, ku shub saliid, ku dar basasha oo dhuudhuub u jarjaran iyo malaayga oo wixii aad ku dartay wata, ku gadgadi qaadada ee ku dar kuusada, karootada, faasuuliyada oo kuli dhuudhuub u jaran, isku wada gadgadi ee daboolka saar.

Baastada u jajabi 3 meelood oo isla eg, ku kari biyo iyo milix.

Malaayga iyo khudaartiisa marka ay kuu bislaadaan, ku dar barbarooniga oo la dhuudhuubay, kuna gadi baastadii oo kuu bisil, bir taawada ee isku rog rog isna dhex gali adiga oo isticmaalaya laba qaado, kadib ku gur saxan.



BUTTER DIGAAG IYO BARIIS CAD

30-40 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag xabad 1kg ah ama midka lugaha ah
2. X abad basal wayn, barbarooni xabad weyn, bisbaas cagaar qiyaas, kabsar iyo toon
3. Shiishiid halqaado, filfil tuman, xabad liin dhanaan.
4. Butter (zubdo) aan dhalaal sanayn, hal qaado iyo bar.

Diyaarinta:

Digaagga jarjar haddii uusan ahayn midka lugaha kaliya ah, ku miir liinta, zubdada kushub digsiga, dabka Saar, markay

Dhalaasho kudar basasha oo layaryareeyay, inyar kadib kudar digaaga iyo milixda, inyar kadib kudar dhirta iyo shiishiidka mar walba dhinacyada u gad gadi ilaa uu bislado uuna gaduuto, kadib kadaji, isagoo dhiin yar leh.

Bariiska:

Bariiska 2 koob oo dheer biyo ku kari milixna kudar, sida baastada oo kale u kari, marka uu bislaadana miir ee digsigiisa dib ugu celi, soo qaado baaquli godan oo yar, inyaroo saliid ah mari baaquliga, kugur bariiska oo ka buuxi, qaadada kula riix riix, kadib saxan balaaran ku rog, baaquligana tartiib uga bixi, saxankana dhinaca kasaar iyo digaaga intii qof ku filan, dhinaca kalena kasaar salar.



BARIIS KABSA (DIGAAG AMA HILIB ARI)

60-70 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Qado

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag xabad 1kg ah, ama hilib ari laf leh nuskiilo iyo rubac.
2. Yaanyo rubac kiilo (250gm).
3. Basal laba xabo oo waaweyn.
4. Kabsar iyo Toon qiyaas ah.
5. Heyl iyo Qorfe aan la tumin.
6. Saliid qiyaas Shan qaado mida cuntada lagu dalaco.
7. Bariis nus kiilo nooca basmatiga aan cadeyn.
8. Biyo kar kar ah ilaa 3-4 koob iyo milix qiyaas ah.
9. Xawaash mushakal ah qaado yar.
10. Zabiib hal sacab.

Diyaarinta:

Jar jar hilibka ama digaaga oon dub lahayn, si dhex dhexaad ah, ka dib ku rid digsiga, kudar xabad basal ah oo aad waaweyn u jarjartay ku dar milix yar iyo ilaa afar koob dheer oo biya ah, ku dar kabsar yar oo la googooyay, dabool oo dabka saar ilaa uu si fiican u bislaado.

Isku shiid yaanyada, kabsarta, toonta, xabada basasha iyo inyar oo biya ah, kadib soo qaado digsigii aad ku dalici lahayd ku shub saliida ee dabka saar, marka ay kululaato ku dar yaanyadii shiidneyd iyo milix qiyaas ah.

Marka uu aad u qaleysmo ku dar heylka iyo qorfaha oon la tumin iyo xawaashka. Ku dar bariiskii ood aad u dhaqday biyahana aad ka miirtay kuna shiil,

Kadib, ku dar hilibki iyo maraqiisa ku walaaq kuna badi biyo yar oo biyaha kulul ah, adigoo ku xisaabtamaya nooca bariiskaaga iyo inta uu biya qaadan karo, yuuna kaa jilcin bariiska, dabkana aad ugu yareey, mar walbana bariisku wuxuu ku macaan yahay dabyar iyo biyo yar.

Marka aad ka dajiso ku dul firdhi zabiibka, toban daqiiqo ka dib gur waxaadna ag dhigtaa salar iyo shidni (basbaas).



BARIIS SHIILAN (KHUDAAR IYO DIGAAG)

35-40 Daqiiqo *ku filan 3-4 qof* *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bariis basmati 2 koob (250gm).
2. Digaag jiir ah 250 gm.
3. Basal 2 xabo waawayn.
5. Karooto 1 wayn.
5. Kaabash in qiyaasta la eg basasha jarjaran.
6. Toon iyo kabsar qiyaas ah iyo xawaash.
7. Bisbaas cagaar qiyaas ah iyo basal baar 2 xabo.
8. Bazelli (digir cagaar) gasaca barkiisa.
9. Liin dhanaan 1 xabo iyo milix iyo filfil tuman.
10. Soya sos ama biyaha raqayga oo lagu darayo in yar oo khal, milix, iyo qaado yar oo sokor ah.
11. Saliid caadi ah nooci aad jeceshahay 4 qaado.

Diyaarinta:

Marka hore bariiska ku kari biyo badan sida baastada oo kale kadibna biyaha kamiir isagoon aad u bislaanin ee meel iska dhigo, soo qaado bir taawo wayn oo godan, waxna aan ku dhagaynin ku shub saliida ee dabka saar markay in yar kululaaro ku shub basasha oo aad loo yaryareeyay ku dar digaaga oo si yaryar u jarjaran oo aad liinta ku miirtay,

Si fiican isugu shiil ee ku dar kabsarta iyo toonta oo isku tuman iyo filfisha, xawaash ka , iyo bisbaaska oo la yaryareeyay inyar iska dabool ilaa uu biyaha dhameysto kadib ku dar kaabashka iyo karootada oo la isku yaryareeyay, isku shiiil, marka uu digaagu bislaado ku dar digirta cagaaran nooca bisil amaba aad adigu karisay iyo basal baarta oo aad yaryareysay.

Ku dar bariiska si fiican isugu rog rog iskuna shiil, bariiskana yuu kaa jajabin.

waxaad ku dartaa 2 qaado oo soya soos ka aha ama sooska raqayga, ku rogrog ee kadaji ee u diyaarso salar iyo shidni hadii
aad jeceshahay,

BARIIS MANDI

HILIB AMA DIGAAG

 70-90 Daqiiqo  ku filan 7-8 qof  Qado

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag 2 kg oo maqaarkiisa leh, ama jeeni iyo qayb sarar hilib ari ah.
2. Bariis basmati 1 kg.
3. Basal dhexdhexaad 2 xabo,
4. toon iyo kabsar qiyaas ah,
5. heyl iyo qorfe aan tunnayn,
6. sacfaraan hal qaado, milix, maraq digaag haddii aad jeceshahay.
7. filfil iyo zubda ama subag hal qaado oo aad u buuxda
4. Qolfihii aad basasha ka diirtay ha iska tuurin.

Qurxinta:

Basal wayn 1 xabo, zabiib hal sacab, lows aan la tumin halsacab, 2 xabo bisbaas cagaar, 1 qaado saliid macsaro, caday ama saliid zaytuun.

Diyaarinta:

Digaaga ka dhig 6 cad oo diirkiiisa wata, ama hilibka u jarjaran cadad waawayn, ku rid digsi wayn, kudar xabad basal ah iyo in yar oo heyl iyo qorfe ah, inyar oo milix ah iyo 5 galaas oo biya ah, dabka saar ilaa uu bislaado, kadib digaaga ka dhex bixi maraqa adiga oo isticmaalaya qaado shabaq ah, kuna saf weelka foornada. Haddii kale oo aad dhuxul isticmaalaysidna hilibka ama digaaga meel dhigo.

Digsiga aad bariiska ku dalacaysid haweynaado ilaa mid 2 kg qaad ah, ku shub zubdada ama subaga, dabka saar kunadar basasha oo layaryareeyey iyo kabsarta iyo toonta iyo heyl la isku tumay, isku shiil, waxyar kadibna kudar bariiska oo dhaqan, kuna shiil haddii uusan ahayn basmatiga cad, ku shub maraqii aad hilbaha ka gurtay, haddii bariiska uu basmatiga cad yahayna adiga oo aan shiilin maraqa ku shub qiyaas inta kufilan bariiska, milixda u qiyaas, marka uu biyaha dhameysto kudar sacfaraanka oo aad ku qastay in yar oo biya ah.

Soo qaado digaagi ama hilibki, marka aad isticmaalaysid dhuxul ku dul saf bariiska adiga oo horay dusha uga mariyay sacfaraan iyo filfil tuman.

Soo qaado qolfihii basasha isna dhex dhex gali, dhinaca ugu hoosaysana qolfaha adag oo aan jajabin xiji si uusan bariiska ugu dhex daadan, hilbaha dhexdooda meel yar uga banee ee dhex dhig, qolfihii dhex gali xabad dhimbil ah.

Ku dhibci wax yar oo saliid caday ah, horayna ka dabool si uusan qiica uga bixin, daboolka dushiisa dabka intiisa badan ku shub xaga hoosana inyar ku reeb si uu bariiska uga qalalo biyihii yaraa ee uu sacfaraanka lahaa, ilaa nus saac ama intuu hilibka ka gaduuto.



Laakin haddii aadan dhuxul isticmaalayninna marka aad hilibka ama digaaga marisid sacfaraanka iyo filfilsha, foornada gali kuna shid kor iyo hoos ilaa uu ka gaduuto, kuna saf bariiska korkiisa kadibna ku dhamaystiro howsha inteeda kale, kadib digsiga dab aad uyar saar ilaa uu bariiska kaqalalo.

Qurxinta:

X abad basal ah oo layar yareeyay kushub bir taawo ama digsi yar, kudar lowska, zabiibka, bisbaaska oo miraha laga daadiyay oo la yaryareeyay, qaado saliid zaytuun ama cadey ah ama macsaro ah ku dar, isku jagagici, kidib marka aad bariiska gurtid dusha uga qurxi.

BARIIS BARYAANI

HILIB AMA DIGAAG

 *90 Daqiiqo*

 *ku filan 7-8 qof*

 *Qado*

Waxa uu ka kooban yahay

1. 1 kg bariis basmati.
2. Hilib ari ama digaag 1KG, basal 3 xabo.
3. Karooto 2 xabo dhexdhexaad ah.
4. Baradho 2 xabo dhexdhexaad ah.
5. Yaanyo 1KG.
6. Barbarooni 1 xabo.
7. Bisbaas cagaar.
8. X awaaji mushakal 1 qaado.
9. Toon iyo kabsar in qiyaas ah.
10. Heyl iyo qorfe aan tunnayn in qiyaas ah.
11. Zanjabiil qoyan cad yar.
12. Milix iyo saliid.
13. Shiishiid 1 qaado.
14. Lows 1 sacab, intoo kale oo zabiib ah, bisbaas cagaaran 1 xabo wayn iyo basal oo la isku yaryareeyay.
15. Caano garoor ah 2 koob oo dheer.

Karinta suugada

Isku dalac saliida, basasha, zanjabiisha oo hoolan, kudar hilibka ama digaaga oo si waa wayn u jarjaran, in yar kadib kudar yaanyada iyo kabsarta iyo toonta oo isku shiidan, kadib kudar xawaashka, milixda, bisbaaska, shishiidka, marka uu bislaado hilibka kudar baradhada, karootada oo waawayn aad ujarjartay sidii hilibka oo kale, ka deji suugada baradhada oo aan aad u bislaanin.

Bariiska

Bariiska ku qas biyo caadi ah mudo ilaa 2 saacadood kadib ku kari biyo badan sida baastada oo kale haddii uusan bariisku ahayn nooca aad u jilicsan, kudar milix iyo in yar oo qorfe iyo heyl aan tuneyn, marka uu hal mar soo karo kamiir biyaha isaga oo aan bisleyn.

Diyaarinta

digsi wayn kushub saliid yar, basal, toon iyo kabsar tuman, kushub bariiskii, kuna shiil hadduu yahay bariiska nooca dhuuxa gaduudan, haddii uu dhuux cade yahayna waxba hashiilin si uusan kaaga jajabin, kadib bariiska qayb yar kureeb digsiga intakalena kushubo weel, bariiskii digsiga kujiray kushub qeyb suugada ah dushana uga saf barbarooni iyo basal warwareeg u jarjarn, kushub bariiskii haray oo dhan, kadib suugada ku wada shub, sidaas oo kale basal iyo barbarooni ku firdhi, kushub 2 koob caano garoor oo aad milix yar ku qastay, dabka saar kor iyo hoos ilaa 20 daqiiqadod ama inta uu ka qalalayo, marka uu bislaadana ka deji bariiska.



Qurxinta

X abad basal ah oo layaryareeyay kushub bir tawo ama digsi yar, kudar lowska, zabiibka, bisbaaska oo miraha laga daadiyay oo la yaryareeyay, qaado saliid zaytuun ama cadey ah ama macsaro ah ku dar, isku jagagici, kadib marka aad bariiska gurtid dusha uga qurxi.





DIGAAG CUBAN

80-90 Daqiiqo | ku filan 3 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. X abd digaag wayn ilaa 2 kg, oo aan la jarjarin.
2. Ukun 2 xabo oo biyo lagu kariyay.
3. Bariis basmati, nus koob yar si adag biyo loogu kariyay.
4. Kabsar iyo toon laysku tumay.
5. filfil tuman, milix yar.
6. liin dhanaan 2 xabo.
7. sacfaraan gaduudan qaado yar barkeeda.
8. xabad yar basal.
9. karooto xabad.
10. barbarooni.
11. xabad, xawaash yar.

Diyaarinta:

xabada digaaga ah, iyada oo aan waxba laga goyn, ku dhaq liinta, kadib, marmari liin kale, gudaha iyo korkaba, digaaga gudihiisa ha ahaado nadiif, sidaas oo kale marmari dhirta oo dhan, kadib gudaha uga gur bariiska iyo khudaarta oo si dhexdhexaad ah u jarjaran, sidoo kale ku gur ukunta karsan oo midkiiba laba loo qaybiyay, kadib, ka tol xaga hoose si aysan wax uga daadan, waxaadna ku toshaa cirbad iyo dun midabkeedu muuqdo, dushana ka mar mari sacfaraanka.

Digaaga kurid saxanka fornada, salkiisana ku fidi aluminium, digaaga shaf kiisana kor soo Mari.

Dusha uga dabool warqad aluminium.

Ku shid dabka foornada kor iyo hoos, xaraaradana 200 gaarsii, marka uu biyaha dhamaysto ilaa hal saac kadib ka qaad daboolka, dabkana ha u shidnaado, kadib marka uu gaduuto ka bixi foornada, ku soo qaad warqada salkiisa Taal ee saxanka saar, laakin haddii uu saxankaaga foornada yahay dhalo ama dhoob waxba haka bixin ee weelkiisa ku geey.



HILIB KHUDAAR KU DUUBAN

35-40 Daqiiqo *ku filan 4-5 qof* *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hal xabo oo hilib fiilada lo'da ah.
2. Baradho iyo karooto min hal xabo oo biyo si adag loogu kariyay.
3. Koosto yar iyo ukun 3 xabo oo biyo lagu kariyay.
4. Basal hal xabo, kabsar, toon, xawaash iyo filfil tuman.
5. Saliid ilaa 2 qaado iyo milix iyo findhicilka qodaxda leh (istakiin) ilaa labaatan xabo oo hilibka la sur surayo ama dun lagu xirxiro hilibka.

Diyaarinta:

Hilibka u qaybi afar cad, mid walba midida si balaaran ugu jar, ka dib ku fidi dubaha hilibka lagu garaaco adiga oo si tartiib ah u garaacaya una fidinaya, marka uu khafiif kuu noqdo, mid soo qaado, marmari kabsarada iyo toonta kuu tuman iyo milixda iyo xawashka iyo filfisha tuman, labada dhinac ka Mari, Khudaarta oo dhan si dhuudhuuban u jarjar, ku dhex shub hilibka fidsan, dusha ka Saar inyar oo koosta ah iyo saddex cad oo ukunta karsan ah.

Ka dib ku duub hilibka si dhirir ah, ka dibna ku mud mud qodxaha istakiinka ama findhicilka meelaha uu ka furan karo si aysan khudaarta uga daadan ama ku duuduub dun si uusan u furan Karin.

Ugu danbeyntiina ku saf digsi balaaran ama bir taawo aan wax ku dhagaynin, ku shub saliida ee saar dab aan badnayn, isaga ayaa biyo dhalaya, ee biyo ha ku darin, marka uu biyaha dhameysto rog rog ilaa uu ka gaduuto, ka dibna saxan ku gur, marka uu kulaylka ka yaraado ka siisiib qodxaha ama istakiinka ama dunta wixii aad u isticmaashay, ee jar jar ama sidiisa saxan ku saar, geesahana uga qurxi ansalaato ama khudaarta markaas aad jeceshahay.



SOOR KUSKUS (GALLEY)

60 Daqiiqo | ku filan 6 qof | Qado

Waxa uu ka kooban yahay

1. Galey xashirsan 1 kg oo si waaweyn loo shiiday.
2. Basal 1 xabo, kabsar iyo toon iyo milix.
3. Saliid ilaa 5 qaado, biya aad u kulul.

Diyaarinta:

Galeyda marka hore ka shaqshaq budada, kadibna ku shub bac ama kululeyso, ku dar inyar oo milix ah iyo 4 koob biyo kar kar ah, ku xir bacda ee dhex gali weel isku daboolan ama ku xir kululeysada. Saddex saacadood ka dib dabka saar digsigii lagu karinayay.

Ku shub saliida, basasha oo yar yar, kabsarta iyo toonta oo tuman, marka aad isku shiisho kudar galeydii kuu qasneyd ee ku walaaq.

Ku dar ilaa 4 koob oo biya karkar ah, dabool ilaa uu ka bislaado, dabkiisana aad ha u yaraado, mar walbana walaaq si uu kor iyo hoos uga bislaado salkana uusan aad kaaga dhagin, haddii aad dareento in uu cayriin yahay ku dar inyar oo biya ah, ka dibna ka deji ee saxan ku gur suugadiisana korka ka saar una diyaarso salar.



SUUGADA KUSKUSKA

30 -35 Daqiiqo | ku filan 6 qof | Qado

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag 1 xabo 1kg ah, ama hilib ari.
2. Yaanyo nuskiilo.
3. Baradho 1 xabo weyn.
4. Basal 2 xabo waaweyn.
5. Karooto xabad weyn.
6. Barbarooni xabad weyn.
7. Kabsar iyo toon, bisbaas, qaado xawaash, inyar milix, saliida dalaca 4-5 qaado.
8. Liin dhanaan xabad.

Diyaarinta:

Digaaga cadad waaweyn u jarjar ee biya raaci, kadib ku miir liinta, khudaarta oo dhan u jar jar cadad waaweyn, isku dalac basasha iyo saliida, kadibna kudar digaaga kuna rog rog, inyar kadib ku dar yaanyada oo kabsarta iyo toonta ku shiidan, ku dar baradhada, karootada, milixda iyo xawaashka.

Marka ay bislaato oo ay qalaysanto ku dar basal iyo barbarooni wareeg loo jarjaray, kana daji suugada oo dhiin leh, suugada dul saar kuskuska, korka uga qurxi lows iyo zabiib birtaawada lagu gaduudiyay.



SUUGO FOORNO (MUSAGAC)

45-55 Daqiiqo *ku filan 5-6 qof* *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hilib shiidan nuskiilo.
2. Yaanyo nuskiilo, toon iyo kabsar.
3. baradho balbalaar loo jaray nuskiilo.
4. karooto weyn 1 xabo oo balbalaar loo jarjaray.
5. Basal iyo barbarooni wareeg loo jaray.
6. Jubna karafti (chedar chees) gasac weyn.
7. Shiishiid qaado wayn, X awaaji qaado yar, milix.
8. Daasad binis (digir cagaaran).
9. Saliida shiilitaanka.

Diyaarinta:

Hilibka ku dalac inyar oo saliid ah iyo xabad basal la yaryareeyay. Ku dar yaanyada oo ku shiidan kabsarta iyo toonta, ku dar milixda iyo shiishiidka, marka ay qalaysantana kadeji.

Baradhada iyo karootada ku shiil saliida kadibna saxan ku diyaarso, weelkafoornada salkiisa dhig qayb suugada ah, dusha uga saf khudaarta shiilan oo qayb ah, binista qayb kamid ah ku dul firdhi, basasha iyo barbarooniga kusii dul saf, jubnada oo hoolan qayb ka mid ah ku dul firdhi, sidoo kale samee dabaqa labaad, ugu dambeyntana jubnada ku dabool qudaarta dusheeda.

Weelka foornada ku dabool warqadda almuuniyamka, gali foornad oo kor iyo hoos u daaran 15 ilaa 20 daqiiqo, kadibna kasoo bixi ee jarjar, qofwalba saxan u saar, waxaana lagu cuni karaa ceesh iyo salar ama wixii aad jeceshahay.



SUUGO KABAAB

30-35 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hilib shiidan nuskiilo, oo kabsar iyo toon lagu shiiday.
2. Yaanyo nuskiilo, shiishiid 1 qaado.
3. Baradho 1 xabo wayn, karooto 1 xabo weyn, basal 1 xabo weyn.
4. Biinis (digirta cagaaran) 1 gasac, barbarooni 1 xabo, basal baar 2 laamood, kabsar iyo toon, hal qaado xawaash kaari.
5. Saliid 6 qaado.
6. Filfil tuman qaado yar, milix inyar.
7. ukun qaado yar, labo qaado bur ah.

Diyaarinta:

Hilibka ku dar milixda, filfisha, xawaashka, ukunta, iyo burka ka dib intaas isku cajin.

Digsiga saliida ku shub ee dabka saar hana ahaado nooca aan waxba ku dhagayn, marka ay kululaato, kabaabka kuuskuus ee digsiga ku gur, rog rog kabaabka ilaa uu ka guduuto, ka dibna ka bix bixi ee weel ku shubo.Isla saliidii oo dabka kuu saran ku shub basasha, baradhada iyo karootada oo aad waaweyn u jar jartay kuna walaaq, inyar oo milix ah ku dar, wax yar ka dib ku dar yaanyada iyo kbsarta iyo toonta oo isku shiidan iyo shiishiidka, marka ay suugada qaleysmi rabto kabaabkii dib ugu gur suugada dhexdeeda.

Wax yar kadibna kadeji.Suugadaan waxaad ku cuni kartaa bariis cad, baasto, canjeero, muufo.



SUUGO BAAMIYE

25-30 Daqiiqo | ku filan 4-5 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Yaanyo 3 xabo oo waaweyn 250gm.
2. Baamiye yar yar rubac kiilo 250gm.
3. Basal rubac kilo 250gm.
4. Baradho xabad dhexdhexaad ah.
5. Karooto xabad dhex dhexaad ah.
6. Kabsar, toon, xabad barbarooni ah iyo bisbaas cagaar.
7. Saliid 3-4 qaado iyo inyar oo milix ah.

Diyaarinta:

Marka hore isku shiido yaanyada kabsarta iyo toonta, kadib isku yaryree basasha barbarooniga iyo bibaaska, dabka saar digsiga, saliida ku shub, markay wax yar kululaato ku shub khudaarta aad isku yaryareysay. isku walaaq daboolna saar dabkana u yaree ilaa ay midab yar sameyso, mar walbana walaaq, kadib ku shub yaanyada shiidan 5 daqiiqo ka dib ku dar baamiyaha oo aad sifiican u dhaqday afafkan ka jartay intiisa kalana isqaba, sidoo kale ku dar baradhada iyo karootada iyo milixda kadibna isku dabool ilaa ay baradhada si fiican u bislaato, kadibna kadaji suugada oo xoogaa maraq leh baradhadana aysan burburin.

Waxaad ku cuni kartaa bariis cad ama canjeero, ama wixii aad jeceshahay.



SUUGO MALAAY

25-30 Daqiiqo | ku filan 4-5 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Malaay jiir ah nooci aad jeceshahay (nus kilo).
2. Yaanyo nus kilo.
3. Basal 2 xabo oo waaweyn.
4. Kabsar, toon iyo liin dhanaan 2 xabo.
5. X awash mushakal iyo hal qaado oo bur ah.
6. Barbarooni xabad weyn iyo bisbaas cagaar.
7. Saliid 3-4 qaado.

Diyaarinta:

Malaayga biya raaci ee u jarjar cadad waaweyn, kadib ku miir liinta ku dar xawashka, kabsarta iyo toonta oo la isku tumay, iyo inyar oo milix ah iskuna qas kadibna kudar burka adiga oo ku firfirdhinaya.

Dabka saar digsiga aad suugada ku dalici lahayd hana ahaado nuuca aan waxba ku dhagin, ku shub saliida markay kululaatana ku rid rid malaayga, marba dhinac u rog ilaa uu wada gaduuto, kadib ku bixbixi qaado shabaq ah, kadib isla saliida ku shub basasha oo aad loo yaryareeyay iskuna shiil ilaa ay midab yeelato, kadib ku shub yaanyada oo aad ku shiiday kabsar iyo toon, kadibna iska dabool. Marka ay suugada qaleysmi rabto ku dhex shub malaaygii shiilanaa, kadib iska dabool.

Marka aad ka dajin rabto ku dar barbarooniga iyo bisbaaska oo la isku yaryareeyay kana daji.

Waxaad ku cuni kartaa muufo ama bariis cad ama wixii aad jeceshahay.





SUUGO ZIGNI

60 Daqiiqo | ku filan 6-8 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Digaag ama hilib lo' 1KG oo jiir ah.
2. Basal aad loo yar yareeye 1KG.
3. Yaanyo nus kiilo iyo rubac (750gm), shiishiid 2 qaado.
4. X awaashka zigniga oo ka kooban fifil, xulbad, heyl, mid walba inyar oo inta laysku qandiciyay laysku tumay, kadib isku noqday hal qaado weyn, iyo qaado xawaash kaari ama mushakal.
5. Bisbaas cagaar, barbaroni toon iyo kabsar, qorfe waweyn 2 xabo, raqay la qasay nus koob.
6. Baradho weyn 2 xabo oo loo jarjaray waaweyn, Karooto 1 xabo waaweyn loo jarjaray, Ukun 4 xabo biyo lagu kariyay.
7. Saliid nus koob dheer iyo milix yar.

Diyaarinta:

Basasha ku shiil saliida ilaaa ay jilicdo oo ay yaraato. 15-25 daqiiqo.

Kadib kudar digaaga oo dhexdhexaad u jarjaran ee ku gadgadi, kadib yaanyada oo aad ku shiiday kabsarta, iyo toonta ku dar, shiidshiidkana kudar, qorfaha iyo xawaashka labada nuucba ku dar iyo milixda, kuna Kari dab dhexdhexaad ah.

Marka uu bislaan rabo dabka ka yareey, ku dar biyaha raqayga, baradhada, karootada, marka uu bislaadana ku dar barbaroniga iyo xabad basal ah oo warwareeg loo jaray kana daji.

Marka aad ka dajiso ku dhex rid ukunta oo fiiqan, kadib ku gur saxan godan, waxaadna ku cuni Kartaa canjeero ama bariis cad ama wixii aad jeceshahay.



ISBESO MALAAY

25-30 Daqiiqo | ku filan 4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Malaay jiir ah -nooca aan aadka u jilic sanayn, nuskiilo.
2. Basal 2 xabo dhexdhexaad ah.
3. Yaanyo 1 weyn.
4. Barbarooni 1 wayn.
5. Kabsaro iyo toon qiyaas ah.
6. Filfil tuman qaada yar.
7. Xawaash mushakal ah qaada yar.
8. Liin dhanaan 2 xabo dhexdhexaad ah.
9. Khal 2-3 qaado.
10. Bur cad hal qaado oo aad u buuxdo.
11. Saliid 3-4 qaado.

Diyaarinta:

Malaayga ku miir xabad liin ah, ka dib u jar jar si dhuudhuuban, ka dib biyo raacisii, ku dar liintii kale, ku dar toonta iyo kabsarta oo tuman iyo milixda, xawaashka iyo filfisha, isku jar jar basasha yaanyada barbarooniga aadna u yaryaree ama mashiinka ku yaryaree, ku dul shub malaaygii kuu qasnaa, kudar burka iyo khalka, qaadada iskula walaaq oo is dhex gali.

Digsi aan wax ku dhagayn dabka saar ku shub saliida, marka ay kululaato ku shub waxa oo dhan, qaado alwaax ah ku gadgadi, dabka u yaree ee dabool, shan daqiiqo ka dib gadgadi ilaa uu bislaado, ku dar nus koob biyo ah kuna walaaq wax yar kadibna ka daji.

Waxaad ku cuni kartaa muufo, ama rooti ama sabaayad ama ceesh ama wixii aad jeceshahay.



HILIB MANDI DHEYLO

60-80 Daqiiqo | ku filan 4 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hilib dheylo ah lug iyo sarar ama jeeni iyo sarar.
2. Kabsar, toon, xawaash, sacfaraan ama huruud.
3. Basal, milix qiyaas ah.

Diyaarinta:

Hilibka oo is haysta kurid weelka foornada, kabsarta iyo toonta oo isku tuman marmari, sidoo kale xawaashka, milixda iyo sacfaraanka marmari, basasha oo jarjaran kudul firdhi waxaa ku dabooshaa warqadda aluminium-ka.

Gali foornada, ama dab dhuxul kor iyo hoos ka saar, marka hore dabka ka yaree ilaa uu biyo dhalo, ka dib dabka dhexdhexaad ka dhig, haku jiro foornada 1 saac iyo weliba xoogaa, kadib warqadda ka qaad si uu hilibka kor uga gaduuto, marka uu kor ka gaduuto kabixi foornada.

Soo qaado warqadda oo aluminium ah wax godan ka dhig, hilibka dhexdiisa meel uga baneee ee dhex gali, soo qaado qolof basal laga fiiqay aluminium-ka dhex gali kadib soo qaado xabad dhinbil ah ee qolfaha basasha dul saar dushana kaga dhibci nus qaado saliid ah isla markiina dabool si uuna qaaca uga bixin 15-20 daqiiqo,

kadib daboolka ka qaad ee saxan ku diyaari.



HILIB SOLAN (DHUXUL)

20-25 Daqiiqo | ku filan 2 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Hilib sarar dheylo ah.
2. X awaash, filfil iyo milix

Hilibka marmari xawaashka, filfisha, iyo milixda, birta kala fur, hilibka oo is haysta ku dhex fidi birta isku xir, saar dabka marba dhinac u rog ilaa uu wada guduuto uuna bislaado, ka dib birta ka fur ee saxan saar, salkiisana u dhig xabad ceesh ama sabaayad ballaaran,

u diyaarso salar iyo ceesh lagu cuno ,ama waxaad ku cuni kartaa bariis.

Diyaarinta:

Soo diyaarso burjiko dabkeedu wada guduutay oo aan dhuxul madow lahayn, dabkana aad u badnayn, waxaa kaloo soo diyaarsataa birta shabaqa hilibka lagu dubo nooca la isku xiro.



KALAAMUUDO

80-90 Daqiiqo | ku filan 4-5 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1 1. Bur nus kilo.
2. Hilib ari nus kilo.
3. Yaanyo nus kiilo.
4. Basal 2 xabo dhexdhexaad.
5. Kabsar iyo toon, milix.
6. Bisbaas cagaar 2 xabo.
7. X awaaji kaari hal qaado.
8. Saliida dalaca 4 qaado.
9. Barbarooni xabad, basal baar.
10. Qorfo waa wayn 2 xabo iyo heyl 4 xabo.

Diyaarinta:

Burka ku qas biyo iyo milix yar, si adagna u qas, marka aad si fiican u xashtid, burka u qaybi 2 meelood, miiska iyo ushiisa ku firdhi in yar oo bur ah si uusan cajiinka kaaga qabsan, u fidfidi si aan khafiif aada ahayn, laakiin khafiif xigeen ah, kadib mindi ku jar jar, dhirirkiisa ilaa hal far ha la ekado, ballaciisana ballaca farta oo kale, kadib miiska ku wada saf si uu u leyrsado inta aad suugada karinaysid.

Diyaarinta guud:

Hilibka u jarjar cadad waa wayn ee kudalac xabad basal ah iyo 2 qaado oo saliid ah, kadib ku dar 2 galaas oo biyo ah, hana karsamo ilaa uu hilibka kabislaado kadibna kubiyeey ilaa 4 galaas oo biya ah. Isku shiid yaanyada, kabsarta iyo toonta kuna dalac digsi wayn, xabad basal ah iyo 2 qaado oo saliid ah, kudar bisbaas ka oo jarjaran, kadib kushub yaanyada marka ay qaleesantana kugadi hilibki iyo maraqiisa,

kadib marka uu soo kar karo kushub burkii kuu diyaarsanaa, maraqana aad ha uga korreeyo, mar walbana walaaq, marka uu gursan rabana dabka u yareey. markuu bislaadana ku dar barbarooniga basal baarta oo la isku yaryareeyay, kadibna kadaji, markuu kulaylka ka yaraadana ku diyaari saxan, salarna u sameey.

SABAAYAD IYO SUQAAR LA ISKU FOORNEEYAY

55-60 Daqiiqo | ku filan 4-5 qof | Quraac, Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur 2 koob dhaadheer.
2. Ukun 1 xabo.
3. Saliid 2 qaado.
4. Sokor 1 Qaado.
5. Biyo iyo milix yar.
6. cheese 2 nooc ah Chedar iyo Moxrella.



Diyaarinta

Sabaayada waxyaabaha ay ka koobantahay oo dhan isku dar si fiicana isugu qas biyahana haka badin oo adeyg xigeen ka dhig, waxaad qastaa mudo 8-10 daqiiqo ah kadibna bac ku xir ee diyaarso Suqaarka.

Suqaarka: waxaad ka fiirisaa page-ka 33.

Suqaarka marka uu kuu bislaan rabo dabka u yareyso ee soo qaado cajiinkii bacda ku xirnaa una qeeybi ilaa 8 kuus, kuus walba fidi oo ku fidi miiska iyo qoriga loogu tala galay, dhexda ka mari qaado saliid ah kadibna u laalaab sidii maro afar gees ah, kuli gooda sidaas yeel, kadib dabka saaro bir taawo fidsan, soo qaado xabad cajiinka kamid ah qoriga ku fidi khafiifkiisana dhexdhexaad ka dhig. birta oo kulul saar marba dhinac u gedi wax saliid ahna ha ku taaban ilaa uu labada dhinac ka gaduuto sidaasna u wada dub.

Mid walbana markaad ka bixiso midi ku jarjar si dhuudhuub ah oo faraha oo kale ah weel na ku shub ee maro ku dabool.

Suqaarka dabka ka deji soo qaado weelka wax lagu foorneeyo oo qiyaas ah nooca dhalada ama *Tefal* ka ah ama macdan ka.

Cheese ta labada noocba hool mid walba hal koob dheer ha noqdo, isku gadiso sabaayada iyo suqaarka iyo chesse ta chedar ta, si fiican qaadada isugu walaaq kadib kuwada gadi weelka foornada oo saliid yar aad marisay.

Qaadada iskula sinsin kadibna dusha uuga firdhi cheese ta mozzarella kadib gali foornada oo kulul xaraarada 180 - 200 mudo 10 - 15 daqiiqo markuu korka ka guduutana kasoo bixi ee jarjar cad walbana saxan saar una diyaari salar lagu cuno iyo hadii aad jeceshahay bisbaas (Shidni).



BAASTA NEOUKI

55-60 Daqiiqo | ku finlan 4 qof | Qado

Waxa uu ka kooban yahay

Cajiinka:

1. Baradho nus kiilo.
2. Bur cad 2 koob dheer 400gm.
3. Ukun 2 xabo.
4. Inyar milix.
5. Saliid 2 qaado

Suugada:

1. Hilib Shiidan rubac kiilo 250gm.
2. Yaanyo rubac kiilo 250gm.
3. Basal xabad weyn.
4. Kabsar, Toon iyo xabad barbarooni ah.
5. Shiishiid qaado weyn iyo inyar oo milix ah.
6. Jubna Karafti (chedar chees) gasaca weyn barkiisa.

Diyaarinta:

Baradhada biyo ku Kari ilaa ay bislaato, qaado shabaq ah biyaha uga bixi, weel qalalan ku rid, markay qabowdana dubka ka diir, kadibna ku burburi. Koob salkiis ama qaadada wax lagu burburiyo ilaa uu naacim noqdo, kadib ku dar ukunta, burka iyo milixda isku cajiin ilaa uu isqabsado kadib ku fidi qoriga wax lagu fidiyo, khafiif aad ahna ha ka dhigin. Ka dibna u jarjar si dhaadheer mid walbana balaciisa la ekeesii laba farood. Ka dib xabad walba oo dheer u sii jarjar afar gees yar yar adigoo marwalba bur qalalan isticmaalaya si uusan isugu dhagdhagin. Kadibna miiska ku daadso ama saxan balaaran ilaa aad ka dhameyso.

Diyaarso suugada oo ah sidan: basasha oo la yaryareeyay iyo hilibka iyo saliida isku dalac, isku shiid yaanyada, kabsarta, toonta, marka uu hilibka inyar shiilmo ku dar, milixda iyo shiishiidka ku dar, iska dabool ilaa uu qaleysmo. Kadib ku dar barbarooni iyo kabsar iyo haddi aad helayso riixaan laisku yaryareeyay kana daji.

Dabka Saar digsi biyo ku jiraan oo nuskiilo baasta ah lagu Karin karo, marka uu soo karo ku dar inyar oo milix ah iyo 2 qaado oo saliid ah. Ka dibna ku shub baastadii kuu jarjarnayd, tartiib u walaaq marka ay baastada oo dhan dusha soo marto soo qaado qaado shabaq ah, baastada ka gur biyaha ee suugada ku dhex shub, si tartiib ah isugu gadgadi adigoo qaadada isticmaalaya. Kadib dab aad uyar saar kudar jubnada oo hoolan kuna walaaq, kadib ka deji 7-10 daqiiqo, kadib sidaas ayayna diyaar ku tahay.



MAKAROONI IYO DIGAAG (MELISSA)

30-35 Daqiiqo | *ku filan 3 qof* | *Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. 1 Digaag jiir ah 300 gm.
2. Makarooni nooca galgaloolan rubac kiilo 250gm.
3. Basal xabad weyn.
4. Barbarooni xabad weyn iyo xabad liin dhanaan.
5. Kabsar, toon iyo basbaas cagaar.
6. Inyar milix iyo afar qaado oo saliid ah.
7. Qishta gasac yar .(3 qaado)
8. Jubna karafti (chedar chees) gasaca weyn haafkiisa.
9. X abad karooto haddii aad jeceshahay inuu midab kuu sameesmo.

Diyaarinta:

Digaaga u jarjar si yar yar oon aad u yaryareyn, basasha aad u yaryaree iyo barbarooniga, isku tun kabsarta iyo toonta.

Kadib saar birtaawo qiyaas ah ku shub saliida marka ay kululaato ku shub basasha iyo barbarooniga iyo bisbaaska, isku shiil, inyar ka dib ku dar digaaga iyo kabsarta tuman iyo milixda si fiican isugu shiil ka dib dabka ka yaree daboolna saar ilaa uu digaagu bislaado. Baastada biyo milix leh ku Kari, iyadoo aan weli bislaan oo inyar u dhiman tahay ka miir.

Digaaga markuu qaleesmo ku gedi xabadda qishtada ah ku walaaq.

Kadib baastada birtaawada ku gedi, jubnada oo hoolan ku kor shub, karootada hoolan ku shub, waxa oo dhan isku gadgadi, dabkana aad ugu yaree.

5 daqiiqo ka dib ka daji, ku gur saxan ee u diyaari ansalaato lagu cuno.

BAASTA LASANGYA

 90 Daqiiqo  ku filan 6 qof  Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay 4 qaybood:

1. Hal baakad oo baastada lasangya ah (500 gm) haafkeeda.
2. Suugo
3. Kareem
4. Jubna 2 nooc Chedar Cheese iyo Mozzarella.

Suugada:

Waxa ay ka kooban tahay: hilib shiidan, nuskiilo, lo' ama geel, yaanyo, nuskiilo, shiishiid 2 qaado, basal 2 xabo oo waawayn. Kabsar iyo toon in qiyaas ah oo lagu shiiday yaanyada, filfil tuman iyo milix qiyaas ah, saliid 5-6 qaado.

Karinta suugada:

iskudalac basasha iyo saliida ilaa ay basashu yaraato ama jilacdo, ku dar hilibka iskuna shiil adigoo hilibka burburinaya, kudar shiishiidka iyo yanyada shiidan, kudar filfisha iyo milixda dabool ilaa ay ka qaleysanto, kadib kudar 2 koob oo biya ah, dabkana hasaarnaato ilaa diyaarinta baastada laga gaaro.

Kareemka:

Waxa uu ka kooban yahay: biyo 3 koob oo midka dheer ah, 3 qaado caano boodar ah, 3 qaado oo bur ah, 2 qaado jubna (cheese) kareem ah, haddii aadan hayn waad ku bedeli kartaa nooci kale oo jubna ah, sida mida sadex geeska ama craft inqiyaas ah, hal qaado oo zubda ah (butter), inyar oo milix ah, inyar oo kabsar layaryareeyay ah.

Karinta kareemka:

Biyaha inyar kululee, kana deji dabka ku dar caanaha iyo burka sifiicanna u walaaq adiga oo isticmaalaya birta ukunta lagu qaso ee gacanta, dabka ku celi walaaqidana ha ka deyn, ku dar jubnada iyo zubdada iyo milixda, marka uu soo cuslaado ama taqo ku dar kabsarta kana deji.



Diyaarinta Guud:

Weelka foornada salkiisa dhig in yar oo suugo ah iyada oo aad u klul, kusaf hal dabaq oo baastada oo ceyriin ah, ku dul shub suugo ku filan iyo wax yar oo kareemkii ah, iyo jubna craft hoolan, dabaqa labaadna sidaas oo kale yeel, midka sadexaadna sidaas oo kale, balse dabaqa ugu sarreeya isaga suugo hasaarin, kareemkii haray ku dabool iyo kraft (chedar cheese) dushiisana ku sii daboool jubna mozzarella, ama xabad ukun jaaleheeda iyo qaada zubda (butter) ah isku garaac ee ku dul shub kuna fidfidi qaadada, ku xir Aluminium, mudo nus saac ah ha yaalo banaanka, kadib, geli foornada oo kulul kor iyo hoosna u daaran, mudo 20 daqiiqo ah,

kedib kaqaad Aluminium ka, udaa foornada 20 daqiiqo oo kale ilaa uu kor ka gaduuto, kadib ka bixi, marka uu qaboobana jarjar.

Fiira gaar ah:

Baastada burkeeda guriga waad ku sameysan kartaa waana sidan:
Rubac iyo tumin bur ah (375gm), 2 xabo ukun, 1 qaado saliid, biyo iyo milix, u cajin si adag burkana kareebo 2 qaado oo aad hadhoow marmarisid, kadhig 4-5 kuus kufidi qoriga gacanta adiga oo la ekeynaya saxanka aad ku foorneyn doontid, sidii aan soo sheegnayna isu dulsaar, marka aad diyaarisidna horay kafoorneey.

BAASTA BASHAMEL



80 Daqiiqo



ku filan 6 qof



Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay 4 qaybood:

1. Baasto. 2. Suugo 3. Kareem 4. jubna 2 nooc oo ah Chadar Cheese iyo Mozzarella.

Suugada:

1. Hilib shiidan 375 gm, rubuc iyo tumun.
2. Yaanyo nuskiilo.
3. Basal 250g, rubuc kilo.
4. saliid 120 ml / shan qaado .
5. Kabsar, toon, bisbaas, barbarooni, shiishiid iyo milix.
   Mid waliba in qiyas ah.

Kareemka:

1. Biyo sadax koob dheer
2. Bur 3 qaado mida cuntada
3. caano boore 3 qaado mida cuntada
4. farmajada koobka 2 qaado (cheese)
5. zubdo (subag buure) 1 qaado
6. Milix iyo in yar oo kabsar aad looyaryareeyay.

Karinta suugada:

Basasha aad uyaryaree, ku dalac saliida oon aad ukululayn ilaa 5 daqiiqo, kadib kudar shiishiidka hal qaado iyo bisbaaska iyo barbarooniga oo la isku yaryareeyay, kudar hilibka oo shiidan, ilaa 5 daqiiqo isku shiil, kadib kudar yaanyada oo aad ku shiiday kabsarta iyo toonta, ku dar milixda, ha karsanto ilaa ay ka qalaysmato, kadibna ka deji.

Karinta kareemka:

Biyaha dabka saar, markuu waxyar kululaado burka iyo caanaha ku dar ku walaaq birta ukunta lagu qaraaco ee gacanta si uusan kaaga yeelan kuuskuus, walaaqida ku wad
Ilaa uu kasoo cuslaado, kadib kudar farmaajada, zubdada, milixda iyo kabsarta, isku walaaq kana daji.



Farmaajada:

Midwalba gooni u hool ee isku qas, hadii aad mozzarella-da weyso ama aadan rabin waxaad ku badalan kartaa ukunta jaaleheeda iyo qaado zubda ah.

Baasto makarooni ama dhaadheer la jajabiyay nuskiilo ku kari sida caadiga ah biyo iyo milix.

Diyaarinta guud:

Baastada marka aad miirtid ku celi digsigeeda kuna dar 3 qaado kareemka ah, kuna walaaq, kadib weelka foornada ku shub nus baastadii ah, kudul shub suugada oo dhan kuna sinsin, ku dabool baastadii hartay kuna sinsin, ku dabool kareemki haray uguna kor mari Mozzarella holan.

Haddii aadan mozzarella haynin waxa aad isku garaacdaa xabad ukun jaaleheeda iyo qaado zubdo ah, dushana uga shub qaadadana kula fidfidi, foornada u shid kor iyo hoos xaraaradana ilaa 180, marka ay gaduudatana ka bixi, hadii aad dhuxul ku samaynaysidna kor iyo hoos dabka ka saar, hoosna dabka u yaree.

Markay qabowdo jarjar ee saxan saar saar, kedibna diyaarso ansalaato



QABYBTA MUCAJANAATKA



BARYOOSH

70 Daqiiqo | 16 Xabo | Quraac ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur 3 koob midka dheer.
2. Zubda 2 qaado aan dhalaalsanayn.
3. Sokor yaryar 4 qaado.
4. Caano boodar ah 2 qaado.
5. Leebito (fixiso) 1 qaado wayn.
6. Biyo qandac ah 1 koob iyo in yar milix.
7. Zabiib iyo sisin qurxinta in qiyaas ah

Diyaarinta:

isku qas burka iyo zubdada kaliya marka hore ilaa ay is dhex galaan, kadib kudar leebitada, sokorta, caanaha iyo biyaha oo milix leh, si fiican isugu cajin ee dabool ilaa 20 daqiiqo, kadib markuu soo kaco u qaybi 2 cad, fidi mid walba, ee dhexda ka mari zubda iyo zabiib ama zubda iyo jam ama farmaajo ama notella ama wixii aad jeceshahay kadib u duub si dhirir ah, ee mindi ku jarjar.

Kusaf weelka fornada, xabad ukun qasan dusha kamarmari, ilaa nus saac kale banaanka hayaalo isagoo bac ku daboolan, marka uu khamiiro kadib foornada oo kulul gali xaraaradana ilaa 200 kor iyo hoosna udaar ilaa uu gaduuto kadibna ka soo bixi foornada, saxan saar haddii aad jeceshahay macaan badanna dusha uga firdhi inyar oo sokor shiidan ah.

Fiira gaar ah: Noocya badan ayaa loo duu duubaa baryooshka ee sidii aad jeceshahay u duuduub.



ROOTI SISIN

55-60 Daqiiqo | 12- 14 Xabo | Quraac, Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur ka cad nuskiilo.
2. Caano booro 2 qaado.
3. Sokor yar yar 2 qaado.
4. Zubdo dhalaalsan ama saliid 2 qaado.
5. Fixiso 1 qaado weyn iyo bar.
6. Milix in yar oo qiyaas ah.
7. Biyo qandac ah koob dheer.
8. Sisin 2 qaado oo qurxinta ah.

Diyaarinta:

Isku dar biyaha iyo milixda, inta kalana isku dar sisinta maahane, kadib ku qas biyaha sifiican isugu xash ilaa uu ka noqdo cajiin naacim ah, ku dabool bac ilaa 20-30 daqiiqo.

kadib cadad yar yar u kuuskuus 12-14 cad, ku saf weelka foornada oo aad saliideysay, ilaa 20-30 daqiiqo oo kale ha khamiiro isaga oo banaanka yaala bacdana ku dabool.

Kadib dusha kamari caano si adag loo qasay, kadib dusha uga firdhi sisinta in yar rooti walba.

Udaar foornada hoos kaliya marka ay kululaatana ku xaree ilaa 10 daqiiqo kadibna u shid foornada qeybta kore ilaa uu kagaduuto. Haddii aad dhuxul ku dubaysidna dabka ka saar kor iyo hoos halmar adiga oo xaga hoose dabka ka yareynaya.

Marka aad dabka ka bixisana mara nadiif ah ku dabool ilaa 5 daqiiqo si uu u jilco. Rootigaan inta badan waxaa lagu cunaa barostada.



ROOTI ISLAYS

50-60 Daqiiqo | ku filan 4 qof | Quraac ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur (cad ama qamadi) rubac kilo (250gm).
2. Caano booro 2 qaado.
3. Sokor yaryar 2 qaado
4. Saliid 2 qaado.
5. Fixiso (leebito) qaado weyn.
6. Milix yar.
7. Biyo diiran nus koob dheer.

Diyaarinta:

Isku dar biyaha iyo milixda, inta kale oo qalalanna isku dar oo isku walaaq, kudar saliida, kudar biyaha ee si fiican isugu xash, ku dabool bac ilaa uu kasoo faxo 20-30 daqiiqo.

Marka uu soo faxo, soo qaado cajiinka oo dhan, saaro miiska oo aad bur yar ku firdhisay, hal mar wada fidi, si dhuuban u duub, soo qaado weelka dhuuban ee lagu dubo rooti islays-ka, ku dhex rid cajiinka, meesha uu duubka ku dhamaadana salka mari si uusan u furan, bac ku dabool mudo nus saac ah ilaa uu weelka afkiisa ku soo dhawaado cajiinka, kadib gali foornada oo aad u kulul, qeybta hoose kaliya, xaraaradana 220.

Marka uu 20 daqiiqo kadib weelka soo buuxsamo hoosna ka gaduuto udaar dabka qaybta kore, marka uu wada gaduutana ka bixi ee maro nadiif ah ku dabool ilaa 5 daqiiqo, kadib u jarjar si khafiif ah, mindi aad u af badanna ku jarjar.



ROOTI MAXSHI

80-90 Daqiiqo | ku filan 6-8 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1

Cajiinka oo ka kooban:

1. Bur nuskiilo.
2. Caano booro 2 qaado.
3. Sokor yaryar 2 qaado.
4. Zubda dhalaalsan ama saliid 2 qaado.
5. Fixiso qaado weyn.
6. Milix.
7. Biyo diiran koob dheer.

Intaas isku cajin si fiicanna isugu xash, kadib dabool saar 20-30 daqiiqo ha daboolnaado ilaa uu kasoo kaco.

2

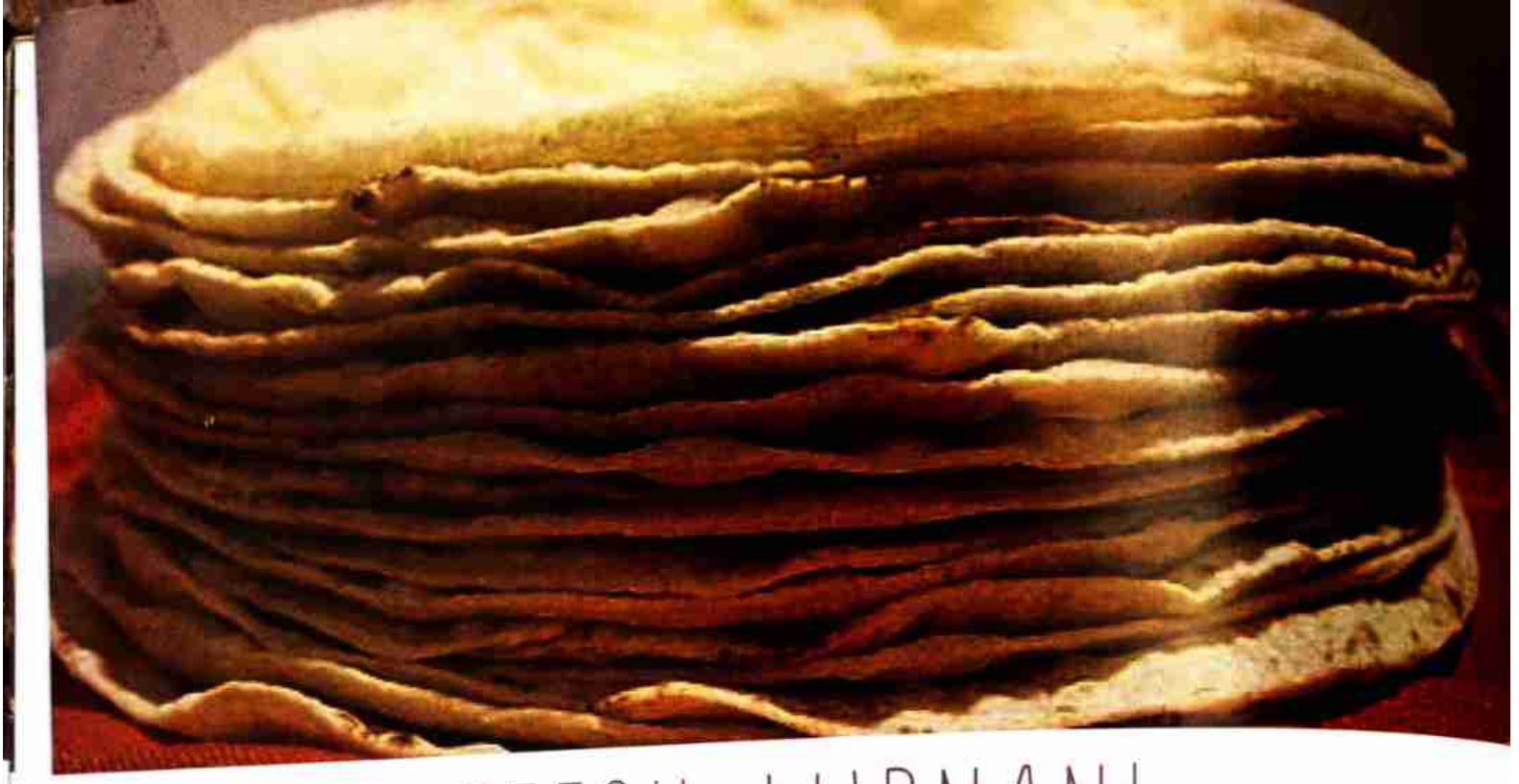
Maxshiga:

Waa waxa rootiga gudihiisa lagu shubayo, waxa uuna ka kooban yahay: hilib ama malaay ama digaag jiir ah nuskiilo, iyo khudaar kala duduwan oo la isku yaryreeyay, iyo 3 qaado oo saliid ah. Kabsar, toon, xawaash mushal ah, intaas dhan bir taawo isugu geey ee sifiican isugu shiil, ku dar milix yar ee dabool, marka ay qaleysmaan isku walaaq aadna u shiil ee ka daji.

Diyaarinta:

Cajiinka cadcad u jarjar 12 -14 cad, mid walba fidi oo ku shub hilibka iyo khudaarta aad isku diyaarisay, ku duub in qiyaas ah adiga oo geesaha laabaya.

Kusaf weelka foornada oo saliideysan una dhexeysii boos uu ku khamiiro, marka aad shaqadaas dhameysid dabool 10-20 daqiiqo, markuu aad u faxana kudub dab kor iyo hoos, foornada xaraaradeeda 200 laakin marka hore xaga hoose kaliya udaar ilaa 15 daqiiqo, kadibna qaybta kore u daar, marka uu wada gaduutana ka bixi, kadib ku dabool mara nadiif ah ilaa 5 daqiiqo si uu u jilco, kadib saxan saarsaar ee u diyaari sharaabki lagu cabi lahaa.



CEESH LUBNANI

45-50 Daqiiqo | ku filan 6-7 qof | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur cad 2 koob dheer.
2. Bur qamadi ah 1 koob dheer.
3. Saliid 3 qaado.
4. Sokor 1 qaado.
5. Fixiso 1 qaado.
6. Biyo diiran iyo nus qaado yar milix.

Diyaarinta:

Waxyaabaha qalalan isku wada qas, kadib kudar biyaha iyo saliida, sifiican isugu cajin ee bac kudabool ilaa 20 daqiiqo uu ka khamiiro.

Marka uu khamiiro u googoo cadad dhex dhexaad ah 5-6 cad, bir taawo balaaran dabka saar, marka ay kululaato hal cad oo cajiinkii ah oo aad si khafiif ah u fidisay adiga oo saliid ama bur marmarinayay inta aad fidinaysay, ku dub birtaawada.

Marba dhinac u rog ilaa uu gaduud khafiif ah ka noqdo,



CEESH SOOYA

50 - 55 Daqiiqo | 9-10 xabo | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur Cad 2 Koob iyo bar midka dheer.
2. Daqiiqda sooyada nus koob.
3. Sokor 2 Qaado.
4. Saliid 3-4 Qaado.
5. Biyo Koob dhexe oo milix leh.
6. Leebito 1 Qaado weyn.

Diyaarinta:

Isku dar burka labada nooc, ku dar sokorta iyo leebitada iskuna walaaq, kudar saliida iyo biyaha si fiicanna iskugu cajiin, ku dabool bac ilaa nus saac.

Markuu khamiiro u jarjar cadcad kuus kuus oo dhexdhexaad ah, meesha aad ku fidinaysid mari saliid, soo qaado hal kuus, dabkana bir-taawada balaaran sii saaro, fidi burka kor iyo hoosna saliid ka mari, si khafiif ah oo wareeg ah u fidi, birta oo kulul saar, markuu hoos waxyar ka gaduuto dhinaca kale u gadi, sidoo kale markuu wax yar gaduuto ka bixi ee ku duub maro nadiif ah, sidaasna u wada dub.

Ceeshkaan wuxuu aad ugu macaan yahay shawaarmada.



MUUFO DABOOL

45-50 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Quraac Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur cad 1 koob iyo bur qamadi hal koob.
2. Fixiso 1 qaado, sokor hal qaado.
3. Toon 2 xabo iyo wax yar oo kabsar ah, oo la isku tumay.
4. Milix qaado yar iyo Biyo 1 koob diiran.
5. Basal 1 xabo yar oo la hoolay.
6. khamiirka canjeerada kaharo ilaa nus koob hadii aad heli karto

Diyaarinta:

Intaas la soo sheegay oo dhan isku dar ee si fiican isugu cajiin, ka dib dabool inta uu ka khamiiro ilaa 20-30 daqiiqo. Burjiko dab fiican leh saaro birtaawo nooca cad ah ama dabool khafiif hayaayad ah,

marka ay kululaato gacanta weel biyo kujiraan gasho ee soo gooso hal kuus oo cajiinka ka mid ah ee ku rid birtaawada, gacanta mar kale biyaha gasho ee ku fidfidi cajiinka, marka uu hoos ka gaduutana birtaawada u gedi dhinaca kale ilaa ay muufada ka guduudato, kadib ka bixi sidaasna ku wad ilaa uu cajiinka ka dhamaado.

Waxaadna ku cuni kartaa suugo nooca aad jeceshahay.



MUUFO BARAAWE

70-80 Daqiiqo | 10-12 | Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. cajiinka galayda 2 koob oo buuxa
2. Bur cad 2 koob oo buuxa
3. Leebito Qaado yar
4. Biyo iyo milix yar
5. Basal yar iyo toon

Diyaarinta:

Cajiinka marka aad soo shiido meel iska dhig ee waxaad isticmaashaa ugu yaraan 12-15 saacad kadib si uu dhanaan u noqdo, cajiinkana waxaad marka hore ku soo shiidaa toon, basal iyo milix.

Cajiinka marka uu kuu dhanaanaado maalinta dambe waxaad ku ridaa baaquli weyn kudar burka leebitada iyo milixda hadii uu u baahanyahay, biyaha inyar inyar ugu dar si uusan kaaga jilcin, sifiican isugu cajiin si adeyg xigeen ahna u qas. Iska dabool ilaa uu soo faxo 20-30 daqiiqo amaba weelka inta uu buuxsamo.

Soo diyaarso burjiko dab kabuuxo nooca dhagaxa ah, cabirkeedana la eg weelka aad muufada ku dubeysid, soo qaado weelka muufo baraawaha iyo daboolkiisa, weelka dhexdiisa waxaad marisaa marada masasaxa oo aan saliid badan lahayn daboolka dushiisa ku gur dabka oo dhan burjikadana inyar ku reeb.

Weelka burjikada saar marka uu kululaado soo qaado weelka cajiinka iyo weel biyo kujiraan, biyaha gacanta gali kadibna kusoo qaado kuus cajiin ah oo gacanta mugeeda la eg, cajiinka kuus kadhig adigoo gacanta ku celcelinaya.

kadib ku dhaji weelka dabka saaran dhiniciisa sidaasna ugu wada saf dhinacyada weelka inyarna gacanta kula riix riix si uusan usoo dareerin kadib salkana mid ku dhaji, ku dabool daboolkii dabku saarnaa, kadib markuu soo carfo mudo ilaa 15-20 daqiiqo ah ka qaad daboolka, haduu geesaha ka gaduuto wuu bisilyahay ee ka gadi muufada ama qaaddo uga fuji sidaasoo kalana yeel qeybta kuu hartay.

Kadib waxaad ku cuni kartaa nooci aad jeceshahay oo suugo ah.



SABAAYAD QALLALAN

45-50 Daqiiqo | ku filan 5-6 qof | Quraac, Qado ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur nus kiilo.
2. Caano booro 2 qaado.
3. Sokor 2 qaado.
4. Zubda dhalaalsan ama saliid 2 qaado.
5. Fixiso qaada yar.
6. Koob dheer biyo qandac ah iyo milix yar.

Diyaarinta:

Isku cajiin waxyaabaha lasoo sheegay oo dhan, si fiicanna isugu xash, kadib u qaybi 7-8 cad, midwalba fidi dhexdana kamari saliid ee duuduub ee meel dhig, marka aad dhameysid.

Birtaawada horay dabka kasaar hana ahaato nooca aan wax ku dhageynin.

Cajiinkii aad duuduubtay mid walba hadana fidi ee kudub birta oo kulul u rog marba dhinac adiga oo aan wax saliid ah ku taaban ilaa uu gaduuto.

Waxaad ku cabi kartaa shaah isaga oo qalalan, ama waxaad ku cuni karta khudaar ama wixi aad jeceshahay.



KHUBUZ YARYAR

60 Daqiiqo | *14-16 Xabo* | *Quraac, Qado ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Burka cad nus kiilo.
2. Saliid 3 qaado
3. Sokor yaryar 1 qaado.
4. Caana booro 2 qaado.
5. Leebito 1 qaado.
6. Biyo diiran 1 koob dheer oo milix yar leh.

Diyaarinta:

Inta qalalan marka hore isku wada dar iskuna qas, kadib ku dar saliida, kuna qas biyaha, sifiican isugu cajin, haddii lacala uu aad kaaga adkaado oo aad dareento inuu biyo u baahan yahay kudar 1 sacab oo biya ah sifiicana isugu cajin,

bac ku dabool 20-30 daqiiqo, mudadaasna sii diyaarso dabki aad ku dubi lahayd oo ah burjiko dhagax ah oo aad u dhuxuleysan. marka uu cajiinku soo kacana u jarjar cadad yaryar, midwalba gooni u fidi warwareeg yaryar adiga oo kor iyo hoos bur yar kamar marinaya si uusan miiska kaaga dhagin.

Kadibna dabka dhuxushiisu marka ay wada gaduudaray saar sabaqa ceeshka lagu dubo, kadibna mid mid u saar,

Marka uu kalaboxo uu gaduutana, u gadi dhinaca kale, markuu gaduutana ka daji ee ku rid weel maro nadiif ah ay ku dhex jirto.



BAJIYE

25-30 Daqiiqo | 25-30 Xabo | Casriya ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Shumburada digirteeda (xummus cayriin ah) ilaa 3 koob dhaadheer.
2. Toon, kabsar, bisbaas, basal, iyo milix.
3. Saliida shiilitaanka.

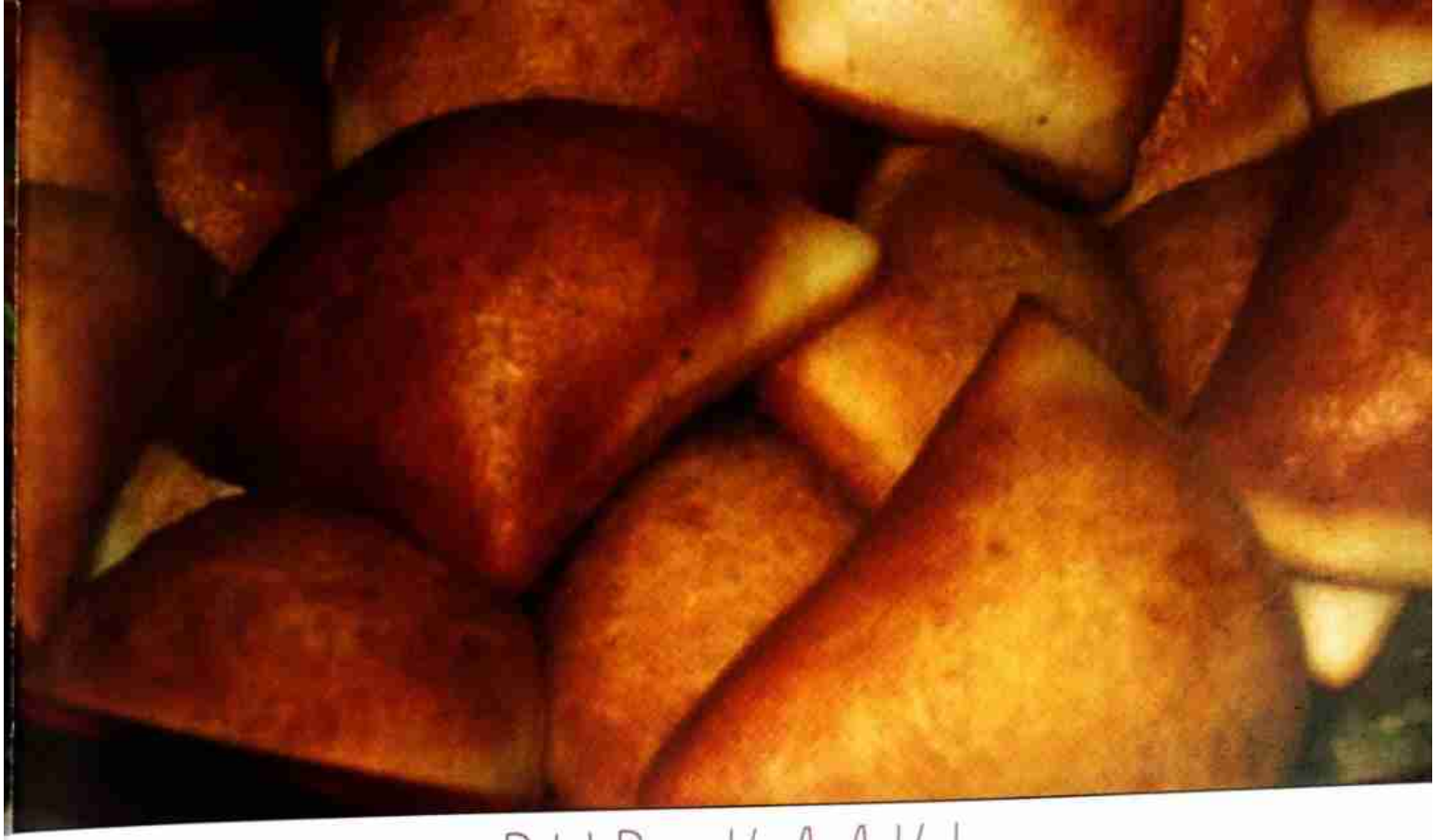
Diyaarinta:

Digirta ka nadiifi dhagaxa iyo ciida ee dhaq kadibna biyo diiran la dhig ilaa hal habeen, maalinta kale kamiir biyaha kuna dar carafta iyo milixda,.

Kushiid makiinada bajiyaha ilaa ay naacim noqoto,

kadib ku shiil saliid kulul iyo weel godan ilaa uu gaduuto, kadibna ka gur.

Bajiyaha waxaad u diyaarsan kartaa bisbaas, kaligiisna waa la cuni karaa ama sandwich-ka ayaa ladhex gashan karaa.



BUR KAAKI

60 Daqiiqo | 12-14 Xabo | Casriya ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur nus kiilo.
2. Sokor 4 qaado.
3. Caana booro 2 qaado.
4. Heyl shiidan nus qaado.
5. Leebito (fixiso) qaado wayn.
6. Biya qandac ah koob dheer iyo wax yar oo milix ah.
7. Saliida shiilida nus litar.

Diyaarinta:

Inta qalalan isku wada dar ee isku walaaq, ku dar biyaha oo milix leh, sifiican isugu cajin, bac ku dabool ilaa uu khamiiro 20-30 daqiiqo.

Kadib fidi ee ujar jar sidaad jeceshahay, ama warwareeg ama saddex gees, 10 daqiiqo kadib ku shiil saliid kulul marka aad saliida ka gurtana salkiisa u dhig mandiil ama istaraasho nadiif ah.

Burkaan inta badan waxaa lagu cunaa sanbuuska ama timir ama ba kaligiis iyo shaah.

PIZZA

80-90 Daqiiqo | ku filan 6-8 qof | Casria ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay 4 qaybood:

1. Cajiin 2. Suugo 3. jubnooyin kala ah Jubna craft (chedar cheese) iyo Mozzarella 5. khudaar cagaaran oo kala ah Zaytuun dhanaan, Basalbaar, Kabsar iyo Barbarooni la isku yar yareeyay oo qurxinta ah.

Cajiinka waxa uu ka kooban yahay

1. Burka cad rubac iyo tumun (375gm)
2. Caano booro qalalan 2 qaado.
3. Sokor yaryar 2 qaado.
4. Zubda dhalaalsan ama saliid 2 qaado.
5. Fixiso qaado weyn (leebito).
6. Milix in yar.
7. Biyo qandac ah koob dheer.

Diyaarinta cajiinka:

isku dar biyaha iyo milixda, inta kale oo qalalanna isku dar oo isku walaaq, kudar zubdada, kudar biyaha ee si fiican isugu xash, ku dabool bac ilaa uu kasoo faxo 20-30 daqiiqo.

Jubnooyinka iyo khudaarta

Jubnooyinka mid waliba hool iskuna wada dar, zaytuunka lafaha ka bixi ee jarjar ee ku diyaarso saxan, isku jar jar kabsarta, barbarooniga iyo basal baarta ee saxan ku diyaarso.

Suugada waxay ka kooban tahay:

1. Hilib ama digaag jiir ah rubac (250gm) oo la yaryareeyay.
2. Basal 2 xabo dhexdhexaad iyo bisbaas cagaar.
3. Yaanyo nuskiilo. Shiishiid 1 qaado, kabsar iyo toon, barbarooni, milix, saliida dalaca 3 qaado.

Karinta suugada:

isku dalac digaaga ama hilibka iyo basasha iyo bisbaaska iyo barbarooniga oo layaryareeyay iyo saliida, si fiicanna isugu shiil.

Isku shiid yaanyada iyo kabsarta iyo toonta ee ku shub, ku dar shiishiidka iyo milixda marka uu hilibka bislaado uuna qaleysmo ka deji.



Diyaarinta Guud:

Marka uu cajiinka khamiiro u qeybi 2 meelood u fidi warwareeg soo qaado weelka foornada oo wareeg u sameysan, saliid iyo bur mari, soo qaad cajiinka ee saxanka saar lana ekeey adigoo faraha ku riix riixaya.

Ku shub dhowr qaado oo suugo ah qaadadana kula fidfidi, ku kor firdhi inyar oo cagaarka kuu diyaarsan ah, ugu kormari jubnoyinka hoolan.

Ku dub foornada 200 kulayka, hoos kaliya udaar ilaa uu hoos ka gaduuto, haddii aad dhuxul ku dubaysana dabka kor iyo hoos ka saar marka uu hoos ka gaduutana ka daji ee mindi ku jarjar, qof walbana saxan usaar.

fiira gaar ah: Pizza dan waa 2 qeyb ee 2 saxan u kala diyaarso.
suugada waad ka dayn kartaa hilibka, amaba gooni ayaad hilibka u shiilan kartaa kadibna dusha ayaad kaga firdhin kartaa.



FATIIRA TUFAAX

40-45 Daqiiqo | ku filan 3-4 qof | Qoraac ama Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur cad 2 koob oo dheer.
2. Zubdo qabow 3 qaado ama 150gm.
3. Ukun 2 xabo.
4. Milix in yar.
5. Vanila qaada yar.
6. Qorfo shiidan qaada yar.
7. Sokor shiidan 2 ilaa 3 qaado.
8. Tufaax 4-5 xabo.
9. Liin dhanaan 1 xabo.
10. Sokor yaryar 3 qaado.
11. Biyo ilaa 5 qaado.

Diyaarinta:

Marka hore cajiinka diyaarso oo isku dar burka iyo zubdada iyo milixda gacanta iskula jajabi, ama mashiinka ilaa ay is dhex galaan, kadib kudar vanila-da iyo ukunta iyo sokorta shiidan iskuna cajiin ilaa ay is qabsato, kadib ku duub bac ilaa aad ka diyaarsaneyso qaybta kale.

Tufaaxa dhaq ee dubka ka diir, midkiiba labo ka dhig kadibna dhuudhuub, ku shub digsiga kudar sokorta aan shiidnayn iyo qorfaha iyo liinta oo miiran. Isla saar dabka, ku dar biyaha, qaado ku walaaq, marka uu biyaha dhameysan rabo ka dhig isagoon aad u qalalin biyo lasheegana aan lahayn.

Soo qaado saxanka lagu foorneeyo oo dhalada ah, cabir dhexe, saliid dhexda iyo hareeraha ka mari kuna firdhi in yar oo bur ah, cajiinkii u qaybi 2 meelood oo meel in yar ubadan.

Meesha badan fidi oo dhex gali weelka kuna dhadhaji hareeraha iyo salka oo weelka yuusan meel kamuuqan, soo qaado tufaaxii oo qaboobay ku wada shub dhexda kuna sinsin, cajiinki qaybtiisi kale fidi ee ku kor dabool tufaaxa iskuna dhadhaji cajiinka geesaha iyo midka sare, ka dib dusha ka mari inyar oo zubda ah ama ukun ee gali foornada xaraarada 180 - 200,

marka uu kor iyo hoos ka gaduuto ka bixi, marka uu qaboobo jar jar ee saxan qof walba u saar iyo qaadadiisa iyo qaxwadii lagu cabi lahaa.



FATIIRA HILIB IYO JUBNA

60-70 Daqiiqo | ku filan qof | Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur 2 koob oo dhaadheer.
2. Sokor 2 qaado.
3. Caano booro 2 qaado.
4. Leebito 1 qaado.
5. Saliid 2 qaado.
6. Milix in yar oo qiyaas ah.
7. Biyo koob wax dhiman.

Waxa la dhex galinaayo:

1. Hilib Shiidan rubac kiilo 250gm.
2. Yaanyo 2 xabo waaweyn.
3. Basal 2 xabo oo waaweyn.
4. Barbarooni 1 xabo weyn.
5. Kabsar iyo Toon, iyo xabad Karooto oo hilibka lagu shiidayo.
6. Milix, xawaash iyo bisbaas - haddii aad jeceshahay.

15. Saliid dalac ilaa 3 qaado.
16. Jubna kraft (chedar chees) gasac weyn haafkiisa.

Diyaarinta:

Diyaarinta cajiinka: waxaa isku dartaa burka, sokorta, caanaha, leebitada iyagoo qalalan, isku walaaq kudar saliida iyo biyaha oo milix leh si fiican isugu cajiin, ka dibna dabool ilaa 30 daqiiqo, mudadaasna ku diyaarso hilibka.

isku yaryaree basasha, yaanyada iyo barbarooniga ku dhexdar hilibka shiidan isku qas dabka saaro, birtaawo kushub saliida marka ay kululaato ku shub hilibka iyo khudaarta, ku dar milixda iyo xawaashka iyo bisbaaska, si fiican isugu shiil kadibna dabool marka uu biyaha dhameysto si fiican isugu jajabi kadibna ka daji dabka ilaa uu qaboobo.

Cajiinkii oo faxay u jarjar kuuskuus yaryar, kuus walba gooni u fidi, soo qaado mid ka mid ah kuwa aad fidisay saxan fidsan saar ama miiska, dhexda uga shub hilibkii kuu diyaarsanaa, ka dib cajiinka darfihiisa isku qab qabo, laakiin inta dhexda ah ka tag iyada oo furan oo labada gees galiya isku dhaji, kadibna inta dhexe ee furan labada dhinac u kala rog sida kuleetiga oo kale, waxaa kuu muuqanaya hilibka, ka dib hilibka dusha uga dabool jubnada oo hoolan inyar.

Ku dub foornada oo kulul markuu hoos ka guduudan rabo u daar kor, marka uu inyar kor ka gaduuto ka bixi, xaraaradda lagu dubayo 180-20 , ka dib u diyaarso sharaab ama shaah wixii aad ku cabi lahayd .



FATIIRA KOOSTO

30-40 Daqiiqo | 20 Xabo | Casho

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur qamadi 2 koob.
2. Saliid zaytuun ama macsaro nus koob yar.
3. Biyo diiran nus koob dheer, milix in yar.
4. Rubac hilib shiidan (250gm) oo kabsar iyo toon lagu shiiday.
5. Baradho 1 xabo oo la yaryareeyay.
6. Karooto 1 xabo wayn oo la yar yareeyey.
7. Basal 2 xabo oo la yaryareeyay.
8. Koosto xirmo barked oo dhaqan oo la yar yareeyey.
9. Saliida cunada 2-3 qaado.

Diyaarinta:

Isku qas burka iyo saliid zaytuunka, marka ay si fiican isku dhex galaan ku dar bisyaha cusbeysan, si fiican isugu cajiin, ku xir bac ee meel iska dhig ilaa nus saac. Isku shiil hilibka iyo saliida iyo basasha, ku dar baradhada iyo karootada iyo in yar oo milix ah, si fiican isugu shiil ee dabool marka ay bislaato oo ay qallasho ka deji, koostada si fiicana u dhaq ee yar yaree, ku dar basasha kuu hartay iyo 2 qaado oo saliid ah, intaa isku shiil ilaa ay ka qalasho koostada, kadibna ku rog hilibkii kuu shiilnaa iskuna qas.

Sooqaado cajiinkii, u jar jar cadad yar yar, cad walba gooni u fidi si wareeg ah, gees uga shub 2 qaado oo cunadii kuu diyaarsanayd ah, cajiinka geeskiisa kale ku soo laab ee farta kula riix riix si uu cajiinka isugu dhago, ama waxaad isticmaashaa caaga loogu tala galay in lagu jaro burka singooniga.

Saxanka foornada soo qaado saliid salka ka mari, ku saf burka kuu diyaarsan, geli foornada oo kulul, dabkana kor iyo hoos, xaraaraddana 180 gaarsii, mudada uu foornada ku jirayana waa ilaa 12-15 daqiiqo, maadaama uusan qamadiga gaduudan karin waxaad ku xisaabisaa waqtiga uun.



JUBNIYA (KHALIYATU NAXAL)

80-90 Daqiiqo | 80 Xabo oo yaryar | casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur nus kiilo.
2. Caano qalalan 2 qaado.
3. Sokor yaryar 2 qaado.
4. Zubda dhalaalsan ama saliid 2qaado.
5. Fixiso qaado weyn
6. Milix in yar oo qiyaas ah.
7. Biyo diiran koob dheer.
8. Jubno sadex gesod 2 baakad (16 xabo).
9. Shiira (sokor iyo biyo laisku kariyay).

Diyaarinta

Isku qas burka, leebitada, caano booraha, sokorta,iyo zubdada, kadib ku dar biyaha oo milix leh si fiicanna isugu cajiin kadib dabool ilaa 20-30 daqiiqo ilaa uu ka kaco, jubnada warqada ka diir, mid kastana ilaa 5 cad u qaybi kadibna cajiinka wax yar kasoo qaado oo faraha iyo suulka ku fidfidi kadib cad jubnada kamid ah dhex gali ee ku kuus,

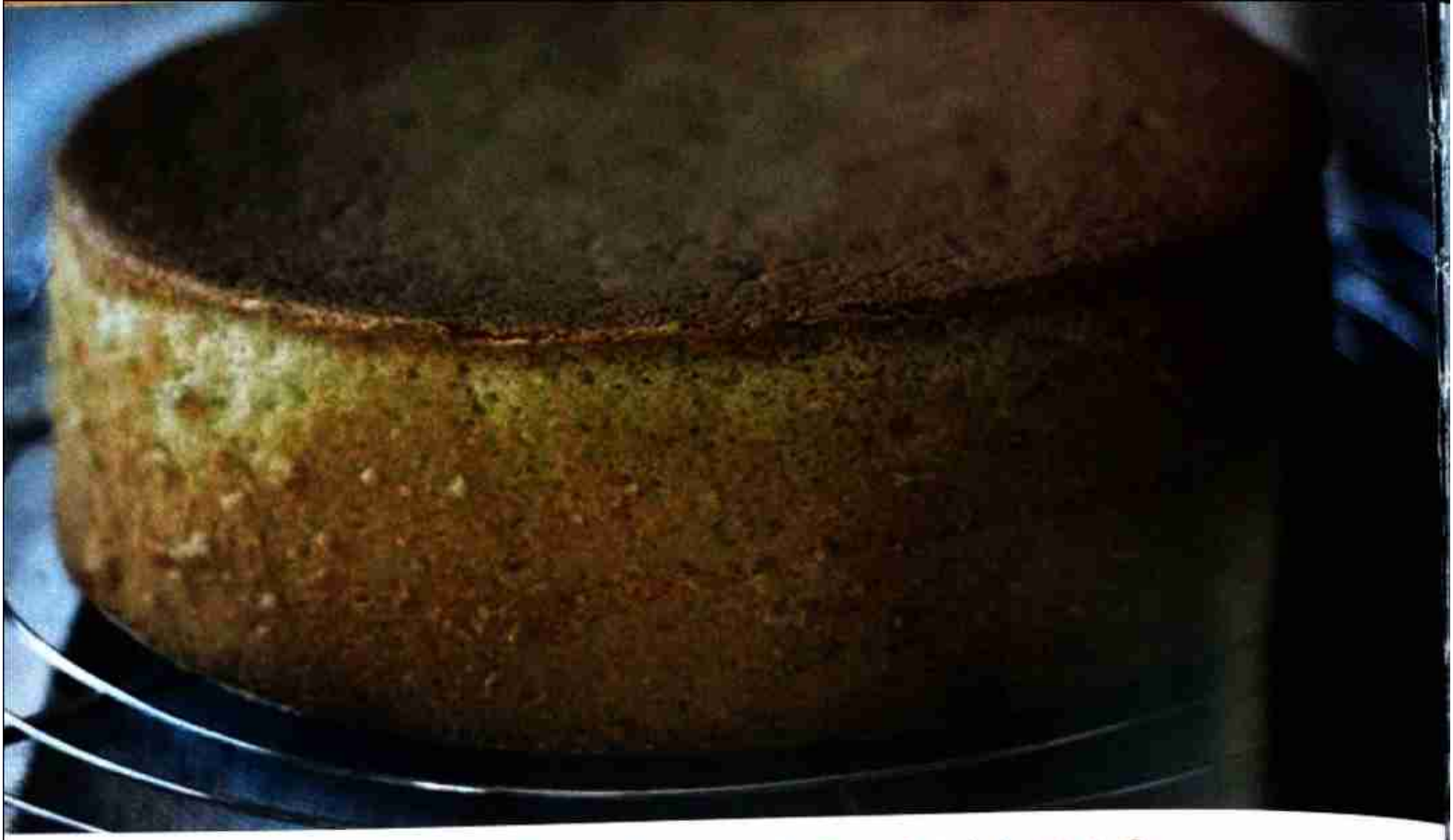
Jubnada iyo cajiinkana yaysan aad u kala waynaanin, saxanka foornada oo saliidaysan ku saf adiga oo aan isku dhadhajinaynin, markaad safrid kadib ilaa 10-20 daqiiqo ha khamiiro ee bacda ku daboo.
kadibna foornada oo kulul gali marka horana qaybta hoose kaliya u shid 10 daqiiqo kadibna qaybta sare u shid marka uu wada gaduudtana ka bixi.

Hadii aad dhuxul ku dubaysidna dabka kor iyo hoos ka Saar, hoosna dabka ka yaree.

Shiirada waxay ka kooban tahay 1 koob dheer oo sokor ah iyo nus koob biya ah iyo 1 xabo liin dhanaan ah, intaas dabka isla saar isku kari ilaa uu malab ka noqdo jiitamaya, aadna ha u cuslaynin, kadib ka daji dabka, jubniyada oo banaanka taalla shiirada ku shub ilaa inyar usug marka uu dhex dhuuqana ka bix bixi ee saxan saarsaar,

F.g: Shiirada iyo jubniyada labadooda oo kulul ha iskushubin, waa mid inuu kululyahay midka kalana qabow yahay, kadibna u diyaari qaxwo qaraar lagu cabo.





DOOLSHO ISBUUNYO

45-50 Daqiiqo | 10-12 Cad | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ukun 7-8 xabo.
2. Sokor koobka dheer oon aad u buuxin.
3. Bur 1 koob deer.
4. Caano qasan nus koob yar.
5. Bakin nus qaado yar.
6. Vanilla 1 qaado yar.

Diyaarinta:

Ukunta qaybta cad kushub weelka doolshaha lagu shiido ee makiinada udaar ilaa 5 daqiiqo, kadib kudar sokorta, 4 daqiiqo kadib kudar ukunta qaybta jaalaha ah iyo caanaha, makiinada aad u dheerey. 5 daqiiqo kadib kudar bakinka iyo vanilla-da, 5 daqiiqo kadib marka uu aad u soo kaco oo uu xoor adag noqdo ka dami makiinada.

Burka inyar inyar ugu dar kuna walaaq 1 bir oo kamid ah, kuwa makiinada adiga oo gacanta kula walaaqaya, kadib ku shub digsi dhexdhexaad ah oo aad saliid iyo bur marisay.

Foornada oo kulul gali hoos kaliyana ka daar hana furin foornada 20-30 daqiiqo ilaa uu soo koco hoosna ka gaduudato, kadib kor u daar marka uu wada gaduutana soo qaado xabad baasta fiino cayriin ah, ku mud keega ee far iyo suul ku taabo, haddii uu qalalan yahay ka bixi, haddii kalana inyar u kaadi, kadibna ka bixi ee ku gedi keega saxan ballaaran.

Hadana keega dhinaca kale u gedi si tartiib ah, isla saxan kiisa ku celi adiga oo keega afkiisa kor u soo marinaya hana iska qaboobo.



DOOLSHO CANANAAS

45-50 Daqiiqo | 10 Cad | Casariya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ukun 2-3 ba xabo oo waaweyn.
2. Sokor nus koob dheer.
3. Zubda 2 qaado aan dhalaalsanayn.
4. Bur 1 koob dheer.
5. Caano qasan nus koob yar.
6. Bakin 1 qaado wayn.
7. Sokor buni (mareerey) 4 qaado.
8. Cananaas 1 gasac.

Diyaarinta

Isku garaac sokorta iyo zubdada adiga oo isticmaalaya makiinada doolshaha lagu qaso, 10 daqiiqo kadib kudar xabad ukun ah ku garaac, hadana mida kale kudar, sifiican u garaac ilaa uu kareem noqdo.

Isku shaqshaq burka iyo bakinka, ukunta kudar carfisada iyo caanaha, kadib ku dar burka, sifican u walaaq ilaa uu is dhex galo.

Weelka foornada oo ah nooca madow oon wax ku dhagaynin mari zubdo aan dhalaalsanayn salkiisa iyo hareerihiisa, salkiisa ku firdhi inyar oo sokorta buniga ah, kadib sokorta dusheeda kusaf cananaaska, ku dulshub cajiinki keega oo aan aad u badnayn, gali foornada oo kulul, iyadoo kor iyo hoos ushidan, xaraaraddana 180, marka uu gaduutana kabixi horayna ka gadi.

Marka uu qaboobo jar jar ee saxan saar.



DOOLSHO DUUBAN (CAKE AMRIIKI)

55-60 Daqiiqo | 10-12 Cad | casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ukun 5 xabo.
2. Sokor 1 koob (koobka shaaha).
3. Caano nus koob (koobka yar).
4. Bur 1 koob dheer.
5. Bakin qaadada yar haafkeeda.
6. 1 gasac oo qishta ah (labeen).
7. Malmalaado (jam) nooca gaduudan, 5 qaado.

Diyaarinta

Ukunta qaybta cad ku rid weelka lagu shiidaayo, gooni u shiid ilaa uu soo kaco, adiga oo isticmaalaya makiinadda keega loogu tala galay.

Kadib ku dar ukunta qaybta jaalaha ah, kudar sokorta, adigoo inyar inyar ugu shubaya, sidaas oo kale caanahana inyar inyar ugu shub, bakinkana ku dar si fiican u shiid, makiinadana u dheereey ilaa uu aad u soo kaco.Ku dar faniilada ama haylka makiinadana iska dami, burka qayb gacantaada ku shub ee ku kor firdhi ukuntii qasnayd, adiga oo isticmaalaya hal bir oo ka mid ah kuwa makiinada, gacantana kula qas, sidaasna ku wad ilaa aad burka ku dhameyso.

Weelka aad ku dubayso ha noqdo weel ballaaran, mar mari weelka saliid iyo bur, ka dibna ku shub keegii qasnaa geli foornada oo kulul oo xagga hoose kaliya u daaran, marka uu soo kaco oo uu hoosta ka gaduudto u daar qaybta kore, kadibna markii uu kor ka gaduudto kasoo bixi ee ka rog weelka.

marka uu inyar qaboobo soo qaado midi aad af u leh ee u qaybi keega labo qaybood oo kor iyo hoos ah, adiga oo midida dhex marinaya.

Is ag dhig labada qaybood, qayb walba dhexda ka mari qishdada iyo malmalaadada si isla eg, mid waliba gooni u duub ee ku xir warqad almuuniyoom ah, gali talaajada, markii uu qaboobo ka fur warqada, u jarjar si isla eg oo feeta feeto ah sida islayska ee saxan saarsaar.



DOOLSHO JUBNA

35-45 Daqiiqo | 12 Cad | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ukun 8 xabo waaweyn ama 10 xaboo yaryar.
2. Sokor 1 koob dheer oon aad u buuxin
3. Bur 4 qaado oo aad u bux buxa.
4. Jubnada 3 geesta, 5 xabo.
5. Heyl shiidan 1 qaado yar ama vanilla.
6. Bakin 1 qaado weyn oo aad u buuxda.

Diyaarinta

Ukunta ku shub koobka makiinada casiirka, makiinadana u shid lambarka ugu dheer, 2 daqiiqo kadib kudar sokorta kuna shiid ilaa 6 daqiiqo, jubnada midwalba warqada kadiir ee ugu rid hal hal makiinadoo shidan,

kadib ku dar heylka ama vanilla-da iyo bakinka, 3 daqiiqo kadib burka ugu dar qaado qaado makiinada oo shidan.

Weelka doolshaha ee dhexda kor u soo kacsan saliid iyo waxyar oo bur ah mari, kadib makiinada dami ee ku shub weelka, foornada oo kululna geli oo aad qaybta hoose kaliya u shiday xaraaraddana 180,
haku jiro foornada 20-30 daqiiqo adiga oo aan foornada marna furin, haddii aad foornada furto mudadaas kahor keega wuu kaa damayaa.

Marka uu aad usoo koco xaga hoosana ka gaduuto u daar dabka kore, marka uu wada gaduutana ka bixi, ku gedi saxan, marka uu qaboobana mindi ku jarjar si isla eg.



DOOLSHO TIMIR

30-35 Daqiiqo | 8-10 Cad | Casiriye

Waxa uu ka kooban yahay

1. Timir 300gm ama 1 koob dheer.
2. Sokor nus koob dheer.
3. Bur 5 qaado midda cuntada.
4. Zubda 1 qaado oo aan dhalaalsanayn.
5. Ukun 4 xabo.
6. Heyl shiidan 1 qaado yar.
7. Bakin 1 qaado weyn.
8. Caano qasan oo kulul 1 koob oo dheer.
9. Tofi.

Diyaarinta:

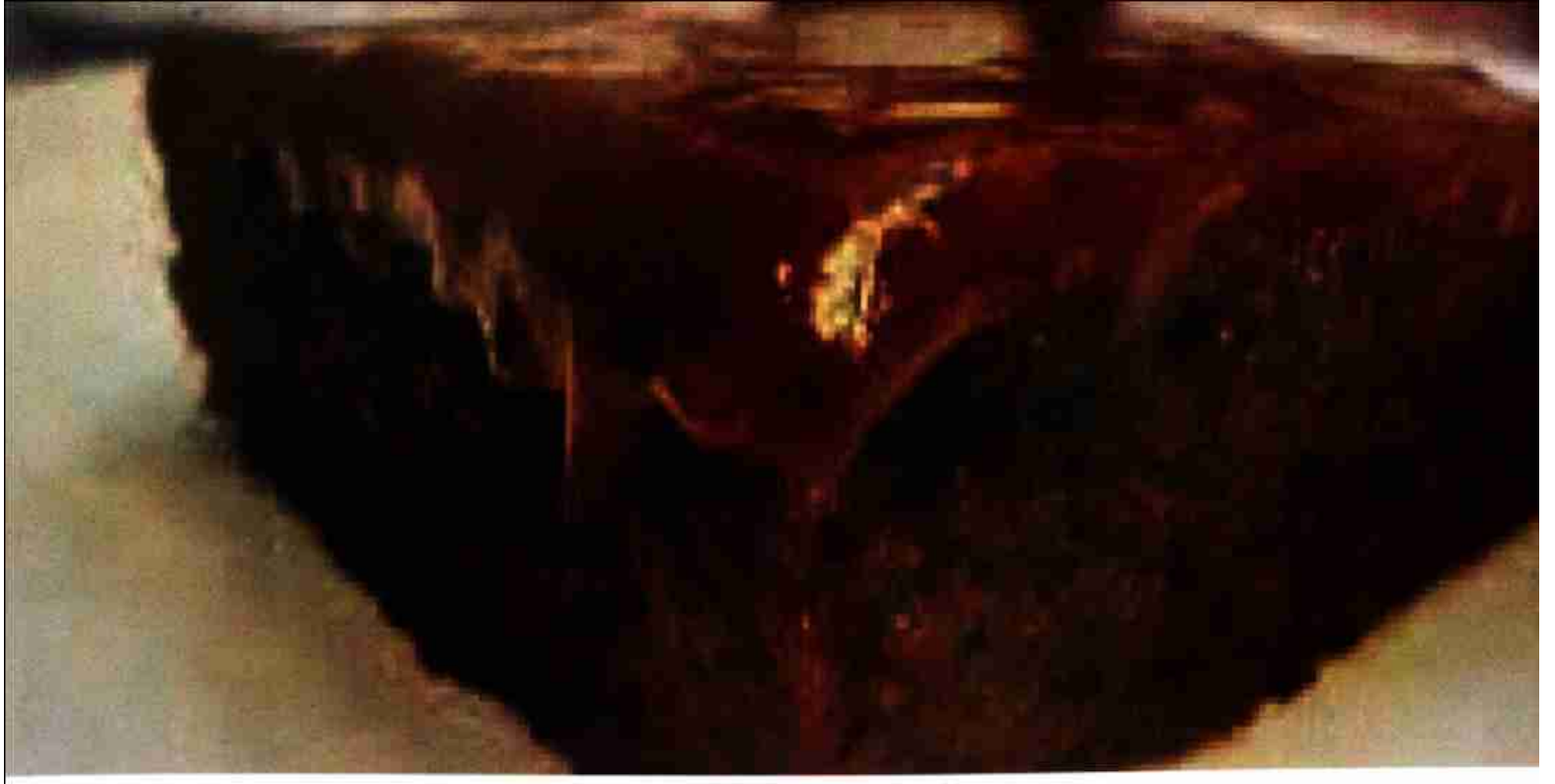
Timirta iyo caanaha kulul ku shub koobka makiinada khudaarta ee ku shiid ilaa ay naacim noqdaan. Isku dar sokorta iyo zubdada, ku shiid makiinada doolshada, marka ay is dhex galaan ku dar ukunta hal hal ugu dar, marka ay naacim isku noqdaan ku dar timirta kuu shiidan, kadib is kula shiid makiinada doolshaha, ku dar bakinka iyo haylka, ku dar burka adiga oo makiinada lambarka u yareynaya.

kedib ku shub weelka foornada oo ah mid fidsan saliid iyo bur aad horay u marisay, geli foornada oo kulul oo qaybta hoose kaliya u daaran, marka uu soo kaco ilaa 15-20 daqiiqo kedib u daar qaybta kore, marka uu gaduuto ka bixi.

Tofiga:

Dabka saar nus koob sokor ah, marka uu sifiican u dhalaalo aad u walaaq ilaa ay sokorta biyo noqoto, kedib ku dar xabad (hal koob dheer) qishta ah sifiican u walaaq ilaa uu kareem noqdo, iskana ilaali kulaylka sokorta marka qishtada lagu daro, kedib keegi oo banaanka yaala dusha uga shub.

Hadaad doontana tofiga waad ka dayan kartaa.



DOOLSHO TOFI

30-35 Daqiiqo | 10-12 Cad | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Caano qalalan 1 koob dheer
2. 1 koob dheer oo qunbo hoolan ama karooro hoolan ah.
3. Zubda (subag buure) aan dhalaalsanayn 2 qaado oo aad u buux buuxda.
4. Ukun 6 xabo.
5. 1 koob dheer sokor yaryar.
6. Qaado yar bakin iyo qaado wayn carfiso (vanilla).
7. Qishta (labeen) hal gasac. ama 1 koob dheer.

Diyaarinta:

Makiinada khudaarta lagu shiido koob keeda ku shub ukunta iyo sokorta koobka barkiisa, isku shiid ilaa 3 daqiiqo, ku dar bakinka iyo carfisada.

Dabka saar zubdada oo digsi dhex dhexaad ah ku jirta, markay dhalaasho ku shub caanaha oo qalalan walaaqidana haka joojin ilaa uu kafee noqdo, ka daji dabka ee kudar qunbaha, ama karootada hoolan kuna walaaq.

Ukuntii shiidnayd udaar makiinada ilaa 2 daqiiqo, ku shub digsiga ee si fiican isugu walaaq, kadibna ku shub weelka foornada oo saliidaysan, geli foornada oo kulul una gaabi (dabka kor iyo hoos) xaraaradana ilaa 160-170 darajo, hadii aad dhuxul ku dubaysana dab dhex dhexaad ah kor kasaar, hoosna dabka aad uga gur, marka uu wada qallalo ka bixi.

Tofiga:

Dabka saar nus koob sokor ah, marka uu sifiican u dhalaalo aad u walaaq ilaa ay sokorta biyo noqoto, kadib ku dar qishtada sifiican u walaaq ilaa uu kareem noqdo, iskana ilaali kulaylka sokorta marka qishtada lagu dare, kadib keegi oo banaanka yaala dusha uga shub, qaadadana ku fidfidi, kadibna geli talaajada, marka uu qaboobana jar jar ee saxan saarsaar.

Waxaad geyn kartaa martiqaadka qadada kadib isaga oo qabow.

DOOLSHO TORTE


70-80 Daqiiqo


12 Cad


Casriya

Waxa uu ka kooban yahay 2 qaybood

1

Keek isfinji oo kakooban:

1. Ukun 7-8 xabo.
2. Sokor koobka dheer oon aad u buuxin.
3. Bur 1 koob deer.
4. Caano qasan nus koob yar.
5. Bakin nus qaado yar.
6. Vanilla 1 qaado yar.

Diyaarinta Doolshaha:

Ukunta qaybta cad kushub weelka doolshaha lagu shiido ee makiinada udaar ilaa 5 daqiiqo, kadib ku dar sokorta, 4 daqiiqo kadib kudar ukunta qaybta jaalaha ah iyo caanaha, makiinada aad u dheerey, 5 daqiiqo kadib kudar bakinka iyo vanilla-da, 5 daqiiqo kadib marka uu aad u soo kaco oo uu xoor adag noqdo ka dami makiinada.

Burka inyar inyar ugu dar kuna walaaq 1 bir oo kamid ah kuwa makiinada adiga oo gacanta kula walaaqaya, kadib ku shub digsi dhexdhexaad ah oo aad saliid iyo bur marisay.

Foornada oo kulul geli hoos kaliyana u daar hana furin foornada 20-30 daqiiqo ilaa uu soo koco hoosna ka gaduuto, kadib kor u daar marka uu wada gaduutana soo qaado xabad baasta fiino cayriin ah,

ku mud keega ee far iyo suul ku raabo, kabixi, haddii kalana inyar u kaadi, kadibna ka bixi ee ku gadi keege saxan ballaaran, hadana keega dhinaca kale u gadi si tartiib ah isla saxan kiisa ku celi adigoo keega afkiisa kor soo marinaya hana iska qaboobo.

2

Kareemyada lagu samaynayo toortaha:

1. Dream whip 1 baakad oo 144 kg ah nooca 4 qayb kujirto.
2. Labeen (qishta) 1 gasac 160 kg.
3. Koob dheer caano qasan oo aad u qaboow.
4. Shiiro (biyo iyo sokor layskukariyay) koob dheer oo sokor ah, haafkiisa oo biya ah, xabad liin dhanaan ah lagu miiray, la isku kariyay malabkoo kale.
5. Nannaca yar yar oo sida baastada la jajabiyay lehna midabada kala duwan ama faraawla oo qurxinta ah.



Diyaarinta Guud:

Keega u qaybi 3 meelood oo kala sareysa, qaybta kore u gadi dhinaca kale ee dhigo aktaada, qaybta 2aadna adiga oo aan gedin dhigo agtaada, qayb walba mari 4 qaado oo shiirad ah, weel godan ku qas hal qayb oo dream whip, labeen iyo 3 meelood 1 meel oo canaha qabow ah.

Waxaadna ku qastaa birta doolshaha, kadibna 2 qayb kasta dhexdooda mari kareemka aad qastay kadibna isdul saar keega oo sidiisi hore ku celi, kadib isku qas 3dii qaybood ee kuu hartay oo dream whip ka ahayd, iyo caaniihii kuu haray oo qaboobaa, kuna qas makiinda doolshaha ilaa uu adkaado.

kadib iska dami makiinada, soo qaado qayb kareamka ah kushubo bacda lagu naqshadeeyo kareemka (ka fiiri sawirkiisa bogga ugu dambeeya) qaybta kalana dusha iyo geesaha kamari keega oo dhan ilaa uu ku daboolmo. Dusha uga qurxi kareemka bacda kuugu jira si warwareeg ah, kadibna wareeg walba dhex gali jeex faraawla ah, amaba ku fir firdhi nanacii yaryraa, kadibna talaajada gali, marka uu qaboobana jarjar.



BUSKUD BITIFOOR

60 Daqiiqo

Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur 1kg.
2. Sokor yaryar nus kilo.
3. Ukun 6 xabo.
4. Butter (zubdo) 400gm.
5. Bakin qaado yar.
6. Qaado weyn oo vanilla ah.
7. Malmalaado (jam) 5 qaado.
8. Qumbo hoolan oo qalalan 1 koob dheer oo buuxa.

Diyaarinta:

Zubdada kurid baaquli macdan ah, in yar dabka saar, marka uu geesaha kasoo dhalaalo ka daji isagoo dhexda aan ka dhalaalin. Kudar sokorta, aad isugu walaaq adigoo isticmaalaya makiinada doolshaha lagu qaso ama birta gacanta ee ukunta lagu qaso ilaa ay kareem isku noqdaan.

Kudar ukunta aadna uqas ilaa 5 daqiiqo. Kudar bakinka iyo carfisada iskana dami makiinada, kadibna burka kudar, si tartiib ah isugu cajin, yuu san kaa adkaanin cajiinka. Sooqaado birta buskudka lagu naqshadeeyo kuna rid qayb cajiin ah ee ku dhadhaji saxanka foornada oo saliideysan.

Markaas kadibna Kudub foornada kor iyo hoos kulaylkana gaarsii ilaa 200 garaado, marka uu gaduuto kasoo bixi, isla markiiba ka gadi, hana qaboobo.

Malmalaadada ku shub baaquli ee qaado ku qas ilaa ay naacim noqoto, qunbahana ku diyaarso weel qalalan. xabad walba oo buskud ah mari malmalaado yar xabad kale oo ay isku naqshad yihiinna ku dhaji, isagoo isku dhagan geesaha kamari malmalaado yar kadibna saar saar qunbaha ilaa uu ka qabsado ama uga dhagdhago oo ay malmalaadada daboolanto. haddii aadan heleynin qunbaha waxaad ku badalan kartaa lows tuman.

Ku diyaari saxan hadba intii loo baahan yahay una diyaari qaxwa qaraar lagu cabo.



BUSKUD MACMUUL

80-90 Daqiiqo

Casariya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Burka cad 1 kg.
2. Sokor rubuc kilo (250gm) oo shiidan.
3. Caano qalalan koob dheer.
4. Zubdo 1 gasac 400 gm.
5. Saliid nus koob.
6. Ukun 2-3 xabo.
7. Heyl shiidan qaado wayn.
8. Bakin Qaado wayn.
9. Vanilla (carfiso) qaado wayn.
10. Timir nus kilo iyo rubac (750gm) oo lafaha laga bixiyay.

Diyaarinta:

Timirta digsi ku rid, kudar hal qaado oo zubdo ah, dabka Saar, markay kululaato ku jajabi koob salkiisa ee sifiican isugu cajin kadibna dabka ka daji.

Sooqaado baaquli aad u godan ku shub gasaci zubdada ahaa oo aad dabka in yar ku kululaysay isagoo aan wada dhalaalin, ku rid baaquliga, ku dar sokorta shiidan, ukunta, caanaha, ee ku qas makiinada doolshaha, kadib ku dar saliida, heylka, bakinka, iyo vanilla-da, kuna sii qas makiinada ilaa uu ka noqdo kareem.

Iska dami makiinada ee ku dar burka gacantana kula qas, yuusan kaa adkaanin ee marka hore burka inyar ka reeb, hadii uu u baahdana ku dar.

Soo qaado caagadaha yaryar ee loogu talagalay in macmuulka lagu naqshadeeyo, kadib Saar inyar oo cajiin ah ilaa caaga nuskiisa, sooqaado inyar oo timir ah farta iyo suulka wax yar ku ballaari ee cajiinka sii dul Saar. Sooqaado in yar kale oo cajiin ah kuna dabool timarta dusheeda, gacanta iskula riix riix kadibna kasoo rog caaga adigoo salka ka riixaya tartiibna calacasha gacanta kale u Saar.

Ku saf saxanka foornada adigoon wax saliid ah marinin, una shid dabka kor iyo hoos xaraaradana 180 darajo, ilaa uu ka gaduuto, ama dabka dhuxusha kor iyo hoos ka Saar.

Markuu qaboobo ku wada rid weel nadiif ah oo dabool leh, wuxuuna yaali karaa illaa bil, ee hadba intii aad u baahantahay saxan saar ee u diyaarso qaxwa qaraar.



BUSKUD ICECREAM

15-20 Daqiiqo | 8-10 Cad | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Buskud 2 nooc (kafee iyo cadaan) midwalba 1 baakad oo dhexdhexaad ah
2. Caano aad uqabow koob dheer oo waxyar dhiman.
3. Dream whip 2 xaanshi oo yaryar oo midkiiba yahay 36gm.
4. Kob caano qasan oo cadi ah.
5. Lows in qiyaas ah (ilaa 2 sacab) oo tuman.

Diyaarinta:

Nooca cad ee buskudka ah jajabi oo ku shub baaquli. Ku dhibci dhowr qaado oo caanaha caadiga ah, qaadada kula jajabi aadna ha u jilcin, kushub saxan dhala ah sida kuwa foornada, kuna sinsin weelka salkiisa.

Weel aad u godan ku shub dream whip-ka kudar caanihii qaboobaa kushiid makiinada doolshaha ilaa ey noqoto xoor aad ukacsan isla markaana adag oo haddii aad weelka rogto aan ka daadaneyn.

Qayb kareemka kamid ah buskudkii aad weelka ku fidisay dushiisa marmari adiga oo isticmaalaya qaadada, kadib dusha uga firdhi in yar oo lowska tuman ah.

Nooci kale oo buskudka ahaa ku rid weelkii aad buskudka ku jajabisay sidii hore oo kale yeel aadna yuusan kaaga jilcin, ku kor dabool kareemkii aad buskudka kor marisay.

Kareemkii kuu haray oo dhan ku dabool buskudkii dushiisa kadibna dusha uga qurxi lowska tuman adiga oo ku firfirdhinaya, kadib talaagada gali qaybta barafka ilaa 1 saac, ama qeybta qabowga ilaa 1 habeen, sida dambe ayaana fiican, kadib u jarjar sida keega, cad walbana saxan saar.



BUSKUD DHAADHEER

60 Daqiiqo

Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur cad 1 kilo
2. Sokor nus Kiilo
3. Saliid iyo Subag isku darsan 2 koob dhaadheer
4. Caano Lo' 1 koob dheer
5. Ukun 4 xabo waaweеn
6. Bakin 1 Qaado yar oo aad u buuxda
7. Kaadisooy qaadada yar foodeeda
8. Vanilla 1 qaado weyn oo buuxda.

Diyaarinta:

Makiinada doolshaha lagu qaso kushub sokorta, ukunta, Caanaha iyo saliida, makiinada u shid hana isku shiidmaan ilaa 15 daqiiqo, isagoo shidan ku dar bakinka, kaadisooyda iyo vanilla da kadibna iska dami,

ku dar burka ee isku qas aadna yuusan kaaga adkaanin taasna kuma xirna cabir ka ee wuxuu ku xiranyahay nuuca burka sidaas darteed.

Marka aad burka ku shubeesid 1 mar ha ku wada shubin ee marba inyar ku shub si aysan kaaga adkaan.

Soo diyaarso makiinada hilibka lagu shiido oo gacanta, afka uga rakib saxanka buskudka naqshadeeyo, cajiinka xoogaa kasoo qaado kurid makiinada afkeeda cajiinka intiisa kalana dabool, makiinada gacanteeda wareeji, cajiinka afka kasoo baxaayana gacantaada kale ku qabo dhiirkana inta aad rabto markuu soo baxo isla gacantaada ku jar ee saxanka foornada oo saliid marsan ku saf sidaasna u wada sameey, kadibna foornada oo kulul geli xaraarada (180 - 200) markuu gaduudiana ka bixi.

Wuxuu kuu ooli karaa illaa 1 bil.



I CUN

35-40 Daqiiqo

Casriye

Waxa uu ka kooban yahay

1. Sokor shiidan 1 koob dheer.
2. Bur cad 2 koob dheer.
3. Zubda aan la dhalaalin 1 koob dheer.
4. Vanilla 1 qaado yar.

Diyaarinta

Sokorta shiidan iyo zubdada ku shub makiinada doolshaha iskuna shiid ilaa ay kareem isku noqdaan, kadib ku dar vanilla-da iskana dami makiinada,

ku dar burka ee gacantaada iskula qas kadibna dabool ee meel qaboow dhig ama talaajada qeybta qaboow gali illaa 1 saac.

1 saac kadib soo qaado saxankii aad ku foornayn lahayd, mari in yar oo saliid ah, kadib cajiinka u kuuskuus cad cad yar yar ah, kuus walba dhexda uga qurxi wixii aad jeceshahay sidii xabad dhaga yare ah ama xabad zabiib ah ama kalar inaad mariso dhibic kadib gali foornada oo kulul xaga hoose kaliya, marka uu hoos ka gaduudto ka bixi, dadka qaar ayaa jecel inuu kor wax yar ka gaduudan yahay ee hadii aad sidaas tahay wax yar dabka kore ushid, kadib u diyaari qaxwadii lagu cabi lahaay.

Icun-ka wuxuu ooli karaa illaa mudo bil ah.



DOOLSHO CANANAAS IYO MALMALAADO

45-50 Daqiiqo | 10 Cad | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Ukun 4 xabo.
2. Sokor nus koob dheer.
3. Saliid Cad nus koob.
4. Bur cad 1 koob dheer.
5. Caano powder ah 3 qaado.
6. Bakin qaado yar oo buuxda.
7. Vanilla qaado yar oo buuxda.
8. Cananaas warwareeg 1 gasac.
9. Biyaha aad ka shubtay gasaca cananaaska.
10. Malmalaado 4 – 5 qaado.
11. Zubda 1 qaado oo buuxda (60 – 70 gram).

Diyaarinta

Soo qaado koobka makiinada wax lagu shiido ku shub ukunta, sokorta, saliida, caanaha qalalan iyo biyaha cananaaska intaas markaad isku darto makiinda u shid ee ku shiid ilaa 10 daqiiqo, kadib kudar bakin ka iyo vanilla-da makiinada ha sii shidnaato 5 daqiiqo oo kale, kadib soo qaado koobka bur ka ah marba qaado bur ah ku shub makiinada oo daaran illaa aad burka ku dhameysid kadibna ka dami makiinada.

Soo qaado weel ka foornada oo dhalo ah. Waxaad dhalaalisaa zubdada, weelka waxaad marmarisaa in yar oo zubda ah, saxanka geesihiisana ku firfirdhi in yar oo bur ah salkiisana kushub inata soo hartay oo zubdada ah, kuna dhex saf cananaaska warwareega ah, malmalaadadana qaado ku qas oo ku sii kor shub cananaaska korkiisa si siman, korkiisana kusii shub cajiinka doolshaha ee kuu qasan kadibna gali foornada oo kulul oo xaga hoose u daaran, foornada ha furin ilaa (20-25 daqiiqo) kadib foornada xaga sare u shid markuu korka ka gaduuto soo bixi ee ku gadi saxan ka weyn midka lagu dubay keega.

Markaad isku gadisid labada saxan u sug ilaa uu saxanka keega ka fuqo salkiisa kadib saxan kor uga qaad, markuu qaboobana u jarjar qaabka warwareega cananaaska kadibna mid kasta saxan saaro iyo qaadadiis iyo koob qaxwa qaraar ah.



SISIN

25-30 Daqiiqo

Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Sisin aan qolof lahayn nus kilo.
2. Sokor yaryar rubac iyo tumun (375gm),

Diyaarinta:

Sokorta oo qalalan digsi kushub ee dabka saar, marka ay aad u dhalaasho ku shub sisinta, sifiican isugu walaaq ilaa ay kanoqoto banooni oo kale, kadib ku rog miiska oo saliid leh iyo usha lagu fidinayo oo saliid leh, kadib fidi oo jarjar, sidii lada lowska oo kale.



LADA LOWS

35-40 Daqiiqo

Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Lows duban nus kiilo.
2. Sokor nus kilo.
3. Caano qasan nus koob (midka dheer).
4. Heyl shiidan 1 qaado.
5. Kastar qalalan 1 qaado.
6. Súbag ama zubdo dhalaalsan 2 qaado.

Diyaarinta:

Sokorta iyo caanaha kushub digsi ee dabka saar, marka ay soo karaan walaaq 5 daiiqo kadib kudar lowska oo kuu tuman iyo kastarka, kudar heylka, walaaqida haka daynin illaa uu lowsku soo uruuro, kadib ku dar subaga ee si fiican u walaaq.

Diyaarso miiska wax lagu fidiyo iyo qorigiisa, labadaba mari saliid badan, lowska marka uu soo uruuro ku rog miiska ee ku fidi qoriga khafiif aad ahna haka dhigin, kadib soo qaado mindi ee ku jar jar, hadii uu lowsku kaa qaboobo marka aad jar jareyso mindida kasha kula garaac, kadib saarsaar saxan ee marba intii aad u baahantahay saxan saaro, iyo qaxwo qaraar.



TIMIR LOWS

10-15 Daqiiqo

Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Timir nus kiilo lafaha laga bixiyay.
2. Zubdo dhalaalsan 2 qaado.
3. Lows 150-200 gm nooci aad jeceshahay.
4. Sisin 2 sacab, Qumbo hoolan oo qalalan 2 sacab.

Diyaarinta:

Digsi ku rid timirta, ku dar zubdada, dabka saar, waxyar markay kululaato ku jajabi koobka salkiisa si ay timirta u jilicdo, dabkana kadaji, sisinta iyo qumbaha iyo lowska ku soo kala diyaarso 3 weel oo qalalan, soo qaado kuus yar oo timir ah dhexda ka gali lowska intuu qaadan karo,

Gacanta ku kuus si uu san umuuqan lowska, calacalaha ku wareeji, kadib saar saxanka sisinta ama qumbaha ee ku gadgadi illaa uu qabqabsado ee uu ku daboolmo oon timirta la arkaynin, ku saf saxan, sidaasna u wada sameey una diyaarso qaxwo qaraar lagu cabo.



SHUSHUMOW

50-60 Daqiiqo

Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur 1 kg.
2. Saliid kulul koob dheer barkiisa.
3. Ukun 2 xabo.
4. Biyo diiran, milix yar.
5. Saliida dubitaanka 1 litar, sokor marka ladubo nus kiilo.
6. Sokor nus kiilo

Diyaarinta:

Saliida kulul iyo burka isku shub sifiicanna isugu qas oo isku dhex geli.

Kudar ukunta, milixda iyo biyaha oo isku qasan qiyaasta 1 koob, iskuna cajin.

Ujarjar cajiinka cadad yaryar kadib ku qurxi fargeeto ama wixii aad jeceshahay, kuna dub dab yar iyo saliid badan illaa uu gaduud khafiif ah ka noqdo.

Digsi kushub sokorta iyo koob biyo ah, isku kari illaa ay ka ubriso sokorta, ku dhex gedi shushumowga ee ku rog rog, sidaas ayuuna ku diyaarsanyahay.



BARADHO MACAAN

50-55 Daqiiqo | Ku filan 6-8 qof | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Baradho kilo iyo bar.
2. Sokor nus kiilo.
3. Caano qasan nus koob.
4. Zubdo oo aan dhalaalsanayn qaado iyo bar ah.
5. Heyl tuman in qiyaas ah.

Diyaarinta

Sokor qalalan digsi wayn kusaar dabka, marka ay dhalaasho ku shub caanaha iyo zubdada, heylka iyo baradhada oo si dhaadheer u jarjaran, dab dhex dhexaad ah ku kari illaa uu bislaado.

Kadib ka deji isaga oo dhiin yar leh ee ku diyaari saxan iyo fargeeto lagu cuno.



SHACIIRIYA (TAAMBI)

30-35 Daqiiqo | *ku filan 6-7 qof* | *Quraac ama Casho*

Waxa uu ka kooban yahay

1. Shaciiriya (baasta fiino jajaban) 1 bac 500 gm.
2. Sokor 1 koob dheer iyo bar.
3. Biyo 4 koob dheer.
4. Heyl shiidan qaada yar oo buuxda.
5. Zubdo 1 qaado oo aan la dhalaalinin.
6. 1 sacab oo lows ah.

Diyaarinta

Digsi ku rid zubdada dabka saar marka uu dhalaalo ku shub baastada oo qalalan, qaadada ku gedgedi heylka ku dar, marka ay baastada gaduudato kudar biyaha iyo sokorta oo la is ku kariyay iyaga oo karkaraya.

Dabka dhexdhexaad uga dhig marka uu gursan rabo dabka u yaree, ku dul firdhi wax yar oo lows ah. Markuu qalalo kadaji ee saxan ku gur ee fargeeto saar, qaxwo qaraar lagu cabana u diyaari.



BALAX SHAAM

30-40 Daqiiqo

Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur Cad 1 koob iyo bar midka dheer.
2. Zubda aan dhalaalsanayn nus koob.
3. Ukun 3 xabo.
4. Biyo 1 koob oo dheer.
5. Bakin 1 qaado weyn.
6. Vanilla 1 qaado weyn.
7. Shiiro culus (2 koob sokor iyo koob biyo iyo xabad liin oo la isku kariyay).
8. Saliida shiilitaanka litar wax yar dhiman.

Diyaarinta:

Digsi godan ku rid zubdada, dabka saar marka ay dhlaasho ku dar biyaha, markay aad u kululaadaan ku dar burka si fiicanna isugu walaaq ilaa uu cajiin is haysta noqdo.

ka qaad dabka ee ku rid weelka doolshaha lagu qaso, ku dar 1 xabo ukun ah u daar makiinada in yar kadib ku dar 1 xabo kale oo ukun ah ku shiid in yar kadibna ku dar xabada sadexaad iyo bakinka iyo vanilla-da, in yar kadibna iska dami makiinada.

Soo qaado bacda afka caaga ku leh ee kareemka lagu naqshadeeyo, cajiinkii qasnaa ku shub bacda, dabka saar birtaawo godan saliid badan ku shub marka ay wax yar kululaato ku dhiiji cajiinka qiyaas inta farta dhirirkeeda la'eg ka dibna farta ku tir sidaasna ku wad,

Qaado ku gadgadi marka uu gaduutana ka gur saliida ee ku dhex rid weel aad ku diyaarisay shiirada oo aad culays u karisay, ku dhex gadgadi shiirada ka dibna uga gur qaado shabaq ah ee saxanka saar, u diyaarso qaxwo qaraar lagu cabo.



FATIIRA JUBNA

40-45 Daqiiqo | 24 Xabo | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur hal koob iyo bar.
2. Jubnada saddax geeska ah laba baakad (16) xabo.
3. Biyo qandac ah 1 koob inyar oo milix ah leh.
4. Saliidda shiilitaanka.

Diyaarinta:

Ilsku qas burka iyo biyaha oo milix leh iyo laba qaado oo saliid ah si fiicanna isugu cajiin.U fidi sida fooliyada sambuuska una jar jar seddax gees. Jubnada dhuudhuub u jar jar,

hal xabo oo fooliyada ka mid ah, soo qaado kuna saf 3 cad oo jubnada ah, una duu duub si dhaadheer ah adiga oo labada dhinac ka laabaya, koolana uga dhig bur qasan si ay isugu dhegto.

Ku shiil saliid kulul, marka uu gaduutana ka gur, korkana uga shub shiiro.

Shiirada waa: sokor hal koob dheer lagu daray biyo koobka barkiisa iyo xabad liin dhanaan ah oo lagu miiray, intaas dabka isla saar, qaadada ku walaaq, marka uu sida malabka isku jiidana kadeji ee dusha uga shub fatiiradi kuu dubnayd kuna rog rog, kadib saxanka saar saar una diyaari qaxwa qaraar lagu cabo.



PANCAKE

20-25 Daqiiqo | ku filan 4 qof | Quraac

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur cad Koob dheer oo buuxa.
2. Caano qasan Koob dheer.
3. Sokor 4 Qaado.
4. Bakin powder nus qaado yar.
5. Vanilla Qaado yar oo buuxda.
6. Ukun 4 xabo.

Macaanka lagu cuno ama lamariyo oo ka kooban:

1. Nus Koob sokor buni ah
2. Qaaddo Zubda ah oo aan dhalaalsaneyn
3. Caano qasan nus koob dheer
4. Nus Qaado yar Vanilla.

Diyaarinta:

Soo qaado koobka makiinada wax lagu shiido, kuna shub waxa uu pancake-ga ka koobanyahay oo dhan kuna shiid ilaa uu kareem jilicsan ka noqdo.

Dabka saar bir taawo ballaaran, nooca aan wax ku dhageynin, marmari hal qaaddo oo saliid ah, marka ay si fiican u kululaato soo qaado cajiinka iyo qaaddo godan ee marba qaadada dar cajiinka ee ku shub bir taawada, marka uu hoos ka gaduuto dhinaca kale u gadi, marka uu kor ka gaduutana ka bixi ee saar saxan, kadibna macaanka diyaarso.

Diyaarinta macaanka: Soo qaado digsi yar oo godan kushub waxyaabaha uu macaanku ka koobanaa oo dhan dabkana saar, qaadada ku walaaq hana karsamo ilaa mudo 6 - 8 daqiiqo, marka uu kareem noqdana ka qaad dabka, hadaa doonto dusha uga shub mid kasta, hadii kalana xabad walba dhexda ka mari ee isku laab si uu iskugu dhago.



BASBUUSA

35-40 Daqiiqo | 12 Cad | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Zubdo 1 qaado iyo bar.
2. Sokor nus koob dheer.
3. Ukun 2 xabo.
4. Zabaadi yar 2 xabo ama 1 xabo dhex dhexaad ah.
5. Caano qasan 1 koob dheer.
6. Bakin 1 qaado wayn.
7. Vanilla 1 qaado wayn.
8. Qumbo hoolan 1 koob dheer.
9. Jariirta soorta 1 koob dheer.
10. Lows qurxinta 1 sacab.
11. Shiira

Diyaarinta:

Koobka khalaadada ku shub sokorta, zubdada, caanaha, zabaadiga, ukunta, intaas isku shiid 3 daqiiqo kadib kudar bakinka, qumbaha, jariirta iyo vanilla-da, in yar kadib khalaadada dami.

Weelka foornadana oo saliid aad marisay ku shub cajiinka, lowska oo waawayn ah dul saar saar, galina foornada oo kulul kor iyo hoosna u daaran, marka ay gaduudatana ka bixi.

Shiirada waxay ka kooban tahay:

1. 1 Koob dheer oo sokor ah.
2. Koobka barkiisa oo biya ah.
3. 1 xabo liin dhanaan.

Intaas isku kari illaa ay sida malabka is ku jiijiido, kadibna dusha uga shub basbuusada una kaadi illaa ay ka cabto kadibna jarjar. una diyaarso qaxwo qaraar lagu cabo.



FURUTO IYO KASTAR

20-25 Daqliqo | ku filan 6 qof | Qadada kadib

Waxa uu ka kooban yahay

Faakihada xiligeeda lagu jiro ee la heli karo soo diyaarso illaa 4-5 nuuc oo kala duwan, (canbe + babaay + cananaas + tufaax + canuuni) ama sidi ad jeceshahay u kala badalo iyo sidi ad u heli kartid, shardina maaha inuu 5 nuuc noqdo wuuna ka yaraan karaa wuuna ka badan karaa.

Kastarka wuxu ka koban yahay:
Caano qasan 3 koob dheer, kastar boodar ah 2 qaado sokor 3-4 qaado.

Diyaarinta:

Marka hore kastarka diyarso oo wax yaabaha uu kakoban yahay oo dhan isku dar sifiican qaadada iskugu walaaq kadibna dabka saar walaaqidana ha ka daynin ilaa uu soo karo, kadib ka daji dabka ee ha iska qabobo.

Soo qaado faakihada aad haysatid si fiican u dhaq, mid walba gooni u jarjar islana ekeeysii, soo diyaarso baaquliyaal yaryar nooc walba qeyb kamid ah ku shub adigoo qaado ku qaadaayo, si tartiib ah iskugu qas yuuna kaa jajabin, markaad kuli weelasha ku diyaariso soo qaado kastar ka oo qaboobay labeenta ka qaad, qaado godan dar ee faakihada dusheeda ku shub hoosna ha gaaro.

Kadib gali talaajada qeybta qaboowga ilaa 3 saacadood iyo ka badan kadibna qof walba baaquligiisa iyo qaadadiisa sii.

Badanaa waxaa la jecelyahay bacdal qado.



FURUTO (MACMACAANKA)

15-20 Daqiiqo | ku filan 4-6 qof | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Macmacaanka ka oo ka kooban.
2. Sokor 1 koob dheer.
3. Biyo Koob dheer oo waxyar dhiman.
4. Caano booro 4 Qaado oo aad u buuxbuuxda.

Diyaarinta:

Waxyaabaha uu ka koobanyahay oo dhan isku wada dar qaadadana ku walaaq ee dabka saar marka uu soo karo dabka u gaabi hana iska karkaro ilaa 1 saac ilaa uu noqdo wax culus sida malabka oo kale, inta uu dabka saran yahay in yar kadib walaaq si uusan madmadoow u yeelan markuu cuslaadana ka deji.

Faakihada xiligeeda lagu jiro ee la heli karo soo diyaarso ilaa 4 -5 nuuc oo kala duwan, (canbe + babaay +cananaas +tufaax + canuuni) ama sidi ad jeceshahay u kala badalo iyo sidi aad u heli kartid, shardina maaha inuu 5 nuuc noqdo wuuna ka yaraan karaa wuuna ka badan karaa.

Soo qaado faakihada aad haysatid si fiican u dhaq, mid walba gooni u jarjar islana ekeeysii, soo diyaarso baaquliyaal yaryar nooc walba qeyb kamid ah kushub adigoo qaado ku qaadaya, si tartiib ah iskugu qas yuuna kaa jajabin, markaad kulli weelasha ku diyaariso, qaado macanki kuu karsanaa ee furutka korkiisa ku shub xoogaa qiyaas ah, kadibna talaajada qabowga gali illaa 3 saacadood iyo ka badan.



DONAT

40-50 Daqiiqo | 20 Xabo | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Bur ah nus kiilo.
2. Zubdo aan la dhalaalin 2 qaado.
3. Sokor aad u yar yar nus koob.
4. Caano qalalan 2 qaado.
5. Ukun 1 xabo.
6. fixiso 1 qaado.
7. Heyl shiidan ama vanilla qaada yar.
8. Biyo qandac ah 1 koob, iyo milix yar.
9. sokor shiidan 3 qaado

Diyaarinta:

Marka hore burka iyo zubdada is dhex gali adiga oo gacanta ku cajimaya, kadibna inta kale ku dar is kuna cajin hana khamiiro illaa nus saac, kadib 2 u kala qaybi cajiinka.

Qayb walba ku fidi qoriga, si culus oo aan khafiif ahayn kadibna u jarjar warwareeg adiga oo ku goynaya shay af wareegsan leh sida galaaska ama ku jar midka loogu talagalay in donatka lagu gooyo, kadib burkii aad goysay dhexdiisa kusii goy shay wareeg yar leh sida daboolka dhalada viimtada, kadib in yar ha khamiiro illaa 10 daqiiqo, kadibna ku dub saliid badan iyo dab aad u yar.

Marka aad burka saliida ku ridana horay ka rog rog isaga oo aan gaduudan, sidaasna u rog rog illaa uu ka gaduuto, kadib weel qalalan ku diyaarso sokor shiidan doonatka dhex gali, labada dhinac ugu rog rog kadib saxan saar.





XALWO

95 Daqiiqo | 1 Kiilo | Casriya

Waxa uu ka kooban yahay

1. Sokor cad 750 Gram (Nus kilo iyo rubuc).
2. Sokor Buni 250 Gram (Rubac kilo).
3. Waraango nus Koob dheer.
4. Biyo 1 iyo nus Koob
5. Zubda 1 koob dheer oo dhalaalsan.
6. Saliid cadeey nus Koob dheer.
7. Heyl shiidan 1 Qaado weyn.
8. Joos tuman 1 Qaado weyn.
9. Lows duban rubac Kiilo.
10. Liin dhanaan 1 xabo.

Diyaarinta:

Marka hore zubdada dhalaali illaa ay saliid noqoto qoyaankana ka dhamaado, ka dami dabka ee ku dar heylka, jooska iyo saliida.
Soo qaado digsiga aad xalwada ku Karin lahayd ku shub sokorta iyo biyaha ee dabka saar,

ku miir liinta lafahana ka bixi, marka uu karkaro illaa 15 daqiiqo, waraangada ku qas nus koob biyo ah iyo far iyo suul ranjiga cuntada oo gaduud ah iyo intoo kale oo midab jaalle ah.

Si fiican isugu qas kadib kushub digsiga adigoo gacanta kale ku walaaqaya digsiga si uuna kaaga yeelan kuus kuus, qaadadana mida qoriga ha ahaato, si aysan kuu gubin, dabka dhexdhexaad ka dhig daboolna waad saari kartaa laakiin in yar kadib walaaq.

Nus saac kadib kudar in yar oo saliidii kuu diyaarsanayd ah kuna walaaq marka hore heylka, mudo illaa 15 daqiiqo ah ku dhameey saliida adigoo marba in yar ku daraya xalwadana ku walaaqaya.

Kadib ku dar lowska oo aad nadiifisay, walaaqida haka dayn illaa ay isku soo aruurto oo ay isku dhagdhagto, markaas soo qaado qaaddo godan ee ka
gur saliida zaa'id ka ah illaa nus koob.

Soo ,aado saxan godan oo aad xalwada ku gadiso, ku rog xalwada adigoo is ilaalinaya, mudada ay xalwada karsameyso waa 1 saac iyo bar, kadib ha qabowdo ilaa nus saac.

FAAHFAAHINTA QALABKA



Karooto Hool

Waxaa loo isticmaalaa waxyaabo badan, sida in lagu hoolo cheesta basasha karootada iyo wixi la mid ah.



Makiinada Shiidka

Waxaa loo iscmaalaa waxyaaabo kala duwan sida bajiyaha, hilibka ukunta, jarjarida khudaarta iyo wixii la mid ah.



Makiinada Qasida

Waxaa loo iscmaalaa waxyaabo kala duwan sida qasida doolshaha, macmuul-ka icun-ka iyo waxyaabo kala duwan.



Makiinkad Shiidka

Waxaa loo iscmaalaa laba qaab oo kala duwan sida:
Koobka dheer waxaa lagu shiidaa yaanyada, sharaab-ka, bisbaaska.



Makiinada Shiidka Gacanta

Waxaa loo iscmaalaa waxyaaabo kala dowan sida, buskutka dhaadheer iyo hilbka hadba nooca afkiisa lagaliyo.



Donat-ka

Waxaa lagu jaraa cajiinka Donat-ka



Caaga Singooniga



Bacda kareemka L agu Naqshadeeyo



Caaga macmuulka

FAAHFAAHINTA CUNOOOYINKA





Bazelli ceyriin ah



Faasuuliya dhaadheer
(dhabancas)



Ketchup



Zubdda lows



Jam / Malmalaado /
Murabba



Jubna / Chees / Farmaajo





Tahiina



Subag Buure/ BurCad
Zubda / Butter



L abeen / Qishta / Cream



Galay



Dream whip





Warango



Nanaca lagu qurxiyo toortaha iyo bitifoorka



Chedar cheese / ama jubna craft



Farmaajo 3 ges



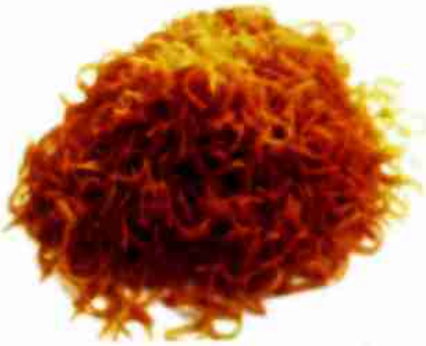
Soya iyo daqiiqda soya



Rooti shiidan ama daqiiqda rootiga



Baasta lasagne



Taambi / Shaciiriya



Mire-macaan kala duwan
Fawakih mushakal ah



Faraawla / strawberry



Caano fadhi / Zabaadi / yoghurt



Jubna cad ee salatada