

## سلطة الجزر المغربية

### المواد اللازمة للطهي:

وعاءان صغيران  
علبة مبشرة  
لوح تقطيع  
أكواب معايرة

ملاعق للمعايرة  
وعاء متوسط  
سكين حاد  
مقشرة خضراوات

### المقادير:

- 6 حبات من الجزر متوسطة الحجم
- 1/2 بصلة صغيرة
- ملعقتان طعام من عصير الليمون أو الخل
- 3 ملاعق طعام من زيت الكانولا
- ملعقة صغيرة من مسحوق الكاري أو الكمون
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 1/4 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
- 1/4 كوب من الزبيب الأسود أو الذهبي

اعثر على المزيد من الوصفات عبر الإنترنت على:

[www.gcfb.org/recipes\\_resources](http://www.gcfb.org/recipes_resources)

## طريقة التحضير:

اشطف وقشر الجزر والبصل.  
قطع الجزر بالمبشرة. قطع البصل إلى قطع متوسطة.  
اخلط الجزر والبصل في وعاء متوسط.  
في وعاء آخر صغير، اخلط الزيت، ومسحوق الكاري، والملح، والفلفل، وعصير الليمون أو الخل. اخلط المكونات جيدًا.  
اسكب الخليط السائل فوق الجزر والبصل. ضع الزبيب وقلب الخليط. اخلط المكونات جيدًا.

## ملاحظات من الطاهي:

استبدل نصف الجزرة بثمار التفاح أو الهيكاما المبشورة.  
للحصول على أفضل طعم، اترك النكهات لتتمزج معًا قبل التقديم. اتركها جانبًا لمدة تتراوح بين 15 و20 دقيقة بعد مزجها في الصلصة في الخطوة 6.  
قدّمها كطبق جانبي غني بالألوان بجانب الأسماك أو الدجاج المسلوق أو الدجاج المطهو في الفرن أو المشوي.  
ضع طبقة رقيقة منها داخل شطيرة من الديك الرومي قليل الدهن وخضراوات طازجة مثل الخيار.