



منتدى الأكاديمية الثالث للتعليم الفني

## مسابقة شباب مصر الأولى للمهارات

اليوم الأول: 15 / 3 / 2018

السلطة الروسية Salade Russe

التمرين الأول

الطبق يكفي عدد 2 فرد.

زمن إعداد الطبق: 25 دقيقة

الخامات المطلوبة:

- كوب من مكعبات البطاطس المسلوقة
- كوب من مكعبات الجزر المسلوق
- نصف كوب الفاصوليا الخضراء مسلوقة والمقطعة
- نصف كوب بازلاء مسلوقة
- نصف كوب مايونيز
- ربع ملعقة صغيرة من الملح
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- 5 ملاعق طعام من زيت الزيتون
- 2 ملعقة طعام من الخل
- 1 فص ثوم
- 2 بيضة مسلوقة
- 1 ثمرة طماطم

الأدوات المطلوبة:

- 2 سكين كبيرة للتقطيع.
- 2 مقشرة خضروات.
- 1 كسارول متوسط الحجم.
- 2 وعاء كبير للخلط.
- 1 مضرب سلك.
- 2 بلائشة تقطيع.
- 2 ملاعق خشبية.
- 3 اوعية بلاستيك للبهارات.
- 1 كوب معيار زجاجي.
- 2 طبق مربع غويط صيني للتقديم.
- 2 شوكة حلو + 2 سكين حلو + 2 ملعقة حلو.
- 1 زوج من الملح والفلفل.
- 1 رول مناديل مطبخ.
- 1 رول ورق فويل.
- 1 رول استرترش.

الأجهزة المطلوبة:

- موقد مسطح 4 بلاطة (نار غير مباشرة).
- ثلاجة تبريد.
- مائدة عمل كبيرة مستطيلة (إستانليس)
- مائدة عمل كبيرة مستطيلة (قرصة رخام)



منتدى الأكاديمية الثالث للتعليم الفني

## مسابقة شباب مصر الأول للمهارات

اليوم الأول: 15 / 3 / 2018

التمرين الثاني

الدجاج المكسيكي Chicken Mexican

زمن إعداد الطبق: 45 دقيقة

الطبق يكفي عدد 2 فرد.

(الدجاج)

### الخامات المطلوبة

- 2 جزرة مقطعة أصابع
- 1/4 كوب زيت
- 2 صدور دجاج مقطع أصابع
- 1 فلفل حلو أحمر مقطع أصابع
- 1 فلفل حلو أخضر مقطع أصابع
- 1 فلفل حلو أصفر مقطع أصابع
- 1 كوب عش الغراب شرائح
- 1 بصلة كبيرة, مقطعة
- 1 مكعب مرق دجاج
- 3 ملعقة كبيرة صلصة الصويا
- ملح وفلفل
- خضرة مشكله

### الأدوات المطلوبة:

- 1 كوب معيار زجاجي.
- 2 طبق مربع غويط صيني للتقديم.
- 2 شوكة رستو كبيرة + 2 سكينه رستو.
- 1 زوج من الملح والفلفل.
- 1 رول مناديل مطبخ
- 1 رول ورق فويل
- 2 سكينه كبيرة للتقطيع.
- 1 مقشرة خضروات.
- 2 مقلاية تسوية بغطاء كبيرة الحجم.
- 1 وعاء كبير للخلط.
- 2 بلانشة تقطيع.
- 2 ملاعق خشبية.
- 3 اوعية بلاستيك للبهارات.

### الأجهزة المطلوبة:

- موقد مسطح 4 بلاطة (نار غير مباشرة).
- مائدة عمل كبيرة مستطيلة (إستانليس)
- مائدة عمل كبيرة مستطيلة (قرصة رخام)