

# الجبن البلدي.. طريقة التحضير

Posted on 2018 , 12 مارس



Category: [المطبخ اليمني](#)

بواسطة: المحيط

يصنع الجبن البلدي اليمني من حليب الأغنام والأبقار، وهي صناعة ما تزال مشهودةً حتى الآن، وبطرقها التقليدية، حيث يعد الجبن واحد من أهم المأكولات الشعبية التي يتميز بها المطبخ اليمني

الجبن البلدي يأتي من مناطق كثير من مديرية مقنبة شمال غرب تعز وأجزاء من ريف جبل حبشي ومن مختلف القرى في منطقة البرح، وهو نوعان الجبن المالح والجبن العوب وكله من لبن الأغنام تصنع بطريقة شعبية قديمة

والجبن "العوشي" هو أفضل أنواع الجبن لمذاقه الشهي، وهو يقدم كهدايا. وأقل سعر لحبة الجبن العوشي " ألف ريال يمني " والعمال وذوي الدخل المحدود هم أكثر زبائنه " ، "الطماطم والخوذة والثوم والبسباس الأخضر والكزبرة"، هي مواد أساسية لهذه "الوجبة، كي تكون شهية، إضافة إلى "الكراث والكدم والخبز الخمير

ويعتبر "الجبن البلدي" نوعاً من أنواع الأجبان، فالجبن هو ما جُمِد من اللبن، وهو غذاء صحي ومشهور يتم تصنيعه من حليب

الماعز أو البقر أو حليب الغنم، وقد يكون هذا الحليب مبسترًا أو غير مبستر أو كامل الدسم أو مقشوطاً، والبعض منه حامض والبعض الآخر حلو، ويعد الجبن البلدي من الأغذية المفيدة للكبار والصغار؛ كونه غنياً بعنصر الكالسيوم الذي يفيد العظام والأسنان.

## طريقة صنع الجبن البلدي منزلياً

### المكونات

ثلاثة لترات من الحليب كامل الدسم. نصف ملعقة من منفحة الجبن، وتوجد لدى العطارين. كمية مناسبة من الملح الخشن. ميزان حرارة خاص بالطعام. ملعقتان من حبة البركة. قدر نظيف وشاش أبيض نظيف.

### طريقة التحضير

نُسكب الحليب بالقدر، ونضيفُ إليه ملعقة من الملح الخشن ونحرك الحليب جيداً حتى يذوب الملح، حيث إنَّ الملح يقوِّي الجبن ويحفظه من التعفن، ويساعد في تخزين الجبن لفترات طويلة. نُشعل النار تحت الحليب بحيث تكون النار هادئة حتى لا يحترق الحليب ونضع ميزان الحرارة، فعندما تصل درجة حرارة الحليب إلى (37) درجة تُطفئ النار عنه. نضع منفحة الحليب في كوب ونسكب عليها القليل من الحليب ونحركها جيداً، ثم نسكبها فوق الحليب الموجود بالقدر ونحرك الخليط. نُغطي القدر بالغطاء الخاص به، ونضع فوق الغطاء شرشفاً ونتركه مدة أربع ساعات أو أكثر حتى يتجبن، بعد ذلك سنفصل الماء عن الحليب وأصبح شبه جبن، ثم نقطع الحليب المتجبن لقطع داخل القدر ليسهل خروج الماء منه.

نأتي لتصفية الجبن بالشاش، حيث نحضر وعاءً آخر نظيفاً، ونضع داخله الشاش؛ بحيث تكون أطراف الشاش خارج الوعاء من كل الجهات ونسكب الحليب المتجبن داخله ونرش حبة البركة عليه، ويمكن الاستغناء عنها بحسب الرغبة، ثم نحرك الحليب. نُمسك بأطراف الشاش ونجعلها كالصرة ونعقدتها ثم نعلقها، ونجعل الوعاء تحتها لتصفيتها من الماء جيداً، ونبقيها على هذا الوضع ليلةً كاملة؛ ما يقارب الـ (12) ساعة تقريباً.

نضع الصرّة على لوح نظيف بعد انقضاء المدة، ونضع عليها ثقلاً لاستخراج ما تبقى من الماء فيها، ونتركها مدة ساعتين أو أكثر حتى يصبح الجبن متماسكاً وقوياً. نُخرج الجبن من الشاش ونقطعه لمربعات ونغمسها بالملح الخشن، ثم نضعه بوعاء آخر ثم ندخله إلى الثلاجة، ونبقيه ليلةً كاملة لتصفيته من الماء جيداً. نأتي لكبس الجبن أو تخزينه، بحيث نغلي ماءً في قدر حتى يفور ويترك ليبرد، ثم نُخرج الجبن من الثلاجة ونضع القليل من منفحة الجبن مع الماء، ونحركها جيداً مع مراعاة أن يكون الماء بارداً، حيث إنَّ المنفحة مع الماء تساعد في حفظ الجبن وتخزينه، ونسكب الماء المخلوط بالمنفحة فوق الجبن، ونغويه للتخزين.

### ملاحظة:

لاستخدام الجبن المخزن للأكل يجب إخراج كمية معقولة من الجبن، بحيث تُنقع بالماء ليلاً لتؤكل صباحاً، مع مراعاة تغيير ماء النقع للتخلص من الملح الزائد بالجبن.

