

الطبخ المصري الشعبي

Posted on 2019 ,9 سبتمبر



Categories: [المطبخ الاصيل](#), [مصر](#)

: بواسطة

المطبخ المصري له مذاقه الخاص ومأكولاته تعود إلى آلاف السنين، وقد تأثر بالعديد من المطابخ خاصة التأثيرات التركية والشامية (سوريا)، ودول البحر المتوسط (إيطاليا). ومصر معروفة بالعديد من الوجبات والأطباق الشعبية الكشري، الفطير المشلتت، الحواوشي، الأرز المعمر، الطعمية وغيرها

الإفطار

يبدأ من الساعة صباحاً بعد أن يصحو المصري إلى الثانية عشر ظهراً. أهم الوجبات المصرية (فول، طعمية، بيض مسلوق، مقلي، بالبطرمة، زبادي، عيش بلدي، فينو، لانسون، جبنة، بيضا، براميلي، فيتا، حادقة، رومي، لبن بالشاي، قهوة، مخلل، زيتون، بتنجان).

الغداء

بلهجة مصر (الغدا) يبدأ بتوقيت الثالثة حتي الخامسة ظهراً

تعبيرات في الوجبات المصرية

- **طبيخ:** كل ما يقلى ويخلط بالخضروات والزيت
- **عجالي بتللو:** لحم لحيوان صغير السن
- **لباني:** لحم عجل رضيع
- **شامورت:** فراخ صغيرة الحجم والسن. مثل (البامية والبسلة بالجزر والفاصوليا البيضاء والخضراء واللوبيا والبطاطس والقلقاس والسيانخ بالأرز في الصلصة، الملوخية)
- **مسبك:** يعتمد على اعتمادا كبير على الصلصة
- **كندوز أو كسر:** لحم الحيوان كبير السن

أشهر الأكلات المصرية

الكشري، ، والممبار، الحمام المحشي المعكرونة، الفول والطعمية، الرقاق باللحم، شركسية، الكشك، البصارة، الحواوشي، الفطير (المشلتت، الملوخية بالأرانب، المسقعة، الكبدة الأسكندراني، الكوارع بالبشاميل، الأرز المعمر

الكشري

أصله هندي وكان يسمى (كوتشري) ويتكون من الأرز والعدس. من الأكلات الشعبية الشهيرة، وتؤكل في وجبة الغداء، وهو طبق محبوب لدى المصريين

الأرز

أهم الأكلات المصرية في وجبة الغداء ويقدم كطبق أساسي وأحيان يكون جزء من وجبات أخرى ، أنواع (رز بشعرية – رز أبيض – رز سمك – رز محمر أو كمشي مثل الكشري والمحشي – رز باللبن – رز معمر

- **المحاشي:** تحشي بالأرز، وأحياناً باللحمة المفرومة أو الفريك، خس، كوسة، بطاطس
- **اللحوم والطيور.** اللحم البقري والجاموسي، العكاوي ، الكرشة ، جدار بطن الحيوان، الكوار
- **الأسماك والقراميط، والسردين، والجمبري، والبوري**

السلطات

تنتشر السلطة الخضراء العادية، كما تعرف سلطة بابا غنوج، وسلطة الطحينة البيضاء، ومن المقبلات: الجرجير والفجل الأخضر، والبصل الأخضر، والكراث الأخضر.