

طريقة تحضير الحنيني النجدي

Posted on 2018 ,3 يناير



Category: [المطبخ السعودي](#)

بواسطة: المحيط

طبق الحنيني من الاطباق الشعبية السعودية المميزة وخاصة في فصل الشتاء لأن الحنيني يعطي الجسم الدفيء والطاقة لاحتوائه على الدقيق الأسمر او دقيق البر وأيضا التمر الغني بالغلوكوز والليكولوز والسكروز يمتصها الجسم بسهولة فتصل سريعاً إلى الدم والأنسجة والخلايا في الدماغ والعضلات فتمنحها القوة والحرارة وهي مدرة للبول ونافعة للكليتين والكبد واليكم المكونات وطريقة التحضير .

مكونات الحنيني النجدي

مقادير العجين

- كوب طحين اسمر 2
- ماء 1 ½
- كوب زيت ¼
- كوب سكر 2
- ملعقة كبيرة حليب بودرة 1
- ملعقة صغيرة بيكنج باودر 1
- ملعقة فانيليا 1
- رشة ملح

مقادير حلى الحيني

- كوب عجوة 3
- ليمونة ½
- كوب زبدة 1

طريقة تحضير الحيني

- في وعاء عميق ننخل الطحين ونضيف البيكنج باودر والفانيليا والملح ونخلطهم جيدا
- في وعاء اخر نضيف الماء والزيت والسكر ونحرك المزيج جيدا الى ان يذوب السكر
- نضيف الطحين الى الخليط ونحرك جيدا الى تتشكل لدينا عجينة سائلة تقريبا
- هناك طريقتين للخبز اما بوضع العجينة في صينية الفرن وخبزها على درجة حرارة متوسطة الى ان تصبح ذهبية او خبزها مثل البان كيك
- بوضع القليل من الزيت في مقلاة غير قابلة للالتساق ووضع كمية صغيرة من العجين في مغرفة ووضعها في المقلاة لتصبح ذهبية من الطرفين الى ان تنتهي كمية العجين
- في كلا الحالتين وبعد نضوج العجين نضيف العجوة اليه ونضعه في فرامة الكبة مرة واحدة فقط
- نذوب السمونة في مقلاة ونضيف الحيني بعد فرمه نحركه الى يمتزج جيدا ثم نضيف عصير الليمون ونحرك جيدا
- نسكب الحيني في طبق وبهذا يكون جاهز للتقديم ويقدم ساخنا