

كيفية تحضير وجبة الهريش

Posted on 2018 , 12 مارس



Category: [المطبخ اليمني](#)

بواسطة: المحيط

الهريش، من الأكلات الشعبية الشهية التي تتوفر في المطبخ اليمني وجبة الهريش، التي تعد من أشهر الأكلات ولتحضيرها عليك أن تقوم بعدة خطوات:

مقادير الهريش

كوب سميد خشن، كوبان ونصف ماء

ملعقة ملح، 4/3 كوب الدقيق الأسمر

طريقة تحضير الهريش

نضع الماء على النار حتى الغليان، ثم نضيف الملح والسميد الخشن ويتم خلطه جيداً باستخدام ملعقة خشبية، حتى يمتزج الخليط معاً ليصبح في شكل سائل، ثم نقوم بعدها بتهدئة النار، ونتركه لمدة 10 دقائق حتى تمام النضج.

نضع بعد ذلك الدقيق الأسمر على الخليط السابق، ونقلبه سريعاً على نار هادئة حتى يمتزج الخليط مع بعضه تمام ويصبح متجانساً، ونتركه على النار لمدة دقيقتين ثم نسكبه وهو ساخن، ونشكله في شكل دائرة داخل طبق التقديم ونصنع بوسطها دائرة فارغة، نسكب فيها سمن أو عسل، ويجب أن تقدم ساخنة ويجب إعدادها قبل الإفطار بدقائق معدودة