

رئيس التحرير
خالد صلاح

اليوم السابع



بحث



اخر الاخبار بالفيديو.. آخر مستجدات عالم المال والأعمال فى نشرة اليوم السابع الاقتصادية

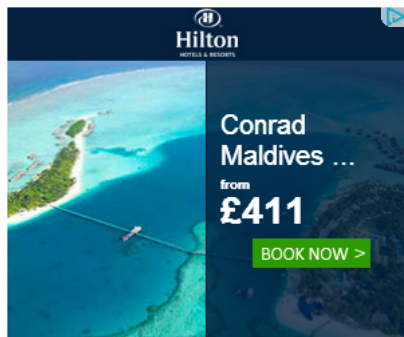
الرئيسية < المرأة

طريقة عمل إسباجتى بالأنشوجة

الثلاثاء، 31 مارس 2015 - 05:09 م



طريقة عمل إسباجتى بالأنشوجة



Follow Youm7	Like Youm7
+1 +Youm7	Follow youm7newspaper
Follow Youm7newspaper	Subscribe mubasheryoum7
Print طباعة	Send to friend ارسل لصديق

الأكثر قراءة

"اليوم السابع" تطلق مبادرة "حظ فلوسك فى البنوك"
لدعم الاقتصاد.. المبادرة تهدف للنهوض بالجهاز
المصرفى وحماية منخدرات المواطنين من النصب باسم
"توظيف الأموال".. وورش عمل خلال أيام لتحديد
ملامح الحملة

"الأموال العامة" تلقى القبض على "المستريح"
لاتهامه بالنصب على المواطنين

نساء مبارك على رادار الممنوعين من السفر.. السماح
لخديجة الجمال بمغادرة البلاد مرة واحدة للعلاج..
وقضية القرن والقصور الرئاسية يعرقلان ترتيبات
سوزان لـ"عمة" بمرافقة علاء وجمال

"صافيناز" تؤسس شركة إنتاج فنى بمصر للحصول
على الإقامة

طالب يشق نفسه داخل حمام فى الدقهلية أثناء تقليده
"سبايدر مان"

محمد صبحى: إرهابى أعطانى مرة حزاما ناسفا لتفجير
نفسى ووعدى بقصر فى الجنة

حبس محمد محسوب غيايبا 3 سنوات بتهمة النصب
على مستثمر عربى

كتبت رانيا سعد الدين

المكروننة تعتبر من أسهل الأكلات فى التحضير لسرعة نضجها، مما أكسبها شهرة عالمية، وتقدم الشيف
"**سلوى الغرباوى**" طريقة أعداد المكروننة بشرائح الأنشوجة، حيث تعتبر وجبة سهلة الأعداد ومتكاملة
العناصر.

المكونات:

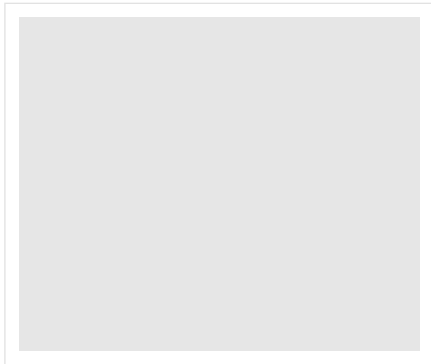
- كيس مكروننة إسباجتى
- علبة أنشوجة
- كوب عصير طماطم
- 2 ملعقة كبيرة صلصة طماطم
- 2 طماطم شرائح
- بصلة متوسطة مقطعة شرائح رفيعة
- 2 فص ثوم مقطع شرائح
- 1/4 كوب زيتون أسود أو أخضر شرائح
- 1/4 كوب كاجرى
- ملح - فلفل أسود - ريحان بودر
- 2 ملعقة كبيرة زيت زيتون
- ريحان طازج للتزيين

طريقة التحضير:

بالصور.. إلسا مثيرة بملابس "شفافة" مع أصدقائها

الفراغنة مع نيجيريا فى تصفيات أمم أفريقيا 2017

سطو مسلح على مكتب بريد المرج وسرقة 100 ألف جنيه



الأكثر تعليقاً

وكالة فارس: إيران ترسل سفنا حربية لخليج عدن ومضيق باب المندب

تكس مروى بـ"طلعت حرب" بالتزامن مع تزايد أعداد متظاهري أصحاب المعاشات

المفتى: لابد من انفتاح العالم الإسلامى على الغرب مع الحفاظ على الثوابت

نسر الـ"F16" يكون جحور الجردان.. مقتل 17 إرهابيا وإصابة 5 آخرين فى قصف جوى عنيف لبور تكفيريين بسيناء.. تدمير 4 مخازن متفجرات و5 مخابى و17 عشة بالشيوخ زويد ورفع.. وتواصل نقل سكان مناطق العمليات

الحكومة توافق على تخصيص 30 فدانا لإنشاء ملحق إضافي للكاتدرائية المرقسية

تفاصيل قرار النائب العام بإحالة ضابطى الأمن الوطنى المتهمين بقضية "محامى المطرية" للجانبات.. التحقيقات: التقرير الطبى للمجنى عليه كشف تعرضه للتعذيب حتى الموت بقصد الإكراه على الاعتراف بانضمامه للإخوان

إحالة ضابطى الأمن الوطنى المتهمين باختطاف وتعذيب محامى المطرية للجانبات

بالفيديو.. أصحاب المعاشات يتظاهرون بـ"طلعت حرب" للمطالبة بتطبيق الحد الأدنى

بالصور.. رواد "تويتر" يحيون الذكرى الـ 45 لمذبحة بحر البقر.. ويؤكدون: دماء أطفالنا لن تذهب سدى.. ويستشهدون بكلمات جاهين: "أيه رأيك فى البقع الحمرا يا ضمير العالم".. ومغرد: جريمة شاهدة على خسة اليهود

باحثون إسرائيليون يضعون تفسيرات علمية لـ"الضربات العشر" على مصر فى عهد فرعون موسى.. "الدم فى النيل" نتيجة طحالب حمراء.. "الضفادع" و"القمل" و"الذباب" بسبب موت الأسماك.. و"الجراد" بسبب تغير المناخ

- تسلق المكرونة فى ماء مغلى وملح حوالى 7 دقائق، ثم تصفى وتغسل وتترك جانباً.
- فى تلك الأثناء يسخن زيت الزيتون فى طاسة على النار ويضاف البصل ويقلب حتى ينبل.
- تضاف شرائح الثوم وتقلب حتى تتحمر قليلاً.
- تقطع الأنشوجة إلى قطع صغيرة وتضاف إلى الخليط ومعها الزيتون والكابري ويقلب المزيج.
- يضاف عصير الطماطم والصلصة والملح والفلفل الأسود والريحان الجاف ويترك على النار حوالى 10 دقائق حتى يغلظ قوام الصلصة.
- توضع المكرونة فى طبق التقديم ويصب فوقها الخليط وتزين بالريحان الطازج.

موضوعات متعلقة :

[لرجيم صحى.. طريقة عمل توست السلمون المدخن](#)

[طريقة عمل برجر السمك بصوص التارتار](#)

اكل صحى | اكل بيتى | طريقة المكرونة



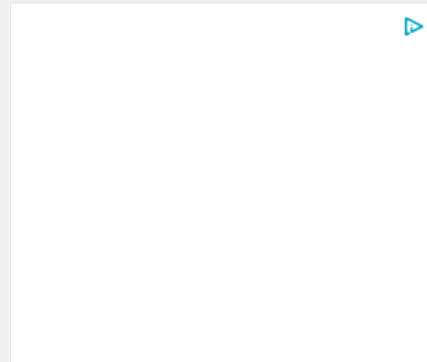
أرسل يوم 7 أو youm7 إلى

1666
amobal
سعر الخدمة: ٥٠ قرش كل يومين

95000
mobal
سعر الخدمة: ٢٠ قرش كل يوم

9999
vodafone
سعر الخدمة: ٢٠ قرش كل يوم

خدمة الرسائل القصيرة
من اليوم السابع



لا تفوتك هذه الأخبار

أنصار عبد الله صالح يبايعون حكومة اليمن الشرعية مقابل الخروج الأمن



سامح عاشور مشيدا بمبادرة "اليوم السابع" للانتخاب بالبنوك: تحمى من النصب



بعد تزايد البلاغات ضد.. "الأموال العامة" تلقى القبض على "ريان الصعيد".. النائب العام يأمر بالتحفظ على ممتلكات "المستريح".. ومحاميه يبدأ جولة مفاوضات مع الضحايا يدفع 90 مليون جنيه خلال ساعات



"اليوم السابع" تطلق مبادرة "حط فلوسك فى البنوك" لدعم الاقتصاد.. المبادرة تهدف للنهوض بالجهاز المصرفى وحماية مداخل المواطنين من النصب باسم "توظيف الأموال".. وورش عمل خلال أيام لتحديد ملامح الحملة



"صافيناز" تؤسس شركة إنتاج فنى بمصر للحصول على الإقامة



الإسماعيلي يتقدم على الأهلى بنيران صديقة (تحديث)

