

٣-٢ شرائح بطيخ ، سمك البطيخ بوصة
مع قشرة

٤ طماطم متوسطة على شكل مكعبات

ربع كوب ريحان طازج ، مفروم فرماً ناعماً
ملعقة واحدة كبيرة زيت زيتون بكر ممتاز

نصف ملعقة كبيرة من بلسم الخل

ملعقة واحدة صغيرة من ملح

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
المطحون

٤ الى ٦ أوقية من جبنة الفيتا، شرائح رقيقة
أو متفتتة

طريقة التحضير:

١. رش او بخ شبكات الشواء الباردة أو مقلاة شواء من الحديد الزهر مع بخاخ الطبخ.

٢. اجعل الحرارة متوسطة الى عالية. يُتبّل البطيخ على كل الجانبين مع ربع ملعقة صغيرة من الملح ويُشوى حوالي ٢-٣ دقائق لكل جانب. يجب أن تظهر البطيخ علامات شواء متفحمة عند الانتهاء. ترفع من الشواية وتوضع جانباً حتى تبرد الملمس، حوالي ١٠ دقائق. بعدما تبرد، إزالة القشرة وقطع البطيخ إلى مكعبات ١ بوصة.

٣. اخلط الطماطم والريحان وزيت الزيتون والخل والملح المتبقي والفلفل في وعاء كبير. تُضاف مكعبات البطيخ ويُحرّك المزيج بلطف. يُضاف الطبق مع الفيتا ، ويُبرد لمدة ٣٠ دقيقة، وقدم.

وصفة المصدر: هيكوري الربوة مزارع كريم ، LLC

نصائح لسلامة الأغذية:

يجب تخزين الجبن عند ٥٣ درجة فهرنهايت و ٥٤ درجة فهرنهايت، على مستوى رطوبة عالية، ويفضل أن يكون ذلك في درج الخضروات في الثلاجة.



تجنب تجميد الجبن إن أمكن. إذا لم يكن ذلك ممكناً، اسمح للجبن بالذوبان ببطء في الثلاجة.



احتفظ بالجبن بعيداً عن أي ذوبان من اللحم في الثلاجة لتجنب التلوث المتقاطع.



نصيحة حول سلامة الغذاء مقدمة من جمعية الجبن الأمريكي <https://www.Cheesesociety.org>.



تم توفير هذه الوصفة من قبل جمعية سوق المزارعين في ميشيغان. تم دعم التنمية من خلال منحة للتدريب والتعليم في مجال سلامة الأغذية مقدمة من وزارة الزراعة والتنمية الريفية في ميشيغان. لمزيد من الوصفات ومعلومات البرنامج، يرجى زيارة mifma.org.