



O ولاء هاني.



O فاطمة مرتوب.

إقبال متوازن على المطاعم في البحرين رغم التوترات الإقليمية

مواطنون: المقاهي والمطاعم وجهة لتغيير الأجواء بعد الإفطار



المطاعم لديها ليست ثابتة. وبينت ولاء أن الإقبال على المطاعم ما زال موجوداً وفق ما تلاحظه عبر وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يحضر كثير من الناس على الخروج وتغيير الأجواء بعد الإفطار. كما لفتت إلى أنها أصبحت تفضل اختيار المطاعم القريبة من المنزل لتسهيل العودة في حال حدوث أي ظرف غير متوقع.

من جانبها، أوضحت فاطمة عبدالله أن الأوضاع الإقليمية دفعت بعض الأشخاص إلى التعامل بحذر أكبر عند الخروج، إلا أنها ما زالت تحافظ على زيارة كخيار لتغيير الأجواء، خصوصاً على وجبة السحور. وأشارت إلى أن بعض العائلات أصبحت تميل أكثر إلى التجمع في المنزل وإعداد الوجبات المنزلية، مع الاكتفاء بالخروج لتناول

مستلزمات الطبخ في المنزل، لافتة إلى أن ميزانية المطاعم لديها ليست ثابتة. وبينت ولاء أن الإقبال على المطاعم ما زال موجوداً وفق ما تلاحظه عبر وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يحضر كثير من الناس على الخروج وتغيير الأجواء بعد الإفطار. كما لفتت إلى أنها أصبحت تفضل اختيار المطاعم القريبة من المنزل لتسهيل العودة في حال حدوث أي ظرف غير متوقع.

من جانبها، أوضحت فاطمة عبدالله أن الأوضاع الإقليمية دفعت بعض الأشخاص إلى التعامل بحذر أكبر عند الخروج، إلا أنها ما زالت تحافظ على زيارة كخيار لتغيير الأجواء، خصوصاً على وجبة السحور. وأشارت إلى أن بعض العائلات أصبحت تميل أكثر إلى التجمع في المنزل وإعداد الوجبات المنزلية، مع الاكتفاء بالخروج لتناول

رغم التوترات الإقليمية التي تشهدها المنطقة، يرى عدد من المواطنين أن الإقبال على المطاعم في البحرين مازال مستمراً إلى حد كبير، مع ميل بعض الأسر إلى مزيد من الحذر أو تفضيل الجلسات المنزلية خلال هذه الفترة، خاصة في شهر رمضان الذي تزداد فيه الأجواء العائلية.

وقالت ولاء هاني إن إقبالها على المطاعم خلال الفترة الأخيرة لم يتغير كثيراً، موضحة أن شهر رمضان في العادة تفضل تناول الطعام في المنزل، وقد تلجأ أحياناً إلى طلب وجبة سحور من أحد المطاعم. وأضافت أنها قد تخرج أحياناً بشكل سريع لشراء القهوة من السيارة أو زيارة أحد المقاهي لفترة قصيرة، مع متابعة الأوضاع والأخبار قبل الخروج.

وأشارت إلى أن عادات الشراء لديها شهدت زيادة نسبياً خلال هذه الفترة، خاصة فيما يتعلق بشراء

الزلابية.. حلوى بحرينية تزين مواعيد رمضان



تعد الزلابية من الأطباق الشعبية الحاضرة على مواعيد الإفطار في البحرين خلال شهر رمضان المبارك، إذ ارتبطت هذه الحلوى بأجواء الشهر الفضيل، حيث اعتادت العائلات تناولها بعد الإفطار مع الشاي أو القهوة العربية.

وتتميز الزلابية بشكلها الكروي الصغير وقوامها الهش من الخارج والطري من الداخل، حيث تحضر من عجينة بسيطة تعتمد على الدقيق والخميرة والماء، ثم تقلى في الزيت حتى تكتسب لونها ذهبياً، قبل أن تغمر في القطر (الشيرة) أو ترش بالسكر، ما يمنحها مذاقاً حلوياً محبوباً لدى الكبار والصغار.

وتحرص الكثير من الأسر في البحرين على إعداد الزلابية في المنازل خلال الشهر الفضيل، بينما تقدمها كذلك محلات الحلويات الشعبية والمطابخ المنزلية، خصوصاً في ساعات ما قبل الإفطار، حيث تشهد إقبالاً ملحوظاً من الراغبين في شرائها طازجة.

وتختلف طرق تقديم الزلابية قليلاً من بيت إلى آخر، فبعض العائلات تضيف إليها رشّة من السمسم أو الهيل، بينما يفضل آخرون تقديمها مع القطر الثقيل أو العسل. كما قد تحشى أحياناً ببعض الإضافات الحديثة مثل الشوكولاتة أو القشطة، في محاولة لإضفاء لمسة عصرية على الوصفة التقليدية.

وتعد الزلابية جزءاً من الموروث الغذائي الشعبي الذي يعكس بساطة المطبخ البحريني وثراءه في الوقت ذاته، إذ ظلت حاضرة في الذاكرة الرمضانية للأجيال، تنتقل وصفاتها من الأمهات إلى الأبناء، لتبقى إحدى النكهات التي تميز ليالي رمضان في البحرين.

ومع تطور طرق الطهي وتنوع الأطباق الحديثة، ما زالت الزلابية تحافظ على مكانتها كواحدة من الحلويات التقليدية التي تحضر على المائدة الرمضانية، لتضفي على الإفطار لمسة من الدفء والحنين إلى الأكلات الشعبية القديمة.



مكرونة لسان العصفور بالدجاج والسبانخ

الوجه:
طريقة التحضير:
يسخن زيت الزيتون في مقلاة واسعة أو قدر كبير، ويقلب الدجاج حتى يتغير لونه ويحمر ماؤه، ثم يرش بالقليل من الملح والفلفل الأسود ويرفع جانباً.

في المقلاة نفسها يضاف البصل ويقلى حتى يذبل، ثم يضاف المشروم ويقلى حتى يتبخّر الماء.

يعاد الدجاج إلى خليط البصل والمشروم، ثم تضاف السبانخ وجميع البهارات ويخلط جيداً.

تضاف الكريمة والزبادي ويقلى الخليط حتى يتجانس.

إذا كان الخليط كثيفاً يمكن إضافة قليل من ماء سلق المكرونة أو المزيد من الكريمة لتجنب جفافه أثناء الخبز.

ينقل الخليط إلى صينية فرن، ويسوى السطح ثم ترش جبنة الموزاريلا على الوجه. تدخل الصينية إلى فرن مسخن مسبقاً على حرارة 180 درجة مئوية مدة 15-20 دقيقة أو حتى يكتسب الوجه لونا ذهبياً.



O الشيف أريج عبدالله.

المكونات:
* كيس مكرونة لسان العصفور مسلوقة ومصفاة.
* نصف كيلو صدور دجاج بدون عظم، مقطعة.
* كوب بصل مقطع.
* علبة أو كوبان شرائح مشروم طازج.
* نصف كيلو سبانخ مثلجة أو 4 أكواب سبانخ طازجة مقطعة.
* 2 ملعقة طعام زيت زيتون.
* 2 كوب كريمة طبخ أو كريمة جوز الهند.
* 2 ملعقة طعام زبادي يوناني.
* نصف ملعقة شاي ملح بحري.
* نصف ملعقة شاي فلفل أسود.
* نصف ملعقة شاي ثوم بودرة.
* نصف ملعقة شاي بصل بودرة.
* 2 ملعقة طعام تنبيلة خضار (اختياري).
* 2 ملعقة طعام صلصة صويا (اختياري).
* ربع ملعقة شاي فلفل أبيض (اختياري).
* من كوب إلى كوبين جبن موزاريلا مبشور لتغطية