



يقدم الأسماك الطازجة ضمن بوفيه متنوع

مطعم الواحة بفندق الخليج يخصص ليلة خاصة بالمأكولات البحرية



البحر. ويحرص القائمون على المطعم توظيف أجود أنواع المكونات الغذائية ضمن أطباق البوفيه، إلى جانب الإشراف على الأطباق المقدمة من قبل طهاة محترفين يمتلكون الخبرة الواسعة في مجال المأكولات البحرية، مع الاهتمام بجودة المكونات ودية التحضير، لضمان تقديم الأطباق بالمستوى الذي يليب ذوق الزبائن. وتأتي هذه الأمسية ضمن قائمة خيارات الطعام التي يقدمها مطعم الواحة، التي تضم أطباقاً متنوعة من مطابخ عالمية، إلى جانب وجبات الإفطار والغداء والعشاء. وجدير بالذكر أن المطعم أعلن ترشحه لجوائز «Fact Dining Awards Bahrain 2026» المعنية بتكريم المطاعم والاحتفاء بتجارب الطعام في المملكة.

يخصص مطعم الواحة في فندق الخليج ليلة أسبوعية مخصصة للمأكولات البحرية، حيث يتيح للضيوف الاستمتاع بتشكيلة من المأكولات البحرية التي تضم أصنافاً متنوعة من الأسماك المختلفة وسرطان البحر وغيرها من الأصناف البحرية الأخرى، إلى جانب اعتماده على الصلصات الخاصة التي يتم تحضيرها في المطعم والمقبلات الساخنة. كما يقدم مجموعة من الحلويات المتنوعة، ضمن بوفيه مخصص لمحبي المأكولات البحرية. وتم تخصيص كل يوم خميس لتقديم تجربة طعام متكاملة لعشاق المأكولات البحرية، وذلك من الساعة السابعة مساءً حتى العاشرة والنصف ليلاً، مع تشكيلة متنوعة من الأطباق التي تحتفي بخيرات



طبق الأسبوع: كفتة الدجاج



يعد طبق كفتة الدجاج من الأطباق التي تجمع بين سهولة التحضير وتنوع النكهات، إذ يمكن إعدادها بمكونات بسيطة وإضافة الخضراوات والتوابل التي تمنحها مذاقاً مميزاً. وتتنوع طرق تقديمها بين الأرز والخبز والسلطات، فيما تضيفي الصلصات المصاحبة لمسة إضافية على الطبق. وتعتمد الوصفة على الدجاج المفروم الممزوج بالبصل والثوم والبقدونس، مع مجموعة من التوابل، أبرزها الكمون والفلفل الأسود والبابريكا، التي تضيفي نكهة متوازنة على الخليط. ويمكن إضافة الفلفل الحلو المفروم أو الجزر المبشور، بحسب الرغبة، مع استخدام كمية مناسبة من البقسماط للمساعدة على تماسك الكفتة. وتعتمد طريقة خبزها أو طهيها على رص قطع الكفتة في صينية مدهونة بقليل من الزيت إلى جانب توزيع حولها شرائح البصل والفلفل الملون والطماطم، ثم تدخل قرناً محمى مسبقاً على حرارة 200 درجة مئوية حتى تنضج تماماً وتحمّر. ويمكن أيضاً طهيها في مقلاة على نار متوسطة مع قلبها حتى تنضج من الداخل. وتقدم كفتة الدجاج غالباً مع صلصة الزبادي والثوم أو الطحينة، ويمكن تزيينها بالبقدونس الطازج وشرائح الليمون. كما تناسبها البطاطس المشوية والأرز المتبل والسلطات الطازجة، لتمنح الوجبة تنوعاً في النكهات والقوام.



الأواني النحاسية.. استخدامات تقليدية باشرطات صحية

الشف أريج عبدالله: سلامة الأواني النحاسية تبدأ من طريقة استخدامها

الأواني مجهولة التركيب أو المتضررة. وتابعت أن ينبغي عدم حفظ المشروبات الحمضية فيها، مثل عصير الليمون والبرتقال والخل، لأن الأحماض قد تتفاعل مع النحاس وتزيد من انتقاله إلى السوائل، وهو ما قد يشكل خطراً على الصحة عند ارتفاع الكميات المتناولة. وفيما يتعلق بالتنظيف، أوضحت أن العناية بالأواني النحاسية تبدأ باستخدام الماء ومنظف مناسب وقطعة قماش ناعمة، ثم شطف الإناء جيداً وتجفيفه بعد الانتهاء. جدير بالذكر يظل استخدام الأواني النحاسية لشرب الماء مرتبطاً بضرورة معرفة خصائص المعدن وحدود استعماله، خصوصاً عند الاعتماد عليها بصورة يومية. فالممارسات التقليدية لا تغني عن التحقق من سلامة الأدوات المستخدمة، كما أن الفوائد الصحية المنسوبة إلى هذه الأواني تحتاج إلى أدلة علمية تثبتتها، بعيداً عن المبالغة في تقدير آثارها على صحة الإنسان.



○ شيف أريج عبدالله.

بشأن استخدامه في حفظ الماء. وذكرت لابد التأكد من أن الأواني النحاسية مخصصة لوضع الأغذية فيها أو ملامستها، إلى جانب سطحها الداخلي يكون سليماً وخالياً من التلف مع تجنب استخدام

انتشر مؤخراً الترويج إلى استخدام الأواني النحاسية عند بعض المهتمين بالعادات التقليدية المرتبطة بحفظ الماء، وسط تساؤلات من البعض بشأن مدى ملاءمة الأواني النحاسية للاستخدام اليومي. وفي هذا السياق ذكرت الشيف أريج عبدالله المتخصصة في إعداد وتقديم الأطباق الصحية من خلال حسابها في إنستغرام طرق استخدام الأواني النحاسية والعناية بها، إلى جانب توضيحها للاحتياطات التي ينبغي مراعاتها للحفاظ على سلامتها. وذكرت أن النحاس يعتبر من المعادن الأساسية التي يحتاج إليها الجسم بكميات محدودة، حيث يؤدي دوراً في تكوين خلايا الدم الحمراء إلى جانب إسهامه في وظائف الجهاز العصبي وصحة الأنسجة. وأوضحت أن أهمية النحاس الغذائية لا تعني بالضرورة أن شرب الماء من أوان مصنوعة منه يوفر فوائد صحية إضافية، مشيرة إلى ضرورة التمييز بين حاجة الجسم إلى هذا المعدن والإدعاءات المتداولة