الكسكس ب 7 خضار: يقال بأن أصل الكسكس يعود إلى العصور القديمة وتحديدا عصر الملك ماسينسيا. الطماطم والكرنب الأخضر أشهر أنواع الكسكس بالمغرب. يحضر الأمازيغ طبق الكسكس احتفالا بيناير، الهدايا... كما يمكن تذوقه في العديد من مطاعم المنطقة. طاجين الدجاج بالليمون الحامض: يعد طاجين الدجاج بالليمون الحامض والزيتون من الأطباق الكلاسيكية بالمغرب والذي يقدم كثيرا في جنوب المملكة. يعد هذا الطبق العائلي السهل التحضير غير مكلف ولذيذ في نفس الوقت. ويحضر في كل بيت مغربي مرة في الأسبوع على الأقل. طاجين لحم الخروف بالسفرجل والعسل: يعد هذا الطبق التقليدي من أشهر الأطباق في ورزازات وهو يوازن بشكل مثالي ما بين النكهات الحلوة والمالحة. البصل بالإضافة إلى زيت الزيتون والنعناع البري. خصوصا في فصل الشتاء عندما يكون الجو باردا، كما تقدم للنساء بعد الولادة نظرا لقيمتها الغذائية العالية. شربة الحمام بالجوز: يعود تاريخ هذا الطبق الفاخر إلى عهد الباشا الكلاوي، يحكى بأن مائدة الباشا الكلاوي كانت مزينة كل يوم بطبق خارج عن المألوف. الكسكس البربري ، قاعدتها المصنوعة من سميد الذرة (أسنكار) تُلف بعناية باليد ، هذه القطع من بطن لحم الضأن المحشوة بشرائط من القلب والكبد والرئتين مطبوخة على البخار ثم تجفف في الشمس ... اثنان مكونات ذات مذاق واضح ، البرسيم الحجازي واللفت المجفف بالشمس هي اللمسة الجميلة التي يكملها هذا الطبق.

Summarized by © lakhasly.com