

YOUR LUXURY GETAWAY

APRIL 2012

السفر
LIFE MAGAZINE

راميا عياش : «بفضلين
هي كل حياتي..
والرسم هو هبتي الثانية»
وإفهاما الأكتئاب بالسبل
الطبيعية فقط
فان الوقت للإفهام
في أعرب العرايات
السن السعوي العاصر
في كتاب واحد

القطب السيفية
ر "مريم السلطان"

Publisher Eight Magazine Limited
72 New Bond Street, Mayfair
London, W1S 1ER
Eight Magazine (KSA Office)
P.O. Box: 101441 Riyadh 11372 KSA
Tel: + 965 1 288 27 29
www.eightmagazine.com

Editor in Chief
Dr. Ahmad Abou-Isa
Editorial Coordinator
Sham Zaitouni
Sham.z@eightmagazine.com

Editors
Veronique Abou Ghazaleh
Mohammed AlMutawic
Elie Farby
Michel E. Zreik

Writers
Dr. Samar Aly
Ahmed Ismail
Zakiyah Alsi

Art Director
Ritha Bin Salah
Rithabasal@eightmagazine.com

Naef Farhan
Naef.farhan@eightmagazine.com

Executive Manager
Uma Mukil
Uma.mukil@eightmagazine.com

Executive Secretary
Sarah Al Ahsani
sarah.a@eightmagazine.com

Executive Accountant
Nour Al -Banawfil
Nour.al@eightmagazine.com

Public Relation Manager
Susan Serhan
Susan.s@eightmagazine.com

Sales Department
Nadia Al Sadeh
Nadia.a@eightmagazine.com

Printing
Smart Image Co.
Tel : +966 1 46 222 70

Al Watania Distribution
P.O. Box 84370 Al Riyadh 11671
Tel : +966 1 487 1414
Fax : +966 1 478 1450

Marketing and Advertising

www.eightmagazine.com

Tel: + 966 1 288 27 29
info@eightmagazine.com

*Saudi Arabia	25 SR	*UAE	25 AED
*Qatar	25 QAR	*Qatar	25 QAR
*Bahrain	25 BHD	*Kuwait	20 KWD
*Jordan	5 JD	*UK	5.00 GBP
*Lithuan	14.000 LBP		



ليس فقط من الناحية الصحية إنما الثقافية والفنية أيضاً التي تكوّنوا مرتاحين مع أنفسهم وتكونوا مواطنين دائماً بالأفكار الجديدة والخلاقة. وكما في كل صعد متسلقون صفحات مجلّتنا وتجسّدوا الثقافة الجديدة لعالم الطبع التي تسود لكلمات متناقضة من ألدّ الطويات التي الطعام الهندي الأصلي الذي ربما تلوّثتم أظفاره لكن تم تقصصوا في تصاميمه بعد، وإذا كنتم تترقبون بغلاف الصبر ما نخليه لكم في عالمي التكنولوجيا والسيرات، فنقول لكم لا ههنا أحزمة الأمان فلطفاً قوية وتحتجون خلائها إلى عزم وقوة.

تعم... والغنا أجمل حتى من أحلامنا في صعدنا الرابع عشر، لكنّ هذا لا يعني أنّ الرحلة انتهت فهي ليست إلا في أوجها. فكما حققتنا حتماً وجمالاً واحداً كبيراً ليس إليه وهناك الكثير من المراحل بعد التي لن نمرّ بها ثم فقط إنما ستكون الابتكارات حقيقة لتعمل لتوقع مجلة 8، لكي لا تكون الرقابة مجرد كلمة عبثية لا ليل تكون والغنا تعيشه يومياً.

هل يكون الواقع أجمل من الحلم؟

إذا أصبحت أحلامكم كلها يوماً واقعاً، كيف ستحسون هذه اللحظات؟ هل ستسعون أنفسهم لتذكروا تطلب أن الأحلام العودية التي راودتنا يمكن أن تصبح يوماً جزءاً من يومياتنا، وفي هذه اللحظة يمكن أن نلتقي من المستقبل والتحولات الأكبر التي ستواجهنا في وقت سيكون لدينا أحلام جديدة نسعى إليها. في مجلة 8، هذه كانت الجائزة التي نعيشها هذا الشهر والتي نشارككم بها تماماً كما ما هذا كم على أن تكون رضاء ودرية في مختلف التجارب التي نشارك أحراراً في مختلف المجالات، وذلك بعد أن حققنا أحد أهم أهدافنا من خلال تنظيم العرض السعودي الفنّ والأزياء الذي شهد نجاحاً ساحقاً ونال شهادة نجاح من الجماهير والشعوب. لهذا، العرض هو الحدث الأول من نوعه من ناحية النوعية مع مختلف الفنون تحت سقف واحد، وقد شكّل بالنسبة لنا محطة لا يمكن إلا أن يكون منتهى لنا يمكن للأحلام أن تتغير في نظرنا إلى الكثير من القضايا التي تلعب مجتمعاتنا.

فمن خلال معرضنا الأول أحيينا لكم في مجلة 8، تلك رؤيا نحو عالم الفنّ والجمال الرقابة لا يمكن إيجادها في أي مكان آخر، وهي فكرة فريق عملها التي لا يصعب إلا أن نلفظ الصورة الحقيقية لحياة الرقابة والرقابة التي لا يمكن قياسها بالأشياء الملموسة فقط إنما هي ترمز إلى اعتماد حياة بر تكسر على راحة الجبال ويوجد السلام الداخلي ورمح كل المشاكل الحياتية اليومية. وما ستلعبنا تطبيقه ألا هو فتح الأبواب أمام الموهب الشابة لتكون لها هي أيضاً دوراً في تشكيل هذا المجتمع من الحياة، وذلك دون التحلي من كبار الأسماء التي يطبقون عالم الفنّ المعاصر وهم يتكلمون الرجع الأول لنا كآنا. هكذا أصطلت مجلة 8، بعدما جديداً للعاصمة الرياض وسجّلت لها زوايات جديدة ستبقى في الذكرة طويلًا.

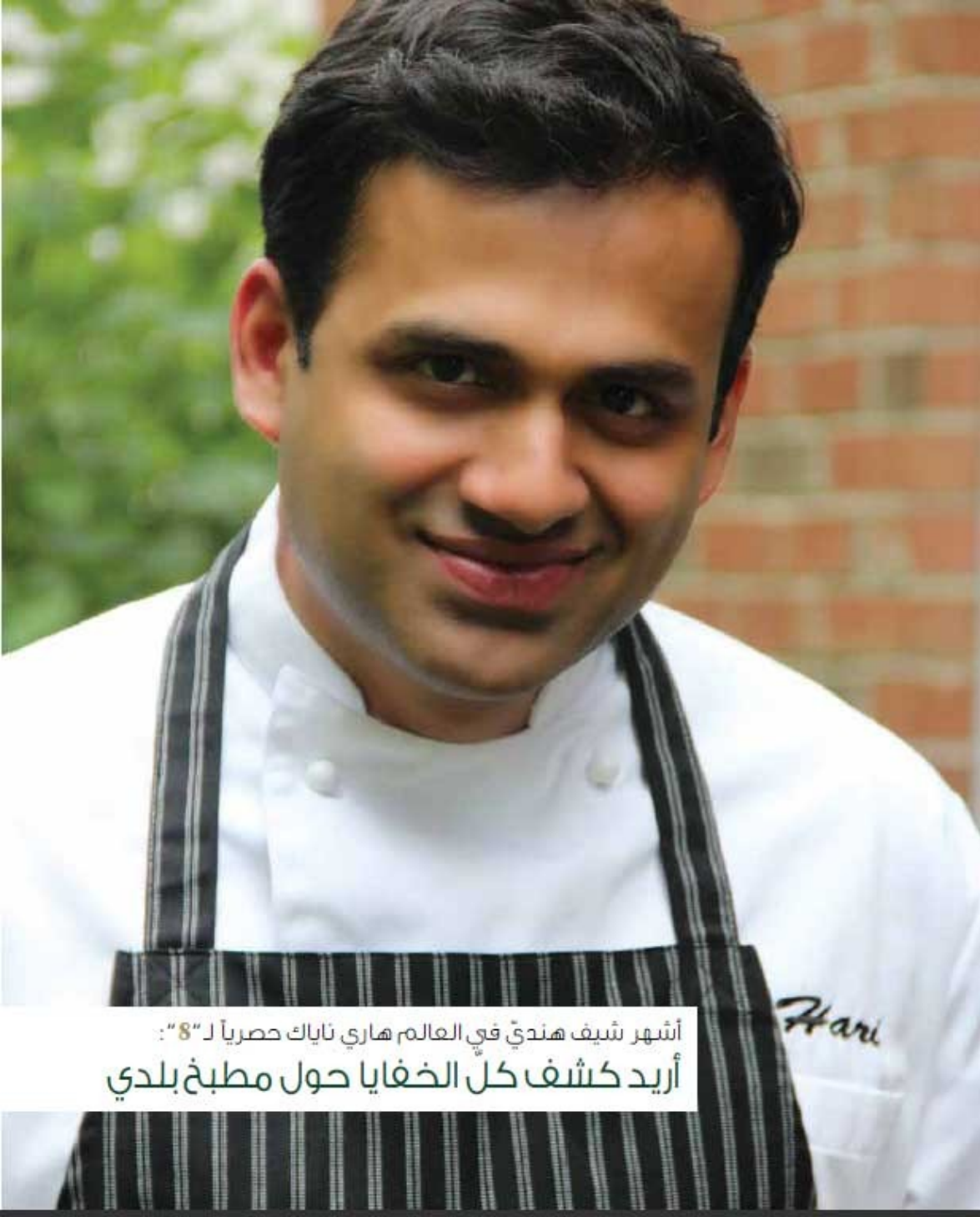
لكنّ حلمنا لم ينته، فالتزم لتتطور ولنا أيضاً بعد جديد لتخدموا خياركم هذا الشهر، ولما قررنا أن نجعل من صعدنا الرابع عشر تحدياً لنا نستحق الثقة التي تولدوا إياها. البداية كانت مع استضافةنا لأحدث صفحات النهضة واتجاهنا إلهاماً أن الأزياء بالنسبة لنا تغير عن شخصيتكم وهي ليست مجرد قطع نختارها مبيداً، ويعلمنا حققتنا أحلامكم في اختيار أماكن مثالية ربما شاهدتم صوراً قريبة لها في خيالكم دون أن نعتقدوا للتحفة أنها موجودة حقيقة. ولأن مجلة 8، هي منكم واليكم كان سعيها الأول في هذا الصدد أن تكون أفضل وفلكم من خلال مساهمةكم على تحسين نمط حياتكم

ألمة التحرير



CUISINE

YOUR LUXURY GETAWAY



أشهر شيف هندي في العالم هاري ناياك حصرياً لـ "8":
أريد كشف كل الخفايا حول مطبخ بلدي

الوصلة الأولى: بروشيتا القريص

هذه البروشيتا البسيطة ذات المسحة الهندية هي هبة جمنا ريم تغنيها كخبلة، وما يميز هذه البروشيتا أنها سهلة التحضير لذا يمكن أن تجنوا ما يبالغ في عبقريتها وتضمونها لضيوفكم تبهون محبة من حرقين.

- مدة الوصلة لصنع إلى 15 دقيقة للتحضير و10 دقائق للطبخ
- المكونات: التحضير البروشيتا لأربعة أشخاص.

4 حبوب كبيرة من التوم
ملحظان من الزيت
نصف ملعقة من حبوب الخردل الأسود
5 أرياق مخلوطة أو مخلوطة من أرياق التاري
250 جرام من البصل الناعم أو في حرق
250 جرام من القريص الطازج ذات الحجم المتوسط والعمق والقسم
الساخن بالصف

ربع ملعقة من الخل الأحمر الثموس
ربع ملعقة من الترمك

قرن واحد من الخل الأخضر الناعم الطازج والثوم ناعماً

ملعقة واحدة من عصير الليمون

نصف ملعقة من الملح

ورق خبز قريص واحد مقطوع إلى حرق مسافة 1.25 سنتيمتر

زيت الزيتون البشري فوق الخبز

ملحظان من أرياق الثموس الصلبة ناعماً

- طريقة التحضير:
إمزوا 3 حبوب من التوم بواسطة سكين غير وقرنوا حبة واحدة من التوم دون حرق

سخنوا الزيت في مقلاة كبيرة وعلى نار عادية ثم أضفوا حبوب الخردل

ومجن تيساً بالقرنفة أضفوا ربع التوم الثموس فوق في التاري والبصل

الطليح إلى الحرق. ثم حرقوا ربع حبة 3 إلى 4 دقائق حتى يصعب البصل

ليتنا.

إمزوا القريص، البصل الأخضر، الثموس، الترمك، الخل الأخضر

الناعم، عصير الليمون والبصل. أضفوا المزيج هذه في طبقين إلى 3 دقائق حتى يصعب القريص طليحاً. تنقوا، تمشوا، الماحة إلى التوم قليلاً والنع

يا واحتجم ذلك ما فهو المزيج جانبا.

خمسوا كل حورية من الحرق بمزيجاً بنوعاً بنوعاً التوم. خلطوا على

قلعة جزيرتات الزيتون ولم خسوا عليها مزيج القريص. ثم زينا الخبز

بالقريص والقرنفة وقموا بقطعة بون في حرق

في المطبخ الهندي هناك الكثير مما لم يُكتَف بعد وليس سهلاً تعريفها لعالم على النواحي الحبيبية حول هذا المطبخ، لكن الشيف الهندي العائلي هاري نايك أخذ هذه المهمة على عاتقه من خلال تجوله عبر مختلف الدول لإظهار الجوانب الخفية عن الأطباق الهندية. ولأن مجلة "S" تحرص على نقل الخبرات المميزة في عالم الطبخ لكم في كل عدد، فقد انتقلنا معكم إلى أحد أروع المطابخ الذي يبدو للكثيرين معقداً، لكن الملهة المحترفين مثل هاري نايك يعرفون طريقة مهارته بالشكل الصحيح، وستتعرفون معنا في المقابلة التالية إلى تفاصيل حياة نايك الذي أصدر حتى اليوم 5 كتب حول المطبخ الهندي وهو الشيف الرئيس والمختار الأول لأربعة من أهم المطاعم في العالم.

- كيف اكتشفت مهلك تجاه الطعام وللمطبخ؟

التأثير الأكبر بالنسبة لي كان مصدره جنئي،

فمنذ سنوات طفولتي كنتُ معاً معاً بالعلماء الجيد

والمكونات المميزة في مطبخ منزلي في الهند، وكنتُ

أشاهد جنئي وهي تلهو أشهر الأطباق للعائلة

وأراقب السعادة التي تشعر بها حين يُقدَّر للبعون

الطعام الذي تقدمه لهم. أمّا جنئي التي كان يملك

العديد من المطاعم فكان له تأثيراً كبيراً عليّ

أيضاً، وهذا كلّه جعلني مهتماً بالطعام في عصر

صغير جداً في بعمر العشر سنوات، وخلال حياتي

في الهند، كنتُ على إجتكاك مباشر بالعديد من

تقنيات الطبخ وتعرفتُ على الكثير من التوابل،

وأتذكر أنني في طفولتي كنتُ مشدوداً إلى باقي

الطعام المتحويين في الشوارع وهم يلهون على

الطريق بشكل سريع ومتهل. ولهذا كنتُ أعيد إلى

المتزل وأحاول أن أفقد عملهم بطريقة طيخهم

وهذا ما كان يلهيني ويسعدني، وهذا هو تاريخ

تعلقي بالعلماء والمطبخ.

- ما هي أهم مرحلة في مسيرتك المهنية في مجال

المطبخ؟

المرحلة الأهم خلال مسيرتي المهنية في عالم

المطبخ هي الفترة التي قضيتها وأنا ألتفد نفسي مع

أفضل الطهاة العالميين في معهد الطهي الأمريكي.

- ما هو ينظرك للفتح الرئيسي لتجاحك

العائلي؟

كشيف محترف ولديه خبرة طويلة في العمل

جنياً إلى جنب مع أهم الطهاة الثميين لسنوات

عديدة وكتمار في عالم الطبخ. أحاول دائماً إضافة

نكهات جديدة ومكونات مختلفة في أطباخي الهندية.

أنا أحب أن أطيح الأطباق الهندية، لكن أعبد دائماً

إظهار خبرتي الخاصة ومعرفتي حول مطابخ أخرى

في كل ما أفعله من طعام، وخلال هذه العملية أشعر

أنني أخلق ستايلاً خاصاً في الطيخ، وذلك بسبب

شغفي لاكتشاف نكهات وطعامات جديدة والتي تكون

نتيجة لإتصهار المطابع وتقاسيلها الإثنية والثقافية

وهذا كان السبب الأساسي بالنسبة لي لأكتب كتابي

الأول "Modern Indian Cooking". وهذا

الكتاب حقق نجاحاً كبيراً لي وكنتُ محظوظاً جداً

للخوحي في شراكة مع أهم المطاعم العالمية حيث

استخدمت إلهامي الخاص لأصمم قوائم الطعام

لها، واليوم أحدثت كتابي "My Indian Kitchen"

هو من أشهر الكتب مبيعاً في مجال الطبخ الهندي

في شمال أمريكا، لأن هذا الكتاب يركّز على أساليب

المطبخ الهندية البسيطة والتأثيرات التي تعرضت

إليها من الأسلوب الخاص الذي تتمتع به أسرتي

والخاص بالمطبخ الهندي الجنوبي. لذا أردت أن

أشارك العالم أطيابي المفضلة من مطوحي ومن

مناطق أخرى من الهند.

- ما هي القيمة الخاصة والفريدة التي ترقى

أنك تقدمها للمطبخ الهندي؟

إحدى أكثر الأشياء التي أحبها في حياتي أن

أزوع لتأهني والمطبخ الخاص بالهند، كما أسافر

كثيراً وأشارك في العديد من للتاسيات العالمية

حيث أركز على مشاركتي للمعرفة حول ثقافة الطبخ

الهندي. فما أحاول أن أفعله هو تثقيف الناس

ومساعدتهم على تحطّي الأفكار المغلوطة حول

العلماء خصوصاً أن هناك الكثير من الجوابت غير

المكتشفة بعد عن المطبخ الهندي، فالتناس بحاجة

ليكونوا مثقفين أكثر حول الإختلافات الإقليمية

للمطبخ الهندي وأن يعرفوا أن هذا الطبخ ليس



الوصفة الثانية كريات اللحم المتبلّة

مدة الكريات الصغيرة

والعقيقة هي من أفضل
الخبزات التي يمكن أن
تصنعها، وذلك لأنها تعطي
خروجاً عميقاً للطعام من
أن تكمهمه بالخبز. ورغم
أن لحم الخروف هو الخيار
التقليدي لهذه الخبزات
فحم البقر يمكن استخدامه
بإلحاح الخروف وهو ملائم جداً
لوصف

مدة الوصفة تحتاج إلى 30
دقيقة لتضمير و15 دقيقة
الطبخ



أجد أن ذلك ممكناً وذلك لأن المطبخ الهندي هو
فريد ومتخصص.

- ما هي المكونات الأساسية في المطبخ الهندي؟
المكونات الأساسية في المطبخ الهندي هي
التوابل المتعددة التي نستخدمها. وأكثر التوابل
المعروفة هي الكمون، الكزبرة، الفلفل، حب الهال،
القرنفل وأوراق الفان.

- ما هو السر الذي يمكن أن تشارك قراءنا فيه
حول المطبخ الهندي؟

المطبخ الهندي هو يرتكز على التكهات القويّة
التي يُعتبر مصدرها هو التوازن بين التوابل
الحامضة والحلوة والبالحة. ومليحنا يستخدم
أثير عدداً من التوابل مقارنة بكل المطابخ في العالم.

مرتبطاً فقط بالكاري الذي يُعرف في شمال الهند
وقد باتت شعبية في العالم، والقيمة التي أضفناها هي
أن أظهر أن هناك في المطبخ الهندي أكثر بكثير
مهماً هو معروف اليوم في العالم الغربي.
- هل ترى أن المطبخ الهندي قد وصل إلى العالم
كله أو هناك مطابخ أخرى تتنافس في لشهد
التولي؟

المطبخ الهندي هو من أكثر صيحات الطعام
التي تتطور بسرعة في العالم، والطهاة الهنود اليوم
يصبحون مبتكرين أكثر فأكثر والمطبخ الهندي
يُصبح مقبولاً أكثر فأكثر في العالم الغربي. وأرى أن
هذا المطبخ سيتطور بعد كثيراً ويتصهر مع العديد
من الثقافات والمطابخ، أما من ناحية المناخسة لا

- المكونات 300 كرة من اللحم،

500 جرام من لحم الخروف والبقر

4 ملاعق من أوراق الكزبرة ناعمة

واحدة من الفلفل الأحمر الحار الطوم

ربع ملعقة من بذور الكزبرة المسوية

ربع ملعقة من بذور الكمون المسوية

ربع ملعقة من مسحوق الفلفل الحار الأسود

ربع ملعقة من الفانام ماسالا (مزيج من التوابل المطبوخة)

نصف ملعقة من الملح

بيضة واحدة مخلوطة

45 جرام من فتات الخبز المقرمش

60 جرام من الطحين

4 ملاعق من الزيت

بودان من الفلفل يطول 2.5 سنتيمتر الواحد

5 قرون من حب الهال

ورق فان.

ملعقة واحدة من بذور الفس

ملاعق كاشتان من اللبن الكامل السمسم أو الكريما الحامضة

ملاعق من حريس اللؤلؤ

كوب من ماء الحامضة

طريقة التحضير

خسروا صينية الفرن مبطنة بلاستيكية، وبعدها كبر اللحم المرزوا
ببشر لحم الخروف أو البقر وأوراق الكزبرة والفلفل الأحمر بالإضافة إلى بذور
الكزبرة والكمون ومسحوق الفلفل الحار الأسود مع الفانام ماسالا والملح
والبيضة وفتات الخبز. واملأها، وكشلتها مع بعضها البعض.

بالتوازي يُقِيم باليد والقوة ويصنع 30 كرة من اللحم، وكل منها بطول
عروة الفول السوداني على صينية الفرن. عطوا الصينية بغطاء بلاستيكي
وتسوما في البرد مدة 15 دقيقة لتبرد.

وعود الطحين على الصينية، واطرفوا كريات اللحم بالطحين وقربوا إلى
بذلاتها.

سخنوا الزيت في مقلاة غير لاصقة على نار متوسطة، أضفوا عود
الفلفل والقرون حب الهال وأوراق الفان والبقر وحركوا سريعاً. خسروا كريات
اللحم سريعاً في هذه المقلاة واحدة واقلوا الكريات حتى يُصبح لونها بني على
جانبها مدة 10 دقائق.

بعدها صغروا أضفوا الكريما الحامضة أو اللبن الكامل السمسم مع حريس
اللؤلؤ واملأوا الصلصة وأضفوا حبات الفلفل الحار. ثم عطوا المقلاة
وعطروا البقر وتوسوما مدة 20 إلى 30 دقيقة، ويجب أن تتكلموا من أن كريات
لا تصعب في قشر المقلاة.

أضفوا كريات اللحم إلى طبق التقديم، وبن الكزبرة التي نتجت في المقلاة
وأضفوا بعض الصلصة على الكريات وأضفوا عود على كرة لحم صلصتها
بوساطة.



Café
Bateel

Since

A Paradise for Gourmets

Discover gourmet cuisine that brings together the soul of rustic Italian cooking fused with urban modern sensibilities. Inspired by healthy eating and haute culinary sensitivities, the Café Bateel menu offers a fine selection of hearty breakfasts, salads and light meals, delicious meat and seafood dishes, and pastries and desserts celebrating the classic traditions of France, Italy and Austria.

Visit Café Bateel on Tahlia Street, Olaya Riyadh.

Tel.: +966 1293624

Email: tahlia@bateel.com.sa

* Opening soon, Bateel Tahlia Rooftop



CAVOTAGOO

mykonos



© 2014 CAVOTAGOO

