



ערוץ
האוכל



חדשות באוכל

מתכונים
מבית AEG

מה בתפריט?

מתכונים של רונית טברון

- 3 קארי דלעת טבעוני
- 4 ניוקי אספרגוס
- 5 סטייק אנטריקוט ושעועית ירוקה
- 6 קראמבל תפוחים ואוכמניות קל להכנה
- 7 עוגת גבינה קלה להכנה
- 8 מאפה תרד וגבינות
- 9 פאי תפוחי אדמה קייצי
- 10 צלי פיקניה וירקות שורש בתנור
- 11 פילה סלמון אפוי במרינדת לימון
- 12 פבלובה ותותים קלה להכנה
- 13 כרוב ממולא ב-10 דקות עבודה
- 14 עוגת שכבות וקרם פאדג' שוקולד
- 15 לחם בסיר עם תערובת זרעים
- 16 קיש בטטה יפיפה וקל להכנה





קארי דלעת טבעוני

מצרכים:

- 3 כפות שמן צמחי או שמן קוקוס
- צ'ילי אדום חריף טרי קצוץ לטבעות
- כף ג'ינג'ר טרי קצוץ
- כף למון גראס (לימונית) קצוץ
- 2-3 שיני שום קצוצות
- בצל סגול קטן קצוץ דק
- 2-3 כפות ממרח קארי אדום
- 1/2 כוס מים
- 2-3 כפות מיץ ליים סחוט טרי
- כף סוכר חום
- 400 מ"ל קרם קוקוס
- 3-4 עלי ליים או לימון טריים
- מלח לפי הטעם
- פלפל אדום חתוך גס
- 2 כוסות דלעת חתוכה לקוביות
- פלפל צהוב חתוך גס
- 250 גרם טופו קשה חתוך לקוביות מושרה
- עם 2 כפות רוטב סויה וכף קורנפלור
- גרד קליפת ליים
- כוס אפונה עדינה קפואה מופשרת
- 2-3 בצלים ירוקים חתוכים גס
- חופן עלי כוסברה טריה
- חופן עלי בזיליקום תאילנדי

אופן ההכנה:

1. במחבת עמוקה ורחבה לחמם שמן, לטגן ג'ינג'ר, צ'ילי, למון גראס, שום ובצל עד להזהבה.
2. להוסיף את ממרח הקארי לערבב היטב תוך כדי טיגון בשמן.
3. להוסיף מים, מיץ ליים, סוכר, להביא לרתיחה. לערבב. להוסיף חלב קוקוס, עלי ליים ומלח. לתקן תיבול.
4. להביא לרתיחה על להבה נמוכה. להוסיף דלעת, לבשל עד ריכוך, להוסיף פלפלים, וטופו, לערבב היטב להמשיך בבישול עוד כ-4-5 דקות.
5. להוסיף בצל ירוק, ואפונה. עלי כוסברה בזיליקום תאילנדי.
6. להגיש עם שבבי אורז מבושלים לפי הוראות יצרן / אטריות אורז או אורז לבן.



ניוקי אספרגוס

מצרכים:

- כוס מלח גס
- 2-3 גבעולי רוזמרין
- כף עלי טימין
- 500 גרם תפוחי אדמה לאפיה
- 1 כוס קמח
- מלח ופלפל שחור לפי הטעם
- 1/2 כוס גבינת פרמזן מגוררת דק
- 1/4 כוס חומץ / מיץ לימון טרי
- 2 חלמונים
- 1 כף שמן זית
- 2 כפות חמאה
- 4-5 עלי מרווה
- 2-3 שיני שום קצוצות
- זר אספרגוס טרי
- 1 כוס אפונה עדינה קפואה
- רבע כוס שמנת מתוקה לבישול
- מלח ופלפל שחור לפי הטעם
- פרוסות דקות של גבינת פרמזן

אופן ההכנה:

1. לחמם תנור ל-235 עמלות צלזיוס. להניח נייר אפיה על תבנית תנור סטנדרטית.
2. לזרות כוס מלח גס במרכז המשטח וליישר מפלס. לפזר עשבי תיבול ולהניח את תפוחי האדמה על המלח. לאפות במשך שעה או עד שתפוחי האדמה נעשים רכים (לבדוק בעזרת סכין חדה).
3. להוציא מהתנור ולקלף את תפוחי האדמה. לרסק בעזרת מועך תפוחי אדמה ולשטח למפלס אחד.
4. לסנן כוס קמח מעורבת עם כפית מלח גדושה וחצי כפית פלפל שחור.
5. לאחר הסינון, לפזר את התערובת בעזרת מסננת מעל לתפוחי האדמה.
6. להוסיף 2 חלמונים וגבינת פרמזן מגוררת. ללוש בעדינות במשך מעט זמן עד לקבלת כדור אחיד. על משטח מקומח לרדד לגליל.
7. לחלק ל-4 חלקים שווים. לרדד כל חלק לרצועה דקה ברוחב של כ-1.5 ס"מ ולחתוך לריבועים קטנים. להיעזר במזלג ליצירת חריצים על כל ריבוע ניוקי. לקמח.
8. לקחת מחצית מהניוקי.
9. את המחצית השניה להקפיא: להניח על משטח ולהקפיא. כשהניוקי מיוצב וקפוא להעביר לשקית / קופסא ובחזרה למקפיא.
10. להרתיח מים בסיר עמוק עם כפית מלח. לשלוק את הניוקי עד לנקודה בה הניוקי צפים. מרגע הציפה לבשל עוד כדקה. להוציא עם מסננת.
11. במחבת רחבה ועמוקה לחמם כף שמן זית עם כ-2 כפות חמאה. להוסיף שום קצוץ ומרווה עד להזהבת השום.
12. להוסיף את הניוקי ולערבב עד להזהבה. להוסיף אספרגוס טרי קצוץ, אפונה ושמנת לבישול. לתקן תיבול. לבשל תוך כדי ערבוב עוד כ-2-3 דקות.
13. להגיש חם עם גבינת פרמזן.



סטייק אנטריקוט ושעועית ירוקה

מצרכים:

לשעועית הירוקה:

- 500 גרם שעועית ירוקה עדינה קפואה
- פלפל אדום חתוך לרצועות דקות
- 3-4 שיני שום קצוצות
- 3 ס"מ שורש ג'ינג'ר טרי קצוץ דק
- 2 כפות שמן צמחי
- כף שמן שומשום
- 2-3 כפות רוטב סויה
- 1/4 כוס חומץ/ מיץ לימון טרי
- 2-3 כפות זרעי שומשום

לבשר:

- 2 נתחי אנטריקוט בעובי של 3-4 ס"מ
- שמן זית
- מלח ופלפל גס

אופן ההכנה:

1. לסטייקים: מוציאים את הסטייקים מהמקרר, נותנים לנתחים להגיע לטמפרטורת החדר.
2. לשמן בשמן זית משני הצדדים, להמליח ולפלפל בנדיבות.
3. לחמם תנור ל-250 מעלות, תכנית צליה.
4. לחמם מחבת שניתן להכניסה לתנור, על להבה גדולה עד שהמחבת חמה מאוד.
5. להניח את הנתחים במחבת, לצלות 1.5 דקות מכל צד, להעביר לתנור, לנעוץ מדחום במרכז הנתח ולכוון ל-56 מעלות צלזיוס.
- כשהנתח מגיע לטמפרטורה הרצויה, להסיר את המדחום ולהוציא מהתנור.
6. לתת לנתחים לנוח כ-5 דקות לפני פריסה, לפרוס ולהגיש עם שעועית ירוקה אורז לבן וסלט חסה.
7. לשעועית: לחלוט את השעועית במים רותחים 2-3 דקות לאחר רתיחת המים, נעצור בישול עם מים קרים.
8. נחמם שמן צמחי שומשום, נוסיף ג'ינג'ר ושום, פלפל אדום, נקפיץ כ-2 דקות. נוסיף את השעועית, רוטב סויה, שומשום וחומץ, נערבב ונתקן תיבול.



קראמבל תפוחים ואוכמניות קל להכנה

אופן ההכנה:

1. להמיס חמאה במחבת, להוסיף את התפוחים ומיץ הלימון ולערבב.
2. להוסיף גרד לימון, סוכר, מלח ומחית וניל.
3. לבשל עד שהתפוחים מתחילים להגר נוזלים, להוסיף את הקמח ולערבב היטב תוך כדי בישול.
4. להסיר מהאש. לסנן עודף נוזלים. לתת לתפוחים להתקרר מעט, ואז להוסיף את האוכמניות.
5. לפירורים: בקערה עמוקה לערבב את כל החומרים, להעזר בידיים לקבלת מרקם פירורים.
6. הרכבה: למרוח תבנית מלבנית (24/30 ס"מ) בחמאה, ליצוק לתוכה את התפוחים והאוכמניות וליישר לגובה אחיד.
7. לפזר מעל את הפירורים.
8. לאפות בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-40 דקות
- ו/או עד שהפירורים שחומים-זהובים ונוזלי הפירות מבעבעים וסמיכים.

מצרכים:

- למלית תפוחים:
- 6 תפוחי עץ מסוג פינק קריספי קלופים חתוכים דק
 - כוס אוכמניות טריות (או קפואות)
 - 2 כפות חמאה
 - 1/4 כוס מיץ לימון טרי
 - גרד קליפת לימון אחד
 - 1/3 כוס סוכר
 - 1/8 כפית מלח
 - כפית מחית וניל
 - 3 כפות קמח
- לפירורים:
- 2 כוסות קמח לבן
 - 120 גרם חמאה חתוכה לקוביות
 - 1/2 כפית מלח
 - 1/3 כוס סוכר חום
 - 1/4 כוס סוכר לבן
 - כפית קינמון



עוגת גבינה קלה להכנה

מצרכים:

לבסיס:

תבנית קוטר 20 ס"מ

300 גרם ביסקוויטים מרוסקים לפירורים

1/2 כפית מלח

120 גרם חמאה מומסת במיקרו

למלית:

500 גרם גבינת שמנת

3/4 כוס סוכר

200 גרם שמנת חמוצה

200 מ"ל שמנת מתוקה

2 ביצים + חלמון נוסף

4 כפות קורנפלור

כפית מחית וניל

כפית מלח

3 כפות מיץ לימון שחוט טרי

לקרם:

500 מ"ל שמנת מתוקה

300 גרם גבינת מסקרפונה

3 כפות סוכר

כפית מחית וניל

לקישוט:

דובדבנים / פירות יער / ענבים

אופן ההכנה:

1. לבסיס: לערבב לתערובת אחידה את פירורי הביסקוויטים שנטחנו במעבד מזון עם מלח וחמאה.
2. לשמן תבנית קוטר 20 ס"מ בחמאה.
3. להעביר את הפירורים לתבנית.
4. לשטח ולצפות בעזרת כוס את הפירורים על התחתית ודפנות התבנית.
5. לאפות בתנור שחומם מראש ל-150 מעלות צלזיוס במשך 15 דקות. להוציא מהתנור. לצנן.
6. למלית גבינות: בקערה עמוקה לערבב לתערובת אחידה עם מטרפה או מיקסר.
7. ניצוק את תערובת הגבינות לתבנית מעל לבסיס ביסקוויטים.
8. נצפה את בסיס התבנית כלפי הדפנות בשתי שכבות נייר אלומיניום. נהדק אותו לתבנית היטב.
9. נניח את תבנית העוגה בתוך תבנית מלבנית גדולה. אותה נמלא במים רותחים שלא יעברו את קו נייר האלומיניום ("אמבט מים").
10. נאפה בתנור מחומם ל 150 מעלות כשעה או עד שהעוגה מקבלת גוון זהוב שחום.
11. אין לפתוח את התנור בזמן האפייה. יש לתת לעוגה להצטנן בתנור במשך כ-30 דקות, להוציא מהתנור. לתת לעוגה להתקרר לטמפרטורת חדר ואח"כ להכניס למקרר למשך 6 שעות או יותר.
12. לקרם: להקציף לקצף יציב.
13. לצפות את העוגה ב 2/3 הקרם. ב-1/3 הנותר לזלף רוזטות עם צנטר לפי בחירה.
14. לקשט עם דובדבנים/פירות יער/ענבים.
15. לתת לעוגה להתייצב עם הקרם עוד כשעה במקרר לפני הגשה.



מאפה תרד וגבינות

מצרכים:

- חבילת דפי פילו
- 150 גרם חמאה מומסת במיקרו
- 3/4 כוס פירורי לחם
- 400 גרם עלי תרד טריים שטופים וקצוצים
- 300 גרם גבינת ריקוטה פרסקה
- 3 בצלים ירוקים קצוצים
- כף שמיר טרי קצוץ
- 2 כפות שמן זית
- 3 ביצים
- 50 גרם גבינת קשקבל מגורדת
- 1/2 כפית מלח
- כפית פלפל שחור גרוס

אופן ההכנה:

1. למלית: בקערה עמוקה נאחד גבינת פטה, ריקוטה, מלח, פלפל שחור, בצל קצוץ, שמיר טרי, שמן זית, תרד קצוץ, ביצים וגבינת קשקבל לתערובת אחידה.
2. להרכבה: שמן תבנית מלבנית בחמאה. נפזר פירורי לחם מעל. נכסה את התבנית בדפי פילו עם כיוון השעון: 2 דפים לרוחב התבנית, כאשר מחציתם מחוץ לדפנות התבנית, נזלף מעל מעט חמאה, נפזר מעל מעט פירורי לחם.
3. נניח דף נוסף לאורך התבנית כאשר חציו מחוצה לה, נזלף חמאה מעל, נפורר מעל פירורי לחם, נחזור על הפעולה עם 2 דפים נוספים לרוחב ודף אחרון לאורך התבנית.
4. ניצוק מעל את המלית. ניישר למפלס אחד. נכסה את המלית עם חלקי דפי הפילו שמחוץ לתבנית. נניח מעל דף פילו נוסף, נזלף חמאה ונפורר פירורי לחם מעל.
5. נקפל 7 דפי פילו בצורת קיפול אקורדיון. נסדר אותם לרוחב התבנית צמודים זה לזה. נזלף את הדפים בחמאה.
6. נפרוס את המאפה לאורך ולרוחב לפני אפיה.
7. נחמם תנור ל-200 מעלות צלזיוס. נאפה במשך 45-50 דקות או עד שדפי הפילו שחומים זהובים. ניתן למאפה לנוח כ-10 דקות להתייצב לפני הגשה.



פאי תפוחי אדמה קייצי

מצרכים:

- 1.5 ק"ג תפוחי אדמה לאפיה קלופים, חתוכים דק
- 5 בצלים לבנים בינוניים קלופים חתוכים לרצועות אורך
- 500 גרם בשר בקר טחון
- 3-4 זוקיני מגורדים בפומפיה או מעבד מזון
- 4-5 עגבניות בשלות גדולות
- מלח ופלפל שחור גרוס לפי הטעם
- 10 עלי בזיליקום טרי קצוצים
- כף עלי רוזמרין טרי קצוצים דק
- כף אורגנו יבש או טרי
- 4-5 שיני שום קצוצות
- שמן זית

אופן ההכנה:

1. בסיר גדול להרתיח מים עם כף מלח גס. לבשל את תפוחי האדמה כ-10-15 דקות (שלא יהיו רכים מדי).
2. לסנן את המים. לזלף מעל מעט שמן זית.
3. לטגן את הבצל במחבת עם 2-3 כפות שמן זית עד להזהבה. להוסיף מלח ופלפל שחור לפי הטעם. להעביר לקערה.
4. להמליח את הזוקיני המגורד עם חצי כפית מלח. לסחוט את הנוזלים היטב.
5. לחמם 1-2 כפות שמן זית במחבת, לבשל את הבשר הטחון עד לאידוי הנוזלים, להוסיף שום קצוץ, זוקיני, מלח ופלפל שחור גרוס לפי הטעם, בזיליקום קצוץ ואורגנו טרי / יבש. לערבב תוך כדי בישול עד שכל הנוזלים מתאדים.
6. לחמם תנור ל-200 מעלות צלזיוס.
7. לשמן תבנית. למלא את התבנית במחצית מתפוחי האדמה המבושלים למחצה, ליישר למשטח אחיד. לזלף מעל 2-3 כפות שמן זית, פלפל שחור גרוס ועלי רוזמרין.
8. לפזר מעל את הבצל המטוגן, ליישר לשכבה אחידה. לערום מעל את תערובת הבשר-זוקיני. ליישר. לחתוך את העגבניות לרוחב לפרוסות אחידות ניצור מהן שכבה נוספת, לסדר את העגבניות מעל, לזלף 1-2 כפות שמן זית מעל, לזרות מלח ופלפל שחור גרוס לפי הטעם מעל.
9. לסדר מעל לעגבניות את תפוחי האדמה הנוותרים, לזלף מעל 1-2 כפות שמן זית ופלפל שחור גרוס.
10. לאפות בתנור בטמפרטורה של 200 מעלות למשך כ-50 דקות. נעלה להעלות את טמפרטורת התנור ל-250 מעלות. להמשיך אפייה במשך כ-20 דקות או עד שתפוחי האדמה מקבלים גוון זהוב שחום.
11. להוציא מהתנור. לפרוס לאחר כ-10 דקות מנוחה.



כרובית בתנור עם טחינה

מצרכים:

ראש כרובית

500 גרם עגבניות שרי צבעוניות

שני ראשי שום חצויים

לרוטב:

רבע כוס שמן זית

חצי כוס פטרוזיליה קצוצה

4 שיני שום קצוצות

גרד קליפת לימון אחד

3-4 כפות אבקת שקדים+כף נוספת לציפוי

מלח ופלפל שחור גרוס לפי הטעם

כפית סומק

רבע כוס מיץ לימון

לטחינה:

כוס טחינה גולמית

2 שיני שום קצוצות דק

מיץ מחצי לימון

2/3 כוס מים

רבע כוס פטרוזיליה קצוצה דק

מלח לפי הטעם

אופן ההכנה:

1. לכרובית: שוטפים את הכרובית היטב.

2. ממלאים סיר גדול במים עד למחצית הנפח עם כף מלח גס. מרתיחים.

3. מבשלים את הכרובית במשך 5-7 דקות על צד אחד, הופכים וממשיכים לבשל כ-5-7 דקות נוספות.

4. מחממים תנור ל-220 מעלות על תכנית צלייה.

5. מערבבים את כל חומרי הרוטב לתערובת אחידה, מכניסים את הכרובית לתבנית, מורחים את הכרובית בחומרי הרוטב מכל הצדדים. מפזרים מעל כף אבקת שקדים נוספת.

6. מסדרים מסביב לכרובית עגבניות שרי וראשי שום חצויים.

7. אופים כ-10-15 דקות בחום של 220 מעלות עד שהכרובית שחומה - זהובה. מנמיכים טמפרטורה ל-200 מעלות.

ממשיכים לאפות כ-30 דקות נוספות. והכרובית משחימה מכל הצדדים

8. לטחינה: מערבבים את כל החומרים לתערובת אחידה. ניתן להוסיף מים / טחינה עד לקבלת מידת הסמיכות שאוהבים.

9. הרכבה: להוציא את הכרובית מהתנור, לפרוס, להגיש עם עגבניות צליות, שום ורוטב טחינה.



צלי פיקניה וירקות שורש בתנור

מצרכים:

נתח פיקניה במשקל 1.5-2 ק"ג
מלח גס
פלפל שחור גרוס
שמן זית

ירקות צלויים:

700 גרם תפוחי אדמה קטנים
2-3 גזרים חתוכים
0 7-8 בצלצלי שאלוט קלופים
2 ראשי שום חצויים
זוקיני חתוך
2 גבעולי רוזמרין טרי
5-6 גבעולי טימין טרי
מלח פלפל שחור גרוס לפי הטעם

ירקות חלוטים:

2 ראשי ברוקולי טריים מחולקים לפרחים
חבילת אפונות שלג
מלח גס

אופן ההכנה:

1. לחרוץ את שכבת השומן לאורך ולרוחב (באלכסון).
2. לשמן את הצלי בנדיבות עם שמן זית מכל צדדיו. להמליח ולפלפל בנדיבות את הנתח מכל צדדיו.
3. לעסות את הנתח היטב.
4. לסדר את כל ירקות הצלי בתבנית תנור עמוקה.
5. להוסיף שמן זית, מלח ופלפל שחור גרוס לפי הטעם. לערבב היטב. להוסיף רוזמרין טרי וטימין.
6. לחמם תנור ל-235 מעלות, תכנית גריל. כשהתנור מגיע לטמפרטורה הרצויה, יש להניח את הנתח על רשת התנור. להכניס את תבנית הירקות לתנור ואת הצלי שעל הרשת מעל.
7. יש לצלות את הנתח במשך 15 דקות עד ששכבת השומן מקבלת גוון שחום והבשר שינה צבע ו"נסגר".
8. נוריד את טמפרטורת התנור ל-140 מעלות. נעזר במדחום המובנה של התנור. ננעץ את המדחום במרכז הנתח. נכוון לטמפרטורת נתח של 56 מעלות.
9. כשהצלי מגיע לטמפרטורה הרצויה, נוציאו מהתנור (לאחר ששחררנו את המדחום). (זמן צלייה עד להגעה לטמפרטורת הנתח ל-56 מעלות כ-35 דקות - תלוי בגודל הנתח)
10. נניח את הנתח על משטח חיתוך. ניתן לצלי לנוח 10 דקות לפני פריסה.
11. בזמן מנוחת הצלי, נעלה טמפרטורת תנור ל 200 מעלות וניתן לירקות השורש להשחים.
12. כעבור 10 דקות יש להוציא את הירקות ונפרוס את הנתח לפרוסות דקות.
13. בזמן הצלייה, נרתיח בסיר כ-6-8 כוסות מים עם כף מלח גס. נחלוט את פרחי הברוקולי והאפונה למשך מספר דקות. יש לעצור בישול עם מים קרים וקרח. הירקות צריכים להישאר ירוקים ופריכים.
14. מומלץ להגיש את הצלי עם רוטב צ'ימיצ'ורי.



פילה סלמון אפוי במרינדה לימון

מצרכים:

פילה סלמון שלם במשקל 1.2-1.5 ק"ג

למרינדה:

50 גרם חמאה

רבע כוס דבש

6-7 שיני שום קצוצות

גרד מלימון גדול

מיץ מלימון גדול

מלח ופלפל (ארבע עונות) גרוס

עשבי תיבול:

רבע כוס עירית קצוצה דק

חצי כוס שמיר קצוץ דק

לימון פרוס לעיגולים

זר אספרגוס

אופן ההכנה:

1. לחמם תנור ל-200 מעלות צלזיוס.

2. לערבב את כל חומרי המרינדה. לחמם במיקרו במשך כ-30 שניות או עד להמסת החמאה. לערבב היטב.

3. לרפד תבנית תנור בנייר אפיה. להניח את הנתח מעל. להבריש את הנתח בנוזלי המרינדה, ליצוק מעל את יתר הנוזלים. לפזר שמיר ועירית קצוצה מעל. לסדר את פרוסות הלימון לאורך נתח הסלמון.

4. לאפות כ-15 דקות. בעזרת מזלג לבדוק שבשר הדג נפרד בקלות לאורך פסי השומן שעל הדג. במידת הצורך לאפות עוד 1-2 דקות נוספות.

5. לסדר את האספרגוס במחבת רחבה ועמוקה. למלא במים ומלח לפי הטעם. להביא לרתיחה. לבשל עוד 2-3 דקות נוספות. לשטוף במי ברז להורדת הטמפרטורה להוסיף קרח למים כדי לעצור את הבישול. האספרגוס צריך להישאר פריך וירוק. להגיש את האספרגוס עם רוטב הדג.



פבלובה ותותים קלה להכנה

מצרכים:

למרנג:
5 חלבונים L
כוס סוכר
1/8 כפית מלח
כף חומץ
כפית תמצית וניל
5 כפות קורנפלור

לקצפת:

500 מ"ל שמנת מתוקה
2 כפות סוכר
כפית מחית וניל
פירות עונה: 750 גרם תות שדה טרי לקישוט
נענע טריה להגשה

לרוטב תותים:

250 גרם תות שדה
3 כפות סוכר

אופן ההכנה:

1. להפריד את החלבונים.
2. בקערת מיקסר: להקציף את החלבונים במהירות גבוהה. להוסיף מלח, כשהקצף נעשה אוורירי ובהיר להוסיף סוכר. להקציף מספר דקות עד לקבלת קצף יציב ומבריק.
3. להוריד מהירות, להוסיף חומץ, תמצית וניל וקורנפלור: כך אחר כך עד להטמעה מלאה לקבלת קצף יציב, קשה, לבן ומבריק.
4. להניח נייר אפיה על תבנית אפיה סטנדרטית של התנור, לערום את המרנג במרכז התבנית, לעצב בצורת קערה עגולה. מומלץ להיעזר בספטולה לקבלת הצורה הרצויה.
5. לחמם תנור ל-90 מעלות צלזיוס, לאפות במשך שעותיים וחצי עד לייבוש המרנג. להשאיר בתנור עד לקירור מוחלט (כ-3 שעות).
6. כשהמרנג קר, להעביר לצלחת הגשה.
7. להקציף שמנת מתוקה עם סוכר ומחית וניל לקצף קשה ויציב. למרוח את הקרם על המרנג, לקשט בתות שדה טרי.
8. לרוטב תותים: בשייקר או מעבד מזון, לרסק 250 גרם תותים עם 3 כפות סוכר, לסנן. ליצוק מהרוטב בזמן הגשה.



כרוב ממולא ב-10 דקות עבודה

מצרכים:

- ראש כרוב רצוי פחוס (באלדי)
- 1 כוס אורז עגול
- 1/4 כוס נענע מיובשת
- חצי כוס רסק עגבניות טריות (כ-2 עגבניות בינוניות)
- כף עלי נענע טרייה
- כף עלי פטרוזיליה טריה קצוצה
- 2 שיני שום קצוצות
- כפית מלח
- 1/4 כפית קינמון
- 1/8 כפית אגוז מוסקט טחון
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1/4 כוס שמן זית
- מיץ מלימון בינוני
- 1/4 כוס צנוברים
- נחלים ותיבול:
- 4 עגבניות פרוסות לעיגולים
- כף עלי נענע קצוצים
- כף עלי פטרוזיליה קצוצים
- 2 שיני שום קצוצות
- כ-5 כוסות מים רותחים
- מיץ לימון טרי
- 2 כפות נענע יבשה
- 1/4 כוס שמן זית
- מקל קינמון
- כפית אבקת מרק עוף (אופציונלי)
- מלח לפי הטעם
- נענע טריה להגשה

אופן ההכנה:

1. נשטוף את הכרוב היטב. נקלף עלים חיצוניים. עם סכין חדה, נסיר את הליבה.
2. נמלא סיר עמוק במים. נכניס לתוכו את הכרוב, נביא לרתיחה, נבשל כ-30-40 דקות עד לריכוך. בהדרגה ובזהירות נפריד ונוציא את עלי הכרוב. נצנן במי ברז.
3. עם סכין חדה נסיר את מרכז העלה ונחצה אותו לשניים. (נשמור את מרכז העלה והעלים הפניים של הכרוב) בקערה עמוקה נערבב את חומרי המלית.
4. נניח כפית אורז בבסיס העלה. נקפל את דפנות העלה כלפי פנים נגלגל. נחזור על הפעולה עם כל העלים. בתחתית סיר רחב ועמוק, נפזר את מרכזי העלים שהסרנו, נסדר מעל פרוסות עגבניה, כרוב ממולא במעגלים. מעליהם נניח פרוסות עגבניה ואת השכבה השניה של כרובים ממולאים.
5. נתבל בעלי נענע, פטרוזיליה, שום קצוץ, מקל קינמון, מלח לפי הטעם, שמן זית, מיץ סחוט מלימון בינוני, מים רותחים ונענע מיובשת.
6. נביא לרתיחה, ננמיך להבה. נבשל כשעה ורבע - או עד שהאורז ועלי הכרוב רכים. תוך כדי בישול נבדוק שיש מספיק נחלים עד לגובה הכרובים. במידת הצורך, נתקן תיבול.
7. נחמם תנור ל-220 מעלות, תוכנית גריל. נכבה את האש, נפתח מכסה. נעביר לתנור להשחמה וקירמול במשך כ-10-7 דקות.
8. נוציא מהתנור, נעטר בעלי נענע טריים. נגיש חם.



עוגת שכבות וקרם פאדג' שוקולד

מצרכים:

- לעוגה קוטר 20 ס"מ:
- 2.5 כוסות קמח
- 2 כפיות א.אפיה
- 1 3/4 כוסות סוכר
- 1/2 כפית מלח
- 1 כפית סודה לשתייה
- 1/2 כוס קקאו
- 2/3 כוס שמן צמחי
- 1 כפית תמצית וניל איכותית
- 3 ביצים
- גביע שמנת חמוצה 9%
- 1 כוס קפה חם
- לציפוי:
- 300 גרם חמאה
- 400 גרם שוקולד מריר 60%
- 1/3 כוס קקאו
- 1 כוס שמנת מתוקה
- 1 1/4 כוס אבקת סוכר
- 1/2 כפית מלח
- 1 כפית תמצית וניל

אופן ההכנה:

1. לעוגה: לחמם תנור ל-180 מעלות, להכין 2 תבניות אפיה קפיץ 20 ס"מ עם נייר אפיה בתחתית.
2. בקערה גדולה לערבב לתערובת אחידה את החומרים היבשים: קמח, קקאו אבקת אפיה, סודה לשתייה ומלח. להוסיף שמנת חמוצה, שמן, תמצית וניל וביצים. להוסיף את הקפה החם עד לקבלת בלילה אחידה.
3. לחלק את הבלילה לשניים. לצוק לתבניות. לאפות כ-30 דקות או עד שקיסם הננעץ במרכז העוגה יוצא נקי.
4. לצנן לחלוטין.
5. לפאדג': בסיר על להבה נמוכה לערבב חמאה, שמנת מתוקה, שוקולד מריר, קקאו, אבקת סוכר תמצית וניל ומלח.
6. לערבב כל הזמן עד שכל הרכיבים נמסו עד לקבלת תערובת אחידה ומבריקה.
7. להעביר לקערה. לכסות בניילון נצמד צמוד לפני השטח של השוקולד למניעת היווצרות של קרום. לצנן בטמפרטורת חדר למשך 30 דקות.
8. להעביר למקרר למשך שעותיים.
8. הרכבה: על צלחת הגשה נניח את העוגה הראשונה.
9. נמרח עליה כ-1/3 מהשוקולד וניישר את הפאדג'.
10. נניח מעל את העוגה השנייה, נצפה את הדפנות ב-1/3 נוסף ואת החלק העליון ב-1/3 הנותר, נעזר בספטולה ליצירת גלים.



לחם בסיר עם תערובת זרעים

מצרכים:

- סיר יצוק ברזל
- 500 גרם קמח כוסמין מלא
- 500 גרם קמח לחם לבן
- 2 כפות שמרים יבשים
- 3 כוסות מים פושרים (במידת הצורך להוסיף עוד נוזלים בהדרגה)
- כף מלח
- כף סוכר

תערובת זרעים:

- 3 כפות זרעי חמניה
- 3 כפות זרעי דלעת
- 3 כפות דוחן
- 3 כפות זרעי פשתן
- כף עלי רוזמרין קצוצים דק
- כף עלי אורגנו טרי קצוצים
- כף עלי טימין טרי

אופן ההכנה:

1. במיקסר עם וו לישה (או בקערה עמוקה) לאחד כוס מים פושרים, שמרים וסוכר לאתחול תסיסה.
2. כשהתערובת מלאה בועות, להוסיף קמח, מלח ויתרת נוזלים.
3. להוסיף 2/3 מתערובת הזרעים, להוסיף עשבי תיבול. לערבב עד לקבלת כדור בצק אחיד ומבריק.
4. לכסות קערה בניילון נצמד, להתפיח למשך שעה או עד להכפלת הנפח.
5. מתפיחים ב-30 מעלות בתנור במשך כ-30 דקות,
6. במידה ואין תוכנית התפחה בתנור נתפיח נתפיח ב-2 חלקים של שעה וחצי (סהכ 3 שעות). בשעה וחצי הראשונות כל 20 דק, נוריד את המגבת ונערבב מעט את הבצק, אפשר עם כף או עם היד. לאחר שעה וחצי נכסה ומתפיח שעה וחצי בלי לגעת בבצק.
7. לאחר שהבצק תפח, על משטח מקומח לחלק את הבצק ל-2.
8. לרדד כל חלק לכיכר עגולה, להבריש במעט מים לצפות את הכיכרות ב-1/3 הנותר של תערובת הזרעים.
9. להניח את הכיכר על נייר אפיה בתוך סיר יצוק ברזל. לסגור מכסה.
10. לחמם תנור ל-260 מעלות צלזיוס, לאפות כ-30 דקות, להסיר את המכסה, להנמיך טמפרטורת תנור ל-235 מעלות צלזיוס, להמשיך אפייה כ-30 דקות נוספת עד להשחמת הכיכר.
11. להוציא מהסיר בזהירות, לצנן על רשת. לחזור על הפעולה עם הכיכר השניה. לפרוס את הכיכרות כשהלחם קר.



קיש בטטה יפיפה וקל להכנה

מצרכים:

תבנית פאי בקוטר 24 ס"מ

לבצק:

1.5 כוסות קמח

100 גרם חמאה קרה חתוכה לקוביות

1/2 כפית מלח

1 כף חומץ הדרים

1/4 כוס מי קרח

למילוי:

2 בטטות סגולות בינוניות בגודל

וקוטר אחיד

2 בטטות כתומות בינוניות בגודל

וקוטר אחיד

250 מ"ל שמנת מתוקה

75 גרם גבינת רוקפור

3 ביצים L

200 מ"ל שמנת חמוצה

3 כפות קמח

200 מ"ל שמנת חמוצה

3 כפות קמח

100 גרם פרמזן מגורר

4 בצלים ירוקים קצוצים דק

כרישה קטנה אחת חתוכה לעיגולים

כ 10 עלי בזיליקום קצוצים דק

בצל סגול קטן קצוץ דק

1/4 כפית אגוז מוסקט טחון

מלח ופלפל שחור לפי הטעם

10 גרם חמאה מומסת

אופן ההכנה:

1. לבצק: לשמן תבנית פאי בחמאה.

2. במעבד מזון או קערה: לאחד קמח, קוביות חמאה, מלח, חומץ ומים עד לקבלת כדור בצק. לשטח את הכדור לדיסק. לעטוף בניילון נצמד. לצנן במקרר לחצי שעה לפחות.

3. להוציא מהמקרר, לרדד את הבצק לעיגול בעובי של כחצי ס"מ, להעביר לתבנית כך שהבצק מכסה גם את דפנות התבנית. לפזר מעל כ-30 גרם גבינת פרמזן מגוררת. לסדר מעל עיגולי בטטות (ליצור טבעת כתומה, טבעת סגולה ולסירוגין עד לכיסוי מלא של התחתית)

4. למילוי: לקלף את הבטטות.

5. לחתוך 1.5 בטטות סגולות לעיגולים דקים ואחידים, את החצי הנותר לחתוך לקוביות קטנות.

6. לחתוך 1.5 בטטות כתומות לעיגולים דקים ואחידים, את החצי הנותר לחתוך לקוביות קטנות.

7. לאדות את קוביות הבטטות בסלסלת אידוי עד להתרככותן (או לבשל בסיר עם מים רותחים עד לריכוך. לסנן את המים היטב).

8. בקערה עמוקה: לערבב לתערובת אחידה: שמנת מתוקה, שמנת חמוצה, רוקפור, ביצים, קמח, 70 גרם גבינת פרמזן. בצל ירוק, כרישה, בצל סגול, עלי בזיליקום וקוביות הבטטות. לתבל באגוז מוסקט, מלח ופלפל שחור לפי הטעם.

9. ליצוק את התערובת לתבנית. לסדר מעל עיגולי בטטות (ליצור טבעת כתומה, טבעת סגולה לסירוגין עד לכיסוי מלא של החלק העליון של הקיש.

10. למרוח את הבטטות בחמאה מומסת.

11. לאפות בתנור שחומם מראש ל-170 מעלות כשעה אן עד שהמאפה מיוצב. במידה והציפוי מתחיל להשחים, ניתן לכסות בנייר כסף ולהמשיך באפיה. להוציא מהתנור. להגיש חם.