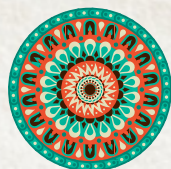




המטבח של סבתא תירצה





המטבח של סבתא תירצה





כתיבה ועריכה:
שולה דשא ויעקב ממון
עריכה לשונית:
יעל ממון
עיצוב גרפי:
דניאלה רביבו
צילומים:
שולה דשא
סריקת צילומים:
יעקב ממון

מילים רבות לא תוכלנה לתאר את דמותה, את אצילות נפשה, את צניעותה, את חוכמתה, את הלב הפתוח ואת עוצמותיה של סבתא תירצה.

לאורך 88 שנות חייה, כאשר מסביבה 5 ילדים, 15 נכדים ו-5 נינים. סבתא תירצה פרשה עלינו כנפיה, ידעה להחזיק אותנו, חילקה מתנות באופן מחושב ומאוזן שלא יצרו קנאות בין האחים, הנכדים והנינים וגרמה לנו לחייך.

המטבח של סבתא תירצה היה מטבח בו האוכל התבשל באהבה רבה, עם תשומת לב מיוחדת בכל שלב ושלב של הבישול. הרצון להאכיל את הילדים וחבריהם, הצורך הבסיסי שלכולם יהיה רק טוב הנחה את תירצה מדי יום ביומו.

האוכל היה ראי לקיבוץ הגלויות הקיים בארץ ישראל - אבא ואימא הכירו בארץ, אבא הגיע ממרוקו ואימא הגיעה מתוניס ולכן בבית היה אוסף של מאכלים מרוקאים ותוניסאים שהתערבבו זה בזה ויצרו מטבח מגוון, עשיר וטעים, מלווה בחום ובמגע אנושי.

במעברה, המאכלים הטעימים התבשלו בסירים על פתיליה ובהמשך, כשיכלו ההורים להרשות לעצמם לרכוש תנור אפיה משולב, האוכל הטעים התבשל על הכיריים.

סבתא תירצה הייתה אישה גאה - יעקב, סילביה וזהבה זוכרים שהיא הייתה אומרת שהיא "מעדיפה לחמם מים על פתיליה בכדי שהשכנים יחשבו שיש אוכל בבית ביום שישי ולא יביאו לנו נדבות".

למנהגים היה מקום מרכזי בחיי אבא ואימא, כל חג והמאכלים הייחודיים שלו. אבל, אם התחשק לאחד מילדיה או נכדיה לאכול מאכל כלשהו במועד אחר, אמא לא היססה והכינה אותו. קוסקוס הייתה מכינה בכמות גדולה ומקפיאה - לכל ילד שתי שקיות ולנו נותר להכין רק את המרק.

בכל שנה, במוצאי חג הפסח, חגגנו את המימונה כמיטב המסורת המרוקאית. דלת הבית הייתה פתוחה לכולם והאורחים הגיעו, קידמנו את האורחים שנכנסו בפתח ביתנו הקט ומאיר הפנים מלווה באהבה ונדיבות בברכה המסורתית של החג "תרבחו ותסעדו".

אנחנו, ילדייך, רוצים לומר לך אימא, תודה.
תודה על כל מה שעשית, אנו אוהבים אותך ומנציחים את זכרך בספר זה.

(כתבו: שולה ויעקב)





רשימת המתכונים לספר בישול של אמא



מנות ראשונות מסורתיות



- דג בנוסח מרוקאי..... עמוד 1
- חריימה - דג בנוסח תוניסאי..... עמוד 2
- סנדביץ סרדין..... עמוד 3
- סרדינים כבושים..... עמוד 4
- קורקבנים ופיטריות מבושלים..... עמוד 5



מרקים



- מרק חרירה - מרק מרוקאי מסורתי..... עמוד 6
- מרק עדשים..... עמוד 7
- מרק ירקות..... עמוד 8
- מרק אפונה..... עמוד 8
- מרק שעועית לבנה יבשה..... עמוד 9
- מסוקי - מרק ירקות ובשר טוניסאי..... עמוד 10



מנות עיקריות



- עוף בזיתים..... עמוד 11
- עוף בלימון כבוש..... עמוד 12
- עוף עם תפוז"א בגריל..... עמוד 13
- שניצל ברוטב עגבניות..... עמוד 14
- צלי בקר..... עמוד 15
- תבשיל זנב שור..... עמוד 16
- פאד FAD..... עמוד 17
- תבשיל קציצות על מצע אפונה וגזר..... עמוד 18
- חמין מרוקאי - סכינה..... עמוד 19



רשימת המתכונים לספר בישול של אמא



תוספות למנה עיקרית



- מחלטה - תבשיל ירקות..... עמוד 20
- קישואים מבושלים - מתכון תוניסאי..... עמוד 21
- פול מבושל..... עמוד 22
- זיתים מבושלים..... עמוד 23
- כרובית מבושלת..... עמוד 24
- במיה..... עמוד 24
- תפו"א ירושלמי..... עמוד 25
- אורז לבן..... עמוד 25
- ספגטי ברוטב עגבניות..... עמוד 26



קוסקוס



- מתכון לקוסקוס..... עמוד 27
- מרק לקוסקוס..... עמוד 28
- מרק דגים לקוסקוס..... עמוד 29
- קציצות לקוסקוס - קעבר KAABAR..... עמוד 30



ממולאים



- מפרום - ירקות ממולאים בבשר..... עמוד 32-33
- ארטישוק ממולא..... עמוד 34
- פלפלים ממולאים..... עמוד 35
- סירות חצילים ממולאים בבשר..... עמוד 36
- תפו"א ממולאים בבשר - בענטז' BANATAZ..... עמוד 37
- פסטלים של סבתא..... עמוד 38



רשימת המתכונים לספר בישול של אמא



סלטים



- עמוד 39 סלט תפוזי וקישואים לקוסקוס - TERSHI
- עמוד 39 סלט גזר ופלפל לקוסקוס - MSIYER
- עמוד 40 סלט תפוזים וזיתים שחורים
- עמוד 40 פול ירוק - פול מסלוק
- עמוד 41 סלט שומר - בסבס
- עמוד 41 סחקה - ממרח פלפל חריף
- עמוד 42 לימון כבוש
- עמוד 42 סלט גזר מרוקאי מבושל
- עמוד 43 סלט תפוזי ומיונז
- עמוד 43 סלט חצילים בטחינה
- עמוד 44 חצילים ופלפלים קלויים ברוטב שום
- עמוד 45 סלט חצילים עם זיתים, גמבה ולימון כבוש
- עמוד 45 סלט חצילים קטנים - זעלוקה
- עמוד 46 חציל מטוגן בפירורי לחם של סבתא
- עמוד 46 סלט סלק אדום - סאלטה דלברבה
- עמוד 47 סלט סלק ירוק - סלקה
- עמוד 47 סלט פלפלים אדומים קלויים - סלטה משוויה
- עמוד 48 סלט פלפלים חריפים קלויים
- עמוד 48 מטבוחה - סלט עגבניות מבושל
- עמוד 49 שקשוקה תוניסאית



מאפים ופשטידות



- עמוד 50 חלה לראש השנה
- עמוד 51 לחמניות
- עמוד 52 פריקסה - סנדוויץ' תוניסאי
- עמוד 53 טונה בשמן
- עמוד 54 מחמר 1 - פשטידת תפוזי בנוסח מרוקאי
- עמוד 55 מחמר 2 - פשטידת תפוזי בסגנון תוניסאי
- עמוד 56 בצק עלים
- עמוד 57 פשטידת בצק עלים עם פיטריות



רשימת המתכונים לספר בישול של אמא



עוגות ועוגיות



- חרוסת..... עמוד 58
- עוגיות במילוי ממרח שוקולד ואגוזים..... עמוד 58
- עוגיות במילוי תמרים..... עמוד 59
- עוגיות עם ריבה..... עמוד 60
- אוזני המן..... עמוד 61
- בייגלה שומשום..... עמוד 62
- עוגיות שמנת שושנים..... עמוד 62
- עוגיות מכונה מרוקאיות..... עמוד 63
- עוגיות חול - רייבה..... עמוד 63
- סופגניות קלאסיות - כמות לכ- 30 יחידות..... עמוד 64
- סופגניות מרוקאיות - ספינג'..... עמוד 65
- שבקייה..... עמוד 66
- עוגה כושית..... עמוד 67
- עוגת שמרים קרה..... עמוד 68
- עוגת סולת..... עמוד 69
- עוגת דבש..... עמוד 70
- עוגת סברינה..... עמוד 71
- עוגת גבינה עם פירורים..... עמוד 72
- עוגת ג'לי תות ותותים..... עמוד 73
- רולדה..... עמוד 74
- עוגת פירמידה ללא אפיה..... עמוד 75
- עוגת מרנג מוס לימון..... עמוד 76-77



רשימת המתכונים לספר בישול של אמא



מימונה



- מופלטה (40 יחידות) עמוד 80
- ז'בן JABAN עמוד 81
- עוגיות קוקוס (48 יחידות) עמוד 81
- עוגיות שקדים (40 יחידות) עמוד 82
- עוגיות קוקוס ללא אפייה (40 יחידות) עמוד 82
- סהרוני בוטנים (כ- 30 יחידות) עמוד 83
- תמרים ואגוזים ממולאים במרציפן עמוד 83



ריבות



- ריבת חבושים..... עמוד 85
- ריבת תותים..... עמוד 85
- ריבת שזיפים..... עמוד 86
- ריבת תפוזים..... עמוד 86
- ריבת חצילים..... עמוד 87
- ריבת תאנים..... עמוד 87





מנות ראשונות מסורתיות



דג בנוסח מרוקאי



כלים:

סיר אלומיניום רחב
בו ניתן להניח את הדגים
בשכבה אחת.



חומרים:

- 8 פרוסות דג נקיות מקשקשים בעובי 5 ס"מ
(בורי, לוקוס, נסיכת הנילוס)
- 2 עגבניות פרוסות בעובי 1/2 ס"מ
- 1 פלפלים אדומים מתוקים פרוסים
- 1 פלפל אדום חריף (לא חייבים)
- 1 כוס כוסברה חתוכה גס
- 1/2 כוס שמן זית
- 10 שיני שום שלמים
- 1 כפית מלח
- 2 כפות פפריקה מתוקה
- 1/2 כפית כורכום
- 1/2 כוס מים

אופן ההכנה:

1. שוטפים את הדגים (אם משתמשים בדג נסיכת הנילוס, משרים את הדגים במים + 1/2 כוס חומץ למשך חצי שעה, שוטפים היטב ומסננים).
2. פורסים את הירקות.
3. בסיר רחב מחממים שמן זית, מוסיפים פפריקה מתוקה ומטגנים קלות.
4. מנמיכים את האש, מוסיפים שאר תבלינים, מניחים מעל התבלינים עגבניות פרוסות, עליהם מניחים את פרוסות הפלפלים ומפזרים את שיני השום השלמות.
5. על הירקות מניחים את פרוסות הדגים, עליהם מפזרים את הכוסברה, מוסיפים מים, מכסים ומביאים לרתיחה.
6. משאירים במצב רתיחה 15 דקות כשהסיר מכוסה, מדי פעם מנערים את הסיר.
7. מנמיכים את האש ומבשלים עוד 15 דקות.
8. אם יש יותר מדי נוזלים, מבשלים ללא מכסה, עד שהרוטב מסמך, אם יש מספיק נוזלים והרוטב סמך, מבשלים עם מכסה סגור.

ובמילים של סבתא תירצה: "כשהדג מתבשל על הגז, מדי פעם צריך 'להשקות' את הדג מלמעלה".



מנות ראשונות מסורתיות



חריימה - דג בנוסח תוניסאי



חומרים:

- 8 פרוסות דג נקיות מקשקשים בעובי 5/6 ס"מ (בורי, לוקוס, נסיכת הנילוס)
- 10 שיני שום כתוש
- 1/2 כוס שמן זית
- 2 כפות פפריקה מתוקה
- פפריקה חריפה (למעוניינים ברוטב מעט חריף)
- 1 כפית
- 1 כפית מלח
- 1 כפית כמון
- 2 כפות רסק עגבניות
- 1 1/2 כוסות מים
- מיץ מלימון בינוני (2 כפות מיץ)

אופן ההכנה:

1. שוטפים את הדגים (אם משתמשים בדג נסיכת הנילוס, משרים את הדגים במים + 1/5 כוס חומץ למשך חצי שעה, שוטפים היטב ומסננים).
2. בסיר רחב מחממים שמן זית, מוסיפים שום, ופפריקה מתוקה ומטגנים קלות.
3. מוסיפים שאר תבלינים, רסק עגבניות, מיץ לימון ומים ומערבבים היטב.
4. מניחים את פרוסות הדגים בסיר אחד ליד השני, בשכבה אחת ומביאים לרתיחה עם מכסה סגור.
5. לאחר שרותח מבשלים תוך כדי רתיחה עם מכסה 15 דקות, מדי פעם מנערים את הסיר.
6. מנמיכים את האש ומבשלים עוד 15 דקות.
8. אם יש יותר מדי נוזלים, מבשלים ללא מכסה, עד שהרוטב מסמיך, אם יש מספיק נוזלים והרוטב סמיך, מבשלים עם מכסה סגור.

ובמילים של סבתא תירצה: "כשהדג מתבשל על הגז, מדי פעם צריך 'להשקות' את הדג מלמעלה".



מנות ראשונות מסורתיות



סנדביץ סרדין



חומרים:

12-18 סרדינים מנוקים מקשקשים ואדרת, ללא ראש ופתוחים כספר

1 כוס פטרוזיליה קצוצה

1 כוס כוסברה קצוצה

3 שיני שום כתוש

2 כפיות כמון

1 כפית פפריקה מתוקה או חריפה

1/4 כפית מלח

1 כף סחקה

לטיגון: 3 כפות קמח, 2 ביצים, שמן לטיגון עמוק

להגשה: פלח לימון

אופן ההכנה:

1. מנקים ושוטפים סרדינים מקשקשים ואדרת, ללא ראש ופתוחים כספר.

2. בקערה מערבבים את חומרי המילוי.

3. מניחים בכף היד פילה של סרדין, כשהעור כלפי מטה, ממלאים בכף עד שתיים מהתערובת ומכסים עם דג פילה נוסף.

4. מצפים את סנדוויץ הסרדין בקמח ואח"כ בביצה ומטגנים בשמן עמוק.

הגשה: מגישים עם פלח לימון.



מנות ראשונות מסורתיות



סרדינים כבושים



חומרים:

1 1/2 ק"ג סרדינים מנוקים מקשקשים ואדרת, ללא ראש ופתוחים כספר

2 כוסות מלח ים גס לבישול

שמן זית לכיסוי

4 שיני שום חצויים

1 כף פלפל אנגלי שחור שלם

קליפות מלימון 1



אופן ההכנה:

1. מנקים סרדינים.

2. מסדרים בכלי עם מכסה שכבה של סרדינים, מפזרים מעט מלח גס ושוב מסדרים סרדינים ומפזרים מלח גס, ממשיכים עד שמסיימים עם כל הדגים.

3. שומרים במקרר 24-48 שעות (תלוי במליחות הרצויה).

4. מוציאים סרדינים מהמקרר, שוטפים היטב.

5. מניחים שכבות של סרדינים בכלי עם מכסה, בין השכבות שמים קליפת לימון, שום ופלפל אנגלי שחור שלם, מכסים עם שמן זית ומשאירים יומיים.

6. כעבור יומיים הסרדינים מוכנים.



מנות ראשונות מסורתיות



קורקבנים ופיטריות מבושלים



חומרים :

- 1 ק"ג קורקבנים עוף או הודו
- 2 בצלים קצוצים
- 1 קופסא פיטריות חתוכות
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 2 כפות אבקת מרק פיטריות/או מרק עוף
- 1/2 כוס מים
- מלח ופלפל לפי הטעם

אופן ההכנה:

1. מבשלים את הקורקבנים עם מים כחצי שעה עד שהקורקבנים מתרככים. מנקים היטב את הקורקבנים וחותכים לקוביות.
2. מטגנים בצל במעט שמן עד להזהבה, מוסיפים את הקורקבנים החתוכים ואת הפטריות ומערבבים.
3. מוסיפים תבלינים ומבשלים כחצי שעה.

הגשה: מגישים בתוך קונניות בצק עלים



מרקים



חרירה - מרק מרוקאי מסורתי



חומרים:

- | | |
|--------------------------|--|
| 1/2 כוס עדשים | 4 עגבניות מרוסקות |
| 1 גבעול כרישה קצוץ דק | 1 בצל קצוץ דק |
| סוכטים לימון וחצי | 2 גבעולי סלרי חתוכים לקוביות קטנים (כולל עלים) |
| 3 כפות קמח + חצי כוס מים | 1/2 חבילה כוסברה קצוצה |
| 1 כפית מלח | 1/2 חבילה פטרוזיליה קצוצה |
| 1/2 כפית פלפל שחור | 1/2 כוס אורז |
| 1 כף שמן קנולה | 100 גרם חומוס (לאחר השריה של לילה) |
| 2 ליטר מים | |

אופן ההכנה:

1. קוצצים ירקות.
2. שמים כף שמן קנולה בסיר שיכול להכיל את המרק, מוסיפים בצל ומטגנים עד שהבצל נעשה שקוף.
3. מוסיפים שאר ירקות קצוצים (לא קטניות) ומטגנים מספר דקות.
4. מוסיפים מים ותבלינים (מלח פלפל) ומביאים לרתיחה.
5. מוסיפים חומוס ועדשים, מביאים שוב לרתיחה, מנמיכים את האש ומבשלים חצי שעה.
6. מוסיפים חצי כוס אורז ומבשלים רבע שעה נוספת.
7. בכוס, מערבבים היטב מים וקמח (מוודאים שאין גושים) ומוסיפים לסיר המרק.
8. מבשלים 10 דקות נוספות.
9. מוסיפים מיץ לימון, מבשלים עוד 5 דקות ומגישים חם.



מרקים



מרק עדשים



מרק סמך ומשביע
המתאים לארוחת ערב חורפית

חומרים:

- 2 כוסות עדשים (ירוקות או אדומות) שטופות היטב
- 1 גזר מגורד
- 1 בצל גדול קצוץ
- 3 כפות שמן זית
- 1 כף כמון
- 1 כפית פפריקה מתוקה (או חריפה)
- 1 כף אבקת מרק עוף
- 1/2 כפית מלח
- 1 1/2 ליטר מים

אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב עדשים.
2. מחממים שמן בסיר, מוסיפים בצל קצוץ ומאדים עד שמתרכך.
3. מוסיפים גזר ומאדים 2 דקות, מוסיפים עדשים ומערבבים.
4. מוסיפים מים ומביאים לרתיחה.
5. מוסיפים שאר תבלינים ומערבבים.
6. מנמיכים את האש ומבשלים כ- 45 דקות.
7. אם רוצים להסמך את המרק, בתום הבישול, מוציאים כמחצית מהעדשים, מרסקים במעבד מזון ומחזירים לסיר המרק.

להגשה: מפזרים מעל כוסברה או פטרוזיליה קצוצה.



מרקים



מרק ירקות מפי סבתא תירצה

אופן ההכנה מפי סבתא תירצה :

לטגן עם 2 כפות שמן בצל חתוך ל- 4.
 להוסיף תפוח אדמה, גזר, כרפס (סלרי), דלעת, כרובית (אפשר גם כרוב).
 להוסיף 1 כף אבקת מרק עוף, מים ולבשל כשעה.
 להוריד מהאש ולתת להתקרר, כשמתקרר להכניס את הירקות למעבד מזון.



מרק אפונה



חומרים:

- 1 כוס אפונה ירוקה יבשה
- 2 כפות שמן
- 2 בצלים קצוצים
- עלים מ- 2 ענפי סלרי קצוצים
- 5 שיני שום
- 1/2 כפית אבקת אפיה
- 6 כוסות מים
- 2 כפות אבקת מרק עוף



אופן ההכנה:

- 1. לטגן בצל, שמה מים, כוס אפונה, מקצצת סלרי ושמה.
 - 2. להוסיף 1/2 כפית אבקת אפיה ולתת לרתוח.
 - 3. כשרותח להנמיך את האש ולתת להתבשל לאט.
- לשים כף מרק עוף ולערבב.



מרקים



מרק שעועית לבנה יבשה



חומרים:

1 כוס שעועית לבנה יבשה - בלילה לשים כוס שעועית במים

2 כפות שמן

1 בצל לגרד בפומפיה

2 כפות רסק עגבניות

1 שן שום לגרד בפומפיה

מים

לגרד בפומפיה 1 תפוז"א + 1 גזר

לקצוץ כרפס (סלרי)

1/2 כפית אבקת אפיה

1 כף אבקת מרק עוף



אופן ההכנה מפי סבתא תירצה:

בלילה לשים כוס שעועית במים.

למחרת לטגן 1 בצל מגורד בפומפיה בשמן, להוסיף 2 כפות רסק עגבניות + 1 שן שום לגרד בפומפיה. שמה מים. שוטפת שעועית ומוסיפה לסיר.

לגרד בפומפיה 1 תפוז"א + 1 גזר, לקצוץ כרפס (סלרי) ולהוסיף.

לתת לרתוח ואז להוסיף 1/2 כפית אבקת אפיה ואבקת מרק עוף,

להנמיך את האש ולהשאיר להתבשל חצי שעה עד 3/4 שעה.



מרקים



מסוקי - מרק ירקות ובשר טוניסאי

חומרים:

מרק 12 הירקות, בשר ועסבאן
(מעי ממולא ירקות ובשר קצוץ גס)
אותו אימא נהגה להכין רק בפסח
כשהשוק מוצף בפול טרי.
מצורף מתכון המרק ללא עסבאן.

4 ענפים של סלק ירוק
(משתמשים רק בחלק הירוק) קצוצים דק
1 גזר חותכים לקוביות קטנות
1 קישוא חתוכים לקוביות קטנות
1/4 כרוב קצוץ
1 כוס פטרוזיליה קצוצה
1 כוס שמיר קצוץ
1 כוס כוסברה קצוצה
2 גבעולים של סלרי קצוץ
1 כוס פול
1 כוס אפונה
1 בצל קצוץ
1 כפית כורכום
1 כף רסק עגבניות
1/2 כפית פלפל שחור
1 כפף פפריקה מתוקה
1 כפית אבקת מרק עוף
1 כפית מלח
1 ק"ג בשר מס' 8 חתוך ל-8
2 ליטר מים
1 ליטר מים
3 כפות שמן זית

אופן ההכנה מפי סבתא תירצה:

1. את הבשר שמים בסיר עם 2 ליטר מים, מביאים לרתיחה ומבשלים כשעה.
2. בינתיים חותכים את הירקות. לאחר כשעה...
3. בסיר גדול שמים שמן וירקות ומאדים מס' דקות תוך כדי ערבוב, מוסיפים בשר עם מי הבישול ועוד ליטר מים.
4. מוסיפים 1 כף רסק עגבניות ותבלינים - כורכום, פלפל שחור, פפריקה מתוקה, מלח, כפית מרק עוף.
5. מביאים לרתיחה ומבשלים כשעה עד שהמרק מוכן.



עוף בזיתים



חומרים:

1 ק"ג זיתים מגולענים
מים עד לכיסוי הסיר
אופן הכנת הזיתים:

1. מבשלים זיתים במים עד לרתיחה, כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כ-5 דקות. מכבים את האש ומסננים.
2. מבשלים שוב זיתים במים עד לרתיחה, כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כ-5 דקות. מכבים את האש ומסננים.

שאר חומרים:

- 6 כרעיים חצויים
- 3 בצלים קצוצים גס
- 4-5 כפות רסק עגבניות
- 2 שיני שום כתוש
- 1/2 כפית פלפל שחור/לבן
- 2 כפות שמן קנולה/שמן זית
- 1 כפית כורכום
- 1 כף פפריקה מתוקה או חריפה
- 1 כוס מים
- 1 כף אבקת מרק עוף (לא חייבים)

אופן ההכנה:

1. מבשלים זיתים במים לפי ההוראות הכתובות למעלה.
2. מחממים שמן בסיר, מוסיפים בצל קצוץ ומטגנים עד שהבצל שקוף, מוסיפים רסק עגבניות, שום כתוש, תבלינים ומים ומערבבים היטב.
3. מוסיפים זיתים ומערבבים.
4. מניחים את חלקי העוף מעל, מכסים את הסיר עם מכסה ומבשלים כשעה.





מנות עיקריות



עוף בלימון כבוש



חומרים:

- 6 כרעיים חצויים/שלמים
- 2 בצלים קלופים וחתוכים לרצועות עבות
- 1 כפית שטוחה כורכום
- 1/2 כוס שמן זית
- 10 פלחי לימון כבוש קצוצים
- 1/2 כפית פלפל שחור
- 1 כפית אבקת מרק עוף + 1 כוס מים רותחים



אופן ההכנה:

1. מנקים כרעיים וחוצים לשניים.
2. חותכים בצל.
3. בסיר רחב שמים שמן זית, מוסיפים בצל ומטגנים עד שמזהיב.
4. מוסיפים לימון כבוש קצוץ, כורכום ופלפל שחור.
5. מערבבים אבקת מרק יחד עם המים ומוסיפים לסיר. מערבבים היטב.
6. מניחים מעל את חתיכות העוף ומביאים לרתיחה.
7. כשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים כשעה.



מנות עיקריות



עוף עם תפוז"א בגריל



חומרים:

- 6 כרעיים חצויים
- 6 תפוז"א מקולפים וחתוכים לקוביות
- 4 בצלים פרוסים לעיגולים
- ראש שום קלוף
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 1/2 כוס שמן זית
- 1/2 כוס מים
- כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. שמים בקערה תבלינים, שמן ומים.
2. שוטפים כרעיים היטב ומניחים בקערה.
3. קולפים ירקות, את שיני השום משאירים שלמים, מוסיפים לקערה ומערבבים היטב.
4. מעבירים לתבנית גדולה ואופים בחום בינוני, 180 מעלות, מכוסה בנייר כסף, במשך שעה. מוציאים את נייר הכסף ואופים ללא כיסוי עוד כחצי שעה.

הסוד: ברבע שעה אחרונה של הבישול מפזרים על העוף 1/4 מרגרינה חתוכה לקוביות.

מנות עיקריות



שניצל ברוטב עגבניות



חומרים לרוטב עגבניות:

- שניצלים מטוגנים
- 2 עגבניות מרוסקות
- 2 כפות רסק עגבניות, 1 כוס מים
- 3 שיני שום כתוש
- 1 כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1 כפית פפריקה מתוקה

חומרים לשניצל:

- 6 פרוסות דקות של חזה עוף
- 3/4 כוס פירורי לחם
- 2 ביצים טרופות
- 1/2 כפית מלח
- 1 שן כתוש
- שמן לטיגון עמוק (לפחות חצי בקבוק שמן)

אופן הכנת השניצל:

1. מחממים שמן במחבת עמוקה.
2. שמים בצלחת שטוחה פירורי לחם.
3. שמים בצלחת עמוקה (של מרק) 2 ביצים, 1/2 כפית מלח ומערבבים היטב.
4. טובלים פרוסת חזה עוף בביצה, אח"כ מצפים את חזה העוף בפירורי לחם וכשהשמן חם מאוד מטגנים את השניצל היטב משני הצדדים עד שמשחים.
5. מוציאים ומעבירים ישירות לסיר עם רוטב העגבניות.

אופן ההכנה:

1. בסיר רחב שמים עגבניות מרוסקות ושום (ללא שמן) ומאדים מספר דקות באש גבוהה.
2. מוסיפים רסק עגבניות, מים ותבלינים, מערבבים היטב ומביאים לרתיחה.
3. כשרותח, מנמיכים את האש, מוסיפים את השניצלים, מוסיפים כוס מים נוספת ומביאים שוב לרתיחה.
4. כשרותח מנמיכים את האש, מבשלים 20 דקות.

הצעת הגשה: עם אורז לבן.



מנות עיקריות



צלי בקר



חומרים :

1 1/2 ק"ג בשר פילה כתף מספר 5 או 6 פרוס מראש

2 כפות שמן זית

2 בצלים לחתוך גס , לא קצוץ

2 גזרים מקולפים ופרוסים לעיגולים

2 גבעולי סלרי חתוכים גס

6 שיני שום לגרד בפומפייה

1 כפית מלח

1/4 כפית פלפל שחור

3 עלי דפנה

1 כף אבקת מרק פיטריות או עוף

1 כפית כמון

1 כף פפריקה מתוקה

3 כוסות מים

אופן ההכנה מפי סבתא תירצה :

מטגנת בצל, שמה בשר פרוס מראש, שמה גזר, סלרי, מים ומכסה שיתבשל על אש קטנה בערך שעה. לאחר שהתבשל שמה: פפריקה אדומה, פלפל שחור, כמון, מרק פיטריות או עוף, בסוף שום - לרסק בפומפייה.

ניתן להוסיף לבשר פיטריות מקופסת, זיתים, בטטה קסביה, ארטישוק, שעועית לבנה, אם רוצים לעשות עם זיתים אז מוסיפים לתבלינים עלה דפנה ורסק עגבניות.

זיתים - להרתיח לפני זה בסיר עם מים ולסנן - פעם אחת לבשל 10 דקות ובפעם השנייה 5 דקות. להוסיף לבשר ולתת 1/4 שעה להתבשל עם הבשר והרסק עגבניות.



מנות עיקריות



תבשיל זנב שור



חומרים :

2 קילוגרם עצמות זנב שור (ולוודא שיש עליהן הרבה בשר).

5 שיני שום כתושות

2 כפות שמן

1 בצל גדול קצוץ

3 גזרים פרוסים

3 כפות רסק עגבניות

מלח , פלפל שחור

2 כפות פפריקה מתוקה

2 כוסות מים

אופן ההכנה:

1. לטגן בסיר בשמן את השום והבצל עד להזהבה, להוסיף את העצמות ולטגן היטב עד להשחמה.

2. להוסיף את שאר הירקות ולטגן עוד מספר דקות, להוסיף מים ואת שאר החומרים לסיר ולהביא לרתיחה.

3. לבשל על אש קטנה שעתיים.

להגיש עם פרוסות חלה בצד, לטבול ולאכול.



מנות עיקריות



פאד FAD



תבשיל אברים פנימיים מיוחד לליל הסדר,
מאכל תוניסאי אותו נהוג להכין
מאיברים פנימיים של כבש.
אם אין כבש אז ניתן להכין מפרה
ולהוסיף חתיכת שומן של כבש.

חומרים:

- 400 גרם מכל סוג: ריאות, כבד ולב של כבש או פרה
- 1 בצל קצוץ
- 3 כפות שמן
- 1 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 2 כפות רסק עגבניות
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 1 כפית כמון
- מלח, פלפל שחור
- 2 כוסות מים
- 1 ראש שום כתוש

אופן ההכנה:

1. מרתיחים את הריאות כ- 10 דקות עד שהם משנים את צבעם. שוטפים וחותכים לקוביות.
 2. מטגנים בצל ושום.
 3. כשהבצל מטוגן מוסיפים 1 כף רסק עגבניות, 1 כף פפריקה מתוקה, פלפל שחור, מלח, כמון ומים ומערבבים.
 4. מוסיפים אברים פנימיים, מערבבים ומביאים לרתיחה.
 5. כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כשעה וחצי.
- 1/4 שעה לפני סיום הבישול מוסיפים פטרוזיליה.



מנות עיקריות



תבשיל קציצות בשר על מצע אפונה וגזר



חומרים להכנת הרוטב והאפונה:

- 1 שקית אפונה + גזר קפואים
- 1/4 כוס שמן זית
- 1 בצל קצוץ
- 1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 3 שיני שום כתוש
- 3 כפות רסק עגבניות
- 1 כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 1 כוס מים

חומרים לקציצות:

- 1/2 ק"ג בשר בקר טחון
- 1 בצל קצוץ
- 1/4 כפית אגוז מוסקט
- 1 ביצה
- 1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 1/2 פרוסת לחם רטובה וסחוטת (או 2 כפות פירורי לחם)
- 1/2 כפית פלפל שחור
- 1 כפית מלח
- 1/2 כפית כורכום
- 1/4 כפית קינמון



אופן הכנת הקציצות:

את כל המרכיבים של הקציצות, מרטיבים ידיים במים או שמן וצרים עיגולים בגודל כדור פינג פונג..

אופן ההכנה:

1. שמים בסיר את כל חומרי הרוטב + מים ומערבבים היטב.
2. מוסיפים אפונה, גזר ופטרוזיליה ומערבבים היטב.
3. מניחים על האפונה את הקציצות, מביאים לרתיחה, כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כשעה בלהבה נמוכה.



מנות עיקריות



חמין מרוקאי - סכינה



חומרים:

- 1 1/2 כוסות גרגרי חומוס מושרים במים במהלך הלילה הקודם לבישול
- 1 ק"ג נתח בשר מס' 8 מחולק ל- 3
- 2 עצמות עם מיח עצם
- 6 תפוז"א בינוניים מקולפים
- 6 ביצים קשות
- 1 ראש שום שלם נקי
- 1/4 כוס שמן
- 1/2 כף כורכום
- 1/2 כף פפריקה מתוקה
- 1/2 כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1 כוס מים

חומרים לבישול החיטה:

- 2 כוסות חיטה שטופה היטב ומסוננת
- 2 שיני שום כתוש
- 1 כפית פפריקה מתוקה
- 1/4 כוס שמן
- 1/2 כפית כמון
- 4 כוסות מים
- 1 שקית קוקי לבישול החיטה

אופן הכנת החמין:

1. בתחתית סיר גדול שיכול להכיל את החמין שמים בתחתית חומוס מסונן מנוזלים.
2. מעליו בשר, עצמות, תפוז"א וראש שום.
3. מעל הכל שמים תבלינים ויוצקים מים.
4. מניחים מעל את הביצים ושקית הקוקי עם החיטה ומבשלים על אש בינונית עד לרתיחה.
5. ממשיכים לבשל בתנור בבישול איטי מאוד בחום נמוך או על פלטת שבת כל הלילה.

אופן הכנת החיטה:

1. שמים חיטה ותבלינים בשקית הקוקי וקושרים אותה.
2. מחוררים את השקית עם קיסם 2 נקבים ומניחים את השקית בסיר החמין.

אפשר לבשל בסיר חשמלי בחום נמוך כל הלילה.
אפשר להוסיף ג'חון עטוף בנייר כסף.

תוספות למנה עיקרית



מחלטה - תבשיל ירקות



חומרים:

- 3 גזר
- 1 לפת
- 2 תפוז
- 2 קישואים
- 2 גבעולים של סלק ירוק
- 1/2 כוס כרוב קצוץ
- 1/2 כוס שמיר קצוץ
- 1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 1/2 כוס קוסברה קצוצה
- 1 כוס פולי פול מקולף
- 2 כפות שמן קנולה
- 1/2 כפית פלפל שחור
- 1 כפית מלח
- 2 כפות רסק עגבניות לערבב עם 1 כוס מים
- 1 כפית כורכום

אופן ההכנה:

1. חותכים את הירקות לקוביות.
2. בסיר גדול מחממים שמן, מוסיפים את הירקות ומטגנים קלות כ- 2 דקות.
3. מוסיפים רסק עגבניות ותבלינים ומבשלים כחצי שעה.

תוספות למנה עיקרית



קישואים מבושלים - מתכון תוניסאי



חומרים:

- 1 ק"ג קישואים
- 1 בצל קצוץ
- 1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 1/2 כפית כורכום
- 1/2 כוס שמן זית
- מלח, פלפל שחור
- 1/2 כוס מים
- 2 עגבניות מרוסקות (או 1 כף רסק עגבניות)

אופן ההכנה:

1. פורסים קישואים לעיגולים בעובי 1 1/2 ס"מ.
2. מחממים שמן זית, מוסיפים בצל ופטרוזיליה ומטגנים. כשהבצל מזהיב מוסיפים רסק עגבניות, מים ותבלינים, ומערבבים היטב.
3. מבשלים כ- 1/2 שעה עד שהקישואים מתרככים.

קישואים - הגירסה המרוקאית

מטגנים 1 בצל בשמן זית, מוסיפים כורכום, פלפל שחור מלח ומים.

תוספות למנה עיקרית



פול מבושל



חומרים:

- 1 שקית פול קפוא או 1 קילו פול טרי
- 1 כפית כורכום
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 3 שיני שום כתוש
- 1/2 כוס שמן
- 1 כפית כמון
- מיץ מלימון אחד
- 1 כפית מלח
- 1 כוס כוסברה קצוצה
- 1 כוס מים

אופן ההכנה:

1. אם משתמשים בפול טרי - מקלפים את הפול, אפשר להשתמש בפול קפוא (מחוסר זמן...).
2. שמים בסיר שמן, פול, מים, כוסברה ותבלינים מערבבים ומביאים לרתיחה.
3. כשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים בלהבה נמוכה כשעה.
4. מערבבים מדי פעם.



תוספות למנה עיקרית



זיתים מבושלים



חומרים להכנת הזיתים:

1 ק"ג זיתים מגולענים
מים עד לכיסוי הסיר

שאר החומרים:

1 1/2 כפות רסק עגבניות
2 שיני שום כתוש
1 עלה דפנה
1/2 כפית פלפל שחור/לבן
2 כפות שמן קנולה
1 כפית כורכום
1 כף פפריקה מתוקה או חריפה
1 כוס מים

אופן הכנת הזיתים:

מבשלים זיתים במים עד לרתיחה, כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כ- 5 דקות. מכבים את האש ומסננים. מוסיפים שוב מים ומרתיחים, כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כ- 5 דקות. מכבים את האש ומסננים.

אופן ההכנה:

את הזיתים המסוננים לאחר ההרתחה כפולה שמים בסיר, מוסיפים תבלינים ומים, מביאים לרתיחה, כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כחצי שעה.

תוספות למנה עיקרית



כרובית מבושלת



חומרים:

- 1 כרובית מחולקת לפרחים
- 3 כפות רסק עגבניות
- 5 שיני שום כתושים
- 1 כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 2 כוסות מים

אופן ההכנה:

שמים את כל התבלינים ורסק העגבניות בסיר, ומביאים לרתיחה, מוסיפים את הכרובית ומערבבים היטב, מנמיכים את האש ומבשלים כחצי שעה בחום נמוך כשהסיר מכוסה עד שהכרובים רכה. מדי פעם מנערים את הסיר.



במיה



חומרים:

- 1/2 פלפל אדום חתוך לקוביות קטנות
- 4 שיני שום לגרד בפומפיה
- 1/3 כפית סוכר
- מלח, פלפל
- 1/2 כוס מים

במיה

- 1 בצל קטן קצוץ
- 2 כפות שמן זית
- 3 עגבניות מרוסקות
- 2 כפות רסק עגבנית

אופן ההכנה:

מטגנים בצל קצוץ בשמן זית, מוסיפים פלפל ומטגנים כמה דקות. מוסיפים עגבניות מרוסקות ורסק עגבניות, תבלינים ו- 1/2 כוס מים ומערבבים היטב. מוסיפים במיה ומבשלים כ- 20 דקות עד שהבמיה מתרככת.



תוספות למנה עיקרית



תפוא"א ירושלמי - כסבייה



חומרים:

1 כף פפריקה מתוקה
5 שיני שום קצוץ
1 כפית מלח
1/4 כפית פלפל שחר
1/2 כוס מים

1 1/2 ק"ג תפוא"א ירושלמי מקולפים וחצויים
1/2 כוס שמן
1 כפית כורכום
1 כף אבקת מרק עוף



אופן ההכנה:

1. מקלפים תפוא"א וחותכים לשניים.
2. שמים בסיר את חומרי הרוטב ואת תפוא"א ומערבבים.
3. מביאים לרתיחה על להבה גבוהה וכשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים עם מכסה פתוח למחצה כחצי שעה עד שתפוא"א מתרככים.

את תפוא"א הירושלמי ניתן לבשל עם כרעיים ואז מבשלים כשעה על להבה נמוכה.



אורז לבן



חומרים:

2 כוסות אורז בסמטי
3 כוסות מים
1 כפית אבקת מרק עוף + 1 כוס מים חמים
2 כפות שמן



אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב את האורז תחת מי ברז ומניחים מעל לקערה לייבוש כ- 10 דקות.
2. מחממים בסיר שמן, מוסיפים אורז, מערבבים ומטגנים כ- 2 דקות.
3. מערבבים 1 כוס מים חמים עם 1 כפית אבקת מרק עוף, מוסיפים לאורז ומערבבים היטב.
4. מוסיפים מים, מכסים ומרתיחים, כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים 20 דקות.
5. מכבים את האש ומשאירים מכוסה כ- 5 דקות לפני ההגשה.

תוספות למנה עיקרית



ספגטי ברוטב עגבניות



חומרים:

500 גרם ספגטי מס' 8

1 כפית מלח

1 כף שמן זית

חומרים לרוטב:

1 בצל קצוץ

2 כפות שמן זית

2 עגבניות מגוררות בפומפיה

4 כפות רסק עגבניות

1 1/2 כוסות מים

1 כפית מלח

1 כפית סוכר

1/2 כפית פפריקה מתוקה

2 עלי דפנה

אופן ההכנה:

1. בסיר שיכול להכיל את הרוטב מטגנים בצל קצוץ בשמן זית עד שהבצל נהייה שקוף.

2. מוסיפים עגבניות מגוררות ומערבבים.

3. מוסיפים רסק עגבניות, מים ותבלינים ומביאים לרתיחה.

4. כשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים 15 דקות.

בינתיים מבשלים את הספגטי:

1. ממלאים סיר גדול במים, מוסיפים 1 כפית מלח ומביאים לרתיחה.

2. כשרותח, מוסיפים את הספגטי ומבשלים ללא מכסה בלהבה גבוהה כ-8 דקות.

3. מכבים את האש ומסננים, שוטפים את הפסטה במים זורמים להוצאת העמילן.

4. מעבירים את הפסטה המסוננת לקערת הגשה או לכלי אישי, בוזקים כף שמן זית על מנת

שהפסטה לא תידבק אחת לשנייה ומערבבים.

5. שופכים על הפסטה את הרוטב ומגישים יחד עם גבינת פרמזן אותה כל אחד שם כרצונו.



קוסקוס - שוקשו

את הקוסקוס התוניסאי מגישים עם מרק עוף וירקות ובליווי קציצות עוף KAABER. וגם עם מרק דגים. בטרפולי מגישים עם דג חריימה (את הדג מגישים על מצע של קוסקוס) ובלוב מגישים עם מפרום (ירקות ממולאים ומטוגנים מבושלים ברוטב עגבניות).

הגשת הקוסקוס משולבת יחד עם סלטים ייחודיים.
התוניסאים נוהגים לאכול קוסקוס בימים שלישי ושישי בצהרים.

להגשה: שמים קוסקוס בצלחת עמוקה אישית או בקערה משותפת ויוצקים מעל את המרק, או דג חריימה או מפרום (בהתאם לעדה).
במרכז השולחן שמים את קציצות העוף ואת הסלטים מהם כל אחד לוקח כרצונו.

גירסה קלה להכנת קוסקוס:

שלב ראשון

חומרים:

2 כוסות סולת

1/4 כוס שמן

מכסים ומכניסים למיקרו ל- 4 דקות

שלב שני

מוציאים מהמיקרו ומערבבים היטב.

מוסיפים 1 כוס של מים רותחים, מערבבים, מכסים ומכניסים למיקרו ל- 3 דקות.

שלב שלישי

מוציאים מהמיקרו, מעבירים לנפה (מסננת) מיוחדת לקוסקוס ומנפים את הקוסקוס בעזרת כף (כי הקוסקוס חם) לקערה. מוסיפים כוס מים רותחים לקוסקוס, 1 כפית מלח ומערבבים, מכסים ומכניסים שוב למיקרו ל- 3 דקות נוספות.

בשלב זה ניתן להוסיף תבלינים כמו: כורכום, אבקת מרק עוף, פפריקה (לקוסקוס אדום) (אני לא מוסיפה כי במתכון המקורי של אימא שלי לא מוסיפים).
מערבבים ומעבירים שוב דרך הנפה והקוסקוס מוכן.

משך התהליך כרבע שעה.



מרק לקוסקוס



חומרים:

- 1 עוף חתוך ל- 8
- 3 ענפים של סלרי (כולל העלים) חתוכים באורך 5 ס"מ
- 1 בצל חתוך לחצי
- 2 קישואים מקולפים וחתוכים באורך 8 ס"מ
- 5 גזרים מקולפים וחתוכים באורך 8 ס"מ
- 250 גרם דלעת ללא קליפה חתוכה ל- 4
- 1/2 כרוב
- 3 כפות אבקת מרק עוף
- 1 כף כורכום
- 3 כפות שמן
- 3 ליטר מים

אופן ההכנה:

1. חותכים את הירקות חיתוך גס ושמים בסיר מרק גדול (ללא דלעת).
2. מוסיפים שמן, עוף ומים עד לכיסוי הירקות והעוף ומביאים לרתיחה.
3. כשרותח, מנמיכים את האש, מוסיפים אבקת מרק עוף, כורכום ומערבבים.
4. מוסיפים דלעת ומבשלים כשעה עד שהגזר מתרכך.



קוסקוס



מרק דגים לקוסקוס



חומרים:

- 1 בצל חתוך לקוביות
- 2 עגבניות מרוסקות ללא קליפה או 1 כף רסק עגבניות
- 1 ק"ג דג בורי פרוס לפרוסות בעובי 5 ס"מ
- 2 תפוז"א מקולפים וחתוכים לקוביות גדולות
- 3 כפות שמן
- 1 כוס מים
- 2 ליטר מים
- 1 כף פפריקה מתוקה או חריפה
- 2 כפיות מלח
- 1/2 כפית פלפל שחור

אופן ההכנה:

- מבקשים בחנות הדגים לנקות סנפירים וקשקשים מהדגים. ולחתוך את הדג לחתיכות בעובי 5-6 ס"מ
1. בסיר גדול שיכול להכיל את המרק מטגנים בצל בשמן עד שמזהיב, מוסיפים פפריקה ומערבבים ומיד מוסיפים כוס מים ומערבבים היטב.
 2. מוסיפים עגבניות מרוסקות או רסק עגבניות ומערבבים.
 3. מוסיפים 2 ליטר מים, מלח, פלפל ותפוז"א ומבשלים 20 דקות.
 4. לאחר 20 דקות, מוסיפים את הדגים ומבשלים 20 דקות נוספות.

קציצות לקוסקוס - קעבר

• חומרים לרוטב:

- שום פרוסים לפרוסות דקות / שום כתוש
- 3 שיני שום
- 2 כפות רסק עגבניות
- 1 כוס מים
- 1/2 כפית מלח
- 1 כף שמן

חומרים לקציצות:

- 1/2 ק"ג חזה עוף טחון
- 1 פרוסת לחם מרטיבה ונותנת לנוח,
- סוחטת ושמה בקערה
- 1 בצל קצוץ
- 2 כפות פטרוזיליה קצוצה
- 2 שיני שום כתוש
- 1 כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1 כפית כורכום
- 1 ביצה

לטיגון:

- 1 כוס קמח
- 1 ביצה
- 1/4 כפית רסק עגבניות
- שמן לטיגון עמוק

אופן הכנת הקציצות:

1. מערבבים את כל החומרים להכנת הקציצות, מכינים עיגולים ומועכים אותם מעט על מנת שאפשר יהיה לטגן אותם.
2. שמים בצלחת שטוחה 1 כוס קמח.
3. שמים בצלחת עמוקה ביצה ורסק עגבניות ומערבבים היטב.
4. מחממים שמן לטיגון עמוק.
5. מצפים את הקציצות בקמח, טובלים בביצה הטרופה ומטגנים עד להזהבה משני הצדדים.

אופן הכנת הרוטב:

1. בסיר שיכול להכיל את הקציצות מטגנים קלות את השום, מוסיפים מים, רסק עגבניות ותבלינים ומערבבים היטב.
2. מוסיפים לסיר את הקציצות, מכסים ומבשלים 15 דקות.

עליון לאמא

20 שנה הולדת (ומאמא, כשהולדתו אי ששנה, אלה השנים, מצאנו עצמי כולנו, מקשה אף
20 שנה לאמי כז' הולדתו או שאנחנו גרים אסוף לבית החדשים. (הטלפון צלצל, חיבתי אגשור, אף
אף הטלפון ומשפ' צלצל אלא מלנה ואף הולדת אלה ילקד לא יונה...

מאז, מצי פלם, כשאני גרים ב'ן זיקה ב' אה אשן במסגרת צלצור, אני מוצא עצמי מגבולות
אח"כ אף ואז נכנס שאל אף... שהולדת אמנומה ואמא.

הזכרונות רובי חזקים שלי (הם מקבל שג
אקראי (השג כל (החזים נקיים, אף שולחן (ואוכל מכל לבנה ומחזרה ופליהם מדיהים פלים נאים.
שג' חלל צלצור ופול אמא (מסגרת גמ כס' מוחצ לבן ופליהם יקום "שג שולח".

העצג (השג ב'ג איתא (המפ"נה בוח מסוגל מוחצ, בוח של אמנומה וחלל שגל אף נאפו,
בוח (העצג (המפ"נה ונפ"ף אף גמלי (המפ"נה בוח, ב- סו סג' סג'ים שהמפ"נה מקר
בולצור ספ"נה. בל שולץ צלצור אחי.

לא נשכח אף סג' (המפ"נה) בפסח אף איתא, שחן, מלח ופול שחל אלה אלה (הול איתא
אי צלצור, כי צלצור (המפ"נה) מחלל אלה בשנייה בלי אשם לב.

נלץ אפ"ן שהשג נכנס, ואשם סג' צלצור גל כז' פילח זכרנים שהחיים.

המילה של קבל (השג בולצור נלח של שג צ" איתא. ב' (המפ"נה) מקבלים אשם אשם ואז
מפ"ן צמן וקצוץ 12 (העצגים) (החזים) (השג) ילקד מבין אף (ה"ן) ממשיך צלצור קצוץ
השג "ויפלו השמים והארץ וכל צאש: וכל אלקים ביום השפ"ץ מאכיל אשם צלצור וישג ביום
השפ"ץ מכל מאכיל אשם צלצור. וילך אלקים אף יום (השפ"ץ) וקצוץ אלה כי 12 שג מכל מאכיל
אשם בוח אלקים אף" (באשג 2, א-ג) ואח"כ אפ"ם איתא צלצור העצג.
איתא כל (השנים) אפ"ם ממך מגבולות אלה (המפ"נה) אכל צוץ צלצור בוח ואף (הקצוץ)
אלה ישיג אמחש, חלל שולצור אף יאצ... לא נשכח אף הטלפון שולצור מצי אחי ממך
המפ"ן: שכתב אף"ץ אף אשם כף אף... שכתב אף"ץ אף שצמן (השפ"ץ) מדיהים אף
(המפ"ן) / מכסי אף מכסל של רס', שהולצור אף יתיר קשר, כמילח אף יצג איתא אף - שמים קל
מכל וקל מכל... וכחלח.

אף (הפ"ך) רס' אף"ץ אף עצמי אכסר (אש"ח) (המפ"נה) שף אולח (השג).
אף (המפ"נה) אף מכלים צד ריום, אף שומים אף מסוג חז (המפ"נה).



אולח ומפ"ץ
ב' שולח

ממולאים



מפרום - ירקות ממולאים בבשר



חומרים - ירקות:

- 2 תפוז"א בינוניים - מקלפים וחותרים לשניים לרוחב, כל חצי פורסים לשניים ומשאירים את הקצה מחובר בצורת V.
- 1 קישוא גדול - לא מקלפים, חוצים לשניים, כל חצי חותרים לרוחב, כל רבע חותרים לצורת איקס כאשר החלק התחתון מחובר (8 חתיכות).
- חציל אחד - לא מקלפים, חוצים לשניים, כל חצי חותרים לרוחב, כל רבע חותרים לצורת איקס כאשר החלק התחתון מחובר (8 חתיכות).

חומרים למלית הבשר:

- 5 פרוסות לחם שחור מיום האתמול מושרים במים 10 דקות (או 3 כפות פירורי לחם)
- 1/2 ק"ג בשר בקר
- 2 בצלים מגורדים בפומפיה
- 1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 1 כפית גדושה פלפל שחור
- 1/4 כפית אגוז מוסקט
- 1 כפית מלח
- 2 כפיות שום כתוש (5 שיני שום)
- 2 ביצים



חומרים לטיגון וטבילת הירקות הממולאים:

- 3 ביצים
- 1 כפית רסק עגבניות
- 2 כפות מים
- 1 כוס קמח - שמים בצלחת עמוקה.
- שמן לטיגון עמוק - שמים במחבת עמוקה וגדולה ומביאים לרתיחה.

חומרים לבישול רוטב המפרום:

- 10 שיני שום חתוכים לקוביות
- 2 כפות שמן זית
- 1 כפית מלח
- 1/2 כפית פלפל שחור
- 3 כפות רסק עגבניות
- 2 כוסות מים



ממולאים



מפרום - ירקות ממולאים בבשר



אופן הכנת הירקות:

חותכים את הירקות, בוזקים 2 כפות מלח ומערבבים היטב - משאירים חצי שעה לריכוך הירקות.

אופן הכנת הבשר:

1. משרים לחם שחור במים.
2. שמים בקערה בשר ותבלינים. סוחטים את הלחם ומוסיפים לבשר, מערבבים היטב.
3. שוטפים היטב במים זורמים את הירקות החתוכים וסוחטים אותם.
4. לוקחים חופן בשר וממלאים את הירקות, כל ירק בנפרד ומניחים בצד.

אופן טיגון הירקות:

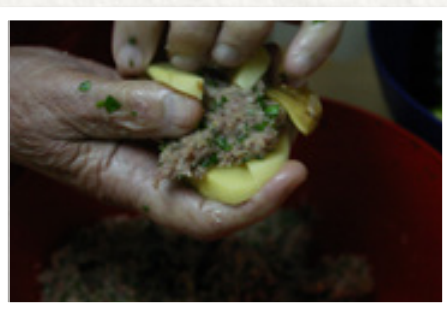
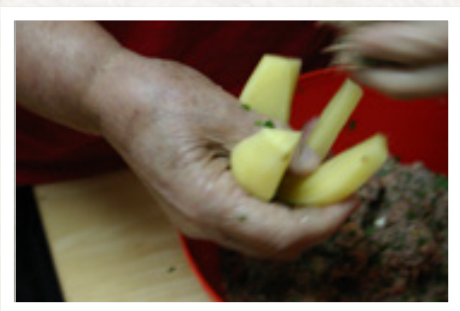
1. כשהשמן חם, לוקחים ירק ממולא, ומקמחים אותו, אח"כ טובלים בתערובת הביצים ומניחים בעדינות בשמן החם.
2. וכך ממשיכים עם שאר הירקות עד שהמחבת מלאה.
3. כשהירקות משחימים, הופכים אותם וממשיכים לטגן עד שהצד השני משחים, מוציאים ומעבירים למסננת לניקוז השמן העודף.

- לאחר שכל הירקות הממולאים מטוגנים, מבשלים אותם.

אופן הכנת הרוטב למפרום:

1. בסיר שטוח וגדול מחממים שמן זית, מוסיפים שום ומטגנים עד שמתחיל להזהיב.
2. מוסיפים רסק עגבניות ומים ומערבבים היטב.
3. מוסיפים תבלינים ומערבבים היטב.
4. מניחים בעדינות את הירקות הממולאים ברוטב (אפשר 2 שכבות) מכסים ומביאים לרתיחה.

- מנמיכים את האש (עדיין עם הלהבה הגדולה) ומבשלים עם מכסה סגור כחצי שעה.





ארטישוק ממולא



חומרים:

12 תחתיות ארטישוק טרי מנוקים

חומרים להכנת הקציצות:

1/2 ק"ג בשר טחון

1/2 כפית אגוז מוסקט

1/2 כפית פלפל שחור

1 כפית מלח

1 חבילה פטרוזיליה קצוצה

2 בצלים מגורדים

2 כפות פירורי לחם

חומרים להכנת הרוטב:

2 בצלים פרוסים דק

1 כפית כורכום

3 כפות שמן זית/קנולה

1 כף פפריקה מתוקה או חריפה

1/2 כפית פלפל שחור

1 כפית מלח גס

1/2 כוס מים

מערבבים את כל החומרים וממלאים את תחתיות הארטישוק.



אופן ההכנה:

1. בסיר רחב שמים שמן, מוסיפים בצל ומטגנים עד להזהבה.

2. מוסיפים תבלינים ומים ומערבבים.

3. מניחים את תחתיות הארטישוקים הממולאים אחד ליחד השני בסיר.

4. מביאים לרתיחה כשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים כחצי שעה.

ממולאים



פלפלים ממולאים באורז ובבשר



חומרים למלית:

- 1/2 ק"ג בשר טחון
- 1 בצל גדול מגורד בפומפייה
- 1 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 1/2 כפית מלח
- מעט פלפל שחור
- 1 כף רסק עגבניות

חומרים לרוטב:

- 12 פלפלים ירוקים מהזן הבהיר או אדומים
- 1 בצל מגורד בפומפייה
- 2 כפות שמן זית
- 2 שיני שום מגורדות בפומפייה
- 1 קופסה קטנה (400 גרם) עגבניות מרוסקות
- 4 כפות רסק עגבניות
- 2 כפות פפריקה מתוקה
- 1 כפית מלח
- 1/4 כפית פלל שחור
- 2 כוסות מים

אופן ההכנה:

1. שוטפים את הפלפלים, מסירים את הראשים ומסלקים מתוכם את הגרעינים. שומרים על הראשים בצמוד לכל פלפל.
2. מערבבים את כל מרכיבי המלית וממלאים את הפלפלים בתערובת עד לגובה 2/3 מהפלפלים.
3. מחממים את השמן בסיר גדול ורחב ומטגנים בו את הבצל עד שמזהיב קלות. מוסיפים את השום ומטגנים עוד דקה תוך כדי בחישה.
4. מוסיפים שאר תבלינים ומים.
5. מניחים על הרוטב את הפלפלים הממולאים, מוזגים עליהם 2 כפות מהרוטב שבסיר. מכסים את הסיר ומביאים לרתיחה.
6. כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כשעה בסיר מכוסה.



סירות חצילים ממולאים בבשר



חומרים:

- 2 חצילים
- 1/4 קילו בשר בקר טחון
- 3 ביצים
- ובצל גדול
- פטרוזיליה (מי שרוצה לא חובה)
- מלח
- פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. חותכים את החצילים לחצאים.
2. מרוקנים את בשר החציל, חותכים אותו לקוביות ושמים בצלחת.
3. מחצי החציל הריק נוצרת מעין סירה כשהדופן הוא כ- 1-2 ס"מ. מפזרים מעל הסירות מלח ומניחים בצד.
4. מטגנים בצל ומוסיפים בהדרגה את הבשר הטחון תוך כדי פרור הגושים. כשהבשר משחים מוסיפים את קוביות החצילים וממשיכים לטגן עוד כמה דקות.
5. מתבלים לפי הטעם במלח ופלפל.
6. מורידים מהאש ומצננים.
7. מוסיפים לבלילה את 3 הביצים.
8. את סירות החצילים הריקות יש לשטוף מן המלח ולמלאן בבליילה.
9. מחממים תנור ל- 180 מעלות, מרפדים תבנית בנייר אפייה, מניחים את הסירות הממולאות ואופים כ- 20 דקות או עד שהסירות והמילית אפויים.

ממולאים



תפוז"א ממולאים בבשר - בענטז'



אלו הן פשטידות קטנות אישיות מהמטבח התוניסאי
אותן אימא נהגה להכין ביום חג ראש השנה
וביום חג הפסח (למחרת ערב החג).

חומרים:

5 תפוז"א גדולים לא מקולפים
ומבושלים במים עד לריכוך
1 כפית מלח

מלית:

1/4 ק"ג בשר טחון
2 כפות מים
1/2 כפית מלח
1/4 כפית פלפל שחור
2 כפות פטרוזיליה קצוצה

2 ביצים קשות

1 כוס קמח

2 ביצים

שמן לטיגון עמוק

אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב את תפוז"א, שמים בסיר ומוסיפים מים עד לכיסוי התפוז"א. מבשלים אותם עד שיהיו רכים מאוד.
2. מסננים מהמים, מקלפים את הקליפה ומועכים היטב שלא יהיו גושים עד שתהיה מחית חלקה. מוסיפים כפית מלח ומערבבים היטב.
3. שמים במחבת בשר טחון יחד עם 2 כפות מים ומבשלים בלהבה גבוהה תוך כדי ערבוב עם מזלג על מנת שהבשר יהיה מפורר, עד שכל הנוזלים מתאדים.
4. מכבים את האש, מתבלים, מוסיפים פטרוזיליה קצוצה ומערבבים היטב.
5. חותכים את הביצים הקשות ל- 8.
6. לוקחים כדור פינג פונג מתערובת תפוז"א ומניחים בכף היד, עושים גומה בתפוז"א, ממלאים את הגומה בכפית בשר, קוביית ביצה קשה, סוגרים את הגומה עם תפוז"א ומהדקים היטב כך שנוצרת קציצה סגורה היטב אותה משטחים על מנת שאפשר יהיה לטגן אותה.
7. בצלחת אחת שמים קמח.
8. בצלחת שנייה שמים שתי ביצים ומערבבים.
9. עוטפים את הקציצות בעדינות אחד אחד בקמח ואח"כ בביצה ומטגנים בשמן עמוק משני הצדדים עד שמקבלים גוון חום.



פסטלים של סבתא (גירסה לבענטז)



גרסת ההסבר של סבתא תירצה:

לפי הסדר:

לטגן בשר + בצל. אחרי שמסיימים לטגן, להוסיף: פטרוזיליה + פלפל שחור.
להביא לרתיחה תפוח אדמה שלם + מים, אחרי ההרתחה לקלף קליפה, להוסיף מלח ולרסק התפוא"א.
לקחת ביד את המחית למלא בשר וחתיכת ביצה קשה
לשים שמן במחבת - אש גבוהה.
לטבול הפסטל בקמח. לטבול בביצה ולטגן רק 2 צדדים - כמה דקות בודדות כל צד.



סלט תפוז"א וקישואים לקוסקוס - TERSHI



סלט אותו נוהגים לאכול יחד עם הקוסקוס או הסנדוויץ' התוניסאי.
ישנם המכינים אותו מתפוז"א וקישואים וישנם המכינים אותו מתפוז"א ודלעת.
שתי הגרסאות טעימות.

חומרים:

- 2 תפוז"א בינוניים מקולפים
- מקולפים או 250 גרם דלעת ללא קליפה
- 2 קישואים
- 1/4 ק"ג דלעת
- 1 כפית כמון
- 2 שיני שום כתוש
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 2 כפות מיץ לימון סחוט טרי
- 1 כפית מלח
- 1 כף שמן
- אפשר ורצוי להוסיף כף סחוג תוניסאי.

אופן ההכנה:

1. שמים בסיר תפוז"א וקישואים או דלעת (או קישואים ודלעת), מכסים במים ומבשלים עד לריכוך.
2. כשהירקות רכים, מסננים, שמים בקערה ומועכים גס.
3. מוסיפים תבלינים ומערבבים היטב.



סלט גזר ופלפל טרי לקוסקוס - MSIYER



סלט אותו נוהגים לאכול יחד עם הקוסקוס התוניסאי.

חומרים:

- 2 פלפלים בהירים פרוסים רצועות עבות
- 2 גזרים מקולפים ופרוסים לרצועות עבות
- 1 לפת מקולפת מחולקת ל-4 ופרוסה דק
- 1 כפית מלח
- 1/2 כוס מיץ לימון

אופן ההכנה:

1. פורסים ירקות ומניחים בקערה.
2. מוסיפים מלח ומיץ לימון ומערבבים היטב.

סלטים



סלט תפוזים וזיתים שחורים



את הסלט הזה נהג סבא פרוספר להכין.



חומרים:

- 5 תפוזים מקולפים וחתוכים לקוביות
- 3 שיני שום מגורדים בפומפיה
- שחורים מצומקים מגולענים וחצויים לשניים
- 100 גרם זיתים
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 1 כפית כמון או 2 כפות שחקה (פלפל חריף)
- 1/2 כפית מלח

אופן ההכנה:

מקלפים תפוזים, חותכים לריבועים ושמים בקערה, מגלענים את הזיתים השחורים, חוצים לשניים ומוסיפים לקערה, מוסיפים תבלינים ומערבבים היטב.



פול ירוק - פול מסלוק



חומרים:

- 1 ק"ג פול ירוק טרי
- 1 כפית מלח
- מים לכיסוי הפול
- 1 כף כמון

אופן ההכנה:

מקלפים את הפול ומבשלים במים עד לכיסוי עם כפית מלח עד שהפול מתרכך. מסננים, מצננים, מוסיפים כמון ומלח לפי הטעם ומגישים.

סלטים



סלט שומר - ביסבס



חומרים:

- 4 ראשי שומר
- רוטב:
- 1/4 כוס שמן קנולה
- 1/4 כוס מיץ לימון
- 1 כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב את השומר, חוצים לשניים ופורסים לפרוסות.
2. משרים את השומר הפרוס בקערה עם מים על מנת שהשומר יישטף היטב מהחול.
3. מסננים, מוסיפים תבלינים ומגישים.



סחקה - ממרח פלפל חריף



חומרים:

- 1/2 ק"ג פלפל חריף אדום יבש
- 1 1/2 כפות כמון
- 1/2 כוס שמן
- 1 ראש שום שלם מקולף
- 1 כפית מלח

אופן ההכנה:

שמים כפפות (שהידיים לא יקבלו כוויה מהחריפות) מתחת ברז מים שוטפים את הפלפלים ומנקים. מהזרעים. משרים את הפלפלים הנקיים במים למשך שעה. מעבירים למסננת. טוחנים במכונת בשר או במעבד מזון יחד עם השום המקולף. מוסיפים תבלינים ושמן ומערבבים היטב. שומרים בצנצנת במקרר.

להוספת חריפות ניתן להוסיף פלפלים קטנים חריפים מסוג סודנייה.



לימון כבוש



מכינים שלושה שבועות מראש.

חומרים:

שטוף ופרוס לפרוסות דקות עם הקליפה.

1 ק"ג לימון שטוף

1/4 כוס מלח דק

2 כוס שמן סויה

אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב לימונים ופורסים (עם הקליפה) לפרוסות דקות.
2. בצלחת מרק שמים מלח דק, טובלים כל פרוסת לימון במלח מצד אחד בלבד ומניחים בצנצנת. כשמסיימים עם כל הלימונים, סוגרים היטב את הצנצנת ומניחים במקום מוצל 3 ימים.
3. לאחר 3 ימים, נוזלי הלימון התנקזו בתחתית הצנצנת, הלימון קצת התכווץ, ניתן להוסיף עוד לימונים פרוסים טבולים במלח, מכסים בשמן וסוגרים היטב.
4. הלימון מוכן כעבור שבועיים שלושה. כאשר פותחים את הצנצנת, אם יש עובש בשכבה העליונה, לא נורא, מוציאים ושומרים בקירור.



סלט גזר מרוקאי מבושל



חומרים:

1 ק"ג גזר

6 שיני שום כתוש

1 כפית כמון

2 כפיות פפריקה חריפה/מתוקה

4 כפות מיץ לימון

1/4 כוס שמן קנולה

1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה



אופן ההכנה:

1. מקלפים את הגזר ומבשלים במים עד שהגזר מתרכך.
2. מצננים ופורסים לעיגולים. שמים בקערה.
3. מערבבים את חומרי הרוטב ומוסיפים לגזר, מערבבים בעדינות.



סלט תפוז"א ומיונז



חומרים:

- 4 תפוז"א רכים מבושלים בקליפתם, מקולפים וחתוכים לקוביות
- 2 גזרים מבושלים חתוכים לקוביות
- 2 ביצים קשות חתוכות לקוביות
- 2 מלפפונים כבושים חתוכים לקוביות
- 2 כפות מיונז
- 1 כפית מלח



אופן ההכנה:

1. מבשלים בסיר תפוז"א לא מקולפים, גזר וביצים עד שתפוז"א מתרככים.
2. מקלפים תפוז"א וחותכים לקוביות תפוז"א, גזר וביצים קשות.
3. מוסיפים מלפפונים כבושים חתוכים לקוביות.
4. מוסיפים מיונז ומלח ומערבבים.

- אם לא שמים מלפפונים כבושים, מוסיפים מיץ מחצי לימון.
- ניתן להוסיף 1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה.



סלט חצילים בטחינה



חומרים:

- 2 חצילים שרופים על האש
- לא קצוצה ושטופה
- 1 כוס פטרוזיליה
- 3 כפות טחינה גולמית
- 1/2 כפית מלח
- מיץ מלימון אחד



אופן ההכנה:

מקלפים את הקליפה השחורה של החצילים השרופים, שמים בבלנדר או מג'מיקס יחד עם שאר החומרים. מפעילים למשך דקה ומוכן.



סלטים



חצילים שרופים וגמבה ברוטב שום



חומרים:

ניתן להקפיא לפני התיבול
עד שבועיים מראש, לתבל ביום האירוח.

- 4 חצילים גדולים
- 4 פלפלים אדומים גדולים
- 10 שיני שום כתוש
- 1/4 כוס שמן קנולה
- 2 כפות מיץ לימון
- 1 כפית מלח

אופן ההכנה:

1. קולים חצילים על מחבת, או על האש או בגריל התנור 5 דקות במכל צד (4 צדדים) עד שהחצילים קלויים היטב מכל הצדדים.
2. את החצילים הקלויים שמים במסננת לניקוז הנוזלים ומצננים.
3. מסירים את הקליפה השחורה ושמים שוב במסננת לניקוז הנוזלים כ-15 דקות.
4. קולים בגריל התנור את הפלפלים כ-5 דקות עד שהקליפה העליונה שרופה, הופכים את הפלפלים ושוב קולים עד שהפלפלים קלויים מכל הצדדים. מוציאים ושמים מיד בשקית ניילון, סוגרים את השקית ומשאירים עד לצינון, מקלפים מהקליפה השרופה ומוציאים את הזרעים.
5. את החצילים המנוקזים מנוזלים מועכים במזלג, חותכים את הפלפלים לריבועים קטנים, מתבלים ומערבבים בעדינות.
6. שומרים בקירור.



סלטים



סלט חצילים עם זיתים, גמבה ולימון כבוש



חומרים:

- 3 חצילים גדולים (רצוי ארוכים ולא שמנים)
- 4 פלפלים אדומים גדולים
- 1 כוס זיתים ירוקים מגולענים
- 7 פרוסות לימון כבוש
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 1 כף מיץ לימון (לא חייבים)

אופן ההכנה:

1. פורסים חצילים, ממליכים ושמים במסננת שעה לניקוז הנוזלים.
2. לאחר שעה סוחטים את החצילים ומטגנים בשמן עמוק עד שמשחים משני הצדדים. את החצילים המטוגנים שמים על נייר סופג לספיגת עודפי השמן.
3. חותכים לקוביות ושמים בקערה.
4. קולים בגריל התנור את הפלפלים כ- 5 דקות עד שהקליפה העליונה שרופה, הופכים את הפלפלים ושוב קולים עד שהפלפלים קלויים מכל הצדדים. מוציאים ושמים מיד בשקית ניילון, סוגרים את השקית ומשאירים עד לצינון, מקלפים מהקליפה השרופה ומוציאים את הזרעים. חותכים לקוביות ומוסיפים לחצילים.
5. מסננים זיתים, חותכים כל זית ל-4 ומוסיפים לחצילים.
6. חותכים לימונים כבושים לקוביות ומוסיפים לחצילים.
7. להוסיף לירקות החתוכים מיץ לימון + פפריקה ומערבבים בעדינות.



סלט חצילים קטנים - זעלוקה



לוקחים חצילים קטנים, שוטפים אותם היטב, חותכים את החלק הירוק העליון של החציל. חורצים בחציל חריצים. בכל חריץ נועצים שן שום ומרתיחים. לאחר רתיחה, מבשלים כ- 10 דקות עד שהחציל מתרכך ומשנה את צבעו לצבע חום. מכבים את האש ומסננים.

תבלינים: סחוג + 3 כפות מים + 1 כף חומץ (או לימון) + 1 כפית כמון + 1/2 כפית מלח + 1 כף שמן במקום סחוג אפשר לשים פפריקה חריפה או מתוקה. מערבבים את כל החומרים, מוסיפים אותם לחצילים ומערבבים היטב.



חציל מטוגן בפירורי לחם של סבתא



לחתוך חציל לפרוסות לא עבות.

לשים בקערה ולערבב:

שן שום מגורדת

פלפל שחור

מלח

1 ביצה

לשים פרוסת חציל - אחד אחד בתוך הקערה, לכסות בפירורי לחם ולטגן



סלט סלק אדום - סאלטה דלברבה



חומרים:

1 ק"ג סלק אדום

1/4 כוס שמן

מיץ משני לימונים סחוטים

מלח לפי הטעם



אופן ההכנה:

שוטפים היטב את הסלק תחת מים זורמים ומבשלים אותו יחד עם הקליפה עד שהסלק נהייה רך (זמן בישול כשעה).

משאירים להתקרר. מקלפים את הקליפה וחותכים לקוביות, מוסיפים תבלינים ומערבבים היטב.



סלטים



סלט סלק ירוק - סלקה



חומרים:

- 1 ק"ג סלק ירוק (עלים גדולים)
- 1 כפית כמון
- 5 שיני שום מגורדים בפומפייה
- 1 כפות שמן
- מיץ משני לימונים סחוטים
- מלח

אופן ההכנה:

קוצצים גס את הסלק הירוק ומשרים אותו במים עם 1 כפית מלח כ- 10 דקות. מסננים ומעבירים לסיר עם 2 כפות שמן (ללא מים). מערבבים מדי פעם עד שהסלק מתכווץ. מורידים מהאש, מוסיפים תבלינים ומיץ לימון ומערבבים היטב.



סלט פלפלים אדומים קלויים - סלטה משוויה



חומרים:

- 5 פלפלים אדומים
- 1/4 כוס שמן
- 1/2 כוס מיץ לימון
- 1 כפית מלח

אופן ההכנה:

- קולים על האש או בגריל התנור את הפלפלים כ-5 דקות עד שהקליפה העליונה שרופה, הופכים את הפלפלים ושוב קולים עד שהפלפלים קלויים מכל הצדדים. מוציאים ושמים מיד בשקית ניילון, סוגרים את השקית ומשאירים עד לצינון, מקלפים מהקליפה השרופה ומוציאים את הזרעים. חותכים לרצועות ושמים בקערה.
- מוסיפים שאר חומרים ומערבבים היטב.



סלט פלפלים חריפים קלויים

חומרים:

- 10 פלפלים ירוקים חריפים
- 1/4 כוס שמן
- 1/2 כוס מיץ לימון
- 1 כפית מלח

אופן ההכנה:

1. קולים על האש או בגריל התנור את הפלפלים כ- 5 דקות עד שהקליפה העליונה שרופה, הופכים את הפלפלים ושוב קולים עד שהפלפלים קלויים מכל הצדדים.
2. מוציאים ושמים מיד בשקית ניילון, סוגרים את השקית ומשאירים עד לצינון, מקלפים מהקליפה השרופה ומוציאים את הזרעים. חותכים לרצועות או משאירים אותם שלמים ושמים בקערה.
3. מוסיפים שאר חומרים ומערבבים היטב



סלטה מטבוחה - סלט עגבניות מבושל

חומרים:

- 2 ק"ג עגבניות רכות מרוסקות או 4 קופסאות גדולות של עגבניות שלמות, מרוסקות במעבד מזון.
- 1/2 ק"ג פלפלים ירוקים חתוכים לקוביות
- 1 פלפל חריף (לא חייבים)
- 8 שיני שום כתוש/1.5 כפות שום כתוש
- 3 כפות רסק עגבניות
- 3/4 כוס שמן קנולה
- 2 כפיות מלח (לפי הטעם)



אופן ההכנה:

1. שמים בסיר גדול, רצוי גבוה, את העגבניות המרוסקות והפלפלים החתוכים, מביאים לרתיחה וממשיכים לבשל בלהבה גבוהה עד שהנוזלים מתאדים, מדי פעם מערבבים.
2. לאחר שהנוזלים התאדו, מוסיפים 3/4 כוס שמן + 2 כפות רסק עגבניות + שום כתוש + מלח, מערבבים היטב ומבשלים 15 דקות נוספות.

חשוב לערבב תוך כדי בישול כל הזמן על מנת שלא יישרף.
מצננים ושומרים במקרר.



סלטים



שקשוקה תוניסאית



מטגנים פרוסות דקות של בצל בשמן זית, מוסיפים 4 עגבניות חתוכות לקוביות, מוסיפים 2-3 תפוחי אדמה חתוכים לקוביות, 2 פלפלים חריפים פרוסים ומערבבים היטב. מוסיפים 1 כוס מים, 1 כפית מלח, $\frac{1}{4}$ כפית פלפל שחור גרוס ומבשלים כחצי שעה. כשהתפוא"א מבושלים וכל המים התאדו, להוסיף ביצים שלמות (כמה שרוצים) ולבשל עד שהביצים מוכנות.

מאפים ופשטידות

חלה לראש השנה ולערב שבת

3 חלות, הבצק מתאים גם להכנת לחמניות

חומרים:

- 1 ק"ג קמח
- 1 שקית שמרית
- 3 כפות סוכר
- 1 1/2 כפיות מלח
- 1 ביצה
- 1/3 כוס שמן
- 1 כוס מים פושרים

אופן ההכנה:

1. שמים וו לישא במיקסר.
2. שמים בקערת המיקסר קמח, מוסיפים שאר חומרים ולשים לבצק רך.
3. אם הבצק קשה, מוסיפים עוד מים בהדרגה עד שמגיעים לרכות הרצויה.
4. מכסים במגבת מטבח לחה ומתפיחים שעתיים, עד שהבצק מכפיל את נפחו.
5. מחלקים את הבצק ל-3, כל חלק מגלגלים ל-3 רצועות וקולעים לצמה.
6. מכסים במגבת ומשאירים להתפחה נוספת של חצי שעה.
7. מורחים ביצה על בצק ומכניסים לתנור לאפייה.
7. מחממים תנור בחום בינוני 180 מעלות, אופים חצי שעה עד שהחלות מקבלות גוון זהוב.



מאפים ופשטידות



לחמניות



חומרים:

- 1 ק"ג קמח
- 2 ביצים
- 1 קוביית שמרים או שמרית
- 8 כפות שמן
- קצת מלח (1 כף מלח)
- קצת סוכר (1 כף סוכר)
- מים פושרים לפי הצורך (כ- 1-2 כוסות מים)

אופן ההכנה:

ללוש לבצק חלק ורך, להוסיף מים פושרים לאט לאט עד לקבלת בצק רך. להתפיח פעמיים. לכסות ולהשאיר לתפיחה בערך חצי שעה, למרוח בביצה, לפזר מעל שומשום ולאפות בחום בינוני. לקחת כדורי בצק ולעשות בצורה של לחמניות,



מאפים ופשטידות



פריקסה - סנדוויץ' תוניסאי



חומרים לבצק:

- 1 ק"ג קמח
- 1/4 כוס שמן
- 1 כף סוכר
- 1 כפית מלח
- 20 כפות שמרים יבשים
- 2/3 כוסות מים (מים לפי הצורך כי רצוי שהבצק יהיה רך ודביק)

אופן ההכנה:

1. מערבבים את כל החומרים עד להיווצרות בצק. לתת לנוח (מתפיחים 1-2 שעות עד שהבצק מכפיל את נפחו).
2. יוצרים לחמניות מוארכות ומניחים על מפה מקומחת ומכסים.
3. שמים סיר עם שמן בכמות שמכסה את הלחמניות בטיגון (כ- 1 ליטר שמן) ומטגנים את הלחמניות בלהבה בינונית.

בנוסף מכינים:

1. מכינים סלט תפוזי וקישואים לקוסקוס - TERSHI (ראה מתכון בסלטים - עמ' 39)
2. מכינים 6-7 ביצים קשות וחותרים כל ביצה ל- 4
3. זיתים שחורים
4. שחקה - סחוג
5. לימון כבוש
6. טונה מסוננת מהשמן

אופן ההגשה: לוקחים לחמנייה וחותרים אותה במרכז, מורחים לימון כבוש, שמים בתוכה זית בכל צד, 1/4 ביצה, סלט טרשי, טונה ומעל חריף

מאפים ופשטידות



טונה בשמן



אי אפשר לחשוב על פריקסה בלי הטונה בשמן
אותה סבתא תירצה הכינה במו ידיה. **מעדן !!!**

אופן ההכנה:

שמים טונה במים וחומץ כחצי שעה. להוציא קליפה (להוריד את העור),
להרתיח בסיר עם מים כ- 10 דקות ולשפוך את המים.
לשים מים עם מלח עד שהדג מתכסה. להרתיח עד שנגמרים המים.
לשים את הטונה בצלחת עד שהדג מתקרר.
לשים שמן, עלה דפנה, גרגרי פלפל שחר שלמים, לכסות ולשים במקרר.

מאפים ופשטידות



מחמר - פשטידת תפוז"א מרוקאית



כלים: סיר אלומיניום,
28 ס"מ המתאים לאפייה בתנור



חומרים:

- 5 תפוז"א גדולים מבושלים
- 2 גזרים מבושלים
- 18 ביצים
- 3 פרוסות לימון כבוש
- 1/2 כפית כורכום
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1 כפית אבקת אפיה
- 1 כפית אבקת מרק עוף
- לטיגון: 1/4 כוס שמן קנולה

אופן ההכנה:

1. מבשלים בסיר גדול תפוז"א לא מקולפים וגזר ומבשלים בישול חלקי.
2. מקררים תפוז"א וגזר, מקלפים וחותכים לקוביות קטנטנות ושמים בקערה.
3. מקציפים ביצים שלמות במטרפה, מוסיפים תפוז"א וגזר.
4. מוסיפים תבלינים (ללא שמן) ומערבבים היטב.
5. שמים 1/4 כוס שמן בסיר שיכול להיכנס לתנור, מחממים את השמן על הגז, שופכים את התערובת ומטגנים כדקה. מכבים את האש.
6. אחר כך מעבירים את הסיר לתנור שחומם מראש ל- 180 מעלות ואופים כשעה.

הגשה: הופכים את הפשטידה לצלחת הגשה נאה ומגישים.

מאפים ופשטידות



מחמר - פשטידת תפוז"א תוניסאית



כלים: סיר אלומיניום,
28 ס"מ המתאים לאפייה בתנור

חומרים:

- 5 תפוחי אדמה גדולים מקולפים
- מים לבישול תפוחי האדמה
- 2 גזרים
- 18 ביצים
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1 כפית מלח
- 1/2 כפית כורכום
- 1 כפית אבקת מרק עוף
- 1/2 כפית אבקת אפייה



אופן ההכנה:

1. מבשלים תפוחי אדמה וגזר עד לריכוך.
2. מועכים את תפוחי האדמה, את הגזר חותכים לקוביות קטנטנות ומוסיפים לתפוחי האדמה.
3. מקציפים ביצים במטרפה ומוסיפים לירקות.
4. מוסיפים תבלינים ואבקת אפייה (ללא השמן) ומערבבים היטב.
5. שמים שמן בסיר שיכול להיכנס לתנור, מחממים את השמן על הגז, שופכים את התערובת ומטגנים כדקה. מכבים את האש. מעבירים לתנור שחומם מראש ל- 180 מעלות ואופים 40 דקות.

הגשה: הופכים את הפשטידה לצלחת הגשה נאה ומגישים.

מאפים ופשטידות



בצק עלים



את הבצק מכינים יום לפני

חומרים:

- 1 ק"ג קמח
- 1/4 כוס חומץ
- 1/4 כוס שמן
- 1 כף שטוחה מלח
- 2 כוסות מים

למריחה על הבצק: 2 חבילות מרגרינה רכות (מוציאים מהמקרר שעתיים לפני הכנת הבצק).

אופן ההכנה:

1. בקערת מיקסר שמים את כל החומרים ולשים עם קרס לישה עד שמתקבל בצק חלק ורך אך לא דביק, אם הבצק דביק, מוסיפים קמח. אם הבצק קשה, מוסיפים מים.
2. על משטח מקומח מרדדים את הבצק לעלה בגודל 50/50 ס"מ, מורחים על העלה 1 מרגרינה רכה ומקפלים בצורה הבאה:
את הקצה העליון והתחתון של הבצק מקפלים כלפי האמצע, התקבלו 2 חצאים מחוברים, מקפלים אותם אחד על השני, התקבל בצק מלבני ארוך אותו מקפלים לשלושה.
3. מקמחים צלחת, מניחים את הבצק, מכסים בניילון נצמד ומכניסים למקרר לשעה.
4. אחרי שעה, מוציאים את הבצק מהמקרר, מרדדים על משטח מקומח, מורחים את המרגרינה הרכה השנייה על הבצק, ומקפלים.
5. עוטפים בניילון נצמד ומכניסים למקרר ל-24 שעות.



מאפים ופשטידות



פשטידת בצק עלים עם פיטריות



חומרים:

- חבילת בצק עלים תוצרת בית או 2 חבילות בצק עלים 400 גרם כל אחת
- 4 בצלים גדולים קצוצים
- 3 כפות שמן סויה
- 2 קופסאות קטנות פיטריות חתוכות מסוננות
- 4 ביצים
- 1 כפית מלח
- 1/4 כפית פלפל שחור
- 1/4 כפית כמון

אופן ההכנה:

1. מטגנים בצל עד שמשחים, מוסיפים פיטריות ומערבבים היטב.
2. מנמיכים את האש, מוסיפים תבלינים. ומערבבים היטב.
3. מוסיפים ביצים טרופות ומערבבים.
4. מורידים מהאש ומצננים.
5. על משטח מקומח מרדדים בצק עלים ומניחים בתבנית פיירקס 30/40.
6. על הבצק שמים את המלית, מרדדים עוד שכבת בצק ומניחים על המלית.
7. חותכים את הבצק לקוביות/מעויינים, מורחים מעל ביצה טרופה ואופים בחום בינוני, 180 מעלות, כ - 30 דקות עד שמזהיב.

הגשה: הופכים את הפשטידה לצלחת הגשה נאה ומגישים.



עוגות ועוגיות



חרוסת



חומרים:

300 גרם תמרים מגולענים
 1/2 כוס אגוזי פקאן / או מלך
 1/2 כוס שקדים מולבנים
 1 תפוח עץ מקולף וחתוך גס
 1/2 כוס יין אדום מתוק (יין פטישים) או יין תירוש

אופן ההכנה:

מכניסים את כל החומרים לבלנדר או למעבד מזון ומרסקים.
 אפשר להשאיר חיתוך גס או חלק, לפי הטעם.



עוגיות במילוי ממרח שוקולד ואגוזים



חומרים למלית:

1 קופסא ממרח שוקולד
 1 כוס אגוזי פקאן מרוסקים

חומרים לבצק:

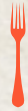
1 מרגרינה
 4 ביצים
 3 כוסות קמח אוסם
 2 שקיות אבקת סוכר וניל
 1 כוס סוכר

אופן ההכנה:

1. מערבבים את חומרי הבצק, מחלקים את הבצק ל- 4.
2. כל עלה מרדדים ומורחים בממרח שוקולד, מפזרים 1/4 כוס אגוזים, מגלגלים לגליל ארוך.
3. חותכים לפרוסות בעובי 3 ס"מ ושמים בתבנית תנור משומנת או בתבנית מרופדת בנייר אפייה.
4. מכניסים לתנור שחומם מראש בחום בינוני, 180 מעלות, 20 דקות עד שמזהיב.
5. כשהעוגיות מתקררות, מפזרים מעל אבקת סוכר ומכניסים לקופסא. סוגרים היטב.



עוגות ועוגיות



עוגיות במילוי תמרים (מעמול)



חומרים למלית:

500 גר תמרים מגולענים
1/2 כפית קינמון
1/2 כוס מים פושרים
100 גרם אבקת סוכר

חומרים להכנת הבצק:

1 ק"ג קמח
2 חבילות מרגרינה מומסת
1/2 כוס שמן קנולה/סויה
2 שקיות אבקת אפיה
1 כוס מים



אופן הכנת הבצק:

מערבבים את כל מרכיבי הבצק עד שמתקבל בצק רך וחלק.

אופן ההכנה :

1. מערבבים את התמרים והמים הפושרים, מוסיפים קינמון ומערבבים היטב.
2. מחלקים את הבצק ואת התמרים ל-4 חלקים.
3. מרדדים כל עלה על משטח מקומח לעלה מוארך בעובי 1 ס"מ, מורחים לרוחב כל עלה 1/4 מכמות המלית ומגלגלים לגליל. מניחים את הגליל על תבנית אפיה משומנת.
4. חותכים את הגלילות לעוגיות ברוחב 3 ס"מ.
5. אופים בתנור שחומם מראש בחום בינוני, 180 מעלות, 20 דקות עד לקבלת גוון צהוב.
6. מפרידים את העוגיות, מצננים וטובלים כל עוגיה באבקת סוכר, מעבירים לקופסא סגורה.



עוגות ועוגיות



עוגיות עם ריבה



חומרים לטבילת הבצק:

- 1 ביצה
- 2 כפות סוכר
- חומרים למלית:
- 3 כפות ריבה מעורבת

חומרים להכנת הבצק:

- 1 ק"ג קמח
- 1 כוס שמן
- 1 1/2 כוסות סוכר
- 5 ביצים
- 2 שקיות אבקת אפיה
- 2 שקיות סוכר וניל
- 1 כוס מים



אופן ההכנה :

1. במיקסר מערבבים את כל חומרי הבצק, מוסיפים מים לפי הצורך.
2. מחלקים בצק לשניים, מרדדים עלה אחד לעלה דק בעובי 1 ס"מ.
3. לוקחים כוס טובלים בקמח וצרים עיגולים. שמים בתבנית משומנת ואופים בתנור שחומם מראש בחום בינוני, 180 מעלות, 15 דקות עד שמזהיב.
4. מרדדים עלה שני לעובי של 1 ס"מ, לוקחים כוס טובלים בקמח וצרים עיגולים.
5. לוקחים מכסה של קולה, טובלים בקמח וצרים עיגולים במרכז כל עיגול שצרנו קודם.
6. כל עיגול עם חור טובלים בביצה מעורבת וסוכר ושמים בתבנית משומנת.
7. אופים בחום בינוני, 180 מעלות, 15 דקות עד שמזהיב.
8. במרכז כל עיגול שלם שמים 1 כפית של ריבה ומכסים בעיגול עם החור.



עוגות ועוגיות



אוזני המן - 35 יחידות



חומרים למלית תמרים:

1/2 חבילה תמרים מגולענים
1/4 כוס מים חמים

חומרים לבצק:

3 כוסות קמח
1 שקית אבקת אפיה
1 שקית תמצית וניל
1/2 כוס סוכר
100 גרם חמאה
1 ביצה
1/4 כוס מיץ תפוזים
1 כפית מיץ לימון
קורט מלח

אופן הכנת המלית:

מערבבים ומרככים את התמרים עם המים.
את מלית התמרים אפשר לתבל במעט הל וציפורן, מי ורדים.

מלית ממרח שוקולד

מלית פרג:

ממתיחים בסיר קטן 1 כוס חלב, 20 גרם חמאה, 1/2 כוס דבש, 1/2 כוס סוכר חום.
כשהתערובת רותחת מוסיפים 2 כוסות פרג טחון טרי ומערבבים.
ממשיכים לערבב על האש עוד 2 דקות עד שהתערובת מסמיכה כמו מרקם של דייסה.

אופן ההכנה:

1. מקציפים חמאה סוכר וביצה עד שמתקבלת תערובת אוורירית.
2. מוסיפים קורט מלח, קמח, אבקת אפיה ותמצית וניל ומערבבים עד שנוצר בצק.
3. עוטפים את הבצק בניילון ומכניסים אותו למקרר לשעה.
4. חוצים את הבצק לשניים ומרדדים את הבצק לעובי של כחצי ס"מ וקורצים עיגולים בעזרת כוס.
5. בעזרת כפית מניחים במרכז העיגול 1/2 כפית מילוי ומקפלים לצורת משולש.
6. מרפדים תבנית אפיה בנייר אפיה ומניחים את האוזני המן במרווחים של 2 ס"מ אחד מהשני.
7. אופים בטמפ' של 180 מעלות במשך 15 דקות, הבצק מזהיב קלות.



עוגות ועוגיות



בייגלה שומשום



חומרים:

- 2 חבילות מרגרינה מומסות (אפשר להמיר מרגרינה אחת ב-2/3 כוס שמן)
- 1 ק"ג קמח
- 2 אבקת אפיה
- 2 כפיות מלח
- 1 כוסות מים



אופן ההכנה:

לשים לבצק רך, צרים עיגולים

טובלים בביצה ובשומשום ואופים בתנור שחומם בחום בינוני 180 מעלות כ- 20 דקות.



עוגיות שמנת שושנים



חומרים לקצף:

- 4 חלבונים
- 1 כוס סוכר
- 1 חבילה אבקת פודינג בטעם וניל



חומרים לבצק:

- 1 מרגרינה (או 200 גרם חמאה)
- 4 חלבונים (צהוב של הביצה)
- 1 שמנת חמוצה
- 3 כוסות קמח תופח
- 1 כפית תמצית וניל

אופן ההכנה:

1. מכינים את הבצק ומשהים אותו כשעתיים במקרר.
2. מקציפים 4 חלבונים עם סוכר עד לקבלת קצף יציב ומבריק. מוסיפים את אבקת פודינג וניל ומקציפים עוד כשתי דקות.
3. מחלקים את הבצק ל-3, מרדדים כל חלק במשטח מקומח (אפשר על נייר אפיה מקומח) למלבן. מגלגלים לגלילה מורחים את הקצף, חותכים ומניחים את הפרוסות בתבנית מרופדת בנייר אפיה
4. אופים בתנור שחומם מראש ל- 180 מעלות כ-20 דקות עד שהעוגיות מזהיבות.



עוגות ועוגיות



עוגיות מכונה מרוקאיות



חומרים:

- 4 ביצים
- 1 1/2 כוסות סוכר
- 4 כוסות קמח
- 2 שקיות אבקת אפייה
- 2 שקיות סוכר וניל
- 400 גרם מרגרינה בטעם חמאה
- 1 כוס שבבי קוקוס

אופן ההכנה:

1. מחממים את התנור ל-180 מעלות. מרפדים תבנית תנור בנייר אפייה.
2. מערבבים את כל המרכיבים לבצק רך ונעים, אך לא דביק (אם צריך, מוסיפים עוד קמח). חשוב לעבד את הבצק כמה שפחות, כדי שישאר פריך.
3. מתקינים במטחנת בשר ידנית את החלק המיועד להכנת עוגיות (עם פתח בצורת זיג-זג).
4. מעבירים את הבצק במטחנה, וחותכים את הרצועות המתקבלות לעוגיות באורך של כ-10 ס"מ. מניחים בתבנית, ואם רוצים מפזרים מעל שומשום.
5. אופים כ-15-20 דקות, עד שהעוגיות מזהיבות. למי שאין מכונה: אפשר לרדד את הבצק ולקרוץ ממנו צורות.

לקישוט (לא חובה): כוס שומשום, קלוי קלות במחבת יבשה.



עוגיות חול - רייבה



חומרים:

- 1 כוס שמן
- 1 שקית אבקת אפיה
- 1 כוס אבקת סוכר
- 1 1/2 כוסות קמח

עוגיות החול" נקראות כך משום שמרקם הבצק מזכיר מרקם של חול

אופן ההכנה:

- מערבבים את כל החומרים ולתת לנוח כ-10 דקות. מועכים בעדינות בין כפות הידיים ומניחים בתבנית על נייר אפיה במרחק של 2 ס"מ אחד מהשני. עושים כדורים קטנים בגודל כדור פינג פונג, אפשרי לפזר מעל קינמון או להוסיף שקד. אופים ב-180 מעלות כ-15 דקות ומוציאים.



סופגניות קלאסיות כ- 30 יחידות



חומרים:

- 1 ק"ג קמח
- 50 גר' שמרים (או שקית שמרית)
- 1/3 כוס שמן
- 1/2 כפית מלח
- 3 כפות סוכר
- 1-2 כוסות מים פושרים

שמן לטיגון עמוק

ריבה

אבקת סוכר

אופן ההכנה:

1. שמים בקערת המערבל את כל החומרים ולשים בווי הלישה את הבצק עד שהבצק חלק ורך.
2. מכסים את הקערה במגבת ומשאירים להתפחה כשעתיים, עד שהבצק מכפיל את נפחו.
3. מרדדים בצק לעובי ס"מ וחצי וקורצים בכוס עיגולים בקוטר 4 ס"מ.
4. מניחים על משטח משומן, מכסים ומשאירים להתפחה כשעה.
5. מחממים בסיר שמן לטיגון עמוק, מכניסים לתוכו כף עץ, אם נוצרות סביבה בועות, סימן שהשמן מוכן לטיגון.
6. מנמיכים את האש, מכניסים את הסופגניות בזירות לשמן מטגנים מספר דקות, הופכים ומטגנים את הצד השני.
7. מוציאים ומניחים על נייר סופג.
8. מזריקים לסופגניות מעט ריבה, זורים אבקת סוכר ומגישים חם.



סופגניות מרוקאיות - ספינג'



כמות לכ- 30 יחידות (כ- 350 קלוריות)



חומרים:

- 1 ק"ג קמח
- 1 כפית מלח
- 50 גרם שמרים (או שקית שמרית)
- 3 כפות סוכר
- 3 כוסות מים פושרים

שמן לטיגון עמוק
סוכר לציפוי

אופן ההכנה:

1. שמים בקערת המערבל את כל החומרים ולשים בוו הלישה את הבצק עד שהבצק חלק ודביק ואפילו נוזלי.
2. מכסים את הקערה במגבת ומשאירים להתפחה כשעתיים, עד שהבצק מכפיל את נפחו.
3. מחממים בסיר שמן לטיגון עמוק.
4. משמנים ידיים, לוקחים חופן בצק יוצרים בעזרת האצבעות חור במרכז ומרחיבים אותו מעט (כמו כער בייגלה) לקוטר של 3 ס"מ ומניחים בזהירות בשמן החם.
5. מטגנים עד להזהבה (כ- 2 דקות מכל צד), מוציאים ומניחים על נייר סופג.
6. שמים בקערה סוכר.
7. לציפוי, טובלים את הספינג' בקערה עם הסוכר משני הצדדים ומגישים מיד.



עוגות ועוגיות



שבקייה



חומרים לסירופ:

- 1 ק"ג סוכר
- 2 כוסות מים
- מיץ מלימון אחד

חומרים:

- 1 כוס שמן
- 1 כוס מים
- 1 כף חומץ
- 1 כפית אבקת אפיה
- חצי כפית מלח
- 2 כפות סוכר
- 3-4 כוסות קמח לפי הצורך



אופן ההכנה:

1. ללוש את הבצק עד שמתקבל בצק רך ונעים אבל לא כזה שנדבק לידיים. לתת לנוח במקרר כחצי שעה ואח"כ לעשות מהבצק כדורים בגודל של כדור טניס.
2. לפתוח כל כדור במערוך למלבן ארוך ודק. בתוך כל מלבן חותכים פסים מקבילים, במרחק של כ-1 ס"מ זה מזה לא עד הסוף. חשוב שהחריצים יישארו בתוך המלבן כך שתתקבל מסגרת שבתוכה רצועות בצק.
3. מטגנים בשמן עמוק, אפשר לעשות תנועות סיבוביות עם מזלג בתוך השמן, ליצירת צורת פרח.
4. מוציאים מהסיר את עוגיות השבקייה המוכנות ומניחים על מגבות נייר, לספיגת עודפי השמן.

אופן הכנת הסירופ:

מרתיחים את המים עם הסוכר עד שכל הסוכר נמס ומתחיל לשנות מעט את הצבע. עד לקבלת סירופ סמיך (לקחת מעט מהסירופ עם כפית להניח בצלחת קטנה ולבדוק את הסמיכות). מוספים את הלימון וממתינים, כאשר הסירופ התקרר טובלים את השבקייה בסירופ ומפזרים מעל שומשום קלוי או קוקוס.

אם לא מגישים מיד, שומרים במקרר בקופסה אטומה.



עוגות ועוגיות



עוגה כושית



חומרים:

- 6 ביצים מופרדות
- 1 כוס סוכר
- 5 כפות קקאו
- 1 כף נס קפה
- 1 כוס סוכר
- 1/2 כוס מים
- 1 1/2 מרגרינה או מחמאה
- 2 1/2 כוסות קמח
- 2 שקיות אבקת אפיה
- 1/4 כוס מים

אופן ההכנה:

1. בסיר קטן מחממים: 1 כוס סוכר + 5 כפות קקאו + 1 כף נס קפה + 1/2 כוס מים כשרותח מכבים את האש ומוסיפים מרגרינה או מחמאה.
2. מצננים. כשמקרר מוסיפים 6 חלמונים, מערבבים היטב ומוציאים 1 כוס לקרם.
3. לתערובת שנשארה מוסיפים קמח + אבקת אפיה + 1/4 כוס מים.
4. מקציפים חלבונים + 1 כוס סוכר. כשקציפת הביצים מוכנה מקפלים בתנועות קיפול לתוך התערובת.
5. מעבירים לתבנית ואופים בחום בינוני כ- 30-40 דקות עד שקיסם שנועצים יוצא נקי.
6. כשהעוגה עדיין חמה מרססים על העוגה: 1/2 כוס מים + 2 כפות סוכר + 1 כף קוניאק (לילדים ללא אלכוהול).
7. מורחים את הקרם שהפרשנו מהעוגה.
8. אפשר לקשט עם סוכריות לעוגה.



עוגות ועוגיות



עוגת שמרים קרה



חומרים למלית:

- 1 כוס סוכר
- 2 כפות קקאו
- 2 כפות ריבה מעורבת "ריבה פשוטה"
- או ריבת תות

כלים: תבנית עגולה 26 מתפרקת

חומרים לבצק:

- 2 ביצים
- 1 1/2 מרגרינה רכה/ מחמאה (300 גרם)
- 3 כפות סוכר
- 1/2 כוס מים
- 1 שקית שימרים
- (או 30 גרם שמרים לחים, או שקית שמרים יבשים...)
- 4 כוסות קמח

אופן ההכנה:

1. שמים את חומרי הבצק במיקסר ולשים בקרס לישה עד שמקבלים בצק חלק. מכסים במטלית לחה ומכניסים את הבצק למקרר למשך הלילה.
2. מחלקים את הבצק ל- 5.
3. מערבבים 1 כוס סוכר + 2 כפות קקאו.
4. על משטח מקומח מרדדים בצק, מניחים את הבצק המרודד על תבנית עגולה בקוטר 26 משומנת, מורחים כ- 2 כפות ריבה, מעל מפזרים 2 כפות מתערובת הקקאו והסוכר, שוב בצק וכן הלאה. על שכבת הבצק העליונה, מורחים חלמון ביצה.
5. אופים בחום בינוני, 180 מעלות, חצי שעה עד שמזהיב.

הגשה: מעבירים לצלחת הגשה ופורסים מהעוגה.



עוגות ועוגיות



עוגת סולת



חומרים לסירופ:

2 כוסות מים

1 כוס סוכר

1 כף מיץ לימון

שמים את חומרי הסירופ בסיר קטן ומביאים לרתיחה, מבשלים 5 דקות ומכבים את האש.

150- קלוריות לפרוסה

חומרים לבצק:

5 ביצים שלמות

2 כוסות סולת

1 כוס קוקוס

1 כוס שקדים גרוסים

1 כוס סוכר

1 שקית אבקת אפיה

1 כוס שמן

1/2 כוס מיץ תפוזים

גרידת תפוז מתפוז אחד

קישוט: 50 גרם שקדים מקולפים

אופן ההכנה:

1. מחממים תנור ל- 180 מעלות.
2. מקציפים ביצים שלמות וסוכר, מוסיפים את שאר החומרים ומעבירים לתבנית תנור משומנת (אפשר לשמן עם ספריי שמן).
3. אופים 40 דקות עד שהעוגה מקבלת גוון זהוב וקיסם יוצא נקי.
4. מוציאים את העוגה מהתנור, חותכים למעויינים / מרובעים.
5. בכל ריבוע / מעויין נועצים שקד.
6. שופכים את הסירופ על העוגה בעודה חמה מאוד.





עוגות ועוגיות



עוגת דבש



כלים: 3 תבניות אינגליש קייק

חומרים:

- 3 כוסות קמח תופח
- 3 ביצים מופרדות
- 1 כוס שמן
- 1 כוס דבש
- 1/2 כוס סוכר חום
- 1/2 כוס סוכר לבן
- 2 כפיות קינמון
- 1/2 כפית ציפורן טחון
- 1 כוס קפה חזק (1 כוס מים רותחים + 1 כף שטוחה נס קפה)
- גיוון - אפשר להוסיף 1/2 כוס אגוזים קצוצים.

אופן ההכנה:

1. מחממים תנור לחום בינוני - 180 מעלות.
2. מפרידים ביצים, מקציפים חלבונים וסוכר לבן לקצף חזק, כשהקצף יציב מעבירים את הקצף לקערה אחרת.
3. שמים בקערת המיקסר חלמונים דבש וסוכר חום ומקציפים, מוסיפים בהדרגה את הקמח, הקמח, תבלינים ושאר חומרים עד שמתקבלת בלילה אחידה ללא גושים.
4. מוסיפים את קצף הביצים לתערובת בתנועות קיפול.
5. משמנים 3 תבניות אינגליש קייק ויוצקים לתוכם עד 3/4 מגובהם.
6. אופים בחום בינוני כ- 40 דקות עד שהתערובת מתייצבת וקיסם הננעץ בתוכם יוצא נקי.





עוגות ועוגיות



עוגת סברינה



חומרים לסירופ:

1 1/2 כוסות מים
 1 כוס סוכר
 3 כפיות תמצית רום
 1 כף ברנדי
קישוט העוגה:
 2 כפות ריבה
 1 שמנת מתוקה
 2 כפות סוכר

חומרים:

5 ביצים שלמות
 3 כפות קמח
 3 כפות סוכר
 3 כפות פירורי לחם
 1 שקית אבקת אפיה

אופן ההכנה:

1. מקציפים בקערת המיקסר ביצים שלמות וסוכר במשך כ- 5 דקות עד שהביצים תפוחות ומכפילות את נפחן.
 2. מנמיכים את מהירות המיקסר ומוסיפים קמח, אבקת אפיה ופירורי לחם.
 3. אופים כ- דקות בחום בינוני 180 מעלות.
- בזמן שהעוגה בתנור מכינים את הסירופ:**
 שמים את חומרי הסירופ בסיר, מביאים לרתיחה ומבשלים כ- 5 דקות.
 מכבים את האש.
- כשהעוגה מוכנה:** מוציאים את העוגה מהתנור ומיד שופכים את הסירופ על העוגה בעודה חמה בעזרת כף תוך הקפדה על הרטבת הקצוות. מצננים.
- **אופן קישוט העוגה:** מקציפים שמנת מתוקה וסוכר, מורחים 2 כפות ריבה על העוגה ומעל מורחים את הקצפת. ניתן לקשט עם פירות העונה.

סברינה הינה עוגה המזכירה את תקופת הסיקסטז, את שנות ה- 60 וה- 70.
 העוגה עשתה עליה מחבל לוריין שבצרפת וקרויה על שמו של גסטרונום צרפתי בשם סווראן בריה.
זוהי עוגה רטובה בסירופ סוכר המבושם בתמצית רום וברנדי ומעוטרת עם קצפת.



עוגות ועוגיות



עוגת גבינה עם פירורים



חומרים למלית:

- 1 שמנת מתוקה (250 סמ"ק)
- 1 אינסטנט פודינג ווניל
- 1 כוס חלב
- 750 גרם גבינה לבנה 5%
- 2 לבן של ביצה (חלבוניים)
- 1/2 כוס סוכר



חומרים לבצק:

- 200 גרם מרגרינה
- 2 צהוב של ביצה (חלמוניים)
- קמח לפי הצורך
- (מתחילים עם 1 כוס קמח
- ומוסיפים עד שמתקבל בצק רך)
- 2 כפות סוכר

אופן ההכנה:

1. לשים את הבצק
2. 1/4 מהבצק (משמש לפירורים למעלה) מפוררים ביד ושמים בתבנית ואופים בחום בינוני כ- 10 דקות עד שמזהיב.
3. 2/3 מהבצק לפתוח בתחתית 28 ולאפות בחום בינוני כ- 10 דקות עד שמזהיב.

אופן הכנת המלית:

1. מקציפים שמנת מתוקה + 1 כוס חלב + אינסטנט פודינג ווניל עד שנוצר קרם קשה.
2. מוסיפים גבינה לאט לאט ומערבבים.
3. מקציפים לבן של ביצה ומוסיפים לתערובת.

• הרכבת העוגה:

שופכים את המלית על תחתית הבצק האפוי מפוררים מעל את הבצק שאפינו מעל העוגה. מכסים בניילון נצמד, שמים את התבנית לפחות למשך שעה בפריזר ואח"כ שומרים במקרר.



עוגות ועוגיות



עוגת ג'לי תות ותותים



לקישוט:

- 2 חבילות ג'לי בטעם תות
- 4 כוסות מים רותחים
- 12 תותים בינוניים יפים חצויים.

חומרים:

- 4 ביצים מופרדות
- 1 1/2 כוסות קמח
- 2 כפיות אבקת אפייה
- 1 כוס סוכר
- 1/2 כוס שמן
- 2 כפות מים

אופן ההכנה:

1. מקציפים חלבונים יחד עם הסוכר במהירות גבוהה, כשהקצף מתקשה מנמיכים למהירות אחת, מוסיפים את החלמונים ומערבבים היטב.
2. לסירוגין ובהדרגה מוסיפים לקערת המיקסר קמח, אבקת אפייה, שמן ומים, מערבבים היטב שלא יהיו גושים.
3. משמנים תבנית לעוגה עגולה מתפרקת מס' 26, שופכים את הבליילה ואופים בחום בינוני כ-40 דקות עד שקיסם שנועצים יוצא יבש.
4. מצננים את העוגה על רשת.
5. לאחר שהעוגה התקררה - מכינים את הג'לי - מערבבים היטב את אבקת הג'לי יחד עם 4 כוסות מים רותחים.
6. חוצים את התותים לשניים ומסדרים אותם על העוגה כך שיכסו את כול העוגה מלמעלה, שופכים את הג'לי על התותים, מכסים ומכניסים למקרר לשעתיים עד שהג'לי נקרש היטב.



עוגות ועוגיות



רולדה



לקרם:

- 1 אינסטנט פודינג וניל
- 1 שמנת מתוקה
- 1 כוס חלב

חומרים:

- 4 חלבונים + 8 כפות סוכר
- 4 חלמונים
- 1/2 כוס קמח
- 1/2 כפית אבקת אפיה
- 1/4 כוס שמן
- 2 כפות אבקת קקאו

אופן ההכנה:

1. במיקסר מקציפים חלבונים + סוכר, כשהקצף מתקשה מנמיכים את מהירות המיקסר ומוסיפים צהוב של ביצה (חלמונים) אחד אחד.
2. מוסיפים את שאר החומרים ומערבלים היטב.
3. משטחים בצק בתבנית אפיה גדולה מרופדת בנייר אפיה ואופים 10 דקות.
4. מיד כשמוציאים מהתנור, הופכים את התבנית על מגבת מטבח ומגלגלים.
5. בנתיים מכינים את הקרם.
6. כשהעוגה קרה, פותחים את גלגול העוגה ומורחים 3/4 מהקרם ומגלגלים לרולדה.
7. מצפים את העוגה עם הקרם הנותר ושומרים במקרר.

אופן הכנת הקרם:

- 1 אינסטנט פודינג וניל + 1 שמנת מתוקה + 1 כוס חלב מקציפים במהירות גבוהה עד שנוצר קרם.





עוגות ועוגיות



עוגת פירמידה ללא אפיה



חומרים לציפוי גרסה ראשונה:

6 כפות קקאו
12 כפיות סוכר
1/4 מרגרינה

חומרים לציפוי גרסה שנייה:

150 גרם שוקולד מריר
100 גרם חמאה

חומרים:

נייר כסף או נייר פרגמנט
ביסקוויטים פתי בר בטעם קקאו
1 חבילה

חומרים למלית:

1 אינסטנט פודינג וניל
1 שמנת מתוקה
1 כוס חלב

אופן ההכנה:

1. פורסים נייר כסף.
2. טובלים ביסקוויט במים מעורבבים עם קפה או כף קוניאק ומסדרים על נייר הכסף ב-3 טורים של 6 ביסקוויטים בכל טור.
3. מורחים 1/2 מכמות המילוי על הביסקוויטים, מסדרים שכבת ביסקוויטים נוספת על הקרם.
4. ומורחים מעל את מילוי הקרם שנשאר.
5. מניחים את הידיים בתחתית נייר האלומיניום ומרימים בעדינות את צידי העוגה לכיוון המרכז עד שנוצר משולש פירמידה.
6. מכניסים למקפיא.

בינתיים מכינים את הציפוי:

ציפוי גרסה ראשונה:

ממיסים במיקרו את מרכיבי הקרם ומערבבים היטב.

ציפוי גרסה שנייה-אותה אימא הכינה בשנים האחרונות:

ממיסים 150 גרם שוקולד מריר + 100 גרם חמאה במיקרו או בבן מרי

מוציאים את העוגה מההקפאה ושופכים על העוגה הקפואה, הקרם מיד מתקשה וניתן להגשה.
אפשר להכין מספר ימים מראש ולשמור בהקפאה.



עוגות ועוגיות



עוגת מרנג מוס לימון



בחרתי להוסיף את המתכון של העוגה הזו, כי בכל ארוחת ערב חג חגיגית, אמא ביקשה שאני יכין את העוגה כי היא מאוד אהבה אותה.

(לשומרי הכשרות-מכילים אותה עם שמנת מתוקה פרווה), ניתן להכין עד חודש לפני האירוע ולשמור במקפיא, וכך העומס יורד בערב ההכנות לחג.

חומרים להכנת מוס הלימון:

- 1 שמנת מתוקה (או שמנת פרווה)
- 3 ביצים מופרדות + 2 כפות סוכר
- 6 כפות סוכר
- 3/4 כוס מיץ לימון סחוט טרי
- 1 שקית ג'לטין (14 גרם)
- 4 כפות מים פושרים

את תחתית המרנג אני קונה בד"כ ב"לחם תושייה"

חומרים להכנת המרנג (למעוניינים להכין לבד):

- 4 חלבונים
- 1 כוס סוכר

• אופן הכנת המרנג:

1. רצוי להכין ערב קודם: מקציפים חלבונים ומוסיפים סוכר תוך כדי הקצפה עד שהקצף יציב (כשהופכים את הכף הקצף נשאר ולא נופל).
2. מניחים נייר אפייה על תבנית תנור, משרטטים על נייר האפייה עיגול בקוטר תבנית העוגה בה מרכיבים את העוגה ומשמנים.
3. מעבירים את הקצף לשקית זילוף עם פיה רחבה ומזליפים על השרטוט מהעיגול החיצוני כלפי פנים עד שכל שטח הפנים של העיגול מכוסה בקצף באופן אחיד.
4. מחממים תנור לחום נמוך 100 מעלות ואופים כשעתיים עד שהמרנג מתקשה.
5. לאחר ההכנה רצוי לשמור את המרנג במקום יבש ואטום כיוון שהלחות מקלקלת אותו.

• אופן הכנת מוס הלימון:

6. מפרידים ביצים ומקציפים בקערת המיקסר 3 חלבונים יחד עם 2 כפות סוכר. כשהקצף מוכן, מעבירים לקערה אחרת.
7. בקערת המיקסר (אין צורך לשטוף את קערת המיקסר) מקציפים 3 חלבונים יחד עם 4 כפות סוכר כ- 5 דקות עד שמתקבלת תערובת צהובה ואוורירית, מוסיפים את מיץ הלימון ומערבבים היטב. מעבירים לקערה אחרת.
8. בקערת המיקסר מקציפים שמנת מתוקה יחד עם 2 כפות סוכר עד שמתקבל קרם.
9. ממסים שקית ג'לטין ב- 4 כפות מים פושרים ומערבבים היטב עד שהג'לטין נמס. מוסיפים את הג'לטין לתערובת החלבונים ומערבבים היטב.
10. מאחדים את תערובת החלבונים עם קצף הביצים ומקפלים בעדינות כדי שהקצף לא "ישבר".



עוגות ועוגיות



עוגת מרנג מוס לימון



11. מוסיפים את השמנת המתוקה ומערבבים היטב.

12. איחוד העוגה: מניחים את המרנג המוכן בתבנית עגולה 26, שופכים מעל את מוס הלימון ומכניסים להקפאה ל- 5 שעות לפחות.

חצי שעה לפני ההגשה מעבירים את העוגה למקרר.

להגשה: מניחים את תבנית העוגה על צלחת הגשה עגולה ומוציאים את חישוק העוגה. למעוניינים - ניתן לקשט עם שמנת מתוקה מוקצפת נוספת יחד עם 2 כפות סוכר.





מנהג המימונה

- למנהגים היה מקום מרכזי בחיי אבא ואימא ולכן, בכל שנה, במוצאי חג הפסח, חגגנו את המימונה כמיטב המסורת המרוקאית. דלת הבית הייתה פתוחה לכולם והאורחים שהגיעו, התקבלו בברכה המסורתית- "תרבחו ותסעדו" במאור פנים המלווה באהבה ונדיבות.

חג המימונה הינו חג עממי נפוץ בעיקר בקרב יוצאי מרוקו, המסמל את בוא האביב ונחגג מאות שנים בקרב יהדות מרוקו.

פירוש המילה מימונה הוא "מזל והצלחה" ולכן נהוג לאכול מאכלים מתוקים כמו דבש, תמרים, קמח, עוגיות וממתקים שונים.

ישנן סברות שונות למקור החג:

- השם מימונה רומז לשמו של רבי מיימון אביו של הרמב"ם שנפטר באיסרו חג של פסח אביו של הרמב"ם חי בפאז שבמרוקו והיה אהוד על יהודיה.
- מקור השם מימונה בא מהמילה "מימון", על פי האמונה זהו יום מזל לפרנסה טובה.
- יש האומרים כי במקור המימונה הייתה סעודת פיוס שערכו בין האנשים.

חג המימונה נמשך יום ולילה במהלכו סועדים ומרבים בשמחה. משמעות הביטוי "תרבחו ותסעדו" הוא תזכו ותצליחו.

במהלך חול המועד פסח עמלים במטבחים בהכנת שלל מטעמים וריבות (כשרים לפסח) אותם נוהגים לאכול בחגיגות המימונה יחד עם האורחים שהוזמנו.

שולחן החג ססגוני ומציע מגוון רחב של צבעים, ריחות וטעמים.

בערב המימונה נוהגים להכין מופלטה עליה מורחים חמאה ודבש. המסורתיים סושבו לראשם תרבושים אדומים ומוזיקה מרוקאית מתנגנת ברקע. למחרת, כולם יוצאים לפארקים למנגל ולהמשיך לאכול מהמטעמים הרבים.

"תרבחו ותסעדו"

מופלטה - 40 יחידות



חומרים:

- 1 ק"ג קמח
- 1 אבקת אפייה
- 1 כפית מלח
- 1 1/2 כוסות מים

שמן קנולה לטבילת כדורי הבצק.

אופן ההכנה:

1. לשים את חומרי הבצק ומוסיפים מים לפי הצורך. הבצק צריך להיות רך במידה ולא דביק.
2. משמנים שתי תבניות או שמנים נייר אפיה שגם אותם משמנים.
3. צרים עיגולים בגודל של כדור פינג פונג ומניחים על התבנית המשומנת. מכסים במגבת רטובה וממתינים חצי שעה.
4. לאחר חצי שעה, שמנים בצלחת עמוקה שמן, מניחים בתוך השמן כדורי בצק.
5. מחממים מחבת לא משומנת, כשהיא חמה, לוקחים עיגול בצק טבול בשמן ופותחים אותו בעזרת אצבעות שת הידיים על משטח עבודה (שיש), מותחים אותו לכל הכיוונים עד שהבצק דק (לא נורא אם הבצק נקרע) ומעבירים את עלה הבצק למחבת החמה.
6. בינתיים פותחים את העיגול הבא, מניחים אותו על זה שבמחבת והופכים, כך שכל פעם מיטגן רק צד אחד.
7. וכך ממשיכים ויוצרים ערימה של מופלטות, מוציאים ומניחים בצלחת הגשה.
8. ממשיכים להכין עד שמסיימים להכין את כל המופלטות.
8. מגישים חם יחד עם חמאה ודבש.

הגשה: על המופלטה נוהגים למרוח חמאה ודבש, מגלגלים ואוכלים.



JABAN ז'בן



קציפת חלבונים עשירה ומתוקה

חומרים:

- 2 כוסות סוכר
- 1/2 כוס מים
- 1 כף מיץ לימון טרי
- 2 טיפות מי ורדים (לא חייבים)
- 4 חלבוני ביצה
- לקישוט: אגוזי פקאן



אופן ההכנה:

1. מכינים סירופ - מרתיחים בסיר סוכר, מים ומיץ לימון כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כ- 10 דקות עד שמתקבל סירופ סמיך.
לפי טעמכם ניתן להוסיף מס' טיפות של מי ורדים. מצננים.
2. מקציפים את חלבוני הביצה, מוסיפים את הסירופ המצונן וממשיכים להקציף עד שהקצף קשה (כ- 5 דקות, לוקח לקצף להתקשות יותר זמן מהכנת קצף ביצים רגיל)
3. מעבירים את הקצף לכלי הגשה ומקשטים עם חצאי אגוזי פקאן.



עוגיות קוקוס (48 יחידות)



כ- 100 קלוריות ליחידה

חומרים:

- 3 חלבונים
- 1 1/2 כוסות סוכר
- 1 1/2 כוסות קוקוס טחון
- גביעי נייר (מנג'טים)
- לקישוט: סוכריות צבעוניות לעוגה



אופן ההכנה:

1. מקציפים חלבונים עם סוכר עד שהקצף מתקשה.
2. מוסיפים קוקוס טחון ומערבבים בעדינות היטב.
3. מזליפים את הקצף למנג'טים, מקשטים עם סוכריות צבעוניות.
4. אופים בתנור בחום של 100 מעלות כשעה וחצי.



מימונה



עוגיות שקדים (40 יחידות)



חומרים:

400 גרם שקדים טחונים
1 1/2 כוסות סוכר
2 ביצים שלמות
גביעי נייר (מנג'טים)
לקישוט: חצאי דובדבנים מסוכרים

אופן ההכנה:

1. מערבבים שקדים עם סוכר, מוסיפים 2 ביצים שלמות ומערבבים היטב.
2. מרטיבים ידיים (כדי שהתערובת לא תידבק), מכינים כדורים קטנים ומניחים אותם במנג'טים.
3. במרכז כל מנג'ט, מניחים לקישוט חצי דובדבן מסוכר.
4. אופים 5 דקות בחום של 160 מעלות.



עוגיות קוקוס ללא אפייה (40 יחידות)



חומרים:

1 ק"ג קוקוס טחון
סירופ:
2 כוסות סוכר
1 כוס מים
1 כפית מיץ לימון טרי
צבע מאכל בצבעים שונים
מנג'טים קטנטנים

אופן ההכנה:

1. מרתיחים בסיר קטן סוכר, מים ומיץ לימון, כשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים מספר דקות עד שמסמין. מצננים.
2. שמים בקערה את הקוקוס, מוסיפים את הסירופ ומערבבים, אם התערובת קשה ניתן להוסיף עוד כף אחת או שתיים של מים לפי הצורך.
3. מחלקים את התערובת ל-4 או ל-2, לכל חלק מוסיפים צבע מאכל ומערבבים.
4. מרטיבים ידיים, מכינים כדורים ומניחים אותם במנג'טים.

סהרוני בוטנים (כ-30 יחידות)



חומרים:

- 1/2 ק"ג בוטנים לא קלויים
- 1 1/2 כוסות סוכר
- 2 ביצים שלמות (במקום 2 ביצים שלמות אפשר לשים רק ביצה אחת ו-2-3 חלמונים מעוגיות הקוקוס)
- 3 טיפות תמצית שקדים

אופן ההכנה:

1. קולים את הבוטנים בחום של 180 מעלות ללא מלח במשך 10 דקות ומצננים.
2. במעבד מזון טוחנים את הבוטנים יחד עם הסוכר ותמצית שקדים ומעבירים לקערה.
3. מוסיפים ביצה אחת ומערבבים, מוסיפים ביצה שנייה ומערבבים. אם התערובת קשה ניתן להוסיף עוד 1/2 ביצה אך בזהירות כיוון שהתערובת יכולה לצאת נוזלית מדי.
4. מניחים נייר אפייה על 2 תבניות, מרטיבים ידיים, לוקחים עיגול קטן מהתערובת, מכינים צורה של חצי ירח (סהרון) ומניחים על נייר האפייה.
5. אופים 8 דקות בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות, חום בינוני.
6. אפשרות נוספת היא - עושים עיגולים קטנטנים, מניחים על נייר האפייה ואופים בתנור. כשמתקרר, מכינים קצף מביצה אחת ומדביקים 2 עיגולים אחד לשני. כך שיש עוגיית שכבות.

תמרים ואגוזים ממולאים במרציפן

חומרים:

- 30 תמרים מסוג מג'הול
- 200 גרם חצאי אגוזי מסוג פקאן חצויים
- ניתן לקנות מרציפן מוכן או להכין לבד בבית
- צבעי מאכל
- גביעי נייר - מנג'טים

אופן ההכנה:

1. מערבבים היטב את חומרי המרציפן עד שמתקבל בצק אחיד.
2. מחלקים את הכמות ל-4 וכל רבע צובעים בצבע מאכל אחר (צהוב, אדום, כחול, ירוק).
3. מוציאים מהתמרים את החרצנים, בוררים מהאגוזים את החצאים השלמים.
4. מכינים מהמרציפן כדורים קטנטנים בקוטר של כ-1 1/2 ס"מ וממלאים את התמרים כך שרואים את המרציפן מבצבץ.
5. למילוי האגוזים שמים משני צידי כדור המרציפן חצאי אגוזים ומהדקים היטב.



ריבות



מהי ריבה?



ריבה היא מעדן המורכב מפירות וסוכר אותו מכינים עד להקרשתו. הסוכר משמש כחומר משמר על כן כששמים פחות סוכר חיי המדף של הריבה מתקצרים.

מקור הריבה בארצות קרות בהן רצו להאריך את חיי המדף של הפירות מעבר לעונתן. במדינות אלה, הכנת הריבה הפכה למסורת משפחתית. את הריבות רצוי להכין מפרי העונה. פירות עם קליפה כמו חבושים, תפוחים ואגסים רצוי לקלף, פירות עם חרצנים רצוי לגלען.

פקטין: פקטין הינו חומר טבעי המצוי ברוב הפירות והוא זה המקריש את הריבה. הפקטין נמצא בפירות כמו: תפוחים, חבושים, גויאבות, שזיפים, עגבניות ירוקות ופרי הדר. ישנם פירות כמו תותים שלא מכילים פקטין ולכן רצוי בזמן הבישול לחתוך קוביות של תפוחי גרנד, לצרור בבד גזה ולהכניס לבישול הריבה. הפקטין משתחרר ועוזר לריבה להגיע לסמיכות הרצויה. כשהריבה מוכנה זורקים את פד הגזה. לחילופין, ניתן לגרד בפומפייה תפוח מקולף אחד ולהוסיף לבישול הריבה, טעם התפוח אינו מפריע לטעם הריבה.

הכנת הריבה:

תהליך הכנת הריבה קל אך דורש סבלנות.

- העיקרון הבסיסי המנחה בהכנת ריבות הוא הדומיננטיות של טעם הפרי, סוכר ומיץ לימון. לכל קילו פרי מוסיפים חצי קילו סוכר (לעומת יחס מקובל של 1:1), מבשלים שעתיים שלוש ולפני סוף הבישול מוסיפים מיץ לימון. אין צורך להוסיף מים כיוון שהפירות מפרישים נוזלים במהלך הבישול.
- לפני הבישול שוטפים היטב את הפירות, מגלענים ומניחים אותם בסיר בישול רחב ועמוק, בעל תחתית כפולה. מוסיפים סוכר, מכסים את הסיר ומביאים לרתיחה.
- לאחר רתיחה, מנמיכים את האש, מסירים את המכסה וממשיכים לבשל על אש נמוכה.
- במהלך הבישול מסירים את הקצף הנוצר עם כף מחוררת, בוחשים מדי פעם כדי למנוע הידבקות.

מתי הריבה מוכנה?

מומלץ בתחילת הבישול לשים צלוחית עמוקה או צלחת מרק במקפיא על מנת שבהמשך נוכל לדעת האם הריבה מוכנה. כשהנוזלים מתאדים והריבה נהיית צמיגה, מוציאים את הצלוחית מהמקפיא, שמים בה כף מהריבה אם תוך דקה הריבה מתקררת והגיעה לסמיכות הרצויה - סימן שהיא מוכנה.

כיצד מעקרים צנצנות?

1. מכניסים את צנצנות הזכוכית הנקיות ללא מכסה למיקרוגל לדקה.
2. מוציאים את הצנצנות ומעמידים על מגבת או משטח מעץ (לא ישירות על השיש שהזכוכית לא תתנפץ). כשהריבה מוכנה יוצקים את הריבה הרוחת לתוך הצנצנות החמות, סוגרים מיד עם מכסה והופכים את הצנצנת. הריבה הרוחת מעקרת את המכסה ויוצרת וואקום. מניחים את צנצנת הריבה על משטח מעץ או על מגבת ומצננים היטב. כשהריבה קרה מכניסים למקרר.



ריבות



ריבת חבושים



חומרים:

- 1 ק"ג חבושים
- 1/2 ק"ג סוכר
- מיץ מלימון אחד
- 1 מקל קינמון
- 1 כוס מים

אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב את החבושים ושמים בסיר, מכסים עם מים ומבשלים רבע שעה.
2. שופכים את המים.
3. מקלפים את החבושים וחותכים לריבועים, מוציאים את הליבה ואת הגרעינים.
4. פורסים את רבעי החבושים לפרוסות דקות ומניחים בסיר עמוק.
5. מוסיפים סוכר, מים ומקל קינמון ומביאים לרתיחה.
6. כשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים 45 דקות, מדי פעם מערבבים.
7. מוסיפים מיץ מלימון אחד וממשיכים לבשל עוד כ- 20 דקות עד שהחבושים מאדימים והריבה מקבלת את הסמיכות הרצויה.
8. מכבים את האש, מוציאים את מקל הקינמון ויוצקים מיד לצנצנות נקיות ומעוקרות.
9. סוגרים את הצנצנות כשהריבה עדיין חמה. מצננים על השיש.
10. כשהריבה מתקררת מכניסים למקרר ושומרים עד שנה (אם לא נגמר קודם).



את שולחן החג בבית משפחת ממון בערב ראש השנה
תמיד קישטה ריבת חבושים המסמלת את השפע.



ריבת תותים



חומרים:

- 1 ק"ג תותים (להוריד עלים ולשטוף פעמיים)
- 1 כף מיץ לימון
- 1/2 ק"ג סוכר
- 1 תפוח מגורד + ליבת התפוח (פקטין טבעי לקרישה)

אופן ההכנה:

1. שמים בסיר רחב ועמוק בעל תחתית כפולה תותים וסוכר, מכסים את הסיר. שמים באש גבוהה עד שרותח ואז להנמיך את האש, מורידים את מכסה הסיר ומבשלים כשעתיים עד שיגמרו כל המים. מדי פעם מערבבים ומסירים את הקצף.
2. הריבה מוכנה כשכל הנוזלים מתאדים ומתקבלת ריבה סמיכה.



ריבות



ריבת שזיפים



חומרים:

1 ק"ג שזיפי שגיב רכים
300 גרם סוכר

אופן ההכנה:

1. שמים צלוחית עמוקה במקפיא.
2. שוטפים היטב שזיפים, חוצים ומגלענים.
3. שמים בסיר רחב ועמוק בעל תחתית כפולה שזיפים וסוכר, מכסים את הסיר ומביאים לרתיחה כשרותח מנמיכים את האש, מורידים את מכסה הסיר ומבשלים כשעתיים.
4. מוציאים צלוחית מהמקפיא, שמים כף מהריבה ותוך דקה הריבה מתקררת ואפשר לראות האם מרקחת הריבה מוכנה, האם מגיעים לסמיכות הרצויה.



ריבת תפוזים



חומרים:

1 ק"ג תפוזים עם קליפה עבה
1 ק"ג סוכר
מיץ מ- 1/2 לימון
1 כוס מים

אופן ההכנה:



1. מגרדים בפומפייה את קליפת התפוזים.
2. משרים את התפוזים במים למשך יממה, במהלכם מחליפים את המים.
3. למחרת, שופכים את המים, חותכים את התפוזים ל- 4 או ל- 8, מנחים בסיר גדול, מוסיפים 1 ק"ג סוכר, מיץ לימון וכוס מים ומביאים לרתיחה.
4. כשרותח מנמיכים את האש ומבשלים כשעה ושעה וחצי עד שרואים שהריבה מקבלת גוון חום והנוזלים סמיכים.



ריבות



ריבת חצילים



חומרים:

- 2 ק"ג חצילים קטנים
- 1 1/2 ק"ג סוכר
- מיץ מלימון אחד
- 2 כוסות מים
- 10 מקלות ציפורן שלמים

אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב את החצילים, חותכים את קצוות החלק הירוק העליון של החציל מבלי לפגוע בגבעול.
2. מחוררים כל חציל לעומק לכל אורכו, בעזרת מזלג.
3. מכניסים את החצילים בסיר בישול, מכסים במים ומבשלים כ- 10 דקות מרגע הרתיחה.
4. מסננים ומחזירים לסיר, מוסיפים מים + סוכר + מיץ לימון + ציפורן מביאים לרתיחה, כשרותח, מנמיכים את האש ומבשלים כשעה וחצי שעותיים.
5. במהלך הבישול, מדי פעם משקים עם הנוזלים את החצילים כדי להספיג אותם בנוזלי הריבה.



ריבת תאנים



חומרים:

- 1 ק"ג תאנים
- חצי ק"ג סוכר
- מיץ מחצי לימון
- 2 ליבות של שני תפוחים (פקטין טבעי לקרישת הריבה)

אופן ההכנה:

1. שוטפים את התאנים ומניחים בסיר, מוסיפים ליבות תפוחים וסוכר ומבשלים במכסה סגור עד לרתיחה.
2. כשרותח מסירים את המכסה, מוסיפים מיץ לימון וממשיכים לבשל על להבה בינונית ללא מכסה עד שהריבה מגיעה לנקודת קרישה, כשעה.
3. במהלך הבישול שמים 2 קעריות במקפיא וכאשר רוצים לבדוק אם הריבה הגיעה לנקודת הקרישה, מוציאים צלחת אחת מהמקפיא, שמים כף אחת של ריבה בצלחת ואם הריבה נקרשה, סימן שהיא מוכנה.
4. מכבים את האש ומעבירים לצנצנות מעוקרות את הריבה בעודה חמה מאוד ומכסים (את ליבות התפוחים זורקים).
5. עיקור צנצנות: מכניסים צנצנות למיקרוגל למשך דקה (ללא מכסה).
6. לאחר שהריבה התקררה היטב, ניתן לשמור אותה חודש מחוץ למקרר ועד שנה בקירור.



מילים רבות לא תוכלנה לתאר את דמותה, את אצילות נפשה, את צניעותה, את חוכמתה, את הלב הפתוח ואת עוצמותיה של סבתא תירצה.

לאורך 88 שנות חייה, כאשר מסביבה 5 ילדים, 15 נכדים ו- 5 נינים. סבתא תירצה פרשה עלינו כנפיה, ידעה להחזיק אותנו, חילקה מתנות באופן מחושב ומאוזן שלא יצרו קנאות בין האחים, הנכדים והנינים וגרמה לנו לחייך.

המטבח של סבתא תירצה היה מטבח בו האוכל התבשל באהבה רבה, עם תשומת לב מיוחדת בכל שלב ושלב של הבישול. הרצון להאכיל את הילדים וחבריהם, הצורך הבסיסי שלכולם יהיה רק טוב הנחה את תירצה מדי יום ביומו.

במעברה, המאכלים הטעימים התבשלו בסירים על פתיליה ובהמשך, כשיכלו ההורים להרשות לעצמם לרכוש תנור אפיה משולב, האוכל הטעים התבשל על הכיריים.

סבתא תירצה הייתה אישה גאה - יעקב, סילביה וזהבה זוכרים שהיא הייתה אומרת שהיא "מעדיפה לחמם מים על פתיליה בכדי שהשכנים יחשבו שיש אוכל בבית ביום שישי ולא יביאו לנו נדבות".

אנחנו, ילדיך, רוצים לומר לך אימא, תודה.
תודה על כל מה שעשית, אנו אוהבים אותך ומנציחים את זכרך בספר זה בו קיבצנו את מיטב המתכונים שליקטנו ממך במהלך השנים.



שיר, למעלות:

אֶשָּׂא עֵינַי אֶל-הַהָרִים מֵאֵין, יְבֹא עֲזָרִי.
עֲזָרִי, מִעַם יְהוָה עֲשֵׂה, שְׂמִים וְאָרֶץ.
אֶל-יְתֵן לְבוֹשׁ רָגְלִי; אֶל-יָנוּם, שִׁמְרִי.
הֲגִיד לֹא-יָנוּם, וְלֹא יִישָׁן שׁוֹמֵר, יִשְׂרָאֵל.
יְהוָה שׁוֹמְרִי; יְהוָה צִלִּי, עַל-יַד יְבוֹיָרִי.
יוֹמָם, הִשְׁמָרְשׁ לֹא-יִכָּבֵד; וַיְרִחַ בְּלִילָהּ.
יְהוָה, יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל-רָע; יִשְׁמֹר, אֶת-נַפְשְׁךָ.
יְהוָה, יִשְׁמֹר-צִאֲתְךָ וּבֹאֶךָ, מִעֵדָה, וְעַד-עוֹלָם.

(תהילים פרק קנא)