



ערוץ
האוכל



חוברת מתכונים
של אביב משה מתוך
"עושה שבת"



CORELLE
צלחות הוכנית החזקות בשלום

SuChef

Küppersbusch

KENWOOD

BRAUN



בשיתוף:

מה בתפריט?

- 3 קבב דגים בחמאת לימון
- 4 חצילים במסטו עשבים וקרקר פרמז'ן
- 5 קציצות טלה ברוטב חצוף
- 6 מרק טלה, שום ושקדים
- 7 דג שלם לשבת עם ירקות
- 8 עוגיות אמרטו
- 9 תבשיל בשר לחי בשום, לימון חזיתים
- 10 סלט מארקטו עם דג מפורק
- 11 סנייה חצילים
- 12 טרטור בקר על לחם
- 13 תבשיל בשר לחי
- 14 מאפינס בונה ושוקולד
- 15 סלט עלים סברס ופיצוחים עם טחינת סילאן
- 16 צלעות טלה בציפוי פסטו ופירה ארטישוק ירושלמי
- 17 טרטור דג ירושלמי
- 18 קבב דג ועלי גפן
- 19 אוסובוקו טלה, ירקות שורש חזפרן
- 20 בייבי קישואים ומחית אפונה
- 21 סלט סביח שכבות
- 22 תבשיל צוואר טלה
- 23 פיתה עם ממרח שום ירוק
- 24 כרובית על כרובית
- 25 צלעות טלה על תפוחי אדמה מעוכים
- 26 אסאדו
- 27 שומר צלוי עם גבינת ברי, דבש וטימין
- 28 פילה דג על תבשיל
- 29 סנדוויץ' עם פילה בשר
- 30 עוגת עלי גפן
- 31 לחם בשר
- 32 מלפוף מתוק מעלי פילו
- 33 כבדים של עוף ברוטב דובדבנים
- 34 כתף טלה שלמה וירקות
- 35 ברוסקטה חלה ודגים
- 36 סלט ירקות חלוטים וקרם גבינה כחולה
- 37 צלעות טלה על דלעת ערמונים ובטטה סגולה
- 38 קיגל עוף



לצפייה במתכון

קבב דגים בחמאת לימון

מצרכים:

לקבב:

2 פילטים של דג לברק ללא עור

1 בצל

1 צרור פטרוזיליה

גרידת לימון מלימון אחד

1 פלפל צ'ילי אדום טרי

מלח

פלפל שחור גרוס

כמון

לרוטב:

6 שיני שום

3 עגבניות

1 צרור פטרוזיליה

חופן עלי אורגנו/זעתר טריים

מיץ לימון (מלימון אחד)

70 גרם חמאה

אופן ההכנה:

1. מכינים את הקבב: קוצצים גס את הדג והירקות מכניסים למעבד מזון וטוחנים בכמה פולסים, מעבירים לקערה.
2. מוסיפים תבלינים ומערבבים היטב.
3. יוצרים קציצות קבב עגולות.
4. מחממים שמן זית במחבת.
5. מטגנים במחבת עם שמן זית עד להשחמה ומעבירים לצחת עם נייר סופג.
6. מכינים את הרוטב: פורסים את השום ושמים במחבת עם שמן זית, קולפים את העגבניות חותכים לקוביות ומוסיפים למחבת.
7. מבשלים על אש גבוהה כ-2 דקות.
8. קוצצים פטרוזיליה מוסיפים את החמאה, הלימון ועלי האורגנו.
9. על צלחת הגשה מזגים מהרוטב, ומעל מניחים קציצות.



לצפייה במתכון

חצילים בפסטו עשבים וקרקר פרמז'ן

מצרכים:

- 3 חצילים
- 6 שיני שום קלופות
- לפסטו עשבים:
- 1/2 צרור פטרוזיליה
- 3 שיני שום
- 1/2 צרור תרד
- 1/4 צרור ריחן
- 1/2 צרור עלי זעתר/אורגנו
- 100 גר' אגוזי מלך
- שמן זית
- גרידת לימון
- לקרקר פרמז'ן:
- פרמז'ן מגורד
- 5 ענפי טימין/עלי זעתר
- 1 כף צילי יבש
- 1 כף זרעי כוסברה

אופן ההכנה:

1. מחממים תנור ל-200 מעלות.
2. חוצים חצילים לאורכם עם העוקץ וחורצים שתי וערב מחממים שמן זית במחבת וקולים את הצד החרוץ של החציל.
3. בזמן הזה מכינים פסטו עשבים: מעבירים את כל המרכיבים לבלנדר וטוחנים עד לקבלת מרקם אחיד.
4. מעבירים את החצילים לתבנית, מורחים כל חציל בפסטו עשבים, מפזרים את שיני השום, מוסיפים גרידת לימון ומכניסים לתנור שחומם מראש ל-200 מעלות לעוד 7 דק'.
5. מכינים קרקר פרמז'ן: מרפדים תבנית בנייר אפייה, מפזרים פרמזן בצורת עיגול. מתבלים בטימין, צ'ילי זרעי כוסברה.
6. מכניסים לתנור אפייה בחום 180 מעלות ל-5/6 דק' עד שמשחים. מוציאים ומניחים להתקרר.



לצפייה במתכון

קציצות טלה ברוטב חצוף

אופן ההכנה:

1. מכינים את הקציצות: קוצצים את הפטרוזיליה, הכוסברה והבצל, מניחים בקערה ומוסיפים את הבשר, ביצה, פירורי לחם ותבלינים.
2. מוסיפים מלח לפי הטעם ומערבבים היטב עד לקבלת תערובת אחידה.
3. יוצרים קציצות עגולות ומשטחים אותן מעט.
4. מחממים שמן במחבת ומטגנים את הקציצות 3-4 דקות מכל צד, עד לסגירה והשחמה.
5. מעבירים לצלחת מרופדת
6. מכינים את הרוטב: קוצצים את הכרישה ומטגנים בסיר, מוסיפים את עשבי התיבול, את הלימון הפרסי, שיני השום, כורכום, מוסיפים מים חמים ומביאים לרתיחה.
7. מוסיפים את הקציצות ומבשלים אותן ברוטב כ- 35 דקות על אש קטנה, בסיר מכוסה.

מצרכים:

- לקציצות:
- 1/2 קילו בשר בקר וטלה טחון (60% בקר ו-40% טלה)
 - 1 ביצה
 - 1/2 צרור פטרוזיליה
 - 1/2 צרור כוסברה
 - 1/2 צרור בצל ירוק
 - 3 כפות פירורי לחם
 - 1/2 כפית שום גבישי
 - 1/2 כפית פלפל שחור
 - מלח (לפי הטעם)
 - שמן זית
- לרוטב:
- 2 יחידות כרישה
 - 10 שיני שום
 - 3 כפות שמן
 - 3 יחידות לימון פרסי שחור
 - 1 כפית כורכום
 - 1/2 צרור פטרוזיליה
 - 1/2 צרור כוסברה
 - 1/2 צרור בצל ירוק
 - 1/2 ליטר מים רותחים



לצפייה במתכון

מרק טלה, שום ושקדים

מצרכים:

- 3 חצילים
- 6 שיני שום קלופות
- לפסטו עשבים:
- 1/2 צרור פטרוזיליה
- 3 שיני שום
- 1/2 צרור תרד
- 1/4 צרור ריחן
- 1/2 צרור עלי זעתר/אורגנו
- 100 גר' אגוזי מלך
- שמן זית
- גרידת לימון
- לקרקר פרמז'ן:
- פרמז'ן מגורד
- 5 ענפי טימין/עלי זעתר
- 1 כף צילי יבש
- 1 כף זרעי כוסברה

אופן ההכנה:

1. מכינים את המרק: בסיר מחממים שמן ומטגנים את קוביות הטלה משני הצדדים עם מעט מלח.
2. מוסיפים שום, ירקות ושקדים ומתבלים בפפריקה וסילאן, טימין, מוסיפים מלח, פלפל שחור, מים חמים.
3. מבשלים כשעה עד שהבשר מתרכך.
4. מכינים את הממרח: לתוך בלנדר מכניסים את כל המצרכים ומעבדים את כל המרכיבים למחית חלקה ואחידה.
5. מגישים: פורסים חלה שלמה לאורך בעובי של 2 סמ'.
6. מניחים פרוסת חלה על תבנית אפייה מרופדת בנייר אפייה מורחים בנדיבות את החלה בממרח.
7. מפזרים מעל גרידת לימון ומכניסים לתנור אפייה חם עד לקבלת קראסט.



לצפייה במתכון

דג שלם לשבת עם ירקות

אופן ההכנה:

1. מכינים את הדג: מחממים תנור ל-200 מעלות.
2. מערבבים בקערה גדולה שמן זית, מלח וטימין.
3. חותכים את שורש הפטרוזיליה והגזרים לאורך. מוסיפים לקערה ומערבבים היטב עד שהירקות מצופים היטב.
4. מסדרים את הירקות בתבנית אפייה וצולים בתנור אפייה שחומם מראש ל-200 מעלות כ-25 דקות.
5. מוציאים את תבנית הירקות הצלויים מהתנור, מניחים מעל את הדג השלם מפזרים טימין ושמן זית ומחזירים שוב לתנור.
6. מכינים את הרוטב: מקפיצים במחבת את כל ירקות הרוטב, מוציאים את הדג והירקות מהתנור ויוצקים מעל את רוטב.

מצרכים:

- 1 דג שלם שאוהבים
 - 4 גזרים צבעוניים
 - 1 שורש סלרי
 - 8 שיני שום שלמות
 - 1 טימין
 - מלח
 - שמן זית
- רוטב שום:
- 2 שיני שום קצוצות
 - 1 פלפל חריף פרוס
 - פרוסות לימון דקות מלימון אחד
 - 1 לימון שחוט
 - 1/2 צרור פטרוזיליה קצוצה
 - טימין
 - מלח ופלפל שחור
 - שמן זית



לצפייה במתכון

עוגיות אמרטו

מצרכים:

- 280 גרם אבקת שקדים/קמח שקדים/שקדים טחונים (כמעט 3 כוסות)
- 3 חלבונים מביצים גדולות
- 200 גרם סוכר (קצת פחות מכוס)
- 1 כפית תמצית וניל
- 1 כף ליקר אמרטו

לציפוי:
אבקת סוכר

אופן ההכנה:

1. בקערת מיקסר מקציפים את החלבונים עם הסוכר עד לקבלת קצף יציב.
2. מוסיפים את תמצית הוניל והאמרטו בתנועות קיפול.
3. מוסיפים את השקדים ומערבבים בתנועות קיפול מעבירים למקרר להתייצבות כחצי שעה.
4. מוציאים את הבצק מהמקרר, מכינים כדורים (בערך בגודל של 4 ס"מ).
5. מעבירים לקערה עם אבקת הסוכר לציפוי כפול ומניחים על תבנית אפייה מרופדת בנייר אפייה.
6. מכניסים לתנור ל-12-15 דקות בחום של 180 מעלות.



לצפייה במתכון

תבשיל בשר לחי בשום, לימון וזיתים

אופן ההכנה:

1. מניחים את הזיתים בסיר עם מים וחולטים במים רותחים כדי להוציא מרירות. מסננים ומניחים בצד.
2. בסיר שמים בשר לחי וירקות, מוסיפים מים עד לגובה המרכיבים ומבשלים כשעה עד שהבשר רך מאוד. מצננים וחותכים לפרוסות בעובי סמ'. (שומרים את מי הבישול)
3. בסיר רחב, מוסיפים שמן זית ואת שיני השום. מטגנים קלות כדי לפתוח טעמים, מוסיפים את הירקות, קוביות הבשר והזיתים. מוסיפים מנוזלי הבישול ומבשלים על חום בינוני כ-40 דק'.
4. לפני ההגשה מניחים בקערה את כל הירוקים, מוסיפים לימון ומלח ומערבבים היטב.
5. מגישים עם תערובת הירוקים מלמעלה.

מצרכים:

- 2 קג' בשר לחי/ראש
 - 1 קולורבי
 - 1 שורש סלרי
 - 3 גזרים צבעוניים
 - 2 בצלים
- לרוטב:
- 1 קג' זיתים סורים מבוקעים ללא חרצנים חלוטים ומסוננים
 - 20 שיני שום פרוסות
 - 2 גבעולי סלרי פרוסים
 - 1 גזר פרוס לטבעות
 - מיץ לימון מ-2 לימונים (2-3 כפות)
 - 2 כוסות ממי הבישול של הבשר ששמרנו תבלינים: כורכום, כמון ומלח
- לפיזור מעל בהגשה:
- כוסברה קצוצה
 - פטרוזיליה קצוצה
 - גפרורי שקדים קלויים
 - סלייסים של פלפל צ'ילי טרי
 - 2 עלי סלרי קצוצים



לצפייה במתכון

סלט מארקטו עם דג מפורק

מצרכים:

לסלט:

10 עגבניות שרי תמר חתוכות

3 פלפל ירוק חריף חתוך

1 בצל שאלוט פרוס

2-3 עלי סלרי

חופן פטרוזיליה

1 פילה של לימון (מלימון אחד)

2-3 בצלים ירוקים חתוך למקטעים

1 חסה אייסברג חתוכה גס

ליוניגרט סומק לסלט:

1 בצל שאלוט

מיץ לימון

שמן זית

מלח

סומק

לדג:

2 יח' פילה דג לבן ללא עור ועצמות (כל דג שאוהבים)

1 כף עמבה

שמן זית

לפיתה קרקר:

2 פיתות

שמן לטיגון

אופן ההכנה:

1. מתחילים עם ויניגרט סומק: מניחים את כל המרכיבים לבלנדר מוט וטוחנים.
2. מכינים את הדג: מחממים תנור ל-180 מעלות.
3. מורחים את הדג בעמבה, בוזקים מעט שמן זית.
4. מעבירים לתבנית אפייה ומכניסים לתנור לכ-7 דק'.
5. גרניש פיתות: חותכים את הפיתות לקוביות קטנות ומטגנים בסיר עם שמן עמוק.
6. מרכיבים את המנה: מערבבים את חומרי הסלט, מערבבים את חומרי הרוטב ומתבלים את הסלט.
7. מסדרים את הסלט במרכז צלחת הגשה ומעל מניחים קרעים של דג ופיתה מטוגנת.



לצפייה במתכון

סנייה חצילים

מצרכים:

- 1 חציל שרוף וקלוף עם העוקץ
- 4 כפות טחינה
- שמן זית
- 1 כף סילאן
- שברי פיסטוקים
- עלי זעתר/אורגנו טריים
- גרידת לימון
- 1 עגבניה

אופן ההכנה:

1. מניחים את החציל על תבנית אפיה.
2. מערבבים טחינה עם מעט מים קרים ומלח.
3. יוצקים על החציל ומכניסים לתנור אפיה חם ל-5 דק'.
4. מוציאים ומזלפים מעל שמן זית, כף סילאן, שברי פיסטוקים, עלי זעתר/אורגנו, גרידת לימון.
5. לפני ההגשה סוחטים מלמעלה עגבניה.



לצפייה במתכון

טרטר בקר על לחם

מצרכים:

- 1 לחם/חלת שבת
- שמן זית
- 400 גר' בשר בקר לטרטר: (סינטה/פילה/שייטל)
- 1 כף גדושה של אריסה
- 2 כפות גדושות של לימונים כבושים
- מלח
- שמן זית
- מעט גרידת לימון
- 1 פילפל שיפקה כבוש קצוץ

לגרניש:

- 6 צנוניות פרוסות עם מנדולינה
- 1 בצל סגול פרוס במנדולינה
- 3 בצל ירוק
- 4 ענפים של נענע קטנים
- 2 שומר פרוס במנדולינה
- מלח
- מיץ לימון
- שמן זית

אופן ההכנה:

1. פורסים את החלה לפרוסות בעובי 2 סמ'. מחממים מחבת עם שמן זית וצורבים את פרוסות החלה משני הצדדים.
2. קוצצים את בשר הבקר היטב.
3. בקערה נפרדת שמים את יתר המרכיבים ומערבבים היטב.
4. מרכיבים את המנה: על צלחת הגשה מניחים פרוסת לחם צרובה ומורחים אותה באריסה ולימונים כבושים, מעל שמים בשר קצוץ וליד סלט פרוס דק.



לצפייה במתכון

תבשיל בשר לחי

אופן ההכנה:

1. שמים בסיר בשר לחי, מים וכל מרכיבי המנה. מבשלים עד לבישול של כ-80% (40 דק').
- מצננים וחוטכים את הירקות לקוביות בינוניות ושומרים את הנוזל לאחר סינון.
2. למחבת מוסיפים שמן זית, מטגנים את שיני השום עם אריסה.
3. מוסיפים את הבשר והירקות המבושלים, הפלפלים, התבלינים ומכסים בנוזל הבשר (רק עד 1 סמ' מעל הבשר).
4. מפזרים מעל כוסברה בנדיבות. ולבשל על אש בינונית עד להתרככות מלאה של הבשר.

מצרכים:

- 2 קג' בשר ראש/לחי
 - 1 כף פפריקה
 - 1 כפית כורכום
 - 5 עלי דפנה
 - 1 כף פלפל אנגלי
 - 3 גזרים צבעוניים
 - 2 קולורבי
 - 1 שורש פטרוזיליה
 - 2 תפוחי אדמה
 - 6-8 שיני שום שלמות
 - 4-5 כוסות מים
- לרוטב:
- 6-8 שיני שום שלמות
 - 2 כפות אריסה ביתית
 - 4 פלפל יבש מתוק
 - 1 פלפל צ'ילי גרוס
 - 1 פלפל צ'ילי טרי
 - פלפל אנגלי
 - שמן זית
 - 1 כף פפריקה מתוקה בשמן
 - 1 כפית כמון
 - מלח לפי הטעם
 - 1.5 כוסות ממי בישול הבשר
 - 1 צרור כוסברה



◀ לצפייה במתכון

מאפינס בננה ושוקולד

מצרכים:

- 1 ביצה גדולה
- שליש כוס סוכר
- שליש כוס (60 גר') שמן
- 2 בננות גדולות מעוכות
- 4 כפות (40 מ"ל) מים
- חצי כפית תמצית וניל
- כוס (140 ג') קמח תופח
- רבע כוס שוקולד צ'יפס
- 1 שמנת מתוקה
- 1 כף גדושה של אבקת סוכר
- אבקת סוכר לקישוט
- שוקולד מריר

אופן ההכנה:

- 1. מחממים תנור ל-180 מעלות.
- 2. בקערה שמים את כל המצרכים הרטובים לפי סדר הופעתם במתכון ומערבבים.
- 3. לאחר מכן מוסיפים את המצרכים היבשים ומערבבים עד לקבלת תערובת אחידה.
- 4. יוצקים לתוך תבניות. ואופים בתנור במשך 15-20 דקות, עד שקיסם יוצא יבש.
- 5. עם מיקסר מקציפים שמנת מתוקה עם מעט אבקת סוכר.
- 6. מוציאים את המאפינס, מניחים על צלחת הגשה מאפינס, ולצד כל מאפינס שמים כף גדושה של קצפת ומעטרים באבקת סוכר ושוקולד מריר קצוץ.



לצפייה במתכון

סלט עלים סברס ופיצוחים עם טחינת סילאן

אופן ההכנה:

1. קוצצים את העשבים.
2. חותכים סברס לקוביות בינוניות.
3. מתבלים בשמן זית, מלח ומיץ לימון, מוסיפים שקדים, פקאן, חמוציות ואגוזי מלך ומערבבים היטב, מניחים בצד.
4. מערבבים היטב ומוסיפים מים קרים לפי הצורך, עד לקבלת טחינה במרקם שאוהבים.
5. מצלחתים על מוזגים מטחינת הסילאן כמו שמניחים חומס, מניחים מעל את הסלט המתובל.

מצרכים:

- 4 ענפים של עלי סלרי
- 4 גבעולי סלרי
- 1/4 צרור נענע
- 2-3 בצלים ירוקים
- 1/2 חב' של רוקט
- 1 צרור פטרוזיליה
- 1 צרור פטרוזיליה
- 1 צרור פטרוזיליה
- חופן פקאן סיני
- חופן חמוציות
- חופן אגוזי מלך קלויים

טחינה עם סילאן:

- 1/2 כוס טחינה
- 1/4 כוס סילאן
- 1/4 כוס מים



לצפייה במתכון

צלעות טלה בציפוי פסטו ופירה ארטישוק ירושלמי

אופן ההכנה:

1. מכינים את הפסטו: מכניסים למעבד מזון וטוחנים למחית חלקה.
2. מסדרים על תבנית אפייה את הצלעות ומזגים על כל צלע מהפסטו מכניסים לתנור אפייה בחום 190 מעלות ל: 8-10 דק'.
3. לפירה מזלג של ארטישוק ירושלמי: בסיר מניחים את כל המצרכים ומבשלים עד להסמכה קלה.
4. מניחים על צלחת מפירה הארטישוק, מעל מסדרים את הצלעות, מזלפים על הכל שמן זית וסוחטים עגבנייה.

מצרכים:

6 צלעות טלה נקיות עם עצם גלויה

לפסטו:

צרור פטרוזיליה

4 שיני שום

1/4 חב' עלי זעתר/אורגנו טריים

1/2 חב' אפונה ירוקה קפואה

200 גר' עלי תרד

שמן זית

שמן זית

גרידת לימון מ 2 לימונים

מלח

לפירה מזלג של ארטישוק ירושלמי

6 ארטישוקים קלופים

1 כוס חלב סויה לא ממותק

גרידת לימון

מלח

2 עגבניות



לצפייה במתכון

טרטר דג ירושלמי

מצרכים:

2 כוסות גרגירי חומוס מבושלים/קופסאת שימורים
שמן זית
כמון
1 חציל לטיגון

לסלטון:

2 צרור פטרוזיליה
2 צרור פטרוזיליה
5 עגבניות שלמות קלופות
1 בצל סגול בינוני
1 פלפל שיפקה
200 גרם פילה מוסר ים או אינטיאס ללא עור

לקרם חציל:

1 חציל שרוף (נשתמש רק בקליפה השחופה)
1/2 כוס טחינה
גרידת לימון
שמן זית
1/4 כוס מים

אופן ההכנה:

1. מניחים בקערה חומוס ומתבלים בשמן זית, כמון וקורט מלח. מניחים בצד.
2. פורסים לצ'יפסים דקים ומטגנים.
3. קוצצים את כל הירקות לתוך קערה ומתבלים בשמן זית, מלח ולימון.
4. את פילה הדג חותכים לקוביות בינוניות.
5. לקרם החציל: מעבירים הכל לבלנדר מוט וטוחנים למחית חלקה.
6. הרכבת המנה בסגנון חופשי על צלחת הגשה, מורחים קרם חציל ועמבה לטבילה



לצפייה במתכון

קבב דג ועלי גפן

מצרכים:

- 1 קופסא של עלי גפן בשימורים (לא ממולאים רק העלים)
- 4 פילה דג לבן ללא עור
- 1 צרור פטרוזיליה
- 1 פלפל חריף
- 1/4 כפית כמון
- גרידת לימון
- מלח ופלפל שחור
- שמן זית
- לטחינה שחורה:
- 2 עגבניות לסחיטה
- 1/2 כוס טחינה
- שמן זית
- 2 חצילים שרופים מראש (נשתמש גם בקליפה וגם בליבת החציל
- 1/4 כוס מים קרים

אופן ההכנה:

1. את פילה הדג חותכים לקוביות גדולות ומעבירים למעבד מזון יחד עם יתר המצרכים למעט התבלינים.
2. מעבדים בפולסים עד לקבלת מרקם קבב. מוציאים לקערה, מוסיפים תבלינים ולשים.
3. מוציאים את עלי הגפן מהקופסא ומסדרים על צלחת.
4. פותחים עלה שמים כך מהמלית קבב, משטחים קלות, מכסים בעלה גפן נוסף.
5. מטגנים במחבת עם שמן זית כדקה וחצי מכל צד
6. מכינים טחינה שחורה: קולפים את החצילים ומשתמשים בקליפה השרופה ובמעט מליבת החציל.
7. מעבירים לבלנדר מוט, מוסיפים: טחינה, מים קרים ומיץ לימון. טוחנים עד לקבלת קרם חציל שחור.
8. על צלחת הגשה מסדרים את קבב עלי הגפן, מזלפים שמן זית, סוחטים עגבניות ומזלפים טחינה שחורה.



לצפייה במתכון

אוסובוקו טלה, ירקות שורש וזעפרן

אופן ההכנה:

1. מקמחים את האוסובוקו ומטגנים בסיר רחב משיני צידיו עד להשחמה.
2. במקביל, חותכים לקוביות בינוניות ירקות שורש.
3. מוסיפים את הירקות החתוכים לסיר עם האוסובוקו.
4. פותחים יין לבן עם חוטי זעפרן.
5. מוסיפים את יתר המרכיבים ומכסים את הבשר בנוזל הציר ומבשלים כשעתיים פלוס עד שהבשר רך מאוד.
6. מצלחתים ומגישים
7. מכינים טחינה שחורה: קולפים את החצילים ומשתמשים בקליפה השרופה ובמעט מליבת החציל.
8. מעבירים לבלנדר מוט, מוסיפים: טחינה, מים קרים ומיץ לימון. טוחנים עד לקבלת קרם חציל שחור.
9. על צלחת הגשה מסדרים את קבב עלי הגפן, מזלפים שמן זית, סוחטים עגבניות ומזלפים טחינה שחורה.

מצרכים:

- 1 קג' אוסובוקו טלה
- 4 גזרים צבעוניים
- 2 קולורבי
- 1 שורש סלרי
- 1 שורש פטרוזיליה
- 7 בצלי שאלוט
- 2 ראשי שום שלמים
- 1.5 כוסות יין לבן
- 1/2 כוס מים רותחים
- 3 כוסות ציר ירקות
- 3 חוטי זעפרן
- 2-3 כפות סילאן
- מעט כורכום



לצפייה במתכון

בייבי קישואים ומחית אפונה

מצרכים:

למחית אפונה:

1 בצל סגול קצוץ

1/2 שקית אפונה עדינה קפואה

1 צרור נענע

גרידה מתפוז אחד

גרידת לימון

מלח

שמן זית

לקישואים:

6 קישואים בייבי

3 שיני שום פרוסות

שמן זית

3 ענפים של נענע

מלח ופלפל

אופן ההכנה:

1. מכניסים למעבד מזון את כל המצרכים ומעבדים בפולסים עד שהכל מתגבש למחית אחידה.
2. חוצים את הקישואים לאורך וצורבים על מחבת פסים.
3. מוסיפים שום, שמן זית, נענע מלח ופלפל. מקפיצים עד להשחמה. מצלחתים בסגנון חופשי.



לצפייה במתכון

סלט סביח שכבות

אופן ההכנה:

1. קולים חצילים בלאדי על האש, מוציאים את בשר החצילים ושמים בצד להגיר נוזלים. מתבלים במלח ומיץ לימון.
2. פורסים את החצילים הארוכים מקמחים ומטגנים בשמן עמוק. שמים בצד.
3. מערבבים טחינה עם מים עד לקבלת טחינה סמיכה.
4. מתבלים חומוסים בכמון, מלח ופלפל שחור.
5. חותכים ביצים לרבעים, את העגבניות לקוביות, קוצצים פטרוזיליה, פלפל חריף ובצל סגול שמים הכל בקערה, מתבלים ברכז רימונים, מלח ומיץ לימון מערבבים היטב מפזרים מעל הביצים, מזלפים מעל הכל עמבה, צנוברים קלויים, בצל ירוק.
6. מגישים עם חלה

מצרכים:

- 3 חצילים בלאדי
- 3 חצילים ארוכים
- מעט קמח לקימוח
- לטחינה:
- 1 כוס טחינה
- 1/4 כוס מים קרים
- תוספות למנה:
- 2 כוסות חומוס מבושל מראש /
- קופסאת שימורים
- 8 ביצים קשות
- כמון
- מלח ופלפל
- לסלט קטן:
- 4 עגבניות קלופות
- 1 בצל סגול
- 2-3 כפות רכז רימונים
- 1/2 צרור פטרוזיליה
- 1 פלפל ירוק חריף
- 2 בצל ירוק
- חופן צנוברים קלויים
- 4 כפות עמבה



לצפייה במתכון

תבשיל צוואר טלה

מצרכים:

- 2 קג' צוואר טלה פרוס עם עצם
- 3 גזרים
- 2 שורש סלרי
- 1 שורש פטרוזיליה
- 2 ראשי שומר
- 1 כרישה
- שמן זית
- מלח ופלפל שחור
- 1 ראש שום
- 3 עלי מרווה
- 1 חב' בצלי שאלוט
- 1 כף פפריקה
- 1/2 כפית כמון
- 2-3 כוסות מים רותחים
- פסטה להגשה

אופן ההכנה:

1. מתבלים את הטלה במלח ופלפל, מקמחים ומטגנים משני הצדדים עד לקבלת צבע זהוב ויפה.
2. מוציאים את הבשר ושמים בצד. באותו סיר מוסיפים עוד שמן זית, מוסיפים גזר חתוך לקוביות גדולות ובהדרגה את יתר הירקות (למעט השום, השאלוט והמרווה).
3. מאדים-מטגנים את הירקות 5-7 דקות ומערבבים מידי פעם.
4. מחזירים את הבשר לסיר ומוסיפים מים רותחים עד 3 ס"מ מעל הבשר, מוסיפים את ראשי השום השלמים ועלי המרווה, ומביאים לרתיחה.
5. מנמיכים את האש לבינונית-נמוכה, מכסים את הסיר ומניחים לבישול איטי של 4 שעות.
6. אחרי 3 שעות בודקים שהבשר רך ומוסיפים את השאלוט, מבשלים עוד רבע שעה.
7. מעבירים את הסיר לתנור אפייה בחום של 200 מעלות ל-20 דקות נוספות.
8. בינתיים מבשלים פסטה חונקי כמרים לפי הוראות יצרן.
9. על צלחת הגשה מניחים פסטה ומעליה תבשיל צוואר טלה.



לצפייה במתכון

פיתה עם ממרח שום ירוק

מצרכים:

- 5 פיתות חצויות לשתיים (כמו פיצה פיתה)
- 3 שיני שום
- 2 בצלים ירוקים (רק החלק הירוק)
- 1/2 צרור פטרוזיליה
- גרידת לימון
- מלח
- 1 פלפל צ'ילי
- שמן זית

אופן ההכנה:

1. מכניסים לבלנדר את כל מרכיבי הממרח ומעבדים למחית חלקה.
2. מורחים על הפיתות, מניחים על תבנית אפיה ומעבירים לתנור בחום 200 מעלות למספר דקות.



לצפייה במתכון

כרובית על כרובית

מצרכים:

לטחינת כרובית:

2 כרוביות מפורקות לפרחים

1/2 כוס טחינה

1/4 כוס מים קרים

קורט מלח

לסלט עגבניות:

עגבניות שרי מגוונות

2 בצלי שאלוט

1 פטרוזיליה

2 פלפל שיפקה

1/4 צרור עירית

1/4 צרור עלי זעתר/אורגנו טריים

8 צנוניות קטנות

מלח

שמן זית

לימון

2 עגבניות מגי

אופן ההכנה:

1. מבשלים כרובית עד לריכוך, מסננים ומעבירים חצי מכמות הכרובית למעבד מזון עם שאר חומרי הטחינה וטוחנים עד לקבלת משחה חלקה

2. לסלט: חוצים את העגבניות לחצי, את הצנוניות לרבעים, את הפלפל לטבעות וקוצצים את כל הירוקים, מעבירים לקערה ומתבלים במלח, שמן זית ולימון.

3. מורחים קרם טחינת כרובית על צלחת הגשה, מעל מניחים גבעה יפה של סלט עגבניות, מעל מניחים פרחי כרובית צלויים.

4. בזקקים על הכל שמן זית, סוחטים עגבנייה, ומפזרים עלי נענע ועלי זעתר טריים.



לצפייה במתכון

צלעות טלה על תפוחי אדמה מעוכים

מצרכים:

400 גר' סינטה
4-5 יח' צלעות טלה
6 תפוחי אדמה בינוניים שבושלו עם
הקליפה עד לרכות

לרוטב:

4 שיני שום
1 צרור פטרוזיליה
2-3 כפות פירורי לחם
שמן זית
מלח

אופן ההכנה:

1. לבשר: על מחבת פסים צורבים את נתח הסינטה והצלעות לאחר שפלפלו והמלחנו אותם.
2. לרוטב: מחממים תנור ל-200 מעלות.
3. מניחים את תפוחי האדמה על מחבת ומועכים אותם היטב בעזרת כוס.
4. לבלנדר מכניסים את כל מרכיבי הרוטב מעבדים עד לקבלת מרקם אחיד, אם צריך מוסיפים שמן.
5. יוצקים על תפוחי האדמה, ומכניסים לתנור אפייה חם מאוד עד להשחמה.
6. בינתיים צורבים על מחבת פסים צלעות וסינטה מכל הצדדים. מניחים על תפוחי האדמה ומגישים.



◀ לצפייה במתכון

אסאדו

מצרכים:

- 3 קג' של נתח אסאדו עם העצם
- 6 גזרים צבעוניים
- 3 ראשי שום
- 8 בצלי שאלוט
- 1 שורש פטרוזיליה
- 1 שורש סלרי
- ענפי טימין
- ענפי רוזמרין
- מלח
- פלפל שחור
- 4-5 כוסות ציר ירקות/מים רותחים

לרוטב:

- 4 בצלצלי שאלוט קצוצים
- 2 כפות סילאן
- מלח ופלפל
- רוזמרין
- טימין

אופן ההכנה:

1. מסדרים בתבנית את נתח האסאדו ומסביב את ירקות השורש חתוכים לקוביות בינוניות.
2. מוסיפים: טימין, רוזמרין, ציר ירקות עד חצי הגובה. מכסים בנייר אפייה ומעליו רדיד אלומיניום.
3. מכניסים לתנור אפייה בחום של 150 מעלות למשך שלוש וחצי-ארבע שעות (עד שהעצם נפרדת).
4. מוציאים מהתנור ופותרחים בזהירות את נייר האפייה ומסננים את הנוזלים לקערה.
5. מעבירים את הנוזלים לסיר קטן, ומוסיפים את מרכיבי הרוטב, מצמצמים עד לקירמול ושופכים על הנתח ומגישים.



לצפייה במתכון

שומר צלוי עם גבינת ברי, דבש וטימין

אופן ההכנה:

1. חוצים את השומר לאורך, מעבירים לסיר ומכסים במיץ תפוזים.
2. מוסיפים את שאר הרכיבים וזמבשלים על אש קטנה עד לרכות וצמצום הנוזלים.
3. קורצים 10 עיגולים/משולשים מלחם קסטן, משמנים בשמן זית וצורבים על מחבת.
4. מעבירים לתבנית אפייה פורסים את הגבינה ומניחים על כל עיגול לחם פרוסת גבינה, מזלפים דבש, מפזרים עלי טימין, פלפל גרוס ומכניסים לתנור חם ל-2 דקות.
5. מסדרים את השומר בכלי הגשה עם הנוזל עליהם, מעל מניחים את ברוסקטות הגבינה. ומעל מפזרים עלי שומר.
6. לשייק אבטיח: מעבירים את כל המרכיבים לבלנדר וטוחנים למרקם שייק חלק.

מצרכים:

- 6 שומרים
- 2 כוסות מיץ תפוזים
- 70 גר' חמאה
- 1/4 פלפל צ'ילי אדום פרוס
- חופן עלי זעתר/אורגנו טריים
- מעט פלפל שחור גרוס
- קורט מלח
- 2 כפות סוכר
- עוד למנה:
- לחם קסטן
- גבינת ברי/סנט מור
- דבש
- טימין

- לשייק אבטיח:
- 2 כוסות קוביות אבטיח
- 1/2 כוס קוביות קרח
- 1/4 צרור נענע
- 1/4 צרור בזיליקום



לצפייה במתכון

פילה דג על תבשיל

מצרכים:

4 פילטים של מוסר ים
פרוסות לימון דקות מ-3 לימונים
שמן זית
מלח

לתבשיל:

1/2 קג' זיתים מבוקעים מגולענים
2 שיני שום קצוצות
1.5 כוסות גרגירי חומוס מבושלים/
קופסאת שימורים
6 תפוחי אדמה
2 כפות אריסה
1 כף לימון כבוש
מיץ מלימון אחד
מלח
1 כוס מים רותחים
1/4 צרור כוסברה קצוצה
1 בצל ירוק טרי פרוס

אופן ההכנה:

1. מסדרים את פילה הדג על תבנית אפייה, על הדג מניחים פרוסות יפות ודקות של לימונים.
2. מפזרים מלח גס ושמן זית. מכניסים לתנור על חום 200 מעלות עד שהדג מוכן.
3. חולטים את הזיתים במים כדי להוציא מהם את המרירות ומניחים בצד.
4. לפריקסה: בסיר רחב מטגנים את שיני השום, מוסיפים את הזיתים, חומוס, תפוחי אדמה חתוכים לקובית קטנות ושוות, אריסה, לימון כבוש.
5. מתבלים בלימון מלח, מערבבים היטב ומוסיפים מים חמים. מבשלים עד שתפוחי האדמה מתרככים.
6. מעבירים לצלחת ומניחים מעל את הדג, מזלפים מעל שמן זית.
7. להגשה: לחמניות פריקסה/לחם פרנה/חלה.



לצפייה במתכון

סנדביץ' עם פילה בשר

אופן ההכנה:

1. צורבים את הבשר על מחבת פסים משני הצדדים ומניחים בצד.
2. קוצצים את הירקות.
3. חוצים את הקישואים לשניים ומקפיצים במחבת, מוסיפים פלפל מלח ושום.
4. פותחים לחם פרנה לחצי, צורבים היטב.
5. שופכים עליו את הירקות, מניחים את הבשר ומעל סוחטים עגבניות.

מצרכים:

- 1 חב' בייבי קישואים
- 5 מדליוני פילה
- שמן זית
- 5 שיני שום פרוסות
- 1 פלפל ירוק חריף חתוך גס
- 1/4 צרור פטרוזיליה
- 5-6 עלי זעתר/אורגנו טריים
- 2 עגבניות - לסחוט מעל מלח
- פלפל שחור
- לחם פרנה/חלות קטנות להגשה



לצפייה במתכון

עוגת עלי גפן

מצרכים:

- 1 חב' בייבי קישואים
- 5 מדליוני פילה
- שמן זית
- 5 שיני שום פרוסות
- 1 פלפל ירוק חריף חתוך גס
- 1/4 צרור פטרוזיליה
- 5-6 עלי זעתר/אורגנו טריים
- 2 עגבניות-לסחוט מעל מלח
- פלפל שחור

להגשה: לחם פרנה/
חלות קטנות

אופן ההכנה:

1. מחממים מחבת עם שמן זית ומטגנים בצל כ-5 דקות עד שהוא מזהיב.
2. מוסיפים את הבשר ומטגנים 5 דקות תוך כדי ערבוב עד שהבשר משנה גוון.
3. מתבלים במלח, פלפל, פפריקה מתוקה וראס אל-חנות ומערבבים.
4. חנות ומערבבים. מוסיפים לתערובת את האורז המוכן, פטרוזיליה, כוסברה, צנוברים ומערבבים.
5. מרפדים תבנית עגולה עם שוליים גבוהים בנייר אפייה.
6. מפזרים צימוקים וצנוברים על התחתית של התבנית גבוהת שוליים.
7. מניחים עליהם שכבה של עלי גפן כך שיכסו את התחתית והדפנות, וחלק מן העלים יגלשו גם מעבר לשולי התבנית.
8. מפזרים על עלי הגפן מחצית מתערובת האורז ובשר, מיישרים בעזרת כף ומניחים שכבה נוספת של עלי גפן.
9. מפזרים את יתרת תערובת הבשר והאורז ומכסים בשכבה נוספת של עלי גפן. מכניסים את שולי עלי הגפן לתוך התבנית.
10. מערבבים את חומרי הרוטב בקנקן ויוצקים על המאפה ומכסים אותו בנוזלים.
11. מכסים את התבנית ברדיד אלומיניום ואופים כשעה עד שהנוזלים נספגים.
12. מוצאים מהתנור וממתינים כ-20 דקות להתייצבות. הופכים את המאפה ומגישים.



לצפייה במתכון

לחם בשר

מצרכים:

לבצק:

1 ק"ג קמח

4 כפות סוכר

1/2 כוס שמן חמניות

1 כף מלח

2 כפות שמרים יבשים

לבשר:

1.5 קג' בריסקט עגלה

2 עלי דפנה

פלפל אנגלי שלם

1 ק"ג בשר טלה טחון מעורב עם

בקר טחון

5 בצלים לבנים פרוסים לרצועות

ראס אל חנות

קינמון

פלפל שחור

מלח

100 גרם צנובר קלוי

1 ענף רוזמרין

אופן ההכנה:

1. לבצק: לשים את כל המרכיבים במיקסר, ללוש במשך 10 דקות,

להניח בצד ולהתפיח במשך שעה עד שעה וחצי.

2. לבשר: מבשלים את הבריסקט בתבנית עם פלפל אנגלי ועלי

דפנה למשך 5 שעות. להניח להתקרר. לפרק ולקצוץ.

3. מטגנים את הבצל עד להזהבה, מוסיפים את הבשר טחון

ומטגנים. מוסיפים את הבריסקט הקצוץ, מוסיפים תבלינים,

מוסיפים צנוברים. מצננים את המילוי.

4. הרכבת המנה: מחלקים את הבצק לכדורים, פותחים באמצעות

מערך, ממלאים בבשר וסוגרים.

5. מניחים בתבנית עגולה שלושה כדורים מברישים בביצה.

6. מניחים להתפחה נוספת, מכניסים לתנור אפייה שחומם מראש

חום ל-180 מעלות.

7. לאחר שהמאפה יוצא להוסיף ענף רוזמרין להגשה.



לצפייה במתכון

מלפוף מתוק מעלי פילו

מצרכים:

- 1 חבילה עלי פילו מופשרים לילה במקרר
- 1 כוסות שמן
- 5 כוסות תערובת אגוזים (פיסטוק, אגוזי מלך)
- 3/4 כוס סוכר
- 3 כפות ממרח תמרים
- חצי כף קינמון

לרוטב:

- 2 כוסות מים
- 2 כוסות סוכר
- 1 לימון שחוט

אופן ההכנה:

1. למילוי: מערבבים את כל חומרי המילוי בקערה.
2. לסירוף: קוצצים גס את האגוזים.
3. בסיר קטן שמים את כל המצרכים לסירוף: סוכר, מים ולימון.
4. להביא לרתיחה על אש גבוהה, להנמיך לאש נמוכה/בינונית ולבשל 10 דקות כשהסירוף כל הזמן מבעבע ברתיחה ממש עדינה.
5. הרכבת המנה: לחמם תנור ל-180 מעלות.
6. להניח עלה פילו אחד על משטח העבודה כשהצד הרחב פונה אלינו.
7. בינתיים לכסות בחזרה את עליי הפילו במגבת כדי שלא יתייבשו.
8. למרוח כל עלה פילו בשמן.
9. לקחת כ-2 כפות מתערובת המילוי ולהניח בשורה על העלה על הצד הקרוב אלינו.
10. להשאיר מעט שוליים. לפזר מעט מהאגוזים על כל שאר העלה.



לצפייה במתכון

כבדים של עוף ברוטב דובדבנים

מצרכים:

300 גרם כבדים של עוף נקיים
מלח גס
פלפל גרוס

לרוטב:

1 בקבוק יין אדום
1/4 כוס סוכר
טימין
בצל לבן

לפירה קוקוס:

4 תפוחי אדמה שבושלו
1 פחית חלב קוקוס
1/4 כפית סוכר

אופן ההכנה:

1. הכבדים: מניחים את הכבדים על תבנית אפייה עם נייר אפייה, מפזרים עליהם מלח ופלפל ומעבירים לתנור חם מאוד ל-7-8 דקות
2. לרוטב: פורסים את הבצל לרצועות ומעבירים לסיר יחד עם כל מרכיבי הרוטב, מערבבים לסירוגין עד לצמצום מלא.
3. כשהרוטב מצומצם, מוסיפים דובדבנים מגולענים ומבשלים יחד עוד 3 דקות נוספות.
4. מוסיפים פנימה את הכבדים, ומבשלים יחד עוד 2 דקות.
5. הפירה: מועכים את תפוחי האדמה.
6. מחממים את חלב הקוקוס ומערבבים עם תפוחי האדמה.
7. מוסיפים מעט מלח ומערבבים לאחידות במרקם פירה.
8. מצלחתים: על צלחת הגשה מפזרים קרם קוקוס ומעל את הכבדים



לצפייה במתכון

כתף טלה שלמה וירקות

מצרכים:

למרינדה:

1/2 כוס שמן זית

4 כפות חרדל דיז'ון

1 כף גדושה חרדל צהוב

2 כפות דבש/סילאן

1 כפית מלח

1 כפית פלפל שחור גרוס

1/2 כפית אבקת שום

למצע ירקות:

2 ראשי שום חצויים ל-2

4 בצלים לבנים פרוסים לפלחים

2 בצלים סגולים פרוסים לפלחים:

2 גזרים קלופים חתוכים

4 תפו"א בינוניים חתוכים לקוביות גדולות

20 עגבניות שרי מגוונות

2 ענפי רוזמרין

2 ענפי טימין

שמן זית

מלח פלפל

1 כוס מים רותחים

אופן ההכנה:

1. לערבב את חומרי המרינדה היטב ולמרוח את כתף הטלה היטב.
2. לפזר טימין ורוזמרין מעל ולהכניס ללא כיסוי לתנור אפייה ל-230 מעלות תוכנית טורבו לחצי שעה.
3. אחרי חצי שעה להוציא את הנתח מהתנור להוסיף את הירקות להוסיף כוס מים, לעטוף את התבנית בנייר אפייה ורדיד אלומיניום.
4. להחזיר חזרה לתנור ולהוריד את החום ל-170 מעלות כ-3-3 וחצי שעות



לצפייה במתכון

ברוסקטה חלה ודגים

מצרכים:

- 1 חלה פרוסה בעובי 2 סמ'
- שמן זית
- 4 פילה לברק נקי מעור ועצמות
- מיץ לימון
- 1 כף אריסה
- 2 כפות לימונים כבושים
- שמן זית
- מלח

לסלטון למנה:

- 200 גר' זיתי טאסוס או זית מרוקאי שחור
- 200 גר' צימוקים אחזקים
- 1 חב' עלי סלרי (יפים קטנים צעירים)
- 3 בצלים ירוק חתוך למקטעים
- חופן עלי פטרוזיליה
- חופן עלי כוסברה
- חופן עלי רוקט
- תרכיז רימונים
- שמן זית

אופן ההכנה:

1. משמנים מחבת וצורבים פרוטות מ-2 הכיוונים.
2. בקערה מערבבים מיץ לימון, 1 כף אריסה, 2 כפות, לימונים כבושים, שמן זית.
3. בתבנית אפייה מרופדת בנייר אפייה מניחים את הדג, מורחים אותו בתערובת. לצידו מוסיפים פרוסת חלה באותה תבנית מרוחה בשמן זית.
4. מערבבים את כל חומרי הסלט.
5. מרכיבים את המנה: לוקחים ברוסקטה, מניחים מעל דג ומעל סלטון.



לצפייה במתכון

סלט ירקות חלוטים וקרם גבינה כחולה

מצרכים:

- לקרם:
- 200 מל' שמנת מתוקה
- 500 גר' גבינה כחולה/גורגונזולה חתוכה לקוביות
- לסלט חלוטים:
- 5 קישואים קטנטנים
- 200 גר' שעועית ירוקה טרייה
- 2 יח' בוקצ'וי
- אנדיב לבן וסגול
- 1 חב' אספרגוס
- 200 גר' זעתר
- מים רותחים
- קערה עם מי קרח
- מיץ לימון
- בצל שאלוט פרוס
- מלח
- שמן זית
- עגבניה סחוטה
- אגוזי מלך
- גילופי פרמזן (בקולפון)
- עלי זעתר טריים

אופן ההכנה:

1. הקרם: בסיר מביאים לרתיחה שמנת מתוקה, מורידים מהאש ומוסיפים פנימה גבינה וטורפים היטב עד לאחידות.
2. הירקות: חותכים את הקישואים לאורך לארבע, ממלאים סיר עם מים רותחים חולטים כל ירק בנפרד.
3. מעבירים למי הקרח לעצירת הבישול.
4. מפזרים מעל: שמן זית עגבניה סחוטה אגוזי מלך גילופי פרמזן (בקולפון) עלי זעתר טריים.
5. מכניסים פנימה את הירקות החלוטים ומערבבים.
6. שמים את קרם הגבינה מעל מניחים יפה את סלט הירקות החלוטים.
7. מפזרים מעל: שמן זית, עגבניה סחוטה, אגוזי מלך, גילופי פרמזן (בקולפון), עלי זעתר טריים.



לצפייה במתכון

צלעות טלה על דלעת ערמונים ובטטה סגולה

מצרכים:

לבשר:

נתח שלם של צלעות טלה (קרה שלם)

שמן זית

מלח

פלפל שחור

ענפי רוזמרין

ענפי טימין

הירקות:

3 דלעת ערמונים

3 בטטה סגולה

לוינגרט פלפלים:

2 פלפל שיפקה

2 פלפלים אדומים קלויים וקלופים

1 בצל סגול

1/2 צרור כוסברה

עירית

פטרזיליה

לימון

שמן זית

חופן זיתי טאסוס

אופן ההכנה:

1. מסדרים את קרה הצלעות על תבנית אפייה מרופדת, בזקים שמן זית, מלח, פלפל גרוס, טימין ורוזמרין ומכניסים לתנור חם (250 מעלות).
2. אחרי 15 דקות מורידים חום ל 200 ומכניסים לעוד 15 דקות את הצלעות.
3. חותכים את הירקות מניחים על תבנית אפייה מרופדת בנייר אפייה ומפזרים על הירקות שמן זית, מלח ופלפל.
4. קוצצים פלפל שיפקה, חותכים לקוביות קטנות פלפלים אדומים קלופים קלויים, קוצצים בצל סגול כוסברה, עירית ופטרזיליה. מתבלים במלח, לימון, שמן זית וזיתי טאסוס קצוצים. מערבבים הכל.
5. מועכים לפירה את הבטטה.
6. על צלחת מניחים מהפירה, פרוסות דלעת ערמונים, מעל את שדרת הצלעות ומעל את ויניגרט הפלפלים.



לצפייה במתכון

קיגל עוף

מצרכים:

- לבשר:
- נתח שלם של צלעות טלה
- שמן זית
- מלח
- פלפל שחור
- ענפי רוזמרין
- ענפי טימין
- הירקות:
- 3 דלעת ערמונים
- 3 בטטה סגולה
- לוינגרט פלפלים:
- 2 פלפל שיפקה
- 2 פלפלים אדומים קלויים וקלופים
- 1 בצל סגול
- 1/2 צרור כוסברה
- עירית
- פטרזיליה
- לימון
- שמן זית
- חופן זיתי טאסוס

אופן ההכנה:

1. לבשל את האטריות במי מלח לפי הוראות היצרן, לסנן ולערבב עם שמן, מלח, פלפל.
2. קולפים וחוצים את תפוחי האדמה לאורכם, ממליחים ומפלפלים.
3. בסיר גדול מחממים שמן זית. כשהוא חם, מכניסים את תפוחי האדמה כשצידם החתוך כלפי מטה ומטגנים בלי לערבב עד שהם משחימים.
4. מוציאים ומזלפים מעל שמן זית, כף סילאן, שברי פיסטוקים, עלי זעתר/אורגנו, גרידת לימון
5. לפני ההגשה סוחטים מלמעלה עגבניה
6. קונפי עוף: פורסים את הבצל לרצועות דקות. מניחים את העוף על הבצלים שיגע בתחתית התבנית.
7. יוצקים מעל הכל שמן זית והתבלינים ושיני שום.
8. מכניסים את העוף לתנור אפייה שחומם מראש לחום של 150 מעלות ומבשלים למשך שעתיים וחצי ללא כיסוי.
9. מוציאים את העוף קונפי המוכן מהשמן לצלחת ומפרקים אותו מהעצם.
10. הכנת המאפה: לוקחים תבנית עגולה, מורחים סילאן ועלה רוזמרין.
11. מסדרים את תפוחי האדמה בצורת כרס בתבנית, מעל מסדרים שכבה של אטריות, שכבה של פרגית קונפי ושכבה נוספת של אטריות.
12. מכסים בניר אפייה ורדיד אלומיניום ומעבירים לתנור למשך שעתיים על 160 מעלות.
13. הופכים בהגשה לאחר צינון.