עמוד 40 לביבות תפוחי אדמה / סמדר אופיר
עמוד 41 לביבות כרובית /סמדר אופיר
עמוד 42 לביבות תפוחי אדמה וגבינה
עמוד 44 אומלט במילוי " הפיתוי האולטימטיבי" / בני תבורי
עמוד 45 פריטטה איטלקית
עמוד 46 חביתה ירוקה / אסנת תבורי
עמוד 47 חביתה עם תבלינים טריים /אסנת תבורי
עמוד 48 אומלט פטריות וגבינה צרפתית
עמוד 49 כרובית עם פטריות / מרים וייס
עמוד 50 ג'חנון / שלום יצחקי
עמוד 51 בלינצים /יהודית גנור

לביבות כרובית / סמדר אופיר 41

החומרים:

1 ראש כרובית קטן
3 ביצים
1 כף אבקת מרק עוף
3 כפות קמח
קורט מלח
פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. מבשלים את הכרובית עד שהיא רכה.
2. מרסקים את הכרובית ומוסיפים את שאר החומרים.
3. אם יש צורך מוסיפים מעט קמח.
4. מטגנים במרגרינה על אש בינונית.

42

לביבות תפוחי אדמה ובבינה

המוצרים:

3 תפוחי אדמה גדולים
2 כפות שמן
1 בצל בינוני קצוץ דק
1 גביע גבינה לבנה 5%
2 ביצים טרופות
3 - 2 כפות פירורי לחם
קורט מלח, פלפל
שמן לטיגון

אופן ההכנה:

מבשלים את תפוחי האדמה בקליפתם ומקררים. בינתיים מזהיבים קלות את הבצל בשמן. קולפים את תפוחי האדמה ומגררים על פומפיה גסה או מועכים במזלג.
מוסיפים את הבצל ושאר המצרכים ומערבבים היטב עד לקבלת עיסה חלקה.
אם יש צורך מוסיפים מעט פרורי לחם ואם העיסה סמיכה מידי מוסיפים כף מים.
מטגנים בשמן היטב משני הצדדים ומגישים חם.

אומלט במילוי "הפיתוי האוטומטיבי" / בני תבורי 44

הרכיבים:
לאומלט:
2 ביצים
1/3 כוס חלב או לבן
גבינת פרמזן או גבינה צהובה מגוררת

למילוי:
פטריות שמפיניון או ירדן (או גם וגם)
רצועות ביקון
בצל
שמנת חמוצה

אופן ההכנה:
1. מטגנים את הבצל, הפטריות והביקון. מתבלים במלח ופלפל ושומרים בכלי חם.
2. טורפים את הביצים עם החלב או הלבן, מתבלים במלח ופלפל ומטגנים במחבת גדולה עם מכסה על אש נמוכה, עם הרבה סבלנות, מצד אחד בלבד.
3. בצד הלא מטוגן מפזרים את גבינת הפרמזן או הגבינה הצהובה.
4. מורידים לצלחת גדולה את האומלט. במרכזו מסדרים סוללה עבה, גבוהה וארוכה של המלית ועליה כמה כפיות שמנת חמוצה. בזהירות מקפלים לחצי ויוצרים חצי סהר. מגישים מיד עם סלט ירקות טרי.

45

פריטטה איטלקית

הרכיבים:

1 פלפל אדום חתוך לרצועות
2 כפות פטרוזיליה קצוצה
קורט מלח
1 בצל ירוק קצוץ
1 כפית מרגרינה לטיגון
1 תפוח אדמה גדול, מבושל, חתוך לקוביות
3 ביצים
2 כוסות תירס גרעינים

אופן ההכנה:

לערבב ביחד היטב את כל החומרים.
במחבת עמוקה, עם מכסה, ממיסים את המרגרינה. יוצקים את הבלילה למחבת, מקטינים את האש לאש קטנה, מכסים ומטגנים רק מצד אחד כ- 20 דקות.

46

חביתה ירוקה / אסנת תבורי

החומרים:

ביצים - לפי כמות האוכלים
2 פלפלים ירוקים קצוצים ברצועות ארוכות
שום כתוש
1 כף קוטג'
מלח, פלפל

אופן ההכנה:

1. מטגנים בקצת שמן את הפלפלים עד שצבעם הופך לירוק בהיר.
2. אחר-כך מוסיפים את השום הכתוש.
3. מוציאים את הפלפלים והשום לכלי.
4. שופכים ביצים לחביתה אחת או שתיים וישר מוסיפים את הפלפלים עם השום - כמות למנה.
5. מטגנים על אש קטנה.

ביצה עם תבלינים טריים / אסנת תבורי 47

המוצרים:
ביצים לפי כמות הסועדים
פטרוזיליה, שמיר קצוץ - כמות מכובדת
בצל
מלח, פלפל
שמנת חמוצה

אופן ההכנה:
1. מטגנים את הבצל עד לקבלת גוון זהוב.
2. מוסיפים את הפטרוזיליה והשמיר.
3. מוסיפים את הביצים הטרופות, מכסים במכסה ומטגנים על האש הנמוכה ביותר.
4. לא הופכים את החביתה, משאירים אותה מכוסה עד להתיבשות כל נוזלי הביצה.
5. מוציאים לצלחת גדולה, מורחים שמנת חמוצה ומקפלים את את החביתה לחצי.

אומלט פטריות וגבינה צרפתית 48

החומרים:

20 גר' מרגרינה
2 ביצים טרופות
2 כפות פטריות חתוכות
30 גר' גבינה צפתית מפוררת
1 כף בצל מטוגן (אפשר מיובש)
¼ כפית אבקת מרק פטריות
מלח
פלפל

אופן ההכנה:

ממיסים את מרגרינה במחבת מעל להבה בינונית. מערבבים הביצים עם אבקת המרק ומעט מלח ופלפל. יוצקים את הביצים למחבת ומרפדים את המחבת באופן שווה.
על מחצית מהאומלט מניחים את שאר החומרים.
בזהירות רבה מקפלים את האומלט לחצי ומטגנים כ- 2 דקות נוספות.

כרוכיות עם פטריות / מרים וייס 49

הגומרים:

3 ביצים
¼ ליטר חלב
מלח
קמח לפי הצורך
50 גרי חמאה
½ ק"ג פטריות יער
פטרוזיליה קצוצה
פלפל שחור

אופן ההכנה:

מערבבים לבצק דליל את הביצים, החלב, המלח והקמח.
מטגנים את הפטריות החתוכות בחמאה בנפרד, מוסיפים את הפטרוזיליה, קצת מלח ופלפל שחור.
כאשר הפטריות קרות מערבבים אותן עם הבצק ומטגנים כרוכיות.
מגישים עם סלט ירקות.

50

ג'חנון / שלום יצחקי

החומרים:

1 ק"ג קמח
50 גר' שמרים
1 חב' מרגרינה
2 כפות סוכר
1½ כף דבש
קורט מלח

אופן ההכנה:

1. מערבבים את השמרים עם כף סוכר וחצי כוס מים פושרים, מפזרים למעלה כף קמח ונותנים לעיסה להכפיל את עצמה.
2. בקערה נפרדת מערבבים את הקמח, הדבש, המלח, כף סוכר וחצי חבילת מרגרינה רכה.
3. מערבבים את השמרים עם תערובת הקמח ושומרים במקרר כ- 1/2 שעה.
4. מרדדים את הבצק לעלה. פעם ראשונה מרדדים, מקפלים כמו מעטפה ונותנים לבצק לנוח.
5. פעם שניה - מרדדים את הבצק, מורחים במרגרינה ומקפלים ל- 3.
6. חוזרים על הפעולה עוד פעמיים נוספות.
7. מרדדים את הבצק, מגלגלים לנקניקים וחותכים לחתיכות.
8. מסדרים את הבצק צפוף בתוך סיר מיוחד לג'חנון, מכסים בנייר פרגמנט. אפשר להוסיף ביצים שלמות ולסגור היטב את הסיר. אופים חצי שעה בחום בינוני ואחר-כך לילה שלם בחום נמוך.

מגישים עם רסק עגבניות וסחוג.

51

בלינצ'ס / יהודית גנור

החומרים:

1½ כוסות מים
3 ביצים
1 כוס קמח
3 כפות שמן
קורט מלח

אופן ההכנה:

מערבבים את כל החומרים עד לקבלת עיסה אחידה ללא גושים.
יוצקים מעט מהבלילה עם מצקת למחבת עם מעט שמן, משטחים באופן שווה
על כל המחבת ומטגנים קלות משני הצדדים עד לקבלת גוון זהוב.
ממלאים בגבינה או בפטריות.