



ספר
המתכונים
של
מטה
יהודה

מעובדי המועצה באהבה



בורקס כשר לפסח גלית דהן

מצרכים

2 חבילות דפי אורז

אופציה 1 למילוי:

חבילה פטריות

1 בצל קצוץ

2 עלי מנגולד

מלח + פלפל שחור

אופציה 2 למילוי:

גבינה בולגרית

גבינה 9%

1 בצל

מלח + פלפל שחור

אופציה 3 למילוי:

2 תפוחי אדמה

1 בצל

אגוז מוסקט

מלח + פלפל שחור

אופן ההכנה:

לקצוץ את הירקות

ולטגן כשמתחילים עם

הבצל וגבעול עלי

המנגולד לאחר שמזהיב

מוסיפים את הפטריות

ובסוף את עלי המנגולד

לתבל במלח ופלפל לפי

הטעם ולקרר היטב לפני

שממליאים.

אופן ההכנה:

לטגן את הבצל עד

הזהבה

לערבב את הגבינות

יחד ולהוסיף את הבצל

המטוגן.

לתבל במלח ופלפל

ולקרר היטב לפני

שממליאים.

אופן ההכנה:

לקלוף את תפוחי

האדמה ולבשל עד

רכות לסנן מהמים

ולמעוך בעזרת מועך

פירה.

את הבצל לטגן ולהוסיף

לפירה לתבל במלח

ופלפל לפי הטעם

ולקרר היטב לפני

שממליאים.

את דפי האורז יש להניח בתוך סיר

עם מים חמים עד ריכוך

(כל פעם דף אורז אחד, לא להכניס

את כולם בבת אחת)

להניח על מגבת נקיה שתספוג את

המים ולמלא במילית המועדפת

ולסגור

להניח על תבנית מרופדת בנייר

אפייה למרוח מעל ביצה ולקשט עם

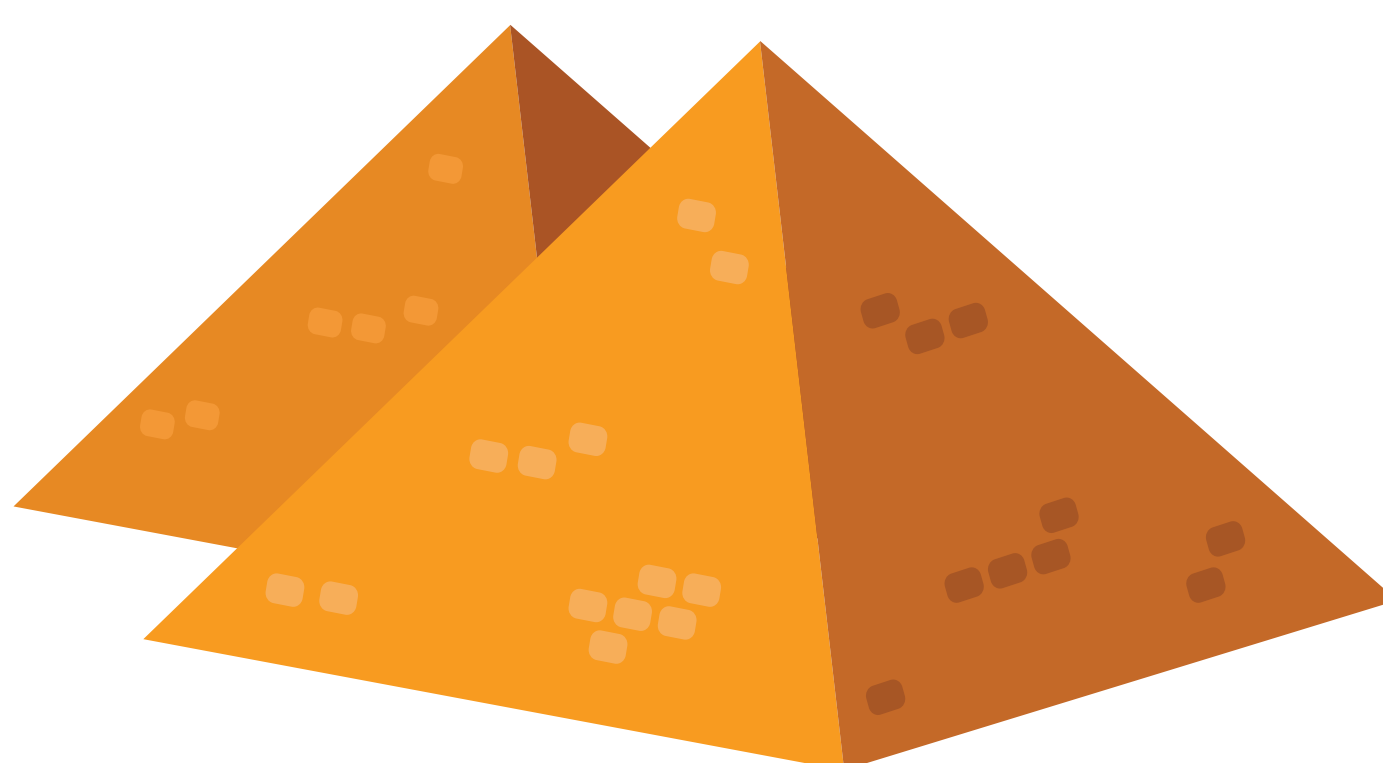
שומשום לבן או שחור ולתנור (:)



בהצלחה ובתיאבון

חג שמח מלא בשמחה ובריאות לכם

ולכל בני משפחותיכם



פילה סלמון בציפוי אגוזים קראנצ'י וטעים במיוחד סאמיה אבו הייכל

מצרכים (3 מנות)
3 נתחי סלמון (600 ג')
תיבול לדג: כף וחצי מיץ לימון, כף וחצי שמן זית, 2 שיני שום כתושות, רבע כפית שטוחה מלח, קמצוץ פלפל שחור
ציפוי אגוזים: חצי כוס (60 ג') אגוזי מלך טחונים, חצי כפית פפריקה מתוקה, רבע כפית שטוחה מלח, כפית פטרוזיליה/כוסברה מיובשת.

מתכון דג סלמון בתנור סמדר בשארי

מערבבים את כל המצרכים.
מניחים את הדג על תבנית ומורחים את הרוטב.
אופים 20 דקות.
בהצלחה
וחג שמח

רוטב:
2 כפות חרדל דיז'ון עם גרגירים
1/2 כוס שמן זית
5 שיני שום כתושות
מלח גרוס
פלפל גרוס

לחם טחינה לפסח כרמית אלמליח

6 כפות טחינה גולמית
2 כפות דבש
4 ביצים
1 כפית אבקת אפיה או סודה
לשתייה

לערבב הכל ביחד כמו עוגה, יוצא תבנית אינגליש קייק אחת (ניתן להכפיל כמויות)

לבריאות



סלמון בעשבי תיבול עליזה משה



**סלמון
בעשבי
תיבול
ולימון**

עיקרית | 6 סועדים
זמן הכנה - 10 דקות
זמן השרייה - 1 עד 24 ש'
זמן צלייה - 30 דקות

מצרכים
פילה סלמון שלם (או חתיכות סלמון במשקל 1.2 קילו בערך)
4 קוביות כוסברה דורות
5 קוביות שמיר דורות
כף זרעי כוסברה
4 כפות שמן זית
1 כפית שטוחה מלח
1/2 כפית סוכר
מעט פלפל שחור
1 לימון פרוס דק
גרידה מלימון אחד
מלח גס

כבש מבושל כרמית אלמליח

לטגן 2-3 בצלים גדולים חתוכים לקוביות, להוסיף את נתחי הכבש ולסגור אותם בטיגון קל מכל הכיוונים, להוסיף פפריקה, פלפל שחור, מלח לפי הטעם, לטגן עוד טיפה שיפתחו התבלינים, להוסיף מים שיכסו את הכבש, לסגור את המכסה ולתת בישול של כשעתיים וחצי, אחרי זה להמיס כף גבוהה של מרק עוף במים רותחים לשפוך לתוך הסיר לערבב להנמיך את האש ולתת בישול של עוד כחצי שעה על אש נמוכה, לבסוף לבדוק עם מזלג שהבשר רך ובתיאבון

עוף עם ביצים מזל קסטיאל

מצרכים:

בצל שלם, כרעיים וביצים לפי כמות האוכלים

אופן ההכנה:

מטגנים בצל ומוסיפים את הכרעיים מבשלים טוב את העוף עם תבלינים - כורכום (/ משייה) מלח פלפל לפי הטעם חצי כוס מים לאחר שהעוף מבושל שוברים ביצים על העוף ומחכים עד שיתבשלו

בתאבון

תפו"א עם נקניקיות מאיה אשכנזי

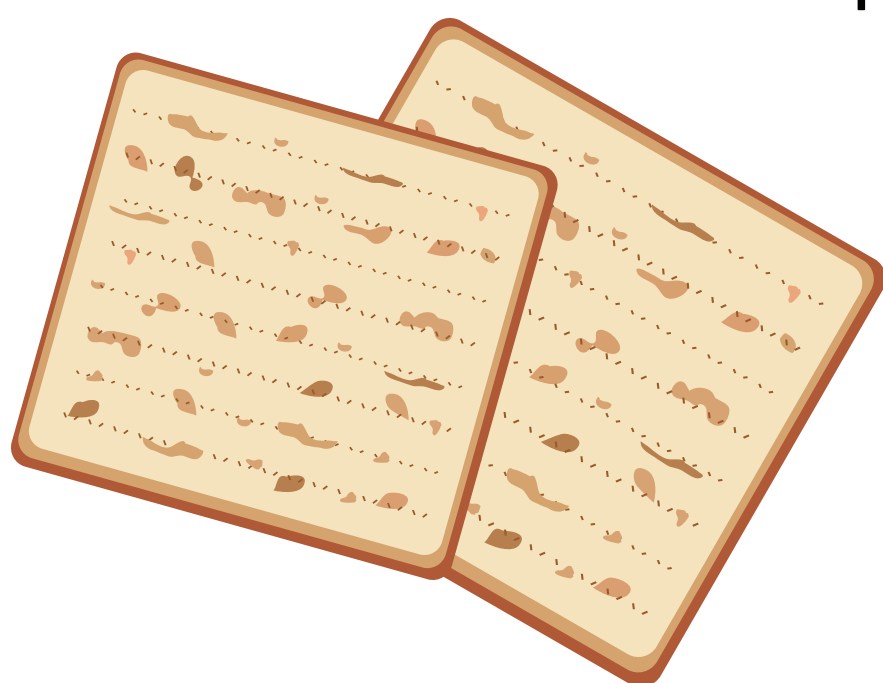
מצרכים:

בצל גדול, נקניקיות ותפו"א תבלינים: מלח פלפל פפריקה כורכום כמון

אופן ההכנה:

מטגנים את הבצל חותכים את תפו"א לקוביות (גס) ומוסיפים מטגנים קלות חותכים את הנקניקיות לקוביות (גס) ומוסיפים לסיר עם חצי כוס מים רותחים. מטבילים במלח פלפל פפריקה כורכום כמון בתחילה על אש גבוה ולאחר 5 דק מנמיכים לאש קטנה. זה מוכן כאשר המים יתאדו והתפו"א רכים

בתאבון



מקלובה בני אלירז

מטגנים 5-7 סוגי ירק חציל, קישוא, תפוז"א, גזר, בטטה, פטריות וכרובית..
לטגן חופן אטריות קטנות
שלב ב' לטגן בצל ואיתו שוקיים וכרעיים
לאחר מכן להוסיף כ-2 ליטר מים ולתבל תבלינים צהובים כולל מרק עוף
(יש תבלין מקלובה מיוחד)
בנתיים מסדרים בתחתית קערה את הירקות שתפוז"א למטה ולסדר לדופן
הקערה לאחר שהעוף מבושל כחצי שעה לפחות מסדרים אותו בתחתית
הקערה כשהעור כלפי מטה.
לפזר את האיטריות ומעליהם אורז רצוי בסמטי חצי קילו או קילו לפי כמות
האנשים.
לצקת את הציר של המים מעל ולבשל על אש קטנה כרבע שעה ולהעביר
לתנור על חום של 125 למשך שעה פלוס לפחות.

בתאבון

פשטידת ברוקולי / כרובית סמדר בשארי

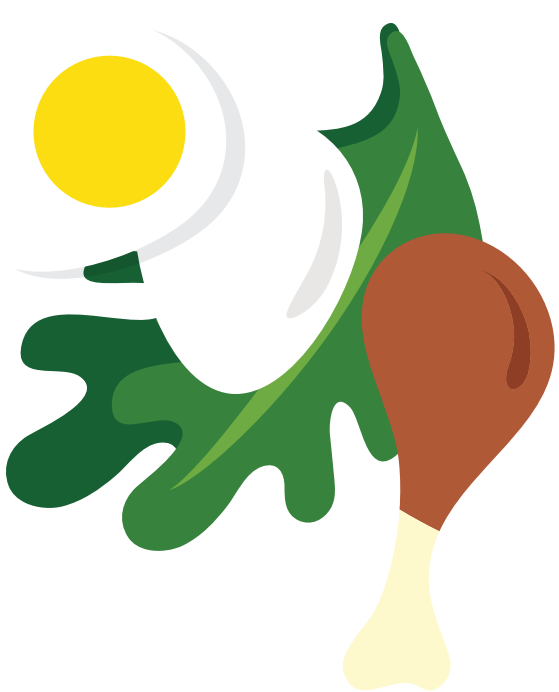
750 גרם ברוקולי / כרובית
לטגן 2 בצלים.
4 כפות קמח מצה
3 כפות מיונז
3 ביצים
כף מרק בצל
מלח ופלפל

לאחר ששולקים את ברוקולי או הכרובית לסנן
ולערבב את המצרכים ביחד ולאפות
בתאבון

פרגיות עם פטריות וערמונים עופרה דוד

מטגנים שתי בצלים גדולים בשמן
כשהבצל מזהיב להוסיף את הפרגיות
לטגן את הפרגיות במשך עשר דקות משני הצדדים
ואז להוסיף את הפטריות, ממליצה פטריות פורטובלו
גם את הערמונים (יש ערמונים בווקום) שתי שקיות
לתבל מלח, פלפל שחר, סילאן, חצי כוס מים

טעים וקל



עוגת "כומו" (כמו עוגת גבינה) גילי אהרוני

מצרכים:	אופן הכנה:
10 ביצים	להקציף חלבונים וסוכר
1.5 כוסות סוכר	להקציף חלמונים סוכר וניל
2 סוכר וניל	לימון ושמן
מיץ מ-2 לימונים	לאחד תערובות
1 כוס שמן	ולהוסיף קמח תפוא ואינסטנט
1 כוס קמח תפוא	נט פודינג ולטרוף היטב
1 אינסטנט וניל	לתבנית בגודל A4 ולתנור

עוגת גבינה ליאורה יפרח

מצרכים:
7 ביצים
כוס סוכר
3 גבינה תשע אחוז
שמנת חמוצה
4 כפות קורנפלור
אינסטנט וניל

אופן הכנה:
להפריד חלבונים מחלמונים
להקציף חלבונים עם הסוכר
בקערה נפרדת לערבב חלמונים עם
3 גבינה, שמנת חמוצה אחת, ארבע
כפות קורנפלור ואינסטנט וניל אחד
לחבר את התוכן משתי הקערות
לשפוך על הביסקוויטים ולאפות
עשר דקות על 180 ואז עוד חמישים
דקות על 150

להוציא לצנן מעט ובינתיים לערבב
שלוש שמנת חמוצה עם ארבע כפות
אבקת סוכר
לשפוך על העוגה ולחכות שיתייצב
למטה: עוגיות כשרות לפסח למעלה:
שמנת חמוצה עם אבקת סוכר
לשפוך על העוגה אחרי אפייה ואחרי
צינון קל

מאפינס שוקולד לפסח ליליאן אבו הייכל

100 גרם שוקולד מריר
חצי כוס (100 ג') שמן
3 ביצים
3/4 כוס (150 ג') סוכר
חצי כוס מים פושרים
כוס קמח תופח לפסח (או כוס קמח תפוח אדמה+ כפית אבקת
אפיה)
2 כפות (20 ג') אבקת קקאו
שליש כוס (65 ג') שוקולד צ'יפס

בראוניז עם בננה וחמאת בוטנים במרקם פאדג'י, רך וטעים זהרה עוודאלה

בננה קטנה מעוכה בעזרת מזלג למחית
חצי כפית (2.5 ג') תמצית וניל
כף גדושה (16 ג') קמח כשר לפסח
שליש כוס (40 ג') אגוזי מלך טחונים
2 כפות חמאת בוטנים

תבנית אינגליש קייק
מצרכים (14 ריבועים בגודל 3x4 ס"מ):
100 גרם שוקולד מריר
רבע כוס (50 ג') שמן
2 ביצים
רבע כוס (50 ג') סוכר

עוגת קרמבו וניל שרון כץ (מתוך הבלוג של "פיית העוגיות")

לקרם וניל:
750 מ"ל (3 גביעים) שמנת להקצפה
38%
180 מ"ל (שלושת רבעי כוס) חלב
120 גרם (חבילה וחצי) אינסטנט
פודינג וניל
30 גרם (רבע כוס) אבקת סוכר, מנופה
כפית וחצי תמצית וניל טהורה

לציפוי גנאש לבן וניל:
150 גרם שוקולד לבן, קצוץ
60 מ"ל (רבע כוס) שמנת להקצפה
38%
1/2 כפית תמצית וניל טהורה

מצרכים:
לטורט וניל קטיפתי:
3 ביצים L (או 4 ביצים M)
30 גרם חמאה
40 גרם (רבע כוס ועוד כפית)
קורנפלור, מנופה
40 גרם (2 כפות) חלב מרוכז ממותק
(אין לכם? ראו הערות למעלה)
1 כפית תמצית וניל טהורה
1/3 כפית תמצית שקדים טהורה
(לא חובה)
קורט מלח
40 גרם (4 כפות) סוכר

לעיטור (לא חובה):
חצי חבילת שוקולד לבן,
מגוררת בקולפן לתלתלים
(או- תלתלי שוקולד לבן קנויים)

כלים:
תבנית 24 ס"מ מרופדת בתחתיתה
בנייר אפייה ולא משומנת בדפנות



אופן ההכנה:

לטורט וניל קטיפתי:

מחממים תנור ל-165 מעלות.

פותחים לקערה גדולה ביצה שלמה אחת ומוסיפים לתוכה 2 חלמונים, טורפים קלות במטרפה לתערובת חלקה. מעבירים את החלבונים לקערת מערבל חשמלי ומניחים בצד. ממיסים את החמאה בסיר קטן ומביאים לרתיחה קלה. מכבים להבה, מוסיפים קורנפלור מנופה ומערבבים בכף לתערובת סמיכה מאוד-

בתחילה נראה שכמות הקורנפלור גדולה מדי אבל במעיכה בכף הוא ייספג והתערובת תהפוך משחתית וסמיכה. מוסיפים את החלב המרוכז ומערבבים.

מוסיפים את התערובת שהתקבלה לקערה עם הביצה השלמה והחלמונים וטורפים בחוזקה במטרפה לבלילה חלקה-בלילה תהיה גושית לרגע קצר אבל זה יעבור לה בזמן הטריפה. מוסיפים תמצית וניל ואם רוצים תמצית שקדים ומערבבים.

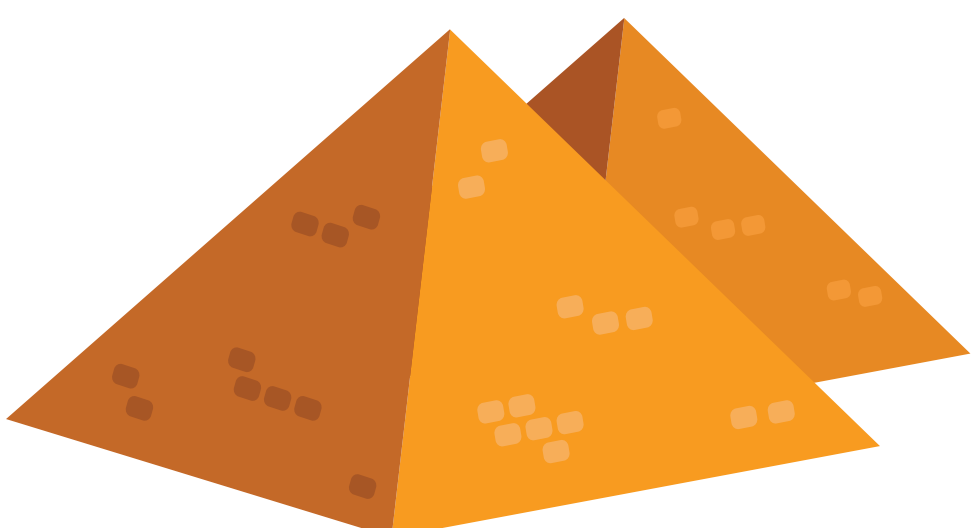
מקציפים במערבל חשמלי את החלבונים עם קורט מלח עד שמתחיל להיווצר קצף לבנבן, מוסיפים את הסוכר בהדרגה ומקציפים דקותיים לקצף יציב אך קליל. מקפלים את הקצף בהדרגה לקערת החלמונים לקבלת בלילה חלקה, משטחים את הבלילה בתבנית 24 ס"מ מרופדת בתחתיתה בנייר אפייה ולא משומנת בדפנות. אופים 25-35 דקות כך שהעוגה משחימה יפה ואינה רוטטת כשמטלטלים קלות את התבנית. מצננים היטב, בזמן הצינון העוגה תאבד משמעותית מגובהה וזה בסדר.

לקרם וניל:

לאחר שהעוגה הצטננה היטב עוברים להכנת קרם הוניל. מקציפים בקערת מערבל חשמלי את כל חומרי הקרם לקבלת קרם יציב ומשטחים על העוגה, מעבירים לקירור ל-6 שעות ורצוי מאוד למשך הלילה (אני הכי מעדיפה להקפיא ולהפשיר למחרת כדי לחלץ את העוגה בקלות מהתבנית).

לציפוי גנאש לבן וניל:

ממיסים יחד שוקולד לבן קצוץ ושמנת במיקרוגל או על בן מארי, מערבבים לקרם חלק. מוסיפים תמצית וניל ומערבבים. מצננים היטב כך שהציפוי כמעט ואינו חם למגע ומסמיק קצת אך עדיין מספיק דליל ליציקה, יוצקים את הציפוי ומשטחים על העוגה, מקררים ל-4-5 שעות עד לילה להתייצבות. מעטרים את העוגה בתלתלי שוקולד לבן.



סלט סלרי ותפוח ירוק

הגר בן סימון

לחתוך את הסלרי ולגרד בפומפיה תפוח ירוק
להוסיף חמוציות ואגוזי מלך (ניתן לקצוץ אותם)
לתבל בלימון, מלח, מיונז וקצת קינמון
בתאבון

סלט ברוקולי יעל שלום

מצרכים

ברוקולי טרי מגש
1 בצל סגול
שקדים

אופן הכנה

לשטוף את הברוקולי
לסנן ולחתוך קצוץ
לקלות את השקדים במחבת ללא שמן
לחתוך את הבצל דק
לערבב הכל ביחד
לתיבול לפי הטעם
מלח

סלט כרובית וברוקולי שרון כץ

לסלט:

ראש כרובית
ראש ברוקולי
בצל סגול
כוס חמוציות
חצי כוס בוטנים מלוחים קלויים
4 גבעולי בצל ירוק

לרוטב:

כף חמאת בוטנים
3 כפות שמן קנולה
3 כפות מירין
6 כפות חומץ תפוחים
3 כפות רוטב צ'ילי מתוק
מלח

אופן הכנה

מפרקים את הכרובית והברוקולי
לפרחים, שמים במים רותחים עד
שהמים מתקררים.
קוצצים בצל סגול ובצל ירוק.
מערבבים את כל מרכיבי הרוטב.
מערבבים את כל מרכיבי הסלט יחד
עם הרוטב

