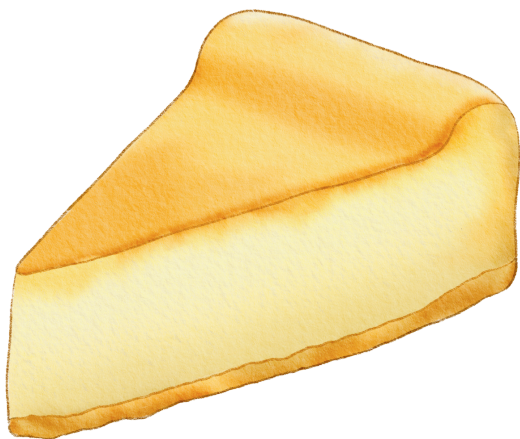


עוגת גבינה כשרה לפסח של אריאל קוניו



המצרכים :

• תבנית קפיצית בקוטר 24 ס"מ

לעוגה :

• 6 ביצים מופרדות

• 300 גרם (1½ כוסות) סוכר

• 500 גרם גבינה לבנה 9%

• 1 מיכל (225 גרם) גבינת שמנת 30%

• 50 גרם (5 כפות) אינסטנט פודינג וניל

• 40 גרם (4 כפות) קורנפלור

לציפוי :

• 1 שקית (80 גרם) אינסטנט פודינג וניל

• 240 מ"ל (1 כוס) חלב

• 1 מיכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה

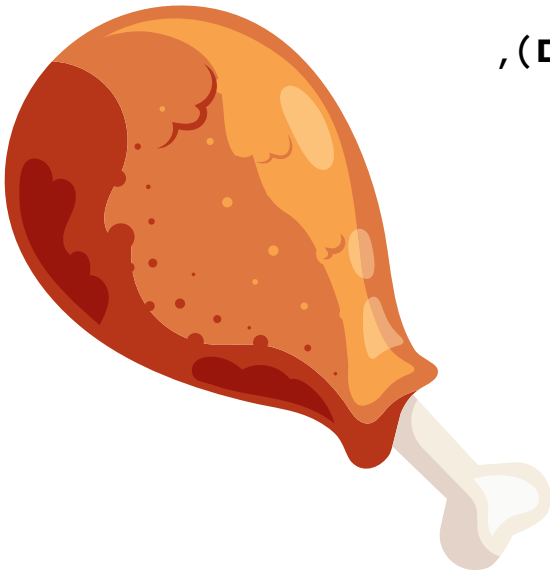
אופן ההכנה :

1. מחממים תנור ל-180 מעלות ומרפדים תבנית בנייר אפייה.
2. מכינים את המלית ואופים: מקציפים חלבונים וכוס סוכר כ-5 דקות לקצף יציב אך לא יבש. מעבירים לקערה אחרת.
3. שמים בקערת המיקסר גבינות, חלמונים, את הסוכר הנותר, אינסטנט פודינג וקורנפלור. מקציפים לתערובת אחידה.
4. מקפלים את קצף החלבונים לתערובת הגבינות ויוצקים לתבנית.
5. אופים כשעה עד שהעוגה מזהיבה אבל עדיין רוטטת מעט במרכזה. מכבים את התנור ומשאירים את העוגה בתוכו לפחות 3 שעות. מוציאים, מכסים בניילון נצמד ומקררים למשך הלילה.
6. מכינים את הציפוי: מקציפים את החומרים לקרם יציב, יוצקים על העוגה ומחליקים.

בתאבון

עוף בסילאן

המתכון האהוב על דוד קוניו



מצרכים:

- 1 עוף שלם (או חלקי עוף לבחירתכם), מנוקה היטב
- $\frac{1}{2}$ כוס סילאן
- 2 כפות שמן זית
- 1 כפית פפריקה מתוקה
- $\frac{1}{2}$ כפית אבקת מרק עוף
- $\frac{1}{2}$ כפית פלפל שחור
- 1 כפית שום גבישי / אבקת שום (או שן שום כתושה)
- $\frac{1}{2}$ כוס מים (לרוטב)
- קצת מים

אופן הכנה:

1. מחממים תנור ל-180 מעלות.
2. מנקים היטב את העוף ומניחים אותו בתבנית אפייה.
3. בקערה קטנה מערבבים: סילאן, שמן זית, פפריקה, אבקת מרק, פלפל שחור, שום ומים – עד לקבלת רוטב אחיד.
4. יוצקים את הרוטב על העוף – חשוב שכל חלקי העוף יהיו מצופים היטב.
5. מוסיפים לתבנית מעט מים בתחתית ($\frac{1}{4}$ כוס) כדי שהעוף לא יתייבש בזמן הצלייה.
6. מכסים את התבנית (רצוי בנייר כסף) ואופים במשך כ-45 דקות.
7. לאחר מכן, מסירים את הכיסוי וממשיכים לאפות עד שהעוף שחום ורך (כ-20-30 דקות נוספות, תלוי בגודל העוף).

אורז של פסח

המתכון האהוב על עידן שתיוי



מצרכים:

- 6 צלעות עגל
 - 10 קוביות בשר שריר
 - צרור כוסברה
 - צרור פטרוזיליה
 - צרור שמיר
 - כוס פול טרי
 - כוס אפונה טריה
 - 5 כוסות אורז
 - פלח/פלפל
-

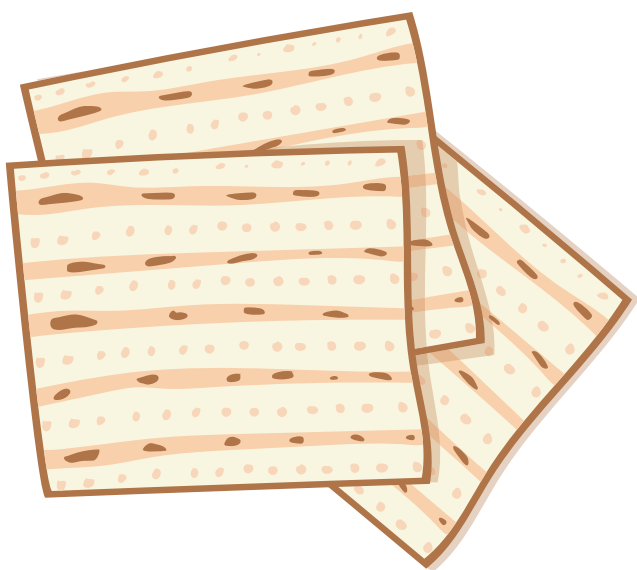
אופן הכנה:

1. לשים בסיר את הבשר והצלעות עם כ-12 כוסות מים. להרתיח ולתת לזה לרתוח כמעט שעה עד שהצלעות והבשר מתרככים.
2. להוסיף את הפול והאפונה.
3. לקצוץ את הירק ולהוסיף.
4. לתת לזה עוד כחצי שעה בישול.
5. מלח – כף
6. פלפל – כפית
7. להוסיף את האורז
8. לערבב.
9. להביא לרתיחה ולשים על אש נמוכה. מדי פעם לנער את הסיר. עד שאין מים. לבשל על אש נמוכה מאוד עוד כ-20 דק ולכבות. להשאיר מכוסה כחצי שעה.

בתאבון

מצה רטובה עם שוקולד נוטלה

המתכון האהוב על רן גואילי



מצרכים:

- 2 מצות רגילות
- ממרח נוטלה (או כל ממרח שוקולד שאוהבים)
- מגבת נקייה

אופן הכנה:

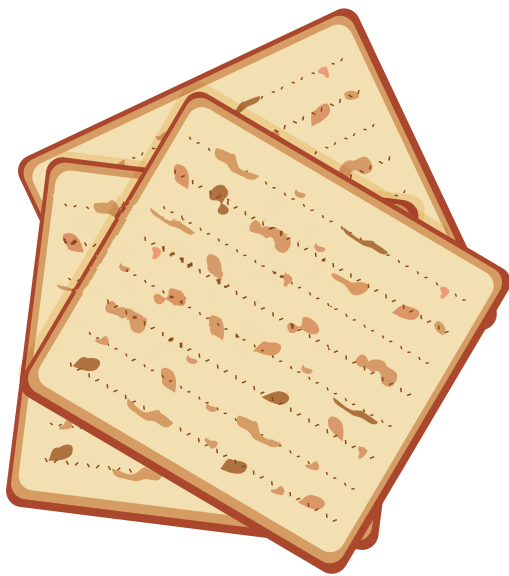
1. מרטיבים היטב 2 מצות מתחת לברז מים – מכל הצדדים – עד שהן נעשות גמישות.
2. מניחים את המצות על מגבת נקייה למשך כמה דקות, עד שסופגת את עודפי המים.
3. מורחים שכבה שמנמנה ונדיבה של נוטלה על אחת המצות.
4. מניחים את המצה השנייה מעל, כמו סנדוויץ'.
5. אפשר ללחוץ בעדינות, לחתוך – או פשוט לאכול ככה עם הידיים.

זוהו – תאכלו ותגידו תודה לרני 🤪
בתיאבון וחג שמח!

בתאבון

מצה מטוגנת ממולאת בגבינות

המתכון האהוב על רוס ברסלבסקי



מצרכים :

- מצות (לפי הכמות הרצויה)
- גבינות שאוהבים
- (רום הכי אוהב שילוב של גבינה צהובה וגבינה מלוחה)
- ביצים (לטבילה)
- שמן לטיגון

אופן הכנה :

1. מרטיבים את המצה בעדינות כדי שתהיה גמישה ולא תישבר.
2. מניחים במרכז המצה תערובת גבינות שאוהבים – אפשר לשלב כמה סוגים.
3. רום הכי אוהב שילוב של גבינה צהובה נמסה עם גבינה מלוחה שנותנת קונטרה נהדרת.
4. מגלגלים את המצה בזהירות לגלילה סגורה.
5. טובלים היטב בביצה טרופה.
6. מטגנים בשמן חם עד שהמצה זהובה והגבינה בפנים נמסה.

זה יוצא מושלם! הלוואי רום עוד יכול לטעום מזה בקרוב,
תתייגו אותנו שאתם מכינים 🙏

בתאבון

מרק קניידלך

המתכון האהוב על איתן הורן



מצרכים:

לקניידלך:

• 2 כוסות קמח מצה

• 4 ביצים

• 4 כפות שמן

• כוס וחצי מים

• מלח / פלפל שחור

למרק עוף עם ירקות:

• 3 כפות שמן

• 4-5 חלקי עוף

• 1 בצל חתוך לרבעים

• 2 גזרים חתוכים לקוביות

• 2 שיני שום

• 2 תפוחי אדמה

• 2-3 מקלות סלרי עם העלים קצוצים

• אפשר להוסיף כף אבקת מרק בטעם עוף

• מלח / פלפל שחור

• 3 ליטר מים

• סיר עם מים רותחים + כף מלח לבישול הקניידלך

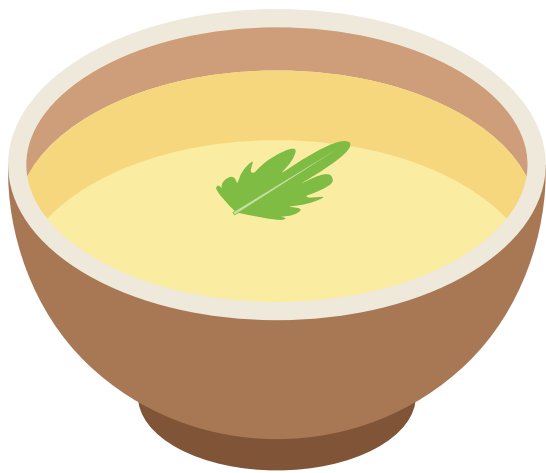
אופן הכנה:

בסיר רחב מאדים בשמן ומזהיבים מעט הבצל והשום, מוסיפים את שאר הירקות ומקפצים קלות. מוסיפים מים (בערך 3 ליטר) ומביאים לרתיחה. מניחים את הלהבה ומבשלים כשעה על להבה בינונית. אם צריך מתקנים תיבול. בזמן שהמרק מתבשל, מתחילים בהכנת הקניידלך. בקערה, מערבבים את כל המרכיבים עד שמתקבלת תערובת אחידה. מניחים את התערובת למנוח כחצי שעה על השיש או במקרר. לאחר מכן, בעזרת ידיים רטובות או משומנות, מגלגלים כדורים קטנטנים (גולות) ומבשלים בתוך סיר עם מים רותחים מלוחים. מבשלים עד שהם צפים (8-10 דקות) שומרים בכלי סגור במקרר או מגישים יחד עם המרק.

בתאבון

קניידלך

המתכון האהוב על ענבר היימן



המצרכים :

- כוס וחצי (360 מ"ל) מים מינרליים או מסוננים, רותחים
- 1 כף שמן קנולה
- כוס ורבע (130 גרם) קמח מצה
- 1 כפית שטוחה מלח
- 2 ביצים גדולות (L)

אופן ההכנה :

1. מערבבים מים רותחים, שמן קנולה, קמח מצה ומלח בקערה. מצננים כ-10 דקות.
2. מוסיפים ביצים ומערבבים לעיסה חלקה. מכסים בניילון נצמד ומעבירים למקרר לשעה להתייצבות.
3. מביאים לרתיחה מים בסיר. בעזרת ידיים מעט רטובות יוצרים כדורים בקוטר 1 1/2 ס"מ. מבשלים 7 קניידלך כ-5 דקות, עד שצפים ומבושלים היטב. מוציאים בכף מחוררת. חוזרים על הפעולה עם שאר התערובת (בכל פעם מבשלים כ-7 קניידלך).
4. שומרים בכלי אטום במקרר עד יומיים. לפני ההגשה מחממים במיקרוגל או בתוך המרק.

גיוונים :

- לקניידלך ירוקים – מוסיפים 2 כפות גדושות ממרח פסטו ביחד עם הביצים.
- לקניידלך אדומים – מוסיפים 2 כפות גדושות ממרח עגבניות מיובשות ביחד עם הביצים.

בתאבון

חיתוכיות שוקולד צ'יפס כשרות לפסח

המתכון האהוב על איתן מור



מצרכים:

- 2.5 כוסות קמח כשר לפסח
- אבקת אפיה
- 2 ביצים
- % כוס שמן
- % כוס סוכר חום
- % כוס סוכר לבן
- 1 כוס שוקולד צ'יפס
- כפית תמצית וניל
- קורט מלח

אופן הכנה:

1. לערבב הכל חוץ מהשוקולד צ'יפס
2. להוסיף שוקולד צ'יפס
3. לאפות 20 דקות בתנור שחומם מראש ל175 מעלות
4. לחתוך לריבועים כשעדיין חם

לזכות איתן אברהם בן אפרת
שיחזור לשלום בבריאות הגוף והנפש יחד עם שאר החטופים

בתאבון

עוגת שוקולד ממצות

המתכון האהוב על אוריאל ברוך



לוקחים 4-5 מצות .
מרטיבים את המצות ביין אדום ישן נושן .
לשים בסיר; חצי כוס קאקאו
חצי כוס סוכר
חצי מחפסת חמאה/מחמאה
כוס מים מהברז
לערבב עד להמסת הסוכר.
את המצות שהרטבנו לקחת כל פעם מצה
ולשפוך מרוטב הקקאו. שיכסה את כל
המצה. לשים מצה רטובה על המצה עם
הקקאו
ככה לעשות על כל המצות.
על המצה האחרונה אחרי ששמנו את רוטב
הקקאו. לשים מעל קוקוס טחון.

בתאבון

משפטים של אוריאל

"תחייה כמו במסיבה כל רגע הוא חגיגה"

"תעזבו אתכם שטויות תורידו את הפאניקה"

"החיים הם לונה פארק ואנחנו עולים על כל המתקנים"

"תעופו על החיים כי מהחיים לא תצאו בחיים"

צלי בקר של אילן וייס



מרכיבים:

- חבילת תפוחי אדמה מיני (שוטפים טוב טוב במים)
- 2 חבילות פטריות טריות
- 3 בצלים חתוכים
- 5 שיני שום שלמות
- 1/3 כוס יין אדום חצי יבש
- סילאן
- תבלינים: אבקת מרק בצל, רוטב לצלי (קנור/אוסם), מלח, פלפל שחור, כורכום, פפריקה מתוקה, עלי דפנה.

אופן ההכנה

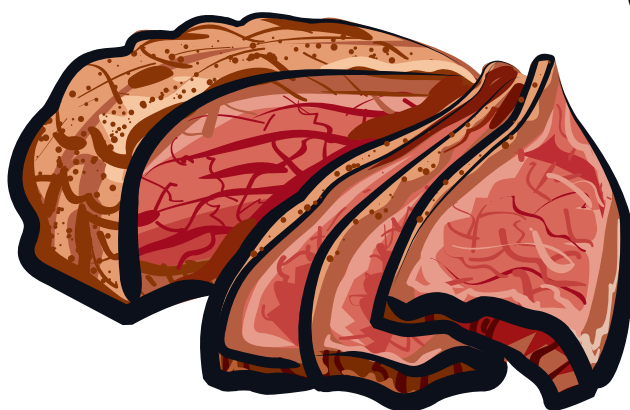
1. בתחילה יש "לסגור את הבשר", לטגן את הבשר בתוך סיר רחב עם מעט שמן, טיגון של כ- 3 דקות מכל צד.
2. אחרי שהבשר טוגן ונראה שחום מכל צדדיו, מכניסים אותו לסיר עמוק עם מים ובתוכו: בצל אחד חתוך ל-4, 5 עלי דפנה, גרגירי פלפל אנגלי. מרתיחים את הבשר כשלוש שעות (אחרי הרתיחה מורידים לחום בינוני), מרתיחים עד שהבשר רך שסכין חדה ננעצת עד הסוף ויוצאת חלק, שימו יש לשמור את המים שהצלי התבשל בתוכם.
3. בסיום הבישול מוציאים את נתח הבשר ומצננים היטב!!
4. כשהבשר קר, חותכים אותו לחתיכות דקות.
5. הכנת הרוטב:
- בסיר אחר ורחב, מטגנים את הבצלים עד להזהבה קלה, חותכים את הפטריות ומוסיפים לבצל המטוגן, מוסיפים את שיני השום ומטגנים מס דקות.
- מוסיפים תבלינים: כף שטוחה אבקת מרק בצל, חצי שקית רוטב לצלי (קנור/אוסם), מעט מלח, מעט פלפל שחור, כפית כורכום, כפית פפריקה מתוקה, 4/5 עלי דפנה- מערבבים היטב.
- מניחים את הצלי על הבצל צורבים אותו מעט יחד עם התבלינים.
6. מזלפים מעל הצלי 2 כפות סילאן + 1/3 כוס יין אדום חצי יבש (עוזר לבשר להתרכך)
7. קולפים את תפוחי האדמה (אם הם גדולים חוצים אותם) ומסדרים אותם מסביב לצלי.
8. מוסיפים כ- 3 כוסות מציר הבשר ששמרנו. המים צריכים לעבור (במעט) את גובה הצלי.
9. על הצלי מפזרים מעט קינמון ומעט פלפל ומלח על תפוחי האדמה.
10. יש להביא לרתיחה על להבה גבוהה/ בינונית ולאחר מכן לבשל על להבה נמוכה בערך שעה. בסיום יש להעביר את הסיר מכוסה לתנור, לאחר שעה אני מעבירה את הסיר לתנור (שמים על הסיר ניר אפייה ועליו נייר כסף ואז סוגרים עם המכסה). התנור מחומם על 200-210 מעלות
11. הסיר צריך להשאר בתנור עד שהבשר רך מאוד מאוד כמו חמאה.
12. מסירים את המכסה להשחמה קלה (שימו לב לא לשרוף את הצלי - השחמה קלה 5 דקות על 180 מעלות)

צלי אסאדו

המתכון האהוב על אלון אהל

מרכיבים:

- אסאדו ללא עצם (מספר 9)
- בצל לבן
- שזיפים מיובשים
- גזר
- יין פורט אדום
- ברנדי מעושן
- טימין
- חרדל
- תפוחי אדמה
- דבש
- שום
- כרוב



אופן ההכנה

1. ניקח את נתח הבשר ונצרוב מכל צדדי הנתח בעדינות ולא צריבה חזקה מידי .
2. נחפש את הצבע החום הבהיר של הצריבה. בקבלת הצבע הצרוב מכל צדדי הנתח נוציא את הנתח
3. ונוסיף בצל לבן חתוך גס, גזר מגורר בפומפיה, שזיפים מיובשים וטימין .
4. על אש גבוהה נטגן את הירקות בשומן הבקר שהנתח הוציא .
5. אחרי קירמול הירקות נוסיף שום כתוש ונוריד לאש נמוכה, נוסיף את כוס היין פורט שלנו וכוסית ברנדי, חרדל ודבש תפוח אדמה חתוך לרבעים ורבעי כרוב .
6. נוסיף כפית פלפל שאטה ופלפל שחור נשים על הסיר נייר אפיה ומעליו מכסה ונכניס לתנור ל5 שעות בטמפרטורה 150. לבסוף נפתח את המכסה ונצלה קלות את תכולת הסיר במשך 15 דק.
7. נוציא את הנתח בזהירות ניתן לו מנוחה קלה של חצי שעה נחתוך לפרוסות, בזמן המנוחה ניתן לצמצם את נזל הבישול ולקבל רוטב עמוק ומתקתק שיוגש מעל פרוסות הצלי .

בתאבון

אושפלו בוכרי

המתכון האהוב על בר קופרשטיין

מצרכים:

- מצרכים לסיר בגודל 24-28 כמות ל-5-6 סועדים:
- 100 מ"ל שמן זית / קנולה (חצי כוס)
- 3 בצלים, מקולפים חתוכים לחצי ירח
- 1 ק"ג בשר בקר (נתח צלעות / שריר / חזה) אפשר גם טלה חתוך לקוביות בגודל 4/4 ס"מ
- כף זרעי כמון
- ליטר מים רותחים
- 1 ק"ג קילו גזר
- כף סוכר
- 500 גרם אורז עגול איכותי
- חופן צימוקים אוזבקים
- 2 פלפל צילי חריף
- 2 ראשי שום
- כפית כמון טחון
- מלח / פלפל שחור



אופן הכנה:

1. יש לשטוף את האורז העגול היטב וכמה פעמים עד שיצאו ממנו כמעט כל העמילנים והמים יישארו שקופים.
2. לחתוך את הבשר לקוביות נדיבות, לקצוץ את הבצל לחצאי ירח ואת הגזרים לגפרורים.
3. מחממים סיר עם שמן ומתחילים באידוי הבצל
4. מוסיפים את הבשר ומזהיבים אותו היטב מכל צד. מוסיפים מים בכמות של 2 ס"מ מעל גובה הבשר ומבשלים כשעה או עד להתרככות (תלוי בסוג הבשר)
5. אחרי שהבשר מוכן מוסיפים את הגזרים, מפזרים מעל סוכר ואת התבלינים
6. מוסיפים את הצילי החריף (לא חובה ומבשלים כ-10 דקות נוספות). (אפשר להוסיף בשלב הזה גם חומס גרגירים אם אוהבים)
7. מניחים מעל את האורז המסונן מהדקים היטב עם כף ושופכים מעט מים רותחים עד כ-2 ס"מ מעל האורז. מביאים לרתיחה ומבשלים כמה דק' עד שכבר לא רואים את המים.
8. מוסיפים את ראשי השום פנימה כך שיהפכו להיות אלמנט ההפתעה
9. יוצרים ארובות ומנמיכים את הלהבה למינימום. סוגרים ומבשלים כ-40 דקות.
10. שימו צלחת וכסו. להדק את הכל שיצא אורז אחד אחד. ככה תרגישו כאילו סבתא באה לבשל

פילה סלמון בתנור במרינדת סויה, לימון, חרדל ומירין המתכון האהוב על דרור אור

מצרכים:

- סלמון – 1 ק"ג
- פילה עם העור

המרינדה:

- שמן זית – 1/2 כוס
- רוטב סויה – 1/4 כוס
- מיץ מלימון אחד – סחוט טרי
- חרדל דיז'ון עם גרגרים שלמים – כף
- מירין – כף
- שום – כפית כתוש

התיבול טרם האפייה:

- מלח גס – כפית שטוחה
- פלפל שחור – 3/4 כפית שטוחה גרוס
- תימין – 8 גבעולים
- עלי מרווה – 8 עלים



אופן הכנה:

1. מניחים את פילה הסלמון עם העור בתבנית שמיועדת לתנור עם נייר אפייה.
2. מערבבים היטב בקערה את כל מצרכי המרינדה.
3. מוזגים את המרינדה עד לכיסוי הסלמון, מורחים מכל הכיוונים ומכניסים למקרר לכ- 3 שעות לפחות (או למשך הלילה).
4. מוציאים את הדג מהמקרר, מפזרים מעל את המלח הגס, הפלפל השחור הגרוס, עלי המרווה ועלי התימין, ואופים בתנור שחומם מראש לחום של 200 מעלות למשך כ- 15 דקות (תלוי בסוג התנור, זהירות לא לייבש את הדג יתר על המידה). מתקבל פילה סלמון מושלם בתנור!

בתאבון

קציצות פראסה טורקיות

המתכון האהוב על יונתן סמרנו



מצרכים:

- 4 ראשי פראסה גדולים (כרישה - רק החלק הלבן)
- רבע כוס שמן חמניות
- 2 ביצים
- 150 גרם פירורי לחם או קמח מצה
- מלח ופלפל שחור
- 2 כפות שמן קנולה

אופן הכנה:

1. פורסים את הכרישה לטבעות ברוחב 1/2 ס"מ
2. שוטפים אותה, מסננים, מצננים וסוחטים היטב
3. מחממים שמן בסיר ומוסיפים את טבעות הפראסה ומטגנים תוך כדי ערבוב במשך 3-4 דקות ומבלי להזהיבן. יוצקים מים עד לכיסוי טבעות הפראסה ומבשלים על אש קטנה במשך 40 דקות או עד שהן מתרככות
4. מעבירים את טבעות הפראסה למסננת. מניחים לה להתקרר בטמפרטורת החדר 15 דקות ולהגיר נוזלים
5. סוחטים היטב את טבעות הפראסה ומכניסים לקערה, מוסיפים ביצים, פירורי קמח מצה, מלח ופלפל
6. יוצרים מהתערובת קציצות ומטגנים אותן כ - 3 דקות מכל צד עד שהן זהובות.
7. מעבירים לקערה עם בנייר סופג ומניחים לקציצות להתגבש ולהתקרר בטמפרטורת החדר 5-10 דקות לפחות לפני ההגשה

בתאבון

פלפלים ממולאים

המתכון האהוב על אביתר דוד



מצרכים:

- 6 פלפלים בכל מיני צבעים
 - שמן לטיגון
 - 8 שיני שום, קצוצות
 - 2 בצלים, קצוצים
 - 500 גרם בשר טחון
 - חבילת כוסברה, קצוצה (פחות חופן)
 - 3/4 כוס אורז
 - חצי כף מלח
 - רבע כפית פלפל שחור
 - רבע כפית בהרט
- לרוטב:
- 6 עגבניות
 - בצל קצוץ
 - שמן לטיגון
 - מלח
 - פלפל חריף, קצוץ
 - רבע כפית ג'ינג'ר טחון
 - חופן כוסברה קצוצה

אופן הכנה:

1. מתחילים עם המילוי: מטגנים בסיר את השום והבצל יחד עם הבשר והכוסברה (אל תשכחו להשאיר חופן מהכוסברה בצד, בשביל הרוטב).
2. כשהבשר משנה את צבעו מוסיפים את האורז. מוסיפים מלח, בהרט ופלפל שחור ומערבבים. מוסיפים חצי כוס מים ומביאים לרתיחה. מבשלים 6-7 דקות מכוסה על אש נמוכה ומורידים מהאש.
3. מורידים לכל פלפל את ה"ראש" ושומרים בצד. ממלאים את הפלפלים בתערובת הבשר (לא ממש עד הסוף).
4. הרוטב: טוחנים את העגבניות במעבד מזון ומסננים. מטגנים את הבצל בסיר מעט גבוה (מסוג שיכול להיכנס לתנור) ומוסיפים את מיץ העגבניות, כוס מים, מלח, פלפל חריף וג'ינג'ר. מביאים לרתיחה ומוסיפים את חופן הכוסברה ששמרנו בצד.
5. מניחים את הפלפלים בסיר ושופכים כשתי כפות מהרוטב לתוך כל פלפל. מכסים את הפלפלים ב"ראשים" ששמרנו, מכסים את הסיר ומבשלים כחצי שעה. בינתיים מחממים תנור ל-200 מעלות.
6. מעבירים את הסיר לתנור ואופים על גריל למשך חצי שעה נוספת.

בתאבון

עוגיות קוקוס כשרות לפסח

המתכון האהוב על יוסף חיים אוחנה



מצרכים :

- 7 חלבונים של ביצה
 - 400 גרם סוכר
 - 200 גרם קוקוס
 - גרידת לימון
-

אופן הכנה :

1. שמים בסיר את כל המרכיבים ומערבבים מדי פעם עד שהתערובת הופעת צמיגית
2. מקררים את התערובת ומכניסים אותה למקרר למשך הלילה
3. מזליפים את התערובת על מגש עם נייר אפייה
4. אופים בתנור שחומם מראש ל-160 מעלות כ-20 דקות עד אשר העוגיות מקבלות גוון זהוב
5. לגיוון ניתן להוסיף לתערובת פצפוצי שוקולד חום/לבן

בתאבון

קרפ כשר לפסח

המתכון האהוב על איתן לוי



מצרכים:

- 3 ביצים
- 500 מ"ל חלב
- 4 כפות סוכר
- 4 כפות שמן
- 140 גרם קורנפלור

אופן הכנה:

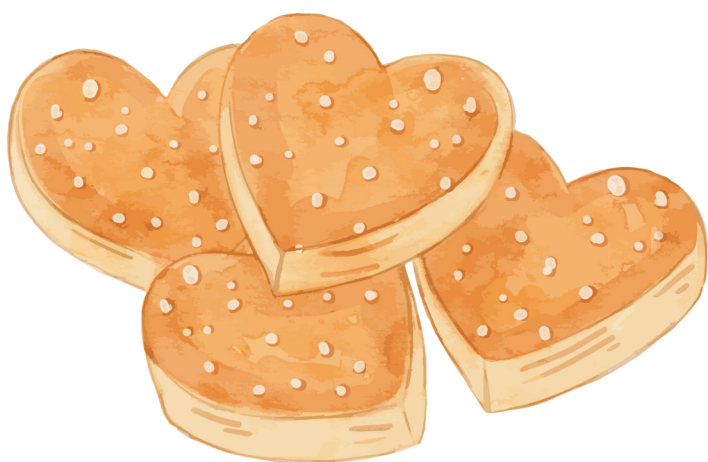
1. לערבב את כל המרכיבים לבלילה אחידה ללא גושים,
2. לחמם מחבת קרפ/מחבת שטוחה
3. לשמן מעט את המחבת, לטגן כל פעם עד הזהבה

הצעת הגשה: איתן היה אוהב לאכול את הקרפ עם שוקולד חלב ותותים

בתאבון

עוגיות בוטנים

המתכון האהוב על טל חיימי



מצרכים :

- 2 ביצים גודל L
- 3/4 כוס (150 גר') סוכר לבן
- כפית מחית/תמצית וניל
- 200 גר' בוטנים לא מלוחים קלויים
- וקלופים טחונים דק
- 1/2 כוס (50 גר') שקדים טחונים
- לאבקה
- מעט מלח
- 1/2 כוס (50 גר') קוקוס טחון

אופן הכנה :

1. בקערת המיקסר מקציפים במהירות גבוה ביצים וסוכר לתערובת תפוחה.
2. מוסיפים וניל, בוטנים טחונים, קמח שקדים מלח וקוקוס ומערבבים היטב לבלילה אחידה.
3. שימו לב: הבלילה חייבת להיות לא נוזלית אלא יציבה, לכן אם היא נוזלית תוסיפו קוקוס או קדים טחונים עד להתייצבות.
4. מחממים תנור ל 170 מעלות ומרפדים תבנית תנור בנייר אפייה
5. מעבירים את בלילת העוגיות לשק זילוף, אין צורך בצנטר.
6. גוזרים את שק הזילוף בתחתית לפתח די גדול.
7. מזלפים צלוליות של עוגיות על נייר האפייה, אפשר לשמור על מרחק קטן ביניהן.
8. אופים כ 12-13 דקות עד להזהבה והתייצבות של העוגיות.
9. מצננים לחלוטין לפני שזוללים

בתאבון

דג מרוקאי

המתכון האהוב על גיא אילוז

מצרכים:

- 8 פילה דג: אמנון, דניס, (אפשר דג בורי חתוך)
- 2 גמבה חתוכים לרצועות דקות
- 10 שיני שום קלופות
- 3 פלפלים מתוקים יבשים
- 2-3 חתיכות של לימון כבוש (לא חובה)
- ½ כוס פטרוזיליה
- ½ כוס כוסברה (אפשר יותר)
- 4 פלפלים חריפים יבשים (אפשר יותר, תלוי ברמת החריפות שאוהבים)

לרוטב:

- 1 ½ כפות פפריקה מתוקה
- ½ כפית מלח
- ½ כפית פלפל שחור
- ½ כפית כורכום
- ½ כוס שמן
- 1 כוס מים



אופן הכנה:

- משרים את הדגים בקערה גדולה עם מים ולימון למשך 10 דקות (תהליך זה מונע ריחות)
- מנקים את הפלפלים היבשים מתוכן הזרעים ומשרים בקערה עם מים.
- בסיר רחב ונמוך (סיר דגים - סוטהג') מסדרים שכבה ראשונה של מחצית מרצועות הגמבה, השום והפטרוזיליה.
- מסדרים מעל את הדגים
- מעל שכבת הדגים מסדרים את יתר רצועות הגמבה, שיני השום, פלפלים יבשים, פטרוזיליה וכוסברה. ואז מוסיפים את הלימון הכבוש.
- בקערה קטנה מערבבים את מרכיבי הרוטב ללא המים: שמן, פפריקה, כורכום, מלח, פלפל שחור.
- יוצקים את הרוטב מעל לדגים ומוודאים שהם מצופים היטב.
- להניח את הסיר מעל להבה גבוהה ויוצקים כוס מים מסביב לדפנות הסיר (לא מעל לדגים).
- מביאים לרתיחה ולאחר מכן מנמיכים את הלהבה ומכסים במכסה.
- מבשלים למשך 15 דקות. (עם מכסה)
- מסירים את המכסה ומבשלים כחצי שעה (ללא מכסה)

מתכון לכדורי שוקולד עם סוכריות (לא עם קוקוס)

המתכון האהוב על גיא גלבוע דלאל



מצרכים:

- 200 גרם שוקולד מריר (כשר לפסח)
- 100 גרם חמאה או מחמאה (לגרסה פרווה)
- 1/2 כוס חלב או תחליף (שקדים/סויה לפסח)
- 1/2 כוס סוכר (אפשר להפחית אם העוגיות מתוקות)

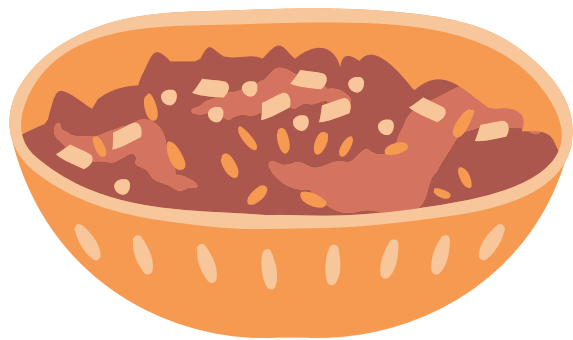
- 1/2 כפית תמצית וניל
- 200-250 גרם עוגיות כשרות לפסח (כמו עוגיות יין, עוגיות קוקוס, או עוגיות שקדים - לפי הטעם)

אופן הכנה:

1. לטחון את העוגיות: נשים את העוגיות במעבד מזון ונטחן אותן לפירורים, ניתן להשאיר גם חתיכות יותר גסות.
2. להמיס את השוקולד והחמאה: ממיסים את השוקולד והחמאה יחד (בבן מארי או מיקרוגל) עד שהתערובת חלקה.
3. להוסיף שאר המרכיבים: מוסיפים לתערובת את החלב, הסוכר, תמצית הווניל והקקאו, ומערבבים היטב.
4. איחוד עם העוגיות: מוסיפים את פירורי העוגיות הטחונות ומערבבים עד שהעיסה אחידה וניתנת ללישה. אם הבצק רך מדי - מוסיפים עוד מעט פירורים.
5. קירור: מקררים את העיסה כחצי שעה במקרר להתייצבות.
6. יצירת כדורים: יוצרים כדורים קטנים ומגלגלים כל אחד בציפוי שאוהבים - גיא שלנו הכי אוהב סוכריות על כדורי השוקולד!
7. הגשה ושמירה: שומרים במקרר בכלי סגור עד 5-7 ימים. אפשר גם להקפיא.

כבד קצוץ

המתכון האהוב על רונן אנגל



מצרכים:

- 500 גרם כבד עוף טרי ונקי
- 6 ביצים
- שמן זית
- 5 בצלים לבנים קלופים ופרוסים דק
- מלח
- פלפל שחור

אופן הכנה:

1. מכניסים את הביצים לסיר קטן, מוסיפים חצי כפית מלח ומים עד לכיסוי, מביאים לרתיחה ומיד מסירים מהאש. מכסים את הסיר וממתינים רבע שעה.
2. מסננים את המים החמים ויוצקים במקומם מים קרים, שיעצרו את הבישול ויתירו את הביצים קשות במידה, אך עם טעם ומרקם אידיאליים. קולפים את הביצים.
3. במחבת כבדה במיוחד מחממים על להבה בינונית 6 כפות שמן זית. מוסיפים את הבצלים, פלפל, מלח ומטגנים עד לשקיפות. מנמיכים את הלהבה למינימום, מכסים את המחבת היטב ומבשלים שלושת רבעי שעה.
4. מסירים את הכיסוי, מגבירים את הלהבה ומטגנים תוך ערבוב עד שהנוזלים מתאדים והבצלים נעשים שחומים, מסירים מהאש.
5. במחבת נוספת מחממים על להבה גדולה 3 כפות שמן זית. מוסיפים את הכבדים, פלפל, מלח ומטגנים שלוש דקות מצד אחד. הופכים לצד השני, (שוב בופיסים פלפל ומלח) מטגנים שלוש דקות נוספות ומסירים מהאש.
6. קוצצים בסכין גדולה את הכבד הביצים והבצל ביחד, מוסיפים פלפל ומלח לפי הטעם.

בתאבון

צלי בשר בפטריות ובצל של מתן אנגרסט

מצרכים

- נתח בשר מספר 5 - צלי כתף פרוס לפרוסות בעובי בינוני
- 3-4 כפות קמח תפוחי אדמה (בפסח)

לרוטב:

- 2-3 כפות שמן זית
- 2-3 בצלים גדולים מקולפים ופרוסים דק
- כוס יין אדום או לבן איכותי
- 3 כפות סילאן
- 3 כפות אבקת מרק בצל
- סלסלת פטריות (אפשר לערבב מזנים שונים ולחלופין להשתמש גם בפטריות מיובשות שהושרו)
- 2 כוסות מים רותחים
- מעט טימין טרי (4-5 ענפים)
- מלח / פלפל שחור



אופן ההכנה:

- טובלים כל פרוסת בשר מקמח מ-2 הצדדים.
- מחממים שמן בסיר רחב ונמוך. מטגנים את נתחי הבשר היטב מכל צד עד להזהבה.
- מסיימים לטגן ומעבירים לתבנית.
- לאותו הסיר שבו טיגנתם את פרוסות הבשר, מוספים את הבצל ומזהיבים מעט.
- מוספים את היין ומערבבים עד שמתאדה.
- בקערה נוספת מערבבים את המים החמים עם האבקת מרק ושאר התבלינים.
- שופכים את הנוזלים על הבצל המטוגן ומביאים לרתיחה.
- מוספים את נתחי הבשר ומסדרים בשכבות.
- מורידים את הלהבה ומבשלים כשעה.
- אחרי כשעה של בישול, מוסיפים את הפטריות וממשיכים לבשל כ-30/45 דקות נוספות על להבה נמוכה.
- מגישים חם

בתאבון

תחתיות ארטישוק

המתכון האהוב על תמיר אדר

מצרכים:

למילוי:

- ½ ק"ג בשר טחון
- 1 בצל קטן קצוץ ומטוגן עד רכות
- 1 כפית ראס אל חנות
- 2 שיני שום כתושות
- ½ כפית סודה לשתייה
- פטרוזיליה קצוצה דק (כחופן)
- מלח לפי הטעם
- פלפל שחור לפי הטעם

להרכבה:

- תחתיות ארטישוק (טריות, קפואות או משומרות)
- קמח (בפסח – קמח מצה / קמח נטול גלוטן)
- ביצה אחת טרופה

לרוטב:

- 2 בצלים קצוצים
- כמה פרוסות לימון (ללא גרעינים)
- 2 עלי דפנה
- ½ כפית כורכום
- מלח לפי הטעם
- פלפל שחור לפי הטעם
- 2 כוסות מים
- (אופציונלי) אפונה ירוקה עדינה – למי שאוהב

אופן הכנה:

1. הכנת המילוי: בקערה מערבבים את הבשר הטחון עם הבצל המטוגן, ראס אל חנות, שום, סודה לשתייה, פטרוזיליה, מלח ופלפל שחור. מערבבים היטב עד לקבלת תערובת אחידה.
2. הרכבת המנה: נוטלים ביד כמות מהתערובת ומצמידים אותה לתחתית של ארטישוק ליצירת קציצה ממולאת. טובלים כל ארטישוק ממולא בקמח (או קמח מצה בפסח), ואז בביצה טרופה. מטגנים קלות בשמן (לא עמוק) משני הצדדים עד שהבשר מתאחד עם הארטישוק. מניחים בצד.
3. הכנת הרוטב: מטגנים את שני הבצלים עד שקיפות. מוסיפים פרוסות לימון, עלי דפנה, כורכום, מלח ופלפל. מערבבים היטב, מוסיפים 2 כוסות מים ומביאים לרתיחה. טועמים ומתקנים תיבול – צריך להיות טעים עם מעט חמיצות.
4. בישול הסופי: מסדרים את תחתיות הארטישוק הממולאות בסיר בצורה צפופה כמו מניפה. שופכים מעל את הרוטב הרוותח. (אפשר להוסיף אפונה ירוקה עדינה בין הארטישוקים למי שאוהב) מבשלים על להבה נמוכה כ-30-40 דקות, עד שהכל רך וספוג בטעמים.

בתאבון



לביבות של פסח

המתכון האהוב על יוסי שרעבי

הבנות ואני חיכינו כל פסח לזה, אוכלים את זה חם וזה הכי הכי טעים



מצרכים:

- חצי שקית קמח מצה
- 2 ביצים
- קצת מלח
- קצת סוכר

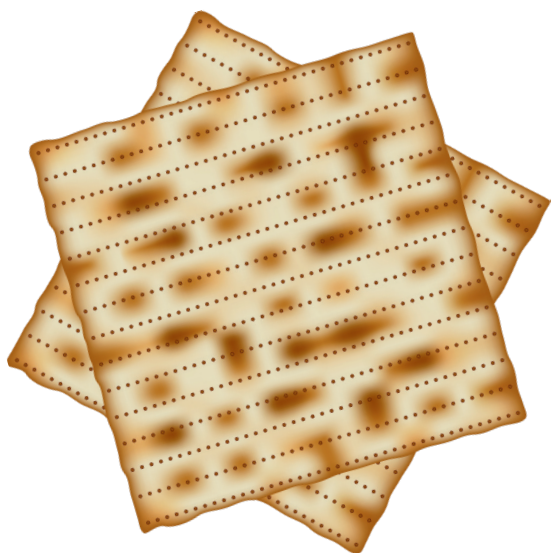
אופן הכנה:

- שמים את כל המצרכים בקערה ומוסיפים מים עד שהעיסה נעימה לעבודה בידיים
- קורצים לביבות ומטגנים בשמן
- להגשה אפשר לטבול בגבינה, קוטג או סוכר.

בתאבון

מציות מטוגנות במילוי גבינות

המתכון האהוב על עמרי מירן



מצרכים:

- מצות (לפי כמות המנות הרצויה)
- גבינת שמנת בטעם שום-שמיר
- או
- קוטג' מעורבב עם גבינה צפתית מפוררת
- שמן לטיגון

אופציונלי:

- עשבי תיבול קצוצים (שמיר / ערית / בזיליקום)
- מלח, פלפל – לפי הטעם

אופן הכנה:

1. מרטיבים את המצות היטב במים מכל הצדדים, עד שהן גמישות.
2. עוטפים את המצות במגבת נקייה למשך מספר דקות, עד שהן מתרככות לחלוטין.
3. חותכים כל מצה לריבועים בגודל בינוני.
4. מניחים כפית מהמילוי (גבינת שמנת בטעם שום שמיר, או קוטג' עם גבינה צפתית) במרכז כל ריבוע.
5. סוגרים את הריבוע כמו מעטפה או ב"קיפול" יציב, ומהדקים היטב את הקצוות.
6. מטגנים בשמן חם משני הצדדים עד להזהבה יפה.
7. מניחים על נייר סופג ומגישים חם.

עמרי הכי אוהב כשהמילוי הוא גבינת שמנת שום-שמיר, או שילוב של קוטג' וגבינה צפתית – וזה באמת הכי טעים ככה!

בתאבון

הפסטלים של סבתא של שגב

המתכון האהוב על שגב כלפון



מצרכים:

- 6-7 תפוחי אדמה בינוניים.
- חצי כפית כורכום
- חצי כפית פלפל לבן/שחור
- מלח

לציפוי:

- קמח מצה דק בפסח
- 4 ביצים טרופות

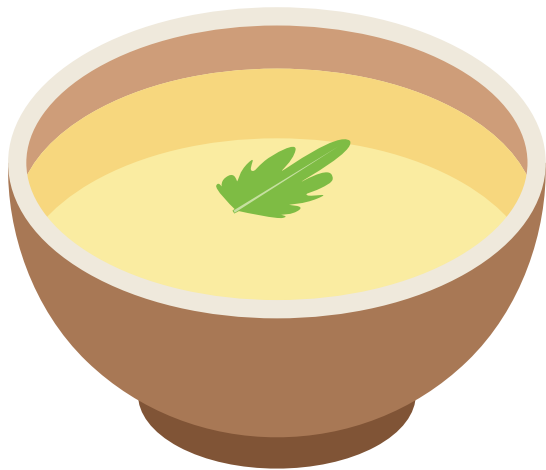
אופן הכנה:

1. מבשלים את תפוחי האדמה בקליפתם עד ריכוך מלא. מסננים ומצננים.
2. קולפים את תפוחי האדמה, מועכים לפירה חלק ומוסיפים את התבלינים.
3. מערבבים היטב עד הטמעה. מוודאים שהפירה פושר ואפילו קריר מעט.
4. בעזרת ידיים רטובות מעט יוצרים כדור מהפירה ומועכים למעין פיתה קטנה על כף היד.
5. מניחים את כל הפסטלים על נייר אפייה או מגש ומניחים בצד לצינון מלא!!
6. מחממים שמן לטיגון חצי עמוק.
7. טובלים את הפסטל בקמח המצה ומעבירים לבלילת הביצים.
8. מטגנים עד הזהבה משני הצדדים.
9. מגישים לצד מטבוחה או סחוג ביתי.

בתאבון

מרק קניידלך

המתכון האהוב על עומר נאוטרה



מצרכים:

מרק:

- 2 קישואים.
- 4 גזרים
- 3 תפוא גדול
- 1 בטטה
- 1 קולרבי גדול
- 1 לפת גדול.
- 3 ענפים של כרפס
- רבע צרור שמיר / פטרזוליה
- 4 חזה עוף או 4 חזה הודו.
- מלח, פלפל שחור גרוס, אבקת מרק עוף, כורכום, חואיג' למרק.

לקניידלך:

- 2 כוסות (מידה) קמח מצה
- חצי כפית מלח
- רבע כפית פלפל שחור
- 2 כוסות (מידה) מי מרק (אפשר מים אבל אז להוסיף מלח)
- 3 ביצים
- רבע כוס שמן.

אופן הכנה:

את הבצל קוצצים גס ומטגנים עד התחלה של הזהבה ואז מוסיפים את חזה העוף. (אם אתם רוצים אפשר לשים שוקיים גרונות מה שבא לכם). אחרי שהחזה עוף מבושל מכל צד והבצל התחיל להזהיב מוסיפים את הירקות. מערבבים. ואז שמים תבלינים: כפית שטוחה כורכום, כפית חואיג' למרק, $\frac{3}{4}$ כף מלח, 2 כפות מרק עוף. ושליש כפית פלפל גרוס. מערבבים הכל כן עם הירקות ואז שופכים מים רותחים עד $\frac{3}{4}$ גובה הסיר. סוגרים את הסיר עם המכסה. ומנמיכים את האש לאש בינונית. ומבשלים את המרק 50 דק. אחרי 50 דק מתחילים בהכנת הקניידלך.

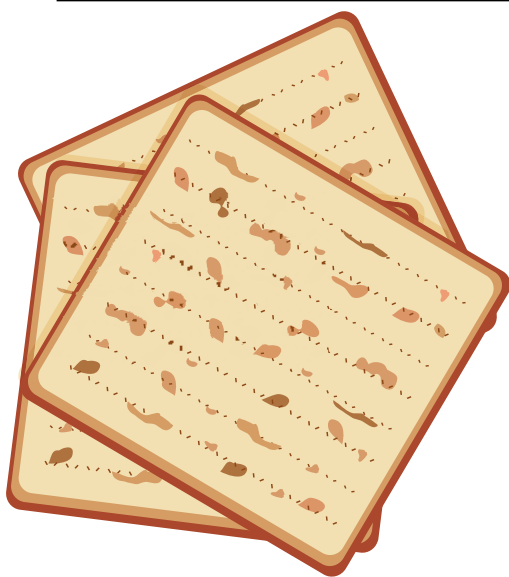
אופן הכנת הקניידלך ;

שמים בקערה את כל המרכיבים ומערבבים עם כף עץ את הכל עד שמתקבלת עיסה אחידה. בעזרת ידיים רטובות קורצים כמות לכדורים קטנים כי אל תשכחו במרק הם תופחים כמעט פעמיים מהגדול שקרצתם. זורקים לסיר, מגדילים את האש לאש גבוהה. ומביאים את הכל לרתיחה. ברתיחה מורידים את הלהבה לאש נמוכה ומבשלים עוד עשר דק ויש לכם מרק מהאגדות

בתאבון

מצה-בריי בריי משודרג

המתכון האהוב על תמיר נמרודי



מצרכים :

- 5 מצות רטובות מאוד מרוסקות ורכות
- 2 ביצים
- ½ כפית מלח
- חופן פטרוזיליה קצוצה
- קצרת עגבנייה כהה מגוררת
- קצרת עגבנייה צהובה או אגסית מגוררת
- ½ כפית כורכום

אופן הכנה :

1. לאחד הכל ביד
2. לתת לעיסה כמה רגעים
3. אם זה קצת יבש, להוסיף קצת מים
4. לחמם מחבת עם שמן עמוק
5. לצרור כדורים בידיים ולשטח אותם
6. לטגן משני הצדדים עד הזהבה
7. לבזר טיפה מלח
8. ולהגיש חם

בתאבון

לחם כשר לפסח

המתכון האהוב על אריה זלמנוביץ

מצרכים:

- 2.5 כוסות מים בטמפרטורת החדר.
- כף סוכר
- קובית שמרים של שמרית (כשר לפסח)
- 2 שקיות קמח תופח כשר לפסח של אסם (סה"כ 400 גרם קמח) - תחליפים
- בהמשך
- 2 ביצים
- כף חומץ רגיל
- 1/4 כוס שמן
- כפית מלח
- לעיטור:
- 2 כפות סומסום



אופן הכנה:

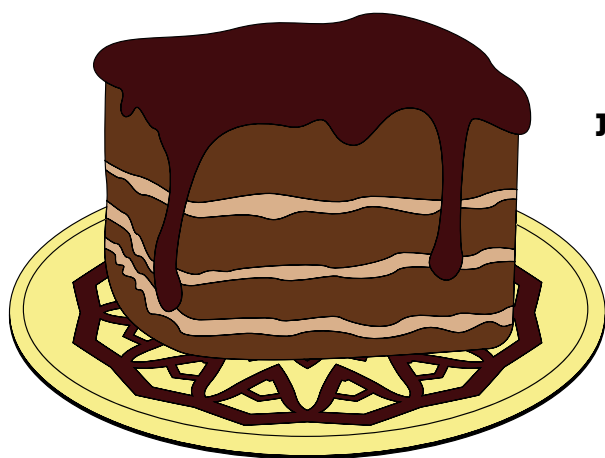
1. מתחילים עם ראש עיסה. בקערה מערבבים את המים יחד עם השמרים והסוכר.
2. לאחר מכן, מוסיפים את שאר המרכיבים עד לקבלת תערובת אחידה וחלקה.
3. מכסים בניילון נצמד ומניחים להתפחה שעה.
4. לאחר מכן, מעבירים את הבצק לתבנית אינגליש קייק מרופדת בנייר אפיה. ומניחים שוב להתפחה במשך שעה.
5. בוזקים מעל שומשום.
6. לאחר מכן מחממים תנור ל-180 מעלות (חום עליון תחתון / טורבו)
7. אופים כ-50 דקות או עד הזהבה.
8. מצננים היטב, פורסים ומגישים.

הערות ותחליפים:

במקום קמח תופח אפשר להשתמש בקמח תמי או כרגיל כשר לפסח ולהוסיף כפית אבקת אפיה.

עוגת מצות

המתכון האהוב על איתי חן



מצרכים:

- 200 גרם חמאה בטמפרטורת החדר, חתוכה לקוביות
- 100 גרם שוקולד מריר, חתוך לקוביות
- 3 כפות סוכר גדושות
- 3 כפות קקאו גדושות
- 3 כפות מים
- 8 מצות
- כוס יין אדום מתוק
- חופן קוקוס

אופן הכנה:

1. מכניסים לסיר קטן את קוביות השוקולד, את הקקאו, את הסוכר ואת המים, מבשלים על אש קטנה ובוחשים לקבלת תערובת אחידה.
2. מורידים מהאש, מוסיפים את החמאה, ובוחשים עד לקבלת תערובת אחידה.
3. מקררים מעט, עד לקבלת מרקם שאינו נוזלי, אלא משחתי. בינתיים יוצקים יין על כל מצה משני הצדדים, עד שהמצות רטובות אך לא מתפוררות.
4. מורחים באמצעות מרית מתערובת השוקולד על צד אחד של כל מצה.
5. מניחים את המצות זו על גבי זו, כשהצד המרוח בשוקולד למעלה.
6. מפזרים קוקוס על המצה העליונה.
7. מכניסים למקרר ומגישים קר.

בתאבון

לביבות תפוחי אדמה של סבתא ורדה

המתכון האהוב על עידן אלכסנדר



מצרכים:

- 4 תפוחי אדמה גדולים
- 2 ביצים
- 6 כפות קמח מצה
- 1 כפית מלח דק
- 1/2 כפית פלפל שחור גרוס
- סיר טיגון עמוק עם שמן

אופן הכנה:

1. לבשל תפוחי אדמה במים עם מלח עד ריכוך.
2. לקלף את תפוחי האדמה.
3. למעוך בקערה את תפוחי האדמה לפירה כשהם חמים.
4. להוסיף את שאר החומרים ולערבב היטב.
5. לקחת מתערובת תפוחי האדמה ולעצב צורה של קציצה שטוחה ולטגן בשמן עד לקבלת גוון חום.
6. להוציא מהשמן ולהניח על נייר סופג.

בתאבון

שניצל ופירה

המתכון האהוב על נמרוד כהן

בפסח ניתן להחליף את פירורי הלחם לפירורי לחם כשרים לפסח



הכנת השניצל:

את השניצל טובלים בביצה ולאחר שהתרככו, טובלים בפירורי לחם מטובלים במלח, פלפל שחור, אבקת שום ופפריקה אדומה. מוסיפים שומשום. מחממים שמן זרעי ענבים במחבת ומטגנים את השניצל עד לקבלת צבע שחום עסיסי. את השניצלים מניחים על צלחת הגשה עם נייר סופג שיספוג את שאריות השמן.



להכנת הפירה:

מבשלים בסיר עם מים רותחים תפוחי אדמה קלופים. לאחר שהתבשלו, מסננים את המים. מוסיפים חמאה. מתבלים במלח ופלפל ומועכים עד לקבלת מחית רכה. את השניצל והפירה מגישים חם.

בתאבון

מרק קניידלך

המתכון האהוב על עפרה קידר

מצרכים:

למרק:

- עוף שלם, טרי ומחולק לרבעים
- 4 כנפי עוף
- בצל, קלוף וחתוך לרבעים
- 2 גזרים
- 3 ענפי סלרי
- 2 שיני שום
- צרור שמיר
- צרור פטרוזיליה
- מלח
- פלפל שחור
- מעט מאוד שמן זית

לקניידלך:

- כוס קמח מצה
- מלח
- פלפל שחור טחון
- 3 כפות מוח עצם מומס על מחבת, או פשוט שמן קנולה
- כוס מים רותחים
- 3 ביצים

אופן הכנה:

בסיר רחב מאדים בשמן ומזהיבים מעט הבצל והשום, מוסיפים את שאר הירקות והעוף ומקפצים קלות. מוסיפים מים (בערך 3 ליטר) ומביאים לרתיחה. מניחים את הלהבה ומבשלים כשעה על להבה בינונית. אם צריך מתקנים תיבול. בזמן שהמרק מתבשל, מתחילים בהכנת הקניידלך. בקערה, מערבבים את כל המרכיבים עד שמתקבלת תערובת אחידה. מניחים את התערובת למנוח כחצי שעה על השיש או במקרר. לאחר מכן, בעזרת ידיים רטובות או משומנות, מגלגלים כדורים קטנטנים (גולות) ומבשלים בתוך סיר עם מים רותחים מלוחים. מבשלים עד שהם צפים (8-10 דקות) שומרים בכלי סגור במקרר או מגישים יחד עם המרק.

בתאבון

מרק קניידלך

המתכון האהוב על שי לוינסון



מצרכים:

לקניידלך:

• 2 כוסות קמח מצה

• 4 ביצים

• 4 כפות שמן

• כוס וחצי מים

• מלח / פלפל שחור

למרק עוף עם ירקות:

• 3 כפות שמן

• 4-5 חלקי עוף

• 1 בצל חתוך לרבעים

• 2 גזרים חתוכים לקוביות

• 2 שיני שום

• 2 תפוחי אדמה

• 2-3 מקלות סלרי עם העלים קצוצים

• אפשר להוסיף כף אבקת מרק בטעם עוף

• מלח / פלפל שחור

• 3 ליטר מים

• סיר עם מים רותחים + כף מלח לבישול הקניידלך

אופן הכנה:

בסיר רחב מאדים בשמן ומזהיבים מעט הבצל והשום, מוסיפים את שאר הירקות ומקפצים קלות. מוסיפים מים (בערך 3 ליטר) ומביאים לרתיחה. מניחים את הלהבה ומבשלים כשעה על להבה בינונית. אם צריך מתקנים תיבול. בזמן שהמרק מתבשל, מתחילים בהכנת הקניידלך. בקערה, מערבבים את כל המרכיבים עד שמתקבלת תערובת אחידה. מניחים את התערובת למנוח כחצי שעה על השיש או במקרר. לאחר מכן, בעזרת ידיים רטובות או משומנות, מגלגלים כדורים קטנטנים (גולות) ומבשלים בתוך סיר עם מים רותחים מלוחים. מבשלים עד שהם צפים (8-10 דקות) שומרים בכלי סגור במקרר או מגישים יחד עם המרק.

בתאבון

מוזלי פסח

המתכון האהוב על סרן דניאל פרץ הי"ד

אמו של דניאל מספרת: "דניאל לא ממש אהב קינוחים או עוגות, הוא היה אוכל בריא מאוד. הייתי מכינה לו את המוסלי הזה כדי לשים עם יוגורט ופירות".



מצרכים:

- 125 גרם מצה מפוררת לחתיכות
- 100 גרם אגוזי פקאן קצוצים גס
- 100 גרם שקדים פרוסים או חתוכים דק
- צימוקים ומנגו מיובש (אופציונלי)
- ½ כוס דבש
- ½ כוס שמן

אופן הכנה:

1. מחממים את השמן והדבש עד שיהיו חמים מעט, מערבבים עם החומרים היבשים.
2. מניחים את התערובת על תבנית אפייה ומחממים ב-160 מעלות למשך 15 דקות.
3. מערבבים בזהירות כל כמה דקות.
4. מניחים להתקרר ומאחסנים בקופסה סגורה. זה נשאר טרי לאורך זמן.

בתאבון

עוף שכולם אוהבים

המתכון האהוב על מני גודארד



מצרכים :

- 6 כרעיים מחולקות לשתיים
- 6 תפוחי אדמה חתוכים גס
- 2 שקיות ערמונים
- 3 בצלים
- לפחות 3 כפות סילאן
- שום כתוש
- ½ כוס יין
- ½ כוס סויה

אופן הכנה :

1. בסיר כבד (קדירה) מטגנים שלושה בצלים, כשהם משחימים להוסיף יין, סילאן, שום וסויה.
2. כשהרוטב רותח וקצת מצטמצם, להוסיף את העופות, תפוחי האדמה והערמונים.
3. כשמתחילה רתיחה, להכניס לתנור על 160 מעלות למשך 5 שעות.

בתאבון