לביא
העמותה העירונית לקידום החינוך בירושלים

ילדים מבשלים
שבועות

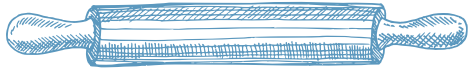
המתכונים המומלצים של לביא

הורים וילדים יקרים!

לקראת חג שבועות הפקנו
עבורכם חוברת מתכונים מיוחדת.

כאן תוכלו למצוא מבחר מתכוני
שבועות לילדים: פשטידות,
מאפים, סלטים פיצות עוגות ועוד.

אנו ממליצים מאד להכין יחד עם
הילדים ולחוות איתם פעילות
לשבועות במטבח.



בהצלחה, ובתיאבון!

עמותת לביא
העמותה העירונית לפיתוח החינוך
בירושלים

המתכונים שלנו:

ריבועי קרמשניט 4
עוגת תותים של פעם 5
פיצה ביתית כמו באיטליה 6
פשטידת תירס 7
סלט ההפתעות 8
עוגת משמשים 9
גלידה חלבית 10
פלאפל קינואה 11
רולדת שוקולד וביסקוויטים 12
גבינה בחושה עם מייפל 13
פנקייק 14
עוגת גבינה קלה עם מקופלת 15
עוגת ביסקוויטים קלה 16
עוגת לוטוס 17
בצק פיצה 18
לחמניות במילוי שוקולד 19
פחזניות בחן 20
בראוניז שוקולד נוגט 21
עוגת גבינה לשבועות 22
מאפינס גבינה 23
עוגת גבינה מושחתת 24
עוגת גבינה פירורים 25
עוגת גבינה טריקולד 26
עוגת קדאיף 27
פשטידת בטטה וגבינה קלה 28
עוגת קרמבו 29
סלט ירוק עשיר ומרענן 30

ריבועי קרמשניט

טעימים בטירוף וקלים להכנה

המתכון המומלץ של ארנון איקן - מנכ"ל עמותת לביא

החומרים

חבילת בצק עלים מרודד

2 חבילות אינסטנט פודינג וניל

3.5 כוסות חלב

אופן ההכנה

1. מקציפים/מערבבים במטרף ידני את האינסטנט והחלב, מכניסים למקרר ל-20 דקות שיתקשה.
2. חותכים מהבצק עלים ריבועים לפי הגודל הרצוי לכם ומניחים במגש על נייר אפייה ואופים אותם על חום של 200 מעלות עד שצבעם מזהיב.
3. מוציאים להצטננות.
4. לוקחים על ריבוע ופותחים לשניים, ממלאים עם כף גדושה קרם וסוגרים את שני החלקים.
5. בוזקים מעל אבקת סוכר ומכניסים למקרר לפחות ל-3 שעות.

(אל תתחרטו על שום כיס:)

עוגת תותים של פעם

המתכון המומלץ של גאליה לפידות - סמנכ"לת כספים

המוצרים

לבסיס:

3 ביצים, מופרדות
3 כפות קמח
3 כפות סוכר
1 כף מיץ לימון
1/2 כפית תמצית וניל אמיתית

לקרם וניל:

1 חבילה אינסטנט פודינג וניל
1 כוס חלב
1 חבילה (250 גרם) שמנת מתוקה להקצפה

לשכבת התותים- ג'לי:

תותים יפים פרוסים לאורך
1 חבילת ג'לי תות
2 כוסות מים רותחים

אופן ההכנה

1. מחממים את התנור לחום של 180 מעלות.
2. בקערת מיקסר מקציפים את החלבונים. כשמתחילות להיווצר בועות, מוסיפים את הסוכר ומקציפים עד לקבלת קצף.
3. מוסיפים את הלימון, מקציפים עוד כחצי דקה ואז את החלמונים, ממשיכים לערבל עד שנטמעים ויש קצף יציב. בעזרת לקקן מקפלים את פנימה את הקמח.
4. מעבירים את הבלילה לתבנית קפיצית בקוטר 26 משומנת במעט חמאה ואופים במשך כ-10 דקות עד שהעוגה שזופה קלות (שימו לב שהעוגה לא תשחים). מצננים.

מכינים את קרם הוניל:

1. מקציפים חלב, שמנת מתוקה ופודינג וניל עד לקבלת קרם יציב.
2. משטחים את הקרם על העוגה שהצטננה.
3. מסדרים את חצאי התותים מעל קרם הוניל, עם צידם החתוך כלפי מטה, בצורה מעגלית מהמעגל החיצוני פנימה.

כעת מכינים את הג'לי:

1. מרוקנים לקערה את אבקת הג'לי ומערבבים יחד עם 2 כוסות המים הרותחים. כשהתערובת כבר לא רותחת (אך עדיין חמה) שופכים אותה מעל התותים באופן אחיד (תשטחו בעדינות עם לקקן אם צריך).
2. מצננים, מכניסים למקרר לפחות לשעתיים ועד להגשה. מגישים קר.

מאת- מיכל רוזנבוך, touchfood.

פיצה ביתית כמו באיטליה

המתכון המומלץ של ברק לפידות - סמנכ"ל משאבי אנוש ושכר

החומרים

לבצק:
500 גרם קמח
2 כפיות של שמרים יבשים
כפית סוכר
כפית מלח
3-4 כפות של שמן זית
1+1/3 כוסות של מים פושרים

לרוטב העגבניות:
מעט שמן זית
3 עגבניות קלופות וקצוצות
5 שיני שום כתושות
צרור בזיליקום טרי
1/2 כפית סוכר
1 כפית מלח
2 כפות רסק עגבניות
1 כפית אורגנו יבש

להרכבה:
300 גרם גבינה קשה מגוררת מכל סוג שאוהבים לפיזור על הפיצה
תוספות שאוהבים (פטריות, זיתים, וכו')

אופן ההכנה

1. **מכינים את הבצק:** מערבבים בקערה את הקמח, השמרים היבשים ואת הסוכר. יוצרים גומה בקערה שופכים לתוכה את המים, השמן והמלח, ומתחילים ללוש. מוסיפים תוך כדי לישה את 1/3 כוס המים הנוספת עד שנוצר בצק גמיש. יוצרים מהבצק כדור ומקמחים אותו קלות. מחזירים לקערה, מכסים את הקערה בניילון נצמד ומתפיחים כ-1/2 שעה.

2. לאחר זמן התפיחה פורסים על משטח העבודה נייר אפייה מקומח קלות. לשים את הבצק בשנית ומרדדים אותו לצורה עגולה על נייר האפייה המקומח (הכמות מספיקה לפיצה אחת ענקית או שתיים בינוניות). מעבירים לתבנית ובעזרת לחיצות קלות יוצרים מעין מסגרת מסביב לפיצה.

3. **אופן הכנת הרוטב:** מניחים במחבת עם שמן זית את העגבניות עם השום. מבשלים כמה דקות ומוסיפים את הבזיליקום ואת שאר התבלינים והרסק. מסירים מהאש.

4. מבריישים בשמן זית את שולי הבצק, מורחים על בסיס הבצק את הרוטב, מפזרים גבינה ותוספות שאוהבים, ואופים את הפיצה בתנור שחומם מראש ל-200 מעלות עד להשחמה (מתחילים לבדוק אחרי 15 דקות).

פשטידת תירס

קלה וטעימה

המתכון המומלץ של איילת טייטלבוים – מנהלת אגף תוכניות חינוכיות

החומרים

1/2 גביע קוטג' 9% או קוטג (מה שיש בבית)

1/2 כוס גבינה צהובה מגוררת

100 גרם גבינה מלוחה קשה מפוררת (בולגרית / גבינת חמד / צפתית או כל גבינה קשה שיש בבית)

2 כפות גבינת שמנת 30% או גבינה לבנה

2 כוסות גרגירי תירס

2 כפות קמח / קמח תירס לפשטידה ללא גלוטן

כפית אבקת אפייה

3 ביצים

אופן ההכנה

1. בקערה גדולה נטרוף את הביצים ונוסיף את הגבינות ואת כל המצרכים מלבד הקמח.
2. את הקמח נוסיף בהדרגה ותוך כדי בחישה, עד שהוא נעלם לגמרי ואין גושים.
3. נשמן תבנית מרובעת בינונית וניצוק לתוכה את בלילת הפשטידה.
4. נאפה בתנור חם על 180 מעלות עד להזהבה, בערך 40 דקות אפייה.
5. נוציא מהתנור, נצנן לטמפרטורת החדר ונגיש לילדים.

טיפים ושדרוגים לפשטידת התירס:
ניתן להכין פשטידת תירס עם פטריות או בצל ע"י הוספת של כחצי כוס מכל תוספת רצויה.

סלט ההפתעות

המתכון המומלץ של עדי חיים - עוזרת למנהלת אגף תכניות חינוכיות

החומרים

- 2-3 סלקים מקולפים דק דק (ניתן לקנות מוכנים בסופר) חתוכים לרצועות/ קוביות קטנות
- 3 מלפפונים
- 250 גרם עגבניות שרי
- 2-3 גזרים מקולפים דק דק (ניתן לקנות מוכנים בסופר)
- חצי בצל סגול
- 4-5 צנוניות
- חופן חסה שטופה
- ג'עלה לסלט (צימוקים, אגוזים, קשיו, חמניות) ניתן לקנות מהחנות "ראס אל חנות" ברחוב אגריפס 72
- 150 גרם גבינה בולגרית

לרוטב:

- 2 כפות מיץ לימון,
- 2 כפות שמן זית,
- מלח ופלפל.

אופן ההכנה

מניחים את כל מרכיבי הסלט בקערה ומתבלים.

בתיאבון:)

עוגת משמשים

המתכון המומלץ של אנה רבינוביץ - רכזת אזור

החומרים

לתבנית מלבנית בגודל 30x25 ס"מ

בצק

- 420 גרם קמח (3 כוסות)
- 1 שקית אבקת אפייה
- 200 גרם סוכר (1 כוס)
- 200 גרם חמאה
- 1 ביצה
- 3 כפות חלב או מיץ תפוזים

מלית

- 650 גרם משמשים טריים ובשלים
- 4 כפות ריבת משמש או תפוז (אני מעדיפה משמש)
- 4 – 5 כפות סוכר

אופן ההכנה

1. **בצק:** בקערת המערבל עם וו גיטרה או פשוט להכין בלישה ידנית, לנפות יחד קמח ואבקת אפיה.להוסיף פנימה סוכר וקוביות חמאה. לערבל יחד עד שנוצרים פירורים, להוסיף ביצה וחלב ולהמשיך לערבל עד שמתקבל בצק אחיד.
2. לחלק את הבצק לשני חלקים שליש ושני שליש.את החלק הגדול לרדד על גבי נייר אפיה לגודל גדול יותר ב- שלושה ס"מ מרוחב התבנית, כדי שיהיה לנו בצק לרפד את השוליים
3. להעביר את הבצק בעזרת נייר האפייה לתבנית ולהדק את הבצק לדפנות התבנית בגובה של כשני ס"מ
4. **מלית:** לשטוף היטב את המשמשים, להוציא את הגלעין ולפרוס לפרוסות דקות.להעביר לקערה בינונית ,להוסיף סוכר ולערבב היטב.
5. לחמם את הריבה במיקרוגל כמה שניות או במחבת על הכיריים, לערבב היטב לקבלת ריבה חלקה. לצנן מעט ולמרוח על גבי הבצק שבתבנית.
6. להעביר את המשמשים שחתכנו לתבנית (בניגוד לשזיפים, המשמש הנו פרי יותר מוצק ועם פחות נוזלים ולכן בדרך כלל אין צורך לסנן אבל אם אתם רואים שהצטברו הרבה נוזלים בקערה כדאי לסנן) לפזר את המשמשים בצורה שווה בתבנית.
7. את הבצק שהשארנו בצד, לפורר לחתיכות בינוניות מעל המשמשים. להכניס את העוגה לתנור שחומם מראש ל-180 מעלות למשך 45-50 דקות

הערות והמלצות: אפיה - אני אופה 25 דקות בחלק התחתון של התנור ואח"כ מעלה את העוגה לחלק האמצעי של התנור לעוד כ- 25 דקות עד שהעוגה מוכנה. את העוגה יש לשמור בקירור ולהגיש בטמפרטורת החדר.

גלידה חלבית

המתכון המומלץ של נועם מוזס - מנהל אגף רכש

החומרים

- 1 מיכל שמנת מתוקה (250 מ"ל) קרה מאוד
- שליש כוס חלב ממותק מרוכז
- כף גדושה אינסטנט פודינג וניל

תוספות לפי הטעם:

שוקולד צ'יפס, עוגיות חתוכות גס, חתיכות מקופלת, פקאן מסוכר ועוד.

אופן ההכנה

1. מתחילים מהקצפת השמנת במיקסר ידני במשך כ-2 דקות. מוסיפים את החלב המרוכז ופודינג וניל וממשיכים להקציף כ-3 דקות עד לקבלת קרם יציב ומעט רך. מוסיפים את התוספות שאוהבים ומערבבים עם כף.
2. מעבירים לקופסה אטומה ומקפיאים ל-3 שעות לפחות לפני ההגשה.

* אם הגלידה היתה הרבה זמן במקפיא כדאי להוציא אותה לטמפרטורת החדר למספר דקות על מנת שתתרכך.

מדוע מומלץ להשתמש בחלב מרוכז? החלב הממותק הוא זה שמעניק לגלידה את המרקם. למי שלא מכיר זהו חלב משומר סמיך וממותק, בדר"כ ארוז בקופסת שימורים וניתן למצוא אותו בכל רשתות המזון (סופרים).

בתיאבון :)

פלאפל קינואה

המתכון המומלץ של רועי דבוש - מנהל רישום וגבייה

החומרים

ל-15 קציצות לא גדולות:

לקינואה:
- 1 כוס קינואה (מודדים לפני בישול), מושרית במים 1/2 שעה או יותר ומסוננת
- 1.5 כוסות מים
- מלח ים

לקציצות:
- קינואה מבושלת
- 1 כוס דחוסה של ירוקים.
(אני השתמשתי באלה שצומחים עכשיו בגינה: פטרוזיליה, כוסברה, רוקט, בצל ירוק, עלי שום ירוק, עלי שומר ואפשר לגוון עם בזיליקום, נענע, שמיר, מנגולד או מה שאוהבים)
- 1 ביצה
- 1/2 כוס פרמזן מגורר (אפשר להחליף בגבינת עיזים)
- 2 כפות שמן זית + עוד קצת לזילוף

אופן ההכנה

1. **מבשלים את הקינואה:** מסננים את הקינואה ממי ההשריה שלה ומעבירים אותה לסיר. מוסיפים כוס וחצי מים ומביאים לרתיחה.
2. מנמיכים להבה ומבשלים מכוסה עד שהקינואה רכה מאוד ודייסתית (בערך 20 דקות או קצת יותר אם לא ממש רכה ודביקה). אם נגמרים המים והקינואה עוד לא רכה אפשר להוסיף 1/4 כוס מים רותחים ולהמשיך בבישול.
3. מוסיפים לקינואה המבושלת מלח ומערבבים. (לא מוסיפים מלח לפני הבישול כי הוא מונע מהקינואה להתרכך). מעבירים את הקינואה המבושלת לקערה גדולה ומניחים לה להתקרר לטמפרטורת החדר.
4. **מכינים את הקציצות:** קוצצים את כל הירוקים במעבד מזון. מוסיפים את הירוקים הקצוצים לקערה עם הקינואה.
5. מוסיפים ביצה, פרמזן, שמן זית ומלח אם צריך ומערבבים היטב עד לקבלת תערובת אחידה.
6. מרפדים תבנית בנייר אפיה. יוצרים מתערובת הקינואה קציצות כדוריות-פחוסות לא גדולות. אם התערובת רכה מאוד אפשר להרטיב קצת את כפות הידיים במים.מסדרים את הקציצות בתבנית. מזלפים עליהן מעט שמן זית. אופים כ-15 דקות, בתנור שחומם מראש לטמפי גבוהה, עד שהקציצות משחימות. אוכלים חם, אפשר עם יוגורט, שמנת חמוצה או טחינה. הקציצות טעימות גם כשהן מתקררות.

רולדת שוקולד וביסקוויטים

המתכון המומלץ של רחל סונינו - מנהלת לשכת מנכ"ל

החומרים

- חבילת ביסקוויטים פתי בר (עדיפות למותג שופרסל – יותר פריכים וטעימים) מפוררים גס

אופן ההכנה

1. בבן מארי להמיס תוך כדי ערבוב:
   - 3 סוגי שוקולד (מריר/חלבי) – חבילות של 200 גרם
   - 1 שמנת מתוקה
   - 100 גרם חמאה / מחמאה
   - מעט תמצית רום
   - מעט תמצית וניל
   - 2 כפות אבקת קפה נמס עלית
2. ניתן להוסיף לתערובת לאחר שנמסה:
   - 1/2 כוס חמוציות / צימוקים או שניהם
   - 1/2 כוס קוקוס
   - אגוזים
3. לאחר שמאחדים את הביסקוויטים המפוררים עם תערובת השוקולד, מניחים בצד לצינון.
4. חותכים ריבועים של נייר כסף ועל כל ריבוע מניחים כמות רצויה של התערובת ויוצרים גליל, מעל בוזקים קוקוס ועוטפים עם נייר הכסף ומכניסים להקפאה עד לשימוש.
5. כשעה לפני שרוצים לאכול מוציאים את הגליל וחותכים פרוסות טעימות ונימוחות.

גבינה בחושה עם מייפל

המתכון המומלץ של מלכה מימון - מנהלת אגף שכר

החומרים

- 3 ביצים
- 1 כוס סוכר
- 2 כוסות קמח רגיל
- 1 אבקת אפייה
- חצי כוס מים
- חצי כוס שמן
- 2 סוכר וניל
- 250 גרם גבינה לבנה.

אופן ההכנה

1. מחממים תנור ל180 מעלות.
2. מקציפים ביצים עם סוכר עד להכפלת הנפח.
3. מוסיפים את שאר החומרים.
4. מחלקים ל2 תבניות אינגליש קייק.
5. מכניסים לתנור - כ-40 דקות.
6. מוציאים כשקיסם יוצא עם פירורים לחים.
7. שופכים בנדיבות סירופ מייפל כשהעוגה חמה.

בתאבון :)

פנקייק

מתאים לשבועות ולכל זמן שמתחשק משהו לנשנש

המתכון המומלץ של מרסי וקנין - מנהלת מחלקת הנהלת חשבונות

החומרים

35 מנות/יחידות:
כ- 35 מיני פנקייקים

- קמח לבן - 1¼ כוסות - (כוס ורבע)
- אבקת אפיה – כפית
- סוכר – 3 כפות שטוחות
- מלח – קורט
- ביצה – Medium
- נוזלים: כוס חד פעמי חלב או מים או מיץ תפוזים
- שמן קנולה - 3 כפות

אופן ההכנה

1. מנפים את הקמח
2. מוסיפים את כל המצרכים ומערבבים היטב (אבקת אפיה, סוכר, מלח, ביצה ושמן קנולה)
3. משמנים מחבת טפלון (למי שיש מולטי שף זה מעולה)
4. שופכים את הבלילה בעזרת כף או כוס קטנה. (בכל פעם ניתן לשפוך כמות של 4-5 פנקייקים.
5. בעזרת הכף משטחים לצורת עיגול)
6. רק ברגע שכל הפנקייק מלא בועות הופכים לצד השני להשחמה.

ניתן להגיש: סירופ מייפל/שוקולד, ריבה, גבינה, קצפת

בתיאבון :)

עוגת גבינה קלה עם מקופלת

המתכון המומלץ של איילת פריימן - מנהלת מחלקת ניצנים מגזר חרדי

החומרים

תבנית עגולה

לעוגה:

- 750 גרם גבינה
- כוס סוכר
- 6 ביצים
- שמנת מתוקה
- 2 כפות קמח

לציפוי:

- שמנת מתוקה
- חבילת פודינג וניל
- חצי כוס חלב

אופן ההכנה

1. לערבב בקערה - את כל חומרי מלית העוגה.
2. לאפות בתנור מחומם מראש ל180 מעלות 40 דקות
3. מוציאים להצטננות.
4. להקציף שמנת מתוקה עם פודינג וניל וחצי כוס חלב.
5. למרוח על העוגה ולגרד מעל מקופלת.

בתיאבון :)

עוגת ביסקוויטים קלה

המתכון המומלץ של עיסאם שחאדה - מנהל מחלקת ניצנים מגזר ערבי

החומרים

לגבינה:

- 2 מיכלים (500 מ"ל) שמנת מתוקה
- 2 חפיסות (160 גרם) אינסטנט פודינג וניל
- 2 כוסות (480 מ"ל) חלב
- 1/2 כוס (100 גרם) סוכר
- 500 גרם גבינה לבנה 9%

לביסקוויטים:

- 1 חבילה (200 גרם) ביסקוויטים
- 1 כוס חלב
- 1 כף אבקת קפה נמס

לזיגוג שוקולד:

- 1/2 כוס שמנת מתוקה
- 120 גרם שוקולד מריר

אופן ההכנה

1. מקציפים שמנת מתוקה עם פודינג, חלב וסוכר לקבלת קרם יציב. מקפלים פנימה גבינה לקבלת תערובת אחידה.
2. טובלים ביסקוויטים בקפה (שהתקרר) ומסדרים בשכבה אחידה בתחתית התבנית. יוצקים מעל את מחצית הקרם ומיישרים. מסדרים מעל שכבה נוספת של ביסקוויטים טבולים בקפה ומכסים ביתרת הקרם. מיישרים את פני הקרם ומעבירים את העוגה למקפיא לשעתיים להתקשות.
3. מחממים שמנת מתוקה לסף רתיחה, יוצקים על שוקולד ומערבבים עד שהוא נמס. מצננים מעט ויוצקים על העוגה הקפואה. מעבירים למקרר לשעתיים נוספות לפני ההגשה.

פינת הדיאטה-

למלית מערבבים חפיסת אינסטנט פודינג וניל עם 2 כוסות חלב 1% שומן ומניחים ל-10 דקות להסמכה. מערבבים פנימה 500 גרם גבינה 3% שומן ו־2־3 כפות סוכר. מרכיבים באותו אופן (אפשר עם ביסקוויטים ללא סוכר) ומוותרים על זיגוג השוקולד – במקומו מפזרים שוקולד מריר מגורר דק (4-5 קוביות יספיקו לכיסוי פני התבנית). מצננים 4 שעות לפני ההגשה.

עוגת לוטוס

המתכון המומלץ של שלי לנקרי - מנהלת מחלקה ניצנים מגזר כללי

החומרים

- 2 חבילות עוגיות לוטוס - לתחתית ולקישוט
- 100 גרם חמאה
- 2 קופסאות שמנת מתוקה
- 2 כוסות חלב
- 2 אינסטנט פודינג וניל
- ממרח לוטוס

אופן ההכנה

1. **הכנת התחתית**: מערבבים ומשטחים בתבנית חבילת עוגיות לוטוס מפוררת לפירורים דקים (עדיף לפורר במעבד מזון) + חבילת חמאה 100 גרם מומסת במיקרו
2. מניחים 10 דקות במקפיא ובינתיים מקציפים 2 שמנת מתוקה, שתי כוסות חלב ושני אינסטנט פודינג וניל עד לקצף קשה יחסית. את הקרם שמים מעל תחתית העוגיות ומחליקים כמה שאפשר.
3. ממיסים במיקרו ממרח לוטוס עד שנהיה נוזלי ושופכים על הקרם. מטים את התבנית קצת לצדדים עד שממרח הלוטוס מכסה את כל הקרם ומכניסים למקרר.
4. מוציאים מהמקרר לאחר כמה שעות כשמתקשה קצת, מניחים במרכז קערת פלסטיק לא כבדה (כדי שלא תחרוץ את הציפוי) וקטנה מקוטר העוגה ומפזרים לקישוט פירורי עוגיות. מוציאים את הקערה ומחזירים למקרר לעוד מספר שעות.

בתיאבון :)

בצק פיצה

שמתאים ללחמניות שום + פוקצ'ות + פיצות אישיות

המתכון המומלץ של גלית עמוסי - רכזת אזור

החומרים

- קג קמח מנופה
- 2 כפות שמרים יבשים
- 6 כפות סוכר

לערבב היטיב בקערה ואז להוסיף:

- חצי כוס שמן זית
- ו3 כוסות מים פושרים/ חמימים
- כף מלח

***נספח - תערובת שמן זית**

4 שיני שום כתושות, שליש חבילת פטרוזיליה קצוצה דק דק, מלח, ושמן זית בכמות נדיבה

אופן ההכנה

לשים היטיב את הבצק, נותנים לנוח 20 דק בערך, שוב לשים את הבצק (להוציא את האוויר), והפעם משאירים את הבצק להתפחה של 45 דק- שעה. מחלקים את הבצק ל3 חלקים (בערך 27 כדורים) וכל אחד מהם מייעדים כאמור למשהו אחר:

אפשרות ראשונה - פוקצ'ה: -משמנים את משטח השיש במעט שמן זית. -פותחים כל כדור עי רידוד 'קל'. וממשיכים בידיים משומנות לפתוח את הבצק לאורך. -מניחים בתבנית להתפחה נוספת של 10 דק. -מעל מניחים תוספות בכמות ובטעמים שאוהבים (חתיכות של קישוא/בטטה קלופה/ חתיכות דקות של חציל/ רצועות גמבות/גבינה מלוחה וכו). -מורחים בכמות נדיבה תערובת שמן זית(*נספח) על הבצק והתוספות. -אופים בתנור חם בערך 20 דק. עד שתחתית הבצק בגוון אפוי ושימו לב שהחלק העליון לא ייחרך או מתייבש.

אפשרות שניה - לחמניות שום: -פותחים כל כדור ברידוד של הבצק לעלה מלבני. -מגלגלים את הבצק כלפי מעלה. -את הלחמניה מסדרים בצורת שבלול/בייגלה. -מניחים בתבנית עם נייר אפיה להתפחה של 10 דק לפחות. -עם ידיים מעט רטובות מרטיבים ('מרעננים') את החלק העליון של הבצק. -מורחים בכמות נדיבה תערובת שמן זית(*נספח) על הבצק. -ואופים למשך 20 15- דק בחום בינוני.עד שהלחמניות מקבלות גוון אפוי יחסית בהיר.. -לאחר כמה דקות שהתבנית יצאה מהתנור, מברישים שוב את הלחמניות בתערובת שמן זית (*נספח).

אפשרות שלישית-פיצות אישיות-מרדדים 2 כדורים גדולים לעיגול גדול ודק יחסית. -קורצים עיגולים. -מורחים רוטב פיצה שהכנתם מראש. -אפשר גם לפנק עם תוספות שאוהבים. -מניחים בתנית עם נייר אפיה להתפחה של 10 דק. -אופים בחום בינוני 15-20 דק. ב-5 דק האחרונות (!) של האפיה מוסיפים את הגבנ"צ.

המתכון המקורי של הבצק נוצר לפיצה - ויוצא ממנו 5 מגשים גדולים

לחמניות במילוי שוקולד

המתכון המומלץ של מזל עובדיה - סגנית למנהלת אגף תוכניות חינוכיות

החומרים

2 כוסות קמח תופח

2 כפות סוכר

שליש כפית מלח

5 כפות שמן

מיכל יוגורט או שמנת חמוצה

למילוי: קוביות שוקולד חלב

למריחה מעל: ביצה טרופה

לקישוט: שומשום (לא חובה)

אופן ההכנה

1. מערבבים את החומרים לפי הסדר הרשום. את היוגורט יש להוסיף בהדרגה עד לקבלת בצק רך ונוח לעבודה (מערבבים תחילה עם כף ואח"כ לשים מעט עם הידיים).
2. מחממים תנור ל-180 מעלות ומרפדים את תבנית התנור בנייר אפייה.
3. מחלקים את הבצק לשני חלקים שווים ומכל חצי יוצרים 10 כדורים קטנים בקוטר של כ-3 ס"מ.
4. בעזרת האצבעות יוצרים שקע בכדור וממלאים בקובית שוקולד. סוגרים חזרה לכדור ומניחים על נייר האפייה.
5. מברשים בביצה טרופה ומפזרים מעל שומשום.
6. מכניסים לתנור ואופים במשך 20-22 דקות עד להזהבה יפה.

בתיאבון :)

פחזניות בחן

המתכון המומלץ של ליאורה ליפשיץ - רכזת איזור

החומרים

- 200 גרם קמח (כוס ורבע)
- 150 גרם כוס מים
- 150 גרם כוס חלב 3%
- 140 גרם חמאה
- שקית סוכר ויל
- 4 ביצים
- רבע כפית מלח

לקרם ויל:

- חבילת שמנת מתוקה
- 3/4 כוס חלב
- 3 כפות אבקת סוכר
- חבילת פודינג ויל
- כפית תמצית ויל

אופן ההכנה

1. לוקחים את כל החומרים מלבד הביצים והקמח ומרתיחים בסיר עד שהחמאה נמסה שהתערובת מבעבעת מסירים מהגז ומוסיפים בבת אחת את הקמח. מערבבים הכל יחד עד שהקמח מתמזג עם הנוזל ונהיה לבצק אחד. מחזירים לגז את התערבות לעוד שתי דקת ומערבבים עד שכל הנוזלים יתאדו.
2. לאחר מכן מוסיפים את התערובת לקערת מיקסר עם וו גיטרה, מתחילים לערבל את התערבות כדיי להוציא את כל האדים, לבנתיים משקשקים את הביצים כמו לחביתה ומוסיפים כל פעם קצת עד שהביצים מתמזגים בתערובת. חוזרים על הפעולה עד שכל הביצים נגרמות. מעבירים את התערובת לשקית זילוף עם צנתר משונן, ויוצאים עיגולים גבוהים, כלומר, עיגול על עיגול. מכניסים לתנור לחום 200 מעלות למשך 25 דק. לא לפתוח את התנור בשום פנים ואופן.
3. **לקרם ויל**: שמים יחד את כל החומרים בקערת מיקסר ומקציפים עד לתערובות יציבה. לאחר שהפחזניות מוכנות. שמים את הקרם בשקית זילוף עם צנתר ומכניסים את הצנתר בגב הפחזנית עד שהיא תתמלא.

בראוניז שוקולד נוגט

פרווה

המתכון המומלץ של אורטל הללי - מנהלת חשבונות

החומרים

- 350 שוקולד מריר
- 100 גרם שמן/ חמאה
- 200 סוכר
- טיפונת מלח
- 4 ביצים
- 2 כפות נוגט לא חובה אך מומלץ
- כף קפה מגורען
- 100 קמח
- אגוזי לוז/ מלך

אופן ההכנה

1. לחמם תנור ל 175 מעלות.
2. בקערה על בן מארי (או מיקרוגל, עדיף בן מארי) ממיסים שוקולד מריר ומוסיפים את הקפה ומורידים מהאש. מוסיפים פנימה את השמן / חמאה תוך כדי ערבוב.
3. מוסיפים סוכר ומלח עד להטמעה.
4. מוסיפים ביצים אחת אחת. מוסיפים נוגט וקמח והאגוזים.
5. אופים בערך 30-20 דק עד שמתייצבים בצדדים אך מעט מעט רכים במרכז.
6. מצננים לחלוטין ולמקרר.

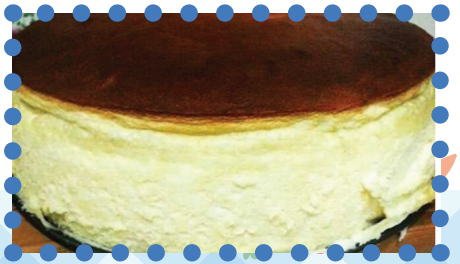
בתיאבון :)

עוגת גבינה לשבועות

המתכון המומלץ של הראל רחמני - מנהל רכש

החומרים

- 750 גרם גבינה לבנה 5%
- 250 גרם גבינת שמנת 30%
- 1 גביע או 200 גרם שמנת חמוצה 15%
- 1 1/4 כוסות או 250 גרם סוכר לבן
- 7 ביצים L
- 1/2 כוס או 70 גרם קמח לבן
- 1/2 כוס או 70 גרם קורנפלור
- 1 חבילה או 80 גרם אינסטנט פודינג בטעם וניל
- 20 גרם מרגרינה



אופן ההכנה

1. מחממים את התנור ל-210 מעלות. מניחים תבנית עמוקה בתחתית התנור וממלאים אותה במי ברז עד 1/2 הגובה, או לפחות 2-3 כוסות. מפרידים את הביצים. מורחים את התבנית במרגרינה בנדיבות, גם בתחתית וגם בדפנות. חשוב לא להשאיר אפילו ס"מ אחד לא משומן. עוטפים אותה מבחוץ בנייר כסף, מקופל לרצועה בגובה הדפנות.
2. בקערה גדולה מערבבים את הגבינות והשמנת החמוצה עם 3/4 כוס הסוכר. מחכים 2 דקות להתמוססות הסוכר, וטורפים לאיחוד. מוסיפים את החלמונים וטורפים לאיחוד. מוסיפים את הקמח, הקורנפלור והאינסטנט פודינג ומערבבים במרץ בעזרת מטרפה עד שכל הגושים נעלמים.
3. במיקסר עם וו בלון מקציפים את החלבונים במהירות בינונית, עד שהתערובת השקופה הופכת לקצף לבן. מוסיפים את 1/2 כוס הסוכר הנותרת בהדרגה, כף כל 10 שניות, תוך כדי הקצפה. ממשיכים להקציף עוד 1/2 דקה אחרי הוספת כל הסוכר עד שמתקבל קצף קרמי כמו מוס, ולא "עננים" יבשים. מעבירים את הקצף לקערת הגבינות ומקפלים בעדינות לאיחוד. מוזגים את הבלילה לתבנית המשומנת. מיישרים את פני הבלילה בעזרת הפלטה.
4. ממקמים את העוגה בשליש התחתון של התנור ואופים 15 דקות, עד שפני העוגה מתחילים להשחים. מנמיכים את הטמפרטורה ל-150 מעלות (כדאי לפתוח את דלת התנור לדקה כדי לעזור לו להתקרר) ואופים עוד 1 ו-1/2 שעות, עד שהעוגה קפיצית ויציבה למגע (סה"כ זמן האפייה: 1 שעה ו-45 דקות). מוציאים מיד מהתנור. מצננים לגמרי לפני ההגשה. מגישים בטמפרטורת החדר או קר. שומרים במקרר.

הערות: אל תיבהלו מהשינויים בטמפ': העוגה תופחת במהלך האפייה ובצינון יורדת חזרה לטמפרטורת המקורי.

מאפינס גבינה

12-13 יחידות

המתכון המומלץ של כוכבה שמעוני - מנהלת חשבונות

החומרים

- 1 גבינה לבנה 5%
- 150 גר' גבינה צהובה מגורדת/פרמזן
- 150 גר' גבינה צפתית מגורדת
- 3 ביצים שלמות
- 4כפות קמח אוסם/קמח רגיל+11/2 כפית אבקת אפיה

אופן ההכנה

1. לערבב הכל יחד, לשים בתבניות מאפינס משומנות
2. לאפות ב-180 מעלות כ- 20 דקות עד להשחמה.

בתיאבון :)

עוגת גבינה מושחתת

המתכון המומלץ של איילת עמר - מנהלת חשבונות

החומרים

לבסיס (תבנית קוטר 24):
- 250 גרם עוגיות לוטוס טחונות דק
- 100 גרם חמאה מומסת

למלית :
- 5 ביצים L, מופרדות לחלבונים וחלמונים
- כוס (200 גרם) סוכר לבן
- 500 גרם גבינה לבנה 5%
- מכל וחצי (300 מ"ל) שמנת חמוצה
- קליפה מגוררת מלימון בינוני
- 5 כפות קורנפלור
- 5 כפות אינסטנט פודינג וניל

לציפוי:
- 2 גביעי שמנת חמוצה (400 מ"ל)
- רבע כוס (50 גרם) סוכר לבן
- 1 שקית סוכר וניל

אופן ההכנה

1. מחממים תנור ל-180 מעלות. **מכינים את הבסיס:** מערבבים בקערה את פירורי הלוטוס והחמאה המומסת, מעבירים לתבנית ומהדקים היטב לתחתית ולדפנות – כמה שיותר גבוה. אופים 15-10 דקות, רק עד שהפירורים מעט מתייצבים.מוציאים את התבנית ומעלים את טמפרטורת התנור ל-200 מעלות.
2. מקציפים במיקסר חלבונים עם חצי כוס סוכר במהירות גבוהה למשך 5-4 דקות, עד שמתקבל קצף יציב ומבריק. בקערה נפרדת מערבבים גבינה לבנה, שמנת חמוצה, חצי כוס סוכר, גרידת לימון וחלמונים. מוסיפים קורנפלור ופודינג וניל ומערבבים היטב.מאחדים בין שתי התערובות בתנועות קיפול עדינות, עד שמתקבלת תערובת אחידה. מעבירים את הבלילה לתבנית, ומיישרים מעט בעזרת פלטה או גב כף. אופים כ-10 דקות ומורידים את הטמפרטורה ל-130 מעלות. אופים 55-50 דקות נוספות, עד שהעוגה מזהיבה בחלקה העליון.
3. **מכינים את הציפוי:** מערבבים בקערה שמנת חמוצה, סוכר וסוכר וניל. מוציאים את העוגה מהתנור ומשאירים אותו דולק. מורחים את הציפוי על העוגה ומיישרים. מחזירים את התבנית לתנור ורק אז מכבים אותו. מכניסים כף עץ בין התנור לדלת, כדי שלא תיסגר עד הסוף, ומניחים לעוגה להצטנן בפנים לאט לאט (אחרת היא עלולה ליפול). מוציאים, מכסים היטב בנייר כסף ומעבירים למקרר לשש שעות לפחות. מחלצים את העוגה מהתבנית ומעבירים לצלחת הגשה. מפזרים פירורי עוגיות ומגישים

עוגת גבינה פירורים

ללא אפיה

המתכון המומלץ של רחל ברכה שמח - מנהלת חשבונות

החומרים

(10 מנות) לתחתית:
- 1 וחצי כוסות פירורי ביסקוויטים
- 100 גרם חמאה, מומסת

למלית
- 2 גביעי גבינה לבנה 5% שומן (500 גרם)
- ¾ כוס סוכר
- 1 שקית ג'לטין (14 גרם)
- ¼ כוס מים קרים
- ¼ כוס מים חמים
- 2 מכלי שמנת מתוקה להקצפה (500 מ"ל)
- 4 כפות סוכר

לעיטור
- פירורי בצק מהבסיס (אפשר לוותר על הכנת פירורי הבצק ולהשתמש בבסיס טורט מוכן)

אופן ההכנה

1. להכנת תחתית העוגה - מערבבים היטב את פירורי הביסקוויטים עם החמאה המומסת. מהדקים שלושה רבעים מכמות הבצק על התבנית ושומרים את הרבע הנותר לציפוי העוגה.
2. להכנת המלית - מערבבים בקערה את הגבינה והסוכר. בסיר קטן ממַסים את הג'לטין עם המים הקרים, מוסיפים את המים החמים ומבשלים כשתי דקות על להבה נמוכה, תוך כדי בחישה.
3. מצננים מעט ובוחשים אל תוך הגבינה.
4. מקציפים את השמנת המתוקה במערבל חשמלי תוך הוספת 4 כפות סוכר, ומקפלים אל תערובת הגבינה.
5. יוצקים את תערובת הגבינה על שכבת הפירורים, מקררים 20 דקות ומפזרים מעל הגבינה את פירורי הביסקוויטים הנותרים.
6. מאחסנים במקרר כ-3 שעות לפני ההגשה.

בתיאבון :)

עוגת גבינה טריקולד

ברוטב גנאש טריקולד

המתכון המומלץ של נעמי אמסלם - מנהלת חשבונות

החומרים

- 1 ק"ג גבינה לבנה 5%
- 2 + 1/2 חבילות שמנת מתוקה
- 2 גביעי שמנת חמוצה
- 1 + 1/4 כוס סוכר
- 200 גר' שוקולד מריר שבור לקוביות
- 200 גר' שוקולד לבן שבור לקוביות
- 200 גר' שוקולד חלב שבור לקוביות
- כוס עוגיות מפוררות, אגוזים טחונים או קורנפלקס קצוץ

לגנאש:

- 200 גרם שוקולד מריר שבור לקוביות
- 1 1/2 חבילות שמנת מתוקה

אופן ההכנה

1. **מכינים את התערובת הבסיסית:** מערבבים יחד את הגבינה, השמנת החמוצה והסוכר לתערובת אחידה. מקציפים חבילה וחצי מהשמנת המתוקה, 3-4 דקות עד לקבלת קצפת אחידה. מקפלים אותה לתוך התערובת. מחלקים באופן שווה לשלוש קערות.
2. בסיר חלבי שמים את קוביות השוקולד הלבן עם שליש כוס שמנת מתוקה, מבשלים תוך כדי ערבוב רק עד שהשוקולד נמס. מצננים מעט ומוסיפים לקערה הראשונה. מערבבים ומעבירים לשק זילוף ללא פיה. גוזרים את הקצה ומזלפים בעיגולים את השכבה הראשונה לתוך 22 תבניות אישיות מאלומיניום, בגובה של כס"מ וחצי.
3. ממיסים את קוביות שוקולד החלב עם שליש כוס שמנת מתוקה רק עד שהשוקולד נמס. מצננים מעט ומוסיפים לקערה השנייה.מעבירים לשק זילוף נוסף ללא פיה, גוזרים בקצה ומזלפים בעיגולים על השכבה של השוקולד לבן את השכבה השנייה בגובה של כס"מ . באותה צורה בדיוק מכינים גם את השוקולד המריר ומזלפים אותו מעל השכבה של שוקולד החלב. מפזרים על הכול שכבה דקה של עוגיות מפוררות, אגוזים טחונים או קורנפלקס. מעבירים להקפאה למשך לילה.
4. **מכינים את הגנאש:** ממיסים בסיר את השוקולד המריר עם השמנת המתוקה, מערבבים עד שהכול נמס ושומרים בצד.

להגשה: הופכים את העוגות על צלחות הגשה ונותנים להן להפשיר כחצי שעה. מקשטים עם הגנאש אפשר להוסיף מעל הגנאש פטיפורים מסוכרים.

עוגת קאנלי

המתכון המומלץ של ספיר אוהב ציון - בקרית פרויקטים

החומרים

- 200 גרם שערות קדאיף
- 150 גרם חמאה
- 1 מיכל שמנת מתוקה
- 1 כוס חלב
- 4 כפות אינסטנט פודינג בטעם ויל

לקישוט

- 50 גרם שוקולד מריר

אופן ההכנה

1. מחממים את התנור ל- 180 מעלות.
2. ממיסים את החמאה. מפוררים בקערה את שערות הקדאיף, ושופכים לתוכה את החמאה המומסת. מערבבים כך שכל שערות הקדאיף יתעטפו בחמאה.
3. שמים בתבנית ומועכים טיפה כך שלא יהיו חורים. אופים עד להזהבה מלאה (כ- 20 דקות).
4. במיקסר מקציפים שמנת מתוקה, חלב והאינסטנט פודינג לקרם רך. מוציאים את התבנית מהתנור מצננים, ומזלפים את הקצפת מעל.
5. **לקישוט**: ממיסים שוקולד מריר ומזלפים מעל העוגה.

בתיאבון :)

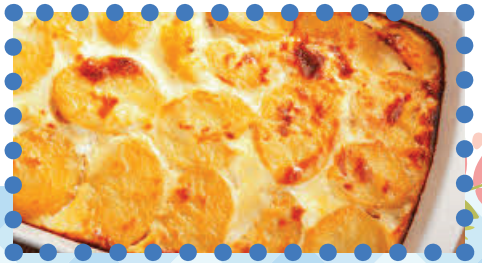
פשטידת בטטה וגבינה קלה

המתכון המומלץ של ראות הופמן-משולם - מנהלת מחלקת גיוס, הדרכה, רווחה ודוברות

החומרים

תבנית מלבנית בינונית

- 2 בטטות גדולות
- 2 ביצים
- 2.5 כפות קמח
- מלח ופלפל לפי הטעם
- 1 גביע גבינת קוטג'
- 150 גרם גבינה צהובה מגורדת
- 1 גביע קטן של שמנת חמוצה 100 גרם
- חופן קוביות גבינת עזים (אופציה לשדרוג המתכון)
- חופן גבינה צהובה מגוררת נוסף להקרמת הפשטידה (לא חובה)



אופן ההכנה

1. קולפים ופורסים את הבטטות לפרוסות דקות.
2. מערבבים את כל מצרכי הפשטידה בקערה גדולה יחד עם שלושת רבעי כמות פרוסות הבטטה.
3. משמנים תבנית מלבנית בינונית ויוצקים לתוכה את בלילת הפשטידה.
4. מפזרים גבינה צהובה להקרמה ומסדרים מעל את פרוסות הבטטה הנותרות.
5. רגע לפני שמכניסים את הפשטידה לתנור, מפזרים קוביות גבינת עזים מעל לפרוסות הבטטה.
6. אופים את הפשטידה בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות למשך כ-50 דקות, או עד להזהבה.
7. חשוב מאוד - יש לצנן את הפשטידה לפני הגשה.

בתיאבון :)

עוגת קראנץ

המתכון המומלץ של שני - מנהלת אגף משאבי אנוש

החומרים

- 4 ביצים
- 4 כפות סוכר
- כף קקאו
- כף קמח תופח
- 3 כפות שוקלית
- שמנת מתוקה
- אינסטנט פודינג וניל
- כוס חלב
- 50 גרם חמאה
- שוקולד מריר

אופן ההכנה

1. **שכבה ראשונה:** להקציף 4 חלבונים עם 4 כפות סוכר. להנמיך מיקסר ולהוסיף בהדרגה: חלבונים מעורבבים עם כף שמן, כף קקאו, כף קמח תופח, 3 כפות שוקולית.
2. לשפוך לתבנית משומנת ולאפות 35 דקות ב 170 מעלות. לקרר את העוגה כשעה
3. **שכבה שניה:** לאחר שמתקרר לשפוך כשכבה שניה קרם, מקציפים: 1 אינסטנט פודינג, 1 שמנת מתוקה, 1 כוס חלב.
4. הכניס למקרר ל-20 דקות.
5. **שכבה שלישית:** להמיס במיקרו: 1 שוקולד מריר, 4 כפות חלב, 50 גרם חמאה.
6. לשפוך מעל הקרם את קרם השוקולד.

בתיאבון :)

סלט ירוק עשיר ומרענן

המתכון המומלץ של רחלי סימן טוב - מנהלת חשבונות

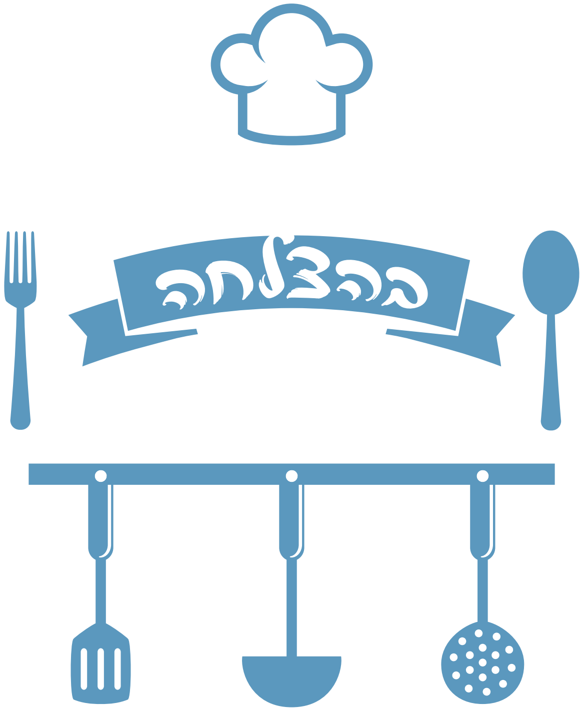
החומרים

- 1 חבילת כוסברה
- 1 חבילת פטרוזיליה
- 1 חבילת כרפס (סלרי)
- 1 חבילת בצל ירוק
- 1/2 חבילת בזיליקום
- 100 גרם צנוברים/ שקדים מולבנים/ פקאנים/ בוטנים (לפי הטעם)
- 150 גרם חמוציות
- 2-3 לימונים
- שמן זית
- מלח ופלפל שחור

אופן ההכנה

1. לקצוץ את כל הירוקים דק דק (רצוי ללא הגבעולים).
2. להוסיף את הפיצוחים לפי בחירה.
3. להוסיף את החמוציות.
4. תיבול: לימון, שמן זית, מלח ופלפל שחור (לפי הטעם).

בתיאבון :)


בהצלחה

חג שבועות שמח!

לביא - העמותה העירונית לפיתוח החינוך ירושלים

www.lavy.org.il