עפרה ואבי גנור

MANTA RAY





מאנטה ריי

אופטימיות ללא תקנה





הספר שלפניך הוא ספר המתכונים השלם של מסעדת מאנטה ריי. הספר מתמקד במתכונים מוצלחים, יש בינהם פשוטים אך מאוד טעימים, וישנם גם מורכבים ומעניינים. כבר בעת הכנת המתכונים ניתן יהיה לחוש בקצף גל וענבה. המתכונים הותאמו למטבח הביתי ונבדקו בקפידה רבה. בין המתכונים שיבצנו צילומים, סיפורים ואיורים, חלקם נושאים תובנות על אוכל, וחלקם על אודות הים ועל מצבו של האדם.

MANTA RAY מאנטה ריי אופטימיות ללא תקנה עפרה ואבי גנור

כל המתכונים של מאנטה ריי, כל הסודות, מה שצריך לדעת בחיים, על אוכל, אנשים ומים, על אהבה ואופטימיות ללא תקנה! מה הולך עם מה ואיך להפגיש סרטן וקארי, איך עושים ציזיקי אמיתי ולמה צריך שני מלפפונים חמוצים. למה טונה טעימה כשהיא צרובה, למה לוקוס הוא מלך טראגי, מה טוב לסתיו ולמה הקיץ קצר. ברבוניות עם ענבים ובורגול, וגם על טפיוקה ובוטרגה. הכל כלול עם סיפורים שובי לב ומתכונים בדוקים, מצולם, מאויר ומעוצב בהקפדה ובאהבה רבה.





ISBN 978-965-91202-0-8
0 8000004465 5
דאנאקוד 800-4465
מחיר מומלץ: 145 ש"ח



עפרה גנור / לפעמים כשאני עוצמת עיניים וחושבת על האושר המוחלט, אני רואה ים עם דגים ושמש ורוח אופטימית ללא תקנה. כנראה לא צריך דמיון רב כדי להתבשם מהים לבדו.
יש בו בים שילוב מקסים של המועיל והטעים, היפה ומשיב הנפש.
בכל שנותיי "עמוק בתוך אוכל", הוליכו את מעשי אופטימיות והתלהבות, סקרנות ועניין באוכל ובאנשים.
כך היה ב"טאבון" בנמל יפו דרך "לילית", שוק האוכל "טעם העיר" ומאנטה ריי, כמובן.
ספר זה הוא תוצאה של אהבה רבת שנים לאוכל עצמו, להקשריו התרבותיים ולאנשים שאוהבים לאכול ואפילו לדבר על זה בגלוי.
אני מודה ומלאה כבוד למי שישתמש בו, כי אין הרבה תענוגות מלבבים כמו בישול וארוחה עם אנשים עובים.



אבי גנור / אין לנו מנוח משוקולד נשפך ומתמצק לחטיף בפרסומת בטלוויזיה, ונדמה שכל פרסומת שנייה היא לאוכל והראשונה היא לטלפון סלולרי.
בכל פרק של סיינפלד קורה משהו במסעדה ולכל מרק יש הקשר מדיני.
ניסינו בספר זה לגרות ולעניין, כי מה ממש דורש הסברים ארוכים ומי צריך יותר מדי הנחיות בחיים? הכוונה הייתה ששמחת העיון והשימוש בספר תגבר על ההתלהבות בהכנתו.

עפרה ואבי גנור

MANTA RAY



מאנטה ריי

אופטימיות ללא תקנה

מאנטה ריי

עפרה ואבי גנור · אופטימיות ללא תקנה

MANTA RAY





MANTA RAY

אופטימיות ללא תקנה

עפרה ואבי גנור

טקסטים: עפרה ואבי גנור
צילומים: אבי גנור
מתכונים: מאנטה ריי
ייעוץ ועריכה קולינארית: נעמה אברמוביץ'
עיצוב ועריכה גרפית: מיכל סודאי
איורים/רישומים: עינת פלד
עריכה: זהרה רון
ביצוע גראפי: אפרת ארנון-ברזילי

צילומים נוספים:
תמרה גנור

איורים נוספים:
תמיר שפר, אסתינה צ'רנבסקי, אריק ליכטמן,
דני מירב "הטייס"

עיצוב דברי דפוס ופרסומים של מאנטה ריי:
יונתן פקטור G-FACTOR, אריק ליכטמן,
דני מירב "הטייס"

שף: רונן סקינזיס
מנהל מסעדה: גוסטב שפכט
סו שף: שי יואלי

דפוס: אלי מאיר
הכנה לדפוס: שקף אור
כריכה: כתר
נדפס בישראל 2008

Published by
© Ofra and Avi Ganor
Tel Aviv, Israel
All rights reserved
Printed in Israel 2008
מוציאים לאור
© עפרה ואבי גנור
ganor@netvision.net.il
כל הזכויות שמורות
מסת"ב ISBN 978-965-91202-0-8

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לאחסן במאגר אלקטרוני, אופטי או מכני או אחר כל חלק שהוא מהחומר שבספר זה. שימוש מסחרי מכל סוג שהוא בחומר הכלול בספר אסור בהחלט, אלא ברשות מפורשת בכתב מהמוציאים לאור.

לתמרה ולאוריה שלנו















תוכן העניינים



הקדמה גורפת / 6 6

ים אינסופי / 9 # על היבשה עם הפנים לים 9

על פירות ים, דגים ומאזנים / 13 # למה, איפה ואיך? 13

בוקר אופטימי / 25 # שמפניה, ביצים ולחם מהיר 25

קוקטיילים / שמפניה עם פסיפלורה **32** / שמפניה עם ליצ'י **32** / קמפרי עם פסיפלורה ואשכוליות אדומות **32** / אבסולוט chambord **34**
מרטיני ג'ינג'ר עם פלפל שאטה **35**
מאזנים של מליחים עם מורשת / מטיאס בשמנת ובצל **37** / שמלץ הרינג פולני **38** / סביצ'ה של בורי עם סומק **41**
שוברים ביצים / אומלט קישואים וביקון **44** / פריטטת תפוחי אדמה **45** / EGGS בנדיקט עם שרימפס **46** / ביצים עלומות על עוסט,
עם סלט ארוגולה **47** / גברת קרנצ'י **49** / מר קרנצ'י **49** / שקשוקה קלאסית **51** / **במקום לחם** / מאפינס גזר **56** / מאפינס קפה **57** / ברויש **59**
מתוקים / פנקייקס עם קונפי אפרסקים **60** / פרנץ' טוסט עם קונפי תאנים וקרם פרש **62** / גרנולה עם יוגורט ופירות **65**

סוף הקיץ וסתיו / 67 # קלמארי, מנגו, תאנים ותירס 67

תאנים ממולאות בגבינת פטה **73** / טרטר טונה אדומה עם תאנים **77** / טרטר טונה אדומה עם מנגו ופאפאיה **78** / טרטר אינטיאס עם מנגו
88 טשימי אינטיאס עם קוביות קולרבי **82** / שרימפס עם בורגול ועלי תרד, ברוטב ויניגרט לימון **83** / ארטישוק ירושלמי עם בשר סרטנים
וגרגירי רימון **85** / סלט תאנים ועשבי תיבול בויניגרט הדרים **86** / סלט עלי בייבי ירוקים עם אספרגוס, תאנים, אגוזי מלך, גבינת רוקפור וסורבה
לימונענע **87** / מרק בטטה **88** / ושמן שקדים, שמן ג'ינג'ר **89** / מרק תירס עם קארי פייסט ופירות ים **98** / קלמארי עם מנגו **92** / קלמארי צרוב
עם עגבניות שרי צלויות ורוטב צ'ימיצ'ורי **93** / סרטנים אפויים עם תירס **94** / ריזוטו תירס, שרימפס וסרטנים **96** / ברבוניות עם סלט בורגול
וענבים **98** / קונפי פלמידה לבנה עם פירה ארטישוק ירושלמי וסלט תרד **101** / פילה בס על תבשיל אורז אדום אורגני עם מנגו ולימונים
כבושים **103** / פארידה במעטפת מנגולד עם רוטב רימונים **104** / פילה בקר עם פטריות, מוגש על עוגת תפוחי אדמה, עם צ'יפס בצל **107**

חורף / 109 # שומר, סיר שחור וירקות שורש 109

גבינת עזים מטוגנת עם סלט סלק **112** / סלט קלמארי, שומר וחומוס **113** / עוגות תמרים וסרטנים **115** / מרק כרובית ושרימפס **116**
מרק ארטישוק ירושלמי עם פטריות ושרימפס **117** / מרק עדשים עם קרוסטיני של סקאלופס **118** / בויאבז של מאנטה ריי **122** / ממרח רואי **123**
מולים וצ'וריסוס **126** / שרימפס עם שורש סלרי **129** / שרימפס עם תבשיל שעועית "פיל" וארטישוק ירושלמי, ברוטב גבינה כחולה **130**
"גם וגם" - גם שרימפס וגם סקאלופס **132** / זנב בקר עם ארטישוק ירושלמי **133** / ריזוטו חצילים עם סקאלופס, קלמארי ורוטב עגבניות **134**
סרטנים חלוטים ברוטב צ'ילי וסויה **137** / לברק בתנור עם שיני שום וירקות שורש אפויים **139**

פעם בשנה / 141 # פסטיבל פירות ים 141

אויסטר שוט **145** / מולים בנוסח רוקפלר **146** / מעטפות פילו ממולאות בבשר סרטנים, עם חמאה מוקצפת **147**
נפוליאון אבוקדו וסרטנים **149** / ביסק שרימפס ודלעת **150** / לנגוסטינים ברוטב גבינת עזים **151** / סקאלופס עם גיוזות ממולאות בקונפיטורת
בצל, עם רוטב פלפלים וסויה **152** / וונגולה עם פולנטה וערמונים **155**

אביב חדש / 157 # אספרגוס, ארטישוק וטלה 157

ארטישוק מטוגן עם בצל סגול וגבינת עיזים **162** / ברוקולי בשומשום עם גבינת פטה **163** / טרטר פלמידה אדומה עם אספרגוס **164** / סרדינים
כבושים על סלט עגבניות **167** /סלט סלק חי ויוגורט **169** / סלט לבבות ארטישוק חיים **169** / שרימפס עם ברוקולי ברוטב עגבניות מתובל **170**
שרימפס עם אספרגוס וקרם אספרגוס **171** / שרימפס עם ניוקי וכרישה, ברוטב גבינת עיזים **173** / מולים עם ג'ינג'ר, למון גראס וסויה **174**
מולים ברוטב עגבניות, פלפלים קלויים ומנגולד **175** / פילה לוקוס עם אספרגוס וחמאת עגבניות **176** / פילה דניס עם ניוקי, אספרגוס, עגבניות
מיובשות, לימונים כבושים, פלפל צ'יפוטלה ובוטרגה **178** / צלעות וקבב טלה עם תבשיל עדשים שחורות **181**
על הגריל / קלמארי על גריל פחמים עם סלט עגבניות **183** / סרטנים בגריל במרינדה הודית **185** / דניס פתוח בגריל פחמים, ברוטב לימון, שום
ומרווה **186** / סקאלופס וחצילים בגריל **187** / פרגיות צלויות בגריל פחמים עם תבשיל חומוס וחמציץ **188**

קיץ קצר / 191 # חצילים, במיה וסלמון 191

ציזיקי **196** / מוס חצילים **197** / סלט במיה **198** / קישואים עגולים עם גבינת פטה ושקדים **199** / טרטר טונה עם זיתי קלמטה וקוביות עגבניות
בשמן זית **200** / קונפי סלמון עם עשבי תיבול וגרעינים **202** / סלט אייסברג עם אגסים ושקדים **203** / פיצה עם סקאלופס, עגבניות צלויות
וגבינת קצ'וטה **205** / ג'מבו שרימפס בוורמוט **206** / טונה צרובה עם אטריות אורז **207** / קבב מוסר ולוקוס **208** / סרגוס ברוטב ענבים **211**
פרוסות סלמון צרובות עם ריבת בצל ופירורי לחם מתובלים **212** / ברמונדי אפוי עם ירקות ותבלינים **215**

קינוחים / 217 # שוקולד, טפיוקה ושערות חלבה 217

אשכוליות אדומות עם שערות חלבה **222** / תאנים אפויות על בצק עלים **223** / מרק טפיוקה עם קרמל פסיפלורה וסורבה **224** / מרק סברס
עם גלידת וניל **225** / קדאיף עם פירות יבשים, אגסים בזעפרן וגלידת וניל **227** / קרם ברולה קפוא **228** / שוקולד מושחת וקראנצ'י **231**

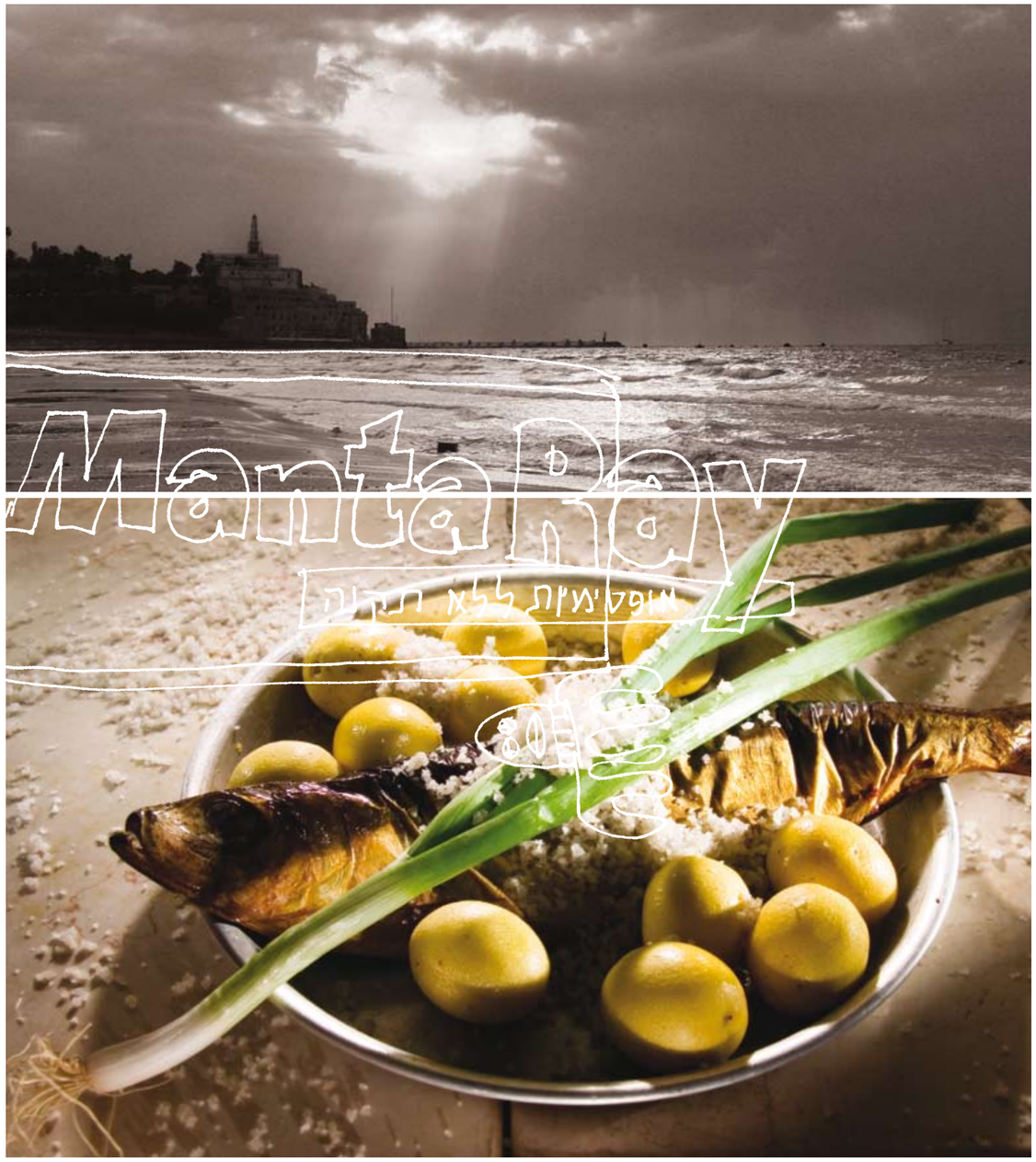
בחזרה לבסיס / 232 # צירים, רטבים ומזווה 232

צירים / ציר ירקות **234** / ציר דגים **234** / ציר בקר **235** / ציר טלה **235**
קרם תפוחי אדמה **236** / ניוקי תפוחי אדמה **236** / פירה ארטישוק ירושלמי **237** / חמאה מזוקקת **238** / קרם פרש ביתי **238** / לימונים כבושים **238**
פלפלים קלויים **238** / רוטב חריסה **239** / רוטב איולי **239** / רוטב בלסמי מצומצם **239** / רוטב צ'ימיצ'ורי **239** / קונפי שום **239**

האנשים שנתנו / 240 # מי שעשה ומי שתרם 240

המבעים שנוצרו / 246 246

אינדקס / 250 250



הקדמה גורפת

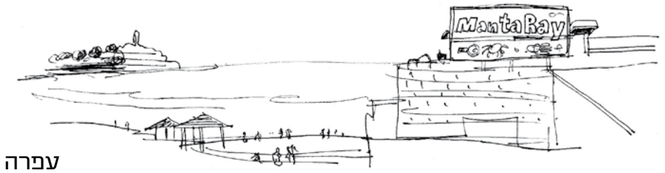
הספר שלפניך הוא ספר המתכונים השלם של מאנטה ריי, כי רצינו לחלוק אתך משהו שאנחנו יודעים, ומעוניינים לשתף אותך במה שאנחנו מאמינים.

בדקנו היטב את המתכונים במסעדה, והתאמנו אותם גם למטבח הביתי. גם אנחנו אישית הכנו אותם בביתנו לאורחינו הפרטיים. התמקדנו במתכונים מוצלחים. חלקם פשוטים אך מאוד טעימים, וחלקם מסובכים יותר. רק מספר מועט של מתכונים מיועדים למאותגרי בישול אמיתיים וכדאי לנסות אותם רק ביום אופטימי במיוחד.
מה שבטוח הוא שכבר בעת הכנת המתכונים ניתן יהיה לחוש בקצף גל וענגה.

בין המתכונים שיבצנו צילומים, סיפורים ואיורים. חלקם נושאים תובנות על אוכל, וחלקם על אודות הים ועל מצבו של האדם. השתדלנו לא להפריז בדיבורים כלליים, כי אין מציאות ללא מטאפורות, וכנראה בכל זאת התודעה מבנה את המציאות.
אם לפעמים נהיה מתחכמים מדי, אנא דלגו ללא היסוס.

מבנה הספר מתייחס לעונות השנה, כי כאשר כדור הארץ נוטה על צירו, האור משתנה וגם הרוחות. דגים הולכים ובאים בים ואיתם גם הגלים, גלי הקולינאריה ומצב הרוח.
נציע את המיטב והמיוחד לכל עונה, כדי שהחיים יהיו בהירים וצלולים יותר ופחות מטושטשים.

הספר מוגש בהוקרה ומתוך כבוד ללא מיצרים, לאנשים שעובדים אתנו היום ופעלו בעבר. תודה מיוחדת לשפים של מאנטה ריי (מיום הקמתה ועד היום): משה כהן, רובי פורטנוי, גולן גורפינקל ורונן סקינזיס. כל אחד מהם הותיר חותם אישי ותרם חלקים מנשמתו. השף שלנו, רונן סקינזיס, ניסה והכין את כל המתכונים והתאים אותם לתנאי בישול ביתי.



עפרה ואבי גנור

ים אינסופי

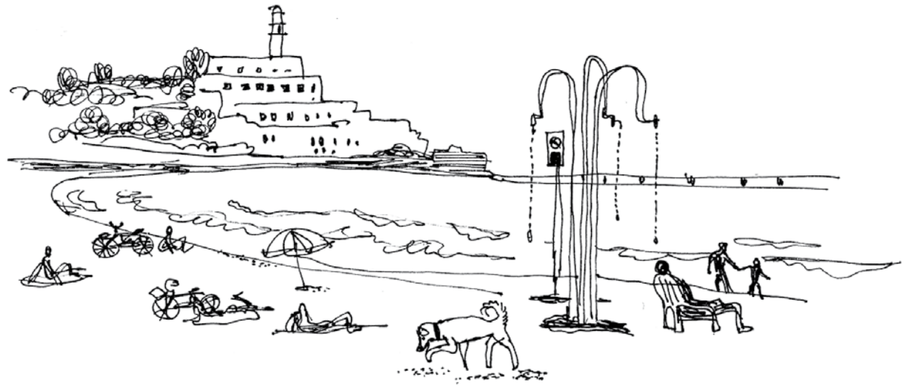
על היבשה עם הפנים לים

הפנייה אל אתר חוף צ'ארלס קלור, ששנים עמד זנוח בשיממונו, שלא לומר בעבריינותו, הייתה אתגר גדול עבורנו. יתכן שכילידי הארץ, שגדלו כאן בשנות מלכות האידיאולוגיה, החלוציות המעשית כפויה עלינו כערך סף.
ההכרה שכל עניין יכול להפוך לשליחות, והכורח לחיות את היום-יום לפי צו המצפון ולפי תביעת הייעוד, מנחה אותנו עד היום. לגבינו מדובר במימוש חלוציות חדשה באורח עכשווי. אנחנו מאמינים ורוצים לקוות שעשינו טוב, וליתר בטחון, ביום א' של ראש השנה, אחרי תפילת מנחה, נבוא קרוב אצל הים ונבקש שיכבוש עוונותינו וישליך במצולות ים כל חטאתנו.

הים הגדול שלנו פייסני, ובונה מעברים רכים בין מזרח למערב, מגשר בין כאן ועכשיו להרחק מעבר לים. בים שלנו גבולות המחשבה מתרופפים ומתמזגים, והחיים על מפתנו של הים פורצים דרך למשהו לגמרי אחר.

הים מאפשר לנו לשקוק חיים בתפר הקשה שבין יפו לתל אביב, שבין יהודים לערבים, שבין תושב ותיק לתייר. הוא ממתן את שאלת הבכירות בין הים ליבשה, ופוסח באלגנטיות על סוגיות מעמדיות בין ההר לשפלה.
מאנטה ריי נחה על היבשה עם הפנים לים, מאפשרת להשתחרר מן הבגדים ומן היובש, להיכנע למגע צלול וחריף של שמש ולפנות מקום לחול המגיע לכל פינה נסתרת, לריח הים המשכר ולרעש הגלים הקוצב את הלב.

מאנטה ריי כמסעדת חופים, חווה יפה מזה שנים את הים והחוף. היא למדה למתן את התפרים שבין חול ים לרקיע, ניסתה ליצור חווית חוף ומים שפויה, וביקשה לחוות ים תיכון חדש, מרגש ופחות שרוט. נזהרנו עם עיצוב המסעדה, ניסינו להימנע מסיגנון יתר ומתפריטים מנופחים, ביקשנו לחפש אותנטיות ימתיכונית אבודה.
ראשית דרכנו הקולינארית במסעדנות הייתה במסעדת הטאבון בנמל יפו. המחשבה להציע דג בטאבון במקום המדויק שבו אולץ יונה הנביא לצאת ולהתנבא ולהיבלע במעי הדג, ריגשה אותנו ותרמה לנו מוטיבציה ללכת הלאה. המשך המסע, במסעדת לילית התל אביבית, היה נדבך נוסף להצגת החידושים הקולינאריים של קליפורניה, להכנת מזון טרי ובריא בהתערבות הוגנת. מאנטה ריי, כבת השלישית שלנו, רוותה נחת משתי אחיותיה הבוגרות, למדה את לקחן והוסיפה נופך משלה.









על פירות ים, דגים ומאזטים

למה, איפה ואיך?

כשהקמנו את מאנטה ריי שאלנו עצמנו שאלות זהותיות של מתבגרים: מי אנחנו, מה אנחנו, עבור מי נהיה, באיזו הזדמנות יבחרו להגיע אלינו וכיצד יבכרו אותנו על פני אחרים.
אנשי אסטרטגיה יגידו שזוהי ההגדרה של המושג מיצוב.
מילא. אנחנו רק רצינו מסעדת חופים שתגיש פירות ים, דגים ומאזטים. כך רצינו, כך עשינו, ועכשיו אנחנו חולקים את הבנותינו בשמחה ובאופטימיות.

















פירות ים

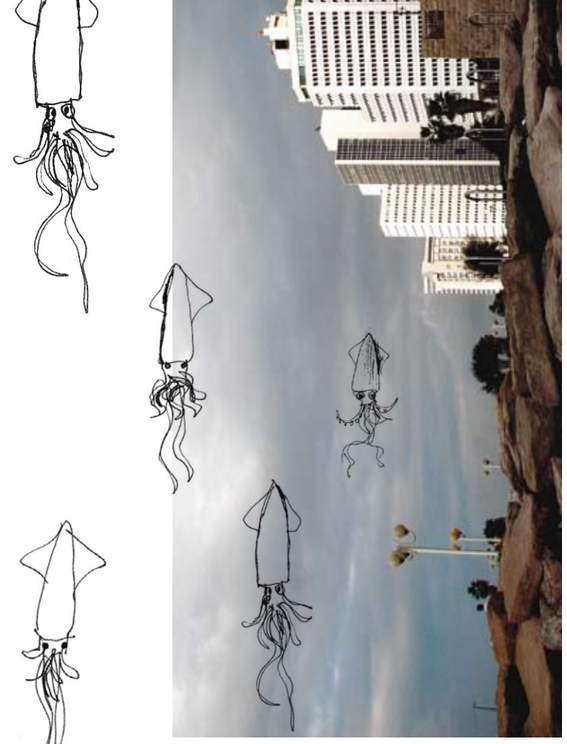
קיימים לפחות 10 טעמים וסיבות לשבח את פירות הים באופן אישי מבלי שיסמיקו:

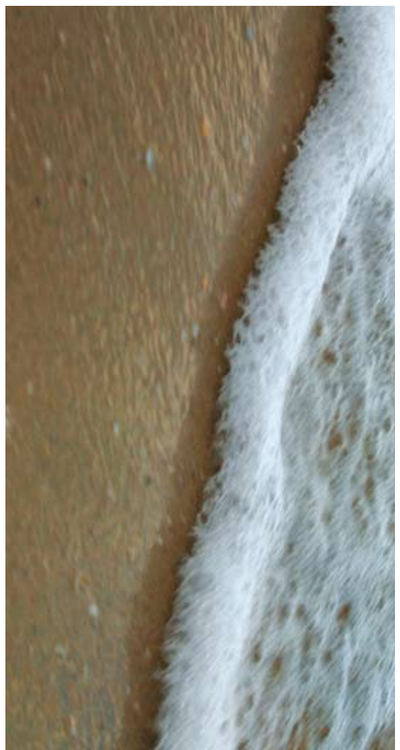
1. כי הם היו אסורים ורחוקים מאוד למי שהתקופה הפורמטיבית שלו היא כאן בארץ.
2. כי מי שיודע להאזין לדייגים ילמד מהם שהים מלא חיים גם מעבר לדגים.
3. כי פירות הים באים מהמעמקים פחות או יותר, ומה שיותר עמוק, יותר כחול.
4. כי בפירות הים מתקיים אלמנט של הסוואה ומסתורין, הם מסוגרים בקליפתם ומטושטשים, לעומת הבננה, למשל, שקליפתה מעידה על תוכה.
5. כי בשמות כמו לובסטר או אויסטר מתקיים זוהר מילולי מרגש כמעט כמו במילה קוויאר.
6. כי הם ההיפך המדויק מפולקע ומקוטע, 9% עם כל הכבוד "לאמא שלי מבשלת מצוין, ואין כמו סלט ישראלי".
7. כי יש בהם פחות קלוריות ויותר ערכים בריאותיים.
8. כי הם מסתגלים ומצטרפים לטעמים נוספים, ועדיין שומרים תמיד על ניחוח משלהם.
9. כי אין מה שישווה ל 'douz. d'huitres 1', שמפניה ונעלי לק על עקב בערב בפריז.
10. כי במיטבם, פירות הים מבטאים את תמצית האהבה האוניברסלית, בעלת מתיקות פנימית ורוחב לב אוקיאני, ואולי יום אחד יהיו הם אלה שיביאו את השלום.

השם הקיבוצי "פירות ים" עושה להם עוול כמו הקיבוץ לחבר שלו. פירות הים שונים מאוד זה מזה והם מתחברים רק על הצלחת או בחלל הפה. יש כללים מיוחדים לכל פרי ים, לקנייה, להכנה ולאכילה.

מהיכן מגיעים פירות הים?

גם ממים מלוחים וגם ממים מתוקים, גם מהטבע וגם מגידולים חקלאיים. כ-70% מהשרימפס שאוכלים בעולם הם מגידולים חקלאיים, וכך גם הסקאלופס.
רוב המולים, האויסטרים והקלאמס מתורבתים, כלומר נשתלים ומעודדים לגדילה על מצעים מיוחדים המאפשרים לקצור אותם בקלות והמונח תרבות הוא כאן בהקשר חקלאי של התרבות, ולא בהקשר הסוציולוגי של מנוי לפילהרמוניה).
תהליך הגידול דורש ידע רב והקפדה. אם הוא נעשה היטב, כמו בכל עניין, התוצאה תהיה מצוינת, קשה יהיה להבחין בין גידול חקלאי לטבעי.
בטיפול נכון, פירות הים יכולים לחיות במשך ימים לאחר שנמשו מהמים, למרות שטעמם לעולם לא יהיה כמו אלה שעכשיו יצאו מהמים. אבל מה טעים כשהוא לא טרי?





3 קבוצות עיקריות של פירות ים

1. **רכיכות** - סקאלופס (קוקי סאן ז'אקו), קלמאס (וונגלה), מולים, אויסטרים.
2. **בעלי שריון** - שרימפס (חסילונים), לנגוסטינים, סרטנים, לובסטרים.
3. **דיונונים** - אוקטופוס (תמנון), קלמארי (לוליגו), סבידה (דיונון).

למרות מאפיינים משפחתיים זהים, הוראות הבישול שונות.

פירות ים נאים, לא מבושלים

בעיקר הרכיכות, אם כי גם חלק מהאחרים. הרכיכות מוזנות על ידי תהליך של סינון המים דרך הגוף, ואם יש בקרבה בסביבה רחמנא ליצלן, והיא, ירחם השם, נספגת ברכיכה - היא עלולה לגרום לתופעה של הרעלה, זאת מעבר לתופעה אלרגית מוכרת, של רגישות אישית לרכיכות. המסקנה המתבקשת היא שמקורות הקנייה חייבים להיות מוקפדים. לא לאסוף אותן בעצמכם כמו פטריות, גם אם הולכים על החוף בבריטאני, והשפל מפתה לאסוף מזכרות.

פירות ים לאורך חופי ישראל

יש לנו הרבה סרטנים, שרימפס, קלמארי וסבידה. אלה מתוגברים בייבוא עירני של שרימפס, קלמארי וסקאלופס. קומץ של יבואנים וחנויות מתמחות עשו מהפכה גדולה בתחום.

שרימפס

פרי הים הפופולרי ביותר בעולם, בעיקר בארצות הברית, נתפס תדמיתית טוב לכל רוחב הסקאלה - מנמוך ועד לגבוה.
הזמינות שלו קשורה למחיר שמשלמים עבורו, ראה האימא של זאת מהסרט "מיסטיק פיצה" שנמאס לה מלובסטרים בכל יום.
בכל מקרה, השרימפס קלים להכנה ולבישול אף יותר משניצל לילדים.

עובדות חשובות על שרימפס

1. לא כל השרימפס הם אותו דבר.
2. כיוון שהפכו לסוג של קומודיטי, והם נסחרים בכמויות עצומות - רוב השרימפס בעולם נסחרים כשהם מוקפאים.
3. הארצות שהן מקורות עיקריים לשרימפס הן הודו, תאילנד, וייטנאם ועכשיו סין ודרום אמריקה.

קיימים מאות סוגים וזנים של שרימפס. רובם כאמור גידולים חקלאים ומובדלים לפי סוגי המים ואיזור הגידול. מי שמקבל יותר מזון, נהייה בשרי יותר.

סוגים שאנחנו מכירים בארץ

1. בלאק טייגר, כרגע הזן הפופולרי ביותר בעולם. מקורו בגידול חקלאי, מגיע מאסיה, טעים ומוצק, בעל שריון אפור עם נקודות שחורות-כתומות או צהובות. מגיע לארץ קפוא, בבלוק של 4 פאונד (בערך 1.8 ק"ג) או בתפזורת. הקפאה נכונה אינה פוגעת בו אבל יש להקפיד על תהליך הפשרה נכון.
2. קריסטאל, טרי וניצוד בחופי הים שלנו מספטמבר עד מרץ.
3. ואנמה, כוכב חדש בשמי הגידולים באסיה ובדרום אמריקה. אומרים עליו שהוא עמיד יותר.

איך בודקים איכות של שרימפס?

שרימפס קפוא - עדיף לקנות במצב לא מבושל. נקודות יבשות מעידות על מכות קור או תהליך הקפאה לא טוב. גודל השרימפס נקבע על ידי מספר יחידות השרימפס בפאונד. השרימפס הגדולים U-8 טובים מאוד לגריל.
כאנשי "ביניים", אנחנו במאנטה ריי איננו אוהבים את הגדולים מדי ולא את הקטנים מדי, בקיצור 26/30.

שרימפס קלוף או לא?

שרימפס מקולף מאבד קצת מטעמו, אם כי הנוחות מפצה על כך.
מצד שני יש ערך רב בראשים ובקליפות השרימפס, הם מצוינים להכנת ציר ומרק.
הכנת שרימפס בקליפה נותנת מקסימום טעם ומונעת ייבוש של השרימפס - ראה מתכון 'ג'מבו שרימפס בוורמוט', למשל (עמ' 206).

ניקוי

תלישת הראש בתנועה קלה, הסרת הרגלים והקליפה, ושליפת חוט השדרה, המהווה את ערוץ העיכול של השרימפ, ומשאיר טעם מריר וחוט של חול אם לא נוקה היטב.





חשוב לשטוף היטב את השרימפס, הדייגים מפזרים עליהם חומר המונע השחרה.

הפשרה

איטית במקרר, או במים זורמים. בעיקר בקיץ רצוי לשמור במקרר, באמבטיה של קרח עד הבישול. להפשיר יום מראש ולא יותר מיום.

בישול בכל דרך

שרימפס מוכן כשצבעו הופך לוורוד-כתום. לקטנים לוקח 1-2 דקות, לגדולים יותר, עוד כמה דקות.
חשוב לא לייבש אותם.

מולים

בלתי אפשרי לאמוד את איכות המולים ממראם בחנות (אלא כמובן אם אתה "הרנטגן" (ואבל אסור לו). הדבר אופייני לכל הרכיכות. הצורה החיצונית אף איננה מעידה על הטעם.
אפשר לדעת שקונים מולים חיים (אם עושים להם קוצי-מוצי קטן, אפשר לראות סימני חיים ותנועה) אבל לא בטוח שהמולים טעימים.
מולים גדלים בצורה טבעית או מתורבתת על חבלים במים קרים. איכות המים קריטית לאיכות המולים.

ניקוי

לשטוף תחת זרם מי ברז קרים ולשפשף את החוליות מהצדף בעזרת מברשת ירקות.

איך קונים?

כנאמר, בשיטת הקוצי-מוצי - מכה קטנה על המולים, והם מתחילים לנוע לכיוון סגירה.
מולים פעורים קמעה אינם מהווים בעיה, אך שיריון שבור הוא בעייתי.
מולים קלים מדי - סימן שאין שריר, וכבדים מדי - מלאים בבוץ.
המולים מגיעים מרחבי העולם. למשל, מניו זילנד מגיע קפוא, זן בשרני וגדול ויש ויכוח על טעמו. מצרפת ומבלגיה מגיע הבושאר, לפעמים מעט מכוער אך לעולם טעים.

בישול

בנוזלים, עד שנפתח.
מה שלא נפתח, מקולקל. לזרוק מהר.



סרטנים

לסרטן הישראלי קוראים בקיצור סרטן שייט כחול, ובחורף הוא במיטבו. אפשר להבחין בין זכר לנקבה לפי צורת ה"זנב": זוויתי לזכר ומעוגל לנקבה. גם במקרה זה יש יתרון לנקבה שהיא עסיסית ובשרנית.
הסרטנים מצויים בשפע לאורך חופי הארץ ומחירם ממש סביר, אלא שלנקות אותם זה סיפור מסובך.
לאכול סרטנים זו עבודה, וכמו כל עבודה, לא בטוח שתצא ממנה נקי. צריך לשבור, למצוץ ולחטט עם כלים כירורגיים כאלה ואחרים. בסרטנים המקומיים אין בעיה לטפל בידיים, לאלה שלנו יש שריון רך יחסית.
אלפי סוגי סרטנים (CRABS) בעולם, ורובם טעימים. המשותף לכולם הוא בשר לבן, מתוק, עדין רך וטעים לאכילה, מוגש קר או חם. לפעמים, אם הסחורה טובה, אפשר לקנות בשר סרטנים קפואים.

ניקוי

מסירים את הזנב-הסינור המשולש בבטן ושולפים את הזימים, המיתרים וחלקים פנימיים. מסירים את העיניים והמשושים, שוטפים היטב תחת זרם מים.

הוצאת הבשר

חוצים את הסרטן הנקי כך שמקבלים שני חצאי גוף עם זרוע ורגליים לכל מחצית.
לוחצים החוצה את הבשר כמו במשחת שיניים.

קלמארי

הקלמארי הוא מהנפוצים בפירות הים.
הטריק בבישול הוא התזמון. כדי לשמור על הרכות, מבשלים זמן קצר על אש גבוהה, או בגריל או בטיגון או להיפך, על אש נמוכה לזמן ארוך, אחרת הוא מקבל מרקם רך מדי.
סבידה קרובה אליו בטעם, ואפשר להכינה באותה צורה (לאחר חליטה של כמה דקות).

טרי וקפוא

טרי - החורף הוא הזמן. ניתן להשיג על ציר רחוב יפת ביפו, או בחנויות המתמחות (4 דייגים וכו').
קפוא - סחורה טובה יש ב"טיב טעם". עדיף קלמארי שלא עבר חצי בישול (blanch).

ניקוי

אוחזים את הראש תוך דחיפת אצבעות לעומקו של הגוף, מושכים את קולמוס הסחוס, מנקים כל שארית חלק פנימי בעזרת הצד הקהה של הסכין ומים זורמים. מה שנותר הוא גוף הקלמארי.
ניקוי הראש והרגליים: חותכים מתחת לעיניים ומוציאים את "המקור" ומשליכים אותו, נשארות הרגלים מחוברות.



דגים

יש משהו חלקלק וחומק בדגים. קשה לזכור אותם, ואף פעם לא יהיה מספיק נהיר איך קונים אותם והיכן. לא נוכל לפזר את כל עננת הערפל סביבם, אבל נערוך לפחות ניסיון ראשוני לפי הבנתנו האישית בתחום הרחב הזה.
אין נאה מדג המשתובב לו במים כאילו אין מחר, אבל שרשרת המזון משווה לו מראה מלהיב לא פחות כשהוא מטוגן בשמן זית לצד אורז אדום עם אננס.
במסורת שלנו הדגים הם סמל לברכה, כי הם מכוסים ונסתרים במים "ואין הברכה אלא בדבר הסמוי מן העין".

לדג ולאכילתו מיוחסת גם חוכמה וגם פקחות, אולי מפני שהדג לעולם אינו עוצם עיניו ושתיקתו היא סייג לחוכמה. אז אם פעם ניתקל בדג שיאפשר שלוש משאלות, נשקול מילים, כי הוא מבין ושומע הכול.

הדיון הער, אם אכן עלו זוגות הדגים לתיבת נח, ואם ביניהם הייתה השיבוטה לצד הממותה מוסיף חגיגיות ונופך של מסתורין לדגים. אלה משמרים את מרכזיותו של הדג בסעודת השבת, לפני המרק והבשר עם התוספות ולפני הלפתן - מסורת חוצת עדות - למרות הוויכוח הנצחי, אם חריף או מתוק, עם גזר על העין או עם עגבניות.

למרות שהדג הוא דג קר, הוא נוטה להקדים תרופה למחלה, ומחקרים הראו כי קיים קשר בין צריכת חומצות שומן מסוג אומגה 3 לבין ירידה בסימפטומים של דיכאון.

בשנת 1883 כתב הביולוג האנגלי, תומאס האקסלי (Thomas Henry Huxley) שנודע בכינויו "הבולדוג של דרווין": "הדגה של הימים הגדולים היא בלתי נדלית. כלומר, אין במעשיו של האדם כדי להשפיע באופן רציני על מספר הדגים". לצערנו הוא שגה וטרם הוקמה ועדת חקירה.

אורי שרון, דייג ותיק, מספר על העוול שעשינו לדגה גם בארץ, כיצד אנחנו בעצמנו כרתנו את הענף שאנחנו יושבים עליו, כי דגנו יותר מדי והרסנו את הפרנסה.
רייאן (W.B. Ryan) מצידו זרה עלינו עוד מלח ים. במאמרו על הים התיכון באנציקלופדיית האוקיינוגרפיה, הוא כותב שהים התיכון הוא גוף המים העני, הגדול ביותר על-פני כדור הארץ.

נהוג לחלק את סוגי הדגים בעלי הערך המסחרי המצויים במזרח הים התיכון על פי בית הגידול שלהם.
דגי חוף - מצויים רוב חייהם במים רדודים - בורי, לוקוס, פארידה, מרמיר ומושט הים.
דגי קרקע - ברבוניה, בקלה, מוסר סלעים.
דגי מים עליונים - סרדין, פלמידה לבנה,טרכון, אינטיאס, טונה.
דגי המאכל בכנרת - מושט-אמנון הגליל, כרסין, סרדין טבריה.

כיום סך צריכת הדגים של מדינת ישראל היא למעלה מ-75,000 טון מהם 65% דגי ים מיובאים, כשרוב התוצרת המקומית מקורה בבריכות הדגים. 60% מהצריכה היא של דגים קפואים, ו-40% דגים טריים. מרבית הדגים הטריים הם דגי בריכות. גידול וייבוא של דגי הים מהווים רק אחוזים בודדים מהצריכה. הדגים הקפואים מיובאים ברובם, והכמויות הגדולות ביותר הן של נסיכת הנילוס, סלמון ובקלה.

דגים מהשורה ראשונה בהם אנחנו נוטים להשתמש ועליהם אנחנו ממליצים:

אינטיאס - שולה - ילו טייל

האינטיאס הוא דג העבודה "האפור" שלנו. לא מלך כמו הלוקוס, לא מלכה כמו הפארידה ולא סלב כמו הברבוניה. עד שלא הגיעו מסעדות הסושי היפניות והדגישו את השם "ילו טייל", לא ידענו שהוא כל כך מיוחצן בעולם, למרות השוני בטעמו בגלל מליחות וטמפרטורה בעולם.
האינטיאס אף היה מהדגים המועדפים לתבשילי דגים (חריימה!). לפני שלמדנו להכין ממנו סשימי או טרטר. בגלל הביקוש הגדול של הסושיות והסשימיות לאינטיאס, עלה מחירו.

ברבוניות

ברבוניות הן חביבות הקהל. לא תמיד זמינות ולפעמים מעט יקרות. הן טעימות, קלות לניקוי והכנה, מטגנים ואוכלים.
מסעדות יפו נבנו על האדרות שלהם, משבתאי היפה ועד שבתאי הדייג, כל המסעדות מסמטאות יפו העתיקה ועד לרציפי נמל יפו תמיד נתנו לברבוניה כבוד. הברבוניות היוו כרטיס הכניסה ליוצאי פולניה והסביבה לעולם הדגים הימתיכוני.
עונות הדיג העיקריות הן מתחילת אוגוסט עד דצמבר, ושוב בתחילת אפריל.

לוקוס

הלוקוס הוא מלך טראגי. פעם - כשהים היה גדול, עמוק וכחול - הוא שלט בו. היום הוא רק נשיא לשם כבוד, בעיקר בתפקידי טקס סמליים, אות למצב הדיג בחופי ארצנו.

בעבר שינעו סרדינים מטבריה כדי לשמש לו כפתיונות, עד כדי כך העריכו אותו. היום מטלטלים אותו מימת ברדאוויל שבסיני לדאלל (בורסת הדגים) ביפו.
לא נעים להסתכל ללוקוס בעיניים, כי כל מי שמכר אותו קטן כבייבי לוקוס, נתן יד להכחדתו. כנראה לא נכון היה לחשוב קצר מדי.
עונות דיג עיקריות - בחודשים ספטמבר-אוקטובר, ושוב מפברואר עד סוף אפריל, לקראת פסח.
את הלוקוס צדים בדיג לילי בחכות בלב ים, עם מאות חכות ואף יותר ובשפת הדייגים - שארקים. פתיונות כאמור, מכינים מסרדינים.
משפחה גדולה היא משפחת הלוקוסים, מרובת ילדים ובני דודים שאינם אחידים בטעמם. קיימים בערך 450 סוגים שונים של לוקוס בעולם!
לוקוס לבן הוא הכי-הכי. לוקוס סלעים - צהוב. לוקוס עומק - דבש, חי בעומק של 150 מטר עם קשקשים קשים.
הלוקוס הים-תיכוני והלוקוס שלאורך חופי אפריקה המערבית נחשבים לטובים ביותר.









פארידה

הפאריידה הוא דג בתחרות קשה עם הלוקוס, יודעי דבר ומביני דגים נשבעים בה יותר מבכל דג אחר בגלל הסופיסטיקציה שלה.
הפאריידה יקרה, נדירה ומצוינת.

סרדינים

הסרדין הוא דג המוכר לנו בעיקר מהקופסה, ואכן הוא הראשון מהדגים שנכנס לקופסת פח. הסרדין מתנועע לו מסביב לים התיכון בלהקות גדולות.
זיקו ומשה, מאצולת הדייגים, מספרים ש"פעם היו תופסים הרבה סרדינים ביפו למפעל השימור נון. היו לוקחים כל כמות ומעבדים, והיה מחיר לתעשייה. מאז שהתחילו את היבוא של הקונסרבים, לדייגים לא כדאי היה לעבוד על הציוד של הסרדינים, על הרשתות הארוכות יותר עם העין הצפופה". כיום הוא מצוי ערי, אנחנו מחזירים לו את הכבוד ואת המחיר, ונותנים קרדיט למרגרט תייר, שהיא מלכת הסרדינים הממולאים.
עונות הדיג העיקריות הן באביב ובסתיו.

טונה

הטונה הוא אחד מהדגים הנפוצים בעולם, והוא מרובה פלוגות, מחלקות וכיתות.
רוב המחלקות ותתי-המחלקות של דגי הטונה חיות בלהקות ענקיות, וכיוון שהם צורכים חמצן רב הם נעים בים, מחפשים זרמים חמים ותופשים איתם גל. פעם סימנו חוקרים דג טונה ליד פלורידה, ואחרי שנה מצאו אותו בנורווגיה.
היום רוב דגי הטונה בארץ מגיעים בטיסה מסרי לנקה, אם כי מדי פעם עדיין תופסים טונה בארץ.
האגדות המקומיות מספרות שהדייגים הישראלים למדו לדוג טונה מקבוצת הדייג היוונית ומהקבוצה הקפריסאית שעבדו בעבר ליד חיפה. עוד מספרים, ש"אפילו לפני 15 שנה רב היה הנסתר על הידוע. פעם הביאו טונה של 150 ק"ג מחיפה לתל אביב, ולא ידעו איך לפרק אותה".

פלמידה

שם טורקי לתת-מחלקה של משפחת הטונה, שחיה בים התיכון המרכזי.
פלמידה לבנה, פלמידה אדומה, פלמידה שחורה.
פלמידה הוא דג של חורף. עיקר עונת הדיג היא מספטמבר עד סוף מרץ.

שד הים - לוט - מונק פיש

פה אחד נבחר שד הים לדג המכוער ביותר בעולם, מיס יוניברס של המכוערים.

"יש לו קוצים, ועל האנטנות שלו יש לו פיתיון וכך הוא תופש דגים" - מספרים משה וזיקו הדייגים, "וכשפותחים אותו מוצאים תמיד בבטן דג קטן יותר, כך יודעים שהוא גם רע".
אבל אפילו לשד ים כדאי היה לשמור על אופטימיות, כי הנה הוא בתפריט. משתמשים רק בבשר הזנב. הראש מצוין להכנת ציר.

המהפך הגדול בתחום גידול וייבוא דגים התחולל בסוף שנות השמונים, כשנתיים-שלוש אחרי שפתחנו את מסעדת הטאבון בנמל יפו. גידול הדניס בכלובים בים סוף עלה יפה, והשוק השתנה יחד עם ביזור השיווק וחדירת היוזמה הפרטית לענף.

היום נהנים בארץ, כמעט בכל ימות השנה, מאספקה קבועה של דגים במשקל קבוע מהכלובים בים סוף, הים התיכון והבריכות ברחבי הארץ.
ללא היבוא והפיתוח של חקלאות בתחום הדגים היה קשה-קשה.

הדגים עליהם נמליץ מגידול חקלאי, והם "סוסי העבודה" שלנו:
דניס (Sea Bream), מקורו בדג הים המכונה צ'יפורה, הוא דג מתמסר ומוצלח ביותר, טולרנטי לצורות הכנה רבות.
לברק (Sea Bass) טעים במיוחד בקרב דגי החקלאות הימית, יכול למלא את תפקיד הדניס, וגם ההיפך נכון.
בס (Bass) מגדלים אותו בבריכות מי מלח ובמכלאות דגים. בשרו עדין והוא מתאים לאידוי ולבישול קצר.
מוסר (Corvina) גדל בבריכות. דומה בצורתו למוסר ים, אך שונה ממנו בטעמו.

הפיסקה הבאה היא לזכר דגים שהיו נפוצים פעם, וכאלה שנמצאים פה ושם, פעם הם היו כחול אשר על שפת הים, והיום כמעט ואינם עוד איתנו. ואם במקרה נפלתם על אחד מהם, שווה לחטוף מיד, ורק לדאוג להכין ביד קלה ולא לייבש אותם.

צ'יפורה - דג המקור, ששימש השראה לדג הכלובים דניס.
סול - נכחד וקשה למצוא.

בשורת המקהלה של הדגים נמצאים:
סרגוס - דג חביב, עגול ודומה לדניס.
מרמיר - דג קטן מלא עצמות, מתאים רק לטיגון.
מליטות - דג עם אדרה מרכזית, טוב רק לטיגון.
גמל - בעבר היה זול ופופולרי, כיום נדיר ויקר.
ג'אג' - "עוף הים", דג של חורף. דג של עומק שבא עם הבקלה.
מרלן - בקלה ממשפחת הקוד. דג של חורף. בקיץ לא עובדים איתו, כי הוא עדין כמו חמאה. טוב לטיגון. מפלטים אותו בקלות, כי יש לו עצם אחת מרכזית משולשת.

ו...כמה מילים על מאזטים

המאזטים הם הצלע השלישית של ענייננו וייחודנו בנוסף לפירות ים ודגים. יש להם היסטוריה רבת ימים משל עצמם, אבל במאנטה ריי ייצרנו להם תשתית ראייתית חדשה: קודם תראה, ואז תיקח. נשמע ונאכל. בטורקית הם נקראים meze, ביוונית mezethes ובפרסית maza, כך שאנחנו "מחוברים", כמו שנהוג לומר בניו אייג'.



במאנטה ריי לא המצאנו את המאזטים, אלא רק הרכבנו ובנינו מחדש חלק מהם, נתנו להם במה קדמית, תאורה ותפאורה. יחד עם הלחם הבלקני, שמן הזית, המלח הגס והחומץ הבלסמי, הם נהיו כוכב נולד לנצח.



מאזטים הפכו לשם נרדף למאנטה ריי, ואנחנו גאים בכך ומאמינים בשמונה הדברות של המאזט:

שליד הים חשוב לא לקבל החלטות קשות. **כשיש**
גלים, עדיף לבחור לפי מראה העיניים. **כי טוב** שמה
שאתה רואה זה מה שאתה מקבל, WYSIWYG. **כי ככה צריך**
להיות בחיתוך הגיאוגרפי שבין פרס ליוון או ספרד,
מונטנגרו ובולגריה. כי מאזט מקרב לבבות. קל להתפשר
כשמושיטים הרבה ידיים לצלחת קטנה. **כי תענוג**
לשעשע את החיך בביסים קטנים **של** לחם בלקני טבול במאזט.
כי תמיד ירוויח מי שקרוב יותר לצלחת. מאזטים
זה בעיקר **להיות לא לבד**, כפי שאישה בלי איש היא
כמו דג בלי אופניים.





בוקר אופטימי

שמפניה, ביצים ולחם מהיר

את האופטימיות צריך לתחזק. היא חייבת התחלות חדשות, כמו דיסק קשיח שמבקש להתרענן מדי פעם, למרות שלכאורה הכול בסדר. האופטימיות חייבת למצוא סימנים בזמן חדשות לבקרים, כי הקצה השני שלה, המייאש, הרגעים בהם היא דועכת ונמוגה, הוא מוכר מדי ובנאלי מדי.
על כן שוחרי אופטימיות ללא תקנה בוחרים את הבוקר ואת הזריחה שיסמנו להם את קו הזינוק, ואילו הים תורם את קו אופק האינסופי שבינו לבין השמים.

בריא מאוד לשבור את צום הלילה, והשבירה לכשעצמה הופכת למשהו חיובי ביותר עם גביע שמפניה, ביצים מהכפר ולחם חם על חוף הים. ארוחת הבוקר משרה שמחה ואדרנלין פיזי-מנטאלי, מעין תחליף אורבני לצלילים הרמוניים של קריאת תרנגול עם שחר ולרעייתו המטילה למען האומלט.







פסיכיאטרים מציינים את ארוחת הבוקר כסימן היחידי לשפיות בישראל. "לפחות תשים משהו בפה לפני בית הספר" הוא אחד הביטויים העמוקים לאינטימיות ולהקרבה הורית, ובכלל, לביטוי של תקשורת אוהדת.

הפרקטיקה של ארוחות הבוקר היא מאוד יצירתית. כל שבט מציג יציאה משלו: האירים הוסיפו את הפודינג הלבן, הבריטים שאלו מההודים את הקדג'רי, מנה המורכבת משבבי דגים, אורז וביצה, ולא נשכח את העגבנייה הצלויה, את נקניקיית הדם הגמדית הקרויה "פודינג שחור" ואת השעועית האפויה. את המיסו והנאטו, מאכל יפני מסורתי מפולי סויה מותססים, תרמו היפנים, הפאראתה והאידלי באו מהודו, תה ואורז יש בסין ולנו מה אכפת, לא אכפת, בכפרים נלינה.

באופן מפתיע, רק אחוז אחד מהישראלים נוהגים לאכול ארוחת בוקר.
נשמע מעט, אך בדוק סטטיסטית ומובהק לחלוטין. אולי לא ספרו במחקר את חובבי הבראנץ', ואולי כדאי להתייחס בחשדנות לסקרים בטלפון בזמן ארוחת הערב.

אנחנו מאמינים, שחשוב לשבח את הבוקר החדש על שהואיל לשוב.
הבו גודל לארוחת הבוקר!
בואו וניתן לה חיזוק חיובי ומתכונים מדויקים, וניזהר שלא להפריע לאור העולה בזמן שהוא מחבף את שאריות החושך.

קוקטיילים

שמפניה עם פסיפלורה / 32

שמפניה עם ליצ'י / 32

קמפרי עם פסיפלורה ואשכוליות אדומות / 32

אבסולוט Chambord / 34

מרטיני ג'ינג'ר עם פלפל שאטה / 35

מאזטים של מליחים עם מורשת

מטיאס בשמנת ובצל / 37

שמלץ הרינג פולני / 38

סביצ'ה של בורי עם סומק / 41

שוברים ביצים

אומלט קישואים ובייקון / 44

פריטטת תפוחי אדמה / 45

eggs בנדיקט עם שרימפס / 46

ביצים עלומות על טוסט, עם סלט ארוגולה / 47

גברת קרנצ'י / 49

מר קרנצ'י / 49

שקשוקה קלאסית / 51

במקום לחם

מאפינס גזר / 56

מאפינס קפה / 57

בריוש / 59

מתוקים

פנקייקס עם קונפי אפרסקים / 60

פרנץ' טוסט עם קונפי תאנים וקרם פרש / 62

גרנולה עם יוגורט ופירות / 65





קוקטיילים



הקוקטייל הוא טקס קטן, גם בהכנה וגם בשתייה, וכפי שטען ז'בוטינסקי "מותר האדם על הבהמה - הטקס".

כל מי שמחבב בחישה, ניעור, שיקשוק וביחשוש הוא מועמד רציני להכנת קוקטייל בבית. קוקטייל בבית ובבוקר בפרט, הוא דובדבן האינטימיות של זוג אוהבים בתקופת החיזור. הכנתו תזכיר לנו את הזמנים בו עפו בחלל כינויים יצירתיים כמו מאמי וקוקי, נושנוש וקושקוש.

מלבד הרוח הרומנטו-ספורטיבית הנחוצה למזיגה בבית, חייבים כמה חפצים ומרכיבים פשוטים: **שייקר** - שהוא הכלי בו משקשקים את מרכיבי הקוקטייל. **ג'יגר** - כלי המדידה לברמנים, ועליו סימון ל-20 מ"ל ו-40 מ"ל. 60 מ"ל הם, פחות או יותר, המידה הסטנדרטית של כוסית משקה שנקראת שוט [כוס וודקה], וצ'ייסר הוא מחצית השוט. רצוי שיהיו בבית גם קשים קצרים וגם מקלוני פלסטיק לערבוב, הנקראים סטיררים.
כוסות: לקוקטיילים הבאים דרושות כוסות ויסקי, גביעי שמפניה וגביעי מרטיני.
דרושים כמה סירופים להכנת קוקטיילים, למשל כאלה מתוצרת מונין או קוליברי, שעשויים מרכז פירות טבעי, והם מרוכזים יותר ומתוקים פחות מפטל לילדים.

בתחילה הייתה המילה ואחר כך הקוקטייל, אבל ככה הם בני האדם: נוטים לייחס התחלה לכל דבר. אולי כי ענייני הקץ פשוטים יותר ומסודרים היטב, שלא לומר כפויים ביולוגית. מלחמות עולם פורצות על רקע הוויכוח "מי היה קודם" ושלום בית מופר בגללו. על כן ננסה לעשות סדר ולו"ז.

ההיסטוריה של הקוקטיילים רואה בסזרק (Sazerac) - משקה ששילב במקור קוניאק, אבסינת, סוכר וביטרס - ראשון לראשונים. הוויכוח על תולדות הקוקטייל עדיין ער, ויש יותר מעשר גרסאות למקור השם. האם מדובר בזנב תרנגול לציון ניצחון חשוב בקרב תרנגולים, או שמא במעשה חשוב של גברת בטסי פיליגן, שקישטה משקה מעורבב בנוצת תרנגול? ואולי נכונה הגרסה שלפיה קרוי המשקה על שם הנערה קוקטל (Coctel), בתו של מלך מקסיקני שכרת הסכמים עם ארצות הברית במאה ה-18.

אנחנו אוהבים את הגרסה הפרקטית, הרואה את הקוקטייל כמסמן התחלות, כמוסיף אריכות ימים לאהבה, וכמממש את ההבטחה של עצמו תוך כמה לגימות וזרת זקורה.



שמפניה

יתכן שהשמפניה מלאה מעצמה כי היא המשקה היחיד שיש לו צליל טבעי של "פופ" בעת חליצת הפקק, וזאת עוד מבלי להזכיר את הבועות עצמן, שהן מנופחות וקולניות! הטקס של פתיחת בקבוק שמפניה הוא לעולם מצגת מולטימדיה חגיגית, על סף הדלקת משואה בהר הרצל.

חוזה מדריד מ-1891 החמיר איתנו ביותר, ואיננו מאפשר לכנות ככה סתם כל משקה תוסס בשם שמפניה. אנחנו נגיד כאן לשם הנוחות שמפניה, ונתכוון גם לקאווה (Cava) הספרדי, ספומנטה (Spumante) האיטלקי, זקט (Sekt) הגרמני או קאפ קלאסיק (Cap Classique) הדרום אפריקאי. ושיהיה ברור, הכבוד כולו לממציאים: לאלמנה מאדאם קליקו ולכומר המוכשר דום פריניון מחבל שמפאן בצרפת, אך גם בקרב בני הדודים של השמפניה, אלה המיוצרים במתודה של שמפניה, יש ראויים מאוד, גם אלה שמיוצרים בישראל.

פסיפלורה

בכל שנה, בזמן שהפסיפלורה מסמנת בשלות אישית ניתן האות, ואנחנו מגיעים עם טנדר 4x4 למטע בבית יצחק, ומעמיסים את כל היבול בארגזי עץ עם מסמרים, כמו פעם.
מהפסיפלורה אנחנו יוצרים טונה של ריבה וסירופ, וגם ממצים את הגרעינים. כל אלה משמשים אותנו עד הצלצול להיכנס לכיתה בשנה הבאה.
הברכה החגיגית לאריכות ימים אצלנו היא: "בשנה הבאה פסיפלורה", עם הרבה תשוקה כמובן.





שמפניה עם פסיפלורה

מוזגים שמפניה לגביע שמפניה עד לגובה שני שליש. מוסיפים חצי שוט סירופ פסיפלורה מתוצרת קוליברי או מונין, מערבבים קלות ומגישים. אפשר להוסיף כפית קטנה של מחית פסיפלורה.

שמפניה עם ליצ'י

צולפים ליצ'י שלם קלוף ללא הגלעין לתוך גביע שמפניה. מוזגים שמפניה עד לגובה שני שליש. מוסיפים חצי שוט סירופ לי'צי מתוצרת קוליברי או מונין, מערבבים קלות ומגישים.

קמפרי עם פסיפלורה ואשכוליות אדומות

מוגש בכוס ויסקי

40 מ"ל קמפרי
60 מ"ל מיץ אשכוליות אדומות
20 מ"ל סירופ פסיפלורה, של מונין או קוליברי
4 קוביות קרח
1 כף גרעיני פסיפלורה

מוזגים לכוס, מוסיפים את קוביות הקרח, מפזרים מלמעלה את גרעיני הפסיפלורה ומערבבים.

אבסולוט Chambord

מוגש בכוס ויסקי
40 מ"ל וודקה טובה
40 מ"ל ליקר Chambord (ליקר פטל שחור
מלכותי וצרפתי מאוד)
40 מ"ל סאוואר מיקס (מערבבים מי סוכר
ומיץ לימון סחוט בכמויות שוות)
20 מ"ל מליבו (רום קוקוס)
כוס ויסקי מלאה בקוביות קרח

מוזגים את כל המרכיבים והקרח לשייקר
ומשקשקים. מוזגים הכול בחזרה לכוס
ומגישים עם מקל קינמון וקש קצר.
מומלץ לשתות דרך הקינמון.

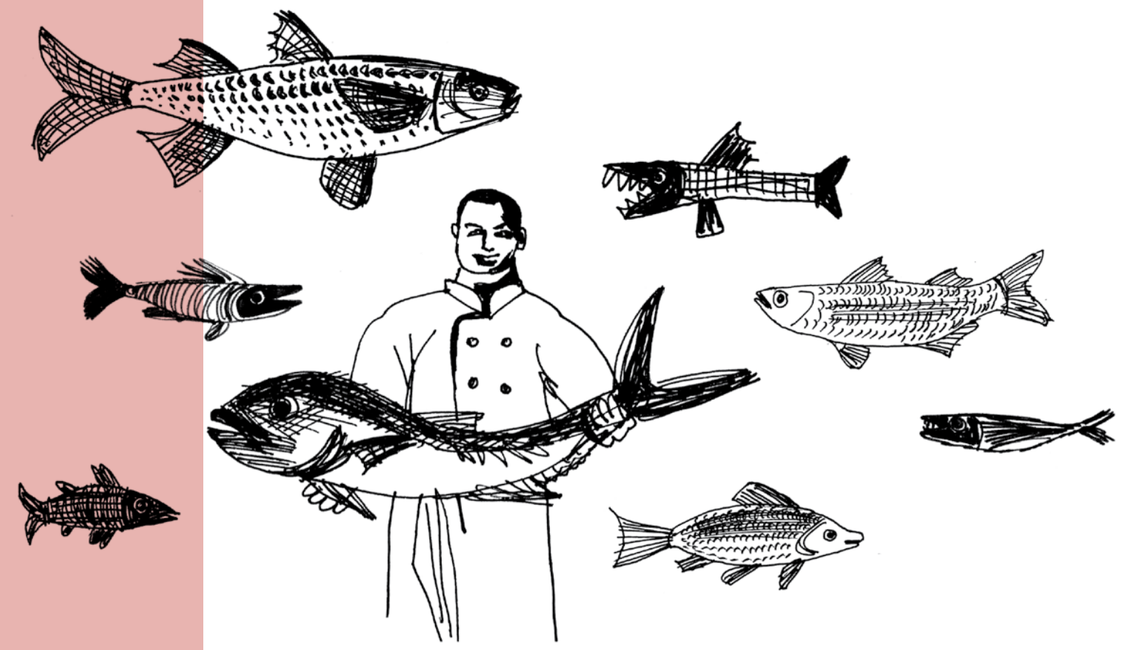


מרטיני ג'ינג'ר עם פלפל שאטה

מוגש בגביע מרטיני
זה מרטיני למתקדמים, וגם למי שצריך חיזוק בסוף
היום. השילוב של שלושה סוגי חריפות מביא אותה
כבר בשלוק הראשון, ולכן טיב הוודקה הוא קריטי
הפעם!
פרוסה של שורש ג'ינג'ר טרי
10 מ"ל מי סוכר (מערבבים סוכר ומים רותחים
בכמויות שוות, ומצננים)
60 מ"ל וודקה טובה
כוס ויסקי מלאה בקוביות קרח
1 פלפל שאטה

כותשים את הג'ינג'ר עם מי הסוכר בשייקר, מוסיפים
את הוודקה ואת הקרח, משקשקים ומוזגים לכוס.
מציפים פלפל שאטה שלם על פני המשקה.





מאזנים של מליחים עם מורשת

היטיב לתאר הסופר האוטופיסט-הבדיוני היהודי הראשון, אלחנן ליב לוינסקי מראשוני אגודת "חובבי ציון", את יחסו לדגים מלוחים ולשלום: "וכמה שאני חובב את הדגים האלה ומרגיש להם 'סימפטיה' מיוחדת, נוח לי יותר להתחיל בשלום משבהם".

על שמו של לוינסקי יש לנו עכשיו יותר מליחים מאשר בפולניה ובטורקיה גם יחד. עמנו המוקף מכל עבר בדמעות ובמלח מצא בו סמל לעתידנות, המתקיימת כבר עכשיו בשוק הנושא את שמו.

את המשלים המקומי לדג המלוח שלנו הפולני, קיבלנו בישראל בדמותה של הלקרדה. אתם יכולים לשאול את צדיק ממעדניית חיים רפאל מרחוב לוינסקי 36 בתל אביב, רק זכרו שאצל צדיק תמיד התשובות טובות מהשאלות.

דג מלוח מתחיל בדג ההרינג שממנו עושים מאטיאס בהולנד, משם הוא היגר לפולניה ולרוסיה מומלח יותר וקטן יותר, כנראה על שום דלות החומר. במאה ה-18 לא ניתן היה לחצות את הים הגדול ללא חבית דגים, ולו בגלל עובדה זו נוכל להכיר בדג המלוח, כמייצג יזמות היי-טקית של זמנו.

לדברי צדיק מהמעדנייה בלוינסקי, "הלקרדה נעלמה בגלל הצוללות הרוסיות שבדרך, אלה ששחו מתחת למים במיצרי הבוספורוס והרגו את הדגים. במקום הלקרדה התחילו לייבא לארץ את המקרל משוודיה", ששם יש פחות צוללות, יותר וולבו ויותר בטיחות, ומהמקרל מדמים עבורנו את טעם הלקרדה.

מטיאס בשמנת ובצל

4-6 מנות

2 פילטים של דג מטיאס כבוש
1 בצל סגול בינוני, חצוי ופרוס דק
1 בצל ירוק, פרוס דק
1 כפית גרגירי פלפל אנגלי
½ כוס שמנת חמוצה

ממשמשים את נתחי הפילה בעזרת האצבע ושולפים עצמות קטנות ("קוצים") בעזרת פינצטה. חוצים אותם לאורך, ופורסים כל מחצית לפרוסות ברוחב של כ-2 ס"מ. מניחים בקערה. מוסיפים את הבצל, את הבצל הירוק והפלפל האנגלי ומערבבים. מוסיפים את השמנת ומערבבים. מאחסנים במקרר שעה.

פולנים משני הצדדים מוסיפים פרוסות דקות של תפוח עץ ירוק אחד, קלוף ומגולען. מחליק מצוין עם וודקה קפואה ופרוסה עבה של לחם שחור, חתוך בזווית כמו מעצור דלת.





"וכמה שאני חובב את הדגים האלה ומרגיש להם 'סימפטיה' מיוחדת,
נוח לי יותר להתחיל בשלום משבהם".

א.ל. לוינסקי

שמלץ הרינג פולני הרינג בוגר ושמן

4-6 מנות

1 דג שמלץ הרינג כבוש במלח
1 בצל בינוני, קצוץ דק
1 גמבה, נקייה מגרעינים וגידים לבנים וחתוכה לרצועות

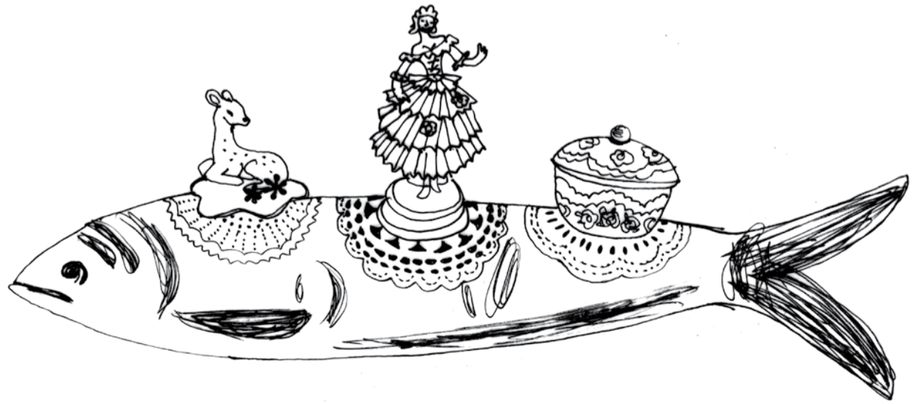
למשרה:

5 כפות חומץ בן יין אדום
5 כפות מים
2 עלי דפנה
3 גרגירי פלפל אנגלי, שבורים
1 כף סוכר

להגשה:

עירית קצוצה
שמן זית
פלפל שחור

משרים את הדג במים קרים ל-3 שעות, ומחליפים את המים בכל חצי שעה. לאחר ההשריה מנקים את הדג:
מפרידים את נתחי הפילה מהאדרה וחותכים את הראש. מסירים את העצמות הקטנות ("קוצים") באזור הבטן, בעזרת סכין חדה שמכניסים בין הקוצים לבשר הדג בזווית של 45 מעלות.
מסירים את העור מנתחי הפילה:
מניחים כל פילה על קרש חיתוך, צד העור כלפי מטה. מכניסים סכין חדה (גמישה, אם יש) בין העור לבשר הדג בצד הזנב ומעבירים אותה בתנועה בטוחה לכיוון הראש. שומרים בצד את החלב (שק הזרעים של הזכר, אשר לפעמים קוראים לו בטעות כבד) או את הביצים (של הנקבה), אם יש כאלה.
פורסים את נתחי הפילה לרוחבם לרצועות של 2 ס"מ ומניחים בתבנית עמוקה. מניחים בתבנית גם את החלב או הביצים (אם יש). מוסיפים את הבצל והגמבה.
מביאים לרתיחה את מרכיבי המשרה, ומקררים מעט. יוצקים את המשרה לתבנית, מכסים ומאחסנים במקרר יום (ועד שבועיים).
ההגשה: מוציאים את נתחי הדגים מהמשרה ומניחים בצלחת ההגשה. מפזרים את העירית, מזליפים מעט שמן זית וגורסים פלפל שחור.









סביצ'ה של בורי עם סומק

4-6 מנות

4 דגי בורי, טריים, בינוניים, מופרדים לנתחי פילה
1½ כוסות מיץ לימון טרי
¼ כפית פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
2 שיני שום, כתושות
3 כפות מלח גס
2 בצלים סגולים, חצויים ופרוסים דק
מעט שמן זית
2 כפות סומק (רוכשים בחנות תבלינים)

ממשישים את בשר הדגים באצבעות ושולפים עצמות קטנות ("קוצים") בעזרת פינצטה.
בעזרת סכין חדה וארוכה פורסים את נתחי הפילה באלכסון לפרוסות בעובי ו ס"מ.
מערבבים את מיץ הלימון, הצ'ילי, השום והמלח בכלי. מוסיפים את פרוסות הדג ומשרים 45 דקות עד שעה.
מערבבים את הבצל בקערה עם השמן והסומק. מסננים את נתחי הדג מהמשרה ומוסיפים לבצל המתובל. מאחסנים במקרר כשעתיים.



פעם הבורי היה מלך גדול. גם כיום הוא עדיין דג חשוב בישראל. כיוון שגם לאחר נחיתת האדם על הירח, הר האוורסט עדיין נחשב די גבוה. אנחנו גאים בך, בורי!

בגרסת הסביצ'ה שלנו אין קוביות עגבניות, והוא פחות סלט מהנוסח הדרום אמריקאי המקובל.
השף השני והאהוב של מאנטה ריי, רובי פורטנוי, שהוא בעל שורשים בדרום אמריקה, הציג את הסביצ'ה הזה וזכה לתשואות מיידיות.





שוברים ביצים

מאז שהמציאות מוכתבת על ידי דימויים, (ואולי בכלל, שניהם קרסו מזמן ליישות אחת), כבר אין הבדל בין משל לנמשל. הבוקר והביצה התאחדו - ללא יכולת להינתק זה מזו. אמרת בוקר, אמרת ביצה. יתכן שחלמון הביצה מזכיר לנו את השמש הזורחת, ואולי הקליפה מעוררת תחושות של לידה מחדש.

הביצים שלנו מגיעות טריות-טריות מהמשק, ואנחנו משתמשים בהם מיד, כדי לא לאכזב את התרנגולת, שהייתה כה מעורבת. אבל כשמונחת לפנינו צלחת של ביצים ובייקון, מיד נבחין בתרומתו של החזיר, ובהבדל שבין מעורבות ומחויבות: התרנגולת מעורבת, ואילו החזיר ממש מחויב. רק בשניצל מתקיימת סימטריה הרמונית וצדק קוסמי בין מרכיביו.



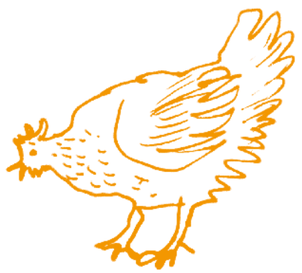












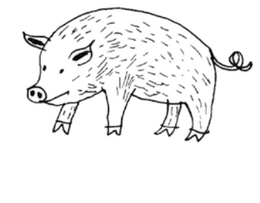


אומלט קישואים ובייקון

4-6 מנות

1 כף מלח גס
3 קישואים בינוניים, צעירים ויפים
3 פרוסות בייקון
25 גרם חמאה
1 בצל סגול בינוני, חצוי ופרוס דק
2 כפות יין לבן יבש
1 כף רוטב סויה מאיכות טובה
1 כפית עלי תימין טריים
קצה כפית אדום חריף גרוס (צ'ילי)
מלח ופלפל שחור
6 ביצים
¼ כוס חלב

מרתיחים מים בסיר ומוסיפים את המלח. חולטים את הקישואים כ-3 דקות, מוציאים ומעבירים לקערה עם מי קרח. מסננים, קוטמים את קצוות הקישואים ופורסים אותם לעיגולים דקים מאוד.
מסירים את הסחוס בצדי פרוסות הבייקון וחותכים את הפרוסות לקוביות קטנות.
ממיסים את החמאה במחבת טפלון גדולה ומשחימים את הבייקון. מוסיפים את הבצל ומטגנים דקה או שתיים. מוסיפים את הקישואים ומערבבים דקה נוספת. מוסיפים את היין, הסויה, התימין והצ'ילי. מתבלים במלח ובפלפל ומערבבים כחצי דקה.
שוברים את הביצים לקערה וטורפים עם החלב, עד שנוצרות בועות קטנות. מוסיפים את הבלילה למחבת ומטלטלים את המחבת קלות, כדי שהבלילה תתפזר בה באופן אחיד. מנמיכים את הלהבה לנמוכה מאוד, מכסים את המחבת ומבשלים עד שהביצים נקרשות במידה האהובה עליכם. מחלקים למנות ומגישים.





FRI-TA-TA

פריטטת תפוחי אדמה

המנה הזאת הגיעה אלינו מהאיטלקים - רק הם מוכשרים לחבר בין סתם אומלט לפשטידה וליצור פריטטה - כמה נעים לגלגל את שמה על הלשון! נתנו לה כבוד, ודאגנו ששם המנה יישאר כפי שנהגה במשך דורות.

4 מנות

2 תפוחי אדמה בינוניים, קלופים
שמן לטיגון עמוק
2 כפות שמן זית
2 בצלים, פרוסים דק
עלים מ-2 גבעולי תימין
מלח ופלפל לבן
8 ביצים
3 כפות חלב
חמאה לטיגון
עירית קצוצה

פורסים את תפוחי האדמה לרוחבם לפרוסות דקות ככל האפשר (כמו "תפוצ'יפס"). מחממים שמן לטיגון עמוק ומטגנים את הפרוסות עד שהן שחומות. מוציאים ומניחים על מגבות נייר.
מחממים את שמן הזית במחבת. מוסיפים את הבצל ומטגנים עד שהוא מזהיב. מוסיפים את עלי התימין, המלח והפלפל ומטגנים עוד דקה. מסירים מהאש ומעבירים את תכולת המחבת לקערה. מוסיפים לקערה את תפוחי האדמה המטוגנים ומערבבים בעדינות.
שוברים את הביצים לקערה נפרדת וטורפים עם החלב (או מקציפים עד שהן תפוחות).
מחממים מחבת טפלון גדולה וממיסים בה את החמאה. יוצקים את הביצים למחבת. מפזרים מלמעלה את תערובת תפוחי האדמה והבצל, ומטלטלים את המחבת קלות כדי שהבלילה תתפזר בה באופן אחיד. מוסיפים את העירית. מנמיכים את הלהבה לנמוכה מאוד, מכסים את המחבת ומטגנים עד שהפריטטה מוצקה ואפשר להפוך אותה בלי שתיקרע. מצמידים למחבת צלחת גדולה והופכים עליה את הפריטטה. מחליקים אותה חזרה למחבת ומטגנים עוד חצי דקה מהצד השני, כדי שתתגבש סופית.
מעבירים לצלחת ההגשה, חותכים למשולשים ומגישים.





פעם בשנה, ביום הארוך ביותר בשנה, אנחנו חוגגים לילה לבן עם העיר הלבנה תל אביב, עד הבוקר, ומגישים ארוחות בוקר מהלילה ועד לצהריים. המנה הזאת מיוחדת ללילה זה בלבד, מנה באקסקלוסיב, ומתוך כבוד לחגיגיות היא תופיע רק ביום אחד בשנה, על פי כוכבי השמים. אבל בבית הכול פתוח.

4 מנות

4 עיגולים של בצק עלים מרודד בקוטר
של כ-15 ס"מ כל אחד

לרוטב הולנדז:

1 בצל שאלוט קצוץ
½ כוס חומץ בן יין לבן
5 כפות יין לבן
1 כפית סוכר
2 גרגירי פלפל אנגלי
1 עלה דפנה
2 חלמונים
1 כוס חמאה מזוקקת (עמ' 238),
או 250 גרם חמאה מומסת
מלח ופלפל לבן

לשרימפס:

30 גרם חמאה
כ-20 שרימפס בינוניים, טריים
או קפואים, קלופים
כ-24 עגבניות שרי חצויות
1 שן שום כתושה
מלח ופלפל
½ ק"ג עלי רוקט
מיץ מלימון אחד

לביצים:

2 ליטרים מים
1 כפית מלח גס
1 כף חומץ
8 ביצים טריות מאוד



EGGS בנדיקט עם שרימפס

מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות). מניחים את עיגולי הבצק בתבנית, ומניחים עליהם תבנית נוספת, כדי שהבצק לא יתנפח בזמן האפייה. מכניסים לתנור ואופים כ-10 דקות. מסירים את התבנית העליונה ואופים עוד כשתי דקות, עד שהעיגולים מזהיבים (אפשר לאפות את עיגולי הבצק מראש, ולחמם כדקה בתנור בחום של 150 מעלות לפני ההגשה).

הרוטב: שמים את השאלוט, החומץ, היין, הסוכר, גרגירי הפלפל ועלה הדפנה בסיר קטן. מביאים לרתיחה ומצמצמים עד שנותרת בסיר כרבע כוס נוזל. מסננים ומעבירים לקערה. מניחים את הקערה על סיר מים מבעבעים, כך שתחתית הקערה אינה נוגעת במים. מוסיפים את החלמונים וטורפים במטרפה, עד שהם מתחילים להסמיך. מוסיפים את החמאה בהדרגה ותוך כדי טריפה. מתבלים במלח ובפלפל, מסירים את הקערה מעל הסיר ומכסים אותה.

השרימפס: ממיסים את החמאה במחבת גדולה. מוסיפים את השרימפס ומטגנים כדקה, עד שהם מתחילים לשנות את צבעם. הופכים את השרימפס ומטגנים דקה נוספת. מוסיפים את עגבניות השרי ואת השום, מתבלים ומטגנים כדקה נוספת. מוסיפים את עלי הרוקט, מקפיצים כמה שניות, מוסיפים את מיץ הלימון ומסירים מהאש.

הביצים: מרתיחים את המים עם המלח והחומץ בסיר רחב. מנמיכים את הלהבה כך שהמים לא יבעבעו. שוברים ביצה לקערית והופכים אותה לתוך הסיר במהירות וקרוב למים. מוסיפים למים באותה צורה עוד 3 ביצים, ולא יותר. מבשלים כשתי דקות, עד שהחלמונים מתכסים בקרום לבן אך נשארים נוזליים. מוציאים בכף מחוררת ומניחים על מגבת בד. מבשלים באותה צורה את 4 הביצים הנותרות.

ההגשה: מניחים את עיגולי הבצק בצלחות ההגשה ומעליהם את השרימפס עם העגבניות ועלי הרוקט. מוסיפים שתי ביצים לכל צלחת, יוצקים על הכול כף גדושה של רוטב הולנדז ומגישים.

ביצים עלומות על טוסט, עם סלט ארוגולה

4 מנות

לסלט:

צרור עלי ארוגולה, ממוינים ושטופים
עגבניות שרי, חתוכות לרבעים
4 כפות שמן זית
1 כף מיץ לימון טרי
1 כפית חומץ בלסמי
מלח

4 פרוסות לחם לבן ללא הקרום

לביצים:

2 ליטרים מים
1 כפית מלח גס
1 כף חומץ בן יין
8 ביצים טריות מאוד
מלח גס ופלפל שחור גרוס

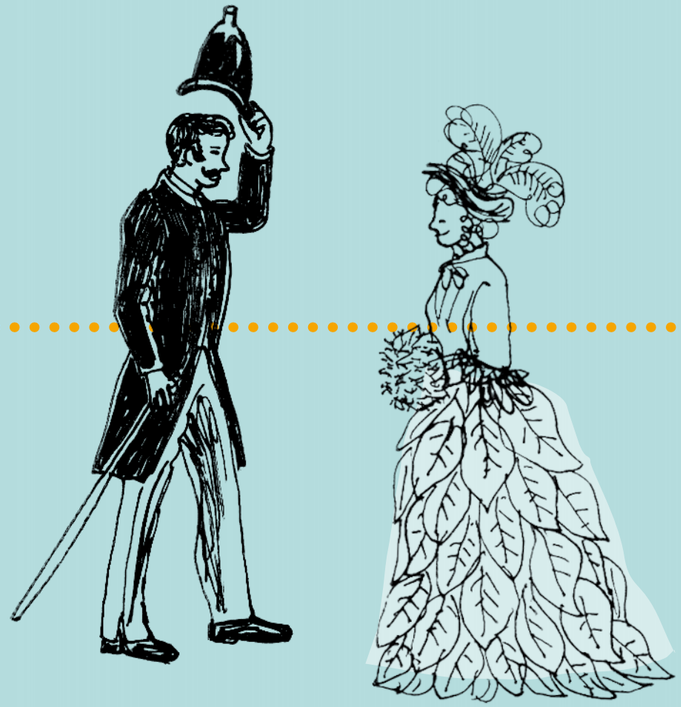
מכינים את הסלט. קולים את פרוסות הלחם בטוסטר. מניחים את הטוסטים בצלחות חצי עמוקות. עורמים על כל טוסט תלולית של סלט.

הביצים: מרתיחים את המים עם המלח והחומץ בסיר רחב. מנמיכים את הלהבה, כך שהמים לא יבעבעו. שוברים ביצה לקערית, והופכים אותה לתוך הסיר במהירות וקרוב לפני המים. מוסיפים למים באותה צורה עוד 3 ביצים ולא יותר. מבשלים כשתי דקות, עד שהחלמונים מתכסים בקרום לבן אך נשארים נוזליים. מעבירים לצלחת בכף מחוררת ומבשלים באותה צורה את הביצים הנותרות.

מניחים את הביצים מעל הסלט. זורים על הביצים מעט גרגרי מלח גס ופלפל שחור גרוס ומגישים.

הביצה העלומה עושה קאמבק בימים אלה בעולם. בישראל היא היתה יחסית עלומה עד לאחרונה. יש בביצה עלומה מידות של טוהר, וסגולות של בתוליות ורכות בלתי מתפשרות. תכנון אכילתה אינו כה אסטרטגי כפי שנדרש בביצת עין. הנאה גדולה היא לנקב אותה בעדינות-בעדינות. היא איננה משאירה את האופציה להתחיל בלבן שמסביב. היא דורשת טוטאליות והתמסרות לעומק החלמון הצהוב, זה שמתרגש לנבוע בנזילה עבה ואיטית. להכנתה אין כל צורך בשומנים, על כן ניתן לפצות בנגיסות בלחם ובחמאה למשל, כדי לשמור משקל.





קרוק מסייה וקרוק מדאם הם הדרך הכי קולית
להתחיל בוקר בפריז "כמו שצריך", אבל בארץ
ששוכנת על הים התיכון, אי אפשר לעשות את זה
ללא החציל. מי יכול על חציל?

גברת קרנצ'י

4 מנות
4 פרוסות חלה
חמאה לטיגון
4 ביצים
4 פרוסות שינקן מעושן
1 מיכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה
300 גרם עלי בייבי תרד
מלח ופלפל לבן
מעט קליפת לימון מגוררת

מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות). קורצים בכל פרוסת חלה חור בעזרת כוס.
מחממים חמאה במחבת גדולה. מניחים את הפרוסות במחבת ומטגנים עד שחלקן התחתון מזהיב. הופכים את הפרוסות ושוברים ביצה אחת לתוך כל חור. מטגנים עד שהחלבון נקרש מעט. מעבירים לתבנית אפייה בעזרת מרית. מניחים פרוסת שינקן על כל פרוסת חלה, מכניסים לתנור ואופים 3 דקות.
בינתיים מחממים את השמנת במחבת גדולה ומצמצמים אותה מעט. מוסיפים את עלי התרד, מלח, פלפל וקליפת הלימון, מערבבים ומסירים מהאש.
מניחים פרוסת חלה בכל צלחת. מניחים את התרד על הפרוסות, יוצקים את השמנת ומגישים.

מר קרנצ'י

4 מנות
חציל גדול
מלח גס
שמן לטיגון
4 פרוסות חלה או לחם לבן
4 כפות רוטב איולי (עמ' 239) או מיונז
מאיכות טובה
4 פרוסות שינקן מעושן
50 גרם גבינת קצ'וטה או קצ'קבל מגוררת

לסלט
צרור עלי ארוגולה, ממוינים ושטופים
כמה עגבניות שרי חתוכות לרבעים
4 כפות שמן זית
1 כף מיץ לימון טרי
1 כפית חומץ בלסמי
מלח

קולפים את החציל ופורסים אותו ל-8 פרוסות. מניחים על מגש, זורים על הפרוסות מלח גס ומניחים (רצוי בשמש) כשעתיים. מנגבים את הפרוסות ומטגנים בשמן חם עד שהן זהובות, מוציאים ומניחים על מגבות נייר.
מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות). מורחים את פרוסות החלה באיולי (עמ' 239), או במיונז. מניחים פרוסת שינקן על כל פרוסת חלה, ומעליה שתי פרוסות חציל מטוגן. מפזרים שתי כפות גבינה על כל פרוסה, מכניסים לתנור ואופים כ-5 דקות, עד שהגבינה נמסה ומזהיבה.
בינתיים מכינים את הסלט. מניחים פרוסה בכל צלחת ועורמים עליה את הסלט.



אי אפשר להתייחס לשקשוקה לכשעצמה, כשיש דוקטור מדיציני לתחום בארץ. מזמן השקשוקה הפכה למשהו הגדול ממנה בכמה מספרים. היא מסמנת חוויה אירונית למיש-מש של הקיום הסלאבו-לבנטיני המורכב בישראל. רוחה של השקשוקה דומה לבחירת סנדוויץ' אצל איציק ורותי ברחוב שינקין - "שים לי מה שיש במשהו". נכון שבענייני אוכל תפקיד הדימוי חזק לא אחת מהטעם לכשעצמו. לקוויאר, למשל, יש אופציה להיות בסך הכול ביצי דגים שתפסו תחת בתוך קופסת פח כחולה. שקשוקה אמיתית צריך לדעת כיצד להכין, ויש לה מתכון בדוק. אחרת הכול דיבורים.



שקשוקה קלאסית

3-5 מנות

3 כפות שמן זית
1 בצל גדול, חתוך לקוביות קטנות
1 פלפל אדום, חתוך לקוביות קטנות
½ פלפל ירוק חריף ערי, קצוץ (שימו לב למידת החריפות)
5 עגבניות גדולות, אדומות ובשלות, קלופות וחתוכות לקוביות קטנות
2 שיני שום, כתושות
1 כף פפריקה מתוקה
1 כף רסק עגבניות
½ כפית שטוחה כמון
¼ כוס מים חמים
מלח ופלפל שחור
6 ביצים

מחממים את השמן בסיר רחב. מוסיפים את הבצל ומאדים על להבה נמוכה עד שהוא שקוף. מוסיפים את הפלפל האדום והפלפל החריף ומטגנים כשתי דקות. מוסיפים את העגבניות ומטגנים עוד כ-5 דקות. מוסיפים את השום, הפפריקה, רסק העגבניות והכמון ומטגנים כדקה נוספת. מוסיפים את המים החמים ומבשלים על להבה נמוכה 10-5 דקות, תוך ערבוב. מתבלים במלח ובפלפל.
בעזרת כף יוצרים בתבשיל 6 גומות קטנות. שוברים ביצה לתוך כל גומה וממליחים שוב. מכסים את הסיר ומבשלים לפי מידת העשייה הרצויה לכם. הולך טוב עם פרוסות גבינת חלומי מטוגנות בשמן זית.



במקום לחם

טריות היא ליבתם של החיוניות ושל החוצפה בחיים. אין זיכרון מתוק יותר מביס בנשיקה של לחם חם בדרך הביתה מהמכולת, אין טרייה מנימפה בסערה, ואין מקום טוב יותר בעולם להתעורר בבוקר מאשר על תנור לבנים במאפייה ליד חתול דוגמן. כפי שרוח הזמן מתירה חירות ללשון, ברור שאין, אין, אין על לחם טרי. נכון שמשך ההכנה של לחם אורך פי כמה מונים מזמן אכילתו, אבל אל להן להנאות אמיתיות להימדד בשנתות של שעון עצר או בלוח שנה. זמן הוא יישות אלכימית. אפשר לצרוף זמן מהיעדרו, וחוץ מזה "הזורעים ברינה, בדמעה יקצרו".





מוגשות כאן הצעות לשני לחמים מהירים ואחד איטי למען הקלאסיקה.
בתהליך המסורתי של אפיית לחם משתמשים במחמצת שאור ובשמרים שמצויים באוויר, על כן הלחם תופח לו לאט-לאט. אבל האמריקאים, שמצאו קשר אינטליגנטי ותועלתני בין זמן לכסף, המציאו לנו פטנטים. המאפין הוא מאכל המוכר לחלק האנושות שחי במערב הכדור, עוד מהמאה העשירית בוויילס. הרבה לפני סיינפלד ואיילין, הרבה לפני הרעיון למכור כיפות של מאפינס. המאפין העכשווי הוא תולדה של פטנט טכנולוגי, ההמצאה של חומרי ההתפחה במאה ה-18, הורתם של אבקות האפייה והסודה לשתיה. כמו האינטרנט, גם אבקת האפייה התחילה מתישהו על ידי מישהו - סמיואל הופקינס הוא הממציא שרשם פטנט על אבקה ממלחים שנוצרו משריפת עץ, והרוויח על זה יפה וארנקו תפח.









מאפינס גזר

12 יחידות

1¼ כוסות (200 גרם) קמח
1 כף אגוז מוסקט טחון
1 כף קינמון טחון
½ כפית מלח
1 כפית אבקת סודה לשתיה
2 כוסות (170 גרם) קוקוס
4 גזרים בינוניים, קלופים ומגוררים
1½ כוסות (320 גרם) סוכר חום
3 ביצים
¾ כוס (180 מ"ל) שמן קנולה או שמן חמניות

תבנית שקעים או כלי אלומיניום חד-פעמיים בנפח של חצי כוס

מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות) ומשמנים את השקעים בתבנית או את הכלים החד פעמיים.
מערבבים בקערה את הקמח, אגוז המוסקט, הקינמון, המלח, הסודה לשתייה והקוקוס.
מוסיפים את הגזר, מערבבים ומניחים בצד.
שמים את הסוכר והביצים בקערת המיקסר, ומקציפים עד שהם תפוחים ובהירים.
מנמיכים את מהירות ההקצפה, ומוסיפים את השמן בזרם דק תוך כדי הקצפה. מוסיפים את תערובת הגזר וממשיכים להקציף עד שמתקבלת עיסה אחידה ודביקה.
מחלקים את העיסה לשקעים בתבנית או לכלי האפייה. אופים כ-20 דקות, עד שהמאפינס קפיציים למגע, או עד שקיסם הננעץ במרכזם יוצא יבש.



מאפינס קפה

12 יחידות

½1 כוסות (210 גרם) קמח
¼ כפית אבקת סודה לשתיה
מעט מלח
½1 כוסות (310 גרם) סוכר
70 גרם מרציפן גולמי
160 גרם חמאה, בטמפרטורת החדר
4 ביצים, מופרדות
¾ כוס (170 גרם) רוויון
1 כף אספרסו או נס קפה חזק מאוד
2 כפות שקדים מולבנים פרוסים

תבנית שקעים או כלי אלומיניום חד-פעמיים בנפח של חצי כוס

מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות) ומשמנים את השקעים בתבנית או את הכלים החד-פעמיים. שמים את הקמח, הסודה לשתייה והמלח בקערה, מערבבים ומניחים בצד.
שמים את הסוכר והמרציפן בקערת המיקסר ומערבלים (בעזרת האביזר המכונה "גיטרה"), עד שמתקבלים פירורים. מוסיפים את החמאה וממשיכים לערבל עד שהיא נבלעת בפירורים. מוסיפים את החלמונים, זה אחר זה, תוך ערבול, ולאחר מכן חצי מכמות הרוויון ואת הקפה. מוסיפים את הקמח ולאחר מכן את שארית הרוויון, ומערבלים עד שהבלילה אחידה.
מערבבים את החלבונים (לא מקציפים) במטרפה בקערית. מפסיקים את פעולת המיקסר ומוסיפים את החלבונים לבלילה בתנועות קיפול.
מחלקים את הבלילה לשקעים בתבנית או לכלי האפייה ומפזרים בכל שקע מעט שקדים פרוסים. אופים כ-20 דקות, עד שהמאפינס קפיציים למגע או עד שקיסם הננעץ במרכזם יוצא יבש.

ולו בזכות הבריוש, הלחם העשיר והטעים בעולם, הצרפתים ראויים לגן עדן, או לפחות לקפה טוב יותר מקפה-או-לה חלש. הקביעה שהצרפתים טובלים קרואסון בקפה כדי לשפר את טעם הקפה, נמצאה נכונה. הבריוש הוא גיבור המשפט שמארי אנטואנט מעולם לא אמרה, אך עלה לה בראשה.
S'ils n'ont pas de pain, qu'ils mangent de la brioche...: "אם אין לחם תאכלו בריוש" (ולא עוגות).
למשפט אחראית אחותה, מלכת נאפולי מריה-קרולינה, אך לתוצאותיו אחראית התקשורת העוינת.
במחשבה שנייה, אולי כדאי היה לה להיענות להצעת הנישואין של מוצארט בן עירה, וינה, וללכת בעקבות הכישרון ולא בעקבות הממון. הבריוש הוא הקלאסי שבלחמים, והניגוד הגדול ביותר ללחם אחיד ושחור, ממש חתן קתולי לחמאה, לפני ולפנים. ההכנה של חלת-על זו שווה כל דקה של לישה וסבלנות, התוצאה תיתן פייט טוב לקרואסון.



בריוש

10 יחידות

2⅓ כוסות (350 גרם) קמח לחם (שטיבל מס' 12, מקורר!
1 כף חלב
מעט מלח
¼ כוס (55 גרם) סוכר
20 גרם שמרים טריים מפוררים, או "שמרית"
½ כפית תמצית וניל אמיתי
200 גרם חמאה, קרה מאוד, חתוכה לקוביות
1 ביצה טרופה
מעט סוכר חום
תבנית שקעים או כלי אלומיניום חד-פעמיים, בנפח של חצי כוס

שמים בקערת המיקסר את הקמח, החלב, המלח, הסוכר, השמרים ותמצית הווניל.
מערבלים במהירות בינונית בעזרת וו הלישה, עד שמתחיל להיווצר בצק. מוסיפים את קוביות החמאה בהדרגה, זו אחר זו, וממשיכים ללוש רק עד שהחמאה נבלעת בבצק ולא יותר. מוציאים את הבצק מהקערה, מאחדים אותו לצורת כדור ועוטפים בשקית ניילון.
שומרים במקרר לפחות 4 שעות, או למשך הלילה.
מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות).
מחלקים את הבצק ל-10 חלקים שווים (50 גרם כל אחד). מעצבים כל חלק לכדור. (בשלב הזה אפשר להקפיא את כדורי הבצק, ולהפשיר אותם במקרר לילה לפני שממשיכים).
מניחים את הכדורים בשקעים של התבנית (הם לא אמורים למלא את השקעים) כ-40 דקות, עד שהבריושים תופחים, אך לא מכפילים את נפחם. אם רוצים לאפות כיכר אחת, מעצבים מהבצק כיכר ומניחים אותה בתבנית אינגליש קייק.
מברישים את פני הבריושים בביצה הטרופה, ומפזרים עליהם מעט סוכר חום. מכניסים לתנור ואופים כ-15 דקות, עד שהם זהובים. אם משתמשים בתבנית אינגליש קייק, זמן האפייה הוא כחצי שעה. מגישים באותו יום.

S'ils n'ont pas de pain, qu'ils mangent de la brioche...



פנקייקס עם קונפי אפרסקים

כשיש המון אורחים ולא מעוניינים להיתקע מאחורי ארבע מחבתות על ארבע להבות, מכינים את הבלילה ערב קודם ושומרים במקרר, כמובן. בבוקר מטגנים את הפנקייקס, מעבירים אותם לתבנית חסינת חום או לתבנית אפייה, מברישים קלות בחמאה מומסת ומכסים בחופשיות ברדיד אלומיניום. אפשר לשמור פנקייקס מוכנים עד 20 דקות בתנור שחומם ל-100 מעלות. יש אין ספור מתכונים לפנקייק. זו הגרסה המשפחתית שלנו, שעליה גידלנו את ילדינו, תמרה ואוריה, ובמבחן התוצאה יצא זהב.
בקיץ אנחנו מגישים את הפנקייק עם אפרסקים ובחורף עם חבושים.

12-15 יחידות
65 גרם חמאה
2 כפות סוכר
1 כוס חלב
½ מקל וניל, חצוי לאורכו
¾ כוס קמח
2 כפיות אבקת אפייה
2 ביצים, טרופות

להגשה
קונפי אפרסקים

הבלילה: שמים בסיר את החמאה, הסוכר וחצי כוס מהחלב. מגרדים את הגרגירים מתוך מקל הוניל לתוך הסיר ומוסיפים גם את המקל. מחממים עד שהחמאה והסוכר נמסים ומסירים מהאש.
מערבבים את הקמח עם אבקת האפייה.
טורפים את הביצים עם שארית החלב בקערה. מוסיפים אליהם מצקת מהחלב החם תוך כדי טריפה, ולאחר מכן יוצקים את בלילת הביצים לסיר תוך טריפה. מוסיפים בהדרגה את תערובת הקמח, וטורפים עד שנוצרת בלילה דלילה. מסננים ומאחסנים במקרר חצי שעה עד שעה.
הטיגון: רצוי לייחד מחבת אחת, בקוטר 28 ס"מ, לטיגון פנקייקס בלבד, או להשתמש במחבת טפלון לא פגומה. מחממים את המחבת מעט על להבה נמוכה (אין צורך לשמן), ויוצקים לתוכה חצי מצקת מהבלילה בשלושה מקומות, בלי לפזר את הבלילה. העיגולים נוצרים מעצמם. מטגנים עד שנוצרות בועות בחלק העליון של כל פנקייק, והחלק התחתון מזהיב. הופכים ומטגנים עוד כ-20 שניות, עד שגם החלק התחתון מזהיב. מוציאים וממשיכים לטגן כך את שארית הבלילה. שמים את הפנקייקס בערימה, ומגישים עם הקונפי, או עם סירופ מייפל, סלט פירות טרי, ריבה או כל תוספת אחרת שחביבה על בני המשפחה.



קונפי אפרסקים

½ ליטר מים
250 גרם (1¼ כוסות) סוכר
1 כף דבש
1 גבעול למון גראס
1 ק"ג אפרסקים (רצוי צהובים), מגולענים וחתוכים לרבעים

שמים את המים, הסוכר, הדבש והלמון גראס בסיר. מחממים עד שהסוכר נמס והמים מגיעים לסף רתיחה. מנמיכים את הלהבה ומוסיפים את האפרסקים. מבשלים על להבה נמוכה עד שהאפרסקים רכים. שומרים בצנצנת עם הנוזלים 3-4 ימים במקרר.

פרנץ' טוסט עם קונפי תאנים וקרם פרש

מתכון זה הוא דוגמה כיצד מאכל ביתי של תינוקות עובר פילטר של מסעדה ושפים, והוא מוכן לחזור הביתה מפואר ומהודר. הפרנץ' טוסט הוא תולדה של המאכל הצרפתי "לחם אבוד" (Pain perdu), בו עושים שימוש מושכל היום ללחם של אתמול. "אוכל לא זורקים, וגומרים הכול מהצלחת" אינו רעיון פולני אקסקלוסיבי.

4 מנות

4 ביצים
3 כפות חלב
1 כף אבקת סוכר
מעט קינמון
4 כפות חמאה
4 פרוסות חלה מתוקה בעובי
כשני ס"מ, או 8 פרוסות בריוש

להגשה:

אבקת סוכר
קונפי תאנים
קרם פרש (או גבינת שמנת
מעורבבת עם מעט שמנת מתוקה)

שוברים את הביצים לקערה. מוסיפים את החלב, אבקת הסוכר והקינמון וטורפים היטב. ממיסים את החמאה במחבת טפלון גדולה. טובלים את פרוסות החלה בבלילה עד שהן ספוגות היטב. (אם משתמשים בבריוש במקום חלה, מקטינים את כמות החמאה בחצי וטובלים את הפרוסות בביצים רק לשנייה).
מטגנים את הפרוסות על להבה בינונית, עד שהן משחימות משני הצדדים. מוציאים ומניחים בצלחות ההגשה.
זורים על הפרוסות אבקת סוכר בנדיבות. מוסיפים לכל פרוסה תאנים וסירופ, מסיימים בקרם פרש (עמ' 238) ומגישים.



המתוק והמלוח הם אינדיקציה ראשונה ליחס שלנו לעולם בבוקר.
בין מלח על הביצים או סוכר על הפרנץ' טוסט, העולם מתקיים ומוכן לנמק את בחירותיו.

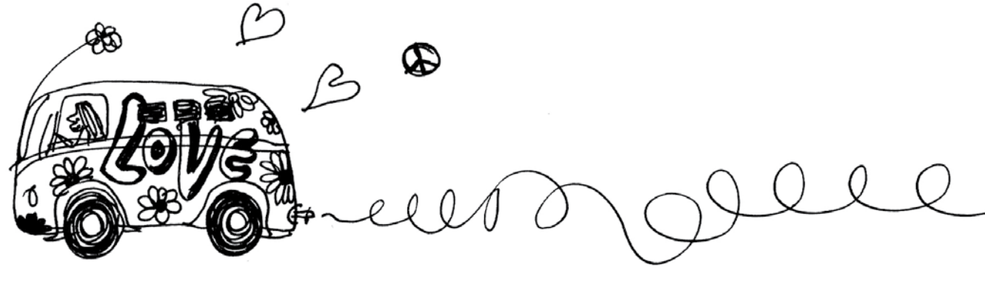
הרבה חתונות מצטלמות אצלנו בחוף. חלקן מתחילות במאנטה ריי, בארוחת בוקר מנחמת לקראת הטקס המכריע בערב. ולגבי ההמשך אנחנו מסירים אחריות. ימים יגידו.



קונפי תאנים

1 ק"ג תאנים, שטופות היטב
4 כוסות סוכר
1 מקל קינמון
1 כוכב אניס
1 תרמיל הל
2 מסמרי ציפורן

שמים את התאנים בסיר גדול, מפזרים מלמעלה את הסוכר, מוסיפים את התבלינים ומניחים כ-3 שעות מחוץ למקרר.
לאחר מכן מניחים את הסיר על להבה נמוכה ומבשלים עד שהסוכר נמס, ועוד 20 דקות. מעבירים לצנצנת נקייה כשהקונפי עדיין חם, ממלאים את הצנצנת עד שפתה, בלי שיישאר בה אוויר, וסוגרים היטב. אפשר לשמור כך עד העונה הבאה.





בתחילת המאה ה-20 הכין הרופא השווייצרי מקסימיליאן בירכר-בנר למתרפאים בסנטוריום שלו, ארוחת בוקר שהייתה מורכבת משיבולת שועל ואגוזים קצוצים, מעורבבים עם מחית תפוחים ושמנת ומתובלים במיץ לימון.
התערובת, שכונתה בפיו מיזלי, סיפקה לחולים שפע של סיבים תזונתיים, נוגדי חמצון וחומצות מסוג אומגה 3, וכל זה במעטפת דלה בכולסטרול.
הארוחה הייתה כה טעימה, עד שהחולים רצו להמשיך לאכול אותה גם בבית, לאחר שהחלימו, והדוקטור התחיל תעשיה שלמה של מוצרי בריאות ארוזים.

פריצת הדרך של הגרנולה לתודעה העולמית התרחשה בפסטיבל וודסטוק, כשהתברר שאין כמוה להשביע מנצ'יס. כך הפך מרשם רפואי לסמל של בריאות, בדומה לדרך ההתהוות של הקוקה קולה, רק עם סוף הפוך.

הכנת גרנולה ביתית היא עניין פשוט, המאפשר שליטה ומבטיח טריות מרבית.



גרנולה עם יוגורט ופירות

מחממים את התנור לחום בינוני (170 מעלות) ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה.
מערבבים את שיבולת השועל, גרעיני החמנייה, השקדים, השומשום והקוקוס. מערבבים בקערה נוספת את השמן, המים, הדבש והקינמון. מאחדים את שתי התערובות ומניחים בתבנית. מכניסים לתנור ואופים 10 דקות. מוציאים, מערבבים ואופים 10 דקות נוספות. מוציאים ומערבבים שוב. מוסיפים את הצימוקים ומחזירים לתנור ל-5 דקות נוספות. מצננים ומעבירים לכלי אטום. אפשר לשמור עד שבוע.
מגישים עם יוגורט, דבש ופירות לחיזוק הבריאות.

10 מנות
300 גרם פתיתי שיבולת שועל
1 "קוואקר", לא מהסוג שנקרא "מהיר הכנה")
100 גרם גרעיני חמנייה
100 גרם שקדים מולבנים
100 גרם שומשום
100 גרם קוקוס
¼ כוס שמן תירס
½ כוס מים חמים
½ כוס דבש
1 כפית קינמון
50 גרם צימוקים

להגשה:
יוגורט
דבש
פירות טריים חתוכים







סוף הקיץ וסתיו

קלמארי, מנגו, תאנים ותירס

במאנטה ריי בקצה הים, מקבלים את מקדמת הסתיו בעוד הקיץ שורף את העיר,
והשרב הצהוב כבד על הגגות. השמש שלנו שוקעת לאט וממריצה את הבריזה.
מרוססת במי ים קרים ומלוחים היא מכה בפנים, טיפות לגבות.
חבצלות חוף פורחות ומאותתות כמו מגדלור לקלמארי להגיע לחוף בשחייה ולצאת
מהמים. כה מלאי חן פרחי החבצלות וכה דומים לדיונון שוחה, ושניהם מגבירים את
טשטוש סוף הקיץ והסתיו.
סתיו הוא לא רק מילה או שם של נערה מתבגרת. במיטבו הוא סימן קוסמי למעשים.
לאחר תפילת שחרית מגיע צמד גברים בשחור מטעם המועצה הדתית, רכובים על
אופניים, ומותחים מחדש את קו העירוב, שלא נתפתה חס וחלילה לעבור על אחד
מאיסורי המלאכה בשבת ולפגוע ב"המוציא מרשות לרשות".

ביום הראשון של ראש השנה, אחר הצהרים, יגיעו לחוף המונים וינערו את כיסי הבגדים וישליכו במצולות הים
את כל חטאתם, במקום בו מצויים הדגים.
חג הסוכות מטפטף עלינו מוקדם בבוקר ומאותת לאברהם הפקח לנעול ולנטוש את עמדתו וליטול את אנטולי
יד ימינו צפונה. ידוע שהפקחים של החוף חורפים בצפון תל אביב, כנראה החורף נוח יותר בצפון.
הסתיו כופה עלינו לעסוק בלוגיסטיקה, כפי שזה נקרא בשפה המעודכנת. לארוז את ציוד החוף ולחזק את
מפרשי הגג, כי כשהים סוער והים רוגש, צריך להחזיק את ההגה, מושיקו.







הסתיו הקולינארי שלנו מתחיל כשהתאנים מגיעות לבשלותן ונוטפות דבש. זה הסימן שהן מוכנות לפגוש בדג טונה אדום. בערב, עם הבריזה הקרה, מרק דגים הופך לאופציה מחממת שפיות, שלא לדבר על ריזוטו חם ומלא רוך של פירות ים שעושה נעים בבטן.

בסתיו גם הסרטנים שבים, עושים קאמבק במהלך נמרץ לעבר החוף. בסתיו הם במיטבם.

המנגו גם הוא חוזר, עם יוכי ואריה המבורגר, אנשים שלמרות שם משפחתם הפכו כל ירק ופרי לתינוק אישי, בין נגינה בטבע בחליל צד ללחישות לאספרגוס, שיזדקף לו כבר בחורף ושימשיך להתקיים לפחות עד סוף הסתיו.

הסתיו קורא לנו להכין את המזווה לחורף, מעורר געגועים לריבה על ביסקוויט פטי בר טבול בתה. לפעמים, בשנה מסוימת, נאמץ את הצד המתמסר של זיתים, של עגבניות, של בצל ושל חצילונים, ונעשה מהם קונפיטורה מתוקה ומצוינת.

מתוך כניעה למפה הסינופטית אנחנו מחלקים שמיכות לכיסוי כתפי הסועדים היושבים על המרפסת, שהקור לא יחדור ושהאוויר הטרי ירד לריאות.

בחילופי משמרת המטבח בזמן השקיעה, חוזרים הטבחים למדי חורף ולז'קט תקני כמו שצריך בפריז.

סתיו הוא "לא משהו" ללא פסטיבל שירי משוררים. "סתיו" של שמשון חלפי ומשה וילנסקי, זכה ב-1963 בפרס ראשון בפסטיבל הזמרה הבינלאומי בעיר סופוט בפולין. ב-2006 זכו שם מאטפיקס עם "ביג סיטי לייף". וב-2007 השיר הפולני "כשנעשה חשוך", והכול כה דומם, נעתקו המלים...סתיו...סתיו... סתיו.





תאנים ממולאות בגבינת פטה / **73**
טרטר טונה אדומה עם תאנים / **77**
טרטר טונה עם מנגו ופאפאיה / **78**
טרטר אינטיאס עם מנגו / **80**
סשימי אינטיאס עם קוביות קולרבי / **82**
שרימפס עם בורגול ועלי תרד, ברוטב ויניגרט לימון / **83**
ארטישוק ירושלמי עם בשר סרטנים וגרגירי רימון / **85**
סלט תאנים ועשבי תיבול בויניגרט הדרים / **86**
סלט עלי בייבי ירוקים עם אספרגוס, תאנים, אגוזי מלך,
גבינת רוקפור וסורבה לימונענע / **87**

מרק בטטה / **88** שמן שקדים, שמן ג'ינג'ר / **89**
מרק תירס עם קארי-פייסט ופירות ים / **90**

קלמארי עם מנגו / **92**
קלמארי צרוב עם עגבניות שרי צלויות ורוטב צ'ימיצ'ורי / **93**
סרטנים אפויים עם תירס / **94**
ריזוטו תירס, שרימפס וסרטנים / **96**
ברבוניות עם סלט בורגול וענבים / **98**
קונפי פלמידה לבנה עם פירה ארטישוק ירושלמי וסלט תרד / **101**
פילה בס על תבשיל אורז אדום אורגני עם מנגו ולימונים כבושים / **103**
פארידה במעטפת מנגולד עם רוטב רימונים / **104**

פילה בקר עם פטריות, מוגש על עוגת תפוחי אדמה, עם צ'יפס בצל / **107**









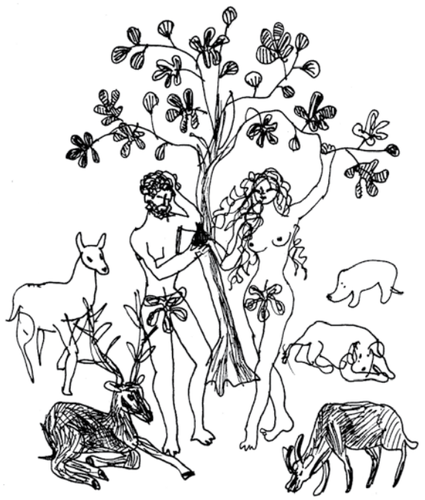
תאנים ממולאות בגבינת פטה

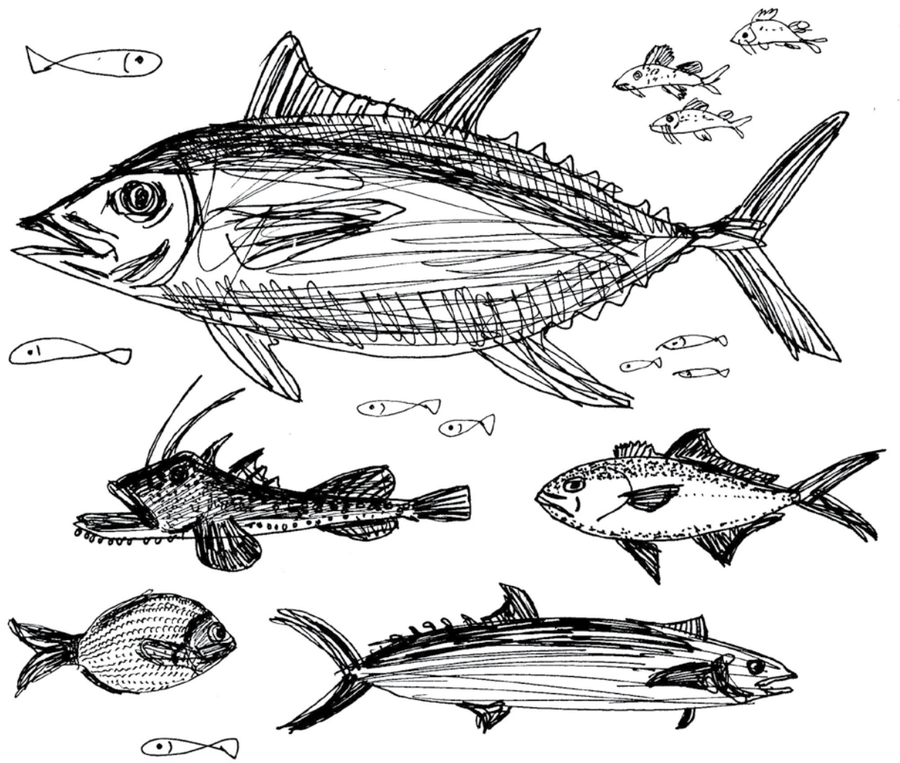
התאנה היא מהמשובחים בשבעת המינים, היא ועליה הראו לנו את הדרך "לצאת בחוץ" משער גן העדן, למרות שהכיסוי היה רק חלקי, היציאה תרמה למודעות עצמית.
התאנה מצוינת עוד מאז, מתמסרת כבת לוויה ונותנת טעם רב לחיים, מצטרפת בשמחה למיני מזון רבים כמעט באופן סימביוטי.
התאנה מבכירה כבר בקיץ בגירסה הירוקה והקשה, אבל אנחנו, הסבלנים, מעדיפים לחכות לסוף הקיץ, כשהיא הופכת לדבשונית ואת הסבל לנסבל.
לטועמים אינים וחדי עין, עדיף לחפש את התאנה הבאלדית, כי טעמה מרוכז והצבע הסגול עז ומרגש.

שוטפים תאנים יפות, וחורצים צלב עמוק בראש כל אחת מהן. שמים בכל חריץ כרבע כפית גבינת פטה או רוקפור מפוררת, ומעט חומץ בלסמי.
מניחים את התאנים בתבנית ומכניסים מתחת לגריל בתנור לכ-3 דקות, רק עד שהגבינה משחימה מעט. מוציאים מהתנור, מזליפים על כל תאנה מעט שמן זית ומגישים.

הזיתים הדפוקים עם לימון כבוש ושמש אחורית, יוצרים לנו ימתיכון חדש לצד התאנה המפונפנת בגבינת פטה









טרטר, קרפצ'ו, סשימי וסביצ'ה

הטרטר ועמיתיו - קרפצ'ו, סשימי וסביצ'ה - הן מנות שהמוטו שלהן הוא: מינימום התערבות במה שיש, וציפייה למקסימום ממה שיהיה.
המנות אלגנטיות בהגדרה המתמטית של המושג - יחס גבוה בין תוצאה להשקעה.
אכן, המנות קלות מאוד להכנה אבל קשות להשגה - צריך לתכנן אותן מראש, ולעשות מעשה שף בספרי בישול, כזה שף שמצטלם בבוקר ומחפש משהו טעים בשווקים לצהריים ועל כן אין לו פנאי לבשל.
כל האנרגיה מושקעת בקנייה, אבל מהרגע שיש לכם את הנתח הנכון - יש לכם את זה.
על כן האלוגריתם של המתכון העקרוני הוא - **קונים, חותכים, מערבבים ומגישים**.

כדי להכין טרטר משובח, או קרפצ'ו, או כל מנה המבוססת על דג חי, חובה שיהיה קודם כל דג שהוא באמת כמעט חי. אין דרך אחרת. אין באמצע, ואפילו לא לנסות לפזול למקפיא גם אם רשום - מוקפא טרי או קצת מצונן. כי דג מוקפא הוא דג קפוא, דג מצונן הוא דג שעושה אפצ'י, ו**דג טרי הוא דג בריא**.

לבקש מהמוכר לפלט לכם את הדג, אחרי שבחרתם את הדג הכי טרי, עם העור הכי מבריק והעיניים הכי בולטות ונוצצות כמו למשורר צעיר בפריז של פעם.
אם מדובר בנתח פילה גדול - תגעו בנתח ותרגישו את המרקם. אם הוא גמיש ומוצק כמו ידידו הספורטאי של המשורר, מדובר בדג שלכם! ואם לא, תיפרדו כידידים. **דג מאוד טרי כבר אמרנו?**

ההבדל בין סביצ'ה, קרפצ'ו, סשימי וטרטר הוא לכאורה ויזואלי בלבד, רק בצורת החיתוך ומעט פיניש. אך צורת החיתוך, מעט לימון ומלח מייצרים הבדל משמעותי עם סיפור חדש.
חיתוך מדויק של פילה הדג מחייב סכין טובה ומושחזת, או מוכר דגים ידידותי, שיש לו אחת כזו משלו.
אנחנו משתמשים בסכין גמישה המיועדת לפילוט דגים [פלקסיבל].

קרפצ'ו - במקור קרפצ'ו מתייחס למנת בקר איטלקי, אבל כבר מזמן הוא פועל עם כולם בגמישות של השפה.
אפילו עגבניות פרוסות הפכו לקרפצ'ו וגם לפת הפכה לסשימי. כשמכינים קרפצ'ו דגים אנחנו מחויבים לחיתוך דק - ממש פרוסות שקופות.

טרטר - [צרפת] החיתוך הוא לקוביות, רצוי בגודל של ו ס"מ על ו ס"מ.

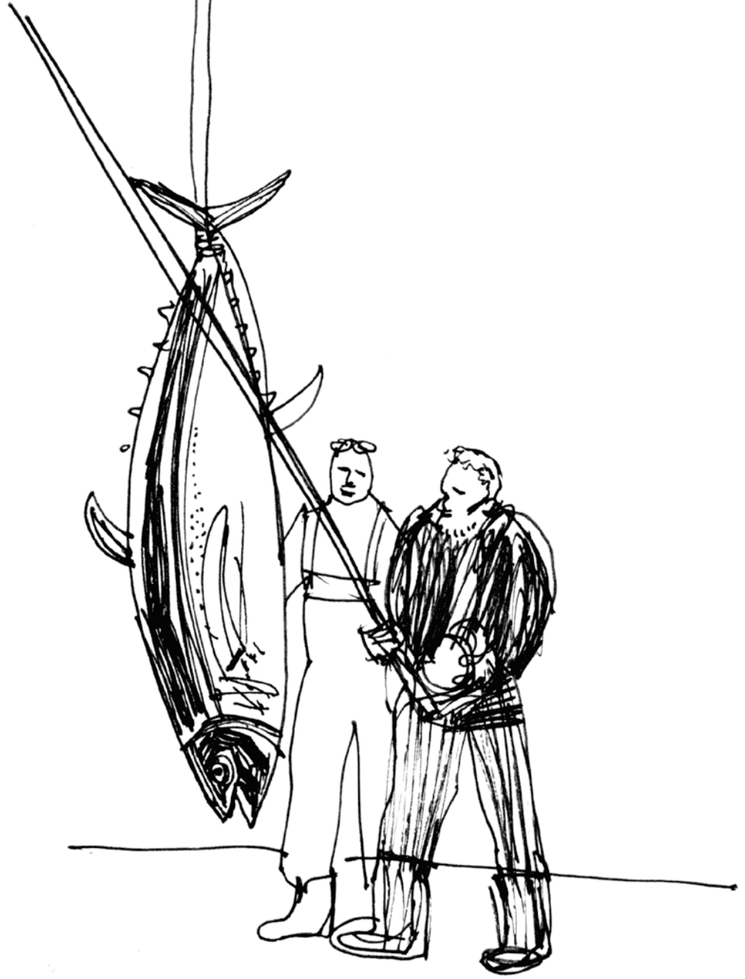
סשימי - [יפן] חיתוך לפרוסות עבות יחסית, אבל לא גדולות מדי, הסשימי הוא היחידי שהוא נא עד הסוף ומתובל על ידי הסועד עצמו.



סביצ'ה - הוא הסשימי של הדרום אמריקאים, אבל מתובל ומוגש בצורת סלט.

עיקר הדברים הוא שאם כל העמים גילו את אחוותם ושיתפו פעולה באמצעות הדג הנא, אולי קיימת תקווה לשלום ושיתוף פעולה אזורי גם דרך החומוס, הסביח והמשאושה.

ו... זה לא צחוק - שימו לב שפילה הדג שבחרתם מנוקה מעצמות.



פעם, כשהים היה שקט והדייגים יצאו לעבוד "עמוק" כלשונם - הם חזרו עם טונות גדולות.
תלינו אותן הפוך, בזנבן, לכמה שעות, ואז הבשר הטרי שלהן נתן את כל הטוב שבו, היה מתאים את הטקסטורה שלו לקראת גורלו כטרטר וסשימי. היום הטונה הגדולה מגיעה בטיסה, פעמיים בשבוע, מסרי לנקה או מספרד, ללא הראש והבטן, אך היא טעימה לא פחות. את הטונה קונים כפילה בלבד וחשוב להקפיד על צבע אדום עז ולא "שחור" מדי.
פילה הטונה מתאים במיוחד לטרטר, כי ככה הוא מתמסר מאוד ונהייה לקוביות בקלות.
מתבלים רק זמן קצר לפני ההגשה. אחרת מקבלים דג "כבוש" ולא דג חי.



טרטר טונה אדומה עם תאנים

4 מנות

200 גרם פילה טונה אדומה, ללא העור (או פילה נקי מעצמות של פלמידה אדומה)
1 כף ג'ינג'ר טרי קצוץ דק או מגורר
2 כפות בצל ירוק קצוץ (גם החלק הלבן וגם הירוק)
½ שן שום, כתושה
½ תפוח עץ ירוק (גרני סמית המוכר כגרנד סמית בארץ), לא קלוף, חתוך לקוביות קטנות
½ כף דבש
1 כף שמן זית
1 כף רוטב סויה מאיכות טובה
4 תאנים יפות ומוצקות
מלח גס ופלפל שחור גרוס

אפשר לחתוך את הדג לקוביות כמה שעות מראש ולשמור במקרר, ולהוסיף את שאר המרכיבים סמוך ככל האפשר להגשה.
חותכים את הדג לקוביות קטנות (חצי ס"מ) ושמים בקערה. מוסיפים את הג'ינג'ר, הבצל הירוק, השום, תפוח העץ, הדבש, השמן והסויה ומערבבים.
פורסים תאנה ל-5 פרוסות דקות ומסדרים אותן בעיגול צפוף בצלחת הגשה.
עורמים עליה שתי כפות מהטרטר. מכינים כך את שאר המנות. בוזקים מעט מלח גס ופלפל שחור ומגישים.

טרטר טונה אדומה עם מנגו ופאפאיה

4 מנות

200 גרם פילה טונה אדומה, ללא העור
1 מלפפון, לא קלוף
¼ פפאיה, קלופה ומגוררת גס
½ מנגו, קלוף וחתוך לקוביות קטנות
1 בצל סגול קטן, קלוף וחתוך לקוביות קטנות
1 כף כוסברה קצוצה
1 כף נענע קצוצה
2 כפות חומץ אורז
3 טיפות טבסקו
מלח
2 כפות שמן זית

אפשר לחתוך את הדג לקוביות כמה שעות מראש ולשמור במקרר, ולהוסיף את שאר המרכיבים סמוך ככל האפשר להגשה.
חותכים את הדג לקוביות קטנות וחצי ס"מ ושמים בקערה. חוצים את המלפפון לאורכו. מוציאים את הגרעינים בכפית וחותכים לקוביות קטנות. מעבירים לקערה. מוסיפים את כל שאר המרכיבים, מערבבים ומגישים.





הפאפאיה וחומץ האורז לוקחים את הטונה חזרה לדרום-מזרח אסיה, אם היא תרצה בכך.

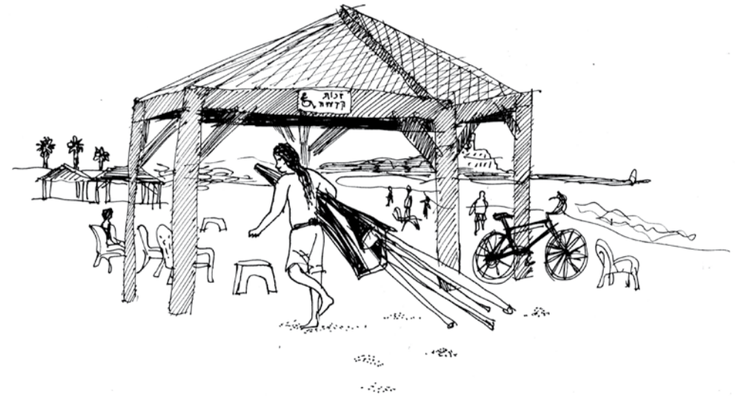






האינטיאס הוא דג מקומי שמצוי בים שלנו כל השנה.
מוכר אצל הדייגים בשם הנשי הכובש - שולה.
"אשתי נשארה בעפולה, הבעל שלי במפעל,
שמי דוקטור אביבי, שמי שולה.
נו, כמה הוסמת במשקל?"

מתוך "החופש בבית הבראה", מאת חיים חפר



טרטר אינטיאס עם מנגו

6-8 מנות

½ ק"ג פילה אינטיאס, ללא העור
1 כפית רוטב סויה מאיכות טובה
2 מנגו, קלופים וחתוכים לקוביות קטנות
½ פלפל אדום חריף טרי, ללא הגרעינים, חתוך לקוביות קטנות
שמן זית
2 כפות מיץ לימון טרי
1 כף כוסברה קצוצה
מלח גס

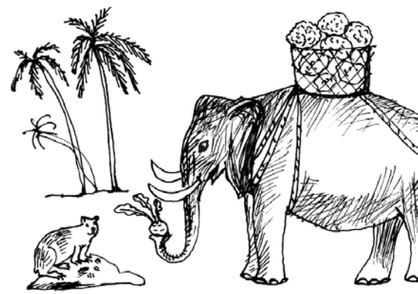
ממששים את בשר הדג באצבע ושולפים עצמות קטנות ("קוצים") בעזרת פינצטה. חותכים את הדג לקוביות קטנות (חצי ס"מ) ושמים בקערה. מוסיפים את הסויה, המנגו, הפלפל החריף ו-2 כפות שמן זית ומערבבים. ממש לפני ההגשה מוסיפים את מיץ הלימון ואת הכוסברה, מערבבים ביד קלה וטועמים. אם יש צורך, מוסיפים מעט מלח. מחלקים לצלחות הגשה, מזליפים מעט שמן זית ומגישים.



סשימי אינטיאס עם קוביות קולרבי

4 מנות
400 גרם פילה אינטיאס, ללא העור
2 כפות שמן זית
2 ראשי קולרבי, קלופים

לרוטב
¼ כוס רוטב סויה מאיכות טובה
½ כפית ג'ינג'ר טרי מגורר
קמצוץ פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
1 שן שום, כתושה
1 כף כוסברה קצוצה
½ כפית דבש



טורפים את מרכיבי הרוטב בקערה ומניחים בצד.
מכינים את המנה סמוך ככל האפשר להגשה. פורסים את הדג לרוחב לפרוסות דקות מהמקובל עבור סשימי (כ-3 מ"מ). מסדרים את הפרוסות בצלחות הגשה במעגל ומטפטפים עליהן את השמן.
חותכים את הקולרבי לקוביות קטנות מאוד (פחות מחצי ס"מ).
לפני ההגשה מערבבים את הקולרבי עם הרוטב ומניחים כ-5 דקות. מניחים את הקולרבי עם מעט מהרוטב במרכז הצלחות ומגישים.

אי אפשר לעבור ליד פקעת קולרבי מבלי להתייחס בחיבה ויראה לזרועותיה הארוכות ולשרידי הקשר שלה לכרוב. נפלאות העולם מצביעות גם על השפנים המודרניים כקרובי המשפחה החיים הקרובים ביותר לפילים, למרות מראם.
דן בן אמוץ כתב הוראות מלאות חן לשימוש בקולרבי, ובציטוט מהראש זה הלך ככה:
"קצוץ את זרועות הקולרבי, קלף אותו, חתוך לקוביות, השלך הכול לפח".
מתכון זה מתייחס בגישה שונה לירק זה, בפרט שלאחרונה הוצג גם חברו הסגול של הקולרבי, הקולרבי בצבע כומתה של גבעתי, וזהו שמו.



שרימפס עם בורגול ועלי תרד, ברוטב ויניגרט לימון

מנה זו היא מלח הארץ, אפשרות קולינארית טבעית של הארץ, מפגש פסגה בין שרימפס ומנגו, עם בורגול ימתיכוני, המוכר כל כך מהקובה ומהטאבולה - מטאפורה לשלום בר קיימא. המלצה חמה לשרי חוץ שאינם דוגלים רק באוכל כשר.

4 מנות
1 כוס בורגול גס
12 שרימפס טריים או קפואים, קלופים
30 גרם חמאה
¼ ק"ג עלי תרד, שטופים ומיובשים
1 מנגו, קלוף וחתוך לקוביות*

לרוטב ויניגרט
½ כוס תרכיז לימונים (מתוק)
¼ כוס שמן זית
עלים מ-2 גבעולי נענע, קצוצים
¼ כפית פלפל לבן
½ כפית מלח

* כשאין מנגו משתמשים באננס טרי או בפילה של תפוז

שוטפים את הבורגול עד שהמים צלולים ומניחים לו להתייבש במסננת כחצי שעה.
חוצים את השרימפס לאורכם.
מחממים את החמאה במחבת. כשהיא מבעבעת, מוסיפים את השרימפס ומאדים כדקה מכל צד, עד שהם מקבלים גוון ורוד-כתום.
טורפים את מרכיבי הרוטב בקערה.
מערבבים את השרימפס (עם הנוזלים שבמחבת), הבורגול, עלי התרד, המנגו והרוטב, אפשר בידיים. בשלב זה המנה צריכה להיות נוזלית, כי הבורגול ימשיך לספוג את הנוזלים.
מניחים כ-15 דקות לפחות ועד שעתיים לפני ההגשה, עדיף במקרר.





ארטישוק ירושלמי עם בשר סרטנים וגרגירי רימון

הארטישוק הירושלמי הוא פקעת של מין חמנייה, יש לו טעם חזק ודומיננטי. הקילוף שלו אמנם בעייתי, אך במבחן הטעם המאמץ משתלם. כשקולפים את הארטישוק הירושלמי מניחים אותו בקערת מים קרים למנוע השחרה. במאזט שלנו הוא מרכיב קר, ויוצר מעין סלט תפוחי אדמה משודרג. ואגב אין לו שום קשר לירושלים ולקבין של יופי שנפלו עליה, וגם לא לארטישוק. שמו נגזר משיבוש המילה חמנייה באיטלקית (girasole) שנשמעת כמו ירושלים.

6 מנות

10 סרטנים (אפשר להכין גם
מבשר סרטנים קפוא
אנחנו מעדיפים כמובן את הטרי)

1 ק"ג ארטישוק ירושלמי, קלוף
וחתוך לפרוסות דקות
¼ כוס שמן זית
מלח ופלפל שחור גרוס
1 כף עלי תימין קצוצים
2 שיני שום, קלופות
50 גרם חמאה
פלפל לבן
8 עלי בזיליקום, חתוכים גס
¼ כוס גרגירי רימון (לא לוותר
על גרגירי הרימון הנותנים
איזון מעניין)

מנקים את הסרטנים ומשחררים מהם את הבשר (עמ' 170). מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות). שמים את פרוסות הארטישוק הירושלמי בתבנית. מוסיפים לתבנית את השמן, חצי כפית מלח, חצי כפית פלפל, את עלי התימין והשום ומערבבים. אופים כ-20 דקות, עד שהארטישוק מתרכך. מוציאים מהתנור ומקררים לטמפרטורת החדר.

בינתיים ממיסים את החמאה במחבת על להבה בינונית. מוסיפים את בשר הסרטנים, מתבלים במלח ובפלפל לבן. מוסיפים את הבזיליקום ומטגנים כ-4 דקות, עד שהבשר משנה את צבעו ללבן. מניחים בצד ומקררים.

ההגשה: מסדרים את פרוסות הארטישוק הירושלמי בצלחות הגשה. עורמים עליהן את בשר הסרטנים ומפזרים מלמעלה את גרגירי הרימון.



סלט תאנים ועשבי תיבול בויניגרט הדרים

4 מנות

כוס עלי פטרוזיליה
כוס עלי נענע
כוס עלי כוסברה
כוס עלי רשאד או אורוגולה אם טרם החלה עונתו
6 תאנים יפות ומוצקות, פרוסות לרוחב ל-5 פרוסות כל אחת

לרוטב ויניגרט הדרים:

3 כפות מיץ לימון טרי
3 כפות שמן זית
2 כפות מיץ תפוזים
¼ פלפל חריף טרי, קצוץ (שימו לב למידת החריפות)
2 בצלים ירוקים, פרוסים

שוטפים היטב את העלים ומייבשים. מסדרים את פרוסות התאנים במרכז ארבע צלחות. טורפים את מרכיבי הרוטב בקערה, יוצקים על העלים ומערבבים. עורמים את העלים על התאנים ומגישים.







סלט עלי בייבי ירוקים עם אספרגוס, תאנים, אגוזי מלך, גבינת רוקפור וסורבה לימונענע

4 מנות

32 גבעולי אספרגוס דקים
1 כף מלח גס
½ ק"ג עלי בייבי מעורבים (סלק, פאק צ'וי, תרד)
100 גרם אגוזי מלך

לרוטב הויניגרט:

¼ כוס חומץ בלסמי
מיץ מלימון אחד
½ כוס שמן זית טוב
מלח

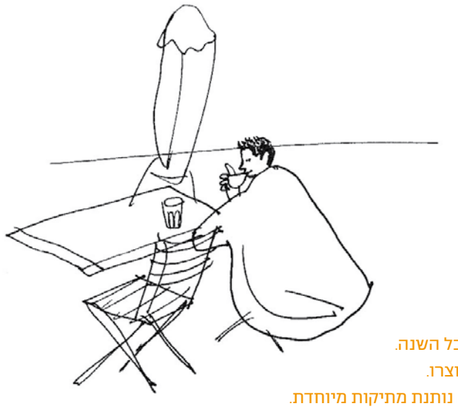
להגשה:

8 תאנים, חתוכות לרבעים
100 גרם גבינה מסוג רוקפור
סורבה לימונענע "אייסברג"

טורפים את מרכיבי הרוטב היטב בקערה ומניחים בצד.
מניחים את גבעולי האספרגוס בשורה על משטח העבודה ומיישרים לפי התפרחות. חותכים את השליש התחתון של הגבעולים (כך שכל הגבעולים יהיו באותו אורך) וזורקים.
מרתיחים 4 ליטרים מים עם המלח הגס, ומכינים קערה עם מי קרח, גדולה מספיק כדי להכיל את האספרגוס. מכניסים את האספרגוס למים הרותחים וחולטים כשתי דקות.
מעבירים למי הקרח, כדי לעצור את הבישול ולשמור על הצבע הירוק.
מעבירים את גבעולי האספרגוס לקערה גדולה, מוסיפים את העלים ואת האגוזים, יוצקים את הרוטב ומערבבים בידיים. מוסיפים מלח במידת הצורך.
ההגשה: מסדרים בהיקף הצלחות את רבעי תאנים. מחלקים את הסלט למרכז הצלחות. קולפים את גוש הגבינה בקולפן תפוחי אדמה או מגררים אותה, ומפזרים על הסלט. שמים כדור סורבה במרכז כל צלחת, על הסלט, ומגישים.

אנחנו מעדיפים את העלים הקרויים בייבי, צעירים ונעימים ומעט תינוקיים. הסורבה מרכיב מפתיע בחלק הסלט, מעניק לו רעננות מיוחדת בימים הארוכים של סוף הקיץ.





מרק בטטה

בטטה, למרות ששמה מעורר גיחוך, היא מאבני היסוד של הירקות בארץ לאורך כל השנה.
מרק הבטטה הוא מבשר נוסף של הסתיו, הזקוק כנראה להקדמות רבות בגלל קוצרו.
התוספות של השמנים למרק מעניקות לו הגות ועמקות מיוחדת, והבטטה עצמה נותנת מתיקות מיוחדת.

4-6 מנות

כ-½ ק"ג מלח בישול גס
5 בטטות בינוניות (לא קלופות)
4 עלי מרווה
½ ליטר חלב
½ ליטר שמנת מתוקה
½ ליטר ציר ירקות (עמ' 234)
50 גרם צנוברים או שקדים מולבנים
1 כף ג'ינג'ר טרי מגורר
½ כפית שטוחה כורכום
½ כפית שטוחה אבקת קארי
מלח ופלפל לבן
1 בצל ירוק, החלק הירוק בלבד
5 שיני שום קונפי (עמ' 239)

להגשה:
50 גרם חמאה קרה, חתוכה לקוביות
שמן שקדים
שמן ג'ינג'ר
פלפל שחור



מחממים את התנור לחום גבוה (220 מעלות). מבזרים שכבה עבה ואחידה של מלח בתבנית אפייה. מניחים את הבטטות על המלח, מכניסים את התבנית לתנור ואופים כשעה, עד שלב הבטטות ממש מתרכך ומתרצה.
(אפייה על מלח גס מרכזת את טעמן ועושה אותן מתוקות יותר, לעומת בישול במים, כשהבטטות סופחות נוזלים ומאבדות מהמתיקות.)
חוצים את הבטטות ומוציאים את בשרן בכף לתוך סיר. מוסיפים את כל המרכיבים, מביאים לרתיחה ומכבים את האש. מרסקים את המרק למחית בבלנדר מקל או במעבד מזון, ולאחר מכן מעבירים דרך מסננת דקה חזרה לסיר נקי, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת. מתבלים במלח ובפלפל לבן.
פורסים את הבצל לאורכו לשערות דקות מאוד, ושומרים אותן במי קרח עד השימוש.
ההגשה: מביאים את המרק לרתיחה, ואם הוא סמיך מדי, מוסיפים מעט ציר ירקות. מוסיפים את החמאה ומקציפים בעזרת בלנדר מקל או מטרפה.
יוצקים את המרק לצלחות אישיות. מניחים במרכז כל צלחת מעט שערות בצל ירוק. מזליפים על כל מנה כמה טיפות שמן שקדים וכפית שמן ג'ינג'ר, גורסים מלמעלה פלפל שחור טרי ומגישים.





שמן שקדים ושמן ג'ינג'ר

שמן שקדים: שמים בסיר קטן 100 גרם שקדים מולבנים וכוס אחת שמן תירס ומחממים על להבה נמוכה כ-10 דקות. משגיחים שהשמן לא ירתח. מצננים ומניחים 24 שעות. מסננים את השמן במסננת מרופדת בבד סינון (גזה או חיתול בד). שומרים בבקבוק סגור.

שמן ג'ינג'ר: מכינים באותה שיטה, עם 100 גרם שורש ג'ינג'ר טרי, קלוף וחתוך לרצועות.



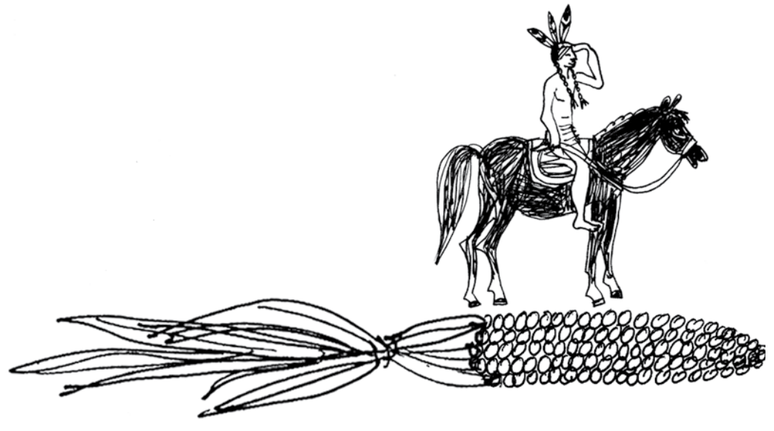
מרק תירס עם קארי-פייסט ופירות ים

4 מנות
6 קלחי תירס (או שקית
גרגירי תירס קפואים)
50 גרם חמאה
2 בצלי שאלוט, קצוצים
1 כפית קארי פייסט אדום
(להשיג בחנויות למוצרים מהמזרח)
1 ליטר ציר ירקות (עמ' 234)
½ כוס שמנת מתוקה
2 כוסות חלב
מלח

לפירות ים:
ניתן להשתמש בפירות ים שברשימה
- בכולם או בחלקם
6-8 סרטנים
12 שרימפס בינוניים טריים,
או קפואים ומופשרים
12 סקאלופס, שטופים
¼ כוס יין לבן
200 גרם מולים, שטופים

להגשה:
1 בצל ירוק, החלק הירוק בלבד
מלח ופלפל
4 כפיות שמן שקדים (עמ' 89), אם רוצים

המרק: אם משתמשים בתירס טרי-מעמידים כל קלח על מגבת כדי שלא יחליק, ומגרדים ממנו את הגרגירים בעזרת סכין חדה.
ממיסים את החמאה בסיר עמוק. מוסיפים את השאלוט ומטגנים כשתי דקות על להבה נמוכה. מוסיפים את גרגירי התירס ומערבבים עוד כדקה. מוסיפים את הקארי פייסט ואת הציר ומערבבים היטב. מביאים לרתיחה, מוסיפים את השמנת והחלב ומחממים עד לסף רתיחה. מבשלים כ-15 דקות, עד שהתירס רך. מערבבים מדי פעם. מתבלים במלח ומסירים מהאש.
מרסקים את המרק למחית חלקה בבלנדר מקל או במעבד מזון ומעבירים חזרה לסיר נקי דרך מסננת דקה, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת.
הערה: אפשר להכין את המרק יום מראש.
פירות הים: מנקים את הסרטנים ומשחררים מהם את הבשר. אם השרימפס לא קלופים, קולפים אותם. שוטפים את הסקאלופס והמולים ומניחים את פירות הים בצד.
מחממים את היין בסיר. מוסיפים את המולים, מכסים את הסיר ומבשלים על להבה גבוהה כ-5 דקות, עד שהם נפתחים. מנערים את הסיר עם המכסה מדי פעם. זורקים את המולים שלא נפתחו. מפרידים את המולים מהקונכיות ומניחים בצד.
ההגשה: פורסים את הבצל לאורכו לשערות דקות מאוד, ושומרים אותן במי קרח עד השימוש. מחממים את המרק. מתבלים את פירות הים במלח ובפלפל, מוסיפים אותם למרק ומחממים שוב עד לסף הרתיחה.
מחלקים את המרק ואת פירות הים לצלחות הגשה עמוקות. מניחים במרכז כל צלחת מעט שערות בצל ירוק, יוצקים כפית שמן שקדים לכל מנה ומגישים.



התירס של סוף הקיץ הוא מתוק במיוחד, כי שעות השמש הארוכות העצימו לו את רמת הסוכר.
קארי פייסט היא תערובת תבלינים תאילנדית, שאפשר למצוא אותה היום בחניות המתמחות. כפית אחת מספיקה להעביר את התירס מהאינדיאנים של אמריקה לאלה שבמזרח.



קלמארי עם מנגו

4 מנות

לרוטב:
1 כוס יוגורט צאן לשתייה
1 שן שום, כתושה
¼ כפית אבקת קארי
1 כף רוטב סויה כהה
קמצוץ פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
מלח

לקלמארי:
שמן זית
4 עלי מרווה
600 גרם קלמארי טריים, נקיים
שלמים או חתוכים לטבעות דקות
2 שיני שום, כתושות
1 כפית שטוחה אבקת קארי
¼ כפית פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
2 כפות רוטב סויה כהה
2 בצלים ירוקים (החלק הלבן והירוק), פרוסים דק לרצועות אלכסוניות
1 מנגו בינוני חצי בשל, קלוף וחתוך לרצועות דקות
1 כף מיץ לימון טרי

3 הערות בונות למתכון נפלא זה:
1. כדי שהקלמארי ייצרב ולא יתבשל, מומלץ לטגן את הכמות בפעמיים, אם יש אפשרות - מטגנים במחבת גדולה, בווק או בשתי מחבתות במקביל.
2. מתקבלות תוצאות נאות גם על הגריל, אבל אז מומלץ להשאיר את גוף הקלמארי בשלמותו ולהברישו בשמן זית בעת הצלייה.
3. היוגורט הוא בבחינת חובה למתכון זה. הקלמארי והמנגו אוהבים אותו, ואנחנו - אותם.

הרוטב: מערבבים את היוגורט עם השום, הקארי, הסויה והפלפל החריף. טועמים, ואם יש צורך מוסיפים מעט מלח. שומרים במקרר.
הקלמארי: מברישים מחבת ברזל או מחבת טובה אחרת בשמן זית ומחממים עד שהשמן מתחיל לעשן. מוסיפים שני עלי מרווה וחצי מכמות הקלמארי, ומערבבים. כשהקלמארי מתחיל להחליף צבע משקוף ללבן, מוסיפים חצי מכמות השום, הקארי, הפלפל החריף והסויה. מערבבים כחצי דקה, מוסיפים חצי מכמות הבצל הירוק והמנגו, מסירים מהאש, מעבירים לקערה, מכסים ושומרים בצד. מטגנים באותה צורה את הקלמארי הנותרים. מעבירים גם אותם לקערה, מוסיפים את מיץ הלימון ומערבבים. טועמים, ואם יש צורך מוסיפים מעט מלח.
יוצקים את רוטב היוגורט למרכז 4 צלחות. מחלקים את הקלמארי לצלחות, מטפטפים מעט שמן זית ומגישים.



קלמארי צרוב עם עגבניות שרי צלויות ורוטב צ'ימיצ'ורי

לעיתים קורה שמנה מתפתחת במסעדות מדו-שיח בין אורח לשף. קלמארי צרוב הוא מתכון שנוצר מתוך דיון ערני בין אורח יצירתי שביקש משהו קל, ושאף לקלמארי בגריל, עם מעט שמן זית ועם משהו מהכבשים. השף גולן גורפינקל הרים את המחבת ויצר את אחת המנות הפופולריות שלנו.



4 מנות

לרוטב צ'ימיצ'ורי:
2 צרורות פטרוזיליה שטופה
½ כפית צ'ילי יבש גרוס
4 שיני שום כתושות
½ כפית מלח
¼ כפית פלפל שחור גרוס
מיץ מלימון שלם
½ כוס שמן זית

לעגבניות:
16 עגבניות שרי
מלח גס
שמן זית

לקלמארי:
שמן זית
600 גרם קלמארי טריים מאוד, עדיף קטנים, נקיים
מלח ופלפל

להגשה:
100 גרם גבינת פטה עזים, מגוררת או מפוררת בידיים



הרוטב: מעבירים את המצרכים לכלי קיבול וטוחנים בעזרת בלנדר "מקל", בכמה פולסים קצרים ומניחים בצד. אם משהים יותר משעתיים - מוסיפים את מיץ הלימון רק לפני ההגשה.
העגבניות: מחממים את התנור למצב גריל. מניחים את העגבניות בתבנית, זורים עליהן מלח גס, מטפטפים שמן זית וקולים 5-7 דקות, עד שהקליפות שלהן מתחילות להתפוצץ.
הקלמארי: משתמשים במחבת ברזל או מחבת טובה וגדולה אחרת, ומטגנים את הקלמארי - בכל פעם כמות קטנה. מחממים היטב את המחבת, עד שהיא לוהטת ממש, ומברישים אותה במעט שמן זית. ממליחים ומפלפלים את הקלמארי, ומברישים גם אותם במעט שמן זית. מוסיפים למחבת חלק מכמות הקלמארי (מניחים, לא זורקים, כך שיתפזרו יפה במחבת). צורבים את הקלמארי משני הצדדים, עד שצבעם הופך מלבן שקוף ללבן אטום, והם מקבלים סימני צריבה. מעבירים לצלחת, ומניחים ליד הלהבה, כך שהקלמארי ישמרו על חומם. מטגנים באותה צורה את הקלמארי הנותרים.
ההגשה: מחלקים את הקלמארי לצלחות הגשה ויוצקים עליהם 2-3 כפות רוטב צ'ימיצ'ורי לכל מנה. זורים מלמעלה את הגבינה, מניחים בכל צלחת 4 חצאי עגבניות לצד הקלמארי ומגישים.



סרטנים אפויים עם תירס

מנקים את הסרטנים. מניחים את קלחי התירס בסיר, מכסים במים, מוסיפים את הסוכר, מביאים לרתיחה ומבשלים עד שהם כמעט רכים. מסננים ומניחים בצד. מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות). מניחים את הסרטנים בתבנית גדולה, זה ליד זה, הצד הפתוח כלפי מעלה. טורפים יחד את השמן ומיץ הלימון ויוצקים על הסרטנים. ממליחים את החלק החשוף של הסרטנים. מניחים בתבנית גם את קלחי התירס המבושלים, מכניסים לתנור ואופים 12-10 דקות, עד שבשר הסרטנים הופך לבן וגופם אדמדם. מגישים מיד, עם רוטב איולי או מיונז.

4 מנות

20 סרטנים טריים, נקיים (עמ' 117)
4 קלחי תירס, נקיים מעלים ומזקן
1 כפית סוכר
¾ כוס שמן זית
¼ כוס מיץ לימון טרי
מלח

להגשה:

רוטב איולי (עמ' 239)
או מיונז מאיכות טובה



בסביבות חודש ספטמבר הסרטנים מגיעים למיטבם והבשר עסיסי ומתוק. מתוך רסנקט כלפיהם מטפלים בהם בצורה מינימלית, כי הם נתנו מעצמם את הכול, כולל הגנה על בשרם הרך באמצעות השריון.



ריזוטו תירס, שרימפס וסרטנים

4 מנות

10 סרטנים
24 שרימפס טריים, לא קלופים
3 קלחי תירס, נקיים מעלים ומזקן
1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה
1 ליטר ציר ירקות (עמ' 234)
2 כפות שמן זית
100 גרם חמאה
4 בצלי שאלוט, קצוצים
2 כוסות אורז לריזוטו
עלים מכ-6 גבעולי טרגון, קצוצים
מלח ופלפל לבן

לציר שרימפס:
הראשים וקליפות השרימפס
½ בצל
1 גזר קטן, קלוף
1 גבעול סלרי
חתיכה מגבעול כרישה

להגשה:
4 סרטנים
מעט שמן זית
מעט מיץ לימון
מלח

השרימפס: תולשים את הראש מגוף השרימפס. קולפים את השריון אך משאירים את הזנב. לאחר מכן עוברים בסכין קטנה לאורך הגב, ושולפים את החוט הכהה העובר לאורך הגב (המעיים). שומרים את הראשים ואת הקליפות, ומניחים את השרימפס בצד.

הציר: שוטפים היטב את הראשים וקליפות השרימפס. שמים בסיר, מוסיפים ליטר מים ואת שאר מרכיבי הציר. מביאים לרתיחה, מבשלים 20 דקות, מרסקים קצת בבלנדר מקל ומסננים היטב. משתמשים בכוס אחת, ואת היתר שומרים במקפיא למנות אחרות.

שמים את קלחי התירס בסיר. מוסיפים ליטר וחצי מים, מביאים לרתיחה ומבשלים עד שהם רכים. מוציאים את הקלחים ומניחים בצד, ושומרים את מי הבישול.

מעמידים קלח תירס על מגבת (כדי שלא יחליק), ומסירים ממנו את הגרגירים בעזרת סכין חדה. שמים את הגרגירים בסיר, מוסיפים את השמנת, מביאים לרתיחה ומבשלים 3 דקות. מרסקים בבלנדר מקל, ומעבירים דרך מסננת דקה, תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת. מניחים בצד.

מוסיפים כחצי ליטר מנוזל הבישול של התירס לציר הירקות, מחממים אותם, ומשאירים אותם חמים כל זמן בישול הריזוטו.

מחממים את השמן ו-50 גרם מהחמאה בסיר רחב. מוסיפים את בצלי השאלוט ומאדים עד שהם שקופים. מוסיפים את האורז ומערבבים עד שכל הגרגירים מצופים בשומן. מוסיפים מצקת אחת מהציר החם, בוחשים ומבשלים על להבה נמוכה. כשהציר כמעט נספג, מוסיפים עוד מצקת, ומערבבים עד שהנוזלים נספגים באורז. ממשיכים כך עד שהאורז כמעט מוכן. מוסיפים את בשר הסרטנים, הטרגון ושמנת התירס, ומתבלים במלח ובפלפל לבן. מערבבים בעדינות, מכבים את האש ומכסים את הסיר היטב (הסרטנים יהיו מוכנים והשמנת תיספג בריזוטו, בזמן הכנת השרימפס).

מחממים 30 גרם מהחמאה הנותרת במחבת גדולה. מוסיפים את השרימפס ומטגנים דקה מכל צד, עד שהם מקבלים גוון ורוד-כתום. מוסיפים כוס מהציר ואת החמאה הנותרת ומתבלים במלח.

ההגשה: אם רוצים להגיש לכל מנה סרטן אפוי שלם, מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות) לפני התחלת בישול הריזוטו. במהלך הבישול, שמים את הסרטנים בתבנית, מטפטפים על כל אחד מעט שמן זית ומעט מיץ לימון ומתבלים במלח. אופים 8-10 דקות.

מחלקים את הריזוטו לארבע צלחות. מוסיפים לצלחות את השרימפס ומעט מהציר שנשאר במחבת. אם הכנתם סרטן, זה הזמן להוסיף אותו לכל מנה ולהגיש.



המתיקות של התירס הולכת טוב עם מתיקות הסרטנים, והטרגון מרענן את שניהם.
החיבור של כולם מתאים לגשם הראשון, כי הרי חיכינו לגשם הראשון!

ברבוניות עם סלט בורגול וענבים

4 מנות

לסלט:

½ כוס בורגול דק

1 כוס עלי נענע

2 צרורות פטרוזיליה,
ללא גבעולים, שטופה ומיובשת

¼ קילו ענבים שחורים,
ללא גרעינים, חתוכים לרבעים

מיץ מלימון אחד

¼ כוס גרנדין (סירופ רימונים מתוק)

3 כפות שמן זית

מלח ופלפל לבן

לרוטב שום לימון:

1 כף גזר מגורר בפומפייה דקה

1 שן שום, כתושה

מיץ מ- 3 לימונים

1 כף פטרוזיליה קצוצה דק

¼ כפית מלח

לדגים:

שמן לטיגון עמוק

1¼ ק"ג דגי ברבוניה טריים, נקיים

קמח

מלח ופלפל שחור

להגשה:

רוטב איולי (עמ' 239)

הסלט: שוטפים את הבורגול עד שהמים צלולים, ומניחים לו להתייבש במסננת כחצי שעה.

קוצצים גס את הנענע והפטרוזיליה.

שמים את כל מרכיבי הסלט בקערה ומערבבים.

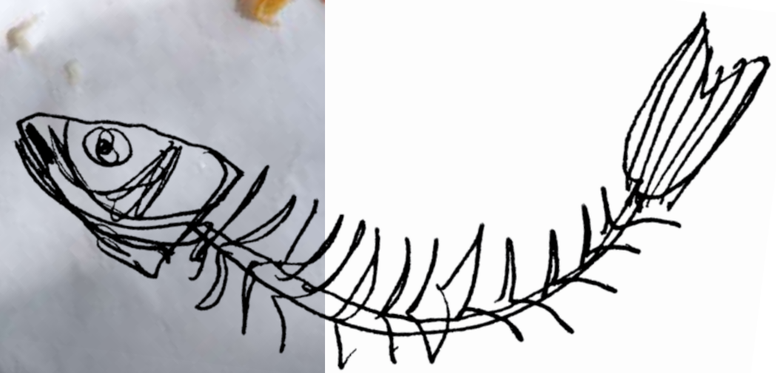
הרוטב: טורפים את מרכיבי הרוטב בקערה ומניחים בצד.

הדגים: מחממים שמן לטיגון עמוק בסיר. מחממים עד למידה הנכונה. וכך יודעים: כאשר מכניסים אליו כף עץ נוצרות בועות. אם השמן מעלה עשן-הוא חם מדי. מכניסים לשקית קמח, מלח ופלפל. מכניסים לשקית חצי מכמות הדגים, קושרים ומנערים. מוציאים את הדגים מהשקית, מנערים אותם מקמח עודף, וחוזרים על הפעולה עם הדגים הנותרים. מטגנים חצי מכמות הדגים כ-4 דקות, עד שהם מזהיבים ורואים רק מעט בועות מסביבם. מוציאים מהשמן בכף מחוררת ומניחים על מגבות נייר. מטגנים באותה צורה את יתר הדגים.

ההגשה: מחלקים את הדגים ואת הסלט לצלחות הגשה נפרדות. מעבירים את הרטבים לכלי הגשה מרכזיים ומגישים.







אנחנו מעדיפים את הברבוניות בלי הפס הצהוב, אבל גם הפס הצהוב לא לגמרי יקלקל.
ברבוניות צריך לקנות טריות מאוד-מאוד, לטגן ולאכול כמו גרעינים בדרבי בבלומפילד, ולתת פייט לפיש אנד צ'יפס האנגלי.
בגירסה שלנו, סלט הבורגול והענבים הם המרענן הלאומי.





קונפי פלמידה לבנה עם פירה ארטישוק ירושלמי וסלט תרד

4 מנות

4 נתחי פילה של פלמידה לבנה
במשקל 200 גרם כל אחד, ללא העור
מלח ופלפל
שמן זית
3 תרמילי הל, שבורים
2 עלי דפנה
2 גרגירי פלפל אנגלי
5 גרגירי פלפל שחור, שבורים
4 גבעולי תימין
2 שיני שום, שבורות

לסלט:

3 חופנים עלי בייבי תרד
1 בצל בינוני, פרוס דק ומופרד לטבעות
1 גזר קטן, קלוף ומגורר גס
2 כפות מיץ לימון טרי
2 כפות משמן הבישול של הדגים
מלח

להגשה:

פירה ארטישוק ירושלמי (עמ' 237)
מלח גס
פלפל שחור גרוס

מניחים את נתחי הדג על משטח העבודה. ממששים אותם באצבע ובעזרת פינצטה שולפים את העצמות הקטנות ("קוצים").
ממליחים ומפלפלים את נתחי הדג. שמים אותם בסיר זה לצד זה, בשכבה אחת.
מוסיפים שמן כדי כיסוי הדגים. מוסיפים את התבלינים, את התימין ואת השום.
מעמידים את הסיר על להבה נמוכה מאוד, ומשגיחים שהשמן לא יבעבע, כי מדובר כאן בבישול איטי בשמן ולא בטיגון. מבשלים 12-15 דקות, עד שהנתחים לבנים לגמרי (אפשר לסנן את השמן ולשמור אותו לטיגון או לתיבול מנות דגים).
הסלט: בינתיים מערבבים את התרד, הבצל והגזר ומתבלים במיץ הלימון, בשמן ובמלח.
ההגשה: מחממים את פירה הארטישוק הירושלמי על להבה נמוכה, עם מעט חלב או שמנת (מותר גם במיקרוגל). מחלקים את הסלט לצלחות ההגשה ומפזרים אותו על כל שטח הצלחות. מניחים על כל צלחת נתח דג וזורים עליו מעט מלח גס. מוסיפים פירה לצלחות, גורסים מעט פלפל שחור ומגישים.

(עוד על אודות המושג 'קונפי' בעמ' 202).





פילה בס על תבשיל אורז אדום אורגני עם מנגו ולימונים כבושים

אורז אדום אורגני גדל בצפון ארצות-הברית באזורים הקרובים לקנדה. הוא אינו עובר ליטוש. קולפים רק את הקליפה חיצונית הנקראת השומר. הצבע אדום טבעי, תכונתו המהותית היא להיפתח ולשחרר טעם הדומה לכוסמת. נקרא בשפת המסחר ווהאני. מחירו פי שלושה מאורז רגיל וניתן להשיגו בחנויות טבע.

4 מנות

1 כוס אורז אדום אורגני
¼ כוס שמן זית
1 כף חמאה
1 בצל בינוני, חתוך לקוביות
1 גזר בינוני, קלוף ומגורר גס
2 שיני שום, כתושות
5 כפות רוטב סויה מאיכות טובה
¾ כוס ציר ירקות (עמ' 234)
1 כף לימונים כבושים קצוצים (עמ' 238)
עלים מ-3 גבעולי בזיליקום
1 מנגו בינוני, קלוף וחתוך לקוביות

לרוטב:

1 מכל שמנת מתוקה
250 גרם חמאה, קוביות
¼ כוס צ'ילי מתוק (רוטב)
¼ כוס צ'ילי חריף (רוטב)

לדגים:

3 כפות שמן זית
1 כף חמאה
2 דגי בס, מופרדים לנתחי פילה (כ-150 גרם לכל פילה)
מלח ופלפל

הרוטב: מצמצמים את השמנת המתוקה על להבה בינונית, למחצית מהכמות, מוסיפים את קוביות החמאה תוך כדי טריפה, מוסיפים את הצ'ילי דרך מסננת, שומרים בצד חם.
האורז: שמים את האורז בסיר. מוסיפים 4 כוסות מים ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה ומבשלים כחצי שעה, עד שהאורז רך. מערבבים מדי פעם. מסננים ושוטפים במים זורמים. מניחים בצד. אפשר להכין מראש ולשמור את האורז המבושל במקרר עד יום.
מחממים את השמן והחמאה במחבת גדולה ועמוקה. מוסיפים את הבצל ומערבבים כחצי דקה. מוסיפים את הגזר והשום ומערבבים כדקה נוספת. מוסיפים את האורז המבושל, הסויה והציר, מביאים לרתיחה תוך ערבוב ומבשלים עוד דקה. מוסיפים את הלימונים הכבושים ואת עלי הבזיליקום. מבשלים כחצי דקה. מוסיפים את המנגו, מערבבים עוד כחצי דקה, מסירים מהאש ומניחים בצד.
הדגים: מחממים את השמן והחמאה במחבת גדולה. ממליחים ומפלפלים את הדגים ומניחים אותם במחבת כשצד העור כלפי מטה. מטגנים עד ששולי הדגים הופכים לבנבנים, מכסים את המחבת ומבשלים כ-4 דקות, עד שהדגים לבנים לחלוטין.
ההגשה: אם יש צורך, מחממים מעט את תבשיל האורז והמנגו. מחלקים את התבשיל לצלחות הגשה, ומניחים נתח פילה בכל צלחת, מעל התבשיל או לצדו. יוצקים את הרוטב מסביב לאורז.









פארידה במעטפת מנגולד עם רוטב רימונים

4 מנות

לדגים:
4 דגי פארידה במשקל 400-600 גרם
כל אחד, נקיים
מלח ופלפל שחור
¼ כוס רכז רימונים
שמן זית
16 עלי מנגולד

לרוטב:
1 כף חמאה
1 בצל שאלוט, קצוץ
½ כוס רכז רימונים
½ כוס מים
2 כפיות סילאן

להגשה:
½ כוס גרגירי רימון

שוטפים את הדגים היטב ומייבשים. ממליחים ומפלפלים. מערבבים את רכז הרימונים עם 2 כפות שמן ומעסים את הדגים בנוזל מבפנים ומבחוץ.
מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (180-200 מעלות), ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה.
חולטים את עלי המנגולד במים רותחים כדקה. מסננים ומסירים מהעלים את החלקים הלבנים. מייבשים מעט ומסדרים מכל 4 עלים מצע רחב. מניחים כל דג על מצע אחד כזה, ועוטפים אותו כך שהראש והזנב נותרים גלויים. מברישים את העטיפות, הראשים והזנבות במעט שמן זית, ומניחים אותם בתבנית.
מכניסים לתנור ואופים 20 דקות. מוציאים את התבנית מהתנור. נועצים סכין בדג אחד בחלק הרחב שלו, ובודקים שבשר הדג לבן ולא שקוף. אם הבשר לא לבן, מחזירים לתנור לעוד כמה דקות.
הרוטב: ממיסים את החמאה במחבת. מוסיפים את השאלוט ומטגנים עד שהוא שקוף. מוסיפים למחבת את רכז הרימונים, המים והסילאן. מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה, מבשלים 3 דקות ומסירים מהאש.
ההגשה: מעבירים את הדגים לצלחות הגשה. יוצקים 2-3 כפות רוטב חם על כל מנה, מפזרים מעט גרגירי רימון ומגישים.

פילה בקר עם פטריות, מוגש על עוגת תפוחי אדמה, עם צ'יפס בצל

מורכבות המנה דורשת תזמון בהכנת מרכיביה הרבים במקביל.

4 מנות

לצ'יפס בצל:
4 בצלים סגולים
מלח גס
שמן לטיגון
קמח

לפטריות:
½ ק"ג פטריות שמפיניון
שמן זית
1 בצל קטן קצוץ
25 גרם חמאה, קרה
מלח
כפית פטרוזיליה קצוצה

לעוגות תפוחי אדמה:
4 תפוחי אדמה גדולים
50 גרם חמאה מומסת
מלח גס

לבשר:
1 ק"ג פילה בקר נקי, חתוך ל-4 מנות
מלח ופלפל
שמן זית

הכנת הבצל לצ'יפס: פורסים את הבצלים לפרוסות דקות ומפרידים לטבעות. זורים על הטבעות מעט מלח גס, ומניחים לחצי שעה עד שעה.

הפטריות: מנקים את הפטריות משאריות לכלוך בעזרת מגבת יבשה. מסירים את הרגליים ושומרים אותן בצד. קוצצים גס את הפטריות.

מכינים ציר מרגלי הפטריות: שמים אותן בסיר קטן. מוסיפים כוס מים ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-15 דקות. מסננים, שומרים את הנוזל וזורקים את הרגליים שנותרו במסננת.

מחממים מעט שמן זית בסיר. מוסיפים את הבצל ומאדים עד שהוא שקוף. מוסיפים את הפטריות ומטגנים אותן עד שהן מתרככות. מוסיפים את ציר הפטריות (ואם יש ציר בקר, מוסיפים כרבע כוס). מביאים את הנוזלים לרתיחה, ומצמצמים מעט על להבה נמוכה. מוסיפים את החמאה וטורפים עד שהיא נבלעת. מתבלים במלח, מוסיפים את הפטרוזיליה, מערבבים ומסירים מהאש.

עוגות תפוחי האדמה: קולפים את תפוחי האדמה ופורסים אותם לפרוסות דקות ככל האפשר, בסכין חדה או במנדולינה (פומפיה משודרגת).

מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות), ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה.

מברישים את הנייר בחמאה מומסת. מסדרים על הנייר עיגול של פרוסות תפוחי אדמה בקוטר של כ-12 ס"מ בצורת פרח, ומעליו שכבה נוספת. מכינים כך 3 עיגולים נוספים. נוח לעצב את העיגולים בעזרת רינג (טבעת אלומיניום). זורים על העיגולים מלח ומברישים אותם בחמאה. מכניסים לתנור ואופים 40 דקות, עד שהעוגות מזהיבות. מוציאים מהתנור ומעלים את חום התנור ל-200 מעלות.

הבשר: ממליחים ומפלפלים את נתחי הפילה. מחממים היטב מחבת ברזל כבדה ומורחים אותה במעט שמן זית. משחימים את הנתחים היטב מכל צידיהם. מעבירים לתנור וצולים 8-10 דקות למידת עשייה מדיום. כ-2 דקות לפני סיום צליית הבשר, מחזירים את העוגות לתנור כדי שיתחממו.

טיגון הצ'יפס: בינתיים מחממים שמן לטיגון עמוק, ומניחים את טבעות הבצל על מגבות נייר כדי שיתייבשו. מקמחים את טבעות הבצל ומנערים מקמח עודף. מכניסים לשמן החם ומטגנים עד שהטבעות משחימות. מוציאים בכף מחוררת ומניחים על מגבות נייר.

ההגשה: מחממים את הפטריות על להבה נמוכה. מניחים את עוגות תפוחי האדמה על צלחות הגשה. מניחים עליהן במרכז את נתחי הבשר, מחלקים את הפטריות בין הצלחות, על הבשר, ומניחים מלמעלה את טבעות הבצל. מגישים מייד.





לפעמים מסעדת פירות ים ודגים ליד הים היא רק געגוע לסטייק, לבשר עם נגיסה.
נכון שאנטריקוט הוא המועמד הראשי, אבל נתח פילה יהיה בטוח יותר ואם הוא מדיום רייר, יהיה גם מה לנשוך.





חורף

שומר, סיר שחור וירקות שורש

בחורף במאנטה ריי אנחנו נשארים לבד. המנגלים והמתרחצים מתקפלים, והים מנסה לכבוש את החוף ולערבב עליו את החול. בסערה הגדולה, בערך אחת לשנה, הגלים מתיזים על החלונות, וכל האורחים מרימים כוסות באופן אינסטינקטיבי, מתוך הרגשת שייכות למקום ההתרחשות וכבוד לטבע שהעז.

החורף בארץ הוא עצב חי של הקולינריה הישראלית. הוא איננו ערמונים או סנאים, שלא לדבר על סקי ושלג של כריסמס ומתנות. מבחינה פרקטית החורף הישראלי הוא סוג של סתיו משודרג. והוא כל כך קצר, שממש בושה לא להתגרות בו עם סיר מרק דגים חם, כשבחוץ 10 מעלות, מהר לפני שהמדחום יושפע מרוח שרקייה דרומית.

בתחילת דרכנו במאנטה ריי עוד היינו בטוחים ש"לים לא הולכים בחורף". אפילו תכננו לסגור ולנוח בחורף, כמנהג סככות האבטיחים על הסכין, בלי לבצע "סגירת חורף" של המשטח הפתוח. דעתנו השתנתה עם זרימת הקהל שחיפש סופה ושקע ברומטרי. היום ברור לנו שללכת לים בחורף הוא מעשה נבון, ומנהג תל אביבי בריא.
בחורף הסערות משובבות לב בחוץ, ובפנים לוהט מרק בסיר שחור, ובעין הסערה המתרגשת להגיע נחוש קרבה גדולה לטבע, אף יותר מקינואה או מבירקנשטוק.

דגים ופירות ים מצוינים במיוחד בחורף, כשהים קר, והם עולים מן הים מוצקים כמו אחרי פילאטיס. הירקות מגיעים עם ריח של אדמה, ולפירות הים ולדגים יש ריח טרי של ים.
המתכונים לחורף יצאו מצוין גם בבית. חלקם דורש מאמץ גדול יותר מאשר טשולנט, אבל הם ימצו את הייחוד של החורף ושל המרכיבים הטובים האופייניים לו.





גבינת עזים מטוגנת עם סלט סלק / **112**

סלט קלמארי, שומר וחומוס / **113**

עוגות תמרים וסרטנים / **115**

מרק כרובית ושרימפס/ **116**

מרק ארטישוק ירושלמי עם פטריות ושרימפס / **117**

מרק עדשים עם קרוסטיני של סקאלופס / **118**

בויאבז של מאנטה ריי / **121** ממרח רואי / **123**

מולים וצ'וריסוס / **124**

שרימפס עם שורש סלרי / **129**

שרימפס עם תבשיל שעועית "ניל" וארטישוק ירושלמי,

ברוטב גבינה כחולה / **130**

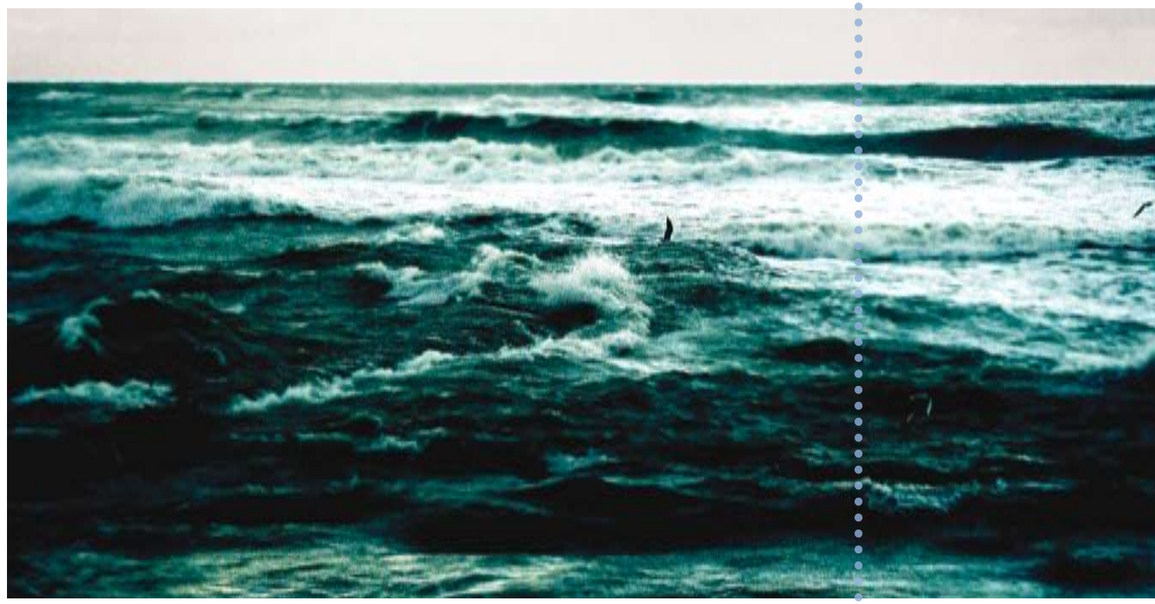
"גם וגם" - גם שרימפס וגם סקאלופס / **132**

זנב בקר עם ארטישוק ירושלמי / **133**

ריזוטו חצילים עם סקאלופס, קלמארי ורוטב עגבניות / **134**

סרטנים חלוטים ברוטב צ'ילי וסויה / **137**

לברק בתנור עם שיני שום וירקות שורש אפויים / **139**





גבינת עזים מטוגנת עם סלט סלק

4 מנות
5 סלקים נאים
2 כפות שמן זית
2 כפות כוסברה קצוצה
מיץ מלימון אחד
⅓ כפית כמון
כף חומץ בן יין אדום משובח
1½ כפיות חרדל דיז'ון גרגירים
מלח ופלפל לבן

לגבינה:
גליל גבינת עזים ("פרומעז")
½ כוס קמח
ביצה טרופה
פירורי לחם
שמן לטיגון עמוק

הסלט: מבשלים את הסלק במים עד שהוא מתרכך, או עוטפים כל סלק ביריעת אלומיניום ואופים בתנור בחום של 200 מעלות כשעה או יותר, על פי גודל הסלק. מצננים, קולפים וחותכים לקוביות קטנות, או מגררים על פומפייה גסה - הכול לפי העדפה אישית. מערבבים עם שאר מרכיבי הסלט. אפשר לשמור את הסלט במקרר עד 4 ימים.
הגבינה: פורסים את גליל הגבינה ל-8 פרוסות שוות (את הקצוות מנשנשים). מקמחים את פרוסות הגבינה ומנערים היטב מקמח עודף. טובלים בביצה ועוטפים היטב בפירורי לחם.
מחממים שמן לטיגון עמוק במחבת עמוקה ומטגנים את פרוסות הגבינה עד שהן מזהיבות. מוציאים ומניחים על מגבות נייר.
ההגשה: מערבבים היטב את הסלט ומחלקים לצלחות הגשה. מניחים שתי פרוסות גבינה חמות בכל צלחת ומגישים מיד.





השם "פרומעז" מורכב מהמילה הצרפתית Fromage (גבינה), ומאזכר באנגלית שהגבינה באה מהעז. רק קופירייטר עז דמיון יכול לנהל אותנו ככה, ולא לשכוח שהיא אחלה גבינה מתנובת ארצנו. גבינת העזים במתכון זה תוליך אותו למקומות שגם הסלק לא הכיר בפולניה. הסלק נהיה כוכב, יותר ויותר שפים מתעניינים בו. באופן מסורתי מגישים את הגבינה המטוגנת ליד סלט חסה.

סלט קלמארי, שומר וחומוס

4-6 מנות
½ כוס גרגירי חומוס, מושרים לילה במים
3 ראשי שומר
שמן זית
10 קלמארי בינוניים, נקיים (עמ' 170),
חתוכים לטבעות
מלח ופלפל שחור
10 זיתים מסוג "תסוס", מגולענים וקצוצים
6 כפות מיץ לימון טרי
2 כפות פטרוזיליה קצוצה

מסננים את החומוס ממי ההשריה. שמים בסיר, מכסים במים ומבשלים עד שהגרגירים רכים. מסירים מהאש ומקררים בתוך הנוזל.
חותכים מראשי השומר את הגבעולים ואת התחתיות, ומסירים את הגלד העליון, אם הוא פגום. שוטפים היטב. חוצים כל ראש לאורכו. מניחים כל מחצית על משטח העבודה ופורסים לרוחב לפרוסות דקות מאוד, נגד כיוון הסיבים.
מחממים כרבע כוס שמן זית במחבת רחבה. כשהשמן חם מאוד מוסיפים את הקלמארי ומטגנים כדקה. מערבבים וממשיכים לטגן עוד כדקה, עד שהקלמארי משנים את צבעם מלבן שקוף ללבן אטום. מתבלים במלח ובפלפל. מסירים מהאש ומניחים בצד.
מסננים את החומוס ומעבירים לקערה. מוסיפים את השומר, הזיתים, מיץ הלימון ורבע כוס שמן זית. מתבלים במלח ובפלפל. מוסיפים את הקלמארי ואת הפטרוזיליה ומערבבים היטב. טועמים ובודקים תיבול. אם יש צורך, מוסיפים עוד מיץ לימון ומלח ומגישים.

האירוניה של החיים זימנה את ההשראה למתכון זה במסעדה "אינוטקה" על רחוב ריווינגטון בלואר איסט סייד בניו יורק, מול מלון "על ריווינגטון" היקר. שם גילינו שאין יותר ימתיכון מהמנה הזאת - המשמשת נספחת תרבות של האגן. גם חומוס, גם זיתים וגם ניחוח אניס של שומר.

יש בארץ שלושה סוגים של גרגירי חומוס: ספרדי, מקסיקני שהם יותר גדולים, וחומוס מצרי, צנוע יותר. אנחנו מעדיפים את הספרדי למאזט במתכון הזה, ואת המצרי לפלאפל.









עוגות תמרים וסרטנים

4 מנות

כף חמאה

בשר מ-6-8 סרטנים (עמ' 17)

מלח ופלפל לבן

4 עלי בזיליקום, חתוכים לרצועות דקות

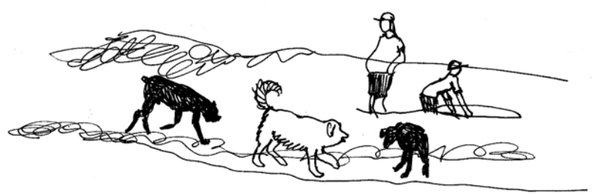
כ-20 תמרים לחים, קלופים ומגולענים

4 כפיות גבינה בולגרית מפוררת

4 כפיות רוטב חריסה (עמ' 239)

ממיסים את החמאה במחבת. מוסיפים את בשר הסרטנים ומקפיצים קלות, עד שהבשר משנה את צבעו ללבן. מתבלים במלח ובפלפל הלבן, מוסיפים את הבזיליקום, מערבבים ומסירים מהאש. מעבירים למסננת לניקוז הנוזלים.

קוצצים דק את התמרים. מעצבים מהם 4 עיגולים בקוטר כ-6 ס"מ ומניחים בצלחות הגשה. נוח לעצב את העיגולים בעזרת רינג (טבעת נירוסטה). מפזרים על העיגולים את הגבינה, מעליה את בשר הסרטנים ולבסוף כפית חריסה לכל מנה, ומגישים.



הכוונה לעוגה, בדומה לשיר הילדים "עוגה עוגה עוגה", המתייחס לשילוב ידיים במעגל, ולא למאפה המתוק, עתיר הקלוריות והאשמה, המוגש ליד התה, למרות ששניהם בעלי שורש זהה.

מרכיביה של המנה נשמעים עצמאיים לחלוטין. עיקר חוכמתה נעוץ בצירוף הנכון ובסדר הנכון - כמו ברוב הדברים בחיים. בהכנת סנדוויץ' למשל.









מרק כרובית ושרימפס

זהו מרק דינמי. בניית הטעמים מתרחשת תוך כדי אכילתו - זעפרן מלמעלה ושיפוד למון גראס שעליו מושחלים השרימפס הטבולים במרק וניצודים חמים.
בגלל שהמרק נוטה להתקרר במהירות, אנחנו מגישים אותו מתוך קנקן רותח, ויוצקים אותו קרוב מאוד לצלחת, על השפודים והזעפרן. במרק הזה השף רונן הוסיף אנינות לכרובית, שהיא ירק לא מועדף בין הירקות ולא כולם רוחשים לה את הכבוד המגיע לה.

4 מנות
16 שרימפס טריים,
לא קלופים
8 מקלות למון גראס
באורך כ-15 ס"מ כל אחד
2 כרוביות, שטופות
ומפורקות לפרחים
½ ראש סלרי, קלוף וחתוך
לקוביות גדולות
5 שיני שום קונפי (עמ' 239)
כ-2 ליטרים ציר ירקות (עמ' 234)
¾ כוס שמנת מתוקה
מלח ופלפל לבן

להגשה:
30 גרם חמאה
מעט חוטי זעפרן
שמן זית

השרימפס: תולשים את הראש מגוף השרימפס. קולפים את השריון אך משאירים את הזנב. לאחר מכן עוברים בסכין קטנה לאורך הגב ושולפים את החוט הכהה העובר לאורך הגב (והמעיים).
משחיזים קצת את קצוות גבעולי הלמון גראס בעזרת סכין (כמו שמחדדים עפרון). מחוררים כל שרימפ בעזרת שפוד עץ, ואחר כך משחילים אותו על מקל הלמון גראס. משפדים כך שני שרימפס על כל מקל. שומרים במקרר עד ההכנה.
המרק: שמים את הכרובית, הסלרי והשום בסיר. מוסיפים ציר כדי כיסוי הירקות, ומביאים לרתיחה. מבשלים עד שהכרובית רכה. מעבירים לקערה שני שליש מכמות הנוזלים ומניחים בצד. מרסקים את הירקות עם הנוזלים הנותרים, בבלנדר מקל או במעבד מזון. מעבירים את המחית דרך מסננת חזרה לסיר נקי, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת. מוסיפים לסיר מהנוזלים שהנחנו בצד, כדי להגיע לסמיכות הרצויה. מוסיפים את השמנת ומחממים כמעט עד לרתיחה. מתבלים במלח ובפלפל.
ההגשה: ממיסים את החמאה במחבת גדולה ומטגנים את השרימפס כדקה מכל צד, עד שהם מחליפים את צבעם לוורוד-כתום. מתבלים במלח. מניחים 2 שפודים בכל צלחת ויוצקים עליהם את המרק החם. מפזרים כמה חוטי זעפרן בכל צלחת, מטפטפים מעט שמן זית ומגישים.

מרק ארטישוק ירושלמי עם פטריות ושרימפס

הגשם ממריץ את הפטריות שלאחריו, וגם את הארטישוק הירושלמי, בעוד הים נותן את פירותיו טריים ומוצקים. העז תורמת את הגבינה, שמחברת הכול למרק של מלכים.
זה מה שנקרא חלוקת סמכויות וטיימינג!

4-6 מנות
½1 ק"ג ארטישוק ירושלמי,
קלוף וחתוך לקוביות גדולות
2 ליטרים מים
2 שיני שום, קלופות
מלח ופלפל לבן
¾ כוס שמנת מתוקה
כף שטוחה מלח בישול גס
300 גרם תערובת פטריות
(פורטובלו, שמפיניון, ירדן)
¼ כוס שמן זית
3 גבעולי תימין
מלח ופלפל לבן
כף יין לבן
40 גרם חמאה
½ ק"ג שרימפס טריים,
מנוקים (ראו עמוד קודם)
או ¼ ק"ג קפואים, קלופים
ומופשרים

להגשה:
50 גרם חמאה חתוכה לקוביות
שמן כמהין (אם אוהבים)
גבינת עזים מסוג סנט מור (מומלץ)

שמים את הארטישוק הירושלמי בסיר. מוסיפים את המים, השום ומלח. מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים עד שהארטישוק מתרכך, 30-45 דקות, תלוי בגיל הארטישוק. מסירים מהאש.
מעבירים לקערה שני שליש מכמות הנוזלים ומניחים בצד. מרסקים את הארטישוקים עם הנוזלים הנותרים בבלנדר מקל או במעבד מזון. מעבירים לסיר נקי דרך מסננת דקה, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת. מוסיפים את השמנת וחלק מנוזלי הבישול שהנחנו בצד, עד שמגיעים לסמיכות הרצויה. מתבלים במלח ובפלפל. אפשר לשמור את המרק במקרר עד יומיים.
מנקים את הפטריות משאריות החול במגבת יבשה. מסירים מפטריות הפורטובלו את הרגליים ואת החלק הכהה שבתחתית הפטריות. פורסים דק את פטריות הפורטובלו והשמפיניון, וקורעים את פטריות הירדן לרצועות בידיים.
מחממים את השמן במחבת גדולה. מוסיפים את הפטריות והתימין ומטגנים על להבה גבוהה 2-3 דקות, עד שהן משחימות. מתבלים, מוסיפים את היין ומטגנים עוד כדקה. מוציאים את הפטריות מהמחבת ומניחים בצד. מוסיפים למחבת את 40 גרם החמאה. מוסיפים את השרימפס ומתבלים במלח ובפלפל. כשהשרימפס מקבלים גוון ורוד-כתום מחזירים את הפטריות למחבת, ומערבבים.
ההגשה: מחממים את המרק על להבה נמוכה, ואם הוא סמיך מדי, מוסיפים קצת חלב. מוסיפים למרק החם את 50 גרם החמאה הנותרים ומקציפים בבלנדר מקל או במטרפה. מחלקים את המרק לצלחות ההגשה עמוקות ומוסיפים לכל צלחת מהשרימפס ומהפטריות. כדאי להוסיף לכל צלחת טיפה או שתים של שמן כמהין, וכמה פירורי גבינת עזים.

מרק עדשים עם קרוסטיני של סקאלופס

קשה לעבור עם נזיד עדשים לסדר היום, ככה סתם, בלי החיבור ליעקב אבינו. כה ישירה, כה דוגרית ונוגעת ללב הייתה פנייתו של עשיו אליו: "עשה לי מטעמים כאשר אהבתי והביאה לי ואכלה".
ענייני הבכורה מתגמדים מול אדי השמחה העולים מהמרק הטוב הזה. כפי הנראה עניינים חשובים נחתכו גם בעבר על ארוחה עסקית - נזיד עדשים שמכר בכורה ותפוח גן עדן ששיווק תודעה יחד עם נחש. כנראה תמיד היה אוכל מקדם של ביזנס גדול. מרקי העדשים למיניהם הם מאכל קשוח. ארוחה מלאה שמתאימה ללאות של חורף בסוף היום, לפני שמיכת הפוך ואחרי "מבט שני".



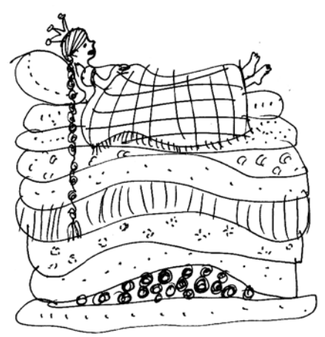
4 מנות

1½ כוסות עדשים שחורות ולהשיג בחנויות טבע)
2 גזרים
1 ראש סלרי
3 גבעולי סלרי, עם העלים
1 כרישה (החלק הלבן בלבד)
3 כפות שמן זית
2 שיני שום, כתושות
3 גבעולי תימין
2 תרמילי הל, שבורים
2 כוסות יין לבן יבש
2 עגבניות, קלופות וקצוצות
1 כף כוסברה קצוצה
2 כפות מיץ לימון טרי
מלח ופלפל שחור

לקרוסטיני עם סקאלופס:

4 פרוסות חלה בעובי של כשני ס"מ כל אחת
שמן זית
8 סקאלופס, חצויים לרוחב
מלח ופלפל שחור
4 כפיות גבינת קצ'קבל מגוררת

המרק: שוטפים את העדשים ומייבשים במסננת (אין צורך בהשריה מוקדמת).
חותכים את הירקות לקוביות קטנות (חצי ס"מ).
מחממים את השמן בסיר ומטגנים את הירקות עד שהם מתרככים קצת.
מוסיפים את השום, התימין וההל ומטגנים כחצי דקה. מוסיפים את העדשים, מערבבים ומטגנים כדקה נוספת. מוסיפים את היין ומבשלים עד שכמותו מצטמצמת לכדי שליש. מוסיפים את העגבניות ומערבבים. מוסיפים מים כדי כיסוי ועוד כמות שווה של מים ומביאים לרתיחה. מסירים קצף ושומן בעזרת כף. מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-35 דקות, עד שהעדשים רכות לגמרי.
בינתיים מכינים את הקרוסטיני: מפעילים את התנור למצב גריל. מסירים את הקרום מפרוסות החלה וחוצים אותן. מטפטפים על הפרוסות מעט שמן ומסדרים 2 פרוסות סקאלופס על כל חצי פרוסת חלה. זורים על הסקאלופס מלח ופלפל ומפזרים את הגבינה.
מניחים את הקרוסטיני בתבנית, מכניסים מתחת לגריל וקולים 3-4 דקות, עד שהגבינה נמסה והפרוסות מזהיבות.
ההגשה: מחממים את המרק ומוסיפים את הכוסברה ואת מיץ הלימון.
טועמים ומתבלים במלח ובפלפל.
מחלקים את המרק לקעריות הגשה, ומניחים שני קרוסטיני חמים במרכז כל קערית. מזליפים מעט שמן זית, גורסים מעט פלפל שחור ומעל ומגישים.





מקור העדשים הוא באזורנו ומכאן התגלגלו לכל העולם. המילה עדשה, זאת שעשויה מזכוכית ומשמשת לצרכים אופטיים, נגזרת מהעדשה הקולינארית שלנו. גם בסיפור הנסיכה על העדשה מדובר באחת ששכבה על עדשת מאכל ולא על עדשת מגע או על זום של ניקון.

המרכיב השני, הסקאלופס, נחשב לאחד מהמעדנים מבין האוצרות שהים מציע לנו. שמו נגזר מצרפתית escalope שמשמעו צדף. שמו השני, קוקי סאן ז'אק, מותר לשימוש רק לסקאלופס מאזור דיג ספציפי בצרפת. סקאלופס אין בארץ. יש יבוא - יש קפוא - וזה מה שיש.
הקרוסטיני הוא חטיף איטלקי, בנוי מפרוסת לחם קלויה ומתובלת בשמן זית שעליה מעמיסים את כל הטוב.

מרק זה נוטל על כתפיו משימה של מיזוג גלויות וטמפרטורות, אם כי ניתן להכין בבית רק את רכיב המרק.

Bouillabaisse



בויאבז של מאנטה ריי

מלך המלכים של מרקי הדגים הוא הבויאבז
מרק שמקורו בעיר מרסיי שבפרובאנס ומקור שמו הוא צירוף המילים 'צמצום תוך כדי רתיחה'.
גם במרסיי עד היום מר הוויכוח מיהו הבויאבז האמיתי, ובמקומות שיש בהם אמת, חבוי פוטנציאל לקיום האלוהות או למלחמת דתות. גם היוונים טוענים שהם הביאו את המרק למרסיי, שלא להזכיר את האיטלקים ששהו שם בעברם המפואר.

השתמשנו בשמו המפורש 'בויאבז' למרות שלא כל דגי הים של מרסיי מצויים בארץ, למשל הראסקאס מאוד נדיר, וזאת בזכות המתכון שהוא וריאציה טעימה מאוד וחיובית ביחס למסורות הים והמרקים שלו.

מבחינה גיאו-סוציולוגית, המרק הזה מקרב ומשייך אותנו לים התיכון, ומהווה מרק שמלווה אותנו משנה לשנה, כשכל שף מוסיף משלו.





בויאבז של מאנטה ריי

מנה לא קלה. למיטיבי לכת ולאמיצים בלבד!

8 מנות

600 גרם שרימפס טריים,
לא קלופים
1 גזר בינוני
1 כרישה
½ שורש סלרי
2 בצלים בינוניים
6 כפות שמן זית
כפית זרעי שומר
1-2 כוכבי אניס
2 עלי דפנה
2 גרגירי פלפל אנגלי
1 מסמר ציפורן
3 שיני שום, קלופות ושבורות
3 סרטנים, נקיים ושבורים קצת בעזרת
פטיש שניצלים
כף רסק עגבניות
3 עגבניות, קלופות, ללא גרעינים,
חתוכות לקוביות
2 רצועות קליפת תפוז (ללא החלק הלבן)
2 רצועות קליפת לימון (ללא החלק הלבן)
כוס יין לבן
פרנו
3 ליטרים ציר דגים (עמ' 234)
20 חוטי זעפרן
מלח ים ופלפל שחור גרוס טרי
מעט סוכר

להגשה:

4 תפוחי אדמה בינוניים, קלופים
8-10 סרטנים טריים, נקיים (עמ' 170)
שמן זית
מלח ים גס
פלפל שחור
1 ק"ג פילה של דג ים לבן (דניס או לוקוס)
חתוך ל-8
600 גרם מולים, שטופים
½ ק"ג קלמארי נקיים, חתוכים לטבעות
6-8 עלי מנגולד, שטופים, ללא החלק
הלבן, קרועים ביד לפיסות גסות
פרנו
שמן זית
מיץ לימון טרי
פרוסות באגט קלויות
ממרח רואי (בהמשך)



השרימפס: תולשים את הראש מגוף השרימפס. קולפים את השריון אך משאירים את הזנב. לאחר מכן עוברים בסכין קטנה לאורך הגב ושולפים את החוט הכהה העובר לאורך הגב (והמעיים). שומרים את השרימפס הנקיים במקרר עד ההגשה, ובנפרד את הקליפות והראשים.
חותכים את הירקות לקוביות גסות. מניחים בצד.
המרק: מחממים את השמן בסיר גדול. מוסיפים את התבלינים ומטגנים על להבה נמוכה כדקה, עד שהם מפיצים ניחוחות. מגבירים את הלהבה לבינונית, מוסיפים את הירקות ומטגנים 2-3 דקות, עד שהבצל משחים מעט. מוסיפים את השום ומערבבים. מוסיפים את הסרטנים וגם את הקליפות וראשי השרימפס ומטגנים כ-3 דקות. מוסיפים את רסק העגבניות ואת קוביות העגבניות. בוחשים ושומעים כיצד העגבניות סופגות את טעמי הבצל. מוסיפים את קליפות ההדרים ומערבבים. מוסיפים את היין ו-2 פקקים של פרנו, ומגרדים את תחתית הסיר בכף עץ כדי לשחרר טעמים. מניחים ליין להצטמצם עד למחצית הכמות, ומוסיפים את ציר הדגים. מוסיפים את הזעפרן, מלח ופלפל ומעט סוכר ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-20 דקות.
מוציאים את הסרטנים מהמרק. מרסקים את המרק בבלנדר מקל או במעבד מזון ומעבירים אותו דרך מסננת דקה, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת. בודקים שוב תיבול. מקררים ושומרים במקרר עד 3 ימים, או במקפיא.
ההגשה: חותכים את תפוחי האדמה לקוביות ומבשלים 7 דקות, עד שהן רכות אך לא מתפוררות. מסננים ומניחים בצד.



מחממים את התנור לחום גבוה (220 מעלות). שמים את הסרטנים בתבנית אפייה, מטפטפים עליהם מעט שמן זית, מתבלים במלח ובפלפל ואופים 8-10 דקות, עד שהם מקבלים גוון כתום ובשרם לבן.
מחממים 3 כפות שמן במחבת. מניחים את נתחי הדגים עם העור כלפי מטה, ומטגנים עד ששוליהם מלבינים. הופכים את הנתחים ומטגנים דקה נוספת. מוציאים ומניחים בצד.
מביאים את המרק לרתיחה. כאשר הוא רותח ממש, מוסיפים אליו את המולים, אחריהם את השרימפס ולאחר מכן את הקלמארי. לבסוף מוסיפים את תפוחי האדמה ואת עלי המנגולד. טועמים ומתבלים במלח ובפלפל לפי הצורך. מבשלים עד שהשרימפס מקבלים גוון ורוד-כתום, והמולים נפתחים.
מחלקים את המרק ואת פירות הים לצלחות עמוקות. שמים בכל צלחת נתח דג וסרטן אחד, ומוסיפים לכל מנה חצי פקק של פרנו. מטפטפים כמה טיפות שמן זית וטיפת מיץ לימון ומגישים עם פרוסות באגט קלויות וממרח רואי.

Rouille

ממרח רואי

(חלודה בצרפתית, על שם צבעו)

כמות - כשתי כוסות

2 פלפלים אדומים
1 חלמון
1 שן שום, כתושה
1 כף מיץ לימון טרי
¼ כפית פלפל שחור גרוס
¼ כפית מלח
קמצוץ פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
1 פרוסת חלה, ללא הקרום, מושרית במים וסחוטה
½ כוס שמן זית

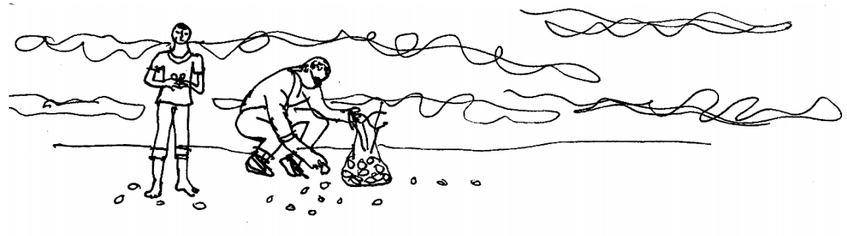
קולים את הפלפלים על להבה גלויה או מתחת לגריל של התנור, עד שקליפתם מתקמטת ומתכהה. הופכים מדי פעם.
מעבירים לקערה ומכסים בניילון נצמד. מניחים לפלפלים להזיע ולהתקרר, קולפים ומסלקים את הגרעינים.
שמים במכל מעבד המזון את כל המרכיבים, מלבד השמן. מעבדים כ-20 שניות, עד שהחומרים מתאחדים. מוסיפים את השמן באיטיות, תוך כדי פעולת המעבד, ומעבדים עד שהשמן כולו נספג ונוצר ממרח במרקם של מיונז. מעבירים לכלי ושומרים במקרר עד 3 ימים.

מולים וצ'וריסוס

4-6 מנות
2 ראשי שומר
2 עגבניות
8 נקניקיות צ'וריסוס
¼ כוס שמן זית
2 שיני שום, פרוסות
2 כוסות יין לבן
2 ק"ג מולים, שטופים היטב
25 גרם חמאה
פטרוזיליה

להגשה:
שמן זית
4-6 נקניקיות צ'וריסוס

חותכים מראשי השומר את הגבעולים ואת התחתיות, ומסירים את הגלד העליון, אם הוא פגום. שוטפים היטב. חותכים כל ראש לאורכו לרבעים. מניחים כל רבע על משטח העבודה ופורסים לרוחב לפרוסות דקות (נגד כיוון הסיבים).
חוצים את העגבניות, מסלקים את הזרעים בכפית וחותכים לקוביות קטנות.
חותכים את הנקניקיות לקוביות קטנות (כ-2 ס"מ).
מחממים את השמן בסיר רחב. מוסיפים את השומר ומקפיצים כחצי דקה. מוסיפים את קוביות העגבניות, מערבבים ומבשלים כ-3 דקות, עד שהשומר מתרכך. מוסיפים את קוביות הנקניקיות ואת השום וממשיכים להקפיץ עוד כ-2 דקות. מוסיפים את היין, וכשהוא מתחיל לבעבע, מוסיפים את המולים. מטלטלים את הסיר כמה פעמים ומערבבים בזהירות. מכסים את הסיר ומבשלים כ-7 דקות, עד שהמולים נפתחים (זורקים את אלה שלא נפתחו). מוסיפים לסיר את החמאה ואת הפטרוזיליה ומערבבים.
ההגשה: מחממים היטב מחבת ברזל או מחבת טובה אחרת, ומורחים אותה במעט שמן זית. צולים את הנקניקיות עד שהן מזהיבות יפה מכל הצדדים.
מעבירים את המולים ואת הנקניקיות לקערת הגשה גדולה ומגישים.



המפגש בין החריפות והנגיסה של הצ'וריסוס, הטעם האניסי של השומר והמתיקות של המולים תומך באחד מהתהליכים המרתקים שבו השלם גדול ממרכיביו. כאן זו מגה-סינרגיה, כי המרכיבים גם הם גדולים בטעמם. מנה נאה לכבד בה את החורף ולשובב את הלב.



אנחנו משתמשים במולים טריים צרפתיים מסוג בושאר, המגיעים פעמיים בשבוע, בטיסה ישירה משוק הדגים הפריזאי. לפעמים כשאין ברירה הם באים מבלגיה, אבל גם זה נחשב.
אם מכינים רק מולים לארוחה, כדאי להכין כ-½ ק"ג לאדם.
בכל מקרה אפשר לחסל אותם כמו גרעינים בלי להרגיש, גם כשאין משחק.

MantaRa
מופע ימיות ללא תקנה





שרימפס עם שורש סלרי

חיים הרמוניים מחייבים התייחסות והתמסרות לחורף, להתכנסות פנימה שהוא כופה לתוך הבגדים והשמיכות. תפקידנו הוא לאמץ את מה שמיוחד בכל עונה, והחורף מציע לנו שפע תנובות. הסלרי בחורף למשל איננו זה של הקיץ. הסלרי אוהב את החורף, וגם ההיפך נכון. הסלרי שותה בשקיקה מי גשם טהורים, וראשי הסלרי סופגים את מתיקות המים ומבקשים לשחרר עבורנו, בין אם במרק עוף ובין אם ככוכב משנה במנה. הצירוף של שרימפס עם סלרי הוא לא מובן מאליו, והצירוף הזה תופס רק בחורף.

4 מנות

2 ראשי סלרי גדולים, קלופים וחתוכים לקוביות קטנות
1 ליטר חלב (או חלב ומים)
30 גרם + 1 כף חמאה
4 בצלי שאלוט, קצוצים
2 שיני שום, קלופות ופרוסות
1 ק"ג שרימפס בינוניים-גדולים טריים, מנוקים
או ½ ק"ג קפואים, קלופים, מנוקים ומופשרים (עמ' 16)
מלח ופלפל
10 עלי טרגון
½ כוס יין לבן
2 כפות פטרוזיליה קצוצה

מבשלים את קוביות הסלרי בחלב (או בחלב ומים) על להבה נמוכה כ-15 דקות, עד שהן מתרככות. נזהרים שהחלב לא יגלוש. מסננים ומניחים בצד.
מחממים את 30 גרם החמאה במחבת גדולה. מוסיפים את בצלי השאלוט ומאדים על להבה נמוכה עד שהם נעשים שקופים. מוסיפים את השום ואת השרימפס, ממליחים ומפלפלים, ומטגנים כחצי דקה. הופכים ומטגנים עוד כחצי דקה, עד שהשרימפס מקבלים גוון ורוד-כתום. מוסיפים את הסלרי ואת עלי הטרגון. יוצקים למחבת את היין ומטלטלים את המחבת. כשהיין מתחיל לבעבע, מוסיפים למחבת את כף החמאה הנותרת ובוחשים כדי שתימס. מוסיפים את הפטרוזיליה ומגישים מיד.



שרימפס עם תבשיל שעועית "פיל" וארטישוק ירושלמי, ברוטב גבינה כחולה

המנה מודולרית ואפשר להגיש את השרימפס ברוטב גבינה כחולה בנפרד,
או להכין תבשיל שעועית וארטישוק ירושלמי, ללא השרימפס.
את התבשיל אפשר להכין יום מראש, ולחמם בעדינות לפני ההגשה.

6 מנות

לשרימפס:
1 ק"ג שרימפס בינוניים טריים,
לא קלופים
מלח ופלפל
50 גרם חמאה
מעט שמן זית
6 עלי מרווה

לתבשיל שעועית וארטישוק ירושלמי:
1 כוס שעועית לבנה גדולה ("פיל","בובעס" - לא "בעבאלאך"),
מושרית לילה בהרבה מים
1 גזר, קלוף וחתוך גס
½ בצל, קצוץ גס
2 גבעולי תימין
½ כרישה (והחלק הלבן בלבד), חתוכה גס
¼ ק"ג ארטישוק ירושלמי,
קלוף וחתוך לקוביות בגודל 1 ס"מ
מלח
3 כפות שמן זית
1 גזר, קלוף ומגורר
1 שן שום, כתושה
1 כפית עלי תימין טרי
קמצוץ פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
¼ כוס מיץ לימון טרי
1 כף נענע קצוצה

לרוטב:
1 כוס שמנת מתוקה
2 כפות גבינה מסוג רוקפור

השרימפס: תולשים את הראש מגוף השרימפס. לאחר מכן עוברים בסכין קטנה לאורך הגב ושולפים את החוט הכהה העובר לאורך הגב (והמעיים). שומרים את השרימפס במקרר עד השימוש.

התבשיל: מסננים את השעועית ממי ההשריה ושמים בסיר. מוסיפים את הגזר, הבצל, התימין והכרישה. מכסים בהרבה מים, מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים כשעה, עד שהשעועית רכה אך לא מתפוררת. מסננים. קולפים את השעועית מהקליפה הדקה המצפה אותה על ידי לחיצה באגודל ואצבע, מניחים בצד.

שמים את הארטישוק הירושלמי בסיר נקי. מכסים במים, מביאים לרתיחה, מוסיפים מלח, מנמיכים את הלהבה ומבשלים 15-10 דקות, עד שהקוביות רכות אך לא מתפוררות. מסננים ושומרים את מי הבישול.

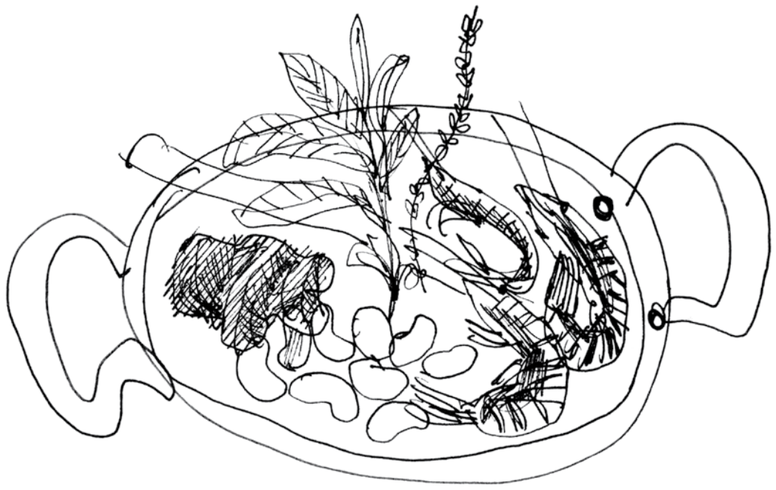
מחממים את השמן במחבת. מוסיפים את הגזר המגורר ומטגנים כדקה. מוסיפים את השום, השעועית, הארטישוק הירושלמי, עלי התימין, הצ'ילי ו-2 מצקות מנוזל הבישול של הארטישוקים. מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה וממשיכים לבשל עד שהנוזלים במחבת מצטמצמים במחצית. מוסיפים את מיץ הלימון והנענע ומתבלים במלח. מכבים את האש ומניחים בצד.

הרוטב: מביאים את השמנת לרתיחה בסיר קטן ומבשלים עד שהכמות מצטמצמת למחצית. מסירים מהאש, ועורפים פנימה את הגבינה בעזרת בלנדר מקל או מטרפה. מעבירים לכלי דרך מסננת דקה תוך מעיכה בכף עץ או במצקת, ומניחים בצד.

ההגשה: ממליחים ומפלפלים את השרימפס. ממיסים את החמאה ומעט שמן זית במחבת. מוסיפים את עלי המרווה. מוסיפים את השרימפס ומטגנים כדקה. הופכים ומטגנים עוד דקה, עד שהם מקבלים גוון ורוד-כתום. יוצקים את רוטב הגבינה לתוך המחבת, מביאים לרתיחה קלה ומכבים את האש.

בינתיים מחממים את תבשיל השעועית על להבה נמוכה מאוד, ומעבירים אותו לצלחת מרכזית או לצלחות אישיות. מוסיפים את השרימפס ויוצקים עליהם את הרוטב שבמחבת.





הארטישוק הירושלמי תורם למנה ניחוח אדמה טרייה לאחר הגשם, והבובעס מושאלים רק לשבוע אחד מהטשולנט. הגבינה הכחולה מוסיפה פרספקטיבה בינלאומית עם צביטה צרפתית של צאן ועובש חיובי.



"גם וגם" - גם שרימפס וגם סקאלופס

4 מנות

שמן זית
6 פטריות פורטובלו טריות, ללא הרגליים והחלק הכהה שבתחתית הפטריה, חתוכות לקוביות גדולות
24 סקאלופס יפים
מלח גס ופלפל שחור גרוס
25 גרם חמאה
36 שרימפס בינוניים-גדולים, טריים או קפואים, קלופים (עמ' 18)
1 שן שום, מעוכה
¼ כוס יין לבן
300 גרם עלי תרד, נקיים מעוקצים, שטופים ומיובשים
50 גרם גבינת פקורינו (או קצ'קבלן), מגוררת

מחממים היטב מחבת ברזל או מחבת טפלון טובה, ומשמנים אותה במעט שמן זית. מוסיפים את הפטריות ומטגנים עד שהן שחומות ורכות. מוציאים ומניחים בצד. מוסיפים מעט שמן למחבת. מתבלים את הסקאלופס במלח ובפלפל ומוסיפים אותם למחבת. מטגנים עד שהסקאלופס מקבלים סימני צריבה. מחזירים את הפטריות למחבת, מתבלים במלח ובפלפל ומנמיכים את הלהבה.
בינתיים מחממים את החמאה עם 2 כפות שמן במחבת גדולה נוספת. מוסיפים את השרימפס ומקפיצים עד שהם מתחילים לקבל גוון ורוד-כתום. מתבלים במלח, מוסיפים את השום, את היין ואת התרד, ומקפיצים עד שעלי התרד מתרככים מעט. מפזרים מלמעלה את הגבינה ומסירים מהאש.
ההגשה: מחלקים את הסקאלופס, הפטריות והשרימפס לצלחות הגשה. אנחנו מוסיפים לצד פירות הים קרם תפוחי אדמה (עמ' 236) ויוצקים עליו כפית רוטב בלסמי מצומצם (עמ' 239) לכל מנה.





בפעם הראשונה שהשף רובי פורטנוי הכין את המנה הזאת התרגשנו מאוד. שרימפס וסקאלופס הם זהב ויהלומים בצלחת אחת. מאז היא אצלנו אזרחית של קבע בתפריט.

ניתן לשנות את הפרופורציות בין פירות הים, אפשר להכין רק שרימפס או רק את הסקאלופס, אבל אנחנו מאמינים שהמפגש הספציפי הזה, מעלה את הטעמים להקבצה א'.

ההכנה של המנה נעשית בשתי מחבתות במקביל. הדבר מחייב טיפת מיומנות של ניצוח - משהו כמו פילהרמונית בג'ינס, פלוס סינור. מצד שני לא הרבה יותר מסובך מלטפל גם בפירה, גם בשניצל וגם בקטשופ - ושהילד ילחץ חיוך.

זנב בקר עם ארטישוק ירושלמי

זנב בקר הוא די נדיר, כי לכל פרה זנב אחד והוא לא שוקל יותר ממוח יען, באופן יחסי כמובן. רוב המתכונים הקשורים לזנב בקר הם בישול ארוך בציר עם ירקות שורש. גם במתכון זה אנו נערכים להתחנפות לקצב, ומבקשים ממנו לחתוך את הזנבות לפרוסות בעובי 4-5 ס"מ.
הכנת המתכון מצריכה הכנה של יום מראש, ועדיף יומיים.



8 מנות

2-3 זנבות בקר, פרוסים לפרוסות בעובי 4-5 ס"מ

למשרה ראשונה:

2 בקבוקי יין אדום
3 עלי דפנה
1 כף גרגירי פלפל שחור, שבורים
3 תרמילי הל, שבורים
6 גבעולי תימין
4 גרגירי פלפל אנגלי
4 שיני שום
1 גזר, קלוף וחתוך גס
1 בצל, חתוך גס
½ כרישה, חתוכה גס
1 ראש סלרי עם העלים, קלוף וחתוך גס

למשרה שנייה:

5 כפות חרדל דיז'ון
½ בקבוק רוטב וורצ'סטר

לבישול הזנב:

¼ כוס ש מן תירס או אחר
מלח ופלפל שחור
4 ליטרים ציר בקר (עמ' 235) או מרק בשר צח
8 ארטישוקים ירושלמים, קלופים

מערבבים את מרכיבי המשרה הראשונה בקערה גדולה. מוסיפים את פרוסות הזנב ומשרים לילה במקרר.
למחרת מסננים את המשרה. שומרים את הנוזל המסונן בקערה, ומפרידים בין הירקות והבשר. מערבבים את מרכיבי המשרה השנייה ומורחים בהם היטב את הבשר. מניחים לשעתיים.
הבישול: מחממים את השמן בסיר רחב ועמוק. ממליחים ומפלפלים את הבשר, מוסיפים לסיר ומשחימים מכל הצדדים. מוציאים ומניחים בצד. מוסיפים לסיר את הירקות מהמשרה הראשונה, ומטגנים 5-7 דקות. מוציאים ומניחים בצד. שופכים את השומן שנותר בסיר, ומחזירים אליו את הבשר והירקות. מוסיפים את נוזל המשרה הראשונה ומביאים לרתיחה. מצמצמים את כמות הנוזל במחצית ומגרדים את המשקעים בתחתית הסיר בעזרת כף עץ. מחממים את הציר בסיר נפרד ומוסיפים אותו לסיר הבשר. מביאים שוב לרתיחה, ומסירים בכף את הקצף והשומן שצפים על פני הנוזל. מנמיכים את הלהבה ומבשלים 4-6 שעות.
מוסיפים את הארטישוקים שעה לפני תום הבישול.
מוציאים מהסיר את הארטישוקים ואחריהם את הבשר, ומניחים בצד. מסננים את הרוטב וזורקים את הירקות. בשלב זה מומלץ להחזיר את הבשר ואת הארטישוקים לרוטב, לקרר ולאחסן לילה במקרר. למחרת השומן ייקרש ויהפוך לבן. מסירים אותו ומחממים שוב.

ריזוטו חצילים עם סקאלופס, קלמארי ורוטב עגבניות



4 מנות

לרוטב:
6 עגבניות אדומות גדולות
מלח
25 גרם חמאה

לריזוטו:
2 חצילים בינוניים
3 כוסות ציר ירקות (עמ' 234)
30 גרם חמאה
2 בצלי שאלוט, קצוצים
2 כוסות אורז לריזוטו
¼ כוס יין לבן יבש
מלח ופלפל לבן
¼ כוס שמנת מתוקה

להגשה:
¼ כוס שמן זית
16 סקאלופס
מלח ופלפל לבן
1 שן שום, מעוכה
2 עלי מרווה
200 גרם קלמארי טריים, נקיים חתוכים לטבעות דקות (עמ' 17)
1 כף לימונים כבושים קצוצים (עמ' 238)

הרוטב: חותכים את העגבניות לרבעים ומרסקים אותן במעבד מזון או בבלנדר מקל. מעבירים דרך מסננת לסיר, תוך מעיכת העגבניות בכף עץ או במצקת. מחממים את המיץ על להבה נמוכה עד שהכמות מצטמצמת במחצית, ומסננים שוב. ממליחים ומוסיפים את החמאה תוך טריפה בבלנדר מקל או במטרפה. נזהרים שהרוטב לא ירתח. מסירים מהאש ומניחים בצד.

הריזוטו: קולים את החצילים, רצוי על להבה פתוחה. זה מוסיף ניחוח עשן וטעם מעודן. קולפים וקוצצים אותם (רצוי להשתמש בסכין עץ מיוחדת לחצילים). מניחים בצד.

מחממים את הציר בסיר, ומשאירים אותו חם כל זמן הבישול. ממיסים את החמאה במחבת עמוקה. מוסיפים את בצלי השאלוט ומאדים עד שהם נעשים שקופים. מוסיפים את האורז ומערבבים, עד שכל הגרגירים מצופים בשומן. מוסיפים את היין וממשיכים לבחוש בסבלנות, עד שהוא נספג לתוך האורז. מוסיפים מצקת אחת מהציר החם, בוחשים ומבשלים על אש נמוכה. כשהציר כמעט נספג, מוסיפים מצקת נוספת ומערבבים שוב. ממשיכים כך, עד שהאורז כמעט מוכן, ואז מתבלים במלח ובפלפל, מוסיפים את השמנת, מערבבים ומבשלים עוד 5 דקות. מסירים מהאש, מוסיפים את החצילים ומערבבים בעדינות.

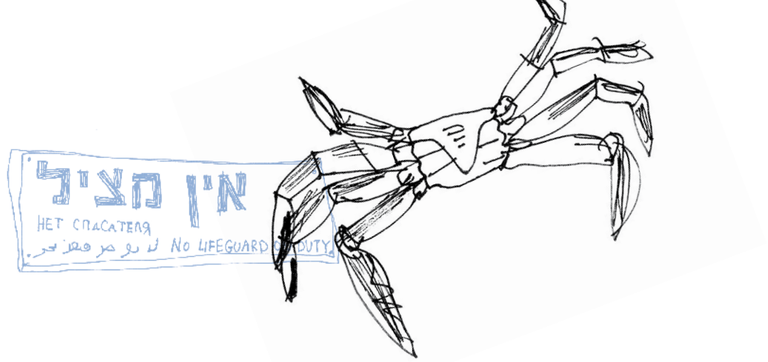
ההגשה: כשהריזוטו כמעט מוכן, מחממים מחבת ברזל או מחבת טובה אחרת ומבריזים אותה במעט שמן זית. מנגבים את הסקאלופס במגבת נייר, מוסיפים למחבת וצורבים כ-2 דקות מכל צד, עד שהם מקבלים גוון זהוב יפה. מעבירים לצלחת ומתבלים במלח ובפלפל לבן. מוסיפים למחבת מעט שמן זית, את השום ואת המרווה. מוסיפים את הקלמארי ומטגנים עד שהם משנים את צבעם מלבן-שקוף ללבן-אטום. מתבלים במלח ובפלפל ומוציאים.

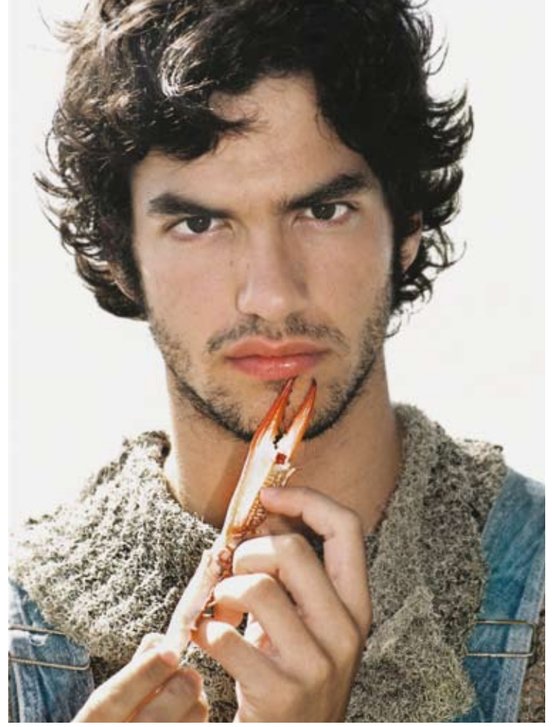
מחממים את הרוטב על להבה נמוכה מאוד. מעבירים את הריזוטו לצלחת הגשה, מניחים עליו את הלימונים הכבושים, את הקלמארי ואת הסקאלופס, יוצקים מסביב את הרוטב ומגישים.



ריזוטו טוב הוא מסוג המנות שדורשות המון תשומת לב, וממש לא כדאי לעזוב את הסיר בזמן שמכינים אותו. אנחנו מגישים ריזוטו עם סקאלופס וקלמארי רק בחורף. הוא בא טוב בסערה עם חריקת גלים. המתכון קצת מורכב וארוך, אבל שווה ביותר. אפשר לעשות קיצורי דרך, כמו לוותר על החצילים, או שאפשר להגיש אותו רק עם הסקאלופס או רק עם הקלמארי, ואפשר גם בלי הרוטב. אבל הכול ביחד יוצר הרמוניה טעימה, ומזמין כוס יין וסלט ירוק לארוחה אלוהית.











סרטנים חלוטים ברוטב צ'ילי וסויה

4-6 מנות

לרוטב:
½ כוס מיץ לימון
¼ כוס שמן זית
½ כוס רוטב צ'ילי מתוק מסונן
4 שיני שום, פרוסות דק
8 כפות רוטב סויה מאיכות טובה
4 בצלי שאלוט, קצוצים דק
½ כוס עלי בזיליקום, קצוצים
½ כוס עלי כוסברה, קצוצים

לסרטנים:
12 סרטנים טריים, נקיים וחצויים
2 בצלים
2 גזרים
1 כרישה
1 שורש סלרי
3 ליטרים מים
1 עלה דפנה
3 גרגירי פלפל אנגלי
מלח

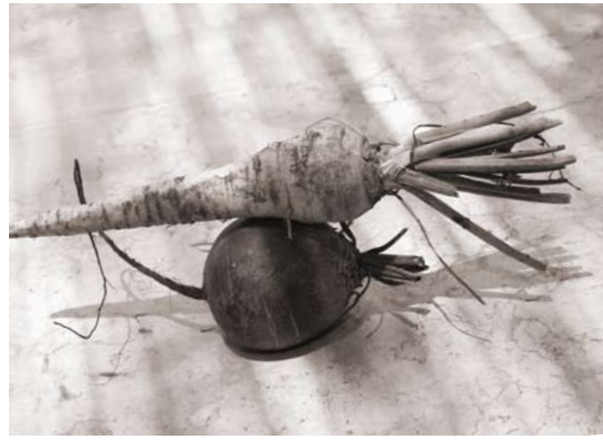
הרוטב: מערבבים את כל מרכיבי הרוטב בקערה ועורפים היטב.
הסרטנים: מנקים את הסרטנים (עמ' 71) וחוצים אותם.
חותכים גס את הירקות. שמים בסיר גדול את המים, הירקות והתבלינים. מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים 20 דקות. מוסיפים את הסרטנים וחולטים אותם 4 דקות. מוציאים ומעבירים למגש מוארך. יוצקים את הרוטב על הסרטנים, ומגישים.



סרטני החוף אוהבים את החורף, כפי ששמיכת הפוך אוהבת אותנו בינואר.
הם נהנים מהמים הצוננים ומטיפות הגשם, היוצרות בועות אוויר ומאווררות את הקיום שלהם. החורף הוא הזמן שלהם, כאן הם מתבטאים בכל מאודם. זהו זמן סרטנים.

סרטני חוף שלמים בערימה ממצים בכבוד את יצר האדם לשבור במובן החיובי של המילה. לשבור, למצוץ, לפרק וליהנות מהחיים עם חברים אמיתיים, כי מי שאין לו זמן לחברים, כשיהיה לו זמן לא יהיו לו חברים.
ערימת סרטנים היא מקדמה מצוינת לטשולנט ומקרבת לבבות אחרי השמפניה.





הלברק הוא דג חקלאי שבא מהים. בטבע הלברק מתגורר גם בים התיכון, הוא דג כסוף ומוארך. בארץ מגדלים אותו בבריכות. הדג טעים מאוד, בעל פוטנציאל קולינארי. בצרפתית הוא נקרא בר קומון, באיטלקית ספיגולה, ובגרמנית זיבארש.

ירקות שורש אפויים הם "יציאה" של המסעדה הקליפורנית מברקלי, שה פאניז (Chez Panis) שהשפיעה עלינו ב"לילית". ירקות השורש קיבלו פאטינה במאנטה ריי עם השף רובי פורטנוי.





לברק בתנור עם שיני שום וירקות שורש אפויים

4 מנות

לירקות:
4 סלקים קטנים, שטופים
וחתוכים לרבעים
שמן זית
3 גבעולי רוזמרין
מלח גס ופלפל שחור גרוס
¼ כוס יין לבן
2 תפוחי אדמה גדולים (לא קלופים)
חתוכים ל-8 פלחים לאורכם
1 בטטה בינונית (לא קלופה), שטופה
היטב וחתוכה ל-8 פלחים לאורכה
6 שיני שום
¼ כוס שמן תירס
4 פלפלים אדומים מוארכים ("שושקה")
50 גרם חמאה, חתוכים לקוביות

לדגים:
4 דגי לברק במשקל 400-500 גרם כל אחד, נקיים
מלח ופלפל לבן
20 שיני שום קונפי (עמ' 239) או רגילות
4 גבעולי רוזמרין
¼ כוס מיץ לימון טרי
¼ כוס שמן זית

להגשה:
4 פלחי לימון

הירקות: מחממים את התנור לחום גבוה (220 מעלות) במצב טורבו. שמים את הסלקים בקערה. מוסיפים מעט שמן, גבעול רוזמרין אחד, מלח ופלפל, ומערבבים. מניחים את הסלקים על יריעת אלומיניום, מרימים את שולי היריעה, מוסיפים את היין, ואז סוגרים את העטיפה מעל הסלקים. מניחים בתבנית אפייה.
שמים את תפוחי האדמה והבטטה בקערה. מוסיפים את השום, את השמן ואת שני גבעולי הרוזמרין הנותרים. מתבלים במלח ובפלפל, מערבבים היטב בידיים ומעבירים לאותה תבנית. מכניסים לתנור ואופים כחצי שעה. מוסיפים לתבנית את הפלפלים והחמאה, מחזירים לתנור ואופים עוד 12-10 דקות, עד שתפוחי האדמה משחימים והפלפלים מתרככים.
הדגים: חורצים בכל דג שני פסים אלכסוניים מכל צד. מניחים את הדגים בתבנית אפייה. מתבלים אותם במלח ובפלפל מבחוץ ומבפנים. מכניסים לבטן כל דג 5 שיני שום וגבעול רוזמרין אחד. מערבבים את מיץ הלימון עם שמן הזית, ויוצקים על הדגים. מכניסים לתנור אחרי 10 דקות אפייה של הירקות, ואופים 20 דקות. מציצים דרך החריצים (מרחיבים אותם קצת בעזרת סכין) ובודקים שבשר הדג לבן ולא שקוף מבפנים. אם הבשר עדיין שקוף, אופים עוד כמה דקות.
ההגשה: מחלקים את הדגים ואת הירקות לצלחות הגשה ומגישים עם פלחי לימונים.

פעם בשנה

פסטיבל פירות ים

בכל שנה בתחילת חודש דצמבר, אנחנו מקיימים פסטיבל פירות ים עם יין מצוין.
זה קורה אחרי ראש השנה שלנו ולפני ראש השנה של העולם, מועד ראוי ביותר להתחדשות ולהתחזקות.
הים בעת הזאת נמצא בשיא גדלותו הפרועה והסוערת, מיטיב עם פירות הים ומסייע להם להגיע לשלמות ולמימוש עצמי.

זה חודש של חוויה, זמן להתרגשות גם לשף וגם לצוות המטבח, בחודש זה פועלת המעבדה היצירתית שלנו ללא לאות, אנחנו מתעלמים מפרמטרים ארציים כמו פוד קוסט ולא שואלים כמה זה עולה לנו. אנחנו זונחים מחשבות על יעילות לוגיסטית של תכנון פס עבודה וזרימת עבודה, ומטיסים פעמיים בשבוע את מיטב פירות הים הטריים משוקי העולם, בעיקר מהשוק הענק הממוקם בעיירה רנג'יס (Rungis) ליד פריז.

בתקופה הזו אנחנו מחפשים פירות ים מיוחדים ולא שכיחים, והצייד המתחיל כבר בחודש אוקטובר וחודש נובמבר משמש אותנו לניסויים ולטעימות. בסופי שבוע אנחנו מייבאים אויסטרים טריים, בדרך כלל את אלה הקרויים "בלון", ומאמינים שבידנו תמצית הים בשלוק אחד עם שמפניה.

בשנה האחרונה עלה הביקוש של האורחים לאויסטרים על ההיצע במסעדה, וזה כנראה אות לשינוי באוויר.
האויסטרים הם תשוקה רבת שנים אצלנו, מתוך חיבה אליהם ונטייה אישית. אויסטרים הם הניגוד החריף לגישת ה"עודף ממאה", או לארוחה משביעה עם פיתות וחמוצים. אויסטרים הם גם יקרים וגם לא משביעים, כל אויסטר הוא רעב לעוד אחד.









אויסטר שוט / **145**

מולים בנוסח רוקפלר / **146**

מעטפות פילו ממולאות בבשר סרטנים
עם חמאה מוקצפת / **147**

נפוליאון אבוקדו וסרטנים / **149**

ביסק שרימפס ודלעת / **150**

לנגוסטינים ברוטב גבינת עזים / **151**

סקאלופס עם גיוזות ממולאות בקונפיטורת
בצל, עם רוטב פלפלים וסויה / **152**

וונגולה עם פולנטה וערמונים / **155**



אויסטרים

רוב האויסטרים בעולם גדלים כיום בחוות במי הים. אויסטרים של מים עמוקים, טבעיים, הם נדירים, יקרים להחריד ואינם מגיעים לשווקים רחוקים.
הכלל הישן, שקבע שאין לאכול אויסטרים או פירות ים בחודשים שבשמם לא מופיעה האות R (מאי, יוני, יולי ואוגוסט), כבר אינו תקף - מאז שיש בעולם אמצעי קירור ושיטות משוכללות להובלה בקירור.
חודשי הקיץ הם חודשי ההתרבות של האויסטרים, ובתקופה זו הם יותר "חלביים", ואולי פחות טעימים, אבל לא מסוכנים לבריאות. לדעתנו לא ראוי לאכול אויסטרים בקיץ, כפי שפחות מומלץ ללבוש מעיל פרווה באוגוסט בתל אביב או לחסוך בחשמל ולכוון את המזגן על חלש.
בעולם הגדול קיימות עדויות על זלילת אויסטרים עוד בתקופות פרהיסטוריות, למרות שג'ונתן סוויפט, זה של גוליבר, סבר שנדרשת מידה של אומץ אישי לאכילת צדפות חיות.
הצרפתים מגדלים שני סוגים עיקריים של אויסטרים. הראשון והעיקרי, הוא קרוז (Crassostrea, Creuses) קמור וגבשושי וידוע גם בשמות נוספים כמו יפני, פורטוגזי ואמריקאי. השני, פלאט (Ostrea, Plate), עגול יותר, חלק יותר, שטוח יותר ויקר יותר.
הם גדלים כמעט בכל חופי צרפת, באוקיינוס האטלנטי וגם בים התיכון, אבל כמה אזורים נחשבים יותר - בעיקר אזור החופים של ברנן, משם באה צדפת הבלון (Belon) וגם קנקל (Cancale) ומרן (Marenne).
גודל הצדפות מסומן בספרות מחמש עד אפס. אפס הן הגדולות ביותר (90 גרם), ולפי ניסיוננו, לאו דווקא הטעימות יותר. חמש אלה הקטנות יותר (40 גרם), מאוד נחמדות.

אי אפשר להתייחס לפתיחה של פרק האויסטרים ללא מידה של אינטליגנציה אירוטית, מחשבה על סקס מלהיב, שובב ואפילו פיוטי, כי במקרה של צדפה, הנמשל והמשל צמודים והדוקים זה לזה ולו ברמה הויזואלית. היטיב לתאר זאת יוזו איטאמי בסרט "טאמפופו", מערבון הנודלס הראשון בעולם: הגנגסטר קוג'י יאקושו, בתאווה ובהתגלות ג'יימס ג'ויסית ממש, שותה צדפה מהיד של פילגשו, פוקומי קורודה. "טאמפופו" להערכתנו מייצג את לב האייטיז בכל גדולתן, ומבשר את העתיד הקולינארי של העולם.

כדי לפתוח אויסטרים בבית צריך סכין קצרה וחזקה, מיוחדת למטרה הזו, ומי שימכור לכם את האויסטרים ישמח למכור לכם גם אותה, ואולי גם יאות להדגים איך עושים זאת.
מניחים את האויסטר כשחלקו התחתון (והגדול יותר) למטה. מחדירים את הסכין מצדה האחורי של הקונכייה, במקום שבו שני חלקיה מחוברים. מניחים את האויסטר על מגבת מטבח. אוחזים אותה (בעזרת מגבת נוספת) ביד אחת, וביד השנייה מחדירים את הסכין לתוכו תוך פתיחת הצדפה. מחליקים את הסכין בזהירות לכל אורכה, כדי להפריד את שני חלקי הקונכייה. משאירים את הצדפה בתוך החלק התחתון של הקונכייה ומנתקים אותה מהקונכייה. בודקים שלא נשארו בתוך האויסטרים פירורים מהקונכיות (כדי שלא יישארו, דרוש קצת ניסיון). פותחים סמוך להגשה כדי שהצדפה לא תתייבש.



מגישים את האויסטרים קרים מאוד, על מצע של קוביות קרח או קרח מרוסק. כל מה שצריך בנוסף הוא לחם, חמאה ויין לבן קר מאוד. אפשר לטפטף כמה טיפות לימון על כל צדפה לפני שמכניסים אותה לפה. כשהצדפות טריות, אפילו הלימון מיותר.

אפשרות נוספת לרוטב: בצלי שאלוט קצוצים עם חומץ בן יין טוב, או - כפי שאנחנו מגישים אותו במאנטה ריי - חומץ שמפניה ומעט יין למברוסקו.



אויסטר שוט

פשוט כך, במשפט אחד: מניחים אויסטר בכוסית וודקה. יוצקים עליו וודקה קפואה ומגישים.

מולים בנוסח רוקפלר

הסבנו את שם המנה מזו הקרויה אויסטר רוקפלר למולים, על שם עושרה הרב של המנה המקביל אולי לעושרו של John Rockfeller.

4 מנות

½ כוס יין לבן
½ ק"ג מולים, שטופים היטב
50 גרם חמאה רכה
1 שן שום, כתושה
1-2 כפות פטרוזיליה קצוצה דק-דק
מלח ופלפל שחור
פירורי לחם מאיכות טובה

מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות).
יוצקים את היין לסיר שטוח, ומביאים לרתיחה.
מוסיפים את המולים ומכסים את הסיר. מנערים מדי פעם, ומבשלים עד שהמולים נפתחים. מוציאים את המולים בעזרת כף מחוררת (זורקים את אלה שלא נפתחו), ומניחים בצד כדי שיתקררו קצת.
בינתיים מוסיפים לחמאה את השום והפטרוזיליה, מתבלים בעדינות ומערבבים.
פותחים את המולים, ומשאירים רק את חצאי הקונכיות שבשר המולים צמוד אליהן. בעזרת כפית מניחים מעל הבשר מעט חמאה מתובלת ומעט פירורי לחם.
מסדרים את חצאי המולים בתבנית אפייה זה לצד זה, ואופים כ-5 דקות, עד שהחמאה נמסה ופירורי הלחם מזהיבים, מגישים.



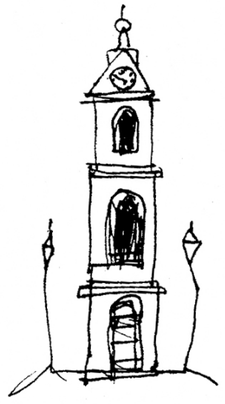
מעטפות פילו ממולאות בבשר סרטנים, עם חמאה מוקצפת

8 יחידות

1 ק"ג סרטנים טריים
2 עגבניות
שמן זית
מלח גס
6 עלי בצק פילו
50 גרם חמאה מומסת
חלמונים מ-8 ביצי שליו או ביצים מס' 4
4 כפיות גבינה מסוג אמנטל מגוררת
מלח גס, פלפל שחור
מעט קצח

לחמאה מוקצפת:

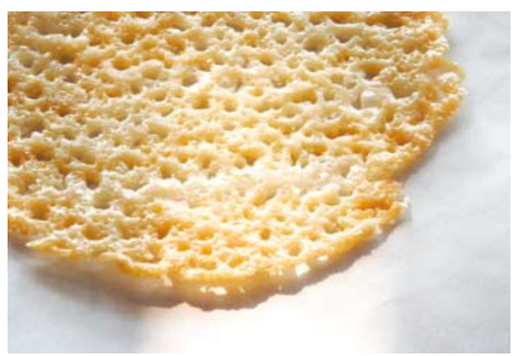
½ כוס שמנת מתוקה
150 גרם חמאה קרה, חתוכה לקוביות
מעט מלח



מנקים את הסרטנים (עמ' 170), ומשחררים מהם את הבשר. מניחים בצד.
מחממים את התנור למצב גריל. חוצים את העגבניות ומוציאים את הזרעים. מניחים בתבנית אפייה כשהקליפה כלפי מעלה. יוצקים עליהן מעט שמן זית וזורים מעט מלח גס. מכניסים לתנור וקולים כ-8 דקות, עד שהן צרובות ושחומות. מצננים קצת ומסירים את הקליפות. חותכים כל חצי עגבנייה לשניים.
חותכים את דפי הפילו לרצועות באורך 30 ס"מ וברוחב 12 ס"מ. מניחים על משטח העבודה 8 רצועות, מברישים אותן בחמאה מומסת ומניחים על כל אחת רצועה נוספת.
מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (180-200 מעלות) ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה.
מניחים בקצה התחתון של זוג רצועות כפית של בשר סרטנים. יוצרים גומה בבשר ומניחים בה חלמון ביצה. מניחים ליד הבשר רבע עגבנייה צלויה. מפזרים מלמעלה חצי כפית גבינה, מעט מלח גס ופלפל שחור.
מקפלים משולש מעל המילוי משמאל לימין, כך שהוא מתיישר עם הצלע הימנית של הרצועה. מקפלים את המשולש שנוצר כלפי מעלה וממשיכים כך עד קצה הרצועה, כך שנוצרת מעטפה משולשת, כמו בורקס. ממשיכים כך עם כל זוגות הרצועות.
מניחים את המעטפות בתבנית. מורחים אותן בחמאה מומסת ומפזרים מעט קצח, מכניסים לתנור ואופים 12-15 דקות, עד שהן זהובות ופריכות.
בינתיים מכינים את החמאה המוקצפת: שמים את השמנת בסיר קטן ומחממים על להבה נמוכה, עד שהכמות מצטמצמת במחצית. מוסיפים את קוביות החמאה וטורפים בבלנדר מקל (אם משתמשים במטרפה, יש להוסיף את הקוביות זו אחר זו, תוך טריפה מתמדת). מתבלים במלח.
מניחים בכל צלחת שתי מעטפות, ולידן שתי כפות חמאה מוקצפת, ומגישים.

המנה הזאת היא סוג של בורקס כהוקרה ליפו, לרחוב שבטי ישראל ולסרטי בורקס, כולם בשכנות אלינו. אנחנו מגישים אותה עם סלט עלי בייבי חסה או בייבי תרד, מתובל במיץ לימון. כדאי לתרגל בהתחלה את קיפול עלי הפילו "על יבש".





לפעמים הנצח מתעתע ברעיון ההנצחה. לא פעם הנצחת שמו של אדם הופכת אותו לשם נרדף לשכונת עוני או לחילופין למרכז רפואי העוסק בחולי. ולפעמים מהגיבור הגדול נשאר שם רחוב או רק עוגה. נתנו כבוד לעוגת הנפוליאון של ילדותנו, שנקראה גם קרמשניט או מיל פיי, ובנינו מגדל פורח באוויר. כמו רוב הגנרלים, המגדל יפה למראה ונחרב בהנאה עם השימוש. השף רונן סקינזיס בנה אותו מחדש ושידרג אגב אורחא את סלט האבוקדו המסורתי.



נפוליאון אבוקדו וסרטנים

4 מנות

לסרטנים:
2 ק"ג סרטנים טריים
50 גרם חמאה
5 עלי בזיליקום, חתוכים לרצועות
מלח ופלפל לבן

לדפי פרמזן:
1 כוס גבינת פרמזן
מגוררת בפומפייה דקה

לסלט אבוקדו:
3 אבוקדו בשלים, קלופים
וחתוכים לקוביות
5 עגבניות מיובשות בשמן, חתוכות
1 בצל סגול בינוני, קצוץ
3 בצלים ירוקים, קצוצים
½ כוס עלי כוסברה ונענע
1 כפית גדושה חרדל דיז'ון
1 שן שום, כתושה
מיץ מלימון אחד
מלח ופלפל שחור

מנקים את הסרטנים (עמ' 170), ומשחררים מהם את הבשר.
דפי הפרמזן: מחממים את התנור לחום בינוני-נמוך (160 מעלות) ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה. מסדרים על הנייר 8 עיגולים שטוחים מאוד של גבינה בקוטר של כוס, עם רווחים ביניהם. מכניסים לתנור ואופים כ-6 דקות, עד שעיגולי הגבינה מזהיבים. קולפים אותם בעדינות מהנייר בעודם חמים ומניחים בצד (אפשר לשמור את הדפים המוכנים יומיים בקופסת פלסטיק סגורה).
סלט האבוקדו: מערבבים את כל מרכיבי הסלט ומתבלים במלח ופלפל.
הסרטנים: ממיסים את החמאה במחבת, מוסיפים את בשר הסרטנים ומטגנים תוך ערבוב על להבה נמוכה. מוסיפים את רצועות הבזיליקום, מתבלים במלח ובפלפל לבן, וממשיכים לטגן תוך ערבוב עד שבשר הסרטנים מחליף את צבעו ללבן. מסירים מהאש ומקררים לטמפרטורת החדר.
ההגשה: מחלקים שני שלישים מסלט האבוקדו לארבע צלחות הגשה. מניחים דף פרמזן על כל תלולית אבוקדו, ועליו את בשר הסרטנים. מניחים דף פרמזן נוסף על הבשר, ומעליו את סלט האבוקדו הנותר. מזליפים סביב המנות מעט מהשמן של העגבניות המיובשות ומגישים.

ביסק שרימפס ודלעת

הביסק הוא מרק סמיך וקרמי של פירות ים בשריון. מקורו במפרץ ביסקיה בחבל הבאסקים בגבול צרפת-ספרד. חבל הבאסקים הוא אחד מהמקומות העילאיים לאוכל טוב בעולם, די אם נזכיר את המסעדות ארשאק (Arzak), מוגריץ (Mugaritz) ואקלרה (Akelarre). הביסק מנחם מאין כמוהו לחורף. הסינרגיה במנה בין שרימפס ודלעת מושלמת. הקארי פייסט נותן לים התיכון טפיחת עידוד מהמזרח.

4-6 מנות
½ ק"ג שרימפס בינוניים טריים, לא קלופים
¼ כוס שמן זית
2 ליטר ציר ירקות (עמ' 234)
100 גרם חמאה
½ ק"ג דלעת, קלופה וחתוכה לקוביות
1 כפית קארי פייסט אדום (להשיג בחנויות מוצרים מהמזרח)
מלח ופלפל
1 כוס חלב קוקוס
2 כפות עיריית קצוצה

תולשים את הראש מגוף השרימפס. קולפים את השריון אך משאירים את הזנב. לאחר מכן עוברים בסכין קטנה לאורך הגב ושולפים את החוט הכהה העובר לאורך הגב (המעיים). שומרים את השרימפס הנקיים במקרר. שוטפים היטב את הראשים והקליפות ושומרים בצד.
מחממים את השמן בסיר. מוסיפים את הראשים וקליפות השרימפס ומטגנים כשתי דקות תוך ערבוב, עד שהם מחליפים צבע. מוסיפים את הציר, מערבבים ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה, ומבשלים כ-15 דקות. מרסקים את המרק בבלנדר מקל (אין צורך לרסק עד הסוף). מעבירים את המרק דרך מסננת דקה חזרה לקערה נקייה, תוך מעיכה של התוכן בכף עץ או במצקת.
ממיסים 60 גרם מהחמאה בסיר. מוסיפים את קוביות הדלעת ומטגנים טיגון קל. מוסיפים את הקארי פייסט, טועמים ומתבלים במלח ובפלפל במידת הצורך ומערבבים. יוצקים את המרק על הדלעת, מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-30 דקות, עד שהדלעת רכה מאוד.
מוציאים מהסיר כוס או שתיים מהנוזלים ושומרים בצד. מרסקים את הדלעת עם הנוזלים הנותרים למחית חלקה. מוסיפים את חלב הקוקוס ומביאים לרתיחה. אם המרק סמיך מדי, מוסיפים מהנוזלים ששמרנו בצד כדי להגיע למידת הסמיכות הרצויה.
ממיסים את החמאה הנותרת במחבת, מוסיפים את השרימפס ומטגנים כדקה, עד שהם מתחילים לשנות את צבעם. הופכים את השרימפס ומטגנים דקה נוספת. מתבלים במלח. מחלקים את השרימפס לצלחות ההגשה, יוצקים עליהם את המרק החם, זורים עירית קצוצה ומגישים.





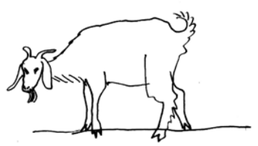
הלנגוסטין הוא מין מודל זערורי של לובסטר, ובשרו נמצא רק בזנבו. הים משפיע עליו רבות והוא נושא את טעמיו העזים איתו. יש הנשבעים בטעמו של הלנגוסטין, ולאחרים הוא חזק מדי.

לנגוסטינים ברוטב גבינת עזים

4 מנות
ללנגוסטינים:
16 לנגוסטינים
50 גרם חמאה, מומסת
מלח ופלפל
½ כוס וודקה

לרוטב:
1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה
150 גרם גבינת עזים מסוג סנט מור
מלח

הלנגוסטינים: מכניסים סכין בין הראש לזנב הלנגוסטין וחוצים את הזנב. מסובבים את הלנגוסטין ב-180 מעלות וחוצים את הראש. ממשיכים כך עם שאר הלנגוסטינים. שוטפים אותם היטב ומסלקים את הלכלוך שליד הראש. מניחים בצד.
מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות). מניחים את הלנגוסטינים בתבנית כשהבשר כלפי מעלה. מברישים אותם בחמאה המומסת, זורים מלח ופלפל ומטפטפים עליהם את הוודקה. מכניסים לתנור וצולים כ-8 דקות, עד שבשרם מלבין.
הרוטב: בינתיים מחממים את השמנת בסיר, ומבשלים עד שהיא מסמיכה קצת. מפוררים פנימה את הגבינה באצבעות ומבשלים עוד כדקה. מרסקים בבלנדר מקל. מתבלים במעט מלח.
ההגשה: מחלקים את הלנגוסטינים ל-4 צלחות. יוצקים עליהם את הרוטב ומגישים.



סקאלופס עם גיוזות ממולאות בקונפיטורת בצל, עם רוטב פלפלים וסויה

4 מנות
למנה זו דרושים סיר אידוי ו-4 כלי במבוק

לבצק לגיוזות:
250 גרם (2 כוסות) קמח
3 ביצים, טרופות
מעט מלח

לקונפיטורת בצל:
50 גרם חמאה
4 בצלים סגולים בינוניים, קלופים ופרוסים דק
2 שיני שום, קלופות
1 כפית סוכר
¼ כוס יין לבן
1 כף לימונים כבושים קצוצים (עמ' 238)
1 כף עירית קצוצה
מלח

לרוטב פלפלים וסויה:
3 פלפלים אדומים קלויים (עמ' 238) קלופים ונקיים מגרעינים
1 כף רוטב סויה
1 כף מיץ לימון טרי
2 כפות שמן זית
½ שן שום, כתושה
2 כפות מים חמים
1 כף חומץ שרי (ספרדי)
מעט מלח

לאידוי הסקפלוס והגיוזות:
1 שורש סלרי, קלוף וחתוך גס
1 גזר
1 בצל
1 כרישה
2-3 גבעולי תימין
12 עלי כרוב סיני
12 סקאלופס
2 גזרים, קלופים וחתוכים לגפרורים
5 גבעולי סלרי אמריקאי, חתוכים לגפרורים
½ חבילה קטנה של אצות ווקאמה, מושרות במים קרים 5 דקות
מלח גס

הבצק: מערבבים את מרכיבי הבצק עד שהחומרים מתאחדים ולשים כ-10 דקות בידיים, או 5 דקות במיקסר במהירות נמוכה ו- 5 דקות בידיים - עד שנוצר בצק חלק, גמיש ולח מעט. עוטפים את הבצק בניילון נצמד ומאחסנים במקרר שעה.
הקונפיטורה: ממיסים את החמאה בסיר עמוק, מוסיפים את הבצל, השום, הסוכר והיין. מנמיכים את הלהבה לנמוכה ביותר, מכסים את הסיר ברדיד אלומיניום, ומבשלים שעה (ומערבבים מדי פעם, כדי שהבצל לא יישרף). מקררים וקוצצים דק בסכין או במעבד מזון. מוסיפים את הלימונים הכבושים, העירית ומעט מלח, מכסים ומניחים בצד.
הרוטב: קוצצים דק את הפלפלים הקלויים. מוסיפים את שאר המרכיבים, מערבבים היטב ומניחים בצד.
הגיוזות: מרדדים את הבצק (במערוך או במכונת פסטה) לעלה בעובי 3 מ"מ, וקורצים ממנו 12 עיגולים בקוטר 4 ס"מ. מחלקים את קונפיטורת הבצל בין העיגולים. מקפלים כל עיגול לשניים ומהדקים את השוליים היטב.
אידוי הסקאלופס והגיוזות: קולפים את הירקות וקוצצים גס. שמים שני ליטרים מים בסיר שקוטרו מתאים לקוטר כלי הבמבוק. מוסיפים את הירקות ואת התימין ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה כך שהמים יבעבעו בעדינות.
מרפדים תחתית של כלי במבוק אחד ב-3 עלי כרוב. מניחים עליהם 3 סקאלופס, גפרורי גזר וסלרי ומעט מהאצות. מפזרים על הירקות והסקאלופס מלח גס, ומניחים לצידם 3 גיוזות. מכינים כך עוד 3 כלי במבוק; מכסים את הכלי העליון ומניחים את כל הכלים זה על זה מעל סיר האידוי. מבשלים 5-10 דקות, עד שהסקאלופס מקבלים צבע לבן אטום.
ההגשה: מחממים את רוטב הפלפלים ומעבירים לקערית הגשה. מגישים כלי במבוק אחד וזוג ומקלות אכילה לכל סועד, ומניחים את כלי הרוטב במרכז השולחן.









לו הכיר מנחם בגין את עמי וגילה ואת טאו, בין, יונג, קאן וטוויט, טבחים מופלאים שלנו, גאוותו הייתה מרקיעה לשמים. כולם פליטים מוויטנאם, שניצלו מטביעה לאחר שאנייתם נסחפה בלב ים, ואף מדינה לא הייתה מוכנה לקבלם. הם נקלטו במדינת ישראל וקיבלו אזרחות ישראלית כחלק ממדיניות שהוביל מנחם בגין, שזכר פליטי השואה היהודים המטלטלים בלב ים היה מול עיניו. אנשים מסורים אלה תרמו לנו חריצות וחוכמה קולינארית מהמטבח הוויטנאמי.

הוונגולה הן קטנות ממדים ובעלות מעט "בשר", העבודה שלהן היא להכניס את טעמי הים למנה, בעוד שתפקיד הערמונים הוא לתרום את טעמי החורף. והפולנטה, הו... הפולנטה היא תיתן את הקישור האולטימטיבי בין מילנו לבוקרשט. למרות הבסיסיות והדייסתיות של הפולנטה, ולמרות שהכרנו אותה כממליגה, ועל אף שהינה תירס בבסיסה, היא מרכיב קולינארי מצוין ואפילו סקסי, ויכולה לתת לנו תמורה Big Time על המאמצים. במנה זו אפשר בקלות לחוש תחושה קלה של נהיגה בפרארי.



וונגולה עם פולנטה וערמונים

4 מנות

1 ק"ג וונגולה

לפולנטה:

2 כפות שמן זית

½ בצל לבן, קצוץ

1 שן שום, כתושה

עלים מ-1 גבעול תימין

¼ ליטר חלב

½ 1 ליטרים ציר ירקות (עמ' 235)

½ ק"ג קמח תירס (לא אינסטנט)

מלח ופלפל שחור

2 כפות גבינת קצ'קבל מגוררת

50 גרם גבינת סנט מור מפוררת

לוונגולה:

שמן זית

1 בצל בינוני, קצוץ

2 שיני שום, כתושות

2 עגבניות, ללא גרעינים, חתוכות לקוביות קטנות

1 כוס יין לבן

½ גרם חוטי זעפרן

כ-20 ערמונים קלופים ומבושלים (באריזת ואקום)

100 גרם חמאה

250 גרם עלי בייבי פאק צ'וי או בייבי תרד

מלח ופלפל שחור

3 כפות צנוברים, קלויים במחבת ללא שומן (להשגיח שלא יישרפו)

כדי לנקות את הוונגולה מחול, משרים אותן כשעתיים בקערת מי מלח במקרר. לאחר מכן מוציאים אותן מהקערה בידיים ושוטפים היטב.

הפולנטה: מחממים את שמן הזית בסיר על להבה בינונית. מוסיפים את הבצל ומטגנים עד שהוא מזהיב. מוסיפים את השום ואת עלי התימין. מערבבים כחצי דקה, מוסיפים את החלב ואת ציר הירקות, מגבירים את הלהבה ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה ומוסיפים את קמח התירס בזרם דק, תוך ערבוב מתמיד. מתבלים במעט מלח ובפלפל וממשיכים לערבב עד שהמסה מסמיכה, 5-10 דקות. מוסיפים את הגבינות, מערבבים ומסירים מהאש.

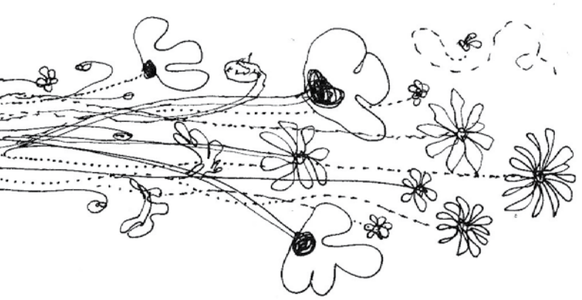
משטחים את הפולנטה בתבנית מרופדת בניילון נצמד לגובה של סנטימטר וחצי. מאחסנים במקרר כשעתיים כדי שהפולנטה תתקשה.

לקראת ההגשה הופכים את הפולנטה על קרש חיתוך גדול. חותכים אותה למלבנים בגודל כ-10x6 ס"מ, ואחר כך חותכים כל מלבן ל-2 משולשים.

הוונגולה: מחממים שמן זית בסיר גדול. מוסיפים את הבצל ומאדים עד שהוא שקוף. מוסיפים את השום ואת העגבניות. מערבבים כדקה, מוסיפים את היין ואת הזעפרן ומביאים לרתיחה. כשהיין רותח מוסיפים את הוונגולה, מכסים את הסיר ומבשלים כ-5 דקות. מוסיפים את הערמונים ואת החמאה. כשהחמאה נמסה מוסיפים את הפאק צ'וי או התרד ומתבלים במלח ובפלפל.

ההגשה: מחממים שמן זית במחבת טפלון ומטגנים את משולשי הפולנטה משני הצדדים עד שהם משחימים. מחלקים את הוונגולה ל-4 צלחות הגשה ומפזרים מלמעלה את הצנוברים. מוסיפים שני משולשי פולנטה לכל צלחת ומגישים.





אביב

אספרגוס, ארטישוק וטלה

האביב מציע את האיזון לעולם. התנודות על סקאלת החיים מתרסנות,
והאופטימיות חוזרת לעצמה עם תקוות של בליינד דייט. שעות השקיעה מתארכות
ומספקות צידוק להרהור ארוך וחושפני מול הגלים, הן קוראות לנו לרשום הבטחות
ותוכניות אישיות במחברת חדשה.
זה הזמן לסוודר קל על הכתפיים, לישיבה על המרפסת ולצעידה זקופה על
הטיילת ברגליים קלות.

יוני הבר שהתעופפו מחלוננו בסתיו שבות ומחכות לפירורי הלחם שליד מרמלדת הנקטרינות של הבוקר, לריבת השסק שפעם נקרא אסקדיניה, וכולם מצפים למשמש. מאוד קצר הוא האביב. הוא בן יומיים, וימות צעיר.

הטלאים - שזו עונתם - הם עכשיו במיטבם, אך נוצר מחסור זמני בגלל ביקושי הפסח. בעוד רגע קט ניפרד מהמרק עד לשלכת הבאה, נאמץ את פרחי הקישואים, נבקש מהירקן ארגזים של שום ירוק לכל העונה וגם שקדים ירוקים שנועדו לכבישה, ארטישוק ואספרגוס ירוק, פול טרי ושעועית וכולם יחזרו עם שיכר וניחוח של הערבה.
כל כך ירוק שבא לבכות, ליהנות ולהמתין באיפוק גם לעגבניות הירוקות שמתמלאות עכשיו בצבע עז.







בבוא האביב נישאים באוויר ריחות משכרים וקולות של ציפורים, של חרקים ושל בעלי חיים שמתחילים גלגול חיים מחדש. גם האביב עצמו בהתחדשות והוא באביב חלדו. שוב הוא צוהל, ואיתו הדייגים האופטימיים. אין כמו פסח ואיסטר ביפו להעלות את מחירי הדגים. ביקשת קרפיון לגפילטע פיש או בורי לחריימה, וקיבלת גם איכות וגם מחיר וגם חיוך של הבנה, כי האביב מאוד מאוזן ומשתלם.

באביב אנחנו מתחדשים באופן מיוחד, מחליפים את גג הקש ומתכוננים לשקם את החוף לאחר הסערה. סימן ההיכר שלנו בתקופה זו היא המברגה וקולות ניסור ה-Jigsaw, הידוע בארץ גם בשמו ג'קסון. החלודה מתכסה בתכלת והקש מוחלף, כי ליד הים כל מסמר מחליד ברגע שהפטיש מרפה מראשו.

קיוסק עלמה ביץ' של החוף המופלא מתכונן לעונה, לזמן שלאחר קורבן האש של המנגלים ביום העצמאות. כמו בטקס פגאני קדום, שוב עולים ריחות הבשר מגן צ'ארלס קלור ופולחן האביב מגלה סימנים של הערצת הארץ ונשיקת האדמה. המרחבים שטופי הזוהר שעל הים מתחדדים וגם הפריחה. ועוד איזו פריחה. ואם נפגוש שושנה בגינה, ניתן לה ברכה.











ארטישוק מטוגן עם בצל סגול וגבינת עיזים / **162**

ברוקולי בשומשום עם גבינת פטה / **163**

טרטר פלמידה אדומה עם אספרגוס / **164**

סרדינים כבושים על סלט עגבניות / **167**

סלט סלק חי ויוגורט / **169**

סלט לבבות ארטישוק חיים / **169**

שרימפס עם ברוקולי ברוטב עגבניות מתובל / **170**

שרימפס עם אספרגוס וקרם אספרגוס / **171**

שרימפס עם ניוקי וכרישה, ברוטב גבינת עזים / **173**

מולים עם ג'ינג'ר, למון גראס וסויה / **174**

מולים ברוטב עגבניות, פלפלים קלויים ומנגולד / **175**

פילה לוקוס עם אספרגוס וחמאת עגבניות / **176**

פילה דניס עם ניוקי, אספרגוס, עגבניות מיובשות,

לימונים כבושים, פלפל צ'יפוטלה ובוטרגה / **178**

צלעות וקבב טלה עם תבשיל עדשים שחורות / **181**

על הגריל

קלמארי על גריל פחמים עם סלט עגבניות / **183**

סרטנים בגריל במרינדה הודית / **185**

דניס פתוח בגריל פחמים, ברוטב לימון, שום ומרווה / **186**

סקאלופס וחצילים בגריל / **187**

פרגיות צלויות בגריל פחמים עם תבשיל חומוס וחמציץ / **188**





הארטישוק הוא די קוץ. בטעות משייכים אותו למשפחת הירקות, כמו את האבוקדו שהוא פרי כמובן.
למרות שניתן למצוא ארטישוקים במשך כל השנה כמעט, עונת השיא שלהם היא בחודשים מרץ-מאי.
הארטישוק דורש טיפול רב ובתמורה מעניק פרס ניחומים. בדומה לטיפול פסיכולוגי, הדורש התעסקות וקילוף, וכשמגלים בסוף את הלב, אוכלים אותו.

ארטישוק מטוגן עם בצל סגול וגבינת עיזים

4 מנות
12 ארטישוקים טריים
(או תחתיות קפואות)
לימון אחד
שמן לטיגון עמוק
1 בצל סגול גדול, חצוי ופרוס דק
2 כפות גבינת עזים מסוג סנט-מור, מפוררת
2 כפות נענע חתוכה לרצועות דקות
3 כפות מיץ לימון טרי
¼ כוס שמן זית
מלח

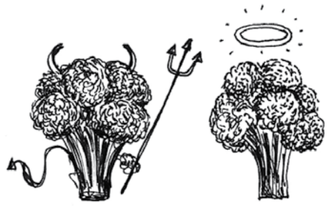
אם משתמשים בארטישוקים טריים: מכינים קערת מים עם מיץ הלימון ומוסיפים גם את הלימון הסחוט לקערה. תולשים מהארטישוקים את העלים החיצוניים. קוטמים בסכין את הגבעול ואת השליש העליון של הפרח. קולפים את הארטישוקים בסכין מסביב סביב, כמו שקולפים תפוח, וממשיכים עד שמגלים את הלב. בעזרת סכין קטנה או כפית מוציאים את העלים הדקיקים ואת השערות שבתוך הלב ומגלים את הלב לגמרי. מניחים את הלב הנקי בקערת מי הלימון. ממשיכים כך עם שאר הארטישוקים.
אם משתמשים בארטישוקים קפואים: מבשלים לפי ההוראות על האריזה, ומסננים היטב אחרי הבישול.
שמים את הלבבות במים רותחים ומומלחים. מביאים לרתיחה, ומבשלים 3-5 דקות, עד שאפשר להחדיר בקלות סכין ללב. מסננים ומקררים. חותכים את הלבבות לרבעים (או לשישיות).
מחממים שמן לטיגון עמוק במחבת עמוקה ומטגנים את הלבבות עד שהם מקבלים צבע זהוב-חום. מוציאים ומניחים על מגבות נייר.
מעבירים לקערה ומוסיפים את שאר המרכיבים. בודקים תיבול, מוסיפים מיץ לימון או מלח במידת הצורך, ומגישים בטמפרטורת החדר או קר.

ברוקולי בשומשום עם גבינת פטה

4 מנות
1 ק"ג ברוקולי, מופרד לפרחים
½ כף מלח גס
½ כוס שומשום
¼ כוס שמן זית
מלח
100 גרם גבינת פטה, מפוררת

חולטים את פרחי הברוקולי במים רותחים ומומלחים כ-3 דקות, עד שהם פריכים. מסננים ומעבירים לקערת מי קרח, כדי לעצור את הבישול ולשמור על הצבע. מסננים ומניחים בצד.
מחממים מחבת טפלון, מוסיפים את השומשום ומחממים תוך ערבוב מתמיד עד שהוא מקבל צבע זהוב. בזהירות - הוא נשרף מהר. מסירים מהאש ומניחים בצד.
מחממים מחבת גדולה. מוסיפים את השמן ואת פרחי הברוקולי ומערבבים קלות. מוסיפים את השומשום ומלח, מערבבים ומסירים מהאש. והמטרה היא לעטוף את הברוקולי בשמן כדי שהשומשום יידבק אליו, ולהוסיף לו טעמים, לא לטגן אותו). מעבירים את הברוקולי לכלי הגשה, מוסיפים את הגבינה המפוררת ומגישים.





העולם נחלק לשונאי ברוקולי ולמעריציו, בדומה למחלוקת הנוצרת סביב כוסברה או מפעל הפיס.
הברוקולי כל כך בריא, שלא נעים לציין לאילו מחלות הוא משמש מזור מושלם. מצד שני הוא כל כך סתמי, שאפילו בובת הכרוב האמריקאית נקראה באיטליה ברוקולינה.
הירק המופלא והמיוחד הזה מגיע כמובן מאיטליה מהימים ההם, אך נעשה פופולרי רק במאה ה-20.
גבינת הפטה הבלתי מנוצחת של היוונים מוסיפה מליחות וטעמים למנה, והשומשום יוסיף חטא של קלוריות, אך במידה רבה יוסיף גם חן יפני למנה. אגב, ישנה שמועה שמרבית גבינת הפטה בעולם מיוצרת בדנמרק. בימים אלה אוסר האיחוד האירופי לכנות בשם "פטה" גבינה שאיננה מיוצרת ביוון.







טרטר פלמידה אדומה עם אספרגוס

4 מנות

דג פלמידה אדומה במשקל כ-700 גרם
4 גבעולי אספרגוס עבים
מלח גס
½ בצל, קצוץ דק מאוד
1 בצל ירוק (החלק הלבן והירוק), קצוץ דק
½ שן שום, כתושה
½ כפית ג'ינג'ר מגורר
½ כפית דבש
1 כף שמן זית
1 כף רוטב סויה מאיכות טובה
מלח ופלפל

מבקשים ממוכר הדגים להפריד את נתחי הפילה מהאדרה, להוציא את העצמות הקטנות, ולהסיר את העור ואת הרצועה הכהה שלאורך הפילה. רצועה זו מלאה בדם ואינה טעימה.
חותכים את הפילה לרצועות ארוכות ואחר כך לקוביות קטנות ושומרים במקרר עד השימוש.
קולפים את גבעולי האספרגוס מתחתית הפרח כלפי מטה, בעזרת קולפן. מניחים את הגבעולים בשורה על משטח העבודה ומיישרים לפי התפרחות. חותכים את השליש התחתון של הגבעולים (כך שכל הגבעולים יהיו באותו אורך) וזורקים. מרתיחים מים בסיר רחב ומוסיפים מלח. חולטים את הגבעולים כשתי דקות, מעבירים לקערה עם מי קרח כדי לעצור את הבישול ולשמור על הצבע, ומסננים. חותכים כל גבעול לאורכו לארבעה. מניחים בצד.
מערבבים בזהירות את כל המרכיבים (מלבד האספרגוס), זורים מלח ופלפל ומקררים היטב. מניחים תלוליות בצלחות הגשה. מניחים על כל תלולית 4 רבעי אספרגוס, בצורת צלב, ומגישים.

פלמידה אפשר למצוא אצל הדייגים כל השנה, ודייגים - כפי שהלשון העברית מתירה - זה גם כינוי למוכרי דגים. לישראל הדייג למשל יש דגים, יש חנות ויש רשת הפצה, אבל אין לו סירה וחכה. מה שלא מונע ממנו להיות איש יקר וחבר קרוב.

בארץ מכירים את הפלמידה האדומה והלבנה. אנחנו מעדיפים את האדומה, מטעמים של טעם ולא של צבע. לטעמנו היא עסיסית יותר וכמובן גם אדומה יותר.
אם בוחרים כקונספט את החיים כמקור להנאה, טוב להגיש מנה זו עם לחם קלוי.

בפסח ובימים טובים שווה לנסות אותה, במקום או ליד מסורת הגפילטע פיש, על עלי אנדיב.
אגב, געפילטע פיש הוא פן של מימוש נס הדגים והלחם בגרסה הפולנית: כיצד לייצר מדג אחד בתוספת חלה ישנה ומטחנה ישנה - שניים וחצי דגים. גם את הגזר פורסים באלכסון, שיראה גדול יותר.

חשוב מאוד: את הפלמידה חבל לבזבז בבישול. פשוט יותר וטעים בטרטר או בססימי.



אנחנו אוהבים את הסרדינים שלנו טריים-טריים, כי קודם כל דג טרי הוא חדשה טרייה, ושנית, סרדין טרי הוא הדג הטעים בעולם - עם כל הכבוד ללוקוס.
סרדינים הם דגים המייצגים נכוחה את הים התיכון, הם זערוריים ולמרות זאת בעלי מזג נוח.
אוכלים אותם קומפלט, מהראש ועד לזנב, לא עוצרים בעצמות, ולו רק בגלל הסידן ומניעת בריחתו מאיתנו.
פעם היו לנו בים "מלא" סרדינים, היום הם פחתו. אולי נחמץ לבבם מהצפיפות של הקופסאות והאיום של הפותחן הנצמד. למרות זכר הפחחות והשמן ואולי מתוך נדיבות, הם עושים עמנו חסד כוותיקים בנחמות, ולפני פסח וראש השנה, מוחלים לנו ובאים לקראתנו.



סרדינים כבושים על סלט עגבניות

4 מנות

12 סרדינים טריים גדולים
½ כוס מלח גס

למשרה:

2 כפות שמן זית
½ כוס מיץ לימון טרי
1 עלה דפנה
2 גרגירי פלפל אנגלי
קצה כפית פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
מעט פלפל שחור גרוס
מלח

לסלט:

3 עגבניות אדומות בינוניות, קלופות,
ללא הזרעים, חתוכות לקוביות
(אם מוצאים, מחליפים עגבנייה אחת
בכמה עגבניות שרי צהובות)
½ פלפל ירוק חריף טרי, קצוץ
(שימו לב למידת החריפות)
1 כף כוסברה קצוצה
1 כף נענע קצוצה
1 כף מיץ לימון טרי
1/2 כפית סוכר
2 כפות שמן זית
1 שן שום, כתושה
מלח

מבקשים ממוכר הדגים להפריד את נתחי הפילה מהאדרות, כך שמקבלים שני פילטים מכל דג. זו מלאכה לא מסובכת, אך דורשת מיומנות.
מפזרים חצי מכמות המלח בתבנית שטוחה. מניחים בתבנית את הסרדינים, זה ליד זה, ומפזרים עליהם את שארית המלח. מניחים כחצי שעה.
שמים את מרכיבי המשרה בסיר קטן, מחממים ומסירים מהאש.
שוטפים את הסרדינים במים זורמים ומייבשים במגבת. מניחים אותם בתבנית, יוצקים עליהם את המשרה הפושרת, ומניחים בצד חצי שעה. אפשר לשמור במקרר עד 24 שעות.
לפני ההגשה מערבבים את מרכיבי הסלט או מכינים סלט על פי הנוסח הפרטי שלכם.
מניחים תלוליות מהסלט בצלחות הגשה, מניחים את הסרדינים על הסלט ומגישים.







שני סלטים לא שגרתיים, מירקות שבדרך כלל מגישים אותם מבושלים. מדובר בסלטים קטנים כמרעננים ליד המנות. בשניהם כדאי להשתמש לחיתוך במנדולינה







סלט סלק חי ויוגורט

4 מנות

2 סלקים בינוניים, קלופים (לא מבושלים)
3 כפות מיץ לימון
3 כפות שמן זית
1 כף חומץ שרי
1 כפית סוכר
½ כפית מלח גס
2 חופנים עלי כוסברה, קצוצים
2 חופנים עלי נענע, קצוצים
מעט פלפל לבן
4 כפות יוגורט

פורסים את הסלק לפרוסות דקות ככל האפשר (כדאי במנדולינה, אם יש). מעבירים לקערת מים קרים ומניחים לשעתיים, כדי להוציא את טעם האדמה מהסלק.
מחממים את מיץ הלימון, השמן , החומץ, הסוכר והמלח (בסיר קטן או במיקרוגל) עד שהסוכר והמלח נמסים. ברגע שהם נמסים יוצקים אותם על הסלק ומקררים.
מוסיפים את הכוסברה והנענע, זורים פלפל לבן ומערבבים בעדינות. מסדרים תלוליות בצלחות, יוצקים סביבן יוגורט ומגישים.

הסלק לכשעצמו כירק כבר מזמן איננו רק בורשט. סלק הוא ירק בעל מוזרויות במובן הטוב של המילה, ובלתי צפוי כשהוא מוגש חי וקצוץ.

סלט לבבות ארטישוק חיים

4-6 מנות

לימון אחד
6 ארטישוקים
½ כוס עלי כוסברה קצוצים
1 גזר, קלוף ומגורר גס
3 כפות מיץ לימון טרי
¼ כוס שמן זית
מלח גס

מכינים קערת מים עם מיץ הלימון ומוסיפים גם את הלימון הסחוט לקערה. תולשים מהארטישוקים את העלים החיצוניים. קוטמים בסכין את הגבעול ואת השליש העליון של הפרח. קולפים את הארטישוקים בסכין מסביב סביב, כמו שקולפים תפוח, וממשיכים עד שמגלים את הלב. בעזרת סכין קטנה או כפית מוציאים את העלים הדקיקים ואת השערות שבתוך הלב ומגלים את הלב לגמרי. מניחים את הלב הנקי בקערת מי הלימון. ממשיכים כך עם שאר הארטישוקים.
פורסים את הלבבות לפרוסות דקות ככל האפשר (כדאי במנדולינה, אם ישן), ומעבירים לקערה.
מוסיפים את הכוסברה, הגזר, מיץ הלימון והשמן. מתבלים במלח, מערבבים ומגישים.

שרימפס עם ברוקולי ברוטב עגבניות מתובל

4 מנות
1 ק"ג שרימפס טריים, לא קלופים
2 כוסות פרחי ברוקולי קטנים
מלח גס

לרוטב:
1 ק"ג עגבניות בשלות, מרוסקות במעבד מזון
1/3 כוס רוטב סויה מאיכות טובה
½ כוס רוטב צ'ילי מתוק, מסונן
2 כפות חומץ אורז

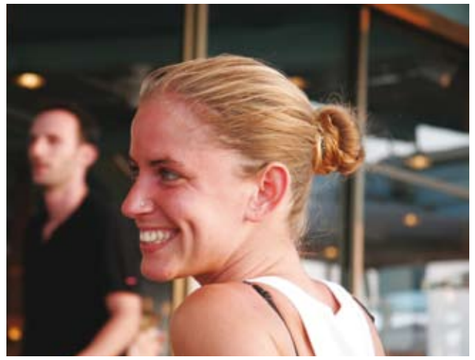
להגשה:
40 גרם חמאה
מלח
2 כפות שומשום, קלוי במחבת ללא שומן

השרימפס: תולשים את הראש מגוף השרימפס. קולפים את השריון אך משאירים את הזנב. לאחר מכן עוברים בסכין קטנה לאורך הגב ושולפים את החוט הכהה העובר לאורך הגב (והמעיים). שומרים את השרימפס הנקיים במקרר עד השימוש.
חולטים את פרחי הברוקולי במים רותחים ומומלחים כ-3 דקות, עד שהם פריכים. מסננים ומעבירים לקערת מי קרח, כדי לעצור את הבישול ולשמור על הצבע. מסננים ומניחים בצד.
הרוטב: שמים את העגבניות בסיר, ומבשלים עד שהכמות מצטמצמת במחצית. מוסיפים את הסויה, הצ'ילי והחומץ ומערבבים. מעבירים את הרוטב לסיר נקי דרך מסננת, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת, ומניחים בצד.
ההגשה: ממיסים את החמאה במחבת. ברגע שהיא מבעבעת מוסיפים את השרימפס, מתבלים במלח ומקפיצים עד שהם מקבלים גוון ורוד-כתום. מוסיפים למחבת את פרחי הברוקולי ומערבבים עד שהם מתחממים. במקביל מחממים את הרוטב.
משטחים את הרוטב בצלחות ההגשה. מחלקים לצלחות את השרימפס והברוקולי, מפזרים מלמעלה את השומשום ומגישים.



מתכון זה מושפע מהשף נובו (נובויאקי) מצוהישה, השף המפורסם של מסעדת Nubo במנהטן. זה עוד דבר שיצא לנו אחרי הקורס איתו בניו יורק, בתוספת רוטב עגבניות מושקע, אך האחריות הכללית עלינו.





שרימפס עם אספרגוס וקרם אספרגוס

4 מנות
24 שרימפס בינוניים-גדולים טריים
16 גבעולי אספרגוס עבים
1 כף מלח גס

לרוטב:
1 כוס שמנת מתוקה
מלח ופלפל
קליפות האספרגוס

להגשה:
2 כפות חמאה
עלים מ-2 גבעולי תימין
מלח ופלפל



קולפים את השרימפס (עמוד קודם) ושומרים במקרר עד השימוש.
קולפים את גבעולי האספרגוס מתחתית הפרח לקצה הגבעול בעזרת קולפן. שומרים את הקליפות בצד. מניחים את הגבעולים בשורה על משטח העבודה ומיישרים לפי התפרחות. חותכים את השליש התחתון של הגבעולים וכך שכל הגבעולים יהיו באותו אורך, וזורקים. מרתיחים מים בסיר רחב ומוסיפים את המלח. חולטים את האספרגוס כשתי דקות. מעבירים לקערה עם מי קרח, כדי לעצור את הבישול ולשמור על הצבע הירוק, ומסננים.
הרוטב: מביאים את השמנת לרתיחה בסיר קטן. מוסיפים מעט מלח ומבשלים על להבה נמוכה, עד שהכמות מצטמצמת בשליש. מוסיפים את קליפות האספרגוס ומתבלים. מבשלים עוד כשתי דקות. מסירים מהאש ומרסקים למחית חלקה בבלנדר מקל או במעבד מזון. מעבירים חזרה לסיר נקי דרך מסננת דקה, תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת, ומניחים בצד.
ההגשה: מחממים כף מהחמאה במחבת רחבה ומוסיפים את עלי התימין. מוסיפים את השרימפס ומטגנים כדקה. הופכים ומטגנים עוד דקה, עד שהם מקבלים גוון ורוד-כתום. ממליחים ומפלפלים. מוסיפים את האספרגוס למחבת ומערבבים כמה שניות. בינתיים מחממים את הרוטב על להבה נמוכה מאוד. מחליקים פנימה את כף החמאה הנותרת וטורפים במטרפה.
מחלקים את השרימפס לצלחות הגשה, ומניחים עליהם שני גבעולי אספרגוס בכל צלחת. יוצקים את הרוטב מסביב ומגישים.

שרימפס עם ניוקי וכרישה, ברוטב גבינת עיזים

זוהי מנה מהפסטיבל השנתי של מאנטה ריי (ראו פרק "פעם בשנה" עמ' 141), שאימצנו לתפריט הקבוע.

4 מנות

1 ק"ג שרימפס טריים
½ ק"ג ניוקי (עמ' 236)

לרוטב:

1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה
100 גרם גבינת עזים מסוג סנט מור
מלח ופלפל לבן

לכרישה:

3 כרישות (החלק הלבן והירוק בהיר)
50 גרם חמאה
מלח ופלפל
½ כוס יין לבן יבש

להגשה:

50 גרם חמאה
¼ כוס שמן זית
2 שיני שום, כתושות
½ ק"ג עלי תרד, נקיים מעוקצים ושטופים היטב
1 תפוח עץ ירוק (גרני סמית), חתוך לגפרורים (מטפטפים על הגפרורים כמה טיפות מיץ לימון כדי שלא ישחירו)
1 כף נענע קצוצה

השרימפס: מנקים את השרימפס (עמ' 116) ושומרים במקרר עד השימוש. שוטפים היטב את הקליפות והראשים ומניחים בצד.

הניוקי: מכינים את הניוקי כמוסבר בעמ' 236, מניחים על מגש מקומח ושומרים במקרר עד שעתיים.

הרוטב: שמים את השמנת בסיר קטן ומחממים עד שהכמות מצטמצמת במחצית. מפוררים פנימה את הגבינה באצבעות ומבשלים עוד כדקה. מסירים מהאש, מרסקים בבלנדר מקל, מתבלים במעט מלח ובפלפל לבן ומניחים בצד.

הכרישה: חוצים את הכרישות לאורכן ושוטפים היטב. פורסים כל חצי כרישה לרוחבה דק מאוד (2 מ"מ).

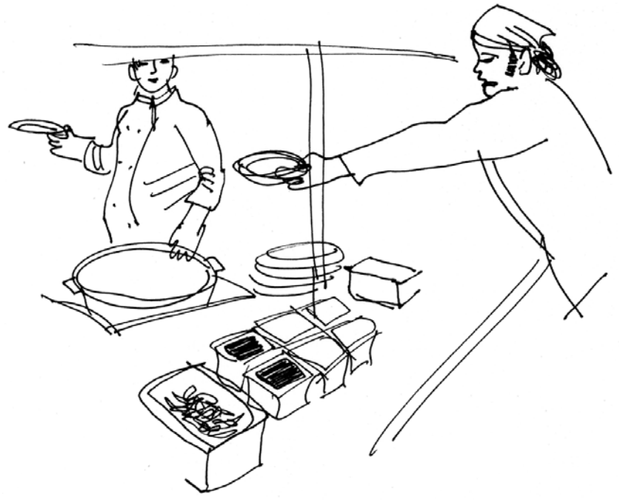
ממיסים את החמאה בסיר קטן על להבה נמוכה. מוסיפים את הכרישה, מלח ופלפל. מערבבים ומאדים שתי דקות. מוסיפים את היין, מערבבים ומכסים בעזרת עיגול נייר אפייה שנוגע בתבשיל (לא במכסה רגיל או ברדיד אלומיניום). מבשלים כ-15 דקות, ומכבים את האש.

ההגשה: לפני ההגשה מרתיחים שני ליטרים מים עם כפית שטוחה של מלח גס בסיר רחב. כשהמים רותחים מכניסים את הניוקי לסיר. ברגע שהם צפים, מוציאים אותם מהסיר בעזרת כף מחוררת או מסננת. מחממים את החמאה ואת השמן במחבת אחת גדולה או שתיים קטנות יותר, רצוי מאוד מטפלון. מוסיפים את הניוקי ומטגנים עד שהם מזהיבים. מוסיפים את השרימפס ומטגנים שתי דקות. מוסיפים את הכרישה ואת השום ומערבבים. מוסיפים את התרד, מערבבים ומכבים את האש.

מחלקים את המנה לארבע צלחות עמוקות. יוצקים את הרוטב סביב השרימפס והניוקי. מערבבים את גפרורי התפוח עם הנענע, מניחים מעל המנות ומגישים.







מולים עם ג'ינג'ר, למון גראס וסויה

מנה קלאסית ופשוטה לתחילת הדרך עם פירות ים

4-6 מנות

¼ כוס שמן זית
¼ כוס רצועות דקות של ג'ינג'ר טרי
¼ כוס למון גראס חתוך לרצועות דקות
2 גזרים, קלופים וחתוכים לגפרורים
2 זוקיני, חתוכים לגפרורים
½ כרוב סיני, פרוס דק, ללא הגזע הקשה
1 ½ ק"ג מולים, שטופים היטב
1 כפית סוכר
2 כוסות יין לבן יבש טוב
¼ כוס רוטב סויה מאיכות טובה
2 כפות חמאה
מלח ופלפל לבן
½ כוס פטרוזיליה קצוצה

מחממים את השמן בסיר רחב. מוסיפים את הג'ינג'ר והלמון גראס ומטגנים כדקה, בלי להשחים אותם. מוסיפים את הירקות ומטגנים תוך ערבוב כדקה נוספת. מוסיפים את המולים ומערבבים. מוסיפים את הסוכר, היין והסויה ומביאים לרתיחה. מנמיכים מעט את הלהבה, מכסים את הסיר ומבשלים כ-5 דקות, עד שהמולים נפתחים. זורקים את אלה שלא נפתחו. מוסיפים את החמאה ומתבלים. מפזרים את הפטרוזיליה ומגישים בצלחות עמוקות, עם הנוזלים.





מולים ברוטב עגבניות, פלפלים קלויים ומנגולד

חשוב להכין לחם טוב לרוטב שנשאר בסוף, אסור שהרוטב יגיע למדיח!

6-8 מנות

5 פלפלים אדומים בשרניים
5 עגבניות בשלות ואדומות
(רצוי מזן "תמר")
שמן זית
2 גבעולי תימין
מלח גס
פלפל שחור גרוס
1 פלפל אדום חריף טרי
(שימו לב למידת החריפות)
5 שיני שום, קלופות ומעוכות
1¼ ק"ג מולים, שטופים היטב
4 עלי מנגולד, ללא החלקים הלבנים,
חתוכים גס
30 גרם חמאה
עלים מ-3 גבעולי זעתר (או אורגנו),
קצוצים

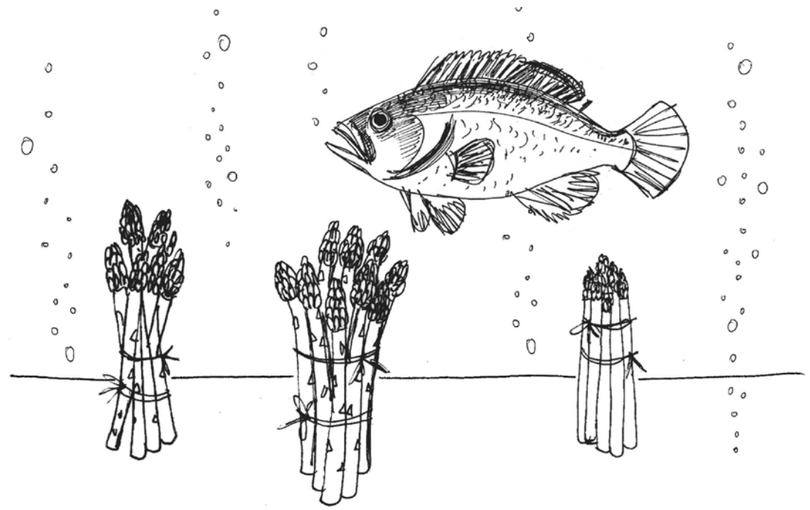
קולים את הפלפלים על להבה גלויה או מתחת לגריל של התנור, עד שקליפתם מתקמטת ומתכהה. הופכים מדי פעם. מעבירים לקערה ומכסים בניילון נצמד. מניחים לפלפלים להזיע ולהתקרר, קולפים ומסלקים את הגרעינים. מניחים בצד.
חוצים את העגבניות. מורחים תבנית בשמן זית. מניחים את העגבניות בתבנית, כשהקליפה כלפי מעלה. מניחים מלמעלה את גבעולי התימין, וזורים מלח ופלפל. מכניסים מתחת לגריל וקולים כ-7 דקות. מצננים קצת ומסירים את הקליפות. מעבירים למכל מעבד המזון, מוסיפים את הפלפלים ומרסקים למחית. מעבירים דרך מסננת תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת.
מסלקים את הזרעים מהפלפל החריף וקוצצים אותו.
מחממים רבע כוס שמן זית בסיר רחב. מוסיפים את השום ואת הפלפל החריף, מטגנים כמה שניות, בלי שהשום יישרף, ומוסיפים את רסק העגבניות והפלפלים. מוסיפים את המולים ואת עלי המנגולד ומתבלים במלח. מכסים את הסיר ומבשלים כ-7 דקות, עד שהמולים נפתחים. מערבבים מדי פעם. זורקים את המולים שלא נפתחו. טורפים פנימה את החמאה. מפזרים את הזעתר או האורגנו ומגישים עם לחם טעים.

פילה לוקוס עם אספרגוס וחמאת עגבניות

4-6 מנות
דג לוקוס במשקל 2½ ק"ג
20 גבעולי אספרגוס עבים
1 כף מלח גס
¼ כוס שמן זית
מלח ופלפל

לחמאת עגבניות:
5 עגבניות אדומות ובשלות
1 כוס שמנת מתוקה לבישול
150 גרם חמאה (רצוי צהובה), חתוכה לקוביות
מלח

מבקשים ממוכר הדגים לנקות את הדג ולהפריד את נתחי הפילה מהאדרה (או כמקצוענים עושים זאת בעצמכם). לוקחים הביתה גם את האדרה והראש. מכינים מהם ציר דגים (עמ' 234) ושומרים במקפיא לשימוש אחר.
מניחים את הפילטים על משטח העבודה. ממששים אותם באצבע מהחלק, כשצד העור כלפי מטה, ובעזרת פינצטה, או יותר טוב שפיץ פלייר נקי (מארגז כלי העבודה) שולפים את העצמות הקטנות ("קוצים"). מחלקים כל פילה ל-2-3 מנות (180-200 גרם כל מנה).
קולפים את גבעולי האספרגוס מתחתית הפרח כלפי מטה בעזרת קולפן. מניחים את הגבעולים בשורה על משטח העבודה ומיישרים לפי התפרחות. חותכים את השליש התחתון של הגבעולים (כך שכל הגבעולים יהיו באותו אורך), וזורקים. מרתיחים 4 ליטרים מים עם המלח הגס, ומכינים קערה עם מי קרח, גדולה מספיק כדי להכיל את האספרגוס. מכניסים את האספרגוס למים הרותחים וחולטים 2-3 דקות. מעבירים למי הקרח כדי לעצור את הבישול ולשמור על הצבע הירוק. שומרים את המים החמים להמשך.
חמאת העגבניות: חותכים את העגבניות לרבעים וטוחנים אותן במעבד המזון. מעבירים לסיר, מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-3 דקות. מסננים לתוך סיר נקי תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת. מוסיפים את השמנת ומצמצמים במחצית על להבה נמוכה. מסירים מהאש ובעזרת מערפה טורפים פנימה בהדרגה את החמאה, עד שכולה נבלעת ברוטב. צריך להתקבל רוטב אדמדם במרקם של רוטב שוקולד. ממליחים ומסננים שוב. שומרים את הרוטב חם על הכיריים, בקרבת להבה דולקת.









הדגים: מחממים מחבת ברזל או מחבת טפלון עובה עם השמן. ממליחים ומפלפלים את נתחי הפילה. מניחים במחבת את שני הנתחים העליונים (אלה שהיו קרובים לראש, שזמן בישולם ארוך יותר), כשצד העור כלפי מטה. לוחצים עליהם מעט כדי שהעור יהיה במגע מלא עם המחבת. מכסים ומבשלים 4-5 דקות. מוסיפים למחבת את שאר הנתחים, לוחצים עליהם ומבשלים יחד עוד כ-7 דקות. (אם משתמשים בכמה דגים קטנים ולא בדג אחד גדול, אין צורך לטגן קודם את הנתחים הקרובים לראש, וזמן הבישול של הדגים מתקצר בכמחצית). הדגים מוכנים כאשר צבעם לבן, וכשלוחצים עליהם באצבע, נותר שקע בבשר הדג באותו מקום.
ההגשה: בינתיים מרתיחים שוב את מי הבישול של האספרגוס. מוסיפים את האספרגוס לסיר, מוציאים אחרי דקה ומניחים על מגבת נקייה (אספרגוס רטוב לא יספוג את הרוטב). מחלקים אותם מייד לצלחות ההגשה וזורים עליהם מעט מלח גס. מניחים עליהם את הדגים ויוצקים על הדגים 2-3 כפות רוטב לכל מנה. מזליפים מעט שמן זית ומגישים.

פילה דניס עם ניוקי, אספרגוס, עגבניות מיובשות, לימונים כבושים, פלפל צ'יפוטלה ובוטרגה

4 מנות
4 דגי דניס במשקל 400-500 גרם
כל אחד, מופרדים לנתחי פילה
שמן זית
מלח ופלפל

לרוטב:
16 גבעולי אספרגוסים דקים
¼ כוס שמנת מתוקה
מלח
חופן עלי תרד

להגשה:
½ ק"ג ניוקי (עמ' 236)
כ-¼ כוס שמן זית
6 עגבניות מיובשות בשמן,
חתוכות לרצועות
1 כפית לימונים כבושים קצוצים (עמ' 238)
כ-½ כפית פלפל צ'יפוטלה קצוץ
¼ כפית שום כתוש
מלח
בוטרגה

הדגים: ממשישים את בשר הדג באצבע ושולפים עצמות קטנות ("קוצים") בעזרת פינצטה.
הניוקי: מכינים את הניוקי וכמוסבר בעמ' 236, מניחים על מגש מקומח ושומרים במקרר עד שעתיים.
הרוטב: מניחים את גבעולי האספרגוס בשורה על משטח העבודה ומיישרים את השורה בקו העליון. חותכים את השליש התחתון של הגבעולים וכך שכל הגבעולים יהיו באותו אורך). מניחים בצד את הגבעולים וגם את השאריות.
מחממים את השמנת בסיר קטן ומוסיפים מעט מלח. מוסיפים את שאריות הגבעולים ואת עלי התרד ומבשלים כשתי דקות. מרסקים בבלנדר מקל ומעבירים דרך מסננת תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת. שומרים בצד.
מרתיחים מים בסיר רחב ומוסיפים מעט מלח גס. חולטים את גבעולי האספרגוס שתי דקות, מעבירים לקערה עם מי קרח כדי לעצור את הבישול ולשמור על הצבע, מסננים ומניחים בצד.
הכנת הדגים: מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות) ומשמנים תבנית אפייה. מחממים היטב מחבת ברזל או מחבת טובה אחרת, ומוסיפים כף שמן אחת. ממליחים ומפלפלים את נתחי הפילה. מניחים שני נתחים במחבת כשצד העור כלפי מטה (רצוי לטגן רק שני נתחים בכל פעם כדי שהמחבת לא תתקרר וכדי שעור הדגים יהיה פריך). לוחצים על הדגים כ-10 שניות על מנת שהעור יבוא במגע עם המחבת בשלמותו. מטגנים עד שהעור פריך ושולי הדג מתחילים להלבין. מעבירים את הדגים לתבנית כשצד העור כלפי מעלה. מטגנים באותה צורה את שאר הנתחים, מעבירים לתבנית ומניחים בצד.
ההגשה: מרתיחים שני ליטרים מים עם כפית שטוחה של מלח גס בסיר רחב. כשהמים רותחים מכניסים את הניוקי לסיר. ברגע שהם צפים מוציאים אותם מהסיר בעזרת כף מחוררת או מסננת. באותו זמן מכניסים את תבנית הדגים לתנור ל-4-5 דקות.





מחממים מחבת גדולה עם השמן. מעבירים את הניוקי למחבת החמה. מטגנים עד שהניוקי מתחילים להזהיב. מוסיפים למחבת את האספרגוס, העגבניות המיובשות, הלימון הכבוש, ואם יש, את פלפל הצ'יפוטלה, ומערבבים. מוסיפים את השום ומעט מלח, ומטגנים תוך ערבוב עוד כדקה וחצי, משגיחים שהשום לא יישרף. מכסים את המחבת ומניחים בצד.
מחממים מעט את הרוטב. מחלקים את נתחי הדגים לצלחות הגשה. מניחים לצדם את הניוקי. יוצקים את הרוטב ביניהם, מגררים על הניוקי מעט בוטרגה ומגישים.



בוטרגה או בוטרדו או הקוויאר של הים התיכון, כולם שמות של אותו מעדן עתיק יומין שעשוי מביצים מומלחות ומיובשות של דג. לא רק השם, אלא גם המחיר מזכיר קצת קוויאר. עברו של הבוטרגה עלום קצת, אבל כנראה שמוצאו ערבי, אולי מתוניסיה, וכנראה שהערבים הביאו אותו לספרד. משם הוא עבר ככל הנראה לפרובאנס והצרפתים כמובן עוטעים לבעלות מלאה עליו, והם כמובן עושים אותו הכי טוב). משם הגיע לאיטליה, ונחשב למעדן של האי סרדיניה, וגם לארצות הבלקן.

ובכן, אלה הן ביצים של דג בורי, בתוך השק העדין שלהן, שממליחים, דוחסים ומייבשים ייבוש ארוך בשמש, ולאחר מכן מצפים בדונג. המוצר המוכן מלוח ובעל טעם עשיר מאוד. קולפים את ציפוי הדונג ואחריו את שק הביצים, פורסים לפרוסות דקות, ומגישים כך, בלי כלום, או עם טוסט דק וחמאה, ואפשר ורצוי עם עראק או וודקה קפואה.

כשקונים בוטרגה צריך לבדוק שהציפוי אטום לגמרי ולא סדוק. כי אם הציפוי קיבל מכה ונסדק, הביצים יהיו יבשות וחסרות טעם. צריך להחזיק אותו מול האור ולראות שהביצים אדומות-כתומות. אם הן חומות-שחורות, זה לא טוב וואם לא רואים כלום, אולי ציפוי הדונג פשוט עבה מדי ולא כדאי לשלם בשבילו). את מה שנשאר עוטפים טוב-טוב בניילון נצמד, ואפשר לשמור במקרר הרבה מאוד זמן. איפה קונים? במעדניות בדרום תל אביב או ביפו או במעדניות של שווקים.



זה נכון, אין על המסעדה דיאנה בנצרת ועל השף דוחול המופלא עם המאכלת שקוצצת כל כך נכון. אבל מצד שני, לפעמים אין כמו בבית. זאת מנה שמשלבת את הרצון לנגיסה של הצלע לצד הנחמה הטמונה ברוך של קציצת קבב עסיסית. שניהם יחד על העדשים עשו קאמבק בעשור האחרון, מבססים היטב את הקיום הימתיכוני שלנו.



צלעות וקבב טלה עם תבשיל עדשים שחורות

4 מנות

נתח שלם של צלעות טלה קדמיות (8-12 צלעות מחוברות)
שמן זית
רוזמרין
מלח גס ופלפל שחור גרוס
1 ראש שום שלם

לקבב:

½ ק"ג בשר טלה טחון
1 בצל בינוני, חתוך לקוביות קטנות
2 כפות פטרוזיליה קצוצה
2 כפות נענע קצוצה
1 כף צנוברים, קלויים במחבת טפלון על להבה נמוכה ללא שומן (להשגיח שלא יישרפו)
מלח ופלפל שחור
½ כפית כמון

לתבשיל עדשים:

½ גזר
½ בצל
1 ראש סלרי קטן
¼ כוס שמן זית
1 כף כרישה קצוצה
½ כפית שטוחה הל טחון
2 גבעולי תימין
½ כוס יין לבן
½ 1 כוסות עדשים שחורות (אורגניות), שטופות
½ 1 כוסות ציר טלה (עמ' 235) או ציר ירקות (עמ' 234) או מים
1 עגבנייה, קלופה וחתוכה לקוביות
מלח ופלפל שחור
2 עלי מנגולד, ללא החלקים הלבנים, חתוכים לפיסות גדולות
חופן עלי חמציץ, קרועים לפיסות בידיים

הצלעות: מבקשים מהקצב לנקות את נתח הצלעות מהשומן המיותר, להשאיר את 8 הצלעות הארוכות והדקות ביותר שבמרכז הנתח מחוברות, ולחשוף אותן. יתקבלו צלעות חשופות, עם "עין" של בשר בכל אחת. את הצלעות הקטנות שבקצות הנתח מבקשים מהקצב לנקות, להפריד מהן את הבשר, ולהוסיף אותן לבשר לקבב (הבשר הזה צריך להכיל עד 20% שומן).
בבית מעסים את נתח הצלעות בשמן זית, עלי רוזמרין קצוצים ופלפל שחור (אך לא במלח) ושומרים במקרר.
הקבב: מניחים את הבצל, הפטרוזיליה, הנענע, הצנוברים, מלח, פלפל והכמון על קרש חיתוך וקוצצים אותם יחד בסכין גדולה. לשים יחד עם הבשר הטחון לעיסה אחידה. מכינים מהעיסה 8 קציצות מוארכות. שומרים במקרר.
תבשיל העדשים: קוצצים את הגזר, הבצל והסלרי לקוביות קטנות מאוד (בגודל העדשים, אם אפשר). מחממים את השמן בסיר. מוסיפים את הירקות, הכרישה, ההל והתימין ומטגנים על להבה בינונית 5-7 דקות. מוסיפים את היין ומבשלים עד שכמותו מצטמצמת במחצית. מוסיפים את העדשים ומערבבים. מוסיפים ציר בכמות שתכסה את העדשים ועוד שני ס"מ ואת העגבנייה, ומביאים לרתיחה. מסירים קצף שצף על פני הנוזל, מנמיכים את הלהבה, מכסים את הסיר ומבשלים כ-25 דקות, עד שהעדשים רכות. בודקים מדי פעם שיש בסיר מספיק נוזלים, ואם יש צורך מוסיפים עוד ציר או מים חמים. מתבלים במלח ובפלפל ומכבים את האש.
ההגשה: במקביל מחממים את התנור לחום הגבוה ביותר (250 מעלות) ושמים בתחתיתו תבנית עם מים (כדי לקלוט את השומן שיטפטף ולשמור על לחות). מתבלים את נתח הצלעות במלח. מניחים אותו על רשת ומכניסים למרכז התנור. שמים על הרשת גם את ראש השום השלם. צולים 5-7 דקות, מנמיכים את חום התנור לבינוני (180 מעלות) וממשיכים לצלות עוד כ-7 דקות, לפי גודל הצלעות. מוציאים את הנתח מתנור, מניחים לכמה דקות ואחר כך פורסים לצלעות בודדות. מפרקים את השום לשיניים.
במקביל צולים את הקבבים במחבת פסים חמה ומשומנת במעט שמן זית.
מוסיפים לתבשיל העדשים את המנגולד ומחממים אותו. מוסיפים את עלי החמציץ ומכבים את האש.
מניחים בצלחות חצי עמוקות 3 כפות תבשיל עדשים לכל צלחת, ומטפטפים כפית שמן זית. מניחים על העדשים שתי צלעות ושני קבבים. מפזרים את שיני השום בצלחות ומגישים מיד.
אפשר לצקת על העדשים יוגורט.





על הגריל

פולחן האביב דורש מאיתנו אש ובשר. לפעמים הוא יתפשר על הקרבת פירות ים ודגים.
המתכונים‌לגריל מצוינים לטעמנו, בין אם אנחנו ממצדדי המנגל או הברביקיו. מניסיוננו, ההבדל העיקרי בין שניהם, הוא שבשני עושים את זה עם חולצה.

אם יש מלכה לתחום הגריל זוהי קרן הנדלר-קרמרמן, מקימת המסעדה "קרן" הראשונה, שותפתנו ב"לילית" ואחת מהמבינות הגדולות ביותר בארץ בתחום האוכל. קרן הביאה את קליפורניה לישראל והשפעתה עצומה על הבישול בארץ ועלינו.





קלמארי על גריל פחמים עם סלט עגבניות

4-5 מנות

לסלט עגבניות:
שמן לטיגון עמוק
800 גרם עגבניות שרי
קצה כפית פלפל אדום חריף גרוס (צ'ילי)
3 כפות שמן זית
1 כף רוטב סויה
1 כפית דבש
1 שן שום, כתושה
1 כף מיץ לימון טרי
6 עלי בזיליקום, חתוכים לרצועות דקות
מלח

לקלמארי:
20 קלמארי נקיים (רצוי קטנים ושווים בגודלם),
מעט שמן זית
מלח

הסלט: מחממים שמן לטיגון עמוק בסיר. מטגנים את העגבניות בכמה פעמים, כדי לא לקרר את השמן, 10-15 שניות בכל פעם. מעבירים לקערת מי קרח ומסננים. קולפים את העגבניות וחותכים לרבעים. מערבבים בקערה עם שאר המרכיבים ומניחים כחצי שעה, כדי שהטעמים יתמזגו. (הטיגון מחליף את החליטה של העגבנייה ומסייע לקלף אותה).
הקלמארי: מדליקים גריל פחמים (או גז), ומחכים עד שהלהבות דועכות והפחמים הופכים אפורים. משפדים את הקלמארי על 4-5 שפודי ברזל. משמנים מעט את הקלמארי, ממליחים, וצולים על הגריל עד שהם משנים את צבעם ומקבלים סימני צריבה. מגישים מיד עם הסלט.

סרטנים בגריל במרינדה הודית

6-8 מנות

20 סרטנים טריים,
נקיים וחצויים

למרינדה:

1 כף כורכום
1 כף אבקת קארי
½ כפית הל טחון
¼ כפית ציפורן טחונה
¼ כפית פלפל שאטה יבש
3 שיני שום, כתושות
1 כפית פפריקה בשמן זית
¼ כוס שמן זית
1 כוס יוגורט

להגשה:

יוגורט או איירן
חצאי לימונים

מנקים את הסרטנים (עמ' 170) וחוצים אותם. מניחים בכלי גדול.
עורפים היטב את כל התבלינים עם השמן והיוגורט. יוצקים את המרינדה על הסרטנים,
מכסים את הכלי ומאחסנים במקרר שעתיים.
מוציאים את הסרטנים מהמרינדה וצולים אותם על גריל פחמים, עד שבשר הסרטנים
לבן והגוף אדמדם, או אופים בתנור חם מאוד (220 מעלות) 12 דקות. בשתי השיטות,
מברישים את הסרטנים מדי פעם במרינדה.
מומלץ להגיש עם יוגורט או איירן, ולסחוט חצי לימון על כל מנה.





דניס פתוח בגריל פחמים, ברוטב לימון, שום ומרווה

אם יש רשת, כדאי להשתמש בה

4 מנות

לרוטב:

2 שיני שום, כתושות
2 כפות מיץ לימון טרי
¼ כוס שמן זית
4 עלי מרווה, חתוכים לרצועות דקות

לדגים:

4 דגי דניס נקיים, ללא הראשים והאדרות, פתוחים ל"פרפרים" (מבקשים ממוכר הדגים)
4 גבעולי מרווה
מלח ופלפל לבן
שמן זית

מדליקים גריל פחמים (או גז), ומחכים עד שהלהבות דועכות והפחמים הופכים אפורים.
עורפים יחד את כל מרכיבי הרוטב. מניחים את פרפרי הדגים על משטח העבודה כשצד העור כלפי מטה. מניחים על כל פרפר גבעול מרווה, ממליחים, מפלפלים ומברישים בשמן. סוגרים את הרשת (אם ישנ) על הפרפר, מניחים על הגריל כשצד העור כלפי הפחמים, ומברישים ברוטב כל זמן הצלייה, כדי שהדגים יספגו את טעמי הרוטב ולא יתייבשו. ברגע ששולי הדגים מלבינים הופכים אותם, וצולים עוד דקה או שתיים, עד שהבשר כולו לבן. מעבירים לצלחות הגשה, יוצקים את הרוטב הנותר ומגישים.





סקאלופס וחצילים בגריל

4 מנות

4 חצילים בינוניים
20 סקאלופס בינוניים- גדולים
מלח גס ופלפל שחור גרוס
שמן זית
מעט מיץ לימון טרי

לרוטב:

8 כפות שמן זית
1 שן שום, כתושה
1 פלפל ירוק חריף טרי, ללא גרעינים, קצוץ (שימו לב למידת החריפות)
3 כפות מיץ לימון טרי
1 כפית כוסברה קצוצה
מלח גס

להגשה:

2-3 עגבניות אדומות, טחונות במעבד מזון ומסוננות תוך מעיכה בכף עץ או במצקת, ומתובלות במלח, פלפל לבן ומעט שמן זית

מדליקים גריל פחמים (או גז), ומחכים עד שהלהבות דועכות והפחמים הופכים אפורים.
מניחים את החצילים על הגריל וקולים אותם עד שהקליפה שחורה ופריכה.
מסירים מהגחלים לפני שהיא מקבלת כתמים לבנים (כשהחציל מקבל כוויות לבנות זה סימן שהחום חדר את הקליפה). מניחים את החצילים הקלויים על קרש חיתוך.
מערבבים את מרכיבי הרוטב.
משפדים את הסקאלופס על 4 שפודי ברזל. ממליחים ומפלפלים ומורחים מעט שמן זית.
קוטמים את ראשי החצילים ואת השליש התחתון שלהם (אפשר להשתמש בשאריות הבשר למוס חצילים (עמ' 197)). כדי לשלוף את הלב בשלמותו, מחדירים סכין בין הקליפה לבשר החציל, מסובבים אותה סביב החציל, ושולפים החוצה את הלב. מטפטפים על החצילים מעט מיץ לימון, פורסים לפרוסות עבות ומחלקים בין ארבע צלחות.
מניחים את הסקאלופס על הגריל וצורבים כשתי דקות מכל צד, עד שהם מקבלים סימני צריבה והבשר משנה את צבעו ללבן. מניחים את הסקאלופס על החצילים ויוצקים כשתי כפות רוטב לכל צלחת. אם רוצים, יוצקים כף מרסק העגבניות המסונן לכל צלחת ומגישים.







פרגיות צלויות בגריל פחמים עם תבשיל חומוס וחמציץ

זאת המנה השלישית של מאנטה ריי שאיננה פירות ים או דגים. היא מצטרפת לסטייק פילה ולצלעות וקבב טלה, ובזאת סוגרת את הרשימה בגאון



4 מנות

לתבשיל החומוס:
1½ כוסות גרגירי חומוס, מושרים לילה בהרבה מים
1 שן שום, כתושה
1 כף מיץ לימון
½ כפית שטוחה כמון
מלח

לפרגיות:
8 שפודי פרגיות
מלח ופלפל
שמן זית

להגשה:
4 כפות טחינה גולמית מאיכות טובה
1 כוס רוטב צ'ימיצ'ורי (עמ' 239)
16 עלי חמציץ יפים ונקיים, קרועים לפיסות

תבשיל החומוס: מסננים את החומוס ושמים בסיר. מכסים בהרבה מים ומבשלים על להבה בינונית עד שהגרגירים רכים מאוד.
מוציאים מסיר הבישול בכף מחוררת שתי כוסות מהגרגירים המבושלים, ומעבירים למכל מעבד המזון. מוסיפים שלושת רבעי כוס מנוזל הבישול, ומעבדים למחית חלקה במרקם קרמי. מעבירים את המחית לסיר אחר ומוסיפים את הגרגירים הנותרים. מוסיפים את השום, מיץ הלימון, הכמון ומלח ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-5 דקות. אם התבשיל סמיך מדי, מוסיפים בהדרגה מעט מנוזל הבישול של החומוס.
הפרגיות: ממליחים ומפלפלים את הפרגיות ומשמנים אותן במעט שמן זית. צולים על גריל פחמים או במחבת ברזל.
ההגשה: מניחים בכל צלחת מצקת מתבשיל החומוס, כף טחינה גולמית ושתי כפות רוטב צ'ימיצ'ורי. מניחים פיסות עלי חמציץ במרכז הצלחות. מניחים שני שפודים בכל צלחת, יוצקים עוד כפית מהרוטב על כל שפוד ומגישים.



קיץ קצר

חצילים, במיה וסלמון

הסיפור של הקיץ הישראלי הוא שפתאום נהייה קיץ, הוא מגיח ומסתער. אבל יש גם עמדה הפוכה, שטוענת שהקיץ הישראלי מזדחל לו כמו נחש בין הקוצים לפני שהוא תוקף. הזמן נמרח, ורק בסוף מרגישים את מכת הזנב שלו בחופש הגדול.

כנראה שתפיסת הקיץ היא גם אישית וגם ציבורית, כמו My Computer, My Space, וה-Facebook. היחס אליו תלוי בעיקר בזיכרון טוב ובשכחה. בראשית ימי הקיץ, עם החמסין של פסח, שואלים אנשים זה את זה: "מה ככה יהיה עד אוקטובר?" או למחרת גשם קל, "מה, השנה אין קיץ?"

לילות הקיץ הם לב לבו של הקיץ ולא הפריפריה של סיום יום. נדמה שכל העיר מתעוררת כמו עוף חול בשקיעה, מתמסרת לשאון הגלים של הקיץ ונרדמת מותשת בזריחה.







אבל הקיץ הישראלי הוא יותר מפחיד מאשר מקיים. נכון, חם, יבש וקוצים, אבל האמת שלו קצרה יותר, כי אנחנו סובטרופיים במהותנו והאביב והסתיו משתלטים עלינו. יש בסיס עובדתי לפיוט הישראלי החושש מכך שהקיץ חולף ללא עת, שהוא אינו ירא את הסתיו ופתאום הוא מת.
הקיץ, כמו כל התנסות מהותית בחיים, אם איננו הורג הוא מחשל. הוא מוציא מאיתנו אמיתות, לחץ ופיוט ללא עריצות המחשבה. הרוח ורסיסי המים מאפשרים לנו לדבר חופשי על החול בעלמה ביץ', החוף השרוט, היפה והמיוחד עבור כולם.

מאנטה ריי בקיץ עוברת "התחזקות" לקראת החופש הגדול והמפגשים החד-פעמיים בין ישראלים שהתגעגעו ממנהטן, סטודנטים שהגישו את מרבית העבודות לפני מועד ב', עובדים לשעבר שבאים להתגאות במשרת הניהול החדשה בהיי-טק, אורחים יקרים שהסתגרו באביב או נסעו לצפון עם המשפחה המורחבת ומבקשים קצת אוויר.

נציע בפרק לקיץ הרבה מנות קטנות וקרות הדורשות מעט עבודה, חלקן מנות ללא בישול ורובן קלות, כדי לא להכביד על ריח הים והצדפים. כך אולי ישמר קסמו של הקיץ עוד קצת ונמצא עוד אהבות.



ציזיקי / **196**

מוס חצילים / **197**

סלט במיה / **198**

קישואים עגולים עם גבינת פטה ושקדים / **199**

טרטר טונה עם זיתי קלמטה וקוביות עגבניות בשמן זית / **200**

קונפי סלמון עם עשבי תיבול וגרעינים / **202**

סלט אייסברג עם אגסים ושקדים / **203**

פיצה עם סקאלופס, עגבניות צלויות וגבינת קצ'וטה / **205**

ג'מבו שרימפס בוורמוט / **206**

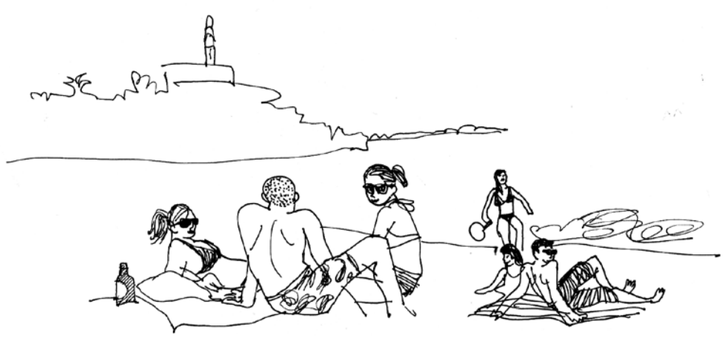
טונה צרובה עם אטריות אורז / **207**

קבב מוסר ולוקוס / **208**

סרגוס ברוטב ענבים / **211**

פרוסות סלמון צרובות עם ריבת בצל ופירורי לחם מתובלים / **212**

ברמונדי אפוי עם ירקות ותבלינים / **215**







ציזיקי

4-6 מנות

ליטר יוגורט עזים סמיך
6 מלפפונים בינוניים, לא קלופים
(רצוי ששניים מתוכם ייכבשו
במשך 24 שעות במלח)
6 גבעולי שמיר, קצוצים דק
(ללא השליש התחתון,
של הגבעולים)
עלים מ-6 גבעולי נענע, קצוצים דק
כפית שטוחה שום כתוש
2 כפות חומץ בן יין אדום משובח
כפית שטוחה מלח
כף שמן זית
מעט פלפל שחור גרוס

מניחים את היוגורט בבד חיתול מעל מסננת למשך שעתיים עד שלוש.
חוצים את המלפפונים לאורכם. מוציאים את הגרעינים בכפית ומגררים על פומפיה גסה.
סוחטים בידיים מנוזלים ומעבירים לקערה.
מוסיפים לקערה את השמיר, הנענע, השום, החומץ והמלח ומקררים היטב.
לפני ההגשה בודקים תיבול. יוצקים את שמן הזית, זורים פלפל שחור ומגישים.





בארץ הכינו ציזיקי עוד בטרם שמו נישא בכל פה, וגם לא יוחס לו כל קרדיט יווני.
דווקא בגלל פשטותו נחוצים כמה טיפים להכנתו - ולנו יש שניים:
הראשון לקנות יוגורט עזים טוב וסמיך. השני הוא באופן הטיפול במלפפונים, כפי שמפורט במתכון.
שדרוג שמוסיף רעננות נוספת ומיועד לחובבי ההחמצה - להחליף שניים מהמלפפונים, במלפפונים שנכבשו 24 שעות בלבד.
הציזיקי נשאר במגש המאזנים מהיום הראשון של מאנטה ריי ללא כל שינוי, עוד מימי השף משה כהן.

מוס חצילים

18 מנות

5 חצילים בינוניים-גדולים
כ-½ ליטר שמן תירס
מיץ מלימון אחד (או יותר, לפי הטעם)
3 שיני שום, כתושות
מלח

מנה זו ממשיכה מנה שהציג השף ישראל אהרוני, חבר יקר ואיש יקר, בערבי השפים של מאנטה ריי. אהרוני היה הראשון שהרים את הכפפה ונענה לאתגר.

קולים את החצילים, רצוי על להבה פתוחה. זה מוסיף ניחוח עשן וטעם מעודן. קולפים את החצילים, שמים בכלי עמוק ומרסקים בבלנדר מקל. מוסיפים את השמן בהדרגה, תוך פעולת הבלנדר, ולאחר מכן את מיץ הלימון, השום ומלח. מעבירים לכלי דרך מסננת דקה, תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת.









סלט במיה

4-6 מנות

½ ק"ג במיה צעירה וטריה
שמן לטיגון עמוק
2 לימונים
1 עגבנייה גדולה אדומה, קלופה
וחתוכה לקוביות קטנות
1 כף כוסברה קצוצה
1 שן שום, כתושה
3 כפות מיץ לימון טרי
3 כפות שמן זית
מלח

קוטמים את העוקצים מהבמיה בלי לפצוע את התרמילים. שוטפים את הבמיה, מניחים על מגש ומייבשים בשמש.
מחממים שמן לטיגון עמוק בסיר ומטגנים את הבמיה כשתי דקות, עד שצבעה ירוק כהה ומבריק. מעבירים למסננת ומניחים בצד.
מכינים פילה מהלימונים: קולפים את הלימונים עד הבשר בסכין חדה (כך מסירים גם את הקליפה הצהובה וגם את הלבנה). אחר כך נכנסים עם הסכין בין הפלחים ומפרידים אותם מקליפותיהם. מסלקים את הגרעינים וחותכים כל פרוסה לשניים.
שמים את הבמיה ואת פילה הלימונים בקערה. מוסיפים את שאר המרכיבים, מתבלים במלח ומניחים כחצי שעה. לפני ההגשה מערבבים היטב ומוסיפים עוד מיץ לימון ומלח במידת הצורך.

הבמיה מופיעה באביב בין שאר הירוקים, ונמצאת בשפע רב בקיץ. קצת עבודה לנקות, קצת מגרדות הידיים (רצוי לשים כפפות לפני שמתחילים לנקות) אבל הבמיה והסלט שווים. אנחנו מצטרפים לרוח השימוש במילה "שווה", שפעם ציינה שוויון והיום יתרון.

קישואים עגולים עם גבינת פטה ושקדים

4-6 מנות

10 קישואים עגולים
בגודל של כדור טניס
¼ כוס שמן זית
½ כף מלח גס
פלפל שחור גרוס
½ כוס עלי זעתר קצוצים
3 שיני שום, קלופות
100 גרם שקדים מולבנים פרוסים
150 גרם גבינת פטה, מפוררת

מחממים את התנור לחום גבוה (220 מעלות).
חותכים את הקישואים לרבעים. מערבבים בקערה עם השמן, המלח, הפלפל ועלי הזעתר. מעבירים לתבנית ומוסיפים את שיני השום. מכניסים לתנור ואופים כ-15 דקות, עד שהקישואים מתרככים, אך לא יותר מדי. במקביל קולים את השקדים במחבת עפלון ללא שומן תוך ערבוב, עד שהם משנים את צבעם לזהוב.
מוציאים את הקישואים מהתנור ומקררים לטמפרטורת החדר. מעבירים לקערת הגשה, מפזרים את השקדים ואת הגבינה ומגישים.





לפני זמן מה הם הופיעו ללא התראה בשוק, קישואים עגולים, קטנים וחביבים. התאהבנו בהם כמו בכל מה שהוא קטן וכדורי, וראינו בהם פיתרון למנה קיצית מרעננת, אתנחתא בין המנות המתובלות יותר. המנה היא דלת קלוריות, כמעט דיאט-ספרייט, ומאוד קלה להכנה.

טרטר טונה עם זיתי קלמטה וקוביות עגבניות בשמן זית

4-6 מנות

5 כפות שמן זית
1 עגבנייה אדומה גדולה, קלופה, ללא הזרעים, חתוכה לקוביות של 1 ס"מ
16 זיתי קלמטה (או תסוסן), מגולענים וקצוצים גס
4 כפיות רוטב סויה מאיכות טובה
1 שן שום, כתושה
400 גרם נתח מובחר של פילה טונה טרייה, ללא העור

מחממים את השמן במחבת. מוסיפים את העגבנייה ומקפיצים כדקה. מוסיפים את הזיתים, הסויה והשום, מערבבים ומסירים מהאש. מעבירים לקערה ומקררים לטמפרטורת החדר.
חותכים את נתח הטונה לקוביות של 1 ס"מ.
ההגשה: מערבבים את הטונה עם תערובת העגבנייה, ומוסיפים את הבצלים ואת הפלפל החריף. מחלקים את הטרטר ל-4 צלחות. יוצקים על כל מנה כפית טחינה, מפזרים מלח גס, פלפל גרוס ועלי זעתר ומגישים.





להגשה:
3 בצלים ירוקים (והחלק הלבן בלבד), פרוסים דק
¼ פלפל ירוק חריף, ללא הגרעינים, קצוץ (שימו לב למידת החריפות)
4 כפיות טחינה גולמית
מלח גס ופלפל שחור גרוס
עלים מגבעול זעתר טרי



קונפי סלמון עם עשבי תיבול וגרעינים

6 מנות
4 גבעולי תימין
2 שיני שום, קלופות
2 תרמילי הל
1 עלה דפנה
1 כף שטוחה מלח גס
1 כפית פלפל שחור גרוס
400 גרם פילה דג סלמון,
נקי מעצמות קטנות, מעור
ומהחלק האפור שבין העור לפילה
כ-1½ כוסות שמן זית

לסלט:
2 צרורות פטרוזיליה
1 צרור כוסברה
2 בצלים ירוקים (והחלק הלבן בלבד)
30 גרם בוטנים קלויים
30 גרם שקדים קלויים
30 גרם גרעיני דלעת קלויים
30 גרם גרעיני חמנייה קלויים

להגשה:
מיץ לימון טרי
מלח

מפזרים על תחתית של סיר רחב מחצית מכמות התימין, השום והתבלינים. מניחים את פילה הדג על התבלינים. יוצקים שמן זית בכמות שתכסה את הדג בדיוק, ומפזרים מעליו את שאר התבלינים.
מבשלים על להבה הנמוכה ביותר כחצי שעה. הסלמון מוכן כאשר הוא מחליף את צבעו לוורוד בהיר, ובפנים הוא עדיין מעט נא. מעבירים את הדג עם השמן והתבלינים לכלי, מכסים ומאחסנים במקרר 24 שעות (אפשר לשמור במקרר 4-5 ימים).
הסלט: מסירים את השליש התחתון של גבעולי הפטרוזיליה והכוסברה וקוצצים גס את העלים. פורסים את הבצל הירוק, שמים בקערה. קוצצים גס את הבוטנים, השקדים, גרעיני הדלעת וגרעיני החמנייה ומוסיפים לקערה.
מוציאים את הדג מהשמן, מפוררים אותו, ומוסיפים לסלט. מתבלים בכ-4 כפות משמן הבישול של הדג, במיץ לימון ובמלח. מערבבים ביד קלה ומגישים מיד (אפשר לסנן את השמן ולשמור אותו לטיגון או לתיבול מנות דגים).





המילה קונפי מגיעה מהפועל הצרפתי קונפיר (Confire), שפירושו לשמר. זה התחיל דווקא משימור פירות בסוכר או דבש בימי הביניים, אבל נגיד שאתם גרים בכפר צרפתי, ויש לכם להקה של אווזים או ברווזים, ואין לכם מקרר - מה הייתם עושים? ממליחים קודם את השוקיים והקורקבנים שלהם, ואחר כך מבשלים אותם שעות ארוכות בשומן של עצמם עד שהם היו רכים כחמאה. אחר כך הייתם מאחסנים אותם בכדי חרס גדולים, מכסים אותם היטב בשומן ואוטמים היטב. ואז הייתם שומרים אותם במרתף הקר, והיה לכם קונפי אווז או ברווז צרפתי קלאסי לכל החורף.
העולם הקולינארי אוהב את מילה הזאת, והשימוש בה הורחב עד למאוד. עכשיו קוראים קונפי לכל דבר שמבושל לאט במיצים של עצמו, בשומן, בשמן זית, בחמאה מזוקקת או בשומן אווז. לא מטוגן, אלא מבושל בשומן. הפופולריים הם קונפי עגבניות, קונפי שום, והנה גם קונפי סלמון.
אפשר להכין את הסלט בלי הסלמון ואפשר להגיש את הסלמון עם כל סלט אחר.

סלט אייסברג עם אגסים ושקדים

סלט חסה היה צריך להיות פשוט, אבל החיים כנראה מורכבים יותר. בכל תפריט של מסעדה בעולם יש סלט חסה, ולכל מסעדה גירסה משלה לסלט הירוק. כך היה מאז ומעולם וכך צריך. הסלט שלנו טיפה מורכב יותר, ומהווה תוספת מושלמת לארוחת מאזנים של קיץ, עם כוס בירה, יין צונן או מרגריטה.



4 מנות
1 ראש חסה אייסברג (עגולה)
1 ראש חסה ערבית

לאגסים:
8 אגסים
4 כפות סוכר
1 כף מיץ לימון טרי
¼ כוס יין לבן
½ כוס מים
מעט מלח
4 עלי מרווה
½ כפית פלפל שחור גרוס
25 גרם חמאה

לרוטב ויניגרט:
¼ כוס חומץ שרי (ספרדי)
1 כף דבש
1 כף מיץ לימון טרי
מלח
½ כוס שמן זית

להגשה:
½ ק"ג עלי בייבי מעורבים
50 גרם גבינת קצ'וטה (גבינה חצי קשה
מחלב כבשים בסגנון טוסקני, בעלת
מרקם רך וטעם עדין, המתחזק עם
התיישנות הגבינה).
4 כפות שקדים מולבנים פרוסים, קלויים

מפרידים את העלים מראשי החסה ושוטפים היטב. מניחים לייבוש, אפשר על מגבת.
האגסים: קולפים את האגסים, חוצים אותם ומסלקים את הליבות. שמים בסיר רחב או במחבת את הסוכר, מיץ הלימון, היין, המים, המלח, הפלפל, עלי המרווה והחמאה ומביאים לרתיחה. מניחים את האגסים בסיר או במחבת בשכבה אחת, מנמיכים את הלהבה ומבשלים 10 דקות, עד שהאגסים מתרככים, אבל לא רכים מדי. מסירים מהאש ומקררים בתוך הנוזל.
הרוטב: טורפים את מרכיבי הרוטב בקערה.
ההגשה: קורעים את עלי החסה לפיסות בידיים ומניחים בקערה גדולה. מוסיפים את עלי הבייבי. חותכים כל חצי אגס ל-4 פלחים ומוסיפים לקערה. מוסיפים 3 כפות מנוזל הבישול של האגסים ואת הרוטב.
מעבירים את הסלט לקערת הגשה. קולפים על הסלט שבבים מהגבינה בעזרת קולפן, זורים את השקדים ומגישים.





פיצה עם סקאלופס, עגבניות צלויות וגבינת קצ'וטה

לפיצה בקוטר 30 ס"מ

לבצק:
2 כפיות "שמרית" או 1 כפית שמרים יבשים
300 מ"ל מים
500 גרם קמח לבן
1 כפית שטוחה מלח
1 כף סוכר

לעגבניות:
10 עגבניות אדומות בשלות
1 כף מלח גס
2 כפות שמן זית למריחה

לציפוי:
8 זיתי קלמטה, מגולענים ופרוסים דק
½ פלפל אדום חריף טרי, ללא גרעינים, פרוס דק (שימו לב למידת החריפות)
½ כוס גבינת קצ'וטה (או קצ'קבל), מגוררת בפומפיה גסה
6 סקאלופס גדולים, פרוסים ל-2 כל אחד
עלים מ-2 גבעולי זעתר טריים

הבצק: מתקינים במיקסר את וו הלישה. שמים את השמרים ורבע כוס מהמים בקערת המיקסר, ומערבבים. מוסיפים את הקמח, המלח והסוכר ומפעילים את המיקסר במהירות נמוכה. מוסיפים מים בהדרגה ולשים עד שנוצר בצק מעט רך ועדיין דביק.
מוציאים את הבצק מהקערה ולשים בידיים עם מעט קמח עוד 5 דקות לפחות, עד שהבצק גמיש ומבריק. מקמחים קערה ומניחים בה את כדור הבצק. מקמחים מעט מלמעלה, מכסים במגבת ומניחים במקום חמים כשעה, או עד שהבצק מכפיל את נפחו.
העגבניות: מפעילים את התנור למצב גריל. חוצים את העגבניות לרוחבן ומרוקנים מהזרעים. זורים את המלח בתבנית, מוסיפים את השמן ומניחים את העגבניות בתבנית כשהקליפה כלפי מעלה. מכניסים מתחת לגריל וצורבים 15-10 דקות. מוציאים ומסירים את הקליפות. קוצצים גס ומניחים במסננת.
האפייה: מחממים את התנור לחום הגבוה ביותר. מרדדים את הבצק לעיגול בקוטר כ-30 ס"מ ומניחים בתבנית מקומחת מעט. טופחים על הבצק באצבעות, אך משאירים שוליים דקים שעליהם לא טופחים (כך תקבל הפיצה שוליים מוגבהים מעט).
מברישים את הבצק בשמן זית, מכניסים לתנור ואופים 3 דקות. מוציאים מהתנור ומפזרים על הבצק את העגבניות, הזיתים, הפלפל החריף וחצי מכמות הגבינה. מחזירים לתנור ואופים עוד 4-5 דקות. מוציאים שוב מהתנור. מסדרים על הבצק את פרוסות הסקאלופס ומתבלים במעט מלח. מפזרים את שארית הגבינה ואופים עוד 3-4 דקות, עד ששולי הבצק שחומים. מוציאים, מפזרים את עלי הזעתר, חותכים למשולשים ומגישים.



אין מאכל שמעלה חיוך ותחושת נחמה וניצחון כמו פיצה, בעיקר בחופש. נכון, היא לפעמים נתפסת בטעות, כיותר מדי פאסט-פוד אמריקאי, ולפעמים סובלת מילדותיות של צבי הנינג'ה, אבל אף אחד לא ייקח ממנה את הכבוד הנפוליטאני או את מקורה המבוסס על כיבושי הערבים והפיתה העיראקית.
מרגריטה דה סבויה, מלכת איטליה אשר יזמה את הפיצה על בסיס גבינת מוצרלה, ריחן ועגבניות, נתנה לה את שמה. מרגריטה זו הייתה מוכנה לנדב את שם בעלה אומברטו לפיצה משוכללת זו עם פירות ים, אך אנחנו לא נוטים לכך מסיבות מדיניות.



ג׳מבו שרימפס בוורמוט

4 מנות

20 ג׳מבו שרימפס ערייים
¼ כוס שמן זית
2 שיני שום גדולות, כתושות
מלח גס
½ כוס ורמוט יבש
כ-20 גרם חמאה
פלפל שחור גרוס טרי
פטרוזיליה קצוצה

כל כך פשוט. מינימום פעולות, ובבקשה להשאיר את השרימפס עם הזנב והראש, שמוסיפים עומק של טעמים.

בעזרת מספריים, נכנסים בין הגב לראש השרימפס וגוזרים חתך דק לאורך הגב, לכיוון הזנב. מוציאים את החוט הכהה העובר לאורך הגב (והמעיים).
משתמשים במחבת ברזל גדולה, ומכינים את המנה בכמה סיבובים (לא כל הכמות בבת אחת). מחממים את השמן. מוסיפים את השרימפס ומטגנים משני הצדדים עד שהם מקבלים גוון ורוד-כתום. מוסיפים את השום ומתבלים במלח. יוצקים את הוורמוט, ומבשלים על להבה גבוהה עד שכמות הנוזל מצטמצמת במחצית. מוסיפים את החמאה. החמאה הנמסה מסמיכה ומעדנת את הרוטב. בודקים את התיבול ומוסיפים מעט פלפל שחור גרוס. מחלקים לצלחות, מפזרים פטרוזיליה קצוצה ומגישים.

טונה צרובה עם אטריות אורז

4 מנות

½ ליטר ציר דגים או ציר ירקות (עמ׳ 234)
½ גרם חוטי זעפרן (4-5 חוטים)
150 מ״ל שמנת מתוקה
מלח ופלפל לבן
1 כף מלח גס
1 חבילה אטריות אורז רחבות (5 מ״מ)
שמן זית
2 זוקיני
1 פלפל אדום
20 גרם חמאה
4 נתחים של פילה טונה אדומה במשקל 200-220 גרם כל אחד, בטמפרטורת החדר
6 שיני שום, כתושות
¼ כפית פלפל אדום חריף גרוס (צ׳ילי)
½ כוס עלי כוסברה
½ כוס עלי גרגר נחלים
מלח
2 כפות צנוברים קלויים (במחבת ללא שומן, להשגיח של יישרפו)

שמים את הציר בסיר, מוסיפים את הזעפרן ומביאים לרתיחה. מעבירים חצי מהכמות לסיר קטן אחר, ושומרים את המחצית הנותרת בצד.
הרוטב: מרתיחים את מחצית הציר ומצמצמים במחצית. מוסיפים את השמנת, מביאים שוב לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים עוד כשתי דקות. מתבלים במלח ובפלפל ומניחים בצד.
מרתיחים 3 ליטרים מים עם כף המלח הגס. מוסיפים את האטריות ומבשלים כ-5 דקות, עד שהן רכות. מסננים ושוטפים במי ברז. מעבירים לקערה ויוצקים עליהן מעט שמן זית כדי למנוע הידבקות.
חותכים את הזוקיני לאורכם ומוציאים את הגרעינים בעזרת כפית. חותכים כל מחצית לגפרורים. חותכים את הפלפל האדום לגפרורים.
ההגשה: מחממים את הרוטב, טורפים פנימה את החמאה ומניחים בצד.
מחממים היטב מחבת ברזל עם פסים ומורחים אותה במעט שמן זית. צורבים את נתחי הדג 1 דקה או שתיים מכל צד (על פי עובי הנתחים), כך שהנתחים יישארו נאים מבפנים, אך לא קרים.
במקביל מחממים רבע כוס שמן זית במחבת גדולה. מוסיפים את הקישואים והפלפלים ומקפיצים יחד כשתי דקות. מוסיפים את השום והצ׳ילי ואת הציר הנותר. מביאים לרתיחה, מוסיפים את הכוסברה, גרגר הנחלים ואת האטריות ומתבלים במלח. מערבבים כשתי דקות.
מניחים בכל צלחת נתח דג. מחלקים את האטריות לצלחות (ללא הנוזלים שנותרו במחבת), מפזרים עליהן את הצנוברים הקלויים ויוצקים מהרוטב.



הטונה חייבת להישאר חיה מבפנים. לא לשרוף ולא להעלים את אדמימותה או לובנה. לחתוך את הטונה לפני שאוכלים, להסתכל על הצבעים, להתבונן בה בצלחת, באדום של הדג, בצריבה מבחוץ, בצהוב של הזעפרן ובירוק של הירק. היא כל כך עדינה, שהקשר שלה לטונה בקופסה נמוג בקלות.



קבב מוסר ולוקוס

4 מנות
350 גרם פילה לוקוס, נקי מעור ועצמות
350 גרם פילה מוסר בריכה, נקי מעור ועצמות
1 כפית גדושה ג'ינג'ר טרי קצוץ
2 שיני שום, כתושות
צרור פטרוזיליה, קצוצה
1 בצל בינוני, קצוץ
½ ביצה טרופה
מלח ופלפל לבן
60 גרם חמאה, חתוכה ל-12 קוביות קטנות
12 גבעולי למון גראס (אם רוצים)

לרוטב:
1 כוס יוגורט צאן לשתייה
חופן עלי נענע קצוצים
1 כף לימונים כבושים קצוצים (עמ' 238)
מעט מלח
½ שן שום כתושה

לקישואים:
4 קישואים צעירים ומוצקים
2 כפות שמן זית
מלח ופלפל שחור

להגשה:
שמן זית
פלפל שחור גרוס

הקבב: חותכים את פילה הדגים לקוביות גדולות, ואחר כך קוצצים דק בסכין גדולה (או מכניסים את הקוביות למעבד מזון ומפעילים בהפסקות, שניה בכל פעם, עד שהדגים קצוצים דק, אך לא הופכים לעיסה). מעבירים את הדגים לקערה ומוסיפים את הג'ינג'ר, השום, הפטרוזיליה, הבצל והביצה. מתבלים במלח ובפלפל ומערבבים היטב בידיים. כדי לבדוק אם התיבול נכון מכינים מהעיסה קציצה אחת, מטגנים אותה במהירות בשמן זית חם, טועמים ומתקנים את התיבול לפי הצורך. מאחסנים את העיסה במקרר לפחות חצי שעה. לאחר מכן יוצרים מהעיסה 12 קציצות, ותוחבים לתוך כל קציצה קוביית חמאה. מניחים בתבנית, מכסים ומאחסנים במקרר עד השימוש. (אם רוצים, משפדים כל קבב על גבעול למון גראס).

הרוטב: טורפים יחד את מרכיבי הרוטב ושומרים במקרר.

הקישואים: מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות). חוצים את הקישואים לרוחבם, ואחר כך חותכים כל מחצית ל-6 מקלות. שמים בקערה, מוסיפים את השמן, מלח ופלפל ומערבבים בידיים. מניחים בתבנית ואופים 12-10 דקות.

ההגשה: מחממים רבע כוס שמן זית במחבת ברזל כבדה או במחבת טפלון טובה. מטגנים את קציצות הקבב כחצי דקה מכל צד. מעבירים לתבנית ומכניסים לתנור ל-4 דקות. בינתיים מכינים 4 צלחות הגשה חצי עמוקות. יוצקים חצי מצקת מרוטב היוגורט לכל צלחת ומניחים על הרוטב 7-8 אצבעות קישואים. מניחים בכל צלחת 3 קציצות קבב, יוצקים כפית שמן זית, זורים מעט פלפל שחור גרוס ומגישים.



זאת מנה מאוד לבנה ונפלאה לקיץ. היא דוחקת את הסטייק של החורף, בדומה למה שעושה הוודקה לקוניאק. בקיץ אנחנו מעלים את המנה המצננת הזאת ובחורף מטמינים מהקור והרוח. כמה מועילים יכולים להיות היוגורט והנענע כשממש זקוקים להם, וכמה שפוי הכול יכול להראות עם כוס אוזו או אניס אחר.



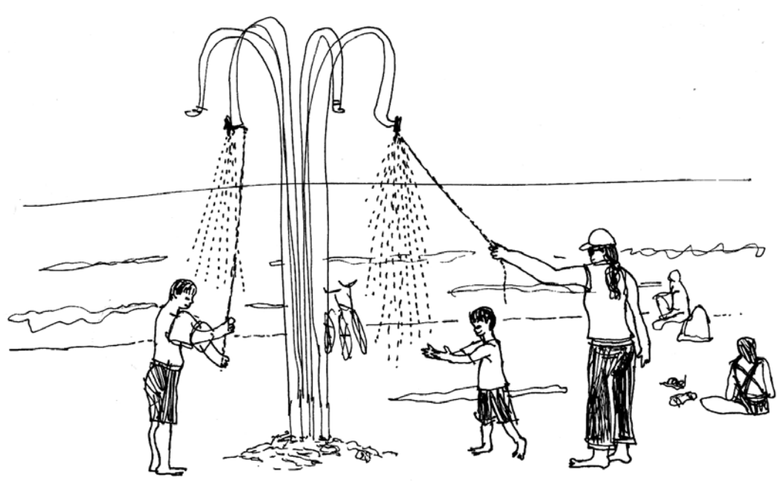


סרגוס ברוטב ענבים

4 מנות

4 דגי סרגוס במשקל כ-300 גרם
כל אחד (או דגי דניס), נקיים
מלח ופלפל שחור
2 אשכולות ענבים אדומים
ללא גרעינים, מופרדים
גבעול מרווה
4 כפות מלח ים אטלנטי או מלח גס
¼ כוס שמן זית
¼ כוס מיץ לימון
8 בצלי שאלוט, קלופים

מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות) ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה. שוטפים את הדגים היטב ומייבשים. ממליחים ומפלפלים מבחוץ ומבפנים. תוחבים לבטן כל דג 3 ענבים ועלה מרווה, ומניחים בתבנית. מפזרים את המלח סביב הדגים וביניהם. מברישים את הדגים במעט מהשמן וממיץ הלימון, ומניחים את בצלי השאלוט ואת הענבים הנותרים בין הדגים. מכניסים לתנור ואופים 15 דקות. מכבים את התנור.
מוציאים את הענבים והבצלים ומעבירים למכל מעבד מזון. מחזירים את התבנית לתנור המכובה ומשאירים אותה בתוכו, בדלת פתוחה, עד ההגשה.
מוסיפים למכל המעבד את השמן ומיץ הלימון הנותרים ומעבדים למחית חלקה. מעבירים לכלי דרך מסננת, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת.
מחלקים את הדגים לצלחות הגשה, יוצקים עליהם את הרוטב ומגישים.









פרוסות סלמון צרובות עם ריבת בצל ופירורי לחם מתובלים

4 מנות

700 גרם פילה סלמון
6 כפות שמן זית
¼ כוס חומץ בלסמי
פלפל שחור גרוס
עלים מ-5 גבעולי תימין

לפירורים:

6 פרוסות לחם לבן, ללא הקרום
(או 2 כוסות פירורי לחם מוכנים)
1 כוס גדושה עלי פטרוזיליה



לריבת בצל:

30 גרם חמאה
4 בצלים, קלופים, חצויים ופרוסים
1 גבעול תימין
2 כפיות סוכר
¼ כוס יין לבן
מלח ופלפל לבן

להגשה:

קרם תפוחי אדמה (עמ' 236)
שמן זית
300 גרם עלי תרד,
נקיים מעוקצים ושטופים
מלח ופלפל שחור
מיץ מ-½ לימון

מניחים את פילה הסלמון על קרש חיתוך כשהעור כלפי מטה. פורסים אותו לפרוסות דקות (½ ס"מ) באלכסון, כשהסכין בשיפוע לקרש החיתוך, מכיוון הראש לכיוון הזנב. מסדרים בכלי מתאים שכבה של פרוסות סלמון. יוצקים עליהם מעט שמן זית וחומץ, גורסים מעט פלפל שחור ומפזרים עלי תימין. מסדרים שכבה נוספת של נתחי סלמון וממשיכים כך עד שמסיימים לסדר את כל נתחי הדג. מכסים את הכלי בניילון נצמד ומאחסנים במקרר שעתיים לפחות ועד 24 שעות.

הפירורים: מחממים את התנור לחום נמוך (100 מעלות). מסירים את הקרום מפרוסות הלחם. חותכים את הפרוסות לקוביות ומייבשים בתנור כשעה וחצי, עד שהן יבשות לגמרי. מעבירים את קוביות הלחם למכל מעבד המזון. מוסיפים את עלי הפטרוזיליה ומעבדים עד שנוצרים פירורים דקים. אם משתמשים בפירורי לחם מוכנים, מערבבים אותם עם הפטרוזיליה הקצוצה.

ריבת הבצל: ממיסים את החמאה בסיר על להבה נמוכה. מוסיפים את הבצל ואת התימין. מאדים תוך ערבוב כ-5 דקות, עד שהבצל שקוף. מוסיפים את הסוכר והיין, מתבלים במעט מלח ופלפל ומבשלים תוך ערבוב עוד 5 דקות. מנמיכים את הלהבה לנמוכה ביותר, מכסים את הסיר ומבשלים כ-15 דקות, עד שהבצל רך מאוד. מערבבים מדי פעם. מוציאים את גבעול התימין מהסיר ומרסקים את הבצל למחית בבלנדר מקל או במעבד מזון. מעבירים למסננת ומניחים מעל כלי עד שהמחית מפסיקה להגיר נוזלים. (אפשר לשמור במקרר עד שלושה ימים).

ההגשה: מכינים את קרם תפוחי האדמה (כמוסבר בעמ' 236).
מחממים שתי כפות שמן זית בסיר. מוסיפים את עלי התרד, מעט מלח ופלפל ומערבבים עד שהתרד מתרכך.
מחממים מחבת ברזל או מחבת טפלון טובה עם שתי כפות שמן זית. מוציאים את הסלמון מהמקרר, ומניחים את הנתחים על משטח העבודה. ממליחים אותם ומורחים צד אחד שלהם בריבת הבצל. מכסים אותו צד בפירורי לחם ומהדקים אותם קלות אל ריבת הבצל. מניחים במחבת כמה נתחים בכל פעם, כשהצד המצופה כלפי מטה. מטגנים דקה או שתיים, עד שהצד העליון משנה את צבעו. מוציאים את הנתחים בעזרת מרית גדולה ומניחים מיד בצלחות ההגשה (עושים זאת בזהירות, כדי שהציפוי לא ייפרד מהנתחים). ממשיכים לטגן כך את כל הנתחים ומניחים אותם בצלחות ההגשה.
מוסיפים לכל צלחת קרם תפוחי אדמה. מוסיפים לתרד את מיץ הלימון ומחלקים גם אותו לצלחות. מגישים מיד.



ברמונדי הוא דג חדש בארץ. מוצאו מצפון אוסטרליה, ולאחרונה
הוא עשה עלייה לישראל ונקלט היטב, בבריכות המים המלוחים
ברמת הנגב ובכמה מכוני מחקר ומדגה בנגב ובבקעת סדום.
אנחנו צופים לו עתיד מעניין. הדג לבן ובשרני. הענקנו לו כאן
נופך ישראלי עם שפע של תבלינים.



ישראל הדייג ואורלי הדייגת הם חלוצים בחקלאות ימית ומגדלים את הברמונדי בנגב.
שניהם מתנשאים לגובה רב והם משכמם ומעלה ועושים לנו את היום טרי וטעים.

ברמונדי אפוי עם ירקות ותבלינים

4 מנות

1 תפוח אדמה בינוני
2 ארטישוקים ירושלמים
1 בצל בינוני
1 ראש סלרי
1 עגבנייה בינונית
לימון אחד
¼ כוס שמן זית
1 כפית פפריקה מתוקה
1 כפית כורכום
½ כפית כמון
3 תרמילי הל
1 גבעול מרווה
2 שיני שום, מעוכות
1 כפית דבש
1 דג ברמונדי במשקל 1½ ק"ג,
מופרד לנתחי פילה
מלח ופלפל
1 כוס יין לבן

מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות).
קולפים את הירקות (גם את העגבנייה) ופורסים לפרוסות בעובי כ-1 ס"מ. מגררים את קליפת הלימון ושומרים בצד. מסירים את החלק הלבן של הקליפה ופורסים את בשר הלימון.
שמים את השמן בקערה. מוסיפים את הפפריקה, הכורכום, הכמון, ההל, המרווה, השום, הדבש וקליפת הלימון. מוסיפים רבע כוס מים פושרים ומערבבים היטב. מוסיפים לקערה את תפוח האדמה, הארטישוק, הבצל, הסלרי ופרוסות הלימון ומערבבים בידיים, כדי לצפות את הירקות בשמן המתובל.
מעבירים את הירקות עם השמן לתבנית אפייה מתאימה ומוסיפים את פרוסות העגבנייה. חוצים כל פילה לשניים, ממליחים ומפלפלים, ומניחים את הנתחים על הירקות, כשצד העור כלפי מעלה. מוסיפים את היין. מכסים את התבנית ברדיד אלומיניום, מכניסים לתנור ואופים 20 דקות.
מעבירים את הדגים לצלחת הגשה גדולה, עורמים עליהם את הירקות, יוצקים את הרוטב שהצטבר בתבנית ומגישים.





קינוחים

שוקולד, טפיוקה ושערות חלבה

לקינוח יש תפקיד מהותי בחיברות הסועדים, אולי אפילו יותר מבחירת יין והשקת כוסות. בחירת המנה האחרונה היא הכרעה משותפת ואפילו דמוקרטית. גם אם סביב השולחן יושבים שמונה אנשי עסקים בינלאומיים שלא אכלו מאותו המסטינג בצבא, לעולם יבקשו להניח את המנות האחרונות במרכז השולחן וכולם, בהרגשת שייכות גדולה ישלחו יד ארוכה, מצוידת בכפית ארוכה, למתוק-מתוק.

המנה האחרונה מאפשרת הוצאת אוויר סביב השולחן אחרי עמל הסעודה. עם הקינוח מתחולל במאנטה ריי זמן האיכות של הארוחה, סימולטנית עם הצצה ארוכה אל הים האינסופי ומבט על התיאטרון האנושי שעל החוף.

הטיימינג של הזמנת הקינוח הוא האות להתרגעות, ולכן הסוד הקולינארי בתחום הדזרט הוא ללכת על שביל דק בין מתיקות לטעמים נוספים, כדי למזג ולהרגיע.

פעם קראו לקינוח "מנה אחרונה", אבל עם השפעת האופטימיות על העולם, נולדה התקווה שתהיינה מנות נוספות בחיים, ומדובר יותר רק בסיומת מרגיעה לארוחה.









CHocoLatVs

העברית איננה מאושרת גם מהמונח "קינוח" המשמש גם לענייינים אחרים, כאלה עם ממחטות אף ומגבונים, אך כנראה המקור שלנו דומה למקור בצרפתית עתיקה, המילה דזרט מ-desservir שפירושה ניקוי השולחן. האנגלים מתעקשים על שימוש מסורתי בשם פודינג לקינוח אם הוא איננו פרי, והסינים בכלל לא מכירים אותו, למרות הבננה המטוגנת.

הסופרת ארנסטין אולמר איננה ממש משוכנעת שהעולם אכן רגוע ויציב, וגורסת ש"היות והחיים אינם מלאי ביטחון, מומלץ לאכול את הדזרט דבר ראשון לפני הכול, אפילו לפני המאזט".

הקינוחים בדרך כלל מתוקים, כי הכמיהה למתוק חוצת גבולות ועמים וממש נדרש משהו מתוק אחרי, למרות שהצרפתים מקדימים את שמחת המתיקות בחריפותה מטרפת הנחיריים של גבינה כחולה וחברותיה.

בעולם ישנם המתלוננים על שערוריית הקינוחים הצרפתיים. ויל גולדפארב (Will Goldfarb), הגאון התורן של מתוקי אמריקה, טוען "במשך 80 שנה, כמעט מאה שלמה, אמנות הכנת הקינוחים הצרפתיים לא השתנתה כלל. האם אפשר להאמין ששפים רציניים בתחילת המאה ה-21 עדיין מכינים ביצי שלג?".

ככה זה עם המתוק. כולם מחפשים בקינוח עתיד מתוק וגורל מתוק, שיהיה מתוק בפה ומתוק בלב, אולי עם חיוך מתוק של גורל מתוק, ואם אפשר, מתוק ששואב לארץ פלאות.

חלק מהמתכונים בפרק זה פשוטים, חלקם מאוד מסובכים יחסית למתכוני מנות אחרונות, על כן נדרשים סבלנות ואהבה להכנתן.

מניסיוננו, צפו למחמאות, לחיוכים רחבים ולשינה מתוקה אחרי האוכל, כי לפי תובנתו של זיגמונד פרויד, "ממתקים וסוכריות מחליפים בחלום באופן קבוע חיבוקים וסיפוק מיני".



אשכוליות אדומות עם שערות חלבה / **222**

תאנים אפויות על בצק עלים / **223**

מרק טפיוקה עם קרמל פסיפלורה וסורבה / **224**

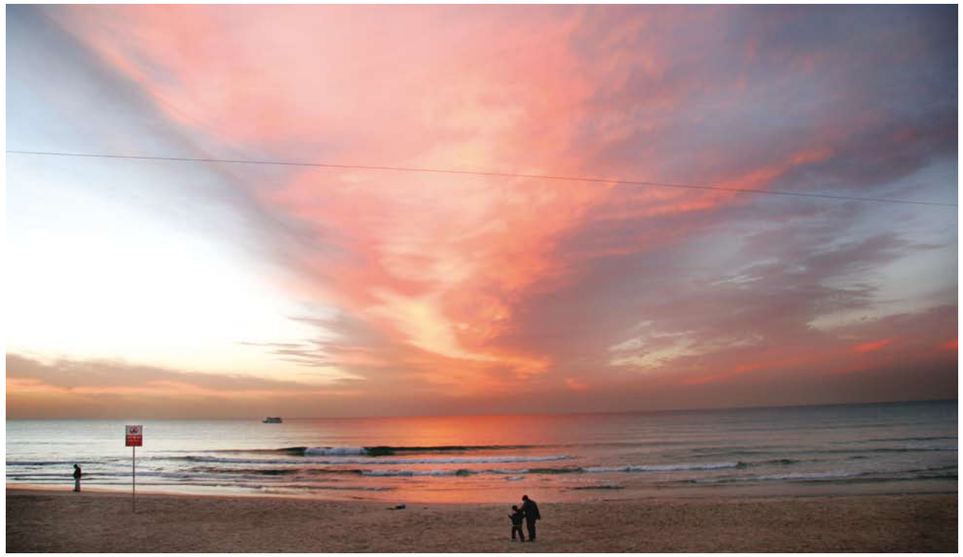
מרק סברס עם גלידת וניל / **225**

קדאיף עם פירות יבשים, אגסים בזעפרן וגלידת וניל / **227**

קרם ברולה קפוא / **228**

שוקולד מושחת וקראנצ'י / **231**









תאנים אפויות על בצק עלים

4 מנות

16 תאנים יפות ומוצקות
4 כפות סוכר
¼ כוס בוכה (משקה אלכוהולי צלול מתאנים), או וודקה
4 ריבועים של בצק עלים בגודל צלע של 7 ס"מ ובעובי 3 מ"מ
מעט חמאה מומסת
4 כפות קרם פרש (עמ' 238), או שמנת חמוצה

מסירים את העוקצים מהתאנים ופורסים כל תאנה לכ-4 פרוסות. מסדרים את הפרוסות בתבנית, מפזרים עליהן את הסוכר ויוצקים את הבוכה. מניחים לשעה ומסננים.
מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות) ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה.
מורחים את ריבועי הבצק במעט חמאה מומסת. מניחים בתבנית אפייה ומחוררים אותם בעזרת מזלג, כדי שלא יתנפחו יתר על המידה בזמן האפייה. מכניסים לתנור, אופים 10 דקות ומוציאים.
מסדרים את התאנים על ריבועי הבצק, מחזירים לתנור ואופים עוד 10 דקות. מעבירים לצלחות הגשה, מניחים כף קרם פרש (או שמנת חמוצה) על כל מנה ומגישים.



אשכוליות אדומות עם "שערות חלבה"

4 מנות

2 אשכוליות אדומות
מיץ מאשכולית אדומה אחת
¼ כוס ליקר תפוזים (קואנטרו)

¼ כוס מי סוכר:
מביאים לרתיחה ¼ כוס סוכר ו-¼ כוס מים. כשהסוכר נמס מסירים מהאש ומקררים. משתמשים בכמות הדרושה ושומרים את היתרה במקרר.

כפית עלי נענע קצוצים
200 גרם שערות חלבה
50 גרם פיסטוקים קלויים, קלופים וקצוצים

מכינים פילה מהאשכוליות: קולפים את האשכוליות עד הבשר בסכין חדה. (מסירים גם את הקליפה הצהובה וגם את הלבנה). אחר כך נכנסים עם הסכין אל בין הפלחים ומפרידים אותם מקליפותיהם. מסלקים את הגרעינים.
מערבבים את מיץ האשכולית, הליקר ומי הסוכר עם הנענע.
מסדרים את פלחי האשכוליות בצורת פרח ב-4 צלחות. (אפשר להיעזר ברינג בקוטר של כ-10 ס"מ, אם יש) מסדרים מעל הפלחים את שערות החלבה, יוצקים את הרוטב, מפזרים פיסטוקים ומגישים.



ערב חורפי אחד נוצר אצלנו מחסור בקינוחים. השף רונן סקינזיס התקין את המנה כבלון ניסוי, ראינו כי טוב והיא איתנו עד היום. המתכון קל מאוד להכנה ומפתיע בטעמיו.

מרק טפיוקה עם קרמל פסיפלורה וסורבה

8-10 מנות

למרק:
1¾ כוסות (450 מ"ל) חלב
3 כפות (50 גרם) סוכר
4 כפות (40 גרם) טפיוקה
½ קופסת חלב קוקוס

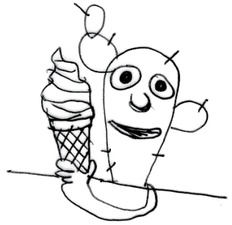
לקרמל פסיפלורה:
1 ק"ג פסיפלורה טרייה
1 כוס (200 גרם) סוכר
¼ כוס מים
1 כף סירופ תירס
(מוסיף, אבל לא הכרחי)
2 כפות חמאה

להגשה:
סורבה פסיפלורה, סורבה קוקוס
או שניהם

המרק: מחממים את החלב והסוכר עד שהסוכר נמס. מוסיפים את הטפיוקה ומנמיכים את הלהבה. מבשלים 15 דקות תוך ערבוב מתמיד. בודקים את גרגירי הטפיוקה, ומבשלים עד שהם שקופים, עם נקודה לבנה קטנה באמצע כל גרגיר. מוסיפים את חלב הקוקוס, מערבבים ומבשלים כ-5 דקות נוספות, עד שהגרגירים שקופים לחלוטין. מסירים מהאש, מצננים ומאחסנים במקרר.
הקרמל: חוצים את הפסיפלורות ומרוקנים את תוכנן בכפית לתוך מסננת המונחת מעל כלי. מועכים את הפרי שבמסננת בכף עץ או במצקת. מודדים חצי כוס מיץ, ומוציאים מהמסננת רבע כוס מהגרגירים. מניחים בצד.
ממיסים את הסוכר עם המים וסירופ התירס (אם משתמשים) במחבת עמוקה על להבה בינונית, ומבשלים עד שהסוכר מקבל צבע חום-זהבהב. מסירים מהאש, מוסיפים את מיץ הפסיפלורה בזהירות ובלי לערבב, ומחזירים לאש. מבשלים כ-5 דקות. כל תהליך הפיכת הסוכר לקרמל צריך להתבצע ללא ערבוב, אלא תוך כדי תנועות סיבוביות של המחבת. מערבבים רק בסוף התהליך, כדי להמיס גושים, אם נותרו. מכבים את האש וטורפים פנימה את החמאה. מוסיפים את גרגירי הפסיפלורה, מערבבים היטב ומקררים.
ההגשה: אם המרק סמיך מדי, מוסיפים לו מעט חלב קר ומערבבים. יוצקים לצלחות עמוקות כחצי כוס מהמרק לכל מנה. יוצקים סביב המרק את הקרמל, מניחים כדור או כדורי סורבה במרכז הצלחות ומגישים.



הטפיוקה היא שורש של צמח הקאסאווה או היוקה, היא התשובה לאופנת הקינואה בתחום המתוקים.
מקור הצמח בדרום אמריקה, אצל בני המאיה. במשך השנים הופץ גם לאיי הודו המערבית ולארצות מזרח-אסיה.
משתמשים בשורשים הסיביים להכנת קמח, אלכוהול, פודינג חלב מתוק וגם כעמילן להזקפת בגדים.
את הטפיוקה אפשר למצוא בצורות שונות, כקמח, פתיתים ובעיקר ככדורונים שקופים המכונים פנינים.



מרק סברס עם גלידת וניל

8 מנות

1 ק"ג סברס, קלופים
1 כף דבש, מהול ברבע כוס מים חמים
2 כפות אוזו או ערק

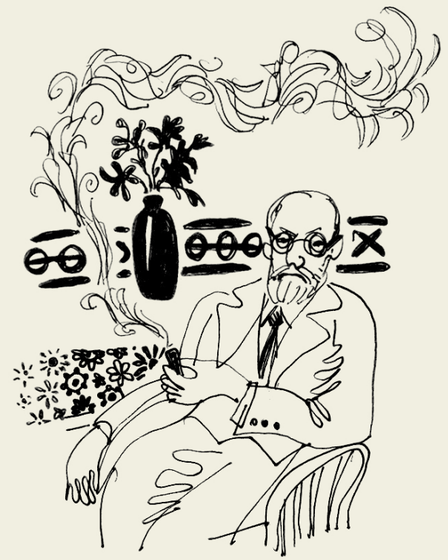
להגשה:
4-5 סברס, קלופים
2 כפות נענע קצוצה גס
מעט פלפל שחור גרוס
גלידת וניל

שמים את הסברס ואת הדבש המהול במיכל מעבד המזון, וטוחנים למחית. מעבירים דרך מסננת תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת. מוסיפים את האוזו או הערק ומאחסנים במקרר.
ההגשה: חותכים את הסברס לקוביות ומחלקים לצלחות מרק. יוצקים את המרק לצלחות, מוסיפים מעט נענע, מעט פלפל שחור גרוס וכדור גלידת וניל ומגישים.

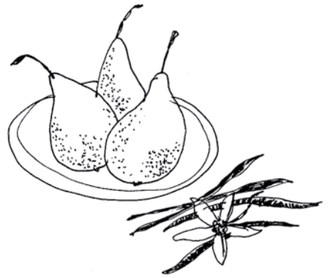
שילוב מתבקש מאליו בקיץ הישראלי - נענע, אוזו, סברס ודבש.
חברנו היקר חיליק גורבינקל עזר בגיבוש המנה.
חשוב לשים לב - בזהירות עם הפלפל, הוא נחוץ אבל במידה.







הקינוח הזה הוא מנה ותיקה במאנטה ריי, עדות מתוקה
לאימפריה העותומאנית שלאחר כיבוש וינה ובודפשט.
לפעמים כוח הטעם הנצחי עולה על כל אמביציה
מדינית של פוליטיקאים בני חלוף.
אלה הן אותן אטריות קדאיף טורקיות, פריכות
ומופלאות של הבקלאווה והכנאפה עם כל טוב שוק
לוינסקי, יחד עם שלאג-זאנה של בית קפה בעיירה
הציורית פטצליינסדורף, שם שתה פרויד קפה עם
מרתה ב-1932.



קדאיף עם פירות יבשים, אגסים בזעפרן וגלידת וניל

אפשר להכין את כל חלקי המנה מראש, ולהשאיר לזמן ההגשה רק את שלב ההרכבה

4 מנות

לפירות יבשים:
200 גרם פירות יבשים מעורבים (תמרים, משמש, אוכמניות, אפרסקים, אגסים) חתוכים לקוביות קטנות
½ מקל קינמון
1 תרמיל הל, שבור לחתיכות
2 מסמרי ציפורן

לאגסים:
4 אגסים
1 ליטר מים
½ כוס סוכר
10 חוטי זעפרן

לחומץ בלסמי מצומצם:
½ כוס חומץ בלסמי משובח

לקצפת:
½ מכל (125 מ"ל) שמנת מתוקה
1 כפית אבקת סוכר

לקדאיף:
200 גרם שערות קדאיף (להשיג במעדניות, בעיקר אלה הערביות)
1 כף אבקת סוכר
50 גרם חמאה מומסת

להגשה:
גלידת וניל
פלפל שחור גרוס (אם רוצים)

הפירות: שמים את הפירות היבשים בסיר עם הקינמון ומוסיפים מים כדי כיסוי. עוטפים את חתיכות ההל ואת מסמרי הציפורן בפד גאזה, ומוסיפים לסיר. מביאים לרתיחה, מסירים מהאש ומסננים. שומרים את הפירות בצד. מוציאים את צרור התבלינים העטוף בגאזה ומחזירים את הנוזלים לסיר. מבשלים את הנוזלים על להבה נמוכה עד שהם מקבלים סמיכות של רוטב.

האגסים: קולפים את האגסים, חוצים אותם לאורכם ומסלקים את הליבות. שמים את המים, הסוכר והזעפרן בסיר ומביאים לרתיחה. מוסיפים את האגסים, מניחים עליהם צלחת קטנה כדי שלא יצופו, מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-15 דקות, עד שהם רכים אך לא רכים מדי. מקררים את האגסים בתוך הנוזל, ולאחר מכן מאחסנים במקרר.

החומץ: שמים את החומץ בסיר קטן ומבשלים על להבה נמוכה מאוד, עד שנותרות ממנו כשתי כפות. כדי לבדוק שהרוטב הצטמצם מספיק שמים כפית ממנו על צלחת קרה, ובודקים שהוא לא נוזל על הצלחת, אלא שומר על צורתו (אם הרוטב סמיך מדי, אפשר להוסיף כמה כפיות מים חמים). מסירים מהאש ומצננים.

הקצפת: מקציפים את השמנת עם אבקת הסוכר והחומץ המצומצם לקצפת יציבה, ושומרים במקרר.

הקדאיף: מחממים את התנור לחום נמוך (120 מעלות) ומרפדים תבנית בגיליון נייר אפייה. שמים את שערות הקדאיף בקערה ומפרידים ביניהן בעדינות בידיים. מערבבים אותן עם אבקת הסוכר והחמאה המומסת. יוצרים מהתערובת 4 עיגולים בקוטר 10 ס"מ ובעובי 1 ס"מ, ומניחים בתבנית. מכניסים לתנור ואופים כחצי שעה, עד שהעיגולים מזהיבים. מוציאים מהתנור ומצננים.

ההרכבה: מניחים כפית מהקצפת במרכז כל צלחת הגשה (כדי לייצב את הקדאיף בצלחת), ומעליה עיגול קדאיף. מניחים במרכז כל עיגול כף מהקצפת, כף של פירות יבשים וכדור גלידה. מניחים משני הצדדים חצאי אגסים, גורסים עליהם מעט פלפל שחור (אם רוצים), יוצקים מסביב את רוטב הפירות היבשים ומגישים מיד.

קרם ברולה קפוא



4 מנות
(16 עלים, בתבנית סיליקון של 16 אליפסות)

1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה
½ כוס (100 מ"ל) חלב
4 כפות (80 גרם) סוכר
1 מקל וניל, חצוי לאורכו
3 חלמונים
סוכר חום

להגשה:
פירות יער, או תותים או קיווי חתוכים לקוביות

אצלנו מכינים את המנה בתבנית סיליקון מיוחדת ובה 16 אליפסות, כך שמתקבלות צורות "עלים" (4 למנה). אפשר להשתמש גם ב-4 כלים אישיים לקרם ברולה, ולהשאיר את הקרם האפוי בתוכם.

מחממים את השמנת עם החלב, מקל הווניל והסוכר בסיר, עד שהם מגיעים ל"חום אצבע" (הנוזל חם, אך לא יותר מדי כשמכניסים לתוכו אצבע), והסוכר נמס.
טורפים מעט את החלמונים בקערה. יוצקים עליהם את הנוזל החם לאט ותוך טריפה (לא הקצפה). מעבירים את הקרם דרך מסננת.
מחממים את התנור לחום נמוך (100 מעלות). מניחים את תבנית הסיליקון בתוך תבנית גדולה עם מים חמים. יוצקים את הבלילה לשקעים של התבנית ואופים כ-50 דקות, עד שהמרקם מתחיל להתייצב, מוציאים את התבנית מהתנור ומתבנית המים ומצננים. מאחסנים במקפיא לפחות 4 שעות. כשהקרם קפוא, מחלצים אותו מהתבנית. אפשר לאחסן בקופסה סגורה במקפיא.
ההגשה: מניחים בכל צלחת 4 עלי קרם ברולה. מפזרים מעל כל אחד מעט סוכר חום ומשחימים בעזרת ברנר (מבער גז קטן). מוסיפים לכל צלחת מעט פירות, ומגישים.



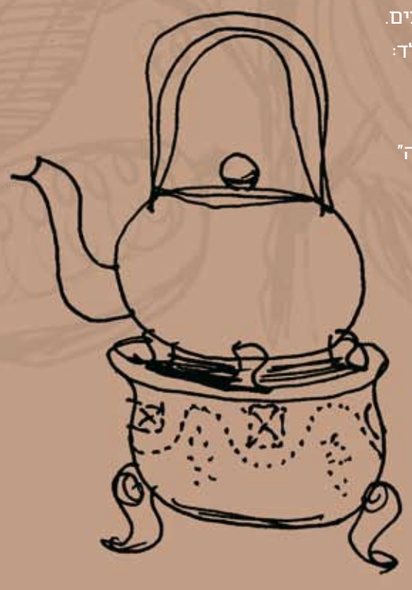
מקור בסיס המנה נחשב לקלאסיקה של צרפת. המנה מכונה כך על שם תהליך שריפת הסוכר על הקרם ושרוף - (brûlée). כנגד כל מנה עם יחוס גיאוגרפי מתקיימת טענה נגדית, והפעם בריטית, שהמתכון הומצא על ידי השף של טריניטי קולג' ששרף את הסוכר על הפודינג בטעות. גרסה אחרת היא של הספרדים, שקוראים לה קרם קטלאן או על שם יוסף הקדוש, ומגישים אותה עם מעט לימון וקינמון. גם כאן הטעם ינצח.













עובדות על אודות שוקולד:
אליטות שותות שוקולד. ב-1657 נפתח בית השוקולד הראשון למעמד הגבוה, שם נפגשו ולקחו שלוקים של שוקולד במחירים מופקעים. הערכים ההיסטוריים-החברתיים של שוקולד: עושר ואצולה - עדיין חיים באופן תרבותי בעטיפות שוקולד מוזהבות ובונבוניירות, ובבית השגריר מגישים עד היום "פררו רושה" (Ferrero Roche).

במאנטה ריי משתמשים בשוקולד ולרונה (Valrhona) המיוצר בחבל הרון בצרפת, לא הרחק מהעיר ליון (Lyon) והוא אחד השוקולדים הטובים בעולם.





ברור שכוונת המילה מושחת בשם המנה היא לצד המכופף והמקופל של המושג מושחת, ולא להיבט הפקידותי-שלטוני העכשווי.

רבים טוענים שמנת קינוח ללא שוקולד איננה ממלאת את תוכן שמה אפילו בהגדרתה המילונית הבסיסית, כפי שצריך היה לומר אבן שושן לו היה בסביבה, "אם אין שוקולד, זה לא קינוח".
על כן מנה זו , כפי שנהוג להגיד יתר על המידה לאחרונה, היא אולטימטיבית, ויותר לא נשתמש במטבע לשון זו.

רק שנדע - בתחילה, טרם הוגש השוקולד כמוצק הוא היה נוזל. משקה שוקולד, לא קקאו. הקיסר מונטסומה שתה שוקולד מבוקר עד ערב, ואומרים שלא אכל דבר, פרט לשוקולד. הוא היה שוקוהוליק, ולדבריו השוקולד עזר לי בתשמישי מיטה. מונטסומה צדק. כיום מייחסים לרכיבים טבעיים בשוקולד תכונות אפרודיזיות.





Chocolates

שוקולד מושחת וקראנצ'י

8-10 מנות

לבסיס:
200 גרם קורנפלקס
150 גרם שוקולד חלב, שבור לקוביות
350 גרם מחית אגוזי לוז (פראלינה, להשיג בחנויות לצורכי אפייה)

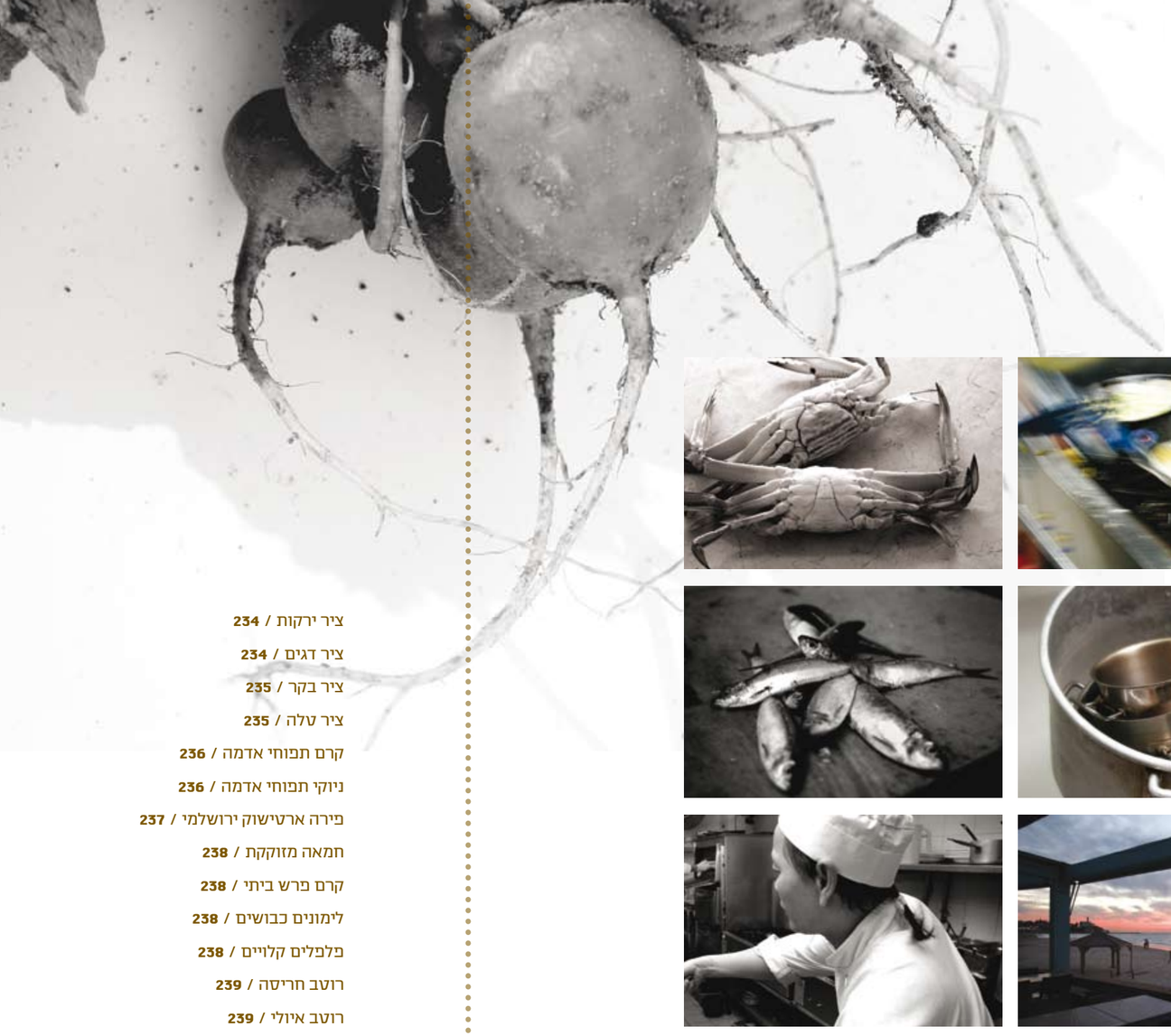
לגנאש שוקולד חלב:
100 גרם שוקולד חלב, שבור לקוביות
150 מ"ל שמנת מתוקה

לגנאש שוקולד מריר:
150 גרם שוקולד מריר, שבור לקוביות
200 מ"ל שמנת מתוקה

הבסיס: קוצצים את הקורנפלקס במעבד מזון בהפסקות ("פולסים") כמה שניות, ומבלי שיהפוך לאבקה. מעבירים לקערת המיקסר.
שמים את השוקולד בקערה. מניחים אותה מעל סיר מים מבעבעים, כך שהמים אינם נוגעים בתחתית הקערה, וממיסים את השוקולד.
מוסיפים את השוקולד המומס ואת הפראלינה לקערת המיקסר ומפעילים את המיקסר עם וו הלישה, עד שנוצרת עיסה אחידה. משטחים את העיסה בעזרת כף על גיליון נייר אפייה. מניחים עליה גיליון נוסף, ובעזרת מערוך מרדדים את העיסה למלבן בעובי 3 מ"מ. מניחים על מגש ומאחסנים במקפיא כ-4 שעות. מוציאים מהמקפיא, חותכים (עם נייר האפייה) למלבנים בגודל 7x10 ס"מ, ומחזירים למקפיא.
גנאש שוקולד חלב וגנאש שוקולד מריר: שמים את שוקולד החלב בקערה. מחממים את השמנת ויוצקים לקערה. ממתינים כדקה ומערבבים עד שמתקבלת בלילה חלקה. מאחסנים במקרר 12-14 שעות. מכינים את גנאש השוקולד המריר באותה צורה ומאחסנים במקרר.
ההגשה: מקציפים את גנאש השוקולד חלב עד שהוא סמיך (ולא יותר, כדי שהקרם לא יתפרק).
מוציאים את מלבני הבסיס מהמקפיא, מסירים מהם את הנייר ומניחים אותם בצלחות הגשה קרות.
מכינים בצד כוס מים חמים וכף, וטובלים את הכף במים החמים כדי להקל על העבודה. מכניסים את הכף לקערת הגנאש המריר בזווית של 45 מעלות, גוררים את הכפית על פני השוקולד ומוציאים כפיות גדושות מהגנאש (מתקבלת צורה של גל). מניחים כף כזאת (או שתיים) על כל מלבן. עושים אותה פעולה עם גנאש החלב (שהוא אווריר יותר). מוסיפים כדור גלידה (אנחנו ממליצים על גלידת וויסקי ותמרים או גלידת וניל, ומעדיפים את גלידת "אייסברג") ומגישים.

בחזרה לבסיס

צירים, רעבים ומזווה



ציר ירקות / 234

ציר דגים / 234

ציר בקר / 235

ציר טלה / 235

קרם תפוחי אדמה / 236

ניוקי תפוחי אדמה / 236

פירה ארטישוק ירושלמי / 237

חמאה מזוקקת / 238

קרם פרש ביתי / 238

לימונים כבושים / 238

פלפלים קלויים / 238

רוטב חריסה / 239

רוטב איולי / 239

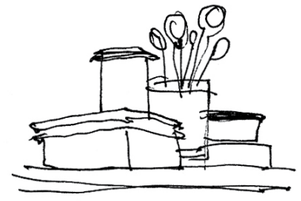
רוטב בלסמי מצומצם / 239

רוטב צ'ימיצ'ורי / 239

קונפי שום / 239



ככל שקוראי הספר ישתמשו במתכונים אושרנו יגדל,
על כן הוספנו הפניות רבות בעיקר לפרק שימושי ובסיסי זה.



צירים

צירים מנהלים את המטבח. טבח טוב קודם מצית לעצמו את להבת הגז, לוגם קפה קטן ומושך בסיגריה, ורק אז ממשש כשומא סביב ומאתר את הסיר הגדול לצירים. מירב עומס חשבון הגז במסעדה מיוחס לציר ולטקס הזה.

אדרות הדגים, שריוני הסרטנים וראשי השרימפס הם בסיס מצוין לצירים ולמרקים.

לציר ירקות נעלה על ראש שמחתנו את ירקות השורש. אלה - טעמיהם במיטבם מיד לאחר שטפגו ריח אדמה, לאחר הגשם הראשון המשמעותי.



ציר ירקות

ציר ירקות הוא בסיס טוב להמון מנות ורטבים. מתוך כבוד לצמחונים, ובעיקר לאלה שהם נטורי הקרתא של הצומח, אנחנו מכינים גם את הריזוטו וגם את האורז על בסיס של ציר ירקות.

כמות לכ-2 ליטרים

4 בצלים
2 גזרים
½ שורש סלרי או 2 גבעולי סלרי
1 כרישה (החלק הלבן והירוק בהיר)
2 עלי דפנה
2 גרגירי פלפל אנגלי
2 גבעולי תימין
8 גבעולי פטרוזיליה
3 ליטרים מים

קולפים את הירקות וחותכים אותם לקוביות גסות.
שמים בסיר עם התבלינים ועשבי התיבול ומוסיפים את המים. מביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-40 דקות. מסננים ומעבירים למכלי פלסטיק. מאחסנים עד שבוע במקרר, או עד שלושה חודשים במקפיא.

ציר דגים

בסיס מצוין לרטבים הקשורים לדגים או להכנת דגים שלמים ופילטים של דג. בצרפתית הוא נקרא court-bullion.

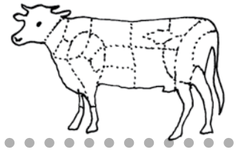
כמות לכ-2 ליטרים

½ 2 ק"ג ראשים ואדרות דגי ים טריים
1 גזר בינוני
2 בצלים בינוניים
1 כרישה קטנה (החלק הלבן והירוק בהיר)
½ שורש סלרי וקצת עלים ירוקים
½ ראש שומר
2 עלי דפנה
2 גרגירי פלפל אנגלי
2 גבעולי תימין
6 גבעולי פטרוזיליה
3 ½ ליטרים מים

שוטפים היטב את אדרות הדגים ומניחים בצד. קולפים את הירקות וחותכים אותם לקוביות גסות.

שמים את הירקות, התבלינים ועשבי התיבול בסיר גדול. מוסיפים את המים, מביאים לרתיחה ומבשלים כ-20 דקות. מוסיפים את אדרות הדגים ומביאים שוב לרתיחה. מסירים את הקצף שצף על פני המים בעזרת כף, וממשיכים לבשל עוד כ-20 דקות על להבה נמוכה (ללא כיסוי). מסננים ומעבירים למכלי פלסטיק. מאחסנים עד שבוע במקרר, או עד שלושה חודשים במקפיא.

ציר בקר



ציר הבקר הוא נוזל כהה מאוד, עתיר טעמים וג'לטין, הוא מרכז בתוכו טעם בשר עשיר. הוא משביח כל תבשיל, מרק או רוטב ומעניק להם עושר ויוקרה. בגרסה המצמצמת, שבה מצמצמים ציר בקר לתרכיז סמיך, מקבלים את הרוטב דמי-גלאס (demi-glace) הידוע. להכנתו מביאים את הציר המוכן לרתיחה ומצמצמים על להבה נמוכה עד שנותרת רבע מהכמות. משמש להעשרת רטבים.

כמות לכ-2 ליטרים

2 גזרים
1 ראש סלרי (השורש והגבעולים)
1 כרישה קטנה (החלק הלבן והירוק בהיר)
1 בצל גדול
2 ק"ג עצמות בקר (מוח וברך)
1 כף רסק עגבניות
4 ליטרים מים
¼ כוס שמן תירס או קנולה
3 גבעולי תימין
2 עלי דפנה
3 גרגירי פלפל אנגלי

מחממים את התנור לחום גבוה (220 מעלות).
קולפים את הירקות וחותכים אותם לקוביות גסות.
מורחים את העצמות ברסק העגבניות, מניחים בתבנית, מכניסים לתנור וצולים 20-30 דקות, עד שהן משחימות, אך לא נשרפות.
מעבירים את העצמות לסיר גדול. שופכים את הנוזלים שהצטברו בתבנית. מוסיפים כוס מים, מגרדים את המשקעים מתחתית התבנית בכף עץ, ומוסיפים את הנוזל לסיר.
מוסיפים לסיר מים כך שיכסו את העצמות ועוד 5 ס"מ. מביאים לרתיחה, מסירים את הקצף והשומן שצפים על פני הנוזל, מנמיכים את הלהבה ומבשלים כשעה.
מחממים את השמן במחבת ומטגנים מעט את הירקות. מעבירים את הירקות לסיר העצמות ומוסיפים את התימין, עלי הדפנה והפלפל האנגלי. מבשלים עוד 3-4 שעות. מדי פעם מסירים קצף ושומן שצפים על פני הנוזל.
מסננים את הציר במסננת דקה ומקררים. מאחסנים עד שבוע במקרר, או עד שלושה חודשים במקפיא. לפני השימוש מסירים את שכבת השומן שנקרשה על פני הציר.

ציר טלה

ניתן לקבל ציר בטעם מרוכז יותר על ידי צמצום לפי הטעם, עד לדרגת סמיכות של רוטב.

כמות לכ-2 ליטרים

1 גזר
1 ראש סלרי
1 בצל
2 ק"ג עצמות טלה
4 ליטרים מים
4 גבעולי תימין

מחממים את התנור לחום גבוה (220 מעלות).
קולפים את הירקות וחותכים אותם לקוביות גסות.
מניחים את העצמות בתבנית וצולים כ-20 דקות, עד שהן משחימות, אך לא נשרפות. מעבירים את העצמות לסיר גדול, ללא הנוזלים שהצטברו בתבנית.
שופכים את הנוזלים מהתבנית, מוסיפים כוס מים, מגרדים את המשקעים מתחתית התבנית בכף עץ ומוסיפים את הנוזל לסיר.
מוסיפים לסיר את המים, כך שיכסו את העצמות ועוד 5 ס"מ. מביאים לרתיחה ומסירים את הקצף והשומן שצפים על פני הנוזל. מוסיפים את הירקות והתימין, מביאים שוב לרתיחה ומסירים שוב קצף ושומן.
מנמיכים את הלהבה ומבשלים 2-3 שעות.
מסננים את הציר במסננת דקה ומקררים. מאחסנים עד שבוע במקרר, או עד שלושה חודשים במקפיא.
לפני השימוש מסירים את שכבת השומן שנקרשה על פני הציר.

קרם תפוחי אדמה

מה בין קרם תפוחי אדמה לסתם פירה של ילדים אחרי בית ספר? ובכן, קרם פירה הוא יותר מושקע, יותר חלק ואווריר, יותר חגיגי ועל כן יותר מנחם.
אין בחינה טובה לרצינותה של מסעדה ממבחן הפירה שלה.

4-6 מנות

1 ק"ג תפוחי אדמה (מומלץ מזן מונדיאל - לבנים, מוארכים עם קליפה דקה)
1 כף מלח גס
½ כוס שמנת מתוקה
1 כוס חלב
100 גרם חמאה, חתוכה לקוביות
מלח

מחממים את התנור לחום בינוני (150 מעלות).
מבשלים את תפוחי האדמה בקליפתם בסיר מים עם המלח הגס 30-40 דקות, עד שהם רכים אך לא מתפוררים. מסננים את תפוחי האדמה מהמים, מעבירים לתבנית ומייבשים בתנור כ-20 דקות.
מחממים את השמנת והחלב ומסירים מהאש לפני שהם רותחים.
קולפים את תפוחי האדמה בעודם חמים (אפשר להחזיק אותם במגבת בזמן שקולפים). מועכים אותם או מעבירים דרך מטחנת ירקות לסיר. מניחים את הסיר על הלהבה הנמוכה ביותר ומבליעים את החמאה בתפוחי האדמה בתנועות קיפול. מבליעים את השמנת והחלב החמים בתפוחי האדמה בהדרגה, מעט בכל פעם, עד שמתקבל קרם אווירי ויציב. ייתכן שלא יהיה צורך להשתמש בכל הנוזלים, תלוי ביכולת הספיגה של תפוחי האדמה. מתבלים במלח. מעבירים את הקרם לקערה דרך מסננת, תוך מעיכה בכף עץ או במצקת.
אפשר לשמור את הקרם יום במקרר, ולחמם אותו לפני ההגשה על להבה נמוכה, תוך כדי הוספה של מעט חלב או שמנת.

ניוקי תפוחי אדמה

800 גרם תפוחי אדמה, אחידים בגודלם (מומלץ מאוד מזן דזירה אדומים).
40 גרם חמאה, רכה
חלמון מ-1 ביצה
כ-1 כוס קמח + קמח לפיזור על משטח העבודה
מלח

מחממים את התנור לחום נמוך (120 מעלות).
מבשלים את תפוחי האדמה בקליפתם במים עד שהם כמעט רכים. מסננים, וחוררים קצת את הקליפות בסכין. מעבירים לתבנית, מכניסים לתנור ואופים 30-40 דקות, על מנת לייבש את תפוחי האדמה.
קולפים את תפוחי האדמה ומועכים אותם לפירה. מוסיפים את החמאה ומערבבים בעדינות בכף עץ. אחרי שהחמאה נבלעת, מוסיפים את חלמון הביצה. מוסיפים בהדרגה את הקמח תוך כדי תנועות קיפול (רצוי בידיים), עד שמתקבל בצק אווירי ולא כבד.
מקמחים משטח עבודה, מאחדים את הבצק ומשווים לו צורת כיכר. פורסים כרבע מהכיכר ומגלגלים בידיים מקומחות לגליל בקוטר של כ-1 ס"מ. חותכים את הגליל לחתיכות באורך סנטימטר וחצי עד שניים (אם רוצים, מחליקים כל חתיכה על מזלג, כדי שתקבל פסים וצורה של קונכיה. בחנויות לכלי מטבח אפשר גם לקנות מכשיר המיועד לכך). ממשיכים כך עם שאר חלקי הבצק.





אפשר להניח את הניוקי המוכנים על מגש מקומח במקרר, מכוסים במגבת, רצוי לא יותר משעתיים. בשלב זה אפשר גם להקפיא אותם: מפזרים שכבה של קמח תירס בקופסה ומסדרים עליה שכבה של ניוקי, לא בצפיפות. מפזרים שוב קמח תירס ומקפיאים. מסדרים רק שכבה אחת, כי אחרת המשקל של השכבה הנוספת יעוות את צורת הניוקי. אחרי שהניוקי קפאו, אפשר לארוז את כולם בקופסה אחת ולהשאיר במקפיא עד השימוש.
לפני ההגשה מרתיחים בסיר רחב שני ליטרים מים עם כפית שטוחה של מלח גס. כשהמים רותחים, מכניסים את הניוקי לסיר (אין צורך להפשיר לפני הבישול). ברגע שהם צפים מוציאים אותם מהסיר בעזרת כף מחוררת או מסננת. מגישים לפי ההוראות במתכונים השונים.

פירה ארטישוק ירושלמי

4-6 מנות

2 ק"ג ארטישוק ירושלמי, קלוף
1 כוס יין לבן
2 גבעולי תימין
3 שיני שום, קלופות
מלח ופלפל לבן
כ-½ כוס שמנת מתוקה

מחממים את התנור לחום בינוני-גבוה (200 מעלות). שמים את הארטישוקים בתבנית, מוסיפים את היין, התימין והשום ומתבלים במלח ובפלפל לבן. מכסים את התבנית ברדיד אלומיניום ואופים כ-40 דקות. מסירים את האלומיניום, ובודקים שהארטישוק רך מספיק, כך שסכין תחדור דרכו בקלות.
מעבירים את הארטישוקים לסיר, ללא התימין והנוזלים שנשארו בתבנית. מחממים על להבה נמוכה, מוסיפים מעט מהשמנת ומועכים בעזרת מועך תפוחי אדמה. ממשיכים למעוך תוך כדי הוספה הדרגתית של השמנת, עד שמגיעים למרקם של קרם. בודקים תיבול ומעבירים דרך מסננת, תוך מעיכת התוכן בכף עץ או במצקת.
לפני ההגשה מחממים את הפירה על להבה נמוכה, תוך כדי הוספה של מעט חלב או שמנת.







חמאה מזוקקת

חמאה מכילה שומן ומוצקי חלב. כשמטגנים בחמאה, מוצקי החלב נשרפים בטמפרטורה נמוכה יחסית. בתהליך הזיקוק מפרידים ביניהם לבין השומן הנקי, ומשתמשים רק בשומן, שאפשר לטגן בו בטמפרטורה גבוהה מאוד ויותר מכל סוגי השמן. קשה לזקק כמות קטנה של חמאה, ולכן מומלץ לזקק לפחות 200 גרם, להשתמש בכמות הדרושה, ולשמור את היתרה במקרר. שמים את החמאה בקערה. מכניסים למיקרוגל ומפעילים חצי דקה. בודקים ומפעילים שוב לחצי דקה, וכך עד שהחמאה נמסה ונפרדת לשתי שכבות - התחתונה בהירה יותר ובה מוצקי החלב, והעליונה שקופה - ובה השומן הנקי. מוציאים במצקת את השומן הצלול וזורקים את השכבה התחתונה.

שיטה נוספת: ממיסים את החמאה, ולאחר מכן מביאים אותה לרתיחה עדינה. נזהרים לא לשרוף אותה. מסירים מהאש, מסירים את הקצף שצף על פני החמאה ומניחים כחצי שעה. בעזרת מצקת מעבירים לכלי רק את השומן הצלול וללא המשקעים הלבנים בתחתית הסיר). מכסים את הכלי ושומרים במקרר, וממיסים שוב בעת השימוש.

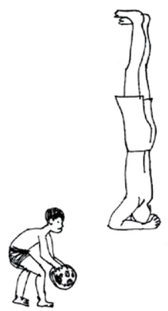
קרם פרש ביתי
(Crème fraîche)

1 כוס שמנת מתוקה
1 כף רויון

מערבבים את השמנת והרויון בצנצנת זכוכית נקייה ומניחים בצד (לא במקרר) 24 שעות או יותר, עד שמסמיך. שומרים במקרר 3-4 ימים.

פלפלים קלויים

מניחים פלפלים על להבה גלויה של כיריים, תוך היפוך סביב הציר, עד שהקליפה שרופה קלות. מעבירים לכלי אטום או לשקית ניילון, כדי שאדי החום יקלו על הקילוף. מקררים מעט וקולפים בזהירות. מסירים את הליבה והגרעינים וחותכים לרצועות.



לימונים כבושים

2 ק"ג לימונים צהובים יפים (בעונה, אפשר מהלימון הננסי)
כ-½ ק"ג מלח גס
4 שיני שום, לא קלופות
2 פלפלונים אדומים חריפים (שאטה)
½ כפית פפריקה מתוקה
¼ כוס שמן זית

סוחטים את המיץ מחצי מהלימונים ומניחים בצד.
בעזרת סכין קטנה חורצים לאורך כל אחד מהלימונים הנותרים 4-5 חריצים עמוקים. דוחסים לתוך החריצים מלח גס.
שמים את הלימונים בצנצנת מתאימה בגודלה, כך שימלאו את הצנצנת עד שפתה. מפזרים ביניהם את שיני השום ואת הפלפלונים החריפים. מפזרים מלמעלה את הפפריקה, ויוצקים את מיץ הלימונים כך שיכסה את הלימונים. יוצקים מלמעלה את שמן הזית, כדי שישמש שכבת איטום מפני אוויר. סוגרים את הצנצנת ומניחים במקום מוצל. מנערים את הצנצנת פעם ביום במשך ארבעה ימים. הלימונים מוכנים אחרי כשלושה שבועות, ומחזיקים מעמד עד שנה.

רוטב חריסה

מתבצע בשני שלבים, כמות לכוס אחת בערך

למחית פלפלים חריפים:
50 גרם פלפלים אדומים יבשים (שאטה)
5 שיני שום, קלופות
4 גזרים, קלופים ומגוררים בפומפייה גסה
½ כוס שמן זית
½ כוס שמן תירס

לחריסה:
3 פלפלים אדומים מתוקים, קלויים, קלופים וקצוצים
מיץ מ-½ לימון
מלח

המחית: שמים את הפלפלים החריפים, השום והגזר בסיר קטן. מוסיפים את השמנים, כך שיגיעו עד שלושת רבעי גובה החומרים שבסיר. מבשלים על להבה נמוכה מאוד חצי שעה. מרסקים למחית בבלנדר מקל או במעבד מזון ומקררים. בשלב זה אפשר לשמור את המחית במקרר כשבועיים.

החריסה: מוסיפים מהמחית לפלפלים הקלויים, עד שמגיעים לחריפות הרצויה. מתבלים במיץ לימון ובמלח, מעבירים לצנצנת ושומרים במקרר עד יומיים. את המחית שנותרה אפשר לערבב שוב עם פלפלים מתוקים קלויים, מיץ לימון ומלח, לרוטב חדש.

רוטב איולי

כמות לכוס אחת בערך
1 כף מיץ לימון טרי
1 כף שמן זית
½ שן שום, כתושה
1 כף עירית קצוצה
קצה כפית פלפל צ'ילי יבש
מעט פלפל שחור גרוס
2 חלמונים
½ כפית חרדל דיז'ון
1 כוס שמן תירס
מלח

שמים את מיץ הלימון, השמן, השום, העירית, הפלפל החריף והפלפל השחור בסיר קטן. טורפים, מחממים מעט, מסירים מהאש ומניחים בצד.

טורפים את החלמונים עם החרדל במיקסר יד, רק עד שהם מתאחדים. מוסיפים את שמן התירס בטפטוף איטי תוך הקצפה, עד שמתקבל מרקם של מיונז. מוסיפים את החומרים שבסיר תוך הקצפה. מתבלים במלח ושומרים במקרר (אפשר לשמור את הרוטב במקרר עד יומיים).

רוטב בלסמי מצומצם

יוצקים כוס רוטב בלסמי לסיר קטן. מחממים על להבה בינונית ומביאים לרתיחה, מנמיכים את הלהבה ומבשלים עד שנותר כ-⅓ מהכמות המקורית.

רוטב צ'ימיצ'ורי

2 צרורות פטרוזיליה שטופה
½ כפית צ'ילי יבש גרוס
4 שיני שום כתושות
½ כפית מלח
¼ כפית פלפל שחור גרוס
מיץ מלימון שלם
½ כוס שמן זית

הכנה:
מרסקים את כול המרכיבים בעזרת בלנדר "מקל", בכמה פולסים קצרים, שלא יהפכו לעיסה.

קונפי שום

מפרידים ראשי שום לשיניים (ולא קולפים את השיניים). שמים את השיניים בסיר ומכסים בשמן. מבשלים על להבה הנמוכה ביותר כחצי שעה. מקררים ושומרים בצנצנת עד חצי שנה.



האנשים שנתנו

מי שעשה ומי שתורם



זכריה מסמן יום חדש במאנטה ריי עוד לפני השמש. הוא וכלבתו המאומצת בלה מבצעים מחול אחרון ופרידה מהלילה. סורקים ומרחרחים את החוף, בודקים את ה"בלקון שולחני" הידוע כמרפסת, מוודאים ששמשות החלונות שקופות כמו טיפת מים מינרלים והן ללא רבב. זכריה נד לשלום באדנות של בעל קרקעות אציל, ומברך את הצועדים הקבועים של הבוקר. בלה נובחת נביחת סרק של טריטוריה ושניהם ממתינים לבאות קרוב לדלת. עמי מגיע ראשון. הוא אוהב את הסיגריה הראשונה שלו בקיץ על המרפסת, ובחורף ליד האח.

מוצץ סיגריה במבט לאופק, ונזכר בטלטולי הספינה במימי וייטנאם, שממנה נמשה על ידי מלחי צים בפקודת מנחם בגין.

לאט-לאט הם מגיעים, ועולים קולות של בוקר. גברת אניה בצחוק מתגלגל, דני דומם ליד רוח הסערה של ניקולאי, כאילו תיאמו ביניהם וסיכמו על איזון ותחומי אחריות.

כשהשף רונן פותח את דלת המטבח, כל אחד פונה לעמדתו בצפייה להנחיות ומתוך רספקט לסמכות. מבעירים את האש, מדליקים את מכונת הקפה, תיכף יגיע הברמן התורן ויהיה סיבוב ראשון של קפה לכולם. שי הסו-שף מברר שהכל הגיע בזמן, כי אין זמן מיותר במסעדה.

מכשיר המוזיקה האוטומטי, שיודע להתאים את תכניו לכל שעה, מנסה בכוח לשדר מוזיקה שתרים את כולם, עד שתרגיע בתשע, כשיבואו רומנטיקנים ראשונים לארוחת בוקר, אבל הצוות משתיק אותו כי מבקשים רגעים אחרונים של חסד בבוקר.

ב-8:30 מתקבצים המלצרים טרוטי עיניים, עם אנרגיה מספיקה רק לפעולות מנחמות של חיבוק ראשון, סיגריה ראשונה, קפה ראשון, סינר נקי והתחזקות להמשך.

מסעדה היא האנשים שלה, תוצאה של תנודות קלות ויחסים עדינים קובעים את רוח המסעדה אף יותר מהמתכונים והשרימפס הטריים. הצוות נוהג במעגלים המתפשטים על מים שקטים במגע רך עם חלוק נחל קטן, מעגלים אנושיים שפוגשים זה בזה, מתאבכים ויוצרים תנועת גלים גדולה ומקסימה.

מטבח של מסעדה הוא לעולם סיפור מגדל בבל, אך ללא המניעים שהביאו לבנייתו. עמי וגילה אשתו הביאו את טאו, ואחר כך את בין. גברת אניה באה מגרוזיה שעכשיו היא גיאורגיה, וכן, יש לה שן זהב ולב זהב. ניק הגיע מגאנה. תמיר, חאלד, שרון ומיכל מדן ועד אילת, וכולם מדברים שפה אחת של מטבח: דאווי פילה בבקשה.

יש בעבודת המטבח סוג של אחווה צוות של ספינה ושל חברים בגילדה. אם אתה יודע להחזיק סכין, אתה בפנים. אם תרצה לדעת להחזיק סכין - אתה שוליה, ורק אחר כך תתבקש להפגין את היד, החיך והלב, כי בלי לב אין אוכל טעים.

מטבח הוא גם מקום היררכי, יש כבוד. בשפיץ עומד השף ולידו הסו-שף, בסוג של רצף של סיפורי עמים. משה צירף את רועי ואבישי, רובי הביא את רונן, גולן הביא את בני ורונן הביא את שי.

לפעמים אין ממש צורך במילים בעבודות ההכנה במטבח, מספיק מבט עצבני. לפעמים לחישה רכה תעשה את העבודה. אבל בלחץ העבודה, "באמצע הסרוויס" באון-ליין, אין רחמים. כשכולם מרוכזים ודרוכים לקצב ההזמנות, יש מקום רק למשמעת ולידע. אנשים צעירים עובדים במאנטה ריי. לחלקם זה מקום עבודה ראשון בחיים, לאחרים תחנה ראשונה בתל אביב, ולמעטים מהם תחנה חשובה בדרך למקום משלהם, כמו איריס המנהלת או חגית, מקימות "בטי פורד".



רונן סקינזיס



גולן גורפינקל



רובי פורטנוי



משה כהן

משה כהן, השף הראשן, מצליח ב"אנג'לינה", ורובי פורטנוי ב"פרי הארץ".
גיא אלמוג מקים מסעדות והוא כיום יועץ בכיר. גולן גורפינקל, שהספיק
לעבוד איתנו על הספר, הוא מבעלי מסעדת "דלאל". איזו נחת.
מספר העובדים במאנטה ריי בכל רגע נתון הוא מעל ווו איש.
במשך שנותיה עבדו במאנטה ריי מאות רבות של אנשים. חלקם מלווה
אותנו עד היום בנאמנות עוד מתחילת הדרך, כמו מירי משולם, המנהלת
האדמיניסטרטיבית. הרבה עובדים מהעבר ממשיכים לבקר אצלנו, לשבת מול
הים, להתחזק מול הגלים.
הרבה סטודנטים עבדו כאן, מקורס ההכנה לאוניברסיטה ועד לתום הסטאג',
וכשהם עורכי דין אנחנו מתחננים שיעזבו ויתחילו את החיים הבוגרים, ואחרי
שמסיימים תואר שני, זהו בהחלט האות והמועד ללכת הלאה.
זוגות רבים נוצרו במאנטה ריי, וכשהם מגיעים כאורחים עם הילד הראשון -
המכונה על ידנו בדרך כלל מאזט, אנחנו בתחושת שותפות.
השייכות שנוצרה בין כלל העובדים של מאנטה ריי גרמה ליציבות רבת שנים
ולמרקם אנושי מרגש בין אנשים מתחומים שונים וממקצועות שונים. עבור
עובדים רבים, מאנטה ריי היא מקום חם ותומך להיערכות בדרך לחיים,
זמן בריא לקבל החלטות.
השפים והמנהלים של מאנטה ריי, הטבחים, מנהלי משמרות, אנשי תחזוקה,
שוטפי כלים ואנשי ניקיון - כיחידים וכקבוצה תורמים לרוח המקום, ובונים את
זהותו בכל רגע ובכול יום.









הרבה אחרי חצות, כשהזוג האחרון כבר הלך, שילב ידיים אחרי הדיז'סטיף,
החשבון והסוכריה לדרך, מתקבצים כולם - מלצרים, מנהלי משמרת, ברמנים,
טבחים ועובדי ניקיון, בקיץ על המרפסת בחורף סביב לאח לכוס בירה, מאזט
ולחשושים וביחשושים אחרונים של סוף יום. זכריה ובלה מתקינים עצמם ללילה.



























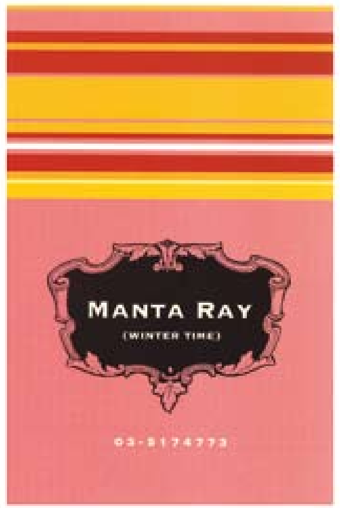






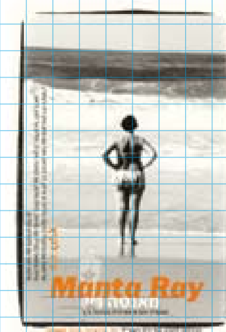
תודה מיוחדת / **שפים: משה כהן , רובי פורטנוי, גולן גורפינקל, רונן סקינזיס. סו שפים: רועי סופר, אבישי סליים , בני בריגה, שי יואלי. מנהלים: איריס דנינו, גיא אלמוג, גוסטב שפכט. מנהלת אדמיניסטרטיבית: מירי משולם. קניין: דני אזולאי.** ערן מרטון, שרון אונגר, מוחי, קרן סמברג, טל דניאל, אמיר וייס, טניה ג'ונס, ירמי אמסטר, דובי וקרן גניש, אוסקר אבוש, אהרון עוזרי, גלית פאר, מרינה, סמדר לוי, אלדד חרש, חגית קוטון, לי ג'דה, איילת הנמן ואלי שאלתיאל, ענת דבידוביץ, מור כפיר, ליאור גידרון ואריאל כהן, דני שרעבי, עמר ברוידא, נדב לביא, מקסים, רונן מזרחי, סיגל לוי, שמוליק יצחקי, שירי שפר, שחר להב, מיקי חרוש, דדו אלבחרי, ג'סי שגיא, ירון וינקלר, אסף בורט, רוני טנא, דן-דן שגב, יעל שפריר, כרמית בנעים, סמיר סנדין, זהר רוקמן, בטי קאין, מעיין ינון, ענת אבידן, לירון וייס, מיכל סלע, עומר מרטיניוק, אניה גרימצייה, ליהי חן, גיורא ליפשיץ, בבי סלוצקי, אסף זנדהאוז, זהר שטראוס, רמי יהל, נבו מזור, קרן ליבוביץ, הויין מין לאן ועמין, הונג תינואנג (גילה), טלי שגב ועפר פריליך, שרון לוי, רועי קרוננטל, ליאב כהן, לי רכט, רונן גוטמן, רועי שמיר, הילה דהן, מני דנגוט, נועה בר אור, חואן גרסייה, דורית רובין, מיה כהן, אלומה זלדשטיין, אייל כהן, יעל ספקטור, רביד כחלני, נתן ליברמן, הרצל קונפורטי, נילי ויוסי גטניו, תמרה גנור, תמר ערב, שרון אלוני, מיכל עמית, אדוה הופשטיין, בני רייכנטל, אלדד כהן, טאי ווטילה, יערה צדוק, ליאת גרוסמן, עדי שפר, מיה ורד, עדי הנדלר, אורנה שפט, חמוטל יעקובסון, גילי בדוסה, בעז בראל, גדי בנימין , תמר שוב, אורית קוספל, עדי קיזרמן, עדי בלג, כרמל גרינברג, קובי הרשקוביץ שירי גולן, יעל שטיין, ואלרי, חמאוי אושרית, ליהיא אופיר, עדי גילת, יאיר חסון, עמיר נבו, אוסמה גחלב, רועי קוריטשנור, אופיר שער, יזהר פיין, עמית, טליה זכריה, מיכאל גיא, עומר קאהוגי, אדוה בסן, עידן שקד, דקלה יניב, עידן שקד, דורית שטוייר, אניה לביא, עופר מעוז, קרן סער, מורן רביב, דן בנדורי, בין טוויט לאם, יונג לאי טאי, קאן האו הוין, תיתיית נויין, קארין הנריקסן, אוריה גנור, יניב דבש, מולכו אסף עומר, איתמר רוזנבלום, אלינור ליפשיץ, שירה זלק, קרנאור קיצ'ס, רונית גינזבורג, מיכל שוורץ, תמוז בר, אורגד רוזנבלט, עידית ברלין, יעל מסד, ליאת מזרחי, רועי מזרחי, ניקולאי קוזנצייב, חן נחמיאס, עודד סקינזיס, ליאור מויאל, ברית אלטמן, יאיר שור, הילה בן חמו, דלי סבשווילי, יניר מרזן, דודי אלדר, הלל תווקולי, מורן מאור, אסתי הורביץ, עדי שוורץ, נועה גרוס, אנו לוסקי, נועה רבינוביץ, חופית זהבי, אסתי מלמיד, לירז יוסילביץ, שלי רזניק, אורן גרסטנהיבר, איילת בר, ענת דן, ערן רגב, שקמה בצלאל, עדי ולטר, טניה דוניגביץ, אריאנה חסון, ליאור דואק, לי סחייק, ליה פינדס, אופיר ששון, אניה קוגושיבה, ורה, ענבל שחף, בן שולמן, מיכל יהושע, נטע בן סעדון, עדי כנפו, עדי, פיני אבא, פרוינר מיקי, ורד ארגמן, מיכל רוזנשטיין, אלון ראובני, הדר פיינר, אלון אקר, שירה אזר, אלעד דהן, קרן רוזנר, ליאת וקנין, איל קיציס, קרן מלאך, תמיר גולברג, שרון גמליאל, כרמית ללוש, מיכל וסרמן, ישראל רייכנטל, אושרת סבג, קובי ניזרי, שני זינגר, אבינועם גרג'י, אסף זולוטוב, תמי ליסבונה, אבי שמבכר, אנה דביזוב, סיגל משולם, דוד שוהם בן, נילי לנדא, אמיר וטורי, סרגי לוסקוצרביי, אכרם ארשיד, לינג פאן, רונן פזורייב, אלכסנדר סידורין, גלעד מור, שחר מור, טל לפיד, אופיר קמינקובסקי.



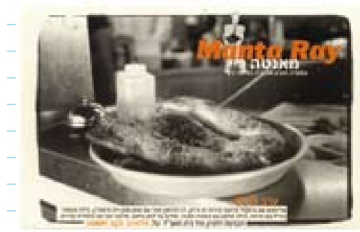
















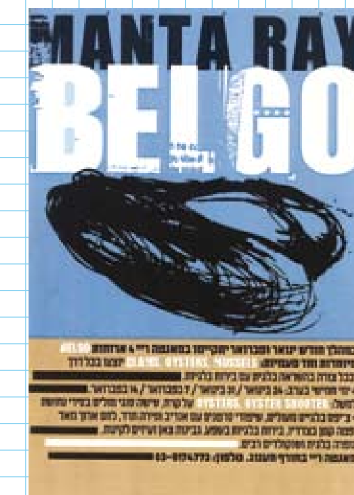




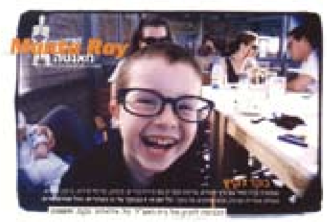


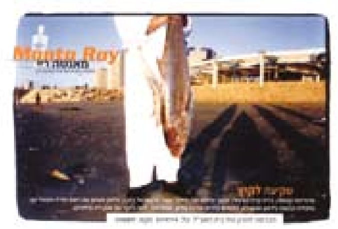




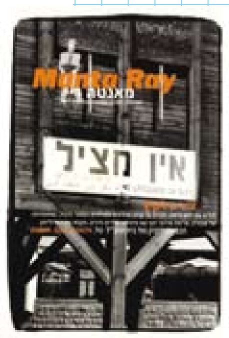



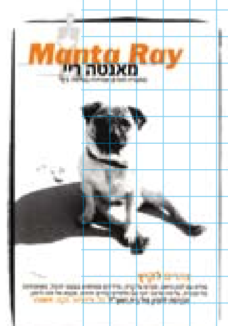














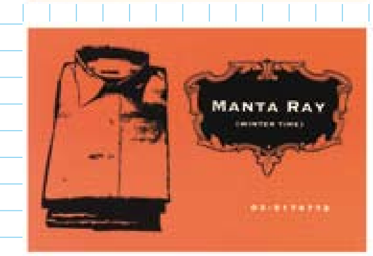














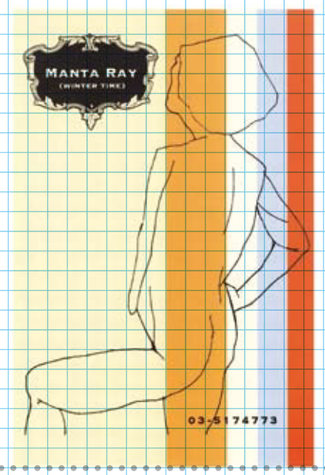
המבעים שנוצרו

דברים שרואים מכאן

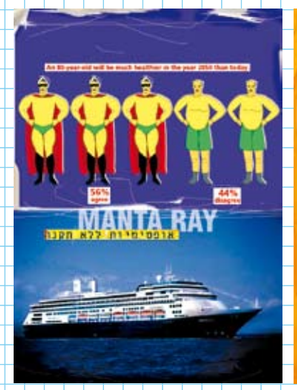
כמקום של בילוי והנאה חושנית, במאנטה ריי תמכנו לאורך השנים ביצירה בתחום החזותי, הקפדנו ליצור סביבת עבודה בתנאי חממה ובתוכה פעלו כישרונות רבים והפגינו יכולת הבעה מרשימה. אנחנו מאזכרים בפרק קצר זה על קצה המזלג את המיטב מהפריטים שהוכנו על ידי קבוצה מובחרת של מעצבים ומאיירים בוגרי בצלאל, ביניהם המעצב יונתן פקטור שלווה אתנו בתחילת הדרך וטבע חותם אישי משמעותי, המעצב המצוין אריק ליבכמן, אשר מעשיר איתנו במסירות עד היום. תמיר שפר, אמן ומאייר יוצא דופן, תרם לנו דימויים של פירות ים כסוכריות, אסתינה צ'רבנסקי איירה בכשרון פירות ים, דני מירב "הטייס", מעצב מבריק עבד איתנו על החוברת "טיוטה ראשונה" - ספרון המתכונים החלקי של מאנטה ריי ועל אתר האינטרנט עם רחלי דמבינסקי שתיכנתה יפה. לעיצוב הספר הזה תרמו בכישרון ענק המעצבת מיכל סודאי וצוותה והמאיירת עינת פלד.




MANTA RAY
5174773


MANTA RAY
(WINTER TIME)
03-5174773


פסטיבל פירות ים עם יין מצוין
MANTA RAY
WILLOWGLEN


MANTA RAY
אופסימיות ללא תקנה


MANTA RAY
אופסימיות ללא תקנה


מאנטה ריי בחורף
03-5174773
בוקר, צהריים וערב


מאנטה ריי בחורף
בוקר, צהריים וערב


toda raba
manta ray


Manta Ray


Manta Ray


Manta Ray

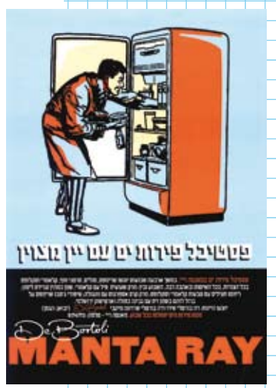

Manta Ray


wine


MantaRay
פסטיבל פירות ים
עם יין מצוין
קורה עכשיו במאנטה ריי


מולים בציר פלפ
קלויים של מאנטה
COOKBOOK


MANTA RAY


פסטיבל פירות ים עם יין מצוין
MANTA RAY


פסטיבל פירות ים עם יין מצוין
MANTA RAY


פסטיבל פירות ים עם יין מצוין
MANTA RAY

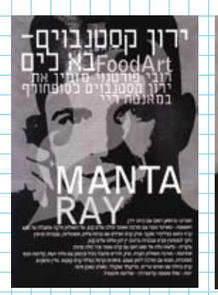

פסטיבל פירות ים עם יין מצוין
קורה עכשיו במאנטה ריי
03 5174773
MantaRay

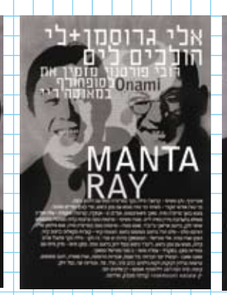

alma beach


alma beach


alma beach

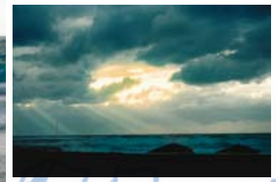

MantaRay
פסטיבל פירות ים עם יין מצוין
קורה עכשיו במאנטה ריי

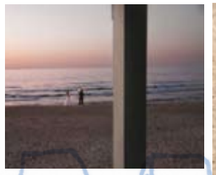

ירון קסטנבוים-
FoodArt בא לים
MANTA
RAY

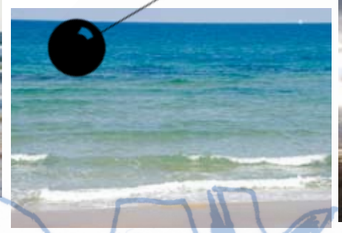
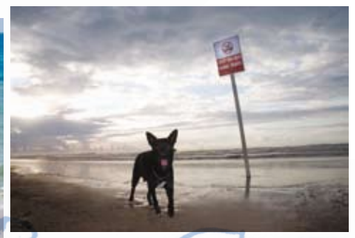

אלי גרוסמן+לי
MANTA
RAY


אייל בא לים
MANTA
RAY

בים כמו בים.....

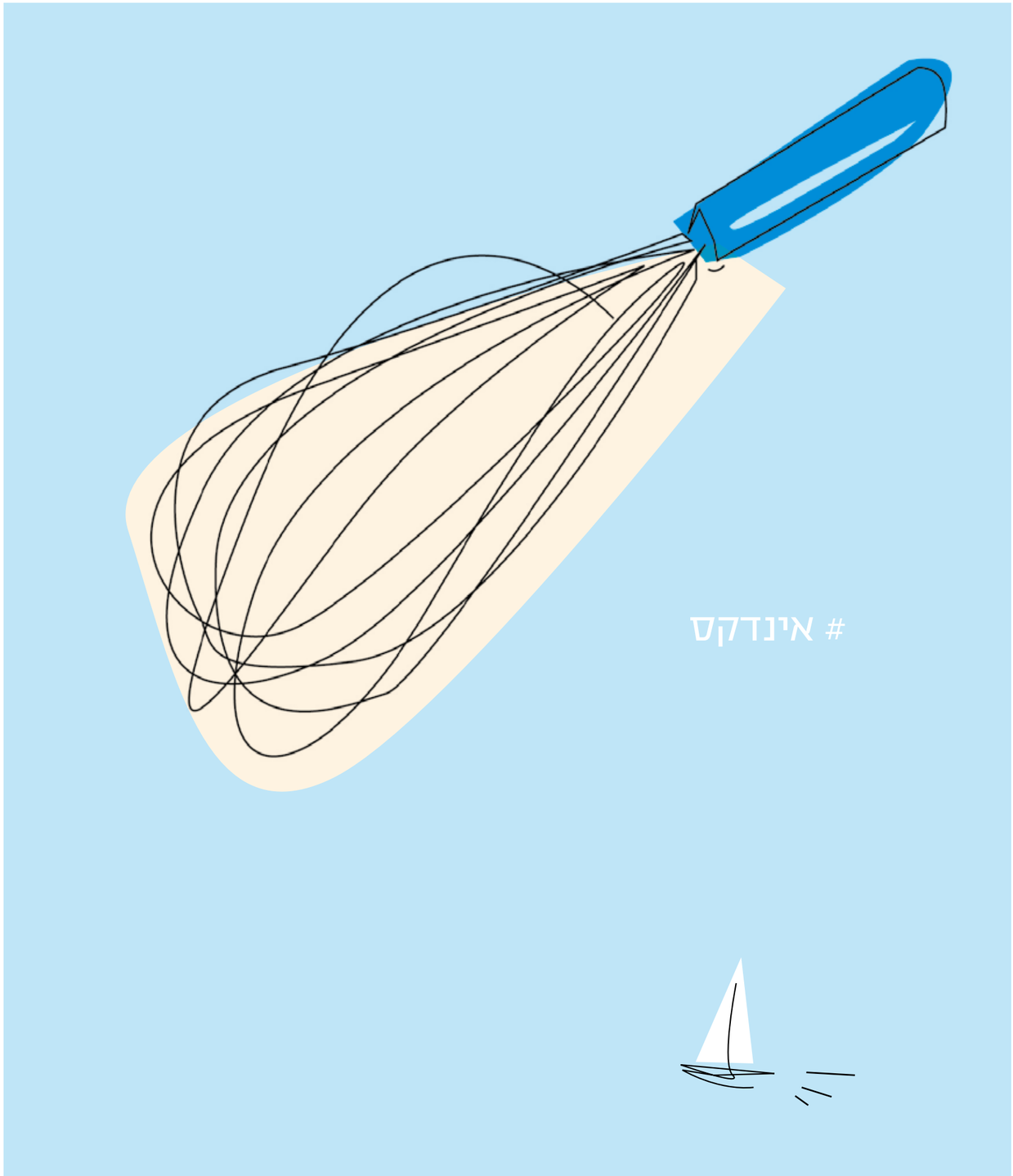






WWW.MANTARAY.CO.IL

הפורום של מאנטה ריי / **פינג**פונג
www.mantaray.co.il / forum



אינדקס

א

אבסולוט Chambord / **34**
אגס בנדיקט עם שרימפס / **46**
אבוקדו, נפוליאון אבוקדו וסרטנים / **149**
אומלט קישואים ובייקון / **44**
אויסטרים / **144-145**, אויסטר שוט / **145**
אורז אדום / **103**
אינטיאאס טרטר עם מנגו / **88**
אינטיאאס סשימי עם קולרבי / **82**

אספרגוס
סלט עלי בייבי עם אספרגוס,
תאנים, אגוזים ורוקפור / **87**
אספרגוס עם טרטר פלמידה / **164**
אספרגוס עם שרימפס וקרם
אספרגוס / **171**
פילה לוקוס עם אספרגוס / **176**
פילה דניס עם ניוקי ואספרגוס / **178**

ארטישוק
ארטישוק מטוגן עם בצל סגול
וגבינת עזים / **162**
ארטישוק, סלט לבבות חיים / **169**

ארטישוק ירושלמי
ארטישוק ירושלמי עם סרטנים
וגרגירי רימון / **85**
קונפי פלמידה עם פירה ארטישוק
ירושלמי / **101**
מרק ארטישוק ירושלמי עם פטריות
ושרימפס / **117**
שרימפס עם תבשיל שעועית וארטישוק
ירושלמי ברוטב גבינה כחולה / **130**
זנב בקר עם ארטישוק ירושלמי / **133**
אשכוליות אדומות עם
"שערות חלבה" / **222**

ב

ביצים
אגס בנדיקט עם שרימפס / **46**
אומלט קישואים ובייקון / **44**
ביצים עלומות / **47**
פריטטה
(ביצים עם תפוחי אדמה) / **45**

בוטרגה / **178-179**
בויאבז של מאנטה ריי / **122**
בורגול, סלט עם ענבים וברבוניות / **98**
בורגול, עם שרימפס ועלי תרד / **83**
בורי, סביצ'ה עם סומק / **41**
בטטה, מרק / **88**
ביסק שרימפס ודלעת / **150**
במיה, סלט / **198**
ברבוניות, עם סלט בורגול וענבים / **98**
בס, פילה על תבשיל אורז עם מנגו / **103**
בצל, צ'יפס / **107**
בקר, פילה עם פטריות / **107**
ברוקולי בשומשום עם גבינת פטה / **163**
ברוקולי עם שרימפס ברוטב
עגבניות מתובל / **170**
בריוש / **59**
ברמונדי אפוי עם ירקות / **215**

ג

גבינות
תאנים ממולאות בגבינת פטה / **73**
סלט עלי בייבי עם אספרגוס, תאנים,
גבינת רוקפור וסורבה / **87**
שרימפס עם תבשיל שעועית "פיל"
וארטישוק ירושלמי ברוטב
גבינה כחולה / **130**
לנגוסטינים ברוטב גבינת עזים / **151**
ארטישוק מטוגן עם בצל סגול
וגבינת עזים / **162**
ברוקולי בשומשום עם גבינת פטה / **163**
שרימפס עם ניוקי וכרישה ברוטב
גבינת עזים / **173**

גזר, מאפינס / **56**
גיוזות, עם סקאלופס / **152**
ג'ינג'ר, שמן / **89**
גרנולה עם יוגורט ופירות / **65**

ד

דלעת, ביסק שרימפס / **150**
דניס, פילה עם ניוקי / **178**
דניס ברוטב לימון, שום ומרווה / **187**

ה

הרינג, שמלץ פולני / **38**

ו

ויניגרט הדרים / **86**
ויניגרט לימון / **83**
וונגולה עם פולנטה וערמונים / **155**

ז

זנב בקר עם ארטישוק ירושלמי / **133**

ח

חומוס עם קלמארי ושומר / **113**
חומוס עם פרגיות צלויות וחמציץ / **188**
חצילים, מוס / **197**
חצילים ריזוטו, עם סקאלופס, קלמארי ורוטב עגבניות **134**
חצילים וסקאלופס בגריל / **187**
חמאת עגבניות / **176**
חמאה מזוקקת / **238**
חריסה / **239**

ט

טונה צרובה עם אטריות אורז / **207**
טלה, צלעות וקבב / **181**
טפיוקה, מרק עם קרמל פסיפלורה וסורבה / **224**

ירקות

ירקות שורש, אפויים עם לברק בתנור / **139**

כ

כרובית, מרק עם שרימפס / **116**
כרישה, עם שרימפס וניוקי ברוטב גבינת עזים / **173**

ל

לברק בתנור עם שיני שום וירקות שורש אפויים / **139**
לימונים כבושים / **183**, פילה דניס עם לימונים כבושים / **178**
לנגוסטינים ברוטב גבינת עזים / **151**
לוקוס, פילה עם אספרגוס וחמאת עגבניות / **176**
לוקוס ומוסר, קבב / **208**

מ

מאפינס גזר / **56**
מאפינס קפה / **57**

מולים

מולים וצ'וריסוס / **124**
מולים בנוסח רוקפלר / **146**
מולים עם ג'ינג'ר, למון גראס וסויה / **174**
מולים ברוטב עגבניות, פלפלים קלויים ומנגולד / **175**
קבב מוסר ולוקוס / **208**
ממרח רואי / **123**

מנגו

מנגו עם פילה בס ותבשיל אורז / **183**
מנגו עם קלמארי / **92**
מנגו עם טרטר אינטיאס / **80**
מנגו ופאפאיה עם טרטר טונה אדומה / **78**
מרטיני (ג'ינג'ר, עם פלפל שאטה) / **33**

מרק

מרק בטטה / **88**
מרק תירס / **98**
מרק כרובית ושרימפס / **116**
מרק ארטישוק ירושלמי עם פטריות ושרימפס / **117**
מרק עדשים, עם קרוסטינישל סקאלופס / **118**
בויאבז של מאנטה ריי / **122**
מרק טפיוקה עם קרמל פסיפלורה וסורבה / **224**
מרק סברס עם גלידת וניל / **225**

נ

ניוקי / **236**

ס

סברס, מרק עם גלידת וניל / **225**

סביצ'ה של בורי עם סומק / **41**

סרטנים

ארטישוק ירושלמי עם בשר סרטנים
וגרגירי רימון / **85**
סרטנים אפויים עם תירס / **94**
ריזוטו סרטנים, שרימפס ותירס / **96**
סרטנים ותמרים, עוגות / **115**
סרטנים חלוטים ברוטב צ'ילי וסויה / **137**
מעטפות פילו ממולאות בסרטנים, עם חמאה מוקצפת / **147**
נפוליאון אבוקדו וסרטנים / **149**
סרטנים במרינדה הודית / **185**

סלט

סלט תאנים ועשבי תיבול בויניגרט הדרים / **86**
סלט עלי בייבי עם אספרגוס, תאנים, אגוזי מלך, רוקפור וסורבה לימונענע / **87**
סלט בורגול וענבים / **98**
סלט סלק / **112**
סלק חי ויוגורט / **169**
סלט קלמארי, שומר וחומוס / **113**
סלט סלק חי ויוגורט / **169**
סלט לבבות ארטישוק חיים / **169**
סלט עגבניות / **183**
סלט במיה / **198**
סלט אייסברג עם אגסים ושקדים / **203**
סלט עלי בייבי עם אספרגוס, תאנים, אגוזי מלך ורוקפור / **87**
סלט תרד עם קונפי פלמידה לבנה ופירה ארטישוק ירושלמי / **101**
סלמון, קונפי / **202**
סלמון, פרוסות צרובות עם ריבת בצל / **212**
סלרי שורש עם שרימפס / **129**

סקאלופס

מרק עדשים עם קרוסטיני של סקאלופס / **118**
סקאלופס עם שרימפס / **132**
ריזוטו חצילים עם סקאלופס, קלמארי ורוטב עגבניות / **134**
סקאלופס עם גיוזות ממולאות בקונפייטורת בצל, עם רוטב פלפלים וסויה / **152**
סקאלופס וחצילים בגריל / **187**
פיצה עם סקאלופס / **205**

ע

עדשים, מרק עם קרוסטיני של סקאלופס / **118**
עדשים שחורות, תבשיל / **181**
ערמונים, עם וונגולה ופולנטה / **155**

פ

פאפאיה, עם טרטר טונה אדומה ומנגו / **78**
פארידה במעטפת מנגולד עם רוטב רימונים / **184**
פולנטה, עם וונגולה וערמונים / **155**
פיצה עם סקאלופס / **205**
פילה בקר עם פטריות / **187**
פילו, מעטפות ממולאות בסרטנים / **147**
פירה ארטישוק ירושלמי / **237**
פטריות, עם שרימפס במרק ארטישוק ירושלמי / **117**
פלמידה אדומה, טרטר עם אספרגוס / **164**
פלמידה לבנה, קונפי עם פירה ארטישוק וסלט תרד / **101**
פנקייקס / **68**
פסיפלורה, עם שמפניה / **32**
פסיפלורה, עם קמפרי ואשכוליות אדומות / **32**
פסיפלורה, עם מרק טפיוקה / **224**
פרגיות צלויות עם חומוס וחמציץ / **188**
פריטטה (תפוחי אדמה) / **45**
פרנץ' טוסט, עם קונפי תאנים וקרם פרש / **62**

צ

צ'וריסוס ומולים / **124**
ציזיקי / **196**
צ'יפס בצל / **107**
צ'ימיצ'ורי, רוטב / **93**
ציר ירקות / **234**
ציר דגים / **234**
ציר בקר / **235**
ציר טלה / **235**
סרדינים כבושים על סלט עגבניות / **167**
סרגוס ברוטב ענבים / **211**

ק

קארי פייסטי, עם מרק תירס / **98**
קדאיף עם פירות יבשים ואגסים בזעפרן / **227**
קולרבי, עם סשימי אינטיאס / **82**
קישואים, באומלט עם בייקון / **44**
קישואים עגולים עם גבינת פטה ושקדים / **199**

קונפי

קונפי אפרסקים / **61**
קונפי תאנים / **63**
קונפי פלמידה / **101**
קונפי סלמון / **202**
קונפי שום / **239**

קונפיטורת בצל, עם סקאלופס וגיוזות / **152**

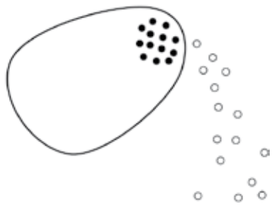
קלמארי

קלמארי עם מנגו / **92**
קלמארי צרוב עם עגבניות שרי / **93**
סלט קלמארי, שומר וחומוס / **113**
קלמארי על גריל פחמים / **183**

קמפרי (עם פסיפלורה ואשכוליות אדומות) / **32**
קרם ברולה קפוא / **229**







קרם תפוחי אדמה / 236
קרנצ'י, מר וגברת / 49

ר

רוטב

רואי, ממרח / 123
רוטב צ'ימיצ'ורי / 93, 239
רוטב רימונים / 104
רוטב עגבניות / 134
רוטב פלפלים וסויה / 152
רוטב עגבניות מתובל / 170
רוטב גבינת עזים / 173
רוטב פלפלים קלויים ומנגולד / 175
רוטב לימון, שום ומרווה / 187
רוטב חריסה / 239
רוטב איולי / 239
רוטב בלסמי מצומצם / 239

ריזוטו תירס, שרימפס וסרטנים / 96
ריזוטו חצילים עם סקאלופס
וקלמארי / 134
ריבת בצל / 212

ש

שומר, סלט עם שומר וחומוס / 113
שוקולד מושחת וקראנצ'י / 231
שמפניה (עם פסיפלורה), שמפניה
(עם ליצ'י) / 32
שקשוקה קלאסית / 51
שמן שקדים / 89
שמן ג'ינג'ר / 89

שרימפס

שרימפס עם אגס בנדיקט / 46
שרימפס עם בורגול ועלי תרד / 83
ריזוטו תירס, שרימפס וסרטנים / 96
מרק כרובית ושרימפס / 116
מרק ארטישוק ירושלמי עם פטריות
ושרימפס / 117
שרימפס עם שורש סלרי / 129
שרימפס עם תבשיל שעועית "פיל"
וארטישוק ירושלמי ברוטב
גבינה כחולה / 130
שרימפס עם סקאלופס / 132
ביסק שרימפס ודלעת / 150
שרימפס עם ברוקולי ברוטב עגבניות
מתובל / 170
שרימפס עם אספרגוס וקרם אספרגוס / 171
שרימפס עם ניוקי וכרישה ברוטב גבינת
עזים / 173
ג'מבו שרימפס בוורמוט / 206

ת

תאנים

קונפי תאנים / 63
תאנים ממולאות בגבינת פטה / 73
סלט תאנים ועשבי תיבול
בויניגרט הדרים / 86
סלט עלי בייבי עם תאנים ואספרגוס / 87
תאנים אפויות על בצק עלים / 223
תירס, עם סרטנים אפויים / 94
תירס, ריזוטו עם שרימפס וסרטנים / 96
תמרים וסרטנים, עוגות / 115
תפוחי אדמה, פריטטה / 45
תפוחי אדמה, עוגות / 107