

מתכון מושלם ללחמניות מזונות מקמח חיטה לבן

המצרכים (לקילו קמח)

המתכון המקורי בפונט דויד, מלווה בהערות שמתחיל "מניסיון" זה בעצם מה שעשיתי בפעם אחרונה שהצלח אחר כמה ניסיונות לא מוצלחים בדרך להצלחה.

היבשים:

- 1 ק"ג קמח לבן מנופה (קריטי לאוריריות).
- 2 כפות גדושות מאוד שמרים יבשים (מיץ או יין מוגז כבד מסוכר, השמרים צריכים עזרה).
- 3/4 כוס סוכר אם עושים עם מיץ תפוזים צריך עוד רבע כוס סוכר (יין מוגז מתוק, אז לא צריך כוס מלאה, אבל חובה להוסיף כדי שהמתיקות תשרוד את האפייה).
- 1 כף מלח שטוחה.

הרטובים:

- 2 ביצים L.
 - 3/4 כוס שמן.
 - כ-2 רבע כוסות "יין מוגז" או מיץ מפרי מתוק (חשוב שלא מכיל מים ולא עשוי מרכז)
- מניסיון: שילבנו מיץ תפוחים של B&D (שלא עשוי מרכז רק מיץ 100% פרי ללא תוספת מים), ויין מוגז באז. בערך כוס וחצי מיץ תפוחים וכוס יין

הערה חשובה: הכמות יכולה להשתנות טיפה לפי ספיגת הקמח, המטרה היא בצק דביק.

הוראות הכנה (בשיטת ה"סטרטר" למניעת דחיסות)

שלב 1: חימום יין מוגז או המיץ (הסוד להצלחה)

- יין מוגז וכן מיץ יוצא מהמקרר קר, וזה האויב של השמרים.
- מזגו את יין מוגז לכלי, וחממו במיקרוגל בפולסים של 20 שניות עד שהוא פושר נעים (כמו מריכה). לא רותח! (כדי לא לאבד את הגזים).
- מניסיון: אני הוצאתי את כל החומרים מהמקרר כמה שעות קודם. כדאי לחמם קצת את הנוזלים גם למי שאין מיקרוגל יכול לטבול את הבקבוק או את כוס הנוזל במים חמים לכמה דקות שיתחמם קצת.

שלב 2: ראש עיסה (סטרטר)

- לפני שמערבבים הכל, אנחנו מוודאים שהשמרים "אוכלים" את הסוכר שביין מוגז או המיץ:
- בקערת המיקסר שמים: שמרים, כף מהסוכר, וחצי כוס מיין מוגז הפושר.
- מערבבים ונותנים לזה לעמוד בערך 10 דקות. צריך לראות קצף/בועות יפות למעלה.

שלב 3: הלישה

- מוסיפים לקערה את הקמח ושאר הסוכר ואת הביצים, השמן.
- מתחילים ללוש, ותוך כדי מזוג את שאר יין מוגז הפושר או המיץ לאט לאט.

מתכון מושלם ללחמניות מזונות מקמח חיטה לבן

- **מבחן המרקם:** הבצק צריך לצאת **דביק בתחתית הקערה**. אל תייבש אותו! אם הוא נפרד לגמרי מהדפנות והוא קשה – תוסיף עוד טיפה יין מוגז.

מניסיון: שמתי כוס מיץ ביחד עם השמרים. את שאר הנוזלים הכנתי ביחד בתוך כד קטן את כל הנוזלים חיממתי במיקרוגל לכמה שניות עד 30 שניות. התחלתי ללוש על מצב אחד ותוך כדי שפכתי כמחצית מהנוזלים לקמח הגברתי למהירות 2 ואז במהלך כל הלישה הוספתי נוזל לאט לאט עד שראיתי שהבצק נהיה בסגנון יותר דביק אפשר לשים לב תוך כדי הפעילות לישה שהבצק קצת נדבק בקרקעית של הקערה

- מוסיפים מלח ולוש 10 דקות רצוף.

מניסיון: את המלח מוסיפים אחרי דקה של לישה לא כ"כ משנה בדיוק אבל לא מידי בסוף הלישה

שלב 4: התפחה ראשונה

- משמנים את הבצק מכל הכיוונים. כסה בניילון ומגבת.
- שמיים במקום חמים. בגלל הסוכר והיין, זה ייקח קצת יותר זמן (שעה פלוס). חכה להכפלת הנפח.
- מניסיון: (חורף) חיממתי תנור לפני זה על בערך 100 מעלות ושמתי בפנים תבנית עם מים רותחים בערך ל10 דקות אחרי 10 דקות כיביתי את התנור וכשהבצק גמר את הלישה הכנסתי אותו מכוסה בניילון לתנור המכובה עם המים החמים ואחרי כשעה וחצי הוצאתי בצק רך מאוד נעים לעבוד ונפוח כמו שצריך

שלב 5: עיצוב והתפחה שנייה (הכי חשוב!)

- חלקו לכדורים בגודל בינוני (כ-90 גרם). מניסיון אם רוצים לחמניות ביס, זה צריך להיות 35-40 גרם.
- גלגלו בעדינות (בלי להוציא את כל האוויר).
- סדרו בתבנית, כסה בניילון משומן ובמגבת, ותן להן לתפוח שוב 30-40 דקות. **אל תכניס לתנור לפני שהן רוטטות ותפוחות מאוד.**
- מניסיון: (חורף) אם הן לא תופחות, להדליק תנור על חום 100, להניח את התבנית עם הניילון המשומן והמגבת על דלת התנור כשהיא פתוחה. לחכות שיתפחו. אם אופים בלי שיתפחו שוב זה יוצא ממש דחוס.

שלב 6: אפייה

- מורחים ביצה טרופה בעדינות רבה.
- מחמים תנור מראש ל-180 מעלות (חום עליון תחתון).
- אופים כ-20-25 דקות עד לצבע זהוב עמוק.
- מניסיון: מספיק כ-15 דקות.

טיפ לסיום:

איך שהן יוצאות – מכסים במגבת ל-10 דקות. זה יחזיר את הלחות פנימה ויהפוך אותן לרכות בטירוף.

בהצלחה! זה המתכון המנצח שלכם.