

תודה ויישר כח לכל השולחות טיפים ושיתופים,
אל דאזזה אם הטיפ שלכן עדיין לא פורסם, הוא
יפורסם בהמשך.
הצ"ה נפרסם את כל הטיפים טיפין טיפין
בהתאם לאפשרויות של המגזין להכיל כמותית גבת אחת

יום שישי

שלום לכולכן אני נהנית מאוד מהגליונות המושקעים. קודם כל אני רוצה להבהיר שאני בחורה בת 20 ולא אישה נשואה, אנחנו 9 ילדים בלי עין הרע ואני הבכורה בבנות (אח מעלי).

יום שישי שלי:

אשמח לשתף אתכן בהכנות שלנו לשבת.. (ראיתי עד כמה אני נהנית מהשיתוף שלכן והחלטתי ג"כ)

אוהבת מאוד מאוד את חמישי בלילה אחרי שהקטנים הולכים לישון ואימי ושתי אחיותי הנוספות נמצאות במטבח, (מכינות ובינתיים מדברות, צוחקות..) ועוד יותר אוהבת את סעודות השבת.

אנחנו כמובן מתחילים להתארגן לשבת בתחילת השבוע אך רק בכביסות, גיהוצים, קניות וכד' מאוד מפונקים אצלינו ואין מצב להגיש אוכל שהוקפא.

בחמישי בצהריים אני שוטפת את כל הבית חוץ מהמטבח. אחרי שהקטנים הולכים לישון אנחנו נכנסות למטבח עם כל המרץ ומכינות קינוחים (חובה!) עוגות, מטגנות מלא בצל שיהיה לכל התבשילים מראש, אימי אופה חלות (בקיץ בשישי), מכינה את המטבלים של העוף והדג ולמחרת רק שופכת עליהם ולתנור, וכן מטבל לחסה, כרוב וכד'. כשגמרנו הכל עורכת את השולחן (מושקע מאודדד)

ביום שישי אימי קמה מוקדם מעמידה מרק וצ'ולנט וכשחוזרים מהעבודה והלימודים אנחנו מטיסות: סלטים בשפע, תוספות, מכניסות לתנור מנות עיקריות, טיגון שניצלם, מנה ראשונה לבוקר (כבד, בלינצ'ס וכד') כשגומרות הכל - שטיפה של המטבח, מקלחות, הברקת חלונות, מראות וארונות, מנוחה קצרה ו... מכניסים את השבת ברוגע!! לפחות 10 דק'

קודם הזמן.

פעם דיברתי עם הרבנית קולדצקי והיא אמרה לי להכניס שבת 10 דק' קודם ומה שמבקשים באותן דקות - מתקבל.

נשמע הזוי להספיק כ"כ הרבה - אבל אנחנו 'צוות' שיודע ואוהב מאוד את המטבח והניקיון! אנחנו מארחים המון ולכן יש לנו חשק ורצון להתקשקש עם האוכל...

הקושי שלי: אני לא יכולה שיעברו לי בשום אופן באמצע השטיפה.

החוצקה שלי: מאוד אוהבת את המטבח ומתקתקת הכל במהירות.

טיפ קטן מאימי (אין מי שלא מודה לה אח"כ) להכניס למטבח את הבנות כבר מקטנות - בהתחלה מלכלך ומעצבן אך מהר מאוד הן תלמדנה ובהמשך זה מוריד המון עול. מניסיון:) היום אני אפילו מכינה ברים ומתפרנסת מכך, וברור לי שזה בזכות האמון שנתנה בי כשהייתי קטנה...

ואז נשרה קטן

מהרגע שנכנסים הביתה ביום שישי דלוק אצלנו שירי שבת שעושים אווירה שמחה ורגועה...

שנצכה להכניס
שבתות גרוזע,
בריאות והמון
שמחה!

תודה
לכולכן נ.נ.



הזכות בשובר 'מיי באנדלס':

מש' וינדרבוים
שרה

הזוכה בשובר של 'בייבי סטאר': ברכה ב.

הטיפ הכי טוב שאני יכולה לתת זה לחלק את ההכנות לשבת.

כגון: קניות לעשות ביום שלישי לחם לעשות ביום חמישי ולהקפיא לסדר שולחן לשבת כבר ביום חמישי וכדו' אני עושה כך וזה ממש עוזר לנו.

אוד טיפ

לחלק את ההכנות בין כל הילדים. כגון: ילד אחד אחראי לשטוף כלים, השני לזרוק פח, השלישי לשטוף את הרצפה, וכו' כך הכל מסודר ואין הרבה בלאגן של מה צריך לעשות עכשיו (אבל זה רק אם יש ילדים גדולים בבית).

יום שישי שלי:

יום שישי שלי מתנהל כך:

אני מכינה לחם ביום חמישי בערב ומקפאיה (לפעמים עם הילדים - בשבילם זה אטרקציה) עורכת שולחן ביום חמישי, ומה שנשאר זה רק לבשל מנות עיקריות וסלטים ולשטוף את הבית ותאמינו לי שזה צ'יק צ'יק. כמובן שאנחנו לא עושים קניות וכביסות ביום שישי אלא באמצע השבוע.

רבקה חן שואלוב

אני ממליצה בחום לכולן:

התחלנה את ההכנות לשבת כבר מאמצע השבוע, כך לא תהיו בלחץ. סלטים: אפשר להכין ביום רביעי, בישולים: ביום חמישי, ניקיון: מי אמר שא"א קודם? השולחן ערוך כבר ביום חמישי בערב, כך תגיעו לשבת רגועים ומוכנים

גהצ'חה!

א. ליברמן

טיפ מנצח להתארגנות נינוחה לשבת

כל פעולה, שלב הניתן לבצוע לפני יום ששי אין להשאירו לביצוע ביום ששי! לכך מיועדים שאר ימות השבוע! (החל ממוצאי שבת)

ח. אאור

הטיפ שלי להתארגנות נוחה לשבת זה שאני ביום רביעי מנקה ומכינה ביום חמישי בישולים ואז יוצא ביום חמישי כבר השולחן ערוך ומחכים לשבת ברוגע ובשלווה. יום שישי אצלי זה מנוחה אחרי כל השבוע העמוס בבית מתנגנים שירים של שבת ומחכים לשבת המלכה.

שפחת אבאי

יום שישי

אני עובדת במשרה מלאה כל השבוע, יום שישי זה היום חופשי שלי.
אני מארגנת לי ליום שישי יציאה נחמדה קניות עם חברה, בריכה, וכו' וכך יש לי מרץ כל השבוע להתארגן מודקם לשבת כך שאוכל ביום שישי לצאת

ח.ר

הטיפ שלי:

אני ממליצה לכל המארחות שאת הקינוח להכין ביום שלישי או רביעי ולא יאחר. גם ככה רוב הקינוחים הם מוקפאים.

ההצלחה ושבת שלום

בתיה. ?

הטיפים שלי:

1. כשאני מכינה במשך השבוע לדוגמא בצל מטוגן אני עושה בכמות גדולה יותר ומקפיאה לשבת. וכן כל דבר שאני מכינה ביום חמישי אני עושה בכמות גדולה יותר ומקפיאה לשבת הבאה.
כך בכל שבת יש לי חצי מהאוכל במקפיא וחצי אני מכינה.
2. מיד במוצ"ש מכבסת את כל בגדי השבת, תולה ומגהצת.
3. ביום רביעי בערב מכינה את השבת לשטיפה, מרימה כסאות, מוזיזה מיטות, מחליפה מצעים וכד'.) כך שביום חמישי שוטפת מיד בבוקר והולכת לעבודה.

ח. שפירא

טיפ שלי לכהוד שבת קודש

הכל מתחיל מהראש (!!)

ימי שישי שלי מלווים ביעד! עמוס - תמיד היה. קשה - מין הסתם. מלחיץ - איך לא?..
אבל בכל התארגנויות, ההכנות והלחץ אני מכניסה לעצמי עוד מחשבה נוספת - גם לסופה הזאת תהיה סוף...
עוד מעט שבת - ואז אוכל לנוח!!!
דקה לאחר הדלקת הנרות אפשר לשבת על הספה ולהירגע!
אם נכניס זאת לראש - הכל יעבוד יותר במרץ...
כי עוד שניה שבת!!!

ההצלחה
איילת

הטיב שלי להכנות מוקדמות לשבת:

1. שטיפה של הבית החל מיום רביעי.
2. הכנת דגים מטובלים כבר בחמישי בערב ושמירתו במקרר. הטעמים נספגים היטב והכנסה לתנו רבערב שבת.
3. הכנת סלטים, עוגות וקינוחים בחמישי
4. ביום שישי רק שטיפת מטבח בישול מרק, עוף ותוספות
5. הקצבת דד ליין לסיום ההכנות בשעה 13.00 וכך אני מזדרזת!

שבת שלום ציפי

טיב ליום שישי

בעניין הכביסות לגמור הכל עד יום חמישי בערב ר' ניסים קרליץ זצ"ל מביא להלכה שיש לכבס רק עד יום חמישי בשקיעה שלא תהיה התעסקות כלל עם הכביסות ביום שישי

שבת שלום!!!!

א.י

הטיב שלי להתארגנות לשבת הרוזע

זה להתחיל הכל כבר מתחילת שבוע כל יום משהו מסוים והכל נכתב בטבלה בצורה מסודרת כל יום עושים מה שכתוב בטבלה לא משהו קשה כמו ביום ראשון סלט ביום שני ניקוי חלונות (כל שבוע לנקות יסודי משהו אחר) וככה שמגיעים ליום שישי יש את הפינישים האחרונים וזהו והיום ארוך ורגוע.

תודה רבה על המחצין המושקע
Sicine .N

הטיב שלי:

בתחילת השבוע לערוך רשימה מסודרת של ההכנות לשבת. ולחלק את המשימות לימות השבוע, כך שלא הכל יצטבר בסוף שבוע, ולא לוותר...

זה מסדר את הראש, בדוק ומנוסה, עוזר לקבל את השבת ברוגע ובשמחה.

5.7

שלום וברכה, תודה על המגזין המעניין, המגוון והמועיל!
יום שישי שלי עם תינוק קטן, דורש קצת התארגנות.

מה שמאד מועיל זה תכנון מסודר מראש, אפילו רשימה של הדברים שצריך להכין, עם סדר עדיפויות לדברים שהם בגדר מותרות, כמו מנה אחרונה מושעת, עוד סלטים וכדומה, שהם נמצאים כמובן בתחתית הרשימה, מה שעוד מאד חוסך, זה טיגון בצל מרוכז כבר ביום חמישי לכל הדברים המתוכננים,

בהצלחה רבה!

מינהר

אל מצרכת פתוח הזיאו
צרות רבות של שיתופי
יום שישי, כל שבוע הצ"ה
נצלה מספר שיתופים.

מאמינה שכל אחת
תהיה לה תוצאת הטיפ
זה או אחר, וכך נצא
זכות ומצכות זו את זו

יום שישי

יום שישי ואני

המתכון שאני רוצה לשתף בו:

תבנית עם אורז ועוף בתנור
(ארוחה בתבנית אחת)

מבשלים עוף בסיר נפרד

בתבנית ח"פ מפזרים אורז

שופכים את המים מהעוף שהתבשל
עד שיתכסה

אפשר להוסיף מים מהברז ולתבל
(מלח, כורכום, גריל עוף לפי הטעם)

מוסיפים את העוף מעל, חותכים
תפוחי אדמה לפרוסות, חותכים בצל
לטבעות

אפשר גם להוסיף אפונה הכל מניחים
מעל האורז עם המים

מפזרים מלח וקצת תיבול מעל

מכניסים לתנור לשעה על 200

יום שישי ברכה

שלום רב

שמי: ברכה

גיל: 29

אמא ל-4 ילדים (3 בנים)

קצת עלי:

אני עובדת כמטפלת גם ביום שישי, את ההכנות אני מתחילה
מיום שני (קניות), החנויות ריקות!

אני מקפידה להכין את נרות השבת מוקדם ככל האפשר,
לפעמים הדקות האלה בכניסת שבת קריטיות

הטיפ שלי:

לא להשאיר את הילדים רעבים (לתת ארוחה)
זה משהו שתמיד שוכחים והוא תמיד עולה ביוקר...

הקושי שלי:

הקושי שלי זה שהמטבח הסלון והמקום למשחקים זה אותו 10 מ"ר

החוצקה שלי:

משתדלת להישאר רגועה ...

הטיפ שאצטרף:

טיפ שאני משתמשת בו כל שבת על המפה והנילון של שבת
אני מניחה גומי תפירה לבן שחתכתי וקשרתי (כמו גומיה גדולה)
מסביב לשולחן שהמפה לא תזוז המפה נשארת נקיה !!!

אני מאחת לכל הנשים היקרות
שכל כך משתדלות להישאר רגועות
שבת שלום ומבורך !!!

סגולת ההכנות לשבת מתוך שמחה
כתבו גורי האריז"ל כי הטורח בצורכי שבת
בעצמו בשמחה מתכפרין לו עוונותיו.

(החיד"א - מורה באצבע קלד)

יומשישי *זהבה.ג.*

שמי: זהבה

גיל: אנחנו כבר מארחים נכדים ונינים

הטיב שלי:

הרעיון שלי שימושי לכל ימות השנה, ועוזר במיוחד בימי שישי הקצרים. אוכל מוקפא! הרבה משפחות בטעות נרתעות מכך, וזה נובע מחוסר ידע ומודעות. כמעט הכל 99% אפשר להקפיא, וכך נהנים מאוכל טעים ובריא, וזוכים לשלווה וגיוון ממאכלים והרבה מחמאות. הרבה סלטים ניתן להקפיא: טחינה, מטבוחה, סלטי חצילים מטוגנים, חציל בטעם כבד וסלט סלק. לצורך זה יש להצטייד במקפיאים וכלי אחסון.

סדר יום שישי שלי

לקראת שבת, אני מוציאה מהמקפיא דג סלמון, דג קרפיון, מרק עוף זך (בלי ירקות) איטריות דקיקות גרגרי חומס מבושלים. צלי עוף, פרוסות בקר, אורז ירקות מוקפצים, לפתן, תפוח אפוי, נקטר פירות וכו'. את החמין אני מבשלת מקטניו שהושרו והוקפאו. לילדים הקטנים (האורחים) כמה תפוז"א במרק. אני מתחילה הכנות לשבת ממוצאי שבת. 'הכל לכבוד שבת קודש'

הטיב שלי לכל השנה

שעון מטבח.

השעון במטבח מכוון לרבע שעה יותר מאוחר. לדוג' 9:00 במטבח שלי 9:15 ולמרות שכולם יודעים שזה שעון מטבח, זה עוזר כנראה בתת מודעה, לא לאחר, לא להילחץ ולהרוויח עוד 15 דקות בלי לחץ ופאניקה

שבת שלום שבת שלווה ורגועה!

יום שישי

יום שישי *אלישבע*

שמי: אלישבע

גיל: 40+

ילדים: 7 בלע"ה

סדר יום שישי שלי

מתחילה מיום רביעי, החוזקה שלי היא בישול, הקושי שלי הוא סדר

הטיפ שלי לימי השישי הקצרים

תעשו כל יום משהו לכבוד שבת קודש

הטיפי המשמעותי ביותר שאמרתיה מהמזכין

ההתארגנות גם בתחומים אחרים כמו כביסה וכדומה מתחלת השבוע

יום שישי ואני
מתכון שלי לכבוד שבת
פצפוצים ברגע
3 חבילות שוקולד, 1 כוס טחינה
להמיס בבן מארי ולהוסיף 3-4 כוסות
פצפוצי אורז. להכניס למג'טים
ולמקרר כחצי שעה.

מנה אחרונה שילדים עפים עליה
ולוקח בדיוק דקה:
להמיס שוקולד מריר+ריצ' בכלי
שניתן לחמם על פלטה. ובשבת
להכין בקערה קורנפלקס / פצפוצי
אורז/ שברי ביסקויטים ולשפוך מעל
את השוקולד החם.

יום שישי *שרה*

שמי: שרה

גיל: 37

ילדים: 5 בלע"ה

סדר יום שישי שלי

מתחילה ברביעי - אפיה. חמישי - חלק מהבישולים וניקיון. ובשישי - פינושים. אני מאורגנת וזו נקודת החוזק שלי, אך קשה לי הרעש והבלאגן שהילדים עושים בשישי בצהרים, הופכים הכל ברבע שעה.

הטיפ שלי לימי השישי הקצרים

רוגע, לא לכעוס על הכלוך והבלאגן.

הטיפי המשמעותי ביותר שאמרתיה מהמזכין

היו הרבה

יום שישי ואני

מתכון אהוב עלינו ביותר זה רוגעלך שמרים. יש לי כמה טיפים מוצלחים:

לשה את הבצק פעמיים (מנוחה של 10 דקות בין לישה ללישה), ומיד מעצבת לצורות. לאחר שתבנית מתמלאת- מכניסה לתנור חם. כך הם לא תופחים יותר מידי ושומרים על צורה נאה ועם פריך.

מחלקת את הבצק ל-6 חלקים, שוטחת כל חלק לעיגול גדול ככל האפשר ומורחת מעל מילוי. מחלקת כל עיגול ל-2, וכל חצי לכ-11 חלקים. יוצאים רוגעלך קטנים ורבים. הם לא נגמרים כל כך מהר!

לא ממירה את כל המרגרינה בבצק, אבל במקום 2 אפשר לשים 1 ועוד 1/2 כוס שמן. אבל ברור שהמרגרינה נותנת פריכות טובה יותר...



שמי: רבקי

גיל: 39

ילדים: 7 בלע"ה

סדר יום שישי שלי

אני עובדת במשרה (כמעט) מלאה 5 ימים בשבוע. יום שישי הוא היום החופשי היחיד שלי. ביום רביעי אני מתחילה להרגיש את הלחץ המזדחל של וואו, מחר יום חמישי... אבל בתכל'ס אין לי כל כך מתי להתחיל הכנות לשבת אם אני חוזרת בשעה 4 לבית גדוש... כל זה דורש ממני התארגנות מזדחלת לאורך השבוע, כדי למנוע עומס בסופו.

לכן, יום השישי מתחיל אצלי ביום שלישי (שאז אני מתאוששת מהשבת הקודמת). אני מתחילה להריץ מכונות, לקפל ולחלק לארונות בקצב. לא שזה מונע הצטברות של כביסה - ממשיכים להתלבש אצלנו, כן? אבל בגדי השבת כבר מכובסים וכל האקסטרה, מה שנשאר זה רק השוטף. בקליל יחסית.

ביום רביעי אני משתדלת מאוד לאפות את העוגות. כשיש עוגות במקפיא אני מרגישה שחצי שבת מוכנה. את הקניה לשבת גם עורכים אז, אז גם התכריט מתארגן.

יום חמישי הוא היום העמוס ביותר. שטיפת חצי בית (וארגונו...), אפיית חלות, פשטידות וסלטים, ניקוי עופות, קילוף ירקות. וכל זה צריך להתחיל ב-5 אחה"צ (שאז אני קמה ממנוחה) ולהיגמר בשעה סבירה. אבל מה, נקודת החוזק בהתארגנות הזו היא הבנות הגדולות שלי, שרת החוץ (קניות והשלמות קניות) ושרת הפנים (שטיפת הבית). לא הייתי מסתדרת בלעדיהן. עכשיו, כשאני במצב רגיש יותר, קשה לי לסדר את הבית ולעבור מחדר לחדר, אז בשביל זה יש בלדרים קטנים... לא שתמיד זה רץ, ולא תמיד יש להן ולהם חשק ומרץ, אבל בגדול.

הכי קשה לי זה המריבות הקטנוניות מי כבר עזר מספיק לשיטתו או לא זז לשיטת האחר. זה ממש לוקח משלוות הנפש שלי. כבר למדתי לא להגיב, אבל אני יכולה לומר שבכנים זה משפיע על שלווה הנפש שלי. יש למישהי פתרון לעניין?

הטיפ שלי ליום שישי הקצרים

לשטוף את הבית לפני שהילדים חוזרים ממוסדות הלימוד. גם אם צריך להעביר ניגוב קליל לפני שבת, עדיין זה עדיף מהלחץ שהרצפה תתייבש במזג אוויר קר ושאיף אחד חלילה לא ידרוך וכו'. להתחיל להתלבש מוקדם - לא חם ולא מזיעים.

ועוד משהו... תמיד היה אצלי חובה קדושה לנוח ביום שישי, ויהי מה. בשנים האחרונות למדתי שבימי שישי של החורף אני לא מכניסה מנוחה לסדר היום, כל ההתארגנות והלחץ סביב העניין לא השתלמו... אחרי הדלקת נרות אפשר לשים את הראש, וחוף מזה שהסעודה נגמרת מוקדם ואפשר להספיק לישון 12 שעות אם דווקא רוצים.

הטיפי המשאצות ביותר שאמרתיה מהאמצון

לזהות את מוקד הקושי, לבודד אותו ולנסות להגיע לפתרון. ויש פתרון, והוא נמצא. המודעות אל הבעיה היא כבר חצי פתרון. עזרתם לי לנסות להגיע למקום טוב יותר, בוגר ומאורגן בצורה מיטבית.