

יום שישי, יא' באייר ה'תשפ"ה | 9.5.2025

# מקטן ועד גדול

מתכוני שבועות לכל המשפחה

סלט אגסים  
עם נענע,  
רוקט, פקאן  
וקוביות פטה  
קרמנצ'יות

קיש  
כרשה  
ותרד

משה בתיבה -  
מצבעות עמק  
בבצק עלים

# שבועות מקטן ועד גדול

כבכל שנה, גם השנה אנחנו מתרגשים להגיש לכם את חוברת המתכונים שלנו לשבועות, מלאה בחומרי גלם וטעמים של תוצרת ישראלית.

חג השבועות הוא הזדמנות לחיבור בין הדורות במשפחה, והשנה בחרנו להתמקד בצעירים שסביב השולחן. אלו שלא בהכרח אוהבים לאכול גבינות עם עובש ומאכלים מורכבים...

השנה הצבנו בחוברת מתכונים מתוחכמים וטעימים לגדולים לצד מתכונים פשוטים אשר מתאימים לחך הצעיר של הילדים.

אנו מקווים שכך ארוחת החג תחבר עוד יותר בין בני המשפחה ותאפשר לכם ליצור חוויות משפחתיות חדשות סביב השולחן.

מקווים ומייחלים לבשורות טובות במהרה, לכל בית ישראל.

שלכם, תנובה.



תוכן העניינים

**17-4**  
ארוחה לכל המשפחה

**21-18**  
קינוחים לכל גיל

מקרא



ללא  
גלוטן



מתכון  
טבעוני



קל  
להכנה



מנה  
מתוקה



מתאים  
לילדים





סלט ים תיכוני  
עם בולגרית  
מעודנת



## מִשֶׁה בַּתִּיבָה - אֶצְבָּעוֹת עֵמֶק בִּבְצֵק עָלִים



חלבי | קל | 30 דקות | 16 יחידות



### מרכיבים להגשה

- גבינת עיזים למריחה פיראוס
- 3 ביצים קשות
- 3 כפות גבינה לבנה תנובה
- 1/2 כפית מלח
- 1/2 כפית אורגנו
- 3 עגבניות מרוסקות



### מרכיבים

- 1/2 חבילה (300 גרם) בצק עלים חמאה מעדנות מופשר
- 2 חבילות (2\*172 גרם) גבינת מוצרלה אצבעות עמק
- 1 ביצה טרופה

### אופן ההכנה

- פורסים את בצק העלים וחותכים בגלגלת פיצה לרצועות ברוחב 1 ס"מ.
- מלפפים היטב כל אצבע גבינה בבצק העלים, מהדקים את הקצוות ומניחים על תבנית מרופדת בנייר אפייה.
- מברישים בביצה טרופה ואופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-30 דקות עד הזהבה.
- חוצים את הביצים הקשות, חוצים את החלמון ומערבבים אותו עם הגבינה הלבנה, המלח והאורגנו. ממלאים את חצאי הביצים ומגישים לצד המאפים והעגבניות המרוסקות.



## סלטים תיכוניים עם בולגרית מעודנת

חלבי | קל | 30 דקות | 6 מנות



### מרכיבים לרוטב

- 1/4 כוס שמן זית
- 1 כפית חרדל חלק
- 1 כף דבש
- מיץ מלימון שלם
- 1 כפית מלח
- 1 כפית פלפל שחור גרוס
- 1 כפית שום גבישי

### מרכיבים

- 1 כוס עלי נענע שלמים
- 1/2 כוס פטרוזיליה קצוצה
- 1 כוס גרגירי חמוס סנפרוסט מבושלים
- 1 כוס קינואה
- 1 בצל סגול פרוס דק
- 2 מלפפונים

### מרכיבים להגשה

- 50 גרם פיסטוקים קלויים
- 1 גביע (250 גרם) בולגרית מעודנת 24% פיראוס

### אופן ההכנה

- בסיר מבשלים 1 כוס קינואה עם 2 כוסות מים וכפית מלח עד לבישול הקינואה ומצננים.
- פורסים את המלפפונים לאורכם ומרוקנים את תוכנם, לאחר מכן פורסים אותם לרוחבם.
- מעבירים לקערה ומוסיפים את שאר מרכיבי הסלט.
- מערבבים בנפרד את מרכיבי הרוטב, יוצקים מעל ומערבבים.
- מפזרים בולגרית מעודנת ומערבבים.
- מפזרים מעל פיסטוק קלוי ומגישים.



משה בתיבה -  
אצבעות עמק  
בבצק עלים



סלט אגסים  
עם אנדיב,  
רוקט, פקאן  
וקוביות פטה  
קראנצ'יות

כדורי טופו  
ברוטב קרם קוקוס  
בנוסח רוזה



## סלט אגסים עם אנדיב, רוקט, פקאן וקוביות פטה קראנצ'יות

חלבי | קל | 30 דקות | 5 מנות



### מרכיבים לרוטב

- 4 כפות שמן זית
- 1 כפית חרדל
- 1 כף דבש
- 1 כפית שום גבישי
- 1/2 כפית מלח
- 1/2 כפית פלפל שחור גרוס

### מרכיבים לפיזור

- 1 פלח רוקפור
- COLLECTION (140 גרם)
- 100 גרם פקאן קלוי שבור גס

### מרכיבים לקוביות הפריכות

- 1/2 חבילת בצק פילו מעדנות מופשר (250 גרם)
- 50 גרם חמאת תנובה מומסת
- 1 גביע (250 גרם) פטה עיזים 16% פיראוס

### מרכיבים לסלט

- 1 חבילת רוקט חתוך גס
- 2 יחידות אנדיב מפורק לעלים
- 3 אגסים גדולים פרוסים
- 1/4 כוס עלי נענע

### אופן ההכנה

1. פורסים את הפטה לקוביות.
2. מניחים עלה פילו, משמנים בחמאה מומסת ומקפלים לאורך לחצי ואח"כ לרבע.
3. מניחים קוביית פטה, סוגרים את הצדדים ומקפלים לקובייה.
4. אופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-15 דקות על תבנית מרופדת בנייר אפייה.
5. בקערה מערבבים את מרכיבי הסלט עם מרכיבי הרוטב ומניחים בצלחת הגשה גדולה, מפזרים מעל רוקפור ופקאן ומניחים קוביות פטה קראנצ'יות.



## כדורי טופו ברוטב קרם קוקוס בנוסח רוזה

טבעוני | קל | 60 דקות | 12 קציצות



### מרכיבים לרוטב הרוזה הטבעוני

- 1 צנצנת ממרח עגבניות מיובשות פיקנטי אוליביה
- 1 כוס עגבניות מרוסקות
- 1 (400 מ"ל) קרם קוקוס השף הלבן
- 1 כוס מים
- 1 כפית מלח
- 1 כפית שום גבישי
- 1 כף פפריקה

### אופן ההכנה

1. במעבד מזון טוחנים את מרכיבי הכדורים.
2. יוצרים כדורים ומניחים על תבנית מרופדת בנייר אפייה, משמנים ואופים בתנור שחומם מראש ל-180 כ-30 דקות, או עד השחמה.
3. בסיר שטוח מניחים צנצנת עגבניות מיובשות, עגבניות טחונות ותבלינים, מערבבים 3 דקות ומוסיפים קרם קוקוס ומים.
4. מביאים לרתיחה ומנמיכים להבה, מוסיפים את כדורי הטופו ומבשלים כ-20 דקות, מגישים חם.



לחם גבינות  
ללא גלוטן בטעם  
שום שמיר



## לחם גבינות ללא גלוטן בטעם שום שמיר

חלבי | קל | 45 דקות | 10 מנות



### מרכיבים

- 2 שקיות (200\*2 גרם) פתיתי מוצרלה השף הלבן
- 100 גרם גבינת שמנת נפוליאון בטעם שום שמיר
- 2.5 כוסות קמח שקדים
- 1 גביע שמנת חמוצה תנובה 200 מ"ל
- 1 כף אבקת אפייה
- 1 כפית מלח
- 2 ביצים
- 1/4 כוס קורנפלור/קמח קוקוס

### מרכיבים להגשה

- חמאת תנובה
- גבינת שמנת נפוליאון 225 גרם
- פלפלים קלויים עם מעט שמן זית

### אופן ההכנה

1. בקערה שמתאימה למיקרוגל ממיסים כדקה פתיתי מוצרלה וגבינת שמנת.
2. מערבבים במרית ומעבירים למעבד מזון/טוחנים בבלנדר מוט (מה שייתן מסה אחידה).
3. מוסיפים למעבד המזון את שאר המרכיבים וטוחנים למסה אחידה.
4. מעבירים לתבנית אינגליש קייק לא גדולה, מרופדת בנייר אפייה.
5. אופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-40 דקות.
6. מצננים, ורק אז פורסים.

### המלצה

לקלות מעט את פרוסות הלחם ולהגיש עם חמאה וגבינות.

## לזניה בתבנית שקעים



חלבי | קל | 70 דקות | 12 מנות

ניתן להכנה גם ללא גלוטן עם פרוסות חציל



### מרכיבים

- |                    |                                  |
|--------------------|----------------------------------|
| 1 כפית מלח         | 1 חבילת עלי לזניה                |
| 1/2 כפית שום גבישי | 1 פחית עגבניות מרוסקות           |
| 1 כפית סוכר        | 1/2 כף אורגנו יבש                |
| 3 כפות שמן זית     | 1 גביע (250 גרם) קוטג' 12% תנובה |
|                    | 1 שקית (600 גרם) פתיתי עמק תנובה |



**מרכיבים לטופינג**  
פרוסות שרי

### אופן ההכנה

- מרתיחים בסיר עמוק מים וכף מלח ומבשלים את עלי הלזניה כ-6 דקות - שלושה עד ארבעה עלים בכל פעם. מוציאים בזהירות את עלי הלזניה המבושלים חלקית ומניחים על נייר אפייה משומן.
- בקערה מערבבים יחד: עגבניות מרוסקות, גביע קוטג', מלח, סוכר, אורגנו, שום גבישי ושמן זית.
- משמנים קלות תבנית שקעים, חוצים כל עלה לזניה לחצי ומרפדים כל שקע בשני חצאים כך שכל שטח השקע מכוסה.
- יוצקים רוטב, מפורים פתיתי עמק וחוזרים על הפעולה בכל השקעים, כך שהחלק העליון הוא פתיתי הגבינה.
- מניחים פרוסת עגבניית שרי במרכז.
- אופים בתנור שחומם מראש ל-170 מעלות כ-35 דקות עד השחמה.

## שפודי פרכוני גבינה וירקות



חלבי | קל | 20 דקות | 5 מנות

ניתן להכנה גם ללא גלוטן



### מרכיבים

- |   |  |
|---|--|
| חותכנים של עוגיות 12-10 שיפודי יקיטורי                    | 1 חבילת חלומי ישראלית פירמוס (200 גרם)             |
| 12-8 עגבניות שרי חצויות                                   | 1 פלח קשקבל COLLECTION (200 גרם)                   |
| 1 פלפל אדום חתוך (לא חובה)                                | פרוסות מוצרלה COLLECTION (200 גרם)                 |
| 2 מלפפונים בינוניים                                       | פרוסות עמק 28% שומן (200 גרם)                      |
| 1 גזר רחב   | 1 גביע (225 גרם) גבינת שמנת נפוליאון בטעם טבעי 25% |
| 8 פרוסות לחם לבן, רצוי מרובע (4 כריכים שמהם קורצים צורות) |  |

### אופן ההכנה



- חותכים את החלומי לקוביות וצולים אותן.
- חותכים את הקשקבל ופרוסות העמק לקוביות.
- פורסים את הירקות.
- מכינים שיפודים של ירקות וקוביות גבינה.
- קורצים צורות של ירקות.
- מורחים פרוסות לחם בגבינת נפוליאון, מניחים פרוסות מוצרלה וסוגרים בפרוסת לחם נוספת.
- קורצים בקורצן עוגיות ומשפדים עם ירק מעל.
- מגישים על מגש שיפודים וכריכונים.



לזניה בתבנית שקעים

שיפודי כריכוני גבינה וירקות

לחם תלישות



## ! לחם תלישות

חלבי | קל | 70 דקות | 8-10 מנות



### אופן ההכנה

1. פורסים את הבצק על פני משטח עבודה ומורחים עליו את תערובת הגבינות ואת הפסטו.
2. בסכין או בגלגלת חותכים את הבצק לרוחבו לרצועות ברוחב 5 ס"מ.
3. עורמים את הרצועות - שלוש רצועות בכל ערימה - וחותכים אותן לקוביות ברוחב 4-5 ס"מ.
4. מסדרים את קבוצות הקוביות בתוך התבנית במאונך ומהדקים אותן אחת לשנייה (ניתן להשתמש בתבנית עם חור במרכז או בתבנית עגולה גדולה עם קופסת שימורים ריקה במרכז).
5. מברישים בביצה טרופה ומתפיחים כ-35 דקות.
6. אופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-30 דקות עד השחמה.

### המלצה

להגיש לצד גבינת פטה עיזים פיראוס 16%, שמן זית, בלסמי מצומצם ועשבי תיבול.

### מרכיבים לבצק

1 חבילת בצק שמרים עלים מעדנות (900 גרם)

### מרכיבים למלית

1 או 2 צנצנות ממרח פסטו איטלקי אוליביה (לפי העדפתך)

1 שקית (300 גרם) פתיתי טריו מיקס מוצרלה, סקנדינבית וגאודה השף הלבן

1 חבילה (500 גרם) כנען גבינה לבנה תנובה

1/2 כוס זיתי קלמטה קצוצים

### מרכיבים לציפוי

ביצה טרופה עם כף חלב



# סלט תפוחי אדמה | ברוטב יוגורט ופסטו

חלבי | קל | 40 דקות | 5 מנות



## מרכיבים לסלט

- 12 תפ"א קטנים חצויים/8 תפ"א בינוניים, חתוכים לרבעים
- 1 בצל סגול פרוס לפרוסות דקות
- 7 מלפפונים מוחמצים (קורניש)/2 מלפפונים חמוצים
- 3 כפות עלי טימין טרי
- 2 כפות עלי אורגנו טרי

## מרכיבים לרוטב

- 1 כף פסטו בזיליקום אוליביה
- 3 כפות שמן זית
- 1 כפית מלח
- 1 כפית פלפל שחור גרוס
- 1 כפית שום גבישי
- 4 כפות יוגורט עיזים פיראוס
- מיץ מלימון שלם

## מרכיבים לטופינג

1 פלח גבע/פרמזן COLLECTION (200 גרם)

## אופן ההכנה

1. חוצים את תפוחי האדמה ומסדרים אותם בתבנית שטוחה מרופדת בנייר אפייה.
2. משמנים את תפוחי האדמה בתרסיס או בהברשה ואופים אותם בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-30 דקות עד השחמה.
3. לאחר האפייה מעבירים את תפוחי האדמה לקערה ומוסיפים את רצועות הבצל הסגול.
4. חותכים דק את המלפפונים המוחמצים ומוסיפים עלי טימין ואורגנו.
5. מערבבים בצנצנת את מרכיבי הרוטב ויוצקים מעל, מערבבים ושומרים במקרר.
6. לפני ההגשה מסדרים בצלחת הגשה, פורסים רצועות גבע פרמזן בקולפן ומפזרים אותן מעל.



ריבועי מעדנות קישוטים עם

סלט תפוחי אדמה ברוטב יוגורט ופסטו



מאפה קונוס פרח עם לקט לפשטידה



## מאפה קונוס פרח עם לקט לפשטידה

חלבי | קל | 60 דקות | 6-8 מנות



ניתן לטבען בהחלפה לטופו מגורר ולציפוי של סילאן מהול בשמן זית



### מרכיבים

- 1 חבילת בצק שמרים עלים מעדנות מופשר (900 גרם)
  - 1 שקית (200 גרם) פתיתי מוצרלה השף הלבן או טופו ALTERNATIVE (לגרסה הטבעונית)
  - 4 כפות שמן זית
  - 1 כפית מלח
  - 1 כפית פלפל שחור גרוס
  - 1 כפית אורגנו יבש
  - 1 כפית שום גביש
  - 1 כף גדושה קמח
  - 1 שקית (800 גרם) לקט לפשטידה מוקפא - סנפרוסט
- מרכיבים לציפוי**
- 1 ביצה טרופה או סילאן מהול בשמן זית (לגרסה הטבעונית)
  - 1 שקית (100 גרם) פתיתי פרמזן השף הלבן או טופו מגורר (לגרסה הטבעונית) שומשום

### אופן ההכנה

1. מטגנים את הירקות בשמן זית כ-10 דקות ומצננים. מוסיפים לאחר הצינון שקית פתיתי גאודה וכף קמח ומערבבים.
2. פורסים את בצק השמרים ובעזרת צלחת/רינג בקוטר 16/18 חורצים 3 עיגולים.
3. את יתרת הבצק מרדדים מחדש ויוצרים עיגולים נוספים. יוצרים עיגול אחד קטן מכולם במרכז המאפה.
4. ממלאים עיגול אחד (הכי קטן) במלית הירקות והגבינה וסוגרים היטב בתנועת גלגול. מניחים במרכז תבנית מרופדת בנייר אפייה.
5. חוצים כל עיגול שיצרנו לחצי ומניחים מלית בקצה, מגלגלים לקונוס ומניחים סביב העיגול.
6. מברישים בביצה טרופה ומפזרים פתיתי פרמזן ושומשום, מתפיחים 40 דקות ואופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות עד השחמה כ-35 דקות.

## רבועי מעדנות עם קשואים



חלבי | קל | 50 דקות | 12-14 מנות



### מרכיבים

- 1 חבילת בצק עלים חמאה מעדנות מופשר (600 גרם)
- 1 שקית (500 גרם) פתיתי עמק
- 1 גביע (225 גרם) גבינת שמנת נפוליאון בטעם טבעי
- 1 כוס זיתים ירוקים מגולענים
- 1 פלפל אדום מתוק
- 1 פלפל ירוק מתוק
- מקלות דקים של מלפפון/גזר
- 1 כוס עגבניות שרי



### אופן ההכנה

1. פורסים את בצק העלים וחותכים למלבנים/ריבועים בגודל בינוני להגשה אישית.
2. מניחים במרווחים על תבנית מרופדת בנייר אפייה.
3. חורצים בסכין על כל מרובע שוליים ברוחב 1 ס"מ (החריצה נועדה לגרום לשוליים להתרומם בעת האפייה).
4. מורחים גבינת שמנת במרכז כל מרובע ומפזרים פתיתי עמק.
5. חותכים את הירקות ויוצרים איתם פרחים או שמש.
6. אופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות מראש עד הזהבה.



## פסטה ברוטב שמנת וערמונים

חלבי | קל | 30 דקות | 4-5 מנות

ניתן להשתמש בפסטה ללא גלוטן



### מרכיבים

- 1 שקית פסטה רדיאטורי/פרדלה
- 3 כפות שמן זית
- 50 גרם חמאת תנובה
- 1 כפית מלח
- 1 כפית פלפל שחור גרוס
- 3 שיני שום קצוצות
- קורט אגוז מוסקט
- 1 מכל (250 מ"ל) שמנת לבישול 15% השף הלבן
- 1 פלח גבע/פרמזן COLLECTION (200 גרם)
- 2 שקיות ערמונים קלופים בשקית

### מרכיבים להגשה

- 1 גליל (200 גרם) פרומעז
- עלי אורגנו טריים
- 1/2 פלח גבע/פרמזן COLLECTION (100 גרם)

### אופן ההכנה

1. מבשלים את הפסטה במים עם כף מלח ומסננים - שומרים כוס ממי הבישול.
2. מרסקים גם במזלג שקית אחת של ערמונים.
3. למחבת רחבה/סוואז' יוצקים שמן זית, חמאה, ערמונים מרוסקים גם ושום, מטגנים מעט ומוסיפים מלח, פלפל, אגוז מוסקט ושמנת לבישול.
4. מוסיפים כוס ממי בישול הפסטה ומערבבים, מוסיפים שקית ערמונים שלמים ואת הפסטה ומערבבים כ-5 דקות.
5. מגישים חם לצלחת הגשה, מפזרים מעל רצועות גבע פרמזן באמצעות קולפן, עלי אורגנו וטבעות פרומעז.



## מיני-פנקיק מלוחים ממלחים זיתים



חלבי | קל | 20 דקות | 12-14 מנות

ניתן להכנה גם עם קמח ללא גלוטן



### מרכיבים

- 2 ביצים
- 400 מ"ל חלב תנובה
- 2 כוסות קמח לבן
- 1 כף שטוחה אבקת אפייה
- 40 גרם חמאת תנובה מומסת
- 1 שקית פתיתי עמק (200 גרם)
- 1 כפית מלח
- טבעות זיתים



### מרכיבים להגשה

- 1 גביע (225 גרם) גבינת שמנת נפוליאון בטעם טבעי זיתים
- מלפפונים קטנים

### אופן ההכנה

1. טורפים בקערה ביצים, חמאה מומסת וחלב, מוסיפים את המלח והקמח ובוחשים רק עד שהקמח נטמע.
2. מוסיפים את פתיתי העמק ומערבבים.
3. מחממים מחבת טון סטיק ומשמנים בעזרת נייר סופג.
4. מניחים כף מהמסה על המחבת ומפזרים טבעות זיתים.
5. מניחים מעל חצי כף נוספת מהמסה, מחכים לטבעות קטנות והופכים לצד השני.
6. חוזרים על הפעולה עם שאר המסה ומגישים בערימה לצד גבינת שמנת, זיתים ומלפפונים.



מיני-פנקייק מלוחים ממלחים זיתים



שניצלוני  
גבינה

פסטה  
ברוטב שמנת  
וערמונים



#### מרכיבים להגשה

- 1 גביע (200 מ"ל) שמנת חמוצה תנובה
- 2 כפות רוטב צ'ילי מתוק
- פלפלונים קטנים
- מלפפונים קטנים

#### אופן ההכנה

1. פורסים כל משולש גבינה לחמש פרוסות.
2. טורפים את הביצים עם המלח והתבלינים.
3. טובלים את פרוסות הגבינה בקמח ומייד אחרי בביצה.
4. מצפים בפירורי לחם ומהדקים, מניחים על מגש מרופד בנייר אפייה ומקפיאים ל-30 דקות.
5. מחממים שמן עמוק ומטגנים עד להזהבה קלה.
6. מגישים חם לצד מטבל שמנת חמוצה מעורבבת עם רוטב צ'ילי מתוק ומסביב פלפלונים ומלפפונים קטנים.

#### המלצה

להוסיף להגשה סלט קצוץ.

שניצלוני  
גבינה



חלבי | קל | 60 דקות | 12 יחידות



#### מרכיבים

- 3 פלחי גלעד/קשקבל  
COLLECTION (200 גרם כ"מ)
- 1 כוס קמח
  - 2 ביצים
  - 1 כפית מלח
  - 1/2 כפית אורגנו יבש
  - 1/2 כפית שום גבישי
  - 2 כוסות פירורי לחם
  - שמן עמוק לטיגון





## קיש כרשה ותרד

חלבי | קל | 50 דקות | 10 מנות



### מרכיבים

- 2 יחידות כרשה פרוסות לאורכן ליצירת ספירלה או 1 שקית (600 גרם) כרשה חתוכה סנפרוסט להכנה מהירה יותר
  - 1 חבילת בצק פריך מלוח מעדנות (900 גרם)
  - 1/2 שקית (400 גרם) עלי תרד סנפרוסט
  - 30 גרם חמאת תנובה
  - 1 מכל (250 מ"ל) שמנת לבישול 15% השף הלבן
  - 1 פלח גלעד/קשקבל COLLECTION (200 גרם) מגורר
  - 2 ביצים
  - 1 כפית מלח
  - 1 כפית פלפל שחור גרוס
  - 1 קורט אגוז מוסקט
- מרכיבים לטופינג**  
גבעולי טימין טרי

### אופן ההכנה

1. פורסים את הבצק הפריך ומצמידים היטב לתבנית קיש.
2. בסיר עם מים חולטים את הכרשה ל-8 דקות ומסננים.
3. טורפים בקערה תרד סחוט מנוזלים, ביצים, שמנת לבישול, מלח, פלפל ואגוז מוסקט.
4. מגררים קשקבל ומוסיפים למסה, מוסיפים את טבעות הכרשה ומערבבים. לגרסת הספירלה, מוסיפים אל הבצק (לאחר הוספת המסה) פסי כרשה מקופלים לאורכם בצורת ספירלה.
5. מעבירים את המסה לתבנית הקיש המרופד בצק - בשלב זה ניתן לקשט את שולי הקיש בבצק שנותה.
6. אופים בתנור שחומם מראש ל-170 מעלות כ-40-45 דקות.



## מק אנד צ'יז

מתאים לילדים

חלבי | קל | 70 דקות | 6-8 מנות



ניתן לטבען עם חלב קרם קוקוס וממרח סויה

### מרכיבים

- 1 חבילה של פסטה בצורות קצרות

### מרכיבים לבשמל

- 50 גרם חמאת תנובה
- 4 כפות קמח
- 1 כפית מלח
- קורט אגוז מוסקט
- 2.5 כוסות חלב תנובה

### מרכיבים למאפה

- 2 גביעים (2\*250 גרם) קוטג' 12% תנובה
- 1 חבילה (300 גרם) פתיתי טריו מיקס מוצרלה, סקנדינבית וגאודה השף הלבן
- 1 מכל (250 מ"ל) שמנת לבישול 15% השף הלבן
- 1 כפית מלח
- 1 כפית פלפל שחור גרוס



### אופן ההכנה

1. מבשלים את הפסטה לפי ההוראות על השקית ומסננים.
2. בסיר קטן ממיסים חמאה עם מלח ואגוז מוסקט. אחרי שהחמאה נמסה מוסיפים קמח ומערבבים, מוסיפים בהדרגה חלב ומערבבים במטרפה עד לקבלת בשמל סמיך - ומסירים מהאש.
3. בקערה גדולה מניחים את הפסטה, רוטב הבשמל, הקוטג' ומחצית מפתיתי הטריו.
4. מערבבים ומעבירים לתבנית משומנת.
5. מפזרים מעל את יתרת פתיתי הטריו ואופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-45 דקות.



# אָרְנָצ'ינִי מְפִתִּיתִים וּגְבִינֹת בְּצֵפֵי פְּרִיךְ



חלבי | קל | 70 דקות | 15-18 מנות



## אופן ההכנה

1. במחבת רחבה מחממים שמן זית, ומוסיפים פתיתים ותבלינים.
2. מטגנים בשלוש דקות תוך כדי ערבוב ומוסיפים מים רותחים לפי ההוראות על השקית.
3. מבשלים על אש בינונית ללא כיסוי עד לאידוי המים. כשהמים מתאדים, מוסיפים גביע קוטג' וממשיכים לערבב עד שהקוטג' נמס, מוסיפים פתיתי עמק, מערבבים ומסירים מהאש.
4. מעבירים לקערה ולאחר מכן למקרר לציטון מלא.
5. טורפים בקערה אחת ביצים ובקערה שנייה מניחים פירורי לחם.
6. מחממים שמן, יוצרים מהבלילה כדורים עגולים קטנים, טובלים בביצה ובפירורי לחם ומטגנים טיגון עמוק עד להזהבה.

## הצעת הגשה

על צלחת ההגשה מורחים גבינת עיזים/בולגרית למריחה, יוצרים מעין שקע במרכז ומניחים בו עגבניות מרוסקות. מפזרים שמן זית ואורגנו ועורמים את הארנצ'יני במרכז.

## מרכיבים

- 2 כפות שמן זית
- 1 שקית פתיתי אורז
- 1 גביע (250 גרם) קוטג' 12% תנובה
- 1 שקית פתיתי עמק 500 גרם
- 1 כפית מלח
- 1 כפית פלפל שחור גרוס
- 1 כפית שום גבישי
- 1 כפית אורגנו יבש
- 3 ביצים
- 1 כוס קמח
- 2 כוסות פירורי לחם זהובים



## מרכיבים להגשה

- גבינת עיזים/בולגרית למריחה
- שמן זית
- בלסמי מצומצם
- עלי אורגנו טריים
- 3 עגבניות מרוסקות



ארנצ'יני מפתיתים וגבינות בציפוי פריך ↓



בצלים  
מחולאים  
בבורגול



מאפה פיצה בצורת קובנה



## מאפה פיצה בצורת קובנה

חלבי | בינוני | 90 דקות | מאפה בקוטר 24



### מרכיבים למריחה

- 100 גרם חמאת תנבה מומסת
- 50 גרם רסק עגבניות מעורבב עם כפית שום גבישי וכפית אורגנו יבש

### מרכיבים לפיזור

- 1 שקית (200 גרם) פתיתי מוצרלה השף הלבן
- 1 חבילה (100 גרם) פתיתי פרמזן השף הלבן

### מרכיבים לבצק הקובנה



- 500 גרם קמח
- 1 כף שמרים יבשים
- 1 כפית מלח
- 1/4 כוס סוכר
- 1 ו 1/2 - 2 כוסות מים פושרים
- 50 גרם חמאת תנבה מומסת

### מרכיבים להגשה

- עגבניות מרוסקות
- זיתים

### אופן ההכנה

1. בקערת מיקסר עם וו לישה מערבבים קמח שמרים וסוכר (ניתן ללוש ידנית).
2. יוצרים גומה ומוסיפים לה מלח, 50 גרם חמאה מומסת ובוטס וחצי של מים פושרים.
3. ממשיכים ללוש ומוסיפים עוד חצי כוס מים אם יש צורך - הבצק אמור להיות במרקם גמיש ודביק מעט.
4. משאירים להתפחה בקערה מכוסה בשקית כ-40 דקות.
5. לאחר 40 דקות לשים את הבצק שוב על משטח מקומח, מחלקים אותו לשני חלקים ומרדדים כל חלק לעלה דק.
6. מערבבים רסק עם חמאה מומסת ותבלינים ומורחים על העלים.
7. מערבבים ומפזרים את פתיתי גבינות המוצרלה והפרמזן.
8. מגללים כל חלק לרולדה מהודקת וחותבים לשושנים (כ-6 חתיכות סה"כ), משמנים בחמאה סיר בינוני של ג'חנן/קובנה ומניחים בצפיפות את השושנים - החיתוך מופנה כלפי מעלה - מכסים ומתפחים כ-25 דקות.
9. אופים בתנור שחומם מראש ל-170 מעלות כחצי שעה כשהסיר מכוסה ואז מסירים את מכסה הסיר וממשיכים לאפות עד השחמה כ-6 דקות נוספות.

## ! בצלים ממולאים בבורגול

חלבי | בינוני | 70 דקות | 10-8 מנות

ניתן להכנה גם ללא גלוטן בהחלפת הבורגול בקינואה/אורז



### מרכיבים למלית

- 1 כוס בורגול גס מושרה כחצי שעה במים רותחים
- 1/2 שקית (400 גרם) מדליוני תרד סנפרוסט מופשר וסחוט
- 1 אריזה (250 גרם) גבינת חרמון 16% פיראוס
- 6 בצלים גדולים
- 1 כפית פפריקה מתוקה
- 1 כפית מלח
- 1 כפית פלפל שחור גרוס
- 1 כפית גדושה שום גבישי
- 1 בצל קטן קצוץ דק
- 1/2 כוס עלי נענע
- 1 כף רסק עגבניות
- 4 כפות שמן זית

### מרכיבים לרוטב

- 1 פחית עגבניות מרוסקות
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 2 כפות דבש
- 1/4 כוס שמן זית
- 1 כוס מים
- 1 כפית מלח
- 1 כפית פלפל שחור גרוס
- 1 כפית שום גבישי

### מרכיבים להגשה

- 1 גביע (250 גרם) פטה עיזים 16% פיראוס
- עלי טימין טריים

### אופן ההכנה

1. קולפים את הבצלים, חותכים חתך לאורכם ומבשלים אותם כרבע שעה במים עד שהם נפתחים.
2. מסננים, מצננים ומקלפים גלדים.
3. מפוררים לגושים את גבינת החרמון, מוסיפים את שאר מרכיבי המלית ומערבבים היטב - רצוי ללוש קלות.
4. ממלאים את הבצלים במלית ומגללים.
5. מניחים את הבצלים בתבנית עם שוליים משומנת היטב בשמן זית.
6. מערבבים את מרכיבי הרוטב ויוצקים על הבצלים. בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות אופים 45-50 דקות עד להשחמת הבצלים.
7. מפוררים מעל פטה ועלי טימין ומגישים חם.



עוגת גבינה, פיסטוק ושוקולד - "דובאי סטייל"

סבריות



## עוגת גבינה, פיסטוק ושוקולד - "דובאי סטיל"



חלבי | קל | 60 דקות | 12 מנות קוטר 24



### מרכיבים לקישוט

- 100 גרם פיסטוק גרוס גס
- 100 מ"ל שמנת מתוקה להקצפה 32% השף הלבן
- 100 גרם שוקולד מריר

### אופן ההכנה

1. מחממים תנור ל-150 מעלות ומניחים בתחתית תבנית עם מים חותמים.
2. בוחרים תבנית קפיצית בעלת שוליים גבוהים. מרפדים את כל השטח שלה בנייר אפייה משומן קלות.
3. ממיסים חמאה ומערבבים עם מרכיבי הקלתית, משטחים על התבנית.
4. מקציפים ביצים עם סוכר עד לקבלת קצף יציב ולא נקשה.
5. מוסיפים את שאר מרכיבי המלית, מאחדים את המסה ויוצקים על הקלתית.
6. אופים כשעה ורבע בחום של 150 מעלות ומשאירים בתנור סגור כעשרים דקות לפני הוצאה.
7. במיקרוגל ממיסים בפולסים שמנת מתוקה עם שוקולד לבן ומערבבים עד לקבלת גנאש אחיד, מוסיפים מחית פיסטוק ומערבבים.
8. מצננים את העוגה ויוצקים את הטופינג.
9. ממיסים את השוקולד המריר שנתר עם השמנת ומעבירים לשקית זילוף.
10. מזלפים פסים עדינים או נקודות בצורה לא אחידה ומפורזים סביב העוגה פיסטוק גרוס.

### מרכיבים לקלתית

- 100 גרם חמאת תנובה מומסת
- 8 ביסקוויטים טחונים
- 50 גרם מחית פיסטוק
- 200 גרם שערות קדמאף קצוצות דק מאוד

### מרכיבים למלית הגבינה

- 5 ביצים
- 2 גביעים (2\*250 גרם) גבינת מסקרפונה השף הלבן
- 3 גביעים (3\*200 מ"ל) "שמנת אורגניל של פעם"
- 1 גביע (250 גרם) גבינה לבנה 9% תנובה
- 1 שקית (80 גרם) אינסטנט פודינג בטעם וניל
- 2 כפות קורנפלור
- 3/4 כוס סוכר



100 גרם פיסטוק טחון

### מרכיבים לטופינג

- 50 גרם מחית פיסטוק
- 150 מ"ל שמנת מתוקה להקצפה 32% השף הלבן
- 200 גרם שוקולד לבן

## ! סבריות

חלבי | קל | 60 דקות | 10-12 יחידות



### מרכיבים

- 4 ביצים
- 1 כוס סוכר
- 1 כוס קמח תופח
- 1/2 כוס סולת
- 1 כפית תמצית רום
- 1 גביע (200 מ"ל) שמנת חמוצה תנובה
- 100 גרם חמאת תנובה רכה מאוד

### מבשלים יחד כ-10 דקות מרכיבים לסירופ

- 1 כוס מים
- 3/4 כוס סוכר
- 1 כף תמצית רום

### מרכיבים לקרם

- 1 גביע (250 מ"ל) גבינת מסקרפונה השף הלבן
- 2 כפות (30 גרם) אינסטנט פודינג בטעם וניל
- 2 כפות אבקת סוכר
- 1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה להקצפה 38% השף הלבן



### מרכיבים לקרם פירות יער

- 1 שקית פירות יער סנפרוסט
- 1 כף שטוחה קורנפלור מהולה בשלוש כפות מים
- 1/2 כוס סוכר (70 גרם)

### אופן ההכנה

1. בסיר קטן מבשלים יחד את מרכיבי קרם פירות היער עד להסמכה קלה, מסירים מהאש, טוחנים ומצננים.
2. מקציפים יחד את כל מרכיבי הסברית מלבד הסולת והקמח התופח.
3. מוסיפים את הקמח ואת הסולת ומערבבים עד למסה אחידה.
4. יוצקים לתבנית שקעים מסיליקון משומנת, עד לגובה של 3/4 מגובה השקעים.
5. אופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות כ-30 דקות עד הזהבה.
6. מחלצים בהירות את המאפים, מעבירים את הסירופ לקערה וטובלים בה כל פעם 2-3 סבריות כדי שיספגו מהסירופ - מעבירים בהירות לצינון על מגש.
7. מקציפים יחד את מרכיבי הקרם לקרם עמיד וממלאים את הסבריות.
8. מגישים עם רוטב פירות יער מעל.





## מיני-רוֹלָדוֹת בְּכֹל מִינֵי צְפוּיִים



חלבי | קל | 60 דקות | 8-10 מנות

ניתן להכנה גם ללא גלוטן  
בהחלפת הקמח והפודינג



### מרכיבים לרולדה

- 4 ביצים
- 1/2 כוס סוכר
- 1 כפית מבקת אפייה
- 4 כפות שמן קנולה
- 120 גרם קמח
- 3 כפות חלב תנובה
- 1 כפית תמצית וניל



### מרכיבים למלית

- 1 חבילה בישקוטי
- 1 שקית (80 גרם) אינסטנט פודינג בטעם וניל
- 1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה להקצפה 38% השף הלבן
- 1 גביע (250 גרם) גבינה לבנה 9% תנובה
- 100 גרם מבקת סוכר
- 1 כפית תמצית וניל

### ממיסים יחד מרכיבים לציפוי שוקולד

- 1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה להקצפה 38% השף הלבן
- 200 גרם שוקולד מריר/חלב/לבן

### מרכיבים לטופינג

- 3 כפות ממרח קרמל (לוטוס) מומס בשקית זילוף
- קוקוס קלוי/פיסטוקים שבורים גס/פירות יער

### אופן ההכנה

1. בקערת מיקסר מקציפים יחד ביצים וסוכר לתערובת תפוחה.
2. מוסיפים שמן, חלב, תמצית ווניל, קמח ומבקת אפייה.
3. מקציפים רק עד להתמעת הקמח במסה.
4. מרססים שמן על נייר אפייה ומניחים על תבנית שטוחה מלבנית.
5. יוצקים את המסה ומיישרים במרית.
6. אופים בתנור שחומם מראש ל-170 מעלות כ-15 דקות עד הזהבה, מוציאים והופכים בזהירות על נייר אפייה נוסף ומחלצים את נייר האפייה העליון. מגלגלים לרולדה ומכסים עד לצינון.
7. פורסים את הרולדה וחותכים בזהירות למלבנים שווים ברוחב בישקוטי.
8. מקציפים יחד את מרכיבי המלית ומורחים שכבה על כל מלבן, מניחים בישקוטי בתחילת כל מלבן ומגלגלים.
10. מצפים בגנאש ומקשטים.

## מלֶבְנֵי קָרֶם גְּבִינָה וְזֵלוּפֵי שׁוֹקוֹלָד



חלבי | קל | 40 דקות | 6-8 מנות

ניתן להכנה גם ללא גלוטן  
בהחלפת הקמח והפודינג



### מרכיבים

- 1 חבילה ביסקוויטים
- 1 ו-1/2 כוסות חלב תנובה

### מרכיבים לקרם הגבינה

- 1 כוס סוכר
- 2 גביעים (200\*2 מ"ל) "שמנת אורגניל של פעם"
- 1 מכל (250 מ"ל) שמנת להקצפה 38% השף הלבן
- 1 גביע (250 גרם) גבינת מסקרפונה השף הלבן
- 1 גביע (250 גרם) גבינה לבנה 5% תנובה
- 1 שקית (80 גרם) אינסטנט פודינג בטעם וניל

### מרכיבים לטופינג

- 150 מ"ל שמנת מתוקה להקצפה 38% השף הלבן
- 200 גרם שוקולד לבן

### מרכיבים לפסי השוקולד

- \* ניתן להחליף את פסי השוקולד בפירות יער קפואים, טחונים עם 100 גרם מבקת סוכר.
- 100 מ"ל שמנת מתוקה להקצפה 38% השף הלבן
- 150 גרם שוקולד מריר

### אופן ההכנה

1. מקציפים יחד את כל מרכיבי קרם הגבינה לקרם רך ויציב.
2. ממיסים במיקרוגל בפולסים של 30 שניות או על באן מארי את השמנת עם השוקולד המריר עד לקבלת גנאש, מעבירים לשקית זילוף עם חור קטן.
3. טובלים את הביסקוויטים בחלב ומניחים ברינג ריבועי.
4. מניחים מהקרם ומזלפים שורות דקות של קרם שוקולד (או פירות יער טחונים).
5. טובלים שכבה שנייה של ביסקוויטים ומניחים מעל. חוזרים על הפעולה עם הקרם והביסקוויטים שלוש פעמים כך שהשכבה העליונה היא קרם - ומיישרים.
6. ממיסים יחד את מרכיבי הטופינג ומפורים מעל.
7. מטפטפים נקודות של הגנאש/פירות היער ובעזרת שיפוד מושכים משיכות עדינות שיתמזגו עם השוקולד הלבן, מעבירים לקירור (רצוי של לילה שלם) ופורסים למלבנים.





מיני־רולדות  
בכל מיני  
ציפויים

מלבני קרם גבינה  
וזילופי שוקולד



עוגת  
גבינה  
מושחתת



## עוגת גבינה מושחתת



חלבי | בינוני | 60 דקות | 10-12 מנות



### מרכיבים לשכבת הבראוניז

- 100 גרם חמאת תנובה
- 2 ביצים
- 1 כפית וניל
- 100 גרם שוקולד מריר
- 2 כפות קקאו
- 3 כפות קמח לבן
- 5 כפות סוכר

### מרכיבים למלית

- 1 גביע (225 גרם) גבינת שמנת נפוליאון בטעם טבעי 25%
- 1 כפית תמצית וניל
- 1 גביע (500 גרם) גבינה לבנה 9% תנובה
- 4 כפות (60 גרם) אינסטנט פודינג בטעם וניל
- 100 גרם אבקת סוכר
- 20 גרם ג'לטין מוחס בשלוש כפות מים
- 250 מ"ל שמנת מתוקה להקצפה 38% השף הלבן (משתמשים רק ב-150 מ"ל ואת היתרה שומרים לטופינג)

### מרכיבים לשכבת הקרמל

- 1 מכל (250 מ"ל) שמנת מתוקה להקצפה 38% השף הלבן
- 20 גרם חמאת תנובה
- 140 גרם סוכר
- קורט מלח

### מרכיבים לטופינג

יתרת השמנת להקצפה (100 מ"ל) עם כף אבקת סוכר  
250 גרם בוטנים קלופים, קלויים וגרוסים גם  
שוקולד מריר/חלב קצוץ דק בקולפן או בסכין חדה

### אופן הכנת הקרמל-טופי

1. מחממים את הסוכר במחבת/קלחת עם תחתית עבה.
2. מחממים שמנת במיקרוגל בפולסים של 30 שניות מבלי להביא לרתיחה. כשהסוכר מתחיל להזהיב מוסיפים בהדרגה את השמנת תוך כדי בחישה.
3. מסירים מהלהבה ומוסיפים קורט מלח, חמאה ומערבבים היטב.
4. מצננים לפני השימוש.

### אופן הכנת קלתית הבראוניז

5. מחממים את השוקולד עם החמאה ומערבבים, מוסיפים את שאר המרכיבים ומערבבים לתערובת אחת.
6. מעבירים לתבנית עגולה קפיצית מרופדת בנייר אפייה בתחתית ואופים בתנור שחומם ל-180 מעלות כ-10-12 דקות, מוציאים ומצננים.

### אופן הכנת מסת הגבינה

7. לאחר צינון קלתית הבראוניז, מומלץ לצפות את שולי התבנית בפנים בשקף הגשה יפה (לא חובה).
8. מקציפים יחד את מרכיבי המלית, מלבד הג'לטין, לקרם יציב.
9. מחממים את הג'לטין 20 שניות במיקרוגל ומוסיפים למסה תוך כדי הקצפה.
10. יוצקים את המלית על התחתית המצוננת ומקררים בשעתיים.
11. מקציפים את השמנת, מזלפים על העוגה, מקשטים בבוטנים ובשברי שוקולד.



"מקטן ועד גדול", מתכוני שבועות לכל המשפחה

מתכונים וייעוץ קולינרי: אינס ינאי | צילום: נמרוד סונדרס  
ארט וסטיילינג: נעה קנריק | עיצוב גרפי: ערן לובינגר | הפקה קולינארית: מור כהן  
ניהול הפקה: שירה ביסקוביץ-שוורץ, גיא חלף.

סרקו את הקוד לצפייה  
בחוברת הדיגיטלית

ynet תנובה

