

Constructa
קונסטרוקטה באה לעבוד. במטבח.

תום פרינץ

Constructa

**חוברת מתכונים
חגיגיים לפסח של
השף תום פרינץ**

צלי כתר שלם ביין וירקות שורש

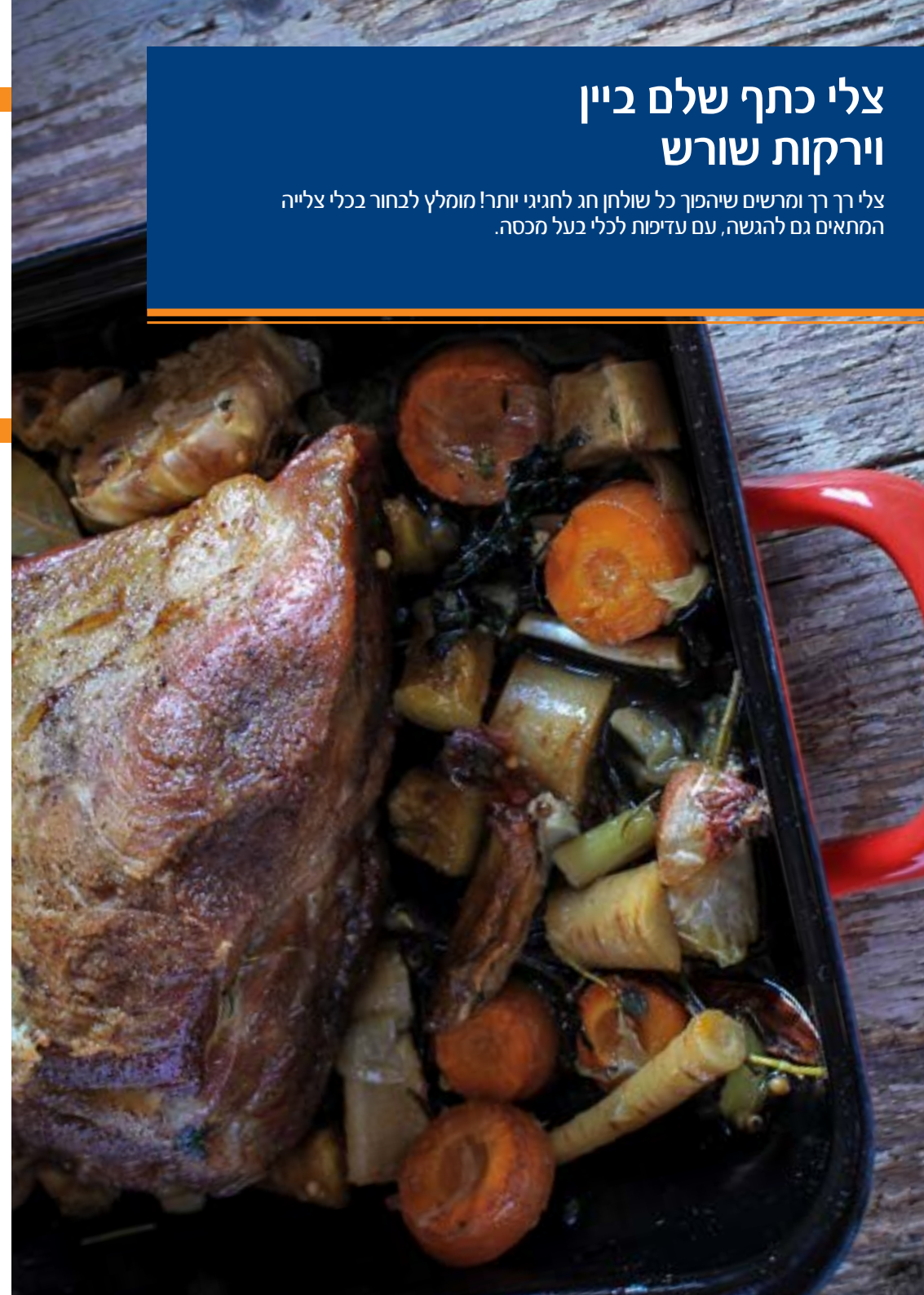
צלי רך ומרשים שיהפוך כל שולחן חג לחגיגי יותר! מומלץ לבחור בכלי צלייה המתאים גם להגשה, עם עדיפות לכלי בעל מכסה.

מצרכים

- נתח צלי כתר במשקל של כ-2 ק"ג
- 4 כפות שמן
- 8 בצלים סגולים קלופים וחצויים (אם הם ממש קטנים - השאירו אותם שלמים)
- 4-8 שיני שום קלופות חצויות
- 4 גזרים גדולים, קלופים וחתוכים
- 1 ראש סלרי קלוף וחתוך לרבעים או שמיניות
- 350 גרם ארטישוק ירושלמי קלוף
- 1/2 בקבוק יין לבן או ציר עוף או מים
- מלח ופלפל לפי הטעם

אופן ההכנה

משמנים את הנתח מכל צדדיו, מניחים בתבנית ומכניסים לתנור שחומם מראש ל-220 מעלות על מצב גריל, עד שהנתח מזהיב (כ-20 דקות).
מנמיכים את הטמפרטורה ל-150 מעלות, מוסיפים את הירקות סביב הנתח, יוצקים מעליהם את היין עד לגובה של כסנטימטר וחצי (הוסיפו עוד במידת הצורך) ומתבלים במלח ופלפל.
מכסים את התבנית במכסה או בנייר כסף ואופים עד שהנתח מתרכך (כשעתיים).
במידת הצורך אפשר להוסיף נוזלים במהלך הצלייה. ניתן לפרוס ולהגיש חם או להעביר לקירור למשך הלילה ולפרוס לפני החימום.



כרעיים צלויים ברוטב תפוזים ג'ינג'ר ונענע

רוטב מיוחד בעל טעמים מתקתקים ובמרקם של סירופ מצומצם, המשלב בתוכו מיץ תפוזים טרי, ג'ינג'ר, נענע ושום. יוצקים אותו חם על כרעי העוף הצלויים ברגע שהן מוכנות, לספיגת טעמים נהדרת.

מצרכים

רוטב תפוזים ג'ינג'ר ונענע

100 גרם סוכר
250 מ"ל מיץ תפוזים טרי
1-3 שיני שום כתושות דק
50 גרם שורש ג'ינג'ר, קלוף וקצוץ דק
חופן עלי נענע קצוץ דק

כרעיים

8 כרעי עוף
שמן זית לצלייה
מלח ופלפל טרי גרוס
תפוז טרי פרוס לפרוסות דקות

אופן ההכנה

רוטב תפוזים ג'ינג'ר ונענע

יוצקים לסיר קטן את כל הרכיבים מלבד הנענע ומביאים לרתיחה. מנמיכים מעט את האש ומבשלים כ-15 דקות נוספות. מכבים את האש ומוסיפים את הנענע. אם תעדיפו מרקם חלק יותר, תוכלו לסנן את הרוטב וכך להוציא את הג'ינג'ר, השום והנענע, אך לא חובה.

צליית הכרעיים

משמנים את כרעי העוף בשמן זית, מתבלים במלח ופלפל וזוגגים שכל הצדדים יהיו מכוסים. מעבירים את הכרעיים לתבנית פיירקס, מניחים ביניהם את פרוסות התפוז ומכסים בנייר כסף. מכניסים לתנור שחומם מראש ל-160 מעלות עד שהכרעיים מוכנים למשך 50-60 דקות - בשלב זה הם עדיין לא ישחימו. מוציאים את התבנית מהתנור, מעלים את הטמפרטורה ל-220 מעלות, יוצקים על הכרעיים 6-8 כפות מהרוטב ומחזירים לתנור למשך 15-20 דקות - עד שהכרעיים זהובים לטעמכם. מקפיצים להבריש את הכרעיים כל 5 דקות בעוד מהרוטב.

הגשה

ניתן לצקת על הכרעיים עוד מהרוטב ולהגיש לצד ירקות צלויים, אורז, בטטות או תפוחי אדמה אפויים.

טיפ!

זהו רוטב נהדר גם לתיבול סטייקים, טלה או חזה עוף והוא נשמר היטב כשהוא מאוחסן הרמטית בקירור. לכן מומלץ להכין מראש כמות גדולה.



רוסט חזה הודו בזבש לצד בטטות אפיות

מתכון טעים המצריך דיוק בזמנים כדי שהבשר ישאר עסיסי. מומלץ להכין את המנה עם בטטות אפיות רכות המשתלבות נהדר עם ההודו, ולצפות הכל ברוטב רמולד – אבן בסיס במטבח הצרפתי, שכן הוא מתאים לדגים ובשר אך משתלב מעולה גם עם ביצים קשות או כמחרר בכני עצמו.

מצרכים

רוסט

1/2 פרפר הודו (כ-1 ק"ג) בטמפרטורת החדר
1/2 כוס שמן זית
מלח ופלפל לפי הטעם
3 כפות זבש
1/2 כפות פפריקה מתוקה
1 כפית פפריקה מעושנת
1 כפית שבבי ציילי

בטטות

4 בטטות בינונית שוות בגודלן, שטופות ולא מקולפות
4 כפות מלח גס

רוטב רמולד

1 כוס מיונד
1 כפית חרדל דיז'ון
1/4 צרור שמיר קצוץ ללא גבעולים
1 שן שום כתושה
מיץ מלימון אחד
קורט פלפל ציילי או פפריקה חריפה
קורט פלפל שחור גרוס טרי
כפית סוכר לבן
2 מלפפונים חמוצים קצוצים
כף צלפים קצוצים

אופן ההכנה

רוסט ובטטות

יוצרים מצע מלח על תבנית אפייה ומעליו מניחים את הבטטות. מכניסים למדף התחתון בתנור שחומם מראש ל-220 מעלות, בתוכנית אוויר חם 30, ואופים עד שהבטטות רכות למגע וקליפתן מתחילה להיפרד מהבשר שלהן (כ-40 דקות). במקביל מערבבים בקעריית 1/4 כוס משמן הזית עם זבש, פפריקה מתוקה, פפריקה מעושנת ושבבי ציילי. משמנים את נתח ההודו במחצית שמן הזית שנותרה ומתבלים במלח ובפלפל. לאחר שהנתח משומן מכל צדדיו, מעבירים אותו לתבנית צלייה מרופדת בנייר אפייה וצולים בתנור למשך כ-25 דקות (במקביל לצליית הבטטות). לאחר מכן מנמיכים את החום ל-180 מעלות, מוציאים את הנתח, מורחים אותו מכל צדדיו בתערובת הזבש והפפריקה וצולים כ-10 דקות נוספות. בעזרת סכין דוקרים את הנתח במרכזו ובזדקים אם הוא מוכן – עליו להיות לבן ועסיסי (ולא ורוד). מוציאים מהתנור ונותנים לו לנוח בצד כ-5 דקות לפני הפריסה בשביל למנוע בריחה של הנוזלים.

רוטב רמולד

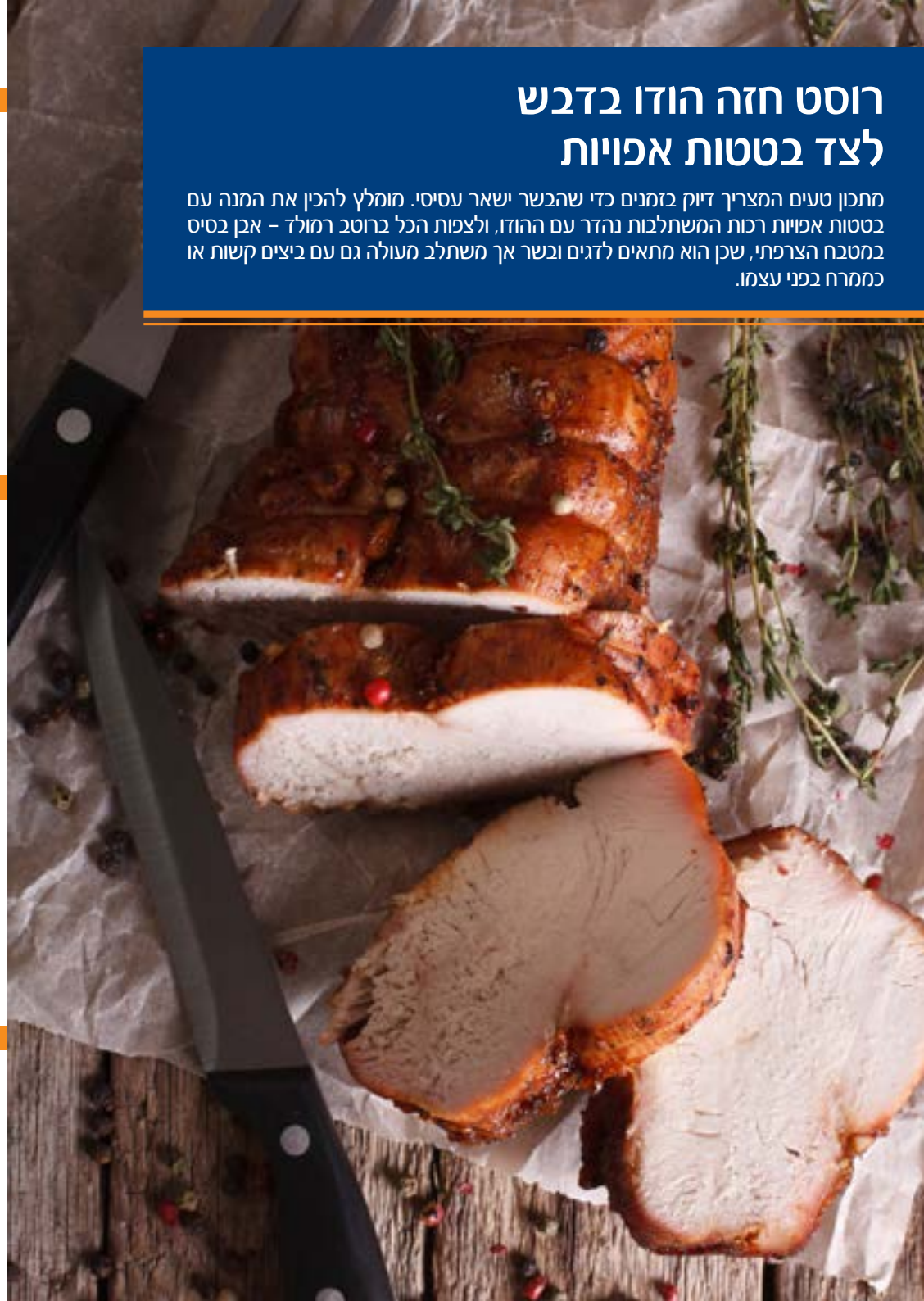
מערבבים בקערה או בצנצנת ערבוב את המיונד, החרדל, השמיר הקצוץ, את שן השום הכתושה, מיץ הלימון ואת שאר התבלינים. מוסיפים את קוביות המלפפון והצלפים ומערבבים קלות שוב. טועמים ומתקנים תיבול.

הגשה

מניחים על צלחת מספר פרוסות רוסט, חוצים את הבטטות על קליפתן, לאורכן (לא עד הסוף) ומניחים לצד פרוסות הבשר. יוצקים על הרוסט כף גדושה מהרוטב, מוסיפים כף רוסט גם על כל בטטה ומגישים.

טיפ!

פרסו דק את הרוסט וקבלתם כסטרמה ביתית ליום שאחרי, או שתחתכו אותו לקוביות ותוסיפו לסלט.



נתחי דגים בתבשיל קארי אקזוטי

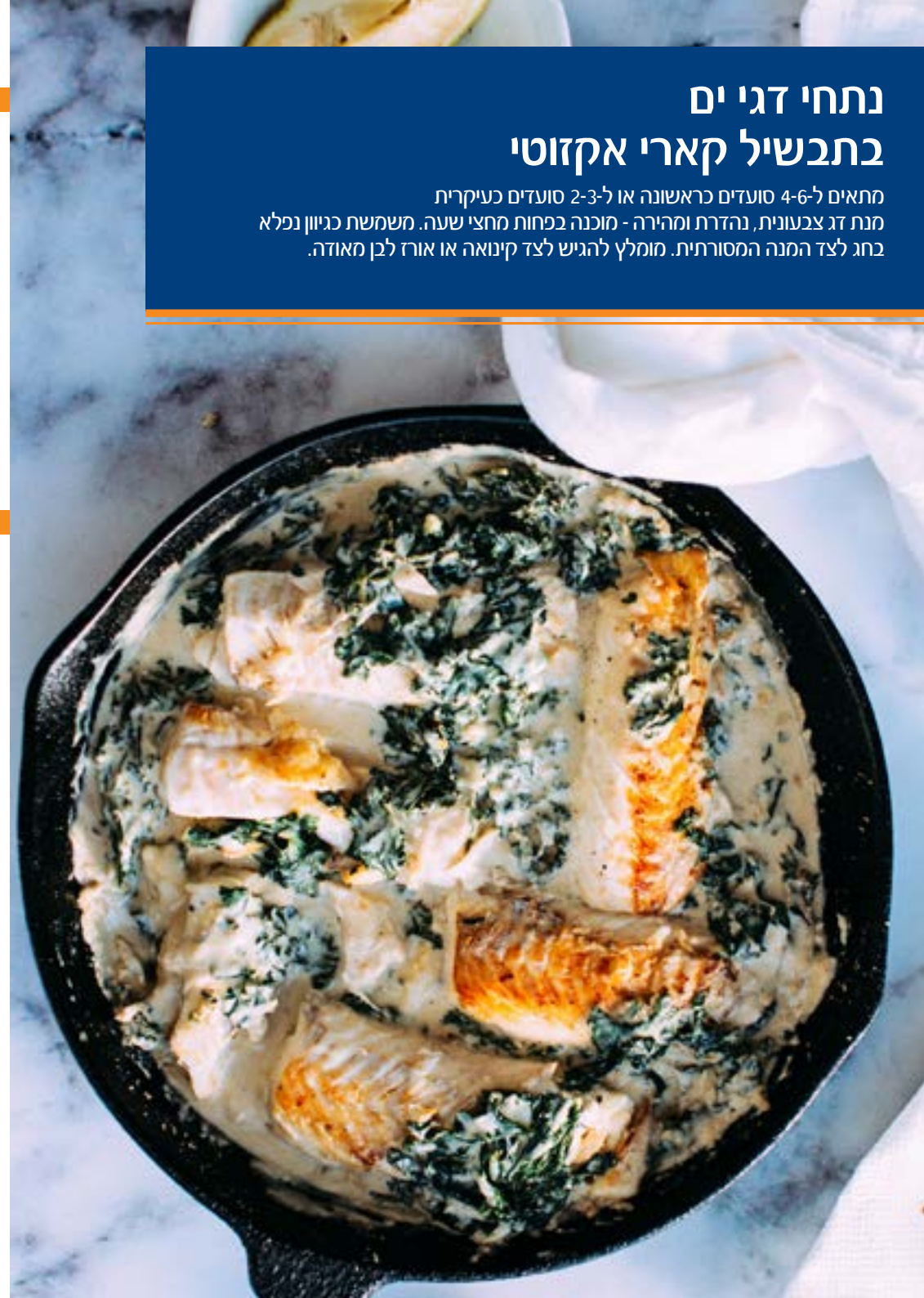
מתאים ל-4-6 סועדים כראשונה או ל-2-3 סועדים כעיקרית
מנת דג צבעונית, נהדרת ומהירה - מוכנה בכפות מחצי שעה. משמשת כגיוון נפלא
בחג לצד המנה המסורתית. מומלץ להגיש לצד קינואה או אורז לבן מאודה.

מצרכים

- שמן ניטרלי (קנולה, חמניות וכו')
- פיסת ג'ינג'ר באורך 2 ס"מ, מגוררת
- 2 בצלים חתוכים לחצאי טבעות
- 3 שיני שום כתושות
- 1 פלפל צ'ילי פרוס לטבעות
- 1 כף גדושה תבלין קארי
- 1 כף סוכר
- 400 מ"ל חלב קוקוס (פחית)
- 800 גרם פילה דגים (דניס, לברק, מוסר) חתוך לנתחים בינוניים
- 200 גרם קייל קצוץ
- מלח לפי הטעם
- רבעי לימונים/ליים - להגשה

אופן ההכנה

מחממים שמן במחבת גדולה בעלת מכסה. מוסיפים מלח ואת הבצלים ומטגנים עד הזהבה. מוסיפים פנימה את הג'ינג'ר, השום, הצי'לי ומערבבים במשך 2 דקות. מוסיפים את הקארי ואת הסוכר וממשיכים לערבב. כשהסוכר נמס והתערובת מתאחדת, מוסיפים קייל, את חלב הקוקוס ו"שלוך" מים. מערבבים עד לרתיחה עדינה. טועמים ומתקנים תיבול. מוסיפים פנימה את נתחי הדגים, שיהיו בתוך הרוטב ומכסים את המחבת. מבשלים עד שנתחי הדגים מוכנים (כ-10-5 דקות). טועמים שוב ומתקנים תיבול. מומלץ לסחוט פנימה לימון טרי, בסמוך להגשה.



פילה שלמון ביין לבן וסילאן

מנת חג חגיגית ומנצחת, המשלבת בין פיקנטיות למתיקות.
תתכוננו - זה מתכון שכולם יבקשו!

מצרכים

דג שלמון

6 נתחי פילה שלמון במשקל 200 גרם כ"א
3 כפות שמן זית
1/4 כוס יין לבן
2 כפות סילאן
מלח ופלפל לפי הטעם

גזר צלוי

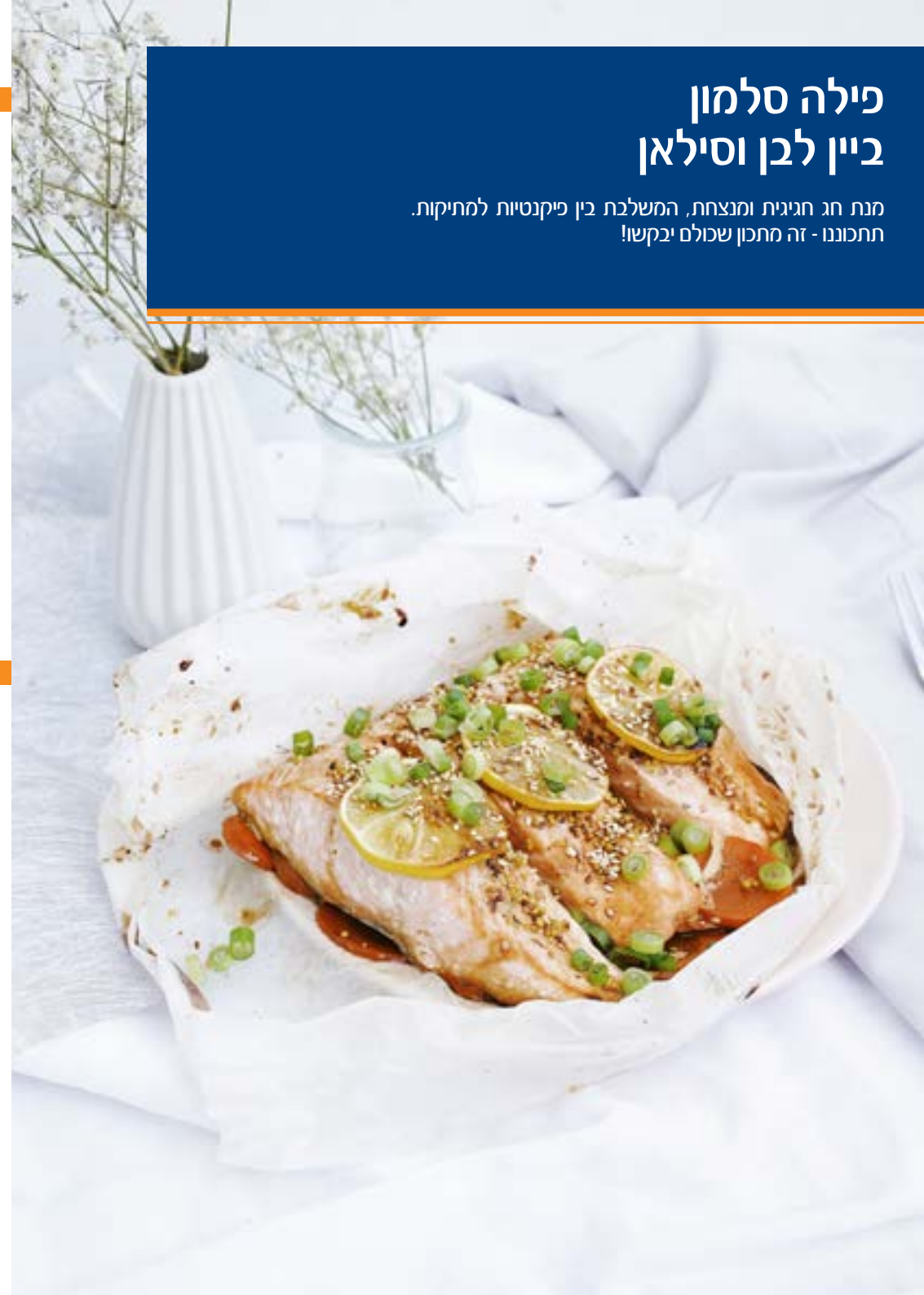
6 גזרים קלופים וחתוכים לפרוסות
1 כף סוכר חום
1/4 כוס יין לבן
שמן זית לזילוף
מלח ופלפל לפי הטעם

להגשה

פרוסות לימון טרי
בצל ירוק קצוץ לטבעות
חופן שומשום קלוי

אופן ההכנה

בקערה מערבבים היטב את פרוסות הגזר, הסוכר, היין הלבן ומוסיפים שמן זית בנדיבות. מתבלים במלח ופלפל. מעבירים לתבנית המרופדת בנייר אפייה וצולים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות, עד שהגזרים מתחילים להתקרמל (כ-20 דקות).
15 דקות לפני ההגשה צולים את הדג: מערבבים את שמן הזית, היין הלבן והסילאן בקערית. מעל הגזרים הצלויים מסדרים את הדגים ויוצקים את התערובת מהקערית.
צולים בתנור כ-15 דקות או עד שהדגים מוכנים לטעמכם. מגישים עם שומשום קלוי ובצל ירוק קצוץ, לצד פרוסות לימון.



פורל שלם אפוי בבצק מלח

בזכות שיטת הבישול המיוחדת, הנוזלים של הדג נשמרים בתוכו ומתקבלת מנה עסיסית במיוחד. את הרוטב מכינים בזמן הצלייה. מומלץ להגיש בליווי תפוחי אדמה צלויים וסלט ירוק בוויניגרט עדין.

מצרכים

דג בבצק מלח

- פורל שלם טרי ונקי במשקל 600 גר'
- 1 קילו מלח גס
- 2 חלבונים
- 4 כפות מים

רוטב הדרים וחזרת

- 1/2 כוס מיונז איכותי
- מיץ מ- 1/2 לימון
- מיץ מ- 1/2 תפוז
- 1/2 כפית גרידת לימון
- 1/2 כפית גרידת תפוז
- 1 כפית דבש
- 1 כף גרידת שורש חזרת לבנה
- מלח ופלפל לפי הטעם

אופן ההכנה

בצק מלח וציפוי הדג

מערבבים בקערה את המלח והחלבונים עד ליצירת תערובת אחידה ומוסיפים בהדרגה את כפות המים. מרפדים תבנית גדולה בנייר אפייה ומפזרים מעליה רבע עד שליש מהתערובת, כך שתהווה מצע לדג. שוטפים את הדג, מייבשים אותו היטב ומניחים על מצע המלח בעזרת הידיים נוטלים מתערובת המלח ו"מזביקים" אותה לגוף הדג, כך שתכסה אותו מכל הכיוונים (אפשר להשאיר את הסנפיר בחוץ). לקבלת תוצאה טובה חשוב מאוד לשמור על אסתטיקה ועובי ציפוי אחיד. מעבירים לתנור שחומם מראש לטמפרטורה של 180 מעלות במצב צלייה עם טורבו, עד שבצק המלח מעט זהוב ושניתן יהיה להרגיש כי הוא קשה כאשר נוקשים עליו קלות עם כף (כ-18 דקות).

רוטב הדרים וחזרת

מערבבים בקערה מיונז, את המיצים והגריזות של הלימון והתפוז, את גרידת החזרת ואת הדבש, מוסיפים מלח ופלפל לפי הטעם, מערבבים ומשרים כחצי שעה לספיגת הטעמים. לאחר מכן מסננים את הרוטב לקערה קטנה בעזרת מסננת עדינה.

הגשה

את הדג מעבירים בזהירות לצלחת הגשה (כדי שבצק המלח לא ישבר) או ישירות מהתבנית בעזרת סכין בוקעים את הבצק הקשה, מסירים אותו בחלקים וחושפים את הדג. פורסים את הדג לנתחים בעזרת סכין דגים, מעבירים לצלחות ויוצקים מעל את הרוטב.

טיפ!

להפקת מקסימום טעם מהחזרת, יש לגרד את השורש המקולף ישירות לתוך הרוטב.

בטטות אפיוות במלח גס עם חמאת עשבי תיבול וצ'ילי

בטטות שהן מעדן בפני עצמן, אך מעולות גם כשדרוג למנות אחרות - טחונות בתוך רוטב עגבניות, לפסטה בריאה יותר, או כטוויסט לפירה הרגיל בעזרת שתי בטטות שכאלו, או אפילו כשהן טחונות עם שמנת לבישול ובצל מסוגן, כרוטב נפלא לרביולי.

מצרכים

- 6-8 בטטות בינוניות, שוות בגודלן, שטופות היטב, יבשות
- 200 גר' חמאה בטמפרטורת החדר (או "חמאה", אך אז צריך לתבל יותר כדי להעצים טעמים)
- 2 שיני שום כתושות דק
- 1/2 כפית דבש או סוכר
- 2 כפות עשבי תבלין טריים קצוצים דק דק (אני ממליץ על עירית ופטרוזיליה)
- פלפל צ'ילי קצוץ דק דק
- קורט פלפל שחור גרוס טרי
- מלח לפי הטעם

אופן ההכנה

הבטטות

מניחים את הבטטות על גבי תבנית מרופדת בנייר אפייה. אופים בתנור שחומם מראש ל-220 מעלות, עד שהבטטות רכות למגע וקליפתן נפרדת מבשר הבטטות (כ-30 עד 40 דקות).

החמאה

מקציפים את החמאה הרכה בקערה, עם מיקסר ידני. מוסיפים את שאר המרכיבים (מלבד הבטטות), טועמים ומתקנים תיבול. שומרים בכלי אטום במקרר.

הגשה

מניחים בטטה בצלחת הגשה וחוצים אותה לאורכה. במרכזה יוצקים כף חמאת עשבי תיבול וצ'ילי.



ירקות קלויים בתנור ברוטב יוגורט פיקנטי מתקתק

מנה ראשונה מרעננת, מקסימה וכפוטה להכנה. בעלת טעמים מאוד מיוחדים בזכות הרוטב המיוחד, אותו מומלץ להכין יום קודם על מנת לתת לטעמים להתאזן וכדי לחסוך מעצמכם את לחץ הזמן ביום האירוח.



מצרכים

ירקות קלויים

- 2 גזרים קלופים חתוכים לארבע לאורכם
- 1 פלפל אדום, נקי וחתוך לרצועות עבות
- 1 פלפל כתום, נקי וחתוך לרצועות עבות
- 1 פלפל צהוב, נקי וחתוך לרצועות עבות
- 2 בצלים אדומים קלופים חתוכים לרבעים
- 1 אשכול עגבניות שרי, עם הגבעולים
- 1 בטטה קטנה קלופה וחתוכה
- 1 קישוא חתוך לטבעות עבות
- 1 כפית סוכר חום
- 3/4 כוס שמן זית
- מלח ופלפל לפי הטעם

אופן ההכנה

ירקות קלויים

על גבי תבנית מרופדת בנייר אפייה, מסדרים את הירקות, מזלפים מלמעלה את שמן הזית בנדיבות ובזקים מלח ופלפל לפי הטעם. מכניסים לתנור שחומם מראש ל-180 מעלות ואופים עד להתקרמלות והתרככות הירקות.

רוטב יוגורט פיקנטי-מתקתק

מערבבים בקערה או בצנצנת את כל מרכיבי הרוטב. טועמים ומתקנים תיבול.

הגשה

מזלפים את הרוטב מעל הירקות החמים ומגישים מיד. אפשר גם להגיש עם קערית רוטב בצד וכל אחד יוסיף לעצמו או לחילופין - להשתמש ברוטב כמטבל לירקות.

רוטב יוגורט פיקנטי-מתקתק

- 1 מיכל יוגורט 3% שומן
- 1 שן שום כתושה דק
- 1 כף דבש
- 1 פלפל צ'ילי קצוץ דק דק
- מיץ מ-1/2 לימון
- מלח ופלפל לפי הטעם

עוגת שוקולד מעולה ללא סוכר וללא גלוטן

עוגת פרווה עסיסית, טעימה, עשירה ופשוטה להכנה, בעלת מתיקות טבעית של התמרים ועם השומן הטבעי מהשקדים הטחונים.

מצרכים

עוגה

6 ביצים L

200 מ"ל מים

200 גרם שקדים טחונים לאבקה

250 גרם תמרים מגולענים (אני ממליץ על מג'הול)

1 כפית תמצית וניל איכותית

50 גרם אבקת קקאו

קורט מלח

ציפוי העוגה

250 מ"ל שמנת מתוקה להקצפה

(אפשר פרווה)

200 ג"ר שוקולד מריר איכותי

(אפשר ללא סוכר)

1-2 כפות דבש

קורט מלח אטלנטי

אופן ההכנה

עוגה

מרכיזים עם נייר אפייה את בסיס התבנית (קפיצית עגולה, 24" או 26" - בהתאם לגובה שתוצו אותה) ומשמנים את צדדיה. מפרידים את הביצים לחלבונים ולחלמונים. את החלבונים מקציפים בקערת המיקסר עם קורט מלח, עד לקבלת קצף יציב. בכלנדר או מעבד מזון, מעבדים את המים ואת התמרים המגולענים יחד עם החלמונים, תמצית הווניל ואבקת הקקאו עד לקבלת מחית חלקה.

שימו לב: אם התמרים קשים מאוד, השרו אותם קודם ב-200 מ"ל מים למשך כ-20 דקות לפני הטחינה. את המחית השוקולדית שהתקבלה מעבירים לקערה ומקפלים פנימה שליש מכמות קציפת החלבונים המוקצפים.

מוסיפים פנימה, לסירוגין, את השקדים הטחונים והחלבונים. מערבבים בתנועות קיפול רק עד לאיחוד, על מנת לשמור על אווריריות.

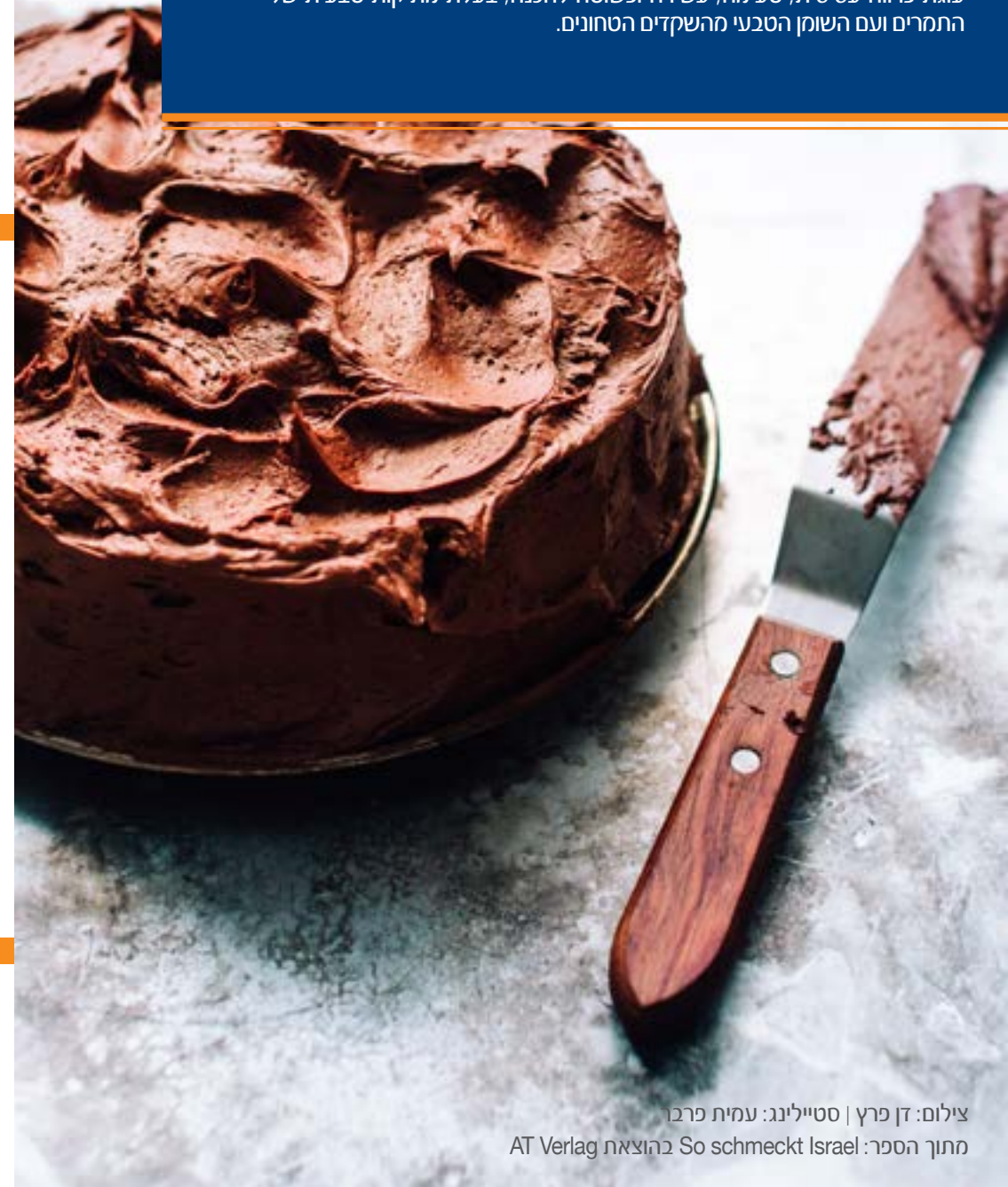
מוזגים את הבליילה לתבנית המשומנת, ואופים בתנור שחומם מראש ל-170 מעלות, עד שהעוגה מתייצבת (כ-25 דקות). מוציאים מהתנור, מצננים מעט, מפרידים את העוגה מהשוליים בעדינות בעזרת סכין, מעבירים לצלחת הגשה.

ציפוי העוגה

ממיסים את השוקולד בסיר כפול (באן מארי). כשהוא מתחיל להימס, מערבבים פנימה את הדבש עם קורט מלח בעזרת כף עד שהשוקולד חלק ומבריק. בקערת המיקסר מקציפים את השמנת המתוקה עד לקבלת קצפת רכה. מורידים את מהירות ערבול המיקסר ומזלפים פנימה את תערובת השוקולד המומס עד שהקרם מתייצב (היזהרו מהקצפת יתר שעלולה לשבור את הקצפת).

הגשה

בעזרת סכין פלטה, מצפים את העוגה ויוצרים בציפוי גבעות (אפשר גם עם גב של כף). מקררים לשעה לפחות להתייצבות הקרם על העוגה.



כדורי קוקוס בסגנון "רפאלו"

גרסה ביתית לאח של פררו רושה, שלא נופלת מהמקור. ממתק משגע, עדין ויפה בצורה יוצאת דופן, שכיף גם להגיש לאורחים או לתת כמתנה למארחים.

מצרכים

ל-30 כדורי קוקוס

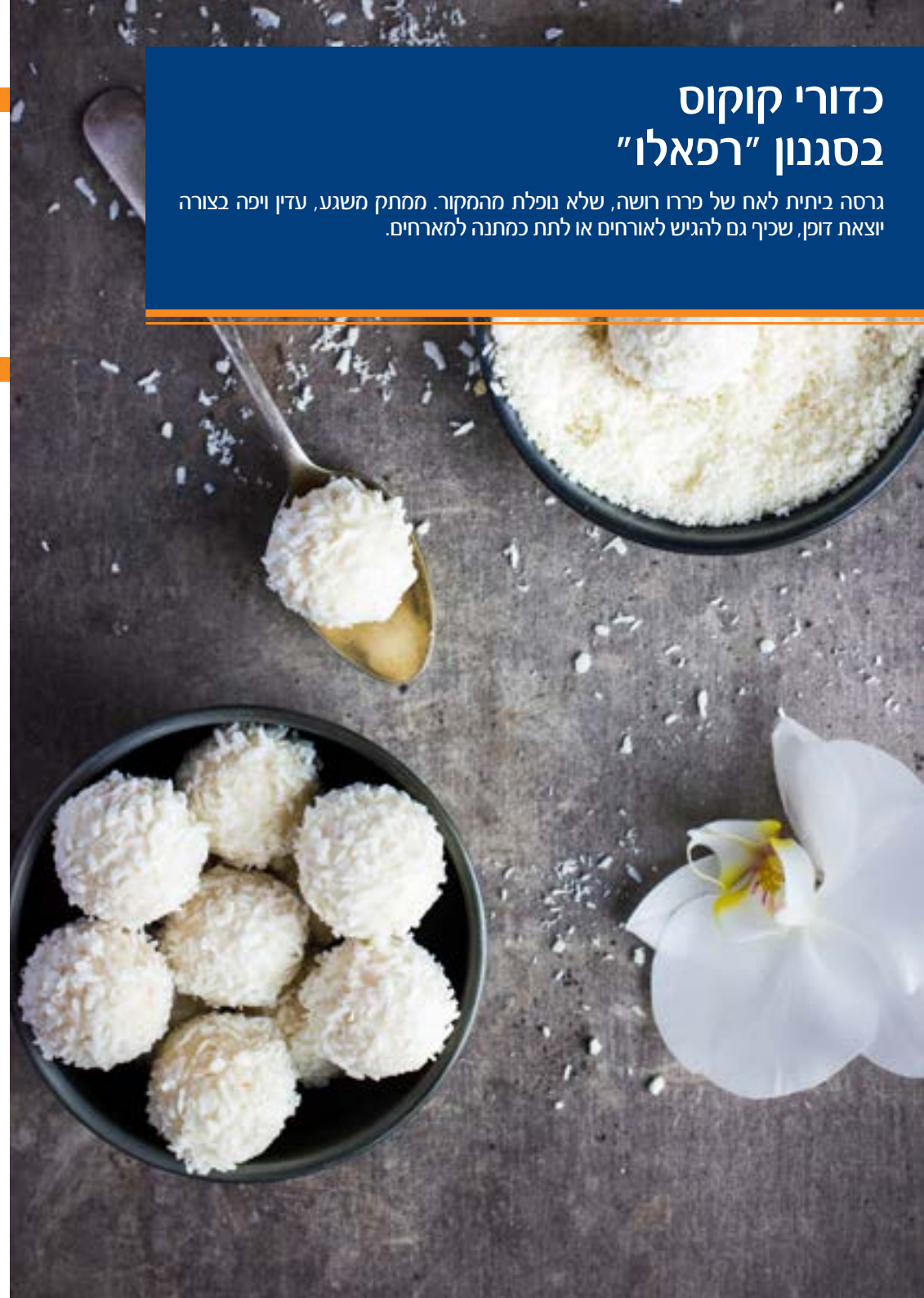
30 שקדים מולבנים או אגוזי לוז, שלמים וקלופים (כ-50 גר')
400 גרם חלב מרוכז ממותק (פחית)
200 גרם קוקוס טחון

לקישוט

50 גרם קוקוס טחון

אופן ההכנה

מניחים בתבנית את האגוזים וקולים אותם עד להזהבה, בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות (עקבו אחריהם כי אגוזים נשרפים בשניות!) ומצננים לטמפרטורת החדר. בקערה נפרדת יוצקים את החלב המרוכז ומוסיפים פנימה את הקוקוס הטחון. מערבבים עד לקבלת תערובת אחידה ומצננים במקרר לחצי שעה. מוציאים את התערובת מהמקרר, נוטלים ממנה כפית גדושה ומשטחים אותה מעט. במרכזה מניחים אגוז ומעצבים לכדור בקוטר של 2-3 ס"מ. מניחים על גבי תבנית מרופדת בנייר אפייה וחוזרים על כך עד שמסיימים את האגוזים. מכינים קערה עם קוקוס טחון וטובלים את כל הכדורים בה, אחד אחד, עד שהם מצופים היטב (בדומה להכנת כדורי שוקולד). מעבירים לקופסא אטומה ושומרים בקירור. ניתן גם להניח במנג'טים קטנים בדומה לממתק האמיתי.



עוגיות שקדים איטלקיות

עוגיות אמרטי נפוצות ברחבי איטליה במגוון סגנונות. שונות ככל שיהיו אחת מהשנייה – כולן מדהימות, כולן מבוססות על שקדים וברוב המקרים הן גם נטולות גלוטן, כמו במתכון הזה.

מצרכים

ל-30 עוגיות

100 גר' שקדים שלמים מולבנים
500 גרם שקדים טחונים (אבקת שקדים)
400 גרם סוכר (2 כוסות)
4 חלבונים של ביצים בגודל L
1-2 כפות ליקר אמרטו (ליקר שקדים)
50 גרם אבקת סוכר

אופן ההכנה

מערבבים יחד היטב את כל המרכיבים (מלבד השקדים המולבנים). אם העיסה לחה יתר על המידה מוסיפים בהדרגה אבקת סוכר, שמתפקדת על תקן קמח. בידיים רטובות מעט יוצרים מהעיסה כזורים ומניחים אותם על גבי התבניות מרופדות בנייר אפייה במרווחים גדולים ושווים. במרכז כל עוגייה מטביעים שקד מולבן ולוחצים מעט כדי לשטח את העוגייה. אך ממש מעט, בגלל שהעוגיות ממשיכות להשתטח ולהתרחב באפייה. אופים את העוגיות בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות, עד להזהבה קלה (כ-12 דקות), שימו לב שהעוגיות יסדקו בצדדים - זה בסדר. מצננים על גבי רשת צינון מלא ומעבירים לקופסא אטומה לאחסון.



Constructa

קונסטרוקטה באה לעבוד. **במטבח.**

למבחר מתכונים נוספים של השף תום פרנץ
היכנסו לאתר:

constructa.com/il