📸 מתכון לנוער

10 מתכונים לחנוכה

מטבח של גדולים • מצרכים, שלבים מאוירים וטיפ לכל מתכון



מה יש בחוברת?

1  **סופגניות קלאסיות** ⏱ 2.5 שעות (כולל תפיחה)

2  **ספינג'** ⏱ 1.5 שעות (כולל תפיחה)

3  **בומבולוני במילוי קרם** ⏱ 3 שעות (כולל תפיחה)

4  **קרם פטיסייר למילוי** ⏱ 20 דקות + קירור

5  **לביבות בטטה ותפוחי אדמה** ⏱ 40 דקות

6  **צ'ורוס עם רוטב שוקולד** ⏱ 45 דקות

7  **סופגניות יוגורט מהירות** ⏱ 30 דקות

8  **לביבות ירקות עם רוטב יוגורט ושמיר** ⏱ 40 דקות

9  **עוגת שמן זית ותפוזים** ⏱ 1 שעה

10  **ירקות בטמפורה** ⏱ 30 דקות

✋ **לפני שמתחילים:** מתכונים אמיתיים של מטבח, עם טכניקות של קונדיטורים. טיגון בשמן עמוק דורש זהירות: סיר יציב, מדחום, מכסה בהישג יד – ותמיד מבוגר בבית.



סופגניות קלאסיות

⏱ 2.5 שעות (כולל תפיחה) | 🍽 כ־20 סופגניות

✋ טיגון בשמן עמוק – רק בנוכחות מבוגר

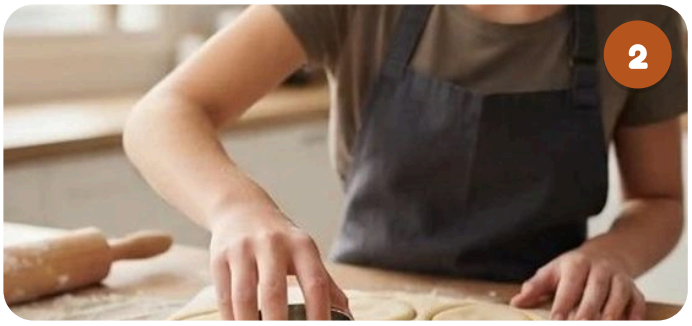
מה צריך?

- [ ] 500 גרם קמח לבן
- [ ] 1/3 כוס סוכר
- [ ] כוס חלב פושר
- [ ] קורט מלח, גרידת לימון
- [ ] 25 גרם שמרים טריים (או כף שמרים יבשים)
- [ ] 2 חלמונים + ביצה
- [ ] 50 גרם חמאה רכה
- [ ] שמן קנולה לטיגון, ריבה ואבקת סוכר

איך מכינים?



לשים את כל החומרים (חמאה ומלח בסוף) 10 דקות במיקסר, עד לבצק רך, חלק ודביק מעט. מכסים ומתפיחים שעה, עד שהבצק מכפיל את נפחו.



מרדדים לעובי 1.5 ס״מ, קורצים עיגולים בקוטר 6 ס״מ, ומניחים על ריבועי נייר אפייה. מתפיחים שוב 40 דקות.



מחממים שמן לגובה 5 ס״מ ל־170 מעלות (מדחום!). מטגנים 2–3 דקות מכל צד, עם המכסה בהתחלה, עד לפס לבן יפה באמצע.



מניחים על נייר סופג, ממלאים בריבה עם שקית זילוף, ומנפים אבקת סוכר.

💡 **טיפ:** סוד הפס הלבן: לא להעמיס את הסיר. 3–4 סופגניות בכל פעם, כדי שהשמן לא יתקרר.



ספינג׳

⏱ 1.5 שעות (כולל תפיחה) | 🍽 כ־15 ספינג׳ים

✋ טיגון בשמן עמוק – רק בנוכחות מבוגר

מה צריך?

- [ ] 500 גרם קמח
- [ ] כף סוכר
- [ ] 2 כוסות מים פושרים
- [ ] סוכר או דבש להגשה
- [ ] כף שמרים יבשים
- [ ] כפית מלח
- [ ] שמן לטיגון

איך מכינים?



מערבבים קמח, שמרים, סוכר ומלח, ומוסיפים בהדרגה את המים. לשים ביד 5 דקות – הבצק אמור להיות רך ודביק מאוד.



מכסים ומתפיחים שעה, עד שהבצק מלא בועות.



מרטיבים ידיים בשמן, תולשים חתיכת בצק, עושים חור באמצע עם האגודל ומותחים לטבעת.



מטגנים בשמן חם (170 מעלות) עד שהספינג׳ זהוב ותפוח. מגלגלים בסוכר או מזלפים דבש.

💡 **טיפ:** ידיים משומנות הן כל הסוד – בלעדיהן הבצק הדביק לא ישתף פעולה.



בומבולוני במילוי קרם

⏱ 3 שעות (כולל תפיחה) | 🍽 כ־16 בומבולוני

✋ טיגון בשמן עמוק – רק בנוכחות מבוגר

מה צריך?

- ☐ בצק לפי מתכון הסופגניות הקלאסיות
- ☐ סוכר לבן לגלגול
- ☐ קרם פטיסייר (המתכון הבא בחוברת)
- ☐ שמן לטיגון

איך מכינים?



מכינים את בצק הסופגניות ומתפיחים. בינתיים מכינים קרם פטיסייר ומקררים.



מחלקים את הבצק לכדורים של 50 גרם, מעגלים היטב ומתפיחים 40 דקות.



מטגנים ב־165 מעלות, 3 דקות מכל צד – טמפרטורה קצת נמוכה יותר כדי שהמרכז יאפה עד הסוף.



כשהם עוד חמים מגלגלים בסוכר. כשהם מתקררים עושים חור בצד וממלאים בנדיבות בקרם.

💡 **טיפ:** מגלגלים בסוכר רק כשהבומבולוני חמים – אחרת הסוכר לא נדבק.



קרם פטיסייר למילוי

⏱ 20 דקות + קירור | 🍽 כ־2 כוסות קרם

✋ עבודה על כיריים

מה צריך?

- ☐ 2 כוסות חלב
- ☐ חצי כוס סוכר
- ☐ כפית תמצית וניל (או מקל וניל)
- ☐ 4 חלמונים
- ☐ 3 כפות קורנפלור
- ☐ 30 גרם חמאה

איך מכינים?



מחממים את החלב עם הוניל עד לפני רתיחה.



בקערה טורפים חלמונים, סוכר וקורנפלור לתערובת חלקה.



יוצקים לאט חצי מהחלב החם לחלמונים תוך טריפה ("טמפרור"), ומחזירים הכול לסיר.



מבשלים על אש בינונית תוך טריפה עד שהקרם מבעבע וסמיך. מורידים מהאש, מוסיפים חמאה, ומכסים בניילון נצמד שנוגע בקרם.

💡 **טיפ:** הניילון חייב לגעת בקרם עצמו – כך לא נוצר עליו קרום.



לביבות בטטה ותפוחי אדמה

⏱ 40 דקות | 🍽 כ־16 לביבות

✋ טיגון – בליווי מבוגר

מה צריך?

- [ ] בטטה גדולה
- [ ] בצל
- [ ] 4 כפות קמח
- [ ] שמן לטיגון
- [ ] 2 תפוחי אדמה
- [ ] 2 ביצים
- [ ] מלח, פלפל, כמון

איך מכינים?



מגררים בטטה, תפוחי אדמה ובצל בפומפייה גסה.



סוחטים חזק במגבת – זה ההבדל בין לביבה פריכה לרכה.



מוסיפים ביצים, קמח ותבלינים, ומערבבים.



מטגנים בשכבת שמן של חצי ס"מ, משטחים עם מרית, 3–4 דקות מכל צד.

💡 **טיפ:** מחזיקים את הלביבות המוכנות בתנור על 100 מעלות – הן נשארות חמות ופריכות עד ההגשה.



צ'ורוס עם רוטב שוקולד

⏱ 45 דקות | 🍽 כ־20 צ'ורוס

✋ טיגון בשמן עמוק – רק בנוכחות מבוגר

מה צריך?

- ☐ כוס מים
- ☐ כף סוכר
- ☐ כוס קמח
- ☐ סוכר וקינמון לגלגול
- ☐ 50 גרם חמאה
- ☐ קורט מלח
- ☐ 2 ביצים
- ☐ 100 גרם שוקולד מריר + חצי כוס שמנת לרוטב

איך מכינים?



מרתיחים מים, חמאה, סוכר ומלח. מוסיפים קמח בבת אחת ומערבבים עד שנוצר כדור בצק.



מקררים 5 דקות, ומוסיפים ביצה ביצה תוך ערבוב נמרץ, עד בצק חלק ומבריק.



מעבירים לשקית זילוף עם צנתר כוכב, ומזלפים ישר לשמן חם (175 מעלות), חותכים במספריים. מטגנים עד הזהבה.



מגלגלים בסוכר וקינמון. לרוטב: מחממים שמנת ומוסיפים שוקולד קצוץ עד שנמס.

💡 **טיפ:** צנתר כוכב חובה – הפסים יוצרים את הקראנץ' של הצ'ורוס.



סופגניות יוגורט מהירות

⏱ 30 דקות | 🍽 כ־25 כדורים

✋ טיגון בשמן עמוק – רק בנוכחות מבוגר

מה צריך?

- ☐ גביע יוגורט (200 גרם)
- ☐ 3 כפות סוכר
- ☐ גרידת תפוז
- ☐ אבקת סוכר
- ☐ 2 ביצים
- ☐ כוס וחצי קמח תופח
- ☐ שמן לטיגון

איך מכינים?



טורפים ביצים, יוגורט, סוכר וגרידת תפוז.



מוסיפים קמח תופח ומערבבים לבלילה סמיכה – בלי שמרים ובלי תפיחה!



מחממים שמן ל־170 מעלות, ומפילים כפיות בלילה בעזרת שתי כפיות.



מטגנים 3–4 דקות עד שהכדורים מתהפכים לבד וזהובים. מנפים אבקת סוכר.

💡 **טיפ:** טובלים את הכפיות בשמן לפני כל כדור – הבלילה תחליק מהן בקלות.



לביבות ירקות עם רוטב יוגורט ושמיר

⏱ 40 דקות | 🍽 כ־14 לביבות

✋ טיגון – בליווי מבוגר

מה צריך?

- [ ] 2 קישואים
- [ ] חצי כוס פטרוזיליה קצוצה
- [ ] חצי כוס פירורי לחם
- [ ] לרוטב: כוס יוגורט, שמיר, שן שום, מיץ לימון
- [ ] 2 גזרים
- [ ] 2 ביצים
- [ ] מלח ופלפל

איך מכינים?



מגררים קישואים וגזר, ממליחים ומחכים 10 דקות. סוחטים היטב.



מערבבים עם פטרוזיליה, ביצים, פירורי לחם ותבלינים.



מטגנים בשכבת שמן דקה, 3 דקות מכל צד.



לרוטב: מערבבים יוגורט, שמיר קצוץ, שום כתוש, מלח ומעט לימון.

💡 **טיפ:** המלח שולף את המים מהקישואים – לכן מחכים 10 דקות לפני הסחיטה.



עוגת שמן זית ותפוזים

⏱ 1 שעה | 🍽 עוגה אחת

✋ מבוגר בסביבה בזמן העבודה עם התנור

מה צריך?

- [ ] 3 ביצים
- [ ] 3/4 כוס שמן זית
- [ ] גרידה מ־2 תפוזים
- [ ] לזיגוג: אבקת סוכר ומיץ תפוזים
- [ ] כוס סוכר
- [ ] כוס מיץ תפוזים טרי
- [ ] 2 כוסות קמח תופח

איך מכינים?



מקציפים ביצים וסוכר 5 דקות, עד שהתערובת בהירה ותפוחה.



מוסיפים שמן זית בזרם דק, ואחריו מיץ וגרידה.



מקפלים פנימה את הקמח, יוצקים לתבנית קוגלהוף (או עגולה) משומנת, ואופים 40 דקות ב־175 מעלות.



מערבבים אבקת סוכר עם כמה כפות מיץ תפוזים, ויוצקים על העוגה המקוררת.

💡 **טיפ:** שמן זית פירותי ואיכותי מורגש בטעם – כדאי להשתמש בטוב שיש בבית.



ירקות בטמפורה

⏱ 30 דקות | 🍽 4 מנות

✋ טיגון בשמן עמוק – רק בנוכחות מבוגר

מה צריך?

- [ ] ירקות: כרובית, פלפלים, בטטה, קישוא, פטריות
- [ ] 2 כפות קורנפלור
- [ ] קורט מלח
- [ ] רוטב סויה או צ׳ילי מתוק להגשה
- [ ] כוס קמח
- [ ] כוס מים מוגזים קרים מאוד
- [ ] שמן לטיגון

איך מכינים?



פורסים את הבטטה לעיגולים דקים, מפרקים את הכרובית לפרחים וחותכים את הפלפל לרצועות. מייבשים היטב.



מערבבים קמח, קורנפלור ומלח, ומוסיפים מים מוגזים קרים – בקלילות, גושים קטנים זה בסדר!



טובלים כל ירק בבלילה ומטגנים בשמן חם (180 מעלות) עד שהציפוי פריך וזהוב בהיר.



מניחים על רשת או נייר סופג, ומגישים מיד עם רוטב.

💡 **טיפ:** הסוד: מים קרים מאוד ובלילה שלא ערבבו יותר מדי – כך הציפוי יוצא אווריר.