

# מי אמר שאין מה לאכול בפסח?

השף: יוחנן למביאסי  
צילום: דניאל לילה  
סטיילינג: נועה קנריק

עבורי פסח הוא הרפתקה לאיני טעם, וכאשר מסתיים החג, המשפחה כולה אינה רוצה לחזור לתפריט היומיום. מדוע? אספר לכם. פסח הוא חזרה ליסודות. פירושו של דבר כי אין מוצרים ארוזים או תבלינים קנויים, רק חומרי גלם בסיסיים. אך מאחר שאני שף, למדתי כיצד להכין משהו טוב מ'שום דבר', ואת זאת אני מעביר לתלמידינו בבית הספר הירושלמי לאומנויות הבישול. אנחנו במדור זה נערוך לכבוד החג הכרות מעמיקה עם חלקי הבשר



## נתחי עגל בשר בתבילת עם ציפוי דבש פקאן

- 4 נתחי בשר או נתחי עוף
- מלח ופלפל
- 4 כפות קמח תפוחי אדמה
- 2 ביצים טרופות

### רוטב

- 1 כוס פקאנים
- 1 כף דבש
- 1 כף מיץ לימון
- פטרוזיליה קצוצה

- ◀ דפקי על נתחי הבשר עד שהם דקים מאוד.
- ◀ תבלי במלח ופלפל לפי הטעם.
- ◀ טרפי קמח תפוחי אדמה וביצים יחד ליצירת בלילה קלה.
- ◀ טבלי את נתחי הבשר קודם בקמח תפוחי אדמה ואחר כך בתערובת הביצים.
- ◀ טגני בשמן רדוד בכל צד עד שמשחים.

### להכנת הרוטב

- ◀ טגני את הפקאנים במעט מרגרינה עד שיזהיבו ואחר כך הוסיפי את הדבש, הפטרוזיליה ומיץ הלימון.
- ◀ ערבבי את הבשר המטוגן ברוטב והגישי מיד.

## הכירו את הבשר

רבים מאיתנו מובלבלים לגבי מספרי נתחי הבשר, ולמה מיועד כל נתח. הנה מדריך נפלא, כדי שתדעו כל מה שצריך על חלקי הבשר בישראל ולמה הם מיועדים. כשתלכו לקנות תוכלו לקרא לנתחים בשמם או במספרם.

### מפת החלוקה של נתחי בשר בקר

המדריך הישראלי לנתחי בשר ישראליים כשרים:

1. **אנטריקוט, סטייק עין**  
מתאים לצליה או לגריל עבור סטייקים ובשר צלוי
2. **צלעות עורף**  
מתאים לבישול ברוטב, צליה ברשת, לחמין ולטחינה. מתאים גם לצליה איטית, כגון צליה בסיר ובישול איטי. מתאים מאוד להכנת גולש.
3. **חזה**  
מתאים לצליה בסיר, צליה בתנור, גולש ובשר כבוש/בשר בקר משומן, בשר חזה רזה וטעים מאוד לאחר צליה בתנור איטי במשך מספר שעות.
4. **כתף מרכזי**  
עבור צליה בסיר, בישול ברוטב, גולש וטחינה, צליה בסיר ובישול איטי.
5. **צלי כתף**  
צליה בסיר, בישול ברוטב.
6. **פילה מדומה**  
נתח זה מתאים במיוחד לצליה איטית בטמפרטורה נמוכה.
7. **פילה בסיר ובישול ברוטב**
7. **אוסובוקו/שריר הזרוע**  
גולש, מרק, חמין; עם העצם - אוסובוקו
8. **אסאדו**  
גולש, מרק, טחינה

### ריכוך הבשר

להוספת טעם ולריכוך הבשר ניתן להשרות אותו קודם הכנתו בתחמיץ (מרינדה). כבישת הבשר בתחמיץ היא אחת מן הדרכים הטובות ביותר להעניק לו טעם טוב יותר, ובו זמנית לרכך אותו. יש לחתוך את הבשר ולהכין אותו לבישול קודם שהושרה בתחמיץ.

### איך משרים?

- ◀ ערבבי יחד את התחמיץ לפי המתכון שלו.
- ◀ התחמיץ צריך להכיל מרכיבים בסיסיים: חומצה (כגון יין, מיץ לימון, או חומץ), מלח או אלכוהול. כל אחד מהם מצמצם את הזמן שנדרש לכבישת הבשר.
- ◀ הכניסי את הבשר ואת התחמיץ למכל בעל אפשרות סגירה הרמטית. חשוב לא להשתמש באלומיניום או ברזל, ואם אפשר, הימנעי ממתכת.
- ◀ אם אפשר, יש להחמיץ בשקית פלסטיק אטומה. כדי שיהיה אפשרי להפוך את השקית לעיתים קרובות, כך שכל הבשר יכוסה בתחמיץ.
- ◀ הכניסי את הבשר המושרה למקרר. אין להחמיץ בשר בטמפרטורת החדר.

### תחמיץ קל לבשר

- 1 כף עלי רזמרין טריים (או לפי הטעם)
- 1 כף עלי פטרוזיליה שטוחים (או לפי הטעם)
- 1 כפית מלח
- 1-2 שיני שום, כתושים
- 1 כף שמן זית
- 1 כוס יין אדום או חומץ יין אדום

◀ ערבבי את כל החומרים.

◀ הכניסי לקערת זכוכית או לשקיות פלסטיק גדולות שניתנות לאטימה את הרוטב ואת הבשר, כסי או סגרי, וכבשי במקרר עד שמונה שעות (אם משאירים יותר זמן, מתחיל הבשר להתפרק).



## צימס בשר עם דלורית

- 1 ק"ג כתף ללא עצמות, ללא שומן
- 2 כפות שמן צמחי
- 1 בצל גדול, קצוץ
- 2 גזרים גדולים, קלופים וחתוכים לקוביות בגודל כ-2.5 ס"מ
- 1 כפית מלח
- פלפל שחור טחון טרי, לפי הטעם
- 2-2.5 כוסות מים
- 1 ק"ג דלורית
- 2 כפות דבש
- 1/2 כפית קינמון טחון
- 1 ורבע כוסות שיזפים מיובשים, חצויים, ללא גלעינים
- מיץ מתפוז אחד גדול

▶ חתכי את הבשר לקוביות בגודל 2-2.5 ס"מ ויבשי אותם בטפיחה על מגבת נייר סומג. חממי את כף השמן במחבת כבדה. הוסיפי את קוביות הבשר בשתי קבוצות, כשאת משחימה אותן קלות בכל צד בחום בינוני-גבוה ומעבירה אותן לצלחת בעזרת כף מחוררת.

▶ הוסיפי את השמן הנותר וחממי אותו. הוסיפי בצל וטגני בחום בינוני, עד שישחים, בחשי לעיתים קרובות. החזירי את הבשר למחבת, יחד עם המיצים. הוסיפי גזר, מלח, כמויות נדיבות של פלפל שחור טחון טרי, ודי מים לכסות את הבשר והירקות. הביאי לרתיחה, והסירי מדי פעם את השומן בשכבה העליונה. כסי ובשלי בחום נמוך, כשאת בוחשת מדי פעם, במשך 2-1.5 שעות, או עד שהבשר מתרכך.

▶ קלפי את הדלורית וחצי אותה לאורך. הסירי את הגרעינים מן המרכז וחתכי את הדלורית לקוביות של כשני ס"מ. הוסיפי לתבשיל דבש, מיץ תפוזים, קינמון ודלורית, ערבבי את חתיכות הדלורית לתוך הרוטב. כסי ובשלי בישול איטי במשך כ-10 עד 15 דקות, יש לבחוש מדי פעם.

▶ הוסיפי שיזפים מיובשים ובשלי 15 דקות נוספות או עד שהדלורית מתרככת. תקני את התיבול והגישי חם.



### יין עם טעם | רחל שפירא

בימינו, כאשר אצל רבים מאיתנו הפך היין להיות חלק אינטגרלי מן הארוחה, אומר רונלד מוגנדרוף, מנהל שיווק ומכירות ב"יקבי ציון" כי חשוב להבין שכדי ליהנות מיין בצורה מושלמת, אין צורך להשקיע מומון רב, שכן קיימים כיום לא מעט ינות במחירים הסבירים לכל כיס. העיקר אינו המחיר, אלא העובדה שהיין ערב לחיכו של הלוגם ומתאים לסעודה כמובן.

### ואיך נוכל לוודא זאת?

בנוגע לערבות טעמו של היין אומר מוגנדרוף כי מומלץ ראשית כל להקפיד לרכוש יין שיוצר ביקב מנוסה ובעל שם, מה שמבטיח שיש מי שעומד מאחורי הטעם והאיכות. "מעבר לכך כדאי לכל חובב יין מתחיל לרכוש כמה בקבוקים מזנים שונים ולנסות להתאימם למאכלים שעולים על שולחנו. באופן כללי כשמדברים על יין אדום אז מאכלים כמו בשרים קלים, דגים שאינם מתובלים מאוד, פסטות פשוטות וגבינות קלילות צועדים היטב כשהם מלווים ביין קל, ואילו מאכלים עשירים ומלאי טעמים, כמו אלו שצוללים בגריל או מלאי שומן ומתאימים יותר ליין מלא, עמוק ועשיר".

### ומה לגבי יין לבן?

"בניגוד ליין האדום נחשב היין הלבן למשקה שמצנן את הגוף והוא מתאים באופן מיוחד לעונת הקיץ הישראלית, כשהוא מגיע כתחליף למשקאות הקלים והקרים. מכיוון שיש בארץ זנים מצוינים של ינות לבנים אשר אינם כבדים כמו האדומים, הוא נחשב למומלץ במיוחד". בהתאם לכללים הללו, אומר מוגנדרוף כי קל להבין שהינות שנבחרו ללוות את תבשילי השף המופיעים בכתבה, אכן מתאימים להם באופן מיוחד, והוא גם מסביר את הסיבות לכך:

**יין דולב** - יין דולב הוא יין אדום, פירותי וקל לשתיה. הוא לא כבד מידי ולכן הותאם למתכון של הבשר הטחון. כמו כן הוא יכול בהחלט גם להתאים למנות בשריות קלות וקרות וכן למנות חלביות שאינן מורכבות מאוד כמו למשל פסטה ברטב שמנת ודגים קלים.

**יין תדרה** - סדרת תדרה היא סדרת האמצע של יקבי ציון אשר מציגה ינות פירותיים שלא עברו התיישנות בחביות עץ אלון. יין תדרה הוא יין קל יחסית, אך הוא נחשב למרוכז מאוד ופירותי ולכן מתאים בעיקר למנות בשריות מתובלות, כמו למתכון לשון הבקר שהוזכר בכתבה וכן לבשרים המבושלים על האש ולדגים על הגריל.

**סדרת ארז** - סדרת ארז נחשבת לאחת הסדרות הגבוהות ביקבי ציון והיא כוללת בתוכה מגוון ינות אשר נחשבים כולם לאציליים ובעלי ארומות מיוחדות. ינות ארז מיושנים בחביות עץ אלון במשך כעשרה חודשים והתוצאה היא יין כבד ומתובל. יין כזה מתאים למאכלים מורכבים יחסית כמו כתף בקר.

**קברנה סובינוון VINEYARD'S SELECTION מסדרת ארז** - זהו יין משובח במיוחד אשר לא לחינם הותאם בכתבה למתכון של צלי עגל. היין מהוץ הזה מתאים מאוד למאכלים עשירים ומלאים כמו ציר בקר וכן לפסטות עשירות במיוחד.

## לשון בשר עם רוטב חמוציות

- 1 לשון בשר טריה
- 3 בצלים
- 2 גזרים
- 4 גבעולי סלרי + עלים
- 6 ענפי פטרוזיליה
- 8 גרגרי פלפל שחור
- מלח ופלפל
- 1/2 כוס שקדים מקולפים וחצויים
- 2/3 כוס חמוציות ללא חרצנים
- 1 כף קמח תפוחי אדמה
- 1 לימון חתוך לקוביות קטנות

▶ הניחי את הלשון בסיר גדול עם הבצל, הגזר, הסלרי והפטרוזיליה.

▶ הוסיפי מים עד לכיסוי. הוסיפי גרגרי פלפל ומלח. בשלי בעדינות עד שיתרכך, 3 עד 5 שעות.

▶ סנני.

▶ שמרי את הנוזל.

▶ הביאי את הנוזל לרתיחה שנית. הוסיפי את השקדים, החמוציות, וקוביות הלימון.

▶ המסי כף של קמח תפוחי אדמה במים קרים עד שימס ואחר כך הוסיפי באיטיות לנוזל הרוחה, עד שמתקבל רוטב סמיך מעט.

▶ תבלי במלח ובפפריקה. שפכי על הלשון הפרוסה. הגישי חם.





## אמפונדס בשר

### בצק

- 500 גרם תפוחי אדמה לאפיה
- 1.75 כוסות קמח תפוחי אדמה
- 1/2 כפית מלח
- 2 חלמוני בצק

### מילוי

- 500 גרם בשר בקר טחון
- 1/2 בצל בינוני, חתוך לקוביות
- 2 כפות שמן זית
- 1/2 פלפל ירוק, חתוך לקוביות (רשות)
- 3 שיני שום כתושות
- 1/8 כוס עלי כוסברה טריים
- מלח ופלפל לפי הטעם
- 1/4-1/2 פלפל צ'ילי, טחון
- 1 כף רסק עגבניות
- 1 כוס שמן צמחי לטיגון.

### מילוי:

- ◀ קלפי את תפוחי האדמה, חתכי לקוביות, כסי במים קרים, הביאי לרתיחה, הנמיכי את האש, כסי, ובשלי עד לריכוך. סגני ומעכי. יהיו כשתי כוסות.
- ◀ הפכי את תפוחי האדמה החמים על משטח מקומח. הוסיפי את קמח תפוחי האדמה, חלמוני הביצים ומלח. לושי בעדינות רבה את התערובת עד לקבלת בצק.
- ◀ אם הבצק דביק הוסיפי מעט קמח. הניחי במשך 15 דקות.
- ◀ חלקי ל-12 חתיכות, ואחר כך גלגלי לעיגולים בקוטר של כ-10 ס"מ.
- ◀ מילוי: השחימי את הבשר הטחון (סגני שמן מיותר), או טגני עוף קצוץ בשתי כפות שמן זית. הוסיפי את כל הרכיבים במשך 10 דקות נוספות, כשאת בוחשת מדי פעם. הניחי לקרר.
- ◀ בישול: חממי מראש את השמן הצמחי במחבת בטמפרטורה בינונית. הניחי כשתי כפות מן המילוי בבצק וסגרי את הקצוות במזלג.
- ◀ טגני בשמן לא עמוק במשך כחמש דקות על כל צד, אחר כך הניחי על צלחת מרופדת בנייר מוגבת. הניחי שכבה נוספת של ניירות מוגבת מעל.
- ◀ הגישי כ-12 אמפונדס.

