



השף יוחנן למביאסי | צילומים: דניאל לילה | סטיילינג: נועה קנריק

רעיונות מהירים לתחילת הקיץ

יש מאכלים שלא צריכים ארוחה. הם מיועדים ללפני הארוחה, בתוך הארוחה, בין הארוחות או בתור ארוחה. הם מיועדים לזכו בו רעבים ואין הרבה כח להשקיע. התוצאה: כמה דקות עבודה מניבות תוצאה משביעה שמספקת את הבטן ההומה. שף למביאסי מגיש רעיונות חמודים לקיץ שאפשר לשדרך מהם מזנון לחברים, לכיבוד, לארוח או לחטוף בין לבין.



בטטות בשום שמן זית ורסק עגבניות

{4 מנות}

15 דקות

החומרים:

4 בטטות
1/4 כוס שמן זית כתית
2 כפות רסק עגבניות
1 1/2 כפיות שום קצוץ
1 כוס מים
2 כפות פטרוזיליה טרייה קצוצה
1 כף בזיליקום טרי קצוץ דק
1 כפית
1/2 כפית פלפל שחור
בצל ירוק קצוץ דק לקישוט (לא חובה)

אופן ההכנה:

קולפים את הבטטות ופורסים לפרוסות או לחתיכות אחידות, מבשלים במים רותחים עד לריכוך, מסירים מהאש ומסננים. מערבבים שמן זית, רסק עגבניות, שום, מלח ופלפל במחבת. מוסיפים את המים ומבשלים על אש נמוכה תוך כדי ערבוב עד שהשום מזהיב - כחמש דקות - ומסירים מהאש. מוסיפים את הבטטות המבושלות, פטרוזיליה ובזיליקום ומערבבים שוב. מעבירים לצלחות הגשה, מקשטים בבצל ירוק ומגישים מיד.



בורקיטס בצק עלים במילוי פטריות וגבינה

{4 מנות}

30 דקות

החומרים:

1 קופסת פטריות (מסוננות)
1 כף שמן זית
1/2 בצל בינוני קצוץ
חופן קטן של עלי כוסברה קצוצים
קורטוב מלח
250 גרם גבינה צהובה מגוררת
1/2 חבילה קטנה של בצק עלים מופשר

אופן ההכנה:

טוחנים היטב את הפטריות במעבד מזון. שופכים את השמן למחבת ומחממים על אש גבוהה. כשהשמן מתחמם מוסיפים את הפטריות הטחונות, מטגנים תוך כדי ערבוב כשלוש דקות, מוסיפים את הבצל ומטגנים עוד דקה, מוסיפים את הכוסברה ואת המלח, מערבבים ומסירים מהאש. מניחים בצד כדי שהתבשיל יתקרר. מחממים את התנור לחום של 170 מעלות. מוסיפים את הגבינה המגוררת למילוי ומערבבים. חותכים את בצק העלים לקוביות בגודל של 2.5 ס"מ ומרדדים כל קובייה לעיגול. שמים כפית מהמילוי בחציו של כל עיגול, מקפלים את הבצק, מכסים את המילוי, סוגרים ומהדקים את השוליים. מניחים בתבנית אפייה משומנת ואופים בתנור עשירים דקות. מגישים מיד.



סלמון מוקרם עם פסטה

{4 מנות} 30 דקות

החומרים:

500 גרם פסטה מבושלת
500 גרם סלמון
3 כפות שמן
2 כפות בצל ירוק קצוץ
1 כוס שמנת לבישול פרווה
1 כף חרדל דיז'ון
1 כפית שמיר טרי קצוץ
1/4 כוס גבינת פרמזן - לבחירה

אופן ההכנה:

מסירים מהסלמון את העור וחותכים לחתיכות גדולות.
מחממים את השמן במחבת, מוסיפים את חתיכות הסלמון ומבשלים כ-5 דקות עד לבישול כמעט מלא. מסירים מהמחבת.
מטגנים את הבצל הירוק במעט שמן עד לריכוך.
מוסיפים את השמנת, את החרדל ואת השמיר וממשיכים לבשל כשתי דקות עד שהתערובת מתעבה מעט. מוסיפים את הפסטה, את הסלמון המבושול ואת גבינת הפרמזן. מערבבים בעדינות ומגישים מיד.





ביינטיים אנוס (סופגניות)

{4 מנות}

30 דקות

החומרים:

כ-8 כוסות שמן קנולה לטיגון

1 קופסת פרוסות אנוס

3/4 כוס קמח תופח לעוגות

1 ביצה גדולה

3/4 כוס סיידר תפוחים

אבקת סוכר לפיזור

אופן ההכנה:

שמים את הרשת באמצע התנור ומחממים לחום של 125 מעלות.

מחממים 5 ס"מ שמן בסיר כבד של כ-5 ליטר על אש בינונית-גבוהה ל-190 מעלות. מייבשים היטב את האנוס. שמים 3/4 כוס קמח בקערה גדולה שטוחה מעט ויוצרים גומה באמצע. מקציפים את הביצה בקערה קטנה בעזרת מזלג, מוסיפים את הסיידר וכף שמן ושופכים לגומה מערבבים במזלג עד שנוצרת בלילה גבשושית.

עובדים בסבכים של שלוש-ארבע סופגניות: מצפים את האנוס בחצי כוס הקמח הנותר ומנערים את היתרה, טובלים ומצפים בבלילה ומנערים את העודפים, מטגנים והופכים בעדינות פעם אחת בעזרת כף מחוררת, מטגנים בשני הצדדים עד להזהבה, כשתי דקות סך הכל לכל קבוצה. מעבירים לרשת שבתנור החם כדי לשמור על החום. בין הקבוצות מחזירים את השמן ל-200 מעלות. סמוך להגשה מפזרים על הסופגניות החמימות אבקת סוכר.

