

דורות

פשוט לבשל (וגם לאפות!) שמרים

הסדנה

רמת קושי: בינוני



רשימת הקניות שלך



- 40 גר' שמרים יבשים
- 1 ½ ק"ג קמח לבן
- ½ ק"ג קמח מלא
- סוכר
- מלח
- שמן זית
- שמן צמחי לטיגון
- 2 כפות סודה לשתייה
- 2 כפות סילאן או דבש
- 1 גביע יוגורט יווני (200 מ"ל) - ניתן להחליף ביוגורט טבעוני
- 1 חבילה גבינת חמד 16%
- 250 גרם גבינה צהובה מגוררת
- 1 ביצה (לטבעונים: ניתן להחליף בשמן זית)
- 7 קוביות שום דורות
- 5 קוביות שמיר דורות
- 14 קוביות פטרוזיליה דורות
- 3 קוביות תיבול איטלקי דורות
- 5 קוביות רוטב עגבניות דורות
- תערובת זרעים: שומשום, גרעיני חמנייה ושיבולת שועל



רשימת כלים נדרשים



- 5 קערות
- 3 כפות
- מיקסר עם וו ליישה (לא חובה, ניתן גם ללוש ביד)
- מחבת קטנה
- מחבת גדולה
- מברשת להברשת ביצה
- סיר גדול
- ניירות אפייה



בייגל'ס שום שמיר

(12 בייגל'ס אמריקאי בטעם ישראלי)

מצרכים

5 קוביות שמיר דורות	1 כוס מים פושרים (240 מ"ל)
3 קוביות פטרוזיליה דורות	2 כפות שמרים יבשים (16 גר')
1 כף מלח (20 גרם)	2 כפות סוכר (20 גר')
1 כוס מים פושרים (240 מ"ל)	1/2 כוסות קמח מלא (190 גר')
1 ביצה/מעט שמן זית	2 כוסות קמח לבן (350 גר')
שומשום, גרעיני חמנייה ושיבולת שועל (הכל או רק מה שאוהבים)	1/2 כוס שמן זית (100 גר')

5 קוביות שום דורות

אופן ההכנה

1. מערבבים בקערה 1/2 כוס מים, 2 כפות שמרים, 2 כפות סוכר ומכסים ל-10 דקות.
2. מערבבים בקערה נוספת את השמן וקוביות שום, שמיר ופטרוזיליה דורות.
3. שמים בקערת המיקסר עם וו לישה את הקמח הלבן והקמח המלא יוצרים גומה ושופכים את תסיסת השמרים לתוך הגומה.
4. מוסיפים 1/2 כוס מים ומפעילים את המיקסר.
5. מוסיפים את תערובת השמן, לשים עוד כ-2 דק' ולבסוף מוסיפים כף מלח תוך כדי לישה.
6. מניחים לבצק לנוח חצי שעה.
7. מחממים תנור ל-220 מעלות.
8. מניחים את הבצק על משטח מקומח קלות ומחלקים אותו ל-12 כדורים.
9. יוצרים מכל כדור נקניק ארוך מכל כדור וסוגרים לטבעת.
10. מרתיחים סיר גדול עם מים, 2 כפות סודה לשתייה ו-2 כפות סילאן או דבש.
11. מניחים את טבעות הבייגל'ס בתוך הסיר ל-30 שניות, מוציאים ומניחים על תבנית אפייה מרופדת בנייר אפייה.
12. מערבבים בקערה קטנה שומשום, גרעיני חמנייה ושיבולת שועל.
13. מברישים את הבייגל'ס עם ביצה ומפזרים מעל את התערובת הזרעים.
14. אופים בתנור כ-20 דקות או עד שהבייגל'ס שחום ואפוי.

טיפ

- * אחרי שהבייגל'ס התקררו ניתן להקפיא ולהפשיר לפי הצורך.
- * ניתן להכין את הבייגל'ס גם מקמח כוסמין מלא ולבן עם אותם יחסים.
- * מתאים מאוד לארוחות ערב קלילות או לבראנץ' עם המשפחה המורחבת.

מאפה שמרים במילוי גבינות עם עשבי תיבול

14 מאפים

מצרכים

למילוי 2	לתערובת הגבינות למילוי 1	לבצק
5 קוביות רוטב עגבניות דורות	1 חב' גבינת חמד 16%	1 כף שמרים (8 גר')
כפית שמן זית	3 קוביות תיבול איטלקי דורות	1 כף סוכר (10 גר')
¼ כוס מים		1½ כוסות מים פושרים (360 מ"ל)
250 גר' גבינה צהובה מגוררת		500 גר' קמח לבן
מעט שמן לשימון המחבת.		¼ כוס שמן זית (50 גר')
		1 כף מלח (20 גר')

אופן ההכנה

- מערבבים שמרים, סוכר וחצי כוס מים מכסים ומניחים בצד ל-10 דקות.
- בקערה קטנה מערבבים קוביות רוטב עגבניות דורות עם מים וכפית שמן זית ומניחים בצד.
- שמים את כל מרכיבי הבצק למעט המלח בקערת מיקסר עם וו לישה, לשים עד שנוצר גוש בצק.
- מוסיפים את המלח ולשים עוד כ-7 דקות עד לאיחוד הבצק.
- מעבירים לקערה משומנת, מכסים ומתפיחים עד להכפלת הנפח.
- בקערה קטנה מערבבים את גבינת חמד עם קוביות תיבול איטלקי דורות.
- קורצים מהבצק 14 כדורים, פותחים בעזרת מערוך כל כדור לעובי חצי סנטימטר על משטח העבודה.
- על חצי מהעיגולים: מניחים באמצע מעט מתערובת הגבינות וסוגרים לחצי.
- על החצי השני: מורחים רוטב על חצי מהעיגול מפזרים גבינה צהובה, סוגרים לחצי ומהדקים היטב את הקצוות.
- מחממים מחבת על חום בינוני עם מעט שמן ומטגנים כל חצי עיגול עד להזהבה.

טיפ

ניתן להקפיא ולחמם בטוסטר כשרוצים לנשנש.

פיתות על המחבת עם פטרוזיליה ויוגורט

10 פיתות

מצרכים

$\frac{3}{4}$ כוס יוגורט יווני (200 מ"ל)
2 כפות שמן זית
11 קוביות פטרוזיליה דורות
2 קוביות שום דורות
 $\frac{1}{2}$ כוס שמן זית (100 גר')

2 כפות שמרים יבשים (16 גר')
1 כף סוכר (10 גר')
 $\frac{1}{4}$ כוסות מים פושרים (300 מ"ל)
2 כוסות קמח לבן (280 גר')
 $\frac{3}{4}$ 1 כוסות קמח מלא (220 גר')
1 כף מלח (20 גר')

אופן ההכנה

- מערבבים בקערה את השמרים, הסוכר והמים מכסים ומניחים בצד ל-10 דקות לתסוס.
- מערבבים בקערה גדולה יוגורט, 2 כפות שמן זית ו-8 קוביות פטרוזיליה דורות ומוסיפים לתסיסת השמרים.
- מוסיפים לקערה את הקמחים ולשים עד לקבלת בצק אחיד ולא דביק מדי, מוסיפים את המלח וממשיכים ללוש עד לאיחוד מלא של הבצק.
- מפזרים קמח על משטח העבודה, מחלקים את הבצק ל-10 כדורים שווים, מניחים על נייר אפייה ומכסים במגבת ל-15 דקות מנוחה.
- מערבבים בקערה את שמן הזית, קוביות שום ו-3 קוביות פטרוזיליה דורות להברשה על הפיתות ומניחים בצד.
- מחממים מחבת על חום בינוני.
- מברישים את אחד הצדדים של הפיתה עם שמן זית והפטרוזיליה ומניחים במחבת כשהחלק שמרחנו מופנה כלפי מטה.
- כעת מברישים גם את החלק העליון, צורבים מעט את הפיתה עד שיש בועות אוויר והתחתית זהובה.
- הופכים צד וצולים עוד דקה.
- עוטפים את הפיתות במגבת מטבח כדי לשמור על האדים לאחר שהפיתות יתקררו מעט הן מוכנות לאכילה.

טיפ

- * ניתן להקפיא ולהפשיר בעת הצורך.
- * הכי טעים לגלגל עם לבנה ביתית.
- * ניתן להמיר את היוגורט ביוגורט טבעוני.