



הידד

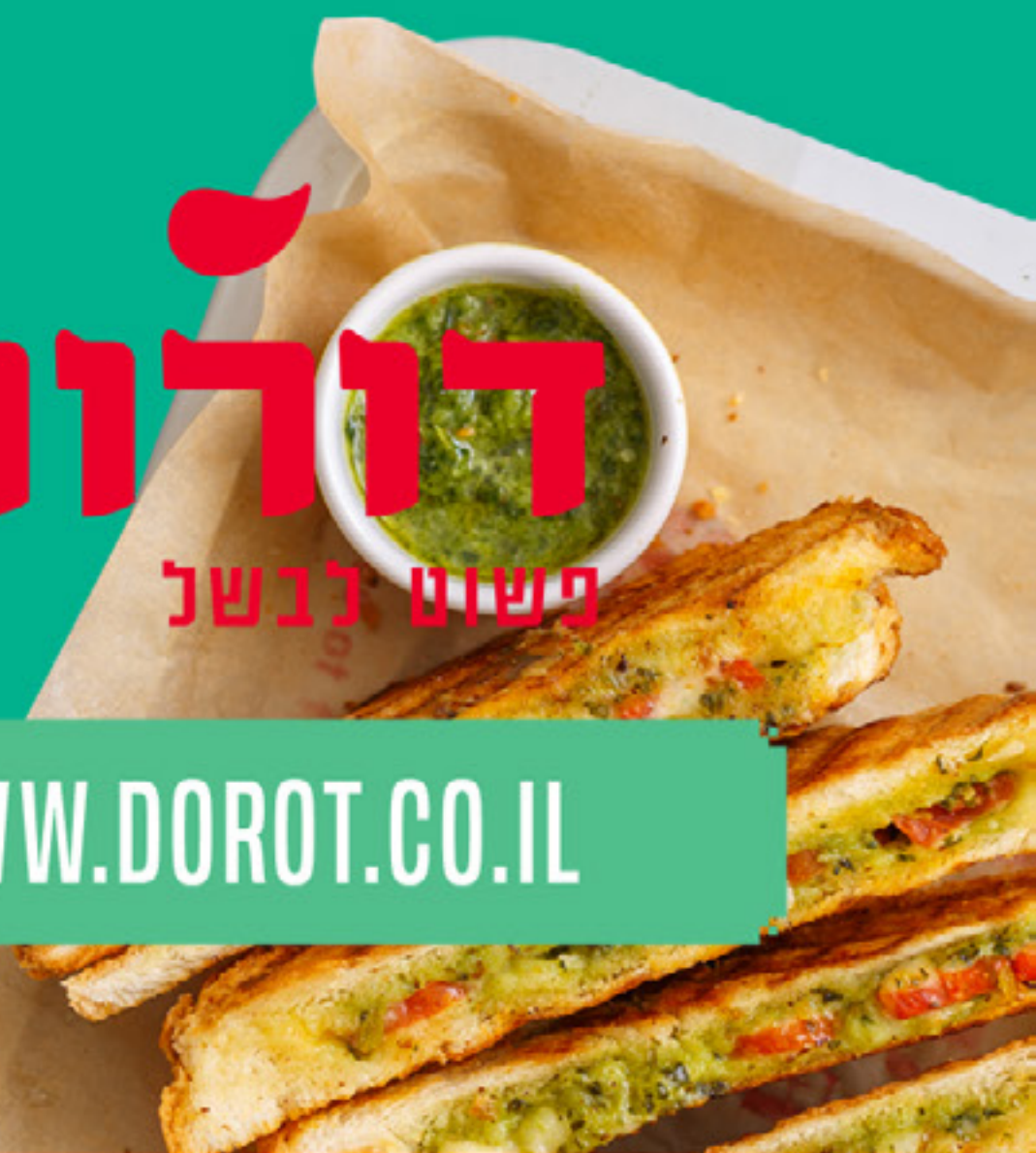
לחופש הגדול

אתכונים שפשוט לבשל
גם לילדים



דורות
פשוט לבשל

WWW.DOROT.CO.IL



דורות פשוט לבשל ועכשיו גם למי שרק מתחיל!

הגענו למסקנה שלא רק אמא יכולה לקטוף מחמאות
מהכנת אוכל טעים, אלא גם כל ילדי המשפחה,
מקטן ועד גדול.

ערכנו לכם חוברת מתכונים שמסבירה בפשטות ובקלות,
באמצעות קיצורי דרך עם הקוביות המופלאות שלנו, כדי
שתוכלו להכין מנות טעימות (**הכי טעימות**) לכם, לאחים
ולחברים שלכם (ואפילו להורים שלכם!).

בחוברת מגוון מתכונים המסבירים באילו מצרכים כדאי
להשתמש ובאילו כלים, אנחנו ממליצים לכם לנסות להכין את
המתכונים כפי שהם או להשתמש בהם כהשראה למנות שלכם.

מכיוון שהמתכונים מיועדים לטווח גילאים גדול יש להשתמש
בכלי המטבח והחשמל בזהירות רבה.

**מי שאינו מורגל להשתמש בכיריים או במכשירים והכלים
המוזכרים בחוברת - יש לעשות זאת בהנחיה ובהשגחה
של אחד ההורים.**

מוזמנים לשלוח לנו שאלות/בקשות למתכונים וכל רעיון נוסף
במייל: matkonim@dorot.com או באתר: www.dorot.co.il

נ.ב. – גם אבא מוזמן לנסות, אנחנו לא נספר לאף אחד (:

מתכונים

נאגטס עוף ותפוצ'יפס

3-4 רעבים • זמן הכנה 10 דק' • זמן אפיה 12-15 דק' • זמן כולל 25 דק'



מצרכים



1 כף חרדל



2 קוביות
פטרוזיליה דורות
(לא חובה)



2 קוביות
שום דורות



500 גרם חזה עוף
חתוך לקוביות



1 כפית פפריקה
מתוקה



1 ביצה



2 כפות דבש



ספריי שמן
לשימון



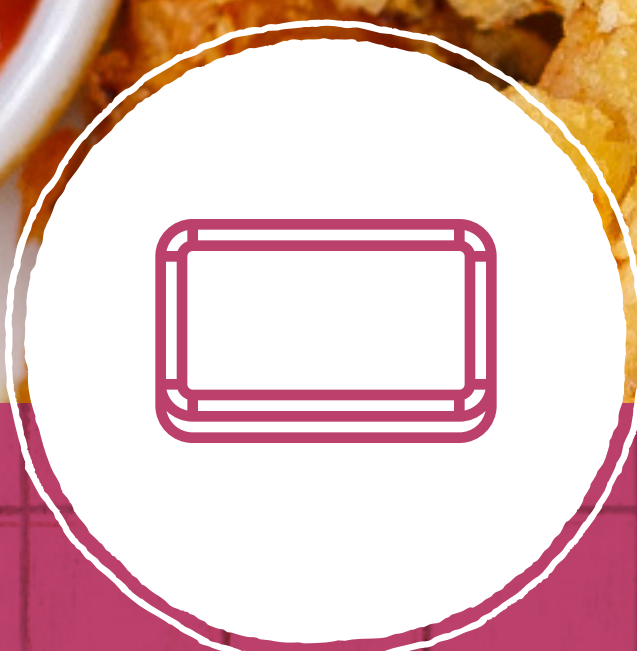
2 אריזות תפוצ'יפס
(סה"כ 100 גרם)



¼ כפית מלח



רשת צלייה



מגש



תנור אפייה

אופן ההכנה

1. מוציאים 2 קוביות שום דורות ו-2 קוביות פטרוזיליה דורות (רק אם אוהבים) לקערה, מוסיפים חרדל, דבש, פפריקה, ביצים ומלח ומערבבים היטב.
2. מוסיפים את קוביות העוף ומערבבים שוב.
3. מחממים תנור ל- 180° (טורבו 🌀 - רק אם יש).
4. מרפדים תבנית אפייה בנייר אפייה או נייר כסף. מניחים רשת צלייה מעל ומשמנים עם ספריי את הרשת.
5. מרסקים את התפוצ'יפס עם מערוך או עם ידיים יבשות ומעבירים לקערה נוספת.
6. טובלים בעדינות חתיכת עוף בתפוצ'יפס ומעבירים לרשת הצלייה, חוזרים על הפעולה עד שמסיימים את כולם.
7. אופים בחלק העליון של התנור כ-12-15 דקות עד שהתפוצ'יפס מתחיל להשחים. מוציאים ומגישים חם.

בורקס הכי טעים שיש

12 בורקסים • זמן הכנה 10 דק' • זמן אפיה 20 דק'



מצרכים



1 קוביה רוטב עגבניות
ובזיליקום דורות



2 קוביות
פסטו דורות



12 ריבועי בצק עלים
(או חצי חבילת בצק עלים
חתוכה לריבועים 10X10 ס"מ)



1 ביצה + כף מים



4 כפות גבינה
לבנה (5% או 9%)



200 גרם גבינה
צהובה/צ'דר מגורדת
או חתוכה דק



שומשום
(לא חובה)



קערה



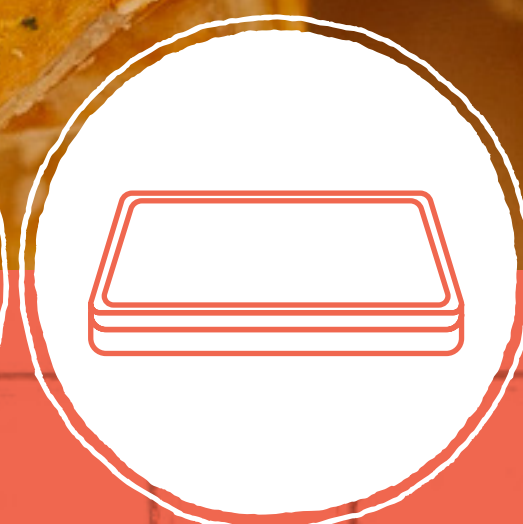
מברשת



כף



נייר אפייה



מגש של תנור

אופן ההכנה

1. מוציאים 2 קוביות פסטו דורות וקוביית רוטב עגבניות ובזיליקום דורות לקערה.
2. מוציאים 12 ריבועי בצק עלים מהמקפיא ומניחים על מגש.
3. מחממים תנור ל-200° ומרפדים מגש אפייה בנייר אפייה.
4. ממתינים כמה דקות עד שהבצק והקוביות מפשירים.
5. מוסיפים לקערה 4 כפות גבינה לבנה, את הגבינה הצהובה ומערבבים עם כף.
6. מניחים כף מהתערובת במרכז כל ריבוע.
7. טורפים את הביצה בקערה נפרדת ומוסיפים כף מים.
8. מברישים בעדינות את השוליים של כל ריבוע בביצה, מקפלים את הריבוע לשניים ומהדקים את הקצוות היטב בעזרת האצבעות.
9. מברישים כל בורקס במעט ביצה ומפזרים שומשום (רק אם אוהבים). אופים במרכז התנור כ-20 דקות עד שהבורקסים מזהיבים.

פסטה עגבניות מושלמת

4 רעבים • זמן הכנה 5 דק' • זמן בישול 10 דק' • זמן כולל 15 דק'



מצרכים



**3 קוביות רוטב
עגבניות ובזיליקום
דורות**



**3 קוביות
בצל מטוגן דורות**



**חבילת פסטה
(500 גרם)**



**1 פחית עגבניות
מרוסקות (400 גרם)**



2 כפות שמן זית



**1 קוביה
פסטו דורות**



½ כפית מלח דק



1/2 כפית סוכר



**¼ כוס מים
(4 כפות)**



1. מרתיחים מים בסיר ומבשלים את הפסטה לפי ההוראות שעל האריזה, כדאי להשתמש בטיימר ולבשל לפי זמן הבישול המומלץ.
2. בינתיים שמים בסיר שני את כל שאר המרכיבים כולל **הקוביות של דורות** ומדליקים להבה בינונית. מערבבים מדי פעם עד לאיחוד כל המרכיבים.
3. כשהפסטה מוכנה מסננים ומעבירים לסיר הרוטב. מערבבים היטב ומגישים.

ארוחת ערב ישראלית

2-3 רעבים • זמן הכנה 10 דק'



מצרכים

חביתה



2 קוביות
בצל מטוגן
דורות



4 ביצים



$\frac{1}{2}$ כפית מלח



3 כפות חלב
או שמנת
מתוקה



1 כף שמן זית

טחינה



2 קוביות תיבול
לטחינה דורות



2 כפות
טחינה
גולמית



4 כפות מים



מלח לפי
הטעם

סלט



1 מלפפון
1 פלפל
אדום



6-8 עגבניות
שרי או
1 עגבניה
גדולה



מיץ מחצי
לימון



1 כף שמן זית



מלח



כף עץ

סכין

קרש חיתוך

2 קערות

מחבת טפלון
קטנה

אופן ההכנה

1. מוציאים **2 קוביות בצל מטוגן דורות** לקערה קטנה ו-**2 קוביות תיבול לטחינה דורות** לקערה שנייה.
2. מוסיפים לקערה עם הבצל את שאר המרכיבים לחביתה חוץ מהשמן ומערבבים היטב.
3. מחממים מחבת טפלון קטנה היטב. מוסיפים כף שמן זית, מחכים עוד 30 שניות ואז שופכים את תערובת הביצים.
4. מערבבים בעדינות עם כף עץ או סיליקון עד שאין יותר "בריכות" של ביצה נוזלית ומחלישים את הלהבה.
5. אפשר להפוך את החביתה או פשוט לכסות במכסה את המחבת ולהמתין כ-2 דקות.
6. מכינים את הטחינה: מערבבים את כל המרכיבים עם כפית וטועמים (לא לשכוח את **הקוביות** שהוצאתם מראש).
7. חותכים את הירקות לחתיכות גסות, מניחים בקערה, מוסיפים מיץ לימון, שמן זית ומלח ומערבבים.
8. מסדרים הכל על צלחת ומגישים.

מאפין הפתעות (מלוח)

12 מאפינס • זמן הכנה 10 דק' • זמן אפייה 20 דק' • זמן כולל 30 דק'



מצרכים



3 כפות תירס
קפוא או משומר



2 קוביות בצל
מטוגן דורות



2 קוביות
רוטב עגבניות
ובזיליקום דורות



75 גרם חמאה



150 גרם גבינה
צהובה/ צ'דר
מגורדת



$\frac{1}{2}$ כוס חלב
(120 מ"ל)



2 ביצים



2 כפות זיתים
מגולענים קצוצים
(או חרוזית)



שמן/ספריי שמן
לשימון התבנית



$\frac{1}{2}$ כפית מלח
דק



$1 \frac{1}{2}$ כוסות קמח
תופח (210 גרם)



קערה

כף

תבנית מאפינס

תנור אפייה

אופן ההכנה

1. מחממים תנור ל- 180° (ללא טורבו).
2. מוציאים לקערה גדולה 75 גרם חמאה, **2 קוביות רוטב עגבניות ובזיליקום דורות**. משאירים במקום חמים ל-10 דקות או ממיסים במיקרוגל כ-40 שניות.
3. לאחר שהחמאה התרככה, מוסיפים את שאר המרכיבים חוץ מהקמח ומערבבים היטב.
4. מוסיפים את הקמח בפעמיים. יש להימנע מלערבב יותר מדי בשלב זה - מערבבים מעט ככל האפשר, עד שהתערובת אחידה.
5. משמנים תבנית מאפינס בספריי שמן ומחלקים את התערובת עם כף באופן שווה בין 12 השקעים.
6. אופים במרכז התנור. אחרי 15 דקות, פותחים ונועצים קיסם במרכז המאפין. אם הקיסם יוצא יבש, מוציאים מהתנור. אם לא, משאירים לעוד 2-3 דקות ומוציאים.
7. מניחים לתבנית להתקרר כמה דקות ומחלצים את המאפינס בעזרת כף.

מי לא אוהב טוסט?

3 טוסטים • זמן הכנה 5 דק' • זמן אפייה 10-15 דק'



מצרכים



**2 קוביות
פסטו דורות**



**6 פרוסות לחם/חלה
או 3 לחמניות**



**100 גרם (חצי חבילה)
גבינת מוצרלה או גבינה צהובה
מגורדת או פרוסה**



1 עגבנייה גדולה



טוסטר

אופן ההכנה

1. מוציאים **2 קוביות פסטו דורות** לקערה קטנה.
2. פורסים את העגבנייה לפרוסות דקות.
3. מורחים 3 פרוסות לחם בפסטו, מפזרים את הגבינה באופן שווה על שלושת הפרוסות ומניחים פרוסות עגבנייה.
4. מורחים גם את שלושת הפרוסות הנותרות בפסטו וסוגרים.
5. צולים בטוסטר כ-5 דקות עד שמתחיל להזהיב ומגישים.

פיצה כמו בפיצרייה (ואפילו טובה יותר)

4 פיצות אישיות - *Yummy!* • זמן הכנה 15 דק' • זמן אפייה 10 דק' לכל פיצה



מצרכים



1 קוביה פסטו
דורות



2 קוביות רוטב
עגבניות ובזיליקום
דורות



1 חבילה קמח
שמרים מהיר לפיצה
(650 גרם)



½ כפית מלח



1 כף שמן זית



1 פחית עגבניות
מרוסקות (400 גרם)



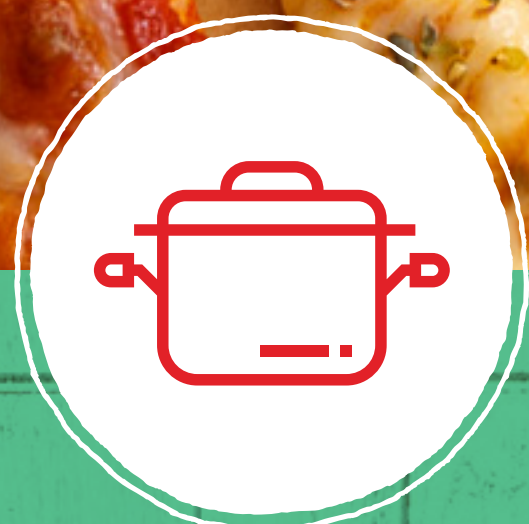
300 גרם גבינת
מוצרלה
או צהובה מגוררת



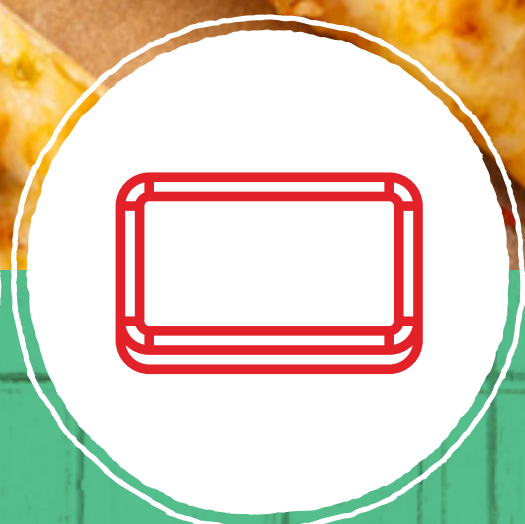
½ כפית סוכר

תוספות:

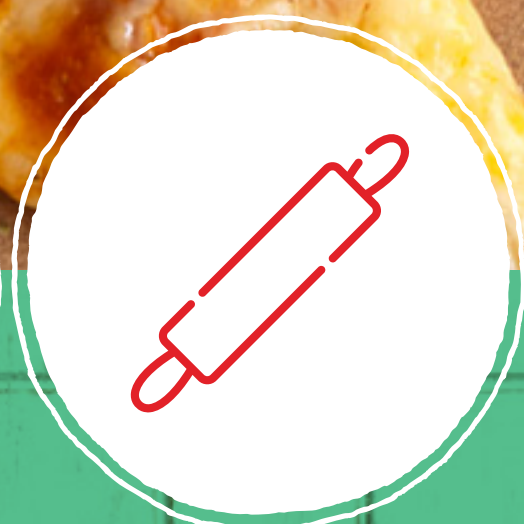
זיתים, תירס או כל
מה שאתם אוהבים



סיר קטן



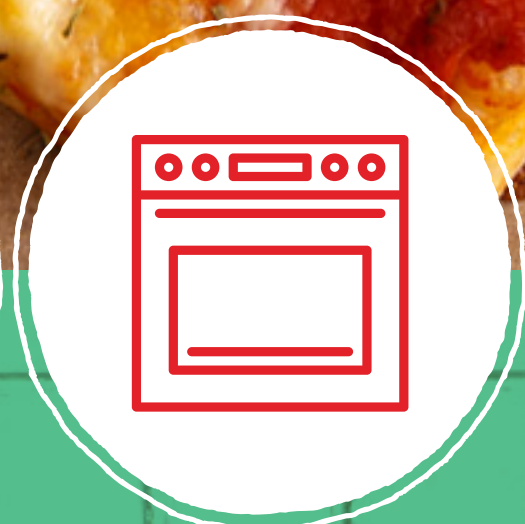
מגש לתנור



מערור



מיקסר שולחני
(לא חובה)



תנור אפייה

אופן ההכנה

1. מכינים את הבצק על פי ההוראות שעל האריזה ומחלקים ל-4 כדורים (ניתן ללוש בידים).
2. שמים את כל מרכיבי הרוטב בסיר קטן. מבשלים על אש קטנה 10 דקות, מערבבים עם כף עץ מדי פעם.
3. מחממים תנור אפייה ל- 250° ומרפדים שני מגשי אפייה בנייר אפייה.
4. מקמחים את משטח העבודה, מרדדים כדור בצק אחד לעיגול או מלבן דק ומעבירים בעדינות למגש.
5. שמים 2 כפות רוטב ומתחילים לפזר את הרוטב בעזרת הכף בתנועה מעגלית עד 1 סנטימטר מהקצה.
6. מפזרים $\frac{1}{4}$ מכמות הגבינה באופן אחיד ומוסיפים תוספות.
7. מכניסים את המגש לתחתית התנור (שממש יגע בתחתית) ואופים כ-10 דקות עד שהבצק והגבינה מזהיבים. בינתיים מכינים את הפיצה הבאה על המגש השני.

סיר פתיתים ונקניקיות

4 רעבים • זמן הכנה 5 דק' • זמן אפייה 20 דק'



מצרכים



**1 קובייה רוטב
עגבניות ובזיליקום
דורות**



**2 קוביות בצל
מטוגן דורות**



**2 כוסות פתיתים
(ארוכים או עגולים)**



**4 כפות אפונה
קפואה או משומרת**



**5 כפות תירס
קפוא או משומר**



4-5 נקניקיות



2 ½ כוסות מים רותחים



כפית שטוחה מלח



קומקום



תנור אפייה



סיר קטן

אופן ההכנה

1. מחממים תנור ל- 220° .

2. פורסים את הנקניקיות לעיגולים דקים ומניחים בסיר קטן (בוחרים סיר שיש לו מכסה ושגם מתאים לאפייה בתנור).

3. מוסיפים את כל שאר המרכיבים, את המים הרותחים מוסיפים בסוף.

4. מערבבים עם כף, מכסים מיד ומכניסים לתנור ל-20 דקות.

5. מוציאים בזהירות רבה (עם כפפות מתאימות) את הסיר מהתנור. משאירים את הסיר סגור ל-5 דקות נוספות. פותחים את הסיר, מערבבים שוב עם כף ומגישים חם.

ארוחת צהריים תאילנדית

(שיפודי פרגית ובוטנים עם סלט אטריות)

4 רעבים • זמן הכנה 10 דק' • זמן צלייה 10-15 דק'



מצרכים

לשיפודי:



1 כף
רוטב סויה



2 כפות
חמאת
בוטנים



4 קוביות
ג'ינג'ר דורות



4 קוביות שום
דורות



600 גרם
פרגית או חזה
עוף חתוכים
לקוביות

לסלט:



מלפפון אחד
חתוך לרצועות



מיץ מלימון אחד



3 כפות רוטב
סויה



חצי חבילת
אטריות שעועית
דקות / אטריות
אורז
(100 גרם)



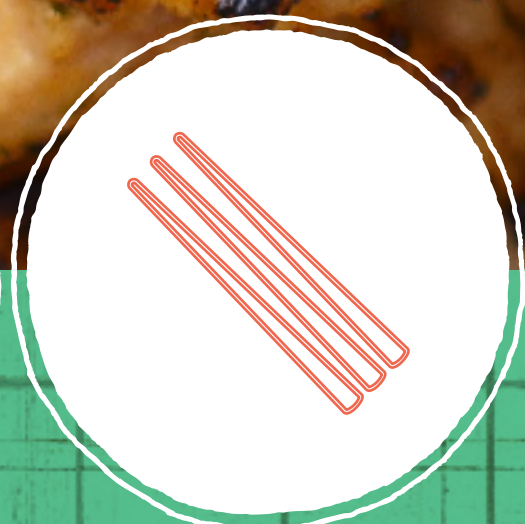
5-6 עגבניות
שרי חצויות



פלפל אדום אחד
חתוך לרצועות



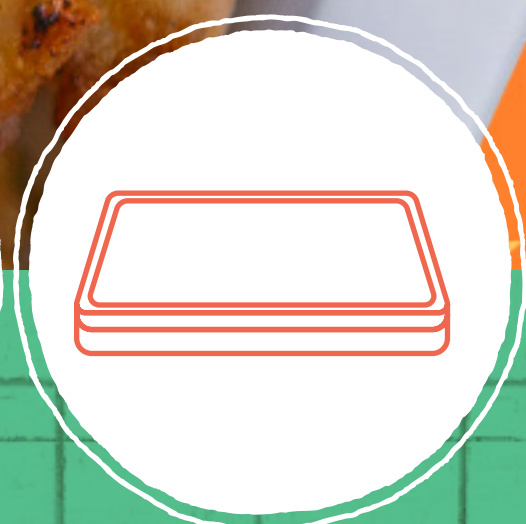
קערה



שיפודי עץ



כף



מגש



תנור אפייה
או טוסטר אובן

אופן ההכנה

1. מוציאים לקערה 4 קוביות שום דורות ו-4 קוביות ג'ינג'ר דורות, מוסיפים 2 כפות חמאת בוטנים וכף רוטב סויה וממתינים כמה דקות.
2. מחממים תנור או טוסטר אובן במצב גריל עליון.
3. מרפדים מגש בנייר כסף (אם יש רשת צלייה מתאימה, מניחים מעל ואם אין, לא נורא).
4. מערבבים את המרכיבים בקערה עם כף, מוסיפים את קוביות העוף ומערבבים היטב בידיים.
5. משפדים כל 3 חתיכות על שיפוד ומסדרים את השיפודים על הרשת.
6. צולים בחלק העליון של התנור/טוסטר כ-15 דקות עד שהעוף משחים.
7. בזמן הצלייה, מניחים את האטריות בקערה גדולה, יוצקים מים רותחים ומכסים את הקערה עם צלחת מתאימה.
8. חותכים את הירקות לרצועות.
9. אחרי 5 דקות מסננים את האטריות במסננת (זהירות - המים עוד חמים), מוסיפים את הירקות, רוטב סויה ומיץ לימון ומערבבים.
10. מניחים סלט בצלחת, מוציאים את המגש מהתנור ומניחים 2-3 שיפודים מעל.



דורות

