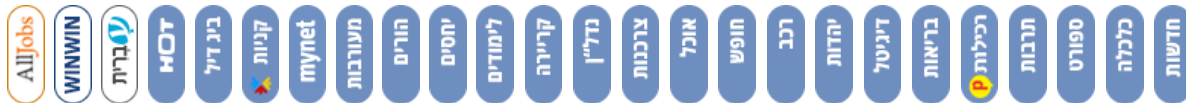


רק היום ומחר 17-18.5.16
בכל רשתות המועדון

LifeStyle SA

ות לייף סטייל | בכפוף לתנאי ההטבה



דואר אדום · מזג אוויר · מפות · דעות · מדיה · מדע · אסטרולוגיה · פרוגי · מדרך טלוויזיה · קריירה · בעלי מקצוע · ביטוח · חתונות · דרושים · אלבומים · ynetart · English

חפש

ynet

Like 927K

25C

תחזית: אשדוד

אוכל

תכונים קרין גורן עוגה לשבת עושים שוק עושים כבוד לקרב מספר 1 יין, אלכוהול וחיי לילה מפת הפרה מתכונים וידאו

אזו ועוד: 4 מתכונים מהמטבח היווני

ביוון לא תמצאו רק חופים תכולים ושמש מלטפת אלא גם קולינריה ים תיכונית משובחת והרבה אלכוהול טוב - עבור כל אותם אלה שלא מתכננים בקרב חופשה ביוון, יצאנו לבדוק איך מכינים קוקטיילים שירימו לנו את הקיץ, וקיבלנו גם מקבץ מתכונים יווניים מספר חדש על המטבח היווני

Recommend 36

אלכסנדרה לוקש ושירי הדר | פורסם: 16.05.16, 14:42

חדש

אחור
ממרח טחינה עם שוקולד

כא הטוב
שבטחינה
כא האתוק
שבשוקולד

לחצו לפרטים



דורי דבש מתוקים
צילום: דן פרץ

שתף בפייסבוק

הדפסה

שלח כתבה

הרשמה לדיוור

תגובה לכתבה

עשו מנוי לעיתון

מרחבי הרשת



רוטב פטריות לתפוחי אדמה,
פשוט מדהים!
(השף הלבן)



שבלולי לחם שום נתלשים עם
טעם וריח שיטריפו את הבית
(הרשימות של אימא)



מרחבי הרשת
נקניק שוקולד נוסטלגי
שהילדים אוהבים
רגע מתוק



צער התלונן על כאבי בטן -
הבדיקות הראו...



החיים אספרגוס: חיים כהן
עם מתכונים

by

טראמה | ממרח ביצי דגים

צביקי עשת

טראמה הוא ממרח ביצי דגים חלק ומנת מזה קלאסית. ביצי הדגים הקלאסיות להכנתה הן ביצי בור, שאפשר להשיג בסתיו ועד סוף החורף (רק בקושי ממכר הדגים שלכם שישמור לכם את ביצי הדגים; בדרך כלל הוא פשוט זורק אותן).

טראמה מצוינת אפשר להכין גם מביצי דגים משומרות במלח. ביצי קוד אפשר למצוא במעדניות בלקניות (הן מגיעות מיוון או מטורקיה), וביצי הרינג אפשר לקנות (ובזול) במעדניות שמתמחות בדגים מלוחים.

הטראמה תישמר בכלי אטום במקרר 2-3 ימים.

הכי מטוקבקות

1. שוקולד טבעוני: הסיפור של "פנדה" 812
2. ננה שרייר והמנגל הטבעוני 142
3. איך מכינים פיצה מושלמת? 121
4. קרין גורן לכל המשפחה: קסטה קוקיז 68
5. מנגל אסייתי: שיפודים קצת אחרת 58

איסתא issta

איסתא מרשה לכם להתחרט!

**מזמינים נופשון לקיץ
במחירי טרום עונה
ויכולים לבטל בכל עת**

כנסו עכשיו >>

זירת הקניות

נופש באילת 2 לילות אמצ"ש
כולל טיסות הלך ושוב

לרכישה <<



הנעליים הכי הורסות שיש!
New Balance אופנה!

היכנסו עכשיו <<



ידיעות אחרונות-מהדורת
סופ"ש לחדש מתנה!

היכנסו עכשיו <<



טלוויזיית 49" מעוצבת Smart
TV 4K Android TV

לרכישה <<



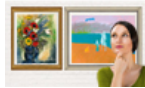
חופשה מושלמת בראש שקט
ובחיסכון גדול!

לפרטים נוספים << <<



הקיר בבית ריק? המשרד זקוק
לטאצ' מיוחד? אמנות מ-230

לרכישה <<



צריכים ביטוח? בואו להרוויח
פעמיים!

להצעת מחיר << <<



ynetAlbums

ספר תמונות גדול
ללא הגבלת עמודים! רק-

149 ₪

לפרטים

יבכפוף לתקנון



ממרח ביצי דגים (צילום: דן פרץ)

מודעה

DJ לחתונה- במבצע 1,450 ₪

עם אתר חתונהלי חוסכים כסף - ובענק! רק DJ's מומלצים לאירוע המושלם שלכם.

/hatunali.co.il/dj

המרכיבים:

6 כפות (100 גר') ביצי דג בורי טריות או ביצי קוד או הרינג משומרות במלח מיץ סחוט מ-1 לימון
4-3 פרוסות לחם לבן ללא הקרום, מושרות במים וסוחטות
2/3 כוס (160 מ"ל) שמן זית
1/4 כפית מלח (רק לביצים טריות)
להגשה (אם רוצים):
בצל סגול קצוץ
פטרזיליה קצוצה
מעט שמן זית

אופן ההכנה:

1. שמנים במכל מעבד מזון את ביצי הדגים, מיץ הלימון והלחם ומעבדים לעיסה חלקה.
2. מוסיפים את השמן בהדרגה ותוך פעולת המעבד, עד שמתקבל קרם חלק. מעבירים לקערה, מתבלים במלח ושומרים במקרר עד שעה לפני ההגשה.
3. להגשה אפשר לפזר על הטראמה בצל סגול קצוץ, פטרזיליה קצוצה ומעט שמן זית.

ספנקופיתה | מאפה תרד וגבינות בבצק פילו

צביקי עשת

משמעות המילה פיתה ביוונית היא מאפה, פאי, אוכל נחמה שמחמם את הנשמה, בין שהוא מוגש עם או קר, כמנת מזה או מנה עיקרית.

הפיתה האהובה ביותר היא הספנקופיתה, מאפה שכבות מלוח עשוי עלי בצק פילו משוחים בשמן זית שביניהם מילוי תרד וגבינות. באזורים הכפריים מכינים את המילוי מעשבי בר כמו מליסה, עלי שומר ושמיר, עלי חרדל, שן הארי וחומעה (חוביזה), חלקם ארומטיים ואחרים נותני טעם – שאז המאפה נקרא הורטופיתה.



פשוט וקל: כך תכינו עוגת
שוקולד ללא תוספת סוכר.
(אוכל טוב | mako)



מהפך ב-60 יום: השילה רבע
ממשקלה בגלל הדבר הזה
(ForWellness Magazine)

Recommended by



מאפה תרד וגבינות בבצק פילו (צילום: דן פרץ)

המרכיבים (לתבנית מתכת עגולה בקוטר כ-30 ס"מ):

- 1 כוס רוטב בשמל פטה (ראו מתכון בהמשך)
- 1 ק"ג עלי תרד טורקי טריים קצוצים
- 200 גר' גבינת פטה מגוררת
- 100 גר' גבינת קפלוטירי (או קשקבל) מגוררת
- 2 ביצים
- מלח ופלפל שחור
- 10 עלי בצק פילו טריים או קפואים ומופשרים
- 100 גרם חמאה מומסת

לרוטב בשמל פטה (כ-3 כוסות):

- 100 גר' חמאה
- 1/2 כוס קמח
- 2 כוסות שמנת מתוקה
- 2 כוסות חלב
- 3 ביצים
- 1/2 כפות מלח
- 1/2 כף פלפל שחור
- מעט אגוז מוסקט מגורר

אופן ההכנה:

1. **הבשמל:** ממיסים את החמאה בסיר. מוסיפים את הקמח ומבשלים על להבה נמוכה תוך בחישה 3-4 דקות, עד שמתקבל מרקם של משחה. מוסיפים את השמנת והחלב בהדרגה תוך טריפה במטרפת יד, עד שאין גושים בכלל. ממשיכים לבשל תוך כדי ערבוב עד שהרוטב מסמיך ומבעבע ומגיע למרקם של קרם אחיד. מסיירים מהאש, מוסיפים את הביצים זו אחרי זו, וטורפים היטב עד שכל ביצה נבלעת ברוטב לגמרי לפני שמוסיפים את הביצה הבאה. מתבלים במלח, פלפל ואגוז מוסקט. מעבירים את הרוטב לכלי, מכסים בניילון נצמד ומניחים בצד.
2. **המאפה:** מערבבים יחד את רוטב הבשמל, התרד, הגבינות והביצים ומתבלים במלח ופלפל (בזהירות, קחו בחשבון את המליחות של הגבינות).
3. מחממים את התנור ל-170 מעלות.
4. משמנים את התבנית במעט מהחמאה המומסת ומניחים בה עלה פילו, כך ששוליו גולשים מעבר לדופןות התבנית. מברישים אותו בחמאה מומסת ומניחים דף נוסף. מברישים בחמאה ומניחים כך 3 עלים נוספים (סך הכול 5 עלים).
5. מניחים את המילוי מעל הבצק ומניחים מעליהם 5 עלי פילו נוספים מוברשים בחמאה מומסת, כמו בשלב הקודם.
6. מגלגלים את שולי העלים יחד ותוחבים אותם פנימה לתוך התבנית. משמנים את השוליים בשארית החמאה ומכניסים לתנור. אופים 25-30 דקות, עד שהבצק מזהיב יפה. מומלץ לתת למאפה לנוח כחצי שעה לפני ההגשה. פורסים למשולשים ומגישים.

רוויית'ה פלאקי | תבשיל חומוס**צביקי עשת**

זה אינו ממרח חומוס, אלא תבשיל של גרגירים רכים מאוד, מעט מעוכים, ועטופים במעט נזלים,

שסופג מצוין את האלכוהול המלווה את אכילתו, ומפנה מקום לעוד אלכוהול.

אנחנו ממליצים בחום להשתמש במקרה הזה בסיר לחץ. זה פשוט יוצא הכי טעים כך.



תבשיל חמוס (צילום: דן פרץ)

המרכיבים (ל-8 מנות):

3 כוסות (600 גר') גרגירי חמוס קטנים, מושרים לילה בהרבה מים ו-1 כפית סודה לשתייה
 1/2 כוס שמן זית
 5 שיני שום כתושות
 מיץ מ-2 לימונים
 1/2 כף אורגנו יבש
 4 כפות שמיר קצוץ
 1 כף מלח
 1/2 כפית פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. מסננים את החמוס ממי ההשריה ומעבירים לסיר גדול. מוסיפים מים כדי כיסוי ועוד 5 ס"מ. מביאים לרתיחה, מסירים קצף שצף על פני המים, מגמכים את הלהבה ומבשלים עד שהחמוס רך מאוד, כמעט מתפורר, והוא עטוף במעט נוזלים (זמן הבישול משתנה מאוד בהתאם לאיכות ולטריות החמוס ויש לבדוק במהלך הבישול). אם החמוס התרכך לגמרי ונותר בו יותר מדי נוזלים, מוציאים אותם בעזרת מצקת.
2. מכבים את האש ומוסיפים לסיר את שמן הזית, השום, מיץ הלימון האורגנו והשמיר. מערבבים בכף עץ ומועכים חלק מהגרגירים בעזרת גב הכף על דופנות הסיר. מתבלים במלח ופלפל ומגישים חם.

לוקומדס | כדורי דבש

צביקי עשת

ת'נאסי, האיש שמעל סיר השמן בסטאני יודע ליצור כדורים מושלמים עם חור במרכזם בתנועות בטוחות וזריזות. אנחנו מיומנים קצת פחות ממנו ולכן משתמשים במכשיר פשוט שיוצר עיגולים מושלמים.

אתם יכולים לנסות להשתמש בשיטה של ת'נאסי, ואם לא – תקבלו סופגניות קטנות בלי חור, אבל לא פחות טעימות.



כדורי דבש (צילום: דן פרץ)

המרכיבים (ל-25-30 יחידות):**לבצק:**

- 1 כוס מים
- 1 כוס חלב
- 3 כפות סוכר
- 2 כפות שמרים יבשים
- 2 כוסות קמח
- 1/2 כפית מלח
- 4 כפות שמן זית
- שמן לטיגון עמוק

להגשה:

- דבש נוזלי
- קינמון

אופן ההכנה:

1. מערבבים בקערה את המים, החלב הסוכר והשמרים. מוסיפים 1/2 מכמות הקמח וטורפים במטרפה עד שמקבלים בלילה חלקה. מוסיפים את יתרת הקמח ומערבבים שוב עד שהיא שוב חלקה. מוסיפים את המלח והשמן ומערבבים שוב. מכסים את הקערה ומניחים לתפיחה שעה עד שעה וחצי, עד שהבלילה מכפילה את נפחה.
2. מחממים שמן לטיגון עמוק עד לחום של 180 מעלות (עד שהשמן חם אך לא מעשן).
3. לוקחים כמות מהבלילה בכף, ובכף נוספת מורידים אותה לתוך השמן, כך שמיד נוצר כדור. ממשיכים כך ומטגנים את הכדורים עד שהם זהובים. מוציאים בכף מחוררת ומניחים על נייר סופג.
4. מעבירים את הכדורים לצלחת הגשה, מטפטפים עליהם דבש, זורים קינמון ומגישים מיד.

המתכונים מתוך "גרקו מטבח יווני", 380 עמודים, מחיר 178 ש"ח

[מצאתם טעות בכתבה? כתבו לנו](#)



✉ לפנייה לכתב/ת

שלחו כתבה הרשמה לניוזלטר עיתון לחודש מתנה! שתף ב- שתף ב- שתף ב-

תגיות: אוכל יווני דבש חמוס פילו מאפה ביצים מתכונים

אולי יעניין אותך גם



מרחבי הרשת

אוכל בולנסיה – איך אומרים בתיאבון בספרדית? (בלוג אשת טורס)



מרחבי הרשת

הקבב מספר 1: מבקרים את דוח'ל (אוכל - וידאו)



לחמג'ול: הגרסה המהירה (אוכל - וידאו)



מרחבי הרשת

כך תכינו גלידה ללא תוספת סוכר בשלושה שלבים (אוכל טוב | mako)



מרחבי הרשת

הטרנד החדש בעולם המסעדות - מטבח עילי כשר (ZAP Rest)



מה עובר על המסעדות ביפו? (אוכל - וידאו)

Recommended by



מועדעות

DJ לחתונה- במבצע 1,450 ₪
עם אתר חתונהלי חוסכים כסף - ובענק! רק DJ's מומלצים לאירוע המושלם שלכם.

[/hatunali.co.il/dj](http://hatunali.co.il/dj)

דרור שדה אור
יותר מוסיקה פחות בום בום
www.mitchatnim.co.il

רוצה לרדת במשקל?
עד 6 ק"ג בחודש עם מדרזים™. מחיר מיוחד לחברי קופ"ח. כנסו!
midraz.co.il

0 Comments

Sort by **Oldest**



Add a comment...

Facebook Comments Plugin

פתיחת כל התגובות

לכתבה זו התפרסמו 24 תגובות ב-20 דיונים

הצג: מהסוף להתחלה

תגובה חדשה

20. תבשיל החמוס בסיר לחץ או סיר רגיל? אתם לא סגורים על עצמכם
סעיד הסועד (17.05.16)

19. אומרים כדורים מראים דונסט (לת)
קצת ביקורת על המאמר (17.05.16)

18. לגבי ספנקופיטה - ממת: שמנת+טונות מלח=גבינות?
גבינה לבנה (17.05.16)

17. טוב תכתבו שזו כתבת יח"צ לגרקו וספר הבישול היווני שלה הרצ, גבעיים (17.05.16)
16. בשמל פטה בלי פטה? לא הבנתי (לת) ה (17.05.16)
15. יש בדי (17.05.16), נשלח מהאנדרואיד
14. ללא בדי (17.05.16), נשלח מהאנדרואיד
13. חורטופיתה, ראמוטו.... (לת) אני (17.05.16)
12. יש לי המון מה לכתוב.. אבל אני מעדיף לשחק (לת) דני DANY, טורונטו קנדה (17.05.16)
11. מטבח יוני משה, פתח תקווה (17.05.16)
10. ככה לא מכינים לוקומדס היווני הזועם (16.05.16), נשלח מהאנדרואיד
9. שמנת, חלב, חמאה, גבינה, דגים - פגיעה והתעללות בבעלי חיים מוותרת (16.05.16)
- יש לך משהו לחדש, או שתמשיכי עם מנטרות שחוקות ונדושות? (לת) (17.05.16)
8. חייב בכשרות (לת) (16.05.16)
7. **הספנקופיתה, כבש את ליבי! ביום שישי הקרוב יוגש על שולחני (לת)** בתיאבון לכולם! (17.05.16)
6. טוסו להזדהות עם היוונים! (17.05.16)
5. 2 כנפות, לשמוע אותן - מוציא את החשק ליוון, למאכליה ולאזוז (לת) הנותן בסוסות (16.05.16)
4. ביצי קוד לא מגיעות מהבלקן. (16.05.16)
3. חבל שאת שאר המתכונים הטבעוניים אתם הורסים במתכוני סבל עירית, תל אביב (17.05.16)
- שוב שטויות טבעוניות, אין אמת בכל מה שכתבת! (לת) (17.05.16)
- עוד טבעונית שחסף הויטמינים שלה מתחיל להשפיע לה על המוח. בגדול (לת) (17.05.16)
2. זה כשר בכלל? (לת) אפרים (17.05.16)
- טעים זה הכשר החדש (לת) (17.05.16)
1. **אין על היוונים בעולם!!!** אילה, מרכז (17.05.16)

כל התגובות לכתבה "אזוז ועוד: 4 מתכונים מהמטבח היווני"

מומלצים



מגוון מוצרי חשמל ספורט אלקטרוני ועוד...
לרכישה <<



פשוט וקל למצוא דיילים למלונות עד 80% הנחה
לפרטים נוספים <<



מתכונים חתונה? היכנסו לעולם החתונות שלכם
לפרטים נוספים <<



קולקציית מדליקה של הנעליים הטובות בעולם!
New Balance <<



קדישמן אצלר בבית! רק עכשיו ב-ynetart
לרכישה <<



זקוקים לביטוח? מבצע כפול עכשיו ב ynet ביטוח!!
להצעת מחיר <<

חדשות	תיירות	כלכליסט	כתבו אלינו	ארכיון	הפוך לדף הבית	הדף שלנו בפייסבוק
כלכלה	אוכל	בלייזר	עזרה	מרכזי המבקרים	ynet בסלולר	עקוב אחרינו בטוויטר
ספורט	רכב	מנטה	מדיניות פרטיות	Israel News	ניוזטרים	
תרבות	בעלי חיים	mynet	תנאי שימוש	אודות האתר	פרסמו אצלנו	נגישות 
בריאות	שופינג לאשה	מפות	מפת האתר	RSS	אנציקלופדיה	
מחשבים	יחסים	פרוגי				
רכילות Pplus	אסטרולוגיה	Yschool				
נופש	מעורבות	kick				
Xnet	ירוק	כיכר השבת				
יהדות	לאשה					קניות מניות דרושים מחירון רכב דירות להשכרה קופונים מחירון דירות רכב חדש
דעות	דילים					דירות למכירה לוח רכב יד שניה בעלי מקצוע עברית mame דירות חדשות
צרכנות	כולסטרול					ynetArt זיכרונט ידיעות בתי ספר מנוי למגזין ידיעות אחרונות