

ניוזלטר מרץ



בית לקולינריה ישראלית

מתי ואיפה

א' מתכונת מצומצמת

ב'-ה' 09:00-20:00

יום ו' 07:00-17:00

שבת 09:00-20:00

האנגר 12, נמל תל אביב

..... אירוע החודש



2.4-30.3 שוק האיכרים נמל תל אביב

פעילות ערב החל מ- 19:00 הכניסה חופשית

31.3 הקרנת משחק כדורגל ישראל-בלגיה



שבוע



הקולינריה



הבלגי



מה בעונה

אבוקדו, אגס, אנדיב, אפונה, עגבניה, אספרגוס, אפרסמון, בננה, ארטישוק, אשכולית, בצל ירוק, ברוקולי, גזר, חסה, כרוב, כרובית, כרישה, לימון, מנגולד, מנדרינה, סלק, סלרי, פומלה, פטריות, צנון, קולרבי, קיווי, קלמנטינה, שומר, שסק, תות, תמר, תפוז, תפוח עץ, תרד



קולקציית כלי מטבח חדשה ב-

ARCOSTEEL

Kitchen



ארקוסטיל - יצרנית כלי הבית המובילה בישראל השיקה סדרת כלי מטבח חדשה בשיתוף עם השף מאיר אדוני - Arcosteel Adoni

הסדרה כוללת מגוון סירים ומחבתות, לוחות חיתוך מקצועיים, מכתש, עלי שיש וסדרת סכינים.

כל אחד מהדגמים בסדרה עבר מחנה אימונים במטבח של מאיר אדוני ותהליכי ייצור ובקרה קפדניים בארקוסטיל.

המלצת החודש



מהיום האיכות וחומרי הגלם המשובחים של IWO'S גם באוכל מוכן!

בכל יום חמישי ושישי בשוק

האיכרים תמצאו 2 עגלות מלאות בכל טוב - סלטים טריים, תבשילים, מרקים, ממולאים, מיצים טבעיים ועוד. גם צמחונים וטבעוניים יוכלו ליהנות מהאוכל הנהדר של איוו. אפשר לשבת לאכול במקום או לקחת הביתה לשבת.

עושים גם משלוחים עד הבית: 03-5344859



גם ב-

shukhanamaltlv



Slow Food®

שוק האיכרים

טרי כל הדרך מהכפר

תל אביב נמל תל אביב

חמישי 12:00-20:00

שישי 07:00-17:00

קניון MAX ערים, כ"ס

קניון גבעתיים

שישי 09:00-15:00

בקרב שווקים חדשים

סינמה סיטי ראשל"צ, קניון רננים רעננה, קניון 7 הכוכבים הרצליה



מועדון הלקוחות של שוק הנמל

מצטרפים חינם ונהנים ממבצעים בלעדיים, הנחות, ועדכונים שוטפים. להצטרפות היכנסו:



shukhanamal.co.il או לפייסבוק

חדשות השוק

שוק האיכרים - חמישי ושישי

לדוכן של **עמי ברקוביץ'** הגיעו **חרובים** - גדולים ועסיסיים, **משק ברנס** הביא **אפרסקים ראשונים** לעונה, כמה קטנים ככה טעימים.

שלמה אברבנל הביא איתו ירק מיוחד - **כרישה שומית** - לשורש שלו יש טעם של שום ולגבעול טעם של כרישה, זן מיוחד במינו. ובדוכן הירוקים שלו יש מגוון תבלינים: **מיון**, עם ריח מתוק וארומטי, זנים שונים של **אורגולה וקייל**, **רשד**, **תרד ניו זלנדי ועוד**.

לדוכן של **משק גרינפטר** הגיע **כרוב ניצנים**, **מבחר חסות הידרופוניות** ולקראת אמצע חודש מרץ תצטרף גם **הדלעת ספגטי הטעימה**.



שוק מקורה

בדוכן של **"פורטבלו"** תמצאו **שורשים טריים** של ג'ינג'ר, גלנגל וכורכום וגם **שורש יוקה** הדרום אמריקאי, מזכיר בטעמו בטטה ומכילים ממנו טפיוקה טעימה.

דוכן **"הקולה"** התחדש עם **קונפיטורות** נהדרות ביתיות ממשק **"בית בכפר"** והגיע גם **צנובר אמריקאי**.

מעדנים חדשים אצל **"שרקוטרי לבקוביץ"** - עגל חלב מעושן וריאט (פטה עוף והודו בסגנון צרפתי) - אין טעים מזה!

האננסים של **משק גולומביק** המפורסם שמתארח בשוק האיכרים בשישי הגיעו לדוכן של **"האחים לוי"** ומהיום תוכלו למצוא אותם באופן קבוע. מגיעים במבחר גדלים וזנים.

ב**"ארץ ערבה ונגב"** תמצאו את הנשנוש האולטימטיבי - **צנונית ננסית** - מתוקה, עדינה וטעימה.



לחנות אורגנית **"הירוק"** הגיע מבחר גדול של ירקות ופירות: אבטיחים ללא גרעינים ומלוניז מין **"גליה"** מערבה, עגבניות - ליקופן, לב השור, ביי ומגי, פילפלים סוויט בייט המתוקים, דייקון, דלעת ארמונים יפנית ואגוזי מקדמיה טריים - והכל **אורגני ובריא במיוחד!**



ב**"אנשי הזית"** שני סוגי דבש חדשים: **דבש חרובים** - רווי באנטי אוקסידנטים ומחזק מערכת חיסונית. מרקמו מיוחד וטעם מתוק חלומי. **דבש שיזף** - דבש פראי שמביא איתו ניחוחות של שדות בר. מתאים במיוחד לתבשילים.

מוצר נוסף בחנות הגיע הישר מירושלים - **חמאת אגוזי פקאן או מקדמיה**. החמאה עשויה מ-100% אגוזים מובחרים בכבישה קרה, ללא תוספות כלל. רוויה באנטי אוקסידנטים, חלבונים, ויטמינים, מינרלים וסיבים תזונתיים. מתאימה למריחה, לבישול ופשוט כמתבל.

אנחנו מציעים לכם לנטוש את השקיות תיקי שוק מעוצבים, חזקים, רב פעמיים והכי חשוב - ידידותיים לסביבה

תיק יוטה גדול - 20 ש"ח
תיק בד קטן - 10 ש"ח



ניתן להשיג בדוכני השוק

ליין ארוחות POP UP – פיורי בלילות

רוצים לחגוג אירוע בצורה לא שגרתית?

בימי ראשון בלילה, כשהשוק נסגר, פסטה פיורי מציעים ארוחות טעימות רק בשבילכם.

שולחן ארוך נפתח, והמנות מתחילות לצאת...

לפתיח - ריקושה חמימה שהרגע הכנו, ברוסקטות עם סביצ'ה מהדגים הטריים שהבאנו מהדייג, פלפלים קלויים ועוד ... ואז באות המנות עם פירות ים, ונתחים עסיסיים מהקצב, ויש גם פסטות, ולפעמים פולנטה, ולפעמים תבשיל זנב שור ומתוקים. ואלכוהול - חופשי, כמה שרוצים!

אז הזמינו מקום ל-10 סועדים ומעלה במחיר קבוע לראש ופשוט תשכחו את עצמכם לכמה שעות באווירה קסומה ומיוחדת.
פרטים והזמנות, מיכל: 054-7950473



נואפיית לחמים

מבחר עוגות שמרים
ב- 25 ש"ח ~~36 ש"ח~~

פורטבלו

5% הנחה
על כל הדוכן

מבצעים בלעדיים לחודש מרץ לחברי מועדון שוק הנמל



10% הנחה
בקניית פסטה טרייה במשקל

* מותנה בהזמנת מנת פסטה אישית

7%+
הנחה
על החנות

ARCOSTEEL
Kitchen

בקניית שני כלים מסדרת
"ארקוסטיל-אדוני"

ספר מתכונים
של השף אדוני **במתנה**

5%+
הנחה
על החנות



רק דברים טובים

2 צנצנות קונפיטורה של "בית בכפר"
49 ש"ח

צנובר אמריקאי גדול 16 ש"ח
100 גר'

LaFROMAGERIE

5% הנחה
על כל החנות

אחים לוי

5% הנחה
על כל החנות



עגל חלב מעושן
26 ש"ח 100 גר'

ריאט 20 ש"ח
100 גר'

משק רבינוביץ'

תות מזן מלאך
מארז אחד ב-20 ש"ח
2 ב-30 ש"ח



5% הנחה
על כל החנות



בהזמנת ארוחה
2 כוסות שתיה קלה
לבחירה **חינם**

* ההשבות תקפות בהצגת כרטיס המועדון בלבד, ההשבות בתוקף בחודש מרץ או עד גמר המלאי, הדוכנים שומרים לעצמם את זכות ביטול או שינוי ההטבה בכל עת.



מתכון משיר הלפרן עבור המגזין "על השולחן" **סלט עדשים שחורות, דלורית, כוסברה וגבינה מלוחה**

משהו בין סלט לתבשיל שאפשר להכין
ערב קודם ולקחת לעבודה למחרת. רגע לפני
שאוכלים אפשר לזלף מעל טחינה או לפורר גבינה או גם וגם.



מצרכים:

- 1 דלורית בקליפתה חצויה לאורכה
- שמן זית משובח, מלח גס ופלפל גרוס
- עלים מ-3 גבעולי תימין
- 200 גר' (1 כוס) עדשים שחורות
- צרוור כוסברה קצוצה
- 1/2 בצל סגול קצוץ דק
- 1/2 פלפל אדום חריף קצוץ
- מיץ סחוט שרי מ-1/2 לימון

להגשה:

100 גר' גבינה מלוחה מפוררת (ממליצה על היוונית
של "לה פרומז'רי")
1-2 כפות טחינה גולמית משובחת

אופן הכנה:

- מחממים תנור ל-180°
- מתבלים את חצאי הדלורית במעט שמן זית, מלח גס, פלפל ותימין.
- עושים אותם ברדיו אלומיניום, שמחוררים תחילה בכמה מקומות כדי לאפשר יציאת אדים.
- אופים כ-45 ד' עד שהדלורית מתרככת. מצננים וחוטכים לקוביות (משאירים את הקליפה).
- בנתיים שמים עדשים בסיר עם מים לכיסוי ומביאים לרתיחה.
- מבשלים 20 ד' עד שהעדשים מתרככות ומסננים.
- מערבבים בקערה את כל החומרים, מתבלים ומגישים עם גבינה וזילוף של טחינה.

גיוון: מחליפים את הדלעת בברוקולי או בכרובית.

הכנה מראש: את העדשים והדלורית אפשר להכין מראש ולשמור במקרר. את הרכבת הסלט, התיבול הסופי והוספת הגבינה מבצעים בסמוך להגשה.

עגבניות צלויות

מתכון השבוע הוא אחד הפייבוריטים של **גיל אטלן**, הבעלים של **פרימו דלי**: עגבניות שלמות צלויות שעתיים-שלוש בחום נמוך עם חומץ בלסמי וחומץ עגבניות. הצליה האיטית בחום הנמוך גורמת לעגבניה להצטמק ולטעמיה להתרכז. במקביל תערובת החומצים אף היא מצטמצמת והופכת לרוטב/סירופ אל ו ה י שמתחרה קשות עם העגבניות. הן מעולות חמות, פושרות או אפילו קרות כתוספת לדג, כאנטיפסטי או אפילו כבסיס לרוטב פסטה.

מצרכים:

- 12 עגבניות בשלות על אשכול או עגבניות מזן "מגי"
- בגודל אחיד
- 1/4 כוס שמן זית משובח
- 1,5 כוס חומץ בלסמי
- חצי כוס חומץ עגבניות Mutti
- 8-10 שיני שום בקליפתם מעוכות קלות
- 3-4 כפות עלי טימין שרי ו/או אורגנו שרי
- צילי שרי פרוס או צילי יבש כתוש לפי טעם
- 3 עלי דפנה - יש עכשיו טריים בשוק אצל "פורטובלו"
- פלפל שחור גרוס שרי ומלח גס



הכנה:

- שוטפים את העגבניות (משאירים את העוקץ) ומסדרים אותן בתבנית חסינת חום עמוקה
- מערבבים את כל חומרי הרוטב, טועמים ומתקנים טעם לפי צורך. מי שאוהב יכול להוסיף סוכר או סילאן או דבש, מוזגים את הרוטב מעל העגבניות.
- גובה הנזולים צריך להגיע לחצי גובה העגבניה.
- אם לא מספיק, מוסיפים בהתאמה חומץ בלסמי וחומץ עגבניות.
- מכניסים לתנור חם שורבו 130 מעלות וצולים כשעתיים.
- בודקים מדי פעם והופכים את כיוון התבנית.
- העגבניות יצטמקו והרוטב יצמצם לסירופ.
- אם לא מספיק שעתיים, צולים עוד שעה.

לא להתפתות ולהגביר את החום, העגבניות יתפוצצו ויאבדו צורה!