שוק הנמל

בית לקולינריה ישראלית

האנגר 12, נמל תל אביב

לגדל מקומי לקנות מקומי לאכול מקומי

מה חדש

- מעכשיו גם לנו יש דף **פייסבוק** עם עדכונים קבועים מהשטח על מה חדש, מה כדאי ומה טעים. זו גם הזדמנות מצוינת להגיב, לשאול, לשתף או להתייעץ. כפתור ה-**'לייק'** מעולם לא נראה טוב יותר.
- מדי יום רביעי, החל מ-20.00 בערב **שוק הנמל** פתוח במהדורה **לילית** עם אוכל משובח ואלכוהול בשפע לצלילי מוזיקה טובה, אור ירח ובריזה קרירה. **טאפאס בשוק, שרי הרינג, פיורי ודלישס** פועלים במתכונת לילית ואליהם מצטרפים **פישנזון** עם דברים טובים מהים ו**לה פרומאז'רי** שמציעים ראקלט תפוחי אדמה, שיפודים של גבינות טובות עם פירות העונה או ריקוטה טרייה הישר מהמחלבה בליווי של תאנים וסילאן.
- **חמארה בשוק הנמל כל רביעי מ-20:00.**

לקראת ערב פסח, ביום ראשון ה-17.04
שוק הנמל ושוק האיכרים יהיו פתוחים באופן חגיגי וחד פעמי

מגדלים קטנים?
זנים מיוחדים?
גידולים נקיים?

שוק הנמל רוצה

אתכם!

להצטרפות נא לפנות לרפאל
077-5493094

שוק הנמל עושה סדר

במהלך הפסח מאפיית **לחמים** תהיה סגורה - אם גם אתם מכורים מומלץ להתכונן מבעוד מועד.

הוזמנתם לסדר אצל הקרובים? בחנות של **לבקוביץ'** תוכלו להרכיב סלסילת שי עם מבחר נקניקים כשרים לפסח וגם להזמין לחג רוסט הודו (חזה הודו ממולא עם ערמונים ואווז מעושן ברוטב פירות יער), בריסקט (חזה בקר אפוי ברוטב יין אדום), לשון ברוטב משמש, טרין כבד אווז, פטה כבד עוף ועוד נקניקים ובשרים כבושים שיהפכו את שולחן החג לחגיגה. להזמנות 03-7764635.

בארקוסטיל קיטשן ממליצים על תבנית צלייה עם ציפוי נון סטיק משופר מסדרת אטלס המתאימה לשימוש בתנור, מעל הכיריים וגם להגשה. בדיוק מה שצריך לבישול של עוף שלם, רוסטביף או שוק טלה.

עכשיו שדאגנו למתנות וגם כלי מטבח יש, מה עם האוכל? ב**מו ומו** יש סינטה של עגל לרוסטביף, מתובלת ומוכנה לאפייה, שייטל/ פילה עטוף בחזה אווז, ברווז טרי - שלם או מפורק, שמאלץ וכבד (ללא אנטיביוטיקה) לכבד קצוץ. למרק עוף עם קניידלעך יש עוף אורגני שלם (38 ש"ח לק"ג). מומלץ להזמין מראש.

בחנות האורגנית של משק שוורצמן תוכלו למצוא עשבי תיבול נהדרים למרק עוף, סלטים ותבשילים כמו שמיר ופטרוזיליה מסולסלת ו**בפישנזון** תוכלו לקחת קרפיונים חיים הביתה או לטחון במקום. מומלץ להזמין מראש 077-3410300.

כמו בכל פסח, **קלופס** מציעים את מיטב האוכל המזרח אירופאי בטעם ביתי ומחומרי גלם טריים ומשובחים. אתם מוזמנים לבוא ולטעום את הקרפעלך, קלופס, מרק עם קניידלך, חמין וכבד קצוץ של פעם במחירים מעולים. לרשימת מוצרים מלאה ולהזמנות מראש לפני הפסח 03-5793007, 0774406487. יש אפשרות למשלוחים.

אם אתם עוד מתלבטים לגבי הקינוח, **בפרימו** תוכלו למצוא את הדובדבן המושלם לשים מעל הקצפת, הגלידה או מוס עשיר של שוקולד מריר. **דובדבני אמרנה** תוצרת fabbri האיטלקית.

מה בעונה

חודש אפריל

פול ירוק, שום ירוק, אספרגוס, אפונה, בצל ירוק, שומר, שקד ירוק, תרד, בזיליקום סגול, גרגר הנחלים, תות שדה, שעועית

מתי ואיפה

החל מה-1 לאפריל
שוק הנמל עובר למתכונת קיץ

ימים ב'-ה' 09:00-20:00
יום ו' 07:00-17:00
שבת 09:00-20:00

איי אכילה וטאפאס בשוק יהיו פתוחים יום יום עד 23:00

החל מה-14.4,
שוק האיכרים מצטרף לשוק הנמל גם בימי חמישי.
שוק האיכרים של תל אביב,
כל חמישי 16:00-21:00,
וכל שישי 8:00-16:00
ברחבה הצפונית והדרומית של שוק הנמל.

האנגר 12, נמל תל אביב
www.shukhanamal.co.il

שוק האיכרים
ערי כל הדרך מהכפר

תל אביב
נמל תל אביב
שישי בוקר 08:00-15:00

רעננה
פארק רעננה
סמוך לאגם
שישי בוקר 08:00-15:00

הרצליה
א.ת הרצליה פיתוח
רח' החושלים 1
חמישי אחה"צ 15:00-21:00

חדש !!!
באר שבע
קניון השדרה השביעית
רח' דרך חברון 48
שישי בוקר 09:00-15:00

ראשון לציון
רחבת בית העם
רח' זד"ל 3
שישי בוקר 08:00-15:00

צילום ובתבה: נעמי אבליוב, "Gastronomi" MEMA

מציג החודש: חנה רובין מ"קלופס"

איך הגעת לעסוק במקצוע?
אני כבר 40 שנה בעסקי האוכל. לפני 18 שנה יענקלה (אחי) התחיל לבשל אוכל לפני המתכונים של אמא ולהפיץ אותו במעדניות וללקוחות פרטיים ולבסוף גם פתח את קלופס בבני ברק.

אם היית צריכה לעסוק בכל מקצוע אחר, מה הוא היה?
מדריכת טיולים בחו"ל.

מה מייחד את החנות שלך?
זה אוכל מבית אימא שאנחנו מכינים יומיום מחומרי הגלם הכי טובים. הכל נעשה בעבודת יד וללא מכשור, כולל הקרפלעך!

איזה מהמוצרים בשוק היית לוקחת איתך לאי בודד?
את הארטישוק האיטלקי של Ponti מהחנות של **פרימו**.

על איזה מוצר **אחד שלך היית ממליצה?**
על הקלופס כמובן. הוא עשוי מ-3 סוגי בשר: עוף, הודו ומעט בקר ויש בו תבלינים ופטרוזיליה. אפשר לאכול אותו חם, קר או עם רוטב על בסיס ציר בקר שאנחנו עושים.

הידעת?
רגל קרושה זה או- או: או שאוהבים או ששונאים. למי שאוהב, הרגל הקרושה שלנו מתבשלת על האש לא פחות מ- 24 שעות. הגפילטע פיש שאנחנו עושים הוא פיקנטי וחריף ולא מתוק.

עוד משהו ששכחנו לשאול ותרצי להוסיף?
יש גם קרפלעך טובים, ממולאים עם בשר והרבה בצל מטוגן וגם כבד קצוץ נהדר.

מדריך חומרי גלם

פסח כבר בפתח ואיתו כוכב הערב הבלתי מעורער שאף שולחן סדר אינו שלם בלעדיו, הגפילטע פיש. בהזדמנות חגיגית זו חשבנו לדבר על דגים ואולי קצת בשמם.

כדי להיות בטוחים שהדגים בחנות טריים צריך לשים לב ש:

- העיניים של דגים שלמים הן מבריקות ושקופות, לא שקועות ויבשות.
- הזימים הם בגוון אדום או ורוד עז, לא חום עייף.
- עור הדג 'חי' ומבריק.
- בשר פילה או סטייק דג הוא מוצק ומעט שקוף, ללא שינויי גוון.
- ריח הוא סמן טוב לטריות - דג טרי יריח מהים. ריח 'דגי' חריף הוא סימן שימיו הטובים של הדג מאחוריו.

חפשו חנות דגים טובה עם אספקה קבועה של דגים ופירות ים טריים. מוכר הדגים ישמח לפלט עבורכם את הדגים ואל תשכחו לבקש את העצמות, הראש והעור להכנת ציר דגים. דגים טריים מומלץ לצרוך בסמוך לדיג או למועד הרכישה. הם יחזיקו במקרר 3-4 ימים אבל ייאבדו מטריותם. לחילופין, אפשר להקפיא דגים עד 3 חדשים, כשהם עטופים היטב.

אל תפחדו להתנסות במגוון השיטות הרבות לבישול דגים - מאודה, אפוי, מטוגן, מעושן, צרוב, צלוי, כבוש, מיובש או חי. מחפשים רעיונות? היכנסו ל**דף המתכונים** באתר השוק. **מיוחד לפסח** אפשר להזמין מראש קרפיון טחון במקום או קרפיון חי לקחת הביתה ב**פישנזון, חנות הדגים בשוק הנמל, 077-3410300**.

בארץ ובכלל העולם דגי הים הולכים ומתמעטים. בעקבות דיג יתר, זיהום ופלישת זנים זרים שנלחמים על מזון ומרחב מחיה, המערכת האקולוגית הימית כולה נמצאת בסכנת קריסה. דיג בקנה מידה תעשייתי לא מאפשר את התחדשות אוכלוסיית הים והשלל מהים הולך וקטן עם זנים רבים שנמצאים בסכנת הכחדה. כצרכנים, היכולת להשפיע ולשנות את המצב נמצאת בידיים שלנו. באתר של גרינפיס "www.greenpeace.org" מופיעה רשימה 'שחורה' של דגי ים בסכנה שמהם מומלץ להימנע ובכלל הרשת מלאה בחומר קריאה.

מתכון עונתי

תבשיל פול, ארטישוקים ושומר
שיר הלפרן - Vignarola

וריאציה על קדרת ירקות אולטימטיבית פופולרית בכל הטרטוריות ברומא, בעיקר באביב.
הבישול הארוך מביא לטעם מרוכז ומתוק של הפול ושאר הירקות שחוברים אליו: ארטישוק, שומר ואפונה צרפתית.

רשימת קניות להכנת 4-6 מנות:
30 גרם בייקון חתוך דק
2 בצלים סגולים חתוכים דק
2 כוסות פול קלוף
6 תחתיות ארטישוק חתוכות לרבעים
1 שומר קצוץ דק
כ-12 תרמילי אפונה צרפתית
חצי כוס יין לבן
3 עלי מרווה
קליפה מגוררת מלימון שלם
מלח ופלפל שחור, גרוס טרי

מטגנים את הבייקון והבצל כ-15 דקות לריכוך. מוסיפים את שאר הירקות ומטגנים קלות כ-10 דקות. מוסיפים יין, 1 כוס מים, תבלינים וקליפת לימון.
מבשלים כ- 45 דקות על אש קטנה ומגישים בטמפרטורת החדר עם פרמזן מגורר מעל וזילוף של שמן זית.

אתר שוק הנמל

שוק הנמל
בית לקולינריה ישראלית

במהלך החודש עלה לאוויר אתר שוק הנמל. עכשיו אפשר להתעדכן בכל מה שקורה, קרה ויקרה בשוק. אם עוד לא קפצתם לבקר, זה פשוט מאוד, רק צריך ללחוץ על הקישור www.shukhanamal.co.il הזה. יש מתכונים ובלוגים על אוכל, אפשר לקרוא על כל המציגים, הצעות ומבצעים, יש גם לוח אירועים, ארכיון ניוזלטרים וגלריית תמונות. רוצים לחלוק איתנו את התמונות שצילמתם בשוק? בדיוק בשביל זה פתחנו גלריה עבור תמונות המבקרים.

Slow Food®
שוק האיכרים של תל אביב נמנה על רשת שווקי האיכרים של הארגון הבינלאומי סלואו פוד ופועל על פי עקרונותיו
www.slowfood.com

אנחנו בעד ניקי בד
ניילון מזיק לסביבה

הצטרפו לניוזלטר שלנו
עוד היום
ותקבלו עדכון שבועי ועונתי על מציגי השוק: מה חדש לעונה, מה יוצא ומי המציגים החדשים