קרצ'יופי, איזה יופי

הכירו את חומר הגלם החדש שישדרג לכם בחמש דקות כל פסטה וחביתה: ארטישוק א־לה רומנה (ארטישוק רומי, כבוש ומשומר), ובאיטלקית: קרצ'יופי. אפילו שפים לא מתביישים לפתוח צנצנת ← **מרב סריג**

בזמן האחרון שמתי לב שיותר ויותר שפים (גם הנחשבים שבהם) משתמשים, ללא רגשות אשמה או בושה, בארטישוק א־לה רומנה (ארטישוק רומי, שלם); גם מתכונים רבים, מאלה שסופקו לאחרונה למדור, כללו חומר גלם זה. אני אומרת ללא בושה, מפני שמדובר בירק משומר! שוד ושבר? ממש לא. חומר הגלם הכל־כך טעים הזה, המיובא לארץ בפחים גדולים, רחוק מלטבוע בחומרים משמרים, מלאכותיים. כמו המטבח האיטלקי, הסוגד לחומרי גלם טריים, כך גם תעשיית השימורים באיטליה. הידיקות שנארזים שם לצנצנות נקטפים בעונתם, בשיאם – הארטישוקים, למשל, נקטפים בחודשי מארס־אפריל, כשהם קטנים ובשלים, ונשמרים בשמן, בחומץ, במלח ובתבלינים בלבד.

הארטישוק האיטלקי (קרצ'יופי, בשפתם) נחשב למאכל עממי. הוא צעיר ורך מהארטישוק הישראלי, פחות שעיר, סיבי וקוצני ממנו. את זה המכונה א־לה רומנה (רומי) אוכלים בשלמותו, כולל הגבעול הזקור, העדין והרך (הקהילה היהודית ברומא אימצה את הארטישוקים הרומים וטיגנה אותם בשלמותם: מנה שזכתה להכרה בינלאומית בשם Carciofi alla Giudia, כלומר ארטישוק בנוסח יהודי).

כמו מסעדה, בבית

עבור שפים רבים מהווה הארטישוק הזה חומר גלם מצוין: טעים, איכותי, קל לתפעול (אחד הסיוטים הגדולים במטבח הוא לנקות ארטישוק – וזה, מגיע נקי), ואפשר להפיק ממנו מנות מוצלחות רבות: אנטי פסטה, ברוסקטות, פסטות, פיצות, לזרוק לשמן עמוק, לשלבו עם דגים נאים, עם יוגורט או עם גבינה, כמילוי לבצקים ועוד.

לפני כשבועיים נחשפתי לסוג נוסף של הירק האיטלקי, במתכונתו הכבושה והמשומרת. הפעם היה זה הארטישוק המתובל של חברת Ponti. אחרי שהוספתי אותו, על נוזלי השימור שלו, לפסטה (עם מעט שום טרי, צ'ילי ופטרוזיליה טרייה מעל) ירד לי האסימון: מדובר באחד המוצרים שהכי נכון, שווה וכדאי להחזיק במזווה המטבח. בתוך דקות ספורות הגשתי פסטה טעימה, מרשימה ומפנקת – ולא עשיתי כלום. נשבעת.

שתי התגליות המרגשות האלה (המתובל והרומי) הוציאו אותי השבוע לשווקים, כשאני סקרנית לדעת אילו עוד סוגים של ארטישוק משומר ניתן להשיג בהם. ככה נחשפתי לפרימו, המעדנייה האיטלקית הקסומה בשוק המקורה בנמל תל אביב. פרימו נראית כמו מזווה החלומות שלי: רטבים, שמנים, מחמצים, צנצנות שימורים וחומרי גלם בסיסיים ומשובחים, שיכולים לשדרג כל ארוחה בחמש דקות. במקרה התצוגה של המעדנייה נחים להם הארטישוקים בכלי קרמיקה לבנים, עטופים בנוזלי השימור שלהם, זועקים: קחי אותי.

פרימו הייתה הראשונה שלקחה את המוצרים האלה – שנמכרו עד לא מזמן על־ידי יבואנית חומרי הגלם האיטלקיים ריסטרטו בפחיות גדולות למסעדות בלבד – והציעה אותם למכירה, במשקל. כיום אין כמעט מעדנייה שמכבדת את עצמה שאינה מוכרת אותם (מכיוון שהמוצרים אינם נושאים חותמת כשרות, לא ניתן להשיג ברשתות השיווק).

"הארטישוקים האלה הם המוצר הכי נמכר במעדנייה", אומרת דנה טאוב, שהתאהבה במוצרים והורידה אותם לעם. "כשאתה אוכל במסעדה משהו טעים, אתה רוצה שיהיו לך בבית חומרי הגלם שמהם עשויה המנה. לא תמיד בא לך לצאת למסעדה, אבל אתה רוצה להגיע לאותן האיכויות גם בבית. עם הארטישוקים המשומרים האלה אתה יכול. הם כל־כך קלים לשימוש וכל־כך טעימים, שכשאתה משתמש בהם אתה פשוט מרגיש שפינקת את עצמך".

> *כמו המטבח האיטלקי, הסוגד לחומרי גלם טריים, כך גם תעשיית השימורים באיטליה. הם נשמרים בשמן, בחומץ, במלח ובתבלינים בלבד*

סקר שווקים מהיר

ארבעה סוגים של ארטישוקים משומרים נמכרים שם במשקל (אפשר להשיגם גם באתר הבית של ריסטרטו, שישלח לכם אותם עד הבית) במחיר לא זול, אבל שווה את השקעה. **1.** ארטישוק א־לה רומנה. ארטישוק שלם, על גבעוליו, כבוש ומשומר בשמן חמניות ועם מעט פטרוזיליה. בעל טעם לימוני, חמצמץ (12 שקלים למאה גרם) **2.** ארטישוק בגריל. נקטף בשיאו ונצרב על הגריל. מתובל בשמן זית, במלח ובתבלינים. מדובר בלבבות ארטישוק חצויים, בעלי טעם חמצמץ, עדין ומעושן (12 שקלים למאה גרם) – הטעים ביותר לטעמי. **3.** ארטישוק צרוב. לבבות ארטישוק, הקרובים בטעמם לארטישוק הטבעי. סוג זה הוא היחיד שאינו מוחמץ. הוא עובר צריבה קלה על הגריל בפינות (9.90 שקלים למאה גרם). **4.** ארטישוק טבעי. לבבות ארטישוק חלוטים במים. ארטישוק נקי לבישול, מתאים לפשטידות (6.90 שקלים למאה גרם).

ארטישוקים נוספים שאפשר למצוא היום במעדניות ובחנויות מתמחות (ברשת ספייסס, למשל, במכולת של מסעדת נובה ג'ו'יה וברשת סטופ מרקט): ארטישוק מתובל ולא מתובל (בצנצנת, מתוצרת פונטי, 23–25 שקלים ליחידה, תלוי איפה קונים ואם יש מבצע. אפילו במעדנייה בשוק הכרמל נמצאו צנצנות, ואף במחיר נמוך יותר, 22 שקלים בלבד), וממרח ארטישוק (כ־32 שקלים ליחידה) – מעדן מעולה למילוי פסטות, למריחה על לחם, כתוספת לרוטב שמנת, וסתם עם כפית. ●

הארטישוק המשומר. ישר מהצנצנת, בלי בושה ובלי רגשות אשמה

פסטה קוטה

(פסטה אפויה עם ארטישוק)

חומרים (לתבנית 20X30): 250 גרם פטוצ'יני ביצים, צנצנת לבבות ארטישוק מתובל, 3 כפות שמן זית, מלח (לפי הטעם, או שתי כפיות), פלפל שחור גרוס (לפי הטעם), 70 גרם קמח לבן (3.5 כפות קמח), 50 גרם חמאה, 1 ליטר חלב, רבע כפית אגוז מוסקט מגורר, 2 ביצים גדולות.

הכנה: מחממים תנור ל־160 מעלות. מבשלים את הפטוצ'יני לפי הוראות היצרן לדרגת אל־דנטה. מסננים ושוטפים במים קרים. מחזירים לסיר הבישול ושומרים בצד. מסננים את הארטישוק מנוליו, מעבירים לצלחת ומועכים למחית בעזרת מזלג.

בסיר עם תחתית עבה ממיסים את החמאה על להבה בינונית. מוסיפים את הקמח ומחממים תוך ערבוב בעזרת כף עץ לתערובת אחידה. כאשר עולה ריח אגוזי, מוסיפים מעט חלב ומערבבים בעזרת כף העץ, עד לקבלת מחית אחידה.

מוסיפים את כל החלב בזרם איטי, תוך בחישה, כדי שלא ייווצרו גושי בצק. מגבירים להבה וממשיכים לבשל תוך בחישה, עד לקבלת רוטב בשמל, נוזל סמיך בדרגת דייסה דלילה. מכבים את הלהבה ומתבלים עם מוסקט, עם מלח ועם פלפל. מוסיפים את הבשמל לסיר עם הפסטה ומערבבים בעזרת כף העץ. מוסיפים את שתי הביצים ומערבבים לתערובת אחידה.

בתבנית שמים 3 כפות שמן זית. יוצקים את התערובת ומפזרים באופן אחיד. מכסים ברדיד אלומיניום ומהדקים היטב את הקצוות. מכניסים לתנור ואופים במשך 25 דקות. מעלים את חום התנור ל־180 ואופים עוד 10 דקות, עד להשחמת השכבה העליונה. מוציאים מהתנור, ממתינים 5 דקות, חותכים לשישה ריבועים, ומגישים עם גבינת פרמג'יאנו מגורדת ליד.

מאפלדיני ארטישוק

(פסטה רחבה עם ארטישוק)

חומרים (לארבעה סועדים): 500 גרם פסטה רחבה (או כל פסטה אחרת), 100 גרם חזה אווז מעושן חתוך לקוביות קטנות, צנצנת ארטישוקים מתובלים, קורט סוכר, מלח (לפי הטעם, או 1 כפית), פלפל שחור גרוס, 1 כף שמן זית משובח.

הכנה: מסננים את הארטישוקים (שומרים כף אחת מהשמן שבצנצנת) וקוצצים אותם. מביאים סיר עם 3 ליטרים מים לרתיחה ומוסיפים 3 כפיות מלח. מוסיפים את הפסטה ומבשלים 8 דקות, תוך בחישה מדי פעם.

בזמן שהפסטה מתבשלת מכינים את הרוטב: במחבת עמוקה שמים את כף שמן הארטישוק עם חזה האווז ומטגנים על להבה גבוהה, עד שעולה ריח האווז. מוסיפים קורט סוכר ואת הארטישוקים הקצוצים ומערבבים.

כאשר הפסטה מוכנה, מעבירים 2־3 כפות ממי הבישול אל המחבת עם הארטישוקים, ומערבבים. טועמים ומתבלים במלח ובפלפל. כאשר הפסטה מוכנה מסננים ומחזירים מיד לסיר. יוצקים מעל את הרוטב ומערבבים. מעבירים לצלחות. זולפים מעל מעט שמן זית, ומגישים.

אפשר להימנע מחזה אווז, ואז מומלץ להגיש עם גבינת פרמג'יאנו מגורדת.

חביתה עם לבבות ארטישוק ומוצרלה

חומרים (לחביתה זוגית): 1 כף נדיבה של חמאה, 1 כף שמן זית, חצי צנצנת רבעי לבבות ארטישוק (לא מתובל) בשמן, 2 פרוסות גבינת מוצרלה מעושנת, 8 זיתי קלמטה מגולענים וקרועים, עלים מ־2 ענפי טימין טרי, מלח ופלפל שחור גרוס לפי הטעם.

הכנה: את החביתה יש להכין לאט, על להבה נמוכה ועם הרבה סבלנות, כדי שלא תשחים יתר על המידה. מסננים היטב את רבעי הארטישוק, מעבירים לצלחת ומועכים קלות בעזרת מזלג. קורעים את הגבינה לפיסות בגודל 2 סנטימטרים. בקערה עמוקה טורפים את הביצים ומתבלים עם מעט מלח ופלפל (לא לשכוח שהזיתים והגבינה גם הם מלוחים).

במחבת בקוטר 28 סנטימטרים שמים את החמאה ואת השמן וממיסים על להבה בינונית־נמוכה.

כאשר השמן נמס מוסיפים את הביצים. מניעים את המחבת בתנועות סיבוביות.

כאשר קצות החביתה נקרשות וצבען נהיה בהיר יותר, מסדרים את הארטישוק, הזיתים, פרוסות הגבינה ואת התבלין בצורה שווה על־פני חצי משטח החביתה.

בשלב זה, אם רוצים השחמה של החלק החיצוני של החביתה יש להגביר מעט את גובה הלהבה, תמיד אפשר להסיר מהכיריים על מנת לעצור את ההשחמה.

כאשר החביתה מספיק חזקה ולא תיקרע, אך עדיין רטובה במרכזה, מרימים בזהירות את החלק ללא התוספות ומקפלים את החביתה לחצי עיגול. החביתה מוכנה כאשר מרכז החביתה בדרגת הרטיבות הרצויה.

מתכונים של שף ליאון אלקלעי, שף יועץ מסעדת טרנטינו

ארטישוקים. מימין: בנוסח יהודי רומא, למעלה: ארטישוק גרגיל של מעדנייית פרימו, בשילוב נהדר עם פסטה ובסלטים

לקקן, במובן החיובי / מריות עם פטנט

הרומן שלי עם עולם הבישול החל בבית הספר היסודי, אי־אז בסוף שנות ה־60 של המאה הקודמת. יום הלימודים החל בקריאת מזמור תהילים ובתרגול התעמלות בוקר. לא שרנו את ההמנון, לא נדרשנו לאמץ קבר, ולצד שיעורי חשבון ועברית ומולדת היו שיעורי חקלאות וכלכלת בית. פעם בשבועיים – כחלק ממפעל ההזנה המפואר בבתי הספר, אשר בימינו מתרבים הקולות המצדקים לחידושו – פסענו בשלושה טורים ישרים לצריף(!) המטבח, ללמוד תזונה ולסייע בהכנת ארוחת הצהריים.

שם למדתי להפריד ביצה לחלבון ולחלמון, שם מעכתי לראשונה תפוחי אדמה להטיים לפירה (עם מרגריזה!), שם גם למדתי כי "מרית" הוא השם העברי התקני ל"לקקן", אותה כף שטוחה שבה נעזרים לנקות קערת מערבל, להעביר בלילת עוגה לתבנית ולצפות עוגה בקרם. "לקקן" היה אז כינוי לתלמיד שהתנדב לקלף את תפוחי האדמה או התחנף למורה בדרך אחרת.

חלפו שנים, את מריות העץ והפלסטיק החליפו מריות טובות יותר מסיליקון, ולאחרונה שדרגו את הכלי האחים ג'וף, חביבי המדור, בסדרת מריות־פטנט העונה לשם elevate, אשר בשמה כן היא: יש להן רגלית המרימה אותן ממשטח העבודה כך שהן לא נוגעות בו, לא מתלכלכות ולא מלכלכות.

המריות, בצבעים ובגדלים שונים, עמידות לחום עד 340 מעלות לשימוש בכלים עם ציפוי קרמי או טפלון, ראש הסיליקון גמיש דיו למילוי כל משימות הניקיון והליקוק, ובעזרת המרית הקטנה אפשר לעשות יופי של מעשים גם בצנצנות של רטבים, ריבות ושאר מכלי מזון. **55 שקלים בדשת חנויות סוהו.**

אורן קנר

המרית החדשה. לא מתלכלכת ולא מלכלכת