

חג שמח!

ניוזלטר ספטמבר

שעות הפעילות בחגים:

13.9, יום א' - ערב ראש השנה

09:00-15:00

14.9, יום ב' - חג - פתוח חלקית

22.9, יום ג' - ערב יום כיפור

08:00-15:00

27.9, יום א' ערב סוכות - 09:00-15:00

28.9, יום ב' - חג - פתוח חלקית

חול המועד השוק פתוח כרגיל



www.shukhanamal.co.il



בית לקולינריה ישראלית

שעות פעילות השוק

עברנו לשעון חורף

א' מתכונת מצומצמת

ב'-ה' 09:00-20:00

יום ו' 07:00-17:00

שבת 08:00-19:00



חברות מועדון יקרה! מגיע לך שי לחג מתנה!

כל מה שצריך לעשות זה להצטייד בכרטיס החבר שלך ולהגיע לדוכן מיוחד שימוקם ברחבה הדרומית ולאסוף מארז חג מיוחד את המארז ניתן לאסוף בין התאריכים 7-10.9 (שני - חמישי) בין 10:00-18:00 וב-11.9, יום שישי בין השעות 09:00-13:00



בנובמבר השנה שוק הנמל יחגוג 5 שנים להקמתו. 5 שנים ארוכות, נהדרות ומוצלחות.

בהזדמנות זו חשוב לנו להגיד תודה לכל אחד ואחת מכם, על התקופה המופלאה יחד, לכל אחד שהצטרף במהלך השנים וגילה עולם קולינרי אחר.

תודה על ההערכה, הנאמנות והאהבה שאנו מקבלים מכם יום יום. תודה שכל יום אתם מגיעים לשוק עם סלי קניות ענקיים ומכירים את כל החקלאים והיצרנים באופן אישי, מה שהופך את החוויה לאינטימית ומרגשת במיוחד.

חודש ספטמבר גדוש בחגים הכי "טעימים" של השנה ואנו מקווים שגם השנה תחגגו אותם איתנו, עם התוצרת העונתית וחומרי הגלם הכי טובים בישראל. **חג שמח!**

מתנות לחגים



ARCOSTEEL
Kitchen

סכו"ם "רותם" 24 חלקים ב-99 ש"ח (במקום 179 ש"ח),

סט צלחות פורצלן מעוטר ל-6 סועדים 18 חלקים ב-69.90 ש"ח (במקום 139.90 ש"ח)

מארזים בהרכבה עצמית בחנות לכל תקציב



מארז שוק שמאגד בפנים דלעות ערמונים, שמן זית ודבש של אנשי הזית, תפוחי עץ נהדרים של עמי ברקוביץ', ספר המתכונים הנהדר של מיכל אנסקי ותיק שוק גדול ומעוצב.

ניתן להזמין און ליין באתר השוק. מחיר 140 ש"ח



מבחר עשיר של מארזי חג בהרכבה עצמית ומוכנים מראש.

ניתן להזמין בחנות,

בטלפון: 1-599-500-775

או במייל: ansheyhazait@gmail.com

שווח מחירים: 50-500 ש"ח



מארז מיוחד מבית "אגרומנטה" הכולל ממרח פלפלים וארטישוק, ממרח עגבניות שרי, ממרח עגבניות חריף, ממרח ארטישוק ועגבניות שרי ומחית שרי חלקה

מחיר 99 ש"ח

שוק האיכרים נמנה על רשת שוקי האיכרים של הארגון הבינלאומי סלאו פוד ופועל על פי עקרונותיו www.slowfood.com



גבעתיים-קניון גבעתיים
רחבת הכניסה הראשית
שישי 09:00-15:00

שוקי איכרים

תל אביב-האנגר 12, שוק הנמל
שישי 07:00-17:00

רעות-מרכז מסחרי לב רעות
רחבת מרכזית
חמישי 16:00-21:00
שישי 09:00-15:00



מועדון החברים של שוק הנמל

הצטרפו בחינם למועדון החברים שלנו דרך האתר www.shukhanamal.co.il או בעמוד הפייסבוק "שוק הנמל" ותהנו ממגוון הטבות, מבצעים ועדכונים חודשיים!



www.shukhanamal.co.il
info@shukhanamal.co.il

ההמלצות שלנו לשולחן החג:

חנויות השוק

אנשי הזית - סדרת חומצים חדשים נהדרים המתאימים לסלטים ובישול: חומץ פטל, חומץ שרדוני, קברנה סובניון, תפוח עץ. סדרת רוטבים חדשה - וינגרט נגנו, תאנים ופירות יער. שמן בוטנים ושמן שומשום חדשים וכמובן מבחר סוגי דבש: דבורים טבעי, דבש פרחי בר, אקליפטוס, הדרים, שזיף, אבוקדו. חברי המועדון זכאים ל-5% הנחה.

בין במל יעזרו לכם להתאים בקבוק יין לכל כיס ולכל טעם. מבחר עשיר של היינות ישראלים לצד יינות מכל העולם ויש גם מבצעים שווים.

במעדניה של **"פרימו"** תמצאו ארטישוקים איטלקיים, מבחר זיתים מיוון וצרפת, פילפלים ממולאים גבינה, שום כבוש, עלי גפן וקורב ממולא בנוסח איטלקי, מאפה פילו תרד וגבינה ומבחר גבינות איטלקיות נהדרות, כמו כן מבחר עשיר של רטבים לבישול.

"הירוק" הגיע דבש אורגני משובח ממושב כליל, שעועית תאילנדית טריה וכמה זני תפוחי עץ.

השרקוטר של ידידיה ומרסיה **לבקוביץ'** מכינים במיוחד כמה ספיישלים, אותם צריך להזמין מראש: סלמון ברוטב פסטו, סלמון ברוטב קוקוס, בוטנים וכוסברה, ברוטב פסיפלורה, גפילטע פיש, שוק כבש בתנו עם צ'ימיצ'ורי, לשון ברוטב מישמישים, פטה כבד כמחין, פטה כבד אווז, כבד קצוץ. כמו כן יש ללבקוביץ' מבחר רטבים עבודת יד: חלב וקוקוס, בוטנים וכוסברה, פסיפלורה, צ'ימיצ'ורי, מישמישים, פירות יער ויין פורט.

פישנון - עדיף להזמין מראש ובהקדם. בתפריט שלהם תמצאו פילה טונה אדומה, פילה קינגקליפ, פילה דג חרב, קוד שלם/פילה, הליבוט שלם/פילה, פרידה שלם/פילה, סלמון מעושן, סלמון סטייק/פילה, לברק שלם/פילה, דניס שלם/פילה, בס שלם/פילה, מוסר בריכה שלם/פילה, סרדין ש'לם/פילה, דגים קטנים מעורבים, מוסר ים שלם/פילה, מושט שלם/פילה, אדמונית שלם/פילה, לוקוס שלם/פילה, ברוניות, שרימפס, וונגולי, סרטן כחול, לובסטר חי, מולים, אויסטר ג'ירדו/פין דה קלייר.

*כל מוצר שרוצים טרי מהים שלנו או מחו"ל נמצא בעונה בהתראה של יומיים שלושה

באטליז אוו - עופות שלמים, כרעיים, כנפיים נקות, כבדי עוף נקיים, סטייק פרגית, חזה עוף פרוס דק לשניצל, פילה עוף, עגלים/עגלות, בשר לצלי, בשר לגולש, פיקנייה, שייטל, אנשריקוט, סינשה, פילה, בשר טחון, נתח קצבים, שניצל עגל, נתחים מיוחדים מיושנים בתלייה: "קוט דה בף" (צלעות עגל), "טיבון", "ניו יורק", "פורטר האוס", אסאדו, טלאים: שוק טלה, צלעות טלה, עגלי חלב: כבד עגל חלב, בשר לגולש, צלי עגל חלב, טחון עגל חלב, שייטל עגל חלב, פילה עגל חלב, סינשה עגל חלב, שניצל עגל חלב, ויסבראטן עגל חלב.

בפורטבלו תמצאו את כל סוגי הפטריות - טריות ומיובשות, אנדיב אדום מיוחד, אספרגוס ירוק ולבן, כל סוגי הירוקים, בצלצלי שאלוט ומבחר דלעות.

כמובן שאין סלט בלי העגבניות והפלפלים הקטנים הנהדרים של **"ארץ ערבה ונגב"**: 8 זני עגבניות שרי:בלנדה, אורנלה, ליקופ, צהוב בקבוק, צהוב עגול, כתום, ורוד, תמר, והמבחר הכי גדול של עגבניות - מגי, ביף, לב השור, מונשה רודה, ליקופ גדול, ראפ, פלפלים קטנים וצבעוניים, חצילים בלאדי, קישואים.

לאורי רבינוביץ' - יש הכל בשביל ששולחן החג שלכם יהפוך למיוחד - בשטות צבעונית - כתומות, סגולות ולבנות, תפוח אדמה ראשה שכל השפים אוהבים, תפוח אדמה סגול ואדום, בלו בל, ברוקלי סגול ולקינוח אבטיח צהוב או כתום!

"לחמנים" יש תפריט חג מיוחד והוא מפורט בדף האחרון.

את שולחן החג יעזרו לכם לערוך ב**"ארקוסטיל"** עם מבצעים מיוחדים על סכינים, סכו"ם, סטים של צלחות וכוסות קריסטל. כמו כן בארקוסטיל תוכלו לבחור ולהרכיב מארזי חג מושלמים לפי טעמכם האישי.

בדוכן של **"הקולה"** תמצאו כל סוגי התבלין, פירות יבשים, סחניה, דבש וגם מבחר סלטים במעדניה החדשה.

במעדניה החדשה של **שרי אנסקי** מציעים לכם תפריט חג מיוחד ועדיף להזמין מראש: הרינג חמוץ מתוק בשמנת בתוספת תפוח דובש ודג מלוח בנוסח הסבתא, הרינג כבוש עם סלק ודבש, פורל סקושי בעישון חם - כמנה ראשונה, סלט סלמון מעושן וקוויאר סלמון טרי בגבינת שמנת.

שוק האיכרים - יום שישי

בדוכן של **שלמה אברבנאל** תמצאו הכל! מהירוקים הכי מוזרים ועד לרימוני נוי שחורים לקישוט שולחן החג. עלי שאבל חמצמצים, פטרוזיליה מסולסלת, מנגולד, תרד מים, צמחי תבלין, במיה, חציל מלאך קטנים. על כל קניה שלמה יחלק רימוני נוי שחורים מיוחדים לקישוט מתנה. כמו כן לשלמה יש כמה זני רימונים.

בדוכן של **משק שוורץ** ממושב לימן תמצאו דלעת ג'יימסקווש-דלעת נהדרת ממשפחת ערמונים שהגיעה דרום אמריקה. אחרי בישול היא מקבלת טעם של תפוח אדמה, לכן מעולה לפירה, מילוי בירקות או גבינות בתנור. לשוורץ יש גם מיני מנגו בגודל של תפוח אשר הם אוכלים וממליצים לאכול עם הקליפה.

כמובן אין שולחן חג בלי תמרים של **מורן תמרים** מעמק הירדן. ממש בימים אלו הם מגדלים מעל 240 זני תמרים, חלקם ניסיוניים בפיתוח וחלקם תמרים מוכרים ואהובים. כל התמרים של מורן מיועדים ליצוא ונמכרים לקהל הישראלי רק בשוק הנמל.

תפוחים של **עמי ברקוביץ'** מהגולן - כמו כל שנה לפני החג עמי קוטף כמה זני תפוחים ראשוניים: גלה ואקן ואם יהיה לנו מזל, גם יונתן, חרמון והפינק ליידי המיוחד שלו.

רימונים תקנו אצל **בר-נס** פירות. לצד הפירות הכי טובים שיש תמצאו זן רימונים "עמק", גדול ומתוק במיוחד. כמו כן לאוהבי הז'אנר מחכה גם שזיף סיני קטן נהדר.

בדוכן של **אורי וטליה גרינפטר** תמצאו את הדלעת התאילנדית הגדולה והמיוחדת שבפנים נראת כמו פרח, כמה סוגי דלעת ערמונים, דלעת יפנית וסינית, דלעת פרובנס ששומרת על צורתה במרק ויש לה טעם מתקתק ועדין, דלורית אמריקאית "באטר נאט קווש", שונה מישראלית, יותר כתומה וגדולה וגם מתוקה יותר, דלעת כוכבים בכל מיני צבעים ודלעת אקזוטית-מעולה למרק, לאפייה ומילוי.

פירות **בן דור** מגדלים מגוון גדול של **שזיפים** ופירות נשירים מיוחדים אחרים: שזיף דם, אבטיח, ורדית, לימון, לב אדום, סאן סט, משמש ארומה קוט, משמש צבעוני, אפרסק פיתה ונקטרינה פיתה, תפוחים ואגסים מיוחדים.

החקלאי הצעיר אודי גרוס מ**"הנבטים של אודי"** שמגדל נבטים בקציר אישי יש מבחר גדול של נבטים מיוחדים שישתלבו נהדר בסלטים ויתנו להם טעמים חדשים ומעניינים: נבש חמניה, קייל, חרדל, צנונית, ברוקלי, רוקט, בזיליקום ועוד.



אין ספק שבחגים הקרובים אי אפשר בלי תמרים. אז אספנו לכם כמה עובדות מעניינות על התמרים המיוחדים של "מורן תמרים" אשר מלבד בשוק האיכרים לא נמכרים באף מקום אחר בארץ.



בדוכן עמוס התמרים של מורן אפשר למצוא עשרות זנים של תמרים שלחלק יש ולחלקם אין שם כי הם נסיוניים ומיוחדים: "בין הזנים נמנים **בהרי** - **תמר הצהוב**, **חיאני** - תמר לח בצבע אדום, **ומג'הול** - תמר גדול ממדים ויבש. אצלם בעמק הירדן המג'הול גדל בתנאים מעולים לכן מקבל עסיסיות ואינו מתייבש לחלוטין מה שלמעשה נותן לתמר את העסיסיות המוכרת. מורן מגדלים בארץ קרוב ל **11 זנים** וישנם זנים נוספים בפיתוח אשר לא נמכרים כרגע לקהל הרחב ניתן למצוא אותם בתחילת הגיד בשוק האיכרים בלבד ושם אנו מקבלים את חוות הדעת של הקהל לטיב, איכות והמרקם של התמר. הזנים אשר אנו מגדלים הם: **בהרי**, **חיאני** (מתר לח), **דקל נור**, חלאוי (חביב מאוד על הספורטאים), **חדראווי**, **זהדי**, **דרי ואמרי**".

עוד על תכונות התמרים:

התמרים גדלים בארץ ומגיעים אל פינו ללא חומרים משמרים מזיקים כמו סודיום בנזואט וגופרית דו חמצנית, הנפוצים בפירות יבשים אחרים.



במהלך ביצוע פעילות גופנית או מאמץ ממושך מידלדלים מאגרי האנרגיה בגוף. מחקרים מראים שצריכת מזון בעל אינדקס גליקמי גבוה סמוך לפעילות גופנית חשובה למילוי מאגרי האנרגיה ולהתאוששות מהירה לאחר המאמץ. התמרים, בזכות ההרכב התזונתי שלהם, מהווים ספק אנרגיה ממעלה ראשונה וחסיף ספורט טבעי.

לתמרים טעם מתוק ומענג, הם מפנקים את החיך תוך שמירה על הבריאות ומוגדרים כקינוח על התמר דל שומן (פחות מ-0.5%), עשיר ברכיבים תזונתיים, טעים ובריא. התמר מתאים לשילוב בארוחת ביניים, להעשרת הטעם במנות עיקריות, תוספות, סלטים וכקינוח בעל ערך מוסף - ללא רגשות אשם.



בתמרים מתקיים אנסמבל טבעי של רכיבים תזונתיים המספקים להם ערך מוסף. פרי התמר מכיל סוכרים טבעיים המספקים אנרגיה זמינה לגוף. הוא מכיל אחוז חלבון גבוה מזה של רוב הפירות (2.3%-5.6% ל-100 גר'). הסיבים מסייעים לתחושת שובע, עשויים לסייע בהפחתת רמות הכולסטרול בדם ולשפר את פעילות מערכת העיכול. כמות הסיבים התזונתיים ב-100 גר' תמרים גבוהה בהשוואה למרבית הפירות - עד פי שלושה מאשר בבננה ותפוח ופי חמישה מבשזיף.

פרי התמר מכיל שישה ויטמינים ולפחות 15 מינרלים, ביניהם מרכיב של פלואוריד, התורם לשמירה על בריאות השיניים. התמר עשיר בזרחן, סידן ומגנזיום, מינרלים החשובים למבנה התקין של העצם, וזאת עד פי עשרה מפירות אחרים.

תכולת הסיבים העשירה בפרי התמר מסייעת לפעילות מערכת העיכול. הסיבים משפרים את מעבר המזון במערכת, מה שעשוי לסייע במניעת מחלות הקשורות לתזונה המערבית - עצירות, דיברטיקולוזיס ואף סרטן המעי הגס.

מתכונים של מורן:

תמרים ממולאים בבשר:

רכיבים:

10 תמרים מזן מג'הול
125 גרם בשר שחון
מעט שמן לטיגון
חלמון ביצה
מיץ מלימון אחד
מלח לפי הטעם
פלפל שחור לפי הטעם
קמצוף קינמון
מים לפי הצורך

אופן ההכנה:

מוציאים את הגלעין מהתמרים.
מערבבים את הבשר עם החלמון, מלח, פלפל וקינמון וממלאים את התמרים.
מטגנים את התמרים על אש קטנה כ-2 דקות.
מכסים במים ובמיץ לימון ומבשלים על סף רתיחה במשך כחצי שעה

עוף בדבש-תמרים וצ'ילי:

רכיבים (6 מנות):

1 עוף טרי חתוך לשמיניות
מעט קמח מתובל במלח ופלפל לבן
שמן לטיגון

לרוטב:

1 כוס תמר מג'הול מגולען
1 בצל חתוך לקוביות גסות
1 פלפל חתוך לקוביות גסות
1 כוס דבש תמרים (סילאן)
1/2 כוס מרק עוף צח
מעט צ'ילי שחון
3 כפות מיץ לימון

אופן ההכנה:

1. מקמחים את חלקי העוף ומנערים מעודפי קמח. מחממים מעט שמן במחבת גדולה ומטגנים את חלקי העוף עד שהם משחים.
2. מחממים את התנור לחום בינוני (180 מעלות צלזיוס). מניחים בתבנית אפייה את הבצל ואת הפלפל, ומעליהם את חלקי העוף.
3. מרתחים בסיר קטן את דבש-התמרים והמרק. מוסיפים צ'ילי ואת מיץ הלימון. יוצקים את הנוזל לתבנית, מכסים, מכניסים לתנור ואופים כחצי שעה, עד שהעוף רך.



המתכונים המומלצים שלנו



מרק עוף עם אטריות ביצים עבודת יד של סבתא חנה מיכל אנסקי, יזמית שוק הנמל

אין בעולם מרק כמו המרק של סבתא שלי, חנה. (הייתה מורה לחקלאות שגידלה ירקות ופירות בערוגות) כשמכינים אותו הוא ממלא את כל הבית בריח משכר של חג. במקפיא של סבתא שלי יש תמיד שקיות גדולות מלאות בו ואוכלים אותו אצלה בכל ארוחה, חורף וקיץ, בחגים ובימי החול. האטריות מתוצרת בית פשוטות כל כך להכנה והן טעימות אפילו יותר משקדי מרק וגם בריאות יותר.

אני משתמשת להכנת המרק בכנפי עוף כי מתחבא בהן המון טעם.

חומרים:

- 5 גבעולי סלרי עם העלים
- חצי צרור שמיר, חצי צרור פטרוזיליה, 1 שורש פטרוזיליה
- 10 כנפי עוף
- 4 שוקי עוף
- 1 גרון הודו
- 1 בצל לבן קטן
- 4 גזרים
- 2 קישואים
- 5 תפוחי אדמה קטנים
- 1 קולרבי
- מלח, פלפל טחון טרי

הוראות הכנה:

- בתחתיתו של סיר גדול מניחים את עשבי התיבול (הסלרי, השמיר והפטרוזיליה) כמו קן. שוטפים היטב במים קרים את הכנפיים, השוקיים והגרונ ומניחים אותם על עשבי התיבול.
- קולפים את השורש, הבצל, הגזרים, הקישואים, תפוחי האדמה והקולרבי ומניחים אותם מעל חלקי העוף.
- מכסים הכול במים מינרליים או מים מסוננים ומביאים לרתיחה. מנמיכים את האש, מתבלים במלח ופלפל ומבשלים על להבה נמוכה שעה-שעה וחצי.
- *אם אוהבים מרק בטעם מתקתק אפשר להוסיף בטטה.

מתכון לאטריות (לוקשן) למרק עוף

- חצי כוס קמח תפוחי אדמה
- חצי כוס מים
- 6 ביצים שרופות
- מלח, פלפל
- שמן לטיגון

הוראות הכנה:

- בקערה בינונית מוהלים את הקמח במים. מוסיפים את הביצים הטרופות ומתבלים במלח ופלפל.
- מערבבים עד שמתקבלת בלילה חלקה.
- מחממים מעט שמן במחבת, יוצקים שכבה דקה מהבלילה ומטגנים מעין חביתית דקיקה מאוד עד שהיא מזהיבה משני הצדדים.
- מניחים כמה חביתיות אחת על גבי השנייה ומגלגלים אותן יחד לגליל שמן.
- חותכים לאט לרצועות דקיקות (ברוחב של פחות מ-1 ס"מ) ומגישים עם המרק.



תבשיל עוף וירקות Waterzooi de Poulet

שיר הלפרן, שפית, יזמית ובעלים של שוק הנמל



"את הגרסה הפשוטה למתכון הצרפתי-בלגי המסובך הזה מצאתי, תאמינו או לא, אצל רייצ'ל ריי, הכוהנת העכשווית של תוכניות הבישול האמריקאיות - מה שמבטיח גרסה ביתית קלה (ומהירה מאוד להכנה) של מנה טעימה וארומטית מצפון צרפת; ארוחה שלמה בסיר אחד, עם רוטב שרק בשביל "ניגובו" (בבאגט כמובן) שווה כל הסיפור (בבלגיה תמצאו את המנה הזו כמעט רק עם דגים, והאמת היא שאפשר להחליף את העוף במתכון בכל דג אחר, בס למשל).

חומרים ל-4-6 מנות:

- 30 גרם (2 כפות) חמאה
- 2 גזרים חתוכים לקוביות בגודל 1/2 ס"מ
- 2 גבעולי כרישה (החלק הלבן) חתוכים לקוביות בגודל 1/2 ס"מ
- 2 תפוחי אדמה לבישול חתוכים לקוביות בגודל 1/2 ס"מ
- 2 שיני שום
- מלח ופלפל לבן או שחור טחון טרי
- 6 כוסות מים
- בוקה גרני: 1 עלה דפנה, 4 גבעולי פטרוזיליה, 4 גבעולי תימין
- 4 חזות עוף ללא עצם
- 1 כוס (240 מ"ל) שמנת מתוקה
- 1 חלמון

להגשה:

פטרוזיליה קצוצה
באגט

אופן הכנה:

- ממיסים חמאה בסיר רחב ועמוק על חום בינוני, ומאדים ירקות קלות (ללא השחמה) בערך 5 דקות. מתבלים במלח ופלפל לבן.
- מוסיפים צרור עשבי תיבול (כמקובל אצל הצרפתים, כדי שהוצאתם תהיה קלה) וציר או מים. מכסים ומביאים לרתיחה.
- מוסיפים עוף, מכסים שוב ומנמיכים לחום בינוני נמוך. מבשלים את העוף בנוזל בערך 10 דקות.
- מוציאים את העוף וחותרים לחתיכות קטנות.

שורפים חלמון ושמנת יחד. מוסיפים מצקת מן הנוזל שבסיר אל תערובת החלמון והשמנת (לשם השוואת טמפרטורות), מערבבים היטב, מחזירים את כל התערובת לסיר ומערבבים 2-3 דקות להסמכה ואיחוד.

מוסיפים את חתיכות העוף לסיר ומפזרים פטרוזיליה קצוצה. מתקנים תיבול, מגישים בקערות עמוקות, ומעבירים את הבאגט מאחד לשני.





איילת ים במעטפת עלי פילו אייל לביא, שף מסעדת "רוקח שוק"

ל-4 מנות:
800-700 גר' פילה דג נצרן (איילת
ים) ללא עור ועצמות מחולק ל-4 מנות
(200 גרם לאדם)
8 דפי פילו
שמן זית למריחה
2-3 כפות קצח (לא חובה)

למילוי:

3 גבעולי כרישה שטופים ונקיים
1 סלסלת פטריות פורטבלו קטנות (כ-200 גרם)
1 מיכל שמנת מתוקה
1/4 כוס יין לבן יבש איכותי
צרור קטן של ערית
100 גרם חמאה
10 חוטי זעפרן
1 שן שום כתושה
מלח ופלפל לבן

1. חורצים את הכרישה לאורכה, מוציאים את הליבה הקשה ופורסים לפרוסות דקות.
2. פורסים את הפטריות לפרוסות דקות ושומרים בצד.
3. בסיר שטוח ממיסים את החמאה יחד עם השום, הזעפרן והכרישה ומאדים 5-10 דקות על להבה נמוכה עד שהכרישה הופכת לשקופה.
4. מוסיפים את הפטריות ומתבלים במעט מלח ופלפל. מגבירים את הלהבה לאש בינונית ומבשלים 2-3 דקות נוספות על מנת לאדות את הנוזלים מהפטריות.
5. מוסיפים את היין הלבן, מערבבים, מביאים לרתיחה ומבשלים עד לאידוי היין.
6. מוסיפים את השמנת המתוקה, מערבבים פעם נוספת ושוב מביאים לרתיחה.
7. מוסיפים לבשל, תוך כדי ערבוב עד שהשמנת מסמיכה (כ-5-10 דקות).
8. מוסיפים את הערית למקלות באורך 2-3 סנטימטרים ומערבבים לתוך מחית הכרישה.
9. מקררים את המילוי לטמפרטורת החדר וממשיכים להכין את הדג.
10. מחממים תנור ל-180 מעלות.
11. מניחים דף פילו על משטח עבודה ומורחים בעזרת מברשת שכבה עדינה של שמן זית. מניחים מעל דף פילו נוסף ושוב מורחים שכבה עדינה של שמן זית.
12. מניחים יחידה אחת של איילת ים בפניה השמאלית של הדף, מורחים מעל פילה הדג שכבה עדינה של מילוי הכרישה והפטריות.
13. מתחילים לגלגל ולעטוף את איילת הים והמילוי בדפי הפילו, תוך כדי איסוף הקצוות למרכז, עד לקבלת גליל סגור.
14. את הגליל הסגור מורחים בשמן זית, מפזרים מעט קצח מעל (אם אוהבים) ומניחים בתבנית עם נייר אפייה.
15. מחממים את התהליך עם שלושת נטחי הדג הנוספים ואופים בתנור ב-180 מעלות למשך 15 דקות, או עד שמעטפת הפילו הופכת לפריכה וזהובה. מגישים חם.



צ'אודר דלעות, תירס טרי וערמונים מהאש

אבי שטייניץ, שף ויועץ קולינרי, "שטייניץ
קולינריה", בעלים של חנות "ארקוסטיל"
בשוק הנמל



המתכון הוא גרסה יצירתית עם אופציה
צמחונית למרק הצ'אודר המסורתי הסמיק,
המבוסס ברוב המקרים על ציר דגים, תפוחי
אדמה ושמנת או חלב. הטוויסט הנוסף הוא
טעם הערמונים המתקתק - העדין שמפציע
בכל ביס.

מצרכים ל - 4 מנות:

2 כפות חמאה
1 כרישה נקייה רק החלק הלבן - חתוכה ופרוסה
1 בצל לבן גדול קלוף וקצוץ
1 שן שום קלופה וקצוצה
1 תפוח אדמה גדול קלוף וחתוך לקוביות
1 שורש פטרוזיליה קלוף וחתוך לקוביות
200 גרם דלעת קלופה חתוכה לקוביות
1 קלח תירס טרי מופרד לגרעינים בעזרת סכין חדה
מלח ופלפל שחור
1 ליטר וקצת נוזל ירקות או עוף (אפשר גם להכין מאבקת מרק)
100 גרם גבינת צ'דר או גבינה קשה אחרת מגוררת
1/2 כוס שמנת מתוקה

להגשה:

4 כפיות קרם פרש או שמנת חמוצה
חופן עירית קצוצה
12 ערמונים עם קליפה

אופן הכנה:

1. בסיר רחב מחממים את החמאה ומזגגים את הכרישה, הבצל ושן השום עד לזיגוג עדין. מוסיפים את תפוחי האדמה ושורש הפטרוזיליה, ממליחים, מפלפלים ומכסים בנוזל. מבשלים כחצי שעה עד לריכוך מלא של המרכיבים.
2. מוסיפים את הדלעת והשמנת וממשיכים לבשל. קוביות תפוחי האדמה יתפרקו מעט וזה מה שייצור את מרקמו של הצ'אודר. לאחר כרבע שעה מוסיפים את התירס והגבינה, מערבבים ומשלימים תיבול מבשלים רק עד להמסת הגבינה. על התירס להשאר קראנצ'י.
3. בזמן הבישול חורצים איקס בעזרת סכין חדה בקליפת הערמונים, קולים על האש או במחבת מיוחדת או בתנור גריל חם וקולפים.
4. מגישים: מוזגים לקערת ההגשה את מרק הצ'אודר, מניחים מעל כפית שמנת חמוצה, ערמונים קלופים שבורים ועירית קצוצה.



בבקה תפוחים עם דבש ופקאנים

אורי שפט, מאפיית לחמים



תבנית בבקה/קוגלהוף בקוטר 24

מצרכים:

- 120 גרם חמאה
- 60 גרם סוכר (1/4 כוס)
- 3 יחידות ביצים
- 150 גרם שמנת חמוצה (3/4 גביע)
- 150 גרם קמח מנופה (כוס ושליש)
- 4 גרם סודה לשתייה (1/4 כפית)
- 5 גרם אבקת אפייה (1/2 כפית)

תמצית וניל

2 תפוחי-עץ ירוקים חמוצים קלופים חתוכים לקוביות
2 כפות סוכר + 2 כפות ליקר קלבדוס / ליקר תפוחים

תערובת אגוזים וסוכר:

- 2 גרם קינמון
- 60 גרם פקאן
- 60 גרם סוכר לבן
- 60 גרם אגוזי מלך
- שמים בשקית: אגוזים, פקאן, סוכר, וקינמון ומועכים או דופקים בעזרת פטיש שניצל.

לציפוי התבנית:

20 גרם חמאה, 50 גרם שקדים פרוסים / אגוזי לוז פרוסים

סירופ דבש:

- 50 גרם דבש
- 50 גרם מים
- מחממים יחד עד לנוזל אחיד

הכנה:

1. מקלפים את התפוחים וחותכים לקוביות קטנות, מערבבים עם סוכר והקלבדוס, ומניחים בצד.
2. משמנים תבנית בבקה בחמאה רכה, מצפים את כל פנים התבנית בלוז פרוס או שקדים פרוסים.
3. מקרימים חמאה וסוכר בעזרת וו גיטרה לתערובת לבנה ותפוחה.
4. מוסיפים את הביצים באיטיות עד שנטמעות בחמאה.
5. מוסיפים לתערובת החמאה את קמח, א.א.פיה, סודה לשתייה והשמנת החמוצה לסירוגין לקבלת מסה אחידה.
6. יוצקים 1/3 מהמסה בתחתית התבנית, מפזרים את קוביות התפוחים, משקיעים אותם מעט.
7. מפזרים מעל 1/3 מתערובת האגוזים.
8. יוצקים מעל 1/3 מסה, מפזרים את תערובת האגוזים, ושוב את המסה הנותרת. ולבסוף מפזרים את יתרת האגוזים.

אפייה:

מחממים תנור ל-170 מעלות
אופים כ-35-40 דקות
מוציאים את העוגה מהתבנית, ומספיגים בסירופ דבש.

ג'אט סקוואה, מלך רבינוביץ



ג'אט מראה דה גואה, מלך רבינוביץ



קיווי צהוב, אחים לוי



ג'אט לבנה, מלך רבינוביץ



ג'אט גאולנד, מלך רבינוביץ



ג'אט ירוק, אחים לוי



5% הנחה קבועים
לחברי המועדון

בין הימים ב', ג', ד'
בין השעות 15:00-18:00
ושבת כל היום

20% הנחה על כל הדוכן

פורטבלו
HAPPY HOUR

עוגות תפוחים

- 42 ש"ח **טארט תפוחי עץ** (תבנית מלבנית)
בצק פריך, קרם שקדים, מניפת תפוחי עץ.
- 49 ש"ח **שושני תפוחים ושקדים** (בתמונת השער)
בצק שמרים עם תפוחי עץ מקורמלים וקרם שקדים.
- 49 ש"ח **שטרודל תפוחי עץ**
בצק שטרודל במילוי תפוחי עץ טריים אפויים.
- 49 ש"ח **קראמבל תפוחי עץ**
בצק פריך, תפוחי עץ מזוגגים, פקאנים וקראמבל.
- 39 ש"ח **עוגת תפוחים ללא תוספת סוכר** (תבנית מלבנית)
עוגת בחושה עם תפוחים ואגוזי פקאן, ללא תוספת סוכר.

גבוהות וחגיגות

- 140 ש"ח **טרייפל אביב** (כלי PYREX עגול, ל-8-10 אנשים, מוכן להגשה)
קינח מוריהב לשולחן החג עם שכבות בצק ברטון עשיר, קרם פרש וניל ופירות אדומים.
- 69 ש"ח **שוקולד נוגט** (פרווה)
עוגת פאדג' שוקולד נוגט עשירה, גבוה ויפה, מושלמת לשולחן החג.



טרייפל אביב

דבש ועוגיות

- 39 ש"ח **צנצנת דבש מרציפן**
דבש טהור עם קרם מרציפן Lubeca עשיר.
- 42 ש"ח **צנצנת דבש פיצוחים** (בתמונת השער)
דבש טהור עם אגוזים ממוחלים קלות.
- 42 ש"ח **גילגולי תמרים ואגוזים** (330 גר')
תמרים ואגוזי מלך מגולגלים בבצק פריך.
- 42 ש"ח **עוגיות ג'ינג'ר ושקדים** (330 גר')
עוגיות חמאה, ג'ינג'ר ושברי שקדים.
- 42 ש"ח **עוגיות שטריויזל וריבת תפוחי עץ** (330 גר')
בצק פריך, ריבת תפוחי עץ בניחוח קינמון.



חלה בדבש

חלות

- 17 ש"ח **חלה קלועה** (פרווה)
עגולה, קלועה ואווירית, רכה וחלקה, במתיקות עדינה.
- 22 ש"ח **חלת חגיגית** (פרווה)
חלה קלועה בציפוי עשיר של זרעים ודגנים.
- 55 ש"ח **חלה בדבש** (פרווה, צילום בעמוד אחורי)
החלה החגיגית שלנו, קלועה ואפוייה סביב כלי חרס לדבש. מתנה מיוחדת שהופכת לטקס מותק על שולחן החג.
- 59 ש"ח **חלה מהודרת** (אורך כ-60 סמ', פרווה)
חלה קלועה ארוכה במיוחד במתיקות עדינה וציפוי מרהיב.
- 24 ש"ח **חלת בריוש**
חלה עשירה בחמאה, מקושטת בגבישי סוכר.

עוגות דבש

- 39 ש"ח **עוגת הדבש שלנו** (פרווה, תבנית מלבנית)
קלאסית, רכה, מתובלת ועסיסית.
- 49 ש"ח **עוגת דבש סבתא** (בתבנית סבתא)
עם קוביות תפוחי עץ בניחוח קינמון.
- 65 ש"ח **קוגלהוף פקאן ודבש**
עוגת דבש עסיסית עם אגוזי פקאן בניחוח קינמון.
- 69 ש"ח **עוגת דבש של פעם**
עוגה מלבנית קרה, שכבות של בצק דבש עדין, שמנת ואגוזים.



עוגת דבש של פעם

