



פיני אבא - סדנאות בישול

בואו לגלות עולם של טעמים, טיפים ורעיונות במטבח הפרטי שלכם.

קציצות ירקות

מצרכים:

- 2 קישואים בינוניים מגורדים
- 1 בטטה בינונית מגורדת
- 1 בצל מגורד
- חצי צרור פטרוזיליה קצוצה
- חצי צרור כוסברה או בזיליקום קצוצים (אפשר גם וגם או כל ירק אחר שאוהבים)
- 4 יחידות בצל ירוק (לא חובה)
- 2 חלמונים או 4 כפות טחינה
- 1 כוס פירורי לחם או שיבולת שועל (גם וגם מומלץ בחום)
- מלח, פלפל שחור, כמון וכורכום.

הוראות הכנה :

בקערה קטנה מחברים בין כל הירקות והירק, מערבבים וסוחטים היטב. מוסיפים את שאר המרכיבים והתבלינים ו"לשים" יחד. "מקבבים" את התערובות באיזו צורה שרוצים (אני מעדיף עיגולים קטנים ושמיים) מסדרים על נייר אפיה בתבנית אפיה ומכניסים לתנור שחומם מראש ל 180 מעלות כ-20 דקות, הופכים לעוד חמש דקות (ניתן לפזר מעט כורכום לאחר ההפיכה)

כמו כן ניתן לטגן במחבת טפלון עם מעט שמן.

לביבות תפוחי אדמה

מצרכים:

- 3 תפוחי אדמה
- בצל קטן
- חלמון
- 3 כפות קמח / פירורי לחם
- מלח, פלפל

הוראות הכנה:

מגרדים בפומפייה את תפוחי האדמה והבצל וסוחטים מהנוזלים.

מוסיפים תיבול, ביצה וקמח, מקבבים ומטגנים.

ניתן לאפות בתנור שחומם מראש ל 180 מעלות כ-20 דקות והופכים לעוד חמש דקות.