

פשטידות * פשטידות * פשטידות * פשטידות * פשטידות * פשטידות * פשטידות * פשטידות

הפשטידות של זהבה ללקק את האצבעות

פשטידת בצל

חומרים

4 בצלים גדולים
4 ביצים
½ כוס שמן
½ כוס מים
¾ כוס קמח

1 כף אבקת מרק בצל

1 כף אבקת מרק עוף

מלח ופלפל שחור לפי טעם

שמן ופרורי לחם לשימון וריפוד התבנית ו-2 כפות פיזור מעל (לא הכרחי)



אופן ההכנה

חותכים את הבצל לקוביות בגודל בינוני (במעבד מזון ב-3-4 פולסים בלבד). מוסיפים את שאר המצרכים ומערבבים היטב. משמנים תבנית עגולה (אני אוהבת להכין פשטידות בתבנית עגולה). מפזרים פרורי לחם על הבסיס והדפנות (על מנת שהפשטידה תצא יפה מהתבנית) מכניסים את התערובת לתבנית ומפזרים למעלה 2 כפות פרורי לחם (לא הכרחי). אופים בחום בינוני-גבוה 180 עד 190 מעלות כ-40 דקות עד לקבלת שכבה עליונה זהובה והתקשות הבליילה.

בהצלחה

זהבה קלרמן

פשטידת קישואים

חומרים

5 קישואים - 1 קילו < חתוכים לרבעים או ל-8 חלקים

3 בצלים חתוכים לרבעים

¾ כוס קמח תופח (אפשר קמח רגיל + 1 כפית אבקת אפיה)

¾ כוס מים

¾ כוס שמן

4 ביצים

1 כף אבקת מרק עוף

½ כפית מלח

½ כפית פלפל שחור



אופן ההכנה

להכניס למעבד מזון ½ מכמות הקישואים, להפעיל 3-4 פולסים ולהעביר לקערה. לחזור על אותה הפעולה ל-½ מכמות הקישואים שנותרה ולעשות כנ"ל עם הבצלים. יש להביא את הירקות למצב שיהיו קצוצים ולא מרוסקים. - (למי שאין מעבד מזון – יכול לעשות את אותן הפעולות באמצעות גירוד על פומפיה גסה)

להוסיף לקערה: קמח, מים, שמן, ביצים, אבקת מרק, מלח ופלפל שחור לפי הטעם ולערבב היטב. לשמן תבנית ולרפד עם מעט פרורי לחם או מעט סולת ולאפות בחום בינוני-גבוה 180 עד 190 מעלות כ-40 דקות עד לקבלת שכבה עליונה זהובה והתקשות הבליילה.

לשיפור אפשר להוסיף לקישואים כוס פצפוצי אורז, תפו"א מרוסק או שניהם או רק אחד מהם. אפשר לגוון עם בטטה, גזר מרוסק ודלורית. להוספת צבע אפשר להוסיף פטרוזיליה ושמיר קצוצים.

בהצלחה

זהבה קלרמן

פשטידת כרובית

חומרים

1 קילו כרובית חתוכה לפרחים קטנים בתוך מים רותחים לחצי שעה- לריכוך
4 ביצים
4 כפות קמח
4 בצלים חתוכים 3-4 בפולסים קצרים במעבד מזון
½ כוס שמן
½ כוס מים
1 כף אבקת מרק עוף
1 כפית אבקת אפיה
1 כפית מלח
פלפל שחור לפי טעם



אופן ההכנה

לשמן תבנית לרפד עם מעט פרורי לחם לערבב את כל החומרים יחד ולאפות בחום בינוני- גבוה 180 עד 190 מעלות כ- 40 דקות עד לקבלת שכבה עליונה זהובה והתקשות הבלילה.

בתיאבון ובהצלחה
זהבה קלרמן

טיפ 1

אפשר להכין פשטידה מכל הירקות של שלושת המתכונים או מחלקם, בתנאי שנצמדים לכמויות. (בהתאם לירקות שמצויים בבית)

טיפ 2

אפשר גם להשתמש ולהמיר את הירקות בירקות אחרים כגון: כרוב, תפ"א, גזר, ברוקולי ועוד' וכאמור להיצמד לכמויות. אולי לפשטידה לא יהיה שם אבל היא מאד טעימה.