



**Kirovograd
Volunteer
Community**



**Рецепты наших
бабушек и
дедушек**



Всем привет! Я Иврик) В этой книге я буду вашим путеводителем! Идея создания книги рецептов появилась в Кировоградском еврейском молодежном клубе «Mifgash» и благодаря Volunteer Community мы смогли воплотить ее в жизнь! Добро пожаловать, в книгу рецептов клиентов Кировоградского Хеседа!

Содержание:

1. Молочные блюда.....3 стр.
2. Мясные блюда.....14 стр.
3. Блюда «парвэ».....26 стр.



МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА



«Кнышеклах» или «Еврейские пирожки» (рецепт от Мамедовой Анны Исааковны)

Ингредиенты для теста:

- 0,5 литра кефира;
- 2 яйца;
- Мука (сколько возьмет)
- Соль
- Подсолнечное (оливковое) масло

Начинка:

- Картофель (6-7 шт)
- Лук (3-4 шт).



Начинка есть двух видов:

- пюре с жаренным луком (мы использовали ее);
- жаренные куриные потроха с луком (просто с кефиром их нельзя – не кошер)

Приготовление:

1. Замесить тесто, оно должно быть не сильно тугим.
2. Приготовить начинку: варим картофельное пюре и отдельно жарим лук – потом все перемешиваем.
3. Надо дать начинке остыть, чтобы не обжечь руки.

4. Берем кусочек теста, раскатываем его и на край кладем начинку, потом скатываем его в колбаску.
5. Самое интересное – у нас получилась колбаска, внутри которой пюре. Нам надо разрезать эту колбаску на небольшие кусочки (как мы обычно разрезаем тесто на пельмени или вареники). Но резать не ножом, а рукой. И из этих кусочков скатываем шарики, которые потом обжариваются в подсолнечном масле на горячей сковороде.



Обращайте внимание на жарку лука! Нам Анна Исааковна сделала замечание, что лук был пережарен, он должен быть золотистого цвета и сладковатым на вкус! От этого зависит качество «кнышеклах».



«Еврейские коржики»

(рецепт жены Гилевича
Леонида Яковлевича – Миры)

Ингредиенты:

- 3 стакана муки;
- 1 стакан сахара;
- 250 гр. маргарина;
- 2 яйца;
- 2 столовые ложки сметаны;
- 2 столовые ложки растительного масла;
- 1-1,5 чайных ложки соды с уксусом.
- корица.



Приготовление:

Мягкий маргарин растираете с сахаром. Потом добавляем муку, яйца, сметану, растительное масло и соду, погашенную уксусом.



Тесто получается мягким и жирным. Раскатываем корж, посыпаем его корицей с сахаром. Из него формой вырезаются коржики и выпекаются в разогретой духовке

при температуре 180 градусов до готовности.



Во время нашего проекта мы стали готовить не только блюда наших клиентов, но и блюда из наших семей. Не все бабушки соглашались давать нам свои рецепты, поэтому мы их навещали со своими блюдами.

Шаббатные Халлы

(рецепт семьи Резницких, который мы используем практически для каждого Шаббата)

Ингредиенты для 2-х халл:

- Дрожжи 50 гр.;
- 0,5 л. молока;
- 200 гр. маргарина (или 100 гр. масла + 100 гр. маргарина);
- 1.250 гр. муки;
- 150 гр. сахара;
- 2 яйца;
- Соль, ваниль.



Приготовление:

Дрожжи, соль, сахар и ваниль размять. Добавить тёплое молоко, муку и размятый маргарин (не топить).

Замесить тесто, заплести косички и дать выстояться.

Поставить в духовку разогретую до 175градусов и выпекать 40 минут.

Быстрый еврейский салат

Ингредиенты:

- 2 плавленых сырка;
- 1-2 зубчика чеснока;
- морковь;
- майонез.

Приготовление:

1. Сыр, морковь и чеснок натереть на мелкой терке.
2. Заправить все майонезом и готово.



Очень важная вещь: когда вы делаете молочные блюда – не смешивайте их с мясными!) Это не кошерно =)

Латкес (или в простонародье – драники)

Ингредиенты:

- 0,5 кг картофеля;
- 1 столовая ложка муки;
- 1 яйцо;
- 0,5 чайной ложки соды;
- 2 ч.л. растительного масла (если парвэ), или 2 ч.л. сливочного масла.
- сметана



Приготовление:

1. Сырой очищенный и помытый картофель натереть на крупной терке.
2. Добавить соль, яйца, муку и соду.
3. Все хорошенько перемешать.
4. Затем берем по столовой ложке приготовленной массы и выкладываем на горячую и смазанную маслом сковороду.
5. Обжарив на одной стороне, переворачиваем на вторую.
6. Подаем к столу с маслом или со сметаной.

Луковая запеканка из слоеного теста (любимый рецепт Романа Яковлевича)

Ингредиенты:

- 1\2 пачки (200 гр.) слоеного теста.

Для начинки:

- Растительное масло для жарки
- 5 некрупных луковиц
- 2 крупных болгарских перца
- 100 гр. накрошенной брынзы
- 1 яйцо
- ½ стакана молока
- 100 гр. тертого пармезана.

Приготовление:

1. Слегка посыпаем мукой разделочную доску и раскатываем тесто. Перекладываем его в форму (уже смазанную маргарином), протыкаем вилкой в нескольких местах (дабы не поднималось при выпекании).
2. Лук нарезаем кольцами, перец – кубиками, разогреваем на сковороде масло, добавляем лук, перец и тушим, помешивая примерно 20 мин. Выкладываем начинку поверх теста в форму. Нагреваем духовку до средней температуры (180 градусов).
3. Посыпаем сверху начинку измельченной (до образования крошки) брынзой.
4. Взбиваем яйцо и смешиваем его в стакане с молоком. Заливаем начинку этой смесью и посыпаем тертым пармезаном.

Гоменташн (уши Амана)

(их попробовали 26 человек, мы просто развезли всем)

Ингредиенты:

- тесто:

- 1 кг. Муки
- 1 пакетик соды
- 2 пакетика ванилина
- 1 стакан апельсинового сока
- 0,5 стакана сахара
- 0,5 стакана подсолнечного масла
- 300 гр. маргарина

- начинка (выбираем любую, у нас был мак):

- мак
- варенье
- орехи

Приготовление:

1. Замесить тесто из всего вышеперечисленного.
2. Слепить уши амана (они делаются из кругов и уголки защипываются).
3. Вовнутрь положить начинку (у нас был готовый мак).
4. Выпекать при температуре 180 градусов до готовности.



МЯСНЫЕ БЛЮДА

Куриные котлеты с кабачками

(рецепт Колодийской
Елизаветы)

- куриное филе;
- лук;
- чеснок;
- соль;
- перец;
- кабачок 1-2 шт.;
- 2 яйца.

Приготовление:

1. С филе, лука и чеснока сделать фарш (есть вариант филе мелко нарезать, лук натереть на крупной терке, а чеснок на мелкой).
2. Кабачок натереть на мелкой терке и перемешать с фаршем, добавив соль и перец по вкусу.
3. Добавить яйца и еще раз хорошенько перемешать до однородной массы.
4. Жарить котлеты на хорошо разогретой сковороде до готовности.





Хочу обратить ваше внимание на то, что мы разделили наши блюда на:

- молочные;
- мясные;
- «парвэ» - ни молочное, ни мясное!

В нашей традиции очень важно соблюдение Кашрута! Поэтому, т.к. мы создавали книгу еврейских рецептов, мы решили, что разделение по этим трем разделам будет очень кстати!

Что такое «Кашрут»?

Слово *кашер* означает в переводе с иврита на русский язык - "пригодный" для чего-либо. Сегодня это слово чаще всего употребляется в сочетании *кашерная еда* - так называют еду, приготовленную в соответствии с законами еврейской традиции. Совокупность этих законов называется на иврите - *кашрут*

Кашрут - довольно объемная система законов. Но в ее основе лежат всего несколько заповедей, известных из *Торы*, и некоторые дополнительные правила, установленные еврейскими мудрецами в более позднее время.



Салат из куриных потрохов

(готовили для Леонида Яковлевича)

Ингредиенты:

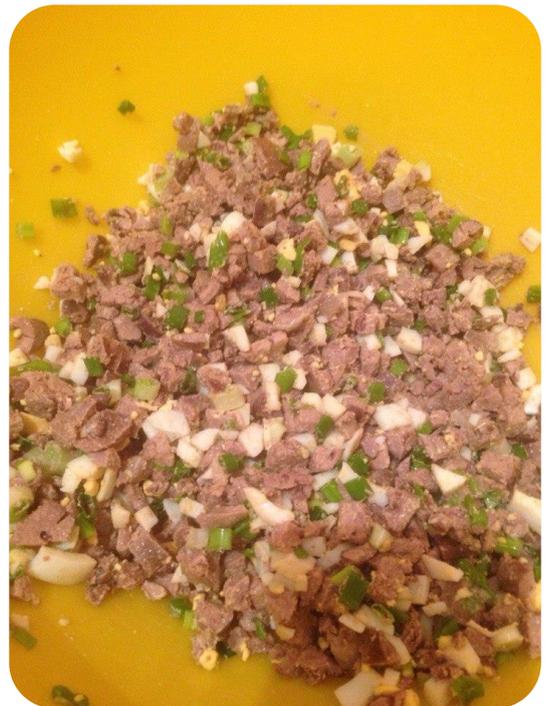
- Куриные потроха – 1 кг.
- Зеленый лук (большой пучок)
- Яйца 4-5 штук
- Майонез
- Соль, перец по вкусу.

Приготовление:

1. Потроха отварить и мелко нарезать.
2. Яйца сварить в крутую и так же мелко нарезать.
3. Промыть лук и мелко нарезать.
4. Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить и заправить майонезом.

Бэтеавон! 😊

(с иврита – приятного аппетита)



**Голубцы из
виноградных
листьев**
(рецепт семьи
Филипповых)



Ингредиенты:

- Виноградные (желательно молодые) листья
- Куриное филе
- Лук
- Чеснок
- Томатная паста
- Соль, специи.



Приготовление:

1. Готовим фарш: филе + лук и чеснок. Все перемолоть, посолить и поперчить.
2. Подготавливаем листья винограда: хорошенько промыть, чтобы не было насекомых. Потом кладем в миску и заливаем кипятком, буквально на минуту. Сливаем воду и готово.
3. Раскладываем лист на тарелке (доске) гладкой поверхностью к вам и скатываем голубец, как обычно делаем из капустного листа.
4. Выкладываем голубцы в кастрюльку и заливаем водой с томатом. Солим, перчим и варим до готовности. Обычно это, после закипания минут 20.



Еще одна особенность нашей кухни – овощи и фрукты можно кушать все, но их надо тщательно проверять, чтобы не было насекомых!

Куриные котлеты

(мы их готовили для Резницкого Станислава Абрамовича)



Ингредиенты:

- Куриное филе
- Лук
- Чеснок
- Соль, перец
- Подсолнечное (оливковое) масло.



Приготовление:

1. Из филе, лука и чеснока сделать фарш.
2. Все посолить и поперчить.
3. Жарить на хорошо разогретой духовке с двух сторон до готовности.

Очень простой рецепт, а главное – вкусный! Хотя, нам сделали замечание, что добавление хлеба в него было бы не лишним 😊





Знаете, есть одна очень крутая история! Во время проведения нашего проекта мы пришли в гости к Штульман Нине Моисеевне с блюдом (бисквит), мы его попробовали, пообщались с ней. Она нас даже угостила постными кнышеклах, т.к. нас научили делать молочные, а на самом деле их делают на воде. И когда мы уже уходили, нам рассказали семейную традицию. Оказывается Нина Моисеевна каждую неделю в пятницу варит куриный бульон. Она никогда не задумывалась зачем, но так ее учила мама. Она всегда говорила, что вечером в пятницу обязательно надо готовить куриный бульон. Ее мама им с сестрой даже покупала курицу, когда у них не было. Вроде просто история, а на самом деле – наша традиция о которой мы и рассказали Нине Моисеевне. Она была очень удивлена и тронута, что оказывается не зажигая свечей и не зная о празднике, она чтит Шаббат с детства.

Может быть и в вашей семье есть такие блюда, которые обязательно готовятся на какие-то праздники? Запишите их, чтобы сохранить.



Куриный бульон с кнейдлах (рецепт Штульман Нины Моисеевны)

Ингредиенты:

- 3 столовые ложки куриного жира
- 1 стакан муки из мацы (перетереть мацу)
- 2 яйца
- 2 столовые ложки мелко нарезанной петрушки
- Соль
- Молотый черный перец
- 2 литра крепкого куриного бульона
- 5-6 зубчиков чеснока
- 1 пучок укропа

Приготовление:

1. Куриный жир мелко нарезать, вытопить в сковороде с толстым дном, шкварки отложить.
2. В большой миске смешать муку из мацы, яйца, шкварки и петрушку, посолить, поперчить по вкусу. По чайной ложке доливая воду, замесить тесто, по консистенции похожее на очень густую сметану, накрыть крышкой и убрать в холодильник на 30 мин.
3. В кастрюлю влить воду, вскипятить, затем убавить огонь до слабого. Мокрыми руками сформировать из теста шарики размером с крупную сливу, осторожно опустить их в воду. Варить на минимальном огне при слабом кипении в течении 15-20 мин.
4. Вынуть «кнейдлах» (клёцки) шумовкой, переложить на тарелку и оставить на 20-30 минут, чтобы они затвердели.
5. Бульон разогреть. Чеснок почистить, мелко нарезать. Укроп вымыть, стряхнуть воду, мелко нарубить. В



порционные тарелки положить по 2-3 «кнейдлах», залить горячим бульоном, посыпать зеленью и чесноком.



Интересно знать, что во время нашего праздника Песах, из мучного можно есть только мацу!

Она готовится из теста, не подвергшегося брожению – мука + вода.

Кошерной считается та маца, приготовление которой ровно 18 минут!

В Песах бульон с «кнейдлах» считается не кошерным, а сами «кнейдлах» считаются «хамец» (квасное).

Что такое Шаббат?

Шаббат – отдых

Шаббат – это остров спокойствия в круговороте хлопот, беспокойства, борьбы и невзгод, который характеризует нашу повседневную жизнь в течение остальных шести дней недели. Каждую неделю приблизительно на 25 часов мир буквально замирает: бизнес закрыт, автомобиль стоит в гараже, телефон не звонит, радио, телевизор и компьютер отключены, заботы материальной жизни скрываются за пеленой забвения. Прекращая свою созидательную причастность к физическому миру, мы фокусируемся на нашем внутреннем мире - на семье, друзьях, на нашей внутренней сущности, нашей душе.

Шаббат - осознание

В Шаббат мы вспоминаем, что не можем делать с миром все, что нам заблагорассудится, поскольку он не принадлежит нам, а является творением Б-га. В Шаббат мы также вспоминаем, что Б-г вывел нас из Египта и повелел, чтобы мы никогда не были рабами земных хозяев: наша работа, финансы и материальные занятия – это лишь инструменты, средства достижения нашей Б-жественной цели, но не властители нашей жизни.

Шаббат - самоидентификация

Шаббат – это невеста Израиля, неразлучная с еврейским народом. Это - один из самых лучших путей проявить наше еврейство и передать его нашим детям. Мы остались верными Шаббату в любых странах, культурах и обстоятельствах в течении всей нашей четырехтысячелетней истории – и в славные дни Соломона, и в черные ночи Инквизиции. И эта преданность в свою очередь явилась средством сохранения нашей еврейской идентификации. Или словами известного еврейского автора: "Даже больше чем евреи хранили Субботу - Суббота хранила евреев."

Шаббат – наслаждение

Шаббат – это вкусная трапеза, роскошный стол, мерцание свечей, сладкое пение, наслаждающийся сон. В течение недели удовольствие от жизненных радостей сопряжено с определенной проблемой: мы – физические существа в физическом мире, и должны быть всегда настороже, чтобы удовольствия не привели нас к деградации. Но в Шаббат и душа и тело вознесены на более высокую, более духовную ступень, и наслаждаться Субботой, вкушая пищу, напитки и комфорт – это мицва, Б-жественное деяние.

Шаббат – духовность

Шаббат – это душа недели. Идея, оживляющая ее и задающая ей направление. Как учат мудрецы Каббалы, в Шаббат все свершенной в течении всей предыдущей недели достигает своего полного осуществления и возвышения, и Суббота же дает благословение всем свершениям наступающей недели. Соблюдение Шаббата обеспечивает благословение Всевышнего на успех в течение всей недели, и наделяет целесообразностью и смыслом наше повседневное существование.

Шаббат - вкус Грядущего Мира

"В то время не будет ни голода ни войн, ни зависти ни соперничества. Все будет в изобилии, и самые изысканные яства будут доступны, как пыль. Все устремление мира будет лишь к тому, чтобы познать Б-га". Так пророки и мудрецы Израиля описывают Эру Избавления - "седьмое тысячелетие", которое будет конечной реализацией и исполнением шеститысячелетней истории человечества и усилий превратить этот мир в "жилище Б-га". Каждую неделю Шаббат дает нам почувствовать вкус этого будущего мира.

Но подобно тому, как вкус любого деликатеса, сколько его ни описывай, нельзя понять, самостоятельно его не испытав, - так же и с сутью Шаббата. В конечном счете, самый правильный ответ на вопрос, что такое Шаббат, - это "Попробуйте!"



Мы решили, что очень ВАЖНО вставить в нашу книгу немного информации о нашей традиции. Мы ознакомились с понятием «кашрута» и есть очень важный аспект нашей с вами жизни – это Шаббат! Мы нашли рецепт одного из самых распространённых блюд в этот день – ЧОЛНТ. Его готовят уже очень давно и мы подумали, что вам он будет не лишним.



Чолнт

(рецепт из интернета, но мы его готовили сами)

Ингредиенты:

- 0,5 кг. говядины
- 0,5 кг. картофеля
- 0,3 кг. белой фасоли
- 0,3 кг. гороха
- 3 луковицы
- 40 гр. сахарного песка
- 30 гр. подсолнечного масла
- 30 гр. паприки
- соль и молотый черный перец – по вкусу.

Приготовление:

1. Фасоль и горох замачивать 8 часов.
2. Картофель очистить и разрезать каждую картофелину на 4–6 частей.
3. Нашинкованный лук обжарить в подсолнечном масле до золотистого цвета, затем в сковороду положить мясо, нарезанное кубиками в 3–4 см, обжарить в течение 40 минут.
4. В чугунный казанок уложить слоями фасоль, горох, мясо, картофель – и так 3–4 раза, насколько хватит продуктов и позволяют размеры казанка.
5. В воде развести паприку и залить продукты этим раствором.

6. В отдельной эмалированной посуде расплавить сахар и получившуюся карамель влить в казанок. Добавить по вкусу соль и перец.
7. Накрыть крышкой и тушить на медленном огне три часа.



Чолнт – традиционное еврейское субботнее блюдо. Согласно еврейскому закону, в субботу нельзя готовить никакую еду. Чолнт часто не готовили дома, а носили в местную пекарню, ставили в остывающую печь, где блюдо «доходило» к моменту, когда семья возвращалась после молитвы из синагоги.

Лингвисты считают, что слово «чолнт» (или «чолент» или «шулнт») пришло в идиш в раннем Средневековье из старофранцузского языка; редуцированное “*chaud lent*” и означает «медленное тепло». Скорее всего в вашей семье, если поговорить с бабушкой/дедушкой наверняка есть такое важное и очень древнее блюдо, запишите его, чтобы не потерять.

ПАРВЕННЫЕ БЛЮДА



Борщ холодный красный (рецепт Галины Репиной)

Ингредиенты:

- 400 гр. свеклы
- 600 гр. картофеля
- 1 луковица
- 1,5 чайной ложки сахара
- 4 чайные ложки уксуса
- 2 чайные ложки соли
- Огурцы, яйца, зеленый лук и сметана.

Приготовление:

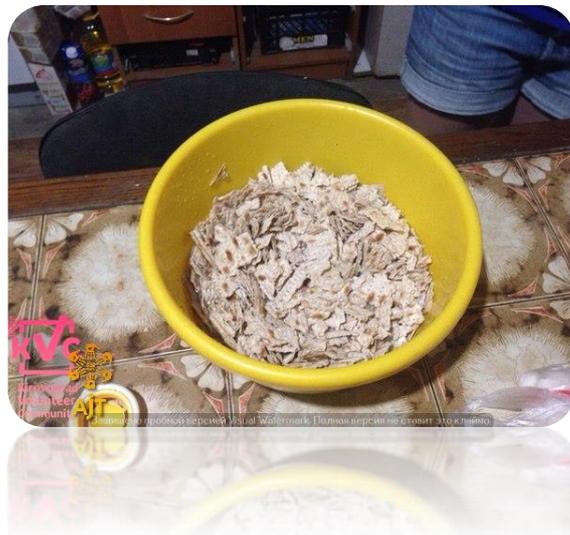
1. Нашинкованную свеклу залить горячей водой, добавить соль и уксус и довести до кипения.
2. Отлить половину отвара в отдельную посуду, а в остальном доварите свеклу до готовности.
3. Положить нарезанный кубиками лук, картофель и варить 20 минут.
4. Охладите и влейте холодный отвар, который сделали раньше, добавьте сахар и разлейте борщ по тарелкам.
5. При подаче в каждую тарелку добавляют нарезанные кубиками огурцы и яйца. Так же, нашинкованный зеленый лук и сметану.

Гифриш де моце

(любимое блюдо Станислава Абрамовича)

Ингредиенты:

- 0,5 пачки мацы
- Соль, перец по вкусу
- 2 яйца
- Подсолнечное (оливковое) масло для жарки



Приготовление:

1. Мацу поломать на кусочки, сложить в миску и залить не большим количеством питьевой воды.
2. Дать набухнуть, а затем воду слить и отжать мацу.
3. В нее добавить яйца, соль, перец.
4. Сформировать котлетки и жарить в масле на разогретой сковороде с двух сторон, до образования золотистой корочки.



(Гефилте фиш фаршированная рыба)

(рецепт Креймер Софьи Ароновны)

Ингредиенты:

- Зеркальный карп 1 – 1,5 кг.
- Хлеб (150 – 200 гр)
- Морковь (3-4 штуки)
- Лук (3 штуки)
- Картофель (350 – 400 гр.)
- Специи (соль, перец).

Приготовление:

1. Карпа очистить от чешуи и жабр.
2. Отрезаем голову, плавники (не выбрасываем!)
3. Разрезаем рыбу на кусочки (как для жарки) шириной 3-4 см.
4. Берем каждый кусочек и убираем с кости мясо, до позвоночника, (пример, убираете мясо с ребер, а сверху оставляете).



5. Так делаем с каждым куском рыбы.

6. Берем рыбу, что сняли с кости, пропускаем через мясорубку с луком и хлебом.



7. Получившийся фарш как бы прилепляем обратно к



кусочкам рыбы, она на половину обычная и на половину с фаршем (верхушка рыбы, а низ на костях рыбы фарш).

8. Берем сотейник, кладем на дно слоями: морковь кольцами, лук кольцами, картофель и на них куски рыбы (+ плавники и голову!), потом сверху снова: морковь, лук и картофель.

9. Солим, перчим и ставим варить на медленном огне до готовности.



Самое важное в фаршированной рыбе, как нам рассказала еще Анна Исааковна, хотя к ней мы ходили с кнышеклах, что рыба должна быть минимум от 1 кг. И желательно брать именно карпа! И мы обычно выбрасываем плавники и кости, а вкус рыбы зависит как раз от них! А еще в каждой семье есть свой рецепт гефилте фиш, очень советую вам его записать и сохранить! 😊

Форшмак

(рецепт Назартив Людмилы Леонидовны)

Ингредиенты:

- 4 шт. филе сельди
- 1 крупное кисло-сладкое яблоко
- 2 небольшие луковицы
- 1 небольшой пучок зеленого лука
- 3-4 ломтика белого батона (без корочки)
- 3 сваренных вкрутую яйца
- Черный перец.

Приготовление:

1. Через мясорубку пропустить филе сельди, яблоко, лук, зелень, хлеб и яйца.
2. Все перемешать и поперчить.
3. Подавать форшмак желательно с черным хлебом!)



Фалафель

(рецепт Онофраш Розы Исааковны)

Ингредиенты:

- 300 гр. нута
- 2 средних луковицы
- 5 зубчиков чеснока
- 1 средний пучок петрушки
- 1/2 ч.л. соды
- 2 ст.л. пшеничной муки
- Соль, молотый черный перец
- 1 ч.л. зиры
- 1 ч.л. зерен кориандра
- 1/2 стакана растительного масла.

Приготовление :

1. Нут промыть, перебрать, залить холодной водой на 6-8 часов. Затем воду слить, нут измельчить в блендере или дважды прокрутить в мясорубке. Лук и чеснок почистить, мелко нарезать. Петрушку вымыть, стряхнуть воду, мелко нарубить.

2. Лук, чеснок и зелень измельчить в блендере или дважды пропустить через мясорубку, смешать с нутовой пастой в глубокой миске. Добавить соду и муку, посолить, поперчить по вкусу.



3. Зиру и зёрна кориандра истолочь в ступке, всыпать в миску, хорошо перемешать.
4. Руки смочить холодной водой. Из приготовленного фарша сформировать шарики величиной с грецкий орех.
5. В сковороде разогреть растительное масло. Порциями пожарить шарики со всех сторон до ровного золотистого цвета. Затем выложить на бумажные полотенца, чтобы удалить излишки масла. Подавать горячими.

БЕТЕАВОН!



В Израиле «фалафель» является самым популярным фастфудом. Во всех городах улицы заставлены лотками, киосками и магазинчиками, где готовят и тут же продают эти самые шарики из нута.

Традиционно «фалафель» подают с тхинным соусом – это паста из семян кунжута, смешанный с чесноком, лимонным соком и солью.



Мы подумали и решили, что рецепт «фалафеля» без питы – не очень интересно! Поэтому, мы нашли рецепт «Питы» и добавим в нашу книгу, т.к. «фалафель без питы...» ну вы понимаете 😊

Пита

(рецепт просто из интернета)

Ингредиенты:

- Мука пшеничная 400 гр.
- 2 столовые ложки соли
- 1 столовая ложка оливкового масла
- 7 гр. сухих дрожжей
- 250 мл. воды

Приготовление:

1. Смешать дрожжи, муку и соль, добавить масло и теплой воды. Руками замесить мягкое тесто.
2. Выложить тесто на доску, посыпанную мукой и месить еще 5 минут. Переложить в миску, накрыть пленкой, смазанной маслом и оставить в теплом месте на 1,5 часа (тесто должно увеличиться почти вдвое).
3. Затем положить тесто на поверхность, посыпанную мукой. Несколько минут помесить и разделить на 8 кусков.
4. Скатать каждый кусок в шарик. Затем каждый шарик раскатать в лепешку овальной формы (примерно 6 мм толщиной) и положить на противень на большом расстоянии друг от друга. Накрыть полотенцем и оставить на 15 мин.
5. Разогреть духовку до 200 градусов. Снять полотенце и запекать лепешки 6-8 минут, пока хлебцы не поднимутся. Подавать теплыми.
6. Если все сделать правильно то, надрезав хлеб по ребру, внутри получится пустой кармашек, который можно наполнить салатом и нашим «фалафелем».

Штрудл

(этот рецепт готовили наши дети из Детской программы)

Ингредиенты:

- для теста:

- 4 стакана муки
- 1 столовая ложка подсолнечного масла
- 2 стакана горячей воды
- 3-4 яйца.

- для начинки:

- 5-6 яблок
- 100 гр. изюма
- 100 гр. сахара
- Корица

Приготовление:

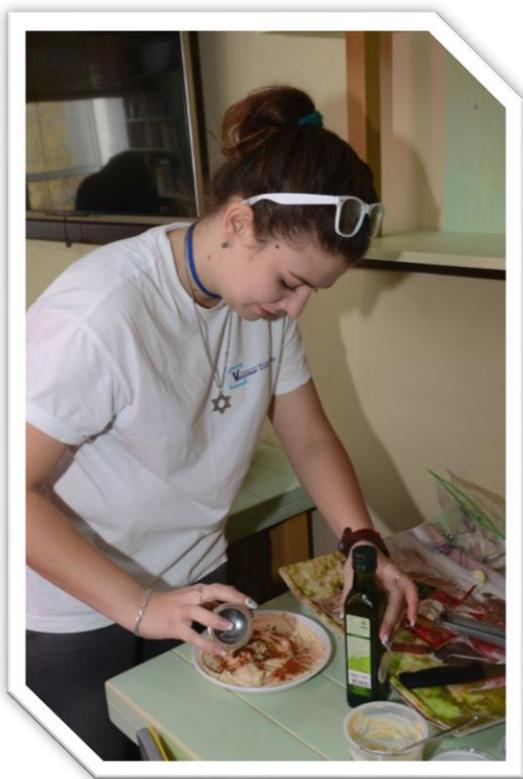
1. 4 стакана муки насыпать горкой, в центре сделать углубление, в которое влить 1 ст. ложку подсолнечного масла, яйца и воду.
2. Замесить тесто так, чтобы оно отставало от посуды и оставить остывать.
3. Готовим начинку: очищаем яблоки от кожуры, мелко нарезаем, складываем в миску. Добавляем сахар, изюм и корицу. Теперь надо все хорошо перемешать!
4. Тесто надо очень тонко раскатать, так, чтобы можно было через него читать и



- растянуть - можно подбрасывая и закручивая его.
5. Потом растянутое тесто выкладываем на большую ровную поверхность (накрытую тканью), подрезаем ровно края, чтобы получился ровный квадрат (прямоугольник).
 6. Смазываем тесто маслом.
 7. Выкладываем на него с левой стороны начинку и потом берем край ткани с левой стороны и приподнимая ее закручиваем тесто с начинкой. То же самое делаем и с правой стороны. Должен получиться рулет с начинкой внутри.
 8. Концы аккуратно защипываем и перекладываем штрудл на противень с пергаментом. И снова смазываем его сверху маслом.
 9. Выпекается такой штрудл при температуре 180 градусов – 35 минут. И подается обычно с ванильным соусом.



Галерея наших «ГОТОВОК»





ПОСЛЕСЛОВИЕ

Здесь мы решили написать пару слов от себя. Проект был очень интересным, правда не без трудностей. Не все наши клиенты хотели, чтобы к ним приезжали в гости. Не всем приятно, когда им кто-то готовит. Но самое главное – мы все преодолели и создали ЭТУ книгу.

Наша книга – индивидуальное пособие для каждого, кто возьмет ее в руки. Мы искренне надеемся, что она не превратится в типичную поваренную книгу, которая стоит на полке и покидает ее только на праздники.

Записывайте ваши самые-самые важные рецепты и не забывайте делиться ими со своими друзьями и близкими.

«Пока мы пользуемся этой книгой – она жива»

(с) Наша команда



