

אוכל זה טעים

המזון המזין והמאוזן

מיני המבורגרים עם צ'יפס בתנור

לחמניות המבורגר

מרכיבים

3 וחצי כוסות (500 גרם) קמח

שליש שקית (20 גרם) של שמרים טריים

כוס (240 מ"ל) מים

ביצה גדולה אחת

רבע כוס (50 גרם) סוכר

כפית גדושה של מלח

2 כפות שמן

חלמון מדולל במים לזיגוג

שומשום לקישוט

הכנה

בקערת המיקסר מערבבים את הקמח והשמרים. מוסיפים את המים, הסוכר והביצה ומעבדים עד להטמעות. מוסיפים את השמן והמלח ונותנים למיקסר לעבוד עשר דקות עד שהבצק הופך להיות גמיש ומעובד מספיק. אל תתנו לביצה ולסוכר לעמוד ביחד אלא תערבלו אותם מיד, כי סוכר "מבשל" ביצים חיות.

מעבירים את הבצק לקערה משומנת קלות ומשמנים קצת גם את פני הבצק (כדי שלא יתייבש). מכסים בניילון נצמד ומתפיחים כשעה (עד להכפלת הנפח).

אחרי ההתפחה הראשונה, מעבירים את הבצק למשטח מקומח (לא יותר מדי) ומחלקים לשמונה חלקים. מעצבים לכדורים: מותחים את שטח הפנים של כל כדור החוצה – זה אומר שמותחים את הכדור בין שתי הידיים ותוחבים את הבצק המדולדל מתחת לישבן שלו. זאת כדי ליצור פני שטח חלקים לכדור. מכדררים את הכדורים על משטח מתחת לאגרוף פתוח להשלמת עיצוב הכדור.

מניחים את הלחמניות על תבנית מרופדת בנייר אפייה ומכסים במגבת מטבח לחה (ונקיה). מתפיחים שוב עד להכפלת הנפח (בערך שעה). כשהלחמניות תפוחות, מורחים עליהם את החלמון המדולל ומפזרים שומשום מעל (או קצח, פרג או כל תוספת העולה על רוחכם).

אופים בתנור שחומם מראש לחום של 200° למשך 10-12 דקות. מצננים לפני ההגשה

צ'יפס בשמן זית בתנור

מרכיבים

תפוחי אדמה מקולפים וחתוכים לרצועות של כסנטימטר
שמן זית
מלח

הכנה

מחממים את התנור לחום הכי גבוה שניתן. מסדרים את תפוחי האדמה בשכבה אחת בלבד על תבנית האפייה. מושחים בשמן זית מכל הכיוונים החשופים. מכניסים לתנור ל-15-10 דקות (או עד שהם מתחילים להזהיב). מוציאים מהתנור, הופכים את הצ'יפסים עם מלקחיים או שני מזלגות ומורחים שוב בשמן את הצד שהיה למטה. מכניסים לעוד 10-15 דקות (סה"כ כחצי שעה בתנור). מוציאים ומפזרים מעל מלח.

מיני המבורגרים

מרכיבים

500 גרם בשר בקר טחון
בצל קטן קצוץ
מלח ופלפל גרוס
כפית חרדל
שמן לטיגון

אנחנו הוספנו גם: חצי כפית רוטב ברביקיו, חצי כפית רוטב ווסטרשייר
אפשר בנוסף: עשבי תיבול, בצל מטוגן (במקום הבצל הטרי), זרעי כוסברה קצוצים, שמן זית, צ'ילי חתוך ועוד.

הכנה

בקערה, מערבבים היטב את כל החומרים. עוטפים בניילון נצמד ומעבירים למקרר לחצי שעה. בזמן הזה, כל חומרי הקציצה נקשרים אחד עם השני, הודות לחרדל. אם החלטתם לוותר על חרדל, תוסיפו קצת מים לעיסה כדי שתחבר את הכל. מוציאים מהמקרר כעשר דקות לפני הטיגון, כדי לא להניח בשר קר מאוד על האש.
מחלקים לארבעה חלקים שווים, מכתתים בידיים לצורת המבורגר ומניחים בצד.

על מחבת יבשה וחמה (פסים או ברזל יצוק אם יש) מניחים את חצאי הלחמניות (שהצד הפנימי כלפי מטה) וקולים כשתי דקות. מניחים בצד.

מוסיפים למחבת את השמן ומחכים שיתחיל להעלות עשן. אם המחבת מלוכלכת קצת מהלחמניות הקלויות, יש להסיר את הפירורים עם מגבת. זהירות לא לקבל כווייה.

מניחים את ההמבורגרים במחבת וצולים שלוש וחצי דקות צד אחד. הופכים, מכסים את המחבת לשת' דקות, מסירים את המכסה וצולים עוד כדקה-שתיים בלי מכסה. המכסה יוצר עוד חומם מסביב ומזרז את בישול הבשר מבפנים בלי לייבש את החוץ. זה יביא אתכם לדרגת צלייה של מדיום.

מוסיפים להמבורגר שעל הלחמנייה ירקות פרוסים ורטבים כאוות נפשכם.