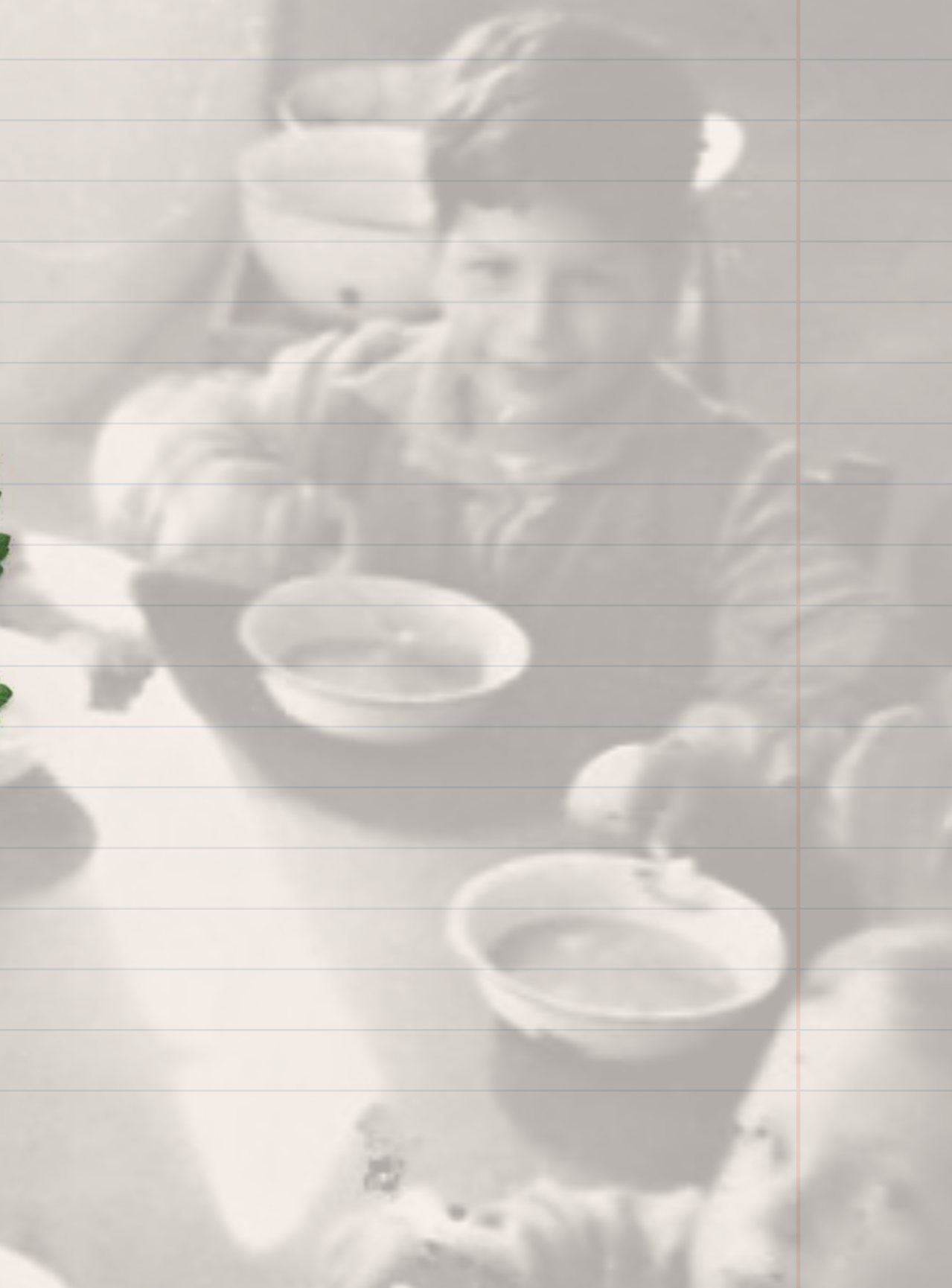


מרקים



מרק גולאש

החומרים

850 גרם בשר בקר חתוך לקוביות
300 גרם בצל קצוץ
300 גרם עגבניות קצוצות (טריות או מקופסה)
50 גרם פלפל ירוק קצוץ
1.5 קילו תפוחי אדמה חתוכים לקוביות
250 גרם מרגרינה
100 גרם קמח
50 גרם מלח
פלפל שחור, פפריקה מתוקה, אבקת מרק

אופן ההכנה

מאדים בסיר את הבשר והירקות במרגרינה במשך שעה.
מוסיפים את הקמח והתבלינים ואחריהם מים ומביאים לרתיחה.
מוסיפים את תפוחי האדמה ומבשלים עד שהתפוחים והבשר מוכנים.
אפשר להוסיף מעט קימל בסוף הבישול.



מרק אפונה

החומרים

כוס אפונה יבשה (200 גרם) מושרת במשך לילה.
6 כוסות מים
2 גזרים
1 קישוא
1 בצל בינוני
3 שיני שום קלופות
פלח שורש סלרי
1 כף שטוחה מלח
1 כף גדושה אבקת מרק בטעם עוף
פלפל שחור

אופן ההכנה

מבשלים כשעה עד שעה וחצי את הכל ביחד. כשהאפונה רכה - מורידים מהאש,
מורסקים בבלנדר ומקבלים מרק סמיך, ולסיום מותקנים את הטעם, במידת הצורך.

אם אמרנו "ניצול שאריות" אמרנו מרק אפונה, יום אחרי שהגשנו מחית אפונה.



מרק פטריות

החומרים

- 20 גרם מרגרינה
- בצל בינוני מטוגן
- 1-2 כף קמח
- מים
- 3 כפות אבקת מרק פטריות
- 1 כף אבקת מרק בטעם עוף
- מלח, פלפל
- חצי ליטר חלב (ניתן להחליף חלק בשמנת)

אופן ההכנה

ממיסים את המרגרינה בסיר ומוסיפים את הבצל המטוגן, מוסיפים את הקמח ועושים רביכה.
מדללים במים קרים (כ-1/3 סיר) ומביאים לרתיחה.
מוסיפים את התבלינים ומים לפי כמות המרק הרצוי (2-3 ליטר), ומבשלים כ-10 דקות.
מוסיפים את החלב ומביאים לרתיחה.
מוסיפים יין לבן לפי הטעם (לא חובה).



מרק עגבניות

מרכיבים לרביכה

- 2 כפות שמן
- 2 כפות גדושות קמח
- 2 כוסות מים קרים



החומרים

- 5 כפות גדושות של רסק עגבניות
- 2 כפות קטשופ
- 4 כוסות מים
- 1 בצל קלוף וחתוך לחצי
- 1 פלפל ירוק בהיר (נהריה) חתוך לרבעים
- 2 שיני שום
- 1 עלה סלרי
- 1 כף גדושה של אורז (אפשר להחליף את האורז בבצקניות שמוסיפים בסוף)
- 4 כפות סוכר
- 1 כפית מלח גס
- פלפל שחור

אופן ההכנה

רביכה:

מחממים שמן בסיר הבישול, מוסיפים את הקמח, ומערבבים עד שכל השמן נספג בכל הקמח, ומורידים מהאש.
מוסיפים את 2 כוסות המים הקרים ובוחשים עד שאין גושים.
מחזירים לאש ובוחשים כל הזמן עד שהרביכה נעשית סמיכה. בשלב זה מוסיפים את כל מרכיבי המרק הנוספים, תוך כדי בחישה. (עדיף קודם את הרסק והמים).
מבשלים כשעה על אש קטנה. (המרק צריך לרתוח בזמן הבישול) מתקנים את הטעם לפי הרצון.

טייפ-בקץ החם ניתן להגיש כמרק קר-תמיד עם פרוסת חלה ביד.

בצקניות סולת למרק עוף

החומרים

- 1 ביצה
- 130 מ"ל מי סודה
- 25 מ"ל שמן
- מלח, פלפל לבן
- 2-3 כפות סולת

אופן ההכנה

מקציפים את את כל החומרים, חוץ מהסולת יחד, ומוסיפים את הסולת בהדרגה עד שמתקבלת עיסה נוזלית סמיכה.
מניחים בצד לשעה - שעתיים.
יוצרים בצקניות בעזרת המכשיר המתאים (או בעזרת כפיות) ומבשלים במרק*.



* מכשיר להכנת בצקניות ניתן לרכוש בחנויות לכלי בית או אצל "אנדריש" (חנות יד שנייה בקיבוץ העוגן).



מרק שעועית

(מצ'ולנט של יום שבת...)

החומרים

- שאריות צ'ולנט מיום שבת
- 2 כפות שמן
- 2 גזרים קלופים וחתוכים לעיגולים
- 3 כפות קמח
- 2 כוסות מים קרים
- 1 כף שום כתוש
- 1 כף שטוחה מלח
- פלפל שחור
- אבקת מרק בטעם עוף
- 2 כפות רסק עגבניות או עגבניות מרוסקות
- 1 כף סוכר
- 1 כף פפריקה מתוקה
- 1 כפית שטוחה פפריקה חריפה

אופן ההכנה

יוצקים 2 כפות שמן לסיר. מוסיפים את טבעות הגזר ומטגנים עד שהגזר זהוב בהיר. מוסיפים את הקמח ומערבבים עד שהשמן נספג. מורידים מהאש, מוסיפים את 2 כוסות המים, ומערבבים עד שהקמח נמס. מחזירים לאש ובוחשים עד שאין גושים, ומים נהיים סמיכים. אפשר להוסיף עוד מים במקרה שהרביכה סמיכה מידי.
מוסיפים את הצ'ולנט, בוחשים ומוסיפים עוד מים לפי הצורך. מוסיפים את התבלינים (כולל הרסק והשום) ונותנים למרק להתבשל במשך שעה - שעה וחצי, על אש קטנה (המרק צריך לרתוח בזמן הבישול).

אפשר להוסיף שעועית מבושלת מראש (אם אין מספיק צ'ולנט). מכניסים אותה לסיר בשלב שמכניסים לסיר את הצ'ולנט.