

הפסקת קפה

מגזין דיגיטלי לנשים ♥ גליון 116 ♥ סיוון תשפ"ג

מקבלת

סיפור
לשבועות

לגבן גבינות

גבינות
בבית DUY

מגרמניה ועד ליהדות

מסע הגיור
של תום
פרנץ





הוספנו שמחה חדשה

חדש! מילקי טריו
פינוק בשלוש שכבות





קורא בקפה

גבינה צמחונית	41
אליענה	45
המטבח שלי	48
עוצמת לרווחה	49
תהיי לי בריאה	54
דוא"ל נכנס	58
ראיון עם תום פרנץ	62
ביסים	60
מיד ליד	75
לוח קפה	77



על קצה הכפית	5
טעם בשבוע	7
היחד והיחיד	9
מרחב מוגן	12
דעותיהן שונות	14
שוקו עם אמא	18
סיפור לחג	21
הפסקתמונה	23
כפית וחצי סוכר	25
מילון גבינות	26
גבינות בקלי קלות	33
כלטת גבינות	37



עריכה והפקה:
דיתי וינשטיין

ניהול פרויקטים:
מיכל פוזנר

עריכה לשונית:
רבקה לוריא

עיצוב גריד:
רעיה | סטודיו מנחה

עיצוב גרפי:
היוצרת | גילי אבלס

מחלקת פרסום:
052-4707138

office@hafsakatcaffe.co.il

עדיין לא מנויה?
לחצי להרשמה

 הכפתור הזה
ייקח אותך
לתוכן עינים
מכל מקום שתהיי

* מערכת הפסקת
קפה מסירה כל
אחריות מתוכן וסגנון
המודעות והמידע
הפרסומי שבעיתון.

יעקב ישראל או אברהם ישעיהו?

בכל מקרה תבחרי שיבא

המדורג בצמרת בתי החולים הטובים בעולם

חדרי לידה חכמים | מרכז לידה טבעי | **חדש!** למעוניינות - לילה שלישי במחלקה



להצטרפות לקבוצה
החרדית:
050-4670242



קורסי הכנה ללידה
וסיורים מותאמים:
03-5307996



מלוות שירות
לרשותכן:
052-6667991



שבתות וחגים
כהלכתם ופתרונות
הלנה למלווים



ארוחות טריות
ומגוונות בכשרות
בד"צ העדה חרדית



מוקד מענה הלכתי
בראשות הגר"צ פורת שליט"א:
03-5307819





על קצה הכפית

דיתי
וינשטיין

נשים במאי זכיין

ידועה הגמרא בברכות "נשים במאי זכיין?"

והגמרא עונה: נשים זוכות לחיי עולם הבא בשכר ששולחות את בעליהן ובניהן לבית המדרש. אנחנו זוכות לאור הגדול של התורה על ידי שאנחנו שולחות את הגברים ללמוד אותה.

ומה עם נשים שלא זוכות?

עד היום דיברנו כאן על מסירות נפש של נשים ללימוד התורה של הבעל. על נשים שמאפשרות לבעליהן להקדיש את חייהם לתורה וגם כשלא קל הן מתעלות על עצמן ודוחפות.

היום, לקראת חג מתן תורה, אני רוצה לדבר על נשים אחרות, צדיקות לא פחות, שרוצות לשלוח את בעליהן ובניהן ללמוד תורה, אבל עם כל הרצון הטוב והאוירה שספגו בבית או בסמינר - הבעל לא מעוניין.

כנשים, אנחנו יכולות לדחוף בעדינות, להקל ולאפשר לבעל לצאת ללמוד תורה, אבל אנחנו לא יכולות לאלץ או להכריח אותו. הוא ילד גדול...

כמה הן חלמו, כמה הן רצו ודמיינו בית שקול התורה מתנגן בו במתיקות. אבל התורה, שכוללת את כל הטובות שבעולם, מונחת בקרן זוית בארון



בסלון והן אינן יכולות ללמוד אותה ולזכות לאורה. ואז נוצרת תחושת תסכול והחמצה.

אם נתעמק מעט בפירוש הגמרא נראה שלא כתוב שאנחנו צריכות לנהל 'משרד לימוד תורה' עם דו"ח שעות ושכר. אנחנו לא בוסיות של הבעלים שלנו ואפילו לא של הבנים שלנו. אנחנו לא צריכות לבדוק כמה שעות הם למדו ומה היו הביצועים שלהם במהלך הלימוד.

הגמרא אומרת שאנחנו זוכות בעצם זה שאנחנו מאפשרות. זהו.

כלומר, כשאנחנו מאפשרות להם, מכינות את הקרקע, משדרות להם את אהבת התורה שלנו ואת הרצון שלנו שילמדו אותה - עשינו את התפקיד שלנו ואנחנו ראויות לשכר גדול.

כשאנחנו משתיתות בבית אווירה של אהבת תורה ומייקרות בהתרגשות כל דבר שקשור בה, גם אם קול התורה לא תמיד מתנגן בבית, אנחנו מחדירות בעצמות הילדים את חשיבות התורה וערך לומדיה וזוכות על ידי כך לאור התורה.

ובאופן מפתיע, דווקא כשאנחנו משחררות את הלחץ, הרצון מגיע מהם...

שנזכה לאורה של תורה, מתוך חיבור אמיתי.

חג שבועות שמח,

דיתי





אוראו מזמינה אותך לסדנת קולינריה עם אושרית אברג'יל

« להשתתפות »



גל אורון לנדסברג

כשאני חושבת על קינוח לשבועות, אני יודעת שיהיו משולבים בו עוגיות אוראו. הילד הזה לא אוהב חלבה וזה לא אוכל קינמון... אבל אוראו? כשמדובר באוראו יש אצלנו הסכמה גורפת שזה הכי טעים! כבר כמה שנים באופן רצוף אני מכינה קינוח מיוחד לסעודת החג עם העוגיות שכולם אוהבים, ותמיד הוא קוצר המון מחמאות.

לכולנו יש מתכון טוב עם אוראו. העוגיות הטעימות האלה, עם שכבת הקרם הנהדרת והעוגייה הפריכה. כל מי שאוהבת את המטבח הבינה שלא מדובר בעוד עוגייה ליד הקפה, אלא במוצר שמשדרג עוגות, מאפים, גלידות וקינוחים והופך אותם להצגה של ממש.

אז אחרי ההצלחה המטורפת בשנתיים האחרונות, אוראו יוצאים השנה שוב בפעילות מקסימה שבסופה 12 נשים בנות מזל יזכו בסדנת קולינריה ייחודית עם השפית האהובה - אושרית אברג'יל.

את מוזמנת להיכנס לקישור כאן, להשתתף בפעילות עם המתכון המנצח שלך ואולי לזכות בסדנה קולינרית מטורפת עם אושרית אברג'יל! התגובות הנלהבות שאנחנו מקבלים בכל שנה ממשתתפות הסדנה מוכיחות לנו שזה הפרס שנשים הכי אוהבות לקבל.

אז לחצי כאן
ואולי את תהיי המשתתפת בסדנה הקרובה.



על
קצה
הכפית

דיתי
וינשטיין



עוגיות אוראו במילו גלידת אוראו | דיתי וינשטיין



ביסים

מתכונים מנצחים

עוגיות אוראו פריכות
במילוי גלידת אוראו
חלבית עשירה.
הקינח המושלם
לסעודת ליל שבועות.

המצרכים:

2 חבילות עוגיות אוראו
500 מ"ל שמנת מתוקה
200 גרם שוקולד לבן

אופן ההכנה:

במעבד מזון טוחנים 5 עוגיות אוראו עד לקבלת פירורים.
שוברים את השוקולד לקוביות ומכניסים לסיר קטן יחד עם 250 מ"ל שמנת מתוקה, מערבבים תוך כדי בישול עד לקבלת תערובת חלקה.
מכניסים למקרר לשעה עד שהתערובת מתקררת לחלוטין.
מקציפים 250 מ"ל שמנת מתוקה. מוסיפים את פירורי עוגיות האוראו ואת תערובת השוקולד והשמנת ומערבבים בתנועות עטיפה.
משטחים את הקצפת בתבנית, עוטפים היטב ומעבירים למקפיא ללילה.
בעזרת קורצן או כוס קורצים עיגולים מהגלידה הקפואה.
פותחים סנדוויץ' אוראו, מניחים עיגול גלידה על עוגייה וסוגרים בעוגייה נוספת. מאחסנים בהקפאה עד להגשה.



גם לך יש מתכון מעולה עם עוגיות אוראו?
לחצי כאן, השתתפי בפעילות כיפית במיוחד ואולי תזכי
בסדנת קולינריה עם השפית האהובה אושרית אברג'יל





טעם בשבוע

חנה שפיגל
(טוניק)

מי שווה יותר?

בדבקות האלוקית, בני בית הם עם השכינה, והזכייה הזו מעלה תמיהה - חז"ל שואלים, מכני מה ניתנה תורה במדבר דווקא? ועונים: שאילו ניתנה בארץ, היה השבט שבתחומו היא ניתנה טוען "אני קודם בה", לפיכך ניתנה במדבר שהכול שווין בו. ובכן, הכול שווים בו או שבט לוי שווה יותר?

בעל ה'שפת אמת' מביא את הפסוק בישעיהו: "שלום שלום לרחוק ולקרוב" ומבאר: יש שזוכין אל השלמות על ידי קירוב, ויש שזוכין אל השלמות על ידי ריחוק. שמעתן? הקרבה והריחוק הם מצבים בנפש, הם עיתות מתחלפות, הם סוגי תקשורת, הם

פרשתנו מתארת את סדר החנייה במדבר - כל שבט על מחנהו ועל דגלו, וכולם "מנגד סביב לאוהל מועד יחנו". רש"י מסביר את המילה "מנגד" כמתארת מרחק של כאלפיים מיל, ומוסיף: "משה ואהרן ובניו והלויים חונים בסמוך לו". תכליתו של המשכן היא ארון ברית ה' - התורה השוכנת בקודש הקודשים. כחלק מן השמירה על אותה קדושה, אנחנו מצווים לשמור מרחק, לא להתקרב וכמובן לא לגעת. אותו מרחק מוליד בנפשנו תנועה של יראה מן הקודש ושל כבוד אליו.

ובכל זאת בני לוי שוכנים קרוב קרוב, שוהים הם

• פרשת במדבר •

chanatunik@gmail.com





סעם בשבוע

חנה שפיגל
(טוניק)



וקצפת, וישקעו בעולם רוחני מואר, והתורה? הם יהיו קרובים אליה כל כך... ואנחנו רחוקות כל כך...

אבל אולי כשצובט קצת בלב ואת מרגישה מחוץ לחגיגה, תזכירי לעצמך שהריחוק ממנה, מן התורה, הוא המאפשר גם לקרבה להתקיים. וכמילותיו של בעל ה'שפת אמת': "שלום שלום לרחוק ולקרוב ולא עוד, אלא שמקודם קדם לרחוק... ומשתי המדרגות נעשה השלום והשרה הקדוש ברוך הוא השכינה ביניהם".

אפקט במערכות יחסים, ואין ביניהן טוב או רע. צריך גם וגם ונדרשת התאמה, הלימה. יש סוגי נשמות, סוגי תקופות, סוגי שבטים שהקרבה מתאימה להם, ויש סוגי נשמות, תקופות ושבטים שדווקא הריחוק מתאים להם. אלו ואלו מביאים אל השלמות, ואיזהו חכם? המכיר את מקומו.

חג השבועות הוא חגם של גברים (:). כשאנחנו נפנה את השולחן ונחליף טיטול לתינוקת, הם יצאו אל הלילה הלבן (תרתי משמע (:)) ארוזים בעוגת גבינה



• פרשת במדבר •

chanatunik@gmail.com



היחד והיחיד



הכנה לחג

מיכל פוזנר

חג מתן תורה הוא חג שנשען, בנקודה הכי בסיסית שלו, על אחדות ישראל.

"ויוחן שם ישראל - כאיש אחד בלב אחד" (יתרו).

עם ישראל כולו, שנים עשר שבטים, כולם ללא כל פירוד, מחלוקת או כעס אחד על השני, וכולם מאוחדים ברצון אחד - "רצוננו לראות את מלכנו" זה הכלל-ישראל בתפארתו, כלשונו של בעל ה'עלי שור'. איחוד הלבבות ואיחוד הרצון.

אבל מה, אולי הייתה היסחפות כזאת? אקסטזה באוויר שגרמה לכולם להגיד נעשה ונשמע... נו... כי כולם אומרים? אולי היו כאלה שבלב לא רצו אבל מיד ביטלו דעתם מול ההמון וצעקו עם כולם? תראו מה כתוב במכילתא בפרשת יתרו: "לא ענו בחנופה ולא קיבלו זה מזה, אלא השוו כולם בלב

אחד ואמרו כל אשר דבר ה' נעשה".

כל אחד ואחד מהמונים שהיו שם, החליט לבד, בינו לבין עצמו בצורה הכי ברורה, שהוא רוצה לקבל את התורה. **כולם יחד וכל אחד לחוד** - זו הגדלות של עם ישראל!

קשה לנו להבין מהי אחדות מלאה. בכל שנות הגלות לא היה מצב כזה, והתקופה האחרונה... עוד יותר.

אבל צריך לזכור שהצורה הנכונה והאמיתית של עם ישראל היא אחדות מלאה.

כשאנחנו רוצים לתת משהו, נחפש לו כלי קיבול מתאים. מתאים בגודל לכמות התכולה, מתאים בחוזק לכובד התכולה ועוד. חיפש הקדוש ברוך הוא את הכלי המתאים לקבל בו את התורה, ולא מצא שום כלי לבד מהשלום. התורה ניתנה רק כשכל





הכנה לחג

מיכל פוזנר

שישים הריבוא היו מאוחדים לגמרי!

שואל ה'עלי שור', האם קבלת התורה בלב אחד מוחקת את הפרטיות של כל אחד מאותם רבבות?

והוא עונה תשובה נפלאה, שאותה אנחנו חייבים להכניס גם כאן, במצב הגלות והפירוד שאנחנו חיים בו:

”אחרי עשרת הדיברות בוודאי 'חזרו' על מה ששמעו, ונתבאר, שכל אחד אמנם שמע אותן הדיברות, אבל כל אחד שמע פירוש אחר, וכפי שביאר רמח”ל בדרך עץ חיים, שישנם שישים ריבוא פירושים על התורה, וכל אחד כפי שורש נשמתו קיבל פירוש משלו, ועל זה נאמר להם ”אנוכי ה' אלוקיך”, שהכול בא מאחדותו יתברך, הרי לב אחד ודברים אחדים.

אבל כל אחד קיבל לפי כוחו ולא בטלה הפרטיות של כל אחד, ואדרבה, דווקא במעמד זה קיבל כל אחד לפי הפרטיות שלו...”

זה מדהים! ואולי זו הנקודה המעשית שאנחנו צריכות לקחת מפה: ההבנה שהשוני בדעות, בפירושים ובאורח החיים אינו פוגע באחדותנו כעם, אלא הוא הוא המאפיין שלנו.

ואולי ננסה להפחית בהסתכלות ביקורתית על כל מי שחושב אחרת מאיתנו, ונוסיף בהסתכלות יפה על שישים ריבוא פירושים שמרכיבים יחד את העם השלם.

”ובאו כולם בברית יחד”,

שנזכה.



מחיר
השקה!
קוד קופון
cafe10

054-8498450 | אימייל: reuya100@gmail.com

מה העניין עם העדשות והעיניים? למה לא לדבר על הנושא בעצמו?

רציתי לכתוב ספר שעוסק בהתפתחות של פגיעה, אבל הוא היה צריך לעמוד בשלושה קריטריונים:

א. להתאים לציבור חרדי.

ב. להיות נעים לקריאה ולא מכחיד ואלים.

ג. לא להיות טריגר עבור אנשים שעברו בעצמם פגיעה.

האיסור על קשר עין הוא בעצם טאבו חלופי, שאפשר לי לבנות מסביבו עולם שלם שנוצר סביב איסורי טאבו - גדרות נוספות, מטען רגשי שנלווה לאיסור, אנשים שמכירים אותו, אנשים שמחמירים אותו וכולי.

מרגע שיצרתי עולם שיש בו את האיסור - יכולתי לתאר את ההפרה שלו בתהליך הפגיעה בלי לתאר פגיעה אמיתית, ועדיין להישאר נאמנה לדינמיקה הנפשית שמאפיינת פגיעה, שזה הדבר החשוב בעיני.

סיפורי פגיעות יש הרבה, והם נלחשים מפה לאוזן על הספסל בגינה. בשביל זה לא צריך אותי. מה שהיה חשוב לי להעביר זה את השבי הפסיכולוגי, את התהליך הנפשי שעוברת נפגעת, ובשביל המטרה הזו נוצרה האנלוגיה כולה..

לרכישה ישירה

לרכישה במייל reuya100@gmail.com

קוד קופון cafe10

התחלתי לקרוא אתמול את הספר. אז הלכתי ב-03.00 לפנות בוקר לישון כי לא יכולתי לעזוב... חזק ביותר. הסגנון שלך מדהים. יש בו משהו זורם מאוד וחי, רואה אותך מדברת את הטקסט... והעיקר - האליפות של המומחיות ללכת בין הטיפות, בין הרגישויות (של הציבור ושל הדמויות) מכל ההיבטים. ביחסי זוגיות, ביחסי אנוש ובעיקר - מוגנות.

סיפור
על
שבר
ואהבה



ספר חדשני ויחיד מסוגו הנוגע בנקודות הרגישות של כל אחד מאיתנו: הורות, זוגיות ובטחון.

לרכישה לחצו כאן reuya.co.il

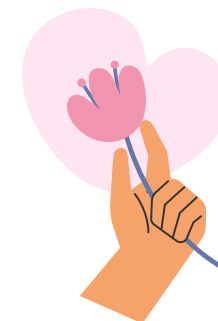
או במייל: reuya100@gmail.com



מרחב מוגן

שרי ברלינסקי

פסיכולוגית
בהתמחות
קלינית



פרק ה'

ובו יסופר מהי חילת האפתח בחינוך לחוננות.

לאט ירדנו עוד מדרגה ועוד מדרגה עד שהגוף התרגל והמים היו נעימים לנו, ושחינו בהם בכיף. מכירות את מיץ פטל, הארנב הביישן, שלא רצה לצאת מהבית, שלא יכירו אותו? אז הוא יצא ככה:

"ואז, נפתחה הדלת

והם ראו רגל לבנה

ועוד רגל לבנה

שתי אוזניים לבנות ארוכות

גוף לבן וקטן.

הם עמדו בשקט בשקט ולא צעקו.

והנה, סוף סוף, מיץ פטל הארנב."

הדרגה היא לא דבר רע במהותו. היא תהליך ניטרלי שמאפשר לנו הסתגלות. כמו חינוך הדרגתי לשמירת הפרדה בין ארוחה בשרית וחלבית, או ימי התרגלות למעון. כאשר ההדרגה מגויסת כדי להרגיל אותנו ואת ילדינו לדבר רע ומזיק - היא כלי משחית נורא ואיום.

בפרק ב' הסברתי שלא נכון להבהיל את הילדים ולהפחיד אותם, וקיבלתי כמה תגובות כועסות ולא מבינות.

כתבתי שלהזהיר את הילדים מפני הפגיעה עצמה, זה מפחיד מאוד וגם לא מספיק יעיל. גם ילד שקיבל פירוט מדויק וגרפי של הדברים האיומים שאותו פוגע פוטנציאלי יכול לחולל בגופו - לא יהיה מוגן יותר.

למה הוא לא יהיה מוגן יותר? בגלל האופן שבו מתרחשת הפגיעה.

אנחנו מדמיינות פגיעה כמשהו שקורה בבת אחת, באופן ברור וקל לזיהוי. אבל האמת העצובה היא שלא זה האופן שבו מתרחשת פגיעה.

זכורות איך נכנסנו לברכה קרה כשהיינו ילדות קטנות?

תחילה הכנסנו רגל אחת, ואז עוד אחת, ולאט



די לכאבי הבטן!

חיסונית
בדוק ומנוסה



פ'יזיק: גרפ'אטר קידס! אלא קונ'ק ואקפ'טת פ'נעך



קאפ'ה אפשר לקנות?

קונים בבתי המרקחת |
רשתות הפארמים |

או **כאן בלחיצה**

ומקבלים ישירות הביתה



מה היתרונות שלך?

לשימוש מגיל 3
עוזר במהירות
ללא תוספת סוכר/אלכוהול
ללא גלוטן (מתאים לצליאקים)
טעם מתוק וטעים
ללא תופעות לוואי
אינו ממכר



למי הגרפ'אטר קידס
שמת לעזור?

לכל ילד שסובל מ:
כאבי בטן | גזים |
עצירות | בחילות
או יותר מדי ממתקים...
וגם - כיב קיבה | קרוהן |
קוליטיס | ריפלוקס |
הליקובקטר פילורי |
צליאק | ועוד.

לרכישה מיידית
לוחצים כאן



050-6532232

info@hisunit.com

www.hisunit.com



הדרגה לא מאפשרת לזהות, וזיהוי הוא מיומנות חשובה במיוחד בנושא של מוגנות.

פגיעה לא מתחילה בדברים האיומים והנוראים. היא מתחילה בקטנה, בטשטוש גבולות הדרגתי. היא מתחילה בשאלה חודרנית, בהזזה של גבול. ממשיכה ביצירת שגרה משותפת עם הילד, בעוד מעשה ועוד מעשה שאינם מותאמים, מתוחזקת על ידי שכנועים שמה שקורה הוא טוב וכשר וישר ונכון, ואסור לגלות לאף אחד. ואז מגיעה הפגיעה הפיזית.

זה לא תהליך שלוקח הרבה זמן, בהכרח, אבל זה תהליך שעובד בהדרגה. אתה הדרגה חשבושנלמד את ילדינו לזהות, ועל הגבולות האלה חשוב מאוד שנלמד את ילדינו לשמור.

ושישמור, אותם ואותנו, אלוקים.



מרחב
מוגן

שרי
ברלינסקי

פסיכולוגית
בהתמחות
קלינית



הפסיכיאטרית קרית



טיפול בכינים



הערה חשובה:

קיבלתי כמה תגובות מנשים בנוגע לסקר הקודם. הן טענו שאין להעלות לדיון נושאים כמו הסקר שדן בשאלה האם לקנות אצל יהודי משלנו, כי יש בזה עניינים הלכתיים וכפי שהביאה אחת הקוראות את דברי הח"ח ב'אהבת חסד'.

חשוב להבהיר:

א. המדור לא בא כדי לפסוק ולא כדי לקבוע מהי ההנהגה הנכונה. מטרת המדור היא אחת - להציף את מגוון הדעות הרחב והיפה שקיים במגזר שלנו.

ב. באופן כללי, מכיוון שספרי הלכה נכתבו בצורה מורכבת, ציטוט מספרי הלכה והנהגה (במיוחד מדורות קודמים) לא יכול להוות בשבילנו הלכה למעשה ללא פסיקה מרב מוסמך בהתאם לכל מקרה באופן ספציפי.

ג. גם אם יש נושא שאת קיבלת עליו פסק מפורש, חשוב שנדע שיש דעות אחרות שסוברות שלהלכה אין הוראה מפורשת לגבי זה, ולכן ההחלטה נתונה לדעה האישית. בדיון על כך אין פסול.

ד. כמובן שבמקומות של הלכה מפורשת אנחנו לא נוגעים.

ובתקווה שיהיה לתועלת.

סליחה מכל מי שמגרדת עכשיו... אבל בואו נדבר על זה רגע. יש באמת דרך למגר את המכה הזאת ודי? ארצות הברית הוכיחה יכולת, מה איתנו?

האם את בעד שמוסד הלימודים - בית הספר/הגן, לא יאפשר לילדה לחזור בראש לא נקי?

מיואשת. לא מאמינה שזה אפשרי במדינה הזאת וזהו. סירוק כינים נכנס ללו"ז השגרתי וה' יעזור.

מאמינה שזה אפשרי, אבל זה צריך לבוא מלמעלה, מהנהלת המוסדות בצורה מסודרת ועקבית. אם תהיה דרישה חזקה של ההורים מול המוסד, זה בהחלט יוכל להשתנות.

לא מבינה מה הלחץ. כן כינים לא כינים... נו באמת. יש צרות גדולות יותר ובעיות חשובות הרבה יותר לטפל בהם. הילדה מתגרדת? סרקי אותה.



דעותיהן שונות

יעל
אברהמי





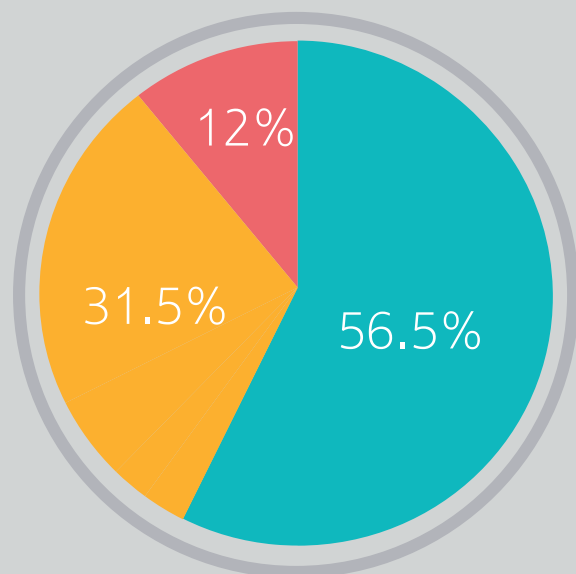
תוצאות
הסקר הקודם:

האם סיפוק והנאה בעבודה הם חובה?



דעותיהן
שונות

יעל
אברהמי



01 56.5%

טכנית זה לא יעבוד. לעבוד בלי ליהנות ולחזור הביתה כל יום בלי סיפוק - זה לא עובד לאורך זמן ולכן חבל על המאמץ... צריך לזכור שפרנסה משמים ולהתמקד בלחפש רק עבודה שתעשה לך טוב.

02 31.5%

לא בכל מחיר, אבל תתאמצי המון כדי לחפש עבודה שתיתן לך סיפוק והנאה, גם במחיר של משכורת נמוכה יותר או קצת יותר רחוק מהבית...

03 12%

עבודה זה עבודה. את הסיפוק נחפש ונקבל במקום אחר. החיים יקרים ופרנסה צריך, ואין ברירה אלא לעבוד במה שיש (כמובן, לא במקום רע או מזיק). כשיש מטרה שלשמה אנחנו יוצאים לעבוד - אפשר לעבוד גם ללא סיפוק מהעבודה עצמה.





דעותיהן שונות

יעל
אברהמי

התגובות שלכן:

מניסיון החיים, חושבת שכדאי ורצוי שתהיה עבודה עם סיפוק והנאה, אבל בשביל לעשות את זה ולעבוד רק במקום עם סיפוק והנאה, נדרשת מדרגת ביטחון גדולה מאוד.

לא הייתי אומרת לאישה לשבת בבית ולא לקבל כסף בכלל כי אין לה מספיק סיפוק, אבל בהחלט אני חושבת שחייבת למצוא עבודה שנותנת הכי הרבה סיפוק שאפשר, כי בלי זה לא אפשרי.

הייתי אומרת את זה בצורה יותר "לכתחילאית" (פחות בהתמסכנות של "אין ברירה") - אני יוצאת לעבוד כדי לפרנס וכדי שיהיה כסף למה שצריך בבית. את הכוחות והאנרגיות, את הרצון לשמוח במה שאני עושה, להרגיש משמעותית - אני שומרת לאחרי הצהריים, לשעות שאני עם הילדים, למטלות הבית... לחיים עצמם. שם נמצא הסיפוק, נמצאות החוויות והשמחה בבחירה שלי בסדרי העדיפויות האלו, בחיים עצמם.

הארה קטנה שכדאי לתת עליה את הדעת בבמה ראויה זו: נראה לי שכדאי לברר דעת תורנית בהעלאת נושאים שיש בהם הלכה או משמעות מחייבת הלכתית. כמו שמישהי ציינה בנושא שעלה השבוע (קניות במגזר החרדי) שעדיף לא לאפשר חשיבה יצירתית במקום שמדובר בהלכה... או לכל הפחות לציין את זה באופציות שאת מציגה.

אני בדיוק עכשיו בצומת הזו... מחכה לתשובות של כולן.

הלואי שהייתי מרשה לעצמי לענות 1.

ה' רוצה שיהיה לנו טוב בעולם ונתן לנו כישרונות כדי שניתן מהם לעולם. עבודה בתחום שלא מתאים לכשרון או לנפש ולמידות שלנו, תגרום לדכדוך ותקרין לרעה על המשפחה. כסף זה לא חזות הכול. אפשר לחיות באיכות חיים גבוהה ושווה לרדת בשביל זה ברמת החיים, ולחיות בשמחה. יעל

אבל כמובן שבסוף המטרה היא לפרנס, לכן גם אם טיפה פחות נחמד - נתגבר על זה, אבל חשוב למצוא כמה דברים שאת נהנית מהם גם אם לא הכול נוצץ. שיתנו מוטיבציה מעבר לכסף.

רבנו בחי" כבר ענה על הסקר הזה לפני: "...הבוטח בה' - תובע מסיבות הטרף (סוגי העבודות לפרנסה) מה שיש בו יותר מנוחה לגופו, ושם טוב לו, ופנאי לליבו, ומה שהוא מפיק יותר לחובות תורתו עם יתר אמונתו. כי הסיבה (ההשתדלות בעבודה) לא תוסיף לו בחוקו ולא תחסרהו ממנו מאומה, אלא בגזרת האלוקים יתברך..."

לא במקום רע או אוירה פוגעת - זה אסור, אבל רוב העבודות, כשעובדים באותו דבר תמיד נמאס ומשעמם. אין הרבה עבודות שכל הזמן תאהבי ויהיה סיפוק.

אישית אני עובדת בתחום שלא מאוד אוהבת וזה לא נותן לי המון סיפוק, ולפעמים באמת קשה לי רגשית "לשרוד" את העבודה. לכן אני בוחרת 'ליותר' על העבודה הטובה ביותר שהייתי יכולה לקבל בתחום הזה, ובוחרת לתת חשיבות לעקרונות ולרצונות שלי, ולכן אני בוחרת לעבוד מהבית ופחות שעות ממשרה מלאה, וכך אני משלבת את העבודה בתוך החיים בצורה מאוזנת יותר שלא מביאה אותי לרגשות קשים מדי.

קראתי ב'חובות הלבבות' שער הביטחון, שרבים מסתמכים עליו, שאומר שמותר לאדם ללכת אחר נטיות ליבו בהשתדלות לפרנסה כי מכל מקום זו רק השתדלות, ואת הפרנסה - ד' מביא!





דעותיהן שונות

יעל
אברהמי

התגובות שלכן:

ראשית, אני חושבת שמאחר שרוב שעות היום אנחנו נמצאות בעבודה - לא ייתכן ש'נמצא את הסיפוק במקום אחר'. מתי בדיוק? ואיך בנאדם יכול להיות מאושר כשרוב הזמן הוא עושה משהו שהוא לא אוהב? אני מאמינה שכל אישה מסוגלת להתפרנס ממקצוע שהיא אוהבת. מסוגלת להביא מספיק כסף מעבודה שמתאימה לתכונותיה, לכישורונותיה, לכוחה ולנפשה. וכמובן שיחובות הלבבות' כותב על זה בהרחבה ומדגיש שאדם צריך לעבוד במה שהוא אוהב. וכשם שד' ברא לכל חיה את האיברים שמתאימים למזונה - כך בדיוק ברא אותנו, כל אחד עם תכונות שמתאימות לפרנסתו. לדעתי חבל מאוד שנשים נשארות תקועות במקצוע שאותו למדו בנערותן בלי ליהנות ובלי להתקדם...

זה נכון שצריך לעבוד במשהו שאוהבים, אבל חשוב לי להדגיש שלפעמים אוהבים משהו ונשארים בו, אבל אולי אם תנסי משהו אחר תאהבי גם אותו. את לא יכולה לדעת בלי לנסות! הייתי מורה להוראה מתקנת 8 שנים, אהבתי, נהייתי, נשחקתי ובעיקר היה לי ממש קשה להתפרנס. התחלתי מהצד ללמוד קורסים בתכנות ובכלל לא חשבתי שאני אוהבת, רק בשביל להגדיל הכנסה. וכשהתחלתי ללמוד כתאום גיליתי כמה זה מעניין ומרתק אותי. התחלתי ללמוד כמו שצריך, סיימתי תואר וכיום אני מפרנסת בכבוד ונהנית מכל יום. אני לא חושבת שאפשר לשרוד בעבודה שלא אוהבים, ובטח שלא להיות טובים במה שעושים אם לא אוהבים. אבל לפעמים כדאי לנסות דברים חדשים לפני שפוסלים!

אלוקים קובע בר"ה כמה כסף יהיה לי, לפחות אני ייהנה בדרך...

בתור אחת שיצאה להוראה עם המון שאיפות ועקרונות, למרות שידעתי שזה לא כ"כ התחום שלי...

רוצה להדגיש - אין סיכוי בעולם שתשרדי בעבודה שאת לא נהנית ממנה!!!!!! גם אם כל המשפחה שלך... או בעלך רוצה וכו'. היום, אחרי שפניתי לתחום אחר- אני מרגישה שפעלתי נכון, וגם אם אני לא מורה - ה' הכי מרוצה ממני עכשיו!!

בחג השבועות תלבשו לבן בוהק! בעזרת וניש מולטי פאואר לכביסה לבנה

חג השבועות מתקרב מתקרב וההכנות מתחילות לצבור תאוצה:

מתכונים, קניות וביגוד לחג.

בין שלל ההכנות, כשאתם ניגשים לבדוק את היצע הבגדים בארון, אתם מתמלאים באושר לגלות שהחולצות הלבנות שנקנו לחג הפסח עדיין בוהקות כמו חדשות.

כי עם הוספה של וניש לכביסה לבנה לכל הפעלה של מכונת הכביסה הבגדים הלבנים נשמרים כמו חדשים, לבנים ובוהקים!

בוניש מזמינים אתכם להמשיך וליהנות מתוצאות של לבן ובוהק ועל הדרך גם להסיר את הכתמים מהכביסה הלבנה.

חג שבועות שמח ובוהק!



שוקו עם אבא



שוקו עם אבא

שירה לוי

מטפלת
רגשית

ומחברת
הספר
'הסוד
שמאחורי
'הסוד'

'רגשית' שפה יפה

אני טסה לטיול בחו"ל (לא באמת ;-)
ורוצה להסתדר שם בכוחות עצמי. מה עלי
לעשות? נכון מאוד, ללמוד כמה מילים
בשפה המדוברת.
אותו התהליך בעולם הרגשות. אם נרצה
לצאת לסיור - כדאי שנרכוש אוצר מילים
שיסייע לנו בדרך.
בהצלחה!

אז מה בתוכנית?

משחקי מילים רגשות ותחושות.



לרכישת הספר 'הסוד שמאחורי הסוד' לחצי כאן

לתגובות: 4171776@gmail.com





שוקו עם אמא

שירה לוי

מחברת
הספר
ה'סוד
שמאחורי
הסוד

מה צריך להכין מראש?

בחרי משחק מהרשימה (בהתאמה לגיל הילדים) ופעלי לפי ההוראות.

רשימת רגשות בקישור [כאן](#)

* * *

-פסירות-

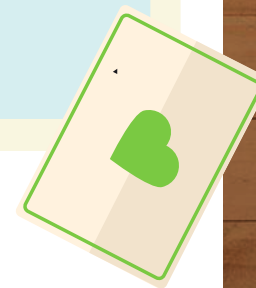
משחק כדור (מסירות): מעבירים כדור בין המשתתפים. כל אחד שמוסר את הכדור בתורו צריך לומר שם עצם מקטגוריית רגשות/תחושות. (אמא מוזמנת לעזור כשהרעיונות נגמרים).

-אותיות-

מכינים מראש כרטיסים עם אותיות. כל אחד בתורו מרים כרטיס וכולם מנסים למצוא רגש או תחושה שמתחילים באות הזו.

-כרטיסים-

מכינים מראש כרטיסים שעליהם רשומים רגשות (רגש אחד בכל כרטיס). אחד מהמשתתפים מרים כרטיס וקורא רק את ההברה הראשונה - השאר מנסים לנחש מה הרגש.





שוקן עם אמא

שירה לוי

מחברת
הספר
'הסוד'
שמאחורי
הסוד'



-חי צופח דומם-

משחקים חי-צומח-דומם קלאסי ומוסיפים קטגוריה 'רגש/תחושה'.

-משחקי קופסא-

אם יש לך בארון משחק קופסה בנושא רגשות (משחק זיכרון/ רביעיות/ לוטו וכדומה) - זה הזמן לרענן אותו. (אני אוהבת מאוד משחק זיכרון מבית 'ישראטויס' - אפשר לשחק אותו באופן מסורתי, או לבחור אחת מהווריאציות הבאות: *כל משתתף שמרים זוג צריך לומר משפט שמשלב את הרגש שבתמונה, או לספר מתי הרגיש כך. *חיפוש הפכים, למשל: כרטיס 'שמח' וכרטיס 'עצוב'. *חיפוש זוגות של זכר ונקבה, למשל: 'מתגעגע' ו'מתגעגעת').

יש לך רעיונות נוספים? אשמח שתשתפי אותי.

מה הרווחנו?

למדנו ותרגלנו שמות של רגשות
מקטגוריות שונות,
והעיקר - שנהנינו יחד!





סיפור לחג

מיכל פוזנר



רחלי קיבלה את התורה.

היא קיבלה את התורה בגן מינה.

יחד עם כל הילדות, בריכוז עם ידיים שלובות, בדיוק כמו שהגננת אוהבת.

יחד עם כל הילדות בשירה מהלב ובעיניים עצומות, "ובאו כולם בברית יחד, נעשה ונשמע אמרו כאחד".

היא קיבלה אותה בחג השבועות ביצירה של הר סיני שהניחה על השולחן, ובעזרה לאבא בכל מה שביקש, כשהיא יודעת שככה היא עוזרת לו ללמוד תורה.

ובעזרת ה' היא תגדל ותהיה אשת תלמיד חכם ותקבל את התורה יחד עם הבעל שלה.

רחלי קיבלה את התורה.

היא קיבלה אותה בבית הספר, בכל שנה מחדש.

בתיאורים, מרתקים יותר או פחות, על מעמד הר סיני וקבלת התורה. בסיפורה של רות המואבייה

ובשכפולים מושקעים 'למה נמשלה תורה' שהדביקה בדבקות.

בעזרה יפה בבית ובעוגיות לאחים שלומדים תורה.

ובעזרת ה' היא תגדל ותהיה אשת תלמיד חכם ותקבל את התורה יחד עם הבעל שלה.

רחלי קיבלה את התורה.

היא קיבלה אותה בסמינר. בדפי דפדפת צפופים עם סיכום פירוש המלבי"ם על מגילת רות. בהרצאות מרוממות על בית של תורה ועל נשים במאי זכ"ן. בשירי רגש ונשמה ובתוכניות מושקעות.

בעוגות גבינה שהכינה במסירות ושלחה לאחים בישיבות. בשמירה על אחיינים בבוקר החג ובאמירה נרגשת של ספר התהלים לאורך החג.

ובעזרת ה' אוטוטו והיא תזכה להיות אשת תלמיד חכם ותקבל את התורה יחד איתו. אשת חבר.



מקבלת



סיפור לחג

מיכל פוזנר

רחלי קיבלה את התורה, בכל שנה מחדש.

ורחלי חיכתה, בכל שנה מחדש, לקבל אותה באמת. נו. בבית שלה.

היא שמרה על אחיינים, ועל השקט, ועל מסורת העוגות לאחים.

היא שמרה על רוחניות ושמעה הרצאות.

היא שמרה על כיבוד הורים והקלה עליהם את ההכנות.

אבל היא חיכתה כבר לקבל תורה באמת. בבית שלה.

כך כל שנה, כל שנה.

ורחלי כבר גדולה... ורחלי מחכה.

ושוב קיץ. ושוב שבועות.

ורחלי מביטה.

מביטה בעיניים כלות בחברות שכבר קיבלו, זוהרות וממהרות.

מביטה בגיסות הנאנחות ומשתדלת לא לשפוט.

מסדרת מפיות ומסיימת להכין את הקינוח. מעבירה ניגוב אחרון ומאזינה לאברהם פריד ששר על המלאך שמחפש מי רוצה לקבל את התורה.

היא נכנסת לחדר להתארגן ופתאום הוא פורץ. הבכי.

היא בוכה את התורה, ואת הבית שלה שעוד לא נבנה.

היא בוכה את הציפיה ובוכה את האכזבות. היא בוכה את הכמיהה ובוכה את התקוות. היא דומעת את התפילות ורוצה, כל כך רוצה, לקבל כבר את התורה.

ופתאום, מבין הדמעות, כהארה או לחישה קרובה מבורא עולם,

היא מבינה.

היא עוד תזכה, ותמתין, ותשלח...

אבל התורה כבר פה, והיא שלה.

היא קיבלה אותה. יהודייה.

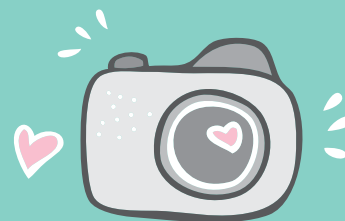
והיא יוצאת מהחדר, מוכנה. לקבל את התורה.



מקבלת

הפסקתמונה

טיפ מס' 12



צילומי שבועות

לכל תקופה בשנה יש את היופי שלה. בסתיו אלו עלי השלכת האדמדמים, בחורף הגשם והשלוליות ובתקופה זו אלו הכרמים הירוקים ושדות החיטה הזהובים שמוסיפים המון אווירה לתמונות.

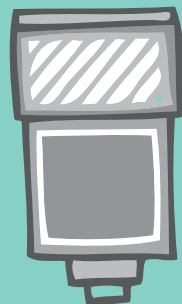
בגדים בהירים יתאימו במיוחד לצילום בשדות החיטה, להשלמת האווירה הקיצית.

כשנבוא לצלם בשדה פתוח, הזמן הטוב ביותר לצילום הוא כחצי שעה לפני השקיעה.

בשעות אלו נקבל תאורה נעימה ורכה שלא שורפת את התמונה.

נמקם את המצולם כשגבו אל השמש וכך נוכל לקבל תמונה מושלמת.

בהצלחה, תמי.



הפסקתמונה

תמי הורוביץ

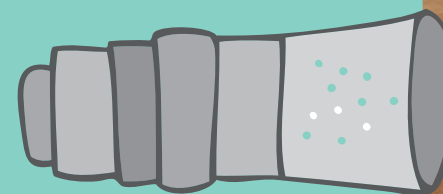
צלמת
תינוקות
ילדים
ומשפחה



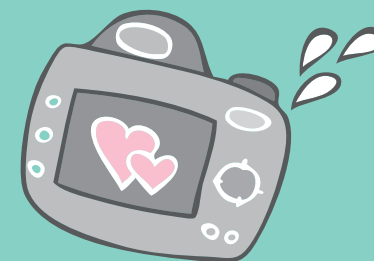
Tami Horovitz
photography

052.712.7875

t7127875@gmail.com



הפסקת
תמונה



הפסקת תמונה

תמי הורוביץ

צלמת
תינוקות
ילדים
ומשפחה

Tamir Horovitz
photography

052.712.7875

t7127875@gmail.com



תמי הורוביץ



כפית וחצי סוכר

חבצלת

נעלי בית (כפכפים)

נעלי בית הן כלי חינוכי. (טוב זה היה רק פעם. הס מלהזכיר. זהו אני סוגרת את הנושא).

נעלי בית הן כורקן. הן שחרור והקלה. תצעדי בעקבים חמש שעות בחתונה ואז תחזרי הביתה, תעיפי אותן לכל הרוחות ותיכנסי בכיף שלך לנעלי הבית שלך. אההההה! איזו הקלה.

נעלי בית הן מכת מוות. מוחצות כל ג'וק, יתוש או פרעוש מזדמן.

נעלי בית הן מותג. תשאלו בחורות מה הן מעדיפות, 'נעלי פנאי' או תכשיט.

נעלי בית הן סטריאוטיפ. תנסו למצוא לי ביטוי חלופי ל'אישה בחלוק ונעלי בית'? לא מצאתן. נו אמרתי לכן.

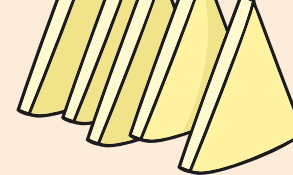
נעלי בית הן מהות, בבחינת - אמרי לי מהן נעלי הבית שלך ואומר לך מי את.

אם נראה לך שנעלי בית הן פריט לבוש טריוויאלי ותו לאו - את טועה. הן כל כך לא. יש להן הרבה מעוף וכיווני אוויר והנה, אפרט לך כמה מהתפקידים שהן ממלאות:

ראשית, נעלי בית הן חלק מאיתנו. חלק בלתי נפרד. הן מקבלות את הצורה שלנו ואנחנו את שלהן. אנחנו קשורות אליהן בלב ונפש וספרי לי, בבקשה, מתי קנית נעלי בית בפעם האחרונה. מזמן, ידעתי. קשה להיכרד מהישנות. ומובטח לי שאחרי שקנית לא זרקת את הישנות. השארת אותן במגירה, שיהיה שתוכלי להביט בהן מדי פעם, במהוהות.



מילון הגבינות



מילון גבינות

עולם הגבינות רחב עד כמעט אין סוף, ולכל גבינה המאפיינים הייחודיים לה, הטעם, המרקם והריח...
הבאנו לכאן את מילון הגבינות המקוצר, לאחר שבשנים האחרונות ניתן להשיג יותר ויותר סוגי גבינות
במגוון הכשרים. שווה לנסות ולשלב אותן במטבח, לאט ובטוח.

ברי

מי אני?

גבינה רכה המגיעה מצרפת, מ'מלכות'
הגבינה הצרפתית. עשויה מחלב
בקר ובעלת גוון שנהב ומרקם רך
אך יציב. מגיעה בגוש בצורת גלגל.
בעלת ארומה של אגוזים קלויים
ונגיעות טעם של שמרים. מרקמה רך וחלק, כמעט
נוזלי, צבעה צהוב קש ועם ההבשלה הוא הופך
לצבע שנהב.

למה מתאימה?

להגשה על קרש גבינות, לכריכים, להתכה ולהסמכת
רטבים.

טיפ: אחסנו את הגבינה במקרר והצמידו לחלק
החשוף חתיכת קרטון, כדי למנוע את נזילת הגבינה.

אמנטל

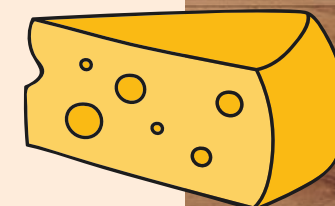
מי אני?

הגבינה השוויצרית הידועה עם החורים, עשויה מחלב
בקר. אחת מהגבינות הגדולות בעולם, מיוצרת
בגלגלי ענק שמשקלם נע בין 60-130 ק"ג. צבעה
צהוב ומרקמה אלסטי עם חורים, מגיעה בגלגל או
בחריצים. אין להשוות בין טעם הגבינה השוויצרית
האמיתית ובין החיקויים. המקור ניחן בטעם מתקתק,
עדין ואגוזי שלא נמצא 'זיוף' שישתווה לו.

למה מתאימה?

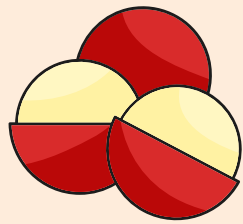
לכריכים, לטוסטים, להקרמת מאכלים
בתנור, להכנת פונדו, לשדרוג עוגיות
מלוחות ולמילוי פשטידות וקישים.

טיפ: אחסנו את הגבינה בנייר אלומיניום
במגירת הירקות והגישו בטמפרטורת החדר.





מילון גבינות



גאודה

מי אני?

מהווה 60% מייצור הגבינות ההולנדיות. גבינה מחלב כרה המיושנת לפרקי זמן של חודש עד שנתיים. לגבינה הצעירה יש צבע צהוב חיוור ומרקם יציב המחורר בחורים בגדלים שונים. כשהגבינה מתבגרת ומבשילה, מתקשה מרקמה והקליפה עוטה גוון זהוב-כתום. טעמה של הגבינה המיושנת הופך למתוק עם נגיעות של פירות. מיוצרת בהמון צורות וגדלים. הגאודה המיוצרת במחלבות בוטיק היא מיוחדת וארומטית בהשוואה לזו התעשייתית.

למה מתאימה?

להגשה שולחנית. גבינות צעירות מתאימות לכריכים ולטוסטים, להקרמה בתנור, למילוי פשטידות או לגירור על תפוז אפויים.

חלומי

מי אני?

במקור עשויה הגבינה מחלב כבשים מקפריסין. בפועל נעשית בישראל מחלב בקר. טעמה חלבי מאוד ומרקמה יציב. מיוצרת בגושים מלבניים גדולים. ניתנת לטיגון ומרקמה הופך למותך, אך לא נוזלי.

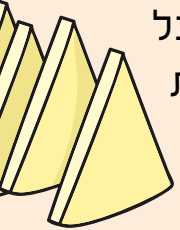
למה מתאימה?

לטוסטים ולכריכים, לצלייה או לטיגון, להגשה עם סלט ולפיזור מעל פיצות.

מאנצ'ו

מי אני?

גבינה ספרדית מחלב כבשים, נקראת על שם חבל הארץ לה-מאנצ'ה. טעמה עדין ומתקתק ומורגשת בה נגיעת טעם של אגוזים מלוחים. צבעה צבע שנהב, מרקמה קשה ויש בה חורים קטנים. קליפתה בצבע קש כהה. מגיעה בצורת תופים קטנים במשקל 2.5-3 ק"ג. מאנצ'ו אמיתית חייבת





כדורים גדולים מאוד בטעם מעושן בצבע חום כהה או שחור.

למה מתאימה?

מאחר שהיא סופחת טעמים אפשר להשתמש בה בסוגי מאפים שונים, לרבות פיצות, סלטים (קפרזה, כמובן!) וכן הלאה.

מסקרפונה

מי אני?

גבינה רכה ומתוקה בצבע שנהב, בעלת מרקם חלק ושמנתי. אפשר לטעון שהמסקרפונה אינה גבינה ממש, משום שתהליך ייצורה דומה יותר להכנת יוגורט: מוסיפים מיץ לימון או פרי הדר אחר לחלב או לשמנת, מערבבים ותולים בתוך בד עד שיופרשו הנוזלים. המסקרפונה האיטלקית אינה דומה בטעמה ובמרקמה לגרסה הישראלית המיוצרת במחלבות תעשייתיות.

למה מתאימה?

מתאימה מאוד לשילוב בעוגות כמו טירמיסו, וכמו כן להסמכת מרקמים ורטבים.



לשאת חותמת תו תקן של רשויות ספרד.

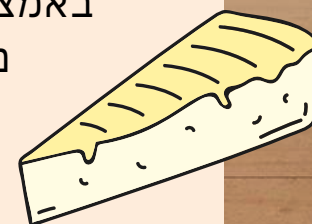
למה מתאימה?

לכריכים, לטוסטים, למאפים, לירקות חלוטים או ירקות בגריל, למילוי פשטידות וקישים ולהגשה על קרש גבינות לאירוח.

מוצרלה

מי אני?

מוצרלה אמיתית מכינים מחלב בופאלו. היא נחשבת לגבינה מזינה מאוד, בריאה וטעימה במיוחד. המוצרלה המיוצרת מחלב פרה טובה כחות מאחותה המקורית. בשתי הגרסאות מכינים את הגבינה באמצעות בישול החלב. טעמה של הגבינה ניטרלי כך שהיא מתאימה לשימושים רבים. מגיעה בצורת כדורים במרקם רך וגמיש, צבעם לבן בוהק וקליפתם דקה מאוד. הגבינה ניתכת מצוין ולכן משתמשים בה לאפייה ולהקרמה, בעיקר בפיצות. מגיעה במגוון גרסאות, כדורי מוצרלה קטנטנים (בוקונצ'יני), מוצרלה מעושנת צהובה (בופאלו פרובולה), ומוצרלה אפומיקטה -

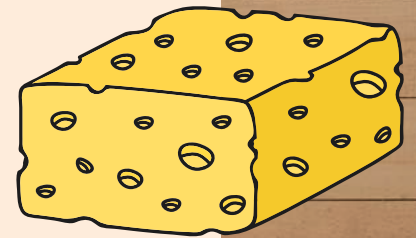


מילון גבינות





מילון גבינות



פטה

מי אני?

גבינה מיוון המיוצרת במקור מחלב כבשים. הארומה שלה חלבית והטעם חד ומלוח. צבעה לבן ומרקמה גמיש עם חורים וסדקים, והיא מתפוררת בקלות. מומלץ לקנות פטה שהושרתה במי מלח, אך יש לשים לב שלא שהתה בהם זמן רב מדי. זאת ניתן לאבחן לפי צבעה הפחות לבן, ריחה וטעמה.

למה מתאימה?

למילוי דברי מאפה, לכריכים, לטוסטים וכתוספת לסלטים.

פרמזן

מי אני?

פרמיג'יאנו רג'יאנו/גראנה פדאנו - שתי הגבינות הללו נקראות בשם הכללי - פרמזן. אלו הגבינות היחידות המורשות להיקרא כך ע"פ תקני ה-DOC. הפרמיג'יאנו רג'יאנו מיוצרת מה-1 באפריל עד 11

בנובמבר מחלב פרה לא מפוסטר שנחלב באזורים ספציפיים המאושרים לכך, ומיושנת במשך 12 חודשים. הגראנה פדאנו מיוצרת כל השנה באזורים המאושרים אך הם על פי התקן, ומבשילה תוך 9 חודשים. שתי הגבינות בעלות טעם מתקתק ומרקם גבישי, צבען צהוב-כתמתם וקליפתן עבה מאוד ולא אכילה. הן מיוצרות בגלגלים של 35-40 ק"ג אך בד"כ נמכרות בחריצים לא אחידים, במשקל של 200-300 גרם. לאחרונה הגיעה לארץ Grana Padano כשרה המיוצרת באיטליה בתנאים קפדניים.

למה מתאימה?

מתאימה לשימושים רבים: מכוררת או מגוררת מעל סלטים, פסטות ומאכלים שונים, בהגשה שולחנית מלווה בחומץ בלסמי איכותי ולחם טרי או לשימוש באפייה.

צ'דר

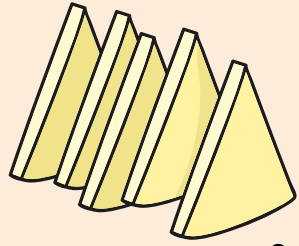
מי אני?

גבינת צ'דר אמיתית מיוצרת מחלב פרה בלבד





מילון גבינות



למה מתאימה?

מתאימה לכריכים, כתוספת לסלטים, לטוסטים ולהגשה שולחנית.

קממבר

מי אני?

אחת מהגבינות המפורסמות בעולם. טעמה קטיפתי ומורכב, רענן ומעט עוקצני והריח שלה... מאתגר. צבעה צהוב ומרקמה רך ונוזלי. בצרפת בפרט, ובעולם כולו בכלל, יש אלפי יצרנים של הגבינה, לכן קשה לתאר את טעמה באופן אחיד וגורף. לגבינה קליפת עובש לבן אופיינית, היא עגולה ומשקלה 250 גרם. מומלץ להימנע מגבינות שמרקמן דביק ויש להן ריח אמוניה מובחן.

למה מתאימה?

מומלצת להגשה שולחנית, להתכה בחום, לכריכים ולטוסטים.

טיפ: שמרו את הגבינה בקופסתה. במקרר היא תפסיק להבשיל, ואם רוצים אותה



ומיושנת למשך 6 חודשים עד 3 שנים. גבינת צ'דר צעירה היא בצבע שנהב עמוק ומרקמה חלק. כשהיא מתבגרת, טעמה נעשה חריף יותר, היא מתכהה לצבע צהוב ומרקמה נעשה קשה ומתפורר. נוהגים להבחין בין 3 טעמים המציינים שלוש דרגות הבשלה: עדין (mild) בינוני (medium) וחזק/מיושן (strong).

כיום ניתן למצוא בשוק בעיקר צ'דר לבן, ורק לעיתים רחוקות צ'דר אדום. בישראל מייצרים כיום גבינות צ'דר בכמה מחלבות בוטיק.

למה מתאימה?

מתאימה לכריכים, לטוסטים ולהגשה על קרש גבינות.

צפתית

מי אני?

גבינה ישראלית נפלאה, מלוחה, חצי קשה, בעלת מרקם צמיגי, הנמכרת בחריצים. הגבינה עשויה מחלב בקר או חלב צאן ומופיעה באחוזי שומן שונים.



רוקפור / גבינה כחולה

מי אני?

לא ניתן להשיג את הרוקפור האמיתית בארץ, והיא גם לא כשרה, אך יש לה מקבילה במגוון כשרויות. גבינת הרוקפור אינה מפוסטרת ולכן אסור לייבא אותה לישראל. זאת כנראה הגבינה

הכחולה הראשונה בהיסטוריה. גבינה מחלב כבשים לא מפוסטר, נחשבת

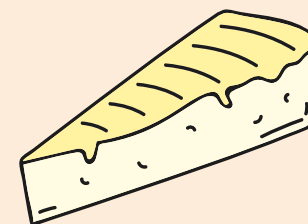
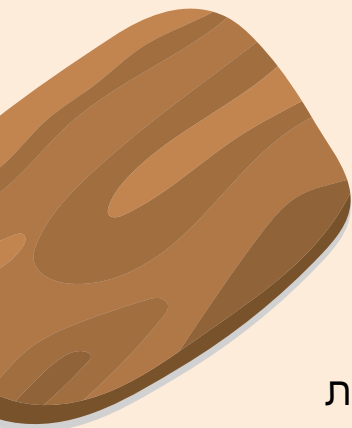
לאם כל הגבינות הכחולות. טעמה חריף ודומיננטי ומרקמה חצי יבש.

צבעה לבן-שנהב ויש בה תעלות ועורקים כחולים רבים. העובש הכחול

שבתוכה נוצר מפטריית הפניציליות

הרוקפורי המוחדרת בשלב של טרום הגבינה.

היא מיוצרת בגליל שמשקלו 2.5-3 ק"ג. גבינת הרוקפור מוגנת ע"י רשויות החוק בצרפת בתו התקן של AOC המתיר לשני יצרנים בלבד לייצרה (סוסיטה ופאפיון). את המקבילה הכשרה שלה נמצא תחת השם 'גבינה כחולה'.



בשלה קצת יותר, אפשר להשאיר אותה בקופסה מחוץ למקרר במקום קריר.

מרגע שפורסים אותה יש לעטוף בנייר כסף ולאכול ללא דיחוי.

קשקבל

מי אני?

גבינה מחלב כבשים המיוצרת באזורים שונים בבלקן. כיום מכינים את הקשקבל מתערובת של חלב כבשים וחלב פרה ולעיתים אף מחלב פרה בלבד. טעמה של הגבינה עדין, מלוח ומעט מר, מרקמה יציב וגמיש ואפשר לפזר אותה בקלות. מיוצרת בכיכרות במשקל 6-9 ק"ג.

למה מתאימה?

מתאימה לכריכים, לטוסטים, להקרמה מעל פשטידות, למילוי דברי מאפה, כתוספת לסלטים ולהגשה שולחנית.



מילון גבינות





מילון גבינות

למה מתאימה?

הגבינה הכחולה מתאימה לרטבים, וגם בסלט.

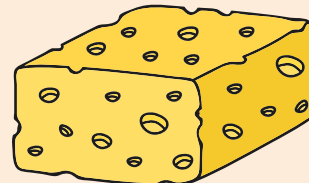
ריקוטה

מי אני?

גבינה המיוצרת ממי הגבינה שהופרדו מהחלב בעת הכנת גבינות אחרות והמכילים מוצקי חלב. לגבינה הטרייה טעם ניטרלי כמעט לחלוטין, צבעה לבן שנהבי ומרקמה רך, גרגירי ויציב. ככל שטעם החלב דומיננטי יותר, כך הגבינה טובה יותר.

למה מתאימה?

מתאימה למילוי דברי מאפה מלוחים ומתוקים, להסמכת רטבים, למילוי פסטות ועוד, ונמכרת בקופסאות שונות.



הפיתרון לשבתות קיץ ארוכות: ופלים איכותיים של 'מן'

השבתות הארוכות מזמנות לפתחנו שעות ארוכות בהן ניתן לבלות יחד עם המשפחה: לקרוא, לשחק במשחקי קופסא בבית או לרדת לגינה הקרובה.

טיפ מתוק: בכל מקום בו אתם נהנים, קחו אתכם וופלים איכותיים של 'מן'. הופלים של 'מן' אהובים על כל בני המשפחה ונשארים טריים לאורך זמן, ואם תבקשו להתרענן הקפוא את הופלים לחוויה קיצית מרעננת.

במותג הופלים 'מן' תמצאו ופלים בטעמים שונים, ופלים מצופים, ופלים וקוביות ופלים ללא תוספת סוכר. כל מוצרי מן הינם כרווה, ללא רכיבי חלב או לקטוז, ועשויים מחומרים טבעיים בלבד, ללא כולסטרול וללא שומן טראנס.

בכשרות המהודרת של הרב לנדא והרב שבח רוזנבלט שליט"א



ופלים ועוגיות מן

גבינות בקלי קלות!!



סדנה
על
כוס
קפה

גבינת שמנת ביתית | דיתי וינשטיין

הכנה של גבינת שמנת בבית היא חיסכון משמעותי בהוצאה. עלות של שמנת חמוצה היא כרבע מהעלות של גבינת שמנת. ההכנה קלה ופשוטה ואין סיבה לא ליהנות ממעשה ידינו בקלות ובכיף

החומרים:

2 גביעי שמנת חמוצה

כפית מלח

חיתול טטרה נקי (ההוא של התינוקות...)

להוספת טעם: זיתים, שום כתוש ושמיר קצוץ, בצל מטוגן, פלפל חריף קצוץ דק ועוד...





סדנה על כוס קפה

אופן ההכנה:

מערבבים בקערה שמנת ומלח.

מניחים על השיש או בתוך קערה אחרת את החיתול, מניחים את השמנת במרכז ואוספים את הקצוות.



קושרים או סוגרים בגומייה ותולים מעל הכיור החלבי למשך 6 שעות או לילה, תלוי במרקם המבוקש.

אם חם בבית, מניחים את החיתול במסננת ואת המסננת מעל קערה, בצורה שתחתית המסננת באוויר, ומעבירים ללילה למקרר.

פותחים את החיתול ומעבירים את השמנת לקופסת אחסון. בשלב זה מוסיפים לה את התוספת הרצויה ומערבבים.

בתאבון!





סדנה על כוס קפה

כדורי לאבנה בקלי קלות | מיכל פוזנר

לכדורי לאבנה יש יופי טבעי, בצנצנת עם שמן זית או מצופים במגוון ציפויים. הגישו אותם בקידוש החלבי יחד עם קרקרים. הנאה מובטחת.

החומרים:

1 ליטר יוגורט

כפית מלח



אופן ההכנה:

ההכנה זהה לגבינת השמנת, רק כאן נניח לייבוש למשך 24 שעות כדי להגיע למרקם יציב יותר. נעביר את התערובת לקערה ונקרר למשך כמה שעות. נכדרר.





סדנה על כוס קפה

אופציה א' ללא ציפוי:

נכין צנצנת נקיה עם שמן זית משובח. אופציה נוספת שראיתי אצל השף ישראל דודק היא להכין קונפי שום עם הרבה שמן ביחס לשום (בישול בטמפרטורה נמוכה של 60 מעלות עד שהשום רך מאוד).

בידיים לחות מגלגלים בעדינות כדורים ומניחים בתוך



השמן. הכדורים נשמרים כשהם בתוך השמן למשך חודש.

אופציה ב' - עם ציפוי:

מכינים בצלחות שטוחות זעתר/ שומשום/ שומשום שחור/ סומק.

מכדררים כדורים, מגלגלים בציפוי ומכניסים לצנצנת עם שמן.





לפלסת גבינות מראה משובב לב, רענן
וטבעי ואין ספק שמגש כזה על השולחן
'גונב את ההצגה'.

תוכלו להרכיב מגש כזה בבית בקלות
ובהתאם לתקציב ולטעם האישי שלכם.
הפלסה תרכיב גבינות רכות וקשות, לפי
הטעם, יחד עם פירות וירקות טריים
ואגוזים, וכמובן קרקרים. לצד המגש נניח
יין לבן או רוזה, להשלמת המנה והטעמים
שמשתלבים יחד לחגיגה מושלמת.



סדנה על כוס קפה





סדנה על כוס קפה



הסמפרטורה:

נוציא את הגבינות כחצי שעה קודם מהמקרר.
גבינות רכות ועדינות נוציא סמוך להגשה.

הכלי:

את הגבינות מסדרים על מגש שטוח, מעץ או מזכוכית.

השילוב:

הגבינות עם הטעם הדומיננטי (קממבר, ברי, רוקפור)
משתלבות נהדר עם המתוק - פירות וריבות, והגבינות

איך אוכלים?

הביס המושלם יכיל קרקר עם שכבה דקה של ריבה,
פרוסת גבינה קשה/שכבת גבינה רכה, פרי או ירק
בהתאם ואגוז חמוד מעל כל החגיגה. תטעמו ותהנו!

הגבינות:

הגבינות מתחלקות לסוגים לפי מרקמים וטעמים,
נבחר מכל קטגוריה את הסוג המועדף עלינו.

נגוון בין גבינות רכות לקשות, בין עדינות לעזות
טעם, הכול לפי איך שמתחשק לכם.





סדנה על כוס קפה

קוביות על שיפודים ולהעמיד, אפשר לגלגל פרוסות
לכעין שושנה. הפעילו את היצירתיות ואל תפחדו
לנסות!

מניחים אותן על המגש עם רווחים ביניהן.

גבינות רכות נניח בכלים קטנים ונוסיף כפית. אפשר
לקשט במעט עשבי תיבול/סומק/פלפל שחור
למעלה. נניח במגש. כדורי הלאבנה בתוך צלוחית
ישתלבו כה מצוין!

המעודנות יותר - כמו גבינת עיזים - משתלבות עם
המלוחים - ירקות, זיתים וחמוצים.

באופן כללי נוסיף למגש פירות טריים ויבשים, אגוזים
ושקדים, קרקרים במגוון טעמים וטקסטורות, ירקות
וריבות.

מצלחתים:

מתחילים בגבינות הקשות. חותכים אותן במגוון
צורות - פרוסות, משולשים, קוביות. אפשר להשחיל





סדנה
על
כוס
קפה

למניעת השחרה. את הענבים כדאי לתלוש
לאשכולות קטנטנים, שיהיה קל לקחת מהם.

את האגוזים נפזר בערמות. נוסיף קרקרים בערמה
או מקלות גריסיני בקבוצה שוכבת/עומדת בתוך כלי.
באופן כללי אל תפחדו לצופף את המגש. זה כל
היופי...

מניחים את המגש במרכז השולחן ולידו ערמת צלחות
ומזלגות. מסדרים יפה יין קליל וכוסות מתאימות
ומתיישבים לחגיגה!

אם אתם אוהבים ריבות, העבירו אותן לצנצנות
קטנות ושלבן בין הגבינות (עם סכין/כפית קטנה
בתוכן).

נחתוך את הפירות והירקות הגדולים (השתמשו רק
בסוגים קשים שלא מגירים נוזלים) בצורה מעניינת.
דובדבנים, ענבים, עגבניות שרי ופלפלונים אפשר
להשאיר שלמים. נניח בין הגבינות. נשתדל לשחק
עם הצבעים ליצירת מראה מגוון ומשובב עין.

מומלץ לטפטף מעט מיץ לימון על הפירות החתוכים,





סדנה על כוס קפה



שף ישראל דודק | מסעדת סולו קרנה בבני ברק

נעים להכיר - תחליף גבינה:

משפחת תחליפי הגבינה מתחילה מהבסיס. הממרח החלק שמדמה גבינה לבנה, בהמשך יש את היוגורט והמושקע יותר אלו הגבינות המיובשות.

מבחר המוצרים שמהם מייצרים את הגבינה די מצומצם. הטוב ביותר למשחק הגבינות הוא אגוז הקשיו, לאחריו השקדים ועובר לטופו. ההבדל המהותי ביניהם נבחן בשתי קטגוריות - מרקם וטעם.

אני אוהב מאוד לשחק עם גבינות, לייצר אותן ולשחק עם טעמים חדשים. במסעדה חיפשתי דרך להעביר את המר אני אוהב מאוד לשחק עם גבינות, לייצר אותן ולשחק עם טעמים חדשים. במסעדה חיפשתי דרך להעביר את המרקם והטעם שיש לגבינה לתוך ארוחה בשרית, אבל שלא יהיה מתוך מקום של תחליף כחות טוב. באחד מהניסיונות מצאתי את גבינת הקשיו, וגיליתי את האור. מהרגע הזה התחלנו לשחק.

לתשומת לב: יש לשאול מורה הוראה על הגשת תחליף גבינה / חלב יחד עם מוצרי בשר.





סדנה על כוס קפה

שילובי טעמים:

הגבינה יודעת להסתדר עם מגוון גדול של טעמים, ממש כמו גבינה לבנה רגילה. במסעדה אני משלב אותה יחד עם סלט ומעט ריבת חצילים, ואילו את היוגורט לקחנו לכיוון חריף. היוגורט דומה מעט לאיולי חריף, אבל משאיר אחריו בפה תחושה של יוגורט.



גבינת קשיו:

בכתבה בחרתי להתמקד בגבינה מקשיו דווקא, מתוך הרבה ניסיונות שעשיתי. גבינת הקשיו הכי



שווה ומתמסרת וכמובן גם קלה להכנה. עם זאת תוכלו לקחת את כל המתכונים ודרך העבודה ולהשתמש בשקדים לבנים.

רכיבים:

פשוט:

300 גרם קשיו לא קלוי
מים לבישול הקשיו
כוס מי בישול הקשיו בזמן הטחינה (ניתן להוסיף גם יותר בהתאם לצורך)
כפית וחצי מלח דק





סדנה על כוס קפה



שרוב המים נספגים בקשיו (ומתאדים). בודקים את מידת הרכות על ידי מעיכת הקשיו ביד. אם הוא עדיין קשה, מוסיפים עוד מים וממשיכים לבשל.

טיפ: ניתן להשתמש גם בקשיו קלוי, לטעם גבינה שונה ומעניין.

מסננים מהמים ושומרים מעט בצד. מעבירים למעבד מזון וטוחנים למחית חלקה. מוסיפים ממי הבישול אם רוצים גבינה חלקה או רכה יותר. ניתן גם להוסיף מעט שמן ניטרלי בטחינה. מתבלים במעט מלח דק.

המותסס:

300 גרם קשיו לא קלוי
כפית וחצי מלח דק
רבע כוס מי תסיסת כרוב / מלפפון חמוץ
כוס מים

אופן ההכנה:

נצא לדרך מתוך חלוקת בסיס לשתי רמות - הפשוט והמותסס. ההבדל ביניהם יהיה בפרופיל הטעם וההשפעה הבריאותית. בחלק המותסס אנחנו מעלים את הערכים של המוצר והוא הופך להיות פצצת בריאות (עדיין צריך לזכור שכמות השומן בקשיו גדולה, ולכן צריך להפחית שומנים אחרים בארוחה) והחלק הפשוט הוא באמת כל כך פשוט שמיד כאשר בוחרים להכין את הגבינה אפשר להכין ולצרוך אותה.

הפשוט:

בגרסה הפשוטה הדרך להביא לריכוך הקשיו היא על ידי בישול של הקשיו במים. מכניסים את הקשיו לתוך סיר ומכסים במים ועוד ארבע אצבעות מעל גובה הקשיו. מביאים לרתיחה, מנמיכים את האש ומבשלים עד





גבינה בטעמים - מוסיפים למעבד מזון טעמים רצויים: זעתר, כפריקה, חילבה או כל טעם שמתחשק לכם. ממשיכים לטחון, טועמים ומתקנים תיבול.

המותסס:

אם מחליטים להכין מתכון מורכב, חשוב מאוד להצטייד במעבד מזון איכותי (ויטמיקס, נינג'ה, תרמומיקס וכדומה) לטחינה חלקה ביותר.

משרים את אגוזי הקשיו במים למשך לילה, או לפחות 5 שעות. יש לשים לב שהמים מכסים את כל הקשיו.

טוחנים את הקשיו עם סטרטר - מי כרוב כבוש, יוגורט טבעוני קדום, יוגורט רגיל (ואז זה יהיה חלבי) או אפילו 2 כדורי פרוביוטיקה מבית המרקחת בלי התרמיל שלהם.

מעבירים את המסה לקערת זכוכית ומכסים במגבת. משאירים בחוץ למשך שלושה ימים. בכל יום מערבבים במטרפה, טועמים ובודקים שקיבל טעם שמזכיר יוגורט. מעבירים למקרר.

שדרוגים נוספים:

יוגורט - משאירים את הגבינה במעבד מזון ומוסיפים מי כבישה טבעיים (מי כבישת מלפפון חמוץ או כרוב כבוש) עד למרקם של יוגורט.

קרם גבינת מסקרפונה - טוחנים את הגבינה עם שמנת צמחית או קרם קוקוס שומני, למרקם שומני ומעניין. ניתן לשלב בהמשך גם בקינוחים.



כדורי לאבנה - מניחים את הגבינה בבד חיתול ותולים לייבוש. משמנים ידיים בשמן זית ומכדררים כדורים. שומרים בצנצנת עם שמן במקרר.



סדנה על כוס קפה



17.



אליענה

רחלי פרידמן

למדי, המפגש הזה מעלה בי זיכרונות, נעימים דווקא, מהפגישה הראשונה עם יונתן: שולחן גדול, שני אנשים ומבוכה ענקית יושבת באמצע, כמו מגש של עוף ממולא. זמזום מתמיד של מילים שלא נאמרו ממלא את החלל, ואבא שלי מתבונן בי. מתעמק בתווי הפנים שלי, כאילו הוא מחפש שם משהו. אולי הוא מחפש את הילדה שהייתה פעם שלו, כל כך שלו שזה כואב. אולי הוא מחפש חיוך. הוא לא מוצא, כמובן. החיוכים שלי, גם האמיתיים וגם הפשוטים שתלויים על קולב כשמגיעים הביתה, שמורים עכשיו בכספת הכי פנימית.

"אז מה?", הוא מכחכח בסוף, "מה איתך היום?"

נו באמת. אני נאנחת בשקט. סליחה, מלצר, אולי יש לך את זה ביותר נדוש?

"אני... בסדר...", אני עונה לו במשפט מחץ. איזה תענוג לראות שני אנשים

איזה יופי שהסלון מאורגן, אני חושבת לעצמי. לפחות יצא משהו מזה שיונתן הרים טלפון וביקש מאבא שלי להגיע לביקור. ביקור מלכותי, הוא קרא לזה בחוסר מחשבה, ושילם מיד וביוקר. ביקור מלכותי?? איזה מלכותי??! רשפתי בזעם תוך כדי גיהוץ. הבנאדם נטש אותי ואתה קורא לו מלך!!!! המגהץ ואני העלינו אדים שחורים, ויונתן רק צחק. אז איך את רוצה לקרוא לזה?

אני לא רוצה לקרוא לזה בכלל, אמרתי לו, ממילא זה יבוא לבד גם בלי שאני רוצה.

זה לא יבוא לבד, הרצין יונתן פתאום. את בחרת בזה. תזכרי את זה, אליענה. את לא קורבן חסר אונים, לא נקלעת אל תוך הסיטואציה. את כבר לא ילדה קטנה. את בחרת בזה.

אני מנסה לזכור את זה גם עכשיו, כשאני יושבת מול אבא שלי ולא לגמרי מבינה מה אני עושה כאן ולמה. באופן סוריאליסטי





אליענה

רחלי פרידמן

שנונים מנהלים שיחה אינטלקטואלית, מלאת ברק וכריזמה.

הוא שוב שותק. עיניים בשולחן, בקצות האצבעות, לפעמים מעזות להתגנב שוב אליי. הוא בבירור לא יודע איך לנהל את הסיטואציה, ואני קצת מרחמת עליו אפילו שלא מגיע לו. מחליטה לתת לזה צ'אנס, לנסות לפטפט איתו שיחה קלילה כזאת, מסוג השיחות של גיוס לקוחות שיצא לי לבצע עבור המשרד שלי. ומשהו מתרחש שם, בינינו, עדין כל כך עד שאני בקושי שמה לב לכך שהוא אכן קורה.

אני מספרת לו, בקול רך, על החיים שלי. על הילדים שלי. לא נוגעת בפרטים אישיים מדי. מדלגת על חלקים כואבים. מנסה לתת לו הזדמנות לפרוץ, לומר את מה שהוא הגיע לכאן כדי לומר אותו. נכון שלא מגיע לו. אז מה. גם לי השם נותן דברים בלי שמגיע לי. ובעודי חושבת את המחשבה הזאת, משהו מתרכז בי. פחות מתריס, פחות נוקשה. אולי זוהי תחילתו

של גרעין חדש, מאיר ורך. ואולי לא, אני מזכירה לעצמי, מרימה שוב את ההגנות, אבל רק כמעט עד הסוף, מרשה לעצמי להציץ החוצה, להקשיב, לראות מה יקרה. ואז גם הוא מתחיל לדבר.

תמיד הייתה לי אשליה שהוא השאיר אותנו מאחור, הפליג הלאה כמו רב חובל עטוי לבן באיזו ספינה אגדית נוצצת, אל עבר חיים אחרים: אישה זוהרת, ילדים מושלמים, טובים ומוצלחים הרבה יותר ממני, הרעה והטיפשה שרק עשתה לו בושות. אחרת למה הוא עזב אותי.

הייתי תוהה איזו משפחה הוא הקים, האם יש לי אחים ואחיות שאני לא מכירה. האם יש אישה אחרת, ויום אחד הוא יצוץ מאנשהו ויודיע לי שיש לי אימא חדשה. נשבעתי לעצמי לשנוא אותה לנצח, את המחליפה של אימא שלי שאחראית לכל הצרות (קל יותר לשנוא אימא מדומיינת מאשר אבא אמיתי), אלא שמעולם לא ניתנה לי ההזדמנות לממש את השנאה





אליענה

רחלי פרידמן

הלוהטת הזאת שלי, כי אבא שלי פשוט לא חזר, לא עם אישה ולא בלי.

אני מגיעה, בעדינות, לנושא הזה, שמעניין אותי יותר מכל דבר אחר. האם הקמת חיים חדשים, אבא?

הוא לא ממש קולט כמה כאב חבוי בשאלה הזאת. אולי בשביל לנטוש את הילדים שלך אתה צריך להיות קצת קהוי רגשית, לא לגמרי לקלוט את ההשלכות של המעשים שלך.

וכך הוא מספר לי על אשתו השנייה, רוזה. על כך שהתגרש גם ממנה. "זה לא עבד", הוא אומר לי בפשטות, כאילו מדובר במצנע מקולקל, לא במערכת חיה ופועמת וכואבת כמו לב. יש לו בת בשנות העשרים לחייה, וגם היא לא נמצאת איתו בקשר. אני רושמת לעצמי לחזור לנושא הזה מאוחר יותר. כרגע הוא לא נראה מעוניין להרחיב, אבל אם יש לי אחות אי שם בעולם, יכול להיות שזה הדבר היחיד שבאמת מצדיק את הפגישה הזאת.

"קשה להיות בודד", הוא מסכם ונשען לאחור. עשית את זה לעצמך, אני חושבת וחושקת שפתיים. זה הבנאדם. יוזם קשרים, ומנתק אותם. אוהב לרגע אחד, אדיש וחסר אכפתיות במשנהו. מן סוג של דפוס כזה, אלים באופן נסתר, שרק כשאת גדלה את קולטת כמה מרעיל הוא. אבל האם זאת סיבה לכעוס עליו, לתקוף אותו, להתקשח מולו?...

בטח שכן, אני אומרת לעצמי. ממצמצת כדי לסלק את הצריבה בעיניים. נזכרת במועקה הדוממת, הקודרת, שריחפה לפרקים בחלל הבית, ניחוח מתקתק עמום של גופה נרקבת.

ובכל אופן.

לרגע אחד אני מרשה לעצמי גם קצת לרחם על האדם הזה, שבר הכלי שמולי, שאין לו אפילו את ההקלה הטמונה באפשרות להאשים אחרים בצרותיו, כאביו ובדידותו.



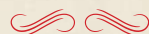


המטבח שלי

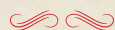
דיתי
וינשטיין

פלטת גבינות וירקות

מגש אסתטי וטעים לארוחת שבועות חלבית.
אפשר לקשט ולהוסיף כל מה שאוהבים,
והתוצאה חגיגה לעיניים ולחך.



קופסת גבינת שמנת או לאבנה
פלפל אדום
2 ראשי שום
פטרוזיליה
פלפל שחור גרוס
מעט שמן זית
לבחירה: בייגלה או דגדג



קולים בתנור את הפלפל עד להשחמה, מסירים את
הקליפה וחותכים לרצועות.
מכינים את הקונפי שום - מקלפים את השום, שמים
בתבנית ומכסים בשמן זית. אופים בתנור בחום של
160° כשעה, עד שהשום מתרכך.
מורחים על פלטה את הגבינה.
מסדרים את הקונפי שום, הפלפל הקלוי והפטרוזיליה.
מזלפים שמן זית ומפזרים פלפל שחור.





עוצמת לרווחה

תמר סטשביסקי
ותמר שרמן

פרק 50

נועה מספרת:

מאת: Ruthmusical32@gmail.com

אל: NoaEELL@okmail.co.il

נושא: משכחה נואשת במושב מהללאל מחפשת
אורחים לשבת

מאת: NoaEELL@okmail.co.il

אל: Ruthmusical32@gmail.com

נושא: משכחה נואשת במושב מהללאל מחפשת
אורחים לשבת



הרשי לי לנחש. בעלת הבית מתחילה באות ר'?

מאת: Ruthmusical32@gmail.com

אל: NoaEELL@okmail.co.il

נושא: משכחה נואשת במושב מהללאל מחפשת
אורחים לשבת

אופס. עלית עליי...

נו, תבואו. אין תירוצים. בדיוק אמרת לי שאף
אחד לא מגיע השבת.

המושב כה ממש מתגעגע אליכם...

ותביאי את המלודיקה!

הנדנדה העתיקה חורקת, אז אני מתאימה את
התנועה שלי לקצב הזמזום כדי שיסתנכרנו
כראוי.

"לכה דודי לקראת כלה... פני שבת נקבלה"

המנגינה נובעת מאיזה גנזך עתיק ועלום בתוכי,





עוצמת לרווחה

תמר סטשביסקי
ותמר שרמן



מימי הסמינר השכוחים, שבהם היה לי פנאי להלחין. אפילו לא ידעתי שהוא עדיין נמצא חבוי בזיכרון לטווח ארוך שלי. באו ריחות הטבע המשתכר לי מול העיניים, התערבבו עם ניחוחות העוגה האחרונה שיצאה מהתנור של רותי בדיוק כשנחתנו אצלם, ועוררו תאים רדומים ואהובים.

"התנערי מעפר קומי, לבשי בגדי תפארתך, עמי"
"מה את שרה שם?", רותי מופיעה לצידו, ביד אחת גיטרה ובשניה הנרתיק של חליל הצד.

"קבלת שבת מוקדמת", אני מקפלת רגליים תחתיי ומניחה את הראש על המשענת המושלמת של הנדנדה. "לחן שלי מימי 'אנו-באנו'."

רותי מחייכת. היא זוכרת את התקופה ההיא בחיי. תקופה פורייה מאוד במובן המוזיקלי.

הגברים נעלמו. הם מבינים ללב נשותיהם, ובהסכמה שבשתיקה פשוט כינו לנו את השטח. רותי סיימה שטיפה אחרונה, השולחן ערוך, אל הקנדלברה המרשימה שלה התווספו עוד שני כמוטים מקריסטל לכבוד האורחים, ועכשיו יש לנו קצת זמן בשביל

הנשמות שלנו.

"ומי ירפא ליבי

אל מי אני מתגעגע

כמו ים שאין לו חוף

רק תגיד לי מי, מי יחבק אותי

ויבטיח שאני לא איכנע בסוף"

הקול של רותי עמוק ונוגע. הוא מטייל, ושלי מצטרף אליו. אני מדמיינת שני חוטים דקים - זהב וכסף, יוצאים במחול, שזורים זה בזה, נפרדים ומתלכדים לסירוגין.

"מי היה, הווה ויהיה?

מי ממית ומחיה?

פותח ידיים

מצמיח כנפיים"

אין לי מושג למה היא בחרה את השיר הזה, אבל הוא פשוט מתבקש. הכי מדויק שאפשר. קולות הליווי שאני עושה לה נותנים לי איזשהו מרחב תמרון שגורם לי להרגיש חופשית.





עוצמת לרווחה

תמר סטשביסקי
ותמר שורמן

"את בוכה", רותי מציינת בלחש, והגיטרה ממשיכה למסגר בשקט את השיחה, כמו סיפורי המעשיות של קרליבך. "למה את בוכה, נועית?"

אני משאירה את העיניים עצומות, לוקחת את המלודיקה וממשיכה לנגן את 'שבורי לב' עוד ועוד. הכה שלי עסוק במשהו הרבה יותר מדויק ממילים, והלב מרגיש את שברון הלב של חוי מהשיחה האחרונה.

מה יקרה אם אפרים לא ירצה לדבר איתה? איך תשרוד הלביאה המדהימה הזו עוד מכח נפש?

עולה בי תמונה של חוי מקרבת את התינוקי הקטן שלה לאבא שלו, כמו מנחת פיוס, מתחננת על נפשם, והעיניים היפות שלה עמוסות דמעות רותחות.

אני שומעת את החליל מחליף את הגיטרה ומצטרף למלודיקה.

"בטח בה לב בעלה, ושלל לא יחסר..."

'אשת חיל' מנגנת רותי. לפתע כתאום.

החליל והמלודיקה מתואמים באופן פלאי, וקסם מתגלגל אל הוואדי שגובל עם הבית. רותי מובילה בראש,

ואני ממלאה בהרמוניות, מתפזרת ומתמקדת.

"פיה פתחה בחכמה, ותורת חסד על לשונה..."

"אין לי מה להפסיד", המילים של חוי משתחזרות במוחי. "הגרוע מכל כבר קרה. זה לא משפט שאמרת לי להזכיר לעצמי בכל פעם שחטפתי התקפי חרדה?"

"ככה זה מרגיש?", שאלתי. "ככה זה מרגיש לך, חוי? שאין לך יותר מה להפסיד?"

"בדיוק ככה", היא לחשה, והישירה מבט הכי אמיץ שראיתי אצלה אי פעם. "אם לא אצליח לשכנע אותו להילחם עלינו, לכחות אדע שעשיתי כל מה שיכולתי".

"תנו לה מכרי ידיה, ויהללוה בשערים מעשיה..."

הצלילים גוועים, מייבבים, והידיים שלי מיוזעות, מחליקות על המלודיקה. רותי מתיישבת לצידי, מקרבת אלי חבילת טישו.

"את יודעת?", היא אומרת. "ביום שפגשתי אותך בבית החולים, חשבתי שמעולם לא התנצלתי





עוצמת לרווחה

תמר סטשביסקי
ותמר שרמן



בפניך כמו שצריך על הסאגה ההיא, במקסיקו".

אני בקושי נושמת. הממחטה בידיים שלי מרוחה במסקרה שטרחתי לשים לכבוד שבת ולכבוד המארכת. לוקחת עוד אחת ומסתירה את העיניים, מנסה למשוך את הרגע עוד קצת.

"להתנצל על מה, רותי?", ולמה דווקא עכשיו את נזכרת בזה, רותי?

רותי מגניבה מבט לשעון, מניחה את החליל על השולחן הקטן שמולנו ומשלבת ידיים.

"משהו במבט שלך שם, כשהסתכלנו על הפגים, זרק אותי לארץ הרחוקה ההיא, לרגעים של אי שפיות זמנית שלי...", רותי מסתובבת לכיווני, ואני רואה בעיניים שלה צער עמוק. "עשיתי משהו שאני מתחרטת עליו עד עצם היום הזה, נועה", היא אומרת, ומניחה ידיים על כתפיי. "השארתי אותך להתמודד לבד עם דברים ששום נערה בגילך לא הייתה אמורה להתמודד. אפילו דרשתי ממך לא לספר לאמא שלך, ו... נסעתי".

"נכון", אני מצליחה להוציא ארבע אותיות מהפה, וזה מרגיש כאילו הן

שורטות את הקנה שלי בדרך החוצה.

"וזה נורא. זה נורא כי לקח הרבה מדי זמן עד שהבנת שאת כבר לא צריכה לדאוג לי. וזה נורא כי הייתי מדי מרוכזת בעצמי ואפילו לא זכרתי שהשארתי אותך עם מטען חבלה נפיץ שאת לא יודעת לפרוק לבד, ולא יכולה להיעזר במישהו כדי להיפטר ממנו".

אני אישה מבוגרת, ועדיין החלק של הנערה ההיא שבי קם לתחייה בבת אחת, וחומר הנפץ ההוא, שעליו רותי מדברת, שוב בוער לי בנשמה ברגע זה.

"אני מצטערת, יקרה שלי. מצטערת שנתתי לזה לקרות שם. הייתי אמורה להיות המבוגר האחראי מבין שתינו, וזה ממש לא קרה. רק כשחזרתי לארץ הבנתי כמה מוזר התנהלתי וכמה סיכנתי את עצמי ואותך..."

"למה נזכרת בזה עכשיו? מה קורה פה עם הטיימינג של כל הסיפור?", יש לי את הפרשנות שלי לגבי התזמון, אבל מעניין אותי מה רותי והחוש השישי המפותח עד אימה שלה חושבים.



קציפת יוגורט אוורירית כבר טעמתם? ימים אחרונים לפעילות המשאית השקופה של מולר!

המשאית השקופה של מולר מסיימת בימים הקרובים את המסע בין ערי הארץ, וזו ההזדמנות האחרונה להשתתף, ליהנות משעשועון הטריוויה ולקבל קציפת יוגורט מרעננת במתנה!

סדרת קציפת היוגורט מולר froop מגישה לצרכנים קטגוריה חדשה במקררי היוגורט: מעדני יוגורט מוקצפים, בעלי מרקם אוורירי ואחיד בטעמים נפלאים

בחודשים הספורים שחלפו מההשקה זכתה קציפת היוגורט החדשה מולר froop לביקושי שיא ונחטפה ממקררי רשתות השיווק.

בסדרה 4 טעמים מיוחדים: וניל צרפתי, תות, בננה-לוטי וטופי-קרמל, כולם בכשרות המהודרת של בד"ץ העדה החרדית ומתאימים למגוון הזדמנויות כמו ארוחה משפחתית חגיגית, אירוח קליל ואפילו כפינוק קטן ומענג באמצע היום.

הפעילות מסתיימת ביום ראשון הקרוב, וזו ההזדמנות האחרונה להגיע למשאית, להשתתף בשעשועון הטריוויה ולזכות ביוגורט מולר froop מוקצף, אוורירי ומפנק.



המשאית השקופה של מולר תגיע ביום ראשון א' בסיוון 21/5 בין השעות 12:00 בצהריים עד 18:00 בערב לרחוב שמואל הנביא 67 בירושלים.



עוצמת לרווחה

תמר סטשביסקי
ותמר שרמן

"ברור לי שמשהו חריג מאוד בחייך הוביל אותך לספסל מחוץ לבית החולים ביום שנפגשנו. משהו שמשפיע עליך עמוקות, והאחריות שאת מרגישה מכבידה עליך יותר מהרגיל", שתינו רואות את הבעלים שלנו מתקרבים אל הבית, ואין סימן ברור יותר מזה שהגיע הזמן לסיים את השיחה הזו ולקבל את פני שבת המלכה. "מסתבר שזה הזכיר לי את האירוע הכי מוקדם שאני מכירה בחייך שבטוח פצע אותך, ומן הראוי שאקח עליו אחריות..." חותמת רותי את הנושא, מתרוממת מהנדנדה ואוספת את כלי הנגינה שלה.

"שנים שאת עסוקה בלפצות אותי על עוגמת הנפש ההיא שגרמת לי", אני מחזירה את המלודיקה למקומה, ומנסה לסלק את השאריות האחרונות של האיפור המרוח בעזרת עוד ממחטה. "שלא תחשבי שפספסתי", אני מצליחה לחייך לבת דודתי המדהימה, "ובכל זאת, תודה על המילים המפורשות שלך. הן... מיטיבות איתי. ממש".

"את ראויה להן", רותי אומרת, בעודנו נעמדות ליד הנרות. "ראויה בהחלט".





תהיי לי בריא

שירה
אזולאי

- 'כאו' אלפחורס -



[לקבלת חוברת מתכונים במתנה, לחצי כאן](#)

אופן ההכנה:

מתחילים בהכנת הבצק. במעבד מזון או ביד מערבבים קמחים, אגוזים וא"א. מוסיפים שמן קוקוס, דבש וחלמונים ומעבדים לבצק. מתקבל בצק רך ונעים לעבודה.

טיפ לעבודה עם בצק פריך - כדי לשמור על מרקם נעים של

באפר שנים אלפחורס קבוע אצלנו
קבוע בחש השבועות.

עם ה'חזרה בתשובה' נאמנתי
מלהכין אותם, ונוצר טעם אליו...
הנה החלטתי להתחיל ולהרכיב
מתכון שימלא את החסר,
והרי הם לפניך 'כאו' אלפחורס.
בשרה פרווה, מאוונת ומושלמת.

רכיבים

לעוגיות -

1 1/2 כוסות קמח טפיוקה / קורנפלור
1 כוס קמח כוסמין 80%
1/2 כוס אגוזים טחונים
כף אבקת אפיה ללא אלומיניום
1/2 כוס שמן קוקוס במצב נוזלי
1/2 כוס דבש
3 חלמונים

למילוי -

5 תמרים גדולים מזן מג'הול
1/2 כוס חמאת שקדים
קורט מלח
3 כפות יין חצי יבש





תהיי לי בריא

שירה
אזולאי



למשך כשש דקות. אין צורך לחכות שהעוגיות ישחימו, אלא יהיו תפוחות ומעט זהובות. אנחנו רוצות אותן יציבות, רכות ונימוחות.

להכנת המלית: מגלענים את התמרים וחותכים לקוביות. משרים במי ברז לחמש דקות. מסננים את המים, מוסיפים את יתר הרכיבים וטוחנים בעזרת בלנדר מוט עד לקבלת ממרח במרקם אחיד.

על כל עוגייה מורחים כפית מלית וסוגרים בעוגייה נוספת.

שומרים בהקפאה.

בהנאה וחג שמח!!

הבצק, מה שיאפשר לעבוד איתו בקלות, יש צורך לשמר את המרקם הנוזלי של שמן הקוקוס. לכן כדאי שהקמחים והביצים יהיו בטמפרטורת החדר (מכיוון שכאשר שמן הקוקוס פוגש ברכיבים קרים, הוא מתקשה).

מחלקים את הבצק לשניים. על נייר אפייה מפזרים מעט קמח, מניחים מחצית מכמות הבצק ויוצרים נקניק בקוטר 3 ס"מ. פורסים פרוסות בעובי 0.5 ס"מ ומעבירים לתבנית. שומרים על מרווחים מכיוון שהעוגיות מתפשטות ותפוחות באפייה.

אופים בתור שחומם מראש לחום של 180 מעלות





תהיי לי בריא

שירה
אזולאי

חלב על הזמן... - איך לתכנן ארוחת חג חלבית אך מאוזנת

כדי לקיים את המנהג יש צורך שכל רכיב שיעלה על השולחן יענה על ההגדרה "חלב ושמן תחת לשונך"? איך את מרגישה אחרי ארוחה שכזאת? איך מרגישים יתר הסועדים? כבדות, נפיחות, כאבי בטן... בוודאי אינם תורמים לשמחת החג.

בעלך והבנים מצפים להשתתף בתיקון ליל שבועות, ובלימוד עד אור הבוקר. האם ארוחת החג תאפשר להם להגשים את הציפייה הזאת?

אז איך כדאי לתכנן את הארוחה בצורה כזאת שתהיה חגיגית, חלבית, ומותירה את כולם בהרגשה טובה?

1. התחילי בבחירת המאכלים החלביים (הייתי ממליצה על שני מאכלים). בחרי במאכלים שאהובים על המשפחה ושאת יודעת שמצפים להם.

שבועות כבר מציץ באופק הקרוב, ושיחות הנשים סובבות סביב מתכוני החג. החרוצות שבשכונה כבר שולחות דרישות שלום ריחניות שמגיעות עד לספסלי הגינה הציבורית, ומדרבנות גם אותך להתחיל בשלב הראשון ולתכנן תפריט.

עוד לא תכנת אחד כזה? אולי טוב שכך. אחרי שתקראי את השורות שלי, יהיה לך נעים יותר לערוך אותו. יש גם סיכוי טוב שתישאר לך אנרגיה לרשימת קניות כנספת.

מנהג קדום הוא לאכול מאכלי חלב בחג השבועות, ולמרות שגישת הבריאות הטבעית ממליצה להימנע מאכילת מוצרי חלב (בעיקר בגיל הבוגר - 30 ומעלה), ללא ספק זה בדיוק הזמן כן לשלב מוצרי חלב ולשמר את המנהג.

למרות זאת אני כן רואה צורך לפקוח קצת את העיניים ולזהות האם לא הגזמנו קצת ב'הידור מצווה'. האם





2. לצד המאכלים החלביים הוסיפי תוספות פרווה. פשטידות, מרקים, מאפים.

3. שלבי שפע ירקות בארוחה. תוספות חמות המתבססות על ירקות וסלטי ירקות חיים. סלטי ירקות יכולים להפוך לחגיגה של ממש כשאת משלבת צבעים ומרקמים שונים ומעשירה עם רטבים ותוספות מיוחדות (רעיונות לרטבים ותוספות תמצאי באתר).

4. לעיצוב השולחן וצורת ההגשה יש תרומה משמעותית לאווירה, לא פחות מהתפריט עצמו. חפשי השראות לשולחן שייצר לכם אווירה נעימה וחגיגית.

תוכלי למצוא באתר רעיונות לעיצובים בחלות (חלת פרח, חלת ספר תורה, חבקי חלות).

עכשיו אני בטוחה שגם ההכנות לחג יעברו עלייך בצורה קלילה ומהנה יותר. מאחלת לך חג שמח ושנזכה שע"י ההשקעה בארוחות החג נגביר אצל ילדינו את האהבה לתורה ומצוותיה.

נהנית לקרוא? רוצה לדעת עוד?

כדי לקבל כל פוסט חדש לתיבת המייל שלך, הרשמי באן

מסלול לכותבות מתחילות
מסלול ייעודי לכותבות מנוסות
ליווי אישי בכתיבה

כתיבה יוצרת - הסיפור האמיתי

להרשמה: 0548-436-780

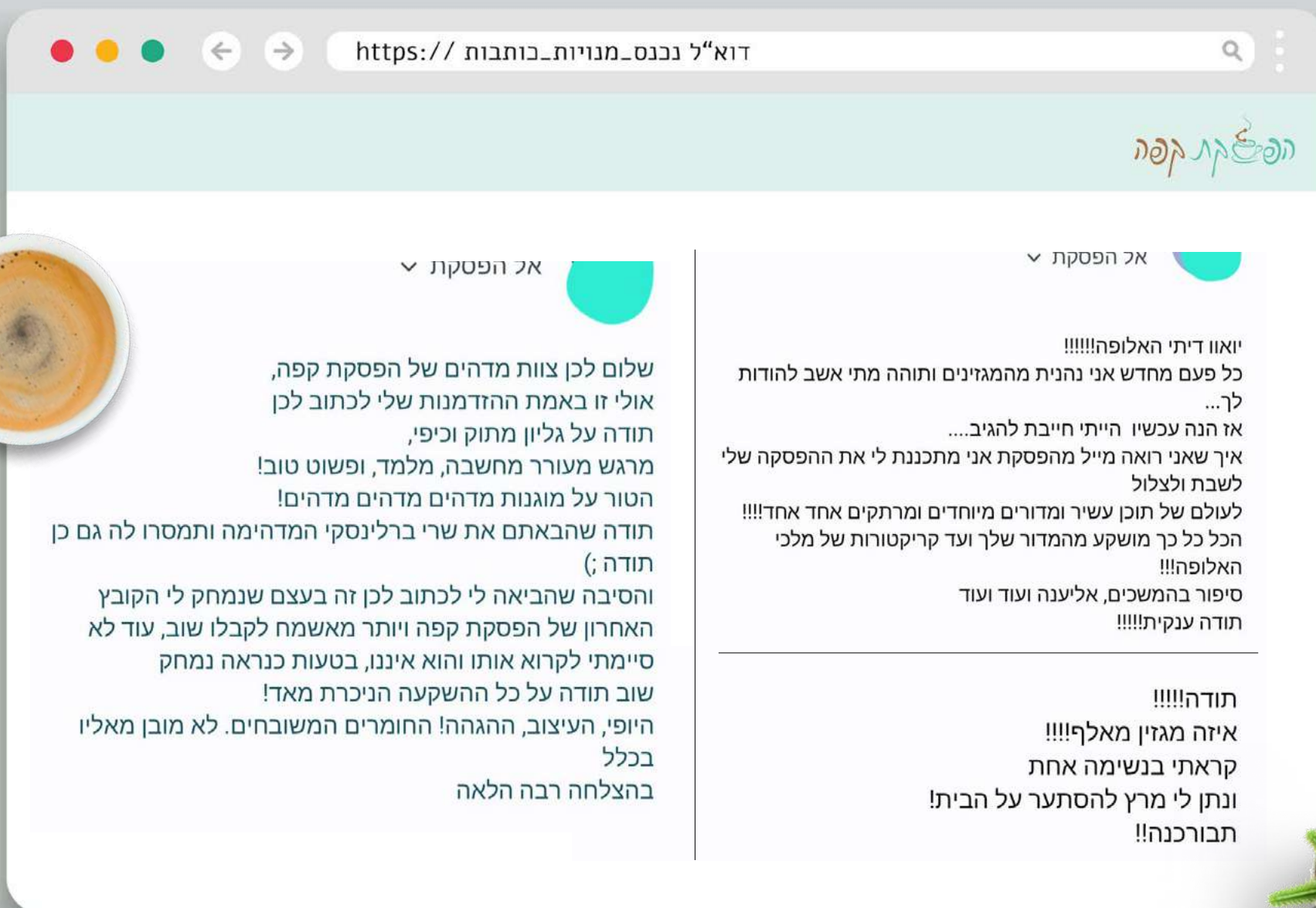
Or.h1@bezeqint.net





דוא"ל נכנס

מנויות
כותבות



אל הפסקת

שלום לכן צוות מדהים של הפסקת קפה,
אולי זו באמת ההזדמנות שלי לכתוב לכן
תודה על גליון מתוק וכיפי,
מרגש מעורר מחשבה, מלמד, ופשוט טוב!
הטור על מוגנות מדהים מדהים!
תודה שהבאתם את שרי ברלינסקי המדהימה ותמסרו לה גם כן
(תודה ;)
והסיבה שהביאה לי לכתוב לכן זה בעצם שנמחק לי הקובץ
האחרון של הפסקת קפה ויותר מאשמח לקבלו שוב, עוד לא
סיימתי לקרוא אותו והוא איננו, בטעות כנראה נמחק
שוב תודה על כל ההשקעה הניכרת מאד!
היופי, העיצוב, ההגהה! החומרים המשובחים. לא מובן מאליו
בכלל
בהצלחה רבה הלאה

אל הפסקת

יואוו דיתי האלופה!!!!!!
כל פעם מחדש אני נהנית מהמגזינים ותוהה מתי אשב להודות
לך...
אז הנה עכשיו הייתי חייבת להגיב....
איך שאני רואה מייל מהפסקת אני מתכננת לי את ההפסקה שלי
לשבת ולצלול
לעולם של תוכן עשיר ומדורים מיוחדים ומרתקים אחד אחד!!!!
הכל כל כך מושקע מהמדור שלך ועד קריקטורות של מלכי
האלופה!!!!
סיפור בהמשכים, אליענה ועוד ועוד
תודה ענקית!!!!!!

תודה!!!!!!
איזה מגזין מאלף!!!!
קראתי בנשימה אחת
ונתן לי מרץ להסתער על הבית!
תבורכנה!!







דוא"ל נכנס

מנויות
כותבות





דוא"ל נכנס_מנויות_כותבות

הפסקת קפה

אל הפסקות

למה הגיליון חסום השבוע?? 😞

נטפרי לא נותן לי לפתוח. (שמרתי לי את המייל הזה לרגע של שקט ובסוף לא יכולה להכנס:)

ואול זאת ההזדמנות להגיב סוף סוף, על עיתון מושקע ומיוחד! ובעיקר- על הסיפור עוצמת לרווחה....מחכה לכל פרק בכיליון עיניים!!

סיפור מאלף ומיוחד

נוגע ברגישויות הכי דקות של החיים, זוגיות והתמודדויות מורכבות יותר.

כתוב בצורה כל כך נעימה ונוגעת, ואמיתית

אוהבת את התוכן המקצועי! שנמצא שם, הזווית של המטפלת, תהליך הטיפול, וההתמודדות בשטח

מרגישים שזה נכתב מתוך ידע, והכרות כואבת עם הזירה הזאת.....

אל הפסקות

שלום וברכה!

איזה כיף כל פעם מחדש לפתוח אימייל ולגלות מחדש שהפסקת קפה מופיע כבר אני אוכל לקרוא ללמוד להחכים ולהתרגש מכל המדורים שעושים לנו כיף

אך הפעם איזה עצוב נטפרי חסמו את הקישור

אשמח לקבל בקובץ מצורף שאוכל להנות ולא להישאר במתח ממדורי ההמשך תודה ענקית!

מעריכה ואוהבת! מלי!

אליענה...

מה את עושה ליי???

אני יושבת פה ומררת בבכי מול המסך...

שתהי בריאה!

הפסקת קפה

60



דוא"ל נכנס

מנויות
כותבות



דוא"ל נכנס_מנויות_כותבות https://

הפסקת קפה

אל הפסקת

שלום רב לכל צוות הפסקת קפה המדהים ולדיתי המיוחדת.
אני קוראת קבועה של המגזין ומאוד נהנית כל פעם מחדש.
המגזין מושקע, מענין, איכותי, מכיל תוכן חשוב ורלוונטי והכי חשוב שמור ומכובד.
הכול כתוב באופן צנוע ומוקפד, העיצוב והגרפיקה מושכים את העין, בקיצור- תענוג!
האמת, שאת כל המיילים של ההגרלה היומית פתחתי עד עתה
ואף פעם לא ידעתי שאני אמורה לראות תמונה שמוטמעת בגוף המייל, לולא קראתי זאת במייל המצ"ב.
אשמח ליותר פרוט למה הכוונה.
תודה.

תגובת המערכת:

כל מי שמנויה לפלטפורמת נס קפה ומקבלת מייל יומי עם ההגרלות- יש לשים לב כשאת פותחת את המייל שאת רואה את התמונה של הכותרת. אם היא חסומה לך השיבי במייל חוזר: פתחתי.

אל הפסקות

המדור כפית סוכר וחצי מוצלח השבוע באופן מיוחד.

אל הפסקות

שלום דיתי היקרה
אין מילים על מגזין איכותי שווה ומלא בתוכן מוקפד אוהבת את הטור הפותח שלך הוא מרגיש לי אמיתי וכנה מאד נהנית מהכתבות של שרי ברלינסקי שלדעתי ממש קריטיות....
יש דרך ליצור איתה קשר במייל או משהו כזה??
תודה ותצליחי תמחד

תגובת המערכת:

המייל של שרי ברלינסקי
merchavmugan100@gmail.com



מזל חזוט
550 ₪

Kids basic
קידס בייסיס
550 ₪

זוכות בהגרלת ערב פסח התגובות



אל אני ✓

דיתי יקרה וכל הצוות
תודה רבה על הזכיה, איזה כיף!!!
הופתעתי לגמרי כשקבלתי את ההודעה על הזכיה 🥳
נרשמתי בערב פסח להגרלה ומיד אחכ שכחתי מזה..... גם את
החשבונית שמרתי בלי שום סיבה מיוחדת

אני מאוד !!!! נהנת מהמגזין, הטורים והכתבות
ונחמד גם לקבל בונים לקנות לי שמלה

בתאריך יום ב', 8 במאי 2023, 13:36, מאת הפסקת קפה
<hafsakatcaffe@gmail.com>:

אל אני ✓

תודה ענקית!!!
זה היה ממש במקום
הפתעה כזאת נחמדה
אני חייבת לציין שהחנות באמת נתנו שירות מעולה
לא היתה לי את החשבונית לשלוח לכם כהוכחה על הקנייה,
התקשרנו לחנות ותוך זמן קצרת הם שלחו לנו את החשבונית
ממש נהננו
ועוד נהנה מהאוכל....
תודה תודה על הכל!

גולדיס
500 ₪

ליטל עמאר
550 ₪

Chen
חן פאשן
350 ₪

To: <hafsakatcaffe@gmail.com> הפסקת קפה

ממש הופתעתי לראות את המייל עם הודעת הזכיה, אני בד"כ
לא מ"אלה שזוכות"...
ואני כבר ממתינה לממש את הזכיה.
תודה תודה!

To: <hafsakatcaffe@gmail.com> הפסקת קפה

בוקר טוב ומבורך!!
אין לי מילים
פשוטו כמשמעו
הזכיה היתה מרגשת במיוחד
הגיע בדיוק בזמן ההנכון
יצאתי עם 2 שמלות יפיפיות (שבת וימחול)
ואפילו נשארת עם זיכוי נוסף של 20 ש"ח :)
ובלי קשר- הכרתן לי חנות חדשה עם סחורה יפיפיה!

(גילוי נאות- אני חסידית, ותמיד ידעתי שבחנות הזו יש דברים
שהם לא ממש הסגנון שלי, והיות ועכשיו הייתי "חייבת" למצוא
שם משהו- עברתי על כל הסחורה- והנה מצאתי 2 דברים ממש
יפים שבהם עברו את האישור של בעלי והמשפחה...)
יש לומר שהחנות הזו נכנסה לרשימת החנויות שאפשר למצוא
בהם ביגוד יפה, צנוע ולא יקר!!

אל אני ✓

הי,
איזה כיף!!!
אני לא מאמינה
אין על המגזין שלכם הוא היה מושלם
המתכונים בפסח היו אלופים! ניסיתי כמה - יצאו מדהים אחד
אחד
כל הגיסות התקשרו לבקש את המתכון
אשלח לך את הקבלה בהקדם
תודה רבה!

פיקצר פרפקט
550 ₪

להגרלה הגדולה על
חבילה בשווי 2,500 ₪
כבר הצטרפת??
לחצי כאן שלא תפספסי!!





ראיון

מגרמניה לסיני

השף תום פרנץ, שמחר חוגג 16 שנה לגיורו והצטרפותו לעם היהודי, מספר לנו את סיפורו מאז היותו ילד למשפחה גרמנית קתולית, ועד לגיור ולהקמת משפחה יהודית אמיתית.

כך זה התחיל

נולדתי למשפחה נוצרית קתולית בגרמניה לפני 50 שנה בדיוק... ללא שום היכרות עם העם היהודי. גדלתי לא דתי ומעולם לא האמנתי באלוקים או במשהו כזה...

מתנדב

בגיל 16 ראיתי יהודים בפעם הראשונה. זה היה כאשר הגיעו תלמידים מהארץ לבית הספר שלי בגרמניה. פעם ראשונה התוודעתי לעם הזה, וראיתי שהוא חי וקיים.

הצטרפתי למשלחת מבית הספר שלי והגעתי איתם לארץ, לראשונה בחיי.

חזק ממני

למרות שלא ידעתי כלום, הגעתי לארץ והרגשתי חיבור עמוק. משהו שגדול ממני. בהשגחה פרטית מוכלאה הצלחתי להמיר את השירות הצבאי שלי בגרמניה לשנה וחצי של התנדבות בארץ מטעם ממשלת גרמניה.

לכגוש את ההיסטוריה

שנה וחצי הייתי כה. התנדבתי בבתי אבות ובמחלקות סוכניות, ולראשונה כגשתי את ההיסטוריה בלייב. כגשתי ניצולי שואה, ראיתי מספרים על היד, ובעיקר - שמעתי מהם על החיים בגרמניה לפני המלחמה,

ועל המלחמה עצמה. זאת הייתה

חווייה חזקה מאוד, להיחשף

להיסטוריה פנים מול פנים.

הבנתי משהו שטלטל

אותי: הדור של הסבים

שלי - זה הדור של

הנאצים! אני והחברים

שלי כולנו נכדים לאותו

דור שרובו - בפועל או





ראיון

בכסיביות - היו שותפים להשמדת היהודים הנוראה.

גוי בשבת

נחשפתי לשבת בעיקר במקומות הפחות נחמדים שלה... בתי חולים במתכונת שבת, אוכל מחומם ולא טרי, אבל במקביל גם הוזמנתי לשבתות ולחגים וראיתי גם את היופי של היהדות.

השגחה פרטית

חודש וחצי לפני סיום ההתנדבות, כשאני מתחיל לארוז ולהיפרד, בטוח שלא אשוב לפה יותר, עברתי תאונה וכמעט איבדתי את החיים שלי. האירוע הזה טלטל אותי, ואז, לראשונה, שמעתי ממישהו קרוב, חוזר בתשובה, על המושג 'השגחה פרטית'. אמנם לא ידעתי לקרוא לזה ככה, אבל לראשונה בחיי התוודעתי למציאות שהכול מושגח, שהכול מכוון מלמעלה. הגם שהייתי נוצרי, מעולם לא האמנתי באלוקים, וכאן לראשונה אני שומע משהו שתופס אותי חזק מאוד.

על מי מנוחות

חזרתי לגרמניה. למדתי משפטים. בסיום 7 שנות לימודים הוסמכתי להיות שופט והתחלתי לעבוד. עבדתי במשרד עורכי דין בין-לאומי. חיי התנהלו כחות או יותר על מי מנוחות.

ביום ההולדת 30 עצרתי לחשוב קצת על החיים וניסיתי לבדוק האם אלה החיים שאני רוצה לחיות: קריירה, עבודה, אולי משפחה של ילד-שניים.

הבנתי שאם אני אמשיך ככה, במסלול החיים הזה, אני ארגיש שפספסתי משהו גדול שאני אמור לעשות, וידעתי שהאמונה והחיבור שלי לארץ וליהדות לא יתנו לי מנוח.

אמונה

מדהים היה שברגע שקיבלתי את המושגים





ראיון

אלוקים והשגחה פרטית - זה התחבר לי מיד עם היהדות. היה ברור לי בלי שום חיפוש, הרהור או ספק, שהיהדות והקדוש ברוך הוא - זו האמת וזו הדרך.

בארץ לא זרועה

עזבתי הכול בגרמניה ובגיל 31 עליתי לארץ, להתגייר. זה לא היה קל. הייתי בסטטוס תייר, אף אחד לא הסביר לי פנים ולא בא לקראתי לעזור לי או לקבל אותי בשמחה. במשרד הפנים אומרים שאם הרבנות לא מקבלת אותי, הם לא יכולים לתת לי אזרחות, וברבנות אומרים לי שאם אני לא אזרח הם לא יכולים לעזור לי...

בברית יחד

ידעתי שאני כהן, הרגשתי חזק שזה מה שהקב"ה רוצה ממני. הוא משך אותי לפה וזה מה שאני צריך לעשות, ואני אעבוד קשה כדי להגיע ליהדות שלי. לבד לבד הלכתי. למדתי עברית, למדתי יהדות,

למדתי הלכות. עשיתי צעד שיוכיח לי, לקב"ה ולכולם שאני רציני - הלכתי לעשות ברית. פרוצדורה ניתוחית לא קלה, אבל היה חשוב לי לעשות את הצעד הזה.

שהחיינו

בתום שנתיים של צעד ועוד צעד, בדרך שמעולם לא הייתה קלה, עם הרבה מחסומים ואנשים שניסו לייאש אותי - זכיתי להצטרף לעם היהודי. בכ"ח באייר, לפני 16 שנה - עיתוי מדהים של יום ירושלים וכמה ימים לפני חג השבועות - זכיתי להצטרף לעם היהודי.

האיש המקדש

מיד אחרי שהתגיירתי ידעתי שהצעד הבא שלי הוא מציאת אישה והקמת בית בישראל. אחרי תפילה עמוקה





ראיון

קולינריה

ובדרך מופלאה הכרתי את אשתי, שחזרה בתשובה אחרי. זכינו להקים בית יהודי, חמישה ילדים, הבנים בתלמוד תורה והבת לומדת בבית יעקב. זכות.

פערים

גדלתי בבית גרמני, אירופאי. אוכל נקי, לבן. דג עם טיפה מלח, כלפל, אולי קצת לימון. כשהגעתי לארץ והתחתנתי עם אשתי - שמגיעה מבית מרוקאי - כתאום גיליתי שהדג אדום, חריף, מלא רוטב. זה היה לי הלם תרבות. לקח זמן עד שהתרגלתי

ולמדתי לאהוב גם את הטעמים האלה.

שבועות

חג שמרגש אותי בכל שנה בחדש, כי הוא מגיע מיד אחרי תאריך הגיור שלי. חג מתן תורה הוא חג אישי בעבורי. אמנם כל עם ישראל עמדו בהר סיני וקיבלו את התורה, אבל אני הרגשתי את זה באמת! אני יודע מה קיבלתי, במה זכיתי, ומה יכולתי לפספס...

שלושה:

מנה יהודית בשבילך - צ'ולנט.

חומר הגלם האהוב - טיפול מסור בבצל בתחילת כל מנה.

חומר גלם שלא אגע בו - דג נסיכת הנילוס מהמקפאי.



ברוסקטות סלט ירקות קלויים ופירורי פטה | שף תום פרנץ



ביסים

מתכונים מנצחים

מנת פתיחה קלילה להכנה וטעימה מאוד. כיף להכין מגש של ברוסקטות לאירוח או להניח אחת או שתיים על הצלחת כמנת פתיחה. היתרון הוא שאת הירקות הקלויים לסלט אפשר להכין מראש, וכך לפני ההגשה כל שנותר הוא לקלות את הברוסקטות, להרכיב ולפזר פטה. תרגישו חופשי להחליף את הירקות בירקות אחרים. זה יצא טעים. קחו ממני רק את הרעיון.

המצרכים:

- 1 חציל קטן חתוך לקוביות
- 1 פלפל אדום חתוך לקוביות
- 1 בצל סגול חתוך לקוביות
- 1 זוקיני חתוך לקוביות
- 4 כפות שמן זית
- 1 שן שום כתושה
- $\frac{1}{2}$ כפית טימין יבש
- $\frac{1}{2}$ כפית סוכר חום
- מלח ופלפל לפי הטעם

להגשה:

- 1 בגט כפרי חתוך לפרוסות (בגט רוסטיקו)
- שמן זית
- אפשר - שן שום כתושה
- 100 גרם פטה טובה מפוררת לפירורים

אופן ההכנה:

מחממים את התנור לחום של 180 מעלות. מרפדים תבנית בנייר אפייה. מערבבים את כל הירקות החתוכים לקוביות בקערה גדולה עם שמן הזית, השום, הטימין, הסוכר החום, מלח ופלפל לפי הטעם. מערבבים היטב כך שכל הירקות יצופו בשמן. אופים כ-25 דקות עד שהירקות רכים. מוציאים מהתנור ומחזירים לקערת הערבוב עם נוזלי הצליה. מערבבים ומועכים מעט, ממש מעט, רק שישתחררו הנוזלים ויתנו מרקם אחיד לסלט. טועמים ומתקנים תיבול.

לפני ההגשה מחממים תנור לפונקציית גריל ל-200 מעלות.

פורסים את הבגט לפרוסות דקות ויוצקים מעט שמן זית לקערה (עם שן שום כתושה, אם רוצים). מברישים את הפרוסות בשמן ומפזרים מעט מלח. קולים בתנור כ-10 דקות עד להזהבה.

להגשה עורמים כך גדושה מהסלט ומפזרים פירורי פטה.



לחמניות חלב עננים רכות | שף תום פרנץ

מתכון נפלא ללחמניות רכות, אווריריות ממש. לחמניות עננים. הכיף - קלות להכנה והגבינה כבר בפנים. אפשר להכין בצק ולשמור במקרר כמה ימים. בכל פעם ליטול מעט בצק ולאפות לחמניות לאותו יום.

אופן ההכנה:

מחממים את החלב וממיסים בו את החמאה (המסה מלאה) והמלח. שומרים בצד ומחכים שיצטנן מעט.

מעבירים את הקמח לקערת לישה גדולה, מוסיפים את הסוכר, תערובת החלב, הביצים והמים ומתחילים ללוש. מוסיפים פנימה את המוצרלה ולשים ביד עד לקבלת בצק רך, גמיש, חלק ונוח. ממשיכים ללוש על משטח העבודה.

לשימוש מידי - משמנים את הבצק במעט שמן ומעבירים להתפחה בקערה עד שהוא מכפיל את נפחו. מחממים תנור ל-180 מעלות, יוצרים כדורי לחמניות ומעבירים במרווחים לתבנית מרופדת בנייר אפייה. מתפחים שוב ומברישים בביצה טרופה. אופים בתנור החם עד להזהבה.

אם רוצים לשמור את הבצק במקרר ולאפות בכל פעם קצת - בשלב סיום הלישה מעבירים לקערה משומנת ומשמנים קלות את הבצק, מכסים בבד ובמכסה ומעבירים למקרר. בכל פעם שרוצים לאפות, לוקחים בצק וממשיכים לפי ההוראות לעיל.

המצרכים:

- 240 מ"ל חלב (כוס)
- 100 גרם חמאה
- כפית מלח
- 700 גרם קמח שמרים (5 כוסות)
- 50 גרם סוכר (רבע כוס)
- 2 ביצים טרופות
- 120 מ"ל מים חמימים (חצי כוס)
- 1 כוס גבינה מגוררת (מה שאתם אוהבים. אני משתמש במוצרלה - אפשר כל גבינה קשה מגוררת)
- ביצה טרופה להברשת הלחמניות



ביסים

מתכונים מנצחים



תפוצה קלה

פיצה עם קראסט ממולא בגבינה | שף תום פרנץ



ביסים

מתכונים מנצחים

אין כמו ריח של פיצה טרייה שנאפית בתנור הביתי. תום פרנץ מגיש לכם את מתכון הבית שלו לפיצה עם בצק קל להכנה, רוטב מושלם והפתעה נמסה שמחכה לכם בקראסט - אף אחד לא ישאיר את הקשה של הפיצה הזאת על הצלחת, כי בפיצה הזו הקראסט ממולא בגבינת מוצרלה נמסה...! | מצרכים - ל-2 פיצות בינוניות

המצרכים:

לבצק:

כפית מלח

500גרם קמח שמרים (או קמח רגיל מנופה בתוספת כף שמרים יבשים)

2כפיות סוכר

4כפות שמן זית

240מ"ל מים חמימים (כוס)

לרוטב העגבניות:

2שיני שום כתושות למחית חלקה

1כפית אורגנו יבש

2כפיות דבש או סוכר חום

1כפית כפריקה מתוקה

קורט של צ'ילי - אם אוהבים חריפות

מלח לפי הטעם

פחית עגבניות מרוסקות MUTTI

במשקל 400 גרם

3כפות שמן זית

לאפיית הפיצה

500גרם גבינת מוצרלה מגוררת

(כ-150 עבור הקראסט ל-2 פיצות,

והשאר לפיזור על הפיצה)

שמן זית להברשת הבצק

עלי בזיליקום טריים להגשה

אופן ההכנה:

מניחים בקערת המיקסר עם וו לישיה את המלח ומעל מניחים קמח, סוכר, שמן זית. מתחילים בהפעלה במהירות נמוכה בינונית, ומתחילים להוסיף פנימה בזילוף כוס מים. נותנים למיקסר ללוש את הבצק עד שהוא הופך לכדור בצק אחיד, אלסטי וגמיש שנתפס על וו הלישה. אם יש צורך מוסיפים עוד מים. (אפשר לעשות את כל התהליך גם בלישה ידנית).

מעבירים את הבצק לקערה, מכסים בניילון נצמד, מניחים במקום חמים במטבח ומתפיחים כחצי שעה.

אחרי התפיחה מעבירים את הבצק למשטח העבודה, חוצים ל-2 ולשים

בחזרה לכדור. משטחים אותו מעט ומרדדים לעיגול דק ואחיד (בעובי חצי ס"מ בערך).

מניחים על גבי תבנית תנור עגולה מרופדת בנייר אפייה (אפשר להשתמש בתחתית של תבנית עוגה מתפרקת), כאשר שולי הבצק, בערך 3 ס"מ, משורבבים מעבר לשולי התבנית.

ממלאים 'טבעת' של גבינת מוצרלה לאורך הקוטר הפנימי של עיגול הבצק בתבנית, ומהדקים מעל את שולי הבצק שהשארנו לכך. צובטים את הבצק בחיבור ודואגים שהגבינה תהיה דחוסה בפנים.

מפזרים 3-4 כפות מהרוטב על בסיס הפיצה, ומפזרים את הגבינה מעל. מברישים שמן זית על שולי הבצק.

מעבירים לתנור שחומם מראש ל-180 מעלות לאפייה של כ-20 דקות, או עד שהבצק אפוי וזהוב והגבינה מבעבעת. מוציאים מהתנור, מפזרים עלי בזיליקום (לא חובה) ממתינים כ-5 דקות, חותכים למשולשים ומגישים מיד.



עוגת גבינה שמנת בסגנון ניו יורק | שף תום פרנץ



ביסים

מתכונים מנצחים

עוגת גבינת שמנת בסגנון הניו יורקי היא אחת מעוגות הגבינה הכי טעימות שאני מכיר. העוגה מבוססת על גבינת שמנת בכמות גדולה, אני יודע, אבל שבועות חל רק פעם בשנה אז אפשר לפרגן לעצמנו... יש בה ביצים וחלבונים שמוסיפים למרקם העשיר והחלק של העוגה.

באופן כללי, כשאתם מכינים עוגות גבינה אפיות, מומלץ להשתמש בגבינה שאחוז המים שלה נמוך (לדוגמה: גבינת טוב טעם). ניתן גם לסנן גבינה לבנה רגילה למשך לילה. עודף נוזלים בעוגת גבינה גורם לתפיחה ולקריסה לאחר האפייה. כשמסננים את הגבינה, אחוז המוצקים בגבינה גדל והעוגה יציבה יותר.

לעוגות גבינה בסגנון ניו יורק (כמו זאת) מומלץ לא לבחוש יותר מדי ולהקפיד שהחומרים יהיו בטמפרטורת החדר, כך שלא ייווצרו בועות אוויר לא רצויות שפוגעות במרקם הצפוף של העוגה.

מצרכים לעוגה בתבנית 24

אופן ההכנה:

מחממים תנור ל-180 מעלות, משמנים בחמאה תבנית 24 ס"מ. מכינים את הבסיס:

מערבבים בקערה את החמאה המומסת עם פירורי הביסקוויטים. מהדקים את התערובת לשכבה אחידה לתחתית התבנית, אפשר להיעזר בתחתית של כוס כדי להדק את הביסקוויטים.

אופים בתנור 10 דקות ומוציאים לצינון לטמפרטורת החדר, עד שמכינים את הבלילה בינתיים.

מנמיכים את חום התנור ל-160 מעלות, ומכינים את הבלילה:

בקערה גדולה טורפים יחד את גבינת השמנת והסוכר לתערובת חלקה. מוסיפים את השמנת החמוצה והקמח וטורפים שוב. מוסיפים את הביצים והחלבון אחת אחת (רק אחרי שאחת נטמעת, מוסיפים את הבאה). מוסיפים את תמצית הווניל ומערבבים היטב. שימו לב: הפעולה כאן היא לא הקצפה. אנחנו לא רוצים אוויר בתערובת. הפעולה היא טריפה או ערבוב.

יוצקים את הבלילה על תחתית הביסקוויטים האפיה ואופים 45 דקות, עד שהשוליים מזהיבים מעט. העוגה באמצע תהיה עדיין קצת רכה בתזוזה, וצבע בהיר לבן במרכז. השולים הם אלו שיזהיבו בעיקר.

משאירים את דלת התנור מעט פתוחה ונותנים לעוגה להצטנן בתנור. זה מונע סדקים בעוגה. כשהתנור קר לחלוטין, גם העוגה הצטננה ואפשר להוציא אותה. היא משתבחת לאחר יום במקרר, כך שעדיף להכין יום מראש. אפשר להגיש עם מרקחת פירות יער, עם שמנת חמוצה או עם קצפת.

המצרכים (לעוגה בתבנית 24)

עבור הבסיס הפריך:

150גרם ביסקוויטים (פתי בר או לוטוס) טחונים דק

75גרם חמאה מומסת

מעט חמאה לשימון התבנית

עבור הבלילה:

900גרם גבינת שמנת 25% שומן ומעלה

200גרם סוכר לבן (כוס)

200גרם שמנת חמוצה (גביע)

3כפות קמח מנופה

3ביצים + חלבון טרופות

2כפיות תמצית וניל



עוגת גבינה אפויה קלאסית ללא גלוטן | שף תום פרנץ



ביסים

מתכונים מנצחים



עוגה קלה להכנה שתמיד מצליחה, ללא גלוטן, ללא בצק, כך שיש רק מרקם נוח ונעים כל כך של הגבינה האפויה. מבטיח לכם תוצאה מושלמת. עקבו אחר ההוראות ויצא לכם פיקס. אל תתפתו לחשוב שהיא לא אפויה ולפתוח את התנור. אם אפיתם בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות למשך 50 דקות - היא אפויה. אין צורך לפתוח את התנור. סוד ההצלחה של המרקם הנימוח הוא לתת לעוגה להצטנן בתנור כבוי, לנוח ולצנוח מעט, לאט, בקצב שלה. הסבלנות משתלמת במקרה הזה, וזה ההבדל בין עוגה טעימה לעוגה מושלמת.

המצרכים לתבנית 26

750 גרם גבינה לבנה 5%

1 מכל שמנת חמוצה (200 מ"ל)

$\frac{3}{4}$ כוס סוכר לבן - 150 גרם

5 ביצים L

$\frac{1}{2}$ שקית אבקת אינסטנט פודינג
וניל (40 גרם)

לציפוי:

אבקת סוכר

או

מכל שמנת לקצפת מוקצפת
עם 2 כפות סוכר

אופן ההכנה:

מחממים תנור ל-180 מעלות.
משמנים תבנית ומרפדים בנייר
אפייה.

מפרידים את הביצים לחלבונים
וחלמונים. את החלבונים

מעבירים לקערת המיקסר ואת
החלמונים לקערה גדולה.

לקערת החלמונים מוסיפים את
הגבינה הלבנה, השמנת החמוצה
והפודינג, ומערבבים היטב.

מקציפים את החלבונים בקערת
המיקסר תוך כדי הוספת הסוכר
בהדרגה, מקציפים עד לקבלת קצף
יציב.

מקפלים את הקצף בזהירות
לתערובת הגבינה.

יוצקים את התערובת לתבנית
ומכניסים לתנור החם לאפייה של
50 דקות עד שהיא מזהיבה יפה.
מכבים את התנור בתום האפייה אך
לא מוציאים את העוגה, מניחים לה
להצטנן בתנור.

מגישים עם אבקת סוכר מפודרת
יפה מעל, או למשקיענים -
מקציפים את השמנת המתוקה עם
2 כפות סוכר ומיישרים באופן אחיד
על העוגה או בזילוף עדין.



גוז'אר (Gougères) - כחזניות גבינה מהמטבח הצרפתי | שף תום פרנץ



ביסים

מתכונים מנצחים

גוז'ר הן כחזניות גבינה מלוחות שמקורן בחבל בורגון, שם גם מייצרים את חרדל הדיז'ון ושם נוצר הביץ' בורגוניון, כך שהן באות מ'בית טוב'. זהו מתאבן נפוץ מאוד בצרפת, במסעדות מעוטרות כוכבים וגם כשמבקרים חברים לארוחת ערב קלילה. הכחזניות עשויות מבצק רבוך עשיר בחמאה ובגבינות קשות כגון אמנטל או גרוייר, הן אווריריות וטעימות להפליא, במיוחד הישר מהתנור. מה שאני הכי אוהב בהן, שהן כל כך פשוטות להכנה ועם זאת כל כך מרשימות, ותמיד מצליחות.

המצרכים:

30-35 כחזניות (בגודל אגוז מלך, בערך)

250 מ"ל מים (כוס)

100 גרם חמאה מלוחה

150 גרם קמח לבן מנופה (כוס ורבע)

4 ביצים

180 גרם גבינת אמנטל או גרוייר מגורדת (2 כוסות. אפשר להשתמש גם בטל העמק או בכל גבינה צהובה אחרת בעלת טעם עשיר)

קורט אגוז מוסקט טחון

מלח ופלפל לפי הטעם

ביצה טרופה להברשה

אופן ההכנה:

מחממים תנור ל-180 מעלות ומרפדים תבניות תנור בנייר אפייה.

בסיר בינוני או בקלחת מביאים

לרתיחה חמאה ומים. מוסיפים את הקמח תוך כדי ערבוב מהיר מאוד (עדיף בכף עץ) ומורידים מיד מהאש. הבצק אמור להתגבש לכדור רך. מוסיפים את הביצים אחת אחרי השנייה. חשוב לערבב ולהטמיע את הביצה ורק אז להוסיף ביצה נוספת. גם אם נדמה שהתערובת מתפרקת או מתקשה מדי, תמשיכו לערבב. בסוף זה הופך לתערובת חלקה ונעימה. מוסיפים את הגבינה המגורדת, אגוז מוסקט, מלח ופלפל. טועמים ומתקנים תיבול.

מעבירים את התערובת לשק זילוף עם צנטר עגול רגיל ומזלפים עיגולים בערך בגודל של אגוז מלך. אם אין שק זילוף, אפשר לעצב כדורי בצק בעזרת שתי כפיות. להקפיד על מרווח בין המאפים היות שהם תופחים באפייה. מברישים בביצה טרופה (אפשר לפזר מעט גבינה מגורדת מעל) ומעבירים לאפייה בתנור החם ל-20-25 דקות, עד שהמאפים מזהיבים יפה. מגישים מיד.

אפשר להכין מראש ולהקפיא או לשמור במקרר. לחמם בתנור חם 5-7 דקות ולהגיש.



פירות העונה צלויים, מוגשים עם קרם מסקרפונה | שף תום פרנץ

טעם של קיץ מתפוצץ בפה עם הביס הראשון. זה קינוח נפלא לשבועות, טעים ממש ושם בקדמת הבמה את פירות הקיץ הנפלאים שלנו. אל תפחדו לשנות ולשחק עם הפירות שאתם אוהבים ומעדיפים. בצילום ישנם שזיפים, אבל אפשר לשלב ולגוון. שימו לב שפרי קשה יצטרך יותר זמן קירמול מפירות רכים.

מצרכים ל-6 מנות:

2 אגסים חצויים ומגולענים, כל מחצית חתוכה ל-3
2 תפוחים חצויים ומגולענים, כל מחצית חתוכה ל-4
2 שזיפים אדומים חצויים ומגולענים חתוכים ל-2
2 נקטרינות חצויות ומגולענות חתוכות ל-4
100 גרם חמאה
1/2 כוס סוכר דמררה
כפית תמצית וניל איכותית
קורט קינמון ואגוז מוסקט (או יותר - לפי הטעם)

לקרם המסקרפונה:

גביע גבינת מסקרפונה
מכל שמנת מתוקה לקצפת
1/2 כפית תמצית וניל איכותית

אופן ההכנה:

מקרמלים את הפירות:

מחממים חמאה וסוכר במחבת גדולה עד להמסת החמאה. מערבבים בכף עץ כדי שהסוכר לא ייחרך. מוסיפים פנימה את פרוסות התפוחים והאגסים ומבשלים כשמונה דקות עד שהם מתרככים קלות (תוך כדי ערבוב). מוסיפים את שאר הפירות ומבשלים כחמש דקות נוספות. מתבלים בווייל, קינמון ואגוז מוסקט. טועמים ומתקנים תיבול.

מקציפים שמנת מתוקה לקצפת רכה (אפשר להוסיף 2-3 כפות אבקת סוכר, לפי הטעם). מוסיפים פנימה את המסקרפונה והווייל ומערבלים במהירות נמוכה.

מגישים את המנה:

בצלחת הגשה מסדרים פירות מקורמלים, כך שבכל צלחת יהיו מגוון פירות, ומניחים לידם תלולית נדיבה של קרם.



ביסים

מתכונים מנצחים



מנויית נס קפה יקרה, שימי לב:

כל יום מתבצעת הגרלה. **כל יום** יש זוכה.

הזוכה בהגרלה הקודמת.

שם הזוכה מפורסם בתחתית המייל של היום הבא ולא נשלחת הודעה לזוכות. כדי לראות אם זכית עלייך להיכנס כל יום ולגלול לתחתית המייל, שם מפורסם שם הזוכה וכתובת מייל שאליה היא צריכה לפנות כדי לממש את הזכייה. שמנו לב שיש זוכות שלא פנו למימוש הזכייה. כנראה הן פספסו את ההודעה על זכייתן, וחבל. ממליצות לך לעשות חיפוש במיילים קודמים לבדוק אם זכית.

עוד לא התחברת ל'נס קפה'?
לחצי כאן והצטרפי.

נס קפה הוא דיוור יומי של מייל פרסומי. פתיחה של המייל מכניסה אותך אוטומטית להגרלה על מתנה בשווי 300 ש"ח. כדי לראות אם זכית בהגרלה של היום הקודם, עלייך לגלול לתחתית המייל.



להשכרה

להשכרה 2 שמלות של רחל סיטבון מקולקציות חורף החדשה, בגזרה עשירה ומחמיאה! נלבשו באירוע אחד בלבד. 500 שקל כל שמלה. הנחה ל-2 שמלות. 0548494759 brachi.e.r94759@gmail.com



שמלה להשכרה מידה 36/38 שח.גמיש. שמלה לילדה מידה 150 שח יש גם 2 כפיונים תואמים לבנים. 0546751842



להשכרה שמלה מהממת בצבע מיוחד מנטה (טורקיז יפה) שווה לראות ממש מיוחדת מידה 44 לפרטים 0527155367- (כיסוי ראש תואם)



שמלה להשכרה מידה 36/38 שח.גמיש. שמלה לילדה מידה 150 שח יש גם 2 כפיונים תואמים לבנים. 0546751842



למכירה בהזדמנות 4 שמלות שבת מהממות מידה 34-36 במחיר מצחיק ממש (: 0548424935 ניתן לקבל תמונות- cp0548424935@gmail.com

למכירה אמבטיה לעגלת יויו במצב חדש, צבע אפור, במ"ע 700 ש"ח 0533132847

להשכרה סט 6 שמלות מדהימות תפירה אישית מידות 34-42. ניתן לעשות תיקונים. ירושלים\ ביתר \ אחיסמך. 0527137307



להשכרה סט שמלות מהממות לנשים נערות וילדות, בצבע ורוד אפרסק. במידות 2,6,8,14,34,36,38,44 0504146129 malkaluria@gmail.com



למכירה/השכרה שמלת אירועים פייטים כחולה מידה 36. ושלוש שמלות לאירוע צבע בג' - של מלאנג' מידות 16,18,20 02-5871369



דרוש

מחפשת שמלות לאירוע במידות 34,36,38,8,6,4,2,1,1,1 0504176776

דרושה שמלה לחתונה, מתאימה לסוף ה. מידה 42 בבסיס (אני גבוהה). לפרטים/תמונות. br0533135847@gmail.com

מחפשת לקנות בייבי ג'אמפר (baby jumper) יד 2 במחיר טוב (עדיף על מתקן) 0548496084

למכירה

למכירה שולחן קפה במצב מעולה, לא היה כמעט בשימוש. מתאים לפינת ספות/לפינת המתנה במשרד וכד'. מידות: 90 ס"מ כל צלע, גובה 30 ס"מ. מחיר: 250 ש"ח בלבד. עיר: בית שמש 0504127165



להשכרה שמלות מושלמות משובשי יגודיוב, מידות S, L + סט לתינוקות לפרטים: esti7649366@gmail.com



למכירה פאה מדורגת עם תנועה במצב מעולה, שיער איכותי ביותר. היתה בשימוש מועט, נמכרת עקב חוסר התאמת העיצוב לפנים, ברמות - ירושלים, רק 3800 ש"ח, 052-7663060 מתאימה גם לייבוש טבעי.



למכירה בבית שמש, שולחן סלון +7 כסאות במצב מצוין (כסא אחד עם ידיות), ש2000 לפרטים 052-7627670 02-9999803



למכירה עגלת תאומים מאונטין באגי שחורה במצב מצוין, לפרטים: הודיה - 0504131993



מיד ליד

להשכרה

להשכרה 6 שמלות
תפורות תחרה לבנה
וביטנה מלמטה מוקה
אורך מידי לפרטים:
l77107710@gmail.com
0583247710



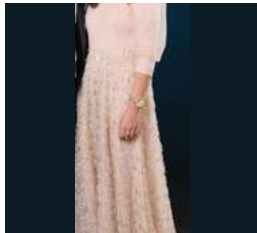
להשכרה/ מכירה
שמלה שחורה
אלגנטית(רחל סיטבון).
מידה 42. נלבשה
פעמיים.
לפרטים 0527643005



להשכרה או למכירה
שמלות. קיים במידות
42 40 38
0527189010
0556785383



להשכרה שמלת ערב
של רחלי סיטבון, עומדת
מהמם על הגוף, רק
קוצרת מחמאות, נלבשה
פעם אחת!! מידה 40
250 שח בני ברק
טל: 0584452285



מגוון שמלות להשכרה בצבעים בדגמים
ומידות שונות במחירים זולים
לפרטים וקבלת תמונות: 0527120834

להשכרה 2 שמלות של רחל סיטבון בצבע
חמרה מידה 46 ארוכה ומידה 12 קצרה (נלבשו
פעם אחת) לפרטים 052-7179802

למכירה

להשכרה (250) או
למכירה (550)
שמלה חדשה מקיוטיז
מתאים למידה 42 ניתן
לעשות תיקונים
gili6599@gmail.com



למכירה שמלת אירועים
ממלנז'
נלבשה פעם אחת בלבד
מידה 10
150 ש"ח
052-7111819



למכירה!!!! נעליים
חתיכות למכירה.
מידה 40 גודל של 39.
נמכרות מחוסר התאמת
מידה. נעליים חדשות
ממש מהקופסה...
נקנו ב-140 ש נמכרות
ב-90 ש 055-6739643



למכירה חצאית קונספט
אפור - של "אפרת פאשן"
אורך long מידה L חדשה
עם תוית, לא נעשה בה
שימוש. המחיר הוא 189
נמכרת ב- 150 בבני ברק
ruchib723@gmail.com



למכירה 2 שמלות
יפהפיות מידות 6 ו-8
לפרטים נוספים
054-8456172
Shoshi300@gmail.com



למכירה בגד מטריף לשבת
מידה 2 שנרכש בחנות ליטל
פרינסס בירושלים, במחיר
250 ש"ח, נלבש פעם אחת
בלבד בשמחת תורה וקטן
עכשיו לבת שלי. מוכרת
ב125 ש"ח בב"ב.
0504153865



נעלי בנים לשבת מידה
26 של חברת נעלי גיל.
נמכר עקב טעות
במידה
70 ש"ח
055-6762320



למכירה: סרפן מעור
וחולצה, צבע שחור מידה
20, חדש - לא נלבש!
נמכר ב150.
ירושלים, 0583255939



2 שכמיות מהממות עם
צווארון פרוותי אחת - 90
ש"ח שתיהן ב-150 ש"ח
חדשות ולא היו בשימוש
כלל. (באחת השכמיות
נדרש תיקון קל ביותר)
e84612@gmail.com



למכירה במחיר שאסור
לפספס!!! כסא 'ביצה' שהיה
בשימוש כחצי שנה. מצב שמור
ומעולה. נמכר עקב קניית
כסא חדש. (יכול להיות שיש
צורך למען יציבותו המרבית
של הכסא-להרכיב את רגליו
מחדש). נמכר ב: 65(!)
050-600-7844



מיד ליד



תפוצת קפה

לוח קפה



דרושה

דרושה אחראית גביה

פיננסי: גביה בחברת הייטק מצליחה- טיפול שוטף בגביית תשלומים מלקוחות, ניהול תהליך הגביה מקצה לקצה לרבות עבודה שוטפת מול לקוחות, בנקים, ומערכות שונות. פירוט: • הוראות קבע • הנפקת קבלות. הנפקה ומעקב אחר דו"חות • עבודה עם מערכות פיננסיות שונות • ביצוע גביה בפועל מול הלקוחות- מענה ויצירת קשר עם לקוחות באופן שוטף ועקבי, מעקב אחר תשלומים. עבודת צוות מול מחלקת הכספים+ פגישות שוטפות

דרישות התפקיד: • יחסי אנוש ברמה גבוהה • הרבה גמישות • הגדלת ראש • יכולת למידה וחדות • מוסר עבודה גבוה • יכולת תקשורת טובה, סבלנות, שירותיות • אנגלית ברמה גבוהה מאד- כושר התבטאות טוב בכתב ובעל פה • יכולת עבודה צוות • סדר וארגון. ניסיון קודם בתפקיד גביה בתחום ההייטק יתרון משמעותי. קורות חיים ל- hadar@2bcloud.io

דרושה

דרושות מפתחות תוכנה.

דרישות התפקיד:
*היכרות עם CRM Dynamics
NodeJS, Javascript/Typescript
Angular/React
*ניסיון בהסבה מ CRM 2011 ל-Dynamics- יתרון משמעותי
*היכרות עם עולמות פיננסים- יתרון
-העבודה במרכז ההשמה של אור החיים-
קו"ח למייל: hasama@orhachayim.org

דרושה

דרושה מנה"ח עם ניסיון, למשרה חלקית

(2-3 ימים בשבוע, 6.5 שעות ביום)
מיקום המשרה: רמה ד', בי"ש.
הנה"ח שוטפת ועבודות אדמיניסטרציה.
40 ש"ח לשעה, ראש גדול חובה!
קו"ח למייל: cpa395577@gmail.com

דרושה

מבקרות מערכות מידע.

חברת רו"ח גדולה מגייסת מועמדות לתפקיד המשרה מתאימה לבוגרות תוכנה, מנהל וכלכלה ואף מורות למתמטיקה/תוכנה ואנגלית. התחום מאפשר התפתחות ולמידה של עולמות העבודה והניהול בארגונים גדולים בכלל ובתחומי מערכות מידע בפרט. דרישות התפקיד: * רקע בכלכלה/כספים/ חשבונאות/הנה"ח/ תוכנה ודאטה * ייצוגיות ויכולת לעבוד מול גורמים בכירים בישראל ובעולם * ניסיון תעסוקתי של שנה שנתיים ויותר - יתרון * המשרה מתאימה גם ליועצות מס בעלות שנתיים ניסיון, למורות למחשבים ולמנהלות חשבונות מוכשרות * אנגלית דיבור חובה
פרטים נוספים: * אפשרות לעבודה במרכז/ בירושלים * הכשרה וליזוי מקצועי מתמשך * צוות עבודה מקצועי ונעים * נדרשת מוכנות לעבודה בשתנאי לחץ בהיקף של 7.5 8.5 שעות
קו"ח למייל: hasama@orhachayim.org

לפרסום בלוח heshbonotcaffe@gmail.com

לוח קפה



דרושה

לחברת הייר פורס ומוטג הפאות KATE

דרושה מנהלת לוגיסטית

למילוי מקום של 6 חודשים.

דרישות התפקיד:

• ניסיון בעבודת מזכירות • תקשורת בין אישית

מעולה • דיוק וסדר • יכולת עבודה תחת לחץ

תנאים טובים למתאימה

קו"ח לשלוח לבתיה

office@hair-force.com

-העבודה בירושלים

דרושה

למשרדים של ארגון גדול עם הרבה אווירה והווי

דרושה מזכירה תושבת אלעד

עם ראש גדול, אמביציה, יכולת קליטה מהירה,

אחריות, מסירות ושלטה מלאה בישומי המחשב!

• תנאי שכר טובים! • תשלום על חופשות

• אווירה משפחתית • אפשרויות קידום

• ניסיון קודם - יתרון

לפרטים נוספים ושלחת קו"ח

אסתי 054-8418524

k.ovdim123@gmail.com

דרושה

דרוש/ה: חשב/ת שכר מנוסה

חשב/ת שכר מנוסה? זו ההזדמנות שלך

לצמוח איתנו ולחזק יחד איתנו את

מחלקת השכר בחברה.

מי אנחנו?

נעים להכיר, אנחנו חברת רו"ח משפחתית

בצמיחה שמאמינה בסביבת עבודה

נעימה שמאפשרת למידה והרחבת הידע

המקצועי.

איך יראה היום שלך?

הכנת משכורות ללקוחות החברה

• ליווי מקצועי של צוות חשבות השכר

מה נדרש ממך?

ניסיון בתחום של לפחות 3 שנים

• ניסיון בעבודה עם מכפל ושיקלולית

ניסיון ניהולי – יתרון

העבודה במשרה מלאה (ומתאימה מאד

לאימהות) עם אפשרות לעבודה חלקית

מהבית במגדלי ב.ס.ר שב"ב.

קורות חיים לשלוח ל: segev@nas-cpa.co.il

נופש

יחידת נופש מפנקת בטלזסטון, בקוטג'ים.

מרוהטת ומאובזרת ברמה גבוהה.

2 חדרי שינה כולל יחידת הורים.

8 מיטות + 2 מיטות מתקפלות.

מרפסת ענקית לנוף פנורמי.

לאמצ"ש/סופ"ש.

לפרטים: 052-7616512

לתמונות: b0527616512@gmail.com

דרושה

בבית שמש דרושה מזכירה לניהול משרד

(מילוי מקום). בעלת ראש גדול, יכולת זכרון

וקליטת נתונים מרובים עמידה בלחץ, וריבוי

משימות, שירותית, סבלנית

נסיון במחשבים - חובה!

ימים א'-ה' בין השעות 9:00-15:30

+ יום אחד בשבוע - יום ארוך 9:00-21:30

קו"ח ניתן לשלוח

korotbses@gmail.com

לפרסום בלוח heshbonotcaffe@gmail.com

דקה אחת + שתי חברות = מלאא מתנות!

הפסקת קפה

הפסקת קפה מגרילה לך
את החבילה הכי שווה אבר!

צרפי שתי נשים שעדיין לא חברות בקהילה שלנו
והכנסי להגרלה על חבילת שוברים מפנקתתתת

500 ש"ח לרכישת ביגוד ברשתות נבחרות

500 ש"ח לרכישת איפור

500 ש"ח בגולדיס - אוכל ביתי

300 ש"ח לאקססוריז לשולחן בקאזה בלה

500 ש"ח לרכישת תכשיטים

שובר לארוחה זוגית מפנקת

לחצי כאן כדי לצרף חברות *

*הכניסי רק חברות שוידאת קודם שהן מעוניינות להצטרף!