

מתכוני סלטים



תוכן - מתכוני סלטים

3	סלט הפתעה
3	סלט ולדורף
4	סלט חסה בסגנון פרובאנס
4	סלט חסה רענן וחגיגי
5	סלט חצילים ביתי במיקרוגל
5	סלט סיני
5	סלט סלק
6	סלט תפוחי אדמה
6	רוטב ויניגרט (1)
6	רוטב ויניגרט (2)

סלט הפתעה

מצרכים

750 גרם עלי תרד או חסות שונות
3 חופנים עלי רוקט (לא חובה)
300 גרם תפוחי עץ חתוכים
300 גרם פרי העונה – תות, מנגו, אפרסק.....
חופן אגוזי פקאן סיני

לרוטב

3 כפות שמן
3 כפות שמן זית
5 כפות דבש
3 שיני שום כתושות
3 כפות חומץ בן יין
חצי כפית מלח
רבע כפית פלפל שחור
1 כף סוכר

אופן ההכנה

לשים כל המרכיבים של הסלט ב- קערת פריזמה, לערבב כל חומרי הרוטב ב- שייקר ולשפוך על מרכיבי הסלט. לפזר אגוזי הפקאן. רצוי לפזר האגוזים סמוך מאוד להגשה כדי שיישארו פריכים.

* * *

סלט ולדורף

מצרכים

4 תפוחי עץ אדומים
6 גבעולי סלרי
60 גרם אגוזים
6 אגוזים
1 חסה עגולה
לקישוט - תפוח עץ אחד חתוך לפרוסות,

לרוטב: להעביר ל- שייקר מיץ מ- 2 לימונים.

6 כפות מיון
חצי כפית מלח ופלפל
1 כף חומץ הדרים
לשקשק, למזוג כ- 1 שעה לפני ההגשה.

אופן ההכנה

להניח חסה עגולה על צלחת ההגשה האלגנטית, או צדפה אלגנטית, שטופה ומסוננת ב- מייבש החסה.
לחתוך תפוח העץ ל- 4 רבעים, הסלרי ל- 2 חצאים. להניח ב- שף המהיר עם הלהב כל המוצרים הנ"ל למעט החסה.
לקצוץ לקוביות, לערבב שוב ולהעביר ל- קערה אקסקלוסיבית 1.1 ליטר או ל- צדפה אלגנטית לאחסון ולהגשה.

* * *

סלט חסה בסגנון פרובאנס

מצרכים

תערובת עלי חסה: מסולסלת, משי ועגולה (אמריקאית)
50 גרם אגוזי מלך קצוצים
1 גליל גבינת עיזים

לרוטב

150 מ"ל חומץ יין

200 מ"ל שמן קנולה או זית

250 מ"ל שמן (לשומרי גזרה – 50 מ"ל מים פושרים)

1 כף חרדל דיז'ון

מלח, פלפל

תערובת תבלינים של הפרובאנס (טימין, אורגנו, בזיליקום...)

אופן ההכנה

פורסים גליל הגבינה לפרוסות דקות בעזרת גלגלת הפלא וקולים אותן בגריל במשך 2-3 דקות. מניחים עלי החסה בקערת ים תיכון ומפזרים האגוזים מעל. מכניסים כל חומרי הרוטב ל- שייקר ומנערים היטב. יוצקים על הסלט כמות רוטב שמתאימה לגדלו ומערבבים. מסדרים מעל הסלט פרוסות גבינה. בעזרת התבלין מפזרים בנדיבות תערובת התבלינים ומגישים.

טיפ: בעונה ניתן להוסיף ענבים ירוקים

* * *

סלט חסה רענן וחגיגי

מצרכים

1 חסה שטופה ויבשה

חופן עלי בייבי

חופן נבטים עבים

3 נקטרינות חתוכות לפלחים

חופן כדורי מלון

חופן אגוזי מלך

קוביות גבינה בולגרית

1 בצל סגול

1 גזר

אופן ההכנה

לקרוע החסה לקרעים בינוניים ולהניח בתוך קערת אלגרה הגדולה. מעל יש להניח עלי הבייבי, הנבטים, הנקטרינות, כדורי המלון (התוכים בעזרת כפית הדבש), האגוזים, הגבינה הבולגרית, הבצל (חתוך לטבעות) והגזר (חתוך בעזרת הקולפן בצורת סרטים).

רוטב לסלט ב- שייקר:

50 מ"ל שמן זית

50 מ"ל לימון סחוט טרי

1 כפית מלח

1 כפית חרדל

לשקשק ולצקת מעל הסלט דקה לפני ההגשה.

* * *

סלט חצילים ביתי במיקרוגל (כמה גרסאות)

מצרכים

חציל בינוני
שום ופטרוזיליה קצוצים
מלח, פלפל

אופן ההכנה

להכניס ל- אולטרה פרו אובלי 2 או 3.5 ליטר החציל בקליפתו ולבשל בעצמה מירבית כ- 7 דקות. להוציא בשר החציל ולקצוץ אותו בעזרת סכין או ב- שף המהיר. להעביר ל- קערת גל חדש 1.3 ליטר להוסיף תבלינים ולערבב.

לגיוון:

לחצילים בטחינה - להוסיף 2 כפות טחינה גלמית

לחצילים במיונז - להוסיף כף או שתיים מיונז

לחצילים בנוסח רומני - מבשלים במשך 5 דקות במיקרוגל גם פלפל אדום ופלפל צהוב חתוכים לקוביות, מוסיפים לבשר החציל יחד עם 2 מלפפונים חמוצים קצוצים לקוביות, לערבב, להוסיף מעט שמן זית ולערבב שוב.

* * *

סלט סיני

מצרכים

חצי כרוב לבן
גמבה
חצי בצל
גזר

מעט סומסום קלוי או גרעיני חמניות קלופים וקלויים (לא חובה)

לרוטב:

50 מ"ל שמן

50 מ"ל חומץ בלסמי

50 מ"ל רוטב סויה

2 כפות סוכר חום

(לטעם יפני מוסיפים כף הוי סין וכף צ'ילי מתוק) - לשקשק כל החמרים ב- שייקר

אופן ההכנה

לקצוץ ב- שף המהיר הירקות פרט לגזר שאותו מקלפים לרצועות דקות בעזרת ה- קולפן האוניברסלי. מעבירים הירקות למגיש האובלי, מכסים במים רותחים, ממתינים 10 עד 12 דקות ומסננים. שופכים הרוטב שהוכן ב- שייקר מעל הכל. מערבבים בעזרת כף ערבול, מפזרים מעל את הסומסום / גרעיני חמניות ומגישים. אפשר להוסיף נודליס עם הירקות.

* * *

סלט סלק

מצרכים

4 סלקים בינוניים קלופים

1 בצל לבן

חצי כוס מים

1 כפית מלח,

1 כפית סוכר

3 כפות חומץ הדרים

3 כפות שמן סויה

חלק 2 - מתכוני סלטים

אופן ההכנה

להניח הסלקים עם המים ב- כד מיקרו פלוס ולהכניס למיקרוגל ל- 5 דקות. להפוך הסלקים, לבדוק ובמידת הצורך להכניס למיקרוגל ל- 5-10 דקות נוספות. לקרר לכמה שעות במקרר. לחתוך הסלקים לקוביות ולהניח ב- קערה אקסקלוסיבית 1.1 ליטר. להוסיף הבצל חתוך לקוביות. להוסיף שאר המצרכים ולערבב עם הכף מ- סדרת העזרים. טיפ: כדאי לשתות המים בהם התבשלו הלקים בתוספת מיץ לימון.

* * *

סלט תפוחי אדמה

מצרכים

- 4 תפוחי אדמה בינוניים, קלופים
- 2 גזרים קלופים וחתוכים ל- 2
- 2 ביצים קשות קרות
- 3 מלפפונים חמוצים
- 1 כפית מלח שטוחה
- 3 כפות מיונז
- חצי כוס מים

אופן ההכנה

להניח תפוחי האדמה והגזרים עם המים בכד ה- מיקרו פלוס. להכניס למיקרוגל ל- 10 דקות. לבדוק ובמידת הצורך להוסיף 5 דקות. לקרר לכמה שעות במקרר. לחתוך תפוחי האדמה והגזרים לקוביות ולהניח ב- קערה אלגנטית 1.5 ליטר. לחתוך הביצים הקשות והמלפפונים החמוצים לקוביות ולהוסיף לקערה. להוסיף המלח והמיונז ולערבב.

* * *

רוטב ויניגרט (1)

מצרכים

- 100 מ"ל שמן
- 25 מ"ל חומץ או מיץ מלימון שלם
- 1 כף שטוחה חרדל דיז'ון
- 1 כפית סוכר, מלח, פלפל לפי הטעם

אופן ההכנה

לנער ולשקשק היטב כל המצרכים ב- שייקר עד לקבלת רוטב אחיד. ניתן לשמור בכלי סגור במקרר.

* * *

רוטב ויניגרט (2)

מצרכים

- 1 כף חרדל דיז'ון
- כמות של מכסה שייקר חומץ בלסמי או חומץ יין, 1 מכסה שמן זית, חצי מכסה שמן
- 2 כפיות מלח, קורט פלפל שחור
- 2 כפות מים חמים

אופן ההכנה

להעביר כל המצרכים ל- שייקר. לנער ולשקשק היטב כל המצרכים ב- שייקר עד לקבלת רוטב אחיד. ניתן לשמור בכלי סגור במקרר.

* * *