

מתכוני אולטרה פלוס, אולטרה פרו



תוכן - מתכוני אולטרה פלוס, פרו

3	אוז או עוף עם תפוחי עץ
3	אורז עם ירקות
3	בקר בשזיפים ותפוחי עץ
4	ברוז עם תפוזים
4	גראטן תפוחי אדמה
4	דג נסיכת הנילוס בתנור
5	דג סלמון בתנור
5	דג סלמון עם ירקות
5	חלה מתוקה
6	חמוצים תוצרת בית
6	חריימה - דג קרפיון ברוטב (בתנור)
7	טוטמניק - לחם גבינה (מתכון תורכי)
7	כרובית צלוייה
7	לזניה בשרית
8	לחם "משגע"
8	לחם בריאות
9	לחם כפרי
9	לימונים כבושים
9	מג'דרה - תבשיל אורז ועדשים חומים
10	ממולאים בסגנון יווני
10	מניפת תפוחי אדמה
11	נקניק ב- Brioche מתוק, או נקניק בלחמניה אפויה
11	עוגה עם פירות יער - Crumble
11	עוגת שזיפים (חביצה, Flan)
12	עוף בדבש (ללא סויה)
12	עוף בחרדל
12	עוף בקארי
13	עוף צלוי
13	עוף קולומבו (סגנון פולינזי)
13	פאייה - תבשיל אורז עם עוף, או דגים
14	פטה כפרי - מסורתי
14	פלחי תפוחי אדמה אפויים
15	פסטיבל ירקות
15	צלי בקר (1)
15	צלי בקר (2)
16	קדירת בשר לראש השנה
16	קדירת עוף צלוי עם ירקות שורש
17	קדירת פרגיות
17	קדירת שוקי עוף ופירות יבשים
17	קרם קרמל
18	ריבת בצל
18	שוקי עוף עם ירקות
18	שפודי ירקות ודגים פרובאנסליים
19	תבשיל דגים
19	תבשיל חצילים
20	תפוחי אדמה (מתכון בסיסי)
20	תפוחי אדמה בסגנון שונה

אוז או עוף עם תפוחי עץ

מצרכים

- 1 אוז או עוף שטוף ונקי
- 500 גרם תפוחי עץ
- 1-2 כפיות קינמון

המתכון המקורי מאזור נורמנדי (צרפת).
מומלץ להכין עם אוז.

אופן ההכנה

לקלף תפוחי העץ בעזרת הקולפן. בעזרת ה- פורס המשולב לפרוס פרוסות עבות ולפזר עליהן קנמון - לתחוב לתוך האוז / עוף. לתפור הפתח עם מחט וחוט לבן או לסגור בעזרת קיסם / שיפוד עץ. להעביר ל- אולטרה פלוס 3 ליטר, ולאפות ב- 200 מעלות. זמן אפיה: ל- 500 גרם אוז 30 דקות אפיה, ל- 500 גרם עוף 20 דקות אפיה.

התוצאה מהממת, בשילוב תפוחי העץ והקינמון עם מיצי העוף / האוז.

* * *

אורז עם ירקות

מצרכים

- 350 גרם אורז
- 1 פלפל ירוק
- 1 עגבניה
- 1 גזר
- 1 בצל
- כפית מלח
- חצי ליטר מים או מרק צח
- 2 כפות שטוחות רסק עגבניות
- קורט פלפל

אופן ההכנה

להניח כל החומרים ב- אולטרה פלוס, לסגור ולאפות ב- 190 מעלות (חום בינוני), לשעה אחת. כל הנוזלים חייבים להספג. כמה דקות המתנה עושים גרגרי אורז יפים יותר ומופרדים היטב.

* * *

בקר בשזיפים ותפוחי עץ

מצרכים

- 1-1.5 ק"ג בשר בקר חתוך לקוביות
- 12-14 שזיפים מיובשים
- 6-8 תפוחי אדמה קלופים (אפשר שלמים)
- 1 תפוח עץ פרוס
- 10 שיני שום קלופות
- פפריקה
- מלח

אופן ההכנה

לפרוס תפוח העץ ב- פורס המשולב. לסדר ב- אולטרה פלוס 3 ליטר תפוחי האדמה, השזיפים, פרוסות התפוחים, הבשר והשום, לתבל במלח ופפריקה, לפי הטעם. לא להוסיף נוזלים. להכניס לתנור ב- 150 מעלות לפחות ל- 5 שעות. התבשיל יוצא חום, עסיסי ומגרה.

* * *

ברוז עם תפוזים

מצרכים

- 1 ברוז שטוף ונקי
- מיץ מ- 2 תפוזים
- 1 תפוז מקולף
- 400 מ"ל יין לבן
- חצי כפית מלח

אופן ההכנה

לקצוץ התפוז ב- שף המהיר, ולתחוב לתוך הברוז. להניח הברוז במרינדה, או בקערת הגל החדש 4.3 ליטר ולהוסיף יתר המצרכים. לסגור ולהשרות לפחות 4 שעות (אפשר עד 24 שעות), להפוך מדי פעם. להעביר ל- אולטרה פלוס ולאפות בתנור 1 שעה ב- 200 מעלות. להסיר המכסה ולאפות עוד 10 דקות. להגיש עם תפוחי אדמה אפויים או אורז חגיגי. טיפ: ניתן להשתמש ב- 1 ק"ג חזה ברוז (יש להוריד השומן).

* * *

גראטן תפוחי אדמה

מצרכים

- 2 מכלי שמנת חמוצה
- 200 גרם גבינה צהובה מגוררת
- מלח, פלפל
- 6 כפות פירורי לחם מתובלים
- 500 גרם תפוחי אדמה מבושלים בקליפתם (ראו מתכון בסיסי)

אופן ההכנה

מערבבים השמנת עם הגבינה והתבלינים. פורסים תפוחי האדמה לפרוסות שוות. מפזרים בתחתית ה- מיקרו פלוס אובלי 2 כפות פירורי הלחם, עליהם מסדרים כמחצית מפרוסות תפוחי האדמה כמו רעפים. מורחים כמחצית מהשמנת ומפזרים עוד 2 כפות פירורי לחם - באותו האופן מכינים שכבה שניה. אופים במיקרוגל, ללא כיסוי בעצמה גבוהה כ- 13 דקות. אפשר גם בתנור, בין 40 ל- 50 דקות ב- 200 מעלות. מגישים חם.

* * *

דג נסיכת הנילוס בתנור

מצרכים

פילה נסיכת הנילוס (נתח שלם, או פרוסות)

לרוטב: 4 שיני שום כתושות בכותש השום

4 כפות שמן זית

מיץ מלימון אחד

1 כף גרידת לימון

1 חבילת כוסברה שטופה וקצוצה בקוצץ עשבי התיבול

1 כף אריסה

2 כפות רסק עגבניות

1 כפית גדושה פפריקה מתוקה

1 כפית גדושה כמון

1 כפית שטוחה מלח

חצי כפית פלפל לבן

חצי כפית פלפל שחור

חלק 2 - מתכוני אולטרה פלוס, אולטרה פרו

רבע כוס מים

אופן ההכנה

להניח הדג ב- אולטרה פרו.
לערבב כל חמרי הרוטב בקערית בעזרת המקציף מ- סדרת העזרים. לשפוך על הדג ולכסות במכסה. להכניס לתנור שחומם ל- 180 מעלות. אחרי 20 דקות להסיר המכסה ולבשל עוד 10 דקות.

טיפ: הרוטב וצורת ההכנה מתאימים לכל סוגי הדגים.

* * *

דג סלמון בתנור

מצרכים

פילה סלמון שלם
למרינדה:
3 כפות סוכר חום
1 כף חרדל דיז'ון
3 כפות חומץ בן יין, לבן. אפשר חומץ בלסמי, או תערובת של השניים
1 כף שמן זית, או שמן רגיל

אופן ההכנה

רוחצים הסלמון ומייבשים בנייר מגבת. במידה ונותר ריח, יש להשרות במיץ לימון ל- 10 דקות בערך.
למרוח היטב הסלמון ולהשאירו במרינדה כמחצית השעה. להעביר הסלמון ל- אולטרה פלוס 3 ליטר, לסגור ולהכניס לתנור ב- 180 מעלות ל- 20-25 דקות. להגיש עם רבע לימון בצד.

* * *

דג סלמון עם ירקות

מצרכים

פילה סלמון, או פרוסות סלמון
1 בצל פרוס לפרוסות
2 כפיות שום כתוש
1 קישוא חתוך גס
1 גזר חתוך דק
פלפל מכל הצבעים חתוך גס
מלח, פלפל לפי הטעם
אורגנו, או עלי דפנה, או בזיליקום טרי לפי הטעם.
5 מ"ל שמן זית (אם אוהבים)

אופן ההכנה

להניח הכל ב- אולטרה פלוס ולכסות. לאפות כ- 15 עד 20 דקות ב- 200 מעלות.

* * *

חלה מתוקה

מצרכים

1000 מ"ל קמח

ביצה
50 מ"ל סוכר
2 כפות שמן
קורט קינמון
קורט מלח
100 מ"ל מים פושרים
25 גרם שמרים טריים + 2 כפיות סוכר, או כף שמרים יבשים
לקישוט, ביצה ושומשום

אופן ההכנה

להתפיח השמרים הטריים בתוך כוס גל חדש עם 2 כפיות סוכר.
להניח כל החמרים בקערת הגל החדש 4.3 ליטר. להוסיף השמרים שתפחו בינתיים, או השמרים היבשים.
לנער הקערה עם מכסה סגור היטב. לטבול היד בקמח וללוש הבצק לכדור. לסגור ולהתפיח כ- 20 דקות עד שהמכסה "יקפוז". להעביר ל- אולטרה פלוס 3 ליטר. למרוח הבצק בביצה ולפיזר שומשום, לכסות ולאפות ב- 180 מעלות כ- 40 דקות. 10 דקות לפני סיום האפיה יש להוריד המכסה ובעזרת המספרים לחרוץ חריצים בבצק לקישוט.
יש להניח הכלי החם על מגבת ולא על משטח קר.

* * *

חמוצים תוצרת בית

מצרכים

ירקות שורש קשים: גזר, קולורבי, כרובית, לפת
כרוב לבן פרוס גס

אופן ההכנה

תיבול: שלישי כוס חומץ הדרים, שלישי כוס מים. שלישי כוס סוכר, שבבי צ'ילי גרוס (1 כפית או לפי דרגת החריפות הרצויה)

שמים הכל בצנצנת מעוקרת. החמוצים מוכנים אחרי 2-3 ימים. ניתן לשמור על השיש.

* * *

חריימה – דג קרפיון ברוטב (בתנור)

מצרכים

1 דג קרפיון חתוך למנות
1 פלפל אדום חתוך לרצועות
1 פלפל ירוק חתוך לרצועות
1 פלפל חריף שלם (לא חובה)
5 שיני שום חתוכות
1 חבילה כוסברה קצוצה
5 כפות שמן
1 כפית פפריקה מתוקה
1 כפית מלח, רבע כפית פלפל שחור
כפית כמון
2 כפות רסק עגבניות עם 200 מ"ל מים

אופן ההכנה

להניח ב- אולטרה פלוס השמן, השום והפפריקה. להכניס למיקרוגל ל- 3 דקות. להוסיף הפלפלים, המלח, הכמון והפלפל. להכניס למיקרוגל לעוד 3 דקות. להוציא ולהוסיף הכוסברה ורסק העגבניות - לעוד 3 דקות במיקרוגל. להוציא

ה- אולטרה פלוס ולהכניס חתיכות הדג לתוך הרוטב. לכסות ולהכניס לתנור אפיה ל- 20 דקות ב- 180 מעלות. להסיר המכסה ולבשל ללא כיסוי עוד 10 דקות.

* * *

טוטמניק – לחם גבינה (מתכון תורכי)

מצרכים

4 ביצים שלמות
100 מ"ל שמן
חצי כפית מלח, או לפי הטעם
2 גביעי קוטג' (250 גרם), או 1 גביע קוטג' + 1 גביע גבינה לבנה
חצי כוס גבינה צהובה מגורדת
1 כוס מים
חצי כוס קמח
שומשום, זעתר או קצח – לפי הטעם

אופן ההכנה

להדליק התנור לחום גבוה – 200 מעלות. לערבב הביצים, השמן והמלח במקצפת. לערבב הקוטג' (או הקוטג' + הגבינה הלבנה – לפי הבחירה) עם הגבינה הצהובה ולהוסיף לבלילת הביצים. להוסיף 1 כוס מים וחצי כוס קמח (יש לוודא שהבצק לא יהיה דליל מדי אבל חייב להישאר רך) - לערבב היטב. להעביר לתבנית הסיליקון או ה- אולטרה פרו. לפזר מעל שומשום, או זעתר, או קצח - או הכל ביחד. להנמיך החום ל- 180 מעלות. הלחם מוכן כאשר קיסם שננעץ יוצא יבש.

* * *

כרובית צלויה

מצרכים

1 ראש כרובית מופרד לפרחים קטנים.
2-4 שיני שום כתוש.
2-4 עלי בזיליקום קצוצים.
מלח, פלפל - לפי הטעם
חצי כוס שמן זית (אפשר גם שלישי הכוס).

אופן ההכנה

לערבב הכל יחד בקערת הגל החדש. להעביר ל- אולטרה פלוס ולאפות חצי שעה, מכוסה. להוריד המכסה ולהמשיך לאפות עד קבלת גוון זהוב. לארוחה חלבית אפשר לפזר מעל גבינה מגורדת ולאפות שוב מספר דקות.

* * *

לזניה בשרית

מצרכים

חצי חבילה דפי לזניה
250 גרם בשר טחון
1 קופסא קטנה רסק עגבניות
2 בצלים
אורגנו
מלח
פלפל
3 כפות שמן זית

חלק 2 - מתכוני אולטרה פלוס, אולטרה פרו

אופן ההכנה

הבשר

לקצוץ הבצל ב- שף המהיר ולהעביר הרוב ל- מיקרו פלוס, להוסיף 2 כפות שמן ולהכניס למיקרוגל לשתי דקות ללא מכסה.

להוסיף הבשר הטחון ולפורר מעט בעזרת מזלג או מועך תפוחי אדמה. להכניס שוב למיקרוגל, ללא מכסה, ל- 5 דקות. להוסיף חצי מכמות האורגנו, המלח והפלפל.

הרוטב

לערבב ביחד רסק העגבניות, שאר האורגנו, הבצל הקצוץ, מלח, פלפל ומעט שמן.

הלזניה

להניח בתחתית תבנית הסיליקון, או ב- אולטרה פלוס, שכבה של דפי לזניה ומעל להניח חצי מכמות הבשר ומעט רוטב. מעל, להניח שוב שכבה של דפי לזניה, בשר ומעט רוטב. לסגור עם שכבת דפי לזניה ולשפוך שארית הרוטב. לאפות כ- 45 דקות ב- 180-200 מעלות.

* * *

לחם "משגע"

מצרכים

500 גרם קמח (אפשר לערבב חצי כמות קמח לבן רגיל + חצי כמות קמח מלא)

חצי כף מלח

450 - 350 מ"ל מים פושרים

שליש קוביה שמרים טריים

2 כפיות סוכר

אופן ההכנה

לערבב השמרים עם הסוכר בקערית מדולרית קטנה. תוך 2-3 דקות התערובת תהפוך להיות נוזלית. להניח בקערה הגל החדש 4.3 ליטר קמח + מלח, להוסיף מים פושרים והשמרים המומסים, לסגור המכסה, לשחרר אויר ולנער הקערה מספר פעמים עד שכל המרכיבים התאחדו לגוש אחד.

לפתוח הקערה ולאסוף בעזרת מרית הסיליקון שאריות הבצק מדפנות הכלי. במידה והבצק לח מדי יש להוסיף מעט קמח (בצק מסוג זה קל יותר להוסיף קמח מאשר מים). לסגור הכלי, לשחרר אויר ולהניח הקערה במקום חמים. יש להמתין שהבצק יכפיל נפחו. במידה והמכסה "קופץ" והבצק לא תפח מספיק, יש לסגור המכסה ולהמתין עוד.

ניתן להוסיף לבצק, לאחר שתפח: אגוזים, פקאנים, פירות יבשים קצוצים או נטיפי שוקולד. לחילופין, אפשר להוסיף לבצק בעת הכנתו (יחד עם המים) בצל מטוגן בשמן זית, או זיתים, או רוזמרין.

אופים הלחם ב- אולטרה פלוס, בחום 180 - 200 מעלות, כ- 40 דקות, עם מכסה סגור.

טיפ: הקישי על הלחם, ואם נשמע צליל "חלול" סימן שהלחם מוכן.

* * *

לחם בריאות

מצרכים

500 מ"ל קמח לבן

500 מ"ל קמח מלא, או 250 מ"ל קמח שיפון + 250 מ"ל קמח מלא

חופן פירות יבשים חתוכים או קצוצים או זרעי פשתן וחופן גרעיני חמניות וקווקר

600 מ"ל מים פושרים

2 כפות שמרים יבשים או קוביית שמרים טריים (עשוי בשיטת Tupperware)

2-1 כפות מלח

אופן ההכנה

להניח בקערת ערבול הקמחים השונים יחד עם הפירות היבשים ו/או האגוזים, זרעי הפשתן והמלח ולהוסיף רק 200 מ"ל מים. לערבב בעזרת מרית הסיליקון.
להוסיף השמרים היבשים, או הטריים (לפי המתכון לעיל). לערבב ולהוסיף המים הנותרים בהדרגה ותוך כדי ערבוב. לסגור הקערה ולהניח במקום חמים להתפחה. כשהמכסה "קופץ", ללוש הבצק.
להרטיב ה- אולטרה פלוס ולהעביר הבצק פנימה ולפזר עליו גרעיני החמניות והקווקר. לאפות עם מכסה סגור 25 דקות ב- 180 מעלות ועוד 10 דקות ללא מכסה. הלחם מוכן כשהוא משתחרר מהכלי בקלות.
ניתן לאפות הלחם גם בתבנית סיליקון מלבנית (גם אותה יש להרטיב).

טיפ: האפיה ב- אולטרה פלוס נותנת אפקט של תנור לחם.

* * *

לחם כפרי

מצרכים

400 גרם (3 כוסות) קמח רגיל
150 גרם (שלושת רבעי כוס) קמח מלא (אפשר לשנות היחס בין סוגי הקמח לפי הטעם)
2 כפות סוכר
חצי כף מלח
2 כפות שמרית + 2 כפות משפר אפייה
500 מ"ל מי ברז פושרים
תוספות לבחירה: אגוזי מלך קצוצים, זיתים שחורים קצוצים, צנובר, רצועות בצל מטוגן, גרעיני חמניה (לא קלוי), פיסטוקים (לא קלוי) קצוצים, פרוסות עגבניה מיובשות ועוד.

אופן ההכנה

לערבב כל החומרים היבשים כולל התוספות ב- זו הקערה. לשפוך המים הפושרים לתוך גומה שיוצרים במרכז התערובת לסגור ולערבב. להמשיך ללוש בעזרת מרית (או מעבד מזון) עד שמתקבל בצק אחיד ולא דביק. לסגור הקערה ולהשאיר להתפחה במשך כשעה.
לחמם מראש תנור לחום בינוני 170 מעלות. לבזוק מעט קמח בתחתית ה- אולטרה פרו ולהקפיד לפזר גם על דפנותיו הפנימיות. להכניס הבצק – יש להרחיקו מדפנות הכלי. להניח להתפחה נוספת כחצי שעה. ליצור צורה עגולה ויפה ולעשות 2 או 3 חריצים כדאי לפזר מעל עוד תוספות.
לאפות כ- 40 דקות ב- 200 מעלות עד שמתקבל קרום קשה בצבע זהוב.

* * *

לימונים כבושים

מצרכים

2 ליטר מים
כוס מלח גס (250 גרם)
1 ק"ג לימונים פרוסים גס

אופן ההכנה

מרתחים מים ומלח. שוטפים הלימונים היטב, חותכים לחצאים ואח"כ לפרוסות בעובי חצי ס"מ. מסדרים בצנצנת מעוקרת. יוצקים המים המומלחים והרתוחים על הלימונים ומצננים ל- 24 שעות.

* * *

מג'דרה – תבשיל אורז ועדשים חומים

חלק 2 - מתכוני אולטרה פלוס, אולטרה פרו

מצרכים

- 100 מ"ל שמן
- 1 בצל קצוץ ב- שף המהיר
- 4 שיני שום כתושות ב- כותש השום
- 1.5 כוס עדשים חומים (300 מ"ל)
- 600 מ"ל אורז
- 1 כפית כמון
- חצי כפית פלפל שחור
- 2 כפיות מלח
- 1.2 ליטר מים תמים

אופן ההכנה

להניח העדשים עם 600 מ"ל מים ב- אולטרה פלוס, לסגור ולבשל במיקרוגל 15 דקות. להעביר למסננת ולשמור הנוזלים בכלי נפרד (העדשים במסננת – נוח מאד להשתמש ב- רב- שימושי). להכניס השמן והבצל הקצוץ עם השום ב- אולטרה פלוס, ללא כיסוי, ולטגן 6 דקות במיקרוגל. להוסיף האורז, העדשים וחמרי התיבול. להוסיף נוזלים (סך הכל 6 כוסות, כולל נוזלי הבישול של העדשים), לבשל בעצמה מירבית 17 דקות.

טיפ: אפשר לטגן בצל קצוץ ולפזר מעל למג'דרה.

* * *

ממולאים בסגנון יווני

מצרכים

- 3 עגבניות (אחת מגודת, 2 שלמות)
- 4-5 פלפלים צהובים
- אורז (כף לכל ירק)
- 1 בצל קצוץ
- חבילה אחת פטרוזיליה
- מלח, פלפל - לפי הטעם
- חצי כוס שמן זית

רוטב

1 עגבניה מגודת, מעט שמן, מלח ופלפל. לערבב הכל ולשפוך מעל הירקות.

אופן ההכנה

יש "לרוקן" תוך העגבניות והפלפלים – להקפיד לשמור על הירק שלם (אבל ריק). לסדר בכלי ה- אולטרה פלוס 2 עגבניות במרכז ומסביב פלפלים צהובים (ללא גרעינים). הערה - לא לזרוק את ה-"מכסים" של הירקות בזמן הוצאת החלק הפנימי, אלא לכסות בהם הירקות הממולאים. להניח בקערת הגל החדש כף אורז לכל ירק. את תוכן העגבניות (החלק הפנימי שהוסר) לקצץ ולהוסיף 1 בצל קצוץ, כחבילה פטרוזיליה קצוצה, חצי כוס שמן זית, מלח ופלפל לפי הטעם. למלא הירקות בתערובת האורז ולכסות בחלק העליון של הירק (עגבניות, פלפלים). לאפות חצי שעה בכלי מכוסה לאחר מכן להוציא המכסה ולאפות שוב עד קבלת גוון זהוב ל-"כסוי" של הירקות.

* * *

מניפת תפוחי אדמה

מצרכים (ל- 6 מנות)

- 1.75 ק"ג תפוחי אדמה גדולים (כ- 200 גרם כל אחד)
- 100 מ"ל שמן זית

חלק 2 - מתכוני אולטרה פלוס, אולטרה פרו

1 כפית עשבי תיבול יבשים (טימין, אורגנו וכד')
4 שיני שום (לא קלופים), מלח ופלפל

אופן ההכנה

לחמם התנור ל- 220 מעלות. לשטוף היטב תפוחי האדמה. בעזרת סכין השף לחתוך מספר חריצים מקבילים בחלק העליון של כל תפוח אדמה. יש לשים לב שלא להגיע עד התחתית אלא להשאיר כ- 1 ס"מ לא חתוך. לשטוף שוב תפוחי האדמה החתוכים כדי להסיר שאריות עמילן, ליבש ולסדר תפוחי האדמה ב- אולטרה פרו 3.5 ליטר. להזליף חצי מכמות שמן הזית תוך הקפדה שהשמן יחדור לחריצים. לתבל עם המלח והפלפל, לבזוק עשבי התיבול ולהוסיף שיני השום (מבלי לקלף אותם). לכסות ולאפות 30 דקות. להזליף יתרת שמן הזית ולאפות 30 דקות נוספות ללא המכסה. להגיש חם כתוספת למנת בשר.

* * *

נקניק ב- Brioche מתוק, או נקניק בלחמניה אפויה

מצרכים (ל- 8 סועדים)

נקניק סלמי שלם או 5 נקניקיות

800 מ"ל קמח (400 גרם)

1 כפית מלח

1 שקית אבקת אפיה

400 מ"ל שמנת פרווה

6 ביצים משוקשקות ב- שייקר

אופן ההכנה

להניח ב- אולטרה פלוס הנקניק, להוסיף 50 מ"ל מים. לחורר קליפת הנקניק כעזרת מזלג. לסגור ולבשל 5 דקות במיקרוגל. להמתין 5 דקות. לפתוח, לסנן ב- מסנן הכפול ולקלף הקליפה בזהירות (חם מאוד). לשמן דפנות ותחתית ה- אולטרה פלוס ולקמח. לשפוך הבצק ומיד להכניס פנימה הנקניק או הנקניקיות. לסגור המכסה ולאפות 30 דקות ב- 200 מעלות. להמתין 5 דקות ואז לשחרר מה- אולטרה פלוס. מגישים בצרוף סלט חסה עם רוטב ויניגרט. ניתן להקפיא בדייטליין.

לגיוון, במקום סלמי אפשר להשתמש בנקניק סרוולד.

* * *

עוגה עם פירות יער - Crumble

מצרכים

300 גרם פירות יער כגון: דומדמניות אדומות, אוכמניות, פטל (ניתן לרכישה בצורה קפואה במרכול).

50 מ"ל סוכר חום מסוג דמרה.

100 מ"ל קמח (50 גרם)

50 גרם מרגרינה בטעם חמאה (רכה)

50 מ"ל סוכר (50 גרם)

אופן ההכנה

לסנן היטב פירות היער הקפואים, ב- רב-שימושי או במסננת שבתוך קערת בייסיק. לסדר הפירות במכסה של ה- אולטרה פלוס. לפזר הסוכר החום מעל הפירות. בנפרד, לערבב הקמח, הסוכר והמרגרינה בתוך ה- ערבב ושמור עד שמתקבל בצק במרקם פירורים גדולים, לפזר מעל הפירות. לאפות 55 דקות ב- 200 מעלות.

* * *

עוגת שזיפים (חביצה, Flan)

מצרכים

1 ליטר חלב
300 מ"ל קמח
קורט מלח
175 מ"ל סוכר
4 ביצים (לשבור כל ביצה לחוד)
לימון (לפי הטעם)
350 גרם שזיפים ללא גרעינים

אופן ההכנה

להרתיח החלב. להניח השזיפים ב- אולטרה פלוס. במיכל ערבב ושמור 2 ליטר להניח כל המצרכים בסדר בו הם מופיעים ברשימה לעיל. למזוג על הכל החלב הרתוח (בזהירות). את התערובת, שהפכה סמיכה, למזוג על השזיפים. לכסות ולאפות שעה ב- 200 מעלות. להוריד המכסה ולאפות עוד 10 דקות עד שישחים. העוגה קצת תפוחה ונופלת מעט כשמוציאים מהתנור.

* * *

עוף בדבש (ללא סויה)

מצרכים

1 עוף נקי
50 מ"ל דבש
100 גרם שקדים פרוסים
מלח, פלפל

אופן ההכנה

לפזר המלח והפלפל בתוך העוף ולהוסיף השקדים. לתפור במחט וחוט לבן פתח העוף, או בעזרת שיפוד / קיסם. למרוח כל העוף בדבש, להעביר ל- אולטרה פלוס 3 ליטר, לסגור ולאפות במשך שעה ורבע ב- 200 מעלות.

גיוון: לאוהבי סויה ניתן להוסיף 100 מ"ל סויה.

* * *

עוף בחרדל

מצרכים (ל- 6 סועדים)

2 ק"ג עוף חתוך ל- 8 חלקים
70 מ"ל חומץ
150 מ"ל חרדל דיז'ון
70 מ"ל רסק עגבניות
70 מ"ל מים
100 גרם שמנת צמחית או שמן
מלח, פלפל

אופן ההכנה

להניח חלקי העוף ב- אולטרה פלוס. בקערה, לערבב כל החמרים ולשפוך על חלקי העוף. לכסות הכלי ולאפות כ- 80 דקות ב- 200 מעלות.

* * *

עוף בקארי

מצרכים

800 גרם שניצלים
1 מ"ל זעפרן
1 כפית פפריקה
1 כפית קארי
1 כפית מלח
1 מ"ל פלפל
300 גרם בצל
3 תפוחי עץ
250 מ"ל חלב קוקוס או מיץ תפוחים

אופן ההכנה

להניח השניצלים (פרוסים ודפוקים דק) ולפזר עליהם הזעפרן, הפפריקה, הקארי, המלח והפלפל. ב- מגרדת, לגרר הבצל והתפוחים, ולהוסיפם יחד עם חלב הקוקוס (או מיץ התפוחים) לשניצלים, לערבב הכל. לאפות כ- 40 דקות ב- 210 מעלות.

* * *

עוף צלוי

מצרכים

1 עוף
1 בצל גדול פרוס לפרוסות

אופן ההכנה

להניח העוף ב- אולטרה פלוס, ללא שמן. לפזר פרוסות דקות של בצל. להכניס לתנור ב- 200 מעלות. לאחר 45 דקות להוריד המכסה ולהעלות ל- 230 מעלות, לעוד 15 דקות, עד להשחמת העוף.

* * *

עוף קולומבו (סגנון פולינזי)

מצרכים

עוף חתוך או 1 ק"ג בשר כבש חתוך לקוביות
3 כפות שמן או שמן זית
2 בצלים מגורדים - עדיף בצל סגול
2 כפות תבלין קולומבו
1 כפית שום כתוש
פטרוזיליה קצוצה לפי הטעם
מלח

תבלין קולומבו: כמויות שוות של פלפל שחור, פפריקה, כוסברה, כמון, כורכום ו- זנגוויל (ניתן לאחסן בתבלינון).

אופן ההכנה

אפשר לטגן העוף בשמן לפני שמניחים אותו ב- אולטרה פלוס (לא חובה).
להניח ב- אולטרה פלוס העוף עם כל המרכיבים הנ"ל. למזוג מים עד חצי גובה העוף. לסגור ולאפות כ- 50 דקות - לפתוח ולבדוק - אפשר להמשיך האפיה לעוד 10 דקות. הרוטב צריך להיות סמיך.
אפשר להגיש עם אורז לבן, או תפוחי אדמה, או קישואים, או חצילים.

* * *

פאייה – תבשיל אורז עם עוף, או דגים

מצרכים

- 350 גרם אורז ארוך
- 1 פלפל ירוק, 1 פלפל אדום, 2 עגבניות, 2 גזרים, 2 בצלים - הכל קצוץ לקוביות
- 500 גרם קוביות חזה עוף, או קוביות פילה דג
- 750 מ"ל מרק צח
- 2 כפות רסק עגבניות
- 1 כפית שום כתוש
- כפית כורכום, כפית כוסברה, 2 כפיות מלח

אופן ההכנה

להניח ב- אולטרה פרו 2 עד 3 כפות שמן, הבצל הקצוץ, השום והאורז. להכניס ה- אולטרה פרו למיקרוגל ולהפעיל בעצמה מירבית 2 דקות (ללא מכסה). לערבב. בקערת גל חדש 2.5 ליטר לערבב כל החומרים, לפזר מעל האורז ב-אולטרה פרו ולערבב. להניח מעל לכל התערובת קוביות הדגים או חזה העוף. לאפות ב- 190 מעלות במשך כשעה. ניתן לאפות גם במיקרוגל 15 דקות בעצמה מירבית, 5 דקות מנוחה ושוב חימום למשך 5 דקות נוספות. יש להמתין כמה דקות לפני פתיחת הכלי.

* * *

פטה כפרי - מסורתי

מצרכים (ל- 12 סועדים)

- 250 גרם שומן אווז (לא חובה)
- 350 גרם בשר עגל
- 350 גרם חזה הודו
- 1 ק"ג בשר בקר טחון דק
- 2 בצלים מגורדים בפומפיה
- 125 מ"ל יין לבן
- 3 ביצים
- מלח, פלפל (לפי הטעם)
- 2 צנימים שבורים, או 50 גרם פירורי לחם
- עלה טימין
- אורגנו
- פטרוזיליה

אופן ההכנה

להכניס ב- שייקר היין הלבן עם 3 הביצים, פלפל, מלח, והצנימים השבורים (או פירורי הלחם). לשקשק ולערבב היטב. לקצוץ ב- שף המהיר בשר הבקר עד דק. להוסיף יתר הבשרים ולקצוץ גס. להעביר הכל לקערת הגל החדש 4.3 ליטר ולהוסיף הבצל והתערובת שב- שייקר. להעביר הכל ל- אולטרה פלוס 3 ליטר ולהניח עלי הטימין, האורגנו והפטרוזיליה למעלה. לסגור. לאפות שעתיים ב- 175 מעלות. יש לדאוג שתמיד יהיו מים במסילה שבמכסה של ה- אולטרה פלוס. להמתין 24 שעות לפני שמשחררים ואוכלים, להגיש בתוך שומר חטיפים רחב.

* * *

פלחי תפוחי אדמה אפויים

מצרכים

חלק 2 - מתכוני אולטרה פלוס, אולטרה פרו

חצי ק"ג תפוחי אדמה
חצי כפית מלח
50 מ"ל שמן זית
1 כף אבקת מרק בצל

אופן ההכנה

קולפים תפוחי האדמה בעזרת ה- קולפן. פורסים פרוסות בעזרת סכין השף או בעזרת ה- פורס המשולב (חלק הפורס העבה יותר). מסדרים בתוך מכסה ה- אולטרה פלוס 3 ליטר כשהחלק הקעור כלפי מעלה. מפזרים שאר החומרים מעל. מניחים מעל ה- אולטרה פלוס 3 ליטר (בו הברוז או העוף וכד' – ראו מתכונים בנפרד), אופים ביחד 1 שעה ב- 200 מעלות.

* * *

פסטיבל ירקות

מצרכים

700 גרם גזר בפרוסות דקות
700 גרם' תפוח אדמה בפרוסות דקות
500 גרם לוף (כרישה) בפרוסות דקות
קורט מלח, פלפל
100 גרם גבינה צהובה מגורדת גס

אופן ההכנה

להניח ב- אולטרה פלוס שכבה מכל הירקות וביניהם לפזר גבינה צהובה מגורדת. לשים בתנור עם מכסה סגור ב- 200 מעלות, לשעה אחת. הירקות מתכווצים אבל הם אווריריים ועסיסים.

טיפ: אפשר לשים במקום גבינה פרוסות פסטרמה.

* * *

צלי בקר (1)

מצרכים

500 גרם צלי בקר או פילה מדומה, או רוסטביף, או רולדת הודו
3 בצלים חתוכים לקוביות
4 גזרים חתוכים לקוביות

אופן ההכנה

להניח הירקות ב- אולטרה פלוס והבשר מעליהם. לכסות ולאפות ב- 200 מעלות כ- 19 דקות - למצב נא, כ- 20 - 22 דקות – למצב "עשוי היטב" (לכל 500 גרם צלי מכפילים בזמן הנ"ל). כשמוציאים מהתנור הבישול נפסק והאוכל נשאר חם עד ההגשה. אין התזות, והתנור נותר נקי. ניתן גם להכין עם צלי הודו (רולדה הודו) - צריך שעה אפיה לכל קילו של צלי הודו.

* * *

צלי בקר (2)

מצרכים

1 ק"ג פילה מדומה בקר

2 כפות אבקת מרק בצל
מעט שמן זית (לא חובה)
מספר עלי דפנה
קורט מלח בישול
כ- 5-6 שיני שום קלופים וחתוכים לאורכם.
200 מ"ל מים
טיפ: אולטרה פלוס 5 ליטר מתאים ל- 2 גושי פילה.

אופן ההכנה

בעזרת סכין השף לחרוץ בגוש הבשר חריצים בעומק 2.5 ס"מ בכל הצדדים, להכניס בחריצים את שיני השום. למזוג לתוך ה- אולטרה פלוס המים, מעורבבים עם אבקת הבצל ולהניח מעל את הבשר. למרוח הבשר מכל צדדיו על ידי גלגולו ברוטב שבתוך ה- אולטרה פלוס. לפזר מעל פלפל אנגלי ועלי דפנה. לאפות בתנור במשך שעה עד שעה וחצי ב- 180 מעלות, במכסה סגור.
הבשר יהיה "עשוי" לאחר שעה ו-"עשוי היטב" לאחר שעה וחצי.

* * *

קדירת בשר לראש השנה

מצרכים

חצי ק"ג בשר שמתאים לבשול ארוך, עם שומן ורצוי עם עצם, חתוך לקוביות גדולות (שפונדרה, בשר לחי, שריר, צלעות)
2-3 עצמות מח
מלח גס, פלפל לבן
אצבע ג'ינג'ר קלופה וקצוצה
2 כפות שמן צמחי
3 כפות רכז רימונים
2 כפות סילאן (ללא סוכר)
1-2 מקלות קנמון

אופן ההכנה

מערבבים כל החמרים ויוצקים לסיר ה- אולטרה פרו, יחד עם הבשר והעצמות. דואגים שהכל יהיה מצופה בתערובת התבלינים. מוסיפים 2 כוסות מים, או ציר. מחממים מראש תנור ל- 170 מעלות. מכניסים הסיר המכוסה לתנור ומורידים החום ל- 140 מעלות. אופים התבשיל 3-4 שעות. בודקים אם חסרים נוזלים ומוסיפים מים חמים (לא צריך להיות הרבה נוזלים בסיר אבל צריך להזהר שהסילאן לא ישרף).
כאשר התבשיל מוכן, מפזרים עליו גרגרי רימון ועלי כוסברה קצוצה. מגישים בסיר ה- אולטרה פרו.
נהדר להגיש עם אורז לבן, או פריקי, או חיטה, או קינואה.

* * *

קדירת עוף צלוי עם ירקות שורש

מצרכים

4 כרעי עוף, רצוי חתוכים
שורש סלרי קלוף
3 גזרים קלופים
2 שורשי פטרוזיליה קלוף
2 תפוחי אדמה קלופים
2 בטטות קלופות
3 ארטישוק ירושלמי קלוף
3 בצלי אשקלון (שאלוט) קלופים וחתוכים לקוביות גדולות
50 מ"ל שמן זית

רבע ליטר ציר עוף (אפשר גם מים עם אבקת מרק עוף)
2 ענפי קורנית (טימין) טרי
כוס יין אדום יבש
מלח ופלפל לפי הטעם

אופן ההכנה

משרים נתחי העוף ביין עם ענפי הקורנית. מעבירים ל- 5 ליטר הירקות החתוכים ומוסיפים העוף עם היין והקורנית. שופכים על הכל ציר העוף ומכניסים לתנור ב- 230 מעלות למשך 1 שעה. לקראת סוף האפיה מוציאים המכסה לקבלת גוון זהוב.

* * *

קדירת פרגיות

מצרכים

- 1.5 ק"ג פרגיות עוף חתוכות לפיסות גדולות
- 2 בצלים בינוניים פרוסים גס לרוחב
- 1 עגבניה גדולה פרוסה
- 1 שקית שעועית ירוקה שלמה (אפשר גם עדינה) של סנפרוסט
- מלח גס, פלפל גרוס טרי, חצי כפית בהרט, 1 כפית פפריקה מתוקה
- 1 כף שמן צמחי
- 6 תפוחי אדמה גדולים לבנים - קלופים וחתוכים לאורך ל- 4

אופן ההכנה

הכנת תפוחי האדמה: קולפים 6 תפוחי אדמה גדולים לבנים. חותכים לאורך ל- 4. שמים בסיר עם הרבה מים על הגז, מביאים לרתיחה ומכבים האש (בסיר מכוסה). משאירים תפוחי האדמה בסיר עד שהוא מתקרר. מסננים, מתבלים במלח גס ופלפל גרוס טרי, רבע כפית בהרט, פפריקה מתוקה, 1-2 כפות שמן. מערבבים היטב עד שכל תפוחי האדמה מצופים היטב. משאירים לילה במקרר.

מערבבים כל התבלינים, השמן והירקות בכלי למרינדה, מוסיפים העוף ומצפים אותו היטב בחמרי התיבול. מכסים ושומרים לילה במקרר. למחרת מחממים תנור ל- 170 מעלות. מוסיפים 2-3 כפות שמן לסיר אולטרה פרו. מערימים הבשר המתובל במרכז הסיר ומסביב מסדרים תפוחי האדמה. מוסיפים מים עד מחצית מגובה הבשר. מוסיפים שארית המרינדה. מכניסים הסיר לתנור החם ואופים 30 עד 45 דקות. התבשיל מוכן כאשר תפוחי האדמה מוכנים (רכים אבל לא מתפוררים).

* * *

קדירת שוקי עוף ופירות יבשים

מצרכים (ל- 6 מנות)

- 12-9 שוקי עוף (ללא החלק התחתון של העצם).
- 2 בצלים לבנים גדולים, חתוכים ל- 6 פלחים
- פירות יבשים. חופן מכל סוג - שזיפים, דבלים (תאנים), תמרים, משמשים
- 300 גרם סילאן (ללא סוכר)
- חצי כפית בהרט
- מלת גס, פלפל גרוס טרי
- 3 כפות שמן צמחי
- 1 כפית גדושה פפריקה אדומה (אפשר מתוקה, או חריפה, או מעושנת)

אופן ההכנה

בקערה מערבבים כל חמרי המשרה. מוסיפים העוף ומצפים אותו היטב בתערובת. משרים לילה במקרר בתוך כלי המרינדה או הקלק ושקשק.

למחרת משמנים מעט סיר אולטרה פרו ב- 2-3 כפות שמן. מסדרים העוף המתובל בסיר ומוסיפים מים עד מחצית מגובה העוף. מכניסים לתנור שחומם מראש ל- 170 מעלות. אופים שעתיים בסיר מכוסה. בודקים שלא חסרים נוזלים במהלך האפייה. (הסילאן עלול להישרף). אם חסר - מוסיפים קצת מים חמים. בסוף הבישול, התבשיל צריך להיות כמעט יבש. לקראת סוף הבישול אפשר להוסיף קוביות בטטות לא קלופות.

* * *

קרום קרמל

מצרכים

1 ליטר חלב חם
1 כפית תמצית וניל
10 ביצים
150 מ"ל סוכר
50 מ"ל קרום סמיך (השף הלבן)
30 מ"ל סירופ קרמל, לפי שיטת tw או קנוי.

אופן ההכנה

לחמם התנור ל- 150 מעלות. לשפוך החלב החם למיכל ערבב ושזור 2 ליטר ולהוסיף תמצית הוניל. לנער הביצים והסוכר ב- שייקר ולהוסיף לחלב - לערבב היטב.
למרוח פנים ה- אולטרה פלוס בעזרת מברשת אפיה בסירופ קרמל. להעביר כל הבלילה ל- אולטרה פלוס (לאחר המריחה). לכסותו הפוך ולמלא המכסה מים. לאפות כשעה.

* * *

ריבת בצל

מצרכים

10 בצלים

אופן ההכנה

קוצצים הבצל ב- שף המהיר. מכניסים ל- אולטרה פלוס 3 ליטר. אופים בתנור ב- 180 מעלות שעה אחת לפחות.

* * *

שוקי עוף עם ירקות

מצרכים

500 גרם גזר חתוך לקוביות
500 גרם תפוחי אדמה חתוכים לקוביות
בצל לבן פרוס לפרוסות
2 כפות מים
10 גרם מרגרינה, או 10 מ"ל שמן זית
1 כפית מלח
5 שוקיים עוף

אופן ההכנה

להניח ב- אולטרה פלוס הגזר, תפוחי האדמה, הבצל והמים. מעל להניח המרגרינה (או שמן הזית) ומעל הכל להניח שוקי העוף. להמליח, לכסות ולשים בתנור בחום 200 מעלות כשעה ורבע (לחלופין, אפשר במיקרוגל - 15 דקות בעצמה מירבית, להמתין 5 דקות ועוד 12 דקות. בסה"כ - 27 דקות).

הירקות והעוף מתבשלים ללא השגחה, בלי להשרף והם מאד עסיסיים. אפשר ב- 10 הדקות האחרונות להוריד המכסה כדי להשחים העוף.

* * *

שפודי ירקות ודגים פרובאנסליים

מצרכים

30 מ"ל (2 כפות) קוניאק או וויסקי
15 מ"ל (1 כף) חרדל
2 מ"ל פלפל שחור גרוס (חצי כפית)
15 מ"ל טימין (1 כפית)
2 שיני שום מרוסק
100 מ"ל שמן זית (לשומרי גזרה, אפשר 50 מ"ל)
250 גרם פילה דג נסיכת הנילוס, חתוך לקוביות
1 קישוא
2 עגבניות
1 פלפל ירוק
1 בצל לבן חתוך לקוביות

אופן ההכנה

לערבב כל חומרי המרינדה (כל החמרים שלעיל, לפני הדג) ב- שייקר. לחתוך הקישוא, הפלפל והעגבניות לקוביות גדולות. להכין 8 שפודי עץ באורך שיכנס ל- אולטרה פלוס 3 ליטר. לשפד הירקות והדגים בצורה צבעונית. פרט חשוב - להתחיל ולסיים השפוד עם קוביית בצל (מונע החלקת שאר הקוביות). לסדר השפודים ב- אולטרה פלוס ולשפוף המרינדה מעליהם. להשרות כ- 15 דקות, חשוב להפוך את השיפודים מצד לצד כל 5 דקות. להעביר לתנור ולאפות עם המכסה 20 דקות ועוד 10 דקות ללא מכסה.

ניתן להשתמש בסטייק במקום הדג. (למצב "עשוי היטב" יש לאפות עוד 7 דקות).

* * *

תבשיל דגים

מצרכים

דג שלם, פרוס לפרוסות
מלח גס
פלפל גרוס טרי
אריסה (מתוקה או חריפה), או פפריקה מתוקה
3-4 לימונים כבושים

אופן ההכנה

הדגים המתאימים הם דגים שבשרם לבן ומוצק מסוג אמנון, מושט, לוקוס (לא סלמון). משתמשים בפרוסות דג שלם כולל עור ועצמות ולא בפילטים. חותכים הדג לסטייקים (תלוי בגודל הדג) – 3-4 פרוסות. מתבלים נתחי הדגים במעט מלח גס, פלפל גרוס טרי, אריסה (מתוקה או חריפה), או פפריקה מתוקה (אפשר גם וגם). משרים הדג המתובל לילה במקרר עם פרוסות לימון כבוש (מ- 3-4 לימונים כבושים). למחרת מסדרים בסיר ה- אולטרה פרו ואופים בתנור בחום בינוני (170 מעלות) 30 עד 40 דקות. מגישים חם, ואם נשאר אפשר גם לאכול קר.

* * *

תבשיל חצילים

מצרכים

- 1 ק"ג חצילים
- 250 גרם בשר הודו או עוף טחון
- 250 גרם בצל מגורד גס
- 1 שן שום כתושה
- 2 כפות פרורי לחם
- חצי חבילה פטרזייליה קצוצה
- 500 גרם עגבניות פרוסות
- מלח, פלפל, אורגנו - לפי הטעם

אופן ההכנה

לפרוס החצילים ולייבשם (ב- מייבש החסה או 3 שעות ב- רב-שימושי). לאפות בתנור בתוך ה- אולטרה פלוס הבצל והבשר, עד להשחמה. לרוקן הנוזלים. להניח ב- אולטרה פלוס - שכבת חצילים ומעליהם שכבה דקה של הבשר והבצל האפויים. להמשיך בשכבות נוספות עד לגמר כל המצרכים. לתבל במלח ופלפל. לאפות שעה ללא מכסה ב- 200 מעלות. ניתן להכין גם ללא בשר ובמקומו להוסיף 100 גרם גבינה מגורדת.

* * *

תפוחי אדמה (מתכון בסיסי)

מצרכים

תפוחי אדמה

אופן ההכנה

להניח תפוחי אדמה שטופים עם מעט מלח ב- אולטרה פלוס, לסגור ולאפות ב- 190 מעלות לשעה אחת, מכוסה וללא תוספות.

* * *

תפוחי אדמה בסגנון שונה

מצרכים

- 6 תפוחי אדמה קלופים
- 1 כפית פפריקה
- רבע כפית פלפל שחור / לבן
- 2 כפות שמן
- 3 כפות מיונז
- 200 מ"ל מים
- 3 כפות רוטב צ'ילי מתוק

אופן ההכנה

להכניס תפוחי האדמה השלמים ל- אולטרה פלוס ולהוסיף המים. לחמם במיקרוגל בעצמה מירבית 6 דקות. להוציא ולסנן המים. לחתוך תפוחי האדמה לרבעים ולהחזיר ל- אולטרה פלוס. בקערת הגל החדש 2.5 ליטר לערבב כל המצרכים היבשים ולהוסיף השמן, המיונז והצ'ילי ולערבב. לצקת על תפוחי האדמה שב- אולטרה פלוס. לנער, לכסות ולהכניס לתנור ל- 15 דקות ב- 180 מעלות. לפני סיום האפיה יש להסיר המכסה ולאפות עוד 5 דקות.

* * *