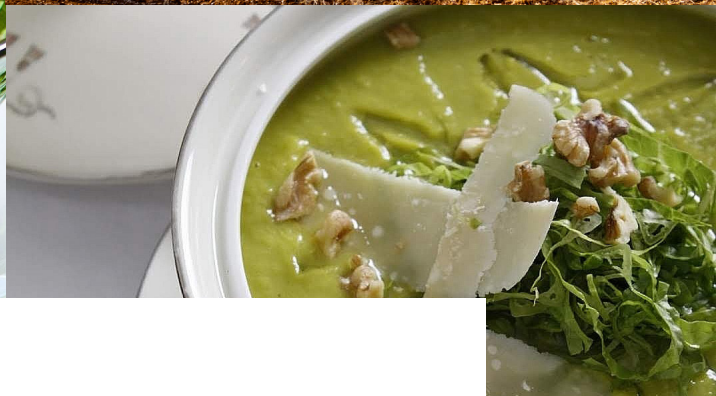


פסטיבל ימי ענף
הזית
Olive Fest Days
أيام عصف الزيتون
3.12-11.11



טעם הזית

חגיגת מתכונים עם שמן זית
מהגליל, הגולן והעמקים

ענף הזית
במועצת הצמחים



המשרד לפיתוח
הפריפריה
הנגב והגליל
מרחב האפשרויות של ישראל





פסטיבל ימי ענף הזית

Olive Fest Days
أيام غصن الزيتون
3.12-11.11

המתכונים של **הילה אלפרט**, מבשלת מילים ואוכל - המלווה הקולינארית של ענף הזית. אלפרט היא עיתונאית, מגישה, מרצה ויוצרת אלבומים קולינאריים. באדיבות ענף הזית במועצת הצמחים. שמחים להגיש לכם חוברת מתכונים זו, פרי עטה של אלפרט, המשלבים במרכיבי המנות את שמן הזית הישראלי, הגלילי. באדיבות ענף הזית במועצת הצמחים

אחרי החגים מתחדש הכל, ריחות סתיו באוויר ומסיק הזיתים בגליל מתחיל במלוא המרץ. השטחים החקלאים חוגגים את המסיק בכרמי הזיתים בשיטות הוותיקות ועד טכנולוגיה מתקדמת, ובתי הבד מפיקים שמן זית ישראלי מקומי ותעשיית שמן הזית בישראל מתפתחת וצומחת.

בין התאריכים 11.11-3.12 יתקיים פסטיבל ימי ענף הזית 2022 אשר חוגג השנה 28 שנים! לפעילותו ברחבי הגליל, הגולן והעמקים עם שפע של אירועים ופעילויות, הרצאות, סדנאות, סיורים מודרכים, ביקור בבתי בד ואתרי מורשת ועוד.

הפסטיבל חוגג את החקלאות המקומית, שמלווה בעשייה תיירותית ותרבותית חוצה דתות ומגזרים, עתיק ומסורתי לצד חדשני ומודרני לקידום ופיתוח הכלכלי - חקלאי תיירותי בגליל.

פסטיבל ימי ענף הזית - פעילות משותפת לרשות לפיתוח הגליל, המשרד לפיתוח הפריפריה הנגב והגליל, ענף הזית במועצת הצמחים ומשרד התיירות.

צילומים: איתיאל ציון

למידע נוסף על פסטיבל ימי ענף הזית הכנסו » ZAIT.GALIL.GOV.IL





בר ים בשמן זית ושלל ירקות

המתכון שלפניכם מתייחס לדג שלם. אתם מוזמנים להמיר אותו בשני לברקים קטנים. למתכון הזה נדרשת תבנית שיודעת לעמוד על הכיריים ומשם להמשיך לתנור. אם אין לכם אחת כזו שמכילה דג בשלמותו אתם מוזמנים לפרוס את הדג ולקצר את משך השהייה בתנור לשבע דקות. ההליכה למחוזות האגנים בשילוב טעמו של הזית מחמיאה לדגים. שלמים או פרוסים. הכמות יפה ל-6 סועדים.

מצרכים

- < בר ים במשקל 1 ק"ג
- < 2 כפות לימון כבוש קצוץ דק
- < 2 ראשי שומר קטנים
- < חצויים לאורכם ופרוסים דק
- < 5 בצלים ירוקים
- < 100 מ"ל יין לבן
- < 50 מ"ל ערק, אוזו או כל משקה אגסי אחר
- < 20 עגבניות שרי
- < 2 פלפלים חריפים טריים
- < מלח גס
- < צ'ילי יבש גרוס
- < פלפל שחור גרוס
- < 1/2 כוס מים
- < שמן זית

אופן ההכנה

מחממים תנור ל-250 מעלות. מניחים את הבצל הירוק, האוזו והיין הלבן בתבנית חורצים שתי וערב לאורך גופו של הדג. מעסים את בשרו בלימון הכבוש.

מניחים את הדג בתבנית, ומסדרים מעל את השומר, מחצית מעגבניות השרי, הפלפלים החריפים וכוכב האגס. מתבלים במלח גס, צ'ילי יבש ופלפל שחור. חוצים את העגבניות בהן לא השתמשנו. סוחטים מעל לדג ואת גופן הסחוט מצרפים לשאר הירקות שבתבנית.

מניחים את התבנית על להבת הכיריים, מביאים לרתיחה, על אש גבוהה עד לאידוי כל האלכוהול. מוסיפים את המים יוצקים שמן זית. מכניסים לתנור וצולים כ-10 דקות, עד שהדג מבושל. מוציאים, מפזרים ירק קצוץ מעל. אצלי זה תמיד כוסברה אבל בצל ירוק או פטרוזיליה גם סבבה.

מרק אפונה ירוקה

מרק עם טעם נקי ורענן של אפונה ירוקה. אפשר להשתמש באפונה טרייה אבל גם זו הקפואה תעשה פה יופי של עבודה. מגישים מעל גילוחים של גבינת פרמיז'אן, עלים ירוקים ואגוזי מלך. אחינו הצמחונים מוזמנים לוותר על הגבינה ובמקום לטגן פירורי לחם במעט שמן זית ומלח. הכמות יפה ל-6 סועדים.

מצרכים

- ◀ 1/3 כוס שמן זית
- ◀ 2 גזרים קלופים קצוצים דק
- ◀ 2 כרשות קצוצות דק כולל החלק הירוק
- ◀ 1 בצל
- ◀ שורש פטרוזיליה קלוף, קצוץ דק
- ◀ 500 גר' גרגירי אפונה ירוקה
- ◀ ענף טימין
- ◀ מלח ופלפל
- להגשה:**
- ◀ 50 גר' אגוזי מלך קצוצים גס
- ◀ 1/2 כוס עלי חסה קצוצים דק
- ◀ גבינת פרמיז'אן
- ◀ שמן זית

אופן ההכנה

מחממים בסיר 1/3 כוס שמן זית ומטגנים על אש קטנה את הגזר, שורש הפטרוזיליה הבצל והכרישה עד יתרככו. יוצקים פנימה 2 ליטר מים רותחים ומוסיפים את האפונה הירוקה, את ענף הטימין ומבשלים, בסיר מכוסה חלקית, משך כחצי שעה על אש קטנה. ממליחים ומפלפלים. טועמים ומתקנים תיבול.

מסלקים את ענף הטימין. במעבד מזון טוחנים את כל הנוזלים לקרם חלק. מחזירים את הקרם לסיר. המהדרין יעשו זאת דרך מסננת דקה. מחזירים לאש ומוסיפים לבשל, על אש קטנה, בסיר פתוח משך עשר דקות.

כל סועד מקבל צלחת מהמרק ובמרכזה תלולית עלי חסה, כפית אגוזי מלך קצוצים כשעליהם נשענים שני גילוחים יפים של גבינת פרמיז'אן. יוצקים מעט שמן זית ומגישים מיד.





סלק בסלק

עלי מנגולד משתדכים מצויין עם בשר וחריכת המחבת מחמיאה להם. במתכון הזה קציצות מנגולד משכשכות ברענונות של מיץ סלק. הכמות יפה ל-6-7 סועדים.

מצרכים

- < 500 גרם בשר בקר טחון.
רצוי מאזור הצלעות השמנמן
- < צרור עלי סלק (מנגולד)
שטופים, בסביבות 700 גרם
- < קליפה מלימון מגורד
- < מלח
- < ⅓ כוס שמן זית לטיגון
- < ביצה
- < 3 כפות פירורי לחם
- < ¼ כפית מחוקה קינמון
- < ¼ כפית פלפל לבן
- < ¼ כפית זנגוויל טחון

לרוטב:

- < כוס וחצי מיץ סלק שתביאו
מדוכן מיצים או במכונה
לסחיטת פירות
- < קשים שקניתם פעם ובקושי
אתם משתמשים בה.
- < 2 כפות רכז רימונים
- < שן שום קצוצה דק
- < חצי כוס עלי כוסברה קצוצים
- < מלח

להגשה:

- < שמן זית מבושם

שוטפים היטב את עלי המנגולד, חותכים את החלק הלבן ושומרים בצד.

קוצצים את עלי המנגולד מבלי לייבש ומאדים אותם במחבת גדולה ויבשה על אש בינונית. המים שעליהם מספיקים לפעולת האידוי. אתם רוצים אותם רכים אבל בלי הרבה נוזלים. מוציאים את העלים מהמחבת בלי לשטוף אותה. מצננים, סוחטים היטב וקוצצים.

מערבבים את עלי המנגולד עם כל החומרים לקציצות. צרים קציצות ומשטחים אותן. מחממים שמן זית באותה המחבת בה השתמשו לאידוי, ומטגנים את הקציצות עד להשחמה. מוציאים לצלחת עם נייר סופג.

שופכים מהמחבת את שמן הטיגון ובמקומו יוצקים את מיץ הסלק. שוב מבלי לשטוף את המחבת. בעזרת כף עץ מקרצפים את כל הסוכרים השרופים שהקציצות השאירו במחבת. טעים. מנמיכים את האש. פורסים לאורך את החלק הלבן ששמרנו מעלי המנגולד לרצועות דקות. מוסיפים למיץ הסלק ביחד עם רכז הרימונים. מבשלים עוד עוד עשר דקות. ממליחים, מוסיפים את הכוסברה ושן השום.

מיד אחריהם מחזירים את הקציצות למחבת, מנערים אותה ככה שהנוזלים יכסו את הקציצות ומגישים עם מעט שמן זית מעל.

אורז לבן או חלה טרייה יארחו את הקציצות האלה בשמחה. הן מצוינות גם כשהן קרות בין שתי פרוסות לחם לבן או פיתה טרייה.



עוף בחיטה וסלט עגבניות

שעות שוכב לו עוף עם חיטה בתנור והם משחימים ביחד. תבלין הזמן מעמיק את הטעם והריח שקורא לשולחן לבוא לשולחן. הסלט מביא פנימה רעננות והכל ביחד יוצר כיף גדול. הכמות יפה ל-6 סועדים.

מצרכים

- < 3 כוס שמן זית
- < 10 פולקע עוף טריים
- < 2 כוסות חיטה
- < 1 כף מחוקה כורכום
- < 1 כפית פלפל שחור טחון
- < מלח
- < ראש שום
- < 3 כפות שמן זית
- < 3 עגבניות חתוכות לקוביות בגודל של כ 1.5 ס"מ
- < כוס עלי פטרוזיליה קצוצים דק
- < 1 פלפל ירוק חריף חתוך לפרוסות דקות

אופן ההכנה

מחממים תנור לחום של 170 מעלות. בסיר כבד מחממים את השמן, משחימים את הפולקעס מכל צד עד שיזהיבו יפה-יפה.

שמים את החיטה עם התבלינים, נועצים ראש שום ויוצקים מים רותחים עד כדי כיסוי. מביאים לרתיחה, מכסים את הסיר בנייר כסף, מעליו מניחים את המכסה ומכניסים לתנור ל-6 שעות.

מסדרים על צלחת הגשה. בכלי נפרד מערבבים את העגבניות עם הפטרוזיליה והפלפל החריף, ושלוש כפות שמן זית. ממליחים מעט, מפזרים מעל החיטה ומגישים מיד.

פסטיבל ימי ענף

הזית



Olive Fest Days
أيام غصن الزيتون
3.12-11.11

למידע נוסף הכנסו לאתר
פסטיבל ימי ענף הזית
ZAIT.GALIL.GOV.II



פסטה עם עדשים ושמן זית טרי

שמחת עניים במיטבה. אטריות ועדשים הקונות שובע בפרוטות, מתבשמות בטעמיו של שמן ראשון. בשלב הטיגון כדאי להשתמש בשמן שימיו החריפים מאחוריו. פסטה טרייה עם ביצים היא המעולה מכולן למתכון הזה. הכמות היא ל 4-5 אנשים.

מצרכים

- < 500 גר' עדשים ירוקות-חומות שטופות
- < 1 כפית מלח
- < 4 כפות שמן זית
- < 1 בצל קצוץ
- < 4 שיני שום קצוצות גס
- < ¼ כפית מחוקה פלפל שחור
- < 500 גרם אטריות ביצים שטוחות רחבות

להגשה:

- < 6 כפות שמן זית טרי
- < קליפה מגורדת מלימון

אופן ההכנה

מכניסים את העדשים לסיר עם מים רותחים ומבשלים משך כ-20 דקות או עד שעדשים התרככו. את המלח מוסיפים רק לקראת סוף הבישול. מסננים.

מחממים במחבת את שמן הזית ומשחימים את הבצל. זוהי פעולה הדורשת אש קטנה וסבלנות גדולה. משהשחימו פני הבצל, מוסיפים פנימה את השום ומוסיפים לטגן על אש קטנה, עד שיתחיל להזהיב. מוסיפים פנימה את העדשים ומערבבים היטב אגב תנועות מעיכה.

מחצית מהכמות צריכה להפוך למין ממרח. מסירים מן האש. מבשלים את האטריות במי מלח רותחים, על פי הוראות היצרן ומקפידים להוציא אותן מהמים כשהן בדרגת אל-דנטה. מסננים. מערבבים עם העדשים, יוצקים את השמן ואוכלים.

שמן זית חדש, איטריות ויוגורט

מצרכים

- < 250 גר' אטריות ביצים דקיקות למרק
- < 2 שיני שום קצוצות דק
- < 4 כפות שמן זית צעיר
- < 2 כפות פרוסות שקדים קלופים
- < 1 כפית מחוקה מלח
- < 250 מ"מ יוגורט עיזים

אופן ההכנה

מבשלים את האטריות במי מלח, לפי הוראות היצרן. מעבירים לקערה. יוצקים מעל את כל החומרים, מערבבים, טועמים ומתקנים תיבול.
כמה פשוט ככה טעים.



בואו ללמוד
איך לשמור
על שמן הזית?

למידע נוסף הכנסו לאתר
פסטיבל ימי ענף הזית
ZAIT.GALIL.GOV.IL

סלט רימונים, אגוזים ושמן זית חדש

ראשיתו של המתכון הוא בפריטת הרימון ומכל פורטי הרימונים שהכרתי בחיי, ד"ר רון פורת, חוקר אחסון ואיכות תוצרת חקלאית מהמכון ע"ש וולקני, עושה את זה הכי יפה. בסכין קטנה הוא משרטט מעגל סביב כתר המלכות ומסיר את כיפת הפרי מבלי לאבד אף גרגר. אחר כך הוא חורץ חתכים לאורכו של הפרי, משל היה ממשפחת ההדרים, והרימון נפתח בין ידיו בלי שירד ממנו דם מתוק, אפילו לא פעם אחת. הסלט הזה מת על טעמו הבועט של שמן חדש.

מצרכים

- < גרגירים מ-2 רימונים עזי טעם
- < פלפל חריף, חף מזרעים פרוס דק
- < ½ כוס עלי כוסברה
- < ¼ כוס עלי פטרוזיליה
- < ½ כוס בצל ירוק דק קצוץ דק
- < 4 כפות שמן זית חדש
- < ½ כוס אגוזי מלך קצוצים
- < מלח גס

אופן ההכנה

מערבבים בקערה גרעיני רימון, עשבי תבלין ובצל ירוק. מוסיפים את שמן הזית, אגוזי המלך וממליחים. מערבבים שוב. טועמים, מתקנים תיבול ומניחים לסלט שינוח כמה רגעים לפני ההגשה.



עוף תחת לחץ בשמן זית חדש

העוף אוהב חריכה ומת על טעמיו של שמן זית חדש. המתכון הזה, המיועד לשני אנשים עושה שימוש מצוין בשניהם.

מצרכים

- < 2 כרעיים של עוף טרי וצעיר
- < 1 כף שמן זית
- < מיץ מחצי לימון
- < 1 פיתה לאפה
- < 2 עגבניות בשלות
- < ½ פלפל חריף ירוק טרי, פרוס דק
- < מלח גס
- < 4 כפות שמן זית חדש

אופן ההכנה

מחממים מחבת רחבה וכבדה על אש גבוהה. מעסים היטב את כרעי העוף בכף שמן עם מיץ הלימון ומניחים את העוף כשהעור שלו כלפי מטה. מניחים מעל העוף מחבת קטנה יותר ומעליה את המשקולות.

מגמיכים את האש וממשיכים לטגן משך כ-15 דקות או עד שהעוף שחום יפה. הופכים ומפעילים לחץ מחדש עד שגם הצד השני משחים היטב. מעבירים לצלחת ומניחים את הלאפה במחבת. מטגנים אותה משך כחמש דקות בשומן שהפריש עליה העוף.

מעבירים לצלחת ומניחים את הכרעיים על הצד השחום. יוצקים מעל שמן חדש, סוחטים עת העגבניות, מפזרים את הפלפל החריף ומעט מלח גס. לבוא למנה עד הידיים וברעב גדול.

למידע נוסף הכנסו לאתר
פסטיבל ימי עונף הזית
ZAIT.GALIL.GOV.IL

כל מה
שרציתם לדעת
על שמן זית



פסטיבל ימי ענף
הזית
Olive Fest Days
أيام غصن الزيتون
3.12-11.11



ענף הזית
במועצת הצמחים



המשרד לפיתוח
הפרפריה
הנגב והגליל
מרחב האפשרויות של ישראל



למידע הכנסו לאתר ימי ענף הזית
ZAIT.GALIL.GOV.IL