

חכמת הבורקס מחיפה



Recetas para Yom Yerushalaim (El día de Jerusalem)

En el menú:



Primer curso

sopa de kube
sopa de remolacha
Sopa roja con menta.
Burekas
albondigas de verduras (jubeza o espinaca)
Ensalada blanca con jubeza o espinaca
Burika

Platos principales:

Shakshuka
Meurav Yerushalmi
Sabiaj
Champiñones rellenos de queso

Postres:

Malaby
Kanafeh
Trufas de chocolate

Gracias

A Shoshi Hazan por las recetas.
Al fotógrafo Mike Horton por las fotos
Al productor Shlomo Coleman.

*Tenga en cuenta que algunas recetas son lácteas
y otras son de carne

Primeros platos

Sopa kube



Para la masa:

1 taza y media burgol fino/Jerish (remojar durante media hora y filtrar)
3 tazas de sémola
1 cucharada de sal plana
Agua según sea necesario (alrededor de una taza)

Para el relleno:

1 cebolla mediana, picada en cubitos pequeños
1 kg de carne molida
1 taza de perejil picado
1 cucharada de sal plana
1/4 cucharadita de pimienta negra
1 cucharadita de pimentón dulce

Para la sopa de remolacha:

1 cebolla mediana, cortada en cubitos
2 remolachas medianas, cortadas en cubos pequeños o cuartos de rebanadas finas (1/2 cm)
1 remolacha rallada delgada
2 dientes de ajo (rodajas)
2 cucharadas de jugo de limón
1 cucharada de sal plana
1/4 cucharadita de pimienta negra
1 cucharada de pimentón dulce
1-2 cucharadas de pure de tomate (opcional)
1 cucharadita de azúcar (opcional)
Agua hasta la mitad de la altura de la olla.

Para sopa roja con menta:

1 cebolla mediana, cortada en cubitos
2 dientes de ajo (rodajas)
1 cucharada de sal plana
1/4 cucharadita de pimienta negra
1 cucharada de pimentón dulce
2-3 cucharadas de pure de tomate
2-3 cucharadas de tomates rallados
5-6 ramas de menta
Agua hasta la mitad de la altura de la olla.

Preparación:

Preparamos la masa:

se coloca en un recipiente el burgol fino/Jerish (después de remojar y filtrar), se agrega la sémola y la sal y se mezcla los ingredientes con movimientos circulares que combinen los ingredientes. Agregar agua gradualmente y amasar - la textura de la masa debe ser blanda (pero no demasiado) y fácil de trabajar. Hay que prestar atención - es imposible determinar la cantidad de agua, se debe sentir la masa - si la masa está ligeramente seca - agregue agua]. Cubrir con plástico/nylon y dejar reposar durante unos 10 minutos.

Preparación del relleno:

Coloque la cebolla y el aceite en la sartén y cocine al vapor durante aproximadamente 2 a 3 minutos. Agregue la carne y fríalo durante aproximadamente 5 minutos, hasta que el color cambie. Agregue las especias y continúe vaporizando durante 1-2 minutos. Hacia el final, agregue el perejil y transfíralo a un recipiente para enfriarlo (puede preparar la mezcla el día anterior y ponerlo en el refrigerador))

Preparación de las albóndigas de Kube:

Con manos mojadas con agua (es posible aceite), crear albóndigas pequeñas del tamaño de una pelota de ping-pong, cada bola hay que aplanarla (como pita). Se coloca una cucharita llena del relleno en el centro y se cierra la bola. Cierre la tapa con fuerza y colóquela en una bandeja, no pegada entre sí (puede congelar las albóndigas de kube y usar cuando sea necesario, no es necesario descongelarlas).

Preparación de la sopa de remolacha:

ponga la cebolla en aceite y cocine al vapor en la sartén durante 2 minutos, agregue las remolachas y cocinar al vapor durante aproximadamente 5 minutos mientras revuelve. Añadir el ajo al vapor durante otros 1/2 minuto. Agregue agua a la altura de la mitad de la olla y el jugo de limón y espere a que hierva. Agregue y cocine a fuego lento durante aproximadamente 1/2 hora a fuego medio. Luego agregue las albóndigas de kube y cocine por otros 20-30 minutos.

Preparación de la sopa roja con menta:

ponga la cebolla en aceite y cocine al vapor en la sartén durante 2 minutos, agregue las remolachas al vapor durante 5 minutos mientras revuelve, agregue el ajo al vapor durante otros 1/2 minuto. Agregue el agua a la mitad de la olla y deje hervir. Después de hervir, sazone, agregue el pure de tomate, los tomates triturados y finalmente las hojas de menta. Cocinar durante 5 minutos todo junto. Luego agregar las albóndigas de Kube y cocinar por 20-30 minutos

Burekas de Jerusalem



Ingredientes:

1 kg de harina
2 cucharadas de azúcar
1 cucharada de sal plana
2 cucharaditas de vinagre
1/2 taza de aceite
3 tazas de agua
3 tazas de aceite de soja / canola / maíz / girasol.
Un poco de sésamo o comino negro, para esparcir
Un huevo batido con una pizca de sal.

Para el relleno:

400 gramos de queso blanco búlgaro rallado 5%
500 gramos de queso amarillo rallado
4 huevos
1 papa pequeña cocida y triturada - esta adición estabilizará el queso en la masa

Preparación:

Coloque la harina, el azúcar y la sal en un tazón y mezcle, agregue el aceite, el vinagre y el agua y amase bien para obtener una masa agradable y fácil para trabajar. Coloque el aceite en un bol y ponga la masa. El aceite debe cubrir la masa, dejar 40 minutos. Luego, hacer albóndigas del tamaño de una pelota de tenis y ponerlas durante otra media hora en aceite.

Sobre una superficie, coloque un poco de aceite en el recipiente y saque una bola, abra con las manos (no con el rodillo) y estirar la masa lo más delgado que pueda. La masa debe ser muy delgada hasta ser casi transparente (es muy importante, que las capas sean muy delgadas). A veces, cuando se abren, se forman unos pocos agujeros pequeños. No se preocupe, hay muchas capas en la rodadura de la masa y esto no será un problema.

Colocar generosamente el relleno a lo largo del borde y enrollar la masa. Las burekas pueden dejarse como una barra larga o como un caracol.

Tendrá casi una taza de aceite en el recipiente ... Entonces, ¿por qué no poner menos? Para que la masa descanse en el aceite y se ablande. No reduzca la cantidad registrada, estropeará el sabor.

Aplicar un huevo batido y espolvorear con semillas de sésamo o comino negro.

Hornee en un horno calentado a 220 grados centígrados hasta que las burekas se doren. Consejo: Puede agregar espinacas a la mezcla, aceitunas, champiñones, queso de otro tipo, de acuerdo con su gusto.

Albóndigas de verduras con hojas de malva (עלי חובזה) o espinaca



Ingredientes:

- 1 cebolla grande, finamente picada
- 3 tazas de hojas de malva (עלי חובזה) o espinaca, finamente picadas
- 3-4 huevos
- 3 cucharadas de harina de matza
- 2 cucharadas de harina común
- 1 cucharadita de sal plana
- 1/4 cucharadita de pimienta negra
- Aceite para freír

Suficiente para 20-25 albóndigas

Preparación

Coloque todos los ingredientes en un recipiente, mezcle, vierta en una cuchara regular y fríe con aceite a fuego medio por ambos lados.

Consejo: Es posible agregar zapallito o papas ralladas de tamaño mediano, o cualquier otra verdura.

Ensalada blanca con hojas de malva (עלי חובזה) o espinaca



Ingredientes:

3 yogurt

1 queso 5%

3 Crema agria

3 pepinos finamente picados

Un puñado de hojas de malva (עלי חובזה) o espinaca finamente picadas.

1 diente de ajo machacado

Sal a gusto

Preparación:

Mezcle todos los ingredientes en una textura uniforme (ni demasiado gruesa ni demasiado delgada) y colóquela en el refrigerador.

Consejo: No es necesario agregar pepinos

Burika



Ingredientes:

Hojas de cigarro u hojas de burika

Aceite para freír

Huevos sin cocinar

Sal

Relleno de pure de papa:

Cocine 2 papas enteras con cascara - pele y triture con un tenedor, agregue sal, pimienta negra, un puñado de perejil picado (opcional)

Preparación:

Poner aceite en la sartén, calentar, poner una hoja de cigarro, poner sobre el huevo, poner un poco de sal, cerrar bien la hoja de cigarro y freír durante aproximadamente un minuto.

Existe la posibilidad de rellenar con puré de patata y se puede agregar champiñones.

Platos principales

Shakshuka



Ingredientes:

1 cebolla
3 dientes de ajo, picados
Aceite para freír
5-7 tomates cortados en cubos
1 cucharada de pimentón dulce
Sal, y pimienta negra - al gusto.
5-6 huevos.

Existe la posibilidad de poner pimiento picante - cortado en cubos

Preparación:

Cortar la cebolla en cubos y poner en una olla con un poco de aceite para facilitar la fritura. Añadir el ajo picado mientras se fríe.

Añadir la pimienta mientras se fríe. Añadir los tomates, la sal, la pimienta y el pimentón dulce y mezclar.

Cocinar durante 5 minutos y agregar los huevos. Ponga sal y pimienta en los huevos y cocine por 10 minutos manteniendo la tapa cerrada hasta que los huevos estén bien cocidos.

Consejo: Puedes hacer shakshuka verde con espinacas: corta 4 hojas de acelga con tallos en lugar de tomates o coloca solo 2 tomates.



Mehurab Yerushalmi



Ingredientes:

- 2-3 cebollas cortadas en tiras finas
- 2-3 dientes de ajo cortados en finas rebanadas
- 5 cucharadas de aceite
- 200 g de pechuga de pollo cortada en tiras pequeñas o cubos medianos
- 100 gramos de corazones cortados por la mitad
- 100 gramos de hígado de pollo, ya casherizado (asado) cortado en tiras medianas
- 50 g de bazo (opcional)
- 1 cucharada de pimentón dulce
- 1 cucharadita de pimienta negra
- 1 cucharada de sal

Preparación:

Cocine la cebolla con aceite en una sartén grande durante 2-3 minutos a fuego medio. Agregue la carne mientras revuelve en este orden: pechuga de pollo, corazones, hígado y bazo, ajo, especias y continúe cocinando al vapor durante otros 2-3 minutos.

Puede servirse con tahini (tejina), amba y pita.



Sabiaj



Ingredientes:

5 huevos duros
2 papas cocidas con cascara.
2 berenjenas cortadas en círculos o lo largo longitud (1/2 cm con la cáscara)
1 frasco de amba
Sal
Pimienta negra
Berro o perejil, cebolla de verdeo
Pita

Ingredientes para la Tahini:

1 taza de tahini crudo
1/2 taza de agua
1 limón exprimido
1 diente de ajo machacado
1/4 cucharadita de sal
1/4 taza de perejil picado.

Ingredientes para ensalada:

3 tomates cortados en cubitos pequeños
3 pepinos cortados en cubos pequeños
1 cebolla mediana, cortada en cubitos pequeños
1/4 taza de perejil picado
2 cucharadas de aceite de oliva
1/2 limón exprimido
Sal a gusto

Preparación de las berenjenas - fritas:

coloque la berenjena cortada en un colador, ponga sal encima y deje reposar durante aproximadamente una hora para que fluya el líquido. Luego enjuague las berenjenas, y pasar por sobre ellas con papel absorbente para secarlas y frítelas con aceite por ambos lados hasta que estén doradas. Colocar sobre papel absorbente.

Preparación de la tahini:

poner en una taza la tahini, agregar el agua y mezclar hasta obtener una textura suave, agregar el jugo de limón, el ajo molido, la sal y el perejil. Aquellos a quienes les gusta la tahini más diluida - agregar un poco de agua.

Cada uno prepara la pita de acuerdo con su sabor: puede poner un poco de tahini, amba, berenjena, huevo duro, papa, cebolla picada, cebolla de verdeo y ensalada.

Los postres

Malabi



Ingredientes:

1 litro de leche
Crema dulce (250 ml)
1 taza de azúcar
1 taza de harina de maíz (80 g)
1 cucharada de agua de rosas

Preparación:

Vierta en la olla la mayor parte de la leche (deje 1 taza de leche al lado), agregue la crema dulce y el azúcar y deje hervir. Al mismo tiempo, en un recipiente aparte, ponga el vaso de leche restante, la maicena y el agua de rosas, y mezcle hasta obtener un líquido suave y sin grumos. Cuando la mezcla de leche en la olla comience a hervir, agregue la mezcla de leche con la maicena y revuelva continuamente hasta que la mezcla esté muy espesa (aproximadamente 20 segundos). Retírelos del fuego, transfíralos a un tazón para servir y cúbralos con plástico-nylon (para que no se forme una costra). Enfríe y ponga en el refrigerador por al menos 4-5 horas, hasta que la leche esté muy fría y estable.

Sirviendo - Convierta la malabi en un plato para servir, golpee ligeramente en el tazón para liberar la malabi.

Decoración: pistachos picados, canela, coco, miel, frutillas - al gusto.

Kanafeh



Bandeja o sartén de 32 cm

Para la base del Kadaif:

150 gramos de fideos kadaif o fideos finos

150 gramos de manteca derretida

Para la capa de queso:

300 gramos de queso ricota

1/2 taza de queso de cabra suave (o similar)

Para el jarabe o syrup:

1/2 taza de azúcar

3/4 taza de agua

1 cucharada de agua de rosas

Preparación:

Preparación del jarabe: Ponga el azúcar y el agua en una olla y hierva, cocine por 3-5 minutos hasta que se obtenga el jarabe. Apague el fuego y agregue el agua de rosas.

Preparación del Kanafeh: Mezcle el queso en una mezcla uniforme con un tenedor o una batidora

Vierta 6 cucharadas de manteca en una bandeja (o sartén), la mitad de los fideos aplanar en una capa uniforme, sobre la mezcla de queso y sobre la cubierta de queso con los fideos restantes.

Freír a fuego medio durante unos 3-4 minutos hasta que se doren, voltee con cuidado en un plato grande y se lo devuelve a la bandeja, freír durante 3-4 minutos. Durante la fritura, agregue manteca derretida según sea necesario, cada vez que sienta que los fideos están ligeramente dorados, agregue un poco de manteca.

Sobre los fideos verter todo el jarabe o syrup y freír hasta que se absorba. Trasladar al plato en el cual se va a servir. Servir caliente..

Trufas de chocolate



Ingredientes:

- 1 paquete y medio de galletas petit beurre
- 2 unidades de postres de chocolate, estilo pudin
- 1 cucharada de chocolate untable
- 100 gramos de manteca derretida)

Preparación:

Mezclar todos los ingredientes en un bol y crear trufas. Puede sumergirse en coco / almendras ralladas / caramelos de colores / chocolate picado. Mantener en el refrigerador.