

אוכל

לחם מן הארץ

לחמי פרא, מאפים תימניים מסורתיים, לחמא בעג'ין ופיצה סודית: מסע בעקבות בצקים ובתי האוכל ובבתים הפרטיים במטה יהודה

רותם מימון

בל הארץ מטה יהודה המ- שתרע מאזור השפלה ובית שמש במערב ועד ירושלים במזרח כולל כ-60 יישובים, ממושבים וקיבוצים, דרך כפרים ערביים ומנורים, דתיים וחילוניים. המגוון העדתי, המסורות השונות, החיים על ההר לעומת החיים בע- מק (האלה), מהירוק עד לסף המד- בר, בין הכפר החקלאי ליישוב הקהילתי, משווים לאזור פוטנ- ציאל תרבותי מרשים שהאוכל הוא רק חלק קטן ממנו. תבשילים ביי- תיים, מבשלות בירה, גבינות בור- טיק ולחמים, שמני זית וטחינה, קונדיטוריות ועוד יוצרים יחד מר- כץ מיוחד של אוכל נהדר. לפניכם טעימה קטנה:

ליד הבוסתן

שנייה וחצי מירושלים שוכן מושב אורה. כשימית ילידת המ- קום חורה למושב היא החלה לא- פות עוגות ועוגיות ולייצר במטבח ביתי ג'חנון וקובנה. עם הזמן הלך שמה ושם המאפים והתפשט במר- שב, וההזמנות החלו לזרום עד כדי כך שאפילו הסבתות התימניות העדיפו להזמין ממנה במקום לט- רוח על האפייה. זמן קצר אחר כך החליטו ימית וטל להוסיף למאפה גם קפה, ופתחו צמוד לביתם בית קפה קטן עם בוסתן וגינה ומקום של כבוד לבצקים. אין כאן תפריט. תגידו מה אתם אוהבים ויתאימו לכם ארוחה: ארוחות בוקר מיוחדות המתבססות על ההתמ- חות המקומית כאן בבצקים, למ- של צנעא, מאפה קובנה במילוי גבינות קריספי בחוץ וענן בצקי כפנים, או שקשוקית שהיא למע- שה שקשוקה שמעטרת מאפה שמרים עם פטה. חוץ מזה, גם כריכים חמים בלאפה דרויות וכ- דאי להשאיר מקום לקינוחים ששווים לבדם נסיעה: טוסט שור- קולד עם אגוזים בננות וגלידה בתנור, וכן, בכל יום יש פה פסיי של מתחלף - בין חומוס פול



"קפה טל". כדאי להשאיר מקום לקינוחים. משמאל: "ברדלי". יש גם חלות טבעוניות צילומים: רותם מימון

מצרך, לקובה ממולאת גבינות ועד לאותו ג'חנון ביום שישי.

קפה טל, מושב אורה. פתוח: א'-ה' 7:00-23:00, ו' 8:00 ועד כניסת שבת

בר קריבי

רועי דנין פתח את אורה בורה במקרה. הימים היו ימי מונדיאל והוא הוציא כמה ספות מהבית ומ- קרן לטובת החברים במושב. מפה לשם הנקודה נהפכה לתחנת עצי- רה והכיבוד הביתי התחלף בבישולים של תושבים מהסביבה. כשהאנשים ביקשו גם לשבת



ולאכול הבין דנין שיש כאן פוטנ- ציאל לעסק ולפני שנתיים וחצי נפתח המקום. התוצאה הסופית - קומבינציה של כל הברים שראיתם בריוורטים שבחופי בר- זיל, סרי לנקה והקריביים, רק הכי רחוק מהים. מה אוכלים כאן? חוץ

עגבניות בזיליקום וטחינה, או לח- מא בעג'ין וכמובן ג'חנון בכל יום שישי. יש כאן גם שקשוקת משק, סלטים וקציצות בקר, שניצלים ובעיקר ארוחת רמזור - שלוש קע- ריות מרק עם קובה בשלושה סר- גים, בדיוק לאנשים שלא יודעים מה לבחור. בצהריים פותחים פה שולחן עם עסקיות שוות (במחיר של כ-50 שקלים). בימי שישי מתקיימים כאן ירידי אוכל.

אורה בורה, מושב אורה. פתוח: א'-ה' 7:00-23:00, ו' עד כניסת שבת ומוצאי שבת עד לקוח אחרון

טחינה למתקדמים

בקיבוץ נתיב הל"ה מסתתר מקום שכל מי שמחשיב את עצמו כחובב סופר פוד וטחינה חייב להכיר. המפעל הקטנטן הוא הגש- מת חלומי של עמית כהן, שכבר מגיל 15 עבד במפעל טחינה בירר- שלים. במסע מחקר מקיף שכלל לא מעט שנים ואין ספור נדודים הוא הגיע לפני שבע שנים ליישוב מסעדה שלמרגלות החרמון ושם קיבל את המתכון לטחינה. כך לאט לאט אחרי כשלושנות לא מעטים הגיעו כהן לפורמולה המנצחת, בזכות אבן ריחיים ועבודה ידנית שנשמרת עד היום. מה הייחוד של הטחינה הזאת? בשתי מלים: שומ- שום נא. בקצת יותר: לוקחים את גרגרי השומשום, שוטפים ומגנקים אותם ואחר כך טוחנים אותם בשלמותם (קליפה וגרגר) באבני ריחיים, אבל מוסיפים לו גם תה- ליד של טרום הנבטה עניין שמב- ליט את המתיקות. התוצאה: טחינה כהה, טעימה, בריאה ופוקחת עיניים.

קוסמוסום ואדמה, נתיב הל"ה

בתוך הסלסלות

בחצר ביתם של עדי יוגב במר- שב צפריירים נטועים שני טאבוני ענק שמהם שולפת את לחמי הפרא שלה, את הפוקציות והפיציות ושאר המאפים הריחניים והטעימים.

לחמי הפרא הם אותם לחמים ללא לישה היצוקים בתבניות ברזל עבות המשוות להם קרום עבה. לקראת יום שישי אופה יוגב את מגוון לחמי פרא שלה: לחם זיתים וקצח עשוי תערובת קמח חיטה מלא וקמח שיפון, לחם פרג וחמו- ציות מקמח לבן וקמח כוסמין, לחם הבית משובץ בגרעיני חמניה, פשתן ושומשום - רק צריך להזמין מראש. פרט להכנת לחמים יוגב גם אופה ומבשלת אוכל צמחוני טרי מחומרי הגלם שהיא אוספת ממגדלים ויצרנים מקומיים. את הכל היא הופכת לרטבים, ריבות ומטבלים, סלטים, שקשוקות, מאפים וכריכים ומכניסה לסלס- לות פיקניק (190 שקלים לזוג). פסטו אוזב, או ממרח אגוזי מלך, פוקצ'ה של לבנה מקומית עם אוזב וגם קצת חמאת צ'ילי תפוז הם רק חלק קטן מהעניינים שיוגב מכינה כאן.

חעשה ידיים ואביר האלה, מושב צפריירים

לחם תאנים

לפני חמש שנים החלך אורן שמואלי לאפות לחמים לארוחות המשפחתיות, לחברים ולאירועים קטנים. כך עבר שמו של האופה ממושב שריגים מפה לאוזן ובמשך שנתיים עבד לפי הזמנות בלבד. לפני כחודשיים פתח מאפייה קט- נטנה במושב והוא אופה בה פע- מיים בשבוע לחמים גרמניים מלאים, לחמי שיפון (23 שקלים הכיכר), לחמים צרפתיים (21-22 שקלים), לחם כוסמין ולחם תא- נים מופלא ועדין. בימי שישי בבוקר הוא מכין גם חלות טבער- ניות עם מחית תפוחים וחמאת קר- קוס (23 שקלים). בימי חמישי בערב הוא מכין פיצות נהדרות עם תחתית קריספית ותוספות (מלבד השגרתיות) כמו עשבי בר וברוקולי.

ברדלי, 0505753548. נפלאות הגריל הארגנטניני 0545987231