



להחזיר את האור



חנוכה בהוד השרון



מתכון ללביבות ירק אפיויות וטעימות



מצרכים (כ-20 לביבות):

- 1 תפוח אדמה מגורר
- 1 בטטה
- 2 קישואים בינוניים מגוררים
- 1 גזר גדול מגורר
- 1 בצל קטן מגורר
- 2 ביצים
- 3 כפות קמח מלא או קמח כוסמין
- 2 כפות פירורי לחם (אופציונלי)
- מלח ופלפל לפי הטעם
- קורט אגוז מוסקט (אופציונלי)
- 2 כפות שמן זית

אופן ההכנה:

הכנת הירקות:

סחטו היטב את הירקות המגוררים, כדי להוציא את הנוזלים המיותרים. בקערה גדולה ערבבו את הירקות, הקמח, פירורי הלחם (אם בחרתם להוסיף), שמן הזית והתבלינים.

חממו תנור ל-200 מעלות צלזיוס והניחו נייר אפייה על תבנית. בעזרת הידיים או כף, צרו לביבות קטנות והניחו אותן על התבנית.

הברישו או רססו את הלביבות במעט שמן זית בעזרת מברשת. אפו במשך כ-20 דקות, ואז הפכו את הלביבות בעדינות ואפו כ-10 דקות נוספות, עד שהן מזהיבות משני הצדדים.

הגשה:

הוציאו מהתנור והגישו חם לצד מטבל יוגורט, טחינה או רוטב עשבי תיבול לפי הטעם.

בתיאבון

