



Recipe

מרק ירקות חורף קלאסי עם ג'ינג'ר

מצרכים מהמארו:

גזר, בטטה, דלעת, סלרי, כרישה, שום, ג'ינג'ר,
תפוחי אדמה, שורש פטרוזיליה, פטרוזיליה.

אופן הכנה (15 דקות עבודה):

חותכים את כל הירקות לקוביות בינוניות.

מטגנים כרישה + שום + ג'ינג'ר ב־2 כפות שמן.

מוסיפים את כל הירקות ומכסים במים רותחים.

מתבלים: מלח, פלפל, מעט כורכום.

מבשלים 40–50 דקות.

טוחנים חלקית לקבלת מרקם סמיך.

מפזרים מעל פטרוזיליה קצוצה.

תוצאה: מרק כתום סמיך, מחמם ומלא טעמים.





Recipe

מרק עדשים וגריסים עשיר, מושלם לחורף

מצרכים מהמארז:

עדשים ירוקות, גריסי פנינה, בצל יבש, גזר, סלרי, שום, עגבניות, כוסברה, נענע (לסיום).

אופן הכנה:

מטגנים בצל, סלרי וגזר עד ריכוך קל.

מוסיפים שום, עדשים וגריסים – מערבבים.

מוסיפים עגבניות קצוצות.

מכסים במים (פי 3 מכמות הקטניות).

מתבלים: מלח, פלפל, כמון, פפריקה.

מבשלים 50–60 דקות עד שהגריסים רכים.

מוסיפים כוסברה ונענע קצוצה להגשה.

תוצאה: מרק עשיר, סמיך, מזין וממלא – "ארוחה בסיר".





Recipe

מרק תפוחי אדמה וכרישה (פוטטו-ליק) בהשראת פרנץ'

מצרכים מהמארז:

כרישה, תפוחי אדמה, בצל יבש, סלרי, שום, שמיר או פטרוזיליה לסיום.

אופן הכנה:

מטגנים כרישה ובצל עד זהוב וריחני.

מוסיפים קוביות תפוחי אדמה ושום.

מוסיפים מים רותחים עד כיסוי.

מתבלים: מלח, פלפל, אגוז מוסקט (אופציונלי).

מבשלים 30–40 דקות.

טוחנים עד משי (או משאירים גס יותר).

מוסיפים מעט לימון לקיק חורפי.

תוצאה: מרק עדין, קרמי, מנחם מאוד לילדים ולהורים.

