



ירקות ופירות מלאכותיים
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
סיווגים מלאכותיים
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים
 ירקות ופירות מלאכותיים
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
סיווגים מלאכותיים
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים
 ירקות ופירות מלאכותיים
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
סיווגים מלאכותיים
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים
 ירקות ופירות מלאכותיים
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
סיווגים מלאכותיים
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

זיתים ופירות מלאכותיים של פירות וירקות

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

ירקות ופירות מלאכותיים של פירות וירקות
 סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות
 לטאף ומזכית, ירקות, זיתים ופירות אחרים

סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות

סיווגים מלאכותיים של פירות וירקות

עצי הזית של ארץ ישראל

הארכיאולוגים מעריכים שעץ הזית תורבת לראשונה באזורנו. העדויות העתיקות ביותר
 לעצירת שמן זית נתגלו בישראל ומעידות על הפקת שמן לפני כ-8,000 שנה, כלומר - כבר
 בסוף תקופת האבן!!

גידול זיתים לשמן ולמאכל היה נדבך עיקרי בחיי היומיום החקלאיים של העמים שחיו בארץ
 ישראל לאורך הדורות. יושבי הארץ תמכו ופיתחו את חקלאות הזיתים ואת שיטות העיבוד
 שלהם, וכך הפכו את הזית ואת כרמי הזיתים לבעלי מעמד מיוחד.
 בשל כך, לרוב לא נפגעו הזיתים אפילו במעבר בין שליטים שונים.

עדיין ניתן למצוא כאן עצי זית עתיקים בני שגילם מוערך בכ-1000 שנים ויותר.

ענף הזית בישראל הוא מרכז עולמי למחקר ולטיפוח של זני זיתים ודרכי גידול.

הענף פיתח שיטות בקרה על תנאי הגידול, אופן המסיק ואצירת שמן הזית. כל אלה יצרו

תנאים מצויינים לייצור של שמן זית באיכות מעולה ובזמינות מיידית.



כל מה שצריך לדעת כדי להנות משמן הזית האיכותי והטוב ביותר

- רוכשים רק שמן זית ישראלי בעל תו איכות של ענף הזית.
- מאחסנים את השמן בבקבוקי זכוכית או מתכת אטומים לאור.
- אם רוכשים כמות גדולה, מפצלים לבקבוקים קטנים כדי למזער את חשיפת השמן לאוויר.
- שומרים את השמן במקום קריר וחשוך.
- מומלץ להשתמש בשמן זית לכל מטרה - תיבול, בישול, אפייה, צלייה, טיגון וטיגון עמוק.

רוצים ליהנות מסעם עז וייחודי?

חפשו את הראשון למסיק, השמן הראשון של העונה שאינו עובר סינון או הצללה.

חנוכה - חג שמן הזית

שמנה ימים - שש זית אלה

חג המסיק והשמן

בדיוק בחנוכה מסתיימת תקופת מסיק הזיתים והפקת שמן הזית. בימי קדם נהגו להביא בני
 ישראל שמן זית טהור לבית המקדש כמנחה עם תום עונת המסיק.
 סביב השנה מסמלים חגי ישראל גם סיפורים עתיקים, אך גם את עונות השנה והחקלאות.
 חג האסיף (סוכות), חג המסיק (חנוכה), חג הקציר (פסח), חג הביכורים (שבועות).
 הזית הוא הפרי האחרון מבין שבעת המינים שנקטף במשך השנה. האזכור החשוב ביותר של
 שמן הזית במקרא הוא כאחד משבעת המינים שנתברכה בהם הארץ "ארץ זית שמן ודבש"
 (דברים ח, ח). תחילת המסיק בסוכות וסיומו בחנוכה, שנחגג לאורך ההיסטוריה שלנו בארץ
 כחג חקלאי. היציאה לגלות ניתקה את העם היהודי מארצו ומן החקלאות, וכך נותר מהחג
 סיפור נס פך השמן. כעת אנו שבים ומחדשים את חגיגות סיום המסיק ואת הקשר העמוק
 שלנו לכרמי הזיתים ולשמן הזית.

בחג החנוכה נצא אל כרמי הזיתים ואל בתי הבד ברחבי הארץ - נלמד על שיטות הייצור,
 נכיר את המגדלים ואת יצרני שמן הזית, נסעם שמן זית ישראלי טרי ונוכל לרכוש שמן זית
 מקומי איכותי ובכך לתמוך בחקלאים ובכלכלה המקומית שלנו.



שמן זית - אוצר של בריאות

ככל שהמחקר בתחום מתקדם, כך הולך ומתגלה כי שמן זית איכותי מגלם את הבריאות
 הטבעית שיש לארץ ולחקלאות המקומית להציע. שמן זית מכיל באופן טבעי חומרים נוגדי
 חימצון מסוג פוליפנולים וויטמין E והוא עשיר בהם ככל שהוא איכותי* יותר.

נוסף לאלו, החומצה האולאית הנמצאת בשמן הזית מקנה לו עמידות בסמפרטורות גבוהות
 ולכן מומלץ להשתמש בשמן זית לכל מטרה - תיבול, בישול, אפייה, צלייה, טיגון וטיגון עמוק.
 חשיבותו ויוקרתו של שמן הזית הביאה לכך שהוא היה ועודנו אחד המזונות המזוייפים ביותר
 בעולם. עוד במאה השישית לפנה"ס נוצרו החוקים הראשונים הנוגעים לבקרה ופיקוח על
 שמן הזית. כיום בדיקות המעבדה מדויקות יותר ובעזרת הכלים החדשים ביותר פיתח ענף
 הזית תו איכות מוקפד. הסימון המיוחד מוענק רק לשמן זית ישראלי, שנמצא בפיקוח מכרם
 הזיתים, דרך בית הבד ועד לנקודת המכירה.



מנות מיוחדות

לחג החנוכה

כמויות ההם האמן הזה



לביבות בליני חורפי

חומרי גלם למילוי:

- 5 עגבניות תמר חתוכות לשמיניות בלסמי משובח
- קרם חציל (ראה מתכון)
- 2 יח' בצל סגול בגודל בינוני חתוך לשמיניות
- 2 יח' מוצרלה באפלו
- שמן זית כתית ישראלי
- 10 עלי בזילקום
- מלח, פלפל גרוס

חומרי גלם לקרם חציל:

- בשר חציל מחציל אחד גדול שרף
- 2 שיני שום
- מיץ מלימון אחד
- 150 גרם שמן זית כתית ישראלי

חומרי גלם לבלני:

- 200 גרם תפוז"א מבושל ומעובד לקרם
- כף קמח חיטה
- כף קמח תפוז"א
- כפית מלח
- חצי כפית אבקת אפייה
- 1 ביצה
- חלב (לפי הצורך)



לארוחות חג מלאה בהמלצת שף אסף שטרן היכנסו לאתר oliveboard.org.il

אופן ההכנה:

בליני - מערבבים בקערה את כל החומרים היבשים והביצה. מוסיפים בהדרגה את החלב עד לסמיכות הרצויה. מעבירים לשק זילוף (מומלץ עם צנטר עגול גדול). מחממים שמן זית כתית ישראלי במחבת על אש בינונית. מזלפים בליני בקוטר הרצוי, כאשר מתחיל בעבוע הופכים להזהבה גם של הצד השני (ממש כמו פנקייק).

קרם חציל - טוחנים הכל במג'ימיקס עד לקבלת מרקם חלק ומאזנים במלח.

בצל סגול - חותכים ל-1/8 מתבלים בהרבה שמן זית כתית ישראלי, מלח ופלפל. צולים בתנור שחומם ל-200 מעלות על מגש עד להשחמה והגרת קרמל של הבצל.

הרכבת המנה: מתבלים את העגבניות בשמן זית כתית ישראלי, מלח ופלפל ומסדרים בצלחת. בעזרת כפית קטנה מסדרים נגיעות של קרם חציל בין העגבניות. מוסיפים קרעו מוצרלה ואת הבצל הסגול. את הבלני ניתן להגיש בצד או בין כל השכבות. מוסיפים מעל הכל בלסמי, שמן זית כתית ישראלי, מלח, פלפל גרוס ועלי בזילקום.



לביבות ירק - שף איריס לוי

רכיבים:

- 2 יחידות בצל ירוק קצוץ
- 2 שיני שום כתושות
- 3 ענפי סלק עלים קצוצים
- צרור פטרוזיליה קצוץ
- צרור כוסברה קצוץ
- 2 ביצים
- 3 כפות קורנפלור
- 2 כפות שחינה גולמית מלאה
- פלפל + מלח
- שמן זית

אופן ההכנה:

קוצצים את הירקות, מוסיפים את שאר המצרכים ויוצרים קציצות. במחבת טפלון מחממים מעט שמן זית ומסגנים קלות את הלביבות עד להשחמה.



קרפצ'יו ים ושורשים

חומרי הגלם לקרפצ'יו והשורשים:

- 100 גרם דג ים נקי (ללא עור או עצמות)
- 2 יחידות שורש פטרו
- 3 גזרים בינוניים
- 2 סלקים קטנים
- סימין
- 6 שיני שום
- 150 גרם אריסה קנויה באיכות טובה
- 200 גרם איולי - (ראה מתכון)
- 4 יחידות צנונית פרוסה לעיגולים דקים
- אורקולה / רוקט לקישוט
- 1 לימון (גרידה ומיץ)
- מלח, פלפל, כמון, סוכר
- שמן זית כתית ישראלי (לקונפי שום)

אופן ההכנה:

איולי - טוחנים במעבד מזון חלמונים, כף חרדל דיז'ון, 1 שן שום, 2 כפות גדושות אריסה כשתי דקות. ממשיכים לטחון ותוך כדי מזלפים 250 מ"ל שמן זית כתית ישראלי. מעבדים עד לקבלת אמולסיה מלאה בעלת מרקם מיונזי. מוסיפים כף מיץ לימון וטועמים. במידת הצורך מאזנים במלח, סוכר, ועוד אריסה.

קרפצ'יו: את השורשים צולים בתנור שחומם ל-180 מעלות כ-20 דקות. כל סוג בנפרד כאשר השורשים עטופים בשמן זית מתובל בסימין. השורשים מוכנים כשקיסם חודר אליהם בקלילות. משטחים את הדג לקרפצ'יו באמצעות פטיש קרפצ'יו או בין 2 שקיות ניילון.

הרכבת המנה: מסדרים על צלחת את הקרפצ'יו. חותכים את השורשים איך שאוהבים ומתבלים אותם במלח, פלפל, סוכר, כמון ומיץ לימון (הכל לפי טעמכם האישי). מסדרים את השורשים המתובלים על הקרפצ'יו דג, מעל המנה מזלפים נקודות איולי, מפזרים עלי רוקט ולבסוף בוזקים שמן זית כתית ישראלי בנדיבות, מסדרים צנוניות ומתבלים בגרדת לימון.

