מתכון מס' 1

בצק סופגניות עשיר

1 קג' קמח לחם (שטיבל 2)
60 גרם שמרים טריים/20 גרם שמרים יבשים
150 גרם סוכר (3/4 כוס)
2 יחידות ביצה L (120גרם)
4 יחידות חלמון (80 גרם)
כ-400 מ"ל חלב/מים
150 גרם חמאה/נטורינה בטמפ' חדר חתוכה לקוביות
40 גרם ברנדי/רום לבן
8 גרם מחית וניל
גרידת לימון (מלימון אחד)
10 גרם מלח

אופן ההכנה:
את השמרים הלחים נמיס במעט נוזל מהמתכון חלב או מים ע"פ בחירה
בקערת המיקסר המצוייד בוו לישה נשים :קמח ,סוכר ,שמרים מומסים ונתחיל לעבד
נוסיף את הנוזלים בזירזוף עדין, תוך כדי פעולת המיקסר ,מהירות נמוכה
נוסיף את הביצים ,החלמונים ,הוניל , הברנדי וגרידת הלימון
נוסיף את החמאה
נלוש כ10 דקות מהירות נמוכה
נוציא את הבצק מקערת המיקסר למשטח מפודר (בקמח) קלות ונאסוף את הבצק לכדור
נעביר לקערה להתפחה.
זמן ההתפחה משתנה בהתאם לטמפרטורה בבית
נמתין עד שהבצק מכפיל את נפחו
בינתיים נכין נייר אפיה חתוך למרובעים בגודל 15*15 סמ'
נחלק את הבצק לכדורים במשקל של 50 גרם כל אחד... אפשר יותר או פחות כרצונכם.
נניח את הכדורים על מגש וניתן להם שוב לתפוח
נחמם שמן עמוק בסיר רחב לטמפ' של 170 מעלות (טמפ' טיגון אידאלית)
נכניס את הסופגניות עם הנייר אפיה לשמן, הנייר יתנתק בקלות ונטגן עד לגוון רצוי, נהפוך את הסופגניות ונטגן גם את הצד השני שלהם עד לגוון רצוי
(כדקה וחצי-שתיים לכל צד)
נעביר את הסופגניות לנייר סופג
נמתין שהסופגניות יתקררו ונמלא בכל טוב

© כל הזכויות שמורות, לשימוש אישי בלבד

הקמפוס הקולינרי
בית הספר הגבוה למקצועות הקוליניריה
טל: 02-6522227
גבעת שאול 40 ירושלים // office@cuca.co.il

מתכון מס' 2

סופגניות טבעוניות

1 קג' קמח
3 כפות שמרים יבשים
1 כפית מלח (7 גרם)
1/4 כוס סוכר (50 גרם)
3 כפות שמן (45 מ"ל)
100-120 גרם רסק תפוחים
12/ כוס (100 מ"ל) חלב צמחי (חלב סויה, חלב שקדים) /מים
40 גרם ברנדי/רום לבן

אופן ההכנה:
בקערה מערבבים את החומרים עד לקבלת בצק אחיד
מעבירים אותו להתפחה עד להכפלת הנפח
ניתן לרדד את הבצק לעובי של 1.5 סמ', קורצים עיגול בגודל הרצוי ומניחים להתפחה על ריבוע נייר אפיה, מניחים להתפחה שניה
מחממים שמן לטמפ' של 170 מעלות ומטגנים כדקה וחצי מכל צד
מעבירים לנייר סופג וממלאים.

© כל הזכויות שמורות, לשימוש אישי בלבד

הקמפוס הקולינרי
בית הספר הגבוה למקצועות הקולינריה

טל: 02-6522227
גבעת שאול 40 ירושלים // office@cuca.co.il

תעודה מקצועית מטעם איגוד השפים הישראלי ← עמדות עבודה אישיות HANDS ON ← סגל מרצים ושפים בינלאומי ← מוכר לצבירת שעות ושבתון

מתכון מס' 3

סופגניית קרם לימון ומרנג

לקרם לימון:

140 גרם מיץ לימון

כפית גדושה גרודת לימון

200 גרם ביצים

200 גרם סוכר

150 גרם חמאה

150 גרם שוקולד לבן

אופן ההכנה:

בסיר שטוח על להבה בינונית מבשלים בבחישה מתמדת את הסוכר עם הביצים, הלימון וקליפת הלימון, עד הסמכה. התהליך נמשך כ-10 דקות. מסירים מהאש,מסננים מעל השוקולד הקצוץ ויוצרים אימולסיה מוסיפים את החמאה מחולקת לקוביות וטוחנים שוב.

למרנג :

100 גרם חלבון

200 גרם סוכר

אופן ההכנה:

מקציפים את החלבונים למרנג יציב.

© כל הזכויות שמורות, לשימוש אישי בלבד

הקמפוס הקולינרי
בית הספר הגבוה למקצועות הקוליניריה

טל: 02-6522227
גבעת שאול 40 ירושלים // office@cuca.co.il

מתכון מס' 4

קרם פטיסייר בסיסי למילוי סופגניות

400 גרם חלב
1/2 כפית מחית וניל
100 גרם חלמון
60 גרם סוכר
35 גרם קורנפלור
100 גרם חמאה חתוכה לקוביות קטנות

אופן ההכנה:
להביא את החלב הוניל לרתיחה
בקערה לערבב את החלמונים הסוכר והקורנפלור למסה הומוגנית
לשפוך מהחלב החם מעט לתוך החלמונים ולערבב היטב
להחזיר לאש ולהביא שוב לרתיחה עד להסמכה של הקרם (הקרם צריך להיות ממש סמיך)
להעביר לקערת מיקסר עם וו הגיטרה לקירור של 10 דקות ,תוך כדי הקירור להוסיף את החמאה
ולערבב את הקרם עד לקירור מוחלט ועד שהחמאה נטמעת.
לאחסן בכלי עם ניילון נצמד מעל הקרם למנוע היווצרות של קרום.

שדרוגים ותוספות לקרם הפטיסייר:
3 כפות מחית פיסטוק
100 גרם שוקולד לבן או חלב
כף שטוחה קפה מומס
2 כפות מחית נוגט
מחית פירות בכל טעם במקום מחצית מכמות החלב שבמתכון.

© כל הזכויות שמורות, לשימוש אישי בלבד

הקמפוס הקולינרי
בית הספר הגבוה למקצועות הקולינריה
טל: 02-6522227
גבעת שאול 40 ירושלים // office@cuca.co.il

מתכון מס' 5

גנאשים בסיסיים לציפוי הסופגניות

גנאש פיסטוק:

300 גרם שמנת מתוקה
50 גרם מחית פיסטוק
400 גרם שוקולד לבן קצוץ

אופן ההכנה:

מרתיחים שמנת מתוקה ויוצקים אותה על השוקולד הקצוץ ומחית הפיסטוק.טוחנים לקרם חלק,מוסיפים מעט צבע מאכל ירוק באבקה ומעט צבע מאכל צהוב באבקה.

גנאש פסיפלורה מנגו:

380 גרם שוקולד לבן קצוץ
100 גרם מחית פסיפלורה
60 גרם מחית מנגו
140 גרם שמנת מתוקה

אופן ההכנה:

מרתיחים שמנת מתוקה ומחית הפסיפלורה והמנגו
יוצקים מעל השוקולד הקצוץ וטוחנים.

גנאש אוכמניות:

150 גרם שמנת מתוקה
150 גרם מחית אוכמניות
350 גרם שוקולד לבן קצוץ

אופן ההכנה:

מרתיחים שמנת מתוקה ומחית אוכמניות
יוצקים מעל השוקולד הקצוץ וטוחנים.

הקמפוס הקולינרי וצוות השפיות מאחל לך,

חנוכה שמח, טעים ומלא אור!

© כל הזכויות שמורות, לשימוש אישי בלבד

הקמפוס הקולינרי
בית הספר הגבוה למקצועות הקולינריה

טל: 02-6522227
גבעת שאול 40 ירושלים // office@cuca.co.il

תעודה מקצועית מטעם איגוד השפים הישראלי ← עמדות עבודה אישיות HANDS ON ← סגל מרצים ושפים בינלאומי ← מוכר לצבירת שעות ושבתון