**Potrawy kuchni żydowskiej –**

**sprawdzone przez nas ☺**

# 1. Rugelach - tradycyjny przysmak kuchni żydowskiej przyrządzany na święto Hanuka

## Składniki na Rugelach - żydowskie rogaliki:

200 g masła w temperaturze pokojowej  
200 g serka śmietankowego (użyłam twarogu Delikatnego President)  
2 kopiaste łyżki domowego cukru waniliowego  
ok. 300 g mąki (2 i 1/4 szkl.)   
1/2 szklanki powideł śliwkowych (użyłam powideł "śliwki w   
czekoladzie")  
  
nadzienie:   
garść orzechów włoskich  
1 łyżka cukru  
1 łyżka cukru waniliowego  
1/2 łyżeczki cynamonu  
1/2 łyżeczki kakao  
2 łyżki rozpuszczonego masła

Przygotowanie:

Masło utrzeć z serkiem do połączenia. Dodać cukier waniliowy, ucierając   
stopniowo dodawać przesianą mąkę. Ciasto ma być miękkie ale zwarte.   
Wyłożyć na oprószony mąką blat i podzielić ciasto na 3 kule, które   
spłaszczyć i włożyć w folię. Następnie włożyć na 2 godz. do lodówki, aby   
ciasto odpoczęło i się schłodziło.   
Kiedy ciasto się chłodzi można przygotować nadzienie orzechowe.  
Orzechy drobno posiekać i dodać resztę składników.  
Gotowe, schłodzone ciasto rozwałkować na okrąg na grubość 2-3 mm.   
Posmarować cienko powidłami. Nożem do pizzy przekroić ciasto na 4   
części, a później każdą na 3. W rezultacie otrzymamy 12 kawałków ciasta.   
Na brzeg każdego wyłożyć trochę nadzienia i zwijać rogaliki. Piec ok.   
15-20 min. w temp. 180 st.C, aż do zrumienienia.   
Wystudzone posypać cukrem pudrem.

2. Izraelska sałatka „Izraeli salad”

## Składniki:

* ogórek wężowy **200 g**
* pomidory **560-700 g**
* natka pietruszki **30 g**
* oliwa z oliwek **b.d.**
* sok z cytryny **40 ml**
* sól, pieprz

Przygotowanie:

Pomidory i ogórka myjemy, bardzo drobno kroimy - nie obieramy warzyw ze skórki,  
Pokrojone warzywa mieszamy z posiekaną pietruszką, doprawiamy solą, pieprzem i sokiem z cytryny, obficie skrapiamy oliwą.

3. Maca

### Składniki:

2 szklanki mąki,

1 szklanka ciepłej wody,

1 łyżeczka soli,

1 jajko,

Przygotowanie:

Mąkę wymieszać z solą, wbić jajko i stopniowo dolewając wody wyrobić na stolnicy ciasto odchodzące od dłoni. Rozwałkować na 3-4 mm i pociąć na dowolne kawałki. Posnrować blachę olejem, oprószyć mąką i poukładać kawałki ciasta. Ponakłuwać ciasto widelcem. Piec w temp. 250 st. kilka minut aż się miejscami dobrze zarumieni. Można podawać do różnego rodzaju dipów i smarowideł.

4. Dżem figowy

**Składniki:**

* 1 kg świeżych fig, najlepiej ciemnofioletowych – dżem będzie miał piękną barwę,
* 1 szklanka cukru,
* skórka otarta z 1 dużej pomarańczy,
* 2 łyżeczki cukru waniliowego lub laska wanilii,
* pół szklanki soku z pomarańczy – najlepiej świeżo wyciśniętego,
* pół łyżeczki [cynamonu](http://party.pl/porady/dom/pudding-jablkowy-z-cynamonem-95580-r1/),
* sok z połowy limonki, dzięki zawartym w nim pektynom dżem szybciej stężeje.

**Sposób przygotowania:**

1. Umyj i osusz figi. Pokrój każdą na około 5-6 części. Zalej je sokiem z pomarańczy. Dodaj sok z limonki, wanilię i cukier wymieszany z cynamonem i pomarańczową skórką. Wszystko wymieszaj i odstaw na 2 godziny w chłodne miejsce, w tym czasie owoce się zmacerują.

2. Po upływie tego czasu przełóż wszystko do rondelka i **smaż na bardzo małym ogniu często mieszając** do otrzymania pożądanej konsystencji.

3. Przełóż gorący dżem do wysterylizowanych wcześniej w piekarniku słoiczków. Jeżeli masz taką potrzebę dodatkowo zapasteryzuj.

5.Hummus

### Składniki

* 1 puszka ok. 400 g ciecierzycy
* 1 łyżeczka soku z cytryny
* 1 mały ząbek czosnku
* 5 łyżek pasty sezamowej **tahini**
* 1 łyżeczka mielonego kuminu (kminu rzymskiego)
* sól i pieprz
* 1 łyżka oleju sezamowego lub oliwy extra vergine

**Przygotowanie:**

Odsączoną ciecierzycę umieścić w pojemniku melaksera, rozdrabniacza lub blendera. Dodać kilka łyżek zalewy lub wody z gotowania ciecierzycy i zacząć miksować na pastę. Międzyczasie dodawać resztę w składników: sok z cytryny, czosnek, pastę tahini, około 2 szczypty soli, szczyptę pieprzu, oliwę oraz kumin (kmin rzymski).Miksując stopniowo dodawać więcej zalewy aby uzyskać odpowiednią konsystencję pasty.

Podajemy z chlebem lub macą.

## 6. Lekah – miodownik

****Lekah to tradycyjne ciasto żydowskie, przygotowywane na Rosz ha-Szana (Nowy Rok, przypadajacy we wrześniu lub październiku). 

Składniki:

* mąka pszenna **180 g**
* mąka **11 g**
* cukier brązowy **75 g**
* imbir **1 g**
* cynamon **4 g**
* soda oczyszczona **5 g**
* miód płynny **170 ml**
* olej rzepakowy **100 ml**
* jajka **130 g**
* sok jabłkowy **100 ml**
* orzechy włoskie **50 g**
* rodzynki **100 g**

**Przygotowanie:**

Wymieszać osobno suche składniki: mąkę, sodę, przyprawy. W drugim naczyniu roztrzepać jaja z cukrem, dodać miód, olej i sok, wymieszać i wlać do suchych składników. Wymieszać dokładnie, dodać posiekane orzechy i rodzynki. Ciasto przelać do wyłożonej papierem keksówki (11x30cm), wstawić do nagrzanego piekarnika, piec około godziny w temp 170st.C do tzw. suchego patyczka. Upieczone ciasto wystudzić na kratce, owinąć folią i pozostawić w temperaturze pokojowej do leżakowania na 2-3 dni. Przed podaniem można ciasto udekorować czekoladą, orzechami bądź posypać cukrem pudrem.

7. Chała (lub chałka) - ­ drożdżowe pieczywo o kształcie zaplecionego warkocza, była jednym z podstawowych wypieków kuchni żydowskiej na ziemiach polskich. Zwyczajowo robiono ją na szabat, ale nie tylko. W czasie niektórych świąt mogła mieć inne kształty: na przykład na Rosz­Haszana podaje się chałę okrągłą. Do kupienia w piekarni lub samodzielnego wypieku .