



אהרוני פותח שולחן

הלביבה הטובה

לביבות ירק הן השילוב המושלם בין בריאות מהטבע, כמו תרד, כרובית וקישואים, לפריכות זהבהבה ושחמחמה. אהרוני שוב מתלבב



הייתי בן 14 כשהגעתי, בלב הולם ובתלבושת אחירה ומכוערת, לתיכון עירוני א' בחיפה. שם למדתי לראשונה שיש דבר כזה "ניתוח ספרותי", וש אפשר להבין דברים מעבר לאלה שכתובים על הנייר ולקרוא בין השורות. כל זה דרך השיר "לביבות" של שאול טשרניחובסקי, שעדיין תקוע מאז בראשי. מדי פעם אני נזכר בתיאורים הפלסטיים המדויקים והמפורטים של תהליך הכנת הלביבות, שאפשר כמעט להריח מאופן תיאורן הנפלא. **"ראתה גיטל חתולה חלוקה חלב ודריגשה פתאום בנפשה גם היא תאוות האוכל, ובאפה ריח של לביבות ממולאות בגבינה עשוייה ורוחצות בז'דה - וחדא עולה בסיר מן הרתוחים".**

שנים אחר כך, ניסיתי להבין לביבות המבוססות על השיר (בעצם מדובר בכיסונים יותר מאשר בלביבה של ימינו), ועד כמה שאני זוכר הן היו טובות מאוד.

גם המילון מציע פרשנות רחבה למונח "לביבה", אבל מקום מרכזי בליבי שמור ללביבות עשויות ירקות והן תמיד מטוגנות, אחרת הן לא באמת לביבות.

ובכן, לביבות על בסיס ירקות אני מאוד אוהב, בעיקר כי לתערובת הירקות הקצוצים/טחונים/מרוסקים אפשר להחזיר עוד המון מצרכים נותני טעם: תבלינים, עשבי תיבול טריים, גבינות, ומה לא. הטיגון, גם הוא בונוס אדיר שמייצר אותו קראנץ' שחום ופריך בחלקה החיצוני של

הלביבה, ותוכה יהיה בדרך כלל רך ונימוח. הנה מבחר נאה של לביבות ירק כאלה:

לביבות תפו"א ופרמזן

החומרים הדרושים:

6 תפוחי אדמה גדולים (לכו על הזן הצהוב)

2 ביצים

3/4 כוס קמח

3/4 כוס גבינת פרמזן, מגוררת

מעט אגוז מוסקט

מלח, פלפל גרוס

עלי מרווה שלמים

שמן זית או חמאה לטיגון

אופן ההכנה:

1. מבשלים את תפוחי האדמה עד שהם מתרככים לגמרי. מקררים מעט, קולפים ומועכים לפירה חלק.

2. מוסיפים לפירה את הביצים, הקמח, אגוז המוסקט, המלח והפלפל והגבינה ומערבבים לתערובת אחידה.

3. צרים מהתערובת לביבות די עבות, כ־2 ס"מ עוביין. מהדקים לכל לביבה עלה של מרווה.

4. מטגנים את הלביבות בשמן זית או בחמאה, כ־3 דקות מכל צד, עד שהן שחומות ופריכות.

לביבות תירס אסייתיות

החומרים הדרושים:

1 שקית גרגירי תירס קפואים מופשרים

לגמרי ומסוננים

2 ביצים

6 כפות קורנפלור

3 בצלי שאלוט, קצוצים דק

1 כף ג'ינג'ר, קצוץ דק

1 כוס כוסברה, קצוצה

2 כפות רוטב סויה או רוטב דגים

1 כף סוכר חום

1 פלפל צ'ילי אדום חריף, קצוץ דק

מלח, פלפל גרוס

אופן ההכנה:

1. מערבבים את כל החומרים לתערובת אחידה.

2. שמים במחבת שמן בגובה של כחצי ס"מ וכשהוא חם מכניסים אליו כף גדושה מהתערובת (אפשר לעשות זאת בעזרת "רינג" מתכת לקבלת קציצות עגולות לגמרי).

3. מטגנים את הקציצות כ־2-3 דקות מכל צד עד שהן זהובות.

לביבות קישואים

הכי חשוב: לסחוט עד כמה שיותר את הקישואים המגוררים, שיגירו כמה שיותר מים טרם הפיכתם ללביבות זהובות.

החומרים הדרושים:

1 ק"ג קישואים, מגוררים גס וסחוסים היטב

1 כוס פטרוזיליה, קצוצה

2 כפות נענע, קצוצה

4 שיני שום, כתושות

1 בצל גדול, קצוץ דק

5 בצלים ירוקים, קצוצים דק

3 ביצים שלמות

200 גרם גבינת פטה/ בולגרית/ צפתית/

קשקבל מפוררת

1 כוס פירורי לחם + עוד קצת לציפוי הלביבות

מלח, פלפל שחור גרוס

אופן ההכנה:

1. מערבבים את כל החומרים לתערובת אחידה ונוחה לעבודה.

2. צרים בידיים רטובות לביבות שמנמנות.

3. טובלים בפירורי לחם ומטגנים בשמן זית כ־3 דקות מכל צד עד להשחמה.

לביבות תרד וגבינה

עכשיו היא עונתו של התרד הטורקי והוא נמצא בשפע בשווקים. מדובר בעלים גדולים ומבריקים (ולא השעירים הרגילים), עדינים וטעימים בהרבה מהרגילים.

החומרים הדרושים:

1 ק"ג תרד טורקי טרי

1 בצל גדול, קצוץ דק

3 שיני שום, קצוצות דק

150 גרם גבינת קשקבל

250 גרם גבינה לבנה 5 אחוזים

1/2 כוס צנוברים או שקדים פרוסים

1/4 כפית אגוז מוסקט

מלח, פלפל גרוס

3 ביצים

פירורי לחם לציפוי

אופן ההכנה:

1. שמים את התרד בקערה גדולה. יוצקים לקערה מים רותחים, מערבבים, מסננים וסוחטים היטב את התרד.

2. קוצצים בסכין גדולה קיצוץ די דק ומעבירים לקערה גדולה.

3. מוסיפים את כל שאר החומרים ומערבבים לתערובת אחידה.

4. צרים מהתערובת לביבות עגולות, מצפים בתערובת פירורי לחם ומטגנים במחבת חמה עם שמן זית חם כמה דקות מכל צד עד שהלביבות זהובות ויפות.

לביבות כרובית

החומרים הדרושים:

1 כרובית קטנה, טרייה ומוצקה, מפורדת לפרחים

3 שיני שום, קלופות

1 בצל קטן, חתוך לרבעים

5 עלי מרווה שלמים

קליפה מגוררת מלימון אחד

2 ביצים

1/2 כוס פירורי לחם + עוד פירורי לחם לציפוי

3/4 כוס גבינת צ'דר או גבינה אחרת, מגוררת

מלח, פלפל

מעט אגוז מוסקט

אופן ההכנה:

1. שמים במעבד מזון את הכרובית, הבצל, השום ועלי המרווה ומרסקים לתערובת פירורית דקה (ולא למשחה). מעבירים לקערה.

2. מוסיפים לקערה את הגבינה, חצי כוס מפירורי הלחם, המלח, הפלפל, אגוז המוסקט, קליפת הלימון ושתי הביצים ומערבבים לתערובת אחידה.

3. צרים מהתערובת לביבות, מצפים בפירורי הלחם הנוספים ומטגנים בשמן זית עד שהן שחומות.



עבודה של מירצ'ה קנטור

נימוסים וארוחות

התערוכה "נימוסי שולחן" עוסקת באוכל ומשמעותו המורכבות בחיי האדם, כפי שהם באים לידי ביטוי באמנות על צורתיה השונות.

התערוכה כוללת עבודות עכשוויות של אמנים ישראלים ובינלאומיים באוצרות גירית גלסון, הצגה של שני מחזות קולניריים שכתבה ז'אנין וורמס הצרפתייה - "המתכון" ו"קפה ועוגה" - בביצוע תלמידי החוג לתיאטרון, אירועים קולניריים באוצרות רוגית ורד, סדרת הרצאות, הקרנות סרטים ומפגשים עם חוקרים מהתחום.

מומלץ לחובבי אוכל ותרבות בכלל.

"נימוסי שולחן" / הגלריה האוניברסיטאית, תל אביב

צילום: שי נייבורג

סטיילינג: גיל אטלן הפקה: אדם כהן

