

טעם של ילדות

חוברת המתכונים של  
צוות קומטל ישראל  
מוקדשת לכם באהבה



## עשה לנו את השבוע!

אריסטו האמין כי עיקר הלמידה ורכישת המידה הטובה הנה דרך הרגל. המוסר והחינוך המודרני מאמצים את הגישה הזו ועוסקים המון בעיצוב הרגלים במשך כל חייו. עלינו **לתרגל מעשים טובים** על מנת לרכוש את המידות הטובות אליהן אנו שואפים. המידה הטובה היא שם כולל לתכונות אופי שאנו תופסים אותן כחיוביות. טוב לב, חמלה, מתינות, צדק, אומץ לב, נדיבות ומידות טובות נוספות אינן נרכשות ביום אחד - כשם שלדברי אריסטו - **"לא סנונית אחת היא זו שמביאה את האביב"**.



יום המעשים הטובים הוא יוזמה מבורכת, שמטרתה ליצור סביבה טובה יותר, חברה בעלת ערכים, אכפתית, הרואה את האחר. חתירתה של **קומטל ישראל** למצוינות אישית באה לידי ביטוי גם באופיים הטוב של עובדיה וחינוך לעשייה חברתית.

יום המעשים הטובים חל פעם בשנה ב 16/03, השנה יזמנו **"שבוע המעשים הטובים"** בקומטל ישראל. את הרעיונות למשימות לקחנו מאתר "יום המעשים הטובים" והטמענו את היוזמות בקומטל ישראל, כאשר כל יום כלל משימות חדשות, ביניהן:

1. איסוף בגדים, צעצועים וכלים לנזקים
2. שיחות טלפון לאנשים מבוגרים לשאול לשלום
3. לוח ביטוי חופשי - כיצד ניתן לשפר את העולם לדעתך?
4. קיר פירגון לחברים לעבודה - #FAMING במקום #SHAMING
5. חוברת מתכונים שנכתבו באהבה ללקוחות ולחברים שלנו מבית קומטל ישראל

את התמונות והחוויות משבוע המעשים הטובים העלינו לרשתות החברתיות - מוזמנים לצפות ולהגיב :) ולבסוף, מצורפת חוברת המתכונים שמילאו באהבה עובדי קומטל ישראל. כל אחד את המתכון שהוא יודע להכין או הכי אוהב. מוזמנים להדפיס, לשתף עם חברים ולספר לנו איך היה. # **פזרו מעשים טובים!**

בברכה, **יפית סרנגה**

סמנכ"לית שיווק

COMTEL ISRAEL

## בתפריט שלנו

- חלות של שבת
- לחמניות וחלות - מתכון ללא ביצים
- מרק חרירה טעים ומשביע
- אורז פרסי עם תחתיות בצל או תפוח אדמה
- השארבה של ריטה - תבשיל עגבניות ופסטה טריפוליטאי
- עלי גפן - הגרסה הקצרה וההורסת
- סלט ביצים טבעוני
- שקשוקה מבית יצהרי
- עוגת כדורי שוקולד
- עוגת שכבות ביסקוויט קלה וטעימה
- סלט קוביות חצילים בתנור

ספרו לנו איך יצא 😊

**לבריאות!**

בואו לעקוב אחרינו ברשתות החברתיות!

Mail to: [sales@comtel.co.il](mailto:sales@comtel.co.il) Facebook: [COMTEL ISRAEL Facebook](#)

Web Site: [www.comtel.co.il](http://www.comtel.co.il) LinkedIn: [COMTEL ISRAEL on LinkedIn](#)

Instagram: [COMTEL ISRAEL on Instagram](#) Telegram: <https://t.me/COMTELISRAEL>



# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!



שם המתכון:

חלות לשבת

המתכון של:

אספולת אמן

מצרכים:

2 כפיות אלה  
כאלוש בוסות אויב גושיג

1 ק"ג קמח  
2 כפות שמנים וקשיב  
1 חלבון של ביצה  
1/2 כוס שמן  
8 כפות סוכר

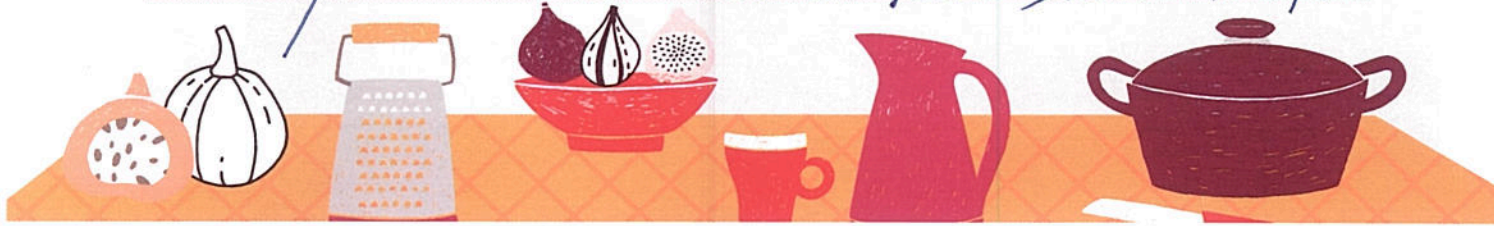
אופן ההכנה:

סבב לרפוף את הקמח שמיג בקצרה בצורה זושיג חנוי באמצע  
ושמיג את השמיג בפניג ומכסיג סבב לטויג שמיג ולאלא לאט  
למרבב ביחה ולרוסוף את השמן וחלבון של הביצה שוב למרבב  
לעוש למטג את המיג לפי המיקר של הכבדק וגם לרוסוף  
את העלה  
להתפיה שעה ולארוך גמן לייצור חלות (במה קלחה)  
אל לתומיג



טיפ!

למינה ביצה עם סילאן גאל התנה אפסר לרוסיג סומעוסיג  
וקבדק ולמטה בתעל על אפיה יסול עז שמכן.







# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!

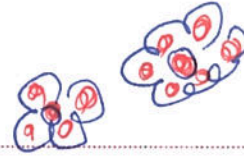


שם המתכון:

חמנית / חלה

המתכון של:

לילי



מצרכים:



1 כף שמרים וקמח

500 גרם קמח אבן מנופה

1/4 כוס סוכר

1/4 כוס שמן

1 1/2 כוסת מים פושרים

1 כפית מלח

אופן ההכנה:



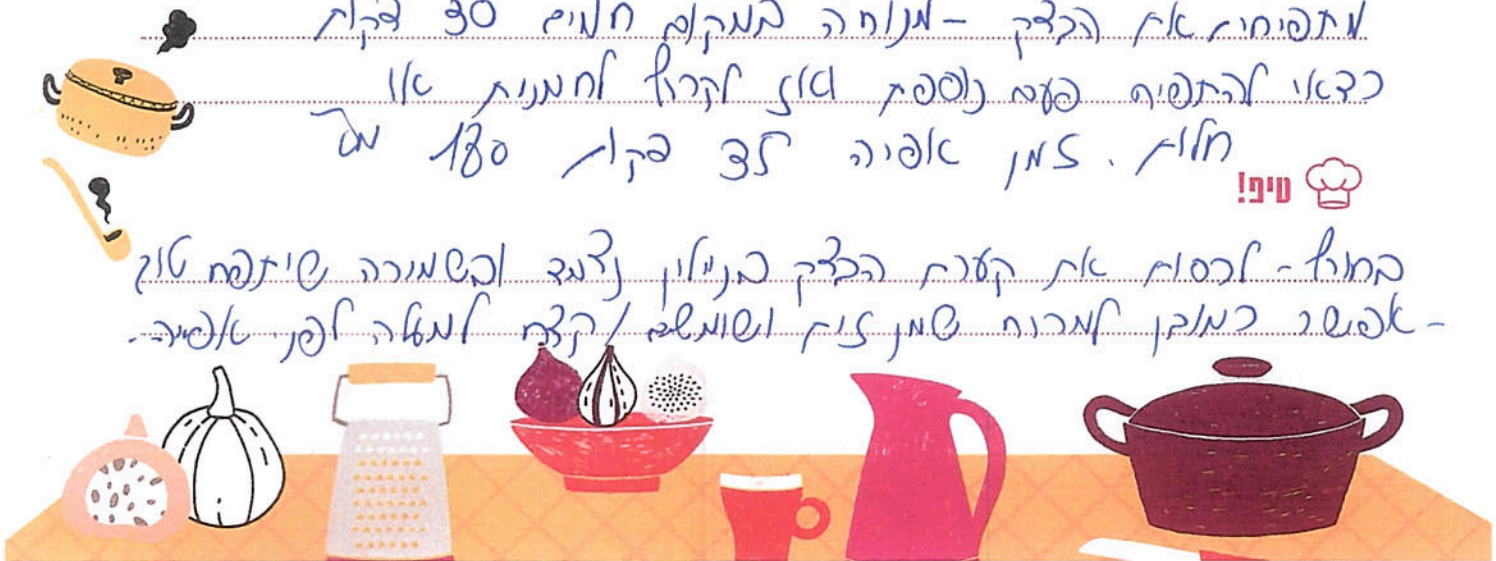
הקצרת (המיקסר מנפים 500 גרם קמח אבן ומזי אצמחה טובה)  
מוסיפים 1 כף שמרים (אפשר 1 ומזי אצמחה טובה)  
מוסיפים 1/4 כוס סוכר, 1/4 כוס שמן, 1-1 1/2 כוסת מים  
פושרים

מפעלים את המיקסר אטרקוב אדן רבי מוסיפים 1 כפית  
מלח. זמן איש המיקסר - 9 דקות.

מתפוחים את הקצק - מנוחה במקום חמים 30 דקות  
כדאי להתפוח פעם נוספת בזמן ארוך אחרונה או  
חלה. זמן אפיה 35 דקות 180 מע

טיפ!

המלץ - לרבות את קצת הקצק בניילון נקי ובשעה שיצאתם לרגל  
אפשר במלך אחרות שמן צדק ושומן / קצק אמלה אבן אפיה -





# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!



### שם המתכון:

מרק חריבה סלם המשניץ



### המתכון של:

אוי

### מצרכים:



1/2 כוס עדשים חומים שלוש  
כמים  
1/2 כוס גזריו חומים קטנים  
אטריות - אפי (הטעם (והסמיכות)

5 עגבניות מרובות בסומה  
1 בצל בינוני קטן  
1/3 צינור פטריות קטנות  
1/3 צינור כוסברה קטנה  
2-3 ע"י סווי כולל גזרונים קטנים

### אופן ההכנה:



הסיר הינוני-קטן מזהיבם בצל בשמן וסיפה כריכס  
מוסיפים את העגבניות (המגוררות) והמרבבות  
מוסיפים את העדשים, החומים והמרבבות  
מוסיפים את הפטריות, כוסברה, סווי והמרבבות  
מנמיכים את הסיור במים במעלה הכצוויה (שלא יהיה מעט מדי)  
ומבטאים ארתיחה.



מחכים במים, פופו קנה מרק, על מרכזי אינן  
מנמיכים את האש למעט כישל של סף בוקה  
מוסיפים אטריות אפי הטעם אפוד סוד ב"ה בישל.

### טיפ!



להפחית שקיה שמה של עדשים חומים אלוה ואתו כק מתקופה אשקיה  
אוטקסט - ככה אמר יש עדשים מוקלה אמר.







# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!

שם המתכון:

אונג פרכסי עם תחתול בלב  
או תפוחי אדמה.

המתכון של:

חמי

מצרכים:



2-3 כוסות אונג פרכסי

מלח

שמן

בלב או תפוחי אדמה

אופן ההכנה:



בסור מרקוחת אים (שמרוב כמח כמח 3/4 סיר)

שמים אים כמח  
כשמים רחמים מניסים את האורז אסור אבי פם  
כשמים רבי לטן ייבקר.

כשמים מתחילת "לוק" אים, אכלת, שפירם את  
האורז אחר אסנר אשפירם כמים

כשמים בסור (א אש זכורה) שמים שמן - אשכ אסור

בלב קצת או פחוסה כמח אשכ שמתחיל מתחילים את  
(האורז) - לאחר 2-3 בקות ודקום אסור מתחיל קצרה

טיפ! מים רחמים, שמן אשכ ומסרובים את האורז.  
מנסים את העסה במנה אשכ אשכ נאמר כ- 30 בקות.

אם - ציין אסור כמח במים אשכ שפירם כמח אשכ אשכ אשכ!





# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!

המתכון של:

יפית סינקה

שם המתכון:

השאובה של חיטה סינקה

מצרכים:



1 פולס אגוז (אמה)

2 רפס שמן (ג'יר או אחר)

4 דקנ"ל

4 רפס רסק דקנ"ל

1 חבול פטה - שפוזים רטום.  
או אחר היטן.

אופן ההכנה:



חתוך את הפולים רחבדים וטאן אתם בשמן 2-3 דק

סינסק את החבולות והחולץ זכאפוס. ארש כ 3-4 דק

את הפולים

חמוץ מים -  $3/4$  מהסר וזהוה זרחה

חתוך 4 רפס רסק דקנ"ל + כל זאטה של מוח (אפשר פח

זמי של אה) ← זהוה זרחה. אשנה זה חמון באו חמון זמי

הטעם

חמוץ מים - פטה רטום (אחונן אהבם שפוזים, אלו של



חיטה פשה טובה - פגזי זרחה רטום.

ארש כ 3 דק עד שהפטה מוניה וזהוה חם

טיפ!

אם ממעט ימי מיזי את האור הפטה סופר אהמים, זכן רדני

זאנו את זה כפיה חם ומינס, אמנה שקם כחך חם אפיה זכאזיה



את החיטה מתבצק עם סוכר פתח! זא מוסר







# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!

המתכון של:

יפית סנפורה

שם המתכון:

עוגת פסח - חצויה הקדומה וההלכות!

מצרכים:



- 4 ג קובסאל שמורים עזי עין חמץ
- חצו אווען סחוט
- 3 רבא רפס כחונט
- כל מלח
- חצו רפס פאל שחור
- חצו רפס פאל חמץ (או אפי חסא)
- 2 רבא עין חמץ + רעלוי כנס עין סאן 15
- 1 משה אצמח בצנ
- סוכ רבא (כמו של אלוף)
- ראש סוכ

אופן ההכנה:



חמץ גלילא אפוסר פני, שחס 2 רבא עין חמץ וזיו מניחוס ג  
פיוסר גפ"א. סתחוס 4 קובסאל שמורים עזי עין (רשמו א  
העלבים שיש בקובסאל השומורים!!), מעפרים א עזי עין "עמרים" בטר (אפשר  
עילא א כסר לא יפול עמן הסוכ). מפרקים רש שום ומערים שוני שום  
בין עזי העין. מערבקים בקורה א ס החוס מקובסאל השומורים  
+ רבא עין + רעלוי כנס עין חמץ + עפר חמץ. מעפרים א ס ע  
עזי עין רעלוי חמץ שום. מניחים עזי העין ומקדים זכחה.  
מירפס עזי אש ענה וניעט עזי העין חמץ שום עזי עין חמץ  
הצטעמו. ומקדים ממאן (ט)

טיפ!

אפשר לתחם בין עזי העין חמץ עין חמץ וראש עין חמץ  
עזי עין חמץ חמץ. אט אנטו אנשים חמץ. אנו אנו חמץ חמץ





# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!



המתכון של:

יפה סנטיה

שם המתכון:

סרט בורס סלעני!

מצרכים:



חממת סופו סס צד'

3 חבצולי בצל וזוק

בצל קטן קצוף

כוכבס - רפס

מח חוצי קלאר נוק' - כסוי

אופן ההכנה:



אזובג הכל בבלנר, זעעס זאחטל אבאונק נספוס אס וס זיוק.

זעעס - בתל ומוכי ב



טיפ!



+ ממזכר לא אורר זו מיוט סלעני! נעמ זכטס בתל ספסר, מלא זשני  
זלכ משענ זל לא מכובס זיש או אמו קעסס כנו מיוט נעל







# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!



שם המתכון:

סקיטקו

המתכון של:

יאני ירמיהו = Johnny

מצרכים:

בשר, צימניות, וכוס צימניות  
סלסיל שחור, ששכיקי חריפה  
סם, גולח בעליוקום  
סלסיל חריפים אצווג  
סאגו אצווגו מיצם



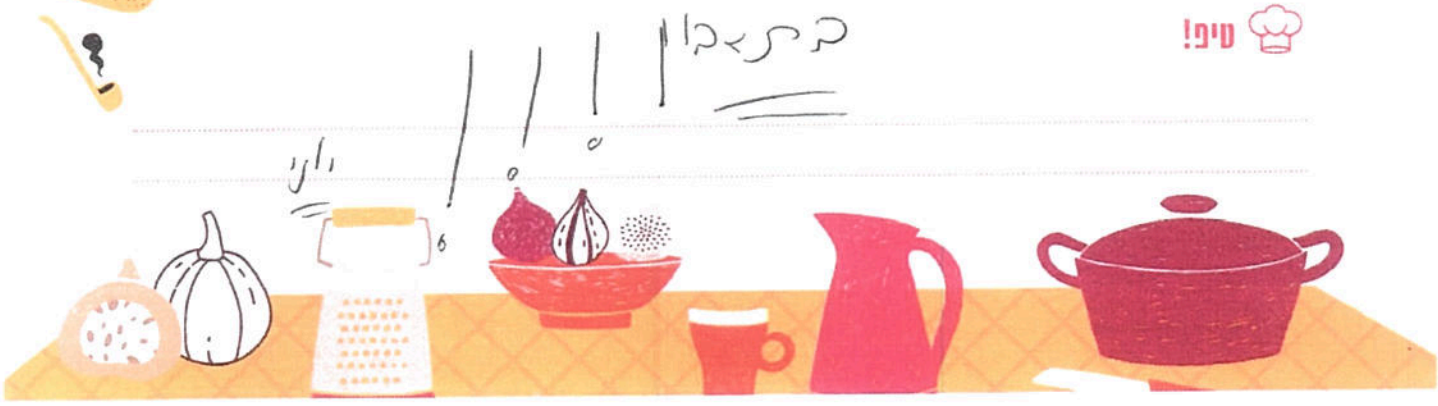
אופן ההכנה:

נחמט ארמבט עם קצת שון ציט, וואטו טאט פיקור  
נוסיל בור קפול וסום, אטרו שיקבול ביתבול נוסיל  
צמניות ארמבט, צטק צמניות, אטאבי וסלסיל חריפים  
קידוטי ככה שער נוסיל את הבעליוקום והמיצם  
קטט שוסאר את כוואחבת באכסכ נוסיל קצת גולח

גיתן קטטיו בית הפדטיקו עם קמניות סכילור  
ירקצת חוביל



טיפ!





# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!



שם המתכון:

לזבת פצורי שקלז

המתכון של:

למיה יצחק

מצרכים:



- טמטא גרם שקלז מור
- 100 גרם חמאה
- 1/4 כוס סוכר
- 1 כוס חלב
- 1 חבילה פתית

- 2 חבילות פתית
- 1 כוס חלב
- 1 חבילה אינסטנט פופקין שקלז
- חמאה - קקאו

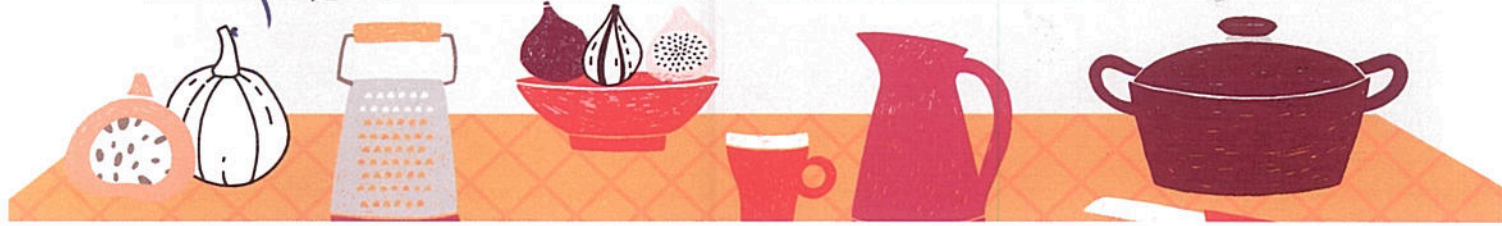
אופן ההכנה:

- חתוך הלזקה - שמים במר כונו שקלז, חמאה, סוכר וחלב, וצד שמע כולל מלח
- שפחם את הניסוקוטים ואתרען מלחכים עם חמאה השקלז.
- מלחכים את הלזקה - חמאה וניסוקוטים - מלחכים את חמאה וניסוקוטים וניסוקוטים - חמאה וניסוקוטים
- ניסוקוטים פופקין וניסוקוטים - ואתרען מלחכים את חמאה וניסוקוטים וניסוקוטים - חמאה וניסוקוטים



מפתים קקאו חמאה

מתכון







# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!



שם המתכון:

המתכון של:

סוגי שובל כוסקלוס קרב  
ואסטיאה

זימי

מצרכים:

- 1 חמלה פני בר שקו (או אנו)
- 2 שמן ארקסה (צמחית - כהה)
- 1 חז' אבקת סוכר
- 1 כוס קפה (אבקת אדים חמו)
- שוקולד מריר מארז

אופן ההכנה:

כמובן מקדימים את השמנה ואח' אבקת (הסוכר  
 אקום יצוב  
 בתבנית מספרים שבת פני בר - טאבליס כקפה  
 ומניחים בתבנית  
 ולקום שבת קום האשקה  
 ממשיכים לשבת (הקולר הכאה לחז' חלילה  
 אפשר לקום בון 2-1-3 שובל כשהשיבה העליונה  
 היא קום. מצדדים שקולס מריר מא' ומניחים אקור



טיפ!

ממילא אצול יום אמרי ההכנה. וס' להיזמר זא' אכיל. :)





# טעם של ילדות

יש מתכונים שלא שוכחים, במיוחד כשהם מזכירים לנו את הבית  
תעשו שיחה טובה, תעלו זיכרונות וביחד תיצרו טעמים!



שם המתכון:

סלע קטניות חזלים סנוקר

המתכון של:

הילה לטחוני

מצרכים:



.....  
.....  
.....  
.....  
.....

חזלים  
1 ק"ג סלע סנוקר  
3 כפיות חלב צליל וחתוך  
1 כפית חלב טהור

אופן ההכנה:



חורכים חזלים לקטניות קטנות  
מפזרים בחמניה ועליונים או הקטניות  
אלוהי כ"כ זקנה פתח ל"כ סנוקר  
אחרי מוסידה או ל"כ חזלים נטון בלען חזלים  
לפני א"כ אדווה ללחיה



טיפ!



את המדנה לופט את לפני חזלים - ללפני

