סדנה־לי

לביבות קישואים אפויות עם בולגרית ושמיר

כמות	הכנה	בישול / אפייה	זמן כולל
כ־18 לביבות	**25 דקות**	**30 דקות**	**שעה**

ציוד: פומפייה, מגבת נקייה, מסננת, קערה, תבנית ומרית.

מצרכים

ללביבות

- ☐ 1 ק״ג קישואים שטופים, לאחר הסרת הקצוות
- ☐ 1 כפית מלח לסחיטה, כ־5 גרם
- ☐ 120 גרם גבינה בולגרית או פטה מפוררת
- ☐ 2 ביצים בגודל L
- ☐ 80 גרם קמח לבן
- ☐ 3 כפות שמיר קצוץ
- ☐ 2 גבעולי בצל ירוק קצוצים
- ☐ רבע כפית פלפל שחור

לאפייה

- ☐ 2 כפות שמן זית

מידע על רכיבים: מכיל חלב, ביצים וחיטה. אין צורך במלח נוסף לפני שטועמים לביבת ניסיון, בגלל הגבינה וההמלחה.

אופן ההכנה

1. **מגררים וממליחים**. מגררים קישואים בפומפייה גסה, מערבבים בכפית מלח ומניחים במסננת 10 דקות. אין צורך לקלף קישואים צעירים. אם יש ליבה גדולה וספוגית עם זרעים קשים, מסירים אותה לפני השקילה.

2. **סוחטים היטב**. מעבירים למגבת בכמה מנות וסוחטים בחוזקה. ממשיכים עד שכמעט לא יוצא זרם נוזלים. מפרידים את גוש הקישוא הסחוט בקערה. אין להוסיף את הנוזלים חזרה; הם אינם חלק מהתערובת.

3. **מערבבים**. מוסיפים בולגרית, ביצים, שמיר, בצל ופלפל. מערבבים ומוסיפים קמח. נותנים 5 דקות מנוחה. התערובת צריכה להיאסף בכף ולא להותיר שלולית בקערה. אם נוזל מצטבר, מסלקים אותו לפני הוספת קמח.

4. **מעצבים בתבנית**. מחממים תנור ל־210 מעלות בחום עליון־תחתון. משמנים נייר אפייה בכף שמן. יוצרים כ־18 לביבות בעובי 1 ס״מ, עם מרווח של 2–3 ס״מ, ומברישים בכף השמן הנותרת.

5. **אופים והופכים**. אופים 15–18 דקות עד שהשוליים מתייצבים והתחתית זהובה. הופכים בעדינות ואופים עוד 10–12 דקות. אם הלביבה נדבקת למרית, ממתינים כמה דקות; תחתית יציבה משתחררת בקלות רבה יותר.

6. **בודקים ומגישים**. משאירים 5 דקות בתבנית. חוצים לביבה ובודקים שהמרכז עשוי ואינו בלילה רטובה. מגישים עם לימון ויוגורט או צזיקי בצד. טועמים לפני הוספת מלח לשולחן.