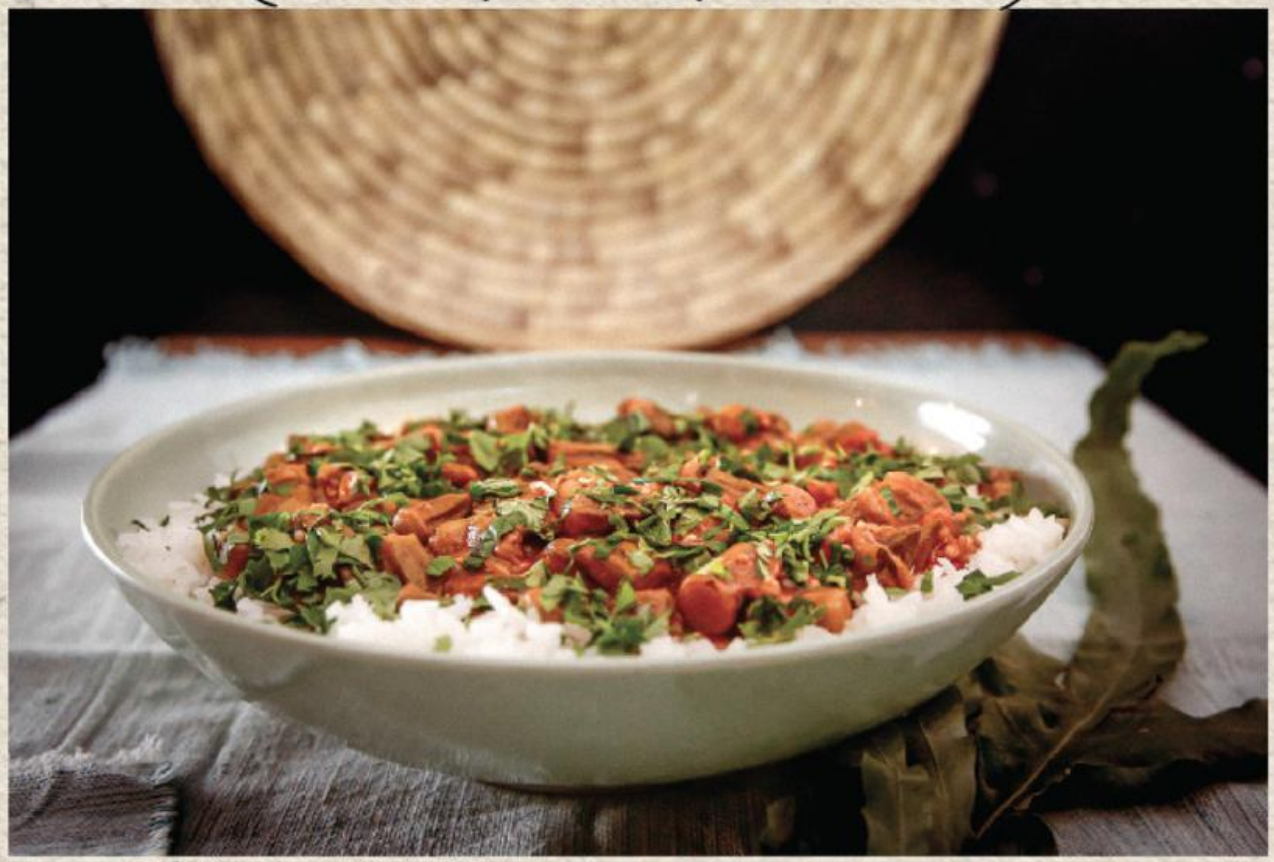
טַעַם שֶׁל גַּעֲגוּעַ



הנצחת חללי מערכות ישראל ופעולות האיבה
קהילת להבים | יום הזיכרון תשפ"ו

הפקת הספר: מתנ"ס להבים, מועצת להבים
הפקה ובימוי צילומים: קמילה בצ'ינס, סטודיו The Set
צילום: ליליה זרז׳צקי
סטיילינג: רויטל בידני שטיינברג
גרפיקה והדפסה: דפוס נוח מדיה
צוות הפקת הספר: סיגל חדאד, יעל בנאי, מיכל שורר
תודה למשפחות היקרות על פתיחת הבית והלב
להבים 2026 | תשפ"ו

להבים קהילה ואיכות חיים
המועצה המקומית להבים





שמות הנופלים והמאכלים האהובים עליהם

אלי אוזן | תבשיל מוח עגל בסגנון מרוקאי.....עמ' 6

אריה אוזן | מקארונה בלקנאקש (פסטה עם חומוס ופול).....עמ' 8

תומר אחימס | עוגה קפואה.....עמ' 10

שי ארבלי | אורז קלוי וריחני עם במיה ברוטב עגבניות.....עמ' 12

גיל בינדר | חריימה עם דג נסיכה.....עמ' 14

ליאור בן יעקב | עוגת שוקולד פשוטה ומשגעת לימי הולדת.....עמ' 16

הדס ברנץ | מרק קובה סלק.....עמ' 18

רותם ויינברגר | כרעיים של עוף על מצע אורז בתנור.....עמ' 20

אסף (אסי) טייכר | הקוסקוס של נורית.....עמ' 22

בן כהן | הפיצה של סבתא אתי.....עמ' 26

יגאל לייזר | עוף ותפוחי אדמה בתנור (סופריטו).....עמ' 28

יאיר לנדאו | שמעון-טל לנדאו | פלפלים ממולאים ושניצלים.....עמ' 30

יוסף מידן | פשטידת תפוחי אדמה מרוקאית.....עמ' 34

אילנית משה | כדורי השוקולד של אילנית.....עמ' 36

סעיד משה | מניפת תפוחי אדמה.....עמ' 38

שלומי מתיאס | שחר טרואן מתיאס | עוגת שלושת השוקולדים | ריבועי שוקולד צ'יפס ושיבולת שועל של שחר.....עמ' 40

רון סובל | עוגיות מגולגלות עם נוטלה.....עמ' 44

שרון רחמני | קובה דלעת.....עמ' 46

ערן שמואלי | פתיתים עם בצל מטוגן.....עמ' 48

אפרים (אפי) שניאור | עוגת גבינה ושוקולד משולשת.....עמ' 50





דבר ראש המועצה

קהילת להבים היקרה,
משפחות שכולות אהובות,
הספר שלפניכם הוא ספר של אהבה, של זיכרון ושל געגוע.
בין הדפים שלו נמצאים לא רק מתכונים, אלא גם רגעים של בית.
ריחות, טעמים, שולחן משפחתי, זיכרונות קטנים וגדולים - כל אותם רגעים פשוטים של החיים,
שהופכים עם הזמן ליקרים כל כך.

מאחורי כל מנה שנבחרה יש אדם אהוב.
בת או בן, אחות או אח, חברה או חבר, אישה או איש - עולם שלם של אהבה, של אופי, של שמחת חיים.

במיזם הזה, בחרנו לזכור את אהובינו גם דרך החיים עצמם:
דרך מה שאהבו, דרך מה ששימח אותם, דרך הטעמים שהיו חלק מהבית ומהמשפחה.

יש משהו מרגש במיוחד בזיכרון שנשמר דווקא כך.
לא רק בסיפורים הגדולים, אלא גם בפרטים הקטנים.
במנה אהובה, במתכון שעובר מדור לדור, בזיכרון שעולה פתאום מריח או מטעם.

אני מבקש להודות מעומק הלב למשפחות היקרות, שבחרו לשתף, לפתוח את הלב,
ולאפשר לכולנו להכיר עוד קצת את היקרים שאיבדנו.
תודה גם לכל מי שיזם, אסף, כתב, ערך ולקח חלק ביצירת הספר המיוחד הזה.

קהילת להבים זוכרת, מחבקת, ונושאת את הנופלות והנופלים בלב, תמיד.

יהי זכרם ברוך.

אלעד ארזי

ראש מועצת להבים



אלי אוזן

7.10.2023 - 22.1.1981

י"ז בשבט תשמ"א - כ"ב בתשרי תשפ"ד

אליהו (אלי) אוזן, בן מושב גילת, אחיין של עליזה אוזן סויסה תושבת להבים.

היה שף מוערך, איש משפחה למופת ודמות מרכזית בעולם ההתנדבות והקולינריה. אלי שירת כלוחם מצטיין בחיל הים והיה עמוד התווך של משפחתו. נודע בטוב לבו, בצניעותו ובאהבתו הגדולה לים ולדייג.

בבוקר שבעה באוקטובר 2023 נרצח בחוף זיקים יחד עם אביו אריה ז"ל, לאחר שגילה גבורה עילאית והדף בידיו רימונים שהושלכו לעבר המיגונית בה חסו.

אלי הותיר אחריו אישה, בת ומשפחה אוהבת ונטמן לצד אביו ביישוב בו גדל.

אלי אוזן היה בן 42 במותו.

הסיפור שמאחורי המתכון

אלי אהב מאוד את האוכל הביתי המסורתי שסבתא או אמא בישלו, למרות שבעיסוקו בישל בעיקר במטבחים אחרים. נזכור אותו כאדם מצחיק שאהב לארח, לבשל ולהאכיל אנשים בנדיבות אינסופית ובהרבה צחוק.

אלי אוזן



תבשיל מוח עגל בסגנון מרוקאי

מצרכים:

מוח עגל מוכשר ללא קרומים

100 גר' רסק עגבניות

5-7 שיני שום כתושות

פלפל צ'ילי לפי הטעם

תבלינים: כורכום, כף מלח, כף פפריקה

שמן

חצי חבילה כוסברה טרייה

אופן ההכנה:

ממלאים מים בסיר ומוסיפים מעט כורכום.

כאשר המים רותחים מכניסים את המוח לסיר ל-5 דקות.

כשמתקרר מניחים על קרש חיתוך ופורסים פרוסות בעובי של כ-1 ס"מ.

בסיר שטוח שמים 4 כפות שמן ולטגן רסק עגבניות ושום. בזהירות לא לשרוף.

פורסים פלפל צ'ילי טרי לטבעות ומניחים בסיר.

מניחים את פרוסות המוח השלוק בתוך הרוטב ומוסיפים 2 כוסות חד פעמיות של מי ברז.

מביאים לרתיחה ומוסיפים פפריקה ומלח, בערך כף מכל אחד, לפי הטעם.

מבשלים על אש קטנה/נמוכה כ-40 דק׳.

10 דקות לפני תום הבישול מפזרים כוסברה טריה קצוצה.





אריה אוזן

7.10.2023 - 4.2.1955

נולד ב-י"ב בשבט תשט"ו - כ"ב בתשרי תשפ"ד

אריה אוזן, איש אדמה וציבור ממושב גילת. אחיה של עליזה אוזן סויסה, תושבת להבים.

אריה היה דמות מופת של נתינה, ציונות וקירוב לבבות. אריה הקדיש את חייו לפיתוח הנגב ולקידום הדו-קיום בשגב שלום, תוך שהוא משלב אהבה עמוקה למשפחתו ולאדמת הארץ.

בבוקר שבעה באוקטובר 2023, בעת שיצא לדוג בחוף זיקים, תחביבו האהוב, נרצח יחד עם בנו אליהו ז"ל בידי מחבלים בתוך המיגונית בה חסו.

אב ובן שבחייהם ובמותם לא נפרדו, הותירו אחריהם מורשת של חסד, ענווה ואהבת אדם.

אריה אוזן היה בן 68 במותו.

הסיפור שמאחורי המתכון

אריה אהב אוכל ביתי פשוט וצנוע ותמיד העדיף לאכול בבית או אצל אימו על פני כל מקום אחר.

מקארונה בלקנאקש
פסטה עם חומוס ופול שבור

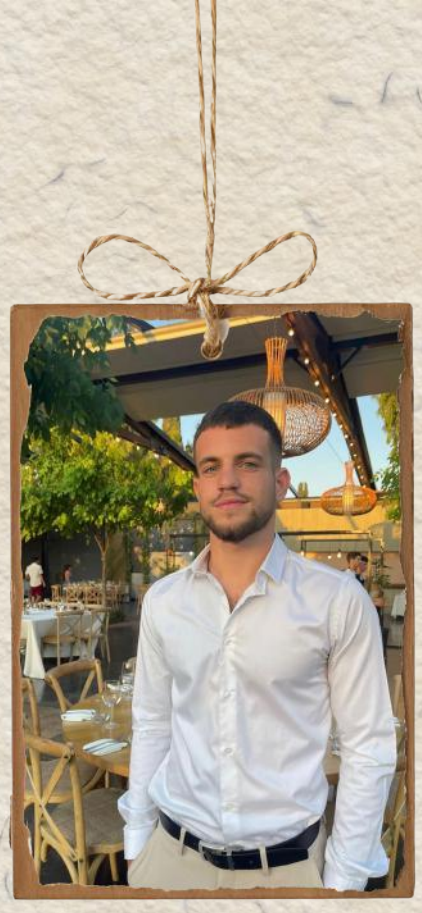


מצרכים:

חצי כוס שמן
4 עגבניות אדומות ובשלות מגורדות
או חצי קופסת עגבניות מרוסקות
5-6 שיני שום כתושות
פפריקה
חבילת פסטה בצורת ירח
100 גרם גרגירי חומוס שעברו השריה ורתיחה, או קפואים
100 גרם פול יבש קלוף ושבור שעבר השריה והרתחה
מלח
כוסברה יבשה טחונה

אופן ההכנה

בסיר עם חצי כוס שמן מניחים את העגבניות המגורדות ומאדים מעט.
מוסיפים 5-6 שיני שום כתוש, כף גדושה של פפריקה ומטגנים על אש בינונית עד שיסמיך.
מוסיפים ליטר מים לסיר (כ-4 כוסות).
כשהמים רותחים מוסיפים את הפסטה.
כשהפסטה במרקם אל-דנטה מוסיפים את הקטניות שעברו בישול בנפרד.
מוסיפים כף מלח וכף כוסברה טחונה יבשה ומקפידים לערבב כל הזמן.
מבשלים ללא מכסה כחצי שעה.
את הפסטה נהוג להגיש בימי חמישי עם נקניקיות מרגז, רצוי תוצרת בית, ופלפל חריף ירוק מטוגן עם מלח גס ולימון מעל.



תומר אחימס

7.10.2023 - 24.6.2003

כ"ד בסיוון תשס"ג - כ"ב בתשרי תשפ"ד

תומר נולד, גדל והתחנך בלהבים. בן לענת ומשה, אח צעיר למאיה, גיל ואייל, אח תאום וחצי זהה לאמיר. בן זוגה של שי-לי ודודו של יהלי שאותו לא זכה להכיר.

תומר תכול העיניים היה ילד יפה, מוכשר, חכם, מצחיק ואמיץ שאהב ליהנות מהחיים ולנצל כל רגע. אהב ספורט וכדורגל במיוחד. התגייס לנח"ל ומשם עבר להיות לוחם בחטיבה הדרומית של אוגדת עזה. שירת כלוחם בחפ"ק של מפקד החטיבה הדרומית באוגדת עזה.

תומר נפל בתאריך 7.10.2023 בקרב גבורה על הגנת קיבוץ נירים יחד עם מפקדו וחברו לחפ"ק.

חסרונו כואב ומורגש בכל יום.

סמ"ר תומר אחימס היה בן 20 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

נורית, סבתו של תומר, מספרת שבמפגשים משפחתיים היה תומר אוכל עד שהכריז כי שבע, אך כשהעוגה הקפואה הייתה מוגשת כקינוח, היה מבקש פרוסה ממנה. כשהזכירה נורית לתומר שאמר שהוא כבר "מלא", השיב תומר: "סבתא, לעוגה הזאת יש לי קיבה נוספת". תומר אהב לאכול את העוגה הקפואה בכל אירוע משפחתי וחגים בהן אמא ענת וסבתא נורית נהגו להכין את העוגה. מורתו בבית הספר היסודי שיתפה שכשהיה "כוכב השבוע" בכיתה, בחר בעוגה זו כעוגה האהובה עליו.



עוגה קפואה

מצרכים:

לשכבת המרנג
3 חלבוני ביצה
כוס סוכר
לשכבת המוס
100 גר' שוקולד מריר
100 גר' שוקולד לבן/ חלב/מריר
3 חלמוני ביצה
1 שמנת מתוקה
2 כפות סוכר
לשכבת הקצפת
1 שמנת מתוקה
2 כפות סוכר

אופן ההכנה

שכבת המרנג
מקציפים חלבונים וסוכר לקצף חזק מאוד ומשטחים על תבנית משומנת או עם נייר אפייה.
אופים בחום נמוך 120 מעלות כשעה או עד שממש יבש. שיישמר לבן.

שכבת מוס השוקולד
ממיסים את השוקולדים ובעוד התערובת חמה בוחשים פנימה 3 חלמונים.
בכלי נפרד מקציפים 1 מיכל שמנת מתוקה עם 2 כפות סוכר.
מבליעים בעדינות את השמנת המוקצפת לשוקולד לאחר שמעט התקררה.
מורחים על שכבת המרנג.
מכסים ומכניסים למקפיא אחרי שמתקשה.

שכבת הקצפת
מקציפים שמנת וסוכר לקצפת יציבה
מורחים על שכבת השוקולד
מכסים ומכניסים למקפיא

מוציאים מהמקפיא קצת לפני ההגשה כדי שניתן יהיה לחתוך בקלות, העוגה צריכה להיות כמעט קפואה.



שי (אבשלום) ארבלי

14.11.1991 - 12.01.1970
ה' בשבט תש"ל - ח' בכסלו תשנ"ב
שי, בן אמצעי ליעל ופנחס, אח לחן ופז. נולד באשקלון, גדל בבאר שבע ובלהבים. בוגר הפנימייה הצבאית לפיקוד בחיפה. סקרן, נחוש, בעל חוש הומור, אמיץ, ספורטאי, מוזיקאי, צייר, חבר נאמן, אוהב אדם וטבע. במהלך שירותו הצבאי נפצע שי שלוש פעמים. סיים בהצטיינות קורס מ"כים וקורס קצינים ובשניהם גם הדריך. נפל בתאריך 14.11.1991 בהיותו סמ"פ, בעת הכנת תרגיל לילי לטירוני הצנחנים.
סגן שי (אבשלום) ארבלי היה בן 21 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

ההזיה על במיה ואורז.
מזג האוויר הסוער בחוץ, הגשם, הרוח והטמפרטורה הנמוכה.
יחד עם המתח מהמלחמה, צווי שמונה שנשלחו לנכדיי, הריצה למרחב מוגן, חיפוש מרחב מוגן, העירו בי זיכרון על לחימה, דריכות, מוגנות מחורף והזיות על אוכל מנחם.
וכך היה:
שי התגייס לצנחנים בתחילת נובמבר 1987. כחודש לאחר גיוסו, ב-9 לדצמבר 1987, פרצה האינתיפאדה הראשונה. הגדוד שלו הוצב באזור חברון בית לחם לפעולות ביטחון שוטף, שכללו התמודדות עם התפרעויות ואלימות האינתיפאדה. ב-24 בדצמבר הוצב הגדוד בעמדות אבטחה בעת המיסה של חג המולד בבית לחם. זה היה יום חורפי מאוד של דצמבר, גשמי זעף ללא הפסקה וטמפרטורות נמוכות מאוד. כשהגיע לחופשה בבית, סיפר שי את שעבר עליהם: "הוצבנו בעמדה על גג מבנה מול הכנסייה. בשעה מסוימת היה אמור צוות אחר להחליף אותנו, אבל הצוות בטעות לא הגיע להחלפה. כך, נותרנו ספוגי גשם, רועדים מקור ורעבים כל הלילה עד סיום המיסה. בדמיוני הזיתי על ארוחת אורז עם במיה. אפילו את הריח הרגשתי. היה לזה ריח מנחם, של בית".
זהו מאכל עממי שנקשר אצלנו מאז, אל שי.

אורז קלוי וריחני עם במיה ברוטב עגבניות

מצרכים:

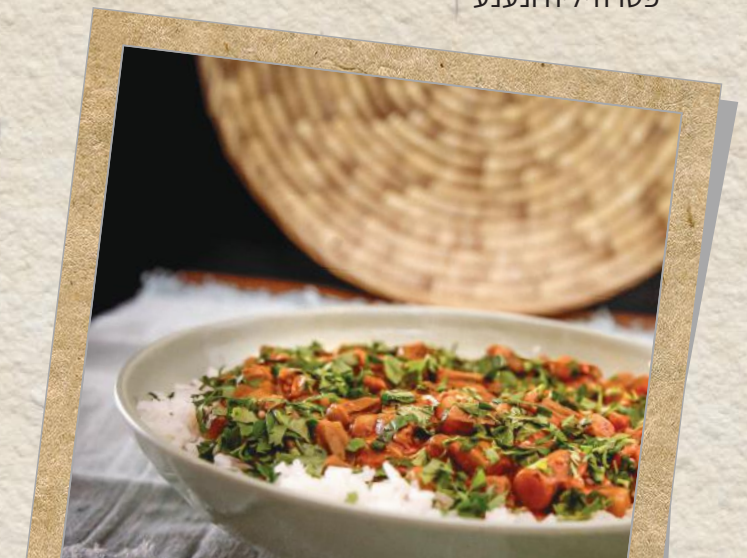
לאורז קלוי וריחני
סיר מתכת כבד
6 כפות שמן קנולה
3 כוסות אורז בסמטי
כפית גדושה של מלח
4.5 כוסות מים

לבמיה ברוטב עגבניות
½ קילו במיה טרייה/ קפואה
¼ כוס שמן
4-5 שיני שום פרוסות
1 פלפל ירוק חריף חתוך דק/
½ כפית עריסה
2-3 עגבניות טריות קלופות חתוכות לקוביות
2-3 כפות רסק עגבניות
1.5 כוסות מים רותחים
3 כפיות שמן זית
מלח
פלפל שחור
פפריקה
כמון
לימון טרי
3 כפות עלי נענע קצוצים
3 כפות פטרוזיליה קצוצה

אופן ההכנה

אורז קלוי וריחני
שופכים את האורז והשמן לסיר ומערבבים היטב
מפזרים את האורז בצורה חלקה ושטוחה על התחתית
מניחים על להבה קטנה למספר שניות ומנערים את הסיר עד שהאורז הופך שקוף וחלק ממנו מקבל גוון מעט שחום
מוסיפים את המלח ומערבבים
מוסיפים את המים
מקטינים מאוד את האש ומכסים היטב במכסה
ממתינים עד שהמים ייספגו לחלוטין באורז
מכבים וממתינים לפחות רבע שעה כשהסיר סגור
לפני ההגשה מפרידים את גרגירי האורז במזלג

במיה ברוטב עגבניות
קוצצים לבמיה הטרייה את הקודקודים. בקפואה אין צורך.
אחרי שטיפה וניגוב בנייר סופג, מניחים בסיר ומקפיצים לצריבה קלה
מוסיפים את שיני השום החתוכות והפלפל החריף החתוך דק עד להשחמה קלה
מוסיפים את קוביות העגבניות הטריות ומערבבים עד ריכוך קל
מערבבים יחד את רסק העגבניות עם המים הרותחים ושמן הזית
אם משתמשים בעריסה במקום פלפל מוסיפים לסיר כעת
מתבלים, מערבבים ומבשלים על אש קטנה כ- 20 דקות
מגישים על מצע אורז, סוחטים מעל מעט מיץ לימון ומפזרים עלי פטרוזיליה ונענע





גיל בינדר

5.11.2008 - 25.07.1973
כ"ה בתמוז תשל"ג - ז' בחשוון תשס"ט
גיל נולד בבאר שבע, למד בבתי הספר "בארי", "גבים", "אשל הנשיא" ובאוניברסיטת בן גוריון בנגב. כשהיה נער עבר עם משפחתו ללהבים.
במהלך פעילות מבצעית בלבנון של פלוגת להב, גדוד 9, חטיבה 401, בסתיו 1992, נפגע מהלם קרב קשה ופונה לבתי החולים בצפת, בטירת הכרמל ובית החולים הפסיכיאטרי בבאר שבע. למרות מצבו הקשה, האשפוזים והטיפול התרופתי, הצליח לסיים תואר ראשון במזרח תיכון, תואר שני וחצי דוקטורט.
נפטר בתאריך 5.11.2008 כתוצאה מטיפול שגוי במחלקה הסגורה.
סמ"ר גיל בינדר היה בן 35 בפטירתו.

הסיפור שמאחורי המתכון

גיל אהב להגיע בלילות שבת ולאכול בחיק המשפחה.
בראש השנה ובפסח אהב את התבשיל של רחלי, צלעות כבש בתנור, אבל כל השנה נהנה בלילות שבת מאכילת הדגים החריפים. אמא שלו נהגה לקנות כבר בימי רביעי את המצרכים להכנת הדגים החריפים, כאשר ידעה שגיל יגיע לארוחת ליל שבת. דג הנסיכה ברוטב החריף היה המאכל האהוב על גיל שלנו, אך מאז מותו לא זכתה המשפחה לטעום את טעמה של הנסיכה החריפה ממטבחה של רחלי.

חריימה עם דג נסיכה

מצרכים:

קופסה גדולה של רסק עגבניות מרוכז
כוס וחצי מים
6 שיני שום
4 פלפלים חריפים
כפית מלח
חופן כוסברה
קילו וחצי דג נסיכה

אופן ההכנה

מרתיחים את כל המרכיבים יחד מלבד הדג
מכניסים לסיר הרותח קילו וחצי דג נסיכת הנילוס טרי
מבשלים כחצי שעה והתבשיל מוכן.





ליאור בן יעקב

07.10.2023 – 31.12.1978
א' בטבת תשל"ט - כ"ב בתשרי תשפ"ד
ליאור, בנם של ציפי ומשה, מראשוני להבים, אחיהן הצעיר של רויטל ואילנית, בן זוגה של רויטל דג'אווי, איש משפחה אוהב ואביהם של אלה, זיו ואיתמר. גדל והתחנך בלהבים, הדריך בצופים, שירת כלוחם בפלס"ר 7 ועסק בתפקידי ביטחון ובתחומים נוספים. הרוח החיה בכל מפגש חברתי, מלא בכריזמה וקסם אישי, חוכמה ורוח שטות לצד עשייה משמעותית ותרומה לחברה ולקהילה.
בבוקר שמחת תורה תשפ"ד יצא כסגן רבש"צ מושב ישע עם חבריו לכיתת הכוננות להגן על תושבי המושבים באזור ונהרג לצידם בקרב גבורה במושב מבטחים.
רס"ב ליאור בן יעקב היה בן 44 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

ציפי, אמו של ליאור: "העוגה הזו הפכה להיות הסמל של ימי ההולדת במשפחה שלנו. ליאור נולד ארבעה ימים לאחר יום הולדתי ואת ימי ההולדת היינו חוגגים יחד. זו הייתה חגיגה משפחתית קטנה מלווה בצחוק ואהבה ובתחושה מיוחדת של משהו משותף שהוא שלנו.
בכל יום הולדת הייתי מכינה לכל אחד מאיתנו עוגה אישית בצורת לב. היינו מתקבצים סביב השולחן הגדול במרפסת, צוחקים, מקריאים ברכות ונהנים מהביחד שלנו. ליאור היה משתף פעולה ושם זר על הראש. כל אחד היה מבקש משאלה ויחד היינו מכבים את הנרות. את העוגות הייתי מקשטת באותיות שהכנתי משוקולד לבן שיצרו את השם של כל אחד מאיתנו ובכפתורי שוקולד עם סוכריות צבעוניות.
ליאור נולד בנר שביעי של חנוכה וכך יצא שאת ימי ההולדת חגגנו בימי החג. וכמו אור החג כך גם הוא האיר את חיינו. עם השנים, כשנוספו הנכדים, הם היו זוללים את הקישוטים לפני שפורסים את העוגה.
מאז שליאור אהובנו נהרג, מסורת ימי ההולדת שלנו שינתה את צורתה. אני נאחזת בזיכרון ימי ההולדת המשותפים שלנו, בחיוך שלו ובשנים שזכינו לחגוג יחד, אמא ובן. אני מתבוננת על תמונות ימי ההולדת שלנו שצולמו במהלך השנים ומודה על הרגעים היפים שיישארו בליבנו תמיד".

עוגת שוקולד פשוטה ומשגעת לימי הולדת





מצרכים:

לעוגה
2 כוסות קמח רגיל
1 שקית אבקת אפייה
3 כפות גדושות של אבקת קקאו
3 ביצים
1½ כוס סוכר
1 כוס שמן תירס
1 כוס מים
1 כפית רום או תמצית רום

לקרם:
50 גר' חמאה
חצי כוס שמנת מתוקה
1 כף סוכר
100 גר' שוקולד מריר
1 כף קקאו

אופן ההכנה

העוגה
מחממים תנור ל-180 מעלות.
בקערה מערבבים קמח, אבקת אפייה וקקאו. מומלץ להעביר במסננת כדי לפורר גושים ולאוורר.
מקציפים במיקסר ביצים וסוכר לתערובת קלילה ומזלפים את השמן תוך כדי הקצפה.
מוסיפים למיקסר לסירוגין את המים ואת תערובת היבשים ומוסיפים את הרום.
יוצקים את התערובת לתבנית קפיצית/ אחרת משומנת ומכניסים לתנור שחומם מראש ל-180 מעלות למשך 30-40 דקות.

קרם השוקולד:
בסיר קטן ממיסים את כל חומרי הקרם תוך כדי ערבוב ויוצקים על העוגה כשהיא חמה. לשמור במקרר.



הדס ברנץ

1.09.2024 - 13.10.1970
י"ג בתשרי תשל"א - כ"ח באב תשפ"ד
בתם של אהובה ויוסי גזית, אחות לנועה, רונן, שלומית, ליאור ואחות תאומה לתמר. נשואה לאמנון ואם לרותם, רועי ורעות. שלומית ניסים גזית, אחותה של הדס, היא תושבת להבים.
בתאריך 15.10.1996 התגייסה הדס למשטרת ישראל, שם שירתה קרוב לשלושה עשורים, בעיקר בתפקידים מודיעיניים. במהלך שירותה קיבלה תעודות הוקרה ותעודות הצטיינות רבות. בטקס מצטייני יום העצמאות תשפ"ד של משטרת ישראל ב-8.5.2024 קודמה הדס לדרגת רב-נגד, הדרגה הבכירה ביותר לשוטרים שאינם קצינים. הדס הייתה אישה אמיצה ואצילית שפעלה בעולמות של פשיעה וסכנה מתוך מחויבות עמוקה לשמירה על חיי אדם. הדס חיה את החיים בעוצמה, באהבה, עם רגישות לאנשים סביבה ויכולת להקשיב בצורה מכילה, אוהבת ומכבדת.
בתאריך 1 בספטמבר 2024, בשעה שבע בבוקר, נסעה הדס עם שניים מעמיתיה השוטרים ברכב משטרתי בדרכם למפקדת משטרת חברון. סמוך למחסום תרקומיא, בכביש 35 "חוצה יהודה" נפתחה לעברם אש כבדה ע"י מחבל, שלושת השוטרים נהרגו במקום.
רנ"ג הדס ברנץ הייתה בת 53 בנופלה.

הסיפור שמאחורי המתכון

הדס למדה מאימה להכין תבשילים רבים. הדס הורישה את הידע והיכולת במלואם לילדיה ובעלה היקרים, באותה אהבה שקיבלה את הידע. יהי זיכרה ברוך לעד.



מרק קובה סלק

מצרכים:

למילוי בשר
2 בצלים קצוצים
500 גרם בשר טחון
1 כוס פטרוזיליה קצוצה
קמצוץ פלפל שחור
חצי כפית קינמון
רבע כפית כורכום

למילוי צמחוני
בצל, פטריות, ביצה קשה ותבלינים

לבצק
3 כוסות סולת | חצי כפית מלח
קמצוץ פלפל לבן | אחד ורבע כוסות מים פושרים

למרק
1 בצל בינוני | 2 גבעולי סלרי | 3 סלקים בינוניים קצוצים
3 שיני שום | 4 גבעולי נענע | 1 לימון סחוט | רבע כפית סוכר | מלח

אופן ההכנה

המילוי
לטגן את הבצל עד להזהבה להוסיף שתי כפות שמן
להוציא את הבצל לכלי נפרד על אש בינונית לטגן את הבשר הטחון עם שתי כפות שמן ושתי כפות מים, למעוך ולפורר להוסיף את הבצל, הפטרוזיליה הקצוצה ואת התבלינים לקרר

הבצק
לערבב את כל החומרים ולהוסיף רבע כוס מים לפי הצורך
הבצק צריך להיות קצת רך. להכין ממש לקראת סיום הכנת המילוי

המרק
לאדות את הבצל הקצוץ והכרפס בסיר שטוח עם כף שמן כחמש דקות ולהכניס את הסלק, השום והנענע.
למלא מים בגובה חצי סיר כשהסלק רך מוסיפים את הלימון, הסוכר והמלח לאחר מכן מכניסים את הקובות ומוסיפים מעט מים מבשלים כשעה.



רותם ויינברגר

25.12.2003 – 14.08.1984
ט"ז באב תשמ"ד - ל' בכסלו תשס"ד
רותם נולדה בראשון לציון וגדלה בכפר סבא. אביה ואשתו היו תושבי להבים. רותם הייתה ילדה מיוחדת, על פניה חיוך זורח, קורנת אור ואהבה; אדם מאושר, אדם של אנשים. בחיוכה הרחב והכובש המיסה לבבות, והתחברה בקלות לגדולים כקטנים. רגישות, אכפתיות ועדינות בצד עקשנות, דעתנות וחוזק נפשי היו מתכונותיה הבולטות של רותם, והן שהדריכו אותה בכל אשר פנתה. בעוצמתה הפנימית, בביטחון שהשרתה ובחוש הצדק ללא פשרות שהפגינה, הוסיפה רותם חן מיוחד בכל מסגרת שבה נטלה חלק. ב-27.4.2003 התגייסה רותם לצה"ל, לחיל השלישות והוצבה בבסיס חטיבת "גולני" שבטירת הכרמל. רותם אהבה את התפקיד אולם הנסיעות הארוכות מדי יום באוטובוסים העיקו עליה. היו אלה ימי האינתיפאדה השנייה, ימים של טרור. עוד כילדה, הייתה רותם מודעת למתרחש בחוצות הערים וכבר אז קינן בה החשש שתהיה מעורבת בפיגוע. פחד זה היה אחד המניעים להחלטתה של רותם לבקש העברה לבסיס הנמצא קרוב לבית. משהייתה שוב קרובה לביתה הייתה רותם מאושרת ופרחה. אלא שחודש אחד בלבד הספיקה רותם ליהנות ממערך חייה החדש. בנר שביעי של חנוכה, כבה אורה של רותם לנצח וגדע את פתיל עלומיה. רותם נפלה ב-25.12.2003, בפיגוע חבלני בצומת גהה.
רב"ט רותם וינברגר הייתה בת 19 בנופלה.

הסיפור שמאחורי המתכון

אהבתה הקולינרית של רותם נקראה אורז שרוף ולא סתם "אורז שרוף". זה נחשב לחלק הכי שווה בסיר. זה לא "שרוף בטעות" אלא תגובה כימית (קרמליזציה) שיוצרת טעם עמוק, קצת אגוזי וקראנץ' ממכר. רותם פשוט התחברה לאחד החלקים הכי מבוקשים במטבח העולמי.
בכל פעם שהתבנית היתה יוצאת מהתנור, היה רגע קטן של ציפייה. לא בגלל העוף, אפילו לא בגלל הריח שהתפשט בבית אלא בגלל מה שהסתתר בו. רותם כבר ידעה. היא תמיד ידעה. עם חיוך קטן וקצת שובבות בעיניים, היא הייתה מתקרבת ראשונה, מגרדת בעדינות את שכבת האורז זו הזהובה, הקריספית, כמעט שרופה. הצליל הזה, של הכף שפוגשת את הקרום, היה כמו סימן פתיחה לטקס הקבוע שלהן. היא הייתה לוקחת ביס, עוצמת עיניים לשנייה, כאילו בודקת אם העולם עדיין במקום ואז מחייכת. "זה החלק הכי טוב", הייתה אומרת, כאילו יש בכלל ויכוח. ושלי אחותה? היא חיכתה. לא מתוך ויתור אלא מתוך ידיעה. כי אחרי שרותם מסיימת עם השכבה הראשונה, מתגלה הסוד האמיתי: שכבה שנייה, רכה ולבנה, ספוגה בטעמי העוף, עסיסית ושקטה יותר, אבל עמוקה לא פחות. שלי הייתה לוקחת את שלה משם, בדיוק משם, כאילו זה תמיד היה שלה. וככה הן התחלקו בלי מילים, בלי חוקים. רק מתוך הבנה.
אנחנו היינו צוחקים על זה תמיד. איך דווקא מול סיר אורז פשוט מתגלה הסיפור המשפחתי כולו: רותם, עם ה"כורדיות" שלה, נמשכת לאש, לקרום, לקצה; ושלי, ה"רומניה", מוצאת נחמה בלבן הרך, בטעם שנספג לאט. אבל האמת? זה לא היה רק על מוצא. זה היה על איזון. על איך שתי אחיות שונות לגמרי מוצאות דרך להתחלק באותו סיר — וכל אחת מקבלת בדיוק את מה שהיא אוהבת. ואולי זה הסוד של אותו אורז: לא רק איך הוא מתבשל, אלא איך הוא מחבר.



כרעיים של עוף על מצע אורז בתנור

מצרכים לעוף:
4–5 כרעיים עוף (שוק + ירך)
3 כפות שמן זית
4 שיני שום כתושות
1 כפית פפריקה מתוקה
½ כפית פפריקה חריפה (לא חובה)
1 כפית כורכום
1 כפית כמון
1 כפית מלח
½ כפית פלפל שחור
1 כף דבש או סילאן
מיץ מחצי לימון

לאורז:
2 כוסות אורז בסמטי (שטוף היטב עד מים צלולים)
1 בצל גדול קצוץ
3 כפות שמן
1 כפית מלח
½ כפית כורכום
¼ כפית פלפל שחור
3 כוסות מים רותחים / ציר עוף

אופן ההכנה
השריית העוף
מערבבים את כל חומרי התיבול של העוף, מורחים היטב על הכרעיים ומשאירים למנוחה של לפחות 30 דקות (אפשר גם כמה שעות במקרר).

הכנת בסיס האורז
מחממים תנור ל־180 מעלות.
מטגנים בסיר או במחבת שמתאימה לתנור את הבצל עם השמן עד להזהבה עמוקה (זה חשוב לטעם).
מוסיפים את האורז ומערבבים 2–3 דקות.
מוסיפים תבלינים ומים רותחים, מערבבים ומעבירים לתבנית.

הרכבה
מסדרים את הכרעיים מעל האורז, כשהעור כלפי מעלה.
שופכים מעל את שאריות המרינדה.
מכסים היטב בנייר כסף.

אפייה
אופים מכוסה כ־45 דקות. מסירים כיסוי ואופים עוד 25–30 דקות עד שהעוף שחום.
קבלת שכבה "שרופה" כמו שרותם אוהבת לקראת סוף האפייה, פותחים את הכיסוי ומעלים חום ל־200 מעלות.
אם רוצים קריספיות אמיתית בתחתית: נותנים לתבנית עוד 10 דקות על החלק התחתון של התנור (או מצב חום תחתון אם יש).
לשים לב: לא לייבש לגמרי. צריך איזון בין קריספי למעט רך.

טיפים חשובים:
יחס מים מדויק הוא קריטי יותר מדי מים יהרוס את הקריספיות.
אורז בסמטי נותן תוצאה הכי טובה. אפשר להוסיף גזר, חומוס או שקדים מעל לאורז לשדרוג.



אסף (אסי) טייכר

03.11.2001 - 04.02.1981
ל' בשבט תשמ"א - י"ז בחשון תשס"ב
בן קהילת להבים, נכד לניצולי שואה ועולים מלוב, בננו הבכור ואחינו הגדול, האור של חיינו. מלא שמחה ורגישות, מוקף חברים, אוהב אתגרים, ספורט ובעיקר רוגבי, מה שהוביל אותו להיות שחקן משמעותי בנבחרת ישראל. לצד חוזקו וביטחונו, בליבו אסף נותר תמיד ילד אוהב, קשור עמוקות למשפחתו ולחבריו, ומלא אהבה לנו ולילדים. מתגעגעים לרגעים שבהם היית נכנס הביתה בגו זקוף, מחייך אלינו בחיוך רחב עם שיניים צחורות ועיניים צוחקות ומרים אותנו בחיבוק שובר עצמות. בליבנו תשאר לעד.
סמ"ר אסף טייכר היה בן 20 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

אסף אהב לאכול.
קוסקוס במיוחד היה עבורו הרבה מעבר לאוכל, הוא היה בית, חום, אהבה והקשר המיוחד לאמא.
כשהיה חוזר מהצבא, עוד מהרחוב כבר היו שומעים אותו מתקרב.
הכלבה חיכתה לו בחצר והוא היה קורא בקול: "הקוסקוס מוכן?"
הוא היה נכנס לחצר, מוריד חולצה, משתולל עם הכלבה בשמחה, ואז מתיישב ואומר בחיוך:
"יאללה, אני מוכן, חיכיתי לקוסקוס שלך הרבה זמן ואני רעב" עם חיוך גדול על השפתיים.
היה טקס קבוע - קוסקוס חם, חמוצים וסלט בצד והוא היה אוכל בהנאה גדולה ומשבח את אמא על כל ביס.
אסף היה מגיע עייף ומלוכלך, עם ריח של גריז ולכלוך מתחת לציפורניים, אבל מה שהיה חשוב לו באמת, מה ששימח אותו, היה שהאוכל מחכה לו חם ומוכן בדיוק כמו שאהב.
ככה הוא היה, פשוט, מלא חיים כשהנוכחות שלו ממלאת את כל הבית ועם לב גדול שמצא אושר בדברים הקטנים של הבית.

הקוסקוס של נורית

מצרכים:

למרק
(הירקות קלופים וחתוכים גס)
3 כפות שמן
1 בצל גדול
2 כפות גדושות פפריקה חריפה
½ כף כורכום
½ כף מלח
1 צרור כוסברה חתוכה גס
2 גבעולי כרפס + עלים
1 כוס חומוס יבש שהושרה במים
כדי כיסוי ללילה (כ-12 שעות)
4 גזרים
2 תפוחי אדמה
פרחים מכרובית בינונית/קטנה
250 גרם דלעת או דלורית
2 קולורבי
2 קישואים
מים

לקוסקוס
1 ק"ג סולת
1 כוס מים
2 כפות מלאות מלח שולחן
כוס שמן (65 מ"ל)
2 כוסות מים
3 כוסות מים
מנות המים - לשימוש בשלוש פעימות ההכנה
(כוס אחת = 200 מל)

אופן ההכנה:

המרק
בסיר המרק מטגנים בצל בשמן עד הזהבה קלה על אש גבוהה מוסיפים 1/2 כוס מים ואת כל התבלינים למעט המלח. להוסיף כרבע מכמות המלח. מערבבים וממשיכים לאייד על אש גבוהה.
מוסיפים כוסברה, כרפס וכוס מים. מערבבים וממשיכים לאדות על אש גבוהה עד שהכוסברה מתרככת.
מוסיפים את החומוס. ממשיכים לאייד עוד כ 5- דקות תוך ערבוב.
אם עושים מרק עם עוף זה השלב להוספת העוף.
מוסיפים את שאר הירקות ומים עד כיסוי. צריך להקפיד על מרווח של כ-4 ס"מ בין המרק לסף הסיר. תוך כדי הבישול לבדוק ולהשלים מים אם יש צורך. כל משך הבישול נעשה על אש גבוהה על מנת להבטיח מספיק אדים להכנת הסולת.
כשהקוסקוס מוכן גם המרק מוכן. בשלב זה לטעום את המרק ולתקן טעמים. אם צריך להוסיף מלח.



אופן ההכנה

הקוסקוס

שופכים את הסולת לקערה גדולה.
מפזרים כוס אחת של מים בעדינות ובפיזור רחב על הסולת תוך כדי סירוק עם היד ואצבעות מופרדות. המטרה היא שהסולת תספוג את המים בצורה אחידה וללא גושים.
מעבירים את הסולת דרך מסננת עם חורים רחבים. המטרה היא להפריד את גרגירי הסולת.
מפזרים על הסולת את המלח והשמן ושוב בתנועות סירוק עדינות לפיזור אחיד ללא גושים.
בשלב זה הסולת מוכנה לאידוי ראשון. מעבירים את הסולת לסיר האידוי (כלי העליון) של סיר הקוסקוס.
מציבים את סיר האידוי עם הסולת על סיר המרק (החלק התחתון) של סיר הקוסקוס. חשוב מאד שבשלב ההצבה, המרק יהיה כבר ברתיחה ומבעבע. מכסים עם מגבת מעל למכסה סיר האידוי. שלב זה לוקח
כ- 30-20 דקות. חשוב - לשמור על מרווח בין מפלס המרק לתחתית הסולת כך שהסולת לא תירטב מהמרק.
שלב זה מסתיים כאשר יש רטיבות בסולת בהיקף שמעל לסולת בסיר.
מורידים את סיר הסולת ושופכים לתוך הקערה. מפזרים מעל 2 כוסות מים, נותנים לנוח כשתי דקות לספיגה. בינתיים שוטפים ומייבשים את סיר האידוי. "פותחים" ע"י הקפצה של הסולת עם כף (זהירות הסולת חמה, לא עם הידיים).
מחזירים את הסולת לסיר האידוי ומציבים שוב על סיר המרק. מכסים במגבת על המכסה. שלב זה אורך כ- 40 -30 דקות.
בשלב זה אפשר לטעום.
כשמוכן מורידים חזרה לקערה, מפזרים 3 כוסות מים. מחכים 3 דקות ואז בעזרת כף מפזרים בתנועות הקפצה תוך כדי סיבוב.
הקוסקוס מוכן, משאירים בקערה ומכסים במגבת לשמירת הלחות.

הצעת הגשה

שמים בצלחת מרק עמוקה שכבה של קוסקוס, כ--4 5 כפות, שמכסה את כל התחתית.
על הקוסקוס מפזרים ירקות מכל המגוון, מוסיפים את העוף ולבסוף מפזרים על הכול מעט מרק, פחות ממצקת.

עם הקוסקוס נהוג להגיש:
סלט משאייר - סלט של ירקות חתוכים (גזר, קולורבי, כרובית, פלפלים בכל הצבעים, כולל פלפל חריף, עלי כוסברה ושום פרוס דק) במרינדה של מיץ לימון ומלח.
סלט טרשי - תפוח אדמה ודלעת מבושלים, מעוכים ומתובלים בשום כתוש, מיץ לימון, שמן ומלח.





בן כהן

30.3.2026 - 21.2.2005
י״ג באדר א׳ תשס״ה - י״ב בניסן תשפ״ו
בן, הילד הבכור של שרית וצביקה והאח הגדול של שי. נולד בבאר שבע ולמד בבית הספר היסודי ״מענית״.
כנער עבר עם משפחתו להתגורר בלהבים ולמד בחטיבת הביניים ובתיכון בכפר הנוער ״אשל הנשיא״.
בן היה איש של אנשים, אסף סביבו חברים טובים בכל גיל.
הלב הגדול והחיוך שלו המיסו את כולם, הנתינה הגדולה לאחר והעזרה לחלש אפיינו אותו מאוד.
אוהד שרוף של הפועל ב״ש בכדורגל.
בן היה נחוש להתגייס לשירות קרבי ועל אף פציעה קשה הגיע לסיירת הנח״ל. לחם בכל החזיתות: עזה, ג׳נין ולבנון.
נפל בתאריך 30.3.2026 בהיותו סמ״ר בקרב הירואי בלבנון.
סמ״ר בן כהן היה בן 21 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

בן מאוד אהב את הפיצה של סבתא אתי ואפילו ניסה להכין לבד את הפיצה של סבתוש, והצליח.
בן הכין לחברים באיו״ש 3 קילו פיצה והתקשר לסבתוש לעדכן שיצא לו טעים אבל לא כמו של סבתוש.

הפיצה של סבתא אתי

מצרכים:

לבצק
2½ כפות שטוחות של שמרים 4 כפות סוכר
קילו קמח
כוס חד פעמית של שמן קנולה
1 ביצה
כף מלח
כליטר מים פושרים

לרוטב
בצל אחד גדול
3 שיני שום
פחית רסק עגבניות
כפית חומץ
קורט סוכר
תבלינים: מלח, פפריקה מתוקה, פפריקה חריפה, כמון, מעט אבקת מרק עוף פרווה.

לתוספות
גבינה מגורדת
זיתים



אופן ההכנה

הבצק
מערבבים את השמרים, הסוכר והקמח.
מוסיפים כוס מים, שמן וביצה ומערבבים.
מוסיפים עוד 2 כוסות מים.
לשים ורק לאחר מכן מוסיפים את המלח.
לשים עוד עשר דקות. הבצק צריך לצאת רך.
מכסים להתפחה רבע שעה.
לאחר רבע שעה לשים שוב ומתפיחים פעם נוספת למשך חצי שעה.
לשים פעם נוספת עם ידיים רטובות ומתפיחים כשעה וחצי.
ככל שלשים יותר הבצק יותר אווירי.
מחלקים לכדורים בהתאם לגודל התבנית.
מניחים את הכדור על התבנית ומרדדים על גבי נייר אפייה.

הרוטב
מטגנים בצל גדול וכשמשחים להוסיף 3 שיני שום.
מוסיפים מיד פחית רסק עגבניות של יכין עם כפית חומץ וקורט סוכר.
מתבלים לפי הטעם עם מלח, פפריקה מתוקה, פפריקה חריפה, כמון ומעט מרק עוף פרווה.
מוסיפים 2 כוסות מים, מערבבים ומבשלים על אש קטנה כ- 10 דקות.
מניחים בצד להתקרר.

הרכבה
מורחים את הרוטב על הבצק, מפזרים גבינה מגורדת וזיתים ומכניסים לתנור שחומם מראש לחום של 180 מעלות ל-20-30 דקות, כאשר תחתית הפיצה אפויה.
אפשרות נוספת: לפזר טונה ישירות על הרוטב ולאפות.



יגאל לייזר

9.6.1982 – 30.05.1962
כ"ו באייר תשכ"ב - י"ח בסיוון תשמ"ב
יגאל נולד בירושלים, בן בכור לחנה ואברהם. גדל והתחנך בבאר שבע, אח לרונית, דרור ונחי (נחום).
יגאל התמיר ורחב הכתפיים היה ידוע כחבר נאמן שתמיד אוהב לעזור, אוהב לטייל בארץ ואוהב מאוד בעלי חיים. במלחמת שלום הגליל, פיקד על יחידת הטנקים בכפר סיל ונפצע קשה בקרב, אך בחר להמשיך להילחם ולהגן על פקודיו, עד שנעלם והוכרז כנעדר. כעבור כחודשיים, בתאריך 21.8.1982, החזירו מחבלים את גופתו של יגאל לישראל והוא הובא למנוחות בבאר שבע.
סמל יגאל לייזר היה בן 20 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

רונית, אחותו של יגאל, כותבת: "יגאל היה בחור "פשוט", צנוע, לא מתנשא, לא ראוותן. אדם רגיל ופשוט שאהב את החיים, את המשפחה ואת החברים שאותם מצא מיד בכל מקום בו נמצא. יגאל אהב בגדים פשוטים ונוחים ואוכל פשוט וטעים. אם הייתי צריכה להגדיר אותו במילה אחת, הייתי אומרת: "אוהב". ובשתי מילים: "אוהב ואהוב". זו הייתה המהות הקלאסית של חייו הקצרים: אוהב אנשים, אוהב חיות, אוהב את החיים".

עוף עם תפוחי אדמה בתנור (סופריטו)

מצרכים:

כרעיים של עוף - חצויים
תפוחי אדמה
2 בצלים גדולים



אופן ההכנה

מחממים שמן במחבת ומטגנים את חלקי העוף עד להזהבה.
מתחילים עם העור כלפי מטה. מוציאים לצלחת.
חותכים את תפוחי האדמה הקלופים לרבעים לאורך ומכניסים אותם לטיגון קל באותו שמן בו טיגנו את העוף, עד להזהבה קלה.
מוציאים לצלחת.
את שני הבצלים הגדולים חותכים לרצועות ומכניסים, שוב, לאותו שמן לטיגון קל עד שנהיים שקופים.

הרכבה

מחזירים את העוף ותפוחי האדמה לכלי ביחד עם הבצל כאשר הבצל למטה ותפוחי האדמה והעוף מסודרים יפה מעל.
בכוס מים חמים מערבבים כורכום, פלפל שחור ומלח, יוצקים מעל העוף.
מכסים את הכלי ומכניסים לתנור לחום של 180 מעלות לכשעה





יאיר לנדאו

5.3.1989 – 5.7.1969
י"ט בתמוז תשכ"ט - כ"ח באדר א' תשמ"ט
יאיר נולד בבאר שבע, אח תאום לשמעון. ליאיר היו עיניים טובות והוא היה רגיש מאוד ודאג לכולם. את שנות הבגרות בילה בצופים, היה מדריך נערץ ובמהלך הצבא גם ריכז שבט. התגייס לנח"ל עם הגרעין לקיבוץ קטורה. שאף לשלמות בכל מה שעשה. היה אהוב מאוד על חבריו וזכור במיוחד ברגישותו ובראייתו את האחר. הותיר אח תאום, אבא ואחות. נפל בתאריך 05.03.1989 בעת שירותו.
רב"ט יאיר לנדאו היה בן 19 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

נורית, אחותם של יאיר ושמעון-טל תושבת להבים, כותבת: "השנים עברו ולצערי אין לי המון זיכרונות ילדות. האחים שלי נשארו ילדים-נערים-חיילים צעירים ואני בגרתי, הקמתי משפחה ועברתי המון חוויות חדשות בלעדיהם. אבל אני לא יכולה לשכוח איך הייתי מטגנת 3 ק"ג שניצלים ובסוף בצלחת היו נותרים 3-4 היות שהכול נאכל תוך כדי הטיגון. השניצלים שלי אפילו הגיעו לצבא בתוך בגטים, כריכים שהכנתי להם כשיצאו בתחילת השבוע, עם פתקי עידוד. כששבו הביתה, תמיד חיכה להם סיר ענק מלא בפלפלים חמים שכל כך אהבו. אמא שלי כבר חלתה כשהם התגייסו אז היא הייתה נותנת לי הוראות בישול ואני הכנתי להם את כל מה שרצו ואהבו לאכול".

שמעון-טל לנדאו

27.8.1989 – 5.7.1969
י"ט בתמוז תשכ"ט - כ"ו באב תשמ"ט
שמעון נולד בבאר שבע. אח "בכור" ליאיר שהגיח לעולם 10 דקות מאוחר יותר. שינה את שמו לטל בשנות בגרותו. אהב לנגן בגיטרה, לכתוב שירים ולהתלוצץ. אהב את המדבר ולכן בחר ללמוד בשדה בוקר. התגייס לקומנדו הימי והצליח שם מאוד. היה אהוב מאוד על חבריו. הותיר את אביו ואת אחותו נורית.
נפל בתאריך 27.8.1989 בעת שירותו.
רב"ט שמעון-טל לנדאו היה בן 20 בנופלו.

שניצלים



מצרכים:

קמח

2 כפות קורנפלור (או יותר)

ביצה עם מעט סודה / בירה

שום כתוש

מלח

מעט חרדל חלק

פירורי לחם שנאפים לבד מחלה/

לחם שנשאר

שומשום

אופן ההכנה

לטבול את העוף היטב בקורנפלור וקמח

לטרוף ביצה עם שום כתוש, מעט חרדל חלק,

מלח ומעט סודה/בירה

לצפות בפירורי לחם עם שומשום

לטגן בשמן עמוק במחבת עמוקה (סוטאז')

פלפלים ממולאים

מצרכים:

למילוי

קילו בשר טחון (ל-10 פלפלים, כף לכל פלפל)

בצל קצוץ מאודה

ביצים טריות

פפריקה מתוקה

מלח

שום כתוש

כפית אורז טרי לא עשוי לכל פלפל

4-10 פלפלים בינוניים

לרוטב הטיגון

בצל

3-4 שיני שום כתוש

קופסת עגבניות מרוסקות/ מגורדות

פפריקה

מלח

אופן ההכנה

המילוי

מערבבים את הבשר הטחון עם הבצל והביצים

מוסיפים פפריקה מתוקה, מלח ושום כתוש

מתקנים תיבול

מוסיפים את האורז

מרוקנים את הפלפל עד שיהיה נקי לחלוטין

ממלאים את הפלפלים

הטיגון

בסיר רחב מטגנים בצל שלם קצוץ דק

מוסיפים 3-4 שיני שום כתושות

מוסיפים קופסה של עגבניות מרוסקות או מגורדות ומביאים לרתיחה

כשרותח מוסיפים פפריקה מתוקה, מלח ומים

מניחים את הפלפלים ישר ומוסיפים מים עד כדי כיסוי הפלפלים

מבשלים מכוסה כשעה וחצי .





יוסף (דדון) מידן

11.07.1984 – 10.09.1954

י"ב באלול תשי"ד - י"א בתמוז תשמ"ד

יוסף, "אוהב ארצו עמו וחייליו", סגן מפקד גדוד טנקים בחטיבה 401, לחם במלחמת יום הכיפורים ובמלחמת שלום הגליל.

השאיר אחריו אישה וילד, הורים אחים ואחיות.

אלמנתו זהבה גרוס מידן ובנו אורן מידן תושבי להבים.

נפל בתאריך 11.07.1984 בעת מילוי תפקידו.

רס"ן יוסף מידן היה בן 30 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

יוסף אהב לאכול את הפשטידה כאשר חזר הביתה מהבסיס. נהג לאכול אותה יחד עם סלט עגבניות ופלפלים מבושל לצד חלה ביתית שנאפתה לכבוד שבת. זו הייתה ארוחת הפינוק שלו בצהרי יום שישי.

פשטידת תפוחי אדמה מרוקאית



מצרכים:

7-8 תפוחי אדמה אדומים קלופים וחתוכים

(מומלץ לשלב שני תפוחי אדמה לבנים)

חזה עוף

3 חופנים של כוסברה קצוצה

מלח

פלפל שחור

כורכום

אבקת מרק עוף

שקית אבקת אפייה

7-8 ביצים

שמן

אופן ההכנה

מרתיחים תפוחי אדמה במים עם מעט כורכום.

מוסיפים את החזה עוף ומסננים את המים.

מרסקים גס את תפוחי האדמה, חשוב להשאיר מעט גושים.

חותכים את החזה עוף לקוביות קטנות ומוספים לקערה.

מוסיפים כוסברה קצוצה, מלח, פלפל שחור, אבקת מרק עוף,

אבקת אפיה וביצים טרופות- מערבבים הכול יחד.

מחממים בסיר חצי כוס שמן ושופכים פנימה את העיסה.

מבשלים על אש קטנה עד להזהבה של צידי הפשטידה.

כשהפשטידה מוצקה מכניסים לתנור ללא מכסה.

אופים בתנור בחום של 180 מעלות עד להשחמה.

מומלץ לשדרג עם רוטב צ'ימיצ'ורי: כוסברה קצוצה, שמן זית ושום כתוש.



אילנית משה

16.12.1984 – 17.02.1965

ט"ו באדר א' תשכ"ה - כ״ג בכסלו תשמ"ה

בתם הבכורה של אטי ורן תושבי להבים, אחות לניצן ז"ל, גדלה בבאר שבע. בילדותה נסעה עם משפחתה לשליחויות ברחבי העולם. אילנית הייתה נערה אהובה על כולם. הייתה חניכה פעילה בצופים. בשנת 1983 אילנית התגייסה לנח"ל המוצנח ושירתה בגדוד 50 כפקידה פלוגתית. בתפקיד זה באו לידי ביטוי אומץ ליבה ולהיטותה להגיש עזרה.

נפלה בתאריך 16.12.84 בעת תרגיל ברמת הגולן בין נפח לווסט.

רב"ט אילנית משה הייתה בת 19 בנופלה.

הסיפור שמאחורי המתכון

אילנית שירתה כפקידה פלוגתית והייתה הנשמה של הפלוגה. בכל פעם שהיה קצת קשה, בכל פעם שהיה צריך עידוד, היא הייתה שם עם המאפים שלה ועם החיוך המרגיע. כדורי השוקולד שלה הפכו לסמל של דאגה ושל מסירות אינסופית – רגע קטן של מתיקות ושל בית בתוך השגרה הצבאית.

כמו שסיכם עופר המ"פ: ״לעמוד כולם ביחד ולאכול כדורי שוקולד שעוד הספיקה לעשות מבעוד יום, ביחד עם הבכי, הם חונקים את כולנו… מחיים אותנו בחיוניותה״.

היום, כשאנחנו מכינים את המתכון שלה, אנחנו מרגישים שוב את החום שהפיצה סביבה. זהו טעם של געגוע שמעורב בחיוניות המתוקה שהייתה חלק בלתי נפרד ממנה.

כדורי השוקולד של אילנית

מצרכים:

150 גרם ביסקוויטים

10 כפות סוכר

5 כפות קקאו איכותי

7 כפות חלב

כפית תמצית וניל

100 גרם חמאה חתוכה לקוביות

לציפוי: קוקוס טחון או סוכריות צבעוניות.



אופן ההכנה

מרסקים את הביסקוויטים - דופקים עליהם בתוך שקית סגורה
וחזקה עד שהופכים לפירורים קטנים

מערבבים את המצרכים היבשים בקערה גדולה

מוסיפים את המצרכים הרטובים

לערבב עד שמתקבלת תערובת חלקה

מכדררים ומצפים בקוקוס או סוכריות קטנות.

סעיד (דוד) משה

7.10.2023 – 21.01.1948

י' בשבט תש"ח - כ"ב בתשרי תשפ"ד

סעיד נולד בעיראק ועלה לארץ בילדותו. לקיבוץ ניר עוז הגיע כחייל נח"ל צעיר, התאהב במקום וקבע בו את ביתו. הוא נישא לעדינה, ובמשך 53 שנות נישואיהם גידלו יחד באהבה ארבעה ילדים ו-12 נכדים. מיה שושני, בתו של סעיד, היא תושבת להבים.

סעיד מילא שורה של תפקידים חקלאיים בקיבוצו, בהם ניהול מערך תפוחי האדמה וריכוז ענף גידולי השדה. כה מזוהה היה עם תחום גידול תפוחי האדמה עד שכונה "מר תפוח אדמה" ורבים סבורים שעל שמו המותג "דוד משה", מותג תפוחי האדמה הנודע. החקלאות זרמה בדמו, ואיתה האהבה לגשם. הוא נהג לצאת החוצה בגשם הראשון עם כוסית יין, למהול את היין במי הגשם, ללגום ולייחל לשנה גשומה וברוכה.

סעיד גילה רגישות גבוהה לאנשים סביבו, ידע להשרות אווירה נינוחה ובטוחה, והצטיין בפתרון בעיות, מצויד בחום אנושי, נדיבות לב, חוכמה וחוש הומור. עבור כל בני משפחתו הוא היה עוגן של בטחון ואהבה, ידיעה שהוא לצידך ושהכל יהיה בסדר.

בבוקר שבעה באוקטובר שהו סעיד ועדינה בביתם כשמחבלים פשטו על קיבוצם. הם נכנסו לממ"ד ושהו בו שעות ארוכות, שבמהלכן סעיד אחז בידית הדלת שלא ננעלה ולא אִפשר למחבלים להיכנס דרכה. סעיד נפצע קשה מכדורים שחדרו את דלת הממ"ד, ועדינה ניסתה לחבוש את פצעיו. כעבור זמן הצליחו המחבלים לפרוץ את החלון. הם חטפו את עדינה, בעוד סעיד, פצוע ומדמם, מספיק להפריח לה נשיקה באוויר. עדינה נחטפה לעזה ושוחררה לאחר 49 יום ואילו סעיד נרצח במקום.



הסיפור שמאחורי המתכון

עבור סעיד, תפוחי אדמה ישראלים, פרי אדמת הנגב, תוצרת קיבוץ ניר עוז – היו הרבה יותר מסתם ירק. הם היו גאווה, אהבה, ושליחות. בארגז הטנדר שלו תמיד אפשר היה למצוא כמה תפוחי אדמה, מכוסים עדיין בעפר, ולצידם קלשון - זמין לכל רגע בו ירצה לחפור באדמה כדי לבדוק מה שלומן של הפקעות הקטנות בחלקה זו או אחרת. אין מנחם יותר מתפוחי אדמה. אין אמיתי, פשוט ושורשי יותר מהם. ממש כמו סעיד.

מתכון מניפת תפוחי האדמה מובא לאורו של סעיד ורבים מחבריו החקלאים ותושבי קיבוץ ניר עוז שנרצחו בשבעה באוקטובר.

מניפת תפוחי אדמה







מצרכים:

כ-8 תפוחי אדמה בינוניים, רצוי עם הקליפה

1/3 כוס שמן זית

2-3 שיני שום כתושות

1 כפית מלח גס

פלפל שחור גרוס

חופן עשבי תיבול

עלי טימין / פטרוזיליה / רוזמרין חתוכים

נגיעה, ככפית, של סילאן או דבש

אופן ההכנה

מחממים תנור לחום של 190 מעלות.

חותכים את תפוחי האדמה לפרוסות דקות, אבל לא עד הסוף, כך שהפרוסות תישארנה מחוברות בתחתית.

אפשר להיעזר בשיפודי עץ שמניחים משני צידי התפוד, כך שהסכין נעצרת לפני הסוף.

מסדרים את תפוחי האדמה על תבנית מרופדת בנייר אפיה.

מערבבים את שמן הזית עם שאר המצרכים.

מורחים היטב על תפוחי האדמה, משתדלים להחדיר את השמן המתובל בין הפרוסות.

מכסים בנייר כסף ואופים כשעה. מסירים את הנייר ואופים כ-20 דקות נוספות עד להשחמה יפה.



שלומי מתיאס

7.10.2023 - 11.7.1976
י"ג בתמוז תשל"ו - כ"ב בתשרי תשפ"ד
שלומי גדל בבאר שבע, בן לסנדה מרים ומיקי ישעיהו ואח קטן למאירה וצפריר. במרוצת השנים שלומי הפך למוזיקאי ומורה מיתולוגי למוסיקה לדורות של תלמידים. שלומי הקים את מועדון הזמר הישראלי "חברותא", שימש כנגן מלווה בפסנתר במשך 17 שנים במועדון הזמר בקיבוץ דביר והיה ממקימי בית הספר הדו לשוני. בשנת 2023 לקח חלק פעיל בהפגנות בעד הדמוקרטיה והופיע מדי מוצ"ש בשירים מוכרים. שלומי הפיק טקסים, מופעים וערבי זמר, שימש רכז מוסיקה ורכז חברתי ונצח על חבורות זמר, בהן חבורת הזמר בלהבים. שלומי שפע ידע, הומור משובח ומוסיקה, אהב את המדינה וביקש לתרום לעיצובה. הביא חום ורוח טובה לכל מקום בו היה.
שלומי נרצח בממ״ד ביתו בזמן שאחז בידית דלת הממ"ד. שלומי השאיר אחריו הורים, אחים, שלושה ילדים, חברים טובים ותלמידים רבים.



שחר טרואן מתיאס

7.10.2023 - 25.9.1973
כ"ח באלול תשל"ג - כ"ב בתשרי תשפ"ד
שחר נולדה בארצות הברית, בת לרחל ואילן ואחות לבר, אהרון, יהושוע (ג׳וש), יהודה, ואברהם (אייבי). בר יובל-שני, אחותה של שחר וגיסתו של שלומי, היא תושבת להבים.
בגיל שנתיים וחצי עלתה שחר עם משפחתה לארץ והתגוררה בישוב עומר. היא הייתה זמרת יוצרת מוכשרת, פעילת זכויות אדם, אשת משפחה וחברה נאמנה. שחר מילאה תפקיד חשוב ומשמעותי בהפקת אירועי התרבות של הקיבוץ והייתה ממקימי בית הספר הדו לשוני. שחר הייתה אדם רגיש וחד, מלאת תשוקה, בעלת חוש הומור משובח ואישיות כובשת, שהשאירה חותם עמוק בלב כל מי שפגש בה.
לפני מותה שחר עבדה על האלבום הראשון שלה "שחר: בין סערה לתמימות", שאת רוב שיריו כתבה והלחינה. המשוררת רחל שפירא הובילה את הוצאת האלבום והוא הושלם וזמין בכל הפלטפורמות.
שחר נרצחה בממ״ד ביתה לצדו של שלומי, בזמן שגוננה בגופה על רותם בנם הצעיר. שחר השאירה אחריה הורים, אחים, שלושה ילדים וחברים טובים.

שחר ושלומי מתיאס הקדישו את חייהם למוזיקה, חינוך, זכויות אדם ולילדיהם, שיר, שקד ורותם

הסיפור שמאחורי המתכון

עוגת השכבות

בר, אחותה של שחר, כותבת: "לכבוד יום הולדתה ה-30, אפיתי לאחותי עוגה מיוחדת: שלוש שכבות מרנג אגוזים וביניהן שכבות קרם שוקולד בצבעים שונים. המשפחה המורחבת של שחר ושלומי נאספה בדירה הקטנה בבאר-שבע. במרכז ישבה בתם הבכורה, שיר, שהיה זה יום הולדתה הראשון. כל המבטים נישאו אליה כשהניחו את העוגה על השולחן והיא התכופפה באחת, הושיטה יד והורידה את כפה ישר לתוך המרכז המקושט. כולם צחקו בשמחה, חוץ משחר. עינינו נפגשו. יצאנו בשקט ונסגרנו בחדרה, שם קיפלתי אותה לתוך זרועותיי והיא נתנה דרור לדמעות שהיו עצורות מאחורי פניה המחייכות. לצד ההתרגשות מחגיגת בתה, היא ציפתה גם ליום הולדתה העגול. מאז שחר ביקשה שאכין לה את העוגה כל שנה לכבוד יום הולדתה. את שנת היובל של שחר חגגנו ב-1/10/2023, ימים אחדים לפני השבת השחורה, אז הגשמנו את חלומה לחגוג רק האחים ובני זוגם. על אף שניסו לשכנע אותי להזמין עוגה קנויה, הכנתי את העוגה וכששחר ראתה את העוגה עיניה ברקו. היא חיבקה אותי ארוכות ולחשה לי באוזן, "זכרת!". זו הייתה הפעם האחרונה בה נפגשנו...".

ריבועי שוקולד צ'יפס ושיבולת השועל

את ריבועי השוקולד צ'יפס ושיבולת שועל של שחר שלומי אהב במיוחד. הן כיכבו באירועים משפחתיים והפכו לשם דבר גם בקרב חוג החברים הרחב של בני הזוג. המתכון של שחר מבוסס על המתכון של אמא שלה, אבל היא ואחותה בר הפחיתו את כמות הקמח לטובת שוקולד. זמן קצר לאחר השבת השחורה, בעקבות מיזם בפייסבוק, עשרות אנשים התנדבו לאפות את העוגיות המפורסמות של שחר וחילקו אותן באהבה במחלקות הפצועים בבתי החולים השונים בארץ.





עוגת שלושת השוקולדים

מצרכים:

לקרם שוקולד מריר

ומיכל שמנת מתוקה

150 גר' שוקולד מריר 60%

קצוץ

לקרם שוקולד לבן

ו מיכל שמנת מתוקה

150 גר' שוקולד לבן, קצוץ

לקרם שוקולד חלב

ו מיכל שמנת מתוקה

150 גר' שוקולד חלב, קצוץ

למרנג

6 חלבונים

¾ כוס סוכר לבן

1 ¼ כוסות אבקת סוכר

1 כוס אגוזי לוז, קלויים

וטחונים

לקישוט

שוקולד מריר מגורד

אגוזי מלך קצוצים



תמונה באדיבות היוצרת

אופן ההכנה

הקרמים

מכינים את הקרמים יום לפני. מחממים שמנת עד לסף רתיחה, מיד יוצקים אותה על השוקולד ומערבבים עד שמתקבל קרם חלק. מניחים להגיע לטמפרטורת החדר, מכסים ומכניסים למקרר ללילה.

המרנג

מקציפים חלבונים וסוכר עד שמתקבל קצף רך. מוסיפים בהדרגה וממשיכים להקציף עד שמתקבל קצף יציב ומבריק. מקפלים פנימה אבקת סוכר ואגוזים טחונים.

מחממים תנור ל-110 מעלות בטורבו.

בעזרת תחתית של תבנית בקוטר 26 ס"מ מציירים עיגולים על 3 יריעות ניר אפיה. הופכים את היריעות ומניחים על שלוש תבניות. בעזרת מרית או שקית זילוף יוצרים עיגולי קצף לפי הגבולות המסומנים.

אופים את המרנג כשעתיים, עד שהוא יבש, נוקשה למגע ונפרד בקלות מנייר האפיה.

הרכבה

מקציפים כל אחד מהקרמים. במידת הצורך ניתן להם להתרכך בטמפרטורת החדר לפני ההקצפה. התהליך דומה להקצפת שמנת לקצפת, אולם היזהרו מהקצפת יתר – הקרם עלול להפוך לחמאה. מניחים שכבות של מרנג - קרם - מרנג - קרם. שוקולד מריר, אחריו חלב ולבסוף לבן. מקשטים בשוקולד מגורד ובאגוזים. שומרים במקרר ומגישים בפרוסות קטנות.

אפשר לשמור בהקפאה ולהפשיר במקרר 4 שעות לפני ההגשה.

ריבועי שוקולד צ'יפס ושיבולת שועל של שחר



מצרכים ואופן ההכנה

1. תערובת רטובה:
250 גרם חמאה/מרגרינה
½ 1 כוס סוכר לבן
¾ כוס סוכר חום
2 כפיות תמצית וניל
1 ביצה
לערבב עד שיש תערובת אחידה

2. תערובת יבשה:
½ 1 כוסות קמח רגיל
1 כפית אבקת סודה לשתייה
1 כפית מלח
· לערבב את התערובת היבשה
· להוסיף לתערובת הרטובה ולערבב

3. הוספת שוקולד ושיבולת שועל:

אמא שלי עושה ככה:
1 שקית שוקולד צ'יפס
3 כוסות שיבולת שועל (לא מהיר להכנת דייסה)

אני מכינה ככה:
1 שקית שוקולד צ'יפס לבן
1 שקית שוקולד צ'יפס חום
½ 1 כוסות שיבולת שועל (לא מהיר להכנת דייסה)

4. לשטח בתבנית בגודל של נייר אפייה
· לאפות 35-30 דקות בתנור, בחום ^{0} 175 מעלות
· מייד כשמוציאים – לחתוך לקוביות



רון סובל

14.08.1994 – 26.11.1976

ד' בכסלו תשל"ז - ח' באלול תשנ"ד

גדל והתחנך בלהבים, נער תכול עיניים, עם חיוך תמידי על השפתיים, שהאיר את העולם ובו נתגלמו תכונותיו הטובות כולן: כבוד לכל אחד, מטף ועד זקן, יושר, שמחת חיים, אהבת הזולת והארץ, סקרנות, צחוק ושנינות. כל מי שפגש ברון ולו לרגע בחייו, זוכר את הבוהק בעיניו ואת החיוך הרחב. נער אוהב אדם ואוהב טבע, עם לב ענק שתמיד מוכן להושיט עזרה לכל נזקק, בין אם למשפחתו, חבריו ואפילו לאדם זר שפגש במקרה.

רון הי"ד חי ונושם בתוכנו. נזכור אותו תמיד.

רון סובל היה בן 17 במותו.

הסיפור שמאחורי המתכון

רון היה מתכתב עם בנות רבות אותן הכיר אותן במפגשי נוער יהודי ציוני, המליץ. וכך כתב לאחת מחברותיו: "יש לידי עכשיו כ-15 פרוסות עוגה ועוגיות כך שאני אחזיר לעצמי את כל האנרגיה שהוצאתי בשיעור... איזה כיף לי שאני יכול לאכול כמה שאני רוצה, נכון? אני מכיר הרבה, בעיקר בנות, שהיו מתים להיות במצב שלי. מבט נוסף בצלחת העוגיות שלי מראה שנשארו רק 4 ובקרוב אני אצטרך לחדש את המלאי, אבל במחשבה שנייה יש לי עוד שעה אימון אז לא כדאי שאני אוכל יותר מדי. תדעי לך שלמרות שאני נשאר רזה.. אני אוכל ממש הרבה, הרבה יותר מהרבה אנשים שאני מכיר, ובכל זאת אני נשאר כמו שאני, איזה כיף לי!!"

עוגיות מגולגלות עם נוטלה

מצרכים:

לבצק

גביע שמנת חמוצה

100 גר' חמאה קרה חתוכה לקוביות

2½ כוסות קמח

50 גר' אבקת סוכר

1/2 כפית אבקת אפייה

קורט מלח

למילוי

ממרח נוטלה



אופן ההכנה

בקערת מיקסר מניחים קמח, אבקת סוכר, קורט מלח ואבקת אפייה, מחברים וו גיטרה ומתחילים לערבב.

מוסיפים תוך כדי ערבוב גביע שמנת חמוצה וחמאה קרה.

ממשיכים לערבב עד בצק חלק ואחיד.

עוטפים את הבצק בניילון נצמד ומניחים במקרר לשעה, לקירור קל.

מחממים את התנור לחום של 170 מעלות.

מוציאים את הבצק אחרי שהוא נח שעה במקרר, חוצים את הבצק לשניים.

לוקחים חלק אחד של הבצק, מניחים מעל נייר אפייה מקומח ומרדדים למלבן דק דק ממש, אך תיזהרו שלא יקרע.

מורחים מעל המלבן את ממרח הנוטלה (כדאי להיעזר בפלטה או מרית) בשכבה אחידה ומגלגלים לרולדה.

בעזרת סכין מקומחת עושים סימונים או חריצים ברולדה (לא פורסים עד הסוף) לעוגיות, מניחים את הרולדה עם הנייר אפייה על תבנית אפייה

כך חוזרים גם עם הרולדה השנייה.

אופים את העוגיות כ-20 30- דקות, הרולדה לא אמורה לקבל צבע זהוב, היא אמורה להישאר רכה ולא קשה.

אחרי אפייה מוציאים את התבנית מהתנור, פורסים לעוגיות, מפדרים באבקת סוכר.



שרון רחמני

7.10.2023 - 24.8.1989

כ"ג באב תשמ"ט - כ"ב בתשרי תשפ"ד

בת ליהודה ונעמי ואחות לאופיר וקרן. קרן דראי, אחותה של שרון, היא תושבת להבים.

שרון הייתה עורכת דין וחוקרת בימ״ר נגב. שרון נרצחה בידי בני עוולה בשבעה באוקטובר במסיבת הנובה ברעים. שרון בחרה להישאר, לסייע לחבריה השוטרים ולהציל את מי ששהה במקום. שרון עשתה כל שביכולתה להינצל ולשרוד ודאגה לשמור ולהגן על משפחתה. שרון הייתה לוחמת צדק אמיתית, בת הזקונים, ה׳בייבי׳ של הבית, מלאת שמחת חיים ולב ענק. תמיד נתנה ועזרה לאחר, הייתה אסרטיבית ונחושה, עובדת מסורה ואחראית.

שרון הותירה אחריה אבא, אמא, אח ואחות.

רס"מ שרון רחמני הייתה בת 34 בנופלה.

הסיפור שמאחורי המתכון

מאז ומתמיד קובה היה המאכל האהוב על כל בני הבית ועל שרון במיוחד. בתקופת התיכון חברותיה של שרון היו מגיעות לביתה של שרון אחרי יום הלימודים בימים שהיה קובה. בזמן השירות הצבאי שרון הייתה מביאה למפקדיה סיר קובה, וכך היה גם כשעבדה במעבר תרקומיא ובמשטרה. בכל מקום בו עבדה היא הייתה דואגת שיטעמו ויכירו את הקובה.

קובה דלעת

מצרכים:

למילוי

בצל גדול | מגש חזה עוף/ רצועות
מלח | פלפל | כורכום
פפריקה מתוקה | תבלין עוף
פטרוזיליה | שמיר
כוסברה | עלי סלרי

לעיסת הסולת

קילו סולת | כפית מלח | כוס שמן
2-3 כוסות מים

למרק

בצל | גזר | סלרי | מלח
פלפל | פפריקה מתוקה
כורכום | רסק עגבניות | דלעת

אופן ההכנה

תערובת המילוי

לטגן בצל אחד גדול להוסיף חבילה של חזה עוף/ רצועות נתחי עוף קצוץ לקוביות קטנות תוך כדי הטיגון לתבל במלח, פלפל, כורכום, פפריקה מתוקה ותבלין עוף לכבות את האש ורק לאחר מכן להוסיף פטרוזיליה, שמיר, כוסברה וכמה עלים בודדים של סלרי קצוצים להניח את התערובת בצד



עיסת סולת

לערבב את המצרכים עד לקבלת עיסה רכה.
להניח בצד ל- 10 דקות לפני שמגלגלים לכדרר כדור קטן מהעיסה, לפתוח ולמלא בתערובת הבשר. לסגור.
להניח את הכדורים במגש בצד עד לשלב הבישול של המרק





המרק

לטגן בצל קצוץ בסיר עד להזהבה להוסיף גזר וסלרי קצוצים גס לתבל במלח, פלפל, פפריקה מתוקה, 1 רסק עגבניות וכורכום
להוסיף מים רותחים עד ל-2/3 גובה הסיר ולהביא לרתיחה
להכניס את הכדורים אחד אחד בעדינות
לאחר 10 דקות של בישול להוסיף לסיר קוביות דלעת ולהמשיך לבשל עוד כ- 45 ד על חום בינוני או עד שהדלעת רכה לגמרי.



ערן שמואלי

15.11.1999 – 14.10.1972

ו' בחשון תשל"ג - ו' בכסלו תש"ס

ערן, עלם צעיר, נמרץ, תאב חיים, חייכן, בן מסור להוריו ואחיו. כבר בנעוריו שאף להתגייס ליחידת הקומנדו הימי - שייטת 13. לאחר שעבר גיבוש בגדנ"ע צלילה, התגייס ליחידה ושירת בה 5 שנים כלוחם בצוות צלילה ובהמשך כקצין צלפים של היחידה. השתתף כלוחם קומנדו בעשרות מבצעים עלומי סוד. עם שחרורו החל ללמוד מלונאות וכלכלה. במהלך לימודיו חלה בסרטן קטלני ונפטר תוך מספר חודשים.

כעבור שנתיים הוכר כחלל צה"ל בהתאם לקביעת ועדת שמגר בדבר מחדל הצלילות בנחל הקישון המזוהם.

רס"ל ערן שמואלי היה בן 27 במותו.

הסיפור שמאחורי המתכון

ציונה, אמא של ערן כותבת: "ערן היה אומר לנו: "אל תתאמצו להכין לי אוכל מיוחד כשאני חוזר הביתה". כשהוא היה חמש שנים בשייטת הוא אמר: "לנו מבשלים רק שפים", אז כשהוא היה מגיע הביתה הוא היה רוצה פתיתים והוא מאוד אהב את זה.

רונית, אחותו של ערן, עד היום מבקשת מאמו של ערן, ציונה, להכין לה את הפתיתים שערן אהב.

פתיתים עם בצל



מצרכים:

1 בצל גדול קצוץ

1 כוס פתיתים 300 cc

1¼ כוס מים רותחים

מעט מלח

אופן ההכנה

מטגנים קלות את הבצל בשמן זית.

מוסיפים את הפתיתים, המים ומעט מלח.

מביאים לרתיחה ומבשלים בחום בינוני

כ-6 דקות.

מגישים בליווי סלט, קציצות או כל תוספת אהובה.



אפרים (אפי) שניאור

8.10.1973 – 14.01.1951
ז' בשבט התשי"א - י"ב בתשרי התשל"ד
אפי, בנם הבכור של נעמי ויהושע (טוֹבִי), נולד במקוה ישראל, גדל בקיבוץ דברת ובבאר-שבע. בוגר מחזור א' בפנימיה הצבאית שליד הגימנסיה העברית הרצליה בתל-אביב. קצין בגולני, נפל במלחמת יום הכיפורים ביום י"ב בתשרי התשל"ד, בעת שהוביל את הכח הלוחם הקדמי של חטיבת גולני בקרב על מוצב החרמון.
על חלקו בקרב זה הוענק לסרן אפי שניאור עיטור העוז.
סרן אפרים (אפי) שניאור היה בן 22 בנופלו.

הסיפור שמאחורי המתכון

כך כותב יאיר, תושב להבים, אחיו של אפי: "אפי אחינו הבכור, יצא מהבית כשהיה בן 14 עת החליט ללמוד בגימנסיה הרצליה בתל אביב. הבחירה בלימודים רחוק מהבית הייתה כי שם מצא את מסלול הלימודים שיאתגר אותו: מגמה מתמטית אלקטרונית. לשמחתו באותה שנה נפתחה הפנימיה הצבאית בתל אביב.
מגיל 14, במשך 4 שנות לימודיו ובהמשך כשהתגייס לגולני, והמשיך לתפקיד מ"פ בגדוד 13 ועד מלחמת יום הכיפורים, אפי הגיע הביתה לחופשות במקרה הטוב אחת לשבועיים ולעיתים אחת לחודש.
לפני כל חופשה מהפנימייה הצבאית ובהמשך מהצבא, הייתה התרגשות רבה בבית וכולנו חיכינו שיגיע. אמא נעמי דאגה להכין לקראת בואו של אפי תבשילים שאהב. עוגת הגבינה המשולשת הייתה אהובה עליו במיוחד. כך היה במשך כל השנים עד מלחמת יום הכיפורים.
לאחר נפילתו אמא לא יכולה הייתה יותר להכין את העוגה האהובה, ומאז ועד היום לא מכינים את העוגה האהובה על אפי אצלנו במשפחה.
זו הזדמנות לספר ולחזור ולהיזכר בטעם שכה אהב".

עוגת גבינה ושוקולד משולשת



מצרכים:

לקרם וניל
1 מיכל שמנת מתוקה
1 כוס חלב
1 חבילת איסטנט פודינג וניל
5 כפות סוכר
250 גרם גבינה לבנה

שכבת הביסקויטים
350 גרם פתי בר
3/4 כוס חלב

ציפוי השוקולד
1/2 מיכל שמנת מתוקה
120 גרם שוקולד מריר
1 כף דבש
1/2 כפית נס קפה

אופן ההכנה

מכינים את קרם הוניל: במיקסר מקציפים מיכל שמנת מתוקה, 3/4 כוס חלב, אינסטנט פודינג וסוכר, מוסיפים גבינה ומקציפים עד קבלת קרם אווירי.
מרכיבים ומקפיאים שעה: מניחים על משטח העבודה רצועת נייר אלומיניום כפולה ארוכה. מניחים באופן צמוד במרכז נייר האלומיניום 3 טורים של 6 ביסקוויטים לרוחב. טובלים טבילה קצרה בחלב.
מורחים 1/2 מהקרם בשכבה אחידה מעל הביסקוויטים.
מניחים באופן צמוד מעל הקרם 3 טורים של 6-5 ביסקוויטים טבולים טבילה קצרה בחלב. הפעם מניחים רק את הטור האמצעי לרוחב, ואת הטורים הצדדיים לאורך (בשוליים מימין ומשמאל יישאר קרם ללא כיסוי ביסקוויטים).
מניחים את הקרם שנשאר בכפות גדושות וצפופות על הטור האמצעי.
משחילים ידיים מתחת לנייר האלומיניום מימין ומשמאל, מרימים ומצמידים את הידיים כך ששורות הביסקוויטים מימין ומשמאל ייפגשו למעלה במרכז - וכך, יש לנו פירמידה משולשת!
מקפלים את נייר האלומיניום להידוק הפירמידה ומעבירים בזהירות למקפיא לחצי שעה-שעה (או למקרר לשעתיים), להתייצבות.
מחממים במיקרוגל 1/2 מיכל שמנת מתוקה, שוקולד ונס קפה. מוסיפים דבש וטורפים לרוטב אחיד.
פותחים את קיפולי נייר האלומיניום. מוזגים על העוגה את הרוטב בהדרגה ומניחים לו לטפטף ולצפות את כולה.
מצפים, מקררים 4 שעות ומגישים.



טַעַם שֶׁל גַּעֲגוּעַ



טַעַם שֶׁל גַּעֲגוּעַ