



בינוני



1 שעות 30 דקות



25 מנות

## מרכיבים

400 גרם טחון צמחוני

1 קילוגרם קמח שמרים אסם 1 ק"ג אסם

5 כפות סוכר

1 כף מלח

1 כוס שמן זית

2 1/2 כוסות מים

1 יחידה חציל חתוך לקוביות

1 יחידה בצל גדול קצוץ דק

4 שיני שום כתושות

2 עגבניות מגורדות או מקולפות וחתוכות לקוביות קטנות

2 כפות פטרוזיליה קצוצה

2 כפות סילאן

1/2 כפית בהרט או ראס אל חנות

1 ביצה טרופה לציפוי, לאופציה טבעונית - הברישו את הלחמניות בשמן זית

לחמניות ביתיות, מבצק שמרים חלומי, במלית מתובלת של טחון צמחוני, חצילים ורוטב עגבניות, שיוצרים ביס שמיימי

## הוראות הכנה

## 1. להכנת הבצק

לשים במיקסר את קמח השמרים, 5 כפות סוכר, 1 כף מלח, 1/2 כוס שמן ו-2 1/2 כוסות מים (בטמפרטורת החדר. 600 מ"ל) 8-10 דקות, עד לקבלת בצק אחיד ומבריק שנפרד מהקערה ומעט דביק בתחתית (אם צריך אפשר להוסיף מעט מים, בהדרגה).

## 2.

מכסים את הקערה ומניחים את הבצק להתפחה של שעה בטמפרטורת החדר או לילה במקרר.

## 3. להכנת המלית

מחממים מחבת עם 1/2 כוס שמן זית ומטגנים את קוביות החציל עד הזהבה כ-5 דקות.

## 4.

מתבלים במלח ומניחים בצד.

## 5.

מוסיפים עוד שמן ומטגנים את הבצל ומהיבים אותו מעט, מוסיפים את הטחון ומטגנים מעט, רק עד שינוי צבעו.

## 6.

מוסיפים את השום, תבלינים, סילאן והעגבניות, (אם רוצים תוספת חריפות ניתן להוסיף חצי פלפל צ'ילי קצוץ) מתבלים ומעבירים לקערה לצינון.

## 7. להכנת הלחמניות

אחרי ההתפחה, מחלקים את הבצק לחלקים שווים במשקל של 70 גרם כ"א. כל חלק מכדדרים לכדור.

## 8.

משטחים כל כדור לפיתה, מניחים את המילוי בקצה העיגול, בצד השני יוצרים בעזרת סכין חתכים ומקפלים ל-2.

## 9.

בעזרת מזלג מהדקים את הקצוות ומניחים להתפחה נוספת של 40 דקות.

## 11.

מחממים תנור לחום של 200 מעלות.

## 12.

מורחים את הלחמניות בביצה ובזוקים שומשום ו/או קצח.

## 13.

אופים כ-15-12 דקות או עד הזהבה.

## 14.

מגישים חם.

המתכון של רון יוחננוב