

פולנטה תירס רכה מפנקת של שף דורון בר און

כתוספת נהדרת למנה עיקרית או כמנה מפנקת בפני עצמה לצד סלט ירוק



שף דורון בר און ואשתו ענת - השכנים הצמודים של משק 'כרמל יבולים' שב-מושבי היישוב, ודור המשך של שכנות בת 70 שנה - מתבססים במנות שלהם על חומרי גלם טריים של חקלאים מעמק יזרעאל, ורוקחים מנות ותפריטים משתנים לפי עונות השנה והיצע היבולים. "פולנטה היא מנה מפנקת מאוד. חמה, רכה וקטיפית" תית', אומר בר און, "היא יכולה לשמש כתוספת נהדרת למנה עיקרית, סופגת בחדווה רטבים וטעמים; או לעמוד בפני עצמה כמנה מפנקת לצהריים או ערב לצד סלט ירוק. אני מגיש את הפולנטה חמה בקערה, ומעליה אספרגוס או ברוקמיני מאודה עם פלפל שחור גרוס".

המצרכים

- 300 גרם קמח תירס לפולנטה
- 300 גרם גרעיני תירס מתוק חי של כרמל יבולים, שהופרדו מהקלח ונטחנו במעבד מזון
- 5 כוסות חלב מלא
- 1/2 כוס גבינת פרמזן מגורדת
- 100 גרם חמאה
- מלח

אופן ההכנה

1. מביאים לרתיחה את החלב בסיר.
2. מנמיכים את הלהבה לבינונית ומוסיפים לאט את קמח התירס וגרעיני התירס אל הנוזלים בסיר, תוך כדי בחישה מתמדת בכדי שלא ייווצרו גושים.
3. מבשלים על להבה בינונית למשך כ-10 דקות, וממשיכים לבחוש כל העת עד שמתקבלת דייסה סמיכה ורכה.
4. מסירים את הסיר מהאש ומערבבים פנימה את הגבינה והחמאה.
5. מוסיפים מלח לפי הטעם.

 שף דורון בר און

Super sweet corn - מתוק במיוחד!



ראו הוזהרתם. נעם ואורי כרמל בשדה התירס, מושב היישוב (צילום: הדס ניצן)

לאחר כשנתיים של פיתוח, יוצא משק 'כרמל יבולים' במוצר חדש תחת הסיסמה 'אנחנו זה מה שאנחנו אוכלים': תירס לבן במרקם פריך ועדין במיוחד, ומתוק פי שלושה מתירס רגיל - אך עם רמת הפחמימות וכמות הקלוריות דומים | רונית שנבאי

במושבי היישוב שבלב עמק יזרעאל, היה מהראשונים לאמץ שיטות גידול הידרופוניות והוא נחשב כיום לאחד המשקים המתקדמים בישראל. המשק עושה שימוש בשיטות ייחודיות לגידול ירקות גורמה, בין מוצרינו: אספרגוס, אפונת שלג, חסה מסוג 'סלנובה', מגוון נבטים ועלים, ברוקמיני, תירס סופר מתוק ועוד

את תירס סופר מתוק של 'כרמל יבולים' ניתן להשיג ברשתות השיווק, בירקניות מובחרות ברחבי הארץ, וכן בחנות המשק שנמצאת בבניסה למושבי היישוב. לפרטים: www.carmels.co.il ובפייסבוק 'כרמל יבולים'.



בישול קצרצר בן 3 דקות בלבד במים רותחים, וניתן לצלייה קצרה בתנור או על הגריל. "לקח לנו כשנתיים ללמוד את שיטת הגידול והטיפול האופטימית" לית', מספר יובל, "ומזה כשנה אנחנו זורעים, מגדלים, אורזים ומשווקים את התירס המתוק במיוחד - שלמרות מתיקותו הרבה, רמת הפחמימות וכמות הקלוריות בו אינם שונים מהתירס הרגיל".

"השילוב של בחירת זן מוצלחת", מוסיף דן, "שיטות גידול והקפדה על איכות מאפשרים לצרכנים ליהנות מהטעם והמרקם של תירס שכמו לפני רגע נקטף מהשדה. ראו הוזהרתם: ברגע שטועמים את התירס הזה, אי אפשר לחזור אל התירס הרגיל".

משק כרמל, שהוקם בשנת 1976

ההתחיל לפני 3 שנים בחתונה בקיבוץ בית אלפא, בה האחים דן ויובל לבית כרמל טעמו תירס בעל טעם נפלא ומתוק-מתוק, ועם מרקם משגע שפשוט התפורץ להם בפה. באותו רגע התקבלה ההחלטה: "כזה תירס בדיוק נגדל גם אצלנו במשק". כבר למחרת השיגו השניים זרעים וזרעו את התירסים שלהם. ככה זה אצל חקלאים שעבורם החקלאות היא תשוקה. והתוצאה: תירס 'סופר סוויט' (Super sweet corn) - זן טבעי של תירס לבן מתוק, אינו מהונדס גנטי, המצטיין במרקם פריך עם שכבת גרעיניים דקה ועדינה במיוחד, ועם טעם ייחודי ומתוק פי שלושה מתיירס רגיל. התירס מהיר להכנה, והודות לתכולה נמוכה של עמילנים הוא דורש