

טיפים למטבח

כללי

למה משתמשים לפעמים בתחתית סיר או מחבת כבדה ?

עופר מעוז: "התחתית הכבדה מעבירה את החום בצורה אחידה ושווה על פני הסיר או המחבת. במקרה של תחתית דקה, המקום שבו פוגעת האש יתחמם יותר והאוכל מעליו יתבשל יותר ובאופן לא אחיד".

למה שופכים חומץ לסיר שנשרף בתהליך הטיגון?

מייקל רנטיסי: "החומץ בלוויית מעט מים מפרק את השומן שנשרף והלכלוך יורד בקלות ללא צורך בשפשוף ממושך".

למה עדיף לבשל בסירי נירוסטה ולא בסירי אלומיניום?

אסנת לסטר: "נירוסטה היא מתכת קשיחה ביותר, ואילו האלומיניום היא מתכת רכה ונתונה לשינויים כימיים בחימום. כתוצאה מכך נוצרים חריצים מיקרוסקופיים הלוכדים בתוכם שאריות מזון מהתבשילים שבשולו בהן. קשה ואפילו בלתי אפשרי להוציא שאריות אלו אפילו בניקוי יסודי של הסיר. כל זה לא קורה בסירי נירוסטה".

למה מוסיפים כמות רבה של סוכר ברקחת ריבה?

עופר מעוז: "היחס הראוי בהכנת הריבה הוא 1:1 פרי וסוכר. מדובר למעשה על שיטה ישנה לשימור. כאשר שומרים על היחס הזה ומאחסנים בכלי מעוקר, הריבה תישמר טרייה גם שנה מחוץ למקרר".

למה כדאי למרוח את המגרת (הפומפייה) בשמן לפני גירור הגבינה?

אסנת לסטר: "על ידי שימון המגרת, הגבינה לא תדבק למגרת ותחליק על פניה. כך מרוויחים שני דברים: הגירור יהיה קל יותר וניקוי המגרת יהיה פשוט".

למה כדאי להוסיף חומץ למי כבישת המלפפונים מגידולי חממה?

אסנת לסטר: למלפפוני חממה יש נטייה לקבל מרקם רך בהחמצה. החומץ שומר את המלפפונים קשים ופריכים. לקבלת תוצאה טובה רצוי ש-25% מנוזלי הכבישה יהיו חומץ".

למה מכניסים ביצה טרייה למי מלח המשמשים לכבישת מלפפונים?

אסנת לסטר: "כדי לדעת את כמות המלח המדויקת הנדרשת לכבישת מלפפונים, מכניסים ביצה טרייה למים ומוסיפים מים עד שהביצה צפה. עכשיו אפשר לשפוך את המים המלוחים בדיוק במידת הצורך, אל המלפפונים שבצנצנת הכבישה".

למה כדאי להרתיח מים שרוצים להקפיא לקוביות קרח?

אסנת לסטר: "אם מרתיחים, מקררים ורק אז מקפיאים את המים לקוביות קרח, מתקבלות קוביות קרח שקופות כמו זכוכית ויפות".

למה כדאי לטבול בשמן כפית או כף שבה משתמשים לדבש?

אסנת לסטר: "השומן לא נותן לדבש להידבק לכפית או לכף, וכך ניגר הדבש כולו אל המזון שאליו אנחנו מוסיפים אותו והכפית נשארת כמעט נקייה לחלוטין".

למה כדאי מדי פעם להעמיד כפות עץ בתמיסת מי סודה לשתייה למשך כמה שעות?

אסנת לסטר: "לכפות עץ יש נטייה לאגור בתוך הנקבוביות שלהן שאריות מזון. עם הזמן הדבר יכול לגרום גם לריח לא נעים של הכפות. אחת לתקופה, רצוי לרחוץ את כפות העץ היטב ולהניח אותן עמוק בתוך תמיסת מי סודה לשתייה למשך כשעתיים ויותר. הטבילה מנקה את הכפות ומרחיקה ריחות בלתי נעימים".

למה כדאי לרחוץ את המקרר, ארגז הלחם, מדפי הירקות ופח האשפה במים עם חומץ ומעט סודה לשתייה?

אסנת לסטר: "סודה לשתייה מעלימה ריחות לא נעימים, והחומץ מנקה ומונע את היווצרות העובש".

למה כדאי לטחון תפוח אדמה לא מבושל במטחנת בשר אחרי גמר העבודה במטחנה ולפני רחיצתו?
אסנת לסטר: "טחינת תפוח אדמה לא מבושל מפנה את כל שאריות המזון מתוך מכונת הטחינה. לפעולה חשיבות גבוהה כאשר מדובר בשאריות בשר. הטחינה מנקה את המכונה והעמילן שבתפוח האדמה גורם לשאריות להישטף בקלות".

אפייה

למה רצוי לאפות בצק עלים בטמפרטורה גבוהה מאוד (250 מעלות)?
עופר מעוז: "הטמפרטורה הגבוהה מאפשרת לנוזלים שבחמאה או במרגרינה להתאדות, ובכך ליצור את כיסי האוויר ולהפריד את עלי הבצק, כפי שרצוי לנו. טמפרטורה נמוכה תמיס ותגיר החוצה את אותם נוזלים, השומן ייספג בבצק והתוצאה תאכזב".

למה מפרידים את החומרים היבשים מהחומרים הרטובים לפני האפייה?
פסקל פרץ רובין: "כדי שלא ייווצרו גושי בצק שמהם יהיה קשה מאוד להיפטר. אם מפרידים את החומרים היבשים מן הרטובים ואחר כך מאחדים אותם, העיסה תצא חלקה".

למה מניחים שעועית על הקלתית (תחתית הבצק)?
אסנת לסטר: "לתחתית בצק שנאפית ללא כל תוספות יש נטייה להתרומם במקומות שונים (בעיקר במרכז). פיזור שעועית על גבי הבצק שומר על הבצק מלהתרומם. אפשר להחליף את השעועית בחלוקי נחל קטנים או בשרשראות גולות של מתכת המיועדות בדיוק לכך".

למה לא לשים בצק פריך?
עופר מעוז: "בצק פריך מאחדים ולא לשים. ראשית מעבדים את החומרים הרטובים ואז מוסיפים את החומרים היבשים עד ליצירת כדור ולא מעבר לכך. מדובר על חמש דקות עבודה לאחר הוספת הקמח. עיבוד נוסף יפעיל את הגלוטן, הבצק יאבד את האלסטיות שלו, יפסיק להיות פריך ויתקשה מאוד באפייה".

למה אסור שהמלח והשומן ייגעו בשמרים?
עופר מעוז: "השמרים הם פטרייה חד תאית הרגישה מאוד למלח ושומן ואינה מתפתחת היטב כאשר היא באה איתם במגע. השפעה דומה על השמרים יש גם לסוכר. כמות רבה מחומרים אלו ימיתו את הפטרייה והבצק לא יתפח. לכן, יש לערבב בנפרד את הקמח עם מעט מאוד סוכר (כפית על 1 ק"ג קמח) כדי שהשמרים יתעוררו, יתרבו והבצק יתפח".

למה יש לקרר את המילוי לפשטידה לפני שמוסיפים ביצים?
אסנת לסטר: "הביצים בפשטידה אמורות לאחד את כל המצרכים ליחידה אחת. אם לא נקרר את המצרכים החמים בפשטידה, יש סיכויים גדולים שנקבל חתיכות חביתה בתוך הפשטידה שאינן רצויות".

למה כדאי להניח בתחתית תנור שבו אופים לחם או לחמניות להיות רך ומונעים התקשות לא רצויה?
אסנת לסטר: "האדים הנוצרים גורמים לקרום הלחם או הלחמניות להיות רך ומונעים התקשות לא רצויה".

למה כדאי לרחוץ ולקמח צימוקים לפני הכנסתם לתערובת העוגה?
אסנת לסטר: "בדרך הזו הצימוקים לא ישקעו, ויתפזרו פחות או יותר בצורה אחידה בתוך העוגה".

למה העוגה לא תופחת לפעמים?
אסף חרש: "הצלחתה של עוגה קשורה פעמים רבות לאיכות הקצפת הביצים", מסביר חרש. "יש להקציף את החלבון ללא סוכר ולהוסיפו רק כאשר הבעות הקטנות שנוצרות בצידי קערת ההקצפה נעלמות. יש לוודא שצבע הקצף לבן. בהקצפה טובה של חלמון, יש לוודא כי צבעו יהיה צהוב בהיר מאוד ללא בעות ואז להוסיף סוכר. הדרך נכונה ליצור מסת עוגה טובה היא להתחיל בהקצפה, להוסיף את הסוכרים, להוסיף את הנוזלים וחומרי הטעם ולבסוף את הקמח תוך ערבוב עדין שלא ישבור את המסה".

טיגון

למה עדיף לטגן עם שמן סויה ולא עם שמן זית?

מייקל רנטיסי: "טמפרטורת השריפה של זמן הזית נמוכה מזו של שמן הסויה. לעיתים יישרף שמן הזית לפני שנגיע לדרגת הטיגון הרצויה לנו".

למה לפעמים הטיגון יוצר מאכלים שמנוניים ונוטפי שמן?

אסף חרש: "חום לא נכון של השמן עלול לגרום לשמנוניות יתר של המאכלים המטוגנים. קיים מדד מדויק המסייע לוודא כי השמן מוכן לקבל מוצר לטיגון: נוטלים על קצה האצבע מעט מים ומטפטפים טיפה בתוך השמן. אם נוצרות בועות קטנות, סימן שהשמן חם ומוכן לטיגון. אם הבועות מתיזות מאוד, נראה כי הטמפרטורה גבוהה מדי. אחרי הטיגון, רצוי לעטוף בנייר סופג את המנה על מנת להסיר את השומנים המיותרים".

למה מחממים חמאה ושמן ביחד?

אסנת לסטר: כשמחממים חמאה היא נשרפת ומשנה את ההרכב הכימי שלה, משנה את טעמה ומאבדת את הערכים התזונתיים. השמן המתחמם יחד איתה מונע מהחמאה להישרף".

למה מקרצפים את תחתית הסיר שבו מתבשל רוטב?

עופר מעוז: "כאשר צולים בשר או ירקות במעט שומן נוצר משקע טעים ועסיסי שנצמד לתחתית הסיר או המחבת. אם יוצקים נוזל (עדיף יין) ונבחש בעזרת כף עץ שטוחה, מוסיפים לתבשיל טעמים וארומה שישביחו אותו".

למה חשוב להכין את חומרי הגלם לפני השימוש בשמן חם?

אסף חרש: "טיגון חומרי הגלם חייב להיעשות בטמפרטורה נכונה ומדויקת. כאשר מטגנים צ'יפס למשל, אסור להגיע לחום גבוה מדי כדי שהצ'יפס לא יישרף. טיגון בצל, לעומת זאת מצריך חום גבוה יותר. משום כך, יש להכין את החומרים מראש ולטגנם בטמפרטורה הנכונה המתאימה להם".

למה כדאי להוסיף כף חומץ לשמן שמטגנים בו צ'יפס?

אסנת לסטר: "הוספת החומץ גורמת לצ'יפס לספוח פחות שמן".

למה כדאי להוסיף לטיגון בשמן חתיכת קשה של לחם או חתיכת גזר?

אסנת לסטר: "חתיכת הלחם או הגזר מונעים התזת השמן הרוחח וגורמים לשמן להישאר צלול זמן רב יותר בזמן הטיגון".

למה מפזרים מלח על חציל לפני טיגונו, או בישולו?

אסנת לסטר: "המלח סופח אליו את הנוזלים שבחציל ויחד עם הנוזלים את המרירות שבהם. חשוב לשטוף ולנגב את החצילים מהנוזלים המרירים הללו".

בישול

למה אין להוסיף מלח למים בעת בישול קטניות?

עופר מעוז: "המלח מקשה את החלבונים שבקטניות וגורם להתקשותן, ולכן יש להוסיף את המלח ממש לפני תום הבישול".

למה מוסיפים קורט סוכר לתבשילים לא מתוקים, בעיקר לתבשילי עגבניות?

פסקל פרץ-רובין: "סוכר ממתן את דרגת החמיצות של התבשיל או הרוטב, במיוחד אם הוא מכיל עגבניות שהן מטבען חמצמצות, ולכן הוספת הסוכר חשובה".

למה אסור לפתוח את סיר האורז לאחר סיום בישולו?

פסקל פרץ-רובין: "האורז ממשיך להתבשל גם לאחר תום תהליך הבישול על האש מהאדים שלו עצמו. אם פותחים את המכסה לפני סיום התהליך, האדים יברחו ולא יהיו מספיק נוזלים לריכוך אופטימלי של האורז".

למה כדאי להוסיף לתבשילים סוכר רק בסוף הבישול?

אסנת לסטר: "במהלך הבישול מאבד הסוכר את כוחו, ולכן כדאי להוסיף אותו ממש לקראת סוף הבישול".

למה הגזר, הכרישה והסלרי הם הראשונים בסדר בתהליך האידיוי?

אסף חרש: "אלו ירקות קשים שזמן הריכוך שלהם הוא הארוך ביותר ויש להתחיל איתם כדי שכלל הירקות יגיעו לרמת ריכוך שווה עם תום הבישול".

למה כדאי להוסיף שמן או מעט מרגרינה למי בישול אורז, או מי בישול ביצים?

אסנת לסטר: "הוספת שומנים למי הבישול של אורז או ביצים קשות מונעת את גלישת המים מהסיר בזמן הבישול".

למה כדאי להוסיף כמה פרוסות תפוח אדמה לא מבושל למי בישול הכרובית?

אסנת לסטר: "כדי למנוע ריחות לא נעימים בזמן הבישול".

למה אסור להכניס מלח למי בישול של תירס?

אסנת לסטר: "כי המלח מקשה את התירס".

למה אידיוי האלכוהול נעשה בתחילת הבישול?

מייקל רנטיסי: "כדי שהבשר או הירקות יקבלו את הארומה המשובחת וטעמי היין יישארו ללא טעם הלוואי של האלכוהול עצמו".

למה חשוב להקפיד לבשל תבשילים שונים בעוצמה שונה של האש?

אסף חרש: "כל צורת בישול שונה מחברתה, ולכן דורשת חום ויחס שונים. אם רוצים לאדות ירקות כדי להוציא מהם את טעמם המירבי, דרוש גובה אש נמוך בינוני, כיוון שמדובר על תהליך שאורך זמן מה. אש גבוהה מדי תשרוף ותסגור טעמים במקום להוציאם. כאשר רוצים לאכול סטייק טוב, מתחילים על אש גבוהה על מנת לסגור את נתח הבשר ואחר כך מחלישים כדי לבשל אותו ולהגיע למידה הרצויה. אם נשאיר את האש הגבוהה הבשר יישרף".

ירקות ופירות

למה מעבירים למי קרח ירקות שמבשלים במים רותחים?

פסקל פרץ-רובין: "כדי להפסיק את תהליך הבישול ולשמור על הצבע הרענן והבוהק של הירקות ולהשאיר אותם פריכים".

למה לא כדאי לתבל סלט עד לרגע האחרון לפני הגשתו?

אסנת לסטר: "תיבול מוקדם של הסלט גורם ליציאת נוזלים מתוך הירקות וגורם לסלט להיות נבול ולא רענן".

למה מוסיפים מלח למי בישול של ירקות ירוקים?

עופר מעוז: "בשביל הטעם. הירקות הירוקים סופחים את המלח בבישול והפעולה מדגישה את טעמם הטבעי. בנוסף, הוספת המלח מחזרת את צבעם הירוק".

למה מוסיפים חומץ לחליטת ירקות לבנים כמו כרובית?

מייקל רנטיסי: "החומץ שומר על צבעו הלבן של הירק, מדגיש אותו והופך אותו לבוהק".

למה כדאי לבשל ברוקולי כשהוא עומד בסיר כמו בעציץ פרחים?

אסנת לסטר: "רצוי לבשל את הברוקולי כשהגבעולים קרובים ביותר למקור החום ושאר חלקיו נמצאים בחלק הרחוק ממקור החום - החלק העליון של הסיר. בסוף הבישול הגבעולים, שהם קשים יותר, יהיו רכים כמו שאר חלקי הברוקולי".

למה כדאי להתחיל לחתוך בצל מהצד הרחוק של השורשים ולא מהצד השורשים?

אסנת לסטר: "כנראה שרוב השמנים האתריים הגורמים לנו לדמוע נמצאים בצד השורשים. אם מתחילים לחתוך את הבצל מהצד הרחוק של השורשים, יפלוט הבצל פחות שמנים אתריים וקיים סיכוי טוב שנדמע פחות בזמן החיתוך".

למה כדאי לשטוף בצל לפני חיתוכו במים קרים?

אסנת לסטר: "המים הקרים מכווצים את פרודות השמנים האתריים ולכן הם פחות נדיפים. התוצאה: הבצל פולט פחות שמנים אתריים, וסיכוי טוב שנדמע פחות בזמן החיתוך".

למה כדאי לחתוך בצל בסכין חדה מאוד?

אסנת לסטר: "סכין חדה מאוד מייצרת חתכים דקים מאוד שכמעט ואינם גורמים ליציאת נוזלים מהבצל. נוזלים אלו הם המשחררים את השמנים האתריים, הגורמים לעיניים לדמוע".

למה כדאי לחרוך את שורשי הבצל באש לפני אחסונו?

אסנת לסטר: "אם חורכים את השורשים, הבצל לא מצמיח עלים בזמן האחסון ונשמר טוב זמן רב יותר".

למה הופך הבצל למתוק בשעת טיגונו?

מייקל רנטיסי: "בבצל נמצאים סוכרים רבים. בעת טיגונו הם מתפרקים והופכים לקרמל, מה שמעניק לו את הטעם המתוק".

למה לא כדאי לזרוק קליפות תפוחי אדמה?

אסנת לסטר: "כי אפשר לטגן אותם לצ'יפס נהדר או לאפות אותם עם תבלינים ואבקת מרק בצל בתנור. אפשר גם להניחם בצלוחית במקרר לספיגת ריחות לא רצויים".

למה לא כדאי לזרוק קליפות של בננות?

אסנת לסטר: "קליפות של בננות יכולות להיות דשן מצוין לצמחים בגינה ובעציצים. לכן לא כדאי לזרוק אותן אלא לקבור אותן באדמה בין הצמחים או באדמת העציצים".

למה כדאי לשמור את נוזלי שימורי האננס בעת הכנת סלט ולדורף?

אסנת לסטר: "אפשר לטבול בנוזלים את התפוחים הקלופים כשי שלא ישחירו".

למה כדאי לחרוץ תפוחי עץ לפני האפייה בתנור או במיקרוגל?

אסנת לסטר: "אם חורצים את התפוחים לפני האפייה, בגמר האפייה או לאחר ההתקררות הם לא מתקמטים".

למה כדאי להכניס תפוזים ולימונים למים חמים או לחמם אותם במיקרודל לפני שסוחטים אותם?

אסנת לסטר: "החימום מאפשר הפקת מיץ רב יותר מהתפוזים".

למה כדאי לערבב קליפת לימון מגוררת בסוכר?

אסנת לסטר: "תערובת הסוכר שומרת על גרידת הלימון זמן רב מאוד. יש לשמור את הגרידה במקרר".

למה כדאי לאכול לפחות קיווי אחד ביום?

אסנת לסטר: "בקיווי אחד יש את כל הקלציום שלו זקוק הגוף ליום".

למה חשוב לאכול מוצרי עגבניות לסוגיהם?

אסנת לסטר: "העגבניה מכילה חומרים המונעים סרטן מסוגים שונים ובעיקר סרטן הערמונית. עגבניות טריות וכל מוצרי העגבניות אף מורידים את לחץ הדם".

למה כדאי לאכול פירות וירקות עם הקליפה?

אסנת לסטר: "צמחים מייצרים כמות גדולה של נוגדי חמצון קרוב לקליפה כדי להגן על עצמם מקרינת השמש ומחדירת מזיקים. נוגדי החמצון מפחיתים התקפי לב, מעכבים תהליכי הזדקנות ומחלות שונות אחרות. לכן כדאי לקלף כמה שפחות".

בשר ועוף

למה עדיף לקנות בשר מיושן?

מייקל רנטיסי: "יישון הבשר מסלק מהנתח את הנוזלים המיותרים והופך אותו לרך יותר. בשר מיושן יהיה יותר עסיסי, לעיס ורב טעמים".

למה סוגרים בשר בטמפרטורה גבוהה?

עופר מעוז: "החום הגבוה גורם לכווייה של הבשר ונוצר קרום סביב נתח הבשר. קרום זה מונע ממרבית הנוזלים לחלחל אל מחוץ לנתח הבשר ולשמרו עסיסי ומלא טעם. כאשר הנוזלים נותרים בנתח, הבשר מתבשל במיץ של עצמו ונותר סיבי ומכובס".

למה נתח הפילה נחשב לאיכותי ביותר?

מייקל רנטיסי: "הפילה הוא הנתח הנייח ביותר בפרה, כלומר החלק שזז הכי פחות כאשר היא מתנועת, ולכן הוא איכותי במיוחד. הוא גם הנתח בעל אחוזי השומן הנמוכים ביותר, ועובדה זו מוסיפה לאיכותו".

למה נתח האנטריקוט נחשב לטעים ביותר בעיני רבים?

מייקל רנטיסי: "באנטריקוט מצויים שומנים השומרים על עסיסיותו של הנתח בכל דרגת צלייה. לכן, גם אלו המחבבים את הסטייק שלהם עשוי היטב, יזכו לטעם עסיסי ומשובח מאנטריקוט".

למה חלקי הבשר הניידים, כמו הצוואר מתאימים לתבשילי קדירה?

מייקל רנטיסי: "חלקים אלו הם בעלי שרירים וסיבים, ולפיכך זקוקים לזמן בישול ארוך ביותר עד שיתרכנו ויהיו עסיסיים. אין צורך לשלם כסף רב על חלקים מובחרים יותר כיוון שהבישול הארוך 'עושה את העבודה'".

למה מוסיפים תבלינים רבים לתבשילי הקדירה?

מייקל רנטיסי: "מאחר שמדובר על נתחים נחותים יחסית, דרושים תבלינים רבים להשגת הטעם".

למה חשוב לתבל עוף ודגים ממש לפני הבישול ולא קודם לכן?

אסף חרש: "תיבול מוקדם, בעיקר של מלח, יגרום להוצאת הנוזלים ולהתייבשות נתחי העוף והדגים".

למה חשוב לסגור בשר לפני שמבשלים אותו בקדירה?

אסף חרש: "כאשר מכינים תבשיל קדירה, נוצר בתוך הסיר תהליך של אינטראקציה. הבשר נותן טעם לנוזלים, והנוזלים מקבלים טעמים מהבשר. כאשר סוגרים את הבשר לפני כן, הטעם הבסיסי שלו נשאר בתוכו. תהליך הבישול עם הנוזלים בחום גורם לתבשיל להגיע לטעם מעולה אחרי תהליך הסגירה, מאחר שחום הנוזלים גורם לבשר להוציא טעם ולקבל בצורה מבוקרת ואופטימלית".

למה כדאי להניח במחבת שני נתחי חזה עוף או בשר בכל פעם ולא להוסיף במהלך הטיגון נתחים נוספים?

פסקל פרץ-רובין: "הוספת נתחים באמצע תהליך הטיגון גורמת לשמן להתקרר ולנתחים לשחות במשך זמן רב יותר בשמן ולספוח הרבה שמן. בנוסף, הבשר עלול לא להיאטם כראוי, להתבשל במיץ של עצמו ולצאת מכובס ולא צלוי ועסיסי".

למה לא מגישים עוף בדרגת בישול מדיום?

עופר מעוז: "חייבים להרוג את כל חיידקי הסלמונלה בתהליך הבישול, ולכן יש לבשל עד שהבשר מלבין. ברגע זה יש להורידו מהאש כדי למנוע התייבשות".

דגים ופירות ים

למה לא משרים דגים במרינדות חומציות כמו לימון או חומץ?

עופר מעוז: "החלבון שבדגים עדין במיוחד, והחומצה עלולה לגרום לדג להיקרש ולמעשה לבשל אותו. השריית דגים בחומצה תיעשה רק כאשר רוצים להגיש סביצה, כיוון שהחומצה תגרום לו להתבשל מעט".

למה רצוי לקנות ולאכול פירות ים בחודשים לוועזיים שבהם מופיעה האות R (ספטמבר עד פברואר)?
עופר מעוז: "תקופת הקיץ (מאי עד אוגוסט) אינה שעת ההתרבות של דגת הים, ומשום כך הדגים ופירות הים מצויים באופן מדולדל ובאיכות פחות טובה מכפי שניתן למצוא אותם בחודשי החורף (ספטמבר עד פברואר). אבל בעצם מדובר על ימים שבהם התבסס המטבח על דגים ופירות ים שבאו ממש מהים. היום מגיעים המוצרים מחוות גידול חקלאיות המקפידות על איכות גבוהה ובקרת איכות, כך שניתן לקנות ולאכול פירות ים במשך כל השנה".

חלב

למה כדאי להרטיב סיר שבו הולכים לבשל חלב?
אסנת לסטר: "לחלב יש נטייה להידבק לדפנות ולתחתית הסיר בזמן הבישול, מה שגורם לו להיחרך בתחתית הסיר. אם מרטיבים את הסיר לפני בישול החלב מונעים את החריכה".

למה לא כדאי לזרוק מוצרי חלב שפג תוקפם?
אסנת לסטר: "אפשר להכין מעדן גבינה מיוגורט, לבן, שמנת חמוצה וגבינות רכות ממוצרי חלב שהתאריך הנקוב עליהן עבר. מערבבים יחד את כל המוצרים, ממליחים, מכניסים לשקית בד ותולים על ברז הכיור במטבח לניקוז הנוזלים במשך כל הלילה. בבוקר אפשר לאכול מהגבינה הנהדרת שמתקבלת".

פסטה

למה זורקים פסטה לתקרה?
עופר מעוז: "לא זורקים פסטה לתקרה. מדובר על אמונה תפלה לפיה זריקת הפסטה לתקרה מאפשרת לבדוק האם היא מוכנה. מי שאוהב את הפסטה שלו בדרגת אל דנטה, יגוסס בה ויבחן האם במרכזה גרעין קטן לבן. מי שאוהב אותה מבשלת יותר, ממילא לא צריך לבדוק".

למה לא שוטפים פסטה לאחר הבישול?
עופר מעוז: "מי שמרבה לבשל פסטה מזהה בקלות את הריח הנהדר שנוצר בעת הבישול. אם שוטפים את הפסטה מאבדים הרבה מהטעם ומהניחוחות המלווים את הפסטה. בנוסף, השטיפה גורמת להסרת העמילן העוזר לרוטב להיצמד לפסטה ולהפוך לסמיך ועשיר. כאשר מכינים כמויות גדולות ל-12 איש למשל, אפשר לשטוף את הפסטה במי קרח מראש ולהוסיף מעט שמן כדי שלא תידבק. לפני ההגשה ניתן לחממה עם מים חמים, לסנן ולהגיש מייד עם הרוטב".

ביצים וקצף

למה מוסיפים סירופ חם לקרמים על בסיס ביצים?
עופר מעוז: "הוספת סירופ רותח חם מאוד לקצף הביצים בהכנת הקרם, מונעת התפתחות חיידקי סלמונלה. קרמים ומוסים הנשמרים במקרר בתנאי בית ינטו לפתח את החיידקים המסוכנים במהירות, אך סירופ הסוכר החם מחסל אותם ומאפשר שמירה של עד שבוע במקרר".

למה כדאי לחתוך ביצים קשות בסכין רטובה?
אסנת לסטר: "באמצעות חיתוך הביצה בסכין רטובה מונעים את התפוררות החלמון והחיתוך המתקבל חלק ויפה".

למה לא מניחים קצף ביצים לעמוד לאחר ההקצפה?
עופר מעוז: "כאשר הקצף נח, הנוזלים נפרדים ממנו והקצף מאבד מחוזקו ומגמישותו".

למה כדאי להוציא ביצים מהמקרר כשעה לפני הקצפתן?
אסנת לסטר: "כדי לקבל קצף טוב, הביצים צריכות להיות בטמפרטורת החדר. לכן כדאי להוציא את הביצים כשעה לפני ההקצפה מהמקרר. אם שוכחים - אפשר לחמם מעט את הביצים על ידי טבילתן לדקה או שתיים במים פושרים".

למה צריך לחורר את הביצה לפני בישולה לביצה קשה ?

אסנת לסטר: "כמו כל דבר, גם ביצים מתרחבות בחום, וכשאינן לאן להתרחב, הן פשוט פורצות דרך הקליפה החוצה ומתפוצצות. כשמחוררים את הביצה בחלק הרחב שלה, היכן שנמצא כיס האוויר, ההתרחבות נעשית על חשבון האוויר שפורץ החוצה דרך החריץ והביצה לא מתפוצצת".

למה מוסיפים את הסוכר בהדרגה לקצף הביצים?

מייקל רנטיסי: "הוספת הסוכר בבת אחת מאיטה את תהליך ההקצפה והקצף ייווצר לא אחיד ולא יציב כראוי".

אחסון

למה כדאי להניח כמה קוביות סוכר בתוך כלי האחסון של הגבינה הצהובה?

אסנת לסטר: "כשמאחסנים גבינה צהובה בכלי אחסון אטום בתוספת שתיים-שלוש קוביות סוכר הסוכר אוגר וסופח לתוכו את הלחות ומונע היווצרות עובש על הגבינה הצהובה".

למה אסור לאחסן מלפפונים ועגבניות באותו תא אחסון?

אסנת לסטר: "כי העגבניות פולטות גזים שגורמים למלפפונים להרקיב מהר".

למה אסור לאחסן תפוחי עץ יחד עם פירות וירקות?

אסנת לסטר: "תפוחי עץ פולטים גזים שגורמים לירקות ולשאר הפירות להירקב".

למה צריך לאחסן ביצים עם השפיץ כלפי מטה?

אסנת לסטר: "אחסון ביצים עם השפיץ כלפי מטה שומר על טריות הביצים זמן רב".

למה כדאי לאחסן צנוניות בכלי עם מים במקרר?

אסנת לסטר: "המים שומרים על צנוניות טריות ופריכות זמן רב מאוד. מאותה סיבה כדאי להכניס גם צנוניות שהצטמקו למים קרים. הנוזלים מחזירים לצנוניות את הפריכות והטריות שאבדו להן".

למה כדאי להניח פרוסות של תפוחי עץ או פרוסות תפוחי אדמה לא מבושלים בתא בו שומרים לחם?

אסנת לסטר: "אם מוסיפים לארגז או לתא בו שומרים לחם, כמה פרוסות תפוחי עץ או כמה פרוסות תפוחי אדמה לא מבושלים, הלחם שומר על טריות וטעם זמן רב מן הרגיל".

למה כדאי להניח חצי תפוח אדמה בתוך המקרר?

אסנת לסטר: "אם יש במקרר ריח לא נעים של מזון ומיני תבשילים ששהו בו, תפוח אדמה חצוי מעלים את הריח. ליתר ביטחון, כדאי להחליף את תפוח האדמה מדי שלושה ימים".

למה כדאי להניח עלי דפנה בתוך שקיות הקמח, האורז ושאר מצרכים שחרקים אוהבים?

אסנת לסטר: "עלי דפנה מבריחים חרקים ומזיקים ממוצרי המזון. על ידי הנחת עלי דפנה בתוך המוצרים ועל המדף בין המוצרים, אנחנו מונעים מהם להשתכן שם. כדאי להחליף את עלי הדפנה כל שלושה חודשים בעלי דפנה חדשים".

למה כדאי לפזר כמה מסמרי ציפורן על השיש ומתחת לכיור?

אסנת לסטר: "זה מבריח נמלים