



ערכה לקיום מפגשי בישול אונליין – לשליחים ברחבי העולם



info@matkonziaron.co.il

 [מתכון עם זיכרון - Taste of Memories](#)  [@matkonzikaron](#)





שליחים יקרים,
אנו מודים לכם שבחרתם לקיים השנה מפגשי בישול במסגרת
פרויקט מתכון עם זיכרון.
בערכה זו תמצאו את האפשרויות לקיום מפגשי בישול לאור וירוס
קורונה, וכן מתכונים מתורגמים לאנגלית.

אנו כאן לרשותכם לכל שאלה, התייעצות ועזרה.
ניתן לפנות אלינו במייל – info@matkonzikaron.co.il
או בוואטסאפ – יערה: 052-399-1860

בקצרה על מתכון עם זיכרון:

מתכון עם זיכרון הינו פרויקט הנצחה חדש וייחודי לזכר חללי צה"ל ונפגעי פעולות האיבה דרך בישול מתכונים אהובים
והסיפור שמאחוריהם.
במסגרת הפרויקט מתקיימים מפגשי בישול בהם מבשלים מנה אהובה של חלל צה"ל או נפגע פעולות איבה שלא שב
לביתו לאכול אותה.
במפגשים מבשלים, טועמים ומשתפים תמונות, סיפורים, קטעי וידאו ומשוחחים על האדם שמאחורי המנה ומשפחתו.

רעיון מנחה:

כל אדם, מכל מקום בעולם, מכיר את התחושה של אובדן ושל געגוע.
כמו כן, לכל אדם יש המתכון שמזכיר לו מישהו יקר.
ב"מתכון עם זיכרון" אנו משתמשים בחיבור הכי פשוט על מנת ליצור קשר רגשי והזדהות – אוכל.
אנו שמים דגש וברגישות, מעלים לשיח את משפחות השכול, אלו שממשיכים לחיות ללא האהובים שלהם, מתוך
מחשבה שבסופו של יום כל אדם, בכל מקום ברחבי העולם עלול לאבד אדם שהוא אוהב, גם כדרך הטבע. ומכאן
ההזדהות והחיבור העמוק לכל סיפור משפחתי שמסופר במפגשי הבישול.
ההתמודדות עם השכול, המשך החיים וההנצחה, מהווה את הסיפור הישראלי של כולנו. במסגרת הפרויקט אנו עוסקים
בו בצורה נגישה, מרגשת ומשמעותית עבור המשתתפים וכמובן עבור המשפחות.

אתר האינטרנט של מתכון עם זיכרון, מאפשר לכל אחד, בכל זמן ובכל מקום, לבשל מתכונים של חללים
וכן לקיים מפגש בישול במטבח הפרטי ולהכניס ערך מוסף והנצחה לארוחות ומפגשים המתקיימים בחייו.
לאתר עולים מידי יום מתכונים נוספים, תמונות וסיפורים של חללים ובני משפחותיהם.
עמוד המתכון הינו אישי לכל חלל, וכולל את המתכון, תמונות, סיפורים, קישורים לאתרי הנצחה וכל מידע שהמשפחה
בחרה לשתף.

**כיום לאור המצב, ישנן 2 סוגי מפגשים שאנו ממליצים לקיים,
אנא בחרו את סוג המפגש המתאים לקהילה שלכם:**

info@matkonzikaron.co.il

 [matkonzikaron](https://www.facebook.com/matkonzikaron) - מתכון עם זיכרון  [@matkonzikaron](https://www.instagram.com/matkonzikaron)





מפגש בישול אונליין

בישול אישי של כל אחד בביתו,
והתכנסות משותפת בשיחת
וידאו לחלק בו משתפים את
סיפורו של החלל.

בישול אישי-ביתי

הזמינו את הקהילה לבשל באופן
עצמאי בביתם מתכון של חלל

בקצרה: בישול מנה אהובה של חלל צה"ל או נפגע פעולות איבה באופן עצמאי, כל משתתף מבשל באופן עצמאי ומשתף את בני ביתו בסיפור על החלל ומשפחתו.

בקצרה: בישול מנה אהובה של חלל צה"ל או נפגע פעולות איבה באופן עצמאי, ולאחריו מפגש וידאו משותף אותו השליח מוביל על בסיס המצגת על החלל.

למי זה מתאים? קהילות שניתן לתכנן אירוע משותף דרך וידאו, שליחים שחזרו לישראל ורוצים להוביל מפגש

הכנות-

1. בחרים מתכון וחלל שאותו כולם ינציחו יחד.
2. מוודאים כי יש מצגת באנגלית על החלל שבחרתם, במידה ואין ניתן להכין עצמאית על בסיס פורמט.
3. שולחים במייל לכל המשתתפים את המתכון ואת השם של החלל, ומזמינים אותם לבשל יחד את המנה בבית עם המשפחה.
4. קובעים מראש מועד שבו תתקיים הפעילות המשותפת בזום/בווידאו.
5. יש עדיפות שהבישול של המנה יהיה לפני הפעילות (אפשר לנסות לכוון לכך שלכל משתתף, בזמן השיחה ווידאו תהיה מולו את המנה מוכנה – ובזמן הפעילות יוכל לטעום ולשתף את התמונות).

למי זה מתאים? קהילות עם אוכלוסייה מבוגרת שמתקשה להתנהל באונליין ולקחת חלק פעיל בוידאו, שליחים שחזרו לישראל, שליחים שלא מתאפשר להם להרים בקבועי הזמן הקיימים ערב אונליין.

מה צריך להכין? דף מידע קצר על החלל, עם המתכון להפצה רחבה לקהילה – דוגמא –נספח ב'.

איך לבצע את ההפצה בקהילה? ניתן לשלוח באימיל מסודר לחברי הקהילה הכולל את המתכון ודף מידע על החלל, או להדפיס את המתכון ודף הסבר על החלל ולשלוח בדואר/לחלק לחברי הקהילה.

איך זה עובד בפועל? כל משתתף שמקבל מתכון והסבר על החלל מבשל בביתו בזמנו החופשי, ומתעד את התהליך והחווייה האישית שלו.

מבנה הפעילות- נספח א'

המשתתפים בישלו, ומה עכשיו? אל תשכחו להזכיר למשתתפים לצלם את המנות,

תעלו לפיסבוק או לאינסטגרם, תייגו את מתכון עם זיכרון, #גםאניבישלת #לבשלעםמשמעות #tasteofmemories

כמו כן, הזמינו את המבשלים לכתוב כמה מילים למשפחות, ושולחו לנו שנשתף עם המשפחות.

לסיכום ודגשים טכניים:

1. בחרו את המנה בהתאם לגיל המשתתפים- מידת הקושי, מצרכים זמינים וזמן בישול.
2. שימו דגש על כך שבמתכון עם זיכרון אנחנו מבשלים בדיוק על פי המתכון ולא עושים בו שינויים, על מנת להנציח (מזכירים למשתתפים לצלם את המנה לאחר שהיא מוכנה שנוכל לשלוח למשפחה השכולה ולשתף אותה בהנצחה).
3. בחלק בו מספרים את הסיפור מאחורי המנה על בסיס המצגת – יש לשתף מסך בזום.
4. תיעוד לאורך הבישול, לאחר הבישול ובזמן הפעילות – מאוד משמעותי ומאפשר לנו לסגור מעגל עם המשפחות ולשתף אותן בחוויה ובהנצחה המשמעותית והמרגשת – ניתן ואף מומלץ גם לכתוב כמה מילים מכל הקבוצה יחד למשפחה או לצלם סרטון וידאו (את כל התמונות, הסרטונים והמכתבים ניתן לשלוח ליערה בוואטסאפ או במייל -info@matkonzikaron.co.il

info@matkonzikaron.co.il

Taste of Memories - מתכון עם זיכרון @matkonzikaron





נספח א' – מערך פעילות למפגש בישול אונליין:

<u>שלב במפגש</u>	<u>פירוט</u>	<u>זמן</u>
פתיחה	עושים סבב וכל אחד משתף על מאכל שמזכיר לו אדם יקר / אדם שמזכיר לו מאכל	10 דק'
הסבר על מתכון עם זיכרון	מספרים על הפרויקט, מתי התחיל ואיך הוא נראה בזמן שגרה (מפגשי בישול שבהם המשתתפים מבשלים יחד את המנה). מסבירים גם על מה שהולכים לשות בפעילות – בישלנו כל אחד בביתו את המנה, וכעת נספר את הסיפור של החלל שזו המנה המיוחדת שלו.	10 דק'
פתיחת המצגת עד שלב הצבא	הסבר המצגת של החלל לסיים עם דרכי ההנצחה כיום-וכך שגם היום באכילת המאכל האהוב של החלל העלנו את הזיכרון שלו	15 דק'
טועמים את המנה ומדברים על חווית הבישול	מאחר ואי אפשר להיכנס יחד למטבח ולבשל, זה המקום של המשתתפים לשתף על חווית הבישול של המנה, ועל אכילת המנה לאחר שמכירים את הסיפור של החלל, מה מרגישים?	15 דק'
סיכום הפעילות	מסכמים בכמה מילים על הפעילות, איך דרך טעמים ובישול אפשר לזכור ולהנציח, וכמובן להדגיש שלמרות שהשנה יום הזיכרון מצוין במתכונת שונה ממה שאנחנו מכירים, בעבור המשפחות העובדה שכל משתתף בישל וישב עכשיו לשמוע את הסיפור מאחורי המנה על החלל והמשפחה זה עולם ומלואו. כולנו במתכון עם זיכרון מודים לכם שבחרתם לקחת חלק ולהשתתף ונשמח שתשתפו זאת עם המשתתפים ותפנו אותם לאתר האינטרנט.	7 דק'

info@matkonziaron.co.il

📱 @matkonzikaron - מתכון עם זיכרון 📺





נספח ב' - דוגמא לדף על החלל + מתכון להפצה למקיימים בישול אישי-ביתי



Oren Noah's (Z"L) Banana Cake

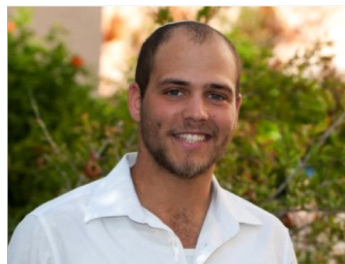
Ingredients

3 cups sugar
4 cups all-purpose flour
1 tablespoon baking powder
1 tablespoon baking soda
6-8 bananas
1 cup oil
4 eggs
0.5 cup orange juice
1 tablespoon vanilla extract

Instructions

Preheat oven to 350°C.

Mix all ingredients together, grease a cake pan, pour the batter in and bake for 35 minutes.



Staff Sergeant (Samal Rishon) Oren Noah Z"L
A commander of the Golani Brigade, fell in the battle of Shuja'iyya during operation "Protective Edge".
Oren was 22 Years old when he passed.
In his memory his family and friends established the "Oren's Lookout".

Memorial (Izkor) page - <http://www.izkor.gov.il/HalalKorot.aspx?id=518202>

Oren memorial video - <https://www.youtube.com/watch?v=o4cW1S4uG-E>

Oren memorial Facebook page - <https://www.facebook.com/orenoach/>

Oren's lookout video - <https://www.youtube.com/watch?v=3MkLx5F1uFg>

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





מתכונים באנגלית



info@matkonzikaron.co.il

 [מתכון עם זיכרון](#) - Taste of Memories  [@matkonzikaron](#)





Avi Greentzweig's (Z"L) Brownies

Ingredients:

100g dark chocolate

150g butter

3 eggs

1 tablespoon vanilla extract

1.5 cup sugar

1 cup all-purpose flour

0.5 teaspoon baking powder

Optional: walnuts



Instructions:

- Heat an oven to 180°C.
- In a small pot, melt dark chocolate and butter. In a separate bowl whisk eggs, vanilla extract and sugar.
- Cool down the chocolate and mix with the egg's mixture, add flour and baking powder.
- At this stage you can add the walnuts, if you'd like.
- Grease a medium size (30*35cm) baking pan and pour the batter into it.
- Bake for 25-30 minutes.



info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Benny Nahon's (Z"L) Banana and Jelly Tart

Ingredients:

6 eggs
1.5 cups sugar
2 cups self-rising flour
1 tablespoon cold water
2 tablespoon vegetable oil
1 package yellow instant jelly
3-4 bananas
Vanilla extract



Instructions:

- Whip 6 egg whites with a tablespoon of cold water, add sugar gradually until the foam is stable.
- In another bowl, mix 6 eggs yolks with 2 cups of flour and 2 tablespoons of oil.
- Fold the two batters together until the mixture is consistent. It's recommended to add the foam into the egg yolks' batter.
- Pour mixture into a baking pan (round or medium square one).
- Bake in the oven at 200°C. After the cake is rising, lower heat to 150 – 180°C, depending on the model of the oven.
- After the cake is baked and while it's still warm, mix in a small bowl water and vanilla; pour it on top of the cake.
- Slice bananas and arrange over the cake.
- Prepare the jelly according to instructions on the packet and pour on top of the cake and bananas.
- Refrigerate for a few minutes, until the jelly is firm.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Hanan Ben-Amram's (Z"L) Salmon Fish

Ingredients:

4 pieces of fillet salmon fish, skinless

Peppers: red, green, yellow, (at your choice: hot green pepper)

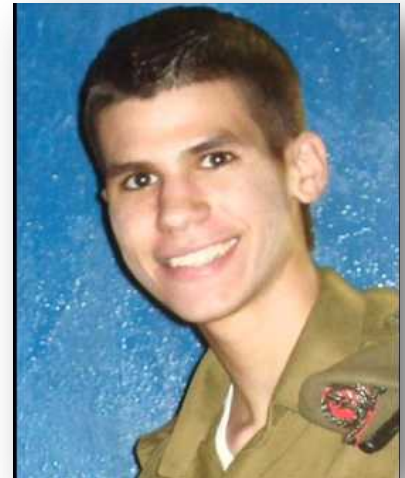
4 garlic cloves, cut in halves or cut thick

0.5 cup parsley, finely chopped

Olive oil

Coarse salt

Black pepper



Instructions:

- Slice peppers
- Slice garlic into halves or thick slices
- Sauté peppers for 5 minutes, add garlic and sauté together for another 5 minutes.
- Oil the salmon fillets with a little olive oil, add some black pepper and coarse salt.
- Lay the salmon fish in a hot pan, cook each side for 2 minutes.
- Move the fish fillets into a baking dish, add the peppers and garlic. Place in the oven for about 10 minutes in a moderate heat of 150-180°C.
- Garnish with chopped parsley before/after using the oven.



info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Ronen Hayoun's (Z"L) Cookies

Ingredients:

- 1kg all-purpose flour
- 2 sticks of butter or margarine
- 4 eggs
- 2 packets of baking powder
- 2 packets of vanilla sugar
- 100g desiccated coconut
- 1 cup sugar
- 0.5-1 cup of orange juice



Instructions:

- Mix all ingredients in a bowl, knead everything together.
- Roll out the dough evenly and create shapes using cookie cutters.
- Bake in the oven in 200°C.

Ronen's mother shared a story about the cookies he loved:

When Ronen left for the army, half of his bag was filled with boxes of different cookies, until this day his friends remember and tell us how he used to pile it all in the center of the room and everyone was welcomed to help themselves to a cookie. He never kept it all to himself, always shared.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Ronen Hayoun's (Z"L) Pizza

Ingredients:

- 1kg all-purpose flour
- 50g yeast
- 1 teaspoon salt
- 1 teaspoon sugar
- 0.25 cup olive oil
- 2.5 room temperature water
- Grated yellow cheese (i.e. Muenster/ American cheese/ Gouda)

Ingredients for the sauce:

- 2-3 kg fresh tomatoes
- 0.5 garlic head
- 0.25 cup olive oil
- Salt
- Black pepper
- Oregano
- Optional: Schug (spicy)

Toppings:

- Bulgarian cheese
- Fried eggplants
- Red peppers
- Red onion
- Olives
- Mushrooms
- Sweet corn



Instructions:

- Mix all the dough ingredients together (flour, yeast, salt, sugar, olive oil and water). Knead together until dough is smooth.
- Set aside and let rise for 30 minutes.
- After the dough rose, divide it into 8 equal pieces and round to balls.
- Prepare the sauce: puree the tomatoes (you can use store-bought crushed tomato if you prefer), and cook together with the rest of the sauce ingredients (olive oil, garlic, salt, black pepper, oregano and optional Schug)
- Roll the dough evenly and cook (without sauce or toppings) in 200°C for 10 minutes.
- Take the dough out of the oven and pour some tomato sauce on top of it, add a layer of grated cheese and various toppings.
- Put the pizza back in the oven for a few minutes (remember the dough is already baked) until the cheese is melting.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Yaniv Sason's (Z"L) Kitchari

Ingredients:

- 1 cup of rice
- 0.5 cup red lentils
- 0.5 stick of butter
- Cumin to taste
- 4 medium size garlic cloves
- 2 tablespoons of tomato paste
- 2.5 cups of water
- Pinch of salt



Instructions:

- Soak rice with lentils in water for about 1.5 hours.
- In a pot melt the butter, add garlic, cumin and tomato paste and stir. At this point you can add up to 0.5 cup of water, pay attention and do not overflow with water.
- Drain rice and lentils from water, and add to the pot. Stir together and add water to cover the rice.
Cook like a regular rice dish.



You can eat the dish just as rice with lentils (above) or like Yaniv loved to eat the dish, see here more instructions:

- In a deep pan sauté some onions in vegetable oil until golden-brown.
- Slice 2 tomatoes and add them to the pan in an even layer, on top of the onion.
- Add slices of yellow cheese (i.e. Muenster/ American cheese/ Gouda) in an even layer on top of the tomatoes.
- Pour into the pan the previously cooked rice with lentils (Kichari).
- It is optional to add another layer of cheese if you would like at this stage.
- Cook on low heat until the different flavors blend.
- Turn the pan over to a big serving platter and serve as if it was a cake.

Recommendation: eat with some yogurt or omelet and fresh vegetables on the side.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Oren Noach's (Z"L) Banana Cake

Ingredients:

- 3 Cups of Sugar
- 4 Cups of Flower
- 1 Table spoon of Baking Powder
- 1 Table spoon of Soda
- 6-8 Bananas
- 1 Cup of Oil
- 4 Eggs
- ½ Cup of Orange Juice
- 1 Table spoon of vanilla.



Instructions:

- Mix all the ingredients.
- Heat up your oven to 350°F.
- Insert the mix to a baking tray and in to the oven.
- Wait 35 minutes.





Bar Rahav's (Z"L) cheese Pasta

Ingredients:

1 pasta box – any kind you like.

Salt.

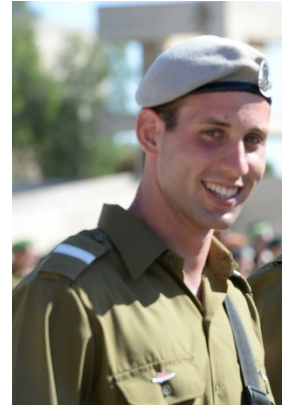
¼ stick of margarine.

250 grams of grated cheese

Mushroom

1 box whipping cream

White pepper



Instructions:

- Boil water in a large pot with a teaspoon of salt.
- After the water boiling, add a package of pasta, cook according to the instructions on the package until softening the pasta, stir occasionally.
- Drain and rinse the pasta in cold water.
- Return the pasta to the pot and add margarine and the grated cheese.
- Mix well until the margarine and cheese melt.
- Cut the mushrooms and add it.
- You can also add cooking cream and some white pepper.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Bar Rahav's (Z"L) Blintzes

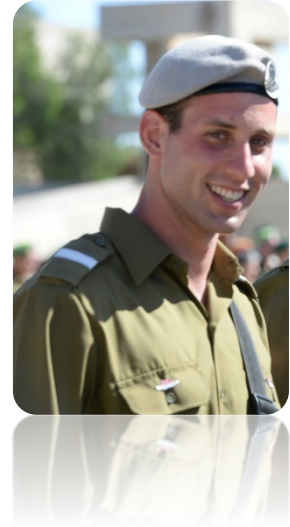
Ingredients:

4 eggs
1 cup milk
1 cup water
2 cups plain flour
Half a tablespoon of oil

Instructions:

Mix well with a smooth liquid mixture, prepare blintzes with the blintzes pan or on a regular skillet. Try to get thin leaves (depending on the amount of dough).

If using a regular frying pan, lubricate the pan well and preferably use a low frying pan.



Fillings:

Sweet filling-

whipped cream + Fruit can be cut into pieces (pineapple fruit cocktail, etc.)

salted filling-

Mix well 1 box of sour cream with 250 grams of Feta cheese, herbs to taste, chopped chives, salt and pepper.

Mushroom filling-

Mix well mashed potatoes from medium-sized potatoes with three finely sliced onions,

Cut mushroom and browned with little oil on the skillet.

Mix it together and season with salt and pepper.

Instructions:

Place as a spoon stuffing in the center of each Blintzes, roll or close an envelope. Keep cool. Can be served with chocolate or strawberry sauce over.

Salted blintzes can be bake in the oven and sprinkle with a cheese over.

Since the blintzes itself is neither sweet nor salty, any other filling will suit your taste.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Hadar Cohen's (Z"L) Chocolate Cake

"Simple and filled with love"

Ingredients:

- 4 eggs
- 1 cup of Hershey's cocoa
- 2 tbsp. of dark cocoa
- 1 cup of self-rising flour (or 1 cup of all-purpose flour+
1 tbsp. baking powder)
- 1 cup of Sugar
- 1 Cup of canola oil
- 4.4 oz. of Heavy cream
- 4.4 oz. heavy cream
- 3.5 oz. Dark semi-sweet chocolate



Instructions:

- Hit the oven to 375 °F.
- Mix all the dry ingredients in a bowl.
- Add eggs, oil, and cream. Mix only till it's homogenous.
- Oil a cake pan (26cm) and pure in the mixing.
- Bake for 40 min.

For the frosting- Warm the cream until it's almost boiled. Then, pure it over the chocolate

Hadar loved giving from the deep of her heart. She used to bake this cake to all of her friends in any of their birthdays. She craved for chocolate and sweets.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron

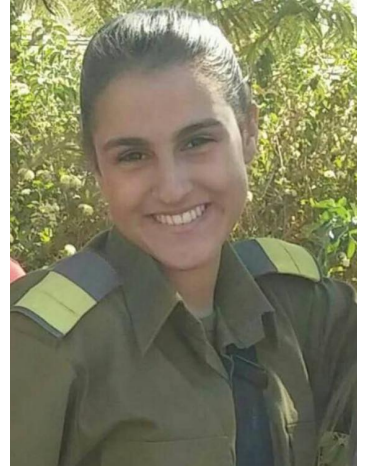




Hadar Cohen's (Z"L) Creamy Potatoes

Ingredients:

4 Potatoes
1 Onion (chopped)
1 Box of Fresh Champignon mushrooms (Sliced)
1 cup of Heavy Cream
3.5 oz. Cheddar/ Gouda cheese (Shredded)
Salt (Flat spoon)
Black Pepper (Half spoon)



Instructions:

- Hit the oven to 375 °F.
- Boiled water in a medium pot. Meanwhile, pill the potatoes and cut to slices.
- Add the sliced potatoes to the boiling water and cook for 5 min or until it starts to soften (to be only halfway ready).
- Organize the sliced potatoes in a pan.
- In another pan, heat oil or butter until hot. Add chopped onion and cook for 5 min or until it starts getting a golden brown color. Then add the mushrooms, Salt and Black pepper. Keep cooking for a few more minutes until the mushrooms are cooked and the liquids evaporated.
- Add the heavy cream and cook on a low hit. Keep stirring frequently until it builds.
- Pure the sauce over the potatoes and spread the cheese on top of it. Cook in the oven for 10 min or till it gets brown.



info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Sharon Chen's (Z"L) Zulbia (Jalebi)

Ingredients:

Eight cups of flour
Three Tablespoons of sugar
One Tablespoon of thin salt
Two Eggs
One Baking powder



Instructions:

- Put all ingredients together.
- Add water while kneading until the dough is slightly thinned.
- Heat oil in a pan.
- Sprinkle small pieces with your hand of dough, you can also take dough with a serving spoon and to insert it into the boiling oil and stretch the dough with the spoon.
- The object is to create circles with a diameter of 4 inches. When the underside has a golden color, you turn the dough.
- After both sides are golden brown (not burned), remove into a tray with absorbent paper.
- It is possible to eat with diced and spicy tomatoes (as the Yemenites customarily do) or with sweet spreads like maple, sugar, honey etc.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Evatar Turgeman's (Z"L) Cheesecake

Ingredients:

750 white cheese 5%.

Cream cheese- box.

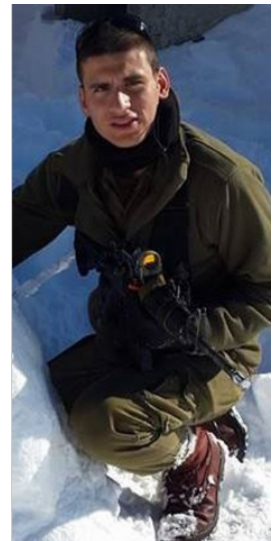
6 eggs (size xl)

4 tablespoons cornflour

3 tablespoons vanilla pudding

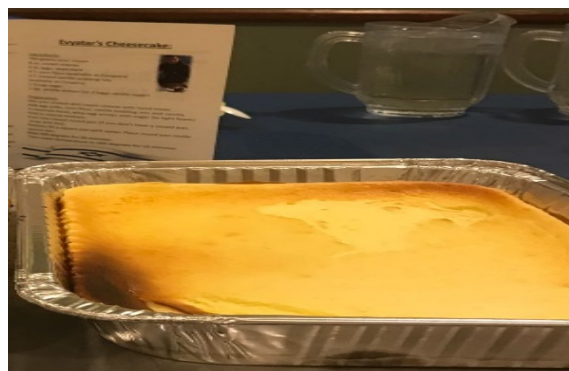
1 ¼ cup of sugar

2 vanilla sugar



Instructions:

- Mix the cheese and cream (with hand mixer).
- Add egg yolks, confectioner vanilla pudding and vanilla sugar.
- Whip the egg whites with sugar (not to too hard foam).
- Add the cheese to the bowl.
- Put in a closed round pan (if you do not wrap the pan with a good silver foil).
- Fill a square pan with water.
- Place the round pan in a square pan with water for 100 degrees Celsius for half an hour.



info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Daniel Shiran's (Z"L) Cinnamon Cake

Ingredients:

For the dough-

4 separate eggs

1.5 cup sugar

1 cup orange juice

A bag of vanilla sugar

A little less than 1/2 cup of oil

2 cups flour

For the cinnamon mix-

1/4 cup thin coconut chips

1 tablespoons of white sugar + 1 tablespoons of Dmarara sugar

1 Teaspoon of cinnamon



Instructions:

- Whisk the egg whites, when the foam begins- add about 1/2 cup of sugar and continue to whisk until the foam is hard.
- In a separate bowl, mix the egg yolks, add the remaining sugar, and continue stirring until the mixture is soft.
- Add the rest of the ingredients in the order while continuing to mix (caution - the juice sprays when added ...) and finally add the foam manually by wrapping movements.
- To lightly oil a round mold (28 cm in diameter) or 3 English Cake molds and pour in 1/2 of the dough, spread about half of the cinnamon mixture (in a uniform layer over the entire dough). Of the cinnamon mixture.
- **If the amount of cinnamon mixture is not enough - prepare more.**
- Bake in a preheated oven to 1180 for 45-50 minutes. Check with a toothpick that the cake is baked, but not too dry (there will be no dough on the toothpick but there can be some damp crumbs).

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Gilad Fisher's (Z"L) Schnitzel

Ingredients:

Thin sliced chicken breast

Two Eggs

Bread crumbs (as much needed)

Spices: Salt, Black pepper,

Sweet paprika, Garlic powder

Oil



Instructions:

- Mix the eggs.
- Add the spices to the breadcrumbs.
- Heat oil in a pan.
- Dip each piece in the egg and then in the breadcrumbs.
- Fry on both sides until reaching a golden-brown color.

*** Gilad loved to eat the schnitzels in a fresh challah rolls with ketchup.**

info@matkonzikaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Gilad Stuckelman's (Z"L) Shnitzels

Ingredients:

1 Kg Chicken Breast

2 eggs

1 Pack Bread Crumbs

Canola Oil

Spices: Salt, Black Pepper, Paprika, Garlic Powder



Instructions:

- Cut the chicken breast into thinner pieces.
- Mix the eggs in one bowl . In a different bowl we put the bread crumbs and add all the spices.
- In a large pan we heat oil .
- Later we dip every piece of chicken breast in the bowl with eggs and then in the bread crumbs.
- We fry it on both sides until we see it starting to get golden.
- Eat fresh and hot!

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Kim Levengrond-Yehezkel's (Z"L) Stuffed Peppers

Ingredients:

6 Red Peppers
2 Onions
3 Tomatoes
2 tbsp Smashed Tomatoes
3/4 cup of rice
Oil for frying
1/2 tsp salt
1 tsp paprika
1/4 tsp black pepper



Instructions:

- Cut the onion to small pieces and fry until it's golden.
- Add the rice to the onion and mix for 3 min.
- Take it out of the fire.
- Smash the tomatoes and add the tomato sauce, salt and paprika and mix.
- Take 1/3 of the mixture and mix it with the rice and the onion.
- Cut the top part of the red peppers and fill with a spoon the peppers until it reaches 2/3 of the pepper.
- Put the peppers in the pot and pour on the top the tomato mixture.
- Make sure there are enough fluids in the pot (the rice absorbs it very well).
- Cook it in the pot for an hour.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Kim Levengrond-Yehezkel's (Z"L) Carrot Cake

Ingredients:

1.5 cups white flour
1.5 cups whole wheat
1.5 tbsp baking powder
1 tbsp cinnamon
3/4 cup water
1/2 cup Silan
1 cup sugar (mix with 1/4 cup water)
3 tbsp oil
1 tsp vanilla extract
3 medium carrots



Instructions:

- Grate the carrots and put them in a small bowl.
- In a different bowl mix the flour, baking powder and cinnamon.
- Add water, Silan, oil, vanilla extract and mix well.
- Oil a round pan and put the mixture back inside.
- Bake for 40 min in 356 degrees.
- Let the cake cool down a little and sift sugar power if wanted.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Yanai Weisman's (Z"L) Moroccan fish for Shabbat

Ingredients:

8 Fish fillets: Amnon or Musht (Tilapia), or mullet filet, filet of sole also works
Fresh lemons (at least one large one, squeezed)
2 large Sweet Red peppers cut into thin strips
½ head of garlic cloves (per kilo of fish)
3 -4 tbsp. Olive oil
Fresh coriander / 1 whole fresh hot pepper (optional)

For the sauce:

1 tablespoon sweet paprika
1 teaspoon salt
1 teaspoon black pepper
1 teaspoon turmeric
1 cup Olive oil
1 cup water



Instructions:

- Wash the fish well and then soak in a large bowl with lemon juice for 20 minutes (or more). This eliminates the “fishy” smell.
- After at least 20 minutes, wash fish again and put in strainer to drain the water.
- Peel the garlic cloves. Put a few tablespoons of Olive oil in a wide, low pot. Once hot, add the whole garlic cloves and half of the Sweet Red Pepper strips.
- Add drained fish and arrange in pot on top of the peppers and garlic. [For slightly “hot”, add a whole fresh hot pepper. For very spicy, cut the pepper. Be careful!]
- Above the fish layer, arrange the rest of the peppers and coriander.
- In a small bowl, mix the ingredients of the sauce without the water: the cu of olive oil, paprika, turmeric, salt, black pepper.
- Pour the sauce over the fish and make sure they are well coated.
- Place the pot over a high flame and pour a glass of water around the sides of the pot (not over the fish).
- Bring to a boil and then lower the flame and cover with a lid.
- Cook for 15 minutes. (With lid)
- Remove the lid and cook for half an hour uncovered.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Ohad Shemesh's (Z"L) Vegetable Pasta

Ingredients:

Eggplants
Tomatoes
zucchini
Onion
Bell peppers (different colors)
salt, black pepper
lemon
parsley
1 package of pasta of any shape



Instructions:

- Chop the vegetables
- Soak the tomatoes in hot boiling water, once ready, peel them.
- soften the chopped vegetables in olive oil: start with the onions, and then peppers, eggplants and zucchinis, and finally add the tomatoes.
- add salt, black pepper and a bit of lemon
- add 1-1.5 cup of water and stir.
- Season and then simmer the sauce until it's reduced slightly — somewhere between 10 and 15 minutes
- While the sauce simmers, cook your pasta
- Toss the pasta with the sauce, once ready, add some fresh parsley

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Doron Asulin's (Z"L) Avocado salad

ingredients:

avocado
green onions
a bit of olive oil
fresh lemon juice
salt

Directions:

1. Cut the avocado into cubes.
2. Cut the green onions.
3. Add the olive oil, lemon juice and a drop of salt.
4. Mix everything together.



info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Goren Mordechai's (Z"L) Tahini

Ingredients:

1\4 kg raw tahini
1\2 glass of water
1\4 glass of lemon juice
3 garlic cloves
fresh parsley (as much as you like)
salt
family recommendation-to also add pita and eggplant



Instructions:

1. in a bowl mixing the tahini with water.
 2. squeezing fresh lemon and adding to the bowl, season with salt.
 3. then, crashing the garlic cloves and adding to the bowl.
 4. chopping the fresh parsley, adding to the bowl, and mixing all together.
- recommended to eat with warm pita
or even for those who are daring; roast eggplant till he's soft inside, open it up and pour the tahini while he's still warm.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Sharon Chen (Z"L) Zalabia

Ingredients:

- 1 kg. flour
- 3 spoons of sugar
- 1 spoon of fine salt
- 2 eggs
- 1 baking powder



instructions:

1. Mix the ingredients.
2. Add water while kneading, till the dough is a little bit watery.
3. Pay attention to the texture of the dough in the attached video. You can make it right away or wait a little, one hour at most (no significance to proofing because there are no yeasts).
4. Heat oil in a pan, till the oil is very hot.
5. Cut small pieces of the dough with your hand or with a spoon, stretch it with the hands to make balls about 10 centimeters round.
6. When the dough becomes golden, turn sides. after two sides are golden (be careful not to burn it), take out to a tray with blotting paper.

You can eat it with crushed tomatoes and chili (like the Yamans do) or with sweet spreads like chocolate, maple syrup, etc...

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Dorit Matzkin's (Z"L) avocado salad with lemon

Ingredients:

medium avocado
2 eggs
spoon of mayo
salt
spoon of fresh lemon juice



Instructions:

1. Cook 2 hard-boiled eggs.
2. Mash the avocado.
3. When the eggs are cooked, peelers and mash them too.
4. mixing the avocado, eggs, mayo and salt all together.
5. add the lemon.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Dvir Emanuelof's (Z"L) Challah

Ingredients (Yield 2 challas):

8 to 8 ½ cups all-purpose flour
4 tbsp active dry yeast
6 cups lukewarm water
1 cup vegetable oil
5 tbsp sugar
1 spoon salt
1 large egg
Poppy, nigella or sesame seeds for sprinkling



Directions:

1. preheat your oven to 180C or 350F.
2. Sift your flour, add yeast, sugar, salt and oil and gradually the water.
3. stir until the mixture is sticky.
4. When dough holds together, it is ready for kneading. (You can also use a mixer with a dough hook for both mixing and kneading.)
5. Turn dough onto a floured surface and knead until smooth. Clean out the bowl and grease it, then return dough to the bowl. Cover with plastic wrap, and let rise in a warm place for 1 hour, until almost doubled in size.
6. Punch down the risen dough and turn out onto a floured board. Divide in half and knead each half for five minutes or so, adding flour as needed to keep from getting sticky. Divide each half into thirds and roll into a long snake about 4 inches (or 10 cm). Pinch the ends of the three snakes together firmly and braid from middle. Either leave as braid or form into a round braided loaf by bringing ends together, curving the braid into a circle, and pinch ends together. Grease two baking trays and place the finished braid or round on each. Cover with a towel and let rise for about one hour.
7. Beat an egg and brush a generous amount over each braid. Sprinkle with poppy seeds/sesame/nigella per your liking.
8. Bake at 350 degrees F (180 degrees C) for about 30 minutes. Bread should have a nice hollow sound when thumped on the bottom. Cool on a rack for at
9. least one hour before slicing.

info@matkonziaron.co.il

מתכון עם זיכרון - Taste of Memories @matkonzikaron





Dvir Emanuelof died aged 22 in battle, on January 4th 2009. He was the first soldier to die in The Gaza War, also known as Operation Cast Lead. He was laid to rest in the National military cemetery of Mount Herzl. Dvir was survived by his mother, three sisters and his brother.

Dvir's mother, Dalia tells the story of his favorite challas:

"I used to bake challas each Friday, it became a routine after my husband, Netanel, died.

Dvir was anything but spoiled when it came to food, he ate everything, especially when he was hungry.

One weekend he came back home after an operational activity and I was too tired to bake challas, so I asked him to buy some, because I wasn't feeling it.

He smiled at me and said to me, "mom, I'll help you". I looked at him and his smile, that gave me the energy I needed and baked him his favorite challas.

Since then, the challas quickly became known as Dvir's Challas.

The amount yields 2 challas and is enough for dough offering.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Guy Kuba's (Z"L) Corn chowder

Ingredients:

- 2 tin cans of corn
- 5 glasses of water
- 2 spoons of chicken soup powder
- 4 teaspoons of sugar
- 2 spoons of cornflour
- 2-3 eggs
- 2 spoons of soy sauce
- Salt according to your taste
- 1 spoon of sesame oil (not a must, only if you like the taste)



Instructions:

1. Spill one corn tin can with it's liquids to a cooking pot and grind it with a manual blender into a puree.
2. Add the other corn tin can to the cooking pot, with it's liquids. Add water and season with chicken soup powder, soy sauce, salt & sugar.
3. Cook until boiling.
4. In a small bowl, mix the cornflour with a little bit of water, until smooth, and pure it into the pot.
5. Cook the soup until it thickens, approximately 10 minutes.
6. Taste and season if needed.
7. Add the sesame oil.
8. In another bowl, scramble the eggs thoroughly and with a fork, drip egg drops into the pot. Keep cooking until the egg drops become white.
9. Pass the soup into a serving bowl and spread a little bit chopped chive or finely chopped green onion on top.

info@matkonzikaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron





Lieutenant colonel Guy Kuba fell in the line of duty on may 7th 2000. He was 36 years old. He was buried in the military cemetery in Haifa. He left behind 2 kids, parents and brothers.

Noy, his daughter, tells about the corn chowder:

I can say, from my good memories with my dad, that he very much liked to cook and to eat. He liked Chinese food the most. We even have his handwritten recipes of corn chowder, Chinese salad and Chinese cabbage salad.

We miss dad in the holiday meals, Saturday night meals and just regular dinners. We miss him a lot but we always smile and remember that dad is happy to see us continue to have fun, smile, laugh and enjoy food in general, just like he loved.

info@matkonziaron.co.il

 מתכון עם זיכרון - Taste of Memories  @matkonzikaron

