

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA
ROSH HA-SHANA I

ROSH HA-SHANA

Texto e Pesquisa Belizia Heller

Em hebraico Rosh Ha-Shana significa “cabeça do ano”. É o início do ano.

Os alimentos que fazem parte da mesa de Rosh Ha-Shana simbolizam prenúncios de boa sorte, paz, um ano doce (maçã com mel fazem parte deste simbolismo).

Dentro desta linha de alimentos doces, em muitos países, pratos com carne, galinha e vegetais são adocicados. A batata doce (no lugar da batata comum), cebolas carameladas, cenouras carameladas, passas, ameixas, tâmaras, mel fazem parte da culinária específica de Rosh Ha-Shana.

Na tradição asquenazim a Chalah redonda é recheada com passas. Rodelas de cenoura carameladas, (semelhante a moedas) simbolizando prosperidade, cabeça de peixe simbolizando a “cabeça” e não a “cauda” durante o ano.

Os ucranianos evitam comer pepinos, pickles e raiz forte e alimentos azedos.

Os sefaradim costumam comer cabeça de peixe ao forno pois “devem manter-se sempre no topo e não na cauda com suas cabeças bem no alto”. Seguindo ainda, essa linha de pensamento come-se azeitonas verdes no lugar de pretas.

Os judeus marroquinos costumam ter sempre em suas mesas o *Couscous de Sete Legumes* para trazer boa sorte, assim como todo o tipo de alimento de formas arredondadas como grão de bico, ervilhas, gergelim etc... para que ano seja cheio e redondinho.

No Egito o costume é comer ervilhas verdes simbolizando abundância e fecundidade, assim como sementes de romã salpicada de flor de laranjeira, água e açúcar, alimentos brancos (geléia de coco..) para trazer alegria e paz.

Costuma-se comer também uma fruta nova da estação. Em Israel a preferida é a romã pois consta na Torah que é fruta da Terra de Israel e porque tem 613 sementes

(acredita-se) o mesmo número das mitzvot.

O mel por significar doçura é presença obrigatória na mesa de Rosh Ha-Shana e desta vez é nele e não no sal que comemos o pão ou um pedaço de maçã almejando por um ano doce.

Enfim, nada de alimentos amargos, azedos ou de cor preta (berinjela, azeitona...)

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA
ROSH HA-SHANA I

HONIK LEIKECH - BOLO DE MEL

Receita Mony Cohen testada na
aula de 21/08/05

É o bolo mais tradicional nas mesas de Rosh Ha-Shana simbolizando desejos de um ano muito doce. É servido sempre em ocasiões alegres: nascimentos, casamentos, barmitzva etc...

Ingredientes

3 ovos
1 copo de açúcar
1/2 copo café forte
2 copos farinha de trigo peneirada
1 colher de sobremesa de fermento
3 colheres sopa óleo
1 garrafinha de mel
1/2 colher de café de bicarbonato
canela, passas, nozes, castanhas, cravo socado

Preparo



1ª etapa

Bater as claras em neve e juntar o açúcar aos poucos. Juntar o café e a farinha alternadamente e adicionar o óleo e o fermento e a canela, passas, nozes castanhas, e cravo socado.
Misturar nessa massa o mel e o bicarbonato.



2ª etapa

Untar o tabuleiro com óleo e assar em forno por 20 min. Enfiar um palito na massa e se esse sair seco o bolo está pronto.

BOLO DE MEL

Receita Ana Maria Braga recomendada
por Mony Cohen

Ingredientes

4 ovos
1 copo (tipo requeijão) de açúcar
3/4 de copo (tipo requeijão) de mel
1/2 copo (tipo requeijão) de café forte (4 colheres sopa de café em pó em 1 copo tipo requeijão de água)
1/2 copo (tipo requeijão) de óleo de milho
1 1/2 colher chá de bicarbonato (dissolvido no café)
350 g de farinha de trigo
1 colher chá de essência de baunilha
1 xícara chá de uvas passas brancas, sem sementes, polvilhadas com

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA
ROSH HA-SHANA I

farinha de trigo
1 xícara chá de nozes picadas na faca
Óleo para untar e farinha de trigo para polvilhar

Preparo

1ª etapa

Separe as gemas das claras.
Na batedeira, bata 4 claras em neve, junte o açúcar, 4 gemas e continue batendo até a mistura crescer bastante.

 **2ª etapa**

Desligue a batedeira e acrescente o mel, o café forte, o óleo de milho, o bicarbonato (dissolvido no café), a farinha de trigo, essência de baunilha, uvas passas brancas, sem sementes, polvilhadas com farinha de trigo, nozes picadas misturando bem com uma espátula.

 **3ª etapa**

Numa forma untada e polvilhada, despeje a massa do bolo.
Asse em forno pré-aquecido a 180 graus, por 20 min.
Diminua o forno para 150 graus e asse por mais 25 min.
Quando desinformar derramar mais mel sobre o bolo e enfeitar com passas e nozes.
Dica: polvilhe farinha de trigo na uva-passa para que esta não afunde na massa do bolo.

VARENIKES

Receita Mira Janiuk

testada na aula de 21/08/2005

Varenikes prato tradicional e muito aguardado na mesa de Rosh Ha-Shana.

Ingredientes

Massa

1 batata média cozida e espremida
2 ovos ligeiramente batidos
2 copos de farinha de trigo
sal a gosto
Mais farinha se necessário.

Recheio

1 kg. De batata cozida e espremida (espremedor)
1 cebola picada frita (clara)
sal a gosto, pimenta.

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA
ROSH HA-SHANA I

Preparo

 **1ª etapa**

Cozinhar a batata e espremer. Bater os ovos inteiros ligeiramente .
Numa vasilha colocar a farinha e abrir um buraco no centro. Ir colocando a batata, os ovos e o sal. Amasse até ficar homogênea, macia e sem grudar nas mãos.

Cobrir e deixar descansar por ½ hora.

 **2ª etapa**

Após o descanso cortar a massa em 2 pedaços e abrir com o rolo. Cortar em rodela com a boca de um copo e colocar o recheio e fechar bem.

 **3ª etapa**

Numa panela grande esquentar uma boa quantidade de água com um pouco e sal e uma colher de óleo (para os varenikes não grudarem). Colocar os varenikes, deixar cozinhar.

 **4ª etapa**

Já cozidos, escorrer. Colocar no pirex. Fritar bastante cebola picada e jogar por cima.

Dicas: Cozinhar a massa aos poucos, para não grudarem.

Deixe o recheio esfriar para rechear.

Massa pratica: Usar massa de pastel industrializada. Nesse caso quando for cozinhar

Assim que levantar fervura, retirar.

Ao retirar a massa já cozida da água fervente, colocar em uma peneira imersa numa

Vasilha com água muito gelada. Retirar e colocar num pirex com creme de leite fresco,

Passas e salpicar uma de sopa de manteiga.

OUTROS RECHEIOS

Existem varias maneiras de rechear os Varenikes.

Ricota: Amassa-se a ricota com cebolinha verde, sal e um pouco de creme de leite. Nesse caso tanto pode, ser coberto com cebola frita ou com creme de leite fresco.

Fígado de Galinha: fritar uma cebola picada acrescentar + ou – 200 g de fígado de galinha, sal, 1 ovo cozido. Levar ao processador e rechear.

Queijo Minas: Amassa-se o queijo, tempere com sal, pimenta do reino, ovo.

QUANDO O FUTURO E O PASSADO SE ENCONTRAM – NA COZINHA
ROSH HA-SHANA I

KREPLACH

Receita

Mira Janiuk

São semelhantes ao *capeletti* italiano. São apreciados nas refeições de Rosh Ha-Shana e véspera de Iom Kipur e podem ser acompanhados do Yoich (caldo de galinha ou de legumes)

Ingredientes

MASSA

A massa tradicional é a mesma do Varenikes.

Massa rápida - atualmente usa-se a massa de pastel industrializada.

RECHEIO

+ou- 700g de queijo minas espremido (no espremedor de batatas)

1 batata cozida espremida

pimenta

sal a gosto

Preparo

 **1ª etapa**

Misturar bem os ingredientes do recheio e rechear a massa, podendo do-la em

triângulo, fechar bem as extremidades.

 **2ª etapa**

Mergulhar os Keplach em bastante água fervente salgada e cozin-Quando levantar

fervura retirar e escorrer..

Colocar em um pirex e cobrir com creme de leite fresco.

Dicas: Assim como os varenikes os keplach também podem ser rechea com

fígado de galinha, carne, ou cogumelos, de preferência shiitake. Neste c: os shiitake

devem ser batidos antes de serem refogados.