

ממטבחה של מטפלת

מתכונים לחיים טובים יותר

גליון

5

לתגובות והצטרפות:

יהודית שולם

shulemy@gmail.com



מזוית אישית



אלא משפט אחד או שניים, כיצד את יכולה לומר כי הכרת אותי? אם ידידים נפרדו ממני במשפט חביב: 'נשמח אם תקפצי לביקור כשתהיי בסביבה', ראיתי חובה לעצמי לבדוק את כנותם ואמינותם, ומיד אמרתי: אני אכן אמורה להיות ביום שלישי סמוך לביתכם! בחיך ניצחון ראיתי אותם מתפתלים ומתקשים להתמודד עם הנחרצות שלי לחנך אותם לכנות וליושר.

היום אני נמצאת במקום אחר לגמרי. מחמאה פירושה 'שמתי לב אליך כי אכפת לי ממך'.

המשך מחשבות ותובנות במדור 'זווית חינוכית'.

יצא פעם שבועון בהר נוף היה לי טור שבועי שנקרא 'בואו נדבר'. התחלתי עם נושא המחמאות, והמשכתי איתו לאורך שישה שבועות. הפסקתי, לא כי נגמר לי מה לומר אלא משום שהעלון נסגר. גם בכל אחד מהספרים שכתבתי הקדשתי פרק לנושא.

נתחיל עם קטע מהספר 'ללוות ילד' [ניתן לרכישה בחנויות מובחרות ואצל המחברת]. במשך שנים חשבתי שנתנית מחמאה מנוגדת למידת האמת. ההתייחסות שלי לזולת עברה וסוננה דרך אמות מידה קפדניות ביותר, כל סטייה מזערית מן הטוב והישר קיבלה התייחסות הולמת. בביקור משפחתי בארה"ב נדהמתי לשמוע מישהי אומרת כי היא 'שמחה להכיר אותי', מיהרתי להעמיד אותה על טעותה ולומר 'לא דיברת איתי

בין המילים (או ה'מילים')

גם הפעם התגובות שלכם לקחו אותי למקומות מעניינים ועוררו מחשבות והתמודדויות. נשארתי עם שאלות וקושיית כמו: כשאני נפגעת ממשוה ואני לא מסוגלת להתעלם, לדון לזכות, להבין את מקומו, להתעלות, וכל יתר הדברים הרצויים. מה אז?

הדבר הכי מצוי ולא רצוי זה להתנהג כאילו לא היו דברים מעולם, אבל להתעסק עם המחשבות שטופחות בפנים וגורמות להתרחקות מהפוגע.

אבל החלטתי הפעם לעשות תפנית לצד השני של תוכחה וביקורת ולעבור לנושא המחמאות.

זווית חינוכית

למשל: "עשית עבודה נהדרת!" או "התכונת יפה מאוד למבחן, וזה השתלם!" רצוי גם להימנע ממשפטים כמו "ידעתי שתצליח, כי יש לך ראש למספרים", מכיוון שזה עלול לחסום כיוונים נוספים..

ואיך להתייחס לכישלונות? אפשר לעבור יחד עם הילד על מבחנים בהם קיבל ציונים נמוכים, לשוחח אתו על הרגשתו כלפי הציון ולומר משהו כמו: "זו הזדמנות נהדרת להבין מהי הדרך הנכונה לבצע את התרגיל". המסר החשוב הוא שכדאי להשקיע, אך גם אנשים מוצלחים עושים טעויות ושכל טעות עוזרת להם להתקדם. היכולת לקבל את הטעויות שלהם תאפשר להמשיך ולגלות סקרנות, להעיז ולהסתכן גם כשהצלחה לא לגמרי מובטחת.



מחמאה "אתה חכם כל כך!" או כל גרסה דומה, מתקבלת כנתון עובדתי, כמו צבע העיניים שלך הוא חום, ואז כאשר הוא יקבל ציון נמוך במבחן, הוא עלול לחשוב "מה יגידו עלי עכשיו, סימן שאני לא חכם". מחשבות כאלה גורמות לו לפקפק בעצמו, ולהימנע ממצבים שיעמידו אותו במבחן.

למשל להפסיק לשאול שאלות כדי לא להיתפס כמישהו שלא מבין את החומר, או להימנע מכל ניסוי וטעייה שהם הכרחיים לכל למידה.

נמצא כי ילדים שמתויגים כ"חכמים" או "מחוננים", בוחרים לאתגר את עצמם הרבה פחות מאשר ילדים "רגילים".

נתון מעניין - מצאו כי בנות בעלות הישגים גבוהים בלימודים נמצאות בסיכון הגבוה ביותר להיזק ממחמאות שקובעות שהן חכמות.

אז מה כן? נכון יותר להתאים את התגובה למצב הספציפי.



פינת המרשמים - lemon meringue pie

שלוש כפות מים [זוכרים? קרים]
קמצוץ מלח.

למילוי:

1 כוס סוכר

1/4 כוס קורנפלור פלוס עוד שתי כפות, פלוס קמצוץ מלח.

1/2 כוס מיץ לימון סחוט טרי [חשוב, הטעם יוצא אחר לגמרי]

3 חלמונים טרופים

1/2 כוס מים קרים

1 1/2 כוס מים רותחים

2 כפות מרגרינה

קליפת לימון מגורדת.

למרות שאנחנו לא דוברי אנגלית, משום מה את המרשם הזה אנחנו מכירים באנגלית. זו אחת העוגות המיוחדות של משפחתנו, ואפילו יש נכד אחד שאוהב לאכול אותה.

הפעם לשם שינוי אתן מתכון מדויק.

אבל קודם כל נתחיל בהכנת התחתית לפאי: בשלב ראשון לערבב קמח עם מרגרינה/חמאה לפרורים. אין ברירה צריך ללכלך את הידיים ולחוש מתי השומן מתפזר בצורה שווה ונספג בקמח, המרקם אמור להיות כמו חול גס.

עכשיו מוסיפים מים קרים. כמה? אין לי מושג. אמנם בספרי האפייה יכתבו כמות מדויקת, אבל גם כשמסתכלים בווידיאו של שפים אמנם נותנים רשימת מצרכים וכמויות, אבל בצילום רואים שהוא פשוט שופך באומדן, וכמעט תמיד מוסיף עוד קצת. נחזור לפאי. בהתחלה נוסיף שתי כפות מים, ובהדרגה תוך ערבוב במזלג נזליף טיפות נוספות. כשהבצק מתחיל להתגבש, שוב מכניסים את היד אוספים הכל ומאחדים לגוש. לא רטוב ולא יבש מדי.

הערה חשובה: כל המצרכים צריכים להיות קרים, הקמח, המרגרינה, ואפילו הקמח.

עוטפים בניילון ומכניסים למקרר לפחות לשעה. לקמח משטח בקורנפלור, ולרדד לצורת עיגול די דק בקוטר של תבנית עגולה פלוס השוליים. להניח בתבנית ולצבט את השוליים, לדקור את התחתית עם מזלג במספר מקומות, ולהכניס לתנור מחומם 180 מעלות עד להזהבה. אני בדרך כלל מכינה כמות כפולה, או אופה בבת אחת שנים, או לתחתית וכיסוי, או מקפיאה את מה שנותר.

ועכשיו לכמויות ולמתכון.

לתחתית אחת:

2 כוסות קמח [אני משתמשת בקמח מלא]

50 גרם מרגרינה או חמאה

4 כפות שמן [אני משתמשת בקנולה]

1 ביצה



אופן הכנה: לערבב סוכר קורנפלור מלח וחלבונים לתערובת אחידה ללא גושים.

להוסיף ולערבב חלמונים ומים קרים.

להוסיף בהדרגה [השוואת טמפרטורות] מים רותחים.

לבשל על אש בינונית עד רתיחה, תוך בחישה כמעט מתמדת. כשמתחיל להסמיך, להנמיך אש ולבחוש עוד קצת ולהסיר מהאש. להוסיף מרגרינה עד שנבלעת בעיסה. ולהוסיף גרידת לימון. [לא לוותר]

לשפוך לתוך התחתית המוכנה.

הכנת המרג - להקציף את החלבונים הנותרים [עם מעט מים] לקצף יציב [לא להגזים בהקצפה] להוסיף בהדרגה שלוש כפות סוכר. למרוח על המילוי, ולהכניס לתנור מחומם בתכנית גריל לשתי דקות. בבקשה לא לעשות בינתיים דברים אחרים כי הקצפת נשרפת במהירות [האמינו לי, זה קרה לי לא פעם] הקצוות אמורים להיות זהובים.



שווה ציטוט

מהנכד שלי דוד:

"מה שלא הבנתי, מה באמת קורה בחינוך, איך מתנהגים כלפי הילד ברגע שבאים לגעור בו על מעשה לא טוב..."