Ghidul gastronomic al României

1500 de rețete din toate regiunile istorice ale României
de la bucătăria dacică la cea contemporană

House of Guides

Consilier de specialitate: Stelian Nistor, redactor şef „Bucătăria pentru toţi“

© 2004 House of Guides
Tel: (0040)21-222 66 20, Fax: 222 15 49,
E-mail: office@houseofguides.ro
www.houseofguides.ro

© Toate drepturile aparţin în exclusivitate Editurii House of Guides. Este interzisă reproducerea integrală sau parţială a lucrării sub orice formă, fără permisiunea scrisă a Editurii House of Guides.

© All rights reserved. Copyright by House of Guides. This book may not be reproduced in whole or in part without written permission of House of Guides.

ISBN 973-86412-0-9

Prefaţă

Ce aş putea să spun cuiva despre singura Elveţie cu Deltă şi ieşire la mare din lume?
Că de fapt se numeşte România?
Că, uneori, e minunată? Că uneori mi-aş dori să fie şi mai şi?
Că nu numai uneori, ci de fapt tot timpul, România e ţara mea?
Aşa am simţit eu să încep această introducere la un... ghid gastronomic. Poate prea afectuos, prea poetic, dar pur şi simplu aşa am simţit, tocmai pentru că e vorba de *Ghidul gastronomic al României*, adică al ţării mele! Şi apoi, ca să mai glumim, eu sunt convins că românul s-a născut poet, dar, de fapt, nevasta l-a obligat să-şi ia serviciu şi de asta a ajuns până la urmă inginer, profesor, gazetar sau actor!
Un ghid rămâne însă un ghid, de orice fel ar fi, el are menirea să te îndrume, să nu te lase să te rătăceşti. Mi-aduc aminte că prima dată când am fost la Paris, la întoarcere m-a adus un şofer francez care nu mai mersese spre România până atunci. Preţul ce-l aveam de plătit era să-i fiu copilot, să ţin drumul după harta rutieră, adică după un...ghid. Şi eu făceam asta pentru prima oară, dar ghidul era atât de bine făcut, încât până când am intrat în România, am mers şnur, fără nici cea mai mică ezitare sau abatere. Cum am trecut însă de Oradea, ne-am cam rătăcit un pic!
Tot aşa şi un ghid gastronomic trebuie să te ajute să nimereşti exact acolo unde ai gust să ajungi, să-ţi fie foarte bine semnalate autostrăzile care poartă, de exemplu, numele Sarmalei; de acolo să te conducă pe drumurile cele mai bune până fix în poarta celei mai potrivite soluţii sau reţete de îmbinare a cărnii tocate cu varza, viţa de vie ori foaia de hrean.
În copilărie eram convins că, de exemplu, aceeaşi sarma e originară din chiar satul bunicilor mei de pe lângă Suceava, puteam să şi jur. Pe urmă, am aflat surprins că vine din cu totul altă parte, dar şi că, din popasul făcut pe la români, şi-a mai adăugat un plus de „farmec"!
Şi câte şi mai câte minunăţii pe care ţi le poate dezvălui un astfel de ghid, bun nu numai pentru străinii călători prin gastronomia noastră naţională, dar cu siguranţă şi pentru noi, trăitorii de pe tărâmul fermecat al bucătăriei bunicilor!
Când zici „gastronomia României" sună ca şi „armata României" sau chiar „independenţa României", adică ceva ce ne aparţine temeinic şi, mai ales, ceva cu care ne mândrim şi care trebuie apărat. Şi de ce n-ar fi aşa, că de la daci încoace am tot adunat ce a fost mai bun de pe la cei ce-au poposit pe aici, aşa cum au făcut de fapt toate popoarele lumii, ca să le topim într-o „oală naţională" în care miroase câte puţin şi a Europa, şi a Balcani, şi a Asia, dar într-un fel pe care, totuşi, numai la noi îl poţi găsi.
Asta şi pentru că numai la noi se găteşte şi ca la munte, şi ca la şes, şi ca în Deltă, şi ca la mare, într-o singură ţară, frumoasă ca Elveţia de care vorbeam la început.
Cum, pe unde şi în ce fel, aflăm exact din ghidul pe care tocmai îl ţineţi în mână. Drum bun şi atenţie la semnalizări!

Cu drag, al Dumneavoastră

Stelian Nistor,

în calitate de redactor şef al revistei „Bucătăria pentru toţi"

Toate îţi ies fragede şi bune

Găteşte rapid • dă gust mâncării • învaţă pas cu pas reţetele celebre • încearcă bunătăţile străbunicii • descoperă trucurile gospodinelor desăvârşite • pregăteşte-te pentru sărbători • respectă-ţi sănătatea • află secretele profesioniştilor • gustă felurile străinilor • vezi ce mănâncă personalităţile • sfătuieşte-te cu cititorii • câştigă bani doar cu ce ştii tu să faci în bucătărie • delectează-te cu poveştile şi istoriile despre oameni din trecut şi bucatele lor minunate • Cumpără în fiecare lună revista cu idei pentru toate zilele anului

Bucătăria pentru toţi

alintă-ţi familia, bucură-ţi simţurile, uimeşte-ţi prietenii

Cuprins

PREFAŢĂ 3
Istoria bucătăriei româneşti 9

A MÂNCA ŞI A BEA ROMÂNEŞTE 21
Mămăliga 23
Sarea în bucate 27
Ceapa şi usturoiul 32
Însoţirea bucatelor cu băutura 37

BUCĂTĂRIA TRADIŢIONALĂ ROMÂNEASCĂ 39
Bucate din Ardeal 41
Bucate din Banat 59
Bucate din Bucovina 73
Bucate din Dobrogea 85
Bucate din Maramureş 101
Bucate din Moldova 113
Bucate din Muntenia 131
Bucate din Oltenia 149

BUCĂTĂRIA ROMÂNEASCĂ MODERNĂ 163
Reţete de fiecare zi 165
Bucătăria dietetică 237
Reţete pentru bolnavii de diabet 237
Reţete pentru bolnavii de ulcer 244
Reţete pentru bolnavii cardiaci şi hipertensivi 248
Reţete pentru bolnavii de hepatită 252
Reţete pentru bolnavii cu afecţiuni renale 257
Reţete de Post 261
Postul Crăciunului 361
Postul Paştelui 265
Postul Sfinţilor Apostoli Petru şi Pavel 268
Postul Adormirii Maicii Domnului 270
Bucate mănăstireşti 273
Preparate vegetariene 276
Produse conservate 294
Bucătăria galantă 307

INDEX DE MARE PUBLICITATE 327
INDEX DE REŢETE 329

Dr. ing. Dan Grigore Stoichiţoiu
Preşedinte SRAC

SOCIETATEA ROMÂNĂ PENTRU ASIGURAREA CALITĂŢII este lider pe piaţa românească în domeniul certificării sistemelor de management

SRAC este partener IQNet - cea mai prestigioasă organizaţie internaţională de certificare

Reporter: Domnule Dan Stoichiţoiu, vă rog să punctaţi câteva elemente privind activitatea şi rezultatele SRAC, politica şi obiectivele sale, principalele realizări şi locul pe care-l ocupă în domeniul său de activitate.

Dan Grigore Stoichiţoiu: Aşa cum se ştie, SRAC este o asociaţie profesională, non-profit, care are ca principal obiect de activitate evaluarea conformităţii şi certificarea sistemelor de management şi a produselor. Politica noastră, orientată spre clienţi, este de a le oferi toate serviciile de evaluare de care au nevoie pe piaţă în relaţiile comerciale şi cu autorităţile, la un grad înalt de profesionalism, care să le aducă şi un plus de valoare adăugată şi care să le şi satisfacă toate exigenţele, oferindu-le încredere, credibilitate şi recunoaştere a certificărilor. SRAC este partener IQNet, cea mai prestigioasă organizaţie a organismelor de certificare din lume. Astfel, certificatele SRAC sunt însoţite de certificatele IQNet cu recunoaştere internaţională. Putem spune că prin numărul organizaţiilor certificate (peste 1600 de certificări ISO 9001) şi prin domeniile de certificare promovate, SRAC deţine poziţia de lider pe piaţa românească în domeniul certificării sistemelor de management. Totodată, SRAC s-a dovedit şi un deschizător de drumuri pe piaţa românească, realizând prima certificare în domeniul siguranţei şi igienei alimentare, respectiv certificarea HACCP (Hazard Analyses & Critical Control Points).

Reporter: Ce reprezintă această certificare HACCP?

Dan Grigore Stoichiţoiu: HACCP este un sistem pentru siguranţa alimentelor bazat pe prevenire. Prin evaluarea riscurilor posibile, care pot afecta calitatea unui aliment sau procesul de obţinere a acestuia, sistemul HACCP face posibilă prevenirea contaminărilor şi/sau reducerea la un nivel acceptabil a potenţialelor riscuri inerente diferitelor procesări ale alimentelor, care ar putea genera riscuri pentru consumatori. Conceptul HACCP sistematizează toate prevederile de bază ale inspecţiei sanitare, dovedindu-se o metodă simplă şi eficientă a realizării controlului şi autocontrolului pe linia igienei alimentelor. Sistemul HACCP împreună cu un sistem de management al calităţii ISO 9001 formează un foarte eficient sistem de management al siguranţei alimentelor. Implementarea unui sistem de management al siguranţei alimentelor reprezintă o abordare sistematică pentru a preveni producerea alimentelor nesigure.

Reporter: Care sunt firmele care au obţinut certificarea HACCP din partea dumneavoastră?

Dan Grigore Stoichiţoiu: Până în prezent SRAC a eliberat 5 certificate HACCP. Prima organizaţie care a reuşit acest lucru este SC MURFATLAR ROMÂNIA SA în 2002. Celelalte sunt: SC HELVETICA MILK SRL, SC UNITED ROMANIAN BREWERIES BEREPROD SRL, SC AVE IMPEX SRL şi SC C+C SA.

SOCIETATEA ROMANA PENTRU ASIGURAREA CALITATII

Asociatie profesionala nonprofit, organism de certificare de terta partea sistemelor calitatii ISO 9000 si de management al mediului ISO 14000, recunoscut national si international

Marca inregistrata la OSIM nr. 039568/28.01.1998

Acreditare: Acreditata conform standardului EN 45012: 1998 pentru certificarea sistemelor calitatii in 38 de domenii economice cu Certificatul de Acreditare nr. 004 emis la 31.05.1996, reinnoit la 23.05.2002.
Acreditata conform standardului EN 45012: 1998 si ISO Guide 66: 1999 pentru sisteme de management al mediului cu Certificatul de Acreditare nr. 21 din 23.10.2000.

Reprezentare si recunoastere internationala:
Membru plin in organizatia europeana EUROCER-BUILDING
Partener al Retelei Internationale a Organismelor de Certificare IQNet

Reprezentare nationala:
Membru in Comitetele Tehnice ISO - CASCO si CT 56 Managementul calitatii si asigurarea calitatii
Membru in Consiliul Director al Fundatiei Romane Premiul Roman pentru Calitate "Juran"
Membru ROLAB – Asociatia Laboratoarelor din Romania
Membru in Colegiul Director RENAR

Protocoale de recunoastere cu organisme straine:
CISQ (ICILA, ICIM, IIP, CERTITEX)

Protocoale de colaborare cu organisme straine :
JQA (Japonia)

Conventii de colaborare:
Departamentul de Standardizare si Metrologie al Republicii Moldova-schimburi de informatii, promovari, instruiri
YUQS (Association for Quality Systems Management, Serbia and Montenegro)
ISMCM-CESTI (Franta) - masterate in managementul calitatii
CESMECA (Franta) - stagii si instruire
QUASI INTERNATIONAL (Franta) - cursuri auditori
BESO (Anglia), CESO (Canada) - cooperari
Institutul Juran (SUA) - contract de licenta

Organizatii certificate ISO 9001 / 9002:
peste **1500** pana la 01.11.2003, din care pe domenii:
electric, electrotehnic si electronic – 7,45%, mecanic – 10,68%, constructii (inclusiv instalatii electrice de joasa, medie si inalta tensiune si instalatii electrice interioare) – 45,42%, metale si produse din metal – 3,23%, textile si pielarie – 3,43%, chimie – 4,55%, tehnologia informatiei – 5,21%, inginerie si consultanta – 4,81 %, altele – 15,23%.
Certificate retrase: **45**

Organizatii certificate ISO 14001: 54 pana la 01.11.2003
Organizatii certificate HACCP: 4 pana la 01.11.2003
Organizatii certificate OHSAS 18001: 2 pana la 01.11.2003
Organizatii certificate Domeniul Reglementat HG 749 : 3 pana la 01.11.2003

Certificari internationale: 5 (Italia)
Certificari eliberate impreuna cu un partener IQNet : **31**, din care : DQS : 10 ; CISQ 21
SRAC certifica si produse prin SRAC CERTSERV. Certificat de acreditare nr. 19.

Adrese: SRAC - str. Theodor Burada nr. 6, sector 1, cod postal 010215
tel.: 0744.312.998, 0744.644.728, 313.63.35, 310.08.25, 311.19.67 fax: 313.23.80
SRAC CERTSERV - str. C. F. Robescu nr. 23, sector 3, cod postal
tel. : 315.81.53, 0721.233.216 fax: 315.81.53
Adresa corespondenta: O.P. 62, C.P. 10, sector 1, Bucuresti
Web: www.srac.ro; E-mail: srac@dnt.ro

omniALIMENT®

CATALOGUL FIRMELOR DIN DOMENIUL ALIMENTAR

... pentru afaceri cu gust ...

- catalog - cd - internet -

Persoană de contact: Daniel ONESCU - 0740 12 13 89

Bucuresti , Bd. Nicolae Titulescu 115-117, Bl 6, Sc. A, Parter, Ap. 2, Sector 1
Tel./Fax: (004) 021 260 09 12, www.omni.ro, email: daniel.onescu@omni.ro

SE DISTRIBUIE GRATUIT!

Istoria bucătăriei româneşti

Cronologie

Bucătăria românească tradiţională:

Bucătăria dacică (sec. VI î.H.–sec. II d.H.)

Influenţa romană (sec. II d.H.–sec. III d. H.)

Influenţa migraţiunilor (sec. III d.H.–sec. XIII d. H.)

Influenţa orientală (sec. XIII d.H.–anul 1821)

Influenţa occidentală (1821–1918)

Bucătăria românească modernă:

Bucătăria tuturor provinciilor româneşti (1918–1950)

Epoca reţetarului comunist (1950–1980)

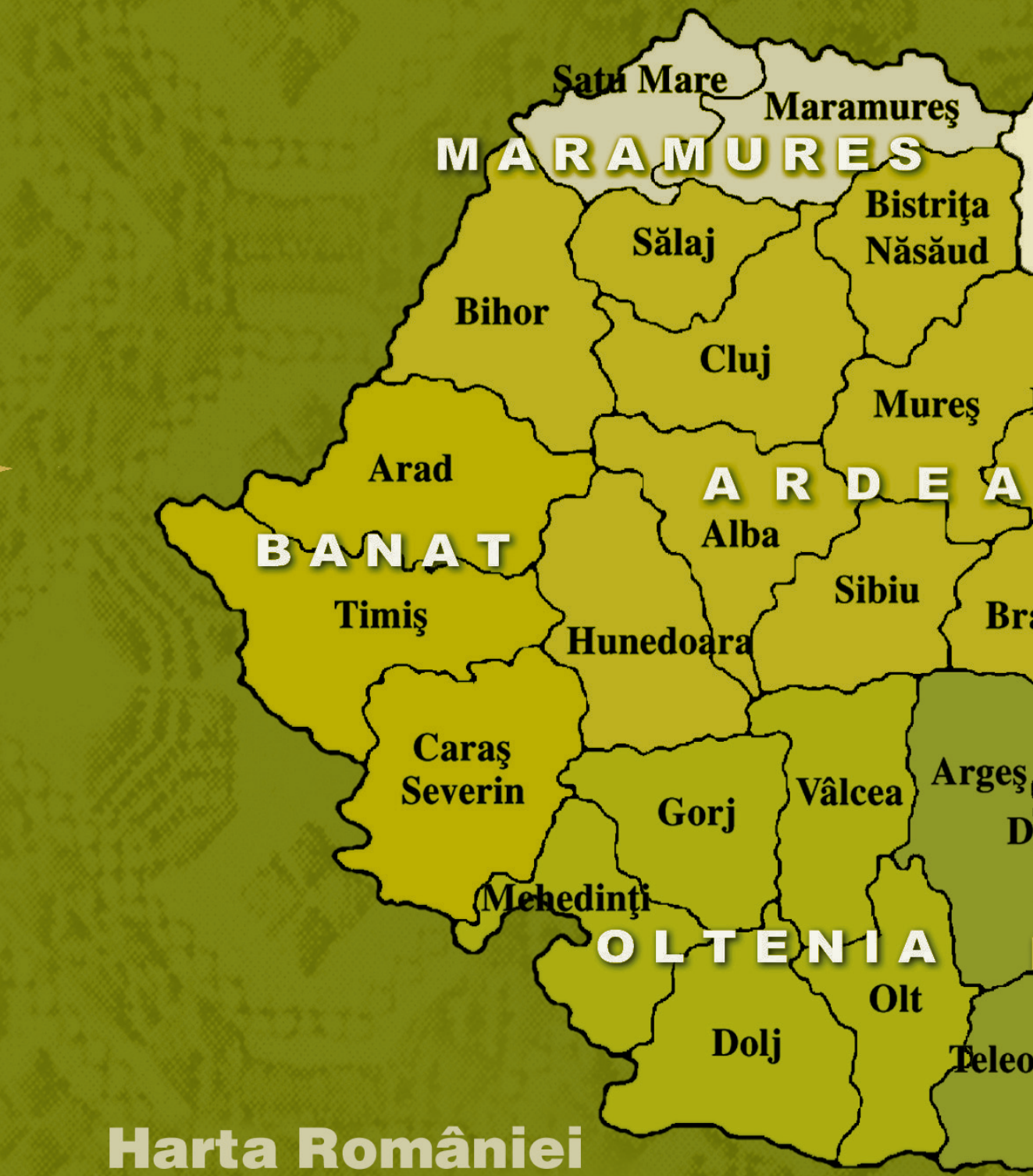
Epoca hrănirii „raţionale“ (1980–1989)

Renaşterea restauraţiei româneşti (1990–până astăzi)

Structura editorială

Ghidul este structurat pe opt regiuni istorice, delimitate în concordanţă cu specificul gastronomic al zonei. Din acest motiv judeţele Arad, Botoşani şi Buzău au fost incluse în regiunile Banat, Bucovina şi Moldova.

Ardeal: Alba, Bihor, Bistriţa-Năsăud, Braşov, Cluj, Covasna, Harghita, Hunedoara, Mureş, Sălaj, Sibiu
Banat: Arad, Caraş-Severin, Timiş
Bucovina: Botoşani, Suceava
Dobrogea: Constanţa, Tulcea
Maramureş: Maramureş, Satu Mare
Moldova: Bacău, Buzău, Galaţi, Iaşi, Neamţ, Vaslui, Vrancea
Muntenia: Argeş, Brăila, Călăraşi, Dâmboviţa, Giurgiu, Ialomiţa, Ilfov, Prahova, Teleorman
Oltenia: Dolj, Gorj, Mehedinţi, Olt, Vâlcea



Harta României cu regiunile istorice

Botoşani
BUCOVINA
Suceava
Iaşi
Neamţ
Harghita
Bacău
Vaslui
MOLDOVA
Covasna
Braşov
Vrancea
Galaţi
Buzău
Prahova
Brăila
Tulcea
Dâmboviţa
DOBROGEA
Ialomiţa
MUNTENIA
Călăraşi
Constanţa
Giurgiu

„Dacă ar fi să mă iau după «tchiorba» aceasta extraordinară şi după această «tourta» de vis, atunci aş spune nu numai că, de fapt, lumea nu ştie nimic despre România, dar nici voi, românii, nu vă cunoaşteţi miracolele. Ca bucătărie, cel puţin, sunteţi foarte, foarte bogaţi în aşa-zisa voastră sărăcie.“

Jacques Yves Cousteau

Cum mâncau strămoşii noştri

Vestigiile arheologice scoase la lumină în ultimii 50 de ani dovedesc cu prisosinţă că la sfârşitul secolului II d.H. cultura dacogetică era pe deplin formată ca o cultură de tip Latène. Pe lângă celelalte îndeletniciri (cultivarea cerealelor, creşterea vitelor, pescuitul, vânatul, ţesutul), prelucrarea uneltelor din fier şi folosirea roţii olarului au dezvoltat şi îmbunătăţit masa strămoşilor noştri, introducând un anume nivel de prelucrare şi conservare. Cu toate acestea, ambasadorul Tiberius Flavius, trimis la Decebal în anul 106 d.H., este invitat la o masă destul de frugală: carne de viţel friptă pe jăratec, porumbei sălbatici rumeniţi, carne la ţepuşă (probabil vânat), miere de albine, vinuri aromate, tari şi tămâioase, pere zemoase, păstrate în fân, struguri cu bobul alb, roz şi negru, mere roşii şi aurii. Şi din această perspectivă, a obiceiurilor alimentare, romanii ne considerau barbari.

Deşi foloseau deja legumele (varza, spanacul, muştarul), dacii nu cunoşteau ca preparate decât fiertura de mei, crupele fierte de hrişcă şi celebrul „grâu fiert“, care se mânca la mesele îmbelşugate de la înmormântări (parastasul de azi) şi care a devenit renumita colivă.

În peşteri şi colibe de pământ, strămoşii noştri conservau produsele prin afumare şi prin sărare (inclusiv saramură). Deşi creşteau animale şi beau lapte (de oaie, de vacă), dacii nu excelau în prepararea brânzeturilor, nu cunoşteau untul şi nici smântâna. Deşi dacii aveau „patimi prea mari“ pentru vin, o parte din preoţime excludea carnea din hrană.

Încă de acum începe polarizarea bucătăriei româneşti: cea a ţăranilor, simplă, frugală, cea a stăpânilor, diversă, bogată, uneori sofisticată. Din nefericire, această dihotomie s-a păstrat până astăzi şi e vizibilă în diferenţele dintre masa zilnică a ţăranului român şi cea a oraşeanului bogat.

Plăcinta romană în Dacia

Influenţa romană (sec. II d.H.–sec. III d.H.)

Mulţi istorici consideră că obiceiurile alimentare ale dacilor le-au învins pe cele ale romanilor cuceritori, mai ales că legiunile n-au transportat în Dacia mesele opulente ale stăpânilor de la Roma, ci simple reţete de campanie.

Cu siguranţă însă în Dacia a pătruns acum plăcinta (lat. „placenta“), chiar dacă romanii o luaseră de la greci, aluaturile umplute cu tocături diverse, o serie de zemuri, poate asemănătoare cu ciorbele de astăzi, deşi ciorbele sunt o influenţă slavă din sud, mult mai târzie.

Descoperirile arheologice ne relevă însă apariţia ţestului (oală de pământ cu capac, un fel de oală cu presiune), vas roman, care a permis coacerea şi fierberea şi, deci, diversificarea alimentaţiei. Pâinea, lipie sau coptură, precum şi folosirea uleiului de măsline, stors la rece, păstrat în amfore, datează tot din perioada stăpânirii romane.

Mâncare pe fugă

Influenţa migraţiunilor
(sec. III d.H.–sec. XIII d.H.)

De atunci datează expresia, din vremurile în care strămoşii noştri mâncau pe fugă, ferindu-se din calea numeroaselor hoarde de năvălitori. Ele ne-au lăsat multe toponimice, amintirea mâncării ierburilor crude (măcriş, salate, potbal, rubarbă), a cărnurilor crude, fezandate sub şa, dar şi un efect de izolare, a multor populaţii de daci liberi, care şi-au conservat astfel, aproape o mie de ani, obiceiuri alimentare străvechi. E cazul unor comunităţi din Haţeg, Apuseni şi Maramureş, unde se mai mănâncă astăzi, la stână, ca pe vremea dacilor.

Cu toate acestea, acum ne vin borşurile cu legume şi carne, aduse de slavii din sudul Dunării, şi tot acum apare în casele stăpânilor autohtoni furculiţa cu doi dinţi, adusă de negustorii veneţieni de la Marea Neagră.

După părăsirea Daciei de către romani, mai bine de o mie de ani, populaţiile autohtone n-au scris, n-au construit (cine ştie ce!), dar cu siguranţă au gătit şi au mâncat. În acest mileniu s-au fundamentat obiceiurile alimentare ale românilor, aşa cum le mai găsim astăzi în aşezările din munţi.

Post şi ziafet

Influenţa orientală (sec. XIII–anul 1821)

Intrarea Orientului în bucătăria românească e consistentă, dar foarte diversă. E bizantină, turcă, greacă, arabă, armenească, dar – prin aglutinare – are astăzi consistenţa unei influenţe unice. Ceea ce e şi mai ciudat e că ea a creat obiceiuri alimentare noi la populaţia autohtonă, prin raportare la stăpânii de la Poarta Otomană. La acest aspect vom reveni.

E vremea intrării pilafurilor, ciulamalelor (şi a tocăniţei!), a tuslamalelor, musacalei, şiş-kebab-ului, a dulciurilor însiropate (baclava, sarailie).

Apare un nou stil de viaţă la curţile domneşti: „ziafetul“ presupune 30-60 feluri de mâncare, băuturi aromate, obiceiul de „a mânca, a bea cafea şi a fuma tutun“. El ne-a influenţat stilul de viaţă până astăzi, pentru că presupune trăirea voluptuoasă a vieţii, dar şi fatalism, egoism, indiferenţă.

E epoca în care influenţele sudiste aduc în Principate vinetele, roşia, ceapa, ardeiul, bamele, gutuile, pepenele. Încep să se facă şi la noi ghiveciuri şi zacuscă. Intră cafeaua şi narghileaua, tutunul, dar şi „gran turco“ (marele turc), care nu e altul decât porumbul, numit aşa pentru că l-am primit de la turci, la fel ca şi italienii.

Vorbeam de opoziţia psihologică a românilor faţă de Poartă. Pentru că birul presupunea multe grâne, populaţia autohtonă a început să cultive porumbul, pe care turcii nu-l vroiau. Aşa am devenit, aproape o mie de ani, popor de mămăligari. Tot astfel, pentru că turcii nu vroiau decât carne de vită, românii au început să crească porci. De atunci avem „pomana porcului“, era o mâncare pe care Poarta nu ne-o zeciuia.

Prin opoziţie, pentru că biserica se îndepărtase de mulţi voievozi „fanarizaţi“, trăind mai ales prin mediul rural, în care se aflau majoritatea mănăstirilor, acum se naşte şi se consolidează calendarul gastronomic al zilelor de post. Sarmale cu nuci în cuiburi, ţelină cu măsline la cuptor, „icre“ de post, saramură de ştevie, urzici bătute cu mujdei şi mămăliguţă, tocăniţă mănăstirească cu ciuperci, chifteluţe de vinete, icre de fasole sunt tot atâtea moduri de a posti inspirat. Aceasta a fost perioada influenţei orientale: peste 200 de zile creştine în post la ţărani şi multe zile de ziafet la boieri şi domni. A avut de câştigat bucătăria românească.

Hubert Burda Media

BURDA ROMANIA, Strada Izvor 78, Sector 5, București
Tel. 410.52.12 Fax: 411.01.68

În fiecare lună, cele mai rafinate rețete!

Occidentalizarea blidului

Influenţa occidentală (1821 - 1918)

E vremea deschiderilor. O întreagă generaţie paşoptistă, de copii de boieri care-şi făceau studiile la Viena, Paris sau Berlin, se întoarce acasă cu dorinţa arzătoare de a înscrie Principatele Române pe orbita Europei. Nimic nou sub soare.

Tot acum, ca semn al acestei voinţe patriotice atât de recuperare a trecutului naţional, cât şi de deschidere spre modernitate, adică spre Vest, încep să apară şi primele cărţi de bucate în limba română.

Celebru şi absolut grăitor este cazul culegerii intitulate **200 reţete cercate de bucate, prăjituri şi alte trebi gospodăreşti**, apărută în 1841, şi care-i avea ca autori pe M. Kogălniceanu şi C. Negruzzi, două personalităţi, iată, întemeietoare şi în ceea ce priveşte istoria modernă a bucătăriei româneşti. Semne ale dorinţei de a se implica decisiv şi în acest domeniu pot fi regăsite, deja, în alte scrieri ale celor doi autori moldoveni. În nuvela „Alexandru Lăpuşneanu", de pildă, Negruzzi formula un verdict foarte aspru: „bucătăria românească tradiţională e rudimentară", spunea el. La rândul său, M. Kogălniceanu, pe jumătate ironic, pe jumătate serios, pătruns de importanţa misiunii sale istorice, anunţa în „Iluzii pierdute" „revoluţia straşnică în Moldova", care dorea să fie amintita culegere de reţete şi care urma să le aducă celor doi autori „cea mai mare reputaţie", aceea de „introducători ai artei culinare în Moldova". Ne-am putea mira, astăzi, atât de acest diagnostic sever, cât şi de importanţa pe care o avea, în ochii acestor doi oameni de cultură români, domeniul gastronomiei.

Culegerea de reţete a lui Kogălniceanu şi Negruzzi este simptomul unui moment de răscruce şi al unui conflict de generaţii care s-a manifestat şi şi-a arătat, până azi, roadele atât în istoria „mare" a României, cât şi în istoria gastronomiei româneşti. Căci dacă, aflat la Paris, Kogălniceanu îi cerea surorii sale rămase acasă reţete de dulceţuri şi se plângea, apoi, de sărăcia mâncărurilor din „tractirurile" nemţeşti, întorcându-se acasă, el vrea să ajute bucătăria naţională să facă un salt, căci, considera el, în România se mânca neîngrijit, la întâmplare, nu existau „mâncăruri alese". „Snobismul" celor doi tineri occidentalizaţi era în sensul vremurilor. Din culegerea lor de reţete lipseşte, de pildă, evocarea borşurilor şi a ciorbelor, semn că acestea existau, se practicau, abundând în schimb reţetele pretenţioase şi chiar simandicoase: sub pana celor doi autori, bucătăria românească devine pretenţie de artă, care include, într-o primă privire de sinteză, atât felurile de mâncare ale Evului Mediu autohton (mai cu seamă cele practicate la curţile domneşti şi boiereşti), recuperându-le alături de „invazia" gastronomică în special franceză, într-o dulce, picantă, delicioasă „devălmăşie" a gusturilor.

I. L. Caragiale, care a activat şi ca pasionat restaurator „popular", era şi el, nu doar gurmand, ci şi gurmet, dat fiind că prefera „savoarea concentrată", considerând ca unul dintre principiile de bază ale bucătăriei româneşti felurile multe şi uşoare.

Cârciumile bucureştene şi Casa Capşa

Bucătăria tuturor provinciilor româneşti (1918 - 1950)

România Mare de după 1918 a permis tuturor reţetelor româneşti, din toate provinciile, să se constituie într-un fond unitar.

După Marea Unire de la 1918, istoria bucătăriei româneşti păşeşte în epoca ei cu adevărat modernă.

La sfârşitul secolului al XIX-lea, în Bucureşti şi în marile oraşe ale ţării apare o adevărată reţea de restaurante, atât de lux, cât şi populare, în marmitele din bucătăriile cărora „oficiau“ atât bucătari anume aduşi din Occident, în special francezi, dar şi din ţările germanice, cât şi, formându-se treptat sub influenţa celor dintâi, autohtoni.

Puzderia de „locante“ care apar în România după Războiul de Independenţă de la 1877 şi până la primul război mondial nu fac decât să amplifice elaborarea intensivă a unei adevărate bucătării româneşti unitare, în care tradiţiile culte autohtone (voievodale, domneşti, boiereşti, urbane) se alătură influenţelor orientale şi, mai nou, occidentale. Reunite într-un acelaşi stat, regiunile ţării, cu specificul lor gastronomic, alcătuiesc acum o autentică bucătărie naţională.

Un fenomen important al urbanizării bucătăriei româneşti îl constituie intervenţia „livrescă“ a reprezentanţilor elitelor culturale şi politico-financiare autohtone, care încep să preţuiască nu doar felurile de import, ci şi pe cele neaoşe sau rurale, precum sarmalele, grătarele de tot felul şi ciorbele de „dres“.

Societatea românească, aflată în pragul Marii Uniri, se reuneşte şi se omogenizează: plăcerea, păstrată până azi, a chefurilor cu lăutari în localuri de mahala. Aşa se face că reţete româneşti dintre cele mai vechi sunt reactivate şi cultivate cu asiduitate. Inclusiv bucătăria săracă, frugală, a săteanului român se alătură acum mâncărurilor de lux.

„Pariziene prin fursecurile şi prin limba vorbită aici, vieneze prin ale lor indianer krapfen (gogoşi indiene) şi ştrudelul lor cu mere, ruseşti prin plăcintele calde cu carne tocată, cu care îţi încarci stomacul de dimineaţă, greceşti prin dulceţurile lor, turceşti prin baclavalele şi şerbeturile lor, cofetăriile din Bucureşti oferă o recreaţie de dulciuri, o haltă dulce“, scria în anii ‘30 ai secolului XX Paul Morand, lăsându-se furat de adevăratul rai gastronomic bucureştean, din care nici o influenţă nu era exclusă, fiind, dimpotrivă, exploatată pentru a îmbogăţi „palatul“ savorilor naţionale.

Un rol eminent în stabilirea faimei de „Mic Paris“ a Capitalei noastre l-a avut Casa Capşa, stabiliment total (cofetărie, restaurant, hotel), înfiinţată de Grigore Capşa.

Sutele de reţete introduse în România de Capşa nu erau niciodată imitaţii servile, ci, de fiecare dată, ele dovedeau intervenţia unei creativităţi gastronomice debordante.

La Capşa, Bizanţul şi Rusia se întâlneau, delicios, cu brânzeturile de Ementhal sau de Olanda şi cu vinurile franţuzeşti, într-un adevărat moment de triumf al bucătăriei naţionale. Grigore Capşa efectua în mod regulat aşa-numitele „taxiduri“, călătorii de aprovizionare, atât în materii, cât şi în idei, prin marile oraşe ale Europei: Paris, Viena, Londra, Lepzig (Lipsca), Petersburg, Pesta. S-a păstrat în memoria românilor prăjitura Joffre, creată printr-o modificare a unei reţete originale anume pentru banchetul oferit la Bucureşti în cinstea mareşalului Joseph Joffre.

Perioada regimului comunist nu a încurajat dezvoltarea bucătăriei naţionale, marcând, dimpotrivă, un regres al acesteia spre mâncărurile tradiţionale rurale, elementare, de rezistenţă, care însă, în felul acesta, nu au făcut decât să-şi consolideze prezenţa în gastronomia românească. Mare parte a populaţiei s-a văzut silită să revină la economia domestică, de subzistenţă, reactivând moduri străvechi, premoderne, de preparare şi de conservare a legumelor şi a cărnii.

Ca la Bunica acasă

Indiferent de zona geografică în care am copilărit, de bucatele preferate, de obiceiurile culinare, un lucru ne unește pe toți: nostalgia după mâncarea și poveștile Bunicii.

"Bunătăți de la Bunica" s-a născut din dorința noastră de a retrăi miresmele, poveștile și amintirile copilăriei. Din dorința de a o avea pe Bunica aproape, de a fi siguri că mesele familiei noastre sunt gustoase, sănătoase, că ne desfată, ne dezleagă pofta și ne unesc.

Într-o lume din ce în ce mai aglomerată, mai rapidă, într-o lume a fast-food-ului, a stresului și a poluării, **Bunica ne ajută să pregătim repede și sigur mâncăruri pentru momentele de tihnă**.

La Bunica găsești cam tot ce dădea aroma și desfătarea unei cămări de pe vremuri, găsești bunătăți care dreg orice mâncare, miresme dulci, gusturi iuți și îndrăznețe, ingrediente pentru cele mai fragede aluaturi, sosuri care bucură și învie orice mâncare.

Cu **Bunătățile de la Bunica**, vei ști întotdeauna că mâncarea ta este cea mai gustoasă, pentru că toate produsele te ajută să prepari **mâncăruri la fel de aromate ca ale Bunicii**. Pentru că lipsa timpului nu trebuie să ne facă să neglijăm sănătatea familiei și reunirea acesteia în jurul unei mese gustoase. Cu atât mai mult cu cât prețul Bunătăților de la Bunica este mai mult decât convenabil.

Dintotdeauna, românul a știut să mănânce bine, iar friptura de porc, slănina, sarmalele și tocăturile complicate se cer "tăiate" cu ceva acrișor, care să "mai facă loc" și să împlinească sărbătoarea de gusturi.

Iată pentru ce Bunica ne oferă o gamă largă de **MUȘTARURI**, numai din ingrediente pure, fără conservanți sau coloranți artificiali. Potrivite cu specialitățile noastre tradiționale, dar împrumutând din rafinamentul european de care știau să se bucure boierii români, muștarurile de la Bunica se găsesc pentru toate gusturile. **Muștarul fin** este o alintare suavă pentru mâncăruri ușoare. **Muștarul iute** și cel **cu hrean** se asortează cu toba, cu cartaboșul, cu toate minunățiile afumate care umpleau casa de aburi în Ajunul Crăciunului, în satul Bunicii. Parcă auzim colindele și simțim aroma cetinei de brad.

Muștarul dulce este pentru mâncăruri mai ușoare, pentru preparate fine sau pentru începutul "banchetului", când se deschid gusturile și se dezleagă limbile, când dulcele incită curiozitatea gustativă.

Ambalate în borcan - cu grija și meticulozitatea Bunicii - sau în flacon – pentru o folosire mai ușoară, dar la fel de gustoasă- muștarurile de la Bunica dau oricând desăvârșirea unui ospăț ca în basme, dau bogăție și ne lingușesc simțurile.

Dar cine a mai văzut bunică să nu frământe? Și Crăciun fără cozonaci, și casă bătrânească fără miros de pâine caldă? Și câți dintre noi nu am așteptat cu sufletul la gură "colțul" din pâinea dodoloață și aburindă? E drept că nu mai avem timpul, răbdarea și cuptorul Bunicii, dar un aluat bun depinde, în cea mai mare măsură de grăsimea folosită.

Ca la Bunica acasă

De aceea, Bunica vă oferă **Margarină cu 80% Grăsime**, specială pentru aluaturi, în cantităţi de 1 kg sau 250g. Pentru că o margarină bună nu trebuie să "lase apă". În plus, este o margarină "spornică" – se foloseşte o cantitate mai mică decât din alte margarine - şi are o plăcută aromă de unt. Puteţi astfel invoca aroma de pâine coaptă din copilărie.
Dar margarina înseamnă mult mai mult, şi nimic nu este mai bun dimineaţa decât o felie de pâine proaspătă unsă cu margarină delicioasă şi un pahar de lapte cald… De aceea, vă oferim şi margarina **tartinabilă**, la caserolă, cu 60% grăsime. Pentru o zi care începe sănătos şi vesel, cu poftă de aer curat şi de lumină.
Şi pentru gusturi mai bogate, pentru că pe vremea Bunicii oamenii rămâneseră cu rafinamentele răsfăţatului Fanar, vă oferim **Margarina cu Ulei de Măsline**.

Dacă micul - dejun este asigurat, prânzul şi cina sunt acele momente în care familia face o pauză meritată din lucrul greu. Ne cam lipseşte timpul şi nu mai avem şansa să respirăm aerul de odinioară, dar prânzul şi cina rămân cele mai importante mase ale zilei. Pe care o putem varia şi îmbogăţi cu **SOSURI**, un capitol care niciodată nu ne epuizează imaginaţia. Şi pentru că pasta de tomate a fost întotdeauna un ingredient esenţial pentru ciorbe, fripturi, şi mai ales tocănițe, vă oferim mai multe combinaţii care împacă savoarea dulce-acrişoară a roşiilor proaspete, cu diferite influenţe şi obiceiuri culinare.

Sosul Haiducesc şi cel **Ţigănesc** amintesc de aerul codrilor, de mirosul slăninei prăjite la foc de tabără în fapt de noapte, după o zi de pribegie.
Sosul cu **Usturoi** este o interpretare rafinată a plantei usturoiate, a prispei apărate de duhuri rele cu legături de ai gras şi îmbietor.
Şi pentru că românii sunt toleranţi şi au ştiut mereu să recunoască şi să adopte bunătăţile altora, Bunica vă oferă şi **Sosul Mexican**, picant şi care cere un păhăruţ de ţuică din cea mai tare.

Dacă tot vorbirăm de muştaruri franţuzite şi de sosuri mexicane, să nu uităm tradiţionalul nostru hrean, oferit de Bunica sub formă de **Cremă de Hrean**. Aroma murăturilor, nelipsită de lângă sărmăluţe, friptură de miel şi leac bunicesc pentru răceală, această rădăcină, miraculoasă preparată într-o formă îmblânzită, ne desface mirosul iarna şi ne împacă cu broboanele de slănină de pe purcelul de lapte…

Şi tot pentru iarnă, să nu uităm aroma presărată cu lingura de lemn, buchetul de **Condimente şi legume uscate Bunătăţi de la Bunica** cu care se dreg toate bucatele şi care dau arome îmbietoare oricărui fel. Bunica ţi le oferă în variante de 80g, 125g şi 250g.

Rămâne să vă adunaţi în jurul mesei şi să vă bucuraţi de aceste minunăţii verificate de tradiţia şi imaginaţia deloc modestă a bucoavnelor de bucate din străbuni.

Veţi spune cu siguranţă: *Sărut mâna pentru masă*™!

Reţete pentru noi, reţete pentru ei

Epoca reţetarului comunist (1950 - 1980)

E vremea dictaturii proletariatului, a guvernelor comuniste care se bagă şi în farfuria românului. Sărăcesc resursele, apar reţetele obligatorii. Grătarul cu cartofi pai devine mâncarea de lux a orăşeanului proletar. Apar şi separeurile, locuri în care reprezentanţii clasei muncitoare chefuiesc grobian şi fără gust.

E vremea în care Clubul Diplomatic devine un club tovărăşesc (nu şi-a revenit cu totul nici azi), iar apa intră serios în vin (vezi cazul Ştefănescu). Doar pe Litoral şi la Poiana Braşov conducerea comunistă „acceptă" reţetele pentru turiştii străini. Ca toate lucrurile de atunci din România, şi bucătăria are o secţiune „de export", care nu e accesibilă celor de la intern.

România psihozei alimentare

Epoca hrănirii „raţionale" (1980 - 1990)

Începe demenţa exporturilor, decretată de Ceauşescu, inclusiv a produselor alimentare. Toată lumea aleargă după mâncare şi când găseşte ceva bun mănâncă acasă. Nu e numai foamete, dar e şi psihoză. Restaurantele care mai rezistă sunt doar ale băieţilor cu ochi albaştri. Se naşte brusc, ca în perioada NEP-ului, restauraţia securistă, care mai supravieţuieşte şi astăzi, pe ici, pe colo. Este perioada cea mai neagră a gastronomiei româneşti, cea care a distrus legăturile cu tradiţia, a mitocănizat populaţia urbană şi a transformat ţăranul român într-o struţo-cămilă, din punctul de vedere al gusturilor şi obiceiurilor gastronomice.

Farfuria românilor după Revoluţie

Renaşterea restauraţiei româneşti (1990 - până astăzi)

După 1990, ne aflăm, şi din punct de vedere gastronomic, în plină recuperare: reînnodăm legături întrerupte şi reluăm contacte pierdute, încercând, chiar şi în condiţiile unei tranziţii anevoioase, să refacem paradisul gastronomic dinainte de cel de-al doilea război mondial. Bucătăria românească şi-a reluat cu putere, în aceşti ani, tendinţa seculară de internaţionalizare, asimilând, mai cu seamă graţie restaurantelor aparţinând lanţurilor hoteliere, cele mai recente achiziţii în domeniu şi aliniindu-se tendinţelor „globalizatoare". În marile restaurante, produsele bucătăriei tradiţionale, vechi, rurale, stau alături de mâncărurile cele mai „culte" şi mai cosmopolite. Totodată, extinderea reţelelor de restaurante „fast-food" nu face decât să sincronizeze gusturile românilor cu cele ale contemporanilor lor de pe alte meridiane, continuând până în actualitate tradiţia hrănirii frugale, a omului truditor.

Astăzi ne putem bucura, la o singură masă, de arta culinară a aproape două mii de ani de tradiţii şi influenţe, uneori impuse, alteori liber alese. Fie şi doar din acest punct de vedere, românul ar trebui să fie fericit: e un învingător. Bucătăria românească reprezintă un triumf al istoriei. Prin produsele artei gastronomice româneşti, strămoşii, de la ţăranul simplu până la boierul avut, ne vorbesc mai clar, mai înţelept şi mai direct, poate, ca în oricare alt domeniu.

A mânca şi a bea românește

Pe urmele bucătăriei strămoşeşti

Începând cu Strabon, continuând cu Tiberius Flavius, ambasadorul roman care s-a întâlnit şi a mâncat cu Decebal, în anul 106 d.H., adăugându-l pe Camille Jullian, istoric francez care a scris despre geţi, apoi pe toţi călătorii străini care au vizitat Ţările Române între secolele XIV–XIX, sfârşind cu ai noştri Negruzzi şi Kogălniceanu, cu Păstorel Teodoreanu şi cu Radu Anton Roman, neuitându-i pe toţi marii scriitori români de la Mihail Sadoveanu la Ion Marin Sadoveanu – în ciuda acestei liste uriaşe, noi ştim încă prea puţine despre fabuloasa bucătărie românească.

Dispariţia ţărănimii ne îndepărtează cu fiecare zi, tot mai mult, de izvoarele gastronomiei româneşti tradiţionale. Încercăm aici, să redăm reţetele româneşti dintre anii 100 şi 1900, considerată perioada tradiţională. Şi tot aici vă prezentăm forma de azi a unor obiceiuri străvechi urbanizate, mai ales în marile bucătării ale restaurantelor româneşti.

Bucătăria românească e, în primul rând, prin fondul său o bucătărie barbară bazată pe fum şi sare, pe varză şi ceapă, pe fierturi de mei şi apoi pe fierturi de mălai, pe coacerea pe jăratec şi pe mujdei îndoit cu apă.

Dintre toate veştile bune despre poporul român cu a sa istorie agitată, una le întrece pe toate: noi am mâncat excelent întotdeauna.

Dacă adăugăm şi faptul incontestabil că Burebista n-a reuşit niciodată să ardă cu adevărat toate viile dacilor, în ciuda sfaturilor lui Deceneu, vom descoperi că nu ne-a lipsit în istorie nici paharul de vin de pe masă. Şi cum nici de lăutari n-am dus lipsă, vom avea o imagine tonică a istoriei noastre. Astăzi, când lumea se schimbă cu viteza luminii, doar bucătăria ne mai ţine legaţi de ritmurile originare ale naturii. De care e bine să rămânem legaţi.

Mămăliga

Găluşte de mămăliguţă cu ciuperci

400 g mălai
300 g unt
100 g caşcaval
400 g ciuperci
200 ml vin alb
o ceapă mare
o lămâie
50 ml lapte
2 gălbenuşuri
100 g miez de pâine
sare, piper

Se face o mămăliguţă în care se încorporează 100 g de unt şi caşcavalul ras. Ciupercile se taie feliuţe şi se fierb într-un sos preparat din vin alb, ceapa tocată şi călită în prealabil, sare, piper şi zeama de la o jumătate de lămâie. Se lasă să scadă la foc mic. Apoi, se ia o lingură mare de mămăligă, se scobeşte, se umple cu sosul de ciuperci şi se acoperă tot cu mămăligă. Se amestecă laptele cu miezul de pâine, gălbenuşurile şi puţină sare, se bat bine, apoi se tăvălesc găluştele prin acest amestec şi se rumenesc în restul de unt înfierbântat. Se servesc calde.

Mălai cu hrişcă

200 g mălai
200 g făină de hrişcă
100 g făină
2 ouă
1 l lapte
100 g unt
2 linguri de ulei
25 g drojdie
o lingură de zahăr
o linguriţă de sare

Se amestecă bine mălaiul cu făina de hrişcă, după care se toarnă peste ele laptele clocotit, atât cât cuprinde. După ce acest amestec s-a răcit suficient, se adaugă, pe rând, ouăle, untul, făina, drojdia dizolvată în puţin lapte, o lingură de ulei, zahărul şi sarea. Se omogenizează totul şi se pune într-o tavă, unsă în prealabil cu untul rece şi cu o lingură de ulei. Se coace la foc iute, până când se rumeneşte şi face un pic de coajă. Se taie în felii şi se serveşte cu unt proaspăt, ca aperitiv.

Mămăliguţă cu brânză şi smântână

400 g mălai
400 g brânză
200 g smântână

Se face o mămăligă ceva mai moale. Brânza se porţionează şi se taie în feliuţe subţiri, se aşază în farfurii, iar peste ea se toarnă smântâna. Mămăliguţa se serveşte alături, fierbinte. Se poate orna cu fire de mărar. Se serveşte ca aperitiv.

Mămăliguţă cu măruntaie de miel

400 g mălai
600 g măruntaie de miel
50 g unt, 50 ml ulei
o ceapă
2 linguri de făină
50 g smântână
sare

Măruntaiele de miel se spală bine în mai multe ape, se toacă mărunt, se presară cu sare şi se lasă la rece. Într-o tigaie, se topeşte untul, se adaugă uleiul şi se încing bine. Se adaugă ceapa tăiată peştişori şi făina, se călesc, apoi se toarnă smântâna, se lasă să dea un clocot, după care se pun măruntaiele, amestecând cu grijă. După ce acestea s-au rumenit uşor, se ia tigaia de pe foc şi se prepară o mămăliguţă moale. Când mămăliguţa e gata, se răstoarnă pe un platou, se scobeşte în mijloc şi se toarnă măruntaiele. Se serveşte caldă, ca aperitiv.

Papanaşi de mămăligă

250 g mălai
1 l lapte
200 g telemea de vacă
20 g unt
2 ouă
2 linguri de pesmet
100 g smântână
100 ml ulei, sare

Se toarnă laptele într-o oală, se adaugă o linguriţă de sare, se pune pe foc şi se toarnă mălaiul în ploaie, amestecând continuu. Telemeaua se spală şi se dă pe răzătoare, iar untul se lasă la căldură, să se înmoaie. Când mălaiul este fiert şi compoziţia se îngroaşă, se adaugă brânza rasă şi o lingură de unt, apoi se omogenizează. Se lasă la răcit. Între timp, se bat ouăle spumă într-o farfurie, iar în alta se pun două linguri de pesmet. Cu mâna udă, se modelează papanaşii, se dau prin ou bătut şi prin pesmet şi se rumenesc, pe ambele părţi, într-o tigaie cu ulei înfierbântat. Se servesc calzi, ca aperitiv, cu smântână.

Supă de mălai

200 g mălai
1 l lapte
100 g unt
5 linguriţe de zahăr

Într-o oală cu un litru de apă clocotită, se toarnă mălaiul în ploaie, amestecând energic cu o lingură de lemn cu coada lungă, pentru a se evita formarea cocoloaşelor. Se lasă să fiarbă, pe foc iute, până când mălaiul începe să se umfle. În acel moment, se toarnă laptele, încălzit în prealabil, se amestecă bine până se omogenizează, apoi se adaugă untul şi zahărul, amestecând în continuare. Se serveşte caldă, în farfurii adânci.

Plăcintă de mălai cu caşcaval şi ciuperci

200 g mălai
500 g ciuperci
300 g caşcaval
500 ml lapte
50 g unt
o legătură de pătrunjel, sare

Se fierbe laptele, cu un vârf de cuţit de sare. Când e gata să dea în clocot, se toarnă mălaiul în ploaie, amestecând continuu, ca să nu se formeze cocoloaşe. Se lasă până se îngroaşă şi capătă consistenţa unei mămăliguţe mai moi. Se curăţă ciupercile, se spală şi se toacă mărunt, apoi se călesc într-o tigaie cu ulei încins. Caşcavalul se dă pe răzătoarea mică, iar pătrunjelul se spală şi se toacă foarte fin. Se amestecă bine ciupercile cu jumătate din cantitatea de caşcaval şi cu pătrunjelul, apoi totul se încorporează în mămăliguţă, se presară deasupra restul de caşcaval şi se dă la cuptor într-o tavă unsă cu unt, un sfert de oră, la foc moderat.

Taci şi-nghite

400 g mălai
1 l lapte
100 g unt
300 g brânză de burduf sau caşcaval ras
4 ouă
sare, piper

Laptele se fierbe în clocot, după care se adaugă mălaiul, în ploaie, amestecând continuu cu făcăleţul sau cu lingura de lemn. Se continuă fierberea timp de 10–15 minute, până se leagă. Se ia de pe foc, se răstoarnă într-un vas şi se amestecă bine cu untul, cu brânza sau cu caşcavalul ras, precum şi cu ouăle fierte tari şi pisate mărunt. Se potriveşte de sare şi piper şi se porţionează, servindu-se în farfurii adânci, la micul dejun sau ca aperitiv la masa de prânz.

Budincă de mălai cu ciuperci, roşii şi măsline

250 g mălai
50 g unt
200 g ciuperci
4 ouă
2–3 roşii
100 g măsline
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se fierbe o mămăliguţă mai moale, din 250 g mălai, un litru de apă şi o linguriţă rasă de sare. Separat, se bat ouăle spumă, ciupercile se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, iar măslinelor li se scot sâmburii, după care se toacă. Roşiile se opăresc în apă clocotită, apoi se curăţă de pieliţe şi de sâmburi şi se toacă mărunt sau se dau pe răzătoare. Într-un castron adânc, se amestecă mămăliguţa cu ouăle bătute, ciupercile, măslinele, roşiile, sare şi piper după gust. Se pune untul într-o tavă şi se topeşte. Se aşterne uniform compoziţia şi se dă la cuptor, la foc potrivit, 45 de minute. Se serveşte cu roşii tăiate în feliuţe şi pătrunjel tocat deasupra.

Crochete din mălai

100 g mălai
100 g griş
600 ml lapte
un ou
100 g brânză de vaci
2 linguri de pesmet
100 ml ulei

Se fierbe laptele, iar când începe să dea în clocot se adaugă mălaiul şi grişul, amestecând permanent cu lingura de lemn sau cu telul. Se lasă până când se îngroaşă ca o mămăliguţă mai moale. Se pune aproximativ un sfert de oră să se răcească. Între timp, se separă gălbenuşul de albuş şi se amestecă bine cu brânza de vacă. Când s-a răcit mămăliguţa, se omogenizează cu brânza şi gălbenuşul, apoi se formează crochetele. Se încinge uleiul într-o tigaie şi se pun crochetele să se rumenească, după ce au fost tăvălite bine prin 2 linguri de pesmet.

Frigărui de mămăligă

200 g mălai
200 g şunculiţă ţărănească
200 g ciolan presat
40 g untură
o căpăţână de usturoi
sare, piper, cimbru

Se prepară o mămăligă mai tare, din 200 g mălai, un litru de apă şi o linguriţă rasă de sare. Se răstoarnă mămăliga într-un castron, se lasă până se răceşte, apoi se taie în cuburi mai mărişoare, cu latura de aproximativ 3 centimetri. Şunculiţa ţărănească şi ciolanul presat se taie în felii cât mai subţiri. Se înfăşoară cuburile de mămăligă în felii de şunculiţă şi de ciolan, după care se înfig, alternativ, pe frigărui, adăugând, din loc în loc, câte un căţel de usturoi. Se unge grătarul cu untură, se încinge bine şi se pun frigăruile, întorcându-le pe toate părţile. Când sunt aproape gata, se presară cu sare, piper şi cimbru.

Mămăligă cu cârnaţi

400 g mălai
400 g cârnaţi proaspeţi de porc
100 g unt
100 g caşcaval

Se face o mămăligă de consistenţă potrivită, nici prea tare, dar nici moale. Se lasă puţin la răcit. Se unge o cratiţă cu unt, după care se ia cu lingura mămăligă şi se întinde într-un strat uniform, de vreo doi centimetri grosime. Se unge din nou cu unt, iar deasupra se pun bucăţele de cârnat prăjit, lungi cam de 4 centimetri. Peste acestea se mai întinde un strat de mămăligă, iarăşi unt şi bucăţele de cârnat, acoperindu-se cu un al treilea strat de mămăligă. Totul se presară cu caşcaval ras şi se dă la cuptor timp de vreo 20 de minute, la foc potrivit. Se serveşte caldă, cu castraveţi muraţi.

Mămăligă cu jumări şi verdeţuri

400 g mălai, 50 g unt
200 g jumări de porc
4 ouă
o legătură de ceapă verde
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
o salată verde
sare, piper

Se prepară o mămăliguţă de consistenţă potrivită, se scoate pe un platou şi se lasă să se răcească. Ouăle se bat bine, după care se amestecă în ele jumările, ceapa, mărarul şi pătrunjelul tocate mărunt. Se potriveşte de sare şi piper. Într-o tigaie, se încinge untul, apoi se toarnă compoziţia de mai sus. Se lasă să se închege, având grijă să nu se ardă pe margini sau pe fund, apoi se întoarce cu spumiera ca să se prăjească şi pe partea cealaltă. Când omleta este gata, se scoate şi se taie felii, fiecare dintre ele aşezându-se pe câte o felie de mămăligă. Se poate orna cu frunze de salată verde şi de pătrunjel.

Mămăligă cu unt şi ouă

400 g mălai
4 ouă
100 g unt
50 g smântână
sare

Se pregăteşte o mămăliguţă nici prea moale, nici prea tare. Se fierb ouăle tari, se curăţă şi se pisează mărunt, apoi se freacă bine cu untul. Cam jumătate din pasta rezultată se pune pe fundul unui vas uns cu unt, deasupra se răstoarnă mămăliga, peste ea fiind întinsă jumătatea cealaltă de compoziţie. Se dă la cuptor, la foc potrivit, timp de aproximativ 10–15 minute. Se serveşte caldă, eventual cu o lingură de smântână proaspătă deasupra.

Mămăligă cu untură şi usturoi

400 g mălai
200 g untură de porc
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Se prepară o mămăliguţă ceva mai moale. Când e gata, se răstoarnă într-un castron, peste untură. Se lasă să se topească, apoi se amestecă bine, adăugând şi usturoiul pisat. Se potriveşte de sare şi piper şi se serveşte caldă. După preferinţe, se poate adăuga şi verdeaţă tocată mărunt sau cimbru.

Mămăligă gratinată

400 g mălai
100 g unt
300 g brânză

Se prepară o mămăliguţă de consistenţă potrivită. Se ia de pe foc, se răstoarnă într-un vas termorezistent (de preferat, de Jena) şi se amestecă bine cu untul şi cu brânza sfărâmată. Deasupra se aşterne un strat subţire de brânză rasă sau, după preferinţă, parmezan. Se introduce la cuptor şi se lasă vreo 20 de minute, până când se formează o crustă aurie. Se serveşte fierbinte.

Mămăligă prăjită cu jumări sau cârnaţi

4 felii de mămăligă rece (întărită)
40 g untură
200 g jumări de porc
200 g cârnaţi proaspeţi sau afumaţi
o căpăţână de usturoi
o linguriţă de oţet, sare

Mămăliguţa rămasă din ziua precedentă poate fi transformată într-o mâncare gustoasă, astfel: se taie în patru felii groase cam de câte 2 centimetri fiecare. Într-o tigaie, se topesc şi se încing 2 linguri de untură, apoi se prăjesc jumările sau cârnaţii, depinde ce avem la dispoziţie. Când s-au rumenit, se scot, se scurg şi se aşază în farfurii, iar în grăsimea încinsă se prăjesc, pe ambele părţi, feliile de mămăligă. Se curăţă usturoiul, se pisează şi se prepară un mujdei, adăugând apă şi sare după gust, eventual şi o linguriţă de oţet.

Mămăligă prăjită cu legume

400 g mămăligă rece
2 ouă
200 g brânză
100 g unt
100 g mazăre
100 g fasole verde
un morcov
o ţelină mică
100 g smântână

Se taie mămăliga rece în felii subţiri, se tăvăleşte prin ou bătut şi apoi prin brânza rasă, după care se prăjeşte în unt încins, până ce se rumeneşte. Se serveşte cu un soté preparat din mazăre, fasole, morcov şi ţelină, acestea din urmă tăiate julien. Legumele se înăbuşă în unt, cu puţină apă, apoi se scot şi se scurg. După preferinţe, se poate adăuga şi smântână proaspătă.

Mămăliguţă cu lapte şi brânză la cuptor

400 g mălai
1 l lapte
150 g telemea
150 g caşcaval
5 ouă
150 g smântână
o linguriţă de sare, piper

Se face o mămăliguţă mai moale din mălai, lapte şi un praf de sare. După ce s-a fiert, se amestecă, pe rând, cu ouăle, brânza rasă sau sfărâmată cu furculiţa, caşcavalul tăiat în bucăţele cât mai mici sau dat pe răzătoare, sare şi piper. Într-un vas uns bine cu unt, se toarnă această compoziţie, se acoperă cu smântână şi puţin caşcaval ras, după care se dă la cuptor timp de 20 de minute, la foc mărişor. Se serveşte caldă, tăiată în felii de mărime potrivită, cu unt proaspăt.

Mămăliguţă cu ochiuri şi brânză

400 g mălai
200 g brânză
100 g unt
4 ouă
sare

Se pregăteşte o mămăliguţă moale. Se unge cu unt o tavă, în care se aştern, alternativ, straturi de mămăliguţă şi de brânză, astfel încât atât stratul de jos, cât şi cel de sus, să fie de mămăliguţă. Se înmoaie în unt topit o lingură şi, cu dosul ei, se fac în stratul de deasupra patru gropiţe rotunde, în care se pun cele patru ouă, apoi se introduce tava în cuptorul încins. Se lasă până când se încheagă albuşurile, iar gălbenuşurile sunt încă moi. Se serveşte caldă.

Mămăliguţă împănată

400 g mămăligă rece
200 g costiţă afumată
200 g brânză telemea sau de burduf
100 g unt
un căţel de usturoi

Mămăliga rece se taie în felii subţiri, cam de un deget grosime. Se ia un vas termorezistent, se freacă fundul acestuia cu un căţel de usturoi şi apoi se unge cu unt. Se aşterne un strat de feliuţe de mămăligă, peste care se pun feliuţe subţiri de costiţă afumată. Urmează un nou strat de mămăligă, acoperit la rândul său cu brânză telemea sau de burduf, sfărâmată şi întinsă uniform peste feliile de mămăligă. Totul se acoperă cu încă un strat de mămăligă, cu brânză rasă şi unt deasupra. Se dă la cuptor, la foc moderat, timp de aproximativ 15–20 de minute. Se serveşte caldă.

Papară cu brânză de burduf

400 g mălai
300 g brânză de burduf
100 g unt
4 ouă
60 g smântână
sare, piper

Se pregăteşte o mămăliguţă mai moale. Se ia un vas, se unge uniform cu unt pe fund şi pe margini. Se întinde un strat de mămăliguţă, gros cam de 3–4 centimetri, iar deasupra se pun cam 200 g de brânză, sfărâmată şi amestecată cu ouăle bătute. Urmează un nou strat de mămăliguţă, de aceeaşi grosime ca şi cel de jos, peste care se toarnă smântâna, untul şi restul de brânză. Eventual, se dă deasupra şi un praf de piper. Se pune vasul la cuptor şi se lasă aproximativ 15 minute, la foc moderat. Se serveşte caldă.

Pilaf de urzici cu mălai

1,5 kg urzici proaspete
100 g mălai
100 ml ulei
2 căţei de usturoi
o ceapă
sare, piper

Urzicile, curăţate bine şi spălate în mai multe ape, se fierb în apă clocotită cu sare timp de vreo 15 minute. Se scurg bine şi se toacă mărunt. Într-o cratiţă cu ulei înfierbântat, se înăbuşă urzicile, împreună cu ceapa tocată mărunt, adăugându-se puţină apă. Se toarnă mălaiul câte puţin, amestecând energic cu lingura de lemn şi completând cu apa în care au fiert urzicile. Se continuă fierberea timp de aproximativ 15 minute, amestecând pentru omogenizare. Se pisează usturoiul şi se încorporează. Se potriveşte de sare şi piper.

Rulouri de mămăligă cu omletă şi costiţă

400 g mălai
6 ouă
200 ml lapte
400 g costiţă afumată
100 g măsline, sare

Se pregăteşte o mămăliguţă mai moale. Ouăle se bat bine împreună cu laptele şi cu un praf de sare, după care se prăjesc într-o tigaie cu unt încins. După ce se scoate omleta, se prăjeşte uşor, pe ambele părţi, costiţa tăiată în feliuţe subţiri. Omleta se taie în 16 bucăţi, egale ca mărime. Se ia câte o lingură de mămăligă, se pune pe platou, se întinde bine cu dosul lingurii, iar peste ea se aşază o bucată din omletă. Se rulează împreună, se înfăşoară într-o feliuţă de costiţă şi se fixează cu o scobitoare, în vârful căreia se înfige o măslină. Se servesc calde.

Fursecuri din mălai

100 g mălai grişat
2 linguri de făină
2 ouă
100 g unt
100 g zahăr pudră
50 g stafide, sare

Se prepară aluatul, amestecând mălaiul cu făina, zahărul pudră, un ou întreg şi gălbenuşul de la celălalt şi o linguriţă de sare. La sfârşit, se încorporează şi untul, lăsat să se înmoaie la aburi în prealabil. Se lasă o jumătate de oră să se odihnească, după care se întinde o foaie groasă cam de o jumătate de centimetru. Se taie cerculeţe, cu ajutorul unui pahar. Se încinge bine cuptorul, se unge o tavă cu unt, se aşază fursecurile, se ornează fiecare cu câte o stafidă în vârf, apoi se coc timp de o jumătate de oră, la foc potrivit. Se pot servi atât calde, cât şi reci, alături de o cană de ceai sau de lapte.

Mămăligă cu dovleac la cuptor

400 g mălai
100 g făină
2 ouă
1 l lapte
100 g unt
2 linguri de ulei
25 g drojdie
o linguriţă de zahăr
o linguriţă de sare
400 g dovleac
100 g smântână

Mălaiul cernut, se pune într-un vas adânc şi se opăreşte cu laptele fiert

în clocot, se amestecă până se încorporează şi se lasă la răcit. Se adaugă apoi ouăle, untul, uleiul, zahărul, făina, drojdia şi sarea, amestecând energic, până se obţine consistenţa unei smântâni. Se ia o tavă, se unge cu unt, după care se toarnă compoziţia obţinută, care se împănează cu dovleac tăiat cubuleţe de mărime potrivită. Se introduce în cuptorul bine încins şi se lasă cam o jumătate de oră. Se serveşte fierbinte, în farfurii adânci, cu o lingură de smântână deasupra.

Turtă de mălai cu mere

400 g mălai
400 g mere
50 g unt

Merele, curăţate de coajă şi cotor şi tăiate în felii, se fierb bine în puţină apă, după care se pasează. Se amestecă piureul rezultat cu mălaiul, formându-se o pastă groasă. Se unge o tavă cu unt, apoi se toarnă pasta în ea şi se dă la cuptor, la foc potrivit, timp de o jumătate de oră. Apoi se scoate şi se lasă la răcit, după care se taie în felii şi se serveşte.

Mămăliguţă pripită

400 g mălai
1 l apă
o linguriţă de sare

Într-un ceaun cu apă rece în care am dizolvat o linguriţă cu vârf de sare, se toarnă mălaiul în ploaie, amestecând permanent cu un făcăleţ sau cu o lingură de lemn, pentru a nu se forma cocoloaşe. Când mămăliguţa începe să clocotească, se mai adaugă câteva mâini de mălai, continuând amestecarea, până când se ajunge la consistenţa dorită. Se lasă să fiarbă încă vreo cinci minute la foc potrivit, după care se răstoarnă pe un fund de lemn. Se serveşte caldă, cu brânză şi smântână, ochiuri sau omletă, ciorbe sau borşuri, saramuri, peşte prăjit, iahnie de fasole, sarmale, varză călită, varză cu carne, tocănite, tochituri, fripturi, cârnaţi, jumări.

Sarea în bucate

Castraveţi în saramură

5 kg castraveţi
3 l apă
150 g sare grunjoasă
20 g piper
4 legături de mărar (la un borcan de 8 l)

Se aleg castraveţii proaspeţi, fragezi. Se spală cu apă rece şi se taie capetele. Cei care sunt mai groşi, se crestează pe lungime. Se fierbe apa cu sarea, respectând proporţia de două linguri rase de sare la un litru de apă. După ce clocoteşte, se ia de pe foc şi se lasă la limpezit. În borcan se aranjează castraveţii uniform, punând peste ei căţei de usturoi şi boabe de piper. La suprafaţă se pun crenguţe de mărar. Se pun sub borcan două cuţite, în cruce, după care se toarnă apa cu sare fierbinte. Se leagă borcanul la gură cu hârtie de pergament. Se lasă la soare timp de 2–3 zile, vreme în care se vântură zeama, apoi se duce la loc întunecos şi răcoros.

Conopidă şi morcovi în saramură

3 kg conopidă
2 kg morcovi
3 l apă
150 g sare grunjoasă
4 legături de mărar
frunze de ţelină
20 g piper (la un borcan de 8 l)

Se curăţă conopida, se spală bine şi se taie în bucheţele mici.
Morcovii se curăţă, se spală şi se taie în rondele cu grosimea de aproximativ 5 mm. Pe fundul borcanului se aştern frunze de ţelină şi crenguţe de mărar. Se pun bucheţelele de conopidă şi morcovii, iar la suprafaţă se acoperă cu frunze de ţelină şi mărar. Se presară boabe de piper. Se fierbe o saramură, cu două linguri de sare la un litru de apă, eventual se pun şi boabe de piper. După ce clocoteşte, se lasă un pic la răcit, până devine călduţă, apoi se toarnă în borcan. Se acoperă cu hârtie de pergament şi se lasă la soare până se limpezeşte, apoi se mută la răcoare.

Fasole verde conservată în sare

5 kg fasole albă grasă sau verde fideluţă
1 kg sare
o lingură de zahăr (la un borcan de 8 l)

Se alege fasolea tânără şi fără aţe. Nu trebuie spălată. Se pregăteşte, într-un vas, un amestec dintr-un kg de sare cu o lingură de zahăr. Se pune, în borcan, un strat de fasole şi unul de sare cu zahăr. A doua zi se completează borcanul cu straturi alternative de fasole şi de sare cu zahăr. Se presează totul cu două scândurele, aşezate în cruce, astfel încât fasolea să fie acoperită de zeama pe care a lăsat-o. Se acoperă borcanul cu hârtie de pergament şi se pune la loc răcoros şi uscat. Când dorim să folosim fasolea conservată astfel la mâncare, o fierbem în două rânduri în apă clocotită.

Frunze de viţă în saramură

frunze de viţă
apă
sare
frunze de mentă
salicilat

Se aleg frunze de viţă fragede, cu grijă să nu fi fost stropite cu substanţe chimice. Se spală cu grijă, în mai multe ape, după care se aşază într-un lighean de plastic, în teancuri. Peste ele, se toarnă o soluţie de 40 g de sare la un litru de apă. După aproximativ 15 minute, se scot din lighean şi se introduc în borcane, turnând peste ele saramura în care se dizolvă, în prealabil, un praf de salicilat. Ca să aibă o aromă mai plăcută, se pot presăra frunze de mentă, din loc în loc. Frunzele de viţă vor fi presate cu o bucată de lemn, peste care se pune o piatră. Se acoperă borcanul cu hârtie de pergament şi se leagă. Se păstrează la rece.

Ghebe în saramură

6 kg ghebe
300 g sare grunjoasă
apă

Se spală bine ghebele în mai multe ape şi se curăţă de toate punctele negre, care se scot cu vârful cuţitului. Se fierb în câteva clocote, apoi se adaugă sarea şi se amestecă bine. Se pun în borcane, presându-le cu două scândurele aşezate în cruce şi cu o piatră înfăşurată în tifon deasupra. Se acoperă borcanul cu celofan şi se leagă la gură. Se păstrează la loc răcoros şi întunecos. Când le scoatem, trebuie să le spălăm bine în mai multe ape şi le lăsăm timp de două ore să stea cu felii de cartof crud printre ele, ca să se desăreze.

Mărar conservat în sare

mărar verde
sare

Mărarul se alege, se spală şi se lasă la scurs. Apoi, se pune în borcane de sticlă mici, presărând sare peste el. După 24 de ore, când mărarul şi-a lăsat zeama şi a mai scăzut în volum, se umple borcanul cu alte crenguţe verzi de mărar, adăugând şi sare. La suprafaţă, se presează cu două scândurele puse în cruce, până ce zeama acoperă complet mărarul. Se acoperă borcanul cu hârtie de pergament şi se leagă cu sfoară sau elastic. La fel se pot conserva şi pătrunjelul sau leuşteanul. Verdeaţa astfel conservată se poate folosi la prepararea mâncărurilor după ce e lăsată vreo două ore în apă rece, la desărat.

Vinete în saramură

5 kg vinete
3 l apă
o linguriţă de sare (la un borcan de 8 l)

Vinetele se aleg numai dintre cele tinere şi subţirele. Se spală, apoi se curăţă de coajă şi de cotoare. Se taie de-a lungul, în patru bucăţi. Se pune pe foc un vas cu apă rece şi sare, iar când clocoteşte, se opăresc vinetele. După aceea, vinetele se scurg, se pun în borcan şi se toarnă peste ele saramura răcită. Borcanul se acoperă cu celofan şi se păstrează la rece, ferit de umezeală.

Roşii în saramură

roşii
sare
apă

Roşiile trebuie să fie coapte, dar tari, de mărime potrivită. Nu e bine să fie unele mai mari şi altele mai mici. Se spală, se şterg cu un şervet curat şi se înţeapă din loc în loc cu un ac. Se introduc în borcane mai mici, de un kilogram, fără să se preseze. Peste ele se toarnă saramura, făcută cu 50 g de sare la un litru de apă. Se acoperă borcanele cu celofan, se leagă strâns şi se fierb aproximativ o oră în bain-marie. Se păstrează în loc răcoros.

Cartofi în coajă cu crustă de sare

800 g cartofi noi
100 g sare grunjoasă
70 g unt
o legătură de pătrunjel

Se aleg cartofi sănătoşi, se spală bine, în mai multe ape, astfel încât să nu mai rămână praf sau noroi pe ei. Încă uzi, se tăvălesc prin sare grunjoasă, astfel încât să fie acoperiţi uniform, ca de o crustă. Se aşază pe plită, în cuptor, şi se lasă să se coacă la foc potrivit, întorcându-i din când în când. Îi încercăm cu cuţitul şi, când acesta intră uşor în ei, înseamnă că sunt copţi. Se scot, se aşază pe un platou, se taie în jumătăţi şi se servesc calzi, cu câte un cubuleţ de unt deasupra şi ornaţi cu pătrunjel verde, tocat fin.

Saramură de pui

600 g carne de pui (fără cap sau gheare)
2 linguri de ulei
2 roşii
un ardei gras verde
un ardei iute
sare, piper
o legătură de pătrunjel
600 ml supă de pasăre

Carnea se curăţă, se spală şi se porţionează. După ce s-a scurs de apă, se dă cu sare şi cu piper, se unge cu ulei şi se frige pe grătar, întorcând-o din timp în timp. Când este gata, se scoate într-o tavă. Pe grătar se pun roşiile, ardeiul gras şi ardeiul iute. După ce s-au fript, se pun într-un vas cu 500 ml supă de pasăre şi se fierb împreună cam un sfert de oră, după care se scot şi se pasează peste carnea din tavă. Se dă totul la cuptor, la foc potrivit, aproximativ 20 de minute. Se serveşte cu mujdei (usturoiul pisat, sare şi 100 ml supă de pasăre) şi cu mămăliguţă caldă şi se ornează cu frunze de pătrunjel.

Saramură de crap

600 g crap (fără cap)
3–4 roşii
2–3 ardei graşi, un ardei iute
o căpăţână de usturoi
2 linguriţe de sare, 50 ml ulei
piper, boia iute
o legătură de pătrunjel

Se spală şi se curăţă peştele, se porţionează şi se frige pe grătarul încins sau pe plită, întorcându-l pe ambele părţi. Când e gata, se pune într-o tavă. Se coc, tot pe grătar sau pe plită, roşiile, ardeiul gras şi cel iute. Într-un vas cu apă rece, se fierb sarea cu uleiul, apoi se pun roşiile, ardeiul gras, ardeiul iute şi usturoiul pisat, lăsându-se să fiarbă un sfert de oră. Se potriveşte, după gust, cu sare, piper şi boia, apoi se strecoară zeama şi se pasează legumele, turnând totul în tavă, peste bucăţile de peşte. Se introduce tava la cuptor şi se lasă încă un sfert de oră, la foc potrivit. Se serveşte cu mămăliguţă şi, pentru cine doreşte, cu mujdei separat.

Peşte în crustă de sare

1 kg şalău proaspăt
o legătură de pătrunjel verde
100 g untură de porc
300 g sare grunjoasă
100 g unt

Şalăul se spală bine în mai multe ape, se curăţă şi se scurge pe un platou. Se freacă apoi cu jumătate din cantitatea de sare grunjoasă şi se lasă câteva ore să se pătrundă. Pătrunjelul verde se spală, se curăţă de codiţe şi se toacă mărunt. Se ia o tavă, care se unge bine cu untură de porc. Cuptorul se încinge la 180°. Peştele se presară cu restul de sare, se unge bine cu toată cantitatea de unt, apoi se tăvăleşte prin verdeaţă şi se aşază în tavă. Se lasă la cuptor circa 30-40 de minute, întorcându-se pe toate părţile, pentru a prinde o crustă frumoasă. Se serveşte fierbinte, cu o bucăţică de unt proaspăt deasupra şi mămăliguţă caldă.

Pui umplut în crustă de sare

un pui întreg
200 g miere de albine
300 g sare grunjoasă
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
200 g ciuperci proaspete
100 g măsline, 150 g unt
100 ml sos tomat

Puiul se spală şi i se scot organele, care se dau prin maşina de tocat. Ciupercile se curăţă, se spală şi se ung cu puţin unt, apoi se pun pe grătar întregi, şi se coc circa 20 de minute. Verdeaţa se taie mărunt, iar măslinele se separă de sâmburi. Puiul se unge în interior cu jumătate din cantitatea de miere şi se lasă 30 de minute să se pătrundă. Organele se prăjesc în puţin unt, apoi se amestecă cu jumătate din verdeaţă, măslinele şi ciupercile şi se umple puiul cu această compoziţie. După care se prinde cu multe scobitori. Se unge bine pe dinafară cu restul de miere şi se dă prin sare grunjoasă. Se

lasă apoi la cuptor 40 de minute, cu câteva cubuleţe de unt deasupra. Se adaugă restul de verdeaţă şi sosul tomat.

Slănină afumată în sare

slănină afumată
sare grunjoasă, apă

Se prepară o saramură, fierbând apă cu sare, cam în proporţie de 50 g sare la 1 l de apă. Peste slănina afumată, căreia i s-au scos în prealabil aţele, se toarnă saramura răcită, doar cât s-o acopere. Deasupra, se pune o farfuriuţă, iar peste ea, o piatră învelită în tifon. Se acoperă borcanul cu celofan şi se leagă strâns la gură, după care se depozitează la rece.

Jambon în crustă de sare

o pulpă de porc
100 g smântână
100 g cimbru
400 g sare
300 ml vin alb demisec
o lămâie întreagă sau o ceapă

Se alege o pulpă de porc din spate, care se spală şi se pune la macerat în vin 3–4 ore. Apoi se pune la fiert în apă cu 100 g de sare, până este aproape fiartă. Se face focul, pe care se aşază 4–5 lemne lungi şi subţiri, în formă de piramidă. Carnea se înfige într-o ţepuşă şi se pregăteşte pentru afumat. Când lemnele au ars, se dă carnea la fum un timp cât mai îndelungat. Când este destul de afumată, se alcătuieşte un sos din smântână, cimbru şi restul de sare, prin care se tăvăleşte bine jambonul. Se lasă atârnat în pivniţă sau la frigider până a doua zi, când se afumă încă o dată. Se serveşte cu feliuţe de lămâie sau ceapă.

Curcan în crustă de sare

un curcan
2 ouă, 3 linguri de făină
50 g brânză desărată
o legătură de pătrunjel verde
100 g untură de porc
50 g unt proaspăt
300 g sare grunjoasă, muştar, piper

Se ia curcanul şi se spală bine în apă rece. Apoi se curăţă în interior, fără să i se scoată măruntaiele. Se face o pastă omogenă din ouăle bătute bine cu furculiţa, făină, brânză dulce de vaci, muştar, piper şi verdeaţă. Prin această compoziţie se tăvăleşte apoi curcanul, lăsând 10–15 minute să se pătrundă. Se unge o tavă cu untură de porc şi se încinge cuptorul. Înainte de a se aşeza în tavă, curcanul se presară cu toată cantitatea de sare, întorcându-l pe o parte şi pe alta, având grijă să se prindă bine. Se dă la cuptor pentru 30–40 de minute, ungându-l din când în când cu o pană înmuiată în unt topit.

NUTRIMAXX

Functional Compounds
for Health Food,
Sport Nutrition
and Lifestile Drinks

Linia de produse NUTRIMAXX este numele de marcă Brenntag-Neuber pentru:

- **amestecuri de vitamine**
- **amestecuri de minerale**
- **amestecuri cu microelemente**
- **amestecuri energizante**
- **amestecuri îndulcitoare**
- **amestecuri de suplimente sportive**

Aceste amestecuri vin să completeze gama de amestecuri energizante Neuber-Brenntag produse în Austria.
La cererea clienţilor aceste amestecuri pot fi personalizate.

S.C. BRENNTAG ROMANIA SRL
Bd. Timişoara 80, Sector 6 - Bucureşti
CUI - R10751277
Telefon +40 (21) 444 10 90
Fax +40 (21) 444 11 99
Mobil +40 (745) 102 329
www.brenntag.ro
www.neuber.at

BRENNTAG CEE
Stinnes Logistics

Ceapa şi usturoiul

Creier cu ceapă

600 g creier de vită
o ceapă
100 ml ulei
25 ml oţet (sau zeamă de lămâie)
o legătură de pătrunjel
sare, piper boabe, foi de dafin

Creierul se lasă timp de o oră în apă rece, apoi se spală din nou şi se curăţă de pieliţe. Se pune la fiert în apă călduţă cu sare, piper şi, eventual, foi de dafin. După cel mult o jumătate de oră, când e fiert, se scoate şi se dă printr-o sită fină. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se amestecă bine cu pasta de creier rezultată, cu zeama de lămâie sau oţetul, turnându-se uleiul, puţin câte puţin, timp în care se amestecă energic, ca pentru maioneză. Se serveşte cald, cu pătrunjel tocat deasupra.

Ouă jumări cu usturoi

8 ouă
3 căţei de usturoi
100 g caşcaval
o lingură de muştar, 40 g unt
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se bat toate ouăle într-un vas adânc şi se toarnă într-o cratiţă în care s-au topit două linguri de unt. Se pune cratiţa într-o oală cu apă clocotită, aflată pe foc. Se presară piper, după gust, şi, eventual, sare (dar nu trebuie exagerat, întrucât caşcavalul şi muştarul sunt, la rândul lor, sărate). Se curăţă usturoiul şi se pisează, iar caşcavalul se dă pe răzătoarea fină. Până să se închege ouăle, se adaugă usturoiul pisat, caşcavalul ras şi o lingură de muştar. Se continuă fierberea, amestecând mereu. Când se leagă jumările, se iau de pe foc şi se repartizează în farfurii, ornate cu crenguţe de pătrunjel.

Pizza cu ceapă

200 g făină
20 g drojdie
50 ml ulei, 4 cepe
100 g caşcaval
50 g unt, 4 ouă
100 g smântână, sare, piper

Se prepară aluatul, astfel: drojdia, dizolvată în puţină apă caldă, se amestecă bine cu o lingură de făină şi se lasă 10 minute la dospit. Restul de făină se pune într-un castron, se adaugă o linguriţă de sare, se face o gropiţă în mijloc, în care se pune drojdia şi se toarnă uleiul, se frământă bine, apoi se lasă, la căldură, să crească. Ceapa se curăţă, se spală şi se taie peştişori, apoi se căleşte puţin în ulei încins. Ouăle se bat împreună cu smântâna şi caşcavalul ras. Aluatul se întinde într-o foaie groasă de 2 centimetri, se aşterne un strat de ceapă, se toarnă sosul, apoi se dă la cuptor o jumătate de oră, până devine crocantă.

Plăcintă cu ceapă

200 g făină
20 g drojdie
80 g unt
o linguriţă de zahăr pudră
2 cepe
100 g şuncă
100 g brânză de vaci
2 ouă
100 g smântână
30 ml ulei, sare, piper

Se frământă făina cu drojdia dizolvată în puţină apă caldă, două linguri de unt şi o linguriţă de zahăr pudră. Se lasă la căldură să crească. Între timp, se curăţă ceapa, se spală şi se taie în feliuţe subţiri, apoi se căleşte în unt încins. Şunca se taie mărunt, apoi se amestecă bine cu brânza, smântâna, ouăle şi restul de unt, adăugând sare şi piper după gust. Se întinde aluatul şi se împarte în opt dreptunghiuri, pe care se aşterne un strat de ceapă şi un strat din compoziţia obţinută mai devreme. Se unge o tavă cu ulei, se aşază plăcintele şi se introduc în cuptorul încins, unde se ţin cam un sfert de oră, la foc potrivit.

Salată de scrumbii sărate cu ceapă

400 g scrumbii
2 cepe
100 g măsline
50 ml ulei
50 ml oţet

Scrumbiile se crestează de-a lungul burţii, se curăţă, se scot, dacă este cazul, lapţii sau icrele, apoi se lasă la desărat într-un vas cu apă rece minimum 6 ore. După aceea, se spală din nou, apoi se jupoaie pielea, dinspre cap înspre coadă, se dezosează şi se taie în bucăţele, nu mai mari de 3 centimetri. Ceapa se curăţă, se spală şi se taie în feliuţe foarte subţiri. Măslinele se ţin o oră în apă rece, apoi li se scot sâmburii. Se ia un platou lunguieţ, pe care se aranjează bucăţelele de scrumbie lipite unele de altele, reconstituind forma peştelui. Peste fiecare bucăţică, se pune câte o felie de ceapă, iar deasupra câte o măslină. Totul se prinde cu câte o scobitoare. Deasupra se toarnă ulei şi oţet.

Tartă de ceapă cu caşcaval

2 cepe
200 g făină
100 g unt
4 ouă
100 g caşcaval
100 g smântână
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Se prepară aluatul, amestecând făina cu trei linguri de unt, un ou şi puţină sare. Se lasă timp de o

oră să se odihnească, acoperit cu un şervet curat. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se căleşte în restul de unt. Se scoate, se scurge, apoi se amestecă într-un vas cu celelalte trei ouă, caşcavalul ras şi smântâna, presărând sare, piper şi cimbru în dozele preferate. Se întinde aluatul într-o formă rotundă, apoi se introduce la cuptor, lăsându-se un sfert de oră la foc iute. După aceea, se scoate, se toarnă umplutura şi se dă din nou la cuptor, la foc potrivit, cam 20 de minute.

Supă de ceapă

3 cepe
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
100 g ţelină
75 ml ulei
o lingură de făină, sare

Se curăţă ceapa, se spală şi se taie peştişori, se căleşte în ulei până devine transparentă. Se adaugă făina, amestecând cu lingura de lemn pentru a se evita formarea cocoloaşelor. Zarzavaturile se curăţă, se spală, se taie în bucăţele mici şi se fierb în apă cu sare. Se strecoară şi se toarnă câte puţin peste ceapă, amestecând mereu. Se mai fierbe, la foc mic, cam 20 de minute, se potriveşte de sare. Se serveşte fierbinte, cu crutoane.

Heringi cu ceapă

600 g heringi
600 g ceapă
60 ml oţet
20 ml ulei
boabe de muştar
boabe de piper
ienibahar, o lămâie
o legătură de pătrunjel

Se curăţă heringii de piele şi de intestine, se spală şi se pun la desărat într-un vas cu apă rece. Se lasă acolo timp de trei ore. Într-un alt vas, se toarnă uleiul şi oţetul, după care se adaugă ienibaharul şi boabele de muştar şi de piper. Ceapa se curăţă, se spală, se taie în rondele subţiri şi se adaugă în acest sos, se amestecă şi se lasă la rece tot trei ore. După aceea, se scot heringii, se scurg şi se aranjează pe un platou oval. Ceapa se rânduieşte pe marginile platoului, apoi se toarnă sosul. După preferinţe, se poate stropi cu zeamă de lămâie, iar platoul se poate orna cu feliuţe de lămâie şi crenguţe de pătrunjel.

Cartofi cu ceapă

500 g cartofi
50 ml ulei, o ceapă
300 ml supă de oase, piper
o legătură de pătrunjel
o linguriţă de sare

Se curăţă cartofii, se spală şi se taie în felii de mărime potrivită, după care se ţin într-un vas cu apă rece timp de aproximativ 5 minute. Între timp, se curăţă ceapa şi se toacă în fâşii subţiri. Într-o tavă, se toarnă uleiul, apoi se pun cartofii şi ceapa, se sărează şi se piperează, după care se adaugă 2–3 linguri de supă de oase. Se introduce tava la cuptor, la foc moderat, lăsându-se până se rumenesc cartofii (cam o jumătate de oră), timp în care se mai adaugă, din când în când, câte o lingură de supă de oase. Se servesc calzi, presărând deasupra pătrunjel tocat mărunt.

Ceapă cu sos de miere

4 cepe potrivite
60 ml ulei, 60 g miere
30 ml oţet, 50 ml vin alb
o lingura de bulion, 2–3 roşii
4 căţei de usturoi
frunze de ţelină, sare, piper

Se alege ceapă mai măruntă, se curăţă, se spală şi se căleşte, întreagă, în ulei încins. Se întoarce, cu lingura, pe toate părţile, astfel încât să se rumenească uniform. În momentul în care ceapa capătă o culoare castanie, se adaugă mierea. Se amestecă energic şi se lasă flacăra cât mai mică. După câteva minute, se stinge cu oţet şi cu vin, se dă focul mai mare şi se adaugă usturoiul pisat. După alte câteva minute, se adaugă bulionul, roşiile tăiate în feliuţe mici şi frunzele de ţelină tocate mărunt. Se potriveşte de sare şi piper şi se dă focul mare, pentru vreo 5 minute. Se serveşte, de preferinţă, caldă, dar merge şi rece.

Ceapă umplută cu ciuperci

8 cepe mari
200 g ciuperci, 80 ml ulei
2 linguri de făină, o lingura de bulion
o legătură de mărar
sare, piper

Se fierb cepele, curăţate, dar întregi, în apă cu sare, până încep să se înmoaie. Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, se toacă mărunt şi se înăbuşă în ulei cu o cantitate egală de apă şi un praf de sare. Se amestecă miezul de ceapă, tocat, cu ciupercile, verdeaţa tocată, sare şi piper după gust. Se rumeneşte făina în două linguri de ulei, se stinge cu bulionul diluat în puţină apă, se mai presară un pic de sare şi piper şi se fierbe, la foc mic, 10 minute. Se pun cepele într-o tavă, peste ele se strecoară sosul şi se introduc la cuptor, la foc potrivit, până devin aurii.

Ceapă umplută cu nuci

8 cepe mărişoare
100 g miez de nucă
40 ml ulei, 2 linguri de făină
o lingură de bulion, o linguriţă de zahăr
o legătură de mărar, sare, piper

Ceapa se curăţă şi se fierbe în apă cu sare, la foc mic, până devine uşor transparentă. Se lasă să se răcească, apoi se scoate miezul, care se toacă mărunt şi se amestecă, într-un castron, cu miezul de nucă pisat, mărarul tocat mărunt şi un vârf de cuţit de sare. Se omogenizează compoziţia şi se umplu cepele cu ea. Se înfierbântă uleiul într-o tigaie, se căleşte făina, iar când aceasta s-a rumenit, se stinge cu puţină apă călduţă, se adaugă o lingură de bulion şi o linguriţă de zahăr şi se mai lasă la fiert 10 minute. Sosul rezultat se strecoară într-un vas, în care se pun şi cepele, dându-se la cuptor, să se rumenească la foc moderat. Se servesc calde.

Ceapă umplută cu orez

8 cepe mari
150 g orez
50 ml ulei, o lingură de bulion
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se curăţă cepele, după care se pun la fiert într-un vas cu apă rece şi sare. Se lasă cel mult 10 minute, după care se scot pe un platou şi li se scobeşte miezul, cu o lingură. Orezul se alege, se spală în mai multe ape şi se căleşte în puţin ulei. Când s-a rumenit uşor, se adaugă apă şi se lasă la fiert până se umflă bobul. Se adaugă pătrunjelul tocat, sarea şi piperul, amestecând bine. Cu compoziţia rezultată, se umplu cepele, se aşază într-o tavă unsă cu ulei, se toarnă deasupra bulionul, subţiat cu apă şi puţin ulei. Se lasă la cuptor, la foc potrivit, un sfert de oră, după care se servesc imediat.

Mâncare de arpagic

500 g arpagic
o ceapă
100 g măsline
o lingură de bulion
30 ml ulei
1/2 linguriţă de făină
o lămâie mică
sare, piper

Arpagicul se spală, se lasă în apă rece o jumătate de oră şi apoi se curăţă. La rândul ei, ceapa se curăţă, se spală şi se toacă. Se călesc în ulei arpagicul şi ceapa, se adaugă făina, amestecând cu lingura de lemn, ca să nu se formeze cocoloaşe. Se stinge cu bulionul subţiat cu apă, se sărează şi se piperează. Atunci când arpagicul e fiert cam pe trei sferturi, se adaugă măslinele şi lămâia tăiată în feliuţe subţiri. Se mai lasă la fiert până clocoteşte. Se serveşte caldă, sau rece, cu mămăliguţă.

Ostropel de vacă

500 g carne de vacă
50 ml ulei
o ceapă, un morcov
30 g păstârnac, o lingură de făină
2 linguri de bulion
o căpăţână de usturoi
500 g cartofi, 2 legături de pătrunjel
400 ml supă de oase
o linguriţă de sare

Se curăţă cartofii, se spală, se taie în cubuleţe şi se pun la fiert în apă cu sare. Carnea se spală, se curăţă de pieliţe şi se porţionează, se dă cu sare şi se înăbuşă în 25 ml ulei cu puţină supă de oase. Pe măsură ce fierbe carnea, se adaugă câte puţină supă. În alt vas, cu 25 ml ulei, se înăbuşă morcovii, ceapa şi păstârnacul, tăiate rondele. Se adaugă bulionul, făina dizolvată în puţină apă rece, usturoiul, sarea şi restul de supă şi se lasă la fiert cam un sfert de oră. După ce au fiert zarzavaturile, se pasează şi se toarnă peste carne, lăsându-le să fiarbă împreună timp de 15–20 de minute. Se serveşte cald, cu pătrunjel tocat deasupra.

Ouă cu ceapă şi sos de vin

4 ouă, 2 cepe
100 g unt, o lingură de făină
100 ml vin alb, 200 g franzelă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ouăle se fierb astfel încât să fie cât mai tari, apoi se curăţă, se scot gălbenuşurile, iar albuşurile se taie în fâşii subţirele. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt, apoi se pune să se rumenească într-o tigaie cu unt încins. Se adaugă făina, se lasă până se rumeneşte puţin, apoi se stinge cu o jumătate de pahar de vin. Se adaugă albuşurile tocate şi gălbenuşurile întregi. Se fierbe, la foc moale, încă vreo zece minute, timp în care se potriveşte de sare şi piper. Când se ia de pe foc, se presară verdeaţa tocată. Se servesc cu crutoane, din franzela tăiată în cubuleţe şi rumenită în unt.

Pană de somn cu usturoi

1 kg somn (fără cap)
un morcov, o ceapă
2 linguriţe de oţet de 9°
2 linguri de ulei
o căpăţână de usturoi
sare, piper boabe
foi de dafin
2 legături de pătrunjel

Peştele se curăţă de solzi, i se scot intestinele şi urechile şi se spală bine cu apă rece. Se folosesc părţile laterale de la burtă şi dinspre coadă. Se taie în porţii egale, se sărează şi se ţin la rece peste noapte. Ceapa şi morcovii se curăţă, se taie felii şi se pun la fiert în apă rece cu piperul şi foile de dafin. După un sfert de oră, se adaugă peştele şi se mai lasă la fiert încă vreo jumătate de oră. După ce s-au fiert, se scot pe un platou şi se ornează cu pătrunjelul tocat. Se face un sos din oţet, ulei şi zeama în care a fiert somnul şi se toarnă deasupra. Se pregăteşte şi mujdeiul, din usturoiul pisat, sare, puţin ulei şi apă. Se servesc separat, peştele pe platou, iar mujdeiul în sosieră.

Praz cu măsline

1 kg praz
50 ml ulei, o lingură de bulion
o linguriţă de oţet
o ceapă, 200 g măsline
o lingură de făină, o lămâie
2 legături de pătrunjel
o lingură de sare, piper, foi de dafin, boia de ardei dulce

Se curăţă şi se spală prazul, se taie în bucăţele de câte 4–5 cm şi se pune într-o tavă unsă cu ulei. Se lasă la cuptor, până se rumeneşte prazul. Între timp, se curăţă ceapa şi se toacă mărunt, după care se înăbuşă într-o cratiţă cu ulei înfierbântat şi puţină apă. Se adaugă bulionul, diluat în prealabil, boiaua, foile de dafin, piperul, făina dizolvată în apă rece, sarea şi oţetul. Se fierb timp de un sfert de oră, apoi se adaugă prazul, măslinele şi se completează cu apă. Se amestecă bine şi se lasă la fiert cam o jumătate de oră. Se serveşte cald, ornat cu felii de lămâie şi pătrunjel tocat.

Praz umplut cu brânză de vaci

500 g praz
300 g brânză dulce de vacă
100 g măsline
50 g unt, 2 ouă
100 g parmezan
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se curăţă şi se spală prazul, apoi se taie în bucăţi lungi de aproximativ 10 cm şi i se scoate miezul. Se freacă brânza cu jumătate din verdeaţa tocată mărunt, iar cu pasta rezultată se umplu bucăţelele de praz. Se unge o tavă cu unt şi se aşază bucăţile de praz, iar deasupra lor se pun măslinele, cărora în prealabil li s-au scos sâmburii. Se bat bine ouăle şi se toarnă deasupra, apoi se dă tava la cuptor timp de 30 - 40 de minute, la foc moderat. Se serveşte cald, presărându-se deasupra parmezan ras şi verdeaţă fin tocată.

Raci cu usturoi

30 de raci vii
un morcov mare, o ţelină
o rădăcină de pătrunjel, o ceapă
2 căpăţâni de usturoi
o legătură de pătrunjel
sare, piper boabe

Zarzavatul se curăţă, se spală, se taie în felii şi se pune la fiert în apă cu sare şi cu piperul boabe. Se lasă la fiert cam o oră. Între timp, se spală bine racii în mai multe ape, se scoate aripioara din mijlocul cozii împreună cu intestinul gros, se spală din nou de mai multe ori, apoi se pun în supa de zarzavat care clocoteşte. Dacă nu e suficientă supă ca să acopere bine racii, se adaugă apă fiartă. Racii sunt fierţi suficient atunci când observăm că apare o crăpătură între gât şi carapace. Se ia oala de pe foc şi se mai lasă racii să stea în zeamă vreo 10 minute. Se servesc calzi, cu mujdei de usturoi şi cu pătrunjel tocat fin şi presărat peste ei.

Marmeladă de ceapă

500 g ceapă
40 ml ulei
200 ml vin alb dulce
2 linguriţe de zahar zahăr
o linguriţă de oţet
50 g stafide
sare

Ceapa se curăţă, se spală şi se lasă o oră într-un vas cu apă rece, să-i mai treacă iuţeala, după care se scurge. Se înfierbântă două linguri de ulei într-o cratiţă, apoi se micşorează focul aproape de minimum şi se pune ceapa. Se amestecă mereu, ca să nu se prăjească, ci doar să se înmoaie. Când s-a îngălbenit puţin, se stinge cu un pahar de vin alb dulce şi încă unul de apă călduţă. Se adaugă trei linguriţe de zahăr, una de sare şi una de oţet. Se pune capacul şi se mai lasă să fiarbă înăbuşit 50–60 de minute. Între timp, stafidele se pun la înmuiat într-un vas cu apă rece, apoi se scot, se scurg, se toacă şi se adaugă în cratiţă, lăsând să fiarbă încă o jumătate de oră.

Sos cald de usturoi

300 g usturoi
200 g făină
200 ml ulei
50 ml oţet de 9°
2 linguri de sare (pentru 1 kg de sos)

Se căleşte făina în uleiul înfierbântat, fără să se rumenească. Se stinge cu zeamă de oase sau cu apă. Se fierbe la foc mic timp de o jumătate de oră. Se sărează şi se amestecă, pentru omogenizare, cu lingura de lemn sau cu telul. Se curăţă şi se pisează usturoiul, apoi se căleşte puţin în ulei şi se toarnă în sos. După gust, se poate adăuga şi oţet. Se serveşte la rasoluri de vită sau de peşte, la ciolan de porc sau la chiftele.

Sos de ceapă

3 cepe
60 g unt
o lingură de făină
o linguriţă de zahăr
un gălbenuş de ou

Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Într-o cratiţă, se topeşte untul şi se pune ceapa la călit. Când aceasta devine transparentă, se adaugă zahărul şi făina şi se lasă să se rumenească, amestecând permanent cu lingura de lemn, ca să nu se formeze cocoloaşe. Când s-a rumenit, se stinge cu apă fierbinte şi se drege cu un gălbenuş, amestecând bine pentru omogenizare. Se foloseşte la preparate pe bază de paste şi la diferite mâncăruri cu carne sau cu legume.

Arpagic cu miere

600 g arpagic
100 g miere polifloră
o legătură de pătrunjel, sare

Arpagicul se spală, apoi se opăreşte într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Se scoate, se lasă la răcit, apoi se curăţă de foile de la suprafaţă, se mai trece printr-un jet de apă rece şi se lasă la scurs. Mierea se toarnă într-o cratiţă, iar peste ea se pune arpagicul, adăugând şi câteva frunze de pătrunjel întregi, spălate bine. Se presară un praf de sare şi se introduce totul la cuptor, la foc mic, unde se lasă, fără a amesteca, până când arpagicul se rumeneşte uşor. Se serveşte ca garnitură la fripturi, chifteluţe, peşte prăjit sau sufleuri de legume.

Însoţirea bucatelor cu băutura

Adeseori, o masă bună este considerată incompletă, fără un pahar de... ceva. Acel ceva poate fi un suc natural, o apă minerală sau platâ, dar, de regulă, când e vorba să se bea ceva la masă, multă lume se gândeşte la o băutură mai mult sau mai puţin alcoolizată. Numai că, din nefericire, aproape la fel de mulţi oameni consideră că „merge" orice fel de băutură, indiferent care ar fi preparatele culinare din componenţa meniului.

Nimic mai fals decât acest „merge orice"! E foarte adevărat faptul că o mâncare gustoasă poate fi pusă mai bine în valoare de licoarea potrivită. În schimb, o băutură greşit aleasă are efectul contrar. Este foarte important să ştim cum se asortează băuturile cu fiecare gen de preparate culinare în parte, ca să ne putem bucura din plin de reuşita unei mese. În acest scop, să trecem în revistă câteva principii de bază în ceea ce priveşte asortarea băuturilor cu mâncărurile.

Să începem cu aperitivele. Unii preferă să înceapă o masă cu „ceva tare": o ţuică, o votcă, o vişinată sau chiar un whisky. De exemplu, dacă se serveşte o gustare tradiţională, cu mezeluri, brânză, măsline şi altele, un păhărel de ţuică poate fi binevenit, contribuind la creşterea apetitului şi tăind, oarecum, efectul produs de preparatele mai grele. Cu condiţia, totuşi, ca licoarea să fie naturală.

Dar, contrar credinţei unora, aperitivele pot fi însoţite şi de un pahar cu vin. Preparatele pe bază de ciuperci merg foarte bine cu un vin demisec, iar unele specialităţi se potrivesc cu un vin rosé.

Ciorbele, supele, cremele sau borşurile nu prea „rimează" cu vinul. Oricât ne-am dori să degustăm mai repede un pahar de vin, trebuie să mai aşteptăm până la servirea felului de bază. Excepţie fac doar unele ciorbe concentrate din peşte sau crustacee, la care s-ar putea servi şi un vin alb, sec şi tare. Cu cât peştele care intră în componenţa felului de mâncare respectiv este mai gras, cu atât vinul trebuie să fie mai acid.

Ajungem acum la felul de bază, unde opţiunile sunt mult mai diversificate. În general, se recomandă vinurile roşii. Dacă mâncarea este pe bază de carne albă, vinul e preferabil să fie unul alb, mai uşor, cu buchet, în timp ce carnea roşie cere un vin roşu, puternic.

Mâncărurile din legume impun, de asemenea, alegerea unui vin mai uşor – spre exemplu, din soiurile Chardonnay, Tămâioasă, Grasă sau Frâncuşă.

Preparatele pe bază de vânat vor fi însoţite de vinuri vechi şi seci, fine (Cabernet Sauvignon sau Băbească) în cazul vânatului cu pene, sau tari (Fetească Neagră, Busuioacă sau Cadarcă), pentru vânatul cu blană. În cazul în care vinul a făcut parte din ingredientele folosite la prepararea unui fel de mâncare, în mod obligatoriu se va servi acelaşi vin în timpul mesei.

Carnea friptă la grătar se supune aceloraşi reguli, cu excepţia mititeilor, despre care tradiţia spune că se potrivesc cel mai bine cu berea. În schimb, brânzeturile sau preparatele în care brânzeturile joacă un rol important vor trebui însoţite de vinuri albe sau, eventual, rosé. Dacă provin din aceeaşi regiune ca şi brânza, asortimentul e cu atât mai reuşit.

Mâncărurile cu sos de roşii sau preparatele specifice bucătăriilor asiatice se asortează cel mai bine cu un Pinot Noir sau un Burgund, vinuri cu gust şi buchet caracteristic. Pentru preparatele din fructe de mare, salate sau legume, soiurile Sauvignon, Muscatel, Fetească Albă, Traminer, Riesling Italian sau Pinot Gris sunt cele mai potrivite.

În ceea ce priveşte desertul, el trebuie însoţit de vinuri dulci, parfumate şi licoroase, din soiuri ca Muscat Ottonel, Galbenă de Odobeşti, Grasă de Cotnari sau Aligoté. În schimb, dacă avem de-a face cu prăjituri cu ciocolată sau cu fructe, vinurile nu sunt deloc potrivite.

La cafea, recomandările merg către băuturile care influenţează în mod favorabil digestia: lichioruri fine, coniac, rachiuri fine de fructe. Nici vinurile, nici berea, nici băuturile cu un conţinut ridicat de alcool nu sunt binevenite. În nici un caz nu se va alege ţuica!

O băutură care se admite să se servească la o masă de la aperitiv până la desert este şampania. Tartinele cu caviar sau icre de Manciuria nu au, parcă, acelaşi gust, dacă nu sunt însoţite de o cupă cu un vin spumant de bună calitate!

O importanţă deosebită are şi modul în care sunt servite băuturile. Temperatura contează foarte mult. Dacă un whisky, o votcă, un gin sau un vermut trebuie să fie servite reci, cu gheaţă din belşug, nu la fel se procedează în cazul coniacului, care trebuie servit la temperatura mediului ambiant.

Berea caldă nu face deloc o impresie favorabilă, la fel şi spumantele, băuturi care vor trebui ţinute la frigider şi răcite cum se cuvine, înainte de a fi servite.

Pentru vinuri, regula diferă, în funcţie de culoare. Vinurile roşii vor fi servite întotdeauna la temperatura camerei, iar în cazul în care sunt depozitate în pivniţă sau în beci, locuri mai răcoroase, vor trebui aduse în cameră cu câteva ore înainte de masă, pentru a-şi putea regla temperatura. În schimb, se impune ca vinurile albe să fie cât mai bine răcite înainte de a fi aduse la masă. Cu cât vechimea vinului este mai mare, cu atât el trebuie să fie mai rece. Acelaşi lucru este valabil şi în ceea ce priveşte vinurile dulci, licoroase sau spumante.

Din punctul de vedere al vechimii, trebuie ştiut faptul că vinurile noi se servesc, fără excepţie, înaintea celor vechi.

Altă regulă de bază care funcţionează în privinţa servirii vinurilor spune că vinul sec se serveşte întotdeauna numai înaintea unuia demisec sau dulce, niciodată invers. Este evident faptul că, oricât de bun ar fi un vin sec, el ar părea acru dacă este băut imediat după un pahar de vin dulce şi aromat. De asemenea, niciodată nu trebuie servit un vin roşu înainte de unul alb. Este recomandabil ca, pentru a pune în valoare calităţile unui meniu, să se servească două vinuri, mai întâi unul alb şi abia apoi unul roşu.

Bucătăria românească tradiţională

Bucate din Ardeal

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

Hrană pentru câştigat o pâine

Ardelenii sunt cei mai nemţi dintre români: mănâncă mult, cu multe calorii, dar şi muncesc de rup. Sunt învăţaţi cu coasa, cu sapa, cu zilele de arşiţă din vară, dar şi cu vânturile reci şi aspre de iarnă.

Regele cărnurilor ardelene este porcul. El dă jambonul afumat, slănina în saramură sau afumată, jumările reci sau fierbinţi, untura care e prezentă de la ciorbe până la prăjituri, chisătura (slănină afumată tăiată mărunt şi amestecată cu ceapă) care se adaugă în ciorbă, tocătură şi alte mâncăruri, cârnaţii afumaţi sau proaspeţi, sângeretele şi toba (preparate cu sânge de porc), chişca (cu orez sau crupe), precum şi renumitul şniţel de porc care a învins şniţelul vienez de viţel, deşi e un derivat al acestuia.

Rântaşul de untură şi ceapă (i se spune şi îngroşală) se regăseşte, de asemenea, în toate ciorbele – care aici se mai cheamă şi zămuri.

Băuturile Ardealului se numesc palincă, horincă, vinars sau jinars şi sunt toate rachiuri dublu distilate din prune amestecate cu mere sau pere. Când se bea vin în Transilvania, se bea Riesling de Târnave, Steinlinger sau Jidvei.

Dacă e o zi obişnuită de muncă grea, ardeleanul mănâncă slănină cu ceapă roşie, borş din carne de porc cu rântaş (sau supă de găluşte), vârşli iuţi de Haţeg sau varză ca la Cluj, apoi pogăcei sau vărzări. Totul cu multe condimente, dar şi cu smântână.

Dacă e duminică, ardeleanca sacrifică o găină grasă din care face vestita supă cu tăiţei de casă. Şniţelul de porc cu cartofi pai se face la minut când familia se întoarce de la biserică şi se mănâncă fierbinte tare. Se pun alături murături reci (aduse din beci) ori castraveţi, ori gogoşari. Pentru desert, se gătesc mai ales prăjituri cu nucă sau cu cremă, tot după obiceiul nemţesc.

De altfel, bucătăria ardeleanului a fost influenţată temeinic de obiceiurile gastronomice ale saşilor, şvabilor şi ungurilor din Ardeal.

Ciorbele se aromează cu tarhon, supele se fac cu găluşte de griş sau cu tăiţei de casă. Sunt apreciate supele gulaş, papricaşul, ciorba de salată cu jumări de ou şi costiţă, ciorba de fasole cu tarhon. Tot obicei nemţesc este şi făcutul pâinii din făină de grâu şi cartofi.

Cine n-a tăiat cu brişca (cuţit mic) o felie uriaşă de pâine, acela n-a înţeles ce vrea să spună ardeleanul prin expresia „să câştigi o pâine“.

Hrana celor din Transilvania este concepută pentru a munci mult şi bine.

Valea lui Mihai
Sanislău
Marghita
Diosig
Șimleul Silvaniei
Șamșud
ZALĂU
ORADEA
Cizer
Bucium
Sânmihaiu Almașului
Vadu Crișului
Huedin
CLUJ NAPOCA
Pietroasa
Vașcău
Avram Iancu
TURDA
Câlanu Mare
Beclean
BISTRIȚA
Sângeorz-Băi
Maieru
Ilva Mare
Prundu Bârgăului
Tiha Bârgăului
Lechința
Șieu
Teaca
Brâncovenești
Hodoc
Gurghiu
REGHIN
Borsec
Zau de Câmpie
Ludus
TÂRGU MUREȘ
Sovata
Praid
Siclod
Dealu
MIERCUREA CIUC
Zagăr
ODORHEIU SECUIESC
Sălciua
AIUD
Mogoș
Blaj
Jidvei
MEDIAȘ
Ighiu
SIGHIȘOARA
Vârghiș
Racoș
Cernat
ALBA IULIA
Zam
Ilia
DEVA
Sebeș
ORĂȘTIE
Jina
SIBIU
Avrig
FĂGĂRAȘ
Comana
SFÂNTU GHEORGHE
Covasna
HUNEDOARA
Silvașu de Jos
Hațeg
Poiana Brașov
BRAȘOV
Râșnov
Săcele
Zărnești
Bran
Moeciu
Șirnea
Predeal
Râu de Mori
PETROȘANI
SALONTA 1976

Festivaluri gastronomice

Alba
Avram Iancu (M-tele Găina)
Târgul de fete – 19-23 iulie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Arminden, serbare câmpenească – mai
Boul împănat – iunie
Paştele Blajinilor – a patra zi după Paşti
Prânzul Paştelor, serbare câmpenească – a doua zi de Paşti

Bihor
Dragoteni
Oul de Paşti – aprilie
Oradea
Târgul palincarilor – septembrie
Festivalul vinului – octombrie
Vadu Crişului
Târgul de la Vama Sării – iunie

Bistriţa-Năsăud
Beclean
Culesul cireşelor – iunie
Căianul Mare
Înstruţatul boului – 3 iunie
Maieru
Ieşitul plugului întâi – aprilie
Prundu Bârgăului
Sărbătoarea ţapinarilor – octombrie

Braşov
Bran
Zilele Branului – 4-6 octombrie
Măsuratul laptelui – martie
Braşov (Şchei)
Junii Braşovului – a doua duminică după Paşti

Comăna
Plugarul – aprilie
Cununa – vara
Şirnea
Măsuratul laptelui – mai
Răvăşitul oilor – octombrie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Boul împănat – iunie
Drăgaica – 24 iunie

Cluj
Huedin, Măgura Priei
Sâmbra oilor – prima duminică din mai

Covasna
Vârghiş
Festivalul narciselor – primăvara
Varstag
Culesul zmeurei – 5 august

Harghita
Borsec
Zilele Borsecului – 20 august
Dealu
Festivalul narciselor – luna mai
Miercurea Ciuc
Întâlnirea a 1 000 de fete secuiene - 1 iulie
Târgul olarilor – 11-12 august
Praid
Festivalul sarmalelor – septembrie
Şiclod
Culesul cireşelor – iunie

Hunedoara
Deva
Căluşarul transilvănean – ianuarie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Boul împănat – iunie

Mureş
Brâncoveneşti
Târgul cireşelor – iulie
Ilia
Drăgaica – 24 iunie
Reghin
Culesul cireşelor – iulie
Zău de Câmpie
Târgul peştelui – iulie

Sălaj
Buciumi
Serbare câmpenească – august
Cizer
Măsurişul oilor – mai
Sânmihaiu Almaşului
Măsurişul laptelui – mai

Sibiu
Avrig
Florile Oltului, festival de primăvară – a doua duminică din aprilie
Jina
Sus pe muntele din Jina – iulie
Mărginimea Sibiului
Colindele de Ispas – Ziua de Înălţare
Sibiu
Festivalul naţional al tradiţiei populare – 12-20 iulie
Festivalul pomilor în floare – mai
Zilele toamnei sibiene – 19-21 octombrie

Podgorii şi centre viticole

Aiud: Aiud, Turda, Triteni
Alba: Alba-Iulia, Ighiu
Diosig: Diosig, Oradea, Sâniob-Marghita
Lechinţa: Lechinţa, Teaca, Bistriţa, Batoş
Miniş: Miniş, Măderat, Arad
Răteşti: Tăşnad
Sebeş-Apold: Sebeş, Apold
Silvania: Şimleul Silvaniei, Zalău, Şamşud
Târnave: Blaj, Jidvei, Zagăr, Mediaş, Valea Nirajului
Valea lui Mihai: Valea lui Mihai, Sanislău

Caşcaval la cuptor

100 g unt
100 g smântână
400 g caşcaval
600 ml lapte
4 linguri de pesmet, 3 ouă
200 g făină
o legătură de pătrunjel verde
piper, sare

Făina se căleşte în untul încins şi se stinge cu laptele cald. Se lasă la fiert într-o oală de 2 l până se îngroaşă. Se adaugă pesmetul călit în unt, ouăle bătute spumă cu furculiţa, caşcavalul dat pe răzătoare, piperul şi sarea, după gust. Compoziţia se aşază într-o tavă unsă cu unt şi se dă la cuptor pentru 30-40 de minute. Între timp, verificăm compoziţia cu un vârf de cuţit, spre a vedea dacă nu s-a lipit. Dacă se întâmplă acest lucru, putem adăuga puţin unt deasupra. Se scoate din cuptor, se aşază pe un platou şi se serveşte fierbinte, cu pătrunjel verde tocat fin.

Ciuperci la grătar cu slănină şi brânză

500 g ciuperci
200 g slănină
200 g telemea de oi
50 ml ulei
o căpăţână de usturoi
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se îndepărtează picioruşele, se spală sub un jet de apă rece, apoi se lasă la scurs, se usucă într-un şervet curat şi se sărează. Se taie slănina în cubuleţe, pe fiecare pălărie de ciupercă punându-se câteva bucăţele de slanină. Se încinge bine grătarul, se unge cu ulei sau cu untură, după care se pun la fript ciupercile, cu slănina în sus. După ce s-au fript, se scot într-un vas încălzit în prealabil, iar peste ele se rade telemeaua de oi proaspătă, sau se toarnă un mujdei preparat din usturoi pisat, apă rece şi sare.

Omletă cu ciuperci, caşcaval şi slănină

500 g ciuperci
50 g slănină afumată
4 ouă, 200 ml lapte
250 g caşcaval
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală şi se pun să se oprească într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. După ce s-au răcit, se toacă mărunt. Într-o tigaie, se pune slănina tăiată în bucăţele mici, se adaugă ceapa curăţată, spălată şi tocată mărunt, apoi ciupercile. Se călesc câteva minute, apoi se ia tigaia de pe foc, iar compoziţia se pune într-un castron. Ouăle se bat spumă, se toarnă laptele, se sărează şi se piperează, apoi se amestecă bine. Se toarnă peste ciuperci, se presară cu caşcaval ras şi se dă la cuptor timp de 20 de minute, la foc potrivit. Se serveşte presărată cu verdeaţă tocată.

Plăcintă cu brânză

200 g făină
3 ouă, 150 ml ulei
300 g brânză telemea
2 linguri de griş
50 g smântână
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Se prepară un aluat din făină, un ou şi puţină sare, se întinde, se împarte în opt bucăţi, care se modelează în formă sferică şi se lasă la cald timp de o jumătate de oră. După aceea, se ia o sferă, se întinde pe planşetă, se unge cu ulei, apoi se întinde a doua şi se lipeşte peste prima. Identic se procedează cu celelalte, formându-se patru foi mari. Se dau la rece pentru 20 de minute. Se amestecă telemeaua rasă cu griş, 2 ouă, smântână şi zahăr vanilat. Se întind două foi duble, unse cu ulei, se aşterne umplutura, se acoperă cu celelalte două, unse la rândul lor, inclusiv deasupra, aşezându-se într-o tavă unsă şi ea cu ulei. Se dă la cuptor, la foc potrivit, până se rumeneşte.

Plăcintă cu carne şi cartofi

400 g carne tocată
400 g cartofi
2 ouă, 2 ceape, 25 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Cartofii se fierb, în coajă, într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare, apoi se curăţă şi se pisează, ca pentru piure. Carnea se sărează, se condimentează cu piper şi cimbru şi se pune să se călească la foc mic într-o tigaie de teflon. Dacă nu dispuneţi de aşa ceva, puteţi folosi şi o tigaie normală, dar adăugaţi o lingură de ulei şi tot atâta apă. După aceea, când s-a răcit, carnea se amestecă bine cu ouăle, cu ceapa şi cu verdeaţa tocate mărunt, apoi se adaugă cartofii şi se omogenizează. Se unge o tavă cu ulei şi se aşterne compoziţia în mod uniform. Se introduce la cuptor, unde se lasă, la foc potrivit, cam o jumătate de oră.

Plăcinte mocăneşti

150 g făină
60 g unt, 100 ml ulei
2 ouă, 100 ml lapte
100 g brânză de burduf, o lămâie
o sticluţă de esenţă de rom, sare

Se frământă făina cu un gălbenuş, cu laptele, coaja rasă de lămâie, puţină esenţă de rom şi un praf de sare. Se împarte aluatul în patru bucăţi, care se întind în foi. Acestea se ung bine cu unt, se suprapun şi se lasă o oră, să se odihnească, după care se întind într-o singură foaie, subţire, care se împarte în pătrate de câte 10 centimetri pe fiecare latură. Se amestecă brânza cu un gălbenuş şi se întinde uniform pe pătratele de aluat, apoi acestea se îndoaie în formă triunghiulară, se lipesc bine şi se pun la prăjit în ulei pe ambele părţi, după care se scurg şi se servesc calde.

Vărzări

300 g făină
un ou, 200 g untură
100 ml lapte
o lingură de drojdie
1 kg varză
sare şi piper

Se amestecă făina cu oul şi drojdia diluată în lapte, se frământă adăugând 100 g untură. Se lasă să dospească o oră. Varza se taie fideluţă, se sărează, se piperează şi se pune la călit în untură. Se întinde aluatul în foaie de 3–4 mm grosime şi se taie pătrate de cam 15 cm lăţime. Fiecare bucată se umple cu varza călită, se ridică colţurile, se închid şi se prăjesc în untură încinsă. Se serveşte cu smântână.

Borş cu chişcă (caltaboş)

1 l borş, un ou
300 g smântână
400 g stomac de porc
200 g păsat (porumb măcinat mai mare)
sare, piper, cimbru, pătrunjel

Se pune apă la fiert cu sare. Când clocoteşte, se adaugă chişca şi se continuă fierberea. Când chişca este fiartă, se pune borşul deja dat în clocot, pătrunjelul şi se mai ţine puţin pe foc. Chişca se pregăteşte astfel: se spală stomacul de porc cu apă multă, se rade pe interior, se freacă cu sare şi cu cimbru, se spală din nou. Se taie carnea de la gâtul porcului în bucăţele, se amestecă cu păsat, sare, piper. Se umple stomacul cu acest amestec, se coase şi se fierbe. Se pune apoi la afumat şi se foloseşte cum s-a arătat mai sus.

Borş transilvănean cu lăşcuţe (tăiţei de formă pătrată)

un ciolan afumat de porc
600 g tăiţei, 1 l borş
sare, pătrunjel, piper

Ciolanul se pune la fiert în apă rece şi se adună spuma din când în când. După ce s-a fiert, se adaugă tăiţeii, care au fost tăiaţi în formă de pătrate. Se lasă pe foc până se pătrund tăiţeii, după care se toarnă borşul fiert separat. Se potriveşte din sare şi piper şi se serveşte cu pătrunjel tocat presărat deasupra.

Ciorbă ardelenească de lobodă

600 g lobodă, o ceapă
o legătură de ceapă verde
un morcov, o ţelină mică
100 g smântână, 3 ouă
o lingură de orez
o lingură de făină
o lingură de oţet
o legătură de pătrunjel
o legătură de tarhon proaspăt
sare, piper

Ceapa, morcovul, ţelina şi ceapa verde se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, se înăbuşă în ulei încins şi puţină apă, apoi se fierb într-o oală cu un litru de supă de oase. Loboda se spală în mai multe ape şi se taie fideluţă. Orezul se alege şi se spală. Se adaugă la fiert loboda şi orezul, când celelalte legume sunt aproape fierte. Se lasă la fiert un sfert de oră, timp în care se amestecă făina cu gălbenuşurile şi cu smântâna, compoziţia obţinut turnându-se în ciorbă împreună cu oţetul. Se toacă mărunt tarhonul şi se presară în oală, se potriveşte de sare şi piper şi se mai fierbe un sfert de oră. Se serveşte cu pătrunjel tocat mărunt.

Ciorbă cu rasol de porc

400 g rasol de porc
2 morcovi, o radăcină de albitură
o ceapă, o ţelină
2 ouă, 100 g smântână
o lingură de orez, 12 ml oţet
o legătură de pătrunjel
o legătură de tarhon, sare, piper

Se spală rasolul şi se pune la fiert în apă cu sare. Se curăţă şi se spală morcovii, albitura şi ţelina, apoi se toacă în cubuleţe. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. După ce se adună spuma, se adaugă în oală zarzavaturile. Când s-au fiert toate, se scoate rasolul, se taie în bucăţele mici şi se ţine la cald. Se alege şi se spală orezul, se toacă mărunt tarhonul şi se amestecă smântâna cu 2 gălbenuşuri şi o linguriţă de oţet, apoi se adaugă toate în ciorbă şi se mai lasă la fiert 10 minute. În farfurii, se pune rasolul, se toarnă ciorba şi se presară pătrunjel tocat mărunt.

Ciorbă de miel

400 g carne de miel
2 legături de ceapă verde
o ceapă
2 morcovi, o ţelină
o rădăcină de albitură, 25 ml ulei
100 g smântână, 2 ouă
2 linguri de orez, 12 ml oţet
o lingură de făină, o legătură de pătrunjel
o legătură de tarhon, sare, piper

Se spală carnea şi se pune la fiert în apă cu sare. Se curăţă, se spală şi se toacă mărunt morcovii, ţelina, albitura şi ceapa uscată, se înăbuşă în ulei încins cu puţină apă, apoi, după ce se spumează carnea, se adaugă la ciorbă. Se alege şi se spală orezul, apoi se fierbe separat. Se amestecă făina cu gălbenuşurile de la ouă, cu smântâna, oţetul şi tarhonul tăiat mărunt. Se pune compoziţia în ciorbă, împreună cu orezul şi ceapa verde tocată mărunt, se adaugă sare şi piper şi se mai lasă 10 minute. Se serveşte cu pătrunjel fin tocat.

Ciorbă de salată verde

1 kg salată verde
200 ml lapte prins
200 g slănină afumată
200 g cârnat afumat
0,5 l zer de la brânza de vaci
4 ouă, 150 g smântână
o căpăţână mică de usturoi
un morcov, o lingură de făină
2 cepe mici, o linguriţă boia de ardei
2 linguri de ulei
mărar, leuştean, pătrunjel

Făina se rumeneşte într-o cratiţă la foc mic. Se amestecă bine cu uleiul şi o ceapă rasă. Slănina se taie feliuţe, se prăjeşte, apoi se scoate în farfurie. Din 3 ouă se prăjeşte o

omletă în grăsimea de la slănină. Se pune la fiert salata tăiată mărunt în 2 l apă, împreună cu cârnatul tăiat cât mai mărunt, morcovul şi cealaltă ceapă rase. După 45 de minute se adaugă făina cu ceapa şi uleiul, slănina prăjită, omleta şi usturoiul frecat cu boia. Ciorba se drege cu oul rămas, frecat cu smântâna, laptele acru şi zerul. Când începe, să fiarbă se ia de pe foc, se sărează şi se presară verdeaţa.

Ciorbă de viţel cu varză

500 g carne de viţel
500 g varză dulce
o ceapă, 2 morcovi
100 g ţelină, un ou
200 g smântână
1 l zeamă de varză
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se fierbe într-o oală cu apă rece. Între timp, varza se spală şi se taie fideluţă, iar ceapa, morcovii şi ţelina se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Se adună spuma de mai multe ori şi, când nu mai lasă spumă, se adaugă zarzavaturile. În momentul în care acestea sunt aproape fierte, se pune şi varza. Se lasă până când şi aceasta este fiartă suficient, după care se toarnă zeama de varză, fiartă separat şi strecurată, se potriveşte de sare şi piper şi se drege cu smântâna bătută cu un gălbenuş. Când se ia de pe foc, se presară verdeaţa, tocată fin.

Ciorbă transilvăneană

400 g carne afumată
100 g slănină afumată
400 g frunze de gulii şi varză amestecate
2 linguri untură de porc
6 linguri de făină, o ceapă
o legătură de mărar
250 ml lapte acru, 4 ouă
usturoi, sare, piper

Carnea şi slănina se pun la fiert în 2 l apă şi se lasă să fiarbă o oră. Frunzele de gulii şi varza se opăresc, se taie fideluţă şi se prăjesc cu ceapa tocată într-o cratiţă, cu o lingură de untură încinsă. Cu cea de-a doua lingură de untură se prăjeşte făina, care se stinge cu zeama din fiertură şi se toarnă peste ceapa şi frunzele opărite. Se amestecă cu restul de ciorbă clocotind. Separat se bat ouăle cu 2 linguri de făină până iese o pastă, se sărează şi se vor turna, încet-încet, în oala cu ciorbă clocotită. La sfârşit se adăugă mărarul şi usturoiul frecat cu sare şi lapte acru.

Supă de cartofi cu cârnaţi

500 g cartofi
o ceapă, 2 ardei capia
150 g cârnaţi afumaţi
2 căţei de usturoi, 100 ml ulei
sare, piper, boia iute

Se curăţă cartofii, se spală, se taie în cubuleţe şi se pun la fiert în apă clocotită cu sare. Ceapa şi usturoiul se curăţă şi se toacă mărunt. Ardeii se curăţă, se spală şi se taie în fâşiuţe. Se înfierbântă uleiul şi se pun să se înăbuşe ceapa, usturoiul şi ardeii, se adaugă boiaua, se stinge cu două căni de supă de carne şi se fierbe un sfert de oră, după care se adaugă cartofii, se sărează, se piperează şi se continuă fierberea încă 10 minute. Cârnaţii se taie în rondele subţiri şi se adaugă în supă, lăsând să fiarbă împreună vreo cinci minute. Se serveşte caldă.

Supă ţărănească de Covasna

1 kg oase de porc sau de vită
500 g cartofi, 2 cepe
100 g ţelină, 2 morcovi
o rădăcină de albitură, 2 ardei graşi
200 g fidea, 200 g smântână
50 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Oasele se spală şi se pun la fiert în apă clocotită cu sare. Se spală şi se curăţă legumele şi zarzavaturile, apoi se toacă mărunt. Ţelina, morcovii şi albitura se pun la fiert în apă cu sare, apoi, când apa clocoteşte, se adaugă cartofii. Într-o tigaie, se înfierbântă uleiul şi se călesc puţin ceapa şi ardeiul, apoi se sting cu puţină apă şi se lasă 10 minute să fiarbă înăbuşit. Când s-au fiert cartofii, se adaugă supa de oase, ceapa, ardeiul şi fideaua. După încă 10 minute, se drege cu smântână, iar când se ia de pe foc se presară pătrunjel tocat.

Antricot de viţel pané

400 g antricot de viţel
2 linguri rase de făină
2 ouă, 4 linguri de pesmet
100 ml ulei, sare, piper, cimbru

Antricoatele se curăţă, se spală, se lasă să se scurgă şi se taie în patru porţii. Osul se curăţă în partea fără carne, să rămână alb. Se bat antricoatele cu ciocanul pentru şniţele, se presară cu sare şi piper, eventual şi cu cimbru. Se dau, pe rând, bucăţile de carne prin făină, ou bătut şi pesmet. Se înfierbântă uleiul într-o tigaie şi se prăjesc antricoatele, pe ambele părţi, după care se servesc cu garnitură de cartofi natur, prăjiţi sau piure, în acest din urmă caz adăugându-se şi sos de roşii.

Cartofi cu slănină afumată

800 g cartofi
200 g slănină afumată
2 linguri de untură, o ceapă
2 linguri de făină, un morcov
2 rădăcini de albitură, 100 ml vin
100 g frunze de salată verde
3–4 roşii proaspete de grădină
o legătură de verdeaţă, piper, sare

Slănina se taie felii şi se prăjeşte pe ambele părţi. Ceapa tocată mărunt se căleşte în untură împreună cu albitura şi morcovii tăiaţi felii. Se adaugă făina, se stinge cu vin îndoit cu apă caldă şi se presară sare şi piper. Se adaugă cartofii tăiaţi felii şi se fierb aproximativ 20 de minute. Se aşază mâncarea de cartofi pe mijlocul unei farfurii întinse, care se ornează cu frunze de salată verde şi feliuţe de roşii de grădină. Se servesc cu feliile de slănină alături şi verdeaţă tocată mărunt.

Tartine cu hrean și brânză de vaci

200 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la caserolă), 70 g „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”, 200 g brânză de vaci, un ou, o legătură de mărar, o legătură de pătrunjel, sare, piper după gust.

Oul se pune într-un ibric și se fierbe un sfert de oră la foc potrivit, până îi crapă coaja și are o consistență tare. Se lasă la răcit și apoi se pasează cu furculița. Brânza de vaci se mărunțește cu o lingură de lemn. Mărarul și pătrunjelul se spală și se toacă mărunt. „Margarina Bunătăți de la Bunica” (la caserolă) se freacă cu sare și piper până devine o pastă omogenă. Se adaugă „Crema de hrean Bunătăți de la Bunica”, brânza de vaci, oul și verdeața. Cu această pastă se ung tartinele. Se pot orna cu măsline negre, separate de sâmburi și mărunțite sau nu.

Cotlet de porc ardelenesc

600 g cotlet de porc, 60 g untură, 200 g ceapă, 200 g „Sos Haiducesc Bunătăți de la Bunica”, 40 g slănină afumată, 60 g orez, 100 g smântână, 200 g ardei gras, 1 kg cartofi, verdeață, sare, boia de ardei dulce, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”.

Bucata de cotlet de porc se crestează în câteva locuri, se împănează cu slănină și se pune într-o tavă cu untură. Când se rumenește, se scoate din tavă, iar în untura rămasă se călește ceapa tăiată mărunt și se stinge cu boiaua de ardei și puțină apă. Apoi se toarnă peste cotlet și se lasă să fiarbă cam 20 de minute. Se adaugă orezul, ardeii grași tăiați felii, „Sosul Haiducesc Bunătăți de la Bunica” și sarea. După 30 de minute se scoate cotletul din sos, se adaugă smântâna. Cartofii se taie cuburi și se fierb în apă cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”. Se servește fierbinte cu sosul și garnitura de cartofi natur cu verdeața tocată mărunt deasupra.

Ficat de porc cu smântână

400 g ficat de porc, 150 g untură, 250 g ceapă, 40 g făină, 400 g cartofi, 80 g smântână, 120 ml lapte, 20 g „Muștar dulce sau fin Bunătăți de la Bunica", 25 ml vin alb, piper măcinat, usturoi, mărar, pătrunjel verde, sare.

Ficatul se spală în apă călduță amestecată cu o linguriță de oțet de mere, apoi se clătește bine în apă rece. După ce această operațiune a fost îndeplinită, se porționează și se împănează cu slănină. Bucățile se trec prin făină, se înăbușă în untură și 40 ml apă. Separat, se înăbușă ceapa tăiată mărunt, peste care se adaugă restul de făină și laptele rece și se amestecă bine. Se continuă fierberea și se pune, în compoziția astfel creată, smântâna. Sosul format se toarnă peste ficatul înăbușit. Se adaugă vinul, „Muștarul dulce sau fin Bunătăți de la Bunica", sarea, piperul și usturoiul pisat și se mai fierb câteva minute. După ce a dat în clocot, este gata. Mâncarea se poate servi fierbinte, cu mărar și pătrunjel verde presărat deasupra.

Papricaș de pui

800 g carne de pui, 200 g cartofi, 150 g „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica", 80 g untură, 120 g ceapă, 25 g făină, boia de ardei dulce, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica".

Carnea de pui se condimentează cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica" și se înăbușă în untură și apă, împreună cu ceapa tăiată mărunt. Boiaua de ardei și făina se adaugă atunci când carnea este aproape gata. Se toarnă apoi puțină apă și se mai lasă la fiert. După ce se adaugă și „Sosul cu Usturoi Bunătăți de la Bunica", se mai fierbe 10-15 minute. Cartofii se taie cubulețe și se fierb în apă cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica". Se servește cald, cu cartofii ca garnitură.

Chifteluţe cu tarhon şi sos de smântână

400 g carne de vacă
200 g carne de porc
o lingură de făină, 200 g cartofi
2 ouă
o ceapă mică
400 g smântână
oţet, pătrunjel verde
sare, piper măcinat, tarhon

Se curăţă ceapa şi se opăreşte. Carnea se spală şi se toacă împreună cu ceapa. Se amestecă cu cartofii curăţaţi şi raşi, sarea, piperul, oul, pătrunjelul verde tăiat mărunt. Compoziţia obţinută se modelează în formă rotundă folosind făina. Chifteluţele se pun într-o tavă unsă cu ulei şi se dau la cuptor. Deasupra se toarnă smântâna. Tarhonul se adaugă cu 10 minute înainte de a se scoate tava din cuptor. Chifteluţele se servesc fierbinţi, cu diferite garnituri.

Ciolan afumat cu fasole

1 kg ciolan de porc afumat
250 g fasole uscată
60 ml ulei, o ceapă
o lingură de bulion
4 căţei de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, foi de dafin, cimbru

Fasolea se alege, se spală şi se lasă la înmuiat cu o seară înainte. Se pune la fiert, când clocoteşte se aruncă apa şi se schimbă, operaţie care se repetă de două ori. Se curăţă ciolanul, se taie carnea în bucăţi, care se opăresc în apă clocotită şi se spală, apoi se pun la fiert. Ceapa se curăţă, se spală şi se înăbuşă în ulei cu o lingură de apă, apoi se adaugă bulionul şi se mai lasă un sfert de oră, apoi se toarnă peste fasole. Se adaugă câteva foi de dafin, sare, piper, cimbru şi usturoi pisat. Se pune şi carnea, lăsându-se să fiarbă un sfert de oră. Se serveşte cald, cu verdeaţă tocată mărunt.

Ciuperci umplute

400 g ciuperci
300 g carne porc
2 linguri de făină
2 linguri de orez
150 g smântână, o ceapă
o lingură de untură
pătrunjel, boia de ardei, sare, piper

Ceapa tocată se căleşte în untură, se adaugă treptat carnea trecută prin maşina de tocat, sarea, piperul, verdeaţa tăiată mărunt şi codiţele tocate de la ciuperci. Apoi se adaugă orezul fiert separat. Se umplu ciupercile cu compoziţia rezultată şi se dau la cuptor, într-o tavă rezistentă, bine unsă cu untură. Se căleşte făina în untura rămasă, se adaugă boiaua şi se stinge cu smântâna şi zeamă de carne sau lapte. Ciupercile se servesc cu sosul fierbinte turnat deasupra.

Ciuperci umplute în sos alb

500 g ciuperci
100 g carne macră de porc
o lingură de orez, o ceapă
2 linguri de făină
100 g smântână
100 g untură
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, boia iute de ardei

Se alege orezul, se fierbe şi se clăteşte cu apă rece. Se curăţă ciupercile, se spală şi se separă pălăriile de cotoare. Carnea se dă prin maşina de tocat. Ceapa se toacă mărunt şi se căleşte în 50 g de untură, apoi se adaugă peste ea carnea, cotoarele de ciuperci şi verdeaţa, tocate mărunt, un praf de sare şi de piper. Se călesc bine, apoi se adaugă orezul. Se mai lasă 3–4 minute, apoi se ia de pe foc. Se umplu ciupercile cu această compoziţie, se pun într-o tavă unsă cu untură şi se dau la cuptor, o jumătate de oră. Sosul se face din făină călită în untură şi stinsă cu smântână.

Fasole făcăluită

400 g fasole boabe
250 ml ulei, 2 cepe mari
o linguriţă de boia de ardei
400 g mămăligă caldă, sare

Seara se pune fasolea în apă să se înmoaie şi se lasă până a doua zi dimineaţa, când se fierbe cu o linguriţă de sare. După ce a fiert circa un sfert de oră, se strecoară, se mai pune încă o dată la fiert, apoi se scoate din oală şi se pasează piure care se freacă cu 150 ml ulei. Ceapa se taie feliuţe subţiri şi se prăjeşte în uleiul frecat cu boia. Acest preparat se serveşte cald, cu mămăliguţă alături şi adăugând deasupra ceapă prăjită în untdelemn încins.

Friptură de pui ca în Braşov

un pui de aproximativ 1 kg
2 linguri de făină, 100 ml ulei
o ceapă, o căpăţână de usturoi
2 linguri de bulion, 200 ml vin alb sec
3 roşii, sare, piper, cimbru
boia iute de ardei

Puiul se curăţă, se spală şi se tranşează, apoi se dă cu sare, se trece prin făină şi se pune la prăjit într-o cratiţă cu ulei încins. Ceapa se taie în feliuţe, iar usturoiul se pisează, apoi se adaugă în cratiţă. Bulionul se dizolvă în vin şi se adaugă, la rândul lui. Se potriveşte gustul cu sare, piper, cimbru şi boia iute. În paralel, se opăresc roşiile într-o oală cu apă clocotită, după care se curăţă de coajă, de cotoare şi de seminţe, se taie în bucăţele şi se adaugă în cratiţă cu carnea. Se mai lasă să fiarbă înăbuşit, la foc mic, încă un sfert de oră.

Gâscă pe varză călită

600 g carne de gâscă
o varză murată mijlocie
o lingură de bulion
100 g ulei, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se porţionează şi se pune la prăjit într-o cratiţă cu ulei încins. Când s-a rumenit pe toate părţile, se scoate,

iar în locul ei se călește varza stoarsă de zeamă și tăiată fideluță. Se adaugă bulionul, sare și piper, apoi se pun la loc și bucățile de carne. Se adaugă o cană de apă și se continuă fierberea, la foc mic, până se înmoaie carnea. După aceea, se ia de pe foc și se mai dă la cuptor, la foc potrivit, pentru o jumătate de oră. Se servește caldă, cu mămăliguță și ardei iute.

Gulaș ardelenesc

750 g carne de vacă
250 g costiță de porc afumată
2 linguri de bulion, o ceapă
750 g cartofi, 200 g smântână
200 ml supă de oase
100 ml ulei, 100 g făină
30 g unt, 2 ouă, pătrunjel
sare, piper
boia de ardei dulce

Ceapa se taie mărunt, se prăjește în ulei încins și când s-a rumenit se adăugă carnea bătută, tăiată în cuburi mici, presărată cu sare, piper, boia de ardei și trecută prin făină. Costița prăjită și tăiată cuburi se amestecă cu carnea. Se adaugă cartofii tăiați felii, supa de oase și se lasă să fiarbă la foc mic. Găluștele se pregătesc astfel: când apa începe să fiarbă se adăugă făina toată o dată și se amestecă 5 minute până când se omogenizează. Se răcește puțin, apoi se adăugă ouăle și pătrunjelul. Se fierb în apă clocotită cu sare și unt. Găluștele se lasă să fiarbă până se ridică la suprafața apei. Apoi se răcesc sub jet de apă rece și se adăugă în vasul cu carne o dată cu smântâna. Se lasă 10 minute la foc mic.

Ghiveci cu ciolan de porc

un ciolan de porc
2 vinete, o conopidă
100 g fasole verde
100 g mazăre
o ceapă, un morcov
un păstârnac, o țelină
2 linguri de bulion, 100 ml ulei
sare, piper

Se rumenește ciolanul în ulei încins, apoi se adaugă ceapa tocată mărunt, se stinge cu o cană de apă și se lasă să se înăbușe. Zarzavatul se curăță, se spală și se călește separat. Se ia un vas de sticlă termorezistentă, se pune ciolanul împreună cu ceapa, se adaugă zarzavaturile și legumele tăiate în bucățele mici, se toarnă peste ele bulionul, subțiat cu apă, apoi se introduce vasul la cuptor și se lasă cam trei sferturi de oră să se fiarbă toate legumele și să scadă sosul. Se servește cald.

Mâncare de măcriș

800 g măcriș
2 linguri de smântână
100 g unt, o lingură făină
8 ouă, sare

Măcrișul se alege, se spală bine și se taie fideluță. Se pune unt într-o tigaie, iar când s-a topit se adaugă măcrișul, având grijă să se amestece din când în când. Într-un castron mare se bat ouăle bine, după care se combină cu făina și smântâna. Se mai amestecă puțin, cu grijă să nu se facă cocoloașe, și se toarnă peste măcriș. Se omogenizează bine și se lasă să se întărească.

Papricaș cu ciuperci și smântână

500 g ciuperci
500 g cartofi, 100 g unt, o ceapă
4 linguri de smântână
o lingură de făină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, boia iute de ardei

Se curăță ciupercile, se spală și se taie lame, apoi se pun la călit într-o tigaie cu 50 g de unt încins. Se curăță ceapa, se spală, se toacă mărunt și se călește într-o cratiță în care s-a înfierbântat restul de unt. Se stinge cu apă călduță sau cu supă de carne, se adaugă făina și se lasă încă 10 minute la fiert. Cartofii se curăță, se spală, se taie în cubulețe și se adaugă în cratiță, apoi se pun și ciupercile. Se continuă fierberea încă vreo jumătate de oră, după care se potrivește de sare și piper, se toarnă smântâna și se presară deasupra mărarul și pătrunjelul, tocate mărunt.

Papricaș din carne de porc

400 g carne de porc
o ceapă, 200 g ciuperci
500 g cartofi, 100 g ulei
o lingură de bulion
o căpățână de usturoi
50 ml vin alb, 2 ardei grași
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru
boia de ardei dulce

Carnea se porționează și se înăbușă în 50 ml ulei și puțină apă. Se adaugă ciupercile tăiate în lame și ceapa tocată mărunt. Când s-a înmuiat ceapa, se adaugă usturoiul tăiat felii, bulionul dizolvat în puțină apă, sarea, piperul, cimbrul și boiaua. Se stinge cu două căni de zeamă de carne și se fierbe o jumătate de oră, la foc potrivit. Ardeii se taie în patru și se călesc în 50 ml ulei, apoi se sting cu apă și se adaugă cartofii tăiați în rondele. Se fierb 30 de minute, apoi se pun într-o tavă cu carnea, sosul de ciuperci și vinul, lăsându-se 15 minute la cuptor.

Pere imitate

un rasol de vițel cam de 1 kg
250 g slănină afumată
150 g orez
ouă, 2 linguri de făină
2 linguri de pesmet
100 g untură
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Rasolul se curăță, se spală bine în mai multe ape, apoi se pune la fiert în apă cu sare. După ce s-a fiert, se scoate, se dezosează, iar carnea se taie în bucățele cât mai mărunte. Slănina se taie în cubuleţe și se prăjește un pic în untură. Orezul se alege, se spală și se fierbe înăbușit apoi se scurge și se răcește. Re amestecă rasolul de vițel cu slănina și orezul, se sărează, se piperează, se omogenizează bine, după care se modelează, cu mâna udă, 12 pere

din această compoziţie. Perele se dau prin făină, ou şi pesmet, în această ordine, după care se rumenesc în untura încinsă. Se servesc cu orez alături, şi cu câte o crenguţă de pătrunjel.

Pui cu sos de smântână

un pui de aproximativ 1 kg
100 ml ulei
100 ml vin alb
3–4 roşii, 100 g smântână
o legătură de mărar, sare, piper

Puiul se curăţă, se spală, se tăvăleşte prin sare şi se aşază într-o tavă, împreună cu uleiul. Se introduce la cuptor, la foc potrivit. După aproximativ un sfert de oră, se toarnă vinul. Cam din 10 în 10 minute, se stropeşte puiul cu zeama din tavă. Când este gata, se scoate puiul şi se porţionează, iar în zeama lăsată se adaugă smântâna, sare şi piper, punându-se la fiert cam un sfert de oră. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de coajă şi de seminţe, se pasează şi se fierb câteva minute, până dau în clocot, apoi se amestecă în sosul de smântână. Se serveşte cald, cu mărar tocat mărunt presărat deasupra.

Pulpă de viţel cu organe

400 g pulpă de viţel
200 g organe, 120 g smântână
un ou, un morcovi, ţelină şi conopidă
60 g varză roşie, 50 g dovlecei cruzi
o roşii, 3 căţei de usturoi
o legătură de pătrunjel verde
sare, piper, mărar

Organele de vită se toacă mărunt şi se prăjesc într-o tigaie în care s-a încins ulei. Se adaugă ceapa curăţată şi tocată mărunt, apoi morcovul tăiat cubuleţe. Mărarul se spală, se taie şi se pune alături de celelalte ingrediente. Se iau de pe foc şi se lasă la răcit. Pulpa de viţel se spală şi se bate cu ciocanul pentru şniţele, apoi se umple cu această compoziţie. Se unge o tavă cu ulei şi se aşază pulpa legată cu o sfoară rezistentă. Se mai pune în tavă puţină apă, usturoi, sare şi piper. Se lasă circa 40 de minute şi se serveşte caldă, cu un soté din legume şi pătrunjel verde tocat fin deasupra.

Rulouri de varză

400 g varză dulce
100 g orez
100 g ciuperci
4 ouă, 200 g brânză telemea
50 g unt

Se alege orezul, se spală, apoi se pune la fiert în apă clocotită şi un vârf de linguriţă de sare. Ciupercile se curăţă, se spală, apoi se taie în formă de lame şi se călesc în unt încins, apoi se sting cu puţină apă călduţă şi se mai înăbuşă 10 minute. Varza se curăţă, se desface în foi şi se spală în mai multe ape. Se păstrează opt foi mari pentru umplut, iar restul se toacă. Se prepară o omletă şi se mărunţeşte. Brânza se dă pe răzătoarea fină. Când orezul este pe jumătate fiert, se scoate, se scurge bine şi se amestecă, într-un castron, cu ciupercile, brânza rasă, omletă şi varză tocată. Se umplu foile de varză cu compoziţia, se rulează, se pun într-o tavă unsă cu unt şi se dau la cuptor, să se rumenească.

Sarmale ardeleneşti

600 g carne de porc
200 g slănină, 100 g şorici
1 kg varză murată, 100 g orez
2 cepe, 50 ml ulei
2 linguri de bulion, sare, piper

Varza se lasă o oră la desărat în apă rece. Ceapa se toacă mărunt şi se călеşte în ulei, apoi se pune orezul, ales şi spălat. Carnea se taie în bucăţi cât mai mărunte, apoi se adaugă orezul, ceapa, sare, piper şi jumătate din bulion. Se omogenizează, apoi se desface varza în foi şi se pregătesc sarmalele. Varza rămasă se toacă fideluţă. Se tapetează o cratiţă cu feliuţe de slănină, se aşterne un strat de varză tocată, apoi unul de sarmale şi aşa mai departe, presărând printre ele feliuţe de slănină şi de şorici. Deasupra va fi un strat de varză. Se toarnă restul de bulion şi apă caldă cât să le acopere, se fierb 2 ore la foc mic, apoi se dau la cuptor să scadă.

Sărmăluţe în cuib

500 g carne de porc
500 g carne de vită
500 g costiţă afumată
o varză murată, 200 g orez
2 cepe, o lingură de bulion
20 g untură, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se călеşte în untură. Carnea se curăţă, se spală şi se dă prin maşina de tocat, apoi se amestecă bine cu ceapa, orezul ales şi spălat, bulionul, sarea, piperul şi cimbrul. Se umplu foile de varză cu această compoziţie, formându-se sărmăluţele, apoi se iau foile mai mari şi se împachetează în ele câte trei sărmăluţe, cu câte o feliuţă de costiţă între ele. Restul de varză se toacă fideluţă şi se presară în oală, printre cuiburile de sărmăluţe. Se adaugă apă, cât să le cuprindă, se acoperă oala şi se pune la foc mic, să fiarbă înăbuşit, vreo două ore. Se servesc cu mămăliguţă caldă şi ardei iute.

Sufleu de gulii cu mac

250 g gulii
250 g de unt
80 g de smântână
50 g seminţe de mac
2 linguri de făină
3 roşii proaspete
2 ouă, un pliculeţ praf de copt
o linguriţă de praf de bicarbonat
piper, sare, cimbru, o lămâie

Guliile se curăţă, se spală şi se dau pe răzătoare, apoi se călesc în uleiul încins în prealabil, adăugând şi puţină apă. Se încorporează făina, gălbenuşurile de ou bătute spumă, seminţele de mac, iaurtul, piperul şi bicarbonatul stins cu zeama de lămâie stoarsă cu ajutorul storcătorului de citrice. Se unge bine cu unt o tavă rotundă, specială pentru tarte, apoi se răstoarnă

sufleul. Se încinge cuptorul la 180° şi se coace la foc potrivit circa 30–40 de minute. Se serveşte cald, ornat cu feliuţe de roşii.

Tocană ardelenească de porc

600 g carne de porc
150 g untură
3 cepe
un ardei gras
300 g făină, 2 ouă
o lingură de pastă de tomate
boia de ardei dulce
500 ml supă de oase
pătrunjel verde
piper măcinat, sare

Carnea se porţionează, se sărează şi se înăbuşă în untură cu puţină apă împreună cu ceapa şi ardeiul tăiaţi mărunt. Se adaugă pasta de tomate, boiaua de ardei, piperul, sarea şi supa de oase şi se lasă la fiert 20 minute. Se frământă un aluat din făină, sare, ou şi puţină apă, din care se modelează fitile cu diametrul de 1 cm, care se taie în bucăţi scurte de 2 cm, se fierb în apă cu sare şi se adaugă peste carne. Se mai fierb 10 minute. Se serveşte fierbinte cu pătrunjel verde tocat deasupra.

Tocană ardelenească de viţel

400 g carne de viţel
3 cepe, 500 g cartofi
2 morcovi, 100 g mazăre
100 ml ulei, 100 g smântână
400 ml supă de oase
sare, piper, boia dulce

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se înăbuşă în două linguri de ulei şi puţină supă de oase. Ceapa şi morcovii se curăţă, se spală, se taie julien şi se înăbuşă separat, în aceleaşi cantităţi de ulei şi supă. Se condimentează cu sare, piper şi boia şi se stinge cu restul de supă. Când s-au fiert legumele, se pun bucăţile de carne şi mazărea, lăsându-se la fiert încă un sfert de oră. Între timp, se fierb cartofii, curăţaţi, spălaţi şi tăiaţi în cubuleţe, în apă cu sare. Tocana se serveşte caldă, însoţită de cartofii natur şi de câte o lingură de smântână deasupra.

Varză „à la Cluj“

450 g carne de porc
2 linguri de orez, o ceapă
1 1/4 kg varză acră
30 g slănină afumată
o lingură de pastă de roşii, 100 g untură
boia de ardei, 100 g smântână
sare, piper măcinat

Ceapa se căleşte într-un vas cu untură încinsă. Carnea se toacă împreună cu ceapa călită, apoi se amestecă cu orezul. Se obţine o pastă omogenă, care se sărează şi se piperează. Varza se curăţă, se spală, se stoarce şi se taie fâşii subţiri. Pasta de roşii se prăjeşte în untură cu boiaua de ardei şi se stinge cu zeamă de varză. După fierbere, se adăugă varza, care după ce se înmoaie se scoate din vas şi se pune în straturi pe fundul unui alt vas, alternativ cu straturi de carne, având grijă ca ultimul să fie de varză. Deasupra se adaugă sosul rămas de la călirea pastei de roşii şi se dă la cuptor. Se lasă să fiarbă cam 2 ore. La nevoie se mai pune apă sau zeamă de varză. Se serveşte fierbinte, cu smântână.

Varză cu ciolan de porc

1 kg ciolan de porc
1 kg varză murată
500 ml zeamă de varză
3–4 roşi
2 cepe
60 ml ulei
o lingură de bulion
sare, piper, cimbru
boia de ardei dulce

Ciolanul se curăţă, se opăreşte în apă clocotită, se spală şi se porţionează, apoi se dă cu sare şi se înăbuşă în ulei cu o jumătate de cană de apă călduţă. După ce s-a înăbuşit, se scoate carnea şi se pune ceapa tocată mărunt, apoi se adaugă bulionul, zeama de varză şi condimentele, lăsându-se să fiarbă încă o oră. După aceea, se pun la loc bucăţile de carne, se adaugă varza tăiată fideluţă şi se dă la cuptor, la foc potrivit, cam o jumătate de oră, după care se adaugă roşiile, care, între timp, au fost opărite cu apă clocotită, curăţate şi tăiate în sferturi, lăsându-se încă 10 minute.

Pastă de ciuperci pentru umplut roşii şi clătite

500 g ciuperci
100 g slănină afumată
200 g smântână
200 g telemea de vacă
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ciupercile se curăţă şi se spală, ceapa la fel, apoi se toacă mărunt şi se înăbuşă împreună într-o cratiţă cu unt fierbinte. Se adaugă pătrunjelul spălat şi tocat foarte fin, telemeaua dată pe răzătoare şi smântâna. Se presară sare şi piper, după gust. Se ia de pe foc şi se omogenizează, apoi se lasă la răcit. Compoziţia obţinută se foloseşte pentru umplerea roşiilor sau a clătitelor. Roşiile se servesc ornate cu frunzuliţe de pătrunjel, iar clătitele cu puţin caşcaval ras sau cu câte o linguriţă de smântână deasupra.

Hrean ardelenesc

6 linguri de hrean ras
3 linguri de miere
200 g smântână
o linguriţă de sare, o lingură de oţet

Hreanul se curăţă bine, apoi se rade. Se freacă bine cu smântâna, după care se adaugă oţetul, mierea şi sarea. Se serveşte cu grătar de vită, porc sau pui, crenvurşti, rasol de vită sau mici.

Piure ardelenesc de cartofi

800 g cartofi
un pahar mare de lapte
50 g margarină
150 g brânză proaspătă de vaci
2 linguri de zahăr, sare

Se fierb cartofii în coajă, se curăţă, se dau pe răzătoare şi se tescuiesc. Se amestecă cu laptele fiert, cu sarea, zahărul şi margarina frecată cu brânză de vaci şi puţin lapte.

Salată de sfeclă

4–5 sfecle roşii
2 cepe
10 castraveţi muraţi
un praf de chimen
200 g maioneză

Se spală ceapa, se curăţă de coji şi se taie peştişori subţiri, sfecla fiartă se curăţă, la fel, de coajă şi taie bucăţi, iar castraveţii, rondele fine. Toate ingredientele astfel pregătite se amestecă cu chimen şi maioneză din belşug. Spre ornare, se adaugă din nou maioneză, precum şi feliuţe de castraveţi, roşii sau măsline (acestora din urmă li se scot cu grijă sâmburii, fără a strica însă forma măslinelor). Se serveşte imediat, pe farfurii mici, special create pentru salate de tot felul, sau în salatiere.

Salată verde cu usturoi

4 salate verzi
3 căţei de usturoi
40 ml ulei
100 g slănină afumată
o lingură făină, mărar
40 ml oţet, 100 g smântână, sare

Slănina se taie felii subţiri şi se pune într-o tigaie întinsă, călindu-se în ulei încins. Când se rumeneşte, se adaugă făina, se mai ţine puţin pe foc şi se stinge totul cu smântână. Se lasă la fiert 5 minute, la foc potrivit, timp în care se toacă usturoiul cu un cuţit bine ascuţit în feliuţe foarte subţiri, apoi se adaugă în amestecul obţinut în prealabil. Se omogenizează bine totul, adăugând oţetul şi sarea. Sosul rezultat se toarnă peste frunzele de salată spălate bine în mai multe ape, tăiate fâşiuţe subţiri şi aşezate în salatieră.

Sos ardelenesc de muştar

50 g unt
2 linguri de făină
400 g smântână
50 ml oţet
o linguriţă de zahăr
o legătură de pătrunjel verde
2 linguri de muştar, sare

Se încălzeşte untul şi se adaugă făina, ţinându-se într-o cratiţă la foc moderat numai puţin, fără a se rumeni. Se combină smântâna cu oţet şi apă, iar amestecul rezultat se toarnă peste făină, amestecând, spre a se evita formarea de cocoloaşe. Se adaugă muştarul şi sarea şi se lasă să fiarbă la foc domol timp de 20 de minute, verificând din când în când, să nu se lipească. Preparatul se serveşte cald, cu pătrunjel verde adăugat deasupra.

Sos de conopidă

200 g conopidă
50 ml lapte
100 ml supă de oase
25 g margarină
o linguriţă de amidon de cartofi
o legătură de pătrunjel verde
100 g crutoane de pâine prăjită
piper, sare

Conopida se spală în apă rece, de mai multe ori, până se curăţă bine. Apoi se aşază la fiert în supa de oase şi lapte, ţinând vasul la foc mic circa 20 de minute şi amestecând mereu, pentru îngroşare. Se pune apoi margarina, piperul şi sarea. Se mai fierbe 10 minute, apoi se adaugă amidonul de cartofi, omogenizând cu o lingură de lemn. Când este gata, se ia de pe foc şi se lasă 10-20 de minute să se răcească. Se serveşte cu pătrunjel verde, tăiat fin şi crutoane de pâine prăjită.

Sos de hrean

200 g hrean
2 linguri de făină
200 g smântână
50 ml oţet
50 g unt, sare

Se înfierbântă untul, se adaugă făina şi se căleşte fără a se rumeni. Se stinge cu smântâna amestecată cu oţet şi apă, având grijă să se amestece, astfel încât să nu apară cocoloaşe şi se lasă sosul pe foc. Se rade hreanul pe răzătoare, se adaugă la sos şi se fierbe cam 20 de minute la foc domol. La sfârşit se sărează.

Umplutură de carne cu ciuperci pentru foitaje Ardeal

400 g ciuperci
300 g carne macră de porc
de vită sau de pasăre
2 cepe
100 ml ulei sau untură
un ou, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală şi se călesc în ulei fierbinte, apoi se scot, se răcesc şi se dau prin maşina de tocat. Carnea se taie în bucăţi, apoi se toacă la maşină. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte în ulei, iar când începe să se îngălbenească, se adaugă carnea. Când aceasta devine albicioasă, se ia de pe foc, se adaugă oul, sare şi piper după gust, mărarul şi pătrunjelul, tocate mărunt, se amestecă şi se lasă să se răcească. Se omogenizează compoziţia şi se foloseşte pentru umplerea pateurilor sau plăcintelor. Acestea se servesc calde, eventual cu smântână.

Cornete cu frişcă

3 ouă
400 g zahăr, 100 g făină
50 g migdale sau nuci măcinate şi cernute
200 g ciocolată de casă
500 g frişcă, unt

Ciocolata vrac, cumpărată din comerţ, se taie bucăţi şi se topeşte la bain-marie, amestecându-se continuu. Când s-a topit, se lasă la răcit. Se freacă ouăle cu 300 g zahăr până se obţine o cremă. Se adăugă făina şi migdalele. În tava unsă cu unt se pun cu linguriţa din

Budincă de tăiței cu brânzică de casă

Ingrediente:
600 g tăiței, 800 g brânzică de casă
80 g griș, 300 ml lapte, 150 g unt
200 g zahăr tos, 6 ouă
50 g coajă de lamâie rasă
1 plic zahăr vanilat
100 g stafide, 200 g făină, 25 g sare

Se face un aluat din făină și jumătate din cantitatea de lapte. Se fierb tăițeii în apă cu sare. Brânzica de casă se amestecă cu grișul fiert în lapte, zahărul, coaja de lamâie, zahărul vanilat, untul, 5 ouă și stafide. Această compoziție se amestecă cu tăițeii. Se unge o tavă cu ulei, se întinde o foaie de plăcintă care se așază în tavă, apoi se toarnă compoziția și se învelește cu o altă foaie. Se ține la cuptor până se rumenește.

Bulz

Ingrediente:
400 g mălai, 1,5 l lapte
300 g brânză de burduf
200 g unt, sare
200 g smântână

Se pune laptele la fiert, se adaugă sarea și, când a fiert, se pune mălaiul, amestecând încă 10 minute la foc mic.

Se răstoarnă balmoșul pe un fund de lemn și se taie cuburi care se umplu cu brânză de burduf amestecată cu jumătate din cantitatea de unt.

Se rotunjesc bucățile astfel obținute, se ung cu unt, se pun într-o tavă tapetată cu unt și se pun la cuptor.

Se servește cald cu smântână.

Pui cu smântână

Ingrediente:
1 pui
1 lingură unt
1 lingură făină
300 g smântână, sare

Se călesc părțile de pui în untul topit, adăugând 1-2 linguri de apă, dacă este necesar.

Când puiul este aproape făcut, adăugați sarea și apoi smântâna bine amestecată cu făina și mai lăsați pe foc câteva minute.

Se va păstra cald până la servire.

Poftă bună!

Smântâna de consum hipocalorică, cu 15% grăsime este un sortiment de smântână cu un conținut redus de grăsime, obținut prin fermentare cu bacterii lactice specifice care, datorită conținutului de grăsime și vitamine hidrosolubile A, D, E, K, este de mare importanță în alimentație. Se caracterizează printr-o consistență omogenă, vâscoasă, având un gust plăcut, aromat, slab acrișor specific de fermentație lactică. Fiind un produs **eminamente natural**, se recomandă în consumul zilnic la ciorbe, sarmale, sosuri, dressing-uri având un termen de valabilitate de 10 zile.

Untul reprezintă unul dintre cele mai importante produse lactate pentru alimentație, fiind grăsimea de origine animală cu cea mai mare digestibilitate. Acest produs se fabrică în instalații speciale din smântână pasteurizată, fermentată în prezența unor culturi de bacterii lactice selecționate, fără adaos de coloranți sau conservanți, fiind un produs **absolut natural**. Datorită valorii energetice mari și conținutului de vitamine liposolubile (A, D, E, K), se recomandă în alimentația persoanelor cu nevoi energetice crescute și copiilor. Produsul se prezintă într-o sortimentație variată, atât ca gramaj, cât și în privința conținutului de grăsime astfel: unt superior cu 80% grăsime în pachete de 200 grame și **15 grame** și unt de masă cu 65% conținut de grăsime în pachete de 200 grame.

Frișca pentru cafea, al cărei UNIC PRODUCĂTOR ÎN ROMÂNIA suntem, este obținută printr-o tehnologie modernă ce constă în tratarea smântânii cu 10% grăsime, prin sterilizare UHT și ambalare aseptică. Este folosită ca înălbitor de cafea, reducând aciditatea acesteia, asigurând în același timp atenuarea efectelor negative ale consumului de cafea. Este produsul care conferă cafelei gustul inconfundabil al deliciosului caimac de lapte, oferind posibilitatea consumului de cafea chiar și celor care și-l refuză din motive de sănătate.

Brânzica de casă este un produs unic în România, fabricat din lapte degresat, proaspăt, cu adaos de smântână dulce la 6% grăsime în amestec și sare extrafină de cel mult 0,5%. Are un aspect granular, cu gust deosebit, iar datorită conținutului echilibrat de proteine și grăsimi, într-o formă ușor asimilabilă, produsul este recomandat atât copiilor, cât și adulților, putând constitui o masă de dimineață sau de seară completă.

Crema Covalact este un produs obținut din smântână, unt și brânză printr-o tehnologie de omogenizare și tratare termică ce-i conferă finețe și tartinabilitate. Îl recomandăm consumatorilor de toate vârstele pentru consum ca atare la micul dejun sau ca aperitiv.

520036-Sf. Gheorghe, str. Lunca Oltului 1
Tel. 0267 351 861, Fax. 0267 351 058
e-mail: office@covalact.ro

COVALACT® S.A.

compoziţie ronduri cât mai subţiri, cu diametrul de 7–8 cm. Se dau la foc mijlociu şi se scot din tavă pe măsură ce se rumenesc. Se întorc în formă de cornet şi se introduc în cornete de tablă ca să-şi păstreze forma. După ce se răcesc, se îmbracă pe dinafară în ciocolată, iar înăuntru se umplu cu frişca bătută cu restul de zahăr.

Cornuleţe ca la Cluj

200 g margarină
200 g făină, 2 ouă
150 g zahăr tos, 200 g nuci
un pliculeţ de zahăr vanilat
un pliculeţ de praf de copt
o lămâie, sare

Nucile se pun pe plita cuptorului încins, lăsându-se cam 10 minute să se coacă, apoi se scot şi, după ce se mai răcesc, se curăţă, iar miezul se dă prin maşina de tocat. Se amestecă făina cu praful de copt, apoi se freacă bine cu margarina, zahărul tos şi cel vanilat, coaja rasă de la o lămâie şi un vârf de cuţit de sare. Se frământă aluatul, se lasă o jumătate de oră să se odihnească, apoi se întinde o foaie groasă de 3–4 milimetri, din care se taie pătrate cu latura de 5 centimetri. Se aşterne pe fiecare bucată de aluat câte puţin miez de nucă, apoi se rulează pe diagonală şi se dau la cuptor într-o tavă unsă cu puţină margarină.

Cornuleţe de Haţeg

300 g făină
un ou, un gălbenuş de ou
200 g unt, 100 g zahăr
250 g marmeladă (dulceaţă, miere, rahat)
3 linguri de zahăr pudră

Se frământă un aluat din făină, ouă, zahăr şi unt. Se lasă puţin să se odihnească, apoi se întinde o foaie subţire şi se taie triunghiuri. Bucăţile de aluat se umplu cu marmeladă sau alte ingrediente dulci. Se rulează în formă de cornuleţe şi se dau la cuptor. Se ţin la foc potrivit circa 30-40 de minute, până se rumenesc. Se servesc presărate cu zahăr pudră.

Foi de plăcintă cu margarină

250 g margarină
300 g făină, 20 ml oţet
40 ml ulei, 100 ml vin
100 ml sifon

Margarina se amestecă bine cu 2 linguri de făină, după care se introduce la frigider pentru o oră. Din restul de făină, la care se adaugă o lingură de oţet, două de ulei şi puţină apă, se frământă un aluat, din care se întinde o foaie groasă de 2 milimetri. Se unge foaia cu amestecul de margarină cu făină, se rulează şi se introduce şi ea la frigider. Se scoate atunci când se prepară plăcintă cu carne sau cu brânză, se întinde într-o foaie care se împarte în două, aşternându-se umplutura între cele două jumătăţi.

Langoşi

250 g făină
15 g drojdie
150 g brânză telemea, o ceapă mică
2 ouă, 2 linguri de făină
80 ml ulei, o lingură de zahăr, sare

Drojdia se dizolvă în puţină apă călduţă, împreună cu un vârf de linguriţă de zahăr. Se amestecă cu 30 g făină şi se obţine o maia peste care se mai presară puţină făină şi se lasă la dospit. Oul se amestecă cu sare şi cam 100 ml apă călduţă îndulcită cu o linguriţă de zahăr. Se adaugă maiaua şi se frământă cu restul de făină. Aluatul rezultat se lasă la dospit cam 40 de minute. Se împarte în 3 porţii egale şi se întinde în foi ovale groase de 0,5 cm. Ceapa se rade şi se amestecă cu brânza rasă, 2 ouă şi puţină făină. Se pune umplutura peste foi, se împăturesc în două, se presează marginile şi se lasă să crească cam 30 de minute. Se prăjesc în ulei încins şi se servesc fierbinţi.

Mere umplute

8 mere de mărime potrivită
200 g vişine, 100 g zahăr
2 linguri de făină, un ou
2 linguri de pesmet, 50 g unt
2 linguri de zahăr pudră

Vişinele se curăţă de codiţe, se spală şi se pun într-un castron, împreună cu zahărul. Se lasă aşa cel puţin două ore. Se curăţă merele de coajă, se taie câte un căpăcel în partea superioară şi se scoate cotorul. Se umplu cu vişine şi zahăr, apoi se acoperă cu căpăcelele. Se iau trei farfurioare, pe prima turnându-se două linguri de făină, pe a doua un ou bătut spumă, iar pe a treia două linguri de pesmet. Merele se dau, pe rând, prin făină, ou şi pesmet, apoi se rumenesc într-o tigaie în care s-au înfierbântat 2 linguri de unt. Se servesc calde, presărate cu zahăr pudră.

Plăcintă cu mere sau brânză

500 g făină
150 g unt, 2 linguri de smântână
10 g drojdie, 100 ml lapte
2 linguri de zahăr tos, 10 ml oţet
500 g mere (sau 500 g brânză dulce de vaci)
2 ouă, un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară, esenţă de rom
o lămâie, 100 g stafide, sare

Zahărul se freacă bine cu oul, cu smântâna, făina, praful de copt, oţetul, 50 g unt şi drojdia dizolvată în lapte, se frământă şi se întind două foi groase de câte 5 milimetri fiecare. Pun foile într-o tavă unsă cu unt şi se dau la cuptor, până se coc bine. Merele se curăţă, se dau pe răzătoare, apoi se călesc un pic în unt fierbinte şi se adaugă zahăr, scorţişoară şi esenţă de rom. Această compoziţie se aşterne între cele două foi, dându-se la cuptor încă un sfert de oră. În cazul în care plăcinta se face cu brânză, aceasta se amestecă bine cu stafidele, 2 ouă, coajă de lămâie rasă, zahăr, smântână şi un praf de sare.

Nu pierde cea mai citită revistă din România

Apare lunar pe data de 15

Prăjiturele pentru ceai

250 g făină
2 linguri de zahăr
50 g unt
sare
100 ml lapte
o linguriţă de smântână
o linguriţă de bicarbonat alimentar

Se amestecă făina cu zahărul, untul, sarea şi bicarbonatul, dizolvat în puţin lapte. Se adaugă apoi, puţin câte puţin, laptele şi smântâna. Se amestecă până se omogenizează şi se formează biluţe de mărimea unei nuci, care se aşază într-o tavă unsă cu puţin unt şi se dau la cuptor, unde se lasă, la foc moderat, timp de cel mult o jumătate de oră.

Tartă cu vişine

150 g făină
300 g zahăr pudră
8 ouă, 500 g vişine
100 g migdale dulci, 2 lămâi

Untul se freacă spumă, se adaugă apoi gălbenuşurile, unul câte unul, făina, migdalele, care în prealabil au fost pisate cât mai fin posibil, coaja rasă de la cele două lămâi. Toate aceste ingrediente se amestecă bine, se bat cu telul timp de o oră, după care se toarnă şi albuşurile, bătute spumă. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu pesmet. Se presară, deasupra, vişinele curăţate de codiţe. Se lasă o jumătate de oră la cuptor, la foc moderat.

Urechiuşe

4 ouă
250 g frişcă bătută
200 g făină, 50 g unt

Albuşurile se separă de gălbenuşuri şi se bat spumă. Se adaugă făina, frişca şi un gălbenuş, amestecându-se bine, până se omogenizează. Se ia o tavă de dimensiuni potrivite, se unge bine cu unt, se tapetează cu făină, apoi se pun, cu linguriţa, bucăţele din compoziţia obţinută. Se dă tava la cuptor, lăsându-se, la foc potrivit, până se coc pe jumătate, apoi se scot şi se presează între degete unul dintre capete, modelând forma unei urechiuşe. Se dau din nou la cuptor şi se lasă să se rumenească.

Bucate din Banat

Sărut mâna pentru masă™

Creuzet de influenţe

În trecut, margine de imperii şi acum, de ţară, zonă de puternice confluenţe culturale, Banatul nu înseamnă numai un ţinut îmbelşugat şi elegant, cu clădiri frumoase şi tradiţii străvechi, ci şi o bucătărie bogată, asemănătoare celei transilvănene, cu unele particularităţi însă: sosuri şi ciorbe îndulcite, fripturi savante şi pilafuri drese cu verzituri şi paprika.

Se regăsesc şi aici preparate caracteristice bucătăriei maghiare şi germane, dar şi influenţe slave venite de la sârbi, cât şi unele influenţe mai îndepărtate, greceşti, italieneşti şi franceze. În Banat este preferată carnea de porc şi de pasăre celei de vită şi de peşte, care sunt apreciate, dar apar mai rar în meniul bănăţenilor. Se consumă multe supe şi ciorbe dulci, neacrite. Pentru acritul ciorbelor se utilizează cu precădere sarea de lămâie sau oţetul. Ciorbele şi mâncărurile de aici sunt grase, bogate, conţin adesea legume prăjite, iar uneori sunt uşor legate cu rântaşuri, ou şi smântână. Şi aici, ca şi în Ardeal, sunt foarte apreciate supele cu tăiţei de casă, supele gulaş şi ciorbele cu tarhon. Tăiţeii se folosesc atât la prepararea gustărilor, a mâncărurilor, cât şi la obţinerea dulciurilor. Din tăiţeii de casă se fac renumitele „iofca“ cu varză, brânză, nucă, lapte şi mac.

Mâncărurile bănăţene se caracterizează prin sosurile obţinute din rântaş făcut din făină încinsă care se stinge cu supă de oase sau supă de zarzavat, îmbunătăţite cu smântână. Bănăţenii mănâncă şi ei multă carne de porc, dar şi legume prăjite şi înăbuşite, condimentate cu piper, cimbru, boia de ardei şi chimen.

Dacă în Ardeal se face pâinea cu cartofi, aici se face pâinea cu lapte. Speciale sunt şi plăcintele bănăţene de ceapă şi de varză. Tot în Banat se prepară „varga beleş“, o budincă din tăiţei de casă cu brânză de vaci şi stafide, învelită în foaie de plăcintă coaptă în cuptor. Sarmalele bănăţene, spre deosebire de cele moldoveneşti, sunt mari, preparate din carne tocată cu satârul. Ceapa umplută este şi ea specifică Banatului, dar e cu siguranţă o influenţă italiană. Cum tot influenţă trebuie să fie şi mai rara polentiţă, pizza pe pat de mămăligă, invenţie a morarilor şi pietrarilor italieni aduşi în Banat de împărăteasa Maria Tereza.

La Lugoj se face o plăcintă gustoasă cu brânză şi carne, îndulcită cu fructe, ca în Toscana, semn că italienii au mâncat ceva vreme în Banat, alături de unguri, nemţi şi sârbi: românilor le-a rămas, aşadar, o moştenire de influenţe pe care, astăzi, restaurantele Timişoarei o vând cu succes.

ARAD
TIMIȘOARA
CARAȘ-SEVERIN
Chișineu-Criș
Nădlac
Pecica
Sânicolau Mare
Curtici
Pâncota
Ineu
Moneasa
Sebiș
Hălmagiu
Vârfurile
Gurahonț
Buceava
Siria
Zimandu Nou
Iratoșu
Turnu
Livada
Covăsînt
Vășoaia
Brazii
Iratoșu
Peregu Mare
Cenad
Beba Veche
Dudeștii Vechi
Periam
Mailat
Mănăștur
Vinga
Șagu
Zăbrani
Lipova
Dorgoș
Șiștarovăț
Măsloc
Bogda
Păuliș
Soimoș
Conop
Bârzava
Slatina de Mureș
Belotinț
Lalașinț
Corbești
Săvârșin
Bata
Bruznic
Ohaba Română
Birchiș
Căpâlnaș
Termia Mare
Comloșu Mare
Lovrin
Satchinez
Lenauheim
Biled
Jimbolia
Cărpiniș
Sânandrei
Becicherecu Mic
Buzad
Pischia
Brestovăț
Secaș
Bara
Ohaba Lungă
Topla
Faget
Margina
Recaș
Ghizela
Balint
Mănăștiur
Curtea
Românești
Tomești
Topolovățu Mare
Sudriaș
Traian Vuia
Remetea Mare
Moșnița Nouă
Șiriod
Sâcălaz
Cenei
Sânmihaiu Român
Giroc
Chevereșu Mic
Ohaba-Forgaci
Coștelu
Belint
Gladna Română
Lugoj
Buziaș
Victor Vlad Delamarina
Gavojdia
Criciova
Nădrag
Udioara
Știuca
Rusca Montană
Căvăran
Zăvoi
Oțelu Roșu
Peciu Nou
Liebling
Nitchidorf
Cebza
Petroman
Jebel
Giulvăz
Foeni
Ciacova
Tormac
Vermeș
Voiteg
Ersig
Gătaia
Berzovia
Bănloc
Deta
Dent
Partoș
Bârzava
Semlacu-Mic
Tirol
Bocșa
Ocna de Fier
Ezeriș
Zorlențu Mare
Breazu
Soceni
Târnova
Caransebeș
Zervești
Turnu Ruieni
Borlova
Poiana Mărului
Muntele Mic
Reșița
Moravița
Jamu Mare
Dognecea
Forotic
Văliug
Slatina-Timiș
Goruia
Carașova
Cludanovița
Gradinari
Teregova
Vărădia
Vrani
Oravița
Răcășdia
Berliște
Ilidia
Anina
Steierdorf
Luncavița
Mehadica
Cornea
Cornereva
Globurău
Lăpușnicel
Iablanița
Bozovici
Lăpușnicu Mare
Sasca Română
Sasca Montană
Naidăș
Socol
Cărbunari
Dalboșeț
Mehadia
Băile Herculane
Moldova Nouă
Sichevița
Gornea
Berzeasca
Gârnic
Pojejena
Belobreșca
Jazias
Ilova
Caraș
Nera
Timiș
Bârzava
Mureș
Crișul Alb
Crișul Negru
Crișul Repede
Barcău
Someș
Ier
Ierul Mare
Fântânele
Arancă
Pischia
Moravița
Caraș
Nera
Timiș
Bârzava
Valea Mare
Valea Mică
Valea Mare
Valea Mică
Valea Mare
Valea Mică

Festivaluri gastronomice

Arad
Almaş
Paparudele – vara
Arad
Surechiul, Festivalul vinului – septembrie
Hălmagiu
Nedeia de la Hălmagiu – a doua duminică din iulie
Târgul sărutului – martie
Târgul Florilor – primăvara
Moneasa
Festivalul clătitelor – 27-28 iunie
Sebiş
Sărbătoarea druscelor – aprilie
Vinga
Festivalul liliacului – 7 mai
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Arminden, serbare câmpenească – mai

Caraş-Severin
Berzovia
Sărbătoarea primăverii – martie, aprilie
Borlova
Măsurişul laptelui – aprilie
Reşiţa
Alaiul primăverii – aprilie
Turnu Ruieni
Sărbătoarea narciselor – mai
Vasiova-Bocşa
Hramul schitului Sf. Ilie de la Izvor – 20 iulie
Văliug
Hramul schitului Sf. Ilie – 20 iulie
Cântecul Bârzavei – august
Zerveşti
Sărbătoarea narciselor – mai
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Sărbătoarea liliacului – mai

Timiş
Şemlacu Mic
Hramul Schimbarea la faţă – 6 august

Podgorii şi centre viticole

Banat: Moldova Nouă, Oraviţa, Jamu Mare, Teremia, Recaş, Silagiu - Buziaş, Tirol

Boţi de scoacă (găluşte cu brânză de vaci)

800 g brânză de vaci
3 ouă, o lingură de untură
4 linguri pesmet, sare

Brânza se trece prin sită, se pune într-un castron şi se amestecă cu jumătate din untură, cu două gălbenuşuri şi un ou întreg. Se adaugă jumătate din cantitatea de pesmet şi sarea necesară, se amestecă bine, iar la sfârşit se combină cu albuşurile bătute spumă. Din acest amestec se formează boţuri rotunde, care se fierb în apă clocotită. Când sunt gata, se scurg şi se dau prin pesmet prăjit în untură.

Chiftele din legume

2 cartofi
150 g varză, 150 g conopidă
150 g praz, 80 g fasole verde
80 g spanac, o ceapă
150 g brânză telemea, 2 ouă
150 g miez de pâine albă
3 linguri de pesmet
3 linguri de făină
5 linguri de ulei
piper măcinat, mărar, pătrunjel

Se trec prin maşina de tocat legumele fierte, ceapă călită şi pâinea înmuiată în lapte. Se adaugă brânza rasă, ouăle, piperul, mărarul şi pătrunjelul tocate. Se modelează cu mâna chiftele rotunde şi plate, se tăvălesc prin pesmet, apoi prin făină şi iar prin pesmet şi se prăjesc în ulei.

Chifle umplute cu ciuperci şi caşcaval

8 chifle de mărime potrivită
500 g ciuperci
50 g caşcaval
3 ouă, 100 g unt
150 ml lapte, 2 linguri de făină
sare, piper

Se taie câte un capac din partea superioară a chiflelor şi se scoate miezul. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pun la călit într-o tigaie cu o lingură de unt fierbinte. Restul de unt se amestecă bine cu făina dizolvată în 150 ml lapte, acest sos adăugându-se în tigaia cu ciuperci atunci când zeama din ea scade aproape de tot. Se fierbe, la foc mic, timp de 10 minute, apoi se ia de pe foc, se adaugă două ouă şi se presară sare şi piper. Se amestecă până la omogenizare şi se umplu chiflele cu această compoziţie, după care se toarnă peste ele un ou bătut în 100 ml lapte. Se pun într-o tavă curată, se presară caşcaval ras peste ele şi se dau la cuptor.

Drob de vinete

2 vinete
4 cepe, un cartof
3 ouă, 100 g făină
o lingură de pesmet, 80 g unt
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar, sare, piper

Se curăţă vinetele de coajă, se taie cubuleţe, se fierb în apă cu sare şi se scurg în sită. Ceapa tocată se călеşte în unt şi se amestecă cu vinetele stoarse, cartoful ras, făina, verdeaţa tocată, ouăle bătute, sarea şi piperul. Compoziţia se aşază în formă de chec unsă cu unt şi tapetată cu pesmet. Se stropeşte cu restul de unt topit şi se dă la cuptor.

Plăcintă cu ceapă

400 g făină
0,4 l apă caldă, 2 cepe
200 g ciuperci
200 g ficăţei de pui
o legătură de mărar
1 1/2 pahar de ulei, sare, piper

Se amestecă treptat făina cu apa, uleiul şi sarea, se frământă bine şi se bate cu maiul timp de 10 minute, apoi se întinde pe o planşetă presărată cu făină. Separat se călеşte ceapa; când s-a înmuiat, se adăugă ciupercile şi ficatul. Se sărează, se piperează şi se amestecă cu mărarul tocat. Se unge o tavă cu ulei în care se aşterne o foaie de aluat, apoi un strat de umplutură, iar foaie, iar umplutură. Ultimul strat e de aluat, care se unge bine cu ulei. Se dă la cuptor încins, la foc mic.

Ciorbă de batal cu legume

800 g carne de batal cu os
un morcov
o ceapă, 40 g ţelină
o rădăcină de pătrunjel
o rădăcină de păstârnac
2 cartofi
un ardei gras
40 ml ulei, 2 roşii
40 g varză albă
o lingură de pastă de tomate
leuştean, pătrunjel verde
sare, sare de lămâie

Se spală carnea, se tranşează în bucăţi de mărime potrivită şi se fierbe în apă cu un praf de sare. Se adaugă zarzavatul curăţat, spălat şi tăiat cuburi, apoi ceapa tocată mărunt. Pasta de tomate se subţiază cu apă, sare de lămâie şi roşiile opărite, decojite şi tăiate sferturi. Se lasă să fiarbă la foc moderat, iar vasul de pe foc trebuie să fie neapărat acoperit pe trei sferturi din suprafaţă cu un capac, de preferat din inox. Preparatul se fierbe în acest fel circa trei sferturi de oră, spumând din când în când, dacă este necesar. Când se ia de pe foc, se adaugă leuşteanul tăiat mărunt. Se serveşte fierbinte cu pătrunjel verde tocat mărunt, presărat deasupra.

Ciorbă de legume cu carne de vită

300 g carne de vită
un morcov, o ţelină mică
un cartof mare
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
4 roşii, o lingură de bulion
1 l borş, o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se taie în bucăţi. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă şi se dau pe răzătoare. Legumele şi zarzavaturile se curăţă, se spală şi se taie mărunt.

Se pune la fiert carnea în apă rece cu sare, se aduna spuma, după care se adaugă legumele, în următoarea ordine: ceapa, morcovul, ţelina, albitura, cartofii. După ce s-au fiert, se adaugă bulionul, se amestecă să se dizolve, apoi se toarnă roşiile, borşul fiert separat şi strecurat, leuşteanul tocat, sare şi piper. Se serveşte fierbinte, cu pătrunjel tocat mărunt, presărat în farfurii.

Supă de fasole verde cu chisătură

400 g fasole verde
o ceapă, 200 g slănină afumată
2 roşii, 2–3 linguri de smântână
zer, pătrunjel verde, sare

Fasolea curăţată şi spălată se rupe bucăţi şi se pune la fiert în apă clocotită cu sare. Între timp se prepară chisătura pregătită astfel: slănina se taie mărunt şi se amestecă cu ceapa tocată până se obţine o pastă. Chisătura se adaugă peste fasole împreună cu roşiile şi pătrunjelul tocat. Se sărează, se acreşte cu zer şi se mai dau câteva clocote.

Supă de pui cu găluşte

600 g carne de pui
o ceapă, un morcov
100 g albitură (păstârnac şi pătrunjel rădăcină)
100 g ţelină, 100 g griş
2 ouă, o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se spală carnea, se curăţă, se tranşează şi se pune la fiert în apă cu sare. Ceapa, ţelina, morcovii şi albitura se curăţă, se spală şi se taie în sferturi. Se adună spuma, apoi se adaugă zarzavaturile. Se lasă, la foc potrivit, până se fierb suficient ca să se înmoaie. Între timp, se separă gălbenuşurile, se bat bine, apoi se omogenizează cu grişul şi puţină sare, iar în final se adaugă şi albuşurile, bătute spumă. Se ia câte o lingură din compoziţie şi se pune să fiarbă în apă clocotită cu sare. După aceea, găluştele se mai pun câteva minute să fiarbă în supă. Se serveşte caldă, cu pătrunjel tocat deasupra.

Supă gulaş

400 g carne de vacă
o ceapă, 4 cartofi
2 linguri de pastă de tomate
20 ml ulei, 4 linguri de făină
un ou, chimen măcinat
boia de ardei dulce
pătrunjel verde, sare

Carnea se pune la fiert în apă cu sare. Se adaugă ceapa tăiată în jumătăţi, apoi cartofii tăiaţi cubuleţe. După ce se fierbe carnea, se scote şi se poate folosi la alte mâncăruri. Pasta de tomate se înăbuşă în ulei cu puţină apă, se adaugă chimenul şi boiaua de ardei. Compoziţia rezultată se toarnă în supă. Din făină, ou şi sare se prepară un aluat din care se porţionează găluşte cu lingura şi se pun în supă. Se pune la fiert. Se serveşte fierbinte cu pătrunjel verde presărat deasupra.

Zamă cu cârnat

o ceapă, un morcov
o rădăcină de pătrunjel
3–4 cartofi mari
2 cârnaţi afumaţi, o cană de iaurt

Se aleg câţiva cartofi frumoşi, care, după ce au fost curăţaţi şi spălaţi, se pun la fiert într-un vas cu apă rece. Când sunt gata, zeama în care au fiert se strecoară, iar cartofii se scot cu spumiera, se pun într-un castron de inox şi se pasează cu o lingură de lemn. Cartofii se folosesc ca şi garnitură, iar zeama se pune din nou la fiert. Când clocoteşte, se adaugă zarzavatul tăiat mărunt şi cârnaţii curăţaţi de membrană şi tăiaţi feliuţe. Preparatul se mai fierbe un timp şi se serveşte acrit cu iaurt.

Budincă de varză

o varză (500 g)
100 g telemea de oaie
100 g smântână, 75 g unt
50 g caşcaval ras
50 ml lapte, 2 ouă
2 felii de pâine albă

Varza se opăreşte în apă cu sare, se desfac primele foi, iar miezul se taie fideluţă şi se amestecă cu pâinea înmuiată în lapte şi stoarsă, brânza, caşcavalul, ouăle bătute spumă şi smântâna. Foile de varză rămase se aşază într-o cratiţă şi se umplu cu compoziţia pregătită, se stropesc cu untul topit şi se dau la cuptor. Budinca se serveşte caldă cu sos de roşii sau de smântână cu mărar sau caşcaval ras.

Cartofi umpluţi cu brânză şi chimen

8 cartofi
100 g telemea de oaie
150 g unt, chimen
350 ml lapte, o lingură de făină
sare, piper

Cartofii se spală bine, apoi se coc în cuptorul încins, întorcându-se din când în când. După aceea, se scot, se lasă puţin să se răcească, apoi se taie în jumătăţi, pe lung şi li se scoate miezul. Acesta se amestecă, într-un castron, cu 100 g unt, telemeaua rasă, chimen şi un praf de sare, dacă nu cumva e destul de sărată brânza. Se umplu cartofii cu această compoziţie, se pun într-un vas de Jena şi se mai dau la cuptor un sfert de oră. Se servesc calzi, cu un sos alb, care se prepară fierbând laptele cu untul şi amestecând făina, cu grijă să se evite formarea cocoloaşelor. Se potriveşte sosul de sare şi piper şi se lasă până se îngroaşă.

Ciuperci umplute la grătar

1 kg ciuperci
150 g unt, o ceapă potrivită
o legătură de pătrunjel
o lămâie, o căpăţână de usturoi
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se separă pălăriile de picioruşe, se spală, iar picioruşele se toacă mărunt şi se călesc într-o tigaie cu unt încins, împreună cu ceapa şi pătrunjelul,

spălate şi tocate mărunt, sare şi piper după gust. Se amestecă bine, iar cu compoziţia obţinută se umplu pălăriile de ciuperci, după care se pun să se frigă pe grătarul încins, timp de un sfert de oră. Se servesc calde, cu mujdei de usturoi sau cu zeamă de lămâie.

Ciolan de porc cu cartofi natur

1 kg ciolan de porc
500 g cartofi, 2 cepe
50 ml ulei, 100 g roşii în bulion
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Ciolanul se curăţă, se taie carnea în bucăţi potrivite ca mărime, se opăresc în apă clocotită, apoi se spală. Ceapa se taie julien, apoi se înăbuşă în ulei încins cu puţină apă. Se adaugă roşiile, se lasă vreo 10 minute să fiarbă înăbuşit, după care se pun bucăţile de carne şi se toarnă bulionul, introducând vasul la cuptor. După 15–20 de minute, se scoate din cuptor, se toarnă 1 l de apă, se sărează, se piperează şi se lasă la fiert la foc potrivit. Cartofii se curăţă, se spală, se taie în felii şi se fierb, apoi se pun pe o tavă şi se dau la cuptor, cât să se rumenească puţin. Ciolanul se serveşte cald, cu cartofi şi pătrunjel tocat.

Cotlet de porc bănăţean

600 g cotlet de porc
1,2 kg cartofi, 40 g untură
25 g unt, 3 linguri de smântână
2 linguriţe de făină, 250 ml lapte
o ceapă, 1/2 lămâie
sare, piper, boia de ardei dulce

Cotletul se taie felii, se bate puţin, se sărează şi se înăbuşă în untură cu puţină apă. Se fierbe în cam 400 ml apă împreună cu făina dizolvată în puţină apă, boiaua de ardei, sarea şi piperul. Sosul rezultat se pasează şi se toarnă peste cotlet. Se mai fierbe 15 minute, apoi se adaugă smântâna. Cartofii curăţaţi se fierb în apă cu sare, apoi se pasează şi se adaugă laptele, untul şi sarea. Cotletul se serveşte fierbinte cu sos şi piure de cartofi şi se decorează cu felii de lămâie.

Curcan umplut cu castane

800 g carne de curcan
250 carne de porc, 1 kg castane
60 g unt, 100 g untură
600 g cartofi
sare, nucşoară, piper măcinat

Curcanul se curăţă şi i se scoate pieptul cu os cu tot. Castanele se coc în tavă, se curăţă de coajă şi se trec prin maşina de tocat. Carnea de porc se trece prin maşina de tocat cu sită fină, se amestecă cu sarea, piperul şi nucşoara rasă şi se coace în unt la cuptor. Apoi se amestecă cu piureul de castane. Cu această compoziţie se umple curcanul, i se coase pieptul cu aţă, se unge cu untură şi se dă la cuptor în tava tapetată cu untură. Cartofii se taie pai şi se prăjesc în untură. Curcanul se serveşte cald, cu garnitură de cartofi pai.

Crap cu costiţă afumată şi smântână

1 kg crap fără cap
40 g costiţă afumată
600 g cartofi, 2 roşii
o ceapă, o lingură de pastă de tomate
un ardei gras
3 linguri de smântână
80 ml ulei, pătrunjel verde
boia de ardei, cimbru, sare, piper

Se curăţă peştele, se taie bucăţi, se sărează şi se unge cu ulei, apoi se aşază într-o tavă care se dă la cuptor. Cartofii, ceapa şi ardeiul se taie felii şi se înăbuşă în jumătate din cantitatea de ulei îndoit cu apă. Se adaugă pasta de tomate, smântâna, costiţa afumată tăiată felii, cimbrul, boiaua, sarea, piperul şi cam 150 ml apă. Bucăţile de peşte se aşază peste legume cu câte o felie de roşie deasupra şi se dă iar la cuptor. Se serveşte cald, cu pătrunjel verde tocat presărat deasupra.

Drob de vinete cu ciuperci

1 kg vinete
250 g ciuperci
2 cepe, 150 g griş
3 ouă, o lingură de margarină
o legătură de mărar, sare, piper

Vinetele se coc pe toate părţile pe plita încinsă, se lasă să se răcească, apoi se curăţă şi se lasă să se scurgă. Între timp, se curăţă ciupercile şi ceapa, se spală şi se toacă mărunt. Mărarul se spală şi se toacă foarte fin. După ce s-au scurs, vinetele se toacă şi se amestecă

bine cu ouăle, ciupercile, ceapa, mărarul, grişul şi câte un praf de sare şi piper. Se unge o tavă cu margarină, se presară cu pesmet, se toarnă compoziţia, se netezeşte la suprafaţă cu lama unui cuţit, apoi se introduce la cuptor, unde se ţine, la foc potrivit, timp de 20 de minute.

Grădinucă la cuptor

4 morcovi
o ţelină mică, un păstârnac
4 cartofi, 4 roşii
o tulpină rubarbă, 2 gulii mici
100 g fasole verde
100 g mazăre verde
200 ml ulei
mărar, pătrunjel, sare, piper

Toate legumele se curăţă, se spală şi se taie cubuleţe. Se pun la fiert în apă cu sare şi după ce se înmoaie puţin se strecoară, păstrându-se zeama. Roşiile se taie felii. Într-o cratiţă unsă cu untură se aşază legumele şi se potrivesc împreună cu feliile de roşii. Se adaugă piperul, smântâna şi zeama rămasă de la fiert şi se dă la cuptor.

Iahnie de fasole cu carne afumată

400 g fasole albă
150 g pastramă afumată de gâscă
100 g cârnaţi afumaţi de porc
100 g costiţă afumată
300 ciolan afumat de porc
o lingură de măduvă
o lingură de untură de gâscă
un ardei gras, un morcov
o ceapă, 2 legături de mărar
o legătură de tarhon
150 ml vin alb dulce
100 ml bulion de roşii
4 căţei de usturoi
2 foi de dafin
boia de ardei
pastă de ardei, piper boabe

Fasolea înmuiată de cu seară în apă rece se fierbe împreună cu ciolanul, pastrama, piperul şi boiaua în 3 l apă. Se adaugă ceapa, morcovul şi ardeiul raşi, cârnaţii şi costiţa tăiate bucăţi, măduva, untura de gâscă, usturoiul şi tarhonul pisate, pasta de ardei şi vinul. Ciolanul se dezosează, iar bucăţile de carne se pun în fasole. Apoi se adaugă la fiert cârnăciorii şi bulionul. Se presară deasupra mărarul tocat şi se serveşte fierbinte.

Iepure cu smântână Banat

1 kg carne de iepure
200 g smântână, o lingură de făină
o ceapă, 2 linguri de untură
sare, piper boabe, ienibahar

Carnea se curăţă, se spală şi se taie în bucăţi. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Într-o cratiţă, se înfierbântă două linguri de untură, în care se pun la călit ceapa şi carnea. Se lasă până când ceapa devine sticloasă, apoi se stinge cu puţină apă. Se înăbuşă în continuare, la foc mic, adăugând boabele de piper, ienibaharul şi câte o lingură de apă, din când în când, ca să completeze zeama evaporată. Făina se dizolvă în smântână şi se adaugă în cratiţă când se înmoaie carnea. Se potriveşte de sare şi se mai lasă un sfert de oră să fiarbă încet.

Jumări cu vinete umplute

8 ouă
4 vinete mijlocii
4 roşii
2 cepe
400 g carne macră
o lămâie, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se fierbe în apă rece cu sare, apoi se scoate şi se dă prin maşina de tocat. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte puţin în unt. Roşiile se opăresc şi se decojesc, apoi se dau pe răzătoare. Vinetele se spală, se taie în jumătăţi, pe lung, apoi se presară cu sare şi se lasă un sfert de oră, după care se împănează cu feliuţe de unt, se pun într-un vas de Jena uns cu unt şi se introduc în cuptorul încins, lăsându-se până se înmoaie. Se scot, se scobesc de miez şi se umplu cu un amestec din carnea tocată, ceapă, roşii, miezul de la vinete şi zeama stoarsă de la o lămâie. Se dau din nou la cuptor 10 minute. Se prăjesc jumările şi se servesc aşezate peste vinete.

Macaroane cu brânză şi ciuperci

400 g macaroane
400 g ciuperci
200 g telemea de vacă
50 g unt, sare

Macaroanele se pun la fiert, pe foc domol, într-o oală cu 3 litri de apă clocotită şi o linguriţă de sare. Se amestecă uşor cu spumiera, să nu se lipească de fundul sau de pereţii oalei, dar cu grijă să nu se sfărâme. După ce s-au fiert, se scot, se pun într-o strecurătoare să se scurgă, apoi se trec sub un jet de apă rece şi unul de apă călduţă şi se lasă să se usuce. Telemeaua se spală şi se dă pe răzătoare. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame şi se pun să fiarbă înăbuşit într-o cratiţă cu unt şi puţină apă. Se lasă până se înmoaie, iar apa se evaporă complet. Se ia cratiţa de pe foc, se adaugă macaroanele şi telemeaua rasă şi se dă la cuptor, unde se lasă să se rumenească.

Omletă cu crutoane

8 ouă
4 felii de pâine uscată
100 g unt, sare, piper

Pâinea uscată se taie în cubuleţe de mărime potrivită. Se încinge un sfert din cantitatea de unt într-o tigaie şi se rumenesc cubuleţele obţinute dintr-o felie de pâine. Între timp, se bat bine două ouă într-o farfurie, se sărează şi se piperează după gust, apoi se toarnă peste crutoanele de pâine. Se lasă să se rumenească omleta, apoi se întoarce pe partea cealaltă. La fel se procedează şi pentru celelalte trei porţii. Se servesc calde, după preferinţe, cu salată de roşii, cu brânză rasă deasupra, sau presărate cu verdeaţă tocată.

Limbă cu măsline

600 g limbă de porc
2 cepe
2 linguri de bulion
o lingură de făină
100 ml ulei
100 ml vin alb
200 g măsline
o lămâie, piper boabe
piper măcinat, foi de dafin, sare

Limba se curăţă, se spală şi se opăreşte în apă clocotită, apoi se pune la fiert în apă rece cu puţină sare. Când e fiartă bine, se scoate şi se porţionează. Se curăţă ceapa, se spală şi se toacă mărunt, apoi se pune într-o cratiţă cu ulei fierbinte să se călească. Bulionul şi făina se dizolvă într-o cană de zeamă în care a fiert limba şi se toarnă peste ceapă. Se amestecă, apoi se adaugă limba, măslinele, foile de dafin, boabele de piper şi vinul. Se dă la cuptor o jumătate de oră, la foc moale. După ce se scoate, se stropeşte cu zeamă de lămâie şi se potriveşte de sare şi piper.

Musaca de varză

600 g carne de porc
1 kg varză dulce, 2 ouă
2 linguri de orez, 3–4 roşii
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Varza se curăţă, se toacă şi se presară cu sare, se amestecă, se lasă un sfert de oră, apoi se stoarce bine. Carnea se spală şi se dă prin maşina de tocat. Orezul se alege şi se spală. Verdeaţa se toacă mărunt. Se omogenizează carnea tocată cu ouăle, orezul, jumătate din verdeaţă, sare şi piper. Roşiile se taie în feliuţe subţiri. Pe fundul unui vas termorezistent se aşterne un strat de varză, se presară cu cimbru şi piper, deasupra un strat de tocătură, apoi unul de roşii, din nou varză, apoi carne şi aşa mai departe, încheind cu un strat de roşii. Se toarnă 200 ml de apă, se acoperă şi se pune la fiert, la foc moale. În final, se introduce 10 minute la cuptor.

Omletă umplută cu piure de mazăre

9 ouă
200 g boabe de mazăre verde
50 g unt, o lingură de pesmet
3 roşii, sare, piper

Se curăţă mazărea, se spală şi se înăbuşă într-o tigaie cu unt înfierbântat şi puţină apă, apoi se scoate, se scurge bine şi se pisează, obţinând un piure. Se prepară patru omlete din câte două ouă bătute bine, într-o tigaie cu diametrul mai mare, astfel încât omletele să iasă cât mai subţiri. Se aşterne pe fiecare dintre omlete câte o parte din piure, apoi se rulează, se taie în bucăţi în lungime de câte cinci centimetri fiecare, care se dau prin ou bătut şi prin pesmet, se potrivesc la gust cu sare şi piper, după care se rumenesc în unt înfierbântat. Se servesc calde, cu salată de roşii proaspete.

Pilaf bănăţean

200 g orez
un gogoşar roşu, o ceapă roşie
o ţelină mică, un morcov
o roşie, un dovlecel
o ceapă albă, o vânătă
un ardei gras galben, 2 linguri de ulei
2–3 căţei de usturoi
1 l supă de carne, mărar
pătrunjel, sare, piper

Ceapa albă se taie mărunt şi se pune la rumenit în ulei. Ţelina şi morcovul se curăţă, se toacă şi se pun la prăjit. Ardeii şi gogoşarul se curăţă de cotoare şi seminţe. Usturoiul se taie felii minuscule. Ceapa roşie, roşia, vânăta, gogoşarul, ardeii şi dovlecelul se toacă mărunt. Se pun toate peste prăjeală şi se adăugă orezul, piperul, sarea şi supa. Se amestecă până începe să clocotească. Se dă la cuptorul încins, cam o jumătate de ora, la foc mic. Deasupra se presară verdeaţa tocată mărunt.

Sarmale cu varză dulce

o varză de 2 kg
750 g carne macră, 4 cepe
2 linguri de orez, 3 linguri de untură
o lingură de bulion
1 l borş, 3 roşii
100 g smântână, 2 felii de pâine
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se dă prin maşina de tocat, împreună cu pâinea şi o ceapă curăţată şi spălată. Se amestecă toate, într-un castron adânc, cu orezul, ales şi spălat, verdeaţa tocată, sare, piper şi restul de ceapă, tocată mărunt şi călită în untură încinsă. Se opăreşte varza cu borş colcotit, apoi se desprind cu grijă foile şi se umplu cu tocătura. Varza rămasă se taie fideluţă. Se pune în cratiţă un strat de sarmale, se acoperă cu varză tocată şi cu feliuţe subţiri de roşii, se mai pune un rând de sarmale şi tot aşa, până se termină cu un strat de roşii. Se adaugă bulionul, borşul şi o lingură de untură, se fierb o jumătate de oră la foc domol, se dau la cuptor să scadă şi se servesc calde, cu smântână.

Scovergi cu telemea

1 kg făină
300 g telemea de vacă
un ou, 25 g drojdie
sare, 50 ml ulei
100 g smântână

Se prepară aluatul din făină, drojdia dizolvată în puţină apă călduţă şi o linguriţă de sare, se lasă să crească, după care se frământă pe o planşetă tapetată cu făină. Se sfărâmă brânza sau se dă pe răzătoare, apoi se amestecă bine cu oul. Se taie aluatul în opt bucăţi egale, apoi fiecare bucată se întinde, se aşterne umplutura, se acoperă şi se mai lasă o jumătate de oră la dospit. Se înfierbântă uleiul într-o tigaie, apoi se pun la prăjit scovergile, pe ambele părţi, după care se scot, se lasă pe o bucată de sugativă, să se scurgă bine uleiul din ele. Se servesc calde, eventual cu câte o lingură de smântână deasupra sau alături.

Ceapă umplută

400 g ceapă, 80 g măsline, 80 g nuci, 80 g „Margarină Bunătăți de la Bunica”(la pachet), 80 ml lapte, 80 g smântână, 80 ml vin alb, 120 g pâine,„Sos Mexican Bunătăți de la Bunica”, 1/2 linguriță zahăr, mărar, pătrunjel verde, sare, piper, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”.

Se curăță cepele, se fierb întregi cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica” și li se scoate miezul. Nucile pisate se amestecă cu pâinea înmuiată în lapte, măslinele în jumătăți, sarea, piperul, miezul cepelor și pătrunjelul tocat mărunt. Cu compoziția rezultată se umplu cepele, apoi se așază într-o tavă unsă cu „Margarină Bunătăți de la Bunica”. Separat, se pun „Sosul Mexican Bunătăți de la Bunica”, vinul și zahărul, se țin puțin la fiert și apoi se toarnă peste cepe. Se dau la cuptor 10-15 minute și se servesc fierbinți cu smântână deasupra.

Ouă umplute

4 ouă, 50 g pastă de pește, 1 linguriță de „Muștar dulce Bunătăți de la Bunica”, 100 ml ulei, o lămâie, 4 măsline, o legătură de pătrunjel, sare, piper.

Se fierb ouăle tari, se lasă până se răcesc, apoi se taie în jumătăți și se scot gălbenușurile. Două dintre ele se freacă, într-un castronel adânc, cu „Muștarul dulce Bunătăți de la Bunica“ și cu uleiul, turnat picătură cu picătură, amestecând continuu cu lingura de lemn, mereu în același sens. Maioneza se subțiază cu zeama stoarsă de la o lămâie. Pasta de pește se freacă, la rândul ei, cu celelalte două gălbenușuri. Jumătățile de albușuri se umplu cu pasta de pește, deasupra se pune câte o linguriță de maioneză, ornându-se cu câte o jumătate de măslină și cu câte o frunzuliță de pătrunjel. Se presară sare și piper, după gust.

Sos de hrean cu smântână

2 linguri de "Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica", 150 g nuci tocate mărunt, 1 linguriță de zahăr, 1 pahar smântână, 1 lămâie, sare.

Se pune într-un castron "Crema de hrean Bunătăți de la Bunica" și se amestecă cu nucile tocate mărunt. Se pun peste amestec : zeama de la lămâie, sarea și smântâna. După gust, sosul astfel obținut se poate îndulci cu puțin zahăr.

Colțuri cu nucă

300 g făină, 250 g „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), 2 ouă, un pliculeț de praf de copt, un pliculeț de zahăr vanilat, 200 g nuci, 100 g ciocolată menaj, 50 g marmeladă.

Se amestecă făina cu jumătate din cantitatea de „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), cu praful de copt și oul bătut, se omogenizează, se frământă și se întinde o foaie dreptunghiulară, nu prea groasă. Marmelada se dizolvă în puțină apă, apoi se adaugă restul de „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), zahărul vanilat și miezul de nucă, tăiat în sferturi. Se taie foaia în două bucăți, iar, între ele, se așterne compoziția. Se dă la cuptor, într-o tavă unsă cu puțină „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet) și se lasă până se coace, la foc potrivit. Când e gata, se taie în formă de triunghiuri, care se stropesc la colțuri cu ciocolată topită.

Spanac cu ouă şi sos alb

4 ouă
400 g spanac
100 g smântână, 40 g unt
200 ml lapte, 400 g făină
40 g caşcaval
sare, piper

Spanacul se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se pune la fiert. Se fierb, separat, ouăle. Între timp, se amestecă smântâna cu făina dizolvată în lapte. Se potriveşte sosul de sare şi piper. Ouăle fierte se scot, se taie în două, se aşază într-un vas de Jena, se toarnă peste ele jumătate din sos, apoi se rade caşcavalul deasupra. Se introduce vasul la cuptor, la foc potrivit, aproximativ 10 minute. În acest timp, spanacul se scoate din oală, se scurge şi se bate bine cu lingura de lemn, până se obţine un piure, care se va amesteca în sosul rămas. Se scoate vasul de la cuptor şi se adaugă spanacul cu sos.

Şniţel de ciuperci

800 g ciuperci cu pălărie mare
2 ouă, 2 linguri de făină
o legătură de mărar
ulei, sare, piper

Se spală ciupercile bine, apoi se rup picioruşele. Pălăriile se sărează şi se piperează, se trec prin ou şi se pun la prăjit. Picioruşele ciupercilor se taie în feliuţe foarte fine, se pisează pastă şi se amestecă cu ouăle bătute. Cu pasta rezultată se umplu pălăriile şi se mai ţin la prăjit la foc mic. Se servesc fierbinţi cu mărar tocat presărat deasupra.

Şorici umplut

800 g carne macră tocată
5 ouă, 2 linguri de pastă de roşii
o căpăţână de usturoi, 5 cepe
3 morcovi, un păhărel de vin
2 linguri de untură
o foaie de şorici de 20-30/40-30 cm²
3 linguri de varză tocată (murată sau crudă)
1 kg carne de la cap şi limbă tocată
sare, piper, boia, cimbru

Ceapa se taie felii subţiri şi se prăjeşte în untură. După ce s-a rumenit se adăugă carnea şi se lasă la prăjit cam 30 de minute. Peste carne se pun morcovul ras şi usturoiul tocat. Când toată compoziţia s-a înmuiat şi s-a colorat, se răceşte şi se amestecă cu varza, vinul, pasta de roşii, ouăle, sarea, piperul, boiaua şi cimbrul. Pasta rezultată se pune în şoriciul cusut pungă care se închide şi se dă la cuptor într-o tavă unsă cu untură.

Tocană bănăţeană cu carne de porc şi găluşte

750 g carne de porc
2 cepe, 200 g roşii în bulion
175 ml ulei, 200 g făină, 2 ouă
o linguriţă de boia dulce de ardei
o legătură de verdeaţă
sare, piper

Carnea se taie în bucăţi mici, se condimentează cu sare şi piper şi se prăjeşte în ulei. În uleiul rămas se căleşte ceapa, se stinge cu roşiile în bulion, care au fost trecute printr-o sită, se adaugă boia, sare şi apă şi se lasă să fiarbă. Se pun bucăţile de carne în sos şi se fierbe în continuare la foc domol. Din făină, ouă, sare şi puţină apă se prepară o cocă din care se rup bucăţele de mărimea unei alune care se rotunjesc între palme şi se fierb împreună cu tocana cel puţin 30 de minute.

Varză cu carne

800 g varză
200 g carne de porc
200 g carne vită, 100 g carne afumată
50 g slănină afumată
o lingură de untură, o ceapă roşie
mărar, o lingură de făină
4 linguri de smântână
sare, piper, oţet

Varza tăiată felii şi curăţată de cotor se opăreşte în apă clocotită şi sărată şi se lasă la scurs. Într-o cratiţă unsă cu untură se aşază un rând de varză, bucăţi de carne de vită opărite, slănina tăiată felii subţiri, mărar, apoi un rând de varză, un rând de bucăţi de carne de porc, mărar, ceapă, boia şi se acoperă cu varză. Se umple vasul cu supă de oase, se sărează şi se fierbe 2 ore în vas acoperit.

Păpădie bănăţeană

800 g cartofi
2 farfurii de frunze de păpădie
80 g unt, 2 linguri de oţet
80 ml ulei, o legătură de pătrunjel
sare, piper, boia de ardei

Se curăţă cartofii, se spală, se taie în felii şi se pun la fiert. După ce se înmoaie, se amestecă cu păpădia spălată şi tăiată în fâşii, pătrunjelul ales şi făcut pastă, sarea, piperul şi boiaua. Se prepară un sos din untul încins amestecat cu ulei şi oţet. Sosul se toarnă peste salată şi abia după ce s-a răcit se serveşte.

Salată de castraveţi

8 castraveciori muraţi
4 linguri de miere
4 linguri de ulei
piper măcinat, mărar verde

Castraveţii se ţin în apă câteva ore, se curăţă de coajă, se taie în felii subţiri şi se pun straturi într-un castron, cu mărar tocat între ele. Se stropesc cu ulei, se piperează, după gust, se adaugă mierea şi se amestecă uşor cu o furculiţă, de jos în sus. Salata se serveşte imediat, lângă friptură.

Sos de măcriş

400 g frunze verzi de măcriş
4 linguri de unt
4 linguri de făină
2 pahare de smântână
2 căni de supă
sare după gust

Se spală frunzele de măcriş, se toacă mărunt şi se prăjesc în unt. Se pune făina în ploaie, se amestecă încet şi se stinge cu supă. Se lasă să fiarbă la foc mic. Când frunzele au fiert bine, sosul este gata. Se adaugă smântâna şi se mai fierbe 10 minute, apoi se ia cratiţa de pe foc. Sosul se serveşte rece.

Biscuiţi cu lapte

500 g făină
250 g unt
150 g zahăr
50 ml lapte, un ou
un pliculeţ de praf de copt
esenţă de vanilie

Se freacă untul cu zahărul, până se fac spumă, apoi se adaugă, pe rând, oul bătut, esenţa de vanilie, laptele, în care s-a dizolvat praful de copt, iar la sfârşit făina. Se omogenizează, se frământă, după care se lasă să se odihnească timp de o oră, la căldură. După aceea, se întinde o foaie de aluat groasă de aproximativ o jumătate de centimetru, se taie în pătrăţele, dreptunghiuri, romburi sau cerculeţe, care se pun la copt într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu făină. Tava se dă la cuptor, la foc moderat, lăsându-se până ce biscuiţii se rumenesc şi devin crocanţi.

Budincă de morcovi cu smântână

100 g unt
150 g morcov
300 g smântână
200 g praz
200 g făină
70 g brânză de burduf
3 ouă, 30 g măsline
o legătură de pătrunjel
are, piper

Se freacă într-un vas untul cu sare, adăugându-se făina şi amestecând, să se omogenizeze. Acest aluat se dă apoi la frigider pentru 45 de minute. Morcovii se curăţă, se taie în două şi se opăresc în apă clocotită cam 5 minute, la fel şi prazul. Se încălzeşte cuptorul şi se toarnă ingredientele într-o formă tapetată cu unt. Peste aluat se aşază morcovii şi prazul, în sens circular, apoi ouăle bătute cu smântâna, condimentele şi brânza de burduf fărâmiţată. Se lasă la copt cam 45 de minute şi se serveşte cu pătrunjel verde deasupra. Se poate decora cu câteva măsline negre, întregi.

Budincă de tăiţei cu brânză de vaci

200 g tăiţei
200 g brânză de vaci
150 g smântână, 4 linguri de griş
150 ml lapte
80 g unt
150 g zahăr tos
5 ouă
coaja rasă de la o lămâie
un plic de zahăr vanilat
70 g stafide, 150 g făină
sare

Se face un aluat din făină şi jumătate din cantitatea de lapte. Se fierb tăiţeii în apă cu sare. Brânza de vaci se amestecă cu smântâna, grişul fiert în lapte, zahărul, coaja de lămâie, zahărul vanilat, untul, 5 ouă şi stafide. Această compoziţie se amestecă cu tăiţeii. Se unge o tavă cu ulei, se întinde o foaie de plăcintă care se aşază în tavă, apoi se toarnă compoziţia şi se înveleşte cu o altă foaie. Se ţine la cuptor până se rumeneşte.

Chec cu stafide

1 kg făină
8 ouă, 300 g unt
300 g zahăr
2 linguri de miez de nucă măcinat
100 g stafide
coaja de la o lămâie
praf de copt, zahăr vanilat

Se freacă untul cu gălbenuşurile şi jumătate din zahăr până se obţine o pastă. Se adaugă coaja de lămâie, zahărul vanilat, praful de copt dizolvat în rom, nuca şi stafidele. Se amestecă bine. Albuşurile se bat spumă cu restul de zahăr. Se omogenizează toate şi se adaugă treptat făina. Tăvile se tapetează cu hârtie unsă cu unt, se pune aluatul şi se dau la cuptor, pentru 45-50 de minute, timp în care se verifică să se rumenească bine pe toate părţile. Apoi se scoate de la cuptor şi se lasă în tavă să se răcească, punând dedesubt un prosop umed, spre a nu se lipi de tavă şi pentru a se răsturna mai uşor. Se poate servi cu fructe proaspete şi frişcă alături.

Cozonac cu stafide

500 g stafide
6 ouă, 200 g zahăr
500 ml lapte, 25 g drojdie
150 g margarină, 60 ml ulei
o lămâie, o portocală
un pliculeţ de zahăr vanilat
esenţă de rom, sare

Se pune o cană de lapte la fiert, iar când dă în clocot se adaugă făina, amestecând să nu se formeze cocoloaşe. Se ia de pe foc când se îngroaşă. Drojdia se dizolvă în puţin lapte şi se amestecă bine cu un ou, un gălbenuş şi o cană de lapte încălzit. Se lasă să crească, apoi se omogenizează cu făina şi se lasă din nou să crească. Se bat restul de gălbenuşuri crude cu puţină sare, apoi se toarnă peste aluat. Se frământă energic timp de 45 de minute, adăugând zahărul, câte puţin, restul de lapte şi de făină. Se încorporează şi margarina, şi uleiul, puţin încălzit, apoi coaja rasă de lămâie şi de portocală, zahărul vanilat, esenţa de rom şi stafidele. Se pune în tavă, se unge cu albuş bătut şi se dă la cuptor.

Fursecuri cu scorţişoară

400 g făină
150 g zahăr tos
150 g unt,
o lămâie
un ou
o linguriţă de scorţişoară

Lămâia se dă pe răzătoare şi se stoarce de zeamă. Se amestecă făina cu zahărul, care în prealabil a fost pisat cât mai mărunt posibil, cu untul, cu coaja rasă şi zeama de lămâie şi cu scorţişoara. Se omogenizează acest amestec şi se lasă, timp de aproximativ 30 de minute, să se odihnească, după care se întinde o foaie cu grosimea de un centimetru. Se decupează aluatul în diverse forme, apoi se pun fursecurile într-o tavă uscată şi se dau la cuptor, la foc moderat, până se rumenesc.

Melci cu nucă

100 g făină
400 ml lapte
10 g drojdie, 4 linguri de zahăr
2 ouă, lămâie
2 linguri de miez de nucă măcinat
o lingură de pesmet
un pliculeţ de zahăr vanilat
12 ml ulei, scorţişoară, sare

Se amestecă 40 g de făină cu laptele şi drojdia şi se lasă la dospit. Într-un vas, pe foc mic, se amestecă un ou, o linguriţă de zahăr şi câte jumătate din zahărul vanilat şi coaja rasă de lămâie. Se bat spumă, apoi se iau şi se omogenizează cu aluatul de mai sus. Se adaugă restul de făină şi uleiul şi se întinde o foaie de 1,5 centimetri grosime. Miezul de nucă se bate cu un ou, o linguriţă de zahăr, pesmet şi scorţişoară, apoi se întinde pe foaie. Foaia se rulează, se taie în patru, se lasă să crească, apoi se dă la cuptor. Se face un sirop din restul de zahăr, vanilie şi coajă de lămâie, cu puţină apă. Melcii se vor cufunda în acest sirop înainte de a fi serviţi.

Pâine călugărească

150 g făină
150 g zahăr tos
150 g unt
300 g nuci, 6 ouă

Nucile se coc pe plita cuptorului timp de 10 –12 minute, apoi se scot şi, după ce s-au răcit, se sparg, se curăţă de coajă, iar miezul se dă prin maşina de tocat. Albuşurile se separă de gălbenuşuri. Se amestecă zahărul cu gălbenuşurile, se freacă bine, apoi se adaugă, pe rând, untul, miezul de nucă, făina şi albuşurile, bătute spumă. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o tăviţă pentru chec. Se dă la cuptor, la foc domol, până se coace.

Plăcintă de mere

5 mere
400 g pâine neagră
200 g zahăr
100 g unt, scorţişoară

Merele se curăţă de coajă şi de cotoare, se taie în feliuţe subţiri şi se presară cu zahăr şi scorţişoară. Pâinea se înmoaie în apă rece, apoi se dă prin maşina de tocat. Untul se taie în feliuţe subţiri. Într-o tavă unsă cu unt, se aşterne un strat de pâine, se pun câteva feliuţe de unt, apoi un de mere, peste care se aşază alte feliuţe de unt, din nou un strat de pâine şi aşa mai departe, până se termină ingredientele. Se presează la suprafaţă, ca să nu rămână goluri, apoi se introduce tava la cuptor, la foc potrivit, lăsându-se până se rumeneşte. Se serveşte caldă, cu gem de fructe sau cu frişcă şi cu sos de ciocolată.

Prăjitură cu bere

350 g miere
400 g făină
150 g unt
2 ouă
50 ml bere
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
un vârf de cuţit de bicarbonat

Se freacă mierea cu ouăle, adăugând câte puţin unt, lăsat în prealabil să se înmoaie. Se stoarce lămâia, iar în sucul ei se dizolvă bicarbonatul, după care se adaugă la compoziţie. Se încorporează făina, turnată câte puţin, apoi se omogenizează. Se fierb 50 g de miere împreună cu berea, se lasă un clocot, apoi se iau de pe foc şi se lasă până se răcesc. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu făină, se aşterne compoziţia, iar deasupra se întinde bine peste tot glazura obţinută din miere şi bere. Se introduce tava la cuptor, lăsându-se la foc mic să crească, după care se dă focul mai mărişor. În cel mult o jumătate de oră este gata.

Prăjitură cu nucă

100 g untură
750 g zahăr, 2 ouă
200 g nuci
400 g iaurt
350 g făină
un pliculeţ de praf de copt

Se freacă untura cu zahărul şi gălbenuşurile puse pe rând. După ce s-a obţinut o compoziţie omogenă, se adaugă nucile tăiate mărunt, praful de copt, iaurtul, făina şi albuşurile bătute spumă. Se toarnă compoziţia într-o tavă unsă şi tapetată cu făină, apoi se dă la cuptor la foc potrivit. Se taie în pătrate şi se pudrează cu zahăr.

Umplutură cu miere pentru plăcinte

200 g miere
2 linguri de zahăr
250 g miez de nucă
250 ml lapte
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Se pune într-o cratiţă, pe foc mic, mierea, se lasă puţin să se încălzească, apoi se adaugă zahărul, miezul de nucă pisat mărunt, laptele şi un vârf de linguriţă de sare. Se lasă vreo două clocote, amestecând permanent. După ce se stinge focul, se presară şi zahărul vanilat. Compoziţia obţinută se poate folosi, răcită, la diverse preparate de patiserie.

Bucate din Bucovina

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

Bucate noi în gură veche

Dintre toţi românii, de departe cei mai gurmanzi sunt bucovinenii. Ne-o spun şi cronicarii moldoveni, încă de pe timpurile lui Ştefan, ne-o spune şi Mihail Sadoveanu vorbind despre vremea Ducăi-Vodă; ne-o spun şi supravieţuitorii armatei lui Napoleon, în retragere prin Bucovina, iar mai recent, Păstorel Teodoreanu, când vorbeşte de păstrăvul afumat în hârzob (teacă) de brad.

De vină trebuie să fie neasemuita bogăţie în resurse de hrană a Bucovinei: vaci şi viţei graşi ca la Sadova pe păşuni verzi opt luni pe an; oi cornute şi miei ca pe la Frasin; capre ca la Dorna; găini cu pene strălucitoare ca pe la Siret; vânat în toate pădurile regiunii, tot anul, de la mistreţi la urşi, căprioare, cocoş de munte şi găină sălbatică; peşti, de la lostriţă (interzis acum a se pescui) la păstrăv, clean şi mreană; fructe în livezi, legume pe câmp, cartofi albi şi roz sub pământ.

E aşa o bogăţie de animale domestice şi sălbatice, de legume şi fructe, de ierburi aromate şi rădăcini, încât regiunea a fost jinduită, pe rând, de polonezi, de ruşi, de turci, de nemţi, de austrieci, ca să nu mai vorbim de cei care nu au cucerit-o niciodată: huni, tătari, cumani.

Cum din lapte ia naştere smântâna, Bucovina e patria smântânii. Cu smântână se mănâncă toate borşurile, dintre care cel mai tare rămâne borşul polonez cu cartofi şi sfeclă roşie; cu smântână se mănâncă toate cărnurile tocate, de la sarmale la chiftele marinate, cu smântână se înfulecă şi tocineii (chiftele de cartofi prăjite în ulei). Până într-acolo merge nebunia smântânii, încât oamenii locului mănâncă dimineaţa mămăligă rece unsă cu smântână, dar o smântână grasă ca untul şi tare, că abia o tai cu cuţitul.

Dintre legume, rege e leuşteanul, pus în borş, dar şi în murături; de asemenea, frunza de potbal (un fel de brusture) în care se pun câte cinci sarmale, fiecare cu umplutura ei: de pui, de porc, de vită, de viţel şi de oaie.

Patrie a mănăstirilor, Bucovina are cele mai minunate mâncăruri mănăstireşti şi de post: cârnat de legume la Putna, sărmăluţe cu urdă la Suceviţa, plăcintă cu ciuperci la Dragomirna – toate savuroase şi gustoase. Dar, dintre mâncărurile de post, una le bate pe toate de-a lungul întregului an: zacusca de legume şi ciuperci, mâncată rece cu mămăligă fierbinte şi stropită cu vin de Frâncuşă de la Cotnari.

Mămăligă rece cu povidlă (magiun de prune), mămăligă cu fragi şi smântână, păstrăv fiert în smântână, mâncat tot cu mămăligă, tocăniţă de ciuperci cu smântână, bineînţeles – iată deliciile Bucovinei regăsite alături de delicatesele vânatului: cârnat de urs, pulpă de căprioară cu afine (aşa mânca armata austriacă, prin ofiţerii săi), cocoş de munte pe jar, iepure cu smântână şi ceapă.

În retragere prin Bucovina, ostaşii lui Napoleon şi-au lins rănile după eşecul din Rusia vreme de vreo două luni. Au mâncat alături de bucovineni şi le-au lăsat acestora, la Siret şi Iţcani, o reţetă de prăjitură care se mai numeşte şi azi „turta lui Napoleon“. După o vreme, armata austriacă a readus aceeaşi prăjitură, de astă dată, sub alt nume: „cremşnit“. Ce este unic, e faptul că în Bucovina această prăjitură o fac şi ţărăncile care ştiu să coacă cele mai frumoase pâini ale României din făină (de 6 nule), lapte şi smântână, pâine ce se cheamă şi colac, ornată cu păsări; tot din aluat, aceleaşi ţărănci ştiu să facă cei mai buni cozonaci ai zonei, cu mac, nucă şi rahat, precum şi cornuleţe de casă „made in Vienne“.

Dacă mai socotim că aici se închistresc cel mai frumos ouăle de Paşti, că aici se mănâncă în oale uriaşe de Marginea şi Rădăuţi, că laptele acru (zis şi chişleag) se face în doniţe (butoiaşe) de lemn de cinci kile şi se mănâncă direct de acolo cu lingura de lemn – o să ne facem o idee despre pofta de mâncare a bucovineanului. El face, după obiceiul nemţesc, bere de casă, fierbe kaiserul în bere şi mănâncă prăjitură poloneză cu bere. E deseori hulpav, de aceea e mai roşu în obraz şi mai burtos, dar e muncitor şi se respectă. Într-atât e de îndrăgostit de mâncarea bună, încât de fiecare dată când dă peste o trufanda, zice cam aşa: „ia, gură veche, bucate noi“.

Rădăuți-Prut
Păltiniș
Darabani
Hudești
Viișoara
Cotușca
Mileanca
Mitoc
Suharău
Cristinești
Pomârla
George Enescu
Dumeni
Drăgușeni
Vorniceni
Manoleasa
Ripiceni
Hilișeu-Horia
Deresca
Mihăileni
DOROHOI
Săveni
Hănești
Vicșani
Vicovu de Sus
Frătăuții Noi
Siret
Bilca
Vârful Câmpului
Văculești
Nicșeni
Ungureni
Dângeni
Straja
Putna
Nisipitu
Brodina
RĂDĂUȚI
Zamostea
Zvoriștea
Dobârceni
Ștefănești
Marginea
Grănicești
Gorbănești
Unteni
Trușești
Brodina de Jos
Argel
Bădeuți
Dragomirna
Ipotești
BOTOȘANI
Românești
Albești
Izvoarele Sucevei
Sucevița
Arbore
Pătrăuți
Mitocu Dragomirnei
Baisa
Agafton
Solca
Botoșana
Vlădeni
Moldovița
SUCEAVA
Salcea
Dumbrăveni
Sulița
Vatra Moldoviței
Pârteștii de Sus
Mănăstirea Humorului
Ipotești
Vereși
Corlata
Coșula
Vorona
Copălău
Sânta Mare
Breaza
Botuș
Vama
Ciprian Porumbescu
Bosanci
Flămânzi
Nicolae Bălcescu
Hlipiceni
Fundu Moldovei
Frasin
Gura Humorului
Păltinoasa
Udești
Pleșești
Liteni
Tudora
Prăjeni
Pojorâta
CÂMPULUNG MOLDOVENESC
Horodniceni
FĂLTICENI
Cornu Luncii
Rădășeni
Cârlibaba
Stulpicani
Slatina
Iacobeni
Cojoci
Ostra
Găinești
Mălini
Baia
Vălenii-Stănișoara
Slătioara
Probota
Vadu Moldovei
Dorna Cândrenilor
Crucea
Vadu Negrilesei
Râșca
Vatra Dornei
Cozănești
Poiana Stampei
Drăgușeni
Neagra Șarului
Broșteni
Panaci
Dârmoxa
Borca
Gura Haitii
Păltinis
P. Neagra

Festivaluri gastronomice

Botoşani
Baisa
Holda de Aur – iunie
Copălău
Festivalul usturoiului – 30 august
Iepureni
Cânt şi joc pe Valea Jijiei – 15 august
Sârbi-Vlăsineşti
Hramul Sf. Dumitru – 26 octombrie
Vârful Câmpului
Laleaua pestriţă – mai
Vorona
Hramul Naşterea Maicii Domnului al Mănăstirii Vorona – 8 septembrie
Serbările pădurii – 8 septembrie

Suceava
Câmpulung Moldovenesc
Întâlniri bucovinene – 27-30 iulie
Festivalul laptelui – august
Fundu Moldovei
Încondeiatul ouălor – 25 martie
Gura Humorului
Hramul Sf. Gheorghe al Mănăstirii Voroneţ – 23 aprilie
Marginea
Festivalul olarilor – mai
Putna
Hramul Adormirea Maicii Domnului – 15 august
Rădăuţi
Ochi de păun, festival al olarilor – august
Râşca
Hramul Sf. Arhangheli Mihail şi Gavril al Mănăstirii Slătioara – 8 noiembrie
Slatina
Hramul Schimbarea la faţă al Mănăstirii Slatina – 6 august
Straja
Festivalul obiceiurilor de nuntă bucovinene – iunie
Suceava
Babele – 6 martie
Târgul olarilor – iulie
Suceviţa
Hramul Învierea Domnului al Mănăstirii Suceviţa – de Paşti
Vatra Dornei
Festivalul obiceiurilor de iarnă – 29 decembrie
Vatra Moldoviţei
Hramul Bunavestire al Mănăstirii Moldoviţa – 25 martie
Sărbatori desfăşurate în mai multe localităţi
Arminden, serbare câmpenească – mai
Paştele Blajinilor – patru zile după Paşte
Retezatul stupilor – 20 iulie

Podgorii şi centre viticole

Cotnari: Hlipiceni, Probota (restul centrelor podgoriei se află în Moldova)

Balmoş de Bucovina

500 g mălai
1 l smântână
250 g brânză telemea
200 g unt

Într-un vas se pune jumătate din cantitatea de unt, apoi smântâna şi se lasă până începe să fiarbă. Când a început să dea în clocot, se adaugă treptat mălaiul, amestecându-se continuu. Se aşteaptă să se îngroaşe compoziţia, moment în care se adaugă brânza rasă şi se amestecă bine. Se răstoarnă pe un platou şi se serveşte cu caş ras şi bucăţele de unt deasupra.

Caltaboş cu orez sau crupe de mei

200 g ficat de porc
400 g cap de porc
150 g şorici
400 g splină
200 g orez sau crupe de mei
o ceapă mică
150 g untură
1,5 l supă de oase
piper, ienibahar, sare
maţe subţiri de vită

Capul de porc se fierbe cu şoriciul şi splina, ficatul se taie în bucăţi şi se opăreşte, ceapa se toacă mărunt şi se călească în untură, orezul sau crupele de mei se fierb în supa de oase. După ce capul de porc a fiert, se dezosează şi carnea respectivă se dă prin maşina de tocat împreună cu şoriciul, splina şi ficatul. Se amestecă cu orez sau crupe de mei, ceapă prăjită, sare şi condimente măcinate. Se umplu maţele, iar caltaboşii se opăresc 30 de minute în apă fiartă.

Chiftele de legume cu ciuperci

500 g cartofi
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
o ţelină mică, 200 g ciuperci
2 ouă, 50 g brânză
2 linguri de untură, 2 linguri de făină
sare, piper

Cartofii, morcovii, rădăcina de pătrunjel şi ţelina se curăţă, se spală şi se fierb, întregi, în apă clocotită cu sare. Când sunt gata, se scot, se lasă la răcit, după care se dau prin maşina de tocat. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie în felii şi se prăjesc în untură, se scurg şi se dau şi ele prin maşina de tocat, după care se amestecă, într-un castron, cu legumele, ouăle, făina, brânza, sare şi piper, după gust. Se modelează chifteluţele, se tăvălesc prin făină şi se prăjesc în untura încinsă.

Chişcă de Bucovina

1 kg pulpă de porc
150 g slănină afumată
un stomac de porc
o ceapă, sare
piper măcinat
piper boabe
foi de dafin
coriandru, cuişoare, nucşoară

Carnea se curăţă de pieliţe şi zgârciuri, se spală, se taie în felii. Stomacul se curăţă, se spală bine în mai multe ape, apoi pereţii săi se tapetează cu felii de carne. Restul cărnii se dă prin maşina de tocat, în două reprize. Slănina se taie în cubuleţe şi se amestecă apoi cu carnea tocată, se presară condimentele, se omogenizează şi se umple stomacul de porc, care se coase şi se fierbe în apă clocotită cu sare, în care s-au adăugat câteva boabe de piper şi foi de dafin, dar şi o ceapă curăţată şi coaptă, cu câteva cuişoare înfipte în ea. Când s-a fiert bine, se lasă până se răceşte, în aceeaşi zeamă, apoi se scoate, se scurge şi se dă la fum.

Plăcintă cu ciuperci

500 g făină
0,5 l apă caldă
2 cepe, 200 g ciuperci
100 g costiţă afumată
o legătură de mărar
1,5 pahar de ulei, piper, sare

Se amestecă treptat făina cu apa, uleiul şi sarea şi se frământă bine. Apoi se întinde pe o planşetă presărată cu făină. Separat se călească ceapa. Când s-a înmuiat se adăugă ciupercile şi costiţa tăiată bucăţele. Se sărează, se piperează şi se amestecă cu mărarul tocat.
Se unge o tavă cu ulei în care se aşterne o foaie de aluat şi umplutură. Ultimul strat e de aluat, care se unge bine cu ulei. Se ţine la cuptor până se rumeneşte.

Pogăcele cu jumări

250 g jumări de porc
250 g făină, 15 g drojdie
3 ouă, 100 ml ulei
100 ml vin alb, 100 ml lapte
sare, piper

Se înmoaie drojdia într-o jumătate de pahar de apă călduţă, după care se prepară aluatul adăugând făina, gălbenuşurile de la două ouă, laptele, sarea şi piperul. După ce se omogenizează, se adaugă şi jumările şi, puţin câte puţin, vinul. Se întinde aluatul pe o planşetă tapetată cu făină şi se formează o foaie de formă dreptunghiulară, care se unge cu ulei şi se împătureşte în patru, lăsându-se la rece un sfert de oră. Se întinde foaia din nou, cam de un centimetru şi jumătate grosime, apoi, cu ajutorul unui pahar, se taie în cerculeţe, care se pun într-o formă unsă cu ulei şi se lasă o oră la dospit, apoi se ung cu un gălbenuş şi se dau la cuptor, la foc potrivit, până se rumenesc.

Salată de creier

600 g creier de vită
100 ml ulei
100 g pâine albă
100 ml lapte
o lămâie, salată verde
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă creierul de pieliţe, se spală şi se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. După aceea, se scoate, se scurge, se toacă mărunt şi se pune într-un castron. Pâinea se taie în felii şi se lasă la înmuiat în lapte timp de o

jumătate de oră, după care se stoarce şi se mărunţeşte, adăugându-se peste creier. Se freacă bine cu o lingură de lemn, adăugând uleiul, puţin câte puţin, până se obţine un fel de cremă. Se potriveşte de sare şi piper, se stropeşte cu zeama stoarsă de la o lămâie, servindu-se pe foi de salată verde şi ornat cu frunzuliţe de pătrunjel.

Borş de sfeclă roşie

2 morcovi
2 rădăcini de albitură
o ceapă
400 g sfeclă roşie
3 cartofi
100 g mazăre
100 g fasole verde
250 g smântână
1,5 l borş, 100 ml ulei
ienibahar, sare

Morcovii şi albitura se spală, se curăţă, se taie şi se pun la fiert în apă cu sare şi boabe de ienibahar. Ceapa se căleşte şi se adaugă la borş. După 30 de minute se pun cartofii tăiaţi mărunt. Sfecla se fierbe separat, se curăţă de coajă, se taie şi se pune la borş, mazărea şi fasolea se fierb separat şi se adaugă şi ele. La sfârşit se pun smântâna, borşul fiert separat şi sare după gust.

Borş polonez cu cartofi şi sfeclă roşie

800 g carne
300 g sfeclă roşie
2 cepe mijlocii
2 morcovi
o ţelină mică
2 rădăcini de praz
2 rădăcini de pătrunjel
1/4 căpăţână de varză dulce
4 cartofi
100 g mazăre şi fasole verde
câteva roşii sau bulion
un ou, 100 g smântână
1 l borş, 100 g unt
mărar, pătrunjel verde, sare

Se pune carnea la fiert cu sare. Separat, se fierbe în borş, până se înmoaie, sfecla roşie tăiată mărunt. În alt vas se pun la fiert înăbuşit în unt cepele, morcovii, ţelina, rădăcinile de praz şi cele de pătrunjel, toate tăiate cât mai subţire, boabele de mazăre şi fasolea verde. Când carnea e aproape gata, se adaugă varza, cartofii tăiaţi în cuburi mărişoare, apoi se adaugă celelalte legume şi sfecla, borşul şi sare după dorinţă, roşiile sau bulionul. Se adaugă mărarul şi pătrunjelul, iar înainte de a se servi se drege cu un ou bătut în smântână.

Ciorbă de fasole albă cu afumături

300 g fasole albă
2 morcovi
o rădăcină de albitură
o ceapă
2 căţei de usturoi
100 g fidea
3–4 roşii
50 ml oţet
350 g cârnaţi afumaţi
100 g costiţă afumată, cimbru

Se fierbe fasolea în 3-4 ape, în ultima punându-se şi sare. Se adaugă morcovii şi albitura rase, ceapa tocată, mujdeiul de usturoi, cimbrul şi roşiile pasate. După ce au dat în fiert se pune fideaua. Costiţa se taie, se căleşte, se adaugă cârnaţii feliaţi, care apoi se pun la ciorbă.
Se acreşte ciorba cu oţet şi sare după gust.

Supă de pui cu colţunaşi

600 g carne de pui
2 morcovi
o ţelină mică
2 ardei graşi
2 ouă, 200 g făină
o căpăţână de usturoi
o legătură de de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă, se spală şi se tranşează carnea, apoi se pune la fiert, împreună cu morcovii, ardeiul şi ţelina, tăiate în fâşiuţe şi căţeii de usturoi întregi. Se aduna spuma. Când sunt fierte toate, se ia oala de pe foc şi se lasă până se mai răcoreşte, apoi se scot carnea şi zarzavaturile, iar zeama se strecoară. Se pregăteşte un aluat din făină, un ou şi sare, se întinde şi se taie în pătrate cu latura de 5 centimetri. Carnea se toacă, se amestecă bine cu un ou, sare, piper şi puţin pătrunjel, apoi se umplu colţunaşii cu această compoziţie, se lipesc la margini şi se mai fierb 10 minute în supă. Se serveşte caldă, cu pătrunjel tocat.

Ciulama de hribi

800 g ciuperci proaspete
200 g unt
100 g făină
350 ml lapte
500 g smântână
150 g caşcaval
verdeaţă, piper, sare

Ciupercile se spală, se taie şi se călesc în unt. Separat, se căleşte făina în unt, fără a se rumeni. Se stinge cu lapte şi se fierbe la foc mic 15 minute, amestecând continuu. Se adaugă smântâna, iar după un timp, caşcavalul şi ciupercile. Se pune sare şi piper după gust şi se mai lasă la fiert 30 de minute la foc mic. La sfârşit se adaugă verdeaţa.

Cocoş de munte pe jar

un cocoş de munte
câteva felii de slănină
puţin unt, lămâie
sare

Se curăţă cocoşul bine, se stropeşte cu zeamă de lămâie şi saramură pe dinafară şi înăuntru, se leagă în jurul lui feliuţe de slănină şi se pune pe frigare, la foc nu prea iute. Se stropeşte din când în când cu unt. Se pune sub frigare o tavă, să se adune sosul. Când este gata, se serveşte cu sosul adunat în tavă, căruia i s-a scos o parte din grăsime şi i s-a adăugat o lingură de zeamă de lămâie.

Cuiburi de cinci

200 g varză
câte 100 g carne de gâscă
de porc, de viţel
câte 250 g carne de curcan şi de găină
20 g pastramă afumată de gâscă
20 g slănină afumată de porc
20 g slănină de porc crudă
20 g grăsime crudă de găină
20 g untură de gâscă
2 cepe, mărar
2 ouă, 1/2 ardei
150 g miez pâine
o lingura de orez
pastă roşii, 20 g unt
2 căţei de usturoi, pătrunjel
2 roşii, borş, zeamă de varză
vin, sare, piper, boia, cimbru
foi de dafin

Se toacă toată carnea şi se pregăteşte astfel: carnea de gâscă se amestecă cu pastrama de gâscă, ceapă, puţin ou, ardeiul gras, jumătate din miezul de pâine înmuiat în lapte şi stors, untura de gâscă, mărar, sare şi piper; carnea de găină cu ou, orez, ceapă, pastă de roşii, grăsimea de găină, usturoiul, sare, piper; carnea de porc cu slănina afumată, ceapă, orez, sare, piper, boia; carnea de viţel cu slănina crudă, orez, ceapă, sare, piper şi cimbru; carnea de curcan cu restul de miez de pâine înmuiat în lapte şi stors, ou, ceapă, unt, pătrunjel tocat, sare şi piper. În foile de varză opărite se rotunjesc sărmăluţe mici. În cuiburi de foi mari de varză se pune câte o sărmăluţă din fiecare fel. Se leagă fiecare cuib cu aţă şi în oală se acoperă cu varză, felii de roşii, foi de dafin şi cimbru. Se pune la fiert cu borş, zeamă de varză şi vin, în părţi egale. Se servesc cu smântână.

Păstrăv fiert în smântână

8 păstrăvi proaspeţi de mărime potrivită
6 linguri de smântână grasă
mărar proaspăt

Se curăţă păstrăvii bine de solzi şi de măruntaie, se spală şi se freacă cu sare. Se toarnă smântâna în tigaie şi se ţine la foc mic, iar la primul clocot se pun şi păstrăvii. Se fierb 10 minute pe o parte, apoi se întorc şi se mai fierb încă 10 minute pe cealaltă parte. La sfârşit se presară deasupra mărarul tocat mărunt. Se serveşte cu mămăligă caldă.

Pilaf de hribi

300 g hribi proaspeţi
200 g orez
o ceapă
60 ml ulei
o legătură de de mărar
sare, piper

Hribii se spală şi se pun la fiert în apă rece cu sare, după care se scot, se scurg şi se taie în feliuţe. Orezul se alege, se spală şi se lasă la scurs. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte în ulei. Când devine sticloasă, se adaugă orezul. Se lasă 5 minute pe foc mic, amestecând mereu, să nu se ardă. Se adaugă hribii, se stinge cu zeamă din cea în care au fiert aceştia, se amestecă bine şi se presară sare şi piper. Se ia de pe foc şi se dă la cuptor, unde se lasă până când se înmoaie orezul, iar zeama scade aproape de tot. Pilaful de hribi se serveşte după ce s-a răcit, cu mărar tocat presărat deasupra.

Pui cu smântână

800 g carne de pui
80 ml ulei, o ceapă
150 g smântână
2 linguri de făină, sare

Puiul se spală bine, i se scot măruntaiele, apoi se sărează şi se înăbuşă în ulei. Când este aproape gata, se pune la călit cu ceapa tocată mărunt. După un timp, carnea se scoate din vas şi peste ceapa rămasă se adaugă făina şi se mai ţine vasul pe foc să se călească împreună, fără a se rumeni. Se stinge cu smântâna şi cam 400 ml apă. Se lasă la fiert cam 15 minute. Se obţine un sos care se strecoară peste carne şi se pune la fiert încă 10 minute. Se serveşte cald.

Pui fript umplut

un pui de aproximativ 1 kg
2 ouă, 2 linguri de pesmet
40 g unt, 50 g smântână
o legătură de de mărar
o legătură de de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă puiul, se spală şi se scot măruntaiele, care se curăţă bine şi se toacă mărunt. Într-o tigaie, se înfierbântă untul şi se rumeneşte pesmetul, apoi se lasă la răcit. Se amestecă măruntaiele cu ouăle, cu pesmetul, smântâna, mărarul şi pătrunjelul tocate mărunt, sare şi piper. Se omogenizează compoziţia şi se umple puiul cu ea. Se coase puiul şi se pune într-o tavă unsă cu unt, dându-se la cuptor, la foc potrivit, până se rumeneşte. Din când în când, se stropeşte cu sosul din tavă. Când s-a pătruns bine carnea, se scoate, se descoase şi se serveşte la masă.

Ruladă cu carne de viţel

800 g pulpă de viţel
100 g slănină, un ou
2 cepe, un morcov
50 ml ulei, 50 ml vin alb
50 ml lapte, 50 g pâine albă
pătrunjel verde, ţelină, sare, piper

Se taie carnea felii, se bate şi se taie marginile astfel încât să se obţină dreptunghiuri egale. Se ung cu ulei, se presară cu sare şi piper şi se dau la rece puse unele peste altele. Resturile de carne se trec prin maşina de tocat împreună cu slănina şi pâinea înmuiată în lapte şi stoarsă şi se amestecă cu ou, sare, piper şi puţin pătrunjel tocat mărunt. Fiecare bucată de carne se unge cu compoziţia astfel rezultată, se rulează, se leagă cu aţă şi se aşază în tavă peste feliile de ceapă şi de morcovi şi peste frunzele de ţelină tocate. Se stropesc cu ulei şi se dau la cuptor. Apoi se adaugă vinul îndoit cu zeamă de carne, se acoperă şi se dă iar la cuptor. Se scot aţele şi se servesc fierbinţi cu garnitură de ţelină cu roşii.

Roşii umplute cu ouă

4 roşii, 2 ouă, o lingurită de „Muştar fin sau dulce Bunătăţi de la Bunica”, 2 linguri de ulei, o legătură de mărar, o legătură de pătrunjel, salată verde, sare, piper.

Roşiile se spală, se taie câte un căpăcel în partea superioară şi se îndepărtează miezul. Ouăle se fierb tari, se curăţă şi se pisează, amestecându-se cu „Muştarul fin sau dulce Bunătăţi de la Bunica”, mărarul şi pătrunjelul tocate fin, sare şi piper după gust. După ce s-a omogenizat compoziţia, se picură uleiul şi se freacă până se încorporează. Roşiile se umplu cu această compoziţie şi se servesc pe frunze de salată verde.

Plachie bucovineană

800 g peşte, 2 borcane „Sos cu Usturoi Bunătăţi de la Bunica”, 600 g ceapă, 2 - 3 ardei graşi, 1 castron de ciuperci, 1 ceaşcă de smântână, 5-6 căţei de usturoi, 200 g „Margarină Bunătăţi de la Bunica” (la pachet), 1 pahar de vin dulce, sare, piper, boia de ardei, pătrunjel, cimbru.

Ceapa, tăiată felii subţiri, se pune la călit cu ardeii tăiaţi pătrăţele în 100g de „Margarină Bunătăţi de la Bunica”(la pachet). Peştele se taie felii şi se pune peste ceapa şi ardeii călţi, împreună cu restul de „Margarină Bunătăţi de la Bunica” (la pachet). După ce se rumeneşte peştele pe ambele părţi, se pun ciupercile la călit, tăiate feliuţe. Compoziţia se stinge cu vin. Se sărează, se piperează, se acoperă cu „Sos cu Usturoi Bunătăţi de la Bunica” şi se dă la foc potrivit. Se adaugă smântâna, frecată cu pătrunjelul tocat, usturoiul făcut pastă şi boiaua de ardei şi se mai lasă la cuptor cam 15 minute.

Sarmale cu urdă și smântână

800 g urdă, 75 g orez, 40-50 de foi de viță, 6 fire de ceapă verde, 2 legături de mărar și de pătrunjel, 100 g „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), 1/2 lingură făină, o lămâie, 1 ou, 5-6 linguri smântână, 1/4 linguriță de cimbru, 1/2 linguriță de sare.

Se opăresc foile în apă cu sare. Urda se mărunțește bine, se amestecă cu foile de ceapă și verdeața, tocate mărunt. Orezul se fierbe, se amestecă cu oul, sarea, urda și ceapa, înăbușită în prealabil. Se așază pe fundul unei cratițe frunze de viță, apoi sărmăluțele, punându-se între rânduri bucăți de „Margarină Bunătăți de la Bunica" și frunze de mărar. Se toarnă apă fierbinte și se pun la foc. Spre sfârșit, se adaugă un sos din făină rumenită. Se servesc presărate cu cimbru.

Borș bucovinean cu hribi

800 g hribi proaspeți, 75 g ulei, 100 g ceapă, 100 g morcovi, 100 g țelină, 50 g orez, 1,5 l borș, usturoi, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica", sare, verdeață.

Se toacă ceapa și se călește în ulei împreună cu ciupercile tăiate. După 10 minute, se pun morcovii și țelina rasă și se mai călesc 10 minute. Se sting cu apă, se adaugă „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica" și se pun la fiert. Borșul se fierbe separat și apoi se toarnă în oala cu ciuperci împreună cu mujdeiul de usturoi. Orezul se fierbe separat cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica" și se adaugă la borș. La sfârșit se pune și verdeața tocată și sare (dacă mai este nevoie).

Tăiţei cu varză

500 g varză dulce
500 g făină, 2 ouă
100 ml ulei, sare, piper

Se prepară un aluat din făină, ouă, sare şi două linguri de apă călduţă. Se amestecă bine, se frământă şi se întinde o foaie subţire, pentru tăiţei. Se taie în fâşiuţe, lungi de 4–5 centimetri. Tăiţeii se pun la fiert în apă clocotită, în care s-a dizolvat un vârf de cuţit de sare. Când sunt gata, se scot cu spumiera şi se scurg. Varza se curăţă, se toacă fideluţă se presară cu sare şi se frământă cu mâna. După un sfert de oră, se stoarce de apă şi se pune la călit într-o cratiţă cu ulei înfierbântat. Când începe să se îngălbenească, se adaugă tăiţeii, se presară sare şi piper şi se mai lasă câteva minute, amestecând continuu. Se pot servi atât calzi, cât şi reci.

Tocană suceveană cu carne de vacă şi porc

200 g carne de vacă
200 g carne de porc
3–4 cepe, 2 căţei de usturoi
200 ml ulei, 100 g bulion
100 g costiţă
2 ardei graşi
2–3 roşii, 100 ml vin
300 g smântână
cimbru, sare, piper

Carnea de vacă şi cea de porc se taie în bucăţi care se sărează şi se prăjesc în ulei. Ceapa se căleşte şi se stinge cu bulion, se lasă la fiert 30 de minute şi se pasează. Se pune carnea de vacă la fiert, se adaugă cea de porc şi se mai fierbe încă 30 de minute. La sfârşit se pun costiţa călită, usturoiul tocat, ardeii şi roşiile tăiate, vinul şi smântâna şi, după gust, cimbru, sare şi piper. Se mai lasă la fiert 15 minute.

Tocăniţă de hribi proaspeţi

300 g hribi
2 cepe, 100 ml ulei
o lingură de făină, 100 g bulion
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se spală hribii în apă rece, în mai multe rânduri, să se cureţe de pământ şi nisip, apoi se taie în feliuţe. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se căleşte în uleiul înfierbântat. Când devine transparentă, se adaugă făina, amestecând permanent cu lingura de lemn, ca să nu se ardă. Se adaugă ciupercile, se stinge cu apă călduţă şi se continuă fierberea. Bulionul se subţiază cu apă rece şi se adaugă în cratiţă în momentul în care hribii sunt fierţi suficient. Se potriveşte de sare şi piper, apoi se introduce cratiţa la cuptor, lăsându-se până scade sosul. Se serveşte rece, cu pătrunjel tocat mărunt deasupra.

Tochitură bucovineană

400 g carne de pulpă de porc
200 g costiţă de porc
4 cârnaţi afumaţi de porc
mămăliguţă
brânză de burduf
un ou, vin, condimente

Pulpa, costiţa şi cârnaţii se taie în bucăţele mici, cam de mărimea unei nuci, se sărează puţin şi se pun într-o cratiţă, de obicei de tuci, în puţină untură încinsă. Când s-a înmuiat îndeajuns, se stropeşte cu vin şi se lasă la rumenit, la foc mic. Separat se pregăteşte mămăliga pripită (moale), peste care se aşază carnea friptă (împreună cu sucul propriu), oul prăjit şi brânza de burduf. După preferinţă, se serveşte cu salată de varză.

Mămăligă de cartofi

4–5 cartofi
250 g mălai
100 g brânză de vaci, sare

Cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cuburi, apoi se pun la fiert în apă cu sare. Când s-au înmuiat, se pasează şi se freacă cu brânza. Se adaugă mălaiul, puţin câte puţin, amestecându-se continuu. Se mai lasă să fiarbă, la foc mic, amestecând din când în când, până este gata. Se serveşte cu tochitură.

Salată de hribi

800 g hribi fierţi
800 g ardei capia, 2 cepe
100 ml ulei, 100 ml vin
o frunză de dafin, sare, piper

Se fierb hribii şi se taie în feliuţe subţiri, se călesc cepele în ulei şi se sting cu vin. Ardeii capia se coc şi se curăţă de seminţe şi de coajă. Se adaugă hribii şi ardeii în vasul în care se căleşte ceapa, se mai ţin puţin pe foc, apoi se condimentează.

Salată de legume cu usturoi

1/2 varză (albă sau roşie)
6 roşii, 2 ardei graşi
2 morcovi, 2 cepe
2 căpăţâni de usturoi
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar, 2 mere
sare, ulei, oţet

Se taie varza fideluţă, roşiile – felii, ceapa şi usturoiul se taie în feliuţe foarte subţiri, ardeii – rondele, morcovii şi merele se rad, iar verdeaţa se toacă mărunt. Se amestecă totul şi se adaugă ulei, sare şi oţet după preferinţe.

Sos de pătlăgele roşii

500 g roşii
50 g unt, 2 linguri de făină
250 ml supă de oase
cimbru, pătrunjel, sare

Se zdrobesc roşiile, se fierb 20 de minute sub capac şi se pasează printr-o sită. Se încălzeşte untul, se încorporează făina şi se stinge cu roşiile şi supa de oase. Se adaugă cimbrul, pătrunjelul verde şi sarea şi se fierbe 30 de minute. Se strecoară înainte de a se servi.

Sos de smântână pentru vânat

100 g unt
200 g făină
200 g smântână
200 g muştar
200 ml jiu de la friptură, sare

Se înfierbântă untul, se adaugă făina şi se căleşte. Se stinge cu smântâna amestecată cu jiul de friptură şi puţină apă şi se lasă să fiarbă 30 de minute. Se adaugă muştarul, se strecoară şi se pune sare după gust.

Alivenci

6 ouă
250 g smântână
150 g făină, 200 g mălai
50 g unt, 250 ml lapte
100 g pesmet fin
o linguriţă de sare
1 kg brânză de vaci

Se separă gălbenuşurile şi se freacă cu brânza până se obţine o pastă, peste care se toarnă smântâna şi se pun untul şi sarea. Se frământă până la omogenizare. Se adaugă treptat mălaiul frecat cu făina şi apoi albuşurile bătute spumă, până se obţine un aluat uniform. Se pune în tava unsă cu unt şi presărată cu pesmet şi se dă la cuptor. Se serveşte tăiată felii, cu smântână.

Cozonac bucovinean

400 g făină
200 g miez de nucă
100 g stafide, 200 g unt
100 ml lapte, 150 g zahăr
un pahar cu miere, 10 ouă
25 g drojdie, 2 plicuri de zahăr vanilat
coaja de la o lămâie
esenţă de rom, sare

Se frământă un aluat din făină, drojdia dizolvată în puţin lapte călduţ, laptele amestecat cu zahărul, albuşurile bătute şi gălbenuşurile frecate cu zahăr. Când se leagă aluatul, se adaugă untul, stafidele, esenţa de rom, zahărul vanilat şi coaja de lămâie. Apoi se lasă la crescut. Aluatul se întinde foaie groasă, se umple cu nuca tocată şi amestecată cu miere, se rulează şi se aşază în tăvi unse cu unt şi tapetate cu făină. Se lasă iar să crească, apoi se ung cu gălbenuş de ou şi se dau la cuptor. Când se scot se ung cu miere îndoită cu apă.

Cremşnit

Pentru aluat:
500 g unt, 500 g făină, 10 ml ulei, sare
Pentru cremă:
1 l lapte, un baton de vanilie
8 ouă, 350 g zahăr
2 linguri de zahăr pudră, 100 g făină

Se prepară aluatul, se întinde o foaie în formă dreptunghiulară, cu grosimea de 5 mm, care se taie în bucăţi, pe dimensiunea tăvilor, se înţeapă cu furculiţa în mai multe locuri şi se coace la foc potrivit. Se lasă la răcit în tăvi, apoi se aşază pe jumătate din foi crema de vanilie, se acoperă cu foile rămase, se taie prăjitura în pătrate şi se pudrează cu zahăr. Crema: se fierbe laptele cu vanilia, apoi se toarnă puţin câte puţin peste o compoziţie din zahăr, gălbenuşuri şi făină şi se ţine la foc mic până se leagă; se bate cu telul, se adaugă albuşurile şi se mai amestecă până se omogenizează.

Fursecuri cu cremă de ciocolată şi alune

250 g zahăr
250 g făină, 100 ml lapte
5 ouă, 75 g unt, 250 g alune
50 g ciocolată menaj

Alunele se curăţă şi se pisează cât mai mărunt posibil. Se amestecă zahărul cu făina, 25 g unt şi laptele, apoi cele 5 albuşuri bătute spumă. Se omogenizează bine compoziţia. Cu ajutorul unui cornet, se toarnă mici grămăjoare din acest aluat într-o tavă, care a fost în prealabil acoperită cu o coală de hârtie pentru copt. Se încinge cuptorul şi se introduce tava, lăsându-se, la foc potrivit, până se rumenesc fursecurile. Între timp, se topeşte ciocolata şi se omogenizează cu alunele şi cu untul rămas. Fursecurile se vor lipi, două câte două, cu această cremă.

Învârtită cu mac

3 ceşti de făină
o cană de lapte, 3 ouă
un pahar de zahăr
o linguriţă de drojdie
3 linguri de unt, 3 linguri de ulei
500 g seminţe de mac
zahăr vanilat sau vanilie
coaja rasă de la o lămâie, sare

Se frământă un aluat vârtos din făină, două ouă, 1/2 cană lapte, o cană de zahăr, drojdie, ulei şi două linguri de unt. Aluatul rezultat se lasă la dospit 2–3 ore. Separat, se macină macul şi se pune la fiert. Când s-a închegat, se ia de pe foc, se adăugă aromele, laptele şi zahărul rămas, amestecând în continuare. Se întinde o foaie de aluat groasă de 1 cm, în care se aşază umplutura şi se învârte foaia. Se unge cu unt o tavă de cozonac, se aşază învârtita, se unge cu oul rămas şi se dă la cuptor, la foc mare, ca să crească. După câteva minute se micşorează focul şi se lasă să se rumenească.

Pătrate cu cremă

400 g făină, un ou
260 g unt, 275 g zahăr
150 ml lapte, 40 ml ulei
un pliculeţ de zahăr vanilat
o lingură de bicarbonat alimentar
o sticluţă cu esenţă de migdale

Se amestecă 300 g făină cu un ou, trei linguri de unt, trei linguri de zahăr, o lingură de bicarbonat dizolvat în două linguri de lapte şi cu zahărul vanilat. Se frământă bine, se lasă o jumătate de oră să stea, apoi se întind trei foi care se coc, una câte una, într-o tavă unsă cu ulei. Restul de lapte, de zahăr şi de făină se amestecă, pe foc mic, lăsându-se să se îngroaşe, după care se stinge focul şi se amestecă untul şi esenţa de migdale. Se ung cele trei foi cu crema obţinută (un strat de cremă va fi la suprafaţă), se taie prăjitura în pătrate şi se serveşte.

Plăcintă cu piersici şi cremă

4 piersici mari
100 g unt, 200 g făină
200 g smântână
125 g zahăr, 4 ouă

Se freacă untul cu făina şi cu 2 linguri de zahăr, se adaugă 2 gălbenuşuri şi puţină apă rece. Se obţine un aluat fraged, care se frământă bine, apoi se lasă la rece câteva ore. Apoi, se întinde o foaie groasă de 2 centimetri, care se aşterne într-o tavă unsă cu unt şi se introduce la cuptor. Se curăţă piersicile de coajă, se taie în jumătăţi şi se scot sâmburii. Se prepară crema, amestecând, la foc mic, smântâna, cu două linguri de zahăr şi două gălbenuşuri. Se lasă până se îngroaşă, apoi se ia de pe foc. Când aluatul e pe jumătate copt, se scoate, se aşază jumătăţile de piersici, se presară cu zahăr şi se dă iar la cuptor. Când e gata, se toarnă crema fierbinte şi se lasă până se întăreşte.

Prăjitură poloneză cu bere

4 linguri de apă
4 căni de zahăr
4 căni de făină
2 căni de margarină
4 ouă, 3 căni de alune
4 căni de bere
2 linguriţe de scorţişoară
2 căni de stafide

Se amestecă zahărul cu apa şi margarina. Se adaugă ouăle bătute spumă, alunele măcinate, scorţişoara, stafidele şi berea. Compoziţia rezultată se toarnă în tavă şi se ţine la cuptor o oră şi jumătate.

Ruladă cu brânză de vaci şi stafide

300 g făină
100 g unt, 100 ml lapte
4 ouă, 300 g brânză de vaci
50 g stafide, 150 g zahăr tos
100 g zahăr pudră
lămâie, sare, scorţişoară

Se prepară aluatul din făină dizolvată în lapte, o lingură de unt şi o linguriţă de sare. Se întinde, apoi se taie în două bucăţi egale. Se lasă la căldură timp de o jumătate de oră, apoi se întinde din nou o foaie subţire. Se rade lămâia de coajă. Se amestecă brânza cu ouăle, zahărul, stafidele şi coaja de lămâie. Se topeşte untul şi se întinde pe foaie, apoi se aşterne umplutura, se rulează şi se aşază într-o tavă, unsă bine cu unt. Se dă la cuptor, la foc potrivit, cam 30 de minute. Se serveşte caldă, tăiată în felii şi presărată cu zahăr pudră şi scorţişoară.

Tort caramel

200 g smântână
300 g unt
300 g făină
150 g zahăr tos, 250 ml lapte
150 g zahăr pudră
50 ml rom (sau esenţă)
un pliculeţ de zahăr vanilat

Smântâna, jumătate din cantitatea de unt, făina şi zahărul vanilat se amestecă, formând un aluat cu densitatea potrivită, care, după ce se lasă o jumătate de oră să se odihnească, se împarte în nouă. Se întind bucăţile de aluat în nouă foi, pe dimensiunile formei pentru tort. Se coc foile pe ambele părţi într-o tavă. Zahărul se caramelizează într-o cratiţă pusă pe foc mic. Se amestecă, în alt vas pus la foc, laptele cu zahărul pudră, restul de unt şi romul, iar când încep să fiarbă, se adaugă zahărul caramelizat, se amestecă şi se lasă până începe să clocotească, apoi se ia de pe foc. Se ung opt dintre foi cu crema obţinută, iar cea de-a noua foaie se mărunţeşte şi se presară deasupra. Tortul se dă la rece până a doua zi.

Bucate din Dobrogea

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

Masă bogată cu două picioare

De la exilatul poet Ovidiu şi până astăzi, bucătăria dobrogeană stă pe două picioare: pe oaie şi pe peşte. Oaia e de pe pământ, peştele e fie din apa dulce a Deltei, fie din apa sărată a Mării Negre. Învârtite de influenţe felurite, tătărăşti, greceşti, turceşti, lipoveneşti şi câte or mai fi fost, aceste cărnuri de bază au născut o varietate de feluri de mâncare care poate doborî orice turist.

Dintre mâncărurile vechi ale Dobrogei pe bază de carne de oaie, cu siguranţă că batalul la proţap n-are egal. El se mănâncă şi cu o lingură de chefir, să nu cadă greu, şi la el se bea un pahar de Murfatlar şi se pune capac mesei cu un desert care se face dansând geamparale. E vorba de renumita plăcintă dobrogeană cu brânză de oi, pregătită turceşte, din foi întinse prin învârtire în jurul capului, în ritmul muzicii, care se serveşte cu iaurt rece în timp ce ea frige. Vremurile noi au readus chebabul în atenţie, care se mănâncă precum un hamburger, între două felii de pâine, cu sos de tomate sau de maioneză. Doar în perioada interbelică el se gătea aşezat, gospodăreşte: un calup de unt rece se înfigea în capul suliţei, după straturi de cărnuri felurite, de regulă oaie, pui, vită – prin puterea focului, râuri de unt topit ungeau carnea care se frigea fără contact direct cu focul.

Tocătura de oaie, vită sau porc se foloseşte şi la musacaua dobrogeană, care e amestecată cu vinete, roşii, cartofi şi diverse mirodenii: ca şi alte mâncăruri ale regiunii, se serveşte cu iaurt rece. Când e grăbit, de dimineaţă, dobrogeanul mănâncă gogoşi fierbinţi cu kefir: gogoşile astea de Constanţa, umplute oriental cu dulceaţă, rahat sau stafide, făceau deliciul turiştilor prin anii ‘70.

Al doilea picior, de apă, al bucătăriei dobrogene îl face peştele. Pe 17 martie, lipovenii din Deltă sărbătoresc ziua peştelui – sărbătoarea bogăţiilor apei, ocazie cu care descântă un oblete viu pe care apoi îl mănâncă, aşa crud, ca să prindă puteri şi să aibă noroc la pescuit.

Borşul de peşte din Deltă e, de departe, cea mai complexă mâncare a regiunii. Nu se poate face fără caracudă, văduviţă, plătică, ştiucă, roşioară, crap, caras şi biban, la bogăţie mare de peşte merge şi morun, şi somn pentru grăsime. Apa se ia din Dunăre, fără grijă, că fierbe bine. Întâi se pun legume felurite: roşii, ardei, gogoşari, morcovi, ceapă, usturoi, ţelină, totul tăiat fie foarte mărunt, fie mare. Bucăţile de peşte se pun mari, după ce ciorba a dat în clocot şi legumele încă nu s-au fiert de tot. Se acreşte cu borş sau cu oţet.

Se mănâncă întâi două blide de zeamă fierbinte. Între timp, direct pe lemnul mesei pescarului, spălat bine, se scot bucăţile de peşte fiert din ciorbă. Vase cu mujdei de usturoi şi o mămăligă fierbinte însoţesc lucrarea. Mujdeiul se face special, pescăreşte: chisătură de usturoi amestecată cu supă de peşte, ceapă roşie şi oţet, un pic de maioneză. Iese o pastă nu prea iute care se întinde pe bucata de peşte. Un vin alb de Sarica face un asemenea prânz delicios. De regulă, pescarii din Deltă se laudă că mănâncă un singur fel de mâncare pe zi, dar ciorba de peşte e, de fapt, o masă împărătească deosebit de sănătoasă.

Ştiuca umplută, sarmalele de peşte sau chiftelele de peşte sunt mâncăruri migăloase de făcut, obişnuite doar la sărbători. La fel ca vânatul (lişiţe umplute, chiftele de mistreţ), obişnuit aici toamna şi iarna.

Bucătăria dobrogeană, aşezată pe două picioare, pe oaie şi peşte, are şi o mică anexă care nu trebuie uitată: dulciurile turceşti. De la baclava la şerbet, găseşti de toate la o gospodină din Mangalia, inclusiv paharul cu apă rece.

Chilia Veche
Periprava
Caşlıţa
C.A.Rosetti
Letea
Sf. Gheorghe
Mila 23
Crişan
Sulina
Maliuc
Băltenii de Jos
Mahmudia
Caraorman
Uzlina
Sarinasuf
Dunavăţu de Jos
Sfântu-Gheorghe
Plauru
Ceatalchioi
TULCEA
Isaccea
Niculiţel
Măcin
Jijila
Luncavita
Smârdan
Greci
23 August
Garvăn
Hamcearca
Turcoaia
Cerna
Alba
Horia
Traian
Izvoarele
Frecăţei
Catalci
Nufăru
Valea Nucarilor
Murighiol
Agighiol
Nalbant
Mihail Kogălniceanu
Nicolae Bălcescu
Sarichioi
Dorobanţu
Ciucurova
Mihai Bravu
Zebil
Babadag
Slava Cercheză
Enisala
Topolog
Slava Rusă
Ostrov
Peceneaga
Dăeni
Gârliciu
Saraiu
Hârşova
Ceamurlia de Sus
Ceamurlia de Jos
Jurilovca
Casimcea
Beidaud
Baia
Vulturu
Horia
Rămnicu de Jos
Runcu
Mihai Viteazu
Sinoie
Istria
Tariverde
Grădina
Cogealac
Topalu
Crucea
Capidava
Pantelimon
Săcele
Târguşor
Dorobanţu
Corbu
Siliştea
Nicolae Bălcescu
Seimeni
Mihail Kogălniceanu
Cernavodă
Tortoman
Năvodari
Saligny
Cuza Vodă
Lumina
Mamaia-Sat
Cocârleni
Castelu
Ovidiu
Mamaia
MEDGIDIA
Dunăreni
Rasova
Valea Dacilor
Basarabi
CONSTANŢA
Oltina
Aliman
Peştera
Murfatlar
Abrud
Cumpăna
Ciocârlia
Techirghiol
Eforie Nord
Eforie Sud
Ostrov
Lipniţa
Ville Corvin
Adamclisi
Deleni
Cobadin
Mereni
Băneasa
Şipote
Petroşani
Topraisar
Esechioi
Dobromir
Amzacea
Independenţa
23 August
Costineşti
Olimp
Neptun
Jupiter
Venus
Saturn
Dumbrăveni
Chirnogeni
Pecineaga
Comana
Cerchezu
Negru Vodă
Albeşti
Limanu
MANGALIA
Vama Veche

Festivaluri gastronomice

Constanţa
Constanţa
Hramul Sf. Constantin şi Elena – 21 mai
Ziua Marinei – 15 august
Hârşova
Boboteaza – 6 ianuarie
Masa săracilor – 25 decembrie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Paştele Blajinilor – patru zile după Paşte
Serbare câmpenească – 1 mai

Tulcea
Niculiţel
Hramul Sf. Treime – a doua zi după Rusalii
Ostrov
Hramul Cuv. Parascheva al Mănăstirii Dervent – 14 octombrie
Tulcea
Sărbătoare de Sf. Andrei – 30 noiembrie
Ziua pescarului – septembrie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Ziua peştelui – 17 martie

Podgorii şi centre viticole

Sarica - Niculiţel : Niculiţel, Tulcea, Măcin
Istria - Babadag: Babadag, Valea Nucarilor, Istria
Murfatlar: Murfatlar, Medgidia, Cernavodă
Ostrov: Ostrov, Băneasa, Oltina, Aliman

Pătlăgele umplute cu icre

8 pătlăgele de mărime potrivită
400 g icre de crap
100 g miez de nucă, 100 ml ulei
200 g miez de pâine
o lămâie, o lingură de pesmet
o legătură de de pătrunjel, sare

Se spală pătlăgelele, se taie în jumătăţi, se presară cu sare şi se lasă un sfert de oră pe un platou, apoi se scobesc de miez şi se pun să fiarbă într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Când s-au înmuiat, se scot şi se storc de zeamă. Se pisează miezul de nucă şi se freacă bine cu icrele, cu două linguri de ulei, zeama de la o lămâie şi miezul de pâine înmuiat, stors şi mărunţit. Se presară sare, după gust. Se umplu pătlăgelele cu această compoziţie, se ung cu ulei, se tapetează cu pesmet şi se rumenesc în ulei încins. Se servesc fierbinţi, cu frunzuliţe de pătrunjel tocate deasupra.

Brânzoaice

200 g făină
200 g brânză dulce de vaci
200 g telemea de vacă
200 g brânză de burduf
200 g unt, 4 ouă

Se freacă brânza dulce cu untul, apoi se încorporează făina, se omogenizează şi se dă la rece, ţinându-se câteva ore, după care se scoate şi se întinde o foaie subţire, care se taie în pătrăţele cu latura de aproximativ 10 centimetri. Telemeaua se rade şi se amestecă, într-un castron, cu brânza de burduf şi cu două ouă, apoi se întinde compoziţia pe pătratele de aluat. Acestea se rulează şi se lipesc la capete cu albuşurile de la celelalte două ouă, bătute spumă, apoi se ung cu gălbenuşurile rămase. Se coc la cuptor, la foc potrivit, într-o tavă curată. Se pot servi atât calde, cât şi reci, ca aperitiv.

Chiftele de peşte

1 kg peşte
2 cepe, un morcov
2 cartofi potriviţi, 3 ouă
verdeaţă, cimbru, un fir de usturoi
100 g făină, 100 ml ulei, sare

Se curăţă peştele, se scot fileuri, se dau prin maşina de tocat de două ori, o dată cu morcovii şi cartofii. Se căleşte ceapa în ulei, se amestecă cu pasta de peşte, cu verdeaţa tocată, cimbrul, mujdeiul de usturoi şi ouăle bătute. Se fac chifteluţe, se dau prin făină şi se prăjesc în ulei.

Chilcă cu ceapă

800 g chilcă (peşte mic de apă sărată)
20 ml oţet de mere
30 ml ulei de măsline
3 cepe roşii, o lămâie
100 g măsline, pătrunjel

Se taie capetele peştilor, se spală şi se pun la uscat într-un şervet. Se toacă ceapa şi verdeaţa, apoi se presară peste capetele de peşte. Se adaugă măslinele şi feliile de lămâie şi se toarnă oţetul şi uleiul.

Ghiudem

400 g carne de vacă
400 g carne de vier
100 g slănină crudă
100 g osânză, 1/2 l vin
chimen, usturoi, piper
maţe de vacă, sare

Carnea, osânza şi slănina se dau prin maşina de tocat, apoi se amestecă. Pasta obţinută se freacă cu sare şi condimente şi se înmoaie în vin. Se umplu maţele cu această compoziţie, se leagă ghiudemul obţinut şi se pune la vânt trei zile. Se mănâncă uscat.

Drob de ciuperci

1 kg de ciuperci
6 ouă, 2 legături de verdeaţă (mărar, frunze de ţelină)
1/2 linguriţă sare, 3 cepe
2 linguri de ulei, 5 linguri de pesmet

Se curăţă ciupercile, se spală în multe ape şi se fierb în apă sărată. Se limpezesc apoi de mai multe ori cu apă rece şi se scurg bine. Se dau prin maşina de tocat, împreună cu ceapa, care mai înainte a fost înăbuşită bine cu două linguri de apă şi un praf de sare. Se amestecă apoi cu verdeţurile tăiate mărunt, 4 linguri de pesmet, sarea necesară şi ouăle bătute. Se pune compoziţia în formă, care a fost tapetată cu ulei şi pesmet, şi se ţine în cuptor, la foc potrivit, o jumătate de oră.

Crochete de carne cu ciuperci

300 g pulpă de porc
150 g şuncă presată
o ceapă
4 ciuperci mijlocii
o lingură de unt, 3 ouă
2 linguri de pesmet
2 linguri de făină
150 ml ulei
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se dă prin maşina de tocat. Şunca se taie în cubuleţe. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în unt. Pătrunjelul se spală şi se toacă fin. Se amestecă împreună carnea cu şunca şi ceapa, se presară sare şi piper, după gust, se adaugă ciupercile, 2 ouă şi verdeaţa tocată. Se omogenizează, apoi se modelează crochetele, de dimensiunile degetului mare, se dau, pe rând, prin făină, ou bătut şi pesmet, după care se prăjesc într-o tigaie cu ulei înfierbântat.

Gogoşi cu caşcaval

100 g unt
150 g făină
200 ml lapte
200 g caşcaval
4 ouă, sare

Se amestecă untul cu laptele, se pune un praf de sare şi se pun la fiert, pe foc mic. Când clocoteşte, se toarnă făina în ploaie, amestecând cu lingura de lemn şi lăsând să mai fiarbă câteva minute. După aceea, se ia de pe foc, se amestecă în compoziţie, pe rând, ouăle, apoi o parte din caşcavalul ras, se omogenizează, apoi se modelează sfere cât o minge de ping-pong, care se tăvălesc prin restul de caşcaval şi se lasă, timp de o oră, să se odihnească. Se face câte o crestătură la mijlocul fiecărei gogoşi, apoi se dau la cuptor, într-o tavă uscată, până se rumenesc.

Piftie de crap

1 kg crap
4 cepe potrivite
un morcov
o rădăcină de pătrunjel
4 căţei de usturoi
foi de dafin, sare, piper boabe
piper măcinat

Crapul se curăţă şi se spală, după care se porţionează. Se curăţă ceapa, se spală, se toacă mărunt şi se fierbe în apă cu puţină sare, apoi se scoate cu spumiera şi se pasează. Morcovul şi pătrunjelul se curăţă, se spală şi se pun să fiarbă, întregi, în aceeaşi apă, împreună cu câteva foi de dafin şi boabe de piper. După aproximativ un sfert de oră, se pun să fiarbă şi bucăţile de crap. Când s-au fiert, se strecoară zeama într-un castron încăpător, se amestecă în ea pasta de ceapă şi usturoiul pisat, se adaugă sare şi piper, după gust, se pun bucăţile de crap şi se introduce totul la frigider, unde se lasă până se încheagă.

Plăcintă de miel

1 kg carne de miel
1,5 l lapte, 1 kg făină
nucşoară, 250 g smântână
3 roşii, piper, sare

Carnea de miel se dă prin maşina de tocat şi se frământă la fel ca un aluat. Separat se face o cocă din făină, lapte, unt, piper, sare, nucşoară, bulion şi smântână. Se întinde o foaie din această cocă, se unge cu tocătură şi se bagă la cuptor. Se ţine la foc mic până se rumeneşte.

Roşii umplute cu ciuperci

8 roşii de mărime medie
300 g ciuperci, 2 cepe
2 linguri de pesmet, 50 ml ulei
un ou, o legătură de mărar
sare, piper

Roşiile se spală, se taie câte un căpăcel în partea superioară şi se scobesc de miez, aşezându-se cu partea tăiată în jos, să se scurgă zeama. Se curăţă ciupercile, se spală şi se toacă mărunt. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pune la călit într-o tigaie cu ulei încins. Când devine sticloasă, se adaugă ciupercile şi se mai lasă un sfert de oră pe foc mic, după care se adaugă oul bătut în prealabil şi se presară mărarul tocat, pesmetul, sare şi piper. Se omogenizează şi se umplu roşiile, apoi se dau la cuptor, într-o tavă cu ulei, o jumătate de oră.

Tartă cu peşte şi dovlecei

400 g peşte alb
3 dovlecei mici, 2 ouă
3 linguri de smântână, 150 g făină
2 linguriţe de amidon, 150 g unt
o linguriţă de oţet aromat, zahăr
cimbru, sare, piper

Se prepară un aluat din făina amestecată cu amidonul, sarea, zahărul şi untul. Se adăugă un gălbenuş, oţetul şi puţină apă. Aluatul rezultat se pune într-o formă de tartă unsă cu unt, se dă 10 minute la frigider şi alte 10 minute la cuptor. Se toarnă deasupra ouăle bătute cu smântâna şi cimbrul. Peste sos se aşază felii subţiri de dovlecei, tăiate pe lungime şi opărite în apă sărată, intercalate cu felii subţiri de peşte, presărate cu sare şi piper. Se adaugă cimbru, sare şi piper după gust şi se dă la cuptor.

Ciorbă de berbec

500 g pulpă de berbec
2 roşii, 200 g cartofi
un morcov, o ceapă
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac, 2 ouă
1 l zeamă de varză
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţele şi se pune la fiert în apă rece cu sare. Între timp, se curăţă cartofii, ceapa, rădăcina de pătrunjel şi păstârnacul, se spală şi se toacă mărunt. Roşiile se opăresc în

altă oală cu apă clocotită, apoi se curăţă şi se taie în felii. Zeama de varză se fierbe până clocoteşte, apoi se strecoară. Se aduna spuma carnea ori de câtre ori e cazul, apoi se pun zarzavaturile şi, când acestea sunt aproape fierte, se adaugă roşiile şi zeama de varză. Se mai lasă câteva clocote, apoi se drege cu ouăle bătute. Se serveşte fierbinte, cu mărar şi pătrunjel tocat deasupra.

Ciorbă de crap

500 g crap proaspăt
2–3 roşii, un morcov
un păstârnac, o ceapă
1 l borş, o lingură de ulei
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean, sare, piper

Peştele se curăţă, se spală şi se taie în bucăţi de mărime potrivită. Se curăţă morcovul, păstârnacul şi ceapa, se spală, se taie în sferturi şi se pun la fiert într-o oală cu apă rece şi puţină sare. Roşiile se spală, se taie în felii şi se curăţă de cotor. Borşul se fierbe separat, într-o altă oală, se lasă până dă câteva clocote, apoi se ia de pe foc, se lasă până se mai răceşte un pic, apoi se strecoară. După ce zarzavatul dă câteva clocote, se adaugă bucăţile de peşte, roşiile şi borşul, lăsând să mai fiarbă împreună o jumătate de oră. Când se ia de pe foc, se adaugă verdeaţa tocată, sare şi piper.

Ciorbă de măruntaie de pui

400 g măruntaie de pui (pipote inimi, gâturi), o ceapă
un morcov, o rădăcină de ţelină
o rădăcină de albitură, 100 g smântână
o lingură de făină, 2 ouă
o lămâie, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se spală măruntaiele, se curăţă şi se fierb în apă rece cu puţină sare. Ceapa, morcovii, ţelina şi albitura se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. După ce se aduna spuma, se adaugă zarzavaturile şi se mai fierb o jumătate de oră. Se prepară un sos din făină, smântână, gălbenuşurile de la cele două ouă şi zeama stoarsă de la o lămâie. Când sunt fierte legumele, se adaugă în ciorbă acest sos, se potriveşte gustul cu sare şi piper, se mai lasă pe foc vreo 5 minute, iar când este gata, se presară verdeaţa tocată mărunt.

Ciorbă de perişoare de peşte

1 kg peşte alb
1 l borş, 4 ouă
200 g miez pâine, 2 cepe
o legătură de mărar
o legătură de leuştean, 3 ardei graşi
150 g ţelină, 2 morcovi
100 g păstârnac, 4 roşii
100 g făină, sare, piper măcinat

Se pun la fiert ardeii, ceapa, roşiile tăiate bucăţele şi morcovul, ţelina şi păstârnacul rase. Se dezosează peştele, se fierb oasele, iar zeama rezultată se adaugă peste cea de legume şi se toarnă şi borşul. Carnea se toacă o dată cu pâinea şi se amestecă cu restul de ceapă rasă, ouăle, făina, sarea, piperul şi mărarul. Se formează perişoare şi se pun la fiert în ciorbă. Se adaugă leuştean tocat mărunt.

Ciorbă de peşte cu zeamă de varză

800 g peşte
2 morcovi, 2 cepe
o legătură de pătrunjel
2 l zeamă de varză, sare

Se curăţă şi se spală morcovii şi cepele, apoi se toacă mărunt şi se pun să fiarbă în zeama de varză. Se curăţă bine peştele, iar dacă este mai mare se taie în bucăţi potrivite, apoi se pun la fiert în oala cu legume. După ce s-au înmuiat, atât legumele, cât şi peştele, se presară sarea şi pătrunjelul tocat mărunt.

Ciorbă din cap de crap

1 kg cap de crap
o ceapă, 2 cartofi
un morcov mic, un ardei iute
20 ml oţet
pătrunjel, leuştean, ţelină, sare

Ceapa, cartofii, morcovii şi ardeiul iute se curăţă, se spală şi se taie cubuleţe, care se pun la fiert împreună cu peştele. După o jumătate de oră se adaugă sarea şi oţetul şi se mai lasă pe foc câteva minute, după care se presară verdeaţa tocată. Legumele şi bucăţile de peşte se aşază pe un platou, iar zeama se amestecă cu usturoi pisat şi oţet şi se oferă în castron.

Cotlet dobrogean de porc

400 g cotlet de porc
60 ml ulei
400 ml supă de oase
2 linguri de făină, 200 ml lapte
50 g unt, un ou, 2 linguri de bulion
o lingură de pesmet, 500 g cartofi
sare, piper

Carnea se taie în patru, se bate cu ciocanul, se sărează şi se piperează, apoi se înăbuşă în ulei şi puţină apă. Se stinge cu supa de oase şi se lasă, la foc mic, cam 45 de minute, după care se adaugă bulionul şi se mai lasă un sfert de oră să fiarbă. Făina se dizolvă în 50 ml lapte rece, apoi se înăbuşă în puţin unt topit, se stinge cu restul de lapte şi se mai lasă, la foc mic, 15 minute, după care se adaugă oul. Cartofii se fierb în coajă, apoi se curăţă şi se taie în felii. Într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet, se pun cartofii cu sosul şi se coc o jumătate de oră, la foc potrivit. Se porţionează şi se servesc cu cotletul.

Cotlete de berbec la tavă

1 kg cotlet de berbec
sare, piper, untură

Cotletul se taie felii care se bat şi se pun în tavă cu untură. Se adaugă puţină apă, sare şi piper. Se serveşte cu garnitură de fasole boabe.

Ciuperci cu ochiuri românești

500 g ciuperci proaspete, o ceapă, o lingură de „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 4 ouă, o lingură de oțet, sare, piper.

Ciupercile se curăță, se spală și se taie lame. Ceapa se curăță, se spală și se taie peștișori, apoi se călește într-o tigaie cu „Margarina Bunătăți de la Bunica”(la pachet) încinsă. În momentul în care se îngălbenește ușor, se adaugă ciupercile și se lasă să se înăbușe, adăugând câte puțină apă, când trebuie, până se înmoaie. Se sărează și se piperează, apoi se lasă să fiarbă, în continuare, pe foc mic, până scade zeama. Se pune pe foc un vas în care s-au turnat o cană de apă și o lingură de oțet. Se adaugă ouăle, unul câte unul, lăsându-se până se încheagă. Se servesc calde, ochiurile fiind așezate pe un strat de ciuperci.

Borș pescăresc

800 g pește mărunt (obleți sau ghiborți), 400 g pește mare (crap sau somn), 2 cepe, 1 morcov, 4 roșii, 2 ardei grași, 1 rădăcină de hrean sau „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”,1 rădăcină de pătrunjel, frunze de pătrunjel, leuștean,„Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, sare, piper, 1 l borș și 1/2 l apă.

Se curăță peștele și se spală. Peștele mare se taie în bucăți și se așază pe o farfurie, iar cel mic se pune la fiert cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”. Când este foarte bine fiert, se trece prin sită, iar în zeamă se pune la fiert zarzavatul. Se strecoară din nou, în zeamă se pun la fiert bucățile de pește mare și, apoi, borșul fiert separat. Se mai lasă 5-10 minute pe foc, se presară leușteanul și pătrunjelul și se acoperă oala pentru câteva minute. Se potrivește de sare și se drege cu ou bătut. Se servește cu hrean ras deasupra sau cu „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”.

Batal la proțap

1 kg carne de berbec, 100 g ceapă, 60 ml vin, 750 g varză acră, „Muștar iute Bunătăți de la Bunica”, cimbru, sare, piper.

Carnea de batal se taie în felii subțiri, se sărează, se așază una peste alta, iar între ele se pun ceapa tăiată, „Muștarul iute Bunătăți de la Bunica”, după gust, sare, ulei, piper și cimbru. Se lasă la rece 24 de ore, apoi fiecare bucată de carne se înfige în țepușă și se pune la fript. În timpul frigerii se învârte țepușa deasupra focului pentru a se pătrunde. Se servește cu varză acră tocată.

Tochitură dunăreană

400 g pulpă de porc, 200 g rinichi de porc, 100 g ceapă, 4 căței de usturoi, 200 ml ulei, 10 ml oțet, 1-2 roșii, 1 borcan de „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, 100 g telemea de oaie, salată verde, sare, piper.

Rinichii se curăță, se spală și se lasă o oră în apă rece, cât să-i acopere, și o linguriță de oțet. Se scurg, se taie în cubulețe, la fel și carnea, după care se înăbușă în ulei fierbinte cu o lingură de apă. Se adaugă ceapa și usturoiul, tocate mărunt, „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, sare și piper. Se lasă să fiarbă, pe foc potrivit, aproximativ o oră. Se curăță salata verde, spălându-se cu grijă fiecare foaie în parte sub un jet de apă rece. Foile de salată se vor așeza pe marginea farfuriei, ca decor, cu felii de roșii. Peste tochitură se presară brânză rasă. Se servește cu mămăliguță.

Creier marinăresc

400 g creier de porc
150 ml ulei, 200 g arpagic
200 g ciuperci
200 ml vin roşu
4 felii de pâine albă
sare, piper

Creierul se curăţă, se spală şi se fierbe în trei căni de zeamă de carne (sau apă), în care s-a turnat un pahar de vin roşu. După ce s-a fiert, se scurge, se taie în felii, apoi se înăbuşă în 100 ml ulei, împreună cu arpagicul şi cu ciupercile, tăiate lame. Se potriveşte de sare şi piper, după preferinţe. Când este gata, se freacă bine creierul cu 50 ml ulei şi se serveşte, împreună cu crutoane de pâine prăjită în ulei.

Cremă de cartofi

1 kg cartofi
150 ml lapte
150 g smântână
50 g unt, un ou
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se spală bine cartofii, apoi se pun la fiert, în coajă, într-o oală cu apă clocotită. Când încep să se crape, înseamnă că sunt fierţi. Se scot, se lasă câteva minute să se răcorească, apoi se curăţă de coajă şi se pisează cât mai mărunt posibil, după care se amestecă bine cu laptele şi untul, până se omogenizează. Separat, se freacă smântâna cu un gălbenuş, apoi se amestecă în piureul de cartofi. Se potriveşte de sare şi piper, se omogenizează din nou şi se serveşte cu pătrunjel fin tocat presărat deasupra.

Gâscă sălbatică la cuptor

o gâscă (1-2 kg)
500 g roşii, 500 g ceapă
100 g untură gâscă, 100 g unt
o căpăţână de usturoi
500 ml vin alb sec
120 ml vin alb dulce, mărar
cimbru, pătrunjel, leuştean
sare, piper

Gâsca se curăţă, se taie bucăţi, se freacă cu piper şi usturoi şi se frige în unt amestecat cu untură. Se adaugă ceapa şi usturoiul tocate mărunt, apoi vinul sec încălzit. Roşiile se toacă şi se pun la fiertură cu mărarul, cimbrul, pătrunjelul, leuşteanul, sarea şi piperul. Se dă la cuptor 4–5 ore la foc mic, apoi se degresează, se scot mărarul, cimbrul, pătrunjelul şi leuşteanul, se adaugă vinul dulce şi se mai dă puţin la cuptor.

Frigărui de berbecuţ

800 g carne de berbec fără os
2 cepe, 2–3 ardei graşi
3 roşii, unt sau seu de rinichi
sare, piper, cimbru, foi de dafin

Se taie carnea bucăţi subţiri şi se presară cu sare, piper şi cimbru. Ceapa se desface foi, roşiile se taie felii groase, iar ardeii, pătrăţele late de 2–3 cm. Pe o ţepuşă de lemn se înşiră bucăţi de carne alternând cu roşii, ardei, ceapă şi foi de dafin. Se unge frigăruia cu unt sau seu de rinichi şi se pune pe jar. Se întorc pe toate părţile, pentru a se rumeni bine.

Frigărui de peşte

1 kg peşte
100 g slănină afumată
2 roşii, 2 cepe
o lămâie, o legătură de pătrunjel
sare, piper

Peştele se curăţă, se spală, se sărează, se piperează, apoi se freacă bine cu lămâia, tăiată în două, se dezosează şi se taie în bucăţele în lungime de aproximativ 4–5 centimetri. Slănina se taie în feliuţe. Ceapa se curăţă, se spală şi se taie în rondele. Roşiile se spală şi se taie în feliuţe. Se înfig bucăţile de peşte în frigărui, alternând cu feliuţe de roşii, de slănină şi de ceapă. Se frig pe toate părţile pe grătarul bine încins. Se servesc stropite cu zeamă de lămâie şi presărate cu pătrunjel tocat.

Legume umplute

10 roşii sau 6 dovlecei sau 6 vinete
500 g carne tocată, o ceapă
un ou, o legătură de mărar
o felie pâine, 100 ml lapte
2 linguri orez, 250 ml supă de carne
200 ml bulion de roşii, 100 ml vin
200 g smântână, 100 g caşcaval
cimbru, piper, o linguriţă de sare

Ceapa se căleşte, apoi se adaugă peste ea orezul şi carnea şi se stinge totul cu puţină supă. Se amestecă cu mărarul pisat, oul bătut, pâinea înmuiată în lapte, cimbrul, sarea, piperul. Se prepară un sos fiert din zahărul ars, stins cu bulion şi apă, peste care se adaugă vinul. Cu compoziţia rezultată se umplu roşiile scobite, se acoperă cu căpăcelul tăiat, iar miezul se amestecă cu sosul care se toarnă peste ele în oală. Dovleceii se taie în două, se scobesc, se umplu, se acoperă cu felii de roşii şi se dau la cuptor în tavă cu sos. Vinetele se curăţă de cozi, se crapă pe lung, se scobesc, se umplu, se acoperă cu felii de roşii, se toarnă sosul peste ele, se acoperă cu caşcaval ras şi se dau la cuptor. Roşiile şi dovleceii se servesc cu smântână.

Macrou marinat

1 kg macrou
2 linguri de făină, 2 cepe
100 ml ulei, 100 ml vin alb sec
50 ml oţet, o lingură de bulion
piper boabe, foi de dafin

Peştele se curăţă, se spală, se porţionează şi se presară cu puţină sare, apoi se tăvăleşte prin făină şi se rumeneşte într-o tigaie cu 2 linguri de ulei încins. Se curăţă şi se spală ceapa, se toacă mărunt, după care se căleşte în restul de ulei. Se adaugă făina, amestecând cu atenţie şi, când aceasta devine aurie, se toarnă bulionul dizolvat în vin, oţetul, apoi se pun 2–3 foi de dafin şi vreo 10–15 boabe de piper. Se fierbe, la foc mic, până dă câteva clocote, după care se ia de pe foc şi se toarnă peste bucăţile de peşte. Se lasă la rece înainte de a fi servit.

Musaca

5 cartofi
400 g carne macră, un morcov
3–4 cepe, un ou
2 linguri de smântână
o ceaşcă cu zeamă de carne
o lingură de bulion, ulei
sare, piper, verdeaţă

Se poate pregăti cu cartofii cruzi sau fierţi. Cartofii cruzi se curăţă, se taie felii groase şi se prăjesc puţin pe ambele părţi. Carnea se dă prin maşina de tocat, împreună cu morcovul şi doi cartofi cruzi. Se rumeneşte împreună cu ceapa, apoi se lasă să se răcească. Se adaugă oul, smântâna, sarea, piperul şi verdeaţa tocată mărunt. Se unge o cratiţă şi se tapetează cu pesmet, apoi se aşază alternativ câte un rând de cartofi şi unul de carne, ultimul fiind de cartofi. Se toarnă zeama de carne amestecată cu bulionul şi se ţine la cuptor până scade.

Ouă marinăreşti

4 ouă
3 cepe, 2 linguri de făină
50 g unt, 100 ml vin roşu
2 felii de pâine albă, sare, piper

Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte într-o tigaie cu unt încins. Când devine transparentă, se adaugă făina, amestecând continuu. În momentul în care aceasta începe să se rumenească, se stinge cu vinul. Se potriveşte de sare şi piper şi se continuă fierberea încă vreo 15 minute. Între timp, se fierb ouăle tari, se curăţă, se taie în felii, după care se adaugă în sos, lăsându-se încă vreo două minute. Se servesc calde, cu crutoane de pâine prăjită.

Pilaf de crap

600 g crap
300 g orez, 100 ml ulei
2 linguriţe de bulion, 2 cepe
sare, piper

Se curăţă ceapa, se spală, se toacă mărunt, apoi se pune la călit într-o cratiţă cu trei linguri de ulei înfierbântat. Orezul se alege, se spală în mai multe ape, se scurge bine şi se pune la călit, peste ceapă. Se lasă câteva minute, amestecând permanent, ca să nu se ardă, apoi se adaugă bulionul, se amestecă şi se stinge cu două căni de apă călduţă. Se mai lasă cam un sfert de oră să fiarbă, adăugând câte puţină apă caldă, la nevoie, timp în care se curăţă peştele, se spală şi se porţionează. Când orezul este fiert, se adaugă bucăţile de crap, se toarnă deasupra o lingură de ulei, se sărează, se piperează, se acoperă cu capacul şi se introduce la cuptor timp de un sfert de oră, la foc potrivit.

Proboi

1 kg cap de nisetru sau morun
1/3 măruntaiele de morun
o ceapă, un morcov
2 roşii, 20 ml oţet
pătrunjel, piper, sare

Se taie capul de peşte în bucăţi mici care se pun la fiert într-un litru de apă cu o linguriţă de sare, ceapa, morcovul şi roşiile tăiate cubuleţe. Măruntaiele se spală bine în câteva ape, se taie bucăţele şi se adaugă peste fiertură împreună cu cartofii tăiaţi cubuleţe. Se mai ţine 30 de minute la fiert, apoi se adaugă sarea, piperul şi oţetul, iar când se ia de pe foc se presară cu verdeaţă.

Pulpă de berbec cu varză

600 g pulpă de berbec
1 kg varză murată
100 g untură, o ceapă
o lingură de bulion, 3 roşii
sare, foi de dafin, cimbru
piper boabe, boia dulce de ardei

Se curăţă pulpa de berbec, se spală, se porţionează, se opăreşte în apă clocotită, se dă printr-un jet de apă rece şi se presară cu sare, apoi se înăbuşă în untura încinsă, cu două linguri de apă. Varza se spală, se curăţă şi se taie fideluţă. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă şi se taie în felii. După ce s-a înăbuşit carnea, se pun în cratiţă varza şi bulionul diluat cu puţină apă, lăsându-se să mai fiarbă o jumătate de oră, apoi se adaugă condimentele, se completează cu apă, se acoperă cratiţa şi se dă la cuptor, la foc potrivit, cam două ore. Când e aproape gata, se adaugă roşiile. Se serveşte caldă.

Pulpă de berbec umplută

1 kg pulpă de berbec
200 g ciuperci, 2 linguri de orez
200 ml ulei, 200 ml lapte
o ceapă, o felie de franzelă
o lămâie, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Pulpa se curăţă, se spală, după care se tranşează şi se dezosează. Se taie lămâia în două, iar cu jumătăţile ei se freacă bine carnea, peste tot. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame, iar ceapa curăţată şi spălată se toacă mărunt. Se pun ciupercile şi ceapa să se înăbuşe în ulei, se adaugă mărarul şi pătrunjelul, tocate fin, sare şi piper. Se ia de pe foc şi adaugă felia de franzelă înmuiată în lapte, stoarsă bine şi mărunţită. Se amestecă bine, până se omogenizează compoziţia, apoi se umple pulpa de berbec cu ea, se leagă, se unge cu ulei şi se dă la cuptor aproximativ 2 ore, stropindu-se din când în când cu sosul format în tavă.

Rotogoale de berbec

500 g rotogoale de berbec
125 g carne de oaie
50 g slănină afumată
untură, usturoi, cimbru, piper
boia de ardei, sare

Se spală bine rotogoalele şi se împănează cu slănină afumată, carne şi usturoi. Usturoiul rămas se pisează şi se amestecă cu sare, piper, boia şi puţină apă. Rotogoalele se pun în tigaia cu untură şi se stropesc cu zeama de condimente până se frig.

Pulpă de vită cu orez şi măsline

400 g pulpă de vită
50 g ardei gras
100 g măsline, un ou
200 ml sos chinezesc
o legătură de mărar
100 g ciuperci proaspete
100 g unt, sare, piper

Carnea de vită se spală, se curăţă pe cât posibil de tendoane, se freacă cu sare şi se taie feliuţe lungi. Ardeiul gras şi ciupercile se spală şi se taie la fel. Măslinele se separă de sâmburi, iar verdeaţa se toacă mărunt. Se topeşte tot untul, ungându-se bine o tavă. Se încinge cuptorul la 180° apoi se pun în tavă carnea, legumele deasupra şi se condimentează. Se ţine la copt circa 30–40 de minute. Când este gata, se dă la masă cu măsline alături, sos chinezesc şi verdeaţă tăiată fin.

Scrumbie cu legume

400 g scrumbie
2 roşii
2 ardei graşi
un morcov
o legătură de ceapă verde
100 ml suc de roşii
o legătură de mărar
100 ml ulei, cimbru
ienibahar, piper
o legătură de pătrunjel
3 căţei de usturoi, sare după gust

Peştele se lasă la dezgheţat (dacă este congelat), apoi se spală cu puţină apă călduţă şi se curăţă de solzi. Legumele se spală şi se taie în feliuţe. Peştele se prăjeşte într-o tigaie cu ulei încins, apoi se dă la masă, pe un platou alungit. În acelaşi ulei se prăjesc legumele rămase cu 50 ml suc de roşii. Când sunt gata pe trei sferturi, se adaugă usturoiul pisat şi condimentele. Sosul astfel format se pune pe platou şi se presară cu verdeaţă şi condimente, după gust. Se serveşte cu suc de roşii.

Scrumbie friptă pe cărbuni

1 kg scrumbii, 100 ml ulei
o căpăţână de usturoi
sare, piper, cimbru

Scrumbiile se curăţă, se îndepărtează intestinele şi urechile, se spală cu apă rece, se lasă să se usuce, apoi se dau prin sare. După un sfert de oră, în care se îmbibă cu sarea, se ung cu ulei pe toate părţile. Se ia o coală de pergament, se unge şi ea cu ulei şi se înfăşoară peştele, apoi se pune în spuza rămasă după topirea jarului. Se coace înăbuşit timp de un sfert de oră, după care se scot, se desface hârtia de pergament, iar peştele se curăţă de cap şi de coadă. Se crestează longitudinal, pe spinare, se scoate scheletul, fără a se fărâma peştele, după care se pune pe platou şi se condimentează. Se serveşte cu mujdei de usturoi.

Sfârâială dobrogeană

400 g măruntaie de miel şi carne de la coadă sau gât
3 linguri de unt
un polonic de smântână
2 cepe, 500 g mălai
2 l apă, sare

Se fierbe o mămăligă tărişoară. Se taie măruntaiele şi carnea şi se sărează. Ceapa se toacă şi se pune la prăjit în unt, împreună cu carnea, până se rumenesc. Apoi se adaugă smântâna. Mămăliga se întinde pe un fund de lemn şi se scobeşte la mijloc, unde se toarnă sfârâiala, ca într-o farfurie. Se serveşte fierbinte.

Ştiucă umplută

o ştiucă (1 kg)
o scrumbie
2 ouă, o ceapă
200 g miez de pâine albă
2 roşii, 2 legături de pătrunjel
2 legături de mărar
4 căţei de usturoi
100 ml ulei, 2 linguri de bulion
un morcov, 100 ml vin alb, sare, piper

Se curăţă ştiuca şi se jupoaie de piele. Se dezosează ambii peşti, se pun oasele şi capetele la fiert, iar carnea se trece prin maşina de tocat împreună cu miezul de pâine înmuiat în lapte şi stors, ceapa, usturoiul şi verdeaţa. Se adaugă ouăle bătute cu miezul de roşii. Pielea de ştiucă se usucă, se coase fin şi se umple cu compoziţia rezultată. Se astupă cu un capac dintr-o felie subţire de cartof fixată cu trei beţişoare trecute prin piele. Se înmoaie puţin în ulei ceapa rămasă cu morcovul feliuţe, se adaugă peştele deasupra şi se toarnă bulionul, zeama de la roşii, vinul, supa de peşte, sare şi piper. După ce scade zeama, se dă la cuptor. Se serveşte fierbinte cu mărar verde presărat deasupra.

Tocăniţă de cegă

1 kg cegă
2 kg cartofi, 3 cepe
4 ardei graşi, 3 roşii
o ceaşcă de ulei
sare, condimente

Se curăţă şi se taie cega în bucăţi de 4-5 cm care se rumenesc în ulei. După ce s-au rumenit, se scot bucăţile de peşte şi în acelaşi ulei se călesc cepele tocate în felii subţiri şi ardeii tocaţi mărunt. Se adaugă puţină apă şi se mai ţine un timp la foc mic. Cartofii se curăţă şi se taie cuburi şi se adaugă în vas împreună cu peştele şi se lasă să fiarbă. Se adaugă roşiile date pe răzătoare, sare şi condimente şi se lasă să scadă.

Tocăniţă de miel cu cartofi

500 g carne de miel
4 cartofi
3 ardei graşi
3–4 roşii, 2 cepe
o legătură de pătrunjel
sare, piper, rozmarin

Se spală şi se curăţă carnea, apoi se taie în bucăţele, se dă cu sare şi piper. Ceapa şi ardeii se spală, se curăţă şi se toacă mărunt. Roşiile se spală şi se taie în feliuţe. Într-o cratiţă, se pun bucăţile de carne,

ceapa, ardeiul şi roşiile, un pahar de apă şi un praf de rozmarin. Se acoperă cu capacul şi se lasă să fiarbă. Cartofii se curăţă, se spală, se taie în sferturi, sau, dacă sunt mai mari, în opt, se fierb în apă clocotită cu puţină sare, apoi se scot şi se aşază în cratiţă cu carnea şi celelalte. Se mai fierb împreună un sfert de oră, se potriveşte gustul cu sare şi piper şi se presară pătrunjel tocat mărunt.

Tuslama de burtă

400 g burtă de vacă
1 kg picior de vacă
3–4 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
200 g ţelină, 2 cepe
3 foi de dafin, 2 linguri de făină
100 ml ulei, 2 ouă, 30 ml oţet, sare

Burta şi piciorul de vacă se spală bine şi se freacă cu sare până se albesc. Se opăresc, se spală din nou, se curăţă şi se pun la fiert. După 3 ore de fiert se pun 200 g morcovi, pătrunjelul, ţelina, ceapa, foile de dafin şi se mai fierbe o oră. Apoi se taie în cubuleţe burta şi carnea de pe picior. Morcovii rămaşi se rad şi se călesc în ulei, se adaugă făina şi se stinge cu zeama în care a fiert burta. Se mai fierbe 30 de minute, se lasă la răcit şi se strecoară. Se adaugă la sos gălbenuşurile de ou, oţetul, se amestecă, se toarnă peste carne şi se mai fierbe 10 minute. La sfârşit se pune sare.

Zacuscă de crap

1,2 kg crap fără cap
3 morcovi, 2 roşii
200 g arpagic, o rădăcină de albitură
80 g ţelină, o rădăcină de pătrunjel
o ceapă, 250 g castraveţi muraţi
80 g măsline, 120 ml vin alb
2 linguri de pastă de tomate
o foaie de dafin, cimbru
ienibahar, sare, piper

Se curăţă peştele, se taie bucăţi, se sărează şi se prăjeşte în ulei. În acelaşi ulei se călesc ceapa, morcovul, albitura, ţelina şi arpagicul tăiate felii. Se adaugă foaia de dafin, cimbrul, ienibaharul, piperul măcinat şi castraveţii muraţi curăţaţi de coajă şi seminţe, tăiaţi felii şi desăraţi. Se stinge totul cu pasta de tomate şi vinul, se adaugă puţină apă şi se lasă la fiert. Se desărează măslinele, se curăţă de sâmburi, se toacă mărunt şi se adaugă peste legume împreună cu bucăţile de peşte şi se dă la cuptor. Se serveşte caldă sau rece cu pătrunjel verde tocat presărat deasupra.

Salată dobrogeană de legume

500 g roşii
4–5 castraveţi verzi
o ceapă, 2 ardei graşi
50 ml ulei, 75 g telemea
sare, verdeaţă

Roşiile se taie felii, ceapa se taie peştişori, castraveţii se curăţă, se taie în felii subţiri. Se taie ardeii în două, se scot seminţele şi se taie în felii. Verdeaţa se toacă mărunt. Se adaugă sare şi ulei şi se amestecă uşor. Se serveşte cu telemea rasă.

Salată pescărească

400 g peşte
100 ml ulei, un ou
o lingură de muştar, 10 ml oţet
o salată verde, 2 roşii
o ceapă, o lămâie
o legătură de mărar
2 legături de pătrunjel, sare, piper

Peştele se curăţă, se spală, se porţionează şi se pune la fiert în bain-marie. Se prepară un sos vinegret din muştar, o linguriţă de oţet, sare şi piper. Se fierbe un ou tare, se curăţă şi se zdrobeşte cu furculiţa, apoi se amestecă în sos, adăugând uleiul şi jumătate din cantitatea de pătrunjel, tocat mărunt. Se omogenizează, după care se adaugă salata verde, spălată în mai multe ape şi tocată mărunt, precum şi restul de verdeaţă, de asemenea fin tocată. Se opăresc roşiile în apă clocotită, se curăţă de coajă şi de sâmburi, se taie mărunt şi se pun peste salată. Deasupra se aşază bucăţile de peşte, ornate cu feliuţe de lămâie.

Sarmuzac (mujdei)

2 căpăţâni de usturoi
100 ml ulei, frunze de verdeaţă
tarhon, sare

Usturoiul se pisează bine împreună cu sarea şi se freacă cu uleiul până se obţine o pastă. Se ornează cu frunzuliţe de verdeaţă şi se foloseşte în special la peşte.

Sos de ciuperci pentru peşte

100 g unt
3 linguri de făină, 200 g ciuperci
300 ml supă de oase
200 g smântână, mărar verde, sare

Se taie ciupercile, se opăresc, se scurg, se călesc în 50 g unt şi se lasă să fiarbă în zeamă. Restul de unt se încinge, se pune făina şi se căleşte. Se stinge cu supa de oase, se adaugă ciupercile, sarea şi mărarul. Se lasă să fiarbă 20 de minute, se adaugă smântâna şi se lasă la fiert până când se îngroaşă.

Baclava

1,250 kg făină de bună calitate
un ou, 2 linguri de vin
500 g unt, 500 g migdale
1,5 kg zahăr
vanilie, apă de flori

Făina se frământă cu oul, vinul, o bucăţică de unt cât o nucă şi apă cât înghite. Se bate aluatul de masă de câteva ori, apoi se lasă să se odihnească o jumătate de oră. Se amestecă migdalele curăţate şi pisate mărunt cu vanilia şi 250 g zahăr pudră. Se taie aluatul în 30–40 bucăţi, se întind după mărimea tăvii, care se unge cu unt înainte şi se adaugă peste foi amestecul de migdale cu zahăr. Se opăreşte cu tot untul şi se dă la cuptor până se coace pe jumătate. Se scoate din cuptor şi se pune deasupra un sirop preparat din 1,250 kg zahăr, 3/4 l apă şi apă de flori. Se introduce din nou în cuptor pentru un minut, apoi se lasă la răcit. Se taie în formele dorite.

Chec cu smochine

250 g zahăr
350 g făină
150 g unt
4 ouă, 250 g smochine
250 g miez de nucă, o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat

Smochinele se curăţă, se lasă să se înmoaie timp de o oră în apă rece, după care se dau prin maşina de tocat. Lămâia se dă pe răzătoare. Se separă albuşurile de gălbenuşuri şi se bat spumă. Se freacă bine untul cu zahărul, până se formează o cremă spumoasă, apoi se încorporează, pe rând, gălbenuşurile, făina, zahărul vanilat, smochinele, coaja rasă de lămâie şi albuşurile. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o formă unsă cu puţin unt. Se dă la cuptor, la foc iute, să se coacă. Se taie în felii numai după ce se răceşte.

Cremă de morcovi cu miere

500 g morcovi
200 g miere
2 mere
150 g brânză dulce de vaci
150 g smântână
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se curăţă morcovii, se spală şi se pun la fiert în apă clocotită. Când se înmoaie, se scot, se lasă până se răcesc, după care se dau pe răzătoare. Merele se curăţă de coajă şi căsuţa cu seminţe, apoi se dau şi ele pe răzătoare. Brânza dulce se amestecă bine cu smântâna, formând o pastă omogenă, în care se pune mierea, se presară zahărul vanilat, iar la sfârşit se adaugă morcovii şi merele rase. Compoziţia se omogenizează şi se serveşte la masă rece, în cupe.

Plăcintă cu iaurt

400 g foi de plăcintă
300 g iaurt, 5 ouă
100 g zahăr tos
50 g unt, o lămâie
2 pliculeţe de zahăr vanilat
100 g stafide

Se separă gălbenuşurile de albuşuri. Albuşurile se bat spumă. Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, iaurtul, coaja rasă de la o lămâie, zahărul vanilat şi albuşurile, adăugate în această ordine. Într-o tavă unsă cu unt, se aşază jumătate din cantitatea de foi, se acoperă cu aproape toată compoziţia, păstrând doar vreo 4 linguri, se adaugă stafidele şi câteva cubuleţe de unt, apoi se acoperă cu foile rămase, peste care se toarnă restul de umplutură. Se dă la cuptor cam 40 de minute, la foc moderat.

Plăcintă din flori de salcâm

1 kg flori de salcâm
o ceaşcă de miez de nucă măcinată
100 ml apă
un ou, 500 g făină
un pahar de ulei
o ceaşcă de apă caldă, sare

Florile se spală, se curăţă de frunze şi codiţe, apoi se pun la fiert în apă. Când sunt fierte, se pisează până se obţine o pastă. Separat se bate albuşul şi se amestecă cu miezul de nucă, apoi se toarnă peste pastă. Se frământă un aluat din făină, untdelemn, apa caldă şi gălbenuşul de ou, la care se adaugă puţină sare. Se întinde o foaie groasă de 2-3 mm care se umple câte puţin cu pastă de flori şi se rulează pe măsură ce se umple. Se unge cu ulei şi se dă la cuptor.

Plăcintă neagră cu cireşe

200 g cireşe
200 g zahăr, 6 ouă
150 g pesmet
100 g ciocolată menaj
50 g migdale
50 g unt

Cireşele, fără sâmburi, se presară cu două linguri de zahăr şi se lasă la rece vreo două ore. Se sparg ouăle şi se separă gălbenuşurile de albuşuri. Albuşurile se bat spumă. Ciocolata se dă pe răzătoare. Migdalele se pisează mărunt. Gălbenuşurile se bat cu restul de zahăr, se adaugă pesmetul, ciocolata şi migdalele, apoi şi albuşurile. Se omogenizează şi se împarte în două. Prima jumătate se întinde într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet, peste ea se pun cireşele cu zahăr, iar deasupra se acoperă cu cealaltă jumătate. Se introduce tava la cuptor, unde se lasă o oră, la foc moderat.

Așază masa cu

În fiecare lună pe data de 20

Prăjituri pentru cafea

250 g făină
200 g zahăr, 2 ouă
50 g migdale dulci
o lămâie, sare

Lămâia se dă pe răzătoarea mică. Migdalele se curăţă şi se prăjesc puţin pe plită, apoi se pisează mărunt. Într-o cratiţă pusă pe foc mic, se pun două linguri de zahăr să se caramelizeze. Când zahărul începe să capete o culoare maronie, se stinge cu o lingură de apă şi se amestecă, lăsându-se pe foc până ce apa scade aproape complet. Se amestecă zahărul caramelizat cu migdalele. Separat, se amestecă făina cu restul de zahăr, două gălbenuşuri şi coaja rasă de lămâie. Se omogenizează şi se frământă bine, cel puţin un sfert de oră, după care se întinde o foaie cu grosimea de aproximativ 5 milimetri. Se taie în pătrăţele, eventual şi în alte forme, apoi se acoperă cu glazura de migdale prăjite şi zahăr caramelizat.

Rulouri cu brânză de vaci

400 g făină
100 ml ulei, 20 g drojdie
2 lămâi, 200 g brânză de vaci
un ou, 2 linguri de zahăr tos
o lingură de pesmet
3 linguriţe de zahăr pudră

Se dizolvă drojdia în zeama stoarsă de la cele două lămâi, se amestecă bine cu uleiul, după care se toarnă, puţin câte puţin, făina. Se omogenizează şi se lasă un sfert de oră la crescut, apoi se întinde o foaie subţire. Brânza se scurge de apă şi se amestecă, într-un castron, cu zahărul tos şi cu coaja rasă de lămâie. Se presară foaia cu pesmet, se aşterne uniform compoziţia, după care se rulează şi se taie în bucăţi de câte 5–6 centimetri lungime. Rulourile se dau la cuptor, într-o tavă uscată, până se rumenesc, apoi se servesc calde, presărate cu zahăr pudră.

Bucate din Maramureş

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

Mâncăruri de oieri şi plugari

Enclavă istorică şi vatră a istoriei românilor, Maramureşul vine la ospăţul bucătăriei româneşti cu bucate arhaice, caracteristice civilizaţiei păstoreşti. Bucătăria maramureşeană nu este nici ardelenească, nici bucovineană, ci maramureşeană, un amestec bizar de tradiţii şi influenţe păstrate până astăzi.

În Maramureş se găteşte cu multă untură de porc, ca şi în Ardeal, uneori untura fiind înlocuită cu slănină afumată sau costiţă tăiată mărunt şi topită. Omniprezentă e brânza, consumată simplu sau în diverse combinaţii, pe cât de simple, pe atât de ingenioase. Nelipsite de pe mesele maramureşenilor sunt şi ţuica fiartă cu miere de albine sau horinca de prune. Primăvara, când se formează turmele de oi care vor pleca la păşunatul alpin, se serbează stâna maramureşeană. Evenimentul se petrece pe dealurile din jurul satelor. Atunci se întind la iarbă verde mese cu mâncăruri şi băuturi tradiţionale, în acordurile unei muzici folclorice cu ecouri ancestrale. Voia-bună şi dansul continuă până noaptea târziu la casa baciului. Se mănâncă sarmale cu smântână, coleşe (mămăligă) cu brânză, ciorbe, supe, fripturi, iar ca desert, clătite cu brânză de vacă şi smântână. Un alt fel de mâncare specific Ţării Maramureşului, foarte gustos şi uşor de preparat, este mămaliga cu brânză şi jumări, pregătită în straturi şi care se serveşte fierbinte, de preferat cu ceapă verde şi, bineînţeles, udată cu horincă. Ciorbele, borşurile şi majoritatea supelor sunt pregătite cu rântaş şi drese cu smântână.

O altă sărbătoare la care maramureşenii petrec şi se ospătează este Tânjaua. Obiceiul, care se practică şi în zilele noastre în satele de pe Valea Marei, îl serbează pe cel mai harnic gospodar al satului care a ieşit la arat cu plugul. El este purtat în mod sărbătoresc, simbolic, de „tânjaua plugului“ şi este udat cu apă „dătătoare de viaţă“. Obiceiul continuă cu ospătatul la casa sărbătoritului, unde toţi participanţii sunt serviţi cu mâncăruri şi băuturi din belşug.

Astăzi, bulzul maramureşean e de găsit în multe restaurante româneşti, la fel ca şi clătitele cu brânză de vaci şi smântână, care se pun la cuptor. În zonă se mănâncă şi piure de castane cu frişcă, desert orăşenesc, preluat de la Viena. Un deliciu în Maramu' e, mai nou, şi găina unsă cu untură de porc şi pusă pe jar, dar umplută cu ficat şi legume. Mai rar veţi găsi, pe Valea Izei, doar în casele gospodarilor vechi, o mâncare care seamănă cu paella spaniolă: mămăligă subţire în care gospodina azvârle bucăţi de brânză sfărâmată, de cârnăciori de casă uscaţi, două-trei ouă, lapte şi smântână: iese ceva de te lingi pe degete, care e la fel de bună şi rece, dar udată cu ceva horincă.

SATU MARE
CAREI
BAIA MARE
SIGHETU MARMAȚIEI
Halmeu
Călinești-Oaș
Huta-Certeze
Negrești-Oaș
Seini
Chilia
Asuajul de Sus
Satulung
Somcuta Mare
Vadu Izei
Hoteni
Ocna Sugatag
Baia Sprie
Cavnic
Stoiceni
Bogdan Vodă
Moisei
Borșa
Târgu Lăpuș
Tășnad
Supuru de Jos
Supuru de Sus
Livada
Micula
Turulung
Orașu Nou
Odoreu
Medieșu Aurit
Culciu Mare
Valea Vinului
Ardud
Homorodu de Mijloc
Fărcașa
Socond
Soconzol
Beltiug
Aciș
Sâcășeni
Bicaz
Corund
Bogdand
Hodod
Cehăluț
Ardusat
Crunișor
Viile Satu Mare
Domănești
Mădăras
Moftinu Mic
Doba
Berveni
Căpleni
Doroltu
Botiz
Lazuri
Norojeni
Bătarci
Cămărzana
Turt
Tarna Mare
Sighet
Vama
Blidari
Firiza
Târnova
Târnăvița
Remetea Chioarului
Copalnic-Mănăștur
Ulmeni
Valea Chioarului
Lăpuș
Rogoz
Suciu de Sus
Rohia
Sârbi
Sisești
Dumbrăvița
Surdești
Băiuț
Cupșeni
Sat-Șugatag
Deseși
Giulești
Călinești
Bârsana
Rona de Jos
Petrova
Leordina
Ruscova
Poienile de sub Munte
Valea Vișeului
Bistra
Strâmtura
Rozavlea
Vișeu de Sus
Ieud
Botiza
Șilștea de Sus
Săcel
Sighetu Marmației
Sighetu Marmației
Sighetu Marmației

Festivaluri gastronomice

Maramureş
Asuajul de Sus
Târgul cepelor – septembrie
Târgul cireşelor – iunie
Baia Mare
Festivalul castanelor – toamna
Bogdan Vodă
Ruptul sterpelor – mai
Borşa
Sânzienele – 19-20 iulie
Hoteni
Tânjaua, festival folcloric – prima duminică din mai
Moisei
Târg de Sântămărie – 15 august
Ocna Şugatag
Tânjaua – aprilie
Prislop-Borşa
Hora de la Prislop – 13 august
Satulung
Festivalul obiceiurilor din Ţara Chioarului – iulie
Sighetu Marmaţiei
Festivalul Obiceiurilor laice de iarnă – decembrie
Stoiceni
Festivalul obiceiurilor din Ţara Lăpuşului – iulie
Şomcuţa Mare
Stejarul - festivalul verii – prima duminică din iulie
Vadu Izei
Nunta – 23-25 iulie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Paştele Blajinilor – a IV-a zi după Paşti
Sâmbra oilor – prima duminică din mai

Satu Mare
Călineşti-Oaş
Serbarea căpşunelor – iunie
Chilia
Festival codrenesc – august
Huta Certeze
Sâmbra oilor – mai
Pasul Huţa
Sâmbra oilor – prima duminică din iunie

Podgorii şi centre viticole

Centre independente: Seini, Halmeu

Chifteluţe din măruntaie de porc

200 g ficat de porc
600 g plămâni de porc
200 g limbă de porc
100 ml ulei
2 linguri de făină
o ceapă, 3 ouă
2 legături de mărar
2 legături de pătrunjel
sare, piper

Se curăţă ficatul, plămânii şi limba şi se spală, apoi se pun la fiert în apă rece şi puţină sare. Se lasă aproape o oră şi se adună spuma când e cazul, apoi se scot, se lasă la răcit, după care se dau prin maşina de tocat. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă într-o cratiţă cu două linguri de ulei şi una de apă, apoi se adaugă măruntaiele şi se mai lasă un sfert de oră. Se ia cratiţa de pe foc, se lasă până se răceşte, apoi se adaugă 2 ouă, sare, piper şi verdeaţă tocată mărunt. Se modelează biluţe, care se dau prin făină şi ou bătut, apoi se rumenesc în ulei încins.0

Clătite cu cârnaţi

12 foi de clătite
200 g cârnaţi de casa sau cabanos
200 g şuncă presată
200 g caşcaval
200 g smântână
o legătură de mărar
sare, piper

Cârnaţii se taie feliuţe, şunca se taie în cubuleţe mici, mărarul se spală şi se toacă mărunt, iar caşcavalul, curăţat de coajă, se dă pe răzătoare. Se amestecă bine toate aceste ingrediente, presărând puţin caşcaval ras, se sărează şi se piperează după gust, apoi se umplu clătitele şi se rulează, după care se pun într-un vas, se toarnă smântâna deasupra lor, se presară restul de caşcaval ras şi se introduc la cuptor, unde se lasă cam un sfert de oră, la foc potrivit. Se servesc calde, ca aperitiv.

Găluşte de ciuperci

1 kg ciuperci proaspete
2 cepe, 100 g slănină
2 linguri de făină, 200 g pâine albă
200 ml lapte, un ou
50 g unt, o legătură de pătrunjel, sare

Ciupercile se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, la fel şi ceapa. Slănina se taie în feliuţe subţiri. Pătrunjelul se spală şi se toacă fin. Pâinea se taie în felii şi se lasă la înmuiat, o oră, în lapte, apoi se stoarce şi se mărunţeşte. Într-o tigaie, se pun feliuţele de slănină, se lasă până se topesc puţin, apoi se adaugă ceapa, ciupercile şi pătrunjelul. Se călesc câteva minute, apoi se scot, se amestecă într-un castron cu ciupercile, oul, făina şi puţină sare. Din această compoziţie, se modelează găluşte, care se pun la fiert un sfert de oră în apă cu sare şi se opăresc cu unt încins.

Omletă cu peşte uscat

8 ouă
4 roşii
400 g peşte uscat
100 ml ulei
sare, piper

Peştele se ţine timp de câteva ore la desărat într-un vas cu apă rece. Între timp, roşiile se opăresc bine în apă clocotită, se scot, se lasă până se mai răcoresc, apoi se curăţă de pieliţe şi se dau pe răzătoare. Se pun roşiile să fiarbă în sucul lor, până ce acesta se îngroaşă. Se scoate peştele, se scurge şi se pune la fiert peste roşii. Se adaugă o lingură de ulei şi se lasă să fiarbă, la foc mic. În acest timp, se prepară patru omlete: se bat câte două ouă, se sărează, se piperează şi se rumenesc pe ambele părţi în ulei fierbinte. De fiecare dată, când omleta este rumenită pe jumătate, se scoate, se aşază în centrul ei câte o porţie de peşte, se îndoaie şi se pune din nou la prăjit. Se servesc cu sosul de roşii.

Ouă cu sos de smântână

6 ouă
500 g smântână
5 linguri de muştar
o salată verde, pătrunjel

Se fierb ouăle până se fac tari şi se taie în jumătăţi, apoi se scot din coajă. Într-un castron se prepară sosul din smântână şi muştar, care se amestecă bine, până se obţine o pastă omogenă. Jumătăţile de ou se aşază pe frunze de salată şi se pune pe fiecare câte o lingură de sos şi pătrunjel tocat.

Plăcinţele de cartofi

600 g cartofi
200 ml lapte
un ou, 2 linguri de pesmet, 100 g unt
100 g smântână (sau iaurt)
o legătură de mărar
sare, piper

Cartofii se spală şi se fierb, în coajă, într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Când sunt gata, se scot, se lasă până se răcesc, apoi se curăţă de coajă şi se pisează, ca pentru piure. Se amestecă acest piure cu laptele, un ou, o linguriţă de sare, un praf de piper şi mărar tocat mărunt, se omogenizează bine, apoi se împarte compoziţia în 16 bucăţi (câte patru pentru fiecare porţie), care se turtesc, dându-le forma unor plăcinte, se dau prin pesmet şi se rumenesc într-o tigaie cu unt topit şi înfierbântat. Se servesc calde, cu câte o linguriţă de smântână sau iaurt deasupra.

Ruladă din slănină

400 g slăninuţă
foi de dafin, piper
un căţel de usturoi
boia dulce

Se taie fâşiuţe subţiri de slăninuţă, care se pun la fiert cu mirodenii şi sare. După ce se înmoaie, se scot, se lasă la răcit, se împănează cu usturoi, se presară boia dulce peste ele şi se rulează. Se leagă apoi cu o sfoară pentru a se fixa. După ce s-au răcit, se pot tăia.

Pastă de jumări sau slănină

1 kg jumări sau slănină, 4 ouă fierte tari, 2 cepe, 2 linguri de „Muștar dulce Bunătăți de la Bunica”, 1 linguriță de piper, 1 linguriță de boia, sare.

Jumările sau slănina se trec prin mașina de tocat. Ceapa se taie mărunt, ouăle se zdrobesc, apoi se amestecă toate cu“Muștarul dulce Bunătăți de la Bunica”, sarea și condimentele, până la omogenizare. Se servesc cu pâine prăjită și gogoșari murați.

Rasol de pasăre

1 kg carne de pasăre, 4 cartofi, un morcov, o rădăcină de pătrunjel, un păstârnac, „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”, o căpățână de usturoi, 25 ml oțet, o legătură de pătrunjel, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, sare.

Carnea se curăță, se spală și se fierbe, întreagă, în apă rece. Se curăță și se spală morcovii și albitura, adăugându-se întregi în oală, atunci când carnea este pe jumătate fiartă. Se spumează ori de câte ori este necesar. Între timp, se curăță cartofii, se spală și se pun să fiarbă separat în apă clocotită cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, după gust. În momentul în care carnea s-a fiert, se scoate pe un platou, se sărează, se taie în bucățele și se împrejmuiește cu felii de cartofi și cu rondele de zarzavat, iar deasupra se presară pătrunjelul, tocat mărunt. Se servește cu „Crema de hrean Bunătăți de la Bunica”.

Borș cu carne afumată

500 g carne afumată de porc, 10 g ceapă, 100 g morcovi, 50 g pătrunjel, 100 g țelină, 200 g cartofi, 100 g bulion, 20 g usturoi, 75 g ulei, 200 g smântână, 1 l borș, cimbru, verdeață, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica", sare.

Carnea se taie bucăți și se pune la fiert în apă cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica". Ceapa și zarzavatul se taie și se călesc timp de 15 minute, se stinge cu bulion, cimbru și mujdei de usturoi și se pun în oala cu carne. Se adaugă cartofii tăiați cuburi și borșul fiert separat. Când carnea este fiartă, se pun smântâna și sarea, dacă mai este nevoie. La sfârșit, se adaugă verdeața tocată.

Mușchi de urs ca în Maramureș

1 kg mușchi de pe spinarea ursului, 200 ml vin, 50 g ceapă, 150 g ulei, 2 ouă, 50 g făină, 80 g pesmet, 50 g „Sos Țigănesc sau Sos Haiducesc Bunătăți de la Bunica", 20 g morcov, 20 g țelină, 20 g pătrunjel verde, 20 g păstârnac, 300 ml supă de oase de urs, 800 g varză roșie, 250 g cartofi, 70 g costiță afumată, 70 g mere, 80 g bureți, sare, piper, cimbru, zahăr.

Fileul de urs se sărează, se piperează și se prăjește în ulei. Se ține la cuptor cu zarzavatul și ceapa tăiate mărunt. Mușchiul se scoate, iar în sosul rămas se rumenește făina, se stinge cu supa de oase, se adaugă pasta de roșii, vinul și cimbrul. Varza se taie subțire, se sotează în puțină grăsime cu costița tăiată felii subțiri, merele felii, sare și puțin zahăr. Cartofii se fierb sferturi, se pasează și se amestecă cu făina, ouăle, sarea și nucșoara din care se fac turtițe rotunde, se trec prin pesmet și se prăjesc în grăsime. Se taie felii de file și se servesc cu varza roșie, găluștele de cartofi și felii de bureți fierți. „Sosul Țigănesc sau Sosul Haiducesc Bunătăți de la Bunica" se oferă în sosieră.

Tobă

un cap de porc
un stomac de porc
o limbă de porc, o inimă de porc
100 g şorici de porc
sare, piper boabe, piper măcinat
foi de dafin, cimbru, ienibahar

Stomacul se curăţă şi se spală, la fel şi capul, şoriciul şi organele. Într-o oală cu apă rece, se pun să fiarbă urechea, bucăţile grase de la cap, limba, inima şi şoriciul, adăugând câteva boabe de piper şi foi de dafin. Când sunt pe jumătate fierte, se scot, se lasă la răcit, apoi se taie în cubuleţe. Se pun într-un castron, cu puţină zeamă de la fiert, sare, piper şi alte condimente, după preferinţe. Se umple stomacul cu această compoziţie, se coase şi se pune la fiert, în aceeaşi zeamă. După o oră, se scoate, se aşază între două bucăţi de lemn, iar peste cea de deasupra se pune o greutate. Se lasă până se răceşte şi se încheagă.

Ciorbă cu afumătură maramureşeană

500 g carne de porc
100 ml ulei, o ceapă
2 morcovi, o rădăcină de pătrunjel
o ţelină, 3–4 roşii
100 g fidea, 15 g usturoi
40 ml oţet, cimbru, sare

Carnea de porc se taie în bucăţi şi se pune la fiert, se căleşte ceapa în ulei, se adaugă zarzavatul ras şi se căleşte încă 10 minute. Când carnea este pe jumătate fiartă, se pun zarzavatul în ciorbă, roşiile trecute prin sită, cimbrul, mujdeiul de usturoi, oţetul şi sarea. După 20 de minute se pune fideaua fiartă separat şi se mai lasă pe foc până este gata.

Ciorbă cu cârnaţi şi zeamă de varză

500 g cârnaţi afumaţi
2 morcovi, o rădăcină de pătrunjel
o ţelină, 200 g varză murată
2 cepe, 100 ml ulei
200 g smântână, 2 linguri de bulion
2 l zeamă de varză

Se curăţă şi se spală bine zarzavaturile şi varza, apoi se pun la fiert, toate tocate mărunt. Ceapa se căleşte în ulei, apoi se adaugă cârnaţii tăiaţi felii, care se ţin pe foc până se rumenesc. După ce s-au rumenit, se pun în ciorbă. Zeama de varză se fierbe separat, bulionul se diluează cu apă şi smântână şi se adaugă toate la ciorbă.

Bolovan de făină

500 g făină
125 g unt
500 ml lapte
50 g drojdie, 3 ouă
2 linguriţe de zahăr tos, 100 g stafide
2 linguriţe de zahăr pudră
400 ml compot de fructe, sare

Se frământă făina cu 100 g unt, laptele, drojdia, stafidele (ţinute în prealabil timp de o oră în apă rece, apoi scurse şi tocate mărunt), ouăle, o lingură de zahăr şi un vârf de linguriţă de sare. Aluatul obţinut se aşterne uniform într-o cratiţă, unsă bine cu unt. Se pune pe foc o oală cu apă, iar când aceasta clocoteşte, se introduce în ea cratiţa cu aluatul şi se lasă să fiarbă, în bain-marie, timp de aproximativ două ore. După aceea, se scoate aluatul, se dă prin zahăr pudră, se porţionează şi se serveşte cald, cu compot de fructe.

Bulz

400 g mălai
1,5 l lapte, 300 g brânză
200 g unt, sare, 100 g smântână

Se pune laptele la fiert, se adaugă sarea şi, când a fiert, se pune mălaiul, amestecând încă 10 minute la foc mic. Se răstoarnă balmoşul pe un fund de lemn şi se taie cuburi care se umplu cu brânză amestecată cu jumătate din cantitatea de unt. Se rotunjesc bucăţelele de balmoş, se ung cu unt, se pun într-o tavă tapetată cu unt şi se pun la cuptor. Se serveşte cald, cu smântână.

Caşă din crupe de hrişcă

500 g crupe de hrişcă
75 g unt, 50 g brânză
50 g nuci, sare

Se aleg crupele de hrişcă, se spală şi se fierb în apă cu sare. Se adaugă nucile rase şi untul rumenit. Se unge cu grăsime un vas de pământ, se toarnă în el compoziţia, se presară deasupra brânza rasă şi se ţine la cuptor până se rumeneşte.

Cârnaţi de casă cu brânză şi mămăliguţă

500 g cârnaţi afumaţi
300 g brânză de burduf, mălai
2 ouă, 100 g smântână, ulei, sare

Se face o mămăligă potrivită, din mălai, apă şi sare. Cârnaţii se taie feliuţe şi se prăjesc într-o formă unsă cu grăsime, până se rumenesc, după care se taie în felii groase. Se pune jumătate din mămăliguţă pe fundul tăvii, deasupra se pun cârnaţii şi brânza, apoi restul de mămăliguţă şi se acoperă din nou cu brânză şi cârnăciori. Se pune la cuptorul încins 15 minute, după care se toarnă ouăle bătute cu smântână şi se mai lasă 5 minute.

Chiftele cu sos de roşii

500 g carne de porc sau de vită
o felie de pâine, 100 ml ulei
100 ml lapte, 3 ouă
2 linguri de bulion
20 g unt, o lingură de făină
o linguriţă de zahăr
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se spală, se curăţă şi se dă prin maşina de tocat, apoi se amestecă bine cu pâinea, înmuiată în lapte şi stoarsă, 2 ouă, verdeaţa tocată, sare şi piper. Se omogenizează, apoi, cu mâna udă, se formează chiftelele, care se prăjesc

Prima și cea mai importantă revistă din domeniu

Apare pe data de **10** în fiecare lună

BUCUREȘTI, str. Ciprian Porumbescu, nr. 10,
Cod 712131, sector 1, Tel./fax: 0040/21-211.06.10;
tel.: 0040/722.261.632; 0040/744.380.643
http://www.casalux.ro

în ulei încins. Separat, se înfierbântă untul într-o cratiţă, se adaugă făina şi se amestecă bine. Înainte de a începe să se îngălbenească, se stinge cu o cană de apă rece, se lasă un clocot, apoi se adaugă bulionul, sare, piper şi o linguriţă de zahăr. Se dă focul mic şi se mai lasă puţin, apoi se adaugă chiftelele, lăsându-le să fiarbă împreună 10 minute.

Ciulama de roşii

800 g roşii
o ceapă mare
un gogoşar sau un ardei
2–3 căţei de usturoi
2–3 linguri de smântână
2 linguri de făină, pătrunjel
sare, piper, puţin ulei, apă

Ceapa şi gogoşarul se taie mărunt şi se călesc în ulei. Roşiile se opăresc, se taie felii, se adăugă peste ceapă şi gogoşar împreună cu o cană de apă şi se lasă la fiert. Se amestecă făina cu încă o cană de apă, se adaugă în cratiţă şi se sărează. Când se ia de pe foc se pune smântâna, apoi usturoiul pisat şi pătrunjelul tocat mărunt.

Ciuperci ţărăneşti

750 g ciuperci
o ceapă, 20 g unt
200 g smântână, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se taie lame, se opăresc în apă clocotită şi se călesc în unt, împreună cu ceapa, curăţată, spălată şi tocată mărunt. Când încep să se prăjească, se sting cu smântâna. Se ia cratiţa de pe foc, se potriveşte gustul cu sare şi piper şi se dă la cuptor, la foc domol, timp de aproximativ o oră. Se servesc presărate cu mărar şi pătrunjel, tocate mărunt.

Gulaş de mazăre

1 kg mazăre
2 cepe, 75 ml ulei
25 g margarină, o linguriţă de zahăr
sare, boia iute de ardei

Se curăţă şi se spală ceapa, se toacă mărunt, apoi se căleşte în ulei înfierbântat. Mazărea se curăţă şi se spală, se scurge bine, apoi se adaugă în tigaia în care este ceapa, împreună cu un vârf de linguriţă de zahăr, o linguriţă de sare şi boia, după gust. Se toarnă o cană de apă călduţă şi se lasă să se înăbuşe, la foc moale, acoperind vasul cu un capac. Din când în când, dacă zeama scade prea mult, se completează cu câte puţină apă călduţă. Se amestecă mereu, să nu se lipească. Atunci când mazărea e fiartă, se adaugă margarina şi se lasă, tot la foc mic, până ce sosul scade aproape complet.

Jumări câmpeneşti

8 ouă
2–3 cartofi, 3 roşii
100 g ciuperci, 80 g unt
100 g mazăre
100 g telemea de vacă
sare, piper

Cartofii, roşiile şi ciupercile se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe mici. Într-o cratiţă cu unt încins, se pun să se călească întâi cartofii, apoi, când aceştia încep să se prăjească, se adaugă roşiile şi ciupercile, iar mai târziu mazărea. Ouăle se bat, se sărează, se piperează şi se toarnă în cratiţă. Se rade telemeaua deasupra, apoi se pune capacul şi se lasă să se înăbuşe câteva minute. Se servesc cu pâine prăjită.

„Lapte de bou“

4 ceşti cu seminţe de dovleac
1 l lapte, sare

Se pune laptele la fiert cu puţină sare. Se prăjesc seminţele şi se macină făina care se adaugă peste laptele dat în clocot. Se amestecă până se obţine o pastă groasă. Se mănâncă cu mămăligă.

Mămăliguţă cu brânză la cuptor

400 g mălai
o lingură de sare, 200 g brânză
100 g unt, 2 ouă, 2 linguri de lapte

Se face din mălai, apă şi sare o mămăligă moale. După ce este gata, se pune într-o tavă unsă cu ulei un strat de mămăligă, apoi unul de brânză, unul de unt şi apoi iarăşi un strat de mămăligă, unul de brânză şi unul de unt, ultimul fiind de mămăligă. Se bat ouăle cu lapte şi sare şi se toarnă peste mămăligă, apoi se presară puţină brânză şi se pune la cuptor până se rumeneşte.

Mămăliguţă în pături

1 kg mălai
3 l apă, 100 g unt, 200 g urdă
200 g caş, 200 g brânză de burduf
200 g caşcaval, 200 g smântână
200 g brânză telemea, sare

Când apa începe să fiarbă, se pun sarea şi mălaiul, ca la o mămăligă obişnuită. Se unge bine cratiţa cu unt şi se dă la încins. După ce untul s-a topit, se toarnă primul strat de mămăligă, gros de cel mult 2 cm. Deasupra se pune un strat de caş şi altul, mai subţire de mămăligă. Se pun apoi straturi – telemea, mămăligă, urdă, mămăligă, brânza de burduf, mămăligă. Deasupra se pune caşcavalul frecat cu smântână şi se dă la cuptor la foc mic.

Melci rasol cu mujdei de usturoi

80 de melci
3 căţei de usturoi, o ceapă
un morcov, 25 ml oţet
sare, o foaie de dafin

Melcii se fierb în apă clocotită cu sare, apoi se desprind de cochilii şi se pun la fiert cu morcovul şi ceapa, care s-au tăiat înainte în feliuţe subţiri. Se scot pe un platou, apoi se pregăteşte separat sosul din usturoiul pisat cu sare şi oţet. Sosul se toarnă peste melcii scoşi pe un platou.

Pilaf cu prune uscate

prune uscate, orez, ulei, zahăr

Orezul se rumeneşte în ulei şi se stinge cu apă fierbinte. Se adăugă prunele ţinute două ore în apă la înmuiat şi se dă la cuptor la foc mic. Zahărul se adăugă la sfârşit, după gust.

Piure de cartofi cu mărar

1 kg cartofi
un pahar de lapte, 4 linguri de unt
2 legături de mărar verde

Se fierb cartofii în coajă, iar după ce se înmoaie se decojesc şi se pasează. Se adaugă untul şi laptele şi se freacă bine. Mărarul tocat mărunt se pune în piure, apoi se bate spumă până se obţine o compoziţie omogenă.

Şniţel din carne tocată

800 g carne de porc sau de vită
40 g untură, 100 g pesmet
sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se dă prin maşina de tocat, se sărează, se piperează, apoi se împarte în opt părţi egale, care se turtesc în formă de şniţele, groase cam de un centimetru. Se dau şniţelele prin pesmet şi se prăjesc, pe ambele părţi, într-o tigaie cu untură încinsă. Se servesc calde, cu garnitură de cartofi prăjiţi, piure sau natur, sau cu soté de legume, precum şi cu diverse salate.

Tocană de purcel

400 g cartofi
300 g varză murată, 3-4 cepe
400 g carne grasă de purcel
200 g costiţă, o căpăţână de usturoi
3 linguri de untură, o lingură de ulei
sare, piper, cimbru, paprika

Carnea şi costiţa se taie bucăţi şi se prăjesc în untură încinsă. Cartofii se pun la fiert în coajă, ceapa se taie peştişori, iar usturoiul se pisează. Când cartofii sunt aproape gata, se curăţă, se taie felii şi se pun la prăjit în untură, împreună cu ceapa, câteva minute. Se toacă varza fideluţă şi se freacă cu boia şi ulei. Carnea fiind rumenită, se toarnă usturoiul, se mai lasă câteva clocote, se sărează şi se piperează şi se scoate pe un platou. În untura încinsă se răstoarnă varza şi se căleşte uşor. Pe platou se aranjează lângă carne, cartofii şi varza şi se presară cimbru.

Zacuscă de ciuperci

3 gogoşari roşii
3 ardei verzi, 4 cepe
250 g ciuperci, 3–4 roşii
500 ml ulei, sare, piper, pătrunjel

Se spală toate legumele foarte bine. Ciupercile se pun la fiert cu puţină sare, apoi se taie în bucăţi foarte mici. Celelalte legume se toacă foarte mărunt şi se pun în vase separate. Într-o cratiţă mare se pune ceapa la călit; se ţine o jumătate de oră, apoi se procedează la fel cu toate celelalte legume. La sfârşit se amestecă, se adaugă roşiile date prin maşină, sarea, piperul şi puţin zahăr. Se mai ţine amestecul o jumătate de oră pe foc, apoi se pune în borcane uscate şi încălzite, care se aşază într-o oală mare cu apă şi se mai fierb o jumătate de oră.

Sos alb cu smântână

50 g unt
2 linguri de făină, 200 ml lapte
300 g smântână, sare

Se înfierbântă untul într-o cratiţă şi se pune făina la călit. Se stinge cu lapte. Se adaugă smântâna şi se amestecă bine, să nu facă cocoloaşe. Se lasă la fiert 20 de minute şi se pune sare după gust.

Cornuleţe cu rahat vanilate

250 g unt
200 g smântână
100 g zahăr pudră
600 g făină, 400 g rahat
4 piculeţe de zahăr vanilat

Se amestecă untul cu smântâna, drojdia, zahărul pudră şi făina, se frământă şi se întinde o foaie de o jumătate de centimetru grosime, care se taie în pătrate cu laturile de câte 5 centimetri. Pe fiecare dintre ele, se pune câte o feliuţă de rahat, apoi se rulează şi se dau la cuptor, într-o tavă unsă cu puţin unt, să se coacă. Nu trebuie lăsate să se înnegrească! Se servesc calde, pudrate din abundenţă cu zahăr vanilat.

Gutui umplute

4 gutui de mărime medie
100 g miez de nucă, 2 linguri de miere
50 g stafide, 2 linguri de zahăr pudră
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se spală bine gutuile, se şterge cu grijă puful, apoi se taie un căpăcel în partea superioară a fiecăreia şi se scoate o parte din miez, împreună cu cotorul, lăsând totuşi pereţii suficient de groşi ca să nu se spargă la copt. Nucile se prăjesc pe plită, apoi se pisează sau se dau prin maşină, apoi se amestecă bine cu stafidele tocate mărunt şi cu mierea, compoziţia obţinută fiind folosită pentru a umple gutuile. Acestea se pun într-o tavă uscată şi se dau la cuptor, la foc potrivit. După ce s-au copt, se scot şi se servesc calde, pudrate cu zahăr pudră şi zahăr vanilat.

Piure de castane

40 de castane
300 g zahăr, 2 linguri de rom
3 foi de gelatină, 125 g frişcă

Se crestează coaja castanelor şi se pun la fiert cu apă rece. După 15 minute se curăţă uşor de coajă. Se fierb, se trec prin maşina de tocat, apoi prin sită. Se prepară un sirop din zahăr şi 1/2 pahar apă şi se fierbe cu castanele până se îngroaşă. Se adaugă romul, frişca şi foile de gelatină înmuiate în apă clocotită. Se amestecă, se toarnă într-o formă umezită şi se lasă două-trei ore la congelator. Se serveşte garnisită cu ciocolată rasă şi frişcă.

Plăcintă cu nuci

500 g făină
200 ml lapte, 100 g unt
500 g nuci, 400 g zahăr
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se amestecă făina cu laptele, cu 50 g unt şi un vârf de linguriţă de sare, se frământă şi se lasă o jumătate de oră să se odihnească, la căldură, acoperindu-se cu o farfurie încălzită. Nucile se coc în cuptorul încins, apoi se curăţă de coji şi se dau prin maşina de tocat, apoi se presară cu 100 g zahăr şi se amestecă. Restul de zahăr se dizolvă, împreună cu zahărul vanilat, în apă fierbinte, lăsându-se pe foc mic până se leagă siropul. Se întinde aluatul, se împarte în două foi, între care se pun nucile, stropindu-se foaia de deasupra cu unt fierbinte. Se dă o jumătate de oră la cuptor, apoi se toarnă siropul fierbinte deasupra. Se serveşte tăiată în pătrate sau în romburi.

Ştrudel de cireşe şi vişine

100 g cireşe
100 g vişine, 100 g zahăr tos
350 g făină, un ou, 50 g unt
sare, 2 linguri de zahăr pudră

Cireşele şi vişinele se curăţă de codiţe, li se scot sâmburii şi se presară cu zahăr, lăsându-le la rece două ore. Se amestecă 300 g făină cu un ou, un vârf de cuţit de sare şi o lingură de apă caldă, se omogenizează, apoi se pune pe planşeta de frământat, presărată cu făină. Se frământă energic, până începe să facă băşicuţe. Se stropeşte aluatul cu apă caldă, apoi se lasă o jumătate de oră să se odihnească. După aceea, se întinde bine într-o foaie subţire, se unge cu unt şi se aranjează cireşele şi vişinele cu zahăr. Se rulează, se unge din nou cu unt la suprafaţă şi se dă la cuptor să se rumenească. Se serveşte pudrat cu zahăr.

Bucate din Moldova

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

Ţara sarmalelor, plăcintelor şi vinului

Moldova este ţinutul marilor posibilităţi naturale: al oilor multe, „ciute şi cornute“, al podgoriilor uriaşe, al lanurilor de grâu şi secară, al ogoarelor şi livezilor pline de roade. Cum e şi firesc, din aceste bogăţii s-a născut întreaga bucătărie moldovenească – o bucătărie cu tradiţii străvechi şi obiceiuri inconfundabile. Aici este ţara alivencilor, a plăcintelor „poale-n brâu“, a pârjoalelor şi a celor mai faimoase borşuri. Şi asta, pentru că moldovenii sunt, în general, oameni gospodari – gospodar însemnând să aibă păpuşoi în hambar, făină şi slănină în pod şi credinţă în Dumnezeu, căci în rest, natura le-a înzestrat ogrăzile cu de toate: păsări, vite, porci, legume şi fructe din belşug.

Ca pe nicăieri, numai aici gospodinele gătesc ciorbe de potroace aromate cu leuştean, sarmale moldoveneşti şi nişte pârjoale să te lingi pe degete. Toamna fac povidlă din perjele (prunele) coapte şi brumate, numai bune de mâncat, iar vara, din vişine fierte - chisăliţă.

Dintre produsele lactate, preferate în Moldova sunt laptele şi brânza. Mămăliga este servită cu jumări, fripturi, brânză, smântână, cum îi place gospodarului să mănânce. În ziua tăierii porcului moldovenii fac o tochitură cu mămăliguţă mai vârtoasă, o toarnă pe un fund de lemn, alături de o strachină de curechi (varză) acru, scăldat în moare, dreasă cu un ardei iute. Dintre bucatele care fac deliciul sărbătorilor de iarnă face parte şi plăcinta cu cighir sau cârnaţi din carne tocată cu securea, care se ţin la zvântat în cămară, alături de oalele cu lapte prins. La fel chişca, un cârnat de porc făcut din intestinul gros, umplut cu tocătură de carne, ceapă, orez sau crupe.

Nici pe departe să se înţeleagă că moldoveanul este lacom sau gurmand. Nu, el a mâncat întotdeauna simplu, lipsit de pretenţii – doar atât cât îi trebuia să trăiască. Nu a neglijat niciodată însă pomenile şi nu a sărit peste posturi, convins fiind că mâncărurile pe care le sfinţeşte în biserică îl vor ajuta să menţină echilibrul între cei vii, divinitate şi strămoşi.

În trecut, friptura şi borşul de găină se vedeau rar pe masa ţăranului din Moldova, mai ales a celui sărac. Ţăranii îşi luau traista la spinare, în care-şi puneau mămăliga, brânza, slănina, o ceapă şi, eventual, ouă preparate vârtos sau scrob şi plecau la câmp.

Astăzi, nici o sărbătoare tradiţională nu se petrece fără sarmale, răcituri sau tăiţei cu carne de pasăre. Masa de sărbătoare în Moldova este cu gust împodobită cu bucate delicioase făcute din făină de grâu: învârtite, plăcinte, sarailii cu fructe şi altele. Pregătirile pentru hramuri se fac de obicei cu o săptămână înainte. Se taie păsări, se coc pâinea de casă şi cozonacii în cuptorul de pământ, folosind drept combustibil hripca (corzile rezultate de la curăţatul viei), şi colaci împletiţi, care se dau de pomană hrămarilor, cu o lumânare, de sufletul răposaţilor.

Cu o zi înainte de Lăsata Secului la brânză, moldovenii sărbătoresc „Sâmbăta brânzei“. În această zi, în toate casele moldoveneşti se fac plăcinte cu brânză şi se petrece; noaptea nu se doarme, ci se priveghează pe lângă focuri mari făcute-n uliţă, cu cântece şi jocuri. Tot un prilej de bună dispoziţie şi veselie sunt şi festivalurile gastronomice organizate în fiecare an în această regiune. Cele mai importante sunt: Festivalul plăcintelor (la Bacău), Festivalul usturoiului (la Copălău-Botoşani), Festivalul viei şi al vinului (în Vrancea). Bucătăria moldovenească e ilustrată astăzi de numeroase tradiţii livreşti, introduse în zonă de marii scriitori moldoveni: Alecsandri, Kogălniceanu, Negruzzi, Sadoveanu, Păstorel Teodoreanu, ei înşişi mari gurmanzi, ca să nu vorbim de Creangă şi Eminescu. Azi, Moldova înseamnă şi crâşme celebre fără de care o vizită pe drumul spre Iaşi n-are haz. Sunt celebrele Hanul Ancuţei (de la Roman), Trei sarmale ori Pe lângă plopii fără soţ, din Iaşi. Despre vinuri, ce să mai vorbim. Podgoriile Moldovei le-au dus moldovenilor şi faima de băutori, dar e numai din cauza vinurilor minunate, de la Cotnari, până la Buzău.

Plugari
Hârlău
Cotnari
Probota
Târgu-Neamț
PAȘCANI
Timișești
IAȘI
Tomești
Vânătec
Tupilați
Războieni
Bohotin
PIATRA NEAMȚ
ROMAN
Bicaz
Averești
Tătărani
HUȘI
VASLUI
Măgura
BACĂU
Vutcani
Prăjești
Comănești
Dofteana
Târgu Ocna
Slănic-Moldova
ONEȘTI
BÂRLAD
Murgeni
Berești
Păunești
Buciumeni
Smulți
Oancea
Nicorești
Panciu
Târgu Bujor
TECUCI
Jariștea
Odobești
Vârtescoiu
FOCȘANI
Cotești
Hanu Conachi
GALAȚI
Lopătari
RÂMNICU SĂRAT
Grebănu
Râmnicelu
Berca
Zărnești
Pătârlagele
Cernătești
BUZĂU
Pogoanele
Rușețu

Festivaluri gastronomice

Bacău
Bacău
Festivalul Internaţional al Plăcintelor – 26 octombrie
Dofteana, sat Cucuieţi
Teatru popular cu 120 personaje – 31 decembrie
Prăjeşti
Mătăhălile – 1 martie

Buzău
Berca
Bâlci – august
Buzău
Drăgaica – iunie
Lopătari
Festivalul Slănicului – iunie
Pătârlage
Târgul cocoşului – 6 mai

Galaţi
Galaţi
Hramul Sf. Mucenic Antim – 3 septembrie

Iaşi
Hârlău
Ţapul – 31 decembrie
Iaşi
Festivalul vinului – 12-13 octombrie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Arezanul viilor – 1 februarie
Retezatul stupilor – 20 iulie
Paştele Blajinilor – a IV-a zi după Paşte

Neamţ
Războieni
Sărbătoarea războienilor – iulie
Văratic
Pădurea de argint – mai

Vrancea
Focşani
Hramul Intrarea Maicii Domnului în Biserică – 21 noiembrie
Odobeşti
Festivalul vinului şi al recoltei – ultima duminică din septembrie

Podgorii şi centre viticole

Colinele Tutovei: Iana-Puieşti, Tutova-Bârlad, Bălăbăneşti
Coteşti: Vârtescoi, Cârligele, Coteşti, Tâmboieşti
Cotnari: Cucuteni, Cotnari, Hârlău, Frumuşani, Plugari
Covurlui: Băleni, Scânteieşti, Smârdan, Pechea
Dealu Mare: Zoreşti, Merei, Pietroasa (restul centrelor podgoriei se afla în Muntenia)
Dealurile Bujorului: Bujoru, Oancea, Bereşti, Smulţi
Dealurile Buzăului: Greabănu-Râmnicu Sărat, Zărneşti, Cernăteşti
Dealurile Fălciului: Vutcani, Murgeni
Huşi: Huşi, Avereşti, Tătărani
Iaşi: Copou-Şorogani, Uricani, Galata, Bucium, Tomeşti, Comarna, Covasna, Bohotin
Nicoreşti: Nicoreşti, Buciumeni
Odobeşti: Odobeşti, Jariştea, Boloteşti
Panciu: Panciu, Ţifeşti, Păuneşti
Zeletin: Parincea, Dealu Morii, Zeletin, Tănăsoaia, Gohor
Centre independente: Râmnicelu, Ruşeţu

Babic

250 g carne de vacă
250 g carne de porc
boia de ardei dulce
boia de ardei iute
piper, sare
600 g maţe

Carnea se taie bucăţi, se trece prin maşina de tocat cu sită mare şi se amestecă până la omogenizare cu boiaua, sarea şi piperul. Se lasă 2–3 zile la macerat, la frigider. Apoi se umple maţul cu compoziţia rezultată, se leagă la capete şi se pune 2–3 săptămâni la vânt, după care se afumă la rece una-două zile. Se presează între două planşete timp de 24 de ore, apoi se mai ţine una- două săptămâni la vânt să se usuce.

Buşeuri cu ciuperci

250 g făină
250 g margarină
500 g ciuperci
2 ouă
o linguriţă de oţet, sare

Se freacă făina cu o lingură de margarină, un praf de sare, o linguriţă de oţet şi o jumătate de cană de apă rece. Se frământă bine aluatul, se acoperă şi se dă la rece o jumătate de oră. Restul de margarină se frământă până se înmoaie şi se scurge apa din ea, apoi se dă la rece. Se întinde aluatul într-o foaie, se aşază în mijloc margarina, se împătureşte şi se întinde o foaie de un centimetru grosime. Se repetă mişcarea de 4 ori, apoi foaia se taie, cu ajutorul a două pahare cu diametre diferite, în cerculeţe. Cu un păhăruţ de ţuică, se scoate mijlocul cerculeţelor mai mici. Cerculeţele mari se ung cu ou bătut, peste ele se pun cele mici şi se dau la cuptor până se rumenesc, apoi se umplu cu ciupercile tocate şi înăbuşite.

Clătite cu brânză de vaci

600 g făină
8 ouă
1,6 l lapte
750 g brânză de vaci
300 g zahăr
2 plicuri de zahăr vanilat
200 ml ulei
100 g zahăr pudră
smântână
sare

Se prepară o cocă din făină, ouă, sare, 50 g zahăr, un plic zahăr vanilat, care se lasă apoi la răcit 30 de minute. Se fac foi de clătite, se umplu cu compoziţia de brânză, zahăr, 2 ouă şi un plic de zahăr vanilat, se împăturesc în patru, se pudrează cu zahăr şi se dau la cuptor 10 minute. Când se scot, se servesc cu smântână.

Clătite cu urdă şi mărar

100 g făină
3 ouă
300 ml lapte
250 g urdă
2,5 linguri de mărar tocat fin
o lingură de ulei
sare

Se face un aluat din făină, ouă, lapte, ulei şi puţină sare, apoi se unge o tigaie cu puţin ulei şi se toarnă cu polonicul din aluat, având grijă să se întindă uniform pe suprafaţa tigăii. După ce se întăreşte, se întoarce, rumenindu-se puţin şi pe cealaltă parte. Se umplu clătitele imediat cu urda frecată cu mărar şi se pun într-un vas de ceramică în cuptorul abia stins. Se servesc cu smântână.

Colţunaşi cu carne de pui

200 g carne de pui
200 g spanac
60 g unt
20 g caşcaval
3 ouă
300 g făină
sare, piper

Din făină, 2 ouă şi o linguriţă de sare se prepară un aluat şi se întinde într-o foaie subţire, care se taie în pătrăţele cu latura de 4–5 centimetri. Carnea de pui se fierbe în apă rece cu puţină sare, apoi se taie în cubuleţe mici. Spanacul se curăţă, se spală şi se opăreşte, apoi se toacă mărunt. Se prepară umplutura, din carnea de pui, spanac, un ou, sare şi piper. Se omogenizează, apoi se întinde pe bucăţile de aluat, care se îndoaie în formă de triunghi, se lipesc şi se fierb în apă clocotită cu sare. Se scot, se scurg şi se pun într-o tavă unsă cu unt. Se curăţă caşcavalul de coajă, se dă pe răzătoare şi se presară peste colţunaşi. Se dau la cuptor un sfert de oră la foc potrivit.

Omletă surpriză

8 ouă, 4 roşii
100 g slănină
100 g unt
100 ml lapte
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Roşiile se spală, se curăţă de cotoare şi se taie în cubuleţe. Slănina se taie în felii subţiri. Mărarul se spală şi se toacă foarte fin. Se încinge untul într-o tigaie mare şi se pun toate acestea să se călească puţin, după care se toarnă ouăle, bătute în prealabil în lapte şi presărate cu sare şi piper. Omleta trebuie să se rumenească pe ambele părţi, aşa că atunci când începe să se prăjească pe o parte, trebuie întoarsă. Se porţionează şi se serveşte caldă. În cazul în care nu dispunem de o tigaie atât de încăpătoare, omletele se vor face pe rând, cu câte un sfert din fiecare ingredient.

Piftie de cocoş

un cocoş matur
un rasol de viţel
2 cepe mari
o căpăţână de usturoi, 4 ouă

Cocoşul se tranşează, apoi se pune la fiert, împreună cu rasolul de viţel, în apă rece, cât să le acopere, şi un praf de sare. Se fierbe la foc mic, se spumează ori de câte ori este cazul. Se curăţă cepele, se spală şi se pun în oală, să fiarbă întregi împreună cu carnea. Usturoiul se curăţă, se pisează şi se prepară un mujdei, cu puţină sare şi apă rece câtă trebuie, apoi se strecoară şi se toarnă în oală, când carnea se desprinde de pe os şi se ia oala de pe foc. Se toarnă într-un vas zeamă, cam de 2 centimetri, după ce se încheagă se pune un strat de felii de ou fiert tare, se mai toarnă zeamă şi, peste ea, carnea, tăiată mărunt. Se lasă la rece până se prinde.

Piftie de viţel

1 kg cap de viţel
un rasol de viţel
2 cepe
o lămâie
o rădăcină de pătrunjel
o legătură de pătrunjel
sare, piper boabe
cuişoare, cimbru

Capul de viţel se curăţă, se spală şi se taie în bucăţi, apoi se pune la fiert împreună cu 2 cepe, curăţate şi tăiate în sferturi, rădăcina de pătrunjel, puţin cimbru şi coaja rasă de la o lămâie. Când carnea se desprinde de pe os, se scoate şi se lasă într-un vas cu apă rece. În locul său, se pune la fiert rasolul, adăugând câteva boabe de piper şi cuişoare. Se lasă până se fierbe carnea, iar zeama se strecoară, păstrând doar o jumătate de litru. Se desprinde carnea de pe oase, se taie în bucăţele şi se pune într-un vas încăpător. Se toarnă zeama peste ea, adăugând sucul de lămâie şi pătrunjel tocat. Se lasă la rece până se încheagă.

Piroşti cu brânză

150 g făină
100 ml lapte, un ou
4 g drojdie, 2 linguri de zahăr tos
50 ml ulei, 60 g telemea
o linguriţă de griş
un pliculeţ de zahăr vanilat
o linguriţă de zahăr pudră, sare

Se dizolvă o lingură de făină şi drojdia într-o linguriţă de lapte călduţ şi se lasă la căldură, să dospească, apoi se frământă cu restul de făină, un ou, 40 ml lapte şi o linguriţă de ulei. Se întinde o foaie, care se taie în patru cerculeţe. Zahărul tos se amestecă în 60 ml lapte cu puţină sare. În laptele rămas, se fierbe o linguriţă de griş, se lasă la răcit, apoi se omogenizează cu brânza rasă şi cu zahărul vanilat. Această compoziţie se întinde pe cerculeţele de aluat, care se îndoaie, formând semicercuri, se pun într-o tigaie cu ulei fierbinte şi se lasă până se rumenesc. Se servesc calde, presărate cu zahăr pudră.

Şorici fript pe grătar

1 kg şorici proaspăt de porc
o căpăţână de usturoi
200 g mălai, sare

Şoriciul se spală, se răzuie bine grăsimea, eventual se pârleşte, ca să nu mai rămână nici o urmă de păr, apoi se spală din nou şi se fierbe în apă rece cu puţină sare. Când s-a înmuiat suficient, se scoate, se scurge, se lasă din nou la uscat, apoi se taie în fâşii. Se încinge bine grătarul şi se pun bucăţile de şorici la fript, întorcându-le pe ambele feţe. Între timp, se curăţă usturoiul, se pisează şi se prepară un mujdei, adăugând apă rece şi sare, după gust. Cine doreşte, poate picura şi câţiva stropi de oţet. Din mălai, apă şi sare, se pregăteşte o mămăliguţă pripită, care se serveşte caldă, tăiată în felii, alături de şoriciul fript şi sosiera cu mujdei.

Toci moldovenesc

5 cartofi
3 ouă, 40 g untură
sare, piper, mărar verde, bicarbonat

Cartofii se curăţă, se spală, apoi se rad şi se amestecă cu ouăle, mărarul tocat mărunt, bicarbonatul, sarea şi piperul. Se amestecă bine, după care se ia câte o lingură din compoziţie şi se pune într-o tigaie, în care s-a încins untura înainte. Se prăjeşte fiecare bucată de compoziţie pe ambele părţi în untură fierbinte. Se serveşte fierbinte.

Borş cu chitici (peşti mici)

1 kg peşti mici
1 l borş, o ceapă
un morcov, un ardei gras
2 cartofi, 2 roşii
o rădăcină de pătrunjel
o rădăcină de ţelină
o rădăcină de păstârnac
o legătură de leuştean, sare, piper

Zarzavatul şi legumele se curăţă, se spală, apoi se taie: ceapa feliuţe, ardeiul în fâşii, morcovul şi rădăcinile în cuburi mici, după care se pun la fiert în apă cu sare. Când s-au înmuiat, se adaugă peştii. Se mai ţine puţin pe foc, apoi se adaugă borşul, fiert separat. La sfârşit se presară deasupra leuştean tocat.

Borş cu tocmăgei (tăiţei)

1/2 găină
500 ml borş, 50 g smântână
o ceapă, un morcov, un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
o ţelină, 100 g făină, un ou
verdeaţă, sare, piper

Găina se taie bucăţi, se pune la fiert şi, după ce se înmoaie, se adaugă zarzavatul tăiat bucăţi mari. Se prepară un aluat din făină, ou, puţină sare şi puţină apă, se întinde foaie, se taie fâşii lungi care se adaugă în oală când a fiert carnea. Se sărează, se piperează, se toarnă borşul, şi după primul clocot se adaugă smântâna bătută cu ou şi verdeaţa tocată mărunt. Se serveşte cu mămăligă.

Borş moldovenesc de găină

o găină
1 l borş, o ceapă
2 morcovi, o legătură mare de lobodă
un ou, 2–3 linguri de făină, leuştean
sare, piper

Se frământă un aluat din făină, ou, sare şi piper. Se întinde o foaie cât mai subţire şi din ea se fac tăiţei. Se fierbe găina tăiată în bucăţi cu ceapa în 2 l apă. După ce se fierbe, se adăugă borşul, loboda tăiată fâşii şi tăiţeii. Se lasă să clocotească 10 minute, apoi se sărează, se piperează şi se presară leuşteanul tocat mărunt.

Borş ţărănesc

600 g carne de vacă
o ceapă, un morcov
50 g albitură, 50 g ţelină
100 g cartofi, 2 roşii
un ardei gras, 1 l borş
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean, sare, piper

Carnea se spală şi se taie în bucăţi, apoi se fierbe. Se curăţă morcovul, albitura, ţelina şi ceapa, se toacă mărunt, apoi se adaugă în oală, după ce se aduna spuma carnea. Se curăţă cartofii, roşiile şi ardeiul gras, se taie în cubuleţe, apoi se pun şi ele la fiert. Borşul se fierbe separat, se lasă până dă vreo 2–3 clocote, apoi se ia de pe foc, se strecoară şi se toarnă în ciorbă. Se mai lasă câteva clocote, se potriveşte de sare şi piper şi se ia de pe foc. Se serveşte fierbinte, cu verdeaţa tocată mărunt presărată în farfurii şi cu ardei iute, pentru cine doreşte.

Ciorbă de potroace cu leuştean

măruntaiele de la o pasăre
2 cepe, un morcov
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
o ţelină, 2 linguri de orez
1,5 l zeamă de varză
pătrunjel, leuştean

Măruntaiele se spală bine, se curăţă şi se taie în bucăţi potrivite. Se pun la fiert în apă rece. După puţin timp, se adaugă ceapă tăiată mărunt şi zarzavatul de supă tăiat în patru. Când sunt aproape fierte, se pun două linguri de orez. La sfârşit se pun zeama de varză fiartă înainte, pătrunjelul verde şi leuşteanul tocate mărunt.

Ciorbă de oase de porc

1 kg oase de porc
100 g orez, un morcov
un păstârnac, o ţelină mică
1 l zeamă de varză
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean, sare, piper

Oasele se spală bine, apoi se sparg în bucăţi, cu grijă să nu rămână aşchii, apoi se fierb în apă rece cu sare. Se aduna spuma, după care se lasă focul mic, continuând fierberea timp de aproximativ două ore. Orezul se alege, se spală şi se lasă să se usuce. Zarzavaturile se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se adaugă în oală, împreună cu orezul. Se fierbe zeama de varză, se strecoară şi se toarnă în ciorbă, în momentul în care orezul este fiert. Se mai lasă să dea vreo câteva clocote, apoi se potriveşte de sare şi piper. Se serveşte fierbinte, cu verdeaţă tocată mărunt şi ardei iute.

Cremă de ţelină cu cartofi şi ceapă

1 kg cartofi
400 g de ţelină, 2–3 cepe
50 g brânză de vaci
2 linguri de smântână
o legătură de mărar
100 g frunze de ţelină
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ţelina, cartofii şi ceapa se spală, se curăţă, se toacă fin şi se pun la fiert. Se aduna spuma din când în când, iar când sunt gata, legumele se scot cu spumiera pe o farfurie. Se pasează cu o lingură de lemn şi se adaugă din nou în supă. Se omogenizează cu fiertura, brânza şi smântâna, amestecând uşor. La sfârşit se condimentează cu sare şi piper, adăugându-se pătrunjelul şi frunzele de ţelină întregi. Se mai dă un clocot şi e serveşte fierbinte, cu pâine prăjită.

Supă cu tăiţei de casă

1 kg oase de vită cu măduvă
o ţelină mică
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac, un morcov
o ceapă, 200 g cartofi
100 g făină, 2 ouă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Oasele se spală şi se fierb într-o oală cu apă rece. Se curăţă cartofii, ceapa, morcovul, rădăcina de pătrunjel, păstârnacul şi ţelina, se spală, se taie în sferturi şi se pun la fiert cu oasele, după ce se ia spuma. După câteva clocote, se potriveşte de sare şi piper. Se cerne făina, se adaugă ouăle, un praf de sare şi puţină apă călduţă. Se frământă bine, aluatul obţinut lăsându-se un sfert de oră, după care se întinde într-o foaie subţire. Se mai lasă câteva minute, să ia aer, după care se rulează, se taie în fâşiuţe, apoi se pune în oală. Se mai fierbe 10 minute, apoi se presară verdeaţa tocată.

Budincă de macaroane cu brânză de vaci

300 g macaroane
300 g brânză de vaci
100 g zahăr tos, 25 g unt
o lingură de pesmet, o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Se pun la fiert macaroanele într-o oală cu apă clocotită şi o linguriţă de sare. Se lasă până se înmoaie puţin, nu de tot. Se răcesc, trecându-le sub un jet de apă, apoi se scurg şi se lasă la uscat. Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Albuşurile se bat spumă cu două linguri de zahăr. Se amestecă macaroanele cu brânza, cele două gălbenuşuri,

Drob din măruntaie de miel

1 prapur de miel, 800 g măruntaie de miel, 4 ouă, 40 ml lapte, 40 ml ulei, 30 g ceapă verde, 30 g mărar, 30 g pătrunjel verde, sare, piper măcinat, „Muștar fin sau dulce Bunătăți de la Bunica”.

Măruntaiele se fierb în apă cu sare, apoi se taie bucăți cât se poate de mici. Tocătura obținută se amestecă cu ceapa, mărarul și pătrunjelul tocate mărunt, un ou întreg și încă trei gălbenușuri, laptele, sarea și piperul. Compoziția se pune în mijlocului prapurului și se acoperă cu marginea acestuia. Drobul se pune în tava unsă cu grăsime și se dă la cuptor. Se servește rece, ca gustare cu „Muștar fin sau dulce Bunătăți de la Bunica”, sau cald, cu salată verde și garnitură de cartofi prăjiți sau piure.

Cârnați de casă ca în Moldova

500 g carne de porc, 500 g carne de vițel, 250 g slănină crudă, 2 mațe de porc, 2 căpățâni de usturoi, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, sare, piper, coriandru, cimbru, ienibahăr, „Muștar cu hrean Bunătăți de la Bunica”.

Carnea se curăță, se spală și se taie în bucățele, apoi se dă prin mașina de tocat, împreună cu slănina. Se condimentează, după preferințe, cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, piper, coriandru, cimbru, ienibahar și sare (dacă mai este nevoie) . Se curăță usturoiul, se pisează și se amestecă în tocătură. După ce s-a omogenizat bine, tocătura se dă din nou prin mașină, la capătul acesteia fiind atașată o pâlnie specială pentru umplut cârnații. Mațele, curățate și spălate, se leagă cu ață la capătul opus celui care intră în pâlnie. Tocătura se stropește cu puțină apă rece, ca să fie mai alunecoasă, și se împinge cu mâna spre capătul mațului. Când s-au umplut, se leagă și la capătul celălalt și se lasă la aer să se usuce timp de 2 - 3 zile. Se consumă cu „Muștar cu hrean Bunătăți de la Bunica.”

Ostropel moldovenesc cu carne de rață

1 kg de carne de rață, 20 g „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, 20 g usturoi, 20 ml oțet, 60 g ulei, 20 g făină, boia de ardei dulce, pătrunjel verde, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, piper.

Bucățile de carne de rață se condimentează cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, se piperează și se prăjesc în ulei încins. În grăsimea rămasă se călește făina, se adaugă usturoiul tocat mărunt, „Sosul cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, boiaua de ardei și oțetul. Se stinge cu 600 ml apă caldă. Se adaugă carnea și se lasă să fiarbă. Se servește cu pătrunjel verde presărat deasupra și cu mămăliguță caldă.

Pulpă de berbec la tavă cu usturoi

1 kg pulpă de berbec, 50 g slănină, o lingură de untură, o căpățână de usturoi, sare, piper, chimen, cimbru, „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”.

Pulpa de berbec se curăță bine de grăsime și de pielițe, se spală și se lasă la scurs. Slănina se taie în bucățele. Usturoiul se curăță. Se crestează pulpa din loc în loc cu cuțitul și se împănează cu bucățele de slănină și cu căței de usturoi, apoi se presară cu sare și piper și se pune într-o tavă cu puțină apă. Se lasă o jumătate de oră, apoi se introduce la cuptor și se lasă la foc puternic până se formează o crustă la suprafață, după care se lasă focul mai mic. Din când în când, se stropește cu sosul format în tavă, iar când carnea devine mai fragedă, se unge cu untură, cu o pensulă. Se servește tăiată în felii cu „Crema de hrean Bunătăți de la Bunica”, presărând condimentele și adaugând și sosul din care s-a îndepărtat grăsimea.

restul de zahăr tos, zahărul vanilat şi coaja rasă de lămâie. Se toarnă şi albuşurile, se omogenizează. Se unge o cratiţă cu unt, se tapetează cu o lingură de pesmet, se toarnă compoziţia şi se dă totul la cuptor, la foc potrivit, o jumătate de oră.

Bujeniţă de iepure

spinarea şi pulpele din spate de la un iepure
1 l vin, piper
foi de dafin
ienibahar, cuişoare, sare

Vinul se fierbe cu piperul, foile de dafin, ienibaharul, cuişoarele şi sarea. Carnea de iepure, după ce a fost scoasă din baiţ, se pune într-un vas, se acoperă cu vinul fiert şi condimentat şi se pune la frigider. Se lasă la macerat 5 zile, se scoate, se mai ţine o zi la vânt şi o zi la fum cald. Se poate mânca tăiat felii sau copt la cuptor, învelit în cocă.

Cap de porc cu varză acră

1 kg cap de porc
1 kg varză murată
3 roşii, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
piper boabe, piper măcinat
sare, foi de dafin, cimbru

Capul de porc se pârleşte la flacără, se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se pune la fiert cu apă rece, sare, câteva boabe de piper şi foi de dafin. Se aduna spuma, apoi se lasă focul mic, continuând fierberea până când carnea începe să se desprindă de pe oase. Se scoate carnea, se taie în bucăţi şi se pune din nou la fiert, în zeama strecurată în prealabil împreună cu varza tăiată fideluţă. Se lasă la fiert aproximativ o oră, după care se adaugă roşiile tăiate în bucăţele mici şi verdeaţa tocată, se condimentează şi se introduce la cuptor pentru o jumătate de oră, la foc mic.

Ciulama de rinichi cu mămăliguţă

400 g rinichi de porc
60 ml ulei, 25 g unt
100 g făină
o ceapă mică
2 morcovi, 50 g ţelină
5 ml oţet, o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se spală şi se curăţă rinichii, se lasă o jumătate de oră în apă rece cu oţet, după care se opăresc în apă clocotită şi se taie mărunt. Se pun să fiarbă, aproximativ o oră, în apă cu puţină sare. Ceapa, morcovii şi ţelina se curăţă, se spală, se taie în sferturi, iar după ce s-au spumat rinichii, se adaugă la fiert. Făina se dizolvă în tot atâta apă, apoi se înăbuşă într-o cratiţă cu ulei încins. Se amestecă permanent cu lingura de lemn, apoi se mai subţiază cu o cană de apă caldă. Se adaugă rinichii şi se mai fierb o jumătate de oră. Se serveşte caldă, cu o lingură de unt şi pătrunjel tocat deasupra şi mămăliguţă alături.

Friptură de pui la tavă

1 kg carne de pui
25 g unt
200 ml vin alb
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Carnea se curăţă, se spală, se porţionează şi se condimentează cu sare, piper şi cimbru, apoi se pune într-o tavă în care s-a turnat untul topit. Se toarnă peste ea o cană de zeamă de carne şi se introduce la cuptor, unde se lasă, la foc potrivit, până se rumeneşte carnea. Din când în când, bucăţile de carne se întorc pe partea cealaltă şi se stropesc cu zeama din tavă. Când e aproape gata, se adaugă vinul şi se presară pătrunjelul, tocat mărunt. Se serveşte cu sosul propriu, dar şi cu garnitură de orez, de cartofi natur sau prăjiţi, soté de legume sau paste.

Gâscă umplută

o gâscă de aproximativ 1 kg
o ceapă, un ou, 100 ml lapte
50 g miez de pâine, 100 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Gâsca se opăreşte în apă clocotită, se curăţă şi se spală, apoi se extrag pipota, inima şi ficatul, care se toacă mărunt. Ceapa se toacă mărunt, apoi se înăbuşă în puţină apă cu un vârf de cuţit de sare. Se adaugă măruntaiele şi o cană de apă fiartă şi se lasă, pe foc mic, încă o jumătate de oră, apoi se ia de pe foc. Oul se bate spumă şi se omogenizează cu miezul de pâine înmuiat în lapte, sare, piper, 2 linguri de ulei şi verdeaţa tocată, apoi se adaugă în cratiţă. Se umple cu compoziţia obţinută gâsca, se coase şi se dă la cuptor într-o tavă cu 2 linguri de ulei şi puţină zeamă de carne. Se lasă până se rumeneşte.

Guguluf moldovenesc

1 kg cartofi
100 g făină
2 ouă
100 ml lapte
100 ml ulei
o ceapă, 10 g drojdie
bicarbonat, sare, piper

Se curăţă cartofii şi se fierb în apă cu sare. După ce au fiert se pasează, iar jumătate din cantitate se amestecă cu ceapă călită şi cu piperul. Drojdia se amestecă cu laptele cald şi cu puţină făină şi se lasă 10 minute. Apoi se frământă maiaua cu restul de făină, bicarbonat, jumătate din cantitatea de cartofi, un ou şi sare. Aluatul se taie în 10 bucăţi egale, fiecare bucată se umple cu compoziţia de cartofi şi ceapă. Gugulufu se pune într-o tavă, se unge cu ou deasupra şi se lasă la cuptor până se rumeneşte.

Mâncare de bame cu carne de pui

600 g carne de pui
400 g bame
1 l borş, 100 g unt
200 g roşii, o ceapă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Bamele se curăţă de cozi, se spală, apoi se opăresc în borş clocotit, se scurg, se clătesc cu apă rece, se lasă să se usuce, după care se înăbuşă în unt topit cu puţină apă. Separat, se înăbuşă ceapa, tocată mărunt. Când devine transparentă, se scoate şi se trece prin sită. Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se prăjeşte în unt, apoi se adaugă ceapa, se completează cu puţină apă fiartă şi se lasă pe foc potrivit. Se adaugă bamele, când carnea e pe trei sferturi fiartă, apoi roşiile, fierte şi pasate. Se lasă pe foc până scade, se potriveşte de sare şi piper şi se presară verdeaţa tocată.

Mâncare de prune uscate

600 g prune uscate
o lingură de zahăr
o linguriţă de făină, sare

Se spală prunele în mai multe ape, apoi se lasă o jumătate de oră să stea într-un castron cu apă rece. După aceea, se pun la fiert într-o oală cu apă călduţă şi un vârf de linguriţă de sare. În momentul în care sunt aproape fierte, într-o altă cratiţă se pune zahărul să se caramelizeze, stingându-l cu 2–3 linguri de apă din cea în care fierb prunele. Se adaugă făina, care se rumeneşte puţin, amestecând cu lingura de lemn ca să nu se ardă sau să se formeze cocoloaşe. Sosul obţinut se adaugă în oala cu prune, se amestecă bine şi se lasă până clocoteşte de câteva ori, apoi se dă la cuptor până scade zeama, rămânând doar cât să acopere prunele.

Nisetru la grătar

1 kg nisetru proaspăt, o lămâie
sare, piper, cimbru

Nisetrul se opăreşte într-o oală cu apă clocotită, apoi se scoate şi se curăţă de solzi cu un cuţit, răzuind dinspre coadă spre cap, apoi se taie în bucăţi de 2–3 centimetri lungime. Se încinge grătarul, se unge cu puţină grăsime şi se pune peştele la fript, întorcându-se din când în când, ca să se frigă pe ambele părţi. Se scoate pe un platou încălzit, se curăţă eventualele zone arse, apoi se presară cu sare, piper şi cimbru, după gust (nu se condimentează în timpul frigerii, ca să nu se amărască) şi se serveşte cu garnitură de cartofi natur şi zeamă de lămâie stoarsă deasupra.

Pături moldoveneşti

1 kg cartofi
2 ouă, 100 g brânză
3 linguri de făină, sare

Se fierb cartofii în coajă, se încearcă cu o furculiţă dacă s-au înmuiat, apoi se curăţă şi se dau prin maşina de tocat. În vasul în care se află pasta de cartofi se adaugă ouăle, brânza, făina, sarea şi se amestecă bine. Se întinde o foaie groasă cât degetul şi se taie pătrate mici. Se prăjesc în ulei şi se aşază unul peste altul câte şase, primele cinci presărându-se cu brânză.

Pârjoale moldoveneşti

600 g carne de vacă
150 g untură, o ceapă mică
120 g pâine albă, 150 ml lapte
3 ouă, 4 linguri de pesmet, 40 g făină
2 linguriţe de smântână, usturoi
piper măcinat, cimbru
pătrunjel verde, sare

Carnea se toacă împreună cu ceapa călită şi pâinea înmuiată în lapte, se amestecă cu 2 ouă bătute, pătrunjelul şi usturoiul tocat mărunt, smântâna, cimbrul, sarea şi piperul. Pasta rezultată se modelează în opt chiftele lunguieţe care se trec prin făină, apoi prin oul bătut şi prin pesmet şi se prăjesc în untură. Se servesc calde cu garnitură de piure sau mazăre.

Pilaf de pasăre

600 g carne de pasăre
400 g orez, o ceapă
un morcov, un păstârnac
100 g unt, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă şi se spală carnea, apoi se fierbe într-o oală cu apă rece. Se adaugă ceapa, morcovul şi păstârnacul, curăţate şi tocate mărunt. Se alege orezul, se spală şi se lasă la uscat, după care se căleşte în unt încins timp de câteva minute, amestecând mereu, apoi se stinge cu câteva linguri de zeamă de carne. Se pune şi carnea, se adaugă sare şi piper, se acoperă şi se introduce la cuptor timp de aproximativ un sfert de oră. Când s-a fiert orezul, se scoate şi se serveşte cald, cu mărar şi pătrunjel, tocate mărunt şi presărate deasupra.

Porumbei înăbuşiţi

2 porumbei
50 g slănină, 2 cepe
2 morcovi, 2 linguri de făină
o lămâie, 2 linguri de smântână
sare, piper boabe, piper măcinat

Se curăţă bine porumbeii, opărindu-i sau pârlindu-i la flacără, se spală şi se sărează. Slănina se taie în feliuţe subţiri. Ceapa şi morcovii se taie în rondele. Într-o cratiţă curată, se aşază feliuţele de slănină, de ceapă şi de morcovi, iar deasupra se pun porumbeii întregi. Se înăbuşă, la foc mic, până se rumenesc, apoi se scot. În grăsimea rămasă în cratiţă, se rumeneşte făina, se stinge cu puţină zeamă de carne şi cu sucul stors de la o lămâie, se adaugă şi coaja rasă de lămâie şi câteva boabe de piper, lăsându-se să fiarbă până se îngroaşă. Se ia de pe foc, se strecoară, se adaugă porumbeii, smântâna şi piperul măcinat, fierbându-se încă o jumătate de oră.

Pui înăbuşiţi

800 g carne de pui
200 g slănină, un morcov
200 g ciuperci, 20 g unt
o rădăcină de pătrunjel
o ţelină mică, sare, piper măcinat
piper boabe

Se curăţă carnea, se spală şi se porţionează. Slănina se taie în feliuţe subţiri. Morcovul, rădăcina de pătrunjel şi ţelina se curăţă, se spală şi se taie în rondele. Într-o cratiţă uscată, se tapetează fundul cu feliuţe de slănină, se acoperă cu rondele de zarzavat, se pun puii deasupra, iar peste toate se pune încă un strat de slănină. Se presară cu sare şi piper, se toarnă o jumătate de cană de supă de carne sau de apă călduţă, se acoperă cratiţa cu o coală de hârtie mai groasă şi cu capacul şi se pune să fiarbă înăbuşit. Când s-a fiert carnea, se scoate şi se serveşte cu zeama şi zarzavaturile date prin sită şi cu ciuperci tocate înăbuşite în unt.

Pulpă de porc la tavă

1 kg pulpă de porc
sare, piper, cimbru

Pulpa se spală, se curăţă de grăsime şi de pieliţe, dar se lasă întreagă. Se presară cu sare, piper şi cimbru, se lasă o jumătate de oră, apoi se pune într-o tavă cu puţină apă şi se introduce în cuptorul care a fost încins în prealabil. Se ţine, la foc mic, până se pătrunde bine, adică între două şi trei ore. Periodic, se stropeşte cu sosul format în tavă. Dacă acesta scade prea mult, se completează cu câte puţină apă. Când este gata, se scoate şi se lasă câteva minute să se mai răcorească, apoi se taie în felii. Se serveşte împreună cu sosul pe care l-a lăsat în tavă, cu garnitură de cartofi natur sau prăjiţi, cu salată de roşii şi castraveţi sau de varză, sau cu murături.

Purcel de lapte la tavă

un purcel de lapte de 6 săptămâni
50 g unt, un măr
sare, piper, cimbru

Purcelul se curăţă, se spintecă, se scot măruntaiele, se spală şi se presară cu sare, piper şi cimbru. Se lasă o jumătate de oră să se impregneze condimentele, apoi se aşază într-o tavă. Picioarele se îndoaie înspre interior, sub ele punându-se bucăţele de lemn, ca să nu atingă tava. În gură i se introduce un măr roşu. Se toarnă în tavă un păhărel de apă, apoi se introduce în cuptor, care trebuie să fie încins zdravăn. Se lasă să se rumenească, stropindu-l periodic cu sosul din tavă. În momentul în care începe să se rumenească, se unge peste tot cu puţin unt topit, apoi se lasă până este gata. Se serveşte întreg, pe un platou ornat cu diferite garnituri şi salate.

Raţă pe varză

o raţă potrivită ca mărime
o varză murată, 4 roşii
2 ardei graşi, 50 ml ulei, sare
piper, cimbru

Raţa se curăţă, se spală şi se freacă peste tot cu sare, apoi se introduce la cuptor, într-o tavă în care s-a turnat o lingură de ulei. Se lasă până capătă o culoare aurie, apoi se stropeşte cu sosul din tavă şi se rumeneşte în continuare, la foc moale. Varza se stoarce de zeamă şi se taie fideluţă, apoi se aşterne peste raţă, adăugând roşiile şi ardeiul gras, tăiate în cubuleţe mici. Se mai toarnă o lingură de ulei deasupra şi se lasă până se pătrunde bine. Când se scoate, se condimentează după gust. Se porţionează când se serveşte. Cel mai bine merge cu mămăliguţă şi cu ardei iute, dar şi cu un vin alb demisec.

Rinichi de vită cu sos de ciuperci

600 g rinichi de vită
250 g ciuperci, 100 g unt
o lingură de făină
o lingură de bulion
o ceapă, 150 ml vin alb
50 ml oţet, sare, piper, cimbru

Rinichii se curăţă, se taie în feliuţe, apoi se opăresc în apă clocotită cu oţet. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se pune la înăbuşit în puţină apă cu sare. Când capătă aspect sticlos, se pun rinichii, se adaugă untul şi se completează cu o cană de supă de carne sau cu apă caldă. Separat, într-o tigaie se rumeneşte făina (fără grăsime), se adaugă bulionul diluat în puţină apă şi vinul, lăsându-se până se îngroaşă. Ciupercile se curăţă, se spală şi se înăbuşă în puţină apă, după care se adaugă în cratiţa cu rinichii. Se adaugă sosul şi se mai fierbe cel puţin o jumătate de oră, la foc puternic. La sfârşit, se condimentează.

Sarmale moldoveneşti

1/2 varză
250 g carne de porc
150 g muşchi de porc afumat
250 g carne de viţel, 50 g untură
50 g slănină afumată
250 ml zeamă de carne
250 ml borş, 150 g miez pâine albă
o ceapă, 2 roşii, un ardei gras
un ou, 50 g unt, 250 ml bulion roşii
50 ml lapte, 250 ml vin alb
sare, piper, mărar, pătrunjel, cimbru

Carnea tocată se amestecă cu pâinea înmuiată în lapte şi stoarsă, ceapă prăjită în unt, oul, verdeaţa, sarea şi piperul. Cu compoziţia rezultată se umplu foile de varză opărite în borş şi se rulează. Se taie varza fâşii subţiri şi se pune un strat pe fundul vasului uns cu unt şi untură. Apoi se aşază felii de roşii, bucăţi de ardei gras, felii de muşchi afumat, piper boabe şi cimbru. Se aşază straturi sarmale - varză, astfel încât ultimul să fie de varză acoperită cu felii de roşii. Se prepară un sos din borş, bulion, zeamă de carne, lapte şi vin alb şi se toarnă peste sarmale, apoi se dă la cuptor. Se servesc cu smântână şi ardei iute.

Peşte alb în cămaşă de brânză

800 g fileuri de şalău
4 oua, 2 linguri de făină
125 g caşcaval, 50 g unt
20 ml oţet, 2 linguriţe de sos picant
zeama de la o jumătate de lămâie
un praf de nucşoară
o legatură de mărar
o legătură de pătrunjel
piper alb măcinat, sare

Se spală fileurile de peşte, se lasă să se scurgă de apă. Se stropesc apoi cu zeama de lămâie, cu sosul picant, cu oţet, sare, piper şi se lasă la frigider pentru 15 minute. Se bat ouăle bine, se adaugă făina şi caşcavalul ras, omogenizându-se totul. În compozitia obţinută punem sare, piper după gust, apoi se adaugă verdeţurile tocate. Se unge un vas de Jena cu unt şi se aşază fileurile de peşte peste care se toarnă compoziţia de oua, verdeţuri şi brânză şi se bagă la cuptor timp de 20 de minute. Se serveşte caldă.

Somn la proţap cu mujdei şi mămăliguţă

2 kg somn
400 g mălai, o căpăţână de usturoi
20 ml ulei, sare, piper

Peştele se curăţă, se spală şi se taie în jumătăţi, păstrând doar partea cu coada. Cealaltă jumătate se poate folosi pentru ciorbă sau saramură. Se curăţă usturoiul, se dă prin presa de usturoi, făcându-se un mujdei, cu apă rece şi puţină sare, amestecându-se apoi cu o lingură de ulei. Se fac câteva crestături în bucăţile de peşte, pe alocuri, ca să se pătrundă mai bine carnea. Se pune la proţap, la foc iute, întorcându-se din când în când şi stropindu-se cu mujdei. Se serveşte cu o mămăliguţă, preparată din mălai, apă şi o linguriţă de sare.

Şniţel în pergament

600 g carne macră de porc sau de vită
o coală mare de pergament
50 g de unt, sare, piper, cimbru

Carnea se curăţă, se spală, se taie în patru felii aproximativ egale ca mărime, după care se bate bine, pe ambele părţi, cu ciocanul de şniţele. Bucăţile de carne se presară cu sare, piper şi cimbru. Se ia o coală mare de pergament, se împarte în patru bucăţi, fiecare dintre ele ungându-se bine cu unt. În fiecare bucată de pergament se înfăşoară bine câte una de carne, având grijă să se împăturească marginile ca să nu curgă zeama. Se aşază într-o tavă şi se dau la cuptor timp de o jumătate de oră.

Tocană răzăşească

250 g carne de viţel
100 g inimă, 100 g ficat
150 g cârnaţi afumaţi
200 g ciuperci murate, 3 roşii, 2 cepe
10 g untură, 50 ml vin dulce
2 linguri de smântână
50 ml supă de oase
un ardei gras, pătrunjel, sare

Se toacă ceapa, se căleşte în untură şi se stinge cu supă de oase, apoi se adaugă carnea, inima şi cârnaţii tăiaţi cubuleţe. După 30 de minute se adaugă ficatul tăiat, ciupercile şi vinul, apoi legumele tăiate marunt şi sarea. Se presară cu pătrunjel tocat mărunt.

Tochitură moldovenească

250 g carne de porc
125 g ficat de porc
un rinichi de porc
125 g cârnaţi afumaţi
150 g brânză telemea de oaie
4 ouă, 2 linguri untură
usturoi, sare, piper

Se taie toată carnea bucăţele şi se pun la rumenit în untură, apoi se adaugă usturoiul. Se sărează, se piperează, se pune în farfurii, se decorează cu câte un ou ochi românesc deasupra şi se îmbracă în brânză rasă.

Ţelină umplută cu carne

8 ţeline mărişoare
500 g carne tocată
100 g unt, 4 cepe mijlocii
2 linguri de făină, 2 linguri de bulion
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Ţelina se curăţă şi se pune la fiert în apă clocotită. Când s-a înmuiat, se scoate, se taie un căpăcel, apoi se scoate miezul cu o lingură de inox. Partea rămasă trebuie să fie groasă

de un centimetru. Se pasează miezul şi se amestecă, într-un castron, cu carnea tocată, verdeaţa şi 2 cepe tocate mărunt, sare, piper şi cimbru. Se umplu ţelinele cu această compoziţie şi se pun într-o tavă. Se prepară un sos din 2 cepe tocate mărunt şi înăbuşite în puţină apă cu sare, făina rumenită într-o tigaie uscată, bulionul, untul şi o cană de zeamă de la ţelină. Se toarnă sosul în tavă şi se dă la cuptor o oră, la foc mic.

Zbârciogi cu sos de smântână

1 kg zbârciogi proaspeţi
200 g smântână, 50 g unt
o ceapă, o lingură de făină
o legătură de mărar, sare, piper

Zbârciogii se spală bine în apă rece, în mai multe rânduri, ca să se cureţe de toate impurităţile, apoi se taie în sferturi şi se călesc în unt înfierbântat, împreună cu ceapa curăţată, spălată şi tocată mărunt. Se sting cu puţină apă şi se înăbuşă până se înmoaie, când se adaugă smântâna, în care s-a dizolvat o linguriţă de făină. Se potrivesc de sare şi piper şi, când se ia cratiţa de pe foc, se presară deasupra mărarul, tocat foarte fin.

Bob bătut

500 g bob, 175 ml ulei
4–5 cepe, 25 g usturoi, sare

Se alege bobul, se spală şi se pune la înmuiat o noapte. A doua zi se fierbe o oră, schimbându-se apa de mai multe ori. În ultima apă se pune sare. Când bobul e fiert, se dă prin maşina de tocat, se pune mujdeiul de usturoi, jumătate din cantitatea de ulei, sare. Ceapa se taie peştişori şi se călеşte, amestecându-se la sfârşit cu bobul.

Salată de castraveţi verzi cu smântână

500 g castraveţi verzi
25 ml ulei, 3 linguri de smântână
20 ml oţet, piper, sare

Castraveţii verzi se curăţă de coajă şi se taie felii subţiri. Se adaugă uleiul, smântâna, oţetul, sarea şi piperul şi se amestecă bine.

Salată de varză roşie

1 kg varză roşie
150 ml ulei, 75 ml oţet, sare

Se taie varză roşie în felii subţiri, se presără cu sare şi se lasă o oră, după care se stoarce zeama bine. Oţetul se diluează cu apă şi se pune la fiert, se toarnă peste varză şi se amestecă câteva minute. La sfârşit se adaugă uleiul.

Sfeclă cu sos scordolea

400 g sfeclă roşie, 200 g nuci
200 g miez de pâine, 100 ml ulei
30 g usturoi, 40 ml oţet, sare

Sfecla se spală bine şi se fierbe în apă cu sare, iar după ce s-a răcit se taie felii subţiri. Miezul de pâine se înmoaie în apă, se stoarce şi se amestecă cu nucile tăiate. Se toarnă uleiul până se obţine o pastă. Se adaugă mujdeiul de usturoi, oţetul şi sarea şi se amestecă cu sfecla.

Sos de arpagic pentru rasol

500 g unt, 6 linguri de făină
4 linguri de arpagic
4 linguri de smântână
50 ml oţet, sare

Se pune untul într-o tigaie la topit, se adaugă făina şi 2 linguri de arpagic tăiat mărunt, se stinge cu smântână, oţet şi sare şi se mai lasă câteva clocote.

Sos de vin

un morcov
o ţelină, o ceapă
100 g unt, 2 linguri de făină
200 ml supă de oase
150 ml vin alb, o linguriţă de bulion
cimbru, ienibahar, piper, sare

Se rade zarzavatul de supă, se taie ceapa mărunt şi se călesc împreună. După ce legumele s-au înmuiat, se pune făina, se stinge cu bulion şi supă de oase amestecată cu vin. Se pune cimbru, ienibahar, piper şi sare şi se lasă 30 de minute la fiert.

Sos vânătoresc

2–3 roşii
100 g ciuperci, 50 g unt
400 ml supă de carne
100 ml vin roşu dulce
sare, piper, cimbru

Roşiile se opăresc în apă clocotită, apoi se curăţă de pieliţe, se îndepărtează seminţele şi se dau pe răzătoare. Se încinge untul într-o tigaie şi se pun roşiile să se înăbuşe. Când s-au înmuiat, se adaugă supa de carne şi se continuă fierberea până când sosul începe să se îngroaşe, apoi se ia de pe foc şi se strecoară. Ciupercile se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se presară cu sare şi se pun într-o tigaie curată, pe foc, să se înăbuşe în propria zeamă. După ce se înmoaie, se iau de pe foc şi se adaugă la sosul de roşii, împreună cu vinul, un praf de piper şi unul de cimbru. Se serveşte cald, cu diferite preparate din vânat.

Umplutură de carne

250 g carne macră de porc
50 g costiţă afumată
50 ml ulei, o ceapă
2 ouă, 200 ml lapte, 2 felii de pâine
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, apoi se dă prin maşina de tocat. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pune să se înăbuşe într-o tigaie cu ulei încins. Când devine sticloasă, se adaugă carnea şi se continuă înăbuşirea cam un sfert de oră, amestecând la răstimpuri, după care se ia de pe foc. Pâinea se curăţă de coajă, se înmoaie în lapte, se stoarce, apoi se adaugă la tocătură, împreună cu ouăle, costiţa tăiată în cubuleţe mici, mărarul şi pătrunjelul tocate mărunt, sare şi piper după gust. Se poate folosi la plăcinte, rulade, musacale şi altele.

Restaurant "Pescarul" - Galați
Faleza superioară a Dunării

Pește marinat
pe pat de ceapă și morcov
Știucă umplută
Calamar cu ciuperci și
legume
Goujon de șalău

Galați, Str. Brăilei nr.17
Complex "Potcoava de Aur"
Tel: 0236472390

reteaua

REGAL S.A.

Aluat pentru pască

300 g zahăr tos
300 ml lapte, 250 ml ulei
400 g făină
un pliculeţ de praf de copt
o lămâie, sare

Se amestecă făina cu laptele, dizolvându-se. Praful de copt se dizolvă în zeama stoarsă de la o lămâie şi se adaugă peste făină. Se amestecă bine, se adaugă zahărul şi uleiul, se presară un praf de sare, apoi se omogenizează compoziţia, frecându-se până ajunge să aibă consistenţa asemănătoare cu a unei smântâni mai groase.

Bărcuţe

un pachet de unt
3 pahare de zahăr pudră
un plic de zahăr vanilat
2 ouă, o ceaşcă de făină, unt
migdale, sare

Se prepară aluatul astfel: se amestecă bine untul, zahărul şi zahărul vanilat, se adaugă un ou întreg şi un gălbenuş, iar după un timp, făina şi un praf de sare. Se frământă bine aluatul, cam o oră, până se face nici moale, nici vârtos. Se iau bucăţi din aluat, cam cât o nucă, se întind bine în palmă, apoi se aşază într-o tavă unsă cu unt, se pune pe fiecare câte o migdală aleasă şi se dă la cuptor. Se servesc pudrate cu zahăr.

Biscuiţi

200 g zahăr
un plic de zahăr vanilat
6 ouă, 2 gălbenuşuri
150 g făină, unt, sare

Se amestecă zahărul cu cele 6 ouă şi cele 2 gălbenuşuri până se îngroaşă. Apoi se răstoarnă pe o planşetă tapetată cu zahăr, se adaugă făina, zahărul vanilat şi un praf de sare şi se frământă. Se întinde o foaie din aluatul obţinut şi din ea se taie bucăţi în forma dorită. Se unge cu unt o tavă, se aşază biscuiţii, se ung cu unt şi se presară cu zahăr, apoi se ţin în cuptor la foc potrivit până se rumenesc uşor.

„Cămăşile lui Iisus“

2 ceşti de făină
2 ceşti de grâu, puţină sare
2 ceşti de zahăr
2 linguriţe de scorţişoară
coaja rasă de la o lămâie
1/2 ceaşcă miez de nucă măcinat

Se frământă un aluat tare din făină, o ceaşcă de apă călduţă şi puţină sare. Din aluat se întinde o foaie subţire, se taie pătrate care se coc pe plită, pe ambele părţi. Se pregăteşte un sirop din zahărul fiert cu trei ceşti apă în care se adaugă nuca, scorţişoara şi coaja rasă de lămâie. Se aşază în castronele straturi de turte, se acoperă cu un strat de grâu fiert în apă cu sare şi se adaugă sirop. Deasupra se presară miez de nucă. Se servesc în Ajunul Crăciunului.

Cornuleţe cu nuci

2 ceşti de lapte
2 ceşti de făină, 100 g unt
500 g nuci
4 albuşuri
3–6 linguri de zahăr, sare

Se face un aluat din lapte, făină, unt şi sare. Se întinde pe planşetă şi se taie foaia în fâşii late de trei degete. Din aceste fâşii se taie triunghiuri în care se pune câte o linguriţă de umplutură, preparată din nuci pisate, albuşuri bătute spumă şi zahăr. Se răsucesc colţurile triunghiurilor şi se fac cornuleţe care se aşază apoi într-o tavă neunsă. Se rumeneşte în cuptor şi se pudrează cu zahăr.

Cozonac cu cacao şi nuci

500 g zahăr tos
500 făină, 5 ouă
500 g nuci, 200 g unt
3 linguri de cacao, 100 ml lapte
un pliculeţ de praf de copt
un pliculeţ de zahăr vanilat
100 g zahăr pudră

Nucile se coc, în cuptorul încins, timp de 10 minute, apoi se scot, se răcesc şi se curăţă de coajă, iar miezul se taie în sferturi. Se freacă untul cu zahărul tos şi cu cel vanilat, cu gălbenuşurile, făina, praful de copt, laptele şi albuşurile, care în prealabil au fost bătute spumă. Se frământă aluatul şi se taie în două. În prima parte, se amestecă lapte cu cacao, iar în cea de-a doua se încorporează miezul de nucă. Se pun jumătăţile una peste alta şi se aşază într-o tavă unsă cu unt, dându-se la cuptor timp de 90 de minute. Se serveşte pudrat cu zahăr şi se taie în felii numai după ce s-a răcit.

Cremă de zahăr ars

4 ouă
150 g zahăr
500 ml lapte
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Zahărul vanilat se dizolvă în laptele rece şi se pun să fiarbă împreună, la foc moale. Când clocoteşte, se ia de pe foc şi se acoperă, să se menţină cald. Ouăle se bat spumă cu 100 g zahăr, până se topeşte complet. Se pune din nou laptele pe foc, se aduce la punctul de fierbere, se adaugă în vârf de linguriţă de sare şi se toarnă, încet, peste ouăle frecate, amestecând continuu. Se tapetează o cratiţă cu restul de zahăr, se pune pe foc mic şi se lasă să se caramelizeze, scuturându-se cratiţa ca să se prindă tot zahărul. Când s-a îngălbenit, se toarnă crema, se acoperă cratiţa şi se pune să fiarbă în bain-marie. Apa fiartă din vasul de dedesubt trebuie să fie cam până la trei sferturi din înălţimea cratiţei cu cremă. Se lasă o jumătate de oră, apoi se ia de pe foc. Se serveşte rece.

Cuib de viespi

250 g făină
20 g drojdie
1 l lapte
300 g zahăr
2 ouă, 50 g unt
o lămâie

Drojdia se dizolvă într-o jumătate de cană de lapte, se amestecă apoi cu zahărul şi se lasă la crescut. După aceea, se amestecă bine cu făina, ouăle şi restul de lapte. Se frământă bine şi se lasă încă o jumătate de oră să crească, la căldură. Pe planşeta de frământat se presară făină, apoi se întinde aluatul într-o foaie, se unge cu unt, care a fost încălzit în prealabil, se rulează şi se taie în bucăţele de 3 – 4 centimetri lungime. Se unge o tavă cu unt şi se aşază bucăţelele de aluat, aşa încât să nu se atingă între ele. Se dă tava la cuptor, la foc moderat. Se fierbe laptele cu zahăr, iar când e gata se presară coaja rasă de la o lămâie şi se toarnă peste prăjiturele, lăsându-se să se răcească.

Nuga moldovenească

2 foi de napolitane
150 g miez de nucă
250 g miere
150 g unt
4 ouă
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se toarnă jumătate din cantitatea de miere pe fundul unui vas şi se pune la foc mic, se lasă până începe să se topească şi se adaugă miezul de nucă, tăiat în sferturi. Când nucile se rumenesc, se ia vasul de pe foc şi se lasă să se răcească. După aceea, se pisează fin nucile. În altă cratiţă, se încinge untul împreună cu mierea rămasă, adăugând, treptat, gălbenuşurile, unul câte unul, miezul de nucă şi zahărul vanilat. Se amestecă mereu, lăsând să se rumenească bine amestecul. Cu această compoziţie se umplu foile de napolitane, presând-o uşor pe cea de deasupra, pentru a se întinde uniform umplutura. Se serveşte, după ce s-a răcit, tăiată în bucăţi.

Papanaşi

2 linguri de griş
2 linguri de făină, 2 ouă
400 g brânză de vaci
sare, untură pentru prăjit

Brânza se freacă cu gălbenuşurile, făina, grişul şi puţină sare. După ce s-a obţinut o compoziţie omogenă, se adăugă albuşurile bătute spumă şi se mai amestecă puţin. Din aluatul obţinut se fac găluşte care se găuresc cu degetul şi se pun la prăjit în untură încinsă. Se servesc cu zahăr şi smântână.

Pesmeţi dulci

un pahar de lapte bătut
2 linguri de ulei
o lingură de zahăr
un plic de zahăr vanilat
o linguriţă de bicarbonat
făină cât cuprinde, sare

Se frământă un aluat din toate ingredientele. Se întinde pe planşetă o foaie groasă de 5 mm. Se taie forme diferite, după dorinţă, care se aşază apoi într-o tavă unsă cu unt şi se coc la foc potrivit. Se servesc pudrate cu zahăr.

Plăcintă cu cireşe

500 g cireşe
200 g zahăr
500 g făină
100 g unt, 2 ouă
10 g drojdie
100 ml lapte
2 linguri de zahăr pudră
scorţişoară, sare

Cireşele se curăţă de codiţe, se spală, li se scot sâmburii, apoi se presară cu zahăr şi se dau la rece, să-şi lase zeama. Făina se frământă cu untul şi cu zahărul, se adaugă drojdia dizolvată în lapte, gălbenuşurile şi un praf de sare, apoi se lasă la crescut, la căldură, acoperindu-se cu un şervet curat. După o jumătate de oră, se întind două foi groase cam de câte un centimetru fiecare, se ung cu albuşurile bătute spumă, se umplu cu cireşele scurse de zeamă şi se dau la cuptor, presărate cu zahăr pudră şi scorţişoară. Se servesc calde sau reci.

Plăcintă cu vişine

200 g făină
200 g lapte, 1 kg vişine
100 g zahăr tos
100 g zahăr pudră
50 g unt, 2 ouă

Vişinele se spală, se curăţă de codiţe şi li se scot sâmburii, apoi se pun într-un vas şi se presară cu zahăr, lăsându-se aşa timp de o oră. Se prepară aluatul, amestecând laptele cu făina şi cu un praf de sare, se frământă bine, apoi se întinde o foaie de grosime potrivită, care se taie în pătrate cu latura cât lungimea palmei. Peste fiecare pătrat se aşază câteva vişine, fără zeamă, apoi se îndoiesc colţurile înspre mijloc, presând uşor ca să se lipească mai bine. Se bat ouăle bine, apoi se înmoaie plăcintele în ou şi se pun într-o tavă unsă cu unt, rumenindu-se la cuptor, la foc puternic. Se servesc presărate cu zahăr pudră.

Plăcintă „poale-n brâu“

500 g făină
500 g brânză de burduf
5 ouă, 200 g unt, 0,5 l lapte
2 linguri de zahăr
15 g drojdie, sare

Se diluează drojdia cu puţină apă călduţă şi se amestecă cu o lingură de făină şi o linguriţă de zahăr. Se lasă să crească cam 30 minute. Peste restul de făină se toarnă drojdia, laptele călduţ, 3 gălbenuşuri, sarea şi zahărul. Se frământă bine şi se adăugă untul topit. Se acoperă şi se lasă să crească 1-2 ore. Se face apoi sul şi se taie bucăţi. Se întinde fiecare bucată de aluat şi se umple cu câte o lingură de brânză frecata cu restul de ouă. Se strâng şi se lipesc colţurile bucăţii de aluat, apoi se ung cu albuş, se pun în tava unsă cu unt şi se dau la cuptor la foc potrivit.

Prăjitură cu marmeladă

500 g făină
200 g unt, 2 ouă
3 linguri de zahăr pudră
20 g drojdie
125 g zahăr tos
250 g miez de nucă
200 g marmeladă
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Drojdia, dizolvată în puţină apă, se freacă împreună cu untul şi zahărul pudră, adăugând treptat ouăle, puţină sare, zahărul vanilat şi, la urmă, făina. Se frământă bine, până se obţine un aluat mai moale, care se lasă timp de 30 de minute să stea, după care se împarte în patru bucăţi. Se întind patru foi. Prima se aşterne în tava unsă cu puţin unt, peste ea se pune un strat de marmeladă, apoi se presară cam a treia parte din cantitatea de zahăr tos şi din cea de nucă pisată, se acoperă cu a doua foaie, se întinde aceeaşi umplutură şi tot aşa, până la a patra foaie, care nu se mai unge. Se dă tava la cuptor, la foc moderat, până se rumeneşte prăjitura. Se scoate, se taie în bucăţi şi se serveşte pudrată cu zahăr.

Rulouri cu marmeladă

150 g făină
150 g unt
150 g brânză de vaci
150 g zahăr tos
200 g marmeladă
50 g zahăr pudră
2 ouă, bicarbonat alimentar, sare

Se amestecă brânza, untul, un vârf de cuţit de bicarbonat şi un praf de sare, apoi se adaugă făina, frământând energic. Se amestecă apoi zahărul tos, se omogenizează, se frământă iar şi se întinde o foaie mai groasă, care se lasă o jumătate de oră să se odihnească, apoi se unge cu ouăle bătute bine, se aşterne marmelada într-un strat cât mai uniform, se rulează, se taie în bucăţele de 5–6 centimetri lungime, care se dau la cuptor într-o tavă unsă cu puţin unt. Se lasă, la foc potrivit, până se rumenesc, apoi se servesc calde sau reci, pudrate cu zahăr.

Scoarţă

4 linguri de făină
4 linguri de miez de nucă măcinat
3 linguri de zahăr tos
2 linguri de zahăr farin, un ou

Albuşul se bate spumă, se amestecă cu zahărul tos, se adaugă gălbenuşul şi făina. Se aşază compoziţia în tavă de teflon, se presară cu nuca amestecată cu zahărul farin şi se dă la cuptor. Se serveşte simplă sau cu dulceaţă.

Uscăţele pentru ceai

300 g făină
8 ouă, 300 g miere
200 g migdale dulci, o lămâie

Migdalele se curăţă şi se pisează sau se trec prin maşina de tocat. Într-un castron adânc, se freacă mierea cu ouăle, migdalele pisate şi zeama stoarsă de la o lămâie. Se continuă amestecarea, mereu în acelaşi sens, vreme de 30 de minute, după care se toarnă treptat făina. După ce s-a încorporat toată, se freacă mai departe, încă vreo 15 minute. Compoziţia se toarnă într-o tăviţă pentru chec, care se introduce la cuptor, la foc moderat, până se coace. Se scoate, se lasă la rece până a doua zi, după care se taie în fâşii cât degetul. Acestea se dau la cuptor, într-o tavă, să se rumenească la foc domol.

Bucate din Muntenia

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

De la zaiafet la petrecere

Zonă de dealuri şi munţi, păduri, livezi şi podgorii uriaşe, Muntenia sau Valahia, cum i se mai spune, este, în afară de „Ţara Ţuicii“, şi ţara celor care gătesc o pâine specială, ca o turtă, numită azimă.

Bucătăria muntenească înseamnă mai întâi de toate diversitate, ingeniozitate şi delicateţe, calităţi împrumutate de la bucătăriile străine. Aşa se face că alături de ciorbele cu carne sau cele de legume, acrite cu verzituri (mazăre, aguridă, corcoduşe), de preparate simple din legume şi mâncăruri din carne tocată, descoperim budinci gratinate, din legume, ciuperci, adăugate pentru aromă în compoziţia unor preparate, dulciuri din aluaturi fine etc. Se observă, de asemenea, influenţa orientală, prin: musaca, pilafuri, ciulama şi altele. Bucătăria italienească, cea grecească şi, mai ales, bucătăria clasică franceză au fost şi sunt foarte apreciate, multe preparate originare din aceste ţări fiind preluate şi uneori adaptate gustului şi stilului autohton.

Consilierul italian al lui Petru Cercel (1583-1585), genovezul Franco Sivori, scria: „Muntenii obişnuiesc mult să facă mese mari cu multă mâncare şi băutură şi la banchetele lor e multă muzică, după obiceiul mai curând barbar decât altminteri. Mâncărurile lor sunt alese şi bine gătite: cu toate acestea, principele (Petru Cercel) obişnuia să mănânce totdeauna feluri gătite italieneşti şi ţinea în acest scop servitori italieni şi francezi.“

În ceea ce priveşte supele şi ciorbele, trebuie remarcat faptul că, la fel ca şi în cazul bucătăriei moldoveneşti, cele mai îndrăgite preparate de felul întâi sunt ciorbele şi, în special, cele acrite cu borş. Ceva mai rar se gătesc supe de pasăre sau văcuţă, cu tăiţei de casă, găluşte de griş şi supe creme, precum crema de ciuperci sau crema de legume. Pentru prepararea ciorbelor se foloseşte cel mai adesea carnea de pasăre sau de văcuţă. Urmează în ordinea preferinţelor ciorbele de legume, porc şi, mult mai rar, ciorbele de peşte. Acrirea ciorbelor se face cu borş şi numai în lipsa acestuia se recurge la folosirea sării de lămâie sau a oţetului. Ciorba ţărănească de văcuţă, ciorba de perişoare sau ciorba de burtă sunt doar câteva dintre cele mai cunoscute şi mai cerute preparate de aici.

Mâncărurile sunt făcute din carne şi legume sau numai din legume proaspete sau conservate, preparate cu untdelemn sau cu untură în timpul iernii. Sosurile sunt de obicei colorate şi se obţin din roşii vara şi din bulion în timpul iernii. Aici întâlnim mititei, tocăniţe, ostropel din carne de pasăre, fripturi la grătar şi peşte, garnituri din legume şi cartofi, compoturi de fructe, dulciuri de cofetărie cu frişcă şi ciocolată.

În Muntenia, ca nicăieri în România, nenumăratele influenţe (orientale, turceşti, greceşti, franţuzeşti, nemţeşti) au născut o bucătărie specială şi o atmosferă specială. Cheful, dacă e s-o spunem pe cea dreaptă, este o invenţie a perioadei interbelice în restaurantele Bucureştiului, altoită pe zaiafetul oriental.

Azuga
Buşteni
Sinaia
CÂMPULUNG
Muşăteşti
Albeşti-Pământeni
Domneşti
Breaza
Vălenii de Munte
CURTEA DE ARGEŞ
Fieni
CÂMPINA
Pucioasa
Gornet-Cricov
Aninoasa
TÂRGOVIŞTE
PRINCIPAL
PLOIEŞTI
Colibaşi
Valea Mare Stefăneşti
PITEŞTI
Topoloveni
Snagov
URZICENI
SLOBOZIA
Suditi
Lehliu-Gară
Bolintin-Vale
Brăneşti
FETEŞTI
BUCUREŞTI
Ulmu
CĂLĂRAŞI
Greaca
Oltenita
ROŞIORI DE VEDE
ALEXANDRIA
GIURGIU
TURNU MĂGURELE
Zimnicea
Jirlău
BRĂILA
Însurăţei
Dunărea

Festivaluri gastronomice

Argeş
Fundata
Nedeia munţilor – ultima duminică din iulie
Albeşti Pământeni
Culesul căpşunilor – iunie
Câmpulung
Bâlciul de Sântilie – 20 iulie
Curtea de Argeş
Bâlci – 15 august
Bâlci – 26 octombrie
Domneşti
Bâlci – 25 martie
Bâlci – 6 august
Muşăteşti
Târg – 23 aprilie
Târg – 21 mai
Târg – 6 decembrie
Târg – 14 decembrie
Sălătruc
Nedeia Topologului – iunie
Topoloveni
Târgul Ispasului – mai
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Miţuitul mieilor – iulie
Moşii de Sântilie – 19 iulie

Bucureşti
Sărbătoarea cetăţii lui Bucur (Restaurantul Bucur) – 19 septembrieSărbătoarea hramului Catedralei Patriarhale Sf. Mare Mucenic Dimitrie – 26-27 octombrie
Serbare de 1 Mai
Serbare de 1 Decembrie
Strada de vară – august
Târgul pâinii (sector 2) – 9 septembrie
Vinuri boiereşti în Bucureşti (sector 3) – 1-3 noiembrie
Ziua recoltei (în fiecare sector) – octombrie

Dâmboviţa
Aninoasa
Târgul Drăgaicei – 24 iunie
Fieni
Bâlciul de Sândumitru – 26 octombrie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Drăgaica – 24 iunie

Giurgiu
Bolintin Vale
Bâlci de Sfântul Dumitru – 26 octombrie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Târcolitul viilor – 2 februarie

Prahova
Vălenii de Munte
Festivalul ţuicii – 5 octombrie

Teleorman
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Gurbanul – 1 februarie

Podgorii şi centre viticole

Dealu Mare: Breaza, Tohani, Urlaţi-Ceptura, Gornet-Cricov, Valea Călugărească, Boldeşti
Greaca: Greaca
Sâmbureşti: Sâmbureşti, Droboteasa
Ştefăneşti-Argeş: Ştefăneşti, Topoloveni, Valea Mare, Coteşti
Centre independente: Zimnicea, Ulmu, Giurgiu, Feteşti, Urziceni, Sudiţi, Însurăţei, Jirlău

Aspic de pasăre

300 g spinări de pasăre
200 g măruntaie de pasăre
un rasol de viţel
300 g pulpă de vacă
un morcov, o ceapă
2 ouă, frunze de ţelină
foi de gelatină
sare, piper boabe
piper măcinat

Se opăreşte toată carnea în apă clocotită, apoi se clăteşte cu un jet puternic de apă rece. Se pune carnea la fiert, la foc moale, într-o oală acoperită, cu doi litri de apă rece. Se adună spuma, se adaugă ceapa şi morcovul, sare şi piper şi se lasă vreo patru ore, până ce carnea este foarte bine fiartă. Se scoate carnea, se dezosează şi se taie în bucăţi, iar zeama se strecoară. Se ia o lingură de zeamă şi se toarnă într-o farfuriuţă, care se introduce la congelator. Peste cinci minute, se scoate. Dacă nu s-a închegat, se dizolvă câteva foi de gelatină în apă fiartă şi se adaugă în zeamă. Se pune din nou zeama pe foc mic, adăugând albuşurile de ou, frunzele de ţelină şi boabele de piper. Se strecoară din nou şi se dă la rece.

Cartofi cu brânză şi verdeaţă la cuptor

1 kg cartofi
200 g caşcaval
100 ml ulei, 50 g unt
2 legături de pătrunjel verde
100 g smântână
100 g costiţă
30 g usturoi
sare, piper

Pentru această reţetă sunt de preferat cartofii noi, care se pregătesc cu tot cu coajă. Se spală şi se taie în lung, apoi se aşază într-o tavă unsă cu unt, cu suprafaţa tăiată în jos. Se încinge bine cuptorul şi se coc 15 minute. Într-un bol, se omogenizează caşcavalul cu verdeaţa, condimentele şi uleiul. Când cartofii s-au copt pe ambele părţi, se scot, se scobesc puţin, se dau prin amestecul de mai sus, se presară cu usturoi pisat. Se pun din nou la cuptor. La final, se adaugă un praf de sare. Se servesc cu costiţă prăjită şi smântâna aşezată alături.

Chifle umplute cu brânză

10 chifle
1 kg brânză telemea şi de vaci
100 g unt
200 g smântână, un ou

Se taie la fiecare chiflă câte un capac, se scoate miezul şi se pune într-un castron, la înmuiat în lapte. Brânza telemea se frământă, se amestecă cu brânza de vaci, miezul de chiflă stors, untul, smântâna şi oul. Se amestecă bine până se obţine o pastă omogenă cu care se umplu chiflele, se pun capacele, se ung cu unt pe deasupra şi se lasă la cuptor 15 minute.

Colţunaşi cu brânză

3 ouă
25 ml ulei, 175 g făină
2 linguri de griş
250 g brânză de vaci
200 g smântână, 50 g unt
o legătură de mărar, sare

Se pregăteşte un aluat, amestecând 2 ouă cu uleiul, grişul şi 150 g de făină. Se frământă bine timp de câteva minute, apoi se lasă pe planşetă încă un sfert de oră, după care se întinde cu făcăleţul şi se taie în pătrăţele cu latura de aproximativ 5 centimetri. Brânza se omogenizează cu un ou, restul de făină şi mărarul, tocat mărunt. Pe fiecare pătrăţel de aluat, se pune câte o lingură de compoziţie, apoi se îndoaie foaia în forma a două triunghiuri suprapuse şi se presează pe laterale, ca să nu iasă umplutura. Se fierb colţunaşii un sfert de oră în apă clocotită cu sare, apoi se scurg, se pun într-o tavă unsă cu unt, se toarnă smântâna peste ei şi se lasă la cuptor 10 minute.

Covrigei cu chimen şi susan

5 ouă
100 g margarină
10 g drojdie, 100 ml lapte
200 g făină
sare, chimen, susan

Se încălzeşte puţin laptele, fără să se fiarbă. Drojdia se dizolvă într-o lingură de lapte cald. Restul de lapte se bate cu 4 ouă, margarina şi un pic de sare, după care se toarnă uşor peste castronul în care s-a pus făina. Se omogenizează aluatul, se face o mică adâncitură în mijloc şi se adaugă drojdia, apoi se frământă bine şi se lasă 30 de minute să crească. După aceea, se modelează covrigei, se dau prin oul rămas, bătut bine, se presară cu chimen şi susan şi se dau la cuptor, într-o tavă curată, lăsându-se până devin crocanţi.

Fasole păstăi cu mujdei de usturoi

1 kg fasole verde
10 căţei de usturoi
20 ml ulei, 20 ml oţet
sare, piper

Fasolea se fierbe, se spală, se curăţă de codiţe, se rupe în două sau în trei şi se pune în apă cu sare la fiert. După ce s-a înmuiat, se strecoară şi se lasă la scurs. Se amestecă apoi cu usturoiul pisat cu sare, uleiul şi oţetul. Se serveşte ca aperitiv.

Pacele munteneşti

400 g picioare şi urechi de porc
o ceapă mică, un morcov
25 g ţelină, 40 g usturoi, sare

Picioarele şi urechile pârlite şi opărite se fierb în apă cu sare până se înmoaie. Zarzavatul se curăţă, se spală şi se adaugă întreg. Se scot oasele şi urechile din fiertură, se taie pătrăţele şi se pun pe platou. Usturoiul se pisează cu sare, se diluează cu zeamă din fiertură şi se adaugă peste carne. Se servesc cu mujdei de usturoi.

Plăcintă creaţă

400 g făină
5 linguri de untură
200 g brânză telemea
6 ouă, o ceaşcă de lapte bătut

Se face un aluat din apă şi făină. Se împarte aluatul în 4 bucăţi şi se întind 4 foi. În mijlocul fiecărei foi se pune o lingură de untură. Se împarte fiecare foaie şi se întinde iar cât tava. Separat, se rade brânza şi se freacă cu ouă. Se împarte şi se întinde pe cele 4 foi, care se împăturesc. Se unge tava, se potrivesc plăcintele. Se bat laptele prins şi oul peste plăcintă şi se lasă la cuptor ca să se rumenească.

Papanaşi de orez cu ciuperci

500 g ciuperci proaspete
400 g orez
1 l lapte dulce
2 ouă, 50 g unt
200 g telemea de vacă, sare

Orezul se alege, se spală, se lasă la scurs, apoi se pune la fiert într-o oală cu un litru de lapte şi tot atâta apă. Se presară un praf de sare şi, când e fiert pe jumătate, se adaugă şi o lingură de unt. Se lasă până ce orezul se umflă, trăgând tot lichidul. Se ia de pe foc şi se lasă la răcit. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se călesc în restul de unt încins, după care se iau de pe foc şi se pun deoparte, să se îmbibe cu unt. Se amestecă, într-un castron, orezul cu ciupercile şi cu albuşurile şi gălbenuşurile, bătute separat. Se formează papanaşii, care se prăjesc puţin într-o tigaie cu unt fierbinte. Când se servesc, se rade brânza peste ei.

Perişoare cu smântână

700 g carne
o ceapă, 1 felie de pâine albă
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
2 ouă, un cartof, ulei

Carnea se taie bucăţi, la fel şi ceapa, cartofii, mărarul şi pătrunjelul. Felia de franzelă se pune la înmuiat în lapte. Se dau prin maşina de tocat ceapa, cartofii, pâinea şi verdeaţa, se adaugă o lingură de ulei, ouăle, sare şi piper, după gust. Se ia cu lingura din compoziţie şi se modelează mici grămăjoare rotunde care se prăjesc.

Piftie de porc

500 g cap de porc
un rasol de porc
200 g pulpă de porc
100 g şorici de porc
o ceapă, un morcov
o căpăţână de usturoi
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Piciorul şi şoriciul se pârlesc la flacără, apoi se spală şi se opăresc în apă clocotită. Capul şi pulpa se curăţă şi se taie în bucăţele, la fel şi şoriciul. Ceapa şi morcovii se curăţă, se spală şi se taie în sferturi. Toate se pun la fiert într-o oală cu apă cât să le acopere. Atunci când carnea se desprinde de pe os, se scoate şi se taie în bucăţi. În castroane adânci, se aşază proporţional bucăţile de carne şi şorici, feliuţe de morcov şi frunze de pătrunjel tocate, iar peste ele se toarnă zeama, strecurată, răcită şi amestecată cu usturoiul tocat. Se ţin la frigider până se încheagă suficient.

Salată de ciuperci cu maioneză

400 g ciuperci
3 ouă, 100 ml ulei
o linguriţă de muştar
o lingură de oţet, o lămâie
o legătură de mărar, sare

Ciupercile se curăţă şi se spală în apă rece, în care s-a adăugat o lingură de oţet, apoi se scurg şi se pun la fiert, timp de un sfert de oră, la foc domol, în apă rece şi zeama stoarsă de la o jumătate de lămâie. Când s-au înmuiat, se scot, se scurg, iar când s-au mai răcorit se taie în feliuţe subţiri. Se fierbe un ou tare, se curăţă şi se păstrează gălbenuşul, care se freacă împreună cu celelalte două gălbenuşuri crude, cu muştarul şi cu uleiul, turnat picătură cu picătură. Se amestecă şi zeama de la cealaltă jumătate de lămâie, apoi se toarnă maioneza obţinută peste ciuperci şi se presară cu mărar fin tocat.

Ciorbă de burtă

400 g burtă de vacă sau de viţel
600 g ciocănele şi picioare de vacă
o căpăţână mare de usturoi
100 ml oţet, 2 gălbenuşuri
200 g smântână, 2 cepe
2 morcovi, 2 păstârnaci
leuştean, sare, piper

Se pun la fiert ciocănelele şi picioarele sparte, în 5 l de apă. După trei ore se scot şi se dezosează, tăindu-se felii subţiri. Se spală burta, se taie bucăţi, se curăţă de grăsime şi de pieliţă şi se freacă cu mălai şi oţet. Se pune în apă rece de seara până dimineaţa, cu o linguriţă de bicarbonat. Dimineaţa se pune burta la fiert în apa în care au fiert oasele şi se completează până la 5 l. După trei ore se scoate şi se taie felii subţiri şi se pune iar la fiert împreună cu celelalte felii de zgârciuri, cu oţet şi zarzavatul tocat. Se lasă să fiarbă până scad cam 3 l de apă. Usturoiul pisat se freacă cu o lingură de sare, gălbenuşurile, smântâna şi puţină zeamă răcită din ciorbă. Compoziţia obţinută se toarnă peste ciorbă, se piperează şi se presară leuştean. Se serveşte cu ardei iute şi se oferă mujdei de usturoi, smântână şi oţet.

Ciorbă de ciocănele

4 picioare de porc
o ceapă, 2 morcovi
o ţelină, 4 căţei de usturoi
4 ouă, 200 g smântână
50 ml oţet, sare, piper

Ceapa, morcovii şi ţelina se curăţă, se spală şi se taie în sferturi. Picioarele de porc se spală bine, se opăresc sau se pârlesc dacă e cazul, apoi se spală din nou şi se pun la

fiert, împreună cu zarzavaturile, în apă rece cu sare. Se aduna spuma, lăsându-se să fiarbă câteva ore, până ce carnea începe să se desprindă de pe os. Se scot picioarele, se curăţă carnea, se taie în bucăţele, iar zeama se strecoară. Ouăle se bat cu smântâna şi se toarnă încet peste zeamă. Se adaugă bucăţelele de carne, usturoiul pisat, sare, piper şi oţet după gust.

Ciorbă de perişoare

400 g oase viţel
250 g carne de viţel
1 l borş, 100 g smântână
2 linguri de orez
2 linguri de făină
un ou, un morcov
un păstârnac
o ţelină mică
o ceapă, un ardei gras
o roşie, o legătură de leuştean
o legătură de mărar, sare, piper

Se fierb în apă cu sare oasele sparte împreună cu morcovul, păstârnacul, ţelina, roşia şi ardeiul, toate tocate mărunt, şi o jumătate de ceapă. Se toacă carnea, se amestecă cu restul de ceapă rasă, orezul, făina, albuşul de ou, mărarul, sare şi piper. Se modelează perişoare şi se fierb în ciorba din care s-au scos oasele. Se adaugă borşul, sarea, iar la sfârşit se presară leuşteanul tocat şi se adaugă smântâna bătută cu gălbenuşul de ou.

Ciorbă ţărănească de văcuţă

500 g carne de vacă
300 g aguridă
1/4 varză albă
o ceapă, pătrunjel
un morcov
un păstârnac, o ţelină, un praz
2–3 cartofi, un ou
sare, piper, pătrunjel verde
100 g smântână

Carnea curăţată, spălată şi tăiată bucăţi se fierbe în 1,5 l apă rece. Se adaugă morcovul, ţelina, prazul, păstârnacul, varza albă, toate tăiate mărunt şi, după ce s-au fiert, se pun şi cartofii tăiaţi cuburi. Agurida se opăreşte, se dă prin sită şi se pune după ce a fiert carnea. La sfârşit se adaugă pătrunjelul verde, smântâna şi gălbenuşul de ou bătut.

Supă de vită cu ouă

400 g carne de vită
2 morcovi, 2 cepe
o ţelină mică, 4 ouă
8 felii de franzelă
50 g unt, 20 ml oţet
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se pune la fiert în apă rece cu puţină sare. Morcovii, ceapa şi ţelina se curăţă, se spală, se taie în sferturi şi se pun la fiert în oala cu carne. Când sunt toate fierte, se scoate carnea, iar supa se strecoară. Într-un vas, se toarnă o cană de apă şi o linguriţă de oţet. Se pune pe foc şi, când începe să clocotească, se pune un ou, lăsându-se până se încheagă. Se pune în fiecare farfurie câte un ochi, peste el se toarnă supa strecurată şi se presară sare, piper şi pătrunjel tocat. Se serveşte cu crutoane de pâine prăjită în unt. Carnea fiartă se serveşte separat, cu garnitură de legume şi hrean ras.

Ardei umpluţi cu carne

300 g carne de vită
200 g carne de porc
2 kg ardei graşi
100 g orez
200 ml ulei
o ceapă, un ou
2 linguri de făină
100 g bulion, 300 g roşii
300 g smântână
2 legături de pătrunjel
piper, sare

Carnea se trece de două ori prin maşina de tocat împreună cu o ceapă, care a fost tocată şi călită în ulei. Orezul se fierbe separat şi se amestecă cu carnea. Se adaugă oul, sarea, piperul şi verdeaţa tocată şi se amestecă bine. Se umplu ardeii cu compoziţia de carne, se prăjesc pe toate părţile în ulei şi se aşază într-o cratiţă. Restul de ceapă, zarzavatul dat prin răzătoare şi făina se călesc în ulei, se sting cu bulion amestecat cu apă, se lasă să fiarbă 30 de minute şi se pasează printr-o sită. Se toarnă acest sos peste ardei şi se fierb cam 45 de minute. Se adăugă roşiile tăiate felii şi se dă vasul la cuptor pentru încă 15 minute. La servit se adaugă smântână şi verdeaţă.

Cartofi munteneşti

150 g brânză de vaci
100 g brânză telemea de vacă
4 cartofi, un ou
3 roşii, 50 g unt
sare, piper, cimbru

Se bate brânza cu oul, cimbrul, sarea şi piperul şi se adaugă cartofii fierţi şi raşi. Se acoperă cu felii de roşii, iar deasupra se aşază un strat de felii de telemea şi se dă la cuptor.

Cârnaţi cu varză călită

400 g cârnaţi afumaţi
1 kg varză murată
150 ml ulei
o lingură de bulion
sare, piper

Varza se ţine o jumătate de oră în apă călduţă, să se mai desăreze, apoi se spală şi se scurge. Se curăţă de cotor, se desfac foile, una câte una, apoi se toacă fideluţă. Într-un vas, se înfierbântă uleiul, se pune varza, se mai adaugă sare, dacă este necesar, apoi se lasă, la foc mic, să se călească, acoperindu-se cu capacul. Când s-a înmuiat varza, se pune bulionul, dizolvat într-o lingură de apă caldă, şi se piperează. Cârnaţii se taie în bucăţele de mărime potrivită şi se prăjesc în ulei sau se frig pe grătar. Se recomandă să se servească împreună cu câte o porţie de mămăliguţă şi cu ardei iute.

Ouă umplute cu ciuperci și muștar dulce

6 ouă, 100 g ciuperci, 25 g „Muștar dulce Bunătăți de la Bunica”, 50 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), o lămâie, o legătură de pătrunjel, sare, piper.

Ciupercile se curăță, se spală în mai multe ape, apoi se toacă mărunt și se înăbușă într-o tigaie cu „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet) și puțină apă. Se lasă până se înmoaie, apoi se ia tigaia de pe foc. Două dintre ouă se sparg și se separă gălbenușurile. Se fierb celelalte 4 ouă tari, se lasă să se răcească, apoi se cojesc și se taie în jumătăți, pe lung. Se scot gălbenușurile, se pisează și se amestecă bine cu ciupercile, luate cu tot cu margarina în care s-au înăbușit, cu „Muștarul dulce Bunătăți de la Bunica”, cu cele 2 gălbenușuri crude, ceva pătrunjel tocat foarte fin, sare, piper și, eventual, puțină zeamă de lămâie. Se umplu ouăle cu această compoziție și se decorează cu frunzulițe mărunte de pătrunjel.

Pateuri cu carne tocată

400 g carne macră, 400 g făină, 300 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), un ou, o legătură de mărar, o legătură de pătrunjel, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, piper, sare.

Făina se amestecă, într-un castron, cu o lingură de „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), o cană de apă rece și un vârf de cuțit de sare. Se frământă aluatul obținut și se bate de masă de câteva ori, apoi se învelește într-un prosop ud și se introduce la frigider, timp de un sfert de oră. Când se scoate, se întinde o foaie nu prea mare, pe care se toarnă restul de „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), topită în prealabil, apoi se împăturește și se dă din nou la frigider pentru câteva minute. Se repetă mișcarea de încă trei ori, după care, se întinde o foaie mai plină, care se taie în pătrate cu latura de 10 centimetri. În mijlocul fiecăruia, se pune carnea tocată, călită în „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet) și amestecată cu un ou, verdeață tocată, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, sare (dacă mai trebuie) și piper. Se lipesc colțurile, se așază într-o tavă unsă cu „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet) și se rumenesc la cuptor.

Pui de Voinești

1 pui, 400 g cartofi, 200 g mazăre boabe, 70 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 1 ceașcă zeamă de carne, 1 ceașcă vin alb sec, 1 borcan de „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, 1 căpățână de usturoi, cimbru, sare, piper.

Se taie puiul în două în lungime, se sărează și se piperează, apoi se pune la prăjit în „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet). Când s-a rumenit, se stinge cu zeama de carne și cu vinul. Se pisează usturoiul și se adaugă peste carne, împreună cu cimbrul. Se ține la foc potrivit până scade zeama. Apoi, se toarnă peste și „Sosul cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, și se mai ține la cuptor, la foc mic, încă un sfert de oră. Se înăbușă mazărea în „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet) cu apă și puțină sare, până se leagă sosul. Se prăjesc și cartofii. Se servește friptura cu mazăre și cartofi drept garnitură.

Ciocolată de casă cu alune

50 g cacao, 100 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 120 ml lapte dulce (sau lapte praf), 250 g zahăr tos, un pliculeț de zahăr vanilat, 50 g alune.

Se freacă bine 75 g de „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet) cu laptele și cu cacaua, până se omogenizează. Zahărul se fierbe într-o jumătate de cană de apă, formând un sirop foarte bine legat. Se lasă să se răcorească vreo câteva minute, apoi se toarnă, puțin câte puțin, peste compoziție. Se omogenizează din nou, adăugând și zahărul vanilat. Alunele se pisează mărunt, sau, dacă se preferă, se lasă mai mari, chiar în jumătăți. Se amestecă și ele în pasta obținută, apoi se unge o tavă cu „Margarina Bunătăți de la Bunica” (la pachet) rămasă, se întinde compoziția în mod uniform și se introduce la frigider, unde se lasă până a doua zi, să se întărească. După preferințe, în loc de alune se pot pune nuci, migdale, fistic sau stafide.

Chiftele marinate

250 g carne de viţel
125 g carne de miel
125 g carne de porc
50 g miez pâine albă
100 g untură
100 ml bulion roşii
50 ml lapte, 2 linguri de făină
30 ml oţet, o linguriţă de zahăr
un morcov, o ceapă
un ou, un cartof
2 foi de dafin, 2 căţei de usturoi
mărar, sare, piper

Se toacă ceapa, morcovul, cartoful şi mărarul şi se amestecă cu carnea tocată, oul, pâinea înmuiată în lapte şi stoarsă, sarea şi piperul. Se modelează chiftele turtite, se trec prin făină şi se prăjesc în untură. Se fierbe bulionul cu oţetul, zahărul, sarea, piperul şi foile de dafin. Se adaugă usturoiul tocat pastă, se toarnă sosul peste chiftele şi se mai dă un clocot.

Chifteluţe din carne de porc

500 g carne macră de porc
200 g franzelă, un ou
2 linguri de făină
100 ml ulei, o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă carnea, se spală, se taie în bucăţi şi se dă prin maşina de tocat, împreună cu franzela, înmuiată în apă rece şi stoarsă. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Carnea tocată şi miezul de pâine se amestecă, într-un castron, cu usturoiul pisat, oul crud, verdeaţa tocată mărunt, sare şi piper. Se omogenizează compoziţia şi, cu mâna udă, se modelează chifteluţe rotunde, care se dau prin făină şi se rumenesc în uleiul fierbinte. Se servesc cu sos de roşii sau cu diverse garnituri.

Ciulama

1 kg carne de pui
250 g făină
o legătură de pătrunjel
300 g unt, piper, sare

Se fierbe carnea în apă cu sare. După ce scade cantitatea de apă la jumătate, se scoate carnea fiartă şi se aşază pe un platou. În zeama rămasă se adaugă puţin piper, unt şi făină şi se amestecă bine până se omogenizează. Se mai ţine pe foc să dea câteva clocote, apoi se toarnă peste carne. Verdeaţa tocată se presară deasupra. Se serveşte cu mămăligă.

Ciulama de ciuperci

400 g ciuperci
100 g făină
600 ml lapte
100 g unt
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală bine în mai multe ape, apoi se scurg şi se taie în feliuţe subţiri. Într-o tigaie, se topeşte jumătate din cantitatea de unt, se înfierbântă şi se pun ciupercile să se înăbuşe, cu o lingură de apă. Separat, se dizolvă făina în 100 ml de lapte rece şi se pune într-o cratiţă cu o lingură de unt înfierbântat. Se amestecă bine şi se lasă să fiarbă un sfert de oră, apoi se toarnă restul de lapte, se adaugă ciupercile şi se potriveşte de sare şi piper. Se mai fierbe aproape o jumătate de oră. Se serveşte caldă, cu o lingură de unt şi pătrunjel tocat fin deasupra.

Ciulama de ciuperci cu carne de pasăre

500 g ciuperci
600 g carne de pasăre
100 g unt
2 linguri de făină
2 linguri de smântână
o ceapă
sare, piper

Se curăţă carnea, se spală, se taie în bucăţi şi se fierbe în apă cu sare, alături de ceapa curăţată, spălată şi tăiată în sferturi. Când e fiartă, carnea se scoate, iar supa se strecoară. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame şi se călesc în jumătate din cantitatea de unt. Separat, într-o cratiţă se încinge restul de unt, se rumeneşte uşor făina, se stinge cu puţină supă de carne şi se fierbe, amestecând continuu. Se toarnă smântâna, se lasă până se îngroaşă, apoi se adaugă carnea şi ciupercile, continuând fierberea încă un sfert de oră, după care se presară sare, piper şi mărar tocat mărunt.

Ciulama de ciuperci cu smântână

600 g ciuperci
100 g unt
500 ml lapte
2 linguri de făină
o legătură de mărar, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame şi se călesc într-o cratiţă două linguri de unt înfierbântat, apoi se sting cu puţină apă şi se presară cu sare şi piper, lăsându-se să se înăbuşe. Între timp, în alt vas se fierbe laptele, se adaugă untul rămas şi făina dizolvată în puţină apă rece. Se amestecă mereu, pentru a se evita formarea cocoloaşelor. După un sfert de oră, se potriveşte de sare şi piper şi se ia de pe foc, după care se adaugă ciupercile şi se presară mărarul, tocat mărunt. Se serveşte caldă, eventual cu mămăliguţă.

Curcan în aspic

1 kg carne de curcan
200 g slănină afumată
150 g şuncă, un rasol de viţel
un morcov, 2 cepe
200 ml vin alb
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea de curcan se curăţă, se spală şi se tranşează. Slănina şi şunca se taie în felii. Morcovul şi ceapa se curăţă, se spală şi se taie în rondele. Într-un vas încăpător, se pun pe fund feliile de slănină, peste ele bucăţile de curcan şi feliile de şuncă, rondelele de ceapă şi morcov, pătrunjelul tocat mărunt, rasolul de viţel, sare şi piper. Se

toarnă un litru de zeamă de carne şi un pahar de vin alb, se acoperă vasul şi se pune să fiarbă înăbuşit, la foc mic, până se frăgezeşte carnea. Când e gata, zeama se strecoară şi se dă la rece. Când s-a închegat, se taie în cuburi mai mari şi se serveşte pe farfurii lângă bucăţile de carne de curcan.

Curcan la tavă cu sos de ciuperci

600 g carne de curcan
30 ml ulei
300 g ciuperci
50 g unt, o lingură de făină
50 ml lapte
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se scurge bine şi se presară cu sare şi piper, după care se unge cu ulei şi se pune într-o tavă unsă, în care se mai toarnă o jumătate de pahar de apă, apoi se introduce la cuptor, unde se lasă, la foc potrivit, cam o oră, până se pătrunde bine şi se rumeneşte la suprafaţă. Cam la fiecare zece minute, se stropeşte cu zeama din tavă. În timp ce se frige, se curăţă ciupercile, se spală bine şi se taie în formă de lame, apoi se pun la călit în untul înfierbântat. Se adaugă făina dizolvată în lapte şi se lasă să fiarbă înăbuşit un sfert de oră. Curcanul se aşază pe un platou, împreună cu sosul, presărându-se pătrunjel tocat deasupra.

Friptură de bibilică la cuptor

o bibilică de 1 kg
120 g costiţă afumată
400 g ciuperci
3–4 cartofi noi
un măr, 60 ml vin roşu
80 g unt, 300 ml supă de oase
zahăr, sare

Bibilica se curăţă, se unge cu unt, se adaugă sare şi piper şi se dă la cuptor în tava cu unt şi puţină supă de oase. Se adaugă costiţa tăiată cubuleţe şi opărită, sferturile de mere curăţate de coajă, cartofii fierţi pe jumătate, vinul şi zahărul. Bibilica se scoate, se taie bucăţi şi se garniseşte cu merele, cartofii şi ciupercile sotate separat. Se serveşte cu garnitură şi sos.

Ghiveci măcelăresc

125 g piept de vită
125 g momiţe de viţel
125 g gât de berbec
125 g măduvioare
80 g piept de porc
100 g măduvă os mare
3 linguri de untură de la rinichi
300 g cartofi, 200 g morcovi
o ţelină, o conopidă mică
1/2 varză, o vânătă, un dovlecel
2 ardei graşi, un fir de praz, o ceapă
o gulie, 200 g de fasole verde
200 g mazăre verde, 500 g roşii
o legătură de frunze de ţelină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
150 g bulion roşii
120 ml vin alb, sare, piper

Carnea, momiţele şi măduvele se taie bucăţi, se sărează şi piperează şi se rumeneşte în untură. Se scot şi se călesc legumele tăiate cubuleţe. Tot în aceeaşi grăsime se căleşte ceapa, se stinge cu bulionul şi se adaugă sare şi piper. Se amestecă mazărea şi fasolea fierte cu restul legumelor. Jumătate se aşază în ceaun, apoi un strat de carne, momiţe şi măduve şi iar legumele rămase, ceapa cu sosul de roşii şi jumătăţi de roşii, verdeaţa tocată şi se dă un clocot şi se trece în cuptor. La sfârşit se toarnă vinul.

Legume asortate la grătar

200 g rasol de vită
200 g muşchi de porc
200 g carne de mici
200 g piept de pui
2 cartofi
o ceapă mică
100 ml ulei
1 l supă de oase
50 g varză acră
o legătură de pătrunjel
2 roşii
un ardei gras
sare, piper

Carnea se curăţă, se porţionează şi se frige pe grătar, împreună cu câteva feliuţe de roşii şi ardei gras. Ceapa şi cartofii se taie rondele, se condimentează, se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi se dă pentru 35 de minute la cuptor. Din timp în timp, se stropeşte cu supă de oase. Se răstoarnă compoziţia introdusă la cuptor pe un platou, iar alături se pun feliuţele de carne, ardei gras şi roşii. Varza se toacă fin, se stropeşte cu puţin ulei şi i se adaugă condimente, amestecându-se cu restul. Se presară verdeaţă şi se serveşte cu mămăliguţă caldă.

Inimă de viţel cu smântână

500 g inimă de viţel
150 g smântână
o ceapă
75 ml ulei
o lingură de făină, salată verde
sare, piper

Inima se spală, se curăţă şi se taie în felii, pe lungime, după care se pune la înăbuşit într-o cratiţă acoperită, cu ulei şi ceapă curăţată şi tocată mărunt. În momentul în care ceapa începe să se înmoaie, se adaugă apă călduţă, cât să acopere totul. Se lasă pe foc până când inima este fiartă suficient. Se adaugă făina, se amestecă bine, după care se pune smântâna, se sărează, se piperează şi, după încă vreo cinci minute de fierbere domoală, se poate servi la masă, însoţită de salată verde.

Împletitură de Muscel

400 g muşchi de porc
400 g muşchi de viţel, sare, piper

Se taie muşchiuleţele fâşii, dar se lasă la capătul celălalt o bandă de 1-2 cm, ca să aibă fâşiile de ce se ţine. Se împletesc şuviţele de carne, astfel încât, la fiecare dintre capete să stea banda netăiată de muşchiuleţ. Se sărează, se bat, apoi se piperează şi se pun la grătar.

Jumări cu sos de roşii

8 ouă
100 ml ulei, 3 roşii
8 felii de franzelă
50 g unt, o legătură de pătrunjel
sare, piper

Roşiile se opăresc în apă clocotită, apoi se curăţă de pieliţe şi se dau pe răzătoare. Se înfierbântă 50 ml de ulei într-o tigaie şi se pun roşiile, să fiarbă înăbuşit la foc mic, timp de un sfert de oră, după care se potriveşte sosul de sare şi piper şi se ia de pe foc. Ouăle se bat bine, se presară cu sare şi piper şi se prăjesc în restul de ulei, amestecând mereu, până se leagă. În altă tigaie, se încinge untul şi se rumenesc, pe ambele părţi, feliile de franzelă. Acestea se pun fiecare pe câte o farfurie, se acoperă cu câte o porţie de jumări, iar deasupra se toarnă sosul şi se presară pătrunjelul tocat .

Jumări româneşti

8 ouă
200 g unt
100 g slănină afumată
100 g caşcaval, 2 linguri de făină
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ouăle se bat împreună cu făina, pătrunjelul tocat mărunt, sare şi piper. Slănina se taie în feliuţe subţiri. Caşcavalul se curăţă de coajă şi se dă pe răzătoare. Se înfierbântă untul într-o cratiţă, se adaugă caşcavalul ras, apoi feliuţele de slănină şi ouăle. Se amestecă tot timpul cu furculiţa, până se încheagă ouăle. Se servesc calde, cu câte un cubuleţ de unt deasupra şi cu salată de roşii sau de varză albă.

Limbă cu sos

600 g limbă de vacă fără şlung
un morcov, o ceapă
o rădăcină de ţelină
40 g salată verde, 400 g maioneză
3 castraveţi muraţi, 2 ouă
2 linguri de muştar 2
pătrunjel verde
oţet, sare, piper măcinat,tarhon

Maioneza se amestecă treptat cu castraveţii curăţaţi de coajă şi seminţe şi tăiaţi mărunt, tarhonul şi pătrunjelul tăiate mărunt, oţetul, piperul şi muştarul. Limba se fierbe în apă cu sare, se curăţă, se taie felii şi se pune la fiert cu morcovii, ceapa şi ţelina tăiate felii. Feliile de limbă se pun pe platou, iar deasupra se toarnă sosul de maioneză. Se serveşte rece cu frunze de salată verde.

Limbă cu soté de ciuperci

800 g limbă de vacă
500 g ciuperci, un morcov
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
50 ml ulei, sare, piper

Limba se spală în mai multe ape, apoi se pune la fiert într-o oală cu apă rece şi puţină sare. După o jumătate de oră, se scoate, se curăţă bine, după care se pune din nou să fiarbă. Ceapa, morcovul, păstârnacul şi rădăcina de pătrunjel se curăţă, se spală şi se taie în sferturi, după care se adaugă în oala în care fierbe limba. Între timp, ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, se taie în cubuleţe şi se înăbuşă în ulei cu puţină apă. Când limba este fiartă suficient, se scoate, se taie în felii şi se aşază pe un platou, ciupercile aranjându-se de jur-împrejur. Se presară sare şi piper, după gust.

Mâncare de fasole verde cu carne

250 g carne de vită
300 g fasole verde
50 ml ulei de floarea soarelui
2 cepe, 3 linguri de bulion
200 g de ciuperci
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
400 g piure de cartofi, piper, sare

Într-o tigaie încinsă se căleşte ceapa curăţată şi tocată în puţin unt-delemn. Carnea se spală, se tranşează în bucăţele mici şi se adaugă la prăjeală. După 5–7 minute, se stinge cu puţină apă. Apoi se adaugă fasolea verde, curăţată de aţe şi spălată. Se adaugă bulionul, ciupercile tocate fin, sarea şi piperul. Când este aproape gata, cratiţa se dă pentru 10–15 minute la cuptor. Se serveşte fierbinte, cu piure de cartofi alături.

Mâncare de varză la cuptor

500 g carne de porc
o varză, 2 linguri de orez
2 cepe, 5 ardei graşi
4–5 roşii, 100 g smântână
100 ml supă de carne
100 ml ulei
o linguriţă de pastă de roşii
o linguriţă pastă de ardei
cimbru, sare, piper

Se toacă cepele şi carnea, apoi se călesc în 30 ml ulei, se adaugă orezul fiert, apoi pasta de roşii şi ardei, sarea şi piperul. Se pun felii de roşii şi ardei şi un strat de varză tocată în cratiţa unsă cu ulei, apoi un strat de carne, altul de varză, astfel încât ultimul să fie de varză, ardei şi roşii. Se toarnă supa şi smântâna şi se dă la cuptor.

Ochiuri româneşti cu spanac

8 ouă, 1 kg spanac, 25 ml ulei
4 căţei de usturoi, 10 ml oţet
20 g unt, o lămâie, sare, piper

Se curăţă spanacul, se spală în mai multe ape şi se pune la fiert în apă clocotită, în care s-a dizolvat o lingură de sare. Când este fiert suficient, se scurge, se lasă până se răceşte, apoi se toacă mărunt. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Într-o cratiţă, se înfierbântă uleiul, se căleşte usturoiul, apoi se pune spanacul, amestecând permanent cu lingura de lemn, cam zece minute. Ouăle se sparg, pe rând, pe o farfurioară, apoi se toarnă încetişor într-o cratiţă cu apă clocotită, oţet şi sare. Se fierb până se încheagă albuşul, se scot cu spumiera şi se pun peste spanac, cu o bucăţică de unt deasupra, sare, piper şi zeamă de lămâie după gust.

Plachie de crap

600 g crap proaspăt
2 cepe, 3 roşii
2ardei graşi, 60 g bulion
100 ml ulei, 50 ml vin alb
o căpăţână de usturoi
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru, boia dulce

Se curăţă şi se spală peştele, se porţionează şi se sărează. Se curăţă ceapa şi ardeiul, se taie în felii şi se călesc într-o tigaie cu ulei încins. Se adaugă bulionul, apoi se stinge cu vinul şi se condimentează cu sare, piper, cimbru, boia şi usturoi pisat. Se lasă, timp de un sfert de oră, să fiarbă înăbuşit, la foc moale. Se toarnă acest sos într-o tavă, se aşază bucăţile de crap, peste fiecare din ele punându-se câte o felie de roşie şi pătrunjel tocat. Se dă tava la cuptor, lăsându-se, la foc potrivit, un sfert de oră. Se poate servi atât caldă, cât şi rece.

Ostropel de pui

800 g carne de pui
un morcov, o ceapă, mărar
pătrunjel, 100 g untură
o lingură de făină, 10 ml oţet
o căpăţână de usturoi, sare, piper

Se taie puiul bucăţi care se rumenesc în untură, oasele se fierb într-un litru de apă, astfel încât să se obţină cam 800 ml supă de oase. Se căleşte făina în untura de la pui, se adaugă morcovul şi ceapa tocate, se stinge cu supă şi se lasă să fiarbă. Usturoiul se toacă, se căleşte în untură, se stinge cu oţetul şi se toarnă peste carne. Se adaugă sare şi piper, iar la sfârşit se presară deasupra verdeaţa tocată.

Pulpă de porc cu verdeţuri

800 g pulpă de porc
100 g costiţă, 2 cepe
2 roşii, 4 căţei de usturoi
50 ml ulei, 25 g unt
o lingură de muştar
2 legături de mărar
2 legături de pătrunjel, sare, piper

Se toacă mărunt o ceapă, se pisează usturoiul şi se pun, împreună cu costiţa, tăiată mărunt, să se călească în ulei încins, apoi se scot, se scurg şi se amestecă bine cu oul, muştarul, untul, restul de ceapă şi verdeaţa, tocate mărunt. Se omogenizează, după care, cu compoziţia rezultată, se unge bucata de pulpă de porc. Se aşază pulpa într-o tavă şi se dă la cuptor, la foc moderat. Între timp, se opăresc roşiile în apă clocotită, se curăţă şi se pasează. Când pulpa începe să se rumenească, se adaugă roşiile, cu sucul lăsat. Se mai lasă, la foc mic, cam o oră, stropindu-se, din când în când, cu sosul.

Raţă sălbatică friptă

o raţă sălbatică de mărime potrivită
100 g slănină
50 ml oţet
o lingură de smântână, o lămâie
sare, piper boabe
piper măcinat, foi de dafin
ienibahar

Raţa se curăţă bine, se spală, apoi se pune într-un vas încăpător. Se prepară o marinată, fierbând oţetul împreună cu o cană de apă, câteva foi de dafin, câteva boabe de piper, puţin ienibahar şi coaja de la o lămâie, tăiată în bucăţele. Când dă în clocot, se ia de pe foc şi se toarnă peste raţă, lăsând-o astfel, să se fezandeze, timp de două zile. După aceea, se pune raţa într-o tavă, cu câteva linguri de marinată şi o lingură de smântână. Se dă la cuptor, la foc potrivit, stropindu-se din când în când cu sosul. Atunci când raţa este rumenită, se scoate şi se serveşte împreună cu sosul din tavă, presărând sare şi piper după gust.

Sărmăluţe în foi de viţă

200 g carne de porc
200 g carne de vită
250 g frunze de viţă fragede
un ou, 4 linguri de orez, o ceapă
200 ml ulei, o lingură de făină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se aleg frunze de viţă potrivite ca mărime, nu din cele mari, pentru că se fierb foarte greu. Se îndepărtează codiţele, se spală bine în mai multe ape, apoi se opăresc în apă clocotită cu puţină sare. Carnea se toacă, apoi se omogenizează cu un ou, jumătate din ceapa tocată, orezul ales şi spălat, mărar şi pătrunjel, tocate mărunt, sare şi

piper, după gust. Se umplu foile de viţă cu tocătura şi se pun într-o cratiţă. Separat, se face un sos din ceapă tocată şi făină, înăbuşite în ulei cu puţină apă. Se toarnă peste sarmale, se completează cu apă şi se lasă la cuptor să scadă.

Stufat de miel

200 g carne de miel
2 cepe verde
100 g untură
30 g usturoi uscat
ceapă uscată
usturoi verde, piper
20 ml oţet
300 g rasol de vacă
2 linguri de untură de porc
un fir de praz
un morcov
o ţelină, un cuişor
40 g slănină de porc
15 g unt, 2 linguri de făină
2–3 roşii, un păstârnac
cimbru, o foaie de dafin, sare

Se înăbuşă în untură prazul şi 3/4 din cantităţile de morcov, ceapă şi ţelină. Se adaugă rasolul de vacă în bucăţi mici. Oasele se ţin la cuptor, apoi se adaugă peste legume şi rasol, cu 3 l apă. Se fierbe până rămâne 1 l zeamă, se strecoară şi se răceşte. Se taie slănina şi se pune la prăjit în unt cu restul de morcovi, ceapă şi ţelină, pătârnacul şi puţin pătrunjel. Se sting cu 30 ml vin, cu roşiile felii şi zeama de carne şi făina rumenită şi se pune totul peste zarzavat. Se fierbe 2–3 ore, se pasează prin strecurătoare. Carnea de miel se opăreşte, se taie bucăţi şi se prăjeşte în untură. Se adaugă sosul şi se lasă să fiarbă cam 1 oră. Ceapa uscată se călеşte în untură, apoi se adaugă ceapa verde şi usturoiul, tăiate bucăţi. Se sting cu oţet, se adaugă la carne şi se mai fierb cam 20 de minute.

Sufleu de cartofi cu carne de vită

400 g cartofi
200 g pulpă de vită
o ceapă, un ardei gras
o roşie, o lingură de unt
3 linguri de smântână
un ou, sare, piper

Cartofii se curăţă, se spală, se taie în rondele şi se fierb în apă clocotită cu sare. Carnea se taie în fâşii, apoi se fierbe separat, în apă rece şi puţină sare. Ceapa şi ardeiul se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se înăbuşă în unt încins şi o lingură de apă. Se bate oul cu smântâna, se adaugă sare şi piper. Roşiile se spală şi se taie în feliuţe subţiri. Într-un vas de sticlă termorezistentă, se pun carnea, cartofii, ceapa, ardeiul, se toarnă sosul de smântână, iar deasupra se pun feliuţele de roşii. Se dă vasul la cuptor, la foc potrivit, aproximativ o jumătate de oră.

Tocană măcelărească

200 g carne de porc
200 g carne de vită
50 g costiţă afumată
500 g cartofi
60 ml ulei
o lingură de bulion
2 cepe
50 ml vin alb
4 căţei de usturoi
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi mici şi se presară cu sare, apoi se înăbuşă în ulei încins cu puţină apă. Se adaugă ceapa, curăţată, spălată şi tăiată în feliuţe. Când s-a înmuiat, se adaugă costiţa, tăiată în fâşii, usturoiul pisat, bulionul, sarea, piperul şi cimbrul, se completează cu apă călduţă şi se lasă, pe foc potrivit, aproximativ o oră. Între timp, se curăţă cartofii, se spală, se taie în felii şi se fierb în apă clocotită cu sare, fiind folosiţi ca garnitură, cu pătrunjel tocat deasupra. Când tocana este gata, se adaugă vinul, se amestecă şi se ia de pe foc.

Varză călită

1 kg varză dulce
4–5 roşii, o ceapă
100 ml ulei, o legătură de mărar
sare, piper boabe, piper măcinat

Se curăţă varza de foile veştede de la suprafaţă, se spală şi se taie fideluţă. Se presară cu sare, se frământă bine cu mâna, apoi se lasă cam 30 de minute, să se înmoaie. După acest interval de timp, se stoarce, luând câte o mână, pe rând. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pune la călit într-o cratiţă cu ulei încins. Când devine transparentă, se adaugă varza, se lasă câteva minute, amestecând mereu, apoi se pun roşiile, spălate şi tăiate în felii, precum şi 10–15 boabe de piper. Se completează cu o jumătate de cană de apă caldă şi se lasă până fierbe varza. Spre sfârşit, se mai condimentează cu sare şi piper, după gust, şi se presară mărarul, fin tocat.

Piure de urzici

1 kg urzici
o rădăcină de hrean
o legătură de mărar verde
o ceapă
2 linguri de făină
1/2 ceaşcă ulei, sare

Urzicile se curăţă, se fierb, se scurg şi se reţine puţină zeamă. Se prăjesc în ulei la foc mic, se adaugă făina, sarea şi zeama rămasă. Compoziţia se bate până devine pufoasă şi se adaugă mărarul tocat mărunt. Se serveşte cu hrean.

Salată preparată iarna

3–4 cartofi
3 castraveţi muraţi
2 ouă, o ceapă de apă
2 gogoşari muraţi
50 g măsline verzi
10 ml ulei, 10 ml oţet
100 g maioneză
o legătură de pătrunjel verde
sare, piper

Cartofii se fierb în coajă 30–40 de minute, apoi se scot şi se lasă la

HoReCa SERVICE

Totul pentru

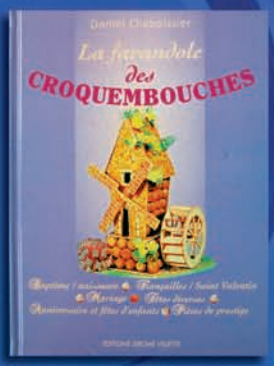
hotel
restaurant-bar
catering

HoReCa PROFIT

Partenerul afacerii tale

HoReCa EDITURA

Redacție
Tipografie
Birotică



GRUPUL HoReCa® ROMANIA

Redacție
București, Piața Valter Mărăcineanu 1-3, Et. 1, cam. 106
Tel./fax: +40.(0)21.312.26.24
E-mail: horecaprofit@horecaromania.ro

Show-room, marketing
București, B-dul Chișinău 1 (Complex Delfinului)
Tel: +40.(0)21.255.55.51, 52, 53 Fax: +40.(0)21.255.55.52
E-mail: horecaservice@horecaromania.ro

răcit. Se curăţă apoi de coajă şi se toacă în formă de pătrăţele mici. Ouăle se fierb tari şi când s-au răcit se pasează cu furculiţa. Ceapa se curăţă de coajă, se spală şi se toacă mărunt. Castraveţii şi gogoşarii se toacă, de asemenea. Măslinele se separă de sâmburi şi se mărunţesc. Verdeaţa se spală si se toacă fin. Toate aceste ingrediente se omogenizează cu maioneza, oţetul, uleiul, sarea şi piperul. Se toarnă într-un bol şi se dă 2–3 ore la frigider, apoi se serveşte.

Salată de ardei copţi

1 kg ardei gras
100 ml ulei
50 ml oţet, sare

Se spală ardeii, se zvântă şi se pun la foc pe o tavă încinsă, întorcându-se pe toate feţele. După ce s-au înnegrit, se pun într-o cratiţă, se presară cu sare şi se lasă 20 de minute acoperiţi cu un capac. Apoi se curăţă de coajă, se lasă la scurs, se aşază într-un castron, se adaugă ulei, oţet şi sare după gust.

Sos de tarhon

2 legături frunze de tarhon
2 gălbenuşuri de ou
100 ml ulei
sucul de la o lămâie
o lingură de apă, sare

Se fierb ouăle tari, se scot gălbenuşurile, se dau prin sită şi se pun într-un castron. Se adaugă sarea şi sucul de lămâie, frunzele de tarhon tocate mărunt şi apa. Se amestecă bine cu o lingură de lemn, adăugând treptat uleiul. Se formează un sos care se foloseşte la salate.

Sos muntenesc

2 linguri de făină
o ceapă
100 ml ulei
2 linguri de pastă de tomate
5 roşii, sare

Se căleşte făina în ulei, se adaugă ceapa tocată mărunt şi se mai călesc împreună câteva minute. Se stinge cu bulion, se adaugă roşiile tăiate sferturi şi apă şi se lasă să fiarbă o oră. Se potriveşte gustul de sare şi se pasează sosul prin sită.

Umplutură de ciuperci cu carne pentru legume

400 g ciuperci
600 g carne macră de porc vită sau pasăre, 2 cepe
2 linguri de orez, 2 ouă, 20 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se dă prin maşina de tocat, după ce a fost curăţată, spălată şi tăiată în bucăţele. La rândul lor, ciupercile se curăţă, se spală, se înăbuşă în ulei cu puţină apă, apoi se scot, se scurg, se lasă până se răcesc, după care se toacă la maşină. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte în ulei, împreună cu orezul ales şi spălat în mai multe ape. Se sting cu o jumătate de cană de apă rece, apoi se lasă să fiarbă înăbuşit până se umflă orezul. Se amestecă, într-un castron, carnea cu ciupercile, ceapa, orezul, verdeaţa tocată, sare, piper şi, dacă se foloseşte pentru a umple roşii, ceapă sau praz, ouăle bătute.

Castane prăjite

40 castane
100 g unt, 100 g făină
2 linguri de zahăr tos, 6 ouă
o lingură de pesmet
2 linguri de zahăr pudră

Castanele se coc în cuptorul bine încins, apoi, când se înmoaie, se scot şi se curăţă. Jumătate din ele se pisează bine şi se amestecă, făcând un piure, cu o lingură de unt. Se sparg ouăle şi se separă gălbenuşurile. Într-o tigaie, pusă la foc mic, se înfierbântă o lingură de unt, se adaugă două linguri de zahăr şi făina, amestecând bine. Se toarnă gălbenuşurile, unul câte unul, amestecând mereu, apoi piureul de castane. Se fierbe câteva minute, apoi se toarnă compoziţia pe o planşetă unsă cu unt şi se lasă până se răceşte. Restul de castane se îmbracă în acest aluat, se dau prin pesmet şi se pun într-o tigaie, în care s-a înfierbântat restul de unt. Se servesc presărate cu zahăr pudră.

Cozonac cu cireşe

400 g făină
300 g zahăr tos
100 g unt
2 ouă
3 linguri de cacao
100 ml lapte
500 g cireşe pietroase
un pliculeţ de praf de copt
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Cireşele se spală, se scot sâmburii, apoi se pun într-un castron, presărate cu 200 g zahăr. Se freacă untul cu restul de zahăr tos, cu zahărul vanilat, gălbenuşurile, făina, praful de copt, albuşurile bătute spumă şi un praf de sare. Se omogenizează, se frământă bine şi se aşază într-o tavă unsă cu unt, iar deasupra se presară cireşele, scurse de zeamă. Se dă la cuptor, la foc moderat, o oră şi ceva, până se coace. Se serveşte tăiat în felii după ce s-a lăsat la răcit, înfăşurat într-un şervet curat.

Corăbioare

2 cești de ulei
4 linguri de zahăr
250 g nuci sau migdale măcinate
zeama de la o jumătate de lămâie
o linguriță de bicarbonat
1 kg făină
300 g zahăr pudră

Zahărul se bate cu uleiul şi se adaugă bicarbonatul dizolvat în zeama de lămâie. După un timp, se adăugă nucile şi făina. Se obţine un aluat moale din care se modelează cornuleţele cu mâna. Se dau la cuptor, iar când se scot, se pudrează abundent cu zahăr pudră.

Dulceaţă de trandafiri

300 g zahăr
150 g petale de trandafiri pentru dulceaţă
sare de lămâie

Petalele, curăţate şi spălate, se freacă cu sarea de lămâie, fără a le strivi. Se opăresc într-un litru de apă şi se pun într-un tifon ca să se scurgă. Din apa cu care s-au opărit se pun 750 ml la fiert cu zahărul. Se lasă să fiarbă un sfert de oră, adăugându-se apoi petalele frecate cu sare de lămâie. Se continuă fierberea până ce siropul este bine legat şi se pune în borcane.

Dulceaţă din coajă de pepene

200 g coajă groasă de pepene verde
200 g zahăr
2 linguri de zeamă lămâie

Se taie coaja de pepene cubuleţe, care se pun la fiert în 1,5 l apă, apoi se scot la scurs. Se adaugă zahărul în apă şi se fierbe un sirop. Se adaugă cojile şi se lasă iarăşi la fiert. Se pune zeama de lămâie, se mai dau câteva clocote şi se toarnă în borcane.

Fursecuri cu rom

100 g zahăr pudră
100 g făină
150 g miere
150 g miez de nucă
2 ouă, 50 ml rom
un pliculeţ de praf de copt

Miezul de nucă se prăjeşte puţin, pe toate părţile, pe plită, apoi se dă prin maşina de tocat. Mierea se amestecă bine cu zahărul şi cu ouăle, se toarnă romul, se încorporează şi praful de copt, se omogenizează, după care se adaugă şi miezul de nucă şi făina. După ce se omogenizează din nou, se frământă bine aluatul obţinut, până capătă o consistenţă nici moale, nici tare, se lasă un sfert de oră să stea, apoi se întinde o foaie de grosimea degetului şi se taie, cu gura unui păhăruţ. Se pun într-o tavă uscată şi se dau la cuptor, să se rumenească la foc potrivit.

Lictar cu magiun

400 g tăiţei
o ceaşcă mare de magiun
o lingură de untură sau unt

Tăiţeii se fierb în apă clocotită cu sare. Fierţi, se scurg şi se spală cu apă călduţă. Când magiunul este prea tare se subţiază cu puţină apă. Se pune pe foc o cratiţă unsă cu untură, se aşază în ea un rând de tăiţei, altul de magiun, terminând deasupra cu tăiţei. Cratiţa se bagă în cuptor 15–20 de minute. Se serveşte simplu, cu nuci pisate sau frişcă pe deasupra.

Mere „încălţate“

1 kg mere
250 g făină
4 ouă
250 ml lapte
125 ml ulei
3 linguri de zahăr
100 g zahăr pudră, sare

Din făină, ouă, zahăr şi sare se prepară o cocă de clătite, care se subţiază cu lapte. Se curăţă merele, li se scot seminţele, se taie felii şi se trec prin compoziţia de mai sus. Se prăjesc în uleiul fierbinte. La servire se presară cu zahăr pudră.

Mere în aluat de clătite

8 mere mijlocii
100 g zahăr pudră
100 ml ulei
100 g făină
2 ouă, 300 ml lapte
un pliculeţ de zahăr vanilat
sifon, sare

Se amestecă făina cu ouăle şi un praf de sare, apoi se adaugă laptele, puţin câte puţin, iar la sfârşit se toarnă un sfert de pahar de sifon sau de apă minerală şi se omogenizează. Se coc clătitele pe ambele părţi. Merele se curăţă de coajă şi de cotoare, se taie în felii de câte 5 milimetri grosime care se dau prin compoziţia de clătite obţinută mai devreme şi se prăjesc pe ambele feţe în tigaia cu ulei încins. Când se scot, se pudrează cu zahăr vanilat şi se pun în farfuriuţe.

Pâine pentru ceai

250 g făină
150 g zahăr
3 ouă
100 ml lapte
20 g unt
bicarbonat alimentar, sare

Făina se dizolvă în lapte şi se amestecă, într-un castron încăpător, cu zahărul, gălbenuşurile, un vârf de linguriţă de bicarbonat şi unul de sare, iar la sfârşit se toarnă şi albuşurile, bătute spumă. Se amestecă bine şi, când s-a omogenizat, se toarnă într-o tavă, care a fost în prealabil unsă cu puţin unt şi tapetată cu făină. Se dă la cuptor, la foc moderat.

Plăcintă cu dovleac

500 g făină
200 g margarină
20 ml oţet
20 g pesmet
1 kg dovleac
100 g zahăr tos
2 pliculeţe de zahăr vanilat, sare

Se freacă margarina cu făina, şi oţetul se presară un pic de sare, se omogenizează şi se frământă, apoi se bate aluatul de masă, ca să prindă aer, se întinde şi se împătureşte de câte două ori, apoi se dă la rece pentru 5–6 ore. Dovleacul se dă pe răzătoare, se presară cu zahăr şi un praf de sare, se pune deoparte pentru 30 de minute ca să-şi lase zeama, apoi se scurge şi se amestecă bine cu zahărul vanilat. Se unge o tavă cu margarină, se acoperă cu o hârtie de copt, se întinde o foaie, se aşterne umplutura, apoi se acoperă cu cealaltă foaie, se presară cu pesmet şi se dă la cuptorul încins.

Plăcintă pripită

500 g făină
500 g brânză de vaci
100 g unt
100 g zahăr farin
2 linguri de zahăr tos
150 g untură
4 ouă, o linguriţă de oţet
o linguriţă de sare

Se frământă un aluat din făină, 100 g unt, untură, un ou, sare şi oţet, se împarte aluatul în două, se întind foi de mărimea tăvii şi se ung cu unt. Se aşterne prima foaie în tava unsă cu unt, se toarnă brânza amestecată cu ouăle rămase şi zahărul tos şi se acoperă cu a doua foaie stropită cu unt. Se dă la cuptor, apoi se pudrează cu zahăr farin.

Prăjitură cu ciocolată albă

110 ml apă
60 g gelatină
250 g ciocolată albă
830 ml frişcă din comerţ
600 g zahăr
12 ouă
280 ml lapte
100 g feliuţe de portocală
100 g feliuţe de kiwi
un pliculeţ de zahăr vanilat
200 g făină, un praf de copt
120 ml ulei

Albuşurile se separă de gălbenuşuri, apoi se bat cu 200 g zahăr, adăugând gălbenuşurile bătute spumă cu furculiţa. Se pune făina în ploaie, amestecând. Se unge o tavă cu ulei şi se coc pe rând două părţi de blat, circa 40 de minute fiecare. Când sunt gata, se lasă la răcit, apoi una din părţi se taie în două, umplându-se cu o cremă din 100 ml frişcă şi ciocolată albă, topite într-un vas la foc potrivit şi răcite. Gelatina se pune într-un vas cu apă şi se lasă până ia o formă moale. Aceasta se pune într-o cremă formată din lapte fiert, amestecat cu 3 ouă şi 300 g de zahăr. Se amestecă cu 300 g de frişcă, 100 g de zahăr şi zahărul vanilat. Blatul pe care s-a adăugat crema de ciocolată albă se pune pe o tavă rotundă, iar deasupra se adaugă o nouă foaie şi se întinde crema cu lapte, şi peste ultima foaie adăugată se toarnă restul de frişcă printr-un cornet confecţionat din celofan. Se decorează cu feliuţe de portocală şi kiwi şi se dă la rece.

Prăjiturele cu glazură de cacao

400 g unt
400 g zahăr, 200 g făină
9 ouă, 200 g cacao

Se freacă spumă 125 g unt cu 125 g zahăr, după care se adaugă, rând pe rând, 6 gălbenuşuri, încorporându-se în final făina. Se omogenizează compoziţia cu 50 g cacao, apoi se întinde în două foi. Se unge o tavă cu unt, se acoperă cu o coală de hârtie, apoi se pun foile şi se coc, la foc moderat, lăsându-se să se întărească. După aceea, se scot şi se lasă puţin să se răcească. Între timp, se freacă spumă 225 g unt, iar 150 g zahăr se freacă, separat, cu 3 ouă întregi. Se adaugă 3 linguri de cacao şi apoi untul, obţinând o cremă care se întinde între cele două foi. Din untul, cacaua şi zahărul rămase, puse să fiarbă pe foc mărişor cu puţină apă, se face glazura, care se întinde uniform peste prăjitură.

Prăjiturele pentru ceai

400 g făină
15 g drojdie
100 g zahăr pudră
150 ml lapte
50 g unt, un ou
75 g stafide, o portocală
2 linguri de miere
sare, scorţişoară

Se freacă zahărul cu drojdia, apoi se adaugă, puţin câte puţin, laptele călduţ, omogenizându-se. Se lasă la căldură un sfert de oră. Între timp, în alt castron se amestecă făina cu un praf de sare şi puţină scorţişoară măcinată. Se adaugă untul, obţinând un aluat sfărâmicios. Se toarnă, într-o gropiţă făcută în mijloc, soluţia de drojdie, apoi se frământă bine şi se trece într-un castron uns cu unt, se acoperă cu un prosop ud şi se lasă 90 de minute la căldură, să crească. După aceea, se pune pe planşetă, se presară cu stafide şi coajă rasă de portocală, se amestecă, se fac biluţe cât nuca, se ung cu ou bătut şi se dau la cuptor un sfert de oră. Se servesc stropite cu miere.

Sufleu de căpşune

300 g căpşuni
300 g zahăr
7 ouă, 100 g unt
o lingură de făină

Se spală căpşunele, se curăţă de codiţe, după care se pun într-un vas cu 1/3 din cantitatea de zahăr şi se lasă pe foc. Se amestecă din când în când, lăsându-se pe foc până se formează o pastă, după care se lasă să se răcească. Între timp, se pun gălbenuşurile într-un castron împreună cu zahărul, untul şi făina şi se freacă până se obţine o cremă pufoasă. Se amestecă bine în vasul cu căpşuni, iar la sfârşit se pun albuşurile bătute spumă şi se obţine o compoziţie omogenă. Se bagă în cuptor la foc potrivit.

Turtă dulce cu suc de portocale

250 g făină
500 g zahăr
125 g miere
2 portocale zemoase, 50 g unt
o linguriţă de bicarbonat alimentar

Portocalele se storc, păstrându-se sucul, care se strecoară, să fie limpede. Se dizolvă bicarbonatul în puţin suc de portocale. Se amestecă, apoi, cu zahărul şi cu mierea, după care se toarnă făina, în ploaie, precum şi restul sucului de portocale. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o tavă unsă cu unt, după care se dă la cuptor, unde se lasă, la foc moale, aproximativ 90 de minute.

Bucate din Oltenia

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

Mâncare iute, la ţest

„Ţesturile“ de lut (oale de pământ) folosite în Oltenia datează încă de pe vremea romanilor, despre care se spune că îşi pregăteau în acest fel plăcintele cu diverse umpluturi - cu carne, peşte, brânză şi legume. Plăcinta este, deci, tot o moştenire romană, numele ei derivând din „placenta“, care înseamnă „pungă umplută“.

Deoarece erau extrem de fragile şi se spărgeau uşor, gospodinele îşi stabileau o zi în care făceau ţesturi pentru tot anul. În această zi, denumită simbolic Ziua ţăstelor sau Ropotinul ţăstelor, femeile petrec şi se ospătează din belşug cu mâncare şi băutură şi stropesc ţestul cu vin. În această zi, ele cred că au dreptul să se poarte brutal cu bărbaţii.

Trăsătura caracteristică a bucătăriei din această zonă este condimentarea excesivă, în care predomină ardeiul iute. Datorită acestui fapt, un comentator al bucătăriei româneşti afirma că încercarea mâncărurilor olteneşti este un act de curaj. Modul de preparare este simplu, adesea rezumându-se numai la fierbere. Mâncarea este servită în străchini smălţuite alături de ulcioare pline cu rachiu. În bucătăria oltenească se prepară foarte multe ciorbe de pui, legume, praz, lobodă sau ştevie, se foloseşte adesea carnea de porc sau peşte şi ceva mai rar carnea de vită şi vânatul. Sunt apreciate ciorbele acrite cu zeamă de varză sau suc de roşii, iar verdeţurile folosite cu predilecţie sunt pătrunjelul, leuşteanul, ştevia, prazul, loboda, ştirul, frunzele de potbal şi păpădia. Ciorba de burtă este preferată aici cu hrean şi oţet, fără usturoi.

Foarte apreciată în această zonă este carnea de oaie, care se prepară cu un anumit dichis, redat cu măiestrie în folclorul local: „Mielul gras, încet cu lene, se învârte pe frigare/ Şi găluştele cu clocot în ulcele se sfădesc“. Deliciul preparatelor din carne este însă „oaia la groapă“, un procedeu de frigere a cărnii întâlnit numai în Oltenia, care se asortează foarte bine cu vinurile din regiunea Drăgăşani.

Mâncăruri frecvent preparate mai sunt: ciorbele de praz, de ştevie, ciorba de pasăre cu legume, roşiile umplute cu orez, tochitura oltenească, prazul umplut, ciulamaua de pui, saramura de peşte şi, nu în ultimul rând, cârnăciorii olteneşti.

Ca desert, se prepară diverse dulceţuri şi şerbeturi de fructe – de nuci verzi, de aguridă, de caise, vişine, gutui, cireşe, piersici, prune, mere, corcoduşe, struguri şi altele. Un alt deliciu, pregătit în special de către călugării de la mănăstiri, este mămăliga pe paturi de fructe şi turta arieţilor – o coptură de mălai sau făină preparată în ziua de 8 noiembrie, de sărbătoarea Sfinţilor Mihail şi Gavril, când are loc împerecherea oilor cu berbecii. Pentru a afla dacă le va fi bine sau rău oilor peste aproximativ 21 de săptămâni, durata de gestaţie a ovinelor, ciobanii aruncau turta în mijlocul turmei şi făceau pronosticul: turta căzută cu faţa în sus era semn bun, turta căzută cu faţa în jos era semn rău. Această credinţă se mai păstrează şi astăzi în unele sate din Oltenia.

RÂMNICU VÂLCEA
TÂRGU JIU
DROBETA - TURNU SEVERIN
CRAIOVA
SLATINA
CARACAL
Drăgănești-Olt
Scornicești
Optași
Drăgășani
Horezu
Polovraci
Novaci
Bumbești-Jiu
Târgu Cărbunești
Rovinari
Motru
Corcova
Baia de Aramă
Tismana
Băilești
Filiași
Strehaia
Vânju Mare
Calafat
Segarcea
Bratovoiești
Plenița
Dăbuleni
Corabia
Călimănești
Brezoi
Căciulata
Dunărea

Festivaluri gastronomice

Mehedinţi
Baia de Aramă
Sărbătoarea liliacului – mai
Drobeta
Festivalul Obiceiurilor mehedinţene – iulie
Marga, sat Lunca
Nedeie de ţară – august
Runcu
Hramul Naşterea Maicii Domnului – 8 septembrie

Olt
Balş
Festivalul rapsozilor – august
Caracal
Bâlci de primăvară – mai
Slatina
Căluşul românesc – august

Dolj
Cleanov
Sărbătoarea teiului – mijlocul lui iunie
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Oltenii şi restul lumii – 10-11 octombrie
Drumul Peştelui
Drumul Vinului
Drumul Vrăjitoarelor
Drumul Haiducilor Olteni
La vânătoare în pădurile şi bălţile olteneşti
Festivalul zaibărului şi al mujdeiului – toamna

Gorj
Bumbeşti Jiu
Cântecul munţilor – începutul lui august
Novaci
Urcatul oilor la munte – a treia duminică din mai
Polovraci
Nedeia de la Polovraci – a treia duminică din iulie
Târgu Jiu
Izvoare fermecate – a treia duminică din februarie
Tismana
Festivalul liliacului – mai
Festivalul cântului, jocului şi portului popular – 15 august
Hramul Adormirea Maicii Domnului – 15 august
Sărbători desfăşurate în mai multe localităţi
Rusaliile, Căluşari – 18 iunie
Tâcolitul viilor – 2 februarie
Ropotinul ţăstelor – de Înălţare

Vâlcea
Cozia
Hramul Sf. Treime – a doua zi după Rusalii
Horezu
Târgul olarilor – iulie
Hramul Sf. Împăraţi Constantin şi Elena – 21 mai

Podgorii şi centre viticole

Calafat: Cetate, Ciuperceni, Poiana Mare
Dacilor: Jiana, Izvoarele, Vraţa
Dealurile Craiovei: Banu Mărăcine, Brădeşti, Brabova, Segarcea, Cruşeţu, Târgu Jiu
Drăgăşani: Amărăşti, Cerna, Iancu Jianu, Drăgăşani
Plaiurile Drâncei: Drâncea-Scorila, Oraviţa-Vânju Mare, Pleniţa
Sadova-Corabia: Tâmbureşti, Dăbuleni, Potelu
Severinului: Halânga (Dealu Viilor), Corcova
Centre independente: Drăgăneşti-Olt

Caş de potârniche

o potârniche
250 g unt, 100 ml ulei
150 g caşcaval
150 ml vin alb, sare, piper

Potârnichea se curăţă, se pârleşte, i se scot intestinele şi se spală bine, după care se pune într-o tavă la cuptor. După frigere se lasă la răcit, se dezosează şi se dă prin maşina de tocat. Se amestecă bine cu untul, sarea, caşcavalul ras şi vin, iar apoi se pune într-o formă de chec şi se lasă la rece.

Friganele cu soté de legume

400 g franzelă
3 ouă, 100 ml lapte
100 g margarină
100 g fasole verde
100 g mazăre, 100 g dovlecei
un morcov
o legătură de mărar, sare, piper

Se taie franzela în felii ceva mai groase, fără a o curăţa de coajă. Se încălzeşte puţin laptele, apoi se toarnă într-un castron adânc. Se pun, pe rând, feliile de franzelă să se înmoaie în lapte, pe fiecare parte, după care se trec în alt castron, în care se află ouăle bătute spumă. Se topeşte margarina într-o tigaie, apoi se rumenesc feliile de pâine. Separat, se fierb în apă clocotită cu sare legumele curăţate, spălate şi tăiate în bucăţele, apoi se scot, se scurg şi se înăbuşă câteva minute în margarină cu puţină zeamă. Friganelele se servesc cu soté-ul de legume, presărând deasupra mărar tocat, sare şi piper după gust.

Omletă ţărănească

8 ouă
2 legături de ceapă verde
2 legături de ştevie
100 g unt, 3 roşii
100 g telemea de vacă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ştevia se spală în mai multe ape, se scurge şi se taie fideluţă. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pune la călit într-o tigaie cu 50 g de unt încins. Se adaugă şi ştevia, iar când s-au înmuiat, se pune şi restul de unt, împreună cu ouăle, bătute bine în prealabil, mărarul şi pătrunjelul, spălate şi tocate mărunt, sare şi piper, după preferinţe. Se lasă să se rumenească, apoi se întoarce. Se serveşte fierbinte, cu salată de roşii şi telemea rasă deasupra.

Ouă umplute cu pastă de ciuperci

10 ouă
400 g ciuperci
100 g unt, 150 ml ulei
4–5 castraveţi muraţi
o lingură de muştar, o salată verde
sare, piper

Se fierb 8 ouă tari, se lasă să se răcească, apoi se scot gălbenuşurile. Patru dintre ele se pasează, se freacă bine cu muştarul, cu 2 gălbenuşuri crude şi un praf de sare, apoi se toarnă uleiul, puţin câte puţin, amestecând permanent cu o lingură de lemn, până se leagă maioneza. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se prăjesc în ulei, apoi se scurg şi se amestecă, într-un castron, cu celelalte 4 gălbenuşuri, cu castraveţii tocaţi mărunt şi cu puţină maioneză. Se presară cu sare şi piper, iar cu compoziţia respectivă se umplu albuşurile, tăiate în jumătăţi. Se servesc cu maioneză şi ornate cu salată verde.

Ouă umplute cu verdeaţă

10 ouă
80 g unt
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
sare, piper

Se fierb 8 ouă tari, se curăţă, se taie la vârfuri şi se scot gălbenuşurile, care se pisează şi se amestecă bine cu mărarul şi pătrunjelul, tocate mărunt, sare şi piper, după gust. Se omogenizează compoziţia şi se umplu albuşurile cu ea, apoi se astupă la loc cu vârfurile tăiate. Celelalte două ouă se sparg şi se separă albuşurile de gălbenuşuri. Ouăle umplute se ung bine cu albuşurile bătute spumă, apoi se prăjesc într-o tigaie, în care s-a înfierbântat untul. Se servesc calde.

Plăcintă din aluat fraged cu carne

500 g făină
150 g unt
3 ouă, 2 linguri de smântână
10 g drojdie
100 ml lapte
400 g carne, o ceapă
50 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se amestecă un ou cu puţină sare, cu untul, smântâna şi drojdia dizolvată în lapte, apoi se toarnă toate peste făină, amestecând bine. Se frământă aluatul, se taie în două părţi egale, care se întind în foi groase de 5 milimetri fiecare. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pune la înăbuşit în puţin ulei îndoit cu apă. Când devine sticloasă, se pune şi carnea, tăiată în bucăţi. Când sunt bine fierte, se dau prin maşina de tocat de două ori, apoi se omogenizează cu două ouă, sare, piper şi verdeaţă tocată. Se umple plăcinta cu această compoziţie şi se dă la cuptor, la foc potrivit, într-o tavă unsă cu unt.

Roşii umplute cu morcovi şi varză albă

4–5 g roşii
2 morcovi
100 g varză albă
2 ouă, 30 ml oţet
75 ml ulei
pătrunjel, frunze de ţelină, sare

Se aleg roşii de aceeaşi mărime, se taie căpăcele şi se scobesc cu o

linguriţă şi se lasă apoi cu gura în jos la scurs. Morcovii se rad pe răzătoare, varza albă se taie mărunt, iar frunzele de ţelină şi pătrunjel se toacă. Se amestecă morcovii, varza şi verdeţurile cu gălbenuşurile de ou fierte, cu oţet, ulei şi sare. Cu aceasta compoziţie se umplu roşiile.

Turtă cu praz

250 g făină
175 g unt
3 gălbenuşuri de ou
800 g praz
o ceaşcă de smântână
sare, piper

Se frământă un aluat din făină, 125 g unt, un gălbenuş, sare şi puţină apă. Se lasă o oră la rece. Se taie prazul în bucăţi de 2-3 cm şi se fierbe 10 minute în apă sărată, apoi se călesc 10 minute în unt cu sare şi piper. Se adaugă gălbenuşurile rămase, bătute cu smântână. Aluatul se împarte în două - partea mai mare se întinde şi se pune în tavă. Se adaugă prazul, peste care se întinde a doua foaie de aluat şi se lipesc marginile celor două foi cu puţină apă. Se dă la cuptor până se rumeneşte.

Ciorbă oltenească de praz cu zeamă de varză

2–3 fire de praz
2 roşii
un morcov
o rădăcină de albitură
100 g fidea, 2 linguri de făină
150 ml ulei
1 l zeamă de varză
verdeaţă, sare

Prazul tocat mărunt se căleşte. Peste el se pune zarzavatul tăiat şi se mai lasă câteva minute. Se stinge cu apă şi se pune la fiert. Făina se rumeneşte cu restul de ulei, se stinge cu roşii şi se adăugă la ciorbă. Când zarzavatul este fiert, se pune fideaua şi se mai lasă 20 de minute. Se adăugă zeama de varză fiartă separat, la sfârşit punându-se sarea şi verdeaţa tocată.

Ciorbă oltenească de văcuţă

2 oase mari
400 g carne de văcuţă
2 cepe, un morcov
un păstârnac, o ţelină mică
o rădăcină pătrunjel
un fir praz
un cotor de varză dulce
4 cartofi
o legătură de leuştean
un pahar de smântână, sare

Se sparg oasele şi se pun la fiert în 2 l de apă. După fierbere se curăţă carnea de pe ele şi se pune înapoi la fiert împreună cu carnea tăiată bucăţele. Se toacă toată verzitura şi se pune la fiert. După o jumătate de oră se adăugă cartofii tăiaţi cubuleţe. Se sărează, se presară verdeaţă şi se drege cu smântână.

Supă de găină cu zdrenţe

400 g carne de pasăre
un morcov
o rădăcină de păstârnac
60 g ţelină
2 linguriţe de hrean ras
40 ml zeamă de lămâie
2 ouă
120 g caşcaval
pătrunjel verde
zahăr, sare, piper

Pasărea curăţată se pune întreagă la fiert în apă cu sare. Se adaugă legumele curăţate şi tăiate sferturi. Se scoate carnea, care poate fi folosită rasol cu hrean şi zahăr, şi se strecoară zeama. Se bat ouăle cu caşcavalul ras şi zeama de lămâie, apoi se toarnă fir subţire în supă. Se mai lasă puţin să fiarbă, apoi se adaugă sarea şi piperul. Se serveşte cu pătrunjel verde tocat presărat deasupra.

Budincă de ciuperci

400 g ciuperci
4 ouă, 2 linguri de smântână
200 g pâine, 40 ml ulei
o ceapă, 80 g unt
100 ml lapte
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se toacă mărunt şi se pun la prăjit, împreună cu uleiul. Pâinea, tăiată felii, se înmoaie în lapte, apoi se amestecă cu ciupercile. Ceapa tocată fin se prăjeşte în unt, adăugându-se verdeaţa mărunţită, sarea şi piperul. Totul se pune peste ciuperci. Se omogenizează apoi gălbenuşurile, iar albuşurile se bat spumă şi se încorporează împreună cu smântâna. Se unge cu unt un vas de Jena şi se răstoarnă compoziţia, care se coace 45 de minute la foc potrivit.

Caras cu sos de ciuperci

1 kg caras proaspăt
500 g ciuperci, 2 roşii
100 g făină
200 ml ulei, sare, piper

Peştele se curăţă, se spală, se taie în bucăţi de mărime potrivită, apoi se tăvăleşte prin făină şi se pune la prăjit într-o tigaie cu ulei înfierbântat. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe mici şi se călesc în ulei, după care se sting cu puţină apă şi se înăbuşă o jumătate de oră, împreună cu roşiile tocate mărunt. Se potriveşte sosul de sare şi piper. Într-o tavă, se aşază câteva nuieluşe de-a latul, formând un fel de grătar, pe care se aranjează bucăţile de peşte. Acestea nu trebuie să intre în contact direct cu tava. Peste ele, se toarnă sosul de ciuperci, după care se introduce tava la cuptor, pentru un sfert de oră.

Cârnăciori olteneşti la grătar

1 m maţe de oaie
100 g carne de vacă
200 g carne de porc
100 g slănină de porc, 30 g usturoi
sare, piper măcinat
ardei iute, cimbru

Carnea se trece prin maşina de tocat cu sită mare şi se lasă o zi la rece. Se trece prin maşina cu sită fină, se amestecă cu slănina cubuleţe, cimbrul, piperul, ardeiul iute tocat mărunt şi zeama de la mujdeiul de usturoi. Cu această compoziţie se umplu maţele spălate

şi ţinute la rece. Cârnaţii rezultaţi se ţin 2 ore la rece, 2 ore la afumat, apoi 18 ore la zvântat. Se taie cârnaţii în opt părţi egale şi se pun pe grătarul încins şi uns cu ulei. Se servesc cu cartofi pai şi salată.

Dovlecei umpluţi

400 g dovlecei
250 g carne de viţel
2 ouă, 3 roşii
80 g unt, 100 g smântână
o ceapă, o legătură de mărar
sare, piper

Se înăbuşă carnea tocată în unt şi se amestecă cu un ou fiert şi jumătate din ceapă şi mărar, toate tocate mărunt. Se adaugă oul crud, sare şi piper. Dovleceii se curăţă de coajă, se scobesc, se umplu cu compoziţia rezultată, se acoperă cu felii de roşii şi se rânduiesc în cratiţa unsă cu unt. Ceapa rămasă se rumeneşte în unt, se adaugă miezul de dovlecel şi 2 roşii tocate cubuleţe. Sosul rezultat se toarnă peste dovlecei cu apă cât să-i acopere şi se dau la cuptor. Apoi se adaugă smântâna şi se presară mărar tocat deasupra.

Fasole verde cu smântână

800 g smântână
40 ml ulei, 2 ouă
3–4 roşii, 200 g smântână
o linguriţă de făină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
frunze de ţelină, sare, piper

Păstăile de fasole verde se curăţă, se spală şi se rup în bucăţele de 2–3 centimetri lungime, apoi se pun să fiarbă în apă clocotită cu puţină sare. Făina se dizolvă în câteva linguri de smântână. Mărarul şi pătrunjelul se spală şi se toacă mărunt. Când s-a fiert fasolea, se scoate, se scurge bine şi se pune într-un vas de Jena uns cu ulei. Peste ea, se aşază roşiile tăiate felii, se toarnă sosul de smântână, se adaugă ouăle bătute şi se presară verdeaţa. Deasupra se toarnă restul de smântână. Se introduce vasul la cuptor, unde se lasă timp de 15–20 de minute, la foc moderat.

Ghiveci la ţest cu carne de porc

400 g carne
2 cepe
2 linguri de untură
o cană şi jumătate cu orez
2 linguri de bulion
verdeaţă
sare, piper

Într-o cratiţă se căleşte ceapa şi se adaugă orezul, spălat şi scurs bine. Peste ele se pune carnea crudă tăiată bucăţi şi se stinge cu 3 ceşti de apă clocotită. Se adaugă bulionul, sarea şi piperul după gust. Se pune cratiţa la ţest şi se lasă să scadă până când carnea este fiartă.

Ghiveci de peşte

700 g peşte
100 g ţelină, 4-5 roşii
un morcov, 2 cepe
o rădăcină de pătrunjel
100 g fasole verde
100 g mazare, 100 ml ulei
piper, sare, mărar, pătrunjel

Se curăţă peştele, se spală, se porţionează şi se sărează. Ceapa şi roşiile tăiate feliuţe se călesc în ulei încins. Apoi se adaugă morcovul, rădăcina de pătrunjel tăiate rondele, fasolea verde şi mazărea. Legumele călite se sting cu apă şi după ce au fiert se pun şi bucăţile de peşte. Se sărează şi se condimenteză după gust. Se pune apoi la cuptor pentru 20 de minute. Se serveşte rece cu verdeaţă tocată deasupra.

Jigou de berbec

800 g pulpă de berbec
25 g usturoi, 400 g arpagic
3 ardei graşi
100 g orez, 2 linguri de bulion
75 g unt, 200 ml ulei, 40 ml oţet
pătrunjel, sare, piper

Se curăţă pulpa, se spală, se împănează cu usturoi, se stropeşte cu oţet, se pune într-o tavă cu ulei şi se sărează. Arpagicul curăţat se pune şi el în tavă, alături de piper, şi se bagă la cuptor. Când e gata se scoate. Ardeii graşi se taie şi se călesc în ulei, se adăugă orezul şi se stinge cu bulion fierbând încă 30 de minute la cuptor. Pulpa de berbec se serveşte cu arpagic, orez, unt topit şi verdeaţă.

Jumări cu ardei gras şi roşii

8 ouă
4 ardei graşi, 4 roşii
200 g caşcaval
100 ml ulei
sare, piper

Ardeii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe. Roşiile se spală, se curăţă şi se toacă mărunt. Se pun să fiarbă ardeii şi roşiile într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Apa trebuie să fie doar cât să acopere legumele. Între timp, se pregătesc jumările: se bat ouăle cu câte un praf de sare şi de piper, se toarnă într-o tigaie cu ulei fierbinte, pusă pe foc mic, amestecând uşor cu furculiţa, până se încheagă. Spre sfârşit, se adaugă roşiile şi ardeii, iar când sunt gata, se presară caşcavalul dat pe răzătoare.

Legume la cuptor

2 morcovi
2 cartofi, 2 cepe
un dovlecel mic
o vânătă mică, o roşie
1/2 conopidă
1/2 ardei gras
1/2 ardei capia
50 g mazăre
20 ml ulei, 3 ouă
100 g smântână
sare, piper, tarhon

Ceapa, morcovii, ardeii se curăţă şi se taie felii subţiri, apoi se călesc în ulei, împreună cu mazărea. Se adaugă celelalte legume tăiate cubuleţe şi se mai ţin puţin pe foc. Se bat ouăle cu smântâna, sarea, piperul şi tarhonul, iar compoziţia rezultată se amestecă cu legumele şi se dă la cuptor.

Mâncare de castraveţi muraţi

6–7 castraveţi muraţi
400 g carne (porc, miel, mânzat)
3 linguri de bulion
3 cepe, 2 linguri de untură
o crenguţă de cimbru uscat
mărar, piper

Se toacă ceapa şi se pune la călit în grăsime, apoi se adaugă carnea. Când se rumeneşte se stinge cu apă caldă şi se lasă la fiert încă 30 minute. Se spală castraveţii, se taie cuburi şi se pun în mâncare, cu piper şi cimbru. Când se înmoaie se toarnă bulionul, se mai lasă 30 de minute pe foc, apoi se presară mărarul.

Mâncare de lin cu sos de ciuperci

1 kg lin
100 g unt, o ceapă
150 g ciuperci, o lingură de făină
200 ml vin alb
un ou, sare, piper

Se curăţă peştele, se retează capetele şi cozile, se scoate scheletul, după care se spală şi se presară cu sare. Se lasă o jumătate de oră, apoi se şterge cu un prosop curat. Se tăvăleşte prin făină, apoi se pune la prăjit într-o cratiţă cu unt încins. Când s-a rumenit, se scoate şi se lasă deoparte. Ceapa şi ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pun să se înăbuşe în untul în care s-a prăjit peştele, turnând peste ele vinul îndoit cu apă. Se potriveşte de sare şi piper, apoi se adaugă peştele, dându-se la cuptor o jumătate de oră. În sos, se încorporează un gălbenuş. Se serveşte caldă.

Mâncare oltenească de vinete

500 g carne de vită
6 vinete
un pachet de unt sau o ceaşcă de ulei
500 g roşii
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar, sare
o ceaşcă de sos românesc

Se taie carnea în bucăţi şi se pune la prăjit în 100 g unt. Se taie vinetele, se sărează şi se lasă să se scurgă un sfert de oră. Carnea rumenită se stinge cu apă, vinetele se pun la prăjit în 100 g unt, până se rumenesc şi fac coajă. Separat se prepară sosul românesc: se încinge untul şi se adaugă făina cu sare, apoi ceapa tăiată mărunt; când s-au rumenit se sting cu supă şi se lasă să fiarbă până se leagă; se pune sucul de roşii şi se dă la fiert până se obţine o pastă. Carnea tăiată bucăţi se prăjeşte în 100 g unt şi se stinge cu apă. Peste carne se toarnă sosul românesc. Vinetele tăiate cubuleţe se scurg şi se pun la prăjit în 100 g unt, până se rumenesc. Se adăugă peste carne, împreună cu roşiile tăiate felii şi usturoiul tocat. Se sărează, se presară mărar tocat şi se dă la cuptor să scadă.

Muşchi de porc cu cârnăciori olteneşti

400 g muşchi file
100 g cârnăciori olteneşti cruzi
o ceapă, 100 g ciuperci
50 g măsline, 20 g boia iute
80 ml ulei, 50 ml vin roşu
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Cârnăciorii olteneşti se taie în bucăţele mici şi se prăjesc în unt-delemn încins. Când sunt gata, se scot şi se aşază pe o farfurie. Ceapa se curăţă, se spală şi se taie peştişori, iar ciupercile la fel. Măslinele se separă de sâmburi şi se toacă mărunt. Toate acestea se prăjesc în acelaşi ulei, lăsând să se rumenească bine. Se amestecă apoi cu cârnăciorii, boiaua, vinul roşu, sare şi piper. Muşchiul file se bate cu ciocanul de şniţele şi se umple cu această compoziţie, legându-se cu scobitori. Se pune apoi într-o tavă unsă cu ulei şi se dă pentru 30-40 de minute la cuptorul bine încins în prealabil. Când este gata se scoate pe un platou împreună cu sosul creat şi se serveşte cu verdeaţă presărată deasupra, iar ca garnitură, cu piure de cartofi.

Oaie la groapă

o oaie
unt proaspăt
750 ml vin alb
sare, piper

Se curăţă oaia bine şi se dă cu sare, atât în exterior, cât şi în interior. Se unge cu unt proaspăt cu mare grijă, să nu rămână nici un loc neuns. Se spală ficatul, se taie în bucăţi mici, se unge cu unt, sare şi piper şi se umple oaia cu ele, turnându-se totodată şi vinul. Se îmbracă oaia în pielea ei, care se coase cu mare atenţie, să nu răsufle. Se pregăteşte o groapă în care se aprind lemne de viţă-de-vie şi, când rămâne jăratecul, se aşază oaia în groapă, ţinându-se acolo până când pielea este rumenă; se controlează şi interiorul dacă este făcut.

Ochiuri cu cârnaţi şi caşcaval

8 ouă
400 g cârnaţi olteneşti
5 roşii, 100 ml ulei
5 castraveţi muraţi
o legătură de mărar
sare, piper

Cârnaţii se taie în bucăţele de câte 3–4 centimetri lungime, apoi se rumenesc în ulei încins. Ouăle se prăjesc, separat, în ulei. Roşiile se opăresc într-o oală cu apă clocotită, apoi se scot şi, după ce s-au mai răcorit, se decojesc şi se dau pe răzătoare. După aceea, se pun să fiarbă înăbuşit în zeama lor, cu o lingură de ulei, sare şi piper după gust. Ochiurile şi cârnaţii se pun într-un vas de Jena, se toarnă sosul de roşii, se presară caşcaval ras şi se introduc, pentru 10 minute, în cuptorul încins. Se servesc cu salată de castraveţi muraţi, presăraţi cu mărar tocat.

Păpuşele de dragovei

1 kg frunze de ştevie
un ardei iute
o căpăţână usturoi

Frunzele de ştevie se spală, se şterg şi se rulează legându-se cu sfoară subţire. Se pun pe grătarul încins şi se prăjesc pe toate părţile, după care se scoate sfoara. Se aşază în strachină şi se adaugă un ardei iute tăiat bucăţi. Peste ele se toarnă o saramură făcută din usturoi, apă şi sare şi se serveşte cu mămăligă caldă.

Pilaf cu carne de vită

400 g carne de vită
300 g orez
2 morcovi
2 rădăcini de albitură
40 g unt
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţele, apoi se pune la fiert într-o oală cu apă rece. Morcovii şi albitura se curăţă şi se spală, apoi se taie în cubuleţe şi, după ce se spumează carnea, se adaugă la fiert în oală. Între timp, se alege orezul, se spală, se scurge şi se căleşte într-o tigaie cu două linguri de unt, apoi se stinge cu puţină supă de legume sau apă călduţă şi se mai lasă un sfert de oră să se înăbuşe, după care se mai toarnă o cană de supă şi se lasă până fierbe. Se adaugă carnea fiartă, se potriveşte de sare şi piper şi se dă la cuptor o jumătate de oră. Se serveşte cald, cu verdeaţă tocată presărată deasupra.

Piperadă

8 roşii mijlocii
4 ardei graşi
o ceapă
4 căţei de usturoi
400 g jambon
8 ouă, 100 ml ulei
sare, piper

Ardeii se pun la copt pe plita încinsă, se întorc pe toate părţile, apoi se curăţă şi se taie mărunt. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se decojesc şi se dau pe răzătoare. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Ceapa se curăţă, se spală, se taie peştişori şi se căleşte într-o cratiţă cu ulei înfierbântat. Se adaugă ardeii, apoi roşiile şi usturoiul. Se potriveşte de sare şi piper şi se lasă până scade zeama. Separat, se prăjesc puţin, pe ambele părţi, feliile de jambon. Se bat ouăle şi se amestecă bine cu legumele, scoase din cratiţă şi scurse bine, apoi se pun într-o altă cratiţă şi se înăbuşă, la foc mic. Când s-au legat ouăle, se pun în farfurii, cu feliile de jambon.

Praz umplut

750 g praz
250 g carne viţel
250 ml supă de vită
un ou, 50 g unt
100 ml vin alb sec
2 linguri de piure de ardei gras şi roşii
un vârf de linguriţă de miere
sare, piper

Se taie prazul bucăţi de 5-6 cm, se scoate miezul, lăsându-se doar 2-3 foi. Miezul se toacă, se freacă cu carnea, oul, sarea şi piperul. Se umplu bucăţile de praz cu compoziţia rezultată, apoi se rumenesc în unt şi se sting cu supa fierbinte de vită şi cu vin alb amestecat cu piureul de roşii, ardei şi miere. Se lasă o oră la fiert, apoi se dau la cuptor 10 minute.

Pui cu ciuperci şi sos alb

800 g carne de pui
100 g unt
4 linguri de făină
200 g smântână
500 g ciuperci
250 ml lapte
2 cepe mijlocii, un morcov
un păstârnac, sare

Carnea se curăţă, se spală, se porţionează, se presară cu un praf de sare şi se rumeneşte în 50 g de unt, apoi se scoate şi se scurge. Se diluează făina în câteva linguri de lapte şi se înăbuşă în cratiţa în care s-a prăjit carnea, adăugând morcovul, păstârnacul şi cepele, curăţate şi tocate mărunt. Se lasă câteva minute, apoi se toarnă laptele şi smântâna şi se continuă fierberea încă o jumătate de oră. Sosul se strecoară şi se adaugă carnea. În untul rămas, se călesc ciupercile, tocate mărunt. Se răstoarnă în cratiţa cu carne şi se mai fierb împreună un sfert de oră.

Chifteluțe din carne de pui cu ouă

250 g carne de pui, 6 ouă, 50 ml ulei, 4 căței de usturoi, „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica", 3 linguri de pesmet, 1 linguriță de „Muștar fin Bunătăți de la Bunica", sare, piper.

Se curăță carnea, se spală și se fierbe, după care se scoate, se lasă puțin să se răcească și se dă prin mașina de tocat. Se fierb ouăle tari. Se scot două gălbenușuri și se amestecă, pentru a prepara o maioneză mai groasă, cu „Mușstarul fin Bunătăți de la Bunica" și uleiul, turnat picătură cu picătură. Celelalte patru ouă, plus cele două albușuri rămase, se toacă mărunt. Se curăță usturoiul și se pisează. Se amestecă bine carnea tocată cu ouăle, usturoiul și maioneza, se modelează chifteluțele și se tăvălesc prin pesmet, apoi se dau la rece. Se servesc cu „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica".

Ciorbă de lobodă

500 g lobodă, 500 ml borș, 100 ml iaurt, 1 ceapă, 1 morcov, 1 ou, 1/2 linguriță „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica", usturoi, leuștean, sare, piper.

Se taie loboda fâșii și se pune la fiert cu ceapa tocată și morcovul ras. Se acrește cu borș, care se fierbe înainte, se adaugă sarea și usturoiul pastă. Se dă în clocot, se adaugă oul bătut cu iaurt, puțină zeamă, și puțină „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica". La sfârșit, se presară deasupra leușteanul, tocat mărunt.

Antricot de vită la grătar cu Sos Țigănesc

4 antricoate de vită de câte 200 g, 20 g untură, sare, piper, cimbru, „Sos Țigănesc Bunătăți de la Bunica"

Înainte de a se prepara, antricoatele vor trebui ținute vreo două zile la congelator, ca să se frăgezească. După aceea, se scot, se dezgheață într-o oală cu apă rece, se lasă să se scurgă, apoi se bat pe ambele părți cu ciocanul pentru șnițele și se presară cu sare și piper. Se încinge bine grătarul, se unge cu o lingură de untură, apoi se pun antricoatele la fript. Când carnea devine rozalie, se desprinde cu lama unui cuțit și se întoarce. Atunci când e aproape gata, se presară cu cimbru. Se servesc cu „Sos Țigănesc Bunătăți de la Bunica" și garnitură de cartofi natur, piure sau prăjiți, cu soté de legume.

Mușchiuleț rulat ca în Bănie

600 g mușchi de porc, 100 g costiță afumată, 100 g șuncă de Praga, 4 căței de usturoi, 150 ml smântână, 40 g bulion, 20 g „Muștar iute Bunătăți de la Bunica", o legătură de pătrunjel, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica", sare, piper, cimbru.

Mușchiul se taie în patru bucăți egale, care se bat bine cu ciocanul și se condimentează cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica". Șunca se taie în patru felii. Costița se taie în cubulețe, care se amestecă bine cu usturoiul pisat, pătrunjelul tocat, sare, piper și cimbru. Se ia câte o felie de mușchi, se pune deasupra ei câte o felie de șuncă, apoi se întinde un strat de costiță. Se rulează mușchiul, se fixează cu scobitori, ca să nu iasă umplutura, după care se pune să se frigă pe grătarul bine încins sau pe plită. Se servește cu sosul preparat din smântână, „Muștar iute Bunătăți de la Bunica" și bulion, amestecate și fierte un sfert de oră la foc moderat.

Tocană haiducească

250 g carne de porc, 250 carne de vițel, 1 rinichi de mânzat, 100 g slănină afumată, 1 lingură „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), 250 g ciuperci, 1/2 lingură de făină, 280g „Sos Haiducesc Bunătăți de la Bunica", 100 ml zeamă de carne, 2 cepe, sare.

Carnea și rinichii se taie felii lungi și subțiri. Ceapa tăiată mărunt se călește în „Margarina Bunătăți de la Bunica" (la pachet), unde se adaugă, treptat, carnea de vițel și carnea de porc, apoi rinichii și făina dizolvată în puțină apă.

Se stinge totul cu zeamă de carne. Slănina se taie felii, se prăjește și se adaugă ciupercile. Compoziția rezultată se toarnă peste tocană, se sărează și se mai lasă puțin pe foc. La sfârșit se adaugă „Sosul Haiducesc Bunătăți de la Bunica" și se amestecă puțin pe foc. Se servește cu mămăligă și murături.

Pulpă de purcel cu ciuperci

1 kg pulpă de purcel
300 g ciuperci
20 g unt, o ceapă
o linguriţă de făină
200 g smântână
200 ml vin alb
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă carnea, se spală şi se porţionează, apoi se rumeneşte într-o cratiţă cu unt încins. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame şi se adaugă în cratiţă, amestecând, să nu se lipească. Se toacă mărunt ceapa, curăţată şi spălată, apoi se adaugă şi ea. După ce s-au rumenit, se toarnă făina, se lasă un minut, după care se stinge cu o cană de apă. Se fierbe, la foc mic, o jumătate de oră, completând cu puţină apă dacă este cazul, apoi se toarnă smântâna, se presară verdeaţa tocată şi se potriveşte de sare şi piper. Se dă la cuptor până mai scade sosul, adăugând, eventual, un pahar de vin.

Rasol de raci cu mujdei de usturoi

20 de raci
un morcov, un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
o ţelină mică, o ceapă
o căpăţână de usturoi
o linguriţă de oţet
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Racii se lasă să stea câteva ore într-un vas cu apă rece. Morcovul, păstârnacul, rădăcina de pătrunjel, ţelina şi ceapa se curăţă, se spală, se taie în sferturi, apoi se pun la fiert într-o oală cu apă rece şi puţină sare. Se curăţă usturoiul, se pisează şi se prepară un mujdei, amestecându-l cu apă rece şi sare, eventual cu puţin oţet. Când zarzavaturile sunt fierte, se scot, iar în supa rămasă se pun să fiarbă racii, spălaţi cu grijă. După ce se fierb, aceştia se lasă să se răcească în supă, apoi se scot pe un platou, se presară cu verdeaţă tocată mărunt şi se servesc cu mujdeiul de usturoi.

Sărmăluţe în foi de spanac sau ştevie

200 g carne de porc
200 g carne de vită
1 kg spanac (sau ştevie)
un ou, 2 linguri de orez
o ceapă, 200 ml ulei
o lingură de făină
400 ml borş
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Spanacul se curăţă, se spală, se opăreşte şi se lasă la răcit. Carnea, curăţată, tăiată în bucăţi, se dă prin maşina de tocat, apoi se amestecă bine cu jumătate din ceapa tocată, orezul ales şi spălat, oul, verdeaţa tocată, sare şi piper. Se formează sarmalele, umplând foile de spanac cu compoziţia rezultată. Într-o cratiţă, se înăbuşă restul de ceapă în ulei fierbinte şi puţină apă, apoi se adaugă făina, dizolvată în apă, se înăbuşă câteva minute, apoi se stinge cu borşul. Se mai fierb o jumătate de oră, apoi se toarnă peste sarmale şi se dă totul la cuptor o oră, să scadă.

Sufleu de ciuperci cu brânză

200 g ciuperci proaspete
200 g brânză telemea de vacă
6 ouă, 100 g unt
3 linguri de smântână
2 linguri de pesmet, sare, piper

Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Telemeaua se dă pe răzătoare. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în unt încins, apoi se lasă să se răcească. Albuşurile se bat spumă. Gălbenuşurile se freacă, într-un castron încăpător, cu untul, sarea şi piperul. Când amestecul capătă o consistenţă cremoasă, se adaugă brânza, ciupercile, smântâna şi albuşurile. Se unge o cratiţă cu unt, se tapetează cu pesmet, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor, la foc moderat, timp de 15 – 20 de minute, să se rumenească. Se serveşte cald.

Tocană de ciuperci cu măsline şi arpagic

300 g ciuperci
200 g măsline negre
300 g arpagic
2–3 cepe
150 ml ulei
3 linguri de bulion
50 ml vin alb sec
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală şi se taie în cuburi mai mărişoare. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte într-o cratiţă în care s-au înfierbântat trei linguri de ulei. Arpagicul se curăţă, se spală şi se înăbuşă în uleiul rămas, cu puţină apă. Măslinele se opăresc în apă clocotită. Când ceapa începe să se îngălbenească, se pun şi ciupercile, se toarnă două linguri de apă şi se lasă la înăbuşit un sfert de oră, după care se adaugă bulionul, subţiat cu puţină apă, şi vinul. După câteva minute, se adaugă măslinele şi arpagicul, se presară sare şi piper şi se dă la cuptor să scadă vreo 10 minute.

Varză cu mărar

300 g varză
100 g carne de pui
100 ml supă de pasăre
100 g iaurt, 15 ml ulei
un morcov, o legătură de mărar
o lingură de pastă de tomate
sare, piper, boia de ardei

Varza se curăţă de frunzele de la suprafaţă, apoi se toacă fideluţă, se căleşte cu puţin morcov ras, boia şi piper şi se stinge cu supă. Se adaugă carnea tăiată cubuleţe, pasta de roşii şi sarea. La sfârşit se adaugă iaurtul şi deasupra se presară mărarul tocat mărunt.

Ciuperci cu sfeclă din Oltenia

400 g ciuperci
400 g sfeclă roşie
2 cepe
75 ml ulei
20 g usturoi

Ciupercile se spală în mai multe ape, ca să se cureţe bine de nisip. Apoi se taie peştişori şi se fierb în apă cu sare. Sfecla se fierbe şi se dă prin răzătoare, ceapa călită în ulei se adaugă la ciuperci împreună cu sfecla şi mujdeiul de usturoi şi se mai călesc împreună cinci minute.

Salată de lacherdă

600 g lacherdă
3 cepe
80 ml ulei
2–3 roşii
o lămâie, sare, piper, mărar

Se curăţă lacherda de piele şi oase, se taie în felii potrivite şi se amestecă cu ceapa tăiată peştişori, zeama de lămâie, ulei, piper şi sare. Se decorează cu felii de roşii şi mărar tocat.

Sos de măcriş

o farfurie de măcriş
2 linguri de făină
o ceaşcă cu zeamă de carne
o lingură de unt
2 linguri de smântână, sare

Se toacă măcrişul şi se prăjeşte în unt, se adaugă făina şi smântâna. Se pune zeama de carne, se sărează şi se lasă la fiert până scade.

Budincă de griş cu mere

250 g griş
400 ml lapte
400 g miere
1 kg mere
100 g unt
un pliculeţ de zahăr vanilat

Merele se curăţă, se spală şi se dau pe răzătoare. Laptele se pune să fiarbă, dizolvându-se în el mierea. Se ia o formă de copt pentru budincă, se unge cu unt şi se tapetează cu trei linguri de griş. Deasupra, se pun jumătate din merele rase, apoi încă trei linguri de griş, restul merelor şi grişul rămas. Peste toate, se toarnă laptele cu miere, se presară zahărul vanilat şi cubuleţe de unt. Se introduce forma la cuptor şi se lasă, la foc potrivit, până se rumeneşte budinca.

Clătite cu carne amestecată

150 g carne de vită
150 g carne de porc
3 ouă, 200 ml suc de roşii
2 linguri de făină, 20 g usturoi
8 foi de clătite
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea de vită şi porc se spală bine şi se taie în bucăţele de mărime medie, după care se dau prin maşina de tocat. Se pune ulei într-o tigaie şi se prăjeşte carnea. Ouăle se omogenizează cu făina şi se adaugă verdeaţa, tocată mărunt. Se adaugă usturoi, sare şi piper. Cu această compoziţie se umplu foile de clătite, care se aşază într-o tavă unsă cu unt şi se dau pentru 10 minute, un sfert de oră la cuptorul bine încins în prealabil. Când sunt gata, se împart în porţii egale şi se presară cu smântână şi suc de roşii.

Colţunaşi cu gem

250 g făină, 2 ouă
2 linguriţe de pesmet, 100 ml lapte
60 g unt, 300 g gem
4 linguri de zahăr pudră, sare

Se face un aluat din făină, lapte, sare şi ou. Se frământă bine, apoi se ţine la rece 10 minute. Se pune pe planşetă, se întinde într-o foaie şi se taie în pătrate mici care se umplu cu gem, se lipesc cu mâna şi se fierb în apă cu sare 15 minute. Se servesc cu pesmet prăjit în unt şi zahăr pudră.

Cornuleţe umplute cu gem de fructe

600 g făină
200 g smântână
200 g unt, 10 g drojdie
100 g gem de fructe
un ou, 100 g zahăr pudră
un pliculeţ de zahăr vanilat

Drojdia se frământă cu smântâna, untul şi făina, apoi se întinde o foaie groasă de 5 milimetri, care se taie în mai multe triunghiuri. Pe mijlocul fiecăruia se pune câte puţin gem, apoi se rulează, începând de la un colţ spre latura opusă a triunghiului de aluat. Se bate un ou spumă, se dau cornuleţele prin el, se pun într-o tavă unsă cu puţin unt şi se dau la cuptor, la foc moderat, până devin uşor crocante. Se servesc pudrate cu zahăr.

Dovleac copt cu miere

800 g dovleac
3 linguri de zahăr
o lingură de miere

Se curăţă dovleacul, se spală bine şi se taie în bucăţele, potrivite ca mărime. Se tăvălesc bucăţelele de dovleac prin zahăr, apoi se introduc la cuptor, unde se lasă, la foc moderat, până se înmoaie miezul, iar marginile se înnegresc uşor, ceea ce înseamnă că s-a copt suficient. Se scot bucăţelele de dovleac, se aranjează pe un platou, după care se toarnă pe ele câte puţină miere de albine. Se serveşte de obicei cald, dar este la fel de gustos şi rece. Oricum, dacă nu s-a consumat tot, bucăţelele rămase mai pot fi încălzite, introducându-le la cuptor timp de aproximativ 10 minute, după care se scot şi se ung cu miere, ca mai sus.

Dulceaţă de nuci

20 nuci mici
400 g zahăr
albuşul unui ou
o lămâie, 5 g vanilie

Se curăţă foarte delicat nucile de coajă, iar apoi se opăresc de trei ori, de fiecare dată fiind lăsate în apă fierbinte câte 10 minute. Se spală nucile în trei ape (sau mai multe), câte un sfert de oră. Se înmoaie zahărul în trei sferturi de litru de apă; înainte de a se strecura, se curăţă cu albuşul unui ou şi zeama de la o jumătate de lămâie. Se pune pe foc amestecul, se adaugă vanilia şi, când începe a se lega, se introduc nucile. Se lasă la fiert până se obţine consistenţa dorită, iar spre final se adaugă zeama de la cealaltă jumătate de lămâie. Se toarnă în borcane.

Fursecuri aromate

250 g unt
350 g făină
150 g zahăr pudră
un ou
2 lămâi

Se amestecă zahărul pudră cu untul, apoi se adaugă oul, făina şi coaja rasă de la cele două lămâi. Se omogenizează aluatul obţinut astfel, întinzându-se o foaie, din care se decupează diverse forme, în funcţie de instrumentele de care dispune fiecare. Fursecurile se vor da la cuptor într-o tavă fără grăsime şi se vor lăsa, la foc potrivit, până se rumenesc.

Gogoşele cu mere

800 g mere
4 ouă
100 g zahăr
200 g făină
100 g zahăr pudră
zahăr vanilat
100 ml ulei, sare

Merele se curăţă şi se dau pe răzătoare, se amestecă cu zahărul, sarea, gălbenuşurile, făina şi la sfârşit cu albuşurile bătute spumă. Din această compoziţie se fac gogoşele care se prăjesc în ulei încins şi se dau cu zahăr pudră amestecat cu zahăr vanilat.

Minciunele

150 g făină
200 g unt
2 linguri de smântână
o lingură de zahăr tos
3 ouă, esenţă de rom
esenţă de vanilie
2 pacheţele de zahăr vanilat, sare

Se prepară un aluat din făină, smântână, zahăr tos, 3 gălbenuşuri, esenţele de rom şi de vanilie, un praf de sare şi 30 g unt. Se omogenizează, se frământă bine, apoi se întinde o foaie foarte subţire. Se taie în fâşii late de 2 centimetri şi lungi de 15, care se înnoadă la mijloc, ca o fundiţă. Într-o cratiţă încăpătoare, se topeşte şi se înfierbântă restul de unt (se poate folosi şi margarină) şi se pun la prăjit bucăţelele de aluat, astfel încât ele să plutească la suprafaţă. Când se rumenesc, se scot, se scurg bine de grăsime, se pudrează cu zahăr vanilat şi se servesc fierbinţi.

Pandişpan

100 g zahăr
100 g făină
4 ouă, o lămâie
15 ml ulei
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Se sparg ouăle şi se separă gălbenuşurile de albuşuri. Într-un vas adânc, se bat spumă gălbenuşurile, împreună cu zahărul şi cu un vârf de linguriţă de sare. Se toarnă, puţin câte puţin, făina, amestecând permanent, pentru a se încorpora, apoi se adaugă albuşurile bătute spumă în prealabil, precum şi coaja rasă de la o lămâie. Se amestecă până se omogenizează. Se unge o tavă cu ulei, se tapetează pereţii şi fundul cu făină, apoi se toarnă compoziţia, se netezeşte la suprafaţă cu lama unui cuţit, după care se introduce la cuptor, la foc potrivit, până se coace. După preferinţe, în compoziţia pandişpanului se pot încorpora diverse fructe (vişine, cireşe, boabe de struguri, afine, prune etc.).

Pişcoturi foarte fine

200 g unt
100 g smântână
un ou, 150 g zahăr pudră
150 g făină, o lămâie
un praf de copt
50 ml coniac
2 pliculeţe de zahăr vanilat, sare

Se amestecă un gălbenuş cu zahărul, se adaugă făina şi praful de copt dizolvat în coniac, smântâna, coaja rasă de la o lămâie şi un vârf de cuţit de sare. Se omogenizează, se frământă bine, apoi se întinde o foaie groasă de o jumătate de centimetru. Cu ajutorul formei speciale, se taie pişcoturile, se pun într-o tavă pe fundul căreia a fost aşezată o coală de hârtie pentru copt şi se dau la cuptor, la foc moale, să se coacă. Imediat după ce se scot, se tăvălesc prin zahăr vanilat, pentru ca acesta să se prindă mai bine de ele.

Salată de căpşune

800 g căpşune coapte
300 g zahăr pudră
200 ml vin roşu
50 ml coniac
100 g frişcă

Se spală căpşunele în apă rece, apoi se curăţă de codiţe şi se lasă la scurs, apoi se tăvălesc, una câte una, prin zahăr pudră şi se pun într-un castron adânc. Peste ele, se toarnă restul de zahăr pudră. Se amestecă bine coniacul cu vinul şi se toarnă în castron, după care se dă la rece. Se lasă cel puţin 4 ore în frigider, amestecând din când în când fructele, cu grijă să nu se zdrobească. Se serveşte în cupe, ornată cu frişcă.

Turtă cu nucă

500 g făină
250 g miez de nucă
300 g zahăr
coaja rasă de la o lămâie
zahăr vanilat, sare

Din făină, apă şi sare se face o cocă tare din care se întind foi care se coc pe rând la cuptor. Din zahăr, coajă de lămâie şi 1,2 l apă se face un sirop care se ţine pe foc 15 minute. Foile se pun pe o tavă una câte una, între ele se adaugă siropul şi nucile măcinate amestecate cu zahăr. Se ţine la cuptor până se rumeneşte.

Bucătăria românească modernă

BUNĂTĂȚI DE LA BUNICA®

Sărut mâna pentru masă™

Alivenci

1 1/2 kg brânză de vacă
3 ouă, 200 g lapte
3 linguri de făină
o lingură de mălai, 50 g unt
sare, 200 g smântână

Brânza se sfărâmă cu furculiţa sau se dă prin sită, până devine o cremă. Se amestecă ouăle, mălaiul, făina, 100 g smântână şi untul. La urmă se adaugă laptele. Această compoziţie se toarnă într-o tavă bine unsă şi presărată cu făina. Se coace la cuptor, la foc potrivit. Se taie în bucăţi şi se serveşte fierbinte cu restul de smântână.

Beţişoare cu caşcaval şi chimen

100 g caşcaval
250 ml ulei, o lingură de smântână
100 g făină, 2 ouă
sare, chimen

Se fierbe uleiul cu o cană de apă şi o linguriţă de sare, timp de aproximativ 30 de minute. După ce se răceşte, se adaugă caşcavalul ras şi smântâna, apoi se încorporează făina. Se omogenizează şi se frământă, apoi se întinde o foaie groasă cam de 5 milimetri. Se bat ouăle spumă şi se unge foaia cu ele, apoi se presară chimen peste tot. Se taie aluatul în bucăţele de dimensiunile unui creion. Acestea se dau la cuptor, într-o tavă neunsă, lăsându-se până se rumenesc.

Bulete de caşcaval

400 g caşcaval
2 linguri de pesmet, 2 linguri de făină
200 ml lapte, 100 ml ulei
50 g unt, un ou, sare, piper

Se încinge untul într-o cratiţă şi se pun două linguri de făină să se rumenească uşor, apoi se sting cu laptele, se sărează, se piperează, după care se lasă să mai fiarbă, la foc moale, până capătă consistenţă. Se amestecă în permanenţă cu lingura de lemn. După ce se ia de pe foc, se presară 200 g caşcaval dat pe răzătoarea fină şi se amestecă bine, apoi se adaugă oul întreg şi se omogenizează. În fine, se adaugă şi restul de caşcaval, de asemenea, dat pe răzătoare. Cu mâna umedă, se modelează sfere de mărimea unei nuci, care se tăvălesc prin pesmet şi se prăjesc în uleiul încins.

Cartofi copţi cu mere şi iaurt

600 g cartofi
3 mere
25 g frunze de păpădie
200 ml supă de oase
3 linguri de iaurt de fructe

Se spală cartofii, se taie jumătăţi şi se aşează pe o tavă cu o suprafaţă tăiată. Se coc circa 20 de minute. Se golesc cartofii şi miezul tăiat cuburi se amestecă cu 150 g cuburi de mere şi 25 g frunze de păpădie tocată, 200 ml supă, 3 linguri de iaurt de fructe. Se umplu jumătăţile de cartofi şi se servesc.

Cartofi pané

8 cartofi mari
100 ml ulei
2 ouă, 2 linguri de pesmet
sare, piper

Cartofii, după ce se spală, se pun la fiert, în coajă, într-o oală cu apă clocotită şi sare. Când sunt fierţi suficient, se scot, se lasă puţin să se răcească, apoi se curăţă de coajă şi se taie în rondele ceva mai groase. Acestea se sărează şi se piperează, apoi se dau prin ou bătut şi prin pesmet şi se prăjesc în uleiul încins, pe ambele părţi. Se servesc calzi, ca aperitiv.

Cartofi umpluţi cu creier

8 cartofi mari
250 g creier
50 g şuncă, 4 ouă
o lingură de făină, 250 ml lapte
150 ml ulei, 50 g unt
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă creierul, se spală, se scurge şi se înăbuşă în ulei. Se prepară un sos punând la fiert laptele cu untul într-o cratiţă. Făina se dizolvă în apă rece şi se toarnă în laptele clocotit, amestecând în permanenţă ca să se evite formarea cocoloaşelor. Se lasă la fiert un sfert de oră şi se potriveşte de sare şi piper. În acest sos, se adaugă şunca şi pătrunjelul, tocate mărunt, precum şi gălbenuşurile de la cele patru ouă. Cartofii, fierţi între timp în apă clocotită cu sare, se curăţă, se scobesc şi se pun într-o cratiţă unsă cu ulei şi o jumătate de pahar de apă. Se dă la cuptor, acoperită cu capacul. Când se coc, se scot şi se umplu cu creierul amestecat cu sos.

Caşcaval la capac

400 g caşcaval
50 g unt, 3–4 roşii
o legătură de pătrunjel, piper, sare

Caşcavalul se curăţă de coajă şi se taie în patru felii pe cât se poate de egale (de 100 g fiecare). Şi untul se împarte în patru bucăţele. Într-o tigăiţă de teflon, cu diametru mai mic, se topeşte o bucăţică de unt. Când s-a înfierbântat suficient, se pune o felie de caşcaval şi se lasă să se rumenească pe ambele părţi, la foc moderat, întorcând-o din timp în timp, spre a nu se lipi. Se aşază pe un platou şi se serveşte fierbinte, decorat cu feliuţe de roşii şi frunze de pătrunjel, condimentat cu piper şi sare. După gust, se pot adăuga şi legume fierte: mazăre, morcov, broccoli.

Caşcaval pané

400 g caşcaval
2 ouă, 2 linguri de făină
200 g pesmet, 100 ml ulei
3–4 roşii
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
frunze de salată verde
o legătură de ridichi de lună

Se curăţă caşcavalul de coajă şi se porţionează. De obicei, se pun câte două feliuţe a 50 g fiecare la o porţie. Bucăţelele de caşcaval se dau, pe rând, prin făină, ou şi pesmet, după care se prăjesc într-o tigaie cu ulei încins, întorcându-se la răstimpuri, pentru a se rumeni pe ambele părţi. Se servesc fierbinţi, pe un platou ornat cu frunze de salată verde şi ridichi de lună. De asemenea, este binevenită o salată de roşii cu piper măcinat şi frunzuliţe de pătrunjel şi mărar.

Chifle umplute cu brânză

4 chifle proaspete
500 telemea de vacă
un ou, 200 ml lapte
50 g unt, sare

Se taie câte un căpăcel în partea superioară a chiflelor, se scoate miezul, se toarnă câteva picături de unt topit în scobitură, apoi se umplu cu telemeaua rasă amestecată cu oul bătut, sare şi piper. Se dau la cuptor, timp de cel mult un sfert de oră, să se rumenească.

Chiftele de raci

40 de raci
200 g pâine albă
200 ml lapte, o ceapă
100 ml ulei, o lingură de pesmet
o legătură de mărar, sare, piper

Se fierb bine racii, se curăţă, iar carnea se dă prin maşina de tocat, după care se amestecă, într-un castron, cu pâinea, curăţată de coajă, înmuiată în lapte, stoarsă şi mărunţită, ceapa curăţată, spălată şi dată pe răzătoare, adăugând şi două linguri de ulei. Se omogenizează compoziţia, apoi se modelează chiftelele cu mâna udă, se dau prin pesmet şi se prăjesc în ulei încins.

Chifteluţe cu şuncă şi brânză

500 g şuncă presată
3 linguri de făină
300 g de brânză rasă
4 ouă, 150 ml ulei
o lingură de smântână
2 roşii
salată verde pentru ornat

Şunca presată se pune pe un capac de lemn şi se toacă mărunt, adăugându-se ouăle bătute, brânza rasă (se poate folosi şi brânza de burduf) şi făina în ploaie, amestecând pentru omogenizare. Într-o tigaie se înfierbântă uleiul, apoi se ia din compoziţie cu polonicul (ca la clătite) grămăjoare, care se dau la prăjit, la foc moderat. Se lasă pe aragaz până capătă o crustă aurie, apoi se scurg de ulei şi se servesc calde. De preferinţă, pentru a arăta frumos, se aşază pe un platou întins. Se poate adăuga smântână deasupra, pentru ornat. Se consumă alături de roşii şi salată verde.

Chifteluţe de cartofi umplute cu brânză

500 g cartofi
2 linguri de făină
150 g telemea de oaie
50 ml ulei, 2 ouă
sare, piper

Cartofii se fierb, în coajă, în apă clocotită cu sare, apoi se curăţă de coajă şi se dau prin maşina de tocat. Se pun într-un castron, se adaugă făina, un praf de sare, piper, ouăle bătute, amestecând pentru omogenizare. Brânza se dă pe răzătoare, apoi din ea se modelează opt sfere, care se învelesc cu compoziţia de cartofi şi se rumenesc în ulei încins.

Chifteluţe de parmezan ras

4 ouă
20 ml lapte proaspăt fiert
400 g parmezan
8 felii de pâine albă integrală
150 g unt
o legătură de pătrunjel verde
o roşie, sare
piper negru măcinat

Ouăle se bat bine cu furculiţa şi se încorporează cu laptele şi jumătate din cantităţile de verdeaţă, sare şi piper. Parmezanul se rade şi se omogenizează, de asemenea, în această compoziţie. Feliile de pâine se dau prin amestecul mai sus descris, apoi se prăjesc cu grijă în untul încins. Când sunt bine rumenite pe ambele părţi, se fac porţii de câte două şi se pun la masă. Farfuria astfel pregătită se ornează cu roşii tăiate rondele şi pătrunjel verde tocat fin.

Chifteluţe de porc cu usturoi şi susan

800 g carne de porc
4 căpăţâni de usturoi
un pliculeţ de seminţe de susan
200 g miez de pâine fărâmiţat
cimbru, piper
2 ouă, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
tartine, margarină, sare

Carnea de porc se dă prin maşina de tocat, iar usturoiul se pisează. Se amestecă pâinea fărâmiţată, carnea, seminţele de susan, ouăle bătute, verdeaţa tocată fin, cimbru piper şi sare şi se obţin chifteluţele. Acestea se modelează şi se bat cu latul palmei pe orizontală. Se prăjesc în ulei încins. Se lasă câteva ore la frigider şi se servesc cu tartine cu margarină.

Chifteluţe din ciuperci cu caşcaval

300 g ciuperci
300 g caşcaval
4 ouă, 50 g unt, 100 ml ulei
100 g smântână, sare

Se curăţă şi se spală ciupercile, apoi se toacă şi se lasă să se înăbuşe bine în unt, adăugând şi un praf de

sare. Se lasă să se răcească, apoi se amestecă bine cu cele patru albuşuri bătute spumă şi cu caşcavalul ras. Se omogenizează compoziţia şi, cu mâna udă, se modelează chiftelele. Acestea se prăjesc în ulei încins şi se servesc cu smântână.

Ciuperci umplute cu creier

1 kg ciuperci
500 g creier de viţel
100 ml ulei
100 g caşcaval
20 g unt, o ceapă
sare, piper

Se scot picioruşele ciupercilor, iar pălăriile se spală, se presară cu sare şi se pun într-o tavă unsă cu unt. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Picioruşele de la ciuperci se toacă mărunt şi se înăbuşă în puţin unt, lăsându-se până devin moi. Când sunt gata, se scot, se scurg, iar în zeama rămasă se înăbuşă ceapa. Creierul se curăţă, se spală şi se opăreşte în apă clocotită, apoi se toacă şi se amestecă bine cu ceapa, picioruşele tocate, sare şi piper. Se umplu pălăriile cu această compoziţie şi se dau la cuptor până se frăgezesc. Se servesc presărate cu caşcaval ras.

Clătite cu carne şi smântână

300 g carne de vită
200 g făină
300 ml lapte
3 ouă, 200 ml ulei
100 g smântână
o ceapă, sare
usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, piper

Se curăţă ceapa, se spală şi se toacă mărunt, după care se înăbuşă în 50 ml ulei şi o lingură de apă. Se adaugă carnea tocată şi se lasă cam un sfert de oră. Se lasă la răcit, apoi se adaugă un ou, 25 ml smântână, verdeaţa tocată mărunt, usturoiul pisat, sarea şi piperul, amestecând ca să se omogenizeze. Se prepară un aluat din 2 ouă, făină şi lapte, se întinde pe o planşetă şi se împarte în 8. Foile de clătită se rumenesc pe ambele părţi într-o tigaie cu o lingură de ulei înfierbântat. Se adaugă compoziţia de carne şi se rulează. Clătitele se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi se introduc la cuptor 10-15 minute, la foc potrivit. Se servesc fierbinţi, cu smântână deasupra.

Clătite cu ciuperci

200 g ciuperci proaspete
o ceapă
200 g făină, 2 ouă
250 ml lapte
100 ml ulei, 50 g unt
100 ml smântână
100 ml vin alb sec
o legătură de mărar
piper, sare

Ciupercile se spală în mai multe ape, se curăţă şi se taie în feliuţe. Se curăţă ceapa, se toacă fin, se opăreşte în apă clocotită şi se scurge. Se înfierbântă untul într-o tigaie şi se înăbuşă ciupercile şi ceapa, apoi se adaugă sarea, mărarul şi vinul. Se lasă la răcit, apoi se amestecă bine cu 50 ml smântână. Se prepară foile de clătită din făină, ouă şi lapte, se rumenesc în ulei, se umplu cu compoziţia de mai sus, se rulează, se astupă la capete şi se aşază pe o tavă, care se lasă 10 minute la cuptor, la foc potrivit. Se servesc imediat, cu câte o lingură de smântână peste ele.

Crenvurşti în aluat

600 g crenvurşti
200 g făină
200 g unt
100 g smântână
un ou, sare

Se freacă făina cu untul, smântâna şi un praf de sare, până se obţine un aluat. Se strânge în formă sferică şi se lasă la rece, pentru vreo câteva ore. După aceea, se întinde o foaie subţire şi se taie în dreptunghiuri cu lungimea mai mare decât cea a crenvurştilor. Se înfăşoară crenvurştii în bucăţile de aluat, marginile fiind lipite cu albuş de ou, iar partea superioară se unge cu gălbenuş. Se pun într-o tavă uscată, fără grăsime, lăsându-se până se rumenesc.

Crochete de ciuperci

250 g ciuperci
2 ouă, 250 g orez
100 g unt, 2 linguri de făină
2 linguri de pesmet
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se fierbe orezul până se înmoaie şi îşi dublează volumul. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în unt încins. Se amestecă împreună, se sărează, se piperează, adăugând şi pătrunjelul tocat foarte fin. Se omogenizează compoziţia şi se modelează crochetele, care se dau prin făină, ou bătut şi pesmet, apoi se rumenesc în unt fierbinte.

Crochete de creier

500 g creier de viţel
o lingură de făină
2 linguriţe de pesmet
3 ouă
100 g unt, sare, piper

Creierul se curăţă, se spală şi se pune la fiert, apoi se scurge şi se toacă mărunt, adăugând două ouă şi o lingură de făină, sare şi piper. Se modelează crochetele, care se tăvălesc prin ou bătut şi prin pesmet, apoi se prăjesc uniform în untul încins.

Crochete din smântână

250 g smântână
100 g unt, un ou
o lingură de făină, sare

Se amestecă smântâna cu oul întreg, apoi şi cu făina şi un vârf de cuţit de sare. Se omogenizează bine, se frământă până se obţine un aluat moale. Se fac crochete din acest aluat şi se prăjesc imediat în uleiul încins din tigaie.

Mușchi de Porc Împănat

(pentru 2 kg. de carne)

2 kg mușchi file de porc, 4 buc. cârnați Cabanos, 2 linguri ulei, 1 ceaș-că vin roșu, 3 morcovi, 1 tija verde țelină, 1 ceapă, 1 plic Kotányi - Pătrunjel, 1 plic Kotányi - Cimbru, 1 plic Kotányi - Frunze de Dafin, 1 plic Kotányi - Mix pentru Friptura de Porc.

Se ia fileul, se găurește în mijloc cu cuțitul și se introduc cârnații Cabanos. Se presară apoi din abundență pe ambele părți cu Kotányi Mix-Porc, (pășrând 1-2 linguriță pentru condimentarea sosului) picurând apoi uleiul pe ambele fețe ale cărnii. Se lasă la macerat 1 oră.

Se așează carnea în tavă, se presară morcovul, țelina și ceapa curățate, spălate și tăiate, în prealabil; se adaungă 3 Frunze de dafin Kotányi și 5 gr. Cimbru Kotányi.

Se dă la cuptor unde se ține 45 - 50 min. la 180°C. Din timp în timp se adaugă puțină apă pentru a nu se usca carnea.

Când friptura este gata se scoate din cuptor și se așează pe platou. Sosul se pune într-un vas, se adaugă restul de Kotányi Mix-Porc și se toarnă ceașca de vin roșu. Se amestecă și se fierbe la foc mic până scade la 1/2. Se strecoară și se pune în sosieră.

Friptura se feliază, se aranjează pe platou, se toarnă sosul, se presară cu puțin Pătrunjel Kotányi, pentru decor. Se servește cu cartofi natur, sau tăiței de casă trași în unt (sauté).

Ficăței la tavă cu conopidă prăjită

800 g ficăței de pui, 200 g conopidă, 100 g roșii proaspete, 30 g ienibahar Kotányi, pătrunjel Kotányi, salvie Kotányi, 100 g unt, sare, piper negru macinat Kotányi, 400 g mămăliguță caldă.

Se spală ficățeii și se așază în tava unsă cu unt. Conopida se desface în buchețele și se prăjește în unt încins. Se adaugă apoi conopida cu grăsimea în tavă, punându-se ienibahar, 2 linguri cu vârf pătrunjel, 1 linguriță salvie, roșii mărunțite, sare și piper. Se servesc fierbinți, cu mămăliguță caldă.

Filé de Salău Pané cu Sos de Smântână și Piper

400 g file de șalău, un ou, Kotányi Mix - Paneuri, 100 g pesmet, 100 ml ulei, 100 g sos de smântână, 20 g castravete, usturoi Kotányi , mărar Kotányi, pătrunjel Kotányi, 100 g legume fierte, 2 felii lămâie, sare, piper alb măcinat Kotányi

Fileul se trece prin ou și pesmet, amestecat în prealabil cu 2-3 linguri cu vârf Kotányi Mix - Paneuri; se prăjește pe ambele părți în uleiul încins, la foc potrivit Sos de smântână: se amestecă smântâna cu castravete verde tăiat cubulețe, unsturoi, mărar, pătrunjel, piper alb și sare, după preferință.

Garnitura: legume fierte (morcov, porumb, mazăre, fasole verde, conopidă, broccoli)

Peștele se așează peste legume, se toarnă sosul de smântână și se ornează cu 2-3 felii de lămâie.

Friptură de Curcan cu Ciuperci la Cuptor

1 kg curcan, 500 g ciuperci, 150 g unt, 100 ml rom, sare, Kotányi Mix-Curcan, piper alb măcinat Kotányi, rozmarin măcinat Kotányi.

Se curăță carnea, se spală, apoi se presară peste tot din abundență cu Kotányi Mix - Curcan și se lasă 1 oră, să se pătrundă; se pune într-o tavă cu o 1/2_ de pahar de apă și se dă la cuptor, la foc potrivit. Se topește untul, se amestecă bine cu romul și se unge, din când în când, carnea, până când aceasta este aproape friptă, moment începând cu care nu se mai unge, lăsând astfel să se formeze o crustă. La aproape 1 oră de când carnea a fost dată la cuptor se adaugă ciupercile curățate, spălate, tăiate lamele peste care se presară 1 linguriță rasă de rozmarin măcinat. Curcanul este fript atunci când intră furculița ușor în el. Se servește cu sosul de ciuperci și cu diferite garnituri sau salate.

Salata va avea un gust deosebit dacă la marinată se va folosi 1 plic Kotányi Mix-Salate.

Gâscă la Frigare cu Sos Alb

800 g carne de gâscă, 100 g ficat de gâscă, 100 g ceapă, 50 g făină, 30 g. piper alb măcinat Kotányi, salvie Kotányi , 400 g mămăliguță, 100 g unt, sare.

Carnea și ficatul de gâscă se spală, se porționează, se presară cu salvie pe ambele parți și se prăjesc la foc domol pe grătarul încins și se scot pe un tocător de lemn. Se face un sos alb din ceapa tocată mărunt călită în untul încins, la care se adaugă făina în ploaie, sare, 30 g piper alb măcinat și apă cât cuprinde. Sosul se lasă să fiarbă la foc mic aproximativ 40 de minute. Se pune pe farfurie și se servește fierbinte, cu ficatul și carnea de gâscă alături. Garnitura se recomandă a fi mămăliguța caldă.

Grătar cu Legume Asortate

200 g rasol de vită, 200 g mușchi de porc, 200 g carne de mici, 200 g piept de pui, 300 g cartofi, 100 g ceapă, 100 ml ulei, 1 l supă de oase, 200 g varză acră, pătrunjel Kotányi, 100 g roșii, 100 g ardei gras, sare, Kotányi Mix- Grătar, piper alb măcinat Kotányi, chimen semințe Kotányi.

Carnea se curăță, se porționează, se presară din abundență pe ambele fețe cu , Kotányn Mix - Grătar și se lasă 15 min. la marinat. Se frige pe grătar, împreună cu câteva feliuțe de roșii și ardei gras. Ceapa și cartofii se taie rondele, se condimentează cu piper alb macinat și sare după gust, se așază într-o tavă unsă cu ulei și se dă pentru 35 de minute la cuptor. Din timp în timp, se stropește cu supă de oase. Se răstoarnă compoziția pe un platou și alături se pun feliuțe de carne, ardei gras și roșii. Varza se toacă fin, se adaugă puțin ulei, se presară cu sare și piper alb, iar după preferință se poate adăuga și semințe de chimen. Se servește cu verdeață și mămăliguță caldă.

Tip: pentru marinarea cărnii poate fi folosit Kotányi Mix - Marinată pentru Grătar.

Friganele cu creier

600 g creier
800 g pâine
3 ouă
200 g pesmet
300 g unt
o legătură de pătrunjel verde
3–4 roşii proaspete
sare, piper

Creierul se spală şi se curăţă de pieliţe şi de cheagurile de sânge într-o cratiţă cu apă rece. Pâinea se taie în felii subţiri, care se ung cu creierul mărunţit. Feliile astfel pregătite se dau prin ou bătut, amestecat cu sare, piper şi verdeaţă. Apoi totul se dă prin pesmet. Se prăjesc pe o parte şi pe alta în untul încins. Când s-au rumenit îndeajuns, se aşază feliile pe un platou şi se ornează cu multă verdeaţă. Se servesc calde, cu roşii proaspete tăiate în feliuţe subţiri.

Gogoşi de cartofi cu şuncă

5 cartofi
200 g făină
2 ouă
200 ml lapte
200 g şuncă
300 ml ulei
10 g drojdie, sare

Se fierb cartofii în coajă, se curăţă, se dau prin maşina de tocat, apoi se amestecă bine cu drojdia desfăcută în lapte şi cu făina. Se taie şunca în bucăţele mărunte şi se amestecă în compoziţie. Se presară un praf de sare şi se mai lasă la crescut timp de o oră. După aceea, se fac gogoşile şi se pun să se rumenească în ulei încins.

Hamburger cu sos mexican

500 g muşchi de vită
2 ouă, ienibahar
cimbru, busuioc
ghimbir, sare

500 g de muşchi de vită se curăţă, se toacă şi se amestecă bine cu 2 ouă, ienibahar, cimbru, busuioc, ghimbir şi sare. După ce s-a omogenizat, se ia cu mâna udă câte puţin din compoziţie şi se formează hamburgerii. Între timp, se încinge bine tigaia, după care se toarnă puţin ulei, cât să acopere fundul tigăii. Se prăjesc hamburgerii şi se servesc cu sos mexican (câte o lingură de sos pe câte un hamburger) şi cu cartofi prăjiţi.

Iofca cu brânză de vaci

250 g făină
200 g brânză de vaci
2 ouă, sare

Se amestecă făina cu ouăle şi puţină sare, obţinându-se un aluat ca pentru tăiţei, din care se taie romburi cu latura de 2 centimetri. Se pun romburile de aluat să fiarbă, apoi se scot, se scurg şi se amestecă, într-un vas de Jena, cu brânza de vaci. Se introduc la cuptor şi se lasă până se rumenesc.

Jumări cu crochete de cartofi

8 ouă
5 cartofi
100 g unt
100 ml lapte, un ou
o lingură de smântână
2 linguri de pesmet, sare, piper

Se spală bine cartofii şi se pun să fiarbă, în coajă, în apă clocotită. Când sunt fierţi, se curăţă şi se zdrobesc cu furculiţa, apoi se amestecă bine cu laptele, o lingură sau două de unt, după preferinţe, smântâna şi un gălbenuş, plus sarea şi piperul trebuincioase. Din piureul obţinut, se modelează crochete, care se tăvălesc prin pesmet şi se prăjesc în unt. Jumările se prepară după reţeta cunoscută şi se servesc calde, alături de crochete.

Omletă cu fructe de mare

o pungă de fructe de mare congelate
4 ouă, 100 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
2 roşii proaspete, sare, piper

Se ia o pungă cu fructe de mare congelate variate: surimi de homar, caracatiţă, creveţi, sepie, scoici etc. şi se lasă să se dezgheţe în apă călduţă. Se bat cele 4 ouă cu verdeaţa tocată mărunt şi se adaugă fructele de mare, sare şi piper. Se omogenizează totul bine şi se prăjeşte în ulei încins. Se scurge bine de ulei şi se prăjeşte caldă, cu feliuţe proaspete de roşii.

Omletă cu ton

8 ouă
200 g ton (din conservă)
50 g unt
2 linguri de smântână, o lămâie
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Peştele se scurge bine de zeamă şi se pisează cu dosul furculiţei, se presară cu sare şi piper după gust şi se acreşte cu zeama de lămâie, apoi se toarnă totul într-un vas mic, care se pune la fiert câteva minute în bain-marie. Între timp, se bat ouăle şi se prăjesc omletele în unt, pe ambele părţi. Când s-au rumenit, se scurg, se pune în mijloc câte o porţie de pastă de ton şi se împătureşte, apoi se presară cu verdeaţă tocată fin.

Ouă cleioase în aspic

2–3 ouă, 1/2 kg aspic

Garnitura:
2 morcovi
2 castraveciori în oţet
albuşul de la un ou fiert tare

Ouăle se fierb în apă clocotită 4 minute şi apoi se scufundă într-un castron cu apă rece ca să se poată curăţa uşor de coajă. Se toarnă un strat cam de 1 cm de aspic călduţ în castronaşe de compot şi după ce s-a închegat se face garnitura din morcov tăiat felii, albuş de ou tare, felii de castraveciori în oţet. Se picură aspic neîntărit şi se lasă să se închege. Se adaugă ouăle curăţate de coajă şi din ou se toarnă aspic, până le acoperă. Preparatul se dă la rece şi după câteva ore se poate răsturna uşor, păstrându-şi forma.

Ouă cu ciuperci şi usturoi

8 ouă
200 g ciuperci
o ceapă
3 căţei de usturoi
50 g unt
o lingură de făină
o lingură de bulion
200 ml vin alb
sare, piper

Ceapa şi ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se călesc în unt, împreună cu usturoiul curăţat şi pisat. Se adaugă făina şi bulionul, diluate cu vin. Se lasă la fiert până se îngroaşă sosul, cam 30 de minute. Ouăle se fierb tari, se curăţă, albuşurile se toacă, iar gălbenuşurile se pun să fiarbă întregi, în sos, timp de 10 minute. Se servesc calde, cu albuşul pisat presărat deasupra.

Ouă cu maioneză

8 ouă
maioneză
roşii
verdeaţă
măsline
castraveciori
gogoşari

Se fierb ouăle tari, se curăţă de coajă, se aşază pe o farfurie întinsă, întregi sau jumătăţi. Deasupra se toarnă maioneză subţiată cu puţin oţet de vin. Pe fiecare ou se aşează un firicel de pătrunjel verde sau mărar. Farfuria se garniseşte cu felii de roşii, măsline tăiate mărunt, castraveciori sau gogoşari.

Ouă cu sos tartar

6 ouă
un castravecior în oţet
mărar tocat
o lingură de ulei
o linguriţă de oţet
o linguriţă de muştar
sare, piper

Pentru ornament:
salată verde şi măsline

Se fierb ouăle tari. Se scot gălbenuşurile şi se fărâmiţează devenind o pastă la care se adaugă castraveciorul tăiat foarte mărunt, o linguriţă de mărar tocat, sare, piper, muştar. Se umplu ouăle, iar din restul de umplutură, cu untdelemn şi oţet, se face un sos care se toarnă deasupra. Farfuria pe care se aşază ouăle poate fi îmbrăcată cu frunze de salată verde spălate. Ca ornament pot fi folosite şi câteva măsline.

Ouă fierte cleioase

8 ouă
sare

Ouăle spălate se fierb în apă clocotită timp de 4–5 minute. Se presară cu sare, după gust.

Ouă fierte dietetice

8 ouă
40 g unt

Ouăle se introduc într-o cantitate mare de apă clocotită (3 litri apă la 10 ouă) şi se fierb cu clocot puternic timp de 3–3,5 minute ca ouăle să fie moi şi 4,5–5,5 minute pentru ca ouăle să fie cleioase. Se scot din apă cu o spumieră. Se servesc cu o bucăţică de unt.

Ouă fierte moi

8 ouă, sare

Se spală ouăle şi se pun într-un vas cu apă, în aşa fel încât lichidul să le acopere complet. Se fierb 2–3 minute în apă clocotită. Se adaugă sare şi se servesc.

Ouă franţuzeşti

8 ouă
25 g unt
1/2 franzelă
100 g caşcaval
mazăre sau piure de spanac

Tigaia în care se vor prepara ouăle se unge cu unt. În ea se aşază felii subţiri de franzeluţă şi pe fiecare dintre ele câte o felioară de caşcaval, peste care se sparge un ou. Se lasă la cuptor până se încheagă ouăle.

Ouă îmbrăcate

5 ouă
250 g carne de vitel
250 g carne de miel
o ceapă
pâine albă
100 ml lapte
2 linguri de pesmet
2 căţei de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Se fierb 4 ouă foarte tari şi se curăţă. Ceapa se curăţă, se spală şi se dă pe răzătoare. Verdeaţa se spală şi se toacă mărunt. Carnea se curăţă, se spală şi se dă prin maşina de tocat. Pâinea se taie în felii, se curăţă de coajă, iar miezul se înmoaie în lapte, se stoarce şi se mărunţeşte. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Se amestecă, într-un castron, carnea tocată cu miezul de pâine, oul crud, verdeaţa, ceapa, usturoiul, sare, piper şi cimbru. Se omogenizează şi se împarte în patru, fiecare parte de compoziţie îmbrăcând câte un ou fiert. Se dau chiftelele prin pesmet şi se rumenesc în ulei fierbinte.

Ouă moi cu sparanghel

8 ouă
200 g sparanghel
100 g maioneză

Se fierb ouăle moi. Pentru orice eventualitate, ca să nu se întărească, după ce se scot se pun în apă rece. Sparanghelul se curăţă, se spală şi se leagă în mănunchiuri, care se fierb într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Când încep să fiarbă, se dă focul mic şi se mai lasă vreo 30 de minute, apoi se scoate, se dezleagă şi se aranjează pe platou în jurul ouălor curăţate de coajă. Separat într-o sosieră, se pune maioneza, adusă la temperatura camerei.

Ouă moi în aspic

4 ouă
200 g şuncă, 300 g aspic
salată verde
50 g măsline

Se fierb ouăle moi, cleioase şi se curăţă de coajă. Şunca fiartă se taie în felii. Pe platou se pune un strat de şuncă, peste şuncă se toarnă aspicul călduţ şi apoi se aşază ouăle întregi. Se decorează cu salată verde, măsline.

Ouă ruseşti

4 ouă, 8 roşii
100 g maioneză
50 g anşoa
salată verde şi măsline

Se fierb ouăle tari, se curăţă şi se taie în două pe lat. Fiecare jumătate se pune în câte o roşie din care s-a scos miezul. Oul se acoperă cu maioneză şi se garniseşte cu fileul de anşoa sau cu anşoa, cu măsline. Se poate servi pe foi de salată.

Ouă tari

8 ouă, sare

Ouăle proaspete se spală şi se pun într-o crăticioară (sau ibric) cu apă; se lasă să fiarbă 8 minute în apă clocotită. Când sunt gata trebuie scufundate în apă rece pentru a se curăţa uşor de coajă.

Ouă umplute cu brânză

4 ouă
un gălbenuş
o lingură de brânză
o lingură de smântână
o linguriţă de unt
sare, piper

Pentru sos:
o ceaşcă de smântână
o linguriţă de făină, sare

Se fierb ouăle tari. Se curăţă şi se taie în jumătăţi pe lungime. Gălbenuşurile scoase se freacă într-un castron cu gălbenuşul crud, brânza rasă, o linguriţă de smântână, sare şi puţin piper. Compoziţia trebuie să fie ca o smântână groasă, cu care se umplu jumătăţile de ou răscopt. Peste ouăle umplute se presară brânză rasă şi sunt date la cuptor la foc iute, într-o tavă unsă cu unt. Sosul se prepară într-o ceaşcă de smântână cu puţină sare şi făină. Se aşază ouăle pe platou şi împrejurul lor se toarnă sosul fierbinte.

Ouă veneţiene

6–8 ouă
100 g caşcaval, 20 g unt

Albuşurile se bat spumă şi se amestecă cu caşcaval ras. Compoziţia se toarnă într-o formă unsă şi se dă la cuptor. Când s-a întărit puţin, cu o lingură se fac adânciturii în care se dă drumul gălbenuşurilor. Preparatul este gata atunci când gălbenuşurile capătă consistenţă.

Ouă umplute cu fileuri de anşoa

8 ouă
100 g fileuri de anşoa
50 g unt
8 măsline, sare, piper

Se fierb ouăle foarte tari şi se taie în jumătăţi. Se scot gălbenuşurile, se pisează şi se freacă bine cu untul, fileurile de anşoa, sare şi piper. Cu compoziţia obţinută, se umplu jumătăţile de albuş, iar ce rămâne se pune sub albuşuri, ca un soclu. Fiecare ou umplut se ornează cu câte o jumătate de măslină, din care s-a scos sâmburele.

Ouă umplute cu pateu de ficat

8 ouă
o cutie de pateu de ficat
o linguriţă de muştar
50 g măsline
piper, sare, pătrunjel, ardei gras

Se fierb ouăle tari. Când s-au răcit se taie în două şi se scot gălbenuşurile. Separat se freacă pateul de ficat cu gălbenuşurile, cu muştar, piper şi sare. Se adaugă măsline tocate şi se amestecă mai departe. Jumătăţile de ou se umplu cu acest amestec şi se garnisesc cu fire de pătrunjel sau ardei gras tăiat fâşii.

Ouă umplute pentru tartine

ouă, salate
paste, creme

Ouăle umplute pentru tartine se pregătesc în felul următor: oul fiert tare se taie în zig-zag, în 3 felii egale (se taie puţin din cele 2 capete rotunjite ca să se poată aranja pe tartine). În felia din mijloc, se pune o felie subţire de cartof fiert. Fiecare felie din care a fost scos gălbenuşul se umple, cu ajutorul unui cornet, cu diferite compoziţii: pastă de gălbenuş fiert, frecat cu unt şi puţină sare, la care se adaugă frunze de pătrunjel tocat fin şi muştar după gust; pastă de gălbenuş dat prin sită şi amestecat cu o pastă de sardele; salată de carne sau salată de legume amestecată cu maioneză; cremă de peşte; cremă de şuncă; pastă de brânză. Ouăle umplute se pot servi şi ca aperitiv, caz în care se taie oul în două şi se aranjează pe salată verde sau pe o salată de cartofi cu maioneză.

Pastă de peşte

1 kg peşte mărunt fără cap
150 ml ulei
o lingură de oţet
sare, piper boabe, foi de dafin

Se pune peştele, spălat bine şi lăsat să se scurgă, într-o cratiţă, se adaugă uleiul, oţetul, sarea, câteva boabe de piper şi foi de dafin, se amestecă şi se lasă să fiarbă, la foc moale şi cu capacul pus, timp de 3–4 ore. După aceea, se lasă să se răcească, se scot boabele de piper şi foile de dafin şi se freacă energic cu o lingură de lemn, până se obţine o pastă omogenă. Se serveşte ca aperitiv, pe felii de pâine prăjită sau simplă, ornate cu rondele de castraveţi

muraţi, feliuţe subţiri de lămâie tăiate în jumătăţi sau în sferturi.

Pateu de ficat de porc

250 g ficat de porc
250 g carne de porc
o ceapă, un măr
un ou, o lămâie, sare, piper

Se spală şi se curăţă carnea, apoi se pune să se fiarbă într-o oală cu apă rece. Împreună cu ea, se pune la fiert şi ceapa, curăţată, spălată şi tocată mărunt. În momentul în care carnea este gata fiartă, se pune şi ficatul, care se lasă doar vreo 10 minute, după care se scot ambele bucăţi, se scurg şi se dau prin maşina de tocat de două ori. Se adaugă la tocătură zeama de lămâie, mărul curăţat şi dat pe răzătoare, un ou fiert moale, sare şi piper. Se freacă energic, până capătă consistenţa unei creme.

Pateu de ficat de viţel

1,5 kg ficat de viţel
300 g de ciuperci
150 ml ulei
150 g smântână
3 cepe, 200 g unt
condimente după gust
sare, verdeaţă

Ceapa tocată mărunt se călеşte împreună cu ciupercile tăiate lame în ulei încins, adăugând şi apă pentru a fierbe la foc mic. Se pot fierbe împreună până scade de tot apa. Apoi putem adăuga ficatul, tăiat feliuţe subţiri, condimentele, precum şi sarea. După ce sunt gata, se dau prin maşina de tocat, spre a se face o pastă. La această compoziţie se adaugă untul şi smântâna. Această pastă este mai bună servită rece, pe o farfurie mare, sau ca umplutură pentru diferite rulade din carne sau mezeluri.

Pateuri cu costiţă

200 g costiţă afumată
100 g smântână
2 ouă, 50 ml ulei
200 g făină, 100 g unt
sare, piper

Făina se amestecă mai întâi cu o lingură de ulei, apoi cu untul, se freacă bine până se omogenizează, apoi se întinde o foaie, care se taie în pătrate cu latura de 7–8 centimetri. Costiţa se taie în felii subţiri şi nu prea late. Se pune câte o feliuţă de costiţă pe fiecare pătrat de aluat, apoi acesta se împătureşte ca un plic, presându-se colţurile, să se lipească. Se pun pateurile într-o tavă unsă şi se dau la cuptor să se rumenească.

Pâine cu costiţă şi ceapă la cuptor

200 g costiţă afumată
o ceapă mare
8 felii de franzelă
100 g telemea de vacă
3 ouă, 250 g smântână
20 g unt, sare, piper

Feliile de pâine se prăjesc, fără să se ardă, pe plită sau în toaster. Costiţa se taie în bucăţele mici, care se prăjesc într-o tigaie. Când se rumeneşte, se adaugă ceapa, curăţată, spălată şi tocată mărunt. Se călеşte câteva minute, apoi se ia de pe foc. Telemeaua se dă pe răzătoare, iar pătrunjelul se toacă mărunt. Se bat bine ouăle cu smântâna, se potrivesc de sare şi piper. Se unge un vas de Jena cu unt, se aşază feliile de pâine, iar peste ele se pun costiţa, ceapa, brânza rasă, după care se toarnă sosul. Se dă la cuptor, cu capacul pus, o jumătate de oră la foc slab.

Pizza cu fileuri de anşoa şi măsline

400 g făină
150 g margarină
un ou, 100 g roşii
100 g măsline
200 g fileuri de anşoa
o lingură de ulei, sare, piper

Se amestecă margarina cu făina, oul şi un vârf de cuţit de sare, frământând până se obţine un aluat fraged. Se întinde o foaie de grosimea unui deget, se unge cu puţin ulei, se presară cu făină şi se dă la rece timp de câteva ore. Se opăresc roşiile, se curăţă de pieliţe şi se taie în jumătăţi. Pe foaia de aluat, se aşază jumătăţile de roşii, presărate cu sare şi piper, apoi peste ele se pun fileurile de anşoa. Se presară măslinele cărora li s-au scos sâmburii. Se dă la cuptor, la foc iute, cam 20 de minute, până ce aluatul devine crocant.

Pizza cu oregano

o linguriţă de oregano
50 g roşii în bulion pasate
100 ml ulei
o linguriţă de sos Worchester
o linguriţă de zahăr, făină
10 g drojdie
un blat de pizza
200 g ciuperci
50 g măsline
un ardei gras
30 g caşcaval
10 ml ulei de măsline
sare, piper

Peste blatul din aluat punem 2–3 linguri din sos, întindem peste tot blatul, apoi şunca presată (tocată), ciuperci file, măsline fără sâmburi tocate, apoi ardei gras (fâşii), în final. Caşcavalul ras pe deasupra (sau mozarella), apoi se dă la cuptor.

Pizza cu piept de pui

500 g piept de pui
o ceapă, 2 linguri de bulion
100 g unt, 50 g caşcaval
150 g făină, sare, piper

Carnea se curăţă de pieliţă şi de grăsime, se dezosează şi se pune la fiert în apă cu sare. Când e gata, se scoate şi se taie în cubuleţe. Se frământă un aluat din făină, patru linguri de unt înmuiat la aburi, un vârf de cuţit de sare şi puţină apă. Se lasă două ore să se odihnească. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se călеşte în untul rămas, până devine sticloasă,

moment în care se adaugă bulionul. După vreo 2–3 minute, timp în care se amestecă permanent, se stinge cu puţină apă, se presară cu sare şi piper, lăsându-se să mai fiarbă alte 5 minute. Aluatul se întinde uniform în tava de copt, se toarnă sosul deasupra, se presară cubuleţele de carne şi caşcavalul ras, apoi se dă la cuptor să se rumenească, la foc iute.

Plăcintă cu carne şi aluat franţuzesc

250 g făină
250 g unt, 500 g carne
2 ouă, 2 linguri de smântână
50 ml ulei, o lămâie
o legătură de mărar, sare, piper

Se pune deoparte o lingură de unt, iar restul se frământă, se modelează în formă cubică şi se dă la rece. Se amestecă făina cu untul păstrat, un praf de sare şi puţină zeamă de lămâie, se omogenizează şi se frământă până se obţine un aluat elastic. Se acoperă cu un şervet ud şi se lasă un sfert de oră, apoi se pune bucata mare de unt în mijloc, se împătureşte aluatul şi se întinde cu sucitorul, operaţie care se repetă de mai multe or, după care se întind două foi. Carnea se toacă, se căleşte în ulei şi se amestecă bine cu gălbenuşurile, smântâna, mărarul tocat, sare şi piper. Se întinde tocătura între cele două foi şi se coace în cuptorul încins.

Plăcintă la cuptor cu umplutură de spanac

1 kg spanac
un pachet de foi de plăcintă
70 g unt, 6 ouă
70 g brânză grasă de oaie
2 linguri de pesmet
sare, piper măcinat
100 g smântână
o legătură de pătrunjel

Se spală spanacul în mai multe ape, se curăţă şi se opăreşte, după care se toacă mărunt. Se încinge untul în tigaie, se căleşte puţin spanacul, apoi se ia de pe foc şi se omogenizează cu ouăle bătute, brânza, pesmetul, verdeaţa, sare şi piper. Se ia o tavă de copt din teflon, se unge cu unt şi se aşază o parte din foile de plăcintă, ungându-se cu mult unt. Foile pot trece puţin de marginile tăvii, pentru a se coace mai bine compoziţia. Se umplu foile, apoi se completează cu restul de foi rămase. Se taie în porţii, apoi se dă la cuptor. Se rumeneşte bine pe toate părţile circa o oră, după care se scoate din cuptor. Se serveşte cu smântână pe deasupra şi ornată cu pătrunjel verde tocat fin.

Ruladă cu caşcaval

5 ouă
5 linguri de făină
o cană de lapte
200 g caşcaval, sare

Se bat spumă 5 ouă, se adaugă un vârf de cuţit de sare şi se amestecă bine cu cinci linguri de făină, obţinându-se o pastă, care se diluează cu o cană şi jumătate de lapte. Se omogenizează compoziţia, după care se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi încinsă. Se dă la cuptor, lăsându-se timp de un sfert de oră să se rumenească. Între timp, se curăţă caşcavalul de coajă şi se dă pe răzătoare, apoi se presară peste aluat. Se mai lasă două minute să se topească puţin caşcavalul, apoi se scoate şi se rulează.

Ruladă de cartofi

5 cartofi
200 g unt
200 g făină
100 g smântână
100 g ciuperci
4 ouă, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală şi se înăbuşă în puţin unt, apoi se amestecă bine cu smântâna. Se fierb cartofii în coajă, în apă clocotită cu sare, apoi se curăţă de coajă, se pun pe o planşetă şi se frământă. Se adaugă untul, gălbenuşurile, un praf de sare, apoi făina, după care se frământă iar. Se întinde o foaie groasă cât degetul. La unul din capete, se pune amestecul de ciuperci şi smântână. Se rulează, începând de la acel capăt, se pune în tava unsă, se unge la suprafaţă cu albuş bătut, apoi se dă la cuptor, la foc iute. După vreo 4–5 minute, e gata. Se serveşte cu bucăţele de unt.

Ruladă de ou cu carne şi ciuperci

8 ouă
200 g carne
200 g ciuperci
100 g smântână
100 g caşcaval
o lingură de făină, 50 ml lapte
50 g unt, 100 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se prăjeşte în ulei încins. Când e gata, se scoate şi se taie în bucăţele cât mai mici sau se dă prin maşina de tocat. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă şi se călesc în unt. După ce s-au înmuiat, se adaugă carnea şi smântâna, lăsându-se să fiarbă înăbuşit. Ouăle se bat cu făină, lapte, sare şi piper, apoi se toarnă într-o tigaie cu ulei înfierbântat, iar când se încheagă se adaugă ciupercile şi carnea. Se mai lasă puţin, apoi se scot, se rulează, se taie în porţii, şi se servesc cu caşcaval ras deasupra.

Rulouri cu ciuperci şi caşcaval

800 g piept de pui dezosat
2 ouă, 150 g caşcaval
150 g ciuperci
2 roşii, 100 ml ulei
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se taie lame şi se călesc în ulei încins. Carnea de pui se porţionează, se bate cu ciocanul de şniţele şi se dă prin ouăle bătute. Ciupercile se condimentează cu sare

şi piper şi se amestecă cu verdeaţa tocată mărunt. Se umplu rulourile cu această compoziţie şi se leagă cu scobitori. Se prăjesc în ulei încins până ce capătă o crustă aurie. Se serveşte fierbinte, cu caşcaval ras deasupra şi feliuţe de roşii proaspete.

Rulouri de andive cu şuncă la cuptor

500 g andive
100 g caşcaval
200 g şuncă presată, sare

Andivele se curăţă, se spală în mai multe ape, după care se opăresc câteva minute în apă cu sare. Se scurg, apoi se aşază peste feliile de şuncă şi se rulează. Se unge o tavă cu unt, se aranjează rulourile, se presară cu caşcavalul dat pe răzătoare, se pune şi untul rămas, apoi se introduce tava la cuptor, lăsându-se până se rumenesc rulourile.

Salată amestecată

200 g brânză
200 g şuncă de Praga
300 g carne de porc prăjită
4 roşii, 5 ouă
200 g măsline
150 g varză albă
2 ardei, 20 ml ulei, o lămâie

Ouăle se fierb, se toacă mărunt, iar celelalte ingrediente se toacă mărunt. Se adaugă uleiul, zeamă de lămâie, sare.

Salată amestecată cu pui

200 g ţelină
2 mere
200 g piept de pui
200 g smântână
100 g struguri albi
200 g castraveţi
2 linguri de maioneză
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Pieptul de pui se spală, se fierbe şi se toacă mărunt. ţelina se curăţă, se fierbe şi se taie cubuleţe fine. Merele se curăţă de coajă şi se mărunţesc. Compoziţia se aşază într-o salatieră şi se adaugă maioneză, smântână, sare, piper, omogenizându-se bine. Se decorează cu frunze de pătrunjel verde, tocat. Castraveţii se taie în dreptunghiuri de aproximativ 4 cm şi se aşază de jur împrejurul salatei.

Salată cu maioneză şi carne de porc

400 g carne de porc prăjită
o lămâie, 100 g varză albă murată
un castravete în saramură
2 morcovi fierţi
2 cutii de mazăre fină, 3–4 cartofi
100 g ciuperci fripte pe grătar
50 g măsline, 5 ouă
100 ml ulei, o lingură de muştar
sare, un ardei în oţet
câteva boabe de piper
pătrunjel verde

Se face maioneza cu un ou fiert, la care se adaugă ulei şi celelalte gălbenuşuri separate de albuş cu ulei. Se freacă cu o lingură de lemn şi se adaugă muştar, zeamă de lămâie şi sare, după gust. Se omogenizează bine. Varza, castraveţii, morcovii, carnea prăjită, ardeiul şi ciupercile fripte se toacă mărunt, cubuleţe şi se amestecă într-un castron mare. Cartofii se fierb, se taie pătrate şi se adaugă amestecului. Totul se omogenizează cu maioneza, potrivind de sare. Se ornează cu un strat de maioneză pe care se fac diverse desene din ardei gras, piper negru boabe, morcov fiert, albuş de ou fiert şi pătrunjel verde frunze. Se serveşte după ce a stat câteva ore la frigider.

Salată cu măsline şi cârnaţi

200 g măsline
200 g cârnăciori olteneşti cruzi
200 g vinete
200 ml ulei de măsline
3 roşii, 20 ml oţet
o lingură de făină
pătrunjel verde
boia, sare, piper

Vinetele se spală şi se porţionează în feliuţe lungi. Se dau cu sare şi se lasă 2–3 ore să se pătrundă. Apoi se şterg cu un şervet aspru, apăsând uşor. Se ia o cratiţă în care se pune ulei de măsline lăsând focul mic, să se încingă bine. Vinetele se dau apoi prin făină şi se prăjesc până ce capătă o culoare aurie. Roşiile şi măslinele se spală şi se taie feliuţe lungi, la fel şi cârnaţii, prăjiţi în prealabil şi presăraţi cu boia. Totul se amestecă şi se pune într-o salatieră, adăugând oţet, ulei de măsline, sare, piper şi verdeaţă.

Salată de ciuperci cu ouă, ţelină şi caşcaval

400 g ciuperci
4 ouă, o ţelină, 100 g caşcaval
o ceapă, un morcov
o legătură de mărar
ulei, oţet, sare, piper

Se fierb ouăle tari, se lasă să se răcească, apoi se curăţă. Trei dintre ele se toacă mărunt, iar al patrulea se taie în felii subţiri. Ciupercile se curăţă, se spală, se fierb un sfert de oră în apă clocotită cu puţin oţet, apoi se scot, se scurg şi se taie în cubuleţe. ţelina, morcovul şi ceapa se dau pe răzătoare, la fel şi caşcavalul. Ciupercile se amestecă, într-un castron de salată, cu ouăle, jumătate din cantitatea de caşcaval, legumele rase, sare, piper şi mărar tocat, adăugând puţin ulei îndoit cu zeamă de la ciuperci. Se amestecă bine, iar deasupra se ornează cu feliile de ou fiert şi cu restul de caşcaval.

Salată de dovlecei cu sos de iaurt

800 g dovlecei
200 g iaurt, 2 linguri de smântână
o legătură de mărar, sare, chimen

Dovleceii se curăţă şi se taie felii, apoi se pun la fiert în apă clocotită cu puţină sare. În timp ce fierb, se prepară sosul de iaurt, cu mărar tocat mărunt şi chimen. Când s-au înmuiat dovleceii, se scot, se scurg, se lasă până se răcesc, apoi se acoperă cu sosul de iaurt.

Chifteluțe din creier cu brânză și verdeață

200 g creier de porc, 60 g ceapă, 70 g brânză telemea, 2 ouă, 30 g făină, 70 g japoneze, 20 g piper, 20 g ienibahar, 40 g „Margarină Bunătăți de la Bunica"(la pachet), o legătură de pătrunjel, o legătură de mărar,"Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica", sare (după gust), 30 g pesmet, 50 g maioneză.

Creierul, curățat de pielițe în apă rece, se zdrobește cu furculița. Ceapa, tăiată mărunt, se călește în „Margarină Bunătăți de la Bunica" încinsă. Oul se amestecă bine cu creierul, ceapa, „Condimentele și legumele uscate Bunătăți de la Bunica", făina, japoneza (înmuiată în apă și stoarsă), sare (după gust), brânza mărunțită. Din această compoziție se formează chifteluțele, care se dau prin făină și pesmet. Tigaia se înfierbântă la foc potrivit și se așează chiftelele, una lângă alta. Se servesc cu maioneză.

Cotlet de porc în sos aromat

500 g cotlet de porc, 60 g ceapă verde, 100 ml vin roșu demidulce, 20 g făină, 40 g ulei, 300 ml zeamă de carne, 100 g castraveți în saramură, „Muștar fin Bunătăți de la Bunica", piper, o legătură de pătrunjel verde, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica, sare (după gust).

Cotletul se curăță de pielițe și tendoane și se taie în fâșiuțe subțiri. Se spală ceapa verde și se toacă mărunt, apoi se călește în puțin ulei într-o tigaie din tefal. Adăugăm făina, amestecând continuu, de asemenea, vinul roșu și zeama de carne, lăsând să fiarbă la foc mic. La final, se pun „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica", „Muștar fin Bunătăți de la Bunica" , sare (după gust) și castraveții murați. În restul de ulei se călește cotletul, lăsând până prinde o crustă aurie. Se așează cu grijă pe un platou întins, punând sosul din tigaie peste carnea astfel preparată. Se servește fierbinte, presărat cu mult pătrunjel verde și un pahar de vin roșu alături.

Mâncare de pui cu gutui în sos haiducesc

1 pui zdravăn, 5 gutui bine coapte, 70 ml ulei, 30 g zahăr tos, 1 borcan de „Sos Haiducesc Bunătăți de la Bunica”, o legătură de verdeață, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”(după gust), o cutie de mazăre.

Carnea se curăță și se spală bine; gutuile, asemenea, înlăturând și sâmburii. Carnea și gutuile se taie în feliuțe cam de un deget grosime. Se pune ulei într-o tavă și se înfierbântă bine pe aragaz, la foc domol. Gutuile și carnea de pui se prăjesc uniform, pe toate părțile, până s-au rumenit cum se cuvine. După ce este fiert, „Sosul Haiducesc Bunătăți de la Bunica”, în care s-a adugat, în prealabil, zahărul și „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica” (după gust), se toarnă peste gutui și se pun împreună la cuptor. Se servește fierbinte, cu verdeață deasupra și un soté de mazăre.

Mușchi de vită împănat cu slăninuță

150 g slăninuță, 1,5 kg mușchi de vită, 40 g „Muștar iute Bunătăți de la Bunica”, 60 ml ulei, 20 g cimbru, 120 ml vin alb, 3 g piper măcinat, 20 g sare, „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”

Curățăm cu mare grijă carnea de pielițe și tendoane și tăiem slăninuța în feliuțe subțiri. Apoi, fâșiuțele se împănează cu slăninuța. Carnea se sărează, se condimentează cu mirodenii, se unge cu untdelemn și se dă la cuptor. Se ține cam jumătate de oră, la foc potrivit. „Muștarul iute Bunătăți de la Bunica”, se subțiază cu puțină apă. Carnea se pune pe un platou și se lasă să se răcească, apoi se porționează. În sosul fierbinte din tavă se adaugă mușturul, lăsând să fiarbă la foc mocnit, circa 15 minute. La final, se toarnă vinul, amestecând continuu. Friptura se servește caldă, cu garnituri asortate și „Crema de hrean Bunătăți de la Bunica”.

Salată de macrou cu verdeţuri

500 g cartofi
2 castraveţi proaspeţi
2 legături de ceapă verde
200 g sos remoulade
200 g măsline, 400 g macrou
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Peştele se curăţă, se spală şi se fierbe în apă cu sare. Când e gata, se scoate şi se taie în cubuleţe. Cartofii se spală şi se fierb în coajă, apoi se curăţă şi se taie în cubuleţe. Castraveţii şi ceapa verde se toacă mărunt. Măslinele, ţinute cel puţin 2–3 ore în apă rece la desărat, se taie în jumătăţi şi li se scot sâmburii. Verdeaţa se spală şi se toacă mărunt. Se amestecă toate ingredientele într-un castron, împreună cu sosul remoulade, se sărează, se piperează şi se lasă la rece o oră înainte de a se servi.

Salată de mânătărci

500 g mânătărci
2 ouă, 2 linguri de ulei
o lingură de oţet
o linguriţă de muştar
o ceapă, o legătură de mărar
sare, piper

Se curăţă mânătărcile, se spală în mai multe ape şi se lasă să stea o jumătate de oră într-un castron cu apă rece în care s-a amestecat o lingură de oţet. După aceea, se pun la fiert în apă cu sare, iar când se înmoaie se scot, se scurg şi se toacă mărunt. Ouăle se fierb tari, se lasă să se răcească, apoi se curăţă şi se taie în felii subţiri. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, amestecându-se cu ciupercile, cu feliile de ou, muştarul, sare, piper şi verdeaţă tocată mărunt.

Salată de orez cu ardei

150 g de orez
o roşie, 2 ardei graşi
o ceapă, 2–3 căţei de usturoi
un cub supă de pui
20 ml ulei, 100 ml apă
20 ml suc de lămâie
100 g măsline negre, sare, piper

Orezul se pune la fiert într-un vas, împreună cu apa şi cubul de pui. Se taie ceapa fideluţă, roşiile şi ardeiul şi se omogenizează cu suc de lămâie, sare, ulei şi măsline negre tocate fin. Usturoiul se pisează şi se adaugă acestui amestec. Se pune orezul şi piperul, apoi se dă puţin la frigider. Această salată trebuie servită imediat, deoarece nu rezistă mult, datorită conţinutului de suc de lămâie.

Salată de orez cu măsline

200 g orez
100 g măsline
o legătură de ceapă verde
o legătură de pătrunjel
ulei, oţet, sare, piper

Orezul se alege, se spală, se scurge şi se pune la fiert în apă cu sare. Când e gata, se scoate, se scurge, se limpezeşte cu apă rece, după care se împrăştie într-un castron încăpător. Se scot sâmburii de la măsline, iar acestea se fierb în puţină apă, se lasă până dau un clocot, apoi se omogenizează cu orezul, ceapa tocată mărunt, sare şi piper.

Salată de raci

40 de raci proaspeţi
500 g ciuperci
ulei, oţet, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se fierb bine racii şi se aleg cozile, care se curăţă şi se pun într-un castron. Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se taie în formă de lame şi se pun la fiert în puţină apă, într-o oală acoperită cu capacul. Când s-au înmuiat, se scot, se scurg şi se pun în castron cu racii. Se adaugă, în cantităţile dorite, ulei, oţet, sare, piper, precum şi verdeaţă tocată mărunt.

Salată de ton

2 conserve de ton
2–3 ouă, 3 castraveţi verzi
un ardei gras, o ceapă
ulei, mărar, oţet, pătrunjel
sare, roşii

Se pun castraveţii, salata, ardeiul şi ceapa, tocate mărunt, apoi tonul. Se amestecă bine. Se face sosul cu uleiul de la ton, pătrunjel, mărar, o linguriţă de muştar şi o linguriţă de oţet, eventual se mai pune ulei; un vârf de cuţit piper şi foarte puţină sare. Se toarnă peste salată şi se amestecă din nou, apoi se pune pe platou. Se decorează cu felii de ou fiert tare şi roşii felii.

Salată mediteraneană

4 ouă
400 g mazăre boabe
3–4 roşii
2 castraveţi
100 g fileuri de anşoa
50 g măsline
60 ml ulei de măsline
25 ml oţet, o lămâie
2 căţei de usturoi
o legătură de mărar, sare, piper

Mazărea se alege, se spală şi se fierbe în apă cu sare, apoi se scurge şi se lasă să se răcească. Roşiile şi castraveţii se spală şi se toacă mărunt. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Mărarul se spală şi se toacă mărunt. Se amestecă toate acestea, iar peste ele se toarnă un sos din ulei, oţet, zeama de la o lămâie, sare şi piper. Ouăle se fierb tari, se curăţă, se taie în câte patru bucăţi şi se pun peste salată, împreună cu fileurile de anşoa şi măslinele.

Somon cu avocado

un avocado
100 g somon fumat
200 g maioneză
50 g suc de lămâie
200 g ciuperci
o legătură de pătrunjel, sare

Ciupercile se curăţă, se taie lame şi se fierb în apă cu puţină sare. Somonul se feliază, avocado se curăţă de coajă şi se taie feliuţe şi se amestecă. Pătrunjelul verde se spală, se curăţă de codiţe şi se mărunţeşte. Toate ingredientele se amestecă cu maioneză, suc de

lămâie şi se potriveşte de sare. Se lasă câteva ore la frigider şi se serveşte rece.

Stridii cu maioneză

400 g stridii
2 linguri de făină, 50 ml ulei
200 g maioneză
o legătură de mărar
sare, piper

Stridiile se spală bine, se lasă să se scurgă, apoi se dau prin făină şi se rumenesc puţin în ulei înfierbântat, apoi se scot, se scurg de ulei şi se aşază în farfurii în formă de grămăjoare. Se sărează, se piperează, apoi se toarnă maioneza deasupra, să le acopere. Se presară cu mărar, tocat mărunt.

Tartă cu ciuperci

500 g ciuperci
250 g făină
250 g unt, un ou
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se curăţă şi se spală ciupercile, apoi se toacă mărunt şi se înăbuşă în unt topit, adăugându-se pătrunjelul tocat, sare şi piper. Se amestecă făina cu un praf de sare, se adaugă oul bătut şi se frământă un aluat, care se lasă să stea la răcoare timp de o oră, după care se întinde într-o foaie mai groasă şi se pune în tavă. Se pune la cuptor să se coacă, la foc moderat. Când s-a copt, se scoate, se aşterne compoziţia de ciuperci şi se introduce din nou la cuptor pentru câteva minute.

Tartine cu caşcaval şi ciuperci

8 felii de pâine albă
200 g caşcaval
100 g ciuperci champignon
4 ouă, 200 g smântână
40 g unt
o legătură de mărar
2 căţei de usturoi
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală, se taie în formă de lame şi se înăbuşă în puţin unt, apoi se scot şi se scurg. Caşcavalul se curăţă de coajă şi se taie în felii subţiri. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Mărarul se spală şi se toacă mărunt. Într-o tavă unsă cu unt, se aşază feliile de pâine, iar peste ele se pun felii de caşcaval şi de ciuperci. Ouăle se bat împreună cu smântâna, apoi se adaugă usturoiul şi mărarul. Sosul obţinut se toarnă peste tartine, după care tava se introduce în cuptorul încins şi se lasă, la foc potrivit, aproximativ o jumătate de oră.

Tartine cu pastă de ciuperci

500 g ciuperci
100 g unt
o ceapă
o roşie
o linguriţă de bulion
8 felii de pâine prăjită
sare, piper

Ceapa şi ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt. Roşia se spală şi se taie în cubuleţe. Bulionul se dizolvă într-o lingură de apă. Se încinge untul într-o tigaie, se căleşte ceapa, apoi se adaugă roşia, bulionul şi ciupercile. Se lasă un sfert de oră să se înăbuşe bine, apoi se ia de pe foc, se sărează şi se piperează. Se freacă bine acest amestec până devine o pastă omogenă, care se întinde pe feliile de pâine prăjită.

Tartine cu peşte

8 felii de pâine prăjită
160 g sardele, 20 g unt
50 g măsline
o legătură de pătrunjel, o lămâie

Pâinea, curăţată de coajă, se prăjeşte pe plită sau la flacără, pe ambele părţi, apoi se răzuie cu lama cuţitului părţile arse. Sardelele, din conservă, se scurg bine de ulei şi se aşază pe feliile de pâine unse cu unt, peste ele aşezându-se feliuţe subţiri de lămâie şi jumătăţi de măsline, fără sâmburi, precum şi frunzuliţe de pătrunjel.

Tartine cu scoici

20 scoici proaspete
8 felii de franzelă
20 g unt, o lămâie
o căpăţână de usturoi, sare, piper

Scoicile se spală bine, sub un jet de apă rece, şi se pun la fiert cu tot cu cochilie. Când se desface cochilia, înseamnă că sunt fierte. Se scot, se scurg, apoi se curăţă. Se prăjeşte pâinea pe plită, pe ambele părţi, sau în toaster, apoi se unge cu unt, se pun câte 2–3 scoici, în funcţie de mărimea feliei de pâine, se sărează şi se piperează după gust, apoi se stropesc cu zeamă de lămâie, sau cu mujdei de usturoi, la alegere.

Tort de ciuperci

800 g ciuperci
250 g făină, 150 g unt
2 ouă, 100 ml lapte
3 linguri de smântână
un pliculeţ de praf de copt
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se călesc în puţin unt, lăsându-se până ce zeama scade aproape complet. Se amestecă făina cu praful de copt, apoi cu laptele, un ou şi puţină sare. Se pune la copt într-o formă, apoi se scoate, se pun ciupercile, presărate cu piper, iar la suprafaţă se întinde un amestec din smântână şi un ou bătut, apoi se dă iar la cuptor.

Vaporaşe cu sardele

8 ouă
2 castraveţi mari
2 linguri de maioneză
200 g sardele din conservă
o lămâie, sare, piper

Castraveţi se curăţă de coajă şi se taie, pe lungime, în jumătăţi, apoi se curăţă de miez. Sardelele se scurg bine de ulei, se pisează cu

furculiţa, după care se omogenizează cu maioneza, 4 ouă întregi şi 4 albuşuri, fierte tari şi pisate mărunt, sare şi piper după gust, precum şi cu zeama stoarsă de la o lămâie. Compoziţia obţinută se întinde pe jumătăţile de castravete. Se servesc reci.

Borş de iepure

1 kg carne de iepure
500 ml borş
100 g smântână
un morcov
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
o ceapă, o lingură de făină
o legătură de leuştean
sare, piper

Se curăţă carnea, se spală, se taie în bucăţi şi se pune la fiert o dată cu zarzavatul, curăţat, spălat şi tăiat în cubuleţe. Se dizolvă făina în puţină apă şi se fierbe vreo cinci minute, apoi se adaugă în oală. Se pune şi ceapa, curăţată, spălată şi tăiată în sferturi. Borşul se fierbe separat, se lasă un clocot, apoi se ia de pe foc şi se strecoară, adăugându-se în ciorbă spre sfârşit, o dată cu leuşteanul. Se mai lasă 2–3 clocote şi se serveşte, dres cu smântână.

Ciorbă de bureţi cu smântână

200 g smântână
700 g bureţi
un morcov
70 g ţelină
sare de lămâie
o lingură rasă de făină
o ceapă mică
50 ml ulei
70 g parmezan, 2 ouă
piper, sare, mărar, pătrunjel

Legumele, curăţate şi spălate, se pun la fiert într-o oală mare, la foc potrivit. Ceapa se taie în patru şi se adaugă şi ea. Se adună spuma din când în când. Bureţii se adaugă după aproximativ 30 de minute, apoi condimentele şi sarea de lămâie. Se mai dă un clocot, apoi se face un rântaş din făină, smântână şi ouă, care se adaugă la mâncare. Se serveşte fierbinte, cu parmezan ras şi multă verdeaţă deasupra.

Ciorbă de dovlecei cu iaurt

2 dovlecei tineri
un morcov
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
o ţelină, 100 g orez
100 g iaurt
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Morcovul, păstârnacul, rădăcina de pătrunjel şi ţelina, după ce se curăţă şi se spală, se fierb într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. După vreo 30 de minute, se adaugă orezul ales şi spălat. Dovleceii se spală şi se taie în cubuleţe, apoi se adaugă la fiert. Când sunt gata fierte, se adaugă iaurtul, se potriveşte de sare şi piper şi se presară zarzavatul tocat.

Ciorbă de fasole cu costiţă

200 g fasole boabe
100 g costiţă afumată
o ceapă
2 morcovi
o rădăcină de albitură
o lingură de bulion
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Fasolea, aleasă şi spălată în mai multe ape, se lasă la înmuiat o zi în apă rece. A doua zi, se pune la fiert. Se dă un clocot, se adună spuma, apoi se înlocuieşte apa, operaţie care se repetă de trei ori. În ultima apă, se adaugă zarzavaturile, curăţate, spălate şi tăiate mărunt. Costiţa se taie în bucăţele mici şi se căleşte în ulei încins, apoi se stinge cu bulionul diluat cu puţină apă. Se adaugă la fasole când aceasta e aproape fiartă. Se potriveşte de sare şi piper, se aromează cu cimbru şi verdeaţă tocată şi se acreşte, după preferinţe, cu oţet, sare de lămâie sau roşii.

Ciorbă de perişoare de ştiucă

1 kg ştiucă
3 cepe, 2 morcovi
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
4 roşii, 100 g orez
100 g smântână
2 ouă, 4 felii de pâine albă
100 ml ulei, o lămâie
2 legături de pătrunjel
2 legături de leuştean, sare, piper

Ştiuca se curăţă, se spală şi se dezosează, apoi se dă de două ori prin maşina de tocat, împreună cu două cepe şi cu pâinea înmuiată în apă şi stoarsă. Se adaugă ouăle, câte o legătură de pătrunjel şi de leuştean, tocate fin, se sărează şi se piperează. Se omogenizează compoziţia şi se modelează perişoarele. Ceapa rămasă se toacă mărunt şi se căleşte într-o oală cu ulei încins. Se adaugă morcovii, rădăcina de pătrunjel şi păstârnacul, tăiate în cubuleţe, , apoi se sting cu 3 litri de apă şi se lasă o oră la fiert, după care se adaugă perişoarele, roşiile curăţate şi date pe răzătoare, precum şi orezul, fiert în prealabil. Se mai lasă pe foc 20 de minute, după care se adaugă smântâna, zeama de lămâie, sare, piper şi restul de verdeaţă tocată.

Ciorbă de urzici

600 g urzici
o legătură de ceapă verde
un morcov, o ţelină
o lingură de orez
200 ml ulei, 600 ml borş
o legătură de leuştean, sare

Urzicile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se opăresc în apă clocotită. Morcovul, ţelina şi ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se pun la fiert în doi litri de apă cu sare şi ulei. Când sunt pe jumătate fierte, se adaugă urzicile şi ceapa verde, tocată mărunt. Orezul, ales, spălat şi fiert separat, se adaugă la sfârşit, o dată cu borşul, fiert şi strecurat. Se serveşte cu leuştean tocat.

Cremă de ţelină cu cartofi şi ceapă

5 cartofi
200 g ţelină, o ceapă
50 g brânză de vaci
2 linguri de smântână
o legătură de mărar
frunze de ţelină
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ţelina, cartofii şi ceapa se spală, se curăţă de impurităţi, se toacă fin şi se pun la fiert. Se adună spuma din când în când, iar când sunt gata, se scot cu spumiera pe o farfurie. Se pasează mărunt cu o lingură de lemn şi se adaugă din nou în supă. Se omogenizează cu fiertura brânza şi smântâna, amestecând uşor. La sfârşit se condimentează cu sare şi piper, adăugându-se pătrunjelul şi frunzele de ţelină, întregi. Se mai dă un clocot şi se serveşte fierbinte, cu pâine prăjită.

Gazpacho

un ardei roşu
un ardei verde
2 cepe, 3–4 roşii
3 căţei de usturoi
2 castraveţi
200 g pâine, 20 ml oţet
20 ml ulei, 100 g smântână
un ardei mic iute
o legătură pătrunjel verde
sare, piper

Pâinea se mărunţeşte şi se pune în apă rece, spre a se înmuia. Ardeiul dulce, ceapa şi castravetele se spală şi se curăţă, apoi se toacă mărunt. Toate legumele se pun în mixer şi se omogenizează bine. Se scot şi li se adaugă apă rece şi usturoiul pisat. Ardeiul iute se toacă mărunt şi se adaugă în supă, împreună cu oţetul, sarea şi piperul. Se serveşte rece, cu puţină smântână şi pătrunjel verde tocat mărunt.

Supă – cremă de ciuperci cu cartofi şi ceapă

500 g ciuperci
3 cartofi, 2 morcovi
2 cepe, 100 ml ulei
200 g pâine albă
100 g unt
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se fierb un sfert de oră în apă rece cu sare. Se scot, se scurg, se lasă să se răcească, după care se toacă mărunt şi se înăbuşă în ulei, împreună cu ceapa, curăţată, spălată şi tăiată peştişori. Cartofii şi morcovii se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în ulei cu puţină apă. Când sunt gata, se scot şi se dau prin maşina de tocat toate legumele, după care se amestecă încet cu câte puţin ulei, se diluează cu zeamă din cea în care au fiert, se potriveşte de sare şi piper, apoi se mai pune totul pe foc 10 minute. Se serveşte cu pătrunjel fin tocat deasupra şi cu crutoane de pâine prăjită în unt.

Supă – cremă de dovlecei

500 g dovlecei
o ţelină, un păstârnac
un morcov, o ceapă
100 g smântână
o lingură de făină
2 felii de pâine albă
un ou, o lingură de unt
sare, piper

Se curăţă şi se spală dovleceii, ceapa şi zarzavaturile, se taie în bucăţi mici şi se pun la fiert în apă cu sare. Se dizolvă făina în puţină apă caldă şi se adaugă în oala cu legume. După ce s-au fiert, se scot şi se trec prin sită. Piureul obţinut se subţiază cu supa strecurată şi se pune din nou la fiert. Între timp, se amestecă gălbenuşul de ou cu smântâna şi se toarnă încet în oala cu supă. Se mai lasă la fiert 10 minute, după care se adaugă untul şi se ia de pe foc. Se serveşte cu crutoane de pâine.

Supă – cremă de morcovi

400 g morcovi
o ceapă, 100 g smântână
o lingură de făină
o lingură de unt, 2 ouă, sare, piper

Se curăţă morcovii, se spală şi se taie în rondele. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt, apoi se opăreşte în apă clocotită şi se scurge. Se înăbuşă morcovii şi ceapa în unt cu puţină apă, timp de o jumătate de oră, apoi se adaugă făina dizolvată în puţină supă de oase. Când sunt fierte, legumele se dau prin sită, apoi se pun în oală cu un litru de supă de oase. Se face o compoziţie din smântână şi două gălbenuşuri şi se adaugă la supă, împreună cu untul, fierbându-se încă 10 minute. Se potriveşte de sare şi de piper.

Supă – cremă de pui cu legume

o jumătate de pui
150 g zarzavat de supă
2 linguri de smântână
o legătură de verdeaţă, sare

Carnea de pui se fierbe şi se sărează. Separat se fierb 150 g zarzavat supă, se pasează separat şi se adaugă puiul când sunt fierte. Se mai lasă la fiert circa 10 minute după care se adaugă 2 linguri de smântână. Se ornează cu verdeaţă.

Supă – cremă de spanac

500 g spanac
o ceapă, 30 g unt
100 g smântână
un ou, o lingură de făină
sare, piper

Spanacul se curăţă, se spală bine, apoi se pune la scurs. Se fierbe spanacul, împreună cu ceapa, curăţată, spălată şi tocată mărunt, în apă cu sare. Făina se dizolvă în puţină supă de oase şi se adaugă în oală. Când sunt fierte, spanacul şi ceapa se pasează, apoi se adaugă peste ele un litru de supă de oase şi o compoziţie făcută din smântână şi un gălbenuş. Se lasă la fiert încă 10 minute, apoi se potriveşte de sare şi piper şi se adaugă untul. Se serveşte cu crutoane.

Supă – cremă de ţelină

6 ţeline potrivite
o ceapă, 200 ml lapte
3 cartofi
70 g margarină vegetală
3 l zeamă de carne
100 g smântână
mărar proaspăt
sare, piper

Ţelina şi ceapa se curăţă şi se spală în mai multe ape. Se pun împreună la fiert, în zeama de carne, adăugându-se şi cartofii. Când legumele sunt fierte suficient, încât se sfărâmă uşor, se iau de pe foc şi se pasează cu o lingură de lemn, ca la piure. Se adaugă condimentele şi margarina, apoi se pun din nou pe foc, amestecând continuu, până se îngroaşă. Acum, supa este gata! Se dă la masă cu multă smântână şi mărar proaspăt deasupra. La acest fel de mâncare este preferată pâinea prăjită sau crutoanele.

Supă cleştar

300 g carne de viţel
2 cartofi, 2 morcovi, o ţelină
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac, o ceapă
o legătură de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se pune la fiert. Se adună spuma, apoi se adaugă cartofii, morcovii, ţelina, rădăcina de pătrunjel, păstârnacul şi ceapa, curăţate, spălate şi lăsate întregi. După ce se fierb, atât carnea, cât şi zarzavaturile se taie în cubuleţe. Se sărează şi se presară cu pătrunjel tocat fin.

Supă de ciuperci cu găluşte

1 kg ciuperci
250 g făină, 2 ouă
250 g smântână, 2 cepe
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă ciupercile, se spală în mai multe ape, se taie lame şi se fierb în apă cu sare. Apa trebuie să fie doar cât să le cuprindă, pentru că lasă şi ele zeamă. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se adaugă la fiert când s-au înmuiat pe jumătate ciupercile. După un clocot, se completează cu supă de carne sau cu apă caldă şi se lasă la fiert în continuare. Se amestecă făina cu ouăle şi cu puţin pătrunjel tocat, sare şi piper, se omogenizează şi se ia câte o lingură din compoziţie, cufundându-se uşor în supa clocotită. Găluştele se fierb cam 10 minute, apoi se potriveşte de sare şi piper, se ia de pe foc şi se presară verdeaţa tocată.

Supă de găină cu tăiţei

100 g tăiţei
1,2 kg carne de găină
o ceapă, un morcov
2 rădăcini de păstârnac
2 rădăcini de ţelină
80 g praz, pătrunjel verde, sare

Carnea se pune la fiert în apă cu sare. Se adaugă ceapa tăiată şi zarzavatul tocat. Când se fierb legumele şi carnea, se scot, supa se strecoară şi se pune din nou la fiert. Se adaugă tăiţeii. Se serveşte fierbinte cu pătrunjel presărat deasupra.

Supă de gulii cu smântână

7–8 gulii
4 morcovi, 2 cepe
2 ceşti de smântână

Se taie 2–3 gulii feliuţe şi se fierb împreună cu morcovii şi ceapa tăiate rondele într-un litru de apă. Se adaugă smântâna şi se mai fierbe la foc mic încă 10 minute. Se presară verdeaţă tocată.

Supă de limbă cu zarzavat

1 kg limbă de vită
un morcov
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
o ţelină, 2 cepe
200 g orez
2 ouă, o lămâie
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Limba se opăreşte cu apă clocotită, se curăţă, se spală şi se pune la fiert într-o oală cu zarzavaturile, lăsate întregi. Se lasă până fierbe bine, adunând spuma când e cazul, apoi când e gata se scoate, se strecoară zeama şi se pune să fiarbă în ea orezul ales şi spălat mai înainte. La sfârşit, se adaugă în supă două gălbenuşuri, zeamă de lămâie, sare, piper şi pătrunjel tocat.

Supă de praz cu cartofi

600 g praz
4–5 cartofi
4 felii de franzelă
50 g caşcaval
60 g unt, sare

Se curăţă şi se spală prazul, se taie mărunt şi se căleşte în untul încins, apoi se stinge cu supă de carne sau cu apă călduţă. Cartofii se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe şi se adaugă în oala în care fierbe prazul. Se lasă până se fierb suficient, apoi se ia de pe foc. Se serveşte cu crutoane de pâine prăjită în unt şi tăvălită prin caşcaval ras.

Supă de pui a la grec

1 kg carne de pui
un morcov, o ceapă
o ţelină, un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
2 linguri de orez
2 ouă, o lămâie
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă carnea, se spală şi se taie în bucăţi, apoi se pune la fiert. Morcovul, ţelina, ceapa şi albitura se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe şi se adaugă la fiert după ce se spumează carnea. Când sunt gata, se scot, se strecoară supa şi se pune la fiert în ea orezul, ales şi spălat între timp. Se bat ouăle şi se diluează cu două linguri de supă răcită, apoi se toarnă în oală. Se adaugă zeama de lămâie, se potriveşte de sare şi piper, apoi, când se ia de pe foc, se presară pătrunjelul tocat mărunt.

Supă de raci

16 raci
4 l zeamă de pui fiartă
200 g unt, o lingură de făină
o pâine întreagă
200 g smântână
4 ardei iuţi

Se iau 16 raci, se spală bine şi se pun la fiert în zeamă de carne de pui. Apoi se scot pe o farfurie şi se opresc cozile şi carnea de la picioare. Cozile se pisează şi se prăjesc în unt înfierbântat, apoi se adaugă o lingură de făină. Se strecoară apoi grăsimea, iar cozile se pun la loc, în zeama în care au fiert racii şi se fierbe în continuare. Grăsimea oprită se pune la prăjit într-o tigaie cu o lingură de făină şi se lasă să se umfle. Apoi se toarnă zeama în care au fiert racii, strecurată printr-o sită curată. Se lasă din nou la fiert. După aceea se taie o pâine felii şi se prăjeşte. Pâinea prăjită se pune într-o cratiţă, peste ea aşezându-se codiţele şi picioarele racilor, iar zeama se toarnă deasupra. Se dă la masă cu smântână şi ardei iute, servite separat.

Supă de roşii cu caşcaval

1 kg oase de vită cu măduvă
4 roşii
2 morcovi
2 cartofi
un păstârnac
o ţelină, o ceapă
120 g caşcaval
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se fierb oasele în apă rece. Se aduna spuma, după care se pun la fiert morcovii, cartofii, păstârnacul, ţelina şi ceapa, curăţate, spălate şi tăiate în sferturi. Roşiile se curăţă şi se fierb separat. Când sunt gata, se strecoară atât supa de oase, cât şi cea de roşii, după care se pun roşiile la fiert, împreună cu legumele, în supa de oase, lăsându-se încă vreo două clocote, timp în care se potriveşte de sare şi piper. Se serveşte cu caşcaval ras direct deasupra farfuriei.

Supă de roşii cu crutoane

1 l suc de roşii
70 g kaiser
o ceapă, 40 g ţelină
50 g usturoi, 80 ml ulei
o lingură de zahăr, 200 g pâine
verdeaţă, sare, piper

Kaiserul se taie feliuţe lungi şi subţiri şi se prăjeşte în puţin ulei încins. Ceapa şi ţelina se toacă mărunt şi se călesc 5–6 minute, adăugându-se peste kaiser. Pâinea se taie cubuleţe şi se prăjeşte separat. Într-o oală se aşază la foc mic un litru de apă cu sucul de roşii, usturoi pisat, sare şi piper. Când fiertura dă în clocot, se adaugă ingredientele prăjite. Se amestecă cu zahăr, crutoane de pâine şi verdeaţă din belşug. Această supă se serveşte fierbinte.

Supă de tomate cu găluşte

1 kg roşii
o ceapă
2 ou, 40 ml smântână
verdeaţa, ulei, 100 g griş

Se fierb ceapa şi roşiile tăiate cubuleţe apoi se adaugă 500 ml supă de zarzavat şi se dă iar în clocot. Separat se bate oul cu smântâna şi grişul. Se adaugă compoziţia cu o linguriţă, în supă. Se mai dă în clocot şi se presară verdeaţa.

Supă rece de castraveţi

500 g oase (sau 2 l supă de oase)
2 castraveţi, 2 morcovi
2 cepe, 250 g smântână, sare, piper

Se pun oasele la fiert în apă cu sare. După ce se adună spuma, se pun la fiert în aceeaşi oală morcovii şi ceapa, curăţate, spălate şi tăiate în sferturi. Se potriveşte de sare şi piper, apoi se ia de pe foc, se lasă să se răcească şi se strecoară, lăsându-se la rece până a doua zi. După aceea, se îndepărtează grăsimea de la suprafaţă, se toarnă supa în alt vas, încet, să nu se tulbure, apoi se amestecă bine cu smântâna şi se adaugă castraveţii, tăiaţi în cubuleţe. Se serveşte rece.

Anghemacht de pui

600 g carne de pui
50 ml ulei
un morcov
o rădăcină de pătrunjel
o ceapă
2 linguri de făină
4 cartofi, 20 g unt
o lămâie, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se fierbe, se adună spuma, după care se adaugă morcovul, pătrunjelul şi ceapa, curăţate şi tăiate în sferturi. După ce s-a fiert carnea, se scoate, se taie în bucăţi, iar zeama se strecoară. Se căleşte făina în ulei şi se stinge cu puţină zeamă de la fiert, se adaugă zeama stoarsă de la o lămâie, carnea, se potriveşte de sare şi piper şi se mai fierb 10 minute. Se presară deasupra bucăţele de unt. Se serveşte cu garnitură de cartofi natur.

Antricot de vită cu ciuperci şi smântână

400 g antricot de vacă fără os
400 ml supă de oase
100 ml smântână
o ceapă
500 g ciuperci proaspete
2 linguri de făină
600 g cartofi
100 ml ulei, 50 g unt
o lămâie
100 ml vin alb
sare, piper, cimbru
o legătură de pătrunjel

Carnea se spală, se porţionează şi se bate cu ciocanul, după care se înăbuşă într-o cratiţă cu 50 ml ulei şi tot atâta supă de oase. Ceapa, tocată mărunt, se înăbuşă în alt vas, cu aceleaşi cantităţi de ulei şi supă. Se adaugă făina, dizolvată în prealabil, apoi restul de supă, fierbându-se la foc potrivit un sfert de oră. Sosul rezultat se strecoară, se adaugă ciupercile, înăbuşite în unt, smântâna, sarea, piperul, cimbrul şi vinul, se omogenizează şi se toarnă peste carne. Se poate servi cu garnitură de cartofi natur, pătrunjel verde şi feliuţe de lămâie.

Antricot de vită umplut

400 g antricot de vacă fără os
100 ml ulei, o lingură de bulion
100 g ciuperci, 2 linguri de făină
o lingură de orez, un ou
20 g caşcaval, 20 ml vin alb
10 g unt, sare, piper
2 legături de pătrunjel

Orezul se fierbe, se scurge şi se lasă la răcit. Ciupercile se toacă mărunt, apoi se înăbuşă în unt, adăugând puţină apă. După ce s-au răcit, se amestecă într-un vas cu orezul, pătrunjelul fin tocat, oul fiert tare şi mărunţit, caşcavalul ras, sarea şi piperul. Carnea se porţionează, se bate cu ciocanul de şniţele şi se sărează, apoi se aşterne umplutura peste bucăţile de antricot, care se rulează, se trec prin făină, se fixează cu scobitori şi se înăbuşă în ulei încins cam un sfert de oră, stingând cu apă. Se prepară sosul, din ulei, făină şi bulion. Se fierbe vreo 10 minute, se aşază peste antricoate şi se mai lasă la fiert încă 10–15 minute, adăugând vinul şi potrivind de sare.

Biftec cu ou

1 kg muşchi de vită
4 ouă, 40 ml ulei
20 g unt, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se taie în patru bucăţi, care se bat cu ciocanul pentru şniţele, se condimentează, apoi se prăjesc în ulei. După ce s-au rumenit pe ambele părţi, se scot, iar în uleiul rămas se prăjesc ochiurile. În farfurii, ochiurile se aşază câte unul pe câte o bucată de biftec, iar deasupra se pune câte un cubuleţ de unt.

Biftec tartar

1 kg muşchi de vită
un ou, 2 castraveţi muraţi
30 g unt, 2 linguri de sos picant
pătrunjel, mărar
cimbru, piper
sare după gust

Carnea de vită crudă se dă prin maşina de tocat, se pune pe o farfurie şi se lasă câteva minute la scurs. După această operaţiune, se omogenizează cu untul şi condimentele de mai sus. Se aşază pe un platou alungit, la mijloc. Deasupra, se pune oul crud separat de coajă. De jur împrejur se stropeşte cu sosul picant, iar într-o parte vor sta castraveţii muraţi, tăiaţi în fâşiuţe subţiri. Se adaugă piper din belşug, verdeaţă tocată fin şi se serveşte.

Budincă de ciuperci

400 g de ciuperci
4 ouă, 50 g smântână
200 g pâine, 40 ml ulei
o ceapă, 80 g unt
100 ml lapte
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se toacă mărunt şi se pun la prăjit, împreună cu uleiul. Pâinea, tăiată felii, se înmoaie în lapte, apoi se amestecă cu ciupercile. Ceapa tocată fin se prăjeşte în unt, adăugându-se verdeaţa mărunţită, sarea şi piperul. Totul se pune peste ciuperci. Se omogenizează gălbenuşurile, iar albuşurile se bat spumă şi se încorporează, împreună cu smântâna, la această compoziţie. Se unge cu unt un vas de Jena şi se răstoarnă amestecul. Se coace 45 de minute la foc potrivit.

Budincă de conopidă cu sos de smântână

1 kg conopidă
3 ouă, 150 g smântână
30 g caşcaval ras
100 g margarină
2 linguri de făină, 40 ml lapte
un praf de sare, verdeaţă

Se spală conopida şi se curăţă de impurităţi. Se fierbe în apă cu sare până se înmoaie. Se scurge bine şi se pasează cu o lingură de lemn. Se prepară un sos alb din smântână, gălbenuşuri, caşcaval ras, albuşuri bătute spumă. Cu acest sos se încorporează conopida. Se pune sare, apoi se unge o tavă cu margarină (de preferinţă vegetală), se toarnă amestecul şi se dă la cuptor, circa 25 de minute, verificând din când în când. Se presară cu verdeaţă tocată fin şi se dă la masă.

Budincă de fasole verde

500 g fasole verde
150 ml lapte
150 g franzelă, 3 ouă
50 g unt, o lingură de bulion
o lingură de pesmet
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Fasolea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi mici, apoi se pune la fiert în apă cu sare. Se freacă untul spumă, se combină cu miezul de franzelă, înmuiat în lapte, stors şi mărunţit, cu gălbenuşurile, mărarul şi pătrunjelul tocate mărunt, sare, piper, iar la sfârşit, cu albuşurile bătute spumă. Se amestecă şi fasolea fiartă, după care se unge o tavă cu unt, se tapetează cu pesmet, apoi se dă la cuptor.

Budincă de ficat

500 g ficat
100 g costiţă afumată
100 g franzelă
2 ouă, o ceapă
100 g smântână, 100 ml ulei
20 g unt, sare, piper

Ficatul şi costiţa se dau prin maşina de tocat de câte trei ori, apoi se curăţă ceapa, se toacă mărunt şi se înăbuşă în ulei, după care se scurge, se răceşte şi se dă prin maşina de tocat. Se toacă la maşină şi miezul de franzelă, înmuiat în lapte şi stors. Se unge o formă cu unt şi se toarnă compoziţia, care se va fierbe în bain-marie.

Budincă de morcovi cu smântână

100 g unt
3 morcovi
300 ml smântână
200 g praz, 200 g făină
70 g brânză de burduf
3 ouă, 30 g măsline
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se freacă într-un vas untul cu sare şi se adaugă făina, amestecându-se pentru omogenizare. Acest aluat se dă apoi la frigider pentru 45 de minute. Morcovii se curăţă, se taie în două şi se opăresc în apă clocotită cam 5 minute, la fel se procedează şi cu prazul. Se încălzeşte cuptorul şi se toarnă ingredientele într-o formă tapetată cu unt. Peste aluat se aşază morcovii şi prazul, în sens circular, apoi ouăle bătute cu smântână, condimente şi brânză de burduf fărâmiţată. Se lasă la copt cam 45 de minute şi se serveşte cu pătrunjel verde deasupra. Se poate decora cu câteva măsline negre, întregi.

Budincă de piure de cartofi

1 kg cartofi
150 ml lapte
400 g carne, 200 g unt
3 ouă, o ceapă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se fierb cartofii în coajă, apoi se curăţă, se zdrobesc cu furculiţa sau se dau prin maşina de tocat, după care se amestecă bine cu laptele şi untul, potrivind de sare şi piper. La acest piure se mai adaugă două gălbenuşuri şi cele trei albuşuri bătute spumă. Carnea se toacă la maşină, apoi se căleşte în unt împreună cu ceapa tocată mărunt, după care se ia de pe foc şi când se răceşte se amestecă bine cu verdeaţa tocată, sare şi piper. Se unge cu unt o tavă, se pune un strat de piure, apoi se pune carnea, iar deasupra încă un strat de piure. Se dă la cuptor să se rumenească.

Budincă de raci

40 de raci
100 g pesmet
200 ml lapte, 150 g unt
200 g mazăre, 7 ouă
câteva fire de sparanghel
sare, piper

Pesmetul se pune la înmuiat în lapte, apoi se amestecă bine cu 50 g unt, frecat în prealabil. Racii se opăresc în apă clocotită, apoi se scot şi se curăţă, păstrând cozile, carnea de la cleşti şi gâturile. Mazărea se înăbuşă în 50 g unt şi puţină apă, lăsându-se să scadă bine. Se amestecă, într-un castron, carnea de la raci cu două ouă întregi şi cu gălbenuşurile de la celelalte cinci, apoi se adaugă mazărea, frecată bine ca să iasă un piure, iar la sfârşit se toarnă cele cinci albuşuri, bătute spumă. Se unge o formă cu unt, se toarnă compoziţia, presărând câteva fire de sparanghel opărit, curăţat şi tăiat mărunt, apoi se pune la cuptor, într-o altă cratiţă cu apă clocotită, să fiarbă timp de o oră.

Cartofi cu brânză şi verdeaţă la cuptor

1 kg cartofi
200 g mozarella
100 ml ulei, 50 g unt
2 legături de pătrunjel
o legătură de mărar
100 g smântână
100 g kaiser, 2–3 căţei de usturoi
sare, piper,

Pentru această reţetă sunt de preferat cartofii noi, care se pregătesc în coajă. Se spală şi se taie în lung, apoi se aşază într-o tavă unsă cu unt, cu suprafaţa tăiată în jos. Se încinge bine cuptorul şi se coc 15 minute. Într-un bol, se omogenizează mozarella cu verdeaţa, condimentele şi uleiul. Când s-au copt pe ambele părţi, se scot cartofii, se scobesc puţin şi se dau prin amestecul de mai sus, apoi se presară cu usturoi pisat. Se dau din nou la cuptor. La final se adaugă un praf de sare. Se servesc cu kaiser prăjit şi smântână.

Cartofi cu smântână

800 g cartofi
2 linguri de ulei, o ceapă
o lingură de făină
4 linguri de smântână
o legătură de mărar, sare, piper

Cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, se înăbuşă în ulei cu puţină apă, se adaugă făina, se mestecă bine să nu se formeze cocoloaşe, apoi se pun cartofii, sare şi piper. Când sunt aproape gata, se toarnă smântâna şi se presară mărarul tocat.

Cartofi cu usturoi la cuptor

1 kg cartofi
o lingură de făină, 50 g unt
100 g kaiser
350 ml lapte
o căpăţână de usturoi
sare, piper

Cartofii se spală bine şi se pun la fiert, în coajă, în apă clocotită. După ce s-au fiert, se scot, se lasă să se răcească, apoi se curăţă şi se taie în rondele. Usturoiul se curăţă şi cu el se freacă bine o tavă, pe care se aşterne un strat de cartofi, apoi unul de feliuţe de kaiser, încă unul de cartofi şi, peste toate, sosul preparat amestecând untul cu făina, laptele, un praf de sare şi piper. Se dă la cuptor să se rumenească.

Cartofi gratinaţi cu caşcaval

1 kg cartofi
60 g unt, 150 ml lapte
2 ouă, 100 g caşcaval
o lingură de făină
o lingură de pesmet, sare

Cartofii, bine spălaţi, se fierb în coajă, în apă cu sare, apoi se scot, se curăţă şi se taie în rondele subţiri cam de 5 mm. Se topesc 40 g unt într-un vas, se toarnă făina dizolvată în lapte şi se fierbe la foc mic o jumătate de oră, adăugând un praf de sare, apoi se pun şi cartofii, 50 g caşcaval ras şi ouăle. Se ia de pe foc. Într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet, se pune compoziţia de mai sus, peste care se adaugă restul de caşcaval ras şi untul rămas. Se gratinează la cuptor un sfert de oră, la foc potrivit, după care se scoate tava, se taie compoziţia în patru porţii egale şi se serveşte caldă.

Cartofi parizieni

1 kg cartofi
4 ouă, 2 linguri de făină
75 g unt, 100 g smântână
250 ml lapte, sare

Cartofii se fierb în coajă în apă clocotită cu sare. După ce se răcesc, se curăţă şi se taie în felii. Făina se dizolvă în două linguri de lapte şi se înăbuşă în unt încins, apoi se toarnă restul de lapte şi se fierbe până se îngroaşă. Se adaugă cartofii şi smântâna, se potriveşte de sare şi se mai lasă un sfert de oră. Se împarte compoziţia în două: prima jumătate se pune într-o tavă unsă cu unt, peste ea se aranjează feliile de ou fiert, apoi cealaltă jumătate a compoziţiei. Se gratinează la cuptor un sfert de oră, la foc potrivit.

Caşă de ou dietetică

8 ouă
150 ml lapte, 20 g unt

Se amestecă ouăle cu lapte şi o bucăţica de unt, se adaugă sare, se toarnă în tavă şi se fierbe amestecând continuu până se obţine o compoziţie ca pentru omletă. Caşaua se păstrează pe marmită (60 grade), nu mai mult de 15 minute, deoarece se întăreşte. Caşa de ouă se poate servi cu garnitura de piure de cartofi sau cu conopidă.

Căprioară cu măsline

800 g carne de căprioară
100 ml ulei, 80 g unt
2 linguri de făină, 2 linguri de bulion
250 ml vin roşu
o ţelină mică, 250 g arpagic
150 g măsline
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Carnea se ţine timp de o zi într-o marinată obţinută fierbând împreună 250 ml ulei, 250 ml oţet, 500 ml vin alb, zarzavat de supă, foi de dafin, boabe de piper şi cimbru. După aceea, se porţionează şi se pune la înăbuşit în ulei. Se toarnă făina, se lasă până începe să se rumenească, apoi se stinge cu o cană de zeamă de carne şi se continuă fierberea până ce carnea devine fragedă. Arpagicul se căleşte într-o tigaie cu unt topit, împreună cu ţelina, tăiată cubuleţe. Într-o cratiţă, se pun carnea şi măslinele, se acoperă cu apă şi se pun să fiarbă cu capacul pus, la foc potrivit. Se adaugă arpagicul, ţelina, bulionul dizolvat în vin şi se lasă până scade, când se potriveşte de sare şi piper şi se presară cu verdeaţă tocată.

Chifteluţe cu mărar şi sos de roşii

400 g carne
5–6 roşii, 60 ml ulei
100 g franzelă, 2 linguri de făină
60 g smântână
2 legături de mărar, sare, piper

După ce s-a curăţat şi s-a spălat, carnea se dă prin maşina de tocat, amestecându-se apoi cu ouăle, franzela înmuiată, stoarsă şi mărunţită, sare, piper şi mărar tocat mărunt. Se modelează, cu mâna udă, chifteluţele, aşezându-se într-o tavă cu ulei şi puţină apă. Se dau la cuptor, lăsându-se până prind coajă. Din roşii, făină şi ulei se face un sos care se toarnă peste chifteluţe, presărându-se cu mărar, de astă dată tocat mai mărişor. Se introduc din nou la cuptor chifteluţele şi se mai lasă un sfert de oră. Se servesc cu smântână.

Ciocănele cu maioneză şi ciuperci

8 ciocănele potrivite
100 ml ulei, 400 g ciuperci proaspete
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
400 g maioneză, sare

Ciocănelele de pui se spală şi se prăjesc în ulei încins, apoi se aşază pe o farfurie. Alături, se face un sos din maioneză (preparată în casă sau din comerţ) cu ciuperci proaspete prăjite sau fripte şi o căpăţână mare de usturoi pisat. Se adaugă pătrunjelul şi mărarul spălate bine sub jet de apă şi tocate fin, apoi se potriveşte de sare. Ciocănelele se servesc calde, împreună cu această maioneză şi chifle cu susan sau mac.

Ciulama de prepeliţă

600 g carne de prepeliţă
100 g unt, 100 g făină
o ceapă, un morcov
o ţelină, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se porţionează (câte două bucăţele pentru fiecare porţie), apoi se pune la fiert, împreună cu ceapa, morcovul şi ţelina, curăţate, spălate şi tăiate în sferturi. Se lasă să fiarbă timp de aproximativ o jumătate de oră. Când s-a fiert carnea, se scoate, se pune într-un castron cu apă şi puţină sare, ca să nu se usuce, iar zeama se strecoară. Se topeşte untul într-o cratiţă, se adaugă făina şi se căleşte, amestecând cu lingura de lemn, iar când devine aurie, se stinge cu zeama de carne. Se potriveşte de sare şi piper, lăsându-se la fiert până se îngroaşă sosul. Se serveşte împreună cu bucăţile de carne şi cu câte o bucăţică de unt deasupra.

Ciuperci cu ouă la cuptor

300 g chifle
150 ml lapte, 4 ouă
500 g ciuperci, 200 g măsline
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Chiflele se înmoaie bine în lapte călduţ, apoi se freacă energic cu puţin unt. Separat, se bat ouăle şi se toacă mărunt verdeaţa, ciupercile se taie în formă de lame, iar măslinele se separă de sâmburi şi se mărunţesc. Se amestecă totul, condimentând cu sare şi piper după gust. Se unge o tavă rezistentă şi se răstoarnă compoziţia, lăsându-se la cuptor circa 40 de minute, întorcând tava din când în când. Când mâncarea este bine rumenită, se scoate şi se presară cu verdeaţă, servindu-se cu cartofi prăjiţi şi roşii proaspete tăiate rondele.

Crap cu smântână umplut cu ciuperci

1 kg crap
500 g ciuperci
100 ml ulei, 2 roşii
100 g smântână, 100 ml vin alb
o ceapă
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Peştele, întreg, se crestează pe burtă şi i se scot intestinele, apoi se spală, se zvântă şi se presară cu sare. Ciupercile şi ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în ulei încins, după care se scot, se scurg şi se amestecă bine cu pătrunjelul tocat, sare şi piper, după gust. Se umple crapul cu compoziţia obţinută, se coase şi se dă la cuptor într-o tavă cu ulei, în care s-au adăugat felii de roşii. Când s-a rumenit peştele, se adaugă smântâna şi vinul şi se mai lasă un sfert de oră.

Cod rasol cu sos de vin

1 kg cod fără cap
un morcov
o ceapă
50 g unt
500 g cartofi
o legătură de pătrunjel
o lămâie, sare, piper

Se curăţă morcovii şi ceapa, se taie în felii subţiri şi se fierb. Când legumele sunt gata fierte, se adaugă peştele, curăţat, spălat şi porţionat, fierbându-se la foc mic încă un sfert de oră. Se curăţă cartofii, se spală şi se taie în bucăţi de forma feliuţelor de portocală, după care se fierb în apă cu sare. Pe un platou, se aşază bucăţile de peşte, ornându-se cu feliuţe subţiri de lămâie. În jurul acestora, se aranjează cartofii şi morcovii, peste care se stropeşte cu unt topit şi se ornează cu pătrunjel tocat mărunt. Se serveşte cald.

Conopidă gratinată

1 kg conopidă
60 g unt
200 ml lapte
2 ouă, 100 g caşcaval
2 linguri de făină, sare, piper

Se curăţă conopida, se spală, se desface în bucheţele şi se fierbe în apă cu sare. Făina se dizolvă în puţin lapte şi se pune într-o cratiţă în care s-au topit 50 g unt. Se lasă să fiarbă la foc mic 10 minute amestecând permanent, apoi se adaugă laptele rămas şi se mai fierbe vreo 20 de minute, până capătă o consistenţă de smântână groasă. Se ia de pe foc, se adaugă sare şi gălbenuşurile separate de albuşuri şi se omogenizează. Într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet, se toarnă jumătate din sosul rezultat, se adaugă conopida, iar deasupra se pune restul de sos, caşcavalul ras şi piperul. Se gratinează la cuptor, la foc potrivit, timp de 10 minute. Se serveşte caldă.

Conopidă la cuptor

1 kg conopidă
100 g unt
100 g caşcaval
o lingură de făină
2 linguriţe de pesmet
o lămâie, sare, piper

Conopida se ţine timp de o oră în apă rece, cât s-o acopere, amestecată cu zeama de la o lămâie. Se curăţă apoi, se spală, se desface în bucheţele şi se fierbe în apă clocotită cu sare. Când s-a fiert, se scoate, se scurge şi se pune într-un vas de Jena uns cu unt şi tapetat cu pesmet, iar peste ea se adaugă caşcavalul ras, restul de pesmet şi de unt, sare şi piper. Se introduce vasul în cuptorul încins şi se ţine până se rumeneşte frumos.

Cotlet de miel umplut cu spanac

1 kg cotlet de miel
1 kg spanac
100 ml ulei
sare, piper, cimbru

Spanacul se curăţă, se spală, apoi se opăreşte în apă clocotită câteva minute. Se scoate, se scurge şi se mărunţeşte cu lingura de lemn, frecând energic până se obţine un piure. Cotletul de miel se curăţă de grăsime şi de pieliţe, se spală, se porţionează, iar bucăţile se bat bine cu ciocanul pentru şniţele, astfel încât să devină subţiri şi mai late. Se presară cu sare, piper şi cimbru,

apoi se pune la mijloc câte o lingură de spanac, se rulează şi se leagă. Se pun rulourile obţinute într-o tavă unsă cu ulei şi se dau la cuptor, până se rumenesc, stropindu-se din când în când cu sosul din tavă.

Cotlete de morun

1 kg morun proaspăt
2 cepe, 200 ml ulei
30 ml vin, 200 g pâine albă
2 linguriţe de pesmet, o lămâie, sare piper, foi de dafin, cimbru

Morunul se curăţă, se spală, se presară cu sare, piper şi cimbru, se lasă o oră să-l pătrundă condimentele, după care se pune la fiert în apă cât să-l acopere, împreună cu două cepe, curăţate, spălate şi tăiate în sferturi, sare şi câteva foi de dafin. Când e gata, se scoate şi se lasă deoparte, să se răcească. După aceea, se toacă mărunt, se amestecă bine cu pâinea, curăţată de coajă, înmuiată în patru linguri de ulei şi două de vin, apoi stoarsă şi mărunţită, sare şi piper. Se omogenizează, se împarte tocătura în patru părţi egale, care se netezesc luând forma unor cotlete, rolul osului fiind jucat de câte o coajă de pâine. Cotletele rezultate se dau prin pesmet şi se prăjesc pe ambele părţi în ulei.

Crap cu sos de lămâie

1 kg crap
100 ml ulei, 2 lămâi
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă peştele, se spală, se crestează şi se împănează cu o lămâie curăţată de coajă şi tăiată felii. Se sărează, se piperează, după care se pune într-o tavă în care s-au turnat uleiul şi zeama de la cealaltă lămâie, se introduce la cuptor şi se lasă, la foc potrivit, până se rumeneşte. Se ia, din timp în timp, câte o lingură de sos şi se stropeşte crapul, pentru a se rumeni pe toate părţile. Se serveşte cald, cu sosul strecurat şi cu pătrunjel tocat deasupra.

Crap cu soté de ciuperci

1 kg crap (fără cap şi coadă)
500 g ciuperci, 30 g unt, o lămâie
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă peştele, se spală, se presară cu sare şi se lasă o oră să se pătrundă, apoi se fierbe. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt, apoi se călesc într-o tigaie cu unt încins. Se prepară un sos din ulei, zeamă de lămâie, sare şi piper, diluat după gust cu zeamă din cea în care a fiert crapul. Sosul obţinut se toarnă peste crap, se aranjează de jur-împrejur ciupercile şi se presară cu piper şi pătrunjel tocat.

Crap pané cu cartofi natur

600 g crap (fără cap)
500 g cartofi, 50 g unt
100 ml ulei, 2 linguri de făină
2 ouă, 100 g pesmet
o lămâie, o legătură de pătrunjel sare

Se curăţă peştele, se dezosează şi se taie în patru bucăţi, câte două de fiecare parte a scheletului. Se presară cu sare, se dau, pe rând, prin făină, ou bătut şi pesmet, după care se prăjesc pe ambele părţi în uleiul încins. Se curăţă cartofii, se spală şi se taie în forma feliilor de portocală, apoi se pun la fiert în apă cu sare. Când sunt fierţi suficient, se scot şi se aşază circular, pe marginile farfuriilor în care se serveşte. Se stropesc cu unt topit şi se presară cu pătrunjel tocat mărunt. În mijloc, se aşază peştele, ornat cu o feliuţă subţire de lămâie.

Crap rasol cu hrean

1 kg crap
2 cepe
un căţel de usturoi
o rădăcină de hrean
o lămâie, o linguriţă de oţet
sare, piper

Ceapa se curăţă, se spală, se taie în jumătăţi şi se pune la fiert împreună cu usturoiul, curăţat şi tăiat mărunt. Peştele se curăţă, se spală, se taie în bucăţi, apoi se pune în cratiţă atunci când ceapa şi usturoiul s-au fiert destul. Se potriveşte de sare şi piper şi se completează cu apă, cât trebuie să cuprindă peştele. Se fierbe înăbuşit, pe foc mic, o jumătate de oră, apoi se scoate, se aranjează bucăţile de peşte pe un platou ca şi cum ar fi întreg, se toarnă zeama strecurată şi se serveşte cu hrean ras şi cu felii de lămâie.

Şalău pané cu sos

500 g file de şalău
un ou, 100 g pesmet
100 ml ulei, 100 g smântână
20 g castravete
2–3 căţei de usturoi, mărar
pătrunjel, 100 g legume fierte
2 felii lămâie, sare, piper

Se face un sos din smântână, castravete verde, 2–3 căţei de usturoi, mărar, pătrunjel şi piper, sare. Fileul se trece prin ou şi pesmet, se prăjeşte pe ambele părţi în uleiul încins, la foc potrivit. Garnitură – legume fierte (morcov, porumb, mazăre, fasole verde, conopidă, broccoli). Se ornează cu felii de lămâie. Peştele se aşază peste legume, iar deasupra se toarnă sosul de smântână.

Cuiburi de spaghete cu peşte

400 g spaghete
150 ml ulei de măsline
2 lămâi mai mici
5 fileuri de peşte
1/2 legătură de pătrunjel verde
2 linguri de capere (scurse)
piper proaspăt măcinat
2 linguriţe de muştar iute
sare

Se fierb spaghetele în apă cu sare, conform instrucţiunilor de pe pachet, se răstoarnă într-o strecurătoare şi se stropesc cu ulei (1–2 linguri), întorcându-le de câteva ori ca să se pătrundă. Se curăţă de coajă o lămâie şi se taie feliuţe subţiri. Fileurile de peşte se taie mărunt, iar pătrunjelul verde se spală şi se toacă. Se amestecă într-un castron

lămâia cu feliile de peşte, pătrunjelul tocat şi caperele scurse, iar într-un bol se prepară un sos din zeama stoarsă de la cealaltă lămâie, uleiul rămas, sare, piper şi muştar. Se toarnă spaghetele şi sosul în castron, se amestecă bine şi se învârt cu o furculiţă, formând un fel de cuiburi. Acestea se aşază pe farfurii si se stropesc cu puţin sos.

Creier cu caşcaval la cuptor

500 g creier
5 ouă, 40 g unt
piper, 20 g sare
2 linguri de făină, 50 ml lapte
100 g caşcaval ras
500 g de ciuperci
o legătură de pătrunjel verde

Creierul se curăţă de pieliţe şi se spală de sânge în apă rece, apoi se taie în bucăţele cam de un deget. Se pregăteşte un sos alb din făină, lapte, unt, gălbenuşuri, albuşuri bătute şi o parte din creier, care se pune într-un vas de Jena şi se dă 10 minute la cuptor. Separat, creierul rămas se omogenizează cu unt topit şi se adaugă în vasul de Jena. Ciupercile se curăţă de coajă, se spală de impurităţi, apoi se călesc în unt înfierbântat şi se adaugă amestecului de mai sus. Compoziţia astfel preparată se lasă la rumenit circa jumătate de oră, iar după ce se scoate, se poate servi ornat cu pătrunjel verde. De asemenea, se poate adăuga un soté de morcovi.

Crap umplut cu nuci şi stafide

1 kg crap (fără cap)
100 g icre de crap
3 cepe
100 g miez de nucă
20 g stafide, 150 ml ulei
100 ml vin alb, 2 ouă, sare, piper

Se curăţă crapul, se spală, se taie de-a lungul burţii şi se scot scheletul şi viscerele. Se spală din nou şi se lasă la scurs. Ceapa se toacă mărunt şi se căleşte puţin în ulei, până devine transparentă. Se adaugă icrele şi se lasă cam 10 minute să se prăjească. Se ia cratiţa de pe foc şi se pun nucile pisate, stafidele, ouăle, sarea şi piperul. Se amestecă bine până se omogenizează. Cu această compoziţie se umple crapul, care se coase şi se leagă bine, după care se introduce la cuptor, într-o tavă unsă cu ulei. Se lasă cam jumătate de oră, stropindu-se din când în când cu vin şi cu sucul pe care-l lasă.

Creier cu sos de ciuperci

500 g creier de viţel
250 g ciuperci, 75 g unt
3 linguri de făină, 100 g smântână
o ceapă, o lămâie, sare, piper

Creierul se curăţă, se spală şi se pune la fiert în apă rece, împreună cu ceapa curăţată, spălată şi tăiată în sferturi. În acelaşi timp, ciupercile, curăţate şi spălate în mai multe ape, se taie lame şi se pun şi ele la fiert. Se căleşte făina în untul încins, se stinge cu zeamă de ciuperci, apoi se adaugă smântâna, ciupercile, zeama stoarsă de la o lămâie, sare şi piper după gust. Se fierb împreună un sfert de oră, amestecând permanent, să nu se ardă. Sosul obţinut se toarnă peste creierul tăiat în bucăţele.

Curcan la tavă cu portocale

1 kg portocale
un curcan micuţ
o lingură de bulion
20 g unt, chimen
100 ml ulei
200 g miere
150 g brânză topită
100 g cârnăciori
150 g kiwi, sare, piper

Curcanul se spală, se curăţă şi i se scot intestinele, prin partea de jos a abdomenului. Se unge în interior cu un amestec din unt şi 20 g de miere. Portocalele se curăţă de coajă şi se toacă în bucăţele mărunte. Se face un amestec din brânză topită, portocale, 150 g miere şi stafide, cu care se umple curcanul. Apoi se prinde despicătura cu mai multe scobitori. Se pune uleiul într-o tavă specială, apoi se aşază curcanul, adăugând 50 g kiwi tocate mărunt. Se lasă la copt circa 40 de minute. Când este gata, se unge cu miere şi se dă la masă, cu sosul aferent. Se serveşte cu cârnăciori prăjiţi şi felii de kiwi alături.

Creier la tavă cu capere

400 g creier de porc
100 g capere
100 g unt
o ceapă
2 linguri de bulion
o legătură de mărar
sare, piper

Creierul se curăţă de pieliţe şi cheaguri de sânge în apă rece. Ceapa se curăţă şi se toacă mărunt, iar caperele se spală. Verdeaţa se taie fin. Se pune untul la topit într-o tavă de teflon şi se adaugă ceapa, bucăţile de creier, caperele, jumătate din cantitatea de verdeaţă, sare şi piper. Se lasă să se coacă la foc moderat cam 35–40 de minute. Când este gata, se presară cu restul de verdeaţă şi se serveşte fierbinte.

Escalop de miel cu ciuperci

1 kg pulpă de miel fără os
1 kg ciuperci, 200 ml ulei
100 g făină, 250 g smântână
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă carnea, se spală, se taie în felii groase cât degetul, se bat bine cu ciocanul pentru şniţele, se sărează şi se piperează, apoi se dau prin făină şi se rumenesc în ulei încins şi pe o parte, şi pe cealaltă. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame, apoi se călesc în uleiul rămas de la carne. Când se înmoaie, se presară cu sare şi piper, apoi se adaugă smântâna. Se toarnă în cratiţa în care sunt escalopurile şi se fierbe totul timp de o jumătate de oră, la foc domol. Verdeaţa se spală, se toacă mărunt şi se presară direct în farfuriile în care se serveşte.

Escalop de porc cu ciuperci

1 kg carne de porc
70 g unt de masă
2 linguri de făină, 500 g ciuperci
2 ouă, 4 linguri de pastă de tomate
2–3 căţei de usturoi
o linguriţă de muştar
sare, piper, ienibahar

Carnea se spală, se bate şi se taie felii. De la pâine se opreşte doar miezul. Bucăţile de carne se dau prin ou şi făină, apoi se pun la fiert în unt cu puţină apă. Se amestecă pasta de tomate cu usturoiul pisat, muştarul, piperul şi ienibaharul, alcătuindu-se un sos acrişor-picant, pe care îl putem folosi cu încredere. Se unge o tavă cu unt, se pune carnea, sosul astfel format şi se dă la cuptor, la foc potrivit. Ciupercile se frig pe grătar şi se adaugă în compoziţie. Tava se lasă la cuptor circa o jumătate de oră, ungând carnea cu sosul în care fierbe şi verificând între timp să nu se frigă prea tare. Când este gata, se scoate pe un platou şi se ornează cu frunze de salată verde şi verdeaţă din belşug.

Escalop de viţel cu ciuperci

1 kg pulpă de viţel
1 kg ciuperci
250 g unt
200 g smântână
3 linguri de făină
100 ml vin alb
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se curăţă carnea, se spală, se tranşează, apoi bucăţile se frăgezesc cu ciocanul de şniţele, se sărează, se piperează, se dau prin făină şi se rumenesc în unt încins, după care se trec într-o cratiţă în care s-a turnat smântâna şi se fierb la foc mic. Se curăţă ciupercile, se spală, se taie lame şi se înăbuşă în unt, apoi se toarnă în cratiţa cu carne şi se adaugă vinul. Se continuă fierberea încă 10 minute, după care se ia de pe foc şi se presară cu verdeaţă tocată.

Ficat de porc cu ananas

1 kg ficat de porc
250 g ananas din compot şi suc
frişcă

Ficatul de porc se prăjeşte în ulei încins, apoi se scoate pe un platou şi se ornează cu ananas din compot şi frişcă. Se serveşte imediat.

Ficăţei de pui cu legume

400 g ficăţei de pui
un morcov
o ţelină
un ardei gras
o roşie
o ceapă
50 g unt
sare, piper

Ficăţeii se fierb în apă cât să-i acopere, apoi se scot, se scurg şi se păstrează la cald. Legumele se curăţă şi se spală. Ceapa se taie peştişori, morcovul, ţelina şi ardeiul se taie în cubuleţe. Roşia se opăreşte, se curăţă şi se dă pe răzătoare. Se încinge untul într-o tigaie, se căleşte ceapa, apoi se adaugă morcovul şi ţelina, urmează ardeiul gras, iar la sfârşit se sting toate cu roşia şi zeama ei. Se fierb înăbuşit o jumătate de oră, pe foc mic, apoi se servesc ca garnitură la ficăţei.

Ficăţei la tavă

800 g ficăţei de pui
200 g conopidă
2 roşii proaspete
ienibahar
o legătură de pătrunjel verde
100 g unt
400 g mămăliguţă caldă
sare, piper

Se spală ficăţeii şi se aşază în tava unsă cu unt. Conopida se desface în bucheţele şi se prăjeşte în unt încins. Se adaugă apoi conopida cu grăsimea în tavă, punându-se ienibahar, verdeaţă tocată, roşii mărunţite, sare şi piper. Se servesc fierbinţi, cu mămăliguţă caldă.

Filé de porc cu ciuperci

800 g filé de porc
400 g ciuperci
50 g unt
o lămâie
200 g smântână

o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală şi se taie în jumătăţi. Carnea se taie în felii groase de 5–6 milimetri, care se bat bine cu ciocanul de şniţele şi se condimentează, apoi se prăjesc în untul încins. Se adaugă ciupercile, se călesc puţin şi se sting cu câteva linguri de smântână. Se lasă să mai fiarbă până dau un clocot. Se adaugă smântâna rămasă, verdeaţa tocată, sare şi piper, dacă mai este nevoie.

Frigărui de berbecuţ

500 g carne de berbecuţ
100 ml oţet, 1 l apă
o ceapă, 2 roşii
un ardei gras, 20 ml ulei
100 ml vin, piper boabe
piper măcinat, sare
foi de dafin, cimbru

Se curăţă carnea, se spală, după care se lasă peste noapte într-un vas cu apă, oţet, câteva boabe de piper şi câteva foi de dafin. Se curăţă şi se spală ceapa, ardeiul şi roşiile, după care se taie în bucăţi de mărime potrivită. Se scoate carnea, se lasă să se scurgă bine, apoi se taie în cubuleţe. Se iau patru frigărui din oţel inoxidabil şi se înfig în ele, pe rând, bucăţele de carne, de ceapă, de roşii şi ardei. Se încinge bine grătarul şi se unge cu untură sau cu ulei, apoi se pun frigărui le. Se întorc din timp în timp, ca să se pătrundă bine pe toate părţile, stropindu-se cu vin. Când sunt aproape gata, se presară cu sare, piper şi cimbru.

Frigărui cu ciuperci

400 g ciuperci champignon
400 g muşchi de porc
200 g ficat de porc
o ceapă, un ardei gras, o roşie

Ceapa se curăţă, se spală şi se taie în rondele mai groase. Ardeiul se curăţă, se spală şi se taie în fâşii late de 2 centimetri. Roşiile se spală şi se taie în felii. Carnea se curăţă, se spală şi se taie în bucăţele, la fel şi ficatul. Ciupercile se curăţă şi se spală. Se încinge grătarul, se unge cu untură, apoi se prepară frigăruile, înfigând alternativ bucăţi de carne, felii de ceapă, ciuperci, ardei gras, bucăţi de ficat, felii de roşii. Se frig bine pe toate părţile, apoi se servesc.

Frigărui de curcă şi ciuperci cu lămâie

400 g piept de curcă
2 căţei de usturoi
ienibahar
200 g ciuperci
zeamă de lămâie
o ceapă
50 ml ulei de măsline
2 roşii
o legătură de ceapă verde
400 g mămăliguţă pripită
o legătură de pătrunjel
cimbru, sare, piper

Carnea se tranşează în bucăţele mici, iar ciupercile se separă de codiţe. Se prepară un sos din usturoi pisat, condimente, zeamă de lămâie şi ulei de măsline. Carnea de curcă se pune la macerat în acest sos împreună cu ciupercile, circa 2 ore. Ceapa uscată se curăţă şi se scot foile separat, iar cea verde se taie în fâşiuţe. Roşiile se taie felii subţiri. Se pun în frigărui o bucată de carne, o pălărie de ciupercă, o foaie de ceapă uscată, o feliuţă de roşie, o codiţă de ciupercă şi o bucată de ceapă verde, repetând operaţiunea. Se dau la grătar şi se servesc cu sosul de usturoi şi mămăliguţă caldă.

Curcan la cuptor

1 kg curcan
500 g ciuperci
150 g unt
100 ml rom
sare, piper

Se curăţă carnea, se spală, apoi se presară sare şi piper peste tot şi se lasă o oră, să se pătrundă, apoi se pune într-o tavă cu o jumătate de pahar de apă şi se dă la cuptor, la foc potrivit. Se topeşte untul şi se amestecă bine cu romul. Cu această soluţie se va unge, din când în când, carnea, până când aceasta este aproape friptă, moment începând cu care nu se mai unge, ca să se formeze crustă. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame şi se pun în tavă, cam după vreo oră de când s-a introdus carnea. Curcanul este fript atunci când intră furculiţa uşor în el. Se serveşte cu sosul de ciuperci şi cu diferite garnituri sau salate.

Friptură de porc cu sos de muştar

800 g carne de porc
100 ml ulei
o linguriţă de muştar
făină
zahăr, sare

Carnea se curăţă, se spală, se porţionează, apoi se prăjeşte în ulei încins, pe ambele părţi. Se scurge o parte din uleiul care a fost în cratiţă, lăsând doar cât să acopere fundul acesteia. Se căleşte puţin făina în acest ulei, apoi se adaugă muştarul, se amestecă repede şi se stinge cu o cană de apă călduţă. Se lasă să fiarbă în continuare, adăugând zahărul şi sarea.

Friptură de vită cu paste şi sos de roşii

1 kg carne de vită
2 cepe, 100 ml ulei
2 linguri de bulion, 20 g unt
250 g spaghete sau macaroane
piper, sare

Se curăţă carnea de pieliţe, se spală şi se rumeneşte într-o cratiţă cu ulei, felii de ceapă, sare şi piper. După ce s-a făcut pe amândouă părţile, se stinge cu apă caldă şi se lasă să se înăbuşe timp de vreo 2 ore, apoi se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi se introduce la cuptor. Se lasă un sfert de oră, stropind-o din când în când cu sosul din tavă, apoi

se scoate. Se dizolvă bulionul în puţină apă, se toarnă în tavă şi se lasă până dă câteva clocote, apoi se strecoară peste carne. Se serveşte cu paste, fierte în apă cu sare şi răcite.

Friptură învârtită

800 g carne macră de porc
8 ouă, 400 g şuncă de Praga
100 ml vin alb sec
200 ml sos de roşii
200 g ciuperci
100 g măsline, 150 ml ulei
sare, piper

Carnea, curăţată şi spălată, se fierbe în apă cu sare, apoi se scoate şi se taie în opt felii, care se bat cu ciocanul pentru şniţele, să se lăţească. Şunca se taie în opt feliuţe subţiri. Ouăle se fierb foarte tari, se curăţă şi se înfăşoară cu câte o felie de şuncă şi una de carne. Se leagă cu aţă şi se pun să se prăjească în ulei încins. Când s-au rumenit, se toarnă vinul, se sărează, se piperează şi se adaugă un sos de roşii. Se mai lasă să fiarbă, acoperindu-se cu capacul, încă 30 de minute la foc mic.

Friptură de gâscă

800 g carne de gâscă
100 g ficat de gâscă
o ceapă, 2 linguri de făină
piper alb măcinat
400 g mămăliguţă
100 g unt, sare

Carnea şi ficatul de gâscă se spală, se porţionează şi se prăjesc la foc domol pe grătarul încins, apoi se scot pe un tocător de lemn. Se face un sos alb din ceapa tocată mărunt călită în untul încins, la care se adaugă făina în ploaie, sare, piper alb măcinat şi apă cât cuprinde. Sosul se lasă să fiarbă la foc mic aproximativ 40 de minute. Se pune pe farfurie şi se serveşte fierbinte, cu ficatul şi carnea de gâscă alături. Ca garnitură, se recomandă mămăliguţa caldă.

Găluşte de ştiucă

1 kg ştiucă
250 ml smântână
500 g cartofi, un morcov
o ţelină, o ceapă, 2 ouă
o lingură de făină, o felie de pâine
200 ml lapte, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, piper, sare

Ştiuca, fără cap şi coadă, se curăţă, se spală şi se dezosează, apoi se dă prin maşina de tocat. Se dau prin maşină şi ceapa, curăţată şi spălată, precum şi pâinea, înmuiată în lapte şi stoarsă. Se amestecă toate într-un castron, împreună cu ouăle, pătrunjelul tocat mărunt, o lingură de făină, sare şi piper după gust. Se omogenizează şi se formează găluştele. Morcovul, ţelina şi ceapa se curăţă, se spală şi se taie în sferturi, cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe, punându-se toate să fiarbă în apă clocotită cu puţină sare. Când s-au fiert, se scot, în supa rămasă fierbându-se găluştele. După ce s-au fiert şi ele, se pun pe farfurii şi se acoperă cu un sos obţinut din smântâna subţiată în supă.

Frigărui cu legume

200 g rasol de vită
200 g muşchi de porc
200 g carne de mici
200 g piept de pui
3 cartofi, o ceapă
100 ml ulei, 1 l supă de oase
200 g varză acră
o legătură de pătrunjel
2 roşii, un ardei gras
sare, piper

Carnea se curăţă, se porţionează şi se frige pe grătar, împreună cu câteva feliuţe de roşii şi ardei gras. Ceapa şi cartofii se taie rondele, se condimentează, se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi se dă pentru 35 de minute la cuptor. Din timp în timp, se stropeşte cu supă de oase. Se răstoarnă compoziţia pe un platou şi alături se pun feliuţe de carne, ardei gras şi roşii. Varza se toacă fin, i se adaugă puţin ulei şi se presară cu sare şi piper. Se serveşte cu verdeaţă şi mămăliguţă caldă.

Gulaş de fasole

500 g pulpă de viţel
400 g fasole uscată
400 g fasole verde
2 cepe, 3 roşii
2 linguri de bulion, 50 ml ulei
sare, piper, boia iute de ardei

Fasolea uscată se pune la înmuiat în apă rece din ziua precedentă. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt, apoi se căleşte în ulei încins. Când devine transparentă, se adaugă carnea curăţată, spălată şi tăiată în bucăţele. Se presară sare, piper şi boia, apoi se adaugă bulionul, se stinge cu două căni de apă şi se lasă să se înăbuşe, cu capacul pus, vreo 90 de minute. După o oră, se adaugă fasolea uscată şi cea verde. Roşiile se spală, se taie în felii şi se pun în cratiţă spre sfârşit.

Iepure cu măsline

600 g carne de iepure
un morcov
50 g ţelină
o ceapă
500 ml oţet
150 ml ulei
o căpăţână de usturoi
100 ml vin roşu
2 linguri de bulion
100 g măsline
o lămâie
foi de dafin, cimbru
sare, piper

Carnea, spălată bine şi curăţată, se pune într-un vas cu oţet, morcovi, ţelină, foi de dafin, cimbru, piper boabe şi sare. Se lasă o zi la marinat, se taie în bucăţele şi se prăjeşte în ulei. Când e gata, se scoate carnea şi se pun la prăjit ceapa, ţelina, morcovii (tocate mărunt), usturoiul pisat şi câteva foi de dafin. Se adaugă bulionul, piper măcinat, apoi vinul şi zeama de la marinat şi se fierbe timp de o oră. Se strecoară sosul peste carne, iar zarzavaturile se pasează. Se opăresc măslinele, se răcesc în apă, apoi se adaugă în vas, lăsând totul la fiert încă un sfert de oră. După preferinţe, se adaugă zeamă de lămâie.

Imambaialdî

4 vinete
4 roşii, 2 cepe
un morcov, o ţelină
un ardei gras
o căpăţână de usturoi
100 ml ulei, o lingură de făină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Vinetele se curăţă de cozi, apoi se taie în trei sau în două aproape trei sferturi din lungimea lor. Se pun la fiert, apoi se scot şi se scurg, presându-le cu o greutate. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în ulei. Se adaugă morcovul, ţelina, ardeiul tăiate julien, mărarul şi pătrunjelul tocate mărunt, usturoiul pisat şi piperul. Se umplu vinetele, se aşază într-o cratiţă şi se toarnă peste ele un sos de roşii cu puţină făină şi ulei. Se mai înăbuşă, la foc mic, o jumătate de oră.

Jumări cu brânză

8 ouă
100 g brânză
40 g unt
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, piper

Ouăle se toarnă într-o tavă cu unt fierbinte, se sărează, se presară cu brânză rasă prin răzătoare şi se prăjesc la cuptor. La servire, se presară cu verdeaţă.

Jumări cu ceapă şi roşii

8 ouă
o ceapă
40 g unt sau grăsime
sare, piper, salată verde, roşii

Într-un castron se bat ouăle. Ceapa se toacă mărunt pe un fund de lemn şi se pune să se rumenească în grăsimea încinsă. Se adaugă ouăle bătute bine, sarea şi piperul măcinat. Când s-a rumenit pe o parte, se întoarce pe cealaltă parte cu ajutorul unui cuţit. Se serveşte cu salată de roşii sau cu orice alt fel de salată.

Jumări cu creier

8–10 ouă
250 g creier
o legătură de pătrunjel
grăsime, sare

Ouăle se bat cu sare. Se adaugă creierul fiert ca pentru rasol şi tăiat bucăţele mici. Compoziţia – la care se poate adăuga după gust verdeaţa tocată – se pune în grăsimea încinsă din tigaia cu coadă.

Jumări cu ficat

8 ouă
200 g ficat
o linguriţă de grăsime, sare

Ficatul se prăjeşte şi se taie în bucăţi. Separat se bat ouăle. Se amestecă, se adaugă sare şi compoziţia obţinută se pune în tigaia cu coadă, peste grăsimea încinsă. În loc de ficat se poate prepara cu rinichi, bine fierţi şi înăbuşiţi înainte.

Jumări cu lapte şi verdeaţă

8 ouă
50 ml lapte
50 g unt
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
sare, piper, roşii

Se bat ouăle cu laptele. Verdeaţa se toacă mărunt. Se amestecă cu sare şi piper şi cu ouăle bătute. Compoziţia se toarnă în untul încins din tigaie. Se amestecă cu furculiţa. Când încep ouăle să se prindă, se răstoarnă şi se serveşte la masă cu garnitura de roşii.

Jumări cu roşii

4–8 ouă
3–4 roşii, 25 g unt
verdeaţă

Roşiile se fierb în unt până ce scade apa; atunci se adaugă ouăle bătute şi verdeaţa tocată. Jumările se servesc moi. Deasupra se poate pune unt proaspăt.

Jumări moldoveneşti

6–8 ouă
50 g unt
3 linguri lapte, sare

Se topeşte untul într-o tigaie. Se bat ouăle într-un castron, se adaugă lapte, sare. Se toarnă peste untul fierbinte şi se amestecă cu furculiţa până ce încep să se lege.

Kievskaia de pui

1 kg piept de pui
150 g unt
2 linguri de făină
3 ouă
100 g pesmet
150 ml ulei
300 g franzelă, sare, piper

Pieptul de pui se curăţă de piele şi de oase, se porţionează, după care se bate cu ciocanul pentru şniţele şi se condimentează cu sare şi piper. Se încălzeşte untul, astfel încât să se înmoaie şi se taie în patru. Bucăţelele se frământă în mâini, dându-le o formă cilindrică. Pe fiecare bucată de piept se aşază câte un cilindru, apoi se rulează, se dau toate prin făină, ou bătut şi pesmet şi se prăjesc în ulei. După ce s-au scos, se curăţă franzela de coajă, feliile se dau prin oul rămas de la pané şi se rumenesc în ulei. Pe aceste felii de pâine se vor servi rulourile de pui. Se servesc cu o garnitură de cartofi prăjiţi.

Lapţi cu ciuperci

1 kg lapţi proaspeţi
400 g ciuperci
100 ml ulei
100 g unt
o ceapă
3 linguri de bulion
2 linguri de făină
100 ml vin alb, sare, piper

După ce s-au spălat în mai multe ape reci, lapţii se scurg, se sărează şi se dau prin făină, apoi se rumenesc în ulei înfierbântat. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte, împreună cu făina, în

uleiul rămas. Se diluează bulionul cu puţină apă fierbinte şi se toarnă în cratiţă, adăugând sare şi piper după gust şi lăsând să fiarbă la foc mic până se îngroaşă sosul. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame şi se înăbuşă în unt topit, apoi se toarnă peste sos, o dată cu vinul, adăugând şi lapţii. Se mai lasă pe foc 10 minute, apoi se poate servi.

Legume la cuptor cu smântână

100 g unt
2 cartofi
100 g vinete conservate
o ceapă
2 roşii
150 g mazăre conservată
50 ml ulei
100 g smântână

Într-o tavă unsă cu unt se pun 100 g cartofi fierţi tăiaţi cubuleţe, 150 g vinete din conservă, o ceapă mică tăiată mărunt, 2 roşii tăiate felii şi 150 g mazăre din borcan. Se stropesc cu ulei şi se coc la cuptor circa 15 minute la 220° C. Se servesc cu smântână.

Limbă cu rizoto şi măsline

600 g limbă de porc
400 g orez
100 g unt
50 g caşcaval, 4–5 roşii
200 g măsline, 2 cepe
sare, piper

Se spală limba, se opăreşte în apă clocotită câteva minute, apoi se scoate şi se răzuie bine, se clăteşte cu apă rece, apoi se fierbe în apă clocotită. Când s-a înmuiat, se scoate, se scurge şi se taie în felii. Se fierbe orezul în apă clocotită cu sare, apoi se scurge şi se amestecă bine cu untul, apoi se presară caşcaval ras şi se pune în farfurii, lângă feliile de limbă. Peste ele, se toarnă un sos preparat din roşiile opărite, curăţate, date pe răzătoare şi fierte înăbuşit un sfert de oră împreună cu ceapa călită în puţin unt.

Limbă fiartă cu smântână

1 kg limbă
2 cepe
un morcov
o lingură de făină, o lingură de mălai
o legătură de pătrunjel
200 g smântână
30 g unt, sare
20 ml oţet de mere
piper după gust
200 g măsline negre

Se spală limba de mai multe ori într-o soluţie formată din oţet şi mălai, spre a se curăţa mai bine. Se pune apoi la fiert, într-o oală mare. Se adună spuma şi se adaugă zarzavatul, condimentele, lăsând să fiarbă în continuare. Când este gata pe trei sferturi, se curăţă de pieliţă. Se unge cu unt o tavă şi se pune la cuptor. Se face un sos din ceapă prăjită şi făină, adăugând o parte din zeama în care a fiert limba. Se adaugă smântâna şi măslinele şi se toarnă în tavă. La final se presară cu verdeaţă tocată mărunt.

Limbă la cuptor

800 g limbă de porc
100 ml ulei
2 cepe
3–4 castraveţi muraţi
250 ml vin alb
2 linguriţe de pesmet
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Limba se pune la fiert într-o oală cu apă şi sare, apoi se scoate, se curăţă şi se taie felii nu prea groase. Ceapa se curăţă, se spală, se taie în rondele. Castraveţii se spală şi se toacă mărunt, la fel şi pătrunjelul. Într-o cratiţă cu ulei, se pun ceapa, castraveţii, pătrunjelul, sare şi piper, apoi se înăbuşă până se înmoaie legumele. Se ia altă cratiţă, se aşterne un strat din această compoziţie, se acoperă cu felii de limbă, se pune un nou strat de sos, iarăşi felii de limbă şi tot aşa, până sus, unde se presară două linguri de pesmet. Se toarnă vinul şi câteva linguri de zeamă din cea în care a fiert limba şi se dă la cuptor să se rumenească.

Limbă pané cu măsline

400 g limbă de vită
20 ml oţet, 200 g măsline
3–4 castraveciori muraţi
2 ouă, 100 g pesmet
100 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Limba de vită se spală bine în apă rece şi se lasă la macerat în apă cu oţet 2–3 ore. Se pune apoi la fiert în apă cu sare şi se lasă aproximativ 30 de minute, după care se scoate şi se răceşte. Se curăţă de pieliţe, care se scot acum foarte uşor. Ouăle se bat cu sare, piper şi verdeaţa tocată şi se dau bucăţile de limbă prin această compoziţie şi apoi prin pesmet. Se prăjesc în ulei încins împreună cu măslinele, apoi se aşază pe un platou împreună cu sosul în care s-au prăjit. Se serveşte cu castraveciori muraţi.

Macaroane cu ciuperci şi caşcaval

500 g macaroane
400 g ciuperci
100 g unt, o ceapă
3–4 roşii, 100 g caşcaval, sare

Se rup macaroanele în două, se pun la fiert în apă clocotită cu sare, conform instrucţiunilor de pe pachet. Se pun la scurs şi se trec prin jet rece de apă. Ceapa se toacă mărunt, se căleşte în unt, se adaugă ciupercile care au fost fierte şi tăiate în fâşii şi se călesc împreună. Se sting cu roşiile curăţate de coajă şi seminţe şi tăiate cubuleţe, apoi se sărează. Se adaugă macaroanele, câteva linguri de zeamă în care au fiert ciupercile şi untul rămas şi se mai ţin pe foc câteva minute. La servit se presară caşcaval ras pe fiecare porţie.

Macaroane cu ficat

500 g macaroane
300 g ficat de porc
un morcov
o ţelină
2 cepe

6–7 roşii, 100 ml ulei
cimbru
o lingură de zahăr, piper, sare

Macaroanele se fierb, conform instrucţiunilor de pe pachet, apoi se scurg. Se taie felii jumătate din zarzavat şi se călеşte în ulei, apoi se adaugă roşiile tăiate în patru, cimbrul, zahărul, sarea şi se lasă la fiert 30 minute. Restul de ceapă se toacă mărunt, se călеşte în ulei şi se adaugă ficatul tăiat bucăţi, ţinându-se pe foc până se înmoaie; se trece apoi amestecul prin maşina de tocat şi se adaugă la sos, cu care se mai fierbe încă 10 minute. Sosul se pune pe macaroane direct când se servesc.

Macaroane cu mac, gem şi zahăr

un pachet macaroane
mac, gem
2 linguri de margarină

Se fierb macaroanele, se spală cu apă rece şi se scurg bine. Se amestecă într-un castron cu gem şi margarină. Se dau la cuptor 15 minute.

Macaroane cu spanac şi nucşoară

500 g macaroane
1 kg spanac, 150 g unt
2 linguri de făină, 350 ml lapte
100 g caşcaval, nucşoară, sare

Macaroanele se fierb conform instrucţiunilor de pe pachet, apoi se scurg. Se alege spanacul şi se spală în mai multe ape, după care se pune la fiert timp de 10 minute, se scurge şi se toacă mărunt. Se încălzeşte untul (doar 100 g), se adaugă făina, se călеşte, se stinge cu lapte, se pune apoi spanacul şi se mai fierb împreună 5 minute. Se potriveşte gustul cu sare şi nucşoară. Se amestecă cu macaroanele şi se toarnă într-un vas, care se dă la cuptor pentru gratinare.

Marinată de midii

400 g midii
2 linguri de făină, 3 linguri de pesmet
60 ml ulei, 30 ml oţet
2 căţei de usturoi
2 lămâi, rozmarin, sare, piper

Se spală bine midiile, se desfac, se dau prin făină şi prin pesmet, apoi se rumenesc puţin, pe ambele părţi, în ulei încins. Când sunt gata, se scot, se scurg bine, iar în uleiul rămas se adaugă oţetul, usturoiul pisat, sare, piper, o lingură de făină rumenită în prealabil în puţin ulei, lămâile curăţate de coajă şi tăiate în sferturi, plus câteva frunze de rozmarin mărunţite. Se mai lasă câteva clocote, apoi se toarnă marinata peste midii.

Mâncare de peşte cu găluşte

1 kg peşte (crap sau cod)
200 g griş
2 ouă, un borcan de bulion
2 ardei graşi
2 cepe, mărar
pătrunjel, sare, piper

Se fierbe peştele, apoi se fac găluşte din griş şi ouă, se face prăjeala cu ceapă şi bulion, se adaugă peste peşte, se lasă să fiarbă, se adaugă ardeiul tocat fâşii, apoi se pun găluştele. Se mai dă în clocot 10 minute şi se pune verdeaţa.

Mâncare de pui cu castraveţi

800 g pui
4–5 castraveţi
o ceapă
40 g oregano
100 ml ulei
2 ardei graşi
2 linguri de făină
pătrunjel verde
sare, piper

Se spală castraveţii şi se curăţă de coajă, apoi se pun într-o oală cu apă rece. Separat, se fierbe puiul tranşat. Se toacă ceapa şi se călеşte împreună cu untul şi ardei gras, se pune făină şi se stinge cu puţină zeamă de la pui. Se adaugă la fiert împreună cu puiul, se pun castraveţii, verdeaţă, sare, piper şi oregano şi se lasă să scadă. Se serveşte caldă.

Mâncare de pui cu linte

un pui întreg
300 g linte, 3 roşii
2 ardei gras
o ceapă, 100 ml ulei
o legătură de verdeaţă
2 linguri de bulion, un morcov
sare, piper

Puiul se curăţă, se spală şi se taie bucăţi, după care se pune la fiert cu puţină sare. Din când în când, se adună spuma. Ardeiul, ceapa şi roşiile se spală, se curăţă şi se toacă fin, la fel şi morcovul. Se pune uleiul la încins şi se călesc legumele. Când sunt gata, se adaugă în oală şi se lasă să scadă la foc mic. Se adaugă lintea şi se fierbe până se înmoaie. Se adaugă bulionul, verdeaţa şi condimentele. Se serveşte caldă.

Medalion de miel cu soté de ciuperci

600 g carne de miel
300 g ciuperci
o lingură de unt
o lingură de ulei
100 ml vin alb sec
100 ml smântână
sare, piper

Se curăţă ciupercile, se spală, se taie în cubuleţe, care se sotează în untul topit. Carnea se curăţă, se spală, se taie în patru felii, care se rumenesc în ulei pe ambele părţi, se presară cu sare şi piper, apoi se înăbuşă în cratiţa acoperită, în care s-au turnat 50 ml apă. După ce s-au frăgezit, se scot şi se ţin la cald, ca să nu se usuce. În cratiţă se toarnă vinul, se adaugă ciupercile şi smântâna, se lasă să mai scadă, apoi se adaugă carnea şi se fierb împreună până la primul clocot.

Melci fierţi cu sos de chili

1 kg melci
100 g oţet
o ceapă mică
2–3 căţei de usturoi
un morcov
piper, sare
100 g sos de chili

Melcii se pot consuma începând cu a doua jumătate a lunii octombrie şi până în prima jumătate a lunii martie. Melcii sunt foarte buni de consumat şi vara, dar trebuie să fie ţinuţi timp de 15 zile într-un loc răcoros, puşi într-un coşuleţ închis pentru a elimina toxinele care le dau un gust amar, neplăcut. Se spală apoi în mai multe ape, iar carapacea se desprinde cu un cuţit ascuţit la vârf. Se pun apoi într-un vas mare, turnându-se peste ei o soluţie din oţet şi sare. Se ţin în acest mod 3-4 ore, pentru a se curăţa complet. Se spală în mai multe ape şi se pun la fiert împreună cu zarzavatul. Se servesc calzi, condimentaţi după gust, cu sos de chili, zeamă de lămâie şi un pahar de vin roşu alături.

Midii cu sos de maioneză

500 g midii
50 g unt, 400 g ciuperci
40 g pătrunjel verde tocat
maioneză light, 50 g usturoi
zeama de la o jumătate de lămâie
piper, sare după gust

Se spală midiile şi se pun la fiert într-o cratiţă încăpătoare. Când încep să clocotească, se scot din carapace. Apoi se scot pe o farfurie şi se lasă la răcit. Se pregăteşte un sos de maioneză şi usturoi pisat, adăugând şi sarea. Ciupercile se călesc în unt, condimentate cu un praf de sare şi piper, apoi se toarnă într-o formă şi se dau împreună cu midiile la cuptor, pentru 15 minute. La final, totul se aşază pe un platou întins de porţelan, ornându-se cu sosul de maioneză şi usturoi, precum şi pătrunjel verde tocat fin. Deasupra, se toarnă zeama de lămâie, după gust.

Miel la frigare

600 g carne de miel (de preferat fără grăsime)
200 g brânză de burduf
2 linguri de untură, un ou
150 g sos de roşii
sare după gust, cimbru, piper
pătrunjel verde

Carnea se spală, se curăţă de impurităţi, se tranşează şi se sărează. Se încinge grăsimea într-o tigaie şi se dă la foc potrivit. Carnea se lasă până se înmoaie, apoi se adaugă oul bătut şi brânza de burduf. Se scoate şi se aruncă pe grătarul încins, condimentând bucăţile de miel cum se cuvine. Se scoate pe un platou, adăugând sosul de roşii amestecat cu verdeaţă şi cimbru. Preparatul se poate da la masă cu o garnitură din legume sau având alături un sos de maioneză şi usturoi pisat.

Musaca de cartofi cu ouă

200 g carne de vacă
500 g cartofi, 4 ouă
3–4 roşii
250 ml lapte
100 g telemea de vacă
o lingură de unt
o lingură de făină
sare, piper

Carnea se curăţă, se spală, se fierbe în apă cu sare şi se dă prin maşina de tocat. Cartofii se fierb în coajă în apă clocotită, apoi se curăţă şi se taie în rondele. Ouăle se fierb tari, se curăţă şi se taie în felii subţiri. Roşiile se spală şi se taie în felii. Într-un vas de Jena uns cu unt, se aşterne un rând de cartofi, unul de ou, unul de roşii presărate cu sare şi piper, unul de carne şi aşa mai departe, deasupra fiind cartofi. Se amestecă laptele cu untul şi făina, se fierb până se îngroaşă, se sărează, se piperează, apoi se toarnă peste musaca, presărându-se deasupra brânză rasă. Se introduce vasul în cuptorul încălzit şi se lasă, la foc potrivit, cam trei sferturi de oră.

Musaca de macaroane cu conopidă

250 g macaroane
100 g brânză de vaci
2 ouă, 100 g unt
o lingură de făină, un pahar de lapte
2 linguri de caşcaval ras
o conopidă, sare, pesmet

Se rup macaroanele în două, se pun la fiert în apă clocotită cu sare. Se fierb conform instrucţiunilor de pe pachet, apoi se pun la scurs şi se trec prin jet rece de apă. Separat, se fierbe conopida în apă clocotită cu sare, se scurge, se desparte în buchete şi se opăreşte cu unt. Într-o formă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet se aşază un rând de macaroane, un rând de conopidă, iar la urmă se presară caşcaval şi bucăţele de unt. Se coace la cuptor 30 minute.

Musaca de macaroane cu ciuperci

500 g macaroane
500 g ciuperci
125 g unt, un păhăruţ de făină
100 g măsline
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se fierb macaroanele în apă cu sare, apoi se scot, se clătesc sub un jet de apă rece şi se lasă la scurs într-o strecurătoare. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se călesc în puţin unt încins, apoi se lasă să se înăbuşe în zeama lor, până ce aceasta scade aproape de tot, iar ciupercile se îmbibă cu untul topit. Separat, se topeşte restul de unt, se adaugă făina, amestecând continuu, până ce aceasta devine aurie, apoi se stinge cu puţină apă, se omogenizează şi se ia de pe foc, adăugând sare, piper şi pătrunjel tocat. Se unge o cratiţă cu unt, se toarnă jumătate din cantitatea de sos, apoi se aştern straturi alternative de macaroane şi de ciuperci, iar deasupra se toarnă restul de sos şi se presară măslinele, din care s-au scos sâmburii. Se introduce în cuptorul încins şi se lasă aproape jumătate de oră.

Muşchi de porc cu cârnăciori olteneşti

400 g muşchi filé
100 g cârnăciori olteneşti cruzi
o ceapă, 100 g usturoi
50 g măsline, boia iute
80 ml ulei, 50 ml vin roşu
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Cârnăciorii olteneşti se taie în bucăţele mici şi se prăjesc în ulei încins. Când sunt gata, se scot şi se aşază pe o farfurie. Ceapa se curăţă, se spală şi se taie peştişori, iar ciupercile la fel. Măslinele se separă de sâmburi şi se toacă mărunt. Toate acestea se prăjesc în acelaşi ulei, lăsând să se rumenească. Se amestecă apoi cu boiaua, vinul roşu, cârnăciorii, sarea şi piperul. Muşchiul se bate cu ciocanul de şniţele şi se umple cu această compoziţie, legându-se cu scobitori. Se pune apoi într-o tavă unsă cu ulei şi se dă pentru 30–40 de minute la cuptorul bine încins. Când este gata se scoate pe un platou împreună cu sosul şi se presară cu verdeaţă, Ca garnitură, se serveşte cu piure de cartofi. La acest preparat se serveşte un vin de buturugă.

Musaca de spaghete

250 g spaghete
300 g carne moale
150 g unt
o ceapă
50 ml ulei
un ou
o lingură de pesmet
sos de roşii sau smântână
sare, piper

Se prăjeşte în ulei carnea tocată şi amestecată cu ceapa tăiată mărunt. Se adaugă ouăle, sarea şi piperul. Se fierb spaghetele în apă cu sare, conform instrucţiunilor de pe pachet, se limpezesc cu apă rece, se scurg şi se toarnă peste ele unt topit. Într-o formă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet se aşază straturi alternative de carne şi de macaroane. Deasupra se toarnă sosul de roşii. Se coace la cuptor 25-30 de minute. Sosul de roşii se poate înlocui cu smântână.

Ochiuri cu brânză şi praz

4 ouă
50 g unt
o linguriţă de făină
300 ml lapte, un fir de praz
1/2 franzelă
25 g brânză, sare

Se pregătesc ochiuri româneşti şi se aşază pe câte o felie de pâine rumenită în unt, într-un vas rezistent la foc. Se prepară sosul alb din: unt, făină şi praz tăiat mărunt ca fideaua; se stinge cu lapte. Sosul se toarnă peste ouă, deasupra se presară brânză rasă şi totul se dă la cuptor, la foc iute, pentru 3–4 minute.

Ochiuri cu orez şi sos tomat

8 ouă
200 g orez
o ceapă, 3–4 roşii
50 g unt, ardei iute
sare, piper

Orezul se alege, se spală în mai multe ape şi se pune la fiert în apă cu sare, apoi se scurge. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă şi se dau pe răzătoare. Ochiurile se prăjesc în unt încins, apoi se scot, iar în grăsimea rămasă se căleşte ceapa, se adaugă roşiile şi se fierb împreună un sfert de oră. Se servesc astfel: orezul se pune în farfuria încălzită, peste el se toarnă sosul de roşii, iar deasupra se pun ochiurile. Se servesc cu ardei iute.

Ochiuri cu parizer

8 ouă
100 g parizer
50 g unt
sare, gogoşari

Feliile de parizer necurăţate de coajă se pun în untul încins din tigaie şi atunci când se rotunjesc ca nişte castronaşe se sparge în fiecare din ele câte un ou. Deasupra se presară sare şi se adaugă câte o bucăţică de unt de mărimea unei alune, atunci când ochiurile sunt aproape gata. Ca garnitură se pot folosi gogoşari tăiaţi felii. Feliile de parizer trebuie să fie întregi, căci numai aşa pieliţa din jur strângându-se, felia ia forma unui cuib.

Ochiuri la capac

8 ouă
50 g unt
sare

Se pune o tigaie de ochiuri pe foc şi în fiecare adâncitură se aşază o bucăţică de unt proaspăt de mărimea unei alune. Când untul s-a topit se sparg cu grijă ouăle şi se presară sare numai pe albuş. Sunt gata atunci când albuşul devine lăptos. Este bine să fie preparate la foc mic. Se servesc imediat.

Ochiuri cu roşii

4 ouă
4 roşii
50 g unt
50 g şuncă
frunze de salată verde
măsline, sare

Roşiile alese trebuie să fie mari şi netede. Li se taie capacul, se scoate miezul şi sunt lăsate să se scurgă. Apoi se aşază într-o tavă unsă, punându-se în fiecare roşie o bucăţică de unt cât o alună, un vârf de cuţit de sare şi o felioară de şuncă uşor rumenită. Separat se pregătesc ochiurile în apă şi se lasă să se scurgă. Tava se dă la cuptor la foc iute şi când se înfierbântă roşiile, se aşază în fiecare din ele câte un ou bine scurs de apă. Se mai lasă în cuptor încă 3–4 minute şi se servesc pe foi de salată sau cu câte 2–3 măsline alături.

Ochiuri cu roşii şi verdeaţă

8 ouă
3–4 roşii
50 g unt
verdeaţă

Roşiile se taie mărunt, se prăjesc în unt (20 g), se adaugă restul de unt, se toarnă în tigaie ouăle, se sărează şi se prăjesc în cuptor. La servire se presară verdeaţă.

Ochiuri cu slăninuţă

8 ouă
50 g slăninuţă, 50 g şvaiţer
50 g unt
2 linguri de smântână
salată verde sau castraveciori, sare

În forma unsă cu unt se pune slănina tăiată felii subţiri şi peste aceasta se aşază felii subţiri de şvaiţer sau de caşcaval uscat. Când începe să se topească se sparg cu grijă ouăle deasupra, se toarnă smântâna amestecată cu un vârf de cuţit de sare şi se dă la foc iute pentru 4–5 minute. Se serveşte cu garnitură de salată verde sau castraveciori.

Ochiuri cu smântână

4–8 ouă
100 g smântână, sare

Smântâna se pune pe foc şi se lasă să clocotească. Se sparg ouăle în tigaia în care clocoteşte smântâna şi se pune un vârf de cuţit de sare. Preparatul se serveşte foarte fierbinte. În altă variantă, se pot pregăti ochiuri la capac şi astfel: când începe să se prindă albuşul, se toarnă deasupra smântâna şi se presară un vârf de cuţit de sare. Se pun imediat la cuptor, la foc repede, pentru 5 minute.

Ochiuri cu sos de roşii

4 ouă
50 g unt, 3–4 roşii
o lingură de făină
o lingură de zahăr, sare

Se prepară ochiuri la capac în unt incins. Se toarnă sosul de roşii făcut din roşii fierte, tăiate bucăţi şi apoi strecurate, la care s-au adăugat amestecând tot timpul, până s-a îngroşat suficient, făina, zahărul şi sarea.

Ochiuri cu spanac şi parmezan

8 ouă
500 g spanac
200 g parmezan
250 ml lapte, 50 g unt
o lingură de făină, o lămâie
sare, piper

Se căleşte făina în o lingură de unt încins şi se stinge cu lapte, lăsându-se să fiarbă până se îngroaşă, apoi se adaugă parmezanul ras, sare şi piper. Spanacul se curăţă, se spală şi se fierbe în apă clocotită cu sare, apoi se scurge, se toacă şi se amestecă bine cu untul rămas şi zeama de la o lămâie, după care se trece într-un vas termorezistent, se acoperă cu ochiurile fierte în apă şi cu sosul şi se introduce la cuptor.

Ochiuri cu şuncă

4–8 ouă
100 g şuncă, 50 g unt, sare

Feliile de şuncă se pun în tigaia cu untul puţin încălzit. Când se înfierbântă se sparg ouăle, fiecare ou pe câte o felie. Se pune sare. Se servesc la masă imediat ce s-a închegat albuşul. Untul rămas se toarnă deasupra.

Ochiuri cu şuncă şi piure de cartofi

4 ouă
4 cartofi
200 g şuncă de Praga
100 g şunculiţă ţărănească
100 ml lapte
40 g unt
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Cartofii se spală bine şi se fierb, în coajă, într-o oală cu apă clocotită. Când sunt gata, se scot, se curăţă de coajă şi se zdrobesc cu furculiţa, amestecându-se apoi cu untul şi laptele, plus sare şi piper, după gust. Şunca se taie în cubuleţe şi se amestecă în piureul de cartofi. Într-o tavă unsă, se fac patru moviliţe din această compoziţie şi se înfăşoară în câte o feliuţă subţire de şunculiţă, prinsă cu o scobitoare. Se introduce în cuptorul încins şi se ţine, la foc moderat, un sfert de oră. Ochiurile se fac în apă fiartă şi se aşază peste fiecare moviliţă, în farfurii.

Ochiuri gratinate

8 ouă
8 felii de franzelă
100 g smântână
100 g caşcaval, 100 g unt
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se prăjesc ochiurile în unt încins, apoi se scot şi se prăjesc pe ambele părţi feliile de pâine. Într-o cratiţă unsă din belşug cu unt, se aranjează feliile de franzelă, cu câte un ochi deasupra, apoi se toarnă smântâna şi se presară caşcavalul, dat pe răzătoare. Se introduce vasul în cuptorul încins şi se lasă, la foc mediu, până se gratinează. Se presară cu sare, piper şi pătrunjel tocat mărunt.

Ochiuri în cuib de mămăliguţă

4–8 ouă
1–2 l lapte
1/2 kg mălai, 50 g unt
2 linguri de smântână

Mămăliguţa pripită moale se poate prepara şi cu lapte sau numai cu apă. După ce a fiert se adaugă 2 linguri unt şi 2 linguri smântână şi se amestecă. Compoziţia se aşază în vasul care merge la cuptor. Apăsând din loc în loc cu o lingură, se fac cuiburi în care se pune puţin unt şi deasupra se sparge câte un ou în fiecare adâncitură. Se dă vasul la cuptor 5 minute până când se întăreşte albuşul. Se serveşte imediat, turnându-se deasupra restul de unt şi de smântână.

Ochiuri „pe canapea“

4 ouă
4 felii de franzelă
3 roşii
100 g ciuperci
100 g parmezan
100 ml lapte
50 g unt, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală şi se toacă, apoi se înăbuşă în unt şi se presară cu sare şi piper. Roşiile se taie în jumătăţi, se sărează şi se coc câteva minute pe plita cuptorului. Pâinea se curăţă de coajă şi se prăjeşte pe plită, pe ambele părţi. Parmezanul se rade şi se amestecă în lapte. Feliile de pâine prăjită se ung cu unt şi cu amestecul de caşcaval cu lapte, apoi se gratinează într-o tavă la cuptor. Ochiurile româneşti, preparate după reţeta cunoscută, se scurg de apă şi se aşază pe câte o felie de franzelă şi se servesc cu garnitura de legume.

Ochiuri româneşti

8 ouă
40 g unt
puţin oţet, sare

Într-un vas se pun 2–3 degete de apă să fiarbă. Când dă în clocot se adaugă cam jumătate de linguriţă de oţet şi un vârf de cuţit de sare, iar cratiţa se trage de pe foc pentru ca să înceteze clocotul. Ouăle se sparg în apă şi se lasă să se închege albuşul. Se scot cu o spumieră şi se aşază pe o farfurie caldă. Deasupra se toarnă unt fierbinte. Se pot servi cu mămăliguţă sau cu un piure (piure de spanac).

Ochiuri româneşti cu sparanghel şi sos alb

8 ouă
200 g smântână
100 g sparanghel
40 g unt, 2 linguri de făină
sare, piper

Se prepară opt ochiuri româneşti, după reţeta cunoscută, se scurg bine şi se păstrează la căldură. Sparanghelul se curăţă, se spală şi se fierbe un sfert de oră în apă clocotită cu sare, apoi se scot, se scurg, se ung cu unt, peste ele turnându-se făina dizolvată în smântână. Se potriveşte de sare şi piper şi se mai pune la fiert cel mult 10 minute. Se servesc pe un platou, ochiurile fiind acoperite de sos şi înconjurate de firele de sparanghel.

Omletă cu brânză de oaie sau caşcaval

6 ouă
o lingură de ulei
100 g brânză sau caşcaval
sare, piper

Se bat ouăle, se adaugă sarea şi piperul. Se toarnă în tigaia cu ulei şi când începe să se întărească se presară pe deasupra brânză sau caşcaval ras. Se împătureşte omleta, se pune pe o farfurie şi se serveşte imediat.

Omletă cu cartofi

4 cartofi
3 ouă
o lingură de untură
sare, piper

Se fierb cartofii cu coajă; se curăţă şi se zdrobesc fierbinţi cu furculiţa. Se amestecă cu gălbenuşurile. Albuşurile se bat spumă şi se adaugă la sfârşit, o dată cu sarea şi piperul. Se coace în grăsimea încinsă.

Omletă cu creier de viţel

500 g creier de viţel
8 ouă
2–3 roşii
50 g unt, sare, piper

Creierul se curăţă, se spală, apoi se fierbe, la foc încet, în apă clocotită cu sare, apoi se scoate, se scurge, se lasă până se răceşte, după care se taie în feliuţe, se sărează şi se piperează. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de pieliţe şi de seminţe, apoi se dau pe răzătoare şi se pun să fiarbă înăbuşit într-o cratiţă cu puţin unt, acoperită cu capacul, lăsându-se până se îngroaşă. Se bat ouăle, se sărează, se piperează şi se prepară omleta. Când e gata, se scoate, se scurge, se acoperă cu creierul şi cu sosul de roşii, se rulează şi se mai pune puţin la prăjit.

Omletă cu marmeladă

4 ouă
25 g unt, 125 g făină
1/2 pahar cu lapte
o lingură de zahăr
sare
marmeladă, zahăr vanilat

Se bat gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă untul, laptele, alternativ cu făina, sare şi la urmă albuşurile spumă. Din această compoziţie se toarnă câte un polonic într-o tigaie, în care am încins puţin ulei. Se rumeneşte foaia pe ambele părţi şi când este gata se scoate pe un fund cu lama unui cuţit lat. Din această compoziţie ies trei omlete. Se unge fiecare când este caldă cu marmeladă subţire şi se rulează repede. Se pudrează cu zahăr vanilat.

Omletă cu mazăre şi smântână

6 ouă
100 ml ulei
200 g mazăre (din conservă)
100 g smântână
100 g caşcaval
o legătură de pătrunjel, sare, piper.

Într-o cratiţă, se amestecă mazărea cu smântâna, se toarnă jumătate din cantitatea de ulei şi se presară sare, piper şi pătrunjel tăiat fin. Se pune să fiarbă, la foc potrivit, cam un sfert de oră. Între timp, se bat ouăle şi se pun să se prăjească într-o tigaie cu ulei. Se întoarce omleta, să se rumenească frumos pe ambele părţi, apoi se scoate, se scurge şi se taie în fâşii subţiri cam de doi centimetri. Acestea se presară cu caşcaval ras şi se servesc cu mazărea şi smântâna.

Omletă cu mere

150 g făină
50 ml lapte, 4 ouă
100 g unt
2 mere
1/3 pahar zahăr
un praf de sare

Se bat bine ouăle, se amestecă cu zahărul şi cu sarea. Apoi se adaugă făina subţiată cu laptele rece turnat câte puţin şi se dă la rece pentru o oră. Se taie merele felii subţiri, se amestecă, se pun în unt sau se rumenesc pe o parte şi apoi pe partea cealaltă ca o omletă; se răstoarnă pe farfurie, se rulează caldă şi se serveşte pudrată cu mult zahăr.

Omletă cu smântână

8 ouă
40 g unt
100 g smântână
salată verde
20 ml apă

Ouăle crude se amestecă cu smântână, apă rece şi sare. Se bate compoziţia bine şi se toarnă într-o formă unsă cu unt. Se dă la cuptor. Când se serveşte, se toarnă deasupra unt topit şi se presară cu verdeaţă. Omleta poate fi, de asemenea, prăjită la tigaie.

Omletă de albuş cu brânză de vaci şi mămăliguţă

8 albuşuri
40 g unt
200 g brânză de vaci
200 g mălai, 2 linguri de griş

Se bat albuşurile de ou cu 2 linguri de apă şi sare şi se amestecă cu telul. Se strecoară prin tifon. Se adaugă 20 g unt şi se toarnă compoziţia într-o formă uşor unsă care se aşază într-un vas cu apă. Se fierbe 10 minute. Se pune peste omletă brânză de vaci şi se dă la cuptor încă 5 minute. Omleta se serveşte cu mămăliguţă făcută din mălai şi griş, bătută la sfârşit cu 20 g unt.

Omletă la abur

8 ouă
100 ml lapte
40 g unt, verdeaţă

Ouăle se amestecă cu laptele şi se adaugă sarea. Se bat, se trec prin sită, se toarnă într-o formă unsă cu unt şi se fierb în vasul de abur. Când se serveşte, se toarnă deasupra unt topit pe baia de abur. Se presară cu verdeaţă mărunt tocată.

Omletă la abur cu morcovi

8 ouă
80 ml lapte
un morcov
20 g unt

Morcovii se taie mărunt, se înăbuşă în lapte (50 g) până sunt gata, se trec prin sită, se amestecă cu ouăle bătute şi cu restul de lapte şi se sărează. Se pune compoziţia într-o formă unsă cu unt şi se fierbe în abur. Când se serveşte, se toarnă deasupra unt topit pe baia de abur.

Omletă cu cartofi şi parmezan

8 ouă
2 cartofi
100 g parmezan
100 g smântână
50 g unt
2–3 roşii
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Cartofii se curăţă, se spală şi se taie în felii subţiri, apoi se rumenesc în unt fierbinte. Ouăle se bat, se presară cu sare şi piper, se împarte în patru porţii, apoi în fiecare dintre ele se pun cartofii prăjiţi şi se presară parmezanul ras. Se prăjesc omletele în unt pe ambele părţi, apoi se scot, se scurg bine de grăsime şi se servesc cu câte o lingură de smântână şi cu salată de roşii, presărată cu verdeaţă tocată.

Omletă cu ciuperci

8 ouă
50 g unt
1/2 kg ciuperci
sare, piper, verdeaţă

Ouăle bătute bine se pun în untul încins. Se lasă să se prindă, neamestecându-se deloc. Separat se înăbuşă ciupercile în unt. După ce ouăle s-au rumenit dedesubt, se pun deasupra ciupercile trase în unt, tocate mărunt, şi la care s-au adăugat: sare, piper, verdeaţă. Se rulează. Se serveşte fierbinte.

Omletă cu cremă caramel

4 ouă
4 linguri de zahăr pudră
4 linguriţe pline cu făină
Crema:
4 linguri de zahăr
2 gălbenuşuri
70 g unt

Se prepară omleta. Între timp se caramelizează 4 linguri de zahăr şi se sting cu puţină apă. Se lasă să fiarbă până se topeşte tot zahărul. Se pune la răcit. Se adaugă 2 gălbenuşuri bine bătute şi se îngroaşă pe foc. Când s-a răcit, se adaugă 2 linguri de unt. Se unge omleta cât este caldă cu această cremă. Se rulează. Se presară cu zahăr pudră şi se taie felii când este rece.

Omletă cu ficăţei de pui

8 ouă
200 g ficăţei de pui
100 g smântână
100 g unt
100 ml vin alb
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se bat bine ouăle cu smântână, adăugându-se sare şi piper după gust. Ficăţeii, tăiaţi în bucăţele mici, se rumenesc în unt încins, apoi se sting cu vin, se presară cu sare şi piper şi se lasă încă vreo 5 minute să se înăbuşe pe foc mic.

Se prepară omleta, după regulile cunoscute, apoi se scoate, se scurge bine de grăsime, se împarte în patru bucăţi egale, pe fiecare dintre ele punându-se câte o porţie de ficăţei, după care se împăturesc şi se presară cu verdeaţă tocată.

Omletă cu şodou de vin

4 ouă
4 linguri de zahăr
un pacheţel de zahăr vanilat
2 linguri de făină
marmeladă
Şodoul:
2 gălbenuşuri
un pahar de vin
100 g zahăr
o linguriţă de făină

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă făina, apoi albuşurile spumă şi zahărul vanilat. Se coace omleta într-o tavă unsă. Se scoate pe un şervet umezit şi cât este caldă se unge repede cu marmeladă şi se răsuceşte. Se poate servi simplă, dar este şi mai gustoasă cu următorul şodou: din 2 gălbenuşuri, un pahar de vin, zahăr după plac (aproximativ 100 g), o linguriţă de făină, se bate pe foc un şodou. Se toarnă cald peste omletă să se îmbibe bine şi se ţine la rece.

Omletă cu şuncă

8 ouă
80 ml untdelemn
o lingură de lapte
20 g şuncă
o legătură de verdeaţă
2 linguri de smântână
sare, piper

Se toarnă compoziţia de omletă simplă în untdelemn încins. Umplutura se pregăteşte amestecând şunca tăiată pătrăţele mărunte şi verdeaţa tocată, cu smântâna, sarea şi piperul. Omleta se umple cu compoziţia amintită şi se serveşte caldă.

Omletă cu şuncă şi ciuperci

8 ouă
200 g şuncă presată
200 g ciuperci
100 g unt, 2 linguri de făină
200 ml lapte
100 ml vin alb dulce
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în unt. Se bat ouăle, se sărează, se piperează şi se prepară o omletă, care se ia de pe foc cu puţin înainte de a se rumeni, trecându-se într-un vas de Jena. Peste ea, se aşază şunca, tăiată în felii subţiri, turnându-se şi vinul. Se pune capacul şi se introduce la cuptor, să se înăbuşe vreo 10 minute. Între timp, se căleşte făina în unt, se stinge cu lapte şi se mai lasă să fiarbă până se îngroaşă, amestecând continuu. Omleta se serveşte fierbinte, cu sosul alb strecurat peste ea şi garnisită cu ciuperci.

Omletă cu verdeţuri

6 ouă
3 linguri de lapte sau sifon
o lingură de unt sau untură
o lingură de ulei, sare

Se bat ouăle şi li se adaugă laptele şi sarea. Se curăţă frunze de pătrunjel, mărar şi cozi de ceapă verde şi se adaugă la compoziţia pregătită. Când este încinsă grăsimea, se toarnă în tigaie şi se lasă să se coacă, însă fără să se ardă.

Omletă de toamnă

8 ouă
100 ml ulei
4 ardei graşi
o ceapă
5–6 roşii
o legătură de verdeaţă
sare, piper, sos tomat

Ceapa curăţată, tăiată mărunt, se prăjeşte în grăsime. Ardeii graşi se spală, se taie în felii subţiri; roşiile se opăresc în apă, se curăţă de pieliţă, se taie în două şi se toacă. Împreună cu verdeaţa tocată mărunt, cu sarea şi cu piperul se adaugă în vasul cu ceapă şi se prăjesc până scad. Separat se face omleta de ouă, într-o tigaie cu grăsime încinsă. În această omletă se pune compoziţia preparată şi se rulează. Se stropeşte cu unt topit. Se serveşte la masă cu un sos tomat.

Omletă economică

4 ouă
2 linguri de făină
150 g lapte sau apă
10 g drojdie
1/2 lingură de grăsime
sare, piper, verdeaţă
Garnitura: salată de roşii

Făina se desface cu lapte sau cu apă rece, iar drojdia se înmoaie cu puţin lapte sau apă. Se bat ouăle şi se adaugă făina, drojdia, verdeaţa tocată mărunt, sarea, piperul - continuând să se amestece. Compoziţia se toarnă în tigaie peste grăsimea încinsă. Se acoperă cu capacul şi după ce s-a rumenit pe o parte se întoarce pe partea cealaltă. Se serveşte cu salată de roşii sau cu orice salată.

Omletă gen pizza

8 ouă
100 g telemea de vacă
100 g şuncă presată
2–3 roşii
200 ml ketchup picant
50 g unt
o legătură de mărar, sare, piper

Se bat ouăle cu sare şi piper, se prăjesc în unt încins pe ambele părţi, iar când încep să se rumenească, se scot cu spumiera, se scurg, se pun într-un vas de Jena uns cu unt şi se acoperă cu şunca tăiată în cubuleţe, roşiile şi brânza tăiate în felii, mărarul tocat, după care se toarnă sosul de roşii. Se introduce vasul la cuptor şi se lasă la gratinat.

Omletă gratinată

8 ouă
100 g unt
2 linguri de smântână
2 linguri de făină
100 g telemea de vacă
sare, piper

Ouăle se bat bine, apoi se prăjeşte în unt încins o omletă obişnuită. Când începe să se rumenească, se trece într-un vas de sticlă termorezistentă, uns bine cu unt. Peste omletă se toarnă un sos alb preparat pe loc, din unt, făină şi smântână, amestecate şi fierte la foc mic până capătă consistenţă. Deasupra, se presară telemeaua dată pe răzătoare. Vasul se introduce în cuptorul încins şi se lasă, la foc puternic, până se gratinează.

Omletă piperată

8 ouă
2 linguri de ulei
o lingură de lapte
sare, 30 g piper

Ouăle se bat bine. Se adaugă lapte, sare câtă trebuie, puţin piper şi se amestecă împreună. Compoziţia de mai sus se toarnă în grăsime încinsă. Când se prinde de margini se desprinde cu un cuţit lat şi se întorc marginile către mijloc, din două părţi opuse, ca să alunece mai uşor în farfuria pregătită. Focul trebuie să fie iute, altfel omleta nu va fi pufoasă. Poate fi umplută cu diferite compoziţii.

Omletă ţărănească cu unt şi ştevie

4–6 ouă
1/2 kg ştevie
o ceapă, 100 g unt
o legătură de pătrunjel
piper, sare

Ştevia se spală şi se taie lată de 1–2 cm. Se înmoaie împreună cu ceapa şi puţină grăsime încinsă. Separat se bat ouăle cu sare, piper şi pătrunjel verde tocat. După ce s-au înmuiat ştevia şi ceapa, se adaugă ouăle bătute. Omleta se rumeneşte pe o parte, apoi se întoarce.

Orez cu muguri de bambus

150 g orez
2 ardei graşi roşii
150 g ciuperci
50 g muguri de bambus
un ou
150 g carne de pui, sare

Se bate oul spumă cu puţină sare. Apoi se pune într-o tigaie. Peste el se pune orezul, fiert în prealabil. Se toacă ardeiul gras, carnea de pui fiartă şi ciupercile. Toate acestea se adaugă peste ou, împreună cu mugurii de bambus. Se amestecă până când se călesc toate ingredientele, potrivindu-se de sare. Se serveşte cald.

Orez cu roşii la cuptor

4–5 roşii
400 g orez
2 ardei graşi
50 ml ulei
100 g măsline
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Roşiile se opăresc în apă clocotită, se scot, se curăţă de coajă şi seminţe, apoi se dau pe răzătoare. Usturoiul se curăţă şi se taie în felii. Ardeii se spală, se îndepărtează cotoarele şi seminţele, apoi se taie în cubuleţe. Verdeaţa se spală şi se toacă mărunt. Orezul se alege, se spală, apoi se amestecă bine cu măslinele şi cu puţină verdeaţă. Se unge o tavă cu ulei, se toarnă jumătate din cantitatea de roşii, se presară usturoiul, ardeiul, verdeaţă, sare şi piper, apoi jumătate din orez, restul de roşii, peste care se toarnă uleiul rămas, ardei, usturoi, verdeaţă, sare şi piper, terminând cu orezul rămas, presărat şi el cu verdeaţă şi condimente. Se dă la cuptor, la foc domol, timp de o oră.

Orez picant cu carne de vită

300 g orez
un ardei iute
400 g carne de viţel
100 g unt
o ceapă
o roşie, 200 g ciuperci
2 linguri de smântână
pătrunjel verde, sare, piper

Orezul se curăţă de impurităţi şi se fierbe în apă cu sare. Carnea se tranşează şi se presară cu un praf de sare şi piper. Apoi se ia o tigaie şi se pune carnea la prăjit în toată cantitatea de unt. Se adaugă ciupercile spălate şi tocate, roşia, ardeiul iute mărunţit şi ceapa tăiată fin. Se toarnă apă cât să acopere şi se dă 20 de minute la cuptor, la foc potrivit. Când este gata, se aşază pe un platou şi se decorează cu smântână, piper şi verdeaţă. Pentru garnitură, se poate pregăti mazăre verde soté.

Ouă cu brânză şi smântână

4–6 ouă
100 g şvaiţer
2 linguri de smântână
nucşoară, 2–3 salate
sare, piper,

Se fierb ouăle tari. Se curăţă şi se taie în jumătăţi în lung. Gălbenuşurile se scot şi se amestecă în cantitate egală cu şvaiţer ras. Se pune sare, piper, nucşoară şi se umplu cu această compoziţie albuşurile. Fiecare dintre ele se aşază pe o foaie de salată verde şi se înconjoară cu salată verde tocată mărunt. Cu o linguriţă se toarnă smântâna peste fiecare ou umplut din „cuibul“ de salată.

Ouă cu ceapă şi sos picant

8 ouă
2 cepe, 50 g unt
o linguriţă de făină
bulion, 2 castraveciori
sare, piper

Ouăle se spală şi se fierb tari. Se curăţă de coajă. Se taie în sferturi,

se aşază pe farfurie şi se toarnă deasupra sos picant (pregătit din 2 cepe tocate mărunt, 2 linguri de unt, puţină făină, puţin bulion, castraveciori în oţet, sare, piper).

Ouă cu sos mentolat

4 ouă
500 g roşii
2–3 ardei graşi
2 cepe
100 ml ulei
4 căţei de usturoi
frunze de mentă
sare, piper

Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de pieliţe şi seminţe şi se dau pe răzătoare. Ceapa se curăţă, se spală, se taie peştişori şi se căleşte în ulei, apoi se adaugă roşiile şi se fierb un sfert de oră la foc moale, apoi se adaugă ardeii, curăţaţi de seminţe şi tăiaţi în fâşii, precum şi o mână de frunze de mentă, spălate şi mărunţite. Se mai lasă, tot pe foc mic, aproximativ o oră, după care se ia de pe foc şi se toarnă într-un vas de Jena. Se fac patru gropiţe, în care se pun ouăle crude, presărate cu sare şi piper. Se introduce vasul în cuptorul încins şi se lasă până se încheagă ouăle.

Ouă cu sos verde

8 ouă
50 g unt
o lingură de făină
100 g lapte
500 g spanac
o legătură de verdeaţă
franzelă

Verdeaţa se toacă mărunt; la fel şi puţin spanac fiert. Se prepară un sos din unt, făină şi lapte, la care se adaugă verdeaţa şi spanacul. Feliile de pâine se prăjesc în unt şi după ce sunt scoase pe o farfurie se toarnă deasupra lor sosul verde, acoperindu-le. Ouăle se prepară ca ochiuri româneşti şi se aşează câte unul pe fiecare felie de pâine.

Ouă cu spanac

8 ouă
1 kg spanac
25 g unt
1/2 linguriţă de făină
4 felii pâine, sare, piper

Piureul de spanac se prepară din spanacul fiert şi tras în unt şi făină, stins în zeama în care a fiert. Separat se prăjesc în unt feliile de pâine. Se fierb ouăle cleioase, se curăţă şi se aşază câte unul peste o felie de pâine prăjită. Deasupra se toarnă piureul de spanac, fierbinte. Ouăle pot fi fierte ca ouă româneşti în apă cu sare şi oţet.

Ouă cu tăiţei şi sos tomat

8 ouă
200 g sos tomat
200 g tăiţei
50 g caşcaval, 40 g unt
sare, piper

Ouăle se fierb tari, se curăţă şi se taie în rondele mai mari. Tăiţeii se pun la fiert în apă cu sare, apoi se scurg şi se pun într-un vas de Jena uns cu unt. Se adaugă peste ei rondelele de ou fiert, se toarnă sosul şi se rade caşcavalul, se presară cu sare şi piper după gust, apoi se introduce vasul la cuptor, lăsându-se, la foc puternic, aproximativ 10 minute.

Ouă fierte cu costiţă

8 ouă
100 g costiţă afumată
o ceapă
2–3 roşii
40 g unt, sare, piper

Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de coajă şi se dau pe răzătoare. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte în unt încins, apoi se adaugă roşiile, sare şi piper, continuând fierberea vreo cinci minute. Ouăle se fierb tari, se curăţă de coajă şi se taie în felii, apoi se pun într-un vas de sticlă termorezistentă, uns cu unt. Se toarnă sosul şi se acoperă totul cu costiţă tăiată în felii subţiri şi prăjită pe plita încinsă. Se dă la cuptor, la foc potrivit, 10 minute, apoi se serveşte.

Ouă pe orez

4 ouă
1/2 kg orez
100 g caşcaval
25 g unt, sare

Orezul se fierbe şi se pune într-o formă unsă. Ouăle se fierb tari, se taie în două şi se aşază pe orez cu partea tăiată în sus şi se sărează. Caşcavalul se rade şi se presară deasupra. Se gratinează câteva minute după ce preparatul a fost stropit cu unt topit.

Ouă prăjite în ulei

8 ouă
100 ml ulei
sare, piper

Se pune uleiul la încins, apoi se sparg deasupra tigăii ouăle, unul câte unul. Se presară sare şi piper numai pe albuş (pe gălbenuş rămân pete albe care dau un aspect neplăcut). Ouăle sunt gata prăjite atunci când s-a întărit albuşul.

Papară

o franzelă
1/2 kg brânză de vacă
4 ouă, lapte
o lingură de unt

Se taie franzela felii. Se bat 2 ouă cu sare şi se adaugă laptele. Separat, se freacă brânza cu un ou. Se înmoaie bine feliile în compoziţia preparată şi se aşază în cratiţa unsă, în modul următor: un rând de franzelă, un rând de brânză, ultimul strat fiind de brânză. Deasupra se toarnă laptele rămas şi unt şi se dă la cuptor să se rumenească. Conţinutul îşi măreşte volumul, aşa încât cratiţa nu trebuie să fie plină. Se serveşte imediat ca să nu se lase.

Păstrăv la cuptor

1 kg păstrăvi
250 ml vin alb, o ceapă
100 g unt, o lămâie
o legătură de pătrunjel
cimbru, sare, piper

Se curăţă păstrăvii, se spală şi se pun într-o cratiţă, împreună cu vinul fiert în clocot. Se adaugă două căni de apă fiartă, ceapa curăţată, spălată şi tăiată în felii, sare, piper şi cimbru, apoi se introduce cratiţa la cuptor, lăsându-se să fiarbă, la foc mic, până se înmoaie carnea. Când s-au fiert păstrăvii, se scot, se scurg de zeamă şi se servesc cu pătrunjel tocat mărunt şi câte o bucăţică de unt deasupra, precum şi cu zeamă de lămâie.

Piept de pui cu mere caramelizate

600 g piept de pui
200 g ciuperci, 2 linguri de smântână
2 cepe, 4 mere mari
2 linguri de zahăr pudră, 100 g unt
sare, piper, ardei iute

Pieptul de pui, tăiat, se pune în tigaie la foc puternic, în unt, se flambează, se pune sare şi piper, eventual ardei iute. Ceapa, tocată mărunt, ciupercile tăiate (ghebe, bureţi negri) se amestecă bine, după 2 minute se pune zeama de ciuperci, apoi smântâna, amestecând mereu.
Mere caramelizate: unt încins, mere tăiate rondele, curăţate de coajă şi de miez; se pudrează cu zahăr farin, se prăjesc pe ambele părţi la foc puternic. Pieptul de pui se aşază în mijlocul farfuriei, merele de jur împrejur, se pune pătrunjel deasupra.

Piept de pui cu miere şi ciuperci

600 g piept de pui
300 g miere
200 g ciuperci

Pieptul tăiat julien se căleşte în unt, fără să se rumenească (10 minute), cu capac, înăbuşit. Adăugăm sare, piper, ciupercile tăiate lame şi mierea; se amestecă bine în tigaie; se lasă 10 minute să fiarbă la foc potrivit; garnitura – cartofi fierţi, morcovi, orez, varză de Bruxelles, broccoli; se ornează cu salată verde.

Piept de pui cu portocale

500 g piept de pui
2 cuburi supă de pui
un morcov
o ţelină
2 portocale
o ceapă verde
o lămâie, 20 g unt
40 g zahăr, piper, sare

Cuburile de supă se pun la fiert cu 1l de apă, se adaugă carnea şi se lasă la fiert. Din când în când, se adună spuma. Feliile de portocală se aşază pe o farfurie întinsă, iar coaja se dă pe răzătoare. Zahărul se caramelizează împreună cu untul, amestecând să nu se ardă. Se stoarce lămâia şi se adaugă sucul rezultat. Se pune la fiert şi se ţine pe maşina de gătit până scade. Se dă pentru 30 de minute la cuptor, ungând din când în când carnea cu bucăţele de unt, spre a o frăgezi. Se adaugă coaja rasă de portocală. Se condimentează după gust. Se serveşte fierbinte, cu feliuţe de portocală deasupra.

Pilaf cu ciuperci şi caşcaval

350 g orez
500 g ciuperci
100 g caşcaval
100 g unt
o ceapă, sare, piper

Ciupercile şi ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se pun să se călească în unt încins. Se alege orezul, se spală şi se adaugă în cratiţă, se lasă câteva minute şi se stinge cu puţină supă sau apă călduţă. Se presară sare şi piper, se amestecă şi se lasă până fierbe, apoi se dă la cuptor cam o jumătate de oră. Se serveşte cu caşcaval ras şi o bucăţică de unt deasupra.

Pilaf de prepeliţă

2 prepeliţe
150 g orez
60 g unt
o ceapă
sare, piper, foi de dafin

Se curăţă prepeliţele, se spală, se sărează, apoi se pun într-o cratiţă cu unt încins, care se acoperă cu capacul şi se lasă să se înăbuşe la foc mic. Când prepeliţele încep să se rumenească, se scot, iar în untul rămas se căleşte ceapa tocata mărunt, apoi se adaugă orezul. Se stinge, după vreo 5 minute, cu apă fiartă. Se adaugă o foaie de dafin şi câteva boabe de piper, se mai lasă să fiarbă alte 5 minute, apoi se pun prepeliţele, tăiate în jumătăţi, pe lungime. Se mai dă la cuptor, să se rumenească împreună şi să scadă zeama, vreo 20 de minute.

Pilaf de raci la cuptor

20 de raci mijlocii
4 l apă
4 căţei de usturoi
piper măcinat, sare
zeama de la o jumătate de lămâie
50 ml ulei de floarea soarelui
100 g orez
o legătură de pătrunjel verde

Când se pun la fiert, racii trebuie să fie vii. Se dau la foc mic, aşezându-se într-o oală încăpătoare, împreună cu o lingură de sare. Apa trebuie să dea mai multe clocote, iar racii sunt fierţi când s-au înroşit. Se unge o tavă cu ulei, apoi se aşază racii, condimentaţi cu sare şi piper măcinat. Separat, orezul se spală în mai multe ape şi se fierbe cam 20 de minute, apoi se scurge de apă şi se adaugă în tavă, amestecându-se cu racii. De asemenea, usturoiul curăţat şi pisat se pune peste compoziţie. Se lasă la cuptor cam jumătate de oră, apoi se răstoarnă pe un platou şi se ornează cu pătrunjel verde tocat fin. Se serveşte cald, cu zeamă de lămâie deasupra.

Plăcintă de macaroane cu carne de vită

500 g macaroane
1 kg carne de vită
75 g unt
o ceapă

Se fierb macaroanele conform instrucţiunilor de pe pachet, apoi se scurg. Se trece carnea prin maşina de tocat, apoi se rumeneşte în unt, împreună cu ceapa tăiată mărunt; se adaugă din când în când puţină apă. Se îmbracă o formă de copt cu foi de plăcintă, se aşează un rând de macaroane, urmat de unul de carne şi iar un rând de macaroane. Se pune o foaie de plăcintă deasupra, se unge cu unt şi se dă la cuptor o jumătate de oră. Se serveşte cu sos de roşii.

Prepeliţă cu sos de smântână

2 prepeliţe
100 g unt
200 g smântână
o lingură de făină
un ou
o lingură de muştar
o lămâie
sare, piper boabe

După ce se curăţă şi se spală, prepeliţele se taie în jumătăţi, pe lungime, se presară cu sare, se aşază într-o cratiţă cu unt încins şi se lasă să se rumenească. Din când în când, se scutură cratiţa, ca să nu se lipească, iar bucăţile de carne se întorc pe ambele părţi. Se adaugă făina, câteva boabe de piper, zeama de lămâie şi o cană de supă de oase lăsându-se să mai fiarbă vreo 10 minute, apoi se adaugă smântâna, amestecată cu muştarul şi cu gălbenuşul de ou şi se ia de pe foc.

Prepeliţă cu sos de smântână şi ciuperci

2 prepeliţe
100 g unt
200 g smântână
o lingura de făină, un ou
200 g ciuperci
o ceapă
o lingură de muştar
o lămâie
sare, piper boabe

Modul de preparare este aproape identic cu cel de la reţeta anterioară, numai că se adaugă ciupercile, curăţate, spălate, tăiate lame şi călite în unt, împreună cu o ceapă mijlocie, tăiată şi ea în felii subţiri. Se presară cu sare şi piper, se lasă să scadă zeama pe care au lăsat-o ciupercile, apoi soté-ul obţinut se toarnă în cratiţa în care sunt prepeliţele, lăsându-se să mai fiarbă împreună vreo cinci minute.

Prepeliţă cu soté de mazăre

1 kg carne de prepeliţă
600 g mazăre boabe
100 g unt
2–3 roşii
o ceapă
un pahăruţ de făină
2 linguri de bulion
o linguriţă de zahăr
o legătură de mărar, sare, piper

Carnea se curăţă, se spală şi se scurge, apoi se sărează şi se pune să se înăbuşe într-o cratiţă cu unt încins. Se adaugă ceapa curăţată, spălată şi tocată mărunt, lăsându-se până se rumeneşte puţin ceapa. Se adaugă făina şi bulionul, se stinge cu puţină apă călduţă, lăsându-se să fiarbă până se înmoaie carnea. Se adaugă mazărea, care a fost fiartă separat cu o linguriţă de zahăr, roşiile curăţate de pieliţe şi date pe răzătoare, precum şi mărarul tocat mărunt. Se potriveşte de sare şi se mai fierbe 5 minute.

Prepeliţă la grătar

2 prepeliţe
100 g slănină
30 g unt
4 felii de pâine albă
piper, sare

Prepeliţele se jumulesc, se pârlesc la flacără, se spală bine, apoi se scot intestinele şi plămânii. Se sărează şi se piperează, apoi se înfăşoară fiecare prepeliţă cu câte o felie subţire de slănină. Se leagă, apoi se pun să se frigă pe grătarul bine încins. Se întorc din când în când, ca să se pătrundă pe toate părţile. Când sunt gata, se dezleagă, se dă la o parte slănina şi se taie în jumătăţi. Feliile de pâine se taie în cuburi şi se rumenesc în unt fierbinte. Se serveşte câte o jumătate de prepeliţă la fiecare porţie, aşezată pe crutoanele de pâine.

Prepeliţă la tavă

2 prepeliţe
50 g unt
200 ml vin
25 ml coniac
sare

Se curăţă prepeliţele, se spală foarte bine, se scot măruntaiele, apoi se dau la cuptor, care a fost încins în prealabil, într-o tavă unsă cu unt. Se lasă aproape o jumătate de oră, stropindu-se din când în când cu sosul care s-a format în tavă. Spre sfârşit, se toarnă vinul şi coniacul. După ce se scot prepeliţele din tavă, sosul se mai lasă la cuptor, să scadă. Se servesc tăiate în jumătăţi, cu garnitură de orez fiert sau de cartofi natur, iar peste ele se toarnă sosul.

Pui cu sos de mere

1 kg piept de pui
4 mere acrişoare
ulei sau margarină
sare, cimbru
2 căni de apă

Carnea se unge bine cu ulei şi cimbru şi se aşează într-o tavă cu apă şi se ţine la cuptor 30 de minute. Se pregăteşte sosul. Merele curăţate şi tăiate felii sau date prin răzătoare, se fierb până se fac ca un sos. Când carnea este gata se toarnă peste ea sosul şi se dau 2–3 minute la cuptor.

Pui de baltă cu maioneză

20 broaşte
3 linguri de pesmet, 40 ml ulei
ienibahar, sare
100 g zeamă de lămâie
3 ouă, 100 g maioneză
4–5 căţei de usturoi

De la broaşte nu sunt bune de mâncat decât picioarele de dinapoi, restul se aruncă. Se spală în mai multe ape, apoi se sărează şi se condimentează, turnând deasupra o parte din cantitatea de zeamă de lămâie. Se lasă câteva ore să se pătrundă bine. După aceea, se ia o tavă de teflon sau un vas de Jena, unde se toarnă puţin ulei. Se răstoarnă bucăţile de carne şi se pune totul la cuptor pentru 15 minute. Se scoate de la cuptor şi se pregăteşte un pané, astfel: ouăle se bat cu condimente, apoi picioarele de broască se dau prin ou şi pesmet şi se prăjesc într-o tavă cu restul de ulei bine încins. Preparatul se aşază pe un platou şi se serveşte cu un sos alb, din maioneză şi usturoi pisat.

Pui umplut cu mazăre şi ciuperci

un pui de 1 kg
400 g mazăre boabe
400 g ciuperci
100 ml vin alb sec, 50 ml ulei
50 g unt, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Puiul se curăţă, se spală, i se scot măruntaiele şi se freacă bine cu sare atât în afară, cât şi în interior. Mazărea se alege şi se spală, apoi se căleşte într-o cratiţă cu unt încins, amestecând mereu, să nu se ardă. După câteva minute, se adaugă ciupercile, curăţate, spălate şi tocate mărunt. Se lasă să fiarbă înăbuşit în continuare, în zeama pe care o lasă ciupercile, până ce aceasta scade aproape de tot. Se ia de pe foc, se sărează, se piperează şi se freacă bine cu lingura, până se obţine un fel de piure, cu care se umple puiul. Acesta se pune într-o tavă cu ulei şi se dă la cuptor, la foc moderat, cam o jumătate de oră. Din când în când, se stropeşte puiul cu sosul format, iar după un sfert de oră se toarnă peste el şi vinul.

Pui umplut cu pastă de creier

2 pui
un creier de viţel
200 g ciuperci
20 g unt, 40 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă puii, li se scot măruntaiele şi se spală bine. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în puţin ulei. Creierul se curăţă de pieliţe şi de eventualele bucăţele de os, se spală cu grijă să nu rămână urme de sânge, apoi se lasă o oră într-un vas cu apă rece. După aceea, se fierbe până se înmoaie. Se scoate, se mărunţeşte şi se freacă bine cu o lingură de unt, se adaugă ciupercile, verdeaţa tocată, sare şi piper. Se omogenizează amestecul şi se umplu cu el puii, apoi se pun într-o tavă cu o lingură de ulei un sfert de cană de apă. Se dau la cuptor să se rumenească.

Pulpă de miel cu glazură de miere

1 kg pulpă de miel
40 ml ulei
150 g miere
4 căţei de usturoi
scorţişoară, sare, piper, cimbru

Pulpa se curăţă, se spală, se unge cu ulei şi se presară cu sare, piper, cimbru şi scorţişoară, amestecate în prealabil pentru a se repartiza uniform pe toată suprafaţa cărnii. Se lasă să stea o oră, pentru a se pătrunde mai bine cu condimentele. După aceea, se unge peste tot cu un strat de miere şi se înveleşte într-o folie de aluminiu, aşezându-se într-o tavă care se dă la cuptor şi se lasă, la foc moderat, timp de aproximativ 2 ore.

Pulpă de porc împănată cu cartofi

1 kg pulpă de porc
200 g costiţă afumată
o căpăţână de usturoi
4 cartofi, 2 linguri de bulion
50 ml ulei, 20 g unt
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Carnea se curăţă, se spală, apoi se crestează adânc în câteva locuri. Costiţa se taie în feliuţe înguste şi ceva mai groase. Usturoiul se curăţă. Se împănează pulpa cu bucăţile de slănină şi căţeii de usturoi, apoi se presară cu sare, piper şi cimbru, se unge cu ulei şi se dă la cuptor, într-o tavă. După un sfert de oră, se adaugă bulionul, subţiat cu trei linguri de apă şi se mai lasă un sfert de oră. Se serveşte cu garnitură de cartofi natur, presăraţi cu pătrunjel tocat şi cu bucăţele de unt.

Pulpe de pui în vin roşu

8 pulpe de pui
2 cepe
100 ml ulei
4–5 roşii proaspete
4–5 căţei de usturoi
200 ml vin roşu demidulce
o legătură de pătrunjel
2–3 cartofi
chimen, sare, piper

Se pregăteşte un vas de Jena, în care se pun pulpele de pui cu 70 ml ulei, ceapa şi roşiile tocate, usturoiul pisat, chimen, sare şi piper. Încălzim bine cuptorul, apoi introducem mâncarea pentru 45 de minute. Între timp, verificăm să prindă o crustă aurie, ungând puiul cu uleiul rămas. În ultimele 10 minute turnăm vinul roşu şi lăsăm să se pătrundă bine. Separat, pregătim un piure de cartofi, adăugând puţină supă din vasul de Jena. Pulpele de pui se servesc cu această garnitură, adăugând deasupra usturoi pisat şi pătrunjel verde.

Raci cu sos picant

40 raci
2 linguri de ulei
2 linguri de oţet
2 linguri de bulion
4 căţei mari de usturoi
boia iute de ardei, sare, piper

Racii se fierb în apă clocotită cu puţină sare, apoi, când se înroşesc, se scot, se curăţă şi se lasă la cald. Se încinge uleiul într-o tigaie, se căleşte usturoiul pisat, se stinge cu bulionul dizolvat în oţet, se lasă să fiarbă vreo 10 minute, apoi se adaugă racii şi condimentele, lăsându-se pe foc încă vreo cinci minute.

Raci fierţi în vin

16 raci
o ceapă
un morcov
o ţelină, cimbru
3 l vin alb demidulce
pătrunjel verde, sare, piper

Legumele se curăţă, se spală, se taie felii şi se pun la fiert împreună cu vinul. Se adună spuma din când în când. După 20 de minute de când au început să fiarbă, se adaugă racii vii. Se lasă pe maşina de gătit până se înroşesc, verificând cu furculiţa consistenţa cărnii. La final se adaugă cimbru, pătrunjel verde tocat mărunt, sare, piper şi se mai dă un clocot. Se lasă să se răcească şi se dau la frigider pentru cel puţin o zi, iar după aceea se serveşte.

Raţă cu măsline

1 kg carne de raţă
200 g măsline, 100 ml ulei
2 cepe, 2 morcovi
o ţelină, 2 linguri de făină
2 linguri de bulion, 100 ml vin roşu
o lămâie, foi de dafin, cimbru
sare, piper

Măslinele se pun cu două ore înainte la desărat în apă rece. Carnea se curăţă, se spală şi se lasă la scurs, apoi se tranşează, se sărează, se piperează şi se pune la prăjit în ulei. Când s-a rumenit, se scoate, iar în uleiul rămas se călesc ceapa, morcovii şi ţelina, curăţate, spălate şi tăiate mărunt. Se lasă vreo 5 minute, apoi se toarnă făina, amestecând continuu. Când se rumeneşte, se stinge cu bulionul, diluat cu vinul. Se condimentează, se acoperă şi se înăbuşă, la foc moale, o jumătate de oră. După aceea, se strecoară sosul, iar legumele se dau prin sită şi se amestecă din nou în sos. Se adaugă carnea şi măslinele şi se mai înăbuşă vreo 10 minute. Se serveşte ornată cu feliuţe de lămâie.

Ravioli cu spanac

400 g spanac
250 g făină
2 ouă
40 g unt
50 g caşcaval
250 g sos de roşii, sare

Spanacul se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se fierbe în apă clocotită cu sare. Când e gata, se scoate, se scurge şi se toacă mărunt, după care se înăbuşă în o lingură de unt încins. Separat, se amestecă făina cu un ou, un praf de sare şi câteva linguri de apă, câtă e necesară ca să iasă un aluat tare. Se frământă, apoi se lasă să stea un sfert de oră, după care se întinde în foi, care se taie în pătrate. Pe fiecare se pune câte puţin spanac. Se ung două laturi alăturate ale fiecărui pătrat cu ou, apoi se îndoaie, formând două triunghiuri suprapuse, iar laturile unse cu ou se lipesc. Se fierb aceste ravioli în apă clocotită cu sare, apoi se pun într-o tavă unsă, se toarnă deasupra sosul de roşii, se presară caşcaval ras şi se dă un sfert de oră la cuptor.

Rinichi cu creier şi măsline

500 g de rinichi
500 g creier
200 g măsline
150 ml ulei
150 g usturoi
frunze de ţelină
piper, sare

Rinichii se spală în apă cu oţet şi se tranşează. Creierul se separă de pieliţe în apă rece, după care se curăţă de sângele rămas. Se taie bucăţele suficient de mari, pentru a nu se sfărâma. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Se pune ulei într-o cratiţă şi se prăjesc rinichii, pe o parte şi pe cealaltă. Când sunt gata pe trei sferturi, în sos se adaugă măslinele (cărora în prealabil li s-au scos sâmburii), usturoiul pisat şi creierul, apoi se omogenizează, prăjindu-se uniform. Când s-au rumenit cum se cuvine, se condimentează cu sare şi piper. La final, se presară cu frunze de ţelină tăiate fin. Acest preparat se poate servi cu o garnitură de cartofi natur şi un sos de smântână cu mult mărar.

Rizoto cu şuncă şi ochiuri

200 g orez
o ceapă
100 g ciuperci
2 roşii
2 ardei graşi, 4 ouă
20 ml ulei, o lingură de bulion
200 g şuncă presată
200 g telemea de vacă
sare, piper

Ciupercile şi ceapa se curăţă, se spală şi se taie în felii subţiri, apoi se călesc în puţin ulei fierbinte şi se presară cu sare şi piper, apoi se adaugă bulionul diluat cu puţină apă. Orezul se alege, se spală, se scurge şi se pune în cratiţă când a scăzut zeama, amestecându-se până se rumeneşte puţin. Se stinge cu două căni de apă călduţă şi se lasă la fiert, pe foc moale, 10 minute, după care se adaugă şunca şi ardeiul gras, tăiate în cubuleţe. Se continuă fierberea încă 20 de minute, timp în care se fierb ochiurile în apă clocotită. Orezul cu legumele se pun în farfurii acoperite de ochiuri, deasupra fiind presărată telemeaua rasă.

Ruladă de carne cu slăninuţă

700 g carne de porc
o lingură de maioneză
2 căpăţâni de usturoi
100 g slănină afumată
30 ml ulei de floarea-soarelui
o lingură de făină
sare, piper după gust

Carnea, pregătită ca pentru şnitele, se unge cu bucăţelele de slăninuţă afumată, care se pun apoi în interiorul ei. Se adaugă trei sferturi din usturoiul pisat, sare şi piper, se rulează şi se leagă de jur împrejur cu o sfoară, apoi se înfig scobitori în această ruladă. Se unge cu ulei o tavă, aşezându-se rulada înăuntru, după care se dă la cuptor. După ce s-a rumenit, se adaugă puţină apă şi restul de usturoi pisat. Sosul astfel obţinut se amestecă cu făina şi se toarnă peste ruladă. Este un fel de mâncare foarte apetisant, putând fi condimentat cu hrean din belşug şi ardei iute după gust, dar şi cu sos de chili.

Ruladă din carne de vită

800 g carne de vită
200 g şuncă
200 g ciuperci
100 g unt, o ceapă
o roşie, 100 ml vin roşu
2 linguri de pesmet
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Se curăţă şi se spală ceapa şi ciupercile, se toacă mărunt şi se înăbuşă în unt, se adaugă pătrunjelul tocat, sare şi piper. Roşia se opăreşte în apă clocotită, se curăţă şi se dă pe răzătoare. Carnea se taie în opt felii, care se bat bine cu ciocanul pentru şnitele, să se frăgezească, se presară cu sare, piper şi cimbru, se acoperă cu câte o feliuţă subţire de şuncă şi cu o lingură din compoziţia de ciuperci, se rulează, se tăvălesc prin pesmet şi se rumenesc în ulei încins, apoi se toarnă vinul şi roşiile, cu zeama lor cu tot. Se înăbuşă, la foc mic, încă un sfert de oră.

Salată de pui cu orez şi stafide

un pui
2 cepe
50 g vişine, 80 ml ulei
100 ml suc de portocale
2 ardei graşi
200 g orez, 100 g stafide
un pliculeţ de scorţişoară, chimen
o legătură de verdeaţă, sare, piper

Puiul se spală, se curăţă şi se pune la fiert. Ceapa se taie şi se pune la călit, împreună cu 40 ml ulei. Orezul se fierbe separat şi se amestecă cu ceapa şi praful de scorţişoară. Puiul se taie în bucăţele mici, se presară cu chimen şi se aşază într-o tavă unsă cu ulei. Se adaugă sucul de portocale, ardeiul, vişinele şi stafidele. Se stropeşte cu 20 ml de ulei înfierbântat. Puiul astfel preparat se dă 45 de minute la cuptor. Când este gata se aşază pe un platou, se condimentează cu piper şi sare şi se serveşte cald, presărat cu verdeaţă şi garnitură de orez.

Sărmăluţe cu creier în foi de salată verde

500 g creier de vită
150 g costiţă afumată
100 ml ulei, 400 g orez
4 salate fragede, 200 g smântână
50 ml oţet, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Salatele se curăţă, se desfac în foi, care se spală una câte una sub un jet de apă rece, apoi se opăresc în apă clocotită cu sare şi oţet. Se scot şi se scurg. Orezul se alege, se spală şi se fierbe pe jumătate, apoi se scurge. Creierul se curăţă, se spală şi se fierbe, apoi se toacă. Verdeaţa se spală şi se toacă mărunt. Se amestecă orezul cu creierul, verdeaţa, o lingură de ulei, sare şi piper, se omogenizează şi se umplu foile de salată. Se tapetează o cratiţă cu foi de salată, tăiate în fâşii, şi cu feliuţe de costiţă. Se aranjează sarmalele şi se toarnă zeama în care a fiert creierul. Se pune capacul şi se fierbe, la foc moale, o jumătate de oră. Se servesc cu smântână proaspătă.

Somon special

100 ml ulei de măsline
800 g filé de somon
2 lămâi, 100 g măsline verzi
o legătură de pătrunjel verde
4 cartofi
100 g broccoli, sare, piper

Se încinge uleiul de măsline cu condimentele şi măslinele tocate fin, adăugând sare şi piper. Feliile de somon se spală bine sub jet de apă şi se usucă, separându-se de oase. O lămâie se taie felii. Se pun bucăţile de peşte pe grătarul bine încins şi se lasă la fript. Când sunt aproape gata, se adaugă feliile de lămâie pe fiecare bucată de somon. Se aşază pe platou şi se condimentează, servindu-se cu sos de măsline verzi şi piure de cartofi şi broccoli. Se ornează cu frunze de pătrunjel verde.

Soté de porc cu măsline

800 g pulpă de porc
50 g măsline verzi
50 g măsline negre
4 căţei de usturoi
50 ml oţet, 50 ml ulei
sare, piper, cimbru

Carnea se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe, apoi se prăjeşte uşor în ulei. Se sărează, se piperează, apoi se adaugă usturoiul pisat, cimbrul şi oţetul. Se lasă focul mic şi se înăbuşă o jumătate de oră, după care se adaugă măslinele, amestecând cu grijă. Se mai fierb împreună un sfert de oră, apoi se pot servi la masă cu salată de roşii.

Soté de rinichi

800 g rinichi de porc
2 cepe, 100 ml ulei
o lingură de bulion, 100 ml vin
sare, piper, cimbru

Rinichii se ţin câteva ore în apă rece cu oţet. După aceea, se curăţă, se spală, se opăresc, se taie în feliuţe subţiri, apoi se pun să se înăbuşe în ulei. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă şi ea, dar separat. Când începe să se

îngălbenească, se adaugă în cratiţă rinichii, bulionul diluat în vin, apoi sare, piper şi cimbru după gust. Se mai fierb împreună câteva minute, apoi se iau de pe foc.

Spaghete cu carne de porc

200 g de spaghete
2 linguri de ulei
125 g carne de porc tocată
un căţel de usturoi
2 cepe verzi, un morcov
4 linguri de pastă de roşii
75 ml de vin roşu
75 ml zeamă de carne
4 linguri de caşcaval ras
cimbru, oregano
sare, piper măcinat, busuioc

Se prăjeşte carnea în ulei. Se zdrobeşte usturoiul şi se pune peste carne. Ceapa verde şi morcovul se taie cubuleţe şi se amestecă cu carnea. Pasta de roşii se diluează cu vin şi cu zeama de carne şi se toarnă peste carne, se acoperă şi se lasă aproximativ 20 de minute să fiarbă. Se condimentează cu cimbru, oregano, sare, piper. Între timp, se fierb spaghetele în apă sărată, conform instrucţiunilor de pe pachet şi se toarnă sosul peste ele. Se presară cu caşcaval ras şi busuioc tăiat mărunt.

Spaghete cu ciuperci, caşcaval şi sos de roşii

600 g spaghete
300 g ciuperci, 150 g caşcaval
200 g margarină
2 morcovi, o ţelină
o ceapă, 3 linguri de bulion
50 ml ulei, sare, piper

Se fierb spaghetele în apă cu sare, apoi se scurg, se răcesc şi se pun la zvântat în strecurătoare. Morcovul, ţelina şi ceapa se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe şi se călesc în ulei încins, apoi se sting cu bulionul dizolvat într-o cană de apă şi se lasă în continuare să fiarbă înăbuşit, la foc mic. Se ia de pe foc, se strecoară şi se fierbe iar, adăugând sare şi piper. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame şi se înăbuşă în puţin unt, apoi se pun în sos. Se călesc spaghetele în unt, apoi se toarnă sosul de roşii peste ele şi, după ce se mai fierb puţin, se presară caşcavalul ras.

Spaghete cu ciuperci şi roşii

500 g spaghete
4–5 roşii, 500 g ciuperci
2–3 căţei de usturoi
76 g parmezan (sau caşcaval)
o legătură de pătrunjel verde
6 linguri de ulei de măsline
sare, piper proaspăt măcinat

Se opăresc roşiile, se ţin sub un jet de apă rece şi se curăţă de pieliţă. Apoi se taie în două, se scot seminţele şi se lasă să se scurgă cu tăietura în jos pe hârtie absorbantă. Ciupercile se curăţă, se mai scurtează din picioruşe şi se taie în patru sau în opt. Usturoiul curăţat se taie feliuţe subţiri, parmezanul se dă pe răzătoarea mare, pătrunjelul se toacă, iar roşiile (scurse) se taie cubuleţe. Se încinge uleiul, se călesc mai întâi ciupercile, apoi, împreună cu ele, usturoiul, se adaugă roşiile şi pătrunjelul verde tocat si se lasă să fiarbă încet, cu capac, până ce se înmoaie. Se gustă de sare şi piper. Spaghetele, fierte în apă cu sare, conform instrucţiunilor de pe pachet, şi apoi scurse, se răstoarnă într-un castron. Se servesc fierbinţi cu sosul de ciuperci şi roşii şi se servesc cu parmezan ras.

Spaghete cu smântână şi ciuperci

300 g spaghete
300 g ciuperci, 200 g smântână
100 g parmezan
50 g unt, sare, piper

Se fierb spaghetele în apă cu sare, apoi se răcesc sub un jet de apă şi se pun într-o strecurătoare să se scurgă. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se fierb în puţină apă. Se amestecă spaghetele cu ciupercile, într-o cratiţă, se toarnă untul, topit în prealabil, se adaugă smântâna, sare şi piper după gust, se amestecă bine şi se introduce vasul în cuptorul încins, unde se lasă, la foc potrivit, vreo 10 minute. Se servesc cu parmezan ras presărat deasupra.

Spaghete cu fasole verde

200 g spaghete
3 cartofi, 300 g fasole verde
2 legături de busuioc
2 căţei de usturoi, 80 g caşcaval
zeamă de lămâie
8 linguri de ulei de măsline, piper, sare

Se curăţă cartofii, se taie în 8 şi se fierb în apă cu sare cam 8-10 minute. Se spală şi se curăţă fasolea verde şi se fierbe 20 minute. După primele 10 minute, se adaugă şi pastele. După ce s-au fiert, se rade caşcavalul, se amestecă bine cu usturoiul pisat, cu busuiocul tocat mărunt, cu zeama de lămâie şi se freacă totul cu ulei. Se scurg fasolea şi pastele, se pun într-un castron mare, se adaugă şi cartofii şi se presară piper.

Spaghete cu legume

300 g spaghete
2 ardei graşi roşii
un ardei verde şi un ardei galben
50 g jambon feliat
o lingură de unt
150 ml zeamă de carne
50 ml vin alb sec
pătrunjel, caşcaval, sare, piper

Se fierb spaghetele, conform instrucţiunilor de pe pachet. Ardeii se curăţă de cotor şi seminţe, se taie în fâşii. Jambonul se căleşte în unt, până devine crocant, se călesc şi ardeii 3 minute în acelaşi vas, după ce s-a scos jambonul; se stinge cu vin şi zeama de carne şi se mai fierbe 7 minute, apoi spre sfârşit se adaugă şi pătrunjelul şi jambonul. Se amestecă totul cu pastele, se condimentează, iar în farfurii se presară deasupra caşcaval ras.

Spaghete cu legume şi roşii

4–5 roşii
o ceapă
4 căţei de usturoi
4 morcovi
400 g spaghete, sare

Se călesc ceapa, usturoiul, morcovii tăiate mărunt. Se adaugă roşiile şi se amestecă circa 3 minute. Se fierb spaghetele în apă cu sare şi o linguriţă de margarină, conform indicaţiilor de pe ambalaj. Se scurg, se amestecă cu legumele călite şi se servesc.

Spaghete cu mazăre şi morcovi

500 g spaghete
o ceapă, 2 morcovi
100 g mazăre
200 g smântână
50 g caşcaval ras, pătrunjel
sare, piper,

Se fierb spaghetele în apă cu sare, conform instrucţiunilor de pe pachet. Se curăţă şi se toacă ceapa. Morcovii se curăţă, se spală şi se taie în felii subţiri şi lungi. Se prăjeşte ceapa în unt, se adaugă morcovii şi mazărea, apoi se căleşte totul circa 2 minute. Se stinge cu smântâna, apoi se lasă totul să mai fiarbă încă 5 minute. Se condimentează după gust, se amestecă cu sosul şi pastele. Se pune caşcavalul ras deasupra şi pătrunjel tocat.

Spaghete cu măsline

200 g spaghete
16 măsline fără sâmburi
o caperă mică
2 căţei de usturoi
2 linguri de ulei de măsline
piper alb proaspăt măcinat
boia de ardei, caşcaval, sare

Spaghetele se fierb în apă cu sare, conform instrucţiunilor de pe pachet şi se lasă într-o strecurătoare să se scurgă. Măslinele se taie în bucăţi mici, capera şi usturoiul se taie mărunt. Se pune într-o tigaie uleiul la încins şi se prăjeşte usturoiul, se adaugă măslinele şi capera, apoi spaghetele şi se amestecă totul. Se condimentează totul cu sare, piper şi boia. Se serveşte cu caşcaval presărat deasupra.

Spaghete cu suc de portocale şi piept de pui

400 g spaghete
4 linguri de ulei
500 g piept de pui (sau pulpe)
2 linguri de unt
200 ml suc de portocală
10 caise uscate, 3 linguri miere
4 linguri de zeamă de lămâie
2 linguriţe de boia (sau alt condiment iute)
o legătură de coriandru (sau altă verdeaţă aromată), sare

Se fierb spaghetele în apă cu sare, conform instrucţiunilor de pe pachet, se scurg printr-o strecurătoare şi se picură peste ele uleiul, clătinându-le ca să pătrundă peste tot. Între timp, se curăţă de pieliţă pieptul de pui, se taie cubuleţe şi se rumeneşte în untul încins. Se toarnă deasupra sucul de portocală şi se adaugă caisele tăiate bucăţele, mierea şi boiaua. Se acoperă tigaia cu un capac, se lasă să se rumenească circa 8 minute, se potriveşte de sare şi se încorporează coriandrul spălat şi tocat mărunt. Apoi se toarnă peste spaghete şi se amestecă bine.

Spaghete cu unt şi ciuperci

250 g spaghete
300 g făină, 125 g untură
2 ouă, o ceaşcă de apă
o lingură de unt
câteva ciuperci
2–3 felii de şuncă

Se prepară un aluat din făină, untură, un gălbenuş, apă, sare şi se îmbracă o formă; se opreşte o foaie de aluat pentru capac. Se fierb spaghetele conform instrucţiunilor de pe pachet. Se prepară un sos potrivit de legat din unt, o lingură de făină şi un ou. Se amestecă cu spaghetele şi cu ciupercile înăbuşite în unt şi feliile de şuncă. Se aşază amestecul în forma cu aluat, se acoperă cu foaia păstrată, care se lipeşte pe margini cu apă rece şi se coace la cuptor o jumătate de oră.

Spanac cu carne de miel

600 g carne de miel
1 kg spanac, o ceapă
2 linguri de bulion, o lămâie
o căpăţână de usturoi
sare, piper

Spanacul se spală, se curăţă, se opăreşte în apă clocotită şi se mărunţeşte. Carnea se curăţă, se spală, se taie în bucăţi, apoi se pune să fiarbă înăbuşit într-o cratiţă împreună cu ceapa, curăţată, spălată şi tocată mărunt, uleiul şi două pahare de apă. Când carnea e fiartă de ajuns, se scoate, se adaugă usturoiul, curăţat şi pisat, bulionul, sare şi piper. Se lasă să fiarbă un sfert de oră, apoi se strecoară peste carne, adăugând spanacul şi punând iar la fiert, pentru încă un sfert de oră. Se serveşte stropit cu zeamă de lămâie.

Stufat de peşte

1 kg peşte alb
2 legături de ceapă verde
2 legături de usturoi verde
100 ml ulei,100 g măsline
100 ml vin alb
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Peştele, curăţat, spălat şi porţionat, se rumeneşte în ulei pe ambele părţi. Ceapa şi usturoiul se curăţă, se spală şi se taie nu prea mărunt, apoi se călesc în ulei încins. Se sting cu vinul, se adaugă bucăţile de peşte, măslinele din care s-au scos sâmburii, sare şi piper. După ce fierb împreună un sfert de oră, se adaugă verdeaţa tocată şi se ia de pe foc.

Sufleu de caşcaval

250 g caşcaval
400 ml lapte, 20 g unt
o lingură de făină, 2 ouă, sare

Se fierbe laptele, se adaugă făina şi se lasă pe foc mic, amestecând continuu, până se îngroaşă. Se presară caşcavalul ras şi apoi albuşurile bătute spumă. Se trece întreaga compoziţie într-un vas de sticlă termorezistentă, uns cu unt, care se introduce la cuptor, punându-se într-un alt vas, cu apă clocotită.

Sufleu de ciuperci cu caşcaval şi sos alb

400 g ciuperci
100 g caşcaval
100 g făină, 250 ml lapte
150 g unt, 5 ouă
sare, piper

Într-o cratiţă cu unt încins, se înăbuşă ciupercile, care au fost curăţate, spălate şi tocate în prealabil. Se adaugă sare şi piper şi se ia vasul de pe foc. Făina se dizolvă în lapte, apoi se fierbe la foc mic, amestecând mereu, până dă în clocot. Se ia de pe foc, se adaugă 50 g unt, caşcavalul ras şi ciupercile. După ce s-a mai răcit, se încorporează gălbenuşurile, pe rând, iar în final se amestecă şi albuşurile, bătute spumă. Se toarnă totul într-o tavă unsă cu unt, se presară deasupra caşcaval ras şi se dă la cuptor o jumătate de oră.

Sufleu de creier cu hribi

500 g creier de viţel
300 g hribi proaspeţi
4 ouă, 100 g unt
2 linguri de făină, 200 ml lapte
o lingură de pesmet, 25 ml oţet
sare, piper

După ce se lasă o oră în apă rece, creierul se curăţă, se clăteşte şi se fierbe în apă rece cu puţin oţet, apoi se scoate şi se aşteaptă până se răceşte. Se dizolvă făina în lapte şi se amestecă bine cu trei linguri de unt înmuiat la căldură, se fierb împreună, amestecând mereu, până dau în clocot, apoi se ia vasul de pe foc şi, când se răceşte sosul, se adaugă creierul tocat şi hribii prăjiţi şi tăiaţi în cubuleţe, apoi gălbenuşurile, unul câte unul, albuşurile spumă, sare şi piper. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu pesmet, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor.

Sufleu de peşte

400 g peşte
3 ouă, 40 g unt
2 linguri de făină, 200 ml lapte
sare

Peştele se curăţă, se spală şi se pune la fiert. După ce se scoate, se taie în bucăţele mici. Făina şi o parte din unt se amestecă bine cu laptele, obţinând un sos alb, care se amestecă apoi cu gălbenuşurile de la cele trei ouă. Se adaugă peştele, apoi cele trei albuşuri, bătute spumă. Se pun toate într-un vas de Jena, care se introduce la cuptor, aşezându-se pe o altă oală, cu apă clocotită. Sufleul se va coace, la aburi, în aproximativ o jumătate de oră.

Sufleu de spanac şi şuncă

8 ouă
150 g unt, 100 g făină
500 ml lapte, 1 kg spanac
200 g şuncă presată
sare, piper

Spanacul se curăţă, se spală bine în mai multe ape, apoi se fierbe în apă clocotită cu sare. Când e gata, se scoate, se scurge şi se pisează cu lingura de lemn. Se face un sos alb din făină, unt şi lapte, apoi se încorporează, rând pe rând, cele 8 gălbenuşuri. Se adaugă piureul de spanac şi şunca, tăiată în cubuleţe, după care se toarnă albuşurile, bătute spumă. Se dă totul la cuptor, la foc potrivit, lăsându-se cam trei sferturi de oră.

Şalău „bonne femme“

500 g şalău
o ceapă, 100 ml vin alb
100 g făină, 250 ml lapte
150 g unt, 2 linguri de smântână
2 ouă, 100 g ciuperci
100 g caşcaval
3 cartofi
sare, piper

Peştele se curăţă, se spală, se taie în patru bucăţi egale, se presară cu sare şi piper şi se dă la cuptor într-o tavă unsă cu unt, împreună cu ceapa tocată şi 50 ml vin. Se lasă 10 minute la foc moderat. Se face un sos din făină, lapte, 100 g unt, smântână, 50 ml vin şi un gălbenuş, care se fierbe 10 minute la foc potrivit. Cu sosul rezultat se unge un platou de Jena, se pun bucăţile de peşte, apoi se toarnă restul de sos şi se adaugă ciupercile tocate şi călite în unt şi caşcavalul ras. Se fierb cartofii, se curăţă şi se pasează, adăugând un gălbenuş şi puţin lapte. Acest piureu se aranjează pe marginea platoului şi se dă la cuptor 20 de minute.

Şalău cu maioneză

1 kg şalău
un morcov, un păstârnac
o ceapă, 300 g maioneză
o lingură de oţet, o lămâie
o legătură de pătrunjel
o foaie de dafin
piper boabe, sare

Se curăţă zarzavatul, se spală şi se taie în cubuleţe, apoi se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Când s-a fiert, se scoate, iar în zeama obţinută se toarnă oţetul, se adaugă foaia de dafin, câteva boabe de piper şi se potriveşte de sare, după care se pune şi peştele întreg, curăţat şi spălat, lăsându-se să fiarbă timp de aproximativ 15 minute. Se ia de pe foc, lăsându-se în zeama în care a fiert până se răceşte, după care se pune pe un platou oval, înconjurat de zarzavaturile fierte, ornat cu maioneză, pătrunjel tocat şi feliuţe subţiri de lămâie.

Şalău cu smântână

800 g şalău
50 g zeamă de lămâie
o lingură de ulei
100 g orez, 100 g legume fierte
o lingură de smântână
o legătură de pătrunjel verde

800 g şalău se stropeşte cu lămâie şi se prăjeşte într-o lingură de ulei vreo 3–4 minute. Se sărează şi se serveşte cu garnitură de orez şi legume fierte. Se ornează cu o linguriţă de smântână şi verdeaţă.

Şalău gratinat cu ciuperci

1 kg şalău
250 g ciuperci, 100 g făină
100 g unt, 150 ml vin alb
100 g caşcaval, 2 ouă
o ceapă, 250 ml lapte
o legătură de pătrunjel
o lămâie, sare, piper

Şalăul se taie în două, pe lungime, se scot intestinele şi capul, se dezosează şi se porţionează, apoi se pune să fiarbă înăbuşit împreună cu ceapa, curăţată, spălată şi tocată mărunt, vinul şi un praf de sare. După un sfert de oră, se scot bucăţile de peşte şi se scurg. Se amestecă făina cu laptele, gălbenuşurile de la cele două ouă şi puţină sare, obţinându-se un sos alb. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în unt, apoi se pun în cratiţa cu sos, o dată cu bucăţile de şalău. Peste ele, se rade caşcavalul, curăţat de coajă. Se dă la cuptor vreo 10 minute, la foc viu, până se gratinează. Se serveşte stropit cu zeamă de lămâie.

Şniţel cu caşcaval şi spanac

70 ml ulei
200 g spanac
800 g filé de porc, o ceapă
300 g spaghete, 2 roşii
40 g unt, o legătură de pătrunjel
100 g măsline, sare, piper

Carnea de porc se spală, se taie în felii şi se bate ca pentru şniţele. Ceapa se curăţă, apoi se spală, se taie peştişori şi se căleşte în puţin ulei. Se adaugă spanacul stors de apă şi o parte din condimente. Caşcavalul se toacă mărunt şi se pune în tigaie. Când au devenit ca o pastă, se iau ingredientele de pe foc şi se umplu şniţelele. Se rulează şi se fixează cu scobitori, apoi se prăjesc în uleiul rămas. Se condimentează şi se scot pe un platou. Se servesc cu spaghetti fierte călite în unt, împreună cu măslinele şi condimentele rămase. Se ornează cu pătrunjel verde tocat fin.

Şniţel de miel cu legume asortate

800 g pulpă de miel
2 ouă, o legătură de verdeaţă
o linguriţă de zahăr, 200 g făină,
2–3 roşii, 200 g conopidă
200 g mazăre, sare, piper

Carnea se bate cu ciocanul de şniţele, se dă prin sare, piper, ou bătut şi făină şi se prăjeşte în ulei încins. Se pune pe un platou şi se presară cu verdeaţă. Mazărea se curăţă de păstăi şi se fierbe cu o linguriţă de zahăr. Roşiile şi conopida se taie fin şi se pun pe platou, la fel şi mazărea bine scursă. Se presară cu verdeaţă, sare şi piper.

Şniţel de miel cu parmezan ras

1 kg carne macră de miel
100 ml ulei, 150 g parmezan ras
3 linguri de pesmet
2 linguriţe de făină
o legătură pătrunjel
piper, sare, verde

Carnea se spală în mai multe ape, se curăţă de pieliţe şi se sărează. Apoi se ţine cam jumătate de zi într-un vas cu apă şi oţet (200 ml oţet la 1 kg de apă), spre a-şi pierde mirosul. Apoi se bate carnea cu ciocanul pentru şniţele. Feliile astfel pregătite se condimentează şi se dau prin ou, făină şi pesmet. Se ia o tigaie (preferabil de teflon) şi se încinge bine uleiul, după care se pun la prăjit şniţelele. După ce sunt gata rumenite pe ambele părţi, se aşază pe un platou rotund. Parmezanul se dă pe răzătoare şi se presară deasupra. Se ornează cu frunze de salată verde şi pătrunjel proaspăt tăiat mărunt.

Şniţel de porc în sos alb

1 kg pulpă de porc
100 ml ulei, 100 g făină
100 g smântână, un ou
sare, piper, cimbru

Carnea se curăţă de pieliţe şi de grăsime, se spală şi se taie în felii, care se bat bine cu ciocanul pentru şniţele, se presară cu sare, piper şi cimbru, apoi se dat prin ou bătut şi prin făină şi se rumenesc în ulei înfierbântat. După ce se scot, în uleiul folosit pentru prăjit se pun două linguri de făină. Se căleşte uşor făina, iar când începe să se îngălbenească se stinge cu smântâna. Se mai lasă pe foc mic până dă în clocot, apoi se ia sosul şi se toarnă în farfurii, peste şniţele.

Şniţel de vită cu garnitură de legume

800 g carne de vită
3 ouă, 2 linguri de făină
150 g pesmet, 50 ml ulei
50 g margarină, o lămâie
o legătură de pătrunjel
2 morcovi, 100 g mazăre
o roşie, o salată verde
sare, piper

Se alege carne de vită proaspătă, se spală şi se tranşează în opt feliuţe subţiri. Acestea se scurg bine de apă şi se bat cu ciocanul pentru şniţele, pe ambele părţi. Pesmetul şi făina se aşază în boluri separate, iar ouăle se bat spumă cu furculiţa. Carnea se sărează şi se piperează. Margarina şi uleiul se pun într-o tigaie bine încinsă, apoi şniţelele se dau prin făină, ou şi pesmet, cu grijă să se prindă bine. Se prăjesc la foc moderat, până devin aurii. Se servesc cu garnitură de morcovi şi mazăre fiartă, ornându-se cu feliuţe de lămâie, de roşii şi frunze de salată verde.

Ştiucă cu ciuperci şi măsline

800 g ştiucă
200 g ciuperci, 200 g măsline
80 g unt, zeama de la o lămâie
3 linguri de ulei de măsline
un ardei iute
câteva frunze de salată verde
sare, piper

Peştele se spală şi se curăţă de impurităţi, apoi se presară cu sare şi se prăjeşte în untul topit. Ciupercile se curăţă şi se toacă feliuţe, apoi se amestecă cu măslinele, ceapa tăiată solzişori şi ardeiul iute tocat, condimentându-se. Se călesc apoi 10 minute în uleiul de măsline. Se unge o tavă şi se aşază peştele şi restul ingredientelor, adăugând apă. Se dă la cuptor pentru 30–40 de minute. Când este gata, se serveşte cu bucăţele de unt deasupra, frunze de salată verde şi zeamă de lămâie.

Tartă cu ficăţei de pui şi ciuperci

300 g ficăţei de pui
600 g ciuperci, 3 ouă
3 linguri de smântână, 200 g făină
50 g unt, 100 g caşcaval
100 ml ulei, o ceapă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se face un aluat dintr-un ou, amestecat cu smântâna, untul, făina şi un vârf de cuţit de sare. Se omogenizează, se frământă şi se întinde o foaie groasă de o jumătate de centimetru, care se pune într-o formă de tartă, unsă cu unt şi presărată cu făină. Ciupercile se curăţă, se spală şi se taie lame, la fel şi ceapa, după care se călesc în ulei încins. Se adaugă ficăţeii, tăiaţi mărunt, lăsându-se până scade zeama. Se ia de pe foc şi, când s-a răcit, se adaugă celelalte două ouă, caşcavalul ras, verdeaţa tocată, sare şi piper. Se întinde compoziţia peste aluat şi se rumeneşte la cuptor.

Tartă cu pateu de ciuperci

1 kg ciuperci
500 g făină, 3 linguri de unt
o lingură de ulei, un ou
o ceapă, un căţel de usturoi
50 ml vin, o lămâie
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală, se taie lame, se amestecă bine cu zeama de lămâie şi se înăbuşă un sfert de oră la foc mic, apoi se scurg. Se amestecă făina cu untul, oul bătut şi puţină sare, se omogenizează şi se întinde în două foi subţiri. Se călesc ceapa şi usturoiul, tocate mărunt, în ulei, apoi se adaugă verdeaţa tocată şi ciupercile. Se înăbuşă, la foc mic, un sfert de oră, până scade zeama de tot. Se toarnă vinul şi se mai lasă 3 - 4 minute. Se întinde o foaie de aluat într-o tavă, se toarnă compoziţia şi se acoperă cu cealaltă foaie, dându-se la cuptor cam trei sferturi de oră.

Tocăniţă de ficat

500 g ficat de porc
3 cepe, 2 linguri de bulion
40 ml ulei, 200 ml vin alb
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ceapa se curăţă, se spală, se taie în rondele, apoi se înăbuşă în ulei, pe foc slab, într-o cratiţă acoperită. Se lasă aşa până se fierbe ceapa, apoi se adaugă bulionul şi, după câteva minute, ficatul, tăiat în bucăţi. Se înăbuşă în continuare cam un sfert de oră, apoi se stinge cu vinul, se piperează, iar la sfârşit se presară pătrunjelul tocat şi sarea.

Concentrat de usturoi

o căpăţână de usturoi
250 ml vin alb sec

Usturoiul se curăţă, apoi se pisează mărunt şi se pune să fiarbă în vin. Atunci când vinul a rămas doar la un sfert din volumul său iniţial, se ia de pe foc şi se strecoară printr-o bucată de tifon curat, presând energic, astfel încât să iasă toată zeama din usturoi. Se pune la păstrare într-o sticluţă închisă, adăugându-se la sosurile preparate de-acum încolo.

Găluşte de caşcaval

300 g caşcaval
6 ouă, 200 g făină
100 g unt
sare, piper

Se prepară pentru a da un gust mai deosebit supelor de carne sau de legume. Untul se freacă spumă, într-un castron adânc, cu gălbenuşurile de la cele 6 ouă. Caşcavalul se curăţă de coajă şi se dă pe răzătoare, apoi se adaugă în castron, împreună cu făina. Se sărează, se piperează, după care se adaugă şi cele 6 albuşuri, bătute spumă într-un alt vas. Se amestecă bine compoziţia până se omogenizează. Se ia câte o lingură din această compoziţie şi se cufundă în supa care clocoteşte, continuând până se termină.

Găluşte din creier de viţel

250 g creier de viţel
50 g unt, un ou
2 linguri de pesmet
2 linguri de făină
sare, piper

Creierul se lasă într-un vas cu apă rece timp de o jumătate de oră, înainte de a se începe prepararea. După aceea, se scoate, se spală şi se curăţă de pieliţe, de urmele de sânge şi de bucăţelele de os, apoi se pune la fiert în apă rece cât să-l cuprindă. Când e fiert suficient, se scoate, se lasă puţin să se răcorească, apoi se toacă şi se amestecă bine cu untul, făina, pesmetul, oul, sare şi piper după gust. Se omogenizează compoziţia şi se iau, cu lingura, găluştele, punându-se să fiarbă în supa clocotită.

Salată de cartofi cu sfeclă

400 g cartofi
200 g sfeclă, 40 ml ulei
o lămâie, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Cartofii se spală şi se fierb, fără să se cureţe de coajă, în apă clocotită cu sare, după care se scot, se curăţă şi se taie în rondele. Sfecla se coace în cuptor, fără grăsime, apoi se curăţă şi se taie în felii. Se sărează, se piperează, se adaugă ulei şi zeamă de lămâie, după gust. Deasupra legumelor, se presară verdeaţa tocată mărunt.

Salată de macaroane cu parizer prăjit

500 g macaroane
250 g parizer prăjit
2 morcovi, 100 g ţelină
200 g mazăre verde
200 g fasole verde
200 g gogoşari în oţet
3 castraveţi în oţet
500 g maioneză, sare

După ce s-au fiert şi scurs, conform instrucţiunilor de pe pachet, macaroanele se taie în bucăţi de 3–4 cm. Morcovii şi ţelina se fierb în apă cu sare şi se taie cubuleţe. Mazărea şi fasolea se fierb, se scurg. Fasolea se taie în bucăţi, iar gogoşarii, parizerul şi castraveţii în cuburi. Se amestecă toate, se adaugă maioneza şi se aşază pe un platou.

Salată de orez

200 g orez
4 ardei graşi, 4 roşii mari
4 cepe, o lingură de ulei
o linguriţă de oţet
o legătură de mărar
sare, piper

Orezul se alege, se spală în mai multe ape, apoi se pune la fiert în apa cu sare. Când s-a înmuiat şi a crescut în volum, se scoate şi se scurge bine de apă. Ardeii se spală şi se coc pe plita încinsă, pe toate părţile, apoi se curăţă de pieliţe şi se toacă mărunt. Roşiile, ceapa şi mărarul se toacă mărunt, după ce au fost curăţate şi spălate. Se amestecă toate acestea cu orezul şi se potriveşte de sare şi piper. Această salată poate fi servită ca garnitură la preparate din carne sau peşte.

Sos cu esenţă de ciuperci

200 g făină
200 g unt, esenţă de ciuperci
supă de carne

Se căleşte făina în untul încins şi se stinge cu o cană de supă de carne, adăugând apoi esenţa, care se prepară după cum puteţi citi în reţeta corespunzătoare. Se lasă la fiert până se dizolvă complet făina, iar sosul se îngroaşă, căpătând consistenţa unei smântâni. După ce se ia de pe foc, se lasă până se răcoreşte, apoi se strecoară. Acest sos se foloseşte la diverse preparate din vânat, carne de pasăre, peşte, sau la pateuri şi plăcinte.

Sos de iaurt

400 g iaurt
20 ml ulei, 2 linguri de făină
o legătură de mărar, sare

Făina se desface cu puţină apă rece, după care se combină cu iaurtul şi cu uleiul. Se amestecă bine, apoi se pune să fiarbă, la foc potrivit. Când făina e fiartă suficient, se ia de pe foc, se presară cu sare şi mărar tocat foarte fin. Se serveşte cu preparate din legume.

Sos de raci

500 ml zeamă în care au fiert racii
100 g unt, o lingură de făină
2 linguri de smântână, o lămâie
sare, piper

Se face un sos alb cu făina călită în unt încins şi stinsă cu smântână. Se lasă să fiarbă bine, când se îngroaşă se subţiază cu zeama în care au fiert racii, apoi se lasă până se îngroaşă din nou. Se potriveşte gustul de sare şi piper şi se acreşte puţin cu zeamă de lămâie, cât doreşte fiecare să picure.

Sos olandez

150 g unt
3 ouă, 150 ml supă de carne
o lămâie, piper

Se iau două linguri din cantitatea de unt şi se topesc la aburi, apoi se amestecă bine cu gălbenuşurile şi puţin piper, se toarnă zeama de lămâie picătură cu picătură, amestecând în permanenţă, până se îngroaşă compoziţia, după care se toarnă supa de carne şi se încorporează untul. Se amestecă până se îngroaşă din nou. Se serveşte fierbinte, cu diverse preparate din carne, ouă sau legume.

Sos pentru vânat

500 g oase
un morcov, o ceapă
o rădăcină de pătrunjel
2 căţei de usturoi
40 g unt, 40 ml ulei
40 ml oţet, o lingură de făină
100 ml vin roşu, sare, piper

Morcovul, ceapa şi rădăcina de pătrunjel se curăţă, se spală, se taie în sferturi, apoi se pun să se înăbuşe cu ulei şi puţină apă, după care se introduc oasele. După câteva minute, se adaugă usturoiul, oţetul şi sarea, apoi făina şi vinul. Se lasă focul mic şi se continuă fierberea încă o jumătate de oră, după care se strecoară. Se utilizează la preparatele din vânat.

Sos rusesc

2 ouă
o rădăcină de hrean
300 ml ulei, o lămâie
sare, piper

Se fierbe unul dintre ouă tare, apoi se curăţă şi se scoate gălbenuşul, care se freacă bine cu gălbenuşul crud, turnând apoi zeama de lămâie. Se încorporează uleiul, turnat picătură cu picătură, amestecând energic cu lingura de lemn, mereu în aceeaşi direcţie. Când s-a terminat de adăugat uleiul, se sărează, se piperează, apoi se amestecă bine cu hreanul dat pe răzătoare.

Sos suprem

100 g făină
100 g unt
400 g măruntaie de pasăre
un morcov, o ţelină
o ceapă, 200 g ciuperci
100 g frişcă
cimbru, foi de dafin, sare, piper

Se fierb măruntaiele de pasăre cu morcovul, ţelina şi ceapa, curăţate, spălate şi tocate mărunt, puţin cimbru, câteva foi de dafin, sare şi piper. Supa obţinută se amestecă bine cu făina şi cu jumătate din cantitatea de unt. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se călesc în restul de unt, apoi se înăbuşă în zeama pe care şi-o lasă, păstrându-se pe foc până scade. Se strecoară, rămânând o esenţă concentrată care se combină cu supa şi cu sosul alb. Se pune amestecul pe foc până scade suficient, apoi se adaugă frişca. Acest sos se foloseşte la preparatele din carne şi din peşte.

Sos vienez cu hrean

40 g unt
2 linguri de făină
2 linguri de bulion
25 ml oţet, un ou
o rădăcină de hrean
sare, piper

Se căleşte puţin făina într-o tigaie cu unt încins, apoi, când începe să se rumenească, se stinge cu bulionul, diluat cu o linguriţă de apă. Se lasă să fiarbă, pe foc mic, încă vreo câteva minute, apoi se toarnă oţetul, se sărează şi se piperează. Se mai lasă un clocot, apoi se ia de pe foc, se lasă 3–4 minute să se răcească, după care se amestecă bine cu un gălbenuş de ou şi se presară cu hrean ras, în cantitatea dorită, în funcţie de cât de iute vrem să fie sosul.

Umplutură de creier

250 g creier
50 g unt, 100 g şuncă
2 linguri de smântână, 2 morcovi
o ţelină, un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Morcovii, ţelina, păstârnacul şi rădăcina de pătrunjel se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe şi se pun la fiert în apă clocotită cu puţină sare. Creierul se spală şi se curăţă cu grijă, apoi se pune să fiarbă separat, în apă rece. După vreo 20 de minute, se scoate, se scurge, se toacă şi se amestecă, într-un castron, cu untul frecat, zarzavaturile fierte, scurse de apă şi răcite, smântâna, şunca şi verdeaţa, tocate mărunt, sare şi piper. Se foloseşte pentru a umple diverse legume sau preparate din carne.

Umplutură de şuncă

200 g şuncă
o felie de franzelă
50 g unt
100 ml lapte
3 ouă, sare, piper

Şunca se taie în cubuleţe mici, pâinea se înmoaie în lapte, se stoarce şi se mărunţeşte, unul dintre ouă se fierbe foarte tare, iar untul se freacă spumă. Se amestecă untul cu miezul de pâine, cu şunca, oul fiert şi alte două ouă crude. Se presară sare şi piper.

Vinegretă

4 cartofi
un morcov
o sfeclă roşie mică
un castravete murat
2 ouă, o ceapă
50 g mazăre sau fasole boabe
3 linguri de ulei, oţet, sare

Sfecla, cartofii, morcovul şi mazărea se fierb, fiecare separat, apoi se lasă până se răcesc. Primele trei se taie în felii cât mai subţiri, apoi se amestecă bine cu mazărea, cu ceapa tăiată în rondele subţiri, ouăle fierte foarte tari şi castravetele, tăiat în feliuţe subţiri. Se toarnă uleiul, oţet după gust, sare la fel. Se amestecă şi se lasă timp de o oră ca să se îmbibe cu sare, ulei şi oţet, apoi se poate servi.

Batoane cu lămâie

200 g unt
200 g făină
200 g zahăr, 4 ouă
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat

Gălbenuşurile de la cele patru ouă se freacă împreună cu zahărul, coaja rasă şi zeama de lămâie timp de aproximativ 30 de minute. După aceea, se freacă untul spumă şi se adaugă în compoziţie, amestecând energic vreo 5 minute, apoi se încorporează treptat făina. Se omogenizează. Se unge o tavă cu unt şi se aşază în ea batoane modelate din aluatul obţinut, în formele dorite. Se dă la cuptor, la foc moderat până ce batoanele capătă o culoare aurie.

Beţişoare cu migdale şi ciocolată

120 g unt
120 g zahăr pudră
4 ouă
100 g migdale dulci
3 linguri de făină
100 g ciocolată
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se amestecă zahărul pudră cu cel vanilat, apoi cu untul frecat spumă, cu gălbenuşurile, adăugate pe rând. Se freacă bine compoziţia timp de 30 de minute, apoi se adaugă migdalele pisate. Ciocolata se dă pe răzătoarea fină, se dizolvă în două linguri de apă şi se pune la fiert câteva minute, pe foc mic, amestecând permanent. Se ia de pe foc şi, când s-a răcit, se toarnă încet în compoziţie, apoi se adaugă albuşurile bătute spumă şi făina. Se omogenizează şi se întinde într-o foaie care se presară cu zahăr şi se dă la cuptor într-o tavă unsă cu unt. După ce s-a copt, se scoate şi se taie în formă de beţişoare.

Beţişoare cu nuci şi miere

200 g zahăr
o lingură de miere
4 ouă, 200 g făină
200 g miez de nucă
o lămâie

Zahărul se freacă împreună cu mierea, apoi se adaugă, pe rând, ouăle bătute, zeama şi coaja rasă de lămâie, continuând frecarea timp de trei sferturi de oră. Se adaugă, treptat, făina, după care se presară şi miezul de nucă pisat sau dat prin maşină. Se omogenizează compoziţia şi se întinde într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu făină. Se dă la cuptor, la foc moderat, până se rumeneşte puţin, apoi se scoate şi se taie în formă de beţişoare.

Bezele cu miere

250 g miere
8 ouă, o lămâie
40 ml ulei
un pliculeţ de zahăr vanilat

Albuşurile, separate de gălbenuşuri, se bat spumă, apoi se amestecă bine cu mierea încălzită puţin, cât să se fluidizeze. Se împarte compoziţia în două castroane. În primul se adaugă coajă rasă de lămâie, iar în cel de-al doilea zahăr vanilat. Se omogenizează ambele compoziţii. Se aşterne într-o tavă o coală de hârtie pentru copt, se unge bine cu ulei, apoi se ia din fiecare compoziţie câte o linguriţă cu vârf şi se pune în tavă. Se încinge bine cuptorul, se dă focul mic şi se introduce tava.

Bezele cu nucă

500 g zahăr
8 ouă
200 g miez de nucă
o lămâie
20 g unt

Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Albuşurile, împreună cu zahărul, se bat bine cu telul într-un castron aşezat deasupra unei oale cu apă clocotită, până când se obţine o spumă întărită, care rămâne lipită de tel, fără să se scurgă. Se rade lămâia, coaja adăugându-se la compoziţie, apoi se stoarce şi zeama. Se bate în continuare, până se omogenizează. Se introduce castronul la frigider pentru câteva ore, apoi se scoate, se presară miezul de nucă mărunţit şi se formează bezelele, turnând câte o linguriţă din compoziţie în tava unsă cu puţin unt. Se dau la cuptor, la foc slab, până se întăresc.

Biscuiţi cu nucă

200 g zahăr
200 g făină
200 g miez de nucă
4 ouă

Se freacă zahărul cu cele patru gălbenuşuri, apoi se adaugă miezul de nucă pisat mărunt sau trecut prin maşina de tocat, se încorporează, puţin câte puţin, făina, amestecând bine, iar la sfârşit se toarnă albuşurile bătute spumă. Se omogenizează compoziţia, se întinde, într-o tavă unsă cu unt o foaie groasă cam de o jumătate de centimetru, care se taie în diverse forme, în funcţie de imaginaţia fiecăruia. Se dă la cuptor, la foc potrivit, până încep să se rumenească.

Biscuiţi cu susan

200 g făină
100 g zahăr
80 g unt
2 ouă
seminţe de susan prăjite

Se freacă zahărul cu untul şi cu făina, cu o lingură de lemn, timp de un sfert de oră, apoi se frământă până se obţine un aluat de consistenţă potrivită. Se lasă o jumătate de oră să se odihnească la rece, apoi se întinde o foaie subţire, care se taie în forme diferite, se unge cu albuşurile, bătute spumă între timp, şi se presară peste tot cu seminţele de susan. Se dau biscuiţii la cuptor, într-o tavă unsă, până se rumenesc.

Bombă cu piersici şi cafea

500 g piersici
150 ml cafea concentrată
2 linguri de zahăr, o lingură de cacao
o lingură de miez de nucă măcinat
50 g frişcă, 2 foi de gelatină
un pliculeţ de zahăr vanilat

Piersicile se spală, se şterg bine de puf, se taie în jumătăţi, se scot sâmburii, apoi se taie în bucăţele mici. Se dizolvă gelatina în cafeaua fierbinte, apoi se pun să fiarbă, pe foc mic, cu cacaua şi zahărul. Se amestecă până se dizolvă toate şi se ia de pe foc înainte de a începe să fiarbă. Când s-a mai răcit, se adaugă piersicile, miezul de nucă pisat, zahărul vanilat şi frişca. Se omogenizează şi se dă la rece, într-un castron stropit cu apă rece. Peste câteva ore, după ce s-a întărit, se scoate, se garnisește cu frişcă şi cu feliuţe de piersici, apoi se serveşte.

Brioşe cu stafide

250 g făină
15 g drojdie
100 ml lapte
o lingură de unt
o linguriţă de zahăr pudră
50 g unt, un ou
200 g stafide, sare

Se amestecă două linguri de făină cu drojdia, zahărul şi laptele, se lasă la cald un sfert de oră, timp în care, separat, restul de făină se amestecă bine cu un praf de sare, untul şi oul bătut, apoi cu compoziţia de mai sus. Se frământă şi se lasă până-şi dublează volumul. Se frământă din nou, apoi se întinde o foaie care se unge cu unt şi se presară cu stafide. Se amestecă şi se formează brioşele, care se pun într-o tavă unsă şi se mai lasă o jumătate de oră să crească, după care se introduc în cuptorul încins o jumătate de oră.

Budincă de cafea

250 g cafea măcinată
250 ml lapte
2 linguri de făină
60 g unt
8 ouă
200 g zahăr

Cafeaua se pune într-un vas cu o cană de apă clocotită şi se lasă o jumătate de oră să se infuzeze. Făina se dizolvă în laptele rece, apoi se pune la fiert până se îngroaşă puţin, amestecând continuu. După ce se răceşte, se amestecă bine cu untul înmuiat la căldură şi frecat spumă, după care se adaugă, unul câte unul, cele 8 gălbenuşuri şi zahărul. Se freacă energic compoziţia, timp de o jumătate de oră, apoi se adaugă cafeaua şi se omogenizează. Se bat spumă 6 albuşuri şi se unge cu ele o formă rotundă, în care se toarnă compoziţia. Se dă la cuptor, la foc domol, o jumătate de oră.

Budincă de clătite

1 l lapte
200 g făină
3 linguri de miere
60 g unt
100 g seminţe de susan
3 linguri de miez de nucă pisat
50 g stafide
3 ouă
100 ml sifon
20 ml ulei
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
sare

Ouăle se bat spumă, amestecându-se apoi cu sifonul şi un vârf de cuţit de sare, apoi se adaugă făina şi laptele rece. Se amestecă permanent, până se omogenizează. Se încinge bine o tigaie cu câteva picături de ulei, se ia câte un polonic din compoziţie şi se toarnă, întinzându-se pe toată suprafaţa tigăii. Se prăjesc clătitele pe ambele părţi. Untul se freacă bine cu mierea, susanul prăjit, nuca pisată, stafidele tocate, zeama şi coaja rasă de la o jumătate de lămâie. Se ung clătitele cu această compoziţie şi se pun una peste alta, fără să se ruleze, iar ultima foaie se lasă neunsă.

Budincă de fragi

1 kg fragi proaspeţi
300 g zahăr
8 ouă, o lămâie
50 g unt

Fragii se curăţă de codiţe, se spală bine şi se dau prin sită, sucul rezultat punându-se la fiert cu o cană de zahăr şi una de apă. Se lasă pe foc până se obţine un sirop subţire, amestecând să nu se ardă, apoi se ia de pe foc şi se toarnă într-un castron, să se răcească. Se separă albuşurile de gălbenuşuri, albuşurile bătându-se spumă în alt castron. Se toarnă peste ele zeama de lămâie, picătură cu picătură, continuând amestecarea, apoi sucul de fragi, după care se încorporează restul de zahăr şi coaja rasă de lămâie. Se toarnă compoziţia într-o formă tapetată cu unt şi se dă la cuptor, la foc potrivit, câteva minute, după care se serveşte imediat.

Budincă de franzelă cu vişine

400 g franzelă
400 ml lapte
2 ouă
150 g zahăr
200 g miere
80 g unt
500 g vişine
un pliculeţ de zahăr vanilat

Franzela se taie în felii subţiri şi se înmoaie bine într-un amestec de lapte cu ou, 125 g miere şi zahăr vanilat. Se lasă până ce tot laptele este absorbit de pâine, după care se aşază feliile cât mai uniform într-un vas de Jena uns cu unt, între două straturi de pâine presărându-se vişinele, din care s-au scos sâmburii. Straturile alternează, ultimul fiind de pâine, peste care se adaugă untul tăiat în cubuleţe. Se dă la cuptor, să se rumenească la foc moderat. Se serveşte stropită cu sucul lăsat de vişine, amestecat cu mierea rămasă.

Budincă de gutui

8 gutui de mărime potrivită
100 g migdale dulci
50 g unt
12 ouă
200 g pâine albă
200 ml lapte
o lămâie
250 g zahăr pudră
2 linguriţe de pesmet

Migdalele se curăţă şi se pisează mărunt. Gutuile se spală, se şterg de puf, apoi se pun la fiert în apă clocotită. Când s-au înmuiat, se curăţă de coajă şi se dau pe răzătoare, apoi se amestecă bine cu migdalele pisate. Se freacă untul spumă, apoi se amestecă bine cu 12 gălbenuşuri, turnate unul câte unul, pâinea înmuiată în lapte, stoarsă şi mărunţită, coaja rasă şi zeama de lămâie, amestecul de gutui şi migdale, zahărul şi şase albuşuri bătute spumă. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu pesmet şi se toarnă compoziţia. Se coace timp de o oră, la foc potrivit.

Budincă de migdale şi fistic

200 g migdale dulci
250 g unt
10 ouă
100 g fistic
200 g zahăr
2 linguri de pesmet

Migdalele şi fisticul se curăţă şi se pisează mărunt de tot. Se amestecă bine migdalele cu 200 g unt frecat, se adaugă, unul câte unul, cele 10 gălbenuşuri, se freacă timp de o oră, după care se adaugă fisticul şi zahărul, amestecând până la omogenizare. Se toarnă compoziţia obţinută într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet, apoi se dă la cuptor, la foc potrivit, până se rumeneşte bine.

Budincă de vişine cu migdale

150 g migdale dulci
100 g zahăr tos
8 ouă, 2 lămâi
400 g vişine, 50 g unt
2 linguri de pesmet
2 pliculeţe de zahăr vanilat

Vişinele se curăţă de codiţe, se spală, li se scot sâmburii, apoi se pun într-un castron, presărate cu zahăr, să-şi lase zeama. Migdalele se curăţă şi se pisează cât mai mărunt. Lămâile se rad de coajă. La patru dintre ouă, albuşurile se separă de gălbenuşuri, frecându-se spumă, separat. Se amestecă, într-un castron adânc, migdalele pisate cu zahărul, coaja rasă de lămâie, patru ouă întregi, apoi gălbenuşurile şi, în final, albuşurile. Se freacă bine timp de aproape o oră. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu pesmet. Se toarnă a treia parte din compoziţie şi se dă la cuptor. Apoi, se presară vişinele scurse de zeamă, se mai toarnă o treime de compoziţie, se coace, apoi se presară cu vişine şi se toarnă restul. Se coace iar şi se serveşte pudrată cu zahăr.

Budincă de vişine din vişinată

150 g vişine din vişinată
200 g făină
300 ml lapte
200 g zahăr
150 g unt
8 ouă, sare

Făina se dizolvă în lapte rece, se adaugă un praf de sare şi se pune la fiert, amestecând continuu, ca să nu se formeze cocoloaşe. Pe rând, se adaugă zahărul, untul şi gălbenuşurile. Se ia vasul de pe foc. Albuşurile se bat spumă şi se adaugă în cratiţă atunci când compoziţia s-a răcit. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu făină, se aşterne o parte din compoziţie, se presară vişinele, din care s-au scos sâmburii, apoi se acoperă cu partea rămasă din compoziţie. Se introduce tava la cuptor, lăsându-se cam o oră la foc moderat. Se serveşte cu câte un păhărel de vişinată.

Budincă din pişcoturi de şampanie

250 g pişcoturi
4 linguri de miere
80 g zahăr tos
100 g unt
3 linguri de dulceaţă
50 ml rom

Se prepară un sirop din trei linguri de miere, două de zahăr, rom şi o jumătate de pahar de apă. Se înmoaie pişcoturile în acest sirop, apoi se aşază un strat pe fundul unui vas termorezistent. Peste pişcoturi se întinde puţină dulceaţă, după care se pune încă un rând de pişcoturi, uns şi el cu dulceaţă, continuând până la ultimul strat de pişcoturi, care nu se mai unge, în schimb se acoperă cu cubuleţe de unt. Se acoperă vasul cu capacul şi se pune la fiert, în bain-marie, aproximativ 90 de minute. După aceea, se lasă până se răceşte, când se va servi împreună cu un sirop făcut din restul de zahăr şi miere, cu puţină apă.

Bulete de ciocolată

200 g ciocolată de menaj
120 g zahăr pudră
100 g unt
2 gălbenuşuri
o esenţă de rom
un pliculeţ zahăr vanilat

Ciocolata rasă se pune la topit într-un vas pe aragaz, amestecând continuu. Apoi se adaugă untul, zahărul şi gălbenuşurile, unul câte unul. De asemenea, se încorporează esenţa de rom şi zahărul vanilat. Se amestecă la foc mic, până ce devine o pastă omogenă. Se ia de pe foc şi se răceşte, apoi se dă la frigider. După 3 - 4 ore se aşază pe masă şi se formează din această compoziţie rotocoale de 4 cm diametru, care se dau prin zahăr pudră.

Caise umplute

3 ouă
400 g zahăr
400 g unt, 500 g făină
2 linguri de cacao
un pliculeţ de praf de copt
o lămâie
o sticluţă de esenţă de rom

Se freacă ouăle întregi cu 250 g zahăr, apoi se adaugă, pe rând, praful de copt, coaja rasă de lămâie, 200 g unt şi făina. Se omogenizează, se frământă şi se modelează sfere de forma unei caise. Acestea se pun într-o tavă unsă şi se coc, la foc moale, o jumătate de oră. După aceea, se scot, se lasă până se răcesc, apoi se crestează la mijloc şi se scobesc de miez. Se freacă restul de unt şi zahăr cu cacaua şi esenţa de rom, iar cu crema obţinută se umplu caisele.

Cartofi dulci

200 g biscuiţi
200 g miez de nucă
200 g zahăr pudră
2 linguri de cacao
100 g unt, 25 ml lapte
100 ml rom sau o sticluţă de esenţă
o portocală

Biscuiţii se pisează cât mai mărunt, la fel şi miezul de nucă. Portocala se dă pe răzătoare, păstrând în acest caz numai coaja. Se amestecă biscuiţii cu miezul de nucă, zahărul, untul, coaja rasă de portocală, laptele şi romul, se freacă energic până se obţine o pastă omogenă, din care se iau cu mâna bucăţi, modelându-se în formă de cartofi. Aceştia se dau prin cacao şi se servesc la masă, ca desert.

„Cenuşăreasa“

100 g făină
150 g zahăr pudră
100 g ciocolată, 4 ouă
25 g unt, sare

Se amestecă făina cu 100 g zahăr, jumătate din cantitatea de ciocolată rasă şi gălbenuşurile de la trei ouă, se

omogenizează şi se frământă. Se adaugă trei albuşuri, bătute spumă, se omogenizează din nou şi se toarnă într-o tavă unsă cu unt. Se coace, în cuptorul încins, la foc potrivit. Când e gata, se scoate, se taie în felii late de două degete şi lungi cât jumătate de palmă şi se lipesc două câte două cu crema obţinută amestecând ciocolata şi zahărul rămase cu un albuş bătut spumă.

Chec brun

100 g unt
4 ouă
200 g zahăr
200 g făină
200 g ciocolată
o lămâie
100 g miez de nucă
un praf de copt

Se freacă zahărul cu untul şi cu trei gălbenuşuri, turnate unul câte unul, apoi se adaugă al patrulea ou, întreg, coaja rasă de lămâie, praful de copt, ciocolata topită şi nucile. După ce se omogenizează, se adaugă, puţin câte puţin, făina şi, la urmă, trei albuşuri bătute spumă. Se toarnă compoziţia într-o tavă pentru chec, unsă cu unt şi tapetată cu făină. Se dă, pentru aproximativ o jumătate de oră, la cuptor, la foc moderat.

Chec cu cacao

8 gălbenuşuri
350 g zahăr pudră
280 ml lapte
600 g făină
250 ml ulei
3 linguri de cacao
sare
vanilină
20 g unt
un praf de copt

Într-un vas de inox sau porţelan, se omogenizează gălbenuşurile cu zahărul pudră, încorporând simultan făina şi laptele. Se adaugă apoi cu uleiul, picurat câte puţin, amestecând mereu şi praful de copt, dizolvat într-un strop de zeamă de lămâie sau oţet. Se pun deoparte 5 linguri din această compoziţie. Se ia o tavă specifică pentru chec, se unge cu unt şi se tapetează cu făină. Se toarnă amestecul de mai sus în tavă, iar restul oprit se omogenizează cu cacaua, turnându-se deasupra şi nivelând. Introducem tava la cuptor, unde va rămâne aproximativ 60 de minute, verificând între timp să nu se ardă. Checul se taie în felii când este rece, putând fi servit cu frişcă şi feliuţe de fructe proaspete.

Chec cu cacao, nuci şi stafide

250 g zahăr tos
2 linguri de zahăr pudră
250 g făină
4 ouă, 40 g unt
200 g miez de nucă
100 g stafide, 3 linguri de cacao
un pliculeţ de praf de copt

Untul se freacă spumă împreună cu zahărul, după care se adaugă ouăle, unul câte unul, amestecând permanent, praful de copt, miezul de nucă pisat, stafidele, cacaua şi făina. Se omogenizează compoziţia, apoi se toarnă într-o formă unsă cu unt şi se dă la cuptor, la foc potrivit, unde se lasă până se coace. Se taie în felii numai după ce s-a răcit şi se serveşte pudrat cu zahăr.

Chec cu ciocolată

150 g zahăr
150 g făină
150 g unt
150 g ciocolată, 7 ouă
2 linguri de miez de nucă macinat

Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Albuşurile, după ce se bat spumă, se freacă bine cu zahărul, untul, frecat şi el în prealabil, ciocolata, care a fost mai întâi topită, făina şi nucile, date prin maşina de tocat. Se coace într-o formă unsă cu unt, la foc moderat. În prima jumătate de oră, nu trebuie deschisă uşa cuptorului, iar checul se poate felia numai după ce s-a răcit.

Chec cu lămâie

200 g făină
200 g unt
300 g zahăr pudră
2 lămâi întregi (200 g)
8 albuşuri
un gălbenuş
14 nuci

Untul se omogenizează cu zahărul pudră, apoi se adaugă făina şi lămâia (zeama stoarsă, iar coaja dată pe răzătoare). Albuşurile se bat cu telul, iar după aceea se încorporează, amestecând. Nucile se curăţă de coajă şi se dau prin maşina de tocat. Compoziţia obţinută se pune într-o formă unsă cu unt şi tapetată cu făină. Se lasă la cuptor la foc potrivit 60–80 de minute. Tava se întoarce de pe o parte pe alta, la un interval de 15 minute, ungându-se cu gălbenuş de ou. La sfârşit se adaugă nuca pisată, lăsându-se până aceasta devine maronie. Se serveşte rece, cu ciocolată rasă deasupra, cu îngheţată de lămâie ori fructe confiate.

Chec cu nucă şi rahat

250 g zahăr
250 g făină
250 g smântână
4 ouă, o lămâie
100 g miez de nucă
100 g rahat, o lămâie
un pliculeţ de praf de copt
un pliculeţ de zahăr vanilat

Două ouă întregi se bat împreună cu 200 g zahăr, apoi se adaugă smântâna, făina împreună cu praful de copt, zahărul vanilat şi coaja rasă de lămâie. Se pisează o parte din miezul de nucă şi se adaugă în compoziţie. Trei sferturi din compoziţie se toarnă în forma unsă cu unt, apoi se pune rahatul, tăiat în cubuleţe, iar peste el vine restul de compoziţie. Se dă la cuptor. Restul miezului de nucă se lasă întreg, se amestecă bine cu două albuşuri şi două linguri de zahăr, după care se pune pe chec când acesta e aproape copt.

Chec cu portocale

200 g zahăr
150 g făină
125 g unt
3 ouă, o portocală
un pliculeţ de praf de copt

Portocala se dă pe răzătoare şi se stoarce de zeamă. Untul se freacă spumă, mai întâi singur, apoi cu zahărul, după care se adaugă, unul câte unul, cele trei gălbenuşuri, coaja şi zeama de portocală. Albuşurile se bat spumă, după care se adaugă în compoziţie, pe rând, câte o lingură de făină amestecată cu praf de copt şi una de albuş. Se dă la cuptor într-o tavă unsă, la foc moderat.

Chec cu smântână şi dulceaţă

250 g făină
250 g zahăr
250 g smântână
4 ouă, 100 g miez de nucă
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
un pliculeţ de praf de copt
fructe din dulceaţă

Se freacă două ouă întregi cu 200 g zahăr, apoi se adaugă smântâna, făina amestecată cu praful de copt, coaja rasă de lămâie şi o parte din miezul de nucă pisat. Se omogenizează compoziţia şi trei sferturi din ea se toarnă în forma de chec, peste ele se întinde dulceaţa, apoi se acoperă cu compoziţia rămasă. Se dă la cuptor, iar când este aproape gata, se aşază, în partea de sus, restul miezului de nucă, lăsat întreg şi amestecat cu două albuşuri şi două linguri de zahăr.

Choux-à-la-creme

150 mg făină
100 g unt, 4 ouă
200 g frişcă
2 linguri de zahăr pudră

Se topeşte untul în o jumătate de litru de apă aflată pe foc. Când începe să fiarbă apa, se stinge focul şi se adaugă făina, amestecând energic cu lingura de lemn ca să se dizolve şi să nu formeze cocoloaşe. Se pune iar vasul pe foc mic, amestecând până se îngroaşă şi se dezlipeşte de pereţii vasului, moment în care se ia de pe foc, continuând amestecarea până se răceşte. Se adaugă, pe rând, ouăle, se omogenizează, apoi se fac sfere din aluat de mărimea unei piersici, care se pun într-o tavă unsă şi se dau la cuptor, la foc puternic, 20 de minute, după care se lasă focul mai mic pentru încă 20 de minute. După ce s-au răcit, se taie în două la mijlocul înălţimii şi se umplu cu frişcă. Se servesc pudrate cu zahăr.

Clătite cu piersici la cuptor

1 l lapte
2 ouă, 3 căni de făină
zahăr, vanilie
3 ceşti de smântână
piersici din compot

Se amestecă laptele cu ouăle şi făina şi zahărul şi vanilia până când devin o pastă. Se toarnă compoziţia cu un polonic într-o tigaie încinsă şi se coc clătitele pe fiecare parte. Când sunt gata se umplu cu gem acrişor şi cu piersicile tăiate în felii subţiri. Se rulează şi se aşază într-un vas rezistent. Se toarnă peste ele smântâna şi se dau la cuptor până se rumenesc. Se servesc calde cu zahăr pudră pe deasupra.

Corăbioare cu ciocolată

120 g zahăr pudră
200 g unt, 250 g făină
un ou, o lămâie
50 g ciocolată

Zahărul se amestecă bine cu oul, cu untul frecat spumă şi cu coaja rasă de lămâie, după care se încorporează, puţin câte puţin, făina. Se freacă în continuare până se omogenizează şi îşi sporeşte consistenţa. Se modelează, cu mâna, forma unor corăbioare, care se stropesc cu ciocolată topită şi se dau la cuptor, într-o tavă, să se coacă la foc domol.

Corăbioare cu migdale

300 g zahăr tos
250 g unt, 200 g făină
12 migdale dulci, 2 ouă
un pliculeţ de zahăr vanilat

Untul se înmoaie la aburi, apoi se freacă bine, amestecându-se cu zahărul tos şi cu cel vanilat. Se toarnă apoi cele două gălbenuşuri, unul câte unul, un albuş bătut spumă şi, treptat, făina. Se amestecă în continuare, timp de o oră, până când compoziţia devine suficient de consistentă. Se împarte în patru bucăţi, care se modelează cu mâna în formă de corăbioare, deasupra fiecăreia aliniindu-se câte trei migdale. Se dau la cuptor, într-o tavă.

Cornuleţe cu cireşe

500 g cireşe
100 g zahăr tos
un ou, 2 linguri de pesmet
20 g unt, 2 linguri de zahăr pudră
un pliculeţ de zahăr vanilat
scorţişoară

Cireşele se curăţă de codiţe, li se scot sâmburii, apoi se pun la fiert în apă rece. După ce s-au fiert suficient, se scot şi se scurg bine. Apoi se amestecă, într-un castron, cu zahărul, oul, o lingură de pesmet şi un praf de scorţişoară, după gust. Se modelează cornuleţe din această compoziţie, se tăvălesc prin pesmet şi se dau la cuptor, într-o tavă unsă cu unt. Se servesc presărate cu zahăr pudră amestecat cu zahăr vanilat.

Covrigei cu coniac

300 g făină
100 g unt, 200 g zahăr
4 ouă, o lămâie, 50 ml coniac
un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară

Se freacă trei dintre ouă cu untul şi cu zahărul, timp de aproximativ o jumătate de oră. După acest interval, se adaugă făina amestecată cu praful de copt, puţină coajă rasă de lămâie, un praf de scorţişoară şi

coniacul. Se frământă bine aluatul, se taie în fâşii cât un creion, care se subţiază la capete şi se răsucesc, formând covrigeii. Aceştia se ung cu un gălbenuş bătut şi diluat cu puţină apă, apoi se dau la cuptor într-o tavă unsă până se rumenesc auriu.

Covrigei de ciocolată

200 g făină
100 g unt, 50 g zahăr
un ou, 100 ml lapte
2 linguri de cacao

Se freacă bine făina cu margarina, zahărul, laptele şi cacaua, amestecând energic până se omogenizează. Se frământă un aluat fraged, care se împarte în fâşiuţe de dimensiunile unui creion. Se subţiază la capete şi se răsucesc, obţinându-se forma covrigeilor. Aceştia se coc la cuptor, într-o tavă unsă cu unt.

Cremă de ananas

o cutie de compot de ananas de 500 g
o ceaşcă de musli
zaharină, 3 ceşti de apă
un plic de jeleu de ananas (praf)

Se strecoară ananasul şi se păstrează zeama. Se păstrează 2 rondele întregi de ananas, iar restul se taie în bucăţele mici. Într-o oală de amestecă musli, zaharina după gust şi apa, se fierb, până când se leagă un sos. Amestecând se adaugă pe rând zeama de la compot, jeleul şi ananasul. Se răstoarnă într-o compoziţie şi se lasă la frigider circa 2 ore. Se scoate crema pe un platou şi se ornează cu feliile de ananas.

Cremă de cafea

8 ouă
100 g zahăr, 300 ml lapte
2 linguri de făină, 50 ml rom
2 linguriţe de cafea măcinată
150 g frişcă, sare

Gălbenuşurile de la cele 8 ouă se freacă spumă cu zahărul şi un praf de sare, apoi se toarnă laptele şi se încorporează făina. Se pune compoziţia să fiarbă pe foc moale, bătându-se până se îngroaşă, moment în care se toarnă romul şi cafeaua, fiartă foarte concentrată şi strecurată. Se continuă fierberea încă două minute, apoi se ia de pe foc, se toarnă în cupe şi se dă la rece. Se serveşte ornată cu frişcă.

Cremă de cacao cu nuci şi pişcoturi

un pachet de margarină
200 g cacao
500 g nuci
100 g ciocolată rasă
200 g căpşuni
300 g pişcoturi pentru şampanie

Se freacă margarina cu cacao, apoi se adaugă nucile mărunţite. Se pune cu frişcă, ciocolată rasă, apoi se adaugă căpşunele, spălate şi curăţate de impurităţi şi codiţe. Se serveşte cu pişcoturi pentru şampanie, aşezate în cerc, pe marginea salatierei.

Cremă de lămâie

200 g unt
300 g zahăr, 400 ml lapte
2 linguri de făină, o lămâie

Untul, înmuiat la aburi, se freacă bine cu zahărul, până se obţine o spumă destul de consistentă. Se dizolvă făina în lapte, apoi se pun la fiert, pe foc moale, amestecând mereu ca să nu se ardă făina sau să se formeze cocoloaşe. Când dă în clocot, se ia de pe foc, se lasă până se răceşte, după care se adaugă coaja rasă şi zeama de la o lămâie. Se amestecă, apoi, cu untul şi zahărul şi se omogenizează.

Cremă de trandafiri

800 ml lapte
100 g zahăr
200 g petale de trandafir
50 g migdale
3 linguri de făină
5 gălbenuşuri

Se fierbe trei sferturi din cantitatea de lapte cu zahărul, adăugând petalele de trandafir şi migdalele pisate. Făina se omogenizează cu puţin lapte, apoi se toarnă în cratiţă. Cu o furculiţă sau cu telul se bat gălbenuşurile cu lapte, apoi se adaugă, la fel, amestecului de pe maşina de gătit. Vasul se ţine pe foc până ce compoziţia începe să se îngroaşe, amestecând continuu. Apoi, crema este gata. În loc de petale de trandafir (cel roşu, special pentru dulceaţă) se pot folosi flori de liliac. Se aşază într-un vas de porţelan şi se dă la frigider, fiind mai bună rece.

Fructe umplute cu cremă de ciocolată

2 banane
2 portocale
4 kiwi
un pepene galben mic
4 linguri de zahăr
200 g ciocolată de menaj
2 pliculeţe de zahăr vanilat
2 ouă întregi
2 gălbenuşuri
o sticluţă esenţă de rom
200 g frişcă

Coaja de portocală se dă pe răzătoare şi se amestecă cu gălbenuşurile bătute şi ouăle întregi. Se adaugă zahărul, ciocolata de menaj topită şi zeama de la o portocală. Frişca se omogenizează cu esenţa de rom şi zahărul vanilat. De preferinţă, această operaţiune ar trebui efectuată cu mixerul. Crema de ciocolată se aşază în vase rezistente şi se dă 4 ore la rece. După ce s-a închegat suficient, fructele se curăţă de coajă şi se taie în jumătăţi. Pepenelui galben i se scot cu grijă seminţele, iar bananele şi portocalele se scobesc la mijloc. Fructele se umplu apoi cu crema de ciocolată şi se ornează cu frişcă. Acest desert se poate servi cu pişcoturi pentru şampanie sau limbi de pisică preparate în casă.

Fursecuri cu lămâie şi dulceaţă

200 g unt
120 g zahăr
un ou, o lămâie
dulceaţă de lămâie sau de portocale

Se freacă untul cu zahărul şi cu gălbenuşul, până se obţine o consistenţă spumoasă, apoi se adaugă coaja rasă şi zeama de lămâie. Se continuă frecarea, ajungând la o pastă omogenă care se întinde într-o foaie groasă de un centimetru. Cu ajutorul unui păhăruţ, se decupează cerculeţe din această foaie, aşezându-se într-o tavă tapetată cu hârtie pentru copt. Se dă tava la cuptor, cam 20 de minute, la foc potrivit. Fursecurile se vor lipi, două câte două, cu dulceaţă de lămâie.

Fursecuri cu mac

250 g mac
200 g făină, 100 g unt
150 g zahăr, 100 g smântână
150 ml lapte, un ou
2 linguri de untură, o lămâie
un pliculeţ de praf de copt
sare, scorţişoară

Se amestecă făina cu praful de copt, apoi cu untul, două linguri de zahăr, smântâna, un gălbenuş şi un praf de sare. Se frământă aluatul şi se întinde într-o foaie care se taie în cerculeţe cu gura unui păhărel. Seminţele de mac se prăjesc în untură încinsă, după care se adaugă laptele, zahărul rămas, coaja rasă de lămâie şi un praf de scorţişoară. Se omogenizează compoziţia şi cu ea se lipesc fursecurile, două câte două, apoi se pun într-o tavă unsă şi se introduc în cuptorul bine încins.

Fursecuri cu mentă

200 g făină
150 ml ulei, 150 g miere
2 ouă, un pliculeţ de praf de copt
50 ml ceai concentrat de mentă

Mierea se bate bine cu ouăle până se obţine o spumă, în care se toarnă uleiul, apoi se adaugă praful de copt şi concentratul de mentă, amestecând bine. Se încorporează făina, puţin câte puţin. Se pune cu linguriţa din această compoziţie într-o tavă unsă cu unt, apoi se dă la cuptor, unde se ţine, la foc moderat, până se rumenesc fursecurile.

Fursecuri cu nuci şi ciocolată

100 g zahăr pudră
100 g miez de nucă
100 g ciocolată
200 g unt
300 g făină
2 linguri de pesmet
un ou, o lămâie

Untul, împreună cu zahărul şi cu gălbenuşul se freacă spumă, după care se adaugă miezul de nucă pisat mărunt sau dat prin maşină, ciocolata rasă, coaja de lămâie rasă şi făina. Se omogenizează compoziţia, apoi se modelează cu mâna, din acest aluat, biluţe cât cireaşa, care se turtesc cu dosul palmei şi se aşază într-o tavă unsă cu puţin unt şi tapetată cu pesmet. Se introduce tava în cuptorul încins şi se coc fursecurile, la foc potrivit.

Fursecuri cu vişine

100 g zahăr
4 ouă, 3 linguri de pesmet
vişine

Vişinele se curăţă de codiţe şi li se scot sâmburii, apoi se pun într-un castron şi se presară cu zahăr, dându-se la rece pentru vreo două ore, ca să se lase zeama. Se separă gălbenuşurile de albuşuri, după care se bat spumă fiecare dintre ele. Se amestecă albuşurile şi gălbenuşurile bătute cu vişinele şi zahărul, scurse de zeamă. Se freacă bine până se obţine o compoziţie omogenă şi suficient de consistentă. Se tapetează o tavă cu hârtie de copt şi se pune pe ea câte o linguriţă din compoziţie, până se termină. Se coc la foc potrivit, în cuptorul încins în prealabil.

Fursecuri din migdale cu nuci

150 g făină
100 g unt
200 g zahăr, un ou
100 g migdale
100 g miez de nucă
50 ml lapte
50 ml rom
2 pliculeţe de zahăr vanilat
un pliculeţ de praf de copt, sare

Se freacă untul cu oul întreg, făina amestecată cu praful de copt, migdalele curăţate şi pisate, jumătate din cantitatea de zahăr, laptele, jumătate din zahărul vanilat şi un vârf de cuţit de sare. Se omogenizează, se frământă şi se întinde într-o foaie groasă de aproximativ 5 milimetri. Se aşterne într-o tavă şi se dă la cuptor. Până se coace, se prepară crema, din miezul de nucă pisat, restul de zahăr tos şi de zahăr vanilat, două linguri de apă şi romul. Se omogenizează. Când se scoate aluatul din cuptor, se taie în pătrăţele, care se lipesc, două câte două, cu crema.

Fursecuri pentru ceai

200 g făină
60 ml ulei
100 g miere, 2 ouă
o lingură de zahăr pudră
un pliculeţ de zahăr vanilat
sare, bicarbonat, scorţişoară

Mierea se freacă spumă cu zahărul pudră şi cu ouăle întregi, apoi se presară o lingură de scorţişoară şi se toarnă uleiul, se adaugă o jumătate de linguriţă de bicarbonat şi un vârf de linguriţă de sare. După ce se omogenizează, se încorporează făina. Se frământă aluatul, se acoperă cu un prosop şi se lasă deoparte un sfert de oră, apoi se întinde o foaie cu grosimea de aproximativ 5 milimetri, din care se taie cerculeţe, cu gura unui păhărel. Se pun fursecurile într-o tavă unsă cu puţin ulei şi se dau la cuptor, la foc moderat. Se servesc pudrate cu zahăr vanilat.

Gogoşi cu iaurt

250 g iaurt
3 ouă, 3 linguri de ulei
o cană de zahăr
făină cât cuprinde
o linguriţă de bicarbonat
zahăr pudră

Se bat bine ouăle cu zahărul, se adaugă o linguriţă de bicarbonat stins în puţin iaurt, apoi tot iaurtul şi se încorporează făina, cât cuprinde ca să iasă un aluat potrivit de moale. Se amestecă bine până se omogenizează. Se modelează gogoşile, apoi se prăjesc bine în ulei încins. Se servesc pudrate cu zahăr.

Îngheţată de ciocolată cu ienupăr

600 g de ciocolată de menaj
450 g zahăr pudră
350 ml lapte
50 g pulbere de ienupăr
300 g frişcă
2 linguri de sos de vişine

Ciocolata se dă pe o răzătoare de sticlă şi i se adaugă laptele cald şi zahărul, amestecând bine să se topească. Se lasă peste noapte la congelator aşezată în forme speciale, iar a doua zi se dă la masă. Frişca este ţinută şi ea toată noaptea la congelator, iar acum se încorporează cu restul compoziţiei. Preparatul se pune în forme de îngheţată şi se dă la masă, decorat cu mai multă frişcă şi sos de vişine. Ca o excentricitate, se poate servi cu banane flambate.

Îngheţată de lămâie

180 g zahăr
3 lămâi, 2 ouă

Se fierb 150 g de zahăr în 300 ml apă, la foc mic, amestecându-se în permanenţă, ca să nu se lipească. Când începe să se lege siropul, se adaugă coaja rasă de la o lămâie şi zeama a trei lămâi. Când începe să clocotească, se ia de pe foc şi se lasă o oră, să se răcească, după care se amestecă în compoziţie o lingură de zahăr şi două albuşuri bătute spumă. Se toarnă într-o tăviţă pentru îngheţată şi se lasă la congelator.

Îngheţată din suc de morcovi

300 g de zahăr pudră
800 ml lapte nefiert
500 g suc de morcov
100 g lămâie
2 plicuri de zahăr vanilat

Zahărul pudră se omogenizează cu gălbenuşurile, până când devin o spumă bine legată. Se adaugă laptele treptat, amestecând continuu cu lingura de lemn. Coaja de lămâie se rade şi se pune la compoziţie, ca şi zahărul vanilat. Din morcov se obţine suc, acesta amestecându-se cu restul ingredientelor. Preparatul se răstoarnă într-un vas special şi se dă la congelator. Când este îngheţat, se aşază în cupe şi se ornează cu sos de ciocolată (ciocolată amară rasă, topită la foc mic, amestecată cu unt şi zahăr), frişcă şi diverse fructe (zmeură, cireşe, kiwi sau pepene galben).

Jeleu de portocale şi mere

25 g portocale
25 g mere rase
3 g gelatină, 150 ml apă
5 linguri de zahăr
150 ml suc de portocale

Se fierbe apa, se dă pe foc şi se adaugă coaja de portocale şi se lasă 5–6 minute la foc. Se adaugă suc de portocale, fructele tăiate bucăţele, gelatina. Se serveşte de preferinţă rece.

Limbi de pisică

200 g zahăr pudră
200 g făină, 50 g unt
100 ml lapte
3 ouă

Se freacă spumă untul cu zahărul, apoi se încorporează făina şi albuşurile de la cele trei ouă, fără să fie bătute. Se toarnă laptele şi se amestecă până la omogenizare. Se încălzeşte puţin o tavă, în ea punându-se cu ajutorul unui cornet fâşii din compoziţie, lungi cam de 10 centimetri şi înguste. Se introduce tava la cuptor şi se lasă, la foc iute, până ce bucăţile de aluat încep să se îngălbenească pe margini.

Madlene cu lămâie

150 g zahăr
150 g unt
150 g făină
4 ouă
o lămâie

Ouăle întregi se freacă spumă împreună cu zahărul. Separat se freacă spumă untul, după care se omogenizează cu compoziţia. Se mai adaugă coaja rasă de lămâie, apoi, puţin câte puţin, se încorporează făina. Se amestecă bine până se formează un aluat omogen. Se folosesc forme speciale, de dimensiuni mici, care se ung bine cu unt şi se tapetează cu făină. Se coc, în cuptorul bine încins, la foc potrivit.

Madlene cu migdale

150 g zahăr
200 g făină
200 g unt
3 ouă
10 g drojdie de bere
un pliculeţ de zahăr vanilat
o sticluţă de esenţă de migdale

Ouăle se bat spumă împreună cu zahărul tos şi cu cel vanilat. Drojdia se subţiază cu puţină apă, se amestecă bine cu făina, apoi cu ouăle şi zahărul, turnând şi esenţa de migdale. Se omogenizează, apoi se adaugă untul, care a fost în prealabil înmuiat la aburi, frecat spumă şi răcit. Formele pentru madlene se ung bine cu unt, se presară cu făină, apoi se toarnă compoziţia şi se dau la cuptor, cel mult un sfert de oră.

Melanj de fructe proaspete

2 mere
3 pere zemoase
12 prune coapte
un pahar de boabe de struguri albi
un pahar de boabe de struguri negri
2 felii de pepene galben
o lămâie, 2 pahare vin alb
un pahar zahăr pudră

Merele şi perele se curăţă de coajă şi de sâmburi, apoi se taie în feliuţe subţiri. Prunele se curăţă de coajă, li se scot sâmburii şi se taie în sferturi. Pepenele galben se curăţă şi se taie în cubuleţe. Se amestecă fructele cu vinul, zahărul şi zeama de lămâie, apoi se dă la rece. Se serveşte în cupe, cu câte un pişcot de fiecare.

Mere în foitaj

250 g făină
120 g margarină
120 g unt, sare
7 ml oţet
2 linguri de făină
120 ml apă, un gălbenuş
1 kg mere, 100 g zahăr
50 g stafide, vanilină

Se aleg mere la aceeaşi mărime, se curăţă şi li se scot sâmburii. Se umple locul rămas dintr-o cremă din zahăr, vanilină şi stafide. Aluatul se pregăteşte pe o planşă de lemn, punând întâi făina şi în mijlocul ei apa şi sarea. Aluatul se frământă. Se lasă 20 de minute la frigider, după care se întinde, presărând în prealabil făină pe masă. Se întinde o foaie de aluat, care se taie în atâtea pătrate câte mere avem. Merele se pun în mijlocul pătratelor, apoi ungem marginile foii cu gălbenuş de ou, spre a le uni. Se coc la foc potrivit, 40 de minute. La final se pudrează cu zahăr.

Napolitane cu cremă de nuci şi cacao

200 g margarină
250 g zahăr
100 g miez de nucă
o lingură de cacao
un pachet de foi de napolitane

Zahărul se toarnă într-o cratiţă şi se pune la foc mic, să se caramelizeze, apoi se stinge cu o cană de apă şi se mai fierbe puţin, cât să se dizolve. Nucile se pisează mărunt, amestecându-se cu margarina, cu cacaua şi cu o cană de apă. Se toarnă acest amestec în oala cu zahăr şi se pune să fiarbă, pe foc mic, până se îngroaşă. Se umplu foile de napolitană cu compoziţia obţinută şi se presează cu un obiect greu, ca să se aşeze uniform umplutura. Se taie în bucăţi doar când se servesc.

Nuci

250 g margarină
100 g zahăr
4 linguriţe de miez de nucă măcinat
o lingură de cacao
14 linguri de făină
o lămâie
o sticluţă de esenţă de rom
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se freacă margarina cu zahărul până se obţine o spumă. Se adaugă miezul de nucă, apoi cacaua, făina, turnată puţin câte puţin. Se amestecă bine până se omogenizează, după care se frământă insistent până se obţine un aluat moale. Se modelează forme de nuci, care se dau la cuptor într-o tavă bine unsă cu unt şi tapetată cu făină. Crema se prepară din 250 g margarină, două linguri de cacao, două linguri de apă, 5–6 linguri de zahăr. Se freacă bine toate acestea, iar cu crema se umplu nucile, tăiate în două la mijloc.

Negresă

10 ouă
400 g zahăr
120 g făină, o lingură de cacao
100 g ciocolată
100 ml rom, 250 g unt
fulgi de nucă de cocos

Se bat spumă albuşurile de la şapte ouă cu 150 g zahăr şi o lingură de rom, apoi se adaugă, unul câte unul, cele şapte gălbenuşuri, cacaua şi făina. După ce s-a omogenizat, se toarnă într-o formă de tort unsă cu unt şi presărată cu făină. Se coace în cuptorul încins o jumătate de oră, fără să se deschidă uşa între timp. Se lasă până se răceşte, apoi se taie în două, la mijlocul înălţimii. Se freacă trei ouă întregi cu 150 g zahăr, apoi se adaugă ciocolata topită şi untul, după care se dă la rece o jumătate de oră. Între timp, se fierb 100 g zahăr în 200 ml apă, adăugând şi restul de rom când s-a topit zahărul. Se ia de pe foc când e legat şi se însiropează blatul, apoi se ung jumătăţile de blat cu crema de ciocolată şi se suprapun. Se ornează cu fulgi de cocos.

Orez cu fructe confiate

100 g orez
200 g fructe confiate
un pliculeţ de scorţişoară
2 mere

Se amestecă 100 g de orez fiert cu 200 g fructe confiate (cireşe, afine, caise, piersici) şi mere rase. Se adaugă scorţişoară şi vişine din dulceaţă pentru ornament. Se adaugă cacao şi zahăr pudră, şi se serveşte cald sau rece, după preferinţă.

Orez cu lapte şi fructe

200 g orez
2 pliculeţe de zahăr vanilat
300 ml lapte, 40 g frişcă
100 g zahăr, 2 gălbenuşuri
o esenţă de rom, 40 g unt
300 g fructe de sezon
de preferat cele zemoase

Se fierb 200 ml lapte cu orezul într-un vas de inox, spre a nu se lipi, adăugând zahărul. Când este aproape fiert, se lasă la răcit şi se încorporează gălbenuşurile şi esenţa de rom. Se adaugă zahărul vanilat şi restul de lapte. Se curăţă fructele de coajă şi se porţionează în feliuţe mici. Acestea se omogenizează cu compoziţia de mai sus şi se dă totul la frigider câteva ore. Când este gata, se aşază pe un platou şi se ornează cu frişcă şi bucăţele de

fructe proaspete. Se poate pudra cu un praf de cacao şi scorţişoară, pentru impresia estetică.

Pandişpan cu cremă de ciocolată

350 g zahăr
150 g făină, 8 ouă
200 g unt, 200 ml lapte
100 g ciocolată

Se freacă şase gălbenuşuri spumă cu 150 g zahăr, adăugând apoi, rând pe rând, câte o lingură de făină şi una de albuş bătut spumă, amestecându-se de fiecare dată. Se unge o tavă dreptunghiulară cu unt, se tapetează cu făină şi se toarnă compoziţia, apoi se dă la cuptor, la foc moderat, până se coace. După aceea, se scoate, se lasă să se răcească, apoi se taie în bucăţi. Zahărul rămas se freacă, între timp, cu gălbenuşurile de la celelalte două ouă, cu ciocolata topită şi laptele. Se pun să fiarbă împreună, la foc domol, amestecând permanent. Se lasă până se îngroaşă, apoi se ia de pe foc şi se continuă amestecarea, până se răceşte, apoi se combină cu untul frecat. Crema obţinută se întinde între două felii de pandişpan.

Pandişpan cu vişine

200 g zahăr
200 g făină
5 ouă, 50 ml ulei
600 g vişine
o lămâie, un pliculeţ de zahăr vanilat

Albuşurile se bat spumă cu zahărul, apoi se toarnă, unul câte unul, gălbenuşurile, amestecând de fiecare dată. Se adaugă uleiul, coaja rasă de lămâie, zahărul vanilat şi făina, apoi se omogenizează. Într-o formă de chec, tapetată cu hârtie pentru copt, se întinde câte un strat de compoziţie şi unul de vişine, continuându-se tot aşa până se umple forma. Se coace la foc mic.

Pâine de ciocolată

200 g făină
200 g zahăr
100 g unt
150 g ciocolată
6 ouă, un pliculeţ de zahăr vanilat

Se freacă împreună untul cu zahărul tos şi cu cel vanilat. Se separă gălbenuşurile de albuşuri, apoi se freacă şi unele şi altele. Gălbenuşurile se adaugă la compoziţie, după care se toarnă câte o lingură de făină şi una de albuş, amestecând cu grijă şi continuând în mod identic până se termină ingredientele. Laptele se încălzeşte puţin şi se topeşte ciocolata în el, apoi se adaugă şi în compoziţie, care se omogenizează şi se dă la cuptor într-o formă unsă cu unt şi tapetată cu făină. Se ţine la foc mic.

Pâine de nucă

3 ouă
un pahar de zahăr pudră
2 linguri de ulei
un praf de copt
un pahar de nucă măcinată
un pahar cu făină
o lămâie

Ouăle se bat bine cu zahărul, apoi se adaugă uleiul, praful de copt stins în zeama de lămâie, făina, turnată în ploaie, plus nuca măcinată, amestecându-se până ce se obţine un aluat elastic. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu făină şi se dă la cuptor, să se coacă, la foc moderat, cam o jumătate de oră. Se taie în felii numai după ce se răceşte.

Pâinea sultanului

200 g făină
200 g zahăr
100 g migdale
100 g fistic, 100 g alune
100 g curmale
100 g smochine
100 g stafide, 8 ouă

Albuşurile se separă de gălbenuşuri şi se bat spumă cu zahărul, după care se adaugă fructele, în următoarea ordine: migdalele, fisticul şi alunele, curăţate şi pisate mărunt sau tocate la maşină, curmalele şi smochinele tăiate mărunt, apoi stafidele. La sfârşit, se încorporează făina, puţin câte puţin, amestecând mereu. Se omogenizează aluatul, se modelează în formă de franzele, care se ung cu gălbenuşurile bătute şi se pun la copt într-o tavă presărată cu făină. Se lasă la cuptor, la foc moale, timp de o oră.

Pepene galben cu profiterol

2 pepeni galbeni de câte 1 kg fiecare
200 g frişcă
200 g îngheţată asortată
100 g alune
8 limbi de pisică, 2 kiwi

Se taie un capac la fiecare pepene, apoi se despică în două şi se îndepărtează seminţele. Pepenii se umplu cu îngheţata, alunele pisate, frişca şi limbile de pisică, apoi se ornează cu felii de kiwi şi sos de ciocolate.

Pepene galben umplut

un pepene galben mare
o pară, un măr
2–3 piersici, 2–3 prune
un pahar boabe de struguri
un pahar de vin, 2 păhărele de rom
un pahar de zahăr, 3 foi de gelatină
un pliculeţ de zahăr vanilat

Mărul, para, prunele şi piersicile se curăţă de coji şi de sâmburi, apoi se taie în cubuleţe şi, împreună cu strugurii, se pun într-un castron în care se presară zahărul. Se taie un căpăcel din pepenele galben, se scot seminţele şi se umple pepenele cu fructele celelalte. Se amestecă, pe foc mic, vinul cu zahărul, apoi şi cu gelatina. Se iau de pe foc atunci când s-au dizolvat în vin, se strecoară, apoi se adaugă romul şi zahărul vanilat. Se lasă să se răcească, apoi se toarnă în pepene, care se dă la rece.

Pere şi gutui la tavă cu frişcă

3 gutui
5 pere bergamote
50 g margarină
2 linguri de zahăr
2 linguri de miere
200 g stafide, 200 g frişcă

Se iau trei gutui coapte bine şi cinci pere bergamote. Se curăţă de cotoare, care se toacă mărunt şi se păstrează. Se taie în jumătăţi şi se aşază într-o tavă unsă cu margarină. Printre ele se pun cotoarele cu tot cu seminţe. În scobitura creată se pune câte o linguriţă de zahăr sau miere şi stafide cât încap. În tavă se mai toarnă o cană de apă şi restul de stafide, cu trei linguri de zahăr. Se dă la cuptor şi se lasă să scadă până când sunt bune rumenite. Se scot pe un platou de porţelan, se răcesc şi se dau câteva ore la frigider. Se servesc reci, cu frişcă deasupra.

Pesmeţi de ciocolată şi migdale

200 g migdale
200 g zahăr pudră
50 g ciocolată
o lingură de făină, un ou
o lămâie, scorţişoară

Migdalele se curăţă şi se pisează mărunt. Ciocolata se dă pe răzătoarea fină. Lămâia se rade de coajă. Albuşul se separă de gălbenuş. Se amestecă migdalele, ciocolata, zahărul, coaja de lămâie şi un praf de scorţişoară cu trei linguri de apă călduţă, punându-se împreună la fiert, pe foc mic. Când s-au topit ciocolata şi zahărul, iar compoziţia s-a îngroşat, se ia de pe foc, se amestecă o lingură de făină, apoi se frământă aluatul şi se întinde o foaie groasă de 5 milimetri. Se taie în fâşii late de 2 centimetri şi lungi de 5–6, care se ung cu albuşul bătut, se presară cu zahăr şi se dau la cuptor într-o tavă unsă.

Piersici umplute

8 piersici
150 g miere, 150 g frişcă
150 g miez de nucă
o lingură de cacao

Se spală piersicile, curăţând bine tot puful, apoi se taie în jumătăţi şi se scot sâmburii. Miezul de nucă se pisează sau se dă prin maşina de tocat, apoi se amestecă bine cu mierea şi cacaua. Cu crema obţinută se umplu jumătăţile de piersică, ornându-se cu frişcă. Înainte de a se servi la masă, se ţin la frigider cel puţin o oră.

Pişcoturi cu migdale

200 g migdale
300 g zahăr tos
6 ouă, 2 linguri de zahăr pudră
gem de caise

Se curăţă migdalele şi se pisează, sau se dau prin maşina de tocat. Albuşurile se bat spumă, apoi se amestecă bine cu migdalele şi cu zahărul, până se omogenizează. Se tapetează o tavă cu o coală de hârtie pentru copt şi, prin intermediul unui cornet, se aştern pişcoturi, care se presară cu zahăr pudră. Se introduce tava la cuptor şi se lasă până încep să se rumenească pişcoturile. Acestea se pot servi lipite, două câte două, cu gem de caise.

Pişcoturi din nuci

300 g făină
80 g unt
200 g zahăr
100 g miez de nucă

Se amestecă bine făina cu untul, frecat spumă în prealabil, cu zahărul şi cu miezul de nucă pisat mărunt sau tocat la maşină. Se omogenizează compoziţia, obţinându-se un aluat de consistenţă nici prea moale, nici prea tare. Se întinde o foaie groasă cam de o jumătate de centimetru, din care se taie fâşii. Acestea se modelează cu mâna, în lipsa unor forme speciale, punându-se la copt într-o tavă unsă cu unt, la foc potrivit.

Plăcintă cu caise

500 g caise
500 g făină
200 g unt
2 ouă
10 g drojdie de bere
100 ml lapte
200 g zahăr
sare

Caisele se curăţă de coajă şi se taie în jumătăţi, scoţându-se sâmburii. Se amestecă făina cu untul, înmuiat la aburi în prealabil, un ou întreg şi un gălbenuş, drojdia dizolvată în laptele călduţ. Se omogenizează, se frământă, apoi se întinde o foaie groasă de un deget, se aşterne într-o tavă unsă cu unt, se acoperă cu jumătăţile de caise presărate cu zahăr, după care se lasă să crească. Se dă la cuptor, la foc potrivit, iar când se rumeneşte, se scoate şi se taie în bucăţi pătrate, presărându-se cu zahăr.

Prăjitura debutanţilor

Aluat:
6 ouă
11 linguri de zahăr
11 linguri de făină
11 linguri de ulei
un vârf de cuţit de praf de copt;

Crema:
4 pahare de zahăr
6 pahare de apă,
un pachet de margarină
7 linguri de făină
un pliculeţ de zahăr vanilat
cacao

Este o prăjitură pe care o poate încerca oricine, înainte de a se aventura spre alte reţete. Aluatul se face bătând bine ouăle întregi, cu zahărul după care se adaugă praful de copt, uleiul şi făina, amestecând permanent, până la omogenizare. Se întinde într-o foaie groasă, care se pune într-o tavă unsă cu ulei şi se coace, la foc potrivit, până se rumeneşte puţin. Pentru cremă, se fierbe zahărul cu apa, se topeşte margarina, se adaugă cacaua, puţin câte puţin, apoi zahărul vanilat, continuând fierberea până se

îngroaşă crema. Se taie aluatul în două părţi, între care se întinde crema.

Prăjitură cu căpşune

500 g căpşune
200 g unt
200 g zahăr pudră
4 ouă, 200 g făină

Se freacă untul, timp de cinci minute, cu lingura de lemn. Se toarnă zahărul, se amestecă, apoi, unul câte unul, cele patru gălbenuşuri. Se toarnă, în ploaie, făina, iar în final se adaugă şi albuşurile, bătute spumă. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu făină, se toarnă compoziţia, iar deasupra se aranjează căpşunele, curăţate de codiţe, spălate şi scurse bine. Se dă la cuptor să se coacă bine şi se serveşte, tăiată în felii, numai după ce s-a răcit, pudrată cu zahăr.

Prăjitură cu griş

o cană de griş
o cană de miez de nucă măcinat
o cană de zahăr
o cană de lapte
o linguriţă de bicarbonat
3 ouă, sare

Grişul se opăreşte în laptele în clocot, apoi se lasă să se răcească. După aceea, se adaugă zahărul, făina, miezul de nucă, ouăle, bicarbonatul stins în puţin lapte. Se amestecă până la omogenizare, se frământă până iese un aluat suficient de moale, care se întinde într-o foaie, aşezându-se pe tava unsă cu unt şi pudrată cu făină. Se dă la cuptor şi, în timp ce se coace, se prepară un sirop de zahăr ars, care poate avea diverse arome. Deasupra se presară nuci măcinate.

Prăjitură cu cremă de cafea

400 g făină
300 g zahăr
150 g miere
400 g unt
5 ouă
200 ml cafea concentrată
o lămâie
bicarbonat

Trei gălbenuşuri se freacă spumă cu jumătate din cantitatea de zahăr, adăugând apoi trei linguri de făină şi cafeaua. Se amestecă şi se pune să fiarbă la foc mic, amestecând permanent, până se îngroaşă crema, după care se stinge focul şi se amestecă untul, frecându-se până se răceşte, apoi se lasă la frigider. Mierea se încălzeşte până devine fluidă, apoi se adaugă restul de zahăr, două ouă întregi, făina rămasă şi o linguriţă de bicarbonat dizolvat în zeama de lămâie. Se frământă bine, apoi se acoperă şi se lasă la crescut până a doua zi. Apoi, se împarte în patru bucăţi, care se întind în foi şi se coc pe rând într-o tavă unsă cu puţin unt. Se întinde crema pe fiecare foaie, se suprapun foile şi se taie prăjitura în pătrate, romburi sau dreptunghiuri.

Prăjitură cu mac

200 g făină
350 g zahăr pudră
2 ouă
150 g miere
200 g seminţe de mac
o lămâie
un pliculeţ de praf de copt
un pliculeţ de zahăr vanilat
o sticluţă de esenţă de rom

Seminţele de mac se pun într-o oală cu apă clocotită şi se lasă pe foc încă vreo trei clocote, apoi se scurg şi se toacă la maşină. Se freacă 150 g zahăr cu untul şi zahărul vanilat, iar separat se amestecă mierea cu cele două gălbenuşuri. Se mixează cele două creme obţinute, apoi se încorporează şi praful de copt, seminţele de mac şi făina. Se întinde într-o foaie, punându-se într-o tavă unsă şi se coace la foc moderat. După ce se scoate, se lasă să se răcească şi se unge cu glazura, care se face frecând albuşul cu zahărul rămas, cu esenţă de rom şi zeamă de lămâie. Se lasă o zi la rece să se întărească glazura, apoi se poate servi, tăiată în bucăţi.

Prăjitură cu mentă

300 g ciocolată cu lapte
100 g ciocolată de mentă
100 g frunze proaspete de mentă
200 g unt, 2 albuşuri
100 g nuci prăjite
2 linguriţe de zahăr
o esenţă de rom
200 g biscuiţi de ciocolată

Se topeşte ciocolata de mentă la bain-marie, împreună cu zahărul şi untul. Frunzele de mentă se spală, se toacă şi se adaugă amestecului, împreună cu ciocolata cu lapte mărunţită. Se ia de pe foc şi se adaugă albuşurile şi nucile pisate. Biscuiţii se fărâmiţează şi se lasă la înmuiat în rom. Se încorporează apoi în restul compoziţiei. Ingredientele se toarnă într-o formă tapetată cu hârtie de pergament şi se dă câteva ore la frigider. Se scoate, se aşază pe un platou şi se ornează cu biscuiţi.

Prăjitură cu migdale şi cafea

200 g migdale dulci
150 g cafea măcinată
6 ouă
250 g zahăr pudră
175 g unt

Migdalele se curăţă, se opăresc în apă clocotită, se lasă să se usuce şi se pisează, apoi se amestecă bine cu 100 g cafea şi 3 ouă, se dă compoziţia prin sită şi apoi se freacă împreună cu trei sferturi din cantitatea de zahăr şi cu 150 g unt topit. Se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi se introduce la cuptor, la foc moderat. După ce s-a copt, se scoate şi se lasă în tavă până se răceşte. Se face glazura, frecând spumă trei albuşuri cu zahărul pudră care a mai rămas şi cu restul de cafea, după care se acoperă cu ea prăjitura.

Prăjitură cu nuci

200 ml lapte
350 g miere
250 ml ulei
o lămâie
o lingură de zahăr
10 g drojdie
2 linguri de făină
4 ouă
200 g miez de nucă
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Se prepară o maia din drojdie, zahăr, un sfert de cană de lapte şi două linguri de făină, apoi se lasă la crescut. Jumătate din cantitatea de miere se amestecă bine cu uleiul, coaja rasă de lămâie şi un praf de sare, apoi se toarnă restul de lapte şi maiaua, se omogenizează şi se frământă, după care se lasă o jumătate de oră să mai crească, acoperindu-se cu un şervet. Se face umplutura, din gălbenuşurile amestecate, mierea rămasă, miezul de nucă pisat, zahărul vanilat şi albuşurile bătute spumă. Se întind două foi, una dintre ele se aşterne într-o tavă unsă şi se lasă la crescut un sfert de oră, apoi se pune umplutura, se acoperă cu foaia cealaltă şi se rumeneşte în cuptorul încins, lăsând focul moderat.

Prăjitură cu prune

300 g făină
150 g unt
400 g zahăr pudră
2 linguri de smântână
5 ouă, 1 kg prune
scorţişoară

Prunele se curăţă de pieliţe şi sâmburi, apoi sunt presărate cu zahăr şi scorţişoară. Se lasă o oră deoparte. Se amestecă 300 g zahăr cu untul, făina şi trei gălbenuşuri. După ce se frământă, se întinde o foaie groasă cât degetul, care se pune într-o tavă unsă. Peste ea, se pun prunele, scurse de zeamă. Se amestecă smântâna cu două gălbenuşuri, restul de zahăr şi două albuşuri bătute spumă, apoi se toarnă peste prăjitură. Se dă la cuptor, la foc potrivit.

Prăjitură cu rom

150 g făină
250 g zahăr
2 linguri de cacao
120 ml ulei
150 ml lapte
100 ml rom
250 g frişcă, 4 ouă
2 pliculeţe de praf de copt
2 linguri de miez de nucă măcinat
o sticluţă de esenţă de vanilie, sare

Din făină, un vârf de cuţit de sare, cacao, praf de copt, 150 g zahăr, 2 gălbenuşuri, ulei, lapte, esenţă de vanilie şi 2 albuşuri bătute spumă, amestecate împreună în această ordine, se face un aluat potrivit de moale, care se dă la cuptor într-o tavă unsă cu ulei. Se lasă o oră la foc moderat, apoi se scoate şi se lasă până se răceşte. Între timp, se face un sirop din zahărul rămas şi 200 ml de apă, puse să fiarbă la foc domol. Când se leagă siropul, se ia de pe foc şi se toarnă romul. În tava în care s-a copt blatul, se pune o coală de hârtie mai mare, peste ea se aşază blatul, se înţeapă din loc în loc şi se toarnă siropul. Se lasă până a doua zi, când se amestecă 2 albuşuri bătute spumă cu frişca şi se toarnă peste blat. Se ornează cu miezul de nucă.

Prăjitură cu stafide şi nuci

3 ouă
3 cești de zahăr
6 cești de făină
100 g stafide
100 g nuci
o lămâie
bicarbonat

Se freacă ouăle cu zahărul într-un castron aşezat peste o oală cu apă clocotită, până se topeşte. Se adaugă bicarbonatul, stins cu zeama de lămâie, apoi se încorporează făina turnată în ploaie. Se unge o tavă cu puţin unt, se încălzeşte cuptorul, se ia o linguriţă din compoziţie şi se pune pe tavă. De fiecare dată când se ia câte o linguriţă din aluat, se trece linguriţa prin ulei.

Prăjitură cu struguri

200 g unt
300 g zahăr pudră
300 g făină, 6 ouă
un pahar cu boabe de struguri

Se freacă untul cu zahărul, până se obţine o pastă fină. Se adaugă, unul câte unul, gălbenuşurile, apoi se încorporează făina. Separat, se freacă spumă albuşurile şi se adaugă la compoziţie. Se omogenizează, se frământă bine şi se întinde într-o foaie în tava unsă cu unt. Deasupra, se presară uniform boabele de struguri. Se dă la cuptor, la foc moderat, până se rumeneşte.

Prăjitură cu zmeură

500 g zmeură
5 ouă, 50 g unt
250 g brânză de vaci
sare, zahăr

Brânza de vaci se dă prin sită, apoi se amestecă bine cu două gălbenuşuri fierte, date şi ele prin sită, precum şi cu trei gălbenuşuri crude. Se adaugă, pe rând, untul, puţină sare şi zahărul, după preferinţe. Se freacă până se obţine o cremă, în care se adaugă cele trei albuşuri, bătute spumă. Se toarnă compoziţia într-o formă unsă şi se dă la cuptor, la foc moderat.

Prăjitură orientală

400 g miere
200 g făină, 50 g migdale
50 g stafide, 50 g unt
un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară, cuişoare

Mierea se fierbe, apoi, până să se răcească, se amestecă bine cu făina şi praful de copt, se omogenizează, după care se adaugă untul, câte un praf de scorţişoară şi de cuişoare, stafidele înmuiate în apă rece şi tocate, precum şi migdalele curăţate şi pisate. Se toarnă compoziţia într-o tavă, lăsându-se până mai creşte, apoi se dă la cuptor, la foc moderat, să se rumenească.

Prăjiturele din nuci cu cremă

250 g zahăr
150 g unt
3 linguri de făină
2 linguri de cacao
100 g miez de nucă
7 ouă

Se bat două ouă întregi cu jumătate din cantitatea de zahăr, într-un castron pus pe o oală cu apă clocotită, până se îngroaşă, apoi se pune deoparte, se lasă până se răceşte, când se amestecă şi cu untul frecat spumă. Crema obţinută se dă la rece. Se bat spumă albuşurile de la celelalte cinci ouă, timp de 30 de minute, după care se adaugă restul de zahăr, miezul de nucă dat prin maşina de tocat, cacaua, gălbenuşurile bătute împreună, iar la urmă se încorporează făina. Compoziţia, după ce s-a omogenizat, se toarnă într-o tavă acoperită cu hârtie pentru copt şi se dă la cuptor. După ce s-a copt, se scoate, se împarte în trei bucăţi, între care se întinde crema.

Pricomigdale cu ciocolată

100 g ciocolată
250 g migdale dulci
250 g zahăr
4 ouă
30 g unt
2 linguri de făină

Migdalele se curăţă, se dau prin maşina de tocat, după care se trec prin sită. Ce rămâne, se amestecă apoi cu 200 g zahăr, un albuş şi ciocolata dată pe răzătoarea fină. Se freacă energic, până se obţine o cremă consistentă. Celelalte trei albuşuri se bat spumă cu zahărul rămas, apoi se amestecă şi ele în compoziţie. Se unge o tavă cu unt, se tapetează cu făină şi se pun biluţe cât nuca din compoziţia obţinută, apoi se dau la cuptor, la foc moderat, aproximativ 30 de minute.

Pricomigdale din nuci şi coniac

200 g zahăr pudră
150 g miez de nucă
4 ouă, 2 linguri de făină
o linguriţă de coniac

Se pisează miezul de nucă, se amestecă apoi cu zahărul şi cu albuşurile bătute spumă şi se pun toate la fiert, la foc moderat, amestecând în permanenţă. Când dă în fiert, se ia de pe foc şi se lasă până se răceşte, continuând amestecarea. În momentul în care compoziţia s-a răcit, se adaugă coniacul şi făina şi se omogenizează cât mai bine. Se toarnă într-o tavă învelită cu hârtie albă biluţele de aluat, se pudrează cu zahăr şi se dau la cuptor, la foc moderat.

Romburi cu rom

200 g făină
200 g unt
100 g zahăr
4 ouă
100 ml rom, sare

Se freacă spumă 100 g unt, apoi se toarnă ouăle, unul câte unul, omogenizându-se de fiecare dată. Se pun apoi zahărul, un vârf de cuţit de sare, romul şi făină cât cuprinde, ca să nu se întărească. Aluatul obţinut se întinde într-o foaie subţire, care se pune într-o tavă unsă cu unt şi se dă repede la cuptor, să se rumenească auriu, după ce se toarnă peste ea restul de unt topit şi se presară zahăr pudră. Cât e caldă, se taie în formă de romburi.

Romburi de susan

200 g zahăr
200 g seminţe de susan

Seminţele de susan se rumenesc pe plita cuptorului. Se caramelizează uşor zahărul într-o oală, iar când începe să se coloreze se toarnă peste el seminţele de susan. Se amestecă de câteva ori, apoi se răstoarnă pe un fund de lemn umezit. Se taie imediat în formă de romburi.

Ruladă de cacao cu frişcă

400 g zahăr pudră
2 linguri de făină
100 g cacao
7 ouă
200 g unt
50 ml lapte
100 g frişcă
o sticluţă de esenţă de rom

Cacaua se dizolvă în laptele călduţ. Se freacă şase ouă cu 150 g zahăr, apoi se adaugă un sfert din cantitatea de cacao cu lapte şi făina. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu făină, dându-se la cuptor, la foc moderat, până se coace. Între timp, se freacă untul spumă cu oul rămas, restul de cacao cu lapte şi un pahar de zahăr, adăugând puţină esenţă de rom. Când e gata blatul, se scoate pe o coală mare de hârtie, se aşază deasupra tava în care s-a copt, ca să stea la aburi, se lasă câteva minute, apoi se unge cu cremă, se stropeşte cu esenţă de rom, se rulează şi se garniseşte cu frişcă.

Ruladă cu cremă de nuci

200 g făină
200 g smântână
250 g zahăr
250 ml lapte
2 ouă
200 g miez de nucă
o lingură de unt
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
o sticluţă de esenţă de rom

Se bat ouăle cu smântâna, timp de 15 minute, apoi se adaugă făina şi coaja rasă de lămâie. Se tapetează o tavă cu hârtie, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor să se coacă. Se încălzeşte puţin laptele, se amestecă apoi cu zahărul, cu miezul de nucă pisat, coajă de lămâie, unt şi esenţă de rom. Când s-a copt, blatul se scoate pe un prosop umezit, se întinde crema pe el, apoi se rulează.

Ruladă cu susan

200 g făină
100 ml ulei
50 g drojdie de bere
200 g miere
200 g seminţe de susan
o linguriţă de zahăr
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Drojdia se înmoaie într-o linguriţă de apă, apoi se amestecă bine cu o linguriţă de zahăr şi una de făină, lăsându-se până îşi dublează volumul. Se adaugă atunci trei sferturi de pahar de apă călduţă, jumătate din cantitatea de miere, puţin zahăr vanilat şi un praf de sare, după care se încorporează făina şi se frământă până nu se mai lipeşte de mână. Se lasă la căldură să mai crească. Seminţele de susan se prăjesc pe plita încinsă, apoi se amestecă bine cu restul de miere şi de zahăr vanilat. Aluatul se întinde în două foi, care se ung cu umplutura şi se rulează, apoi se dau la cuptor într-o tavă unsă.

Ruladă de mere cu scorţişoară şi frişcă

700 g mere
350 g făină
150 g zahăr
120 g unt
50 g scorţişoară
un ou, 100 g stafide
150 ml lapte, sare
o esenţă de vanilie
100 g zahăr pudră
200 g frişcă

Se pregăteşte aluatul pentru ruladă, din făină amestecată cu o cincime din cantitatea de unt, lapte şi ou, adăugând puţină sare. Compoziţia se frământă bine şi se întinde cu făcăleţul de mămăligă pe o planşetă din lemn, apoi se aşază sub un prosop de bucătărie, la cald, lăsând să se dospească. După aceea se întinde o foaie subţire din această compoziţie, iar deasupra se pun merele curăţate de coajă şi date pe răzătoare, amestecate cu zahărul, scorţişoara, stafidele şi esenţa de vanilie. Foaia astfel pregătită se rulează având grijă la capete, apoi se pune într-o formă bine unsă cu unt şi se dă la cuptor. Se lasă cam 40 de minute, verificând din când în când. Când se scoate, se tapetează cu zahăr farin şi se pune pe un platou. Se serveşte rece, ornată cu frişcă din belşug.

Ruladă de vişine

150 g zahăr
100 g făină, 6 ouă
o lingură de pesmet
100 g dulceaţă de vişine

Se separă gălbenuşurile de albuşuri. Gălbenuşurile se freacă împreună cu zahărul, se încorporează făina şi pesmetul, apoi se toarnă albuşurile bătute spumă. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu făină. Se dă la cuptor, la foc moderat. Când e gata, se scoate pe un prosop înmuiat în apă, se umple cu dulceaţa şi se rulează.

Rulouri cu vanilie

Aluatul:
200 ml lapte
100 ml ulei
150 mg zahăr
drojdie de bere cât o nucă
făină cât cuprinde

Crema:
200 g unt
150 g zahăr pudră
2 batoane de vanilie
100 ml lapte

Se dizolvă drojdia în lapte, se amestecă apoi cu zahărul şi uleiul, se încorporează făină cât cuprinde pentru a obţine un aluat potrivit de moale, se omogenizează, apoi se lasă o oră la crescut. După aceea, se frământă iar şi se întinde o foaie cu grosimea de aproximativ 5 milimetri. Într-un castron aşezat deasupra unei oale cu apă clocotită, se freacă untul cu zahărul, până se topeşte complet, apoi se adaugă vanilia, dizolvată în lapte. Se întinde crema peste foaia de aluat, care se rulează şi se dă la cuptor, într-o tavă unsă.

Salată de fructe de iarnă

2 portocale
200 g zahăr pudră
o cutie de compot de ananas felii
2 linguri de miez de nucă pisat
2 mere, 50 g stafide
200 g frişcă
50 g ciocolată

Portocala se curăţă, se desface în felii care se taie fiecare în câte trei bucăţi, apoi se presară cu zahăr, se adaugă ananasul, merele curăţate de coajă şi sâmburi şi tăiate în cubuleţe, stafidele opărite în apă clocotită şi miezul de nucă pisat. Se amestecă bine totul şi se dă la rece câteva ore. Se serveşte în cupe, ornată din abundenţă cu frişcă şi presărată cu ciocolată rasă.

Salată de fructe specială

200 g portocale
200 g mandarine
2 rodii
o piersică
100 g căpşune
100 g zmeură
50 ml coniac
300 g frişcă
o lingură de cacao
o lingură de ciocolată rasă

Se curăţă portocalele, mandarinele, rodiile şi kiwi, după care se taie cubuleţe. Piersica se spală şi se toacă. Căpşunele şi zmeura se spală şi se curăţă. Toate fructele se lasă la macerat în sucul propriu împreună cu coniacul la frigider, aproximativ 6–7 ore. Se scot apoi şi se aşază într-o salatieră, ornându-se cu frişcă şi cacao sau ciocolată rasă. Se serveşte rece.

Salată de portocale cu miere

2 portocale
o lingură de miere
zeama de la o lămâie
2 mere

Într-un castron se amestecă portocalele şi merele tăiate cubuleţe după ce au fost decojite, zeama de la o lămâie şi se lasă să stea cel

puţin o oră înainte de a fi servită. Se ornează cu frişcă.

Savarină cu frişcă

4 ouă
4 linguri de pesmet
4 linguri cu vârf de zahăr
50 g unt
200 g frişcă
2 linguri de dulceaţă de fructe
o sticluţă de esenţă de rom
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se sparg ouăle şi se separă albuşurile de gălbenuşuri. Gălbenuşurile se freacă spumă cu jumătate din cantitatea de zahăr, adăugându-se apoi pesmetul şi albuşurile, bătute spumă la rândul lor. Se unge cu unt o tavă, se aşterne în ea compoziţia, împărţită în patru grămăjoare, şi se dă la cuptor, la foc moale, o jumătate de oră. Restul de zahăr se pune la fiert în 400 ml apă, se adaugă zahărul vanilat şi romul, lăsându-se până se leagă puţin. Savarinele se însiropează, se despică pe mijloc şi se umplu cu frişcă.

Savarină cu piersici

4 ouă
150 g zahăr
3 linguri de pesmet
20 g unt
50 ml rom
2 piersici
100 g frişcă

Se freacă gălbenuşurile cu două linguri de zahăr, se adaugă pesmetul şi albuşurile bătute spumă, apoi se împarte compoziţia în patru sfere turtite şi se pune într-o tavă unsă cu unt. Se coace, la foc mic, 30 de minute. Între timp, se fierbe restul de zahăr cu 50 ml apă şi, când se leagă, se adaugă romul şi se mai lasă câteva minute. Piersicile se curăţă de coajă şi se taie în felii, îndepărtându-se sâmburii. Se scot savarinele, se însiropează, apoi se taie la mijloc şi se umplu cu frişcă şi felii de piersici.

Spumă de fragi cu migdale

500 g fragi
20 ml zeamă de lămâie
200 g zahăr
2 ouă întregi
3 albuşuri, 30 g unt
30 g ciocolată de menaj

Fragii se spală cu grijă şi se curăţă de impurităţi, apoi se dau printr-o strecurătoare, pentru a se separa de seminţe. Seminţele sunt foarte tari şi strică frumuseţea preparatului, care este fin. Se adaugă zeama de lămâie, pentru a da un colorit mai frumos desertului. Zahărul se amestecă bine cu cele două ouă, iar albuşurile se bat spumă, adăugându-se în compoziţie. Se unge o tavă cu puţin unt şi se dă la copt, pentru 15–20 de minute. Se lasă să se rumenească pe toate părţile, întorcând tava, pentru a nu se înnegri pe margini. Când se scoate de la cuptor, se ornează cu ciocolată rasă.

Spumă de mere

300 g mere
un albuş
2 linguri de zahăr
un vârf de cuţit de zahăr vanilat

Se aşează merele separat într-o tavă cu puţină apă şi se dau la cuptor. Se trec prin sită după ce s-au copt. Se adaugă albuşul bătut spumă şi zahărul şi apoi se bat împreună până când compoziţia devine spumoasă. Se serveşte imediat ornată cu cireşe din dulceaţă.

Spumă de miere cu frişcă

300 g miere
300 g frişcă
4 ouă

Se separă gălbenuşurile de albuşuri, apoi se freacă gălbenuşurile cu mierea, adăugată câte puţin. Se toarnă într-un vas care se pune să fiarbă, la foc foarte încet, până se îngroaşă compoziţia, după care se ia deoparte şi se lasă până se răceşte. Atunci se amestecă frişca, se omogenizează bine şi se împarte în cupe, care se ţin câteva ore la frigider înainte de a fi servite la masă.

Sufleu de castane

8 ouă
400 g piure de castane
300 ml lapte
300 g zahăr pudră
100 g unt
50 ml coniac, sare

Piureul de castane se freacă împreună cu untul, după care se amestecă, turnând câte puţin, laptele. Se toarnă coniacul, apoi se adaugă, pe rând, gălbenuşurile, amestecând de fiecare dată. Se toarnă compoziţia într-un vas de sticlă termorezistentă, unsă cu unt încălzit, apoi se toarnă peste ea albuşurile, bătute spumă. Se introduce vasul în cuptorul încins, lăsându-se, la foc moale, maximum o jumătate de oră.

Şarlotă cu ciocolată şi nuci măcinate

250 g unt
350 g zahăr
150 g nuci
150 g pişcoturi de şampanie
250 ml lapte
2 gălbenuşuri
2 esenţe de trandafiri
150 g ciocolată de menaj

La început, se omogenizează untul cu jumătate din cantitatea de zahăr, adăugând nucile curăţate de coajă şi pisate. Se pregăteşte o cremă din lapte, gălbenuşuri, restul de zahăr şi esenţa de trandafiri. Aceasta se amestecă cu ingredientele de mai sus. Se alege o formă pentru şarlotă şi se tapetează cu pişcoturi. Crema de mai sus se răstoarnă deasupra şi se acoperă cu alt strat de pişcoturi, însiropate într-o soluţie formată din zahăr şi apă. Apoi se lasă o zi la rece. Se răstoarnă pe un platou şi se presară cu un sirop din ciocolată şi unt. Se ornează cu ciocolată rasă şi miez de nucă întreg, copt în prealabil.

Tartă cu cireşe

300 g făină
100 g unt
300 g zahăr pudră, 5 ouă
200 g cireşe, 150 g frişcă
un pliculeţ de zahăr vanilat
100 g frişcă
scorţişoară, sare

Untul se taie în cubuleţe şi se amestecă bine cu făina, un gălbenuş, trei linguri de zahăr şi un vârf de linguriţă de zahăr, apoi se frământă aluatul până devine elastic. Se toarnă într-o formă, înţepându-se din loc în loc. Se acoperă cu o coală albă de hârtie, peste care se presară câteva boabe de fasole uscată, ca să tragă umezeala. Se dă la cuptor, la foc potrivit, iar când e pe jumătate coaptă se îndepărtează fasolea şi hârtia. Se ornează cu cireşe, se presară cu scorţişoară şi zahăr. Se prepară crema, amestecând 200 g zahăr cu zahărul vanilat, două gălbenuşuri şi două ouă întregi, apoi se adaugă frişca, se omogenizează şi se toarnă peste tartă. Se dă din nou la cuptor şi se lasă, la foc mic, vreo două ore. Se taie doar după ce se răceşte.

Tartă cu dovleac

1 kg dovleac
250 g făină, 150 g unt
20 ml ulei, 2 ouă
250 ml lapte
100 g zahăr
o lămâie, scorţişoară
cuişoare, sare

Se amestecă, fără să se frământe, făina cu 100 g unt, o lingură de ulei şi puţină sare. E lasă aluatul obţinut să se odihnească. Se spală dovleacul, se fierbe, apoi se curăţă de coajă, iar miezul se sfărâmă şi se amestecă bine cu laptele cald, 50 g unt, 100 g zahăr, gălbenuşurile de la cele două ouă, o linguriţă de scorţişoară câteva cuişoare şi un praf de sare. La sfârşit, se adaugă albuşurile bătute spumă. Se omogenizează compoziţia şi se aşterne pe foaia de aluat şi se lasă o oră, apoi se pune într-o tavă unsă cu unt şi se coace în cuptorul încins.

Tartă cu căpşune

300 g zahăr
150 g făină
100 g unt, un ou
200 g căpşune

Căpşunele se curăţă de codiţe, se spală, apoi se presară cu zahăr, cât intră într-o cană, lăsându-se la rece. Se freacă untul cu zahărul rămas şi un gălbenuş, după care se încorporează făina. Se omogenizează şi se dă la cuptor într-o formă de tartă. După ce s-a copt pe jumătate, se scoate şi se acoperă cu spuma obţinută frecând bine căpşunele cu zahărul şi un albuş. Se dă din nou la cuptor şi se lasă să se coacă bine, la foc domol.

Tartă cu fragi şi mure

800 g pandişpan
200 g frişcă
100 g zahăr
100 g jeleu de fragi
150 g unt
200 g fragi şi mure
150 ml lapte
o esenţă de vanilie
o lingură de amidon de cartofi
150 g ciocolată cu lapte

Se prepară un pandişpan şi se coace într-o formă rotundă, cu hârtie de copt. Se lasă să se odihnească şi se împarte în două. Acestea se umplu cu o cremă făcută din frişcă, zahăr, jeleu de fragi, unt, lapte, 150 g fructe mărunţite, esenţă de vanilie şi puţin amidon. Toate acestea se omogenizează şi se aşază o parte pe prima foaie şi restul pe cea de-a doua. Se lasă 2–3 ore la rece şi se serveşte cu ciocolată rasă deasupra.

Tartă cu mere şi stafide

200 g mere
100 g stafide
100 g migdale, 2 linguri de miere
50 ml rom, 200 g făină
100 g unt, un ou
2 linguri de zahăr, sare

Stafidele se pun într-o cană şi se toarnă peste ele romul, lăsându-se aşa o oră. Făina se amestecă bine cu untul, zahărul şi un praf de sare, apoi se adaugă un gălbenuş şi se frământă până nu se mai lipeşte aluatul de mână. Se lasă la rece o oră, apoi se întinde o foaie şi se aşază în forma de tartă. Se curăţă merele, se taie în felii şi se pun peste aluat, presărate cu stafide. Se toarnă deasupra mierea încălzită şi se presară migdalele pisate. Se dă la cuptor o jumătate de oră.

Tiramisu

150 g de miere
o lămâie, 5 ouă
50 ml ulei
160 g făină de grâu
150 g cafea
60 ml lichior de migdale
500 g cremă mascarpone
250 g frişcă, 100 g cacao

Se ia o tavă de copt, se unge cu ulei şi se tapetează cu făină. Albuşurile se bat şi se amestecă cu făina. Gălbenuşurile se freacă cu 130 g miere la baie de aburi, apoi se adaugă coaja de la lămâia rasă. Se omogenizează totul şi se pune compoziţia în tavă. Blatul se lasă la cuptor 20 de minute, pe grilajul din mijloc. Se răstoarnă şi se lasă la răcit, apoi se taie în două. Se încorporează frişca cu smântâna, restul de miere, mascarpone şi lichidul de migdale. Prima parte din blat se pune în formă, se înmoaie adăugând cafeaua şi se întinde jumătate din cremă, apoi se pune restul de blat şi din nou, cremă. Se presară cacao deasupra şi se lasă câteva ore la frigider, înainte de servire.

Tort bezea

450 g zahăr tos
7 ouă, 250 g unt
200 g nuci
4 linguri de zahăr pudră
50 ml ulei
un pliculeţ de zahăr vanilat
o sticluţă de esenţă de rom

Albuşurile de la şapte ouă se bat spumă cu 200 g zahăr tos şi cu zahărul vanilat, într-un castron

aşezat peste un vas cu apă în clocot. Se freacă până se îngroaşă şi se întăreşte, ca o pastă. Se decupează trei cercuri din hârtie albă, de mărimea unui tort. Se unge fiecare cu ulei, se pune pe dosul unei tăvi şi se unge cu câte o treime din albuşurile bătute. Se dau, pe rând, să se coacă la foc mic. Într-o cratiţă, se caramelizează 250 g zahăr, iar, când acesta se îngălbeneşte puţin, se adaugă nucile, lăsându-se să se îmbrace în zahăr ars. Când devin aurii, se scot, lăsându-se să se răcească. Se freacă bine untul cu zahărul pudră şi cu romul, după care se adaugă o parte din nuci, pisate fin. Se ung blaturile cu această cremă şi se îmbracă tortul, iar cu nucile rămase se ornează.

Tort cu cremă de cafea

200 g miere
200 g pesmet
150 g migdale
8 ouă
250 g unt
200 g zahăr pudră
100 ml cafea concentrată
o lămâie
scorţişoară
cuişoare

Mierea se bate cu gălbenuşurile de la şapte ouă, după care se adaugă migdalele curăţate şi pisate, puţină scorţişoară şi câteva cuişoare, coaja rasă de lămâie. Se adaugă şapte albuşuri bătute spumă şi pesmetul, turnat în ploaie. Se omogenizează şi se trece într-o formă pentru tort, unsă cu unt şi tapetată cu făină, apoi se dă la cuptor, la foc moderat, până creşte, după care se micşorează flacăra. După ce s-a copt blatul, se scoate, se lasă până se răceşte, apoi se taie în două la mijlocul înălţimii şi se aşterne între cele două bucăţi umplutura, obţinută prin frecarea untului cu zahărul şi un albuş, după care se toarnă încetişor cafeaua şi se omogenizează. Se serveşte rece.

Tort cu cremă de nuci

350 g zahăr pudră
300 g făină
350 g miere
300 g miez de nucă
200 g frişcă
2 ouă, o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat

Mierea se fierbe cu 200 g zahăr şi cu coaja de lămâie. După ce că în clocot, se ia, se lasă la răcit, apoi se adaugă ouăle bătute spumă, zeama de lămâie şi 100 g de miez de nucă pisat. Se încorporează făina, se frământă şi se lasă la rece, acoperit, 24 de ore. După aceea, se împarte aluatul în trei bucăţi, care se coc pe rând în forma unsă cu unt şi tapetată cu făină. Se lasă până se răcesc. Restul de zahăr se freacă bine cu frişca, zahărul vanilat şi restul de nucă pisată, până se obţine o cremă care se întinde între bucăţile de blat.

Tort cu iaurt şi fructe

un plic de gelatină
500 g iaurt degresat
2 linguri de zeamă de lămâie
4 linguri de suc de ananas şi bucăţi de ananas

Se înmoaie gelatina în sucul de ananas, se dizolvă, se amestecă împreună cu iaurtul şi zeama de lămâie şi cu bucăţile de ananas. Se toarnă într-o formă şi se lasă 60 de minute la frigider. Se fierbe 100 g compot de piersici, scorţişoară şi esenţă de vanilie. Se răstoarnă iaurtul peste tort şi se ornează cu piersicile din compot.

Tort de afine cu frişcă

100 g făină
3 ouă
sare
180 g zahăr
100 g migdale
600 g afine
700 ml frişcă
zahăr vanilat
100 g ciocolată

Gălbenuşurile se bat spumă cu 80 g zahăr şi cu 2 linguri de apă fierbinte. Albuşurile se bat spumă cu sarea, apoi se adaugă amestecului de mai sus. Se încorporează făina şi 30 g migdale pisate. Se ia o formă de tort şi se aşază hârtie de copt, apoi aluatul astfel preparat. Se coace 30 de minute, apoi se răceşte. Afinele se spală, păstrând o parte pentru ornare şi se dau prin maşina de tocat. Blatul se taie în două şi se fixează un inel de tort pe partea de jos. Zahărul rămas se bate cu frişca, adăugând zahăr vanilat, ciocolată rasă, migdalele şi fructele. Pe primul blat se pune jumătate din cremă, aşezând deasupra celălalt blat. Se completează cu restul de cremă şi se dă la frigider 2–3 ore. Se scoate inelul şi se ornează cu frişcă, afine, ciocolată rasă şi migdale.

Tort de ciocolată

Blatul:
8 ouă
200 g zahăr pudră
100 g ciocolată
150 g făină
Crema:
100 g ciocolată
50 g unt
200 g miez de nucă

Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Ciocolata se dă pe răzătoarea fină, apoi se amestecă bine cu cele opt gălbenuşuri, precum şi cu zahărul, frecându-se împreună, cu lingura de lemn, timp de 20 de minute. Albuşurile se bat spumă şi se amestecă uşor în compoziţie, apoi se toarnă făina în ploaie. Se omogenizează şi se toarnă într-o formă unsă cu unt şi tapetată cu hârtie groasă. Se coace la cuptor, apoi se scoate, se lasă până se răceşte şi se umple cu cream obţinută frecând untul spumă şi amestecând cu ciocolata rasă şi cu nucile, prăjite pe plită şi date prin maşina de tocat. Se serveşte ornat cu frişcă şi bucăţele de fructe proaspete sau din compot.

Tort de kiwi cu sos de zmeură

200 g kiwi
200 g zmeură
300 g frişcă
8 ouă
250 g zahăr
250 g făină
5 linguri de ulei
100 g jeleu de kiwi
200 ml lapte
150 g zahăr
100 g unt
40 ml vin roşu
50 g stabilizator de frişcă
amidon
esenţă de vanilie

Fructele de kiwi se mărunţesc cu o lingură de lemn şi se omogenizează cu frişca şi stabilizatorul. Pentru pandişpan, se bat 6 albuşuri, apoi se amestecă cu 250 g zahăr şi 250 g făină, 5 gălbenuşuri şi 5 linguri de ulei. Compoziţia se coace într-o formă rotundă. Foaia de pandişpan se taie în 2 părţi. Peste prima se toarnă amestecul de frişcă, iar cealaltă se pune peste. Se adaugă jeleu de kiwi şi se decorează cu zmeură. Pentru sos, se pasează zmeura şi se adaugă untul topit, împreună cu laptele fiert, gălbenuşurile, zahărul, vinul şi amidonul dizolvat în apă rece. Sosul se aşază în porţii pe farfuriuţe, adăugând câte o bucată de tort tăiată (după ce tortul a stat destul timp la rece). Se serveşte cu felii proaspete de kiwi şi zmeură alături.

Tort de mere cu frişcă

4 ouă
800 g mere golden
50 g unt
2 linguri de zahăr
100 ml apă
un pliculeţ praf de copt
100 g făină
400 g frişcă
coaja rasă de la o portocală

Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Se bat albuşurile cu zahărul, se adaugă apa călduţă, făina, gălbenuşurile, coaja de portocală rasă, praful de copt şi zahărul vanilat. Merele se prăjesc în unt pe o parte şi pe alta, după ce au fost tăiate feliuţe subţiri. Se unge o formă cu unt şi se tapetează cu pesmet, apoi se adaugă o parte din mere şi blatul. Se coace 30 de minute, după care se adaugă merele rămase. Când s-a răcit se ornează cu frişcă din belşug.

Tort de migdale

500 g migdale
10 ouă, 500 g zahăr
2 lămâi, 50 g unt
2 linguri de pesmet

Migdalele se curăţă şi se pisează cât mai mărunt posibil. Se bat cinci ouă întregi cu cinci gălbenuşuri, adăugând zahărul, frecând energic timp de 30 de minute. Se amestecă apoi migdalele în compoziţie, după care se toarnă totul într-o formă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet, dându-se la cuptor să se coacă, la foc potrivit.

Tort de nes

350 g zahăr
250 g miez de nucă
200 g unt, 6 ouă
2 linguriţe de nes
10 ml lapte
2 linguri de făină
100 g frişcă

Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Albuşurile se bat spumă cu 200 g zahăr, până se obţine o cremă consistentă, apoi se adaugă făina şi miezul de nucă, prăjit pe plită şi pisat. Se omogenizează şi se toarnă într-o formă pentru tort, tapetată cu hârtie şi unsă cu unt. Se coace la cuptor, la foc mic, apoi se scoate şi, după ce s-a răcit, se taie în trei discuri. Într-un castron aşezat deasupra unei oale cu apă clocotită, se freacă restul de zahăr cu laptele, se adaugă, rând pe rând, gălbenuşurile, apoi nesul. Se omogenizează şi se dă deoparte, iar când s-a răcit se încorporează untul. Se unge cu crema obţinută fiecare felie de blat. Se serveşte rece, ornat cu frişcă.

Tort de nuci cu cremă de cacao

6 ouă
2 linguri de făină
40 g pesmet
30 g cacao
100 g zahăr pudră
200 g nuci pisate
un praf de copt
2 esenţe de rom
50 ml rom
200 g unt
60 ml lapte
un pliculeţ de zahăr vanilat

Albuşurile se bat spumă, apoi se adaugă o treime din zahăr şi o esenţă de rom, amestecând până nu se desprinde de pe pereţii vasului, dacă acesta este întors cu faţa în jos. Gălbenuşurile se omogenizează cu puţin pesmet, făină, nuci, praf de copt şi zahărul vanilat, totul adăugându-se la albuş, apoi amestecăm bine. Această pastă se împarte în trei bucăţi, fiecare fiind coaptă separat în forme speciale, unse cu unt rece şi presărate cu pesmet. Crema se prepară din lapte, unt, cacao, nucă, esenţa de rom rămasă şi zahăr. Foile se însiropează cu o soluţie alcătuită din 60 g de zahăr ars, amestecat cu apă şi rom. Se va aşeza pe un platou rotund prima foaie de tort şi apoi un strat de cremă, pe urmă procedăm la fel şi cu celelalte. Tortul se ornează cu multă cremă şi cu nucă măcinată.

Tort de pişcoturi cu frişcă

32 pişcoturi
500 g frişcă
100 ml cafea concentrată
2 linguri de zahăr pudră
o lingură de nes
50 ml rom

Se fierbe o cafea foarte concentrată, îndulcită cu două linguri de zahăr. Se aranjează pişcoturile pe un platou, apoi se opăresc cu cafeaua. Se amestecă frişca, într-un castron adânc, cu o lingură de nes şi cu romul. Se aşterne, pe un platou, un sfert din cantitatea de

frişcă, aşezând deasupra jumătate din pişcoturi. Urmează un nou strat de frişcă şi restul de pişcoturi, frişca rămasă fiind folosită pentru a îmbrăca şi a orna tortul. Deasupra, se poate orna cu fructe proaspete, din dulceaţă sau compot, cu jeleuri sau cu figurine din ciocolată.

Tort de pişcoturi cu şarlotă de alune

200 g zahăr pudră
750 ml lapte
200 g alune
500 g frişcă
10 ouă, 2 linguri de făină
12 foi de gelatină
200 ml rom
300 g pişcoturi
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Gălbenuşurile, frecate cu zahărul, făina şi un praf de sare, se pun pe foc moale împreună cu laptele şi zahărul vanilat, amestecând permanent. Când se îngroaşă, se ia de pe foc şi se pune gelatina, dizolvată în două linguri de apă călduţă. După ce s-a răcit, se adaugă alunele prăjite şi tocate la maşină, precum şi frişca. Pişcoturile, înmuiate în rom, se aşază pe un platou în straturi, având între ele câte un strat de cremă. Deasupra, se ornează cu frişcă. Se ţine la frigider câteva ore înainte de a se da la masă.

Tort piramidă

8 ouă
400 g zahăr
400 g unt
400 g făină

Se cântăresc ouăle cu tot cu coajă, iar greutatea lor va determina cantităţile în care vor fi prezente ingredientele celelalte (în medie, un ou normal are cam 50 g). Se freacă untul şi se adaugă, alternativ, câte puţin zahăr, apoi un ou întreg, iarăşi puţin zahăr, iarăşi un ou, până se termină. Se obţine o cremă, în care se încorporează, puţin câte puţin, făina. Se taie din hârtie opt cerculeţe cu diametre diferite, fiecare dintre ele ungându-se cu compoziţia obţinută. Se dau la cuptor, la foc potrivit, iar după ce s-au copt, se acoperă cu diverse creme, gemuri sau dulceţuri. Se aşază feliile una peste cealaltă, în ordine descrescătoare a mărimii, cea mai mare fiind baza piramidei.

Tortă de alune cu cremă de vanilie

200 g unt
8 ouă
250 g zahăr
5 linguri de zahăr pudră
un pliculeţ de zahăr vanilat
350 g alune
2 linguri de amidon de cartofi
zeama de la o jumătate de lămâie
4 linguri de făină
3 linguri de cacao

Se freacă 150 g de unt cu un ou, iar apoi se adaugă 7 gălbenuşuri, unul câte unul. Apoi se încorporează zahărul, zeama de lămâie, vanilia şi 200 g alune pisate. Albuşurile se bat spumă, încorporând făina şi amidonul. Se amestecă totul şi se fac două foi care se dau la cuptor, într-o formă bine unsă cu unt. Se lasă cam jumătate de oră fiecare parte. Se face o cremă din cacao, unt, zahăr pudră şi restul de alune pisate, cu care se vor umple părţile coapte.

Trufe

50 ml cafea foarte concentrată
4 ouă
250 g zahăr pudră
250 g unt
cacao

Se fierb trei ouă foarte tari, iar la cel de-al patrulea se separă gălbenuşul de albuş. Gălbenuşul se freacă bine cu zahărul şi cu untul, apoi se adaugă cafeaua concentrată şi strecurată. În fine, se încorporează şi cele trei gălbenuşuri fierte. Se omogenizează şi se modelează mici sfere, care se tăvălesc prin cacao şi se pun la păstrare în forme speciale din hârtie. Se ţin la rece.

„Zi şi noapte“

250 ml ulei
350 g zahăr
450 g făină
100 g cacao
200 g miez de nucă
20 g unt, un pliculeţ de praf de copt
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se freacă zahărul cu uleiul şi cu 350 ml apă, apoi se adaugă făina, amestecată cu praful de copt şi cu zahărul vanilat. Miezul de nucă se prăjeşte pe plita încinsă, după care jumătate din el se dă prin maşina de tocat, apoi se adaugă la compoziţie. Se amestecă bine până se omogenizează. Se unge o formă de chec cu unt, se tapetează cu făină şi se toarnă jumătate din compoziţie. În cealaltă jumătate, se adaugă cacaua, se omogenizează din nou şi se toarnă peste cea din formă. Deasupra, se presară din loc în loc miezul de nucă rămas. Se dă la cuptor până se rumeneşte şi se taie în felii după ce s-a răcit.

Bucătăria dietetică

Reţete pentru bolnavii de diabet

Aperitiv de ciuperci cu maioneză dietetică

200 g ciuperci
un ou
o lingură de muştar
100 ml ulei
o lămâie
o legătură de mărar
salată verde
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, se taie în feliute subţiri (lame) şi se fierb în apă rece cu puţină sare. Se scurg bine şi se lasă la răcit pe un platou. Se fierbe oul tare, apoi se scoate gălbenuşul (albuşul nu se foloseşte), care se freacă bine cu puţin ulei. Se adaugă muştarul, se omogenizează bine, turnând câte puţin ulei. Se subţiază cu zeamă de lămâie şi se adaugă sare, după gust. Se amestecă maioneza cu ciupercile şi se presară cu un praf de piper şi mărarul tocat mărunt. Se serveşte în cupe, ornate cu frunze de salată verde şi feliuţe de lămâie.

Aspic de peşte

600 g peşte alb fără oase
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
40 g gelatină
piper boabe, foi de dafin

Morcovii, rădăcina de pătrunjel şi păstârnacul se curăţă, se spală şi se taie în rondele, apoi se pun la fiert. Se curăţă peştele, se spală, se porţionează şi se pune în aceeaşi oală, atunci când zarzavaturile sunt pe jumătate fierte. Între timp, se înmoaie gelatina într-un vas cu puţină apă rece. Când peştele şi zarzavaturile sunt fierte, se scot, iar zeama se strecoară peste gelatină. Se ia o tavă, se stropeşte cu puţină apă, se aşterne un strat de zarzavaturi, se aşază bucăţile de peşte deasupra, peste toate acestea turnându-se zeama cu gelatina. Se lasă la rece să se închege.

Castraveţi umpluţi cu brânză

4 castraveţi mici proaspeţi
50 g brânză dulce de vaci
50 g brânză de burduf
30 g unt
2 ardei graşi
o legătură de mărar
piper, chimen

Se spală castraveţii, se taie în două, pe lungime, se curăţă de seminţe şi li se scoate miezul. Ardeii se spală, se curăţă de cotoare şi de seminţe, după care se toacă mărunt şi se amestecă bine cu brânza dulce şi cu cea de burduf. După ce s-au omogenizat, formându-se o pastă, se adaugă untul şi cea mai mare parte din mărar, fin tocat, şi se amestecă din nou. Cu această compoziţie se umplu jumătăţile de castravete, iar deasupra se presară restul de mărar, tocat mărunt, după gust putându-se adăuga piper sau chimen. Se servesc reci.

Pastă de pui

600 g piept de pui dezosat
150 ml lapte
100 g unt
100 g smântână
100 g miez de pâine albă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se curăţă carnea de pieliţă şi de grăsime, se taie în bucăţele şi se pune la fiert într-o oală cu un litru de apă clocotită şi o linguriţă de sare. După ce s-a fiert carnea, se scoate şi se lasă să se răcească. Între timp, se înmoaie miezul de pâine în lapte, se stoarce bine, după care se dă prin maşina de tocat o dată cu carnea. Untul se freacă spumă, apoi se amestecă în tocătură, se adaugă smântâna, mărarul tocat cât se poate de fin, sare şi piper după preferinţe. Se serveşte rece, ornată cu feliuţe de ardei gras sau de gogoşar proaspăt şi cu frunzuliţe de pătrunjel.

Roşii umplute cu crevete

12 roşii mijlocii
200 g crevete
200 g maioneză dietetică
o lămâie
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Roşiile se spală şi se scobesc, îndepărtându-se miezul. Partea rămasă trebuie să fie groasă de cel puţin o jumătate de centimetru, pentru ca roşiile să nu se spargă la umplut. Se toacă mărunt crevetele şi se amestecă bine cu maioneza dietetică şi cu mărarul, tocat foarte fin, se presară sare şi piper, apoi se omogenizează compoziţia şi se umplu roşiile. Se servesc reci, câte trei roşii umplute la fiecare porţie, ornate cu maioneza rămasă, cu feliuţe subţiri de lămâie şi cu frunzuliţe de pătrunjel.

Salată de castraveţi cu iaurt

2 castraveţi proaspeţi de mărime potrivită
un ardei gras
4 căţei de usturoi
400 g iaurt
50 ml ulei
o legătură de mărar
sare, piper

Castraveţii se curăţă de coajă, se dau pe răzătoare, după care se sărează şi se pun deoparte pentru o oră, să-şi lase zeama. Ardeiul se curăţă, se spală şi se taie mărunt. Usturoiul se curăţă, se dă prin presa de usturoi, apoi se amestecă bine cu ulei. Se storc castraveţii de apă şi se trec într-un castron curat, unde se amestecă, pe rând, cu iaurtul şi usturoiul frecat cu ulei. Se sărează şi se piperează, după preferinţe. Se repartizează compoziţia pe porţii, în boluri, presărându-se în fiecare bucăţele de ardei gras şi mărar tocat cât mai fin. Se serveşte rece, ca aperitiv.

Ciorbă de verdeţuri

4 legături de lobodă
4 legături de ştevie
2 legături de ceapă verde
2 legături de mărar
2 legături de pătrunjel
2 legături de leuştean
frunze de ţelină
1 l borş
50 ml ulei
100 g orez
un ou
2 linguri de smântână
sare
piper

Ceapa verde, loboda şi ştevia se curăţă, se spală şi se toacă, nu prea mărunt, după care se călesc în puţin ulei. Se adaugă apă. Cozile de mărar, pătrunjel şi leuştean, precum şi frunzele de ţelină, se toacă mărunt şi se adaugă în oală. Se fierbe, la foc potrivit, cam 30 de minute. Între timp, se fierbe borşul şi se strecoară. Orezul se alege şi se spală, apoi se scurge. Când verdeţurile sunt aproape fierte, se adaugă borşul şi orezul şi se lasă vreo câteva clocote. La sfârşit, se drege cu ou bătut şi smântână şi se presară cu verdeaţa, tocată fin.

Supă de linte

500 g linte
2 cepe
un morcov
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
25 ml ulei
25 ml oţet
4 căţei de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare
piper
cimbru

Lintea se alege, se spală în mai multe ape şi se pune la înmuiat cel puţin şase ore. Morcovii, pătrunjelul rădăcină, păstârnacul şi ceapa se curăţă, se spală şi se taie în sferturi, apoi se pun la fiert în apă cu sare. Când sunt pe jumătate fierte, se adaugă lintea şi se lasă să dea câteva clocote, după care se adaugă usturoiul, tăiat în bucăţele. Înainte de a lua oala de pe foc, se potriveşte gustul cu ulei, oţet, sare, piper şi cimbru, după care se presară deasupra verdeaţa tocată mărunt.

Supă de păpădie

300 g frunze de păpădie
o ceapă
300 g brânză de vaci degresată
20 g margarină
500 ml supă de legume
o lămâie
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Frunzele de păpădie se curăţă, se spală bine, se scurg şi se taie în bucăţele mici. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte în margarină. Când devine transparentă, se adaugă jumătate din frunzele de păpădie, iar după vreo două minute se pune şi brânza de vaci, amestecând mereu. Când aceasta se transformă într-o pastă, se stinge cu supa de legume (sau, în lipsa acesteia, cu apă călduţă), se adaugă restul de frunze de păpădie şi se lasă până dă câteva clocote. Se potriveşte la gust cu sare şi piper şi, când se ia de pe foc, se presară pătrunjelul, tocat mărunt. Se serveşte caldă sau rece, eventual acrită cu zeamă de lămâie.

Supă de salată verde

2 salate verzi
o ceapă
2 morcovi
100 g ţelină
un păstârnac
50 ml ulei
2 linguri de smântână
200 g pâine
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ceapa, morcovii, ţelina şi păstârnacul se curăţă, se spală şi se taie în bucăţele mici, apoi se pun la fiert într-o oală acoperită. Se lasă, la foc potrivit, până sunt suficient de fierte ca să se sfărâme. Se scot cu spumiera, se scurg bine de apă şi se pasează. Salatele se curăţă, se spală în mai multe ape, frunză cu frunză, se scurg şi se toacă, apoi se călesc în uleiul încins. Se stinge cu supa de zarzavat, se toarnă smântâna, se amestecă bine, apoi se adaugă şi zarzavaturile pasate şi se mai lasă câteva minute să fiarbă împreună. Se sărează, se piperează şi se presară pătrunjelul, tocat fin. Se serveşte cu crutoane de pâine prăjită.

Supă de roşii cu usturoi

600 g roşii
o ceapă
2 morcovi
100 g ţelină
o căpăţână de usturoi
100 g orez, frunze de ţelină
sare, piper

Roşiile se spală şi se opăresc în apă clocotită, apoi se curăţă şi se pasează. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă julien. Morcovul şi ţelina se curăţă, se spală şi se toacă în cubuleţe mici. Într-o oală cu 2 litri de apă fierbinte, se pun roşiile, ceapa, morcovul şi ţelina, lăsându-se să fiarbă la foc moale cam o jumătate de oră, după care se adaugă orezul, ales şi spălat, usturoiul curăţat şi pisat, precum şi frunzele de ţelină, tocate mărunt. Se lasă până ce şi orezul este bine fiert, apoi se potriveşte gustul cu sare şi piper. Se poate servi şi rece.

Andive înăbuşite la cuptor

600 g andive
50 g unt
o lămâie
o legătură de pătrunjel
sare

Andivele se curăţă de cozi şi de foile veştede, apoi se spală îndelung sub un jet puternic de apă rece. Se unge fundul unui vas,

potrivit ca mărime, cu unt, apoi se aranjează uniform în el andivele, stropindu-le cu zeama de la o lămâie şi presărându-le cu puţină sare. Peste andive, se mai aşterne câte puţin unt. Se adaugă o cană de apă fiartă şi se pune vasul pe foc puternic. Se lasă să clocotească vreo câteva minute, apoi se ia de pe foc şi se introduce la cuptor, bine acoperit. Se mai lasă, la foc mic, aproximativ o jumătate de oră. Se servesc calde, cu pătrunjel fin tocat deasupra.

Budincă din carne de vită

500 g carne macră de vită
200 ml lapte
100 g unt
2 ouă
2 felii de pâine albă
100 g smântână
100 ml suc de roşii
sare, piper

Carnea se curăţă de pieliţe, de tendoane şi de grăsime, se spală, se taie în bucăţi, apoi se dă prin maşina de tocat în două rânduri. Pâinea se înmoaie în lapte, se stoarce bine, se fărâmiţează şi se amestecă în tocătură, împreună cu gălbenuşul, un praf de sare şi puţin piper. Albuşul se bate spumă cu untul, apoi se adaugă în compoziţie şi se omogenizează. Se unge cu unt o cratiţă, se toarnă compoziţia, apoi se acoperă cratiţa cu capacul şi se pune să fiarbă, în bain-marie, timp de aproximativ o oră. Se serveşte caldă, eventual cu câte o lingură de smântână sau cu suc de roşii deasupra.

Ciulama de sfeclă roşie

400 g sfeclă roşie
400 ml lapte
2 linguri de făină
30 g unt
2 ouă
o legătură de pătrunjel
sare

Se spală sfecla, se curăţă, se taie în bucăţi şi se fierbe într-o oală acoperită (de preferat, o oală sub presiune). Când s-a înmuiat bine, se scoate, se taie în feliuţe subţiri de 4–5 milimetri, care se pun într-un vas de sticlă termorezistentă. Se înfierbântă untul într-o tigaie, se rumeneşte auriu făina şi se stinge cu laptele rece. Se lasă să fiarbă pe foc potrivit, iar în momentul în care începe să scoată aburi, se adaugă cele două gălbenuşuri. Se ia de pe foc, se amestecă bine, după care se toarnă acest sos peste feliuţele de sfeclă. Se presară un praf de sare, apoi se introduce vasul la cuptor, unde se lasă, la foc moderat, aproximativ un sfert de oră. Se serveşte cu pătrunjel tocat deasupra.

Gulii umplute

500 g gulii
50 g unt
2 ouă
200 g ciuperci, 2 cepe
o legătură de pătrunjel
100 g miez de pâine
100 ml lapte
2 linguri de pesmet
sare, piper

Guliile se aleg astfel încât să nu fie trecute sau prea tari. Se spală în mai multe ape, se curăţă şi se pun la fiert în apă cât să le acopere. Când sunt pe jumătate fierte, se scot, se scurg şi se scobesc la mijloc, cu un cuţit ascuţit. Se prepară umplutura din miezul de pâine înmuiat în lapte şi apoi stors, ciupercile tocate mărunt şi fierte în apă cu sare, ceapa tocată mărunt, ouăle bătute şi amestecate cu untul, pesmetul, pătrunjelul tocat fin, sare şi piper. Se umplu guliile, se aranjează într-o tavă unsă cu unt, se stropesc cu puţină zeamă din cea în care au fiert şi se coc, la foc potrivit, cam o jumătate de oră.

Mâncare de ciuperci cu ţelină

400 g ciuperci
200 g ţelină
100 g spanac
2 cepe
50 ml ulei
50 ml iaurt
2 căţei de usturoi
o legătură de mărar
sare, piper

Ţelina se curăţă, se spală şi se dă pe răzătoarea fină. Ciupercile se curăţă, se spală şi se taie lame. Spanacul se curăţă, se opăreşte în apă clocotită, apoi se bate cu lingura până se obţine un piure. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Într-o cratiţă, se înfierbântă uleiul, se adaugă două linguri de apă călduţă şi se înăbuşă ceapa, ciupercile şi ţelina. Se lasă să fiarbă aproximativ o jumătate de oră, după care se adaugă piureul de spanac, usturoiul pisat, sare şi piper după gust. Se continuă fierberea încă 10 minute, după care se ia de pe foc şi se amestecă în mâncare iaurtul şi mărarul tocat, servindu-se imediat la masă.

Musaca de vinete

1 kg vinete
400 g carne de vită
un ou
2 cepe
100 ml ulei
2 linguri de făină
150 g parmezan
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Vinetele se curăţă, se taie în rondele, se dau prin făină şi se rumenesc în ulei încins. Ceapa se curăţă, se toacă mărunt, apoi se înăbuşă în ulei cu puţină apă. Carnea se spală şi se taie în bucăţi, apoi se dă prin maşina de tocat, împreună cu ceapa, scursă bine. Tocătura se presară cu sare şi piper, se înăbuşă în ulei, lăsându-se să scadă, după care se ia de pe foc şi, când s-a răcit, se dă iar prin maşină. La compoziţie se adaugă verdeaţa tocată şi oul bătut, omogenizându-se. Se unge o cratiţă cu ulei şi se aştern straturi succesive de vinete şi tocătură, iar deasupra se pune parmezanul ras. Se coace, la foc potrivit, o jumătate de oră.

Salată de conopidă cu maioneză dietetică

600 g conopidă, 1 ou, 100 ml ulei, 20 g „Muștar fin Bunătăți de la Bunica", 25 ml oțet, o lămâie, sare, piper, salată verde.

Conopida se spală, se curăță și se fierbe în apă clocotită, în care se adaugă un praf de sare și o lingură de oțet. Se scoate, se scurge și se desface în buchețele mici. Se fierbe oul cât mai tare, se îndepărtează albușul, iar gălbenușul se freacă bine cu puțin ulei. Se pune apoi „Muștar fin Bunătăți de la Bunica" și se toarnă, picătură cu picătură, restul de ulei, amestecând mereu. Se stoarce zeama de la o jumătate de lămâie și se potrivește de sare. Se porționează, așezând maioneza în cupe, peste câte o frunză de salată, apoi se adaugă buchețelele de conopidă și piper după gust. Se ornează cu feliuțe subțiri de lămâie.

Ciorbă de ciuperci

250 g ciuperci, un morcov, o rădăcină de pătrunjel, un păstârnac, o ceapă mică, 1 l borș, 50 g orez, o legătură de mărar, o legătură de pătrunjel, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica", sare.

Morcovul, albitura și ceapa se curăță, se spală, se toacă mărunt și se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită și 1 linguriță de „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica". Orezul se alege, se spală și se fierbe cu puțină sare, apoi se scurge. Ciupercile se curăță, se spală, se taie în bucățele mici și se adaugă în oală atunci când zarzavaturile sunt aproape fierte. Se mai fierb împreună cam un sfert de oră, timp în care se pune să fiarbă, separat, borșul. Acesta se lasă să dea în două – trei clocote, după care se ia de pe foc și se strecoară, apoi se toarnă în oală. Se adaugă și orezul, se mai lasă să dea într-un clocot și se ia de pe foc. Se servește cu verdeață tocată, presărată în farfurii.

Frigărui cu rinichi de porc și ciuperci

400 g rinichi de porc, 400 g ciuperci, 100 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 25 ml oțet, o căpățână de usturoi, o legătură de pătrunjel, sare, piper, 1 borcan de „Sos Țigănesc Bunătăți de la Bunica”.

Se fierbe un litru de apă cu o lingură de oțet, lăsându-se să clocotească. Rinichii se curăță, se spală și se opăresc în această soluție, după care se scurg și se taie în feliuțe. Ciupercile se curăță, se spală și se taie în bucățele de mărime potrivită, presărându-se cu sare și piper. „Margarina Bunătăți de la Bunica” (la pachet) se topește într-o tigaie, fără a se înfierbânta prea mult. Se înșiră pe frigărui, alternativ, feliile de rinichi și bucățelele de ciuperci, se înmoaie în „Margarina Bunătăți de la Bunica” (la pachet) topită, după care se pun pe grătarul încins, frigându-se pe toate părțile. Usturoiul se curăță și se pisează, preparând un mujdei cu apă rece și puțină sare. Frigăruile se servesc calde, cu pătrunjel tocat deasupra , mujdei și „Sos Țigănesc Bunătăți de la Bunica” alături.

Salată de spanac

500 g spanac, 50 ml ulei, 100 g ceapă, o lămâie, 2 ouă, o legătură de pătrunjel, „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”, sare, piper.

Spanacul se curăță, se spală în mai multe ape, apoi se opărește într-o oală cu apă clocotită. Se scurge bine și se toacă mărunt. Ouăle se fierb astfel încât să fie tari, se curăță de coajă și se mărunțesc. Ceapa se curăță, se spală și se toacă peștișori. Într-un castron pentru salată, se amestecă spanacul cu ouăle, ceapa, uleiul și pătrunjelul tocat fin. Se adaugă sare și piper, după gust. Se servește rece cu 1 linguriță de „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica” deasupra.

Piept de pui cu ciuperci

600 g piept de pui
400 g ciuperci
800 g roşii
100 ml ulei
o linguriţă de făină
50 ml vin alb
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Roşiile se taie în felii şi se înăbuşă în 500 ml apă cu o lingură de ulei, apoi se scot şi se pasează. Se adaugă făina, dizolvată în puţină apă rece, un praf de sare, apoi se pune totul la fiert încă 20 de minute. Carnea se curăţă, se porţionează şi se pune la rumenit într-o cratiţă cu două linguri de ulei. După ce s-a rumenit pe toate părţile, se toarnă sosul de roşii, continuând fierberea. Ciupercile se curăţă, se spală, se taie în feliuţe subţiri şi se călesc în uleiul rămas, apoi se sting cu vinul, se sărează, se piperează şi se toarnă peste carne. Se mai fierbe 10 minute, apoi se presară verdeaţa tocată.

Pulpă de miel cu rozmarin

1 kg pulpă de miel
100 g ulei, 3 linguri de bulion
200 ml vin roşu
20 g rozmarin
o legătură de mărar, sare, piper

Carnea se spală, se curăţă, se crestează din loc în loc şi se împănează cu feliuţe de usturoi. Se presară cu sare, piper şi rozmarin, după care se aşază într-o tavă sau într-un vas de Jena, împreună cu uleiul. Se introduce la cuptor, unde se lasă, la foc potrivit, aproximativ o jumătate de oră. Din când în când, se stropeşte cu ulei şi cu zeama pe care a lăsat-o. Se dizolvă bulionul în vinul roşu, turnându-se peste carne. Se micşorează focul şi se mai lasă timp de 15–20 de minute. La final, se presară mărarul, tocat mărunt. Se serveşte întreagă, pe un platou, urmând a fi porţionată după preferinţe.

Pulpe de pui cu maioneză şi usturoi

4 pulpe de pui (sau 8 ciocănele)
6 ouă
o linguriţă de muştar
o lămâie
100 ml ulei
200 g ciuperci
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă, se spală şi se rumeneşte într-o tigaie cu puţin ulei încins, sau, dacă există posibilitatea, pe grătar. Se fierbe un ou tare, se opreşte gălbenuşul, care se freacă bine cu celelalte gălbenuşuri crude, adăugate unul câte unul. Se picură şi uleiul, puţin câte puţin, amestecând mereu. Se adaugă două linguriţe de muştar şi zeama stoarsă de la o lămâie, apoi se omogenizează. Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se înăbuşă în puţină apă. Verdeaţa se spală şi se toacă mărunt. Usturoiul se curăţă şi se pisează, amestecându-se în maioneză, împreună cu ciupercile.

Sufleu de ciuperci cu şuncă

400 g ciuperci
200 g şuncă de Praga
100 g smântână
80 g unt
200 ml lapte
o lingură de făină
2 linguriţe de pesmet
un ou, sare

Ciupercile se curăţă, se spală şi se taie lame. Şunca se taie în cubuleţe. Se pun la fiert ciupercile în puţină apă, se adaugă şunca şi un praf de sare. Se dizolvă făina în lapte, se pun să fiarbă, se adaugă untul şi, după un clocot, se iau de pe foc. Se lasă la răcit, apoi se amestecă gălbenuşul, iar în final se adaugă albuşul bătut spumă. Se unge o cratiţă cu unt, se tapetează cu pesmet, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor, în bain-marie, timp de aproximativ o jumătate de oră. Se serveşte cald.

Ţelină cu măsline

400 g ţelină
2 morcovi
un cartof
100 g mazăre
2 linguri de făină
50 ml ulei
o lămâie
200 g măsline
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ţelina şi cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe de mărime potrivită. Morcovii se curăţă şi se taie în fâşiuţe subţiri şi nu prea lungi. Se pun legumele la fiert, în apă clocotită cu sare. Dacă mazărea este proaspătă, se pune şi ea la fiert. Dacă e gata fiartă, se adaugă doar cu câteva minute înainte de a lua oala de pe foc. Între timp, se curăţă ceapa, se toacă mărunt şi se călеşte într-o cratiţă cu ulei încins. Se adaugă făina, se rumeneşte puţin şi se stinge cu zeamă de la legume. Se scurg legumele şi se pun peste rântaş, împreună cu măslinele, lăsând să mai fiarbă 10 minute. Se adaugă sare, piper, zeamă de lămâie şi pătrunjel tocat.

Sos de roşii dietetic

400 g roşii
40 ml ulei
o pastilă de zaharină
frunze de ţelină
sare, piper

Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de pieliţe şi de seminţe, se dau pe răzătoare, după care se trec prin sită. În sucul rămas se adaugă uleiul, sare, piper şi frunzele de ţelină, spălate şi lăsate întregi. Se pune totul pe foc mic, lăsându-se să scadă şi să capete consistenţă. Se dizolvă pastila de zaharină într-o linguriţă de apă şi se adaugă la sos atunci când acesta este fiert suficient. Se foloseşte la preparatele din paste, la cele cu carne sau pe bază de legume.

Sos remoulade

4 ouă
o linguriţă de muştar
o lămâie

40 ml ulei
un castravete murat
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
o legătură de tarhon, sare

Se fierb două ouă tari, se lasă să se răcească, apoi se curăţă. Se sparg ouăle crude, separând gălbenuşurile de albuşuri. Se freacă un gălbenuş fiert cu două crude, cu două linguriţe de muştar, un vârf de linguriţă de sare, două linguri de ulei şi zeama stoarsă de la o lămâie. Castravetele se curăţă de coajă şi se taie cât mai mărunt posibil. Mărarul, pătrunjelul şi tarhonul se spală şi se toacă mărunt. Se amestecă maioneza obţinută mai devreme cu gălbenuşul şi cele două albuşuri fierte rămase, cu o linguriţă de muştar, castravetele şi verdeaţa, eventual şi cu puţină sare. Se serveşte rece, la preparate din ouă, peşte, pui sau legume fierte.

Cremă de cafea cu lapte

400 ml cafea concentrată
200 ml lapte
100 g frişcă dietetică
un ou
6 pastile de zaharină
un pliculeţ de zahăr vanilat
4 foi de gelatină

Se separă gălbenuşul de albuş. Gălbenuşul se bate spumă, se toarnă peste el laptele, se amestecă bine, apoi totul se adaugă în cafeaua fierbinte, împreună cu zahărul vanilat. Se pune la foc potrivit, lăsând până capătă consistenţă. Între timp, foile de gelatină se pun la înmuiat în puţină apă rece, se lasă cam o jumătate de oră, după care se dizolvă în puţină apă fiartă. Când s-a legat crema, se adaugă gelatina şi pastilele de zaharină, dizolvate la rândul lor. Se ia de pe foc şi se lasă până se răceşte, când se adaugă frişca. Se omogenizează şi se dă la rece.

Parfait de cacao

300 ml lapte
100 g cacao, 60 g frişcă
2 ouă
un pliculeţ de zahăr vanilat
6 pastile de zaharină

Pastilele de zaharină se dizolvă în puţină apă fiartă, amestecându-se apoi cu gălbenuşurile de la cele două ouă şi cu un vârf de cuţit de sare. Zahărul vanilat se dizolvă în lapte şi se toarnă peste celelalte. Se adaugă şi cacaua şi se pun să fiarbă, pe foc moale, amestecând continuu, până se obţine o consistenţă cremoasă. Se ia compoziţia de pe foc şi se toarnă într-o formă specială pentru îngheţată, după care se introduce la congelator. Se serveşte cu câte o linguriţă de frişcă deasupra.

Salată de crudităţi specială

2 mere
2 morcovi
o ţelină
o banană, 400 g nuci
o lămâie
frişcă dietetică

Merele, morcovii şi ţelina se curăţă, se spală şi se dau pe răzătoarea mare. Banana se decojeşte şi se taie în bucăţele cât mai mici. Nucile se coc în cuptorul încins, timp de 10–12 minute, la foc potrivit. Când sunt gata, se scot, se lasă puţin să se răcorească, apoi se curăţă şi se pisează mărunt, sau se dau prin maşina de tocat. Se amestecă, într-un castron, merele, morcovii, ţelina, banana şi miezul de nucă. Se lasă la rece măcar o oră înainte de a fi servită. Se serveşte în cupe, ornată cu feliuţe subţiri de lămâie şi cu câte o linguriţă de frişcă dietetică.

Salată de mere, portocale şi kiwi

4 mere mari, 4 portocale
4 kiwi
4 pastile de zaharină
o lămâie
frişcă dietetică

Merele se curăţă de coajă şi de seminţe, apoi se taie în cubuleţe mici. Portocalele se decojesc, după care se îndepărtează pieliţele şi sâmburii şi se taie în bucăţele mici. Se curăţă de coajă fructele de kiwi şi se taie în cubuleţe. Se amestecă toate fructele într-un castron, se aşteaptă o jumătate de oră până îşi lasă zeamă, după care se dizolvă zaharina. Se dă salata la rece minimum o oră, după care se serveşte, porţionată, în cupe, ornată cu frişcă dietetică şi cu feliuţe subţiri de lămâie.

Spumă de portocale

4 portocale
4 ouă
6 pastile de zaharină

Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Albuşurile se bat spumă. Portocalele se dau pe răzătoarea fină. Se stoarce o portocală, dizolvându-se în sucul obţinut pastilele de zaharină. Se presară coaja de la portocale peste albuşul bătut, se amestecă bine, apoi se adaugă zaharina dizolvată. Se serveşte în cupe.

Şarlotă de nuci

1 kg nuci
100 g frişcă
20 g gelatină
4 pastile de zaharină
o lămâie

Se coc nucile în cuptorul bine încins în prealabil, la foc potrivit, timp de aproximativ 10–12 minute, întorcându-se din când în când. Se scot, se lasă până se răcesc, apoi se curăţă şi se dau prin maşina de tocat. Gelatina se lasă la înmuiat timp de 30 de minute în puţină apă rece, după care se topeşte cu o lingură de apă fiartă. Se amestecă miezul de nucă pisat cu gelatina şi cu pastilele de zaharină, dizolvate la rândul lor în puţină apă. Se dă totul la rece pentru o jumătate de oră. Între timp, se rade lămâia, coaja adăugându-se, împreună cu două linguri de frişcă, la compoziţie. Se omogenizează şi se dă din nou la rece. Se serveşte ornată cu frişcă.

Reţete pentru bolnavii de ulcer

Dovlecei umpluţi cu brânză de vaci

4 dovlecei tineri
100 g brânză de vaci
un ou, o lingură de pesmet, 50 g unt
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Dovleceii se curăţă de coajă, se taie în jumătăţi, pe lungime, apoi li se scoate miezul. Orezul se alege, se spală şi se fierbe în puţină apă, apoi se scurge şi se răceşte. Se bate bine oul şi se amestecă apoi cu pesmetul şi cu brânza dată pe răzătoarea mică. În pasta obţinută, se amestecă orezul, verdeaţa tocată şi sare. Într-o tigaie cu puţin unt, se pun dovleceii şi se întorc pe toate feţele, până se rumenesc, apoi se umplu cu pasta şi se introduc la cuptor, unde se lasă până devin moi.

Pateu de ficat dietetic

100 g ficat de porc
un ou, o legătură de mărar
2 linguriţe de smântână degresată
50 g unt, sare

Ficatul, curăţat şi spălat, se frige pe grătar sau se fierbe în puţină apă cu sare. După ce e gata, se lasă până se răceşte, apoi se dă prin maşina de tocat de trei ori, să se mărunţească mai bine. Se ia gălbenuşul de la un ou crud, se amestecă bine cu ficatul, smântâna, untul şi mărarul tocat foarte fin. Se freacă bine acest amestec, până se omogenizează şi capătă consistenţa unei creme. Se serveşte rece, ca aperitiv, pe felii de pâine prăjită, ornate cu feliuţe subţiri de roşii sau de lămâie.

Ruladă de carne cu ouă

600 g carne de vită
4 ouă, 50 g unt
100 ml lapte
100 g smântână, sare

Se separă gălbenuşurile de albuşuri. Gălbenuşurile se freacă împreună cu untul şi puţină sare, iar albuşurile se bat spumă. Peste gălbenuş, se adaugă făina, apoi albuşurile. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o tigaie din teflon, punându-se să se rumenească pe ambele părţi, ca o omletă. Carnea se curăţă, se spală, se fierbe, apoi se dă prin maşina de tocat de două–trei ori, până se mărunţeşte suficient, amestecându-se apoi cu laptele. Pasta obţinută se aşterne uniform peste omletă, se rulează totul, servindu-se rece, ca aperitiv, tăiată în felii, cu smântână proaspătă deasupra.

Ciorbă de pui cu roşii

600 g carne de pui
3 roşii, 2 morcovi
50 g ţelină
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
2 linguri de orez, 20 g unt
o legătură de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă, se spală şi se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Se adună spuma, apoi se fierbe la foc mic încă o jumătate de oră. Ţelina, morcovii, rădăcina de pătrunjel şi păstârnacul se curăţă, se spală, se taie în bucăţele şi se înăbuşă în unt cu puţină zeamă de carne. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de coajă şi se taie în sferturi. Orezul se fierbe separat în apă cu sare, după care se scurge. Se adaugă orezul şi legumele în oala cu carne şi se mai lasă, la foc potrivit, încă un sfert de oră. Se potriveşte de sare şi, când se ia de pe foc, se presară pătrunjelul tocat mărunt.

Supă – cremă de morcovi

500 g morcovi
100 g margarină, 250 ml lapte
un ou, o ceapă mijlocie
o lingură de făină
4 felii de pâine albă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Se aleg morcovi tineri, fragezi. Se curăţă morcovii şi ceapa, se spală, se taie în sferturi şi se pun la fiert într-o oală cu 2 litri de apă. După ce au fiert bine, se scot, morcovii se dau prin sită, iar supa se strecoară. Se pun cam trei linguri de margarină pe fundul unei oale, se căleşte puţin făina, se adaugă piureul de morcovi şi se stinge cu laptele şi cu puţină supă. Se potriveşte de sare şi se lasă pe foc până capătă consistenţa dorită. Se serveşte fierbinte, cu mărar şi pătrunjel, tocate mărunt, deasupra, şi cu crutoane de pâine prăjită în restul de unt.

Supă de spanac

1 kg spanac
100 g unt, 100 g pesmet
o legătură de pătrunjel, sare
o lămâie

Spanacul se curăţă, se spală bine în mai multe ape, se scurge şi se opăreşte într-o oală cu apă clocotită. Se lasă din nou la scurs, apoi se toacă mărunt. Într-un alt vas, se topeşte untul, se înfierbântă şi se pune spanacul să se înăbuşe, adăugând puţină apă caldă. Se lasă cam un sfert de oră, amestecând mereu şi presărând, din timp în timp, câte puţin pesmet. După aceea, se toarnă aproximativ 2 litri de apă fiartă şi se mai lasă pe foc încă vreo 15–20 de minute. Se potriveşte gustul cu sare, iar când se ia de pe foc, se presară deasupra pătrunjel tocat mărunt. Cine doreşte, o poate acri cu puţină zeamă de lămâie.

Supă de zarzavat cu perişoare

3 morcovi
2 rădăcini de albitură
3 cartofi
3 roşii

250 g carne de vită
o lingură de orez, 50 ml ulei
2 legături de mărar
2 legături de pătrunjel, sare

Morcovii şi albitura se curăţă, se taie în rondele şi se pun la fiert în 2 litri de apă cu puţină sare. Cartofii se curăţă şi se taie în cubuleţe, adăugându-se în oală când zarzavaturile au fiert pe jumătate. Carnea se dă prin maşina de tocat, apoi se amestecă, pe rând, cu orezul, jumătate din cantitatea de verdeaţă tocată, o linguriţă de sare şi o lingură de ulei. Se omogenizează compoziţia, după care, cu mâna udă, se modelează perişoarele, ca nişte biluţe cu diametrul de 3 centimetri. Se pun perişoarele la fiert în supă şi, când sunt gata, se adaugă roşiile tocate mărunt. Se serveşte fierbinte, cu verdeaţă tocată.

Ardei umplut cu orez şi cartofi

400 g ardei gras
100 g orez
3 cartofi
un morcov
50 g ţelină
2 cepe
50 ml ulei
o lingură de bulion
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă morcovii, ţelina şi jumătate din ceapă, se spală şi se dau pe răzătoarea mică, apoi se sărează şi se înăbuşă în ulei cu puţină apă. Se alege orezul, se spală şi se adaugă peste legume, continuând fierberea. Cartofii se curăţă, se spală, se fierb în apă clocotită cu sare, apoi se pisează. Pătrunjelul se toacă mărunt. Se amestecă orezul şi legumele, cu cartofii şi verdeaţa, se adaugă sare. Se spală ardeii, se curăţă şi se umplu cu compoziţia rezultată. Se prepară sosul, călind restul de ceapă în ulei şi adăugând bulionul dizolvat în puţină apă. Se introduc ardeii, împreună cu sosul, la cuptor, unde se lasă o jumătate de oră.

Budincă de cartofi

600 g cartofi
2 ouă
40 g margarină
100 g smântână (sau 200 ml lapte)
o lingură de făină, sare

Cartofii se spală şi se pun la fiert, în coajă, într-o oală cu apă clocotită şi o lingură de sare. Când s-au fiert suficient, se scot, se curăţă de coajă şi se pisează cu furculiţa, ca pentru piure. Separat, se amestecă 30 g de margarină cu gălbenuşurile de la 2 ouă, apoi se adaugă cartofii şi se omogenizează. Se adaugă sare, precum şi albuşurile, bătute împreună cu smântâna, sau cu laptele, după caz. Se unge o tavă cu margarină, se tapetează cu făină, se toarnă compoziţia şi se introduce la cuptor, la foc potrivit, lăsându-se cam o jumătate de oră să se coacă. Se serveşte caldă, eventual cu smântână deasupra.

Cartofi copţi umpluţi

1 kg cartofi
200 ml lapte
50 g unt
100 g brânză telemea

Cartofii se coc, fără a fi curăţaţi, în cuptorul bine încins, timp de aproximativ o oră. Din când în când, se întorc, pentru a se coace pe toate părţile. Când sunt gata, se scot şi se lasă câteva minute să se mai răcească. Între timp, se fierbe laptele, lăsându-l până se umflă. Cartofii copţi se scobesc, scoţându-se miezul, care se sfărâmă cu furculiţa şi se omogenizează cu untul, cu laptele fiert şi cu telemeaua rasă. Cu această compoziţie, se umplu cartofii, care se introduc din nou la cuptor, unde se mai lasă 5 minute, la foc potrivit. Se servesc calzi. În funcţie de preferinţe, se poate înlocui telemeaua cu parmezan sau laptele cu smântână.

Chifteluţe dietetice cu soté de morcovi

400 g carne de vită
100 g pâine albă
un ou, 2 linguri de făină
40 ml ulei
500 g morcovi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, cimbru

Carnea se spală, se curăţă, se taie în bucăţele şi se dă prin maşina de tocat. Se înmoaie pâinea în apă, se stoarce. Mărarul şi pătrunjelul se spală şi se toacă mărunt. Se amestecă pâinea, verdeaţa şi oul cu carnea, se adaugă sare şi cimbru, apoi se modelează chifteluţele, se tăvălesc prin făină şi se aşază într-o tavă cu ulei şi puţină apă. Se introduc la cuptor şi se lasă, la foc potrivit, până se rumenesc. Între timp, se curăţă morcovii, se spală, se taie în fâşiuţe lungi de 3–4 centimetri, apoi se călesc în ulei, se sting cu puţină apă şi se lasă să se înăbuşe încă un sfert de oră.

Ciulama dietetică de pui

500 g carne de pui
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
100 g ţelină
200 ml lapte
2 linguri de făină
50 g unt
o legătură de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă de pieliţe şi de grăsime, se spală, se taie în bucăţi şi se pune la fiert în apă rece cu puţină sare. Morcovul, rădăcina de pătrunjel, păstârnacul şi ţelina se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe mărunte şi se pun la fiert în oala cu carne. În momentul în care s-au fiert toate, se ia oala de pe foc, se scoate carnea pe o farfurie, iar zeama se strecoară. Zarzavaturile se trec prin sită. Se diluează făina în laptele rece, apoi se pune într-un vas, la foc mic, lăsându-se să fiarbă o jumătate de oră, după care se adaugă untul. Se ia de pe foc şi se

serveşte cu bucăţile de carne şi cu pătrunjel tocat deasupra.

Dovlecei gratinaţi

600 g dovlecei
250 ml lapte
40 g margarină
2 linguri de făină, un ou
o lingură de pesmet
250 g brânză de vaci degresată
100 ml smântână
o legătură de mărar, sare

Dovleceii se curăţă, se spală, se taie în bucăţi de mărime potrivită, apoi se fierb într-o oală cu apă rece şi puţină sare. Se fierbe laptele, iar când clocoteşte, se adaugă făina dizolvată în puţină apă. După ce se răceşte, se amestecă dovleceii, oul şi 150 g brânză de vaci, adăugând sare, după gust. Se omogenizează compoziţia şi se toarnă într-o tavă unsă cu margarină şi tapetată cu pesmet, deasupra întinzându-se restul de brânză. Se introduce la cuptor, la foc potrivit, unde se lasă cam o jumătate de oră. Spre sfârşit, se presară mărarul tocat fin. Se servesc calzi, cu câte o lingură de smântână deasupra.

Mititei dietetici

400 g carne macră de vită
un ou
20 ml ulei, sare

Carnea se curăţă de tendoane şi pieliţe, se taie în bucăţele şi se dă prin maşina de tocat, în două rânduri. Apoi, se amestecă, într-un castron, cu oul, puţină sare şi o lingură de apă călduţă. După ce s-a omogenizat, se trece pe un fund din lemn şi se bate zdravăn timp de aproximativ 10 minute, ca să între aerul în ea şi să devină mai pufoasă. Cu mâna udă, se ia câte puţin din compoziţie şi se formează mititeii, care se pun să se frigă pe grătarul încins şi uns cu puţin ulei sau pe o plită înfierbântată, întorcându-se din când în când, ca să se rumenească pe toate părţile şi să se pătrundă.

Musaca de dovlecei cu carne de vită

1 kg dovlecei
400 g carne de vită
2 roşii
20 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, cimbru

Carnea se curăţă, se spală, se fierbe în apă cu sare până se frăgezeşte, apoi se dă prin maşina de tocat şi se amestecă bine cu verdeaţa tocată mărunt, sare şi cimbru, după gust. Dovleceii se curăţă, se spală şi se opăresc într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare, după care se scot, se scurg şi se taie în feliuţe de aproximativ 4-5 milimetri grosime. Într-un vas, se aştern straturi succesive de dovlecei şi tocătură. Peste acestea, se aşază un strat de felii subţiri de roşii. Se toarnă uleiul şi câteva linguri de zeamă de carne şi se introduce la cuptor, unde se lasă, la foc potrivit, până se înmoaie dovleceii.

Pilaf cu dovlecei şi urdă

200 g orez
500 g dovlecei
500 g suc de roşii
20 g unt
100 g urdă
o legătură de mărar, sare

Se pune sucul de roşii la fiert, adăugând sare, după gust. Se alege orezul şi se spală în mai multe ape, apoi se lasă la scurs. Dovleceii se curăţă de coajă, se spală şi se taie în feliuţe rotunde. Mărarul se spală, se curăţă şi se toacă mărunt. Când sucul de roşii începe să clocotească, se spumează, apoi se adaugă orezul, dovleceii, untul şi o jumătate din cantitatea de mărar tocat. Se mai lasă câteva clocote, apoi se introduce la cuptor, la foc potrivit, încă aproximativ o jumătate de oră, până scade sosul cât trebuie. Se serveşte fierbinte, presărând deasupra urdă şi restul de mărar tocat.

Pilaf dietetic

300 g orez
2 morcovi
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
20 g unt
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Morcovii, rădăcina de pătrunjel şi păstârnacul se curăţă, se spală şi se taie în fâşii, pe lungime. Se pun la fiert într-o oală cu doi litri de apă clocotită, în care s-a dizolvat o linguriţă de sare. Între timp, se alege orezul şi se spală în mai multe ape. Când s-au fiert zarzavaturile, se scot cu spumiera, în supa rămasă punându-se să fiarbă orezul. Se lasă, pe foc potrivit, până când bobul de orez se umflă. Dacă zeama scade prea mult, se completează cu câte puţină apă călduţă. Se serveşte cald, presărat cu sare, după gust, şi cu o bucăţică de unt proaspăt deasupra. Se poate servi ca fel de bază sau ca garnitură la fripturi, peşte sau legume fierte.

Rasol de vită cu ardei copţi

500 g rasol de vită
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
8 ardei
10 ml ulei
o lămâie, sare

Se curăţă şi se spală bine rasolul, apoi se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită. Se curăţă morcovul, pătrunjelul rădăcină şi păstârnacul, se spală, se taie în rondele şi se adaugă în oală în momentul în care carnea este cam pe jumătate fiartă. Se lasă în continuare, la foc potrivit, până se fierb toate. Între timp, se spală ardeii, se scurg şi se coc pe toate părţile, pe plita încinsă. După ce s-au răcit, se curăţă de coajă şi se aşază într-un castron, stropindu-se cu o jumătate de lingură de ulei şi cu zeama stoarsă de la o lămâie. Rasolul se serveşte cu zarzavaturile fierte, pentru garnitură, şi cu salată de ardei copţi.

Sufleu de dovlecei cu urdă

1 kg dovlecei
100 g urdă proaspătă
100 g unt
3 ouă
o lingură de făină
500 ml lapte, sare

Se curăţă dovleceii, se spală şi se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. După ce s-au fiert, se scot, se scurg bine şi se pasează. Se pune laptele la fiert, iar când clocoteşte se adaugă făina, deăsfăcută în puţină apă rece. Se lasă pe foc încă vreo 5 minute, după care se adaugă vreo două linguriţe de unt şi se omogenizează. Se amestecă piureul de dovlecei cu restul de unt şi cu urda, se pune într-un vas uns cu unt, se toarnă deasupra sosul obţinut mai devreme şi albuşurile de ou, bine bătute. Se lasă la cuptor maximum 10 minute, la foc mărişor. Se serveşte fierbinte, presărat cu sare, după gust.

Sufleu de ţelină

600 g ţelină
40 g unt
o lingură de făină
400 ml lapte
150 g smântână
4 ouă, sare

Se curăţă şi se spală ţelina, apoi se taie în cubuleţe şi se pune să fiarbă într-o oală cu 2 litri de apă clocotită şi o linguriţă de sare, apoi se scoate cu spumiera, se dă prin sită şi se adaugă o lingură de unt, amestecând până se omogenizează. Se dizolvă o lingură de făină în puţin lapte rece, iar restul de lapte se pune la fiert. Când dă în clocot, se ia de pe foc şi se adaugă făina şi smântâna. Se lasă puţin să se răcorească, apoi se amestecă bine cu piureul de ţelină, cu gălbenuşurile, adăugate unul câte unul, iar la sfârşit se toarnă albuşurile bătute spumă, omogenizându-se. Se unge o cratiţă cu unt, se toarnă compoziţia şi se introduce la cuptor, unde se lasă o jumătate de oră în bain-marie.

Sufleu din piept de pui

500 g piept de pui fără os
40 g unt, 4 ouă
3 linguri de griş, sare

Carnea se curăţă de pieliţe şi de grăsime, se taie în bucăţi, apoi se pune la fiert într-o oală cu un litru de apă clocotită şi un vârf de cuţit de sare. Când e fiartă bine, se scoate, se lasă să se răcească, apoi se dă prin maşina de tocat. Se sparg ouăle şi se separă albuşurile de gălbenuşuri. Se fierb patru linguri de griş în supa de carne rămasă. Când grişul se umflă, înghiţind toată supa, se ia de pe foc, se lasă până se răceşte, după care se omogenizează cu carnea tocată şi cu albuşurile. Se unge o cratiţă cu unt, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor o jumătate de oră, în bain-marie. Se serveşte cald.

Şniţel de vită cu cartofi natur

500 g carne de vită
500 g cartofi
2 roşii, 2 morcovi
50 g ţelină, 2 linguri de făină
50 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă carnea, se spală, se taie în bucăţele şi se bate bine cu ciocanul pentru şniţele, pentru a se frăgezi. Se presară cu sare, apoi se tăvăleşte prin făină pe ambele părţi şi se înăbuşă într-o tigaie cu ulei şi puţină apă. Cartofii se curăţă, se spală, se taie în felii de mărime potrivită, apoi se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi un praf de sare. Separat, se fierb roşiile, morcovii şi ţelina, curăţate, spălate şi tăiate în felii. Când sunt fierte pe jumătate, se adaugă şi şniţelele. Se servesc cu cartofi natur, presărând deasupra pătrunjel tocat mărunt.

Cremă caramel

800 ml lapte, 4 ouă
150 g zahăr tos
2 pliculeţe de zahăr vanilat

Laptele se pune la fiert, dizolvându-se în el zahărul vanilat şi 60 g de zahăr tos. Când dă în clocot, se ia de pe foc şi se lasă să se răcească, după care se adaugă ouăle bătute spumă. Restul de zahăr se pune pe fundul unei cratiţe uscate, la foc mic, lăsându-se să se caramelizeze. Când zahărul capătă o culoare maronie, se stinge cu compoziţia obţinută mai devreme. Se ia de pe foc şi se introduce la cuptor, în bain-marie, lăsându-se până se coagulează crema. Se serveşte rece, cu sirop de zahăr caramelizat.

Ecler cu frişcă

3 ouă, 100 g făină
50 ml ulei
200 g frişcă
un pliculeţ de zahăr vanilat, sare

Într-o oală cu 100 ml de apă clocotită, se toarnă făina şi uleiul, adăugând şi un vârf de cuţit de sare. Se amestecă bine, cu ajutorul unei linguri de lemn, ca să nu se formeze cocoloaşe. Se lasă până începe să capete consistenţa unui aluat, care nu se mai lipeşte de lingură. Se ia de pe foc, se lasă puţin să se răcească, după care se adaugă, pe rând, ouăle. Cu ajutorul unui cornet din hârtie, se toarnă, din acest aluat, batonaşe lungi de 6–7 centimetri, într-o tavă presărată cu făină. Se introduc la cuptor, la foc mic, lăsânduse să se coacă. Când se scot, se taie în două, pe lungime, între cele două jumătăţi aşternându-se un strat de frişcă. Se servesc reci, pudrate cu zahăr vanilat.

Griş cu lapte

1 l lapte
100 g griş
2 linguri de zahăr tos
un pliculeţ de zahăr vanilat
scorţişoară
gem sau dulceaţă

Se pune laptele la fiert, împreună cu zahărul. Atunci când începe să clocotească, se toarnă grişul, puţin câte puţin, amestecând în perma-

nenţă, cu lingura de lemn, pentru a se evita formarea cocoloaşelor. Se lasă la fiert încă aproximativ 10 minute, continuând amestecarea, până când grişul începe să se umfle. Se toarnă în farfurii adânci cât e încă fierbinte, pentru că altfel se întăreşte. În funcţie de preferinţele fiecăruia, se presară cu zahăr vanilat sau cu scorţişoară, sau se întinde la suprafaţă un strat subţire de gem sau de dulceaţă. Se poate servi atât cald, cât şi rece.

Pastă de mere coapte

1 kg mere
100 g biscuiţi
100 g zahăr
50 g unt
o lămâie
scorţişoară

Se spală merele, apoi se scobesc în dreptul codiţei şi se scoate cotorul. În locul acestuia, se pune câte o bucăţică de unt. Se toarnă o cană de apă într-o tavă, se pun merele şi se dau la cuptor, la foc potrivit, până se înmoaie. Atunci se scot, se curăţă coaja şi se dau pe răzătoare. Se prepară un sirop, fierbând zahărul în 200 ml apă şi lăsând până scade la jumătate. Când e aproape gata, se adaugă zeama stoarsă de la o lămâie. Biscuiţii se mărunţesc, apoi se opăresc cu siropul fierbinte şi se amestecă bine cu merele rase. Se freacă mai departe compoziţia, până se omogenizează şi devine spumoasă. Se serveşte rece, presărată cu scorţişoară pisată.

Salată de portocale cu miere

4 portocale coapte
2 mere golden
2 linguriţe de miere
o lămâie
50 g frişcă

Se aleg portocale şi mere coapte, dulci. Portocalele se decojesc, se îndepărtează pieliţele şi sâmburii, apoi se taie în cubuleţe mici. Merele se curăţă de coajă şi de seminţe, după care se taie, la rândul lor, în cubuleţe. Într-un castron de porţelan, se amestecă portocalele cu merele şi cu mierea, diluată în prealabil cu zeama stoarsă de la o lămâie. Se lasă la loc răcoros (dar nu în frigider!) timp de cel puţin o oră înainte de a fi servită. Se serveşte în cupe, ornată cu frişcă.

Tort de mere cu biscuiţi

400 g mere
200 g biscuiţi
100 g miez de nucă
50 g stafide
2 linguri de zahăr pudră
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
scorţişoară
esenţă de rom

Stafidele se pun într-o cană cu apă călduţă şi se lasă cel puţin o jumătate de oră, să se înmoaie. Între timp, merele se curăţă de coajă şi cotor, se spală şi se dau pe răzătoare. Biscuiţii, nucile şi stafidele se trec prin maşina de tocat. Se rade coaja de la lămâie. Se amestecă merele rase cu biscuiţii, miezul de nucă, stafidele, coaja de lămâie, scorţişoara şi câteva picături de esenţă de rom. Se ia un platou rotund, pe care se dă compoziţiei forma unui tort. Se pudrează cu zahăr vanilat şi se introduce la frigider. Se poate servi ornat cu frişcă proaspătă.

Reţete pentru bolnavii cardiaci şi hipertensivi

Ardei umpluţi cu brânză dulce şi mărar

8 ardei graşi mărişori
250 g brânză dulce de vaci
40 g unt
o legătură de mărar
sare

Ardeii se spală, apoi se curăţă de cotoare şi de seminţe, lăsându-se în rest întregi. Se aşază cu gura în jos, ca să se scurgă. Untul se lasă puţin la căldură, ca să se înmoaie, apoi se amestecă, într-un castron, cu brânza dulce şi cu mărarul, tocat mărunt. Se adaugă puţină sare, după gust. Se amestecă din nou, pentru omogenizare. Cu compoziţia rezultată se umplu ardeii şi se aşază în farfurii, câte doi la o porţie. Se pot servi ornaţi cu frunzuliţe de pătrunjel, cu feliuţe de roşii sau în alte moduri.

Cartofi noi cu smântână

600 g cartofi noi
50 g unt
150 g smântână
o legătură de mărar
sare

Se pun la fiert cartofii, curăţaţi şi spălaţi, în apă clocotită cu sare. Când sunt gata, se scot şi se scurg bine. Într-o cratiţă, se înfierbântă untul şi se pun cartofii. Se amestecă, astfel încât să fie pătrunşi de untul fierbinte pe toate părţile, după care se toarnă smântâna, se presară mărarul, tocat fin, precum şi un praf de sare. Se continuă fierberea aproximativ 10 minute, după care se iau de pe foc şi se servesc imediat, cât sunt fierbinţi, ca aperitiv.

Ciuperci umplute cu roşii

600 g ciuperci
5–6 roşii

100 ml vin alb
20 ml ulei
o legătură de pătrunjel
sare

Ciupercile se curăţă, se spală, apoi se separă pălăriile de picioruşe. Acestea din urmă se toacă mărunt, apoi se înăbuşă în puţină apă cu sare. Când s-au înmuiat, se toarnă vinul şi se mai lasă câteva minute, la foc mic, să scadă. Se ia de pe foc şi se adaugă pătrunjelul tocat mărunt. Între timp, se opăresc roşiile în apă clocotită, se curăţă de pieliţe şi seminţe, se dau pe răzătoare, apoi se înăbuşă cu o lingură de ulei. Se amestecă roşiile cu compoziţia de mai sus şi se umplu pălăriile de ciuperci, după care se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi se dau la cuptor, la foc potrivit, până se înmoaie ciupercile şi se rumenesc roşiile. Se servesc ca aperitiv, cu sosul din tavă.

Ciorbă de fasole verde

600 g fasole verde
3 roşii
o lingură de bulion
o lingură de făină
50 ml ulei
200 g smântână degresată
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean
sare

Fasolea se curăţă, se rupe în bucăţele de 2–3 centimetri lungime şi se pune să fiarbă într-o oală cu 2 litri de apă şi puţină sare. Într-o tigaie uscată, se rumeneşte auriu făina, stingându-se cu două linguri din zeama de fasole, apoi se toarnă în oală, adăugând şi uleiul. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de pieliţe şi de seminţe, apoi se taie în sferturi şi se adaugă la ciorbă. Când este aproape gata, se adaugă, puţin câte puţin, smântâna, amestecând ca să se împrăştie în oală. Se spală pătrunjelul şi leuşteanul, se toacă mărunt şi se presară în farfurii atunci când se serveşte.

Supă – cremă de ştiucă

400 g ştiucă
3 morcovi, 2 rădăcini de albitură
o ceapă, o lămâie
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă şi se spală morcovii, albitura şi ceapa, se toacă mărunt, apoi se pun să fiarbă într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Se curăţă peştele, se spală cu grijă, apoi se adaugă în oala de pe foc. Se lasă un sfert de oră la fiert, apoi se scoate, se curăţă de piele şi de oase şi se dă prin maşina de tocat în două rânduri. Se scot zarzavaturile din oală, iar supa se strecoară peste tocătura de peşte. Se pune din nou la fiert, timp de 5 minute, se potriveşte de sare şi se serveşte imediat, cu pătrunjel tocat deasupra şi, la dorinţă, acrită cu puţină zeamă de lămâie.

Supă de mere

600 g mere ionatane
o lingură de amidon, o lingură de zahăr
200 g pâine albă, scorţişoară

Merele se curăţă de coajă, de cotoare şi codiţe, apoi se spală, se taie în sferturi şi se pun la fiert într-o oală cu apă rece. Se lasă pe foc până se fierb suficient de bine încât să se sfărâme cu uşurinţă. Se scot merele, se zdrobesc cu furculiţa, apoi se trec prin sită. Piureul rezultat se pune într-o oală, se adaugă amidonul, dizolvat în prealabil în puţină apă, zahărul şi aproximativ 2 litri de apă. Se omogenizează şi se lasă pe foc până dă câteva clocote. Se serveşte caldă, cu crutoane de pâine prăjită, iar cine doreşte poate presăra deasupra un praf de scorţişoară.

Supă de roşii cu crutoane

500 g roşii
2 cartofi, un morcov
un păstârnac, 200 g fidea
o legătură de pătrunjel, sare

Cartofii se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe, apoi se pun la fiert într-o oală cu doi litri de apă clocotită şi o jumătate de linguriţă de sare. Roşiile se opăresc într-o oală cu apă clocotită, se lasă până se răcesc puţin, se curăţă de pieliţe, se îndepărtează seminţele, apoi se dau pe răzătoare, iar pulpa se mai dă o dată prin sită. Când cartofii sunt aproape fierţi, se adaugă sucul de roşii, se lasă să mai dea vreo 2–3 clocote, apoi se adaugă fideaua, mărunţită. Se potriveşte de sare şi, când se ia de pe foc, e presară cu pătrunjel tocat mărunt. Se serveşte fierbinte, cu crutoane de pâine prăjită pe plită, fără grăsime.

Cartofi cu prune

400 g cartofi, 600 g prune
2 linguri de smântână degresată
2 linguri de zahăr, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare
foi de dafin, busuioc, piper boabe

Se curăţă cartofii, se spală şi se taie în cubuleţe mărunte. Se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Când sunt aproape fierţi, se scot cu spumiera şi se lasă să se scurgă. Prunele se aleg, să nu fie stricate, se spală şi li se scot sâmburii. Se pun din nou cartofii la fiert, de această dată doar cu un litru de apă, se adaugă prunele, smântâna şi zahărul. Se fierb pe foc potrivit până când se pot sfărâma cu uşurinţă. În funcţie de preferinţe, se pot pune la fiert boabe de piper, foi de dafin sau crenguţe de busuioc. La final, se poate adăuga verdeaţă tocată mărunt.

Cartofi natur

1 kg cartofi
50 ml ulei
2 legături de pătrunjel
o legătură de tarhon, sare

Cartofii se curăţă de coajă, se spală bine şi se taie în feliuţe de forma celor de portocală. Se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi o linguriţă de sare. Se lasă până se înmoaie puţin, nu cât să se sfărâme. Se scot şi se introduc într-un vas de Jena, în care se toarnă două linguri

de ulei, presărându-se deasupra pătrunjel şi, după preferinţe, tarhon. Se potriveşte gustul cu sare şi se introduce vasul la cuptor, la foc potrivit, timp de vreo jumătate de oră, până când cartofii devin uşor crocanţi. Se servesc calzi, ca garnitură la diverse preparate la grătar sau la peşte prăjit.

Chifteluţe de carne de vită cu sos de roşii

500 g carne de vită
5 roşii, un ou
2 linguri de făină, 60 ml ulei
100 g miez de pâine
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă, se taie în bucăţi, apoi se dă prin maşina de tocat. Pâinea se înmoaie în apă rece, se stoarce, se fărâmă şi se pune în tocătură. Mărarul şi pătrunjelul se toacă mărunt, adăugându-se în compoziţie, împreună cu oul şi un praf de sare. Cu mâna udă, se modelează chifteluţele. Acestea se dau prin făină şi se pun într-o tavă cu ulei şi puţină apă. Se introduce tava la cuptor, să se rumenească, la foc potrivit. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă şi se dau pe răzătoare, apoi se toarnă într-o oală, care se pune pe foc mic să scadă. Se toarnă sosul peste chifteluţe şi se mai lasă la cuptor un sfert de oră.

Muşchi de vită la grătar

800 g muşchi de vită
20 g unt, 20 ml ulei
o legătură de pătrunjel
sare, cimbru

Muşchiul se curăţă, se spală, se porţionează şi se bate bine, pe ambele părţi, cu ciocanul pentru şniţele. Se încinge bine grătarul, se unge cu puţin ulei, apoi se pun să se frigă bucăţile de carne. Acestea se întorc din timp în timp, ca să se rumenească suficient peste tot. După câteva minute, se domoleşte focul, pentru a se pătrunde carnea mai bine. Atunci când carnea este făcută, se presară cu sare şi cimbru şi se ia de pe grătar. Pătrunjelul se spală şi se toacă mărunt. Untul se taie în patru feliuţe, care se modelează în formă sferică şi se dau prin pătrunjelul tocat, apoi se aşază fiecare pe câte o bucată de carne friptă.

Piept de pui cu orez şi legume

400 g piept de pui
3 cartofi, 2 morcovi
200 g dovlecei, 2 linguri de orez
50 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă cartofii, se spală şi se taie în cuburi de mărime mijlocie. Morcovii se curăţă, se spală şi se taie în fâşii subţiri, pe lungime. Dovleceii se curăţă şi se taie în rondele. Se pun legumele la fiert, în apă clocotită cu sare. Între timp, se alege şi se spală orezul. Când încep să se înmoaie legumele, se scot cu spumiera şi se pun într-o cratiţă cu ulei încins, adăugându-se orezul. Se amestecă mereu, ca să nu se lipească. Pieptul de pui, curăţat de pieliţă şi de oase, se taie în bucăţele mici şi se pune şi el la călit. Se stinge cu puţină zeamă din cea în care au fiert legumele, se sărează, iar la sfârşit se adaugă pătrunjelul, tocat mărunt.

Rasol de vită

500 g carne de vită
3 cartofi
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
o lămâie
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă şi se spală carnea, se porţionează şi se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Se adună spuma ori de câte ori este cazul. Morcovii, rădăcina de pătrunjel şi păstârnacul se curăţă, se spală şi se taie julien, cartofii se taie în feliuţe, apoi se adaugă în oală, în momentul în care carnea este fiartă cam pe jumătate. Carnea, cartofii şi zarzavaturile se scot pe un platou, se presară cu sare, se stropesc cu zeamă de lămâie şi se ornează cu frunzuliţe de pătrunjel. La supa rămasă se pot adăuga fidea, tăiţei sau găluşte, plus verdeaţă tocată mărunt, servindu-se ca fel de sine stătător.

Sufleu de fasole verde

100 g fasole verde
200 g brânză de vaci
2 ouă, 50 g margarină
o lingură de făină, 100 ml lapte
100 g smântână, sare

Fasolea verde se curăţă, se rupe în bucăţele de 2–3 centimetri lungime, se spală şi se pune la fiert în apă cu puţină sare. Se amestecă margarina cu făina şi laptele, adăugând apoi brânza de vaci şi gălbenuşurile de la cele două ouă. Când fasolea este fiartă, se scoate, se scurge, se pune într-o cratiţă curată şi se toarnă peste ea sosul obţinut. Albuşurile se bat spumă şi se adaugă peste fasole. Se potriveşte de sare, introducându-se cratiţa la cuptor, unde se lasă, la foc moderat, aproximativ 20 de minute. Se serveşte caldă, cu câte o lingură de smântână proaspătă deasupra.

Tocăniţă de gogoşari

800 g gogoşari proaspeţi
5 roşii, 3 cepe
25 ml ulei
100 g bulion
4 ouă, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, busuioc

Gogoşarii se spală, se curăţă de seminţe şi se taie julien. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Într-o cratiţă, se înfierbântă uleiul şi se călesc gogoşarii şi ceapa. Se adaugă bulionul, se stinge cu puţină apă şi se lasă la fiert câteva minute, după care se adaugă roşiile spălate şi tăiate în felii. Între timp, se fierb ouăle tari, se curăţă de coajă şi se taie în sferturi. Când se ia cratiţa de pe foc, se sărează, se aromează cu busuioc, se presară mărarul şi pătrunjelul fin tocate şi se adaugă ouăle.

Crap rasol cu legume

600 g crap fără cap şi coadă
3 cartofi, un morcov
un ardei gras, o roşie, 20 ml ulei
o foaie de dafin, o lămâie
sare, piper boabe, salată verde

Peştele se curăţă, se spală, se porţionează şi se pune la fiert în apă cu sare, câteva boabe de piper şi foaia de dafin. Se spală bine cartofii şi se pun la fiert, în coajă, în apă clocotită, apoi se curăţă şi se taie în feliuţe de forma celor de portocală. Separat, se fierbe morcovul, tăiat pe lung, în fâşii subţiri. Roşia şi ardeiul se spală, se curăţă şi se taie în feliuţe subţiri. Se amestecă legumele, turnând şi uleiul. Pe un platou lunguieţ, se aşază bucăţile de peşte, stropite cu zeamă de lămâie, iar în jurul lor, pe foi de salată verde, se aştern legumele. Se presară sare, după gust.

Cod în pergament cu cartofi natur

800 g cod (fără cap şi coadă)
50 ml ulei
500 g cartofi, o lămâie
2 legături de mărar, sare

Codul se curăţă şi se spală bine, apoi se înfăşoară într-o coală de pergament, unsă în prealabil cu ulei. Se aşază într-o tavă, având grijă ca marginile colii de pergament să fie ridicate, ca să nu curgă zeama. Se lasă la cuptor, la foc moale, până se rumeneşte. Între timp, se curăţă cartofii, se spală, se taie în felii de forma celor de portocală, apoi se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Pe un platou lunguieţ, se aranjează bucăţile de peşte, turnând deasupra zeama pe care au lăsat-o în tavă, zeamă de lămâie, sare şi jumătate din mărarul tocat. În jurul lor se pun cartofii, ornaţi cu feliuţe de lămâie şi cu restul de mărar.

Crap cu roşii la cuptor

800 g crap fără cap şi coadă
5 roşii
20 g bulion
100 ml ulei
o legătură de pătrunjel
sare, cimbru

Peştele se curăţă, i se scoate coloana vertebrală şi se taie în patru bucăţi, apoi se unge cu ulei pe toate părţile. În restul de ulei, se amestecă bulionul şi pătrunjelul tocat. Într-o tavă, se aşază câteva nuieluşe, astfel încât să formeze un fel de grătar. Deasupra lor se pun bucăţile de peşte, presărate cu sare şi cimbru, după gust. Se introduce tava la cuptor, la foc potrivit. Între timp, se opăresc roşiile în apă clocotită, se curăţă de pieliţe şi de seminţe, apoi se taie în sferturi. Când peştele începe să se pătrundă, se toarnă peste el bulionul amestecat cu ulei şi se adaugă feliile de roşii. Se mai lasă un sfert de oră, după care se poate servi.

Cremă de morcovi

1 kg morcovi
o lingură de zahăr, 250 ml lapte
2 linguri de griş, 50 g unt, sare

Morcovii se curăţă, se spală, se taie în rondele subţiri, apoi se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită cât să-i acopere, adăugând şi două linguri de zahăr. Se înăbuşă, pe foc mic, aproximativ o jumătate de oră, amestecând mereu şi completând, dacă scade prea mult, cu câte o lingură de apă caldă. După aceea, se scot cu spumiera şi se dau prin sită. O cană plină cu lapte se toarnă într-un ibric şi se pune la fiert. Când clocoteşte, se adaugă grişul, în ploaie, amestecând continuu, să nu se prindă. Se lasă până când grişul absoarbe aproape tot laptele şi se omogenizează cu pasta de morcovi, lăsând totul încă 4–5 minute pe foc mic. La sfârşit, se amestecă în crema obţinută şi untul.

Cremă de zmeură

400 g zmeură
2 linguri de zahăr
o lingură de amidon

Zmeura se curăţă, se spală, apoi se dă prin sită. Se păstrează două linguri de zeamă, iar restul se pune să fiarbă în 100 ml de apă. În momentul în care începe să clocotească, se toarnă zahărul şi amidonul, acesta din urmă dizolvat în puţină apă rece. Se amestecă bine şi se lasă să mai fiarbă timp de aproximativ 10 minute. Se ia de pe foc, se lasă

până se răceşte, apoi se toarnă sucul pus deoparte şi se amestecă, după care se introduce la frigider. Se serveşte rece.

Mere cu frişcă dietetică

600 g mere
100 g frişcă dietetică
2 linguri de zahăr, 200 g nuci

Merele se curăţă de coajă şi de seminţe, apoi se dau pe răzătoare. Frişca se bate împreună cu zahărul şi se amestecă bine cu merele rase. Nucile se introduc în cuptorul bine încins, unde se lasă, la foc mărişor, timp de aproximativ 10–12 minute, după care se scot, se lasă puţin să se răcorească, se curăţă, iar miezul se pisează sau se dă prin maşina de tocat. Se servesc merele amestecate cu frişca, în cupe, presărate cu miez de nucă.

Mere rase cu pesmet şi margarină

1 kg mere
100 g pesmet
100 g zahăr, 40 g unt
scorţişoară

Merele se curăţă de coajă şi de seminţe, apoi se dau pe răzătoarea mare. Zahărul se pune la fiert într-un ibric cu 200 ml apă, amestecând până se dizolvă şi lăsând să fiarbă până când se obţine un sirop subţire. Pesmetul se pune la fiert în acest sirop, pe foc mic, amestecând mereu. După ce s-a fiert, se ia de pe foc şi se amestecă bine cu merele rase, adăugând apoi şi untul şi omogenizând compoziţia. Se serveşte caldă, eventual presărată cu scorţişoară.

Plăcintă cu mere

500 g mere
100 g făină, 150 g zahăr pudră
100 g margarină, 20 ml vin alb
un pliculeţ de zahăr vanilat
un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară

Merele se spală şi se rad, cu tot cu coajă, după care se omogenizează cu 50 g zahăr pudră, cu zahărul vanilat şi scorţişoara. Se prepară aluatul din făină, 50 g zahăr pudră frecat cu margarina, praful de copt, vinul şi o jumătate de pahar de apă caldă. Se frământă energic timp de un sfert de oră, apoi se lasă la crescut, la căldură. După vreo oră, se împarte aluatul în două bucăţi şi se întind foile, la dimensiunile tăvii. Se unge tava cu puţină margarină, apoi se întinde prima foaie, peste ea se aşterne compoziţia, se acoperă cu cealaltă foaie şi se dă la cuptor, la foc moderat, o jumătate de oră. Se serveşte pudrată cu zahăr.

Prăjitură cu caise

200 g caise, 100 g făină
100 g zahăr, 2 ouă
20 ml ulei, o lămâie
un pliculeţ de praf de copt
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se separă gălbenuşurile de albuşuri. Se amestecă, într-un castron, gălbenuşurile cu zahărul, coaja rasă de la o lămâie, o jumătate din cantitatea de praf de copt şi din cea de zahăr vanilat, diluate cu zeamă de lămâie, apoi albuşurile bătute spumă. Se încorporează, puţin câte puţin, făina. Se omogenizează, apoi se pune într-o tavă unsă cu puţin ulei şi presărată cu făină. Caisele se spală şi se taie în jumătăţi, scoţându-se sâmburii, apoi se aşază peste aluat, cu partea tăiată în sus. Se introduce tava la cuptor, lăsându-se la foc moderat timp de o jumătate de oră. După ce se opreşte focul, se mai lasă câteva minute în cuptorul închis. Se serveşte pudrată cu zahăr vanilat.

Reţete pentru bolnavii de hepatită

Ciuperci în untdelemn

400 g ciuperci
50 ml ulei
200 ml lapte
o lămâie
o legătură de pătrunjel, sare

Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape şi se separă picioruşele, care se toacă mărunt, apoi se pun la fiert cu o cană de lapte şi un vârf de linguriţă de sare. Pălăriile ciupercilor se aranjează într-o tavă unsă cu ulei, în care s-au aşezat în prealabil mai multe nuieluşe subţiri, formând un fel de grătar. Se picură pe fiecare ciupercă un strop de ulei, apoi se dă tava la cuptor, la foc moderat. Se lasă până încep să se înmoaie, apoi se scot, se umplu cu picioruşele tocate, amestecate cu pătrunjel tocat fin şi cu puţină sare, se toarnă zeama stoarsă de la o lămâie deasupra şi se introduc iar la cuptor, pentru 3–4 minute. Se servesc calde.

Cartofi copţi cu mere şi iaurt

4 cartofi
3 mere
50 g frunze de păpădie
2 linguri de iaurt
50 ml supă de legume
o legătură de pătrunjel

Cartofii se spală bine, se taie în jumătăţi şi se introduc în cuptorul încins, pe plită, aşezându-se cu partea tăiată în sus. Se lasă, la foc mărişor, până se coc suficient. Se scot, se lasă puţin să se răcorească, apoi se scoate miezul cu o linguriţă şi se pasează. Merele se curăţă de coajă şi de seminţe, apoi se dau pe răzătoare. Frunzele de păpădie se spală şi se toacă mărunt. Se amestecă, într-un castron, miezul de cartof cu merele rase, frunzele tocate de păpădie, 4 linguriţe de

iaurt şi 2 linguri de supă de legume. Se omogenizează, se umplu cartofii şi se servesc, ornaţi cu frunzuliţe de pătrunjel.

Găluşte de ficat

200 g ficăţei de pui
150 g franzelă
100 ml lapte, 2 ouă
100 g unt
o legătură de mărar, sare

Se fierb ficăţeii şi se dau prin maşina de tocat. Pâinea se taie în felii potrivite ca mărime, se lasă la înmuiat în lapte rece, apoi se stoarce şi se dă, la rândul ei, prin maşina de tocat. Se freacă untul până se alifiază, după care se amestecă bine cu ficăţeii, franzela, gălbenuşurile de la cele două ouă, mărarul tocat foarte mărunt şi puţină sare. Se modelează, cu mâna udă, găluşte mici din această compoziţie, punându-se să fiarbă timp de câteva minute în apă clocotită cu sare. Se servesc calde, ca aperitiv, eventual cu garnitură de piure de legume.

Ciorbă de urzici

400 g urzici
o legătură de ceapă verde
400 ml borş
2 linguri de orez
50 ml ulei
800 ml supă de legume
o legătură de leuştean, sare

Se spală urzicile în mai multe ape, după care se opăresc în apă clocotită. Se scot, se scurg şi se toacă mărunt. Ceapa verde se curăţă, se spală, se opăreşte în aceeaşi apă, apoi se toacă. într-o oală cu un litru de apă, se pun să fiarbă urzicile, ceapa verde, uleiul, supa de legume şi un praf de sare, timp de aproximativ o jumătate de oră. Orezul se fierbe în puţină apă, se scurge şi se lasă să se răcească. Separat, se fierbe borşul până dă în clocot, apoi se strecoară şi se toarnă în oala cu urzici când acestea sunt fierte deja. Se adaugă orezul şi leuşteanul tocat şi se mai lasă să fiarbă împreună vreo 10 minute. Se serveşte fierbinte.

Supă cu fidea

1 kg oase de vită
100 g fidea
2 morcovi
2 ardei graşi
2 roşii
2 legături de pătrunjel, sare

Oasele se spală şi se pun la fiert într-o oală cu apă rece şi puţină sare. Separat, se fierbe fideaua, într-un alt vas cu apă clocotită şi sare. Când s-a fiert suficient, se scoate cu spumiera, se trece printr-un jet de apă rece şi se lasă la scurs. Roşiile se opăresc în apă clocotită, apoi se curăţă şi se taie mărunt. Morcovii şi ardeii se curăţă, se spală şi se taie pe lungime, în fâşii subţiri. Se pun să fiarbă morcovii, roşiile şi ardeii în supa de oase obţinută şi, când sunt gata, se adaugă fideaua şi se sărează cu moderaţie. Se serveşte caldă, cu pătrunjel tocat mărunt, presărat deasupra.

Supă de legume cu găluşte

2 morcovi
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
100 g ţelină
200 g varză
100 g mazăre verde
60 g unt, 2 ouă
2 linguri de griş
o legătură de pătrunjel, sare

Morcovii, păstârnacul, rădăcina de pătrunjel şi ţelina se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe mici. Varza se curăţă, se toacă julien, se presară cu sare grunjoasă, se lasă aşa vreo jumătate de oră, după care se stoarce bine. Se pun toate la fiert, într-o oală cu apă în clocot, se adaugă mazărea curăţată şi spălată. Până se fierb legumele, suficient cât să se înmoaie, se prepară găluştele, amestecând ouăle bătute spumă cu grişul, cu untul şi cu câteva frunze de pătrunjel, tocate fin. Se adaugă în supă, potrivind de sare şi presărând restul de pătrunjel tocat.

Supă de roşii cu zdrenţe

1 kg oase de viţel cu măduvă
200 g cartofi
500 g roşii, 2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un ou, 4 linguri de făină
o legătură de pătrunjel
o linguriţă de zahăr, sare

Oasele se pun la fiert în apă rece. Cartofii, morcovii şi rădăcina de pătrunjel se curăţă şi se taie în sferturi, adăugându-se la fiert după ce se ia spuma. După ce au fiert legumele, se scot şi se strecoară zeama. Roşiile se opăresc, se curăţă şi se dau pe răzătoare, apoi se pun să fiarbă, după care se strecoară, amestecându-se cu zeama de oase şi punându-se iar pe foc. Se amestecă făina cu ouăle şi cu un vârf de cuţit de sare, iar compoziţia obţinută se strecoară în oala cu supă, lăsându-se să fiarbă încă 10 minute. La sfârşit, se pune şi o linguriţă de zahăr, iar când se serveşte, se presară în farfurii pătrunjel tocat.

Cod rasol cu legume

800 g cod, 500 g cartofi
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
100 g ţelină, 40 g unt
o lămâie, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Morcovii, păstârnacul, rădăcina de pătrunjel şi ţelina se curăţă, se spală şi se taie în bucăţele de mărime potrivită, apoi se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Cartofii se curăţă, se spală, se taie în feliuţe de forma celor de portocală şi se pun şi ei la fiert împreună cu zarzavaturile. Când s-au înmuiat, se scot cu spumiera, iar în zeama rămasă se pune la fiert peştele. Se lasă cam un sfert de oră, după care se scoate şi se aranjează pe un platou, cu câte o

bucăţică de unt, o feliuţă de lămâie şi verdeaţă tocată deasupra, în jurul lor fiind aşezaţi cartofii, ornaţi cu firişoare de mărar.

Cremă de roşii

1 kg roşii
100 g unt
200 g telemea de vacă desărată
o legătură de mărar
4 crenguţe de busuioc, sare

Se aleg roşii de grădină, bine coapte, pentru a nu da un gust acru cremei. Se opăresc roşiile într-o oală cu apă clocotită, după care se scot, se curăţă de coajă şi de cotor, se îndepărtează seminţele şi se toacă mărunt. Într-o cratiţă, se înfierbântă untul, apoi se toarnă roşiile pasate, cu tot cu zeama pe care au lăsat-o, se adaugă busuiocul tocat fin şi se potriveşte gustul cu sare. Se acoperă complet cratiţa cu un capac şi se fierbe înăbuşit, la foc moale, aproximativ o jumătate de oră. Se serveşte în boluri, cu telemea mărunţită şi mărar tocat mărunt, presărat deasupra.

Friptură de pui cu piure de cartofi

600 g carne de pui
600 g cartofi
100 ml lapte
20 g unt
40 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă de pieliţe şi de grăsime, se spală, se scurge şi se taie în bucăţi, apoi se dă la cuptor, la foc potrivit, într-o tavă unsă cu ulei. Din când în când, se stropeşte cu zeama din tavă, până se rumeneşte. Se curăţă cartofii, se spală, se taie în felii şi se fierb într-o oală cu apă clocotită cât să-i acopere şi puţină sare. Când s-au fiert suficient încât să se sfărâme uşor, se scot, se zdrobesc cu furculiţa, apoi se trec prin sită şi se amestecă bine cu o lingură de unt şi o jumătate de cană de lapte cald. Se pune sare după gust şi se omogenizează. Bucăţile de carne se servesc cu piureul alături, peste care se presară pătrunjel tocat.

Mâncare de fasole verde cu sos de smântână

600 g fasole verde
20 g unt
o lingură de făină
200 ml lapte
100 g smântână
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Fasolea verde se curăţă, se rupe în bucăţele lungi de 2–3 centimetri, apoi se pune la fiert într-un litru de apă clocotită, în care s-a dizolvat un vârf de cuţit de sare. O lingură de făină se dizolvă în puţin lapte rece. Restul de lapte se pune la fiert şi se lasă până începe să clocotească. Se amestecă în el făina, se mai lasă câteva clocote, apoi se adaugă o lingură de unt şi smântâna. Se omogenizează, apoi se ia de pe foc. Când fasolea este fiartă suficient, se scoate, se scurge şi se amestecă în sosul de smântână, adăugând sare câtă trebuie. Mărarul şi pătrunjelul se spală, se toacă mărunt, apoi se presară peste fasole.

Mâncare de pere

600 g pere
2 linguri de zahăr
o lingură de făină
50 g unt
100 ml lapte

Se aleg pere cât mai coapte şi zemoase, fără stricăciuni. Cele mai bune sunt perele pergamute. Se taie în sferturi, se curăţă de coajă, codiţe şi cotoare, se spală şi se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită, în care s-a dizolvat în prealabil zahărul. Se lasă, la foc moderat, până sunt fierte cam pe trei sferturi. Se prepară sosul, astfel: într-o tigaie, se topeşte untul, se înfierbântă, apoi se pune făina. Se lasă până se rumeneşte puţin, amestecând permanent cu lingura de lemn, ca să nu se ardă, după care se stinge cu lapte rece. Se toarnă sosul obţinut peste pere şi se mai fierb împreună, cam un sfert de oră. Se serveşte caldă.

Mâncare de pui cu verdeaţă

800 g carne de pui
o ceapă
60 ml ulei
o linguriţă de făină
6 legături de mărar
2 legături de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă de pieliţe şi de grăsime, se spală şi se taie în bucăţele. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pune într-o tigaie cu ulei înfierbântat, să se călească, împreună cu bucăţelele de carne. Când încep să se rumenească, se sting cu puţină apă călduţă şi se lasă să fiarbă înăbuşit. Mărarul se spală, se curăţă de cozi şi se toacă mai mare, presărânduse în cratiţa cu carne. Se adaugă făina, un sfert de cană de apă şi un vârf de cuţit de sare. Se acoperă cratiţa şi se lasă să fiarbă înăbuşit cam trei sferturi de oră. După aceea, se presară pătrunjelul, tocat mărunt, şi se mai lasă până dă în clocot.

Piept de pui cu mere

600 g piept de pui fără os
600 g mere
30 ml ulei
20 g unt
o linguriţă de zahăr
o linguriţă de făină
2 legături de pătrunjel, sare

Pieptul de pui se curăţă de piele, se taie în bucăţi, apoi se pune într-o cratiţă cu ulei fierbinte. Se rumeneşte carnea pe toate părţile, apoi se stinge cu puţină apă şi se lasă să se înăbuşe. Merele se curăţă şi se taie în felii, adăugându-se peste carne atunci când aceasta este fiartă pe trei sferturi. Se toarnă o cană de apă călduţă şi se presară puţină sare. Între timp, se fierb cojile de măr, iar zeama se stre-

coară. Zahărul se pune pe foc într-o tigaie uscată, se caramelizează şi se stinge cu zeamă de la cojile de măr. Se căleşte puţin făina în unt, se stinge cu sosul de zahăr, se fierbe 5 minute şi se toarnă peste pui. Se serveşte cu pătrunjel tocat.

Pulpă de viţel împănată cu legume

600 g pulpă de viţel
2 cartofi
3 morcovi
o rădăcină de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă de pieliţe şi tendoane, lăsându-se întreagă. Se spală bine şi se lasă la scurs. Cartofii, morcovii şi rădăcina de pătrunjel se curăţă, se spală şi se taie în fâşiuţe subţiri şi nu prea lungi. Se crestează pulpa de viţel din loc în loc, introducând în crestăturile respective fâşiile de legume. Se pune carnea la fiert într-o oală cu apă rece, împreună cu bucăţile de legume rămase, adăugând şi puţină sare. Când s-a fiert carnea, se scoate şi se aşază pe un platou, înconjurată de legumele fierte.

Soté de legume

2 cartofi
200 g fasole verde
200 g mazăre
2 morcovi
100 g ţelină
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
50 g unt
o legătură de pătrunjel, sare

Cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe. Fasolea verde se curăţă, se spală şi se rupe în bucăţele lungi de 3-4 centimetri. Zarzavaturile se curăţă, se spală şi se taie julien. Într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare, se pun să fiarbă mai întâi cartofii, se spumează, se mai lasă vreo câteva clocote, apoi se adaugă fasolea, mazărea şi zarzavaturile. Când sunt fierte suficient, se scot cu spumiera şi se lasă până se scurg de toată zeama, apoi se înăbuşă într-o cratiţă cu unt înfierbântat şi puţină zeamă din cea în care au fiert. Se presară pătrunjel tocat şi se dă la cuptor un sfert de oră.

Sufleu de roşii cu brânză dulce

500 g roşii
100 g brânză dulce
100 ml lapte
4 ouă
2 linguriţe de făină
30 g unt, sare

Se spală roşiile, se curăţă de cotoare, se taie în jumătăţi şi li se scoate miezul, apoi se întorc cu scobitura în jos, să se scurgă zeama. Se înfierbântă untul într-o tigaie, se rumeneşte puţin făina, stingându-se cu lapte călduţ. Peste acestea, se pune brânza, se amestecă, apoi se toarnă, unul câte unul, gălbenuşurile, se presară un pic de sare, iar la sfârşit se adaugă albuşurile, care în prealabil au fost bătute spumă. Se ia de pe foc şi, cu o lingură, se umplu roşiile cu pasta obţinută. Se unge o tavă cu puţin unt, se aşază în ea roşiile, dându-se la cuptor timp de aproximativ un sfert de oră.

Maioneză dietetică

2 ouă
o lingură de ulei
o linguriţă de făină
200 ml lapte
o lămâie, sare

Se amestecă laptele, încălzit puţin, cu făina şi cu un pahar de apă călduţă. Se lasă puţin să se răcească, apoi se adaugă un albuş, se omogenizează, după care se toarnă uleiul, picătură cu picătură, amestecând permanent. Se stoarce zeama de la lămâie şi se amestecă şi ea în maioneza obţinută, după care se potriveşte de sare. Se serveşte rece, în combinaţie cu legume crude sau fierte, carne slabă fiartă, friptă sau prăjită, peşte rasol, preparate din ouă, raci, scoici sau în componenţa a diverse sosuri reci.

Budincă de griş cu mere

400 g mere
o lingură de griş
400 ml lapte
100 g zahăr tos
40 g unt
2 ouă
un pliculeţ de zahăr vanilat
sare

Se curăţă merele de coajă şi de seminţe, după care se taie în feliuţe. Se întind două linguri de unt pe fundul unui vas, se presară zahărul deasupra, apoi se aranjează feliile de măr. Se introduce vasul în cuptorul încins, lăsându-se un sfert de oră, la foc potrivit, după care se scoate. Se fierbe laptele, amestecând în el zahărul vanilat şi un praf de sare. Când începe să clocotească, se toarnă grişul, amestecând cu lingura de lemn, să nu se prindă. În momentul în care grişul absoarbe aproape tot laptele, se ia de pe foc, se lasă să se răcească, apoi se bate bine cu ouăle. Se pune compoziţia peste mere şi se dă la cuptor o jumătate de oră.

Chisăliţă de corcoduşe

800 g corcoduşe
200 g zahăr
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se aleg corcoduşele, care pot fi galbene sau roşii, dar important este să fie bine coapte şi sănătoase. Se spală bine în mai multe ape, curăţându-se de codiţe şi de orice impurităţi. Se scot sâmburii. Se pune o oală cu apă rece pe foc, iar atunci când apa începe să clocotească, se pun să fiarbă corcoduşele cu zahărul. Se lasă până când corcoduşele sunt suficient de fierte ca să se sfărâme cu uşurinţă, iar apa rămâne doar cât să le

acopere. Se serveşte rece, iar cine doreşte să obţină o aromă mai puternică, poate amesteca puţin zahăr vanilat.

Fursecuri dietetice

300 g făină
150 g margarină
150 g zahăr tos
o portocală
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
100 g miez de nucă
o sticluţă de esenţă de rom

Se rade portocala de coajă, apoi se stoarce, împreună cu lămâia. Se amestecă bine margarina cu zahărul tos şi cu cel vanilat, cu sucul de portocală şi de lămâie, cu esenţa de rom şi cu coaja rasă de portocală. Când s-au omogenizat, se adaugă, puţin câte puţin, făina, amestecând energic. Se frământă aluatul şi se împarte în biluţe de mărimea unei nuci, care se turtesc cu palma. Pe fiecare dintre acestea, se aşază câte o bucăţică de miez de nucă. Se unge o tavă cu puţină margarină, se aranjează fursecurile pe ea şi se introduce la cuptor, unde se lasă, la foc moderat, aproximativ o jumătate de oră.

Mere umplute cu dulceaţă

8 mere de mărime potrivită
100 g dulceaţă de gutui
scorţişoară
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se curăţă merele de coajă şi li se scoate miezul, lăsând pereţii cam de un centimetru grosime. Se pune câte o linguriţă cu vârf de dulceaţă în fiecare măr, presărând, după gust, puţină scorţişoară sau un praf de zahăr vanilat. Într-o tavă, se toarnă o cană de apă călduţă, apoi se aranjează merele, având grijă să nu se răstoarne şi să curgă umplutura. Se introduce tava la cuptor, lăsându-se, la foc moderat, cel mult o jumătate de oră, până când merele se înmoaie puţin. Se scot din tavă şi se lasă să se răcească înainte de a fi servite.

Mere umplute cu orez

1 kg mere
200 g orez
100 g zahăr
500 ml lapte
un pliculeţ de zahăr vanilat
coaja de la o portocală
esenţă de rom

Se aleg mere mari şi sănătoase. Se spală, se scobeşte miezul, îndepărtând cotorul, apoi se pun la fiert, la foc moderat, în apă numai cât să le acopere. După câteva minute, se adaugă vreo două linguri de zahăr şi se continuă fierberea, până când merele încep să se înmoaie. Între timp, se pune laptele la fiert în altă oală, iar când clocoteşte, se adaugă orezul, ales şi spălat în prealabil. În momentul în care acesta începe să se umfle, semn că e aproape fiert, se adaugă restul de zahăr tos, zahărul vanilat şi coaja de portocală rasă. Cine doreşte, poate picura şi esenţă de rom. Se umplu merele cu această compoziţie şi se lasă la rece.

Spumă de griş cu dulceaţă

100 g griş
100 g zahăr
o lămâie
2 linguri de dulceaţă

Se prepară un sirop din zahăr şi o cană de apă, lăsate să fiarbă la foc potrivit. Când siropul începe să clocotească, se adaugă grişul, puţin câte puţin, amestecând continuu cu o lingură de lemn. Se lasă să fiarbă până când grişul începe să se umfle. Se stinge focul, se rade coaja de la lămâie şi se stoarce de zeamă, ambele adăugându-se peste griş. Se amestecă bine, până se omogenizează şi începe să capete consistenţa unei spume. Imediat, până nu se întăreşte, se toarnă în boluri, se acoperă cu dulceaţă şi se introduce la frigider, unde se lasă cel puţin o oră înainte de a fi servită.

Sufleu de portocale

2 portocale mari şi coapte
200 ml lapte, 30 g unt
4 ouă, 3 linguri de zahăr tos
o lingură de făină
un pliculeţ de zahăr vanilat

Portocalele se decojesc, coaja se dă pe răzătoare, iar pulpa se stoarce de zeamă. Se amestecă, într-un castron, laptele cu o linguriţă şi jumătate de făină, apoi se toarnă într-un ibric, punându-se la foc mic până se îngroaşă. Când ajunge în punctul de fierbere, se toarnă 3 linguri de zahăr tos, zahărul vanilat şi coaja rasă de portocală. Se lasă 2–3 minute, după care se ia de pe foc, se încorporează untul şi gălbenuşurile, unul câte unul, iar la sfârşit sucul de portocale. Se amestecă bine şi, după ce se răceşte, se toarnă albuşurile, bătute spumă. Compoziţia se pune într-o tavă unsă cu unt şi se rumeneşte la cuptor, la foc moderat.

Sufleu de vişine

1 kg vişine
200 g zahăr tos
4 ouă
20 g unt
2 linguri de zahăr pudră
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se curăţă vişinele de cozi, se spală, se scobesc de sâmburi şi se fierb timp de 10 minute, după care se dau prin sită. Se adaugă zahărul tos şi cel vanilat, fierbându-se iarăşi, până scade zeama la jumătate. Se separă albuşurile de gălbenuşuri. Albuşurile se bat spumă, se toarnă peste ele două dintre gălbenuşuri, se amestecă, după care se omogenizează cu vişinele şi zahărul. Se unge o tavă cu unt, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor, la foc potrivit, timp de aproximativ un sfert de oră. Se serveşte pudrat cu zahăr.

Reţete pentru bolnavii cu afecţiuni renale

Cartofi umpluţi cu şuncă presată

8 cartofi de mărime medie
160 g şuncă presată
40 g unt, o linguriţă de făină
80 ml lapte, 80 g urdă
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă cartofii, se spală, apoi se pun la cuptor, pe plită, să se coacă. După ce se răcesc, se taie, în partea superioară, un mic capac, pe unde se scoate miezul cu ajutorul unei linguriţe. Se prepară un sos, dizolvând făina în lapte şi amestecând-o cu untul. Acest sos se amestecă bine cu miezul pisat de cartofi şi cu şunca, tocată mărunt, apoi se omogenizează. Se umplu cartofii cu compoziţia obţinută, se aranjează într-o cratiţă, se presară cu urdă, se stropesc cu unt topit şi se introduc la cuptor pentru cinci minute. Se servesc calzi, ca aperitiv.

Crochete de cartofi cu brânză de vaci

400 g cartofi
60 g brânză de vaci
2 ouă
3 linguri de făină
2 linguriţe de pesmet
100 g smântână
30 g unt, sare

Se fierb cartofii în coajă, în apă clocotită, apoi se scot, se curăţă şi se trec prin sită. Piureul obţinut se amestecă bine cu un gălbenuş, făina, brânza de vaci şi un praf de sare. Din această compoziţie, se modelează un baton lunguieţ, care se taie în bucăţele lungi de aproximativ 5 centimetri. Acestea se tăvălesc prin făină, apoi prin ou bătut şi, în cele din urmă, prin pesmet, punându-se să se prăjească într-o tigaie cu unt înfierbântat. Se servesc calde, ca aperitiv, cu câte o lingură de smântână alături.

Omletă cu roşii şi ardei

6 ouă
4 roşii
2 ardei graşi
100 g brânză de vaci
50 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Roşiile se opăresc într-o oală cu apă clocotită, se lasă câteva minute să se răcească, apoi se curăţă de pieliţe, se îndepărtează seminţele şi se dau pe răzătoare. Ardeii se spală, se curăţă şi se taie în cubuleţe mici. Mărarul şi pătrunjelul se spală bine, apoi se toacă mărunt. Într-un castron încăpător, se bat ouăle spumă, apoi se adaugă roşiile, ardeii, brânza, verdeaţa tocată şi puţină sare, după gust. Se omogenizează, se încinge uleiul într-o tigaie mai largă, apoi se toarnă compoziţia şi se lasă să se rumenească, după care se întoarce pe partea cealaltă. Se serveşte caldă, tăiată în felii, ca aperitiv.

Ciorbă ţărănească de pui

500 g carne de pui
5 roşii, 200 g fasole verde
2 morcovi, o rădăcină de albitură
o ceapă mică, 2 ardei graşi
400 ml borş, 40 ml ulei
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean, sare

Se fierbe carnea în apă rece cu puţină sare, se spumează şi se micşorează focul. Se curăţă şi se spală fasolea verde, morcovii, albitura, ceapa şi ardeiul gras, apoi se toacă mărunt şi se pun să se înăbuşe în ulei cu puţină apă. Când carnea e pe trei sferturi fiartă, se adaugă legumele înăbuşite, lăsându-se să fiarbă împreună încă un sfert de oră. Între timp, se fierbe borşul, se lasă până clocoteşte, apoi se ia de pe foc şi se strecoară, adăugându-se în ciorbă la sfârşit, împreună cu roşiile, tăiate în patru. Se lasă până mai clocoteşte o dată. Se serveşte fierbinte, cu verdeaţă tocată.

Cremă de ciuperci

600 g ciuperci
2 morcovi
un păstârnac
o ţelină mică
un ou
2 linguri de unt
o lingură de făină
200 ml lapte
o legătură de pătrunjel
200 g pâine albă, sare

Morcovii, ţelina şi păstârnacul se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe mărunte şi se pun la fiert. Când sau înmuiat, se scot, iar zeama se strecoară. Ciupercile se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Se dizolvă făina în lapte, se toarnă într-o cratiţă, se lasă până fierb, apoi se adaugă jumătate din ciuperci, se înăbuşă 10 minute, se completează cu puţină supă de zarzavat şi se lasă câteva clocote, după care se strecoară. Se adaugă restul de supă şi de ciuperci, se presară un praf de sare şi se lasă încă un sfert de oră pe foc. Se serveşte cu crutoane de pâine prăjită şi pătrunjel tocat.

Supă de măcriş

400 g măcriş
100 g margarină
2 linguri de făină
100 g smântână degresată sau iaurt
100 g pâine albă, sare

Măcrişul se spală, se curăţă şi se toacă foarte mărunt. într-un vas, se topesc 50 g margarină, în care se căleşte puţin măcrişul, apoi se adaugă făina, amestecând permanent cu lingura de lemn. Când făina începe să se rumenească, se stinge cu apă călduţă. Se omogenizează şi se mai lasă să fiarbă, la foc potrivit, încă un sfert de oră. Supa trebuie să scadă suficient pentru a avea o con-

sistenţă groasă. Se serveşte fierbinte, cu câte o lingură de smântână sau de iaurt amestecată în fiecare farfurie, precum şi cu crutoane de pâine, prăjită în restul de margarină.

Supă de migdale cu lapte

2 l lapte
2 ouă
100 g migdale
o lingură de zahăr tos, sare
un pliculeţ de zahăr vanilat
scorţişoară

Migdalele se curăţă şi se pisează mărunt sau se trec prin maşina de tocat. Se separă gălbenuşurile de albuşuri. Într-o oală, se toarnă laptele rece, se amestecă migdalele pisate, se adaugă cele două gălbenuşuri, o lingură de zahăr tos şi o linguriţă rasă de sare. Se pune oala să fiarbă, la foc potrivit, amestecând în permanenţă. Între timp, se bat spumă, cu telul, cele două albuşuri. Atunci când laptele începe să clocotească, se ia de pe foc, se toarnă albuşurile bătute şi se omogenizează. După preferinţe, în farfurii se poate presăra scorţişoară sau zahăr vanilat.

Supă de roşii cu orez

500 g roşii
100 g orez
2 morcovi
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
50 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare

Roşiile se spală şi se opăresc într-o oală cu apă clocotită, apoi se curăţă şi se pasează. Morcovii, păstârnacul şi rădăcina de pătrunjel se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se pun la fiert în apă clocotită cu puţină sare. Orezul se alege, se spală în mai multe ape, apoi se căleşte într-o cratiţă cu ulei înfierbântat. Când s-a rumenit, se stinge cu puţină zeamă din cea în care au fiert zarzavaturile şi se fierbe înăbuşit mai departe. La sfârşit, se adaugă roşiile şi zarzavatul, se potriveşte gustul cu sare şi se mai lasă 10 minute să fiarbă împreună. Când se ia de pe foc, se presară pătrunjelul tocat.

Budincă de cartofi cu caşcaval

500 g cartofi
100 ml lapte
40 g unt
2 ouă
o lingură de făină
100 g caşcaval
o legătură de pătrunjel, sare

Cartofii se spală cu grijă, fără să se cureţe de coajă, după care se pun la fiert în apă clocotită cu puţină sare. Când sunt suficient de fierţi ca să se sfărâme uşor, se scot, se curăţă, apoi se pasează, ca pentru piure. Caşcavalul se curăţă de coajă şi se dă pe răzătoare. Se sparg ouăle şi se separă albuşurile de gălbenuşuri. Albuşurile se bat spumă. Se dizolvă o lingură de făină în lapte rece, apoi se amestecă, într-un castron, cu caşcavalul şi cu gălbenuşurile, în final adăugându-se albuşul bătut. Se unge o tavă cu o lingură de unt, se toarnă compoziţia şi se presară cu pătrunjel tocat, punându-se la copt în bain-marie. Se serveşte caldă, cu bucăţele de unt deasupra.

Colţunaşi fierţi cu carne tocată

400 g carne de vită
3 ouă, 200 g făină
40 g unt
100 g smântână
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă carnea, se spală şi se dă prin maşina de tocat, apoi se amestecă bine cu un gălbenuş, verdeaţa tocată mărunt şi puţină sare. Celelalte două ouă se omogenizează cu făina, adăugând o jumătate de cană de apă călduţă. Se frământă aluatul, apoi se întinde într-o foaie şi se taie în pătrate cu latura de aproximativ 10 centimetri. Se aşază câte o lingură de compoziţie pe fiecare pătrat, apoi acestea se împăturesc în două triunghiuri suprapuse, lipindu-le bine la margini. Se pun colţunaşii la fiert în apă cu sare, apoi se scurg şi se stropesc cu unt fierbinte. Se servesc calzi, cu smântână.

Filé de şalău cu orez şi legume

600 g filé de şalău
200 g orez, 3 roşii
3 ardei graşi, 2 morcovi
60 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare

Orezul se alege, se spală şi se pune la fiert în apă cu puţină sare. Ardeii şi roşiile se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe şi se pun să se înăbuşe în ulei cu puţină apă. Când s-au înmuiat, se adaugă orezul şi se lasă până scade zeama. Morcovii se curăţă, se spală şi se taie în rondele. Peştele se spală, se porţionează, apoi se pune la fiert, la foc mic, împreună cu morcovii. În momentul în care s-au fiert destul, se scot pe un platou, aranjându-se alături garnitura de orez cu roşii şi ardei şi presărând deasupra pătrunjel fin tocat.

Mâncare verde

200 g carne de vită
3 roşii, 2 ardei graşi
2 legături de mărar
2 legături de pătrunjel, sare

Carnea se curăţă de grăsime şi de pieliţe, se spală, se taie în bucăţi de mărime potrivită şi se pune la fiert într-o oală cu apă rece, cât să o acopere şi un vârf de cuţit de sare. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se lasă puţin să se mai răcorească şi se curăţă de pieliţe şi seminţe, apoi se dau pe răzătoare. Ardeiul gras se curăţă de seminţe, se spală şi se taie în fâşiuţe. Se spumează carnea, după care se adaugă roşiile şi ardeiul. Se lasă, la foc potrivit, să fiarbă încă o jumătate de oră, apoi se mai dă la cuptor, până scade sosul. La sfârşit, se mai pune puţină sare, dacă este nevoie, şi se presară verdeaţa, tocată mărunt.

Ruladă din piept de pui cu fructe

600 g piept de pui
2 ardei graşi
2 roşii
200 g fructe din compot (ananas, pere, piersici etc.)
50 g unt
2 linguri de smântână degresată
50 g caşcaval, sare

Pieptul de pui se curăţă de pieliţă şi oase, se spală şi se taie în patru felii, care se bat bine cu ciocanul pentru şniţele. Ardeiul se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Într-o cratiţă cu unt înfierbântat, se călesc bucăţile de piept, apoi se adaugă ardeiul, se stinge cu puţină apă şi se înăbuşe încă vreo zece minute. Separat, se călesc în unt feliuţele de fructe. Pe fiecare bucată de carne, se presară sare, se adaugă ardei şi fructe, se rulează şi se introduc la cuptor, la foc potrivit, într-un vas uns cu unt. Se servesc ornate cu feliuţe de roşii, câte o linguriţă de smântână şi caşcaval ras.

Sărmăluţe dietetice în foi de viţă

400 g carne macră de vită
24 foi de viţă
o lingură de orez
2 felii de pâine
50 ml ulei
2 linguri de iaurt
o lămâie
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, cimbru

Se aleg foi de viţă tinere, de mărime potrivită. Se spală bine şi se opăresc în apă clocotită în care s-a turnat zeama stoarsă de la o lămâie, apoi se scot şi se lasă să se răcească. Se curăţă carnea, se spală şi se trece prin maşina de tocat. Pâinea se înmoaie în puţină apă, se stoarce şi se mărunţeşte. Orezul se alege, se spală şi se fierbe pe jumătate în apă cu sare. Se amestecă, într-un castron, carnea cu miezul de pâine, orezul, verdeaţa tocată, cimbru şi sare. Se umplu foile de viţă cu tocătura, se rulează şi se fierb la foc potrivit aproximativ o oră. Se servesc cu câte o linguriţă de iaurt deasupra.

Sparanghel cu sos alb

600 g sparanghel
o lingură de făină
100 g unt
o lămâie
o lingură de zahăr
2 ouă
100 ml lapte
2 linguri de pesmet, sare

Sparanghelul se curăţă, se spală şi se grupează în bucheţele de mai multe fire, legându-se cu aţă. Se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Când s-a fiert, se scoate, se scurge, se dezleagă şi se taie în bucăţele de 3-4 centimetri lungime. Separat, se prepară un sos alb, astfel: într-o tigaie, se încing 50 g de unt, se adaugă făina, se lasă până se rumeneşte puţin, se stropeşte cu zeamă de lămâie, se adaugă puţin zahăr, apoi se subţiază cu zeama de la sparanghel şi se drege cu două gălbenuşuri bătute în lapte. Se omogenizează. În alt vas, cu 50 g unt, se rumeneşte pesmetul şi se tăvăleşte sparanghelul prin el, apoi se toarnă sosul şi se sărează.

Clătite cu piersici la cuptor

1 l lapte
2 ouă
500 g făină
100 g zahăr pudră
40 ml ulei
2 piersici mari şi coapte
100 g gem de piersici
200 g smântână

Se bat ouăle spumă, apoi se amestecă bine cu laptele şi făina, până se omogenizează. Se mai adaugă în acest aluat o lingură de ulei, ca să nu se lipească la prăjit. Se ia câte un polonic din compoziţie şi se toarnă într-o tigaie încinsă, cu o picătură de ulei, prăjindu-se pe ambele părţi. Piersicile se spală bine de puf, se taie în jumătăţi, se scot sâmburii, apoi se taie în feliuţe subţiri. Se ung clătitele cu puţin gem de piersici şi se aşază câte o feliuţă de piersică, se rulează şi se aranjează într-un vas de sticlă termorezistentă, apoi se toarnă smântâna peste ele şi se dau la cuptor să se rumenească. Se servesc pudrate cu zahăr.

Dovleac copt cu parmezan

1 kg dovleac
100 g unt
100 g parmezan
2 linguri de pesmet
sare

Dovleacul se curăţă, se spală şi se taie în cuburi cu latura de aproximativ 5 centimetri. Se pune la fiert pentru vreo 5 minute în apă clocotită în care s-a dizolvat puţină sare. Se scoate cu spumiera şi se scurge bine de apă. Se ia o tavă întinsă, se unge bine cu unt, după care se aranjează bucăţelele de dovleac, peste care se rade parmezanul şi se adaugă sare, după gust. Se introduce tava la cuptor, la foc potrivit, unde se lasă până se rumeneşte dovleacul. Între timp, se încinge restul de unt într-o tigaie, se adaugă pesmetul şi se lasă până se rumeneşte, amestecând mereu. Pesmetul se va turna peste bucăţile de dovleac, după ce acestea vor fi scoase de la cuptor.

Gutui coapte

8 gutui de mărime mijlocie
200 g nuci
100 g zahăr pudră
20 g unt
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se aleg gutui sănătoase, fără părţi stricate sau găunoase. Se spală bine, apoi se şterg cu un şervet uscat, îndepărtându-se tot puful de la suprafaţă. Se scobesc în partea superioară, apoi se scot cotoarele. Nucile se pun pe plită, în cuptorul bine încins, lăsându-le cam 10 minute la foc viu, să se coacă, după care se scot, se lasă un pic să se răcorească şi se curăţă, apoi se pisează mărunt sau se dau prin maşina de tocat. Se amestecă miezul de nucă tocat cu zahărul pudră şi cu cel vanilat, compoziţia obţinută fiind folosită pentru a umple gutuile. Se unge o tavă cu unt, se aşază gutuile şi se dau la cuptor, la foc mic, până se înmoaie. Se servesc calde, pudrate cu zahăr.

Îngheţată de portocale

2 portocale mari şi coapte
o lămâie
100 g zahăr

Se prepară un sirop legat, fierbând zahărul în o jumătate de litru de apă. Portocalele se decojesc şi se storc de zeamă, iar coaja se dă pe răzătoarea fină. Lămâia se stoarce, iar sucul obţinut se amestecă, într-un castron, cu cel de portocale. Se toarnă sucul de citrice în sirop, se amestecă bine, apoi se adaugă coaja rasă de portocale şi se omogenizează. Se strecoară printr-o bucată de tifon, apoi se toarnă în cupe şi se introduce în congelator, să se închege. Se serveşte foarte bine răcită, ornată cu fructe din compot sau cu sos de ciocolată.

Îngheţată de zmeură

400 g zmeură
150 g zahăr tos
150 ml lapte
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se stoarce lămâia. Zmeura se dă prin sita deasă, pasta obţinută amestecându-se cu zeama de lămâie. Se pune laptele la fiert, amestecând în el zahărul tos şi cel vanilat. Se lasă până începe să dea în clocot, apoi se ia de pe foc şi se lasă să se răcească. Se amestecă laptele cu pasta de zmeură, se omogenizează bine, apoi se toarnă într-o formă şi se introduce la congelator, să se închege.

Piure de castane cu frişcă

500 g castane
1 l lapte
2 linguri de zahăr tos
un pliculeţ de zahăr vanilat
100 g frişcă proaspătă
20 g ciocolată de menaj
esenţă de rom

Castanele se curăţă, se spală, apoi se pun la fiert într-o oală cu un litru de lapte. După ce s-au fiert bine, se zdrobesc cu furculiţa, apoi se trec prin sită, sau, şi mai bine, unde există posibilitatea, se pasează cu mixerul. Se adaugă zahărul tos şi cel vanilat, se amestecă bine până când acestea se dizolvă complet, apoi se lasă la rece. Piureul obţinut se serveşte în cupe de îngheţată, cu câte o lingură de frişcă proaspătă şi cu ciocolată rasă deasupra. Pentru a-i da o aromă mai deosebită, se poate stropi cu câteva picături de esenţă de rom.

Plăcintă cu mere şi brânză de vaci

200 g margarină
300 g făină
500 g mere
200 g brânză de vaci
100 g zahăr tos
un ou
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
sare, scorţişoară

Margarina se lasă să se înmoaie puţin, amestecându-se apoi cu 100 ml apă călduţă, un vârf de cuţit de sare şi cu făina, turnată puţin câte puţin. Se frământă aluatul până devine elastic, apoi se taie în două bucăţi, care se întind în foi după dimensiunile tăvii. Merele se curăţă şi se dau pe răzătoare, amestecându-se apoi cu coaja rasă de lămâie, două linguri de zahăr tos şi un praf de scorţişoară. Brânza de vaci se freacă bine cu un ou, două linguri de zahăr tos şi zahărul vanilat. Pe prima foaie, se întinde compoziţia de mere, apoi cea de brânză, acoperindu-se cu cealaltă foaie. Se dă la cuptor, în tava uscată, la foc mic, până se rumeneşte.

Reţete de Post

Reţete pentru Postul Crăciunului

Chiftele din ciuperci

400 g ciuperci
o ceapă potrivită
6 căţei de usturoi
4 linguri de făină
o linguriţă de praf de copt
ulei, mărar
pătrunjel, cimbru
sare, piper

Ciupercile se curăţă de pieliţe, se spală şi se dau prin maşina de tocat, după ce în prealabil au fost scurse. Ceapa şi usturoiul se curăţă de coji, se spală şi se dau prin maşina de tocat. Într-un castron ceva mai încăpător se omogenizează ciupercile, făina, ceapa, o parte din usturoi, praful de copt, verdeaţa, condimentele cu puţin ulei, amestecând cu grijă pentru a se obţine o pastă moale. Se modelează chifteluţele, se dau prin făină şi se prăjesc în ulei încins. Se servesc cu verdeaţă presărată deasupra şi un sote de fasole verde cu mujdei de usturoi.

„Icre“ de post

4 ceşti de griş
8 ceşti de suc dulce de roşii
2–3 cepe
o ceaşcă de ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Sucul de roşii se pune într-o cratiţă încăpătoare la foc mic să clocotească. Se adaugă în ploaie grişul şi se amestecă cu grijă până când acesta se umflă. Se ia de pe foc şi se lasă să se răcorească. Se adaugă puţin câte puţin uleiul, frecându-se cu lingura de lemn sau cu mixerul până se încorporează tot uleiul. La sfârşit se adaugă, după gust, ceapa fin tocată, sarea şi piperul. Se pot servi cu pâine prăjită şi verdeaţă tocată presărată deasupra.

Pateuri cu cartofi

800 g cartofi
350 g făină
150 g margarină, 100 ml ulei
4 linguri de zahăr farin, sare

Cartofii se fierb în coajă circa trei sferturi de oră, apoi se curăţă şi se dau prin maşina de tocat. Într-un vas se omogenizează făina cu sarea, frământându-se bine. Din acest aluat se întinde o foaie pe suprafaţa căreia se întinde margarina, se împătureşte foaia şi se pune la rece timp de 30 de minute, apoi se întinde din nou şi se repetă operaţia de câteva ori. La sfârşit se taie în dreptunghiuri de mărime potrivită, care se prăjesc în ulei încins. După ce sunt gata, se scot pateurile pe un platou şi se presară cu zahăr.

Salată de cartofi

800 g cartofi
150 g ceapă
75 ml ulei, 50 ml oţet
150 g măsline, sare

Cartofii se fierb în apă cu sare, se curăţă şi se taie feliuţe. Apoi se taie ceapa solzişori, se adaugă sare, se lasă o jumătate de oră la macerat. Se spală cu apă rece, se scurge şi se amestecă cu cartofii. Se adaugă oţetul, uleiul, sarea şi măslinele, se amestecă şi se aranjează pe un platou.

Salată de fasole cu orez

250 g boabe de fasole neagră (din conservă)
o ceaşcă de orez fiert, 2 cepe verzi
un ardei iute
10 măsline verzi umplute cu ardei
o crenguţă de mărar sau mentă verde

Se pune orezul la fiert în apă cu puţină sare apoi, într-o altă oală, se fierb boabele de fasole. Se scurg mai întâi boabele de fasole şi se pun într-o farfurie adâncă. Se adaugă orezul fiert, scurs şi răcit, ceapa tăiată rondele, ardeiul tăiat solzişori fini şi se ornează cu măslinele cărora li s-au scos în prealabil sâmburii şi au fost tăiate rondele, mărarul tocat ori frunzele de mentă mărunţite, după gust.

Salată dobrogeană de iarnă

5–6 cartofi
3 cepe
4 castraveţi muraţi
50 ml ulei, 40 ml oţet
100 g măsline
pătrunjel verde, sare

Cartofii se spală şi se fierb în coajă, în apă cu sare. După fierbere se lasă să se răcească şi se curăţă de coajă. Apoi se taie felii. Ceapa se curăţă, se spală şi se taie solzişori. Castraveţii se spală, se curăţă de coajă şi seminţe şi se taie cubuleţe. Cartofii se amestecă cu ceapa, castraveţii şi măslinele desărate. Din ulei, oţet şi sare se face un sos care se toarnă peste salată. Salata se ornează cu gogoşari tăiaţi în diferite forme şi pătrunjel verde.

Arpagic cu măsline

400 g arpagic
150 ml ulei, o ceapă
2 linguri de bulion, o lingură de făină
200 g măsline, 50 g lămâie
100 g piure de cartofi
o legătură de pătrunjel verde
sare, piper

Se curăţă şi se toacă ceapa, se prăjeşte în ulei, se stinge cu bulionul amestecat cu făină şi 350 ml apă. Se lasă să fiarbă 30 de minute şi se pasează. Arpagicul se curăţă, se prăjeşte în ulei şi se pune în sos. Măslinele se fierb separat 45 de minute şi se adaugă la arpagic. Se potriveşte de sare şi piper, se pun felii de lămâie curăţate de coajă şi se bagă la cuptor pentru 15-20 de minute. Se serveşte cu piure de cartofi şi frunze de pătrunjel verde.

Supă de chimen

200 g morcovi, 300 g cartofi, o lingură chimen, o lingură făină, 5 linguri ulei, 200 g crutoane de pâine, o legătură de mărar, o legătură de pătrunjel, sare, piper, 3-4 linguriţe de „Condimente şi legume uscate Bunătăţi de la Bunica”.

Morcovii şi cartofii se curăţă de coajă şi se toacă mărunt. Apoi se pune la fiert zarzavatul împreună cu chimenul şi „Condimentele şi legumele uscate Bunătăţi de la Bunica” în 2 l de apă pentru 30 – 40 de minute. Când legumele sunt fierte, se pregăteşte un sos alb din făină şi ulei. Acesta se adaugă în oala cu supă, turnându-se încet şi amestecând cu o lingură de lemn, spre a nu se forma cocoloaşe. Se potriveşte de sare şi piper. La sfârşit se decorează cu multă verdeaţă tocată mărunt. Se serveşte caldă, cu crutoane de pâine prăjită deasupra.

Maioneză de post

8 linguri făină, 4 linguri de „Muştar cu hrean Bunătăţi de la Bunica”, sare, 60 ml ulei, apă, „Cremă de hrean Bunătăţi de la Bunica”.

Se amestecă făina cu puţină apă rece, apoi se mai adaugă o cană de apă ca să se obţină o pastă care se fierbe la foc moderat până dă în câteva clocote. Se lasă să se răcească, se amestecă cu „Muştarul cu hrean Bunătăţi de la Bunica”, sarea, zeama de lămâie, „Crema de hrean Bunătăţi de la Bunica” (după gust) şi ulei, puţin câte puţin. Se poate adăuga şi piper.

Soia cu cartofi la cuptor

1 pungă de șnițele de soia,
3 cești de apă pentru înmuiat soia,
800 g de cartofi, 10 căței de usturoi,
1 lămâie, 1,5 ceașă ulei, 30 g „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet) ,
1 ceașcă de apă, sare, piper, „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la caserolă).

Cartofii se curăță, se spală și se taie feliuțe subțiri, usturoiul se curăță și se pisează, lămâia se stoarce cu ajutorul unui storcător de citrice. Într-o tavă mare se amestecă uleiul, apa, sarea, condimentele, zeama de lămâie, usturoiul, cartofii și șnițelele de soia înmuiate în apă caldă, timp de 15 minute, și stoarse. Se unge o tavă cu puțină „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet) și se dă totul la cuptor să se rumenească, întorcându-se din când în când cu furculița. Șnițelele se coc aproximativ 30 de minute, verificând din timp în timp să nu scadă prea tare sosul format în tavă. Se servesc calde, cu puțină „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la caserolă) deasupra.

Colțunași cu magiun

300 g făină, 200 g magiun, 100 g zahăr,
50 g „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), un pliculeț scorțișoară pisată,
10 g sare.

Se face un aluat de consistență potrivită din făină, sare și apă caldă, se frământă bine și se bate de masă ca să se frăgezească. Se întinde o foaie de 4 mm grosime, se taie pătrate și pe fiecare pătrat se adaugă câte o lingură de magiun. Se îndoaie în formă de triunghi și se presează marginile cu dinții furculiței. Se fierb pe rând într-un vas cu apă clocotită, timp de 5 minute. Se scot, se presară cu zahăr și „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet) topită și se dau la cuptor pentru încă 10 minute. Se servesc fierbinți, presărați cu un praf de scorțișoară.

Castraveţi muraţi umpluţi

10 castraveţi muraţi de mărime medie
un morcov, o ţelină
100 g mazăre
o lingură de făină, o ceaşcă de ulei
o ceaşcă de suc de roşii
piper măcinat, sare

Se taie castraveţii în două jumătăţi, se curăţă de seminţe şi se pun la scurs. Separat se pregăteşte umplutura. Se călesc în ulei morcovul şi ţelina date prin răzătoarea mică. Se adaugă făină, se stinge cu 1/2 ceaşcă de apă, se adaugă mazărea şi sarea. Jumătăţile de castraveţi se umplu cu o lingură din umplutură şi se aşază într-o tavă unsă cu ulei. După ce s-au aşezat toţi castraveţii se toarnă deasupra sucul de roşii în care s-a adăugat piperul măcinat. Se ţin la cuptor 40 de minute şi se servesc fierbinţi.

Iahnie de cartofi

800 g cartofi
3 cepe, 100 ml ulei
100 g bulion
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
2 foi de dafin, cimbru, sare

Ceapa se curăţă de coajă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se căleşte în ulei. Se adaugă cartofii curăţaţi şi tăiaţi în patru. Bulionul se diluează cu apă şi se toarnă peste cartofi. Se adaugă sarea, cimbrul şi foile de dafin şi se fierbe sub capac circa 30 de minute. Se serveşte cu verdeaţă tocată fin.

Mâncare de morcovi

800 g morcovi
o ceaşcă de ulei
o lingură de zahăr
50 g margarină, sare

Se curăţă morcovul şi se dă pe răzătoare, apoi se căleşte în ulei. Separat, se arde zahărul şi se stinge cu o cană de apă, se adaugă peste morcov şi se lasă la foc mic până scade. Apoi se toarnă într-o tavă unsă cu margarină şi se dă la cuptor 15 minute.

Pilaf cu prune uscate

400 g prune uscate
200 g orez
2 cepe
100 ml ulei
2 linguriţe de zahăr
4 linguri de zahăr pudră
un tub de frişcă vegetală, sare

Ceapa se curăţă de foi, se spală şi se toacă mărunt, se căleşte în ulei, se adaugă orezul care a fost ales, spălat şi scurs şi se călesc împreună cam 20 de minute la foc potrivit, stingându-se din când în când cu apă fiartă. Prunele se spală, se opăresc bine, se scurg şi se pun peste orezul astfel preparat. Se potriveşte gustul cu zahăr şi sare, se adaugă apă fierbinte şi se dă pilaful la cuptor pentru 30 de minute. Când este gata, se pudrează cu zahăr şi se decorează cu frişcă vegetală.

Sarmale cu nuci în cuiburi

800 g varză murată
100 ml ulei
200 g orez
300 g miez de nucă
2 morcovi
50 ml suc de roşii
200 ml vin alb
piper, sare

Se toacă ceapa, se căleşte în ulei, se adaugă orezul şi se călesc împreună 20 de minute, stingându-se din când în când cu suc de roşii amestecat cu apă. Se adaugă morcovii raşi, nuca măcinată, piperul şi sarea şi se călesc un timp împreună. Se stinge cu vin şi se ia de pe foc. Se desfac foile de varză, se lasă câteva ore în apă ca să se desăreze, se formează sărmăluţe mici care se împachetează câte patru într-o foaie de varză mai mare. Se aşază sarmalele într-o oală, se toarnă deasupra restul de sos de roşii amestecat cu restul de vin şi apă, se fierbe cam 30 de minute şi apoi se dă vasul la cuptor.

Sarmale cu orez

2 cești de orez
2–3 cepe
5–6 linguri de ulei
2–3 linguri de bulion
un morcov
o varză acră
o crenguţă de cimbru
sare, piper

Ceapa, curăţată şi spălată, se înăbuşă în uleiul fierbinte. Se adaugă orezul ales, spălat în mai multe ape şi şters cu un şervet ud, precum şi morcovul ras. Când morcovul s-a înmuiat, se adaugă 3–4 linguri de apă clocotită, sare, piper, o lingură de bulion, amestecând uşor cu lingura de lemn. Când a scăzut apa, se dă la o parte de pe foc şi, când s-a răcit, se umplu foile de varză acră cu această compoziţie. Apoi se aşază sarmalele în oală, se toarnă apa clocotită, bulionul rămas şi crenguţa de cimbru. Se fierb la foc potrivit circa 40 de minute, apoi se dau pentru un sfert de oră la cuptor. Pentru a prinde o crustă frumoasă, aurie, sarmalele trebuie unse din când în când cu zeama lor.

Ţelină cu măsline la cuptor

400 g ţelină
2 cepe, 150 ml ulei
2 linguri de bulion
200 g măsline
o lămâie, sare

Se curăţă ţelina, se taie felii şi se călesc într-o tigaie cu puţin ulei. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, după această operaţiune urmând a fi călită în uleiul rămas, încins în prealabil. Pasta de tomate se diluează cu puţină apă, cu această compoziţie urmând a se stinge ceapa prăjită. Se potriveşte cu sare, se aşază deasupra felii de lămâie curăţate de coajă şi se dă vasul la cuptor pentru circa 20 de minute, spre gratinare. Se scoate de la cuptor şi se aşază pe un platou, decorându-se cu măslinele curăţate de sâmburi şi tocate mărunt.

Varză acră cu orez

800 g varză murată
200 g orez
o ceapă
200 ml ulei
80 g bulion, sare, piper

Se curăţă varza, se spală, se desfac foile şi se taie fideluţă. Separat se curăţă şi se taie ceapa solzişori, apoi se căleşte într-o cratiţă cu ulei încins. Se stinge cu bulionul de roşii amestecat cu puţină apă. Se adaugă varză şi se lasă la fiert până se înmoaie, când se pune orezul curăţat şi spălat înainte. Se pune după gust sare şi piper şi se mai lasă la foc mic 20 de minute.

Sos de muştar cu usturoi

10 linguriţe de muştar
300 ml ulei
100 g usturoi
oţet, sare, piper

Se amestecă muştarul cu uleiul, omogenizând bine. Uleiul trebuie turnat puţin câte puţin, având grijă să se subţieze cu o lingură de oţet. Se adaugă sare, piper după gust şi usturoi pisat mărunt.

Chec cu nuci

8 ceşti de făină
6 ceşti de zahăr, 2 ceşti de ulei
3 ceşti de nucă măcinată
5 ceşti suc de portocale
2 linguri de scorţişoară
o lingură de coajă de portocală
un plic de praf de copt
o linguriţă de bicarbonat

Se bate zahărul cu uleiul şi se adaugă pe rând nuca măcinată, uleiul, sucul de portocale, scorţişoara, uleiul şi coaja rasă de portocală. La sfârşit se omogenizează treptat făina, în care s-au amestecat praful de copt şi bicarbonatul stins în oţet. Compoziţia se amestecă bine cu o lingură de lemn sau cu mixerul. Se unge apoi o tavă cu ulei şi se coace la cuptor, la foc potrivit, circa 40 de minute.

Scordolea din miez de pâine şi nuci

200 g miez de pâine
o ceaşcă de nuci pisate
3–4 căţei de usturoi
2–3 linguri de oţet
o ceaşcă de ulei, piper, sare

Se înmoaie miezul de pâine într-un vas cu multă apă, apoi se stoarce bine. Se amestecă într-un castron usturoiul ras, nuca şi miezul de pâine. Se freacă, turnând şi puţină apă, până se obţine o compoziţie omogenă. Se adaugă sarea, piperul, oţetul şi uleiul, în şuvoi subţire, şi se amestecă împreună cu o lingură de lemn până se încorporează. Se unge o tavă cu puţin ulei şi se fac turtiţe mici, care se dau la cuptor pentru 15 minute să se rumenească. Se servesc calde.

Turte cu mac

400 g făină
300 g mac
250 g zahăr
30 g coajă de lămâie
un plic de zahăr vanilat, sare

Din făină, apă şi puţină sare se prepară o cocă tare, din care se întind foi de mărimea unei farfurii, se aşază în tăvi şi se coc la cuptor, fără a se rumeni. Macul se râşneşte şi se pune la fiert în 1,2 l apă. Se adaugă coajă rasă de la o lămâie, zahărul şi zahărul vanilat şi se lasă să fiarbă cam 30 de minute la foc mic. Pe o tavă mare se aşază foile, una câte una, turnând pe fiecare foaie câte puţin sirop de mac. După ce foile s-au aşezat, se taie în porţii şi se mai adaugă la fiecare câte puţin sirop.

Reţete pentru Postul Paştelui

Plăcintă de primăvară

1/2 kg foi de plăcintă
1 kg verdeţuri asortate: păpădie, urzici, spanac, frunze de sfeclă de zahăr, ştevie, ştir crud
1 1/4 ceaşcă ulei
8 fire de ceapă verde tăiată mărunt
2 fire de praz tăiat mărunt
2 legături de mărar
o legătură de pătrunjel
3 linguri de orez, sare, piper

Se curăţă, se spală şi se taie nu prea mărunt verdeţurile, se dau cu sare, se frământă şi se storc cu mâna ca să se elimine surplusul de zeamă. Apoi se călesc ceapa şi prazul, se adaugă verdeţurile, mărarul şi pătrunjelul, sarea, piperul, se amestecă bine şi se iau de pe foc. Orezul se sfărâmă cu mixerul în bucăţele mici şi se încorporează în umplutură. În tava tapetată cu ulei se pun jumătate din foile de plăcintă, ungându-le pe fiecare cu ulei, la mijloc se întinde umplutura, iar deasupra restul de foi, unse fiecare cu ulei. Se dă la cuptor la foc potrivit, aproape o oră.

Borş de lobodă

2 farfurii adânci de lobodă
2 legături de ceapă verde
6-8 linguri de orez

Orezul se curăţă de impurităţi şi se spală în mai multe ape, după care se pune la fiert. Cam în 20 de minute este gata şi se poate scoate cu spumiera sau cu o paletă mai lată. Se aşază apoi într-o oală cu apă rece. Loboda şi ceapa se spală de asemenea şi se curăţă, tocându-se mărunt, după care se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. Când sunt fierte pe jumătate, se adaugă orezul răcit şi scurs de apă. Borşul se fierbe separat şi se adaugă fierturii. Se poate consuma şi rece.

Borş de peşte (pentru zilele cu dezlegare la peşte)

800 g peşte
un morcov
o rădăcină de pătrunjel
2 cepe
o lingură de bulion
2 linguri de orez
leuştean, 1 l borş, sare

Se curăţă peştele, se taie în bucăţi şi se presară cu sare. Zarzavatul se dă prin răzătoare, iar ceapa se toacă mărunt. Zarzavatul şi legumele se pun într-o oală cu apă fiartă, iar când se înmoaie se adaugă orezul. Borşul se fierbe separat până dă în clocot, apoi se strecoară. Când orezul s-a fiert, se toarnă bulionul şi borşul fiert, apoi peştele şi se fierb toate ingredientele încă 15 minute. La sfârşit se pune leuşteanul tocat mărunt. Se serveşte cald.

Borş de ştevie

6-8 legături de ştevie
4 cartofi
4 legături de ceapă verde
o ceapă uscată
2 linguri de ulei
o lingură de făină
1 l borş
1–2 legături de leuştean, sare

Ştevia, curăţată şi spălată în mai multe ape, se fierbe împreună cu cartofii tăiaţi cubuleţe şi ceapa verde. După un sfert de oră, se adaugă ceapa curăţată, tocată şi prăjită în ulei încins în prealabil, în care s-a pus o lingură de făină şi s-a stins cu puţină apă. În altă oală, se fierbe borşul, se lasă să clocotească, apoi ia de pe foc şi se strecoară. Se adaugă borşul, sarea şi verdeaţa şi se mai lasă puţin la foc mic.

Supă de urzici

500 g urzici
2 cepe mijlocii
75 g ulei
un hrean
o lingură de făină
2 căţei de usturoi
1,5 l apă, sare

Se curăţă urzicile şi se spală bine în mai multe ape, ceapa se curăţă, se spală şi se taie mărunt, după care se pune într-o oală cu apă la fiert. Când s-a înmuiat se adaugă urzicile şi se lasă să fiarbă la foc potrivit, fără capac. După ce au fiert bine, se strecoară zeama în alt vas, după care se trec prin sită şi se subţiază cu zeama în care au fiert. Se pune vasul pe foc şi se lasă să fiarbă. Separat, se amestecă făina cu uleiul până se face o pastă care se adaugă în supa clocotită. Se mai fierbe încă 20 de minute, se ia vasul de pe foc, apoi se pun sarea şi usturoiul pisat.

Fasole verde cu suc de roşii şi usturoi

800 g fasole verde
5 căţei de usturoi
5 roşii
ulei, apă, sare

Se curăţă fasolea, se spală, se rupe în bucăţi de câte 2–3 centimetri şi se pune la fiert în apă clocotită cu sare. După ce s-a fiert, se scurge şi se pune într-un castron. Separat se pune ulei într-o cratiţă şi se lasă pe foc. Când uleiul s-a încins, se pun sucul de roşii, usturoiul pisat şi sarea. Se amestecă bine, se stinge cu o ceaşcă din zeama în care a fiert fasolea şi se lasă să dea câteva clocote. Apoi se pune fasolea fiartă, fierbând în continuare 10 minute.

Mâncare de gulii

8 gulii mijlocii
o ceapă
o lingură de bulion
o ceaşcă de apă, ulei
2 linguriţe de zahăr, sare

Se aleg gulii tinere, se curăţă, se spală şi se taie felii de 1 cm. Se pune ulei într-o cratiţă şi se încinge, apoi se adaugă guliile şi se lasă pe foc până se rumenesc. Când sunt gata prăjite, se pun în alt vas, iar în uleiul în care s-au prăjit ele se pune ceapa tăiată mărunt. Peste gulii se adaugă bulionul subţiat cu apă şi se pun pe foc. Se lasă până se înmoaie, se adaugă sarea, apoi se bagă la cuptor şi se lasă până scade. La sfârşit se adaugă zahărul.

Mâncare de mazăre

800 g mazăre verde (din conservă)
100 ml ulei
2 linguri de făină
2 cepe
2 linguri de bulion
o lingură de zahăr, mărar
400 g mămăliguţă, sare

Ceapa se curăţă de coajă şi se toacă mărunt. Se ia o tigaie şi se încinge uleiul, punând ceapa la prăjit. Se adaugă făina şi se amestecă totul bine, adăugând bulionul şi stingând cu apă, apoi se lasă să fiarbă 15 minute la foc mic. Se pune în sos mazărea, care a fost fiartă separat. Se adaugă mărarul tocat şi se potriveşte cu zahăr şi sare. Se aşază într-o tavă şi se dă la cuptorul încins, pentru 20 de minute. Se serveşte fierbinte, cu mămăliguţă caldă.

Mâncare de urzici cu orez

800 g urzici
100 g orez
2 linguri de făină
75 ml ulei
o ceapă mică
boia de ardei
usturoi, piper, sare

Urzicile, curăţate şi spălate în mai multe ape, se opăresc în apă clocotită cu sare, 10 minute, după care se răcesc, se storc şi se taie mărunt. Se călesc într-o cratiţă cu ulei, făină şi ceapa curăţată şi tăiată fideluţă. O dată făina rumenită, se adaugă urzicile şi orezul fierte separat, se stinge cu zeamă de urzici şi se lasă la fiert 10 minute. În final se adaugă usturoiul curăţat şi pisat, sarea, piperul şi boiaua de ardei.

Peşte sărat cu mujdei (pentru zilele cu dezlegare la peşte)

800 g peşte
o căpăţână de usturoi
oţet, un morcov
o rădăcină de pătrunjel
o ceapă
400 g mămăliguţă

Zarzavatul se curăţă, se spală şi se pune la fiert în apă clocotită cu puţină sare. Când este complet fiert, se adaugă peştele desărat şi se fierbe la foc încet timp de aproximativ o jumătate de oră. Între timp, se curăţă usturoiul, se dă prin presă şi se prepară un mujdei, amestecându-l cu apă rece şi puţină sare, după gust. După ce s-a fiert, se scoate pe platou, se toarnă deasupra mujdeiul de usturoi şi se serveşte cu mămăliguţă tare.

Praz à la grec

800 g praz
100 ml ulei
100 ml vin alb
o ceaşcă de apă
3 cepe
piper, 2 foi de dafin, sare

Se taie partea albă a prazului curăţat şi tăiat în bucăţi de 6 cm lungime şi se opăreşte câteva minute în apă cu sare, după care se scurge. Se adaugă la praz uleiul, vinul, o ceaşcă de apă, ceapa tăiată, piperul, foile de dafin şi sarea. Se fierb toate la foc mic până când sosul scade aproape complet.

Saramură de ştevie

1 kg de ştevie
2 ardei iuţi
sare

Frunzele tinere de ştevie se spală, se zbicesc şi se şterg bine cu un prosop curat. Apoi se rulează şi se leagă cu puţină sfoară subţire. Se pun pe grătarul încins (fără a se unge cu ulei) şi se frig pe toate părţile. Apoi se aşază în strachina de pământ, adăugând şi un ardei iute tăiat bucăţi. Se prepară o saramură, dizolvând câteva linguri de sare, în funcţie de cât de concentrată vrem să fie, în apă fiartă, apoi se lasă să se răcorească. Peste aceste păpuşele, cum li se mai zice în Oltenia, se toarnă saramura. Se serveşte cu mămăliguţă.

Stavrizi la cuptor (pentru zilele cu dezlegare la peşte)

800 g stavrizi
un pahar de oţet
4 linguri de ulei
2 foi de dafin
piper boabe
ienibahar boabe
apă, sare

Se curăţă peştele, se spală, se îndepărtează capetele şi se pune într-o cratiţă. Se sărează, se adaugă uleiul, oţetul, piperul boabe şi ienibaharul. Se adaugă apă până când se acoperă. Se bagă cratiţa la cuptor, unde se lasă până se rumeneşte peştele. Se serveşte rece.

Urzici bătute cu mujdei şi mămăliguţă

1 kg urzici tinere
2 linguri de ulei
o lingură de făină
o căpăţână de usturoi
mămăliguţă, sare

Se aleg urzicile, se curăţă şi se spală în mai multe ape. Se fierb în apă clocotită cu sare, apoi se scurg bine. Se pun într-o oală şi, cu dosul unei linguri de lemn pe marginea oalei, se freacă bine până se obţine o pastă. Se adaugă făina, uleiul, sarea şi foarte puţin din zeama în care s-au fiert urzicile. Usturoiul se curăţă, se trece prin presă, se diluează cu puţină apă rece şi se presară un praf de sare, obţinând un mujdei. Urzicile se servesc cu mujdeiul de usturoi şi mămăliguţă.

Salată de păpădie

1 kg păpădie
zeama de la o lămâie
2 linguri de ulei de măsline, sare

Frunzele tinere de păpădie se spală bine în mai multe ape, după care se pun la fiert timp de aproximativ 10 minute în apă cu sare, se strecoară, se mărunţesc şi se amestecă bine cu ulei şi zeamă de lămâie.

Salată de legume

100 g cartofi
80 g mazăre
100 g conopidă, 80 g castraveţi acri
100 g morcovi, 100 g fasole verde
100 g ţelină, 100 g păstârnac
piper, sare

Zarzavaturile se curăţă, se spală, se toacă mărunt, apoi se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare. La rândul lor, cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe, punându-se la fiert separat, în apă clocotită cu sare. Când sunt aproape fierţi, se adaugă mazărea, fasolea verde curăţată şi ruptă în bucăţi, precum şi conopida, curăţată şi desfăcută în bucheţele. După ce s-au fiert toate, se scot, se scurg şi se amestecă într-un castron, adăugând castraveţii muraţi, tocaţi mărunt şi curăţaţi de seminţe, sare şi piper după gust.

Clătite de post

400 g făină
300 ml apă minerală
100 ml ulei, 50 g zahăr, sare

Se amestecă toate ingredientele şi se bat bine până se obţine o pastă de consistenţa unei smântâni subţiri. Se coc într-o tigaie, fără să se lipească. După fiecare clătită se unge fundul tigăii cu ulei. La clătitele de post, lipsa oului face ca foaia să se rupă uşor. De aceea, se fac mai groase. Ca desert, se pot umple cu magiun sau dulceaţă. Ca aperitiv, se pot umple cu varză, urzici, spanac etc.

18. Cornuleţe cu aluat dospit

un pahar de ulei
1/2 pahar borş, 20 g drojdie de bere
200 g făină, coajă de lămâie
vanilie, gem de portocale

Se pune drojdia într-un castron, împreună cu uleiul, borşul, mirodeniile şi se amestecă. Se adaugă făina, se frământă aluatul 20 de minute, după care se lasă la crescut o oră. Apoi se întind foi subţiri care se taie pătrate, iar în mijlocul fiecărui pătrat se pune o linguriţă de gem. Se rulează formând cornuleţe, se pun pe o tavă unsă cu ulei şi se lasă la cuptor 30 de minute.

Covrigei cu coniac

o ceaşcă de ulei
o ceaşcă de zahăr
zeama de la o lămâie
1/2 ceaşcă de coniac
o lingură de bicarbonat
2 pliculeţe de zahăr vanilat
făină cât cuprinde, sare

Se topeşte zahărul în puţină apă, se adaugă uleiul, zeama de lămâie în care s-a dizolvat bicarbonatul, coniacul, vanilia, făina, şi se frământă bine. Se modelează covrigeii, se presară cu mac şi se coc la foc potrivit.

Reţete pentru Postul Sfinţilor Apostoli Petru şi Pavel

Chiftele de dovlecei

4 dovlecei
2 linguri de făină
ulei, sare, piper
pătrunjel verde

Se fierb dovleceii, după ce au fost tăiaţi în felii rotunde, apoi se pun la scurs. Se toacă, se pun într-un castron, se adaugă făina, sarea, piperul, pătrunjelul verde şi se amestecă bine. Separat se pune ulei la încins într-o cratiţă şi, cu lingura, se ia din compoziţia din castron şi se fac chiftele, se dau prin făină şi se prăjesc în uleiul încins.

Ciorbă de dovlecei

800 g dovlecei
2 rădăcini de pătrunjel
un morcov
3 linguri de orez
40 ml ulei
sare, verdeaţă

Într-o oală cu apă clocotită, în care s-au adăugat două linguri de ulei, se pun sarea, rădăcina de pătrunjel şi morcovul, curăţate, spălate şi date pe răzătoare. Când zarzavaturile sunt pe jumătate fierte, se adaugă orezul care se fierbe 15 minute, iar apoi dovleceii curăţaţi şi tăiaţi în cuburi.

Supă de mazăre cu cartofi noi

3 cartofi noi
200 g mazăre
un morcov, 2 cepe
o roşie, 2 linguri de ulei
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
4 linguri de orez, sare

Se curăţă cartofii şi se taie cubuleţe, morcovul şi ceapa se toacă mărunt. Într-o oală cu apă caldă se pune la fiert zarzavatul, după care se adaugă legumele şi uleiul şi se lasă la fiert până se înmoaie. Apoi se adaugă roşiile tăiate mărunt şi fără coajă. Se sărează după gust. Când zarzavatul este aproape fiert, se pun orezul şi verdeaţa tocată mărunt.

Bame cu roşii

400 g bame
800 g roşii, 3 cepe
o ceaşcă de ulei
5 căţei de usturoi
zeama de la o lămâie
mărar, pătrunjel
sare, piper

Se spală bamele, se opăresc cu borş şi se lasă la scurs. Se clătesc cu apă rece şi se lasă la scurs din nou. Se pun la călit în ulei încins cam 3 minute. Se scot din cratiţă, iar în uleiul rămas se călesc ceapa tăiată, roşiile fără coji şi seminţe. Sosul se stinge cu o ceaşcă de apă clocotită şi se adaugă bamele. Se

pun sare, piper, zeama de lămâie şi usturoiul tocat. Se mai fierb 10 minute şi se pun la cuptor până se leagă. La sfârşit se adaugă verdeaţă.

Conopidă cu sos tomat

400 g conopidă
4 roşii
120 g făină
30 ml ulei
un morcov
o rădăcină de pătrunjel
verdeaţă, sare

Se curăţă conopida, se desface în bucheţele şi se pune la fiert în apă rece. Separat se pregăteşte un sos tomat din zeama în care au fiert roşiile, morcovul, pătrunjelul, strecurată şi îngroşată cu făină, la care s-a adăugat ulei. Sosul se toarnă peste conopida fiartă şi se bagă la cuptor ca să scadă. La sfârşit se adaugă verdeaţa tocată.

Dovlecei umpluţi cu orez

800 g dovlecei
60 ml ulei
o ceapă
o roşie
150 g orez
o lingură de făină
pătrunjel, mărar, sare

Dovleceii, curăţaţi şi spălaţi, se taie în lung şi se scobesc cu o linguriţă. Se prăjesc uşor pe toate părţile. Separat se căleşte ceapa, se adaugă roşia tăiată, orezul, care, după ce a înflorit, se ia de pe foc şi se amestecă cu verdeaţa, sarea şi piperul. Se umplu dovleceii şi se pun la cuptor cu restul de ulei, timp de 20 de minute.

Iahnie de dovlecei

3 dovlecei
4 roşii
o ceapă
100 ml ulei
2 linguri de făină
piper, sare

Se curăţă dovleceii, se taie în cuburi şi se sărează, apoi, după ce se lasă să stea câteva minute, se prăjesc în ulei. Roşiile se taie bucăţi, se fierb în apă şi se pasează. Ceapa se toacă mărunt, se căleşte în ulei, se adaugă făina, se stinge cu roşiile şi se lasă să fiarbă câteva minute. Se pun dovleceii în sos, se potriveşte de sare şi piper şi se dă vasul la cuptor.

Soté din fasole verde

1 kg fasole verde
150 ml ulei, sare
o legătură de pătrunjel verde, apă

Se curăţă fasolea, se spală şi se taie în bucăţi de 2–3 cm lungime. Se pune uleiul la încins într-o cratiţă şi se căleşte puţin fasolea, apoi se stinge cu două căni de apă călduţă, lăsând-o să fiarbă înăbuşit la foc mic. Când s-a înmuiat, se adaugă pătrunjelul tocat şi se sărează după gust.

Tocăniţă mănăstirească de ciuperci

800 g ciuperci proaspete
4 legături de ceapă verde
2 legături de usturoi verde
2 legături de pătrunjel
200 ml ulei
75 ml vin, 5 roşii
piper, sare

Ciupercile se taie felii, se toacă ceapa şi se căleşte în ulei, se adaugă ciupercile şi se călesc împreună. Se stinge cu puţină apă, se condimentează cu sare şi piper şi se lasă să fiarbă cam 20 de minute. Se adaugă verdeaţa tocată, usturoiul verde tocat, roşiile curăţate de coajă şi seminţe şi tăiate cubuleţe şi vinul şi se lasă să mai dea un clocot. Se serveşte cu mămăliga caldă.

Ţelină cu ciuperci şi măsline

2 ţeline tăiate cuburi
o ceapă tăiată mărunt
200 g măsline fără sâmburi
200 g ciuperci tăiate felii
o lingură de făină
o ceaşcă de vin
150 ml suc de roşii
o lămâie
o linguriţă de zahăr
o foaie de dafin, sare şi piper

Ţelina se prăjeşte în puţin ulei, se adaugă ceapa, măslinele, ciupercile şi se înăbuşă 8–10 minute. Se adaugă făina dizolvată în apă, sucul de roşii, zahărul şi condimentele. Se fierbe aproximativ 20 de minute la foc mic, apoi se adaugă vinul, după care se mai dă un clocot. Se serveşte rece sau cald cu lămâie.

Vinete à la grec

800 g vinete
5 roşii, 200 ml ulei
o căpăţână de usturoi
o legătură de verdeaţă, sare

Vinetele se curăţă de coajă, se taie în felii rotunde, care se opăresc într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare, se scurg şi se şterg cu un prosop curat. Apoi se prăjesc în ulei şi se scot pe un platou. Se curăţă usturoiul, se pisează şi se prepară un mujdei cu apă rece şi un praf de sare. În uleiul rămas, se pun roşiile opărite în apă clocotită şi curăţate de coajă şi seminţe, piperul, sarea, mujdeiul de usturoi şi se lasă să fiarbă 30 de minute. Se pasează sosul, se toarnă peste vinete şi se presară cu verdeaţă.

Salată de ghebe cu usturoi

800 g ghebe
100 ml ulei
usturoi, pătrunjel
lămâie, sare

Ciupercile spălate în mai multe ape – numai pălăriile întregi – sunt lăsate să se marineze două ore în ulei cu sare şi usturoi pisat. Apoi se pune vasul cu ciupercile la foc mic şi se adaugă, când sunt aproape gata, puţin pătrunjel tocat şi zeama de lămâie.

Salată de fasole verde

800 g fasole păstăi
1/2 ceaşcă de ulei, 2 linguri de oţet
o linguriţă de muştar
o ceapă tăiată feliuţe
2 căţei de usturoi, mărar fin tocat
2 ardei copţi şi tăiaţi feliuţe
2 roşii, piper, sare

Se curăţă şi se spală fasolea verde, se rupe în bucăţele de 2–3 centimetri lungime, se fierbe, apoi se lasă la scurs. Se amestecă uleiul cu oţetul, sarea, piperul, usturoiul pisat şi muştarul şi se toarnă peste fasolea păstăi. Se garniseşte apoi cu ceapa, ardeiul, mărarul şi roşiile tăiate felii.

Salată de vară

800 g cartofi
o ceapă mică, 2 castraveţi
2 ardei graşi, 50 ml ulei
30 ml oţet, 50 g măsline
4 roşii, pătrunjel verde
piper, sare

Se fierb cartofii în coajă, în apă cu sare. După ce s-au răcit, se curăţă şi se taie felii. Ceapa se taie solzişori, iar castraveţii, curăţaţi de coajă şi seminţe, se taie felii. Ardeiul se taie şi el felii, roşiile rondele, cartofii se amestecă cu ceapă, castraveţii, ardeiul gras, măslinele şi jumătate din cantitatea de roşii. Peste această salată se toarnă un sos făcut din ulei, oţet, sare şi piper. Salata se decorează cu cealaltă jumătate din cantitatea de roşii şi pătrunjel.

Biscuiţi de post

100 g zahăr pudră
200 g margarină, 300 g făină
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se freacă margarina cu zahărul pudră şi cu cel vanilat, se încorporează făina, se amestecă bine şi se frământă. Se întinde pe o planşetă o foaie de grosimea muchiei de cuţit, se taie în forme diferite şi se aşază pe tavă. Se coace la foc potrivit.

Cornuleţe cu nuci

200 g margarină
400 g nuci
280 g zahăr pudră
350 g făină
un pliculeţ de zahăr vanilat

Se freacă margarina cu zahărul pudră şi cu cel vanilat, se încorporează făina puţin câte puţin, amestecând bine, apoi se frământă. Se lasă o jumătate de oră să se odihnească, apoi se întinde o foaie care se taie în pătrăţele cu latura de 5–6 centimetri. Se coc nucile în cuptorul încins, cam 10 minute, după care se scot, se lasă până se răcoresc, se curăţă şi se dă miezul prin maşina de tocat. Se presară fiecare pătrăţel de aluat cu miez de nucă, apoi se rulează pe diagonală. Se aşază cornuleţele în tava unsă cu margarină şi se coc la foc potrivit.

Tartă cu vişine

Pentru aluat:
2 ceşti de făină, 200 g margarină
1/2 ceaşcă de zahăr
2 linguri de apă rece
Pentru umplutură:
4–5 linguri de gem de vişine
1/2 kg vişine, o ceaşcă de zahăr
o lingură de făină
4 linguri de nuci măcinate
2 linguri de margarină

Se frământă aluatul şi se împarte în două jumătăţi. O parte se întinde şi se aşază în forma bine unsă cu ulei. Se întinde deasupra gemul şi se aşază pe toată suprafaţa vişinele stoarse în prealabil. Apoi se presară zahărul, făină şi nuca. Se întinde restul de aluat peste compoziţie şi se coace la foc potrivit.

Reţete pentru Postul Adormirii Maicii Domnului

Chifteluţe de vinete

800 g vinete
2 linguri de făină
piper
sare

Se coc vinetele, se curăţă, după care se aşază pe un fund de lemn înclinat, ca să se scurgă. Se înlătură seminţele cu o lingură, apoi se presară cu sare. După cam 15 minute se toacă, se pun într-un castron, se adaugă două linguri de făină, piper şi sare şi se amestecă. Se iau cu lingura chifteluţe şi se prăjesc în ulei încins.

Drob de ciuperci

800 g ciuperci
2 cepe
2 legături de pătrunjel verde
o legătură de usturoi verde
150 ml ulei
100 g făină, piper, sare

Se curăţă ciupercile, se spală, se taie julien şi se fierb în apă cu sare, apoi se scurg. Ceapa se taie mărunt şi se căleşte în ulei, se adaugă ciupercile şi se călesc împreună. După ce s-au călit se dau prin maşina de tocat. Se adaugă verdeaţa şi usturoiul verde tocate mărunt, sarea şi piperul. I se dă forma unei pâinişoare rotunde şi se tăvăleşte prin făină. Se frige în ulei, la cuptor.

Găluşte de cartofi

800 g cartofi, 2 linguri de făină
ulei, piper, sare

Se fierb cartofii în coajă, se curăţă şi se pasează. Se amestecă cu două linguri de făină, piper şi sare. Se modelează găluşte rotunde, se pun la fiert în apă clocotită cu sare. După 10 minute se scot, se scurg şi se aşază într-o cratiţă unsă cu ulei. Se pun la cuptor câteva minute, iar apoi se tapetează cu pesmet prăjit.

„Icre“ de fasole

350 g fasole uscată
100 ml ulei
suc de lămâie
o ceapă, măsline
pătrunjel verde, sare

Se spală fasolea şi se lasă la înmuiat până a doua zi. Dimineaţa se clăteşte cu apă caldă şi se pune la fiert. După ce a fiert, se scurge de zeamă şi se pasează cu telul, se adaugă sare, se pune ulei şi se amestecă până se albeşte. După ce s-a răcit, se pune suc de lămâie şi ceapa tocată mărunt. Se pune într-un castron şi se ornează cu măsline şi pătrunjel.

Borş de varză dulce cu mărar

o varză potrivită ca mărime
4 linguri de ulei
3 cepe, un morcov
o legătură de mărar
o ceaşcă de orez
1 l borş
apă, sare

Se curăţă varza, se spală şi se taie fâşii. Se curăţă morcovul şi ceapa, se spală şi se taie mărunt. Într-o oală se pune apă la fiert în care se adaugă varza şi zarzavatul. Când au fiert pe jumătate, se pune orezul spălat şi curăţat şi se adaugă mărarul tăiat mărunt. Când sunt gata fierte, se pune borşul şi se sărează. Se lasă să fiarbă câteva clocote.

Cremă de conopidă

800 g conopidă
un pahar de făină
100 ml ulei, sare

Se curăţă conopida, se rupe în bucheţele mici şi se pune la fiert în apă clocotită. După ce a fiert se adaugă un răntaş din ulei şi făină. Se mai dă în câteva clocote, apoi se pasează cu zeamă cu tot. Se pune din nou pe foc, se sărează şi se mai dă în câteva clocote.

Bame gratinate

800 g bame
3 cepe
1 kg roşii
200 ml ulei
75 ml oţet
2 legături de mărar verde, sare

Se curăţă bamele şi se pun în oţet amestecat cu apă şi sare. După 30 de minute se scot, se spală şi se scurg. Ceapa se toacă mărunt şi se căleşte în ulei. Se pune într-un vas un strat de ceapă prăjită, deasupra se pune un strat de bame, iar peste stratul de bame se aşază un strat de felii de roşii şi se continuă. Se presară cu sare şi mărar tocat şi se toarnă deasupra ulei şi apă. Se fierb bamele la foc mic, iar când sunt aproape gata se pun 20 de minute la cuptor.

Ciuperci cu sfeclă

250 g ciuperci
250 g sfeclă roşie
2 cepe
75 ml ulei
2–3 căţei de usturoi

Ciupercile se curăţă, se spală, se taie solzişori şi se fierb în apă cu sare. Sfecla se fierbe, se curăţă de coajă şi se dă prin răzătoare. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte în ulei, se adaugă ciupercile, sfecla şi mujdeiul de usturoi şi se călesc împreună încă 2–3 minute.

Ghiveci de legume

2 morcovi
2 cartofi
un dovlecel
100 g mazăre
50 g fasole verde
100 g conopidă
un păstârnac
verdeaţă, ulei, sare

Zarzavaturile, curăţate şi spălate, morcovul tăiat rondele, cartofii în cubuleţe, fasolea verde şi dovleceii în bucăţi, împreună cu păstârnacul curăţat, spălat şi tăiat în cubuleţe şi cu mazărea spălată se pun să fiarbă direct în cuptor cu apă cât să le acopere şi ulei. Se lasă la cuptor până scad.

Hribi la cuptor

800 g hribi
ulei, pătrunjel verde
piper, sare

Se aleg ciuperci mari şi cărnoase, li se taie picioruşul, se spală şi se scurg de apă, apoi se presară pe suprafaţa pălăriei sare. Se toacă mărunt picioruşele şi resturile de ciuperci sfărâmate, se adaugă pătrunjel verde tocat, sare şi piper. Se scobesc puţin pălăriile şi se umplu cu tocătura pregătită, apoi se aşază într-o tavă emailată, unsă cu ulei. Se stropesc ciupercile cu ulei şi se lasă la cuptor cam 25–30 minute.

Mâncare de dovlecei

800 g dovlecei
100 ml ulei, 2 cepe
2 linguri de făină
2 linguri de bulion
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare

Se curăţă ceapa, se toacă mărunt şi se căleşte în ulei împreună cu făina. Se stinge cu bulion diluat cu apă şi se lasă la fiert 15 minute. Se curăţă dovleceii, se taie cuburi, se opăresc câteva minute, se scurg şi se pun în sos. Se adaugă verdeaţa tocată şi sare după gust. Se mai ţine vasul la cuptor 20 de minute.

Paste cu sos de vinete

2 vinete
250 g macaroane
o ceşcuţă de ulei
2 căţei de usturoi
1 kg roşii
2 linguri de bulion
o legătură de busuioc, piper, sare

Se taie vinetele cuburi mici, se sărează şi se lasă o oră în stre-

curătoare. Apoi se spală de sare şi se scurg. Se prăjesc uşor în ulei. Într-o oală se căleşte usturoiul tăiat, se adaugă roşiile tăiate mărunt, fără coji şi seminţe. Se lasă la foc mic până scade sosul. Se adaugă condimentele şi verdeaţa tocată şi se mai lasă câteva minute la foc. Macaroanele se fierb în apă sărată cu două linguri de ulei şi se scurg. Se servesc calde, cu mult sos.

Pilaf de post

100 ml ulei
2 cepe
un morcov
100 g ţelină
300 g orez
2 ardei graşi
4–5 roşii, piper, sare

Se căleşte ceapa tăiată mărunt, se adaugă ardeii graşi tăiaţi cubuleţe şi orezul şi se călesc cam 15 minute. Se adaugă un litru de apă, piperul boabe şi sarea. Se pune vasul la cuptor timp de 20 de minute, apoi se scoate şi se aşază deasupra roşiile tăiate în două. Se bagă din nou la cuptor pentru 10 minute.

Roşii umplute cu orez

6–7 roşii
o ceapă, o ceşcuţă de orez
2 morcovi, 2 păstârnaci
pătrunjel verde, o linguriţă de zahăr
o ceaşcă cu apă, piper, sare

Se aleg roşiile tari, se spală, apoi se taie un căpăcel în partea de sus şi se golesc în interior de seminţe cu o linguriţă. Se presară în interior sare şi, după zece minute, se aşază cu partea scobită în jos pentru a se scurge apa. Pentru umplutură se înăbuşă cu ulei o ceapă tocată, se adaugă orez şi se stinge cu apă. După ce a înflorit orezul se ia de pe foc, se pun morcovul şi păstârnacul tăiate şi înăbuşite separat în ulei, împreună cu pătrunjelul verde, piperul şi sarea. Se amestecă, se umplu roşiile cu această compoziţie, apoi se aranjează în tavă, se pun 2–3 linguri de ulei, pulpa scoasă de la roşii, fiartă şi dată prin sita, o ceaşcă de apă şi o linguriţă de zahăr. Se pun la cuptor până când fierbe orezul şi scade sosul.

Salată de macaroane

400 g macaroane de post
2 morcovi, 100 g ţelină
200 g mazăre, 150 g fasole verde
2 gogoşari în oţet
3 castraveţi în oţet, sare

Macaroanele se fierb în apă cu sare, apoi se clătesc în apă rece şi se taie bucăţi mici. Morcovii şi ţelina se fierb în apă cu sare şi se taie cubuleţe. Mazărea se fierbe şi se lasă la scurs. Fasolea se fierbe şi se taie cu gogoşarii şi castraveţii. Se amestecă toate ingredientele şi se aranjează salata pe un platou.

Salată oltenească de cartofi şi verdeţuri

600 g cartofi
2 legături de ceapă verde
2 legături de usturoi verde
100 g fasole verde, 100 g ridichi
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
125 ml ulei, 50 ml oţet, sare

Se fierb cartofii în apă cu sare, se curăţă şi se taie cubuleţe. Fasolea se taie bucăţi şi se fierbe în apă cu sare. Ceapa, usturoiul, pătrunjelul şi mărarul se toacă mărunt. Ridichile se toacă feliuţe, se amestecă totul şi se adaugă sare, ulei şi oţet.

Sos de roşii

800 g roşii
2 linguri de ulei
o lingură de făină
zahăr
foi de ţelină, sare

Roşiile se opăresc în apă clocotită, se scot, se curăţă de pieliţe şi de seminţe, apoi se dau pe răzătoare şi se pun să fiarbă un sfert de oră. În uleiul fierbinte se adaugă făina, care se stinge cu zeama de la roşiile fierte. Se adaugă sarea necesară, zahăr după gust şi frunze de ţelină, care la servit se înlătură. Se lasă să fiarbă împreună, la foc domol, încă vreo câteva minute, până se îngroaşă sosul.

Găluşte cu prune

800 g cartofi
100 g făină
100 g pesmet
2 linguri de zahăr pudră
scorţişoară măcinată
500 g prune
150 g margarină, sare

Cartofii se spală şi se fierb în coajă, în apă cu sare. După fierbere se scot, se curăţă de coajă, se toacă, apoi se amestecă cu făină şi sare. Se frământă până se obţine un aluat care se întinde pe planşeta presărată cu făină în foaie groasă de 1 centimetru şi se taie în pătrate. Separat se spală prunele, se scot sâmburii, iar în locul lor se pune zahăr. În fiecare pătrat de aluat se aşază câte o prună, se înveleşte şi se modelează rotund. Găluştele se pun la fiert în apă cu sare şi se lasă aproape 15 minute. După fierbere se trec prin pesmetul rumenit în margarină şi se presară cu zahăr şi scorţişoară.

Tort din biscuiţi la rece

400 g biscuiţi de post
o ceaşcă mare de cafea concentrată
150 g zahăr
un plic de zahăr vanilat

Se aşază biscuiţii pe o tavă şi se stropesc uşor cu cafeaua în care s-a dizolvat zahărul şi praful vanilat. Pe un platou se aşază biscuiţii pe două rânduri, se ung cu crema de cacao (obţinută din pudra de cacao cu margarină şi zahăr) şi se continuă cu alt rând de biscuiţi până când totul a fost îmbrăcat cu cremă.

Bucate mănăstireşti

Sfinţişori

400 g făină
250 g margarină
400 g zahăr
200 ml lapte
200 g miez de nucă
un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară, sare

Din făină, lapte, praf de copt, zeamă de lămâie, margarină şi jumătate din cantitatea de zahăr se prepară un aluat, care se frământă bine, se lasă la dospit o oră, apoi se ia şi se mai frământă, după care se împarte în mai multe bucăţi, care se împletesc în forma cifrei 8 şi se dau la cuptor, să se coacă bine. Se fierbe restul de zahăr cu 100 ml apă şi se face un sirop foarte bine legat. Miezul de nucă se prăjeşte pe plită şi se pisează mărunt. Colăceii se dau prin sirop, apoi prin miezul de nucă, după care se presară cu puţină scorţişoară.

Turtiţe

250 g margarină
2 linguri de făină
250 g zahăr
14 ouă
250 g migdale dulci
2 lămâi

Se frământă făina cu margarina, apoi se adaugă, unul câte unul, şase gălbenuşuri, migdalele curăţate şi pisate, zahărul şi coaja rasă de la cele două lămâi. Se omogenizează, după care se încorporează, tot pe rând, încă opt gălbenuşuri, frământându-se bine timp de o oră. Se formează turtiţe rotunde din acest aluat, se presară cu zahăr şi se coc la cuptor, la foc mai degrabă moale.

Artos

600 g făină
40 g drojdie
100 g zahăr
1/2 l apă
100 ml ulei
2 linguriţe de coajă de lămâie
2 linguriţe de sare

Se dizolvă drojdia în 1/2 ceaşcă de apă caldă, se adaugă zahărul şi sarea, se amestecă să se dizolve şi se adaugă restul de apă, coaja de lămâie şi făina. Pe măsură ce se frământă, se adaugă puţin câte puţin uleiul călduţ. Se modelează artosele şi se aşază într-o tavă caldă, unsă cu ulei. Se acoperă cu o pânză curată şi se lasă să crească cam o ora, apoi se bagă în cuptorul încălzit. Când se răcesc se ung deasupra cu apă îndulcită şi se pudrează cu zahăr farin.

Colaci

800 g făină
30 g drojdie de bere
sare

Din toate aceste ingrediente se face o cocă consistentă, care se lasă la dospit. După ce a crescut suficient, se taie bucăţi pe o planşetă presărată cu făină, se fac câte două suluri subţiri care se împletesc între ele şi se unesc, astfel încât să capete forma unui rotund. Cu un alt sul, nerăsucit, se prind marginile colacului. Se coc în cuptor şi se dau de pomană cu un pahar de vin şi o lumânare aprinsă.

Colivă

300 g arpacaş
1,2 l apă
200 g zahăr
200 g biscuiţi pisaţi
coaja rasă de la o lămâie
coaja rasă de la o portocală
300 g miez de nucă
sare

Se alege grâul sau arpacaşul de impurităţi şi se pune la fiert în 1,2 l apă rece cu sare. Se adaugă zahărul şi se amestecă bine. După fierbere se ia vasul de pe foc şi se lasă la rece. Când s-a răcit suficient, se amestecă cu mâna, se adaugă miezul de nucă pisat, coaja de lămâie şi de portocală rasă, esenţa de rom sau vanilie, amestecând în continuare până la omogenizare. Apoi se modelează pe un platou, se tapetează cu zahăr farin şi biscuiţi pisaţi şi se realizează un decor cu semnul crucii, obţinut din bomboane colorate, cafea sau ciocolată.

Grâu fiert cu miere

500 g grâu
100 g nuci pisate
2 linguri de miere
scorţişoară

Se spală grâul în mai multe ape şi se pune la fiert, la foc mic, pe marginea unei plite. Când este fiert, la foc fiind, se adaugă mierea, nucile şi scorţişoara. Se acoperă şi se lasă astfel 1–2 ore.

Mâncare de castraveciori

600 g castraveciori murați, o ceapă, o lingură de făină, o lingură de pastă de tomate, 50 g „Margarină Bunătăți de la Bunica“ (la pachet), sare, piper, cimbru.

Castraveciorii se pun să stea două ore în apă rece, la desărat. După aceea, se scot, se scurg și se taie pe lungime, în fâșii. Ceapa se curăță, se spală, se toacă mărunt și se călește în „Margarină Bunătăți de la Bunica“ (la pachet), încinsă. După ce devine transparentă, se adaugă făina și se lasă până începe să se îngălbenească, amestecând în permanență, ca să nu se ardă. Se adaugă și bulionul, îndoit cu apă. După ce dă câteva clocote, se completează cu o cană de apă fiartă și se adaugă castraveciorii, sarea, piperul și cimbrul, lăsându-se să fiarbă, la foc slab, până se înmoaie castraveciorii.

Varză dulce în pesmet

1 kg varză dulce, 50 g „Margarină Bunătăți de la Bunica (la pachet)”, 50 g pesmet, „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica”, piper, sare.

Varza se curăță de foile vestede, se spală bine, se taie fideluță și se pune la fiert împreună cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica” după gust, într-o oală cu apă clocotită. Imediat cum începe să se înmoaie, se scoate, se pune într-o strecurătoare mare, la scurs. Se încinge „Margarina Bunătăți de la Bunica“ (la pachet) într-o cratiță, se rumenește puțin pesmetul, cât să nu se ardă, apoi se adaugă varza. Se lasă până se călește, amestecând domol, să fie cuprinsă de pesmet în întregime. Se potrivește de sare și piper, apoi se ia de pe foc. Se servește cu mămăliguță, iar cine dorește poate să adauge iaurt sau smântână.

Colaci cu mac

400 g făină, 100 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 50 ml ulei, 200 g zahăr, 3 ouă, 200 ml lapte, 25 g drojdie, 100 g mac, o lămâie, sare.

Drojdia se dizolvă în lapte și se amestecă apoi cu făina, o jumătate de cană de zahăr și un praf de sare. Se frământă, după care se adaugă, pe rând, două gălbenușuri, apoi 75 g de „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), uleiul puțin încălzit, frământându-se din nou. Se bat spumă două albușuri și se adaugă la aluat, lăsându-l cam trei sferturi de oră la crescut. După aceea, se împarte în două și se întinde în foi, care se ung cu o jumătate de lingură de „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), se împăturesc și se mai lasă o jumătate de oră la crescut. Între timp, se amestecă macul cu zahărul rămas și cu coaja rasă de la o lămâie, apoi se stropește cu margarina rămasă, topită. Se întind iar cele două foi, se așterne pe ele umplutura, se rulează și se dau la cuptor, la foc potrivit, în tăvi unse cu „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet) și presărate cu zahăr.

Pască

Aluatul: 300 g zahăr tos, 300 ml lapte, 250 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 400 g făină, un pliculeț de praf de copt, o lămâie, sare; Umplutura: 300 g brânză de vaci, 10 ouă, 250 g zahăr tos, 100 g stafide, sare.

Se amestecă făina cu laptele, dizolvându-se. Praful de copt se dizolvă în zeama stoarsă de la o lămâie, și se adaugă peste făină. Se amestecă bine, se adaugă zahărul și „Margarina Bunătăți de la Bunica” (la pachet) topită, se presară un praf de sare, apoi se omogenizează compoziția, frecându-se până ajunge să aibă consistența asemănătoare cu cea a unei smântâni mai groase. Se face umplutura, amestecând brânza cu cele 10 gălbenușuri, unul câte unul, apoi cu albușurile bătute spumă, zahărul, coaja de lămâie dată pe răzătoare, puțină sare și stafidele, care au fost înmuiate cel puțin o oră în apă rece. Se umple aluatul cu această compoziție, apoi se pune totul într-o formă rotundă și se dă la cuptor.

Preparate vegetariene

Ardei umpluţi cu salată de vinete

600 g ardei gras
1 kg vinete, 2 cepe
2 roşii, 100 ml ulei
o legătură de pătrunjel
frunze de ţelină, sare, piper

Vinetele se coc pe plită pe toate părţile, se lasă să se răcească, după care se curăţă şi se lasă la scurs, într-o tavă aşezată în poziţie înclinată. Când s-au scurs suficient, se toacă mărunt, cel mai bine cu un satâr din lemn. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă fin sau se dă pe răzătoare. Se amestecă bine, cu o lingură de lemn, vinetele, ceapa şi uleiul, se adaugă sare şi piper după gust. Ardeii se spală bine, se curăţă de cotoare şi seminţe, fără a se despica, după care se umplu cu salata de vinete. Se acoperă cu căpăcele făcute din feliuţe de roşii. Se servesc reci, ornate cu frunze de pătrunjel sau de ţelină.

Ciuperci umplute la grătar

400 g ciuperci
100 g margarină
o lingură de făină, lămâie
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se aleg ciuperci din cele cu pălăria mai mare. Se curăţă de pieliţe, se scot cozile, după care se spală într-o oală cu doi litri de apă în care s-a stors zeama de la o lămâie. Se scurg, după care se pun la fript pe grătarul încins, timp de aproximativ 10 minute. Cozile de la ciuperci se curăţă, se spală, se toacă mărunt, după care se amestecă, într-un castron, cu 100 g margarină, cu făina, pătrunjelul tocat mărunt, plus sare şi piper după gust. Într-o tigaie, se topeşte şi se încinge o lingură de margarină, apoi se toarnă compoziţia obţinută, se stinge cu o jumătate de pahar de apă călduţă şi se lasă o jumătate de oră să se înăbuşe. Se umplu ciupercile cu acest amestec şi se servesc calde.

Plăcintă cu soia

4 foi de plăcintă
200 g boabe de soia, 200 g ceapă
200 g ciuperci, 100 ml ulei
o lingură de pesmet
o lingură de bulion
o legătură de mărar, sare

Boabele de soia se pun la înmuiat în apă caldă. După un sfert de oră, se scot şi se scurg. Bulionul se dizolvă în puţină zeamă de la soia. Ceapa se dă prin răzătoare, apoi se căleşte în ulei. Se adaugă soia, ciupercile tăiate lame, bulionul şi pesmetul, se micşorează focul şi se lasă să scadă. Când e gata, se adaugă mărarul, tocat foarte fin. Într-o tavă unsă bine cu ulei, se aştern două foi de plăcintă, unse şi ele. Deasupra lor, se întinde uniform compoziţia, apoi se acoperă cu celelalte două foi, de asemenea unse. Se crestează, din loc în loc, cu cuţitul, ca să se pătrundă mai bine. Se rumeneşte la cuptor, la foc potrivit, cam o oră.

Salată de andive fierte

500 g andive
o ceapă
30 g miez de nucă
25 ml oţet
25 ml ulei, sare, piper

Se curăţă andivele, se desfac foile, cu grijă să nu se rupă, după care se pun la fiert într-o oală cu apă fiartă şi puţină sare. Când devin moi, se scot, se trec sub un jet de apă rece, se lasă la scurs, apoi se toacă mărunt. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, iar miezul de nucă se pisează cât mai fin. Într-un castron de porţelan, se amestecă andivele cu ceapa şi miezul de nucă pisat, se adaugă oţetul şi uleiul, se potriveşte de sare şi piper, după care se omogenizează. Se serveşte rece.

Salată de anghinare cu ulei

500 g anghinare
100 ml ulei
o lămâie, sare

Se curăţă anghinarea şi se desface în foi. Fiecare foaie, pe rând, se spală în mai multe ape. Se taie în două o lămâie şi, cu una dintre jumătăţi, se freacă energic foile de anghinare, ca să nu se înnegrească. Se pune anghinarea într-un vas cu apă rece, în care se stoarce cealaltă jumătate de lămâie, şi se lasă vreo zece minute. După aceea, se scot, se clătesc cu apă rece şi se pun într-un alt vas, cu apă cât să le acopere (cam 200 ml), ulei şi sare. Se pune să fiarbă pe foc iute cam un sfert de oră, după care se ia de pe foc şi se lasă la răcit. Se serveşte rece, în cupele pentru salată.

Salată de ciuperci cu verdeţuri

500 g ciuperci proaspete
25 ml ulei
o lămâie
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper boabe şi măcinat
salată verde

Se spală în mai multe ape şi se curăţă ciupercile, apoi se pun să fiarbă într-o oală cu apă clocotită cu sare şi câteva boabe de piper. Atunci când sunt fierte suficient, se scot, se trec sub un jet de apă călduţă, se scurg şi se taie în feliuţe subţiri. Se pun într-un castron de porţelan şi se adaugă uleiul, sare şi piper după gust şi verdeaţa tocată cât mai mărunt. Se serveşte caldă, în cupe, stropită cu zeamă de lămâie şi ornată cu frunze de salată verde.

Salată de conopidă

500 g conopidă
50 ml ulei, 25 ml oţet
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
o legătură de tarhon proaspăt

(sau 20 g la plic)
o lămâie, sare, piper

Se curăţă conopida, se spală bine şi se opăreşte în apă clocotită cu puţină sare. Se lasă până se răceşte, apoi se taie în bucheţele. Se pregăteşte un sos din ulei, oţet, sare şi piper, care se toarnă peste conopidă. Mărarul, pătrunjelul şi tarhonul se toacă mărunt, după care se amestecă bine cu sosul şi cu conopida. Se serveşte rece, în farfuriuţe speciale pentru salată, cu zeamă de lămâie, după gust, şi cu feliuţe de lămâie ca ornament.

Salată de măsline

300 g măsline
o ceapă
o lămâie, 25 ml ulei
o legătură de mărar
cimbru
o foaie de dafin, piper

Se spală măslinele cu apă călduţă, le lasă câteva ore să se desăreze, după care se scurg bine şi se scot sâmburii cu o agrafă. Se curăţă ceapa, se spală şi se taie în feliuţe subţiri. Lămâia se dă pe răzătoare, iar când s-a îndepărtat coaja, se curăţă de pieliţe şi se taie în feliuţe. într-un castron adânc, se aşterne un strat de măsline, peste care se pune un strat de ceapă, iar deasupra unul de lămâie. Printre ele, se presară cimbru, piper şi foaia de dafin mărunţită. Peste toate acestea, se toarnă uleiul, cât mai uniform cu putinţă.

Salată de morcovi

200 g morcovi
un măr, o portocală
100 g alune prăjite
2 linguri de iaurt, 50 g stafide
o lămâie, o legătură de pătrunjel
salată verde

Morcovii şi mărul se curăţă şi se dau pe răzătoare. Portocala se decojeşte, se curăţă de pieliţe şi de sâmburi, după care se taie în bucăţele mărunte. Stafidele, după ce au fost ţinute o oră într-un vas cu apă rece, se dau prin maşina de tocat. Alunele se curăţă de coajă, se spală bine, ca să nu mai rămână sare pe ele, se lasă să se usuce, apoi se pisează mărunt. Se amestecă iaurtul cu alunele şi cu zeama stoarsă de la o lămâie, se omogenizează, apoi se adaugă morcovii, mărul şi portocala. Se serveşte rece, ca aperitiv, în cupe ornate cu salată verde şi frunzuliţe de pătrunjel.

Salată de sfeclă cu citrice

400 g sfeclă roşie
o portocală, o mandarină
un grapefruit, 100 g iaurt
20 ml ulei, o lămâie
câteva frunze de mentă

Sfecla se curăţă, se spală, se taie în sferturi, după care se dă pe răzătoarea fină. Portocala, mandarina şi grapefruit-ul se decojesc, se curăţă de pieliţe şi de sâmburi, apoi se taie în bucăţele cât mai mici. Se prepară un sos, amestecând într-un castron iaurtul cu uleiul, zeama stoarsă de la o lămâie mai mare şi frunzele de mentă, spălate bine şi mărunţite. În acest sos, se adaugă sfecla rasă şi bucăţelele de fructe, se amestecă bine şi se introduce la frigider, unde se lasă cel puţin două ore înainte de a se servi, ca aperitiv.

Salată de sparanghel

500 g sparanghel
50 ml ulei
o lingură de muştar, o lămâie
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă sparanghelul, fără a se desface, se spală, după care se adună în câteva bucheţele, care se leagă bine cu aţă şi se pun la fiert într-o oală cu apă rece şi o linguriţă de sare. Când s-a fiert, se scoate cu spumiera, se scurge bine şi se lasă pe un platou, la răcit. După aceea, se dezleagă aţele, iar sparanghelul se taie în bucăţele de aproximativ trei centimetri lungime şi se pune în salatieră. Se prepară un sos din muştar, zeamă de lămâie, ulei, sare şi piper, ca un fel de maioneză, dar fără ouă, care se toarnă peste sparanghel. Deasupra, se presară verdeaţa, tocată foarte fin.

Salată de ţelină cu ciuperci

200 g ţelină
200 g ciuperci, un ardei gras
o ceapă, o lămâie, 50 ml ulei
4 căţei de usturoi
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală şi se pun la fiert în apă rece cu puţină sare. Când s-au înmuiat, se scot, se scurg şi se toacă mărunt. Ţelina se curăţă, se spală şi se dă pe răzătoare. Ardeii se spală, se curăţă de cotoare şi seminţe, apoi se taie în cubuleţe mărunte. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Pătrunjelul se spală şi se toacă mărunt, inclusiv codiţele mai subţiri. Se prepară un sos, amestecând uleiul cu zeama stoarsă de la o lămâie, usturoiul pisat, pătrunjelul tocat, sare şi piper. În acest sos, se adaugă ţelina, ciupercile, ardeiul gras şi ceapa. Se serveşte rece, ca aperitiv.

Salată mixtă

3–4 cartofi
2–3 roşii
2 ardei graşi
3–4 castraveciori tineri
o ceapă
20 ml ulei, o lămâie
o legătură de mărar, sare, piper
câteva foi de salată verde

Cartofii se spală bine şi se fierb în coajă, apoi se curăţă şi se taie în cubuleţe. Roşiile şi castraveţii se spală şi se taie în feliuţe subţiri. Ardeii se curăţă de cotoare şi seminţe, apoi se taie în cubuleţe. Ceapa se curăţă şi se taie peştişori. Se amestecă totul, se adaugă uleiul, se stoarce de zeamă lămâia şi se potriveşte la gust cu sare şi piper. Mărarul se spală, se toacă mărunt şi se presară deasupra. Se serveşte rece, fiecare porţie fiind aşezată pe câte o foaie de salată verde. Se poate orna cu feliuţe de lămâie.

Ciorbă de cartofi

600 g cartofi
2 cepe
2 morcovi
o rădăcină de pătrunjel
un păstârnac
o lingură de bulion
500 ml borş
2 linguri de ulei
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean
sare, piper

Se curăţă cartofii şi se taie în cubuleţe, apoi se pun să fiarbă în apă clocotită cu puţină sare. Între timp, se curăţă ceapa, morcovii, rădăcina de pătrunjel şi păstârnacul, se toacă mărunt şi, după vreo jumătate de oră, când cartofii sunt pe jumătate fierţi, se pun şi acestea în oală. Borşul se fierbe separat, se spumează şi se strecoară prin tifon. Când s-au fiert legumele şi zarzavaturile, se adaugă borşul, bulionul diluat în prealabil, uleiul, sarea şi piperul, după gust. Se mai lasă pe foc încă vreo zece minute. Se serveşte presărând deasupra pătrunjel tocat mărunt.

Ciorbă de urzici

600 g urzici
100 g orez
2 cepe
2 ardei graşi
50 ml ulei
o lingură de făină
500 ml borş
4 căţei de usturoi
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean, sare, piper

Urzicile se opăresc în apă clocotită, apoi se spală, se curăţă şi se pun să fiarbă în apă cu sare. Se adaugă orezul şi ardeiul gras, tăiat solzişori. Între timp, se curăţă ceapa, se spală, se toacă mărunt şi se căleşte în ulei, apoi se adaugă o lingură de făină, se stinge cu puţină zeamă de la urzici. Borşul se fierbe separat, se lasă să dea 2–3 clocote, apoi se ia de pe foc şi se strecoară prin tifon. Când s-au fiert orezul şi ardeiul, se adaugă rântaşul şi borşul, se mai lasă 2–3 clocote, apoi se ia de pe foc şi se potriveşte de sare şi piper. Se poate adăuga, după preferinţe, usturoi pisat.

Ciorbă de zarzavat

200 g cartofi
2 morcovi, un păstârnac
100 g ţelină, 2 ardei graşi
o ceapă, 3–4 roşii
200 g varză murată
50 ml ulei
2 linguri de făină
1 l zeamă de varză
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean
4 căţei de usturoi, sare, piper

Se rumeneşte făina într-o tigaie şi se stinge cu puţină apă rece. Morcovii, păstârnacul, ţelina, ceapa şi varza se spală, se curăţă şi se taie mărunt, apoi se pun într-o oală împreună cu uleiul, făina şi un praf de sare. Se pune apă cât să le acopere şi se înăbuşă, apoi se mai adaugă doi litri de apă şi se lasă să clocotească. Se adaugă cartofii tăiaţi în cubuleţe, apoi ardeiul şi roşiile, tocate mărunt. După câteva clocote, se toarnă zeama de varză, se sărează şi se piperează după gust şi, după cinci minute, se adaugă usturoiul pisat şi verdeaţa tocată mărunt.

Ciorbă din crupe de porumb

400 g crupe de porumb
1 l zeamă de varză
4 căţei de usturoi
20 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
o legătură de leuştean
sare, piper, cimbru

Crupele (boabe de porumb măcinate mai mare) se lasă câteva ore în apă rece, să se înmoaie, apoi se fierb în doi litri de apă clocotită, cu o linguriţă de sare. Separat, se fierbe zeama de varză, se lasă până clocoteşte, apoi se ia de pe foc şi se strecoară, păstrându-se la cald. Când s-au fiert crupele, se toarnă zeama de varză, se potriveşte de sare, piper şi cimbru, se lasă încă 2–3 clocote, apoi se ia de pe foc şi se adaugă mărarul, pătrunjelul şi leuşteanul, tocate mărunt. După preferinţe, se poate adăuga usturoi pisat, sau o lingură de ulei.

Supă – cremă de fasole

500 g fasole
o ceapă, un morcov
un păstârnac, 50 ml ulei
o legătură de pătrunjel
200 g pâine

Fasolea se alege, se spală, apoi se lasă la înmuiat vreo 12 ore. Se pune pe foc într-o oală cu apă fiartă şi puţină sare. Se lasă până clocoteşte, se spumează, apoi se aruncă apa, iar fasolea se pune din nou la fiert în apă curată, fierbinte. Se aruncă şi a doua apă şi se adaugă alta, tot fiartă. Se adaugă morcovul, păstârnacul şi ceapa întregi, curăţate şi spălate în prealabil. Când s-au fiert toate, se scot zarzavaturile, iar fasolea se strecoară de zeamă şi se dă printr-o sită. Crema rezultată se subţiază cu zeama în care a fiert fasolea, se adaugă uleiul, se amestecă bine şi se fierbe încă 10 minute, la foc mic. Se serveşte fierbinte, cu pătrunjel tocat şi crutoane de pâine.

Supă – cremă de zarzavat

3 cartofi
2 morcovi
o rădăcină de albitură
100 g ţelină, 2 cepe
200 g roşii, 40 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Cartofii, morcovii, albitura şi ţelina se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe mici. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Se pun să fiarbă într-o oală cu apă clocotită cu două linguri de ulei. Roşiile se opăresc în altă oală cu apă clocotită, se scot, se decojesc, se separă de seminţe şi se dau pe răzătoare. Ele vor fi adăugate în oală când zarzavaturile vor fi aproape fierte. Când sunt gata, zarzavaturile se scot, se scurg şi se trec prin sită. Pasta obţinută se subţiază cu puţină zeamă din cea în care au fiert, în

funcţie de cât de groasă dorim să fie crema. Se adaugă sare, piper şi pătrunjel tocat. Se serveşte caldă, cu crutoane.

Supă cu găluşte din pâine

200 g pâine
o ceapă
2 căţei de usturoi
20 g margarină
2 ouă, 2 morcovi
o rădăcină de albitură
100 g ţelină
2 cartofi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Pâinea se taie în felii, apoi se pune la înmuiat în apă rece. După o jumătate de oră, se scoate, se stoarce şi se pisează. Ceapa se toacă mărunt. Usturoiul se pisează, apoi se căleşte, împreună cu ceapa, în margarină încinsă. Se iau de pe foc înainte de a se rumeni prea tare, se scurg şi se amestecă bine cu pâinea, apoi se adaugă ouăle bătute, sare, piper şi puţină verdeaţă tocată. Cartofii, morcovii, albitura şi ţelina se taie în cubuleţe şi se fierb în apă cu sare. Când s-au fiert legumele, se ia câte o lingură din compoziţie şi se adaugă în oală. E fierb găluştele un sfert de oră, apoi se presară verdeaţă tocată.

Supă de conopidă

500 g conopidă
2 linguri de făină, 25 g margarină
sare, piper

Se spală conopida în mai multe ape, se curăţă şi se desface în bucheţele, apoi se pune la fiert, la foc potrivit, într-o oală cu apă rece şi puţină sare. După vreo 15–20 de minute, când conopida s-a înmuiat, se ia de pe foc. Se scoate conopida cu spumiera şi se pasează jumătate din ea, apoi se trece prin sită. Într-o cratiţă, se topeşte margarina şi, când s-a înfierbântat, se adaugă făina. Se căleşte puţin, amestecând mereu cu lingura de lemn, apoi se stinge cu zeamă din cea în care a fiert conopida. Se adaugă conopida pasată, se mai fierbe vreo 5 minute, apoi se pun şi bucheţelele întregi. Se serveşte caldă. Cine doreşte, poate adăuga crutoane de pâine prăjită în puţină margarină.

Supă de fructe

1 kg fructe proaspete (mere, pere, prune, caise, piersici etc.)
o linguriţă de amidon
10 ml oţet
25 g margarină
2 linguri de zahăr

Fructele pot fi de un singur fel sau din mai multe, amestecate. Se curăţă de coajă şi de sâmburi, apoi se pun la fiert în apă rece. Se lasă până se înmoaie de tot, apoi se scot şi se trec prin sită. Se dizolvă o linguriţă de amidon în două linguriţe de oţet, apoi se toarnă în piureul de fructe. Se adaugă un litru de apă, o lingură de margarină şi două de zahăr, se amestecă bine, apoi se pune să fiarbă, pe foc potrivit, aproximativ o jumătate de oră. Se serveşte atât caldă, cât şi rece.

Supă de legume cu tăiţei

100 g fasole verde
2 roşii, o ceapă
2 cartofi, 2 morcovi
un dovlecel, 100 g tăiţei
40 ml ulei, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se opăresc roşiile în apă clocotită, apoi se curăţă de pieliţe, cotoare şi seminţe şi se taie mărunt sau se dau pe răzătoare. Se opăreşte şi fasolea verde, apoi se curăţă şi se rupe în bucăţi. Ceapa, cartofii, morcovii şi dovleceii se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Se înfierbântă uleiul şi se pune ceapa la călit, apoi se adaugă roşiile şi cartofii. Se adaugă apă în cantitate suficientă şi se fierbe o oră, cu oala acoperită. După aceea, se adaugă fasolea, dovleceii şi tăiţeii. Se mai fierbe un sfert de oră, se potriveşte de sare şi piper şi se presară verdeaţă tocată mărunt.

Supă de mazăre

400 g mazăre păstăi
o ceapă
100 g orez
o linguriţă de zahăr
40 g margarină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Se spală păstăile de mazăre, se curăţă de codiţe şi se rup în câte două bucăţi. Ceapa se curăţă, se spală şi se taie în feliuţe subţiri. Se încinge margarina pe fundul unei oale şi se pune ceapa la călit. Se lasă până devine transparentă, apoi se adaugă mazărea, se căleşte puţin, amestecând în continuare, şi se stinge cu apă călduţă. Se lasă 10 minute la fiert, apoi se adaugă orezul. Se acoperă oala şi se mai lasă până clocoteşte, apoi se presară sarea şi piperul, după preferinţe. La sfârşit, când se ia de pe foc, se adaugă mărarul şi pătrunjelul, fin tocate.

Supă de morcovi

4–5 morcovi
3–4 cartofi, 2 cepe
50 g margarină
2 linguri de făină
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Morcovii se curăţă, se spală şi se dau pe răzătoare. Cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Într-o oală cu 3 litri de apă clocotită şi o lingură de sare, se pun la fiert întâi cartofii, apoi, când aceştia sunt fierţi pe jumătate, se adaugă morcovii şi ceapa. Se lasă până fierb toate suficient, apoi se scot, se scurg şi se trec prin sită. Într-o tigaie, se prepară un rântaş, încingând margarina şi călind făina. Când aceasta începe să se rumenească, se stinge cu puţină zeamă de la legume. Se mai fierbe 10 minute, apoi se toarnă în supă. Se adaugă sare şi piper, se mai fierbe 10 minute şi se presară verdeaţa tocată.

Supă de castane cu ciuperci

200 g castane, 200 g ciuperci, 50 g făină, 50 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), sare, piper, pâine.

Castanele se opăresc în apă clocotită, se curăță de coajă și apoi se fierb bine. Când s-au înmuiat suficient ca să se sfărâme ușor, se mărunțesc cu furculița, apoi se trec prin sită. Într-un alt vas, se topește „Margarina Bunătăți de la Bunica” și se prepară un sos alb cu făină. Când făina s-a îngălbenit, se adaugă ciupercile, curățate, spălate și tocate în formă de lame. Se lasă puțin să se călească, apoi se adaugă piureul de castane și se adaugă apă caldă, sau supă de legume, dacă avem. Se mai fierbe 20 de minute, spre final se potrivește de sare și piper, apoi se ia de pe foc, se strecoară și se servește caldă, cu crutoane de pâine prăjită în „Margarină Bunătăți de la Bunica”.

Friptură vegetariană

300 g fasole uscată, 300 g linte, 100 g ceapă, 100 g castraveți murați, 100 g sfeclă roșie murată, 100 g pesmet, 50 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), o legătură de pătrunjel, sare, piper, 1 borcan de „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”.

Fasolea și lintea se aleg, se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită și sare. Când s-au înmuiat, se scurg și se zdrobesc cu lingura de lemn, apoi se dau prin sită. În pasta rezultată, se amestecă bine ceapa rasă, castraveții și sfecla tocate mărunt, pătrunjelul fin tocat, sare și piper după gust, după care se leagă cu pesmetul și se omogenizează. Se formează porții cât palma, groase de cel mult un centimetru, care se așază într-o tavă unsă cu „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet). Se introduce la cuptor, la foc potrivit, până se rumenește. Din când în când, se stropește cu margarina și cu zeama lăsată în tavă. Se servește cu „Crema de hrean Bunătăți de la Bunica”.

Tocană de ardei cu măsline

400 g ardei, 200 g măsline, 200 g ceapă, 1 borcan de „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, 50 ml ulei, 1 cățel de usturoi, o legătură de mărar, o legătură de pătrunjel, sare, piper.

Măslinele se spală și se lasă o oră la desărat într-un vas cu apă rece. Ardeii se curăță, se spală și se taie în feliuțe subțiri. Ceapa se toacă mărunt și se pune la călit în ulei încins. Când devine transparentă, se adaugă „Sos cu Usturoi Bunătăți de la Bunica”, se lasă 2 – 3 minute, amestecând mereu, apoi se stinge cu o cană de apă. Se lasă la înăbușit încă un sfert de oră, după care se adaugă măslinele și ardeii, se completează cu apă cât să le acopere și se mai fierbe totul încă un sfert de oră, după care se adaugă usturoiul, curățat și pisat, sarea și piperul. După ce mai dă vreo două clocote, se ia de pe foc și se presară verdeața, tocată mărunt.

Pizza vegetariană

400 g făină, 20 g drojdie, 50 ml ulei, 50 g bulion, 200 g roșii, 100 g măsline, 100 g ciuperci Champignon, 100 g ardei gras, 100 g ceapă, „Muștar dulce sau iute (după preferință) Bunătăți de la Bunica”, sare, piper.

Se amestecă un pahar de făină cu drojdia, dizolvată în puțină apă, și se lasă la crescut într-un castron adânc. După vreo 20 de minute, se răstoarnă pe o planșetă și se frământă cu restul de făină și sarea. Se unge cu puțin ulei, cu pensula, se acoperă cu un șervet curat și se lasă la căldură, până ajunge la un volum dublu, după care, se frământă iar și se așterne într-o tavă unsă cu ulei. Deasupra, se întinde bulionul, după care se presară feliuțe subțiri de roșii, măslinele fără sâmburi, ciupercile tocate lame, fâșiuțe de ardei și feliuțe subțiri de ceapă. Se completează cu „Muștar dulce sau iute (după preferință) Bunătăți de la Bunica” (după gust), se sărează și se piperează. Se lasă la cuptor 15 minute, la foc iute.

Supă de pâine cu mere

600 g mere ionatane
200 g pâine
50 g margarină
o lămâie, zahăr, scorţişoară

Merele se spală bine sub un jet de apă rece, după care se taie în sferturi, fără a se curăţa de coajă. Se scot doar codiţele. Pâinea se taie în felii de un centimetru grosime, apoi fiecare felie se taie în sferturi. Într-o oală cu apă clocotită, se pun la fiert merele şi pâinea, la foc iute. Când merele sunt fierte suficient, se ia oala de pe foc, se strecoară zeama, se pasează merele şi pâinea, apoi se fierb împreună încă un sfert de oră, adăugând margarina şi coaja rasă de la o lămâie, după care se potriveşte la gust cu zahăr. Se serveşte caldă, în funcţie de preferinţele fiecăruia adăugându-se zeamă de lămâie sau scorţişoară.

Supă de roşii cu varză

5–6 roşii
1 kg varză, 2 ardei graşi
o ceapă, un morcov
un păstârnac
o rădăcină de pătrunjel
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se spală roşiile, se curăţă de coajă şi cotoare, se taie în patru şi se pun la fiert în apă cu sare. Când sunt fierte, se scot şi se dau prin sită. Separat, se fierb în apă cu sare morcovul, ceapa, pătrunjelul şi păstârnacul, curăţate şi tăiate în bucăţele de mărime potrivită. Se scot, în aceeaşi apă fierbându-se varza, tăiată fideluţă, şi ardeii, tăiaţi în fâşii pe lungime. În momentul în care s-au fiert destul, se adaugă zarzavatul şi sucul de roşii, se potriveşte de sare şi piper şi se mai lasă să clocotească vreo cinci minute. Se serveşte cu pătrunjel tocat deasupra.

Supă de sparanghel

250 g sparanghel
2 linguri de făină
50 g margarină
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Sparanghelul se curăţă, se spală şi se pune la fiert într-un vas cu apă rece şi sare. După ce s-a fiert suficient, se scoate cu spumiera într-un castron adânc de porţelan. Într-o cratiţă, se topeşte margarina, se încinge bine, apoi se adaugă făina. Se lasă să se călească, amestecând permanent cu lingura de lemn, iar când făina începe să se îngălbenească, se stinge cu zeama în care a fiert sparanghelul. Se adaugă pătrunjelul tocat şi se potriveşte la gust cu sare şi piper. Se serveşte punând în farfurii câte o porţie de sparanghel, apoi câteva polonice de supă fierbinte. După preferinţe, se poate servi şi cu crutoane de pâine prăjită în margarină.

Supă de zarzavat

2–3 morcovi
o rădăcină de albitură, 100 g ţelină
2–3 cartofi, 100 g dovlecei
100 g varză dulce, 2 ardei graşi
100 g orez, o lingură de bulion
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă şi se spală morcovii, albitura, ţelina, cartofii, dovleceii, varza şi ardeii, apoi se taie mărunt şi se pun să fiarbă în apă clocotită cu puţină sare. Roşiile se opăresc separat, în apă clocotită, se decojesc, se scot seminţele, apoi se dau pe răzătoare. Când legumele şi zarzavaturile sunt fierte suficient, se scot, se pun în altă oală, se adaugă roşiile şi orezul, se diluează cu zeamă din cea în care au fiert, se potriveşte de sare şi piper şi se mai lasă pe foc potrivit până se fierbe şi orezul. Când se ia oala de pe foc, se presară mărarul şi pătrunjelul, tocate mărunt.

Budincă de spaghete cu ciuperci

250 g spaghete
250 g ciuperci, 3–4 roşii
100 g făină, 100 g margarină
50 ml ulei, o legătură de pătrunjel
o linguriţă de zahăr, sare, piper, cimbru

Spaghetele se fierb în apă cu sare, apoi se răcesc. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă şi se pasează. Ciupercile se toacă mărunt şi se călesc în ulei, apoi se sting cu roşiile, adăugând sare, piper şi cimbru, după gust. Se mai fierb un sfert de oră. Într-o tigaie, se încinge margarina şi se rumeneşte făina, amestecând mereu, apoi se stinge cu puţină apă. Se mai fierbe cinci minute, apoi se presară sare şi verdeaţa tocată. Se ia o cratiţă încăpătoare, se unge cu ulei, se pune un strat de sos, unul de spaghete, unul de ciuperci şi tot aşa, terminând cu un strat de sos. Se dă la cuptor o jumătate de oră.

Budincă de spanac

1 kg spanac
2 linguri de bulion, o lingură de făină
o lămâie, 100 g pesmet
25 g margarină, sare, piper

Se curăţă spanacul, se spală, apoi se fierbe în apă clocotită cu puţină sare, se scurge şi se bate cu lingura de lemn până devine ca un piure. Se încinge margarina într-o tigaie, se călesc ceapa şi usturoiul, se adaugă făina şi apoi bulionul, stingându-se cu zeamă de la spanac. Se adaugă şi spanacul, se amestecă şi se lasă până clocoteşte. Se potriveşte de sare şi piper, eventual, pentru cine doreşte, se poate adăuga zeama stoarsă de la o lămâie, apoi se ia de pe foc şi se răstoarnă compoziţia într-un vas uns cu margarină şi tapetat cu pesmet. Se dă la cuptor o jumătate de oră, la foc moale. Se serveşte caldă.

Cartofi copţi cu chimen

600 g cartofi
50 ml ulei, 20 ml oţet
salată verde, o lămâie, chimen, sare

Se spală cu grijă cartofii, până nu mai rămâne nici o urmă de pământ pe ei, apoi se pun pe o plită, în cuptorul încălzit în prealabil. Se lasă, la foc potrivit, aproximativ o oră. Se întorc, din când în când, ca să se coacă uni-

form pe toate părţile. Când sunt gata, se scot, se lasă să se răcească, apoi se curăţă de coajă şi se taie în rondele subţiri. Se toarnă uleiul într-o tavă, se aranjează rondelele de cartofi, se presară cu chimen şi sare, după gust, apoi se introduce tava la cuptor, la foc moderat, încă un sfert de oră. Se servesc calzi, cu frunze de salată verde tocate julien şi stropite cu puţin oţet sau zeamă de lămâie, după preferinţe.

Cartofi cu sos de lămâie

500 g cartofi
2 lămâi mari şi zemoase
4 căţei de usturoi
50 g margarină
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru

Se curăţă cartofii, se spală, se taie în rondele şi se pun la fiert în puţină apă cu sare. Se curăţă usturoiul, se pisează, apoi se adaugă în oala în care fierb cartofii, împreună cu zeama stoarsă din cele patru lămâi, sarea, piperul şi cimbrul. Se amestecă bine şi se lasă să fiarbă până când cartofii încep să se sfărâme, iar zeama a scăzut suficient. La final, se adaugă margarina, se lasă să se topească şi se amestecă, pentru a se omogeniza. Se serveşte fierbinte, cu pătrunjel tocat deasupra.

Ciulama de cartofi

500 g cartofi
2 cepe, un morcov
o rădăcină de pătrunjel
50 g margarină, o lingură de făină
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă cartofii, morcovul şi pătrunjelul rădăcină, se spală, se taie în cubuleţe şi se fierb în apă cu sare. Între timp, se curăţă ceapa, se spală şi se toacă mărunt. Se topeşte margarina într-o cratiţă, se lasă să se înfierbânte şi se căleşte ceapa, apoi se adaugă făina, se amestecă bine cu lingura de lemn, pentru a nu se forma cocoloaşe, după care se stinge cu puţină zeamă din cea în care au fiert cartofii. Se mai fierbe până capătă consistenţa smântânii, apoi se adaugă legumele, se sărează, se piperează şi se mai lasă vreo două-trei clocote. Se serveşte fierbinte, cu pătrunjel tocat deasupra.

Ciuperci cu mămăliguţă la cuptor

400 g ciuperci
2–3 cepe, 100 ml ulei
200 g mălai, o legătură de mărar
sare, piper

Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se taie în lame. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt, apoi se pune la călit într-o tigaie cu ulei încins. Când devine sticloasă, se adaugă ciupercile, sarea şi piperul, lăsând să se călească încă 7-8 minute, apoi se ia tigaia de pe foc şi se adaugă mărarul, tocat fin. Din mălai, apă şi puţină sare, se prepară o mămăliguţă moale. Se unge o tavă cu ulei, se aşterne un strat de mămăliguţă, apoi unul de ciuperci şi aşa mai departe. Se introduce tava la cuptor, unde se lasă, la foc potrivit, cam o jumătate de oră. Se servesc calde, cu murături.

Dovlecei umpluţi cu tarhon

600 g dovlecei
o ceapă, 4–5 roşii
o lingură de pesmet, o lămâie
50 g tarhon, 50 ml ulei
o linguriţă de zahăr, o foaie de dafin
sare, piper

Dovleceii se curăţă de coajă şi se taie în două, pe lungime, după care se scoate miezul şi se pasează. Ceapa se toacă mărunt şi se căleşte într-o cratiţă cu ulei încins. Când devine transparentă, se ia de pe foc, se adaugă miezul de la dovlecei, tarhonul şi pesmetul, se omogenizează şi se lasă la răcit. Între timp, se opăresc roşiile în apă clocotită, se curăţă şi se pasează, apoi se adaugă zeama de lămâie, zahărul şi foaia de dafin. Jumătăţile de dovlecei se aşază într-o tavă, se umplu cu compoziţia obţinută mai devreme, se toarnă deasupra sosul de roşii şi se introduc la cuptor, unde se lasă cam 30 de minute, la foc potrivit. Se servesc calzi.

Ghiveci călugăresc

4–5 cartofi
o ceapă, 100 g mazăre
100 g fasole verde, 2 morcovi
un măr, un castravete murat
100 ml ulei, 200 ml suc de roşii
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
foi de dafin, sare, piper

Ceapa şi morcovii se curăţă, se spală, se taie în rondele şi se călesc în ulei, după care se sting cu apă călduţă. Se adaugă celelalte legume, tăiate mărunt, lăsându-se să fiarbă la foc potrivit timp de o jumătate de oră. După aceea, se stinge focul, se adaugă usturoiul tăiat în feliuţe subţiri, sucul de roşii, verdeaţa tocată mărunt, foile de dafin şi sare şi piper, după gust. Cine doreşte, poate adăuga cimbru, chimen sau alte mirodenii. Se amestecă bine şi se introduce vasul la cuptor şi se lasă să scadă la foc mic.

Gulii de post

400 g gulii
o ceapă, 50 ml ulei
o lingură de făină, o lămâie
4 căţei de usturoi, o linguriţă de zahăr
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Guliile se curăţă, se spală, se taie în rondele groase cam de un centimetru şi se prăjesc puţin într-o cratiţă cu ulei încins. După ce s-au rumenit, se scot, iar în uleiul din cratiţă se pun la călit usturoiul şi ceapa, tocate fin, apoi se adaugă făina, zahărul şi zeama de la o lămâie, amestecând energic cu lingura de lemn. Când compoziţia începe să clocotească, se adaugă guliile şi se mai lasă câteva clocote. În momentul în care s-au înmuiat guliile, se ia cratiţa de pe foc, se presară mărarul şi pătrunjelul tocate fin, apoi se mai introduce la cuptor, unde se lasă la foc potrivit, până scade zeama. Mâncarea se serveşte, de obicei, rece.

Iahnie de bame

600 g bame
1 l borş, o ceapă
100 ml ulei, 2 linguri de bulion
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Bamele se curăţă de codiţe, se spală bine şi se opăresc într-o oală cu borş clocotit. Se scot, se scurg şi se lasă pe un platou, răsfirate şi presărate cu puţină sare. Ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt, după care se pune să se călească într-o cratiţă cu ulei încins. Când devine transparentă, se adaugă bulionul, se amestecă bine, apoi se stinge cu puţină apă călduţă. Se omogenizează sosul, după care se adaugă bamele, se micşorează focul şi se lasă să fiarbă înăbuşit, completând cu apă călduţă, dacă scade prea mult. Se potriveşte gustul cu sare şi piper, iar când se ia de pe foc se adaugă pătrunjelul, tocat mărunt.

Iahnie de ceapă

600 g ceapă
100 g margarină, 2 linguri de făină
sare, piper

Ceapa se curăţă, se spală, se taie în sferturi şi se lasă timp de vreo două ore Într-un vas cu apă rece, ca să-i iasă iuţeala. într-o cratiţă, se topeşte margarina, se încinge şi se adaugă făina, amestecând mereu cu lingura de lemn ca să nu se ardă sau să se formeze cocoloaşe. Când făina începe să se îngălbenească, se stinge cu puţină apă fiartă (şi mai bune ar fi cu puţină supă de zarzavaturi) şi se adaugă bucăţile de ceapă. Se lasă la fiert, la foc mic, cam o jumătate de oră, până se înmoaie bine ceapa. Dacă sosul scade prea mult, se completează cu apă fiartă sau supă. Se potriveşte la gust cu sare şi piper şi se serveşte caldă.

Legume asortate

100 g fasole verde
100 g mazăre, 2 morcovi
100 g conopidă, 2 gulii
100 g sparanghel, 2 linguri de făină
50 g margarină
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Fasolea, morcovii, guliile şi sparanghelul se curăţă, se spală, se taie în bucăţele şi se fierb, fiecare separat, în apă cu puţină sare. La fel şi conopida, desfăcută în bucheţele mici. După ce s-au fiert, se scurg şi se lasă pe un platou. Mazărea se spală, se scurge şi se înăbuşă într-o cratiţă cu margarină şi puţină apă, apoi se adaugă celelalte legume. Se fierbe înăbuşit, la foc mic, cam 30 de minute. Într-o tigaie, se prepară un rântaş din margarină şi făină, care se stinge cu zeama în care au fiert morcovii, apoi se adaugă peste legume. Se sărează, se piperează, se mai lasă 10 minute să fiarbă, apoi se presară pătrunjel tocat fin.

Macaroane la cuptor

400 g macaroane
400 g pesmet, 150 g margarină
100 g caşcaval, sare

Macaroanele se fierb într-o oală cu doi litri de apă clocotită, în care s-a dizolvat o linguriţă de sare. Pe parcursul fierberii, se amestecă uşor, ca să nu se lipească. Când s-au înmuiat, se scot, se trec într-un alt vas cu apă rece, apoi se scurg şi se lasă până se usucă. Pesmetul se rumeneşte uşor într-o tigaie cu o lingură de margarină fierbinte. Se unge o cratiţă cu margarină, în ea aşezându-se un strat de macaroane, apoi unul de pesmet, încă unul de macaroane şi aşa mai departe, ultimul strat fiind de pesmet. Peste acesta, la dorinţă, se poate presăra caşcaval ras. De asemenea, deasupra se mai toarnă o lingură de unt topit, ca să iasă macaroanele mai fragede. Se lasă la cuptor o jumătate de oră, la foc moderat.

Mâncare de bame la cuptor

600 g bame
3–4 roşii, o ceapă
2 linguri de oţet, 50 ml ulei
100 ml vin alb
o legătură de mărar
sare, piper

Bamele se curăţă, se spală şi se lasă 30 de minute într-un vas cu apă şi oţet. Se curăţă ceapa, se toacă mărunt şi se căleşte în ulei înfierbântat, apoi se scoate, iar jumătate din ea se pune pe fundul unui vas de Jena. Peste ceapă se pune un strat de bame. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de coajă şi se toacă mărunt, se aşază un strat deasupra bamelor, apoi restul de ceapă, bamele şi roşiile rămase. Se toarnă vinul, se completează cu aceeaşi cantitate de apă, se potriveşte de sare şi piper şi se dă la cuptor, la foc mic, cam 30 de minute. Din când în când, se scoate vasul şi se agită uşor, ca să nu se lipească de fund. Când se serveşte, se toacă fin mărarul şi se presară peste mâncare.

Mâncare de cartofi cu ciuperci

5-6 cartofi
200 g ciuperci
100 g margarină
o lămâie
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Cartofii se curăţă, se spală şi se taie în rondele, subţiri cam de 3–4 centimetri fiecare. Ciupercile se curăţă, se spală în mai multe ape, apoi se taie în feliuţe subţiri. Într-un vas, se topeşte margarina şi, atunci când este suficient de încinsă, se pun ciupercile să se călească puţin, amestecând cu grijă să nu se lipească sau să se sfărâme. Apoi, se adaugă cartofii, se mai lasă 2–3 minute, apoi se toarnă o cană de apă fiartă. Se fierb înăbuşit, la foc moale, cam o jumătate de oră. Spre sfârşit, se sărează şi se piperează şi se adaugă verdeaţa tocată mărunt. Se serveşte caldă, iar cine doreşte poate adăuga puţină zeamă de lămâie.

Mâncare de cartofi cu orez

500 g cartofi
100 g orez, o ceapă
50 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se alege orezul, se spală în mai multe ape şi se scurge, apoi se căleşte în uleiul înfierbântat. Se stinge cu puţină apă. Cartofii se curăţă, se spală, se taie în rondele, iar ceapa, curăţată şi spălată, se taie peştişori. Se pun şi ele peste orez şi se adaugă cam trei căni mari de apă. Se potriveşte de sare şi piper, apoi se acoperă vasul şi se lasă la foc mic până scade zeama, iar orezul, cartofii şi ceapa au fiert suficient. Se serveşte caldă, cu mărar şi pătrunjel tocate deasupra. De asemenea, se poate servi cu salată de castraveţi muraţi, gogoşari, varză acră sau gogonele.

Mâncare de fasole verde

500 g fasole verde
3–4 roşii, o lingură de făină
50 g margarină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Păstăile de fasole se spală bine, se curăţă de codiţe, se rup în bucăţele de aproximativ trei centimetri şi se pun la fiert în apă cu puţină sare. Între timp, se curăţă ceapa, se spală şi se toacă mărunt. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de coajă, se separă de seminţe şi se pasează. Într-o tigaie, se topeşte margarina, se lasă până se înfierbântă, apoi se pune ceapa la călit. Când aceasta devine transparentă, se adaugă făina şi roşiile pasate. Se lasă vreo câteva clocote, apoi se ia de pe foc, se adaugă verdeaţa tocată fin şi se toarnă totul în cratiţa cu fasole. Se introduce cratiţa la cuptor şi se lasă la foc potrivit până scade sosul.

Mâncare de gulii cu măsline

400 g gulii
2–3 roşii, 200 g măsline
o ceapă, o lingură de făină
o lingură de zahăr, 100 ml vin alb
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se curăţă guliile, se spală şi se taie în rondele groase de un centimetru, după care se rumenesc într-o tigaie cu ulei înfierbântat. Se scot şi se mută într-o cratiţă, iar în ulei se căleşte ceapa tocată mărunt, împreună cu guliile. Se pune pe foc un ibric cu zahărul şi se lasă până începe să se îngălbenească, apoi se stinge cu puţină apă, se amestecă şi se toarnă peste ceapă, se lasă să mai fiarbă câteva minute, apoi se adaugă vinul alb. Într-un vas cu apă clocotită, se fierb măslinele, apoi se scot, se scurg şi se pun, împreună cu sosul, peste gulii. Se presară verdeaţa tocată mărunt şi se dă totul la cuptor, până scade sosul.

Mâncare de linte

400 g linte
2 cepe, 2 linguri de bulion
50 ml ulei, 4 căţei de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Se fierbe lintea, într-o oală cu apă clocotită, aproape o oră. Între timp, se curăţă ceapa, se spală şi se toacă mărunt, apoi se pune la înăbuşit într-o tigaie cu ulei şi puţină apă. După vreo 10 minute, se adaugă bulionul, usturoiul, apoi sarea şi piperul, în funcţie de gustul fiecăruia, continuând fierberea aproximativ 10 minute. Sosul rezultat se toarnă peste linte şi se lasă să fiarbă împreună încă un sfert de oră. După ce se ia de pe foc, se adaugă mărarul şi pătrunjelul tocate mărunt.

Mâncare de mazăre cu măsline

400 g mazăre
200 g măsline, 2 cepe
100 g margarină, o lingură de făină
2 linguri de zahăr, o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Măslinele se ţin cel puţin o oră la desărat în apă rece. Mazărea se fierbe şi se scurge. Ceapa se curăţă, se spală, apoi se înăbuşă într-o tigaie cu două linguri de margarină încinsă şi puţină apă. Restul de margarină se pune în altă cratiţă, se topeşte, se adaugă zahărul, se lasă până se caramelizează, apoi se toarnă făina, se căleşte puţin şi se stinge cu două căni de zeamă din cea în care a fiert mazărea. Între timp, măslinele se scot din apa rece şi se opăresc într-o oală cu apă clocotită, apoi se adaugă în oala cu mâncare şi se lasă la fiert până mai scade, apoi se potriveşte de sare şi piper, se ia de pe foc şi se adaugă verdeaţa tocată.

Mâncare de mazăre păstăi

1 kg mazăre păstăi
125 g margarină
o lingură de zahăr
o lingură de făină
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Păstăile de mazăre se spală, se curăţă de codiţe, dar se lasă întregi. Se înfierbântă 100 g margarină într-o cratiţă şi se pun păstăile la călit. Se sting cu apă, se adaugă o lingură de zahăr, apoi se înăbuşă încă o jumătate de oră. Separat, într-o tigaie, se pregăteşte un rântaş, din restul de margarină şi o lingură de făină. Când aceasta din urmă începe să se rumenească, se stinge cu puţină zeamă de la mazăre şi se toarnă peste aceasta. Se potriveşte de sare şi piper şi se mai lasă la fiert încă un sfert de oră, după care se ia de pe foc şi se presară mărarul şi pătrunjelul, fin tocate.

Mâncare de roşii cu ardei gras

6–7 roşii
2–3 ardei gras
2 cepe
100 ml ulei
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Roşiile se opăresc într-o oală cu apă clocotită, apoi se curăţă de pieliţe şi de sâmburi şi se dau pe răzătoare. Ardeii se spală, se curăţă şi se taie în cubuleţe mărunte. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt.

Într-o cratiţă, se înfierbântă uleiul şi se pune ceapa la călit. Când devine sticloasă, se adaugă două căni de apă şi se mai lasă o jumătate de oră să fiarbă. Se adaugă apă, dacă scade prea mult. Când ceapa este aproape fiartă, se adaugă ardeiul şi roşiile. Se mai lasă o jumătate de oră, la foc potrivit. La sfârşit, se potriveşte de sare şi piper, iar când se ia de pe foc, se presară pătrunjelul fin tocat.

Mâncare de ştevie

1 kg ştevie
100 ml ulei, o lingură de făină
2 legături de ceapă verde
o legătură de usturoi verde
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
o lămâie, sare, piper

Ştevia se spală în mai multe ape, apoi se pune la fiert. Usturoiul şi ceapa se curăţă, se spală, se toacă mărunt, inclusiv frunzele, apoi se pun la călit într-o cratiţă cu ulei înfierbântat. Se adaugă făina, se lasă până devine aurie, apoi se stinge cu zeamă de la ştevie. Se fierbe înăbuşit un sfert de oră, completând cu zeamă, dacă scade prea mult. Ştevia se scurge, se bate cu lingura de lemn până se obţine un fel de piure, apoi se adaugă în cratiţă. Se potriveşte de sare şi piper, iar când se ia de pe foc, se adaugă mărarul şi pătrunjelul tocate mărunt. După preferinţe, se poate pune şi zeamă de lămâie.

Mâncare de ţelină cu ciuperci şi măsline

200 g ţelină
200 g ciuperci, 200 g măsline
o ceapă, o lingură de făină
o lingură de bulion, 100 ml ulei
100 ml vin alb, o linguriţă de zahăr
o lămâie, o legătură de pătrunjel
sare, piper

Ţelina se curăţă, se spală, se taie în bucăţele mici, apoi se căleşte în ulei. Se adaugă ceapa, tocată mărunt, ciupercile curăţate şi tăiate lame şi măslinele, cărora li s-au scos sâmburii. Se stinge cu puţină apă şi se înăbuşă, la foc mic, încă 4–5 minute. Se dizolvă făina şi bulionul în câte o lingură de apă, după care se toarnă în mâncare, adăugând o linguriţă de zahăr, sare şi piper după gust. După 10 minute, se toarnă vinul şi se lasă până clocoteşte, apoi se ia de pe foc şi se presară cu pătrunjel tocat mărunt. După preferinţe, se poate adăuga zeamă de lămâie.

Musaca de cartofi cu ghebe

4–5 cartofi
600 g ghebe, o ceapă
o căpăţână de usturoi
100 g margarină, 2 linguri de făină
sare, piper

Cartofii se pun la fiert, în coajă, în apă clocotită. Separat, se fierb ghebele, după ce s-au spălat şi s-au curăţat. Când sunt gata, ghebele se toacă mărunt, iar cartofii se curăţă de coajă şi se taie în rondele. Se curăţă ceapa, se spală şi se toacă mărunt, apoi se căleşte în ulei încins. Se adaugă făina, se lasă până se rumeneşte puţin, apoi se stinge cu puţină zeamă de la ghebe. Se pun şi ghebele în cratiţă, se adaugă usturoiul pisat, se presară sare şi piper şi se lasă, pe foc moale, până scade zeama. Se unge o cratiţă cu margarină, se aşterne un strat de cartofi, unul de ghebe şi aşa mai departe. Se stropeşte cu margarină topită şi se dă la cuptor un sfert de oră.

Pilaf cu legume

200 g orez
50 ml ulei, o ceapă
2 ardei graşi
2 morcovi
o legătură de pătrunjel
sare, piper, boia de ardei dulce

Se alege orezul, se spală în mai multe ape, se scurge bine şi se căleşte într-o cratiţă cu ulei înfierbântat, amestecând cu grijă să nu se lipească sau să se ardă. Se curăţă şi se spală ceapa, ardeii şi morcovii, se toacă mărunt şi se pun la fiert într-o oală cu apă fierbinte şi sare. Se lasă să clocotească, se adună spuma, după care se adaugă orezul. Atunci când orezul este bine fiert, se potriveşte gustul cu sare, piper şi boia de ardei dulce (cine doreşte să iasă pilaful mai picant, poate folosi boia iute) şi, după ce se ia de pe foc, se presară pătrunjel fin tocat.

Pilaf cu mazăre şi ciuperci

500 g orez
200 g mazăre
200 g ciuperci
2 cepe
un ardei gras
2–3 roşii, 150 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
sare, piper, cimbru
oregano, foi de dafin
ienibahar, nucşoară

Mazărea se curăţă şi se înăbuşă în două linguri de ulei cu tot atâta apă. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă şi se dau pe răzătoare. Ardeii, ceapa şi ciupercile se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Orezul se alege şi se spală, apoi se lasă la scurs. Se încinge restul de ulei într-o cratiţă, se călesc ceapa şi ardeii, apoi se adaugă orezul, se lasă câteva minute, amestecând mereu, după care se stinge cu un litru de apă şi se adaugă ciupercile şi mazărea. După un sfert de oră, se toarnă roşiile şi se condimentează după gust. Când orezul s-a fiert, se presară verdeaţa tocată.

Pilaf cu roşii la cuptor

400 g orez
4–5 roşii
2 ardei gras
100 g măsline, 50 ml ulei
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Măslinele se ţin o oră la desărat în apă rece, după care se spală şi li se scot sâmburii. Roşiile se opăresc în

apă clocotită, apoi se curăţă de pieliţe şi seminţe şi se dau pe răzătoare. Ardeiul se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe. Usturoiul se curăţă şi se pisează. Se toarnă uleiul într-o cratiţă, se adaugă jumătate din cantitatea de roşii, peste ele se pun ardeii, usturoiul, verdeaţa tocată mărunt, sare şi piper. Deasupra se pune o jumătate din cantitatea de orez, amestecat cu măsline şi cu verdeaţă tocată. Urmează încă un strat de roşii, unul de ardei, usturoi şi verdeaţă, apoi restul de orez cu măsline. Se dă totul la cuptor, la foc mic, timp de o oră.

Piure de conopidă

600 g conopidă
2–3 cartofi
40 g margarină
100 ml lapte
o legătură de mărar, sare, piper

Conopida se curăţă, se desface în bucheţele şi se spală. Cartofii se curăţă, se spală şi se taie în cubuleţe. Într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare, se pun la fiert conopida şi cartofii. Se lasă până se fierb bine, apoi se scot, se scurg şi se trec prin sită. Piureul obţinut se amestecă bine cu două linguri de margarină şi o jumătate de pahar de lapte călduţ. Se omogenizează, se potriveşte de sare şi piper, apoi se presară cu mărar tocat mărunt. Se serveşte ca fel în sine sau ca garnitură pentru ciuperci la grătar, legume prăjite sau chifteluţe din soia.

Soté de ciuperci cu mărar

500 g ciuperci
100 g margarină
o ceapă
200 ml suc de roşii
2 legături de mărar, sare, piper

Se curăţă ciupercile, se spală în mai multe ape, apoi se toacă mărunt. La rândul ei, ceapa, spălată şi curăţată, se taie peştişori. Într-o cratiţă, se topeşte margarina, se înfierbântă şi se pune ceapa la călit. Se lasă până devine transparentă, după care se adaugă ciupercile, sucul de roşii, sarea şi piperul. Se fierbe totul la foc mic timp de aproximativ 30 de minute, adăugând câte puţină apă dacă scade prea mult. Sosul trebuie să rămână doar atât cât să acopere ciupercile. Când s-au fiert destul, se ia de pe foc şi se adaugă mărarul tocat fin. Se serveşte cald.

Spanac cu pilaf

1 kg spanac
200 g orez
2 morcovi
o ceapă mică
100 ml ulei
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel, sare, piper

Spanacul se spală în mai multe ape, se curăţă, se opăreşte într-o oală cu apă clocotită, se scoate cu spumiera, se scurge bine, apoi se bate energic cu lingura de lemn, până se formează un piure. Într-o altă oală, cu apă fierbinte şi puţină sare, se pun la fiert morcovii, curăţaţi, spălaţi şi tăiaţi în sferturi. Când sunt pe jumătate fierte, se adaugă orezul ales şi spălat. Se lasă, pe foc potrivit, până se umflă orezul, apoi se ia oala de pe foc. Ceapa se toacă mărunt şi se căleşte în ulei încins, se adaugă spanacul, orezul şi morcovii, se sting cu puţină apă călduţă şi se lasă încă 10 minute să fiarbă, potrivind de sare şi piper şi presărând verdeaţa fin tocată.

Suc de roşii cu legume

500 g roşii
2 ardei
2 castraveţi proaspeţi (cornişon)
2 cepe
o căpăţână de usturoi
o lămâie, 50 ml vin alb
50 ml ulei, o linguriţă de zahăr
200 g pâine, sare, piper

Se spală bine roşiile şi se opăresc în apă clocotită, apoi se curăţă de coajă, se taie în bucăţi, se separă de seminţe şi se pasează. Sucul rezultat se toarnă într-un castron sau într-o salatieră. Se curăţă castraveţii şi ardeii, se spală şi se toacă mărunt. Ceapa şi usturoiul se curăţă, se spală şi se toacă, după care se adaugă peste sucul de roşii, împreună cu castraveţii şi ardeii, ulei şi zeamă de lămâie după gust, o linguriţă de zahăr. Se amestecă bine, apoi se sărează, se piperează şi se amestecă din nou. Se lasă la rece, după care se serveşte cu crutoane de pâine.

Turtă de cartofi

600 g cartofi
50 g margarină
100 ml lapte din soia
25 ml ulei
o lingură de făină
100 g smântână, sare, piper

Cartofii se spală bine, apoi se pun la fiert, în coajă, într-o oală cu apă clocotită. Când s-au fiert într-atât încât să se fărâme cu uşurinţă, se scot, se curăţă de coajă şi se pisează cât mai bine cu furculiţa sau se trec prin sită. După aceea, se amestecă bine cu margarina şi cu laptele din soia, apoi se încorporează făina, se potriveşte la gust cu sare şi piper şi se omogenizează. Se toarnă uleiul într-o cratiţă, se înfierbântă, apoi se aşterne uniform compoziţia şi se introduce în cuptorul încins. Se lasă până se rumeneşte, apoi se întoarce pe partea cealaltă. Se serveşte caldă, iar cine doreşte îi poate adăuga o lingură de smântână deasupra.

Varză cu ciuperci

600 g varză murată
200 g ciuperci, 100 g ulei
o lingură de bulion
piper boabe
200 ml vin alb sec
o legătură de mărar
sare, piper măcinat

Varza se spală, se curăţă de cotor şi se desface în foi. Se iau câte patrucinci foi o dată şi se rulează, apoi se

taie mărunt, în formă de tăiţei. Ciupercile se curăţă, se spală şi se taie în formă de lame, apoi se pun într-o cratiţă, împreună cu varza, uleiul, bulionul, vinul, boabele de piper şi un praf de sare. Se completează cu apă rece, cam două căni, se amestecă bine şi se pune cratiţa să fiarbă la foc potrivit, până se înmoaie varza şi ciupercile, iar zeama a scăzut, rămânând doar cât să le acopere. La final, se mai pune sare şi piper, după gust, şi se presară mărarul fin tocat.

Varză roşie la cuptor

800 g varză roşie
o ceapă, 100 ml ulei
o linguriţă de făină
200 ml vin roşu
o legătură de mărar
sare, piper, cimbru

Varza se curăţă, se taie fideluţă, apoi se presară cu sare şi se lasă o jumătate de oră, după care se stoarce bine de zeamă. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se căleşte puţin în uleiul încins. Când devine transparentă, se adaugă o jumătate de pahar de apă şi un vârf de cuţit de sare, lăsându-se să se înăbuşe. Când s-a înmuiat, se adaugă varza, se mai lasă un sfert de oră, apoi se toarnă vinul şi se adaugă făina. Se presară sare, piper şi cimbru după gust, apoi se acoperă cratiţa cu capacul şi se introduce la cuptor, la foc potrivit, aproximativ două ore. Se serveşte presărată cu mărar tocat fin.

Vinete împănate

1 kg vinete
500 g ceapă, 2 ardei graşi
3–4 roşii, 2 căpăţâni de usturoi
20 ml vin alb, o lingură de bulion
2 legături de pătrunjel, sare, piper

Vinetele se curăţă pe lungime, alternând partea curăţată cu coaja rămasă. În porţiunile curăţate, se crestează şi se împănează cu căţei de usturoi. Se unge o tavă cu ulei, se pun vinetele, se sărează, apoi se dau la cuptor, la foc potrivit, cam un sfert de oră. Se curăţă ceapa, se toacă şi se căleşte în restul de ulei, împreună cu ardeiul tăiat în fâşii, 200 g roşii felii, restul de usturoi, verdeaţa tocată, după care se adaugă bulionul. Jumătate din compoziţie se aşterne în tavă, iar peste ea se pun vinetele, care se împănează cu restul compoziţiei. Peste vinete se pun felii de roşii. Se dă la cuptor, la foc potrivit, cam o jumătate de oră, apoi se adaugă vinul. Se mai lasă 4–5 minute, apoi se servesc.

Vinete prăjite cu mujdei

1 kg vinete
200 ml ulei
o căpăţână de usturoi
20 ml oţet
o legătură de mărar, sare

Vinetele se aleg în aşa fel încât să fie mai subţirele. Se curăţă de coajă şi se taie în rondele cu grosimea de aproximativ o jumătate de centimetru. Se înfierbântă uleiul într-o cratiţă, apoi se pun vinetele la prăjit, întorcându-le pe ambele părţi. Se lasă până se înmoaie, apoi se scot cu spumiera, se scurg bine şi se aranjează pe un platou. Se curăţă usturoiul, se pisează, apoi se amestecă, într-un castron, cu oţetul, sarea şi mărarul tocat, diluându-se cu apă atâta câtă trebuie pentru a obţine iuţeala dorită. Mujdeiul rezultat se toarnă peste vinete sau se lasă în castron, urmând ca fiecare să-şi ia cu linguriţa cât doreşte.

Zacuscă de toamnă

1 kg vinete
5–6 ardei
6–7 roşii
3 cepe mari
50 ml ulei
foi de dafin, sare, piper

Vinetele şi ardeii se spală, se lasă să se usuce, apoi se coc pe plită, se curăţă şi se pun la scurs. Ulterior, se toacă mărunt. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă şi se taie în cubuleţe. Se curăţă ceapa, se spală şi se toacă mărunt, după care se căleşte într-o cratiţă cu ulei încins. Când ceapa devine transparentă, se adaugă roşiile. Se lasă focul mic şi se continuă fierberea timp de aproximativ o jumătate de oră, după care se pun vinetele şi ardeii. Se condimentează cu sare, piper şi foi de dafin, după care se introduce vasul la cuptor, unde se lasă, la foc moderat, până scade zeama. Se poate servi caldă sau rece, după preferinţe.

Salată de orez

200 g orez
2–3 ardei graşi
2–3 roşii
2 cepe
20 ml ulei
25 ml oţet
2 căţei de usturoi
o legătură de mărar, sare, piper

Se alege orezul, se spală în mai multe ape, apoi se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită în care s-a dizolvat o linguriţă de sare. Se amestecă mereu, să nu se lipească. Atunci când orezul se umflă, se ia de pe foc, se scoate cu spumiera, se scurge şi se lasă să se răcească. Roşiile, ardeiul şi ceapa se curăţă, se spală şi se taie în bucăţele mici. Mărarul se spală şi se toacă mărunt. Într-un castron de salată, se amestecă orezul cu roşiile, ardeiul şi ceapa, se adaugă câte o lingură de ulei şi de oţet (cantităţile pot diferi în funcţie de preferinţe), sare şi piper după gust, apoi se presară mărarul fin tocat. Cine doreşte, poate adăuga şi usturoi pisat.

Salată de roşii cu mărar

4–5 roşii
o ceapă
20 ml ulei
15 ml oţet
2 legături de mărar
2 căţei de usturoi, sare, piper

Roşiile se spală şi se taie în felii subţiri, îndepărtându-se cu grijă cotoarele. Ceapa se curăţă, se spală şi se toacă mărunt. Mărarul se spală şi se toacă marunt. Într-un castron, se amestecă roşiile şi ceapa tocată, se toarnă uleiul şi oţetul, apoi se presară mărarul şi se potriveşte de sare şi piper. Cine doreşte să dea salatei un gust mai deosebit, poate adăuga şi usturoi curăţat şi pisat. Salata se serveşte răcită în prealabil, alături de diverse mâncăruri cu sos.

Salată de sparanghel cu sos de muştar

500 g sparanghel
o lingură de muştar
100 ml ulei
o lămâie
o legătură de mărar
sare, piper

Sparanghelul se curăţă şi se spală, după care se leagă în bucheţele şi se pune la fiert într-o oală cu apă clocotită şi o linguriţă de sare. Se lasă focul mare, iar după ce clocoteşte, se micşorează flacăra şi se mai lasă o jumătate de oră. După aceea, se scot bucheţelele cu spumiera, se scurg, se dezleagă şi se răsfiră pe un prosop curat, ca să se usuce complet. Se prepară sosul, frecând muştarul cu ulei, turnat puţin câte puţin, apoi se adaugă o linguriţă de sare şi zeama stoarsă de la o lămâie. De asemenea, se adaugă şi mărarul, fin tocat. Sparanghelul se serveşte în farfurioare, având alături un bol cu sos.

Salată de varză albă

600 kg varză albă
2 morcovi
100 g ţelină
20 ml ulei, o lămâie
o legătură de mărar
sare, piper, boia de ardei dulce

Se curăţă varza, se spală, apoi se toacă julien. Se presară cu sare, se frământă puţin, apoi se pune deoparte pentru o jumătate de oră, ca să-şi lase zeama. Între timp, morcovii şi ţelina se curăţă şi se spală, apoi se dau pe răzătoare. Se ia câte o mână de varză, se stoarce bine, apoi se mută într-un castron curat. Se amestecă morcovii şi ţelina cu varza. Separat, în alt castron se toarnă uleiul, se subţiază cu zeama stoarsă de la o lămâie şi se condimentează cu sare, piper şi boia dulce. Se toarnă sosul peste salată şi se presară cu mărar fin tocat. Se serveşte ca garnitură la pilaf, ciulama, mâncăruri cu sos şi altele.

Sos de roşii cu soia

400 g granule de soia
4–5 roşii, 2 cepe
100 g ţelină
100 ml ulei
o căpăţână de usturoi
o legătură de mărar
sare, piper

Granulele de soia se lasă la înmuiat un sfert de oră într-un vas cu un litru de apă călduţă. Roşiile se opăresc în apă clocotită, se curăţă de pieliţe şi seminţe, apoi se dau pe răzătoare. Ceapa şi ţelina se curăţă, se spală şi se toacă mărunt, apoi se înăbuşă în ulei cu puţină apă. După vreo 10 minute, se toarnă roşiile, se completează cu un pahar de apă şi se micşorează focul. Se adaugă şi granulele de soia, bine scurse, usturoiul pisat, sare şi piper după gust. Se continuă fierberea încă un sfert de oră, apoi se ia de pe foc şi se adaugă verdeaţa tocată. Se serveşte cald, cu paste, cartofi copţi sau prăjiţi, musacale, plăcinte sau pilafuri.

Sos picant

250 ml oţet
piper
2 linguri de bulion
40 g margarină
2 linguri de făină, sare

Într-o oală, se pune la fiert oţetul, adăugând piperul. Se lasă să fiarbă, pe foc potrivit, până când oţetul scade la jumătate. Se completează cu o cană de apă călduţă, apoi se adaugă bulionul, fierbându-se împreună încă 10 minute. După aceea, se ia de pe foc şi se adaugă făina şi margarina, amestecând până când se omogenizează. Se serveşte cald, la pizza, preparate din paste, cartofi copţi sau prăjiţi, pilaf, legume umplute, soté-uri de legume şi altele.

Aluat de friganele

200 g făină
20 g drojdie
150 g margarină
o lămâie, sare

Făina se cerne, se toarnă într-un castron, făcând în mijloc o mică groapă, unde se adaugă drojdia, dizolvată în puţină apă caldă, 50 g de margarină, un vârf de linguriţă de sare şi coaja rasă de la o lămâie. Se frământă aluatul, apoi se întinde într-o foaie groasă cam de 2 centimetri şi se taie în pătrate sau dreptunghiuri, care se prăjesc în restul de margarină. Se servesc cu mâncare de mazăre, de fasole verde sau de linte, sau sub formă de crutoane (tăiate în pătrăţele mai mici), la diverse supe şi creme.

Aluat fraged cu zer

400 g făină
200 g margarină
250 ml zer proaspăt, sare

Făina se cerne, după care se amestecă bine cu margarina, zerul şi un vârf de linguriţă de sare. Se frământă aluatul până când devine catifelat la pipăit, după care se lasă o jumătate de oră să se odihnească. În lipsa zerului, se poate folosi borş fiert, strecurat prin tifon şi răcit în prealabil. Aluatul este potrivit pentru prepararea plăcintelor cu spanac, cu varză sau cu brânză.

Aluat pentru pizza

500 g făină
20 g drojdie de bere
o lingură de zahăr, 20 ml ulei
sare, cimbru

Drojdia, împreună cu o lingură de zahăr şi o linguriţă de sare, se dizolvă în puţină apă călduţă. Se adaugă două linguriţe de cimbru, toate acestea amestecându-se cu făina. Se frământă acest aluat până când se înmoaie suficient. Se întinde în aşa fel încât să capete forma tăvii în care se va face pizza. Tava se unge cu ulei, margarină sau unt, după preferinţe, apoi se aşterne foaia şi se lasă aproximativ un sfert de oră să mai crească, abia apoi întinzându-se umplutura.

Foi de plăcintă

500 g făină
50 g drojdie de bere
100 ml ulei
o lingură de zahăr pudră
o lămâie
scorţişoară, sare

Drojdia se dizolvă în puţină apă călduţă. Se adaugă zahărul, zeama de lămâie, coaja rasă a acesteia şi un praf de scorţişoară. Se amestecă bine, până se topeşte zahărul. Făina, bine cernută, se toarnă într-un castron adânc. La mijloc, se face o mică adâncitură, în care se toarnă amestecul obţinut mai sus. Se frământă bine aluatul, se bate de planşetă din când în când, pentru a fi mai fraged, apoi se lasă să se odihnească. Foile se vor întinde, când va fi cazul, pe planşeta presărată cu puţină făină şi se ung cu ulei. Se pot folosi atât pentru plăcintele cu umplutură dulce, cât şi pentru cele sărate.

Chec cu glazură

500 g zahăr tos
250 ml ulei
150 g cacao
400 g făină
100 g margarină
o linguriţă de bicarbonat
o sticluţă de esenţă de rom
10 g nucă de cocos rasă

Într-o cratiţă mai largă, se toarnă 350 g zahăr. Se pune pe foc potrivit să se caramelizeze, apoi se stinge cu două căni de apă şi se fierbe până se dizolvă complet. Se lasă până se răceşte, apoi se toarnă uleiul, se adaugă făină cât cuprinde, bicarbonat şi 50 g cacao. Se frământă aluatul, se unge o tavă cu ulei, se tapetează cu făină, se toarnă compoziţia şi se introduce în cuptorul încins. Se lasă, la foc potrivit, cam 45 de minute. Se fierbe restul de zahăr cu cacaua rămasă în 100 ml apă, iar la sfârşit se adaugă margarina şi se amestecă. Se toarnă compoziţia peste checul răcit şi se presară nuca de cocos. Se taie în felii după ce s-a răcit.

Chec cu grapefruit

2 mere
o portocală
un grapefruit
100 g miez de nucă
100 g stafide
200 g făină
100 g zahăr
100 ml ulei
un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară

Grapefruit-ul se taie în două şi se stoarce, păstrând sucul. Portocala se decojeşte şi se taie în bucăţele. Merele se curăţă şi se dau pe răzătoarea mare. Se amestecă zahărul cu uleiul, merele, portocalele şi sucul de grapefruit. Separat, se amestecă făina cu praful de copt şi un vârf de linguriţă de scorţişoară, apoi se adaugă la compoziţie. Se omogenizează, apoi se adaugă stafidele şi miezul de nucă pisat. Se unge cu ulei o tavă pentru chec, se tapetează cu făină, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor, la foc moderat, lăsându-se aproximativ o jumătate de oră. Se feliază numai după ce s-a răcit.

Chec cu mere şi portocale

4 mere
2 portocale
400 g făină
100 g zahăr tos
100 ml ulei
200 g miez de nucă
100 g stafide
2 pliculeţe de zahăr vanilat
un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară

Merele se curăţă şi se dau pe răzătoare. Portocalele se decojesc, se curăţă de pieliţe şi sâmburi, apoi se taie mărunt. Zahărul se amestecă bine cu uleiul, merele şi portocalele, zahărul vanilat şi o linguriţă de scorţişoară. Separat, se amestecă făina cu praful de copt, apoi se adaugă la compoziţie. În fine, se adaugă stafidele, ţinute două ore în apă rece, apoi miezul de nucă, pisat mărunt. Se unge o formă cu ulei, se tapetează cu făină şi se toarnă compoziţia. Se dă la cuptor, la foc moderat, timp de o jumătate de oră. Se lasă să se răcească, abia apoi tăindu-se în felii şi servindu-se la masă, pudrat cu zahăr.

Chec cu morcovi şi mere

3 morcovi
2 mere, 100 g stafide
o portocală
200 g zahăr tos
2 linguri de zahăr pudră, 100 ml ulei
200 g făină
un pliculeţ de praf de copt
bicarbonat, scorţişoară
esenţă de rom

Merele şi morcovii se curăţă, apoi se dau pe răzătoarea mare. Portocala se dă şi ea pe răzătoare şi se stoarce de zeamă. O linguriţă de bicarbonat se dizolvă în puţin suc de portocală. Se freacă zahărul cu uleiul, se adaugă merele şi morcovii, apoi sucul şi coaja rasă de portocală, stafidele, o linguriţă de scorţişoară şi esenţă de rom. Separat, se amestecă făina cu praful de copt şi cu bicarbonatul, apoi se adaugă la compoziţie. Se unge o formă de chec cu ulei, se pudrează

cu făină, apoi se toarnă compoziţia. Se dă la cuptor, la foc moderat, timp de o oră. Se serveşte presărat cu zahăr pudră.

Chec cu nucă

400 g făină
200 g zahăr tos
2 linguri de zahăr pudră, 100 ml ulei
200 g miez de nucă, 2 portocale
un pliculeţ de praf de copt
bicarbonat, scorţişoară

Portocalele se storc de zeamă, iar una dintre ele se rade de coajă. Miezul de nucă se prăjeşte puţin pe plită, apoi se pisează mărunt. O linguriţă de bicarbonat se dizolvă în puţin suc de portocale. Se freacă bine zahărul cu uleiul, se adaugă sucul de portocale, miezul de nucă, o linguriţă de scorţişoară şi coaja de portocală. Făina se amestecă separat cu praful de copt şi cu bicarbonatul, apoi se adaugă la compoziţie. Se amestecă toate şi se pun într-o formă unsă cu ulei şi tapetată cu făină. Se dau la cuptor, la foc moderat, aproximativ o oră. Checul se serveşte presărat cu zahăr pudră şi zahăr vanilat.

Cornuleţe fragede

200 g făină
200 g margarină, 100 g zahăr
un pliculeţ de praf de copt
un pliculeţ de zahăr vanilat
100 g gem sau marmeladă de fructe
o lămâie, sare

Într-un castron adânc, se amestecă margarina cu zahărul, frecând energic, până se obţine o cremă. Se toarnă făina, se adaugă praful de copt, zahărul vanilat, un vârf de cuţit de sare, coaja rasă şi zeama de la o lămâie. Se frământă bine, până se obţine un aluat elastic. Se întinde aluatul într-o foaie cu grosimea de 2 milimetri, care se taie cu cuţitul în pătrăţele cu latura de aproximativ 5 centimetri. Peste fiecare din acestea, se pune cu linguriţa câte un pic de gem sau marmeladă, apoi se rulează şi se pun într-o tavă unsă cu margarină. Se dau la cuptor, la foc moderat, cel mult un sfert de oră.

Cozonac vegetarian

250 g făină
40 g drojdie, 200 g margarină
200 g zahăr tos
200 g gem de fructe
2 linguri de cacao, 100 g stafide
o lămâie
un pliculeţ de zahăr vanilat
esenţă de rom, scorţişoară, sare

Lămâia se dă pe răzătoare, păstrând coaja. Se dizolvă drojdia într-o lingură de apă caldă. Separat, într-un vas cu o jumătate de litru de apă caldă, se topeşte zahărul tos, se adaugă făina, margarina, drojdia, zahărul vanilat, o linguriţă de sare şi una de scorţişoară. Se frământă aluatul, apoi se taie în 4 bucăţi, întinzând 4 foi. Se amestecă gemul cu cacaua, stafidele şi esenţa de rom. Această umplutură se aşterne uniform pe fiecare foaie. Foile se rulează şi se taie în bucăţi lungi de câte 5 centimetri, se lasă la crescut o jumătate de oră, apoi se pun în tavă şi se coc, la foc potrivit, o oră.

Cremă de miere

100 g miere de albine
100 g brânză de vaci
100 ml lapte
200 g nuci

Nucile, în coajă, se introduc în cuptorul încins şi se lasă să se coacă, la foc potrivit, timp de 10–12 minute. După aceea, se scot, se lasă câteva minute să se răcească, apoi se sparg, se curăţă, iar miezul se pisează cât mai fin sau se dă prin maşina de tocat. Laptele se fierbe, după care se lasă la răcit. Se îndepărtează caimacul, apoi se toarnă într-un castron, în care se adaugă mierea, brânza de vaci şi miezul de nucă. Se amestecă bine cu o lingură de lemn până se omogenizează, căpătând o consistenţă cremoasă. Se serveşte la micul dejun, pe felii de pâine prăjită, sau ca desert, cu biscuiţi.

Gogoşi rapide

250 g făină
40 g drojdie, 200 g zahăr pudră
2 pliculeţe de zahăr vanilat
250 ml ulei, o lămâie
sare, scorţişoară

Drojdia se dizolvă într-o lingură de apă călduţă, adăugând şi o linguriţă de zahăr. Separat, se amestecă restul de zahăr pudră cu cel vanilat, 50 ml ulei, o linguriţă de sare şi una de scorţişoară, coaja rasă de la o lămâie şi o jumătate de litru de apă călduţă. Într-un castron încăpător, se toarnă făina, apoi drojdia, iar la urmă compoziţia de mai sus. Se frământă aluatul, se lasă la crescut, apoi se întinde foaia, groasă de un centimetru, tăind cercuri cu gura unui pahar. Se lasă încă un sfert de oră la crescut, apoi se înfierbântă restul de ulei şi se pun la prăjit. Se servesc calde, pudrate cu zahăr. Se pot umple cu gem, marmeladă sau brânză, după preferinţe.

Halva de cacao cu griş

200 g griş
400 g zahăr, 200 g margarină
200 g miez de nucă
100 g cacao
scorţişoară, esenţe

Se prepară un sirop legat, fierbând zahărul într-o jumătate de litru de apă şi lăsându-l până se îngroaşă. Margarina se topeşte într-o cratiţă, se adaugă, în ploaie, grişul, amestecând permanent, apoi siropul, cacaua, miezul de nucă pisat şi o esenţă, la alegere (de rom, vanilie, lămâie, trandafiri sau migdale). Se continuă fierberea până când compoziţia devine consistentă şi nu se mai lipeşte de cratiţă. Se acoperă cratiţa cu un şervet curat şi se aşteaptă până când grişul îşi va mări volumul. Se serveşte rece, tăiată în felii de grosimea unui deget, cu scorţişoară presărată deasupra.

Mere coapte

4 mere mari
100 g zahăr tos
o linguriţă de zahăr pudră
o lingură de ulei
scorţişoară
o sticluţă de esenţă de rom

Merele se spală şi se scobesc, scoţându-le cotorul şi seminţele. Partea scobită se umple cu zahăr tos. Se unge o tavă cu ulei şi se aşază merele în ea, astfel încât să stea în picioare, să nu se verse zahărul. Se introduce tava la cuptor şi se lasă, la foc mare, cam o jumătate de oră. Se scot din tavă şi se aşază pe un platou, pudrându-se cu zahăr şi scorţişoară. Cine doreşte ca merele să fie mai aromate, poate turna, peste zahărul din umplutură, câteva picături de esenţă de rom.

Prăjitură cu caise

275 g făină
250 g margarină
200 g zahăr
100 g gem de caise
200 g caise
100 g miez de nucă

Se prepară un aluat din două căni de făină, margarină, 100 g zahăr şi o jumătate de cană de apă de la frigider. Se frământă bine, apoi se taie în două. Una dintre jumătăţi se întinde într-o foaie şi se pune într-o tavă unsă cu ulei. Peste ea, se aşterne gemul şi se aranjează caisele, tăiate în două şi fără sâmburi. Se adaugă restul de zahăr, amestecat cu o lingură de făină şi cu miezul de nucă pisat. Cealaltă jumătate de aluat se întinde şi se taie în fâşii de câte un centimetru, care se aranjează peste umplutură. Se introduce tava la cuptor, se lasă 10 minute la foc viu, apoi se dă flacăra mai mică şi se lasă să se rumenească.

Prune cu orez

500 g prune
100 g orez
100 g zahăr
50 g margarină
un pliculeţ de zahăr vanilat
scorţişoară

Se spală prunele, se curăţă de coajă, se crestează şi se scot sâmburii. Orezul se alege, se spală în mai multe ape şi se lasă la scurs. Într-o oală cu apă clocotită, se pun să fiarbă prunele şi orezul. Vom şti că s-au fiert suficient când orezul se umflă şi devine pufos, iar prunele se înmoaie. În acel moment, se adaugă margarina, zahărul tos şi cel vanilat, amestecând uşor, cu grijă să nu se sfărâme prunele. Se lasă încă un clocot, după care se ia oala de pe foc şi se lasă la răcit. Se serveşte în cupe de compot, eventual presărând scorţişoară deasupra.

Salam din biscuiţi

200 g biscuiţi simpli
200 g rahat
400 g nuci
100 g margarină
2 linguri de cacao
100 g zahăr pudră
o lămâie
esenţă de rom sau de vanilie
scorţişoară

Nucile se coc, în cuptorul bine încins, timp de 10–12 minute, întorcându-le din când în când, apoi se curăţă, iar miezul se dă prin maşina de tocat. Biscuiţii se dau şi ei prin maşină. Rahatul se taie în bucăţele cât mai mărunte şi se pune într-un vas cu apă fiartă, la foc mic. Se adaugă miezul de nucă şi cacaua, lăsându-le până se topeşte rahatul. Se ia de pe foc, se adaugă margarina, se încorporează biscuiţii, zeama şi coaja rasă de la o lămâie, o linguriţă de scorţişoară şi esenţă de rom sau de vanilie. Se întinde compoziţia pe o planşetă tapetată cu zahăr pudră şi se modelează în forma unui salam. Se serveşte rece, tăiată în felii.

Sarailie

500 g foi de plăcintă
200 ml ulei
400 g miez de nucă
200 g miere
scorţişoară
o lămâie, cuişoare

Miezul de nucă se prăjeşte puţin pe plită, apoi se pisează mărunt şi se amestecă bine cu scorţişoara şi cu o linguriţă de cuişoare. Foile de plăcintă se împart în patru, la fel şi miezul de nucă. Fiecare grup de foi se unge cu ulei, apoi se aşterne deasupra un strat de miez de nucă. Se rulează şi se taie în câte patru bucăţi. Se unge o tavă cu ulei, se aşază rulourile, stropite cu puţină apă călduţă, apoi se dau la cuptor, la foc moderat, aproximativ o oră. În timp ce se coc, se fierbe mierea cu o cană de apă, zeama şi coaja rasă de la o lămâie. Se lasă până capătă consistenţa unui sirop. Când sarailia e gata, se toarnă siropul răcit peste ea şi se lasă să se pătrundă.

Sos de stafide

400 g stafide
100 g migdale
50 g margarină
2 linguri de făină, o lămâie

Stafidele se lasă la înmuiat timp de 2–3 ore într-un vas cu apă rece. Într-o tigaie, se topeşte margarina, se înfierbântă bine, după care se adaugă făina. Se lasă până se rumeneşte uşor, amestecând mereu, cu lingura de lemn, ca să nu se lipească. Se stinge cu puţină apă, apoi se stoarce zeama de la o lămâie şi se lasă în continuare să fiarbă, amestecând, până ce sosul ajunge să aibă consistenţa dorită. Stafidele se scurg, se curăţă de codiţe şi se adaugă în sos, împreună cu migdalele curăţate şi pisate mărunt. Se mai lasă la fiert încă un sfert de oră. Se serveşte ca garnitură la fructe coapte (mere, pere, gutui etc.).

Tartă cu mere

600 g mere ionatane
400 g zahăr, 200 g făină
200 g margarină
100 g miez de nucă
150 g cacao
un pliculeţ de praf de copt
scorţişoară

Merele se curăţă de coajă şi cotoare, apoi se rad şi se pun într-un castron. Se adaugă 200 g zahăr, miezul de nucă, făina, praful de copt şi scorţişoara, se amestecă bine, până se obţine o pastă omogenă. Se unge o formă de tartă cu margarină, se tapetează cu făină, se toarnă compoziţia şi se dă la cuptor, la foc potrivit, până se rumeneşte. Între timp, se fierbe restul de zahăr cu cacaua şi cu două pahare de apă, pe foc normal, până se obţine un sirop bine legat, care se toarnă peste tarta scoasă pe un platou rotund. Se introduce la frigider, unde se lasă câteva ore înainte de a fi servită, ca să se însiropeze mai bine.

Sos din suc de portocale

2 portocale mari şi zemoase
100 g zahăr
200 g amidon
un pliculeţ de zahăr vanilat

Portocalele se storc de zeamă, iar coaja se dă pe răzătoarea mică. Amidonul şi zahărul se amestecă şi se pun la fiert, pe foc mic, împreună cu o jumătate de litru de apă, lăsându-se până începe să capete consistenţă. Se ia oala de pe foc şi se toarnă sucul de portocale, apoi se adaugă şi coaja rasă. Eventual, se adaugă şi zahărul vanilat. Se omogenizează şi se păstrează la rece. Acest sos, încălzit puţin, se poate folosi la gogoşi, pandişpanuri sau checuri, dar şi la mere, pere sau gutui coapte.

Umplutură de cireşe

500 g cireşe pietroase
100 g zahăr

Se aleg cireşe mari, bine coapte şi sănătoase. Mai întâi, curăţate de codiţe, se opăresc într-o oală cu apă clocotită, apoi se lasă la răcit. După aceea, se curăţă de coajă, cu ajutorul unui cuţitaş, şi se scot sâmburii. Într-o cratiţă curată, pe foc mic, se pune zahărul să se caramelizeze. Când acesta devine maroniu, se stinge cu o cană de apă, după care se lasă să fiarbă, amestecând mereu, până se dizolvă complet. În acel moment, se adaugă cireşele, lăsându-le până se fierb, iar zeama scade şi se îngroaşă. Această compoziţie se foloseşte ca umplutură la diverse checuri, pandişpanuri sau torturi.

Produse conservate

Legume conservate şi murături

Ardei copţi

Se spală bine ardeii, se lasă să se usuce, apoi se coc pe toate părţile pe plita încinsă. Se lasă până se răcoresc, apoi se curăţă de pieliţe, se înţeapă la vârf cu un ac şi se pun în borcan. Peste ei, se toarnă un amestec de ulei, oţet şi sare, fierte împreună până dau în clocot.

Ardei gras uscat

2 kg ardei graşi roşii şi verzi
500 g frunze de ţelină
600 g sare

Se aleg ardei fără stricăciuni şi se spală bine, apoi se curăţă de cotoare şi seminţe şi se taie feliuţe subţiri. Se pun în borcane împreună cu frunze de ţelină, aşezând sare între straturi. Se pune deci un strat de ardei gras, un strat de sare, un strat de ţelină, un strat de sare, până se umplu toate borcanele pregătite pentru iarnă. Borcanele se închid apoi ermetic cu capacul propriu sau se pune celofan şi se leagă strâns cu o sfoară groasă, pentru a nu respira.

Ardei iuţi în oţet

400 g ardei iuţi
100 g hrean dat pe răzătoare
50 ml oţet
1 l apă
50 g sare grunjoasă fără impurităţi

Se aleg 400 g de ardei iuţi şi se spală în apă rece, apoi se pun într-un borcan cât mai încăpător. Se pune deasupra hrean ras, în straturi. Se alcătuieşte o soluţie din 50 ml oţet şi 50 g de sare la un litru de apă, care se fierbe şi apoi se răceşte. Aceasta se toarnă peste ingredientele din borcan. Se capsează cu un capac special, iar dacă nu avem la îndemână, se pune celofan sau hârtie bine legate cu sfoară.

Ardei umpluţi muraţi

400 g ardei graşi
2 morcovi
100 g ţelină
o legătură de pătrunjel
50 g varză albă
sare
50 ml oţet
1 l apă

Se iau ardei graşi, sănătoşi şi proaspeţi, se spală, li se face împrejurul codiţei câte un căpăcel, după care se curăţă de seminţe. Varza albă se toacă în feliuţe lungi, morcovul la fel, iar pătrunjelul şi ţelina se taie de asemenea şi se pun într-un vas frecându-se bine cu puţină sare. Această umplutură de legume se introduce în interiorul ardeilor. Se pun apoi căpăcele din frunză de varză sau felii de morcovi. Ardeii umpluţi se aşază în borcane şi se toarnă o soluţie de sare în proporţie de 50 g sare la litru de apă şi 50 ml de oţet. Soluţia se adaugă în borcane după ce s-a răcit.

Arpagic conservat

Se conservă cel mai bine arpagicul mărunt, cât aluna. Se spală foarte bine, în mai multe ape, apoi se înmoaie în apă caldă cu puţină sare, se lasă până se răceşte apa, după care se curăţă de foiţele de la suprafaţă. Se clăteşte şi se fierbe în oţet de vin, vreo 10 minute, după care se scurge şi se pune în borcane, presărat cu crenguţe de mărar şi cu rondele de hrean. Se toarnă deasupra oţetul, lăsat să se răcească în prealabil. Se acoperă borcanele cu pergament sau cu celofan şi se leagă strâns la gură.

Bame în bulion

1 kg bame
800 ml suc de roşii
sare de lămâie

Se iau bame de mărime medie, crude şi fără pete, cărora li se scot codiţele şi se pun într-un suc de roşii fiert şi strecurat în prealabil. Se pun într-un ciur de plastic să se scurgă bine, după care se aşază în borcane, lăsând să respire. Se adaugă peste ele un alt suc de roşii fierbinte, care trebuie să aibă în compoziţie puţină sare. Bamele trebuiesc stropite cu o zeamă de sare de lămâie, pentru a nu deveni moi. Borcanele, astupate cu celofan ori cu capace, se fierb în bain-marie cam o oră şi 35 de minute. Ca să nu se spargă la fiert, se aşază ziare între ele. După fierbere se pun pe masă pe un prosop curat şi se răcesc. Se pun în pivniţă sau cămară şi se servesc peste iarnă.

Boabe de porumb murate

Se alege porumb fraged, de lapte. Se curăţă uşor boabele, cu grijă să nu se zdrobească, apoi se pun să fiarbă într-o oală cu apă clocotită şi puţină sare, cam un sfert de oră, după care se scot, se pun într-o strecurătoare să se scurgă şi se trec într-un vas cu apă rece. Se fierbe oţet, eventual diluat cu apă, dacă vrem să fie zeama mai puţin acră, se adaugă câte 50 g de sare la fiecare litru de oţet, se presară câteva boabe de piper şi cuişoare. Boabele se pun în borcănele de sticlă, se toarnă peste ele oţetul răcit şi se păstrează la rece şi întuneric, folosindu-se abia după o lună.

Castraveciori în oţet

5 kg castraveciori
25 g mărar
120 g morcovi
15 g seminţe de muştar
un ardei iute
30 g hrean
10 g piper
1 l oţet
10 g foi de dafin
150 g sare

Castraveciorii se aleg din soiul cornişon, mici, cu grosimea de circa 3 cm şi lungimea de 5–6 cm fără tăieturi, tari şi cu seminţe fragede, fără încreţituri şi fără codiţe sau flori. La 5 kg de castraveciori se pun 25 g de mărar verde, 120 g de morcovi curăţaţi şi tăiaţi bucăţele, 15 g seminţe de muştar, un ardei iute mic, 30 g de hrean ras, 100 g de sare, 10 g de piper boabe şi 1 l de oţet. Castraveciorii se spală după aceea bine şi se adaugă cât mai strâns în borcane de 500 ml. Tot acum se pun şi rondelele de morcovi, foile de dafin, seminţele de muştar, mărarul verde. Într-un vas se alcătuieşte soluţia dintr-un litru de oţet de 9° şi 3 l de apă, cu o lingură rasă de sare (25–30 g) la un litru de preparat, boabe de piper, seminţe de muştar şi foi de dafin. Se pune la fiert până când dă în clocot şi se toarnă fierbinte peste castraveciori. Sub borcanele astfel pregătite se aşează patru cuţite sau linguri. Într-o oală se prepară soluţia de oţet în felul următor: la 1 l de oţet de 9° se folosesc pentru diluţie 3 l de apă, se adaugă o lingură rasă de sare (25 - 30 g) la un litru de soluţie, boabe de piper, seminţe de muştar şi foi de dafin. Se lasă să fiarbă până când clocoteşte şi se toarnă fierbinte peste castraveciori. Sub fundul borcanelor se aşează patru cuţite în cruce.

Ciuperci conservate în apă

800 g ciuperci de cultură
1 l apă
10 g sare

Se iau ciuperci mari, cărnoase, sănătoase, fără tăieturi sau pete, se spală bine într-o cantitate suficientă de apă rece şi se separă de picioruşe. Într-o oală se alcătuieşte o soluţie cu 1 % sare (10 g la 1 l de apă). Se fierbe zeama şi, când este gata să dea în clocot, se adaugă ciupercile, care se fierb 10–12 minute, până când devin moi. Apoi, se pun pe un prosop absorbant, spre a nu mai avea apă deloc. Se pun apoi în borcane de mărime medie, acoperindu-se cu apă clocotită. Borcanele se închid cu capace ori se leagă cu celofan şi o sfoară din pânză şi se fierb în bain - marie o oră întreagă. Se ţin la loc răcoros şi uscat.

Ciuperci în ulei

Ciupercile se curăţă, se retează picioruşele la jumătate, se spală în mai multe ape şi se pun la fiert în apă cu sare. Când se înmoaie, se scot şi se întind pe o masă curată, să se scurgă până a doua zi. După aceea, se dau prin ulei şi se pun în borcan în straturi, peste fiecare strat adăugându-se câteva feliuţe subţiri de lămâie şi boabe de piper. După ce se termină umplerea borcanului, se toarnă ulei până sus.

Conopidă conservată în apă

o conopidă
60 g sare
1200 ml apă

Se ia o conopidă albă, deasă, fără pete maronii sau tăieturi. Se desface în bucheţele şi se separă de cotor şi cozile protectoare, de frunze. Într-o cratiţă se prepară o saramură, având următorul procentaj: 60 g sare la 1200 ml de apă rece. Se introduc bucheţelele de conopidă în zeama concentrată de sare şi se lasă la macerat circa 50–60 de minute. Se pun apoi pe o farfurie şi se scurg, după care se fierb la aburi timp de 12–14 minute. Se răcesc şi se aşază în borcane cu floarea în sus. Se acoperă cu apă clocotită fără sare. Borcanele se leagă cu celofan sau se închid cu capace şi se pun la fiert în bain - marie 60 de minute. Se răcesc în vasul în care au fiert şi se păstrează în loc răcoros şi uscat.

Esenţă de ciuperci

2 kg ciuperci
100 g sare
piper, ienibahar

Ciupercile se curăţă, se spală, se toacă mărunt, se presară cu sare şi se pun deoparte, timp de trei zile, să-şi lase zeama. După aceea, se pun într-o strecurătoare şi se storc bine, presându-se cu mâna. Zeama obţinută se pune la fiert, pe foc mic, adăugând piperul şi ienibaharul. După vreo trei sferturi de oră, se ia de pe foc, se toarnă în sticle, iar acestea se mai fierb, într-o oală cu apă cât să le acopere, o jumătate de oră.

Esenţă de ciuperci cu vin

2 kg ciuperci
100 g sare
piper, ienibahar
400 ml vin alb sec
o lămâie

Ciupercile, curăţate şi spălate în mai multe ape, se toacă mărunt şi se pun la fiert în apă rece, la care se adaugă zeama de lămâie şi vinul, precum şi mirodeniile. După vreo trei sferturi de oră, se ia oala de pe foc, iar zeama se strecoară în sticle, bine înfundate. Dacă se doreşte să se folosească imediat, esenţa trebuie sterilizată, fierbând sticlele timp de 30–35 de minute într-o oală cu apă turnată până la nivelul la care sunt gâturile sticlelor.

Fasole verde

Păstăile de fasole se curăţă, se spală şi se rup în bucăţele de câte 2–3 centimetri fiecare, apoi se pun la fiert în apă clocotită cu sare. Se lasă

până mai dă vreo 4–5 clocote, apoi se scoate, se scurge şi se împrăştie pe masa curată, presărându-se cu sare. Se lasă o oră, apoi se pun în borcane, se toarnă apă cât să le cuprindă, se leagă bine borcanele şi se pun să fiarbă o jumătate de oră într-o oală cu apă rece. Când apa începe să clocotească se dă focul mai mic, să nu se spargă borcanele.

Fasole verde uscată

Se aleg păstăi tinere, fragede, care să fie de mărimi relativ apropiate, pentru a se usca la fel. Mai întâi, se curăţă de codiţe şi de aţe, deşi ar fi mai indicat să alegem pentru conservare fasole verde neaţoasă. Pentru conservare, se pune pe foc o oală cu apă şi se lasă până clocoteşte. Păstăile de fasole se vor opări în această apă, timp de aproximativ 5 minute. După aceea, se scot, se scurg, se pun pe un grătar de sârmă şi se dau la cuptor, la foc mic. Temperatura cuptorului trebuie să fie cel mult de 60° C. După ce se usucă, păstăile de fasole se pun la păstrare în săculeţe de pânză.

Gogoşari în oţet

Se pun doar gogoşari roşii, sănătoşi şi mărişori. Se curăţă de codiţe, se spală unul câte unul sub un jet de apă rece. Se aranjează în borcane, printre ei aşezându-se morcovi şi ţelină, tăiate rondele, precum şi frunze de ţelină. Se fierbe oţetul cu boabe de piper şi foi de dafin, se lasă câteva clocote, apoi se toarnă, fierbinte, peste gogoşari. Se lasă până se răcesc, apoi se scot gogoşarii, se curăţă de cotoare şi de sâmburi, înăuntrul lor introducându-se câte un bucheţel de conopidă. Se pun gogoşarii la loc, iar la suprafaţă se toarnă puţin ulei.

Gogoşari copţi în oţet

Se spală bine gogoşarii, se scurg, se şterg cu un şervet curat şi se coc pe plită, pe toate părţile, după care se lasă să se răcească şi se curăţă bine de pieliţe. Se fierbe oţet cât trebuie ca să-i acopere, pentru fiecare litru de oţet adăugându-se la fiert câte o lingură cu vârf de sare grunjoasă. Se lasă să se răcească, apoi se toarnă peste gogoşari. După vreo zece zile sau două săptămâni, oţetul se fierbe din nou, se răceşte şi se toarnă la loc, peste gogoşari.

Mazăre verde boabe

Boabele de mazăre, alese şi spălate, apoi lăsate la zvântat, se prăjesc puţin într-o tigaie uscată, amestecând mereu, până încep să se înmoaie. Se presară peste ele puţin zahăr şi se mai lasă pe foc câteva minute. Se ia de pe foc şi se scoate mazărea pe o bucată de lemn curată, lăsându-se să se usuce, după care se pune în săculeţi de pânză şi se păstrează în pivniţă sau în cămară.

Mere murate

Se spală bine merele, se pun într-un borcan de sticlă încăpător sau într-un butoi din lemn de stejar, presărând, printre ele, crenguţe de busuioc, frunze de vişin şi de coacăz negru. Se acoperă cu o piatră plată, învelită într-o pânză curată. Se prepară un amestec din 1 kg tărâţe, 50 g făină, o linguriţă de sare şi 10 l apă caldă. Se lasă până se limpezeşte, apoi se strecoară peste mere.

Murături picante în oţet

Pentru un borcan de 10 kg:
3 kg ardei graşi, 2 kg conopidă
2 kg gogoşari, 2 kg castraveţi
1 kg morcovi, 1 kg arpagic
1 kg gogonele
3 l oţet
o căpăţână de usturoi
400 g sare
piper boabe
foi de dafin, ienibahar

Legumele se spală în mai multe ape. Gogoşarii şi ardeii se curăţă de cotoare şi seminţe, apoi se taie în felii subţiri. Morcovii curăţaţi, castraveciorii şi gogonelele se taie în rondele subţiri. Se amestecă toate cu arpagicul curăţat şi conopida desfăcută în bucheţele, apoi se pun în borcane şi se toarnă peste ele oţetul, fiert împreună cu condimentele. Borcanele se acoperă la gură cu celofan, se leagă şi se păstrează la răcoare şi ferite de umezeală.

Vinete împănate şi murate

Vinetele, alese să fie cât mai fragede, se spală şi se crestează în cruce, apoi se opăresc câteva minute în apă clocotită. Se scot, se lasă la scurs, apoi se strâng între bucăţi de lemn ca să se scurgă amărăciunea din ele. Morcovii, pătrunjelul şi ţelina se spală, se curăţă, se taie în fâşii subţiri, se opăresc cu apă clocotită, apoi se lasă la răcit. Se presară feliuţe de ceapă, frunze de ţelină, mărar şi pătrunjel, tocate mărunt. Se pun câte 30–40 g sare la 1 kg de zarzavaturi. Se umplu vinetele cu această compoziţie, apoi se leagă cu cozile de ţelină opărite. Se aşază în borcane, presărând printre ele frunze de ţelină, apoi se pune deasupra o piatră învelită în tifon, ca să le preseze.

Pepeni verzi muraţi

Pepenii verzi se spală în apă rece şi se înţeapă, ca să pătrundă mai bine saramura în ei. Se pun în borcane, cu frunze de hrean şi de ţelină printre ei. Deasupra, se toarnă o saramură preparată cu 40 g sare la fiecare litru de apă.

Varză murată

Avem nevoie de un butoi din lemn de stejar sau din plastic, care va trebui spălat şi clătit foarte bine înainte. Verzele trebuie să fie toate de mărime medie. Mai întâi, se curăţă de frunzele uscate de la suprafaţă, apoi se fac două crestături la cotor, în formă de cruce, în care se presară câte puţină sare. Se aranjează verzele pe straturi, între ele punându-se boabe de porumb, crenguţe de mărar, rădăcini de hrean şi câte o gutuie, spălată şi tăiată în felii. Se toarnă într-o oală apă rece atât cât avem nevoie, adăugând sare grunjoasă. Dacă vrem ca varza să fie mai acră, punem 50 g sare la un litru de apă. Cei care doresc o acreală mai moderată, pot pune 40 g la litru, dar nu mai puţin. Se toarnă saramura obţinută în butoi, astfel încât să acopere verzele. La suprafaţă, se pun câteva scândurele, acestea fiind presate de o piatră grea, bine spălată în prealabil.

Praf de ardei iuţi

Ardeii iuţi se înşiră pe o sfoară şi se pun să se usuce la soare. După aceea, se spală şi se curăţă de cotoare şi seminţe. Se pun într-o tavă la gura cuptorului, după ce acesta a fost încins bine, lăsându-i să se usuce bine şi să devină sfărâmicioşi, fără să se ardă. Apoi, se pisează şi se dau prin sită. Se păstrează în cutii, la loc uscat.

Salată de fasole grasă, conservată

Pentru un borcan de 5 kg:

5 kg fasole verde
3 kg roşii
2 kg ceapă
1 l ulei
2 legături de pătrunjel verde

Fasolea, curăţată şi spălată, se rupe în bucăţi de câte 2–3 centimetri lungime, apoi se opăresc în apă clocotită cu sare. Roşiile se opăresc şi ele în apă clocotită, se răcesc, se curăţă de coji şi se taie în felii. Ceapa se toacă mărunt şi se căleşte în ulei. Când s-a înmuiat, se adaugă roşiile şi se înăbuşă încă 10–15 minute. Se adaugă fasolea, se sărează şi se continuă fierberea o jumătate de oră la foc moale. Se presară verdeaţa tocată, se omogenizează şi se toarnă fierbinte în borcane.

Usturoi verde conservat

Usturoiul proaspăt, neveştejit, se curăţă şi se spală, apoi se retează frunzele cam la jumătate. Se pune în apă cu sare, să fiarbă, iar când dă în clocot, se scoate şi se înnoadă firele, în forma cifrei 8, după care se aranjează în borcan. Se pune oţetul la fiert, adăugând boabe de muştar şi câte o lingură de sare grunjoasă pentru fiecare litru de oţet. Se dă câteva cocote, se lasă până se răceşte, apoi se toarnă în borcanul cu usturoi. Se păstrează la răcoare.

Vişine conservate

Se îndepărtează codiţele vişinelor, apoi se pun într-un castron, în straturi, presărate cu zahăr. La 3 kg de vişine, se pune 1 kg de zahăr. Se introduce castronul la frigider, lăsându-se să stea o zi încheiată. După aceea, se ia o jumătate de cană de zeamă şi se amestecă în ea o lingură de rom (sau câteva picături de esenţă) şi o linguriţă de salicilat. Soluţia se toarnă peste vişine, se amestecă bine, apoi se toarnă în borcane.

Sosuri

Zeamă de lămâie conservată

Se aleg lămâi nu prea mari, dar nici prea mici, zemoase şi sănătoase. Se storc bine, iar zeama se strecoară, lăsându-se să stea până a doua zi, fără să se acopere. După aceea, se îndepărtează spuma care s-a format la suprafaţă şi se toarnă zeama în sticle, punându-se dopuri cât mai etanş. Se introduc sticlele într-o oală adâncă şi se toarnă apă rece, astfel încât să ajungă până la nivelul la care e zeama. Sticlele trebuie să stea în picioare. Se pune oala la fiert timp de o oră, iar când apa începe să clocotească se micşorează focul, ca să nu se crape sticlele. Se ia de pe foc, se scot sticlele şi se pun la rece.

Bulion din ardei graşi şi gogoşari

1 kg ardei graşi roşii
1 kg gogoşari
3 l apă, 100 g sare

Se iau ardeii roşii copţi şi gogoşarii, fără nici un fel de stricăciuni, se spală în apă rece de mai multe ori şi se separă de cotoare şi seminţe. Se taie pe jumătate şi se pun la fiert într-o oală de inox sau smălţuită circa o oră. Se strecoară printr-o strecurătoare şi se pun încă o dată la fiert până ce devin o pastă groasă. Se potriveşte de sare în timp ce fierbe. Bulionul de ardei se fierbe apoi în bain-marie, adăugând ziare între borcane spre a nu crăpa. Se păstrează în borcane bine acoperite.

Ketchup de ciuperci

Se aleg ciuperci cu coaja neagră şi iuţi la gust. Se curăţă, se spală şi se înăbuşă în propria zeamă, apoi se scurg şi se pun la fiert, adăugând apă. Când s-au înmuiat, se scot şi se storc, ca să se elimine toată zeama, care se amestecă apoi cu puţină sare şi se pune la fiert, adăugând, după preferinţe, diverse condimente: boabe de piper, boabe de muştar, ardei iute pisat sau tocat, sare, hrean etc. Se lasă până se îngroaşă, apoi se strecoară şi se toarnă în sticle sau în borcane, care se sterilizează fierbându-se în altă oală aflată pe foc. Dacă recipientele sunt de 1/2 litru, se fierb 50 de minute, iar dacă sunt de un litru, se ţin 80 de minute.

Suc de roşii cu hrean

Roşiile, alese numai dintre cele bine coapte, se spală şi se storc de zeamă, care se toarnă în sticle. Hreanul se curăţă şi se taie, pe lungime, în fâşii subţiri care se repartizează uniform în sticle, cam câte 60 g la fiecare. Se leagă sticlele la gură şi se pun la păstrare la întuneric şi răcoare, ferite de umezeală.

Compoturi

Compot asortat

250 g cireşe, 250 g vişine
250 g caise, 500 g piersici
250 g prune, 250 g pere
500 g struguri negri
500 g zahăr, 200 ml rom

Se fierbe zahărul într-o cantitate echivalentă de apă, se spumează, iar după ce clocoteşte, se pun cireşele. După încă un clocot, se ia oala de pe foc, cireşele se scot şi se pun într-un borcan de 3 kg, turnând peste ele 50 ml de rom. Se leagă borcanul şi se păstrează la întuneric. Când apar vişinele, borcanul se dezleagă, se toarnă zeama într-o oală şi se pune la fiert, apoi se adaugă vişinele şi se lasă un clocot. Se scot, se pun în borcan şi se toarnă zeama fierbinte. Acelaşi lucru se face cu restul fructelor, atunci când le vine vremea. La sfârşit, se adaugă în zeamă restul de rom.

Compot de gutui

Gutuile se curăţă de coajă, se taie în sferturi, se scoate partea mai tare, iar sâmburii se pun deoparte. Se pun gutuile într-o oală cu apă rece cât să le cuprindă, zahăr în aceeaşi cantitate cu cea a fructelor, adăugându-se şi sâmburii. Se fierb, pe foc mic, până se topeşte zahărul şi se înmoaie gutuile, apoi acestea se scot, zeama se mai lasă să dea un clocot, după care se strecoară peste bucăţile de fructe.

Compot de piersici

700 g piersici
250 g zahăr

Se aleg piersici bine pârguite, sănătoase, zemoase, fără pete sau stricăciuni. Acestea se curăţă de coajă cu un cuţit bine ascuţit. Dacă nu se curăţă uşor, se pun în apă clocotită şi se ţin minim un minut, după procedeul de decojire al roşiilor. Se porţionează apoi tăindu-se în două părţi egale, după care se separă de sâmburi. Se scot şi se pun în apă rece. Se face un sirop din 140 g zahăr şi 250 ml apă. Se fierb piersicile bine, după care se aşază în borcane speciale.

Dulceţuri şi gemuri

Dulceaţă de caise

1 kg caise coapte
1 kg zahăr
o lămâie, un baton de vanilie

Caisele se curăţă de coajă, apoi se scot sâmburii, care se pun la uscat. Se prepară un sirop, fierbând 1 kg de zahăr într-o jumătate de litru de apă. Când siropul începe să clocotească, se adaugă caisele şi se lasă câteva minute, apoi se ia oala de pe foc şi se lasă deoparte un sfert de oră, după care se pune din nou la fiert. Se repetă operaţia până se leagă bine siropul. Se adună spuma de fiecare dată când e cazul. Spre sfârşit, se pune să se topească în sirop un baton de vanilie şi se stoarce zeama de la lămâie. Sâmburii de caise, după ce s-au uscat, se sparg, cu grijă să nu se sfărâme miezul, se curăţă coaja lemnoasă şi pieliţele, care sunt amărui. Se pot adăuga la dulceaţă aceşti sâmburi, pentru că îi dau un gust deosebit. De asemenea, se pot pune feliuţe subţiri de lămâie.

Dulceaţă de căpşune

1 kg căpşune
1 kg zahăr
o lămâie

Fructele trebuie să fie proaspete şi sănătoase, de mărime medie. Se curăţă codiţele, se spală bine în mai multe ape, apoi se aşază, în straturi, într-un castron adânc, presărate cu zahăr. Deasupra se pune mai mult zahăr şi se stoarce lămâia de zeamă. Se lasă vreo 12 ore la rece, apoi se pun într-o oală de inox, lăsându-se să fiarbă, pe foc domol, până se topeşte complet zahărul. În acel moment, se dă focul mai mare. Se amestecă mereu cu lingura de lemn, se ia spuma şi se lasă până se leagă siropul. După ce se răceşte, dulceaţa se pune în borcane de sticlă curate, acoperite cu hârtie de pergament şi legate la gură.

Natural prin tradiție

Cămara lui Totev

Modul 100% natural de cultivare a legumelor şi fructelor, precum şi vechile reţete bulgăreşti constituie "secretul" familiei Totev.

Grija faţă de calitatea produselor a făcut din "Cămara lui Totev" un nume apreciat în întreaga lume.

Dulceaţă de cireşe albe

1 kg cireşe albe
1 kg zahăr
un baton de vanilie
o lămâie

Cireşele se spală, se scot sâmburii şi se pun într-un vas de inox, presărate cu zahăr. Se pune să fiarbă pe foc molcom, până se topeşte tot zahărul. Se scuturã oala, de câteva ori, să nu se lipească de fund cireşele. Când zahărul s-a topit, se dă focul mai mare, se amestecă şi se adună spuma. Atunci când siropul s-a legat cam pe trei sferturi, se ia oala de pe foc, se lasă un sfert de oră să se răcorească, se adaugă vanilia şi zeama de lămâie, apoi se pune iar la fiert, până se leagă bine. Se toarnă în borcane doar atunci când se răceşte.

Dulceaţă de cireşe amare

1 kg cireşe amare
1 kg zahăr, o lămâie
2 pliculeţe de zahăr vanilat

După ce se spală bine şi se curăţă de codiţe, cireşelor li se scot sâmburii, cu grijă să nu se storcească. Se aşază într-o oală de inox în straturi, fiecare strat fiind presărat cu zahăr. Se fierb la foc mic, mişcând oala din când în când, ca să nu se ardă cireşele. După ce se topeşte complet zahărul, se măreşte flacăra şi se ia spuma de mai multe ori. Se adaugă zahărul vanilat şi zeamă de lămâie, iar cine doreşte poate pune în dulceaţă şi feliuţe subţiri de lămâie. Acestea, bine însiropate, au un gust delicios. Se ia oala de pe foc când s-a legat bine siropul. Se păstrează în borcane de sticlă, în care se pune după ce s-a răcit.

Dulceaţă de fructe de soc

1 kg fructe de soc
1 kg zahăr, o lămâie

Fructele de soc, alese în aşa fel încât să fie numai dintre cele întregi şi sănătoase, se spală bine, apoi se pun să se scurgă într-o strecurătoare. Se topeşte zahărul în 750 ml apă, pe foc mic, apoi se măreşte flacăra şi se lasă să fiarbă până se leagă siropul. Se adaugă fructele şi se mai lasă un clocot, apoi se ia oala de pe foc şi se ţine deoparte un sfert de oră, după care se pune iar să fiarbă, adăugând zeama stoarsă de la o lămâie. După ce se leagă bine, se ia de pe foc şi se lasă să se răcească înainte de a se turna în borcane.

Dulceaţă de gutui

1 kg gutui
1 kg zahăr, o lămâie
un baton de vanilie

Se spală bine gutuile, se curăţă coaja, cu un cuţit ascuţit, apoi se dau pe răzătoare. Se îndepărtează cotoarele, apoi gutuile rase se pun imediat pe o bucată mai mare de tifon, care se aşază într-un vas cu apă clocotită, să le înmoaie. Se fierbe, într-o oală de inox, zahărul cu trei căni de apă, la foc mic. Se spumează, iar când începe să se lege siropul se introduc gutuile, împreună cu jumătate din batonul de vanilie şi teama de lămâie. Se mai lasă până când siropul se coagulează foarte bine.

Dulceaţă de pepene verde

1 kg coji de pepene verde
1 kg zahăr, o lămâie
zahăr vanilat

Pepenii aleşi trebuie să aibă coaja groasă. Se scoate miezul, lăsând pe feliile de pepene doar stratul de culoare albă. Acesta se taie în fâşiuţe, care se prind mai multe la un loc şi se răsucesc, ca şi cum ar forma o sfoară. Se fac mai multe astfel de mănunchiuri, cărora li se tund capetele cu foarfeca, pentru a fi de aceeaşi dimensiune. Se înşiră aceste mănunchiuri pe o aţă, se pun într-un tifon, care se cufundă într-un vas cu apă clocotită şi se lasă 5 minute, apoi se aşază în alt vas cu apă fiartă şi se lasă pe foc alte 5 minute, apoi se clătesc cu apă rece şi se scurg. Se fierbe zahărul, pe foc mic, în 500 ml apă. După ce se topeşte, se măreşte flacăra, se adaugă mănunchiurile de coji, vanilia şi zeama de lămâie şi se lasă până se leagă siropul. După aceea, se toarnă într-un castron adânc, se scoate aţa şi se lasă până se răceşte, apoi se toarnă în borcane.

Dulceaţă de piersici

1 kg piersici
1 kg zahăr, o lămâie

Cel mai indicat soi de piersici pentru dulceaţă este acela cu fructele roşii, cu pulpa tare, care se desprinde cu uşurinţă de sâmbure. Se aleg numai fructe sănătoase, de mărime potrivită. Se decojesc, se scot sâmburii şi se taie în felii, sau se lasă în jumătăţi, depinde cum preferă fiecare. Se pun într-un castron adânc şi se acoperă cu un şervet umed. Se fierbe zahărul cu trei căni de apă într-un vas de inox, pus la foc mic. După ce se topeşte zahărul, se dă focul mai mare, se adună spuma şi se aşteaptă să se lege siropul. De-abia când începe să se închege, se pun piersicile şi se picură zeama de lămâie. Când e bine închegat siropul, se ia de pe foc şi se lasă să se răcească.

Dulceaţă de portocale

1 kg portocale
1 kg zahăr, o lămâie

Portocalele, alese dintre cele cu coaja groasă, se dau pe răzătoare, lăsându-se o cojiţă subţire, apoi se pun la macerat timp de două zile într-un recipient cu apă rece, la loc întunecos şi răcoros. După aceea, se pun la fiert şi se ţin până se înmoaie, iar furculiţa intră cu uşurinţă în pulpa fructului. Se scot şi se trec într-un vas cu apă rece, lăsându-se aşa o oră, după care se scurg, se desfac în felii, iar acestea se taie în câte trei – patru bucăţi. Se

scot sâmburii. Se fierbe zahărul într-o jumătate de litru de apă, se ia spuma, se lasă câteva clocote, apoi se trage deoparte oala, se introduc portocalele şi, după vreo 10 minute, se pune iar la fiert. La sfârşit, se adaugă câteva picături de zeamă de lămâie.

Dulceaţă de prune

1 kg prune
1 kg zahăr
o lămâie
zahăr vanilat

Se spală prunele şi se înfăşoară într-un tifon curat, introducându-se într-o oală cu apă clocotită, aflată pe foc. Se lasă până mai dă un clocot, apoi se scot şi se trec în alt recipient, cu apă rece. Se îndepărtează cojile şi sâmburii. Se face un sirop, fierbând zahărul în 500 ml apă, la foc moale. După topirea completă a zahărului, se măreşte flacăra, se adună spuma, apoi se adaugă prunele şi vanilia, iar când este aproape închegat siropul, se stoarce şi lămâia.

Dulceaţă de roşii

1 kg roşii
750 g zahăr
o lămâie
50 ml rom
un pliculeţ de zahăr vanilat

Roşiile, alese să fie tari şi sănătoase, se opăresc în apă clocotită, apoi se decojesc, se taie în jumătăţi şi se curăţă seminţele. Zahărul se pune la fiert în două căni de apă, pe foc mic. După ce se dizolvă complet, se pun roşiile, zahărul vanilat şi câteva pătrăţele mici de coajă de lămâie. Se lasă la fiert, amestecând din când în când, ca să nu se lipească, timp de vreo trei ore, apoi, când să se ia de pe foc, se toarnă romul. După ce s-a răcit, se pune în borcane, dar se acoperă şi se leagă abia după ce se formează o pojghiţă la suprafaţă.

Dulceaţă de smochine verzi

100 smochine
1 kg zahăr
o lămâie

Smochinele, alese numai dintre cele de mărime medie şi sănătoase, se înţeapă în câteva locuri cu un ac, apoi se spală şi se pun la scurs. Se prepară siropul, fierbând zahărul cu 750 ml apă, pe foc domol. După ce s-a topit zahărul, se dă focul mare, lăsându-se până se leagă siropul, apoi se ia de pe foc, se adaugă smochinele, după ce s-au lăsat 20 de minute să se îmbibe cu siropul, se pun din nou la fiert, adăugând zeama de lămâie. Se mai lasă până se încheagă, apoi se ia de pe foc.

Dulceaţă de struguri

1 kg struguri albi cu boabe mari
1 kg zahăr
o lămâie
un baton de vanilie

Se culeg boabele de pe cotoare, alegându-se numai cele tari şi sănătoase. Se curăţă pieliţele cu grijă, se scot sâmburii cu un ac, după care se pune pulpa de strugure într-o bucată de tifon, deasupra oalei în care fierbe zahărul cu o jumătate de litru de apă. Când începe să se lege siropul, se răstoarnă strugurii în oală, împreună cu vanilia şi zeama de lămâie. La sfârşit, se ia de pe foc şi se răstoarnă într-un castron adânc, acoperit cu un şervet umed, lăsându-se să se răcească înainte de a se turna în borcane.

Dulceaţă de zmeură

1 kg zmeură
1 kg zahăr
o lămâie

Zahărul se fierbe în trei căni de apă, obţinând un sirop legat. Zmeura se curăţă, se spală şi se pune într-o strecurătoare să se scurgă. Când s-a închegat siropul, se ia de pe foc şi se adaugă zmeura, stropită cu zeamă de lămâie. Se lasă un sfert de oră, apoi se pune din nou, la foc viu, amestecând mereu. După ce s-a legat bine, se ia de pe foc şi se trece într-un castron, unde se lasă până se răceşte. Apoi, se îndepărtează spuma şi se toarnă în borcane.

Dulceaţă neagră de nuci

100 de nuci verzi fragede
1 kg zahăr, o lămâie

Se curăţă nucile de coajă şi se introduc timp de 10 minute într-o oală cu apă clocotită. Se opăresc aşa de trei ori la rând, clătindu-se de fiecare dată cu apă rece şi schimbând apa fiartă. Se topeşte zahărul, pe foc mic, în 750 ml apă, se spumează şi se măreşte flacăra. Nucile se scurg bine de apă şi se introduc în oala cu sirop când acesta e aproape închegat. Spre final, se adaugă câteva feliuţe de lămâie. Se spumează de fiecare dată când e cazul. După ce s-a legat siropul, se ia de pe foc şi se trece într-un castron, peste care se pune un şervet umezit, până se răceşte.

Gem de caise decojite

1 kg caise
600 g zahăr, o lămâie

După ce se spală bine, caisele se decojesc, se taie în jumătăţi şi se îndepărtează sâmburii, apoi se pun să fiarbă, la foc moale, într-o oală de inox, împreună cu zahărul, până ce acesta se topeşte. În acel moment, se dă flacăra mare şi se continuă fierberea, amestecând cu lingura de lemn, să nu se lipească de fund. Când gemul capătă consistenţa dorită, se ia de pe foc şi se aşterne deasupra oalei un şervet ud. După ce s-a mai răcit, se trece în borcane curate, acoperindu-se iar cu şervete bine umezite în apă rece. Apoi, borcanele vor fi înfăşurate la gură cu hârtie de pergament, legată strâns.

Gem de căpşune

1 kg căpşune
500 g zahăr, o lămâie

Se curăţă căpşunele, spălându-se în mai multe ape, după care se lasă la scurs. Se pun într-un castron adânc, pe mai multe rânduri, se presară cu zahăr şi se picură zeama de lămâie, după care se introduc la frigider până a doua zi. După aceea, se răstoarnă într-o oală de inox, punându-se la foc mic, până se topeşte zahărul, apoi se măreşte flacăra şi se amestecă permanent cu o lingură de lemn, ca să nu se ardă. Se ia o lingură de sirop şi se pune pe o farfurioară, pentru a vedea dacă are consistenţa potrivită. Dacă s-a legat, se ia de pe foc, acoperindu-se oala cu un şervet curat, înmuiat bine în apă rece. Când s-a răcit pe jumătate, se toarnă în borcane.

Gem de dovleac

1 kg dovleac curăţat de coajă şi seminţe
1 kg zahăr
un baton de vanilie, o lămâie

Se spală dovleacul, se curăţă coaja şi seminţele, apoi se taie în bucăţi mărunţele, care se pun la fiert în apă rece, cât să le acopere. Se lasă până se înmoaie, apoi se scurg şi se pun iarăşi pe foc, fără apă, dar cu zahăr, aceeaşi cantitate pe care o avea dovleacul înainte de a se pune la fiert. Se adaugă vanilia şi lămâia, curăţată de sâmburi şi tocată mărunt. Se fierbe până se leagă compoziţia, după care se trece în borcane de sticlă cât e călduţă.

Gem de fructe asortate

250 g vişine
250 g zmeură, 250 g căpşune
250 g coacăze, 1 kg zahăr

Fructele se curăţă bine, apoi se spală sub un jet puternic de apă rece, se scurg şi se pun la fiert într-o oală de inox, la foc mic. Se ţin până să se înmoaie şi îşi lasă zeama. După ce dau câteva clocote, se iau de pe foc, se dau prin sita mare şi se combină cu zahăr, apoi se pun iarăşi la fiert, până ce gemul capătă consistenţă. Se amestecă, din când în când, cu lingura de lemn. Se trece în borcane după ce se răcoreşte puţin, rămânând doar călduţ.

Gem de mere

1 kg mere ionatane, creţeşti sau domneşti
600 g zahăr

Merele se curăţă de coajă şi de cotoare, se taie în câte patru bucăţi şi se spală, apoi se pun să fiarbă în apă rece, exact cât să le acopere. Se lasă la fiert, cu capacul pus pe oală, până devin moi. Se dau prin sită, apoi se presară cu zahăr şi se fierb iarăşi, până se leagă gemul, amestecând periodic.

Gem de pere

1 kg pere bergamote
300 g zahăr

Se aleg pere sănătoase, zemoase, dar tari. Se curăţă de coajă şi de seminţe, se taie în sferturi şi se fierb în apă rece cât să le cuprindă, într-o oală acoperită. Când se înmoaie, se scot, se trec prin sită şi se amestecă bine cu zahărul, punându-se la foc mic până se leagă. Se amestecă, din când în când, cu lingura de lemn, ca să nu se lipească. Se lasă până e suficient de legat.

Gem de portocale

1 kg portocale
1 kg zahăr

Portocalele, alese dintre cele cu coaja groasă, se spală bine, fără să se curepe, apoi se pun la fiert în apă clocotită, lăsându-se să se înmoaie bine, după care se scot şi se ţin în apă rece până a doua zi. După aceea, se scot, se scurg bine, se taie în sferturi, scoţând sâmburii şi pieliţele albe dintre felii. Se taie în formă de lame subţiri, cu tot cu coajă. Se fierbe zahărul într-o jumătate de litru de apă şi, după ce se topeşte, se adaugă feliuţele de portocale. Se lasă focul potrivit şi se aşteaptă până se leagă. Se toarnă în borcane cât e cald.

Gem de prune

1 kg prune
250 g zahăr tos, zahăr vanilat

Se spală prunele, se curăţă coaja şi cozile, se îndepărtează sâmburii şi se fierb la foc mic, împreună cu zahărul, până ce acesta se topeşte. Apoi, se dă focul mare, se adaugă un praf de zahăr vanilat şi se continuă fierberea, amestecând în permanenţă cu o lingură de lemn, până se leagă. Se toarnă în borcane după ce se răceşte pe jumătate.

Magiun, marmeladă, peltea

Magiun de legume

Se curăţă un dovleac de coajă şi de seminţe, apoi se taie în bucăţele şi se pune la fiert în puţină apă. Când se înmoaie, se dă prin sită şi se pune iar la fiert, dar fără apă, amestecând continuu, să nu se lipească. Se iau apoi morcovi şi sfeclă, în aceleaşi cantităţi ca şi dovleacul, se curăţă, se spală, se taie în cubuleţe şi se fierb în apă cât să le acopere. După ce s-au înmuiat, se dau prin sită şi se fierb iar. Se amestecă apoi cu dovleacul, se lasă să se răcească, apoi se pun în borcane, care se ţin timp de o zi în cuptorul închis, să prindă coajă la suprafaţă, după care se pun la rece, bine legate.

Magiun de prune

Se aleg prune bine coapte, se curăţă de codiţe şi se spală bine, apoi se fierb cu puţină apă, într-o oală acoperită. Se lasă până se înmoaie prunele, apoi se scot, se răcesc şi se dau prin sită. Jumătate din cantitatea de piure obţinută se

fierbe la foc mărişor, amestecând continuu, să nu se ardă. Când a scăzut la jumătate, se adaugă restul şi se continuă fierberea, până când rămâne lipit pe lingură. Se toarnă cald în borcane şi se păstrează la rece, în loc uscat.

Marmeladă de gutui

Gutuile, alese numai dintre cele sănătoase şi bine coapte, se şterg cu grijă de tot puful, se taie în felii şi se pun la fiert, fără a se îndepărta sâmburii. Când s-au înmuiat bine, se dau prin sită. Pasta obţinută se fierbe, la foc mic, cu zahăr, calculat la jumătate din cantitatea ei. După ce se topeşte zahărul, se dă focul mare şi se lasă până se încheagă. Se pune fierbinte în borcane, care se leagă abia a doua zi, după ce se formează o coajă la suprafaţă.

Marmeladă de trandafiri

300 g petale de trandafiri
1 kg zahăr
o lămâie

Se aleg petale întregi, din cele pentru dulceaţă, se curăţă de partea albicioasă şi se dau prin maşina de tocat. Se fierbe zahărul cu 400 ml apă, apoi se adaugă petalele, fierbându-se în continuare până se leagă, dar nu prea mult. Când e aproape gata, se adaugă zeama de lămâie.

Marmeladă de zmeură

1 kg zmeură
1 kg zahăr

Zmeura, curăţată, spălată şi lăsată la scurs, se pune la fiert, pe foc moale, împreună cu zahărul, fără să se adauge apă. Se amestecă mereu cu lingura de lemn, să nu se lipească de fundul oalei. În momentul în care lingura stă dreaptă în oală, înseamnă că marmelada s-a legat suficient şi se poate lua de pe foc.

Peltea de agrişe

1 kg agrişe
250 g coacăze
1 kg zahăr

Agrişele şi coacăzele se spală bine şi se pun să fiarbă împreună, la foc mic, cu apă cât trebuie să le acopere. Când se înmoaie, se scot şi se pun într-o sită, să se scurgă într-un castron. Se lasă aşa cam o jumătate de oră, presându-le puţin din când în când. Se aşteaptă până se limpezeşte zeama, apoi se toarnă într-o oală de inox şi se adaugă zahăr, în proporţie de 1 kg la un litru de zeamă. Se pune pe foc mic până se topeşte zahărul, amestecând încet, apoi se dă focul mare, se spumează şi se lasă să se lege. Se toarnă în borcane cât e fierbinte, acestea fiind învelite în şervete înmuiate în apă rece, sub ele punându-se câte un cuţit, ca să tragă fierbinţeala şi să nu se crape borcanele.

Peltea de caise

1 kg caise
1 kg zahăr

Caisele nu trebuie să fie coapte de-a binelea, mai bune sunt pentru peltea cele pe jumătate verzi. Se spală şi se pun la fiert în apă rece, cam cinci căni. După vreo trei sferturi de oră, se ia vasul de pe foc şi se lasă până se răceşte şi se limpezeşte zeama, care, după aceea, se strecoară prin tifon sau etamină şi se pune la fiert, la foc mic, cu o cantitate dublă de zahăr. Când se topeşte zahărul, se dă focul mare, se spumează şi se lasă până se leagă, căpătând o consistenţă gelatinoasă. Se pune fierbinte, în borcane.

Peltea de gutui

1 kg gutui
250 g mere
1 kg zahăr

Gutuile trebuie să fie sănătoase şi coapte, preferabil de dimensiuni mai mici. Se şterge bine tot puful de la suprafaţă, se spală sub un jet puternic de apă rece, apoi se taie fiecare gutuie în câte opt bucăţi. Se pun la fiert într-o cantitate dublă de apă, la foc mic, cam o oră. Se curăţă merele, se spală, se taie în sferturi şi se adaugă în oală. După ce s-au înmuiat, se iau de pe foc şi se lasă o jumătate de oră să se limpezească zeama. Se strecoară printr-o pânză deasă şi se pune la fiert cu zahărul, pe foc mic. După ce acesta se topeşte, se dă focul mai mare şi se lasă până se leagă.

Peltea de portocale

1 kg portocale
1 kg mere
1 kg zahăr

Se fierb merele într-o cantitate egală de apă, după ce se spală şi se taie în câte opt felii, fără să se cureţe. Se lasă un sfert de oră după ce dau în clocot, apoi se scot şi se pun într-o sită să se scurgă, păstrând zeama. Portocalele se taie în două şi se storc de zeamă, care se pune la fiert împreună cu zahărul şi cu zeama de la mere. Se adaugă şi câteva coji de portocală, dar acestea se vor scoate atunci când se leagă compoziţia.

Peltea de zmeură

1 kg zmeură
1 kg zahăr

Se spală zmeura şi se stoarce, cu grijă, printr-o bucată de tifon. Sucul obţinut se fierbe împreună cu zahărul, la foc mic, până ce acesta se topeşte, apoi se măreşte flacăra şi se continuă fierberea, adunând spuma când e cazul, până se leagă. Compoziţia va fi turnată fierbinte în borcane curate şi uscate, învelite în cârpe ude şi cu câte o lamă de cuţit aşezată dedesubt, să nu se spargă.

Şerbeturi

Şerbet de caise

1 kg caise
1 kg zahăr tos, zahăr vanilat

Caisele se pun la fiert, fără să se cureţe, într-un litru de apă. Se lasă până ce apa scade la jumătate, apoi se ia de la foc, iar caisele, după ce s-au răcit, se trec printr-o sită deasă. Se lasă zeama să se limpezească, apoi se toarnă, împreună cu zahărul, într-o oală de inox, care se pune la fiert, pe foc moale. Se adaugă şi un praf de zahăr vanilat. Se adună spuma când este cazul, apoi se încearcă siropul, luând câteva picături cu linguriţa şi turnându-le într-o cană cu apă de la frigider. Dacă nu se dizolvă şi rămân închegate, se ia oala de pe foc, se acoperă cu un şervet umed şi se lasă să se răcorească. Atunci, se amestecă, mereu în aceeaşi direcţie, cu un făcăleţ, până ce îşi măreşte consistenţa, iar culoarea începe să bată spre roşu. Se aşază în borcane curate, presând ca să nu rămână bule de aer.

Şerbet de căpşune

1 kg căpşune
1 kg zahăr, o lămâie

Căpşunele se spală bine, se curăţă de codiţe şi se storc printr-o bucată de tifon, zeama fiind lăsată o jumătate de oră la limpezit, după care se pune la fiert cu zahăr, proporţia fiind de 1 kg zahăr la 250 ml de suc. Se ţine focul mic până se topeşte zahărul, apoi se dă flacăra mare. Se spumează şi se verifică dacă are consistenţa necesară, apoi se ia de pe foc, se acoperă cu un şervet îmbibat cu apă, lăsându-se să se răcorească. Se amestecă bine cu făcăleţul până se îngroaşă şi se înroşeşte, moment în care se toarnă şi zeama de la o jumătate de lămâie.

Şerbet de cireşe amare

1 kg cireşe amare
1 kg zahăr, o lămâie

Cireşele se curăţă de cozi, se spală şi se storc. Zeama se lasă la limpezit, apoi se pune la fiert într-o oală de inox. Proporţia este de 1 kg zahăr şi o jumătate de cană de apă la 150 ml suc de cireşe. După ce se topeşte zahărul, se măreşte flacăra şi se lasă până se leagă, apoi se ia de pe foc, se acoperă cu un prosop ud şi, când se mai răcoreşte, se amestecă bine cu un făcăleţ, mereu în acelaşi sens. Când s-a îngroşat şi şi-a schimbat culoarea, se adaugă zeama de lămâie.

Şerbet de portocale

500 g portocale
1 kg zahăr, o portocală roşie

Se spală portocalele şi se taie fiecare în câte opt bucăţi, apoi se opăresc în apă clocotită, aceeaşi cantitate cu cea de fructe. Se pune capacul peste oală şi se lasă la răcit, apoi se strecoară zeama şi se pune să fiarbă cu zahărul, la foc mic, apoi, când acesta s-a topit, se dă focul mare. Când se leagă compoziţia, se scoate, se răcoreşte, apoi se amestecă energic cu făcăleţul, adăugând treptat şi zeama de la portocala roşie, precum şi puţină coajă rasă.

Şerbet de trandafiri

200 g petale de trandafiri
250 g zahăr, o lămâie

Se fierb petalele de trandafiri cu un litru de apă, timp de un sfert de oră, după care se ia oala de pe foc, se toarnă zeama de la o jumătate de lămâie şi se lasă până se răceşte, după care se strecoară. Trei căni pline cu astfel de zeamă se pun să fiarbă, pe foc moale, cu zahărul, până ce acesta se dizolvă complet, apoi se măreşte focul şi se lasă să se lege, spumând când e cazul. Se freacă şerbetul cu făcăleţul după ce s-a răcorit puţin, până îşi schimbă culoarea.

Şerbet de vişine

1 kg vişine, 1 kg zahăr

Vişinele, curăţate de cozi şi spălate, se storc prin tifon, obţinându-se cam o jumătate de cană de suc, care se pune la fiert, pe foc mic, cu o cană de apă şi cu zahărul. După ce zahărul s-a dizolvat, se dă focul mare şi se lasă până se leagă, apoi se ia de pe foc, se lasă să se răcorească până când se poate introduce degetul în el, frecându-se cu făcăleţul până se îngroaşă şi îşi schimbă culoarea.

Băuturi

Lichior de cafea

100 g cafea măcinată
350 ml alcool rafinat de 90°
500 g zahăr

Se amestecă, într-un borcan de sticlă, cafeaua măcinată şi alcoolul. Se leagă borcanul la gură, se înfăşoară cu hârtie albastră şi se lasă la macerat timp de 15 zile, agitându-se zilnic. După aceea, se prepară un sirop din apă şi zahăr, fierte împreună un sfert de oră la foc moderat. Se lasă să se răcească, apoi se toarnă în borcan, se amestecă bine şi se mai lasă alte 15 zile, agitând în fiecare zi.

După expirarea timpului, se strecoară în sticle cu ajutorul unei pâlnii cu tifon.

Lichior de cireşe amare

500 g cireşe amare
200 g sâmburi de cireşe
1 l alcool rafinat de 90°
1 kg zahăr
500 ml apă

Într-un borcan de sticlă, se pun cireşele, împreună cu sâmburii bine sfărâmaţi şi cu alcoolul. Se acoperă bine, se înveleşte în hârtie albastră şi se lasă la macerat, la soare, timp de două săptămâni, agitându-se în fiecare zi. Din zahăr şi apă se prepară un sirop, care, după ce se răceşte, se toarnă peste cireşele din borcan şi se mai lasă încă două săptămâni. La fel, borcanul trebuie agitat în fiecare zi. Se strecoară prin tifon şi se toarnă în sticle.

Lichior de mentă

500 g frunze de mentă
500 g zahăr
500 ml alcool rafinat de 90°
1 l apă

Frunzele de mentă se spală bine şi se lasă la uscat, după care se mărunţesc. Se pun într-un borcan sau într-o sticlă mai largă la gât, turnându-se alcoolul peste ele. Se înfăşoară în hârtie albastră şi se lasă la cald timp de două săptămâni, agitându-se în fiecare zi. După trecerea acestui termen, se face un sirop din zahăr şi apă, se toarnă peste frunzele de mentă macerate, se amestecă bine şi se strecoară în sticlă printr-o pâlnie cu tifon.

Lichior de portocale

1 kg portocale
750 ml alcool rafinat de 90°
500 g zahăr
1 l apă

Portocalele se spală bine şi se curăţă. Coaja se dă pe răzătoare şi se pune într-un borcan. Peste ea, se toarnă 400 ml alcool, se acoperă borcanul şi se lasă la macerat timp de două săptămâni, la temperatura camerei. După aceea, se pregăteşte un sirop mai subţire, fierbând zahărul cu apa cam 15 minute, la foc potrivit. Se adaugă jumătate din esenţa de portocale obţinută, se ia de pe foc şi se lasă la răcit. Când e rece, se adaugă restul de esenţă şi de alcool. Se pune o linguriţă de zahăr într-o tigaie şi se lasă pe foc până se caramelizează, după care se stinge cu puţină apă fierbinte. Se toarnă zahărul ars peste lichior, se amestecă bine, se strecoară în sticle şi se lasă la păstrare în loc răcoros.

Lichior de vanilie

4 batoane de vanilie
500 ml alcool rafinat de 90°
500 g zahăr
500 ml apă

Vanilia se taie în bucăţele cât mai mici, se pune într-un borcan şi se toarnă peste ea alcoolul. Se lasă la macerat timp de trei săptămâni, după care se adaugă un sirop subţire, preparat din zahăr şi apă, fierte timp de 15 minute la foc potrivit. Se amestecă şi se lasă la soare încă două săptămâni, apoi se strecoară în sticle şi se păstrează la rece.

Must de mere

10 kg mere ionatane
apă

Merele se aleg dintre cele coapte, sănătoase, fără stricăciuni. Se spală bine, se scot cozile, dar se lasă coaja şi cotorul cu seminţe. Se zdrobesc bine şi se pun într-un butoi, care se umple până sus, după care se completează cu apă. Se lasă, cu vrana deschisă, timp de o lună. Când devine acrişor, se poate bea. Şi mai bun e mustul dacă e lăsat vreo două sau chiar trei luni, când capătă un gust uşor acidulat. Cine doreşte, poate combina mai multe soiuri de mere, cu pere pergamute, care dau mustului un parfum deosebit.

Rachiu de sâmburi

50 de sâmburi de caise
50 de sâmburi de piersici
1 l alcool rafinat de 90°
125 g zahăr
flori de portocal

Se sparg cu cleştele sau cu ciocanul 50 de sâmburi de caise şi 50 de piersici. Se pun într-un borcan cu un litru de alcool de 90°, se presară deasupra flori de portocal, se adaugă 125 g zahăr, dizolvat în prealabil în puţină apă. Se lasă la macerat timp de trei luni, după care se strecoară în sticle cu ajutorul unei pâlnii în care s-a pus o bucată de tifon.

Vin de smochine

1 kg smochine
3 kg zahăr
3 lămâi
30 g drojdie de bere
10 l apă

Se pun la fiert într-o oală mare, 10 l apă. După ce a fiert în clocot, se lasă la răcit până ajunge la temperatura de 40° C. Se adaugă smochinele, zahărul, două lămâi fără coajă şi una cu coajă, tăiate în felii, şi drojdia de bere. Se acoperă şi se lasă la fermentat timp de o lună şi jumătate, la o temperatură constantă de 20° C. Se amestecă în fiecare zi, ca să nu se tulbure. După ce s-a încheiat fermentaţia, se trage cu grijă într-o damigeană de sticlă, învelită cu răchită. Se astupă cu dopul şi se lasă la limpezit. Când e limpede, se scoate în sticle, care se astupă bine cu dopuri de plută opărite şi se lasă la rece, dar nu la temperaturi foarte scăzute. Din drojdia rămasă, folosind aceeaşi metodă, se mai poate prepara „mâna a doua“; vinul iese mai slab, dar merită!

Vin pelin

20 l must de struguri
1 kg frunze de pelin

Într-un butoi din lemn de dud, plin cu must (trebuie să rămână, totuşi, loc până la gura butoiului, cam de-o palmă, ca să se poată fermenta), se introduce un buchet de pelin uscat, legat cu sfoară. Se lasă la fermentat, răscolind mustul cel puţin o dată pe zi, prin agitarea butoiului sau suflând printr-un furtun, în toate direcţiile. De asemenea, se gustă, pentru a observa momentul în care capătă aroma şi amăreala potrivite. Când se ajunge la gustul dorit, se scoate pelinul şi se mai lasă la fermentat, până se limpezeşte şi se depune drojdia la fund. Se trage cu furtunul într-un alt butoi de lemn, în care se lasă până se elimină tot dioxidul de carbon. Abia apoi, se trage în sticle, se astupă şi se păstrează la rece.

Vişinată

1 kg vişine
400 g zahăr
1 l alcool rafinat de 90°
1 l apă

Vişinele se curăţă, se spală bine şi se pun într-un borcan de sticlă, cu întreaga cantitate de zahăr presărată printre ele. Se acoperă borcanul, se leagă la gură şi se lasă la soare 3–4 zile, până se topeşte zahărul. Când s-a topit, se adaugă alcoolul şi apa, în proporţia necesară pentru a se obţine tăria dorită. Dacă doriţi ca băutura să aibă o aromă mai puternică, puteţi adăuga câţiva sâmburi de vişine, bine pisaţi. Se mai lasă câteva zile, după care se strecoară în sticle. Se păstrează la loc întunecos şi rece.

Bucătăria galantă

Creier în aspic cu legume

1 kg creier
2 cepe
2 morcovi
foi de dafin
40 ml oţet de 9°
50 g ţelină
30 g mirodenii combinate
100 g carne de vită
câteva foi de gelatină
4 căpăţâni de usturoi, sare, piper

Se pun la fiert în apă rece ţelina, morcovii, ceapa, mirodenii combinate şi se adună spuma. Se adaugă creierul şi carnea de vită şi se continuă fierberea, 3–4 ore. Se scot carnea, creierul şi legumele, iar zeama se strecoară. Dacă fiertura nu este prea consistentă, se adaugă câteva foi de gelatină înmuiate în apă rece. Se adaugă creierul, usturoiul pisat, carnea de vită, sarea şi piperul după gust şi se lasă la frigider până a doua zi, să se închege. Se serveşte rece.

Crevete cu sos de maioneză şi usturoi

400 g crevete
2 căpăţâni de usturoi, 200 ml ulei
5 ouă, o lingură de muştar
zeama de la o jumătate de lămâie
sare

Se ia o pungă de crevete congelate din magazin şi se lasă 30 de minute în apă călduţă, la dezgheţat. Se face o maioneză dintr-un gălbenuş de ou fiert tare şi amestecat cu ulei cu lingura de lemn, la care se adaugă, pe rând, celelalte gălbenuşuri separate de albuş, apoi ulei. Se adaugă muştarul şi zeama de lămâie, amestecând bine şi sarea. Se face un mujdei de usturoi, care se amestecă cu maioneza. În sosul astfel creat se pun crevetele fierte în apă cu o linguriţă de sare timp de 15–20 de minute.

Ficat de gâscă în aspic

500 g ficat de gâscă
600 g aspic
o lingură de untură
sare, piper
foi de dafin
o legătură de verdeaţă

Se aşază deoparte ficaţi mari şi frumoşi, care se spală bine în apă rece cu puţină sare. Se adaugă ficaţii într-un vas cu apă rece în care punem bucăţele de gheaţă, pentru a nu mai rămâne urme de sânge. Se lasă cam 35 de minute, apoi se pune la fiert cu sarea, foile de dafin, untura şi piperul măcinat. Se fierbe încă 30–40 de minute. Se strecoară, se condimentează, după care se adaugă aspicul şi verdeaţa tocată fin. Se dă la rece până se încheagă suficient pentru a fi servit.

Găluşte de smântână cu raci

800 g de raci
100 g unt
2 linguri de griş
un ou, 200 ml smântână
o legătură de pătrunjel
o legătură de mărar
100 g măsline
sare, piper

Racii se spală şi se pun la fiert vii în apă clocotită cu sare. Când sunt fierţi pe jumătate, se scot şi se prăjesc în toată cantitatea de unt, care a fost bine încins în prealabil. Se aşază apoi pe un platou, împreună cu sosul creat. Separat, se pregătesc găluştele, din 2 linguri de griş amestecate cu un ou, 100 ml de smântână, sare şi verdeaţă tocată fin. Se pun la fiert în apă clocotită cu puţină sare. Când sunt gata, se pun lângă raci, pe platou şi se servesc cu restul de smântână şi piper măcinat deasupra. Se ornează cu măsline negre.

Homar cu maioneză vegetală

400 g homar
200 g maioneză vegetală
300 g ciuperci proaspete
ienibahar
nucşoară rasă, sare, piper

Homarul se spală bine în apă rece şi se frige pe grătarul încins. Se aleg ciuperci cu pălării mari, frumoase, fără stricăciuni. Ciupercile se separă de codiţe, se curăţă şi se frig, de asemenea. Maioneza se omogenizează cu ciupercile, ienibahar, nucşoară, sare şi piper şi se pune pe un platou. În mijloc se aşază homarul şi se ornează cu feliuţe de roşii.

Omletă cu zahăr vanilat

8 ouă
200 g nuci, 100 g caşcaval
2 pliculeţe de zahăr vanilat
coaja de la o portocală
150 ml ulei

Ouăle se bat bine cu furculiţa într-un castron de inox. Nucile se curăţă de coajă şi se dau prin maşina de tocat. Caşcavalul se taie bucăţi şi se dă pe răzătoarea mare. Coaja de portocală se taie foarte fin cu un cuţit ascuţit. Se încorporează cu ouăle bătute nucile, coaja de portocală, caşcavalul ras şi zahărul vanilat. Se prăjeşte în uleiul încins întorcându-se pe o parte şi pe alta cu spumiera sau cu o paletă special creată. Înainte de a se aşeza pe farfurie se scurge cu grijă de ulei, spre a nu strica forma omletei.

Salată de andive cu frişcă

800 g andive
6 portocale coapte, 400 g frişcă
50 ml esenţă de rom
un păhărel de coniac
100 g ciocolată cu lapte

Se aleg andive mari frumoase, proaspete, nepătate, care se curăţă de coajă şi se spală bine. Se taie

apoi feliuţe lungi şi se pun în salatieră, se stoarce zeama de la două portocale şi se adaugă peste andive. Restul portocalelor se curăţă de coajă şi se despart feliuţele, care se taie pe jumătate. Se amestecă totul cu frişca, esenţa de rom şi un păhărel de coniac. Se lasă la macerat la frigider, apoi se serveşte rece, cu ciocolată rasă deasupra.

Salată de crudităţi cu porumb şi nuci

2–3 morcovi
200 g ţelină
2 mere golden
200 g porumb fiert din conservă
frunze de ţelină
300 g frişcă
200 g nuci
o lămâie întreagă
zahăr pudră după gust

Morcovul se curăţă, se spală şi se dă pe răzătoare. Ţelina se curăţă de coajă şi se rade, de asemenea. Nucile se sparg, se curăţă şi se toacă mărunt cu cuţitul. Lămâia se taie în două părţi egale: o parte se taie cubuleţe mici, iar de la cealaltă se stoarce doar zeama. Merele se curăţă de coajă şi se taie cubuleţe. Frunzele de ţelină se spală şi se separă de codiţe. Într-o salatieră se amestecă merele, morcovul, ţelina, nucile, frişca, lămâia, zeama de lămâie, boabele de porumb şi se potriveşte de zahăr. Se ornează cu frunzuliţe de ţelină.

Salată de fructe de mare

100 g caracatiţă
150 g surimi
100 g sepie
150 g crevete
o legătură de pătrunjel
10 ml oţet de mere
100 ml ulei
200 g piure de mazăre
sare, piper

Se pot alege fructe de mare congelate, care se dezgheaţă în apă călduţă. După ce această operaţiune s-a încheiat, se încinge uleiul într-o cratiţă şi se prăjesc la foc mic aproximativ 20 de minute, excepţie făcând surimi de crab, care este gata cam în 10 minute. Se pune apoi totul pe un platou şi se amestecă cu puţin ulei, oţet, verdeaţă tocată şi se potriveşte de sare. Se pot servi cu un piure de mazăre.

Salată de pui cu alune

un pui întreg
300 g de maioneză
200 g alune nesărate
100 ml ulei
200 g compot de ananas
2–3 roşii
o legătură de pătrunjel
sare, piper

Puiul se curăţă, se spală şi se tranşează, scoţându-se toată carnea de pe oase. Carnea şi măruntaiele se pun la prăjit într-o tigaie cu ulei încins. Se scoate, se mărunţeşte bine cu o lingură de lemn şi se amestecă cu maioneza. Alunele se despică în două, ananasul se separă de zeamă şi se taie în bucăţi, roşiile se spală şi se taie, iar verdeaţa se mărunţeşte. Toate ingredientele se amestecă cu puiul şi maioneza, punându-se sare şi piper.

Salată de raci cu ciuperci

800 g raci vii
400 g ciuperci proaspete
80 ml ulei
10 ml oţet de legume
cimbru, rozmarin
3–4 castraveţi proaspeţi
frunze de salată verde
sare, piper

Se aleg raci vii, se spală în mai multe ape şi apoi se fierb până ce se înroşesc. Ciupercile proaspete se curăţă şi se spală, tăindu-se lamele. Se amestecă totul bine cu ulei, oţet, cimbru, rozmarin, sare şi piper. Se aşază pe un platou şi se ornează cu frunze mari şi proaspete de salată verde şi cu castraveciori din soiul cornişon tăiaţi în feliuţe subţiri şi lunguieţe.

Scoici umplute

16 scoici
100 g slănină afumată
100 g ciuperci din conservă
100 ml ulei, boia de ardei iute
100 ml vin alb
chili, un ou
100 ml sos picant
o legătură de pătrunjel
sucul de la o jumătate de lămâie
sare, piper

Scoicile se pun în tigaie la foc mic, împreună cu vinul. Când cochiliile se deschid, se scot scoicile, se separă sucul şi se păstrează jumătate din cochilii. Ciupercile se călesc în ulei, iar slănina se taie în bucăţele şi se adaugă la ciuperci. Se amestecă sosul picant cu moluştele şi sucul lăsat de ele, ciupercile, slănina, chili şi gălbenuşul, condimentându-se cu sare şi piper. Se umplu apoi scoicile cu această compoziţie şi se dau într-o tavă la cuptor. Se aşază pe un platou şi se servesc fierbinţi, cu suc de lămâie şi pătrunjel verde.

Şuncă în aspic

400 g şuncă de Praga
800 ml aspic de porc
300 g ciuperci din conservă
o legătură de mărar
o legătură de pătrunjel
cimbru, sare

Şunca se taie în bucăţele cam de un centimetru grosime. Ciupercile se scurg de apa din conservă şi se spală în apă rece, apoi se taie peştişori, folosindu-se un cuţit bine ascuţit. Mărarul şi pătrunjelul se toacă mărunt. Se ia aspicul răcit (se prepară ca la „Pui în aspic“) şi se adaugă şunca, ciupercile, verdeaţa, cimbrul şi puţină sare. Se lasă la frigider să se închege până a doua zi dimineaţa, când se poate servi.

Supă de broaşte ţestoase

800 g carne de broască ţestoasă
2 ouă, 20 ml oţet
o ceapă, 2–3 roşii
2 ardei graşi, 2 linguriţe de chili
o legătură de verdeaţă, sare, piper

Carnea de broască ţestoasă se spală bine şi se ţine 3–4 ore la macerat în 2 litri de apă cu 20 ml de oţet. Ceapa se curăţă şi se taie în bucăţi mari şi ardeiul gras se taie în fâşii lungi. Roşiile se separă de pieliţe opărindu-se, apoi se dau pe răzătoare, obţinându-se un suc concentrat. Verdeaţa se toacă fin. Carnea se pune la fiert împreună cu legumele, adunând spuma. Se lasă la fiert aproximativ 60–80 de minute. La final se drege cu ouăle bătute şi se adaugă chili, sare, piper şi verdeaţa.

Supă de morun cu crutoane

400 g morun
200 g crevete, 30 g lămâie
30 g slănină afumată
o ceapă mare
frunze de ţelină
300 g smântână, un ardei gras
un ardei iute mic
200 g crutoane de pâine
o legătură de mărar, sare, piper

Peştele se pune la fiert în apă rece şi se lasă 10–15 minute, apoi se adună spuma. Între timp, se curăţă şi se toacă mărunt ceapa, slănina, ardeiul gras, ardeiul iute şi se adaugă la fiert, spumând. Verdeaţa se curăţă şi se toacă, de asemenea. Când s-au fiert destul, se adaugă crevetele, smântâna şi verdeaţa, lăsând la foc moderat încă 10–15 minute. Se serveşte fierbinte, cu frunze întregi de ţelină şi feliuţe de lămâie deasupra, precum şi cu crutoane de pâine.

Pastă de vinete cu caviar

4 vinete potrivite
100 ml ulei de măsline
o legătură de pătrunjel verde
100 g caviar
o lămâie
sare, piper

Vinetele se spală, se şterg cu un şervet curat şi se coc la foc potrivit. Se curăţă de coajă, iar miezul se omogenizează cu ulei de măsline frecând cu o lingură de lemn, până se obţine o pastă. Pătrunjelul verde se spală şi se curăţă de cozi, apoi se toacă fin. Se condimentează, se adaugă sucul de lămâie, verdeaţa, caviarul şi se serveşte rece, cu pâine prăjită.

Boboc de raţă cu portocale

un boboc de raţă
2 kg de portocale
200 g de miere, 200 g unt

Se alege un boboc de raţă de mărime medie, care se curăţă în interior şi se spală bine, după ce i s-au scos măruntaiele. Se unge în interior cu 30 g de unt şi 150 g de miere şi se lasă o vreme să se odihnească. În acest răstimp se curăţă portocalele de coajă şi se desprind feliuţe întregi. Untul rămas se topeşte într-o tavă şi se pune bobocul de raţă umplut cu portocale, măruntaie şi legat cu mai multe scobitori. Oprim câteva feliuţe de portocală pentru a le adăuga la sosul din tavă, apoi ungem puiul cu restul de miere. Este gata în 45 de minute şi se poate servi cu felii de portocală proaspete.

Calamari

600 g calamari
3 linguri de făină
2 linguri de ulei, o lămâie, sare

Calamarii se curăţă, se spală, după care se pun la scurs într-o strecurătoare. Se dau prin făină, apoi se pun la prăjit într-o tigaie cu ulei încins, care se ţine acoperită cu capacul, ca să nu sară. După ce s-au rumenit, se scot, se lasă puţin la scurs, apoi se servesc, ornaţi cu feliuţe de lămâie şi cu garnitură de cartofi prăjiţi sau natur.

Caracatiţă cu măsline

800 g caracatiţă
200 g măsline negre
200 g smântână, 2 linguri de bulion
2 linguri de făină, o ceapă
80 ml ulei, 2 linguri de zahăr
o legătură de pătrunjel verde
sare, piper

Se alege o caracatiţă de mărime potrivită şi se spală bine, apoi se pune la fiert întreagă, în apă clocotită. Se face un rântaş din 200 g de ceapă tocată şi 2 linguri de bulion, la care se adaugă 2 linguri de făină. După ce s-au prăjit bine, acestea se adaugă la mâncare împreună cu măslinele. Se lasă să

scadă la foc mic, după care se omogenizează smântâna, condimentele şi verdeaţa. Se lasă până când toate ingredientele sunt fierte bine, apoi se pune pe un platou şi se serveşte fierbinte, cu pătrunjel verde deasupra.

Caracatiţă la cuptor cu vin roşu

600 g caracatiţă
100 ml vin roşu
200 g smântână
100 ml ulei, 50 ml oţet
2 linguri de zahăr
sare, piper, foi de dafin

Se alege o caracatiţă de mărime medie şi se spală bine, apoi se pune la fiert întreagă, în apă clocotită. După 30 de minute se scoate şi se porţionează. Se pune ulei şi vin roşu într-o tavă şi se lasă la cuptor împreună cu feliile de caracatiţă încă o jumătate de oră. Se adaugă foi de dafin, zahăr, oţet, sare, piper şi se mai coace un sfert de oră. Se scoate, se pune pe un platou şi se serveşte fierbinte, cu smântână deasupra.

Caracatiţă umplută cu sos picant

o caracatiţă
200 g de orez
100 g ceapă
4–5 ardei roşii şi verzi
cimbru, 200 g unt
3–4 căţei de usturoi
200 g sos picant
sare, piper

Se ia o caracatiţă ceva mai mare şi se face o incizie cu cuţitul în interior. Orezul se fierbe în apă cu sare timp de 20–25 de minute. Ceapa se căleşte împreună cu ardeiul în ulei încins. Se amestecă orezul fiert cu ceapa şi ardeiul, cimbru, sare şi piper şi se umple caracatiţa, apoi se leagă cu scobitori şi se pune la cuptor, într-o tavă cu puţin unt. Se adaugă puţină apă, usturoiul pisat şi condimente. Se lasă astfel 45 de minute, timp în care se stropeşte cu sosul din tavă. Se scoate şi se serveşte caldă, cu sos picant.

Căprioară cu trufe la cuptor

800 g carne de căprioară
200 g trufe, 150 g unt proaspăt
3 pliculeţe de zahăr vanilat
3 ouă, 200 g smântână
200 g compot de ananas

Carnea de căprioară se spală, se curăţă de pieliţe şi se pune într-o tavă cu untul topit. Se obţine un amestec din ouăle bătute bine cu furculiţa sau cu telul, smântână şi zahăr vanilat, care se adaugă în tavă. De asemenea, se pun trufele, zeama de la compotul de ananas şi jumătate din fructe. Se lasă să se coacă la cuptorul încins în prealabil, timp de 40–50 de minute. Se scoate şi se serveşte caldă, ornată cu feliuţe de ananas proaspăt.

Cordon bleu

800 g cotlet de porc
300 g caşcaval, 100 g şuncă de Praga
100 g făină, 4 ouă
200 g pesmet, 120 g ketchup
2 roşii, o jumătate de lămâie
sare, piper

Cotletul se spală, se curăţă, se porţionează, se bate cu ciocanul de şniţele, se sărează şi se piperează. Şunca se taie în tot atâtea felii, la fel şi caşcavalul, roşiile şi lămâia. Cotletele se dau prin ketchup şi peste ele se aşază feliile de caşcaval şi şuncă, până la jumătatea suprafeţei fiecărei porţii, pentru ca restul cărnii să se împacheteze peste. Se dau apoi prin făină, ou bătut şi pesmet şi se rumenesc în untdelemn încins. Se serveşte asortat cu feliuţe de roşii proaspete şi lămâie.

Crabi în sos cu miere

400 g crabi
200 g unt
2 linguri de miere, o ceapă
o legătură de pătrunjel verde
piper alb măcinat, sare după gust

Crapii se spală, se curăţă şi se pun la fiert pentru 30 de minute. Ceapa se toacă fin şi se pune la prăjit într-o tigaie, împreună cu untul. Când este călită bine, se adaugă făina şi se omogenizează. Apoi se pune mierea şi se stinge cu puţină apă călduţă. Sosul astfel obţinut se toarnă peste crabi, amestecând. Se adaugă sare şi piper şi se mai lasă un sfert de oră la foc mic. Se serveşte fierbinte, cu pătrunjel verde presărat deasupra.

Crap cu ciuperci la abur

un crap
300 g ciuperci din conservă
100 g margarină, 3–4 roşii
2 ardei graşi
o legătură de verdeaţă, 2 ouă
400 g mămăliguţă pripită
sare, piper

Crapul se spală şi se curăţă, apoi se pune la fiert în bain-marie. Separat, roşiile se decojesc şi se dau pe răzătoare, ardeii se spală şi se taie julien, iar verdeaţa se mărunţeşte. Se pune margarina într-o tigaie să se topească, apoi se adaugă ardeiul, când este călit se pun ciupercile, roşiile şi în final ouăle bătute bine. Se sărează şi se ia de pe foc când sunt gata. Peştele se lasă într-un sfert din cantitatea de apă în care a fiert, şi se toarnă deasupra legumele prăjite, ţinându-se încă 10–15 minute la abur. Se condimentează şi se serveşte cu verdeaţă presărată deasupra şi mămăliguţă caldă.

Crevete şi stridii cu sos de linte

400 g crevete
200 g stridii, 200 g de linte
o căpăţână de usturoi
150 ml ulei de măsline
100 g măsline, sare, piper

Căţeii de usturoi se toacă mărunt şi se pun la prăjit în ulei încins. Se adaugă apă în tigaie împreună cu lintea şi se lasă să fiarbă 20 de minute. Se pun apoi crevetele, stridiile, sarea şi piperul. Măslinele se fierb în apă clocotită, se lasă să se răcească şi li se îndepărtează pieliţa şi sâmburii. Se toacă mărunt şi se adaugă la mâncare. Se serveşte caldă.

Radu Anton Roman inaugurează o nouă rubrică
NUMAI în revista **Bucătăria pentru toți:**

Hop şi noi pe Papamond!

Vino şi tu alături de Radu în marea hoinăreală prin cele mai vestite bucătării ale lumii: Portugalia, Grecia, Japonia, Franţa, China, Italia, Liban, Suedia, Argentina, Germania, Maroc, Thailanda, Spania, India, Belgia, Pakistan şi toate celelalte ţări care contează în gastronomie. Nu-ţi fie teamă de aventură, Radu va selecta doar acele mâncăruri specifice ale căror ingrediente se găsesc şi în magazinele noastre. Călătoria pe „Papamond" va dura, număr de număr, doi-trei ani, însă colecţia ta trebuie să înceapă acum!

Bucătăria pentru toţi
SPORNIC • SĂNĂTOS • GUSTOS

HOME

zepter

măsura artei

HOME

ART

zepter® INTERNATIONAL ROMANIA

...pentru căminul tău!

Informații suplimentare privind produsele Zepter şi posibilitățile de achiziționare le puteți obține prin intermediul consultanților de vânzări Zepter sau la sediul Zepter International Romania, B-dul Unirii nr. 70, bl. J4-J5, sector 3, București, telefon: (021) 30.20.430; 30.20.480, e-mail: info@zepter.ro; www.zepter.ro.

ART

WWW.FIB.RO

Industria Agro-Alimentara si domeniile conexe la o singura adresa

30 ZILE LISTARE GRATUITA

@ Standuri virtuale cu descrieri complete a produselor si serviciilor, fotografii si link-uri utile;
@ Inscrieri si actualizari on-line;
@ Rubrici speciale de promovare a produselor si serviciilor;
@ Buletin informativ zilnic;
@ Managerizarea traficului de vizitatori la stand;
@ Retete delicioase;
@ Consultanta on-line;
@ Versiune bilingva.

Global Services Group SRL
Bucuresti, Th. Pallady 6,
Sector 3
Tel:+4021 348 35 40
E-mail: office@fib.ro
sales@fib.ro

Creier cu legume asortate

400 g creier proaspăt de porc
20 ml oţet, 2 morcovi
100 g mazăre, 100 g păstârnac
100 g broccoli
o legătură de mărar verde, sare, piper

Creierul se curăţă de sânge şi pieliţe în apă rece, apoi se lasă la macerat în apă cu oţet. Morcovii se curăţă, se spală şi se taie în fâşii lungi, iar păstârnacul la fel. Broccoli se taie bucăţi mari. Se pun la fiert broccoli, morcovul şi păstârnacul în apă fierbinte, apoi se adaugă mazărea, după o jumătate de oră. Când sunt gata se scot pe o farfurie şi se adaugă creierul în aceeaşi apă. După încă 30–40 de minute se scoate şi creierul, care se pune pe un platou, împreună cu legumele asortate. Se condimentează şi se adaugă verdeaţa tocată mărunt.

Fazan înăbuşit cu legume

un fazan
2 cepe, 30 ml oţet
100 ml ulei de măsline
200 g ciuperci, 2 linguri de smântână
o legătură de pătrunjel
un morcov, sare, piper

Se ia fazanul şi se lasă la fezandat în apă cu oţet câteva ore. Apoi se spală, se curăţă în interior şi se pune să fiarbă într-o cratiţă acoperit pe trei sferturi cu un capac. Ceapa se spală, se curăţă şi se taie solzişori fini. Morcovul se curăţă, se spală şi se toacă cubuleţe mărunte. Ciupercile se taie mărunt. Se încinge uleiul şi se călesc ceapa, morcovul şi ciupercile, apoi se adaugă peste fazan. Se fierb cu totul 50–60 de minute. La final se adaugă pătrunjelul verde şi se serveşte fierbinte.

Fazan la cuptor

un fazan tânăr
200 g ciuperci
o legătură de verdeaţă
100 g slăninuţă afumată
200 g piure de mazăre
100 g unt, sare, piper

Se alege un fazan tânăr, care se separă de măruntaie. Acestea se dau prin maşina de tocat şi se amestecă cu ciupercile tocate, verdeaţa mărunţită, slăninuţa afumată tocată, sare şi piper. Se coase cu o aţă rezistentă sau cu scobitori şi se introduce la cuptor, într-o tavă unsă cu ulei în prealabil. Se lasă 45 de minute, ungându-se din când în când cu o pană înmuiată în grăsime. Se serveşte fierbinte, cu un piure de mazăre.

Ficat de viţel cu ananas

400 g ficat de viţel
400 g ananas din compot
100 g miere, 150 g unt
300 g ciuperci proaspete

Ficatul de viţel se spală şi se pune într-o tavă cu unt încins. Se adaugă ananasul din compot mărunţit, împreună cu zeama în care a fost conservat, precum şi jumătate din cantitatea de miere şi ciupercile curăţate, spălate şi tăiate lame subţiri. Se lasă la cuptor aproximativ 45–50 de minute, iar când este gata se unge cu restul de miere şi se dă la masă. Se serveşte fierbinte, ornat cu frunze de salată verde din belşug.

Filé de morun cu avocado

200 g avocado
800 g file de morun
100 g maioneză, 100 ml ulei
o ceapă mică roşie, 2–3 cartofi
o legătură de verdeaţă, sare, piper

Ceapa se spală, se curăţa şi se taie rondele. Carnea de morun se prăjeşte în ulei încins. Cartofii se curăţă, se spală bine, se taie cubuleţe şi se fierb în apă cu sare. După 30–40 de minute se scot şi se amestecă cu bucăţile de peşte prăjit. Avocado se curăţă de coajă şi se taie cubuleţe, omogenizându-se cu restul ingredientelor şi cu maioneza. Ceapa roşie se toacă mărunt şi se adaugă şi ea amestecului. Se serveşte cu verdeaţă mărunţită şi condimente.

Filé de somon cu icre de Manciuria

800 g filé de somon
200 g kiwi, 100 g unt
200 g icre de Manciuria
200 g miere

Filéurile de somon se porţionează, se spală şi se prăjesc apoi în untul încins, după care se scot pe o farfurie întinsă. Se umplu apoi cu icre de Manciuria şi se leagă cu scobitori. Fructele de kiwi se curăţă de coajă şi se taie feliuţe amestecându-se cu mierea. Peste filéurile de somon astfel preparate se aşază amestecul de miere şi kiwi, apoi se serveşte.

Iepure cu sardele în sos

800 g carne de iepure
2 cutii de sardele
2 ardei graşi
100 g ulei, o ceapă, 30 ml oţet
200 g ciuperci, sare, piper

Carnea de iepure se spală şi se ţin 12 ore în apă cu oţet, spre a-şi schimba mirosul. Sardelele se scot din cutii şi se pasează cu o lingură de lemn. Ardeiul gras se spală, se curăţă de cotoare şi seminţe şi se toacă mărunt. Ceapa se spală şi se taie solzişori. Ciupercile se taie lame. Se pune uleiul la încins şi se adaugă ceapa, ardeiul şi ciupercile, care se călesc 15 minute. Se adaugă carnea de iepure, se căleşte, după care se completează cu apă, sare şi piper. Se lasă 45 de minute la fiert, după care se poate servi.

Iepure cu sos de miere şi ananas

800 g carne de iepure
30 ml oţet, 200 g miere
o lămâie întreagă
100 g margarină, ienibahar
200 g compot de ananas
400 g pâine prăjită

Carnea de iepure se lasă în apă cu oţet, până se macerează bine. Se face un sos din margarină topită, miere, zeama stoarsă de la lămâie, ienibahar şi compotul de ananas,

apoi se aşază într-o tavă unsă cu grăsime. Cuptorul se încinge în prealabil la 180°. În tavă se adaugă bucăţile de iepure tranşate şi se lasă să se coacă 45 de minute, după care se serveşte fierbinte, cu pâine prăjită.

Lapţi orientali

400 g lapţi de peşte
500 ml şampanie de calitate
2 morcovi
o jumătate de ţelină
un păstârnac mare
100 g verdeaţă
600 g supă de oase
un ou, sare, piper

Şampania se fierbe la foc potrivit, adăugând verdeaţa tocată fin şi morcovii, păstârnacul şi ţelina întregi. După ce lichidul scade, se scot legumele şi se adaugă albuşul de ou, precum şi supa de oase. Se lasă la fiert încă 35 de minute, apoi se strecoară printr-o pânză deasă. Se adaugă lapţii de peşte, sare şi piper. Se mai dă un clocot, după care se servesc fierbinţi, cu pătrunjel verde deasupra.

Melci fierţi în sos de vin

20 de melci
30 ml oţet
200 ml vin roşu
o ceapă, un morcov
cimbru, usturoi, zeamă de lămâie
o legătură de verdeaţă
sare, piper

Se aleg melci din perioada octombrie (spre final) – martie (la început), pentru că atunci sunt buni de consumat. Ideal este să se ţină 10 zile într-un loc răcoros, într-un recipient închis, pentru a se curăţa intestinele. Melcii se spală de mai multe ori în apă rece, apoi se pune peste ei oţetul cu 30 g sare, ţinându-se astfel câteva ore. Se spală din nou şi se pun la fiert pentru 3 ore. Se face un sos din ceapă, morcov, cimbru, vin roşu, usturoi, sare, piper şi verdeaţă, care se prăjesc în ulei încins şi se adaugă peste melci. Se servesc fierbinţi, cu zeamă de lămâie.

Melci în sos picant

1 kg melci
2 ardei iuţi
coaja de la o portocală
cimbrişor
frunze de mentă
boia de ardei dulce
rozmarin
piper negru
sare iodată

Melcii se aleg vii şi, pe cât posibil, tineri. Se lasă peste noapte să se cureţe într-un vas cu apă acoperit cu un pietroi mare, pentru ca melcii să nu iasă afară. Se spală apoi cu apă cu sare, apoi se clătesc în multă apă rece. Se pun la fiert ardeii iuţi, coaja de portocală, boiaua dulce, rozmarinul, menta, cimbrişorul şi piperul negru măcinat. Când dă în fiert se adaugă melcii în cochilii şi se fierb o oră şi jumătate. Se potriveşte mâncarea de sare şi piper şi se serveşte călduţă, extrăgând melcii din cochilii cu o scobitoare şi înmuindu-i în sosul în care au fiert.

Melci umpluţi

1 kg melci
100 ml ulei
o ceapă
usturoi
100 g unt
cimbru
o legătură de pătrunjel
40 ml vin

Melcii se curăţă şi se fierb cum am mai arătat. După ce sunt fierţi, se separă carnea din cochilii şi se prăjeşte în ulei încins împreună cu usturoiul şi o ceapă tocate mărunt, piper şi sare. Cochiliile melcilor se spală bine în interior şi se scurg. Se compune o pastă din unt, pătrunjel tocat, ingredientele prăjite, cimbru, sare şi piper. Se umplu cochiliile pe jumătate cu această compoziţie, apoi se introduce un melc şi se pune din nou pastă de unt. Se pun într-un vas de Jena cu 50 ml de vin stropiţi pe deasupra şi se servesc fierbinţi.

Midii cu sos de vin alb

400 g midii
3 linguri de făină
400 ml vin alb, o ceapă
100 g unt, zeamă de lămâie
o legătură de pătrunjel verde
sare, piper

Ceapa se curăţă de foi, se spală în mai multe ape. Pătrunjelul verde se spală, se curăţă de codiţe şi se toacă mărunt. Într-o tigaie întinsă se pune la topit untul. Se adaugă ceapa, amestecând cu o lingură de lemn, până se căleşte. Se pune apoi făina în ploaie, amestecând continuu. Se stinge cu vin alb şi se adaugă sare şi piper. Se răstoarnă totul într-o tavă, se adaugă midiile şi se completează cu apă, până la nivelul ingredientelor. Se lasă să se coacă până când sunt bune de mâncat. Se încearcă din când în când cu furculiţa şi se degustă. Se adaugă pătrunjelul verde, sare şi piper şi se servesc fierbinţi, cu zeamă de lămâie deasupra.

Muşchi de căprioară în prapur cu ciuperci fripte

8 bucăţi muşchi de căprioară
8 bucăţi prapur de viţel
300 g de ciuperci proaspete
4-5 roşii, 30 g nucşoară
3 ouă, 100 g pesmet, 100 g unt

Se ia muşchiul de căprioară, se spală în apă rece şi se bate cu ciocanul de şniţele. Se înveleşte fiecare bucată în prapur şi se dă prin ou şi pesmet, apoi se prăjesc în unt încins. Se presară cu sare, piper, nucşoară şi verdeaţă şi se servesc cu o garnitură de ciuperci şi roşii fripte pe grătar.

Păstrăvi cu ciuperci în aspic

2 păstrăvi mari
2 căpăţâni de usturoi, 50 g gelatină
200 g ciuperci, sare
o legătură de pătrunjel verde, piper

Usturoiul se curăţă, se spală şi se pisează. Păstrăvii se curăţă de maţe şi oase, se spală bine, se taie în

bucăţi şi se pun la fiert împreună cu sarea şi usturoiul pisat. După 35 de minute, când sunt aproape gata, se adaugă ciupercile, curăţate şi spălate, piperul şi verdeaţa. Când sunt bine fierte, se ia cratiţa de pe foc şi se lasă să se răcească. Se înmoaie gelatina în apă rece şi se adaugă la fiertură. Se lasă la frigider până a doua zi, când se serveşte rece.

Piept de prepeliţe cu trufe şi ficat de gâscă

2 prepeliţe tinere
200 g ficat de gâscă
200 g ciuperci, 100 g unt
o lingură de bulion
o legătură de verdeaţă
400 g mămăliguţă, sare, piper

Prepeliţele se separă de piele, se spală şi se scurg pe un şervet uscat. Apoi se taie pătrate ficatul de gâscă şi trufele, iar ciupercile se mărunţesc. Se pun la călit în unt încins, la care se adaugă o lingură de bulion. Se adaugă carnea de prepeliţă, condimente, verdeaţă şi apă cât să acopere totul şi se scade la foc mic. Când s-au răcit, se umplu prepeliţele cu sosul format în cratiţă şi se introduc pentru 15 minute la cuptor, după ce au fost bine legate cu scobitori. Se servesc cu mămăliguţă caldă.

Piept de raţă cu fructe exotice

800 g piept de raţă
200 g kiwi, 200 g rodii
200 g mandarine
200 g miere de salcâm
100 g unt proaspăt
crutoane de pâine prăjită

Rodiile se curăţă de coajă şi li se scoate miezul din care se stoarce zeama, apăsând cu o lingură de lemn. Kiwi se curăţă de coajă cu un cuţit ascuţit şi se taie cubuleţe. Mandarinele se curăţă şi se despart feliuţele, care se taie în două, pe lăţime. Pieptul de raţă se spală, se tranşează şi se prăjeşte în 80 g de unt încins. Se unge o tavă cu restul de unt şi se aşază carnea, împreună cu trei sferturi din cantitatea de fructe. Se lasă 35 de minute la cuptor, când se scoate şi se adaugă mierea. Se mai lasă 10–15 minute, ungându-se din când în când cu sosul format în tavă. Se serveşte fierbinte, cu restul de fructe proaspete adăugate deasupra şi crutoane de pâine prăjită.

Plachie de stridii

400 g stridii
3–4 ardei graşi, 200 g usturoi
o legătură de verdeaţă
20 g anason, sare, piper

Usturoiul se curăţă, se spală şi se pisează. Ardeiul gras se spală, se curăţă de cotoare şi seminţe şi se toacă mărunt. Stridiile se spală bine în mai multe ape. Ardeiul se pune într-o cratiţă la fiert cu usturoiul şi sere, lăsând circa 20 de minute. După acest interval se adaugă stridiile şi piperul şi se continuă fierberea încă 10–15 minute. Se adaugă verdeaţa tocată mărunt şi anasonul şi se serveşte caldă.

Potârnichi umplute cu fructe

4 potârnichi
2 portocale, 50 g ananas
2 gutui, 100 g miere
100 g unt

Se iau potârnichile şi se spală, apoi li se scot măruntaiele şi se prăjesc în 50 g de unt încins. Portocalele şi gutuile se curăţă şi se toacă mărunt. Se face un sos din unt încins şi miere, în care se călesc măruntaiele, portocalele, gutuile şi ananasul. Cu acest amestec se umplu potârnichile şi se pun apoi într-o tavă la cuptor. Se servesc după 30 de minute.

Prepeliţe cu măsline şi condimente

2 prepeliţe
200 g măsline
ienibahar, anason, nucşoară
100 g margarină
o legătură de mărar proaspăt
400 g mămăliguţă
sare, piper

Prepeliţele se spală şi se curăţă, apoi se pun într-o tavă unsă cu margarină. Se adaugă măslinele separate de sâmburi şi tocate mărunt, ienibaharul, anasonul, nucşoara, sarea şi piperul. Se lasă 45 de minute la cuptorul încins şi se presară cu verdeaţă tocată fin. Se serveşte fierbinte, cu mămăliguţă caldă.

Prepeliţe în sos de vânat cu chimen

2 prepeliţe
300 g carne de vânat
200 g sos picant
30 g soia
2 morcovi
100 g gogoşari în oţet
100 ml ulei
2 linguri de făină
sare, piper, chimen

Carnea de vânat se dă prin maşina de tocat şi se pune la prăjit în ulei încins, împreună cu boabele de soia, şi chimenul, adăugându-se făina, sare, piper şi sosul picant. Această compoziţie se pune într-o tavă împreună cu prepeliţele porţionate, adăugându-se apă. Se serveşte cu garnitură de morcovi fierţi şi gogoşari în oţet.

Pui de baltă cu sos de chili

400 g pui de baltă
o lămâie, 100 g unt
4–5 ardei graşi, 3–4 roşii
50 g sos de chili
o legătură de verdeaţă, sare

De la broaşte se folosesc doar picioarele din spate, care se spală bine în mai multe ape reci. Roşiile se decojesc şi se taie lame subţiri, iar ardeii se curăţă de cotoare şi seminţe şi se taie peştişori. Verdeaţa se taie mărunt. Se topeşte untul şi se călesc roşiile şi ardeii, apoi se adaugă sosul de chili, sarea şi picioarele de pui de baltă. Se lasă cam 30–35 de minute, apoi se serveşte cu verdeaţă tocată fin şi zeamă de lămâie.

Cocteil de raci și crevete cu maioneză

400 g raci, 150 g ficățel de pui, 200 g maioneză, 15 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 100 ml vin roșu, 150 g crevete, 100 g ciuperci, o legătură de verdeață, 20 g „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”, 200 g roșii proaspete, sare, piper.

Racii se spală bine la jet puternic, apoi se aruncă într-un vas cu apă clocotită. Se scot, se scurg și se separă doar carnea de la cozi. „Margarina Bunătăți de la Bunica” (la pachet), se topește la foc mic apoi se adaugă vinul și ficățeii de pui, care se prăjesc pe ambele părți. Se condimentează cu sare și piper și se scoate ficatul pe un platou întins. Racii se prăjesc în sosul rămas, apoi se adaugă crevetele. Se răstoarnă cu tot cu sos peste ficăței și se amestecă totul cu maioneza. Ciupercile se frig pe grătar și se pun alături. Verdeața se toacă fin și se presară peste restul ingredientelor. Se servește cu feliuțe de roșii și „Cremă de hrean Bunătăți de la Bunica”.

Cremă de raci cu margarină

1 kg raci vii, 200 g „Margarină Bunătăți de la Bunica” (la pachet), 2 ouă, o legătură de pătrunjel, sare, piper.

Se iau racii, se spală bine în mai multe ape, și se pun la fiert în apă clocotită, pentru trei sferturi de oră. Apoi se lasă să se răcească. Se oprește doar carnea de la cozi, care se pune într-un vas și se mărunțește bine cu o lingură de lemn. Se formează o pastă din „Margarina Bunătăți de la Bunica” (la pachet), frecată cu puțină sare și ouăle fierte tari. Pătrunjelul se spală, se curăță de codițe și se toacă mărunt. Pasta de raci se omogenizează cu crema de margarină, condimentele și verdeața și se servește pe tartine.

Rulouri de șuncă cu sparanghel

400 g șuncă de Praga, 200 g sparanghel din conservă, 60 g „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), 400 g „Sos Mexican Bunătăți de la Bunica", 50 g țelină, 200 g maioneză, 40 g frunze de țelină, 50 g măsline negre, sare, piper.

Șunca de Praga se taie în feliuțe subțiri, care se așează pe o farfurie întinsă. Țelina se dă pe răzătoare și se amestecă cu maioneza și frunzele de țelină întregi, fără codițe. Feliuțele de șuncă se rulează și se umplu cu bucățile de sparanghel, îndesând cu o linguriță câtă salată de țelină cu maioneză încape. Se unge o tavă cu „Margarină Bunătăți de la Bunica" (la pachet), și se pun rulourile legate între ele cu scobitori. Se ornează cu măsline fără sâmburi, tocate mărunt. Se condimentează cu sare și piper și se dă la cuptor pentru 20 de minute. Înainte cu 5 minute de a fi gata, se adaugă și „Sosul Mexican Bunătăți de la Bunica".

Salată Nicoise

8 fileuri de anșoa, 150 g crevete, 200 g ton din conservă, 50 g măsline, 100 g ardei gras, 100 g castraveți murați, 100 g roșii, 2 ouă, 50 g ridichi, 100 g cartofi, o legătură de pătrunjel, 400 g supă de oase, 100 g ceapă, 400 g maioneză, 30 g usturoi, 50 ml ulei, 30 g lămâie, 10 g piper, 10 g „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica".

Cartofii se fierb în apă cu „Condimente și legume uscate Bunătăți de la Bunica". Se fierb, se curăță și se taie ouăle, se toacă ceapa, ardeiul, ridichile, castraveții murați, pătrunjelul. Măslinele se separă de sâmburi, se pisează usturoiul, iar creveții se prăjesc. Se amestecă absolut toate ingredientele, așezându-se în straturi cartofii, roșiile, castraveții, maioneza și peștele, se potrivește cu ulei și sare și se servește salata.

Pui fiert cu miere şi scorţişoară

un pui mare
200 g miere, scorţişoară
100 ml ulei
frunze de salată verde
3 pliculeţe de zahăr vanilat
200 ml coniac

Se ia puiul şi se spală, după care se pune într-o cratiţă să fiarbă la foc potrivit. Se adaugă mierea, uleiul, scorţişoara şi zahărul vanilat, lăsând să fiarbă până ce scade suficient. La final se pune coniacul. Se aşază pe un platou, se unge cu încă două linguriţe de miere şi se serveşte fierbinte, ornat cu frunze de salată verde.

Pulpă de căprioară cu condimente în aspic

o pulpă de căprioară
3 căpăţâni de usturoi
20 ml oţet de mere
30 g nucşoară rasă, 30 g gelatină
100 g slăninuţă afumată
150 g ciuperci din conservă
sare, piper

Usturoiul se curăţă şi se pisează. Carnea se spală şi se lasă la macerat în oţet. Slăninuţa afumată se taie mărunt, iar gelatina se înmoaie în puţină apă rece. Toate acestea se pun la fiert împreună cu nucşoara rasă şi se lasă cam 45 de minute, după care se adaugă ciupercile tăiate, pentru 10 minute. Se pune sare şi se lasă să se răcească. Se adaugă gelatina şi se dă la rece. Se serveşte a doua zi.

Raci cu curry

1 kg raci vii
30 g curry, 200 g miere
zeama de la o lămâie
100 g unt, o esenţă de rom
usturoi verde, 30 ml whisky

Racii se spală bine şi se pun la fiert timp de 30 de minute. Se scot şi se separă carnea de la cozi, care se pune deoparte. Se face un sos din unt încins, miere, curry, zeamă de lămâie, esenţă de rom şi whisky la care se adaugă carnea de raci şi se prăjesc împreună 35 de minute la foc mic, amestecând continuu. Se serveşte fierbinte, cu puţin usturoi verde tocat deasupra.

Raci umpluţi cu orez

1 kg raci
200 g orez
100 g ciuperci
100 g măsline
100 g unt
sare, piper, chimen

Se taie fileuri din carnea de raci şi se aşază pe o farfurie. Orezul se fierbe în apă cu sare 20 de minute. Ciupercile se taie lame, iar măslinele se separă de sâmburi şi se mărunţesc. Bucăţile de raci se umplu cu orezul fiert amestecat cu ciuperci, chimen şi măsline şi se leagă cu scobitori. Se prăjesc în unt încins până ce carnea de raci se înroşeşte, apoi se condimentează şi se dă la masă.

Raţă cu miere şi nuci pisate

o raţă de mărime potrivită
200 g miere, 200 g nuci
40 g scorţişoară
100 ml coniac, 100 g unt
un pliculeţ de zahăr vanilat

Nucile se curăţă de coajă, se prăjesc într-o tavă unsă cu puţin unt şi se dau prin maşina de tocat. Se face un sos din unt topit, miere, scorţişoară, zahăr vanilat şi coniac. Raţa se spală şi se tranşează feliuţe subţiri, separându-se de pe oase. Se pune totul într-o tavă şi se dă 45 de minute la cuptor, adăugându-se apă cât cuprinde. Se serveşte cu feliuţe proaspete de portocală.

Rulouri de carne cu ciuperci

400 g carne de porc
200 g măsline
un ou, cimbrişor, chimen
o jumătate de pachet de unt
o legătură de pătrunjel
200 g sos de roşii proaspete
200 g ciuperci, sare, piper

Carnea de porc se împarte în patru bucăţi egale, care se bat cu ciocanul pentru şniţele. Apoi se sărează şi se piperează. Măslinele se separă de sâmburi, iar ciupercile (de mărime medie) se frig pe grătar, la foc potrivit. Oul se bate cu sare, piper, verdeaţa mărunţită, chimen şi cimbrişor. Se adaugă apoi măslinele şi ciupercile. Din această compoziţie se iau cu lingura porţii şi se adaugă pe bucăţile de carne, care se rulează şi se leagă bine cu scobitori. Astfel pregătite, se prăjesc pe o parte şi pe alta în unt încins. Se scot pe un platou şi se servesc cu sos de roşii condimentat.

Sepii umplute cu orez

2 sepii de mărime potrivită
200 g orez
200 g portocale
100 g unt
200 g miere
100 ml whisky

Sepiile se spală şi se face o incizie în interior, scobindu-se spre a putea fi umplute. Orezul se fierbe 20 de minute în apă cu sare, apoi se scurge şi se clăteşte cu apă rece. Portocalele se curăţă de coajă, se taie feliuţe, se amestecă cu mierea şi whisky-ul şi se călesc în unt topit. Se adaugă orezul, iar cu acest amestec se umplu sepiile şi se dau la cuptor pentru 35–40 de minute, când se pot servi.

Sitari fripţi pe grătar

2 sitari
100 g slănină
200 g ciuperci proaspete
200 g mazăre
200 g vinete
sare, piper

Sitarii se curăţă şi se tranşează, apoi se frig pe grătar împreună cu vinetele tăiate fâşii şi ciupercile. Se adaugă slăninuţa feliată, şi se lasă 35–40 de minute, să se pătrundă bine. Se condimentează şi se aşază pe o farfurie, apoi se fierbe mazărea un sfert de oră şi se pasează cu lingura de

DOMINOX

SOLUŢIA PRACTICĂ ŞI EFICIENTĂ

Cea mai uşoară încorporare

...în mobila de bucătărie!

Hota Dominox

- 2 motoare / 3 viteze; putere mare de aspirare: 400 m /h; două lămpi de 40 W;
- filtre de aluminiu lavabile;
- vizieră rabatabilă;
- opţional: filtre carbon activ, mască tub evacuare.

Variante: inox, alb.

Plita cu gaz încorporabilă Dominox

- arzătoare SABAF de ultimă generaţie (cu ardere completă şi uşor de curăţat);
- montare facilă în blat;
- duze suplimentare pentru gaz de butelie;
- opţional: aprindere electronică.

Variante: inox, inox-dekor (anticalcar), alb.

Disponibilă şi în varianta cu un ochi electric.

Cuptorul electric încorporabil Dominox

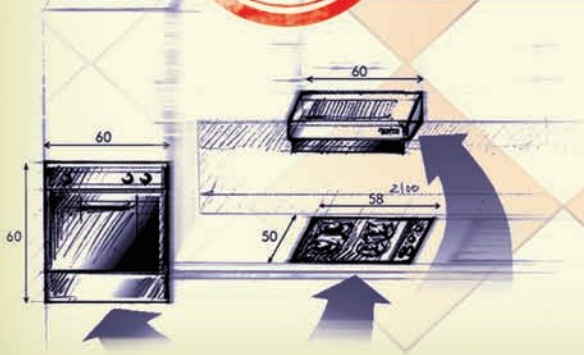
- consum scăzut de energie: 1100W aprox. 2700 lei/ora de funcţionare (calculat la 2500 lei/kWh);
- trei programe de coacere (inclusiv grill);
- ventilator tangenţial pentru evitarea încălzirii mobilierului;
- lumină interioară.

Variante: inox, alb.

Disponibil şi în varianta cu gaz (cu aprindere electronică şi valvă de siguranţă).

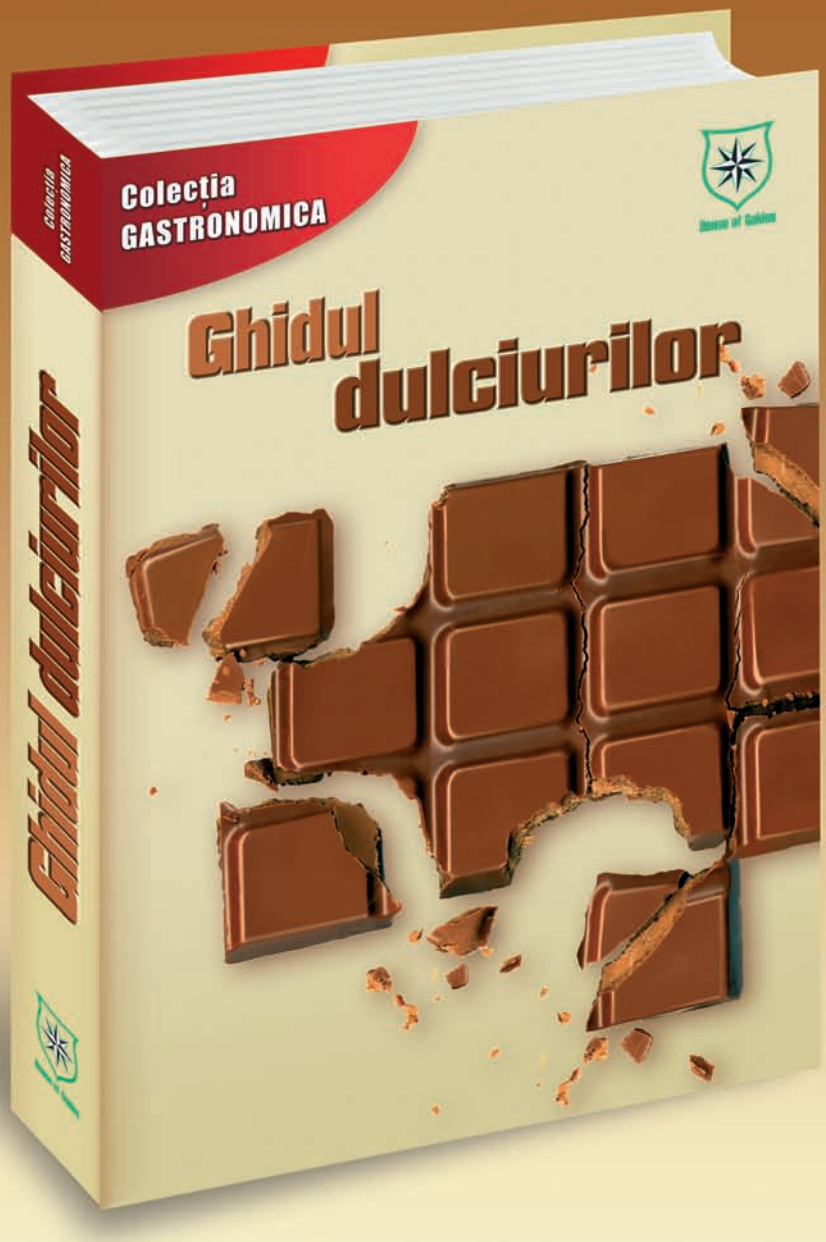
2 ANI GARANŢIE

Preţurile conţin T.V.A



***Produsele Dominox** pot fi cumpărate din:*

Magazinele **DOMO**
Magazinele **ALTEX**
Magazinele **AMADEUS**
Magazinele **FLANCO**
Magazinele **COSMO**



House of Guides
GHIDURI TURISTICE ŞI TEMATICE
B-dul. Basarabia nr. 98, sector 2 Bucureşti
Tel.: (0040)21 222.66.20; Fax: (0040)21 222.15.48;
e-mail: office@houseofguides.ro

Media shop

în portofoliu:

ghiduri turistice şi tematice

magazine color

cotidiane

radio

televiziune

VIDEO MEMOIRE

Bdul. Basarabia nr. 98, sector 2, Bucureşti,
tel.: 021 - 324.80.90; 324.80.89; 324.39.73; 324.23.35,
fax: 021 - 324.25.28, e-mail: office@rdsnet.ro

SISTEME PROFESIONALE PENTRU ELIMINAREA FUMULUI DE TIGARA

Seria DTI este proiectata special pentru montaje in tavane false. Echipamentul se incastreaza, fiind vizibila doar grila. Este destinat spatiilor de dimensiuni medii si mari, fiind ideal pentru restaurante de lux, sali de conferinta, foaiere, sali de asteptare din aeroporturi, etc.
Pot fi prevazute si cu ventilator suplimentar pentru aductiune de aer din exterior. Sistemul poate fi conectat la tubulatura existenta, sau poate face obiectul unui circuit separat.

Seria DT, cu montaj pe tavan este destinata spatiilor de dimensiuni medii si mari, fiind preferate de detinatorii de pub-uri datorita design-ului sobru si elegant.
Datorita constructiei lor, randamentul acestora este maxim intrucat asigura o recirculare optima a aerului.

Seria DS este destinata spatiilor medii si mici sau acolo unde incaperile au tavane foarte joase. Montajul se face pe perete. Design-ul elegant si discret le recomanda in mod special barurilor, ceainariilor si cafenelelor. Puternice si silentioase, se pot asezona cu orice tip de mobilier, de la cel clasic la cel modern. Sunt disponibile in doua culori: albe si maro (lemn de nuc).

DOTARI STANDARD

- senzor de fum
- ionizator de aer
- filtru cu carbune activ
- functionare complet automata
- filtru electrostatic de inalta eficienta
- circuit de comanda cu microprocesor

sales@westair.ro

021 3 312 312 0740 318183 0722 644850 0788 374993

WEST AIR

lemn, alcătuindu-se un piure. Acesta se condimentează şi se alătură sitarilor. Se serveşte fierbinte.

Stridii fripte cu sos caramel

400 g stridii
o lămâie, 100 g zahăr
20 ml coniac
200 g salată de ţelină
200 g frişcă

Stridiile se spală şi se frig pe grătarul încins. Se face un sos din zahărul ars la foc potrivit, zeama stoarsă de la lămâie şi coniac. Se aşază stridiile pe platoul special ales şi sosul caramel alături. Se serveşte imediat, cu salată de ţelină cu frişcă (ţelina se dă pe răzătoare, se adaugă puţină zeamă de lămâie şi se amestecă cu frişcă).

Surimi de homar cu cremă

400 g surimi de homar
200 g castraveţi muraţi
o ceapă
200 g unt
o legătură de verdeaţă
sare, piper

Surimi de homar se toacă şi se folosesc la acest preparat în stare naturală. Se alcătuieşte o cremă din untul amestecat cu castraveţi muraţi tăiaţi fin, ceapă tocată, verdeaţa mărunţită, sare şi piper. Totul se omogenizează cu surimi de homar şi condimente. Cu această cremă se pot unge tartinele.

Şniţel de iepure umplut cu ciuperci

800 g carne de iepure macră
200 g măsline negre
200 g pesmet
2 ouă, 200 g ciuperci
200 g caviar, 100 g unt
ienibahar, cimbru
sare, piper

Se ia carnea de iepure şi se tranşează în opt bucăţi egale, apoi se ţine câteva ore în apă cu oţet, spre a-şi pierde mirosul. Măslinele se separă de sâmburi şi se mărunţesc. Două ouă se bat cu ciupercile, sare, piper, ienibahar şi cimbru, încorporând şi măslinele. Şniţelele se umplu cu această compoziţie şi se leagă cu scobitori. Se dau prin oul rămas şi pesmet, apoi se prăjesc în unt încins. Se servesc cu caviar alături.

Sos din miere cu scorţişoară

400 g miere
100 g unt
200 g scorţişoară
200 g nuci, 200 g kiwi

Nucile se curăţă de coajă şi se dau prin maşina de tocat. Kiwi se curăţă de coajă cu un cuţit ascuţit şi se pasează bine cu o lingură de lemn. Untul se pune într-o cratiţă la foc mic, apoi se adaugă fructele de kiwi, nucile, mierea şi scorţişoara. Se fierb până ce devin un sos bine închegat. Se serveşte rece, ca garnitură pentru diverse mâncăruri mai pretenţioase sau diverse dulciuri mai sofisticate.

Banane flambate cu coniac

400 g banane
200 ml coniac
20 g unt, 100 g miere
100 g ciocolată de casă
300 ml frişcă

Bananele se curăţă de coajă şi se taie în două, pe lungime. Se pun la prăjit în unt, apoi se toarnă coniac şi se dă foc compoziţiei din tigaie. Se stinge turnând deasupra mierea, apoi frişca şi ciocolata rasă. Se dau la masă şi se servesc călduţe.

Clătite cu lichior de zmeură

800 ml lapte
400 g făină
40 ml lichior de zmeură
1 kg frişcă
400 g kiwi
o lingură de zahăr
100 ml ulei, sare

Se amestecă laptele puţin călduţ cu făina în ploaie, sare, zahăr, lichior de zmeură şi puţin ulei şi se face o pastă omogenă. După preferinţă, se poate dilua cu lapte sau îngroşa cu făină. Clătitele se prăjesc la foc mic într-o tigaie de teflon bine încinsă într-o picătură de ulei. Când sunt gata, se face o cremă din frişcă şi fructele de kiwi curăţate, tocate şi pasate. Cu această cremă se umplu clătitele şi se servesc după câteva ore, când s-au răcit bine.

Bomboane din miere în ciocolată

400 g miere
200 g unt
200 g ciocolată
200 g fulgi de nucă de cocos
un pliculeţ de zahăr vanilat
2 sticluţe de esenţă de rom
30 ml lichior de portocale, 3 ouă

Se amestecă 350 g de miere cu 180 g de unt, ciocolată topită, zahăr vanilat, esenţă de rom, lichior de portocale şi gălbenuşurile separate de albuş. Se pun la copt 15 minute într-o tavă unsă cu restul de unt. Când sunt gata, se scot pe un platou, se răcesc, se dau prin restul de miere şi fulgi de cocos şi se dau la frigider până a doua zi. Se servesc reci.

Clătite cu sos de portocale

40 g unt
300 g portocale
8 foi de clătite
30 ml lichior
50 ml suc de lămâie, 30 ml coniac
100 g zahăr pudră, 100 g kiwi

Se face un sos din 200 g portocale tocate, 30 ml lichior, suc de lămâie, coniac şi 50 g kiwi mărunţite şi călite în toată cantitatea de unt. Se adaugă zahărul şi se lasă să se caramelizeze. Restul de portocale şi kiwi se curăţă şi se taie feliuţe. Se umplu clătitele cu fructele caramelizate, iar sosul lor se adaugă separat. Se serveşte rece, ornat cu feliuţe de fructe proaspete.

Coşuleţe din coajă de portocale

800 g portocale
200 g frişcă, 200 g kiwi
100 g ciocolată, 100 g migdale
o sticluţă de esenţă de rom

Se scoate coaja de la portocale, pe cât posibil, întreagă şi se fac tăieturi cu cuţitul în zig-zag, pentru a se transforma într-un coşuleţ. Fructele de kiwi se curăţă şi se taie feliuţe, apoi se amestecă cu ciocolata rasă, frişca, migdalele şi esenţa de rom. Cu acest amestec se umplu coşuleţele şi se serveşte după ce a stat câteva ore la frigider.

Inimioare de ciocolată cu nuci

200 g margarină
400 g ciocolată de menaj
un pliculeţ de praf de copt
300 g făină, 100 g unt proaspăt
200 g zahăr, 100 ml lapte
200 g nuci, 200 g frişcă

Se amestecă ciocolata de menaj topită cu margarina, zahărul, laptele, ouăle, făina, laptele şi un pliculeţ praf de copt. Se unge o tavă cu unt, se formează inimioare şi se aşază în tavă. Nucile se curăţă de coajă şi se pisează, adăugându-se peste inimioarele de ciocolată. Se lasă la copt 30–40 de minute, după care se scot şi se decorează cu frişcă, după imaginaţia fiecăruia.

Pepene galben cu frişcă şi mentă

un pepene galben de 2,5 kg
50 g frunze de mentă
100 g bobiţe de rodii
400 g frişcă
30 ml coniac, miere

Se ia pepenele galben şi se curăţă de coajă, după care se taie în două părţi egale şi i se scot seminţele. Frunzele de mentă se pisează bine şi se amestecă cu mierea, coniacul şi frişca. Pentru ornat, se adaugă bobiţele de rodii. Se lasă câteva ore la frigider şi se servesc reci, în farfurioare speciale de prăjituri.

Tartă de ciocolată cu frişcă şi migdale

300 g făină
100 g unt, 2 ouă
100 g cireşe din compot
un pliculeţ de praf de copt
200 g migdale
200 g ciocolată cu lapte
200 g frişcă, sare

Se încorporează făina cu ouă, lapte, praf de copt, puţin unt şi sare. Se frământă bine şi se dă la frigider 2 ore. Apoi se unge o formă de tartă şi se mulează compoziţia. Restul de unt se amestecă cu migdalele şi ciocolata rasă. Se dă pentru 30–40 de minute la cuptor, iar când se scoate, se lasă să se răcească, după care se porţionează şi se ornează cu cireşe din compot.

Tort trufă cu lichior de mentă

600 g cacao
100 g whisky
100 g lichior de mentă
un blat de tort
150 g nuci
200 g zahăr
200 g margarină
400 g frişcă
100 g fructe confiate

Blatul de tort se taie în două bucăţi egale, care se aşază separat. Ambele se însiropează cu o soluţie din 30 g zahăr ars, lichior de mentă şi apă. Se face o cremă din cacao, margarină, fructe confiate, whisky, nucile date prin maşina de tocat, frişcă şi zahăr, cu care se ung blaturile de tort. Se decorează cu frişcă şi cacao şi se lasă 4–5 ore la rece. Se porţionează şi se serveşte.

Trufe cu whisky şi nuci

400 g cacao
100 g whisky, 100 g coniac
150 g nuci
3 ouă, 200 g zahăr
200 g margarină
100 g frişcă

Nucile se sparg cu cleştele special de nuci, se curăţă şi se rumenesc într-o tavă introdusă la cuptor. Ouăle se bat cu zahăr şi se amestecă cu margarina. Se adaugă whisky, coniac şi cacao, apoi se pun la copt într-o tavă unsă în prealabil. Dacă cuptorul este bine încins, sunt gata într-un sfert de oră. Se scot şi se lasă la răcit. Între timp, se face un cornet din celofan în care se introduce frişca şi se ornează trufele. Se servesc reci.

Trufe de ciocolată cu frişcă

400 g cacao
100 g esenţă de rom
100 g gem de vişine
100 g coniac
200 g margarină
200 g zahăr
100 g frişcă

Se amestecă margarina cu gemul de vişine, cacao, esenţa de rom, coniacul, margarina, zahărul şi frişca. Se dau la frigider până a doua zi, iar când se scot, se dau prin cacao şi se servesc reci. Se pot păstra la frigider încă 4–5 zile, fără a se altera.

Trufe de ciocolată cu migdale

400 g cacao
100 g coniac, 100 g migdale
200 g îngheţată de vanilie sau asortată
100 g ciocolată rasă
200 g margarină
50 ml esenţă de rom
200 g zahăr, 100 g frişcă

Migdalele se dau prin maşina de tocat. Se amestecă apoi cu cacao, coniac, margarină, zahăr, frişcă, esenţă de rom şi se dau prin fulgi de nucă de cocos. Se lasă la frigider până a doua zi, când se pot servi cu îngheţată de vanilie sau asortată şi ciocolată rasă deasupra.

INDEX
de mare publicitate

BOEHRINGER INGELHEIM PHARMA GmbH	
SC IFANTIS ROMANIA SRL	
SC ALLSA INDUSTRIALS SRL	334-335, 340-341
SC BRENNTAG ROMANIA SRL	31
SC COVALACT SA	53
SC FRANKE ROMANIA	321
SC GLOBAL SERVICES GROUP SRL	314
SC KOTANYI CONDIMENTE SRL	168–169
SC NEGRO 2000 SRL	29, 33, 65, 89, 97, 125, 143, 155, 187, 189, 251, 267, 309
SC ORKLA FOODS ROMANIA SA	18–19, 48–49, 68–69, 80–81, 92–93, 106–107 120–121, 138–139, 158–159, 176–177, 240–241 262–263, 274–275, 280–281, 318–319
SC PRINCIPAL CONSTRUCT SRL	43, 133
SC REGAL SA	127
SOCIETATEA ROMÂNĂ PENTRU ASIGURAREA CALITĂŢII	6–7
SC STENYON COM SRL	235
SC UNICOM DAN SRL	299
SC ZEPTER INTERANTIONAL ROMANIA	312-313
SC WEST AIR GROUP	324

100% RO

fun radio

94,8 fm

INDEX
de reţete

A

Alivenci 83, 165
Aluat de friganele 288
Aluat fraged cu zer 288
Aluat pentru pască 128
Aluat pentru pizza 290
Andive înăbuşite la cuptor 238
Anghemacht de pui 183
Antricot de vită cu ciuperci şi smântână 183
Antricot de vită la grătar cu sos ţigănesc 158
Antricot de vită umplut 184
Antricot de viţel pané 46
Aperitiv de ciuperci cu maioneză dietetică 237
Ardei copţi 294
Ardei gras uscat 294
Ardei iuţi în oţet 294
Ardei umplut cu orez şi cartofi 244
Ardei umpluţi cu brânză dulce şi mărar 248
Ardei umpluţi cu carne 137
Ardei umpluţi cu salată de vinete 276
Ardei umpluţi muraţi 294
Arpagic conservat 294
Arpagic cu măsline 261
Arpagic cu miere 36
Artos 273
Aspic de pasăre 135
Aspic de peşte 237

B

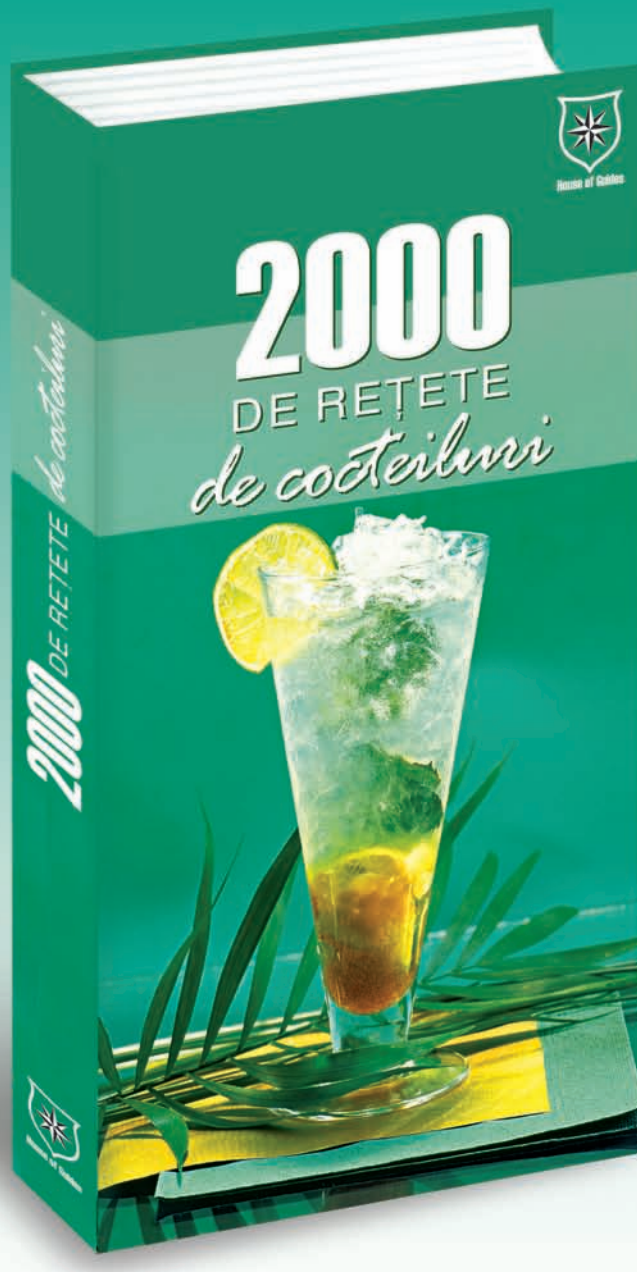
Babic 117
Baclava 98
Balmoş de Bucovina 77
Bame cu roşii 268
Bame gratinate 271
Bame în bulion 294
Banane flambate cu coniac 325
Batal la proţap 93
Batoane cu lămâie 215
Bărcuţe 128
Beţişoare cu caşcaval şi chimen 165
Beţişoare cu migdale şi ciocolată 215
Beţişoare cu nuci şi miere 216
Bezele cu miere 216
Bezele cu nucă 216
Biftec cu ou 184
Biftec tartar 184
Biscuiţi 128
Biscuiţi cu lapte 71
Biscuiţi cu nucă 216
Biscuiţi cu susan 216
Biscuiţi de post 270
Boabe de porumb murate 294
Bob bătut 126
Boboc de raţă cu portocale 309
Bolovan de făină 108
Bombă cu piersici şi cafea 216
Bomboane din miere în ciocolată 325
Borş bucovinean 81
Borş cu carne afumată 107
Borş cu chişcă (caltaboş) 46
Borş cu chitici (peşti mici) 118
Borş cu tocmăgei (tăiţei) 118
Borş de iepure 180
Borş de lobodă 265
Borş de peşte (pentru zilele cu dezlegare la peşte) 266
Borş de sfeclă roşie 78
Borş de ştevie 266
Borş de varză dulce cu mărar 271
Borş moldovenesc de găină 119
Borş pescăresc 92
Borş polonez cu cartofi şi sfeclă roşie 78
Borş transilvănean cu lăşcuţe (tăiţei de formă pătrată) 46
Borş ţărănesc 119
Boţi de scoacă (găluşte cu brânză de vaci) 63
Brânzoaice 89
Brioşe cu stafide 216
Budincă de cafea 217
Budincă de cartofi 244
Budincă de cartofi cu caşcaval 258
Budincă de ciuperci 184
Budincă de clătite 217
Budincă de conopidă cu sos de smântână 184
Budincă de fasole verde 184
Budincă de ficat 184
Budincă de fragi 217
Budincă de franzelă cu vişine 217
Budincă de griş cu mere 161
Budincă de gutui 217
Budincă de macaroane cu brânză de vaci 119
Budincă de mălai cu ciuperci, roşii şi măsline 24
Budincă de migdale şi fistic 217
Budincă de morcovi cu smântână 184
Budincă de piure de cartofi 185
Budincă de raci 185
Budincă de spaghete cu ciuperci 282
Budincă de spanac 282
Budincă de tăiţei cu brânză de vaci 71
Budincă de varză 64
Budincă de vişine cu migdale 218

Budincă de vişine din vişinată 218
Budincă din carne de vită 239
Budincă din pişcoturi de şampanie 218
Bujeniţă de iepure 122
Bulete de caşcaval 165
Bulete de ciocolată 218
Bulion din ardei graşi 297
Bulz 108
Buşeuri cu ciuperci 117

C

Caise umplute 218
Calamari 309
Caltaboş cu orez sau crupe de mei 77
Cap de porc cu varză acră 122
Caracatiţă cu măsline 309
Caracatiţă la cuptor cu vin roşu 310
Caracatiţă umplută cu sos picant 310
Caras cu sos de ciuperci 154
Cârnaţi cu varză călită 137
Cârnaţi de casă ca în Moldova 120
Cârnaţi de casă cu brânză şi mămăliguţă 108
Cârnăciori olteneşti la grătar 154
Cartofi copţi cu chimen 282
Cartofi copţi cu mere şi iaurt 165
Cartofi copţi umpluţi 244
Cartofi cu brânză şi verdeaţă la cuptor 185
Cartofi cu ceapă 33
Cartofi cu prune 249
Cartofi cu slănină afumată 46
Cartofi cu smântână 185
Cartofi cu sos de lămâie 283
Cartofi cu usturoi la cuptor 185
Cartofi dulci 218
Cartofi gratinaţi cu caşcaval 185
Cartofi în coajă cu crustă de sare 28
Cartofi munteneşti 137
Cartofi natur 249
Cartofi noi cu smântână 248
Cartofi pané 165
Cartofi parizieni 186
Cartofi umpluţi cu brânză şi chimen 64
Cartofi umpluţi cu creier 165
Cartofi umpluţi cu şuncă presată 257
Castane prăjite 146
Castraveciori în oţet 295
Castraveţi în saramură 27
Castraveţi muraţi umpluţi 264
Castraveţi umpluţi cu brânză 237
Caş de potârniche 153
Caşă de ou dietetică 186
Caşă din crupe de hrişcă 108
Caşcaval la capac 165
Caşcaval la cuptor 45
Caşcaval pané 166
Cămăşile lui Iisus 128
Căprioară cu măsline 186
Căprioară cu trufe la cuptor 310
Ceapă cu sos de miere 33
Ceapă umplută 68
Ceapă umplută cu ciuperci 34
Ceapă umplută cu nuci 34
Ceapă umplută cu orez 34
Cenuşăreasa 218
Chec brun 219
Chec cu cacao 219
Chec cu cacao, nuci şi stafide 219
Chec cu ciocolată 219
Chec cu glazură 290
Chec cu grapefruit 290
Chec cu lămâie 219
Chec cu mere şi portocale 290
Chec cu morcovi şi mere 290
Chec cu nucă şi rahat 219
Chec cu nuci 265
Chec cu portocale 220
Chec cu smântână şi dulceaţă 220
Chec cu smochine 98
Chec cu stafide 71
Chifle umplute cu brânză 135
Chifle umplute cu brânză 166
Chifle umplute cu ciuperci şi caşcaval 63
Chiftele cu sos de roşii 108
Chiftele de dovlecei 268
Chiftele de legume cu ciuperci 77
Chiftele de peşte 89
Chiftele de raci 166
Chiftele din ciuperci 261
Chiftele din legume 63
Chiftele marinate 140
Chifteluţe cu mărar şi sos de roşii 186
Chifteluţe cu şuncă şi brânză 166
Chifteluţe cu tarhon şi sos de smântână 50
Chifteluţe de carne de vită cu sos de roşii 250
Chifteluţe de cartofi umplute cu brânză 166
Chifteluţe de parmezan ras 166
Chifteluţe de porc cu usturoi şi susan 166
Chifteluţe de vinete 270
Chifteluţe dietetice cu soté de morcovi 244
Chifteluţe din carne de porc 140
Chifteluţe din carne de pui cu ouă 158
Chifteluţe din ciuperci cu caşcaval 166
Chifteluţe din creier cu brânză şi verdeaţă 176
Chifteluţe din măruntaie de porc 105
Chilcă cu ceapă 89
Chisăliţă de corcoduşe 255
Chişcă de Bucovina 77
Choux-a-la-creme 220
Ciocănele cu maioneză şi ciuperci 186
Ciocolată de casă cu alune 139
Ciocolată de casă cu alune 146
Ciolan afumat cu fasole 50
Ciolan de porc cu cartofi natur 65

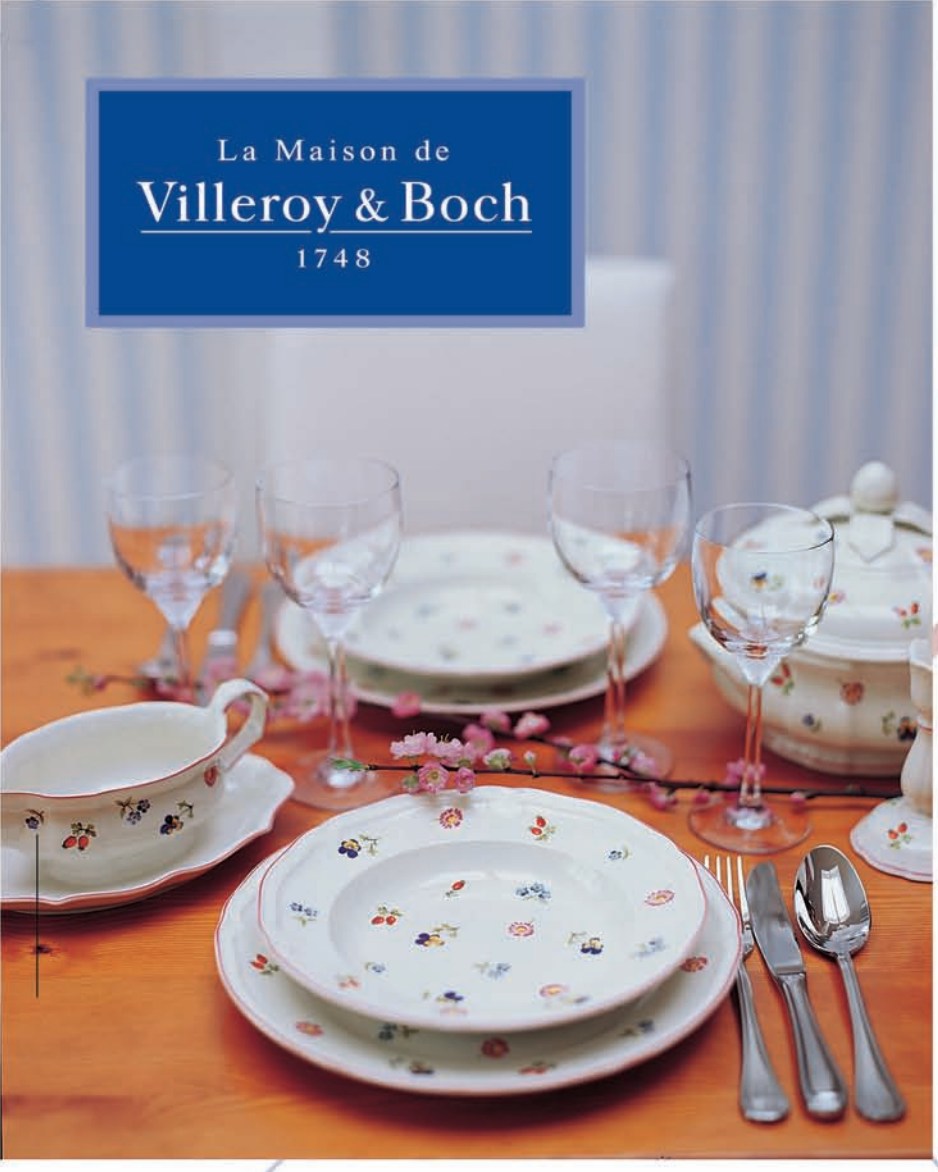
Ciorbă ardelenească de lobodă 46
Ciorbă cu afumătură maramureşeană 108
Ciorbă cu cârnaţi şi zeamă de varză 108
Ciorbă cu rasol de porc 46
Ciorbă de batal cu legume 63
Ciorbă de berbec 90
Ciorbă de bureţi cu smântână 180
Ciorbă de burtă 136
Ciorbă de cartofi 278
Ciorbă de ciocănele 136
Ciorbă de ciuperci 240
Ciorbă de crap 91
Ciorbă de dovlecei 268
Ciorbă de dovlecei cu iaurt 180
Ciorbă de fasole albă cu afumături 78
Ciorbă de fasole cu costiţă 180
Ciorbă de fasole verde 249
Ciorbă de legume cu carne de vită 63
Ciorbă de lobodă 158
Ciorbă de măruntaie de pui 91
Ciorbă de miel 46
Ciorbă de oase de porc 119
Ciorbă de perişoare 137
Ciorbă de perişoare de peşte 91
Ciorbă de perişoare de ştiucă 180
Ciorbă de peşte cu zeamă de varză 91
Ciorbă de potroace cu leuştean 119
Ciorbă de pui cu roşii 244
Ciorbă de salată verde 46
Ciorbă de urzici 180
Ciorbă de urzici 253
Ciorbă de urzici 278
Ciorbă de verdeţuri 238
Ciorbă de viţel cu varză 46
Ciorbă de zarzavat 278
Ciorbă din cap de crap 91
Ciorbă din crupe de porumb 278
Ciorbă oltenească de praz cu zeamă de varză 154
Ciorbă oltenească de văcuţă 154
Ciorbă transilvăneană 46
Ciorbă ţărănească de pui 257
Ciorbă ţărănească de văcuţă 137
Ciulama de cartofi 283
Ciulama de ciuperci 140
Ciulama de ciuperci cu carne de pasăre 140
Ciulama de ciuperci cu smântână 140
Ciulama de hribi 78
Ciulama de prepeliţă 186
Ciulama de rinichi cu mămăliguţă 122
Ciulama de roşii 110
Ciulama de sfeclă roşie 239
Ciulama dietetică de pui 244
Ciulama 140
Ciuperci conservate în apă 295
Ciuperci cu mămăliguţă la cuptor 283
Ciuperci cu ochiuri româneşti 92
Ciuperci cu ouă la cuptor 186
Ciuperci cu sfeclă 271
Ciuperci cu sfeclă din Oltenia 160
Ciuperci în ulei 295
Ciuperci în untedelemn 252
Ciuperci la grătar cu slănină şi brânză 45
Ciuperci ţărăneşti 110
Ciuperci umplute 50
Ciuperci umplute cu creier 167
Ciuperci umplute cu roşii 248
Ciuperci umplute în sos alb 50
Ciuperci umplute la grătar 64, 276
Clătite cu brânză de vaci 117
Clătite cu cârnaţi 105
Clătite cu carne amestecată 161
Clătite cu carne şi smântână 167
Clătite cu ciuperci 167
Clătite cu lichior de zmeură 325
Clătite cu piersici la cuptor 220
Clătite cu sos de portocale 325
Clătite cu urdă şi mărar 117
Clătite de post 268
Cocoş de munte pe jar 78
Cocteil de raci şi crevete cu maioneză 318
Cod în pergament cu cartofi natur 251
Cod rasol cu legume 253
Cod rasol cu sos de vin 187
Colaci 273
Colaci cu mac 275
Colivă 273
Colţunaşi cu brânză 135
Colţunaşi cu carne de pui 117
Colţunaşi cu gem 161
Colţunaşi cu magiun 263
Colţunaşi fierţi cu carne tocată 258
Colţuri cu nucă 69
Compot asortat 298
Compot de gutui 298
Compot de piersici 298
Concentrat de usturoi 213
Conopidă conservată în apă 295
Conopidă cu sos tomat 269
Conopidă gratinată 187
Conopidă la cuptor 187
Conopidă şi morcovi în saramură 27
Corăbioare 146
Corăbioare cu ciocolată 220
Corăbioare cu migdale 220
Cordon bleu 310
Cornete cu frişcă 54
Cornuleţe ca la Cluj 56
Cornuleţe cu aluat dospit 268
Cornuleţe cu cireşe 220
Cornuleţe cu nuci 128, 270



House of Guides
GHIDURI TURISTICE ȘI TEMATICE
B-dul. Basarabia nr. 98, sector 2 București
Tel.: (0040)21 222.86.20; Fax: (0040)21 222.15.49;
e-mail: office@houseofguides.ro

House of Guides
GHIDURI TURISTICE ŞI TEMATICE
B-dul. Basarabia nr. 36, sector 2 Bucureşti
Tel.: (0040)21 222.68.20; Fax: (0040)21 222.15.49;
e-mail: office@houseofguides.ro

La Maison de
Villeroy & Boch
1748



Allsa Industrials SRL
Mario Plaza Shopping Galery
Calea Dorobanţi nr. 172, sector 1
Bucureşti
Tel.: 2316964; Fax: 2317737

La Maison de

Villeroy & Boch

1748

Cornuleţe cu rahat vanilate 111
Cornuleţe de Haţeg 56
Cornuleţe fragede 291
Cornuleţe umplute cu gem de fructe 161
Coşuleţe din coajă de portocale 326
Cotlet de miel umplut cu spanac 187
Cotlet de porc ardelenesc 48
Cotlet de porc bănăţean 65
Cotlet dobrogean de porc 91
Cotlete de berbec la tavă 91
Cotlete de morun 188
Covrigei cu chimen şi susan 135
Covrigei cu coniac 220, 268
Covrigei de ciocolată 221
Cozonac bucovinean 83
Cozonac cu cacao şi nuci 128
Cozonac cu cireşe 146
Cozonac cu stafide 71
Cozonac vegetarian 291
Crabi în sos cu miere 310
Crap cu ciuperci la abur 310
Crap cu costiţă afumată şi smântână 65
Crap cu roşii la cuptor 251
Crap cu smântână umplut cu ciuperci 187
Crap cu sos de lămâie 188
Crap cu soté de ciuperci 188
Crap pané cu cartofi natur 188
Crap rasol cu legume 251
Crap umplut cu nuci şi stafide 189
Creier cu caşcaval la cuptor 189
Creier cu ceapă 32
Creier cu legume asortate 315
Creier cu sos de ciuperci 189
Creier în aspic cu legume 307
Creier la tavă cu capere 190
Creier marinăresc 94
Cremă caramel 247
Cremă de ananas 221
Cremă de cacao cu nuci şi pişcoturi 221
Cremă de cafea 221, 243
Cremă de cartofi 94
Cremă de ciuperci 257
Cremă de conopidă 271
Cremă de lămâie 221
Cremă de miere 291
Cremă de morcovi 251
Cremă de morcovi cu miere 98
Cremă de raci cu margarină 318
Cremă de roşii 254
Cremă de trandafiri 221
Cremă de ţelină cu cartofi şi ceapă 119
Cremă de zahăr ars 128
Cremă de zmeură 251
Cremşnit 83
Crenvurşti în aluat 167
Crevete cu sos de maioneză şi usturoi 307
Crevete şi stridii cu sos de linte 310
Crochete de carne cu ciuperci 90
Crochete de cartofi cu brânză de vaci 257
Crochete de ciuperci 167
Crochete de creier 167
Crochete din mălai 24
Crochete din smântână 167
Cuib de viespi 129
Cuiburi de cinci 79
Cuiburi de spaghete cu peşte 188
Curcan în aspic 140
Curcan în crustă de sare 30
Curcan la tavă cu portocale 189
Curcan la tavă cu sos de ciuperci 141
Curcan umplut cu castane 65

D

Dovleac copt cu miere 161
Dovleac copt cu parmezan 259
Dovlecei gratinaţi 246
Dovlecei umpluţi 155
Dovlecei umpluţi cu brânză de vaci 244
Dovlecei umpluţi cu orez 269
Dovlecei umpluţi cu tarhon 283
Drob de ciuperci 270
Drob de ciuperci 89
Drob de miel în aluat 117
Drob de vinete 63
Drob de vinete cu ciuperci 65
Drob din măruntaie de miel 120
Dulceaţă de caise 298
Dulceaţă de căpşune 298
Dulceaţă de cireşe albe 300
Dulceaţă de cireşe amare 300
Dulceaţă de fructe de soc 300
Dulceaţă de gutui 300
Dulceaţă de nuci 161
Dulceaţă de pepene verde 300
Dulceaţă de piersici 300
Dulceaţă de portocale 300
Dulceaţă de prune 301
Dulceaţă de roşii 301
Dulceaţă de smochine verzi 301
Dulceaţă de struguri 301
Dulceaţă de trandafiri 147
Dulceaţă de zmeură 301
Dulceaţă din coajă de pepene 147
Dulceaţă neagră de nuci 301

E

Ecler cu frişcă 247
Escalop de miel cu ciuperci 190
Escalop de porc cu ciuperci 190
Escalop de viţel cu ciuperci 190
Esenţă de ciuperci 295
Esenţă de ciuperci cu vin 295

F

Fasole făcăluită 50
Fasole păstăi cu mujdei de usturoi 135
Fasole verde 295
Fasole verde conservată în sare 27
Fasole verde cu smântână 155
Fasole verde cu suc de roşii şi usturoi 266
Fasole verde uscată 296
Fazan înăbuşit cu legume 315
Fazan la cuptor 315
Ficat de gâscă în aspic 307
Ficat de porc cu ananas 190
Ficat de porc cu smântână 49
Ficat de viţel cu ananas 315
Ficăţei de pui cu legume 190
Ficăţei la tavă cu conopidă prăjită 168
Filé de morun cu avocado 315
Filé de porc cu ciuperci 190
Filé de somon cu icre de Manciuria 315
Filé de şalău cu orez şi legume 258
Filé de şalău pané cu sos de smântână şi piper 168
Foi de plăcintă 290
Foi de plăcintă cu margarină 56
Friganele cu creier 170
Friganele cu creier 170
Friganele cu soté de legume 153
Frigărui cu ciuperci 191
Frigărui cu rinichi de porc şi ciuperci 241
Frigărui de berbecuţ 94, 191
Frigărui de curcă şi ciuperci cu lămâie 191
Frigărui de mămăligă 24
Frigărui de peşte 94
Friptură de bibilică la cuptor 141
Friptură de curcan cu ciuperci la cuptor 169
Friptură de porc cu sos de muştar 191
Friptură de pui ca în Braşov 50
Friptură de pui cu piure de cartofi 254
Friptură de pui la tavă 122
Friptură de vită cu paste şi sos de roşii 191
Friptură învârtită 192
Friptură vegetariană 280
Fructe umplute cu cremă de ciocolată 221
Frunze de viţă în saramură 28
Fursecuri aromate 162
Fursecuri cu cremă de ciocolată şi alune 83
Fursecuri cu lămâie şi dulceaţă 222
Fursecuri cu mac 222
Fursecuri cu mentă 222
Fursecuri cu nuci şi ciocolată 222
Fursecuri cu rom 147
Fursecuri cu scorţişoară 71
Fursecuri cu vişine 222
Fursecuri dietetice 256
Fursecuri din migdale cu nuci 222
Fursecuri din mălai 26
Fursecuri pentru ceai 222

G

Gâscă la frigare cu sos alb 169
Gâscă pe varză călită 50
Gâscă sălbatică la cuptor 94
Gâscă umplută 122
Gazpacho 181
Găluşte cu prune 272
Găluşte de cartofi 270
Găluşte de caşcaval 213
Găluşte de ciuperci 105
Găluşte de ficat 253
Găluşte de mămăliguţă cu ciuperci 23
Găluşte de smântână cu raci 307
Găluşte de ştiucă 192
Găluşte din creier de viţel 213
Gem de caise decojite 301
Gem de căpşune 302
Gem de dovleac 302
Gem de fructe asortate 302
Gem de mere 302
Gem de pere 302
Gem de portocale 302
Gem de prune 302
Ghebe în saramură 28
Ghiudem 89
Ghiveci călugăresc 283
Ghiveci cu ciolan de porc 51
Ghiveci de legume 271
Ghiveci de peşte 155
Ghiveci la ţest cu carne de porc 155
Ghiveci măcelăresc 141
Gogoşari copţi în oţet 296
Gogoşari în oţet 296
Gogoşele cu mere 162
Gogoşi cu caşcaval 90
Gogoşi cu iaurt 223
Gogoşi de cartofi cu şuncă 170
Gogoşi rapide 291
Grâu fiert cu miere 273
Grădinucă la cuptor 66
Grătar cu legume asortate 169
Griş cu lapte 247
Guguluf moldovenesc 122
Gulaş ardelenesc 51
Gulaş de fasole 192
Gulaş de mazăre 110
Gulii de post 283
Gulii umplute 239
Gutui coapte 259
Gutui umplute 111

H

Halva de cacao cu griş 291
Hamburger cu sos mexican 170
Heringi cu ceapă 32
Homar cu maioneză vegetală 307
Hrean ardelenesc 53
Hribi la cuptor 271

I

Iahnie de bame 284
Iahnie de cartofi 264
Iahnie de ceapă 284
Iahnie de dovlecei 269
Iahnie de fasole cu carne afumată 66
Icre de fasole 271
Icre de post 261
Iepure cu măsline 192
Iepure cu sardele în sos 315
Iepure cu smântână Banat 66
Iepure cu sos de miere şi ananas 315
Imambaialdî 193
Inimă de viţel cu smântână 141
Inimioare de ciocolată cu nuci 326
Iofca cu brânză de vaci 170

Î

Împletitură de Muscel 141
Îngheţată de ciocolată cu ienupăr 223
Îngheţată de lămâie 223
Îngheţată de portocale 260
Îngheţată de zmeură 260
Îngheţată din suc de morcovi 223
Învârtită cu mac 83

J

Jambon în crustă de sare 30
Jeleu de portocale şi mere 223
Jigou de berbec 155
Jumări câmpeneşti 110
Jumări cu ardei gras şi roşii 156
Jumări cu brânză 193
Jumări cu ceapă şi roşii 193
Jumări cu creier 193
Jumări cu crochete de cartofi 170
Jumări cu ficat 193
Jumări cu lapte şi verdeaţă 193
Jumări cu roşii 193
Jumări cu sos de roşii 142
Jumări cu vinete umplute 66
Jumări moldoveneşti 193
Jumări româneşti 142

K

Ketchup de ciuperci 298
Kievskaia de pui 193

L

Langoşi 56
Lapte de bou 110
Lapţi cu ciuperci 193
Lapţi orientali 316
Legume asortate 284
Legume la cuptor cu smântână 194
Legume la cuptor 156
Legume umplute 94
Lichior de cafea 304
Lichior de cireşe amare 305
Lichior de mentă 305
Lichior de portocale 305
Lichior de vanilie 305
Lictar cu magiun 147
Limbă cu măsline 67
Limbă cu rizoto şi măsline 194
Limbă cu sos 142
Limbă cu soté de ciuperci 142
Limbă fiartă cu smântână 194
Limbă la cuptor 194
Limbă pané cu măsline 194
Limbi de pisică 223

M

Macaroane cu brânză şi ciuperci 66
Macaroane cu ciuperci şi caşcaval 194
Macaroane cu ficat 194
Macaroane cu mac, gem şi zahăr 195
Macaroane cu spanac şi nucşoară 195
Macaroane la cuptor 284
Macrou marinat 94
Madlene cu lămâie 223
Madlene cu migdale 223
Magiun de legume 302
Magiun de prune 302
Maioneză de post 262
Maioneză dietetică 255
Mâncare de arpagic 34
Mâncare de bame cu carne de pui 123
Mâncare de bame la cuptor 284
Mâncare de cartofi cu ciuperci 284
Mâncare de cartofi cu orez 284
Mâncare de castraveciori 274
Mâncare de castraveţi muraţi 156
Mâncare de ciuperci cu ţelină 239
Mâncare de dovlecei 271
Mâncare de fasole verde 285
Mâncare de fasole verde cu carne 142
Mâncare de fasole verde cu sos de smântână 254
Mâncare de gulii 266
Mâncare de gulii cu măsline 285
Mâncare de lin cu sos de ciuperci 156
Mâncare de linte 285
Mâncare de mazăre 266
Mâncare de mazăre cu măsline 285
Mâncare de mazăre păstăi 285
Mâncare de măcriş 51
Mâncare de morcovi 264
Mâncare de pere 254
Mâncare de peşte cu găluşte 195
Mâncare de prune uscate 123
Mâncare de pui cu castraveţi 195
Mâncare de pui cu gutui în sos haiducesc 177
Mâncare de pui cu linte 195
Mâncare de pui cu verdeaţă 254

Mâncare de roşii cu ardei gras 285
Mâncare de ştevie 286
Mâncare de ţelină cu ciuperci şi măsline 286
Mâncare de urzici cu orez 266
Mâncare de varză la cuptor 142
Mâncare oltenească de vinete 156
Mâncare verde 258
Marinată de midii 195
Marmeladă de ceapă 35
Marmeladă de gutui 303
Marmeladă de trandafiri 303
Marmeladă de zmeură 303
Mazăre verde boabe 296
Mălai cu hrişcă 23
Mămăligă cu cârnaţi 24
Mămăligă cu dovleac la cuptor 26
Mămăligă cu jumări şi verdeţuri 25
Mămăligă cu unt şi ouă 25
Mămăligă cu untură şi usturoi 25
Mămăligă de cartofi 82
Mămăligă gratinată 25
Mămăligă prăjită cu jumări sau cârnaţi 25
Mămăligă prăjită cu legume 25
Mămăliguţă cu brânză la cuptor 110
Mămăliguţă cu brânză şi smântână 23
Mămăliguţă cu lapte şi brânză la cuptor 25
Mămăliguţă cu măruntaie de miel 23
Mămăliguţă cu ochiuri şi brânză 26
Mămăliguţă împănată 26
Mămăliguţă în păturі 110
Mămăliguţă pripită 27
Mărar conservat în sare 28
Medalion de miel cu soté de ciuperci 195
Melanj de fructe proaspete 224
Melci cu nucă 72
Melci fierţi cu sos de chili 196
Melci fierţi în sos de vin 316
Melci în sos picant 316
Melci rasol cu mujdei de usturoi 110
Melci umpluţi 316
Mere „încălţate“ 147
Mere coapte 292
Mere cu frişcă dietetică 252
Mere în aluat de clătite 147
Mere în foitaj 224
Mere murate 296
Mere rase cu pesmet şi margarină 252
Mere umplute 56
Mere umplute cu dulceaţă 256
Mere umplute cu orez 256
Midii cu sos de maioneză 196
Midii cu sos de vin alb 316
Miel la frigare 196
Minciunele 162
Mititei dietetici 246
Murături picante în oţet 296
Musaca 95
Musaca de cartofi cu ghebe 286
Musaca de cartofi cu ouă 196
Musaca de dovlecei cu carne de vită 246
Musaca de macaroane cu ciuperci 196
Musaca de macaroane cu conopidă 196
Musaca de spaghete 197
Musaca de varză 67
Musaca de vinete 239
Must de mere 305
Muşchi de căprioară în prapur cu ciuperci fripte 316
Muşchi de porc cu cârnăciori olteneşti 197
Muşchi de porc cu cârnăciori olteneşti 156
Muşchi de porc împănat 168
Muşchi de urs ca în Maramureş 107
Muşchi de vită împănat cu slăninuţă 177
Muşchi de vită la grătar 250
Muşchiuleţ rulat ca în Bănie 159

N

Napolitane cu cremă de nuci şi cacao 224
Negresă 224
Nisetru la grătar 123
Nuci 224
Nuga moldovenească 129

O

Oaie la groapă 156
Ochiuri „pe canapea“ 199
Ochiuri cu brânză şi praz 197
Ochiuri cu cârnaţi şi caşcaval 157
Ochiuri cu orez şi sos tomat 197
Ochiuri cu parizer 197
Ochiuri cu roşii 197
Ochiuri cu roşii şi verdeaţă 198
Ochiuri cu slăninuţă 198
Ochiuri cu smântână 198
Ochiuri cu sos de roşii 198
Ochiuri cu spanac şi parmezan 198
Ochiuri cu şuncă 198
Ochiuri cu şuncă şi piure de cartofi 198
Ochiuri gratinate 198
Ochiuri în cuib de mămăliguţă 198
Ochiuri la capac 197
Ochiuri româneşti 199
Ochiuri româneşti cu spanac 142
Ochiuri româneşti cu sparanghel şi sos alb 199
Omletă cu brânză de oaie sau caşcaval 199
Omletă cu cartofi 199
Omletă cu cartofi şi parmezan 200
Omletă cu ciuperci 200
Omletă cu ciuperci, caşcaval şi slănină 45
Omletă cu creier de viţel 199
Omletă cu cremă caramel 200
Omletă cu crutoane 66
Omletă cu ficăţei de pui 200
Omletă cu fructe de mare 170

La Maison de
Villeroy & Boch
1748

Allsa Industrials SRL
Mario Plaza Shopping Gallery
Calea Dorobanți nr. 172,
sector 1, București
Tel.: 230.47.79; Fax: 231.69.64

La Maison de

Villeroy & Boch

1748

Omletă cu marmeladă 199
Omletă cu mazăre şi smântână 199
Omletă cu mere 200
Omletă cu peşte uscat 105
Omletă cu piure de mazăre 67
Omletă cu roşii şi ardei 257
Omletă cu smântână 200
Omletă cu şodou de vin 201
Omletă cu şuncă 201
Omletă cu şuncă şi ciuperci 201
Omletă cu ton 170
Omletă cu verdeţuri 201
Omletă cu zahăr vanilat 307
Omletă de albuş cu brânză de vaci şi mămăliguţă 200
Omletă de toamnă 201
Omletă economică 201
Omletă gen pizza 201
Omletă gratinată 202
Omletă la abur 200
Omletă la abur cu morcovi 200
Omletă piperată 202
Omletă surpriză 117
Omletă ţărănească 153
Omletă ţărănească cu unt şi ştevie 202
Orez cu fructe confiate 224
Orez cu lapte şi fructe 224
Orez cu muguri de bambus 202
Orez cu roşii la cuptor 202
Orez picant cu carne de vită 202
Ostropel de pui 143
Ostropel de vacă 34
Ostropel moldovenesc cu carne de raţă 121
Ouă cleioase în aspic 170
Ouă cu brânză şi smântână 202
Ouă cu ceapă şi sos de vin 34
Ouă cu ceapă şi sos picant 202
Ouă cu ciuperci şi usturoi 171
Ouă cu maioneză 171
Ouă cu sos de smântână 105
Ouă cu sos mentolat 203
Ouă cu sos tartar 171
Ouă cu sos verde 203
Ouă cu spanac 203
Ouă cu tăiţei şi sos tomat 203
Ouă fierte cleioase 171
Ouă fierte cu costiţă 203
Ouă fierte dietetice 171
Ouă fierte moi 171
Ouă franţuzeşti 171
Ouă îmbrăcate 171
Ouă jumări cu usturoi 32
Ouă marinăreşti 95
Ouă moi cu sparanghel 171
Ouă moi în aspic 172
Ouă pe orez 203
Ouă prăjite în ulei 203
Ouă ruseşti 172
Ouă tari 172
Ouă umplute 68
Ouă umplute cu brânză 172
Ouă umplute cu ciuperci şi muştar dulce 138
Ouă umplute cu fileuri de anşoa 172
Ouă umplute cu pastă de ciuperci 153
Ouă umplute cu pateu de ficat 172
Ouă umplute cu verdeaţă 153
Ouă umplute pentru tartine 172
Ouă veneţiene 172

P

Pacele munteneşti 135
Pâine călugărească 72
Pâine cu costiţă şi ceapă la cuptor 173
Pâine de ciocolată 225
Pâine de nucă 225
Pâine pentru ceai 147
Pâinea sultanului 225
Pană de somn cu usturoi 35
Pandişpan cu cremă de ciocolată 225
Pandişpan cu vişine 225
Pandişpan 162
Papanaşi 129
Papanaşi de mămăligă 23
Papanaşi de orez cu ciuperci 136
Papară 203
Papară cu brânză de burduf 26
Papricaş cu ciuperci şi smântână 51
Papricaş de pui 49
Papricaş din carne de porc 51
Parfait de cacao 243
Paricaş de pui 49
Pârjoale moldoveneşti 123
Pască 275
Pastă de ciuperci pentru umplut roşii şi clătite 53
Pastă de jumări sau slănină 106
Pastă de mere coapte 248
Pastă de peşte 172
Pastă de pui 237
Pastă de vinete cu caviar 309
Paste cu sos de vinete 271
Pateu de ficat de porc 173
Pateu de ficat de viţel 173
Pateu de ficat dietetic 244
Pateuri cu carne tocată 138
Pateuri cu cartofi 261
Pateuri cu costiţă 173
Păpădie bănăţeană 70
Păpuşele de dragovei 157
Păstrăv fiert în smântână 79
Păstrăv la cuptor 204
Păstrăvi cu ciuperci în aspic 316
Pătlăgele umplute cu icre 89
Pătrate cu cremă 83
Pături moldoveneşti 123

Peltea de agrişe 303
Peltea de caise 303
Peltea de gutui 303
Peltea de portocale 303
Peltea de zmeură 303
Pepene galben cu frişcă şi mentă 326
Pepene galben cu profiterol 225
Pepene galben umplut 225
Pepeni verzi muraţi 296
Pere imitate 51
Pere şi gutui la tavă cu frişcă 226
Perişoare cu smântână 136
Persici umplute 226
Pesmeţi de ciocolată şi migdale 226
Pesmeţi dulci 129
Peşte alb în cămaşă de brânză 125
Peşte în crustă de sare 29
Peşte sărat cu mujdei (pentru zilele cu dezlegare la peşte) 267
Piept de prepeliţe cu trufe şi ficat de gâscă 317
Piept de pui cu ciuperci 242
Piept de pui cu mere 254
Piept de pui cu mere caramelizate 204
Piept de pui cu miere şi ciuperci 204
Piept de pui cu orez şi legume 250
Piept de pui cu portocale 204
Piept de raţă cu fructe exotice 317
Piftie de cocoş 118
Piftie de crap 90
Piftie de porc 136
Piftie de viţel 118
Pilaf bănăţean 67
Pilaf cu carne de vită 157
Pilaf cu ciuperci şi caşcaval 204
Pilaf cu dovlecei şi urdă 246
Pilaf cu legume 286
Pilaf cu mazăre şi ciuperci 286
Pilaf cu prune uscate 111, 264
Pilaf cu roşii la cuptor 286
Pilaf de crap 95
Pilaf de hribi 79
Pilaf de pasăre 123
Pilaf de post 272
Pilaf de prepeliţă 204
Pilaf de raci la cuptor 204
Pilaf de urzici cu mălai 26
Pilaf dietetic 246
Piperadă 157
Piroşti cu brânză 118
Pişcoturi cu migdale 226
Pişcoturi din nuci 226
Pişcoturi foarte fine 162
Piure ardelenesc de cartofi 53
Piure de cartofi cu mărar 111
Piure de castane 111
Piure de castane cu frişcă 260
Piure de conopidă 287
Piure de urzici 144
Pizza cu ceapă 32
Pizza cu fileuri de anşoa şi măsline 173
Pizza cu oregano 173
Pizza cu piept de pui 173
Pizza vegetariană 281
Plachie bucovineană 80
Plachie de crap 143
Plachie de stridii 317
Plăcintă „poale-n brâu“ 129
Plăcintă creaţă 136
Plăcintă cu brânză 45
Plăcintă cu caise 226
Plăcintă cu carne şi aluat franţuzesc 174
Plăcintă cu carne şi cartofi 45
Plăcintă cu ceapă 32, 63
Plăcintă cu cireşe 129
Plăcintă cu ciuperci 77
Plăcintă cu dovleac 147
Plăcintă cu iaurt 98
Plăcintă cu mere 252
Plăcintă cu mere sau brânză 56
Plăcintă cu mere şi brânză de vaci 260
Plăcintă cu nuci 112
Plăcintă cu piersici şi cremă 84
Plăcintă cu soia 276
Plăcintă cu vişine 129
Plăcintă de macaroane cu carne de vită 205
Plăcintă de mălai cu caşcaval şi ciuperci 24
Plăcintă de mere 72
Plăcintă de miel 90
Plăcintă de primăvară 265
Plăcintă din aluat fraged cu carne 153
Plăcintă din flori de salcâm 98
Plăcintă la cuptor cu umplutură de spanac 174
Plăcintă neagră cu cireşe 98
Plăcintă pripită 148
Plăcinte mocăneşti 45
Plăcinţele de cartofi 105
Pogăcele cu jumări 77
Porumbei înăbuşiţi 123
Potârnichi umplute cu fructe 317
Praf de ardei iuţi 297
Praz a la grec 267
Praz cu măsline 35
Praz umplut 157
Praz umplut cu brânză de vaci 35
Prăjitura debutanţilor 226
Prăjitură cu bere 72
Prăjitură cu caise 252, 292
Prăjitură cu căpşune 227
Prăjitură cu ciocolată albă 148
Prăjitură cu cremă de cafea 227
Prăjitură cu griş 227
Prăjitură cu mac 227

Prăjitură cu marmeladă 130
Prăjitură cu mentă 227
Prăjitură cu migdale şi cafea 227
Prăjitură cu nucă 72
Prăjitură cu nuci 228
Prăjitură cu prune 228
Prăjitură cu rom 228
Prăjitură cu stafide şi nuci 228
Prăjitură cu struguri 228
Prăjitură cu zmeură 228
Prăjitură orientală 228
Prăjitură poloneză cu bere 84
Prăjiturele cu glazură de cacao 148
Prăjiturele din nuci cu cremă 229
Prăjiturele pentru ceai 58, 148
Prăjituri pentru cafea 100
Prepeliţă cu sos de smântână 205
Prepeliţă cu sos de smântână şi ciuperci 205
Prepeliţă cu soté de mazăre 205
Prepeliţă la grătar 205
Prepeliţă la tavă 205
Prepeliţe cu măsline şi condimente 317
Prepeliţe în sos de vânat cu chimen 317
Pricomigdale cu ciocolată 229
Pricomigdale din nuci şi coniac 229
Proboi 95
Prune cu orez 292
Pui cu ciuperci şi sos alb 157
Pui cu smântână 79
Pui cu sos de mere 205
Pui cu sos de smântână 52
Pui de baltă cu maioneză 206
Pui de baltă cu sos de chili 317
Pui de Voineşti 139
Pui fiert cu miere şi scorţişoară 320
Pui fript umplut 79
Pui înăbuşiţi 124
Pui umplut cu mazăre şi ciuperci 206
Pui umplut cu pastă de creier 206
Pui umplut în crustă de sare 29
Pulpă de berbec cu varză 95
Pulpă de berbec la tavă cu usturoi 121
Pulpă de berbec umplută 95
Pulpă de căprioară cu condimente în aspic 320
Pulpă de miel cu glazură de miere 206
Pulpă de miel cu rozmarin 242
Pulpă de porc cu verdeţuri 143
Pulpă de porc împănată cu cartofi 206
Pulpă de porc la tavă 124
Pulpă de purcel cu ciuperci 160
Pulpă de vită cu orez şi măsline 96
Pulpă de viţel cu organe 52
Pulpă de viţel împănată cu legume 255
Pulpe de pui cu maioneză şi usturoi 242
Pulpe de pui în vin roşu 206
Purcel de lapte la tavă 124

R

Rachiu de sâmburi 305
Raci cu curry 320
Raci cu sos picant 207
Raci cu usturoi 35
Raci fierţi în vin 207
Raci umpluţi cu orez 320
Rasol de crap cu hrean 188
Rasol de pasăre 106
Rasol de raci cu mujdei de usturoi 160
Rasol de vită 250
Rasol de vită cu ardei copţi 246
Raţă cu măsline 207
Raţă cu miere şi nuci pisate 320
Raţă pe varză 124
Raţă sălbatică friptă 143
Ravioli cu spanac 207
Rinichi cu creier şi măsline 207
Rinichi de vită cu sos de ciuperci 124
Rizoto cu şuncă şi ochiuri 207
Romburi cu rom 229
Romburi de susan 229
Roşii în saramură 28
Roşii umplute cu ciuperci 90
Roşii umplute cu crevete 237
Roşii umplute cu morcovi şi varză abă 153
Roşii umplute cu orez 272
Roşii umplute cu ouă 80
Rotogoale de berbec 95
Ruladă cu brânză de vaci şi stafide 84
Ruladă cu carne de viţel 79
Ruladă cu caşcaval 174
Ruladă cu cremă de nuci 229
Ruladă cu susan 230
Ruladă de cacao cu frişcă 229
Ruladă de carne cu ouă 244
Ruladă de carne cu slăninuţă 208
Ruladă de cartofi 174
Ruladă de mere cu scorţişoară şi frişcă 230
Ruladă de ou cu carne şi ciuperci 174
Ruladă de vişine 230
Ruladă din carne de vită 208
Ruladă din piept de pui cu fructe 259
Ruladă din slănină 105
Rulouri cu brânză de vaci 100
Rulouri cu ciuperci şi caşcaval 174
Rulouri cu marmeladă 130
Rulouri cu vanilie 230
Rulouri de andive cu şuncă la cuptor 175
Rulouri de carne cu ciuperci 320
Rulouri de mămăligă cu omletă şi costiţă 26
Rulouri de şuncă cu sparanghel 319
Rulouri de varză 52

S

Salam din biscuiţi 292
Salată amestecată 175
Salată amestecată cu pui 175
Salată cu maioneză şi carne de porc 175
Salată cu măsline şi cârnaţi 175
Salată de andive cu frişă 307
Salată de andive fierte 276
Salată de anghinare cu ulei 276
Salată de ardei copţi 146
Salată de cartofi 261
Salată de cartofi cu sfeclă 214
Salată de castraveţi 70
Salată de castraveţi cu iaurt 237
Salată de castraveţi verzi cu smântână 126
Salată de căpşune 162
Salată de ciuperci cu maioneză 136
Salată de ciuperci cu ouă, ţelină şi caşcaval 175
Salată de ciuperci cu verdeţuri 276
Salată de conopidă 276
Salată de conopidă cu maioneză dietetică 240
Salată de creier 77
Salată de cruditǎţi cu porumb şi nuci 308
Salată de cruditǎţi specială 243
Salată de dovlecei cu sos de iaurt 175
Salată de fasole cu orez 261
Salată de fasole grasă, conservată 297
Salată de fasole verde 270
Salată de fructe de iarnă 230
Salată de fructe de mare 308
Salată de fructe specială 230
Salată de ghebe cu usturoi 269
Salată de hribi 82
Salată de lacherdă 161
Salată de legume 268
Salată de legume cu usturoi 82
Salată de macaroane 272
Salată de macaroane cu parizer prăjit 214
Salată de macrou cu verdeţuri 178
Salată de mânătârci 178
Salată de mere, portocale şi kiwi 243
Salată de morcovi 277
Salată de orez 214
Salată de orez 288
Salată de orez cu ardei 178
Salată de orez cu măsline 178
Salată de păpădie 267
Salată de portocale cu miere 230
Salată de pui cu alune 308
Salată de pui cu orez şi stafide 208
Salată de raci 178
Salată de raci cu ciuperci 308
Salată de roşii cu mărar 288
Salată de scrumbii sărate cu ceapă 32
Salată de sfeclă 54
Salată de sfeclă cu citrice 277
Salată de spanac 241
Salată de sparanghel 277
Salată de sparanghel cu sos de muştar 288
Salată de ton 178
Salată de ţelină cu ciuperci 277
Salată de vară 270
Salată de varză albă 288
Salată de varză roşie 126
Salată dobrogeană de iarnă 261
Salată dobrogeană de legume 97
Salată mediteraneană 178
Salată mixtă 277
Salată Nicoise 319
Salată oltenească de cartofi şi verdeţuri 272
Salată pescărească 97
Salată preparată iarna 144
Salată verde cu usturoi 54
Salată de măsline 277
Sarailie 292
Saramură de crap 29
Saramură de pui 28
Saramură de ştevie 267
Sarmale ardeleneşti 52
Sarmale cu nuci în cuiburi 264
Sarmale cu orez 264
Sarmale cu urdă şi smântână 81
Sarmale cu varză dulce 67
Sarmale moldoveneşti 124
Sarmuzac (mujdei) 97
Savarină cu frişcă 231
Savarină cu piersici 231
Sărmăluţe cu creier în foi de salată verde 208
Sărmăluţe dietetice în foi de viţă 259
Sărmăluţe în cuib 52
Sărmăluţe în foi de spanac sau de ştevie 160
Sărmăluţe în foi de viţă 143
Scoarţă 130
Scoici umplute 308
Scordolea din miez de pâine şi nuci 265
Scovergi cu telemea 67
Scrumbie cu legume 96
Scrumbie friptă pe cărbuni 96
Sepii umplute cu orez 320
Sfârâială dobrogeană 96
Sfeclă cu sos scordolea 126
Sfinţişori 273
Sitari fripţi pe grătar 320
Slănină afumată în sare 30
Soia cu cartofi la cuptor 263
Somn la proţap cu mujdei şi mămăliguţă 125
Somon cu avocado 178
Somon special 208
Sos alb cu smântână 111
Sos ardelenesc de muştar 54
Sos cald de usturoi 35
Sos cu esenţă de ciuperci 214

Sos de arpagic pentru rasol 126
Sos de ceapă 36
Sos de ciuperci pentru peşte 98
Sos de conopidă 54
Sos de hrean 54
Sos de hrean cu smântână 69
Sos de iaurt 214
Sos de măcriş 70
Sos de miere cu scorţişoară 325
Sos de muştar cu usturoi 265
Sos de pătlăgele roşii 82
Sos de raci 214
Sos de roşii 272
Sos de roşii cu soia 288
Sos de roşii dietetic 242
Sos de smântână pentru vânat 83
Sos de stafide 292
Sos de tarhon 146
Sos de vin 126
Sos din suc de portocale 293
Sos muntenesc 146
Sos olandez 214
Sos pentru vânat 214
Sos picant 288
Sos remoulade 242
Sos rusesc 214
Sos suprem 215
Sos vânătoresc 126
Sos vienez cu hrean 215
Soté de ciuperci cu mărar 287
Soté de legume 255
Soté de porc cu măsline 208
Soté de rinichi 208
Soté din fasole verde 269
Spaghete cu carne de porc 209
Spaghete cu ciuperci şi roşii 209
Spaghete cu ciuperci, caşcaval şi sos de roşii 209
Spaghete cu fasole verde 209
Spaghete cu legume 209
Spaghete cu legume şi roşii 210
Spaghete cu mazăre şi morcovi 210
Spaghete cu măsline 210
Spaghete cu smântână şi ciuperci 209
Spaghete cu suc de portocale şi piept de pui 210
Spaghete cu unt şi ciuperci 210
Spanac cu carne de miel 210
Spanac cu ouă şi sos alb 70
Spanac cu pilaf 287
Sparanghel cu sos alb 259
Spumă de fragi cu migdale 231
Spumă de griş cu dulceaţă 256
Spumă de mere 231
Spumă de miere cu frişcă 231
Spumă de portocale 243
Stavrizi la cuptor (pentru zilele cu dezlegare la peşte) 267
Stridii cu maioneză 179
Stridii fripte cu sos caramel 325
Stufat de miel 144
Stufat de peşte 210
Suc de roşii cu hrean 298
Suc de roşii cu legume 287
Sufleu de cartofi cu carne de vită 144
Sufleu de castane 231
Sufleu de caşcaval 211
Sufleu de căpşune 148
Sufleu de ciuperci cu brânză 160
Sufleu de ciuperci cu caşcaval şi sos alb 211
Sufleu de ciuperci cu şuncă 242
Sufleu de creier cu hribi 211
Sufleu de dovlecei cu urdă 247
Sufleu de fasole verde 250
Sufleu de gulii cu mac 52
Sufleu de peşte 211
Sufleu de portocale 256
Sufleu de roşii cu brânză dulce 255
Sufleu de spanac şi şuncă 211
Sufleu de ţelină 247
Sufleu de vişine 256
Sufleu din piept de pui 247
Supă cleştar 182
Supă cu fidea 253
Supă cu găluşte din pâine 279
Supă cu tăiţei de casă 119
Supă de broaşte ţestoase 308
Supă de cartofi cu cârnaţi 46
Supă de castane cu ciuperci 280
Supă de ceapă 33
Supă de chimen 262
Supă de ciuperci cu găluşte 182
Supă de conopidă 279
Supă de fasole verde cu chisătură 64
Supă de fructe 279
Supă de găină cu tăiţei 182
Supă de găină cu zdrenţe 154
Supă de gulii cu smântână 182
Supă de legume cu găluşte 253
Supă de legume cu tăiţei 279
Supă de limbă cu zarzavat 182
Supă de linte 238
Supă de mazăre 279
Supă de mazăre cu cartofi noi 268
Supă de măcriş 257
Supă de mălai 23
Supă de mere 249
Supă de migdale cu lapte 258
Supă de morcovi 279
Supă de morun cu crutoane 309
Supă de pâine cu mere 282
Supă de păpădie 238
Supă de praz cu cartofi 182
Supă de pui a la grec 182
Supă de pui cu colţunaşi 78
Supă de pui cu găluşte 64
Supă de raci 183

Supă de roşii cu caşcaval 183
Supă de roşii cu crutoane 183, 249
Supă de roşii cu orez 258
Supă de roşii cu usturoi 238
Supă de roşii cu varză 282
Supă de roşii cu zdrenţe 253
Supă de salată verde 238
Supă de spanac 244
Supă de sparanghel 282
Supă de tomate cu găluşte 183
Supă de urzici 266
Supă de vită cu ouă 137
Supă de zarzavat 282
Supă de zarzavat cu perişoare 244
Supă gulaş 64
Supă rece de castraveţi 183
Supă ţărănească de Covasna 46
Supă-cremă de ciuperci cu cartofi şi ceapă 181
Supă-cremă de dovlecei 181
Supă-cremă de fasole 278
Supă-cremă de morcovi 181, 244
Supă-cremă de pui cu legume 181
Supă-cremă de spanac 181
Supă-cremă de ştiucă 249
Supă-cremă de ţelină 182
Supă-cremă de zarzavat 278
Surimi de homar cu cremă 325

Ş

Şalău „bonne femme“ 211
Şalău cu maioneză 211
Şalău cu smântână 212
Şalău gratinat cu ciuperci 212
Şarlotă cu ciocolată şi nuci măcinate 231
Şarlotă de nuci 243
Şerbet de caise 304
Şerbet de căpşune 304
Şerbet de cireşe amare 304
Şerbet de portocale 304
Şerbet de trandafiri 304
Şerbet de vişine 304
Şniţel cu caşcaval şi spanac 212
Şniţel de ciuperci 70
Şniţel de iepure umplut cu ciuperci 325
Şniţel de miel cu legume asortate 212
Şniţel de miel cu parmezan ras 212
Şniţel de porc în sos alb 212
Şniţel de vită cu cartofi natur 247
Şniţel de vită cu garnitură de legume 212
Şniţel din carne tocată 111
Şniţel în pergament 125
Şorici fript pe grătar 118
Şorici umplut 70
Ştiucă cu ciuperci şi măsline 213
Ştiucă umplută 96
Ştrudel de cireşe şi vişine 112
Şuncă în aspic 308

T

Taci şi-nghite 24
Tartă cu căpşune 232
Tartă cu cireşe 232
Tartă cu ciuperci 179
Tartă cu dovleac 232
Tartă cu ficăţei de pui şi ciuperci 213
Tartă cu fragi şi mure 232
Tartă cu mere 293
Tartă cu mere şi stafide 232
Tartă cu pateu de ciuperci 213
Tartă cu peşte şi dovlecei 90
Tartă cu vişine 58, 270
Tartă de ceapă cu caşcaval 32
Tartă de ciocolată cu frişcă şi migdale 326
Tartine cu caşcaval şi ciuperci 179
Tartine cu hrean şi brânză de vaci 48
Tartine cu pastă de ciuperci 179
Tartine cu peşte 179
Tartine cu scoici 179
Tăiţei cu varză 82
Tiramisu 232
Tobă 108
Tocană ardelenească de porc 53
Tocană ardelenească de viţel 53
Tocană bănăţeană cu carne de porc şi găluşte 70
Tocană de ardei cu măsline 281
Tocană de ciuperci cu măsline şi arpagic 160
Tocană de purcel 111
Tocană haiducească 159
Tocană măcelărească 144
Tocană răzăşească 125
Tocană suceveană cu carne de vacă şi porc 82
Tocăniţă de cegă 96
Tocăniţă de ficat 213
Tocăniţă de gogoşari 250
Tocăniţă de hribi proaspeţi 82
Tocăniţă de miel cu cartofi 96
Tocăniţă mănăstirească de ciuperci 269
Tochitură bucovineană 82
Tochitură dunăreană 93
Tochitură moldovenească 125
Toci moldovenesc 118
Tort bezea 232
Tort caramel 84
Tort cu cremă de cafea 233
Tort cu cremă de nuci 233
Tort cu iaurt şi fructe 233
Tort de afine cu frişcă 233
Tort de alune cu cremă de vanilie 235
Tort de ciocolată 233
Tort de ciuperci 179
Tort de kiwi cu sos de zmeură 234
Tort de mere cu biscuiţi 248
Tort de mere cu frişcă 234
Tort de migdale 234

Tort de nes 234
Tort de nuci cu cremă de cacao 234
Tort de pişcoturi cu frişcă 234
Tort de pişcoturi cu şarlotă de alune 235
Tort din biscuiţi la rece 272
Tort piramidă 235
Tort trufă cu lichior de mentă 326
Trufe 236
Trufe cu whisky şi nuci 326
Trufe de ciocolată cu frişcă 326
Trufe de ciocolată cu migdale 326
Turtă cu nucă 162
Turtă cu praz 154
Turtă de cartofi 287
Turtă de mălai cu mere 27
Turtă dulce cu suc de portocale 148
Turte cu mac 265
Turtiţe 273
Tuslama de burtă 97

Ţ

Ţelină cu ciuperci şi măsline 269
Ţelină cu măsline 242
Ţelină cu măsline la cuptor 264
Ţelină umplută cu carne 125

U

Umplutură cu miere pentru plăcinte 72
Umplutură de carne 126
Umplutură de carne cu ciuperci pentru foitaje Ardeal 54
Umplutură de cireşe 293
Umplutură de ciuperci cu carne pentru legume 146
Umplutură de creier 215
Umplutură de şuncă 215
Urechiuşe 58
Urzici bătute cu mujdei şi mămăliguţă 267
Uscăţele pentru ceai 130
Usturoi verde conservat 297

V

Vaporaşe cu sardele 179
Varză a la Cluj 53
Varză acră cu orez 265
Varză călită 144
Varză cu carne 70
Varză cu ciolan de porc 53
Varză cu ciuperci 287
Varză cu mărar 160
Varză dulce în pesmet 274
Varză murată 297
Varză roşie la cuptor 288
Vărzări 46
Vin de smochine 305
Vin pelin 306
Vinegretă 215
Vinete a la grec 269
Vinete împănate 288, 296
Vinete în saramură 28
Vinete prăjite cu mujdei 288
Vişinată 306
Vişine conservate 297

Z

Zacuscă de ciuperci 111
Zacuscă de crap 97
Zacuscă de toamnă 288
Zamă cu cârnat 64
Zbârciogi cu sos de smântână 126
Zeamă de lămâie conservată 297
Zi şi noapte 236