

BUCĂTĂRIA PENTRU TOȚI

GUSTĂRI RECI

Menuet cu ardei

Ingrediente: 3 ardei grasi (rosu, galben-portocaliu, verde), 400g ciuperci tăiate, 200g ficat de pui, 100 g unt, 250 g porumb fiert, 200 g brânză vaci, 50 g smântână, 3 căței de usturoi, un vârf de cuțit chimen, un vârf de cuțit curry, un vârf de cuțit busuioc, ± sare, piper.

Timp preparare: 2 porții - 35 minute



Mod de preparare: Ardeii se spală și se curăță de semințe. Se taie în jumătăți sub forma unor bărcuțe, apoi se umplu pe rând cu următoarele amestecuri:

1. Ficatul de pui se spală și se călește în unt. Când este gata prăjit, se amestecă cu blenderul sau se dă prin mașina de tocat, obținându-se astfel o cremă uniformă. Se sarează și se piperează după gust și se amestecă apoi cu 125 g ciuperci. Se aranjează cu lingura în două dintre bărcuțele de ardei.
2. Brânza de vaci se amestecă cu smântâna, cu usturoiul tocat mărunt, cu chimenul și cu busuiocul. Se sarează și se piperează. Se umplu cu ea alte două dintre jumătățile de ardei.
3. Ultimele două jumătăți se umplu cu boabe de porumb amestecate cu ciupercile rămase, cu o nucă de unt, cu curry, cu sare și piper.

Ouă coafate cu ton și sos olandez

Ingrediente: 5 ouă fierte tari, 1 conservă de ton (în suc propriu).

Timp preparare: 5 porții - 20 minute.



Crema de ton: Se amestecă cu mixerul tonul în suc propriu împreună cu o linguriță de muștar, 1 gălbenuș crud, ulei, boia de ardei, curry, sare, piper și mărar tocat. Sosul olandez: se amestecă pe plita încinsă, până se îngroașă, 1 gălbenuș crud, o linguriță muștar, 50 g unt, 3 linguri lapte, zeama de lămâie, sare. Ouăle fierte tari se curăță de coajă și se taie în jumătăți. Se păstrează doar albușurile, care se așează pe un platou cu roșii feliate sau cu salată verde sau, de ce nu, cu rondele de lămâie crudă. Albușurile se umplu cu crema de ton, iar deasupra se toarnă din belșug “blondul” sos olandez.

Rulada de craciun

Ingrediente: sorici de porc, ficat de porc, muschi de porc.

Timp preparare: 1 h + timpul de racire.

Mod de preparare: Intr-o oala, se pune la fiert apa cu sare, piper, foi de dafin si boabe de mustar. Se taie o bucata mai mare de sorici (depinde cat de mare vreti sa fie rulada), se curata de grasime, se sareaza si se pipereaza. Muschiul se taie subtire, cat bucata de sorici si se bate cu toporul de snitele pana ajunge la o grosime de 1 cm. Foaia de carne care rezulta, se pune peste sorici si se sareaza si pipereaza ra randul ei. Se taie ficatul in bucati potrivite (cam de 3-4 cm grosime si lungi cat bucata de sorici) si se pune pe foaia de carne. Se ruleaza cu grija toata compozitia si se leaga rulada astfel obtinuta cu ata de bucatarie (sau o sfoara mai subtire). Dupa ce s-a legat rulada, se pune in oala la fiert. Rulada este gata cand furculita intra cu usurinta prin straturile de sorici si carne. Se scoate si se lasa sa se raceasca. Rulada se serveste taiata felii cu grosimea de 0.5 cm sau 1 cm. Se poate servi cu mustar sau, in caz ca nu va place, cu castraveti sau gogosari murati.

Rulada surpriza

Ingrediente: 500g carne tocata de vita, 200g bacon (taiat pe lung in felii subtiri), 100g brânza topita, 100g paste scurte (fusilli), 1 ou, 50g unt, 1 ardei gras rosu, 2 catei de usturoi, 2 linguri pesmet, 1 lingura zeama de lamaie, 3 foi de dafin, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper.

Timp preparare: 6 portii - 100 minute.



Mod de preparare: Pune paste la fiert in apa cu putina sare, apoi dupa 8-10 minute strecoara-le si, cat sunt inca fierbinti, (nu le clati cu apa rece) amesteca-le bine cu branza Mascarpone, apoi presara-le cu sare si piper dupa gust, dupa care lasa-le sa se raceasca. Separat, amesteca intr-un castron carnea tocata cu ardeiul gras, curatat de seminte, spalat si taiat in cubulete mici. Adauga usturoiul, tocat marunt, oul, zeama de lamaie si patrunjelul, tocat cat mai marunt. Potriveste de sare si piper si omogenizeaza bine compozitia. Unge o tava de cozonac cu unt si tapeteaz-o cu o lingura de pesmet. Pune pe fundul si peretii tavii feliile de bacon, astfel incat acestea, dupa ce pui carnea in tava, sa acopere si partea de deasupra a ruladei. Pune apoi foile de dafin, dupa care pune jumatate din cantitatea de carne tocata, intr-un strat uniform. Peste carne pune paste, fara ca acestea sa ajunga la peretii tavii. Pune carnea ramasa peste paste, apoi preseaza si uniformizeaza rulada si, acoper-o cu feliile de bacon. Presara rulada cu pesmetul ramas si pune-o la cuptor, la foc potrivit, pentru cel putin 75 de minute. Inainte de a o taia las-o 10-15 minute sa se raceasca.

GUSTĂRI CALDE

"Carmangerie" în aluat de placinte

Ingrediente: Aluat: 500g făina, 150g unt, 2 oua, 2 linguri smântâna, 1 lingura iaurt, 1-2 pahare apa minerala 1 ± sare. **Umplutura:** 100ml ulei, 150g piept de pui tocat, 150g carne tocata de vita, 100g ficatei de pui, 100g carne tocata de porc, 1/2 lingurita boia iute, 1 ceapa, 2 galbenusuri, 4 catei de usturoi, cimbru, busuioc, ± sare, piper.

Timp preparare: 4 portii - 80 minute.



Mod de preparare: Într-o tigaie cu ulei încins se caleste ceapa taiata marunt. Peste ceapa se pun carnea de porc, de vita si la urma pieptul de pui. Se lasa la foc potrivit cam 20 minute, amestecând din când în când, ca sa nu se prinda de vas. Când este aproape gata, se adauga si ficatarii de pui. Se mai lasa la foc 10 minute. Compozitia se sareaza, se pipereaza, se garniseste cu cimbru, boia si busuioc, iar la urma se încorporeaza cele 2 galbenusuri si usturoiul. Separat, făina se amesteca cu untul topit si cu 1 ou batut înainte. Se subtiaza cu apa minerala, se adauga sarea si smântâna. Se amesteca pâna se obtine un aluat elastic care se împarte egal în doua foi. Într-o tava unsa cu ulei si tapetata cu făina se întinde prima foaie peste care se toarna umplutura, iar deasupra se asaza si cea de-a doua foaie. Se înțeapa din loc în loc si se da la cuptor pentru 30-35 de minute. Când este aproape gata, se scoate si se stropeste cu celalalt ou amestecat cu 1 lingura de iaurt. Se mai introduce în cuptor pentru 10 minute.

Ciuperci umplute

Ingrediente: 1kg ciuperci mari, 50g unt, 200g brânza de vaci, 2 oua, 1leg. marar, ± sare, piper.

Timp preparare: 4 portii - 45 minute.



Mod de preparare: Ciupercile se curata si se spala bine. Se scot piciorusele ciupercilor, se oparesc si se toaca cat mai marunt, se pot da eventual prin masina de tocat carne. Se calesc apoi 15 minute in unt. Palariile ciupercilor se oparesc, se scurg de apa si se pun intr-o tava unsa cu unt. Se pun la foc mic sa se inmoaie. Se lasa sa se raceasca si

se umple fiecare ciuperca cu branza amestecata cu ciupercile tocate, mararul si ouale. Se coc la cuptor pana ce se rumenesc.

Macaroane cu sos de rosii

Ingrediente: 400 g macaroane, 50 g unt, un kg de rosii, 100 g cascaval, o lingura zahar, sare.

Timp preparare: 35 minute.



Mod de preparare: Macaroanele se fierb in apa cu sare, se scurg, se clatesc cu apa rece, se scurg din nou, apoi se amesteca cu unt si cu cascavalul ras. Se pun la cuptor sa se rumeneasca. Separat se prepara sosul de rosii. Se cojesc rosiile de coaja, se dau pe razatoare si se pun la fiert cu sare si o lingura de zahar. Se lasa sa scada bine si se adauga peste macaroane, in momentul servirii. Rosiile pot fi inlocuite cu ketch-up, in cazul acesta mancarea fiind gata mult mai repede.

Tarta cu opintici si cascaval

Ingrediente: 1kg opintici, 2-3 cepe, 50ml ulei, 5 catei de usturoi, 3 oua, 150g margarina, 300g faina, 250g cascaval.

Timp preparare: 6 portii - 70 minute.



Mod de preparare: Se face un aluat din faina, margarina, 1 galbenus, 3 linguri cu apa si sare. Se framanta bine si se lasa la rece o ora. Pentru umplutura se curata ciupercile si se spala bine, apoi se fierb 20 de minute in apa cu sare. Se scurg bine de apa si se dau prin masina de tocat. Separat, se calesc usor ceapa si usturoiul tocate marunt. Se pun apoi ciupercile si se calesc pana se evaporata toata apa. Se potriveste de sare si piper si, dupa ce se raceste, se pun 1 ou, patrunjelul tocat marunt si se amesteca bine. Se intinde aluatul intr-o tava unsa cu margarina si tapetata cu faina si se pun ciupercile calite. Cascavalul se da pe razatoare si se amesteca cu un ou. Se intinde uniform deasupra ciupercilor. Se coace la cuptor 30-40 de minute sau pana cand cascavalul prinde o crusta aramie. Se consuma imediat, calda.

Tuna Cakes

Ingrediente: 2 conserve ton, un pachet surimi, o ceapa mica, 2-3 oua, o conserva de porumb, 3-4 linguri de pesmet, doua linguri de maioneza, sos chilli, sos soya, sare, piper

Timp preparare: 20 minute

Mod de preparare: Se scurge tonul si porumbul, se toaca ceapa cat mai fin, se taie feliute batoanele de surimi, se bat ouale. Se amesteca toate ingredientele cat mai bine. Se ia cu lingura din compozitie si se prajesc chiftele in ulei pana se rumenesc pe ambele fete. Se pot servi si reci, de preferat insotite de un sos (maioneza cu usturoi, iaurt cu usturoi, etc.)

SUPE, CIORBE

Bors de fasole boabe

Ingrediente: 300g fasole boabe, 1l bors, 2 cepe mici, 1 morcov, 1 radacina patrunjel, 1 radacina pastârnac, 50ml ulei, 1 lingura rasa faina, 1 leg. verdeata (leustean sau patrunjel), $\pm$ sare.

Timp preparare: 120 minute - 8 portii.



Alegeti si spalati fasolea, apoi lasati-o in apa cateva ore, de preferat de seara pana a doua zi de dimineata. Puneti-o la fiert si dupa 10 minute, de cand a inceput sa fiarba, aruncati apa in care a fiert si puneti-o din nou la fiert, in alta apa calda, impreuna cu morcovul, pastarnacul si radacina de patrunjel, toate taiate cubulete. Curatati ceapa, tocati-o marunt si caliti-o 5 minute in ulei, apoi adaugati faina si stingeti cu 2-3 linguri de zeama de fasole. Adaugati acest rantas in oala cu fasole, apoi puneti borsul, fiert separat, potrivit de sare si mai dati intr-un clocot. Serviti cu verdeata tocata marunt

Bors de vaca

Ingrediente: 1kg carne de vaca, 1 ceapa, 2 morcovi, 1 pastârnac, 1 radacina patrunjel, 1 telina mica, 1 ardei gras, 200g varza dulce, 2 rosii, 2 linguri smântâna, 1 ou, 2l apa, 1/2l bors

Timp preparare: 6 portii – 60 minute

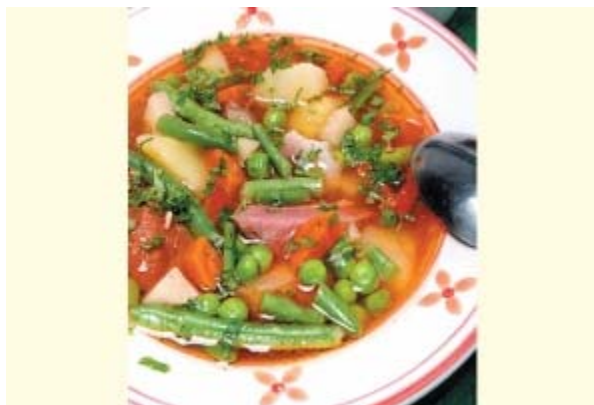


Carnea, spalata si taiata în bucati potrivite, se pune cu apa rece într-o oala, pe foc mic si se lasa sa fiarba încet, descoperit. Legumele se curata, se spala si se dau pe razatoarea mare sau se taie marunt. Dupa ce s-a luat spuma si carnea este aproape fiarta se introduc legumele, varza întreaga, rosiile curatate de pielita si seminte si taiate cubulete, ardeiul gras taiat mic, sarea si se lasa sa fiarba. Când carnea este bine fiarta, se

toarna borsul cald, fiert separat, si se mai fierbe 10 minute. Se toarna, putin câte putin, oul batut cu smântâna, dupa care se amesteca ciorba si se serveste calda

Bors taranesc

Ingrediente: 800g rasol de vitel, 500g pulpa de vitel, 200g morcov, 200g ceapa, 100g pastârnac, 200g telina, 100g radacina de patrunjel, 500g cartofi, 100g ardei gras, 200g varza alba, 400g rosii (din conserva), 200g fasole verde (conserva sau congelata), 100g mazare (conserva sau congelata), 50g pasta de tomate, 1,5, bors proaspat, 1 leg. patrunjel verde, ± sare, piper
Timp preparare: 10 portii - 120 minute



Rasolul si pulpa de vitel se curata de pielite si tendoane si se spala. Pulpa se taie in bucati cu latura de circa 2 cm. Se pune la fiert rasolul intreg impreuna cu bucatile de pulpa, in circa 3,5 litri apa si o lingurita rasa cu sare. Când incepe sa fiarba, se ia spuma, apoi se pun legumele (mai putin mazarea, fasolea, cartofii si rosiile) curatate, spalate si taiate in cubulet e. Când carnea este aproape fiarta, se scoate rasolul, se curata de carne, care se taie in bucatele mai mici si se pune din nou in ciorba. Se adauga fasolea verde, mazarea, rosiile taiate in cubulete, cartofii curatati, spalati si taiati in bucati mici si pasta de tomate. Se mai lasa la fiert inca 20 minute, dupa care se adauga borsul, fiert separat, verdeata, tocata marunt, si se potriveste de sare si piper, dupa gust. Se mai lasa ciorba sa dea in câteva clocote.

Ciorba de ciuperci si orez

Ingrediente: 600g ciuperci de padure, 500 ml bors proaspat, 4 linguri orez, 2 cepe potrivite, 6 linguri ulei, 2 morcovi, 1 telina mica, 2 ardei grasi, 1l apa, 1 lingura faina, 1 leg. leustean verde, ± sare
Timp preparare: 45 minute - 4 portii



Se curata morcovii, telina, ardeii si ceapa. Morcovii si telina se dau pe razatoarea mare, ceapa si ardeii se taie marunt si se pun la fiert in apa (1 l). Cand apa clocoteste, se adauga sare dupa gust. Cand legumele sunt fierte, se strecoara zeama. Ciupercile se curata bine, se spala si se taie marunt. Faina se caleste in ulei incins pana devine aurie, se adauga zeama strecurata de la zarzavat, se pun ciupercile si orezul. Se fierbe 30 de minute la foc mic, apoi se adauga borsul fiert separat si legumele strecurate. Se mai fierbe inca 5 minute si se presara pe deasupra leusteanul verde tocat

Ciorba de vita cu dovlecei umpluti

Ingrediente: 1 os de vita mare, cu maduva, 500g zarzavat pentru supa (morcov, telina, patrunjel, pastarnac, gulie), 4 dovlecei, 400g carne tocata de vita, 200g rosii, 50g orez, 2 cepe, 1 leg. marar tocat, marunt, 500ml bors, 1 leg. leustean, 1 lingurita boia dulce, ± sare, piper
Timp preparare: 4 portii - 60 minute



Se pune la fiert osul cu maduva si zarzavatul pentru supa taiat în cubulete. Se adauga sare si se ia spuma din când în când. Între timp, se taie dovleceii în doua, se scoate cu o lingura miezul si se lasa sa se scurga de zeama. Se pregateste umplutura, amestecând în carnea tocata ceapa calita, orezul fiert, mararul, sare, boia si piper dupa gust. Cu aceasta compozitie se umplu dovleceii si apoi se adauga în oala în care fierbe osul cu maduva. Se lasa sa fiarba la foc potrivit. Se adauga în oala si miezul de dovlecei taiat marunt si rosiile, curatate de piele si taiate în cubulete. Când dovleceii au fiert, se scoate osul cu maduva si se adauga în oala borsul fiert separat. Se lasa sa mai fiarba câteva minute si apoi se opreste focul. Se pune leusteanul si se lasa vasul acoperit pâna când se serveste ciorba.

Ciorba din Banat

Ingrediente: 600g carne de porc l 500g cârnati banateni l 50ml ulei l 2 cepe l 2 morcovi l 1 radacina de patrunjel l 4 cartofi potriviti l 100g smântâna l 400g iaurt l 4 galbenusuri l 50ml otet l 2 catei de usturoi l 1 leg. tarhon l 1 lingurita rasa cimbru uscat l ± sare, piper
Timp preparare: 10 portii - 80 minute



Carnea de porc se spala si se taie in bucati potrivite, apoi se pune la fiert in 4 litri de apa cu sare. Se ia spuma de catetva ori. Carnatii se taie in felii de circa 5mm grosime, se presara cu cimbru si se prajesc in ulei, cate 2 minute pe fiecare parte, la foc mic. Ceapa, morcovii si radacina de patrunjel se curata, se spala si se toaca marunt. Morcovii si albitura se pun in oala in care fierbe carnea, iar ceapa se caleste 3-4 minute impreuna cu carnatii, la foc potrivit. Cartofii se curata, se spala si, cand carnea este pe jumatate fiarta se pun si ei in oala.

Se adauga carnatii si ceapa calita, se potriveste de sare si piper si se continua fierberea inca 10 minute. Separat, intr-un castron se amesteca bine smantana, iaurtul, galbenusurile, usturoiul pisat, otetul si jumatate de legatura de tarhon, tocat marunt. Se ia oala cu ciorba de pe foc, se pun 3-4 polonice de zeama in amestecul de smantana, dupa care se toarna totul in oala cu ciorba, amestecand incontinuu. Se serveste ciorba fierbinte, presarata pe deasupra cu tarhonul ramas, tocat marunt

Ciorba din maruntaie de pasare à la grec

Ingrediente: 1kg maruntaie de pasare (pipote, inimi, ficatei), 2 morcovi, 2 cepe, 1 telina mica, 1 radacina patrunjel, 50ml ulei, 50g orez, 125g smântâna, 1 lingura faina, 2 galbenusuri de ou, 1l bors, 1 leg. leustean, ± sare

Timp preparare: 60 minute - 8 portii



Maruntaiele se spala si se pun la fiert in apa rece impreuna cu zarzavatul, curatat, spalat si taiat cubulete. Se ia spuma de 2-3 ori. Orezul se alege de impuritati, se spala in 2-3 ape si se fierbe separat, dupa care se adauga in oala cu ciorba. Se lasa sa fiarba impreuna circa 10 minute. Separat, se pregateste compozitia de galbenusuri, faina si smântâna. Acestea se bat bine cu telul intr-un castron, se subtiaza cu putina zeama din ciorba si se adauga in oala. Se adauga sarea, borsul fiert separat si se mai tine 2-3 minute pe foc. Ciorba se serveste fierbinte cu leustean verde tocat, deasupra.

Ciorba taraneasca de pui

Ingrediente: 400g maruntaie si tacamuri de pui, 1 ceapa, 1 morcov, 1 radacina de telina, 1 radacina de patrunjel, 150g smantana, 2 linguri faina, 2 galbenusuri batute, 1 lamaie, 2 l supa de oase, 1 leg verdeata, $\pm$ saer, piper

Timp preparare: 6 portii - 50 minute



Se spala maruntaiele si tacamurile, se curata si se fierb în supa de oase dreasa cu putina sare. Ceapa, morcovii, telina si patrunjelul se curata, se spala si se toaca marunt. Dupa ce se aduna spuma, se adauga zarzavaturile si se mai fierb o jumatate de ora. Se prepara un sos din faina, smântâna, galbenusurile batute si zeama stoarsa de la o lamaie. Când sunt fierte legumele, se adauga în ciorba acest sos, se potriveste gustul de sare si piper, se mai lasa pe foc vreo 10-15 minute, iar când este gata, se presara verdeata tocata marunt.

Supa crema de ceapa

Ingrediente: 1 kg de ceapa, 1 kg de cartofi, 1 lingurita rasa cimbru, 2 foi de dafin, $\pm$ sare

Timp preparare: 60 minute - 6 portii



Curatati ceapa si cartofii, apoi spalati-i bine. Taiati ceapa in patru, iar cartofii bucati mai mici, apoi puneti-i la fiert impreuna cu cimbru, foile de dafin si putina sare. Fierbeti pana ce cartofii se zdrobesc usor, apoi strecurati zeama printr-o sita iar ceapa si cartofii pasati-i. In piureul obtinut puneti cate putina zeama, pana obtineti o crema de consistenta unei smantani mai subtile. Potriviti de sare si puneti crema din nou la fiert pentru 10-15 minute. Serviti cu crutoane de paine prajita.

Supa de conopida

Ingrediente: 1 conopida mai mare, 2 cepe, 1 ardei gras rosu, 2 morcovi, 1 cartof, 1 lingurita boia, 50 ml ulei, 1 lingura faina, 1 leg. marar verde, $\pm$ sare, piper
Timp preparare: 4 portii - 50 minute



Se desface conopida în buchetele si se pune în apa sarata timp de 10 minute, apoi se pune la fiert. Între timp, se caleste ceapa în ulei pâna când începe sa se îngalbeneasca. Se adauga ardeii taiati în suvite sau cubulete, morcovii taiati în rondele sau rasi si cartoful, taiat în cubulete. Se calesc legumele timp de 10 minute si apoi se adauga faina si boiaua. Se amesteca bine si se toarna în vas putina zeama din oala în care fierbe conopida. Se amesteca bine ca sa nu se formeze cocoloase si se lasa la fiert 10 minute. În acest timp se amesteca mereu în vas. Se potriveste de sare si piper si se toarna în oala cu conopida. Se lasa sa mai fiarba 15 minute si apoi se ia oala de pe foc si se adauga verdeata taiata marunt. Se poate servi si cu smântâna.

Supa de fructe de mare

Ingrediente: 500g fructe de mare congelate, 2 morcovi, 1 ceapa mare, 50ml ulei, 150g orez, 1 lamâie, $\pm$ sare

Timp preparare: 6 portii - 40 minute



Fructele de mare se decongeleaza în apa rece, se scurg bine de apa si se calesc 3-4 minute în ulei. Se adauga apoi ceapa si morcovul, curatate spalate si tocate marunt, se mai calesc 5 minute impreuna, la foc mic. Se adauga 2, apa si zeama de lamâie. Se pune si orezul, se potriveste de sare si se lasa supa sa fiarba 25-30 de minute la foc mic. Se serveste calda.

Supa de gulii

Ingrediente: 4 gulii mari, 4 catei de usturoi, 2 cepe, 50ml ulei, 1 telina, 1 leg. patrunjel verde, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 60 minute



Se curata ceapa si se taie în cubulete. Se caleste în ulei pâna când se îngalbeneste, apoi se adauga guliile taiate în bastonase si telina în cubulete. Când legumele s-au înmuiat suficient, se presara cu faina si se amesteca bine, apoi se toarna 3 l apa calda peste ele si se lasa la fiert, la foc potrivit. Se piseaza usturoiul si se încorporeaza în smântâna. Aceasta se adauga în supa numai dupa ce a fost luata de pe foc si dupa ce s-a racit putin. Se poate pune smântâna si direct în farfurii.

Supa de morcovi

Ingrediente: 4 morcovi mari, 2 dovlecei, 4 cartofi medii, 2 cepe mici, 4 rosii mari, 3 catei de usturoi, 100ml ulei, 1 lingurita zahar, 2 foi de dafin, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 60 minute



Într-o oala suficient de mare (4-5 litri) se caleste în ulei ceapa curatata, spalata si tocata marunt, apoi se adauga morcovii, curatati, spalati si taiati în cubulete de circa 1 cm, dupa care se pun rosiile oparite, curatate de pielita si taiate în cubulete mici. Se adauga si cartofii, curatati, spalati si taiati în cubulete mici. Se calesc legumele circa 7-8 minute, apoi se pun în oala dovleceii, curatati de coaja si taiati în cubulete si, 2 litri de apa. Se adauga foile de dafin, usturoiul taiat în felii, zaharul si se potriveste de sare si piper. Se acopera oala cu un capac si se fierbe supa, la foc mic, înca 30-40 de minute. Se serveste calda sau rece si cu patrunjel tocat marunt, presarat pe deasupra

Supa de spanac

Ingrediente: 1kg spanac, 50g ulei (masline, daca se poate), 25g amidon de porumb, 100g costita afumata, 100g cârnati afumati de casa, 2 galbenusuri, 200g porumb fiert dulce, 100g ceapa, 30g usturoi, 100ml lapte, 100g smântâna, ± sare, piper

Timp preparare: 6-8 portii - 60 minute



Frunzele de spanac se spala bine sub un jet de apa, se oparesc in apa clocotita cu sare, si apoi se pun in strecuratoare, sa se scurga, dupa care se piseaza si se obtine un piureu. Ceapa se taie marunt si se caleste impreuna cu costita afumata (taiata in cubulete) si cârnatul taiat in rondelle. Se adauga porumbul, pireul de spanac si apa. Se lasa la fiert 10-15 minute, dupa care se ia de pe foc. Cele doua galbenusuri de oua se amesteca bine cu laptele, smântâna, usturoiul taiat marunt, amidon, sare si piper si se adauga la supa. Se lasa supa 10 minute la asezat.

Supa dietetica de fasole verde

Ingrediente: 400g fasole verde, 100g morcovi, 50g telina, 1 ceapa, 2 rosii, 50ml smântâna, 2l apa, sare
Timp preparare: nespecificat



Se curata, se spala si se taie potrivit morcovii si telina si se pun la fiert. Ceapa se pune întreaga în oala, ca apoi sa se poata scoate. Fasolea se pune când apa fierbe. Rosiile se decojesc, se taie marunt si se adauga în supa. Dupa ce fasolea este fiarta, se ia oala de pe foc si, când s-a racorit putin, se adauga smântâna, treptat. Se pune sare dupa gust.

Supa gulas

Ingrediente: 1 rasol de vaca, 2 cepe, 400 g cartofi, 2 linguri bulion, 50g ulei, 3 linguri faina, 1 ou, 2g chimen, 1 lingurita boia de ardei dulce, 1 leg. patrunjel, ± sare
Timp preparare: 120 minute - 6 portii



Rasolul se pune la fiert in apa cu sare, se lasa sa fiarba, se spumeaza. Se adauga ceapa curatata si taiata in jumatati. Se continua fierberea. Cand carnea este aproape fiarta, se adauga cartofii taiati cubulete. Cand carnea este bine fiarta se scoate si se strecoara supa. Separat, bulionul se inabusa in ulei si putina apa, se adauga boiaua de ardei si chimenul macinat. Aceasta compozitie se toarna in oala cu supa. Din faina, ou si sare se prepara un aluat de consistenta moale, care se pune cu lingurita in supa. Se lasa sa fiarba. Galustele sunt fierte cand se ridica la suprafata. Supa se serveste fierbinte cu patrunjel verde, tocat marunt, pe deasupra.

FEL PRINCIPAL

Cartofi umpluti cu ciuperci

Ingrediente: 1kg cartofi, 400g ciuperci conservate, 3 cepe, 200ml ulei, 5 catei de usturoi, 1 leg. patrunjel verde, 1 lingurita otet de mere, 1 leg. marar verde, $\pm$ sare, piper
 Timp preparare: 4 portii – 50 minute



Se spala cartofii si se pun la fiert cu coaja. Se fierb numai 20 de minute, apoi se scurg de apa si se lasa la racit. Se curata de coaja si se taie in doua. In fiecare jumatate de cartof se face o scobitura cu o lingurita. Separat, se prepara umplutura. Se taie ceapa marunt si se caleste in 100ml ulei. Se adauga ciupercile taiate in feliute, sare si piper si se lasa la foc potrivit pana cand scade apa lasata de ciuperci. Se adauga apoi verdeata taiata cat mai marunt, se amesteca bine ingredientele si se umple fiecare jumatate de cartof cu aceasta compozitie obtinuta. Cartofii umpluti se asaza intr-o tava cu putina apa si cu 2 linguri de ulei. Tava se tine la cuptor, la foc potrivit, 25 de minute. Cartofii se servesc fierbinti cu mujdei preparat astfel: se piseaza bine usturoiul si se freaca cu o lingurita otet de mere. Se adauga apoi 1 – 2 linguri ulei incins si se amesteca bine cu o lingura de lemn. La sfarsit, cand ingredientele s-au omogenizat bine, se adauga apa

Ceapa umpluta ca la Caransebes

Ingrediente: 8 cepe mari, 100g miez de nuca, 100g masline, 4 felii pâine, 1 lingura faina, 1 lingura zahar, 100ml ulei, 100g smântâna, 100ml lapte, 2 linguri pasta de tomate, 100ml vin alb, 1 leg. marar, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper

Timp preparare: 60 minute - 4 portii



Cepele se curata, se spala si se fierb intregi 30 de minute. Se lasa la racit si li se scoate miezul. Separat, se pregateste compozitia pentru umplut: nucile pisate se amesteca bine cu painea inmuata in lapte, cu maslinele fara samburi si taiate in patru, sarea, piperul, miezul cepelor tocat si verdeata taiata marunt. Se amesteca pana la uniformizare. Cu aceasta compozitie se umplu cepele care se asaza in tava unsa cu ulei. Faina se rumeneste putin, se adauga pasta de tomate, se lasa ca sa se prajeasca si se stinge cu vinul alb. Se amesteca bine pentru a nu se forma cocoloase, se adauga zaharul si se mai fierbe circa 10 minute. Cand sosul este gata, se toarna peste cepele umplute, se da la cuptor, la foc potrivit, 15-20 minute. Preparatul se serveste fierbinte, cu smantana deasupra

Ciulama de ciuperci

Ingrediente: 1kg ciuperci de padure, 3-4 cepe, 2leg. patrunjel, 150ml ulei, 1l lapte, 3 linguri faina, ± sare, piper
Timp preparare: 4 portii - 60 minute



Se curata si se spala ciupercile, se toaca marunt si se oparesc in apa cu sare. Intr-un tuci (neaparat) se pune uleiul la incins si se calesc ceapa si patrunjelul, tocate marunt. Se pun ciupercile oparite si se mai prajesc 10-15 minute, amestecand incontinuu, pentru a nu se lipi. Se pune apoi laptele si se lasa sa fiarba la foc mic 30 de minute. La sfarsit, se adauga faina desfacuta in putin lapte si se mai fierbe 5 minute pana se ingroasa ciulamaua. Se potriveste de sare si piper si se mananca cu mamaliga.

Crap umplut cu ciuperci

Ingrediente: 1 crap de circa 1,5 kg, 500g ciuperci proaspete, 2 leg. Patrunjel, 500g rosii, 250ml vin alb sec, 100 ml ulei de masline, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 45 minute - 4 portii



Se curata si se spala bine pestele, apoi se sareaza si se pipereaza. Ciupercile se spala, se taie feliute, se calesc, impreuna cu patrunjelul tocat, in uleiul de masline. Se asaza pestele intr-o tava unsa cu ulei si se umple cu o parte din ciuperci. Restul de ciuperci si rosiile se pun imprejurul pestelui; se pune vinul, se potriveste de sare si piper si se baga la cuptor pentru cca. 30 de minute, la foc potrivit.

Curcan cu gutui

Ingrediente: 1kg carne curcan, 1kg gutui, 2 cepe, 100ml ulei, 2 linguri faina, 2 linguri bulion, 3 linguri zahar, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 120 minute - 6 portii



Carnea se spala, se taie bucatele si se caleste inabusit in 50ml ulei si o cescuta de apa, pana ce se evapora toata apa si bucatile de carne se rumenesc usor. Ceapa se curata, se taie julien si se caleste in uleiul ramas. Se adauga faina, bulionul si se stinge cu putina apa pentru a obtine un sos. Separat, se caramelizeaza zaharul, peste care se toarna sosul. Daca este prea gros, se dilueaza cu apa. Se da intr-un clocot, apoi se pune sosul strecurat peste carne si se lasa sa fiarba impreuna 15 - 20 de minute. Gutuile se curata de seminte, se taie felii, se asaza intr-o tava unsa cu ulei si se dau la cuptor pentru circa 30 de minute. Se pune carnea cu sos peste gutui, se potriveste de sare si se mai lasa la cuptor 20 - 30 de minute.

Curcan cu masline

Ingrediente: 1kg carne curcan, 300g masline, 50ml ulei, 1 lingura bulion, 1 lingura faina, 1/2 lamâie, 3 cepe, 1 telina mica 11 morcov, 100ml vin alb demisec, 1 lingurita zahar, 10g cimbru, 1 foaie dafin, ± sare, piper

Timp preparare: 120 minute - 8 portii



Carnea de curcan se curata, se parleste, se spala, se taie in bucati si se prajeste in ulei. Dupa prajire, carnea se scoate si se pune in alt vas. In uleiul ramas se calesc ceapa si zarzavatul care au fost curatate, spalate si taiate marunt. Se adauga faina si se lasa sa se rumeneasca putin, apoi se stinge cu pasta de tomate dizolvata in putina apa, se adauga dafinul, cimbrul, piperul si se lasa sa fiarba circa 30 de minute. Dupa fierbere, sosul se strecoara si se pune peste carnea de curcan si se mai fierbe circa 60 de minute. Maslinele se desareaza in apa calda, se spala cu apa rece si se pun la fiert peste carne. Se adauga vinul, zaharul si se mai fierbe circa 10 de minute. Curcanul se serveste cald cu decor din rondele de lamaie.

Escalop la cuptor

Ingrediente: 6 felii mari de muschi de vita, 4 linguri faina, 4 linguri pesmet, 2 oua, 50g unt, 6 felii de costita, 100g cascaval, ± sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 80 minute



Bate feliile de muschi cu ciocanul de snitele pâna când se subtiaza uniform, apoi condimenteaza-le cu sare si piper. Treci fiecare felie prin faina, ou batut si apoi prin pesmet si prajeste-o în unt, pe ambele parti. Asaza feliile prajite într-o tava unsa cu unt si pe fiecare bucata de carne pune câte o felie de costita sau sunca. Peste acestea rade cascavalul si poti sa torni si ou batut daca a mai ramas. Pune tava la cuptor pentru 20 - 30 de minute. Se serveste cu garnitura de cartofi si cu salata de sezon.

Ficatei excelenti

Ingrediente: piept proaspăt de porc, ulei de masline, 2 andive, 1kg ficatei de pui, sare, cimbru, usturoi
Timp preparare: 20-30 minute

Intr-o tigaie incapatoare se calesc doua felii de piept proaspăt de porc, in ulei de masline. Se adauga doua andive taiate fasii, jumatate de kilogram de ficatei de pui si se condimenteaza cu sare, cayenne si cimbru. Se lasa sa fiarba inabusit sub capac si inainte cu 10 minute de a fi gata se sting cu un pahar de vin alb sec si se amesteca un catel de usturoi pisat. Merg de minune cu orez, paste sau carofi gratinati.

Fileu de salau cu sos de vin

Ingrediente: 4 fileuri salau, 1 ceapa, 1 pahar vin alb 50g unt, 10g faina, 1 galbenus ou, 200g smântâna, 1 leg. patrunjel verde, ± sare, piper
Timp preparare: 45 minute - 4 portii



Se ruleaza fileurile, fixându-le cu scobitori. Se pun la fiert intr-o cratita cu ceapa tocata, vinul, patrunjelul, piperul si sarea. Se lasa sa fiarba acoperit 10 minute, apoi se scot fileurile si se tin la cald, iar zeama in care au fiert se strecoara. Se incalzeste untul, amestecându-l pe foc cu faina, fara ca aceasta sa prinda culoare. Se stinge cu zeama strecurata si se lasa sa fiarba impreuna 5 minute, amestecând mereu. Se leaga apoi sosul cu galbenusul, se amesteca cu smântâna si se toarna peste rulourile tinute la cald. Se serverste pe platou sau pe farfurie si se garniseste cu rosii mici, inabusite in unt. Se scot scobitorile.

Friptura de vita la cuptor

Ingrediente: 800g carne de vita, 150ml ulei, 2 fire mari de praz, 2 cepe, 4 morcovi, 200g conopida, 250g fasole verde, 2 linguri bulion de tomate, 250ml vin rosu, 1 lingura faina, 1 leg. patrunjel verde, ± sare, piper
Timp preparare: 4 portii - 80 minute



Se taie carnea în bucati potrivite si se prajeste în ulei cu ceapa taiata cât mai marunt. Se adauga prazul taiat în rondele, putina sare si piper. Când carnea s-a rumenit uniform, se toarna peste ea vinul amestecat cu bulionul în care s-a încorporat faina. Se lasa 10 minute pe foc potrivit, amestecând ca sa nu se prinda de vas. În alt vas se calesc morcovii curatati si taiati în rondele, conopida spalata si desfacuta în buchetele si fasolea verde curatata, taiata si oparita 5 minute cu apa sarata. Când legumele sunt pe jumatate fierte, se adauga în tava în care este carnea. Se sareaza si pipereaza si se pune tava la cuptor, pâna când ingredientele sunt fragede si rumenite uniform. Friptura se serveste cu verdeata presarata pe deasupra si cu garnitura de cartofi sau orez

Gâsca cu ciuperci si sos de smântâna

Ingrediente: 1 kg carne de gâsca, 200g ceapa, 1 kg ciuperci, 175g ulei, 150g morcovi, 500g rosii, 50g bulion de tomate, 300g smântâna, 100ml vin alb, 1 leg. verdeata, ± sare, piper

Timp preparare: 5 portii - 75 minute



Se portioneaza carnea de gâsca, se sareaza, se prajeste în ulei si se scoate pe un platou. În uleiul ramas se caleste ceapa curatata, spalata si tocata marunt, se adauga ciupercile curatate, spalate si taiate julien si morcovii curatati, spalati si dati pe razatoarea mare. Dupa 3-4 minute se stinge cu bulionul diluat cu 3-4 linguri de apa, se adauga bucatile de carne si se fierbe în continuare circa 45 de minute la foc mic. Rosiile se oparesc, se curata de pielita si de sâmburi, se taie în cubulete si se pun în mâncare împreuna cu smântâna si vinul atunci când carnea este bine fiarta. Se potriveste gustul de sare si piper si se mai fierbe 10 minute, la foc mic. La servit se adauga verdeata tocata la fiecare portie

Inima de vitel cu prune, ciuperci si masline

Ingrediente: 800g inima de vitel, 300g prune uscate aurii, 50g masline verzi, 50g masline negre, 100g ciuperci taiate, 1 ceapa potrivita, 4 catei usturoi, 2 pahare vin rosu, 1 pahar coniac, 1 lingura zahar, 20g busuioc, 10g scortisoara, 100ml ulei, ± sare, piper

Timp preparare: 4 portii – 90 minute



Ceapa se curata si se spala, se taie marunt si se pune la calit în ulei încins. Inima de vitel se curata de pielita si se taie în felii groase de 2 cm. Acestea se sareaza, se pipereaza si se pun peste ceapa la prajit. Deasupra lor se toarna 200ml apa, se acopera si se lasa sa fiarba la foc potrivit timp de 40 minute. Din când în când, se completeaza cu apa, astfel încât mâncarea sa nu se prinda de vas. Separat, se pun la fiert 1 pahar vin rosu amestecat cu 1 pahar coniac. Când acestea clocotesc, se adauga prunele uscate si zaharul, si se lasa pe foc, pâna alcoolul începe sa se evapore. Atunci se pun maslinele si ciupercile, amestecându-se încontinuu, ca sa nu se prinda de vas. Dupa ce a fiert carnea, se toarna peste ea restul de vin rosu, usturoiul pisat si se presara busuioc, lasându-se sa mai fiarba la foc mic înca 25-30 minute. Când a scazut vinul, inima de vitel se scoate cu o paleta, se scurge si se asaza pe farfurie. În fata ei se aranjeaza garnitura de prune aurii, ciuperci si masline în doua culori.

Marinata de stavrid

Ingrediente: 1kg stavrid, 100ml ulei, 1 morcov, 1 telina mica, 1 ceapa mare, 4 cartofii potriviti, 2 ardei grasi (rosu si verde), 2 foi de dafin, 1 lingura otet, 2 linguri zeama de lamâie, 100ml vin alb sec, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper
Timp preparare: 4 portii - 45 minute



Stavridul se curata, i se inlatura capul, se spala si se scurge de apa. Se taie in bucati mari se sareaza, se pipereaza si se pune intr-o tava cu 50ml ulei si 100ml apa, dupa care tava se pune in cuptorul incins, la foc potrivit, pentru circa 10-12 minute. Separat, morcovul, ceapa, ardeii grasi si telina, curatate, spalate si taiate în felii, se inabusa in uleiul ramas si 50ml apa. Dupa 10 minute se pun in tava peste bucatile de peste, impreuna cu cartofii, curatati, spalati si taiati in cubulete si se potriveste de sare. Se mai completeza cu apa, daca este cazul si se lasa la fiert, la foc potrivit, circa 20 de minute. Când legumele sunt bine fierte, se pune vinul, zeama de lamâie si jumatate de legatura de patrunjel, tocat marunt. Se pune din nou tava in cuptor unde se mai lasa la foc potrivit inca 10-15 minute. Marinata de stavrid se serveste rece, cu felii de lamâie si cu patrunjel tocat marunt, presarat pe deasupra.

Medalion de vitel cu sos de hrean

Ingrediente: 1,2kg pulpa de vitel, 8 oua, 8 felii de pâine, 300g unt, 150g faina, 100ml lapte, 300g smântâna, 300g hrean, 150ml supa de oase (sau din cub), 1 lingura otet, ± sare, piper

Timp preparare: 8 portii - 90 minute



Se topesc 200g unt într-o tigaie, se rumeneste în acesta 100g făina și se stinge cu laptele, amestecând încontinuu, pentru a nu se forma cocoloase. Se adauga apoi smântâna, supa de oase și hreanul, curatat, spalat și dat pe razatoarea mica. Se potriveste de sare și piper și se lasa la fiert circa 20 de minute, la foc mic, apoi se pune otetul, se amesteca bine și se ia sosul de pe foc. Carnea se curata de pielite și de tendoane, se spala și se taie în 8 felii de circa 2 cm grosime. Se bat feliile de carne cu ciocanul de snitele, apoi se dau prin făina și se rumenesc câte 3-4 minute, pe fiecare parte, în unt, după care se scot și se pastreaza la cald. În untul ramas se prajesc feliile de pâine, apoi ouale, care se fac ochiuri. Pentru a servi acest preparat se pune pe fiecare felie de pâine câte o bucata de carne, deasupra acesteia un ou ochi și, de jur împrejur, se toarna sosul de hrean.

Musaca

Ingrediente: 1kg carne tocata de vita, 200g slanina afumata, 10 cartofi mari, 100g unt, 100ml lapte, 1 ou, 2 cepe potrivite, 2 linguri pasta de tomate, 2 catei de usturoi, 1 lingurita rasa cimbru, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 70 minute



Curata cartofii de coaja, spala-i, taie-i în cubulete și pune-i la fiert în apa cu o lingurita de sare. Între timp, taie slanina afumata în cubulete mici și rumeneste-o 2-3 minute într-o tigaie mai mare, împreuna cu ceapa curatata, spalata și tocata marunt. Pune apoi în tigaie carnea tocata și prajeste-o 20 minute, la foc mic, amestecând-o din când în când. Adauga pasta de tomate, cimbrul, patrunjelul, tocat marunt și usturoiul taiat în feliute. Potriveste de sare și piper și mai lasa 10 minute la foc mic. După ce cartofii au fiert bine, scurge-i de apa (pastreaza o cescuta cu apa) și piseaza-i ca pentru piure. Pune în piureul de cartofi untul și laptele și amesteca bine. Pune într-o tava dreptunghiulara, mai înalta, unsa cu ulei, o treime din cantitatea de piure și întinde-l uniform pe tot fundul tavii. Întinde peste stratul de piure jumătate din cantitatea de carne tocata. Pune peste carne un alt strat de piure (jumătate

din ce ti-a ramas) si intinde-l uniform. Pune apoi carnea tocata ramasa si peste aceasta piureul ramas. Bate oul si unge cu acesta partea de deasupra a musacalei, apoi pune-o la cuptor, la foc potrivit, pentru 30 de minute

Musaca de varza dulce

Ingrediente: 2 verze, 500g carne tocata (vita-porc), 200g untura de rata, 2 oua, 3 linguri bulion, 2 cepe, 2 catei de usturoi, 2 ardei grasi, 2 leg. marar, 1 lingurita cimbru, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 90 minute



Varza se curata si se spala bine, apoi se pune la fiert, intreaga, in apa cu sare. Se fierbe 30 de minute, se taie fideluta, se scurge bine de apa si se caleste 10 minute in 100g untura. Ceapa, ardeiul gras, usturoiul si mararul se toaca marunt si se calesc 5 minute in untura ramasa, apoi se pun carnea, cimbrul si se mai calesc inabusit 10 minute. Se asaza intr-o cratita straturi de varza si carne cu legume, se incepe cu varza si se termina tot cu varza, se adauga bulionul diluat, 2 cani din zeama in care a fiert varza, se potriveste de sare si piper si se baga la cuptor pentru cca. o ora. Cu 5 minute inainte de a opri focul, se pun ouale batute, pe deasupra.

Muschi de vaca cu sos de masilne

Ingrediente: Muschi de vaca, ulei, busuioc, masline, unt, vin, sos warcester, coniac, ketchup, sare, piper

Timp preparare: 10 min

Poza nu este disponibila

Muschiul de vita se taie medalion, 180g, se aplatizeaza cu podu palmei (nu se bate cu ciocanu) se unge cu ulei se frige pe grataru incins, dupa ce sa fript bine pe o parte se intoarce se sareaza se lasa sa se patrunda bine. Se prepara sosul: untul se topeste intr-o tigae se pun maslinele fara samburi si taiate felii subtiri, vin, sos warcester, sare, piper, busuioc, apoi se pune muschiul de vita in sos se mai lasa 2min si se stropeste cu coniac, se leaga sosul cu ketchup. se poate servi cu o garnitura de cartofi prajiti.

Muschi de vita cu piper verde

Ingrediente: 400g muschi de vita, 10g piper, 50g unt, 50ml ulei, 100ml smantana, 40ml coniac, $\pm$ sare

Timp preparare: 2 persoane - 15 minute



Muschiul de vita se taie in patru felii de câte 100 g. Se apasa ca sa se lipeasca ferm boabele de piper pe suprafetele feliilor si se prajesc in untul topit in uleiul incins câte 2-3 minute pe fiecare parte. La sfârșit, se toarna coniacul, se flambeaza si dupa aceea se adauga smântâna.

Muschi de vita la gratar

Ingrediente: 1kg muschi de vita, 1 lingura unt, 1/2lamâie, 400g mustar picant, 1 leg. patrunjel verde, ± sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 80 minute



Se taie carnea în 8 felii mai groase si se bate putin cu ciocanul de snitele. Se unge apoi cu mustar pe ambele parti si se frige pe gratarul încins. Se scoate pe o farfurie calda, deasupra carni se presara patrunjel verde, sare si piper, dupa gust, si se pune un cubulet de unt. Se serveste cu garnitura de cartofi si cu legume proaspete.

Pachetele din piept de pui

Ingrediente: 2 buc. piept de pui, 200g prune afumate, 6 catei de usturoi, 200g unt, 1 lingura pasta de tomate, 1 ceapa potrivita, 200ml supa de pui (cub), 1 foaie de dafin, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 40 minute



Fiecare bucata de piept se taie in doua pe lung, astfel incat sa se obtina in total patru felii de carne. Se spala, se scurg bine de apa si se sterg cu un servet de bucatarie. Apoi acestea se bat cu ciocanul de snitele pana cand isi maresc suprafata si ajung la o grosime de 5mm. Se condimenteaza cu sare si piper. Prunelor li se scot samburii, iar in locul acestora, in 8 dintre prune se pune cate o jumatate de catel de usturoi infasurat in 2-3 frunzulite de patrunjel. Prunele astfel umplute se impacheteaza in foile de carne, dupa care se prind cu scobitori. Se prajesc pachetele in unt, la foc mic, circa 15 minute, intorcandu-le pe toate partile, apoi se scot si se pastreaza la cald. In untul ramas se pune ceapa curatata, spalata si tocata cât mai marunt, se adauga prunele ramase, tocate si ele cat mai marunt. Dupa circa 7-8 minute se adauga bulionul, boiaua de ardei, apoi dupa 1-2 minute se stinge cu supa de pui. Se pun si foaia de dafin, usturoiul ramas, tocat marunt, se potriveste de sare si piper, dupa gust si se amesteca bine. In acest sos se pun pachetele de pui. Se acopera vasul cu un capac si se lasa sa fiarba la foc mic inca 10 minute. Cu 2-3 minute inainte de a opri focul, se pune si patrunjelul tocat marunt. Se servesc cate doua pachetele la o portie, cu garnitura de piure de cartofi si cu sosul fierbinte.

Pastrav in sos de vin rosu

Ingrediente: 4 pastravi (250g/buc.), 300ml vin rosu, 250ml otet de vin rosu, 200ml supa de legume (cub), 1 morcov mare, 1 ceapa mare, 2 foi de dafin, 50ml ulei, 1 lingurita rasa cimbru pisat, 1 leg. patrunjel, 4 catei de usturoi, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 40 minute



Curata pestele, spala-l, scurge-l de apa si sterge-l cu un servet. Pune-l apoi intr-o tava si pune peste el otetul fiert. Acopera tava si lasa la rece 30 de minute, dupa care scoate pestele din tava si lasa-l sa se scurga bine, apoi pune-l intr-o alta tava. Separat, pune ceapa si morcovul, ambele curatate si spalate, la fiert in supa de legume. Fierbe-le bine, apoi paseaza-le. Pune piureul obtinut in vin, omogenizeaza bine sosul si toarna-l peste pastravi. Pune in tava cu peste foile de dafin, cimbrul, uleiul si cateii de usturoi, taiati in felii. Potriveste de sare si piper si pune pestele la cuptor pentru 30 de minute, la foc potrivit. Serveste pastravul cald cu sos din tava si orneaza cu rondele de lamaie

Piept de porc cu ceapa pane

Ingrediente: 500g piept de porc, 4 linguri faina, 2 cepe mari, 100g unt, linguri pasta tomate, 2 catei de usturoi, 4 linguri pesmet, 1 ou batut, 100ml ulei, 1 lingura zahar, 1 lingura otet de vin, 1/2 lingurita cimbru, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 145 minute



Ceapa se spala, se curata si se taie rondele. Acestea se dau prin faina, apoi prin ou batut si la urma prin pesmet. Se prajesc in ulei incins. In uleiul ramas, se adauga pasta de tomate, usturoiul si cimbrul, sarea piperul si zaharul. Se amesteca bine si se aromeaza sosul cu putin otet de vin rosu. Pieptul de porc se spala si apoi se taie in cuburi. Se presara cu faina si se prajesc in unt. Apoi se asaza langa rondelele de ceapa pane si se garniseste totul cu sosul de rosii.

Piept de pui a limone

Ingrediente: Piept de pui, faina, ulei, smantana dulce la cutie, sare, piper alb, oregano, ciuperci, unt, vin, zeama de lamaie.

Timp preparare: 10 min

Poza nu este disponibila

Pieptul de pui taie in doua transe, se bate cu ciocanul de snitele, se da prin faina si se trage la tigae in ulei incins pe ambele parti (60% se trage in ulei iar 40% se fierbe impreuna cu sosul preparat) se da puiul deoparte, in alta tigae se prepara sosul din: ciupercile taiate lamele si trase in unt topit, se pune smantana, sare, piper, oregano si se pune puiul in sos se stropeste cu vin si cu zeama de lamaie, se gusta pentru ultima data. Se serveste cu o garnitura de piure de cartofi.

Piept de vitel cu mazare

Ingrediente: 1kg piept de vitel, 1,5kg mazare congelata, 3 cepe, 1 lingura faina, 2 linguri zahar, 2 linguri bulion, 1.5 litri supa de vita (cub), 1 leg. marar, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 8 portii - 150 minute



Pieptul de vitel se spala, se taie in bucati potrivite si se rumeneste in ulei circa 10 minute, impreuna cu ceapa, tocata marunt. Se adauga apoi supa de vita si se lasa sa fiarba la foc mic, circa 90 de minute. Se pune mazarea si bulionul, faina desfacuta in 50 ml apa si zaharul. Se potriveste de sare si piper si se lasa sa fiarba la foc mic inca 30 de minute. Spre sfârșit, se pune si mararul tocat marunt.

Pui acrisor cu susan

Ingrediente: 600g carne de pui (pulpe si/sau piept), 1 lamâie (suc si coaja rasa), 1/3 cana iaurt, 1/2 cana pesmet (pref. din pâine integrala), 1/2 lingurita cimbru uscat, 1/2 lingurita boia dulce sau iute, 1/4 lingurita piper macinat, 1/3 cana seminte de susan

Timp preparare: 6 portii - 60 minute



Curata pielea si taie carnea feliute groase de un deget si lungi de maximum 5 cm. Clateste-le cu apa rece si zvanta bucatelele intr-un servet de hartie. Amesteca bine intr-un castron sucul si coaja de lamaie, iaurtul, iar separat, intr-o farfurie intinsa, amesteca pesmetul cu boiaua, piperul, cimbrul si susanul. Inmoaie bucatelele de carne in acest sos si apoi da-le prin amestecul de pesmet. Le vei aseza intr-o tava de teflon si le vei pune la cuptor circa 40-60 minute pâna puiul este bine patruns.

Pui cu susan

Ingrediente: 1 piept de pui mai mare, 2 oua, 2 linguri faina, 150g susan, 100ml ulei, $\pm$ sare, piper, boia

Timp preparare: 4 portii – 45 minute



Se taie pieptul de pui în 4 felii, care se bat cu ciocanul de snitele până ajung la grosimea de 5 mm. Se condimenteaza fiecare bucata cu sare, piper si boia. Bucatile de carne se suprapun, se acopera cu folie de bucatarie si se pun la rece pentru 20 – 30 minute. Se pune uleiul într-o tigaie si se încinge bine. Fiecare felie de carne se trece prin faina, ou batut si apoi prin susan. Daca nu s-a acoperit bine cu un strat uniform de susan, se mai baga o data în ou si apoi iar în susan. Se prajesc feliile astfel pregatite pe ambele parti. Se scot pe hârtie absorbanta pentru a elimina surplusul de grasime. Se servesc cu salata de telina si ardei sau cu ciuperci.

Pui delicios

Ingrediente: un piept de pui, 2 cepe, 2 morcovi mai mici, jumatate de pachet unt, 100 ml smantana, 2 linguri faina, o lingura cimbru maruntit, 10 boabe piper, sare.

Timp preparare: 25 minute



E o reteta inventata de mine. Pieptul de pui se taie cuburi, se condimenteaza cu cimbru si sare si se caleste bine în unt. Ceapa si morcovul se taie marunt si se pun la fiert cu restul de cimbru si boabele de piper, sare. Se adauga si puiul prajit iar în untul de la prajit se calesc usor 2 linguri faina ce se sting cu apa. Se combina totul si se adauga smantana. Se mai fierbe 10 min. Gata!

Pui Kiev

Ingrediente: 4 piepti de pui, 100g unt, 1 leg. tarhon, 3 catei de usturoi, 2 oua, 100g pesmet, 100g faina, 1 lamâie, 200ml ulei, 50g miez de nuca macinat, ± sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 40 minute



Amesteca intr-un vas untul cu miezul de nuca, tarhonul, tocat marunt, usturoiul pisat, coaja de lamaie, data pe razatoarea mica si potriveste de sare si piper, dupa gust. Omogenizeaza bine acest amestec, da-i o forma dreptunghiulara, impatureste-l in folie de aluminiu si pune-l la frigider pentru circa 60 de minute. Curata pieptul de pui de pielite, taie-l in doua, apoi bate-l usor cu ciocanul de snitele, pana ce se subtiaza si se intinde, dupa care presara-l cu sare si piper dupa gust. Taie amestecul de unt in 8 feliute si pune cate o felie pe fiecare bucata de piept, apoi pliaza-l. Da pieptul de pui prin faina, apoi prin ouale batute, dupa care treci pieptul de pui prin pesmet, pune-l pe un platou, acopera-l cu folie de plastic si pune-l la frigider pentru 30-40 de minute. Prajeste pipeptul de pui in uleiul bine incins, cate 5-6 minute pe fiecare parte, apoi scoate-l din tigaie cu o spumiera si lasa-l sa se scurga pe servetele absorbante. Serveste puiul Kiev cu garnitura de cartofi copti si orneaza cu felii de lamaie si salata verde

Pui pe sticla

Ingrediente: un pui tinar, sare, piper negru, condimente pentru pui

Timp preparare: 1 ora 30 min



Puiul intreg se freaca bine cu sare, piper negru si condimente pentru pui. Apoi se imbraca pe o sticla de 0.5 l (dupa cum se vede in imagine) si se da la rola. Se coace 1 ora (eventual 1 ora si 30 min la foc potrivit). Se scoate din cuptor se impodobeste si se serveste cald.

Pulpa impanata de vitel

Ingrediente: 1,5 kg pulpa de vitel (bucata intreaga), 200g slanina, 200g morcov, 200g telina, 5 catei de usturoi, 1,5 kg cartofi, 50g pasta de tomate, 30g faina, 2 cepe, 150ml ulei, 100ml vin alb, 1 lingurita zahar, 4-5 boabe de ienibahar, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper

Timp preparare: 8 portii - 120 minute



Pulpa de vitel se curata de pielite si tendoane, se spala, se scurge bine de apa, dupa care se impaneaza cu 100g telina, taiata in betisoare, 100g morcov taiat la fel, slanina taiata in bucatele mici si usturoiul. Se pune apoi pulpa astfel impanata intr-o tava mai adanca, impreuna cu uleiul, legumele ramase, curatate, spalate si taiate in cubulete si cu 150ml apa. Se pune tava la cuptor, la foc potrivit, pentru circa 60-70 de minute. Cartofii se curata, se spala, se taie in cubulete si se pun la fiert impreuna cu o lingurita de sare. Când carnea este bine patrunsa si frumos rumenita, se scoate intr-un vas separat. In jiul ramas, peste legume, se pun faina desfacuta in 50ml apa rece, pasta de tomate, 50ml vin si apoi 300ml apa fiarta. Se fierbe sosul, la foc mic, 20 minute. Sosul obtinut se paseaza peste pulpa de vitel si se fierb acestea in continuare inca 15 minute la foc mic. Spre sfârșitul fierberii se adauga vinul ramas si zaharul. Se taie pulpa in felii si se servesc câte doua felii la o portie, cu cartofi natur si cu patrunjel tocat marunt, presarat pe deasupra.

Rasol cu sos unguresc

Ingrediente: 1 rasol de vaca. 300g zarzavat de supa. 1 ceasca ulei, 1 lingurita boia de ardei, 1 ceasca smântâna, 1 jumătate de lamaie, ± sare, piper boabe
Timp preparare: 4 portii - 120 minute



Se spala rasolul si se pune la fiert cu multa apa. Se fierbe 1 ora, dupa care se adauga zarzavatul de supa, spalat si curatat, 1 lingura de sare, piperul boabe si putina coaja de lamaie. Cand carnea se desprinde de pe os, se ia oala de pe foc si se scoate carnea. Bucatile de carne se rumenesc in ulei incins si se pun pe un platou. In uleiul in care s-a rumenit carnea se prepara apoi la foc mic sosul format din : 1 lingurita boia de ardei iute, o ceasca de smantana si zeama de lamaie. Dupa ce sosul se ingroasa, se rastoarna peste carne. (Emilia Galca - Mioveni, Arges)

Sarmale cu nuci

Ingrediente: 1 varza acra, 200g orez, 2 morcovi, 1 telina, 4 cepe, 1 leg. marar, 2 linguri ulei, 1 lingurita cimbru, 4 linguri nuci pisate, 100ml suc de rosii, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 60 minute - 6 portii



Se desface varza, foile se oparesc, se scurg si se pun pe o farfurie, dupa ce li s-au taiat nervurile. Se tin în apa mai mult daca sunt prea acre si sarate. Ceapa se curata, se spala si se toaca marunt, eventual se da pe razatoare. Se pune la calit împreuna cu morcovul si telina curatate, spalate si date pe razatoarea mare. Se lasa pe foc potrivit 10 – 15 minute. Apoi se ia vasul de pe foc si se adauga orezul ales si spalat, verdeata tocata, nucile, cimbrul, sarea si piperul. Se amesteca bine compozitia si se umplu sarmalele, rulând bine capetele, ca sa nu iasa afara compozitia când fierb. Se pun într-un vas cu capac (sunt preferate vasele de lut), pe un strat de varza taiata marunt. Deasupra lor se pune un alt strat de varza taiata marunt. Se toarna în vas apa, cât sa treaca peste ele, si se baga la cuptor, la foc potrivit. Dupa 15 minute de fiert se toarna deasupra sucul de rosii si se mai lasa la cuptor înca 20-30 de minute, tot cu vasul acoperit

Snitel imperial

Ingrediente: 3 buc. piept de pui, 100g smochine, 100g cascaval, 6 frunze de salvie, 50g alune de padure, 3 oua, 100g faina, 150g pesmet, 300ml ulei, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 50 minute



Pieptul de pui se curata de pielite, se spala si se taie in doua, astfel incat din fiecare bucata sa iasa doua portii. Bucatile obtinute se cresteaza cu un cutit bine ascutit, pentru ca ulterior sa poata fi umplute. Se presara carnea cu sare si piper. Smochinele se taie in cubulete si se amesteca bine cu cascavalul dat pe razatoarea mare, se adauga alunele pisate, frunzele de salvie tocate marunt si un ou. Se omogenizeaza bine si cu acest amestec se umple fiecare bucata de piept de pui, apoi se prinde pe margini cu scobitori. Se trece pieptul de pui prin faina, apoi prin ou batut si in final prin pesmet. Se prajesc snitelele in uleiul bine incins, la foc potrivit, iar cand acestea sunt bine rumenite, pe

ambele parti, se scot pe servetele absorbante. Snitelele se servesc calde, iar ca garnitura va recomandam soté de legume.

Snitel mexican

Ingrediente: 800g pulpa de vitel, 1 ardei iute, 2 kiwi, 1 ceapa mica, 1 lingura miere, 800g amestec mexican de legume, 2 oua, 3 linguri faina, 4 linguri pesmet, 200ml ulei, 100g unt, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 30 minute + 60 minute la marinat



Carnea se curata de pielite, se spala, se scurge bine de apa si se taie in felii de circa 2 cm grosime. Se condimenteaza cu sare si piper, dupa gust, si se pun intr-un castron mai adânc. Kiwi se curata de coaja, se taie in cubulete si se amesteca bine cu ardeiul iute, tocat marunt si cu ceapa, curatata, spalata si tocata marunt. Se adauga si mierea, apoi cu ajutorul unui blender, se face din acest amestec un piure. Se pune piureul peste feliile de carne si se lasa 60 de minute la marinat. Amestecul de legume se caleste, 3-4 minute, la foc iute, in 100ml ulei si se potriveste de sare si piper, dupa gust. Se scot feliile de carne din marinata, se dau prin faina, prin ou, si apoi prin pesmet amestecat cu o lingurita de piper negru proaspat macinat. Se pun snitelele intr-o tigaie cu ulei incins amestecat cu unt si se prajesc pe ambele parti, pâna ce acestea se rumenesc frumos, apoi, se scot pe servetele absorbante pentru a se scurge de ulei. Se servesc calde cu garnitura de soté de legume.

Tocana de vitel cu paste

Ingrediente: 1kg spata de vitel, 250ml vin rosu, 100g masline negre, 2 ardei grasi (verde, rosu), 1 telina mica, 2 cepe mici, 2 morcovi potriviti, 2 catei de usturoi, 2 foi de dafin, 1 conserva rosii decojite in bulion, 150ml supa de vita (cub), 1 lingurita rasa busuioc uscat, 200g paste scurte, 50g unt, 1 leg. patrunjel, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 6 portii - 90 minute



Curata carnea de pielite, tendoane si grasime, apoi spal-o, scurge-o de apa si tai-o in cubulete cu latura de 2 cm. Incepe uleiul intr-o cratita mai mare si rumeneste carnea, la foc mic, 10 minute. Adauga apoi ceapa, curatata, spalata si tocata cat mai marunt. Dupa doua minute pune in cratita morcovii si telina, ambele taiate in cubulete de circa 5mm. Acopera cratita cu un capac si caleste toate acestea la foc mic timp de 5 minute, dupa care adauga rosiile, taiate in cubulete, si sucul acestora. Dupa alte 10 minute pune vinul si, cand incepe din nou sa fiarba, adauga ardeii gras taiati in cubulete si usturoiul taiat in feliute. Pune in cratita si supa de vita, foile de dafin, busuiocul, potriveste de sare si piper, acopera cratita cu capacul si lasa tocana sa fiarba, la foc mic, 60 de minute, amestecand din cand in cand. Cu 5 minute inainte de a opri focul, pune maslinele si jumatate de legatura de patrunjel tocat marunt. Separat, fierbe paste in apa cu sare, circa 8-10 minute, scurge-le de apa si caleste-le 3-4 minute in unt. Servesce tocana cu garnitura de paste si presara pe deasupra patrunjelul ramas, tocat marunt

Tocanita de burta

Ingrediente: 1 kg burta de vita, 4 cepe, 50ml ulei, 1 lingura bulion, 1leg. patrunjel, 1leg. marar, ± sare, piper
Timp preparare: 5 portii - 90 minute



Se spala bine burta, se pune la fiert si se da in clocot 10 minute. Dupa ce se arunca prima apa, se pune din nou la fiert (de preferat in oala sub presiune – 1 ora de la primul fluierat). Când este bine fiarta, se taie fideluta. Ceapa se toaca marunt si se caleste in ulei, apoi se adauga burta taiata, o cana cu zeama in care a fiert burta si bulionul diluat. Se potriveste de sare si piper si se adauga verdeata tocata marunt. Se mai da intr-un clocot

Tocanita de vita cu sos de mirodenii

Ingrediente: 800g carne de vita, 2 cepe, 6 linguri ulei de masline, 3 linguri sos de tomate, 5 catei de usturoi, un vârful de cutit scortisoara macinata fin, 1 lingura faina, 3 boabe de ienibahar, 2 leg. tarhon verde, 150ml vin alb, ± sare, piper
Timp preparare: 4 portii - 50 minute



Puneti uleiul într-o tigaie si caliti usturoiul taiat în felii mai mari, apoi scoateti usturoiul si puneti în ulei ceapa taiata marunt. Adaugati carnea taiata în bucatele potrivite si lasati-o sa se rumeneasca pe toate partile. Amestecati mereu sa nu se prinda de vas. Când s-a rumenit uniform, turnati peste ea 150ml apa calda si adaugati mirodeniile. Lasati sa fiarba la foc cât mai mic, în vasul acoperit. Când a scazut lichidul cam la jumatate, adaugati vinul si lasati sa fiarba în continuare cu vasul acoperit pâna când se fragezeste carnea. Cu putin înainte sa fie gata, adaugati în vas sosul de tomate în care s-a amestecat faina. Puneti si tarhonul taiat marunt si lasati sa mai fiarba la foc potrivit 15 minute. Daca sosul scade prea mult, se poate subtia cu vin alb.

Vacuta cu rosii

Ingrediente: 4 felii groase de muschi de vita, 2 linguri unt, 2 catei de usturoi, 1 leg. patrunjel verde, 1 lingura oregano, 500g rosii în bulion, ± sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 60 minute + 1 ora la marinat



Se condimenteaza carnea cu sare si piper si se lasa 1 ora la marinat. Se topeste untul într-o tigaie si se rumeneste carnea pe ambele parti. Separat, se amesteca rosiile cu usturoiul pisat, patrunjelul si oregano. Se toarna acest amestec peste carne si se lasa sa fiarba 25 - 30 de minute la foc mic. Se poate pune si la cuptor, 20-25 de minute, dar atunci carnea trebuie sa fie în întregime acoperita de sos. Se serveste cu cartofi natur sau orez si salate de legume proaspete.

DESERT

Briose cu fructe în sos de caise sau piersici

Ingrediente: 500g fructe de sezon, 200ml alcool de 40°, 1 lamâie, 100g zahar, 300g aluat pentru briose fine, 2 oua, 4 linguri zahar praf, 400g caise proaspete (piersici) sau din compot, 4 linguri unt, 200g fulgi de migdale+nuci

Timp preparare: Nespecificat



Taiati în cubulete fructe de sezon si lasati-le sa se macereze 3 ore într-o solutie de alcool, zahar si zeama de lamâie. Ungeti tavitele de briose cu unt si întindeti o foaie de aluat cu o grosime de 1cm. Foaia trebuie sa îmbrace si peretii tavitei. Asezati fructele peste aluat si acoperiti-le cu alta foaie de aluat. Presati marginile ca sa se lipeasca bine. Lasati briosele la cald sa creasca (1 ora) si apoi ungeti-le cu ou batut pe deasupra si presarati fulgii de migdale si nuci. Coaceti în cuptorul încalzit dinainte. Scoateti-le din cuptor când s-au rumenit bine si, cât sunt fierbinti, pudrati-le cu zahar praf.

SOSUL: Treceti prin sita metalica (sau blender) caisele (piersicile). Topiti 1 lingura unt si adaugati pulpa de fructe. } ineti pe foc iute 5 minute si apoi turnati sosul strecurat peste fiecare briosa. În sos puteti adauga, dupa gust, zahar sau zeama de lamâie.

Budinca de cafea cu orez

Ingrediente: 250g orez, 750ml cafea mai concentrata, 150g unt, 200g zahar, 1 lingura zahar vanilat, 12 oua
Timp preparare: 10 portii - 60 minute



Cafeaua se pune la fiert si când începe sa clocoteasca, se adauga orezul ales si spalat. Se lasa sa fiarba, pâna când se îngroasa, apoi se ia de pe foc si se lasa la racit. Se freaca într-un castron 150g unt cu 200g zahar si cu zaharul vanilat. Când compozitia devine ca o spuma, se adauga pe rând cele 12 galbenusuri, amestecând dupa fiecare galbenus pâna se încorporeaza în compozitie. Dupa fiecare galbenus se adauga câte putin din orezul fiert si se continua amestecarea ingredientelor. Când s-au adaugat toate galbenusurile si tot orezul, se bat spuma albusurile ramase si se adauga si aceasta spuma la compozitia dinainte. Se amesteca prin rasturnare de câteva ori si se toarna compozitia într-o tava unsa cu unt si tapetata cu faina sau pesmet din biscuiti. Se pune tava la cuptor pentru 45- 50 de minute, la foc potrivit. Daca vreti ca gustul de cafea sa fie mai pronuntat, puteti sa adaugati în compozitie si 4 linguri ness, atunci când puneti orezul. Budinca nu este foarte dulce, dar poate fi servita cu miere amestecata cu nuci prajite si zdrobite.

Coltunasi bucovineni

Ingrediente: 3 oua, 250g brânza de vaci dulce sau sarata, 2 linguri apa, faina cât este necesara pentru un aluat mai tare, 2 linguri gris, $\pm$ sare

Timp preparare: 25-30 bucati - 60 minute



Se face un aluat mai tare, ca pentru taitei, din faina, 2 oua si apa. Se întinde o foaie subtire si apoi se lasa 10 minute la uscat. Din foaie se taie patrate cu latura de 5 - 6 cm. Acestea se umplu cu brânza sarata sau dulce, amestecata cu 1 ou si cu gris. Se lipesc coltunasii în forma de triunghi sau dreptunghi si se pun la fiert în apa clocotita, putin sarata. Se lasa sa fiarba 20 de minute la foc mic. Se servesc calzi, stropiti cu unt si presarati cu zahar sau simpli, daca sunt umpluti cu brânza sarata.

Ecler cu cafea

Ingrediente: 300g unt, 6 oua, 500ml lapte, 600g faina, 1 pliculet praf de copt, 50 g unt, 4 linguri cafea, 1 lingurita esenta de vanilie, 200g zahar, 1 vârful de cutit sare

Timp preparare: 10-12 bucati - 90 minute+ 1 ora la frigider



Pune într-un vas, la fiert, 200ml lapte, împreuna cu untul, apoi dupa ce laptele a fiert, adauga 400g faina, praful de copt, amesteca bine cu o lingura de lemn, dupa care ia vasul de pe foc. Amesteca în continuare inca 10 minute, timp în care pune în aluat ouale, pe rand. Aluatul obtinut va avea o consistenta subtire. Unge o tava cu unt, apoi, cu ajutorul unui pos pune aluatul în gramajoare, dându-le o forma lunguiata. Coace gogoselele de ecler în cuptor, la foc iute, circa 20-25 de minute. Când acestea au crescut si s-au rumenit, scoate-le din cuptor si lasa-le sa se raceasca, apoi cu un cutit bine ascutit, taie-le pe lateral, partea de deasupra. În continuare pregateste crema astfel: pune la fiert laptele ramas si, când acesta a fiert, pune cafeaua, amesteca de cateva ori, acopera cu un capac si lasa cateva minute, apoi, strecoara cafeaua cu lapte. Amesteca 3 linguri de faina cu putina cafea cu lapte, astfel încat sa

obtii un aluat subtire, apoi pune restul de cafea cu lapte si amesteca bine cu un tel. Adauga zaharul, esenta de vanilie si continua sa amesteci pana cand zaharul se topeste complet. Pune crema la foc mic si fierbe-o pana cand se ingoasa, dupa care las-o sa se raceasca. Umple gogoselele de ecler cu crema de cafea si pune-le la frigider pentru cel putin 60 de minute, inainte de a fi servite

Hora trufelor

Ingrediente: 200g stafide brune, 150g stafide blonde, 200ml vin licoros, 100 ml rom, 150 g smochine, 100g nuci macinate, 200g nuca de cocos, 400g ciocolata menaj, 200g zahar brun, 100g miere
Timp preparare: 4 portii - 20 minute + 3 ore la frigider.



Stafidele se dau prin masina de tocat. La fel si smochinele, iar ciocolata de menaj se rade pe razatoare. Se amesteca cu vinul licoros, cu romul, cu mierea si, in final, cu nuca macinata. Se obtine astfel o compozitie groasa care se da la rece cam 2-3 ore. Apoi cu lingurita se ia din compozitie si se fac bilute care se dau apoi pe rând fie prin nuca de cocos, fie prin zahar brun, fie prin ciocolata rasa sau prin cacao.

Inel cu fructe de padure

Ingrediente: 4 albusuri, 225g zahar, 1 lingura faina, 1 lingurita zeama de lamâie, 1 lingurita esenta de vanilie, 300g frisca, 175g zmeura, 175g afine, 50g unt, frunze proaspete de menta pentru decor
Timp preparare: 8 portii - 30 minute - 2 ore racire



Bateti albusurile spuma adaugând treptat zaharul. Când spuma se tine tare pe tel, puneti faina si zeama de lamâie. Ungeti o hârtie cu unt si asezati-o într-o tava, Luati cu o lingura albus batut si asezati-l în tava în forma unui inel. Puneti la copt inelul de albus, la foc iute, în cuptorul încălzit dinainte. Lasati sa se rumeneasca uniform. Trebuie ca în final sa aiba o culoare galbui- aurie. Se lasa inelul sa se raceasca, în cuptorul tinut cu usa deschisa. Dupa ce inelul

s-a racit bine, se scoate cu atentie hârtia pe care sa copt si apoi inelul se asaza pe un platou. În golul care s-a format în mijlocul inelului se pune frisca si deasupra se aranjeaza fructele amestecate. Se orneaza cu frunze verzi de menta. Se poate presara cu zahar praf.

Înghetata cu urda

Ingrediente: 25g fistic, 25g nuci, 25g alune, 25g cubulete zaharisite de ghimbir, 25g cirese din compot, 25g caise uscate, 25g struguri din compot, 500g urda, 2 linguri coniac, 1 lingura esenta de vanilie, 4 galbenusur, 125g zahar praf, coaja rasa de lamâie si portocale
Pentru ORNAT: frisca, cirese, nuci, alune
Timp preparare: 6 portii - 20 minute preparare + 12 ore la congelator



Taiati fisticul, nucile si alunele marunt, eventual zdrobiti-le si amestecati-le cu coaja rasa de lamâie si portocale. Adaugati în castron ghimbirul, ciresele, caisele si strugurii, întregi sau taiate în felii, dupa cum va place. În alt castron frecati urda cu esenta de vanilie si turnati-o peste fructele maruntite. Separat, frecati galbenusurile cu zahar, pâna când se obtine o spuma. Apoi puneti vasul pe bain-marie, la foc potrivit, si amestecati încontinuu pâna când compozitia se îngroasa. Lasati la racit si apoi turnati compozitia peste amestecul obtinut anterior. Tapetati o tava de chec cu folie si turnati compozitia rece în tava. Nivelati cu ajutorul unei linguri, acoperiti compozitia cu folie si puneti tava la congelator pentru o noapte. Scoateti apoi compozitia din tava, înlaturati folia si ornati înghetata. Serviti-o pe farfurii sau in cupe cu fructe, frisca si sirop de fructe. Este mai eleganta daca o taiati in felii cu grosimea de 2 cm.

Înghetata de vanilie

Ingrediente: 250g zahar, 1 litru lapte, 8 galbenusuri, 1 baton de vanilie sau 10 pliculete de zahar vanilat
Timp preparare: nespecificat



Se dizolva zaharul în lapte si se pune apoi la fiert. Dupa ce s-a fiert, se ia vasul de pe foc si se adauga batonul de vanilie taiat marunt sau zaharul vanilat si se lasa vasul acoperit timp de 15 minute. Galbenusurile se bat putin si se toarna peste ele laptele parfumat cu vanilie, dupa ce acesta s-a racit putin. Se pune compozitia pe foc si se amesteca încontinuu pâna ce se îngroasa. Nu trebuie sa dea decât unul, doua clocote. Se toarna apoi în tava de înghetata, se lasa sa se raceasca si se pune la congelator. Dupa o ora se mai amesteca în înghetata ca sa înghete uniform. Înghetata de vanilie poate fi folosita ca baza pentru a prepara diverse compozitii de înghetata.

Papanasi de Bucovina

Ingrediente: 300g brânza de vaci, 1ou, 2 pliculete zahar vanilat, 25g stafide, 1 vârf de cutit sare, 25g zahar tos, 2 linguri faina de grâu, 2-3 linguri gris
Timp preparare: nespecificat



Se amesteca bine toate ingredientele si se fac gogoloaie care se latesc dupa modelul pârjoalelor moldovenesti. Se prajesc pe ambele parti în ulei încins. Se servesc cu înghetata deasupra, smântâna sau dulceata, sau, ca sa nu gresiti, cu toate la un loc!

Prajitura cu miere de albine

Ingrediente: Pentru foi: 300g faina, 120g zahar, 2 oua, 1 lingurita bicarbonat
Pentru crema: 250ml smântâna, 750g nuci macinate, 250g zahar pudra, 50g zahar vanilat, 50ml esenta de rom
Timp preparare: 24 portii - 60 minute



Foile: Se amesteca bine toate ingredientele si se lasa aluatul obtinut la rece, de seara pâna dimineata. A doua zi se împarte în trei si se coc trei foi pe dosul tavii.

Crema: Se pun ingredientele la fiert. Se amesteca bine, ca sa nu se prinda de fundul vasului. Se fierbe 15 minute si apoi se lasa la racit. Se adauga esenta de rom când este aproape rece crema.

Asamblarea: Se umplu foile cu aceasta crema si se pune prajitura în frigider până a doua zi. Se taie în patrate si se pudreaza cu zahar vanilat.

Prajitura cu migdale sau nuci

Ingrediente: 180g unt, 8 oua, 180g zahar pudra, 1 plic zahar vanilat, 200g ciocolata menaj, 250g migdale sau nuci

Pentru ornat: 100g dulceata de coacaze, 100g ciocolata menaj, 150g migdale

Timp preparare: 15 portii - 70 minute



Frecam untul până se face spuma, adaugam galbenusurile, zaharul pudra, vanilia si le amestecam timp de o jumătate de ora, apoi adaugam ciocolata rasa, fiarta puțin în 4 linguri de apa, si 250g migdale sau nuci taiate marunt. Si din nou le amestecam bine, incorporând spuma obtinuta din baterea celor 8 albusuri. Ungem o forma de cozonac cu unt, o presaram cu faina, punem compozitia în ea si o coacem la foc potrivit. Când este coapta, o rasturnam pe o scândura curata si, dupa ce s-a racit de tot, turnam deasupra ei o glazura de ciocolata topita, o împanam cu migdale curatate si taiate ca taiteii, iar din loc în loc, punem dulceata de coacaze.

Prajitura cu piersici

Ingrediente: 6 oua, 300g zahar, 200ml smântâna, 250g faina, 1 lingurita praf de copt, 800g piersici, un vârful de lingurita, sare, 1 lingura esenta de rom, 50g nuci, 1 plic zahar vanilat, 50g pesmet, 50g zahar praf, 1/2 lingurita scortisoara

Timp preparare: 24 bucati - 60 minute



Se spala piersicile, se rup în doua si li se scot sâmburii, apoi se taie în felii lungi. Se bat albusurile spuma, adaugându-se treptat zaharul si esenta de rom. Trebuie sa se tina bine pe tel. Se adauga galbenusurile, smântâna, zaharul vanilat si sarea si se amesteca bine cu albusurile, cu faina si cu praful de copt, prin rasturnare, nu prin frecare sau învârtire. Compozitia se toarna într-o tava unsa cu unt si tapetata cu faina, se niveleaza si se asaza repede fructele în mod uniform. Nucile se zdrobesc si se împras tie peste piersici. La fel, scortisoara pisata. Se pune prajitura în cuptorul încălzit dinainte, la foc potrivit, pâna ce se rumenes te uniform, cam 45 de minute. În primele minute nu se deschide usa cuptorului. Prajitura se lasa apoi sa se raceasca în tava, se pudreaza cu zahar praf si se taie în patrate.

Prajitura cu zahar ars

Ingrediente: FOI: 450g faina, 125g unt, 75g zahar, 100ml smântâna sau iaurt, 1 ou, 1 lingurita praf de copt, un vârful de cutit sare, 1 lingurita coaja rasa de lămâie

CREMA: 400g gem de fructe mai acrisoare, 200g unt, 1 plic zahar vanilat

Timp preparare: 24 bucati - 80 minute



Se caramelizeaza zaharul uniform, fara sa se închida prea tare la culoare pentru ca devine amar. Se stinge cu 150ml apa fierbinte si se lasa la foc mic pâna când se topeste tot zaharul. Se lasa apoi sa se raceasca bine. Între timp, se amesteca oul cu untul, sarea, coaja de lămâie, smântâna sau iaurtul si apoi se dilueaza cu siropul de zahar ars. În aceasta compozitie se adauga faina si praful de copt si se amesteca pâna când se omogenizeaza bine ingredientele. Se împarte compozitia în patru bucati, se fac patru foi care se coc pe dosul tavii, unse si tapetate. Se lasa foile sa se raceasca si se ung apoi cu crema obtinuta prin amestecarea ingredientelor. Se pune o tava peste foi, ca sa stea presate bine si se tin foile pâna a doua zi la rece. Se taie în romburi. Deasupra se pudreaza cu zahar praf. Aceste foi se pot umple cu orice fel de crema. Prajitura e mai aratoasa daca se umple cu o crema de culoare mai deschisa.

Prajitura de banane cu glazura de kiwi

Ingrediente: 3 banane (600g), 125g unt, 150g zahar, 1 lingurita mirodenii (scortisoara, cuisoare, nucsoara, ghimbir) bine sfărâmate, 2 oua, 225g faina, 1/2 lingurita bicarbonat, 120ml smântâna, 60ml lapte

GLAZURA: 250g zahar praf, 1 lingurita unt, pulpa maruntita de la 3 kiwi

Timp preparare: 10 portii – 60 minute



Se unge cu unt si se tapeteaza cu faina o tava cu dimensiunile de 15/25 cm. Daca nu aveti o tava asa de mica, dublati cantitatea ingredientelor, si atunci puteti sa folositi tava clasica de la aragaz. Amestecati bine untul, zaharul si mirodeniile pâna când compozitia devine cremoasa. Adaugati, pe rând, ouale si bateti compozitia pâna când se omogenizeaza. Adaugati, batând în continuare, faina, bicarbonatul, pulpa sfărâmata de banane, smântâna si laptele. Când compozitia este omogena, turnati-o în tava pregatita dinainte si coaceti-o la foc potrivit. Prajitura rumenita uniform se scoate pe un platou, dupa ce s-a racit 10 minute în tava. Se lasa sa se raceasca bine. Între timp, se prepara glazura astfel: se pune untul la topit într-o craticioara asezata deasupra unui vas în care fierbe apa (bain-marie). Se adauga zaharul si pulpa bine sfărâmata de kiwi. Se amesteca încontinuu, pâna când se obtine o pasta omogena care se întinde uniform deasupra prajiturii racite. Se lasa prajitura la rece 30 de minute si apoi se poate taia în felii.

Stelute cu ciocolata

Ingrediente: 3 albusuri, 140 g zahar pudra, 160 g migdale sau alune, 50 g ciocolata cu lapte sau de menaj, 40-60 g faina, glazura de ciocolata, marmelada

Timp preparare: 1h

Se bat doua albusuri spuma, se amesteca cu ciocolata rasa, zaharul, migdalele necuratate de coaja dar pisate si faina cat sa se poata intinde o foaie de grosimea unui fir de pai. Se taie cu forma stelute din coca, se aseaza într-o tava unsa si se coc. Cand s-au racit, se ung cu glazura de ciocolata si se lipesc la mijloc cu marmelada sau gem mai gros.

Tort de ciocolata

Ingrediente: BLAT: 200g faina, 6 oua, 150g zahar, 150g miez de nuca macinat fin, 100g ciocolata menaj, 50 g unt, 1plic zahar vanilat, 1 jumatate de lingurita de sare

CREMA: 200g ciocolata menaj, 200g miez de nuca sfărâmata

SIROP: 100g zahar, 100ml apa, 4 linguri rom, 1 plic zahar vanilat

GLAZURA: 200g ciocolata menaj, 50g unt, 2 linguri lapte

Timp preparare: 120 minute – 10 portii



Pentru blat, frecati untul cu zaharul, apoi adaugati ouale, miezul de nuca, ciocolata topita, zaharul vanilat si sarea. Amestecati compozitia, cu telul, timp de 15-20 de minute, intr-un vas pe care il tineti in bain-marie. Adaugati in „ploaie“ faina si omogenizati bine, amestecand usor. Turnati compozitia intr-o forma rotunda si coaceti-o, in cuptor, 30-40 de minute, la foc potrivit. Cand blatul s-a racit, taiati-l in trei si insiropati-l cu sirop pe care il faceti amestecad, la foc mic, 15 minute, ingredientele pentru sirop. Preparati crema amestecand, cu mixerul, tot pe foc mic, ingredientele pentru crema, mai putin nuca, lasati-o putin sa se raceasca, apoi intindeti in mod egal crema pe feliile de blat, presarati nuca pisata si suprapuneti straturile tortului. Pentru glazura topiti ciocolata, adaugati untul si laptele, apoi turnati glazura si uniformizati-o, pe toata suprafata tortului, dinspre mijloc spre exterior. Bagati tortul la frigider pentru cel putin 2 ore inainte de a fi servit

Tort Tiramisu

Ingrediente: 750g piscoturi de sampanie, 200ml cafea rece, 3 oua, 500g brânza mascarpone, 150g zahar pudra, 1 lingurita esenta de vanilie, 1 lingurita cacao, 1 lingurita coaja rasa de lamaie, 3 linguri lichior de cafea, 100g ciocolata amaruie

Timp preparare: 150 minute – 10 portii



Bateti galbenusurile de ou cu jumatate din cantitatea de zahar, coaja de lamaie, ciocolata razuita si apoi adaugati brânza mascarpone. Omogenizati bine, timp de 15-20 de minute, compozitia intr-un vas pe care il tineti in bain-marie, apoi lasati sa se raceasca. Diluati zaharul ramas, lichiorul de cafea si esenta de vanilie, in cafea. Puneti un strat de piscoturi pe un platou si insiropati-le cu jumatate din cantitatea de cafea, apoi intindeti jumatate din cantitatea de crema. Puneti un alt strat de piscoturi si intindeti crema ramasa. Presarati uniform cacao pe deasupra si bagati tortul la frigider pentru cel putin 2 ore, inainte de a fi servit.

Tortul Carnavalului de la Venetia

Ingrediente: 1 blat de tort dublu, 1 mango, 2 banane, 1 ananas (pot fi si feliute din compot), 2 kiwi, 50g smochine (chiar si confiate), 1 portocala, 100g nuca de cocos, 6 linguri de gem de caise sau de prune, 200g zahar tos, 2 pahare apa, 400g frisca, 50g nuci verzi din dulceata
Timp preparare: 10 portii - 50 minute



Se decojesc toate fructele si se taie astfel: pulpa de mango se taie in betisoare, bananele, kiwi si portocalele se taie in rondele, iar ananasul se taie in cubulete. Smochinele de asemenea se taie in bucatele mici. Se prepara pe foc un sirop din 200g zahar tos si o jumatate pahar apa. Când s-a racit, turnam acest sirop pe jumatatile de blat. Apoi, pe prima jumatate de blat insiropata punem câteva linguri de frisca pe care le intindem bine pe blat si apoi gemul. Deasupra punem cealalta jumatate de blat insiropata si ea. Se da la rece pentru doua ore, iar apoi se scoate si deasupra se aranjeaza fructele. Marginile tortului se orneaza cu frisca si cu nuci verzi din dulceata

MURĂȚURI

Castraveti in otet

Ingrediente: castraveti, morcovi, hrean, 1,2 ardei iuti, 2,3 catei de usturoi, frunze de telina, boabe de piper, de mustar

Timp preparare: nespecificat



Se aleg castraveti mai mici care se spala si se asaza in borcane. Printre castraveti se pun rondele de morcovi fierti, bucati de hrean, 1,2 ardei iuti, 2,3 catei de usturoi, frunze de telina, boabe de piper, de mustar. Lichidul se prepara din doua parti de apa si o parte otet. Se adauga la 1 litru de lichid 25g sare si 10g zahar. Se mai pun 2,3 foi de dafin, putin cimbru, marar si apoi se fierbe 10 minute. Dupa ce e luat de pe foc, se lasa vasul acoperit 10 minute, ca sa fie mai aromat. Lichidul se toarna peste castraveti, se scutura borcanele ca sa iasa aerul dintre castraveti, se leaga imediat cu celofan si se pun in CAMARA.

Muraturi asortate iraniene

Ingrediente: Pentru un bidon de 5kg: 2kg castraveti, 1 varza potrivita, 1 conopida, 1kg morcovi, 2 sfece rosii potrivite, 2-3 bucati de hrean, un pumn de fasole verde, 250g ardei iuti, frunze si radacina de leustean, 3kg vinete mici, marar, patrunjel, 3 fire menta, 3 fire busuioc, 1kg gogonele, 4 bucati ardei gras, 5 capatani de usturoi, 10 foi de dafin, 1 lingura boabe de mustar, 1 lingura boabe de piper negru

Timp preparare: nespecificat



Toate legumele se taie in bucati potrivite si se pun in bidon. Condimentele si mirodeniile se adauga si se amesteca bine cu celelalte ingrediente. Se fierbe apoi apa cu otet (4l de apa la 2l de otet), se adauga sare (25g la 1l de lichid) si se toarna peste legume. Se inchide bidonul.

Vinete murate in foi de vita

Ingrediente: Vinete, varza alba, telina, morcovi, foi de vita, hrean, + sare.

Timp preparare: nespecificat



Dupa ce li s-au taiat cozile, se cresteaza vinetele longitudinal, din doua taieturi incomplete, astfel incat cele patru bucati sa ramana impreuna. Vinetele se fierb intr-un clocot de apa cu putina sare, cat sa se inmoaie putin. Apoi se tescuiesc intre doua funduri de lemn peste care se pun greutatea, timp de o ora. In paralel, se toaca varza alba si se amesteca cu telina rasa mare, si morcov ras. Se sareaza putin, ca pentru salata, si se lasa jumatate de ora la scurs. Cu acest amestec de legume se umplu vinetele, care apoi se vor infasura in foi de vita si se vor lega cu ata. Astfel asamblate se asaza in borcan, drepte, si se acopera cu frunzele si tulpinile de telina si cu hrean. Peste ele se toarna saramura (apa data intr-un clocot, in care s-a dizolvat o lingura de sare pentru fiecare litru), calduta

CONSERVE

Peltea de struguri cu gutui

Ingrediente: 1kg struguri, 500g gutui, 1kg zahar

Timp preparare: nespecificat



Se aleg boabele de struguri, se spala, se zdrobesc si se lasa sa se scurga pe o sita deasa. Se lasa zeama la limpezit. Se cura]a gutuile de puful de deasupra, se spala, se taie în felii si se fierb într-un litru de apa. Se zdrobesc apoi fructele si se strecoara prin sita. Dupa ce zeama s-a limpezit, se amesteca cu cea de struguri si cu zaharul si se pune la fiert, la foc iute, ca sa se pastreze o culoare deschisa, frumoasa. Dupa 15-20 minute de fiert se încearca concentra]ia siropului punând câteva picaturi pe o farfurioara. Când picaturile cad bob rotund si nu-si modifica forma, pelteaua este gata. Daca pelteaua a fiert prea mult, se mai adauga sirop de fructe si se mai fierbe pâna ajunge la consisten]a potrivita. Pelteaua se toarna fierbinte în borcane încălzite înainte în cuptorul aragazului. Dupa ce borcanele s-au racit, se controleaza daca pelteaua este bine întarita. Daca pelteaua nu s-a întarit suficient, se mai pune la fiert. O peltea reusita se poate rasturna închegata din borcan si se poate taia în cubule]e cu cu]itul. Borcanele se leaga când pelteaua este rece

Coacaze în suc propriu cu miere

Ingrediente: 1 kg coacaze, 300g miere

Timp preparare: nespecificat



Se curata coacazele de frunze si codite si se spala sub jet de apa rece. Ca sa nu se rupa fructele, se pun într-o sita. Se lasa sa se scurga de apa si se pun în borcan. Deasupra se toarna mierea. Se închid borcanele ermetic si se sterilizeaza la bainmarie 15 minute. Daca borcanele sunt mai mari, se lasa 30 de minute la sterilizat. La fel se pot conserva afinele, zmeura, murea, visinele, agrisele si ciresele.

Dulceata de capsuni

Ingrediente: 1kg zahar, 1kg capsuni, 1 lingurita sare de lamâie

Timp preparare: nespecificat



Se sorteaza fructele, se spala si se îndeparteaza coditele. Se pun apoi într-un vas, în straturi alternative cu zaharul si se lasa 4 -5 ore, dupa care se trece la fierbere. În timpul fierberii se face spumarea. Spre sfârșitul fierberii se adauga sarea de lamâie. Dulceata se raceste si se pune în borcane. La fel se prepara dulceata de cirese, de visine, de caise, zmeura si fragute.

Gem de mure

Ingrediente: 3 kg de mure, 1 kg de zahar

Timp preparare: nespecificat



Se alege murea, se curata, se asaza într-un vas împreuna cu zaharul, în straturi alternative (un rând de mure, un rând de zahar). Se agita vasul între mâini si se lasa la foc mic, la inceput, dupa care se trece la un foc iute. Când începe sa clocoteasca, se amesteca cu o lopatica de lemn, cu atentie, pentru a nu strivi fructele si ca sa nu se prinda gemul de vas. Dupa 20-25 de minute de când gemul a început sa clocoteasca, se încearca si, daca este bine legat, se ia de pe foc. Gemul se toarna fierbinte în borcane spalate, uscate si încălzite. A doua zi se asaza borcanele pe o tava si se introduc în cuporul cald, la foc mic, lasându-le pâna ce se formeaza deasupra o coaja groasa. Se scot borcanele si, dupa ce s-au racit bine, se acopera cu hârtie pergament sau cu celofan. Se pastreaza în camara sau în locuri racoroase si aerisite.

Gogosari in otet caramelizat

Ingrediente: 5 kg gogosari, 500g zahar, 1 litru otet, 1 lingurita sare, cateva foi de dafin, boabe de piper, mustar si coriandru

Timp preparare: nespecificat



Spala bine gogosarii, taie-i în patru si curata-i de seminte. Pune într-o cratita 250g zahar sa se caramelizeze, apoi lasa-l sa se raceasca. Dupa aceea toarna 500ml otet peste zaharul caramelizat si lasa-l sa se topeasca la foc potrivit. Pune gogosarii, pe rând, sa dea o unda în aceasta compozitie. Scoate gogosarii cu paleta, asaza-i în borcane mici si preseaza-i putin. Separat, amesteca restul de otet si zahar pe foc, pâna se topeste zaharul, apoi adauga sarea, condimente dupa gust si otetul cu zahar caramelizat. Toarna apoi solutia cu otet peste gogosarii din borcane. Leaga cu celofan sau pune-le capac si da-le la rece.

Jeleu de coarne

Ingrediente: 1kg coarne, 250g zahar

Timp preparare: nespecificat



Se aleg coarne bine coapte si se pun la fiert cu putina apa. Cand s-au fiert, se trec prin sita. Ramane cam 250g piure de coarne care se amesteca cu zaharul si se pune din nou la foc, amestecand mereu ca sa nu se prinda de vas. Sub cratita se pune o tabla groasa. Pentru a incerca daca jeleul este gata, se pune putin pe o farfurie si se intinde cu lingura. Daca, dupa ce s-a racit, pasta se tine tare, atunci cand o aduni, jeleul este gata

Salata cu dovlecei

Ingrediente: 1 dovlecel, 2 gogosari, 1 ardei, 1/2 pahar otet, 1 lingura zahar sau 1 lingura miere, câteva frunze de telina, 2 catei de usturoi, sare, piper

Timp preparare: nespecificat



Dovlecelul se curata de coaja si se taie rondele de 5 mm grosime. Gogosarii si ardeiul se taie felii marunte. Aceste legume se prajesc in ulei incins. Se pun intr-o salatiara, se presara cu frunze de telina taiate fin si cu usturoiul zdrobit. Se toarna deasupra o solutie clocotita din otet cu zahar sau miere, sare si piper. Se amesteca bine totul si se poate pune pentru siguranta si o pastila de aspirina la 1kg de amestec. Salata se pune in borcane care se sterilizeaza 30 de minute. Dovlecelul se poate inlocui cu 1-2 vinete

Salata de gogosari in bulion

Ingrediente: 400g bulion, 200ml otet de 9°, 200ml ulei, 200g zahar, 200ml apa, 3 linguri mustar sau boabe de mustar, 2-3 cuisoare, 4-5 boabe de enibahar, 1 foaie de dafin, 1 lingura sare

Timp preparare: nespecificat



Se pun la fiert intr-o oala incapatoare toate ingredientele si, când au dat in clocot, se adauga 4kg de gogosari taiati fideluta. Se mai fierbe totul 15 minute. Salata astfel obtinuta se pune fierbinte in borcane si se lasa la racit la temperatura constanta. In acest mod nu mai necesita sterilizare.

Salata de iarna

Ingrediente: 1kg ceapa taiata solzisori, 1kg telina rasa, 1kg gogonele taiate cubulete, 1kg kapia taiat julien, 1kg gogosari taiati cubulete, 1kg morcovi rasi, 800g mustar, 500ml ulei, 1l otet de 9°, 350g zahar, 6 linguri sare, 20g boabe de piper, 2 foi de dafin

Timp preparare: nespecificat



Toate legumele se oparesc timp de 10 - 12 minute in solutia de otet, sare, zahar, boabe de piper si foi de dafin. Se scot si se lasa la racit, apoi se storc si se amesteca bine cu maioneza facuta din 400g mustar si ulei. Salata se pune in borcane. Deasupra se pune un strat gros cam de un deget de mustar. Se leaga borcanele si se pun la racoare. Aceasta salata se foloseste ca garnitura la peste si la alte fripturi.

Sirop nefiert de zmeura, coacaze negre, sau mure

Ingrediente: zahar, fructe, sare de lamaie

Timp preparare: nespecificat



Se pun fructele zdrobite intr-un borcan mai mare si se adauga 1l apa la un borcan de 5l de fructe. Se acopera borcanul cu tifon si se lasa la fermentat timp de o saptamana. In acest timp, se agita zilnic continutul borcanului. Dupa o saptamana se stoarce sucul printr-o sita fina si fructele se pun intr- un tifon ud si se storc foarte bine. La 1 litru de suc obtinut se adauga in vas 1 1/2 kg zahar si 1 pachet de sare de lamaie la 5 l de suc. Ingredientele se pun intr-un vas mai mare. Cu o lingura mare de lemn se amesteca in vas pana cand tot zaharul s-a dizolvat. Se pune apoi in sticle care se inchid ermetic. Daca se pune o cantitate de zahar prea mica, fermentatia mai poate sa continue incet si se va obtine o bautura putin acidulata. In acest caz, deasupra siropului se formeaza o spuma, ca un dop, care poate fi eliminata. (Doina Iliescu – Marasesti

SALATE

Salata Boeuf

Ingrediente: 500g pulpa de vita, 1kg cartofi, 4 morcovi, 200g mazare (congelata), 6 castraveti murati, 4 gogosari murati, 400g maioneza, 1 leg. patrunjel, ± sare, piper

Timp preparare: nespecificat



Curatati carnea de pielite, apoi puneti-o la fiert in apa cu sare. Curatati morcovii si puneti-i la fiert impreuna cu mazarea si cartofii, in coaja, pe care in prealabil i-ati spalat bine. Cat timp fierb acestea, preparati maioneza. Cand carnea este bine fiarta, scurgeti-o de apa, lasati-o putin sa se raceasca, apoi taiati-o in cubulete mici - 0,5/0,5mm. Curatati cartofii fierti de coaja si, impreuna cu morcovii, taiati-i in bucatele mici de marimea bucatelilor de carne. Procedati la fel si cu gogosarii si castravetii murati. Amestecati carnea cu legumele si muraturile, adaugati doua treimi din maioneza si verdeata tocata marunt. Amestecati bine, cu grija insa, pentru a nu zdrobi prea rau legumele, apoi puneti salata pe un platou si ornati cu maioneza ramasa si cu feliute de castravete, gogosar si ou fiert

Salata cu peste

Ingrediente: 500 g peste (ton sau somn). Pentru sosul marinat: 6 lamaie, o ceapa mica, 4-5 rosii mici, 4 linguri ulei de masline, o lingura de Vegeta, marar verde, sare, piper.

Timp preparare: 40 minute



Se spala pestele, se curata de pielita si oase si se taie în cubulete. Se pune pestele într-o salatiara si se acopera complet cu zeama de lamaie. Separat, se curata ceapa, se spala, se taie rondele, se pudreaza cu Vegeta si se amesteca cu pestele. Se presara deasupra cu marar tocat, se acopera cu un prosop umed si se pune în frigider, cateva ore, la marinat. Se scurge pestele din sosul marinat, se pune în farfurii, se stropeste cu ulei de masline. Deasupra, se presara marar verde tocat si piper macinat. Se serveste cu salata verde si rosii mici taiate.

Salata de ciuperci cu masline

Ingrediente: 1kg ciuperci (bureti pleurotus sau mânatarci), 3 linguri ulei, 1 lingurita otet, 2 linguri bulion, 1 leg. patrunjel verde, 250g masline, ± sare, piper

Timp preparare: 4 portii – 40 minute



Se fierb ciupercile în apa sarata, timp de 15 minute. Se lasa apoi la racit si se taie în felii cât mai subtirele. Se pun într-o cratita cu ulei ciupercile taiate, la foc potrivit. Se adauga maslinele fara sâmburi si bulionul. Se fierb 10 minute si apoi se lasa la racit. Se serveste rece cu patrunjel verde presarat deasupra.

Salata de fasole boabe

Ingrediente: 1kg. fasole boabe, 300g ceapa rosie, 100g ulei (pref. masline), 50ml otet, 2 leg. marar, 1 vârful de cutit nucsoara pudra, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 10 portii - 120 minute



Fasolea se alege de impuritati si se lasa la inmuiat in apa rece circa 12 ore, de preferat de pe o zi pe alta. Se pune apoi la fiert si dupa 5 minute, de cand a inceput sa fiarba, se scurge de apa si se pune la fiert in alta apa fierbinte. Se fierbe circa 90 de minute, dupa care se scurge de apa si se lasa sa se raceasca. Ceapa se curata se spala, se taie julien, apoi se presara cu o lingurita de sare, se freaca bine, se stoarce si se scurge de zeama care ramane. Se amesteca fasolea cu ceapa, nucsoara, mararul tocat marunt, dupa care se pune otetul diluat cu 50ml apa si uleiul si se potriveste de sare si piper dupa gust. Se serveste rece.

Salata de heringi cu legume

Ingrediente: 500g heringi sarati, 800g cartofi, 300g ceapa, 300g castraveti acri, 3 oua, 150g masline, 50ml otet de mere, 2 linguri ulei, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 45 minute



Heringii se tin în apa ca sa se desareze bine, apoi se scot, se scurg si se taie în cubulete. Cartofii se fierb întregi, în coaja, apoi se lasa la racit. Se curata si se taie în cubulete. Ceapa se curata, se taie în rondele si se sareaza. Castravetii se taie în cubulete. La fel si ouale fierte tari. Ingredientele astfel pregatite se amesteca toate cu grija pentru a nu le turti. Deasupra se toarna un sos din ulei amestecat cu otet de mere, cu sare si piper. Aceasta salata se serveste cu felii de pâine prajita.

Salata de orez si ardei gras

Ingrediente: 200g orez, 4 ardei grasi (2 rosii, 2 verzi), 4 rosii mari, 2 cepe potrivite (rosie, alba), 50ml ulei de masline, 2 linguri otet, 1 leg. marar, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 30 minute



Orezul se alege, se spala in 2-3 ape si se fierbe in 2 litri de apa, in care ai pus si o lingurita de sare. Ardeii se coc pe flacara aragazului, apoi se curata de pielita, dupa care se taie in cubulete mici. Ceapa se curata se spala si se toaca marunt. Rosiile se oparesc, se curata de pielita si se taie in cubulete. Se amesteca toate acestea cu orezul fiert si mararul tocat marunt, apoi se adauga uleiul si otetul, dupa care se potriveste de sare si piper

Salata de pui in aspic

Ingrediente: 500g piept de pui, 300g aspic (preparat din 20g gelatina), 500g cartofi, 200g telina, 250g mere, 200g maioneza, 1 lingura mustar, 1 salata verde, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 10 portii - 90 minute



Pieptul de pui se curata de pielite, se spala si se pune la fiert in apa cu o lingurita de sare. Când acesta este bine fiert, se scurge de apa, se lasa sa se raceasca si se taie bastonase. Se pastreaza câteva feliute pentru decor. Cartofii se spala bine, se fierb in coaja cu o lingurita de sare, se lasa sa se raceasca, dupa care se curata de coaja si se taie in feliute subtiri. Merele si telina se curata, se spala si se taie in bastonase cât mai subtiri, apoi se pun in apa cu 2-3 lingurite de zeama de lamaie, pentru a nu se oxida. Salata verde se curata, se spala frunza cu frunza in mai multe ape. Se amesteca pieptul de pui taiat in bastonase cu telina si merele, se adauga cartofii, mustarul, jumatate din cantitatea de maioneza si se potriveste de sare si piper. Se omogenizeaza cu grija pentru a nu sfărâma cartofii. Se pun câte 3 linguri de salata de pui in mijlocul unui bol mic, peste aceasta se pun 2 felii de piept de pui, peste acestea se pune o lingura de maioneza iar peste maioneza se asaza o frunza de salata. Se toarna apoi aspic topit, dar nu fierbinte, pâna ce acesta acopera frunza de salata. Se pun bolurile la frigider pentru cel putin 2 ore. Când aspicul este bine inchegat, se rastoarna salata pe o farfurie intinsa, pe frunze de salata verde. Se serveste rece.

Salata de varza cu ficatei de pasare

Ingrediente: 1 morcov mare, 2 cepe mici, 4 linguri ulei masline, 250g varza acra, 3 linguri vin alb, 1 lingura otet de vin, 300g ficatei de pasare, 1 catel de usturoi, 1 ramura marar uscat, ± sare, piper

Timp preparare: 3 portii - 40 minute



Se curata morcovul si se da prin razatoarea mare. Se curata ceapa, se toaca marunt si se caleste in doua linguri de untdelemn, pâna devine sticloasa, apoi se adauga si morcovul. Se calesc 3-4 minute impreuna, apoi se adauga varza murata stoarsa si taiata fideluta, ramura de marar, vinul si otetul de vin. Se sareaza, se pipereaza si se lasa sa fiarba 10 minute la foc mic. Se da deoparte si se lasa sa se raceasca. Separat se calesc ficatarii in uleiul ramas si se presara peste ei usturoiul dat prin razatoarea mica. Se potriveste de sare si piper. Se serveste salata calduta cu ficatarii fierbinti. (Bati Lidia - Lugoj, Timis)

Salata orientala de iarna

Ingrediente: 200g cartofi fierti, 300g legume fierte (conopida, telina, morcov, mazare verde, fasole verde sau uscata), 2 oua fierte tari, 1-2 cepe, 2-3 andive, 15-20 masline, 6 linguri vinegreta, $\pm$ sare, piper
Timp preparare: 4 portii - 40 minute



Cartofii, telina, morcovii, patrunjelul, ceapa si ouale se taie in runde. Se pun intr-o salatiera, se adauga conopida desfacuta in buchetele mici, mazarea, fasolea verde taiata in bucatele si maslinele, se sareaza, se pipereaza si se amesteca usor cu vinegreta. Se decoreaza cu andive taiate pe lung, sub forma de corabioare. (Hunyadi Mihaela Natalia - Câmpulung Muscel, Arges)

Salata verde cu smantana

Ingrediente: 2 capatâni mari de salata, 4 linguri de smântână, 1 lingura zeama de lamâie, 4 linguri de ulei, sare, piper
Timp preparare: 6 portii – 15 minute



Se curata si se spala salata. Se rupe în fâsii lungi si se pune într-un castron. Se face un sos din ulei, smântâna, zeama de lamâie, sare si piper. Se amesteca bine ingredientele si apoi se pune sosul peste fâsiile de salata. La aceasta salata se mănâncă pâine prajita frecata cu usturoi.

BĂUTURI

"Vin" din toate fructele

Ingrediente: fructe din toate felurile, cate 1 kg din fiecare
Timp preparare: nespecificat



Într-un vas mai mare se pun fructe de toate felurile, câte 1kg din fiecare. Se scot sâmburii în cazul cireselor, visinelor și prunelor, caiselor etc. iar merele, perele, gutuile se dau prin mașina de tocat. La fiecare kg de fructe se adaugă 250g zahăr. Se amestecă bine ingredientele și se lasă vasul la fermentat într-un loc răcoros, timp de 21 de zile. După acest timp se strecoară prin tifon băutura obținută și se pune în sticle care se închid ermetic și se pun culcate la răcoare. Peste borhot se poate turna apă din nou, fără zahăr, și după o fermentație de 21 de zile se obține otet de fructe.

Cidru de mere

Ingrediente: 8 kg mere, 1.5 kg zahăr, 2l apă

Timp preparare: nespecificat



Cidrul de mere se prepară din mere foarte coapte. Se taie merele în bucăți mici sau se zdrobesc și se pun într-un vas mai mare. Peste mere se toarnă un sirop fierbinte făcut din apă în care s-a dizolvat jumătate din cantitatea de zahăr. Se acoperă vasul și se lasă să fermenteze câteva zile. În fiecare zi se amestecă ingredientele. După trei zile se mai adaugă în vas alt sirop cald făcut din 2 l apă și din restul de zahăr. Se acoperă vasul cu o pânză curată și se lasă să fermenteze în loc răcoros și la întuneric. După ce fermentarea s-a încheiat, se trage cidrul de pe mere într-un vas mai mic. Pritocirea se repetă de câteva ori, până când cidrul se limpezeste și poate fi pus la sticle.

Ratafia - lichior de gutui

Ingrediente: 1,5l suc de gutui, 500ml rachiu de fructe, 1/2 linguriță scortisoară, 2 cuișoare, 1 linguriță migdale amare zdrobite, 1g nucșoară (cât apuci cu degetele)

Timp preparare: nespecificat



Se amesteca intr-o sticla toate ingredientele si se lasa la macerat doua luni. Se agita sticla din cand in cand. Lichiorul de gutui este parfumat si indicat in indigestii, hiperaciditate si alte afectiuni digestive.

Reteta clasica de vermut

Ingrediente: 8 l de vin, 1,6Kg zahar, 18g acid citric, 800ml alcool de 90grade, 10cm³ caramel

Timp preparare: nespecificat



La 8 l de vin de buna calitate se adauga 1,600g zahar, în doua sau trei reprize. Dupa fiecare portie se amesteca bine lichidul ca sa se dizolve zaharul. De aceea este bine ca vermutul sa se prepare într-un vas mai mare. Când tot zaharul s-a dizolvat, se adauga acid citric, 14 - 18g la 10l de vermut, si se continua agitarea vasului 1- 2 ore. Apoi se adauga 800ml alcool de 90 grade si 200ml macerat alcoolic de plante si se mai agita vasul înca 30 de minute. Vermutul preparat din vin rosu este mai bun daca i se adauga 3 - 10 cm³ de caramel. Vermutul se pastreaza în vase bine închise pentru a nu se pierde aroma. Se poate consuma dupa 45 de zile, dupa ce a fost mai întâi filtrat. Vermutul filtrat se tine în sticle mai mici care se închid ermetic.

Vinul calatorului de cursa lunga

Ingrediente: 1 betisor de scortisoara, 8 cuisoare, 1/2 lingurita pudra de nucsoara, 1/2 lingurita ghimbir ras, 1 portocala taiata în felii, 1 lamâie taiata în felii, 2 linguri zahar, 750ml vin rosu, 4 linguri coniac, 120ml apa

Timp preparare: 8 portii – 15 minute



Puneti toate ingredientele într-un vas si asezati-l pe foc potrivit. Amestecati mereu pentru ca zaharul sa se dizolve. Nu lasati sa fiarba lichidul pentru ca se evapora alcoolul. Înainte sa dea în clocot, luati vasul de pe foc si turnati vinul astfel preparat în pahare din sticla rezistenta, încălzite dinainte.

SANDWICH-URI

Hamburger de vita

Ingrediente: 4 chifle mari, 500g muschi de vita, 100g unt, 2 catei de usturoi, 1 lingura sos Worcester, 1 ceapa rosie mare, 2 rosii potrivite, 1 salata verde, 2 linguri mustar, 2 linguri pasta de rosii, ± sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 20 minute + 2 ore la frigider



Curata carnea de pielite si tendoane, spal-o si tai-o in bucatele. Treci apoi carnea de doua ori prin masina de tocat, folosind sita cea mai mica. Piseaza bine usturoiul intr-o piulita cu un varf de cutit de sare, apoi toarna peste acesta o cescuta mica de apa fiarta. Dupa 5 minute strecoara printr-o sita deasa zeama obtinuta. Amesteca într-un castron carnea tocata cu sosul Worcester, bicarbonatul, untul si zeama de usturoi. Potriveste de sare si piper si framanta bine tocatura, dupa care acopera castronul cu un capac si pune-l la frigider pentru 2 ore. Dupa acest timp, formeaza patru chiftele din carnea tocata, pe care aplatizeaza-le cu podul palmei, pana ajung la o grosime de 1,5 cm. Frige chiftelele pe o plita incinsa, sau pe un gratar, cate 4-5 minute pe fiecare parte. Taie chiflele in doua, unge partea de dedesubt cu mustar si pasta de rosii, pune apoi chifteaua de carne, peste aceasta pune ceapa taiata julien, apoi 2-3 felii de rosii si 1-2 frunze de salata verde, dupa care acopera hamburgerul cu partea de deasupra a chiflei. Se consuma cald

Pateu de broccoli

Ingrediente: 1 capatăna de broccoli, 50g pesmet, 50g susan, 100g masline negre, 1 lingurita boia dulce, 1 lingura zeama de lamâie sau otet de mere, 100g orez, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 4 portii – 30 minute



Se spala broccoli, se desface în buchetele si se pune la fiert în apa cu sare. Se fierbe 20 de minute si apoi se scoate si se lasa la racit. Se fierbe orezul în apa cu sare si se lasa si el la racit. Maslinele se curata de sâmburi si se taie în felii subtiri. Se pun toate ingredientele într-un castron si se maruntesc cu ajutorul unui blender. Daca pasta rezultata este prea consistenta, se poate subtia cu putina apa în care a fiert broccoli. Daca pasta este prea moale, se mai adauga susan si pesmet. Cu acest pateu se ung tartine de pâine prajita sau pâine neagra.

Sandvis de omleta cu carne

Ingrediente: 400g carne (oaie + porc), 8 oua, 50ml lapte, 2 rosii, 50g unt, 1 lingurita busuioc, $\pm$ sare, piper

Timp preparare: 4 portii - 50 minute



Carnea taiata potrivit se rumeneste in ulei incins. Se sareaza, se pipereaza si se presara cu busuioc. Rosiile se oparesc câteva minute, se sareaza si se curata de pielite. Se toaca marunt si apoi se zdrobesc pâna se obtine un piure gros. Se pune piureul la fiert, se adauga untul si se amesteca încontinuu. Se bat ouale, se adauga laptele si se prajeste omleta într-o tigaie cu unt. Când e gata, se scoate din tigaie si se lasa putin sa se raceasca, apoi se acopera cu piureul de rosii. Se taie in doua bucati ca sa se poata face un sandvis. Pe o bucata unsa cu piure de rosii se asaza carnea rumenita si apoi deasupra se pune si cealalta bucata de omleta. Se pudreaza cu busuioc si cu piper si se mai da la cuptor 10 minute.

Souvlaki

Ingrediente: 150g carne de porc, 4 lipii, 2 cepe, 2 rosii, 100g unt patrunjel, rozmarin, sare, piper, boia

Timp preparare: 4 portii - 30 minute



Carnea se taie in bucati, se condimenteaza cu sare, piper, boia si se presara cu rozmarin. Se lasa 10 minute ca sa se patrunda de condimente. Se pun bucatile de carne pe frigarui si se pun la gratar. Se taie rosiile in felii potrivite, ceapa in felii subtiri si se amesteca bine cu patrunjelul tocat. Lipiile se ung cu unt si se pun pe gratar cât sa se incalzeasca doar. Se scoate carnea de pe frigarui când este fripta bine si se imparte pe lipiile calde. Se adauga, dupa gust, ceapa, rosiile si patrunjelul tocat. Se ruleaza lipia si se serveste strânsa cu ajutorul unei hârtii pergament.

MEZELURI

Carnati banateni

Ingrediente: 1,5Kg carne de porc, 500g slanina, 3-4 catei de usturoi mari, 5g boia de ardei dulce, 5g coriandru, 500ml supa de oase, + sare, piper

Timp preparare: nespecificat



Se taie în bucati carnea de porc si slanina si se dau prin masina de tocat. Se amesteca apoi cu usturoiul pisat, cu boiaua dulce, cu coriandru si cu supa de oase. Se framânta bine compozitia ca sa se omogenizeze, se condimenteaza si se umplu matele cu ea. Se lasa cârnatii sa se zvinte si apoi se pun la afumat.

Carnati de porc

Ingrediente: 5m mate de porc, 1 kg pulpa de porc, 1 kg piept de porc, 1 capatâna de usturoi, 1 lingura cimbru, 1 lingurita enibahar, 1 lingurita piper, 1 lingurita rozmarin, 1 lingurita boia de ardei dulce, ± sare

Timp preparare: nespecificat



Intoarceti matele de porc pe dos si cu partea neascutita a lamei unui cutit curatati bine, apoi frecati-le cu sare si lasati-le cateva ore in apa rece. Intre timp, dati pulpa de porc prin masina de tocat, iar pieptul tocati-l cat mai marunt, din cutit. Amestecati carnea cu mirodeniile si cu zeama usturoiului pisat si tinut 20 de minute in putina apa calda. Amestecati bine pana obtineti o compozitie omogena. Potriviti de sare si umpleti matele de porc, folosind masina de tocat carne cu palnie. Dupa ce ati umplut carnatii lasati-i cateva ore la rece, de preferat ar fi de pe o zi pe alta, intr-un loc unde sa-i bata vantul

Lebar

Ingrediente: 1 intestin de porc mai gros, 500g ficat de porc, 500g slanina, 1 lingura sare, 1 lingurita rasa piper, 1 vârful de cutit cuisoare pisate

Timp preparare: nespecificat



Curatati matele ca la caltabosi. Taiati ficatul si slanina in bucatele, dati-o de doua-trei ori prin masina de tocat, apoi, adaugati sarea si mirodeniile si amestecati bine. Umpleti intestinul cu pasta obtinuta si lasati-l 2-3 ore la rece. Puneti-l apoi la fiert 30 de minute, la foc mic, dupa care lasati-l sa se raceasca circa o ora, in apa rece.

Slanina

Ingrediente: slanina groasa cu sorici de pe spate, slanina subtire de pe burta, 2 kg sare grunjoasa

Timp preparare: nespecificat



Taiati slanina in bucati, cea groasa de circa 10/25 cm, iar cea subtire de circa 15/30 cm. Frecati bucatile de slanina cu sare, pe toate partile, apoi asezati-le intr-un vas (de preferat de lemn) pe un strat de sare. Bucatile trebuie asezate sorici peste sorici. Presarati peste fiecare strat sare si pe margine puneti cateva crengute de cimbru si cativa catei de usturoi taiati in doua pe lung. Acoperiti vasul si puneti-l intr-un loc rece pentru circa 4-5 zile. In fiecare zi amestecati bucatile de slanina schimbandu-le locul intre ele. Dupa 5 zile le scoateti, le legati cu sfoara (de canepa), apoi le puneti intr-un loc rece unde sa fie curenti de aer (podul casei - balcon). Dupa catva timp slanina este buna de mancat sau se poate afuma. Pentru a se afuma bine trebuie sa stea cel putin o saptamana intr-o afumatoare cu fum rece din talas de fag. O alta varianta de conservare a slaninei este cea prin care slanina, dupa ce a stat in saramura, se fierbe 30-40 de minute in zeama de varza si mujdei (1 capatana de usturoi la 1kg de slanina), apoi se presara pe toate partile cu boia de ardei dulce.

Toba

Ingrediente: 1 burta de porc, 2 urechi de porc, 1 limba de porc, 2 rinichi de porc, 500g gusa de porc, 1kg carne slaba de porc, 1 jumătate cap de porc, 2 picioare de porc, 2 capatâni de usturoi, 2 foi de dafin, ± sare, piper
Timp preparare: nespecificat



Intoarceti burta de porc pe dos si cu un cutit (partea care nu taie) curatati-o bine, apoi frecati-o cu sare si lasati-o cateva ore in apa rece (de preferat de pe o zi pe alta). Capul, urechile si picioarele parliti-le la flacara aragazului, apoi spalati-le bine si puneti-le la fiert, intr-o oala mare, impreuna cu rinichii bine curatati, gusa, limba, oparita si curatata de pielita, carnea slaba si foile de dafin. Lasati-le sa fiarba la foc mic 3-4 ore sau pana ce carnea se desprinde usor de pe oase. Strecurati supa care a ramas pentru a indeparta eventualele aschii de oase. Curatati carnea de pe oase, apoi taiati-o fasii, inclusiv soriciul. Procedati la fel cu gusa, limba, rinichii si urechile. Pisati usturoiul si puneti-l in supa strecurata, apoi tot in supa adaugati toate carnurile taiate. Potriviti de sare si piper si cu acest amestec umpleti burta de porc, coaseti-o si puneti-o la fiert 30 de minute in apa cu sare. Scoateti-o apoi si puneti-o intre doua funduri de lemn, cu o greutate deasupra. Lasati-o la rece pana a doua zi.

MIRODENII

Susanul



Denumirea botanica: *Sesamum indicum*

Familia : Pedaliaceae

Numele de susan a fost pentru prima oara întâlnit în forma sesemt într-o însemnare descoperita de egiptologul german Ebers pe un papirus ce dateaza aproximativ din anul 1800 î.Chr. Nu se stie sigur daca susanul este originar din Africa sau din India, dar cert este ca semintele acestei plante pretioase au ajuns si în China unde au fost primite cu mare interes. Acum aproape 4000 de ani, chinezii ardeau uleiul de susan pentru a obtine o funingine, folositoare la fabricarea cernelii, iar semintele si uleiul mai fin, galbui, erau folosite în bucatarie. Scrierile vechi atesta faptul ca susanul era cunoscut si în Siria si Mesopotamia, iar Pliniu cel Batrân pomeneste despre culturile de susan din Grecia si din Asia. Se mai stie ca, atunci când au fost imbarcati pe drumul sclaviei, negrii din Africa au luat cu ei seminte de susan în America (si acestea au ajuns pâna în Indiile de Vest), crezându-le aducatoare de noroc.

Cultivarea

Susanul este o planta tropicala anuala, înalta de aproximativ 1.8m. Prezinta inflorescente de culoare roz-alb si frunze cu perisori, ce adesea erau folosite în medicina straveche la infuziile pentru calmarea durerilor de ochi. Recoltarea se face astfel: plantele se taie si se agata cu coada în sus si cu inflorescenta în jos, pâna când semintele se usuca si cad singure, putând fi astfel culese. Acestea sunt mici, plate si ovale. Pot fi de culoare rosie, galbena, maro sau neagra. Daca sunt decojite, se observa ca miezul are o culoare crem. Semintele albe sunt cele care se gasesc de obicei în vânzare, dar se comercializeaza si susanul negru, necojit. De asemenea, se prepara spre vânzare si susan gata prajit care are o culoare galbui-închis. Susanul este cultivat în multe tari: India, China, Burma, Mexic, Pakistan, Turcia, Uganda, Sudan si Nigeria. Cea mai mare parte din product ia fiecărei tari este pastrata pentru consumul propriu. Sudanul si Nigeria sunt exportatorii mondiali principali de susan. În tara noastra se cultiva pe suprafete mici de teren, mai ales în partea sudica a tarii, în Constanta, Teleorman, Ialomita, Giurgiu.

Aroma si savoarea

În ciuda continutului bogat în ulei, susanul nu are o aroma puternica. Atunci când este prajit însa, aroma lui devine mai intensa.

Uz medicinal

Susanul este folosit în fabricarea laxativelor, ca emolient si în compresele încalzite, care calmeaza durerile musculare si articulare. Pentru ca uleiul de susan nu mucegaieste foarte repede, este folosit în producerea lubrifiantilor, a sapunului, a produselor cosmetice. Materia ramasa dupa presarea uleiului este plina de proteine si este comestibila.

Uz culinar

Uleiul de susan este un ingredient important în gatit. Prin presare la rece se obtine un ulei cu gust foarte fin, de culoare galben-deschis, care este folosit în alimentatie, în industria conservelor, la fabricarea margarinei si a produselor de cofetarie si patiserie. Prin presare la cald se obtine un ulei închis la culoare, care se foloseste la fabricarea sapunului, a indigoului si a hârtiei. Din semintele macinate se obtine o pasta uleioasa de culoare galbuie numita tahini folosita la prepararea unei specialitati orientale numita hummus. Pasta tahini se amesteca bine cu suc de lamâie si usturoi pisat si se unge pe pâinea prajita, servita ca aperitiv sau la picnic.

În Extremul Orient susanul este foarte popular si foarte des folosit în bucatarie. Uleiul este adeseori adaugat pentru a da aroma mâncii rurilor. Crevetii sunt dati prin seminte de susan înainte de a fi prajiti. Semintele mai pot fi adaugate peste merele coapte, sau merele glazurate în caramel. Cu susan se condimenteaza mâncarea rurilor de peste si unele sosuri.

Gomasio este o specialitate japoneza compusa dintr-un amestec de seminte de susan si sare, folosita ca si condiment pentru salate. Semintele de susan sunt foarte des presarate deasupra pâinii, a biscuitilor si a altor produse de patiserie si panificatie, în întreaga lume. În Turcia din susan se fabrica halvaua.

Cimbrul



Încă din antichitate cimbrul a fost cultivat în zona mediteraneeana. Mai întâi au fost descoperite si apreciate virtutile medicale ale plantei si abia apoi aceasta a fost folosita în gastronomie ca planta aromata, condimentara.

Soiuri de cimbru:

Cimbrul comun, de câmp (*Thymus vulgaris*) are frunze mai lungi, cu marginile rasucite, pe fata inferioara, scurt pa roase si cu un miros usor amar. Creste spontan în zona Mediteranei. I se mai spune si cimbru de iarna sau nemtesc, fiind cultivat mai ales în Vestul Europei si în Tarile Nordice. Tulpina lui este mai groasa decât la celelalte soiuri si poate creste pâna la înaltimea de 40 – 50cm. Are flori mici, roz, care pornesc de la subsuoara frunzelor.

Cimbrul de gradina (*Satureja hortensis*) are frunze ovale, lanceolate, cu marginea întreaga. Se aseamana cu cimbrul comun, dar nu creste atât de înalt ca acesta. Florile sunt mici, albe-rozalii. I se mai spune si lamâita, lamâioara si era deosebit de apreciat în Evul Mediu, mai ales în bucatariile manastiresti. Acest soi de cimbru se foloseste la aromarea mâncarurilor si se adauga numai dupa ce mâncarea este gatita. Daca se adauga înainte, în timpul fierberii, prajirii, degaja gust si miros amare care nu sunt apreciate. Cimbrul de gradina este raspândit azi pe tot globul si folosit peste tot în gastronomie.

Cimbrul salbatic, cimbrisorul, iarba cucului sau tamâita (*Thymus serpyllum*) creste mai ales în zonele montane, aride, pe soluri pietroase, nisipoase. Are nevoie de mult soare, de aceea prefera pasunile alpine. Este raspândit în toata Europa si folosit peste tot atât în gastronomie, cât si în medicina populara si cosmetica traditionala. Are tulpini

firave, care nu depasesc 10 – 15 cm înaltime si frunze mici, ovale sau alungite. Florile sunt roz- violete si au un miros foarte iute si puternic.

Cimbrul în bucatarie

Cimbrul, indiferent de sortiment, este folosit la aromarea, condimentarea si conservarea mâncarurilor.

Se foloseste la mâncăruri greu digerabile, cum ar fi cele de fasole, mazare, varza, linte, vânat. Cimbrul este de nelipsit la aromarea mezelurilor si a preparatelor traditionale din carne de porc.

Se foloseste si la preparate din carne de vita, pasare si peste.

În zonele montane, cu ajutorul cimbrisorului se prepara un sos deosebit de aromat care se foloseste la fripturi de porc sau vita. Sosul de cimbrisor se prepara dupa reteta sosului bearnes pe care am dat-o în nr. din luna iulie 2004, pag. 91, al revistei noastre.

Cimbrul se foloseste la aromarea salatelor de legume. Salata de sfecla coapta, aromata cu cimbru si chimen pisat este delicioasa.

Untul de verdeturi se prepara din unt de casa în care se amesteca plante taiate cât mai fin: frunze de papadie tinere, frunze de usturoi salbatic, leurda, untisor, cimbru.

În stare proaspata cimbrul se potriveste cu preparate din oua (omleta, ochiuri), salate de rosii, brânzeturi.

Cimbrul este folosit, de asemenea, pentru aromarea lichiorurilor de casa.

Leusteanul



Se crede ca leusteanul este originar din Persia si ca a fost aclimatizat, cu multa vreme în urma, mai întâi în sudul Europei. E utilizat în gastronomie înca din antichitate, fiind unul dintre cele mai folosite condimente din bucataria romana. De aceea, cei ce vor sa gateasca mâncăruri traditionale din timpul Romei antice trebuie sa aiba neaparat la îndemâna leusteanul. Astazi, leusteanul este folosit în continuare în Sudul si Centrul Europei, dar si în Scandinavia. Scrierile vechi atesta faptul ca în zona Alpilor si în sudul Germaniei se stia despre leustean înca din Evul Mediu timpuriu. Pe la anul 800, Carol cel Mare, regele Frantei, a dat un edict, numit Capitulare de villis vel curtis imperii Caroli Magni în care a enuntat un numar mare de legi administrative, în special unele cu privire la agricultura, în imperiul sau. La finalul documentului el face o lista de o suta de plante culinare si medicinale pe care supusii lui erau datori sa le cultive în gradinile de pe lângă case. Printre ele era trecut si leusteanul. Exista si zone în care leusteanul nu este popular, fiind putin întâlnit sau chiar deloc. În multe regiuni insa leusteanul este socotit o planta magica si foloseste la multe ritualuri care au rolul de a spori dragostea. I se si spune “ betisorul dragostei”, “floare de lingoare” sau “floarea dragostei”.

În bucatarie

Aroma lui caracteristica se potrivește cu oteturile aromate și cu muraturile. Mai mult, carnea de vită este deseori aseasonată cu frunze de leustean. În bucătăria italienească, unde leusteanul este cultivat din timpuri străvechi, este des folosit, mai ales în regiunea Liguria. De leustean e nevoie în primul rând la prepararea salatelor, a sosurilor de tomate, adeseori în combinație cu oregano, pentru aromarea ciorbelor, supelor, a pastelor, sosurilor, marinatei, precum și a unor preparate cu brânzeturi. De asemenea, este un condiment important în prepararea lichiorurilor și a conservelor. Leusteanul este una din multele plante aromatice care, în afara cultivării în grădina, crește și în salbaticie. Era cultivat pe vremuri în aceeași manieră ca și telina, dar aceasta l-a înlocuit, fiind azi folosită mai mult.

Planta de leac

Întreaga plantă are și virtuți medicale. Este bogată în vitamina C și conține multe minerale lucru cunoscut în vechime de marinarii care, atunci când veneau din călătoriile lungi de pe mare, mâncau leustean fiert pentru că sufereau de scorbut și de alte avitaminoze. Leusteanul este diuretic, stimulează pofta de mâncare și grăbește digestia, calmează colicile și este eficient în intoxicațiile cu tutun și alcool. Frunzele se recoltează când e soare puternic, dar se usuca la umbră. Din frunze se prepară infuzie (2 lingurițe de frunze uscate la 200ml apă clocotită, se lasă acoperit vasul 15 minute). Infuzia se bea caldă pentru tratarea hipertensiunii, a tusei convulsive și a retenției de apă în țesuturi). Se beau 2 cani pe zi. Frunzele proaspete de leustean se pun pe răni și ulceratii ale pielii și grăbesc vindecarea acestora, fiind antiseptice. De asemenea, leusteanul este folosit pentru calmarea mușcăturilor de insecte: se freacă bine locul afectat cu câteva frunze proaspete strivite în mână. Borsul de țară de porumb în care s-au macerat, la rece, frunze de leustean era socotit pe vremuri de către țărani un remediu sigur împotriva mușcăturilor de șarpe. Se puneă o cataplasma înmuiată în borsul cu leustean, pe locul mușcat. Infuzia de frunze de leustean în zer cald este folosită în Scoția ca purgativ pentru vitei.

Semintele

Infuzia de semințe de leustean (1 linguriță de semințe la 200ml apă clocotită, se lasă în vas acoperit 15 minute, apoi se strecoară) este utilă în ameliorarea tulburărilor menstruale, în colici și pentru stimularea sistemului nervos.

Radacina

Radacina are proprietăți aromate și carminative, fiind administrată în cazul unor afecțiuni uterine și nervoase. Decoctul din radacina de leustean scade tensiunea și este expectorant. În cazul unor tulburări cardiace și în isterie se ia de 3 ori pe zi câte un vârf de cutit de radacina de leustean macinată fin. Din radacina rasă ori uscată și macinată fin, peste care se toarnă rachiu de fructe sau cereale se obține o tinctură diuretică din care se pot lua câte 50 de picături pe zi în mai multe reprize. Tinctura folosește în afecțiuni ale inimii. Decoctul de radacina macinată pusă la fiert în otet de mere (1 linguriță radacina la 200ml otet) este folositor în calmarea durerilor reumatice, dacă se fac cu el frecții pe locul afectat.

Ardeiul iute



Ardeiul iute, Chilli, este cel mai popular condiment al tuturor timpurilor. De-a lungul vremii, oriunde a fost folosit, el a transformat bucatariile, aducând gust deosebit și savoare. În bucatariile din America Latina, Asia, Africa și Orient ardeiul iute sau chilli, cum este deseori întâlnit în cartile de bucate, este un condiment foarte des folosit, dacă nu chiar abuziv. Se presupune că denumirea de chilli deriva de la un cuvânt vechi indian - txile. Se pare că planta este originară din Mexic. Cele mai vechi însemnări despre chilli s-au găsit în scrierile antice descoperite în mormintele din Peru. Cristofor Columb care se afla în căutarea piperului în “Lumea Nouă” a descoperit ardeii iuți și a observat că sunt “chiar mai iuți decât piperul”. El a purtat condimentul în călătoriile sale prin Africa, India și în Orient unde acesta a devenit indispensabil bucatariilor. Faptul că semințele de chilli pot fi pastrate 2-3 ani a favorizat răspândirea acestuia. Ardeii iuți au un efect chimic asupra organismului, pe care unii îl apreciază mai mult decât alții. După ce ai gustat prima dată și ai trecut de pragul în care lacrimi și îți vine să scuipi, aroma ardeilor iuți poate să îți se pară plăcută și chiar ademenitoare. Ardeii iuți sunt bogati în vitamina C, ei stimulează apetitul și se spune că răcoresc corpul, făcând persoana care-i consumă să transpire. Efectul de răcorire induce și o stare de calm și de blândete. După consumare, pentru a reduce iuteala din gură, se poate consuma lapte sau iaurt, în nici un caz apă sau bere.

Cultivarea

Ardeii iuți fac parte din familia cartofilor, a tomatelor, a vinetelor și a matragunei. Familia ardeilor iuți este foarte variată: cuprinde aproximativ 150 de tipuri. Planta este asemănătoare cu un tufiș, crește la o înălțime de până la 0,6 m are flori albe care produc fructele – ardeii iuți. Aceștia au o formă foarte variată. Pot fi lunguieti (cayenne), mici și lunguieti (numiți "ochi de pasare"), mari, încât să poată fi umpluți, sau mici cât unghia. Cel mai iute soi de ardei este habanero. Planta de ardei iute crește începând de la nivelul mării până la altitudinea de 1800m și nu este pretentioasă. Ardeii de culoare verde sunt încă necopti, fiind lăsați să se coacă timp de aproximativ 4 săptămâni. Ardeii iuți copti pot de asemenea avea culori variate începând de la portocaliu-galben până la maro închis, mov sau negru. În prezent, India este țara cu producția și exportul celei mai mari de ardei iuți, ea asigură o bună parte din totalul ardeilor de pe piața mondială. Suprafețele imense pe care ardeii iuți sunt lăsați să se usuce reprezintă un punct de atracție turistică pentru cei ce vizitează sudul Indiei. Thailanda, Mexic, Japonia, Turcia, Nigeria, Etiopia, Uganda, Kenya și Tanzania sunt, de asemenea, mari producătoare și exportatoare de ardei iuți. Cei mai populari chilli mexicani sunt serrano, jalapeno și poblano. Aroma și savoarea iuteală prezintă în gustul ardeilor este datorată capsaicinului. Iuteala nu provine, cum mulți cred, din semințe, ci, mai ales, din pielita interioară de care sunt prinse semințele. Iuteala ardeilor este măsurată în unități Scoville începând de la 0 până la 300.000 -maximum atins în cazul ardeiului habanero. Pentru a simplifica lucrurile, s-a introdus o scară de la 0 la 10.

Uz culinar

Aroma deosebită a ardeilor iuți a revoluționat gătitul în foarte multe țări, în special în cele tropicale. Aceștia au devenit de nelipsit pentru mâncăruri precum cassava în America de Sud și în Africa, orezul în India, pastele și

fasolea în Mexic. Este un ingredient de baza pentru mâncarurile mexicane chilli con carne si Tex-Mex. Toate sosurile curry din Thailanda, Malaesia si Indonezia sunt facute din ardei iuti. Foarte multe retete chinezesti si japoneze depind de ardeii iuti. Acestia au un rol important si în bucatariile în care nu sunt foarte frecvent utilizati. Cel mai bun exemplu îl gasim în retetele de paste italienești, la care se adauga des ardeii iuti sau sos provenit din ardei iuti. Ardeii iuti sunt folositi pentru a da savoare mâncarurilor si în restul Europei. Produse obtinute din ardei iuti Piperul de Cayenne Acesta este un praf foarte fin obtinut inclusiv din pielita si din semintele ardeiului, acestea făcându-l foarte iute. Din acest motiv este folosit în doze foarte mici. Numele provine de la regiunea originara ardeiului: regiunea Cayenne din Guyana Franceza. Ardeii folositi astazi la prepararea piperului de Cayenne provin din India, Japonia si Africa de Est. Acest piper este folosit ca si condiment pentru mâncarurile pe baza de brânza sau oua, este adaugat de asemenea si în sosurile curry.

Pudra de chili

Este mai dulce decât piperul de Cayenne, este preparata din ardei cu o iuteala mult diferita între ei. Cele mai multe pudre de genul acesta sunt combinate cu usturoi, ceapa, oregano si chimion, în special în America. Aceasta pudra se foloseste la prepararea celebrei chilli con carne. Dacă pudra este închisa la culoare, atunci putem fi siguri ca în componenta ei s-a folosit si soiul ancho chilli. Pentru cele mai bune rezultate, este recomandat sa va faceti dumneavoastra pudra si nu sa o cumparati din magazin. Scoateti semintele din ardei, uscati-i si apoi macinati-i cât mai fin.

Sosul chili

Sosul Tabasco sau chilli este de provenienta nord americana, produs din ardeii tabasco sau cone, acestia fiind foarte iuti. Ardeii macinati se amesteca cu otet, sare iar apoi sunt pusi la pastrat în recipiente din lemn de stejar pentru câtiva ani. Multe insule din arhipelagul Caraibian au propriul lor stil de a prepara acest sos, însa toate variantele pornesc de la aceasta reteta de baza. Acest sos se foloseste în cantitati foarte mici. Sosul Tabasco este folosit la prepararea cocktail-ului Bloody Mary.

Pasta de chili

Pasta de chilli se gaseste de vânzare în magazine. Dacă vreti însa sa o preparati dumneavoastra nu trebuie decât sa curatati ardeii de seminte si sa-i puneti într-un mixer de bucatarie împreuna cu o ceapa. Pasta ramâne proaspata la frigider timp de o saptamâna iar dacă este pastrata într-un borcan bine sigilat, poate fi pastrata timp de 6 luni. Ardeii pisati Ardeii trebuie pisati cu tot cu seminte si pielita. Rezultatul obtinut poate înlocui pudra de chilli.

Sugestii de preparare si pastrare

Ardeii iuti pot fi taiati în suvite si pusi la pastrare într-un borcan plin cu ulei de masline. Mai pot fi adaugate condimente dupa bunul plac.

Alta sugestie de preparare este fierberea ardeilor timp de 20 de minute pâna se înmoaie. Apoi acestia sunt buni pentru a fi transformati într-un piureu ce poate fi pastrat la frigider timp de un an.

Pentru a obtine un otet cu aroma de chilli, umpleti o sticla cu ardei iuti, adaugati otet pâna la umplere, sigilati, iar dupa 2 saptamâni otetul poate fi consumat.

Înainte macinarii ardeilor în vederea obtinerii pudrei, acestia pot fi usor prajiti într-o tigaie. Atentie însa, caci dacă ardeii se ard, gustul lor va fi amar.

Ardeii mai mari pot fi umpluti cu carne, orez sau alt amestec de legume.

Atentie! De fiecare data când lucrati cu ardei iuti, nu puneti mâna la ochi, la nas sau la gura. Dupa prepararea ardeilor, spalarea mâinilor si a tacâmurilor cu care ati lucrat este obligatorie. De asemenea, cei care au pielea sensibila pot sa poarte mânusi de cauciuc când prepara ardei iuti.

Dafinul



Dafinul este socotit copac al soarelui si simbol al pacii. În Evul Mediu, dafinul era recomandat împotriva “tuturor relelor satanice ce pot salasui asupra omului”. Renumitul botanist Parkinson, din secolul al XVII-lea, lauda foarte mult calitatile frunzelor de dafin: “frunzele de dafin nu trebuie sa lipseasca din nici o gospodarie sau gradina, ele servesc la gatit, la confectionarea ornamentelor, pot fi, de asemenea, comercializate, cu un profit bun, si sunt bune pentru bolnavi.”

Frunzele de dafin erau folosite în Roma Antica la ornarea coroanelor de lauri purtate de toti împaratii si eroii. Ca toate plantele care ramân verzi iarna, dafinul sau laurul, cum i se mai spune, se asociaza cu simbolismul nemuririi. Poate de aceea romanii au facut din laur emblema gloriei, fie ca ea venea prin puterea mintii, a armelor sau a calitatilor fizice deosebite. Exista in vremurile acelea, de asemenea, o superstitie... Oamenii credeau ca dafinul îi protejeaza împotriva fulgerelor. În Grecia Antica, celebra prezicatoare Pitia mesteca frunze de dafin înainte de a-si pronunta profetiile si ardea frunze si ramurile de dafin pentru a-i afuma pe cei care asteptau prezicerile sale. Cei care obtineau de la Pitia un raspuns favorabil la întrebările pe care le puneau, se întorceau acasa încununati cu frunze de dafin. Stapânul dafinului era considerat zeul Apolo. Popoarele din Africa de Nord fac din frunzele de laur talismane ocrotitoare ce îndeparteaza puterile raufacatoare. În zilele noastre, câstigatorul premiului Grand-Prix de Formula 1 este încununat cu o coroana facuta din frunze de dafin. De asemenea, câstigatorii diferitelor premii si concursuri poarta numele de “laureati”, aceasta denumire provenind de la coroana de lauri data poetilor în Roma si Grecia antica. O utilizare mai ciudata a frunzelor de dafin este aceea de a îndeparta insectele daunatoare diferitelor culturi. Frunzele se înfasoara pe un suport de lemn care se asaza între straturi, realizându-se ceea ce popular se cheama “sperietoare de ciori”

Cultivarea

Dafinul este originar din Orientul Mijlociu, dar este raspândit în toate zonele mediteraneene înca din antichitate. Florile de culoare galbena sau verde deschis spre alb nu sunt foarte mari, sunt greu de observat, ele produc un fruct de forma unei bobite de culoare mov închis, cu o singura samânta. Arborele de dafin poate ajunge la o înaltime de 15m, dar de cele mai multe ori este cultivat sub forma unui tufis putin mai înalt. Alteori este cultivat în scop ornamental si aranjat ca atare.

Aroma

Frunzele de dafin raspândesc un miros puternic, înteptator, având un buchet cald si aromat care se simte imediat ce frunzele sunt rupte. Când sunt uscate, frunzele își pastreaza aroma puternica, putând fi folosite oricând. Frunzele de dafin pot fi procurate uscate sau verzi, dar si sub forma de praf (frunze macinate), acesta din urma însa își pierde aroma foarte repede.

Pastrarea

Frunzele de dafin trebuie uscate încet, dupa ce sunt culese, ferite de razele solare, pentru a retine uleiul aromat. Daca acestea nu sunt culese la timp, se usuca pe creanga, strângându-se. În lipsa unui borcan sau a unei cutii, frunzele pot fi puse la pastrare într-un caiet sau o carte. Frunzele mai mari, care sunt mai închise la culoare si lucioase, trebuie lasate mai multe zile la uscat. Astfel le dispare gustul amar, aroma pastrându-se.

Uz medicinal

Dafinul este legendar în ceea ce priveste calitatile sale medicinale. Frunzele au calitati diuretice, digestive si astringente, fiind în acelasi timp si un stimulent al apetitului. Acidul obtinut din frunze îndeparteaza tântarii si fluturii de noapte. Uleiul de dafin extras din arborele de dafin ce creste în vestul Indiei este folosit în parfumerii si la fabricarea romului.

Uz culinar

Frunzele de dafin sunt un ingredient “obligatoriu” la prepararea bulionului. De asemenea, sunt un component esential pentru multe sosuri cum ar fi: béchamel, sosul de pâine sau pasta de tomate. Dafinul este folosit în întreaga lume în bucatariile clasice sau contemporane. Este folosit pentru a aroma orezul, orice fel de carne si în special carnea de pasare, mâncarurile pe baza de legume, mâncarea din fructe de mare. Nu poate lipsi din sosul vânatoresc cu lamâie si din compozitia cârnatilor. Poate fi adaugat în supe si sôté-uri, în marinatele pentru carne, între ingredientele însirate pe frigarui, asezat în tava înainte de a pune mâncarea la cuptor sau în borcanele cu muraturi. Frunzele de dafin sunt folosite chiar si la prepararea unor dulciuri, în special la creme, însa doar pentru a da aroma, fiind îndepartate înainte de consumare. Deoarece este amar la gust, dafinul se dozeaza cu grija. La mâncarurile fierte nu se lasa mai mult de 15 - 20 de minute, la muraturi se pun 1 - 2 frunze de borcan.

Chimenul



Chimenul are o lunga si fascinanta istorie. Era cunoscut înca de acum 5000 de ani, mari cantitati de chimen fiind gasite în piramidele egiptene. Romanii il foloseau pentru aromarea si conservarea carni. Chimenul este amintit si în Biblie, unde se povesteste cum se treiera cu ajutorul unor nui. Aceasta practica se mai foloseste si în ziua de azi în estul Mediteranei. Theophrastus, un renumit filosof si botanist grec, spunea: „Chimenul trebuie blestemat în timp ce este semanat, pentru ca recolta sa fie bogata“. În timpurile stravechi, chimenul era un simbol al lacomiei si al

ticalosiei. Ciudat însă, în timpul Evului Mediu, aceasta semnificație avea să se schimbe, chimenul devenind un simbol al credinței. În Germania, unde chimenul este un condiment foarte popular, există obiceiul ca mirii, la nuntă, să poarte la ei semințe de chimen, pentru a-și arăta fidelitatea unul față de celălalt.

Cultivarea

Chimenul este o plantă mică, anuală, erbacee, crește până la o înălțime de 25-30cm. Este originară din țările din estul Mediteranei și din nordul Egiptului, dar în prezent se cultivă și în alte țări din Europa, în Maroc, Iran, Turcia, India, China și în America. Chimenul crește cel mai bine în zonele însorite cu ploi puțin. Florile mici, de culoare roz sau albă, cresc în inflorescențe asemănătoare celor mai multor plante din familia Umbelliferae. Recoltarea se face la aproximativ 4 luni de la semănare. Semințele mici, în formă de bacă, au 9 margini și o culoare maro-gălbui. Există un sortiment de chimen negru ce crește numai în Iran. Semințele sunt mai mici și au o aromă mai dulce. Chimenul negru este uneori confundat cu nigella, un alt condiment, care în bucătăria indiană mai este numit și piperul negru.

Aroma

Chimenul are o aromă puternică, dulce, cu o ușoară tentă amăruie și picantă. Gustul amarui-picant este o particularitate specifică. Când este folosit în combinație cu coriandrul, gustul amarui dispare. Este recomandată prăjirea chimenului înainte de macinare, astfel el va prinde o aromă caldă, asemănătoare nucilor, gustul nu va mai fi atât de aspru. Chimenul negru are o aromă mai dulce, mai delicată decât semințele albe.

Uz culinar

Având în vedere aroma sa puternică, chimenul este cel mai des folosit în bucătăriile picante, puternic condimentate, de exemplu în bucătăria indiană, în Orientul Mijlociu, în nordul Africii și în bucătăria Mexicană. Chimenul este un condiment de bază în majoritatea sosurilor picante din India. Este folosit ca și condiment pentru supe, salate de varză, sfeclă, chifle, pogaci, pâine, ostropel, în mâncărurile marocane pe bază de carne de miel și la condimentarea carniilor în Mexic, la mâncăruri precum chilli con carne. Pe lângă aroma puțin amăruie, chimenul dă o aromă ușoară mâncărilor atunci când este folosit. Chimenul negru este folosit cel mai des la mâncărurile indiene pe bază de orez. Acest condiment este foarte utilizat, de altfel, și în bucătăria germană, în mâncăruri, la prepararea murăturilor și a cârnaților sau pentru condimentarea renumitei brânze Munster. Chimenul este utilizat și în Olanda, tot pentru condimentarea brânzeturilor, după rețete stravechi, medievale.

Uz medicinal

Chimenul este cunoscut drept un stimulant al apetitului și este folosit la calmarea durerilor de stomac, împotriva flatulenței și a diareei. Este cunoscut drept bun galactogog (mărește secreția lăctată). Mai este folosit și în medicina veterinară, iar uleiul de chimen este folosit în fabricarea parfumurilor.

Ienibaharul



Denumire stiintifica: Pimento officinalis sau *Eugenia Pimenta* Mai este cunoscut si sub numele de Piper de Jamaica sau Pimento.

Descriere Ienibaharul este un fruct uscat asemanator piperului. Ienibaharul are un gust ciudat, în care se regasesc gusturile mai multor condimente, cum ar fi cuisoarele, scortisoara, piperul negru, ienuparul si fructele de padure. Arborele de ienibahar ajunge la aproximativ 20 de metri înaltime si face parte din familia Myrtaceae. Este cultivat în Insulele vestice ale Indiei si în America de Sud, dar cel mai mult este cultivat în Jamaica, unde s-a adaptat perfect în pamânturile calcaroase de lângă mare. Mai este cultivat si în America Centrala si în statele din jur, dar mai mult de jumatate din productia de ienibahar de pe piata mondiala vine din Jamaica, unde arborii producatori sunt atât de numerosi, încât în zonele muntoase formeaza adevarate paduri, care sunt atent îngrijite.

Descriere

Ienibaharul este un fruct uscat asemanator piperului. Ienibaharul are un gust ciudat, în care se regasesc gusturile mai multor condimente, cum ar fi cuisoarele, scortisoara, piperul negru, ienuparul si fructele de padure. Arborele de ienibahar ajunge la aproximativ 20 de metri înaltime si face parte din familia Myrtaceae. Este cultivat în Insulele vestice ale Indiei si în America de Sud, dar cel mai mult este cultivat în Jamaica, unde s-a adaptat perfect în pamânturile calcaroase de lângă mare. Mai este cultivat si în America Centrala si în statele din jur, dar mai mult de jumatate din productia de ienibahar de pe piata mondiala vine din Jamaica, unde arborii producatori sunt atât de numerosi, încât în zonele muntoase formeaza adevarate paduri, care sunt atent îngrijite. Arborele de piper de Jamaica începe sa faca fructe dupa ce ajunge la vârsta de 3 ani. Florile apar în lunile iunie, iulie si august si sunt repede înlocuite de fructe sub forma de bobite. Gustul si aroma se pierde daca se decojesc fructele. Acestea sunt culese în lunile iulie si august, când ajung la marimea maxima, însa înainte de a se coace si de a se decoji. Daca fructul apuca sa se decojeasca, uleiul aromat se scurge, fructul nemaiputând fi folosit în bucatarie. Fructele sunt culese rupând crenguta de care este legat buchetul, manunchiul de bobite. Acestea sunt apoi împrastiate si lasate la soare si la aer pentru câteva zile, dupa care se scutura de pe crengute si sunt gata pentru ambalare si exportare. Bobitele sunt uneori uscate în cuptoare, dar metoda uscarii lor la soare este cea mai buna, prin aceasta rezultând cele mai bune produse, desi dureaza mult, aproximativ 12 zile, si este într-un fel riscanta. Fructul trebuie tot timpul pazit, mai ales noaptea si în zilele ploioase, ca sa nu se umezeasca.

Culoarea verde a fructelor se schimba într-un rosu maroniu când acestea sunt uscate. Daca fructul este lasat sa se coaca prea mult, el pierde aproape toate calitatile lui aromatice, prinde un gust dulceag si o culoare violet spre negru.

Fructele ce se gasesc în comert sunt sub forma unor bobite mici cu diametrul putin mai mare decât al piperului, au o suprafata aspra si prezinta uneori coronita ramasa de la flori. Fructul are doua camarute separate, în care se gasesc seminte de forma unor boabe de fasole.

Ceea ce intereseaza în mod deosebit la ienibahar este uleiul volatil, prezent într-un procent de 3-4,5 % în seminte. Acesta se obtine prin distilare. Poate avea o culoare galben-rosiatica, dar cu trecerea timpului culoarea se închide.

Are un miros aromat, placut, similar cu cel al uleiului de cuisoare, datorita prezentei eugenolului în compozitie. Gustul este picant, înteptator. Are o usoara reactie acida. Este solubil în alcool.

Uz culinar si medicinal

Ienibaharul este folosit din cele mai vechi timpuri ca si condiment - bobitele se adauga la sosul sau la praful curry si la vinul fiert. Este popular pentru gustul sau aromat, usor dulce si cald. Este foarte bun de asemenea ca tonic sau ca agent de aromare. Se foloseste la prepararea sosurilor, a saramurilor si pateurilor. Da aroma preparatelor din peste, din carne tocata si salatelor din legume proaspete sau fierte. Este întotdeauna prezent în amestecul de condimente folosite la prepararea mezelurilor si a marinatelor. Uleiul asemanator cu cel de cuisoare este ocazional folosit în medicina si uneori în parfumarea sapunurilor si a altor produse cosmetice. Uleiul de ienibahar si apa de ienibahar (uleiul de pimento si apa de pimento) erau prezente inca de acum un secol în farmaciile din Anglia si SUA. Apa de pimento se mai poate gasi înca în farmaciile englezesti si este ceruta pentru calmarea si usurarea digestiei. Ienibaharul este unul din ingredientele Tincturii de Guaic, care este un foarte bun carminativ. Uleiul aromat de ienibahar este folosit împotriva flatulentei. Câteva picaturi luate cu ceai sunt suficiente. Apa de ienibahar si uleiul sunt folosite si pentru tratarea crizelor de isterie. Se folosesc si împotriva indigestiei. Ienibaharul este utilizat si în tratarea reumatismului: un extract facut din boabele fierte si macinate se întinde pe o pânza si se aplica pe zona cu dureri.

Contrafacerea

Ienibaharul este uneori folosit pentru contrafacerea pudrei de cuisoare. Si ienibaharul este însa contrafacut prin folosirea asa-numitului „piper de Tabasco“, ce este mai usor de gasit, mai ieftin, dar si mai putin aromat. Pentru contrafacerea ienibaharului se mai folosea în trecut condimentul american numit „benzoin“.

Sofranul



Numele de sofran provine din cuvântul arab „za'faran“, care inseamna galben - culoarea sacra aleasa de calugarii budisti pentru pelerinile lor. Sofranul este foarte scump, în primul rând pentru ca se culege manual si apoi pentru ca e nevoie de 200.000 de flori pentru a obtine 450g de firisoare de sofran. Sofranul a fost recunoscut ca medicament si condiment inca din Antichitate, fiind foarte apreciat de romani si greci. Se spune ca unul dintre cei mai extravaganti conducatori ai Romei, pe nume Heliogabalus, obisnuia sa faca baie în apa aromata cu sofran. Comerciantii arabi au introdus sofranul în Spania, unde a fost imediat adoptat în multe retete si de aici acesta s-a raspândit în bucatariile tuturor tarilor mediteraneene. În Evul Mediu sofranul a ajuns în Marea Britanie, unde se cultiva mai ales în regiunea Essex, orasul Saffron Walden fiind principalul centru de comercializare a acestui condiment. Primii cultivatori de sofran din Marea Britanie erau numiti „crokers“.

Cultivarea

Planta *Crocus sativus* de la care se recolteaza sofranul este o planta perena ce infloreste toamna, din familia irisului. Florile au fiecare cate 3 stamine de culoare portocalie roscata, care sunt exact firisoarele de sofran. Aceste stamine sunt de fapt sofranul. Ele sunt uscate incet pe niste site, la caldura mica. In ziua de azi, cel mai bun sofran se produce in Valencia sau in La Mancha, regiuni din Spania. Se mai obtine sofran, de asemenea, si in Grecia, Turcia, Iran, Maroc si Kashmir.

Aroma

Sofranul are o aroma calda ce dureaza. Folositi sofranul cu masura altfel riscati ca aroma sa fie foarte puternica si neplacuta.

Uz culinar

Apresiasi pentru aroma, culoarea stridenta si pentru delicatetea sa, sofranul este socotit drept o delicatasa in bucatarie. Este folosit pentru a da aroma mancarurilor mediteraneene pe baza de orez, mancarii, originare din Spania, numita paella, italienescului risotto sau catorva mancaruri indiene. Bouillabaisse, celebra supa din fructe de mare se aromeaza cu sofran.

Acest condiment se mai foloseste si la prepararea dulciurilor: orez in lapte, budinca, prajituri. Sunt renumite gogoselele cu sofran sau painea cu fructe uscate si sofran, care se face mai ales in preajma sarbatorilor de iarna. Sofranul este unul dintre condimentele folosite la prepararea celebrului lichior Chartreuse.

Uz medicinal

Sofranul este folosit si la prepararea unor sedative, pe post de antispasmodic si impotriva flatulentei. Mai este folosit la producerea parfumurilor si a unor cosmetice, precum si a vopselelor. In anumite regiuni de pe glob este considerat afrodisiac.

Depozitarea

Sofranul se pune la pastrat cel mai bine invelit intr-o folie de celofan, in spatii aerisite, ferite de lumina solara.

Înlocuitori ai sofranului

Sunt mai multe condimente care ar putea inlocui sofranul in lipsa acestuia, cum ar fi: turmericul sau sofranul indian. Turmericul nu are insa mirosul atat de fin si culoarea asa de stralucitoare ca adevaratul sofran. Sofranul mexican sau sofranul salbatic poate inlocui si el, in unele preparate, sofranul adevarat, dar nu are toate calitatile acestuia.

Cuisoarele



Cuisoarele au fost cunoscute si folosite din cele mai vechi timpuri, mai ales de catre populatiile din zonele calde. Pe vremuri, cuisoarele nu erau folosite la prepararea alimentelor. Populatia din insulele Moluca avea obiceiul sa planteze câte un pom de cuisoare de fiecare data când se nastea un copil. Daca, la vremea potrivita, copacul înflorea, era un semn bun pentru destinul acelui copil. Tot în acele regiuni, copilului nou nascut i se lega la gât un colier de cuisoare, despre care se spunea ca-l protejeaza de spiritele rele si de boli. Cuisoarele au fost folosite ca medicament, în China, înca din anul 3 î.Hr. Demnitarilor care îl vizitau pe împaratul chinez trebuia, înainte de a intra la acesta în audiente, sa mesteca cuisoare, atât pentru îmborspatarea respiratiei, cât si pentru a elimina eventualele gânduri malefice. Astazi, eugenolul care este extras din cuisoare se foloseste la fabricarea pastei de dinti si a altor produse cosmetice.

Cultivarea

Copacul de cuisoare, care face parte din familia Myrtaceae, este originar din insulele Moluca, din arhipelagul Indonezian. Are o coroana bogata, cu frunze aromate. Pâna în secolul al XVIII-lea arborele de cuisoare era cultivat exclusiv în aceste insule. Francezul Pierre Poivre, care a adus scortisoara din insulele Seychelles, a adus si seminte de cuisoare în Mauritius si a început cultivarea lor. Copacii s-au adaptat repede aici, înflorind si dând roade bogate. În continuare, arborele de cuisoare a fost cultivat si în Zanzibar, si în Pemba, pe coasta de est a Africii. Aceasta regiune este în prezent prima în topul producatorilor de cuisoare. Arborii de cuisoare ajung pâna la 12m înaltime. Mugurii neînfloriti ai arborelui sunt recoltati numai dupa ce arborele atinge vârsta de 6-8 ani. Recolta poate varia de la an la an, în unele cazuri fiind abundenta, alteori extrem de saraca. Cuisoarele sunt culese cu mâna, pentru a nu se deteriora. Din mugurii roz care nu sunt culesi rasar floricele mici si mov. Mugurii prind o culoare maro închis când se usuca. Procesul de uscare nu trebuie grabit, altfel cuisoarele devin prea uscate, fragile, vestejite si umflate.

Aroma

Apropiindu-te de un arbore de cuisoare, poti simti mirosul picant, întepator. Cuisoarele au o aroma picant-dulceaga si puternica.

Uz culinar

Cuisoarele sunt incluse în multe amestecuri de condimente, inclusiv în clasica combinatie chinezeasca de 5 condimente, în multe din sosurile picante orientale si indiene. În Europa se foloseste ca si condiment la muraturi, la vin fiert si la prepararea pâinii si a altor produse de patiserie. Cuisoarele întregi se folosesc pentru a da savoare pestelui fiert si sosurilor. Reprezinta o excelenta garnitura pentru sunca fiarta si jambon. Cuisoarele sunt deseori asociate cu merele. Merg în excelenta combinatie cu sosurile de mere, tarteles, placintele si budincile pe baza de mar. Sunt folosite, de asemenea, pentru a condimenta prajiturile, biscuitii, turta dulce si orice tip de budinca.

Uz medical

Uleiul de cuisoare, care este extras din muguri, din frunze si din tulpina, este foarte folositor, fiind un puternic antiseptic si conservant. Se foloseste la fabricarea pastelor de dinti, a apelor de gura si a altor preparate medicinale destinate dezinfectiei. Se mai foloseste si în tratarea balonarii, a colicilor, indigestiei si în combaterea greturilor si a starii de voma. O compresa cu ulei de cuisoare în cazul unei dureri de dinti este foarte utila.

Depozitarea

Este recomandat sa cumarati cuisoare întregi, nefarâmitate sau zdrobite. Acestea trebuie pastrate într-un loc racoros, ferite de lumina puternica. Daca doriti sa cumarati pudra gata macinata, este recomandat sa cumarati în cantitati mici, cât folositi o data, pentru ca aroma si culoarea se pierd foarte repede.

Nucsoara - *Myristica fragrans*



Nucsoara este un fruct asemanator nucilor noastre, dar mai mic. A fost folosit încă din vechime, de pe vremea romanilor, drept condiment sau aromatizant al încaperilor. Fumigatiile cu nucsoara erau la mare moda în vremea aceea. Multa vreme portughezii au fost aceia care au detinut monopolul comerțului cu nucsoara. Asta s-a întâmplat și datorită faptului că ei au ținut secret locul de unde adunau aceste fructe. Încetul cu încetul însă, olandezii au preluat de la portughezi titlul de "carausi ai marilor" și au devenit furnizori de condimente pentru întreaga Europă. Nucsoara era foarte scumpă și se găsea destul de rar, mai ales că olandezii au restricționat aria de creștere a arborelui de nucsoara la două insule din arhipelagul Mauritius. Cu toată grija lor de a controla scoaterea fructelor de nucsoara din aceste insule, au fost pacaliti de pasări care au dus în cioc fructele pe insulele învecinate și astfel condimentul acesta a devenit mai popular. Pe la 1700, la Londra se vindea cu 90 de silingi jumătatea de kilogram de nucsoara. Dar asta numai după ce Compania Britanică a Indiilor de Est a început cultivarea nucsoarei și în Penang, Singapore, India, Sri Lanka, precum și în Insula Grenada.

Cultivare

Arborele de nucsoara este vesnic verde și se crede că este originar din Insula Banda din Arhipelagul Molucelor. Crește până la înălțimea de 18m și face fructe numai după 15-20 de ani de la plantare. Produce cam 1500 – 2000 de fructe pe an. Fructul arborelui de nucsoara se aseamănă cu cășca și, când este copt, se desface și lasă să cadă niste sămburi care sunt tocmai nucsoarele pe care le folosim drept condiment. Nucsoarele sunt acoperite de niste fibre roscate – portocalii care se desprind de pe fruct, atunci când sunt uscate, și se folosesc tot ca și condiment, fiind la fel de aromate ca și nucsoara.

Nucsoara în bucatărie

Nucsoara are un gust plăcut, aromat, dulce și din acest motiv are multe întrebuințări culinare. Nucsoara este cunoscută drept condiment foarte important, de nelipsit în bucătăriile clasice. În Malaezia, coaja nucsoarei este uscată, cristalizată și vândută drept una dintre cele mai deosebite delicatese.

Nucsoara se folosește pentru a da aroma sosurilor pe bază de lapte, mai ales a sosului Bechamel. Este utilizată la aromarea carnii din care se fac cârnați. Da gust deosebit supelor de legume, mâncărilor din peste, fructe de mare sau creveti și este potrivită în orice preparat ce conține ouă.

Se poate pune și în cremele cu lapte, în budinci, în prăjiturile cu brânză, la tartele cu citrice.

Veti obține murături cu gust deosebit, foarte fin, dacă vei adăuga și nucsoara între ingrediente.

Nucsoara intră în combinație perfectă cu garniturile pentru paste. Se poate adăuga la spanac, roșii, anghinare, sparanghel, la brânzeturi, pasta de tomate, sau la sosurile pentru peste și pui.

Este excelentă în sosurile cu brânză, în preparatele din conopidă, lănga carnea de miel sau cu ciuperci.

Se foloseste mult si la preparatele de cofetarie si patiserie. Este un condiment traditional pentru prajituri, turta dulce si biscuiti. Putina nucsoara adaugata la compozitia unei placinte cu cirese sau mere da un gust cu totul deosebit acesteia. Pentru a obtine tuica, rachiu, lichior mai parfumate puneti în sticle câte o nucsoara. Nucsoara este astringenta, stimulatoare si afrodisiaca. Uleiul de nucsoara se foloseste în industria cosmeticelor, fiind foarte parfumat.

Cel mai rapid desert

Presarati nucsoara macinata pe felii de portocale tinute înainte la rece si veti obtine un minunat desert racoritor
Bautura învioratoare Amestecati într-o cana 1 lingura de cacao, 2 linguri de miere si 1 lingurita nucsoara rasa. Turnati peste acest amestec lapte fierbinte în care ati fiert 2 cuisoare si o bucatica de scortisoara.

Ghimbirul - Zingiber officinale



Ghimbirului i se mai spune „ghimber“ sau „ginger“ si se pare ca numele lui vine din limba sanscrita. A fost folosit drept condiment din cele mai vechi timpuri. Îl cunosteau vechii greci, care-l numeau „zingiberi“, dar a fost des folosit si în bucataria romanilor. De fapt, acestia din urma l-au luat cu ei în toate regiunile stapânite si sunt astfel cei care au raspândit ghimbirul în întreaga Europa, dupa ce a fost adus din Asia de catre arabi. Tot arabii l-au dus în Estul Africii, în timp ce în Vestul continentului negru a ajuns gratie portughezilor care cautau înversunati, prin sec. al XIII-lea, drumuri spre Orient. Spaniolii l-au dus în Lumea Noua si în Indiile de Vest. El a început sa fie cultivat înca din sec. al XV-lea si în Mexic si Jamaica, ajungând la acea data sa fie, dupa piper, cel mai raspândit condiment folosit în alimentatie. În tara noastra, ghimbirul a fost mult folosit în bucataria domnitorului Constantin Brâncoveanu, alaturi de multe alte mirodenii exotice. I se spunea, dupa cum atesta cronicile, gingembre. Astazi, rizomii de ghimbir se pot gasi la orice supermarket si tot mai multi sunt cei care se intereseaza de calitatile acestui condiment.