

MARIA DELEANU

CARTE DE BUCATE

EDITURA TEHNICĂ

Lucrarea de față cuprinde, în prima parte, diverse sfaturi privitoare la întreținerea bucătăriei, prezentarea bucatelor la masă, etc.

În partea a doua, ea cuprinde 850 rețete culinare de diferite aperitive, supe, mâncări, torturi, prăjituri și dulciuri, cum și un capitol cu rețete de regim pentru bolnavii de diabet, de gastrită hipoacidă, de ficat, de inimă.

În partea a treia, lucrarea cuprinde o serie de liste de bucate indicate pentru fiecare lună a anului, cum și pentru diverse sărbători.

Cartea se adresează gospodinelor de la orașe și sate cărora le este de un real folos în prepararea casnică a alimentelor.

PREFATĂ

Printre cele mai importante probleme pe care viața le-a pus în fața oricărei ființe, aceea a procurării și pregătirii hranei a fost și va rămâne pentru totdeauna de mare importanță.

O scurtă privire aruncată asupra dezvoltării istorice a omenirii ne va dezvălui cu ușurință faptul că, împreună cu uneltele de producție, modul de pregătire al hranei indică locul pe scara civilizației.

Pescuitul, domesticirea animalelor, dezvoltarea agriculturii au însemnat pași deosebiți în decursul timpului, desemnând gradul de civilizație la care s-a ajuns. Fiecare realizare tinde spre îmbunătățirea condițiilor de viață, în care componenta și pregătirea hranei joacă un rol deosebit. Nu este necesar să se demonstreze faptul că măsurile ce se iau pentru îmbunătățirea sistemului de hrănire rațională se răsfrâng în creșterea bunăstării, a forței, a longevității și natalității popoarelor, favorizând indici sociali ridicați.

Dezvoltarea științelor medicale a pus în lumină consecințele la care poate duce o alimentație necorespunzătoare. Fiind foarte variată și complexă, această problemă a permis introducerea unor capitole noi în medicină sub denumirea de boli de nutriție sau carentiale.

O gospodină pricepută trebuie să știe tot ce este necesar pentru întocmirea unei bune alimentații, și nu numai ceea ce a apucat să învețe de la părinți, fără a ține seama de progresele realizate și de cunoștințele variate ce se cer astăzi la bucătărie.

Gastronomia are legile și obiectivele ei, deci poate fi calificată ca o adevărată disciplină științifică. Astăzi ar fi de neconceput, de exemplu, un spital care să nu aibă un medic și surori specializate dieteticiene. Rolul pe care îl îndeplinește o școală pentru aceștia trebuie să-l suplinească, pentru marea masă a gospodinelor, o carte de bucate, făcută pe baza celor mai noi cuceriri științifice în acest domeniu.

Mai este însă un element care, cu toate că este minor din punct de vedere al calculelor în calorii, devine major în procesul de asimilare. Este vorba de gustul, mirosul și aspectul sub care se prezintă alimentele. Digestia și absorbția sînt funcții fiziologice care stau sub controlul sistemului nervos central al scoarței creierului, așa cum a demonstrat Pavlov. Pentru declanșarea stimulării pozitive, este necesar un excitant extern, care este realizat prin condimente și aspectul hranei. În schimbul de experiență ce are loc permanent între cei care se ocupă cu arta culinară, o carte de bucate care să generalizeze cele mai bune metode și rețete reprezintă un aport prețios, o mare economie de timp și un tezaur de experiențe. Cartea de față cuprinde și un capitol ce se referă la alimentația dietetică în cîteva din cele mai răspîndite boli. Aceasta este un fapt pozitiv, întrucît în practica culinară se simte tot mai mult nevoia unor rețete de acest fel netratate pînă în prezent în manualele de specialitate.

Viața fiecărui organism, a fiecărui sistem celular în parte este strîns legată de aportul energetic pe care fiecare individ îl primește printr-o alimentație completă. Substanțele alimentare purtătoare de energie potențială se transformă în organism prin producerea de energie echivalentă cu cantitatea de căldură obținută prin arderea lor. Atît energia potențială cît și metabolismul energetic se calculează în calorii, unități de măsură ce reprezintă cantitatea de căldură necesară pentru ridicarea temperaturii unui gram de apă cu un grad. Prin acest procedeu s-a constatat că:

1 g protide eliberează 4,1 calorii

1 g lipide eliberează 9,3 calorii

1 g glucide eliberează 4,1 calorii.

Pentru adult necesitatea calorică raportată la un kg greutate calculată timp de 24 de ore, cu aceleași condiții de viață, variază în funcție de muncă, anotimp, vîrstă, sex, etc.

Raportată la condițiile de viață și de muncă, cantitatea aproximativă de calorii pentru un adult, în 24 de ore, și pe greutate se poate calcula astfel: în repaos la pat – 25 calorii, pentru viața sedentară – 35 de calorii, pentru muncă ușoară – 40 de calorii, pentru muncă mijlocie – 50 de calorii și pentru muncă grea 60-70 de calorii.

Valoarea nutritivă a alimentelor este determinată și de conținutul în substanțe nutritive energetice, plastice și catalitice care trebuie să se găsească în anumite proporții pentru realizarea unei rații echilibrate.

În alcătuirea unui regim alimentar complet trebuie avut în vedere că toate principiile alimentare (protide, glucide, lipide, vitamine, săruri minerale) sînt răspîndite în proporții variate în diferite alimente naturală de origine animală sau vegetală, predominînd fie substanțele energetice, fie cele plastice.

Desigur că nu trebuie neglijat nici faptul că un regim alimentar trebuie adaptat particularităților organismului, în funcție de felul muncii, de sex, de vîrstă, climat și anotimp.

Proteinele sînt principii nutritive care fac parte din grupa alimentelor energetice, fiind elemente de bază ale substanței vii. Nu se poate concepe metabolism fără participarea lor deoarece se găsesc în cea mai mare proporție în protoplasma și nucleul celulei vii.

Se găsesc în alimentele din regnul animal (carne, pește, ouă, lapte și produse lactate), cum și în alimentele din regnul vegetal (legume uscate, paste făinoase etc.).

Pentru cerințele alimentare normale ale omului sănătos în greutate de 70 de kg care efectuează o muncă moderată cu un necesar de aproximativ 3000 calorii, este nevoie de o cantitate minimă de 70-80 g proteine pe zi.

Necesarul minim de proteine este în funcție de modul de preparare al alimentelor (crude sau gătite), de proporțiile în care sînt amestecate cu grăsimi și zaharuri, de concentrarea și calitatea lor.

Un aport exagerat de proteine produce pe baza acțiunii dinamice o creștere a producției de căldură, excesul fiind utilizat în cea mai mare măsură în scop energetic și în cea mai mică măsură reținut în organism ca proteine de rezervă.

Hidrații de carbon sau zaharurile sînt cei mai importanți factori energetici răspîndiți mai ales în regnul vegetal, care furnizează organismului circa 70% din energia necesară corpului uman.

Adultul trebuie să primească zilnic circa 400 g zaharuri, respectiv 75% din materia uscată a alimentelor.

În regnul vegetal, zaharurile se găsesc sub formă de celuloză și amidon (boabele cerealelor conțin amidon, tuberculi de cartofi etc.). Se mai găsesc în fructe (mere, pere, struguri etc.) și în legume (morcovi, sfeclă, dovlecei etc.).

În regnul animal se găsesc în organe și țesuturi sub formă de glicogen, iar sub formă de glucoză în sînge și organe. Ficatul și inima sînt organele cele mai bogate în glicogen.

Lipidele sau grăsimile sînt principii nutritive necesare organismului prin aportul lor de acizi grași indispensabili rației alimentare prin rolul lor fundamental energetic.

Cantitatea necesară de grăsime pentru o rație normală este aproximativ 70-140 g pe zi, aproape 15-20% din aportul zilnic de calorii.

Grăsimile sînt de obicei de proveniență animală: untul, frișca, smîntîna, seul, slănină, untura. Mai sînt folosite și grăsimi din regnul vegetal: uleiul de floarea soarelui, ulei de rapiță, de nucă, de măsline.

Vitaminele sînt compuși organici indispensabili organismului a căror prezență în cantități minime este absolut necesară. Lipsa lor în alimentație produce tulburări caracteristice, tulburări numite avitaminoze. Participă la reglarea proceselor vitale ale organismelor vegetale intrînd în constituția lor.

Vitaminele se împart în două mari categorii, după gradul lor de solubilitate (*hidrosolubile* – solubile în apă și *liposolubile* – solubile în grăsimi).

Din grupul vitaminelor hidrosolubile fac parte: grupa vitaminei B, vitamina C și vitamina P.

Din grupul vitaminelor liposolubile fac parte: vitamina A, D, E și K.

Vitaminele liposolubile. Vitamina A sau antixeroftalmică nu este resorbită decît în prezența grăsimilor. În tulburări de resorbție ale grăsimilor pot apărea semne de avitaminoză A.

Sursele principale de vitamina A în alimentație sînt untura de pește și ficatul. Se mai găsește în alimente de origine animală, în lapte, unt, gălbenuș de ou etc. În regnul vegetal vitamina A este prezentă sub formă de provitamină (presubstanță) în morcovi, mazăre, cartofi, spanac, roșii etc. Atît vitamina A cît și provitamina ei nu se alterează prin fierbere, prin prepararea alimentelor sau prin afumatul peștelui. Prin conservarea alimentelor nu se aduce nici o modificare conținutului de vitamină A.

Necesitatea zilnică de vitamină A este de 4000 U.I. Absența din alimentație a vitaminei A produce la adult leziuni de piele, tulburări de vedere sau digestive.

Vitamina D sau antirahitică. Prima vitamină cunoscută din grupul vitaminei D a fost vitamina D₂ (calciferolul) obținută prin iradierea cu raze ultraviolete a provitaminei sale – ergosterolul.

Vitamina C sau vitamina antiscorbutică participă la procesele de oxido-reducere ale organismului. Dintre acțiunile sale cele mai importante sînt: acțiunea antihemoragică, antiinfecțioasă și antitoxică.

Se găsește în ficat, inimă mușchi, legume, zarzavaturi, fructe, citrice. Prin fierbere prelungită, se pierde aproape în întregime cantitatea de vitamină C.

Necesarul zilnic de vitamină C este de 50-100 mg. Lipsa ei din alimentație produce tulburări manifestate prin oboseală, lipsa de rezistență la infecții, carii dentare, hemoragii, dureri în gambe etc.

Substanțele minerale sînt absolut necesare organismului pentru menținerea funcțiilor vitale. Lipsa lor, ca și a vitaminelor, produce diferite tulburări de nutriție și creșteri metabolice.

Organismul conține aproximativ 5 kg substanțe minerale, cantitate care poate varia cu vîrsta individului.

Substanțele minerale îndeplinesc două roluri principale: rolul plastic structural, prin care se înțelege formarea noilor celule necesare organismului, și rolul regulator capabil de a menține echilibrul acido-bazic și presiunea osmotică.

Calciul și fosforul din țesutul osos, clorul și sodiul din umori (sînge și limfă), fierul din hemoglobina globulelor roșii, potasiul din mușchi și magneziul din elementele sistemului nervos sînt substanțe minerale indispensabile organismului.

Rația medie de calciu pe zi este de 1 g, cantitate absolut necesară bunei dezvoltări a sistemului osos, a dentiției și a menținerii unei calcemii normale în sînge.

Sursele cele mai bogate în calciu le formează laptele și derivatele lui (iaurt, smîntînă, frișcă, brînză), gălbenușul de ou, legumele uscate, fructele și pîinea neagră.

Absența prelungită a calciului din alimentație produce tulburări în osificare și dentiție la copii în special, tulburări neuromusculare și de digestie la adult.

Fosforul, element indispensabil vieții, are rol principal în diviziunea și multiplicarea celulară, în calcifierea scheletului și în menținerea echilibrului acido-bazic.

Rația zilnică de fosfor este de 1,5-2,5 g, cantitate care poate fi obținută printr-o alimentație bogată în lapte sau derivatele lui, carne, legume uscate, zarzavaturi, ouă.

Diminuarea fosforului în organism, printr-o alimentație neechilibrată, atrage după sine decalcifierea oaselor și a dinților, tulburări nervoase și digestive.

Clorul se găsește în organism mai mult sub formă de cloruri de sodiu, în sânge, în lichidul cefalo-rahidian, piele, rinichi etc., în cantitate de aproximativ 120 g. Joacă un rol principal în reglarea presiunii osmotice și în metabolismul apei.

Cantitatea necesară de clor este de 6-7,20 g în 24 de ore care poate fi procurată din alimentele de origine animală, lapte etc.

Un regim declorurat prelungit fără indicații majore poate produce tulburări digestive, lipsa poftei de mâncare, astenie, scăderea tensiunii arteriale etc.

Sodiul se găsește în plasma sanguină, limfă, suc gastric, lichid cefalo-rahidian etc.

În organism îndeplinește funcția de regulator al echilibrului acido-bazic și presiunii osmotice. Necesarul zilnic de sodiu este de 4-6 g, cantitate care este obținută printr-o alimentație normală în care să fie cuprinsă și clorura de sodiu (sarea de bucătărie).

Fierul se găsește în organism în globulele roșii, sub formă de hemoglobină, iar în splină, ficat și măduvă sub formă de depozit. Joacă un rol principal în procesele de oxidare și respirație celulară.

În alimentație se găsește atât în regnul vegetal (zarzavaturi, legume uscate, fructe uscate, cereale), cât și în regnul animal mai ales în organe cum ar fi: splina, ficatul, rinichiul etc.

Fierul este necesar organismului în cantitate de 10-12 mg pe zi. Alimentația care nu poate oferi organismului această cantitate se reflectă asupra stării generale prin apariția anemiilor grave, tulburări digestive, scăderea rezistenței la infecții etc.

Potasiul se găsește sub formă de cloruri, bicarbonați și fosfați în mușchi, globule roșii și în plasma sanguină. În organism el menține echilibrul acido-bazic, reglează activitatea mușchiului inimii și a sistemului nervos. Nevoia zilnică de potasiu este de 2-3 g, cantitate ce se poate procura printr-o alimentație variată în care să fie incluse carnea sau peștele, laptele, legumele și fructele.

Magneziul se găsește în toate celulele organismului, în mușchi și în oase. Prezența lui contribuie la micșorarea

excitabilității nervoase și ajută la menținerea concentrației normale de calciu în oase.

Se găsește în alimentele din regnul animal, în special în organe (ficat, rinichi, splină) și mai puțin în alimentele din regnul vegetal.

După principala funcție pe care o îndeplinește asupra celulei nervoase, alimentația săracă în magneziu va provoca tulburări ale sistemului nervos.

Din enumerarea succintă a principalelor substanțe minerale reiese clar că un regim alimentar echilibrat compus din alimente din regnul animal cât și din regnul vegetal, organismul uman găsește suficiente substanțe minerale care să-i asigure creșterea, dezvoltarea normală și funcțiile vitale.

Pe lângă vitamine și substanțe minerale, un rol important în dezvoltarea funcțiilor vitale ale organismului îl are și *apa*, suportul principal al tuturor schimburilor celulare, fiind transportorul tuturor elementelor nutritive. Apa este introdusă în organism fie prin alimente, fie ca atare, eliminarea ei făcându-se prin evaporare la nivelul glandelor sudoripare sau al plămînului, sau prin urină. În 24 de ore cantitatea necesară de apă este de 1000-1500 cm³.

Am încercat pe scurt să inițiez pe cititori în problemele legate de o alimentație rațională. Precizez că în pregătirea hranei intervin două elemente: știința ce se poate căpăta prin citirea lucrării de față și îndemînarea de a prepara. Acestea vor determina o masă bună, consistentă și economică, vor ajuta la păstrarea echilibrului biologic deci a unor oameni sănătoși, veseli și fericiți.

Această carte a fost scrisă în scopul de a veni în ajutorul tinerelor gospodine fără prea mare experiență.

Sînt prezentate rețete mai simple, mai complicate, mai scumpe și mai ieftine.

Mai întîi să spunem cîteva cuvinte despre cele necesare la realizarea preparatelor cuprinse în carte.

CÎTEVA CUVINTE PENTRU GOSPODINE

Bucătăria, vasele și uneltele strict necesare pentru prepararea bucatelor – întreținerea lor. Pentru buna gospodină întreținerea bucătăriei trebuie să constituie o problemă de prim ordin. În bucătărie trebuie să domnească curățenia și ordinea desăvîrșită.

Pentru pregătirea bucatelor se întrebuintează diferite vase și unelte, dintre care cele strict necesare sunt următoarele: cratițe, oale, tigăi (diferite mărimi), castroane, funduri de lemn, linguri de lemn, bătător de carne, făcăleț, planșetă pentru aluat, bătător de ou, piuliță, răzătoare, mașină de tocat carne, capace, lingură de spumă.

Este foarte bine ca după întrebuintare aceste vase să nu fie îngrămădite și lăsate să aștepte pentru a fi spălate împreună cu tacîmurile, farfuriile, paharele etc. care s-au folosit la masă. Se vor spăla, șterge și așeza la locul lor, în timpul lucrului, treptat, de îndată ce nu mai este nevoie de vasul sau unealta respectivă. Vasele se spală cu apă fierbinte și puțină sodă, se freacă cu praf și cînd este cazul cu sîrmă, se clătesc cu apă curată. Procedînd astfel se evită dezordinea în bucătărie și o dată terminată pregătirea mesei, nu mai rămîne nimic murdar. După ce s-a servit masa nu rămîn de spălat decît farfuriile, vasele în care s-a servit mîncarea, tacîmurile și paharele. Ele se spală cu apă fierbinte și sodă, se clătesc cu apă curată și se șterg.

Masa din bucătărie pe care s-a lucrat se spală cu apă fierbinte și sodă, se freacă cu sîrmă sau cu peria, se clătește cu apă curată și se șterge bine cu un ștergar uscat. Nu trebuie să se facă economie la apă caldă.

După terminare gătitului, mașina de gătit se curăță și se șterge bine. Podeaua se mătură sau se spală dacă este nevoie. Spălătorul de vase se spală cu apă caldă și săpun. Chiuveta trebuie bine spălată și frecată cu praf (tix, calcil etc.) Guno-iul care se strînge în timpul gătitului se scoate afară.

Nu este bine ca vasele și tacîmurile să rămînă nespălate de pe o zi pe alta. A doua zi, resturile de sos și grăsime sunt uscate, se spală mult mai greu, bucătăria prinde miros neplăcut, vara se adună muștele și în scurt timp vor apărea gîndaci. Aceștia se înmulțesc foarte repede și stîrpirea lor nu este tocmai ușoară.

În timpul preparării bucatelor, gospodina trebuie să poarte un halat alb, curat sau cel puțin un șort curat, iar în cap să poarte o bonetă sau să fie legată cu o băsmăluță. Astfel se evită căderea vreunui fir de păr în mîncare și în același timp nici părul nu prinde miros de mîncare.

Gospodina trebuie să-și spele mîinile foarte des în timpul preparării bucatelor. După curățirea zarzavaturilor și fructelor se va spăla cu apă caldă, săpun și piatră ponce, de asemenea înainte și după pregătirea aluaturilor, înainte și după spălarea, tăierea și aranjarea cărnii pentru mîncările ce dorește să le prepare etc. Este igienic și în același timp contribuie la păstrarea mîinilor mai frumoase și mai curate.

Trebuie să se știe ce rol important are curățenia în bucătărie, pentru că în mare parte temelia sănătății familiei se pune aici.

Focul, timpul și modul de frigere, coacere, fierbere la diferite preparate. Cînd mîncarea începe să fiarbă, focul trebuie întreținut potrivit, nici prea tare, nici prea slab. Mîncarea trebuie să fiarbă încet și acoperită.

Toate mîncările cu sos sunt mai gustoase dacă le punem să scadă în cuptor 15–20 min.

Cînd pregătim o friptură de curcan, purcel, miel, gîscă, pulpă de porc, vițel sau berbec, în întregime, focul la început trebuie să fie mai mic, ca să patrundă căldura încet, apoi se întărește treptat focul, din ce în ce mai mult, pînă cînd friptura devine rumenă.

La fripturi mai mici facem de la început focul mai tare. Timpul necesar pentru frigerea unui pui este de 30–45 min., a unei rațe – o oră, a unei găște – o oră și jumătate, iar al unui curcan, aproape două ore.

Sufleurile se dau la cuptor cu 30–35 min. înainte de a fi servite. Supa de carne trebuie să fiarbă foarte încet și acoperit timp de 3 ore. Rasolul gustos și moale se obține numai dacă este fiert la foc scăzut, în vas acoperit, 2½–3 ore. Unele gospodine cred că pot fierbe carnea repede la foc iute; este o greșeală, deoarece în acest caz carnea se moaie numai pe deasupra, în interior rămîne tare oricît ar mai fierbe.

Cînd o mîncare are prea multă zeamă și trebuie să fie mai scăzută, după ce este pe jumătate gata, se lasă o parte din cratiță neacoperită.

Pîinea se coace la început la foc mic, iar după ce s-a ridicat bine, se potrivește focul mai iute. La fel toate preparatele cu drojdie.

Tortele se coc la foc mic.

Cînd nu avem trebuință de cuptor, îl ținem deschis. Altfel mașina se strică repede.

Diferite sfaturi

Toate păsările, cu excepția puiului mic, se taie cu o zi sau două înainte de a fi pregătite și se țin la rece ca să fie mai fragede.

Pasărea tăiată se curăță de pene și se pîrlește la spirt, se scot intestinalele și măruntaiele, se îndepărtează gușa și partea pe unde trece intestinul gros.

Se spală în cîteva ape, ținîndu-se apoi într-un vas mare cu apă rece timp de o oră.

Pasărea nu se va pîrli niciodată la foc obișnuit sau la foc de hîrtie, deoarece se înnegrește. Dacă totuși nu există posibilitatea de a fi pîrlită la foc de spirt, negreala se depărtează frecînd pasărea cu o mînă de mălai și spălînd-o bine.

Mîncările de pasăre se pot pregăti cu unt, untură sau cu ulei, după dorință și posibilitate. Totuși, mîncarea de găină, pui etc., este mult mai gustoasă dacă se prepară numai cu unt.

O supă limpede și gustoasă se obține punînd carnea la fiert în apă rece. Se spumează bine și numai după aceea se adaugă zarzavatul. Sarea se pune după ce supa a fiert o oră.

Ficatul nu se sarează nici la fript nici la fiert, deoarece se întărește. Sarea se pune după ce este gata fript sau fiert.

Rumenitul frumos al cărnii, peștelui, cartofilor, se obține dacă le ștergem înainte de a le pune la prăjit cu un ștergar curat și uscat.

Pireul de cartofi se obține bun, dacă se fierb cartofii curățați de coajă și apoi striviți cu presa pentru cartofi, care se găsește în magazinele cu articole de menaj. Cartofii dați prin mașina de carne se închid la culoare și totodată capătă alt gust.

Legumele se fierb la foc mai iute. Apă se pune atît cît să le acopere și puțin sărată, ca să-și păstreze culoarea. Se recomandă a fi servite crude (salată verde, ridichi, varză albă, ceapă morcovi) cel puțin o dată pe zi.

Roșiile se curăță de piele ușor dacă le introducem în apă clocotită pentru o jumătate de minut. Se scot repede cu lingura de spumă și se curăță.

Castanele se fierb și se curăță ușor procedînd astfel: se crestează castanele cu un cuțitaș bine ascuțit, se pun la fiert în apă rece și se lasă să clocotească cîteva minute. Se ia cratița de pe foc și se lasă castanele în apă, luînd numai cîte una pentru a-i îndepărta coaja și pielea. În acest timp cratița se ține pe marginea mașinii ca să nu se răcească castanele.

Pireul de castane, mere coapte etc. se obține trecînd prin sită castanele, merele etc. cît sînt calde.

Laptele nefiert, în compozițiile cu ou, se taie. În toate rețetele ce vor urma se întrebuițează numai lapte fiert.

La preparatele cu drojdie, iarna se pune drojdia în cantitate dublă. Ca să crească drojdia bine și repede, amestecăm drojdia cu o linguriță de zahăr pînă ce devine lichidă ca o smîntînă, lăsăm 10 min. apoi preparăm maiaua.

Mărul. Cînd mărul trebuie curățat de coajă și sîmburi, se scot întîi sîmburii și căsuța, apoi se curăță de coajă. Procedînd altfel, mărul se poate sfărîma.

Făina care se întrebuițează la prepararea prăjiturilor, cozonacilor, tortelor, trebuie să fie de calitate bună, proaspăt cernută și uscată.

Ouăle, indiferent pentru ce sunt întrebuițate, trebuie să fie proaspete, și mai cu seamă cînd este nevoie de spumă de albușuri. Ouăle de rață nu se întrebuițează la cozonaci, prăjituri, torte etc. Albușul lor este greu și gras și niciodată

nu se obține spumă din el. Ouăle cu coaja crăpată se pot fierbe în apă foarte bine sărată.

Bicarbonatul, care se întrebuințează la prepararea dulciurilor, se dizolvă într-o linguriță de zeamă de lămâie sau, în lipsa acesteia, într-o linguriță de apă cu un pic de sare de lămâie. Procedînd astfel evităm ca mirosul de bicarbonat să se facă simțit. Este contraindicat ca mijloc de grăbire pentru fierberea cărnii, deoarece distruge vitaminele.

Zahărul pentru prepararea torturilor, cozonacilor, prăjiturilor, cremelor etc. este bine să fie pudră sau zahăr pisat și cernut printr-o sită foarte deasă.

Untul, indiferent pentru ce se întrebuințează, trebuie să fie de calitate bună, proaspăt și fără zer.

Cînd trebuie să fie frecat spumă, se tai untul în bucăți mai mici, se pun într-un castron, iar castronul se introduce cîteva minute într-un vas cu apă caldă ca să se înmoaie. Apoi se ia la frecat.

Untul colorat se prepară astfel: *unt verde*—o mîna de spanac opărit se dă prin sită, se pune într-o bucată de tifon și se stoarce. Cu zeama obținută frecăm untul; *unt roz*—o bucățică de sfeclă se rade pe răzătoare mărunță, se stoarce prin tifon, iar zeama se freacă cu untul; *untul galben* se obține ca și untul roz, înlocuind sfecla cu morcov; *unt negru*—dăm prin sită cîteva măsline rupte bucăți și apoi frecăm cu unt.

Mirodeniile care se întrebuințează la prăjituri, cozonaci, torte, înghețate, creme jeleuri sunt: vanilia, coaja de lămâie, coaja de portocală, vanilina, scorțișoara, cuișoarele, nucșoara, anasonul, romul. Mirodeniile pentru cărnuri sunt: coriandrul, ienibaharul, foaia de dafin, chimionul, piperul, cimbrul și usturoiul.

Lămîia, înainte de a fi tăiată felii pentru ceai, se opărește pentru a fi mai aromată.

Pătrunjelul pentru supă nu se toacă, ci se taie foarte subțire.

Pătrunjelul și mărarul verde se recomandă să fie folosite la garnisitul mîncărilor. În afară de înfrumusețare, îmbogățim mîncarea cu vitamine.

Apa de var se obține stingînd $\frac{1}{2}$ kg de var într-un vas curat cu 5 l apă. Se lasă pînă a doua zi. Varul se depune la fundul vasului, iar apa limpede, care se numește apa de var, se scurge încet în alt vas și se întrebuințează după nevoie.

Spanacul, ca să-și păstreze culoarean naturală verde, trebuie pus la fiert cu o cantitate mare de apă foarte fierbinte și fiert descoperit.

Păstrarea lămâilor. Se pot păstra timp mai îndelungat proaspete dacă le așezăm într-un borcan de sticlă sau de pământ și punem peste un rând de lămâi un strat de nisip bine cernut prin sită și uscat. Procedăm astfel pînă se umple borcanul, se leagă cu hîrtie celofan și se păstrează la loc uscat și rece.

Păstrarea pîinii proaspete. Se așază pîinea într-o cutie de tablă cu capac care se închide bine, sau într-un vas mare de lut, acoperit cu un capac sau cu o farfurie.

Fursecurile și uscățelele, ca să fie mereu crocante, se păstrează într-o cutie de tablă cu capac, sau într-un borcan de sticlă bine legat cu celofan.

Cum trebuie servite și prezentate bucatele

Nu este suficient ca o mîncare să fie curat și gustos preparată. Ea trebuie servită și prezentată cît mai frumos.

Niciodată nu se va aduce la masă mîncarea în cratițe sau în oale. Supele și ciorbele se pun în castroane, iar mîncările și fripturile, în farfurii întinse, platouri etc.

Masa pe care se mănîncă trebuie să fie acoperită cu o față de masă albă sau chiar colorată, însă întotdeauna perfect curată. Este foarte plăcut să vedem în mijlocul mesei un vas, cît de mic, cu flori.

Pentru fiecare persoană trebuie așezate atîtea farfurii, cîte feluri de mîncare servim. Este neplăcut să mănînci mai multe feluri de mîncare din aceeași farfurie. Fiecare persoană trebuie să aibă așezate în stînga furculița, în dreapta lingura și cuțitul, înaintea farfuriilor lingurița de desert și paharul. Nu trebuie să lipsească șervețelul de pînză sau de hîrtie. Ele se așază pe farfurii.

Solnița cu sare va fi controlată la fiecare masă, să fie plină și netezită.

La masă trebuie să se mai pună o cană cu apă proaspătă, un coșuleț cu pîine tăiată felii nu prea groase și 2–3 linguri pentru servit.

Înainte de a servi masa, gospodina trebuie să controleze dacă nu lipsește nimic din cele necesare, căci este foarte neplăcut să se ridice în timpul mesei pentru a le aduce.

După cum s-a mai spus, servirea mâncărilor în cratițe este nepermisă. Fripturile, rînduite în bucăți se așază pe farfurii întinse și se garnesc cu puțină salată verde, sfeclă fiartă și tăiată frumos, rotoagoale de ou răscopt; dacă avem aspic, se taie în bucățele pătrate sau lunguiețe etc.

Dacă la friptură se servesc cartofi prăjiți, pire sau o garnitură de legume, se așază în mijlocul farfuriei bucățile de friptură și de jur împrejur cartofii sau legumele, garnisind din loc în loc cu puțină salată verde, sfeclă, castraveciori acri tăiați frumos, felioare sau floricele din ridichi de lună etc. Totdeauna se va găsi la îndemînă ceva colorat care să dea un aspect frumos și atrăgător.

Pieptul de curcan se servește tăiat felii subțiri, rînduite pe farfurie și garnisite cu aspic tăiat, mere coapte etc.

Salata de boeuf se garnisește cu mazăre verde, pătrunjel verde, felii de castraveciori acri, gogoșari tăiați, măsline, morcov fiert. Se pot face diferite ornamentații.

Răciturile de pasăre și pește se garnesc cu felii de lămîie.

Farfuria cu răcitori de porc se garnisește cu castraveciori acri, gogoșari în oțet sau hrean ras.

Peștele se garnisește cu felii de lămîie, pătrunjel verde și măsline.

Diferite paste (icre bătute, unturi, pateuri etc.) se așază pe farfurii sau pe platouri, întinse uniform și netezite frumos cu cuțitul. Se fac apoi diferite desene cu ajutorul furculiței, cuțitului sau al lingurii. De jur împrejur se pune o garnitură potrivită pastei: ou, măsline, aspic, salată verde, ridichi, castraveciori, gogoșari etc.

Ardeii, roșiile, dovleceii și cartofii umpluți, după ce se așază pe farfurie întinsă, se presară cu puțin mărar și pătrunjel verde tocat fin.

Sarmalele cu varză se rînduiesc în mijlocul farfuriei, iar de jur împrejurul lor se pune varza tocată care a fiert o dată cu sărmăluțele. Se garnesc cu felii de roșii.

Torturile se glasează și se garnesc cu fructe zaharate, fructe din dulceață scurse bine de sirop, nuci, migdale, alune pralinate, frișcă etc. Fructele se pot tăia în diferite forme din care se fac petale de flori și frunzișoare. Ca să obținem felii frumoase de tort, facem o tăietură cu ajutorul unui pahar în mijlocul tortului, apăsînd bine ca să se taie pînă la fund. Apoi cu un cuțit bine ascuțit tăiem feliile. Se servesc cu lopățica de tort.

Checul se taie în felii de grosimea unui deget și se așază în lungul unui platou, punînd feliile una peste alta, în formă de scară.

Prăjiturile se rînduiesc frumos una lîngă alta pe farfurii.

La o masă aranjată cu puțină atenție și cu mîncări garnisite aspectuos, pofta de mîncare crește.

La masă se stă drept fără a avea totuși o atitudine înțepinită pe scaunul nu prea depărtat de masă. Brațele trebuie să fie cît mai apropiate de corp, iar mîinile să rămîină liniștite de o parte și de alta a farfuriei. Sînt nepermise frămîntarea cocoloașelor de pîine, jocul cu tacîmul sau cu șervetul. Niciodată coatele nu trebuie sprijinite sau întinse pe masă, iar mîinile așezate pe genunchi sau în buzunare. Se mănîncă nici prea repede, nici prea încet și se mestecă totdeauna cu gura închisă.

Lingura se ține în mîna dreaptă, supa sau ciorba se mănîncă fără a sorbi zgomotos și fără a umple lingura. Farfuria nu se apleacă pentru a lua și ultimul strop de pe fundul ei. După terminare lingura se așază în farfurie cu partea convexă în jos.

Furculița se ține cu mîna dreaptă atunci cînd felurile servite nu necesită să fie tăiate, în caz contrar se ține în mîna stîngă, iar cuțitul în mîna dreaptă.

Bucățile de carne din mîncări, friptura, șnițelul se taie fixîndu-le cu furculița și tăind cu cuțitul cîte o bucățică pe măsură ce mîncăm. Nu se încarcă furculița cu prea multă mîncare.

Pîrjoalele, rulada de carne, sarmalele, ardeii umpluți, salata verde, peștele (atunci cînd nu există tacîm special), legumele fierte se mănîncă numai cu furculița, dacă bucățile sînt mari se taie cu muchia furculiței.

Icrele de pește, salata de vinete, pateul de ficat nu se așază cu furculița pe bucățile de pîine ci se mănîncă luîndu-le cu vîrful furculiței.

În general nimic nu se pune cu furculița pe pîine iar cuțitul nu se folosește niciodată pentru a-l duce la gură. Brînza se taie cu cuțitul și se așază pe o bucățică de pîine.

Carnea de pe os (inclusiv cea de pasăre) se desprinde numai cu ajutorul furculiței și al cuțitului; niciodată nu se pune mîna pe os.

Prăjiturile, plăcintele, gogoșile și fructele tari se mănîncă cu cuțitul și furculița de desert, cremele, șarlotele, tortele cu lingurița.

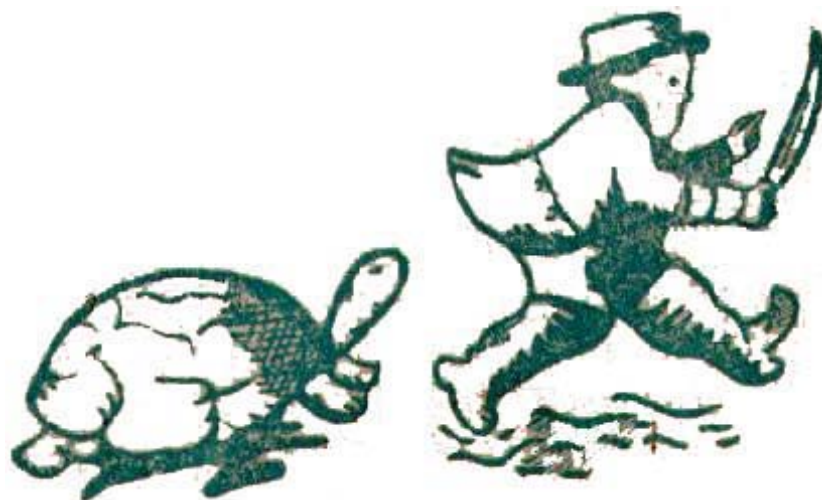
Pînea se rupe cu mîna bucățică cu bucățică, nu se mușcă niciodată din felie (este admis numai în cazul tartinelor), nu se pun niciodată bucățele de pîine în ceai, cafea cu lapte, supă sau direct cu mîna în sosul de mîncare, în cazul din urmă numai înfigînd-o în furculiță.

Apa se bea cu sorbituri mici, niciodată dintr-odată pînă la fund lăsînd capul pe spate și niciodată cu gura plină.

Ceaiul sau cafeaua cu lapte nu se amestecă zgomotos cu lingurița. Zahărul se pune cu lingurița sau cu cleștele (bucățile de zahăr nu se iau niciodată cu mîna). Cînd zahărul este topit se scoate lingurița din ceașcă sau pahar și se depune încet pe farfurioară.

În timpul mesei nu trebuie să se audă zgomot de tacîmuri sau farfurii, acestea după sau în timpul întrebuițării se așază încet.

Discuțiile se vor purta cu vocea scăzută, liniștit, fără să se gesticuleze, evitînd comentarea evenimentelor neplăcute de peste zi.





**Cantitățile
indicate
în rețetele
cuprinse
în carte
sînt
calculate
pentru
6
persoane**

MĂSURI

Nu toate gospodinele au la îndemînă un cîntar.

Pentru a le veni în ajutor, se arată mai jos cum se pot aprecia totuși cantitativ cîteva alimente fără cîntar:

1 linguriță de ceai – cu apă, vin,	
lapte	4 – 5 g
1 linguriță de ceai – cu făină	8 – 9 g
1 linguriță de ceai – cu zahăr tos	12 g
1 lingură de supă – cu apă, vin,	
lapte	14 – 15 g
1 lingură de supă – cu făină, cu	
vîrf	25 g
1 lingură de supă – cu făină, cu	
plină	20 g
1 lingură de supă – cu făină,	
rasă	15 g
1 lingură de supă – cu untură	
sau unt	25 g
1 lingură de supă – cu zahăr tos	30 g
1 lingură de supă – cu zahăr	
puđră	25 g
1 pahar obișnuit de apă – cu	
apă, vin, lapte	250 g
1 pahar obișnuit de apă – cu	
făină	125 g
1 pahar obișnuit de apă – cu	
zahăr tos	200 g
1 pahar obișnuit de apă – cu	
zahăr puđră	160 g
1 pahar obișnuit de apă – cu	
ulei	245 g



Salate, aperitive, sosuri reci și calde

Salate

1 Salată de varză roșie

1 varză roșie mijlocie, 2 linguri ulei, 2-3 linguri oțet, ½ linguriță zahăr, sare.

Varza bine spălată se taie fin ca fideaua. Se amestecă cu sare și se freacă cu mîna pînă ce se înmoaie. Se adaugă ulei, oțet și zahăr. Se amestecă bine.

Alt mod de preparare: varza tocată se opărește cu apă clocotită și se lasă să stea 10-15 min. Se scurge apa și se amestecă varza cu uleiul, oțetul sarea și zahărul.

Se servește la fripturi.

2 Salată de varză albă

1 varză mijlocie, 2 linguri ulei, 2-3 linguri oțet, sare.

Varza bine spălată se taie fin ca fideaua, se freacă cu sare pînă ce se înmoaie și se stoarce cu mîna de zeama pe care o lasă. Se amestecă cu ulei, oțet și sare (dacă mai are nevoie). Se servește la fripturi.

3 Salată de ridichi de lună

3-4 legături de ridichi, 1 ou răscopt, 2-3 linguri smîntînă, sare.

Se spală bine ridichile și se taie rotogoale subțiri. Gălbenușul de ou se dă prin sită și se freacă cu smîntînă; se

toarnă peste ridichi. Se adaugă albușul tăiat felioare subțiri, sare și se amestecă bine.

4 Salată de țelină cu mere

2–3 țeline, 2–3 mere, 2 linguri ulei, oțet (după gust), sare.

Țelina curățată și spălată se taie ca fideaua și se amestecă merele curățate și tăiate felioare subțiri. Se adaugă uleiul, oțetul și sarea.

5 Salată de fasole boabe

250 g fasole boabe, 2 linguri ulei, 2–3 linguri oțet, 1 ceapă mare, sare, piper.

Fasolea boabe, fiartă și răcită (v. 63) se strecoară bine de apa în care a fiert și se amestecă, cu ceapa tăiată peștișori; se adaugă uleiul, sarea, oțetul și puțin piper.

6 Salată de ardei copti I

12 ardei grași frumoși, 2–3 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare, câteva roșii.

Se coc ardeii pe mașină întorcându-i pe toate părțile ca să nu se ardă prea tare și nici să rămână cruzi. Se așază într-o cratiță, se acoperă cu un ștergar curat, apoi cu un capac și se lasă să stea astfel 20 min. Se curăță de piele încet, având grijă să nu se sfîșie carnea ardeilor, se așază în salatiară, se adaugă sarea, uleiul, oțetul și se garnisește salata cu felii de roșii.

7 Salată de ardei copti II

Aceleași cantități ca la salata de ardei copti I.

După ce ardeii sînt copti și au stat acoperiți, se curăță și se scot cotorul și toate semințele. Se taie fișii late de 2–3 cm, se așază în salatiară, se adaugă uleiul, oțetul și sarea. Se garnisește cu bucăți de roșii fără semințe.

8 Salată de ardei prăjiți

12 ardei, 5 cepe, 500 g roșii, 3 linguri ulei, sare.

Se spală ardeii și după ce li s-au scos cotoarele se taie în fișii subțiri, ca tăiteii. Se taie ceapa peștișori și se prăjește în ulei pînă ce începe să se moaie. Se adaugă ardeii și bulionul din ½ kg roșii, se potrivește de sare și se lasă să se prăjească la foc domol pînă cînd scade bulionul. Se servește rece.

9 Salată de gogoşari copti

6 gogoşari mari, 2–3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare.

Se prepară întocmai ca salata de ardei copti.

10 Salată de vinete

2 vinete mari, 1 ceapă (după plac), 3–4 linguri ulei, un vîrf cuţit piper (facultativ), sare, ardei gras, roşii.

Se coc vinetele, se curăţă cît sînt fierbinţi şi se lasă pe un fund de lemn să se scurgă bine. Se toacă cu tocătorul de lemn, se pune într-un castron şi se amestecă cu lingura de lemn, adăugînd uleiul puţin cîte puţin, pînă cînd se albeşte şi devine spumoasă. Se adaugă ceapă tocată mărunt (după plac), piper şi sare. Se aşază în salatiară sau pe o farfurie şi se garniseşte cu felii de roşii şi rotogoale de ardei gras verde.

11 Salată de vinete prăjite

2 vinete mari, 5–6 cepe, 5 linguri ulei, 750 g roşii, 5 ardei copti curăţaţi şi tăiaţi felii, sare.

Se coc vinetele, se curăţă fierbinţi şi se lasă să se scurgă pe un fund de lemn. În acest timp se fierb roşiile şi se trec prin strecurătoare, se coc ardeii, se curăţă şi se taie felii subţiri ca tăiteii. Se taie ceapa mărunt, se pune în ulei fierbinte şi se prăjeşte pînă ce se moaie, se adaugă vinetele tocate, ardeii tăiaţi, bulionul de roşii şi sarea. Se lasă să se prăjească amestecînd mereu cu lingura, pînă ce scade bulionul. Se aranjează pe farfurie şi se serveşte rece.

12 Salată de vinete cu gogoşari

2 vinete mari, 4 cepe, 3 linguri ulei, 500 g roşii, 4 ardei graşi, 4 gogoşari.

Se prepară în acelaşi fel ca salata de vinete prăjite.

13 Salată de dovlecei I

3 dovlecei, 1 ceapă (după plac), 3 linguri ulei, oţet (după gust), sare, piper, roşii, mărar.

Se spală şi se curăţă dovleceii, se taie bucăţi şi se pun la fiert în apă sărată. După ce s-au muiat, se lasă să se scurgă şi să se răcească. Apoi se storc bine de apă, se toacă cu tocătorul de lemn, se pun într-un castron şi se bat cu ulei la fel ca salata de vinete. Se adaugă ceapa foarte mărunt tocată, piperul, sarea şi puţin oţet. Se aşază pe o farfurie şi se garniseşte cu felii de roşii peste care s-a presărat puţin mărar tocat.

14 Salată de dovlecei II

3–4 dovlecei, 1 lingură ulei, 1 lingură oțet, 2 căței de usturoi pisat (după plac), sare, puțin pătrunjel și mărar.

Dovleceii se spală, se curăță și se taie bucăți potrivit de mari, apoi se fierb în apă sărată. Când sînt fierți, se scurg, se pun în salată, se toarnă uleiul, oțetul, usturoiul pisat și amestecat la 2–3 linguri din apa în care au fiert dovleceii. Se garnisește presărînd peste ei puțin pătrunjel și mărar tocat.

15 Salată de praz

3–4 fire de praz, sare, 1 lingură ulei, 1 lingură oțet.

Se spală prazul și se taie rotogoale foarte fine. Se sarează și se adaugă uleiul și oțetul.

16 Salată de fasole verde

3–4 dovlecei, 1 lingură ulei, 1 lingură oțet, 2 căței de usturoi pisat (după plac), sare, puțin pătrunjel și mărar.

Dovleceii se spală, se curăță și se taie bucăți potrivit de mari, apoi se fierb în apă sărată. Când sînt fierți, se scurg, se pun în salată, se toarnă uleiul, oțetul, usturoiul pisat și amestecat cu 2–3 linguri din apa în care au fiert dovleceii. Se garnisește presărînd peste ei puțin pătrunjel și mărar tocat.

17 Salată de conopidă

1 conopidă mijlocie, 2 linguri ulei, 2 linguri oțet, sare.

Se spală conopida, se desface în bucățele și se fierbe în apă sărată. Se strecoară și se așază în salată. Se toarnă peste ea uleiul amestecat cu oțetul și sarea.

18 Salată de cartofi I

500 g cartofi, 2 cepe, 1 castraveci acru, 1 ou fiert tare, 2–3 linguri ulei, oțet (după gust), sare.

Se spală cartofii, se fierb, se curăță de coajă și se lasă să se răcească. Se taie apoi felii subțiri și se amestecă cu sarea, ceapa tăiată felii subțiri, rotogoale de castraveci, uleiul și oțetul. Se așază în salată și se garnisește cu oul răscopt tăiat rotogoale (vara se pot adăuga și cîteva felii de roșii).

19 Salată de cartofi II

400 g cartofi, 2 cepe, 1 scrumbie, 50 g măsline, 2 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare (dacă este nevoie).

Se spală cartofii, se fierb, se curăță de coajă și se lasă să se răcească. Se taie apoi felii și se amestecă cu scrumbia

curățată de oase, desărată și tăiată felioare subțiri, cu măslinile, ceapa tăiată, uleiul și oțetul.

20 Vinegretă I

1 sfeclă roșie mică, 3–4 cartofi mari, 1 morcov, o mînă de mazăre sau fasole boabe, 1 castraveci acru, 2 ouă răscoapte, 1 ceapă, 3 linguri ulei, oțet (după gust), sare.

Se fierb separat sfecla, cartofii, morcovii și mazărea sau fasolea. Se lasă să se răcească. Cartofii, morcovul și sfecla se taie felii subțiri și se amestecă cu mazărea sau fasolea boabe, ceapa tăiată peștișori, ouăle răscoapte și castravetele, tăiați rotogoale. Se adaugă sarea, uleiul și oțetul. Se amestecă bine și se lasă să stea aproape o oră ca să se pătrundă de ulei, oțet și sare. Se așază în salatăieră.

21 Vinegretă II

1 sfeclă roșie mică, 3–4 cartofi mari, 1 morcov, o mînă de mazăre sau fasole boabe, 1 castraveci acru, 1 ceapă, 1 scrumbie, 100 g măslin, 1 lingură ulei, oțet (după gust), sare (dacă este nevoie).

Se prepară ca și rețeta 20. Se ține scrumbia 5–6 ore în apă puțin caldută, cu burta despicată. Se scot toate oasele, se taie bucăți de lățimea degetului și se adaugă la salată. Se așază totul în salatăieră și se garnisește cu măslin.

22 Salată de scrumbii sărate cu ceapă

2 scrumbii mijlocii, 3 cepe mari, 100 g măslin, 2–3 linguri ulei, 2–3 linguri oțet.

Se despică scrumbiile pe burtă, se scot icrele sau lapții și se țin în apă puțin caldută timp de 5–6 ore. Se spală apoi în apă rece, se curăță de piele trăgînd-o de la cap la coadă, se scoate șira spinării cu toate oasele mari, se taie în bucăți late de două degete care se aranjează apoi una lîngă alta pe o farfurie lungă, astfel încît să dea impresia că scrumbiile sînt întregi.

Ceapa dinainte curățată și ținută la apă rece se taie, cu un cuțit bine ascuțit, rotogoale cît se poate de subțiri. Se așază rotogoalele în jurul peștelui, iar peste ele măslinile fără sîmburi.

Se stropește cu ulei și oțet.

23 Salată de icre din scrumbii sărate

Icre de la o scrumbie, 1 linguriță ceapă rasă, zeama de la o jumătate de lămâie (în lipsa lămâii, puțină sare de lămâie dizolvată într-o lingură de apă), miezul de la o felie de franzelă muiat în apă, ½ pahar ulei, 2 linguri sifon.

Se zdrobesc icrele cu furculița într-un castron mic, se scoate pielița și se amestecă cu miezul de pâine muiat și bine stors. Se amestecă în același sens, adăugând uleiul picătură cu picătură. După ce s-a pus tot uleiul, se adaugă ceapa rasă, zeama de lămâie, se amestecă, adăugând la urmă sifonul.

Se garnisește cu măslinae fără sîmburi, tăiate în formă de floricică.

24 Salată de creier

1 creier de vacă sau de vițel, zeamă de la ½ lămâie, 100 g ulei, sare, piper, câteva măslinae, pătrunjel.

Se ține creierul în apă rece o oră, se curăță de pieliță și se pune la fiert în apă caldă cu puțină sare. Se fierbe 15–20 minute, se lasă să se răcească și se freacă cu o lingură de lemn, adăugând uleiul picătură cu picătură pînă se pune tot. Se adaugă zeama de lămâie, sarea, piperul și se garnisește cu măslinae fără sîmburi și câteva fire de pătrunjel verde.

25 Salată de boeuf

4–5 cartofi, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac (facultativ), 1 țelină mare, o mînă de mazăre, 2 castraveciori acri, 250 g piept de găină sau carne macră de vacă, sare.

Maioneza : 1 gălbenuș răscopt, 3 gălbenușuri crude, 250 g ulei, 1 lingură muștar, 1 lingură zeamă de lămâie.

Cea mai bună salată de bœuf se obține fierbînd zarzavatul împreună cu carnea (supă). Cartofii și zarzavatul fiert se taie cuburi mici. Tot astfel carnea și castravecii. Se pun toate într-un castron, se adaugă mazărea. Se sarează și se lasă să stea pînă ce se pregătește maioneza.

Un gălbenuș răscopt se dă prin sită, se pune într-un castron, se adaugă puțin ulei și se freacă cu lingura, apoi se pune un gălbenuș crud și se adaugă cîte puțin ulei, amestecînd fără întrerupere în același sens. Cînd începe să se îngroașe, se mai adaugă un gălbenuș crud și din nou cîte puțin ulei. Se procedează astfel pînă cînd s-au pus toate gălbenușurile și tot uleiul, apoi se adaugă muștarul, puțin cîte puțin și amestecînd mereu, și zeama de lămâie procedînd tot astfel.

Trei sferturi din maioneza pregătită se amestecă cu zarzavatul și carnea tăiate, se potrivește de sare și se așază pe o farfurie sau un platou. Se netezește frumos cu cuțitul și se îmbracă cu restul de maioneză. Se garnisește cu câteva măslini, cu albuș de ou fiert tare, cu felii de ou răscopt, cu gogoșari, pătrunjel verde etc., din care gospodina va face diferite desene și flori, după gustul și priceperea sa.

26 **Salată „Sănătatea“**

2 castraveți verzi, 2 mere mari, 2 morcovi mijlocii, 2 roșii, un miez de salată verde mare, zeama de la ½ lămâie, 2 linguri ulei, sare.

Castraveții și merele se curăță de coajă și se taie felii foarte subțiri. Morcovii se spală, se curăță și se dau pe răzătoarea de zarzavat. Miezul de salată verde se spală și se taie bucăți mici.

Toate acestea se amestecă cu sare, zeamă de lămâie și ulei, se așază în salatăieră și se garnisesc cu felii de roșii.

27 **Salată „Primăvara“**

5–6 buchete salată verde, 2 legături ridichi de lună, 1 legătură morcovi, 4 cartofi mari, 3 ouă răскоapte, 2 legături ceapă verde, 1 pahar smântână, ½ linguriță zahăr pudră, 1 lingură zeamă de lămâie sau oțet, sare.

Se spală salata, se taie, se așază în salatăieră, se adaugă morcovii, ridichile și cartofii fierți, totul tăiat felii subțiri, ceapa spălată și tăiată și ouăle răскоapte tăiate felii rotunde. Smântâna se amestecă cu zeama de lămâie, zahărul și sarea. Cu cinci minute înainte de a fi servită la masă, se amestecă legumele cu sosul de smântână.

Această salată se poate prepara cu maioneză în loc de sos de smântână. În acest caz la salată se pun numai două ouă răскоapte tăiate felii, iar din alte două se face maioneza.

28 **Salată „Vitamina“**

1 morcov, 1 țelină mijlocie, 2 castraveciori verzi, 1 măr mare, 3 roșii frumoase, 5–6 prune coapte (sau 2–3 linguri de vișine fără sîmburi), ½ pahar smântână bună, ½ lămâie (zeamă), 1 linguriță zahăr pudră, sare.

Se curăță morcovul și țelina, se taie ca tăiței, se așază în salatăieră, se adaugă castraveții tăiați felii subțiri, un măr tăiat felii subțiri, roșiile curățate de piele și semințe și

tăiate felii, prunele spălate și tăiate felii sau vișinele fără sîmburi.

Se amestecă totul cu smîntîna în care s-a adăugat zeama de lămîie, zahărul și sarea, cu cîteva minute înainte de a fi servită.

Aperitive

29 Ouă umplute

6 ouă, 60 g unt, 1 linguriță pătrunjel tocat foarte fin, sare, piper, salată verde.

Se fierb ouăle tari, se curăță și se taie în două pe lung după ce s-au răcit. Se scot încet gălbenușurile, astfel ca să nu se rupă albușul, se pun într-un castron și se freacă bine cu untul. Se adaugă pătrunjel, sarea și piperul și se umple fiecare albuș cu pasta obținută. Se presară peste fiecare puțin pătrunjel tocat, și se așază pe o farfurie, peste un strat de salată verde tocată.

30 Ouă umplute cu muștar

6 ouă, 2 linguri ulei, 1 lingură muștar, 1 lingură mărar tocat, 1 praf de zahăr, sare 6 măslin.

Se fierb ouăle tari, se curăță și, după ce s-au răcit, se taie în două pe lung. Se scot gălbenușurile și se freacă adăugînd uleiul puțin cîte puțin, apoi sarea, zahărul, muștarul și mărarul tocat. Se umple fiecare jumătate de albuș cu această pastă și se garnisește cu cîte o jumătate de măslină.

31 Ouă umplute cu muștar

6 ouă, 2 linguri ulei, 1 lingură muștar, 1 lingură mărar tocat, 1 praf de zahăr, sare 6 măslin.

Se fierb ouăle tari, se curăță și se lasă să se răcească. Se taie în două pe lat, se scot gălbenușurile, se pun într-un castron și se freacă cu untul și smîntîna. Se adaugă sarea și piperul.

Se umple fiecare jumătate de ou și se așază cu umplutura în jos pe o farfurie pe care s-a turnat maioneza. Peste fiecare ou se așază cîte o bucătică de gogoșar sau cîte o bucătică de măslină, tăiate în formă de floricică. Marginea farfuriei se îmbracă, cu salată verde tăiată fin (ca tăiteii).

32 Ouă umplute cu brânză

6 ouă, 1 gălbenuș crud, 2 linguri unt, 2 linguri brânză rasă (brânză de oaie), 1 linguriță mărar tocat, sare, mărar.

Se fierb ouăle tari, se lasă să se răcească, se curăță de coajă și se taie în două în lungime. Se scot gălbenușurile, se pun într-un castron, se freacă bine cu untul, adăugând și un gălbenuș crud, brânza și sarea. Cu această pastă se umplu jumătățile de albuș, se presară cu mărar tocat și se așază pe farfurie; marginile farfuriei se garnisesc cu crenguțe de mărar.

33 Ouă umplute cu sos de smântână I

12 felii franzeluță cu lapte, puțină untură, 6 ouă, 2 linguri nu prea pline cu smântână, 1 lingură unt, 1 ceapă mică, sare, piper.

Sosul: 1 lingură făină, 1 lingură unt, 1 pahar zeamă de carne sau supă, 2 gălbenușuri, 1 lingură mărar tocat, 2 linguri lapte, sare.

Se fierb ouăle tari, se lasă să se răcească, se curăță de coajă și se taie în două pe lung. Se scot gălbenușurile, se pun într-un castron, se zdrobesc și se freacă cu ceapa prăjită (fără să fie rumenită) într-o lingură de unt. Se lasă să se răcească (dacă ceapa a fost pusă fierbinte), se adaugă smântână, sarea și piperul. Jumătățile de ou se umplu cu această pastă.

Fiecare felie de franzeluță se prăjește în untură, apoi se scoate miezul, astfel încât să se formeze niște covrigei.

Fiecare jumătate de ou umplut se pune în locul miezului scobit și se așază astfel pe farfurie turnând deasupra sosul fierbinte.

Sosul. Se prăjește foarte puțin untul cu făina, se stinge cu zeama de carne și se lasă să fiarbă 5 min. Se ia de la foc și se adaugă gălbenușurile, amestecând cu lingura, apoi laptele mărarul și sarea.

34 Ouă umplute cu sos de smântână II

6 ouă, 1 gălbenuș crud, miezul de la o felie de franzelă muiat în lapte, 1 linguriță unt, 1 ceapă tocată mărunt și rumenită în unt, mărar și pătrunjel verde tocate mărunt, sare, piper, 1 lingură pesmet, salată verde.

Sosul: 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină.

Se fierb ouăle, se lasă să se răcească, apoi se curăță de coajă se taie în două pe lung și se scot cu băgare de seamă gălbenușurile. Acestea se pun într-un castron și se freacă cu untul, gălbenușul crud, miezul de pâine, pătrunjelul și mărarul. La sfârșit se adaugă ceapa, sarea și piperul.

Cu această compoziție se umplu albușurile astfel încât să dea forma unui ou întreg. Se tăvălesc în pesmet și se prăjesc cu unt. După ce sînt prăjite, se așază într-o cratiță și se toarnă peste ele smîntîna bine amestecată cu făina. Se lasă să fiarbă încet pe marginea mașinii.

Se servesc calde, pe o farfurie garnisită cu salată verde.

35 Ouă umplute cu pastă de pește

6 ouă, 1 linguriță muștar, 1 lingură ulei, pastă de pește (cantitatea după gust), 6 măsline, salată verde.

Se fierb ouăle tari, se lasă să se răcească, se curăță și se taie în două în lungime. Se scot gălbenușurile și se freacă într-un castron cu uleiul turnat picătură cu picătură. Se adaugă pasta de pește, se amestecă, apoi muștarul. Se umplu ouăle și se așază pe o farfurie. Pe fiecare jumătate de ou se pune o jumătate de măslină tăiată în formă de florică. Farfuria se garnisește cu cîteva foi de miez galben de salată.

36 Pîine mozaic

150 g unt, 125 g sardele de Lisa (sau în lipsă, heringi), 150 g șuncă slabă, 100 g șvaițer (sau cașcaval), 10 măsline, ½ gogoșar în oțet, 1 franzeluță cu lapte, ½ ceșcuță lapte.

Se dau prin mașina de tocat sardelele, 50 g șuncă și o bucată de miez de franzeluță de mărimea unui ou muiat în lapte. Se amestecă totul cu untul frecat spumă și se freacă pînă se obține o pastă omogenă.

Se taie cuburi mici, 100 g șuncă, șvaițerul sau cașcavalul, măslinele și gogoșarul și se amestecă totul bine cu pasta pregătită. Se dă la rece.

În acest timp se taie colțurile franzeluței și se scobește de miez în așa fel ca să nu rămînă mai mult de 1 cm de miez în jurul cojii. Golul franzeluței se umple cu pasta răcită, se îndeasă cu ajutorul unei lingurițe.

Se lasă la rece și se servește tăiată cu un cuțit foarte bine ascuțit, în felii subțiri de 1 cm.

Este bine să fie pregătită cu o zi înainte de a se servi.

37 Roșii umplute cu brînză

500 g brînză de vacă, 100 g unt, 1 lingură mărar tocat, roșii tari și frumoase, sare.

Brînză de vacă, bine stoarsă de zer, se freacă cu untul și sarea. Se aleg roșii tari și rotunde, se taie un capac și se

scobesc de toată sămînța. Se umplu cu brînza frecată cu untul, se presară cu puțin mărar tocat și se țin la rece. Tot astfel se pot umple roșii cu urdă sau caș dulce. La urdă se adaugă mai mult mărar tocat.

38 Roșii umplute cu zarzavat

3 cartofi fierți, 2 morcovi, 1 păstîrnac, 1 țelină, 2–3 linguri mazăre (facultativ), 1 ceapă tocată, maioneză, roșii, sare, salată verde.

Se fierbe tot zarzavatul. Se poate întrebuița zarzavatul fiert în supă. Se fierb și cartofii, se lasă să se răcească. Apoi totul se taie cuburi cît se poate de mici, se amestecă cu ceapa tocată și cu sarea și se lasă să stea într-un castron pînă se pregătește maioneza.

Se prepară maioneza (v. 74), se amestecă cu zarzavatul și se umplu roșiile scobite ca la roșii umplute cu brînză (v. 37). Pînă ce se servesc se țin la rece, apoi se așază pe o farfurie presărată cu salată verde, tocată ca tăiței.

39 Roșii umplute cu vinete

1 vînătă mare, 2 cepe, 3 linguri ulei, roșii, sare, piper, pătrunjel.

Se coace vînăta, se lasă să se scurgă bine, se toacă pe un fund de lemn cu tocătorul de lemn, se pune într-un castron și se bate cu uleiul, care se toarnă puțin cîte puțin. Se adaugă ceapa foarte fin tocată, sare și piperul.

Se aleg roșii mici și tari și se scobesc în felul arătat în rețeta 37. Se umplu cu salată de vinete, se așază pe o farfurie și se pune pe mijlocul fiecărei roșii o frunzuliță de pătrunjel. Tot astfel se pot umple și ardeii grași.

40 Ardei grași umpluți cu brînză

Aceleași cantități ca la roșii umplute cu brînză (v. 37).

Ardeii grași se spală, se șterg, se scot cotoarele și se scutură bine de semințe. Mai departe, se prepară la fel ca roșii umplute cu brînză.

41 Cornuri cu brînză

200 g unt (în lipsă, margarină), 200 g brînză telemea, ½ linguriță chimen, 12 cornuri drepte.

Se freacă untul cu brînza, se adaugă chimen și se amestecă bine. Se taie colțurile cornurilor, se scobesc de miez, se umplu cu brînza și se așază pe o tavă unsă cu unt. Peste fiecare corn se pune cîte o bucățică mică de unt și se dau la cuptor pentru 10–15 minute. Se servesc imediat, fierbinți.

42 Cornuri cu crenvurști

100 g unt, 6 crenvurști, 6 cornuri drepte.

Fiecare corn și fiecare crenvurșt se taie în două pe lat. Jumătățile de corn se scobesc de miez, se pune în fiecare jumătate câte o bucățică mică de unt și se introduce câte o jumătate de crenvurșt, în așa fel ca să intre cât mai mult în corn. Partea tăiată trebuie să fie înăuntru.

Se așază cele 12 jumătăți pe o tavă unsă cu unt și se țin la cuptor timp de 10–15 min. Se servesc calde, imediat.

43 Chifle umplute

6 chifle, 100 g unt, 150 g brînză, 1 ou, ½ pahar smîntînă, ½ pahar lapte, sare, 1 linguriță mărar tocat.

Fiecare corn și fiecare crenvurșt se taie în două pe lat. Jumătățile de corn se scobesc de miez, se pune în fiecare jumătate câte o bucățică mică de unt și se introduce câte o jumătate de crenvurșt, în așa fel ca să intre cât mai mult în corn. Partea tăiată trebuie să fie înăuntru.

Se așază cele 12 jumătăți pe o tavă unsă cu unt și se țin la cuptor timp de 10–15 min. Se servesc calde, imediat.

44 Cornete de parizer umplute

6 felii parizer tăiat subțire, 12 măsline, 2 cartofi fierți, 2–3 linguri maioneză, piper (facultativ), salată verde.

Feliile de parizer se curăță de coajă și se răsucesc în formă de cornet. Fiecare cornet se prinde cu o scobitoare ca să nu se desfacă, iar în cele două capete ale scobitorii se înfige câte o măslină (la fiecare scobitoare două măsline).

Cornetele se umplu cu cartofii fierți și tăiați cuburi foarte mici, care au fost amestecate cu maioneza, sarea și piperul. Se așterne pe un platou rotund un strat de salată verde tăiată ca tăiteii și peste el se așază cornetele umplute, rînduite frumos, cu vîrfurile în centrul farfuriei.

45 Cupe de parizer umplute cu legume

200 g parizer tăiat în 6 felii, ½ lingură untură, 1 lingură unt, 250 g mazăre, 1 ou răscopt, sare.

Feliile de parizer cu coajă se prăjesc ușor în untură numai pe o parte; marginile feliei se strîng și formează o cupă.

Cupele obținute se așază pe farfuria de servit și fiecare se umple cu o lingură de mazăre fiartă în apă sărată și opărită cu unt. Peste mazăre se pune un rotogol de ou răscopt. Cupele se pot umple și cu morcovi fierți sau cu felioare foarte subțiri de cartofi fierți.

46 Urdă cu mărar

250 g urdă, 50 g unt, 1 lingură mărar tocat, sare.

Se freacă untul cu urda și cu sarea pînă ce devine ca o pastă. Se adaugă mărarul tocat și se amestecă bine. Cu această pastă se fac sandvișuri. Se poate servi și cu ceapă verde.

47 Brînză cu chimen

250 g brînză sau caș de oaie, 100 g unt, 1 linguriță chimen foarte fin pisat, 1 linguriță boia roșie de ardei, sare (facultativ), ridichi.

Se dă brînză prin sită sau prin mașina de tocat. Se freacă bine cu untul, se adaugă chimenul și boiaua, se pune sare dacă este nevoie și se mai freacă. Se așază pe farfurie și se garnisește cu ridichi de lună tăiate floricecă. Cu această pastă se pot face și sandvișuri.

48 Pastă de parizer

250 g parizer, 2 ouă răscoapte, muștar (după gust), sare, piper, salată verde, ridichi.

Se dă parizerul prin mașina de tocat împreună cu ouăle răscoapte. Pasta obținută se freacă cu muștar, se adaugă sare și puțin piper. Se așază pe farfurie, se garnisește cu salată verde tocată ca fideaua (pusă pe marginea farfuriei) și ridichi tăiate în formă de floricecă. Cu această pastă se pot face și sandvișuri.

49 Pastă de parizer

500 g făină, 250 g unt sau untură, 1 ou, sare, salată de bœuf.

Se freacă oul cu untul sau untura și sarea. Se adaugă făina și se frămîntă o cocă. Din această cocă se taie bucățele care se întind cu vergeaua astfel ca să se obțină mici foi rotunde de grosimea unui centimetru. Fiecare foaie se așază în forme mici, speciale pentru tarte. Se potrivește cu mîna avînd grijă ca pereții formelor să fie perfect și uniform acoperiți. Se înțeapă coca întinsă pe fundul formei de cîteva ori cu furculița și se pun la copt.

Cînd sînt gata, se scot cu băgare de seamă din formă. Fiecare tartă coaptă și perfect rece (este bine să fie pregătite cu două zile înainte de a le umple) se umple cu salată de bœuf (v. 25), se acoperă cu maioneză și se garnisește cu mici floricele făcute din măslina tăiate, gogoșar și albuș de ou tăiat.

Se aleg crenguțe de pătrunjel verde, se lasă pe crenguță 2–3 frunzulițe și se înfig în salată în așa fel ca să semene cu tortița unui coșuleț. Coșulețele se așază pe pun platou lung, unul lîngă altul.

50 Pastă de ficat copt

500 g ficat de vacă sau vițel, 2 cepe (după plac), 3 linguri ulei, piper, sare, puțin oțet (după gust), 1 ou, salată verde.

Se spală ficatul, se șterge bine și se pune să se coacă în cuptor. Cînd este copt, se lasă să se răcească, apoi se rade pe răzătoarea de zarzavat. Se pune într-un castron, se adaugă ceapa foarte mărunt tocată, uleiul, sarea, piperul și oțetul; se amestecă bine, se așază pe farfurie și se garnisește cu rotoagoale de ou puse pe salată verde tocată.

51 Pateu de ficat de pasăre

1 ficat de gîscă sau 2–3 ficați de găină, 2 cepe (după plac), 150 g unt, gogoșari, castraveți acri, 1 ou.

Se taie cepele în patru, se așază într-o cratiță mică împreună cu o lingură de unt, ficatul și cîteva linguri de apă. Vasul acoperit se lasă să fiarbă pînă cînd scade toata apa. Se lasă să se răcească, apoi ficatul fiert și ceapa se dau prin mașina de tocat, se așază într-un castron și se freacă cu restul de unt pînă ce devine o pastă untoasă, fără zgrunțuri. Se sarează și se așază pe o farfurie, netezind cu ajutorul unui cuțit. Se garnisește cu gogoșari, castraveți acri și rotoagoale de ou răscopt.

52 Ciuperci umplute cu creier

12 ciuperci mari, ½ creier de vițel, 2 linguri unt, 1 linguriță rasă pătrunjel verde tocat, 1 ou, sare, piper, 1 lingură rasă de pesmet.

Se aleg ciuperci mari, întregi și frumoase, se curăță, se scoate piciorul, se spală și se sarează. Picioarele ciupercilor se curăță și ele, se spală, se taie bucățele mici și se prăjesc cu 1½ lingură de unt pînă se înmoaie bine.

Între timp se fierbe creierul în apă sărată, se curăță de piele, se zdrobește și se freacă bine cu oul.

În pasta obținută se pun ciupercile prăjite, pătrunjelul, pipetul, puțină sare și se amestecă bine.

Se umplu ciupercile (pălăriile) cu această compoziție, se presară peste fiecare puțin pesmet, se stropește cu restul de unt topit, se așază într-o tavă unsă cu unt; se dau la cuptor timp de 20–25 min. Se servesc calde sau reci.

53 Pateu de ficat cu ciuperci

500 g ficat de vițel, 500 g ciuperci, 2 cepe, 300 g unt, sare, piper, 1 ou măslina (gogoșari), pătrunjel.

Se curăță, se spală și se taie bucăți mari ciupercile. Pe fundul unei cratițe se pun două lingurițe de unt, cepele tăiate în patru, ciupercile, ficatul tăiat bucăți mai mari, și două linguri de apă. Se acoperă și se pune să fiarbă încet și acoperit, scuturînd cratița din timp în timp. Când nu mai rămîne apă, se ia de la foc, se lasă să se răcească, apoi se dă totul prin mașina de tocat.

Se pune untul într-un castron și se freacă bine adăugînd ficatul și ciupercile tocate. Se freacă pînă se obține o pastă untoasă, se sarează, se piperează și se pune pe o farfurie, netezind cu un cuțit. Se garnisește cu felii de ou răscopt pe gălbenușul cărora se așază o florică făcută din măslina sau gogoșar, și o frunzuliță de pătrunjel.

54 Ciuperci cu gelatină și maioneză

1 kg ciuperci, 1 ceapă, 1 linguriță unt, gelatină, maioneză.

Se spală, se curăță și se taie ciupercile felii subțiri ca tăiței. Se așază într-o cratiță împreună cu o ceapă întreagă, o lingură de unt și sare. Se acoperă totul cu apă și se lasă să fiarbă pînă cînd ciupercile sînt fierte.

Se înlătură ceapa, se strecoară. Se lasă ciupercile la o parte, iar zeama se mai strecoară o dată printr-o sită foarte deasă sau prin tifon. În această zeamă se pun foi de gelatină (la fiecare pahar de zeamă, 3 foi). Se pune pe foc amestecînd pînă se topește gelatina.

Ciupercile fierte se așază pe o farfurie, în strat uniform sau în mai multe forme mai mici (fiecare formă reprezentînd o porție).

Peste ciuperci se toarnă zeama cu gelatină (care se strecoară în momentul turnării). Se dă la rece să se închege. Se servește cu maioneză (v.74).

55 Pastă de heringi cu mere

1 hering mare, 2 linguri unt, 1 măr mare, 1 ou răscopt, salată verde.

Se despică peștele pe burtă și se ține în apă caldă timp de 5–6 ore. Apoi se trage pielea de la cap spre coadă, se taie capul și coada și se îndepărtează toate oasele. Se toacă mărunt cu satîrul, sau se dă prin mașina de tocat.

Gălbenușul de ou răscopt se trece prin sită și se freacă cu untul. Se adaugă peștele tocat și se amestecă pînă se obține o pastă omogenă. La urmă se pun mărul curățat de coajă și ras pe răzătoare, se mai freacă puțin, apoi pasta obținută se aranjează pe un platou lung, dîndu-i forma peștelui, iar capul și coada se așază la locul lor. Albușul foarte mărunt tocat se presară deasupra. Marginile platoului se garnisesc cu frunzele din inima unei salate.

Cu această pastă se pot pregăti și sandvișuri.

56 Pastă de heringi cu nuci

1 hering, 12 nuci curățate și pisate, miez de franzelă muiat în apă cu oțet (2 felii), ½ ceapă rasă, 1 linguriță oțet, 3 linguri ulei.

Se spală peștele, se curăță de piele, se scot toate oasele și se dă prin mașina de tocat carne sau se toacă foarte mărunt cu satîrul. Pasta de pește se pune într-un castron și se freacă cu franzela muiată și bine stoarsă, adăugînd cîte puțin ulei. După ce se adaugă tot uleiul, se pun ceapa, oțetul, nucile și se amestecă.

Această compoziție se așază pe un platou lung, dîndu-i forma unui pește. Apoi se pune capul peștelui la o extremitate și coada la cealaltă extremitate. Se ține la rece pînă ce se servește.

57 Chifteluțe din heringi sau scrumbii sărate

2 heringi, 1 ou, 2 felii de pîine albă (miezul), 1 ceapă, 1 lingură pătrunjel și mărar tocat, 2 linguri ulei, pesmet.

Se spală bine heringii, se despică pe burtă și se țin în apă caldă 5–6 ore. Se scot din apă, se trage pielea și se îndepărtează toate oasele. Apoi se dau prin mașina de tocat împreună cu ceapa crudă și miezul de pîine muiat în lapte sau apă și bine stors.

Se amestecă bine tocătura cu oul și verdeța și se fac chiftele ca din carne. Se dau prin pesmet și se prăjește în ulei încins. Se servesc fierbinți.

58 Ciuperci pe friganele

1 kg ciuperci, 1 ou, 1 lingură mărar tocat, 2 linguri unt, sare.

Friganele: 1 franzeluță, 1 pahar lapte, 1 ou, sare, ½ linguriță zahăr.

Se curăță ciupercile, se spală și se taie mărunț.

Se pune untul să se încălzească într-o cratiță și se prăjesc în el ciupercile cu mărarul și sarea. Când ciupercile sînt prăjite, se ia cratița de la foc și se toarnă peste ciuperci un ou bătut spumă cu furculiță și se amestecă.

Se pregătesc friganelele (v. 186) și peste ele se așterne un strat gros de ciuperci, netezit bine cu cuțitul.

Se așază friganelele astfel pregătite într-o tavă și se dau la cuptor pentru 10 min. Se servesc fierbinți.

59 Creier în gelatină

1 creier de vacă, 1 morcov, 1 ceapă, 1 pătrunjel, 1 foaie de dafin, 2–3 boabe ienibahar, 1 ou răscopt, 1½ l apă, zeama de la ½ lămîie, cîteva frunze pătrunjel, foi de gelatină, sare.

Morcovul, pătrunjelul și ceapa, curățate și spălate, se taie felii subțiri și se pun la fiert cu foaia de dafin, ienibaharul și puțină sare. Se fierb încet în cratița acoperită. După ce a fiert zarzavatul, se adaugă creierul și se lasă să fiarbă. Când este gata, se scoate ușor cu lingura de spumă. Zeama se strecoară printr-o sită deasă, se măsoară cu paharul și se adaugă gelatina (la fiecare pahar de lichid, 3 foi). Se amestecă pînă ce se topește gelatina și se lasă să dea un clocot, două. Se dă la o parte, se adaugă zeama de lămîie, se potrivește de sare și se toarnă pe o farfurie mare, întinsă, un strat de ½ cm grosime, care să acopere tot fundul farfuriei. Restul gelatinei se ține la loc cald.

Creierul răcit se curăță de piele. Fiecare din cele două jumătăți ale creierului se taie pe lățime în felii groase de un deget. Feliile se așază în farfurie peste gelatina încheagată, la distanță de 5–6 cm una de alta. Peste fiecare felie de creier se pune un rotogol de ou răscopt, în gălbenuș înfigînd cîte o frunzuliță de pătrunjel. Se scoate farfuria la un loc rece, unde se toarnă restul de gelatină, încet, cu lingura. După aceasta farfuria nu mai trebuie să fie mișcată pînă cînd se încheagă gelatina.

Înainte de a servi, se taie cu paharul în așa fel, ca fiecare rotund să cuprindă o felie de creier garnisită cu ou și pătrunjel. Se ridică fiecare bucată cu ajutorul paletii de tort sau al unui cuțit lat și se așază pe farfuria de servit. Spațiile libere dintre rotogoale și marginea se garnisesc cu gelatina rămasă, tocată mărunt, și cu felii de lămâie.

60 Piftie de porc

1,5 kg picioare sau cap de porc, 1 ceapă, 2 morcovi, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac, 1 țelină, 2 foi de dafin, 3–4 boabe ienibahar, 3–4 căței de usturoi (facultativ), sare.

Se spală și se rad bine cu cuțitul picioarele sau capul de porc (dacă au păr, se pîrlesc la flacăra). Picioarele se taie în două pe lungime, iar capul se sparge cu satîrul.

Se așază într-o oală încăpătoare și se acoperă cu apă în așa fel, încît nivelul apei să fie cu 3–4 degete deasupra cărnii. Se pune la foc potrivit, lăsînd să fiarbă încet. Se spumează mereu, apoi se adaugă sarea, zarzavatul curățat și spălat, foile de dafin și ienibaharul. Se acoperă vasul cu un capac, lăsînd numai la o margine cratița puțin descoperită. Trebuie să fiarbă pînă cînd carnea se desface ușor de pe oase. Se scot oasele și se așază carnea pe fundul uneia sau al mai multor farfurii.

Se pisează usturoiul în piuliță de lemn cu puțină sare și se amestecă cu zeama de carne. Se strecoară și se toarnă zeama strecurată în farfurii peste carne, avînd grijă ca aceasta să fie bine acoperită. Se pune la loc rece să se închege.

Ca să se obțină o piftie frumoasă, limpede, trebuie să fiarbă tot timpul foarte încet și vasul să fie aproape acoperit.

Cea mai gustoasă piftie este aceea pregătită din picioare de porc amestecate cu urechi.

Tot astfel se poate prepara și piftia din picioare de vacă sau, amestecat, picioare de vacă cu picioare de porc.

61 Piftie de pasăre

Carne de pasăre, 1 ceapă, 1 morcov, 1 țelină, 1 pătrunjel, 2 foi de dafin, 3–4 boabe ienibahar, gelatină (după nevoie), zeama de la o lămâie, sare.

Piftiile de pasăre se fierb la fel ca piftia de porc, cu deosebirea că se pune numai atîta apă cît este necesar să acopere carnea, deoarece fierb mai repede decît cele de porc.

Dacă zeama nu este suficient de cleioasă, se adaugă 3–4 foi de gelatină.

După ce se așază carnea pe farfurie, se garnisește cu câteva felii de lămîie tăiate foarte subțire, apoi se toarnă zeama strecurată. Se pot face din carne de găină, cocoș sau gîscă, cea mai gustoasă fiind însă cea pregătită din carne de curcan.

62 Piftie de pește

1,5 kg pește (crap, șalău sau știucă), 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 păstîrnac, 2 foi de dafin, 3–4 boabe ienibahar, 1 ceapă, sare, lămîie.

Se curăță tot zarzavatul, se spală și se pune la fiert cu apa, sarea, ienibaharul și foile de dafin. Cînd zarzavatul este fiert, se adaugă peștele curățat, spălat, sărat și tăiat în bucăți mari. Se lasă să fiarbă pînă cînd peștele este fiert.

Se scot încet bucățile de pește, se lasă să se răcească, apoi cu ajutorul cuțitului se înlătură toate oasele, avînd grijă să nu se sfărîme carnea. Bucățile de pește, curățate de oase, se așază pe una sau mai multe farfurii. Zeama în care s-a fiert peștele se strecoară de zarzavat și se pune din nou la fiert împreună cu 3–4 cartofi tăiați sferturi. Apoi se strecoară a doua oară și se toarnă peste bucățile de pește. Cartofii se așază în jurul peștelui. (Se poate pregăti și fără cartofi).

Se garnisește cu felii de lămîie tăiate subțire.

63 Fasole boabe cu maioneză

400 g fasole mare, 1 ceapă mare, sare, piper, maioneză din 2 ouă (v. 74), sfeclă (gogoșari, castraveciori).

Se alege fasole mare, se spală, se moaie de cu seară în apă caldută. A doua zi se scurge de apă și se pune la fiert cu apă rece. După ce a dat un clocot, se schimbă apa (de această dată se pune apă caldută). Se repetă operația de trei ori. În ultima apă schimbată, în care fasolea va termina fierberea, se adaugă sare. Cînd este gata, se lasă să se răcească în apa ei, apoi se scurge bine de toată zeama.

Se pune într-un castron, se adaugă puțin piper, o ceapă tăiată foarte mărunt și sare. Se amestecă ușor cu maioneza și se așază pe farfuria de servit.

Se garnisește cu sfeclă în oțet, gogoșari tăiați sau castraveciori.

64 Țelină cu maioneză

3 țeline mari, 150 g crenvurști, sare, maioneză din 2 ouă (v. 74), piper, roșii (gogoșari).

Se curăță țelina, se spală, se rade pe răzătoarea de zarzavat, se sarează, se freacă cu mîna și se lasă să stea o jumătate de oră într-o strecurătoare sau într-o sită de pînă.

Se pune țelina în maioneză preparată, se adaugă crenvurștii curățați de piele și tăiați ca tăiței, piperul, sare, dacă este nevoie, și se amestecă bine.

Se așază pe o farfurie și se garnisește cu bucăți de gogoșari sau felii de roșii.

Unt pentru sandvișuri

65 Unt cu rocfort

200 g unt, 50 g brânză rocfort (Bucegi).

Se trece brânza prin sită, se pune într-un castronel, se adaugă untul și se freacă cu lingura de lemn pînă ce devine spumos. Se pune la rece pînă la întrebuițare.

66 Unt cu muștar

200 g unt, 25 g muștar, sare.

Se freacă untul cu lingura de lemn pînă ce devine ca o cremă, se adaugă muștarul și un praf de sare. Se amestecă bine și se pune la rece pînă la întrebuițare.

67 Unt cu raci

200 g unt, 25 raci, 1 linguriță pastă de tomate, sare.

Se fierb racii în apă sărată. Cînd sînt fierți și răciți, se alege carnea, se dă prin mașina de tocat sau se toacă cu satîrul foarte mărunt și se freacă untul, un praf de sare și o linguriță pastă de tomate. Se freacă pînă se obține o cremă și se pune la rece pînă la întrebuițare.

68 Unt cu sardele

200 g unt, 1 cutie de sardele, sare.

Se storc sardelele de ulei, se dau prin sită sau se toacă cu cuțitul foarte mărunt. Se freacă cu untul și se adaugă puțină sare, dacă este nevoie.

69 Unt cu heringi

200 g unt, 1 hering.

Se despică heringii pe burtă, se scot icrele sau lapții și se țin în apă timp de 5–6 ore. Apoi se scurg de apă, se scoate pielea, șira spinarii și toate oasele. Fileurile de heringi obținute se toacă foarte mărunt și se freacă cu unt ca mai sus.

70 Unt galben

200 g unt, 3 gălbenușuri de ou răscopt, sare.

Se trec prin sită gălbenușurile de ouă și se freacă cu untul ca mai sus. Se adaugă sarea după nevoie.

71 Unt verde

200 g unt, 1 lingură pire de spanac, sare.

Frunzele de spanac, ușor opărite și scurse de apă, se trec prin sită, se freacă cu untul și se adaugă sare după gust.

72 Unt negru

200 g unt, 200 g măsline.

Frunzele de spanac, ușor opărite și scurse de apă, se trec prin sită, se freacă cu untul și se adaugă sare după gust.

73 Unt roz

200 g unt, 1 linguriță pireu de sfeclă coaptă, sare.

Se trece prin sită sfecla coaptă. Se freacă o linguriță de pireu de sfeclă cu untul, ca mai sus. Se adaugă sare după gust.

Sosuri reci și calde

74 Maioneză

1 linguriță de ou răscopt, 1 gălbenuș crud, 1 linguriță muștar, 1 linguriță zeamă de lămâie, 2 ceșcuțe ulei, sare.

Gălbenușul de ou răscopt se dă prin sită, se pune într-un castron, se amestecă cu puțin ulei. Se adaugă apoi gălbenușul crud și se amestecă turnând uleiul puțin câte puțin. După ce s-a turnat tot uleiul, se adaugă sarea, muștarul și zeama de lămâie. De la început până la sfârșit nu se întrerupe amestecatul (în același sens). Se poate adăuga o lingură de smântână.

75 Sos de unt cu gălbenuș

125 g unt, 5 gălbenușuri, zeama de la o lămâie, sare.

Într-un castron mic, așezat într-un vas cu apă clocotită, se freacă untul, adăugând gălbenușurile unul câte unul. Se amestecă neîncetat până se înfierbîntă, fără însă să fiarbă. Se adaugă sarea și zeama de lămâie.

76 Sos de hrean cu smîntînă

1 pahar smîntînă, 1 lingurișă hrean ras, 1 lingură oțet, 1 linguriță sfeclă roșie coaptă sau fiartă, rasă, ½ linguriță zahăr, sare.

Se amestecă hreanul ras cu oțetul, sarea, zahărul, sfecla rasă și un pahar de smîntînă.

77 Sos de muștar cu smîntînă

1 ceașcă smîntînă, 2 linguri muștar, 1 linguriță zahăr, sare.

Se amestecă smîntîna cu muștarul, zahărul și sarea.

78 Sos de roșii

500 g roșii bine fierte și strecurate sau 2 linguri de bulion (pastă), 1 linguriță zahăr, 1 linguriță oțet, 2 linguri de unt, ¾ pahar zeamă de carne sau apă, sare.

Se pune într-o cratiță apa, bulionul, zahărul oțetul și sarea, se lasă pe foc ca să dea un clocot, se adaugă untul și se mai lasă să dea un clocot, două, se gustă de sare.

79 Sos de tarhon

1 lingură untură, 1 lingură făină, 1 pahar zeamă de carne (în lipsă, apă), 1 ceapă, ½ linguriță zahăr, 1 lingură tarhon tocat, ½ ceașcă smîntînă, sare.

Se prăjește ceapa în untură pînă ce se îngălbenește, se adaugă făina, se mai prăjește puțin. Apoi se stinge cu zeama de carne, se pune sarea, zahărul, tarhonul, se lasă să mai fiarbă 10–15 min și apoi se adaugă smîntîna, lăsînd să se mai fiarbă pînă ce sosul este potrivit de gros. Se servește cald.

80 Sos de castraveți

1 lingură untură, 1 lingură făină, 1 ceapă mică, 2 castraveți acri, 1 lingură bulion, 1 lingură oțet, 1 lingură zahăr, 2 pahare zeamă de carne (în lipsă, apă), sare.

Se prăjește ceapa tocată mărunt în untură împreună cu făina pînă cînd se îngălbenește. Se stinge cu zeama de carne și se adaugă sarea, zahărul, bulionul și castraveții tăiați felioare cît se poate mai subțiri. Se lasă totul să fiarbă cîteva minute, apoi se adaugă oțetul și se mai lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd sosul devine potrivit de gros. Se servește cald.

81 Sos de ceapă

1 lingură unt sau untură, 1 lingură făină, 2 cepe, 1 linguriță zahăr, 1 lingură bulion, 1–2 linguri oțet sau zeamă de lămîie, 2 pahare zeamă de carne (în lipsă, apă), sare.

Se prăjește în unt ceapa tăiată peștișori pînă ce se îngălbenește, se adaugă făina, se mai prăjește puțin și se stinge

cu zeama de carne, amestecînd să nu se formeze cocoloașe. Se adaugă sarea, zahărul și bulionul și se lasă să se fiarbă 10 min. Apoi se adaugă oțetul sau zeama de lămîie și se lasă să scadă ca să nu fie nici prea gros, nici prea subțire.

82 Sos de lapte (Béchamel)

1½ pahar lapte, 1 lingură făină, 1 lingură unt proaspăt, sare.

Sosul se poate prepara în două feluri: cu făină prăjită sau cu făină neprăjită.

Cu făină prăjită. Se prăjește ușor făina în unt, se stinge cu lapte fierbinte turnînd cîte puțin și amestecînd mereu ca să nu se facă cocoloașe. Se adaugă sare după gust și se lasă să fiarbă încet timp de 10 min. Se servește cald.

Cu făină neprăjită. Se dizolvă făina cu laptele rece, turnînd laptele în făină puțin cîte puțin. Se pune la foc mic, amestecînd mereu timp de 8-10 min.

83 Sos de ciuperci

1 pahar zeamă de carne sau apă, cîteva ciuperci, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 linguriță pătrunjel tocat, 2-3 linguri smîntînă, 2 linguri zeamă de lămîie, sare.

Se curăță, se spală, și se taie felii subțiri cîteva ciuperci. Se pun la fiert cu zeama de carne sau apă, timp de 10 min. Se prăjește untul cu făina și se stinge cu zeama și ciupercile fierte. Se adaugă smîntîna, zeama de lămîie, sarea și pătrunjelul tocat, lăsînd să dea cîteva clocote. Se servește cald.

84 Sos de anason

Aceleași cantități ca la rețeta 82.

Se prepară un sos Béchamel (v.82) la care se adaugă o linguriță de anason pisat, fiert cîteva minute cu o ceșcuță de zeamă de carne și apoi strecurat. Se servește cald.

85 Sos de anason

1½ pahar smîntînă, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare.

Se prepară la fel ca sosul de lapte (v. 82), cu făină prăjită sau neprăjită.

86 Sos de anason

1½ pahar bulion (zeamă de carne), 2 gălbenușuri, 1 lingură făină, 1 lingură unt.

Se prepară ca și sosul de lapte (v. 82) sau de smîntînă (v. 85). Cînd sosul este gata, se amestecă cu două gălbenușuri bătute cu două linguri de lapte. În locul gălbenușurilor crude se pot pune gălbenușuri răscoapte, tocate mărunt.



Budinci și sufleuri sărate

Budinci sărate

87 Budincă de cartofi cu carne

750 g cartofi, 1 lingură făină, 3 ouă, 1 lingură unt, 1 ceașcă lapte, 1 linguriță zahăr, sare, umplutură de carne preparată ca pentru ștrudel cu carne (v. 651), puțin pesmet.

Se fierb cartofii curățați de coajă, se strivesc cu presa pentru cartofi (în lipsă, se dau prin sită sau prin mașina de tocat) și se pun într-un castron. Se adaugă untul cald, sarea, zahărul, laptele, se amestecă bine, apoi se pun făina și gălbenușurile, iar la urmă albușurile bătute spumă.

Jumătate din compoziția obținută se așază într-o formă de budincă unsă cu unt și presărată cu pesmet, apoi se pune umplutura de carne și se acoperă cu cealaltă jumătate din compoziție. Se unge cu unt, se presară cu puțin pesmet și se coace pînă se rumenește. Se servește caldă.

88 Budincă de cartofi cu brînză

Pentru pasta de cartofi aceleași cantități ca la budinca de cartofi cu carne (v. 87).

Umplutura: 150 g brînză de oi frămîntată sau rasă.

Se prepară pasta de cartofi la fel ca budinca de cartofi cu carne (v. 87).

Brînză se pune în pasta de cartofi, se amestecă bine, se așază compoziția în formă și se coace pînă se rumenește. Se servește caldă.

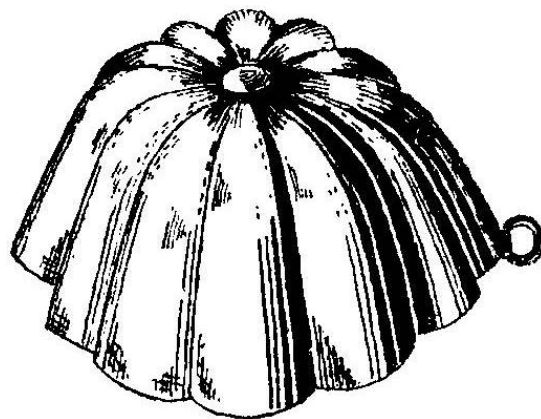
89 Budincă de cartofi cu brînză

500 g carne macră de vacă sau vițel, 2 felii de franzelă, 1½ lingură unt, 5 ouă, sare, piper, sos de ciuperci (v. 83).

Se taie carnea bucăți și se prăjește în ½ lingură de unt. Se toacă apoi de două ori prin mașina de tocat, împreună cu

franzelă muiată în lapte. Separat, se freacă spumă o lingură de unt și se adaugă gălbenușurile unul câte unul, apoi se amestecă cu carnea tocată, sarea și piperul. La sfârșit se pun albușurile bătute spumă.

Se unge cu unt o formă specială care se închide ermetic, se pune compoziția și se așază forma într-un vas cu apă clocotită. Se lasă să fiarbă $\frac{1}{2}$ oră



din momentul când începe iar să clocotească. Se răstoarnă pe farfurie și se servește fierbinte cu sos de ciuperci.

90 Budincă de pește

1,5 kg pește (șalău sau știucă, de preferință amestecat știucă cu șalău), 2 linguri unt, 5 ouă, 1 ceapă mare, miezul de la două felii de pâine albă muiate în lapte (apă), sare, piper, 1 lingură pătrunjel verde tocat, sos de unt cu gălbenuș.

Se curăță, se spală și se taie peștele în bucăți. Se scot toate oasele și se dă prin mașina de tocat împreună cu miezul de pâine muiat în lapte sau în apă și stors bine.

Se freacă untul spumă, adăugînd gălbenușurile pe rînd, apoi ceapa foarte mărunț tocată, pătrunjelul, sarea, piperul, tocătura de pește și la sfârșit albușurile bătute spumă, amestecînd bine. Se unge un șervet cu unt, se pune compoziția, se leagă cu ață, nu însă prea strîns, și se așază într-o cratiță cu apă sărată. Se fierbe timp de 30 min, acoperit. Cînd este gata, se scoate din șervet, se taie felii și se servește cald cu sos de unt cu gălbenuș (v.75).

91 Budincă de macaroane cu șuncă

250 g macaroane, 2 linguri untură, 1 pahar smîntînă, 200 g șuncă sau jambon afumat, sare, piper, 2 ouă, puțin unt și pesmet.

Se fierb macaroanele, se spală cu apă rece și se lasă să se scurgă. Se bat ouăle spumă, se amestecă cu macaroanele strecurate, se adaugă sare, piper, untura încălzită, șunca tăiată cuburi mici și smîntîna. Se amestecă totul bine și se așază într-o tavă unsă cu untură și presărată cu pesmet. Se dă la cuptor și se ține pînă ce se rumenește. Se servește fierbinte, tăiată pătrate.

92 Budincă de macaroane cu brînză

250 g macaroane, 3 linguri brînză de oi, 2 linguri unt, 3 ouă, puțin pesmet.

Se fierb macaroanele în apă sărată, se strecoară, se spală cu apă rece și se lasă să se scurgă. Se bat ouăle spumă, se adaugă brînză, se amestecă cu macaroanele și cu untul topit. Se unge o tavă cu unt, se presară cu pesmet, se așază macaroanele și se coace rumen. Se răstoarnă, se taie pătrate și se servește fierbinte.

93 Budincă de macaroane cu carne

250 g macaroane, 300 g carne macră de vacă, 3 cepe mari, 2 linguri untură sau unt, sare, piper, 3 ouă, puțin pesmet.

Se fierb macaroanele în apă sărată, se strecoară, se spală cu apă rece și se lasă să se scurgă. Se taie ceapa mărunt, se prăjește în untură sau în unt pînă începe să se îngălbenească, se adaugă carnea tocată, sarea, piperul și se mai prăjește puțin ca să nu scadă tot mustul din carne.

Macaroanele se amestecă cu ouăle bătute spumă, apoi cu carnea prăjită și se așază într-o tavă unsă cu unt sau untură și presărată cu pesmet. Se dă la cuptor și se lasă pînă ce se rumenește. Se servește fierbinte, tăiată pătrate.

94 Budincă de șuncă

3 linguri unt proaspăt, 1 pahar lapte, 3 linguri făină, 5 ouă, 200 g șuncă, sare, pesmet.

Se bate bine făina cu laptele ca să nu se facă cocoloașe, se adaugă untul și se pune pe foc amestecînd mereu cu lingura. Se lasă să fiarbă pînă ce compoziția se dezlipește de pe pereții cratiței. Se lasă să se răcească, apoi se adaugă gălbenușurile unul cîte unul, se amestecă, se sarează, se pune șunca tăiată mărunt, apoi albușurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă de piatră sau într-o cratiță unsă cu unt și presărată cu pesmet, și se lasă să se coacă în cuptor. Se servește caldă.

95 Budincă de creier

1 creier mare de vacă, 5 albușuri, 2-3 linguri pesmet, 1 linguriță mărar tocat, 1 ceapă, 1 lingură unt, sare, piper, puțină făină.

Sosul: 1 ceașcă smîntînă, ½ ceașcă lapte, 1 lingură rasă făină, 1 lingură unt, puțin mărar tocat, sare.

Se fierbe creierul, se trece prin sită și se amestecă cu ceapa tocată și prăjită în unt, cu mărarul, sarea, piperul, pesmetul,

iar la sfârșit cu albușurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă cu capac unsă cu unt și presărată cu făină (forma trebuie să fie numai trei sferturi plină). Se pune la fiert într-un vas cu apă timp de 45 min.

Sosul. Se prăjește ușor făina în unt și se stinge cu lapte. Se adaugă smântîna, mararul și sarea. Se lasă să dea un clocot, două și se servește cald.

96 Budincă de clătite cu brînză

1 kg lapte, 3 ouă, 3-4 linguri sifon, $\frac{1}{4}$ linguriță sare, 100 g unt sau untură, 250 g smîntînă, 150 g brînză frămîntată sau rasă, făină cît cuprinde.

Se bat ouăle, se amestecă cu sifonul și sarea, cu făina, apoi se adaugă laptele puțin cîte puțin, la fel ca la clătite (v. 187). Se prăjesc clătitele, punîndu-le pe măsură ce sînt gata într-o cratiță. Fiecare clătită se unge cu pana muiată în unt topit și se presară cu brînză rasă sau frămîntată. Ultima clătită care se așază în cratiță se unge cu unt fără a se presăra cu brînză. Se acoperă cratița și se pune într-un vas cu apă clocotită pe foc. Se lasă astfel să fiarbă încet pînă cînd clătitele devin fierbinți.

Înainte de a servi, se răstoarnă pe o farfurie, se taie în felii ca un tort. Se servește cu smîntînă.

97 Budincă de clătite cu spanac

Aceleași cantități ca la budinca de clătite cu brînză înlocuind brînză cu pire de spanac.

Se prepară la fel ca budinca de clătite cu brînză (v. 96). Se înlocuiește brînză cu pire de spanac (v. 239). Se servește cu smîntînă.

Sufleuri sărate

98 Sufleu de parmezan

200 g unt, 3 linguri făină, 500 g lapte, 150 g parmezan ras (sau cașcaval), 5 ouă, pesmet.

Se pune untul într-un vas pe foc ca să se topească, se adaugă făina și se lasă să se prăjească pînă ce capătă culoare aurie. Se toarnă laptele și se amestecă bine. Pasta obținută se lasă să se răcească. Cînd este rece, se adaugă gălbenușurile pe rînd, unul cîte unul, parmezanul, și se amestecă apoi albu-

șurile bătute spumă. Se pune în forma unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se dă la cuptor și când a crescut și s-a rumenit se răstoarnă ușor pe farfurie, servindu-se fierbinte. La nevoie, parmezanul se poate înlocui cu cașcaval sau brînză de oi.

99 Sufleu de conopidă

1 conopidă de mărime potrivită, 3 ouă, $\frac{1}{2}$ lingură făină, 1 pahar lapte, 2 linguri unt, un vîrf de lingură sare.

Se fierbe conopida în apă sărată, se scurge când este gata și se lasă la o parte.

Se prăjește untul cu făina și se stinge cu laptele, amestecînd mereu ca să nu se facă cocoloașe, apoi se adaugă gălbenușurile unul cîte unul, fără să înceteze amestecatul. După ce s-a răcit bine, se unge o formă cu unt, se așază conopida și se toarnă peste ea compoziția cu ouă în care am adăugat, după răcire, și albușurile bătute spumă. Se presară puțină sare și se coace la foc potrivit. Se servește cald.

100 Sufleu de fasole verde

1 kg fasole, 3 linguri unt, 3 ouă, 2 linguri făină, 1 pahar lapte, 3 linguri brînză de oi rasă sau zdrobită, sare.

Se curăță, se spală și se pune la fiert fasolea cu puțină sare. Când este gata, se strecoară și se lasă la o parte. Într-un vas se pune pe foc untul să se înfierbînte, se adaugă făina, se prăjește ușor și se stinge cu laptele, amestecînd mereu să nu se facă cocoloașe. Se ia de la foc și se adaugă gălbenușurile unul cîte unul; când este aproape rece se adaugă și albușurile bătute spumă și amestecate cu brînză. În această compoziție se pune fasolea scursă, se amestecă ușor și se așază totul într-o formă unsă. Se pune la cuptor la foc potrivit. Se servește cald.

101 Sufleu de dovlecei

5 dovlecei potrivit de mari, 3 ouă, 2 linguri făină, $\frac{1}{2}$ pahar smîntînă, 2 linguri brînză de oi, 1 pahar lapte, mărar tocat, sare, unt.

Se taie dovleceii bucăți și se fierb în apă sărată cîteva minute, se strecoară bine și se dau prin mașina de tocat, se amestecă cu brînză și se lasă la o parte.

Într-un vas se prăjește ușor făina cu untul și se stinge cu lapte, amestecînd ca să nu se formeze cocoloașe. Se ia de la foc și se adaugă gălbenușurile unul cîte unul, smîntîna, mă-

rarul tocat și la sfîrșit albușurile bătute spumă. Se amestecă cu pasta de dovlecei pregătită și se așază într-o formă unsă. Se coace la foc potrivit și se servește fierbinte.

102 Sufleu de spanac cu parmezan

1 kg spanac, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă, 3 linguri parmezan (cașcaval sau brînză de oi), 2 linguri unt, 3 ouă, sare, pesmet.

Se fierbe spanacul în apă sărată, se scurge, se toacă mărunt și se lasă la lo parte.

Într-un vas se prăjește puțin făina cu untul, se pune spanacul să se prăjească cîteva minute, se adaugă smîntîna. Se ia de la foc și se amestecă bine, adăugînd și parmezanul sau brînză. Se lasă să se răcească, apoi se pun gălbenușurile unul cîte unul și la sfîrșit și albușurile bătute spumă. Se așază în forma unsă cu unt și presărată cu pesmet fin. Se pune la cuptor, la foc potrivit să crească frumos. Se servește fierbinte.

103 Sufleu de spanac cu șuncă

1 kg spanac, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă, 2 linguri unt, 2 ouă, 100 g șuncă, sare, pesmet.

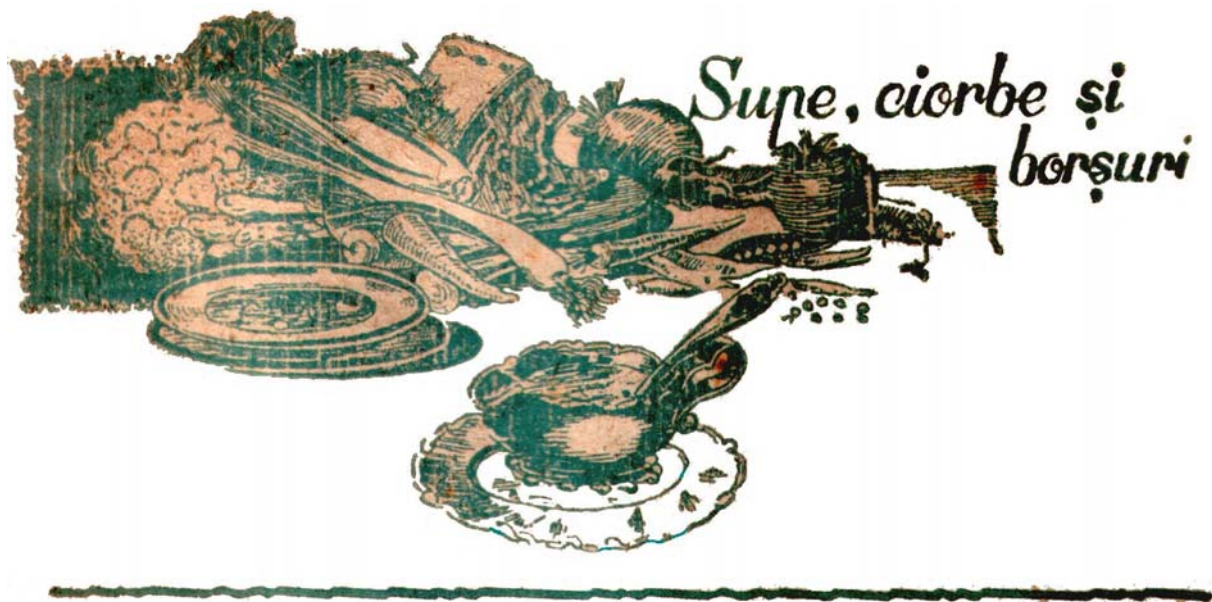
Se procedează la fel ca la 102, înlocuind însă brînză sau parmezanul cu șuncă tăiată pătrățele.

104 Sufleu de mazăre verde

1 kg mazăre, 3 linguri unt, 3 ouă, 2 linguri rase făină, 1 pahar lapte, mărar tocat, sare.

Se procedează la fel ca la sufleul de fasole verde (v. 100).





Supe de legume

105 Supă de zarzavat cu smântână

3 l apă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 mână de fasole verde, 2 cartofi, 3-4 roșii, 1 linguriță făină, 1 lingură unt, 1 linguriță pătrunjel și mărar tocat, ½ pahar smântână, sare.

Se pun la fiert morcovul, pătrunjelul și ceapa, tăiate ca fidea, fasolea tăiată bucățele, cartofii cuburi. După ce dau câteva clocote, se adaugă roșiile curățate de piele, scuturate de sămânță, tăiate bucăți mici și sarea.

Se face un rîtaș din făină cu unt și se adaugă la supă, amestecînd încet. Se pune mărarul și pătrunjelul tocat și se lasă să mai fiarbă încet, acoperită, câteva minute.

Se drege în farfurie cu cîte o lingură de smântână.

106 Supă de zarzavat I

2 l apă, 2 morcovi mari, 1 țelină, 2 cartofi, 2 ardei grași, 1 bucată de varză, 1 ceapă, 1 rădăcină pătrunjel.

Se fierbe zarzavatul ca la 105 în oală acoperită timp de două ore. Se strecoară și se adaugă sare.

107 Supă de zarzavat II

3 l apă, 1 ceapă, 2 morcovi, 1 țelină, 1 pătrunjel, 2 cartofi, 2 ardei, 1 bucată varză, 1 roșie mare, 1 linguriță pătrunjel tocat, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, sare.

Se fierbe zarzavatul în apă cu sare, la foc mic, timp de o oră și jumătate. Se strecoară prin sită.

Se prăjește untul cu făina într-o cratiță și se stinge cu supa strecurată, amestecînd cu lingura pentru a evita formarea cocloașelor. Se lasă să dea un clocot, două, și se adaugă pătrunjelul tocat.

108 Supă de sfeclă

3 l apă, 1 kg sfeclă roșie, 1 lingură făină, 1 lingură zahăr, 1 pahar smîntînă, 2 linguri oțet, sare, 1 linguriță unt, tăitei fierți sau pîine prăjită.

Se curăță sfecla, se spală și se dă pe răzătoarea de zarzavat. Se pune la fiert cu apa timp de 30-40 min (se fierbe în oala acoperită). Se strecoară și în zeama strecurată se adaugă sarea, zahărul și oțetul. După ce a dat un clocot, două, se pune untul frecat cu făina și smîntîna, se amestecă și se lasă să mai dea cîteva clocote. Se servește cu tăitei fierți sau cu pîine prăjită.

109 Supă de conopidă

2 l apă, 1 conopidă mijlocie, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 linguriță mărar tocat, ½ pahar smîntînă, sare.

Se dau pe răzătoare pătrunjelul, morcovul și ceapa, și se fierb în apă pînă cînd se înmoaie bine. Se strecoară, se adaugă sare și un rîtaș făcut din făină și unt, stins cu zeamă de zarzavat. Se adaugă conopida buchețele mici și se lasă să clocotească încet pînă se fierbe conopida.

Se toarnă în castron peste mărarul tocat amestecat cu smîntîna.

110 Supă de roșii I

1,5 l apă, 1 kg roșii, 1 morcov mare, 1 pătrunjel mare, 1 ceapă, 2 ardei grași, 1 lingură mărar, pătrunjel și leuștean tocat, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță făină, 2 linguri ulei, 2 linguri orez, sare.

Se spală roșiile, se rup și se pun la fiert cu 0,5 l apă. Cînd roșiile s-au muiat se strecoară prin sită.

Se dă pe răzătoarea de zarzavat morcovul, pătrunjelul și ceapa și se pun la fiert cu 1 l apă, pînă ce tot zarzavatul se moaie. Apoi se strecoară și la zeama de zarzavat se adaugă zeama de roșii, orezul, ardeii grași tăiați în patru, sarea și zahărul, lăsînd să fiarbă pînă cînd orezul este pe jumătate fiert. Se adaugă făina prăjită cu uleiul și se lasă să mai fiarbă pînă cînd orezul este bine fiert. Se adaugă mărarul, pătrunjelul și leușteanul tocat.

Această supă este foarte gustoasă și rece.

111 Supă de roșii II

1,5 l apă, 1 kg roșii, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 1 linguriță zahăr, 2 ardei grași, 1 lingură orez, 1 linguriță făină, 1 lingură unt, ½ pahar smântână, 1 linguriță mărar tocat, sare.

Se fierb roșiile și zarzavatul ca la supa de roșii I (v. 110). Se amestecă zeama de zarzavat cu zeama de roșii, se adaugă sarea, zahărul, orezul și ardeiul tăiat felii mari, precum și un rîtaș făcut din unt și făină și stins cu supă. Se lasă să fiarbă pînă cînd este gata orezul și se adaugă mărarul tocat. Înainte de a servi, se bate supa cu smântîna. Se servește fierbinte.

112 Supă de cartofi (cremă)

2 l apă, 500 g cartofi, 1 ceapă, 1 pahar smântînă, 1 linguriță făină, 1 lingură pătrunjel tocat, 1 linguriță unt, sare, pîine prăjită.

Se fierb cartofii tăiați cuburi mici împreună cu ceapa tocată mărunt. Cînd sînt fierți, se strecoară prin sită. Se trec cartofii prin sită și se subțiază cu apa în care au fiert. Se adaugă sarea și se pun la foc. Cînd supa începe să fiarbă, se adaugă smîntîna amestecată bine cu făina. Se lasă să dea un clocot, două, se pune pătrunjelul tocat și untul. Se servește cu pîine prăjită.

113 Supă de spanac (cremă)

3 l apă, 500 g spanac, 1 felie de lămîie cu coajă, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, ½ pahar smîntînă, sare, friganele.

Se spală spanacul, se alege și se pune la fiert cu apă. După ce a dat cîteva clocote, se ia de la foc și se trece totul prin sită. Se pune din nou la fiert, adăugînd lămîia, sarea și untul. Se mai lasă să dea cîteva clocote, apoi se drege cu făina amestecată cu smîntînă. Se servește cu friganele (v. 186).

114 Supă de morcovi (cremă)

3 l apă, 500 g morcovi, 1 ceapă, ½ linguriță zahăr, 1 lingură unt, ½ pahar smîntînă, sare, pîine tăiată cuburi și prăjită.

Morcovii și ceapa se taie ca fideaua și se pun la fiert pînă cînd se moaie morcovii. Se strecoară apoi morcovii și ceapa se trec prin sită. Se adaugă pireul obținut în zeama strecurată și se pun din nou la fiert, cu zahărul, sarea și untul. Se lasă să mai fiarbă cîteva minute și se drege supa cu smîntînă cînd se toarnă în castron. Se servește cu pîine tăiată cuburi și prăjită.

115 Supă de fasole boabe (cremă)

3 l apă, 250 g fasole boabe, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 1 lingură unt sau ulei, pătrunjel verde tocat, sare, pâine tăiată cuburi și prăjită.

Fasolea, aleasă și spălată, muiată de cu seară în apă caldă, se scurge de această apă și se pune la fiert cu apă caldă proaspătă. După ce a dat 2-3 clocote, se schimbă apa. Se repetă această operație de trei ori.

În ultima apă se adaugă, în afară de fasole, ceapa, morcovul și pătrunjelul. Se lasă să fiarbă acoperită la foc încet. Când fasolea este bine fiartă, se scoate zarzavatul (morcovul și pătrunjelul), se strecoară, iar fasolea și ceapa se trec prin sită și se subțiază cu zeama strecurată. Se pune supa din nou la fiert, împreună cu o lingură de unt sau ulei și sare. După ce dă un clocot două, se adaugă pătrunjelul tocat.

Se servește cu cuburi de pâine prăjită.

116 Supă de mazăre uscată (cremă)

3 l apă, 250 g mazăre, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 1 linguriță zahăr, 1 lingură unt sau ulei, 1 linguriță mărar tocat, sare, pâine tăiată cuburi și prăjită.

Se prepară la fel ca supa de fasole spre deosebire că nu se schimbă apa. Se servește cu cuburi de pâine prăjită.

117 Supă de mazăre uscată cu smântână

200 g mazăre, 2 cartofi, 1 ceapă, 1 linguriță unt, 1 gălbenuș de ou răscopt, ½ pahar smântână, 1 linguriță făină, sare, mărar tocat, pâine tăiată cuburi și prăjită.

Se fierbe mazărea cu zarzavatul (v. 116). Se strecoară și se dau prin sită numai mazărea și cartofii. Se subțiază cu apa în care a fiert și se pune la fiert împreună cu gălbenușul răscopt frecat cu untul, făina și smântâna și subțiat cu puțină zeamă. Se amestecă bine, se adaugă sarea și mărarul tocat și se lasă să dea un clocot, două.

Se servește cu cuburi de pâine prăjită.

118 Supă de porumb verde

6 știuleți de porumb, 6 l apă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 2 pahare lapte, 1 lingură unt proaspăt, 1 lingură făină, 1 ou, sare, ½ linguriță mărar tocat.

Cu un cuțit foarte bine ascuțit se taie toate boabele de porumb de pe cocieni. Se pun la fiert în apă cocienii împreună cu ceapa și zarzavatul tăiat mărunt. După ce au fiert o oră,

se strecoară, iar zeama limpede se pune din nou la fiert împreună cu boabele de porumb, la foc mic, timp de 30 min. Se strecoară din nou, se trec boabele prin sită, se amestecă cu zeama strecurată și se pun din nou la foc. Când începe să clocotească se adaugă făina amestecată cu laptele și untul. După ce dă un clocot, două, se ia supa de la foc și se servește dreașă cu un ou, puțină sare și mărar tocat.

119 **Supă de linte**

3 l apă, 250 g linte, 1 ceapă, 2 căței usturoi, 2 linguri ulei, 1 linguriță făină, ½ linguriță cimbru pisat, sare.

Se alege linte, se spală și se pune în apă caldă de cu seară pînă a doua zi.

Se aruncă apa și se pune la fiert cu 3 l de apă rece, ceapa tăiată mărunt și căței de usturoi. Când linte este aproape fiartă, se pune sarea și se lasă să mai fiarbă pînă este gata. Se adaugă un rîtaș făcut cu făină de ulei și jumătate linguriță de cimbru, se stinge cu zeamă de linte și se lasă să mai dea cîteva clocote.

120 **Supă de chimen**

3 l apă, 1 ceapă mare, 2 morcovi mari, 1 pătrunjel mare, 1 țelină, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 lingură chimen, sare, sare, pîine tăiată cuburi și prăjită.

Zarzavatul tăiat ca tăiteii se fierbe cu o lingură de chimen. Când este gata, se strecoară, se pune zeama din nou la foc și se adaugă un rîtaș făcut din făină și unt, și sarea. Se lasă să mai dea cîteva clocote. Se servește cu cuburi de pîine prăjită în unt.

Supe de carne

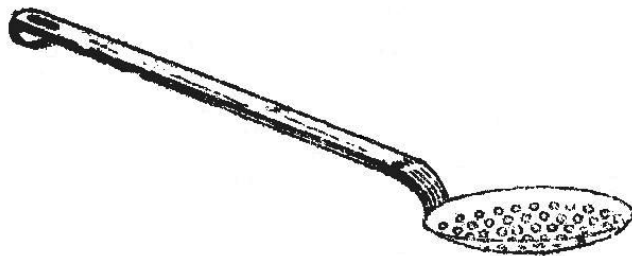
121 **Supă de carne de vacă**

1 kg carne, 3 l apă, 2 morcovi, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 ardei gras, 1 ceapă și cîteva foi galbene de ceapă, 5 boabe ienibahar (facultativ), 1 foaie de dafin (facultativ), sare, tăitei (găluște, orez).

Se pune la foc carnea bine spălată, împreună cu apa rece și se lasă oala descoperită pînă ce se ridică spumă. Se spumează mereu cu lingura cu găuri pînă cînd nu se mai ridică spuma. Se adaugă zarzavatul, ienibaharul, foaia de dafin și puțină

sare. Se acoperă oala, lăsînd numai o foarte mică deschizătură și se lasă să fiarbă la foc mic 3 ore. Cînd este gata, se strecoară prin strecurătoarea de supă, într-o oală curată. Tot timpul supa trebuie să fiarbă

în clocote mici, numai astfel se obține o supă gustoasă. Se servește cu garnitura dorită (tăiței, găluște, orez etc.)



122 Supă de pasăre

1 kg carne de pasăre, 3 l apă, 2 morcovi, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 ardei gras, 1 ceapă, 5 boabe ienibahar (facultativ), 1 foaie de dafin (facultativ), sare.

Se prepară la fel ca supa de carne de vacă (v. 121). Se servește cu garnitură după gust.

123 Supă cu tăiței de casă

Supă de carne de vacă sau de pasăre.

Tăiței: 1 ou, 1 lingură apă, făină, un praf sare.

Se pregătesc tăițeii (v. 163).

Se pot fierbe în supă sau separat în apă puțin sărată.

Se strecoară, se spală cu apă rece și se servesc separat la masă.

124 Supă de orez

Supă de carne de vacă sau de pasăre, pentru fiecare persoană ½ lingură orez.

Se alege orezul, se spală în apă rece și se pune în supă să fiarbă încet pînă ce este gata, amestecînd din cînd în cînd ca să nu se prindă de fundul oalei.

Se poate fierbe orezul și separat în apă, apoi se adaugă în supă, după ce a fost spălat cu apă rece.

125 Supă cu găluște de griș

Supă de carne de vacă sau de pasăre.

Găluște: 2 ouă, ½ linguriță unt (în lipsă, untură), 5-6 linguri griș, sare.

Se freacă spumă untul cu ouăle. Se adaugă grișul puțin cîte puțin (ploaie) amestecînd mereu cu lingura. Se obține o pastă care trebuie să aibă consistența unei smîntîni groase. Se adaugă sare.

După ce supa a fost strecurată într-o cratiță curată, se pune pe foc. La primul clocot, se ia cu o linguriță muiată în unt din pasta de griș și se dă drumul în supă care trebuie să fiarbă încet. După ce s-a pus toată pasta în felul arătat mai sus, se acoperă cratița lăsând să fiarbă încet zece minute. Se ia capacul și se întorc găluștele ușor. Se acoperă din nou și se mai lasă să fiarbă zece minute. Se scot din cratiță cu lingura de spumă, se așază în castronul de servit încet ca să nu se sfărîme și se toarnă supa peste ele.

126 Supă cu zdrențe

Supă de carne de vacă sau de pasăre.

Zdrențe: 2 ouă, 2-3 linguri făină, sare.

Se bat ouăle spumă cu furculița, se adaugă făina puțin câte puțin și sarea. Se freacă cu lingura pînă cînd se obține o pastă groasă ca o smîntînă.

Se pune la foc supa strecurată într-o oală curată și cînd dă primul clocot se toarnă pasta puțin câte puțin, cu ajutorul furculiței. Se acoperă oala și se lasă să dea 2-3 clocote.

127 Supă cu omletă

Supă de carne de vacă sau de pasăre.

Omletă: 4 ouă, 1 lingură smîntînă, 1 lingură lapte, 1 linguriță unt, sare.

Se prepară omleta (v. 251). Se răstoarnă pe un fund de lemn și se taie ca tăiței. Se așază în castronul de supă și se toarnă deasupra supa strecurată.

128 Supă cu orez și smîntînă

Supă de carne de vacă sau de pasăre.

4 linguri orez, 6 linguri smîntînă bună, 6 felii lămîie, sare.

Se fierbe orezul în apă sărată. Cînd este fiert, se strecoară, se spală cu apă rece și se lasă să se scurgă bine.

Se pun în castron orezul, feliile de lămîie și se toarnă supa strecurată, fierbinte. Se adaugă smîntîna, amestecînd bine.

129 Supă cu ou

Supă de carne de vacă sau de pasăre.

Un vîrf de cuțit sare de lămîie, 1 ou.

Se bat în castronul de supă oul și sarea de lămîie și se toarnă supa treptat, amestecînd mereu cu lingura. Se servește cu orez fiert.

130 Supă cu brînză

Supă de carne de vacă sau de pasăre.

3 linguri brînză de oi, rasă.

Se rade brînză în castronul de supă și se toarnă peste ea supa fierbinte și strecurată. Se servește cu cuburi de pîine prăjită.

131 Bulion cu pateuri de carne

1,250 kg carne de vacă, 3 l apă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 ceapă, 1 foaie de dafin, 2-3 boabe ienibahar, sare.

Carnea, bine spălată, se pune la fiert cu apă rece. Se spumează, se adaugă zarzavatul curățat și tăiat în patru, ienibaharul și foaia de dafin. Se lasă să fiarbă acoperit, la foc mic, o oră, se adaugă sarea și se lasă să mai fiarbă două ore. Se scoate zarzavatul, se scoate carnea care va fi întrebuințată la umplutura pentru pateuri, iar supa se strecoară și se degresează.

Se servește la cești cu pateuri cu carne (v. Aluat franțuzesc 632-633) sau cu clătite cu carne (v. 187).

Ciorbe și borșuri de legume

132 Borș de dovlecei

1,5 l apă, 0,5 l borș, 1 ceapă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel, 2 dovlecei mari, 3-4 roșii, 1 linguriță unt, ½ linguriță făină, smîntînă, sare, pătrunjel, mărar.

Se pune la fiert în apă ceapa tăiată foarte mărunt cu morcovul și pătrunjelul tăiați subțire. După ce zarzavatul a fiert, se adaugă borșul fiert, dovleceii curățați și tăiați bucăți, sarea, pătrunjelul și mărarul și roșiile fierte separat și strecurate.

Se lasă să fiarbă la foc încet. Cînd dovleceii sînt aproape gata, se adaugă făina prăjită în unt și se mai lasă să dea cîteva clocote.

Se servește cu smîntînă.

133 Borș de fasole verde I

2 l apă, 0,5 l borș, 300 g fasole verde, 1 morcov mic, 1 ceapă, 1 pătrunjel mic, 4 roșii, 1 ardei gras, 1 lingură ulei, ½ linguriță făină, verdeață, sare.

Se pun la fiert în apă cu sare, morcovul, pătrunjelul și ceapa tăiate foarte mărunt. Se adaugă fasolea tăiată în bucăți. Cînd începe să fiarbă, se lasă cîteva minute, apoi se adaugă arde-

iul gras și roșiile curățate de pielețe și semințe, tăiate felii. Se prăjește făina cu uleiul, se stinge cu puțină zeamă de legume și se adaugă în ciorbă, amestecînd cu lingura ca să evităm formarea cocoloașelor. Se lasă să fiarbă pînă cînd fasolea este gata. Se adaugă borșul și verdeața tocată și se lasă să mai dea cîteva clocote. Această ciorbă se poate servi și rece.

134 Borș de fasole verde II

2 l apă, 300 g fasole, 1 morcov, 1 pătrunjel, 500 g roșii, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, ½ pahar smîntînă, verdeță tocată, sare.

Se prăjește zarzavatul foarte fin tăiat, în unt, împreună cu făina. Se stinge cu apa, se adaugă fasolea tăiată bucăți, sarea și se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd se moaie fasolea. Se adaugă roșiile fierte și strecurate și se lasă să mai fiarbă pînă cînd este complet gata. Se adaugă verdeța tăiată. Se drege cu smîntînă.

135 Borș de fasole boabe

3 l apă, 250 g fasole boabe, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, ½ linguriță făină, 2 linguri ulei, borș (după gust), pătrunjel și mărar verde, sare.

Se alege, se spală, și se moaie fasolea de cu seară în apă caldă. Se pune la fiert și după ce a dat 2-3 clocote, se schimbă apa și se pune din nou la fiert cu apă caldă. Se repetă această operație de trei ori.

În ultima apă se adaugă în afară de fasole, ceapa, morcovul, pătrunjelul și sare. Se acoperă oala și se lasă să fiarbă pînă cînd se moaie fasolea. Se scoate zarzavatul și se adaugă un rîtaș făcut din făină și ulei, borșul fiert (cantitatea după gust) și verdeța tocată. Se lasă să mai dea două clocote.

136 Ciorbă rusească fără carne

3 l apă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ceapă mare, 1 mînă de fasole verde, 1 sfeclă roșie mică, ¼ varză mică, 2 ardei grași, 1 lingură unt sau untură, 1 lingură mărar și pătrunjel tocat, ½ linguriță făină, sare, 1 pahar smîntînă.

Morcovul, pătrunjelul și ceapa se taie ca tăiței și se pun la fiert. După ce a dat cîteva clocote, se adaugă fasolea tăiată bucăți și sfecla ca fideaua. Se lasă să fiarbă o jumătate de oră, apoi se adaugă varza și ardeii tăiați ca fideaua, sare, roșiile curățate de pielețe și semințe și tăiate bucăți mici. Se prăjește făina cu uleiul, se stinge cu zeamă de legume, se

adaugă în ciorbă. Când zarzavatul este bine fiert, se pune verdeața tocată.

Se drege în farfurii cu câte o lingură de smântînă.

137 Ciorbă de salată

2 l apă, 2 salate cu miez tare, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă mare, 1 cățel usturoi (facultativ), 1 lingură făină, 2 gălbenușuri, 2 linguri smântînă, 2-3 linguri oțet, pătrunjel tocat, sare.

Omletă din: 150 g slănină afumată, 4 ouă, 2 linguri lapte, sare.

Morcovul, pătrunjelul, ceapa și usturoiul se taie fin și se pun la fiert cu apă $\frac{1}{2}$ oră; se strecoară, aruncîndu-se zarzavatul. Între timp se freacă gălbenușurile cu făina, smîntîna, sarea și oțetul, apoi se adaugă câte puțin din zeama de zarzavat strecurată amestecînd cu lingura fără întrerupere pînă cînd se termină toată zeama. Se pune la foc și se adaugă salata, spălată bine și tăiată bucăți mari; se lasă să dea un singur clocot.

Se taie slăcina bucăți, se prăjește în tigaie și se toarnă peste ouăle bătute cu lapte și puțină sare. Omleta obținută se taie fîșii ca tăiței mari, se pune în castron, iar peste ea se toarnă ciorba fierbinte. Se adaugă pătrunjelul tocat.

Ciorbe și borșuri de carne

138 Ciorbă rusească (cu carne)

3 l apă, 500 g carne grasă de vacă, 500 g roșii, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ardei gras, 10 păstăi fasole, 1 ceapă, 1 sfeclă roșie de mărimea unui cartof mare, 1 bucat varză dulce, mărar și pătrunjel verde tocat, sare, smîntînă.

Se pune carnea tăiată bucăți la fiert pe foc mic. Se spumează pînă nu se mai ridică altă spumă; se pune sarea și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se adaugă sfecla, ceapa, morcovul și pătrunjelul, totul tăiat ca tăiței. După ce a dat cîteva clocote, se pune ardeiul tăiat felii subțiri, fasolea tăiată pătrățele și varza tocată. Se lasă să mai dea cîteva clocote, apoi se adaugă roșiile curățate de piele și semințe și tăiate bucăți mici. Se lasă să mai fiarbă acoperit pînă cînd tot zarzavatul este fiert. Se pune pătrunjelul și mărarul tocat.

Se servește dreasă în farfurii cu câte o lingură de smîntînă.

139 Borș cu perișoare

2 l apă, 0,500 l borș, 500 g roșii, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ceapă, sare, verdeață.

Perișoare: 500 g carne de vacă, 1 lingură orez, 1 ou, 1 ceapă prăjită cu ½ lingură untură, sare, piper.

Se pune în oala cu apă, ceapa, morcovul și pătrunjelul tăiat foarte subțire împreună cu oasele de la carne. Se lasă să fiarbă bine, apoi se adaugă borșul fiert separat, sarea, verdeața și roșiile fierte și strecurate. Se lasă să fiarbă câteva minute și se adaugă perișoarele preparate din carnea tocată amestecată cu sarea, piperul, oul, ceapa prăjită și orezul. Se lasă să fiarbă perișoarele.

Se poate servi dreașă cu câte o lingură de smântână în fiecare farfurie.

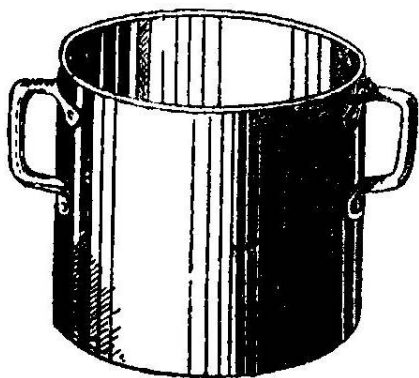
140 Borș de vițel

750 g carne de vițel, 2 l apă, 1 l borș, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 lingură orez, 1 linguriță leuștean tocat, 1 ou, sare.

Se taie carnea în bucăți, se pune la fiert cu apa și se spumează. Se adaugă sarea, morcovul, țelina, ceapa și pătrunjelul tăiat în patru. Se lasă să fiarbă încet, acoperit, până când este gata carnea. Se scot bucățile de carne, se pun într-o oală curată, se scoate zarzavatul, iar zeama se strecoară și se pune peste bucățile de carne. Se adaugă orezul spălat, borșul și se lasă să fiarbă până când orezul crește. Se adaugă leușteanul tocat și înainte de a servi se drege în castron cu un ou bătut.

141 Borș de dovlecei umpluți

500 g carne de vacă, 2 l apă, 1 lingură orez, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2 cepe, 1 lingură untură, 3 dovlecei tineri, 1 țelină, 1 lingură mărar și pătrunjel tocat, sare, piper, borș (0,500-0,750 l, după gust), ½ pahar smântână.



Se pun la fiert împreună cu oasele de la carne, pătrunjelul, morcovul, țelina și o ceapă tăiate foarte mărunț. Între timp se rad dovleceii de coajă, se taie în două, se scobesc înăuntru și se umplu cu carnea tocată împreună cu o ceapă ușor prăjită în untură, orezul spălat, sarea, piperul și puțină verdeață.

După ce zarzavatul și oasele sînt bine fierte, se strecoară, iar zeama se pune

la fiert cu dovleceii umpluți și cu borșul fiert și strecurat. Se adaugă sarea și se lasă să fiarbă pînă ce dovleceii sînt gata. Se adaugă verdeața tocată și se servește borșul dres cu smîntînă.

142 Borș de miel

750 g carne de miel, 2 l apă, 1 l borș, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 lingură orez, 1 linguriță leuștean tocat, 1 ou, sare.

Se prepară în același fel ca borșul de vițel (v. 140). Se drege cu un ou bătut sau cu cîteva linguri de smîntînă.

143 Borș de berbec

750 g carne, 1 l apă, 0,5 l borș, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ardei gras, 5-6 roșii, 2 linguri orez, leuștean, sare.

Se taie carnea bucăți, se pune la fiert cu apa și se spumează. Se adaugă sarea, ceapa, morcovul și pătrunjelul tăiate în două și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd zarzavatul și carnea sînt fierte. Se scoate zarzavatul cu lingura de spumă și se aruncă. Se adaugă în cirobă ardeiul gras tăiat ca tăiței, roșiile curățate de pielită și semințe și tăiate bucățele, orezul și borșul fiert. Cînd orezul este fiert, se pune leușteanul tocat.

144 Ciorbă de potroace

2 l apă, 1 l zeamă de varză, măruntaiele și aripile de la o pasăre (găină, curcan, gîscă sau amestecate), 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă mare, ½ țelină, verdeața tocată (pătrunjel și mărar), sare.

Se fierb măruntaiele cu zarzavatul și ceapa, tăiate mărunt. Se spumează și se adaugă sare. Cînd carnea este fiartă, se adaugă zeama de varză fiartă separat, pătrunjelul și mărarul și se lasă să dea cîteva clocote.

145 Borș de pui

1 pui tînăr, 2 l apă, borș (după gust), 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 2 roșii, 2 linguri orez, ½ lingură mărar și pătrunjel tocat, 1 ou, sare.

Morcovul, pătrunjelul și ceapa tăiate ca fideaua se pun la fiert cu apa. Cînd zarzavatul este fiert pe jumătate, se adaugă puiul tăiat bucăți și măruntaiele lui, sarea, orezul spălat și roșiile fără pielită și semințe și tăiate bucăți. Se spumează, se adaugă borșul fiert și strecurat (cantitatea după gust). Cînd bucățile de pui sînt aproape fierte, se adaugă verdeața. Se servește dres cu un ou bătut.

Ciorbe și borșuri de pește

146 Borș de crap

Capul și coada de la crap, 2 l apă, 0,5 l borș, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ceapă mare, 1 lingură orez, verdeață.

Se pune apa la fiert cu zarzavatul tăiat mărunț adăugînd și orezul. Cînd zarzavatul este aproape fiert, se adaugă peștele (de obicei bucățile de la mijloc se păstrează pentru prăjit sau alte preparate din pește), borșul fiert separat și sarea, și se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd peștele este gata (15-20 min). Se adaugă verdeața. Se poate servi fierbinte sau rece.

147 Borș cu perișoare de pește

2 l apă, 0,5 l borș sau zeamă de varză, 500 g crap sau știucă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2 cepe, 1 ou, 1 lingură ulei, miezul de la o felie de pîine albă, 1 lingură mărar și pătrunjel tocat, sare, piper. Se pun la fiert în apă o ceapă, morcovul și pătrunjelul, toate tăiate felii subțiri, împreună cu capul și coada de la pește. De pe restul de pește se trage pielea, se curăță carnea de toate oasele și se dă prin mașina de tocat împreună cu o ceapă puțin prăjită în ulei și cu miezul de pîine muiat în lapte sau apă. Se amestecă cu un ou, puțină verdeață tocată, sare și piper, și se fac perișoare.

După ce peștele și zarzavatul sînt bine fierte, se strecoară zeama, se scoate zarzavatul, iar carnea de pe coada și capul peștelui se trece prin sită și se adaugă la zeamă. Se pune la foc adăugînd perișoarele din peștele tocat, borșul sau zeama de varză.

Cînd este aproape gata se adaugă verdeața tocată.

148 Ciorbă de pește cu zeamă de varză

500 g pește, 0,5 l apă, zeamă de varză, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, leuștean, sare.

Se pun la fiert în apă zarzavatul și ceapa. Cînd zarzavatul este aproape fiert, se adaugă zeama de varză. Se potrivește după gust, adăugîndu-se încă apă sau zeamă de varză. După ce dă un clocot, se spumează, se adaugă peștele tăiat bucăți și se lasă să fiarbă încet 25-30 min. Se adaugă leușteanul.

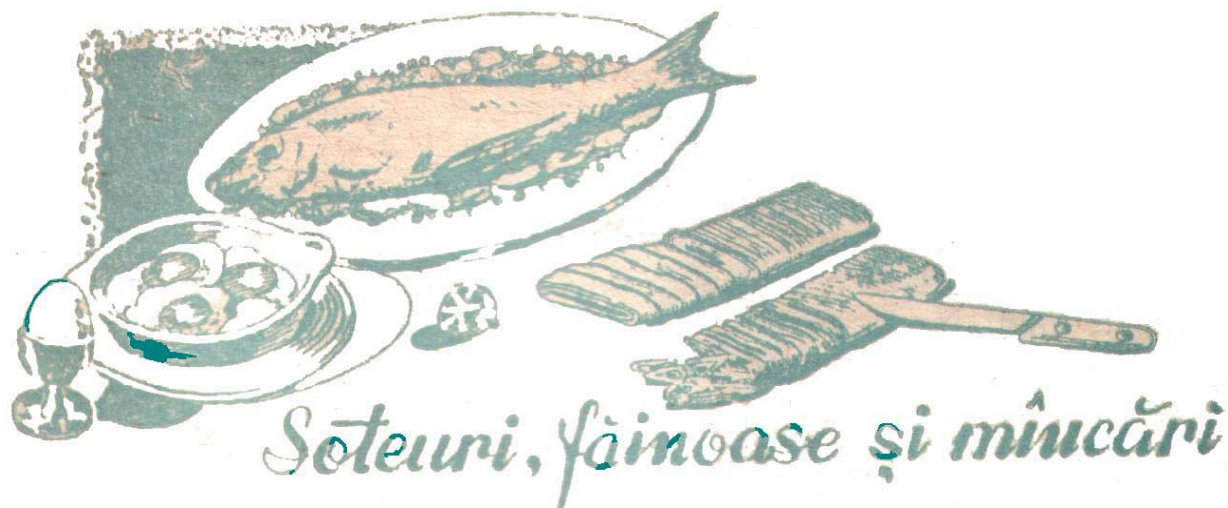
149 Ciorbă pescărească

1,5 l apă, 0,5 l borș, 500 g pește diferit (lin, somn, știucă, calcan etc.), 5-6 bucăți de crap, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă mare, sare, un vîrf de cuțit piper pisat.

Se taie zarzavatul mărunt și se fierbe în apă. Cînd este gata se strecoară, se aruncă zarzavatul și se adaugă pește diferit, tăiat mărunt; zeama cu bucățelele de pește fierte se strecoară în altă oală, iar peștele se trece prin sită, înlăturîndu-se totodată și oasele. Se pune oala la foc și se adaugă bucățile de crap, sarea și piperul. După 15-20 min. cînd peștele este fiert, se adaugă borșul fiert separat și verdeața, lăsînd să mai dea două clocote.

Se poate servi caldă sau rece.





Soteuri

150 Mazăre păstăi cu unt

1 kg mazăre păstăi, 2 linguri unt, un vîrf linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar tocat, sare, friganele.

Se curăță mazărea păstăi de ațe, se spală și se fierbe în apă puțin sărată. Cînd este fiartă, se scurge bine de apă.

Se înfierbîntă untul într-o cratiță, se adaugă mazărea strecurată, sarea, zahărul și se scutură cratița de cîteva ori. Se așază pe farfurie, se presară cu mărarul tocat și se servește cu friganele (v. 186).

151 Fasole verde cu unt

1 kg fasole verde, 2 linguri unt, sare, crochete de griș.

Se curăță, se spală și se fierbe fasolea în apă sărată. Se înfierbîntă într-o cratiță untul, se adaugă fasolea strecurată și sarea, și se scutură cratița de cîteva ori ca să se amestece fasolea cu untul. Se servește fierbinte, cu crochete de griș (v. 178).

152 Fasole verde cu unt și pesmet

1 kg fasole verde, 3 linguri unt, 2 linguri pesmet alb, sare.

Se curăță, se spală și se fierbe fasolea în apă sărată. Se înfierbîntă într-o cratiță untul și se prăjește puțin cu pesmetul, se adaugă fasolea scursă bine de apă, sarea, și se scutură de cîteva ori cratița ca să se amestece fasolea cu untul și pesmetul.

153 Mazăre verde cu unt

1 kg mazăre, 2 linguri unt, ½ linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar, sare.

Se curăță mazărea, se spală și se pune la fiert cu puțină sare. Când este fiartă, se scurge bine de apă și se pune pe foc într-o cratiță împreună cu untul, sarea, zahărul și mărarul. Se lasă câteva minute la foc mic, scuturînd cratița ca să se amestece mazărea cu untul.

154 Varză de Bruxelles cu unt

1 kg varză de Bruxelles, 3 linguri unt, 1 lingură pesmet, sare.

Se aleg verzișoare mici, se curăță de frunzulițele galbene, se spală bine în câteva ape și se pun la fiert în apă cu sare, la foc iute, cam 20 min. Se scurg bine de apă.

Se pune într-o cratiță untul și se prăjește cu pesmetul astfel încît să se rumenească puțin. Se adaugă varza și se mai ține pe foc câteva minute, scuturîndu-se cratița pînă ce se amestecă verzișoarele cu pesmetul prăjit. Se potrivește de sare.

155 Legume asortate cu unt I

250 g morcovi, 250 g țelină, 2-3 gulii, 1 linguriță zahăr, 2 linguri unt, sare.

Se prepară ca și morcovii cu unt (v. 161). Se servește ca garnitură sau cu crochete de griș (v. 178).

156 Legume asortate cu unt II

200 g cartofi, 200 g morcovi, 200 g mazăre boabe, 2 linguri unt.

Se curăță și se fierbe fiecare legumă separat, în apă sărată (cartofii întregi, morcovii întregi și mazărea boabe). Când sînt gata, cartofii și morcovii se taie cuburi. Se servește ca garnitură la friptură, aranjînd pe o farfurie în jurul bucăților de friptură un rînd de mazăre, unul de morcovi și unul de cartofi. Peste legume se toarnă untul bine înfierbîntat.

157 Legume asortate cu unt III

½ conopidă, 250 g carote, 250 g mazăre boabe, 250 g cartofi noi, 2 linguri unt, 1 lingură pesmet, sare.

Într-o cratiță cu apă sărată, se fierb împreună cu conopida, spălată și desfăcută buchețele mici, și cartofii întregi, aleși cît se poate de mici. În altă cratiță se fierbe înăbușit mazărea boabe cu două linguri de apă sărată. În a treia cratiță se fierb carotele, tăiate ca tăiteii, cu o bucătică de unt și două linguri de apă sărată.

Cînd legumele sînt fierte, se scot din apă conopida și cartofii cu lingura de spumă. Se așază conopida la mijlocul unei farfurii mari, rotunde, de servit. În jurul ei se aranjează carotele, în jurul carotelor mazărea, iar în jurul mazării cartofii. Se prăjește pesmetul în unt și se toarnă peste legume. Se servește fierbinte.

158 Varză dulce cu unt și pesmet

1 varză mijlocie, 3 linguri unt, 2 linguri pesmet, sare.

Se curăță varza de primul rînd de foi, se taie în șase și se pune la fiert în apă sărată. Cînd este gata, se scurge bine de apă, se taie cu cuțitul coceanul, se așază într-o farfurie de piatră sau de sticlă de Iena, unsă cu puțin unt.

Se prăjește untul cu pesmetul și se pune în strat uniform (se toarnă) peste varză. Se dă la cuptor ca să se înfierbînte. Înainte de a servi se mai stropește cu puțin unt fierbinte.

159 Conopidă cu unt și pesmet

1 conopidă mijlocie, 3-4 linguri unt, 2 linguri pesmet, sare.

Conopida, curățată și spălată, se pune la fiert în apă sărată. Cînd este fiartă, se scoate cu lingura de spumă, se scurge de apă, se așază pe farfurie și peste ea se toarnă pesmetul prăjit în unt. Se servește fierbinte.

160 Morcovi cu unt și smîntînă

500 g morcovi, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr (facultativ), ½ pahar smîntînă, ½ linguriță de făină, sare.

Se curăță morcovii, se spală, se taie fîșii ca tăiței sau cuburi mici și se pun la fiert cu untul, sarea, zahărul și 2-3 linguri de apă. Se lasă să fiarbă acoperit, înăbușit, la foc mic, adăugînd cîte 2-3 linguri de apă pe măsură ce scade. Cînd morcovii sînt fierți, se adaugă smîntîna amestecată cu o linguriță de făină. Se lasă să mai dea un clocot, două. Se servește cu crochete de griș (v. 178).

161 Morcovi cu unt

500 g morcovi tineri, 1½ lingură unt, 1 linguriță zahăr (facultativ), sare.

Se rad morcovii, se spală, se taie fie ca tăiței, fie cuburi, și se opăresc cu apă clocotită. Se strecoară și se pun într-o cratiță împreună cu untul fierbinte, zahărul, sarea și puțină apă (numai atît, cît este necesar să acopere fundul cratiței). Se acoperă

și se lasă să fiarbă înăbușit la foc mic. Din cînd în cînd se scutură, adăugîndu-se după nevoie cîte o lingură de apă pînă ce morcovii se moaie bine. Se servește cu crochete de griș sau ca garnitură la chiftele prăjite, șnițel sau friptură.

162 Sfeclă cu unt și smîntînă

1 kg sfeclă, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr, 1 lingură oțet, ½ pahar smîntînă, sare.

Se alege sfeclă roșie, se fierbe sau se coace în cuptor, se curăță de coajă și se taie fie ca tăiteii, fie cuburi. Se pune într-o cratiță împreună cu untul fierbinte, 2-3 linguri de apă, zahărul și sarea. Se acoperă și se lasă să fiarbă înăbușit timp de 10-15 min. Se adaugă smîntîna și oțetul, și lasă să mai fiarbă încet pînă cînd scade zeama. Nu se amestecă cu lingura. Se scutură cratița din cînd în cînd. Se poate servi și ca garnitură la fripturi sau la chiftele prăjite.

Făinoase

163 Tăitei

3 ouă, 1 ceșcuță cu apă, făină cît cuprinde, ½ linguriță sare.

Se cerne făina pe planșeta de aluat, se face o gaură la mijloc în care se pun ouăle și se amestecă cu puțină făină, apoi se adaugă apa și sarea și se frămîntă un aluat cît se poate de tare. Se împarte în trei, apoi fiecare treime se mai frămîntă puțin, se adună ca o minge, se acoperă și se lasă 5-10 min să se odihnească.

Din fiecare bucată de aluat se întinde cîte o foaie cît se poate de subțire, se așază pe un șervet presărat cu făină și se lasă să se usuce. Cînd foile sînt pe jumătate uscate, se taie în lungimea foi fîșii late de 2-3 cm, se așază 4-5 fîșii una peste alta și se taie, cu un cuțit foarte bine ascuțit, cît se poate de subțire.

Se împrăștie tăiteii pe o masă acoperită cu față de masă și se lasă să se mai usuce 15-20 min după care pot fi întrebuințați.

164 Iofca

Aceleași cantități ca la tăitei (v. 163).

Se prepară un aluat la fel ca la tăitei. Fîșiile așezate una peste alta se taie în bucăți de lățimea unui deget.

Se împrăștie pe o masă acoperită cu față de masă și se lasă să se usuce 20-25 min.

165 Tăiței cu nuci

5 mâini de tăiței, 4 linguri zahăr, 5-6 linguri nuci pisate, puțină vanilie sau scorțișoară pisată.

Se fierb tăițeii în apă puțin sărată. Se strecoară, se spală cu apă rece, lăsându-i să se scurgă bine. Se amestecă apoi cu zahărul, nucile, scorțișoara sau vanilia.

Tăițeii se pot înlocui cu macaroane sau spaghetti.

166 Macaroane cu brînză sau parmezan

350 g macaroane, 3 l apă, sare, 3-4 linguri brînză sau parmezan (ras), 3 linguri unt sau untură.

Se pune la fiert apa cu sare. Cînd apa începe să clocotească se pun macaroanele rupte în bucăți sau întregi. Cînd încep să fiarbă, se dau la foc mic, să fiarbă încet pînă cînd sînt gata. Se strecoară și se spală cu apă rece.

Se înfierbîntă într-o cratiță untul, se pun macaroanele bine scurse de apă, se adaugă două linguri brînză sau parmezan, se amestecă și se dau la cuptor pentru cîteva minute.

Se servesc fierbinți așezate pe farfuria de servit și presărate cu restul de brînză sau parmezan ras.

167 Macaroane cu brînză și sos de roșii

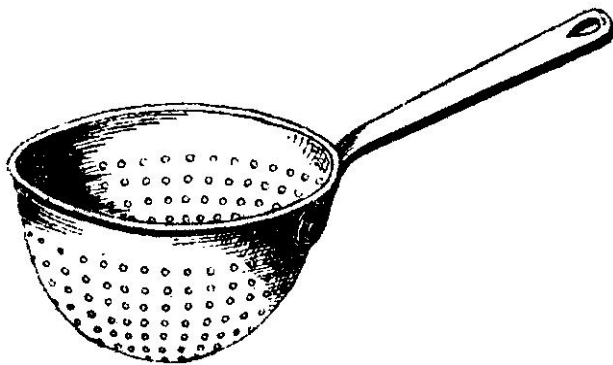
Aceleași cantități ca la macaroanele cu brînză, în plus sos de roșii.

Se prepară la fel ca macaroanele cu brînză. Se face un sos de roșii scăzut din 400 g roșii și o linguriță de zahăr. Cînd se servesc, se toarnă sosul peste macaroane și se presară cu brînză.

168 Macaroane cu carne

250 g macaroane, 300 g carne macră, 2 cepe, 3 linguri untură, sare, piper.

Se fierb macaroanele în 3 l apă curată, se scurg și se spală. Se prăjește ceapa tăiată foarte mărunt cu două linguri de untură. Cînd începe să se îngălbenească, se adaugă carnea fiartă și



tocată, sarea, piperul și se lasă să se prăjească puțin. Se pune într-o cratiță o lingură de untură să se încingă, se pun macaroanele scurse bine de apă și carnea tocată și prăjită, se amestecă și se dă la cuptor pentru cîteva minute.

169 Colțunași cu brînză de vacă

350 g făină, 1 ou, $\frac{1}{2}$ pahar apă, sare, 250 g brînză de vacă frămîntată cu 1 ou și puțină sare, 2 linguri unt, 1 pahar smîntînă.

Se cerne făina pe planșeta de aluat, se strînge cuib, se face loc la mijloc și se pun oul și sarea. Se amestecă oul cu puțină făină, adăugînd și cîte puțină apă. Se frămîntă apoi un aluat tare. Se adună în formă de minge, se acoperă cu un șervet și se lasă să se odihnească 10-15 min.

Se întinde cu vergeaua o foaie subțire ca muchea cuțitului și se taie pătrate cu latura de 6-7 cm.

În fiecare pătrat se pune cîte puțină brînză și se împăturește în două în formă de triunghi, lipindu-se bine marginile. Fiecare colțunaș se așază, pe măsură ce este făcut, pe masa acoperită cu un șervet.

Cînd toți colțunașii sînt gata, se pun într-o cratiță mare cu apă sărată, clocotită, așezată pe foc. Se lasă să fiarbă pînă cînd colțunașii se ridică la suprafața apei. Se scurg prin strecurătoare, se spală cu apă caldută, se așază pe farfurie și se opăresc cu unt bine înfierbîntat. Se pot servi și cu smîntînă.

170 Colțunași umpluți cu carne crudă

Aluat cu colțunași făcut din aceleași cantități și în același fel ca la colțunași cu brînză de vacă (v. 169).

Umplutura: 300 g carne macră, 1 ceapă mare, 1 lingură untură, piper, sare, 2 linguri untură pentru opărit colțunașii.

Se dă carnea prin mașina de tocat, se adaugă sarea, piperul și ceapa foarte fin tăiată și puțin prăjită într-o lingură de untură, și se amestecă totul bine. Cu această umplutură se fac colțunașii. Se fierb în apă sărată, se spală cu apă caldută și se opăresc cu untură fierbinte. Se servesc fierbinți.

171 Colțunași umpluți cu carne fiartă

Aceleași cantități ca la colțunași umpluți cu carne crudă (v. 170).

Carnea fiartă în supă se dă prin mașină, apoi se prăjește împreună cu o ceapă fin tocată și puțin prăjită într-o lingură de untură. Se fac colțunașii la fel ca acei cu brînză de vacă (v.169). Se servesc la fel cu colțunașii umpluți cu carne crudă.

172 Colțunași cu vișine

Pentru aluat aceleași cantități ca la colțunași cu brînză de vacă (v. 169).

Umplutura: 500 g vișine coapte, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr tos, 1 pahar smîntînă.

Se spală bine vișinele, se scot sîmburii și se lasă în strecură-

rătoare presărate cu puțin zahăr. În acest timp se pregătește aluatul.

Înainte de a umple colțunașii, vișinele aflate în strecurătoare se apasă bine cu lingura ca să se scurgă zeama din ele. Această zeamă se amestecă cu 3 linguri de zahăr și se pun la rece.

Se umplu colțunașii, se fierb, se scurg și se spală în multă apă rece. Se lasă să se scurgă bine de apă, se așază pe farfuria de servit, se presară cu restul de zahăr și se toarnă pe deasupra zeama de vișine amestecată cu smântîna. Se servesc reci.

173 Blinele de cartofi

500 g cartofi, ½ pahar făină, 25 g drojdie, 2 linguri ulei sau untură, ¼ pahar lapte, 1 lingură zahăr, sare, smântîna.

Cartofii curățați și bine spălați se dau prin răzătoare deasă. Se pun într-un castron, se adaugă zahăr, un praf de sare, drojdia amestecată cu laptele și făina.

Se amestecă totul bine, se acoperă și se lasă la loc cald să crească. După ce s-a ridicat, se ia cîte o lingură plină, se pune în untură sau ulei fierbinte și se prăjește pe ambele părți.

Se servesc fierbinți cu smântîna.

174 Gogoși din cartofi

4 cartofi mari, 50 g drojdie, 200 g smântîna, 3 gălbenușuri, sare, făină cît cuprinde la frămîntat, 1 pahar ulei pentru prăjit, șuncă tocată sau brînză de oi.

Se coc cartofii în coajă, apoi se curăță și se dau pe răzătoare sau prin sită (operația trebuie făcută cînd cartofii sînt fierbinți). Se pun într-un vas, se adaugă drojdia amestecată cu smântîna și gălbenușurile, sarea, și se frămîntă cu făină un aluat nu prea tare. Se acoperă vasul cu un șervet și se lasă să crească la foc cald. După ce a crescut bine, se întinde cu vergeaua pe planșeta de aluat o foaie de grosimea unui creion.

Se taie rotogoale cu paharul, se așază pe un rotogol puțină șuncă tocată sau brînză de oi frămîntată cu un ou, se acoperă cu alt rotogol și se apasă marginile ca să se lipească.

Se prăjesc în ulei bine înfierbîntat și se servesc fierbinți, la ceai.

175 Găluște cu prune

500 g cartofi, 2 ouă, 2-3 linguri făină, sare, prune (cam 500 g), 3 linguri unt, 2 linguri pesmet, ½ pahar zahăr pudră.

Cartofii bine spălați se pun la fiert în coajă. Cînd sînt gata, se curăță și se strivesc cu presa de strivit cartofi sau, în lipsa

acesteia, se dau prin mașina de tocat carne. Pasta de cartofi se pune într-un castron și se amestecă cu ouăle, făina, o linguriță de zahăr și puțină sare.

Se face din această compoziție un sul gros de trei degete, din care se taie bucăți de grosimea unui deget. Fiecare bucățiță se întinde cu mîna și în ea se înfășoară cîte o prună fără sîmbure, se rotunjește frumos cu mîna muiată în făină.

Cînd toate găluștele sînt gata, se fierb în apă sărată clocotită. Cînd găluștele se ridică la suprafața apei sînt fierte.

Se scot încet cu lingura de spumă și se tăvălesc în pesmet rumenit în unt, astfel ca fiecare gălușcă să se îmbrace frumos în pesmet.

Se așază pe farfurie și se presară cu zahăr pudră vanilat.

Se servesc calde.

176 Găluște cu caise

Aceleași cantități ca la găluște cu prune (v. 175).

Se prepară la fel ca găluștele cu prune. Se vor alege caise mici, coapte și tari.

177 Găluște cu brînză

Pentru aluat aceleași cantități ca la găluște cu prune (v. 175)
2-3 linguri brînză de oi, 2 linguri unt sau untură.

Se prepară un aluat la fel ca la găluște cu prune. Din acest aluat se formează cu mîna perișoare mici care se fierb în apă puțin sărată. Se opăresc cu unt sau untură, se presară cu brînză și se servesc fierbinți.

178 Crochete de griș

1 pahar griș, 2 pahare lapte, 1 ou, 1 linguriță unt, 1 lingură făină, 1 lingură untură pentru prăjit, sare.

Se pune la fiert laptele; cînd clocotește se toarnă grișul puțin cîte puțin, făcîndu-l să curgă ploaie. Se amestecă neîncetat pentru a se evita formarea cocloașelor, lăsînd să fiarbă încet pînă ce capătă consistența unei mămăligi moi. Se dă la o parte de la foc, se adaugă untul și sarea, se amestecă, iar după ce s-a răcit, se adaugă oul bătut, amestecîndu-se bine.

Din această compoziție se ia cîte o lingură și se formează cu mîna, tăvălind prin făină, crochete de mărimea unui mititel.

Se prăjesc în untură fierbinte și se servesc la soteuri.

179 Orez cu lapte I

1 pahar orez, 3 pahare lapte, 1 pahar apă, 1 bucătică vanilie baton, zahăr (după gust), un praf sare, dulceață (sirop, frișcă).

Se pune la fiert laptele cu apa și vanilia. Când începe să clocotească, se adaugă orezul ales și bine spălat, și se lasă să fiarbă la foc mic, amestecând din când în când ca să nu se prindă de fundul cratiței. Este gata când bobul de orez poate fi strivit cu ușurință între degete.

Se scoate vanilia, se așază orezul pe farfurie și se servește cald sau rece, cu dulceață, fructe din dulceață, sirop sau frișcă.

180 Orez cu lapte II

1 pahar orez, 3 pahare lapte, 1 pahar apă, 1 bucătică vanilie baton, zahăr (după gust), un praf sare, un păhărel de rom, 2 gălbenușuri, 1 lingură unt, frișcă (fructe din dulceață).

Se prepară la fel ca rețeta 179. După ce este gata, se ia de la foc, se adaugă sare, un păhărel de rom, gălbenușurile, untul și se amestecă bine.

Se așază pe farfuria de servit și se garnisește cu frișcă și cu fructe din dulceață.

181 Griș cu lapte

1 pahar griș, 3 pahare lapte, 1 pahar apă, 1 bucată vanilie baton, zahăr (după gust), un praf sare, sirop de fructe, (dulceață, sos de zahăr ars).

Se pune la fiert laptele cu apa și vanilia. Când începe să fiarbă, se adaugă cu o mînă grișul în ploaie, iar cu cealaltă se amestecă neîncetat ca să nu se formeze cocoloașe. După ce s-a pus tot grișul, se adaugă zahărul și sarea și se lasă să fiarbă încet pînă ce grișul absoarbe laptele, fără să fie însă prea tare, întrucît trebuie să se țină seama că grișul se întărește după răcire. Se scoate vanilia, se așază pe farfurie. Se servește rece, cu sirop de fructe, dulceață sau sos de zahăr ars (v. 664).

182 Griș cu lapte și ciocolată în formă de șarlotă

100 g griș, 1 l lapte, 150 g zahăr, 75 g ciocolată rasă (sau 3 linguri cacao), 1 păhărel de rom, 25 g unt, un praf sare, frișcă.

Se pune la fiert laptele cu zahărul, untul și ciocolata. Când începe să clocotească, se adaugă sarea și grișul, puțin cîte puțin, în ploaie, amestecând neîncetat. Se fierbe pînă se îngroașă ca o cremă.

Se ia de la foc, se adaugă un păhărel de rom, se amestecă bine și se pune în forma de șarlotă udată cu apă rece. Se ține la

gheață câteva ore, apoi se scoate pe farfurie, lipind farfuria de buzele formeii și răsturnînd. Se garnisește cu frișcă.

183 Griș cu fructe în formă de șarlotă

750 g apă, 500 g fructe (vișine sau zmeură, căpșuni, fragi, coacăze), 3-4 linguri zahăr, 150 g griș, 1 praf vanilie.

Se pun la fiert fructele spălate cu apă. După ce dau câteva clocote, se iau de la foc, se lasă să se răcească, apoi se dă printr-o sită de pâr, zeama împreună cu fructele.

Se pune la fiert, adăugînd zahărul, vanilia și grișul puțin câte puțin, în ploaie, amestecînd mereu pînă se îngroașă ca o cremă. Se ia de la foc și se bate cu telul ca să devină spumoasă, apoi se toarnă într-o formă de șarlotă sau de budincă, udată cu apă rece, și se ține la gheață 2-3 ore.

Înainte de a servi, se răstoarnă pe o farfurie și se garnisește cu câteva fructe crude.

184 Papanăși prăjiți

250 g brînză de vacă, 2 ouă, 3 linguri făină, 2 linguri untură, sare, smîntînă (facultativ), zahăr pudră.

Se freacă brînză cu gălbenușurile, se adaugă făina, sarea, și albușurile bătute spumă. Se ia cu lingura din compoziție și se formează găluște lunguiețe și turtite, care se dau prin făină. Se prăjesc în untură fierbinte și se servesc presărate cu zahăr pudră și, după dorință, cu smîntînă.

185 Papanăși fierți

250 g brînză de vacă, 2 ouă, 3 linguri făină, 2 linguri untură, sare, smîntînă (facultativ).

Se freacă brînză cu gălbenușurile, se adaugă făina, sarea, și albușurile bătute spumă. Pe planșeta pentru aluat se presară făina și se pune compoziția în formă de sul turtit, gros de două degete. Se presară cu puțină făină și se taie bucăți late de 3 cm. Se fierb în apă sărată clocotită, pînă cînd papanășii se ridică la suprafața apei. Se scot cu lingura de spumă, se așază pe farfurie și se opăresc cu unt înfierbîntat. Se servesc fierbinți cu sau fără smîntînă.

186 Friganele

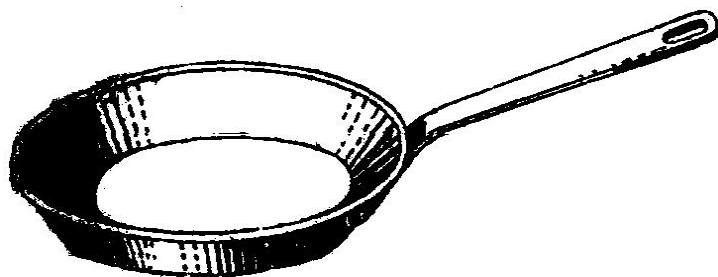
12 felii de franzelă groase de 1 cm, 1 ou, 1 linguriță zahăr, 1 pahar lapte, 2 linguri untură, sare.

Se bate oul spumă, se adaugă laptele, zahărul și puțină sare. Se moaie feliile de franzelă și se prăjesc pe ambele părți în untură bine înfierbîntată. Se servesc la soteul de mazăre.

187 Clătite

2 ouă, 1 ceașcă făină, 1 ceașcă lapte, un praf sare, dulceată (marmeladă, brînză, carne)

Se pune într-un castron o ceașcă de făină, se adaugă ouăle și sarea, se amestecă bine cu o lingură de lemn pînă ce ouăle au luat toată făina, turnînd puțin cîte puțin lapte rece și amestecînd



mereu pînă ce se termină toată ceașca de lapte. Compoziția trebuie să fie ca o smîntînă subțire. Dacă este nevoie, se mai adaugă puțin lapte, sau făină.

Se pune o tigaie cu coadă pe foc și se înfierbîntă, se unge cu o pană cu unt sau ulei, se toarnă o lingură plină din compoziție în tigaie, mișcînd tigaia ca să se acopere tot fundul. Cînd începe să se rumenească, se întoarce pe partea cealaltă. Clătitele se umplu cu dulceată, marmeladă, brînză sau carne.

188 Mămăliguță la cuptor

3 pahare lapte, mălai, sare, 250 g brînză de oi, 200 g unt, 3 ouă.

Se prepară o mămăliguță pripită, înlocuind apa cu lapte, se adaugă 100 g brînză rasă, 100 g unt și sare dacă mai este nevoie. Se lasă să se răcorească puțin, apoi se amestecă cu trei ouă bătute spumă.

Se unge o formă de copt sau o cratiță cu puțin unt, se așază jumătate din mămăliguță, se presară cu restul de brînză și de unt tăiat bucățele, acoperindu-se cu restul de mămăliguță. Se unge deasupra cu puțin unt și se dă la cuptor pentru 20-30 min. Se servește fierbinte.

Mîncări de legume și ciuperci

189 Iahnie de cartofi

1 kg cartofi, 2 cepe, 5 linguri ulei, 1 linguriță boia, 2 linguri bulion, 1 linguriță făină, 1 foaie de dafin, sare.

Se curăță cartofii, se spală, se taie în bucăți potrivit de mari, se prăjesc puțin în cratița cu ulei încins, adăugînd și ceapa tocată mărunt. Cînd aceasta începe a se îngălbeni, se presară

făina, se amestecă cu cartofii adăugînd bulionul, boiaua, sarea și foaia de dafin. Se pune apă cît să acopere cartofii și se lasă să fiarbă încet pînă cînd este gata. Mîncarea trebuie să fie scăzută.

190 Ciulama de cartofi

4-5 cartofi mari, 1 ceapă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 2-3 linguri făină, 2 linguri unt sau untură, ½ pahar lapte, sare.

Se curăță morcovul, pătrunjelul și ceapa, se spală și se taie ca fideaua, punîndu-se la fiert cu ½ litru apă. Cînd este fiert zarzavatul, se strecoară și se aruncă, se pun cartofii tăiați bucăți în zeama de zarzavat, sarea și laptele, și se lasă să fiarbă pînă cînd sînt fierți cartofii.

Se prăjește în altă cratiță făina cu untul sau cu untura pînă capătă culoare aurie și se stinge cu zeama în care au fiert cartofii, mestecînd cu lingura ca să nu se facă cocoloașe. Se pun apoi și cartofii și se lasă să mai dea 2-3 clocote. Se servește fierbinte.

191 Pire de cartofi

500 g cartofi, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr, ¾ pahar lapte, sare.

Cartofii, curățați și spălați, se fierb în apă sărată. Cînd sînt bine fierți (foarte moi), se scurg de apă și se strivesc cu presa de cartofi. Se pun într-un vas, se adaugă untul, sarea, zahărul, laptele; se amestecă, apoi se bat cu lingura de lemn pînă ce se obține o pastă spumoasă. Se acoperă vasul și se ține la cuptor 10-15 min. Se servește fierbinte ca garnitură la fripturi și tocături.

192 Cartofi prăjiți pai

500 g cartofi, 5 linguri untură sau ulei, sare.

Se curăță cartofii, se spală și se taie ceva mai gros ca tăiteii. Se sarează și se lasă să stea cu sarea cîteva minute. Se usucă apoi cu un șervet perfect curat și se prăjesc în untura bine înfierbîntată. Se scot din tigaie cu lingura de spumă, scurgîndu-se de untură și se servesc fierbinți ca garnitură la fripturi și tocături. Untura rămasă se scurge, se strecoară și se păstrează pentru a fi folosită altă dată.

193 Cartofi cu brînză la cuptor

1 kg cartofi, 200 g brînză de oi, 3 ouă, 1 pahar smîntînă, 100 g unt sau untură, sare.

Se spală bine cartofii și se fierb în coajă; cînd sînt fierți se curăță și se taie felii potrivit de subțiri.

Într-o tavă unsă bine cu unt se așază un rând de cartofi, se presară puțină brînză strivită mărunț, apoi din nou un rând de cartofi, și iar se presară brînză. Se repetă această operație pînă ce se pun toți cartofii și toată brînză. Se toarnă pe deasupra ouăle bătute și amestecate cu smîntîna, se sarează puțin, și se împrăștie pe toată suprafața bucățele de unt. Se dă la cuptor 25-30 min. Se servește fierbinte.

Se poate coace în tavă de metal, vas de piatră sau vas de lemn.

194 Cartofi ungurești

750 g cartofi, 2-3 cepe mari, 3-4 linguri untură, sare piper.

Se spală cartofii și se fierb în coajă. Cînd sînt gata, se curăță de coajă și se taie felii subșiri sau cuburi. Se taie ceapa mărunț și se prăjește în untură, într-o tigaie, pînă ce capătă culoarea gălbuie, se adaugă cartofii tăiați, sarea, piperul și se amestecă bine strivind puțin cartofii. Acești cartofi cu cît au mai multă untură, cu atît sînt mai gustoși.

195 Cartofi prăjiți economic

750 g cartofi, 1 lingură untură, 2 linguri ulei, sare.

Se curăță cartofii, se spală, se taie bucăți groase de un deget, se sarează și se lasă să stea cu sarea 5 min. Se pun toți într-o tigaie mare cu uleiul și untura încinse, se amestecă și se acoperă cu un capac. După cîteva minute se ridică capacul, se șterge de aburi repede cu o cîrpă uscată, se amestecă cartofii ușor și se acoperă cu capacul șters. Se procedează astfel din 3 în 3 min, pînă cînd cartofii sînt gata.

Cartofii prăjiți în acest fel sînt frumos rumeniți, moi și consumă grăsime puțină.

196 Cartofi noi cu smîntîna

1 kg cartofi, 2 linguri unt sau untură, 1 lingură mărar tocat, 1 pahar smîntîna, sare, salată verde.

Se curăță cartofii noi și se pun la fiert cu un pahar cu apă și puțină sare, timp de 10 min. Se adaugă untul și smîntîna și se lasă să fiarbă încet pînă cînd zeama scade la jumătate. În tot timpul fiertului se scutură cratița din cînd în cînd, iar după ce au fiert cartofii se adaugă mărarul tocat și se dau la cuptor pentru 10 min.

Se așază pe farfurie și se garnisesc cu salată verde.

197 Mîncare de cartofi noi

750 g cartofi, 1 ceapă mare, 500 g roșii sau 2 linguri bulion, 1 linguriță verdeață, sare, 2 linguri ulei, ½ linguriță făină.

Se prăjește în ulei ceapa tocată cu făina și se stinge cu roșiile tăiate bucăți, curățite de pieliță și semințe. Se adaugă sarea. În acest sos se pun cartofii curățați, se presară cu verdeață și se lasă să fiarbă la foc mic pînă sînt gata.

198 Chifteluțe de cartofi

500 g cartofi, 2 linguri făină, 1 ou, sare, piper (facultativ), 2-3 linguri untură sau ulei pentru prăjit.

Se curăță cartofii, se fierb, se strecoară și se dau prin presa de cartofi, prin sită sau prin mașina de tocat carne. Se pun într-un castron, se adaugă făina, sarea piperul și oul bătut, amestecînd bine. Din această cocă se fac chifteluțe, se dau prin făină și se prăjesc în ulei sau untură. Se pot servi și la soteuri.

199 Chifteluțe de cartofi umplute cu brînză

500 g cartofi, 2 linguri făină, 1 ou, sare, 150 g brînză de oi frămîntată cu un ou, 2-3 linguri untură sau ulei pentru prăjit.

Se prepară chifteluțele ca la 198, se fac însă mult mai subțiri. Peste o chifteluță se pune la mijloc puțină brînză frămîntată cu ou, se acoperă cu altă chifteluță și se lipesc marginile apăsînd marginile cu degetul. Se dau prin făină și se prăjesc.

200 Chifteluțe de cartofi umplute cu varză acră

Aceleași cantități ca la 198, în plus puțină varză acră.

Se prepară la fel cu chifteluțele de cartofi simple. Se fac însă mult mai subțiri, așezînd pe mijlocul unei chifteluțe puțină varză călită; se acoperă cu altă chifteluță și se lipesc apăsînd marginile cu degetul. Se dau prin făină și se prăjesc.

201 Chifteluțe de cartofi umplute cu marmeladă

Aceleași cantități ca la 198, în plus 1 linguriță zahăr, marmeladă.

Se spală cartofii, se fierb, se curăță, se strivesc cu presa de cartofi, sau se dau prin sită, sau prin mașina de tocat carne. Se pun într-un castron, se adaugă puțină sare, zahărul, oul bătut și făina, amestecîndu-se bine. Se fac chifteluțe subțiri, lipind două cîte două, după ce s-a pus înăuntru puțină marmeladă.

Se prăjesc în untură sau ulei încins; se pot servi simple sau cu zahăr și smîntînă.

202 Ruladă de cartofi cu legume

1 kg cartofi, 2 ouă, 1 pahar lapte, 1 linguriță unt, sare.

Umplutura: 500 g morcovi, 2 linguri unt, 1 linguriță zahăr, sare.

Sos de smântână, de lapte sau de ou.

Cartofii, curățați, se fierb în apă sărată. Când sînt gata se strecoară de apă și se strivesc ca pentru piure, se amestecă cu laptele, untul și sarea.

Morcovii, curățați și spălați, se taie ca tăiteii și se prăjesc înăbușit în unt cu zahărul, sarea și cîteva linguri de apă pînă scad bine și se moaie.

Pe un șervet udat și bine stors se întinde în strat uniform coca de cartofi, pe deasupra legumele, și se rulează cu șervetul unind capetele. Se așază ruloul pe o tavă unsă cu unt, se unge cu ou și se dă la cuptor pînă se rumenește. Înainte de a fi servit, se taie felii groase de două degete. Se servește cu sos de smântână, sos de lapte sau sos de ou (v. 84, 85, 86).

203 Dovlecei în floare cu ulei

750 g dovlecei în floare, 5 roșii mari, 1 ceapă, 1 linguriță mărar și pătrunjel tocat, 2 linguri ulei, 1 cățel usturoi, ¼ linguriță zahăr, sare.

Într-o cratiță se prăjește ceapa tocată în ulei, se adaugă dovleceii, roșiile opărite, curățate de pieliță și tăiate felii, verdeța tocată, usturoiul tocat foarte mărunt, zahărul și sarea. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă scade bine zeama și dovleceii sînt fierți. Se pot servi fierbinți sau reci.

204 Dovlecei prăjiți în ulei

4 dovlecei, 2 linguri făină, 3-4 linguri ulei, oțet sau zeamă de lămîie, sare.

Se rad dovleceii, se taie rotogoale subțiri. Se șterge fiecare rotogol cu un șervet curat și uscat, se dă prin făină și se prăjește în ulei. Când sînt prăjiți, se așază pe o farfurie și se toarnă deasupra zeamă de lămîie sau puțin oțet și sare. Se servesc fierbinți sau reci.

205 Dovlecei prăjiți cu smântână

6 dovlecei nu prea mari, 2 linguri untură, 1 linguriță unt, 1 pahar smântână, 1 linguriță făină, 1 linguriță mărar tocat, sare.

Se prăjesc dovleceii la fel ca la 204. Se așază pe o farfurie (de piatră sau de sticlă Iena) care merge la cuptor și se toarnă peste ei smântîna amestecată cu untul, făina și sarea. Se presară peste ei smântîna amestecată cu untul, făina și sarea. Se presară cu mărarul tocat și se țin la cuptor 20 min.

Se servesc fierbinți.

206 Chifteluțe de dovlecei

4 dovlecei mijlocii, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură verdeață tocată, miez de franzelă muiat în apă și bine bine (de mărimea unui ou), 2 linguri untură, 1 ceapă tocată puțin prăjită, sare, piper, salată verde sau roșii.

Se rad, se spală și se fierb dovleceii. Se lasă în strecurătoare să se scurgă foarte bine de apă (cel puțin jumătate de oră), apoi se toacă cu tocătorul de lemn. Se pun într-un castron și se amestecă cu ceapa tocată și puțin prăjită, oul, făina, franzela muiată în apă, sarea, piperul și verdeața tocată. Se pune câte o lingură din această compoziție în tigaia cu untură fierbinte, prăjindu-se pe ambele părți. Se așază pe o farfurie și se servesc cu salată verde sau cu felii de roșii aranjate în jurul chifteluțelor.

207 Mîncare de dovlecei cu cartofi

4 dovlecei potrivit de mari, 4-5 cartofi, 1 lingură untură, 1 lingură unt, 1 ceașcă smîntînă, 1 lingură făină, mărar, sare.

Se curăță dovleceii, se taie rotogoale de grosimea unui creion, se sarează și se lasă 10-15 min. Se șterg cu un ștergar, se tăvălesc în făină și se prăjesc în untură. Cartofii se curăță, se taie felii subțiri și se prăjesc de asemenea în untură. Se așază într-o cratiță un rînd de cartofi, un rînd de dovlecei și se presară cu mărar tocat, apoi din nou un rînd de cartofi, un rînd de dovlecei și încă un rînd de cartofi. Se toarnă peste ei, astfel așezați, smîntîna și se sarează. Se dau la cuptor, iar cînd mazărea este aproape gata se pune o lingură de unt întinzînd untul pe toată suprafața ei. Se servește fierbinte cu puțin mărar tocat pe deasupra.

208 Legume în sos de lapte

1 kg legume (cartofi noi sau mazăre boabe, fasole păstăi, sparanghel, morcovi, gulii), ½ lingură făină, 100 g unt, 1¼ pahar lapte, sare.

Legumele, curățat și spălate, se fierb în apă cu puțină sare, pînă sînt gata (cartofii, guliile, se taie cuburi). Se scurg de apă și se pun în următorul sos: 50 g unt se prăjește ușor cu o jumătate de lingură de făină și se stinge cu laptele fierbinte. Se lasă să fiarbă încet timp de 10-15 min, apoi se adaugă restul de 50 g unt, se lasă să mai dea un clocot și se servește imediat.

209 Pilaf de dovlecei

3 dovlecei, 1 pahar orez, 2 cepe, 2 linguri unt, 1 pahar lapte, 1 linguriță mărar tocat, sare, piper.

Se rad dovleceii, se taie în cuburi potrivit de mari și se pun la fiert în apă sărată ca să dea câteva clocote. Se scot din apă și se lasă să se scurgă. În acest timp se spală orezul, se prăjește în unt și se stinge cu două pahare de apă în care au fiert dovlecei. Se amestecă cu ceapa foarte fin tocată, sarea, piperul, mărarul, dovleceii și un pahar de lapte. Se lasă să fiarbă încet, timp de 10-15 min, apoi se dă la cuptor. Se poate servi cald sau rece.

210 Dovlecei umpluți cu orez

6 dovlecei, ½ pahar orez, 2 ouă răскоapte, 2 cepe, 1 lingură mărar tocat, ½ pahar lapte, 2 linguri untură, sare, piper, 1 pahar smântână, iaurt, făină.

O ceapă tocată mărunt se rumenește ușor în untură. Se adaugă orezul spălat, se prăjește puțin și se stinge cu laptele. Se lasă pe foc până începe orezul să înflorească. Se dă la o parte, se adaugă ouăle răскоapte tocate mărunt, mărarul, sarea și piperul. Se umplu dovleceii curățați, spălați, tăiați în două și scobiți de miez, se tăvălesc prin făină și se prăjesc în untură. După ce toți dovleceii sînt prăjiți, se așază într-o cratiță și se toarnă peste ei un sos preparat dintr-o ceapă mică tocată prăjită cu puțină untură și stinsă cu un pahar de apă și un pahar cu smântână.

Se lasă să fiarbă puțin pe foc, apoi se dă la cuptor până cînd sînt gata. Se servesc cu iaurt.

211 Dovlecei umpluți cu brînză de vacă

6 dovlecei, 350 g brînză de vacă, 2 ouă, 2 linguri unt, 1½ pahar smântână, sare.

Se rad dovleceii de coajă, se taie în două pe lung, se scobesc de miez și sămîntă și se sarează puțin. Apoi se umplu cu brînză amestecată bine cu ouăle, o lingură unt și două linguri de smântână. Se așază într-o tavă, se stropesc cu o lingură de unt topit și se dau la cuptor ca să se rumenească. Se servesc fierbinți turnînd restul de smântână peste ei.

212 Fasole verde cu smîntînă

1 kg fasole, 1 lingură unt, 1 pahar smîntînă, sare.

Se curăță, se spală și se fierbe fasolea în apă sărată. Se scurge de apă și se pune într-o cratiță cu unt încins. Se ține cratița

pe foc cîteva minute scuturînd-o mereu ca să se amestece untul cu fasolea. Se aşază fasolea pe o farfurie şi se toarnă deasupra smîntîna. Se serveşte imediat.

213 Fasole verde cu omletă

1 kg fasole, 3 ouă, 1 lingură făină, ½ pahar smîntînă, 2 linguri unt, sare.

Se curăţă, se spală şi se fierbe fasolea în apă sărată. Se strecoară şi se aşază în strat uniform într-un vas de piatră sau de sticlă de lina stropit cu unt topit. Se scurg pe deasupra ouăle bătute şi amestecate cu smîntîna şi făina. Se ţine în cuptor pînă se prinde omleta. Se serveşte la masă în vasul în care a fost la cuptor.

214 Fasole verde cu ouă şi brînză

1 kg fasole, 3 ouă, 1 lingură făină, ½ pahar smîntînă, 2 linguri unt, 3 linguri brînză de oi, rasă.

Se pregăteşte la fel ca fasolea verde cu omletă (v. 213), cu singura deosebire că fasolea se amestecă cu brînză şi apoi se aşază în vasul care merge la cuptor.

215 Fasole verde cu roşii

750 g fasole, 500 g roşii, 1 ceapă, 3 linguri ulei, 1 linguriţă pătrunjel şi mărar tocat, ½ linguriţă de zahăr, sare, 1 linguriţă făină.

Se curăţă fasolea, se spală şi se pune în apă fierbinte. După ce dă cîteva clocote, se scurge apa. Într-o cratiţă se prăjeşte în ulei ceapa tocată cu făina şi se stinge cu puţină zeamă în care a fiert fasolea. Se adaugă bulionul făcut din 500 g roşii sau roşiile curăţate de piele şi tăiate bucăţi mici, verdeaţa, zahărul, sarea şi fasolea bine scursă de apă. Se lasă pe foc să dea cîteva clocote, apoi se dă la cuptor şi se ţine pînă cînd zeama a scăzut bine. Se poate servi fierbinte sau rece.

216 Fasole boabe preparată greceşte

350 g boabe de fasole verde, o mînă de mărar, o mînă de pătrunjel, o mînă de leuştean, 10-15 fire de ceapă verde, 1 linguriţă bulion, 4 linguri, sare, piper.

Se spală şi se fierbe fasolea în apă sărată. Se strecoară şi se lasă să se scurgă de apă. Se pune într-o cratiţă la prăjit în ulei ceapa tocată mărunt. Cînd ceapa se moaie puţin, se adaugă verdeţurile tocate şi se lasă să se prăjească pînă devin

moi. Se adaugă bulionul, sarea piperul și boabele de fasole verde care au fost fierte și bine scurse. Se amestecă și se lasă să se prăjească câteva minute.

217 Fasole boabe bătută

500 g fasole boabe uscată, 3 l apă, 3 cepe mari, 3-4 linguri ulei, ½ linguriță boia de ardei, usturoi pisat (facultativ), sare, murături.

Se alege, se spală și se moaie fasolea de cu seara. A doua zi se pune la fiert, se lasă să dea câteva clocote, apoi se scurge apa, înlocuind-o cu altă apă caldă. Din nou se lasă să dea câteva clocote și se scurge apa. Această operație de schimbare a apei se repetă de trei ori. În ultima apă se lasă fasolea să fiarbă pînă ce este bine fiartă și bobul poate fi strivit cu ușurință între degete. Se strecoară și se dă prin sită.

Se prăjește ceapa tăiată peștișori și se lasă să se rumenească frumos, adăugînd și boiaua de ardei.

Fasolea dată prin sită se pune într-un castron scurgînd peste ea tot uleiul rămas după prăjirea cepei. Se freacă apoi cu lingura pînă se obține o pastă spumoasă (dacă pasta pare a fi prea groasă, se poate subția cu puțină zeamă în care a fiert fasolea), se sarează și se adaugă usturoiul pisat.

Se așază fasolea bătută pe farfurie, se presară peste ea ceapa prăjită și se garnisește de jur împrejur cu bucăți de cas-treveți acri, gogoșari sau alte murături.

218 Mazăre cu smîntînă

1 kg mazăre boabe, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar tocat, 1 pahar smîntînă, sare, frigatele (facultativ).

Se pune la foc într-o cratiță untul ca să se înfierbînte, se adaugă făina și se prăjește foarte puțin, stingîndu-se cu jumătate pahar de apă. Se pun smîntîna, zahărul, sarea, mărarul tocat și mazărea boabe, și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd mazărea este fiartă. Se poate servi și cu frigatele.

219 Mazăre pregătită țărănește

1 kg mazăre, 2 linguri ulei, 4-5 roșii, 1 lingură verdeață tocată, sare.

Într-o cratiță cu uleiul încins se pun mazărea boabe și roșiile curățate de piele și semințe și tăiate felii. Se sarează și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic, scuturînd din cînd

în cînd cratița și se adaugă cîte o lingură, două, de apă. Cînd mazărea este fiartă, se adaugă verdeța, se mai lasă la foc cîteva minute.

Se servește fierbinte sau rece.

220 Mazăre cu roșii

1 kg mazăre verde, 1 linguriță unt, 4-5 roșii, 1 ceapă, 1 linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar tocat, sare.

Într-o cratiță se prăjește ceapa în unt pînă cînd se îngălbenește. Se adaugă mazărea, roșiile curățate de piele și de sămînță și tăiate bucăți mici, zahărul, sarea și mărarul. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd mazărea este gata. Mîncarea trebuie să fie scăzută.

221 Mazăre uscată bătută

400 g mazăre, 4 l apă, 1 linguriță zahăr (facultativ), 5-6 linguri ulei, sare, gogoșari (sfeclă roșie).

Mazărea, spălată și muiată de cu seară, se pune la fiert. Se fierbe la foc mic, acoperită. Cînd este bine fiartă (bobul moale), se scurge de apă și se dă prin sită, subțindu-se cu cîteva linguri din zeama în care a fiert. Se adaugă zahărul și sarea și se freacă, adăugînd uleiul picătură cu picătură, pînă cînd devine spumoasă.

Se așază pe farfurie și se garnisește cu felii de gogoșari sau sfeclă roșie fiartă.

222 Vinete înăbușite în smîntînă

3 vinete frumoase, 2 linguri unt sau untură, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță mărar tocat, sare.

Se spală vinetele, se înlătură cotorul și se taie în sferturi în lungime, apoi fiecare sfert în două (pe lățime). Bucățile de vinete se opăresc cu apă fierbinte și sărată, lăsîndu-le în apă timp de 5 min, apoi se scurge apa și se lasă 5-10 min vinetele în strecurătoare ca să se scurgă. Fiecare bucățică de vînată se dă prin făină și se prăjește în untul sau grăsimea fierbinte. Se așază apoi într-o cratiță, se toarnă peste ele smîntîna, se sarează și se lasă să fiarbă jumătate de oră la foc mic, scuturînd din cînd în cînd cratița. Se așază pe farfuria de servit și se presară mărarul meu.

223 Mîncare de vinete cu usturoi

3-4 vinete potrivit de mari, 4 cepe, 5 căței de usturoi, 4 roșii, 3 linguri ulei, sare.

Se coc vinetele, se curăță fierbinți și se lasă să se scurgă, apoi se desfacă în fișii. Se așază într-o cratiță un rînd de vinete, apoi un rînd de roșii, opărite ușor, curățate și tăiate roto-goale. Se presară puțin din usturoiul tocat și puțină sare pe deasupra, și se așază din nou un rînd de vinete, un rînd de roșii, usturoi și sare. Se procedează astfel așezînd toate vinetele și toate roșiile. Se prăjește ceapa tăiată felii subțiri în ulei; ceapa se ia la o parte, iar uleiul se scurge peste vinetele și roșiile așezate în cratiță.

Se dă la cuptor, ținîndu-se pînă cînd usturoiul devine moale.

Se lasă să se răcească, se așază pe o farfurie și se presară pe deasupra ceapa prăjită. Se servește rece.

224 Vinete preparate grecește

3-4 vinete mari, 500 g roșii, 4 linguri ulei, ½ linguriță zahăr, 2 linguri făină, 1 căpățînă usturoi, sare.

Se taie vinetele pe lungime și lățime în opt, se opăresc cu apă clocotită și se țin 15 min sub presă (se așază pe un fund de lemn și se acoperă cu altul peste care se pune o greutate). Se scurg bine, apoi fiecare bucățică se tăvălește în făină și se prăjește în ulei încins. Se așază într-un vas care rezistă la cuptor (de piatră sau de sticlă de Iena), și se varsă peste ele următorul sos:

În uleiul care a rămas de la prăjitul vinetelor se prăjește usturoiul tocat mărunt și se amestecă cu roșiile curățate de pieliță și semințe, tăiate bucățele mici, zahărul și sarea. Se lasă să fiarbă cîteva minute cu vinetele. Se dau la cuptor pentru 15-20 min. Se servesc reci.

225 Mîncare de vinete preparată rusește

3 vinete potrivite, 500 g roșii, 3 cepe, 1 morcov, 3 ardei grași, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 lingură mărar și pătrunjel verde, 1 căpățînă usturoi, 2 linguri făină, 4 linguri ulei, ½ linguriță zahăr, sare.

Se spală vinetele, se scoate cotorul și se taie în roto-goale de grosimea unui deget. Se presară cu sare și se lasă astfel o oră. Fiecare felie se scurge bine, se usucă cu un șervet perfect curat și uscat, se tăvălește prin făină și se prăjește în ulei la foc nu prea iute, pe ambele părți. După ce s-au prăjit toate vinetele, în uleiul rămas se prăjește ceapa și zarzavatul, tăiate felii subțiri, lăsîndu-le să se moaie.

Într-o cratiță se așază pe fund un rând de roșii tăiate roto-goale, peste ele un rând de vinete prăjite, se presară cu puțin usturoi pisat, iar apoi un strat de zarzavat prăjit, presărat cu puțină verdeață. Se procedează astfel pînă se așază totul, avînd grijă ca ultimul rând să fie de roșii tăiate.

Restul roșiilor rămase se fierb cu 2-3 linguri de apă, se trec prin strecurătoare, se adaugă puțină sare și ½ linguriță de zahăr. Acest sos se toarnă în cratiță peste vinete și se dă la cuptor ținîndu-se pînă ce mîncarea scade bine.

Se răstoarnă pe farfuria de servit și se servește caldută sau rece.

226 Chifteluțe de vinete

2 vinete mari, 2 linguri brînză, 2 ouă, 2 linguri făină, ulei pentru prăjit, sare, salată verde.

Se coc vinele, se curăță fierbinți și se lasă să se scurgă. Se toacă cu tocătorul de lemn, se pun într-un castron adăugînd sarea, brînză, ouăle și făina. Se amestecă totul bine, apoi din pasta obținută se ia cu lingura și se prăjesc în ulei înfierbîntat, pe ambele părți, chifteluțe nu prea mari.

Se așază pe farfurie, se presară cu puțină brînză rasă, se garnisesc cu cîteva frunzulițe de salată și se servesc fierbinți sau reci.

227 Varză de Bruxelles cu smîntînă

750 g varză, 2 linguri unt, 1 pahar smîntînă, sare.

Se aleg verzișoare mici, se curăță de frunzele galbene, se spală bine în cîteva ape și se pun la fier la foc iute, în apă sărată, circa 20 min. Cînd sînt fierte, se scurg bine de apă, apoi se pun la foc mic într-o cratiță, cu untul înfierbîntat, se acoperă cu capac și se lasă 10 min, scuturînd mereu cratița. Se toarnă smîntîna și se mai lasă la foc cîteva minute. Se servește fierbinte.

228 Varză de Bruxelles la cuptor

750 g varză, 2 linguri unt, 2 linguri brînză, 2 ouă, 2-3 linguri lapte, sare, pesmet.

Se aleg verzișoare mici, se curăță de frunzele galbene, se spală bine în cîteva ape și se pun la fier la foc iute, în apă sărată 20 min. Se scurg bine de apă. Într-un vas care rezistă la cuptor (de piatră sau de sticlă de Iena), uns cu unt și presărat cu pesmet, se așază un strat de verzișoare;

peste el se presară brînză rasă și se stropește cu unt încălzit. Se procedează astfel pînă sînt așezate toate verzișoarele, apoi se toarnă deasupra ouăle bătute spumă, amestecate cu laptele și sarea. Se lasă la cuptor pînă se rumenește. Se servește fierbinte.

229 Praz cu măsline

4-5 fire de praz, 4 linguri ulei, ½ linguriță zahăr, 1 lingură oțet, 1 lingură bulion, 150 g măsline, sare, piper.

Se curăță și se spală bine prazul tăiat în bucăți nu prea mari, apoi se opărește cu apă clocotită. Se pune prazul scurs bine de apă într-o cratiță cu ulei fierbinte, se prăjește puțin, se adaugă sarea, piperul, bulionul, zahărul, oțetul și măslinele, și se dă la cuptor lăsînd să scadă bine.

230 Pilaf de praz

4-5 fire de praz, 2 cepe, 1 pahar orez, 2 pahare apă, 3 linguri ulei, 1 lingură bulion, sare, piper.

Într-o cratiță se prăjește puțin ceapa în ulei, apoi se pune orezul spălat și se lasă să se prăjească de asemenea puțin. Se adaugă prazul tăiat, spălat și opărit, sarea, piperul, bulionul și apa. După ce dă un clocot, se acoperă cratița cu capac și se dă la cuptor pînă este gata.

231 Conopidă cu parmezan

1 conopidă mare, 3 linguri unt, 3-4 linguri parmezan ras (se poate înlocui cu cașcaval), 1 lingură pesmet, sare.

Se spală conopida, se desface în buchețele și se fierbe în apă sărată. Cînd este gata, se scurge bine de apă, se așază într-un vas care rezistă la cuptor (de piatră sau de sticlă de Iena) rînduri presărate cu parmezan. Deasupra se presară cu pesmet, se toarnă untul cald peste conopidă și se dă la cuptor pentru 15-20 min. Se servește fierbinte.

232 Mîncare de conopidă

1 conopidă mare, 3 linguri ulei, 1 ceapă mare, ½ linguriță făină, 5-6 roșii mari, ½ linguriță zahăr, 1 lingură mărar și pătrunjel tocat, sare.

Se desface conopida în buchețele, se spală și se opărește cu apă clocotită, se lasă să se scurgă bine de apă. Ceapa tăiată mărunt se prăjește într-o cratiță cu uleiul înfierbîntat, pînă se moaie puțin, se adaugă făina și se lasă să se prăjească

puțin. Se stinge cu 2-3 linguri de apă, se adaugă zahărul, sarea și roșiile curățate de piele și semințe și tăiate în bucăți mici. După ce a dat un clocot, două, se adaugă conopida și verdeța și se lasă să fiarbă încet acoperit. Mîncarea trebuie să fie scăzută și se poate servi caldă sau rece.

233 Varză dulce călită

1 varză mijlocie, 3 linguri untură, cîteva boabe piper, 3-4 roșii, sare.

Se taie varza foarte subțire, se sarează puțin și se freacă cu mîna. Se pune untura într-o cratiță să se înfierbînte, apoi varza să se prăjească, amestecînd mereu ca să nu se prindă de fundul cratiței și adăugînd cîte puțină apă. Cînd varza este aproape gata, se adaugă piperul, roșiile curățate de piele și tăiate felii foarte subțiri, se amestecă și se lasă pe foc pînă scade bine. Se servește ca garnitură.

234 Varză acră călită

1 varză mijlocie, 3 linguri untură, cîteva boabe piper.

Dacă varza este prea sărată sau prea acră, se spală în apă, potrivind-o după gust, apoi se taie cît se poate de subțire și se pune într-o cratițăcu untura înfierbîntată să se prăjească. Se amestecă mereu ca să nu se lipească de cratiță, adăugînd cîte puțină apă pînă cînd varza este gata. Se adaugă piperul și se ține la cuptor 15 min. Se servește ca garnitură.

235 Chifteluțe de varză

1 varză mică, 1 ou, 2-3 linguri făină, sare, piper, 1 linguriță mărar și pătrunjel tocat, 3 linguri untură sau ulei.

Se toacă varza ca fideaua, se freacă cu puțină sare și se opărește. Se lasă să se scurgă bine de apă și se dă prin mașina de tocat. Varza trecută prin mașina de tocat se amestecă cu oul, făina, verdeța, sarea și piperul. Din compoziția obișnuită se fac chifteluțe, se dau prin făină sau pesmet și se prăjesc în untură bine încinsă.

236 Bame preparate grecește

500 g bame tinere, 2-3 linguri ulei, 5-6 roșii, 1 ceapă, 1 lingură oțet, ½ linguriță zahăr, 1 lingură mărar și pătrunjel tocat, sare.

Se curăță bamele, se spală și se țin în apă bine sărată și amestecată cu puțin oțet, timp de 30-40 min. În acest timp

se taie ceapa mărunt și se prăjește cu uleiul pînă devine gălbuie, se adaugă roșiile curățate de pielețe și semințe tăiate bucăți mici, apoi bamele, oțetul, zahărul și sarea, se amestecă încet și se lasă să fiarbă acoperite la foc mic. Cînd este aproape gata, se adaugă verdeța tocată. Această mîncare se poate servi și caldă, însă este mult mai gustoasă rece.

237 Mîncare de țelină

5 țeline mari, 1 ceapă, 2 linguri untură, 2 linguri făină, 1 pahar lapte, 1 linguriță frunză de țelină tocată, sare.

Se curăță țelinele, se spală și se taie felii groase de 1 cm. Fiecare felie se dă prin făină și se prăjește ușor pe o parte și pe alta. În restul de untură, se prăjește ceapa tocată mărunt pînă devine gălbuie, se adugă o linguriță de făină, se lasă să se rumenească, apoi se stinge cu laptele și se lasă să dea un clocot. În acest sos se pune țelina prăjită, se sărează și se lasă să fiarbă încet, acoperit, scuturînd din cînd în cînd ușor cratița. La urmă se adaugă frunza de țelină tocată. Această mîncare se poate prepara cu ulei, în acest caz laptele se înlocuiește cu apă și cu o lingură, două de bulion.

238 Mîncare de gulii

6-7 gulii frumoase, 2 linguri unt sau untură, 1 ceapă, 1 pahar lapte, 2 linguri făină, ½ linguriță zahăr, 1 linguriță de mărar și pătrunjel tocat, sare.

Se prepară la fel ca și mîncarea de țelină (v. 237), cu deosebirea că se adaugă ½ linguriță zahăr și frunza de țelină se înlocuiește cu mărar și pătrunjel.

239 Pire de spanac pentru ochiuri

1,5 kg spanac, 2 linguri unt, 1 pahar lapte, sare.

Se aleg frunzele de spanac, se spală bine în mai multe ape. Se pune la fiert în apă fierbinte și se lasă să dea cîteva clocote pînă se moaie spanacul. Se scurge de apă, se lasă în strecurătoare pînă se răcește, se toacă foarte mărunt, apoi se pune într-o cratiță cu untul, 2-3 linguri de apă, laptele și sarea și se lasă să fiarbă încet pînă scade bine. Acest pire de spanac se servește cu ouă (ochiuri sau jumări).

240 Pire de spanac cu ceapă

1,5 kg spanac, 2 linguri unt, 1½ pahar lapte, 1 ceapă mică, 1 linguriță făină, un praf zahăr, sare.

Ceapa foarte mărunț tocată se rumenește în unt, se adaugă făina, se amestecă și se stinge cu laptele. Se pune spanacul curățat, spălat, opărit și tocat, sarea și zahărul și se lasă să fiarbă foarte încet pînă scade bine. Spanacul preparat astfel se servește cu friganele sau crochete.

241 Ardei umpluți cu vinete

6 ardei mari, 500 g roșii, 2 vinete mari, 2 cepe, 1 ou, 2 lingurițe făină, 2 linguri untură, ½ linguriță zahăr, sare, piper, 1 lingură pătrunjel și mărar tocat.

Se spală ardeii, se șterg, se scot cotoarele și se scutură bine semințele din fiecare ardei. Vinetele coapte, curățate și tocate se amestecă cu cele două cepe prăjite, oul, sarea, piperul și făina. Se umplu ardeii cu această compoziție, se închide fiecare cu cîte un căpăcel de roșie și se prăjesc în untură. Se așază într-o cratiță și se toarnă peste ei un sos preparat din roșiile fierte și strecurate prin sită, amestecate cu puțină sare, zahăr și untura ce a rămas de la prăjitul ardeilor.

Peste ardei și peste sosul turnat se presară pătrunjel și mărar tocat și se dă la cuptor să fiarbă încet pînă ce se moaie ardeii.

242 Ardei umpluți cu orez

12 ardei nu prea mari, 1 pahar orez, 1 morcov ras, 3 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură pătrunjel și mărar tocat, 750 g roșii, ½ linguriță făină, sare, piper.

Se prăjește ceapa tocată în două linguri de ulei, se adaugă orezul spălat și se lasă să se prăjească pînă începe să se îngălbenească. Se toarnă puțină apă, lăsînd pe foc mic pînă cînd orezul începe să se umfle. Se ia de la foc și se adaugă morcovul ras, sare, piperul și verdeața. Se umplu ardeii spălați, cu cotorul scos și scuturați de semințe, cu orezul astfel preparat. Se așază în cratiță și se toarnă peste ei un sos preparat dintr-o bucătică de ceapă tăiată mărunț prăjită cu o lingură de ulei și ½ linguriță de făină și stinsă cu zeama de la 750 g roșii fierte și strecurate. Se amestecă cu sarea, pătrunjelul și mararul tocat. Se pun la fiert la foc mic (sau se pun la cuptor) pînă ce sînt gata și sosul este scăzut.

243 Roșii umplute cu orez

Aceleași cantități ca la ardeii umpluți cu orez.

Se scobesc și se scurg roșiile. Mai departe se prepară la fel ca ardeii umpluți cu orez (v. 242).

244 Sarmale cu orez (fără carne)

1 pahar orez, 3-4 cepe mari, 4-5 linguri ulei, 1 morcov, verdeață tocată, piper, sare, 2 linguri bulion, 1 varză mijlocie, dulce sau acră.

Ceapa tocată mărunt se prăjește în ulei pînă devine galbenă. Se adaugă orezul spălat, morcovul ras pe răzătoarea de zarzavat și se lasă să se prăjească încă puțin pînă se moaie morcovul. Apoi se adaugă o lingură de bulion, 2-3 linguri apă, sarea și piperul. Se lasă la foc, amestecînd cu lingura pînă scade bine lichidul. Se ia de la foc, se adaugă verdeața tocată și se fac sarmale din varză dulce sau acră. Varza dulce se opărește, iar cea acră se spală. Dacă se prepară cu varză dulce, se fierb sarmalele cu borș, iar dacă se prepară cu varză acră, se fierb cu o lingură bulion și apă (v. și 388, 389).

245 Ciulama de ciuperci

750 g ciuperci, 1 linguri unt sau untură, 1 lingură făină, sare, 1 ceșcuță lapte.

Se curăță ciupercile, se spală, se taie și se fierb cu apă sărată (apă atît ca să le acopere). Cînd sînt gata, se strecoară, iar zeama se păstrează. Se prăjește ușor făina în unt, se stinge cu zeama în care au fiert ciupercile, se adaugă o ceșcuță de lapte și se lasă să fiarbă pînă ce sosul este potrivit de gros. Se adaugă ciupercile și se mai fierb 10 min. Se servește fierbinte cu mămăliguță.

246 Mîncare de ciuperci cu roșii

600 g ciuperci, 3-4 cepe, 4-5 roșii mari, 3 linguri ulei, mărar și pătrunjel tocat, sare, piper.

Se curăță ciupercile, se spală bine și se taie bucăți. Ceapa tăiată subțire se prăjește ușor în ulei, se adaugă ciupercile și roșiile curățate de pielețe și semințe, tăiate felii, sarea, piperul și verdeața. Se lasă să fiarbă încet, pînă cînd scade bine de tot. Se poate servi caldă, însă este mult mai gustoasă rece.

247 Ciuperci țărănești

750 g ciuperci, 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 pahar smântână, sare, piper.

Se curăță ciupercile, se spală bine și se taie felii. Se opăresc cu apă clocotită, se scurg și se pun într-o cratiță împreună cu ceapa tăiată foarte fin și o lingură de unt. Se lasă să se prăjească câteva minute, apoi se toarnă peste ele smântâna. Se adaugă sarea, piperul și se lasă să fiarbă în cuptor o oră.

248 Ciuperci cu sos de lapte

750 g ciuperci, 1 pahar lapte, 1 lingură făină, 1 lingură unt, 2 linguri brânză rasă sau parmezan, sare.

Se curăță ciupercile, se spală și se taie bucăți ceva mai mari. Se fierb cu puțină apă sărată. Când sînt gata, se lasă să se scurgă. În acest timp se prăjește în unt o lingură de făină și se stinge cu laptele, apoi se pun ciupercile bine scurse, se lasă să fiarbă câteva minute, se adaugă brînză rasă sau parmezanul și se dau la cuptor pentru o jumătate de oră.

249 Pilaf de ciuperci

500 g ciuperci, 1 pahar orez, 2 cepe mari, 3 linguri ulei, sare, piper.

Se curăță, se spală și se taie ciupercile bucăți. Se pun într-o cratiță împreună cu ceapa tăiată și cu 2 pahare de apă. Se lasă să fiarbă încet cam 15 min. Se strecoară, iar zeama de ciuperci se măsoară. Trebuie să fie două pahare de zeamă; ceea ce prisosește se aruncă, iar dacă nu cumva nu ajunge, se adaugă apă.

Se pun ciupercile strecurate în cratiță, se toarnă peste ele cele două pahare de zeamă și se adaugă orezul spălat și prăjit ușor în 3 linguri de ulei, sarea și piperul. Se lasă să fiarbă la foc încet, acoperit cu un capac îmbrăcat cu un șervet muiat în apă și șters. Când orezul este aproape fiert, se dă la cuptor, la foc mic, pînă cînd înfloarește orezul. Acest pilaf se poate servi cald sau rece.

250 Ciuperci la tavă

500 g ciuperci, 2 linguri ulei, puțin piper pisat, sare, pătrunjel tocat.

Se aleg ciuperci mari, se curăță, se rup codițele, se spală și se lasă să se scurgă bine de apă. Codițele curățate și spălate



se toacă mărunt, se amestecă cu sare, piper și pătrunjel tocat. Se așază ciupercile într-o tavă, se pun în mijlocul fiecărei ciuperci codițele tocate, se presară cu sare, se stropesc cu ulei și se dau la cuptor la foc potrivit.

Cînd sînt gata, se așază încet pe farfuria de servit și se stropesc cu zeama din tavă.

Mîncări de ouă

251 Omletă

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 2 linguri lapte, $\frac{1}{2}$ linguriță unt sau untură, sare.

Se sparg ouăle într-un castron, se bat spumă, se amestecă cu laptele și sarea și se toarnă în tigaia încinsă cu unt. Se prăjește la foc mic, iar după ce s-a rumenit puțin pe o parte, se întoarce pe cealaltă, se lasă să se rumenească și pe această parte. Cînd este coaptă, se rulează în formă de sul și se așază pe farfurie. Se poate servi simplă, cu sos de roșii (v. 78) sau cu sos de smîntînă (v. 85).

252 Omletă cu smîntînă

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 1 lingură smîntînă, $\frac{1}{2}$ lingură unt sau untură, sare.

Se prepară ca și rețeta 251, înlocuind laptele cu smîntînă. Se servește imediat ce este gata.

253 Omletă cu șuncă

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 50 g șuncă slabă, 2 linguri lapte sau 1 linguriță smîntînă, 1 linguriță untură, sare.

Se bat ouăle spumă, se adaugă laptele sau smîntîna și sarea. Șunca se taie bucăți mai mici, se amestecă cu ouăle bătute și totul se prăjește în tigaie, în untură încinsă, întîi pe o parte, apoi pe cealaltă parte. Șunca se poate înlocui cu parizer. Se servește imediat.

254 Omletă cu mere

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 100 g mere rase, 1 lingură smântână, 1 linguriță unt, zahăr.

Se bat ouăle spumă, se adaugă smântîna și merele curățate și rase, se amestecă și se prăjește în tigaie, în unt bine înfierbîntat. Se servește fierbinte, presărată cu zahăr.

255 Omletă cu brînză

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 50 g brînză rasă, 1 lingură smântînă, 1 linguriță unt, pătrunjel.

Se prepară la fel ca omleta cu șuncă (v. 253), înlocuind șunca cu brînză de oi, rasă. Cînd este rumenită ușor pe ambele părți, se rulează în formă de sul, se presară cu puțin pătrunjel tocat și se servește imediat. Se poate prepara și cu brînză de burduf sau cu brînză frămîntată. În acest caz se prepară o omletă obișnuită și cînd este gata, se așază brînză și se rulează.

256 Scrob (jumări)

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 2 linguri lapte, 1 linguriță unt sau untură, sare.

Se bat ouăle spumă, se amestecă cu laptele și sarea și se toarnă în tigaia cu untul sau untura bine înfierbîntată. Se amestecă ușor, dar mereu, cu furculița ca să nu se prindă de tigaie. Jumările reușite trebuie să fie moi. Se servește imediat.

257 Scrob (jumări) cu smîntînă

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 1 lingură smîntînă, 1 linguriță unt sau untură, sare.

Se prepară ca și rețeta 256, adăugînd smîntîna și amestecînd-o bine cu ouăle bătute.

258 Scrob (jumări) cu șuncă

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 50 g șuncă slabă (parizer), 2 linguri lapte, 1½ linguriță untură, sare.

Se bat ouăle spumă, se amestecă cu laptele și sarea. Șunca tăiată bucățele potrivit de mari se prăjește puțin în untură. În tigaie, peste șuncă, se toarnă ouăle bătute și se amestecă ușor cu furculița, pînă cînd sînt gata. Se servesc imediat. Șunca se poate înlocui cu parizer.

259 Scrob (jumări) preparat ardeleneste

Pentru 1 persoană: 2 ouă, 80 g slănină afumată, sare.

Se crestează o felie de slănină de 80 g și se pune pe tigaie (de preferat într-un vas mic de tuci), lăsînd-o să se prăjească bine pe toate părțile. Cînd devine crocantă, se toarnă ouăle bătute spumă și sărate, se amestecă cu furculița ca să nu se prindă și se servește imediat.

260 Scrob (jumări) cu brînză

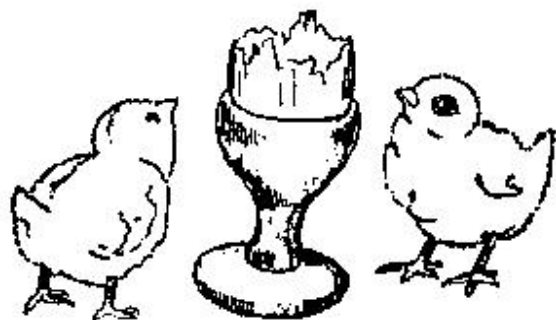
Pentru 1 persoană: 2 ouă, 1 lingură smîntînă, 50 g brînză rasă, 1 linguriță unt.

Se prepară ca și rețeta 256, adăugînd în ouăle bătute și amestecate cu smîntînă, brînză rasă de oi.

261 Scrob (jumări) cu vinete

Pentru 2 persoane: 1 vînătă frumoasă, 4 ouă, 2 linguri ulei, sare.

Se spală vînăta, se șterge, se taie în cuburi mici, se sarează și se lasă să stea cu sare timp de 20-30 min. Apoi se spală și se lasă să se scurgă bine. Se prăjește în ulei fierbinte pînă cînd bucățelele de vînătă se moaie. Peste ele se toarnă ouăle bătute spumă. Se amestecă cu furculiță pînă cînd se întăresc ouăle (nu prea mult) și se servește imediat.



Mîncări și alte preparate de pește

262 Crap prăjit

1 kg crap, 3 linguri ulei, 2 linguri făină, zeamă de lămîie, sare.

Se curăță peștele, se spală, se taie bucăți, se sarează și se lasă 10-15 min ca să pătrundă sarea. Se șterge apoi fiecare bucată cu un șervet curat și uscat, se dă prin făină și se prăjește în ulei încins, pe ambele părți. Se servește cald, cu cartofi prăjiți și salată verde. După gust, se poate servi cu zeamă de lămîie.

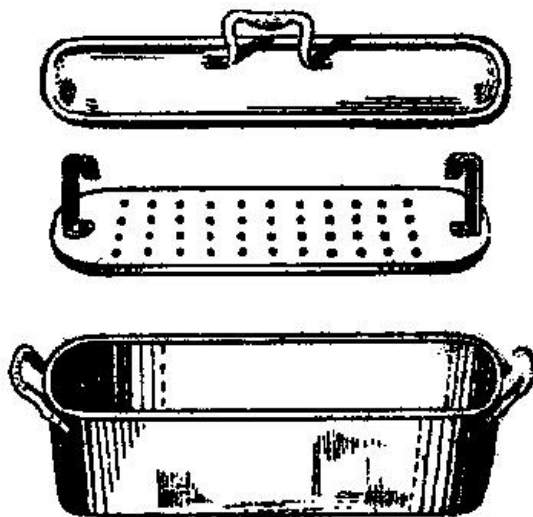
263 Crap rasol

1 kg crap, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2-3 boabe piper, 1 foaie de dafin, 2 linguri zeamă de lămâie, 2 linguri ulei, 2-3 cartofi, sare.

Se curăță peștele, se spală, se sarează și se lasă cu sarea 10-15 min. În acest timp se pune la fiert zarzavatul curățat cu 1 kg de apă, puțină sare, piper și foaie de dafin. Se lasă să fiarbă pînă cînd se moaie zarzavatul, apoi se trage cratița de la foc, se pun cartofii tăiați în sferturi, se lasă să dea 2-3 clocote, apoi bucățile de pește. Se lasă să fiarbă la foc încet și acoperit cu capac pînă cînd peștele și cartofii sînt gata.

După ce s-a răcit peștele, se scoate din cratiță așezîndu-l în mijlocul unei farfurii de servit, iar în jurul lui se aranjează cartofii și zarzavatul fiert.

Se amestecă uleiul cu zeama de lămâie și cu 2-3 linguri din zeama în care a fiert peștele, se toarnă peste pește și peste legume, apoi se presară pătrunjel tocat.



264 Plachie de crap

1 kg crap, 4 linguri ulei, 5-6 cepe mari, 1 lingură bulion, 2 linguri făină, 2-3 boabe de piper, 2-3 boabe ienibahar, 1 pahar vin, cîteva felii de lămîie, sare.

Peștele, curățat și spălat, se taie în bucăți, se sarează și se lasă să stea 15-20 min. Apoi se șterge fiecare bucată cu un șervet curat și uscat, se dă prin făină și se prăjește în ulei fierbinte pe ambele părți.

În uleiul rămas de la prăjirea peștelui se prăjește ceapa tăiată peștișori. Cînd ceapa se îngălbenește, se adaugă bulionul, vinul, sarea, piperul, ienibaharul, feliile de lămîie și bucățile de pește prăjit. Se dă la cuptor la foc mic și se lasă pînă ce scade. Se poate servi caldă sau rece.

265 Crap pe orez

1 kg crap, 1 pahar orez, 1 linguriță făină, 2 linguri oțet, sare, piper, 4 linguri ulei, ceapă.

Peștele, curățat și spălat, se despică în două în lungul spatelui, apoi se taie bucăți de 3-4 cm lățime; se sarează și

se lasă cam jumătate de oră. În acest timp se prăjește în ulei ceapa tăiată peștișori pînă ce este pe jumătate prăjită, se adaugă orezul spălat și uscat cu un șervet și se lasă să se prăjească pînă cînd începe să se îngălbenească. Apoi se toarnă apă cît să acopere orezul și se lasă să fiarbă 5-6 min. Acest orez amestecat cu ceapa se pune într-o tavă, se presară cu sare și piper pisat, iar pe deasupra lui se așază bucățile de pește.

Se face un sos dintr-o linguriță de făină amestecată cu două linguri de oțet, se toarnă peste pește și se dă la cuptor. Din cînd în cînd se toarnă cîte puțină apă ca să nu se ardă orezul.

Se servește cald sau rece.

266 Crap cu maioneză

1 kg crap, zarzavat de supă, 3-4 boabe de ienibahar, 1 foaie de dafin, 1 ceapă, sare, salată verde.

Se fierbe crapul împreună cu zarzavatul ca pentru rasol (v. 263). Se lasă să se răcească în apa în care a fiert, apoi se scoate cu băgare de seamă și se așază pe un platou. Cu ajutorul cuțitului se despică pe lung, se scoate șira spinării și toate oasele. Această operație trebuie făcută fără să se strice forma peștelui. Se așază o jumătate peste cealaltă, se taie cu cuțitul în bucăți și se acoperă cu maioneză.

Marginile platoului se îmbracă cu salată verde foarte fin tăiată (ca tăiței) pe care din loc în loc se pun grămăjoare de morcov tocat mărunt (morcovul care a fiert împreună cu peștele), iar în vârful fiecărei grămăjoare se așază cîte o măslină.

267 Marinată de crap

1 kg crap, 3 linguri ulei, 2 linguri făină, sare, 1 ceașcă oțet, 1 ceașcă apă, 3-4 boabe ienibahar, 2-3 foi de dafin, 2 bucăți zahăr, sare.

Crapul, curățat și spălat, se taie în bucăți, se sarează și se lasă să stea astfel o jumătate de oră. Se usucă fiecare bucată cu un șervet curat, se dă prin făină și se prăjește în ulei încins, pe ambele părți, la foc mic. Bucățile de crap rumenite frumos se așază într-un castron sau într-un borcan și se toarnă peste ele oțetul care a dat cîteva clocote împreună cu apa, sarea, boabele de ienibahar, foile de dafin și zahărul. Cînd se toarnă peste pește, oțetul trebuie să fie rece. Se servește după 2-3 zile.

Dacă sosul este prea acru, se adaugă puțină apă fiartă, sau dacă mai trebuie acrit, se mai adaugă puțin oțet fiert și răcit.

268 **Șalău prăjit**

Se prepară ca și crapul prăjit (v. 262). Se servește cald, garnisit cu felii de lămâie.

269 **Șalău rasol**

Se prepară ca și crapul rasol (v. 263).

270 **Șalău cu maioneză**

Se prepară ca și crapul cu maioneză (v. 266).

271 **Șalău mic pane**

1 kg șalău mic, 2 linguri făină, 2 ouă, 1 lingură lapte, pesmet, sare, 1 lămâie, 4-5 linguri ulei.

Se curăță șalăii, se spală, se sarează și se lasă să stea o jumătate de oră. Fiecare șalău se usucă cu un șervet curat, se dă prin oul bătut cu o lingură de lapte, prin făină, apoi din nou prin ou și prin pesmet. Se ține pește cu o mână de cap, iar cu cealaltă mână de coadă și se tăvălește bine prin pesmet, astfel încât să fie peste tot și uniform îmbrăcat în pesmet. Se prăjește în ulei încins, la foc mic, pentru ca să se rumenească frumos, fără să se ardă.

Se așază pe farfurie și se garnisește cu lămâie tăiată sferturi.

272 **Șalău polonez**

1 kg șalău, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 2-3 boabe ienibahar, 3-4 cartofi, 2 ouă, 1 lingură smântână, unt, 1 linguriță făină, pătrunjel tocat, sare, zeamă de lămâie, sfeclă roșie.

Se curăță, se spală și se fierbe pește cu morcovul, ceapa, pătrunjelul și ienibaharul. Când este fiert, se lasă să se răcească puțin în zeamă, apoi se scoate și se curăță de oase cu băgare de seamă, pentru a nu-i strica forma. Se așază pe o farfurie lungă, la abur și se stropește cu zeamă de lămâie. Se scoate zarzavatul din zeama în care a fiert pește și în ea se pun la fiert cartofii. După ce au fiert, se taie în cuburi.

Se prăjește într-o cratiță untul cu făina și se stinge cu o ceașcă de zeamă de pește, se lasă să dea câteva clocote, ames-

tecînd cu lingura pentru a se evita formarea cocoloaşelor, apoi se adaugă gălbenuşurile frecate cu smîntîna. Se trage cratiţa la marginea maşinii, se pun în ea cartofii tăiaţi cuburi, sarea, şi se amestecă. Apoi se toarnă peste peşte, iar deasupra se pune puţin pătrunjel tocat. În jurul peştelui se aşază sfeclă roşie fiartă şi ținută în oţet.

273 Şalău cu orez în aluat

Aluatul: 50 g drojdie, 1 ou, 1 pahar lapte, ½ lingură zahăr, ½ linguriţă sare, ½ pahar unt topit, untură sau ulei, făină cît cuprinde.

Umplutura: 1 pahar orez, 2 pahare lapte, 1 pahar apă, 3 linguri unt, 3 ouă răscoapte, 500 g şalău, un vîrf de cuţit piper negru, sare.

Se face plămădeala din drojdie cu 2-3 linguri lapte călduţ şi puţină făină. Cînd a crescut, se frămîntă cu oul, zahărul, sarea şi grăsimea un aluat potrivit de moale. Cît timp se odihneşte aluatul, se pune la fiert, la foc mic, orezul cu laptele, apa şi sarea. Cînd orezul rămîne aproape fără zeamă, se adaugă piperul şi untul şi se lasă să se răcească.

Şalăul se curăţă înlăturînd absolut toate oasele, se taie fişii, se sarează şi se lasă să stea cu sare pînă cînd a crescut coca şi orezul s-a răcit.

Aluatul se împarte în două părţi egale, din care se fac două foi de grosimea degetului. Prima foaie se aşază pe fundul unei forme pentru copt unse, ridicînd puţin marginile aluatului. Se aşterne un strat uniform de orez netezindu-l cu lingura, peste el ouăle răscoapte tăiate rotogoale, iar peste ouă fişiile de şalău. Se acoperă cu cea de-a doua foaie, se pune peste formă un şervet şi se lasă să crească puţin. Apoi se unge cu ou şi se dă la cuptor pînă se rumeneşte. Se serveşte cald, tăiat pătrate.

274 Calcan în vin roşu

1 kg calcan, 1 ceaşcă vin roşu, 1 linguriţă făină, 1 lingură unt, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 2 cuişoare, 2-3 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, sare, 500 g cartofi.

Se curăţă calcanul, se spală bine, se taie bucăţi, se sarează şi se lasă să stea ½ oră. Morcovul, pătrunjelul şi ceapa, spălate şi curăţate, se taie felii subţiri şi se aşază pe fundul unei cratiţe. Peste zarzavat se pun bucăţile de calcan, cuişoarele, ienibaharul şi foaia de dafin. Se toarnă vinul şi 3-4 linguri de apă şi se pune să fiarbă la foc tare. Din clipa cînd începe să fiarbă, focul se face mic, se acoperă cratiţa şi se lasă să continue fiertul. Este gata atunci cînd un băţ de

chibrit intră ușor în partea cea mai groasă a unei bucăți de calcan.

Se scurge încet toată zeama în altă cratiță, se adaugă în ea untul frecat cu făina, se amestecă și se lasă să fiarbă încet pînă cînd sosul începe să se îngroașe puțin. Se așază peștele pe o farfurie de servit, în jurul lui se aranjează sferturile de cartofi fierți, separat, peste care s-a turnat sosul strecurat.

În acest fel se pot prepara de asemenea șalăul și știuca.

275 Știucă rasol

Se prepară ca și crapul rasol (v. 263).

276 Știucă prăjită

Se prepară ca și crapul prăjit (v. 262).

277 Știucă umplută (fiartă)

1 știucă de circa 1 kg, miezul de la o felie de pîine albă, 3 cepe, 3 linguri ulei, 3 ouă, sare, piper, 1 morcov, 1 ceapă, 1 sfeclă, 2 l apă, 1 linguriță pătrunjel tocat, lămîie, sos de muștar.

Se curăță știuca, se spală și se taie capul. Se desprinde pielea de la cap și se trage încet înspre coadă. Dacă mai rămîne carne pe pielea trasă, se rade cu dosul cuțitului. Pielea se sarează și se lasă la o parte. Se desface carnea de pe oasele peștelui și se dă prin mașina de tocat împreună cu miezul de franzelă muiat în lapte sau apă și cu ceapa tocată mărunt și prăjită galben în ulei. La tocătură se adaugă sare, piper, o linguriță pătrunjel tocat și două ouă bătute spumă. Se amestecă bine și se umple pielea știucii, nu prea îndesat ca să nu plesnească la fiert. Din tocătura rămasă se fac mici perișoare.

În vasul pentru fiert pește se pun o ceapă întreagă, morcovul și sfecla tăiate foarte subțire, cum și oasele de la pește. Peste zarzavat se așază peștele umplut, capul, perișoarele și se toarnă 2 l apă. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic. Cînd este fiert, se scoate peștele umplut, se așază în mijlocul unei farfurii lungi, se taie felii de grosimea unui deget, se aranjează capul astfel încît să aibă forma peștelui întreg. În jurul lui se pun perișoarele fierte și cîteva felii de lămîie. Se servește cu sos de muștar.

278 Știucă umplută la cuptor

Aceleași cantități ca la știuca umplută (fiartă), (v. 277); în plus două linguri de ulei.

Se prepară ca și știuca umplută fiartă.

Capul și peștele umplut cu tocătură se așază pe po tavă care merge la cuptor, se unge bine cu două linguri de ulei și se dă la cuptor. Din când în când se unge peștele cu uleiul scurs în tavă. Când este gata, se scoate din tavă, se așază pe o farfurie lungă, iar după ce s-a răcit se taie în felii de grosimea unui deget, se adună la un loc ca să aibă forma peștelui întreg, se așază capul și se garnisește împrejur cu felii de ou răscopt. Se servește cu sos de muștar.

279 Somn prăjit

Se prepară ca și crapul prăjit (v. 262).

280 Somn cu maioneză

Se prepară ca și crapul cu maioneză (v. 266).

281 Mîncare de somn cu roșii

1 kg somn, 4 linguri ulei, 2 linguri făină, 1 ceapă mare, roșii, ½ linguriță zahăr, 3-4 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, sare.

Somnul curățat și spălat se taie în bucăți, se sarează și se lasă să stea o jumătate de oră. Ceapa tăiată foarte mărunt se prăjește în ulei pînă ce devine galbenă, se adaugă ½ linguriță de făină, sarea, zahărul, ienibaharul, foaia de dafin și roșiile fierte și strecurate. Se lasă să dea cîteva clocote și se ia de la foc.

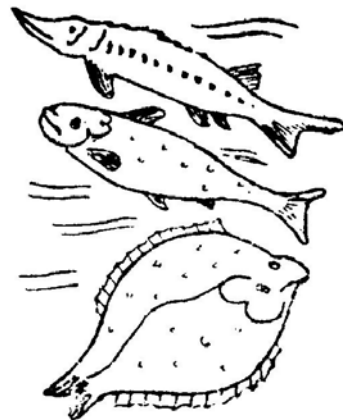
Bucățile de somn date prin făină se prădesc rumen pe ambele părți, se așază în cratița cu sos și se dă la cuptor ca să scadă.

282 Scrumbii în ulei

1 kg scrumbie, 3-4 lămîi, 2 foi de dafin, 5-6 boabe de ienibahar, 2 lingurițe sare, ulei cît cere.

Scrumbiile de Dunăre sau de mare se curăță, se spală (ca orice pește), se îndepărtează capetele și cozile și se taie în bucăți potrivit de mari. Se sarează și se lasă să stea o oră. Se așază bucățile de pește într-un vas uscat, se toarnă deasupra zeama de lămîie și se lasă să mai stea astfel 20-30 min, apoi se pun bucățile de pește, una cîte una, într-un

borcan. După ce s-a așezat un rând de scrumbii, se pune o foaie de dafin, 2-3 boabe de ienibahar, puțină zeamă de lămâie și ulei, astfel încât stratul de pește să fie acoperit. Se procedează în acest fel pînă cînd se așază în borcan tot peștele, se toarnă un strat de două degete de ulei, se acoperă borcanul cu o farfurioară și se fierbe în aburi 20-30 minute (din momentul cînd începe fierberea). Se servesc reci.



Acest preparat se poate păstra pentru iarnă; în acest caz se leagă borcanul cu celofan, apoi se pune la fiert (ca mai sus). Din capetele și cozile scrumbiilor se poate prepara o ciorbă pentru 2-3 persoane.

283 Roșii umplute cu pește

Se prepară la fel ca roșiile umplute cu carne (v. 378), înlocuind carnea cu pește fiert, după ce s-au scos toate oasele.

Mîncări din limbă, creier, ficat, rinichi, uger

284 Limbă fiartă

1 limbă de vacă sau 3-4 limbi de porc (cam 1 kg), 2 cepe, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 foaie de dafin, 4-5 boabe de ienibahar, sare, sos de hrean, de muștar sau de bulion.

Se spală limba în cîteva ape, se rade cu cuțitul și se îndepărtează gîtlejul, se așază în cratiță cu apă rece și se pune la fiert la foc mic. După ce se ia spuma, se adaugă ceapa, zarzavatul, ienibaharul, foaia de dafin și sarea. Se lasă să fiarbă încet, acoperit cu capac, la foc mic, trei ore. Se scoate din apă, se așază pe un fund de lemn și se curăță cu ajutorul cuțitului, trăgînd pielea de la vîrf spre rădăcina limbii.

Se taie felii, se așază pe o farfurie de servit și se toarnă pe deasupra sos de hrean, de muștar, sau de bulion.

285 Limbă cu măsline

1 limbă de vacă sau 3-4 limbi de porc (cam 1 kg), zarzavat de supă, 200 g măsline, 3-4 cepe, 1 foaie de dafin, 2-3 boabe de ienibahar, 2 linguri bulion, 1 lingură oțet, 3 linguri ulei, ½ linguriță zahăr, sare, 1 lămîie, pătrunjel tocat.

Se fierbe limba cu zarzavatul de supă (v. 284). Cînd limba este aproape fiartă, se scoate din zeama în care a fiert, se

curăță și se taie felii de grosimea unui deget. Ceapa, tăiată foarte mărunț, se prăjește în ulei pînă ce se moaie, se adaugă bulionul, oțetul, zahărul, ienibaharul, sarea și un pahar din zeama în care a fiert limba (această zeamă trebuie degresată). Se adaugă măslinile bine spălate și ținute în apă caldă 2-3 ore, și feliile de limbă. Se lasă să fiarbă acoperit pînă cînd este gata. Se poate servi rece sau caldă, garnisită cu puțin pătrunjel tocat și cîteva felii de lămîie.

286 **Limbă în sos de smîntînă**

1 limbă de vacă sau 3-4 limbi de porc (cam 1 kg), zarzavat de supă, 1 pahar smîntînă, 1 lingură plină cu unt, ½ lingură făină, ½ pahar din zeama în care a fiert limba, ½ ceapă, mărar tocat.

Se fierbe limba (v. 284) și se taie felii de grosimea unui deget. Se pune untul într-o cratiță, se lasă să se înfierbînte și se prăjește în el jumătate de ceapă rasă, se adaugă făina, se stinge cu zeama în care a fiert limba, apoi se pun smîntîna și feliile de limbă. Se lasă să fiarbă la foc mic timp de 10-15 min, se adaugă mărarul tocat, după care trebuie să mai dea un clocot, două. Se servește fierbinte.

287 **Creier fiert**

1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel, ½ lămîie, 1 lingură unt topit, sare, piper, salată verde.

Se ține creierul în apă rece o oră. Se curăță de piele și se pune la fiert cu apă caldă și puțină saer timp de 15-20 min. Se scurge apa, iar creierul se taie felii, se așază pe farfuria de servit și se stropește cu zeama de lămîie și untul topit. Se presară puțin piper și se garnisește cu salată verde. Se poate servi și rece, în acest caz untul topit se înlocuiește cu ulei bun.

288 **Creier pane**

1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel sau de porc, 2 ouă, 2 linguri făină, 4 linguri pesmet, sare, 2 linguri unt sau untură, sote de mazăre, morcovi sau fasole verde.

Se fierbe creierul (v. 287), se lasă să se răcească, apoi se taie felii de grosimea degetului, se sarează, se dau prin ou, apoi prin făină, din nou prin ou și apoi prin pesmet. Se prăjește în untura sau untul bine înfierbîntat. Se servește cu sote de mazăre, morcovi sau fasole verde.

289 Creier în aluat

1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel sau de porc, 150 g făină, 1 pahar lapte, 1 ou, 2 linguri sifon, 2 linguri untură, sare, salată verde.

Se fierbe creierul (v. 287). Se lasă să se răcească, apoi se taie felii de grosimea unui deget și se sarează. Se prepară un aluat din făină, lapte, oul bătut spumă, sare și sifon (aluatul trebuie să fie ca o smântână). Se moaie feliile de creier în acest aluat și se prăjesc în untura bine înfierbântată. Se servește cu salată verde.

290 Gulaș de inimă

750 g inimă de vacă, ½ lingură făină, 1 ceapă, 2-3 linguri untură, unt sau ulei, 1 lingură pastă de bulion, un vîrf de cuțit piper, sare.

Se spală bine inima, se taie în cuburi mici, se prăjește puțin în cratița cu grăsime și cu ceapă tăiată foarte mărunt, se presară cu făină, se amestecă bine și se acoperă cu apă caldă. Se lasă să fiarbă cu capac la foc mic timp de o jumătate de oră; se adaugă bulionul, ceapa, sarea, piperul și se lasă să mai fiarbă pînă se îngroașă sosul. Se servește cu pire de cartofi sau cu cartofi fierbinți.

291 Uger pane

500 g uger, zarzavat de supă, 1 ou, 1 lingură lapte, 1 lingură untură, sare, piper, 2 linguri făină, pesmet.

Se fierbe ugerul în apă împreună cu zarzavatul de supă și puțină sare. Cînd este bine fiert (moale), se scoate, se lasă să se răcească, apoi se taie felii potrivit de groase ca pentru șnițel. Se sarează, se presară cu puțin piper, se moaie în oul bătut cu laptele, se scurge bine, se dă prin făină, din nou se moaie în ou și apoi se dă prin pesmet. Se prăjește în untura încinsă ca și șnițelul. Se servește fierbinte cu legume fierte sau cu salată.

292 Gulaș de uger

Se prepară la fel ca gulașul de inimă (v. 290).

293 Mîncare de rinichi

1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de vițel sau de porc, 3 cepe, 1 lingură untură, 1 lingură bulion, 1 linguriță boia de ardei, ½ linguriță făină, 2-3 linguri vin, 1 ceașcă zeamă de carne sau apă, sare, piper.

Se curăță rinichii de pielița exterioară, se taie în două pe lungime, se scoate toată grăsimea de la mijloc, se taie în

felii subțiri și se pun cu apă rece la foc, lăsînd să dea un clocot, două. Se strecoară și se spală bine cu apă caldută. Ceapa se taie mărunț, se prăjește în untură pînă începe să se îngălbenească, se adaugă făina, lăsînd să se prăjească și ea puțin, apoi se stinge cu zeamă de carne sau, în lipsă, cu apă. Se adaugă bulionul, boiaua, vinul, sarea și piperul. Se lasă să fiarbă la foc pînă cînd rinichii sînt gata.

294 Rinichi cu smîntînă

1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de vițel sau de porc (cam 600 g), 1 ceapă mică, 1 lingură unt, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță rasă făină, ½ pahar zeamă de carne, sare.

Se prepară rinichii ca pentru mîncare de rinichi (v. 293). Se prăjește ceapa cu untul pînă cînd începe să se îngălbenească, se adaugă făina, se amestecă, apoi se stinge cu zeamă de carne. În acest sos se pun smîntîna, sarea și rinichii tăiați, și se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd rinichii sînt gata.

295 Rizoto cu rinichi

1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de vițel sau de porc, 1 pahar orez, 2 pahare zeamă de carne sau apă, 3 linguri untură, 3 cepe, 2 linguri bulion, ½ linguriță boia de ardei, sare, piper, puțin zahăr, parmezan (cașcaval) ras, cantitatea după gust, pătrunjel verde tocat.

Se curăță rinichii de pielea exterioară, se taie în două (pe lungime), se curăță bine de grăsimea din mijloc și se taie felii subțiri care se pun cu apă rece la foc. Se lasă să dea 2-3 clocote. Se strecoară, se spală rinichii cu apă caldută (apa în care au fiert rinichii se aruncă). Se taie mărunț ceapa, se prăjește în două linguri de untură pînă începe să se moaie, se adaugă bulionul, boiaua, un pahar de zeamă de carne (în lipsă, apă), sarea, piperul, zahărul și rinichii. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă rinichii sînt gata. În acest timp se prăjește orezul spălat într-o lingură de untură, se stinge cu un pahar de zeamă de carne. Se așază orezul într-o formă cu gaură la mijloc și capac, unsă cu grăsime, și se dă cuptor. Cînd orezul este gata, se răstoarnă pe o farfurie, se presară cu parmezan sau cașcaval, iar în locul gol din mijloc se pun rinichii și sosul. Se presară cu pătrunjel verde tocat și se servește fierbinte.

296 Pateu de ficat de vacă

300 g ficat de vacă sau vițel, 300 g unt, 2 cepe, sare.

Se prepară la fel ca pateul de ficat de pasăre (v. 51). Untul se poate înlocui cu untură topită în casă. Ficatul se taie bucăți mari.

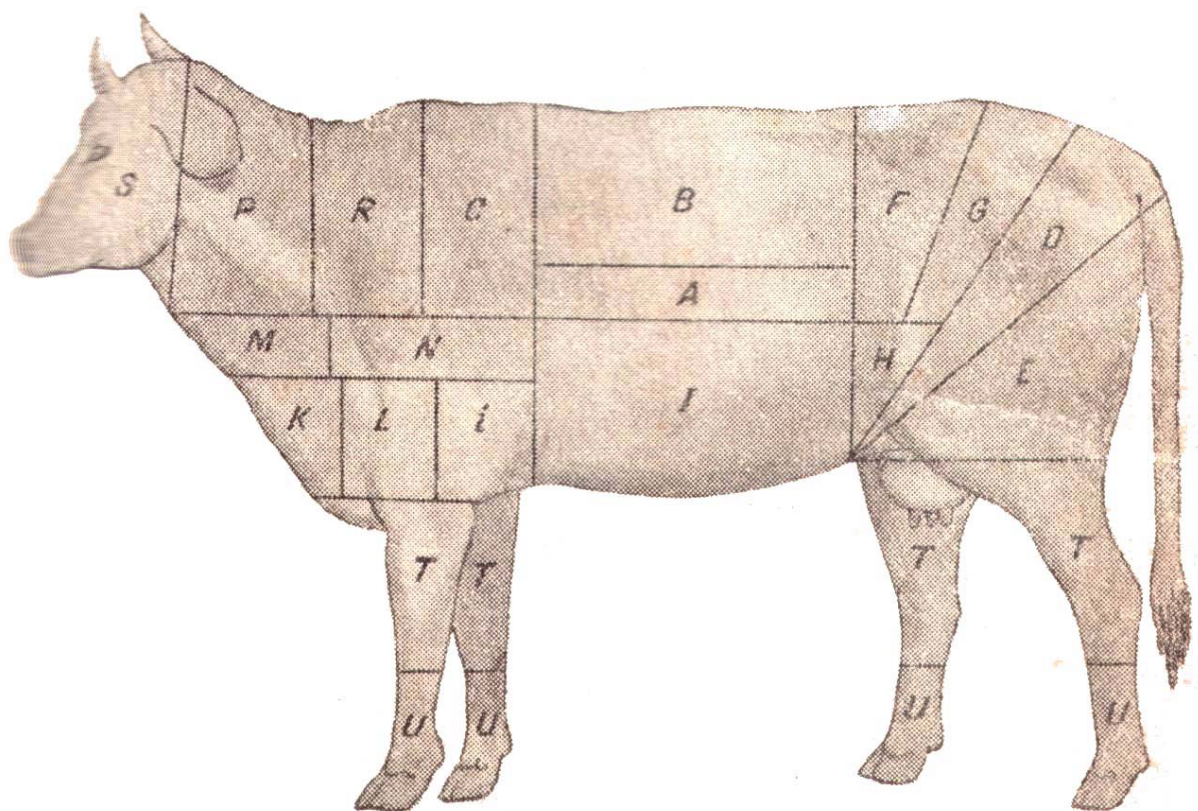
297 Ficat prăjit

750 g ficat de vacă, porc sau vițel, 3 linguri ulei, 2 linguri făină, sare.

Se spală ficatul, se șterge bine cu un șervet curat, se taie bucăți de grosimea unui deget, se tăvălesc prin făină, se scutură bine și se prăjesc în ulei încins. Ficatul nu se sarează decât după ce a fost prăjit, cu câteva clipe înainte de a fi servit.

Se servește cu garnitură de legume asortate.

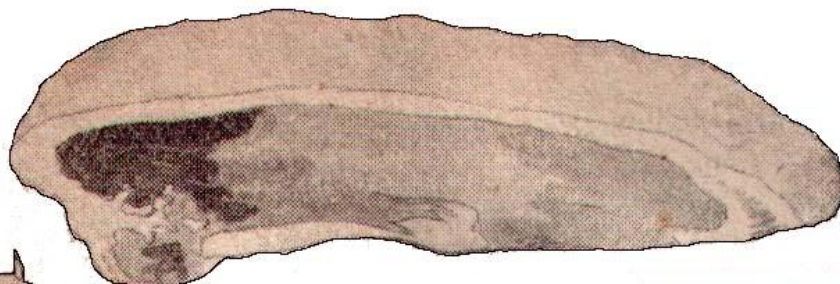
Clasificarea cărnii de vacă și de porc, întrebuințarea ei



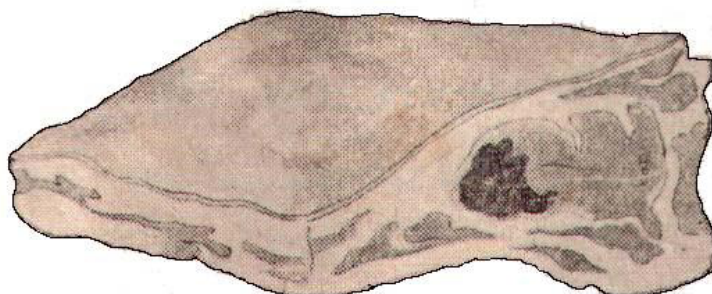
Carnea de vacă

Calitatea I

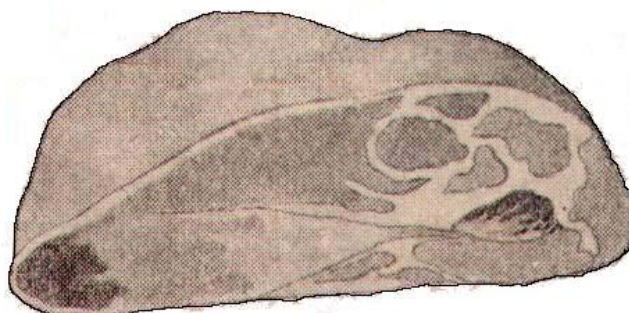
- A - Mușchi - Cea mai bună pentru fripturi, la grătar, tavă și friptură înăbușită.
- B - Antricot - Bună pentru grătar, friptură la tigaie, friptură înăbușită.



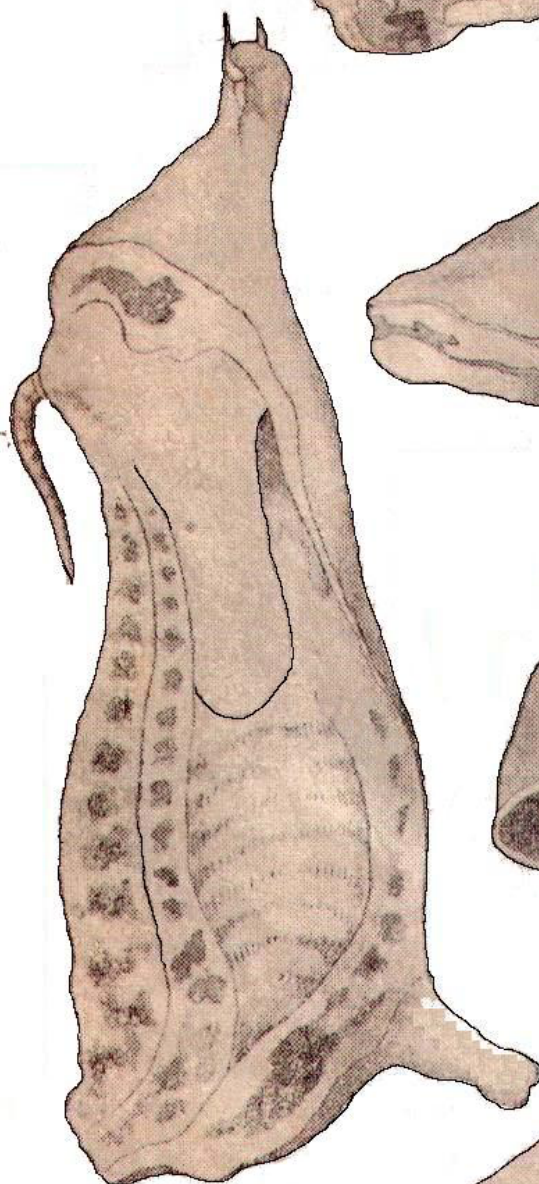
Carne de la coadă



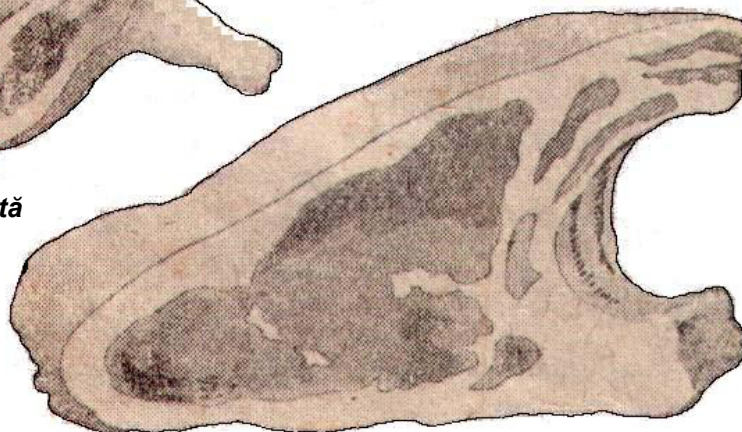
Vrăbioară



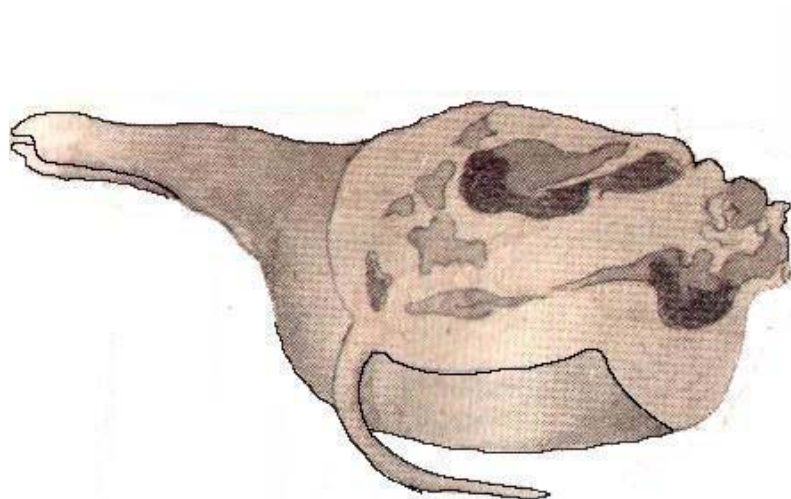
Spată



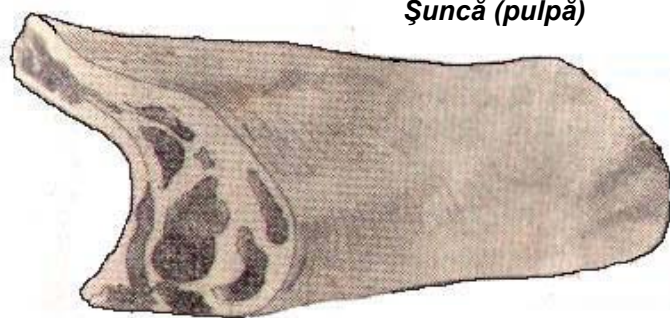
Jumătate de vită



Antricot



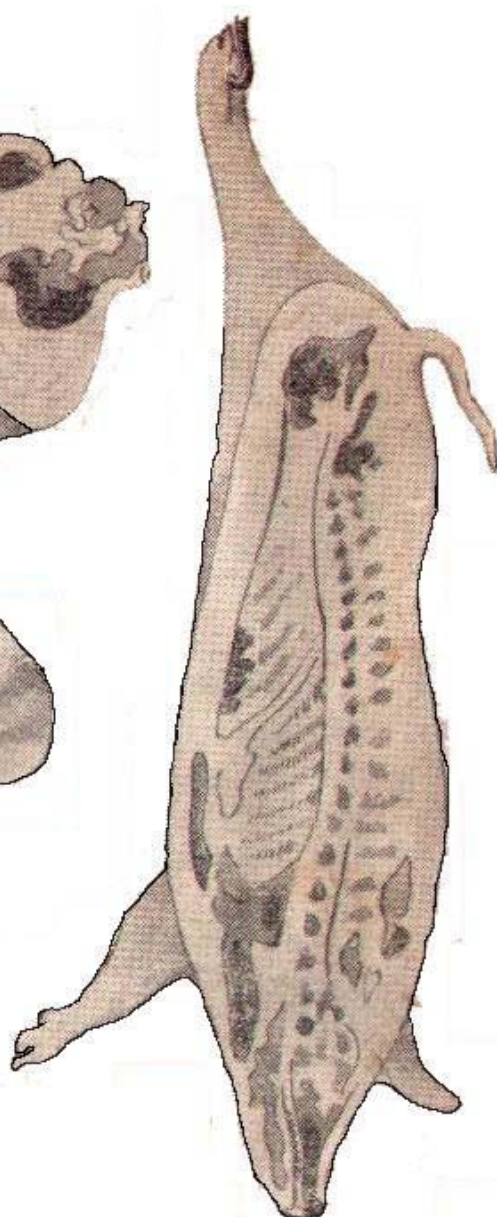
Șuncă (pulpă)



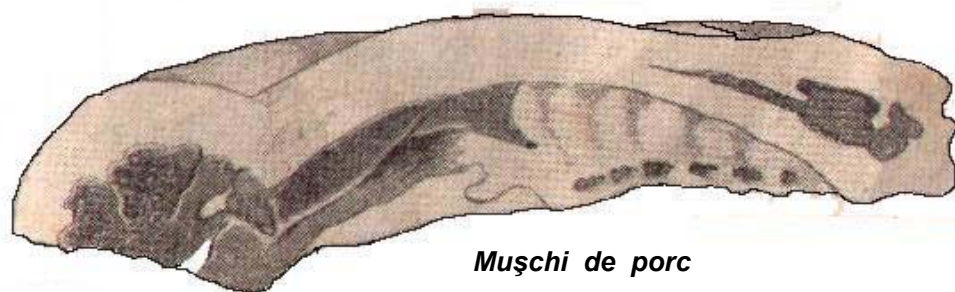
Antricot



Spată cu piept



Jumătate de porc



Mușchi de porc

- C** - Vrăbioara - Bună pentru friptură la grătar și friptură la tavă.
- D** - Capac - Bun pentru fripturi la cuptor, friptură înăbușită, tocătură.
- E** - Rasol alb - Friptură înăbușită, rasol, supă.
- F** - Carne de la coadă, calitatea I - Bună pentru friptură înăbușită, supă, ciorbe.
- G** - Carne de la coadă, calitatea a II-a - Bună pentru fripturi la tavă.

Calitatea a II-a

- H** - Cap de mușchi - Bun pentru fripturi înăbușite, tocături, supă și rasol.
- I** - Fleică - Bună pentru grătar și gătită pentru mâncare.
- i** - Cap de piept - Bun pentru supe, ciorbe, mâncări grase (cu varză, castraveți etc.).
- K** - Sfîrc de piept - Bun pentru supe, ciorbe, mâncări grase.
- L** - Spată - Bună pentru fripturi, tocătură, borșuri și supe.
- M** - Blet cu față } - Bune pentru mâncări cu sos
- N** - Blet fără față }

Calitatea a III-a

- O** - Coadă - Bună pentru supe.
- P** - Ceafa - Bună pentru diferite mâncări cu sos, tocătură.
- R** - Garf - Bun pentru diferite mâncări, tocături.
- S** - Cap și bot - Carnea de pe fălci bună pentru tocături; creierul și limba pentru diferite preparate speciale de creier și limbă.
- T** - Rasol - Bun pentru supe.
- U** - Picioare - Bune pentru prepararea aspicurilor și piftiilor.

Carnea de porc

Calitatea I

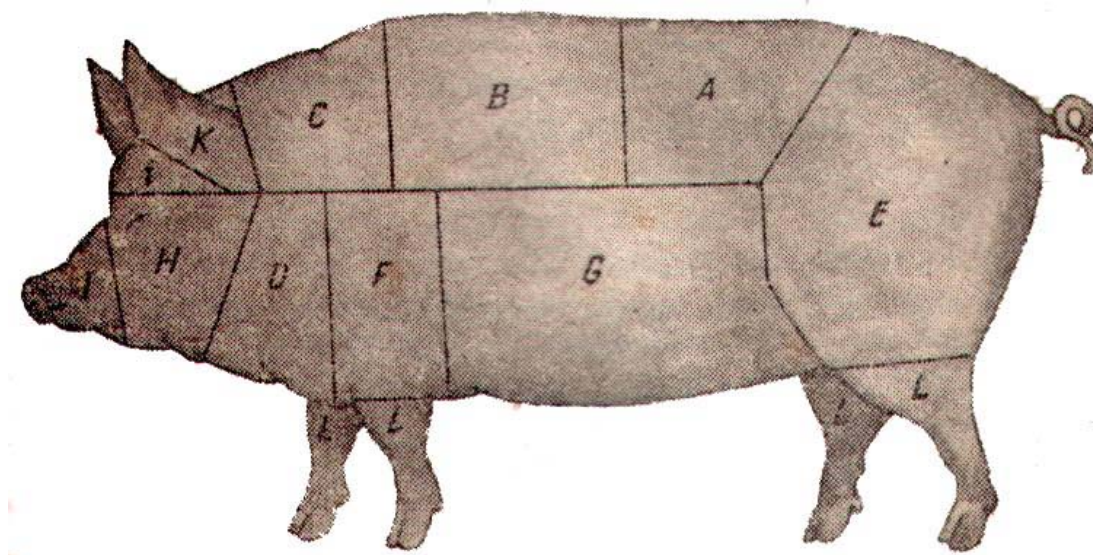
- A** - Mușchi - Fripturi.
- B** - Cotlet - Fripturi.
- C** - Garf - Fripturi.
- D** - Gușă și sfîrc de piept - Diferite mâncări.
- E** - Pulpă (șuncă) - Bună pentru diferite mâncări și tocături. Șuncă.

Calitatea a II-a

F - Spată - Bună pentru mîncări și tocături.

G - Fleică și piept - Fleica: fripturi și tocătură. Pieptul: mîncări și tocătură.

H - Cap - Bun pentru piftie.



Calitatea a III-a

I - Bot - Bun pentru piftie și tobă.

i - Creier - Diferite preparate speciale din creier.

K - Urechi - Bune pentru piftie și tobă.

L - Picioare - Bune pentru piftie.

Mîncări din carne de vacă

298 Rasol de carne de vacă

Carnea care a fiert împreună cu zarzavatul în supă (v. 121) se lasă să se scurgă bine de zeamă, se taie în bucăți potrivite, se așază pe o farfurie și se garnisește cu zarzavatul cu care a fiert: cartofii, morcovul și pătrunjelul. Se stropește cu puțin ulei, oțet sau lămîie și o lingură de supă. Se presară cu puțin piper (după dorință) și se servește cu o salată oarecare sau cu murături.

299 Rasol de carne de vacă cu smântână și hrean

1 pahar smântână, 1 lingură hrean ras, 1 linguriță oțet, ½ linguriță zahăr, sare.

Carnea rece se taie în bucăți potrivite, se așază pe farfuria de servit și se acoperă cu următorul sos: hreanul ras se amestecă cu oțetul, zahărul și sarea. Se adaugă smântâna și se amestecă bine.

300 Rasol de carne de vacă cu smântână și muștar

Se prepară același sos ca la rasol de carne cu smântână și hrean (v. 299), înlocuind hreanul cu o lingură, două, de muștar.

301 Rasol cu sos de roșii

2-3 cepe, 1 lingură bulion sau 500 g roșii fierte și strecurate, 1 pahar zeamă de carne sau lapte, 1 lingură unt, 1 lingură oțet, puțin zahăr, sare, făină.

Peste carnea fiartă și tăiată, așezată pe farfuria de servit, se toarnă următorul sos: ceapa tăiată peștișori se prăjește în unt pînă ce se moaie. Se adaugă făina, se amestecă și se stinge cu zeama de carne sau lapte. Se pun bulionul, oțetul, zahărul și sarea și se lasă să fiarbă încet 10-15 min.

302 Tocană de carne de vacă

1 kg carne, 4-5 cepe, 2 linguri untură, bulion sau 4-5 roșii, sare, piper.

Se taie carnea în bucăți mai mici, se prăjește puțin în untură, se adaugă ceapa tăiată peștișori, se lasă să se prăjească puțin, se adaugă puțină apă și se lasă să fiarbă înăbușit. Din cînd în cînd se mai adaugă puțină apă, procedînd astfel pînă cînd carnea este fiartă. Se adaugă bulionul sau roșiile curățate de pielite și semințe și tăiate în bucăți mici, sarea și puțin piper. Se acoperă cratița și se lasă la foc mic ca să scadă. Se servește cu mămăliguță.

303 Fasole verde cu carne de vacă

750 g carne, 1 kg fasole verde, 2 cepe, 2 linguri untură, 4-5 roșii, ½ linguriță făină, sare, verdeață tocată.

Se taie carnea bucăți potrivite și se prăjește cu untura. Se adaugă ceapa mărunț tocată, se lasă să se prăjească foarte puțin, se adaugă făina și se amestecă bine. Se toarnă apoi apă caldă ca să acopere bucățile de carne, se pune sarea

și se lasă să fiarbă la foc mic 30 min. Se pune fasolea curățată și spălată, se mai lasă să fiarbă 15 min., apoi se adaugă roșiile fierte separat și strecurate, și verdeța tocată. Se dă la cuptor pînă scade bine.

Ceapa prăjită se poate înlocui cu ceapă rasă, crudă. În acest caz se pune o dată cu apa.

304 Mazăre cu carne de vacă

500 g carne, 1 kg mazăre, 1 ceapă, 2 linguri untură, ½ linguriță făină, ½ linguriță zahăr, sare, mărar tocat, 1 lingură smîntînă (sau 2 linguri lapte), 1 pahar zeamă de carne sau supă.

Se taie carnea bucăți potrivite, se prăjește în untură, apoi se pune ceapa tocată, se lasă să se prăjească foarte puțin, se adaugă făina, se amestecă ca să nu se prăjească prea tare și se stinge cu un pahar de zeamă de carne sau apă. Se acoperă cratița cu capac și se lasă să fiarbă pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se adaugă mazărea curățată, sarea, zahărul, mărarul, smîntîna sau laptele și se lasă să fiarbă la foc mic. Mîncarea trebuie să fie bine scăzută.

Ceapa prăjită se poate înlocui cu ceapa crudă rasă. În acest caz se pune o dată cu apa sau cu zeama de carne.

305 Bame cu carne de vacă

500 g carne, 500 g bame, 2 linguri untură, 4-5 roșii, 1 lingură oțet, sare, puțin zahăr, verdeță tocată.

Se taie carnea bucăți potrivite, se prăjește în untură, apoi se pune apa caldă (ca să cuprindă carnea) și o ceapă mărunt tocată. Se acoperă și se lasă să fiarbă încet, înăbușit, pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se adaugă bamele, care au fost spălate după ce au stat un timp în apă cu sare și 2 linguri de oțet, sarea, zahărul, roșiile curățate de pielețe și semințe și tăiate în patru, o lingură de oțet și verdeța tocată. Se lasă să fiarbă pînă cînd bamele sînt aproape fierte, apoi se dă la cuptor pentru 10-15 min.

306 Praz cu carne de vacă

500 g carne, 1 legătură praz, 1 lingură bulion, ½ linguriță zahăr, 2 linguri untură, sare.

Se prăjesc bucățile de carne pînă ce se rumenesc. Se acoperă carnea cu apă, se adaugă puțină sare și se lasă să fiarbă pînă cînd carnea devine fragedă. În acest timp se curăță prazul, se taie și se opărește cu apă clocotită. Prazul

scurs de apă se aşază peste carne, se adaugă bulionul şi zahărul şi se lasă să fiarbă 10-15 min. Se dă apoi la cup-tor şi se lasă pînă cînd sosul este bine scăzut.

307 Varză dulce cu carne de vacă

500 g carne grasă, 1 varză mijlocie, 2 cepe (facultativ), 2 ardei graşi, 2½ linguri untură, 1 pahar borş, 5-6 roşii mari, sare.

Se taie carnea în bucăţi potrivite, se prăjeşte în untură pînă începe să se rumenească, se acoperă cu apă caldă şi se lasă să fiarbă încet, înăbuşit, cam o oră. În acest timp se taie varza foarte subţire, se freacă cu puţină sare şi se stoarce bine cu mîna de zeama pe care o lasă. Se aşază peste carne, se adaugă ardeii tăiaţi felii subţiri, ceapa şi roşiile tăiate de asemenea felii, şi borşul. Se lasă la cuptor cel puţin o oră. Dacă este nevoie se mai adaugă puţină apă sau zeamă de roşii.

308 Varză acră cu carne de vacă

500 g carne grasă, 1 varză mijlocie, 4 linguri untură, ½ linguriţă boia de ardei, 1 lingură bulion.

Se taie carnea în bucăţi potrivite şi se prăjeşte foarte puţin în untură. Se adaugă apă cît să acopere carnea şi se lasă să fiarbă acoperit cam ½ oră. În acest timp se spală varza acră şi se taie foarte fin. Se aşază peste carne, se adaugă boiaua, bulionul, puţină apă şi se lasă să fiarbă încet o oră. Dacă varza rămîne fără zeamă, se mai adaugă puţină apă caldă. Se dă apoi la cuptor şi se mai lasă încă o oră. Se serveşte cu mămăliguţă.

309 Ghiveci cu carne de vacă

750 g carne grasă, 3 linguri untură, 1 pătrunjel, 1 morcov, 2 ardei graşi, 1 vînătă, 1 dovlecel, o mînă de bame, o mînă de fasole verde, o mînă de fasole grasă, o mînă de fasole ţuvără, 250 g mazăre, 1 conopidă mică, 2 cepe mari, 3 cartofi, 1 ţelină mică, 5-6 roşii mari, 2 căţei de usturoi (facultativ), verdeaţă tocată, sare.

Se taie carnea în bucăţi potrivit de mari, se prăjeşte în untură pînă începe să se rumenească, se adaugă sare şi apă caldă cît să cuprindă carnea. Se lasă să fiarbă la foc mic, acoperit, o oră, o oră şi jumătate. În acest timp se pregăteşte zarzavatul. Se curăţă, se spală şi se taie bucăţi nu prea mari. Se aşază zarzavatul peste carne, se adaugă roşiile curăţate de pieliţe şi seminţe – tăiate felii – verdeaţa şi sarea.

Se lasă să dea cîteva clocote, apoi se pune la cuptor, scuturînd cratița din cînd în cînd, ca să nu se prindă de fund. Se lasă pînă scade zeama cu totul.

310 Cartofi cu carne de vacă

500 g carne, 2 linguri untură, 2-3 cepe, 500 g cartofi, 2 linguri bulion, 1 linguriță boia de ardei, sare, puțin cimbru (facultativ).

Carnea spălată se taie în bucăți, se sarează puțin și se pune la prăjit în untură. Cînd începe să se rumenească, se adaugă ceapa mărunț tocată crudă sau se lasă să se prăjească pînă se îngălbenește, apoi se adaugă apă cît să acopere carnea. Se fierbe la foc încet, acoperit, pînă ce carnea este aproape gata, apoi se adaugă bulionul, boiaua, sarea, puțin cimbru și cartofii tăiați în două sau în patru (depinde de mărime). Dacă este nevoie se mai adaugă apă pentru ca să fie cartofi acoperiți. Se lasă să fiarbă la foc foarte mic pînă cînd cartofii sînt fierți și mîncarea bine scăzută.

Mîncări din carne de porc

311 Tocană de carne de porc

Aceleași cantități ca la tocana de carne de vacă (v. 302).

Se prepară la fel ca tocana de carne de vacă, reducînd untura la o lingură. Carnea de porc fierbe mai repede.

312 Fasole verde cu carne porc

Aceleași cantități ca la fasole verde cu carne de vacă (v. 303).

Se prepară la fel ca fasolea verde cu carne de vacă. Se folosește numai o lingură de untură și timpul de fierbere al cărnii este mai scurt.

313 Mazăre cu carne porc

Aceleași cantități ca la mazăre cu carne de vacă (v. 304).

Se prepară ca mazărea cu carne de vacă. Se reduce cantitatea de untură la o lingură.

314 Praz cu carne porc

Aceleași cantități ca la praz cu carne de vacă (v. 306).

Se prepară la fel ca praz cu carne de vacă. Se întrebuițează numai o lingură de untură.

315 Ghiveci cu carne porc

Aceleași cantități ca la ghiveci cu carne de vacă (v. 309).

Se prepară la fel ca ghiveciul cu carne de vacă. Se folosesc numai două linguri untură.

316 Castraveți cu carne porc

500 g carne de porc, 8 castraveți acri potrivit de mari, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 ceapă, $\frac{1}{2}$ linguriță făină, mărar tocat.

Se prepară la fel ca rața cu castraveți acri (v. 362).

317 Varză dulce cu carne porc

Aceleași cantități ca la varza dulce cu carne de vacă (v. 307).

Se prepară la fel ca ghiveciul ca varza dulce cu carne de vacă. Se reduce cantitatea de untură la $1\frac{1}{2}$ lingură.

318 Varză acră cu carne porc

Aceleași cantități ca la varza acră cu carne de vacă (v. 308).

Se prepară la fel ca ghiveciul ca varza acră cu carne de vacă. Se reduce cantitatea de untură la $2\frac{1}{2}$ linguri.

319 Cartofi cu carne porc

Aceleași cantități ca la cartofi cu carne de vacă (v. 310).

Se prepară ca și cartofii cu carne de vacă. Se folosește o lingură untură.

320 Ciuperci cu carne porc

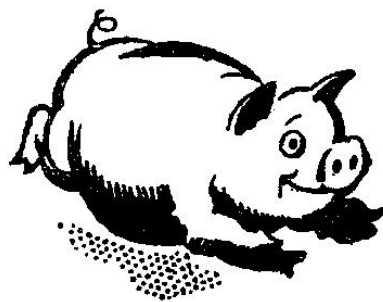
500 g carne de porc 500 g ciuperci, 2 cepe, 2 linguri smântână, 1 lingură untură, sare, piper, făină.

Se taie carnea în cuburi mici, se sarează și se lasă să stea 30 min. În acest timp se curăță ciupercile și se taie bucăți mari. Se tăvălește carnea ușor prin făină și se prăjește în untură încinsă, se adaugă ceapa tăiată pătrățele și ciupercile, se prăjește totul la foc foarte mic timp de 20 min. Se adaugă smântâna, piperul și sare dacă mai este nevoie. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd carnea este fragedă. Dacă nu are suficient sos, se adaugă puțină apă.

320 Bigus

1 varză acră mijlocie, 150 g slănină (sau piept) afumată, tăiată cuburi, 150 g crenvurști tăiați bucăți, 150 g salam afumat (orice fel de salam fără usturoi) tăiat cuburi, 2 linguri untură, piper pisat.

Se taie varza foarte subțire; dacă este prea acră sau prea sărată, se spală în apă. Se pune la prăjit în untura înfierbîntată, împreună cu cuburile mici de slănină, salam și crenvurști. Se prăjește amestecînd mereu cu lingura și adăugînd o lingură, două, de apă și piperul. Cînd totul s-a prăjit bine, se dă la cuptor pentru ½ oră.



Mîncări din carne de miel și de berbec

322 Miel cu spanac

500 g carne de miel, 1,5 kg spanac, 1 ceapă mare, ½ linguriță făină, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, sare, zeamă de lămîie.

Carnea bine spălată și tăiată bucăți se rumenește în untură, se adaugă ceapa mărunt tocată, făina, spanacul (foarte bine ales, spălat, opărit și bine scurs), o lingură de bulion, 2-3 linguri de apă și sare. Se acoperă cratița și se dă la cuptor ca să scadă bine. Cînd se servește, se pune zeamă de lămîie peste mîncare.

323 Stufat de miel

500 g carne de miel, 30 fire ceapă verde, 30 fire usturoi verde, 3 linguri untură, ½ linguriță făină, 2 linguri bulion (sau 500 g roșii), 1 lingură oțet, sare, un praf de zahăr.

Carnea bine spălată și tăiată bucăți se prăjește cu o lingură de untură, apoi se adaugă făina, se lasă să se prăjească puțin și se ia cratița de la foc. Usturoiul și ceapa (curățate, spălate și tăiate bucăți lungi de circa 5 cm) se prăjesc separat în restul de untură pînă se moaie puțin, apoi se așază peste carnea prăjită, se adaugă sarea, bulionul sau roșiile fierte și strecurate, zahărul și 2-3 linguri de apă. Se pune la foc să dea un clocot, apoi la cuptor să scadă bine.

324 Miel cu tarhon

Aceleași cantități ca la pui cu tarhon (v. 339). În loc de 1 pui, 600 g carne de miel.

Se prepară ca puiul cu tarhon.

325 Ciulama de miel

750 g carne de miel, 2 linguri untură, 1 ceapă, 2 linguri făină, sare.

Se spală carnea, se taie bucăți, se așază într-o cratiță și se toarnă apă cît s-o acopere. Se adaugă o ceapă întreagă și sare. Se spumează și se lasă să fiarbă acoperit pînă este gata; ceapa se aruncă. Separat se prăjește făina în untură fără însă să se rumenească. Se stinge cu zeama în care a fiert carnea, amestecînd repede să nu se formeze cocoloașe și se toarnă peste bucățile de carne. Se mai lasă să dea un clocot. Ciulamaua este mai gustoasă dacă se adaugă în sos o ceșcuță de lapte.

326 Miel cu smîntînă

750 g carne de miel, 1 lingură untură, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță făină, sare, mărar tocat.

Se spală carnea, se taie bucăți și se prăjește în untură pînă cînd se rumenește. Se adaugă făina, se amestecă bine, se lasă să se prăjească (foarte puțin) apoi se toarnă încet smîntîna, se sarează și se lasă să fiarbă foarte încet 15-20 min. Se adaugă puțin mărar tocat și se dă la cuptor să scadă puțin. (Cratița trebuie să fie acoperită). Se servește cu mămăliguță.

327 Miel în sos de iaurt

750 g carne de miel, 500 g iaurt, ½ lingură făină, 2 linguri unt (sau untură), 1 lingură mărar tocat, sare.

Bucățile de carne de miel se prădesc în unt. Cînd s-au rumenit puțin, se adaugă cîteva linguri de apă și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă cînd carnea este aproape fiartă (dacă este nevoie se mai adaugă puțină apă). Se face o pastă din iaurt și făină, punînd cîte puțin iaurt peste făină și amestecînd bine ca să evităm formarea cocoloașelor. Această pastă se toarnă peste bucățile de miel aproape fierte, se adaugă mărarul și sarea și se lasă să mai dea cîteva clocote pînă ce carnea este fiartă. Se servește cu mămăliguță.

327 Miel cu ciuperci

Aceleași cantități ca la ciuperci cu carne de porc (v. 320).

Se prepară la fel ca ciuperci cu carne de porc.

329 Pilaf de miel

500 g carne de miel, 1 pahar orez, 2 pahare apă, 1 ceapă mare, sare, mărar, 2 linguri untură.

Se taie carnea în bucăți potrivite și se prăjește cu o lingură de untură. Când se rumenește puțin se adaugă ceapa tocată foarte fin, apa și sarea. Se acoperă cratița și se lasă să fiarbă încă 5 min.

În acest timp orezul spălat se prăjește cu o lingură de untură însă fără să se rumenească. Se pune peste carne, se adaugă mărarul tocat, se acoperă cratița cu un capac învelit într-un șervet udat în apă rece și stors, și se dă la cuptor până când este gata (bobul de orez trebuie să fie moale și frumos umflat).

330 Pilaf bulgăresc (cu măruntaie de miel)

Măruntaiele și intestinalele de la un miel potrivite de mare, 2 linguri untură, 1½ pahar orez, 2 cepe, 3 pahare apă, sare, ½ linguriță piper.

Intestinele se spală, se rad, se întorc pe partea interioară, se mai spală în câteva ape, se freacă cu sare și se spală din nou. Apoi se taie în bucăți mici. Tot astfel se taie inima, ficatul, plămînii și rinichii (spălați și curățați de grăsimea din interior). Se pune totul într-o cratiță la fiert, împreună cu o ceapă tăiată foarte mărunț, sarea, piperul și apa. Când începe să clocotească, se spumează și se adaugă orezul spălat și ușor prăjit în untură. După ce dă un clocot, două, se dă la cuptor și se lasă până ce orezul este gata.

331 Tocană de berbec

Aceleași cantități ca la tocana de carne de vacă (v. 302).

Se prepară la fel ca tocana de carne de vacă.

332 Varză acră cu carne de berbec

Aceleași cantități ca la varza acră cu carne de vacă (v. 308).

Se pregătește la fel ca varza acră cu carne de vacă.

Mîncări din carne de pasăre

333 Pilaf de pui

1 pui măricel, 2 linguri unt sau untură, 1 pahar orez, sare.

Puiul curățat și spălat se taie bucăți, se așază într-o cratiță împreună cu sarea și se toarnă apă ca să acopere bucă-

țile; se lasă să fiarbă 15 min; se spumează. Orezul spălat se prăjește într-o cratiță cu untura. Orezul trebuie să se usuce bine, fără însă să se rumenească. Peste orezul astfel pregătit se așază bucățile de pui și se toarnă două cești din zeama în care a fiert puiul. Se lasă pe foc pînă începe să fiarbă, apoi se dă la cuptor pînă ce bobul de orez se umflă și este moale.

334 Pui cu mazăre verde

1 pui potrivit de mare, 750 g mazăre boabe, 1 lingură unt, ½ linguriță făină, ½ linguriță zahăr, mărar verde tocat, sare.

Se taie puiul, curățat și spălat, în bucăți potrivit de mari. Se prăjesc bucățile în unt ca să se îngălbenească, se adaugă făina amestecînd bine cu lingura și se lasă pînă capătă culoare gălbuie, apoi se toarnă ½ pahar apă și se adaugă sarea, zahărul și mazărea boabe. Se lasă să fiarbă înăbușit la foc mic și, cînd este aproape gata, se adaugă puțin mărar tocat.

335 Anghemaht de pui

1 pui, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, ½ lămîie, sare.

Se fierb bucățile de pui ca pentru pilaf (v. 333). Se prăjește făina în unt pînă începe a se îngălbeni, se stinge cu o ceașcă din zeama în care a fiert puiul, se adaugă sarea, bucățile de pui și lămîia curățată de coajă și tăiată felii. Se lasă să fiarbă la foc mic 5-10 min. Sosul trebuie să fie mult mai subțire decît la ciulama, de aceea dacă este nevoie se mai adaugă zeamă de pui.

336 Ciulama de pui

1 pui, 1 ceapă, 1 lingură unt, ½ linguriță făină, sare.

Se pregătește la fel ca ciulamaua de miel (v. 325), însă trebuie să fiarbă mult mai puțin.

337 Pui cu roșii

1 pui, 1 lingură unt, 1 ceapă, ½ linguriță făină, 750 g roșii, ½ linguriță boia de ardei, sare, un praf de zahăr.

Bucățile de pui se prăjesc înăbușit în unt. Cînd sînt aproape gata, se adaugă ceapa tocată mărunt și făina, amestecînd cu lingura, apoi se pun roșiile tăiate jumătăți și scuturate de semințe, boiaua, sarea și zahărul. Se lasă să fiarbă la foc mic (cu cratița acoperită) pînă cînd roșiile sînt fierte. În timpul fiertului nu se amestecă cu lingura; se mișcă cratița încet dintr-o parte în alta.

338 Pui cu smântână

1 pui, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 pahar smântână bună, sare.

Se prăjesc înăbușit bucățile de pui într-o cratiță cu untul bine înfierbîntat, adăugînd cîte 1-2 linguri apă. Cînd puiul este aproape gata, se adaugă sarea și apoi smîntîna bine amestecată cu făina. Se lasă să fiarbă la foc mic 10-15 min. Pînă se servește se ține pe marginea mașinii.

339 Pui cu tarhon

1 pui mijlociu, 1 lingură untură, 1 ceapă, 4-5 roșii, ½ linguriță făină, tarhon, sare.

Se prăjesc bucățile de pui în untură pînă încep să se îngălbenească. Se adaugă ceapa tocată mărunt și făina. Cînd ceapa începe să se rumenească, se adaugă 3-4 linguri de apă, zeama de la 4-5 roșii, sarea și tarhonul ales și bine spălat. Cantitatea de tarhon poate varia după dorință. Se acoperă cratița și se lasă să fiarbă la foc mic. Cînd carnea este aproape fiartă, se dă la cuptor pentru 15-20 min. Se poate prepara și cu ceapa crudă, adăugînd-o, în acest caz, o dată cu apa.

340 Pui cu fasole verde

1 pui, 750 g fasole, 2 linguri untură, 1 ceapă, ½ pahar zeamă de carne sau apă, 5-6 roșii, 1 linguriță verdeață, sare, 1 linguriță făină.

Se prăjesc bucățile de pui în untură pînă încep să se îngălbenească. Se adaugă ceapa foarte mărunt tăiată, o linguriță făină, se amestecă și se lasă să se prăjească puțin ceapa cu făina. Se adaugă jumătate de ceașcă zeamă de carne (în lipsă, apă), fasolea curățată și spălată și roșiile, cojite, scuturate de semințe și tăiate bucăți. Se pune sarea și verdeața și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic jumătate de oră. Se dă apoi la cuptor ca să scadă zeama bine. Se poate prepara și cu ceapa crudă, adăugînd-o în acest caz o dată cu zeama de carne.

341 Pui cu bame

1 pui, 1 lingură untură, 500 g bame, 5-6 roșii, 1 ceapă, verdeață tocată, 1 lingură oțet, ½ linguriță zahăr, sare.

Bamele, curățate și spălate, se țin o oră în apă cu sare și oțet. Bucățile de pui se prăjesc în untură pînă se îngălbesc, se adaugă ceapa rasă, roșiile fierte și strecurate, sarea,

zahărul și bamele care, după ce au fost scoase din baia de oțet, au fost spălate în câteva ape. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd bamele sînt aproape fierte. Se adaugă o lingură de oțet și verdeața tocată și se dă la cuptor ca să scadă puțin.

342 Pui cu vinete

1 pui, 3 vinete mijlocii, 1 ceapă, 1 lingură făină, 3-4 linguri ulei, sare, pătrunjel verde tacat.

Se taie vinetele pe lungime în sferturi, apoi fiecare sfert pe lățime în două. Se sarează și se lasă să stea astfel cel puțin o jumătate de oră. Apoi fiecare bucată se stoarce cu mîna ca să iasă zeama neagră, se dă prin făină și se prăjește în ulei. Bucățile de pui se prăjesc înăbușit într-o lingură de ulei, se adaugă ceapa rasă și 2-3 linguri apă. Se așază vinetele prăjite peste bucățile de pui, se adaugă pătrunjelul, se acoperă cratița și se lasă să fiarbă la foc mic 10-15 min, apoi se dă la cuptor pînă este gata.

343 Pui cu conopidă

1 pui mijlociu, 1 conopidă mijlocie, ½ linguriță făină, 2-3 linguri vin alb sau 1 lingură zeamă de lămîie, 1 pahar apă, 2 linguri unt, sare, piper.

Puiul, curățat și spălat, se taie bucăți care se rumesc într-o cratiță cu o lingură de unt. Se adaugă făina și se stinge cu un pahar de apă. Se adaugă vinul, sarea și piperul. Conopida, spălată și desfăcută buchețele, se prăjește ușor cu o lingură de unt și se pune peste bucățile de pui. Se lasă să fiarbă încet, pînă scade bine.

344 Găină rasol

1 găină potrivit de mare, 2 morcovi, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 păstîrnac, 1 ceapă, 2 boabe ienibahar (facultativ), 1 foaie de dafin (facultativ), 3-4 cartofi, 3 l apă, sare.

Găina, curățată și spălată, se pune la fiert la foc mic într-o oală cu 3 l apă. Se spumează, apoi se adaugă zarzavatul, ceapa, ienibaharul, foaia de dafin și sarea. Se acoperă și se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd găina este aproape gata. Se adaugă cartofii tăiați jumătăți pe lung și se lasă să fiarbă foarte încet pînă sînt gata. Se scoate găina, se taie frumos în bucăți, se așază pe farfuria de servit, se garnisește cu cartofii fierți, morcovul și țelina tăiate felii

lunguiește. Se stropește cu câteva linguri din zeama în care a fiert. Se servește după gust cu ulei și lămâie sau oțet, hrean sau mujdei de usturoi.

345 Găină cu mazăre verde

Aceleași cantități ca la pui cu mazăre.

Se prepară la fel ca puiul cu mazăre (v. 334) însă carnea se fierbe mai mult.

346 Anghemaht de găină

Aceleași cantități ca la anghemaht de pui.

Se prepară la fel ca anghemahtul de pui (v. 335), bucățile de găină se fierb însă mai mult.

347 Găină cu roșii

Aceleași cantități ca la pui cu roșii.

Se prepară la fel ca puiul cu roșii (v. 337). Se fierbe carnea mai mult.

348 Găină cu tarhon

Aceleași cantități ca la pui cu tarhon.

Se prepară la fel ca puiul cu tarhon (v. 339). Carnea se fierbe însă mai mult.

349 Găină cu fasole verde

Aceleași cantități ca la pui cu fasole verde.

Se prepară la fel ca puiul cu fasole verde tarhon (v. 340). Carnea se fierbe însă mai mult.

350 Găină cu bame

Aceleași cantități ca la pui cu bame.

Se prepară în același fel ca puiul cu bame (v. 341). Carnea se fierbe timp mai îndelungat.

351 Găină cu gutui

6 porții de carne de găină, 4 gutui frumoase, 2 linguri făină, 2-3 linguri untură, 2 lingurițe zahăr, sare.

Bucățile de carne se prăjesc într-o cratiță cu o lingură de untură pînă capătă culoare aurie. Se adaugă ½ linguriță de făină, sarea, se acoperă cu apă și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic. În acest timp se curăță gutuile de coajă, se taie

felii groase cam de două degete, se curăță de sîmburi și de căsuță, se dau prin făină și se prăjesc în untură pe o parte și pe alta. Cînd carnea este aproape gata, se adaugă o linguriță de zahăr ars și stins cu puțină zeamă de carne (sau apă) și o linguriță de zahăr nears. Se așază gutuile peste carne, se acoperă cratița și se lasă să fiarbă la foc mic. Mîncarea nu se amestecă, ci se scutură cratița din cînd în cînd. Sosul trebuie să fie bine scăzut.

352 Chifteluțe din piet de găină

Se prepară la fel ca pîrjoalele moldovenești (v. 375). Se servesc fierbinți cu mazăre sau cu morcovi sote.

353 Găină cu vinete

Aceleași cantități ca la pui cu vinete.

Se prepară la fel ca puiul cu vinete (v. 342). Se fierbe carnea mai mult.

354 Găină cu smîntînă

Aceleași cantități ca la pui cu smîntînă.

Se prepară în același fel ca puiul cu smîntînă. (v. 338). Bucățile de găină se fierb mai mult.

355 Ciulama de găină

Aceleași cantități ca la ciulama de pui.

Se prepară la fel ca ciulamaua de pui (v. 336).

356 Pilaf de găină

Aceleași cantități ca la pilaf de pui.

Se prepară în același mod ca pilaful de pui (v. 333). Bucățile de găină se fierb timp mai îndelungat.

357 Găină cu măsline

6 porții carne (pulpe, piept, etc.), 4 linguri ulei, 200 g măsline, 1 lingură bulion, 1 linguriță făină, 3 cepe, 1 linguriță oțet sau un pahărel de vin, 1 bucățiță zahăr, sare, 1 foaie de dafin.

Se prăjesc bucățile de găină în două linguri de ulei, se adaugă 3-4 linguri de apă și se lasă să fiarbă înăbușit la foc mic. Din cînd în cînd se întorc bucățile adăugînd cîte 2-3 linguri de apă. Cînd carnea este pe jumătate fiartă, se adaugă măslinele, spălate și înțepate cu acul. Se

taie ceapa peștișori și se prăjește cu două linguri de ulei pînă începe să se îngălbenească, se adaugă făina, se lasă să se prăjească puțin și se stinge cu un pahar de zeamă de carne sau, în lipsă, cu apă, se adaugă bulionul, sarea, zahărul, foaia de dafin și vinul sau oțetul. Acest sos se toarnă în cratița cu carne și se lasă să fiarbă pînă ce carnea este gata. Se poate servi caldă sau rece.

358 Boboc de rață pe varză acră

1 boboc de rață, 1 varză acră mijlocie, 3 linguri untură, 1 lingură bulion, ½ linguriță boia de ardei, cîteva boabe de piper, sare.

Bobocul de rață, curățat și spălat, se sarează și se lasă să stea o oră cu sare. În acest timp se spală varza, se toacă foarte fin și se prăjește în untură, adăugînd boiaua, bulionul boabele de piper și sarea (dacă este nevoie). Se pune varza într-o tavă care merge la cuptor, aranjată în strat uniform, iar peste ea se așază bobocul de rață care a fost șters bine cu șervetul și uns cu untură. Se dă la cuptor avînd grijă să turnăm din cînd în cînd peste boboc cîte o lingură din zeama din tavă. Cînd bobocul s-a rumenit frumos pe o parte, se întoarce și se lasă să se rumenească și pe cealaltă parte.

359 Boboc de rață pe varză dulce

Se prepară în același fel ca bobocul de rață pe varză acră, cu singura deosebire că se adaugă puțin borș și pătlăgele roșii, ca să capete varza gust acrișor.

360 Rață cu măsline

Se prepară la fel ca găina cu măsline (v. 357).

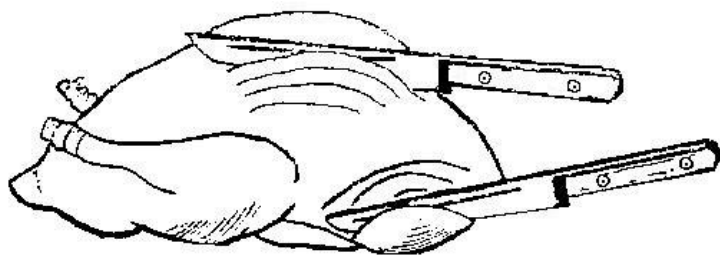
361 Rață cu varză acră sau dulce

Se prepară la fel ca bobocul cu varză acră sau varză dulce (v. 358, 359).

362 Rață cu castraveți verzi

1 rață mică, 8 castraveți potrivit de nari, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 ceapă, ½ linguriță făină, sare, mărar tocat.

Bucățile de rață se prăjesc în untură pînă se rumenesc, se adaugă ceapa tocată și făina și se lasă să se mai prăjească



puțin, apoi se sting cu atîta apă caldă, cît să acopere carnea. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic jumătate de oră. În acest timp se aleg castraveții tari, se

taie în bucăți de 5-6 cm lungime, și se spală. În cazul cînd sînt sărați prea tare, se țin în apă caldă timp de o oră. Se pun castraveții peste carne, bulionul, zahărul, mărarul tocat, și se lasă să fiarbă la foc mic, pînă ce scade zeama și carnea este fiartă. Se poate prepara și cu ceapa crudă. În acest caz se pune o dată cu apa caldă.

363 Gîscă pe varză

Se prepară la fel ca bobocul de rață pe varză (v. 358, 359).

364 Gîscă cu măsline

Se prepară la fel ca găina cu măsline (v. 357).

365 Mîncare de curcan cu castane

12 bucățele mici de curcan, 1 lingură untură, 1 linguriță unt, 1 linguriță făină, 1 ceapă mică, 750 g castane, 1½ linguriță zahăr, sare.

Bucățile de curcan se prăjesc în untură, într-o cratiță, pînă încep să se îngălbenească. Se toarnă zeamă de carne sau apă atît cît să fie bucățile aproape acoperite, se adaugă sarea și o ceapă întreagă și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se înlătură ceapa. Separat se prăjește făina rumen, se stinge cu zeama în care au fiert bucățile de curcan și se adaugă zahărul ars (1 linguriță) și stins tot cu puțină zeamă de carne. Acest sos se pune în cratiță peste bucățile de curcan, se mai adaugă ½ linguriță zahăr, sare, untul și castanele fierte și curățate cu multă grijă ca să nu se sfărîme. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă ce sosul scade bine (mîncarea trebuie să aibă foarte puțin sos).

366 Curcan cu caise uscate

Se pregătește ca și curcanul cu castane (v. 365), înlocuind castanele cu caise uscate. Acestea se pun cînd carnea este

aproape gata, avînd grijă să nu se terciuiască. Dacă mîncarea pare prea acră, se mai adaugă puțin zahăr.

367 Curcan cu măsline

Se prepară la fel ca găina cu măsline (v. 357).

368 Curcan cu gutui

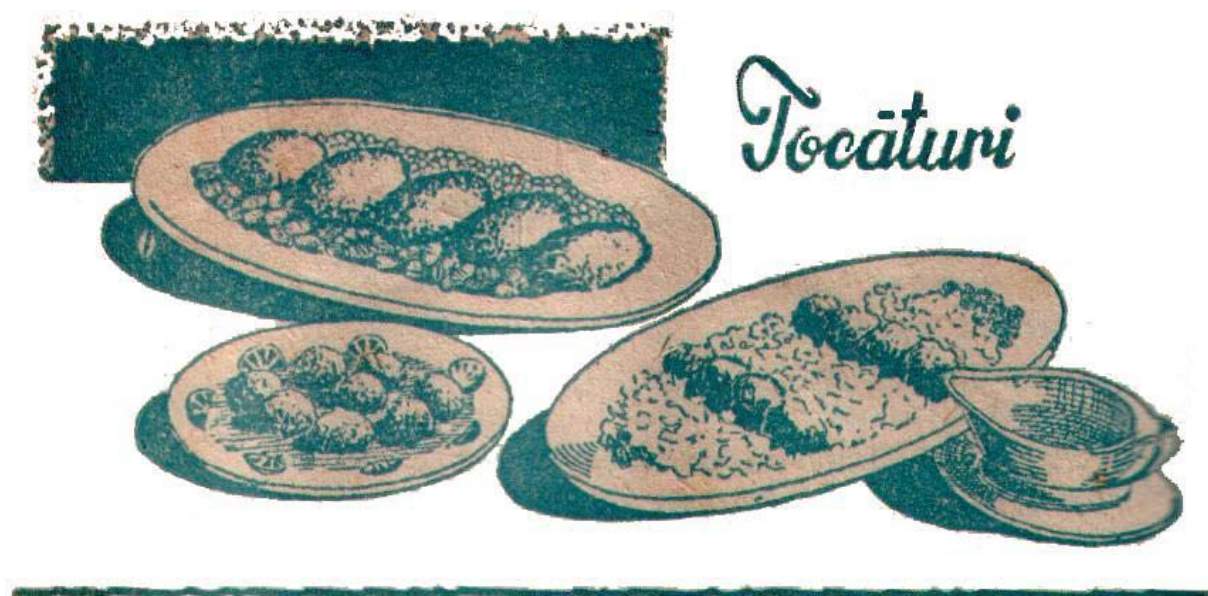
Se prepară la fel ca găina cu gutui (v. 366).

369 Pateu de ficat de pasăre, cu lapte

1 ficat de gîscă sau 2-3 de găină, 2 cepe (facultativ), 150 g unt, 2-3 linguri lapte, sare, gogoşari, castraveciori, ouă.

Se taie cepele în patru, se aşază pe fundul unei cratiţe mici, se pune o lingură de unt, ficatul, laptele şi 2-3 linguri de apă. Se acoperă cratiţa şi se lasă la foc mic pînă scade cu totul apa. După ce s-a răcit, se dă prin maşina de tocat cu ceapă cu tot, se pune într-un castron şi se freacă cu restul de unt pînă devine ca o pastă spumoasă. La sfîrşit se adaugă sarea trebuincioasă, se amestecă, se aşază pe o farfurie de servit şi se garniseşte cu gogoşari acri, castraveciori acri şi ouă răscoapte.





370 Ruladă de carne tocată

1 kg carne macră, 150 g slănină, 2 cepe, 1 felie pîine albă (miezul), 1 ou crud, 4 ouă fierte tari, sare, piper, 1 linguriță verdeață tocată, 1 lingură pesmet, salată verde sau sfeclă roșie.

Se dă prin mașina de tocat carnea împreună cu cele două cepe tăiate mărunt, crude sau rumenite în untură, miezul de pîine muiat și slăcina. Se adaugă sare, piper, verdeața tocată și oul crud. Totul se amestecă bine. Se așterne pe masă un șervet curat și bine muiat în apă. Pe el se întinde tocătura în formă de dreptunghi cu baza de trei ori mai mare decît înălțimea. Pe mijlocul dreptunghiului de carne se așază ouăle fierte tari (și curățate), în șir, unul după altul. Se ridică capetele șervetului astfel ca tocătura să îmbrace (acopere) ouăle. Rulada se așază încet pe o tavă unsă cu untură și pe deasupra se unge cu o pană muiată în untură, se presară cu pesmet și se dă la cuptor pentru $\frac{3}{4}$ oră. Se servește tăiată felii de grosimea unui deget, garnisită cu salată verde sau cu salată de sfeclă roșie.

371 Ruladă de carne tocată umplută cu macaroane

Tocătura ca la rulada de carne (v. 370), 200 g macaroane, 1 lingură unt, 1 ou, un vîrf cuțit piper.

Se fierb macaroanele în apă sărată, se strecoară, se spală cu apă rece, se lasă să se scurgă, apoi se amestecă cu oul bătut spumă, piperul și untul încălzit. Pe un șervet curat udă cu apă se întinde tocătura în strat uniform, gros de 1 cm. Pe mijlocul tocăturii se așază macaroanele. Se ri-

dică marginile șervetului în așa fel ca tocătura să se unească acoperind macaroanele. Se obține astfel un sul. Se așază rulada în tava unsă cu untură, se unge cu ou, se presară cu pesmet și se dă la cuptor ca să se coacă la foc potrivit, timp de 30-40 min. Se servește tăiată felii de grosimea unui deget, cu salată verde, salată de sfeclă sau sote de morcovi.

372 Ruladă de carne tocată umplută cu orez

Tocătura de carne pentru ruladă (v. 370), 150 g orez, 1 lingură unt, 1 ou, puțin piper.

Se prepară la fel ca rulada de carne umplută cu macaroane, înlocuind macaroanele cu orez.

373 Ruladă de iarnă

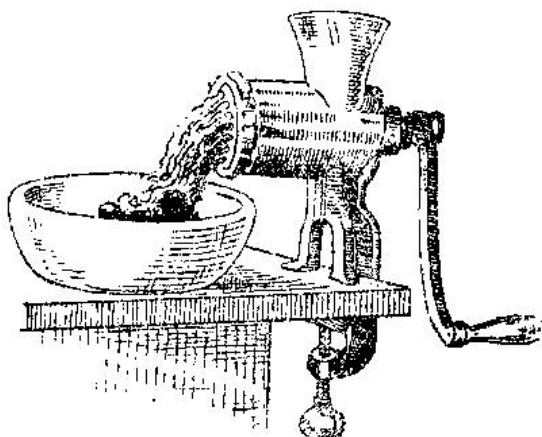
Tocătura de carne ca pentru ruladă (v. 370), 150 g slănină, 5-6 boabe ienibahar, 2-3 cuișoare, $\frac{1}{2}$ linguriță cimbru, 10 boabe piper, 3 linguri zeamă de carne sau apă.

În tocătură se adaugă slăcina tăiată cuburi mici și mirodeniile foarte fin pisate. Se amestecă bine. Pe un fund de lemn presărat cu pesmet se pune tocătura, dându-i-se forma unui sul. Se așază într-o formă de chec unsă cu untură și presărată cu pesmet, se stropește cu untură și se dă la cuptor. Se servește tăiată felii cu garnitură de varză călită. Este foarte gustoasă rece. Această ruladă este mai bună din carne amestecată, jumătate carne de porc, jumătate carne de vacă.

374 Mititei

1 kg carne de vacă, 250 g seu, $\frac{1}{4}$ linguriță bicarbonat, 2-3 căței usturoi, puțin piper, ienibahar și chimion pisat, 2-3 linguri zeamă de carne, sare.

Se toacă de două ori prin mașină carnea împreună cu seu. Se adaugă sarea, mirodeniile, usturoiul pisat, zeama de carne și bicarbonatul, și se frământă totul cu mîna timp de 15 min, adăugînd puțin cîte puțin, două linguri de apă. Castronul cu carnea frământată se ține 5-6 ore pe gheață. Aproape de frigere, se iau cu lingura din to-



cătură cantități egale și se formează cu mâna udă în apă, mititei. Înainte de a fi așezați pe grătar, se ung bine cu ulei, iar în timpul frigerii, se ung cu o pană, cu zeamă de carne amestecată cu puțin ulei.

375 Pîrjoale moldovenești

500 g carne, 3 cepe, 1 ou, 2 felii pîine albă, 1 lingură untură, pătrunjel și mărar tocat, sare, piper, untură pentru prăjit.

Carnea tăiată bucăți se dă prin mașina de tocat împreună cu o ceapă crudă, pîinea muiată și bine stoarsă de apă și două cepe tocate mărunt, ușor prăjite cu o lingură de untură. Tocătura se pune într-un castron, se adaugă un ou, sare, piper și verdeață tocată. Se amestecă totul foarte bine. Se ia cu o lingură din tocătură o cantitate potrivită și se dă cu mâna forma dorită (rotundă sau lunguiață), se dă prin pesmet și se prăjește în untură încinsă, pe o parte și pe cealaltă.

Pîrjoalele se fac din carne de vacă, de porc, de berbec, din piept de pasăre sau din carne amestecată, de vacă și de porc. Verdeața se poate înlocui cu usturoi pisat. Se servesc fierbinți, cu pire de cartofi, cu sote de legume, cu salată sau cu murături.

376 Chiftele marinate

Aceeași tocătură ca la pîrjoale moldovenești (v. 375), 4-5 roșii sau 1 lingură bulion, 1 ceapă mică, 2-3 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, ½ linguriță zahăr, 1-2 linguri oțet, sare, verdeață tocată, untură pentru prăjit, făină (1-2 linguri).

Din tocătură se fac perișoare, se dau prin făină și se prăjesc ușor într-o tigaie cu untură încinsă. Se prăjesc repede întorcîndu-le pe toate părțile (focul trebuie să fie iute). Perișoarele prăjite se așază într-o cratiță și se acoperă cu următorul sos. În tigaia în care s-au prăjit perișoarele se pune o ceapă mărunt tocată, se prăjește cu ½ linguriță făină și se stinge cu roșiile fierte și strecurate. Se adaugă sarea, zahărul, ienibaharul, foaia de dafin oțetul și verdeața. Se lasă cartița să fiarbă la foc mic, scuturînd-o din cînd în cînd ca să nu se prindă de fund.

377 Ardei umpluți cu carne

12 ardei mijlocii, 750 g carne, 2 cepe, 2 linguri orez, 1 lingură untură, mărar și pătrunjel tocat, sare, piper, două roșii.

Sosul: 500 g roșii, ½ ceapă, 1 linguriță zahăr, ½ linguriță făină, sare, pătrunjel tocat, 1 lingură untură, smântână.

Se spală ardeii, se șterg, se scot cotoarele și se scutură semințele. Carnea se toacă, se pune într-un castron, se adaugă două cepe tăiate mărunt, prăjite sau crude, și o lingură de untură, orezul spălat, pătrunjelul și mărarul tocat, piperul și sarea. Se amestecă totul bine și cu această umplutură se umplu ardeii, astupându-i cu câte o felie de roșie. Se așază într-o cratiță și se toarnă următorul sos. Se prăjește ceapa fin tocată și făina în untură pînă se rumenesc puțin; se stinge rîtașul cu zeamă de roșii (fierite și strecurate). Se adaugă zahărul și sarea.

Ardeii trebuie să fie acoperiți cu acest sos, dacă nu-i acoperă, se adaugă apă. Se presară cu pătrunjel tocat, se pune cratița la foc, se lasă să fiarbă puțin, apoi se dă la cuptor pînă sînt gata. Se servesc cu smântînă.

378 Roșii umplute cu carne

Aceleași cantități ca la ardei umpluți cu carne.

Se prepară la fel ca ardeii umpluți cu carne (v. 377).

379 Vinete umplute cu carne

6 vinete mici, 400 g carne macră, 2 cepe, 3 linguri untură, 500 g roșii, 1 linguriță făină, ½ linguriță zahăr, 1 lingură mărar și pătrunjel tocat, sare, piper.

Se taie cozile vinetelor, după care vinetele se pun la fiert 5-6 min, în apă sărată. Se scot și se țin în apă rece pînă cînd se răcesc. Se scurg bine și se scobesc în mijloc. Miezul scobit nu se aruncă, ci se ține în strecurătoare ca să se scurgă bine. Carnea se toacă, se adaugă ceapa tăiată mărunt, crudă sau rumenită, și două linguri de untură, sarea, piperul, verdeța tocată și miezul vinetelor bine scurs. Se amestecă bine și cu această tocătură se umplu vinetele.

Se prăjește într-o cratiță o bucată mică de ceapă fin tocată cu o lingură de untură, se adaugă făina, se lasă să se îngălbenească ușor, apoi se stinge cu roșiile fierite și strecurate. Se adaugă sarea și zahărul. În acest sos se așază vinetele, se presară puțină verdeță tocată și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd sosul este potrivit de scăzut.

380 Dovlecei umpluți cu carne

6 dovlecei nu prea mici, 400 g carne macră, 2-3 cepe, 2 linguri orez, pătrunjel și mărar tocat, sare, piper, 2 linguri untură.

Sosul: 500 g roșii, $\frac{1}{2}$ ceapă, 1 linguriotă făină, sare, pătrunjel tocat, 1 lingură untură, smântână.

Se rad dovleceii de coajă, se taie în două și se scobesc de miez. Tocătura se prepară la fel ca pentru ardeii umpluți (v. 377). Se umplu dovleceii, se dau prin făină și se prăjesc în untură, se așază într-o cratiță și se acoperă cu sosul preparat ca la ardei umpluți. Se fierb la foc mic sau, mai bine, în cuptor. Se servesc cu smântână

381 Praz umplut cu carne

700 g carne macră (se recomandă carne de porc amestecată cu carne de vacă), 4 cepe mari, 2 linguri orez, 1 felie pîine, 3 linguri untură, 5-6 roșii sau 1 lingură bulion, sare, piper, mărar tocat, smântână.

Tocătura se prepară la fel ca la sarmale cu varză (v. 388). Prazul se taie bucăți lungi de 6-7 cm, se opărește și se trage miezul (în așa fel ca să se obțină tuburi). Se umplu cu tocătură și se așază în cratiță. Peste un rând de praz umplut se pune praz fin tăiat (cel rămas). Se pun roșiile fierte și strecurate (sau bulionul) și se adaugă apă ca să fie bucățile de praz de-abia acoperite. Se pune la fiert și când este aproape gata, se dă la cuptor pînă ce scade bine. Se servește cu smântină.

382 Varză umplută cu carne

1 varză mijlocie, 500 g carne macră, 2-3 cepe, 1 lingură orez, 2 linguri untură, sare, piper, verdeață tocată, 500 g roșii, $\frac{1}{2}$ linguriță zahăr, $\frac{1}{2}$ linguriță făină, 1 lingură oțet, smântină.

Se curăță varza de primele foi exterioare și se scobește coceanul. Se așază varza într-o oală cu apă sărată și se lasă să fiarbă cîteva minute (pînă încep să se moaie foile). Carnea se toacă, se amestecă cu orezul, ceapa crudă sau ușor prăjită, o lingură de untură și puțin piper. După ce varza a fost scoasă din apă și s-a răcit, se așază pe un fund de lemn, se scot cîteva foi din miez, se răsfiră celelalte și între ele se pune tocătura. Se potrivesc cu mîna foile la loc, dîndu-i-se verzei forma inițială (rotundă), se așază într-o cratiță cu partea unde a fost scobită în sus și se toarnă peste ea următorul sos. Se prăjește o bucățică de ceapă mărunt tăiată cu o lingură de untură, se adaugă făina, se lasă să capete culoare gălbuie și se stinge cu roșiile fierte

și strecurate. Se adaugă sarea, zahărul și oțetul. Dacă acest sos nu acoperă varza, se mai adaugă puțină apă. Se acoperă cratița și se lasă să fiarbă la foc mic. Când este aproape gata, se presară cu verdeață și se dă la cuptor 30 min. Se servește cu smântână.

383 Cartofi umpluți cu carne

12 cartofi mijlocii, 350 g carne macră, 2 linguri untură, 2 cepe, 1 lingură verdeață tocată, 1 lingură făină, 1 lingură bulion sau 500 g roșii, ½ linguriță zahăr, sare, piper, 1 pahar smântână.

Se curăță cartofii și se scobesc cu ajutorul cuțitului special sau în lipsa acestuia cu un briceag. Carnea tocată se amestecă cu ceapa tăiată mărunt, prăjită sau crudă, cu o lingură de untură. Piperul, sarea și verdeața tocată. Cu această tocătură se umplu cartofii, se dau prin făină și se rumenesc în untură, întorcându-i pe toate părțile. Se așază cartofii rumeniți într-o cratiță și se toarnă peste ei următorul sos. În untura rămasă de la prăjitul cartofilor se prăjește ½ linguriță făină și se stinge cu bulion (sau cu zeamă de roșii). Se adaugă zahărul, sarea și apă (în cazul când se prepară cu bulion). Sosul trebuie să acopere cartofii.

Se lasă cratița pe foc ca să fiarbă încet câteva minute, se toarnă smântâna și se dă la cuptor pînă sînt cartofii gata.

384 Musaca de cartofi cu carne

500 g carne macră, 750 g cartofi, 2 cepe, 3 linguri untură, sare, piper, verdeață, 1 lingură bulion sau 3-4 roșii, pesmet.

Se curăță cartofii și se taie felii de grosimea unui deget. Se presară cu puțină sare, se lasă câteva minute să stea cu sarea apoi se șterg cu un șervet și se prăjesc pe amîndouă părțile.

Se dă carnea prin mașină împreună cu două cepe crude, apoi se pune la prăjit într-o tigaie cu o lingură de untură. Se adaugă sare și piper și se lasă ca tocătura să se prăjească foarte puțin (ea trebuie să rămîna mustoasă).

Într-o cratiță unsă cu untură și presărată cu pesmet se așază un rînd de cartofi, apoi un rînd de carne. Se procedează astfel pînă sînt puși toți cartofii și toată carnea, avînd grijă ca ultimul rînd să fie de cartofi, iar între rînduri se presară verdeață tocată. Se toarnă o lingură de bulion amestecată cu un pahar de zeamă de carne (vara, peste cartofi se pune un rînd de roșii tăiate felii; în acest caz nu se

mai pune bulionul cu zeama de carne). Se dă la cuptor pînă scade bine.

385 Musaca de dovlecei

5-6 dovlecei mari, tocătura ca la musaca de vinete (v. 386), 1 pahar smîntînă.

Se rad dovleceii și se taie felii de grosimea unui deget. Se sarează, se lasă cu sarea 10 min, apoi se șterg cu un șervet curat, se dau prin făină și se prăjesc.

Mai departe, se prepară la fel ca musacaua de cartofi (v. 384). În loc de roșii sau bulion se toarnă un pahar de smîntînă. Se ține la cuptor pînă scade bine.

386 Musaca de vinete

5 vinete mijlocii, 750 g carne macră, 3 cepe mari, 3-4 linguri untură, 3-4 roșii, 1 ou, 1 pahar smîntînă, 1 lingură făină, 2-3 linguri zeamă de carne sau apă, piper, sare, pătrunjel tocat, pesmet.

Se taie vinetele de grosimea unui deget, se presară cu puțină sare și se lasă cel puțin 30 min, pentru ca zeama neagră din vinete să se scurgă. În acest timp se dă carnea prin mașină. Se taie o ceapă mărunt, se prăjește cu o lingură de untură fără să fie lăsată să se rumenească, se pun în aceeași tigaie carnea tocată, piperul și sarea, și se lasă să se prăjească puțin. Carnea trebuie să fie mustoasă.

Fiecare felie de vînată se stoarce ușor cu mîna, se șterge cu un șervet și se prăjește în untură pe o parte și pe alta. Pe fundul unei cratițe unse cu untură și presărată cu pesmet se așază un strat de roșii tăiate felii subțiri, peste roșii un rînd de vinete, apoi un rînd de carne. Se procedează astfel pînă cînd se așază toate vinetele și toată carnea. Ultimul rînd trebuie să fie de vinete, peste care se așază roșii tăiate rotogoale subțiri.

Se pune cratița la cuptor pentru o jumătate de oră.

Apoi se toarnă peste musaca smîntîna amestecată bine cu făină, cu o lingură de zeamă de carne și cu un ou bătut spumă. Se presară puțin pătrunjel tocat și se mai lasă la cuptor pînă se rumenește puțin. Se servește imediat tăiată bucăți.

387 Musaca de macaroane sau de tăiței de casă

Tocătura din aceleași cantități și preparată în același fel ca la musaca de vinete (v. 386), 500 g macaroane sau tăiței de casă, 2 ouă, sare, 2 linguri unt sau untură, pesmet.

Se fierb macaroanele în apă sărată, se spală cu apă rece, se scurg bine și se amestecă cu două ouă bătute spumă și două

linguri unt sau untură. În cratița unsă și presărată cu pesmet se așază jumătate din macaroane, apoi tocătura, iar deasupra restul de macaroane. Se presară cu pesmet, se stropește cu unt topit sau untură și se dă la cuptor pînă se rumenește. Cînd se servește, se răstoarnă pe o farfurie de servit rotundă.

388 Sarmale cu varză dulce

1 varză mare, 750 g carne macră (se recomandă carne de porc amestecată cu carne de vacă), 4 cepe mari, 2 linguri orez, 1 felie pîine, 3 linguri untură, 5-6 roșii sau 1 lingură bulion, sare, piper, mărar tocat, 1 l borș, smîntînă.

Carnea se toacă împreună cu miezul de pîine muiat în apă și cu o ceapă crudă. Se pune într-un castron și se amestecă cu orezul spălat, mărarul, piperul, sarea și trei cepe prăjite în două linguri de untură (ceapa se prăjește foarte puțin, numai pînă începe să se îngălbenească). Se amestecă totul bine. Se scobește cu cuțitul coceanul verzei, iar varza se opărește cu borș. Apoi foile verzei se desprind cu atenție ca să nu se rupă, se taie mărimea necesară pentru o sarma și se învelește carnea. Cu cît sînt mai mici, cu atît sarmalele sînt mai gustoase. Se așază în cratiță un rînd de sarmale, se acoperă cu varza rămasă neîntrebuințată, tăiată fin ca tăiței, și cu un rînd de roșii tăiate felii foarte subțiri. Se procedează astfel pînă cînd se așază toate sarmalele în cratiță, avînd grijă ca ultimul rînd să fie de roșii, sau se adaugă bulionul. Se pune o lingură plină de untură, se toarnă borșul și se lasă să fiarbă pe mașină, la foc mic, 30 min. Apoi se dau la cuptor ca să scadă zeama. Se servesc cu smîntînă.

389 Sarmale cu varză acră

Pentru tocătură aceleași cantități și același mod de pregătire ca la sarmale cu varză dulce (v. 388), 1 varză acră, 1 linguriță boia ardei, 1 lingură bulion, cimbru (facultativ).

Se prepară la fel ca sarmalele cu varză dulce. Fiecare rînd de sarmale se acoperă cu un strat de varză tocată și puțin cimbru.

Se pun la fiert cu apă și se adaugă boia și bulion.

390 Sarmale cu foi de viță

Aceeași tocătură ca la sarmale cu varză dulce (v. 388), 250 g foi de viță, 2 linguri mărar tocat, 0,500 l borș, sare, 1 pahar smîntînă sau iaurt.

Foile de viță trebuie să fie tinere. Se spală în cîteva ape și se opăresc. Apoi se fac sarmale ca și cele cu varză.

Fiecare rînd de sarmale așezat în cratiță se presară cu mult mărar, iar ultimul rînd se acoperă cu foi de viță. Se pune o lingură de untură, puțină sare și borșul (ca să acopere sarmalele; dacă este nevoie se adaugă apă). Se fierb pe mașină (cratiță acoperită) la foc mic. Cînd sînt fierte se dau la cuptor ca să scadă bine zeama. Se servesc cu smîntînă sau iaurt.

391 Sarmale cu foi de viță și carne de miel

Se prepară la fel ca sarmalele cu foi de viță și carne de vacă (v. 390). Sînt mai gustoase cu carne de miel.

392 Drob de miel

Măruntaiele de la un miel, 2 cepe mari, 2 ouă, 1 lingură verdeață tocată, 1 lingură cozi de ceapă verde tocate, sare, piper, 1 lingură untură, 1 felie pîine albă.

Se dau măruntaiele prin mașina de tocat cu ceapa mărunt tocată, crudă sau puțin prăjită, untura și miezul de la o felie de pîine muiat în apă. Se adaugă sarea, piperul, verdeața, cozile de ceapă verde, ouăle bătute spumă și se amestecă totul bine.

Într-o cratiță unsă cu untură se așază prapurul bine spălat, în așa fel ca să acopere fundul, laturile cratiței și să se reverse peste ele. Se așază tocătura, se acoperă marginile cu marginile prapurului și se coace la cuptor. Cînd este gata, se răstoarnă pe farfurie și se servește cu salată verde.

393 Drob de miel în aluat

Aceași tocătură ca la drob de miel (v. 392).

Aluatul: 1 ou, 1 lingură untură, 1 linguriță smîntînă, 1 linguriță oțet, sare, 170 g făină.

Se frămîntă un aluat dintr-un ou, untură smîntînă, oțet, sare și făină. Aluatul nu trebuie să fie vîrtos. Se întinde cu o vergea o foaie, se așază într-o cratiță unsă, ca și prapurul (v. 392), se pune tocătura și se acoperă cu marginile foi de aluat. Se unge cu untură și se pune la cuptor. Cînd este gata, se răstoarnă pe o farfurie și se servește cu salată verde.

394 Șnițel din carne tocată

600 g carne macră, 2 linguri unt sau untură, ½ pahar pesmet pisat, puțin piper, sare.

Carnea, spălată, se trece prin mașina de tocat sau se toacă cu satîrul, se amestecă bine cu sare și piper. Din această

pastă se fac șase turtițe de grosimea unui centimetru, se dau prin pesmet și se prăjesc în grăsimea fierbinte. Se servesc cu cartofi prăjiți, pire de cartofi sau legume fierte și opărite cu unt.

395 Crenvurști cu pire de cartofi

500 g crenvurști.

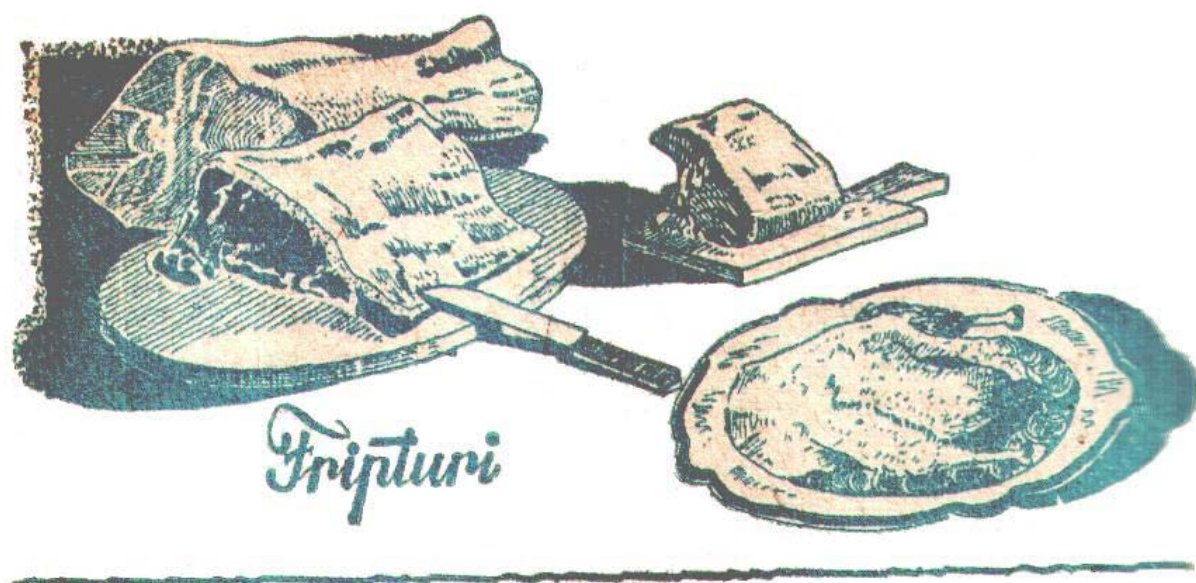
Se pun crenvurștii în apă fierbinte să dea un clocot, două. Pireul de cartofi (v. 191) se așază pe o farfurie, peste el se aranjează crenvurștii și se servește cu o salată oarecare. Crenvurștii se mai pot servi și cu cartofi fierți și opăriți cu unt.

396 Parizer prăjit

12 felii parizer, 2 linguri untură.

Se curăță feliile de parizer de piele și se prăjesc pe amândouă părțile în untură fierbinte. Se servesc cu cartofi fierți sau prăjiți. Untura în care s-a prăjit parizerul se toarnă peste cartofi.





Cîteva sfaturi pentru reușita fripturilor

Înainte de a pune la fript o bucată de carne mai mare, un miel, un purcel, o pulpă, un mușchi, o pasăre, se sarează și se lasă să stea astfel un ceas ca să pătrundă sarea bine. Apoi se șterge cu un șervet, se unge cu un strat subțire de untură și se pune pe tavă cu puțină untură și cîteva linguri de apă.

La friptura de porc, vițel și mușchi se adaugă cîte un păhărel de vin, iar purcelul se stropește cu puțin rom.

În timpul frigerii, din cînd în cînd, se udă friptura cu sosul din tavă; astfel căpătăm o friptură mustoasă.

Unele gospodine fac greșeala să înțepe friptura cu furculița în timpul frigerii; aceasta nu este permis, deoarece prin înțepare carnea pierde din must.

Orice friptură prăjită sau friptă cu untură capătă aromă plăcută dacă este unsă, cînd este gata, cu o pană muiată în unt fierbinte.

Orice pasăre care se frige nu se taie în bucăți deoarece se usucă și își pierde gustul.

Carnea pentru prepararea fripturii la grătar nu se sarează și nu se piperează decît în momentul cînd este gata friptă. Sarea umezește și întărește carnea, iar piperul arde și dă gust amar fripturii. Ea nu se întoarce niciodată de mai multe ori pe o parte sau pe alta, ci numai o singură dată.

Fripturi de vacă

397 Friptură înăbușită I

1,5 kg carne (pulpă), 150 g slănină, 1 căpățină usturoi, 2 linguri untură, sare, piper.

Bucata întreagă de carne se freacă cu puțină sare și se împănază cu bucăți de slănină și usturoi. Se prăjește pe toate părțile în untură încinsă, se adaugă zeama de carne sau apă, piper, se acoperă și se lasă să fiarbă înăbușit, la foc mic, pînă scade zeama și carnea este fragedă. Dacă este nevoie, se mai adaugă în timpul fierberii cîte puțină apă caldă. Se taie felii de grosimea unui deget, se așază pe farfuria de servit și se servește cu pire de cartofi, cu sote de legume, cu salată sau murături.

398 Friptură înăbușită II

1,5 kg carne macră (sau rasol alb), 1 ceapă, 2-3 căței de usturoi, 1 morcov potrivit de mare, 1 păhărel vin, 2 linguri untură, sare, piper, 1 linguriță bulion.

Se rumenește puțin carnea în untură, întorcînd-o pe toate părțile. Se adaugă un morcov curățat și tăiat în jumătate, o ceapă, sarea, usturoiul, piperul, un păhărel de vin și apă caldă cît să acopere friptura. Se pune capacul și se lasă să fiarbă pînă cînd carnea este fragedă și rămîn numai 2-3 linguri de zeamă.

Se scot morcovul, ceapa și usturoiul, se dau prin sită, se pun din nou în cratiță cu friptura, se adaugă o lingură de bulion, 2-3 linguri de apă și se lasă să mai dea un clocot, întorcînd carnea pe toate părțile. Se taie friptura felii, se toarnă sosul deasupra și se servește cu garnitură de cartofi, orez fiert sau legume fierte și opărite cu unt.

399 Biftec rusesc

600 g mușchi, 3 cepe mari, sare, piper, 2 linguri untură.

Se taie mușchiul felii groase de un deget. Se bat ușor cu ciocanul de lemn, se sarează, se piperează și se prăjesc în untură încinsă, pe o parte și pe alta, la foc iute. Se pun bucățile de mușchi într-o cratiță încălzită și se păstrează pe marginea mașinii pînă cînd se prăjește ceapa tăiată peștișori, în untura rămasă de la prăjitul cărnii. Ceapa trebuie să fie rumenită.

Se așază carnea pe farfuria de servit încălzită bine, se aranjează ceapa prăjită peste fiecare bucată de mușchi și se stropește cu untura rămasă în tigaie. Se servește imediat cu cartofi prăjiți și o salată oarecare (verde sau de castraveți).

Fripturi de vițel

400 Șnițel de vițel

750 g carne macră (de la pulpă), 1 linguriță ulei, 2 ouă, 2-3 linguri untură, făină, pesmet, piper, sare.

Se taie carnea în bucăți potrivit de mari, de grosimea unui deget. Se bat ușor cu ciocanul de lemn, se presară cu sare și piper.

Fiecare felie de carne se moaie în ouăle bătute cu o linguriță de ulei, se dă prin făină, din nou prin ou și apoi prin pesmet. Se prăjesc pe o parte și pe alta în tigaie, în untură încinsă, la foc potrivit.

Se servesc cu cartofi prăjiți, pire de cartofi, legume opărite cu unt sau o salată oarecare.

401 Friptură de vițel la tavă

Se prepară ca și pulpa de porc la tavă (v. 405).

Fripturi de porc

402 Șnițel din carne de porc

Se prepară la fel ca șnițelul din carne de vițel (v. 400).

403 Cotlete de porc pane

6 cotlete de porc, 2 ouă, 2 linguri untură, 2 linguri făină, piper, sare, pesmet.

Se bat cotletele ușor cu ciocanul de lemn, se sarează, se pipează, se dau prin oul puțin bătut, apoi prin făină, din nou prin ou, iar la urmă prin pesmet. Se prăjesc în untură încinsă la foc mic. Se servesc cu cartofi prăjiți, cu o salată oarecare sau cu murături.

404 Friptură de vițel la tavă

Cotlete de porc (bucată întreagă), sare, puțină untură.

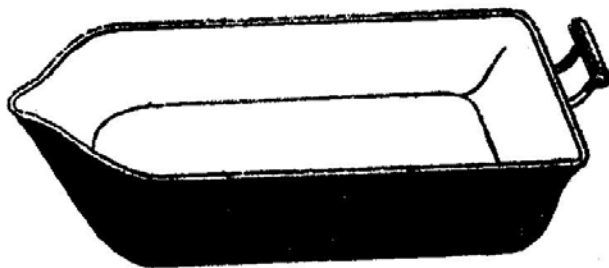
Se taie cu satîrul oasele șirei spinării, se sarează și se pune bucata întreagă pe tava unsă cu puțină untură, cu 2-3 lin-

guri de apă. Se lasă la cuptor cam 1½-2 ore, stropind mereu cu zeama din tavă. Se taie felii și se servește cu garnitură de cartofi (pire sau prăjiți) sau varză călită. Se poate servi și rece, tăiată felii subțiri.

405 Pulpă de porc la tavă

O bucată de pulpă de 1-2 kg, sare, puțină untură.

Se sarează carnea și se lasă să stea 30 min cu sare. Se așază în tava unsă cu untură, se adaugă 3-4 linguri de apă și se dă la cuptor, mai întâi la foc mare, apoi pe măsură ce se rumenește carnea, focul se face mai slab. În tot timpul frigării se stropește carnea cu zeama din tavă. Se ține la cuptor cam 1-1½ oră. Dacă se pregătește un but de 3 kg, trebuie ținut la cuptor 2-2½ ore. Se servește tăiată felii, cu garnitură de varză călită. Feliile se stropesc cu sosul din tavă.



406 Ceafă de porc (garf) la cuptor

1 garf (cam 2 kg), 3-4 boabe ienibahar, 1 cățel usturoi, ½ linguriță boia de ardei, câteva boabe coriandru, sare, puțină grăsime.

Carnea (fără să fie spălată) se șterge bine cu un ștergar umed, se sarează, se freacă cu usturoiul pisat și mirodeniile. Se așază într-un castron și se lasă să stea astfel 3-4 ore. Apoi se presară peste carne boiaua de ardei și se așază pe o tavă unsă cu grăsime.

Se dă la cuptor la foc iute 30 min, apoi focul se face potrivit. Se ține la cuptor 1½ oră. În timpul frigării se stropește din când în când cu zeama din tavă. Se taie felii, se așază pe farfuria de servit, se stropește cu zeama din tavă, strecurată, și se servește cu cartofi prăjiți, salată sau gogoșari și castraveciori în oțet.

Se poate servi și rece, tăiată felii mai subțiri.

407 Purcel de lapte la tavă

Curățatul purcelului. De îndată ce purcelul a fost tăiat, se pune într-un lighean mare sau o covățică, se presară bine peste tot cu puțin sacîz pisat (rășină albă) și se toarnă



pe deasupra apă fierbinte. Se întoarce purcelul când pe o parte când pe alta ca să se moaie bine, apoi se scoate și se așază pe o scîndură și se jumulește de păr (operația va fi foarte ușoară).

Se șterge cu un șervet curat și se dă la flacără de spirt, se pîrlește, apoi se pune într-un vas cu apă caldută, se spală și se rade cu cuțitul. Se clătește bine

cu apă rece apoi se spintecă la pîntece, de la coadă spre punctul unde a fost înjunghiat. Se scot intestinalele și măruntaiele avînd grijă să nu se spargă fierea.

Se spală bine în 2-3 ape reci, se lasă să se scurgă timp de 10 min apoi se așază pe un fund de lemn cu cele patru picioare îndoite (îngenuncheat). Se lasă la rece pînă a doua zi. Cu un ceas înainte de a fi fript se procedează în felul următor.

Se spală purcelul, se șterge bine cu un șervet uscat, pe dinăuntru și pe dinafară, se freacă cu o lingură de sare și se lasă să stea 30 min. Se așază apoi pe tavă cu picioarele îndoite și așezate pe bețișoare, iar urechile înfășurate în hîrtie albă. Se unge cu untură, se pune în gură un măr roșu, se adaugă 2-3 linguri de apă și se dă la cuptor la foc mic la început, apoi focul se face din ce în ce mai iute.

În timpul friptului, se unge din cînd în cînd cu o pană muiață într-un păhărel de rom amestecat cu o linguriță de ulei. Cînd începe să se rumenească, se întărește focul, nu se mai unge și se lasă pînă se rumenește frumos. Se servește cu cartofi prăjiți, varză acră călită, mere coapte sau gogoșari în oțet.

408 Purcel de lapte umplut cu măruntaie

1 purcel de lapte, 3 ouă, 2 felii de pîine albă, 2 linguri untură, 1 ceapă, 100 g stafide (după plac), pătrunjel verde, sare, piper.

Inima, ficatul și splina purcelului se dau prin mașina de tocat împreună cu o ceapă crudă și miezul de la două felii de franzelă muiaț în lapte. Se bat spumă, într-un castron, trei ouă, se amestecă cu tocătura, adăugînd sare și piper, pătrunjel verde, tocat, 100 g stafide (după plac) și o ceapă foarte mărunț tocată și puțin rumenită în două linguri de untură. Cu această umplutură se umple purcelul, se coase cu ață și se dă la cuptor (v. 407).

În loc de stafide, la umplutură se pot adăuga 2-3 linguri de orez fiert în apă rece și amestecat cu o lingură de unt și puțin piper.

Fripturi de miel și berbec

409 Miel pane

Piept de miel (6 bucăți), 1 ou, 2 linguri lapte, 1 lingură untură, 1 lingură ulei, 2 linguri făină, pesmet, sare.

Pieptul (coastele) d miel se taie bucăți potrivite, se sarează și se lasă să stea 10-15 min cu sare. În oul bătut și amestecat cu lapte se moaie pe rînd bucățile de miel, se dau prin făină, din nou prin oul bătut și apoi prin pesmet. Se prăjesc în untura amestecată cu ulei la foc mic. Se servesc cu salată verde sau de castraveți.

410 Șnițel de miel

Pulpă de miel (6 bucăți), 1 ou, 2 linguri lapte, 1 lingură untură, 1 lingură ulei, 2 linguri făină, pesmet, sare.

Se prepară la fel ca mielul pane (v. 409). Se folosește numai carnea de la pulpe, tăiată felii de grosimea unui deget și bătute cu ciocanul de lemn. Se servește cu cartofi prăjiți și salată verde sau de castraveți.

411 Friptură de miel la tavă

1,5 kg carne de miel (pulpele), 1-2 linguri untură, sare, cîteva căței de usturoi.

Se spală carnea, se șterge cu un șervet, se sarează și se lasă să stea jumătate de oră cu sarea. Se unge o tavă cu untură, se așază pulpele de miel, se toarnă 2-3 linguri apă și se dă la cuptor la foc mic, apoi mai mare, pentru ca friptura să prindă coajă. Când s-a fript, se scoate din tavă și se așază pe farfuria de servit. În tavă se toarnă cîteva linguri de apă și cîteva căței de usturoi pisat (după plac). Se pune tava pe mașină la foc, se lasă să dea un clocot, se trece zeama prin sită și se toarnă peste friptură. Se servește cu cartofi prăjiți și salată, după gust.

412 Pulpă de berbec la tavă

1 pulpă de berbec, 125 g slănină, 1 căpățină usturoi, 1 lingură untură, 1 păhărel vin sau oțet, sare.

Se spală bine pulpa și se curăță de grăsime. Cu ajutorul unui cuțit se scoate osul. Carnea se freacă cu sare și se lasă să stea 30 min, apoi se împănează cu bucăți de slănină și căței de usturoi. Se rulează



carnea strângînd bine capetele și se leagă cu o sforică, astfel încît să aibă formă lunguiată. Se așază în tava unsă cu untură, se adaugă 2-3 linguri apă, o lingură untură, vinul sau oțetul și se dă la cuptor la foc mare pînă începe să se rumenească, apoi la foc potrivit. În tot timpul

frigerii se unge din cînd în cînd cu sosul din tavă. Cînd este gata, se ia din tavă, se scoate sfoara și se taie friptura felii nu prea groase. În sosul din tavă se pun 2-3 linguri de apă, se lasă să dea un clocot și se toarnă peste felile de pulpă. Se servește cu pire de cartofi și morcovi sote. Această friptură este foarte gustoasă și rece.

Fripturi de pasăre

413 Pui pane

1 pui mijlociu, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură untură, sare, pesmet.

Se taie puiul bucăți, se sarează și se prepară ca șnițelul (v. 400). Se servește cu cartofi prăjiți și legume opărite cu unt.

414 Pui înăbușit

1 pui mare, 1 lingură untură, sare, puțin usturoi.

Se pune puiul sărat într-o cratiță mai mare cu untură înfierbîntată, se prăjește pe toate părțile, se adaugă 4-5 linguri de apă sau zeamă de carne, se acoperă cratița cu capacul și se lasă la foc mic. Din cînd în cînd se întoarce puiul și dacă scade zeama, se mai adaugă cîte o lingură, două de apă. La sfîrșit se poate pune puțin usturoi zdrobit. Se servește cu cartofi prăjiți și salată verde sau de castraveți.

415 Pui la tavă

1 pui mare, ½ lingură untură, sare.

Se sarează puiul, se lasă să stea cu sare 15-20 min, apoi se aşază în tavă, se pun untura şi 2-3 linguri de apă şi se dă la cuptor. În tot timpul frigerii se stropeşte cu zeama din tavă. Se serveşte cu cartofi prăjiţi şi salată verde sau de castraveţi.

416 Găină înăbuşită

Se prepară la fel ca puiul înăbuşit (v. 414).

417 Friptură de găină la tavă

Se prepară la fel ca puiul la tavă (v. 415).

418 Friptură de gîscă la tavă

1 gîscă, 1 lingură untură, sare.

Se prepară la fel ca friptura de raţă cu mere coapte (v. 419). La început focul trebuie să fie mai mic, apoi se întăreşte. Friptura se ţine la cuptor 1½ oră. Se serveşte fie cu mere coapte, ca şi raţa, fie cu cartofi prăjiţi şi o salată, cu murături sau varză călită.

419 Friptură de raţă cu mere coapte

1 raţă, 12 mere mari, 1 lingură untură, sare.

În raţa curăţată, spălată şi sărată dinainte, se introduc două mere mai mici. Se aşază în tava de friptură, cu o lingură de untură şi câteva linguri de apă. Se dă la cuptor la foc mai iute şi se stropeşte mereu cu zeama din tavă.

Cînd raţa începe să se rumenească, se pun în jurul ei merele spălate şi bine şterse, iar focul se face mai slab. Pe măsură ce se coc, se scot merele din tavă, lăsînd să se termine raţa de fript.

Cînd este gata, se scoate din tavă, se taie, se aşază pe o farfurie de servit, aranjînd merele coapte în jurul bucăţilor de friptură. În tavă se pun două linguri de apă, se lasă să fiarbă şi se amestecă cu lingura. Acest sos se strecoară şi se toarnă peste bucăţile de friptură.

420 Friptură de curcan la tavă

1 curcan, 2 linguri untură, sare.

Se prepară ca și friptura de rață cu mere coapte (v. 419), cu deosebirea că se frige de la început la foc mic, apoi focul se mărește treptat. Se ține la cuptor cam două ore.

Se servește cu cartofi prăjiți, gogoșari și castraveciori în oțet sau varză călită.





Vînatul cu pene (păsări) nu se opărește. Penele se smulg, apoi pasărea se pîrlește la flacără de spirt, se spală bine în cîteva ape și se lasă să stea o oră în apă rece. Potîrnichile, rațele și gîștele sălbaticе, după ce li s-au scos intestinele, se șterg pe dinăuntru cu o cîrpă curată ca să nu rămînă sînge deloc, se pun în golul corpului o foaie de dafin, 2-3 boabe de ienibahar, o crenguță de cimbru, se învelesc cu un tifon sau cu o pînză subțire și se țin la loc rece două zile. După aceea păsările pot fi preparate. Fazanul devine deosebit de gustos dacă, după ce i s-au scos intestinele și măruntaiele, este îngropat în pămînt și ținut 2-3 zile. După aceasta se smulg penele, se pîrlește bine, se spală și se lasă în apă rece cu puțin oțet timp de o oră.

421 Marinată pentru vînat

1,5 kg apă, 1 kg oțet de vin, $\frac{1}{2}$ linguriță ienibahar, $\frac{1}{2}$ linguriță piper, 5-6 foi de dafin, coaja de la $\frac{1}{2}$ lămîie, 1 lingură sare, 5-6 cuișoare, 2-3 căței usturoi.

Se fierbe într-o oală smălțuită apa cu oțetul de vin, ienibaharul, piperul, foile de dafin, cuișoarele, usturoiul, coaja tăiată de la o jumătate de lămîie și o lingură de sare. Se fierbe totul 5 min. Se lasă să se răcească și se toarnă peste vînatul așezat într-un castron. Se ține astfel 24 de ore.

Lichidul trebuie să acopere vînatul, în caz contrar, vînatul trebuie întors la 5-6 ore.

422 Iepure cu smântână

6 bucăți (porții) de carne de iepure, 1 lingură untură, 1 linguriță făină, 1 lingură unt proaspăt, 1 pahar smântână, 2-3 boabe ienibahar, ½ ceapă tocată, sare.

Într-o cratiță cu o lingură de untură se prăjesc ușor bucățile de iepure, se adaugă ½ pahar de apă, ceapa tocată, ienibaharul, se acoperă și se lasă să fiarbă la foc mic timp de jumătate de oră. Dacă scade prea mult, se mai adaugă o lingură, două de apă.

Făina bine amestecată cu smântâna se toarnă peste carne, se adaugă două linguri de apă, untul, sarea, se acoperă și se lasă să mai fiarbă foarte încet 15-20 min. Se servește cu mămăliguță caldă.

423 Papricaș de iepure

Picioarele dinainte, coastele, grumajii și măruntaiele iepurelui, 2 linguri untură, 2-3 cepe, 1 linguriță boia, 2-3 linguri smântână, zeama de la o jumătate de lămâie, sare.

Carnea de iepure tăiată bucăți mici se prăjește într-o cratiță cu untura și ceapa tocată peștișori. Când bucățelele sînt rumenite, se adaugă boiaua, sare, zeama de lămâie și apă ca să acopere carnea. Se lasă să fiarbă încet pînă cînd apa scade la jumătate, apoi se pune cratița descoperită în cuptor pînă cînd lichidul rămas scade la jumătate. Înainte de a servi, se adaugă 2-3 linguri de smântână. Se servește cu găluște de griș, macaroane fierte sau pire de cartofi.

424 Iepure cu măsline

Pulpele din față și din spate și gîtul, ½ pahar ulei, 5-6 cepe mari, 2 linguri bulion, 5-6 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, 200 g măsline, ½ linguriță zahăr, 1 ceașcă de vin (în lipsă, o ceașcă de apă cu o lingură oțet de bună calitate), sare.

În cratița cu uleiul fierbinte se prăjesc bucățile de iepure, se adaugă ceapa tăiată peștișori, vinul, 2-3 linguri de apă, bulionul, sarea, zahărul, ienibaharul, foaia de dafin, măslinele spălate și înțepate cu acul. Se amestecă totul ușor cu lingura, se acoperă și se lasă să fiarbă foarte încet pînă este gata (sosul bine scăzut).

Se amestecă din cînd în cînd mîncarea pentru ca să nu se prindă de fundul cratiței.

425 Pîrjoale de iepure

Se prepară ca și cele din carne de vacă (v. 375), adăugînd usturoi și untură în cantitate mai mare.

426 Cîrnați din carne de iepure

Se prepară la fel ca și cîrnații din carne de porc (v. 760), cu deosebirea că la fiecare kilogram de carne de iepure se adaugă 250 g slănină de porc.

427 Pastă din carne de iepure

1 kg carne macră de iepure, 250 g unt proaspăt, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 pahar lapte, 2-3 boabe de ienibahar, 20 boabe de piper pisat cu 1 cuișoară și un vîrf de cuțit de nucșoară rasă, sare, piper, castraveciori acri, sfeclă roșie.

Bucățile de carne macră se prăjesc ușor cu o linguriță de untură, se adaugă 2-3 linguri de apă, sare, un pahar de lapte și ceapa tăiată în sferturi. Se lasă să fiarbă acoperit, la foc foarte mic, pînă scade lichidul și bucățile se rumesc puțin. Se dă la o parte și după ce se răcește, se dă de trei ori prin mașina de tocat.

Se pune într-un castron untul și se freacă pînă se face spumă, adăugînd nucșoara rasă, ienibaharul, piperul, cuișoara foarte fin pisată, apoi carnea tocată. Se amestecă pînă se obține o pastă omogenă, spumoasă.

Se așază pe un platou și se garnisește cu felii de ou răs-copt, castraveciori în oțet și sfeclă în oțet.

428 Friptură de iepure

Spinarea și pulpele din spate ale unui iepure, sare, slănină, usturoi , untură, 1 lingură oțet.

După ce se scoate carnea de la marinat (v. 421), se spală cu puțină apă rece, se freacă cu sare și se lasă să stea cam o oră. Se șterge apoi cu un șervet curat și se împănează cu bucăți de slănină și căței de usturoi. Se așază în tava pentru friptură, unsă cu untură, se toarnă jumătate pahar de apă, se adaugă puțină sare și o lingură de oțet, sau, mai bine, jumătate pahar de vin. Se pune peste carne io lingură de untură și se lasă să se frigă la foc potrivit, avînd grijă ca la fiecare 10-15 min să se stropească carnea cu sosul din tavă.

Cînd este gata, se taie felii, se așază pe farfuria de servit și se stropește cu sosul rămas în tavă (în caz că este prea puțin, se pun în tavă, după ce s-a scos carnea, două linguri de apă și se lasă să dea 2-3 clocote).

Sosul se poate servi separat în sosieră. Friptura se servește cu salată de sfeclă.

429 Friptură de rață sălbatică

1 rață sălbatică, 2-3 linguri untură, 150 g slănină pentru împănat, 4-5 linguri vin, sare.

Rața sălbatică se ține cel puțin 12 ore la marinat (v. 421), apoi se spală, se șterge, se sarează puțin, se împănează cu bucăți de slănină proaspătă, se pune într-o cratiță cu untură, se prăjește puțin pe toate părțile, se adaugă 2-3 linguri de vin și se lasă să se prăjească acoperit timp de $\frac{3}{4}$ oră. Din când în când se mai adaugă câte o lingură de vin și se întoarce friptura când pe o parte când pe alta.

Apoi se dă la cuptor, neacoperită, să se rumenească. Se servește cu salată de sfeclă sau de varză roșie.

430 Gîscă sălbatică cu măsline

Se prepară ca găina cu măsline (v. 357).

431 Friptură de gîscă sălbatică

Se prepară ca friptura de rață sălbatică (v. 429).

432 Potîrnichi cu smîntînă

Se prepară ca puiul cu smîntînă (v. 338).

433 Pilaf de potîrnichi

Se prepară ca pilaful de pui (v. 333).

434 Potîrnichi umplute

6 potîrnichi, 1 ceapă 100 g slănină proaspătă, miezul de la 2 felii de franzelă muiat în lapte, 1 ou, măruntaiele de la 4 potîrnichi, 1 lingură unt, 1 lingură untură, piper și ienibahar pisat, sare, pătrunjel tocat.

Potîrnichile, bine spălate, se sarează și se lasă să stea cu sarea pînă când se pregătește următoarea umplutură. Se toacă bine măruntaiele și se prăjesc înăbușit într-o lingură de untură împreună cu ceapa foarte mărunț tăiată. Se iau de la foc, se adaugă slăcina tăiată bucățele foarte mici, miezul de pîine, sarea, piperul, verdeța și se amestecă totul bine cu un ou. Cu această compoziție se umplu potîrnichile și se prăjesc într-o cratiță cu o lingură de unt, astfel ca fiecare să fie puțin rumenită. Se adaugă 2-3 linguri de apă, se acoperă și se lasă să se prăjească înăbușit, la foc mic, pînă sînt gata. În timpul frigerii se întorc mereu, adăugînd și cîte puțină apă.

435 Friptură de potîrnichi

6 potîrnichi, 3 linguri unt sau untură, 3-4 linguri vin, sare.

Potîrnichile, bine spălate, se sarează și se lasă să stea acoperite, într-un vas, 15-20 min. Apoi se rumenesc într-o cratiță cu untul sau untura, se adaugă vinul, se acoperă și se lasă să se frigă înăbușit pînă sînt gata. În timpul frigerii se întorc din cînd în cînd, adăugînd cîte o lingură de vin.

436 Prepelițe cu smîntînă

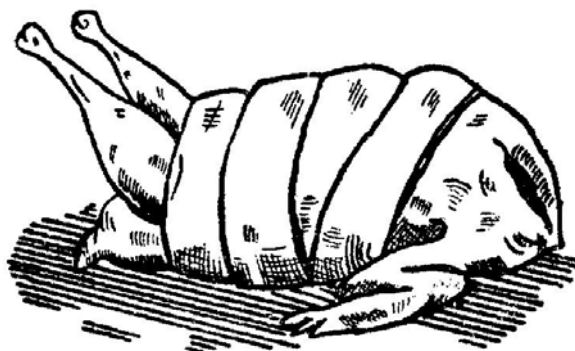
6 prepelițe, 1 lingură unt, 1 ceașcă smîntînă, 1 linguriță făină, sare.

Prepelițele, spălate, se taie pe jumătate în lungul trupului și se prăjesc puțin într-o cratiță cu unt fierbinte. Se toarnă apoi smîntîna bine amestecată cu făina, se adaugă o lingură, două de apă, sarea, se acoperă și se lasă să fiarbă foarte încet, înăbușit, 15-20 min. Se servesc cu mămăliguță caldă.

437 Prepelițe fripte

6 prepelițe, 6 felii de slănină proaspătă, 1 linguriță untură, sare, 3-4 linguri vin.

Se spală prepelițele bine, se sarează puțin și se înfășoară în felii subțiri de slănină proaspătă. Se așază într-o tavă, se pune o linguriță de untură și vinul și se lasă să se frigă la cuptor, la foc potrivit, întorcîndu-le mereu și stropindu-le cu sosul din tavă.



438 Prepelițe fripte vînatorește

6 prepelițe, 3 linguri unt sau untură, sare.

Se pune într-un ceaun de tuci o lingură de untură și se lasă să se înfierbînte bine apoi se așază prepelițele frecate cu puțină sare și se acoperă ceaunul. La fiecare 2-3 min se întorc prepelițele. După ce s-au rumenit frumos, se adaugă 2 linguri de apă și se lasă să fiarbă înăbușit la foc foarte mic, 10-15 min. Cînd sînt gata, se stropesc cu puțin unt topit sau untură. Se servesc fierbinți.

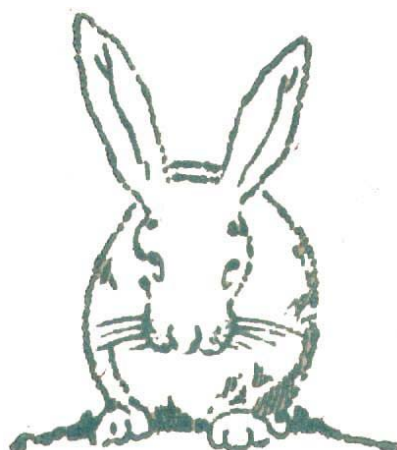
439 Friptură de fazan

1 fazan, 150 g slănină pentru împănat, 2 linguri unt, sare.

Se curăță fazanul de pene, se pîrlește, se spală în mai multe ape și se lasă ½ oră în apă rece. Apoi se scoate, se șterge bine

cu un șervet, se freacă cu puțină sare, pieptul și picioarele se împănează cu bucăți de slănină proaspătă și se lasă să stea 20-30 min.

Se pune la fript într-o tavă cu două linguri de unt și 2-3 linguri de apă. În timpul frigerii se întoarce de mai multe ori, stropindu-l cu sosul din tavă. Se servește cu garnitură de cartofi mici, prăjiți întregi, cu conopidă opărită cu unt, sau cu mere mici coapte.





Torturi

440 Tort fraged I

600 g făină, 400 g unt proaspăt, 2 gălbenușuri, 1 ou întreg, 3 linguri smântână, vanilie, fructe din dulceață.

Se freacă untul cu două gălbenușuri, se adaugă un ou întreg, smântână, vanilie și făină. Se frământă bine și se împarte aluatul obținut în trei părți egale. Se întind trei blaturi și se coc. După ce se răcesc se umplu cu fructe din dulceață tăiate foarte mărunț.

441 Tort fraged II

300 g unt, 300 g zahăr pudră, 300 g făină, 8 ouă, 1 păhărel rom, zeama de la o lămâie, cremă pentru tort.

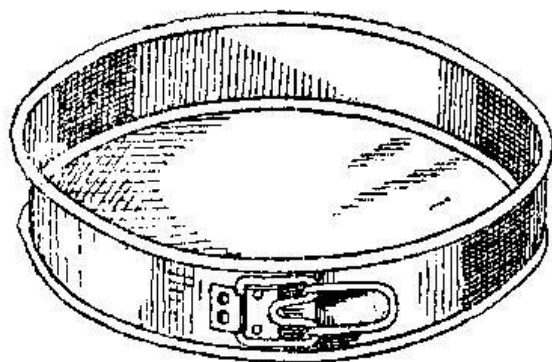
Se topește untul și se freacă cu zahărul, adăugînd cele 8 gălbenușuri, unul cîte unul, pînă ce compoziția se face ca o spumă. Se adaugă făina, zeama de lămâie și romul; se amestecă bine, apoi se adaugă albușurile bătute spumă, amestecînd ușor. Compoziția se pune în forma de tort unsă cu unt și se coace la foc potrivit.

Se umple cu cremă după gust (v. p. 171 ș. u.).

442 Tort fraged cu marmeladă

7 gălbenușuri, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr pudră, 20 g sare de amoniac bine pisat, $\frac{1}{2}$ pahar unt topit, vanilie, făină cît cuprinde, marmeladă după gust, cîteva nuci sau migdale tăiate, 1 ou întreg.

Se freacă zahărul și untul pînă se fac spumă. Se adaugă gălbenușurile, unul cîte unul, amoniacul, vanilia, și la sfîrșit făina.



Se frământă un aluat moale și se lasă să se odihnească 20 min. Se împarte aluatul în 3-4 părți și se întind foi groase de 1 cm.

Se așază în forma de tort o foaie, se unge cu un strat de marmeladă, se pune pe deasupra a doua foaie și se unge din nou cu marmeladă. Se procedează ast-

fel pînă se așază și ultima foaie. Aceasta se unge cu un ou bătut și se presară cu nuci sau cu migdale tăiate. Se pune la cuptor și se lasă să se coacă la foc potrivit timp de 30 min.

443 Tort brun

200 g migdale pisate, 130 g zahăr pudră, 200 g ciocolată casă, 5 linguri rase făină fină, 12 ouă, unt, cremă de unt, frișcă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul pînă ce se fac ca o spumă, se adaugă ciocolata, migdalele și făina, se amestecă bine, iar la sfîrșit cele 12 albușuri bătute spumă, amestecînd ușor.

Compoziția se toarnă în forma de tort unsă cu unt și se coace la foc potrivit.

Se umple cu cremă de unt (v. 481) și se glasează cu frișcă.

444 Tort simplu

6 ouă, 1 pahar zahăr pudră, 1 pahar făină, coaja rasă de la o lămîie, marmeladă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul într-un castron de piatră. Se așază castronul într-un vas cu apă fierbinte, ținînd vasul pe foc și se freacă cu crema pînă ce se înfierbîntă. Se scoate apoi castronul din apă și se freacă iar, de data aceasta pînă se răcește.

Cînd crema este complet rece, se adaugă albușurile bătute spumă, amestecîndu-se ușor, apoi făina și coaja de lămîie. Se împarte compoziția în trei sau patru părți egale (depiunde de mărimea forme de tort).

Se coc pe rînd trei foi care, de îndată ce se scot din cuptor, se înfășoară într-un șervet și se țin astfel timp de o oră, două. Fiecare foaie se unge cu marmeladă și se așază una peste alta. Se pot umple cu orice altă cremă, după gust (v. p. 171) și se glasează (v. p. 173).

445 Tort bezea

7 albușuri, 7 linguri zahăr, vanilie, ulei.

Crema: 1 pahar zahăr tos, 200 g nuci, 250 g unt, 3 linguri zahăr pudră, 1 praf vanilie sau 1 păhărel rom.

Într-un castron sau lighenaș se pun albușurile, zahărul și vanilia. Se pune castronul într-un vas cu apă clocotită și se bat albușurile cu telul pînă se obține o pastă groasă. Din această pastă se coc trei foi procedînd în felul următor. Se taie din hîrtie albă trei rotogoale egale de mărimea obișnuită a unui tort. Fiecare se unge cu ulei, se așază pe dosul unei tăvi de copt și se acoperă cu a treia parte din compoziția de albușuri. Se coace la foc mai mic.

Cînd sînt coapte se așază ușor, cu fața în jos, pe planșeta de aluat, se umezește hîrtia cu puțină apă și se trage. Aceste blaturi se umplu cu cremă.

Pentru cremă se arde într-o cratiță un pahar de tos; cînd începe să se îngălbenească, se adaugă nucile uscate la gura cuptorului și se lasă să se ardă puțin cu zahărul, amestecînd cu lingura. După ce capătă culoare aurie mai pronunțată, se iau de pe foc și se întind pe o faianță sau pe o farfurie unsă cu ulei, lăsîndu-le să se răcească.

În acest timp se freacă untul cu trei linguri de zahăr pudră și cu praful de vanilie sau cu romul, adăugînd nucile pisate foarte fin în piuliță (o lingură de nuci pisate se păstrează pentru garnisit).

Cu această cremă se ung foile, se așază una peste alta și se îmbracă cu aceeași cremă.

Se presară cu o lingură de nuci pisate.

446 Tort caramel

1 pahar smîntînă, 125 g unt, vanilie, făină cît cuprinde.

Crema: 150 g zahăr ars, 1 pahar lapte, 150 g zahăr pudră, vanilie sau 1 păhărel de rom, 150 g unt.

Se face o cocă din smîntînă, unt, vanilie, și făină. Se frămîntă un aluat potrivit de moale.

Se lasă să se odihnească o jumătate de oră, apoi se împarte în nouă bucăți egale. Fiecare bucată se întinde cu vergeaua astfel încît să se obțină foi rotunde de mărimea formei de tort de 12 persoane. Se așază rînd pe rînd foile în tavă, se înțepă cu furculița și se coc una cîte una.

În acest timp se ard într-o cratiță mică 150 g zahăr.

Se pun pe foc într-o cratiță laptele, 150 g zahăr, vanilia (romul) și untul, se adaugă zahărul ars, se amestecă și se lasă să dea un clocot.

Cu această compoziție se ung opt foi. A noua foaie, neunsă, se sfărîmă mărunt și se presară peste ultima foaie unsă.

Acest tort se servește a doua zi după ce a fost preparat.

447 Tort poveste

I. 30 nuci pisate, 5 ouă, 5 linguri zahăr pudră, 1 lingură cacao, 1 praf vanilie, ulei, făină, fructe din dulceață.

II. 3 albușuri, 3 linguri zahăr pudră, 2 linguri cacao, 250 g unt, 150 g frișcă.

Se bat spumă 5 albușuri, cu 5 linguri de zahăr și vanilie. Se adaugă gălbenușurile puțin frecate, se amestecă, se adaugă o lingură de cacao și nucile pisate. Această compoziție se toarnă în forma de tort foarte puțin unsă cu ulei și presărată cu făină și se coace la foc potrivit.

În acest timp se bat trei albușuri cu trei linguri de zahăr și vanilie.

Cînd blatul pus la cuptor este gata copt, se trage la gura cup-torului, se aștern peste el albușurile bătute, în strat uniform, și se dă din nou la cuptor ca să se coacă și stratul de albușuri.

Se scoate din formă, se așază pe o farfurie și se lasă să se răcească.

Pentru cremă se freacă untul cu trei linguri de zahăr pudră și cacao. Se adaugă gălbenușurile pe rînd, unul cîte unul, frecînd bine pînă cînd crema se ține bine de lingură. Cu această cremă se îmbracă tortul, așezînd un strat mai gros pe deasupra. Se garnisește cu 150 g frișcă și fructe de dife-rite culori, din dulceață.

448 Tort Richard

250 g migdale sau nuci pisate, 250 g zahăr pudră, 10 albușuri, unt, cremă de ciocolată, glazură de ciocolată.

Se bat albușurile spumă, se amestecă cu zahărul și migdalele (nucile).

Pasta obținută se împarte în 3-4 părți egale și se coc 3-4 blaturi în forma de tort capitonată cu hîrtie unsă cu unt. Cînd

blaturile sînt coapte și răcite se unge fiecare cu cremă de ciocolată (v. 478). Se așază una peste alta și se glasează cu glazură de ciocolată (v. 485).

449 Tort Lica

4 foi Lica, 400 g zahăr, $\frac{3}{4}$ pahar apă, 400 g miere de albine, 9 albușuri spumă, 400 g nuci tăiate mărunt, 5 linguri fructe zaharate sau stafide, 5 smochine tăiate, glazură.

Se pun pe foc într-o cratiță zahărul și apa. Cînd zahărul este topit și siropul începe să fiarbă, se spumează și se adaugă mierea de albine, amestecînd pînă cînd începe să fiarbă și se toarnă albușurile bătute spumă, amestecînd pînă se îngroașă compoziția și începe să se lipească de lingură. Se pun nucile și fructele tăiate mărunt, se amestecă bine și se ia de pe foc. Se lasă să se răcească puțin.

Cu această pastă, caldă încă, se ung foile și se așază una peste alta.

Se glasează cu o glazură oarecare (v. p. 173).

450 Tort Alcazar

6 albușuri, 6 linguri zahăr, 250 g nuci date prin mașină, vanilie, ulei.

Crema: 6 gălbenușuri, 6 linguri zahăr, 250 g unt, $\frac{1}{2}$ pahar lapte, 1 păhărel cafea (cicoare), 1 lingură cacao, 1 păhărel rom.

Se bat albușurile spumă cu zahărul și vanilia, se adaugă nucile și se amestecă ușor.

Se pune compoziția într-o tavă dreptunghiulară, capitonată cu hîrtie albă, unsă ușor cu ulei, întinzîndu-se cu lingura, ca stratul să fie de grosime uniformă. Se coace la foc potrivit, iar cînd este gata, se răstoarnă pe un fund de lemn, se umezește hîrtia cu apă și se trage ușor de pe tort.

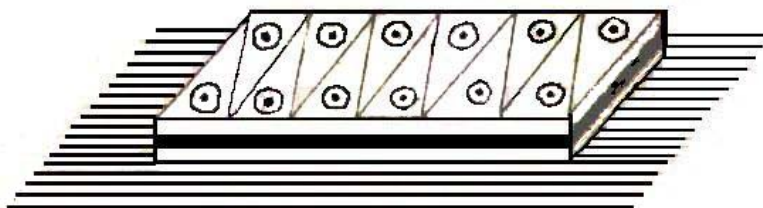
Se taie în două sau trei foi egale pe lung și se unge fiecare cu următoarea cremă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă laptele, ca-

feaua, se pune pe foc și se amestecă mereu pînă ce compoziția începe să se îngroașe, fără însă să fiarbă. Se ia de pe foc, se amestecă cu cacao și se lasă să se răcească.

Se freacă untul spumă, se adaugă romul și se amestecă cu compoziția fiartă; se freacă bine și se ung foile de tort. Tortul se îmbracă cu aceeași cremă și se garnisește cu nuci pisate.

Se servește tăiat în bucăți triunghiulare.



451 Tort Othello

9 ouă, 9 linguri zahăr, 2 linguri esență de cafea, 55 g cacao, 55 g făină, 55 g nuci, alune sau migdale, pisate în piuliță, ulei, făină pentru formă, fructe din dulceață.

Crema: 5 linguri apă, 75 g cacao, 225 g zahăr, 225 g unt, ½ păhărel rom.

Se bat albușurile spumă, adăugînd pe rînd 9 linguri de zahăr. În spuma de albușuri și zahăr se pun cele 9 gălbenușuri pe rînd unul cîte unul bătînd într-una cu lingura. Se adaugă cacaua, făina, nucile pisate, esența de cafea (strecurată și răcită) și se amestecă.

Se pune în formă drepunghiulară unsă cu ulei și presărată cu făină și se coace la foc potrivit.

Cînd este gata, se răstoarnă pe un fund de lemn.

După ce este complet rece, se taie în lungime în trei foi egale.

Fiecare foaie se unge cu următoarea cremă.

Se amestecă zahărul cu cacao, se adaugă apa și se pune la fiert ca să se îngroașe ca o smîntînă. Se lasă să se răcească, apoi se amestecă cu untul frecat spumă și cu romul și se continuă frecatul.

Crema obținută se împarte în două părți egale.

Cu o jumătate se unt foile tăiate, așezîndu-le una peste alta. Cu a doua jumătate din cremă se îmbracă tortul. Se garnisește cu fructe din dulceață și se servește a doua zi după preparare, tăiat dreptunghiuri.

452 Tort Napoleon

100 g unt, 100 g smîntînă, ¼ linguriță bicarbonat, făină cît cuprinde, zahăr pudră vanilat.

Crema: 5 gălbenușuri, ½ pahar zahăr, 2 linguri făină, 1¼ pahar lapte, vanilie (baton).

Untul încălzit se amestecă cu smîntîna, se pune bicarbonatul și se amestecă bine. Se adaugă făina și se frămîntă pînă cînd se obține o cocă nici prea tare, nici prea moale.

Se împarte coca în trei părți egale și se întind cu făcălețul foi rotunde groase de 1 cm; se înțeapă cu furculița și se coc la foc potrivit.

Cînd sînt reci se ung cu următoarea cremă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, pînă ce se face spumă. Se adaugă făina și se amestecă. Peste această pastă se toarnă laptele fiert cu vanilie (laptele trebuie să fie fierbinte), amestecînd repede.

Se pune vasul în care pregătim crema pe mașină și se amestecă mereu pînă cînd crema începe să se îngroașe.
Se lasă să se răcească bine, apoi se ung blaturile.
Ultimul blat se presară cu zahăr pudră vanilat.

453 Tort Micado

400 g unt, 400 g smîntînă, $\frac{1}{4}$ linguriță bicarbonat, făină cît cuprinde, fructe zaharate (dulceață).

Crema: 1 pahar lapte, $1\frac{1}{2}$ pahar zahăr, 1 vîrf cuțit bicarbonat, 1 linguriță unt.

Se freacă bine untul, se adaugă smîntîna și bicarbonatul, se pune făina și se frămîntă un aluat potrivit de moale, care apoi se împarte în patru părți egale, din care se întind patru blaturi rotunde de grosimea unui deget. Se coc pe rînd, iar cînd sînt reci se ung cu următoarea cremă.

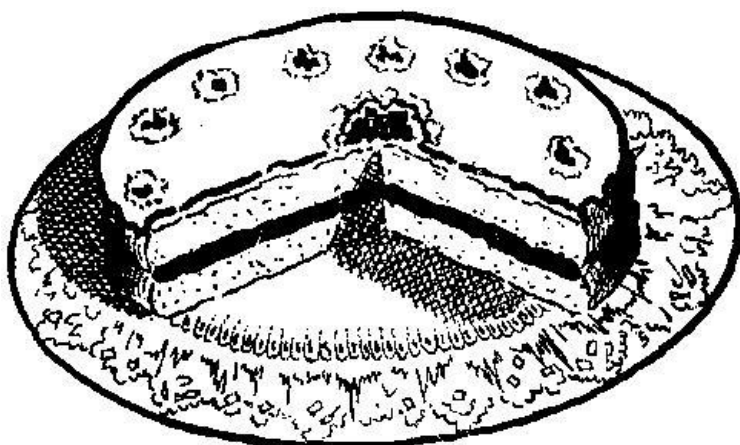
Se arde $\frac{1}{2}$ pahar zahăr, se stinge cu laptele, se mai adaugă încă un pahar de zahăr, bicarbonatul și untul.

Se fierbe totul pînă se obține un sirop gros ca pentru șerbet (v. p. 247). Se ia de pe foc și se freacă (întocmai ca la pregătirea șerbetului). Cînd este aproape rece, se întinde cu un cuțit pe blaturi. Operația trebuie făcută foarte repede. Se așază blaturile unul peste altul și se glasează cu aceeași compoziție. Se garnisește cu fructe zaharate sau cu dulceață.

454 Tort de migdale

8 ouă, 400 g zahăr pudră, 200 g migdale curățate și pisate nu prea mărunt, 2 linguri făină de cartofi, unt, cremă și glazură pentru tort.

Se freacă zahărul cu gălbenușurile pînă se fac ca o spumă, se pun migdalele și făina de cartofi și se amestecă bine. Se adaugă albușurile bătute spumă, se amestecă ușor și se toarnă compoziția în forma de tort capitonată cu hîrtie unsă cu unt. Se coace la foc potrivit. Cînd s-a răcit complet se taie în două cu un cuțit subțire, lung și foarte bine ascuțit, se umple cu cremă, după gust (v. p. 171) și se glasează (v. p. 173).



455 Tort de migdale foarte fin

12 ouă, 210 g zahăr pudră, 280 g migdale opărite și tăiate fin, 70 g făină, coajă de lămâie rasă, unt, cremă de vanilie sau de unt cu ciocolată.

Șase ouă întregi și șase gălbenușuri se freacă cu zahărul pînă se fac ca o spumă. Se adaugă migdalele, coaja de lămâie, făina și șase albușuri bătute spumă. Se amestecă ușor și se pune în forma de tort unsă cu unt. Se coace la foc potrivit.

Se umple cu cremă de vanilie (v. 475) sau de unt cu ciocolată (v. 476).

456 Tort de alune

80 g alune prăjite și pisate, 8- g migdale sau nuci prăjite și pisate, 5 albușuri, 210 g zahăr pudră, unt.

Crema: 200 g unt, 140 g zahăr pudră, 160 g alune prăjite, 2 batoane ciocolată rasă sau 2 linguri de cacao, 2 linguri smîntînă.

Albușurile bătute spumă se amestecă cu zahărul, alunele și migdalele (sau nucile). Compoziția se împarte în două și se coc două blaturi în forma de tort capitonată cu hîrtie unsă cu unt.

Cînd blaturile sînt reci se ung cu următoarea cremă.

Se freacă untul cu zahărul pudră, alunele prăjite și pisate fin, ciocolata rasă și smîntîna.

Se ung blaturile cu cremă, se așază unul peste altul, se garnisește cu aceeași cremă, cu cîteva alune întregi și cu cîteva migdale sau nuci tăiate.

457 Tort de nuci

10 albușuri, 2 pahare zahăr pudră, 2 pahare nuci pisate, unt, glazură.

Crema I: 400 g unt, 3 gălbenușuri, 1-2 linguri cacao sau ciocolată, 1 pahar zahăr pudră.

Crema II: 400 g unt, 3 gălbenușuri, 1 praf vanilie sau coaja de la o lămâie, 3 linguri smîntînă, 1 pahar zahăr pudră.

În cele 10 albușuri bătute spumă se pune zahărul, bătînd neîncetat cu telul. Cînd zahărul s-a topit, se adaugă nucile pisate și se amestecă foarte ușor.

Din compoziția obținută, se toarnă în forma de tort, tapisată cu hîrtie unsă cu unt, un strat de grosimea unui deget.

Blaturile obținute (numărul lor depinde de mărimea forme), după ce sînt coapte, se lasă să se răcească bine, apoi se ung cu cremă după gust (cremă de ciocolată, de unt), și se așază unele peste altele. Se glasează cu glazura dorită (v. p. 173).

Cele mai potrivite creme pentru acest tort sînt următoarele:

I. 400 g unt proaspăt se freacă spumă adăugînd, pe rînd, trei

gălbenușuri, o lingură-două cacao sau ciocolată rasă și un pahar zahăr pudră.

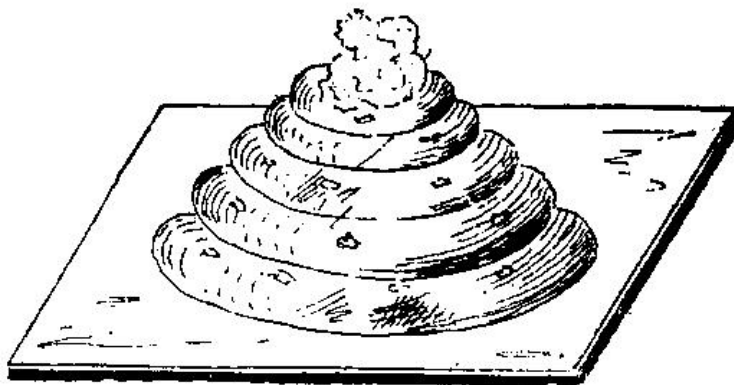
II. 400 g unt proaspăt se freacă cu un pahar zahăr pudră și se adaugă unul cîte unul trei gălbenușuri, un praf de vanilie sau coaja rasă de la o lămîie (în loc de vanilie sau coajă de lămîie se poate pune un păhărel de rom) și trei linguri de smîntînă bună. Se freacă totul bine pînă se face ca o spumă.

458 Tort piramidă

12 ouă, făină – cît cîntăresc cele 12 ouă în coajă, unt – cît cîntăresc cele 12 ouă în coajă, zahăr – cît cîntăresc cele 12 ouă în coajă, unt pentru formă, diferite creme și dulceți.

Se freacă untul adăugînd puțin cîte puțin zahăr și cîte un ou; cînd compoziția se prezintă ca o cremă, se adaugă treptat făina, amestecînd mereu.

Se taie, din timp, 6-8 forme rotunde din hîrtie. Cea mai mare trebuie să fie de mărimea unei farfurii întinse obișnuite, următoarea cu 2-3 cm mai mică în diametru, a treia mai mică cu 2-3 cm decît cea de-a doua, și așa mai departe.



Din compoziția pregătită se pune pe hîrtia rotundă unsă cu unt, un strat gros de un deget și se așază într-o tavă mai mare de copt, cîte două-trei foi. Se coc la foc potrivit.

Cînd toate cele 6-8 foi sînt coapte, se unge fiecare cu diferite creme și dulceți (una se unge cu cremă de ciocolată, alta cu dulceață, a treia cu cremă de vanilie etc.).

Se așază foile unse una peste alta, astfel încît cea mai mare să formeze baza, iar cea mai mică vîrful unei piramide.

În vîrf, peste ultima foaie unsă cu cremă, se așază fructe din dulceață.

459 Tort de curmale și frișcă

250 g zahăr pudră, 300 g curmale tăiate, 300 g alune date prin mașină, 1 lingură pesmet fin, 10 albușuri, 500 g frișcă, vanilie.

Se bat albușurile cu zahărul pînă se fac spumă, se adaugă curmalele tăiate în lung, alunele, pesmetul și vanilia. Se

toarnă compoziția în forma de tort și se coace la foc potrivit. Se lasă să se răcească, apoi se taie în două și se umple cu frișcă. Se îmbracă tot cu frișcă și se garnisește cu curmale tăiate.

460 Tort de castane

12 ouă, 280 g zahăr pudră, 3 linguri pîine cu pesmet fin, 1 praf de scorțișoară, 280 g castane fierte și bine strivite (pire), unt, cremă și glazură pentru tort.

Se freacă bine zahărul cu 12 gălbenușuri, se pune pesmetul și scorțișoara și se amestecă ușor. Se adaugă pireul de castane și la urmă șase albușuri bătute spumă. Se toarnă compoziția în forma de tort unsă cu unt și se coace la foc încet 45 min. Se umple și se glasează cu cremă după plac (v. p. 171-173).

461 Tort Puș

8 ouă, 210 g zahăr pudră, 140 g făină, zeama de la 1 lămîie și 1 portocală, 1 păhărel rom, 40 g ciocolată, 2-3 linguri marmeladă de caise, unt și făină pentru formă, glazură de ciocolată.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul pudră, adăugat treptat și amestecînd mereu. Se pun apoi albușurile bătute spumă, iar la sfîrșit, amestecînd ușor, făina.

Această compoziție se toarnă într-o tavă de copt dreptunghiulară, unsă cu unt și presărată cu făină, avînd grijă ca mărimea ei să permită ca stratul turnat să nu fie mai gros de 1 cm.

Foaia se coace rumen, iar cînd este gata, se taie două blaturi cu ajutorul unui fund de lemn rotund sau al unei farfurii. Resturile de foaie coaptă (colțurile dreptunghiulare) se taie în cuburi mici și se împart în trei părți egale. O parte din cuburile tăiate se udă cu zeamă de portocale și lămîie, a doua parte se stropește bine cu rom colorat în roșu (cu puțin praf alimentar), iar a treia parte din cuburi se pune în ciocolata topită cu patru linguri de apă. Cînd această operație este terminată, cuburile pregătite diferit se amestecă.

Primul blat se unge cu marmeladă de caise, iar peste stratul de marmeladă se întind cuburile amestecate, apăsînd ușor cu cuțitul, astfel încît să nu rămînă spații între cuburi. Se așază deasupra al doilea blat, apăsîndu-l ușor, și se glasează cu ciocolată (v. 485).

462 Tort de caise

350 g făină, 100 g unt sau margarină, 100 g smântână, 1 ou, 2 linguri zahăr, 1 linguriță oțet, vanilie, coajă de lămâie rasă, zahăr pudră.

Umplutura: 1 kg caise curățate de sîmburi și rupte jumătăți, 3 linguri zahăr.

Se freacă puțin untul cu zahărul, apoi cu oul. Se adaugă smîntîna, oțetul, vanilia, coaja de lămâie și se amestecă. Se pune pun făina și se frămîntă un aluat care se lasă la rece o oră. (Se poate pregăti aluatul seara și păstra pînă a doua zi dimineața). Aluatul se împarte în două părți egale din care se întind două foi potrivit de groase. Se unge forma de tort, se așază prima foaie și se dă la cuptor. Cînd aluatul s-a ridicat și a prins puțină coajă, se așază jumătățile de caise, se presară cu cele trei linguri de zahăr și se acoperă cu a doua foaie. Se dă din nou la cuptor, să se coacă la foc potrivit și să se rumenească frumos. Se lasă să se răcească în formă, apoi se scoate și se presară cu zahăr pudră. (Cine dorește poate să facă umplutura din vișine).

463 Tort de gutui

400 g pastă de gutui (se obține din circa 600 g gutui), 400 g zahăr pudră, 10 albușuri spumă, 3-4 linguri marmeladă de gutui, ulei, fructe din dulceață.

Se fierb gutuile și se trec prin sită.

Cînd pasta de gutui este rece, se amestecă cu 400 g zahăr, adăugat treptat, cîte o lingură. Se pun albușurile bătute spumă și se amestecă ușor.

Pasta obținută se împarte în patru părți egale. Se coc, în tava de tort capitonată cu hîrtie unsă cu ulei, patru foi care se lasă în cuptor cîte 5-10 min fiecare.

Pe măsură ce se coc, în momentul cînd se scot din cuptor se umezește hîrtia și se trage înlăturînd-o. Se lasă să se răcească toate blaturile, apoi fiecare se unge cu marmeladă de gutui. Se garnisește tortul cu diferite fructe din dulceață.

464 Tort Joffre

7 albușuri, 300 g zahăr pudră.

Crema: 300 g ciocolată, ½ pahar lapte, 300 g unt, 7 gălbenușuri, 150 g zahăr pudră, 1 lingură rom.

Se bat, pe baia de abur, albușurile cu zahărul, ca pentru bezele. Din această compoziție se coc cinci foi, în forma de tort al cărei fund a fost uns cu un strat nu prea gros de

ceară.

Foile reci se ung cu cremă, se aşază unele peste altele şi se glasează de asemenea cu cremă.

Pentru cremă se topeşte ciocolata în lapte, se lasă să dea un clocot două, apoi se dă la rece. În acest timp se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile, unul câte unul, apoi se pune câte puţină ciocolată topită, frecînd bine, şi romul.

465 Doboş-tort

10 ouă, 200 g zahăr pudră, 120 g făină fină, coaja rasă şi zeama de la o lămîie, unt.

Crema: 6 ouă, 200 g zahăr, 200 g unt, 6 batoane (linguri pline) ciocolată rasă, 4 linguri apă.

Gălbenuşurile cu zahărul, coaja şi zeama de la o lămîie se freacă pînă se obţine o cremă. Se adaugă albuşurile bătute spumă şi făina puţin câte puţin, amestecînd încet.

Din aluatul obţinut se fac zece foi subţiri cît muchia unui cuţit şi se coc într-o tavă dreptunghiulară, unsă cu unt. Cînd toate foile sînt coapte şi răcite, se ung cu cremă, se aşază unele peste altele şi se glasează cu zahăr ars sau cu aceeaşi cremă.

Pentru cremă, într-o tingire aşezată în apă clocotită pe foc, se bat cu telul ouăle întregi cu zahărul, pînă cînd se îngroaşă. Se ia de pe foc şi se adaugă ciocolata amestecată şi încălzită cu patru linguri de apă şi untul.

Frecăm totul bine pînă se răceşte.

466 Tort Moca

8 ouă, 250 g zahăr pudră, 250 g nuci sau migdale pisate, 2 linguri pesmet fin (alb).

Crema: 250 g unt, 250 g zahăr pudră, 5 gălbenuşuri, ½ baton vanilie, 1 ceşcuţă esenţă de cafea, 100 g migdale curăţate.

Se freacă spumă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă nucile sau migdalele, pesmetul, şi la urmă spuma de albuşuri.

Se pune compoziţia în forma de tort, se coace şi, după ce s-a răcit, se taie în două.

Se umple şi se glasează cu următoarea cremă.

Se freacă zahărul cu untul, apoi se adaugă, unul câte unul, gălbenuşurile şi vanilia bine pisată, pînă obţinem o cremă. Se toarnă câte puţin din esenţa de cafea şi se amestecă bine. După ce tortul a fost umplut şi îmbrăcat cu cremă, se garniseşte cu migdale tăiate.

467 Tort special de cacao

250 g zahăr, 250 g nuci, 5 albușuri, rom, 300 g frișcă, ulei.

Crema: 8 gălbenușuri, 250 g zahăr pudră, 250 g unt, 2 linguri cacao, 2 linguri zahăr, ½ pahar apă.

Se pun într-o cratiță la ars 250 g zahăr. Când începe să se îngălbenească, se adaugă nucile, lăsându-le să se prăjească puțin. Se iau de la foc și se întind pe un fund de lemn uns cu ulei. Când s-au răcit bine, se pisează în piuliță, foarte fin. Se bat spumă albușurile și se amestecă cu nucile prăjite și pisate. Această compoziție se împarte în trei părți egale din care se coc pe rînd, în forma de tort unsă cu ulei și capitonată cu hîrtie, trei blaturi. Se coc la foc potrivit și se lasă să se rumenească puțin.

Se ung cu cremă blaturile reci și stropite cu rom. Ultimul blat se unge tot cu cremă pe deasupra, iar tortul întreg se îmbracă cu frișcă.

Pentru cremă se freacă gălbenușurile cu zahărul pudră pînă se obține o cremă; se amestecă cu untul, frecat dinainte spumă, apoi se adaugă următoarea compoziție, de asemenea pregătită dinainte: două linguri cacao împreună cu două linguri zahăr și ½ pahar apă se fierb pînă se leagă. Se amestecă totul foarte bine.

468 Tort de biscuiți

3 ouă, 1 pahar zahăr pudră, 250 g unt, 300 g biscuiți, 50 g cacao sau ciocolată rasă, 1 păhărel rom, 300 g frișcă.

Se freacă spumă untul cu zahărul, adăugînd cîte un ou și romul, apoi cacao sau ciocolată.

În crema obținută se pun biscuiții rupți în bucățele mici și se amestecă bine.

Se așază compoziția pe o farfurie rotundă, dîndu-i cu ajutorul cuțitului formă de tort și se pune la gheață. Înainte de a fi servit, se îmbracă cu frișcă bătută.

469 Tort de griș

6 linguri rase griș, 210 g zahăr pudră, 6 ouă, 110 g nuci, 1 lămîie, 20 bucăți zahăr, 1 lingură lapte, 4 linguri marmeladă, unt, sirop.

Se freacă zahărul cu gălbenușurile, se adaugă coaja rasă de lămîie, nucile pisate foarte fin, apoi, treptat, grișul, alternînd cu spuma de albușuri.

Se unge cu unt forma de tort, se toarnă compoziția și se coace la foc domol. Când este gata, se taie în două blaturi care se stropesc cu puțin sirop (apă fiartă cu zahăr).

Se umple cu marmeladă și se glasează cu următoarea glazură: Peste 20 bucățele de zahăr se pune apă cât să le acopere și se lasă să fiarbă ca pentru șerbet (v. p. 247).

Se freacă siropul cald, adăugînd zeama de lămîie și o lingură de lapte. Când devine alb, se întinde pe tort cu un cuțit muiat în apă.

470 Tort ieftin I

5 ouă, 125 g unt, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr pudră, 1 pahar lapte rece, 1 praf de copt, vanilie, făină cît cuprinde, unt pentru formă, cremă pentru tort.

Se freacă zahărul cu untul și gălbenușurile, se pune vanilia, laptele rece și praful de copt, amestecînd totul bine. Se adaugă albușurile bătute spumă, iar la sfîrșit atîta făină, cît este necesar ca să se obțină o pastă groasă care totuși să curgă.

Se toarnă în forma de tort unsă cu unt și presărată cu făină și se coace la foc potrivit.

Cînd este gata (se încearcă cu paiul) se lasă să se răcească, se taie în două și se umplu cu cremă după plac (v. p. 171), cu dulceață sau cu marmeladă.

471 Tort ieftin II

2 ouă, 3 linguri zahăr, 1 lingură oțet, $\frac{1}{2}$ linguriță bicarbonat dizolvat în zeamă de lămîie, 3 linguri ulei, coaja de la o lămîie, vanilie, făină, ulei, cremă și glazură pentru tort.

Se bat ouăle cu zahărul, se adaugă o lingură de oțet și bicarbonatul dizolvat în puțină zeamă de lămîie, vanilia și coaja de lămîie, trei linguri de ulei, și se amestecă totul bine.

Se frămîntă apoi cu făină un aluat nu prea tare și se lasă să se odihnească 5-10 min.

Din acest aluat se face un sul care se împarte în 6-7 părți egale. Fiecare parte se întinde cu făcălețul în așa fel ca să obținem o foaie rotundă de mărimea unei tigăi mari.

Tigaia se unge cu puțin ulei, se pune cîte o foaie pe tigaie și se coace pe mașină pe o parte și pe alta, la foc mic.

Cînd toate foile sînt coapte, se ung cu o cremă după gust și se glasează obișnuit.

Creame pentru torturi și alte preparate

472 Cremă de nuci

1 pahar lapte, 250 g nuci, 150 g zahăr, 1 păhărel rom.

Se pune la fiert laptele cu nucile date prin mașină și zahărul. Se amestecă mereu cu lingura ca să nu se prindă de fundul vasului, pînă se obține o pastă groasă. Se dă la o parte, se lasă să se răcorească, se adaugă un păhărel de rom și se amestecă bine.

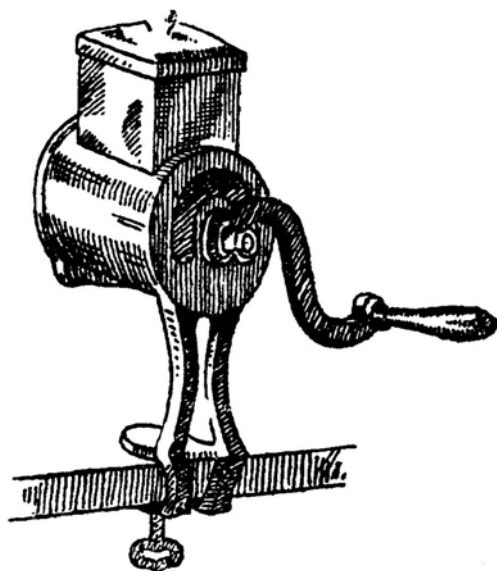
473 Cremă de alune sau nuci pralinate

250 g unt, 200 g zahăr pudră, 150 g zahăr tos, 150 g alune sau nuci.

Se freacă untul cu zahărul pudră, pînă se face ca o spumă. Separat se pune la foc într-o cratiță zahărul tos. Cînd începe să se topească și să devină gălbui, se adaugă alunele sau nucile și se amestecă repede cu lingura pînă cînd zahărul este cu totul topit. Se răstoarnă repede pe un fund de lemn udat cu apă, se întinde pe toată suprafața fundului și se lasă să se răcească. Se pisează apoi foarte fin în piuliță și se adaugă cîte puțin, amestecînd mereu, în crema de unt și zahăr pregătită mai înainte.

Nuci sau alune pralinate pentru cremă și alte preparate. Cantități egale de alune sau nuci și zahăr, ulei.

Într-o cratiță așezată pe foc se pune zahărul și se lasă să se ardă puțin, pînă capătă o culoare galbenă aurie. Se adaugă nucile sau alunele uscate la gura cuptorului și se amestecă cu ajutorul unei furculițe. Se lasă numai cîteva minute; cînd zahărul începe să se închidă la culoare, se ia cratița de la foc și repede se răstoarnă conținutul pe o farfurie unsă cu ulei. Cînd se răcește, se ridică de pe farfurie cu ajutorul cuțitului și se pisează în piuliță mai mărunt sau mai mare, după cum este necesar.



474 Cremă de vanilie I

500 g lapte clocotit, ½ baton vanilie, 6 gălbenușuri, 200 g zahăr, 60 g făină, 1 linguriță unt.

Se pune laptele să clocotească cu vanilia într-o cratiță, se acoperă cu un capac și se lasă să stea o oră. În acest timp

se freacă gălbenușurile cu zahărul și făina și se toarnă apoi, puțin câte puțin, laptele încălzit din nou.

Se pune la foc, amestecînd mereu, pînă cînd începe să se îngroașe. Se dă la o parte, se adaugă untul și se freacă pînă cînd crema începe să se răcească.

475 Cremă de vanilie II

250 g unt, 250 g zahăr, 5 gălbenușuri, 50 g lapte, vanilie (baton).

Se bat într-o cratiță gălbenușurile cu zahărul pînă se fac ca o cremă. Se adaugă vanilia și laptele și se pune totul la foc, amestecînd fără întrerupere pînă cînd se îngroașă compoziția și capătă consistență de cremă. Se ia de la foc, se lasă puțin să se răcorească, apoi se adaugă untul bucătică cu bucătică, bătînd cu telul pînă ce crema se albește. Se dă la rece.

Această cremă se întrebuițează pentru decorare și umplutură la diverse prăjituri, torturi etc.

476 Cremă de unt cu ciocolată

250 g unt, 200 g zahăr pudră, 150 g ciocolată.

Se freacă untul cu zahărul pînă se face spumă. Se moaie ciocolata cu două linguri de apă pe marginea mașinii și, după ce s-a topit bine, se amestecă cu crema de unt și zahăr.

477 Cremă de castane

300 g unt, 300 g zahăr pudră, 500 g castane, 1 lingură rom.

Se freacă spumă untul cu zahărul și romul. Se crestează castanele cu un cuțitaș bine ascuțit, se pun la fiert în apă rece și se lasă să clocotească cîteva minute. Apoi se trage cratița de la foc, se iau castanele una cîte una și se curăță, se trec prin mașina de tocat, apoi prin sită. Se pune pireul de castane obținut într-un castron, adăugînd treptat cîte puțin din crema de unt și amestecînd bine.

478 Cremă de ciocolată

Se prepară din aceleași cantități și în același fel ca și crema de vanilie I (v. 474), adăugîndu-se două linguri ciocolată rasă sau cacao o dată cu vanilia și laptele.

479 Cremă de cafea

250 g unt, 200 g zahăr pudră, ½ ceșcuță de cafea rece și foarte concentrată.

Se freacă spumă untul cu zahărul. Se adaugă cîte puțină cafea concentrată, strecurată și răcită.

480 Cremă de lămîie

Aceleași cantități ca la crema de cafea.

Se procedează în același fel ca la crema de cafea (v. 479), înlocuind esența de cafea cu zeama și coaja de la o jumătate de lămîie mare.

481 Cremă de unt

250 g zahăr pudră, 250 g unt, vanilină.

Se freacă spumă untul cu zahărul pudră și se adaugă vanilina.

Cîteva glazuri pentru tort

482 Glazură de zahăr

420 g zahăr, 1 pahar apă, cîteva picături zeamă de lămîie.

Se fierbe bine zahărul pisat fin cu un pahar de apă pînă cînd siropul se îngroașă și se ține de lingură. Se adaugă cîteva picături de zeamă de lămîie. Cînd compoziția este caldă, se freacă, ca la șerbet, fără să se întărească. Cînd este încă moale, se unge repede tortul. Această glazură se poate colora după plac cu culori alimentare.

483 Glazură de cafea

210 g zahăr, 2-3 linguri cafea.

Se freacă zahărul pudră cu 2-3 linguri cafea foarte concentrată și foarte fierbinte (clocotită), timp de ½ oră pînă se face ca o pastă și se întinde imediat pe tort.

484 Glazură de rom

420 g zahăr, ½ pahar apă, 2 linguri rom, zeama de la o ½ lămîie.

Se pune la fiert zahărul cu apa; cînd s-a legat bine ca pentru șerbet, se adaugă romul și zeama de lămîie. Se ia de pe foc, se freacă bine și cînd începe să se albească, se toarnă repede peste tort.

485 Glazură de ciocolată

170 g zahăr, 0,250 l apă, 3-4 linguri ciocolată rasă sau cacao.

Se pun la fiert într-o oală mică zahărul cu apa, se spumează, se încearcă ca pentru șerbet; cînd este suficient de legat, se ia de pe foc și se freacă, calduț cu 3-4 linguri de ciocolată rasă sau cacao. Cînd este încă moale, se întinde repede peste tort.

486 Glazură de lămîie

200 g zahăr, zeama de la 2 lămîi.

Într-un castron mic se pune zeama de la două lămîi, se adaugă zahărul pudră (cernut prin sita deasă). Se freacă foarte bine pînă se obține o spumă albă. Cu această compoziție se îmbracă tortul.

487 Glazură de portocale

Se prepară la fel ca glazura de lămîie (portocalele să fie de mărimea lămîii).

488 Glazură de ou

250 g zahăr, 2 albușuri, zeama de la 1 lămîie.

Se amestecă într-un castron zahărul pudră, albușurile de ou și zeama de la o lămîie sau portocală. Se freacă aproape o oră pînă ce se obține o cremă groasă. Cu această compoziție se îmbracă torta.

Șarlote

Șarlotele, cremele, jeleurile și celelalte preparate cu gelatină se țin la gheață sau la un loc foarte rece pînă la servire. Înainte de a fi servite trebuie scoase din formă. Pentru a le scoate, se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru o clipă), se scoate din apă, se acoperă cu o farfurie, lipită bine de marginile formei, și se răstoarnă.

489 Șarlotă de cafea

1 kg frișcă, 11 foi gelatină, 4 ceșcuțe cafea neagră rece, zahăr după gust, 1 ceșcuță lapte, dulceață de vișine (facultativ).

Se pune la foc într-un ibric cafeaua neagră și laptele. Se adaugă gelatina și se amestecă bine pînă ce se dizolvă. Se strecoară prin sită deasă și se lasă să se răcească. Cînd această compoziție este numai puțin caldută se toarnă în frișca bătută zahăr pudră după gust și se amestecă bine. Se toarnă în cești, cupe sau pahare și se dă la rece.

Cînd se servește se poate garnisi fiecare cupă cu frișcă bătută sau cu boabe de dulceață de vișine.

490 Șarlotă de alune

300 g frișcă, 1 kg lapte, 6 ouă, 6 foi de gelatină, 200 g alune prăjite și măcinate, 350 g zahăr, 1 păhărel rom, puțină coajă rasă de lămâie.

Laptele fiert și răcit se toarnă peste gălbenușurile frecate cu zahărul, se amestecă, se pune pe foc amestecând mereu, pînă cînd se înfierbîntă bine și se îngroașă. Se dă la o parte, se adaugă albușurile bătute spumă și alunele măcinate, apoi romul, coaja de lămâie și gelatina dizolvată în 2-3 linguri de apă fierbinte. Se toarnă compoziția în formă și se pune la gheață. Se servește garnisită cu frișcă.

491 Șarlotă de vanilie

250 g zahăr, 6 gălbenușuri, 1,5 kg lapte, ½ baton vanilie, 8 foi gelatină.

Se fierbe laptele cu vanilia. În acest timp se freacă gălbenușurile cu zahărul. Cînd laptele este fiert, se trage la marginea mașinii și se toarnă treptat gălbenușurile amestecînd mereu pînă cînd se îngroașă. Se dă la o parte. Se dizolvă gelatina în 4-5 linguri de apă fierbinte și se amestecă cu compoziția caldută. Se toarnă în formă și se pune la gheață. Înainte de a servi, se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru o clipă) și se răstoarnă pe farfurie.

492 Șarlotă de castane

2 kg castane fierte, strivite, date prin sită, 80 bucăți zahăr făcut sirop gros, 1 păhărel rom, 50 g unt proaspăt, ½ baton de vanilie, 200 g frișcă.

Se freacă bine pireul de castane (v. 477) cu siropul de zahăr în care s-au adăugat un păhărel de rom și vanilia (siropul trebuie să fie cald). După aceea se adaugă untul și se freacă pînă se obține o pastă omogenă. Se așază compoziția pe o farfurie umezită cu rom. Se garnisește cu frișcă și se pune la gheață.

493 Șarlotă de pișcoturi

5 gălbenușuri, 1 pahar lapte, 1 pahar zahăr, 8 foi gelatină, 250 g pișcoturi de șampanie, 250 g frișcă, 150 g alune turcești, arahide sau nuci pralinate (v. 473), vanilie, rom.

Se pune pe foc laptele, adăugînd gălbenușurile frecate cu zahărul, vanilia și romul și amestecînd mereu pînă începe să se îngroașe. Se ia la o parte și se adaugă foile de gelatină dizolvate dinainte în 2-3 linguri de apă fierbinte. Se ames-

tecă bine și se lasă să se răcească puțin. În acest timp, în forma de tort, sau în forma specială de șarlotă, se așază pișcoturile muiate într-un sirop subțire de zahăr și rom. Pișcoturile se așază unul lângă altul pe fundul și pe laturile formei.

În compoziția care a fost lăsată să se răcească puțin, se pun alunele și frișca, un păhărel de rom, se amestecă bine și se toarnă în forma capitonată cu pișcoturi. Se ține la gheață 3-4 ore. Când se servește, se răstoarnă pe farfurie.

494 Șarlotă la iuțea

200 g pișcoturi sau biscuiți, 250 g frișcă, 200 g nuci pisate (sau alune), 250 g lapte îndulcit cu 6 lingurițe de zahăr, 3-4 păhărele de rom, câteva fructe din dulceață.

Se înmoaie pișcoturile în laptele îndulcit în care s-a adăugat și romul. Se așază pișcoturile pe un platou, unul lângă altul, se presară cu nuci, se așterne un strat de frișcă, apoi din nou se așază un rând de pișcoturi presărate cu nuci și un strat de frișcă. Se garnisește cu fructe din dulceață, tăiate.

495 Șarlotă de fructe

2 pahare zeamă de fructe proaspăt pregătită și strecurată, 200 g zahăr, 500 g frișcă, 9 foi gelatină.

Se încălzește zeama de fructe (caise, căpșuni, coacăze, fragi, piersici, zmeură), se adaugă zahărul și se ține pe foc până se topește zahărul, fără să fiarbă. Se ia de la foc și se adaugă gelatina dizolvată în câteva linguri de apă caldă, se amestecă bine și se lasă să se răcorească. Când compoziția mai este puțin caldă, se pune frișca, se amestecă și se toarnă în forma de șarlotă. Se ține la gheață câteva ore. Înainte de a servi se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru o clipă) și se răstoarnă pe farfurie.

Creme în cupe sau cești

496 Cremă de alune sau nuci pralinate

4 ouă, 250 g zahăr pudră, 300 g unt, 4-5 linguri alune sau nuci pralinate (v. 473).

Se pun ouăle într-un castron așezat într-un vas cu apă clocotită pe foc și se bat bine cu zahărul până se obține o cremă. Se ia vasul de la foc și se lasă până când se răcește crema.

Se adaugă untul tăiat felii mici și subțiri și se freacă bine ca să se obțină o pastă spumoasă. Se adaugă alunele sau nucile pralinate, se amestecă și se pune la gheață, în cupe sau în cești.

497 Cremă de ciocolată cu nuci sau alune pralinate

4 ouă, 250 g zahăr pudră, 300 g unt, 3 linguri ciocolată sau cacao, 4-5 linguri nuci sau alune pralinate (v. 473), 2 linguri lapte.

Se prepară la fel ca și rețeta 496. Ciocolata se adaugă în crema de unt cu ouă, după ce a fost topită într-un ibric, la marginea mașinii, cu două linguri de lapte cald sau, în lipsă, cu apă caldă. Se servește în cupe sau cești.

498 Cremă de lapte cu ciocolată

6 ouă, 6 linguri zahăr, 3 pahare lapte, 3 linguri zahăr pentru ars, 3 linguri ciocolată rasă sau cacao, vanilie (baton), un praf de sare.

Se fierbe laptele cu vanilia la foc mic. După ce dă un clo-cot, se acoperă și se ține pe marginea mașinii. Se bat spumă ouăle cu zahărul până când acesta se topește. Se înfierbântă din nou laptele, se adaugă puțină sare și ciocolata dizolvată în două linguri de apă caldă, și se toarnă fierbinte, câte puțin, cu lingura, peste ouăle frecate cu zahărul, amestecând mereu până când compoziția aproape se răcește.

Se pun pe mașină într-o cratiță de 2,5-3 l, trei linguri zahăr și se lasă să se topească și să se îngălbenească puțin. Se ia cratița de pe foc și se întoarce în așa fel, încât zahărul să se întindă pe toată suprafața interioară a cratiței. Se toarnă crema în cratiță (înainte de a o așeza, se amestecă crema puțin cu lingura), se acoperă cu un capac și se pune într-un vas cu apă fierbinte pe foc. Apa fierbinte trebuie să ajungă până la trei sferturi din înălțimea cratiței cu cremă. Peste capac se așază cărbuni aprinși (jăratec).

Se ține astfel pe foc 25-30 min. Crema este gata când se desprinde cu ușurință de pe pereții cratiței. Se scoate din apă și se pune la un loc răcoros, iar după ce s-a răcit, se așază pe gheață.

Înainte de a servi, se lipește o farfurie mare, rotundă, de fundul cratiței și se răstoarnă.

499 Cremă de zahăr ars

Aceleași cantități ca la crema de lapte cu ciocolată. (v. 498).

Se prepară în același fel ca și crema de lapte cu ciocolată. Nu se pune însă ciocolată sau cacao.

Jeleuri

500 Jeleu de cafea

5 gălbenușuri, 500 g lapte, vanilie ($\frac{1}{4}$ baton), 4 linguri zahăr pudră, 8 foi gelatină, $\frac{1}{2}$ ceșcuță cafea neagră foarte concentrată strecurată, ulei.

Se pune la fiert laptele cu vanilia. După ce dă un clocot, se dă la o parte și se acoperă. Se freacă gălbenușurile cu zahărul și se toarnă treptat în laptele cald, amestecând mereu în aceeași parte. Se pune la foc și se amestecă pînă ce se îngroașă. Cînd se răcorește puțin, se adaugă cafeaua și gelatina dizolvată în cîteva linguri de apă caldă, se amestecă și se pune într-o formă unsă cu ulei. Se ține la rece. Înainte de a servi, se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru un moment) și se răstoarnă pe farfurie.

501 Jeleu de vanilie

Aceleași cantități ca la jeleul de cafea (v. 500).

Se prepară la fel ca jeleul de cafea, fără însă să se adauge cafea, se pune însă laptele la fiert cu mai multă vanilie (1 baton mare).

502 Jeleu de ciocolată

3 batoane ciocolată, 10 linguri lapte, 500 g smîntînă proaspătă, 150 g zahăr pudră, vanilie, 8 foi gelatină, ulei.

Se pun într-un ibric laptele încălzit, vanilia și ciocolata. Cînd ciocolata s-a topit, se toarnă totul peste zahărul frecat cu smîntîna și se amestecă bine, apoi se adaugă gelatina dizolvată și strecurată. Se unge o formă cu ulei, se umple cu compoziția obținută și se pune la gheață. Înainte de a servi, se ține forma o clipă în apă fierbinte și se răstoarnă pe farfurie.

503 Jeleu din smîntînă

1 kg smîntînă, 7 foi gelatină albă, 1 foaie gelatină roșie, $\frac{1}{2}$ pahar apă, $\frac{1}{4}$ baton vanilie, 350 g zahăr, 250 g frișcă bătută.

Se pune la fiert vanilia cu jumătate pahar apă, pînă ce dă cîteva clocote, se dă la o parte și se adaugă gelatina ca să se dizolve, apoi se strecoară.

Separat se bate smîntîna cu zahărul pînă se fac ca o spumă, se adaugă gelatina dizolvată și 250 g frișcă. Se pune în formă și se dă la rece. Se scoate din formă în același fel ca jeleul de ciocolată (v. 502).

504**Jeleu de vin**

1 kg vin roșu, 200 g zahăr, $\frac{1}{4}$ baton de vanilie, 10 foi gelatină.

Se fierbe vinul cu zahărul și vanilia; după ce dă câteva clocote se dă la o parte și se adaugă gelatina dizolvată în câteva linguri de apă caldă. Se strecoară totul prin sita deasă, se toarnă în formă și se pune la gheață. Se scoate din formă pe farfurie ca și jeleul de ciocolată.

505**Jeleu în straturi colorate**

Se prepară jeleul de smântână, de ciocolată, de vin și de vanilie (câte jumătate din cantitățile indicate la fiecare).

Întâi se prepară gelatina de smântână și se toarnă în formă; se dă la rece. După ce s-a întărit, se toarnă gelatina de ciocolată (trebuie să se toarne încet, cu grijă) și se pune iar la rece, să se întărească. Se procedează în continuare în același fel cu gelatina de vin și cu cea de vanilie. Se scoate din formă ca jeleul de ciocolată.

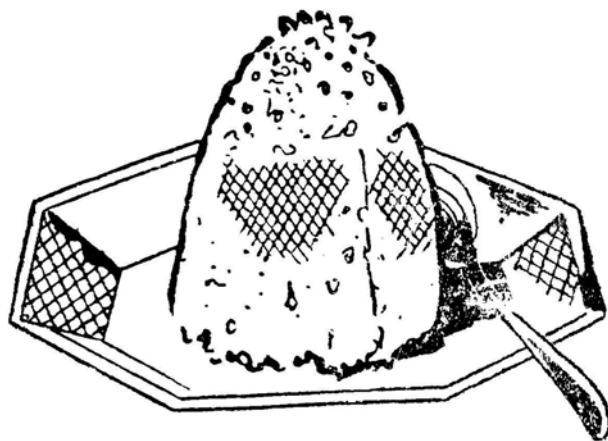
506**Jeleu de coacăze**

500 g coacăze, 550 g zahăr, 1 pahar apă.

Se pun la fiert 400 g coacăze, spălate și curățate, cu zahărul și apa. Se lasă să fiarbă pînă se moaie boabele, apoi se trece printr-o sită de pâr, zdrobindu-se boabele. Se strecoară din nou printr-o pînză și se pune la fiert pînă cînd începe să se închege (se încearcă turnîndu-se câteva picături pe o farfurie rece; dacă este gata, după câteva minute se încheagă).

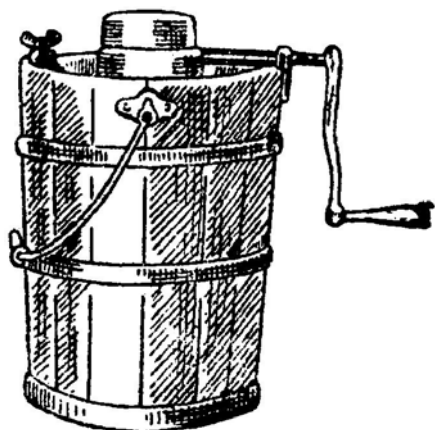
Pe fundul unei farfurii mai adînci se așază câteva bobite de coacăze, se toarnă încet un strat mai subțire de jeleu și se dă la gheață (restul jeleului se ține la loc cald). După ce s-a încheat stratul turnat, se presară deasupra din nou câteva boabe de coacăze și iar se toarnă un strat de jeleu. Se procedează astfel pînă se așază toate coacăzele și se toarnă tot jeleul.

Înainte de a servi, se răstoarnă pe o farfurie și se garnisește cu câteva crenguțe de coacăze.



Înghețate

În momentul cînd o punem în șerbetieră, compoziția trebuie să fie rece. Se acoperă șerbetiera cu capacul, se introduce în găleata de lemn și se umple găleata cu gheață zdrobită amestecată cu sare grunjoasă (la 10 kg gheață 2 kg sare) și se îndeasă bine ca să nu rămîină goluri.



Începem învîrtirea cu ajutorul manivelei, de la stînga la dreapta, egal de iute și neînterupt. Din cînd în cînd ridicăm capacul și amestecăm cu o lopățică de lemn compoziția înghețată de la marginea cutiei cu cea de la centru care nu este încă întărită bine.

Cînd începe să se învîrtească greu, ridicăm capacul, scoatem paletele din interiorul cutiei, desprindem înghețata de pe pereții ei, amestecăm bine cu lopățica de lemn, acoperim din nou cu capacul și după ce am mai umplut găleata cu gheață, învîrtim încă cinci minute. Acoperim apoi cu un sac sau o pînză groasă muiată în apă și lăsăm astfel să stea o oră avînd grijă ca din cînd în cînd să scurgem apa provenită din topirea gheții – înlocuind-o cu gheață.

507 Înghețată de vanilie

4 kg vișine, 3 kg zahăr tos, 0,5 l spirt rafinat, 500 g rom, vanilie.

Se freacă spumă zahărul cu gălbenușurile, se adaugă laptele fiert cu vanilia și răcit, și se pune la foc amestecînd mereu pînă ce se îngroașă (nu trebuie să fiarbă).

Se lasă compoziția să se răcească și se pune în șerbetieră. Cînd compoziția este aproape înghețată, se adaugă 1 pahar frișcă și se învîrtește încă 10 min.

508 Înghețată de vanilie

10 gălbenușuri, 300 g zahăr, 1 kg lapte, 100 g ciocolată sau 50 g cacao, vanilie.

Se fierbe laptele cu vanilia (baton), se acoperă și se ia de pe foc. Separat se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă ciocolata muiată cu o lingură de apă caldă și se mai freacă

(în același sens). Apoi se adaugă câte puțin lapte. Fără să se înceteze amestecatul, se pune la foc pînă începe să fiarbă. Se ia imediat de pe foc și se dă la rece. Cînd s-a răcit complet, se scoate vanilia, se toarnă compoziția în șerbetieră și se învîrtește pînă îngheață și se întărește bine.



509 Înghețată de cafea

1 kg lapte, 400 g zahăr, 3 ceșcuțe cafea concentrată și strecurată, 300 g frișcă, vanilie, 4 gălbenușuri (facultativ).

Se fierbe laptele cu puțină vanilie (baton). Se ia de pe foc și se amestecă cu zahărul și cafeaua. Cînd s-a răcit bine, se adaugă frișca, se pune în șerbetieră și se învîrtește. Se servește cu puțină frișcă bătută.

Înghețată de caise

510

Aceleași cantități ca la înghețata de vanilie (nu se pune vanilie), în plus $\frac{1}{4}$ kg caise.

Cînd înghețata este aproape gata, se adaugă în șerbetieră caisele coapte, curățate și strivite bine mai înainte; se mai învîrtește 5-6 min.

511 Înghețată de lămîie

280 g zahăr, 1 pahar apă, 3 lămîi, coaja rasă de la $\frac{1}{2}$ lămîie.

Se fierbe cîteva minute zahărul cu apa, apoi se adaugă coaja de la $\frac{1}{2}$ lămîie și zeama de la trei lămîi. Se lasă să se răcească acoperit. Apoi se strecoară și se pune în șerbetieră.

512 Înghețată de vișine

500 g zeamă de vișine, 350 g zahăr, $1\frac{1}{2}$ pahar apă, zeama de la o lămîie.

Se fierbe zahărul cu apa cîteva minute și se dă la o parte. În acest timp se strecoară vișinele curățate de sîmburi prin strecurătoare, ca să se obțină 500 g zeamă de vișine. Se

adaugă această zeamă în zahărul fiert, se stoarce zeama de la o lămâie și se lasă totul să se răcească. Apoi se pune compoziția în șerbetieră.

513 Înghețată de fragi sau zmeură

500 g zeamă de fragi sau zmeură, 350 g zahăr, 1½ pahar apă, zeama de la 1 lămâie, 1 pahar frișcă.

Se prepară la fel ca înghețata de vișine (v. 512). Când compoziția este aproape înghețată, se adaugă un pahar de frișcă. Se mai învârtește 5-6 min.

Preparate reci din fructe

514 Căpșuni cu frișcă

1 kg căpșuni, 1 păhărel rom, ½ pahar zahăr, frișcă (cantitatea după gust).

Se curăță căpșunile de codițe, se spală și se lasă să se scurgă bine de apă. Se așază într-un vas pentru servit (fructieră) un rând se căpșuni, se presară cu zahăr și se stropesc cu rom. Se procedează astfel pînă cînd se așază toate căpșunile, apoi se ține vasul la gheață. Cînd se servesc se acoperă cu un strat de frișcă și se garnisesc cu cîteva căpșuni.

515 Melanj de fructe proaspete

2 mere, 3 pere zemoase, 15 prune coapte, 1 pahar boabe de struguri albi, 1 pahar boabe de struguri negri tămîioși, 2-3 felii de pepene galben parfumat, zeama de la 1 lămâie, 2 pahare vin alb, 1 pahar zahăr pisat.

Perele și merele se curăță de coajă, se scoate căsuța cu sîmburi și se taie felioare foarte subțiri. Prunele se curăță de pielițe, se scot sîmburii și se taie în sferturi. Boabele de struguri se spală bine și se scurg, iar pepenele galben, curățat de coajă, se taie cuburi.

Se amestecă toate fructele cu zahărul, vinul și zeama de lămâie și se ține la gheață 2-3 ore.

Se servește în cupe sau în pahare, cu cîte un pișcot.

516 Pepene galben umplut

1 pepene galben mare, 1 pară mare, 1 măr mare, 2-3 pier-sici, 2-3 prune, 1 pahar boabe de struguri, amestecați albi și negri, de preferință tămîioși, 1 pahar vin, 2 păhărele rom, ½ pahar zahăr, 3 foi de gelatină, 1 praf de vanilie.

Mărul și para se curăță de coajă, de căsuța cu sîmburi și se taie cuburi mici. Prunele și piersicile se curăță de pieliță,

de sîmburi și se taie bucăți mici. Se aleg boabe de struguri, de preferință tămîioși. Toate aceste fructe se pun într-un castron și se amestecă cu o lingură de zahăr.

Se alege un pepene galben mare, copt și bine parfumat. Se taie un căpăcel și se scot cu lingura toate semințele; apoi se umple cu fructele tăiate, scuturînd bine pepenele ca să se așeze fructele.

Vinul și zahărul se pun la foc să dea un clocot, se adaugă gelatina și se amestecă cu lingura ca să se dizolve bine. Se strecoară prin sită și se adaugă romul și praful de vanilie.

Cînd amestecul este aproape rece, se toarnă în pepene cît să acopere fructele și se așază direct pe gheață.

Cînd se servește, se taie în jumătate pe lung și fiecare jumătate în felii.

517 Spumă de mere

500 g mere, 2½ pahare apă, ¼ pahar zahăr, 15 g gelatină.

Se spală merele, se taie sferturi, se curăță de sîmburi și se fierb în apă pînă ce devin moi. Se scurge zeama în alt vas, iar merele se dau prin sită. În zeama de mere strecurată se adaugă gelatina, se dizolvă, se pune zahărul și se lasă să dea un clocot.

După ce s-a răcit, se toarnă zeama de mere într-o ulcică înaltă, se adaugă pireul de mere și se bate cu bătătorul de albuș pînă se face ca o spumă. Se așază repede în cupe sau în cești, și se servește (Această spumă se poate face și din alte fructe; se prepară la fel).

Băuturi

518 Limonadă

3 lămîi mari sau 4 mici, 15 lingurițe zahăr (sau 15 bucăți), 1 l apă.

Se storc lămîile și zeama se trece prin tifon (sau prin sită foarte deasă). Se dizolvă zahărul în apă, se adaugă zeama de lămîie și se toarnă într-o sticlă cu o bucățică de coajă de lămîie. Se dă la gheață cîteva ore. Se servește rece în pahare, adăugînd cîte o feliuță subțire de lămîie în fiecare pahar.

519 Oranjadă

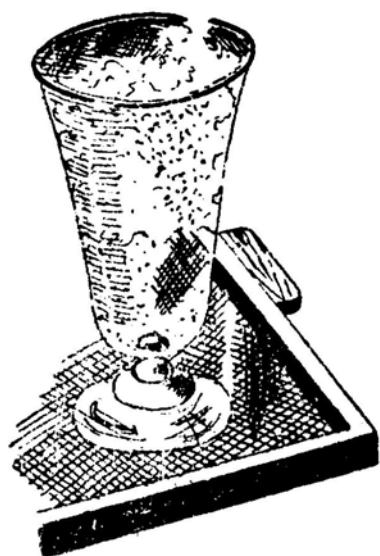
2 portocale mari, 2 lămîi, 15 bucăți zahăr (sau 15 lingurițe), 1 l apă.

Se storc lămîile și portocalele. Se trece zeama prin tifon sau prin sită. Se dizolvă zahărul în apă, se adaugă zeama de lămîi și portocale, se toarnă într-o sticlă cu o bucățică de coajă de portocală și se dă la gheață. Se servește rece după cîteva ore.

520 Băutură sănătoasă – Cvas

12 l apă, 1 kg pîine de secară, 25 g drojdie de bere, 500 g zahăr, 12 boabe de stafide, 12 boabe de orez, coaja tăiată de la o ½ lămîie.

Se taie pîine felii subțiri și se pune să se usuce în cuptor. Se fierbe apa în clocot, se adaugă zahărul și se toarnă peste pîinea uscată așezată pe fundul unui borcan de 15 l; se



adaugă coaja de lămîie, se acoperă cu un șervet și se lasă să stea timp de 4-5 ore. Se strecoară apoi printr-o sită deasă de păr într-un vas încăpător, se adaugă drojdia dizolvată în puțină apă, se amestecă, se acoperă cu un șervet și se mai lasă să stea 4-5 ore pînă cînd cvasul începe să facă spumă. Se strecoară pentru a doua oară și se toarnă în sticle, astfel încît pînă la gîtul sticlei să rămîină un spațiu gol de două degete. În fiecare sticlă se introduce o boabă de stafidă și un bob de orez și se astupă cu un dop fiert care se leagă în cruce cu sfoară. Se procedează

astfel pînă se umplu toate sticlele.

Se așază sticlele culcate la loc rece. Peste 2-3 sticle cvasul este gata. Înainte de a destupa, nu se agită sticla.

521 Vișinată

4 kg vișine, 3 kg zahăr tos, 0,5 l spirt rafinat, 500 g rom, ½ baton vanilie.

Se aleg vișine bune, coapte, spălate și curățate de codiță, se pun într-o sticlă specială de 5-6 l, cu gîtul mai larg. Se așază un rînd de vișine, un rînd de zahăr, avînd grijă ca ultimul rînd să fie zahărul. Se adaugă vanilia, spirtul și romul, se leagă gîtul sticlei cu celofan sau pergament și se

pune într-un loc la soare. Se ține 3-4 săptămâni scuturînd ușor la fiecare 2-3 zile.

Se servește fie numai lichiorul fără vișine, fie împreună cu vișinele, după dorință.

522 Zmeurată

3 kg zmeură, 2 kg zahăr tos, 1 litru spirt rafinat.

Se prepară la fel ca vișinata (v. 521).

523 Caisată

3 kg caise bune, coapte, 3 kg zahăr, 1½ l spirt rafinat.

Caise bune, coapte, dar mai mici, se spală, se înțepă de câteva ori cu un ac gros și se pun într-o sticlă cu gîtul larg (de 5-6 l). Se așază un rînd de caise, un rînd de zahăr, ultimul rînd trebuind să fie zahăr. Se toarnă spirtul, se leagă gîtul sticlei cu celofan sau cu pergament și se ține 3-4 săptămâni la loc înșorit, scuturînd foarte ușor sticla la 2-3 zile.

După 3-4 săptămâni, se așază sticla la loc răcoros. Cînd se servește, se strecoară printr-un tifon pus în două.

Caisele se pot întrebuița la umpluturi pentru prăjituri sau torturi sau se pot fierbe în apă cu puțin zahăr și servi drept compot.

524 Lichior de portocale

1 l apă, 500 g zahăr, 0,5 l spirt rafinat, 1 linguriță esență de zahăr ars (pentru colorat), facultativ.

Esența: coaja rasă de la 4 portocale, 250 g spirt rafinat.

Se rade coaja de la patru portocale și se pune într-o sticlă, se toarnă deasupra 250 g spirt, se leagă gîtul sticlei cu celofan și se păstrează două săptămâni la loc cald. Aceasta va fi esența.

Se fierbe un sirop din 500 g zahăr și 1 l apă. Cînd este gata se adaugă jumătate din esența strecurată prin tifon, se ia de pe foc și se lasă să se răcească. După ce s-a răcit, se adaugă cealaltă jumătate de esență strecurată, 0,5 l spirt și esența de zahăr ars. Este bine să se treacă prin hîrtie de filtru.

Se păstrează în sticle la loc răcoros.

525 Lichior de lămîie

Aceleași cantități ca la lichiorul de portocale.

Se prepară în același fel ca lichiorul de portocale (v. 524).

526 Lichior de caise

1 l apă, 500 g zahăr, 0,5 l spirt rafinat, ¼ baton vanilie.

Esența: 10 caise proaspete, 10 zarzăre, spirt cât să acopere fructele.

Se așază într-un borcan caisele și zarzărele, fără sîmburi, se toarnă spirt cât să le acopere, se leagă borcanul cu celofan și se ține astfel două săptămîni la soare. Aceasta va constitui esența.

Mai departe, se prepară ca lichiorul portocale (v. 524).

527 Lichior de izmă

1 l apă, 500 g zahăr, 0,5 l spirt rafinat.

Esența: o mîină de izmă, spirt cât să acopere izma.

Se pune în sticlă izma, se acoperă cu spirt și se ține două săptămîni la soare.

Mai departe se procedează ca la lichiorul de portocale (v. 524).

528 Lichior de nuci verzi

1 l apă, 0,5 l spirt rafinat, 500 g zahăr, 0,5 l spirt rafinat, ¼ baton vanilie.

Esența: 200 g nuci verzi, spirt cât să le acopere, 1 linguriță scorțișoară puțin pisată, ½ linguriță anason zdrobit, 10 fire cuișoare zdrobite.

Se taie nucile felii subțiri, se pun într-o sticlă și se acoperă cu alcool. Se astupă sticla cu dop și se ține două săptămîni la soare. Se strecoară esența prin tifon într-un vas, se toarnă într-o sticlă curată (nucile se înlătură), se adaugă scorțișoara, cuișoarele și anasonul. Se astupă sticla și se ține încă două săptămîni la soare.

Mai departe se procedează ca la lichiorul de portocale (v. 524).

529 Lichior de zahăr ars

2 pahare zahăr, 2½ pahare apă, coaja de la ½ lămîie, ½ baton vanilie, 0,250 l spirt rafinat, 3 linguri zahăr pentru ars.

Se pune zahărul la fiert cu apa, vanilia și coaja de lămîie tăiată bucăți.

În alt vas se ard trei linguri de zahăr. Când s-a rumenit bine, se toarnă peste el siropul preparat, se amestecă bine și se lasă să fiarbă 15 min. Se lasă să se răcească, se trece printr-un tifon pus în două și se adaugă alcoolul.

530 Lichior de ouă

8 gălbenușuri, 1 l lapte, 10 linguri zahăr, ½ baton vanilie, 1½ pahar spirt rafinat.

Se pune la fiert laptele cu vanilia. Se freacă gălbenușurile spumă cu zahărul și se toarnă cîte puțin lapte fierbinte,

amestecînd cu lingura mereu în același sens. După ce s-a adăugat tot laptele, se pune la foc compoziția obținută, amestecînd neîncetat pînă ce se îngroașă (fără să fiarbă nici o clipă). Se strecoară prin sită și, după ce s-a răcit, se adaugă spirtul, se amestecă și se pune în sticlă împreună cu vanilia care a fiert în lapte.



531 Lichior de cafea

1 pahar cafea concentrată, limpezită și strecurată, 1½ pahar apă, 0,250 l spirt rafinat, 500 g zahăr, o bucățică baton de vanilie.

Se pune la fiert zahărul cu apa și vanilia. Cînd siropul este gata, se ia de pe foc, se lasă să se răcorească puțin, apoi se adaugă cafeaua strecurată. Se amestecă, se lasă să se răcească, apoi se adaugă spirtul.

Diferite prăjituri de casă și aluaturi fragede

532 Cornulețe

250 g untură sau unt, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr pudră, 3 gălbenușuri, 1 ou întreg, 1 albuș bătut (în total 4 ouă), 2-3 linguri nuci pisate, făină cît cuprinde, 4 linguri apă, 1 praf de copt, vanilie.

Se topește untul sau untura. Cînd este călduț, se adaugă zahărul și se freacă spumă, se pun pe rînd trei gălbenușuri, apoi oul întreg, apa, vanilia și praful de copt. Se amestecă bine compoziția apoi se pune făina și se frămîntă un aluat care să nu fie prea tare. Se taie cîte o bucățică de aluat, căreia i se dă forma unui cornuleț. Se așază cornulețele pe tava de copt la distanță apreciabilă (cresc la copt), se unge fiecare cu albuș bătut și se presară cu nuci pisate. Cînd se scoate din cuptor, se tăvălește fiecare cornuleț prin zahăr pudră.

533 Cornulețe rusești

1 pahar untură sau unt, 1 pahar smîntînă, 1 vîrf cuțit sare, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, marmeladă, vișine din dulceață sau rahat, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr pudră vanilat.

Se amestecă untura sau untul cu sarea, vanilia și smîntîna. Se adaugă făină cît să se obțină o cocă moale; se lasă să

se odihnească 20 min. Apoi se întinde o foaie groasă cât muchia unui cuțit și se taie bucăți triunghiulare. La capătul lat se pune o boabă de vișină din dulceață, marmeladă sau un cub mic de rahat, se rulează în formă de cornuleț și se așază pe tava de copt, la distanță unele de altele. Când se scot din cuptor, se tăvălesc cornulețele prin zahăr pudră vanilat.

534 Cornulețe (de vanilie) cu nuci

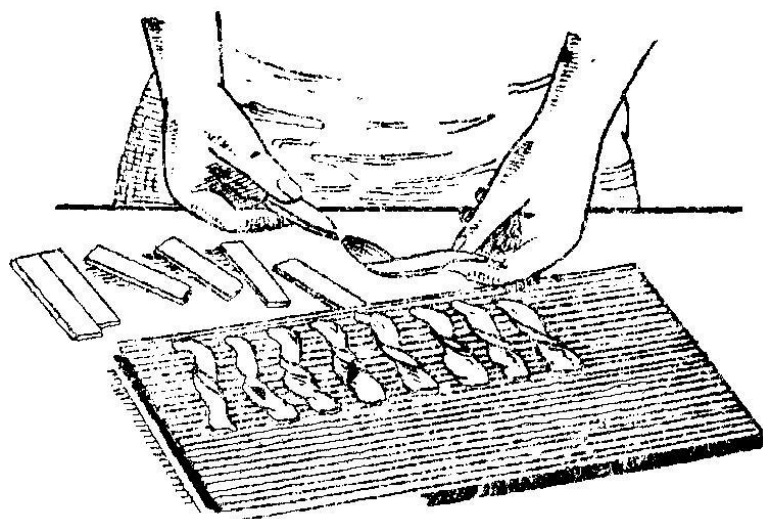
140 g unt, 60 g nuci măcinate, 70 g zahăr, 170 g făină.

Se freacă bine untul cu zahărul și nucile, se adaugă făina și se frământă. Se ia câte o bucată din coca obținută și se face un rulou de grosimea unui deget. Se taie ruloul în bucăți lungi de 1-5 cm, se curbează fiecare bucată dându-i forma unui cornuleț. Se așază pe o tavă unsă cu unt și se coc la foc moale.

535 Fursecuri cu drojdie de bere

4 gălbenușuri, 1 albuș, 150 g unt sau untură, $\frac{1}{2}$ pahar lapte, drojdie de bere (o bucățică de mărimea unei nuci), 1 praf de sare, 2-3 linguri nuci pisate (date prin mașină), 2-3 linguri zahăr, făină.

Se moaie drojdia în lapte, se adaugă gălbenușurile, untul și praful de sare, se frământă cu făină o cocă tăricică. Coca frământată se pune într-un șervet sau într-un săculeț de pânză, se leagă bine, însă în așa fel, încât coca să aibă loc să crească. Se scufundă coca pusă în șervet într-o oală mare cu apă rece și se lasă astfel 4-5 ore (coca în șervet se va ridica deasupra apei). Se scoate coca și se întinde cu vergeaua o foaie groasă cât muchia unui cuțit. Se taie fișii lungi de 7 cm și late de 2 cm. Fiecare fișie se unge cu albuș de



ou, se dă prin nuca pisată amestecată cu zahărul și se formează un cornuleț în felul următor: se ține fișia cu ambele mâini de capete. Un capăt se răsucește într-un sens, celălalt capăt în sens opus, se îndoaie în formă de cornuleț și se așază pe tava unsă. Se coc la foc potrivit.

536 Fursecuri cu ciocolată

120 g unt, 220 g zahăr pudră, 1 albuș, 250 g alune prăjite și măcinate, 4 linguri făină, vanilie, unt și făină pentru formă.

Crema: 1 baton ciocolată sau 2 linguri de cacao, 1 lingură zahăr, 2 linguri apă, 1 linguriță rom.

Se amestecă bine zahărul cu untul, se adaugă albușul, frecînd totul spumă. Se pun vanilia, alunele și făina, se amestecă bine și se toarnă compoziția într-o tavă de copt unsă cu unt și presărată cu făină. Se coace la foc potrivit.

După ce s-a răcit, foaia obținută se unge cu crema fierbinte. Se taie în pătrate mici.

Pentru cremă se fierbe ciocolata cu zahărul și apa, se adaugă romul și se amestecă.

537 Pesmeciori cuiburi

$\frac{3}{4}$ pahar zahăr, 150 g unt sau margarină, 2 ouă, $\frac{1}{2}$ linguriță bicarbonat, 1 linguriță zeamă de lămîie (în lipsă, oțet), 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, 1 lingură zahăr pudră vanilat, ulei.

Se freacă ouăle cu zahărul pînă devin ca o cremă. Se adaugă praful de vanilie, untul (margarina) puțin încălzit și bicarbonatul dizolvat în zeama de lămîie sau oțet.

Se frămîntă un aluat cît se poate de tare și se dă prin mașina de tocat carne. Din bețișoarele care ies din mașina de tocat, se aranjează grămăjoare mici în formă de cuib. Se așază pe tava de copt unsă cu ulei și se coc la foc potrivit.

Fierbinți, se presară cu zahăr pudră vanilat.

538 Pesmeciori

140 g unt proaspăt, 140 g zahăr pudră, 3 gălbenușuri, 1 albuș, 1 praf de vanilie, 2 linguri nucă pisată, 1 lingură zahăr tos, făină cît cuprinde.

Se freacă spumă zahrăul cu untul, se adaugă pe rînd cele trei gălbenușuri, praful de vanilie, nucile pisate și făină cît cuprinde, se frămîntă repede, coca obținută trebuind să fie moale. Se fac turtițe cu mîna; trebuie să fie groase de 1 cm, iar în diametru să aibă 5-6 cm. Se așază pe tavă, se unge fiecare cu albuș bătut și se presară cu nuci amestecate cu zahăr tos. Se coc la foc potrivit

539 Pesmeciori pentru ceai

125 g unt proaspăt, 125 g zahăr pudră, 100 g făină, 2 ouă, 100 g stafide mici (dacă se poate, negre), 2 linguri rom, unt și făină pentru formă.

Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă întîi untul frecat spumă, se amestecă bine, apoi făina, romul și stafidele și se amestecă din nou.

Se unge o tavă de copt cu unt, se presară cu făină și se pune la îndemână. Se ia o linguriță, se moaie în apă și se umple pe jumătate cu compoziția pregătită, așezînd-o pe tavă. Se procedează astfel, așezînd gogoloașele nu la mare distanță unul de altul. Se coc la foc potrivit. Nu trebuie lăsați să se rumenească, iar cînd se scot din tavă, se folosește un cuțit.

540 Pesmeciori din albuș

70 g unt topit (2 linguri de supă), 150 g zahăr pudră, 1 praf vanilie, 7 albușuri bătute spumă, 3-4 linguri zahăr vanilat, 150 g făină, unt pentru formă.

Se freacă spumă zahărul cu untul, se pune praful de vanilie și făina, amestecînd bine, apoi se adaugă albușurile spumă, amestecînd ușor. Se toarnă compoziția într-o tavă de chec căptușită cu hîrtie unsă cu unt și se coace la foc potrivit. Se încearcă dacă este gata cu paiul. Se scoate din formă și se lasă pînă a doua zi, cînd se taie felii cît se poate de subțiri (ceva mai subțiri decît un centimetru) cu un cuțit bine ascuțit. Fiecare felie se taie în 4-5 bucăți. Cînd se termină această operație, se pun toate bucățelele într-o tavă mare, care se dă la cuptor pentru ca bucățelele să se rumenească puțin. Cînd sînt gata rumenite, se tăvălesc în zahăr pudră vanilat.

541 Pesmeți cu smîntînă

$\frac{3}{4}$ pahar zahăr, 3 gălbenușuri, 2 ouă întregi, $\frac{1}{2}$ linguriță bicarbonat, 1 pahar smîntînă, $\frac{1}{2}$ pahar unt sau untură, vanilie, făină cît cuprinde.

Se freacă zahărul cu gălbenușurile și ouăle întregi, se adaugă vanilia și smîntîna, bicarbonatul și untul, se amestecă bine. Se pune făina și se frămîntă cu mîna o cocă mai mult moale decît tare. Se lasă să se odihnească 10-15 min, apoi se întinde cu vergeaua o foaie de aproape 1 cm. Se taie diferite forme, fie cu forme speciale, fie cu paharul, se așază pe tavă și se coc la foc potrivit pînă ce se rumenesc foarte ușor. Acești pesmeți sînt mai fragezi după 2-3 zile.

542 Pesmeți albi cu migdale (sau nuci)

1 pahar zahăr pudră, $\frac{1}{2}$ pahar unt topit și răcit, 4 gălbenușuri răscoapte date prin sită, 2 ouă întregi, vanilie, făină cît cuprinde, 3 linguri migdale (nuci) tăiate.

Se freacă zahărul, untul și cele două ouă crude întregi pînă ce se obține o spumă. Se adaugă vanilia și gălbenușurile răscoapte

date prin sită, se amestecă bine, apoi se frământă bine cu toată făina ca să se obțină un aluat nu prea tare. Se lasă $\frac{1}{2}$ oră, apoi se fac mici turtițe care se presară cu migdale sau cu nuci tăiate în lung. Se coc la foc potrivit.

543 Pesmeți cu susan I

1 pahar ulei, 1 pahar zahăr pudră, $\frac{3}{4}$ pahar apă, 250 g susan, 1 praf de vanilie, un vîrf de cuțit bicarbonat, făină cît cuprinde.

Se amestecă bine zahărul cu uleiul, apa, bicarbonatul, vanilia și susanul. Se adaugă făina și se face o cocă nu prea tare. Se frământă și se întinde cu vergeaua o foaie groasă de 1 cm. Se taie forme rotunde cu un pahar de ceai, sau fișii lungi de 6-7 cm și late de 5-6 cm. (Se pot tăia pătrate, romburi sau alte forme, după plac). Se coc rumen la foc potrivit.

544 Pesmeți cu susan II

250 g unt, 1 ou, 4 linguri zahăr, 50 g susan, $2\frac{1}{2}$ pahare făină, 1 praf vanilie.

Se freacă untul cu zahărul, gălbenușul și vanilia, se adaugă făina și se frământă. Apoi, din aluatul obținut, se formează un sul care se taie în bucăți mici. Se dă fiecărei bucățele forma de perișoară, se unge cu albuș și se presară cu susan. Se așază pe tavă la distanță mare una de alta și se coc la foc potrivit.

545 Pesmeți cu anason

1 kg făină, 210 g zahăr, 2 pahare lapte, 1 praf de vanilie, 5 ouă, (trei gălbenușuri, două ouă întregi), 150 g unt, 40 g drojdie, 1 linguriță anason pisat, amestecat cu 2-3 linguri zahăr pudră, $\frac{1}{2}$ linguriță sare.

Se amestecă drojdia cu o linguriță de zahăr, se adaugă $\frac{1}{2}$ pahar lapte cald și puțină făină, astfel ca plămădeala să fie moale. Se lasă să crească. Cînd s-a ridicat de două ori mai mult decît a fost, se adaugă restul de lapte cald, sarea, ouăle bătute cu zahărul, vanilia și untul topit (cald). Se frământă bine pînă ce face bășici.

Se împarte aluatul în două și se așază în forme de chec, se acoperă și se lasă să crească la loc cald pînă cînd formele sînt aproape pline. Se ung cu ou bătut, se dau la cuptor și se coc la foc potrivit. Se scot din formă, iar a doua sau a treia zi se taie cu un cuțit bine ascuțit felii de grosimea degetului. Aceste felii se așază în rînduri, una lîngă alta, într-o tavă de copt, și se dau la cuptor cald ca să se usuce. Cînd feliile sînt uscate,

se întărește focul și se lasă să se rumenească. Se scot din cuptor și fiecare felie se presară cu zahăr pudră amestecat cu anason. Acești pesmeți se păstrează bine timp îndelungat.

546 Pesmeți englezești

2 ouă, $\frac{1}{2}$ baton vanilie, 250 g zahăr pudră, $\frac{1}{2}$ pahar lapte sau smântână, 15 g praf amoniac, făină cît cuprinde.

Se freacă spumă zahărul cu ouăle, se adaugă vanilia baton uscată și pisată cu puțin zahăr, smântână și amoniacul. Se amestecă bine și se frămîntă cu făină un aluat potrivit de tare. Se adună în formă de minge, se acoperă cu un șervet și se lasă să stea 4-5 ore. Se împarte în două și se întinde pe rînd cîte o foaie de $\frac{1}{2}$ cm grosime. Se taie cu paharul sau cu forme diferite de pesmeciori. Se așază într-o tavă de copt călduță (tava nu se unge). Se coc la foc potrivit. Acești pesmeți se păstrează timp îndelungat.

547 Pesmeți cu amoniac

2 ouă, 1 linguriță praf de amoniac, 1 ceșcuță de cafea zahăr, 1 ceșcuță de cafea ulei, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde.

Se freacă spumă zahărul cu gălbenușurile, se adaugă uleiul, se amestecă, apoi se adaugă praful de amoniac și iar se amestecă. La sfîrșit se pune praful de vanilie. Se frămîntă bine cu făină astfel ca să se obțină o cocă moale, se acoperă cu un șervet și se lasă să stea o oră. Apoi se întinde cu vergeaua o foaie groasă de circa 1 cm și se taie fie cu paharul, fie cu forme speciale. Se coc puțin rumen. Sînt mai buni după o zi-două.

548 Pesmeciori perișoare

1 pahar unt topit, 1 pahar apă, 2 pahare făină, 8 ouă, vanilie sau puțină sare de lămîie.

Se pune la fiert apa cu untul; la primul clocot se ia de pe foc și se adaugă repede făina amestecînd, apoi cele 8 ouă (unul cîte unul, fără să se înceteze amestecarea) și vanilia. Se lasă să se răcească bine și se formează cu mîna sau cu lingurița perișoare care se așază în tavă la distanță apreciabilă. Se pun la copt cam 15-20 min.

549 Pesmeți cu lămîie

200 g unt, 100 g zahăr pudră, 300 g făină, 1 praf vanilie sau puțină coajă de lămîie, zeama de la o lămîie, 1 albuș de ou, 2-3 linguri nuci pisate.

Se freacă untul cu zahărul pînă ce se face ca o spumă, se adaugă zeama de la o lămîie, praful de vanilie, apoi făina. Se fră-

mîntă repede și se lasă să se odihnească numai 2-3 min. Se întinde o foaie potrivit de groasă și se taie cu paharul forme rotunde. Aceste forme se taie la mijloc cu un păhărel mic de țuică (pentru ca să obținem covrigei). Se așază pe tava de copt, se unge fiecare cu albuș și se presară cu nucă. Cînd sînt copti, se pot unge cu marmeladă sau cu cremă de ciocolată (v. 478) și lipi doi cîte doi.

550 Pișcoturi cu chimen și nuci

250 g făină, 2 ouă, 130 g zahăr, 1 linguriță untură, 1 linguriță bicarbonat, 20 nuci curățate și pisate, 1 linguriță chimen, unt pentru formă.

Se amestecă împreună ouăle cu zahărul, apoi se adaugă untura, nucile, bicarbonatul, chimenul și la urmă făina. Se frămîntă bine. Se întind cu vergeaua două foi de 2 cm grosime. Se unge o tavă, se așază cele două foi una lîngă alta (în formă pătrată sau dreptunghiulară) și se coc la foc potrivit. Se taie fierbinte bețișoare lungi și groase de un deget.

551 Covrigei I

250 g făină, 150 g unt, 200 g zahăr pudră, 2 ouă, 1 păhărel vin, 1 păhărel rom, vanilie, zahăr pudră vanilat.

Se freacă spumă zahărul cu untul adăugînd ouăle, unul cîte unul, apoi vanilia, vinul și romul. Se frămîntă cu făina un aluat potrivit de moale din care se formează covrigei și se așază într-o tavă de copt. Se coc la foc potrivit și se presară cu zahăr pudră vanilat, cît sînt fierbinți.

552 Covrigei II

350 g făină, 350 g unt, 3 linguri zahăr, 4 gălbenușuri fierte și date prin sită, 1 ou întreg crud, vanilie sau coajă de lămîie.

Se freacă spumă untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile date prin sită, oul întreg, vanilia și se frămîntă bine cu făina. Se lasă o oră-două la rece, apoi din acest aluat se formează covrigei, se așază într-o tavă de copt și se coc la foc potrivit. Cînd s-au rumenit pe margini sînt gata, la mijloc trebuie să rămîină albi. Se scot repede din tavă cît sînt încă fierbinți.

553 Covrigei cu susan

150 g unt, 1 ou, 300 g făină, 1 praf de copt, 70 g zahăr pudră 2 linguri lapte, 1 praf sare, vanilie, 2 linguri susan.

Se freacă bine zahărul cu untul și cu gălbenușul, se adaugă laptele, sarea, praful de copt și vanilia și se amestecă bine. Se

adaugă apoi făina, se frământă și se lasă la rece timp de 20-30 min. Se formează din acest aluat covrigei, se moaie în albuș, apoi în susan, se așază pe o tavă de copt și se coc la foc potrivit.

554 **Limbi de pisică**

250 g zahăr pudră, 250 g făină, 180 g unt, 7 albușuri, vanilie (praf), grăsime pentru formă.

Se topește untul și cât este calduț se freacă cu zahărul. Când se face ca o cremă, se pun făina și vanilia, se amestecă bine, apoi se adaugă spuma de albușuri și se amestecă ușor. Din această compoziție se ia cu lingura și se întind pe tava de copt unsă, bețișoare egale, lunguiețe. Se coc la foc iute și se lasă să se rumenească puțin. Cînd sînt rumenite pe margini sînt gata. Se scot repede din tavă cînd sînt încă fierbinți, altfel se rup.

555 **Pătrățele**

2 pahare făină, 1½ pahar smîntînă, 1 pahar zahăr, 6 ouă, vanilie, grăsime pentru formă, zahăr pudră vanilat.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul pînă se albesc. Se adaugă vanilia, uscată și pisată cu un pic de zahăr, smîntîna, și se amestecă bine, adăugînd făina puțin cîte puțin. La urmă se pun albușurile bătute spumă și se amestecă încet. Se toarnă compoziția într-o tavă unsă și se dă la cuptor, la foc mic, 25-30 min. Când este gata se răstoarnă pe un fund de lemn așternut cu un șervet, se presară cînd este fierbinte cu zahăr pudră vanilat, și cînd este complet rece, se taie pătrate mici și se așază pe farfurie.

556 **Uscățele (sahele)**

3 ouă, 2 linguri zahăr, 1 lingură spirt rafinat (sau 2 linguri vodcă, rom sau rachiu), 1 praf de sare, 5 linguri ulei, vanilie sau coajă de lămîie rasă, făină cît cuprinde.

Se bat albușurile spumă, adăugînd cîte puțin zahăr. Se adaugă gălbenușurile unul cîte unul, amestecînd mereu, apoi cîte o lingură de ulei, fără să înceteze amestecatul, pînă la adăugarea ultimei linguri de ulei. Se pune sarea, spirtul, vanilia sau coaja de lămîie, făina, și se frământă cu lingura o cocă moale. Pe planșeta de aluat, presărată cu făină, se pune aluatul și se face din el un sul gros de 4-5 degete. Din acest sul se taie bucăți de grosimea unui deget, se turtesc dîndu-le formă lunguiață. Fiecare bucățică se unge cu ulei, se presară cu zahăr tos și se așază în tava de copt. Se coc la foc iute.

557 Uscățele

100 g zahăr pudră, 200 g unt, 300 g făină, 24 boabe de vișine din dulceață, vanilie.

Se freacă spumă untul cu zahărul și vanilia. Se amestecă bine cu făină. Se face un sul, se taie în 24 de bucăți egale și se formează perișoare. La mijlocul lor se face o adîncitură în care se pune cîte un bob de fasole.

Se așază în tava presărată cu făină, la distanță de 4-5 cm unele de altele, și se coc la foc potrivit. După ce sînt reci, se scoate bobul; de fasole din fiecare pesmecior și în locul lui se așază cîte un bob de vișină.

558 Covrigei cu smîntînă

1 pahar unt proaspăt, 1 pahar smîntînă, 3 ouă, 1 praf de vanilie, făină cît cuprinde, 2-3 linguri zahăr tos.

Se amestecă totul bine cu cuțitul și se pune la rece (gheață) timp de 2-3 ore. După aceea se mai amestecă o dată tot cu cuțitul și se întinde apoi o foaie groasă de 1 cm. Se taie forme rotunde cu un pahar mai mare și cu unul mai mic în interiorul rotundului obținut. Se ung cu puțin albuș, se presară cu zahăr și se coc la foc potrivit.

559 Chec englezesc

400 g unt proaspăt, 1 pahar smîntînă, 6 ouă, 1 linguriță amoniac praf, 200 g nuci tăiate, 200 g stafide albe, 100 g migdale pisate, 1 pahar făină, ½ pahar fructe din dulceață (tăiate), 400 g zahăr pudră, zeama de la ½ lămîie, vanilie, grăsime și făină pentru formă.

Se freacă spumă zahărul cu untul, adăugînd treptat gălbenușurile, apoi smîntîna și amoniacul; se amestecă bine, apoi se adaugă nucile, migdalele, stafidele, fructele, vanilia și zeama de lămîie, la urmă făina și albușurile bătute spumă (cînd se adaugă albușurile se amestecă încet). Compoziția se toarnă în forma specială de chec unsă și presărată cu făină. Se coace 40-45 min, la foc potrivit. Se încearcă cu paiul și se taie numai cînd este rece.

560 Chec rusesc

400 g unt, 400 g zahăr, 8 ouă, 300 g făină, 150 g smochine tăiate, 150 g nuci tăiate, 150 g diferite fructe din dulceață, coaja de la ½ portocală tăiată mărunt, coaja de la ½ lămîie rasă, vanilie, unt și făină pentru formă.

Se freacă spumă zahărul cu untul, se pun treptat, unul cîte unul, cele 8 gălbenușuri, apoi nucile, smochinele, fructele,



vanilia, coaja de portocală și lămâie. Se adaugă făina, se amestecă bine, apoi se adaugă albușurile spumă. Se toarnă compoziția în forma de chec unsă cu unt și presărată cu făină.

Trebuie să se observe ca forma să nu fie prea plină. Se coace la foc potrivit, se încearcă cu paiul (forma trebuie să fie mișcată foarte încet).

561 Chec cu făină de cartofi și migdale amare

250 g unt, 250 g zahăr pudră, 5 ouă, 250 g făină de cartofi, 100 g migdale amare, opărite, curățate și pisate fin, 1 praf vanilie, unt și făină pentru formă.

Se freacă spumă zahărul și untul, apoi se adaugă, unul câte unul, gălbenușurile, vanilia și migdalele, amestecând bine. După aceasta se pune făina puțin câte puțin (în ploaie), fără să se înceteze amestecatul, iar la sfârșit albușurile bătute spumă. Se coace într-o formă de chec, unsă și presărată cu făină, la foc potrivit. Se încearcă cu paiul. Se taie rece în felii subțiri.

562 Chec economic

125 g unt proaspăt, 5 ouă, 250 g zahăr, 250 g făină, vanilie sau coajă de lămâie, 1 praf de copt, unt și făină pentru formă.

Se freacă zahărul cu untul și 4 gălbenușuri care se pun unul câte unul, se adaugă un ou întreg, vanilia și praful de copt. După ce se amestecă bine, se pune făina, presărind-o puțin câte puțin, iar la urmă se adaugă 4 albușuri bătute spumă, amestecând ușor. Se toarnă în forma de chec unsă cu unt și presărată cu făină. Se coace la foc potrivit cam ½ oră. Se încearcă cu paiul.

563 Chec brun

Aceleași cantități ca la chec economic, în plus 4 batoane ciocolată.

Pentru preparare v. rețeta 562. Se adaugă, înainte de a pune făina, patru batoane de ciocolată topită în două linguri de lapte fierbinte.

564 Chec cu cacao

200 g unt, 30 g zahăr pudră, 400 g făină, 5 ouă, 1 praf vanilie, 1 lingură cacao, unt și făină pentru formă.

Se freacă bine zahărul cu untul și vanilia, se adaugă unul câte unul gălbenușurile. Se amestecă cu făina și la urmă cu

albușurile spumă. Se iau 4-5 linguri din această compoziție, se pun separat într-un castron și se amestecă bine cu o lingură de cacao. În forma de chec unsă cu unt și presărată cu făină se pune jumătate din compoziția fără cacao, peste ea se întinde în lung compoziția cu cacao (astfel ca să se obțină o dungă pe mijlocul forme, de la un cap la altul). Apoi se toarnă restul din compoziția fără cacao. Se coace la început la foc mic, apoi ceva mai mare. Se scoate pe un fund de lemn și se acoperă cu un șervet.

565 Chec din albușuri

7-8 albușuri, 300 g zahăr, 150 g unt sau margarină, 150 g făină, coaja de la o lămâie, 100 g nuci tăiate subțire în lung, unt și făină pentru formă.

Se bat spumă albușurile cu zahărul. Se adaugă treptat, bătând mereu, untul (margarina) topit și călduț, apoi coaja de lămâie și făina. Pe fundul unei forme de chec unsă cu unt și pudrată cu făină se presară jumătate din nuci, apoi se toarnă compoziția, iar pe deasupra se presară restul de nuci. Se coace la început la foc slab, apoi mai tare.

566 Chec de primăvară

Aceleași cantități ca la chec economic.

Se procedează la fel ca la checul economic (v. 562).

Înainte de a adăuga făina se pune o ceșcuță de lapte rece, un păhărel de rom, coaja rasă de la o lămâie. Apoi se adaugă făina și albușurile spumă. Se împarte compoziția în două părți. Prima parte (ceva mai mult de jumătate) se toarnă în forma de chec.

În a doua parte se pune o culoare roșie dau verde (culori alimentare), se amestecă bine și se toarnă încet pe la mijlocul compoziției turnate (necolorată) în formă și pe lături. Se introduce în cuptor foarte încet.

567 Chec alb

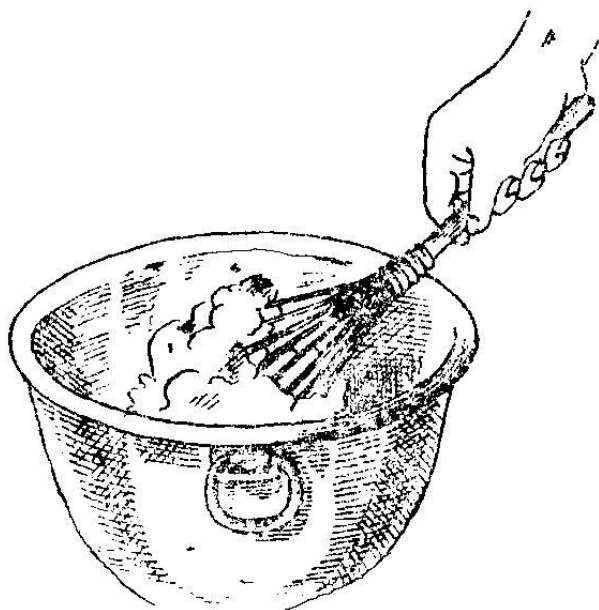
12 albușuri, 2 pahare zahăr, 1 lămâie (zeama și coaja rasă), 2 pahare făină, 10-12 nuci curățate și tăiate, 5-6 bucăți rahat colorat tăiat cuburi, 1 lingură stafide, unt pentru formă.

Se bat albușurile spumă, se adaugă zahărul puțin câte puțin, amestecându-se bine. Când nu se mai simt bobite de zahăr, se adaugă zeama și coaja de la o lămâie, făina (se pune câte puțin), iar la urmă nucile, rahatul și stafidele. Se

unge și se capitonează cu hîrtie (unsă și ea) o formă de chec, se pune compoziția și se coace la foc potrivit, încercîndu-se cu paiul.

568 Chec alb cu ulei

2 ouă, 375 g făină, 1 pahar zahăr, 1 pahar ulei (sau margarină topită), $\frac{3}{4}$ pahar lapte, un vîrf de cuțit bicarbonat, 150 g nuci tăiate în lung, 150 g rahat (colorat) tăiat fișii lunguiețe, 50 g stafide, unt pentru formă.



Se bat ouăle cu zahărul, se adaugă laptele apoi uleiul și se amestecă bine. Se pune bicarbonatul și la urmă făina puțin cîte puțin. Nucile, rahatul și stafidele se tăvălesc prin făină, se scutură și se pun în compoziția de mai sus. Se unge o formă de chec, se capitonează cu hîrtie și se toarnă compoziția încet, se coace la început la foc mic, apoi puțin mai tare. Se în-

cearcă, dacă este gata, cu paiul. Este mai bună după ce stă 2-3 zile.

569 Chec cu vișine

2 pahare vișine fără sîmburi și scurse de zeamă, 1 pahar zahăr, 4 ouă, 3 linguri ulei, $1\frac{1}{2}$ pahar făină, 1 praf de vanilie.

Se freacă ouăle cu zahărul cam jumătate de oră, se pun uleiul și vanilia și se amestecă bine, apoi se adaugă făina. Se pune în forma de chec o treime din această compoziție, se presară pe deasupra un pahar de vișine, se acoperă apoi cu a doua treime din compoziție, se presară din nou al doilea pahar de vișine și peste ele se toarnă ultima treime din compoziție. Se coace la foc potrivit.

570 Mazurcă I

8 ouă, 400 g zahăr pudră, 400 g făină, 2 pahare, nuci tăiate, 1 pahar stafide, unt.

Se freacă zahărul cu gălbenușurile care se pun pe rînd, unul cîte unul, se adaugă făina, nucile și stafidele și la urmă albușurile spumă. Se amestecă ușor și se toarnă totul într-o tavă dreptunghiulară, așternută cu hîrtie unsă cu unt. Se coace la

foc potrivit. Când este gata se răstoarnă pe un fund de lemn, se acoperă cu un șervețel și se lasă să se răcească. După aceea se taie bucăți pătrate sau rombice de mărimea dorită.

571 Mazurcă II

10 ouă, 1 pahar zahăr, 1 pahar făină, 1 pahar stafide albe, 1 pahar stafide negre, 1 pahar smochine tăiate mărunț, coaja de la o portocală tăiată foarte fin, 1 praf de vanilie, 1 pahar migdale tăiate, unt.

Se freacă zahărul cu gălbenușurile, se adaugă făina amestecându-se bine, apoi fructele și migdalele tăiate, vanilia și coaja de portocală; la urmă se adaugă albușurile bătute spumă, se amestecă ușor și se toarnă totul într-o tavă dreptunghiulară, unsă cu unt și căptușită cu hîrtie. Se coace la foc nu prea iute. Când se răcește, se taie după plac.

572 Mazurcă cu migdale

400 g unt proaspăt, 200 g zahăr pudră, 6 ouă, ½ pahar migdale pisate, 200 g făină, 1 praf vanilie, unt pentru formă.

Se freacă untul cu zahărul și se adaugă gălbenușurile unul cîte unul. Se freacă foarte bine pentru ca să se obțină o cremă. În această cremă se pun migdalele și vanilia, se amestecă, apoi se adaugă făina, iar la urmă albușurile bătute spumă. Se coace într-o tavă unsă și căptușită cu hîrtie, la foc potrivit. Când este gata, se taie după plac.

573 Mazurcă dospită în apă

13 gălbenușuri, ½ pahar unt topit (cald), ½ pahar lapte călduț, 1 pahar zahăr pudră, 25 g drojdie de bere, 1 vîrf cuțit sare, 1 praf de vanilie, făină cît cuprinde.

Se freacă drojdia cu o linguriță de zahăr, se toarnă laptele călduț și puțină făină, astfel încît să se obțină o plămădeală, care se lasă să crească puțin. Se adaugă apoi gălbenușurile frecate cu zahărul și cu untul călduț, sarea și vanilia. Se frămîntă cu făină la fel ca pentru cozonac.

Această cocă se pune într-un șervet sau într-un săculeț de pînză, se leagă strîns lăsînd însă loc să crească coca și se scufundă într-o cratiță mare sau într-o găleată cu apă rece. Se lasă astfel de dimineată pînă seara (sau se pregătește aluatul de cu seară și se lasă în apă pînă dimineată). Când coca este suficient de crescută, se ridică la suprafața apei; se scoate din șervet, se pune pe planșetă și se fac covrigei, opturi mici

sau melcișori. Se pun pe tava de copt, se lasă ½ oră la loc călduț, se ung cu ou (se pot presăra cu nuci pisate sau migdale opărite și curățate). Se coc la foc potrivit.

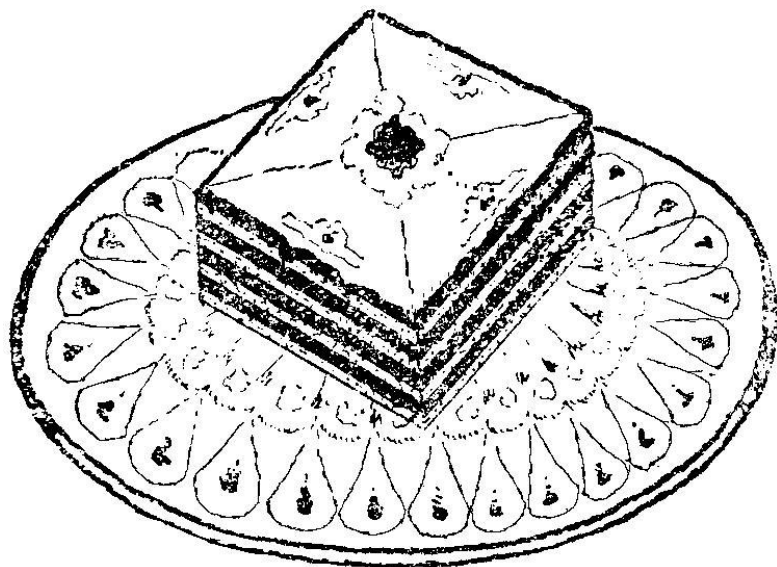
574 Mazurcă salam

400 g miere de albine, 400 g ciocolată rasă, 1½ pahar nuci curățate, cacao.

Se pune mierea la fiert împreună cu ciocolata rasă; când începe să fiarbă se pun nucile, amestecînd fără întrerupere și lăsînd să fiarbă mai puțin de 5 min. Se dă jos de pe foc și se lasă să se răcească puțin. Cînd se poate ține mîna fără să frigă, se pune compoziția pe planșetă pe care s-a întins praf de cacao. Se face cu mîna un sul (cîrnat) gros, se tăvălește bine în praful de cacao și se lasă să se răcească. Cînd este rece, se taie cu un cuțit subțire și bine ascuțit, rotocoale. Se așază pe farfurie.

575 Mazurcă în formă de romb

200 g unt, 200 g zahăr pudră, 3 ouă, 1 pahar făină, cîteva cuișoare pisate, 1 linguriță scorțișoară pisată, zahăr vanilat, 1 lămîie (coaja rasă și zeama), 2 kg mere coapte și date prin sită (strivite), 2 linguri zahăr.



Se freacă zahărul cu untul și se adaugă ouăle unul cîte unul. Apoi se pune făina puțin cîte puțin (în ploaie), zeama și coaja de lămîie, scorțișoara și cuișoarele pisate. Se taie mai înainte din hîrtie opt romburi cu latura de 10 cm. Aceste romburi se ung cu unt, se așază într-o

tavă mare și peste ele se toarnă din compoziția pregătită un strat gros de 1 cm. Cînd romburile sînt coapte, se unge fiecare cu pasta de mere în care am pus două linguri de zahăr și un praf de scorțișoară, și se așază unul peste altul. Deasupra se presară cu zahăr pudră vanilat.

576 Mazurcă delicioasă

400 g zahăr pudră, 400 g unt proaspăt, 2 pahare migdale opărite, curățate și pisate foarte mărunț, 1½ pahar făină, 12 ouă, vanilie, unt pentru formă.

Se freacă untul ca o spumă, se pun migdalele și din nou se freacă bine. Se adaugă făina, apoi gălbenușurile, unul câte unul, vanilia și zahărul puțin câte puțin; se amestecă foarte bine. La sfârșit se adaugă treptat albușurile spumă amestecând ușor. Se pune compoziția într-o tavă de copt, așternută cu hîrtie unsă cu unt, și se coace la foc potrivit. Cînd se răcește, se taie în pătrate potrivit de mari.

577 Mazurcă cu ciocolată

200 g zahăr, 8 gălbenușuri, 2 albușuri spumă, 4 linguri migdale mărunț pisate, 4 linguri ciocolată rasă, 5 linguri făină, unt.

Se freacă zahărul și gălbenușurile bine, se pun migdalele și ciocolata și se amestecă; apoi se adaugă treptate făina (puțin câte puțin) și la urmă cele două albușuri spumă. Se amestecă ușor. Se coace la foc moale într-o tavă capitonată cu hîrtie unsă. Cînd se răcește se taie pătrate.

578 Mazurcă cu ciocolată și frișcă

200 g zahăr, 8 gălbenușuri, 2 albușuri spumă, 4 linguri migdale pisate, 4 linguri ciocolată rasă, 5 linguri făină fină, 400 g frișcă, unt pentru formă.

Se prepară în același mod ca mazurca cu ciocolată (v. 577). Cînd este gata coaptă, se răstoarnă dreptunghiul și se taie în două pe la mijloc (ca la tort). Se unge o foaie cu un strat de frișcă gros de două degete peste care se așază cealaltă foaie. Se taie pătrate sau romburi.

579 Prăjitură cu marmeladă de caise

4 gălbenușuri, 1 pahar zahăr, 1 pahar smîntînă, 1 pahar unt topit (călduț), ½ linguriță bicarbonat, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, marmeladă, zahăr pudră vanilat.

Se freacă puțin gălbenușurile cu zahărul și se adaugă smîntîna, vanilia și bicarbonatul, apoi untul topit, care trebuie să fie călduț, și se amestecă. Se pune făina și se frămîntă o cocă nu prea tare. Se împarte în trei părți egale din care se întind cu vergeaua trei foi de mărimea tăvii de copt. Se așază o foaie în tavă, se unge cu un strat de marmeladă, se acoperă cu altă foaie, se unge și aceasta și se pune ultima foaie. Se coace la început la foc moale, apoi mai tare. După ce s-a răcit, se

taie dreptunghiuri lunguiețe și se presară cu zahăr pudră vanilat.

Această prăjitură este mai bună (mai fragedă) după o zi sau două.

580 Prăjitură cu nuci și marmeladă

1 pahar smântână, 1 pahar untură sau unt, 1 pahar zahăr pudră, 4 gălbenușuri, $\frac{1}{2}$ linguriță bicarbonat, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, 50 nuci curățate și pisate, 6 albușuri bătute spumă, 1 pahar zahăr, marmeladă.

Se freacă zahărul (1 pahar) cu untul sau cu untura și patru gălbenușuri, se adaugă smântîna, bicarbonatul și vanilia, se amestecă bine și se frămîntă cu făină o cocă potrivit de moale. Se întinde cu vergeaua o foaie de mărimea tăvii de copt, se pune în tavă și se unge cu marmeladă.

Se bat spumă 6 albușuri în care se adaugă treptat un pahar de zahăr, apoi nucile pisate (se amestecă ușor după ce au fost puse nucile). Această compoziție se așază peste stratul de marmeladă, se netezește uniform și se coace la foc potrivit la început și spre sfîrșit mai tare. Cînd este gata, se taie în bucăți pătrate sau dreptunghiulare.

581 Prăjitură delicioasă cu nuci

500 g zahăr pudră, 500 g nuci date prin mașină, 250 g unt proaspăt, 5 ouă, 1 linguriță praf de copt, coaja rasă de la o lămîie, unt pentru formă.

Se freacă untul cu zahărul și gălbenușurile adăugate unul cîte unul, pînă cînd se face spumă. Se adaugă coaja de lămîie, praful de copt și nucile, amestecînd bine. Apoi se adaugă și cele cinci albușuri bătute spumă.

Se căptușește tava cu hîrtie unsă cu unt, se toarnă repede toată compoziția și se coace la foc potrivit timp de 20-25 min. Se taie cît este fierbinte (în tavă), bucăți mici, pătrate sau dreptunghiulare.

582 Prăjitură cu ciocolată

6 ouă, 140 g zahăr, 140 g rom, 180 g ciocolată topită, 140 g unt proaspăt, 2 linguri cu vîrf de pesmet fin, unt pentru formă.

Se freacă untul, zahărul și gălbenușurile adăugate unul cîte unul, pînă se obține o cremă; se toarnă romul și ciocolata topită (trebuie să fie caldută), apoi se adaugă pesmetul și se amestecă bine; la sfîrșit se pun încet cele 6 albușuri spumă. Se unge o tavă cu unt, se pune compoziția și se coace la foc

potrivit. Când s-a răcit, se taie în trei părți egale de-a lungul tăvii. Cele trei fișii se ung cu frișcă sau cu o cremă după gust (v. p. 171), se așază una peste alta și se taie bucăți dreptunghiulare.

583 Prăjitură cu nuci și ciocolată

500 g unt, 500 g zahăr pudră, 100 nuci curățate și date prin mașină, zeama de la o lămâie și puțină coajă rasă, 1 ou, 3 batoane ciocolată sau 50 g cacao, unt și pesmet pentru formă.

Se freacă untul cu zahărul și gălbenușul spumă, se adaugă zeama de lămâie, coaja de lămâie, ciocolata, care poate fi rasă sau topită cu o linguriță de apă fierbinte. La sfârșit se adaugă albușul bătut spumă și nucile, amestecându-se ușor. Tava de copt trebuie să fie bine unsă cu unt și presărată cu pesmet fin. Se coace la foc potrivit 20-25 min. Îndată ce se scoate din cuptor, ținând tava pe marginea mașinii, se taie bucățele pătrate, dreptunghiulare sau rombice.

584 Prăjitură cu amoniac

1 linguriță amoniac praf, 7 gălbenușuri, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr pudră, $\frac{1}{2}$ pahar unt topit, făină cât cuprinde, câteva nuci sau migdale tăiate lunguieț.

Se freacă zahărul cu untul, adăugînd treptat cîte un gălbenuș. Se pune amoniacul pisat și se mai freacă pînă cînd compoziția se albește. Se pune făina și se frămîntă repede ca să se obțină o cocă moale. Se întinde o foaie de grosimea unui deget și se pune în tavă. Se unge foaia pe deasupra cu puțin ou și se presară cu nucă sau cu migdale tăiate. Se coace la început la foc mic, apoi mai mare. Se taie forme dorite după ce s-a răcit complet.

585 Prăjitură cu mere sferturi

12 mere potrivit de mari, curățate și tăiate în sferturi, $1\frac{1}{2}$ pahar smîntînă-cremă, 5 linguri zahăr, 6 ouă, 3 linguri cu vîrf de făină, 1 praf vanilie, zahăr pudră vanilat, unt și făină pentru formă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și vanilia, se adaugă smîntîna și apoi treptat, în ploaie, făina și se amestecă bine. La sfârșit se pun albușurile bătute spumă și sferturile de mere; se amestecă ușor.

Se unge o tavă cu unt, se pudrează bine cu făină și se toarnă

compoziția în tavă. Se ține în cuptor, la foc potrivit, pînă se rumenește. Se servește caldută și presărată cu zahăr pudră vanilat.

586 Prăjitură cu mere întregi

Aceleași cantități ca la prăjitura cu mere sferturi.

Modul de preparare este același ca la rețeta 585 însă merele nu se taie în patru. Se curăță întregi de coajă, se scobesc la mijloc, se scot sîmburii, iar în locul lor se pun boabe de dulceață de vișine. Se așază merele astfel pregătite în tavă, iar peste ele se toarnă compoziția; se dă la cuptor și se servește prăjitura caldută.

587 Prăjitură cu mere rase

6 mere potrivit de mari, rase pe răzătoarea de zarzavat, 6 ouă, 6 linguri zahăr, 3 linguri pesmet, 2 linguri făină, 1 păhărel rom, sirop din 2-3 linguri zahăr și puțin rom, unt și pesmet pentru formă.

Se freacă spumă gălbenușurile cu zahărul, se pune puțin cîte puțin făina, apoi romul și pesmetul. După ce se amestecă totul bine, se adaugă merele curățate de coajă și rase pe răzătoarea de zarzavat, se mai amestecă și apoi se pune spuma de la cele șase albușuri. Se toarnă compoziția într-o formă unsă și presărată cu pesmet și se coace la foc potrivit. Cînd este gata, se pune pe o farfurie și se siropează cît este încă fierbinte.

588 Prăjitură cu vișine

200 g zahăr pudră, 200 g unt proaspăt, 2 ouă, 2-3 linguri smîntînă-cremă, $\frac{1}{2}$ linguriță bicarbonat, vanilie, 2 kg vișine, făină cît cuprinde, zahăr pudră vanilat.

După ce se freacă zahărul cu ouăle și vanilia, se adaugă smîntîna și untul, amestecînd bine, apoi bicarbonatul. Se frîmîntă cu făina totul, astfel ca să se obțină o cocă potrivit de tare, se întinde o foaie groasă cam de un deget și se pune într-o tavă de copt. Se dă la cuptor și se lasă pînă se albește coca. Se scoate încet tava la gura cuptorului și se așază repede vișinile curățate de sîmburi și stoarse bine de zeamă. Se lasă să se coacă. Se taie prăjitura în tavă, cît este fierbinte, în bucăți pătrate, nu prea mari. Se așază bucățile pe farfurie și se presară cu zahăr pudră. După ce s-au răcit, se mai presară puțin zahăr vanilat. În loc de vișine se pot pune căpșuni sau caise.

589 **Prăjitură cu prune**

2 linguri smântână, 300 g făină, 150 g unt sau margarină, 400 g zahăr pudră, 5 gălbenușuri, 2 albușuri, 1 kg prune curățate de sîmburi și coajă, 1 praf de scorțișoară pisată, grăsime pentru formă.

Se curăță 1 kg de prune de sîmburi și pielite, se presară cu puțin zahăr și scorțișoară pisată și se lasă să stea așa. Se face un aluat din 300 g zahăr, 150 g unt, 3 gălbenușuri și 300 g făină. Se frămîntă bine, se întinde o foaie de grosimea unui deget. Se pune această foaie în tava unsă și se așază peste cocă prunele bine stoarse. Deasupra prunelor se toarnă următoarea compoziție: două linguri smântână amestecată cu două gălbenușuri, 100 g zahăr și spuma de la două albușuri. Se coace la foc potrivit. Se servește tăiată în bucăți pătrate sau dreptunghiulare.

590 **Prăjitură cu zmeură**

250 g brînză de vacă, 2 gălbenușuri răscoapte, 3 gălbenușuri crude, 50 g unt, 1 praf de sare, zahăr (după gust), 500 g zmeură, grăsime pentru formă.

Se trece prin sită brînză de vacă, se amestecă cu cele două gălbenușuri răscoapte, trecute de asemenea prin sită, și cu 3 gălbenușuri crude. Se adaugă 50 g unt, 1 praf de sare și zahăr (cît se dorește de dulce). Se freacă bine totul, ca să se obțină o cremă, se adaugă apoi albușurile spumă de la 3 ouă. Se unge o tavă de copt și se așterne în strat uniform compoziția pregătită. Deasupra se presară zmeură. Se coace la foc potrivit. Se taie după gust.

590 **Prăjitură cu fructe I**

375 g zahăr pudră, 375 g unt proaspăt, 2 pahare făină fină, 5 ouă, 1 praf vanilie, 750 g fructe de sezon, unt pentru formă, zahăr pudră.

Se freacă untul cu zahărul pînă se face cremă, se adaugă întîi gălbenușurile unul cîte unul, frecînd mereu, apoi vanilia, făina și la sfîrșit albușurile bătute spumă. Se unge o tavă mai adîncă cu unt și se umple cu mai puțin de jumătate din compoziția preparată. Se pune la foc potrivit. Cînd este aproape gata, se scoate ușor tava la gura cuptorului și se așterne repede un strat de fructe (zmeură sau căpșuni, vișine sau caise, după sezon). Peste fructe se toarnă restul compoziției și din nou se pune la copt. Cînd este gata, se răstoarnă pe un platou de lemn, se acoperă cu un șervet și se lasă să se răcească. Se taie în bucăți dreptunghiulare sau pătrate, nu prea mari. Se presară cu zahăr pudră.

592 Coșuleț cu fructe

259 g unt, 500 g făină, 4 linguri apă rece puțin îndulcită, puțină sare, 500 g frișcă, zahăr, rom.

Crema: 8 gălbenușuri, 2 pahare lapte, 8 linguri zahăr, vanilie, 3 lingurițe făină de cartofi, 100 g unt.

Fructe după sezon: 1 kg căpșuni sau fragi, vișine, caise, struguri.

Se amestecă bine împreună apa, făina și sarea; se întinde o foaie de grosimea creionului, și peste ea untul în strat uniform; se împăturește în formă de plic și se pune la rece pentru 20-30 min. Se repetă operația de întindere și împăturire a foi de trei ori, de fiecare dată lăsând să stea 20-30 min la rece.

Se întinde o foaie rotundă cu care se îmbracă o formă de tort, trecînd marginea foi peste marginea formei. Se coace la foc potrivit pînă ce capătă culoare gălbuie. Se scoate din cuptor și cu un cuțit foarte ascuțit se taie marginea aluatului ce trece peste buza cercului, se scoate ușor cercul, se trage fundul formei și se așază coșulețul obținut pe o farfurie.

Pentru cremă, se fierbe laptele cu vanilia și zahărul. După ce dă un clocot, se acoperă și se trage la marginea mașinii.

Se freacă într-un castron gălbenușurile, adăugînd puțin cîte puțin din lapte și amestecînd mereu pînă se pune tot laptele, apoi se adaugă făina de cartofi, care mai întîi a fost amestecată într-un castron cu puțin din compoziția de gălbenușuri și lapte. Se toarnă totul într-o cratiță așezată într-un vas cu apă clocotită, pus la foc, și se amestecă neîncetat pînă se face ca o pastă moale. Se ia cratița de pe foc, se adaugă untul, se amestecă bine și se dă la rece.

Cu 15-20 min înainte de a se servi se întinde crema pe fundul coșulețului, iar peste ea se pun fructele spălate și scurse (se țin o oră în strecurătoare), presărate cu zahăr și stropite cu rom.

Peste fructe se așază frișca garnisită pe deasupra cu cîteva fructe.

Coșulețul se poate prepara cu o zi două mai înainte, iar umplutura se pune înainte de a fi servit.

593 Prăjitură cu diferite fructe

400 g făină, 400 g zahăr, 400 g unt proaspăt, 4 ouă, fructe diferite.

Se freacă spumă zahărul cu untul, adăugînd treptat cîte un ou, apoi făina și se amestecă bine. Se pune la copt într-o

formă rotundă de tort, la foc potrivit. Când conținutul din formă se albește și se ridică puțin, se trage încet la gura cuptorului și se așază pe întreaga suprafață a prăjiturii fructe (să nu fie verzi) diferite, chiar și struguri cu sîmburii scoși (iarna se pot înlocui cu fructe din dulceață). Se pune din nou la copt. Când este gata, se pune pe farfurie și se taie la fel ca tortul.

594 Prăjitură cu fructe II

Compoziția I: 300 g făină, 100 g zahăr pudră, 100 g unt, coaja de la lămîie, 2 ouă.

Compoziția II: 3 ouă, 3 linguri zahăr, 3 linguri făină, 3 linguri smîntînă. Fructe presărate cu zahăr.

Se freacă zahărul cu untul, coaja de lămîie și ouăle, apoi se adaugă făina. Aluatul obținut se lasă la rece o oră. Se întinde apoi o foaie de grosimea unui deget, se așază în forma (tava) de copt și se înțepă din loc în loc cu furculița. Deasupra se așterne un strat de fructe curățate de sîmburi și presărate cu zahăr (2-3 linguri). Peste aceste fructe se toarnă următoarea compoziție, care se prepară pe marginea mașinii: se amestecă 3 ouă cu 3 linguri de zahăr pisat, 3 linguri făină și 3 linguri smîntînă. Când această compoziție începe să se îngroașe, se toarnă peste stratul de fructe. Se coace la foc potrivit, iar când este gata, se taie pătrățele.

595 Prăjitură cu griș

3 ouă, 3 linguri zahăr pudră, 1 pahar de griș, vanilie, sirop din 2 linguri zahăr cu 0,5 l lapte, 1 praf de sare, vanilie, grăsime pentru formă.

Se amestecă gălbenușurile cu zahărul și vanilia, se adaugă grișul, apoi albușurile spumă. Se toarnă într-o tavă unsă și se pune la copt. În acest timp se prepară siropul. Se pune la fiert laptele cu zahărul, vanilia și puțină sare. Când prăjitura este coaptă, se toarnă peste ea acest sirop fierbinte. Se lasă cîteva minute să intre siropul în prăjitură, apoi se taie bucăți și se pune pe farfurie. Se poate servi simplă, cu frișcă sau cu un sirop de fructe.

596 Prăjitură Viscol

$\frac{1}{2}$ pahar unt topit, 1 pahar apă, 1 pahar făină, 5 ouă, grăsime pentru formă, zahăr tos.

Se fierb untul cu apa. Se trage la marginea mașinii de gătit, se adaugă făină puțin cîte puțin și se amestecă mereu ca

să nu se facă cocoloașe. Se fierbe ca o mămăligă, apoi se dă la o parte să se răcorească. Când este numai puțin caldută, se adaugă ouăle unul câte unul, amestecînd bine. Se unge o tavă și se toarnă compoziția ca să fie de grosimea unui chibrit, se presară cu puțin zahăr și se pune la cuptor. Când este gata, se taie bucăți (după plac).

597 Figaro

150 g unt, 3 linguri zahăr pudră, 4 ouă, 250 g făină, coaja și zeama de la ½ lămîie, 1 praf de vanilie, un vîrf de cuțit de bicarbonat, 150 g zahăr, 150 g nuci pisate, 300 g marmeladă sau dulceață scăzută.

Se freacă untul cu trei linguri de zahăr pudră, se adaugă gălbenușurile pe rînd. Se amestecă bine, se pune zeama și coaja de lămîie rasă, bicarbonatul și vanilia și se frămîntă cu făina. Se întinde o foaie de grosimea degetului și se așază în tavă; se dă la cuptor la foc mic. Când foaia a crescut și începe să prindă coajă, se scoate tava din cuptor și cît se poate de repede se întinde peste ea un strat de marmeladă sau dulceață, peste care se toarnă albușurile spumă din cele 4 ouă, amestecate cu 150 g zahăr și cu nucile pisate. Se dă din nou la cuptor ca să se coacă. Când este gata, se lasă să se răcească în tavă, apoi se taie bucăți pătrate sau dreptunghiulare.

598 Minciuni delicioase

3 gălbenușuri, 1 ou întreg, 1 linguriță zahăr pudră, 2 linguri smîntînă, 2 linguri sifon, vanilie sau rom pentru aromat, făină cît cuprinde, 1 praf de sare, grăsimi pentru prăjit, zahăr pudră vanilat.

Se pune pe planșetă făină uscată și cernută, se face la mijloc o gropiță în care se pun ouăle, zahărul, smîntîna, sifonul, vanilia și sarea. Se frămîntă o cocă mai vîrtoasă. Se împarte în două și se lasă să se odihnească o oră. După aceea se întinde cu vergeaua o foaie cît se poate de subțire. Din ea se taie fîșii late de 3-4 cm și fiecare fîșie în bucăți de 10 cm lungime. Fiecare bucată se crestează puțin la mijloc și prin creștătură se introduce unul din capetele bucății (astfel încît să pară că e înnodat). Se procedează astfel cu tot aluatul. Se prăjesc într-o cratiță sau într-un ceaunel, cu untură sau ulei clocotit, pînă cînd se rumenesc. Se scot cu lingura cu găuri și se presară fiecare cu zahăr pudră vanilat.

599 Minciuni

2 gălbenușuri, 1 ou întreg, 1 linguriță zahăr pudră, 1 praf de sare, vanilie, făină.

Se face un aluat potrivit de tare, se lasă să se odihnească puțin și se procedează ca la minciuni delicioase (v. 598).

600 Gogoși pripite (fără drojdie)

4 ouă, 3 pahare apă (lapte), 1½ lingură unt, 2 pahare făină, 2-3 linguri zahăr (după gust), zeama de la ½ lămâie, 1 praf de sare, ulei pentru prăjit.

Se pune la fiert apa (laptele) cu untul și sarea; când începe să fiarbă, se pune făina și în același moment se amestecă repede cu lingura (această operație se face la marginea mașinii). Se amestecă pînă cînd compoziția începe să se desprindă de pe cratiță. Se lasă să se răcească și se adaugă zeama de lămâie și 4 ouă frecate dinainte cu zahărul. Se amestecă totul foarte bine. Cu o lingură unsă cu grăsime se ia din compoziție și se pune în cratița sau ceaunul cu grăsime bine înfierbîntată. Se lasă pînă se rumenesc și se presară fiecare cu zahăr pudră vanilat.

601 Prăjitură de Strasburg

250 g făină, 250 g unt, 1 kg mere, 1 pahar zahăr tos, 1 linguriță zahăr pudră, 1 lingură apă, 2 gălbenușuri, 1 praf sare, 1 praf scorțișoară, grăsime pentru formă, ou amestecat cu apă îndulcită.

Se pune făina cuib pe planșeta de lucru. La mijlocul făinii se pun o lingură de apă, gălbenușurile, untul, sarea, o linguriță zahăr pudră. Se frămîntă bine o cocă care se lasă apoi să se odihnească, acoperită cu un castron, timp de două ore. În acest timp se curăță merele de coajă, se taie felioare subțiri și se presară peste ele scorțișoara. Apoi se împarte coca în două părți egale și se întind două foi groase de ½ cm. Se așază în tava unsă prima foaie, peste ea merele presărate cu un pahar zahăr tos. Se acoperă cu cea de-a doua foaie și se unge cu puțin ou amestecat cu o lingură de apă îndulcită. Se coace la foc potrivit, iar cînd este gata, se taie pătrate nu prea mici.

602 Babă

500 g făină, 1 pahar lapte, 4 ouă, 150 g unt sau margarină, ¾ pahar zahăr, ¼ linguriță sare, 100 g stafide, 1 praf de vanilie, 40 g drojdie, grăsime pentru formă.

Sirop: ¼ pahar zahăr, ¾ pahar apă, 4 linguri de vin, ½ linguriță esență rom.

Se amestecă drojdia cu ½ pahar de lapte cald, se adaugă o parte din făină și se frămîntă bine ca să se obțină un aluat

tare. Se adună în formă de minge și se creștează de 3-4 ori cu cuțitul. Se pune coca într-o oală cu 3 l apă caldă. Se acoperă și se lasă la loc cald.

Peste 40-50 min, când coca se ridică deasupra și crește în volum de două ori, se scoate cu ajutorul lingurii de spumă și se pune într-un castron încăpător. Se adaugă margarina sau untul topit (călduț), sarea, gălbenușurile frecate cu zahărul și vanilia și albușurile bătute spumă. Se frământă bine adăugînd restul de făină și de lapte. Aluatul obținut nu trebuie să fie prea tare. Se acoperă și se pune la loc cald ca să crească. După ce a crescut încă o dată cît a fost, se adaugă stafidele, se amestecă, apoi se pune într-o formă unsă. Se acoperă și se lasă la loc cald pînă cînd aluatul umple trei sferturi din forma în care a fost așezat. Se coace la foc mic 30-40 min. Se încearcă cu paiul. Se scoate din formă fierbinte, cu mare băgare de seamă să nu se rupă. Se așază pe o farfurie mare și se lasă să se răcească fără să se întoarcă.

În acest timp se prepară siropul. Se fierbe apa cu zahărul, se adaugă vinul și romul. Cu acest sirop fierbinte se siropează prăjitura, întorcînd-o pe toate părțile ca să pătrundă siropul bine în ea.

603 Băcănie

6 ouă, 1 pahar zahăr pudră, 200 g unt, 6 linguri făină, 100 g arahide, 100 g nuci, 100 g migdale, 100 g stafide, 100 g rahat, 100 g smochine, 100 g coajă de portocală din dulceață, 1 praf vanilie, 1 praf de copt, ulei.

Arahidele, nucile și migdalele, curățate, se usucă la gura cup-torului cald, apoi se taie în bucăți mici. Stafidele bine spălate și uscate, rahatul și smochinele se taie de asemenea în bucăți mici.

Se freacă spumă într-un castron untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile pe rînd, unul cîte unul, apoi praful de copt, vanilia, făina și se amestecă bine.

Această compoziție se amestecă cu toate fructele prevăzute în rețetă. La urmă se pun albușurile spumă, se amestecă ușor și se toarnă compoziția într-o tavă unsă cu ulei și căptușită cu hîrtie unsă tot cu ulei.

Se coace la foc potrivit și se lasă să se răcească în tavă. Se taie în bucăți dreptunghiulare.

604 Ruladă cu frișcă

6 ouă, 6 linguri zahăr pudră, 1 lingură cu vîrf făină, 3 lingurițe cacao, 350 g frișcă pentru umplutură, ulei și făină pentru formă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul ca o cremă, se adaugă făina și cacaoa, iar după ce s-a amestecat bine, spuma de albușuri.

Se toarnă compoziția într-o tavă dreptunghiulară unsă cu ulei și presărată cu făină și se coace la foc potrivit. Cînd s-a rumenit frumos, se răstoarnă pe un fund de lemn acoperit cu un șervet ud și bine stors, se acoperă și se lasă să se răcească complet. Se așterne apoi frișca în strat uniform de gros și se rulează cu ajutorul șervetului.

Se așază pe un platou și se garnisește cu frișcă.

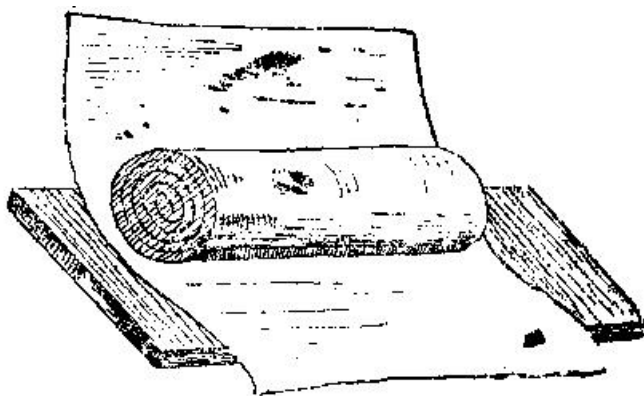
605 Ruladă cu marmeladă sau dulceață

6 ouă, 6 linguri zahăr, 5 linguri făină, vanilie sau coajă rasă de lămîie, marmeladă sau dulceață, unt și făină pentru formă, zahăr pudră.

Se freacă spumă gălbenușurile cu zahărul și vanilia, se pun albușurile bătute spumă, se amestecă ușor, adăugînd făina, puțin cîte puțin (în ploaie). Se toarnă compoziția în strat uniform într-o tavă de copt dreptunghiulară, unsă cu unt și presărată cu făină, și se coace la foc potrivit. Se încearcă cu paiul.

Cînd este gata, se răstoarnă pe un fund de lemn acoperit cu un șervet muiat în apă și bine stors, se unge repede cu marmeladă sau dulceață, se rulează strîns și se lasă învelită în șervetul ud cîteva minute. Apoi se învelește rulada într-un șervet uscat și se lasă astfel 2-3 ore.

Se așază pe o farfurie lungă și se presară cu zahăr pudră. Se servește tăiată felii de grosimea unui deget.



606 Ruladă cu nuci

Aceleași cantități ca la rulada cu marmeladă sau dulceață.

Umplutura: 250 g nuci pisate, 1 pahar lapte, 3 linguri zahăr, 1 praf vanilie sau puțin rom (un păhărel).

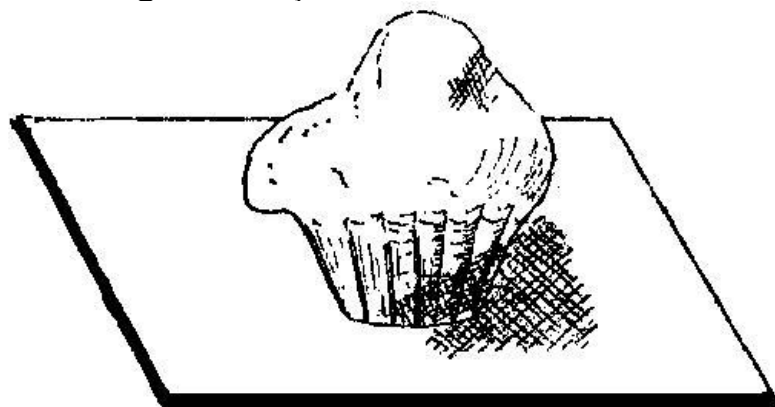
Se fierbe laptele cu zahărul și nucile la foc mic, amestecînd mereu pînă ce se formează o pastă moale și se adaugă vani-

lia sau romul. Cu această pastă se unge foaia de ruladă preparată la fel ca la 605.

607 Brioși sau madlene

2 ouă, $\frac{1}{2}$ pahar zahăr, $\frac{1}{2}$ pahar unt sau ulei, $\frac{3}{4}$ pahar făină, vanilie sau coajă de lămâie, ulei pentru formă.

Se freacă bine ouăle cu zahărul și cu vanilia, se adaugă uleiul și se amestecă pînă cînd compoziția începe să se îngroașe. Se adaugă făina și se amestecă foarte bine.



Se pregătesc dinainte forme mici, speciale pentru brioși sau tarte, bine unse cu ulei. Se umple fiecare formă pe trei sferturi cu compoziția pregătită și se dau la cuptor, la foc

potrivit. Cînd sînt gata, se scot imediat din forme.

608 Pîine de Savoia

100 g zahăr pudră, 4 ouă, 50 g făină de cartofi, 50 g făină de grîu, 1 praf de copt, 1 praf de sare, 1 praf vanilie, grăisme pentru formă.

Se freacă zahărul cu vanilia și gălbenușurile, se adaugă făina de grîu și cea de cartofi, praful de sare și praful de copt, amestecîndu-se bine. Se pun apoi albușurile bătute spumă. Se coace într-o formă de chec unsă și se servește la ceai, tăiată felii subțiri.

609 Corăbioare

$\frac{3}{4}$ pahar untură, 1 lingură zahăr pudră, $\frac{1}{2}$ pahar smîntînă sau lapte, 50 g drojdie de bere, 1 praf vanilie, 1 praf sare, făină cît cuprinde, zahăr pudră vanilat.

Se freacă untul cu zahărul și vanilia, apoi se adaugă smîntîna, drojdia dizolvată în puțin lapte și praful de sare. Se frămîntă cu făină o cocă potrivit de tare. Se acoperă și se lasă în loc cald să crească. Cînd a crescut, se pune pe planșeta de lucru, se împarte în trei părți egale. Din fiecare parte se face un sul cu mîna, iar fiecare sul se taie în bucăți de lățimea unui deget. Aceste bucăți se așază pe tava de copt la distanță mai mare una de alta (deoarece cresc) și se lasă să crească puțin. Se dă apoi tava la cuptor. Cînd sînt gata și încă fierbinți, se tăvălește fiecare corăbioară prin zahăr pudră vanilat.

610 Pricomigdale I

100 g zahăr, 100 g făină, 100 g nuci date prin mașină, 1 ou, 80 g untură, cîteve picături esebță de rom, grăsime pentru uns tava de copt.

Se freacă foarte bine zahărul cu oul și untura, se adaugă nucile, esența de rom și făina. Se frămîntă bine. Se fac perișoare mici (cît o nucă) și se pun pe tava de copt, la distanță mare una de alta. Tava trebuie să fie unsă. Se coc la foc potrivit.

611 Pricomigdale II

4 pahare nuci, 1 pahar zahăr pudră, 1 ou întreg, 1 gălbenuș, 1 linguriță făină, 1 praf de vanilie, ulei.

Se freacă bine zahărul cu oul întreg și cu gălbenușul pînă se face ca o spumă. Se adaugă nucile date prin mașina de nuci, vanilia și făina și se amestecă bine. Cu mîna puțin udată în apă rece se formează perișoare, se turtesc puțin și se așază în tava de copt, ușor unsă cu ulei. Se lasă distanță între perișoare, deoarece cresc în timpul coptului.

612 Pătrate cu cremă

Foile: 300 g făină, 1 ou, 60 g unt, 20 g praf de amoniac, 3 linguri zahăr, 1 praf de vanilie, $\frac{1}{4}$ pahar lapte, ulei.

Crema: $\frac{1}{2}$ pahar lapte, 200 g zahăr, 80 g făină, 200 g unt, esență de migdale amare.

Se face un aluat din cele arătate, se lasă să se odihnească $\frac{1}{2}$ oră. Se împarte apoi aluatul în trei părți egale. Se întind trei foi care se coc pe rînd în tava de copt unsă cu ulei și presărată cu făină.

Pentru cremă, se amestecă într-o cratiță pe foc laptele cu zahărul și făina pînă ce începe să se îngroașe. Se ia de pe foc și se adaugă untul și esența de migdale amare, amestecînd bine.

Cu această cremă se unge fiecare foaie și se așază una peste alta (foaia de deasupra trebuie să fie unsă cu cremă). Se servește tăiată în pătrate.

613 Prăjitură turcească (Țiș-piș-tiri)

1 ou, $1\frac{1}{2}$ pahar ulei, 1 pahar apă, 1 lingură zahăr pudră, coaja rasă de la o lămîie, un praf de sare, făină cît cuprinde, grăsime și făină pentru formă.

Siropul: 500 g zahăr, $1\frac{1}{4}$ pahar apă, vanilie, zeama de la o lămîie.

Se bate zahărul cu oul, se amestecă cu uleiul, sarea, coaja de lămîie, zahărul și apa. Se adaugă făină și se frămîntă cu

mîna un aluat moale. Se lasă să se odihnească 10 min, apoi pe planșeta presărată cu făină se întinde cu vergeaua o foaie de grosimea uni deget. se taie pătrate nu prea mari și se așază tava unsă și presărată cu făină, la distanță unul de altul. În timp ce se coc se prepară siropul. Se pune într-o cratiță pe mașină zahărul cu $1\frac{1}{4}$ pahar apă și vanilie; după ce a dat cîteva clocote, se adaugă zeama de lămîie și se dă la o parte.

Cînd pătratele sînt rumenite bine, se opăresc cu acest sirop și se mai lasă la cuptor pînă ce pătrunde bine siropul în cocă.

614 Prăjitură cu marmeladă

500 g făină, 200 g unt, 2 ouă întregi, 3 linguri zahăr pisat, 20 g drojdie, un praf de sare, 1 praf vanilie sau coajă de lămîie rasă, grăsimi pentru formă, zahăr pudră vanilat.

Pentru umplutură: 250 g nuci pisate, 125 g zahăr tos, marmeladă.

Se freacă puțin untul cu drodia și zahărul, se adaugă ouăle, sarea, vanilia, făina și se frămîntă bine o cocă mai mult moale decît tare. Se lasă să se odihnească $\frac{1}{2}$ oră. Se împarte coca în patru părți egale și se întind pe rînd patru foi. Se așază în tava de copt unsă o foaie, se întinde un strat de marmeladă gros de $\frac{1}{2}$ cm, se presară cu o treime din cantitatea de nuci pisate și de zahăr, apoi a doua foaie, repetînd procedeul (se unge cu marmeladă etc.), a treia foaie care se unge ca mai sus. Se acoperă cu a patra foaie și se coace la foc potrivit. Cînd se rumenește, se scoate din cuptor, se presară cu zahăr pudră vanilat și se taie bucăți pătrate sau dreptunghiulare. (Este de dorit să se întrebuițeze trei feluri de marmeladă).

615 Prăjitură rulată

250 g făină, 2 gălbenușuri, 125 g unt, 1 lingură zahăr pisat, vanilie, $\frac{3}{4}$ ceșcuță lapte, 15 g drojdie de bere, un vîrf cuțit sare.

Pentru umplutură: $\frac{1}{4}$ pahar lapte, 200 g zahăr, 200 g nuci, 1 păhărel rom, vanilie.

Se amestecă drojdia cu $\frac{1}{2}$ linguriță de zahăr, sare, laptele călduț și o lingură de făină. Se acoperă și se lasă la loc călduț să crească. Cînd maiaua a crescut, se adaugă zahărul, untul călduț, gălbenușurile, vanilia și făina, puțin cîte puțin. Se frămîntă timp de 15 min. Se pune din nou la loc cald să crească. În acest timp se prepară umplutura. Se pune la foc zahărul cu laptele și vanilia. Cînd zahărul s-a topit și siropul începe să fiarbă, se adaugă nucile date prin mașină. După ce

dă cîteva clocote, se ia de pe foc, se adaugă un păhărel de rom și se lasă să se răcească.

Cînd aluatul a crescut, se întinde cu vergeaua o foaie ceva mai subțire ca un creion. Se unge cu umplutură trei sferturi din suprafața foii întinse. Se rulează astfel, încît capătul neuns să vină deasupra. Se pune în formă lungă, se acoperă și se lasă la loc cald să crească. Cînd s-a ridicat puțin, se unge cu apă puțin îndulcită, se presară cu puțin zahăr tos și se dă la cuptor. La început focul trebuie să fie mic. După ce s-a ridicat frumos, se dă la foc mai mare. Se taie rece, înainte de a servi, în felii de grosimea degetului.

616 Bezele

6 albușuri, zeama de la ½ lămîie, zahăr pudră șase ceșcuțe.

Zahărul și albușurile se pun într-un vas (de preferință de aramă) care se așază în alt vas mai mare cu apă fierbinte așezat la foc. Se bat cu telul pînă cînd încep să se întărească. Se scoate vasul din apa fierbinte și se lasă la loc rece să se răcească bine.

Se adaugă apoi miez de nucă, coaja de lămîie rasă sau ciocolata rasă. În cazul cînd nu se adaugă nimic, se stoarce în spuma de ou cu zahăr ½ de lămîie. Cu lingurița se pun pe tava de copt, așternută cu hîrtie unsă, grămăjoare distanțate. Se coc la foc foarte slab.

617 Trufe de cafea I

1 linguriță esență de cafea rece, 1 gălbenuș de ou crud, 250 g zahăr pisat, 250 g unt, 3 gălbenușuri răscoapte date prin sită, cacao.

Se freacă bine zahărul cu untul și gălbenușul crud, se adaugă o lingură de esență de cafea veritabilă foarte concentrată și bine strecurată, apoi cele trei gălbenușuri răscoapte. Se amestecă totul foarte bine. Se pune pe o farfurie cacao și se tăvălesc prin ea cocoloașe luate cu lingurița din compoziție. Se așază cocoloașele în forme speciale de hîrtie. Se pot așeza și pe o farfurie cu ciocolată granulată. Se păstrează la rece.

618 Trufe rusești

4 gălbenușuri de ou răscoapte date prin sită, 1 gălbenuș crud, 250 g migdale curățate și pisate foarte fin, 1 pahar zahăr pudră, 200 g ciocolată rasă, 50 g unt, 1 ceșcuță rom.

Se freacă zahărul, untul și gălbenușul crud pînă se fac spumă. Se adaugă romul, gălbenușurile răscoapte, amestecînd neîn-

cetat, apoi migdalele. Se lasă puțin la rece, apoi cu mîna umezită se formează cocoloașe, care se tăvălesc prin ciocolată rasă și se așază în forme de hîrtie. Se păstrează la rece.

619 Trufe de cafea II

1 gălbenuș de ou, 250 g zahăr pudră, 250 g unt, 1 linguriță esență de cafea naturală, ciocolată granulată sau cacao.

Se freacă gălbenușul cu zahărul pînă ce se face ca o cremă, adăugînd cîte un pic de esență de cafea rece și bine strecurată. Separat se freacă untul pînă se face ca o spumă și se adaugă în el treptat crema de cafea. Cînd totul este bine frecat, se ia cu lingurița din compoziție și se fac bulgărași mici care se tăvălesc în ciocolată granulată sau cacao. Se așază în forme de hîrtie sau pe o farfurie presărată cu cacao sau cafea. Se păstrează la rece.

620 Cartofi

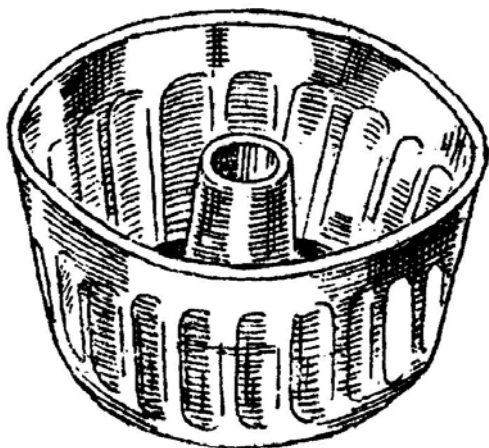
2 pahare nuci pisate, 2 pahare pesmet fin, vanilie tăiată foarte fin, 1½ pahar lapte, 4 linguri cacao, 1 păhărel rom, zahăr.

Se fierbe laptele cu zahărul și vanilia, se adaugă nucile, cacaoa și romul. Cînd fierbe bine, se adaugă pesmetul. Amestecînd mereu se lasă compoziția să fiarbă pînă se îngroașă bine. Se ia de pe foc și se lasă să se răcorească. Cînd se poate ține mîna pe compoziție fără să frigă, se formează din ea cartofi (bulgări în formă de cartof) care se tăvălesc prin cacao. Se așază pe farfurie. Cartofii se pot păstra max. 2-3 zile.

621 Savarină

5 linguri zahăr pisat, 5 ouă, 5 linguri pesmet fin, coaja rasă de la o lămîie, zeama de la ½ lămîie, frișcă.

Siropul: 150 g zahăr, 1 pahar apă, 1 lingură rom.



Se freacă zahărul cu gălbenușurile pînă se obține o cremă, se adaugă apoi, amestecînd mereu, coaja de lămîie, zeama de lămîie și pesmetul, la urmă albușurile spumă. Se pune compoziția în forma de savarină (formă rotundă cu gaură la mijloc). Se coace la foc potrivit, apoi se siropează cu un sirop de zahăr, apă și rom. După ce se răcește, se umple

golul din mijloc cu frișcă (se poate garnisi punînd peste frișcă cîteva vișine sau fructe din dulceață).

622 Tarte

500 g făină, 250 g unt, 100 g zahăr pudră, 1 ou, 1 praf de vanilie.

Se freacă zahărul cu untul, oul și vanilia, se adaugă făina și se frămîntă o cocă, din care se taie bucățele ce se întind cu vergeaua de grosimea unui centimetru. Se obțin astfel foi mici rotunde care se așază în forme mici, speciale pentru tarte.

Se potrivește cu mîna astfel ca pereții formelor să fie bine și uniform acoperiți cu cocă; se înțeapă coca la fund de 2-3 ori cu furculița și se dau la cuptor. Cînd sînt gata, se scot foarte încet din forme și se lasă să se răcească.



Se pot umple:

- a) cu cremă de vanilie (v. 474) și se garnisesc cu frișcă sau cîteva fructe crude;
- b) cu jeleu (v. p. 179) preprat din zeamă de fructe (se dă la gheață);
- c) cu fructe peste care se toarnă un jeleu (la 1 pahar zeamă de fructe îndulcită – 3 foi de gelatină). Se pune la gheață.

623 Choux à la crème (Gogoși cu cremă)

200 g apă, 75 g unt proaspăt, 2 lingurițe zahăr, 125 g făină, 3 ouă, sare, grăsimi pentru formă, cremă de vanilie, frișcă.

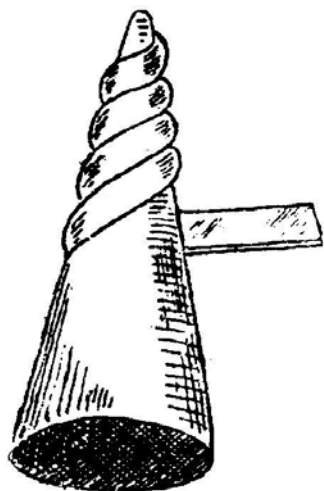
Se pune la fiert apa cu untul, sarea și zahărul. Cînd începe să fiarbă se pune făina în ploaie, amestecînd nîncetat pînă se observă că aluatul se desprinde de pe cratiță. Se dă la o parte. Cînd compoziția este caldă, se adaugă pe rînd trei ouă, amestecînd mereu, și se lasă apoi să se răcească.

Se unge o tavă de copt cu unt sau cu ulei și se pun cu lingurița grămăjoare nu prea mari din compoziția rece (aceste grămăjoare trebuie să aibă formă de gogoși și să fie puse în tavă la distanță mare una de alta). Cînd sînt coapte se lasă să se răcească bine, apoi, cu un cuțit foarte ascuțit, se taie capacele în așa fel, ca o parte să rămînă prinsă. Se umplu gogoșile cu cremă de vanilie (v. 474), peste care se pune puțină frișcă.

624 Cornet cu frișcă sau cremă

100 g unt, 100 g zahăr pudră, 1 ou, ½ pahar vin, 2 linguri ulei, 2 linguri rom, făină cît cuprinde.

Crema: 500 g lapte, 2 linguri făină, 3 ouă, 100 g unt, 250 g zahăr, 1 praf de vanilie, ou pentru uns.



Se freacă untul cu zahărul și oul, se adaugă apoi vinul, romul, uleiul și la urmă făina. Se frămîntă un aluat potrivit și se lasă 10-15 min să se odihnească. Se întinde apoi o foaie de ½ cm. Se taie fișii cu care se îmbracă formele speciale (cornetele), se ung cu ou și se pun la copt. Cînd rulourile sînt coapte se scot și după ce s-au răcit se umplu cu frișcă sau cu cremă.

Pentru cremă se pune la fiert laptele, se adaugă apoi treptat în el ouăle dinainte frecate cu zahărul și făina, amestecînd cu lingură pînă ce se îngroașă. Cînd se răcește, se adaugă praful de vanilie și untul frecat ca o spumă.

625 Rulouri cu marmeladă

150 g brînză de vacă bine sciursă de zer, 150 g unt, 150 g făină, 2 linguri zahăr pudră, 1 praf sare, un vîrf de cuțit bicarbonat, marmeladă, ou pentru uns, zahăr tos.

Brînză, untul, zahărul, sarea și bicarbonatul se amestecă împreună. Se adaugă apoi făina și se frămîntă bine. Se întinde o foaie groasă ca pentru tăiței. Se taie dreptunghiuri potrivit de mari, se ung cu marmeladă și se rulează fiecare sul. Se ung cu ou, se presară cu puțin zahăr tos și se pun la copt.

Se pot umple și cu brînză de vacă amestecată cu un ou și puțin zahăr.

626 Nuga

4 foi, 7 albușuri, 500 g zahăr pudră, 250 g nuci curățate, 250 g miere de albine, zeama de la ½ lămîie.

Se pun albușurile cu zahărul într-un vas așezat în alt vas mai mare cu apă fierbinte, pe plită. Se bat cu telul, turnînd cîte puțină miere fierbinte. Se bat pînă cînd compoziția începe să se dezlipească de pe tel. În acest moment se scoate din apă fierbinte vasul în care s-a pregătit compoziția, se pune la o parte și se adaugă nucile și zeama de lămîie. Pe un fund de lemn se așază două foi Lica (una peste alta), se întinde compoziția în strat de grosime egală și se acoperă cu celelalte două foi. După ce se răcește, se taie bucățele de forma dorită.

627 Prăjitură din brînză de vacă și nuci

400 g brînză de vacă, 4 ouă, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr, 200 g nuci pisate, 100 g stafide, 150 g unt, vanilie sau rom, grăsime și făină pentru formă.

Se trece brînză prin mașina de tocat. Se freacă zahărul cu untul, adăugînd pe rînd ouăle, apoi brînză, nucile, stafidele, vanilia sau romul. Se amestecă totul bine, se pune într-o formă de chec unsă și presărată cu făină. Se coace la foc potrivit și se scoate din formă după ce s-a răcit

628 Pastă de brînză de vacă

400 g brînză de vacă, 200 g unt, $\frac{1}{2}$ pahar smîntînă, 2 ouă, $\frac{1}{4}$ pahar lapte, 100 g stafide, 50 g nuci pisate, un praf de sare, 1 pahar zahăr pudră, vanilie.

Se trece brînză prin sită sau se dă prin mașina de tocat. Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă laptele, sarea, vanilia și se pune pe foc amestecînd pînă se îngroașă. Se dă la o parte, se pune untul, se amestecă bine. Cînd compoziția este aproape rece, se adaugă brînză, smîntîna, stafidele și nucile. Totul, bine amestecat, se pune într-un șervet, se leagă strîns și se așază sub presă pentru 5-6 ore, la rece. Apoi se dezleagă și se servește tăiată ca un tort.

629 Aluat pentru diferite întrebuințări

1 pahar caimac, 1 pahar făină, 1 linguriță unt, un praf sare.

Din caimac, făină, unt și sare se frămîntă un aluat. Se întinde o foaie și se taie după cum este nevoie:

- a) se pot face mici cornulețe umplute cu rahat, marmeladă sau dulceață; în acest caz sarea se înlocuiește cu puțin zahăr;
- b) se pot face pesmeciori (rotunzi, pătrați etc.) unși cu marmeladă și lipiți cîte doi; în acest caz, sarea se înlocuiește cu zahăr;
- c) se pot face pateuri pentru supă (cu carne sau cu brînză);
- d) se pot face tarte mici pentru a fi umplute cu sote de mazăre, morcovi, spanac, salată de boeuf etc.

630 Aluat fraged pentru diferite întrebuințări

500 g făină, 2 linguri unt sau untură, 2 gălbenușuri, 2 linguri smîntînă, 2 linguri zahăr pisat, puțină sare, 1 praf vanilie, 2 linguri vin alb.

Se frămîntă untul sau untura cu atîta făină cît cuprinde. Se adaugă gălbenușurile, smîntîna, zahărul, vanilia, vinul și sarea. Se frămîntă o cocă cu restul de făină, se acoperă cu un șervet și se lasă să odihnească o jumătate de oră.

Se împarte coca în două și se întind două foi de grosimea unui creion. Se așază o foaie pe fundul tăvii de copt, se înțeapă cu

furculița și se dă la cuptor. Cînd coca s-a ridicat puțin și a căpătat culoare mai albicioasă, se întinde repede umplutura dorită (brînză de vacă, mere rase sau alte fructe, marmeladă sau dulceață etc.), se acoperă cu cea de a doua foaie, se înțeapă ca și prima, se unge cu albuș de ou și se coace la foc potrivit pînă ce se rumenește. Cînd este gata, se taie pătrate și se presară cu zahăr pudră.

Se poate umple și cu carne sau ficat; în acest caz cantitatea de zahăr se reduce la o linguriță rasă și nu se pune vanilie.

631 Aluat de unt

Pentru primul aluat: 300 g făină, 3 gălbenușuri, 3 linguri vin alb, 3 linguri smîntînă bună, puțină sare.

Pentru al doilea aluat: 300 g unt, 120 g făină.

Se amestecă gălbenușurile cu smîntîna, vinul și sarea, se adaugă făina și se frămîntă bine cu mîna pînă ce se observă că aluatul face bășici. Se lasă să se odihnească pînă se prepară aluatul al doilea în felul următor.

Se frămîntă bine untul cu făina, se lasă la o parte pînă ce din primul aluat se întinde o foaie pătrată de grosimea unui creion. Apoi, din cel de al doilea aluat se întinde a doua foaie, ceva mai mică dar tot atît de groasă. Se aşază foaia mică peste foaia mare și se împătorește în trei pe lung, apoi în trei pe lat.

Se întinde cu vergeaua o foaie pătrată de grosimea unui creion și se împătorește încă o dată în felul arătat mai sus și se lasă timp de 10-15 min la loc rece. Se întinde din nou o foaie pătrată și din nou se împătorește în același fel. Se dă 10-15 min la rece.

Se procedează pentru a treia oară la fel, apoi se întinde o foaie groasă de un deget și se întrebuițează după nevoie ca la rețeta precedentă.

632 Aluat franțuzesc I

I. 100 g făină, 250 g unt sau margarină.

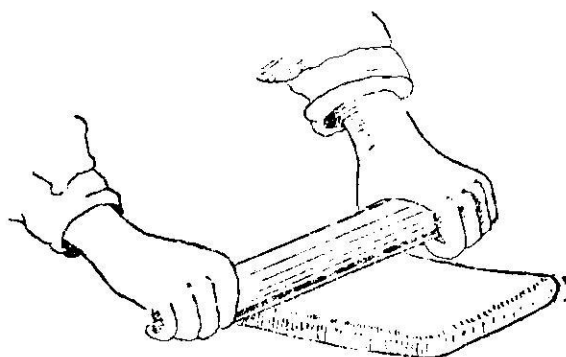
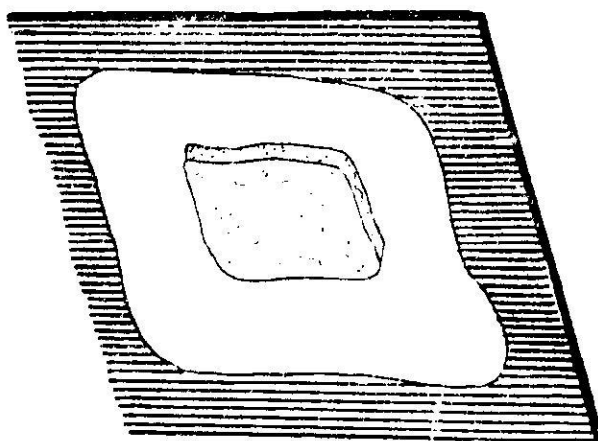
II. 200 g făină, 1 gălbenuș, 1 linguriță zeamă de lămîie sau oțet, un praf sare, apă cît cuprinde. Făină pentru presărat pe planșetă.

Din 200 g făină, un gălbenuș, zeama de lămîie, sarea și apa se frămîntă o cocă potrivit de tare, se adună în formă de minge și se acoperă. În acest timp se amestecă 250 g unt sau margarină cu 100 g făină, se frămîntă repede și se lasă la o parte.

Din coca de apă se întinde o foaie de grosimea unui creion, în mijlocul căreia se aşază coca de unt, care se turtește

dându-i-se forma pătrată, de trei ori mai mică decât foaia pe care este așezată. Se acoperă cu foaia mare în formă de plic, se pune pe o farfurie și se ține pe gheață $\frac{3}{4}$ oră.

Se presară planșeta cu puțină făină și se întinde o foaie mai mult pătrată decât rotundă. Se împăturește în trei pe lung și în trei pe lat. Se pune la gheață pentru 20-30 min. Această operație se repetă de patru ori. La urmă se întinde o foaie pătrată, se taie fișii late de patru degete și fiecare fișie în pătrate. În colțul fiecărui pătrat se pune umplutura dorită: brânză, carne etc., acoperind cu celălalt colț. Se coc la foc bun.



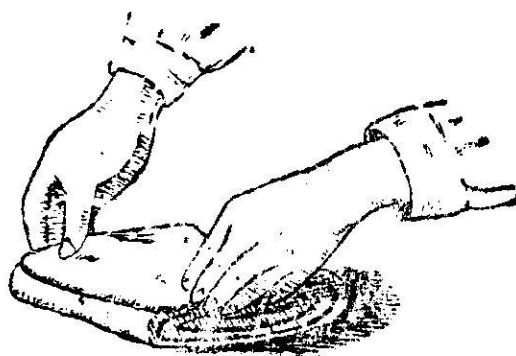
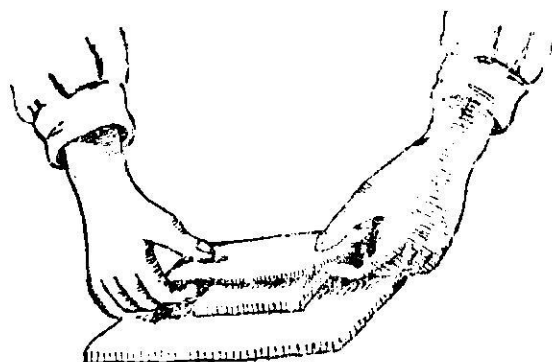
633 Aluat franțuzesc II

500 g făină, 400 g unt sau margarină, 1 pahar apă, zeama de la $\frac{1}{2}$ lămâie, $\frac{1}{2}$ linguriță sare, făină pentru presărat.

Se face un aluat din 250 g făină și untul tăiat în bucățele mici. Se frământă repede cu o lingură de lemn și se întinde o foaie pătrată, groasă de 2 cm, se așază pe o farfurie presărată cu făină și se pune la rece.

Se prepară un aluat din restul de 250 g făină, cu apă, zeamă de lămâie și sare, frământând bine cu mâna. Se adună în formă de minge, se acoperă și se lasă să se odihnească 20-30 min.

Se întinde o foaie cu vergeaua în așa fel ca să fie o foaie de



două ori mai lată și ceva mai lungă decât foaia de unt. Foaia de unt se așază la mijloc, și se acoperă cu colțurile foi de apă, în formă de plic, apăsând bine marginile cu degetul.

Se presară planșeta cu făină, se întinde o foaie pătrată groasă de 1 cm, se împăturește în patru și se dă la rece pentru 30-40 min.

După ce se repetă operația de trei ori, se întinde o foaie groasă de 1 cm, se taie cu paharul rotogoale sau cu cuțitul bucăți pătrate.

În mijlocul bucăților de cocă se pune umplutura dorită (brînză, carne etc.), se ung cu ou și se dau la cuptor pentru 10-15 min.

Cozonaci și preparate din aluat de cozonac

Ce trebuie să știm pentru buna reușită a cozonacilor. Cozonacii se prepară cu ouă mai puține sau mai multe, după posibilități. În orice caz se vor întrebuița toate gălbenușurile și numai o parte din albușuri. Vanilia se taie bucățele fine cu o forfecuță sau cu un cuțit foarte bine ascuțit și se pune în lapte.

La frămîntat se întrebuițează untură, ulei, unt curat, margarină, sau aceste grăsimi combinate între ele.

Este de dorit să se pună 300 g de zahăr (pisat sau pudră) la 1 kg făină. Se poate pune însă și mai puțin.

Făina trebuie să fie de grîu, de calitate bună, bine cernută și ținută la foc cald și uscat cu cîteva zile înainte de a prepara cozonacii.

Vasul în care se pregătesc (strachină sau covățică) trebuie să fie cald. De asemenea, în tot timpul preparării în cameră să fie cald și să se evite curentul. Formele în care se pune aluatul pentru copt vor fi unse cu unt, presărate cu pesmet și încălzite. Cînd se umblă cu ele, se așază sau se scot din cuptor, nu se vor trînti, iar după ce cozonacul este copt, se va scoate încet din formă, așezîndu-l pe o pernă peste care s-a întins o coală de hîrtie, iar deasupra un șervet sau o față de masă. Cozonacul se așază în aceeași poziție în care a stat în formă și nu se mișcă decât după ce s-a răcit complet.

Pentru a-i păstra proaspeți cît mai mult zile, după răcire se pun din nou în formele în care s-au copt, se acoperă cu hîrtie albă sau cu un șervet și se țin la loc rece.

Dacă s-a frământat coca de cozonac numai cu unt, se adaugă un păhărel de ulei bun și jumătate de pahar de miere de albine. Uleiul ține cozonacii mai mult timp proaspeți, iar mierea de albine le dă aromă plăcută.

634 Cozonaci obișnuiți

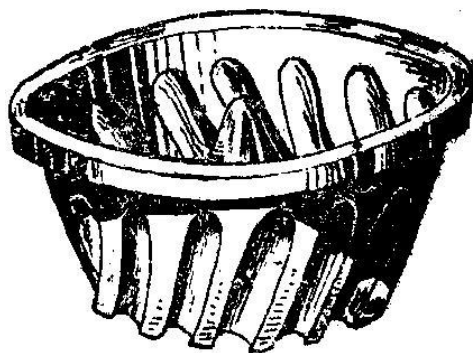
1 kg făină, 300 g zahăr, 1½ ceașcă lapte, 6 ouă, 50 g drojdie de bere, 200 g unt, 2 linguri ulei, vanilie, baton, sare, ou pentru uns, grăsime pentru formă.

Se face o maia din drojdie și o linguriță de zahăr. Se freacă pînă se face ca o smîntînă, se adaugă 2-3 linguri de lapte călduț, puțină făină și se amestecă bine; se presară cu făină, se acoperă și se lasă la loc cald să crească.

Se fierbe laptele cu vanilia baton, tăiată bucățele foarte mici, și se lasă pe marginea mașinii acoperit, ca să stea cald.

Gălbenușurile se freacă cu zahărul și sarea, apoi se toarnă încet laptele cald, amestecînd mereu.

Plămădeala crescută se pune într-un vas mai mare (trebuie să rămînă loc pentru aluatul care va crește), și peste ea se toarnă, bătînd mereu cu lingura, cîte puțin din gălbenușurile cu laptele și cîte puțină făină. Apoi se pun trei albușuri bătute spumă. Cînd această operație este terminată, începe frământatul cozonacilor. Se frămîntă, turnînd mereu cîte puțin unt și ulei încălzit, pînă cînd aluatul începe să facă bășici și să se dezlipească cu ușurință de mînă. Se acoperă vasul cu un șervet, iar peste el se pune ceva mai gros (un molton, o pătură etc.). Se lasă la loc cald să crească de trei ori cît a fost. Dacă în timpul frămîntatului aluatul pare prea vîrtos, se poate adăuga puțin lapte cald. Dacă dimpotrivă aluatul pare prea moale, se adaugă puțină făină. Cînd aluatul a crescut bine, se ia din el cîte o bucată, se așază pe planșeta pudrată cu făină, se dă forma dorită (rotundă, lunguiață, împletită etc.) și se pune în forma de copt unsă cu unt. Se mai lasă să crească în formă la loc cald. Se unge cu ou și se coace la foc potrivit. Se scoate din formă imediat ce s-a copt, se așază pe un șervet și se lasă să se răcească.



635 Cozonaci rusești

Pentru 1 kg de făină: 22 gălbenușuri, 250 g unt topit, 1 linguriță ulei, 1 lingură miere de albine, 1 pahar lapte, 300 g zahăr pudră, coaja rasă de la ½ lămâie și ½ portocală, ¼ baton vanilie pisată, 80 g drojdie de bere, sare, unt și pesmet pentru formă, ou pentru uns aluatul.

Peste drojdia amestecată cu o linguriță de zahăr se toarnă 2-3 linguri de lapte cald și se pun 2-3 linguri de făină. Se amestecă totul bătând cu lingura, se acoperă și se lasă la loc cald. În acest timp, la un colț de covățică (specială pentru cozonaci), se toarnă laptele clocotit peste 3-4 linguri de făină, amestecând bine ca să evităm cocoloașele. Se acoperă covățica cu un șervet și se lasă să se răcească. Când este numai caldă se adaugă maiaua crescută, se amestecă bine, se presară cu făină, se acoperă iar și se lasă pînă cînd se ridică bine. În acest timp se freacă gălbenușurile cu zahărul într-un vas așezat în alt vas cu apă bine încălzită. Când zahărul este bine topit și compoziția caldă, se toarnă cîte puțin peste plămădeală, adăugînd și cîte puțină făină, sare, vanilie, coajă de lămâie și de portocală. Se amestecă totul foarte bine ca să fie ca o pastă omogenă. Se presară cu făină, se acoperă cu șervet și se lasă din nou să se ridice bine. Acum se începe frămîntatul, adăugînd untul topit cald, uleiul cald și mierea de albine încălzită. Se frămîntă neîncetat pînă ce aluatul începe să facă bășici și se dezlipește ușor de mînă (aproximativ o oră). Se acoperă și se lasă să crească de trei ori cît a fost. Apoi se ia cîte o bucată și se așază în forma unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se umple forma cu cocă numai o treime, se acoperă și se lasă să crească la cald, pînă cînd aluatul umple forma aproape în întregime. Se unge cu ou amestecat cu apă și se dă la cuptor. La început la foc moale (pînă cînd se ridică aluatul la nivelul forme), apoi se ține tot timpul la foc potrivit. Durata cît trebuie să stea în cuptor variază cu mărimea cozonacului. Cozonacul așezat într-o formă de chec se ține în cuptor cam o oră. Se încearcă cu paiul. Când este gata, se scoate pe un șervet și se lasă să se răcească.

636 Pască cu brînză de vacă

Aluat de cozonac (obișnuit sau rusesc).

Umplutura (în cantitate mai mare sau mai mică, după gust):

500 g brînză de vacă, 100 g stafide, 3-4 ouă, 1 lingură unt proaspăt, zahăr după gust, puțină coajă de lămâie rasă, un praf de sare.

Cele indicate pentru umplutură se amestecă bine ca să formeze o pastă omogenă. Se întinde din aluat o foaie groasă cît un creion și se așază într-o tavă de copt. Din altă bucată de cocă

se face un sul lung și gros de un deget, care se așază împrejurul formeii (lipit de pereții ei). Se întinde umplutura peste foaie fără să se acopere sulul așezat împrejur.

Se mai fac două suluri din cocă care se așază cruciș peste umplutură și se ung cu puțin ou, după ce pasca a crescut puțin la loc cald. Se pune la cuptor să se coacă. Se scoate din formă după ce s-a răcit bine.

637 Pască cu smântână

Aluat de cozonac.

Umplutura: 1 kg smântână, 3 linguri făină, 6 gălbenușuri, 3 albușuri, o bucățică vanilie pisată, zahăr după gust, un praf de sare.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă sarea, vanilia pisată, smântîna și se amestecă bine adăugînd treptat făina. Se adaugă albușurile bătute spumă.

Se procedează întocmai ca la pasca cu brînză de vacă (v. 636).

638 Pască cu orez

Aluat de cozonac.

Umplutura: 1 pahar de orez, 4 pahare cu lapte, zahăr după gust, 4 ouă, 1 lingură unt topit, 150 g stafide, puțină vanilie, un praf de sare.

Se fierbe orezul cu laptele și vanilia (ca la orez cu lapte). Se adaugă un praf de sare. Cînd este gata se lasă să se răcească, apoi se adaugă zahărul, gălbenușurile, untul, stafidele și se amestecă bine. La sfîrșit se pun albușurile bătute bine.

Se procedează mai departe ca la pasca cu brînză de vacă (v. 636).

639 Pască cu ciocolată

Aluat de cozonac.

Umplutura: 5 ouă, 150 g zahăr pudră, puțină vanilie, 3 linguri ciocolată rasă, topită într-o lingură de lapte cald.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă vanilia, ciocolata topită în lapte. Se amestecă bine, iar la urmă se pun albușurile bătute spumă. Mai departe, se procedează ca la pasca cu brînză de vacă (v. 636).

640 Cozonac cu nucă

Aluat de cozonac.

Umplutura: 300 g nuci date prin mașină, 1 pahar lapte, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr, 1 păhărel rom, vanilie.

Se topește zahărul în laptele cald cu vanilie într-un vas așezat la foc. După ce zahărul s-a topit, se pun nucile și se amestecă mereu să nu se prindă de fundul vasului. După ce dă cîteva clocote

și se face ca o pastă mai groasă, se dă la o parte și se pune romul. Când umplutura s-a răcit, se întinde o foaie din aluat, groasă de un deget, se întind deasupra nucile în strat uniform și se face un sul (se rulează). Se unge o formă de chec, se așază cozonacul în ea, se lasă să crească puțin și se pune apoi la copt, la foc potrivit.

641 Colac vienez

Aluat de cozonac.

Umplutura: 150 g unt, 150 g zahăr pudră, vanilie, 3 linguri coajă de portocală din dulceață, tăiată bucăți mici.

Se freacă untul cu zahărul și vanilia pînă se face ca o spumă și se lasă la rece.

Se întinde din aluat o foaie pătrată de grosimea unui deget. Se întinde cu cuțitul peste toată foaia untul frecat (în strat uniform), se presară cu coajă de portocale.

Foaia astfel unsă se împăturește în trei, astfel ca treimea din dreapta să vină așezată peste treimea din stînga. Se taie repede în lungime trei fișii egale și se împletesc. Se unesc capetele și colacul obținut se așază într-o formă rotundă (cratiță) căptușită cu hîrteio unsă cu unt. Se lasă să crească puțin în formă și se dă la cuptor la foc mic, pînă se ridică frumos, apoi focul se întărește puțin. Se scoate din formă după ce s-a răcit.

642 Trandafiri

Aluat de cozonac.

Umplutura: 150 g unt, 150 g zahăr pudră, vanilie.

Se freacă untul cu zahărul și cu vanilia ca o spumă. Se lasă la rece.

Se întinde din aluat o foaie dreptunghiulară, apoi se întinde cu cuțitul, peste toată foaia, untul frecat cu zahărul și se rulează. Din sulul obținut se taie bucăți lungi de 6-7 cm. Aceste bucăți se așază într-o formă rotundă (sau într-o cratiță) unsă și capitonată cu hîrtie unsă cu unt, una lîngă alta (cu puțină distanță între ele). Bucățile se așază așa ca tăieturile să fie pe fundul formei și să iasă la suprafața ei. Se lasă să crească puțin și se dau la cuptor la foc mic pînă se ridică bine, apoi focul se întărește. Se scot din formă după ce s-au răcit.

643 Gogoși

Aluat de cozonac, 0,5 l ulei, zahăr pudră vanilat.

Pe planșeta presărată cu făină se întinde din aluat de cozonac o foaie de grosimea unui deget. Se decupează cu paharul gogoșile și se așază pe un șervet, pe altă planșetă sau pe o masă. Se acoperă și se lasă să crească de două ori mai mari decât au fost.

Se încinge ulei într-o cratiță sau într-un ceaun și se pun gogoșile să se prăjească, întorcându-le cu furculița pe toate părțile. În timpul prăjiturii, focul trebuie să fie mic. Când sînt gata, se scot cu lingura de spumă și se presară cu zahăr pudră vanilat. Se pot face umplute cu marmeladă sau cu dulceată. În acest caz se pune pe mijlocul unei gogoși umplutura, se acoperă cu altă gogoasă și se lipesc marginile. Apoi se prăjesc.

644 Melci

Aluat de cozonac, 2-3 linguri nuci pisate și amestecate cu puțin zahăr.

Sirop: 3 linguri zahăr, 1 pahar apă, 1 praf vanilie.

Se ia cîte o bucatică de cocă de mărimea unui ou și se face un sul gros de un deget. Se învîrtește în formă de melc, se așază pe tava de copt unsă și se lasă să crească puțin.

Se coc melcii rumen, se scot din tavă cîte unul și se scufundă repede în siropul fierbinte. Se așază pe o farfurie și se presară cu nucile pisate, amestecate cu zahărul.

645 Pîine cu lapte

1 kg făină, 1 lingură zahăr, 2 linguri ulei, ½ linguriță sare, 400-500 g lapte, 50 g drojdie, ulei pentru formă.

Într-un castron se freacă drojdia cu zahărul. Când s-a făcut ca o smîntînă se adaugă 2-3 linguri lapte cald, puțină făină, se amestecă bine și se acoperă cu un șervet, lăsînd astfel pînă se ridică maiaua.

În vasul în care vom pregăti pîinea (un vas mai mare) se pun laptele cald, sarea și maiaua ridicată. Se adaugă făina și se frămîntă, adăugînd uleiul în timpul frămîntatului. Se frămîntă pînă cînd se face bășici. Se acoperă și se lasă la loc cald să crească. După ce a crescut de două ori cît a fost, se așază în forma de copt unsă cu ulei. Se pune din nou la loc cald pentru 15-20 min. Se coace la început la foc mic, pînă cînd aluatul s-a ridicat din formă, apoi focul se întărește.

Ștrudel și plăcinte

646 Foaie de ștrudel

500 g făină albă, 2 linguri ulei, 1 pahar apă caldă, sare.

Se așază pe planșetă făina cernută, în formă de cuib. La mijloc se face cu lingura un loc liber. Se pun în el uleiul, sarea și apa caldă, treptat, amestecând mereu cu lingura pînă ce făina înghite tot lichidul. Se frămîntă apoi cu mîna, iar aluatul obținut (trebuie să fie moale) se împarte în două, se unge pe deasupra cu puțin ulei, ca să nu se usuce, și se acoperă cu un castron sau o cratiță caldă, lăsîndu-l astfel 10 min. Se întinde cu vergeaua o foaie care se așază pe masa acoperită cu o față de masă perfect curată. Se acoperă foaia cu capetele feței de masă și se lasă astfel 5 min. Apoi se întinde foaia cu mîna (se începe de la mijloc spre margini). Operația se face cu băgare de seamă, să nu se rupă foaia la întins. O foaie bine întinsă trebuie să acopere toată masa, să nu aibă găuri și să fie subțire ca foița de țigară. Marginile care rămîn mai groase se rup.

Se lasă foaia astfel întinsă să se usuce puțin, apoi se fac ștrudele cu brînză, cu mere etc. Se întinde la fel și a doua jumătate de cocă. Umpluturile vor fi împărțite în două pentru ambele foi.

647 Ștrudel cu mere

Foaie de ștrudel.

Umplutura: 1 kg mere, 1 pahar zahăr, 1 linguriță scorțișoară pisată, 3 linguri untură sau unt încălzit, grăsime pentru uns forma și aluatul, zahăr pudră.

Se curăță merele de coajă, se dau pe răzătoarea de zarzavat, sau se taie feliuțe foarte subțiri.

Pe masă se află foaia întinsă (v. 646) preparată pentru întrebuințare. Se stropește cu unt sau untură încălzită. Se așază la un capăt în lung merele rase, se presară cu zahăr și scorțișoară, se acoperă cu marginea foii și se rulează cu ajutorul feței de masă. Se obține un sul lung, care se taie în două, trei bucăți, după lungimea tăvii de copt. Se așază în tava unsă, sul lîngă sul, distanțate puțin. Se ung pe deasupra cu unt sau untură topită. Se dau la cuptor pînă cînd se coc. Se taie în tavă bucăți potrivit de mari, se presară cu zahăr pudră.

648 **Ștrudel cu brânză de vacă**

Foaie de ștrudel, zahăr pudră vanilat.

Umplutura: 750 g brânză de vacă, 2 ouă, 2 linguri zahăr (cine dorește dulce), puțină sare, 3 linguri untură sau unt încălzit.

Se amestecă foarte bine brânza cu ouăle, sarea și zahărul, frământând cu mâna. Pe foaia întinsă și stropită cu unt topit sau untură topită, se așază, la un capăt, brânza. Se acoperă cu marginea foi și se rulează. Se procedează mai departe ca la ștrudelul cu mere (v. 647). Când este copt, se taie și se presară cu zahăr vanilat.

649 **Ștrudel cu dovleac**

Foaie de ștrudel, zahăr pudră.

Umplutura: 1 farfurie adâncă plină cu dovleac ras, 3-4 linguri ulei, 3-4 linguri zahăr, 1 linguriță scorțișoară pisată, un praf sare.

Se curăță de coajă o bucată de dovleac și se rade pe răzătoare de zarzavat. O farfurie adâncă plină este suficientă pentru o foaie de ștrudel. Se întinde foaia, se lasă câteva minute, apoi se stropește cu ulei. La un capăt al foi se așază dovleacul ras, se presară cu zahăr, scorțișoară pisată și puțină sare. Se rulează și se așază în tava de copt unsă cu ulei. Deasupra se unge cu pana muiată în ulei. Se coace la foc potrivit până se rumenește frumos, se taie bucăți în tavă și se presară cu zahăr pudră.

650 **Ștrudel cu nuci**

Foaie de ștrudel, ulei pentru uns forma, zahăr pudră vanilat.

Umplutura: 300 g nuci pisate, 3 linguri pesmet fin, 300 g zahăr pudră, ½ pahar ulei cald, vanilie.

Nucile pisate se amestecă cu zahărul, pesmetul și vanilia. Foaia întinsă se unge bine cu ulei cald și se presară umplutura pe toată suprafața. Se rulează sul cu ajutorul feței de masă, se taie în bucăți de lungimea tăvii de copt și se așază în tava unsă cu ulei. Înainte de a da la cuptor, cu un cuțit muiat mereu în ulei, se taie fiecare sul în bucăți de 3-4 cm lungime. Se coace, se scoate încet fiecare bucată și se presară cu zahăr pudră vanilat. Se poate prepara și cu unt în loc de ulei.

651 **Ștrudel cu carne**

Foaie de ștrudel.

Umplutura: 500 g carne macră, 500 g ceapă, 4 linguri untură (2 pentru tocătură, 2 pentru uns foaia), sare, piper pisat.

Se prăjește ceapa tăiată mărunt în două linguri de untură, până începe să se îngălbenească. Se adaugă carnea dată prin

mașina de tocat, sarea și piperul pisat. Mai departe se procedează ca la ștrudel cu mere (v. 647). Nu se presară cu zahăr.

652 Plăcintă cu brânză de vacă

Foaie de ștrudel, unt pentru formă.

Umplutura: 400 g brânză de vacă, 3 ouă, 3 linguri unt topit, sare.

Se amestecă bine brânza cu ouăle și sarea. Din foaia de ștrudel întinsă se taie bucăți de mărimea tăvii de copt. În tava de copt unsă cu unt se așază 6-7 foi tăiate. Fiecare foaie trebuie unsă cu unt. Se așterne apoi brânza, potrivit cu furculița ca stratul să fie uniform de gros. Deasupra lui se mai așază încă 6-7 foi unse fiecare cu unt. Se dă la cuptor să se coacă rumen. Se taie în tavă, cu un cuțit bine ascuțit, pătrate care apoi se așază pe farfurie.

653 Plăcintă cu carne

Foaie de ștrudel, unt pentru formă.

Umplutura de carne la fel ca la ștrudel cu carne (v. 651). 2 linguri untură pentru uns foile.

Se pregătește la fel ca plăcinta cu brânză (v. 652).

654 Plăcintă cu vișine

Foaie de ștrudel, unt pentru formă, zahăr pudră vanilat.

Umplutura: 1 kg vișine curățate de sîmburi, 500 g zahăr, 2 linguri unt pentru uns foile.

Se pregătește la fel ca plăcinta cu brânză de vacă (v. 652), înlocuind umplutura de brânză cu vișine curățate de sîmburi și presărate cu zahăr. După ce s-a copt, se taie pătrate, se așază pe farfurie și se presară cu zahăr pudră vanilat.

655 Plăcintă cu mere

Foaie de ștrudel, unt pentru formă, zahăr pudră vanilat.

Umplutura: 1 kg mere, 2-3 linguri apă, ½ pahar zahăr, 1 linguriță scorțișoară pisată, 2 linguri unt pentru uns foile.

Se curăță merele de coajă, se rad pe răzătoarea de zarzavat sau se taie feliuțe foarte subțiri și se pun la fiert cu 2-3 linguri de apă, amestecînd mereu, ca să nu se prindă de fundul cratiței. Când merele s-au muiat, se adaugă zahărul și se lasă să mai fiarbă încet pînă cînd devin ca o pastă. Se dau la o parte de pe foc și se lasă să se răcească. Când s-au răcit bine, se adaugă scorțișoara. Se procedează mai departe la fel ca la plăcinta cu brânză de vacă (v. 652), înlocuind um-

plutura de brînză cu umplutură de mere. După ce s-a copt, se taie pătrate și se presară cu zahăr pudră.

656 Plăcintă cu poale-n brîu

1 kg făină, 30 g drojdie de bere, 1 ceașcă lapte, 3 ouă, 2 linguri ulei, 1 lingură untură, 1 linguriță zahăr, sare, brînză de vacă (cantitatea după dorință), ou pentru uns aluatul, făină pentru formă.

Într-un vas mai mare se freacă drojdia cu zahărul pînă ce devine lichidă, se adaugă două linguri de lapte călduț, puțină făină și se amestecă bine cu lingura. Se lasă acoperit la loc călduț. Cînd a crescut puțin, se adaugă ouăle bătute cu laptele, uleiul și untura, toate acestea călduțe. Se pune sare și se frămîntă cu făină pînă ce aluatul se dezlipește de pe mînă și de pe vas. Se acoperă cu un șervet și se lasă să crească la loc cald.

Cînd aluatul a crescut, se întinde o foaie groasă de 1 cm. Se taie pătrate nu prea mari, se așază la mijloc umplutura de brînză (preparată ca la rețeta 652) și se aduc colțurile peste brînză în formă de plic, lipindu-se bine ca să nu iasă umplutura. Se presară cu făină tava de copt și se așază plicurile la distanță de 3-4 cm unul de altul. Se lasă să mai crească în tavă 15-20 min, se ung cu ou și se coc.

657 Plăcințele prăjite

3 linguri ulei, 1 pahar apă, 500 g făină, 2 linguri untură, sare. Umplutura poate fi: din carne (aceeași ca la plăcinta cu carne) v. 653; din brînză de vacă sau de oi (aceeași ca la plăcinta cu brînză) v. 652; din ficat, ciuperci sau marmeladă.

Se prepară un aluat din ulei, apă, sare și făină, care se frămîntă mai mult moale decît tare. Se lasă 10-15 min pe planșetă acoperit cu un șervet. Se întinde apoi o foaie ceva mai subțire decît un creion, se unge cu pana cu untură încălzită și se împătorește în trei pe latul foii. Din nou se unge cu untură, acum împăturind însă în trei pe lungul foii. Se lasă 10 min la rece. Se întinde iar foaia și se repetă operația de ungere și împăturire, de data aceasta împăturind întîi în trei pe lungul foii și apoi, pe latul ei. După ce a stat 10 min la rece, se întinde o foaie ceva mai subțire decît un creion și se taie pătrate cu latura de 7-8 cm. Se pune o linguriță din umplutura dorită. Se acoperă un colț cu colțul

opus, astfel încât să se obțină un triunghi. Plăcințele se pot prăji în untură sau se pot coace la cuptor. Se pot servi și la supă (bulion).

658 **Baclava turcească**

Foaie de ștrudel, unt pentru formă.

Umplutura: 400 g nuci pisate, 300 g zahăr pisat, ½ linguriță scorțișoară pisată, 2 linguri unt încălzit. Sirop potrivit de gros din 300 g zahăr.

Nucile pisate se amestecă cu zahărul pisat și scorțișoara. Se taie din foaia de ștrudel bucăți de mărimea tăvii de copt. Se unge tava cu unt și se așază trei foi (bucăți tăiate) una peste alta, din nou se stropesc cu unt, și se mai așază trei foi una peste alta, din nou se stropesc cu unt, și se mai așază trei foi și se unge cu unt. Peste aceste nouă foi se pune umplutura (în strat de 1 cm), iar peste umplutură alte nouă foi așezate și unse la fel ca foile de sub umplutură. Ultima foaie se unge bine cu unt, apoi cu un cuțit bine ascuțit și muiat mereu în unt se taie pătrate nu prea mari și se dă la cuptor. Când plăcinta este aproape coaptă, se toarnă peste ea siropul și se lasă din nou la cuptor până este gata. Se scoate fiecare pătrat și se așază pe farfurie.

Șodouri și sosuri dulci

659 **Șodou**

5 gălbenușuri, 250 g lapte, 10 lingurițe zahăr, 5 lingurițe rom.

Se freacă spumă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă treptat și amestecând mereu laptele clocotit, apoi romul. Se servește fierbinte în cești.

660 **Șodou cu ciocolată**

5 gălbenușuri, 4 linguri zahăr, 1 ceașcă lapte, 3 linguri ciocolată rasă sau cacao (1 lingură), vanilie.

Se fierbe laptele cu vanilia (baton). Când dă un clocot, se ia de pe foc și se acoperă. Separat se freacă gălbenușurile cu zahărul, se toarnă apoi laptele treptat, amestecând mereu, și se pune din nou cratița pe foc (nu se oprește nici o clipă amestecarea) până începe să se îngroașe compoziția și dă primul clocot. Se dă la o parte, se adaugă ciocolata sau cacaoa. Se servește în sosieră pentru budinci sau alte preparate.

661 Șodou cu vin

100 g zahăr, 5 gălbenușuri, 300 g vin alb, vanilie.

Se freacă zahărul cu gălbenușurile ca o cremă. Se pune la fiert vinul cu vanilia (baton) ca să dea un clocot, se ia de pe foc și se toarnă peste gălbenușurile frecate cu zahărul, câte puțin amestecînd mereu (în același sens). Se pune din nou cratița pe foc (amestecînd neîncetat) pînă ce sosul începe să se îngroașe și dă primul clocot. Sae dă la o parte. Se servește în sosieră la budinci.

662 Sos de vanilie

2 pahare lapte, 3 gălbenușuri, 100 g zahăr, 1 lingură făină, ½ baton vanilie.

Se pune la fier laptele cu vanilia; cînd începe să fiarbă se acoperă și se ia de pe foc. Se freacă ouăle cu zahărul și făina și se toarnă laptele treptat, amestecînd. Fără să se înceteze amestecarea, se pune din nou la foc pînă începe să se îngroașe sosul și să dea un clocot. Se dă la o parte și se amestecă pînă ce se răcește. Se servește în sosieră la budinci sau alte preparate.

663 Sos de cafea

Aceleași cantități ca la sos de vanilie în plus ½ ceșcuță esență de cafea.

Se prepară la fel ca sosul de vanilie (v. 662), adăugînd la sfîrșit în sos ½ ceșcuță de esență de cafea strecurată.

664 Sos de zahăr ars

150 g zahăr, 1 pahar lapte.

Se ard într-o cratiță 150 g zahăr (nu prea tare fiindcă devine amărui). Se sting cu lapte (în lipsa lăptelui se poate stinge și cu apă). Se servește în sosieră la budinci, griș cu lapte, orez cu lapte etc.

665 Sos de zmeură

3 gălbenușuri, 150 g zahăr, 250 g zmeură, 1 ceașcă vin.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă zmeura curățată și bine strecurată prin sită, și o ceașcă de vin cald. Se pune la loc și se amestecă mereu pînă începe să se îngroașe. Se servește la budinci sau la alte preparate.



666 **Sos de vin**
3 gălbenușuri, 100 g zahăr, 2 pahare vin alb, 1 lingură făină.

Se freacă bine zahărul cu ouăle și făina. Se toarnă încet vinul calduț, amestecînd mereu. Se pune la foc pînă începe să se îngroașe, fără să înceteze amestecarea; se dă la o parte cînd sosul începe să se răcească. Se servește în sosieră la budinci și alte preparate.

Sufleuri dulci

667 **Sufleu cu lapte**
300 g lapte, 100 g zahăr, 40 g făină de cartofi, 30 g unt, 4 ouă, un vîrf de cuțit sare.

Se pune la fiert laptele cu zahărul; cînd fierbe laptele se adaugă făina de cartofi amestecată cu puțin lapte rece în alt vas. Se lasă să clocotească totul timp de 2 min, apoi se ia de pe foc și se adaugă untul, sarea gălbenușurile unul cîte unul, amestecînd mereu, iar la sfîrșit albușurile bătute spumă.

Se pune totul în forma pentru sufleu unsă și se dă la copt (cam 20 min). Se servește imediat.

668 **Sufleu cu smîntînă**
2 pahare smîntînă, 3 linguri făină, 5 ouă, ½ pahar zahăr, coaja rasă de la o lămîie.

Se amestecă făina cu smîntîna într-un vas care se pune apoi pe foc fără să înceteze amestecatul pînă în clipa cînd începe să fiarbă. Se ia de pe foc și se lasă să se răcească. Cînd s-a răcit, se adaugă gălbenușurile frecate separat dinainte cu zahărul și coaja de lămîie, se amestecă bine și apoi se pun albușurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă unsă. Se lasă la copt cam 20 min. Se servește cald.

669 **Sufleu de mere**
6 mere mari, 6-7 albușuri, ½ pahar zahăr, scorțișoară pisată.

Se bat spumă albușurile și se amestecă cu zahărul și cu o pastă din mere obținută prin coacerea merelor și trecerea

lor prin sită. Se adaugă scorțișoară pisată, se pune în formă smălțuită sau de piatră și se ține la cuptor 15-20 min. Se servește cald în formă.

670 Sufleu japonez

200 g unt, 100 g ciocolată sau cacao, 200 g zahăr pudră, 1 lingură făină, 4 ouă, unt și făină pentru formă.

Se freacă untul cu zahărul ca o cremă și cu gălbenușurile adăugate unul câte unul. Se adaugă apoi ciocolata sau cacaoa, făina, iar după ce se amestecă, și spuma de la albușuri.

Compoziția se toarnă într-o formă specială cu capac, ermetic închisă (forma se unge cu unt și se presară cu făină). Această formă se introduce într-un vas cu apă clocotită și se lasă pe foc la fiert 30 min. Se servește rece cu sos de vanilie (v. 662) sau cu sos de vin (v. 666).

Budinci dulci

671 Budincă de smântână I

6 ouă, 100 g zahăr, 4 linguri făină, 2 pahare smântână, vanilie, un praf de sare, coaja rasă de lămâie, unt și pesmet pentru formă, sos de vin sau șodou de ciocolată.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și vanilia, se adaugă făina și apoi smântâna. Se amestecă bine și se pun sarea, coaja de lămâie și la urmă albușurile bătute spumă.

O formă specială, închisă cu capac ermetic, se unge cu unt, se presară cu pesmet, se umple cu compoziția de mai sus și se pune într-un vas cu apă clocotită așezat pe foc. Se fierbe 30 min. Se servește caldă, cu sos de vin (v. 666) sau cu șodou de ciocolată (v. 660).

672 Budincă de smântână II

500 g smântână, 6 ouă, 5 linguri făină, coaja de la ½ lămâie, 4 linguri zahăr, 1 praf sare, unt și pesmet pentru formă, sos de vin.

Se freacă spumă gălbenușurile cu zahărul și sarea, se amestecă cu coaja rasă de lămâie și făina, apoi se pune smântâna, se amestecă bine, adăugând la urmă albușurile spumă.

Se toarnă compoziția într-o formă de budincă unsă cu unt și presărată cu pesmet, și se dă la cuptor la foc potrivit 25-30 min, pînă se rumenește. Se servește caldă cu sos de vin (v. 666).

673 Budincă de nuci I

60 g făină, 60 g unt, 80 g zahăr, 4 ouă, 250 g nuci pisate și opărite cu 250 g lapte, un pumn de nuci pisate, neopărite, 1 praf vanilie, șodou de ciocolată, zahăr pudră pentru formă.

Se freacă untul cu zahărul, vanilia și gălbenușurile puse unul cîte unul, se adaugă făina și se amestecă, apoi nucile opărite în lapte și se amestecă mereu. Se pun albușurile bătute spumă și nucile neopărite. Se toarnă compoziția într-o formă închisă cu capac (forma se presară cu zahăr pudră) și se așază într-un vas cu apă clocotită. Se fierbe 30 min. Se servește caldă cu șodou de ciocolată (v. 660).

674 Budincă de nuci II

150 g nuci pisate, 150 g unt, 150 g zahăr, 8 ouă, 3 linguri rom, 1 lingură pesmet pisat fin, 1 praf vanilie, unt pentru formă.

Se freacă spumă untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile unul cîte unul, amestecînd mereu în același sens 15 min. Se adaugă nucile, romul și o lingură de pesmet, amestecînd cu lingura foarte încet. Tot astfel albușurile bătute spumă. Se unge cu unt o formă închisă, se pune compoziția și se așază în alt vas cu apă clocotită, lăsînd să fiarbă 30 min.

675 Budincă de orez I

1 ceașcă orez, 2 l apă, 100 g unt, 3 ouă, 150 g zahăr, 1 praf vanilie, coaja rasă de lămîie, 150 g stafide, 1 praf sare, unt și pesmet pentru formă.

Se fierbe orezul în apă puțin sărată, se strecoară și se spală în apă rece, se lasă să se scurgă bine.

În acest timp se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile, unul cîte unul, vanilia, orezul scurs, sarea, coaja de lămîie, stafidele și albușurile bătute spumă. Se amestecă ușor și se așază într-o formă de budincă unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se lasă în cuptor pînă ce se rumenește.

676 Budincă de orez cu vin

200 g orez, 1 kg vin roșu, 10 linguri zahăr, 1 linguriță scorțișoară, 150 g unt, 6 ouă, 1 praf sare, unt și pesmet pentru formă, zahăr pudră.

Se fierbe orezul cu vinul și 5 linguri de zahăr, pînă ce se îngroașă. Se lasă să se răcească, apoi se freacă cu untul și

cu alte 5 linguri de zahăr. Se adaugă gălbenușurile unul câte unul, amestecînd bine, apoi scorțișoara, sarea și spuma de albușuri.

Se pune în forma de budincă unsă cu unt și presărată cu pesmet, se dă la cuptor și se ține pînă ce se rumenește (30-40 min). Se răstoarnă pe farfurie și se pudrează cu zahăr pudră.

677 Budincă de orez II

300 g orez, 4 cești lapte, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr, 100 g unt, 100 g stafide, 4 ouă, vanilie (baton), 1 praf sare, unt pentru formă.

Se spală și se pune la fiert orezul cu laptele și vanilia, la foc mic. Cînd orezul este pe jumătate fiert, se adaugă zahărul și sarea și se lasă să mai fiarbă pînă ce laptele a scăzut cu totul și orezul este moale. Se lasă să se răcească, apoi se adaugă gălbenușurile unul câte unul, stafidele și la urmă spuma de albușuri. Se amestecă ușor și se așază în forma de budincă unsă cu unt. Se lasă la copt pînă ce se rumenește. Se răstoarnă pe farfurie și se servește cu sos de vin (v. 666).

678 Budincă de griș cu vin

100 g griș, 250 g vin alb, 200 g apă, 150 g zahăr, vanilie, 3 ouă, 1 linguriță zahăr tos și unt pentru formă, sos de vanilie.

Se pune la fiert apa cu vinul, zahărul și vanilia. Cînd începe să clocotească, se adaugă grișul în ploaie și se amestecă neîncetat pînă fierbe. Se ia de pe foc, se adaugă gălbenușurile unul câte unul, amestecînd neîncetat și repede, apoi se pun albușurile bătute spumă și se toarnă pasta obținută în forma de budincă unsă cu unt și presărată peste tot cu zahăr tos. Forma trebuie să fie cu capac închisă ermetic. Se pune într-un vas cu apă clocotită așezat pe foc. Se fierbe 30-35 min. Se servește cu sos de vanilie (v. 662).

679 Budincă de griș

5 linguri griș, 2 cești lapte, 150 g zahăr, 2 linguri unt, 3 ouă, 50 g stafide, vanilie, 1 praf sare, unt pentru formă, sos de vin sau șodou de ciocolată.

Se pune pe foc într-o cratiță laptele cu vanilia și zahărul. Cînd începe să fiarbă se pune grișul, puțin câte puțin (în ploaie), amestecînd mereu cu lingura, se adaugă sare și se lasă să fiarbă pînă se obține o mămliguță moale. Se ia de pe foc și se adaugă untul, se amestecă și se lasă să se ră-

cească. Se pun gălbenușurile unul câte unul, stafidele și albușurile bătute spumă. Se amestecă ușor și se așază în forma de budincă unsă cu unt (formă specială cu capac închis ermetic). Forma se pune într-un vas cu apă clocotită și se lasă să fiarbă 40 min. Se servește cu sos de vin (v. 666) sau cu șodou de ciocolată (v. 660).

680 Budincă de griș și ciocolată

Aceleași cantități ca la budinca de griș. În locul stafidelor se pun 3 linguri de ciocolată rasă sau cacao.

Se prepară la fel ca budinca de griș (v. 679).

681 Budincă cu brînză de vacă I

500 g brînză bine scursă de zer, 150 g unt, 5 ouă, 2 linguri făină, sare (cît este necesar), unt pentru formă.

Se freacă untul spumă, se adaugă brînză dată prin sită și gălbenușurile unul câte unul. Se amestecă bine, se pune sare ca pasta să devină suficient sărată (după gust) și făină. Se unge cu unt o formă de budincă cu capac închis ermetic, se așază compoziția și se fierbe într-un vas cu apă clocotită, timp de 40 min.

682 Budincă de mere

5-6 mere crețesti, 2 franzeluțe cu lapte (reci de 2-3 zile), 3 pahare cu lapte, 3 ouă, 50 g stafide sau vișine din dulceață, ½ pahar zahăr, 100 g unt, 1 praf vanilie, 1 praf sare, unt și pesmet pentru formă.

Se curăță merele de coajă, se taie în două, se scoate căsuța cu sîmburi și se taie felii de grosimea unui deget. Franzeluțele se taie de asemenea în felii de grosimea unui deget și fiecare felie se moaie bine în ouăle bătute cu furculița și amestecate cu laptele, vanilia și sarea.

Se unge bine cu unt o formă rotundă sau o cratiță, se presară cu pesmet și se capitonează cu felii de franzeluță muiată. Peste feliile de franzeluță de pe fundul formei se așază un rînd de mere tăiate, se presară puțin zahăr și stafide sau vișine din dulceață. Apoi se așază un rînd de felii de franzeluță muiată și peste ele din nou mere tăiate, puțin zahăr, stafide sau vișine.

Se procedează astfel pînă se isprăvesc merele. Ultimul rînd trebuie să fie din felii de franzeluță. Se toarnă pe deasupra

laptele cu ou rămas de la muiatul feliilor de franzeluță și pe toată suprafața se pun felii subțiri de unt.
Se coace la foc potrivit pînă cînd se rumenește. Se servește fierbinte.

683 Budincă de mălai dulce

3 cești mălai, 1 ceașcă făină albă, 4 linguri zahăr, 4 linguri ulei, ½ linguriță sare, 1 sifon, un vîrf de cuțit bicarbonat, ulei și făină pentru formă, zahăr pudră vanilat.

Se pun într-un castron mălaiul, făina, zahărul, sarea, bicarbonatul și uleiul. Se amestecă cu lingura, adăugînd cîte puțin sifon. După ce s-a pus tot sifonul, se lasă 10-15 min, apoi se amestecă din nou și se pune compoziția într-o tavă unsă cu ulei și presărată cu făină. Se dă la cuptor, la foc potrivit, și se lasă să se rumenească.

În compoziție se poate amesteca puțin rahat tăiat cuburi mici sau fructe din dulceață.

Se servește tăiată bucăți pătrate nu prea mari, presărate cu zahăr pudră vanilat.

684 Budincă cu brînză de vacă II

750 g brînză de vacă, 100 g unt, 2 linguri smîntînă, 1 lingură făină, 3 linguri zahăr, 100 g stafide, 4 ouă, coaja rasă de la o lămîie, un praf sare, unt și pesmet pentru formă, sos de vanilie.

Brînză de vacă, fătă zer, se dă prin sită, se pune într-un castron și se freacă cu zahărul, smîntîna, sarea, untul încălzit și coaja de lămîie. Se adaugă făina și stafidele și se amestecă bine, apoi gălbenușurile, unul cîte unul, și spuma de albușuri. Se așază într-o formă de budincă unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se dă la cuptor, la foc potrivit și se lasă pînă ce se rumenește. Se servește cu sos de vanilie (v. 662).





Dulceți

Dulceața se pregătește într-un vas special căruia nu i se dă niciodată altă întrebuințare. Poate fi un vas smălțuit sau de aramă. Când zahărul este aproape legat, se șterg pereții vasului cu un șervete muiat în apă, ca să nu rămână spumă de zahăr depusă, aceasta contribuind în mare măsură la zaharisirea dulceții.

Este de preferat să se întrebuințeze zahăr cubic.

La dulcețile care se prepară cu vanilie, aceasta se pune o dată cu fructele; vanilina se adaugă însă numai după ce luăm vasul de pe foc. Când dulceața este gata, vasul trebuie acoperit cu un șervet udat în apă și bine stors.

Dulceața nu se pune în borcane decât după ce s-a răcit complet, iar borcanele trebuie să fie foarte bine spălate și șterse cu un șervet curat și uscat.

Se leagă cu celofan și se păstrează la loc uscat.

685 Dulceață de trandafiri

1 kg zahăr, 0,750 l apă, 250 g petale de trandafiri cu părțile albe tăiate, ½ linguriță sare de lămâie, zeama de la o lămâie.

Se pune la fiert zahărul cu apa și cu zeama de lămâie, pînă ce se leagă bine.

În timpul fiertului, se strînge cu lingura spuma care se formează, pînă cînd siropul se curăță bine. În timpul cît se leagă zahărul, se presară peste petalele de trandafir sarea de lămâie și se frămîntă bine cu mîna. Când siropul s-a legat,

se pun petalele de trandafir astfel pregătite și se lasă să fiarbă.

Se pune în borcane după ce s-a răcit bine.

686 Dulceață de trandafiri nefiartă

1 kg zahăr, 250 g petale de trandafiri.

Într-un borcan sau într-o ulcică de lut se pune un strat de zahăr, un strat de petale de trandafiri și așa pînă cînd se umple borcanul, avînd grijă ca ultimul strat să fie de zahăr, peste care se aștern două sau trei foi de hîrtie albă, tăiată după mărimea gurii vasului. Se leagă vasul cu două rînduri de celofan, apoi cu o coală de hîrtie albă și se păstrează la loc răcoros, uscat și întunecos.

În timpul iernii avem o delicioasă dulceață de trandafiri.

687 Dulceață de vișine

4 pahare pline de vișine curățate de cozi și sîmburi, 1 kg zahăr tos, zeama de la ½ lămîie.

Se curăță vișinele de cozi, se spală și, cu un ac, se scot încet sîmburii. Se așază într-un vas un strat de vișine, un strat de zahăr, din nou un strat de vișine și un strat de zahăr. Se așază vasul (cratiță sau tingire) pe marginea mașinii pînă se topește zahărul. Apoi se adaugă zeama de lămîie și se pune cratița la foc iute. Cînd s-a legat bine, se ia de pe foc, se acoperă cu un prosop ud și bine stors. Se pune în borcane după ce s-a răcit.

688 Dulceață de cireșe amare

Aceleași cantități ca la dulceața de vișine.

Se prepară la fel ca dulceața de vișine (v. 687).

689 Dulceață de fragi

1 kg zahăr, 3 pahare apă, 750 g fragi, zeama de la două lămîi.

Se curăță fragii de codițe, se stropesc cu zeama de la două lămîi și se țin astfel timp de o oră.

Se pune zahărul la legat, curățind siropul de impurități (spuma care se formează). Cînd siropul este bine legat, se pun fragii și se lasă să fiarbă dulceața pînă se leagă bine, curățind mereu spuma care se formează. Se ia de pe foc,

se acoperă cu un șervet ud și stors și se lasă astfel pînă se răcește. Apoi se pune cu atenție în borcane, să nu se strivească fructele.

690 Dulceață de căpșuni

Aceleași cantități ca la dulceața de fragi.

Se aleg numai fructele tari și frumoase.

Se prepară la fel ca dulceața de fragi (v. 689).

691 Dulceață de zmeură

Aceleași cantități ca la dulceața de fragi.

Fructele se aleg cu o scobitoare înlăturînd cele zdrobite.

Se prepară la fel ca dulceața de fragi (v. 689).

692 Dulceață de mure

Aceleași cantități ca la dulceața de fragi, în plus o bucată de vanilie baton.

Fructele se aleg cu o scobitoare înlăturînd cele zdrobite.

Se prepară la fel ca dulceața de fragi (v. 689).

693 Dulceață de caise coapte

1 kg zahăr, 0,750 l apă, 25-26 caise coapte și tari, zeama de la ½ lămîie.

Se curăță caisele de coajă și de sîmburi și se pun în apă de var pentru 20 min. Se scot din apa de var și se spală bine cu apă rece. Se pun pe un șervet perfect curat și se scot sîmburii. Sîmburii se sparg, se curăță de piele și se pun la loc în fiecare caisă.

În acest timp se pune la legat zahărul (v. 685). Cînd zahărul este aproape legat se adaugă caisele și zeama de lămîie. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă se leagă bine, apoi se ia vasul de pe foc și se acoperă cu un șervet udat și stors, lasînd astfel pînă a doua zi. Se pune în borcane cu mare atenție să nu se strice caisele.

694 Dulceață de prune coapte

1 kg zahăr, ¾ l apă, 40-42 prune frumoase, 1 bucățică baton vanilie.

Se prepară la fel ca dulceața de caise coapte (v. 693), cu deosebire că sîmburii se aruncă.

695 Dulceață de gutui rase

1 kg zahăr, 0,750 l apă, 2 gutui mari.

Gutuile se curăță de coajă și se dau prin răzătoarea mare. Se pun imediat în zahărul legat. Se fierb încet pînă se leagă bine. Se ia cratița de pe foc și se acoperă cu un șervet ud și stors. Se așază în borcane după ce s-a răcit.

696 Dulceață de prune verzi

1 kg zahăr, 1 l apă, 4 pahare umplute cu prune verzi cu sîmburele neîntărit, zeama de la ½ lămîie, 1 baton vanilie.

Se pune la fiert zahărul cu apa, se curăță de spumă și se lasă să se lege.

În acest timp se înțeapă prunele cu acul în cîteva locuri, se spală cu apă rece și se leagă într-un tifon. Astfel legate se scufundă de trei ori într-o oală cu apă clocotită. Se scot din tifon și se pun într-o sită ca să se scurgă bine.

Cînd zahărul este legat – nu însă prea tare – se pun prunele, zeama de lămîie și vanilia. Se lasă să fiarbă la foc încet pînă se leagă bine. Dacă în timpul fiertului cu prunele se ridică spumă, se spumează. Cînd este suficient de legată, se ia de pe foc, se acoperă cu un șervet udat și stors. Se așază rece în borcane.

697 Dulceață de gutui pentru copii

2,5 kg gutui coapte și frumoase, 1 kg zahăr.

Se spală gutuile și se șterg. Se taie cîte un căpăcel la fiecare capăt și se aruncă. Apoi cu un cuțit foarte bine ascuțit se taie fiecare gutuie rotogoale de grosimea unui deget (nu se curăță nici coaja, nici semințele).

Într-un vas de fiert dulceață, de preferință o cratiță smălțuită, se toarnă jumătate pahare de apă, se presară două linguri de zahăr și se așază un rînd de gutui, se presară peste ele o lingură de zahăr și se așază alt rînd de gutui. Se procedează astfel pînă cînd sînt așezate toate rotogoalele de gutui, iar peste ele se mai toarnă apă cît să le acopere. Se lasă să fiarbă la foc foarte încep pînă cînd gutuile devin roșii și aproape transparente.

Nu trebuie să se amestece. Se scutură mereu cratița.

Se așază caldă în borcane încălzite, punînd încet cîte o felie de gutuie. După ce se umple un borcan, se toarnă deasupra

siropul. Se leagă a doua zi când siropul se încheagă ca o gelatină.

Se servește câte o felie întreagă de gutuie garnisită cu miez de nucă.

698 Dulceață de caise verzi

Aceleași cantități ca la dulceața de prune verzi.

Se prepară la fel ca dulceața de prune verzi (v. 696). Cai-sele trebuie să aibă sîmburele neîntărit.

699 Dulceață de pătlăgele verzi (gogonele)

40 de gogonele de mărimea prunelor, 1 kg zahăr, ½ baton vanilie, zeama de la o lămîie, 0,750 l apă.

Fiecare pătlăgică se taie în jurul cotorului, scoțîndu-se pe aici, cu ajutorul unui ac de păr, toată sîmînța.

Se pregătesc pe mașina de gătit trei vase cu apă clocotită. Se pun pătlăgelele curățate de sîmburi în primul vas și se lasă să fiarbă cam 4-5 min. Se scot din această apă și se pun din nou la fiert în al doilea vas cu apă clocotită, lăsîndu-le să fiarbă cam 10 min. Se scot și se pun la fiert pentru a treia oară în cel de-al treilea vas cu apă clocotită timp de 10 min, apoi se pun în apă rece, se scoate repede pielița de pe ele și se așază pe un șervet să se zvînte.

În acest timp s-a pus zahărul la legat cu 0,750 l apă, s-a luat spuma și s-a adăugat vanilia. Când siropul este legat, nu însă prea tare, se pun pătlăgelele și zeama de lămîie. Se lasă să fiarbă la foc încet, curățînd spuma care se mai formează, pînă când dulceața este bine legată. Se ia de pe foc, se acoperă cu un ștergar ud și se pune în borcane după ce s-a răcit.

700 Dulceață de nuci verzi

1 kg zahăr, 3 pahare apă, 650 g nuci verzi curățate, ½ pahar miere de albine, ½ baton vanilie, zeama de la ½ lămîie.

Se curăță nucile de coaja verde și, pe măsură ce se curăță, se pun într-un vas cu apă rece, ca să nu se înnegrească. Se cîntăresc exact 650 g.

Se pun apoi nucile într-un vas cu apă clocotită și se țin 15 min. Se strecoară și se pun în alt vas cu apă rece tot pentru 15 min. Această operație (trecere de la apă clocotită la apă rece) se repetă de trei ori.

În acest timp se pune zahărul la legat, se spumează, se adaugă mierea de albine și vanilia. Când zahărul este legat dar nu prea tare, se pun nucile și zeama de lămâie, lăsînd să fiarbă pînă se leagă dulceța bine. Se ia de pe foc, se acoperă cu un șervet ud și stors. Se pune la borcane, rece.

Marmelade

701 Marmeladă delicioasă de portocale

4 portocale mari, 1 lămîie, atîta zahăr cît cîntăresc portocalele împreună cu lămîia și apa în care au fiert, apă – de trei ori cît cîntăresc portocalele cu lămîia, zeama de la o lămîie.

Se spală portocalele și lămîia. Se taie fiecare în 16 felii în lung, iar apoi fiecare felie în două. Astfel se obțin 32 bucăți din fiecare fruct. Se cîntăresc și se pune de trei ori atîta apă. Se lasă astfel 24 ore. După aceea se pun la fiert și se țin timp de o oră din momentul cînd încep să fiarbă. Se iau de pe foc și se adaugă zeama de lămîie, lăsînd din nou la rece încă 24 de ore. Se cîntăresc din nou portocalele cu apa în care au fiert și se adaugă tot atîta zahăr (zahărul se pune după ce lăsăm mai întîi să se înfierbînte portocalele și apa). Se fierbe 40-50 min.

Se pune caldă în borcane încălzite și se leagă după ce s-au răcit.

702 Marmeladă de caise

1 kg caise coapte, 400 g zahăr.

Se spală caisele și se scot sîmburii. Se dau prin mașina de tocat, se amestecă cu zahărul și se lasă la rece 2-3 ore. Se pun la fiert și se țin 50 min din clipa cînd încep să fiarbă, amestecînd neîncetat ca să nu se prindă de fundul vasului. Se pune caldă în borcane (borcanele trebuie puțin încălzite). Se leagă borcanele după ce marmelada s-a răcit.

703 Marmeladă de prune

1 kg prune, 300 g zahăr.

Se prepară la fel ca marmelada de caise (v. 702).

704 Marmeladă de mere

1 kg mere crețești, 500 g zahăr.

Merele curățate de coajă și sîmburi se taie bucăți și se dau prin mașina de tocat. Se adaugă zahărul, se amestecă bine și se lasă 2-3 ore la rece. Se pun la fiert, amestecînd mereu pînă se îngroașă bine.

705 Marmeladă de zmeură

1 kg zmeură, 750 g zahăr pisat.

Se curăță zmeura și se dă prin sită, se amestecă cu zahărul și se pune la fiert la foc mic, amestecînd mereu. Cînd zahărul s-a topit, se face focul puțin mai tare, lăsînd să fiarbă 40-50 min din clipa cînd a dat primul clocot. Se așază fierbinte în borcane și se leagă cînd este complet rece.

706 Marmeladă de fragi

1,5 kg vișine, 500 g zahăr, vanilie.

fragi, 750 g zahăr, zeama de la o lămîie.

Se prepară la fel ca marmelada de zmeură (v. 705), cu singura deosebire că se adaugă, după ce zahărul s-a topit, zeama de la o lămîie.

707 Marmeladă de căpșuni

1 kg căpșuni, 750 g zahăr, zeama de la o lămîie.

Se prepară la fel ca marmelada de fragi (v. 706).

708 Marmeladă de vișine

1,5 kg vișine, 500 g zahăr, vanilie.

Vișinele, spălate și curățate de sîmburi, se dau prin mașina de tocat. Se pune zahărul, se amestecă și se lasă două ore la rece. Se pune la fiert cu o bucată de vanilie baton, amestecînd mereu timp de 50 min. Se toarnă fierbinte în borcane încălzite și se leagă după ce s-a răcit.

709 Marmeladă de vișine pentru umplură

12 pahare vișine curățate de sîmburi, 1 kg zahăr, vanilie, 2 pahare apă.

Se pune la fiert zahărul cu apa; cînd începe să clocotească se adaugă vișinele și vanilia. Se fierbe pînă ce se leagă bine. Se pune fierbinte în borcane încălzite. Se leagă după ce s-a răcit. Se întrebuintează pentru umplură la clătite, prăjituri, cornulețe etc.

710 Marmeladă de vișine cu morcovi pentru umplură

4 pahare vișine fără sîmburi, 8 pahare morcovi curățați și tăiați în cuburi mici, 2 pahare apă, vanilie, 1 kg zahăr.

Se fierb morcovii pînă devin moi, se scurg și se clătesc în apă rece.

În acest timp se pun pe foc zahărul și cele două pahare cu apă; cînd începe să clocotească se adaugă morcovii, vișinele

și vanilia. Se fierbe pînă se leagă bine și rămîne puțină zeamă. Se pune fierbinte în borcane încălzite. Se leagă după ce s-a răcit.

711 Marmeladă melanj

1 kg mere, 1 kg pere, 1 kg prune, 1,5 kg zahăr, 1 pahar apă.

Se curăță de coajă merele și perele, se scot sîmburii (și la prune). Se taie fructele bucăți și se dau prin mașina de tocat, se amestecă cu zahărul și cu un pahar de apă. Se pun să fiarbă la foc mic pînă se îngroașă bine. Se așază fierbinte în borcane încălzite. Se leagă după ce s-a răcit.

Șerbeturi

Fierberea zahărului pentru șerbet. La 1 kg de zahăr sînt necesare 600-700 g apă, ca să se topească bine. Se pune la fiert la foc iute, se spumează, iar pereții vasului se șterg cu un șervet ud, ca să se evite zaharisirea.

Se fierbe pînă cînd siropul se îngroașă și se poate apuca cu două degete muiate în apă rece, formînd din el o boabă, nu prea tare. Se mai poate încerca punînd o picătura de sirop într-o ceșcuță cu apă rece; dacă se formează un bob care nu se desface, zahărul este bine legat, se ia cratița de la foc și se acoperă cu un șervet ud. Se lasă să se răcească pînă rabdă degetul, apoi se ia la frecat cu vergeaua sau cu o lingură de lemn, pînă se obține o pastă consistentă, albă.

Spre sfîrșit se adaugă zeama de lămîie sau, în lipsă, puțină sare de lămîie dizolvată în apă.

Dacă șerbetul pare prea tare, se adaugă cîte puțină apă și se freacă pînă devine suficient de moale.

712 Șerbet de ciocolată

2 batoane de ciocolată (sau 2 linguri pline de cacao), 1 kg zahăr, 700 g apă, 1 linguriță zeamă de lămîie.

Se pune la fiert zahărul cu apa la foc foarte mic. Se spumează, se șterg pereții vasului cu un șervet ud și se lasă să fiarbă la foc mai iute. Cînd este aproape legat, se adaugă ciocolata rasă sau cacaoa dizolvată în puțină apă caldută.

Se lasă să se lege cît trebuie, apoi se ia la frecat, adăugînd la sfîrșit zeama de lămîie, puțin cîte puțin.

713 **Șerbet de zahăr ars** 1 kg zahăr, 100 g zahăr pentru ars, 600 g apă.

Se arde zahărul, se stinge cu apa și se strecoară printr-un șervet. Se adaugă zahărul și se pune la fiert.

Se procedează apoi ca la șerbetul de ciocolată (v. 712).

714 **Șerbet de cafea** 1 kg zahăr, 500 g apă, 2 pahare cafea concentrată strecurată.

Se prepară ca șerbetul de zahăr ars (v. 713), adăugînd la fiertul zahărului două pahare de cafea concentrată și bine strecurată.

715 **Șerbet de vanilie** 1 kg zahăr, ½ baton vanilie, 600 g apă.

Se fierbe zahărul cu apa și cu vanilia despicată în două. Mai departe se procedează ca la șerbetul de ciocolată (v. 712). Cînd se ia la frecat se scoate vanilia.

716 **Șerbet de migdale** Cojile de la 1 kg migdale dulci, 1 kg zahăr, 4 kg apă, 2 linguri miez de migdale dulci pisate, 2-3 miezuri de migdale amare.

Se spală bine cu apă cojile lemnoase de migdale. Se pun la fiert timp de o jumătate de oră. Se strecoară prin pînză deasă și se pune la fiert 1 l de zeamă cu zahărul. Cînd siropul s-a legat, se ia la frecat (călduț). La urmă se adaugă două linguri migdale uscate și pisate și 2-3 migdale amare, uscate și pisate.

717 **Șerbet de alune prăjite** 150 g alune, 1 kg zahăr, 3 pahare apă.

Se moaie zahărul cu apa și se pune la fiert la foc mic, la început. Se curăță de spumă, se șterg pereții vasului cu un șervet curat, ud, se face focul mai iute și se lasă să fiarbă pînă ce zahărul este legat. Se lasă să se răcorească puțin și se freacă pînă este aproape gata. Se adaugă alunele prăjite în cuptor, curățate de piele și pisate mărunt, și se mai freacă pînă este gata.

718 **Șerbet de trandafiri** 1 kg zahăr, 750 g apă, 150 g foi de trandafir, zeama de la ½ lămîie.

Petalele de trandafir, curățate de părțile albe, se freacă cu un vîrf de cuțit de sare de lămîie și se pun la fiert cu apa.

După ce au dat cîteva clocote, se iau de pe foc, se acoperă și se lasă 10-15 min, apoi se strecoară printr-un șervet. Zeama de trandafiri se pune la fiert cu zahărul, se spumează, se șterg pereții vasului cu un șervet ud și se lasă să fiarbă la foc iute pînă se leagă suficient. Se ia la frecat cald și cînd începe să se albească, se adaugă zeama de lămîie. Dacă șerbetul pare a fi prea tare, se poate subția cu o lingură de zeamă de trandafiri sau cu zeamă de lămîie.

719 Șerbet de zmeură

1 kg zahăr, 2 pahare apă, 500 g zmeură, 1 lingură zeamă de lămîie.

Zmeura, curățată și spălată, se fierbe cu apa cîteva minute; se strecoară printr-un șervet perfect curat storcînd bine. Zeama obținută se fierbe cu zahărul, se spumează, se șterge cratița cu un șervet ud și se lasă să fiarbă la foc mai iute pînă este suficient de legată. Se ia la frecat mai cald, adăugînd, cînd începe să se albească, zeama de lămîie.

Dacă pare a fi prea tare, se poate subția cu o lingură de zeamă de zmeură.

720 Șerbet de căpșuni

1 kg zahăr, 2 pahare apă, 500 g căpșuni, 1 lingură zeamă de lămîie.

Se prepară ca șerbetul de zmeură (v. 719).

721 Șerbet de fragi

1 kg zahăr, 2 pahare apă, 500 g fragi, 1 lingură zeamă de lămîie.

Se prepară ca șerbetul de zmeură (v. 719).

722 Șerbet de cireșe amare

1 kg cireșe amare, 2 pahare apă, 1 kg zahăr, zeama de la ½ lămîie.

Cireșele, spălate, se pun la fiert cu apa și se lasă să fiarbă 15 min. Se iau de pe foc, se lasă să se răcească și se strecoară. Zeama se mai strecoară o dată prin tifon, se pune zahărul și se fierbe la foc mic la început și mai iute după ce se curăță de spumă. Cînd s-a legat bine, se ia de pe foc, se lasă să se răcească, apoi se freacă, adăugînd la urmă zeama de lămîie, puțin cîte puțin.

723 Șerbet de flori de salcîm

750 g flori de salcîm, 1 kg zahăr, 1 l apă, zeama de la ½ lămîie.

Se curăță floarea de salcîm la fel ca petalele de trandafir (v.685) și se pune la fiert cu 1 l apă. După ce dă cîteva clocote, se ia de pe foc, se acoperă, se lasă să se răcească, apoi se strecoară printr-o sită foarte deasă, de pâr, sau prin tifon.

Zeama strecurată se pune la fiert cu zahărul (de preferință cubic) la început la foc mai mic, iar după ce se curăță de spumă, la foc mai iute, ștergînd pereții vasului cu un șervet curat și ud, și se lasă să fiarbă pînă se leagă zahărul.

Cînd este călduț, se ia la frecat, adăugînd la sfîrșit zeama de lămîie, puțin cîte puțin.

724 Șerbet de violete

Aceleași cantități ca la șerbet de flori de salcîm.

Se prepară la fel ca șerbetul de flori de salcîm (v. 723).

Compoturi

Fructele pentru compot trebuie alese să nu fie stricate, să nu fie viermănoase și să nu fie prea tare coapte.

Compotul se fierbe la foc încet și totdeauna în vas acoperit. Nu se amestecă niciodată cu lingura, ca să nu se strivească fructele.

Se prepară într-un vas care nu este întrebuințat pentru mîncare.

725 Compot de cireșe amare

1 kg cireșe, 3 linguri zahăr, apă cît să acopere fructele, o bucă-țică vanilie baton.

Se curăță și se aleg cireșele, se spală; se pun într-un vas în care nu se face mîncare, se adaugă zahărul, vanilia și apă cît să acopere fructele. Se lasă să fiarbă, dînd cîteva clocote. Se servește rece.

726 Compot de vișine

1 kg vișine, 4-5 linguri zahăr, apă cît să acopere fructele, o bucățică vanilie baton.

Se curăță, se aleg cireșele și se spală fructele. Se pun într-un vas în care nu se prepară mîncare, se adaugă vanilie, zahăr și

apă cît să acopere vișinele. Se fierbe pînă cînd dă 5-6 clocote. Se servește rece.

727 Compot de caise

1 kg caise tari, 300 g zahăr, 3 pahare apă, zeama de la ½ lămîie.

Se pun la fiert zahărul și apa. În acest timp se curăță caisele de pielită și se lasă să stea în apă rece. Cînd zahărul s-a topit bine, se adaugă caisele, pe care le scoatem din apă rece, și zeama de lămîie. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă dau cîteva clocote, soumînd în timpul fierberii. Se servește rece.

728 Compot de piersici

Aceleași cantități ca la compotul de caise.

Se prepară în același fel ca și compotul de caise (v. 727), cu singura deosebire că piersicile se taie în două și se scot sîmburii.

729 Compot de prune

1 kg prune, 0,5 l apă, 300 g zahăr, zeama de la o lămîie, o bucățică de vanilie baton.

Se pun la fiert zahărul și apa. În acest timp se curăță fiecare prună de pielită și se moaie în zeamă de lămîie. Astfel pregătite, se pun prunele în sirop, se adaugă vanilia și puțină zeamă de lămîie. Se lasă să fiarbă 5-6 min, din momentul cînd începe să fiarbă, luînd spuma care se formează. Se servește rece.

730 Compot de pere

1 kg pere, 3 pahare apă, 300 g zahăr, zeama de la o lămîie, o bucățică de scorțișoară, 2-3 cuișoare.

Se curăță perele de coajă și se taie în patru; se curăță sîmînța. Fiecare bucățică se moaie în zeamă de lămîie.

În acest timp se pun la fiert zahărul și apa, se adaugă perele, scorțișoara și cuișoarele. Se lasă să fiarbă acoperit pînă se moaie repede. Se servește rece.

731 Compot de mere

5-6 mere crețesti, 300 g zahăr, 3 pahare apă, o bucățică scorțișoară, 2-3 cuișoare.

Se curăță merele de coajă, se scot sîmburii și se taie în patru. Se lasă să stea în apă rece.

Se pun la fiert zahărul, apa, scorțișoara și cuișoarele. Când începe să fiarbă, se adaugă merele și se lasă să fiarbă acoperite, la foc mic, pînă se moaie fructele. Se servește rece.

732 Compot de gutui

1 kg gutui, 500 g zahăr, 3 pahare apă, 1 bucățiță scorțișoară.

Se curăță gutuile de coajă și sîmburi și se taie felii de grosimea unui deget. Se pun în apă rece.

În acest timp se fierbe zahărul cu apa și scorțișoara. Când siropul este pe jumătate gata, se adaugă gutuile și se lasă să fiarbă acoperit, la foc încet, pînă se moaie. Se servește rece.

733 Compot asortat pentru iarnă

2 kg zahăr, 8 pahare apă, 1 kg cireșe, 1 kg vișine, 1 kg caise, 2 kg piersici, 1 kg prune, 1 kg pere, 2 kg struguri tămîioși, Hamburg, 3 pahare rom sau votcă, 10 g acid salicilic.

Se pune la fiert apa cu zahărul. Se curăță de spumă. După ce a dat 4-5 clocote, se pun cireșele spălate și curățate de codițe. Se lasă să dea un clocot și se iau de pe foc.

Se scot cireșele cu o lingură de spumă și se așază pe fundul unui borcan de 10 kg, bine spălat și perfect șters cu un ștergar curat. În zeama de la cireșe se adaugă un pahar de rom sau de vodcă, 5 g acid salicilic, se amestecă și se toarnă în borcan peste cireșe. Se leagă borcanul cu o pînză albă, curată, apoi cu o foaie de celofan și se așază la loc uscat și răcoros, păstrîndu-se astfel pînă la apariția vișinelor pe piață.

Se aleg vișine bine coapte, neviermănoase, se spală și se curăță de codițe. Se dezleagă borcanul, se scurge încet zeama într-o cratiță și se pune pe foc. Când începe să fiarbă, se adaugă vișinele și se lasă să dea un singur clocot. Se ia de pe foc, se scot vișinele cu lingura de spumă, se așază în borcan peste cireșe, iar zeama fierbinte se toarnă peste fructe. Se leagă imediat și se păstrează ca mai sus, pînă la apariția caiselor.

Se procedează astfel cu toate fructele, pe rînd. Caisele, prunele și piersicile se pun întregi. Perele se curăță de coajă, se scoate căsuța cu sîmburi, se taie în sferturi și fiecare sfert pe jumătate. Perele trebuie să fie de calitate bună și tari, în nici un caz nu se vor pune pere mălăiețe sau bergamote. Ultimele fructe care se adaugă sînt strugurii. Se rup de pe ciorchine și se spală bine în cîteva ape. Se dezleagă din nou

borcanul, se scurge toată zeama de fructe într-un vas, se pune pe foc să dea un clocot, apoi se adaugă strugurii și se mai lasă să dea un clocot. Se dă la o parte, se scot boabele cu lingura de spumă și se așază în borcan peste celelate fructe. În zeama de fructe se adaugă două pahare de rom sau de votcă, 5 g acid salilic, și se toarnă fierbinte peste fructele din borcan. Se leagă și se păstrează astfel pînă la întrebuințare.

Iarna compotul se scoate din borcan cu un polonic mic, treptat, după nevoie. De fiecare dată se leagă la loc.

Se păstrează foarte bine toată iarna.





Conserve de legume

734 Bulion de roşii

Roşiile, bine coapte, se spală, se rup în două, în trei sau în patru (depinde de mărimea roşiei) şi se dau prin maşina de roşii (separator) care separă carnea şi zeama, de seminţe şi de pieliţa roşiei.

Zeama şi carnea roşiilor se pun la fiert, amestecînd mereu pentru ca să nu se prindă de fundul vasului. Se lasă să fiarbă pînă cînd se îngroaşă bine.

Bulionul trebuie să curgă prin pîlnia cu ajutorul căruia va fi pus în sticle. Sticlele trebuie spălate din timp, bine uscate şi ţinute la gura cuptorului ca să fie calde.

Bulionul se toarnă cald, iar sticlele se umplu pînă la gît. În fiecare sticlă se pune cîte o linguriţă de ulei bun şi se leagă cu hîrtie celofan pusă în două.

Se aşterne pe masă o pătură, se pun sticlele cu bulion (în picioare) şi se acoperă cu altă pătură pusă în patru. Se lasă astfel pînă cînd sticlele se răcesc complet. Se păstrează la loc uscat şi răcoros.

În lipsa maşinii (separator) roşiile după ce au fiert şi s-au muiat pot fi trecute prin sita de bulion sau prin orice altă sită de pînă.

735 Roșii la sticle

Roșii coapte și bine spălate se introduc pentru o clipă în apă clocotită. Se curăță de pieliță, se taie în două, se scutură bine de semințe și se taie în fișii subțiri.

Roșiile astfel tăiate se pun într-un vas perfect curat și se amestecă cu acid salicilic (la 1 kg roșii – 2 g acid salicilic) și sare pentru gust. Apoi se introduc în sticle curate și uscate.

Zeama rămasă se strecoară prin sita de păr sau prin tifon și se toarnă peste roșii. Sticlele se leagă cu celofan pus în două și se păstrează la loc uscat și răcoros.

736 Sos de roșii pentru friptură

1 kg roșii coapte, 250 g zahăr, $\frac{1}{2}$ linguriță ienibahar pisat, 1 linguriță piper negru pisat, 3 linguri boia de ardei, 1 lingură sare, 3 linguri muștar, 1 pahar oțet bun.

Se spală bine roșiile, se rup și se trec prin mașina de roșii (separator). Zeama și carnea de roșii se pun la fiert, amestecând mereu. Când devine ca o smântână groasă, se adaugă zahărul, ienibaharul, piperul, boiaua, sarea, muștarul și oțetul. Se mai lasă să fiarbă până ce scade și devine ca un bulion nu prea gros.

Se pune fierbinte în sticlute mici, se toarnă câte puțin ulei bun în fiecare sticlută și se leagă cu celofan dublu. Se păstrează la loc rece. Se servește la fripturi.

737 Gogoșari și ardei gen bulion

1 kg gogoșari, 1 kg ardei lungi roșii, 300 g sare, 1 g acid salicilic.

Ardeii și gogoșarii, bine spălați, se taie în două, se îndepărtează cotorul, se scutură de semințe și se dau prin mașina de tocat. Se amestecă bine cu sarea și acidul salicilic și se așază în borcane. Se leagă cu celofan dublu.

Se întrebuințează la prepararea mâncărilor cu sos și a ciorbelor. Aceste mâncări se sarează numai după ce s-a pus bulionul de gogoșari, dacă mai este necesar.

738 Gogoșari cu orez

50 gogoșari, 250 g orez, 4,5 kg roșii, 1 păhărel oțet, 2-3 foi de dafin, câteva boabe ienibahar, sare, zahăr (după gust) $\frac{3}{4}$ pahar ulei, 1 vîrf cuțit acid salicilic.

Se fierb roșiile.

Se face un bulion subțire în care se adaugă oțetul, foile de dafin, boabele de ienibahar, sare și zahăr pentru gust.

În bulionul astfel preparat se pun gogoșarii tăiați sferturi și scuturați de semințe, se lasă să dea 2-3 clocote și se iau de pe foc.

Se adaugă orezul fiert dinainte în apă, uleiul și un vîrf de cuțit de acid salicilic. Se amestecă ușor și se pune la borcane mici (500 g). Borcanele nu se umplu, ci se lasă un spațiu liber de două degete. Se leagă cu celofan pus în două și se fierb în baie de apă, 20 min din momentul cînd începe fierberea. Se lasă să se răcească în apă, apoi se păstrează la rece. Iarna se servesc ca aperitiv.

739 Ardei conservați în sare

Se aleg ardei frumoși, se spală, se scoate cotorul, se scutură de semințe și fiecare ardei se presară cu $\frac{1}{4}$ linguriță de sare. Se așază ardeii într-un vas mare și se lasă să stea cu sare pînă a doua zi, cînd se întorc pentru ca ardeii care au stat la fundul vasului să fie așezați la suprafață, iar cei ce au fost la suprafață să fie așezați la fundul vasului. Se lasă din nou să stea pînă a doua zi. Astfel ardeii vor fi muiați bine.

Se așază în borcan, unul peste altul, apăsînd cu mîna să nu rămîină spații libere între ei; deasupra se toarnă zeama pe care au lăsat-o ardeii.

Se așază două bețișoare cruciș, se leagă cu două rînduri de celofan și se păstrează la loc răcoros.

740 Gogoșari în oțet

Pentru fiecare kilogram de oțet de 9°: 1½ pahar apă, 1 lingură cu vîrf sare, 2 linguri zahăr, 1 lingură miere de albine, cîteva foi de dafin, cîteva boabe ienibahar. Gogoșari, tarhon.

Se aleg gogoșari frumoși, se spală, se șterg bine cu un șervet curat, se taie codița și cu o andrea se înțeapă în jurul cotorului de 4-5 ori. Se așază în borcane mari de sticlă, bine spălate.

Oțetul cu apa, sarea, zahărul și mierea de albine (dacă lipsește mierea, se mai adaugă jumătate lingură de zahăr), se pune la fiert, se adaugă foile de dafin și boabele de ienibahar și se lasă să dea cîteva clocote. Se toarnă fierbinte peste gogoșarii așezați în borcane. Se toarnă treptat, cu polonicul, ca să nu plesnească borcanul care trebuie să fie înfășurat într-un șervet muiat în apă.

Se pune peste gogoșari o mîna de tarhon spălat, se acoperă gura borcanului cu o farfurioară și se lasă pînă a doua zi.

Oțetul, intrînd în gogoșari, va avea un nivel mai scăzut în borcan. Se mai adaugă oțet (preparat ca mai sus) ca să se umple borcanul. Se lasă 2-3 ore și dacă în acest timp nivelul oțetului scade se umple din nou borcanul.

La gura borcanului se așază două scîndurele în cruce, se leagă cu hîrtie celofan pusă în două și se păstrează la loc răcoros.

741 Gogoșari tăiați, în oțet

Gogoșarii, spălați și bine șterși, se taie în sferturi; cotoarele și semințele se aruncă. Se așază în borcan (nu prea îndesat) și se umplu cu oțetul pregătit ca la gogoșari în oțet. Se așază scîndurele în cruce la gura borcanului, se leagă cu celofan pus în două și se păstrează la rece.

742 Ardei umpluți cu zarzavat

Se aleg ardei grași frumoși, se spală, se taie în jurul coto-ului, înlăturîndu-l, și se face o înțepătură cu furculița în vârful ardeiului. Se taie ca fideaua varza albă, cîțiva morcovi, țelină, pătrunjel și cîțiva căței de usturoi. Se freacă totul bine cu sare și se umplu ardeii îndesînd bine. Se așază în borcan și se toarnă deasupra apă fiartă cu sare și oțet (rece). La 2 l apă se pune un pahar de oțet de 9° și sarea trebuincioasă.

Se leagă borcanul cu celofan și se păstrează la loc răcoros.

743 Vinete umplute cu zarzavat

Se aleg vinete tinere, se taie codița și se despică la mijloc pe lung. Se pun în apă clocotită puțin sărată și se lasă să fiarbă pînă devin moi. Se scot din apă, se așază pe o masă curată sau pe o planșetă de lemn, se acoperă cu altă planșetă pe care se pun greutatea și se lasă să stea astfel timp de 2-3 ore. Această operație se face pentru ca să se scurgă bine zeama neagră din vinete.

Se umplu apoi cu aceeași umplutură ca pentru ardei umpluți cu zarzavat, procedînd astfel.

Se ia fiecare vînată, se umple cu zarzavat prin despicătura făcută și se leagă cu cozi de țelină opărită. Se așază în borcan și se toarnă deasupra aceeași saramură ca la ardei umpluți cu zarzavat.

Se pun două scîndurele în cruce și se leagă cu celofan. Se păstrează la loc rece.

744 Ardei conservați în bulion

Se spală ardeii, se scot cotoarele, se scutură de semințe și se pun într-un vas mai mare cu apă clocotită și puțin sărată. Nu se lasă în apa clocotită decât câteva clipe, apoi se scot cu ajutorul lingurii de spumă și se pun într-o sită ca să se scurgă bine de apă. După ce s-au răcit, se așază ardeii în borcane, fără ca să-i îndesăm.

Se toarnă peste ei bulion de roșii rece, adăugînd la fiecare kilogram de bulion 1 g acid salicilic (acidul salicilic se amestecă bine cu bulionul rece).

Se lasă câteva ore borcanele nelegate și dacă nivelul lichidului scade, iar ardeii rămîn descoperiți, se mai adaugă bulion cu acid salicilic. În fiecare borcan umplut se presară deasupra 1 g acid salicilic, se leagă cu celofan și se păstrează la rece.

745 Ardei uscați

Ardeii, spălați și bine șterși, se taie subțire ca tăiteii. Mai departe, se procedează ca la zarzavat uscat pentru iarnă (v. 748). Se întrebuintează la pregătirea ciorbelor, tocanei și verzei.

746 Vinete pentru musaca

Se taie vinetele rotogoale de grosimea unui deget, se sărează și se lasă să se scurgă timp de o oră. Se stoarce bine fiecare rotogol cu mîna, se șterge cu un șervet uscat și se prăjește pe ambele părți în ulei. După ce toate rotogoalele au fost prăjite și s-au răcit, se așază în borcane mici (vinetele dintr-un borcan să fie suficiente pentru prepararea unei mîncări) borcanul rămînînd gol de 2-3 degete. Se toarnă deasupra bulion subțire cît să le acopere, se acoperă cu celofan pus în două, se leagă și se fierb în baie de apă 25 min. Se lasă să se răcească în apa în care au fiert. Se păstrează la loc răcoros.

747 Esență de zarzavat pentru supă

3 kg morcovi, 2 kg ceapă, 2 kg roșii, 1 kg pătrunjel, 5 țeline, 6 ardei grași, 1 kg varză albă, 750 g sare.

Tot zarzavatul se spală, se curăță, se taie bucăți mici și se dă prin mașina de tocat. Se amestecă bine cu sarea, apoi se pune în borcane mici, apăsînd bine cu mîna ca să nu rămînă goluri. Se toarnă în fiecare borcan un strat de ulei (cam de

½ cm), se acoperă cu celofan pus în două și se leagă. Se păstrează la rece.

Se întrebuințează pentru pregătirea supelor sau a ciorbelor,

748 Zarzavat uscat pentru iarnă (morcovi, pătrunjel, țelină, păstîrnac)

Se curăță, se spală și se zvîntă zarzavatul. Se rade apoi pe răzătoarea de zarzavat, se pune pe o planșetă așternută cu hîrtie albă, așezată la un loc cu mult soare, răsfirînd zarzavatul pe toată suprafața planșetei.

Se ține la soare cîteva zile pînă cînd se usucă, apoi se pune într-o tavă și se dă la cuptor după ce a încetat să ardă focul. Se repetă operația 2-3 zile, zarzavatul trebuind să fie bine uscat.

Se păstrează într-o cutie de metal cu capac sau în borcane de sticlă legate cu celofan. În nici un caz nu se va păstra în săculețe de pînză sau de hîrtie, deoarece își pierde aroma. Zarzavatul uscat în acest fel își păstrează gustul, aroma și culoarea.

749 Morcovi, pătrunjel și țelină uscate pentru supă

Zarzavatul, curățat, spălat și bine șters, se taie în patru sau în opt (depinde de mărime) și se înșiră pe o ață mai groasă. Se ține la soare pînă se usucă, apoi se dă la cuptor și se păstrează ca și zarzavatul uscat pentru iarnă.

750 Mărar verde conservat pentru iarnă

Se alege mărarul, se spală și se lasă într-o sită ca să se scurgă bine de apă. Se pune într-un castron și se amestecă cu sare. Se așază într-un borcan mic un strat de mărar, se presară cu sare, apoi alt strat de mărar și din nou sare. Se procedează astfel pînă se umple borcanul.

Se lasă borcanul nelegat pînă a doua zi, apoi se mai umple golul rămas în borcan datorită așezării mărarului cu sare. Deasupra se presară sare, se acoperă borcanul cu celofan, se leagă și se păstrează la loc rece.

Iarna, înainte de a fi întrebuințat, se spală și se ține 30 min în apă puțin călduță.

751 Tarhon conservat pentru iarnă

Se alege tarhonul, se spală bine, se pune într-un castron, se presară cu sare și se amestecă. Se așază apoi în borcan și se umple cu oțet. Înainte de a fi întrebuințat se spală și se ține puțin în apă caldută.

752 Foi de viță conservate pentru iarnă

Se spală foile de viță tinere, se așază într-un vas și se opăresc cu apă sărată (la 1 l apă, 50 g sare). Se lasă să se răcească, apoi se scurge apa și se fac rulouri din 10-15 foi de viță așezate una peste alta. Se pune într-un borcan un rând de rulouri, se presară cu mărar spălat și amestecat cu puțină sare, apoi se pune un rând de rulouri de foi de viță etc. Se procedează astfel pînă se umple trei sferturi din borcan. Se acoperă cu 2-3 foi nesărate și se toarnă saramura în care au fost opărite. Se așază două scîndurele în cruciș deasupra foilor, se acoperă borcanul cu celofan pus în două și se leagă.

753 Zacuscă pentru iarnă I

10 vinete tinere, 15 gogoșari, 14 ardei grași, 4 kg roșii, 1 kg ceapă, ½ kg ulei, sare.

Se coc vinetele, gogoșarii și ardeii, se curăță și se lasă să se scurgă. Se înlătură cotorul și toate semințele de la ardei și gogoșari și se taie ca tăiței. Vinetele se toacă. Ceapa tăiată peștișori se pune la prăjit cu uleiul pînă începe să se moaie. Se adaugă vinetele tocate, gogoșarii și ardeii tăiați, cum și zeama de la 4 kg de roșii fierte și strecurate. Se sarează. Se lasă să se prăjească amestecînd continuu cu lingura pînă scade tot bulionul.

Se umplu borcanele (numai trei sferturi), se acoperă cu celofan dublu, se leagă și se fierb în baie de apă 25 min din clipa cînd începe să clocotească apa.

Se lasă să se răcească borcanele în apa în care au fiert, apoi se așază la loc uscat și răcoros.

754 Zacuscă pentru iarnă II

Se taie vinetele rotogoale, se sarează, se lasă să se scurgă timp de o oră, apoi se prăjesc pe ambele părți.

Se spală gogoșari, se taie în sferturi, se scutură de semințe și se opăresc în oțet, lăsîndu-i să stea 10-15 min, apoi se scot și se scurg bine.

Se așază într-un borcan un rând de vinete prăjite, un rând de gogoșari. Se procedează astfel pînă cînd se umple borcanul pe trei sferturi. Se completează cu roșii fierte și strecurate în care s-a adăugat sare, puțin zahăr, boabe de piper și ienibahar pisate. Borcanul trebuie să rămînă gol de două degete. Se acoperă cu celofan dublu, se leagă, și se fierbe în baie de apă 25 min. Se lasă să se răcească în apa în care a fiert. Se păstrează la loc răcoros și uscat.

755 **Castraveți mici în oțet**

Castraveții mici (buburoși) se spală, se scurg de apă, se taie puțin la capete, se așază în borcan și se acoperă cu puțin mărar uscat și 2-3 căței de usturoi tăiați mărunt (usturoiul poate să lipsească).

La un litru de oțet de 9° se pun un pahar și jumătate de apă, cîteva boabe de ienibahar, 2-3 foi de dafin și 40 g de sare.

Se fierbe oțetul cu apa, sarea și mirodeniile, se lasă să dea cîteva clocote, apoi se toarnă fierbinte peste castraveți. Turnarea oțetului se face treptat, puțin cîte puțin, ca să nu se spargă borcanul pe care l-am înfășurat dinainte cu un șervet muiat în apă.

Se acoperă gura borcanului cu un fund de lemn sau cu o farfurie, iar după ce s-a răcit, se acoperă cu celofan și se leagă.

756 **Legume asortate în oțet**

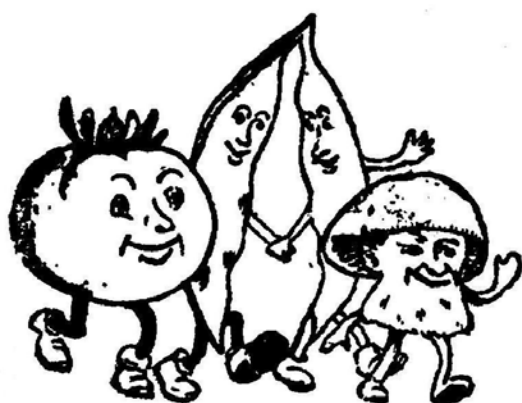
15 gogoșari verzi, 30 gogoșari roșii, 2 rădăcini mari morcovi, 2 țeline mari, 1 conopidă potrivită, 2 căpățîni de usturoi mari, ½ kg arpagic (sau ceapă mai mică decît o nucă).

Gogoșarii se spală și se taie în 8 (fără cotor și semințe), morcovii și țelina se curăță, se spală și se taie cuburi, usturoiul și ceapa se curăță și se pun întregi, iar conopida ruptă în buchețele.

Se așază în borcan cîte puțin din fiecare pînă se umple, apoi se toarnă oțetul fiert cu apa și mirodeniile ca la gogoșari în oțet (v. 740). Se toarnă fierbinte puțin cîte puțin. Borcanul se leagă după ce s-a răcit.

757 **Murături în apă, la borcan**

Într-un borcan de 10 l se așază pătlăgele verzi, gogonele, morcovi și țelină, tăiate felii subțiri și rotogoale, buchețele de conopidă, ardei verde lung, ardei roșu lung (înțepat în jurul cotorului) și fasole țucără, tînără.



Se aranjează zarzavatul variat, deasupra se pune mărar uscat și câțiva căței de usturoi tăiat mărunt. Se toarnă deasupra următoarea saramură.

La 10 l apă, 450 g sare, un pahar de oțet, câteva foi de dafin și 5-6 boabe de ienibahar. Se fierbe și se lasă să dea câteva clocote.

Se înfășoară borcanul în ștergare muiate în apă și se toarnă saramura fierbinte, treptat, cu polonicul. Se acoperă borcanul cu o farfurie, iar după 5-6 ore când lichidul din borcan a scăzut, se mai adaugă saramură ca să se umple borcanul. Se acoperă cu celofan pus în două și se leagă.

Se ține la loc cald pînă se limpezește saramura, apoi la loc uscat și răcoros.

758 Struguri marinați

1 kg struguri, 1 pahar oțet de 9°, 2 pahare apă, $\frac{3}{4}$ pahar zahăr, 2-6 cuișoare, 1 bucată scorțișoară, 1 linguriță sare rasă.

Se aleg struguri cu coaja groasă și bobul mare, aceasta fiind condiția esențială. Se spală, se înlătură boabele strivite, lovite, pătate sau stricate. Se așază în borcan cu ciorchine cu tot.

Se fierbe oțetul cu apa, zahărul, scorțișoara, cuișoarele și sarea, lăsînd să dea câteva clocote. După ce s-a răcit, se toarnă peste strugurii așezați în borcan. Borcanul se acoperă cu celofan, se leagă și se ține la loc răcoros.

Acești struguri se servesc ca garnitură la friptură de curcan, rață, gîscă, găină, în timpul iernii.

Tăierea porcului

Timpul cel mai potrivit pentru tăierea porcului este mijlocul lui decembrie, cînd temperatura este scăzută și carnea se poate păstra mai bine.

Se recomandă ca după tăiere porcul să fie pîrlit. Carnea este astfel mai gustoasă, iar şoriciul şi slănina mai fragede. Dacă porcul se opăreşte, şoriciul şi slănina se întăresc.

În momentul tăierii, se strînge sîngele într-un vas curat, se amestecă cu sare şi se păstrează la rece pînă la întrebuinţare. Porcul nu se lucrează în aceeaşi zi în care a fost tăiat. Se scot numai măruntaiele şi osînza, se spală pe dinăuntru de sîngele scurs şi se şterge cu un şervet uscat.

Se despică porcul în două, se taie capul şi picioarele, se aşază într-un vas mare (sau în două) şi se păstrează la rece pînă a doua zi.

Osînza se pune imediat în apă rece, se lasă 4-5 ore, apoi se scurge de apă şi se păstrează la rece pînă la topire.

Ficatul, rinichii, splina şi inima nu se spală.

Imediat după tăiere, cît mai sînt calde, intestinalele se golesc, se întorc şi se spală în mai multe ape reci.

Intestinul subţire, care se foloseşte la prepararea cîrnaţilor, se spală şi se rade cu muchia unui cuţit. Această operaţie trebuie făcută cu băgare de seamă, ca să nu se taie intestinul, totuşi să se subţieze ca o foiţă. Se spală bine, se freacă cu sare, se spală din nou, apoi se ţine la rece pînă la întrebuinţare.

Intestinul gros, folosit la prepararea caltaboşilor şi a lebăr-vurştolui cu sînge, precum şi stomacul, întrebuinţat pentru prepararea tobei, se spală bine cu apă caldă, se întorc pe dos, se spală din nou şi se rad uşor cu cuţitul, fără însă să fie subţiate. Se freacă bine cu sare, se spală, se freacă cu ceapă pisată, se lasă astfel un ceas, două, apoi se pun într-un vas mare cu zăpadă (dacă nu este zăpadă, se pun în apă rece, care se schimbă mereu).

Intestinele nu trebuie să aibă nici un fel de miros.

Capul şi limba se întrebuinţează pentru prepararea tobei.

Picioarele folosesc la prepararea răciturilor (piftii).

Creierul, rinichii, inima şi splina se folosesc la prepararea mîncărilor ce vor fi consumate proaspete.

Din ficat se prepară lebăr-vurştol.

Sîngele se pune la tobă şi caltaboşi.

Din pulpele din spate (jamboanele) se prepară şunca.

Slănina de pe spate, care este groasă, muşchii, garful (ceafa porcului) şi costiţa se pun la saramură şi se afumă. Servesc iarna pentru diferite întrebuinţări.

Pulpele din faţă (carnea) şi restul de carne se folosesc la prepararea cîrnaţilor.

Osînza şi slănina subţire se topesc.

Saramura (punerea cărnii la saramură). A doua zi după tăierea porcului, carnea ce urmează să fie păstrată se pune la saramură. Saramura se prepară în felul următor.

Se cântărește carnea. La fiecare 10 kg de carne se pun 800 g sare și 25 g silitră. Șuncile și bucățile de carne se freacă cu puțină silitră și se lasă astfel timp de o oră. După aceea, se așază într-o puțină sau într-un vas mai adânc; la fund șuncile, apoi slănina tăiată bucăți (dreptunghiulare sau pătrate), costițele și mușchii. Fiecare rînd se presară cu silitră, cu puțină sare și cu mirodenii (foaie de dafin, ienibahar ușor zdrobit și cimbru pisat).

Se prepară saramura din apă cu sare. Se amestecă bine pînă cînd se topește toată sarea și se toarnă peste carne. Saramura trebuie să acopere carnea.

După 3–4 zile, se scot costițele și mușchii, se șterg cu un șervet și se pun la zvîntat.

Șuncile se scot din saramură la 2-3 zile și se înțeapă cu o andrea ca să pătrundă mai bine saramura. După această operație, se așază la loc.

Slănina se scoate după 7-8 zile și se pune la zvîntat.

Șuncile se țin timp de 14 zile, iar dacă sînt foarte mari se țin încă 3–4 zile, apoi se pun la zvîntat.

Cînd slănina și carnea sînt bine uscate, se pun la afumat.

Afumarea. Fumul cel mai bun, care dă gust plăcut cărnii, este cel din coceni de porumb.

Un mijloc ușor și practic pentru afumat este un butoi fără fund. În locul fundului se așază un lighean sau un alt vas mai mare. Pe fundul ligheanului se așterne un strat gros de cenușă, peste cenușă jeratic (cărboni aprinși), iar peste jeratic un rînd de coceni umeziți. Bucățile de slănină, carne sau cîrnați se atîrnă pe bețe, iar nețele se sprijină de marginile butoiului, astfel încît slănina, carnea etc să se afle în interiorul butoiului. Se acoperă butoiul cu cîteva ziare, peste care se pune un sac în așa fel ca fumul să nu iasă afară.

În 4–5 ore carnea este afumată și capătă o culoare frumoasă ruginie. Cîrnații și slănina se afumă mai repede.

În tot timpul afumării, la interval de 15–20 min, se ridică puțin sacul pentru a controla dacă nu cumva s-au aprins cocenii sau la nevoie se mai pune un alt rînd de coceni. Aceștia nu trebuie să ardă în flăcări, ci să mocnească, ca să facă fum. În cazul cînd s-au aprins, se aruncă peste coceni un pumn, doi, de rumeguș.

După afumare, șuncile, slănina etc. se păstrează într-o cameră rece și uscată.

Șuncile, mușchii, costițele și garful, înainte de a fi întrebuințate, se fierb.

760 Prepararea cîrnaților

Bucățelele de carne de la grumaji, mușchii pîntecului, carnea de la pulpele din față, bucăți de carne grasă și puțină slănină, se dau prin mașina de tocat sau se toacă bine cu satîrul (după gust).

Tocătura se pune într-un vas mare, se amestecă cu puțină silitră și se lasă la rece jumătate de oră. Se adugă apoi usturoi pisat, sare, piper negru, ienibahar, coriandru și puțin chimion (toate pisate). Se frămîntă bine cu mîna, adăugînd mereu cîte puțină zeamă de oase sau zeamă în care a fiert capul pentru tobă (zeama trebuie să fie rece), pînă cînd pasta de carne este bine legată, moale și mustoasă.

Se spală încă o dată intestinele cu apă rece și se umplu cu tocătură, nu însă prea îndesat. Se șterg cîrnații cu un șervet și se înțepă cu un ac mai gros ca să iasă aerul.

Dacă se folosesc neafumați, se păstrează la loc rece.

Dacă se păstrează vreme îndelungată, sepun la afumat. Se unesc capetele, se leagă cu o sforicică, se înșiră pe un băț și se pun la aer ca să se zvînte. După 2-3 zile se pun la afumat.

761 Prepararea lebărvurștului

Se cîntărește ficatul, apoi se cîntărește slănina (o treime din greutatea ficatului).

Se taie slănina în bucăți măricele (fără șorici), jumătate din ea se pune pe fundul unei cratițe, peste ea se așază ficatul tăiat în 4–5 bucăți, 2 cepe tăiate în patru 2 foi de dafin și 5–6 boabe de ienibahar pisat. Se așază restul de slănină și se toarnă apă cît să acopere slănina. Nu se sarează.

Se pune la foc și cînd începe să fiarbă, se acoperă și se lasă să mai fiarbă foarte încet 30–40 min. Se ia de la foc și se lasă acoperit pînă ce se răcește bine. Se scoate apoi din zeama rămasă în cratiță și se trece de trei ori prin mașina de tocat.

În pasta de ficat se adaugă puțin piper pisat împreună cu 2-3 cuișoare și sare. Se bate cu lingura pînă ce pasta are aspectul unei alifii.

Intestinul gros, curătat și spălat, se umple, nu însă prea tare ca să nu plesnească la fiert (se fac cîrnați nu prea lungi). Se leagă bine cu o sforicică la capete, se înțeapă cu acul, se așază într-o cratiță mare cu apă rece și se pune la foc. Cînd dă în fiert, se trage la marginea mașinii și se lasă să fiarbă foarte încet 15–20 min. În timpul fiertului se mai fac cîteva înțepături.

Se scot foarte încet, ca să nu se rupă, apucînd de sforicica cu care sînt legați, și se pun într-un vas cu multă apă rece. Unde se lasă pînă cînd se răcesc complet.

Se păstrează la rece.

762 Prepararea salamului

La 1 kg carne de porc se adaugă 1 kg carne de vacă și 500 g slănină. Se dă totul prin mașina de tocat, se amestecă cu 10-15 g silitră și se frămîntă cu mîna ½ oră. Se lasă 2–3 ore, apoi se pune sare, usturoi pisat, cîteva boabe de ienibahar și piper (pisate). Se mai adaugă încă 250 g slănină tăiată mărunt. Se frămîntă bine, se gustă de sare, apoi se umplu intestinele subțiri cu tocătură.

Se șterg cîrnații cu șervetul și se pun la vînt pentru 10–12 ore.

Se afumă a doua zi timp de 5–6 ore.

Se lasă să se usuce la aer 3–4 zile, se ung cu o cîrpă curată muiată în ulei și se păstrează la rece.

763 Prepararea tobei

Capul și urechile porcului se rad bine, se spală (după ce au fost pîrlite) și se pun la fiert împreună cu limba și cu 250 g de slănină, bucăți de șorici, sare, 2-3 foi dee dafin, cîteva boabe de ienibahar.

Se lasă să fiarbă pînă cînd carnea se poate desface ușor de pe oase. Se lasă să se răcească în apa în care au fiert. Apoi se taie totul în bucăți de 4–5 cm lungime, se adaugă 2–3 căței de usturoi pisat, o linguriță de coriandru și sare.

Se umple stomacul porcului (curătat bine), se adaugă un pahar, două din zeama strecurată în care a fiert capul porcului.

Zeama se poate amesteca cu 4–5 linguri de sînge trecut prin sită. Stomacul nu trebuie umplut prea tare ca să nu plesnească la fiert.

Se leagă foarte strâns, se înțepă de mai multe ori cu acul, se așază într-un vas cu apă rece și se pune la fiert. Imediat ce începe să se umfle, se fac câteva înțepături și se lasă pînă începe să clocotească, apoi se trage la marginea mașinii ca să fiarbă foarte încet. Se întoarce, se mai fac câteva înțepături și se lasă să fiarbă încă 15–20 min.

Se scoate din apă, se așază pe un fund de lemn, deasupra tobei se așază alt fund de lemn, iar peste el o greutate. Se ține astfel la rece pînă a doua zi.

Toba preparată astfel trebuie consumată în 8-10 zile. Dacă se afumă, se păstrează mai mult.

764 Caltaboși moldovenеști (fierți) I

1 kg carne grasă, 2 linguri untură, 2 cepe, 1 lingură orez, 50 g stafide (facultativ), sare, piper, coriandru, $\frac{1}{2}$ pahar zeamă de oase, 1 linguriță boia de ardei, 2–3 linguri de bulion, 1 foaie de dafin, 2–3 boabe de ienibahar, $\frac{1}{2}$ linguriță de zahăr.

Carnea se toacă, se adaugă ceapa ușor prăjită în untură, sarea, piperul, puțin coriandru pisat ($\frac{1}{2}$ linguriță), orezul, stafidele alese și spălate și zeama de oase. Se amestecă totul bine și se umple intestinul pentru caltaboș, nu însă prea îndesat.

Intestinul se umple scurt (atît cît este necesar pentru o porție). Capetele nu se leagă ci se închid cu capătul mațului care se împinge înăuntru.

Se pun caltaboșii în oala cu zeama de oase, se adaugă zahărul, foaia de dafin, ienibaharul, boiaua și bulionul. Se pun la fiert la foc mic; se spumează. Se fierb 30–40 min.

Se servesc fierbinți, în farfurii de supă, cîte o bucată de caltaboș cu zeama în care a fiert.

765 Caltaboși II

1 kg carne grasă, plămînii și splina de la porc, o mînă de șorici fiert, 3–4 cepe prăjite în 3 linguri untură, 3–4 linguri de sînge, 2–3 căței de usturoi, un vîrf de cuțit ienibahar pisat, puțin piper, sare, 3–4 linguri de zeamă de carne.

Se fierb carnea, plămînii, splina și șoriciul împreună cu o ceapă. Cînd sînt aproape gata, se dau la o parte, se lasă să se răcească, apoi se trec prin mașina de tocat. Se adaugă ceapa prăjită în untură, usturoiul, piperul, ienibaharul, sarea, cîteva linguri de zeamă de carne și cîteva linguri de sînge. Se amestecă totul bine. Tocătura trebuie să fie mai mult moale decît tare.

Se umple intestinul destinat caltaboșilor, se leagă la capete cu o ață și se fierbe în apa în care au fiert carnea, plămînii și șoriciul. Din momentul în care încep să clocotească, se lasă să fiarbă 20-25 min.

Înainte de a fi puși la fiert, caltaboșii se înțeapă cu un ac gros.

Cînd sînt fierți, se scot din zeamă și se țin în apă rece pînă ce se răcesc. Se servesc reci sau prăjiți în tigaie.

766 Caltaboși cu sînge

500 g slănină, 500 g șorici, 500 g sînge, 5-6 boabe ienibahar pisat, un vîrf de cuțit piper negru pisat, 1 lingură coriandru pisat, sare.

Se fierbe slăcina și șoriciul pînă cînd acesta este bine fiert. Jumătate din slăcina fiartă se toacă mărunt cu satîrul, iar cealaltă jumătate se taie cuburi mici. Șoriciul se taie ca tăi-teii. Se amestecă totul cu sîngele (dacă sîngele este închegat se freacă cu puțină sare sau se dă prin mașina de tocat). Se adaugă sarea și mirodeniile pisate, se amestecă bine și se umple intestinul pentru caltaboși. Se leagă la capete cu ață groasă (intestinele nu trebuie umplute prea tare deoarece pot plesni la fiert). Se înțeapă caltaboșii cu acul și se pun la fiert în apă rece. Se fierb la foc foarte mic și sînt gata atunci cînd înțepînd cu acul mai adînc nu iese sînge. Se scot cu băgare de seamă, se pun într-un vas cu apă rece și se lasă să se răcească. Se scot din apă și se păstrează la rece.

767 Topirea osînzei

Osînza se topește separat, întrucît este mult mai fină decît slăcina. Ea se întrebuintează de preferință pentru prepararea prăjiturilor și a cozonacilor.

Osînza se taie bucăți mici și se pune într-un vas potrivit pe mașină. În timpul topirii se amestecă mereu cu lingura ca să nu se prindă de fundul vasului.

Cînd jumările s-au ridicat deasupra și au căpătat culoare aurie, se ia vasul de pe foc, se scot jumările cu lingura de spumă, iar untura se strecoară și se trece în borcane sau în garnițe speciale. Strecurarea unturii se face printr-un șervet bine curat, muiat în apă rece și bine stors.

În cazul cînd untura a fost pusă în borcane, acestea se leagă cu hîrtie care se înțeapă de cîteva ori cu furculița.

768 Osînză topită cu miros de unt

La 2 kg osînză, 1 kg lapte crud.

Se pune osînză la topit cu laptele crud care în timpul topirii scade. Mai departe, se procedează ca la rețeta 767.

Osînză topită cu lapte capătă culoare gălbuie, mirosul și gustul untului. Ea poate înlocui untul la prepararea prăjiturilor.

769 Topirea slăninii

Se curăță slăcina de șorici și se topește la fel ca osînză (v. 767).

770 Dresul unturii rîncede

Dacă se întâmplă ca untura să rîncezească, se poate drege punînd-o din nou la topit cu 1 l lapte, 1 l apă, o ceapă necurățată și zdrobită și 2–3 boabe de ienibahar pentru fiecare 5 kg de untură rîncedă.

Se lasă să fiarbă pînă se evaporă apa și laptele. Se strecoară printr-o sită deasă sau prin tifon.

Untura dreasă se întrebuințează numai la prepararea mîncărilor cu carne.



Tabelă de măsuri pentru rețetele de regim



grame

1 lingură de supă cu ulei.....	15
1 lingură de supă cu unt proaspăt.....	25
1 lingură de supă cu unt încălzit.....	35
1 lingură de supă cu smântână.....	12-15
1 lingură de supă cu apă, vin, lapte.....	18
1 lingură de supă cu vîrf cu făină.....	25
1 lingură de supă rasă cu făină.....	15
1 lingură de supă cu zahăr tos.....	30
1 lingură de supă cu zahăr pudră.....	25
1 lingură de supă cu vîrf cu orez.....	25
1 lingură de supă cu griș.....	10-12
1 linguriță de ceai plină cu unt proaspăt.....	10
1 linguriță de ceai cu unt topit.....	15
1 linguriță de ceai cu vîrf cu făină.....	10
1 linguriță de ceai cu zahăr tos.....	12
1 linguriță de ceai cu pesmet.....	10
1 linguriță de ceai rasă cu parmezan.....	10
1 linguriță de ceai rasă cu bulion.....	15-20
1 pahar obișnuit cu apă, zeamă de fructe.....	250
½ linguriță de ceai cu mărar tocat.....	5
¼ pahar de ceai cu smântână.....	50
1 ceapă mică.....	15-20
1 fir de ceapă verde.....	10
1 rădăcină mică de pătrunjel.....	15-20
1 rădăcină mică de morcovi.....	25-30
½ de lămîie mică.....	50
3 foi de gelatină la un pahar de lichid (apă, vin, zeamă de fructe).	



Pentru bolnavii de diabet*

771 Pîine

200 g tărîțe, 200 g făină de secară, 5 g unt, 20 g drojdie, 400 g apă, unt pentru formă.

Se amestecă drojdia cu 100 g apă caldută, se adaugă 50 g făină și se lasă la loc cald pînă crește maiaua.

După ce maiaua s-a ridicat, se adaugă restul de apă, făina, tărîțele și se frămîntă bine. Se acoperă și se ține la loc cald 30-40 min. Se așază într-o formă unsă cu unt, se mai ține la loc cald 15-20 min, apoi se coace la cuptor.

772 Supă din carne cu budincă

200 g carne de os, 10 g unt, 50 g șuncă, 20 g ceapă verde, 20 g spanac curățat, 10 g morcovi, 10 g pătrunjel, ½ ou, 20 g lapte, 5 g parmezan, 600 g apă.

Din carne, morcovi, pătrunjel, 5 g ceapă și 600 g apă se fierbe un bulion (supă). În acest timp se prepară budinca. Șunca, spanacul și ceapa se toacă mărunt, se pun într-o tigaie cu unt și se prăjesc foarte puțin. Se adaugă laptele. Se așază într-o formă unsă cu unt, se acoperă cu oul bătut se presară cu parmezan ras și se coace la cuptor. Cînd este gata se răstoarnă într-o farfurie adîncă și se toarnă deasupra bulionul strecurat.

* În rețetele dietetice cantitățile sînt pentru o persoană.

773 Supă din carne cu dovlecei umpluți

200 g carne cu os, 10 g morcovi, 10 g pătrunjel, 1 ceapă verde (pentru supă), 100 g dovlecei, 10 g ceapă, 10 g unt, 5 g mărar tocat, 5 g parmezan ras, ½ ou, 600 g apă, unt pentru formă.

Din apă, carne, morcovi, pătrunjel și ceapă verde se fierbe o supă. Dovleceii se rad, se taie un căpăcel și se scobește miezul cu sămînța, apoi se pun într-o cratiță cu apă puțin sărată lăsîndu-i să fiarbă 5-6 min. Se scot din apă și se lasă să se scurgă.

Carnea fiartă în supă se taie în bucăți, de asemenea și ceapa, se prăjesc puțin în unt, se dau prin mașina de tocat, se amestecă cu mărarul tocat și oul bătut.

Cu această compoziție se umplu dovleceii, se așază într-o tavă unsă cu unt, se presară cu parmezan ras, se stropesc cu unt și se coc la cuptor.

Cînd sînt gata, se așază cîte un dovlecel într-o farfurie adîncă și se toarnă deasupra supă.

774 Ciorbă de vară

150 g carne, 1 ou, 40 g smîntînă, 100 g ștevie, 100 g spanac, 30 g ceapă verde, ½ linguriță pătrunjel și mărar tocat, 600 g apă, zeamă de lămîie (facultativ).

Din carne, și apă se fierbe o supă. Cînd carnea este fiartă, se adaugă spanacul, ștevia și ceapa verde, bine spălate și tocate. Se lasă să mai fiarbă 5-6 min, apoi se adaugă verdeața tocată.

La servit se drege cu ou bătut și smîntînă. Se poate acri, după gust, cu zeamă de lămîie.

775 Mîncare de carne cu vinete

150 g carne de vacă, 30 g unt, 20 g ceapă, 5 g bulion de roșii, 150 g vinete, 100 g ciuperci, 75 g roșii, 1 ardei gras, 1 foaie de dafin, 1 linguriță pătrunjel tocat.

Carnea tăiată bucățele se rumenește într-o cratiță cu 5 g unt, se toarnă apoi jumătate pahar de apă caldă, bulionul, foaia de dafin și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă este gata (dacă este nevoie se mai adaugă cîte o lingură, două de apă). Se pune ceapa rumenită în 5 g de unt, ciupercile tăiate felii, ardeiul tăiat ca fidea, pătrunjelul și mărarul tocat. Se lasă să mai fiarbă acoperit 10 min.

În acest timp se taie vinetele felii foarte subțiri și se prăjesc în unt.

Mîncarea se servește cu garnitură de vinete prăjite și roșii tăiate felii. Vinetele se pot înlocui cu dovlecei prăjiți.

776 Roșii umplute cu carne de vițel

150 g roșii, 100 g carne macră de vițel, 1 ou, 15 g ulei, 10 g ceapă verde, 10 g mărar, 25 g smântână, 5 g zeamă de lămâie.

Se prepară o maioneză din gălbenuș, ulei și zeama de lămâie. Jumătate din maioneza obținută se amestecă cu albușul fiert, tocat foarte mărunț, cu carnea fiartă sau friptă, tăiată în cuburi foarte mici. Cu această compoziție se umplu roșiile, se așază pe farfurie și se garnisesc cu maioneza rămasă. Se presară cu verdeață tocată. Se servește cu smântână.

777 Budincă din morcovi și brânză de vacă

150 g morcovi, 15 g unt, 30 g smântână, 50 g lapte, 50 g brânză de vacă, 1 ou, 5 g tărite de grâu, zaharină după gust.

Morcovii se curăță, se spală, se rad pe răzătoarea mică, se acoperă cu apă și se lasă astfel timp de o oră. Se scurge toată apa, se pune alta proaspătă și se lasă încă o oră. După aceasta se strecoară, se storc bine în tifon și se prăjesc înăbușit cu 10 g de unt, pînă ce sînt gata.

Se lasă să se răcească puțin morcovii, se amestecă cu laptele, gălbenușul, cu brînză dată prin sită, spuma de albuș și zaharină.

Se așază în forma unsă cu unt și presărată cu tărite și se coace la cuptor. Se servește cu smântână.

778 Chiftele din cartofi și tărite

200 g cartofi, 50 g tărite de grâu, 40 g lapte, 20 g unt, ½ ou.

Cartofii, bine spălați, se fierb în coajă, se curăță fierbinți și se strivesc cu presa pentru cartofi sau se trec prin sită. Se amestecă laptele cu 40 g tărite și se lasă să stea 10-15 min, apoi se amestecă cu cartofii, oul și 10 g de unt.

Din această compoziție se fac 3-4 chifteluțe, se dau prin tărite și se prăjesc în unt.

779 Marmeladă din dovleac cu mere și zaharină

150 g dovleac, 150 g mere, zaharină după plac.

Se coace dovleacul, se trece prin sită, se amestecă cu merele curățate și rase și se fierb pînă se îngroașă, amestecînd mereu ca să nu se prindă. Cînd marmelada este gata, se adaugă zaharina, se amestecă bine și se lasă să mai dea un clocot. Se servește caldă sau rece. Rece se poate servi cu caimac de lapte.

780 Prăjitură din brînză de vacă și migdale

75 g brînză de vacă, 50 g migdale curățate, 1 gălbenuș de ou, 5 g unt, vanilie sau coajă de lămîie, zaharină după gust.

Migdalele curățate se pisează sau se dau prin mașina de tocat nuci, se amestecă cu brînză trecută prin sită, gălbenușul de ou, vanilia și zaharina.

Din această compoziție se fac cu mîna perișoare mici, se turtesc, se așază pe tava unsă cu unt și se coc în cuptor, la foc potrivit.

781 Compot de mere cu zaharină

150 g mere, 300 g apă, 1 bucățică scorțișoară, zaharină după gust.

Se pune la fiert apa cu scorțișoara timp de 5 min, apoi se adaugă merele curățate și tăiate felii, se acoperă cu capacul și se lasă la marginea mașinii timp de 10 min.

Cînd este gata, se adaugă zaharina.

781 Jeleu din lămîie și zaharină

25 g lămîie (coaja și zeama), 3 g gelatină, 150 g apă, zaharină după gust.

Se pune apa la fiert, după ce a dat un clocot se dă la o parte, se adaugă coaja rasă de la o lămîie, se acoperă și se lasă timp de 5-6 min. Se strecoară, se adaugă zeama de lămîie, zaharina și gelatina muiată în cîteva linguri de apă caldută.

Compoziția se pune în formă și se dă la rece.

Înainte de a servi, se introduce forma pentru un moment în apă fierbinte și se răstoarnă pe farfurie.

Pentru supraalimentare

783 Ouă umplute cu icre negre și maioneză

2 ouă, 30 g icre negre moi, 100 g roșii, 20 g ulei, ½ gălbenuș de ou, 2 g mărar tocat, 10 g ceapă verde, zeamă de lămîie după gust.

Ouăle fierte (răscoapte) se taie în două pe lungime. Se scoate gălbenușul, se umplu cu icre și se așază pe o farfurie. Se garnisesc cu felii rotunde de roșii pe care se presară gălbenuș trecut prin sită. Ouăle umplute se acoperă cu maioneză preparată din ½ gălbenuș crud, ulei și zeamă de lămîie.

Peste tot se presară mărar tocat, iar marginile farfuriei, cu ceapă verde tocată. În loc de icre negre se pot folosi icre de crap sau de știucă.

784 **Cherci cu unt** 30 g unt, 25 g cherci.

Cherciul se ține bine în apă timp de 3–4 ore. Apoi se curăță de piele, se scot toate oasele, se toacă cu satîrul foarte mărunț și se freacă cu unt pînă ce devine spumos. Se așază pe farfurie, dîndu-i formă frumoasă.

785 **Supă pire din găină** 150 g carne de găină, 15 g unt, 10 g ceapă, 10 g pătrunjel, 10 g morcov, 10 g făină albă, 50 g smîntînă, ½ gălbenuș, 750 g apă.

Se fierbe carnea de găină în apă pînă ce este gata. Ceapa și zarzavatul tăiat foarte subțire se prăjește în unt împreună cu făina pînă ce capătă culoare aurie. Se pune în supă și se lasă să fiarbă timp de 15-20 min. Se strecoară, se adaugă carnea de găină dată de două ori prin mașina de tocat. Se servește dreasă cu smîntînă și gălbenuș, iar separat cu fri-gănele (v. 186).

786 **Supă-cremă de pește** 100 g șalău, 15 g unt, 50 g smîntînă, ½ gălbenuș, 10 g făină, 1 ceapă, 10 g pătrunjel și morcov, 500 g apă.

Se taie mărunț ceapa și pătrunjelul și se prăjesc cu unt și făină pînă ce capătă culoare aurie. Se adaugă apa și peștele și se lasă să fiarbă foarte încet, acoperit timp de 20 min. Se trece totul prin sită, se lasă pe foc să mai dea un clocot, două. Se servește dreasă cu smîntînă amestecată cu gălbenuș.

787 **Supă-cremă de mazăre verde** 150 g carne de vacă, 15 g unt, 150 g mazăre verde (boabe), 10 g făină, 50 g smîntînă, ½ gălbenuș, 10 g ceapă, 10 g zarzavat de supă, 50 g pîine albă, ½ linguriță mărar verde.

Din carne, ceapă și zarzavat se fierbe o supă. Mazărea se fierbe înăbușit cu puțină supă, se dă prin sită și se amestecă cu supa de carne strecurată. Se drege cu făina prăjită în 10 g unt. Se adaugă mărarul. Se lasă să dea un clocot, două, se adaugă 5 g de unt, smîntîna amestecată cu gălbenușul și se servește cu cuburi de pîine prăjită la cuptor.

788 Rulouri de găină umplute cu ficat

100 g fileu de găină (fîșii de carne moale fără os, de la piept), 20 g ficat de găină sau de gîscă, 10 g ciuperci (marinate sau proaspete), 10 g miez de pîine albă (din ajun), 25 g unt, ½ ou, 10 g lapte.

Se dau prin mașina de tocat 20 g carne de găină împreună cu miezul de pîine muiat în lapte și bine stors (se poate toca și cu satîrul) și se amestecă cu ficatul înăbușit în 5 g de unt și bine tocat. De asemenea se curăță ciupercile, se toacă și se amestecă cu restul.

În bucățelele subțiri de fileu bine bătute cu ciocanul de lemn, se înfășoară tocătura (ca la sarmăluțe). Se leagă la mijloc cu ață, se prăjesc în unt, apoi se așază într-o cratiță cu unt și se dau la cuptor pentru 10-15 min. Se servesc cu garnituri de legume opărite, cu unt, după ce a fost scoasă ața.

789 Șnițel de găină

120 g fileu de găină (carne moale fără os, de la piept, tăiată fîșii), 25 g smîntînă dulce sau caimac de lapte, 15 g unt proaspăt, 20 g unt topit, 25 g pesmet.

Fileul se taie bucăți potrivit de mari care se bat cu ciocanul de lemn, se stropesc cu caimac de lapte și se lasă să stea 10-15 min. Apoi bucățile de carne se dau prin pesmet din pîine albă și se prăjesc în unt fierbinte. Se servesc cu garnitură de legume sau macaroane fierte și stropite cu unt topit.

790 Sufleu de conopidă cu creier

150 g conopidă, 80 g creier, 1 ou, 20 g unt, 50 g lapte, 10 g griș, 3 g pesmet alb.

Se fierbe înăbușit conopida în lapte cu 1-2 linguri apă și 5 g unt. Cînd este gata, se dă prin mașină sau prin sită, se adaugă grișul și se fierbe compoziția la foc mic 6-8 min. După ce se răcește puțin, se amestecă cu gălbenușul, creierul fiert, tăiat bucăți mici sau strivit, și albușul bătut spumă. Se așază într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet, se stropește cu unt și se coace la cuptor.

Înainte de a servi se mai stropește o dată sufleul cu unt topit.

791 Budincă din biscuiți

50 g biscuiți, 100 g lapte, 20 g stafide, 10 g zahăr, 20 g unt, 1 ou.

Se pisează biscuiții în piuliță, apoi se moaie cu laptele amestecat cu gălbenușul de ou. Se lasă 10-15 min, se adaugă zahărul, stafidele spălate, 15 g unt topit și spuma de albuș. Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt și se coace la cuptor sau se fierbe în baia de apă.

792 Scrumbii cu măduvă

40 g fileu de scrumbie, 25 g unt proaspăt, 25 g măduvă de os.

Fileul de scrumbie desărată se trece prin sită sau se toacă foarte fin împreună cu măduva. Se pune într-un castron și se freacă cu untul pînă ce devine o pastă spumoasă.

Se așază pe farfurie și se garnisește cu felioare de lămîie și 2-3 măslina. Se ține la rece pînă se servește.

793 Șalău în aluat

120 g șalău, 20 g unt topit, 30 g făină, 3 g zahăr, 25 g smîntînă, ½ ou.

Se amestecă făina cu zahărul, smîntîna, gălbenușul și spuma de albuș. Peștele curățat de oase și pielită se taie în 4-5 bucăți. Se ia fiecare bucățică de pește cu furculița, se dă prin aluat și se prăjește în unt topit pe amîndouă părțile. Se servește cu cartofi prăjiți.

794 Budincă din pește cu sos de ou

150 g șalău, 1 ou, 5 g făină, 50 g lapte, 70 g unt, 10 g zeamă de lămîie, 1 gălbenuș, 3 g parmezan (sau cașcaval), 30 g apă.

După ce s-au scos oasele și pielita, se fierbe înăbușit peștele cu 30 g apă și 10 g unt. După ce s-a răcit, se dă prin mașina de tocat, se amestecă cu laptele, 15 g unt topit, făina, gălbenușul și la sfîrșit spuma de albuș. Se așază totul într-o formă unsă cu unt și presărată cu parmezan ras și se coace la cuptor. Se servește cu următorul sos: 40 g unt încălzit puțin și gălbenușul se amestecă mereu pe marginea mașinii sau pe baie de apă pînă se îngroașă, apoi se adaugă zeama de lămîie.

795 Tort de biscuiți, nuci și ficat crud

20 g făină de grâu, 50 g zahăr, 1 ou, 60 g ficat, 25 g nuci, 50 g fructe uscate (curmale, smochine, stafide sau caise), 75 g frișcă.

Se bate albușul spumă. Când este aproape gata bătut se adaugă 10 g zahăr și se mai bate pînă se topește bine zahărul. Gălbenușul se freacă cu 10 g zahăr, se adaugă albușul bătut, făina, puțin cîte puțin (în ploaie). Se unge cu unt o formă mică sau se taie din hîrtie un rotogol care se așază pe o tavă mai mare, se toarnă compoziția și se coace la cuptor. Fructele se fierb cu restul de zahăr și 2-3 linguri de apă pînă ce se moaie puțin, apoi se toacă foarte mărunt și se freacă cu ficatul care a fost tăiat ca tăiteii, opărit cu apă fierbinte și trecut prin sită.

Se taie tortul în trei blaturi, iar fiecare blat se unge cu crema de ficat și fructe și cu nuci pisate mărunt.

Se garnisește cu frișcă.

796 Salată de ficat cu legume

50 g ficat de vacă sau vițel, 50 g cartofi, 30 g morcovi, 30 g sfeclă, 30 g varză dulce, 30 g castraveți, 20 g ceapă, 40 g roșii, 10 g ulei, 25 g smîntînă, 1 linguriță mărar și pătrunjel tocat, oțet (după gust).

Se taie ficatul ca tăiteii, se așază pe o sită și se opărește cu apă fierbinte. Se lasă să se scurgă și să se răcească.

În acest timp se fierb cartofii, morcovii și sfecla. După ce s-au răcit, se taie felii potrivit de mari și se amestecă cu ceapa tăiată peștișori, varza tocată fin, castraveții și roșiile tăiate felii subțiri, apoi cu ficatul.

Se amestecă totul cu uleiul și oțetul, se așază pe o farfurie, se stropește cu smîntînă și se presară cu verdeață.

Pentru bolnavii de gastrită hipoacidă

797 Supă din cartofi, morcovi și orez

100 g cartofi, 75 g morcovi, 25 g orez, 20 g unt, ½ gălbenuș de ou, 200 g lapte, 2 pahare apă, cuburi de pîine prăjită.

Se fierbe în apă orezul, împreună cu morcovii și cartofii curățați, bine spălați și tăiați mărunt. Când zarzavatul și orezul s-au muiat, se dau prin sită, strivindu-se bine, se adaugă laptele clocotit și untul; se amestecă, apoi se drege cu jumătate de gălbenuș de ou.

Se servește cu mici cuburi de pîine prăjită.

798 Supă din fulgi de ovăz

40 g fulgi de ovăz, 40 g caimac de lapte, 100 g lapte, 20 g unt, ½ gălbenuș de ou, 500 g apă.

Fulgii de ovăz, bine fierți și trecuți prin sită, se pun din nou la foc, ca să dea un clocot, două. Apoi se adaugă laptele clocotit, caimacul și untul, se amestecă și se drege cu gălbenuș de ou.

799 Supă de griș

50 g morcovi, 50 g cartofi, 30 g griș, 20 g unt, 1½ pahar apă, 1 pahar lapte, ½ gălbenuș.

Se prepară la fel ca rețeta 797.

800 Supă de arpacaș

40 g arpacaș, 150 g lapte, 20 g unt, 3 g zahăr, 500 g apă, ½ gălbenuș.

Arpacașul bine spălat se fierbe în apă, la foc mic, acoperit, timp de circa 1 oră. Când arpacașul este bine fiert, se dă prin sită, se pune din nou la foc ca să dea un clocot, apoi se ia de pe foc, se adaugă laptele, untul și zahărul. Se amestecă bine și se drege cu gălbenușul de ou.

801 Sufleu de șalău

150 g șalău, 5 g făină, 20 g unt, ½ ou, 40 g lapte.

Carnea de pește curățată de oase se împarte în două părți egale. Prima parte se fierbe în apă și se dă prin mașina de tocat după ce s-a răcit, împreună cu peștele rămas nefiert. Făina se amestecă bine cu laptele ca să nu se facă cocoloașe, se pune la fiert amestecând neîncetat cu lingura pînă se îngroașă bine. Se ia de pe foc, se lasă să se răcească, se amestecă cu peștele tocat, adăugînd oul bătut și 10 g unt topit. Se așază compoziția într-o formă unsă și se fierbe pe baie de apă pînă este gata. Se servește cu restul de unt topit.

802 Găluște de șalău

100 g șalău, 10 g miez de pîine albă, 30 g smîntînă dulce sau caimac de lapte, 15 g unt.

Carnea de șalău, curățată de piele și de oase, se dă prin mașina de tocat, împreună cu pîinea muiată în apă și bine stoarsă și se amestecă cu caimacul sau smîntîna.

Cu ajutorul unei linguri se fac 2–3 grămăjoare (găluște), se pun pe o tigaie unsă cu unt, se acoperă cu apă și se lasă să fiarbă timp de 10 min.

Se scot din apă, se așază pe o farfurie încălzită, iar peste ele se pune untul tăiat bucăți.

803 Crochete de cartofi și carne

120 g cartofi, 50 g carne de vacă, 15 g unt, 2 ouă, 100 g lapte.

Cartofii fierți se dau prin sită, se amestecă bine împreună cu $\frac{1}{2}$ de ou bătut și 25 g lapte. Din pasta obținută se fac turtițe, pe mijlocul fiecăreia se pune carnea fiartă și tocată. Marginile turtiței se adună, se lipesc și se rotunjesc (ca la găluște cu marmeladă).

Se așază într-o tigaie mică unsă cu unt, se acoperă cu ouăle bătute și amestecate cu laptele. Tigaia se acoperă și se fierbe pe baie de apă pînă sînt gata. Se servesc punînd cîte o bucățică de unt pe fiecare crochetă.

804 Crochete de carne și ouă

150 g carne de vacă, 20 g miez de pîine albă, $\frac{1}{2}$ ou, 15 g unt, 15 g lapte.

Carnea și pîinea muiată în apă și bine stoarsă se dau prin mașina de tocat și se amestecă bine cu 5 g unt. Jumătate de ou se bate cu furculița, se amestecă cu laptele, se toarnă într-o tigaie unsă cu puțin unt și se fierbe pe baia de apă, obținînd astfel o omletă.

Din tocătură se fac două turtițe. Peste una din turtițe se așază omleta tocată cu cuțitul, se acoperă cu a doua turtiță, se lipesc marginile, se așază într-o tigaie unsă și se fierbe pe baia de apă.

Se servește cu bucăți mici de unt puse pe deasupra.

805 Crochete de carne, fierte

150 g carne de vacă, 15 g orez, 15 g unt, $\frac{1}{2}$ pahar apă, $\frac{1}{2}$ ou.

Se dă carnea de două ori prin mașina de tocat, se amestecă cu orezul fiert în apă (pînă cînd toată apa a scăzut) și răcit și cu oul. Din această pastă facem mici perișoare pe care le așezăm într-o cratiță mică sau într-o tigaie unsă cu unt. Acoperim cu apă și lăsăm să fiarbă 5–6 min.

Se scot din apă, se scurg bine și se servesc cu bucățele de unt.

806 **Pire de legume**

60 g morcovi, 60 g conopidă, 60 g mazăre verde, 30 g fasole verde, 60 g lapte, 25 g unt, 5 g zahăr.

Se fierb morcovii în apă, înăbușit, pînă cînd scade toată apa. Celelalte legume se fierb separat în apă, se strecoară și se dau prin mașina de tocat împreună cu morcovii. Pasta obținută se amestecă cu laptele fierbinte, cu zahărul și cu 15 g unt topit. Se servește cu restul de unt, topit.

807 **Sufleu de morcovi și mere**

75 g morcovi, 75 g mere de calitate bună, 20 g unt, $\frac{1}{2}$ ou, 10 g zahăr, 10 g griș, 50 g lapte.

Morcovii, curățați și bine spălați, se taie ca fideaua și se fierb în lapte. Cînd sînt fierți, se dau prin mașină împreună cu merele curățate de coajă și de căsuța cu sîmburi. Se amestecă bine adăugînd zahărul, grișul, oul bătut și 10 g unt topit.

Se pune compoziția obținută într-o formă unsă cu unt și se fierbe pe baie de apă. Se servește cu restul de unt topit.

808 **Sufleu de griș**

50 g griș, 100 g lapte, 15 g unt, 10 g zahăr, $\frac{1}{2}$ ou, 25 g apă, unt pentru formă.

Se fierbe grișul în apă amestecată cu laptele, timp de 10 min. Se ia de pe foc, se amestecă cu zahărul și untul, se adaugă oul bătut și se mai amestecă ușor, apoi se așază într-o formă unsă cu unt și se fierbe pe baia de apă pînă este gata.

809 **Ruladă din orez și mere**

50 g mere, 50 g orez, 100 g lapte, $\frac{1}{2}$ ou, 20 g unt, 10 g zahăr, 25 g apă.

Orezul, spălat și foarte bine uscat, se macină în rîșnița de cafea sau se pisează foarte fin. Apoi se fierbe în apa amestecată cu laptele pînă se îngroașă. Se adaugă 5 g unt, oul și zahărul, se amestecă bine și se lasă să se răcească.

Pe o bucată de tifon sau pe un șervețel curat muiat în apă, se întinde pasta de orez într-un strat de grosimea unui centimetru, peste care se așază merele curățate și date pe răzătoare (se presează merele cu mîna), apoi cu ajutorul tifonului sau al șervetului se rulează.

Rulada obținută se așază într-o tigăiță unsă cu unt, se acoperă și se fierbe pe baia de apă pînă este gata. Se servește cu restul de unt încălzit.

810 Omletă cu sos

75 g lapte, 20 g unt, $\frac{3}{4}$ ou, 3 g făină.

Se bate oul, se amestecă cu 25 g lapte și se pune într-o tigaie unsă cu puțin unt. Se fierbe pe baia de apă pînă se obține o omletă. După ce s-a răcit se toacă.

Se amestecă făina cu laptele, puțin cîte puțin ca să nu se formeze cocoloașe, se pune la foc să dea cîteva clocote, amestecînd mereu. Se ia de la foc, se amestecă cu restul de unt și cu omleta tocată.

811 Omletă la abur

2 ouă, 60 g lapte, 10 g unt.

Se bat bine ouăle, se amestecă cu laptele, se toarnă în tigaia unsă cu unt și se pune pe baia de apă.

Cînd este gata, se răstoarnă omleta pe o farfurie și se garnisește cu bucățele de unt proaspăt.

812 Cremă din brînză de vacă

100 g brînză de vacă, 10 g unt, $\frac{1}{2}$ gălbenuș de ou, 35 g smîntînă, 15 g zahăr, 20 g lapte, puțină vanilie sau vanilină.

Se freacă gălbenușul cu 10 g zahăr, se adaugă laptele și se pune pe foc mic, amestecînd mereu cu lingura, pînă începe să se îngroașe puțin (nu trebuie să fiarbă).

Se ia de pe foc și se amestecă cu brînză trecută prin sită, cu untul, vanilia și 20 g smîntînă.

Se așază pe o farfurie, se dă o formă frumoasă și se garnisește cu restul de smîntînă amestecată cu 5 g de zahăr.

813 Sufleu din brînză de vacă cu biscuiți

120 g brînză de vacă, 20 g biscuiți, 15 g zahăr, $\frac{1}{2}$ ou, 10 g unt, 30 g smîntînă, lapte cît e necesar.

Se pisează biscuiții foarte fin, se amestecă cu zahărul și cu laptele și se lasă să stea 10–15 min. Se amestecă apoi cu gălbenușul, brînză trecută prin sită și 5 g unt topit, la sfîrșit adăugînd și albușul bătut. Se așază compoziția într-o formă unsă cu unt și se fierbe pe baia de apă. Se servește cu smîntînă.

814 Spumă de albuș cu sos de fructe

1 albuș, 30 g zahăr, 50 g căpșuni sau zmeură, 5 g făină de griș sau de cartofi, 100 g apă, vanilie.

Se bate albușul spumă adăugînd treptat 15 g zahăr și vanilie. Într-o cratiță mică cu 100 g apă clocotită se pune

albușul cu ajutorul unei linguri de masă, lăsînd să fiarbă 1–2 min, apoi se întoarce pe cealaltă parte, se acoperă cratița cu un capac și se mai lasă să fiarbă încă 2–3 min.

Se scoate albușul fiert cu o lingură de spumă, se pune într-o sită și se lasă să se scurgă bine de apă. Se așază pe o farfurie și se toarnă pe deasupra următorul sos de fructe: fructele, bine strivite, se amestecă cu zahărul și cu făina, se pun pe foc amestecînd continuu și se lasă să dea un clocot, două.

815 **Suc de morcovi cu caimac sau smîntînă dulce**

15 g morcovi, 50 g caimac de lapte sau smîntînă dulce, 50 g apă.

Morcovii, curățați și spălați, se rad pe răzătoarea măruntă, se amestecă cu 50 g apă fiartă și răcită și se storc prin tifon. Sucul obținut se amestecă bine cu caimacul. Se servește puțin calduț.

Pentru bolnavii de enterite

816 **Supă degresată cu pîine prăjită**

100 g oase (sită), 50 g carne macră, 20 g zarzavat (pătrunjel, morcov, ceapă), ½ albuș.

Se pun la fiert 600 g apă cu oasele sparte mărunt și zarzavatul. Se spumează, se acoperă și se lasă să fiarbă foarte încet timp de 45 min. se adaugă carnea tocată la mașină și amestecată cu albușul și 50 g apă și se lasă să mai fiarbă încă o oră. Se strecoară printr-un șervet des, se degresează și se servește cu felii de franzeluță, uscate la cuptor, sau cu 50 g de orez fiert.

817 **Chiftele de carne cu usturoi**

100 g carne, 15 g orez, 10 g unt, 1 cățel usturoi.

Carnea se dă prin mașină, se adaugă orezul fiert, strecurat de apă și răcit, usturoiul zdrobit, se amestecă bine și se fac 3–4 chifteluțe. Se fierb pe baia de apă 10 min pe o parte și 10 min pe cealaltă. Se servesc fierbinți cu bucățele de unt.

818 Cîrnați

150 g carne, 15 g orez, 10 g unt, 2 căței usturoi.

Se dă prin mașină de 2–3 ori carnea cu usturoiul, se amestecă cu orezul fiert bine, strecurat și răcit. Se așază pasta de carne pe o bucată de tifon muiată în apă, dîndu-i forma de cîrnat, se înfășoară în tifon legînd capetele cu ață și se fierbe la abur timp de 15–20 min.

Cînd este gata se scoate din tifon, se taie 2–3 bucăți și se servește fierbinte, stropit cu unt încălzit.

819 Crochete din piept de găină

150 g piept de găină, 15 g orez, 10 g unt, ½ albuș fiert.

Se trece carnea prin mașină de 2–3 ori împreună cu jumătate din orezul fiert. Se fac două turtițe. Pe una din ele se așază la mijloc restul de orez fiert amestecat cu albușul fiert și tocat mărunt. Se așază pe deasupra a doua turtiță, se lipesc bine marginile și se fierb la abur.

Se servește fierbinte cu unt proaspăt încălzit.

820 Omletă din albuș

3 albușuri, 5 g unt.

Albușul bătut spumă se amestecă cu 5 g apă, se așază într-o tigăiță unsă cu unt și se fierbe în abur.

Se servește cu o bucătică de unt așezată peste omletă.

821 Sufleu de brînză de vacă cu sos de vișine

150 g brînză de vacă, 10 g unt, 15 g zahăr, 10 g griș, ½ ou, 5 g făină de cartofi, 25 g vișine, 180 g apă.

Se fierbe grișul cu 30 g apă pînă ce este gata. Se lasă să se răcească, se amestecă cu brînză dată prin sită, 5 g zahăr, 5 g unt încălzit, gălbenușul și albușul spumă. Se așază compoziția într-o formă unsă cu unt și se fierbe la abur.

Vișinile, bine spălate, fără sîmburi se fierb în 150 g apă pînă se moaie, se strecoară, se strivesc prin sită, se amestecă cu făina de cartofi, restul de zahăr, și se pun la fiert amestecînd neîncetat pînă dă un clocot, două.

Se toarnă fierbinte peste sufleu și se servește imediat.

822 Budincă de orez cu bulion de carne

50 g orez, 200 g bulion de carne, 15 g unt proaspăt, ½ ou.

Orezul, spălat și bine uscat, se macină în rîșnița de cafea sau se pisează foarte fin în piuliță. Se pune la fiert cu

200 g bulion (zeamă de oase și carne, degresată). Se fierbe încet pînă este gata.

În pasta de orez răcită se adaugă jumătate de gălbenuș și jumătate de albuș bătut spumă, 5 g unt încălzit, se amestecă bine și se așază într-o formă unsă cu unt. Se fierbe la abur timp de 15–20 min. Se servește cu restul de unt proaspăt.

823 Orez cu cacao

50 g orez, 5 g zahăr, 10 g unt, 5 g cacao, 250 g apă.

Se fierbe orezul în apă (ca la orez cu lapte). Cînd este gata se adaugă cacaoa amestecată cu zahărul, se amestecă bine, se așază pe o farfurie și se servește cu o bucată de unt (10 g) tăiată feliuțe.

824 Cacao cu zeamă de orez

5 g cacao, 10 g orez, 10 g zahăr, 300 g apă.

Se fierbe orezul în apă pînă înfloarește. Se strecoară prin sită. În zeama de orez se adaugă cacaoa amestecată cu zahărul, se pune pe foc și se lasă să dea un clocot. Se strecoară din nou. Astfel se obține un pahar de cacao.

După prescripția medicului, se pot adăuga 10-15 g unt proaspăt.

Pentru hepatici

825 Supă de zarzavat cu omletă din albuș

100 g cartofi, 30 g morcovi, 2 pătrunjei, 50 g varză, 5 g pătrunjel verde, 1 albuș, 20 g smîntînă, 5 g unt, 10 g lapte, sare.

Zarzavatul, curățat și bine spălat, se taie în bucăți mici, se așază într-o oală, se sarează puțin și se acoperă cu apă. Se lasă pe foc să fiarbă încet, acoperit, aproape o oră. Se strecoară prin sită, se pune din nou la foc ca să se înfierbînte. În acest timp se bate albușul spumă, se amestecă cu laptele și se prăjește o omletă în tigaia unsă cu unt. Cînd este gata se taie în 5–6 bucăți, se așază într-o farfurie adîncă, se adaugă verdeța tocată, smîntîna și restul de unt, se toarnă deasupra supa fierbinte, se amestecă și se servește.

826 Supă cu pire de conopidă

100 g conopidă, 100 g cartofi, 20 g orez, 100 g lapte, 10 g unt, 600 g apă.

Conpida și cartofii, curățați, spălați bine, se taie în bucăți mici. Se pun la fiert în oală cu 300 g apă și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă ce se moaie, apoi se trece totul prin sită.

Orezul, bine spălat, se fierbe cu 300 g apă. Când este gata, se trece prin sită și se adaugă supa de zarzavat. Se pune la foc să se înfierbînte și se drege cu lapte. Se adaugă untul.

827 **Supă din sfeclă**

150 g sfeclă roșie, 50 g smîntînă, 10 g zahăr, 1 albuș, 10 g salată verde, puțin pătrunjel și mărar tocat, zeama sau sare de lămîie (după gust), 600 g apă, sare (după gust).

Sfecla, curățată și bine spălată, se dă prin răzătoarea de zarzavat, se adaugă ceapa, se așază într-o oală cu apă și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă ce este gata. Se strecoară, zeama se pune din nou la foc, se adaugă sarea de lămîie, zahărul și sarea. Când dă un clocot, se adaugă albușul de ou fiert și tocat, salata, spălată și tăiată ca tăiței, și se ia imediat de la foc (nu trebuie să fiarbă).

Se drege cu smîntînă și se servește cu verdeață tocată.

828 **Ciorbă de zarzavat**

100 g varză, 50 g sfeclă, 50 g cartofi, 10 g morcovi, 10 g țelină, 50 g roșii, 10 g unt, 30 g smîntînă, sare de lămîie (după plac), sare, verdeață tocată, 400 g apă.

Sfecla, curățată și bine spălată, se dă pe răzătoarea de zarzavat, se stropește cu puțină sare de lămîie și sare și se pune la fiert 20–25 min, cu 200 g apă. Apoi se adaugă morcovul și țelina, tăiate ca fideaua, lăsînd să fiarbă mai încet, acoperit, 10–15 min.

Se pun varza tocată, cartofii tăiați bucăți mici, roșiile felii subțiri, curățate de pieliță și semințe, și încă 200 g de apă. Se acoperă și se lasă să fiarbă pînă este gata, apoi se adaugă verdeața tocată. Se servește dreasă cu smîntînă. Se adaugă untul.

829 **Budincă din carne de găină**

100 g carne de găină, 10 g făină, 50 g lapte, 15 g unt, 40 g conopidă, 40 g morcovi, 1 albuș, sare.

Morcovii, curățați și bine spălați, se dau pe răzătoarea de zarzavat, se așază într-o cratiță, se adaugă conopida tăiată bucăți, 10 g unt, 1 lingură de apă, se acoperă și se lasă să fiarbă încet, înăbușit, pînă este gata, apoi se trece prin sită. Carnea fiartă se dă prin mașina de tocat. Făina se amestecă cu laptele, se pune pe foc și se amestecă cu lingura pînă se îngroașă. Se ia de la foc, se adaugă restul de unt, carnea tocată și se amestecă.

Într-o cratiță mică unsă cu unt se întinde pasta de carne și se pune să fiarbă în abur, lăsînd-o pînă este aproape gata. Se ia de la abur și se acoperă pasta de carne cu zarzavatul dat prin sită și amestecat cu albușul bătut. Se adaugă sare. Se coace la cuptor.

830 Sărmăluțe din carne fiartă

250 g varză dulce, 20 g orez, 100 g carne fiartă, 20 g pătrunjel, 20 g morcov, 5 g pătrunjel verde, 5 g făină, 30 g smîntînă, 10 g unt, 75 g supă de zarzavat sau borș fiert, sare.

Se opărește varza cu apă sărată. Se aleg foi subțiri, se îndepărtează partea groasă de la mijlocul foii. Morcovul și pătrunjelul se taie ca fideaua și se pun într-o cratiță cu 5 g unt și cîteva linguri de apă. Se acoperă și se lasă să fiarbă înăbușit pînă se moaie. Orezul se fierbe în apă cu puțină sare pînă cînd înfloarește, se strecoară și se scurge bine.

Carnea, bine fiartă, se dă prin mașina de tocat, se adaugă făina, orezul fiert și zarzavatul, se amestecă bine, se adaugă sarea și se învîrtesc sarmale. Se așază în cratiță, se pune smîntîna amestecată cu supa de zarzavat sau borșul și se dă la cuptor. Se servește cu 5 g unt încălzit.

831 Ruladă de șalău

150 g de șalău, 20 g miez de franzelă, 35 g lapte, 10 g unt, 20 g smîntînă, 3 g făină, 1 albuș, sare.

Carnea de șalău (curățată de piele și de oase) și miezul de pîine muiat în lapte se dau de două ori prin mașina de tocat, se adaugă puțină sare, 5 g unt topit și se amestecă bine. Se face o omletă din albușul amestecat cu 10 g lapte și puțină sare (se coace la abur).

Pasta de pește se întinde pe o bucată de tifon stropită cu apă, peste ea se așază omleta de albuș, se rulează și se fierbe la abur. Cînd este gata, se scoate din tifon, se așază pe o tăviță unsă cu unt, se toarnă peste ruladă un sos preparat din smîntînă și făină, se stropește cu restul de unt și se coace la cuptor. Se servește în tăviță.

832 Budincă de dovlecei și mere

125 g dovlecei tineri, 80 g mere, 25 g lapte, 15 g unt, 10 g zahăr, 1 albuș, 15 g griș, 30 g smîntînă îndulcită.

Dovleceii, rași și spălați, se dau prin răzătoarea de zarzavat și se fierb înăbușit cu laptele și 10 g unt. Cînd dovleceii sînt aproape moi, se adaugă merele curățate și rase, grișul

și zahărul. Se acoperă și se lasă să fiarbă foarte încet încă 5 min, după aceea se ține la marginea mașinii, acoperit, încă 5–10 min.

Se ia de pe mașină, se lasă să se răcorească, apoi se amestecă cu albușul bătut și se așază într-o formă unsă cu unt. Se coace la cuptor și când este gata, se servește cu smântâna îndulcită.

833 Chifteluțe din morcovi și mere

100 g morcovi, 100 g mere, 1 albuș, 15 g unt, 10 g griș, 10 g pesmet, 10 g zahăr, 30 g smântână.

Morcovii, curățați și spălați, se taie ca fideaua, se pun la fiert cu 10 g unt și $\frac{1}{4}$ pahar apă. Se lasă să fiarbă încet, înăbușit, pînă sînt gata, apoi se adaugă merele curățate și rase, și zahărul. Se fierbe încă 5–6 min, se adaugă grișul și se mai lasă 5–10 min, să fiarbă pe marginea mașinii. După ce se răcește puțin, se amestecă cu albușul de ou, bătut. Din pasta obținută se fac chifteluțe care se dau prin pesmet sau prin făină. Se așază chifteluțele într-o tavă unsă cu unt, se stropes cu unt și se coc la cuptor. Se servesc cu smântână.

834 Omletă cu conopidă

250 g conopidă, 5 g unt, 2 albușuri, 60 g lapte, 30 g smântână, sare.

Se fierbe conopida în apă puțin sărată, se scurge bine de apă, se desface în buchețele și se așază într-o cratiță mică unsă cu unt. Se acoperă cu albușul bătut și amestecat cu laptele, smântîna și puțină sare. Se coace la cuptor.

835 Omletă din albuș

3 albușuri, 30 g smântînă, 20 g lapte, 3 g unt, sare.

Se bat albușurile spumă, se adaugă smântîna, laptele și puțină sare. Se amestecă ușor și se coace într-o tigaie unsă cu unt.

836 Salată de roșii cu mere și smântînă

100 g pătlăgele roșii, 100 g mere bune, 40 g smântînă, 5 g pătrunjel verde tocat, sare.

Pătlăgelele se curăță de piele, se scutură de semințe, se taie felii și se amestecă cu merele curățate de coajă și tăiate felii foarte subțiri, smântîna și puțină sare, apoi se presară pătrunjelul tocat.

837 Papanăși cu morcovi

150 g brînză de vacă, 30 g făină, 15 g morcovi, 10 g unt, 15 g zahăr, 30 g smîntînă, ½ ou.

Morcovii, rași și bine spălați, se taie ca fideaua și se pun la fiert înăbușit cu 5 g unt și 2–3 linguri de apă. Cînd se moaie și apa a mai scăzut, se lasă să se răcească, se strivesc, apoi se amestecă cu brînză dată prin sită, 15 g făină, zahărul, oul și 10 g smîntînă. Se fac turtițe, se dau prin făină, se așază pe o tavă unsă cu unt, se acoperă cu restul de smîntînă și se coc la cuptor. Se servesc fierbinți.

838 Fructe în gelatină

25 g piersici sau caise, 25 g mere, 25 g pere, 25 g zahăr, 3 g gelatină, 25 g zeamă de lămîie, 150 g apă, 1 bucățică mică de baton de vanilie, coajă de lămîie.

Se pune pe foc apa cu zahărul, se lasă să dea un clocot, apoi se dă la o parte, se adaugă zeama și coaja de lămîie, gelatina, vanilia și se amestecă pînă se topește gelatina. Se strecoară printr-o sită sau printr-un tifon.

Se curăță fructele de coajă, se scot sîmburii, se taie felii subțiri, se amestecă, se așază într-o formă și se acoperă cu siropul cu gelatină, cald. Se lasă la rece să se închege, apoi se servește cu un sirop după plac.

Pentru bolnavii cardiaci

839 Supă cu griș

60 g cartofi, 75 g morcovi, 75 g pătrunjel, 10 g unt, 5 g griș, 10 g pîine uscată, 600 g apă, ½ linguriță pătrunjel tocat.

Morcovii și pătrunjelul se curăță, se spală și se dau pe răzătoarea de zarzavat. Se pun la fiert cu apa timp de 25–30 min (la foc mic). Se strecoară, iar zeama se pune din nou la fiert împreună cu cartofii tăiați cuburi mici. Cînd cartofii sînt aproape gata, se adaugă grișul și se mai lasă la fiert pînă se fierb cartofii. Se adaugă untul, pătrunjelul tocat și se servește cu bucăți de pîine uscată la cuptor.

840 Supă de dovleac cu griș

350 g lapte, 100 g dovleac, 15 g griș, 10 g unt, 10 g zahăr, 150 g lapte.

Dovleacul ras pe răzătoarea de zarzavat se pune la fiert cu apa și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă este gata. Se trece totul prin sită.

Se fierbe 10 min. grișul cu laptele și zahărul, se adaugă dovleacul trecut prin sită și se mai lasă să dea un clocot. Se servește cu unt proaspăt.

841 Supă dulce de mere

150 g mere creșteri, 20 g zahăr, un vîrf cuțit scorțișoară pisată, 50 g pîine albă, 500 g apă, 10 g unt.

Merele, curățate de coajă, se rad pe răzătoarea de zarzavat. Se pun la fiert cu apă timp de 10 min, se adaugă zahărul și se mai lasă să fiarbă încă 5–6 min. Se adaugă scorțișoara și după ce dau un clocot, se iau de pe foc, se adaugă untul proaspăt și se servește supa cu cuburi de pîine uscată la cuptor.

842 Supă de varză

100 g varză dulce, 100 g morcov, 75 g pătrunjel, 10 g unt, 30 g orez, 600 g apă, puțin pătrunjel verde tocat.

Morcovul și pătrunjelul, curățați și spălați, se rad pe răzătoarea de zarzavat și se fierb cu apă 15–20 min, apoi se strecoară. Zeama se pune din nou la foc, împreună cu varza tăiată ca tăiteii. Cînd varza este fiartă, se adaugă orezul fiert, strecurat și spălat cu apă rece. Se lasă să dea un clocot, se ia de la foc și se servește adăugînd untul și pătrunjelul tocat.

843 Biftec de carne fiartă

200 g carne moale, 25 g unt, 50 g ceapă.

Carnea se taie felii subțiri, potrivit de mari. Se bate cu ciocanul de lemn ca pentru șnițel, se așază într-o cratiță unsă cu unt, se adaugă apa cît să cuprindă carnea pe jumătate, se acoperă cu capacul și se lasă să fiarbă încet 10–15 min. Apoi se scoate carnea din cratiță, se lasă să se mai scurgă puțin și se prăjește în unt pe amîndouă părțile. În acest timp, se taie ceapa inele foarte subțiri, se fierbe în apă pînă este aproape gata, se strecoară prin sită, se lasă să se zvînte și se prăjește în unt, apoi se așază peste carne. Se servește cu cartofi prăjiți, dovlecei sau conopidă fiartă.

844 Crochete de griș cu carne

50 g griș, 150 g lapte, 80 g carne fiartă, 20 g unt, ½ ou, 10 g făină.

Se fierbe la foc mic grișul cu laptele și 5 g unt timp de 10 min, amestecînd continuu cu lingura. Se lasă să se ră-

cească, apoi se amestecă bine cu oul. Din această compoziție se fac turtițe. Se așază în mijlocul unei turtițe carnea fiartă și dată prin mașină, se acoperă cu altă turtiță, lipindu-se marginile, se dau prin făină și se prăjesc în unt pe amîndouă părțile. Se servesc cu morcovi sau mazăre fiartă și opărită cu unt.

845 Rasol cu sos

150 g carne fiartă, 5 g unt proaspăt, 30 g smîțînă, 5 g făină, 10 g stafide, 120 g zeamă în care a fiert zarzavat, puțin mărar tocat.

Carnea macră, fără grăsime, se taie în patru bucăți. Se așază într-o cratiță, se adaugă apa și stafidele bine spălate. Se lasă să fiarbă încet, acoperit, timp de 10 min. Se adaugă zeama. Făina se amestecă bine cu smîțîna ca să nu facă cocoloașe, se toarnă în cratița cu carnea și se lasă să mai dea cîteva clocote. Se servește cu unt și cu mărar tocat.

846 Șalău în sos de lapte

20 g șalău, 5 g unt, 25 g lapte, 100 g cartofi.
Sos: ½ lingură făină, ¾ pahar lapte, 20 g unt.

Șalăul, tăiat în bucăți potrivite, se fierbe, se lasă să se răcească în apă, apoi se scot oasele mari, se așază într-o tigaie unsă puțin cu unt. Se amestecă bine făina cu laptele, se bate ca să nu rămînă cocoloașe și se pune la foc să dea un clocot, apoi se adaugă untul, se amestecă bine și se toarnă peste șalău. Se dă la cuptor pentru 15 min, și se servește cu pire de cartofi făcut din 100 g cartofi, 25 g lapte și 5 g unt.

847 Șnițel de legume

40 g țelină, 40 g morcov, 40 g castraveți, 75 g varză dulce, 50 g gulii, 20 g unt, ½ ou, 10 g griș, 10 g făină, 20 g lapte.

Morcovii și țelina, curățate și spălate, se dau pe răzătoarea de zarzavat și se pun la foc înăbușit cu puțină apă și 5 g unt. Se fierb pînă sînt gata și scade toată apa.

Separat se fierb înăbușit varza și guliile tăiate ca tăiței, cu 20 g lapte. Cînd este gata, se amestecă cu țelina și morcovii, se adaugă castraveții rași pe răzătoare, grișul și oul. Se amestecă totul bine, se fac 3–4 turtițe în formă de șnițel, se dau prin făină și se prăjesc în unt. Se pot servi cu sos de lapte sau cu pire de cartofi.

848 Sărmăluțe fără carne

200 g varză dulce, 150 g mere, 50 g morcovi, 50 g pătrunjel, 50 g țelină, 25 g orez, 20 g unt, 30 g smântână, 1 linguriță pătrunjel și mărar tocat.

Orezul, bine spălat, se pune în tigaie cu 2–3 linguri de apă, se lasă să dea câteva clocote pînă ce se umflă puțin și apa scade. Se adaugă untul, verdeața tocată, merele, pătrunjelul, țelina și morcovul, curățate, spălate și date pe răzătoarea de zarzavat. Se amestecă totul bine și cu această umplutură se fac sarmale. Se așază sarmalele în cratiță, se toarnă apă cît să le acopere și se pun la fiert. Se servesc cu smântână.

849 Mere umplute cu brînză de vacă

250 g mere, 30 g stafide, 60 g brînză de vacă, 10 g unt, 1 gălbenuș, 5 g griș, 30 g smântină, 15 g zahăr, zahăr pudră.

Se spală merele, se șterg, se taie cîte un căpăcel și se scobesc scoțînd sîmburii și căsuța. Se scoate din miez în așa fel ca mărul să capete forma unei ceșcuțe. Se trece brînză prin sită, se amestecă cu gălbenușul, grișul, stafidele, zahărul, untul topit și jumătate din miezul de mere scobit, tocat foarte mărunt. Cu această pastă se umplu merele și se coc la cuptor. Se servesc cu smântină și zahăr pudră.

850 Gogoși din griș cu mere și stafide

60 g griș, 20 g stafide, 30 g mere, 100 g lapte, $\frac{1}{2}$ ou, 10 g zahăr, 30 g unt, zahăr pudră.

Se fierbe grișul cu laptele și zahărul, se lasă puțin să se răcească, se adaugă oul, merele curățate și tăiate cuburi foarte mici, stafidele spălate și se amestecă totul bine.

Din această compoziție se ia cîte o lingură plină și se pune la prăjit în tigaie, cu unt fierbinte, întorcînd gogoșile pe amîndouă părțile. Se presară cu zahăr pudră.



Cîteva liste de bucate

IANUARIE



Supă de carne de vacă cu găluște de griș
Rasol cu sos de roșii
Compot de mere

*

Colțunași cu brînză de vacă
Șnițel cu cartofi prăjiți și murături

*

Ciorbă de pește
Șalău cu maioneză
Ștrudel cu nuci

*

Supă de găină cu tăiței
Rasol de găină cu sos de hrean și smîntînă
Griș cu lapte

*

Supă de fasole boabe (cremă)
Ardei umpluți cu orez
Baclava turcească

*

Borș de carne de vacă
Pîrjoale moldovenești cu pire de cartofi și salată de sfeclă
Ruladă cu marmeladă sau dulceață

*

Macaroane cu brînză sau parmezan
Biftec rusesc
Cremă de zahăr ars

Praz cu măsline
Tocană de carne de porc
Orez cu lapte

*

Borș cu perișoare
Musaca de cartofi
Jelev de vin

*

Salată orientală
Chiftele marinate
Papanashi cu brînză de vacă și smîntînă

*

Supă de carne de vacă cu tăiței
Limbă cu măsline
Plăcintă cu mere

*

Fasole boabe bătută
Blinele de cartofi
Compot de gutui

*

Mămăliguță la cuptor
Cîrnați cu pire de cartofi și murături
Griș cu lapte

*

Ciorbă de potroace
Ciulama de găină
Clătite cu dulceață de vișine



FEBRUARIE

Budincă de cartofi cu brînză
Tocană de carne de porc
Gogoși cu marmeladă

*

Sufleu de parmezan
Sarmale cu varză acră
Compot de mere

*

Borș de crap
Plachie de crap
Plăcintă cu brînză de vacă

*

Salată de bœuf
Castraveți cu carne de porc
Prăjitură cu mere întregi

*

Supă de mazăre uscată (cremă)
cu pîine prăjită
Chifteluțe de cartofi cu murături
Ștrudel cu nuci

*

Borș cu perișoare
Praz umplut cu carne
Gogoși

*

Sote de morcovi cu friganele
Rață cu varză acră
Tort de nuci

Supă de sfeclă
Bigus
Minciuni

*

Budincă de creier
Iepure cu măslină
Compot de mere

*

Budincă de clătite cu brînză
Friptură înăbușită
Prăjitură cu griș

*

Salată orientală
Ciulama de găină
Savarină

*

Borș cu perișoare de pește
Crap părjit cu varză călită
Jeleu de vin

*

Mazăre cu unt și cu crochete
de griș

Friptură de iepure
Sufleu cu lapte

*

Supă de carne cu orez și
smîntînă

Șnițel de vițel cu pire de
cartofi

Budincă de orez cu stafide

MARTIE

Mămăliguță la cuptor
Ruladă de carne tocată um-
plută cu orez
Compot de gutui

*

Borș din carne de vițel
Friptură de vițel la tavă cu
cartofi ungurești
Ruladă cu frișcă

*

Supă de linte
Crap pe orez
Găluști cu marmeladă

*

Papanași fierți
Limbă în sos de smântână
Prăjitură cu griș

*

Colțunași cu brânză
Ficat prăjit cu pire de cartofi
și murături
Tort ușor și ieftin

*

Supă de mazăre uscată cu
smântână
Creier pane cu morcovi cu unt
Budincă cu brânză de vacă

*

Rinichi cu smântână
Cîrnați cu varză călită
Clătite

Borș cu perișoare de pește
Plachie de crap
Orez cu lapte

*

Fasole boabe cu maioneză
Pîrjoale moldovenești cu
sfeclă cu unt și smîntînă
Ștrudel cu mere

*

Supă de chimen
Pilaf de praz
Pătrate cu cremă

*

Mîncare de țelină
Chiftele marinate
Papanași cu brînză de vacă

*

Supă de morcovi
Ruladă de iarnă cu salată de
varză roșie
Compot de mere

*

Borș de găină
Ciulama de găină
Melci

*

Supă de mazăre (cremă)
Chifteluțe de cartofi umplute
cu varză acră
Baclava

APRILIE

Ouă umplute cu brânză
Miel cu spanac
Tăiței cu nuci

*

Budincă de cartofi cu brânză
Drob de miel cu salată verde
Prăjitură cu mere rase

*

Ciorbă de salată
Plăcintă cu carne
Prăjitură viscol

*

Borș de miel
Sufleu de spanac cu șuncă
Ruladă de nuci

*

Vinegretă
Ciulama de ciuperci cu mămăliguță
Ștrudel cu dovleac

*

Supă de spanac (cremă)
Miel cu smântână și mămăliguță
Savarină

*

Bulion cu pateuri de carne
Biftec rusesc
Sufleu cu smântână

Ruladă de cartofi cu legume
Stufat de miel
Ruladă cu frișcă

*

Sufleu de parmezan
Șnițel de carne tocată cu cartofi pai și salată verde
Șarlotă la iuțeală

*

Colțunași cu brânză de vacă
Uger pane cu morcovi cu unt
Brioși

*

Papanași fierți
Pilaf bulgăresc (cu măruntaie de miel)
Compot de mere

*

Borș cu perișoare de pește
Știucă umplută la cuptor cu sos de muștar
Plăcintă de mere

*

Budincă de clătite cu spanac
Pulpă de porc la tavă cu salată verde
Papanași cu brânză și smântână

*

Miel cu ciuperci
Șnițel de miel cu pire de cartofi
Tort de gutui

Borș de miel
Miel cu tarhon
Prăjitură rulată

*

Budincă de clătite cu brânză
Rizoto de rinichi
Gogoși pripite (fără drojdie)

*

Ciuperci pe friganele
Gulaș de inimă
Ruladă cu frișcă

*

Chifle umplute
Miel cu sos de iaurt
Budincă de nuci

*

Ciorbă pescărească
Plachie de crap
Cartofi

*

Omletă cu brânză
Miel pane cu pire de spanac
Prăjitură de Strasbourg

*

Supă de carne de găină cu
brânză
Mîncare de găină cu mazăre
verde
Compot de cireșe

Sufleu de spanac
Creier pane cu cartofi prăjiți
și salată verde
Căpșuni

*

Macaroane cu brânză și sos de
roșii
Mazăre cu carne de porc
Cireșe

*

Borș de vițel
Colțunași umpluți cu carne
crudă
Choux à la crème

*

Sufleu de mazăre verde
Ficat prăjit cu cartofi prăjiți
și salată verde
Compot de căpșuni și cireșe

*

Mazăre păstăi cu unt
Știucă umplută fiartă
Plăcințele cu marmeladă

*

Plăcintă cu carne
Miel cu tarhon
Melci

*

Borș de miel
Friptură de miel cu salată de
castraveți
Trandafiri

IUNIE

Borș cu fasole
Budincă de creier
Colțunași cu vișine

*

Borș de pui
Pui pane cu legume asortate
Prăjitură de vișine

*

Supă de spanac (cremă)
Budincă de carne
Griș cu fructe în formă de
șarlotă

*

Dovlecei umpluți cu brânză de
vacă
Pui cu mazăre
Compot de vișine

*

Morcovi cu unt și smântână
Pîrjoale moldovenești cu pire
de cartofi și salată de castra-
veți
Căpșuni cu zahăr

*

Supă de ou
Colțunași cu carne fiartă
Compot de caise

*

Ouă umplute cu sos de smîn-
tînă
Anghemaht de pui
Prăjitură cu zmeură

Budincă de macaroane cu brânză
Mîncare de cartofi noi
Compot de vișine

*

Supă de zarzavat cu smîntînă
Mazăre sote cu friganele
Ruladă cu frișcă

*

Dovlecei în floare în ulei
Friptură înăbușită cu cartofi
noi și salată de castraveți
Caise

*

Supă de salată verde
Șnițel de miel cu cartofi noi
și salată verde
Tarte cu fructe

*

Legume în sos de lapte
Pilaf de dovlecei
Compot de vișine

*

Ciorbă cu dovlecei umpluți
Pui cu bame
Găluște cu caise

*

Cartofi noi cu smîntînă
Friptură de miel cu mazăre în
unt
Chec cu vișine

IULIE

Supă de carne cu găluște de griș
Mazăre cu carne de vacă
Compot de vișine

*

Ciorbă rusească
Musaca de vinete
Înghețată de caise

*

Fasole verde cu unt și pesmet
Ardei umpluți cu carne
Caise

*

Pilaf de dovlecei
Pui cu bame
Compot de piersici

*

Salată de vinete cu ardei copti
Roșii umplute cu orez
Ruladă cu frișcă

*

Cupe de parizer umplute cu legume
Musaca cu dovlecei
Păpănași cu brânză și smântână

*

Fasole verde cu omletă
Ciulama de ciuperci cu mămliguță
Găluște cu caise

Supă de conopidă
Șnițel de vițel cu mazăre cu unt
Piersici

*

Dovlecei umpluți cu brânză de vacă
Boboc de rață pe varză
Înghețată de fragi

*

Sufleu de spanac
Pui cu smântână
Jeleu de coacăze

*

Supă de fasole verde
Roșii umplute cu carne
Compot de fructe asortate

*

Supă de roșii
Șnițel de vițel cu cartofi noi prăjiți
Tarte cu caise

*

Dovlecei prăjiți cu smântână Pui cu roșii
Prăjitură cu vișine

*

Supă de roșii cu orez
Ghiveci cu carne
Caise

AUGUST

Supă de carne cu zdrențe
Ghiveci cu carne de vacă
Compot de piersici

*

Fasole verde cu ouă și brânză
Pui cu tarhon
Melanj de fructe proaspete

*

Conopidă cu unt și pesmet
Mîncare de cartofi noi
Prăjitură cu diferite fructe

*

Ardei grași umpluți cu vinete
Sarmale cu foi de viță
Înghețată de vanilie

*

Supă de roșii
Budincă de pește
Fructe

*

Morcovi cu unt și crochete de
griș
Ardei umpluți cu carne
Pepene galben

*

Dovlecei prăjiți în ulei
Pui la tavă cu cartofi prăjiți
și salată de castraveți
Tarte cu fructe

Fasole verde cu smîntînă
Uger pane cu pire de cartofi și
salată de ardei copti
Spumă de mere

*

Supă de spanac (cremă)
Pui cu vinete
Găluște de prune

*

Borș cu fasole verde
Budincă de cartofi cu brînză și
salată verde
Înghețată de lămîie

*

Supă de conopidă
Musaca de vinete
Pepene galben

*

Mazăre pregătită țărănește
Dovlecei umpluți cu orez
Pepene verde

*

Ciorbă rusească cu carne de
vacă
Budincă de cartofi cu carne și
salată de roșii
Prăjitură cu prune

*

Roșii umplute cu vinete
Pui înăbușit cu fasole grasă cu
unt
Pepene galben umplut

SEPTEMBRIE

Supă de porumb verde
Mîncare de vinete preparată
rusește
Budincă de smîntînă

*

Mămăliguță la cuptor
Fasole verde cu carne
Struguri

*

Supă de roșii
Mîncare de dovlecei cu cartofi
Pepene galben

*

Sufleu de fasole verde
Creier pane cu mrocovi cu unt
Coșuleț cu fructe

*

Ciorbă de pește cu zeamă de
varză
Mîncare de somn cu roșii
Pepene

*

Borș cu perișoare
Roșii umplute cu carne
Melanj de fructe proaspete

*

Legume asortate cu unt
Boboc de rață pe varză
Tarte cu struguri

Supă de găină cu tăiței
Găină cu bame
Compot de mere, pere și prune

*

Borș de berbec
Pulpă de berbec la tavă cu
varză călită
Struguri

*

Roșii umplute cu brînză
Dovlecei umpluți cu orez
Mazurcă

*

Fasole verde cu smîntînă
Musaca de vinete cu carne
Plăcintă cu mere

*

Ciorbă rusească fără carne
Vinete preparate grecește
Pepene

*

Ardei grași umpluți cu brînză
Șnițel de porc cu pire de car-
tofi și salată de ardei copti
Prăjitură cu mere întregi

*

Sufleu de dovlecei
Pui la tavă cu salată de roșii
și castraveți
Înghețată de ciocolată

OCTOMBRIE

Vinete înăbușite în smântână
Sărmăluțe de carne cu varză
dulce
Struguri

*

Supă de conopidă
Mîncare de ridichi
Prăjitură de prune

*

Salată de vinete cu ardei copti
Pilaf de ciuperci
Clătite cu marmeladă sau dul-
ceață

*

Supă de roșii
Ardei umpluți cu carne
Compot de gutui

*

Fasole verde cu unt
Cartofi prăjiți cu salată de
varză roșie
Găluște cu prune

*

Chifle umplute
Chiftele marinate
Struguri

*

Borș de găină
Găină cu gutui
Griș cu lapte

Budincă de cartofi cu brînză
Anghemaht de găină
Tarte cu struguri

*

Varză de Bruxelles cu unt
Pîrjoale moldovenești cu cartofi
prăjiți
Compot de mere

*

Pire de spanac cu ochiuri
Mîncare de cartofi
Ștrudel cu mere

*

Borș de berbec
Varză acră cu carne de berbec
Struguri

*

Chifteluțe de cartofi cu brînză
Ghiveci de post
Prăjitură cu mere întregi

*

Ouă umplute cu sos de smântînă
Mîncare de pui cu vinete
Plăcintă cu poale-n brîu

*

Supă de găină cu găluște de
griș
Rasol de găină cu sos de hrean
și smîntînă
Gogoși umplute cu dulceață

NOIEMBRIE

Borș cu perișoare
Tocană de carne de vacă
Prăjitură cu griș

*

Budincă de brânză de vacă
Limbă cu măsline
Prăjitură turcească (țiș-piș-tiri)

*

Vinegretă
Friptură înăbușită cu cartofi și
salată de varză albă
Compot de mere

*

Supă (cremă) de cartofi cu pâine
prăjită
Tocană de berbec
Figaro

*

Borș de fasole boabe
Praz cu măsline
Compot de gutui

*

Sufleu de conopidă
Șnițel de carne de porc cu
morcovi cu unt
Șarlotă de cafea

*

Ciorbă din măruntaie de gîscă
Gîscă pe varză
Figaro

Pastă de ficat copt
Macaroane cu brînză sau par-
mezan
Savarină

*

Budincă de clătite cu brînză
Ruladă de carne cu sfeclă
înăbușită în smîntînă
Compot de mere

*

Cornete de parizer umpute
Iahnie de fasole cu murături
Sufleu de mere

*

Pastă de heringi cu mere
Colțunași cu carne
Choux à la crème

*

Supă de linte
Chifteluțe de heringi
Ștrudel cu dovleac

*

Budincă de creier
Pilaf de găină
Cartofi

*

Salată de bœuf
Curcan cu gutui
Mazurcă în formă de romb

DECEMBRIE

Borș cu perișoare
Musaca de cartofi cu carne
Compot de gutui

*

Chifteluțe de cartofi cu sos de ceapă
Gulaș de inimă
Uscățele

*

Supă de mazăre uscată (cremă)
cu pâine prăjită
Rizoto cu rinichi
Ștrudel cu mere

*

Creier în aluat
Praz cu măsline
Compot de mere

*

Salată orientală
Pîrjoale moldovenești cu morcovi cu unt
Tăiței cu nuci

*

Piftie de porc
Friptură de porc cu cartofi prăjiți și murături
Budincă de griș cu sos de vin

*

Borș de carne
Sarmale cu varză acră
Ștrudel cu brînză de vacă

Mămăliguță la cuptor
Limbă cu măsline
Prăjitură cu nuci și marmeladă

*

Salată de creier
Ficat prăjit cu cartofi ungurești
Budincă de orez cu vin

*

Fasole bătută cu murături
Chifteluțe de heringi
Ștrudel cu dovleac

*

Budincă de cartofi cu brînză
Cîrnați fripți cu varză călită
Chec economic

*

Supă de linte
Știucă umplută la cuptor
Găluști cu marmeladă

*

Salată de fasole boabe
Ruladă de carne umplută cu orez
Clătite cu brînză de vaci

*

Pateu de ficat de pasăre
Curcan cu gutui
Mazurcă în formă de romb

Cîteva rețete dietetice

Pentru bolnavii de diabet

Pîine 771	Chiftele din cartofi și țărîțe 778
Supă din carne cu budincă 772	Marmeladă din dovleac cu mere și zaharină 779
Supă din carne cu dovlecei umpluți 773	Prăjitură cu brînză de vacă și migdale 780
Ciorbă de vară 774	Compot de mere cu zaharină 781
Mîncare de carne cu vinete 775	Jeleu din lămîie și zaharină 782
Roșii umplute cu carne de vițel 776	
Budincă din morcovi și brînză de vacă 777	

Pentru supraalimentare

Ouă umplute cu icre negre și maioneză 783	Sufleu de conopidă cu creier 790
Cherci cu unt 784	Budincă de biscuiți 791
Supă pire din găină 785	Scumbii cu măduvă 792
Supă cremă de pește 786	Șalău în aluat 793
Supă cremă de mazăre verde 787	Budincă din pește cu sos de ou 794
Rulouri de găină umplute cu ficat 788	Tort de biscuiți, nuci și ficat crud 795
Șnițel de găină 789	Salată de ficat cu legume 796

Pentru bolnavii de gastrită hipoacidă

Supă de cartofi, morcovi și orez 797	Sufleu de morcovi și mere 807
Supă de fulgi de ovăz 798	Sufleu de griș 808
Supă de griș 799	Ruladă de orez și mere 809
Supă de arpacaș 800	Omletă cu sos 810
Sufleu de șalău 801	Omletă în abur 811
Găluște de șalău 802	Cremă din brînză de vacă 812
Crochete de cartofi cu carne 803	Sufleu din brînză de vacă cu biscuiți
Crochete de carne și ou 804	Spumă de albuș cu sos de fructe 814
Crochete de carne, fierte 805	Suc de morcovi cu caimac sau smîntînă dulce 815
Pire de legume 806	

Pentru bolnavii de enterite și colite cronice cu diaree

Supă degresată cu pâine prăjită 816
Chiftele de carne cu usturoi 817
Cîrnați 818
Crochete din piept de găină 819
Omletă din albuș 820

Sufleu de brînză de vacă cu sos de vișine 821
Budincă de orez cu bulion de carne 822
Orez cu cacao 823
Cacao cu zeamă de orez 824

Pentru hepatici

Supă de zarzavat cu omletă din albuș 825
Supă cu pire de conopidă 826
Supă din sfeclă 827
Ciorbă de zarzavat 828
Budincă din carne de găină 829
Sărmăluțe din carne fiartă 830
Ruladă de șalău 831
Budincă de dovlecei și mere 832

Chifteluțe din morcovi și mere 833
Omletă cu conopidă 834
Omletă din albuș 835
Salată de roșii cu mere și smîntînă 836
Papanăși cu morcovi 837
Fructe în gelatină 838

Pentru bolnavii cardiaci

Supă cu griș 839
Supă de dovleac cu griș 849
Supă dulce de mere 841
Supă de varză 842
Biftec din carne fiartă 843
Crochete de griș cu carne 844
Rasol cu sos 845

Șalău în sos de lapte 846
Șnițel din legume 847
Sărmăluțe fără carne 848
Mere umplute cu brînză de vacă 849
Gogoși din griș cu mere și stafide 850

INDICE ALFABETIC

A

Aluat de unt 631
Aluat franțuzesc I 632
Aluat franțuzesc II 633
Aluat fraged pentru diferite în-
trebuințări 630
Aluat pentru diferite în-
trebuințări 620
Anghemaht de găină 346
Anghemaht de pui 335
Ardei conservați în bulion 744
Ardei conservați în sare 739
Ardei grași umpluți cu brânză
40
Ardei umpluți cu carne 377
Ardei umpluți cu orez 242
Ardei umpluți cu vinete 241
Ardei umpluți cu zarzavat 742
Ardei uscați 745

B

Babă 602
Baclava turcească 658
Bame cu carne de vacă 305
Bame preparate grecește 236
Băcănie 603
Băutură sănătoasă – Cvas 520
Bezele 616

Biftec rusesc 399
Bigus 321
Blinele de cartofi 173
Boboc de rață pe varză acră 358
Boboc de rață pe varză dulce
359
Borș cu perișoare 139
Borș de berbec 143
Borș de crap 146
Borș de dovlecei 132
Borș de dovlecei umpluți 141
Borș de fasole boabe 135
Borș de fasole verde I 133
Borș de fasole verde II 134
Borș de miel 142
Borș de pui 145
Borș de vițel 140
Borș cu perișoare de pește 147
Brioși sau madlene 607
Brânză cu chimen 47
Budincă cu brânză de vacă I 681
Budincă cu brânză de vacă II 684
Budincă cu griș și ciocolată 680
Budincă de carne 89
Budincă de cartofi cu brânză 88
Budincă de cartofi cu carne 87
Budincă de clătite cu brânză 96
Budincă de clătite cu spanac 97
Budincă de creier 95
Budincă de griș 679

Budincă de griș cu vin 678
 Budincă de macaroane cu brânză 92
 Budincă de macaroane cu carne 93
 Budincă de macaroane cu șuncă 91
 Budincă de mălai dulce 683
 Budincă de mere 682
 Budincă de nuci I 673
 Budincă de nuci II 674
 Budincă de orez I 675
 Budincă de orez II 677
 Budincă de orez cu vin 676
 Budincă de pește 90
 Budincă de smântână I 671
 Budincă de smântână II 672
 Budincă de șuncă 94
 Bulion cu pateuri de carne 131
 Bulion de roșii 734

C

Caisată 523
 Calcan în vin roșu 274
 Caltaboși moldovenești (fierți) I 764
 Caltaboși II 765
 Caltaboși de sînge 766
 Cartofi 620
 Cartofi cu bînză la cuptor 193
 Cartofi cu carne de porc 319
 Cartofi cu carne de vacă 310
 Cartofi noi cu smântână 196
 Cartofi prăjiți economic 195
 Cartofi prăjiți pai 192
 Cartofi umpluți cu carne 383
 Cartofi ungurești 194
 Castraveți cu carne de porc 316
 Castraveți mici în oțet 755
 Căpșuni cu frișcă 514
 Ceafă de porc (garf) la cuptor 406
 Chec alb 567

Chec alb cu ulei 568
 Chec brun 563
 Chec cu cacao 564
 Chec cu făină de cartofi și migdale amare 561
 Chec cu vișine 569
 Chec de primăvară 566
 Chec din albușuri 565
 Chec economic 562
 Chec englezesc 558
 Chec rusesc 560
 Chifle umplute 43
 Chiftele de cartofi umplute cu varză acra 200
 Chiftele marinate 376
 Chifteluțe de cartofi 198
 Chifteluțe de cartofi umplute cu brînză 199
 Chifteluțe de cartofi umplute cu marmeladă 201
 Chifteluțe de dovlecei 206
 Chifteluțe de varză 235
 Chifteluțe de vinete 226
 Chifteluțe din heringi sau scrumbii sărate 57
 Chifteluțe din piept de găină 352
 Choux à la crème 623
 Ciorbă de pește cu zeamă de varză 148
 Ciorbă de potroace 144
 Ciorbă de salată 137
 Ciorbă pescărească 149
 Ciorbă rusească (cu carne) 138
 Ciorbă rusească fără carne 136
 Ciulama de cartofi 190
 Ciulama de ciuperci 245
 Ciulama de găină 355
 Ciulama de miel 325
 Ciulama de pui 336
 Ciuperci cu carne de porc 320
 Ciuperci cu gelatină și maioneză 54
 Ciuperci cu sos de lapte 248

Ciuperci la tavă 250
 Ciuperci pe friganele 58
 Ciuperci țărănești 247
 Ciuperci umplute cu creier 52
 Cîrnați din carne de iepure 426
 Clătite 187
 Colac vienez 641
 Colțunași cu brînză de vacă 169
 Colțunași cu vișine 172
 Colțunași umpluți cu carne crudă 170
 Colțunași umpluți cu carne fiartă 171
 Compot asortat pentru iarnă 733
 Compot de caise 727
 Compot de cireșe 725
 Compot de gutui 732
 Compot de mere 731
 Compot de pere 730
 Compot de piersici 728
 Compot de prune 729
 Compot de vișine 726
 Conopidă cu parmezan 231
 Conopidă cu unt și pesmet 159
 Corăbioare 609
 Cornet cu frișcă sau cremă 624
 Cornete de parizer umplute 44
 Cornulețe 532
 Cornulețe (de vanilie) cu nuci 534
 Cornulețe rusești 533
 Cornuri cu brînză 41
 Cornuri cu crenvurști 42
 Coșuleț cu fructe 592
 Coșulețe umplute cu salată de bœuf 49
 Cotlete de porc pane 403
 Cotlete de porc la cuptor 404
 Covrigei I 551
 Covrigei II 552
 Covrigei cu smîntînă 558

Covrigei cu susan 553
 Cozonac cu nuci 640
 Cozonaci obișnuiți 634
 Cozonaci rusești 635
 Crap cu maioneză 266
 Crap pe orez 265
 Crap prăjit 262
 Crap rasol 263
 Creier fiert 287
 Creier în aluat 289
 Creier în gelatină 59
 Creier pane 288
 Cremă cu alune sau nuci pralinate 496
 Cremă de alune sau nuci pralinate 473
 Cremă de cafea 479
 Cremă de castane 477
 Cremă de ciocolată cu nuci sau alune pralinate 497
 Cremă de ciocolată 478
 Cremă de lapte cu ciocolată 498
 Cremă de lămîie 480
 Cremă de nuci 472
 Cremă de unt 481
 Cremă de unt cu ciocolată 476
 Cremă de vanilie I 474
 Cremă de vanilie II 475
 Cremă de zahăr ars 499
 Crenvurști cu pire de cartofi 395
 Crochete de griș 178
 Cupe de parizer umplute cu legume 45
 Curcan cu caise uscate 366
 Curcan cu gutui 368
 Curcan cu măsline 367

D

Doboș–tort 465
 Dovlecei în floare cu ulei 203
 Dovlecei prăjiți cu smîntînă 205

Dovlecei prăjiți în ulei 204
 Dovlecei umpluți cu brânză de vacă 211
 Dovlecei umpluți cu carne 380
 Dovlecei umpluți cu orez 210
 Dresul unturii rîncede 770
 Drob de miel 392
 Drob de miel în aluat 393
 Dulceață de caise coapte 693
 Dulceață de caise verzi 698
 Dulceață de căpșuni 690
 Dulceață de fragi 689
 Dulceață de gutui pentru copii 697
 Dulceață de gutui rase 695
 Dulceață de mure 692
 Dulceață de nuci verzi 700
 Dulceață de pătlăgele verzi (gogonele) 699
 Dulceață de prune coapte 694
 Dulceață de prune verzi 696
 Dulceață de trandafiri 685
 Dulceață de trandafiri nefiartă 686
 Dulceață de vișine 687
 Dulceață de zmeură 691

E

Esență de zarzavat pentru supă 747

F

Fasole boabe bătută 217
 Fasole boabe cu maioneză 63
 Fasole boabe preparată grecește 216
 Fasole verde cu unt și pesmet 152
 Fasole verde cu carne de porc 312
 Fasole verde cu carne de vacă 303

Fasole verde cu omletă 213
 Fasole verde cu ouă și brânză 214
 Fasole verde cu roșii 215
 Fasole verde cu smîntînă 212
 Fasole verde cu unt 151
 Ficat prăjit 297
 Figaro 597
 Foaie de ștrudel 646
 Foi de viță conservate pentru iarnă 752
 Friganele 186
 Friptură de curcan la tavă 420
 Friptură de fazan 439
 Friptură de găină la tavă 417
 Friptură de gîscă la tavă 418
 Friptură de gîscă sălbatică 431
 Friptură de iepure 428
 Friptură de miel la tavă 411
 Friptură de potîrnichi 435
 Friptură de rață cu mere coapte 419
 Friptură de rață sălbatică 429
 Friptură de vițel la tavă 401
 Friptură înăbușită I 397
 Friptură înăbușită II 398
 Fursecuri cu ciocolată 536
 Fursecuri cu drojdie de bere 535

G

Găină cu bame 350
 Găină cu fasole verde 349
 Găină cu gutui 351
 Găină cu mazăre verde 345
 Găină cu măsline 357
 Găină cu roșii 347
 Găină cu smîntînă 354
 Găină cu tarhon 348
 Găină cu vinete 353
 Găină înăbușită 416
 Găină rasol 344
 Găluște cu brânză 177

Găluște cu caise 176
 Găluște cu prune 175
 Ghiveci cui carne de porc 315
 Ghiveci cu carne de vacă 309
 Gîscă cu măsline 364
 Gîscă sălbatică cu măsline 430
 Gîscă pe varză 363
 Glazură de cafea 483
 Glazură de ciocolată 485
 Glazură de lămîie 486
 Glazură de ou 488
 Glazură de portocale 487
 Glazură de rom 484
 Glazură de zahăr 482
 Gogoșari cu orez 738
 Gogoșari în oțet 740
 Gogoșari și ardei gen bulion 737
 Gogoșari tăiați în oțet 741
 Gogoși 643
 Gogoși din cartofi 174
 Gogoși pripite (fără drojdie) 600
 Griș cu fructe în formă de
 șarlotă 183
 Griș cu lapte 181
 Griș cu lapte și ciocolată în
 formă de șarlotă 182
 Gulaș de inimă 290
 Gulaș de uger 292

I

Iahnie de cartofi 189
 Iepure cu măsline 424
 Iepure cu smîntînă 422
 Iofca 164

Î

Înghețată de cafea 509
 Înghețată de caise 510
 Înghețată de ciocolată 508
 Înghețată de fragi sau
 zmeură 513
 Înghețată de lămîie 511

Înghețată de vanilie 507
 Înghețată de vișine 512

J

Jeleu de cafea 500
 Jeleu de ciocolată 502
 Jeleu de coacăze 506
 Jeleu de vanilie 501
 Jeleu de vin 504
 Jeleu de smîntînă 503
 Jeleu în straturi colorate 505

L

Legume asortate cu unt I 155
 Legume asortate cu unt II 156
 Legume asortate cu unt III 157
 Legume asortate în oțet 756
 Legume în sos de lapte 208
 Lichior de cafea 531
 Lichior de caise 526
 Lichior de izmă 527
 Lichior de lămîie 525
 Lichior de nuci verzi 528
 Lichior de ouă 530
 Lichior de portocale 524
 Lichior de zahăr ars 529
 Limbă cu măsline 285
 Limbă fiartă 284
 Limbă în sos de smîntînă 286
 Limbi de pisică 554
 Limonadă 518

M

Macaroane cu brînză sau par-
 mezan 166
 Macaroane cu brînză și sos de
 roșii 167
 Macaroane cu carne 168
 Marinată de crap 267
 Marinată pentru vînat 421

Marmeladă de caise 702
 Marmeladă de căpșuni 707
 Marmeladă de fragi 706
 Marmeladă de mere 704
 Marmeladă de prune 703
 Marmeladă de vișine 708
 Marmeladă de vișine cu morcovi
 pentru umplutură 710
 Marmeladă de vișine pentru
 umplutură 709
 Marmeladă de zmeură 705
 Marmeladă delicioasă de por-
 tocale 701
 Marmeladă melanj 711
 Mazăre cu carne de porc 313
 Mazăre cu carne de vacă 304
 Mazăre cu roșii 220
 Mazăre păstăi cu unt 150
 Mazăre pregătită țărănește 219
 Mazăre uscată bătută 221
 Mazăre verde cu unt 153
 Mazurcă I 570
 Mazurcă II 571
 Mazurcă cu ciocolată 577
 Mazurcă cu ciocolată și
 frișcă 578
 Mazurcă cu migdale 572
 Mazurcă delicioasă 576
 Mazurcă dospită în apă 573
 Mazurcă în formă de romb 575
 Mazurcă salam 574
 Mămăliguță la cuptor 188
 Mărar verde conservat pentru
 iarnă 750
 Melanj de fructe proaspete 515
 Melci 644
 Miel cu ciuperci 328
 Miel cu smântână 326
 Miel în sos de iaurt 327
 Miel cu spanac 322
 Miel cu tarhon 324
 Miel pane 409
 Minciuni delicioase 598

Minciuni 599
 Mititei 374
 Mîncare de cartofi noi 197
 Mîncare de ciuperci cu
 roșii 246
 Mîncare de conopidă 232
 Mîncare de curcan cu cas-
 tane 365
 Mîncare de dovlecei cu car-
 tofi 207
 Mîncare de gulii 238
 Mîncare de rinichi 293
 Mîncare somn cu roșii 281
 Mîncare de țelină 237
 Mîncare de vinete cu usturoi 223
 Mîncare de vinete preparată ru-
 sește 225
 Morcovi cu unt 161
 Morcovi cu unt și smântână 160
 Morcovi, pătrunjel și țelină,
 uscate pentru supă 749
 Murături în apă, la borcan 757
 Musaca cu dovlecei 385
 Musaca de cartofi cu carne 384
 Musaca de macaroane sau de
 tăiței de casă 387
 Musaca de vinete 386

N

Nuga 626

O

Omletă 251
 Omletă cu brînză 255
 Omletă cu mere 254
 Omletă cu smântână 252
 Omletă cu șuncă 253
 Oranjadă 519
 Orez cu lapte I 179
 Orez cu lapte II 180
 Osînză topită cu miros de
 unt 768

Ouă umplute 29
 Ouă umplute cu brânză 32
 Ouă umplute cu muștar 30
 Ouă umplute cu pastă de
 pește 35
 Ouă umplute cu maioneză 31
 Ouă umplute cu sos de smîn-
 tînă I 33
 Ouă umplute cu sos de smîn-
 tînă II 34

P

Papanași fierți 185
 Papanași prăjiți 184
 Papricaș de iepure 423
 Parizer prăjit 396
 Pască cu brânză de vacă 636
 Pască cu ciocolată 639
 Pască cu orez 638
 Pască cu smîntînă 637
 Pastă de brânză de vacă 628
 Pastă de ficat copt 50
 Pastă de heringi cu mere 55
 Pastă de heringi cu nuci 56
 Pastă de parizer 48
 Pastă de carne de iepure 427
 Pateu de ficat cu ciuperci 53
 Pateu de ficat de pasăre cu
 lapte 369
 Pateu de ficat de pasăre 51
 Pateu de ficat de vacă 296
 Pătrățele cu cremă 612
 Pătrățele 555
 Pepene galben umplut 516
 Pesmeciori 538
 Pesmeciori din albuș 540
 Pesmeciori pentru ceai 539
 Pesmeciori perișoare 548
 Pesmeți cu migdale (sau
 nuci 542
 Pesmeți cu amoniac 547
 Pesmeți cu lămîie 549

Pesmeți cu smîntînă 541
 Pesmeți cu susan I 543
 Pesmeți cu susan II 544
 Pesmeți cu anason 545
 Pesmeți englezești 546
 Piftie de pasăre 61
 Piftie de pește 62
 Piftie de porc 60
 Pilaf bulgăresc (cu măruntaie
 de miel) 330
 Pilaf de ciuperci 249
 Pilaf de dovlecei 209
 Pilaf de găină 356
 Pilaf de potîrnichi 433
 Pilaf de praz 230
 Pilaf de pui 333
 Pișcoturi cu chimen și nuci 550
 Pire de cartofi 191
 Pire de spanac cu ceapă 240
 Pire de spanac pentru
 ochiuri 239
 Pîine cu lapte 645
 Pîine de Savoia 608
 Pîrjoale de iepure 425
 Pîrjoale moldovenești 375
 Plachie de crap 264
 Plăcintă cu brânză de vacă 652
 Plăcintă cu carne 653
 Plăcintă cu mere 655
 Plăcintă cu poale-n brîu 656
 Plăcintă cu vișine 654
 Plăcînțele prăjite 657
 Potîrnichi cu smîntînă 432
 Potîrnichi umplute 434
 Praz cu carne de porc 314
 Praz cu carne de vacă 306
 Praz cui măsline 229
 Praz umplut cu carne 381
 Prăjitură cu ciocolată 582
 Prăjitură cu diferite fructe 593
 Prăjitură cu fructe I 591

Prăjitură cu fructe II 594
 Prăjitură cu griș 595
 Prăjitură cu marmeladă 614
 Prăjitură cu marmeladă de
 caise 579
 Prăjitură cu mere întregi 586
 Prăjitură cu mere rase 587
 Prăjitură cu mere sferturi 585
 Prăjitură cu nuci și cioco-
 lată 583
 Prăjitură nuci și marme-
 ladă 580
 Prăjitură cu prune 589
 Prăjitură cu vișine 588
 Prăjitură cu zmeură 590
 Prăjitură delicioasă cu nuci
 581
 Prăjitură de Strasburg 601
 Prăjitură din brânză de vaci
 și nuci 627
 Prăjitură rulată 615
 Prăjitură turcească (țiș-piș-
 tiri) 613
 Prăjitură Viscol 596
 Prepararea lebărvurștului 761
 Prepararea cîrnașilor 760
 Prepararea salamului 762
 Prepararea tobei 763
 Prepelițe cu smîntînă 436
 Prepelițe fripte 437
 Prepelițe fripte vînațioarește
 438
 Pricomigdale I 610
 Pricomigdale II 611
 Prune marinate 759
 Pui cu bame 341
 Pui cu ciocolată 343
 Pui cu fasole verde 340
 Pui cu mazăre verde 334
 Pui cu roșii 337
 Pui cu smîntînă 338
 Pui cu tarhon 339
 Pui cu vinete 342
 Pui înăbușit 414
 Pui la tavă 415
 Pui pane 413

Pulpă de berbec la tavă 412
 Pulpă de porc la tavă 405
 Purcel de lapte la tavă 407
 Purcel de lapte umplut cu
 măruntaie 408

R

Rasol cu sos de roșii 301
 Rasol de carne de vacă 298
 Rasol de carne de vacă cu
 smîntînă și hrean 299
 Rasol de carne de vacă cu
 smîntînă și muștar 300
 Rață cu castraveți acri 362
 Rață cu măsline 360
 Rață cu varză acră sau
 dulce 361
 Rinichi cu smîntînă 294
 Rizoto cu rinichi 295
 Roșii la sticle 735
 Roșii umplute cu brînză 37
 Roșii umplute cu carne 378
 Roșii umplute cu orez 243
 Roșii umplute cu pește 283
 Roșii umplute cu vinete 39
 Roșii umplute cu zarzavat 38
 Ruladă cu frișcă 604
 Ruladă cu marmeladă sau dul-
 ceață 605
 Ruladă cu nuci 606
 Ruladă de carne tocată 370
 Ruladă de carne tocată umplută
 cu orez 372
 Ruladă de cartofi cu le-
 gume 202
 Ruladă de iarnă 373
 Rulouri cu marmeladă 625

S

Salată de ardei copți I 6
 Salată de ardei copți II 7
 Salată de ardei prăjiți 8

Salată de bœuf 25
 Salată de cartofi I 18
 Salată de cartofi II 19
 Salată de conopidă 17
 Salată de creier 24
 Salată de dovlecei I 13
 Salată de dovlecei II 19
 Salată de fasole boabe 5
 Salată de fasole verde 16
 Salată de gogoşari copti 9
 Salată de icre din scrumbii sărate 23
 Salată de praz 15
 Salată de ridichi de lună 3
 Salată de scrumbii sărate cu ceapă 22
 Salată de ţelină cu mere 4
 Salată de varză albă 2
 Salată de varză roşie 1
 Salată de vinete 10
 Salată de vinete cu gogoşari 12
 Salată de vinete prăjite 11
 Salată „Primăvara“ 27
 Salată „Sănătatea“ 26
 Salată „Vitamina“ 28
 Sarmale cu foi de viţă 390
 Sarmale cu foi de viţă şi carne de miel 391
 Sarmale cu orez (fără carne) 244
 Sarmale cu varză acră 389
 Sarmale cu varză dulce 388
 Savarină 621
 Scrob (jumări) 256
 Scrob (jumări) cu brânză 260
 Scrob (jumări) cu smântână 257
 Scrob (jumări) cu şuncă 258
 Scrob (jumări) cu vinete 261
 Scrob (jumări) preparat ardele-
neşte 259
 Scrumbii în ulei 282
 Sfeclă cu unt şi smântână 162
 Somn cu maioneză 280
 Somn prăjit 279
 Sos de anason 84
 Sos de cafea 663
 Sos de castraveţi 80
 Sos de ceapă 81
 Sos de ciuperci 83
 Sos de hrean cu smântână 76
 Sos de lapte 82
 Sos de muştar cu smântână 77
 Sos de ou 86
 Sos de roşii 78
 Sos de roşii pentru frip-
tură 736
 Sos de smântână 85
 Sos de tarhon 79
 Sos de unt cu gălbenuş 75
 Sos de vanilie 662
 Sos de vin 666
 Sos de zahăr ars 664
 Sos de zmeură 665
 Spumă de mere 517
 Struguri marinaţi 758
 Stufat de miel 323
 Sufleu cu lapte 667
 Sufleu de conopidă 99
 Sufleu de dovlecei 101
 Sufleu de fasole verde 100
 Sufleu de mazăre verde 104
 Sufleu de mere 669
 Sufleu de parmezan 98
 Sufleu de spanac cu parmezan
102
 Sufleu de spanac cu şuncă 103
 Sufleu japonez 670
 Supă cu brânză 130
 Supă cu găluşte de griş 125
 Supă cu omletă 127
 Supă cu orez 124
 Supă cu orez şi smântână 128
 Supă cu ou 129
 Supă cu tăiţei de casă 123
 Supă cu zdrenţe 126
 Supă de carne de vacă 121
 Supă de cartofi (cremă) 112
 Supă cu chimen 120

Supă de conopidă 109
 Supă de fasole boabe (cremă)
 115
 Supă de linte 119
 Supă de mazăre uscată (cremă)
 116
 Supă de mazăre uscată cu smîn-
 tîină 117
 Supă de morcovi (cremă) 114
 Supă de pasăre 122
 Supă de porumb verde 118
 Supă de roşii I 110
 Supă de roşii II 111
 Supă de sfeclă 108
 Supă de spanac (cremă) 113
 Supă de zarzavat I 106
 Supă de zarzavat II 107
 Supă de zarzavat cu smîntîină
 105

Ş

Şalău cu maioneză 270
 Şalău cu orez în aluat 273
 Şalău mic pane 271
 Şalău polonez 272
 Şalău prăjit 268
 Şalău rasol 269
 Şarlotă cu alune 490
 Şarlotă de cafea 489
 Şarlotă de castane 491
 Şarlotă de fructe 495
 Şarlotă de pişcoturi 493
 Şarlotă de vanilie 491
 Şarlotă la iuţeală 494
 Şerbete de alune prăjite 717
 Şerbete de cafea 714
 Şerbete de căpşuni 720
 Şerbete de ciocolată 712
 Şerbete de cireşe amare 722
 Şerbete de flori de salcîm 723
 Şerbete de fragi 721
 Şerbete de migdale 716
 Şerbete de trandafiri 718

Şerbete de vanilie 715
 Şerbete de violete 724
 Şerbete de zahăr ars 713
 Şerbete de zmeură 719
 Şniţel de miel 410
 Şniţel de viţel 400
 Şniţel din carne de porc 402
 Şniţel din carne tocată 394
 Şodou 659
 Şodou cu ciocolată 660
 Şodou cu vin 661
 Ştiucă prăjită 276
 Ştiucă rasol 275
 Ştiucă umplută (fiartă) 277
 Ştiucă umplută (la cuptor) 278
 Ştrudel cu brînză de vacă 648
 Ştrudel cu carne 651
 Ştrudel cu dovleac 649
 Ştrudel cu mere 647
 Ştrudel cu nuci 650

T

Tarhon conservat pentru iarnă
 751
 Tarte 622
 Tăiţei 163
 Tăiţei cu nuci 165
 Tocană de berbec 331
 Tocană de carne de porc 311
 Tocană de carne de vacă 302
 Topirea osînzei 767
 Topirea slăninii 769
 Tort Alcazar 450
 Tort bezea 445
 Tort brun 443
 Tort caramel 446
 Tort de alune 456
 Tort de biscuiţi 468
 Tort de caise 462
 Tort de castane 460
 Tort de curmale şi frişcă 459
 Tort de griş 469
 Tort de gutui 463

Tort de migdale 454
 Tort de migdale foarte fin
 455
 Tort de nuci 457
 Tort fraged cu marmeladă 442
 Tort fraged I 440
 Tort fraged II 441
 Tort ieftin I 470
 Tort ieftin II 471
 Tort Joffre 464
 Tort Lica 449
 Tort Micado 453
 Tort Moca 466
 Tort Napoleon 452
 Tort Othello 451
 Tort piramidă 458
 Tort poveste 447
 Tort Punș 461
 Tort Richard 448
 Tort simplu 444
 Tort special de cacao 467
 Trandafiri 642
 Trufe de cafea I 617
 Trufe de cafea II 619
 Trufe rusești 618

Ț

Țelină cu maioneză 64

U

Uger pane 291
 Unt cu heringi 69
 Unt cu muștar 66
 Unt cu raci 67
 Unt cu rocfort 65
 Unt cu sardele 68
 Unt galben 70
 Unt negru 72
 Unt roz 73
 Unt verde 71
 Uscățele 557
 Uscățele (sahele) 556

V

Varză acră cu carne de porc
 318
 Varză de Bruxelles cu smântână
 227
 Varză de Bruxelles cu unt 154
 Varză de Bruxelles la cuptor
 228
 Varză dulce cu carne de porc
 317
 Varză dulce cu unt și pesmet
 158
 Varză umplută cu carne 382
 Vinegretă I 20
 Vinegretă II 21
 Vinete pentru musaca 746
 Vinete preparate grecește 224
 Vinete umplute cu carne 379
 Vinete umplute cu zarzavat
 743
 Vișinată 521

Z

Zacuscă pentru iarnă I 753
 Zacuscă pentru iarnă II 754
 Zarzavat uscat pentru iarnă
 (morcovi, pătrunjel, țelină,
 păstîrnac) 748
 Zmeurată 522

