

MAREA
CARTE
EBVDATE
ROMÂNESTI

Redactare: Mihaela Cosma
Tehnoredactare: Mihail Vlad
Pregătire de tipar: Marius Badea

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

CRISTEA ȘOIMU, MARIA

Marea carte de bucate românești / Maria Cristea Șoimu. –

Ed. a 2-a. – Pitești : Paralela 45, 2023

Index

Conține bibliografie

ISBN 978-973-47-3803-8

641.5

Copyright © Editura Paralela 45, 2023

Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate, iar
conținutul este protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.

www.edituraparelela45.ro

MARIA CRISTEA ȘOIMU

MAREA CARTE DE ROMÂNĂ

Ediția a II-a

Editura Paralela 45

Cuprins

<i>În loc de prefață</i>	<i>xi</i>
<i>Gânduri pentru gospodine</i>	<i>xiv</i>
<i>Cum folosim condimentele și descrierea lor.....</i>	<i>1</i>
<i>Plante aromatice</i>	<i>3</i>
<i>Cum să asortăm vinurile</i>	<i>5</i>
<i>Măsuri și măsurători aproximative folosite în bucătărie.....</i>	<i>6</i>
Ingrediente necesare în bucătărie, preparate în casă.....	7
1. Aperitive	9
1.1. Aperitive servite reci.....	9
1.2. Tartine	12
1.3. Aperitive din legume servite calde și reci.....	15
1.4. Aperitive servite calde	18
1.5. Antreuri.....	26
1.6. Salate servite ca aperitiv	33
2. Salate și garnituri.....	47
3. Sosuri.....	54
4. Preparate din ouă	61
4.1. Preparate din ouă fierte	61
4.2. Ouă umplute.....	64
4.3. Omlete.....	66
4.4. Ouă ochiuri.....	72
5. Sufleuri și budinci	76
5.1. Sufleuri sărate.....	76
5.2. Sufleuri dulci	78
5.3. Budinci servite ca mâncare	80
5.4. Budinci servite ca desert	84

6. Clătite. Colțunași. Rulade dulci.....	90
6.1. Clătite simple	90
6.2. Clătite picante.....	93
6.3. Colțunași	95
6.4. Rulade dulci.....	97
7. Pâine și preparate din făinoase cu brânzeturi, legume și fructe	98
7.1. Pâine de casă.....	98
7.2. Paste făinoase preparate în casă.....	99
8. Preparate din griș, mălai și orez.....	107
8.1. Preparate din griș.....	107
8.2. Preparate din mălai	109
8.3. Preparate din orez	113
9. Borșuri, ciorbe și supe.....	118
9.1. Borșuri de carne și legume	118
9.2. Ciorbe de carne și legume.....	123
9.3. Supe de carne	126
9.4. Borșuri, ciorbe și supe de legume	129
9.4.1. Borșuri de legume	129
9.4.2. Ciorbe de legume.....	133
9.4.3. Supe de legume.....	136
10. Preparate din legume fără carne	148
10.1. Preparate din cartofi	148
10.2. Preparate din ciuperci.....	152
10.3. Preparate din conopidă.....	154
10.4. Preparate din dovlecei.....	156
10.5. Preparate din fasole verde și uscată.....	159
10.6. Preparate din gulii.....	162
10.7. Preparate din hribi	164
10.8. Preparate din linte	167
10.9. Preparate din mazăre	169
10.10. Preparate din morcovi.....	170
10.11. Preparate din praz	172
10.12. Preparate din roșii.....	174
10.13. Preparate din spanac	176
10.14. Preparate din țelină.....	179
10.15. Preparate din varză.....	181
10.16. Preparate din vinete	183
10.17. Preparate din urzici	186
10.18. Preparate din legume în amestec.....	187

11. Preparate din carne de porc.....	191
11.1. Preparate tradiționale din carne de porc. Pregătirea cârnaților.....	191
11.2. Preparate din carne de porc	196
11.3. Fripturi de porc.....	201
11.4. Mâncăruri din carne conservată de porc	204
12. Escalopuri	210
13. Șnițele.....	212
14. Rasoluri	214
15. Preparate din carne de vacă.....	217
15.1. Biftecuri.....	217
15.2. Friptură din carne de vacă	219
15.3. Friptură din mușchi de vacă.....	221
15.4. Preparate din carne de mânzat	223
16. Preparate din carne de ovine.....	226
16.1. Preparate din carne de berbec	226
16.2. Preparate din carne de miel	229
16.3. Preparate din carne de oaie.....	234
17. Preparate din carne tocată	238
18. Preparate din organe	249
18.1. Preparate din creier	249
18.2. Preparate din inimă.....	252
18.3. Preparate din limbă	254
18.4. Preparate din ficat	256
18.5. Preparate din rinichi.....	260
18.6. Preparate din uger, fudulii, măduvioare, splină, burtă și intestine	263
19. Preparate din carne de pasăre.....	268
19.1. Preparate din carne de curcan	268
19.2. Preparate din carne de găină.....	273
19.3. Preparate din carne de gâscă	280
19.4. Preparate din carne de pui	282
19.5. Preparate din carne de rață.....	290
20. Preparate din carne de vânat.....	292
20.1. Preparate din carne de vânat cu blană.....	292
20.1.1. Preparate din carne de iepure	293
20.1.2. Preparate din carne de căprioară	297
20.1.3. Preparate din carne de mistreț.....	299

20.2. Preparate din carne de vânat cu pene.....	300
20.2.1. Preparate din carne de fazan	300
20.2.2. Preparate din carne de rață sălbatică	302
20.2.3. Preparate din carne de porumbel	303
21. Preparate din pește și moluște.....	306
21.1. Preparate din pește.....	306
21.1.1. Preparate din crap.....	306
21.1.2. Preparate din cod	313
21.1.3. Preparate din păstrăvi.....	315
21.1.4. Preparate din scrumbie	316
21.1.5. Preparate din șalău	319
21.1.6. Preparate din știucă.....	321
21.1.7. Preparate din morun.....	323
21.1.8. Preparate din somon.....	324
21.1.9. Preparate din pește sărat	325
21.1.10. Preparate din pește oceanic.....	326
21.2. Preparate din moluște.....	328
21.2.1. Preparate din creveți.....	328
21.2.2. Preparate din languste și homari.....	330
21.2.3. Preparate din melci	331
21.2.4. Preparate din midii	333
21.2.5. Preparate din raci	335
21.2.6. Preparate din scoici.....	336
21.2.7. Preparate din stridii.....	338
22. Rețete bătrânești.....	340
22.1. Preparate fără carne.....	340
22.2. Preparate din fructe.....	348
22.3. Preparate din carne în amestec cu legume	349
22.4. Deserturi.....	352
22.4.1. Deserturi din fructe	352
22.4.2. Deserturi din diferite aluaturi.....	356
23. Dulciuri și prăjituri de casă.....	364
23.1. Dulciuri din aluat dospit.....	364
23.2. Dulciuri din aluat fraged.....	374
23.2.1. Fursecuri.....	374
23.2.2. Plăcinte	378
23.2.3. Pateuri.....	383
23.2.4. Prăjituri	386
23.3. Dulciuri din aluat nisipos.....	392
23.3.1. Cornulețe.....	392
23.3.2. Biscuiți, pișcoturi, prăjituri	394

23.4. Prăjituri din diverse aluaturi	399
23.4.1. Checuri	399
23.4.2. Fursecuri	403
23.4.3. Pandișpan, cremșnit, savarină	406
23.4.4. Prăjituri diverse	412
23.4.5. Prăjituri cu fructe	414
24. Creme	417
25. Torturi	421
25.1. Torturi fără cremă	421
25.2. Torturi cu cremă	424
26. Înghețate	428
27. Băuturi preparate în casă	431
27.1. Băuturi cu alcool	431
27.2. Băuturi fără alcool	433
27.2.1. Siropuri	433
27.2.2. Sucuri	435
27.2.3. Băuturi instant	438
28. Conserve din fructe	441
28.1. Compoturi	441
28.2. Dulcețuri	443
28.3. Gemuri	446
28.4. Marmelade	448
28.5. Șerbeturi	451
29. Conserve din legume și zarzavaturi	454
29.1. Legume și zarzavaturi conservate în saramură	454
29.2. Legume conservate în oțet	458
29.3. Salate din legume combinate	461
30. Prânzul de post	462
Simboluri creștine în bucătăria românească	462
30.1. Preparate pentru ziua morților	463
30.2. Borșuri	466
30.3. Ciorbe de legume	468
30.4. Supe de legume	469
30.5. Supe cremă	473
30.6. Aperitive	476
30.7. Chiftele de legume	486
30.8. Salate	489

31. Masa de Florii.....	495
31.1. Preparate tradiționale din pește.....	495
31.2. Pește prăjit.....	496
31.3. Rasol de pește.....	498
31.4. Pește la cuptor.....	498
31.5. Pește la grătar.....	500
31.6. Mâncare de pește.....	501
32. Masa de Paște.....	502
32.1. Preparate din carne de miel.....	502
32.2. Cozonac și Pască.....	507
33. Masa tradițională de Crăciun.....	508
33.1. Preparate tradiționale din carne de porc.....	508
33.1.1. Cârnați.....	508
33.1.2. Caltaboși.....	511
33.1.3. Fripturi umplute.....	512
33.1.4. Fripturi.....	512
33.1.5. Jambon.....	514
33.1.6. Mușchiuleț.....	514
33.1.7. Piftie.....	515
33.1.8. Pastramă.....	515
33.1.9. Sarmale.....	516
33.1.10. Slănină.....	516
33.1.11. Șuncă.....	517
33.1.12. Tobă.....	518
33.2. Preparate din carne de curcan.....	520
33.3. Preparate din gâscă.....	523
33.4. Preparate din rață.....	526
33.5. Preparate din iepure.....	526
33.6. Dulciuri.....	527
<i>Index.....</i>	<i>529</i>
<i>Bibliografie.....</i>	<i>540</i>

În loc de prefață

Ne-am obișnuit să citim cărți de bucate în care autorul nu-și face simțită în niciun fel prezența. Nu ne spune niciun cuvânt; nu ne dezvăluie sursa inspirației sale; nu ne vorbește despre ceea ce-i place sau nu-i place.

Desigur, cititorii ar vrea să știe cum a învățat să gătească și dacă a încercat toate rețetele din cartea pe care o publică.

O tânără gospodină ar vrea să învețe atât de multe lucruri noi, încât soțul s-o laude și soacra să n-o critice. Dar rețetele nu-i reușesc întotdeauna. Și atunci abandonează cursa.

Pentru că autorul unei cărți de bucate nu-i spune nimic despre rateurile sale; nicio gospodină nu vrea să spună micile ei secrete: cum face ca găluștele de griș să nu-i rămână tari, cum face zece șnițele numai cu un ou, puțină făină și vin sau lapte; cum umple puiul sau fazanul și îi face mult mai gustoși decât mama sau vecina ei, care-i frige în cuptor.

Unde să găsească încrederea de care are nevoie la început de drum mica noastră gospodină? Desigur, într-o carte de bucate!

Nu voi face greșeala de a mă ascunde după rețete ideale.

Și mie, dragile mele, mi s-a ars mâncarea, mi s-a stricat zacusca înainte de a intra în iarnă; mi s-a prins gemul de cratiță; mi-a sărit dopul de la sticlele cu suc de roșii și mi s-a înmuiat varza imediat ce a venit primăvara.

Se învață greu bucătăria, dar avem doi prieteni de nădejde: dragostea pentru familia noastră și foamea.

Nu există copii mofturoși, ci doar mame nepricepute sau prea puțin iubitoare. Schimbați rețetele și mutați centrul de greutate de pe carne pe pește sau pe legume, sau de pe legume pe paste făinoase și lactate. Scoateți dulciurile din meniu și dați copiilor fructe. Veți vedea schimbarea imediat.

Va ține cu voi foamea, aliatul mamelor.

Puneți în munca de fiecare zi imaginație și dragoste. Fără dragoste nimic nu există!

Feriți-vă să cântăriți de fiecare dată ingredientele, căci Dumnezeu n-a făcut nici oamenii, nici animalele, nici legumele și nici fructele egale. Un morcov poate fi de 50 de grame sau de 150 de grame. Un gem bun va fi cel în care zahărul va fi potrivit după dulceața fructului și mai puțin bun cel în care trei kilograme de fructe au nevoie de 1 kg de zahăr!

Orientați-vă după cantitățile pe care le propun eu. Poate mie mi-a „ieșit“ mâncarea bună așa cum am notat în rețetă. Poate voi aveți alte cantități și ați încercat alte combinații. Mâncarea bună este aceea care ne place nouă și familiei noastre.

Dacă eu spun să folosiți un ou și voi găsiți un ou cu două gălbenușuri, veți arunca un gălbenuș? Desigur că nu! Dacă un bucătar de mare restaurant subliniază în rețeta de cozonac o cantitate de 290 g de zahăr pentru 1 kg de făină, credeți că 300 g cât puneți voi la același kilogram de făină este prea mult? Desigur că nu!

Dacă soacra vă sugerează că ar trebui să puneți mai multă grăsime la cozonacul care a ieșit aspru, veți continua să credeți că spune asta numai pentru că este soacră? Desigur că nu!

Cele mai bune rețete s-au născut din greșeli. Nu știam azi ce este un aluat franțuzesc dacă un patiser italian n-ar fi lăsat aluatul de cinci ori la răcitor, de câte ori auzea strigăte afară: vin francezii! Francezii lui Napoleon cucereau Milano când bietul patiser dorea să facă plăcinte!

De multe ori ne reușesc mâncăruri sau dulciuri când avem puține ingrediente în casă și dăm rateuri când avem de toate. E semnul divinității care ne îndeamnă să ne mulțumim cu ce avem.

Și cum am putea fi altfel decât mulțumiți când vedem piața gemând de fructe, de legume și zarzavaturi din primăvară până iarna târziu?

Cum am putea fi decât triști când vedem date deoparte legumele și fructele noastre, și alte legume mari și fade, luându-le locul?

Ce poate fi mai trist pentru noi decât să cumpărăm mere cu zece mii un kilogram în timp ce în ținutul Argeșului au rămas merele în pom pentru că gospodarii nu mai au ce face cu atâta recoltă?

Ce poate fi mai trist decât să vedem gustul copiilor noștri mutându-se de la sarmale, friptură și pește, legume sau lactate spre hamburgerii de la fast-food-uri?

Fast-food nu înseamnă numai „repede“, ci înseamnă mâncare pregătită standard cu hormoni, vitamine, coloranți, ingrediente selectate și tratate. Dacă n-ar fi așa, ar fi americanul de rând atât de gras și hotărât să consume mâncare chinezească?

Ce poate fi mai trist decât să auzi pe producător plângându-se de prea multă recoltă?

Cărtim împotriva lui Dumnezeu și când nu ne dă și când ne dă cu amândouă mâinile.

Uităm că-n anii când via se rupe de struguri și pomii își rup crengile de atâtea fructe, pământul face un efort imens ca să ne fie nouă pe plac. Și pentru că nu-i mulțumim, Dumnezeu ne ia în anul următor darul.

Poate la aceste lucruri ar trebui să cugetați atunci când faceți piața.

Și nu uitați:

Ca să știți de toate, trebuie să învățați.

Ca să fiți o femeie modernă, trebuie să păstrați rețetele de la mama sau de la bunica, dar să trageți cu ochiul în cărțile de bucate și-n revistele care publică mâncăruri moderne.

Ca să reziste, organismul nostru are nevoie de hrană rațională fără multă carne, fără grăsimi sau dulciuri în exces.

Ca să fim fericiți, trebuie să mâncăm „ca la mama“ acasă.

Ca să ne eliberăm de toxine, trebuie să ținem post, iar dacă vrem să slăbim trebuie doar să mâncăm o săptămână numai mâncarea care ne place și să bem câte doi litri de apă pe zi.

Dacă nu avem talent pentru arta culinară, încercăm să ne imaginăm cum ar fi să mâncăm mâncarea negătită: carne crudă, spaghetti nefierte, fasole crudă și pește cu solzi.

Veți descoperi și voi că strămoșii omului erau atât de urâți și nefericiți pentru că nu știau să gătească!!

Mulțumiți în fiecare zi lui Dumnezeu că a poruncit pământului să facă atât de multe roade spre desfătarea omului.

Și învățați că hrana noastră se compune din toate aceste roade care păstrează echilibrul organismului uman prin aportul de vitamine, proteine, lipide, glucide și substanțe biocatalitice.

Vitaminele sunt conținute de alimentele de origine vegetală: cereale, legume, fructe și de cele de origine animală: lapte, ouă, carne, pește și untură de pește. Proteinele au rolul de a reface țesuturile organismului și sunt conținute în carne, ouă, lapte, brânzeturi. În legume ca fasole și mazăre proteinele sunt foarte puține.

Lipidele sunt substanțe energetice și se găsesc în uleiuri. Glucidele (zaharurile) se găsesc în cereale, legume, fructe. Substanțele biocatalitice sunt: vitaminele, sărurile minerale și apa.

Dacă scoateți „un capitol” din bucătăria noastră, veți obține un dezastru.

Rețetele culinare așa cum sunt în cartea de față cuprind câte ceva din fiecare capitol de mai sus.

Vă urez succes și vă asigur că 99% dintre rețete au fost încercate de mine însămi. Unele nu mi-au plăcut – erau fade; altele „m-au cucerit”, dar erau piperate și n-au fost acceptate de familie.

Aveți toată dragostea mea, căci fără voi și interesul vostru pentru bucătărie, autoarea n-ar exista, iar viața mea fără această autoare ar fi neinteresantă.

Vă doresc succes și aștept să mă contraziceți!

Nu voi încheia înainte să le mulțumesc subiecților mei: Lucia Căndea Babeș și Virgil Babeș, din Sighișoara, și Măndița Ștefăniță, din Banca – județul Vaslui, care mi-au furnizat rețetele din capitolul „Rețete bătrânești”.

Le mulțumesc traducătorilor Viviana Stan și Raluca Chiurciu pentru prestația lor la capitolul „Bucătăria modernă”.

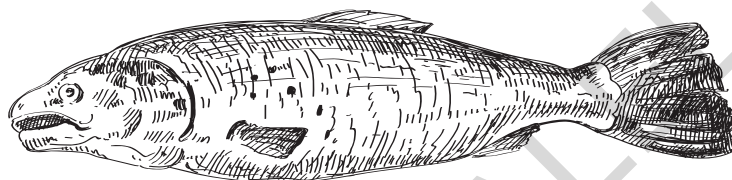
Autoarea

311. Borș de pește

6 pers.

- 1 kg pește
- 1 l borș
- 1 ceapă
- 1 ceașcă cu orez
- 2 roșii
- sare
- leuștean tocat

Se curăță peștele și se lasă în apă rece. Se alege orezul, se toacă ceapa și se pun să fiarbă în borș diluat cu 1 cană cu apă. Când orezul este fiert se adaugă peștele curățat și tăiat felii, se fierb împreună 10 minute, se adaugă leușteanul și roșiile fără coajă și tăiate felii subțiri, după care se mai ține oala pe foc 10 minute. Borșul se servește cald, cu ardei iute alături și cu pâine proaspătă de casă.



9.2. Ciorbe de carne și legume

312. Ciorbă de carne afumată cu fasole boabe

6 pers.

- ¼ kg fasole boabe
- ½ kg ciolan afumat
- 1 ceapă
- ½ l zeamă de varză
- leuștean sau cimbru
- 1 morcov
- 1 lingură cu bulion de roșii
- sare

Se alege fasolea, se spală cu apă rece și se lasă în apă rece câteva ore. La fel se procedează cu ciolanul afumat, care se ține în apă rece ca să piardă mirosul de fum. Se dă fasolea în clocot, se aruncă apa și se umple oala cu altă apă rece. Se pune la fiert împreună cu ciolanul afumat care a dat în clocot separat și a fost spălat apoi cu apă rece. Se fierbe totul la foc mic până când fasolea se înmoaie ușor. Pentru ca boabele de fasole să nu se desfacă, se pune puțină sare la fiert.

Se toacă ceapa mărunt, morcovul se taie fideluță, se pun peste fasole și se lasă să fiarbă la foc mic. Se scoate carnea, se curăță de pe os, se aruncă osul și se pune carnea din nou în oală, se acrește ciorba cu zeamă de varză dată în clocot separat. Se pune o crenguță de leuștean sau o crenguță de cimbru, după care se ia oala de pe foc.

Ciorba se servește caldă, colorată cu 1 lingură cu bulion pus odată cu zeama de varză, cu pâine proaspătă.

313. Ciorbă din carne de berbec

6 pers.

½ kg carne de berbec
1 ceapă
1 morcov
1 țelină
tarhon sau mărar tocat
1 lingură cu bulion de roșii
½ l zeamă de varză
sare
frunze de țelină verde
100 g tăitei

Se taie carnea bucăți, se pune la fiert și se lasă să dea în clocot. Se aruncă apa, se spală carnea și vasul, se pune carnea la fiert cu 1,5 l apă rece. Se adună spuma când dă în fiert, se acoperă oala și se lasă să fiarbă până când se înmoaie carnea. Atunci se adaugă zarzavatul și ceapa tăiate fideluță, se mai lasă la foc mic încă ½ oră, după care se pun tăiteii fierți separat și clătiți cu apă rece. Se acrește ciorba cu zeamă de varză clocotită, se pune tarhon sau mărar tocat deasupra și se sarează. Se mai lasă să fiarbă 2 minute, după care se ia oala de pe foc.

Mâncarea se colorează cu 1 lingură cu bulion de roșii. Se servește caldă, cu pâine proaspătă.

314. Ciorbă de carne afumată cu tarhon

6 pers.

1 kg ciolan afumat de porc
1 ceapă
2 linguri cu oțet
sare
1 legătură de tarhon
2 linguri cu orez
1 ou
1 pahar cu smântână
1 țelină
1 morcov

Carnea afumată se ține în apă rece câteva ore, se taie cu un cuțit sau cu o toporișcă, se spală în multă apă rece și se pune la fiert în apă cât s-o acopere. Se aruncă apa când dă un clocot, se pune la foc cu apă rece. Se fierbe descoperit până când carnea se desprinde de pe os, se scoate și se curăță. Se pune înapoi în oală, cu zarzavatul și ceapa tocate mărunt, se mai fierb împreună 20 minute, după care se acrește ciorba cu oțet desfăcut într-o ceașcă cu apă caldă. Mâncarea se parfumează cu tarhon tocat mărunt care se pune la fiert odată cu orezul și legumele.

Se drege cu ou bătut, cu smântână și supă fierbinte. Se servește fierbinte, cu ardei iuți și pâine proaspătă.

315. Ciorbă à la grecque

6 pers.

½ kg carne de vacă
1 l apă rece
zarzavat de supă
2 linguri cu orez
1 ou crud
1 cană cu smântână
1 lămâie
sare

Se spală carnea, se taie bucăți și se pune să fiarbă într-un litru de apă rece. Se adună spuma când dă în clocot, se lasă să fiarbă la foc mic, cu oala acoperită, până când carnea se înmoaie bine. Atunci se pune zarzavat de supă curățat și spălat și se lasă să fiarbă în continuare. Când zarzavatul a fiert, se scoate și se folosește ca garnitură pentru alt fel de mâncare. În supă se pune orezul fiert separat, se acrește cu zeama de la o lămâie, se dă în clocot și se sarează.

Se drege cu 1 cană cu smântână bătută împreună cu 1 ou crud. Se servește fierbinte, cu pâine uscată.

316. Ciorbă de potroace

6 pers.

măruntaiele și tacâmurile
de la o pasăre (aripile,
capul, inima, ficatul,
pipota, spatele, gâtul)
zarzavat de supă
1 ceapă
1 ceașcă cu orez
leuștean tocat
½ l zeamă de varză
sare

Se curăță carnea, se spală cu apă multă, se pune la fiert cu 1 litru apă rece. Când dă în clocot, se aruncă apa, se pune carnea la fiert cu 2 l apă rece, se adună spuma și se adaugă zarzavatul și ceapa tocate mărunt și puțină sare. Se fierbe totul acoperit, la foc mic. Se adaugă orezul fiert separat, iar când zarzavatul este fiert, se acrește cu zeamă de varză dată în clocot separat și se parfumează cu leuștean tocat.

Se servește caldă, cu pâine uscată sau prăjită.

317. Ciorbă de burtă

6 pers.

2 kg burtă
1 kg oase de porc sau rasol
de vită
zarzavat de supă
1 ceapă
1 căpățână de usturoi
2 gălbenușuri
2 linguri cu oțet
1 pahar cu smântână
sare

Burta se spală în mai multe ape reci, se curăță cu lama ascuțită a unui cuțit, după care se taie în felii mari și se pune la fiert în multă apă rece. Se fierbe descoperit, împreună cu oasele de porc sau cu rasol de vită, câteva ore. După 1 oră de la începutul timpului de fierbere, se adaugă zarzavatul de supă curățat, ceapa tăiată în două, usturoiul curățat și tocat. Când burta este fiartă, se scoate, se taie în felii subțiri care se pun în farfurie și se acoperă cu zeama în care a fiert burta.

Ciorba se acrește cu oțet după gust, se sarează și se servește fierbinte, cu ardei iute crud sau murat, dresă cu puțin gălbenuș de ou și 1 pahar cu smântână.

318. Ciorbă de burtă à la française

6 pers.

1 rasol de vacă
2 kg burtă
zarzavat de supă
1 crenguță de cimbru
1 foaie de dafin
sare
1 l vin alb
1 lingură cu muștar
3 linguri cu ulei
1 lingură cu oțet
sare

Se spală burta, se curăță cu lama unui cuțit ascuțit, se taie în felii mari și se spală din nou. Se așază felii de burtă pe fundul unei oale sub presiune, se acoperă cu rondele de morcov, se pune peste morcov rasolul tăiat în două, apoi se pune restul zarzavatului tăiat felii și se parfumează cu o foaie de dafin și o crenguță de cimbru. Se acoperă conținutul oalei cu apă amestecată cu vin și se fierbe la foc mic 2 ore. Se scoate capacul, se lasă să se răcească supa, după care se scoate burta, se taie în felii subțiri; la fel se procedează și cu rasolul de carne. Zarzavatul fiert nu se întrebuintează. Carnea se acoperă cu supa în care a fiert, se acrește cu sos de muștar și se servește fierbinte. Sosul de muștar se pregătește astfel: 1 lingură cu muștar se freacă energic cu uleiul adăugat treptat, apoi se subțiază cu 1 lingură cu oțet. Se sarează și se toarnă peste supa care acoperă burta și carnea fiartă.

10.10. Preparate din morcovi

443. Morcovi de iarnă

4 pers
1 kg morcovi
2 linguri cu unt
1 lingură cu zahăr
1 linguriță cu sare

Se rad morcovii, se spală și se taie rondele groase de 1-2 cm, apoi se pun într-o cratiță emailată împreună cu apă caldă cât să-i acopere. Se fierb la foc mic, adăugând la început puțină sare. Când morcovii s-au înmuiat bine și apa a scăzut complet, se adaugă untul și 1 ceșcuță cu apă caldă în care s-a dizolvat zahărul. Se lasă să fiarbă în continuare și se servesc calzi, cu frigănele de pâine (vezi: frigănele, la 441).

444. Morcovi à la maître d'hôtel

4 pers
½ kg morcovi
2 linguri cu unt
1 linguriță cu sare
1 lingură cu zahăr
2 linguri cu făină
1 ceașcă cu lapte
2 gălbenușuri
sare
piper măcinat

Se curăță de coajă morcovi tineri, se lasă întregi dacă sunt mici sau se taie felii mari, pe lungul morcovului, dacă sunt mai mari. Se acoperă cu puțină apă caldă și se lasă să fiarbă la foc mic, cu puțină sare. Când s-au înmuiat bine se adaugă 1 lingură cu zahăr, se lasă să se rumenească cu jumătate din cantitatea de unt, apoi se stingă focul. Restul de unt se înmoaie în vas emailat, se amestecă încet cu 2 linguri cu făină și se subțiază cu lapte dulce. Se amestecă în vas cu o lingură de lemn. După 10 minute de fierbere sosul se trage de pe foc, se răcește puțin și se amestecă și cele 2 gălbenușuri. Se răstoarnă peste morcovi după ce s-a sărat și s-a piperat după gust și se servește caldă, cu felii de pâine prăjită.

445. Morcovi cu sos de zahăr ars

4 pers.
½ kg morcovi
sare
2 linguri cu zahăr
1 lingură cu unt

Se răzuiesc morcovii, se spală cu apă rece, se taie rondele sau felii pe lung, se acoperă cu apă caldă și se fierb. Când s-au înmuiat, se adaugă sare și 1 lingură cu unt. Se scad bine și se acoperă cu un sos de zahăr ars. Se servesc calzi, cu frigănele de pâine (vezi: frigănele, la 441).

446. Morcovi cu smântână

4 pers
½ kg morcovi
1 linguriță cu sare
2 linguri cu unt
1 ceașcă cu smântână
1 linguriță cu făină
mărar tocat

Se răzuiesc morcovii, se fierb întregi în apă cu sare și se scot când sunt fierți. Se pun într-o cratiță cu 2 linguri cu unt, se acoperă cu smântână și 1 linguriță cu făină și se mai clocotesc împreună 10 minute.

Se presară deasupra mâncării mărar tocat și se servește caldă.

447. Morcovi cu smântână ca garnitură

4 pers
½ kg morcovi
1 lingură cu unt
sare
1 ceașcă cu smântână
pătrunjel tocat

Se răzuiesc morcovii, se fierb înăbușit cu apă cât să-i acopere și se scot pe un platou când sunt gata. Se acoperă cu unt, se presară puțină sare dacă aceasta nu s-a pus la fiert, apoi se acoperă cu smântână și pătrunjel tocat. Se servesc ca garnitură la chiftele de zarzavat sau la friptură de pui.

448. Morcovi soté

4 pers
½ kg morcovi
1 linguriță cu sare
2 linguri cu unt
pesmet

Se răzuiesc morcovii, se spală cu apă rece și se fierb întregi cu sare. Se lasă să scadă toată apa, după care se scot, se taie felii și se acoperă cu pesmet prăjit în unt. Morcovii se fierb întregi și se taie felii numai după ce au fiert.

449. Morcovi piure

4 pers
1 kg morcovi
½ l lapte dulce
sare
1 lingură cu unt
1 ceașcă cu orez

Se răzuiesc morcovii și se spală. Se taie rondele și se pun să fiarbă în lapte până când se înmoaie. Separat se fierbe orezul, se adaugă peste morcovi, apoi se fierb împreună doar 10 minute. Amestecul se trece prin sită, se adaugă untul, se subțiază, dacă este nevoie, cu puțin lapte și se servește cald, cu crochete de cartofi sau cu friptură de porumbei. Este potrivit vinul alb de masă.

450. Morcovi la cuptor cu fructe în amestec

4 pers
½ kg morcovi
2 mere acrișoare
2 pere sau 1 gutuie
½ lapte
1 pahar cu smântână
4 linguri cu zahăr
2 linguri cu griș
sare
unt
zahăr farin

Se răzuiesc morcovii, se spală, se taie în cuburi mici și se pun la fiert în lapte. Se adaugă grișul în ploaie, când morcovii sunt moi. Tot atunci se adaugă fructele descojite, fără semințe și tăiate cuburi mici. Se pune sare după gust și, când fructele au dat în clocot, se adaugă zahărul. Compoziția se scade la foc mic și se rumenește în cuptor ¼ oră, într-o formă unsă cu unt și acoperită cu smântână.

Compoziția arată ca o prăjitură și se servește ca desert, pudrată cu zahăr farin.

10.11. Preparate din praz

451. Mâncare de praz

4 pers
4 fire de praz
2 cepe
1 ceașcă cu ulei
1 linguriță cu făină
1 lingură cu bulion de roșii
1 crenguță de cimbru
2 linguri cu zahăr
sare

Se curăță prazul de foile veștede, se spală și se taie bucăți lungi de 4-5 cm, apoi se pune să clocotească în apă cu sare. Se scoate când s-a înmuiat și se lasă să se scurgă. Ceapa se toacă mărunt și se călește în ulei picurând apă peste ea, până devine transparentă. Sosul se stinge cu bulion desfăcut în apă rece. Se adaugă și făina și se răstoarnă sosul într-o cratiță adâncă. Se pun bucățile de praz, se micșorează focul, se adaugă sare și se fierbe mâncarea cu o crenguță de cimbru. Se îndulcește cu 2 linguri cu zahăr din care se prepară un sos de zahăr ars. Se lasă la rece și se servește peste câteva ore, cu felii de pâine prăjită.

452. Praz cu roșii și usturoi

4 pers
4-5 fire de praz
2 cepe
1 ceașcă cu ulei
sare
usturoi
3 roșii descojite
cimbru

Se curăță prazul de foile de deasupra, se taie bucăți lungi de 3-4 cm care se spală și se fierb în apă cu sare 10 minute. Se taie ceapa în formă de peștișori, se călește în ulei încins cu usturoi tocat mărunt. Când ceapa devine transparentă, se adaugă roșiile descojite și tăiate felii subțiri. Sosul se fierbe încet și se parfumează cu puțin cimbru. Se pun bucățile de praz în sos și se lasă să scadă împreună. Mâncarea se servește rece, cu pâine proaspătă.

453. Praz cu măslina

4 pers.
100 g măslina
2 cepe
4 fire de praz
1 ceașcă cu ulei
bulion de roșii
¼ lămâie
1 lingură cu zahăr
pătrunjel verde

Se fierb măslina separat și se clătesc cu apă rece. Se lasă deoparte și se pregătește prazul. Se spală, se taie bucăți și se călește în ulei încins. Se așază într-o cratiță înaltă, se pun peste feliile de praz măslina, apoi se acoperă cu un sos preparat din apă caldă, 1 lingură cu bulion de roșii, felii de lămâie și 1 lingură cu zahăr. Se adaugă peste mâncare și restul de ulei, rămas după ce s-a călit prazul. Se fierbe acoperit și când este gata se presară pătrunjel tocat.

Mâncarea de praz se servește mai ales rece, cu pâine prăjită sau pâine de casă cu ceapă în compoziție.

454. Praz la cuptor

4 pers.

- 4 fire de praz
- 2 linguri cu făină
- sare
- 1 pahar cu lapte dulce
- 3 linguri cu unt
- 50 g brânză sărată sau cașcaval

Se curăță prazul, se spală și se taie bucăți potrivit de mari. De la praz se folosește numai partea albă. Bucățile se clocotesc în apă cu sare, se scot când s-au înmuiat și se lasă să se scurgă. Se unge o formă cu unt, se așază bucățile de praz și se acoperă cu un sos alb pregătit pe foc mic din 2 linguri cu unt și 2 linguri cu făină. Sosul se subțiază cu lapte turnat treptat. Când devine consistent ca o smântână, se răstoarnă peste bucățile de praz. Se rade deasupra cașcaval sau brânză sărată și se introduce forma în cuptor, pentru 20 minute. Se servește cald, tăiat felii, direct din formă, fără pâine.

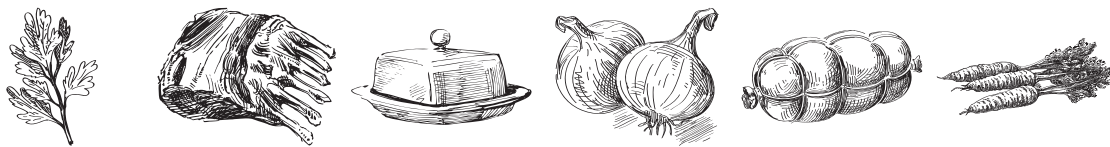
455. Pârjoale de praz

4 pers.

- 1 kg praz
- ½ kg cartofi
- 2 linguri cu făină
- 3 linguri cu pesmet
- 1 lingură cu cașcaval ras sau brânză sărată rasă
- 1 ceașcă cu ulei
- sare
- 1 ou
- pipер măcinat
- 1 kg cartofi

Se curăță prazul de partea verde, se taie bucăți și se clocotește ¼ oră în apă cu sare. Cartofii se curăță de coajă și se pun să fiarbă în apă caldă. Se scot când se înmoaie și se zdrobesc cu furculița. Se trece prazul prin sită și se amestecă piureul obținut cu pasta de cartofi. Amestecul se sarează și se piperează, apoi se omogenizează cu 1 ou și 1 lingură cu făină. În amestec se adaugă 1 lingură cu cașcaval ras sau brânză sărată dată pe răzătoare. Se iau bucăți mari din amestec, se fac pârjoale care se trec prin făină, apoi prin pesmet și se prăjesc în ulei fierbinte. Se servesc calde cu garnitură de cartofi fierți în apă cu sare și o salată de sezon.





11. Preparate din carne de porc

11.1. Preparate tradiționale din carne de porc

Pregătirea cârnaților

Cârnații se pregătesc din carne de porc tocată în amestec cu carne de mânzat sau de oaie. Se curăță carnea de pe os, se spală, se trece prin mașina de tocat și se pune într-un vas adânc. Se sarează, se piperează și se ardeiază cu ardei iute pisat. Se pune apă rece peste amestec, se omogenizează timp de 10 minute frământând amestecul cu mâna, după care se umplu intestinele bine spălate și curățate de grăsime.

Înainte de a fi umplute, intestinele se spală, se rad cu lama cuțitului, se țin în apă rece câteva ore pentru a se îndepărta mirosul neplăcut, apoi se sarează și se păstrează o zi. Sarea are calitatea de a întări intestinele care se pot rupe în timpul umplerii.

504. Cârnați moldovenești (trandafiri)

6 pers.

500 g carne de porc
500 g carne de mânzat
condimente
250 g slănină
sare
piper

Se trece carnea prin mașina de tocat, se amestecă, se sarează și se piperează după gust. În amestec se pun condimente (coriandru, nucșoară pisată, zeamă de usturoi), se amestecă din nou și se umplu cârnații cu ajutorul unei pâlnii atașate la capătul mașinii de tocat. Se trece carnea tocată din nou prin mașină și se învârtește ușor, ca să nu se rupă intestinele. Cu mâna se mișcă umplutura spre capătul intestinului care se leagă cu ață la capătul

usturoi
coriandru
nușoară
2 intestine subțiri

de jos. Înainte de a se trece la umplerea cârnaților, se pune apă rece în carne pentru ca umplutura să alunece ușor. Când operația s-a încheiat, se leagă intestinul la ambele capete și se pun cârnații la rece 2 zile, de preferință în cămara uscată, în curent de aer. Se consumă proaspeți, dar se pot păstra mai mult timp dacă se usucă și se afumă ușor sau dacă sunt ținuti în congelator.

505. Cârnați din carne de oaie

6 pers.

1 kg carne de porc
2 kg carne de oaie
ardei iute pisat
sare
piper
intestine de oaie

Se pregătesc intestinele cu 2 zile înainte, se spală de sare, se usucă puțin și se umplu cu carne tocată în amestec, condimentată din belșug cu ardei iute pisat și piper măcinat. În amestec se pune apă rece pentru ca umplutura să alunece ușor prin intestin. Se leagă cârnații la ambele capete, se pun la uscat în curent de aer înveliți în hârtie subțire și se lasă până se întăresc. Cârnații se servesc ca aperitiv.

506. Cârnați cu ficat

10 pers.

1 kg ficat de porc sau de vacă
1 kg carne de porc
200 g slănină
1 intestin gros de porc
sare
piper măcinat
condimente

Se alege carnea de pe os, se pune la fiert în apă rece și se lasă până când furculița pătrunde ușor în ea. Ficatul se fierbe separat 10 minute, se aruncă apa, apoi carnea se trece împreună cu ficatul prin mașina de tocat. Se sarează, se piperează după gust, se condimentează cu condimente pentru cârnați și se amestecă totul într-un vas adânc.

Se taie grăsime de porc proaspătă cu un cuțit ascuțit și se pune în amestec, se subțiază cu zeamă de carne și se trece la umplerea intestinului.

Intestinul gros de porc se spală în mai multe ape, se întoarce pe dos, se rade cu lama cuțitului și se spală din nou până când îi dispare mirosul neplăcut. Se păstrează în apă rece câteva ore apoi se poate umple. Când pregătirea s-a terminat, intestinul se leagă la ambele capete și se pune să fiarbă în apă caldă. Se lasă ½ oră la foc mic, se scoate și se pune să se scurgă. Se păstrează în cămară, la loc uscat și răcoros.

Se servește ca aperitiv, a doua zi sau după mai multe zile.

507. Caltaboși

Caltaboșii sunt preparate din carne de porc în amestec cu orez, sau din jumări în amestec cu orez fiert.

6 pers.

- 1 kg carne de porc
- 3 linguri cu orez
- sare
- pipër măcinat
- 3 cepe
- intestinul gros de la porc
- pipër boabe
- foaie de dafin
- 1 lingură cu untură sau 1 ceașcă cu ulei

Se curăță carnea de pe os, se trece prin mașina de tocat și se lasă într-un vas adânc. Ceapa se toacă mărunt, se călește în untură sau în ulei și se pune peste carne. Orezul se spală și se lasă câteva ore în apă, apoi se amestecă cu carnea. Amestecul se sarează și se piperează după gust și se umple intestinul gros pregătit dinainte. În timp ce se umple, intestinul se presează ușor cu mâna, având grijă să nu se umple prea tare. Se leagă intestinul la ambele capete, se pune să fiarbă în apă caldă cu pipër boabe și o foaie de dafin. Se fierbe la foc mic 1 oră, după care se scoate și se lasă la rece.

Se servește cald sau rece, prăjit în grăsime de porc sau fript în cuptor pe grătar, cu pâine de casă (cu ceapă în amestec) și vin roșu.

508. Caltaboși din organe și sânge

6-8 pers.

- 1 l sânge
- 1 lingură cu cimbru
- 1 inimă
- 2 plămâni
- 2 cepe
- sare
- pipër
- untură
- ienibahar
- 1 intestin gros de porc
- 200 g carne tocată

Se pregătește cu atenție intestinul gros. Se spală în mai multe ape, se rade cu lama cuțitului pe dos, se freacă ușor cu sare, se spală din nou și se lasă în apă rece până când îi dispare mirosul neplăcut. Când se taie porcul, se strânge 1 litru de sânge în care se pun 2 linguri cu sare. Se amestecă ușor până la dizolvarea sării, apoi se păstrează la rece.

Inima și plămânii se fierb în apă cu sare, apoi se dau prin mașina de tocat. Se toacă ceapa mărunt și se călește ușor în grăsime de porc sau în unt.

Se strecoară sângele prin tifon și se pune într-un vas adânc. Se amestecă bine cu 1 lingură cu cimbru fără codițe, se pun organele pregătite dinainte, ceapa călită și puțină carne tocată. Se amestecă totul cu mâna, se sarează amestecul și se piperează după gust, apoi se umple intestinul gros. Se leagă cu sfoară subțire la ambele capete. Se pune să fiarbă în apă caldă, se întoarce din când în când. Este fiert atunci când, înțepat cu acul, nu mai iese sânge din compoziție. Se scoate pe un platou și se răsuțește pe o parte și pe alta până când se răcește.

Caltaboșii se servesc prăjiți în ulei, stropiți cu sos de hrean, cu pâine de casă și vin roșu.

509. Chișcă umplută

8-10 pers.

1 stomac de purcel
2 kg carne macră
200 g slănină proaspătă
sare
piper
cuișoare
nucșoară
foaie de dafin
½ kg ficat
condimente

Stomacul de purcel se pregătește pentru umplut astfel: se spală în mai multe ape, se curăță cu atenție, se întoarce ușor pe dos și se spală din nou până când îi dispare mirosul neplăcut. Se taie 1 kg carne în felii pe lungimea bucății de carne. Se căptușește stomacul pregătit înainte cu felii de carne, iar mijlocul se umple cu restul de carne tocată împreună cu ficatul dat în clocot și scurs și cu slănină tăiată în cubulețe mici. Amestecul se sarează și se condimentează cu coriandru, nucșoară pisată și piper măcinat. Când operația s-a terminat, stomacul se leagă la capătul de sus, se pune la fiert într-un vas adânc cu apă caldă. Se fierbe la foc mic cel puțin 2 ore. La fiert se pun boabe de piper, foi de dafin și câteva cuișoare. Chișca se scoate din apă după ce s-a răcit și se lasă în cămara uscată, în curent de aer. Se afumă și se servește ca aperitiv, tăiată felii subțiri, pe latul ei.

510. Jambon

10-12 pers.

1 pulpă din spate
sare
apă
silitră

Se scoate pulpa, se curăță cu un cuțit ascuțit, se spală și se pune la saramură pentru 10 zile. Saramura se pregătește cu apă, în care se adaugă 40 g sare la litru. În saramură se adaugă ½ linguriță silitră, pentru a da culoare roz cărnii. Jambonul se păstrează în cameră răcoroasă, uscată și curată. Se scoate și se pune la fum pentru o zi, după care se lasă la aer, ca să se usuce bine. Se servește ca aperitiv. Feliile de jambon se taie pe latul pulpei pentru a cuprinde un strat de grăsime în exterior și carne la mijloc.

511. Jambon fiert în vin

10-12 pers.

pulpa din spate
boabe de piper
boabe de ienibahar
1 foaie de dafin
1 căpățână de usturoi
3 l vin alb

Pulpa se curăță de pe os, se rade cu cuțitul pentru ca șoricul să fie alb și curat și se spală cu apă rece. Se sarează și se piperează ușor, se pune la fiert în apă caldă, în care s-au adăugat condimente (usturoi, foi de dafin, ienibahar, piper boabe). Se fierbe la foc mic până când apa (care a acoperit la început jambonul) a scăzut cu două degete sub nivelul inițial. Atunci se adaugă vinul și se lasă să fiarbă 2 ore. Se răcește în vasul în care a fiert. Se scoate, se strânge bine, dându-i forma pe care a avut-o inițial, se leagă cu sfoară subțire și se lasă în curent de aer pentru a se usca. Pentru păstrare îndelungată, jambonul se ține o zi la fum. Se servește ca aperitiv sau ca fel de mâncare cu garnitură de legume fierte și vin roșu ușor sau rosé.

512. Mușchiuleț fiert în vin

4-8 pers.

mușchi de porc
sare
condimente
1 l vin alb

Mușchii spatelui se scot cu atenție, se pun la fiert în apă caldă, cu sare și condimente. Când apa a scăzut cu două degete sub nivelul inițial, se adaugă 1 l vin alb și se continuă fierberea. Se răcește în zeama în care a fiert și apoi se leagă strâns cu o sfoară subțire. Se atârnă în cui, afară sau în curent de aer și se usucă o săptămână.

Se poate servi ca aperitiv sau se poate păstra peste iarnă dacă se afumă câteva ore. Se servește ca aperitiv și cu omlete sau ouă ochiuri preparate în unt, cu pâine proaspătă și vin roșu ușor.



513. Slănină

slănină de pe spate și burtă
sare
piper
zeamă de varză
boia de ardei
coriandru
usturoi

Slăcina se prepară din bucăți de grăsime de pe spate și de pe burtă. Se aleg bucățile care au o densitate mai mare, slăcina poroasă fiind puțin gustoasă și puțin economică. Bucățile de slăcină se pot pregăti prin conservare la sare sau la fum.

Se pun bucățile de slăcină sărate și piperate puțin, una peste alta, într-un butoi de lemn, se acoperă cu saramură, se lasă așa două săptămâni, după care slăcina se scoate și se atârnă la aer. Saramura se pregătește din apă și sare cu o concentrație de 40 g sare și 1 l apă. Slăcina devine fragedă prin pătrunderea sării.

Slăcina care se păstrează prin afumare se fierbe mai întâi în apă cu sare sau în zeamă de varză, se scoate, se colorează cu boia de ardei și coriandru sau usturoi pisat, după care se atârnă la fum. Afumarea se poate face la hornul casei, în podul casei în care s-a dat drumul la fum sau într-o groapă specială, într-un butoi de lemn fără fund. Focul se face din lemne, peste care se toarnă rumeguș. Acesta înăbușă flacăra și produce mult fum. Afumarea la groapă se face timp de 1 zi, la pod timp de 2 zile, iar la horn afumarea se face câteva ore. Slăcina astfel preparată se păstrează la loc uscat, răcoros și lipsit de lumină prea puternică. Primăvara slăcina se poate păstra în gura sobei, cu ușa deschisă, având în felul acesta aerisire permanentă cu hornul casei.

Slăcina se servește ca aperitiv.

514. Tobă

1 stomac de porc
1 kg carne de la gât
limba
1 kg mușchi de porc
2 picioare și urechile
porcului
½ kg ficat
250 g slănină
sare
piper boabe
foi de dafin
vin

Se spală și se pâresc bine picioarele și urechile de la porcul proaspăt tăiat. Se rade șoricul cu cuțitul, se spală din nou și se albește prin frecare cu mălai. Se pun să fiarbă într-o oală mare plină cu apă rece, se strânge și se aruncă spuma de mai multe ori, se adaugă sare și boabe de piper și se continuă fierberea. Când furculița pătrunde ușor în carne, se pun să fiarbă ficatul, limba, carnea macră de la gât și mușchiulețul, toate clocotite înainte în altă apă care se aruncă. În timpul fierberii oala se ține descoperită. Se fierb toate descoperit până când carnea se desprinde de pe os. Se lasă să se răcească puțin în zeama în care au fiert, după care se taie în cuburi potrivit de mari, se amestecă slăcina tăiată în felii, se sarează și se condimentează după gust. La fiert se pot pune foi de dafin și puțin vin, condimente care parfumează carnea și o fac mai gustoasă. Cu acest amestec se umple cu mâna un stomac de porc pregătit cu multă atenție mai înainte, până îi dispăre mirosul neplăcut.

Stomacul se golește, se rade ușor cu lama unui cuțit, se spală în mai multe ape reci. Ca să se albească și să dispară orice urmă de grăsime sau de murdărie, se freacă ușor cu mălai. Se limpezește în mai multe ape reci și se lasă să se scurgă. În amestecul de carne se adaugă 1 pahar mare cu zeamă concentrată în care a fiert carnea, aceasta având rolul de a lega amestecul.

Odată umplută, toba se leagă la capătul pe unde a fost umplută, se pune apoi să fiarbă în apă caldă, dacă e posibil chiar în apa în care a fiert carnea. Se fierbe timp de 2 ore la foc mic, după care se răcește în zeama în care a fiert. Se scoate și se pune între două scânduri curate, cu o greutate deasupra. Se lasă la rece și se consumă peste o zi, ca aperitiv.

11.2. Preparate din carne de porc

Cotletele sunt bucăți de carne scoase de pe coastă cu os cu tot; se pot pregăti ușor, pentru că au carnea fragedă.

515. Cotlete cu andive

4-6 pers.

4-6 cotlete
1 ceașcă cu ulei

Se spală cotletele, se sarează puțin și se pun într-un vas emailat împreună cu 1 ceașcă cu ulei, 1 cană cu supă și puțin piper măcinat. Se acoperă vasul și se lasă să fiarbă carnea până

21.1.2. Preparate din cod

788. Cod la cuptor

4-6 pers.

2-3 pești mijlocii
1 lămâie
sare
1 ceșcuță cu ulei
1 ceapă
1 morcov
pătrunjel tocat
1 lingură cu oțet
1 kg cartofi

Se înlătură capul peștelui, se lasă să se decongeleze în apă rece 1 oră, după care se pune, spălat și curățat de aripioare, într-o formă de sticlă incasabilă în care s-a așezat un strat de ceapă tăiată felii subțiri, în amestec cu morcov în rondele și câteva felii de lămâie. Se acoperă cu apă caldă, se sarează și se introduce forma în cuptor pentru 1 oră, la foc potrivit. Se adaugă oțetul când peștele este gata, se mai lasă 5 minute, după care se scoate peștele pe un platou mare, se înconjoară cu cartofi fierși în coajă, peste care s-a turnat ulei când au fost curățați. Sosul în care s-a preparat peștele se trece prin sită, se toarnă peste pește și cartofi, se acoperă cu pătrunjel tocat fin. Se servește cu sau fără pâine.

789. Cod marinat

4-6 pers.

4-5 pești mijlocii
1 ceașcă cu ulei
sare
1 morcov
1 ceapă
1 rădăcină de pătrunjel
½ țelină
1 pahar cu oțet
piper boabe
1 foaie de dafin
2 linguri cu făină
100 g măslină
1 linguriță cu boia

Peștele decongelat și fără cap, golit de intestine și spălat bine, se taie în bucăți și se dă prin făină, apoi se prăjește în ulei încins. Se scoate peștele pe șervețele așezate pe un platou mai mare, se lasă la cald. Se taie legumele fideluță și se călesc în ulei. În sosul astfel pregătit, se adaugă 1 ceașcă cu apă caldă, sare, boia de ardei și câteva boabe de piper. Se fierbe la foc mic ½ oră, apoi se adaugă oțetul fiert separat. Se pune peștele deasupra sosului, se acoperă cratița și se fierbe la foc mic 10 minute. După răcirea sosului se adaugă măslinile fără sămburi și clocotite separat. Mâncarea se servește numai rece, cu pâine proaspătă. Se poate păstra de pe o zi pe alta.

790. Cod prăjit

4-6 pers.

6 pești mijlocii
sare
usturoi
pătrunjel tocat

Peștele decongelat, fără cap și fără aripioare, se golește de intestine și se spală în mai multe ape reci. Se taie bucăți mari, se sarează puțin și se piperează după gust, apoi se prăjește în ulei fierbinte, după ce s-a trecut prin făină. Peștele se întoarce des ca să se prăjească uniform și să nu se ardă. Se scoate pe un

pipер măcinat
1 ceașcă cu ulei
2 linguri cu oțet sau
½ lămâie
făină

platou când este gata, se acoperă cu un sos preparat din: uleiul care a rămas de la prăjit în care se adaugă usturoi pisat, 2 linguri cu oțet, sare și pipер măcinat. Se amestecă energic câteva minute ca să se omogenizeze, se adaugă în sos pătrunjel tocat mărunt și se răstoarnă peste peștele prăjit.

Se servește cu mămăliguță caldă.

791. Cod pe „canapea”

4-6 pers.

6 pești mici decongețați
6 felii de franzelă
2 linguri cu făină
2 linguri cu unt
1 ceașcă cu ulei
200 g jambon
sare
pipер măcinat
1 ou
lămâie

Peștele se decongelează în apă rece 1 oră, se curăță de aripioare și se înlătură capul, apoi se spală și se sarează. După gust, se poate pipera puțin. Se trec peștii întregi prin ou bătut, apoi prin făină și se prăjesc în ulei fierbinte. Se scot pe un platou, unde se păstrează până când se pregătește restul ingredientelor. Franzela se taie felii subțiri de 2 cm, se prăjește în unt cald până devine aurie, se scoate pe platoul cu pește. În untul rămas se pun șase felii de jambon să se prăjească ușor, apoi se scot și se așază pe același platou. Se pun feliile de franzelă în rază pe platou, se acoperă cu o felie de jambon, iar peste jambon se pune câte un pește sau o jumătate de pește prăjit. Astfel pregătit, peștele se stropește cu zeama de la ½ lămâie și se servește fără pâine, cu vin alb demisec.

792. Cod cu sos de ceapă

4-6 pers.

4 pești mari
1 ceașcă cu ulei
2 cepe mari
sare
4 roșii descojite
usturoi
2 linguri cu făină
2 linguri cu pesmet
2 ouă
pipер măcinat
cimbru

Peștele, fără cap și aripioare, golit de intestine, se spală și se taie în două. Fiecare bucată de pește se sarează și se piperează, apoi se trece prin făină, prin ouă și prin pesmet și se prăjește în ulei încins. Se scoate peștele când este gata pe o farfurie mai mare și se lasă la cald. Separat se călesc cepele tocate mărunt împreună cu usturoi și 1 ceașcă cu apă. Când ceapa a devenit transparentă se adaugă roșiile descojite și tăiate felii subțiri. Sosul se fierbe acoperit până când scade bine. Se parfumează cu puțin cimbru sau cu o foaie de dafin. Se răstoarnă sosul peste pește și se servește cald, cu mămăliguță rece și vin alb sec.

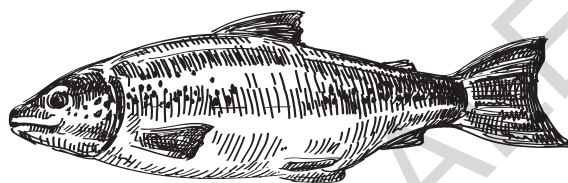
21.1.3. Preparate din păstrăvi

793. Rasol de păstrăvi

6 pers.

6 păstrăvi
sare
2 linguri cu oțet
3 linguri cu ulei
pătrunjel
mărar
lămâie

Se curăță peștele, se golește de intestine și se spală în mai multe ape reci. Se înlătură branhiile și este lăsat 10 minute în apă caldă cu oțet. Se pune într-un vas mare 1 litru de apă să fiarbă și, când dă în clocot, se adaugă peștele, se micșorează focul și se fierbe încet $\frac{1}{4}$ oră. Se scoate pe o farfurie mare și se servește cu un sos preparat din ulei, zeama de la $\frac{1}{2}$ lămâie, sare, pătrunjel și mărar tocate mărunț și puțin piper măcinat.



794. Păstrăvi prăjiți

6 pers.

6 păstrăvi
1 ceașcă cu ulei
1 lămâie
sare
1 lingură cu făină
piper măcinat

Se curăță peștele, se golește de intestine și se spală în apă rece. Nu se înlătură capul, se aruncă doar branhiile. Se sarează și se piperează după gust, se trece fiecare pește prin făină și se prăjește în ulei fierbinte.

Se servește cu garnitură de morcovi tineri, stropit cu zeama de la o lămâie, cu sau fără pâine și vin alb.

795. Păstrăvi cu sos de maioneză

6 pers.

6 păstrăvi
sare
1 ou
piper măcinat
1 lămâie
50 g unt
1 lingură cu apă
oțet

Păstrăvii se curăță, se golesc de intestine și se spală cu apă rece. Se pun la fiert în apă caldă cu oțet și sare. După $\frac{1}{4}$ oră se scot pe un platou și se acoperă cu maioneză caldă pregătită astfel: 1 gălbenuș crud se freacă până devine spumă cu 2 linguri cu unt. Când pasta a devenit omogenă, se adaugă zeama de la o lămâie, piper măcinat și puțină sare. Se subțiază cu 1 lingură cu apă rece și se ține la cald. Se toarnă peste păstrăvi și se servesc calzi, cu pâine proaspătă și vin alb.

796. Păstrăvi cu sos gascon

6 pers.

6 păstrăvi
sare
2 linguri cu oțet
2 linguri cu unt
2 linguri cu ulei
usturoi
pătrunjel
mărar
100 g ciuperci
1 pahar cu vin alb
3 sardine conservate
2 gălbenușuri crude

Se pregătește sosul astfel: se curăță și se spală ciupercile, se taie în felii subțiri și se pun să scadă într-o cratiță cu unt, un praf de sare și usturoi tocat mărunt. Când s-au înmuiat, se adaugă peste ciuperci 1 pahar cu vin alb și verdeață tocată mărunt. Sosul se fierbe la foc moale 20 minute. Separat se freacă gălbenușurile cu uleiul, iar maioneza obținută se toarnă încet peste sosul de ciuperci călduț. Se amestecă în continuare ca să nu se taie maioneza și se ține cratița pe marginea plitei până când sunt gata păstrăvii. Aceștia se pun să fiarbă $\frac{1}{4}$ oră la foc mic în apă cu 2 lingurițe cu oțet, se scot și se așază pe un platou puțin adâncit la mijloc. Se acoperă cu sos și se servesc calzi, cu pâine proaspătă.

797. Păstrăvi cu smântână

6 pers.

6 păstrăvi
sare
1 cană cu smântână
pătrunjel
mărar
2 linguri cu unt

Se curăță păstrăvii, se golesc de intestine și se spală. Se prăjesc în unt fierbinte, după ce au stat 10 minute cu sarea pe ei. Se scot pe o farfurie mare, se acoperă cu smântână și verdeață tocată și se servesc calzi, cu pâine proaspătă și vin alb demisec.

21.1.4. Preparate din scrumbie

798. Scrumbii proaspete la grătar

4-6 pers.

3 scrumbii mari
sare
1 lingură cu muștar
2 linguri cu ulei
2 linguri cu pesmet

Se curăță scrumbiile, se înlătură capul, se golesc de intestine și se spală cu apă rece. Se sarează și se lasă cu sare pe ele câteva minute, apoi se ung cu ulei și cu muștar, se trec prin pesmet și se pun pe grătar dublu. Se așază grătarul pe jar, se întoarce des pentru ca peștele să nu se ardă, se scot peștii pe un platou adâncit ușor și se acoperă cu puțin mujdei de usturoi.

Se servesc cu garnitură de cartofi fierți, cu sau fără pâine.



23. Dulciuri și prăjituri de casă

23.1. Dulciuri din aluat dospit

923. Cozonac

Operații preliminare:

- se cerne făina într-un vas adânc, pentru ca aluatul să aibă loc să crească;
- se spală ouăle cu apă caldă, se sparg într-o farfurie adâncă, cel puțin cu 2 ore înainte de a frământa cozonacul; gălbenușurile se lasă în farfurie și se acoperă cu $\frac{1}{2}$ linguriță cu sare, pentru a se colora în galben intens; albușurile nu se folosesc la cozonac;
- se pun 2 linguri cu făină într-un castron adânc, se opărește făina cu $\frac{1}{2}$ cană cu lapte clocotit, amestecând într-una ca să nu se formeze cocoloașe. Când amestecul devine omogen, se pune deasupra lui drojdia de bere frecată cu 1 lingură cu zahăr, se încorporează ușor și se lasă la dospit. Dacă maiaua începe să crească în mai puțin de $\frac{1}{2}$ oră, vom ști cât de bun va fi cozonacul;
- laptele rămas se pune pe foc mic și în el se dizolvă zahărul. Nu se clocotește. Se trage vasul de pe foc, se adaugă coajă rasă de lămâie, coajă rasă de portocală sau vanilie (la cozonac nu se folosește esență de rom în aluat, aceasta arde aluatul și-l împiedică să crească repede. Esență de rom se pune numai în amestecul de nuci măcinate, cacao și zahăr, folosit ca umplutură).

1 kg făină
6 gălbenușuri
300 g zahăr

Se trece la frământat: se pune laptele cald peste făină, se adaugă încă de la început maiaua, ouăle și sarea și puțin ulei. Se frământă încet, strângând mereu aluatul spre centrul vasului

300 g grăsime
½ linguriță cu coajă de
lămâie
¾ l lapte dulce nefiert
sare
1 lingură cu rom
200 g nuci
1 lingură cu cacao
drojdie de bere cât o nucă
2 linguri cu unt

de frământat. După 1 oră, aluatul trebuie să facă bășici. Înseamnă că a pătruns în el atâta aer cât să-l facă pufos, deci se oprește din frământat și se acoperă cu un prosop curat. În timpul frământatului se adaugă grăsime. Este de preferat să se folosească ulei și unt în cantități egale; dacă untul lipsește, se poate folosi untură de porc proaspătă, nesărată și fără miros ranced. Aluatul nu se bate, nu se aruncă și nu se rupe, este de ajuns să se adune dinspre margini înspre centrul vasului, apăsând energic. Aluatul se lasă la cald; în timpul cât se prepară cozonacul, temperatura camerei nu trebuie să scadă sub 25°C. Când a crescut mai mult de jumătate din cantitatea inițială, aluatul se împarte în două, se întinde în foaie groasă pe planșeta unsă cu ulei sau cu unt, se pune umplutura de nucă, se rulează ca un sul și se așază cozonacul în tava unsă cu unt. În timpul coacerii uleiul capătă un miros specific ce schimbă aroma cozonacului, de aceea este de preferat să se ungă tăvile cu unt sau cu untură. Se lasă cozonacii pe marginea plitei la dospit (dintr-un kilogram de făină obținem 2 cozonaci) până când ajung la marginea tăvilor. Atunci se introduc în cuptorul cald, se lasă la foc mic ¼ oră, se dă focul mai tare, se coace încă ½ oră, după care se micșorează focul pentru încă 20 minute. Cozonacul trebuie să fie rumen și nu ars. Dacă flacăra aragazului nu este uniformă, se coace cozonacul cu o tavă pusă sub grătarul pe care stau tăvile cu cozonac. Se scot, se răcesc în tavă, nu se deschide geamul nici când cozonacii sunt pe planșetă, deoarece pot da înapoi. Se taie numai rece, după cel puțin 3 ore de când a fost scos din cuptor. Înainte de a fi introduși în cuptor, cozonacii se ung cu albuș și se presară cu zahăr tos. După dorința gospodinei, cozonacii se parfumează cu vanilie când se scot din cuptor.

924. Cozonac moldovenesc

pentru aluat:
500 ml lapte nefiert
1 kg făină
1 linguriță cu sare
300 g zahăr
200 ml ulei
100 g untură
8-10 gălbenușuri

Se cerne făina într-un vas adânc și se încălzește în cuptor, la foc mic.

Cu 250 ml lapte clocotit se amestecă 4 linguri cu făină cernută proaspăt (separat de făina pentru frământat). Se freacă drojdie de bere cât o nucă cu 1 lingură cu zahăr, se pune pasta obținută peste făina opărită, se amestecă și se lasă pe marginea plitei la dospit. Gălbenușurile, peste care s-a pus sare, se pun peste făină, se adaugă maiaua crescută și se începe frământatul. Se pune laptele calduț peste făină, se amestecă întâi bine

pentru maia:

drojdie de bere cât o nucă
mare

1 cană cu lapte

4 linguri cu făină

pentru umplutură:

300 g nuci măcinate

200 g zahăr

200 g stafide

100 g rahat (facultativ)

1 esență de rom

50 g cacao cernută
proaspăt

miezuri întregi de nucă

zahăr pudră

zahăr vanilinat

1 ou crud

ouăle în aluat, se frământă $\frac{1}{4}$ oră, după care se adaugă ulei pus câte puțin și untură de porc proaspătă. Se frământă 1 oră, adunând aluatul spre centrul vasului de frământat. Se lucrează la temperatură ridicată și se frământă cel puțin $\frac{3}{4}$ oră. Este gata atunci când aluatul face bășici.

Ca aromă, pentru cozonac se folosește cu precădere coaja rasă de lămâie sau de portocală sau romul cu esență de vanilie. Aroma se adaugă în lapte, înainte de a începe frământatul.

Cât aluatul stă la dospit, acoperit cu un prosop curat, pe marginea plitei calde, se trec nucile prin mașina de tocat, se amestecă într-un vas cu 3 linguri cu zahăr tos, cu stafide, 2 linguri cu rom și cacao cernută proaspăt. Amestecul se întinde pe foaia de aluat pusă pe planșeta unsă cu ulei. Se rulează foaia de aluat ca un sul și se pune într-o tavă unsă cu unt. Se lasă tava pe marginea plitei încă 1 oră, după care se pun cozonacii în cuptorul cald, cu focul mic $\frac{1}{4}$ oră, ca să aibă timp să mai crească. Se mărește focul pentru jumătate de oră și se coc fără să se închidă ermetic ușa aragazului. Când se introduc în cuptor, cozonacii se ung cu ou, se presară pe toată suprafața cu zahăr tos și se parfumează cu puțină vanilie. Restul de vanilie se amestecă cu 1 lingură cu zahăr farin și se cern împreună peste cozonacii calzi.

Cozonacii nu se taie calzi și nu se păstrează decât în camere aerisite și curate.

925. Cornuri pentru ceai

6-8 pers.

pentru aluat:

1 cană cu untură topită

4 căni cu făină

1 ou

1 gălbenuș

2 linguri cu zahăr

drojdie de bere

1 cană cu lapte dulce

pentru umplutură:

3 linguri cu marmeladă
de fructe

10 nuci tocate

coajă de lămâie

1 lingură cu rom

Se lasă untura pe foc mic și când s-a înmuiat se freacă până devine spumă cu 2 linguri cu zahăr și 1 ou întreg. În amestec se pune un praf de sare. Se adaugă făina cernută proaspăt, în ploaie, amestecând cu o lingură de lemn până se încorporează bine, alternativ cu laptele cald în care s-a înmuiat drojdia de bere. Amestecul se frământă cu mâna, apoi se lasă la dospit 1 oră. Se întind bucăți de aluat, se taie pătrate cu latura de 5 cm, se pune pe un colț umplutură de marmeladă în amestec cu nuci tocate, coajă de lămâie și 1 lingură cu rom, apoi se rulează foaia de aluat spre colțul opus și se așază cornurile pe o tavă neunsă. Se introduce tava în cuptorul fierbinte, se lasă focul mic $\frac{1}{4}$ oră, se potrivește focul mai iute și se lasă până când se rumenesc cornurile. Se ung cu gălbenuș înainte de a fi introduse în cuptor și, după gust, se presară cu zahăr tos.

Se servesc calde sau reci, cu ceai sau compot de fructe.

926. Cornuri cu nuci

6-8 pers.

170 g untură
drojdie de bere
1 lingură cu zahăr
30 ml apă caldă
sare
300 g făină
3 linguri cu marmeladă
de prune
10 nuci
1 ou
coniac

Se cerne făina și se pune peste ea untura încălzită. Se adaugă un praf de sare și apă caldă și se frământă un aluat potrivit, în care se adaugă drojdia de bere frecată cu zahăr până devine lichidă. După ce se adaugă drojdia, se frământă bine aluatul (unul din secretele aluatului dospit este timpul de frământat). Prin frământare îndelungată aluatul primește o cantitate mare de aer în compoziție și devine pufos. Astfel pregătit, aluatul se lasă la cald să dospească 1 oră. Se întind foi groase de 1 cm, se taie pătrate cu latura de 5 cm, se pregătește umplutura și se pune pe un colț al pătratului, apoi se rulează.

Magiunul de prune se omogenizează cu nucile măcinate, se pune peste amestec 1 albuș bătut până devine spumă tare și se parfumează cu 1 lingură cu coniac.

Cornurile se pun pe o tavă neunsă, se ung pe deasupra cu gălbenuș, care se întinde cu o pană de pasăre, se presară cu zahăr tos și se coc la foc potrivit ½ oră. Se scot, se pun pe un platou mare, se servesc calde sau reci, ca desert, sau cu ceai ori cafea cu lapte.

927. Pască cu smântână

6-8 pers.

pentru aluat:

1 kg făină
8 gălbenușuri
coajă de lămâie
½ l lapte (pentru
frământat)
1 cană cu lapte (pentru
opărit aluatul)
300 g zahăr
200 g unt

pentru umplură:

1 l smântână
3 gălbenușuri
vanilie
coajă de lămâie
100 g stafide
sare
300 g zahăr tos

Se frământă un aluat de cozonac care se lasă la dospit 2 ore, apoi se împarte în două sau trei părți și se întinde fiecare bucată de aluat ca un sul. Cu acest sul se face o coroană în jurul unei cratițe unse cu unt, iar în mijlocul cratiței se pune o parte de umplură, ceva mai înaltă decât aluatul. Cratița se introduce în cuptorul cald și se coace ca orice cozonac. Dintr-un kilogram de făină se fac 3-4 pâști cu smântână sau cu orice alt fel de umplură.

Smântâna se scurge, cât crește aluatul, printr-un tifon curat, pus în două, așezat pe o sită. Peste tifon se pune smântână și se lasă să se scurgă zerul. Se răstoarnă într-un castron adânc, se amestecă ușor cu zahărul, stafidele, coaja de lămâie, eventual câteva fructe confiate, dacă lămâia lipsește, cu vanilie și cu gălbenușurile frecate separat. Amestecul se împarte în trei sau patru părți, după cât aluat avem. Când aluatul s-a rumenit, pasca este coaptă. Se răcește ½ oră în formă, apoi se pune peste gura cratiței o farfurie mare, se întoarce cratița și se lasă să cadă conținutul. Se pune o altă farfurie peste farfuria pe care s-a scos pasca, se întoarce și se lasă alături de cozonaci să se răcească. Aluatul se poate răsturna în forma de copt unsă cu grăsime și tapetată cu hârtie albă, curată. Când este coaptă, pasca se scoate cu hârtia din formă, se curăță și se păstrează pe o farfurie.



28. Conserve din fructe

28.1. Compoturi

1114. Compot de cireșe

pentru 1 sticlă de 1 l

½ kg cireșe
4 linguri cu zahăr
⅓ l apă rece
scorțișoară

Se aleg fructe mari, bine coapte și sănătoase, se curăță de codițe, se spală în apă rece și se pun într-un borcan de 800 ml sau într-o sticlă cu gura mai largă. Se pune peste fructe zahărul, se acoperă cu apă rece până în dreptul locului unde se îngustează sticla, se adaugă o bucată mică de scorțișoară și se leagă gura sticlei cu celofan pus în două și strâns bine cu sfoară subțire. Sticlele astfel pregătite se înfășoară cu hârtie sau cârpe curate și se așază una lângă alta într-un vas mare care se umple cu apă. Pasteurizarea compoturilor se face la bain-marie, aproximativ 40 minute de când fierbe apa. Sticlele se răcesc în apa în care au fiert, se scot a doua zi și se pun la rece într-o cameră bine aerisită. Se păstrează peste iarnă.

1115. Compot de caise

pentru 1 sticlă de 1 l

½ kg caise
250 g zahăr
1 cană ½ lămâie
½ l apă rece

Se pune zahărul cu apa într-un vas pe foc și se fierbe un sirop care are consistența siropului de dulceață. Se adaugă zeama de la ½ lămâie și se trage vasul de pe foc ca să nu mai clo-cotească. Se pun caisele spălate și desfăcute în două, se lasă în sirop ¼ oră, după care fierb împreună 10 minute la foc iute. Se pune compotul în borcan sau într-o sticlă cu gura largă și se leagă cu celofan. Pasteurizarea se face în bain-marie.

1116. Compot de caise întregi

pentru 1 sticlă de 1 l

- ½ kg caise
- 350 g zahăr
- ½ lămâie
- ½ l apă rece

Se pune zahărul cu apă într-un vas pe foc și se fierbe un sirop ca pentru dulceață. Se trage vasul de pe foc ca să nu mai clocotească, apoi se pun caisele întregi, nu prea coapte, bine spălate și stropite cu zeama de la ½ lămâie. Se lasă să dea în clocot împreună 10 minute, apoi caisele se scot, siropul se fierbe în continuare ca să se lege din nou. Se toarnă rece peste caise, se pune în sticle și se leagă imediat. Se pasteurizează în bain-marie, aproximativ 1 oră, din momentul în care fierbe apa.

1117. Compot de vișine

pentru 1 sticlă de 1 l

- ½ kg vișine
- 4 linguri cu zahăr
- ½ l apă rece

Se curăță vișinele, se spală în apă rece și se pun în sticle cu gâtul larg. Se acoperă fructele cu 4 linguri cu zahăr, apoi se umplu sticlele cu apă rece. Se leagă la gură cu celofan pus în două și umezit, strâns bine cu o sfoară și se pun la fiert într-un vas mare cu apă, sticlele fiind înfășurate cu hârtie sau cârpe curate. Se pasteurizează aproximativ 40 minute. Cantitatea indicată este necesară pentru o sticlă de compot. Este bine ca pregătirea compoturilor să se facă pe rând, pe măsură ce se coc fructele. Procedul acesta este cel mai eficient în a opri fermentarea fructelor în timpul verii. Compoturile pregătite din fructe acoperite cu sirop legat sunt mai perisabile decât cele acoperite cu apă rece.

1118. Compot de gutui

pentru 1 sticlă de 1 l

- ½ kg gutui
- ½ l apă
- 4 linguri cu zahăr
- scorțișoară

Se spală gutuile, se taie în felii subțiri care la rândul lor se taie din nou, se pun în sticle cu gâtul larg și se acoperă cu zahăr. Tot acum se pune și o bucată mică de scorțișoară, se umple sticla cu apă până unde începe gâtul sticlei. Se leagă sticlele și se fierbe compotul în bain-marie 1 oră din momentul în care începe apa să fiarbă. Sticlele se răcesc în vasul în care au fiert, se scot și se păstrează în cămară, alături de celelalte conserve.

1119. Compot de prune

pentru 1 sticlă de 1 l

- 750 g prune
- 5 linguri cu zahăr
- zahăr vanilinat
- apă

Fructele se spală, se pun în borcane sau în sticle cu gâtul larg, se acoperă cu zahăr. Se pune peste zahăr un plic cu zahăr vanilinat, se acoperă cu apă rece și se leagă sticla cu celofan pus în două. Se pasteurizează în bain-marie 1 oră din momentul în care a început apa să fiarbă. Se răcește și a doua zi se pune în cămară, la loc uscat și rece.



32. Masa de Paște

32.1. Preparate din carne de miel

1282. Borș de carne de miel (vezi rețeta 303)

1283. Borș din cap de miel (vezi rețeta 304)

1284. Bulete din carne de miel cu dovlecei

6 pers.

1 kg carne macră de miel
3-4 dovlecei mijlocii
2 cepe
2 ouă
1 lingură cu făină
100 g brânză telemea
1 legătură de mărar
sare
piper măcinat
5 linguri cu ulei
5 frunze de busuioc

Dovleceii se spală, se curăță de coaja albă, se dau pe răzătoare și se scurg.

Se spală carnea, se usucă, se taie romburi și se trece prin mașina de tocat. Se pune într-un castron, se amestecă ouăle cu carnea, pulpa dovleceilor, cepele tocate și călite în puțin ulei, mărar tocat, brânza trecută pe răzătoarea mare; se sarează, se piperează.

Se omogenizează amestecul, se împarte în 12 bucăți care se trec prin făină și se prădesc în ulei. Se servesc calde, cu felii subțiri de roșii pe care se presară piper și sare și se decorează cu busuioc tocat. Este potrivit vinul roșu.

1285. Carne de miel cu spanac (vezi rețeta 596)

1286. Carne de miel cu ștevie

6 pers.

- 1 kg ștevie
- 1 kg carne de miel
- 2 linguri cu unt
- 1 lingură cu bulion de roșii
- 1 lingură cu făină

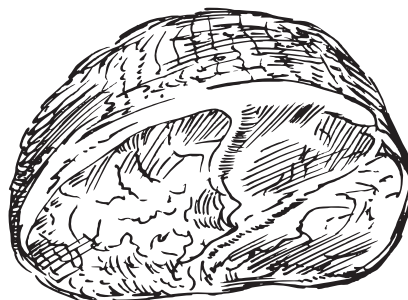
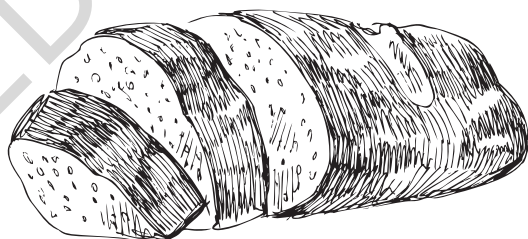
Se curăță 1 kg costiță de miel și se taie bucăți care se prăjesc în unt cald până capătă o culoare aurie. Se acoperă cu apă caldă când carnea s-a rumenit ușor și se fierbe la foc mic. Se spală ștevia cu multă apă rece, se curăță de nervurile tari și se clocotește în apă cu sare 5 minute. Se scoate și se toacă mărunt, apoi se pune peste carne. Se adaugă 1 cană cu apă caldă în care s-a desfăcut 1 lingură cu bulion și 1 linguriță cu făină, se sarează după gust și se fierbe mâncarea la foc mic. Se scade la cuptor și se servește caldă.

1287. Coastă de miel umplută

6 pers.

- 1 carcasă de miel
- 1 kg carne tocată de vițel sau miel
- 3 linguri cu ulei
- 3 cepe
- 3 ouă
- 2 felii de franzelă
- 1 legătură de pătrunjel
- 1 legătură de mărar
- sare
- cimbru
- pipер măcinat
- 1 ficat de miel sau porc

Se desprind ușor coastele de stern cu un cuțit ascuțit, se spală, se scurge carcasa și se umple cu amestecul de: carne tocată, ficatul tăiat cuburi mici, ceapă tocată, verdeață mărunțită, 3 ouă crude, sare, pipер măcinat și cimbru fărâmițat. Se așază umplutura cu grijă pentru ca oasele să nu se desprindă de carne și se pune carcasa la cuptor în tavă mare, unsă cu ulei. Se adaugă două căni pline cu apă, se pun boabe de pipер și se frige carnea la foc potrivit 1 oră. Se răsucește pe toate părțile ca să se pătrundă uniform. Se servește caldă, tăiată felii mari, cu legume fierte și cu salată de sezon. Este potrivit vinul roșu.



1288. Cotlete de miel cu verdețuri

6 pers.

12 cotlete de miel
2 linguri cu verdețuri
în amestec (cimbru,
oregano, rozmarin)
2 linguri cu ulei de
măslină
sare,
piper măcinat
600 g ciuperci

Se spală carnea, se usucă în prosop, se unge cu ulei, se sarează și se piperează. Se toacă mărunț condimentele, se împăștie peste cotlete, se apasă cu o spatulă de lemn pe carne ca să se îmbibe condimentele bine. Se lasă 1 oră la rece, apoi se pun cotletele pe grătar sau în tavă de friptură de teflon, se frig bine pe ambele părți. Se spală ciupercile, se scurg, se pun să se frigă pe plită sau în tigaie de teflon. Se sarează, se așază pe farfurie lângă două cotlete de miel. Se servesc cu pâine proaspătă și vin alb sec.

1289. Drob de miel (vezi rețeta 590)

1290. Ficat de miel cu orez

4 pers.

1 ficat de miel
1 ceașcă mare cu orez
1 ceașcă cu ulei
sare
½ lămâie
200 g ciuperci
ceapă verde
usturoi
pătrunjel verde tocat
1 foaie de dafin
1 lingură cu oțet
1 ceașcă cu supă de carne
făină
piper boabe

Ficatul se spală, se curăță de piele, se șterge cu un prosop curat, se taie în felii subțiri și se pune în strat subțire într-o formă unsă cu ulei. Peste feliile de ficat se așază un strat de ceapă, usturoi și pătrunjel verde tocat în amestec, peste care se pun ciupercile spălate și tăiate felii subțiri. Se încheie operația cu un strat de felii de ficat care se acoperă cu 1 ceașcă cu supă de carne sărată și o foaie de dafin pisată. Se introduce cratița în cuptor pentru ¾ oră, după care se scot feliile de ficat și se păstrează sosul în care se adaugă 1 lingură cu oțet, puțină făină, boabe de piper și felii subțiri de lămâie. Sosul se ține pe foc moale 10 minute, după care se toarnă peste feliile de ficat așezate în mijlocul unui platou mare și înconjurat cu orez fiert.

Se servește cald.

1291. File de miel cu sos de curry

6 pers.

600-800 g mușchi file de
miel tăiat în 6 felii
1 lingură cu unt

Feliile de carne se spală și se usucă în șervețele, se prăjesc în unt până devin aurii pe ambele părți. Se sarează când se răsucesc, se pudrează cu puțin curry, apoi se lasă focul mic și se pătrund bine încă 2-3 minute. Se scot pe farfurii pentru servit

1 lingură curry (pulbere
din: ghimbir, piper și
coriandru)
1 pahar cu vin alb sec
1 cană cu smântână
sare
piper măcinat
pilaf de orez

și se pun pe un pilaf de orez. În untul rămas se adaugă restul de curry, vinul și smântâna, se amestecă bine cu o lingură de lemn până când sosul devine cremos. Se varsă peste fileuri și orez, se servește mâncarea caldă, cu vin rosé.

1292. Friptură de miel (vezi rețeta 591)

1293. Friptură din coastă de miel

4-6 pers.

1 kg costiță
usturoi
1 ceașcă cu ulei
sare
pătrunjel verde
1 lingură cu unt
1 linguriță cu boia de
ardei
cimbru

Costița se curăță de piele și de oase și se ține 1 oră în apă rece cu 1 lingură cu oțet ca să-și piardă mirosul specific. Carnea se spală cu apă rece, se pune într-o formă cu 1 ceașcă cu apă caldă și 1 ceașcă cu ulei, după care se introduce forma în cuptorul cald. După 1 oră friptura se întoarce și se sarează. Se mai adaugă apă dacă este nevoie, se condimentează cu cimbru și se colorează cu boia de ardei dulce. Se lasă la cuptor încă 1 oră și, când este gata, se adaugă 1 lingură cu unt și 1 lingură cu pătrunjel verde tocat. Friptura se mai ține 10 minute în cuptor după care se scoate și se servește cu legume fierte și salată de sezon.

1294. Friptură de miel umplută cu ficat

6-8 pers.

2 kg carne de miel
200 g ficat de miel
200 g carne tocată
2 gălbenușuri
1 felie de pâine
cimbru
sare
piper măcinat
1 ceașcă cu ulei
1 ceașcă cu vin alb
mărar și pătrunjel tocate

Carnea se spală și se curăță de piele, se scoate osul și se lasă în apă rece. După ce s-a spălat în apă rece, se bate carnea cu un bătător de lemn și se desface cu lama cuțitului în așa fel încât să se întindă pe o suprafață cât mai mare. Separat se taie în felii subțiri ficatul, se amestecă peste carnea tocată cu miezul de pâine înmuiat în apă rece și fărâmițat bine, cu cele 2 gălbenușuri crude și verdeța tocată. Amestecul se sarează și se piperează ușor, după care se întinde cu lama cuțitului pe toată suprafața fripturii. Se strânge carnea, se leagă cu o ață de bumbac, se pune apoi într-o formă cu apă, ulei, cimbru și piper boabe. Se ține în cuptorul cald 1 oră, după care se sarează, se adaugă vinul și se continuă coacerea. Când friptura s-a rumenit bine, se scoate din cuptor, se ia din formă și se înlătură ața de bumbac.

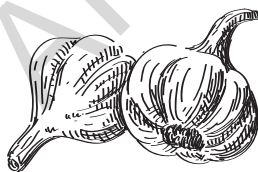
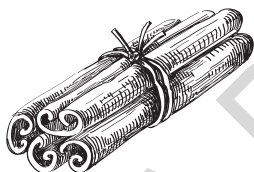
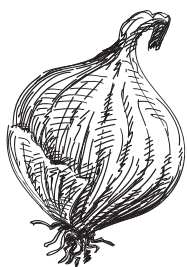
Friptura se taie în felii groase și se servește cu salată de sezon și garnitură de piure de cartofi.

1295. Pâine din carne tocată de miel

6 pers.

800 g carne de miel tocată
2 căței de usturoi
2 cepe
1 legătură de pătrunjel
1 legătură de mărar
2 lingurițe cu boia de ardei iute
1 linguriță cu scorțișoară pulbere
sare
piper măcinat
2 ouă
1 felie de franzelă
2 linguri cu unt

Se pune carnea tocată într-un castron și se amestecă cu ceapa și usturoiul tocate fin, miezul de pâine fărâmițat, ouăle, sare, piper și verdeță tocată. Se presară boiaua de ardei și scorțișoara pe deasupra, se omogenizează amestecul frământând cu mâna 2-3 minute. Se unge o tavă cu unt (laturile și fundul), se pune pasta de carne, se coace pâinea peste care s-au pus bucățele mici de unt, la foc potrivit 1 oră. Se servește caldă cu salată verde și pâine de casă făcută cu ceapă călită în unt. Este potrivit vinul roșu.



1296. Stufat de miel (vezi rețeta 598)

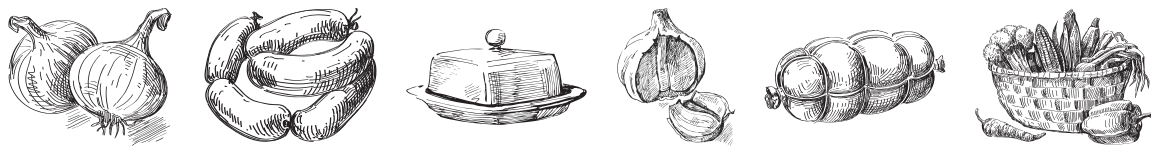
1297. Tocană cu măruntaie de miel

4 pers.

1 ficat
2 rinichi
1 inimă
1 splină
4 cepe
sare
1 ceașcă cu ulei
piper

Se fierb măruntaiele $\frac{1}{4}$ oră și se clătesc cu apă rece. Ceapa se taie sub formă de peștișori și se călește în ulei fierbinte, apoi se stinge sosul de ceapă cu bulion de roșii sau cu o roșie descojită, se adaugă ficatul tăiat cuburi mici, splina tăiată fâșii, rinichii tăiați mărunț și inima tăiată cuburi. Se adaugă 1 ceașcă cu apă caldă, se sarează și se piperează după gust și se fierbe înăbușit până când mâncarea scade bine.

Se servește fierbinte, cu mămăliguță caldă sau cu pâine proaspătă.



33. Masa tradițională de Crăciun

33.1. Preparate tradiționale din carne de porc

33.1.1. Cârnați

1303. Cârnați afumați și uscați

8-10 pers.

1 kg carne de porc
1 kg carne tocată de vită
500 g slănină
2 linguri rase cu sare
2 g de silitră
piper măcinat
usturoi
boia iute de ardei roșu
1 pahar cu apă caldă
mațe subțiri de porc

Se curăță carnea de piele și tendoane, se dă prin mașina de tocat de două ori, se amestecă într-un vas mai mare carnea de porc cu cea de vită, se adaugă: sare, piper, silitră, usturoi, boia iute și apă caldă. Se frământă amestecul cu mâna, se umple cârnații folosind mașina de tocat la care se montează o țeavă de metal inoxat sau o formă specială de cârnați. Mațele se leagă la un capăt pentru a nu cădea tocătura. Se învârte cu atenție ca să nu se rupă mațele. Când cârnații sunt gata, se leagă și la celălalt capăt, se pun pe un băț gros și se lasă la zvântat câteva zile, după care se pun la fum rece. Se păstrează în cămara rece.

1304. Cârnați haiducești

6-8 pers.

1 kg carne de porc
200 g slănină afumată

Carnea se toacă bine cu un satâr sau cu o secure ascuțită. Slăcina se taie în pătrate mici, se pune peste carne, se adaugă sare, boia iute, măghiran și coriandru măcinat. Se omogenizează

sare
boia de ardei iute
măghiran
coriandru
mațe de oaie

amestecul cu mâna și se fac cârnați folosind o pâlnie, ca în rețeta precedentă. Se leagă la capete ca să nu iasă umplutura. Cârnații se pun la zvântat câteva zile, apoi se afumă.

1305. Cârnați măcelărești

6-8 pers.

700 g carne proaspătă de porc
300 g carne de vită
1 lingură cu sare
2 g de silitră
piper măcinat
1 linguriță cu boia de ardei
1 căpățână de usturoi
½ linguriță cu ienibahar

Carnea de porc se taie în felii subțiri, se freacă fiecare felie cu sare și piper măcinat și puțină silitră, se așază în vas, se acoperă cu tifon și se pune deasupra o greutate. Carnea de vită se trece prin mașina de tocat, se frământă cu sare, piper și silitră. Se pune în vas adânc, se acoperă, se lasă la rece ca și carnea de porc cel puțin 10 ore, după care se pune în vasul cu carne de porc, se amestecă cu mâna și se trece totul prin mașina de tocat, se adaugă zeamă de usturoi și ienibahar, se colorează cu boia de ardei și se frământă ¼ oră cu mâna. Se umplu mațele (de pe care s-a îndepărtat sarea) cu o pâlnie pusă la mașina de tocat ca în rețeta precedentă, se leagă la capete și se lasă la zvântat sau se afumă. Se consumă fripți pe grătar, prăjiți sau la cuptor.

1306. Cârnați moldovenești (trandafiri) (vezi rețeta 504)

1307. Cârnați oltenești

6-8 pers.

1 kg carne de porc slabă
sare
usturoi
cimbru
1 pahar cu supă de carne
mațe subțiri

Se toacă, folosind un cuțit sau o secure ascuțită, carnea de porc, se amestecă cu aceasta condimentele, se sarează după gust și se subțiază amestecul cu supă de carne (călduță). Se spală mațele cu atenție, se țin în apă cu oțet, se limpezesc în mai multe ape reci, apoi se umplu cu carne ca în rețetele precedente. Se țin la rece 2 zile după care se pun la afumat. Se păstrează în câmară rece și bine aerisită.



1308. Cârnați țărănești

8-10 pers.

1 kg carne de porc
300 g slănină
1 lingură cu sare
300 g cartofi fierți
piper
boia iute
cimbru
usturoi

Se trece carnea prin mașină, se frământă cu sarea și restul ingredientelor, se lasă la rece 24 de ore. A doua zi se adaugă slămina tăiată cubulețe, cartofii fierți dați pe răzătoare și puțină boia iute. Se frământă bine, se umplu mațele subțiri tăiate în bucăți de 1 m, ca în rețetele precedente. Se afumă 2-3 zile și se consumă fripți pe grătar sau prăjiți în tigaie fără grăsime.

1309. Cârnați cu ficat (Leberwursti)

8-10 pers.

1 ficat de porc
1 ficat de vită
carne
condimente
sare
1 kg slănină
1 ceapă
usturoi după gust

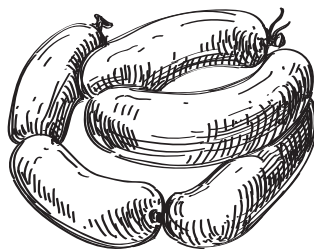
Se fierb timp de 10 minute: ficatul, slămina și carnea, se scot, se răcesc și se dau prin mașina de tocat. Se adaugă la amestec ceapa tăiată mărunt, sarea, condimentele și usturoiul și se omogenizează. Se umple intestinul gros (sau mațe de la porc mare) cu mâna, se leagă la capete și se pune la fiert în apă caldă. Din când în când se înțepă cârnații cu furculița ca să se scurgă surplusul de apă și grăsime. După 1 oră de fierbere la foc mic, cârnații se trec în apă rece, se scot și se zvântă. Se păstrează la rece 10-12 zile și se servesc la micul dejun sau ca aperitiv.

1310. Cârnați cu sânge (Blutwurst – Sângerete)

6-8 pers.

1 kg carne cu grăsime
1 pahar cu sânge
plămâni
inimă
rinichi
șorici
mațe de porc
sare
condimente

Se toacă mărunt carnea folosind o secure ascuțită, se pune în vas adânc, se adaugă tocătura din plămâni, inimă, rinichi, apoi: șorici tocat mare, sare și condimente după gust. Se omogenizează amestecul, se adaugă 1 pahar cu sânge care s-a păstrat cu sare (la rece), se omogenizează din nou și se umple cârnații cu mâna. Se folosesc mațe de porc. Când sunt gata, cârnații se pun în apă fierbinte și se țin pe marginea plitei $\frac{1}{4}$ oră. Se pune vasul pe foc mic și se fierb 30 minute, timp în care se înțepă cârnații cu furculița ca să se scurgă surplusul de apă și grăsime. Se scot și se răcesc, apoi se păstrează la rece.



33.1.2. Caltaboși

1311. Caltaboși din măruntaie

6-8 pers.

- 1 l sânge
- 1 lingură cu cimbru
- 1 inimă
- 2 plămâni
- 2 cepe
- sare
- piper
- untură
- ienibahar
- 1 intestin gros de porc
- 200 g carne tocată

Se pregătește cu atenție intestinul gros. Se spală în mai multe ape, se rade cu lama cuțitului pe dos, se freacă ușor cu sare, se spală din nou și se lasă în apă rece până când îi dispare mirosul. Când se taie porcul se strânge 1 litru de sânge în care se pun 2 linguri cu sare. Se amestecă ușor până la dizolvarea sării, apoi se pune la rece. Se pregătesc organele: inima și plămânii se fierb în apă cu sare, apoi se dau prin mașina de tocat. Se toacă ceapa mărunț și se călește ușor în grăsime de porc sau în unt. Se strecoară sângele prin tifon și se pune într-un vas adânc. Se amestecă bine cu 1 lingură cu cimbru fără codițe, se pun organele pregătite dinainte, ceapa călită și carnea tocată. Se amestecă totul cu mâna, se sarează amestecul și se piperează după gust, apoi se umple intestinul gros cu mâna. Se leagă cu sfoară subțire la ambele capete. Se pune să fiarbă în apă caldă, se întoarce din când în când. Este gata atunci când, înțepat cu acul, nu mai iese sânge din compoziție. Se scoate pe un platou și se răsuțește de pe o parte pe alta până când se răcește.

Caltaboșii se servesc prăjiți în ulei, stropiți cu sos de hrean, cu o salată de sfeclă roșie.

1312. Caltaboși cu sânge și orez

6-8 pers.

- 1 kg carne grasă de porc de la gușă
- 1 l sânge conservat cu sare
- cimbru cernut
- piper
- ¼ kg orez
- mațe groase de porc

Se fierbe carnea, se răcește și se taie cubulețe, se amestecă cu sângele păstrat la rece și cu orezul fiert ¼ oră, scurs și răcit. Se adaugă cimbru, piper măcinat, alte condimente dorite, se omogenizează amestecul și se umple intestinalele mai groase, bine curățate și ținute la rece. Se pun caltaboșii să fiarbă în apă caldă, la foc domol, timp de 1 oră. Se înțeapă cu furculița ca să nu rămână aer în caltaboș. Se scot, se răcesc. Se servesc cruzi, tăiați felii, cu muștar sau sos de roșii picant. Se pot frige în tavă la un loc cu cârnații și se servesc cu garnitură de legume și salată de murături.

33.1.3. Fripturi umplute

1313. Chișcă umplută (vezi rețeta 509)

1314. Cap de porc umplut

10-12 pers.

pentru umplutură:

1 cap de porc marinat
200 g slănină
500 g carne macră
3 ouă
sare
piper măcinat
mirodenii
pătrunjel tocat
6-8 ciuperci mari

pentru zeamă:

oase de vită
2 cepe
2 morcovi
frunze de dafin
2 legături de pătrunjel
2 cuișoare
usturoi
1 l supă
2 l vin
piper boabe

Se curăță șoriciul cu un cuțit bine ascuțit, se pârlеște, se freacă bine cu mălai, se spintecă pielea sub gușă, se desface capul. Se scot oasele. Limba și creierii se spală, se fierb separat. Se taie felii de carne macră din jurul gâtului, se pun în strat pe pielea capului. Astfel pregătit, capul porcului se pune într-un lighean mare cu apă foarte sărată în care se adaugă: semințe de coriandru, o căpățână de usturoi curățat și tăiat felii, cimbru și busuioc. Se acoperă cu un prosop mare, se pune capac și se lasă la marinat 5-6 zile. Se scoate, se scurge și se umple capul cu: slănină tocată, fâșii de carne macră și trei ouă bătute până devin spumă. Amestecul se pune peste stratul de carne macră, se pudrează sare și piper, se colorează cu pătrunjel tocat. Următorul strat este de ciuperci tăiate felii. Se pune restul de umplutură. Se lucrează cu lama lată a unui cuțit, se întinde uniform stratul de umplutură. La urmă se pun felii de limbă curățată și creierul tăiat cubulețe. Se strânge pielea capului, se coase și se învește în tifon curat. Acesta se strânge bine, iar capul se pune la fiert în apă caldă și vin cu: oase de vită, 2 cepe, morcovi tăiați felii, frunze de pătrunjel, sare, boabe de piper, 2 cuișoare și frunze de dafin. După preferință se pune și usturoi.

Lichidul fierbe descoperit 3-4 ore, se răcește totul câteva ore. Se scoate capul, se înlătură tifonul, se taie felii groase și se servește cu garnitură de legume și vin roșu.

33.1.4. Fripturi

1315. Cotlete de porc

6 pers.

6 cotlete
2 linguri cu muștar
2 linguri cu ulei
4 căței de usturoi
sare

Se lasă carnea cu os, dar se bate ușor cu un bătător de lemn ca să se frigă ușor. Se freacă încet cu felii de usturoi, se unge cu ulei fiecare bucată de carne pe ambele fețe, se întinde cu lama cuțitului muștarul doar pe o față a cotletului, se pun cotletele unul peste altul și se lasă 1-2 ore la frigider. Se așază feliile pe grătar sau în cuptor, se frig la foc mare până se pătrund bine, se sarează și se servesc cu garnitură de legume și salată de sezon, cu vin roșu și puțină pâine.

1316. Coaste de porc cu lapte

6 pers.

6 costițe de porc
1 pahar cu lapte nefiert
3 linguri cu ulei sau cu unt
2-3 cuișoare
3-4 căței de usturoi
1 ceapă
sare
piper măcinat

Se pregătesc costițele: se spală, se usucă în prosop curat, se freacă bine cu felii de usturoi, se sarează ușor și se piperează, se prăjesc în unt până devin aurii. Pe măsură ce se prăjesc se pun pe o farfurie caldă, după care se așază într-o cratiță cu gura largă, se pune alături o ceapă tăiată în două în care se înfig cuișoare. Se scurge și grăsimea în care s-au fript costițele, se continuă frigerea la foc mic turnând câte puțin lapte. Carnea se pătrunde bine, iar sosul în care se prepară devine deosebit de gustos. Se pun costițele pe farfurii, se înconjoară cu legume fierte, se stropesc cu sosul de lapte. Este bun vinul roșu sau rosé.



1317. Coaste de porc cu varză acră

6 pers.

6 coaste de porc
1 varză acră
2 linguri cu untură
200 g costiță afumată
1 pahar cu vin alb
cimbru
frunze de țelină
foi de dafin
4-5 căței de usturoi
bulion de roșii

Se pune varza în apă rece pentru 1 oră, se scoate, se scurge, se taie în sferturi și se toacă mărunt. Se așază $\frac{1}{3}$ din cantitate într-o oală cu gura largă (de pământ sau emailată) unsă cu 1 lingură cu untură. Se așază coastele de porc, iar deasupra se pun condimentele: două foi de dafin, cimbru, frunze uscate de țelină și usturoi tocat. Se pune alt rând de varză apoi costiță afumată tăiată felii și se încheie cu varză. Se desface bulionul (2-3 linguri) în apă încălzită, se adaugă untura rămasă, vinul și se acoperă mâncarea. Cratița se pune în cuptor și se fierbe 2-3 ore. Se poate pregăti și pe aragaz la foc mic până când lichidul scade complet. Se servește caldă cu pâine sau mămăliguță și cu vin roșu de masă.

1318. Friptură din cap de piept (vezi rețeta 526)

1319. Friptură la grătar (vezi rețeta 531)

1320. Friptură picantă (vezi rețeta 530)