



Mat fra  
Transilvania

Laget i Norge

---

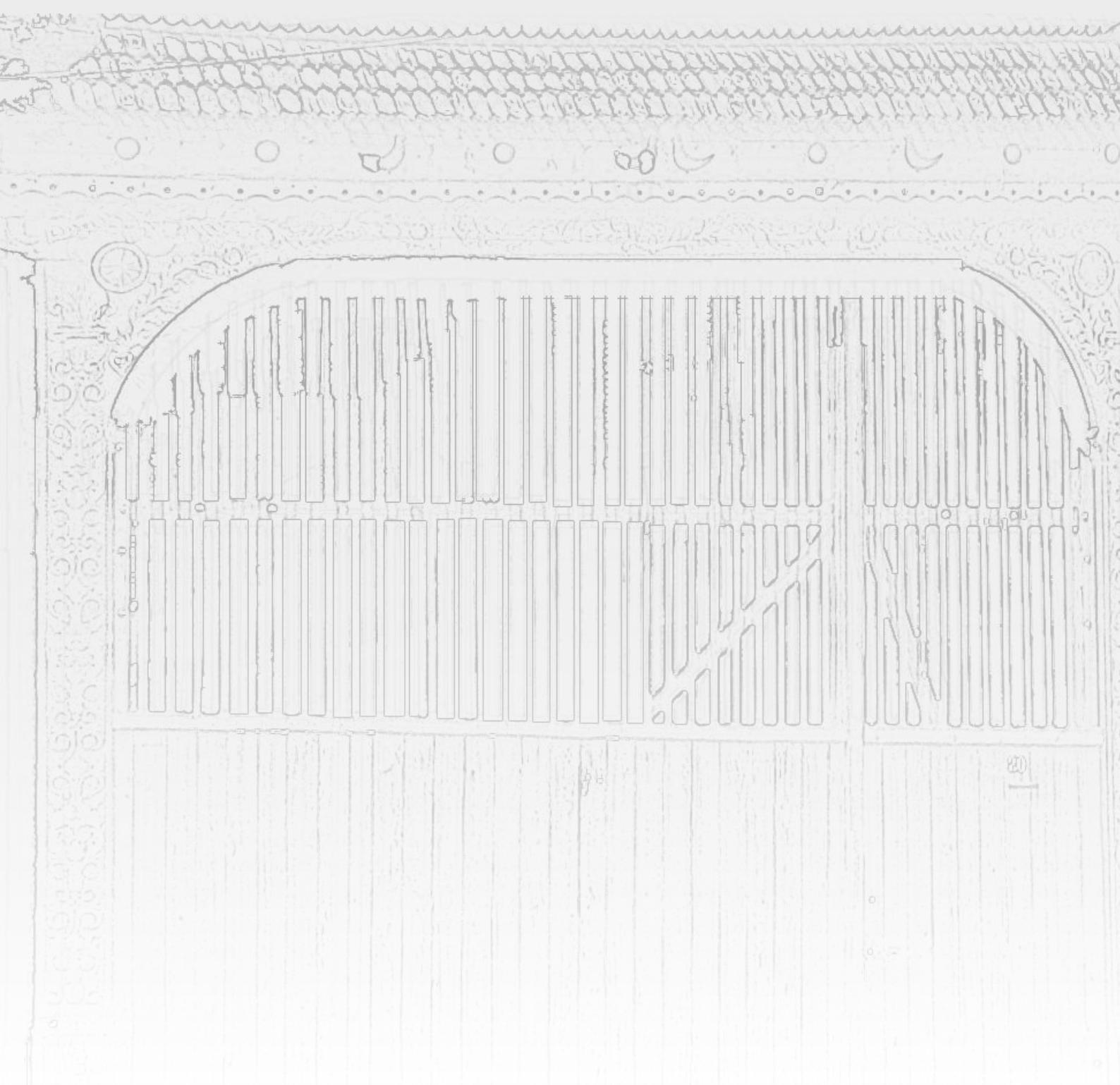
---

# 111 oppskrifter fra Transilvania du aldri har hørt om

(det er i hvert fall det vi håper)

---

---



Hvem er du.....	6
Hvem er vi .....	7
Om oppskriftene.....	8
Hvor er Transilvania.....	9
Om Transilvania - en reise rundt folk og maten .....	10
La oss begynne å lage mat .....	12
Svinekjøttfett.....	13
Jevninger.....	13
Spesielle ingredienser du kan lage .....	14
Løk, hvitløk og sjalottløk .....	15
Krydder og urter .....	16
Frokost i Transilvania.....	17
1. Brød med pels .....	18
2. Brødkake .....	19
3. Ristet sopp .....	20
4. Jødisk egg.....	20
5. Soppkake.....	21
6. Aubergine krem.....	22
7. Dampet bacon.....	24
8. Grønnsakskrem.....	25
9. Leverpostei .....	27
10. Transilvansk omelett.....	28
11. Biffsalat .....	29
12. Polenta med hvitost.....	30
Ost i Transylvania.....	31
Supper fra Transilvania .....	32
13. Klar kyllingsuppe .....	33
14. Klar kjøttsuppe.....	34
15. Gulasjuppe .....	36
16. Stekt kjøttsuppe .....	37
17. En (nesten) lapskaus-suppe.....	38
18. Surkålsaft suppe .....	39
19. Sauerkraut suppe .....	40
20. Kålsuppe.....	41
21. Fylte paprikaer.....	42
22. Fyllt blader .....	43
23. Fylt squash.....	44
24. Fylt knutekål.....	45
25. Fylt løk .....	46
26. Bønnesuppe med tomat.....	47
27. Bønnesuppe med estragon .....	48
28. Peperrotsuppe .....	49
29. Potetsuppe med estragon .....	50
30. Lamm suppe med estragon .....	51
31. Salatsuppe med kjøtt.....	52
32. Bønne-salat suppe .....	53

33.	Salatsuppe med egg.....	54
34.	Spinatsuppe .....	55
35.	Blomkål suppe.....	56
36.	Hvitløksuppe.....	57
37.	Brødsuppe.....	58
38.	Tykk grønnsaksuppe.....	59
39.	Verdens raskeste salatsuppe.....	60
40.	Grønn bønnesuppe .....	61
41.	Transilvansk eggssuppe.....	62
42.	Verdens enkleste potetsuppe.....	63
43.	Kålsuppe med tomat.....	64
44.	Sur soppssuppe.....	65
45.	Soppssuppe .....	66
46.	Tomatsuppe .....	67
47.	Bittelitte melbolle suppe.....	68
48.	Eblesuppe.....	69
49.	Morell suppe.....	70
50.	Sviske suppe .....	71
51.	Grønnsaksupper .....	72
52.	Kjøttboller suppe.....	73
53.	Kjøttboller suppe med estragon.....	74
54.	Kyllingsuppe med grønnsaker.....	75
	<b>En verden av sylteagurk .....</b>	<b>76</b>
	<b>En uke i Transylvania .....</b>	<b>77</b>
	<b>Hovedretter .....</b>	<b>81</b>
55.	Transilvansk ratatouille .....	82
56.	Sigøyner ratatouille.....	83
57.	Potet gulasj .....	84
58.	Blandet kjøttstuing.....	85
59.	Risotto a'la Transilvania.....	86
60.	Schnitzel.....	87
61.	Smørstekt kylling.....	88
62.	Stekt kjøtt med løk.....	89
63.	Stekt kjøtt a'la Brașov.....	89
64.	Kjøttboller.....	90
65.	Liten .....	91
66.	Lammekjøttkake .....	92
67.	Grill a la Transilvania .....	93
68.	Kylling «paprikás» .....	94
69.	Pepper «tokány» .....	95
70.	Blandet «tokány» .....	96
71.	Sopp «paprikás» .....	97
72.	Stekt svinekjøtt a la Transilvania .....	98
73.	Stekt kylling .....	99
74.	Székely gulas .....	100
75.	Lagdelt kål.....	101
76.	Fylt kål .....	102

77.	Stekt lever.....	103
78.	Lagdelte poteter.....	104
79.	Chulent.....	105
80.	Jegermat.....	106
81.	Kylling med gulrot.....	107
82.	Fisk med grønsaker.....	108
	<b>En verden av syltetøy.....</b>	<b>109</b>
	<b>Side retter.....</b>	<b>110</b>
83.	Stekt potet med dil.....	111
84.	Potetmos.....	112
85.	Potet med persilleblader.....	112
86.	Fritert potet med paprika .....	113
87.	Pommes frites .....	114
88.	Side av grønne erter.....	115
89.	Selleri .....	115
90.	Squash .....	116
91.	Grønne bønner.....	117
92.	Spinat.....	118
93.	Bønner.....	119
94.	Kål.....	120
	<b>I jakten på skjulte mineralvannsperler .....</b>	<b>120</b>
	Den lange turen .....	122
	Den korte turen .....	123
	<b>Salater fra Transilvania.....</b>	<b>124</b>
95.	Potetsalat.....	125
96.	Agurksalat.....	126
97.	Salat med sukker .....	126
98.	Blandet grønnsaksalat.....	127
	<b>Dessertyr .....</b>	<b>128</b>
99.	En nesten smultring .....	129
100.	Eplekake med marengstopping .....	130
101.	Klassisk eplekake.....	131
102.	Rask eplekake.....	133
103.	Sitronkake .....	134
104.	Linzer cookies.....	135
105.	Pretzel.....	136
106.	Valnøttkake.....	137
107.	Cottage cheese boller.....	138
108.	Plommeboller .....	139
109.	Pannekake.....	141
110.	Stekt pannekake .....	142
111.	Fuglmelk.....	143
	<b>Det var alt folkens.....</b>	<b>144</b>

# Hvem er du

Kjære leser.

Vi forventer at du liker å lage mat. Det må ikke være ditt yrke, men du bør absolutt ha en lidenskap for mat (men vi fraråder ikke profesjonelle kokker til også å bla gjennom denne boken). For denne boka har vi begrenset oss til oppskrifter som er de enkleste å lage, og ikke krever for mye tid, spesielle ingredienser eller dyrt kjøkkenutstyr. Selv kokkens nybegynnere kan starte og lage en suppe ved å bruke instruksjonene som presenteres.

Vi regner med at du har en gryte, stekepanne, en kniv å skjære grønnsaker med, noen skjeer, gaffler, minst 1 treskje og tallerkener å spise suppene fra. Og selvfølgelig ingrediensene til oppskriften du vil lage.

Vi regner også med at du har litt fritid, noen av disse oppskriftene kan ta en time eller mer å lage. På plussiden kommer du til stadet hvor du kan lage (velsmakende) mat fra null ved å bruke grunnleggende ingredienser.

Vi setter pris på om du liker hjemmelaget mat. Ikke at det er noe galt med den du kjøper ferdig laget fra butikken (og vi må innrømme at til og med forfatterne av denne boken også liker noen av disse), men fra tid til annen gir det deg bare en god og varm følelse av at du faktisk kan lage din egen mat.

Vi setter virkelig pris på om du er imot matsvinn. Mange av oppskriftene våre forteller deg spesifikt å bruke matrester fra i går, for at de ikke skal havne på søppelfyllingen. Dette vil ikke bare hjelpe deg med budsjettet, men også få deg til å føle deg god når du vet at du har spart noe. Selv om det bare var et stykke stekt kylling fra går.

Med dette ønsker vi deg velkommen på din nye reise gjennom kulinariske Transilvania.

Med vennlig hilsen, oss.

# Hvem er vi

Det er tre av oss som hadde en stor innflytelse til denne boken. **Faren**, som gjorde forfatterdelen, **sønnen** som hjalp til med komplekse grammatiske problemer, og selvfølgelig **bestemor**, som er kilden til oppskriftene, alltid klar til å dele den siste kjøkkenoppfinnelsen hun kom med.

Og stor takk til **bestefar** som leder oss gjennom hagen i de forskjellige stadiene sitt, i vår, sommer og høst mens vi plukket grønnsaker og spiste dem i all vår hemmelighet, og tusen takk til **mor** som med hennes stadige tilbakemeldinger bidro sterkt til kvaliteten på maten vi lagde, og dermed forsterket smaken på oppskriftene du kan nyte.

For oss å vokse opp og jobbe i hagen blant modne grønnsaker var en del av hverdagen, muligens er det der vi ble inoculert med behovet for velsmakende og



behovet for grønnsaker med naturlig smak. Tomater i Transilvania smaker som tomater, ikke som røde vannbomber, agurker er korte, pigge og med en sterk smak jeg ikke kunne finne noe annet sted. Vi har prøvd vårt beste i oppskriftene våre for å få frem smakene i all maten vi har laget her og utgitt i boken vår.

Vi verdsetter naturlig mat, og vi prøver vårt beste for å bruke alle naturlige produkter som har tatt den korteste mulige reisen fra produsent til gryten vår i oppskriftene våre.

Men virkeligheten i Norge med klimaet som følger med tvinger oss noen ganger til å bruke visse hermetikkvarer, som imidlertid er helt greie, fordi du kan ikke ha alt. Norge har fantastiske fisk, muligens verdens mest tallrike og smakfulle bær (er det noen som ikke liker en boks med friske røde jordbær fra Frosta), det bredeste utvalget av sopp og velsmakende melk. Men noen grønnsaker som ikke hører hjemme i dette breddegraden ... vel, vi tvinger dere ikke, bare bruk hermetiske.



# Om oppskriftene

Mens vi skrev denne boken, ønsket vi å gi deg en autentisk opplevelse av transilvansk matlaging. Siden vi bor i Norge, tilberedte vi alle oppskriftene med råvarer som finnes i norske butikker rundt om i landet. Men siden vi bor i dagens Norge, trengte noen av disse oppskriftene temming. De måtte tilpasses det lokale markedet for ikke å slå deg konkurs når du skal kjøpe ingrediensene. De måtte tilpasses også til smaksløkene til lokalbefolkningen, og vi måtte også ta hensyn til den lokale markedsvirkeligheten.

Vi har brukt familiens gamle oppskriftsbøker og dusinvis av håndskrevne oppskrifter fra notatbøker som ble skrevet ned av bestemødrene våre. Vi ble overrasket over hvor like de er til norske bestemødres oppskrifter. For eksempel, hvis du har gammel biff, kok i lange timer for å gjøre den myk. De inneholder ikke bare ingrediensene du bruker til å lage retten, men også praktiske råd om hvordan du kan overleve dine hverdaglige matopplevelser på kjøkkenet. For oss var det en virkelig mental øvelse i å dechiffrere gamle dagers håndskrift, som å knekke en kode, men det var verdt det fordi vi på slutten fikk en annen velsmakende rett vi lagde og delte med deg.

Du forstår, flertallet av transilvansk mat handler ikke om eksakte målinger, men for det meste å få smaken riktig og så smakfull som du kan få den til din smak. En oppskrift kan si at du må ha i spisskummen, men hvis du ikke liker spisskummen, ikke ødelegg maten. Bare la det bli ute. Det er av største viktighet at du liker maten du lager, bruker sansene og tar med deg noe velsmakende fra ingrediensene dine.

Oppskrifter i transilvansk mat ligner ikke molekylær gastronomi, du trenger ikke dyrt og fancy utstyr, bare grunnleggende kjøkkenutstyr du allerede har. Du trenger ikke å gjøre kjøkkenet ditt om til et kjemilaboratorium, og den farligste situasjonen du vil møte er at du vil brenne kjøttet du planla å spise til lunsj. Men fortvil ikke. Bare skrap av den brente delen, så er du klar til å dra.

Oppskriftene gir deg en stor grad av fleksibilitet når du tilbereder maten, fordi jeg ikke kan garantere at vi bruker de samme ingrediensene. For eksempel kan det være at løkene jeg har brukt ikke har samme størrelse, form og smak som løkene du liker. Og selvfølgelig, i denne situasjonen bruker du løk.

Du vil oppleve at det å ha en haug med basiske ingredienser, og tilberede dem på en annen måte hver dag for å oppleve forskjellige smaker, vil bidra til din daglige opplevelse, til det punktet at det å lage mat med naturlige ingredienser fra bunnen av, vil være en glede og noe å se frem til å være en av dine favoritte daglige aktiviteter.

Mange oppskrifter var ikke inkludert fordi jeg rett og slett ikke fant de nødvendige ingrediensene. Og selvfølgelig ble ikke en annen haug med oppskrifter lagt til i boka, fordi enten krever de lang forberedelsestid, eller bare deres nødvendige kompetanse er litt over gjennomsnittet for en lidenskapelig hjemme kokk, som gjør dette som et side prosjekt for moro skyld (og selvfølgelig å spise noe velsmakende).

# Hvor er Transilvania

Transilvania er en historisk region som ligger i den sentrale delen av Romania. Omkransen av naturskjønne fjell har den en rik, lang og stormende historie, for de som er fascinert av dette domenet vil sikkert sette pris på å studere, men for denne bokens omfang er det som er viktigere den unike matkulturen som har utviklet seg der i løpet av de siste århundrene.

Transilvania ble kjent for verden av Bram Stokers 'Dracula', og i dag forbindes hovedsakelig disse to tingene sammen, men det er så mye mer i Transilvania enn den dystre verdenen til klassiske skrekkfilmer og bøker. Fra bitte-små landsbyer gjemt i fjellene der tiden virker stoppet, til de siste gotiske katedraler i fastlands-Europa, fra små kafeer i brosteinsgater i gamle tyske byer, til moderne musikkfestivaler, blir Transilvania langsomt en del av mainstream-verdenen ved å bruke sin unike kultur som viktigste salgsargument. Og selvfølgelig maten.

I denne boken vil du finne små perler gjemt blant oppskriftene der vi enten presenterer noen av de interessante byene i Transilvania, eller vi tiltrekker oppmerksomheten din til noe unikt for denne regionen, eller det vil bare være noe du ikke kan forutse deg for nå. La det være en overraskelse.

Transilvania ble først nevnt i 1075 e.Kr. under det latinske navnet «Ultra silvam», som betyr «utover skogen» og rett som navnet var. Transilvania kan være landet for de uendelige skogene, og du er hjertelig velkommen til å ta en tur i dem, men før du gjør det, må du til å sjekke med lokale guider om området du planlegger å besøke er trygt nok eller ikke. Du skjønner, skogene i Transilvania er fulle med ville dyr. Transilvania har en av Europas siste virkelige villmarker, der bjørner, ulver og andre store rovdyr streifer fritt. Det er ingen gjerder, og alle disse dyrene løper raskere enn deg. Så vær forsiktig, villmarken i Transilvania er ikke som Norges villmark. Villmarken i Transilvania er vill og farlig.

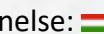


# Om Transilvania - en reise rundt folk og maten

I flere hundre år har Transilvania vært, og er fortsatt hjemmet til flere kulturer, sammen bodde der rumenere, ungarere, tyskere, jøder, armenere, sigøyner og flere forskjellige andre nasjonaliteter. Dette flerkulturelle miljøet har tilberedt noen unike matvarer som du ganske enkelt ikke finner i andre deler av verden, og vi håper virkelig å kunne presentere et lite og velsmakende ekstrakt av det folk spiste der.

Hver av de forskjellige nasjonalitetene som har bodd der, har lagt sitt unike preg på kjøkkenet i regionen, uten å gi fra seg sine egne arv og skikker. Når vi presenterer en oppskrift, vil vi også inkludere de lokale navnene på den, sammen med et lite flagg (som vist nedenfor) for at du skal kunne assosiere maten riktig med dens opprinnelse og lokale navn på den.

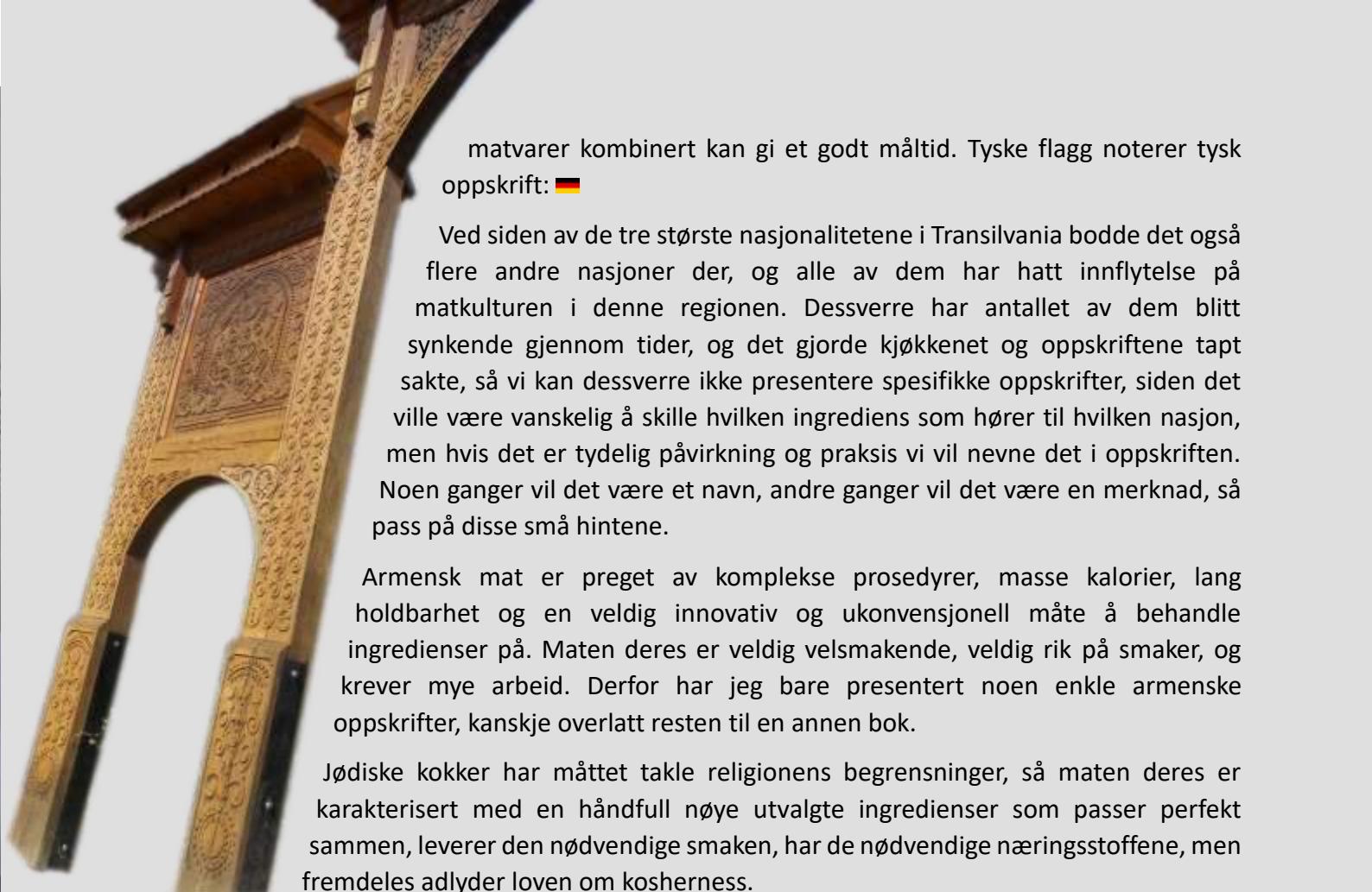
I de ungarske retter kan mange likheter identifiseres med det gamle franske kjøkkenet som ble importert av adelen fra gamle dager og senere tilpasset for å passe behovene og smakebudene til lokalbefolkningen. Fortykning av mat med roux eller andre jevnninger og bruk av lokale urter og planter gir en utsøkt smak som ingen som du ikke kan finne noen andre steder.

Ungarsk mat fra Transilvania er annerledes enn den originale fra Ungarn. Den bruker en anstendig mengde rød paprika, så maten din vil ikke flyte i en rød saus. Det foretrekker ganske mye bruk av lokale urter og krydder, og smaken må ikke være veldig krydret. Vi ønsker ikke å brenne munnen og føler ikke smaken på maten. Ungarsk flagg betegner mat av ungarsk opprinnelse: 



De rumenske rettene på den andre siden er mye mer knyttet til naturen, bruker masse råvarer og er generelt en lettere opplevelse for magen. Tynne supper med mye grønnsaker og lett stekt kjøtt og grønnsaker gir en naturlig smak til de typiske rettene fra dette kjøkkenet. Rumenske flagg ved siden av de rumenske rettene ser ut som: 

Tyske retter kan være preget av en praktisk tilnærming til livet. Ekspertisen til gamle tyske husmødre har skapt noen gode smaker ved å gjenbruke de allerede eksisterende ingrediensene og ikke la noe gå til spille. Det kan være veldig overraskende hvordan to helt ubeslektede



matvarer kombinert kan gi et godt måltid. Tyske flagg noterer tysk oppskrift: 

Ved siden av de tre største nasjonalitetene i Transsilvania bodde det også flere andre nasjoner der, og alle av dem har hatt innflytelse på matkulturen i denne regionen. Dessverre har antallet av dem blitt synkende gjennom tider, og det gjorde kjøkkenet og oppskriftene tapt sakte, så vi kan dessverre ikke presentere spesifikke oppskrifter, siden det ville være vanskelig å skille hvilken ingrediens som hører til hvilken nasjon, men hvis det er tydelig påvirkning og praksis vi vil nevne det i oppskriften. Noen ganger vil det være et navn, andre ganger vil det være en merknad, så pass på disse små hintene.

Armenisk mat er preget av komplekse prosedyrer, masse kalorier, lang holdbarhet og en veldig innovativ og ukonvensjonell måte å behandle ingredienser på. Maten deres er veldig velsmakende, veldig rik på smaker, og krever mye arbeid. Derfor har jeg bare presentert noen enkle armenske oppskrifter, kanskje overlatt resten til en annen bok.

Jødiske kokker har måttet takle religionens begrensninger, så maten deres er karakterisert med en håndfull nøye utvalgte ingredienser som passer perfekt sammen, leverer den nødvendige smaken, har de nødvendige næringsstoffene, men fremdeles adlyder loven om kosherness.

Sigøyner livsstil som er om å vandre rundt, frihet fra grenser, har foretrukket retter som kan gjøres mens du er på farten. Nødvendigheten av å holde kjøkkenet bak i vognen din resulterte i mange teknikker som dessverre dør ut i dag, for eksempel å bake i leire og gjørme eller bruke kjøkkenutstyr som må monteres på toppen av en åpen ild, som f.eks. stekeplate. Maten deres er den samme som klærne deres er: rik, fargerik og (når vi snakker om mat) veldig velsmakende.



# La oss begynne å lage mat

Når du leser oppskriftene fra en annen kultur kan du finne noen forestillinger du ikke er kjent med. Ikke få panikk, dette er normalt. Det kalles læring.

Her viser vi noen tips som vil gjøre det enkelt for deg å få til en vellykket forberedelse av dine daglige transilvanske (og andre) oppskrifter. Noen ingredienser krever litt forhåndsplanlegging, men når du har laget dem ferdig, kan du bruke dem i lang tid.



## Svinekjøttfett

Hvis du vil oppleve den virkelige smaken av Transilvania anbefaler jeg virkelig at du tilbereder en god porsjon svinekjøttfett og bruker det i stedet for olje en eller to ganger, bare for å sammenligne resultatene. Det er ikke det sunneste alternativet, men jeg forteller deg ikke å sette deg ned og spise den med en skje. Bruk den moderat, så gir den ekstra smak i oppskriftene dine. Med moderat vennligst forstå en teskje per oppskrift, ikke noe mer.

Gjør følgende for å lage en porsjon som vil bli nok en stund: Få en god del av rå svinespekk eller fett ullgrys bacon. Skjær det i terninger, ca. 2 cm x 2 cm x 2 cm. Ha terningene i et jern gryte, og stek dem sakte, rør ofte. Når de er lysbrune, men ikke brent, ta ut svorene (som du kan spise med litt salt og vårløk med brød når de er kalde), sil det flytende fettet i en krukke eller i en metallbeholder, la det kjøle seg ned. Oppbevares i kjøleskap, og når du trenger å ta ut litt fett bruk et sterkt metall skje.



## Jevninger

Jevninger brukes til å tykne suppen. Vi har flere typer jevninger, noen av dem bruker mel, andre bare creme-fraiche og egg.

### Roux

En typisk fransk ingrediens, også sterkt brukt i transilvanske oppskrifter, er en grunnleggende ingrediens i en suppe.

Roux er laget av å blande sammen (varm) olje med mel og steke det til det blir brunt eller lysebrunt. Franske oppskrifter anbefaler også bruk av smeltet smør i stedet for olje, men Transilvania er ikke Frankrike. For de som ikke er redd for en liten mengde fett, anbefaler vi bruk av smeltet svinefett hvis du vil ha en virkelig karakteristisk smak til suppene og rettene dine. Ikke bruk olivenolje. Det brenner mye raskere enn den vanlige (solsikke) oljen, og rouxen din vil være bitter. For å lage en god roux må du ikke la oljen brenne varm, ellers får den en bitter smak. Rouxen skal være fin gyldenbrun for den beste smaken.



Det er helt ok å lage en stor porsjon roux og oppbevare den i en krukke (med lokk) i kjøleskapet (ikke fryseren).

Roux brukes i halvparten av suppene som presenteres i denne boken. Følg trinnene for å få Roux ordentlig i suppen:

- Hvis rouxen din er varm, tar du den bare av ovnen, og blander den veldig raskt med kaldt vann, kast den i suppen på et øyeblikk og rør veldig godt så det ikke er noen roux-klumper i suppen.

- Hvis rouxen din er kald (for eksempel hvis du nettopp tok den ut av kjøleskapet), legg den nødvendige mengden roux i en dyp tallerken, og bland den godt i tallerkenen med noen få suppeskjeer av den kokende suppen og ha den i suppen. Rør godt om.

For noen av oppskriftene kreves det en spesiell behandling av roux, f.eks. bruk smør eller svinefett istedenfor olje, se der hvordan du gjør det.

#### Jevning av hvetemel og melk

Noen supper krever at du lager en jevning av melk og mel. Dette er veldig enkelt å lage, bare legg en suppeskje mel i en dyp tallerken og tilsett melk gradvis, bland den forsiktig for å ikke ha klumper i blandingen. Bruk vanligvis ca. 1 god skje mel til ca. 1 dl. av melk.

Før du legger dette i suppen, tilsett litt eddik i blandingen, dette vil behandle melken for ikke å felle ut i suppen når du tilsetter eddiken.

Noen oppskrifter bruker matfløte eller rømme i stedet for melk.

#### Jevning av creme-fraiche og eggeplomme

Skill egget og ha eggeplommen i en bolle, eggehvitene brukes ikke til dette, bruk den i en annen oppskrift. Hvis eggeplommen er liten, er det greit å bruke 2 egg til dette. Ha i en suppeskje av creme fraiche bland sammen veldig godt. Ha i noen skjeer av den varme (men ikke kokende) suppen og bland godt. Når du tømmer jevningen i suppe må den være varm, men det skulle ikke koke ellers koker egget, og det vil du ikke.

Suppene som bruker denne jevning skal ikke kokes opp igjen pga. eggeplommen, og må spises om 1-2 dager maks.

#### Spesielle ingredienser du kan lage

Noen av oppskriftene krever at du har en god håndfull spesial ingredienser, enten tilberedt av deg, eller at du kan kjøpe dem i en butikk også. Oppskriften vil fortelle deg en god erstatning hvis den er tilgjengelig.

#### Paprika saus

Dette brukes til å gi maten en spesiell smak og farge. En god erstatning er Sambal Oelek, men her er en oppskrift du kan følge for å lage din:

- Ca. 400 gr. (2 stk.) California pepper - Finhakket på en kjøttkvern.
- Ca. 400 gr. Kapia pepper - Finhakket på en kjøttkvern.
- Ca. 100-150 gr. salt

Bland sammen alt og kok det opp i en gryte i 30 minutter. Bruk en blender til å blande den så den blir jevn. Kok igjen ca. 60-90 minutter. Ha i en krukke, forsegle det, dekk til en tyn klut og la det avkjøles over natten. Sett det i kjøleskapet, og ta ut ønsket mengde med en ren skje hver gang du bruker den.

#### Smaksatt eddik

Noen av suppene bruker eddik som blir smaksatt med chilier, kantarell eller estragon. For å lage dem, ta bare det nødvendige smaksadditivet (kantarenen må kokes før), rens dem, fyll opp en krukke med og hell over den sterkeste hvite eddiken du kan få hendene på. Eddikessens (35%) er litt for sterkt, men 9% eller 10% vil gjøre det fint.



## Surkål

En veldig ofte brukt ingrediens i store deler av Øst-Europa er surkål. Dessverre er den norske surkålen veldig forskjellig fra den som ble brukt i Transilvania, så den passer ikke til oppskriftene i denne boka fordi den er myk, söt og full av krydder. Transilvansk surkål er sur, fast og bruker et annet sett med krydder. Men heldigvis er det veldig enkelt å lage surkål. Å lage surkål vil du trenge:

- 1 hodekål
- 1 pepperrot
- Tørket dill og sommarsar (*Satureja hortensis*) - eller oregano
- Salt,
- vann

Skjær kålen veldig tynt og legg den i en krukke, trykk kraftig ned. Legg en anständig mengde salt oppå (3 - 4 suppeskjeer). Legg dill og sar på toppen av kålen. Rens pepperroten og skjær den i flere biter i lengden. Bruk pepperroten til å feste kålen i krukken. Fyll glasset opp med kaldt vann. Vannet skal dekke alt i krukken.

Fra og med denne dagen tømmer du vannet fra krukken hver dag i en ren beholder og hell det tilbake i krukken igjen. Vi gjør dette for ikke å la det danne seg mugg oppå vannet. Smak vannet med en ren skje hver dag, se om det er surt nok. Hvis rommet der du oppbevarer denne krukken er kaldt, vil det ta opptil 3 uker før kålen blir sur, ellers bør 1 - 2 uker være nok.



Når surkålen er ferdig, skiller du surkålsaften fra kålen og bruker den i respektive oppskrifter eller oppbevar i kjøleskapet.

## Lök, hvitlök og sjalottlök

Lök, hvitlök eller sjalottlök er veldig vanlig, og nesten alle retter trenger en eller de andre. Noen ganger trenger en oppskrift en liten løk (den første fra bildet på neste side), vanligvis den skal bli dekorasjon i noen rett.

For supper bruker du to eller tre av de andre løkene fra bildet, eller en av den tredje, eller sjalottlök.

Hvis du lager en gryterett og vil ha masse saus må du vanligvis skjære en løk i veldig små biter, bruk en eller to fra den siste løken.

Hvis du lager løksuppe er det helt greit å ha i en stor løk skjært for å ha smak, og en hel liten løk til dekorasjon.



## Krydder og urter

Mat fra Transilvania bruker en veldig vanlig kombinasjon av krydder. Meste av oppskriftene trenger bare salt, pepper og eddik. Noen oppskrifter bruker også paprikapulver. Vanligvis krever ikke oppskriftene veldig sterk chili, vi liker ikke å brenne munnen vår. Når det kommer til urter, i Transilvania bruker vi de fleste vanlige urter (persille, dill) du også finner i Norge, men det er noen få andre som også brukes som kan ha vanskeligheter med å finne i Norge.

### Sommarsar

En av urtene jeg fant det vanskelig å finne fersk i Norge er sommarsar (*Satureja hortensis*). Mange butikker har tørr sommarsar, men å ha dem fersk er vanskelig fordi det vokser ikke bra i hager, pga. at det trenger masse varme og sol. For å erstatte sommarsar kan du bruke litt oregano (*Origanum vulgare*). Vanligvis bruker vi den tørr, så tørr oregano kjøpt fra en butikk el helt greit, men siden oregano er mye kraftigere i smak, bruk en halv porsjon. Sommarsar går helt greit med maten lagt av kål, squash eller i noen sauser.

### Løpstikke

Løpstikke (*Levisticum officinale*) kan finnes i Plantasjen fersk, bare kjøp når det er tilgjengelig og tørke bladene, eller ha dem i en fryser. Siden det er en ganske grov plante, kan du prøve å plante den på et solfylt sted, hva som vokser ut ser ut som bladene på bildet til høyre.

Løpstikke brukes mest i klare grønnsaksupper, eller å lage en smakseddik.

### Estragon

Estragon (*Artemisia dracunculus*) er ikke brukt rå i våre oppskrifter, men lagt i eddik. Jeg har kjøpt Estragon-eddik fra Meny, Søstrene Grene, eller andre butikker som selger det.

Hvis du vil lage estragon eddik, har plantasjen plantene i en potte, bare kjøp og bruk.



# Frokost i Transilvania

Transilvansk frokost er en mulighet til å fylle magen til starten av dagen og få deg i godt humør de resterende timene til lunsj.

Tvert imot med norsk frokost, som er «noe på brød», er den transilvanske frokosten «noe ved siden av brødet». Vi i Transilvania legger sjeldent ting opp på brød, siden de har denne tendensen til å falle av. Så, vi bare har et stykke brød med forskjellige smakfulle biter som vanligvis er noen slags hjemmelaget mat. Det er bare ett unntak. Maten du tenkte å spise med en skje, vel, regelen er at den må gå på brødet. Det er veldig frekt å spise ut av en krukke med syltetøy.

Hva som kan gå ved siden av brød er en veldig personlig avgjørelse. Noen liker bacon med løk, noen vil spise røkt pølse med sesongens grønnsaker, andre vil være fornøyde med et kokt egg eller to med ost. Og brød selvfølgelig. Eller alt det ovennevnte sammen.

Og la oss ikke glemme de som tar den ekstra tiden for å lage en omelett eller liker polenta med ost. Begge er sterkt anbefalt til frokost hvis du ikke blir presset av tid.

For denne delen av boken med frokostoppskrifter presenterer vi noen få enkle oppskrifter du kan lage uten for mye krefter, og er definitivt ikke i kategorien ostesmørbrød.



## 1. Brød med pels

(  Frigånele / Bundás kenyér  )

Hvis du vil ha noe varmt til frokost på rekordtid, som er bra selv på ettermiddagen (hvis noe gjenstår), er dette en må-prøve oppskrift. Etter at brødet er dyppet og stekt, er toppingen faktisk opp til deg. Noen liker å spise dette med syltetøy (kirsebær er vår favoritt, men bringebær går også bra) andre liker å spise det med revet ost og sterk chili (saus eller cayennepepper) mens noen andre bare vil ha et dryss sukker på toppen. Det er virkelig opp til deg, del gjerne ditt favorittpålegg med oss. Men du må innrømme det, det har virkelig et morsomt navn.

### Ingredienser

- Masse brød i skiver
- Noen egg
- Melk
- Salt, pepper
- Olje

### Og hvis du liker

- Syltetøy
- Revet ost
- Cayennepepper

I en dyp tallerken pisk godt eggene og tilsett litt melk.

Ha masse olje i en stekepanne, og varm det opp. Ikke la det være uutholdelig varmt, men bare varmt. Sjekk med en dråpe egg fra enden av gaffelen om den er varm nok eller ikke. Hvis det blir svart på et sekund, er det for varmt. Hvis den ikke begynner å steke med en gang, er den ikke varm nok. Vanligvis skruer jeg den opp til det maksimale, for å varme opp oljen fort, men så skrur jeg den ned halvveis for å ikke brenne maten.

Ha nå brødskivene i tallerkenen med egg og melk, og bløt noen sekunder, men ikke mer enn  $\frac{1}{2}$  minutt (en etter en, ikke samtidig). Hvis de er for tunge, lekker melk eller går i stykker når du tar dem ut, har du hatt dem i for lenge. Ikke kast dem, bare bruk dem, de skal be bra uansett.

Når brødet er mykt nok, ha det i den varme oljen, vend raskt inn begge sider og snu konstant til begge sider er fine gylden brune. Dette har en tendens til å brenne veldig fort, vær forsiktig.

Jeg kan ikke gi deg nøyaktig mengde av noen av disse, siden forskjellige brødtyper trenger annen mengde av egg/melk miksturen. For eksempel et egg og et halvt glass melk er vanligvis nok for to skiver med hvit loff, med den samme mengden egg / melk er nok minst til fire-fem skiver av mørkt grovbrød.

Den gylden regelen er at hvis du føler at brødskiven din ikke er våt nok, tilsett mer egg, så godt, tilsett mer melk og dypp igjen.

### Tips

- Hvis brødet ditt er eldre og litt på den tørre siden av livet, anbefaler jeg at du ordner en to tallerken oppsett, som at du har melken i den første tallerkenen, i den andre eggene. Bløt brødet i den første til det blir mykt, og legg det deretter i det andre for å få det fine belegget av egg, og videre til å steke det.

## 2. Brødkake

(  Präjitură de pâine / Bundáskenyérlapótya )

Denne oppskriften er perfekt hvis du har litt brød fra dager før. Jo mer variasjon av brød du har, jo bedre blir smaken. Jeg gir med vilje ingen mengder nedenfor, siden jeg ikke vet hvor mange brød du har. Målet ditt er å lage noe som en røre som du kan helle og bake i ovnen.

### Ingredienser

- Gårsdagens brød
- Bacon skiver
- Egg
- Melk
- Revet ost
- 5 - 6 ost skiver å dekke
- Salt, pepper

### Hvis du liker

- Vårlokk
- Rød pepper
- Oliven
- Rømme
- Bladpersille

Skjær brødet i små terninger. Pisk opp eggene, og legg brødterningene i, bland godt. Ha i salt, pepper, revet ost og de andre ingrediensene fra den Hvis du liker seksjon. Når alt er blandet sammen godt, ha i melk, akkurat riktig mengde som du kan helle ut røren, ikke gjør den veldig tynn ellers vil den ikke bake, den vil koke i melk..

I en panne (liten langpanne eller rundpanne avhengig av mengden du har laget) legg baconskiver på bunnen, hell røren på toppen. Dekk med gulostskiver, og det er flott om du kan pynte med paprikaskiver, oliven, gressløk, osv...

(varm ovnen på forhånd) Sett den i ovnen ved 190C og stek i ca. 45 minutter. Ferdig.

### Tips

- Hvis du har en muffinsform, kan du gjerne lage flere brødkakemuffinser, i stedet for en stor kake.
- Hvis du har en baguette fra i går, kutt den i tynne skiver, ikke terninger, ha dem i eggene og legg dem i lag i pannen.



### 3. Ristet sopp

(  Ciupercă prăjită / Sültgomba )

Denne delikatessen er ideell om sommeren når du kan plukke frisk vill sopp i de endeløse skogene i Norge. Favorittene våre er risker, men enhver fast sopp vil gjøre det. Vær forsiktig, alltid plukk sopp du er kjent med i en egen «safe» bag, og dem du eksperimenterer med i forskjellige poser, og alltid ta dem til en soppkontroll. Ikke plukke åpenbart giftige sopper, som for eksempel er store, røde med hvite flekker.

#### Ingredienser

- Sopp du liker, vasket, renset og skivet i tykke skiver
- Vårløk
- Noen få hvitløksbåter
- Smør
- Salt, pepper

Smelt smøret i en panne og ha hvitløk og vårløk kuttet i skiver. Bland det noen minutter, men la det ikke brenne. Fjern gjerne hvitløken før du fortsetter.

Ha i soppskivene, og rør kontinuerlig. Ikke ha i for mange sopper en gang, for de vil slippe vann, og du vil få en lapskaus i stedet for stekt sopp.

Smak godt med salt og pepper, og stek soppen til de er ferdig (bare smak hvis du ikke er sikker når de er ferdig. Hvis du liker smaken, er de ferdige).

Server helst med ferskt brød.



### 4. Jødisk egg

(  Ouă evreiești / Zsidó tojás )

En perfekt mulighet til å få frem noe nytt fra noen få kjedelige kokte egg. Kan også oppbevares i kjøleskapet for i morgen, eller dagen etter. Dette er en gammel ashkenazi jødisk oppskrift, som tradisjonelt ble spist før lunsj på sabbat, men har ikke mistet sin popularitet selv i dag. Det er veldig enkelt å tilberede det, men det krever mestring å gjøre den perfekt.

#### Ingredienser

- 5-6 hardkokte egg
- 1 liten løk, finhakket
- salt, pepper
- (oliven)olje

#### Luksusversjonen trenger

- Stekt gåselever eller andelever

Rens de hardkokte eggene, og knus dem med en gaffel. Bland det sammen med den finhakkete løken, olje og smak med salt og pepper. Bland det veldig godt, og spis det med ferskt brød.

Hvis du lager luksusversjonen, ikke glem å blande i leveren også.



## 5. Soppkake

(  Plăcintă cu ciperici / Gombapalacsinta  )

Selv om dette virker for komplisert til å forberede deg på en rask frokost, fortvil ikke. Du kan lage den dagen før, og så ta den ut fra kjøleskapet, for dette er en mat som har ganske bra holdbarhet. Steinsopp anbefales til denne oppskriften, eller hvis du ikke har noen annen myk sopp, ikke bruk kantarell eller noen av de andre harde soppene. Denne armenske maten kommer med en veldig god saus hvis du liker sausene.

### Ingredienser

- 1 rød løk
- 250 - 300 gr. sopp
- 3 egg
- Litt smør
- Hvetemel
- Olje
- Salt, pepper,
- Paprika pulver
- Bladpersille

### Til sausen

- Rømme
- Eddik
- 1 glass melk

Hakk opp løken i små biter, og ha det inn i en stekepanne i litt olje, og brun det. Ha i litt rød paprika, bland vel og ha i soppene som var kuttet i terninger med et glass vann. Kok til soppene er myke.

Når soppene er myke ta de ut av vannet, og heller bruk en blender eller kutt de opp i veldig små biter, eller bruk en kjøttkvern. Ikke kast kokevannet hvis du vil lage sausen også.

Bland soppene godt med 3 egg, 3 - 4 suppesjeer hvetemel, salt, pepper og hakket bladpersille. Del opp, og dann delene i flate skiver, og stek dem i varm olje.

Hvis du vil lage sausen lag en liten mengde jevning med olje og hvetemel. Bland det med 1 glass kald melk, smak med eddik, salt og bladpersille. Bland med kokevannet fra soppene til du får en saus med god konsistens du liker, og etterpå ha i rømme.

Ved servering ha saus på eller ved siden av.

### Tips

- Hvis du vil koke soppene litt annerledes, en liten mengde kjøttsuppe fra i går er det helt greit å koke dem i.



## 6. Aubergine krem

(  Vinete / Vinetta  )

Denne delikatessen er perfekt når den er laget av ferske grillede auberginer. Men fortvil ikke hvis du ikke får tak i noen, det er allerede forberedte varianter av den grillede auberginen du kan kjøpe fra butikken, og deretter fullføre den hjemme.

### Ingredienser

- Aubergine, ca 300 gr.
- Solsikkeolje (ikke andre oljer, bare den), ca. 1/2 - 1 dl for hver aubergine, men ikke mere en 1/2 uansett hvor mye auberginer du har.
- salt
- løk
- Majones

### Hvis du liker

- knust hvitløk
- sitronsaft

Hvis du bruker rå aubergine, er det første trinnet å grille dem på en flammegrill, til all den lilla huden er brent til svart, og den er sprø og du kan skrelle den i tynne lag med hendene.

Siden de vil være varme, anbefaler jeg at du lager en skål med kaldt vann, for å tette fingrene imellom biter av skrellet hud for å avkjøle dem. Når alle auberginer er renset fra den brente skallet, la dem hvile noen minutter, slik at all bitter juice flyter ut fra dem (du kan la dem ligge på en flat overflate - slakterblokk - i en liten vinkel og appellere til tyngdekraften for å hjelpe med prosessen)

Etter det ved hjelp av en tresleiv mos innsiden av auberginene i en bolle, startende fra enden, og skrap sakte av stammen. Ikke bruk en mikser til dette, det vil ødelegge maten, og ikke bruk noe skje laget av metall (jern, aluminium) siden det vil reagere med auberginen, noe som gir den en svart farge og en bitter smak (en stor plast skje er også et godt valg hvis du ikke har treskje).

Når alle auberginer er skrapet, bland dem godt sammen i bollen, og ikke glem å fortsatt bruke treskje din.

Hvis du har kjøpt halvpreparerte auberginer fra butikken i en hermetisk krukke, er du allerede på dette stadiet, så fortsett nedenfra.

Ha i en god mengde salt etter din smak, vil dette være grunnlaget for kremen din.

Begynn å tilsette olje i aubergine kremen, små mengder om gangen og hver gang blande det grundig slik at all oljen løses opp i auberginen.

Smak ofte mens du blander, og når du føler at du har en velsmakende nok krem kan du enten spise den som den er på en brødskive, eller du kan legge til flere smaker i den etter ønske.

Smaken skal være kremet, ikke bitter og ikke veldig fet.

For ekstra smak kan følgene legges i, enten sammen eller hver for seg:

- 1 finhakket liten løk
- 2-3 knust hvitløk
- hjemmelaget majones
- Litt sitronsaft

Noen få skiver smakfulle tomater går veldig bra på toppen av kremen.

## Hjemmelaget majones

Dette er den harde (men smakfulle) måten å lage majones på. Den enkle måten er at du kjøper den ferdiglagde fra butikker.

### Ingredienser

- en eggeplomme
- olje
- sennep

Eggeplommen skal gå i en ren tallerken som ikke er veldig bred på bunnen og ikke har veldig bratt margin. Noe i formen til en kinesisk suppeskål er perfekt.

Bruk en liten ren treskje (metallskje kan etterlate riper på tallerkenen, og noen kan til og med reagere dårlig med ingrediensene) og bruk raske, konstante, sirkulære bevegelser, blandes i ca. 1/2 dl. (per eggeplomme) solsikkeolje, en teskje hver gang. Det er av største viktighet at du ikke slutter å blande, ellers vil majonesen bare falle sammen og du må starte fra null igjen. Når all oljen er blandet i, kan du legge til en teskje standard gul sennep, eller dijonsennep hvis du liker den mer krydret. Fra dette tidspunktet kan mer olje komme inn, og føl deg fri til å slutte å blande når du tror du har nok majones.



## 7. Dampet bacon

(  Slænină fiartă / Abált szalonna  )

For de som anser det stekte baconet for hardt for magen og ikke takler det rått, er det et tredje alternativ: koker det. Sakte, med krydder, så avkjøl den. Så spis den.

### Ingredienser

- Fett bacon, ca ½ kg. Jeg brukte en stor bit av Kyst bacon fra Gilde, det hadde et fint lag av fett på, eller bruk ullgris bacon.
- Hvitløk, 4-5 store båter
- Paprika, salt, pepper, Laurbærblader

Vask baconet og ha det i kaldt vann i en gryte sammen med en finhakket hvitløksbåt og laurbærbladene. Kok opp vannet med bacon inni, ta av varmen til et minimum så baconet fortsatt koker og surret for 1 - 1.5 timer eller mer, til baconet og svoret på baconet er mykt.

Ta ut baconet fra gryta, kutt grunt over overflaten i et rutenettoppsett med en skarp kniv og ha på salt, pepper og resten av hvitløken i tynne skiver og dryss på toppen rød paprika pulver.

Ha det i en tallerken, og la det avkjøles. Når det er kaldt, pakk det tett inn i en plastfolie og sett det i kjøleskapet over natten. Du kan spise den neste morgen, og restene er bra opp til noen dager, hvis du oppbevarer den i kjøleskapet.

Ikke spis denne baconet varmt, det er ikke en lett mat for magen når det er varmt.



## 8. Grønnsakkrem

(  Zacuscă / Zakuszka  )

Denne retten er kjent med en lang liste med navn i de sørlige delene av Europa. Hvert land har sin egen oppskrift, noen av dem er krydret, noen av dem er mer kremete, noen av dem har tykke grønnsaker, men alle sverger på at de har den originale maten. Slik er vår. Original, til husholdningen vår, og hvis du tør å gå til våre naboer vil de sverge på at deres er den originalen. Fordi dette skjer med smakfulle retter. Alle eier dem. Nå har du din egen variasjon også. Her deler jeg med deg oppskriften som er laget med bønner, og i tips-avsnittet vil jeg gi noen andre varianter og instruksjoner om hvordan du lager dem.

### Ingredienser

- Ca. 200 gr. av finhakket løk.
- 200-300 gr. rød paprika skjært i strimler.
- 300 gr. modne tomater, eller en boks av knuste tomater
- 200 gr. store hvite bønner, ferdigkokt.
- 10 - 15 hele svart pepper
- Salt
- 3 - 4 laurbærblader
- Ca. 1 dl solsikke olje

Ikke få panikk hvis du ikke kan måle opp alle ingrediensene i gram, de er mer der for bare å gi deg en følelse av proporsjoner. I Transilvania bruker vi 10 ganger så mye av denne mengden, og den resulterende kremen går i hermetisk forseglaede glass, som skal spises om vinteren når grønnsaker er sjeldne. Men luksusen fra den vestlige sivilisasjonen har lært oss at alle grønnsakene er tilgjengelige til fingertuppene hele tiden, uten ekstra krefter. Så du har faktisk råd til å eksperimentere.

En viktig ting er at i Transilvania brukes den lokale variasjonen av rød «Pritamin paprika», som er en veldig kjøttfull og söt variasjon av pepperfamilien «Capsicum annuum», og som dessverre ikke er tilgjengelig i Norge. Til oppskriften min har jeg brukt en «California paprika» og en lang söt «Kapia paprika», og smaken var tilfredsstillende.

Men la oss begynne å lage mat.

Hvis du har rå bønner, ha dem i vann over natta, og kok dem ordentlig i vann med litt salt (dette betyr minst 3 - 4 timers) før du begynner å lage denne retten.

Surr de finhakkede løkene i solsikkeoljen på svak ild til den blir gjennomsiktig, men ikke la den brune og heller ikke brenne. Dette betyr at du må veldig ofte, nesten konstant røre dem.

I mellomtiden skjær de røde paprikaene på lange, tynne skiver og legg dem sammen med løken når du har skjært alle.

La dem småkoke til paprikaen blir myk, og tilsett tomatene. Bland godt, og la det koke i 10-15 minutter. Mens de koker bryt noen av bønnene med en gaffel, men ikke alle. Nedbrutte bønner vil gjøre maten mer kremaktig.

Ha i bønnene, smak til med en liten mengde salt (ikke glem at du har kokt bønnene i salt vann), tilsett svart pepper og laurbærblad. La det koke, fortsatt på liten varme i 30 minutter eller til og med 1 time, og du må røre ofte, ellers brenner det.

Når du er ferdig, anbefaler jeg å vente litt på at den skal kjøle seg ned før du faktisk spiser den, avhengig av magen, kan det ikke være bra å spise varm «Zacuscă».



### Tips

- Denne retten kan også lages med auberginer. Hvis du planlegger å gjøre dette, må du bytte ut bønnene med grillede auberginer, ikke skiv paprikaen, men bruk en kjøttkvern og kvern paprikaen før du steker den, og ikke bruk laurbærblad
- Du kan lage denne retten med sopp i stedet for bønner. Skjær soppen, og legg dem i fatet ditt med ekstra vann, siden de ferske soppene vil suge opp alt vannet fra grønnsakene.
- Bruk gjerne stekt paprika i stedet for rå. Maten din vil være mye mer kremete.
- I stedet for bønner kan du også bruke squash. Rens, skjær det i terninger, kok i vann, og ha det sammen med grønnsakene.
- Noen familieoppskrifter bruker også en revet gulrot og hvitløk. vi etterlater det til deg å prøve ut disse ingrediensene.
- Og sist, men ikke minst for de virkelig modige ... Alle disse grønnsakene fra ovenfor sammen.



## 9. Leverpostei

(  Pateu / Májpástétom )

Å tilberede en hjemmelaget leverpostei er en god måte å få den nødvendige mengden A- og B-vitaminer toppet med en fin mengde jern. Hvis du lager en stor mengde, kan du oppbevare dette i kjøleskapet i ganske lang tid, og du vil alltid ha noe velsmakende å spise i tider med behov ... eller når du bare må skynde deg et sted.

### Ingredienser

- 30 dkg. svinelever, i terninger
- 60 dkg. svinekjøtt, i terninger. Bruk gjerne nakkekotlet uten ben eller none deler av svin som har litt fett på.
- 60 dkg. fett bacon, i terninger
- 3 mellomstore løk
- Noen krydder, som: fedd, allehåndte, muskat. Lag din egen blanding fra krydder du liker. Bruk en mørtel og pestle hvis du ikke har malt krydder.
- Salt, pepper
- Litt svinefett eller olje

I en gryte ha i litt svinefett eller olje, og ha i baconbitene, stek til de er nesten sprøtt. Ha i finhakket løken og la løken surre sammen med baconet til den blir blank og myk, men ikke la det brenne.

Ha i kjøttet nå, og litt vann og la det koke til kjøttet blir myk. Mens de koker rør sammen noen ganger, ikke la det brenne. Avhengig av kjøttet det kan ta 30 minutter eller mer.

Mens kjøttet koker, rens lever for hinner og årer og skjær det i mellomstore biter.

Når kjøttet fra gryta er mykt ha i lever bitene. Kok alt samme for ca. 5-10 minutter, men ikke la leveren bli hardt og tørr.

Ta det av fra varmen, og la det avkjøle. Når det er helt kaldt, ta alt ut fra gryten og bruk en kjøttkvern og kvern alt sammen minst 2 timer, bedre 3. Du også kan bruke en food processor.

Ha det tilbake i den samme gryta du har kokt det, og ha det tilbake på komfyr. Smak det med salt, pepper og krydderblanding du har lagt før, og kok det minst 20-30 minutter på lav varm. Når den er ferdig legg den i en krukke, forsegle den tett, dekk den i et kjøkkenhåndkle og legg den under et teppe til over natten, slik at den avkjøles sakte. Ta den ut, den er klar til å spise. Oppbevares i kjøleskapet fra i dag.

Hvis du ønsker det, kan du lage et godt pålegg krem av den, ved å bruke litt romtemperert smør ( $\frac{1}{4}$  del smør går bra med  $\frac{3}{4}$  del leverpostei) og 1 teskje sennep. Hvis du vil et hardkokt egg kuttet i veldig små biter kan gå inni. Det går helt greit med sylteagurk eller tomat.



## 10. Transilvansk omelett

(  Omletă /  Tojásrántotta )

Omelett i Transilvania er lagt med rå egger, og en masse andre ingredienser. Det ligner stort sett eggerøre, fordi den ikke er stekt på begge sider, den lar seg ikke tørke ut på komfyren, men den inneholder et stort utvalg av ferske halvstekte grønnsaker. Hvis du ikke er allergisk, bruk fett bacon, ellers vil olje være nok.

### Ingredienser

- Egg. 2-3-4, hvor mye du kan spise
- Bacon eller olje, eller svinefett
- Salt
- Brød

### Hvis du liker

- Grønnsaker
  - rød paprika
  - løk
- Sjampinjong
- Ost (hvit eller gul)

I en stekepanne ha i bacon i skiver (eller olje) og varm det opp, til baconet er smeltet og du har nok fett i pannen. Skjær opp noen grønnsaker i tynne skiver, og ha de inn i panne når det er varmt nok. Hvis du bruker, løken skal inn i minst 5 minutter før paprikaen. Hvis du bruker sjampinjong, det skal være først inn i pannen.

Visp sammen eggene med litt salt i en tallerken, og når grønnsakene er half stekt (eller de er så stekt som du liker dem) ta pannen av fra komfyren, og ha i eggene. Med en tyn brødkive dyppe ut tallerkenen fra eggene, og ha i i pannen.

Ha pannen tilbake på komfyren, og bland grundig slik at den ikke brenner på noen side og ikke tørker ut.

Ha på litt revet ost, og vær forsiktig at den opprinnelige omeletten fra Transilvania skal ikke være ferdig stekt, tør eller brent på en side eller den andre.

Når omeletten er ferdig spiser du det med litt salat, tomater, agurker, etc. ...



## 11. Biffsalat

(  Salată de boeuf )

En tradisjonell festerett, «Salată de boeuf» betyr «biffsalat». Det kan perfekt lages med grønnsakene fra en klar kjøttsuppe og noe av kjøttet derfra, men også hvis du koker grønnsakene hver for seg og bruker litt rest kokt kjøtt fra en annen rett kan det komme ut anstendig. Verdt å nevne, dette er også en veldig fleksibel oppskrift, så ikke bekymre deg hvis du ikke har alle ingrediensene nedenfor, bare la de du ikke har (eller ikke liker). Bortsett fra en. Sylt agurk. Det er obligatorisk å ha sylteagurk i biffsalat. Vi anbefaler varmt å lage din egen majones, den er hundre ganger bedre enn alt annet du kan få.

### Ingredienser

- Kokte gulrøtter, pastinakk, selleri, persillerot
- Kokte potet, erter, grønne bønner, kålrot
- Sylt agurk eller noen andre syltet grønnsak.
- Olivens
- Kokt kjøtt (biff eller andre)
- En stor mengde av majones.

Skjær alle grønnsakene og kjøttet i terninger.

Lag en god mengde av majones (oppskrift til hjemmelaget majones finner du ved oppskrift 6) og bland alle grønnsakene og kjøttet med majonesen.

Bruk syltet agurk og oliven som dekorasjon.

Oppbevares i kjøleskap ca. 1 timer før du vil spise det.



## 12. Polenta med hvitost

(  Mămăligă cu brânză / Túrós puliszka  )

Polenta er en så enkel, men allikevel allsidig mat at den har utallige preparater. Her presenterer jeg det mest grunnleggende av alt, med ost, men dette er uten tvil den enkleste måten å lage den på. Les tips-delen nedenfor for å få inspirasjon og ideer. Forsøk å få tak i noe grovt, østeuropeisk gult maismel, fordi den du kan finne i butikkene under navnet «Polenta» er for fin til å gjenskape den originale smaken av transilvensk polenta.

### Ingredienser

- 600 ml vann
- 200 gr. gul mais mel (eller Polenta mel)
- Salt
- Hvitost. Vi liker Feta.

I en gryte kok opp vannet, ha i litt salt og dryss langsomt i polenta melen. Kok ved svak varme mens du rører til polentaen er blitt tykk. Skjær opp hvitosten i terninger, ha polentaen i dype tallerkener og ha på hvitosten.

### Tips

Mulighetene for polenta er uendelige. Du kan nyte det med:

- Hvitost og rømme
- Melk
- Kefir eller
- I en omelett
- Polenta i lag: 1 lag med polenta, 1 lag hvitost, alt stekt i bacon
- Med sprøstekt løk på
- Stekt i bacon / fett, med bacon på
- Ved siden av mange av våre hovedretter (se oppskriftene der)



# Ost i Transylvania

Nei, vi har ikke brunost, men uansett er det et stort antall oster tilgjengelig i Transilvania som er berømte lokalt, men som fremdeles venter på internasjonal anerkjennelse.

Med tanke på myriaden av moderne variasjoner av samme tema (dvs. gulost i sine utallige inkarnasjoner) er det to tradisjonelle osterretninger i Transilvania: Oster laget av sauemelk som vanligvis er salt, og ost laget av kumelk, dvs. cottage cheese.

Den mest berømte av ostene i Romania er en salt og myk ost, tradisjonelt laget av sauemelk, kalt «Telemea» veldig lik den greskeosten «Feta». Det kan kjøpes fra bondens marked, eller hvis din vei fører deg i et supermarked, i ostedelen er jeg sikker på at de har et stort utvalg av det. Det er en tradisjonell rumensk ost, med lokale variasjoner over hele landet, så prøv å smake på noen få forskjellige opprinnelser for å få den beste opplevelsen.

Urdă / Orda er en annen tradisjonell ost du kan finne i regionen. Det er en myk og söt ost, ofte brukt i desserter, mest i pannekaker eller bare spist som den er. Den mest lik den er den italienskeosten «Ricotta».

En delikatesse når det kommer til smak er den rumenskeosten «Brânză de burduf» som er en

deilig salt ost med en sterkt smak. Tradisjonelt ble det holdt i sau- eller geiteskinn og gjæret i lang tid, hvor hver uke tilførte et ekstra lag med smak.

Og sist, men ikke minst, den grunnleggendeosten til alle som kan brukes som utgangspunkt for alle de andre, kalles ganske enkelt «Ost». Det er en semi-hard, ikke veldig

salt ost, det er grunnlaget for alle oppskriftene ovenfor. Lett smak, ikke en livsendrende opplevelse, men den har potensiale.



# Supper fra Transilvania

I Transilvania bruker vi alle grønnsaker som vokser i hagen vår til å lage suppe. Du trenger bare å vite hvilket krydder du skal bruke med hvilken grønnsak, og fra det tidspunktet er bare fantasien din grensen. For å ikke bare ha kokt grønnsaker i vann bruker vi også passerende jevning. Og hvis du har litt kjøtt eller bein som ligger rundt, er det bare bra. Suppen din blir enda bedre.

Transilvania har en unik suppe kultur du skal finne ikke i en andre land. Kombinasjonen og utvekslingen av praksis mellom den store befolkningen har skapt noe unikt. Det er ikke noen stor overlapp, men mer et komplementært forhold mellom maten til rumenere, ungarer, tyskere og andre nasjonaliteter som har bodd der i løpet av århundrene.

Kapittelet er delt inn i følgende kategorier:

1. klare kjøttsupper
2. tykke supper, lagt med jevning
3. supper som vil gjøre vegetarianerne glade
4. fruktsupper
5. rumensk «Ciorbă», et godt utvalg av grønnsaksupper med litt ekstra

Vi håper du vil finne noe for din smak.

Men før vi fortsetter, en advarsel. Det er enkelt å lage en suppe. Å lage noen supper som er enkle å lage i Transilvania, viste seg å være vanskelig til umulig i Norge. Vi kunne ikke finne kallun, så en av de mest ikoniske suppene du kan få i Romania, Kallun suppe (  Ciorbă de burtă / Pacalleves  ) prøvde å bli rett og slett umulig å lage i Norge.

Et annet kategori som er nesten umulig å finne i Norge er innmat av forskjellige dyr. På grunn av dette viste den berømte «Lammelungesuppe» (som er laget til påskefestiviteter) seg umulig å lage igjen. Men vi måtte godta virkeligheten. Norge er Norge, og hvis du ønsker å spise autentiske transilvanske supper, er det beste stedet å gjøre dette i ... Transilvania.

### 13. Klar kyllingsuppe

(  Supă de pui / Tyúkhúsleves  )

Svært lik den klare kjøttsuppen, men på grunn av det faktum at kyllingkjøttet går i oppløsning etter langvarig koking, trenger du ikke koke dette i en halv dag. For å få maksimal smak ut av grønnsaker anbefaler jeg å skjære dem i lange tynne skiver. Hjemmelaget pasta er juvelen på kronen.

#### Ingredienser

- Biter av kylling, som lår, bein, vinger.
  - Eller en hel rå kylling, kjøp den feteste kyllingen du kan finne.  
Ikke bruk hele kyllingbrystene i suppen. Skill dem og bruk dem i en annen rett.
- 1 gulrot
- 1 pastinakk
- 1 liten selleri
- 2-3 fersk sopp
  - Sjampignon eller Østersopp, ikke bruk steinsopp eller noen risker
- Salt, pepper, bladpersille.

#### Til hjemmelaget pasta

- 1 egg
- hvetemel
- litt salt
- vann

Start med å lage pastaen: lag en veldig hard deig av egg, salt litt vann og mel. Strekk det ut med en deigbare veldig tynt (mindre enn  $\frac{1}{2}$  millimeter). Hvis det blir vanskelig å håndtere, bare kutt i to og jobb separat på de to deigarkene. Når du synes den er tynn nok, ta en kniv og skjær den i lange veldig tynne stripser. Fordel pastaen på et flatt underlag, og la den tørke, roter hvert par minutter.

Mens pastaen tørker vask og rengjør kyllingen, la huden ligge på, og del i biter av god størrelse, gjør kuttet ved skjøtene. Jo mer fett på kylling det er, desto mer smakfull blir suppen.

Slipp kyllingbitene i kokende vann og la koke i 1-2 minutter. Fjern kyllingen fra det kokende vannet, vask og tørk det rent i kaldt vann. I en gryte egg i kaldt vann, legg i kyllingbitene og la det koke opp. Fjern avskum når den stiger, vi vil ha en klar suppe.

Når det ikke er mer avskum, legger du på lokket og la det surre til kjøttet er halvt ferdig. Avhengig av kyllingens (hønes) alder kan dette ta opptil 30 minutter. I mellomtiden rengjør grønnsakene og skjær dem i lange tynne biter. Hvis du ønsker at suppen skal være renere, ikke legg til den brune delen av soppen.

Når kjøttet er halvt ferdig, legg i grønnsakene sammen med kjøttet, tilsett salt og pepper etter smak og la det koke til alt er fint og mykt, og du liker smaken. Når pastaen er tørk nok kok opp i en gryte van med salt, ha i pastaene og kok de ferdig.

Ved servering ha i pastaen i en tallerken, ha på suppen, på topp litt finhakket bladpersille, og suppen er ferdig.



## 14. Klar kjøttsuppe

(  Supă de carne / Húsleves  )

Denne maten er ikke bare en veldig sunn og velsmakende suppe, men noen ganger brukes den også som base for andre mer komplekse retter. Den virkelige hemmeligheten er å la suppen koke i lange timer, på en veldig lav varme.

### Ingredienser

- minst 1 stor bit av kraftbein, eller en oksehale eller begge.
- strimlet biff, eller vanlig biff biter
- hel pepper, ca. 2-3 teskjeer, og salt
- 10-15 gulrøtter
- 2-3 stykker av persillerot,
- 1-2 stykker pastinakk
- 1 (ikke så stor) løk
- 2-3 hvitløksbåter

### Hvis du liker

- 1 liten grønn paprika (uten frø)
- 1 liten kålrabi eller knutekål
- 1 liten sellerirot

Siden kjøttet og beinene kan komme frosset, tine dem først. Ikke bruk mikrobølgeovn, det vil ødelegge kjøttet. Lag kjøttet i kaldt vann over natten, eller to-tre timer før du starter å lage retten.



Når kjøttet tines bruk en vannkoker til å koke opp vann, og når vannet blir kokt, hell det over beinene (bare beinene, ikke kjøttet). La beinet hvile noen minutter i det varme vannet. Kast vannet bort. Gjenta til det siste vannet du kaster bort er rent.

Kjøttet du skal vaske med kaldt van, flere ganger.

Legg nå kaldt vann i en stor gryte og ha i i beinene, kjøttet, salt og pepper. La det å koke på svak varme. Se det ivrig, når skum kommer opp, fjern det fra toppen, slik får du en klar suppe. Hvis du ikke fjerne skummene, suppen vil bli ikke så klart, men vil ha en mer fet smak. Bestemme hva du vil, og det er ok å prøve ut begge variantene.

Når du ikke ser mer skum på toppen, er det på tide å sette inn grønnsakene. Hvis du går for en klar kjøttsuppe, rengjør med en ren klut innsiden av gryten over vannstanden etter at du har redusert varmen slik at den ikke koker.



Skrell og rengjør grønnsakene, du kan kutte dem i store stykker eller ha dem i hel.

Fra nå av må du bare la suppen koke ca. 4-5 timer

på den minste mulige varmen, slik at den ikke fordamper, og beinene og kjøttbitene blir fortsatt godt tilberedte for å trekke ut all smaken. Sil før servering.

Når suppen er ferdig, ta ut grønnsakene og server dem med suppen, spis dem som de er eller lag en salat (som salat de boeuf) med den.



#### Ekstra tips

- Grønnsakene vil gjøre suppen uklar hvis den ikke fjernes etter tilberedning.
- Hvis du ikke har tid å koke det 4-5 timer, pass på at kjøttet er mørt (etter 1-1,5 timer der er) og grønnsakene er ferdige og bare bruk en oksebuljong.
- Hvis du vil ha en mer mørkgul suppe ha i løkskallen fra en eller mer lilla eller røde løker
- Vi anbefaler å lage en større del av dette hvis du har råd til oppbevaring (frosset flere uker, i kjøleskapet flere dager), siden noen oppskrifter krever eller anbefaler bruk av denne suppen som matlaging i den, og den hjemmelagde er så mye bedre enn noe ferdiglaget.

#### Serverings tips

- Med trådnudler (du koker de i en annen gryte i salt vann med litt vegeta). En liten grønn eller rød sterk chili går bra med den.
- Med semulegryn dumplings (se oppskrift 68. du kan koke de i suppen eller i salt vann). Du kan også ha grønnsakene og kjøttet in.
- Marg fra margben går veldig fint på et ristet brød
- Fra grønnsaken og lit kjøtt du kan lage en salat-de-boeuf



## 15. Gulasjsuppe

(  Supă de gulaş / Gulyásleves  )

Den mest misforståtte ungarske retten som alltid lages tykk som en lapskaus er faktisk en suppe. Egentlig en veldig tykk suppe, men uansett en suppe. Denne suppen har ingen smak til felles med den gulasj du finner i Vest-Europa (eller Skandinavia), der den i de fleste situasjoner forvandlet seg til en lapskaus med mye grønnsaker og mye ekstra sterk chili og kjøttdeig.

### Ingredienser

- 1 stor løk, finhakket
- Strimlet biff, ca. 250gr
- Potet, ca. 1 kg, kuttet i terninger
- Salt, pepper
- Søt rød paprika pulver
- Tagliatelle

### Hvis du liker

- 1 stor tomat
- Sterk chili (hvis du liker det)
- Spisskummen

Begynn på samme måte som du ville gjort en gulasj (derfor kalles det en gulasjsuppe): hakk opp løken, ha litt olje i gryta, og tilsett løken, la det surre.

I mellomtiden skrell potetene, kutt dem i terninger. Når løken er ferdig (ca. 10-15 min) ha i kjøttet, rør i noen minutter, og hell i potetene.

Fyll opp gryta med vann, smak til med salt og pepper, søt paprika (og sterke paprika hvis du bruker) og la det koke til potetene er ferdige. Rør noen ganger.

Hvis du tror det ikke er tykt nok, legg i tomatene og kok det til tomatene er desintegrerte.

Nå ha i tagliatellen, og koke til pastaen er ferdig kokt. Dette vil gjøre suppen tykk og tagliatelle er morsom å spise med en suppeskje.

Spisskummen og sterke chili kan brukes til å gi en ekstra smak til suppen.



## 16. Stekt kjøttsuppe

(  Supă de carne prăjită / Brodeläwend  )

Denne suppen er et annet eksempel på den praktiske måten gamle tyskere bodde i Transilvania, la oss gjenbruke alt, ingenting skal gå til spille. Og de hadde rett. Denne suppen laget jeg faktisk av litt grillet ribbe jeg kjøpte for 4-5 dager siden, og som var for tørr til å spises som den er, men pusset opp i en suppe gir den en strålende smak.

### Ingredienser

- Stekt/Grillet kjøtt fra svin, storfe eller kylling. Ca. 500 gr. eller mer
- Noen biter fettete bacon
- 1 liten løk eller vårløk
- 2 laurbærblader
- Hvetemel
- Olje
- Rømme
- Salt, pepper, eddik

### Hvis du liker

- Det går helt fint å bruke rått kjøtt også.
- 1 potet

Ha baconet i en gryte, hvis det er ikke fett nok ha i litt olje også, og stek baconet bra. Hvis du bruker rått kjøtt ha det inn nå, og stek til kjøttet er myk.

I mellomtiden rens, skrell og finhakk løken, og ha i sammen med baconet. La det surre sammen noen minutter. Ha i stekt kjøtt og litt van, kok sammen alt for 5 minutter.

Mens du rører kontinuerlig ha i 1 suppeskje hvetemel, og kontinuerlig rør, til hvetemel er brunt som en roux.

Nå ha i ca. 1 - 1.5 l kokende van, laurbærblader og potet (hvis du bruker) og kok til potetene er ferdig (eller 10 minutter hvis du bruker ikke potet).

Før servering ha i 2 suppeskeer av rømme.

### Tips

- Det går helt greit å servere med polenta.
- Det er også akseptabelt å koke potetene hver for seg, la dem avkjøle, skjære i terninger og blande med eddik, tilsett i suppen bare noen minutter før servering (dvs. hvis du har kokt poteter fra i går kan du bruke dem på denne måten)



## 17. En (nesten) lapskaus-suppe

(  Supă de tocană / Tokány leves  )

Retten som kalles «tokány» er en typisk ungarsk rett laget med kjøtt stekt i olje med løk, og er basen til denne smakfulle suppen og andre retter. Det kan oversettes som lapskaus, men dette ville faktisk være en veldig dårlig oversettelse for denne maten som ikke er lapskaus.

### Ingredienser

- 1 stor løk, finhakket
- Strimlet biff, ca. 250gr.  
Hvis du ikke har  
storfekjøtt, bruk lam  
eller svinekjøtt kuttet i  
terninger.
- Potet, ca. 1 kg, kuttet i  
terninger
- Rød paprika pulver eller  
paprika krem
- Melk og hvetemel til en  
jevning
- Laurbærblad 2, 3 stk.
- Salt, pepper, eddik

Skrell og finhakk løken, ha litt olje i gryta, tilsett løken, og surre løken til det bli litt brun, men ikke brent.

Når løken er nesten ferdig, ha litt kvernet pepper på løken, bland sammen godt og ha i kjøttet i gryten. Rør, bland godt slik at det ikke brenner og tilsett en liten mengde vann, og ha i paprika pulver eller paprika krem.

Skrell potetene, kutt dem i terninger (ca. 1 cm x 1 cm x 1 cm) og når kjøttet er nesten ferdig (etter ca. 10-15 min) ha i potetene i gryta.

Hell 1-1,5 l vann i gryta, ha i laurbærbladene og la det koke opp.

Når potetene er ferdig kokt (avhengig av potetsort det kan ta opptil 30 minutter) lag en jevning av melk og hvetemel, ha i jevningen litt eddik og ha jevningen inn i suppe. Kok det opp.

Ta ut laurbærbladene, smak med salt og pepper og servere varmt.

### Varianter

- Det gir en veldig god kombinasjon hvis denne suppen er blandet sammen med litt kokt aspargesbønner og servert med litt dill.

### Tips

- Det går helt greit å bruke gårdsdagens «Pepper tokány» å lage denne retten.



## 18. Surkålsaft suppe

(  Supă cu zeană de varză murată / Savanyúkáposztalé leves )

I Transilvania er dette en typisk vintersuppe (lagt ved svineslakting), når ferskt svinekjøtt er tilgjengelig, og surkålen allerede er sur nok til å kunne brukes. Hvis du ikke lager surkålen din, anbefaler jeg å kjøpe en boks som ikke ble sur med bruk av eddik, til eks. Hengstenberg surkål (finnes i Meny) eller en fra de polske merkene (finnes i forskjellige dagligvarebutikker), der de selger surkål av ønsket kvalitet. Men det beste er å lage dine egne. Selvfølgelig kan en kombinasjon brukes. Ikke bruk surkål som inneholder sukker, eddik eller tilsatt krydder. For denne oppskriften trenger du bare saften fra surkålen, så pass på å presse ut alt tilgjengelig saft fra surkålen din, og bruk den gjenværende surkålen til en annen rett du kan finne i denne boken, eller bare spis dem. De inneholder en god mengde C-vitamin.

### Ingredienser

- Sauerkraut juice / surkålsaft - ca. 1 liter
- Svinekjøtt, med litt fett på - ca. 100 - 150 gr.
- 1 gulrot
- ½ liter tomatjuice
- 1 liten pepperot
- 1 liten løk
- Olje, hvetemel til å lage en jevning
- Salt, pepper

### Til å lage små kjøttboller:

- Kjøttdeig av svinekjøtt (ca. 200-300 g)
- Ris
- 1 egg
- 1 liten løk, 1 liten hvitløk

I en stor gryte ha i ca. 1.5 liter av kaldt vann, skjær opp svinekjøttet, litt salt og en løk og kok ca. 30 minutter ellers til kjøttet er myk. Fjern skummet som stiger oppå suppen.

I mellomtiden lag kjøttbollene: skjær 1 liten løk i veldig små biter, ha i litt olje, og stek til den er myk, men ikke brun. La løkene avkjøle. Bland kjøttdeigen med løken, press hvitløkbåten inn, ha i egg og ris og smak med salt og pepper og lag de ønsket mengde kjøttboller fra den. Ikke gjør dem større enn en nøtt.

Dekk kjøttbollene med hvetemel (ha litt hvetemel i en tallerken, og rotere kjøttbollene i) så den ikke faller i stykker mens de koker i vann. Legg dem i det kokende vannet en etter en.

Riv en gulrot på det minste hullet i rivjernet og ha det inn i suppen. Kok det opp. Hell surkålsaften i suppen, kok det opp.

Lag en liten porsjon av roux med olje og hvetemel, ha det inn i suppen, kok det opp igjen. Og hell tomatjuicen inn i suppen, kok det opp igjen. Denne suppen skal ikke være veldig tykk.

Riv pepperroten på det minste hullet i rivjernet, ha det inn i suppe, eller på en tallerken ved side av suppen og spis de sammen.



## 19. Sauerkraut suppe

## ( Supă de varză murată / Savanyúkáposzta leves )

Dette er ikke bare hverdagssuppen din, for i gamle tider sa de at denne suppen kurerer bakrus. Vel, sagnene er kanskje eller ikke sanne, men denne veldig velsmakende suppen er hvordan du lager en skikkelig suppe ved å bruke surkål. Vær forsiktig, ikke norsk surkål, men sauerkraut, ligner den vi presenterte oppskriften på i begynnelsen i boken. Dessverre er ikke norsk surkål en god ingrediens i denne suppen.

### Ingredienser

- ca. 250 gr. svinekjøtt
- ca. 10 cm ungarsk paprikapølse eller chorizo
- litt bacon
- 250 - 300 gr. suaerkraut
- 1 gulrot
- 1 persillerot
- 1 laurbærblad
- 1 liten rødløk
- 2 hvitløksbåter
- hvetemel
- rømme
- rød paprikakrem
- salt

Skjær opp svinekjøttet i terninger, og ha i en gryte sammen med laurbærbladene, løken skjært i tynne skiver og presset hvitløksbåter. Kok ca. 30 minutter.

Mens den koker skjær baconet i terninger og stek dem.

Når baconet er ferdig ha i sammen med kjøttene. Mens de koker skjær opp gulroten og persilleroten i skiver, og ha dem in i gryten også.

Etter 30 minutter ha i sauerkrauten (hvis sauerkrauten el veldig sur bare vask med kaldt van noen ganger) og kok til kjøttene er mykt nok.

Lag en jevning med en suppeskje av rømme, en halv suppeskje av hvetemel. Tynn det opp med saft fra suppen, og deretter bland sammen med suppen.

Kok suppe opp og la det koke 10 minutter.

Smak med salt og paprikakrem, litt oregano og ved servering ha på litt rømme. Suppen er ferdig.



## 20. Kålsuppe

(  Supă de varză / Lucskoskáposzta  )

Denne suppen med rik smak ligner litt som fårikål, bortsett fra at den er en suppe. Du kan gjøre den tykk eller mer tynn, det avhenger bare av mengden kål du legger i, og hvor tykk du vil lage jevningen til slutt. Jeg foretrekker at den er tykk, du gjør den slik du vil.

### Ingredienser

- Svinekjøtt i terninger, med litt fett på, eller med litt ben
- 1 liten hodekål
- 1-2 gulrot
- 1 liten løk
- Melk og hvetemel til å lage en jevning
- Dill og sommarsar (eller litt oregano)
- Salt, pepper, eddik
- Rødt paprikapulver eller paprika saus.

Ha i svinekjøttet i ca. 2 liter kokende vann sammen med litt salt, og kok ca. 30-45 minutter.

Hvis du ikke liker de fete delene, kutt dem av kjøttet, og du kan fjerne dem senere etter at du kokte smaken ut av dem.

Mens kjøttet koker kutt opp kålen, løken og gulroten i biter av bittstørrelse og ha dem inn i gryta sammen med svinekjøtt.

Når grønnsakene er ferdigkøkt lag en porsjon av jevning med melk og hvetemel, ha i litt eddik og bland jevningen inn is suppen.

Kok det opp, ha i litt rød paprika (pulver ellet saus), pepper hvis du liker, sommarsar (eller oregano), dill og kok det igjen ca. 10 minutter.

Ved servering du kan dekorere med litt dill.

### Tips

- Hvis du bruker oregano istedenfor sommarsar bruk halv porsjon du tenkte å bruke.



## 21. Fylte paprikaer

(  Ardei umpluți / Töltött paprika  )

Selv om navnet ikke antyder dette, fylte paprika er faktisk en suppe ... og det er tilfeldigvis en av favoritt suppene våre. I Transilvania denne rett er en tykk suppe, men i andre deler av Romania du vil bli servert bare fylte paprikaer med rømme hvis du vil spise den.

### Ingredienser

- 4-5 små paprika, eller mer hvis du vil. Når du kjøpe, valg de minste paprikaer du kan finne
- 250 gram kjøttdeig av svin/biff, eller nok å fylle alle paprikaene
- ris, ca. 10 gram / halvt glass
- $\frac{1}{2}$  liter tomatjuice
- hvetemel og solsikkeolje å lage en roux
- 2 liten løk
- bladpersille



Vask risen, og ha i i en gryte, koke i noen minutter. Finhakke en av de løkene, og steke i litt olje til det er lys brun. Ta ut risen fra gryta, vask godt med kaldt vann, bland sammen med løken og kjøttdeig. Smak med salt og pepper.

Rens paprikaene, skjær ut frøene og de grønne delene, du skulle ende opp med et hull på toppen av det. Det er stedet du vil fylle den med ris / kjøttblanding. Fyll alle paprikaene med ris-kjøttblanding og ha dem inn i en stor gryte. Ha i den andre løk du har renset i den gryta, dekk med vann og kok det i 50-60 minutter, til kjøttet i paprikaen er ferdig kokt.

Mens det koker, lag en porsjon av roux med olje og hvetemel og la det avkjøles. Når kjøttet er ferdig ha i i suppe tomatjuicen, la det koke opp og nå er det tid å blande rouxen med suppen (ikke glem: hvis du har kaldt roux du bruker den varme suppe å fortynne det, hvis du har varm roux bruk kaldt vann).

Når rouxen er i suppe ha i bladpersille og la det koke i ytterligere 30 minutter.

### Tips

- du kan ha i kjøttboller hvis du har ikke brukt all kjøttdeigen
- med litt fett svinekjøtt kokt inn, suppen vil ha mer smak og karakter

## 22. Fyllt blader

(  Frunze umplete / Töltike  )

Du kan fylle alle slags blader, som salat, kål, druer, men den opprinnelige oppskriften på denne maten krever knutekålblader, så jeg vil holde meg til dem.

### Ingredienser

- Ca. ½ kg kjøttdeig av svin
- 10 - 15 store knutekål blader (eller salat, kål, drue blader)
- Ca. 100 gr. ris
- Melk, hvetemel
- Dill
- Salt, pepper, eddik
- Rømme

Rens bladene, og kok opp litt vann og ha i bladene noen minutter for at de skal bli myke, men ikke kok dem. Mens bladene bløter bland kjøttdeigen med ris, salt og pepper.

Når blandingen er ferdig, tar du ut bladene fra det varme vannet og fordel kjøttet slik at hvert blad får en fin mengde, som et lite pølse. Hvis det gjenstår noen blader, kutt dem tynt og legg dem i gryten du vil lage maten i. Hvis det er kjøtt på slutten, lager du noen kjøttboller eller fyll en knutekål og legg den ved siden av de fylte bladene.

Rull opp bladene og legg dem i gryten. Dekk til med vann og kok opp til alt kjøttet er ferdig, og alle bladene er ferdig kokt. Ha i dillen i gryta og kok det opp igjen.

Lag en jevning av hvetemel, bland det med litt eddik og ha det inn i suppen. Kok det opp, og ved servering ha på litt rømme. Ferdig.



## 23. Fylt squash

(  Dovlecei umpluți / Töltött tök  )

Når du har søkt etter fylt squash på internett, vil du få tusenvis av oppskrifter med vakkert tilberedte squash kastet i ovnen og stekt til de er gyldenbrune. Men dette er en oppskriftsbok for Transilvania. For oss er den fylte squashen en suppe. Og kan jeg si, en veldig velsmakende.

### Ingredienser

- 2-3 zucchini eller squash
- 250 gr. kjøttdeig av svin
- En handfull av gulrot, persillerot, pastinakk blanding
- 1 suppes skje ris
- 2 liten løk
- Hvetemel, melk
- Dill
- Salt, pepper, Eddik
- Rømme

### Hvis du liker

- Rød paprikapulver / krem
- 2 - 3 hvitløksbåter

Vask og kok risen til den er nesten ferdig, ca. 8-10 minutter. Finhakk en av løkene, bland sammen kjøttdeigen med salt, pepper, den finhakket løken og den halvkokte risen (og ha i de knuste hvitløksbåtene hvis du bruker).

Rens og skrell squashene, og skjær dem i to eller tre biter. Med en skarp, men liten skje (grapefrukt skje fungerer veldig bra for meg) hul ut de squash bitene, og fyll de squash bitene med kjøttdeigen. Hvis det er noe kjøtt igjen, lager du kjøttboller fra dem.

Lag de hult ut bitene av squash sammen med den andre løken og de gulrot - pastinakk - persillerot blandingen i en gryte, og kok til squash bitene er myk (ca. 15 minutter).

Ha på en tallerken litt hvetemel, dypp den kjøttfulle delen av squashen inn i, og ha squashene i kokende vann. Hvis du har kjøttboller roll kjøttbollene i hvetemel før du har de i vannet.

Kok sammen til alt blir myk.

Lag en jevning med melk og hvetemel, ha i litt eddik, og bland det inn i suppen, kok det opp. Smak med salt og mer eddik, litt paprikapulver eller krem hvis du liker, kok det opp igjen og før servering ha i servering tallerkenen litt rømme. Server med litt dill på.



## 24. Fylt knutekål

(  Gulie umplută / Töltött karalábé  )

Alle slags grønnsaker kan fylles med kjøttdeig og deretter lages til en suppe. En av dem er knutekålen, som i Norge ikke brukes spesielt slik, så jeg tror denne veldig velsmakende oppskriften vil øke nysgjerrigheten hos noen nordmenn til å prøve ut noe nytt.

### Ingredienser

- 4-5 små og fersk knutekål. Ikke kjøp de som er litt myke.
- Kjøttdeig av svin, ca. 150-200 gr.
- Ris
- Salt, pepper
- Olje og hvetemel til å lage en jevning
- Persilleblader, rømme eller creme fraiche til servering

Kok risen til den er halv ferdig, ca. 5-8 minutter. Bland sammen kjøttdeigen med salt, pepper og den halvkokte risen.

Hul ut knutekålene med en skarp liten skje (grapefrukt skje fungerer veldig bra for meg) og fyll dem med kjøttdeigen.

Kjøttdeigen som ikke fikk plass i knutekålene skal brukes til å lage små kjøttboller.

Legg de fylte knutekålene, knutekål biter som du har hulet ut av knutekålene og kjøttbollene i en stor gryte og kok dem ca. 45 - 50 minutter i salt vann eller til knutekålene er myke og kjøttbollene er ferdig kokt.

Lag en liten roux meg olje og hvetemel og ha det inn i suppen, kok 10 minutter til å blande smakene.

Suppen er ferdig nå, ved servering ha litt creme fraiche eller rømme og bladpersille på.



## 25. Fylt løk

(  Ceapă umplută /  Töltött hagyma )

En av de rareste kombinasjonene av smakene du kan oppleve i denne boken, kommer fra denne gamle armensk suppen, hvor du koker løk i vin, og krydder med forskjellige krydder for å få frem den perfekte kombinasjonen.

### Ingredienser

- Noen få store rødløk
- 1/2 glass vin per løk, hvit hvis du har
- ca 200 gr. strimlet svinekjøtt (per løk)
- litt ris
- 2-3 hvitløksbåter
- salt, pepper, bladpersille
- 1-2 liter kjøttsuppe eller buljong, avhengig av antall løk
- rømme (eller matfløte), hvetemel
- 1 eggeplomme

1 stor rødløk gir ca. 3-4 fylte løker, og er nok for en person, så gjør beregningene dine i henhold til mengden du vil lage.

Rens løkene, og skjær ned ca. 1/5 av den nederste part (fra rotdelen). Bland vin med kjøttsuppen, og kok de hele løkene til du kan skille løklagene uten å bryte dem. Ta ut løkene, og hold den kokende væsken, du vil bruke den senere. Et godt råd er å ha løkene i kaldt vann, siden løkene blir veldig varme etter tilberedningen. Ta av de 3-4 ytre lagene, fra hver løk og legg dem til side, hold dem hele siden du vil fylle dem senere. De indre delene hogge fint sammen med den knuste hvitløken og det finhakket kjøttet (ja, hvis du har kjøpt strimlet svinekjøtt bare hakk opp hver bit i minst 5-6 mindre biter). Du kan også bruke kjøttdeig hvis du ikke liker å småhakke kjøtt. Tilsett salt, pepper og finhakket bladpersille etter din smak. Ha i risen, og bland vel.

Fyll hvert av de lagrede løklagene med denne kjøttblandinga og legg de fylte løkene på bunnen av en stor gryterett.

Hell væsken du kok løken i, over de fylte løkene, bare for å dekke den litt til, og la det småkoke på svak fyr til alt kjøttet blir mykt.

Lag en jevning av rømme / matfløte, eggeplommene og 1 suppeskje hvetemel, og bland det inn i suppen. La det surre 2-3 minutter, og maten er ferdig. Ved servering ha i løkene i tallerken, ha på litt kokesaft og som dekorasjon bruk litt finhakket bladpersille eller vårløk.



## 26. Bønnesuppe med tomat ( Supă de fasole cu tomate / Paradicsomos fuszulykaleves )

Den klassiske haricot-bønnesuppen er en så grunnoppskrift på det transylvaniske kjøkkenet at hver familie selvfølgelig har sin egen oppskrift. Vår er laget med tomater og tomatsaft, og vi sverger at dette er den beste suppen du noen gang kan lage. I tilfelle du bestemmer deg for å lage denne suppen uten noen tomater i noen form, vil du fortsatt få en bønnesuppe, bortsett fra at den ikke er vår. Det er fra naboen vår, som sverger at suppen hans er den beste. Jeg er ganske sikker på at når du er ferdig med denne suppen, vil du sverge at din er den beste.

### Ingredienser

- Bønner, ca. 100-300 gr.  
Jeg har brukt en blanding av stor hvite, borlottibønner og svarte bønner. Du kan finne din egen kombinasjon du liker.
  - Du kan bruke konservert bønner eller tørre bønner.
- Svinekjøtt og litt røkt svinekam, eller ribbe.
- Bacon.
- 1-2 liten løk
- Hvitløk, 2-3 båter
- 1-2 gulrøtter
- 2-3 tomater
- 1 rødt sot pepper
- $\frac{1}{2}$  liter tomatjuice eller en liten tomatpure.
- Hvetemel, olje.
- Eddik, salt.
- Rødt paprikapulver
- Persilleblader

Hvis du bruker bønner som er tørr må du ha dem i vann minst 12 timer før du lager suppen for å gjøre de gjennomvåt, ellers de skal ikke koke. I samme vann ha i litt bacon til og svinekam hvis den er røkt å ha en bedre smak. Hvis kjøtt du bruker er med «røyksmak» (dvs. var ikke røkt naturell, men med bruk av kunstige røyk smakstilsetningsstoffer) ikke ha det sammen med bønnene i vannet, det vil ødelegge smaken.

Hvis du bruker tørre bønner lag bønnene i et store gryte i vann og la det koke ca. 1 timer. Hvis du bruker røkt svinekam ha det i vannet å koke samtidig med bønnene.

Etter 1 time ha kjøttet inn i og la det koke nok 1 time. Hvis du bruker bønner fra tinn ha bare kjøttet i vannet og koke 1 time, eller til kjøttet er mørt. Mens kjøttet koker renns og skrell gulrøttene, ha i i suppen, etterpå løkene og hvitløkene, rødt paprikaen, alle må bli finhakket.

Når kjøttet og grønsakene er mørt ca. etter 2 timer fra når du har startet å koke suppen, ha i tomatene skrellet i tynne skiver, og kok 10 minutter. Ha i tomatjuicen eller tomatpuren som ble oppløst i 1/2 liter vann. Lag et roux og når rouxen er ferdig bland i litt rødt paprikapulver, ha i i suppen og kok alt sammen bra.

Ha på litt finhakket bladpersille og suppen er ferdig nå.

I Transilvania er det vanlig å spise denne suppen med saltede skiver av rødløk.



## 27. Bønnesuppe med estragon ( Supă de fasole cu tarhon / Tárkonyos fuszulykaleves )

To av verdens kjøkken er avhengige av bruken av estragon. En av dem er den franske, og den andre er den transilvanske. I Norge krydres hovedsakelig fisk med den, mens i Transilvania bruker vi estragon i en god del av supper som en ekstra kryddersmak. For denne oppskriften trenger du en av våre grunnleggende ingredienser jeg har presentert i introduksjonsdelen: estragon-eddkik.



### Ingredienser

- en god bit av røkt ben, med kjøtt på (svineknoke er best, men vær forsiktig hvis det er salt svineknoke)
- for ekstra smak: bacon, jo mer fett, jo bedre smaken skal bli
- en liten løk, kuttet opp i biter
- Bønner. Tørt eller fra konserv. Hvis de er hvite bønner suppen skal ha en lis farge, hvis de er kidneybønner eller svarte bønner suppen vil bli litt mørkere.
- Olje, hvetemel til å lage en roux (Jevning)
- Salt, pepper
- Estragon eddkik

### Hvis du liker

- Litt gulrot, persillerot
- En tomat, liten paprika, et stykke hvitløk, presset
- Tomatjuice

Hvis du bruker rå bønner som er tørr må du ha dem i vann minst 12 timer for å gjøre de gjennomvåt, ellers de skal ikke koke. I samme vann ha i litt bacon til å ha en bedre smak.

Hvis du bruker bønner fra et tinn livet er lettere, men maten vil ikke smake så godt.

Start med å vaske godt kjøttet/benet, og ha det koke samme med bacon ca. halvtime eller mer.

Hvis du ikke bruker bønner fra tinn, ha i bønnene i kalde vann samme tid med kjøttet og bacon, og la dem koke ca. 2-3 timer, eller så langt at bønnene er ferdige og myke.

Mens kjøttet koker er det tid for å tilberede en roux. I en stekepanne ha litt olje (5-6 store suppeskjeer, men hvis du har tenkt å lage en stor porsjon av suppe du kan ha mer, jeg foretrekker solsikkeolje pga. det har ingen sterk ettersmak).

Når oljen er varm ha i en suppeskje av hvetemel, bruk en liten treskje og røre de sammen, hvetemelene skulle ikke brenne, men du skal få en lysbrun krem, la det kjøle seg ned.

Når kjøttet er ferdig ha i løken, gulrot, persillerot og koke til grønsakene er ferdig. Hvis du bruker bønner fra tinn, nå er det en god tid å ha de inn.



Når grønnsakene er ferdig oppløs rouxen i den varme suppen, tilsett suppe en skje om gangen til rouxen og bland godt, slik at du får væske, og ha det inn i suppen. Koke det opp.

Etter cirka 10 minutters koking er det nå på tide å ha i salt og estragoneddik. Ikke glemt, røkt ben har også en god mengde av salt inni, og bruke en skje når du har in eddiken. Det er enkelt å ha mer eddik inn, men litt vanskelig å ta det ut fra suppen. Smak suppen ofte, til du får den perfekte smaken.

Når du servere suppen det er helt greit å ha litt fersk løk med (ikke glemt salt på løken), eller litt creme fraiche.

## 28. Peperrotsuppe

(  Supă de hrean / Tormaleves  )

Overraskende, men du kan lage en veldig velsmakende suppe med pepperrot og litt ekstra ingredienser. Pepperrot er også veldig bra for forkjølelse, den er lastet med vitaminer, så vi anbefaler at du bruker dem ofte, ikke bare i denne suppen, men også ved å lage en salat av den.

### Ingredienser

- Peperrot, 2-3 stykker, rivet på den minste hull på rivjern
- Litt ris
- 1 gulrot
- 1 liten løk
- noen skiver av rød paprika pålse (chorizo er greit) eller røkt ben med kjøtt (eller begge)
- melk og hvetemel til å lage en jevning
- salt, pepper, eddik

I en stor gryte ha i risen og pålsene (og benene hvis du bruker) og kok ca. 30 minutter.

Når risen er myk ha i gulrot i skiver, finhakket løken, halvpart av ristet pepperotene, og kok sammen til alt er ferdigkøkt, grønnsakene er myke og risen er ferdig.

Lag en jevning med en skje av hvetemel og et glass melk, ha i lit eddik og bland sammen med suppen.

Ved servering ha på den andre del av ristet pepperotene.

Smak med salt, pepper og suppen ferdig.

### Tips

- Selvfølgelig litt rømme vil gjør denne suppe bedre også



## 29. Potetsuppe med estragon

(  Supă de cartofi cu tarhon/ Tárkonyos pityókaleves  )

Denne grunnoppskriften introduserer deg hvordan du lager klassiske supper med estragon. Denne oppskriften bruker lammekjøtt, men bytt den gjerne til svinekjøtt. Denne suppen tåler også en stor mengde forskjellige grønnsaker, men bruk ikke annen krydder i den bortsett fra estragon.

### Ingredienser

- ½ kg lammekjøtt eller svinekjøtt, gjerne med ben og fett på
- 5-6 potete
- 1-2 gulrot
- 1 liten løk
- melk og hvetemel til å lage en jevning
- salt, pepper,
- Estragon eddik

### Hvis du liker

- Persillerot, pastinakk
- Rød pepper i terninger
- 1 tomat

Hvis du vil bruke ben (uten kjøtt) ha det inn i en stor gryte sammen med litt salt og kok minst 45 - 50 minutter. Ta ut benene fra gryta slik at de ikke inntar plass.

Skjær kjøttet i terninger og ha det inn i gryten i vann (med litt salt hvis du ikke har kokt benene i gryten) og kok ca. 30 minutter.

Mens kjøttene koker skrell potetene og skjær de i terninger, gulrøttene i tynne skiver, løken i store biter og ha alt inn i suppen med litt hel svart pepper. Hvis du bruker andre grønnsaker, unntatt av tomat, ha de inn i suppen nå.

Når grønnsakene og kjøttene er mykt og ferdig lag en jevning med hvetemel og melk, ha i jevningen litt estragon eddik og bland jevningen inn i suppe.

Kok det opp. Hvis du bruker tomat, nå er det tid å ha det inn i suppe, og kok suppen til tomatene desintegrere.

Smak med salt, pepper og suppen ferdig.

### Tips

- Selvfølgelig litt rømme vil gjør denne suppe bedre også, bruk det i jevningen



### 30. Lamm suppe med estragon

(  Supă de miel cu tarhon / Tárkonyos bárányleves  )

Denne suppen krever ikke for mange ingredienser, den vil få sin utsøkte smak fra de forskjellige jevningene som blir lagt til den rett før den er ferdig. Når du er ferdig, må den være kremte og myk.

#### Ingredienser

- Lammekjøtt. Ca. ½ - 1 kg. Bruk gjerne ribbe med ben, litt fett, og også noen god kvalitet kjøtt
- 1 løk
- Salt, pepper,
- Estragon, estragon eddik
- Litt smør, ca. 1 teskje
- Matfløte
- Rømme
- Plommene fra 1 egg (Hvis eggene er liten bruk 2)
- Hvetemel

#### Hvis du liker

- Ris
- Potet
- Vårløk

Vask lammekjøttene, og skille bein fra kjøttet. Lag benene, bruskene med litt fett og salt i ca. 2 liter vann (juster vannmengden hvis du har mer eller mindre kjøtt) og kok ca. 1 - 1.5 timer.

Mens den koker skjær opp lammekjøttet i terninger.

Når du har en sterk lammebuljong filtrer ned vannet in en gryte, bruke en sil (hvis du har en hund, vil den være veldig glad for å få de kokte beinene), og i den filtrerte vannet ha i lammekjøttet, litt smør, den hele løken, estragon og svart pepper og kok på lav fyrtil kjøttet bli myk.

Hvis du bruker en liten lerretsveske og ha i i det løken, estragon og pepperen du kan ta de ut etterpå og ha en klart suppe.

Når kjøttene er ferdigkøkt lag en lys jevning (roux) fra litt olje og hvetemel, bland det i suppen og kok ca. 10 minutter.

Ha i 1 god suppeskje av rømme, estragon eddik og kok det opp igjen.

Før servering visp eggeplommene med matfløte, bland det inn i suppen, og ferdig.



## 31. Salatsuppe med kjøtt

(  Supă de salată cu carne / Salátaleves  )

I gamle dager under kalde vinterdager var det vanlig å lage denne suppen av tilberedt salt salat som ble holdt i en krukke om vinteren. I dag er selvfølgelig fersk salat tilgjengelig hele tiden, og vi anbefaler faktisk å bruke den.

### Ingredienser

- Svinekjøtt, hvis du kan få ferskt svin sideflesk. Det går fint å ha litt fett og ben på, suppen vil ha mer smak med denne.
- Grønn salat, ca. 1 stort isberg eller 4-5 hjertesalat.
- Melk, hvetemel
- Hvitløk, dill, en liten løk og litt ris.
- Eddik, salt

I en stor gryte ha i ca. 2 liter vann og koke det opp med rengjort og kuttet hvitløk og løken.

Ha i kjøttet som var delt i små biter og risen som var vasket og renset. Kok ca. 20 minutter, eller til kjøttene er ferdig.

Vask, rens og del salaten i blader, hakk dem opp til biter i små størrelser, ha i i suppen.

Mens suppen koker opp lag en jevning av melk og hvetemel, ha i litt eddik og ha i når suppen koker.

Ha i dillen. Kok noen minutter, smak salaten. Når du liker hvor knasende salaten er, suppen er ferdig. Isberg salat trenger litt mer tid å koke ferdig, hjertesalat ikke så mye.

### Tips

- Hvis i stedet for salat bruker du brennesle (*Urtica dioica*) vil du få en usedvanlig velsmakende og sunn suppe.



## 32. Bønne-salat suppe

(  Supă de salată cu fasoale / Fuszulykás saláta leves  )

Denne suppen kan du lage med tørre bønner eller fortinnet. Hvis du bruker tørre, legger du dem i vann 12 timer før du begynner å lage mat, og det får virkelig god smak om du putter bacon eller røkt kjøtt i vannet.

### Ingredienser

- Bønner. Helst store hvite, ellers kan suppen bli mørkere.
- Svinekjøtt som er litt røkt, eller ribbe og litt bacon.
- Salat. Isberg salat er greit, hjertesalat er bedre.
- Hvitløk, dill
- Hvetemel, melk.
- Eddik, salt.

Hvis du bruker tørre bonner lag bønnene it et store gryte, ha på vannet og la det koke ca. 1 timer. Etterpå ha kjøttet inn i og la det koke nok 1 time. Hvis du bruker bønner fra tinn ha bare kjøttet i vannet og koke 1 time, eller til kjøttet er mørt.

Rengjør og skjær salaten i små biter, knus hvitløken og ha dem i kokevannet. Kok til salaten er ferdig. Hvis du bruker bønner fra tinn, ha bønnene inn i suppe nå og koke 10 ekstra minutter.

Lag nå en blanding av 1 suppeskje mel og 1-2 dl melk. Ha litt eddik i den, og ha den i suppen la det koke opp etterpå.

Legg den hakkede dillen oppå, smak med salt og eddik. Suppen er ferdig.

### Tips

- Denne suppen smaker best hvis du bruker ribbeina med bein på siden av den normale mengden kjøtt du planla å bruke.



### 33. Salatsuppe med egg

(  Supă de salată cu ou / Tojásos salátaleves  )

En rik og velsmakende, men uvanlig suppe på grunn av kombinasjonen salat og omelett, men du kan bli overrasket over hvor velsmakende den kan være hvis den blir gjort riktig. Du kan også bruke kantarell eddik i stedet for vanlig, det vil gjøre smaken enda mer interessant.

#### Ingredienser

- 3 egg
- Bacon, så mye du vil, vi anbefaler å bruke en tykk bit av fett bacon
- Salat (bruk gjerne 1-2 isbergsalat eller 3-4 hjertesalat avhengig av hvor sulten du er)
- Hvitløk, ca. 4-5 båter
- Paprikapulver, salt, pepper, eddik (bruk gjerne kantarelleddik)
- Olje, hvetemel

I en stor gryte ha i renset og vasket salaten som var kuttet opp i biter. Kok det opp i vann med litt salt, sammen med presset hvitløkbåtene.

Skill eggeplommene fra hvite fra 1 egg, beholde plommene. Stek baconet til det er ferdig, ta ut baconet og hold fettet fra det i pannen og lag en omelett med de to eggene og de 1 eggehvitene i samme stekepanne, bruk litt olje hvis baconet var tørr og litt melk hvis du liker, og smak med salt og pepper.

Når salaten er ferdigkøkt ta gryten av fra fyren, og la det kjøle litt. Nå ta den eggeplommen du har beholdt, visp sammen med litt hvetemel og noen skjeer suppe fra gryten, rør godt sammen og ha det inn i suppen alt og rør godt sammen nok en gang.

Smak med salt, eddik, og når du serverer den ha bacon og litt sterk chili på topp.

#### Tips

- Bruk bacon med masse fett på, smaken vil bli bedre



## 34. Spinatsuppe

(  Supă de spanac / Spenótleves  )

Fra spinat kan du lage en veldig god suppe som ligner den forrige salatsuppen med egg, men tilberedningen og smaken er veldig forskjellig, så jeg kan anbefale å prøve den ut.

### Ingredienser

- 2 + 1 egg
- Fett bacon
- ½ kg spinat
- Hvitløk, ca 4-5 båter
- 1 liten løk
- salt, dill, eddik
- Olje, hvetemel
- Pasta
- Melk
- Smør

Ha baconet inn i en stekepanne og stek til det er ferdig. Ta ut baconet fra stekepannen, og lag en hard omelett fra 2 av eggene og bacon-fett i samme stekepanne. Når det er ferdig kutt omeletten i terninger. I en stor gryte koke opp ca. 1 - 1.5 liter vann med litt salt, ha i spinatene, hvitløksbåtene og kok til de er ferdig.

Ta ut spinatene fra gryta, ha i i gryta omeletten, stekt baconet, løkene som var kuttet i biter, pastaen og kok det til pastaen er ferdig.

Mens de koker finhakk de kokte spinat, og i en andre gryta ha i litt smør, ha i spinatene og litt melk, og surr noen minutter.

Når løkene er mykt, og pastaen er ferdig (vi liker ikke al-dente i Transsilvania) ha i spinaten i gryten (sammen med alt saft det følger med) og kok det noen minutter.

Mens suppen koker lag en jevning følgende måte: visp sammen den tredje egg med hvetemel, ha i litt melk (ca. ½ glass) og ha i litt eddik. Bland sammen jevningen med suppen, smak med salt, ha på litt dill og kok ca. 10 ekstra minutter.

Suppen er ferdig nå.



## 35. Blomkål suppe

(  Supă de conopidă / Karfiol leves  )

Denne gamle oppskriften på blomkålsuppe er min favoritt måte å tilberede suppe med blomkål i. Hvis du har litt stekt gåselever eller kyllinglever til å toppe den, så er smaken du får enda bedre. Dette er en av de få kremsupper du får i tradisjonelt transilvansk mat.

### Ingredienser

- 1 stor blomkål
- 1 potet
- 1 skje ris
- smør og hvetemel å lage en jevning
- salt og pepper
- eggeplomme fra et egg
- rømme

### Vi anbefaler

- Stekt lever av gåse, kylling, lam

I en gryte ha i ris med litt salt og koke det opp. Mens det koker vask blomkålen, og skill det i frittstående blomster, skjær roten i små biter. Vask og skrell poteten i små terninger og ha begge inn i suppen.

Mens grønsakene koker lag et lys roux med smør og hvetemel. Ikke la det brenne og mørkne, og la det avkjøle noen plass.

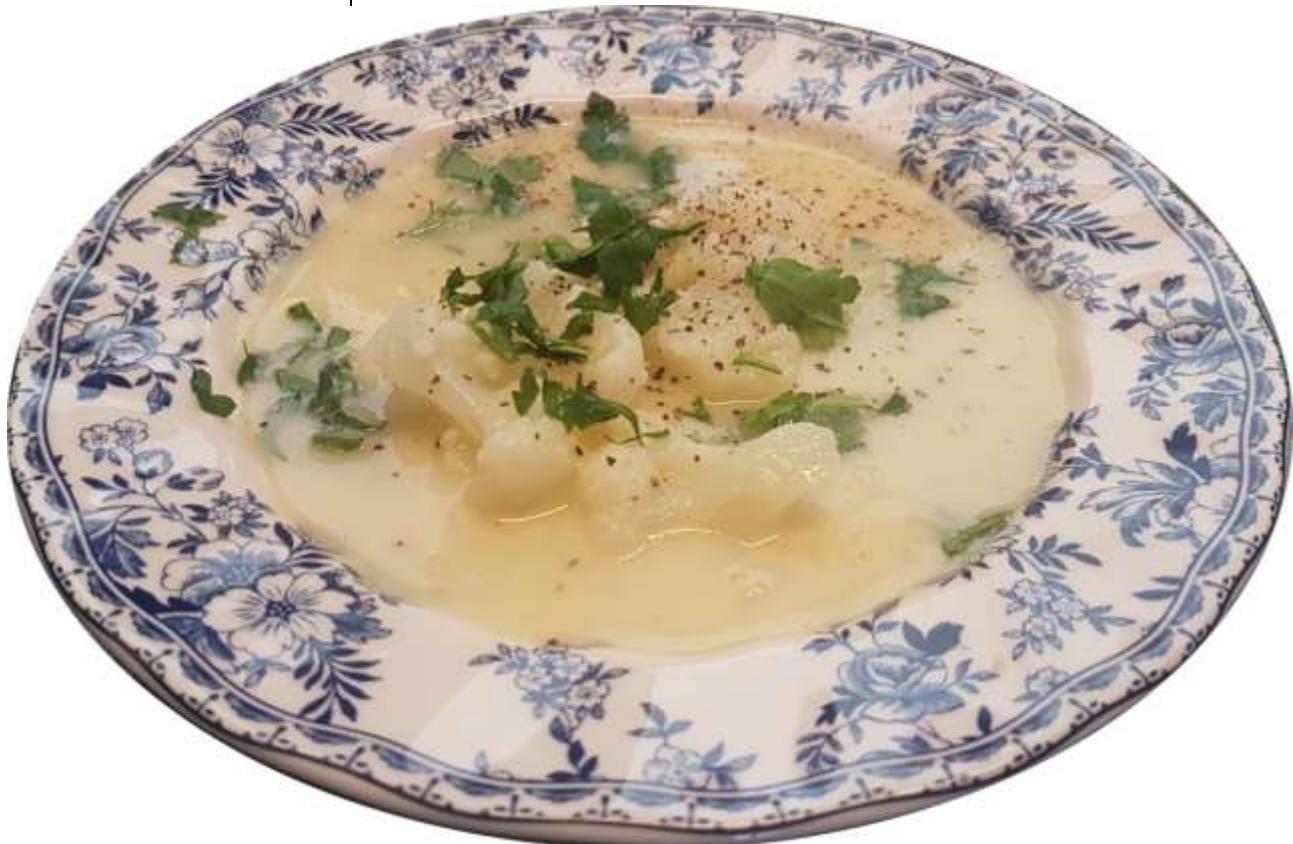
Når grønsakene er myk sil litt vann fra suppen i en bolle og oppbevare det i en varm plass. Ta ut noen store og fine blomkål blomster (2 per tallerken er nok til meg, men du kan skille mer) og ha halv av suppen i en blender, bland det og ha det tilbake i suppen.

Hvis du vil ikke bruker en blender, bruk en gaffel og trykk på de store bitene for å jevne dem ut og gjør suppen tykkere.

Når bland den jevningen du har lagt med de vann du har silt fra suppen, og ha alt inn i suppen. Bland godt, og kok det opp igjen og etterpå ta det av fra fyren.

Visp eggeplommen med rømme, bland det inn i suppen, og ferdig.

Hvis du liker, det gir en spesiell smak, ved servering ha på striper av stekt lever.



## 36. Hvitløksuppe

(  Supă de usturoi / Fokhagymásleves  )

Hvis vi har laget en suppe av løk, kan vi lage en suppe også med hvitløk. Det er to kjente varianter av denne suppen, og en tredje som er en kombinasjon av de to andre. Hovedforskjellen er om du spiser kjøtt eller ikke. Vennligst tem oppskriften for å passe dine behov. Den første variant er laget med egg, den andre med kyllingkjøtt, og den tredje med begge.

### Ingredienser

- Hvitløksbåter, minst 10, men best hvis du har rundt 20. Knus ca. halvparten av dem.
- Melk (eller matfløte), hvetemel om å lage en jevning.
- Salt, eddik
- rød paprika, eller paprikakrem
- sterk paprika for å ha litt smak
- Egg, 2-3-4 for å lage en omelett, + 1 rå.
- Kyllingkjøtt, ikke spesifikt et valgt stykke, men det du liker.
- Hvis du bruker rå kylling, kutt det opp i terninger
- Kokt vann, ca. 1 dl
- Litt vårløk for dekorasjon

**Hvis du bruker kjøtt:** i en gryte ha i litt olje, og stek kjøttet i oljen. Ha i litt av den knust hvitløksbåter og paprikakrem etter 5 minutt stekning. Fortsett fra neste steg.

**Hvis du ikke bruker kjøtt:** I en gryte ha i litt olje, halv av de knuste hvitløksbåter og paprika krem. Fortsett fra neste steg.

**Neste steg:** Stek bra for 5-6 minutter, og ha i rå egget nå, rør den veldig godt og hell over kokende vann, ca. 1 dl. La dem koke og nå er tid a fylle opp gryten med vann. Kokt eller nei, den forskjell er bare hvor lang tid det vil ta å lage suppen.

Mens suppen koker lag en jevning med 1.5 suppeskje hvetemel, og melk eller/og matfløte. Når jevningen er ferdig ha i litt eddik in jevningen og ha det inn i suppen.

Kok det opp, ha i paprika så mye du liker, smak det med salt og mer eddik. Ha i alt de rester av hvitløken (knust og hel).

Nå lag en veldig hard omelett med de rest av eggene, kutt det opp i små terninger, og ha det inn i suppen. Kok suppen opp for noen minutter, dekorere med vårløk eller grønne hvitløk blader, og det er ferdig å spise.

### Tips

- Det går helt fint å bruke rester fra en grillet kylling kjøpt fersk for noen dager siden fra en butikk, som ligger i kjøleskapet og venter på å bli spist.



## 37. Brødsuppe

(  Supă de pâine /  Eiernbrock mit Fleischbrühe  )

Oppfinnsomheten til gamle tyske husmødre kom opp med denne suppen, som bruker bare basiske ingredienser tilgjengelige året rundt. Ingenting er lettere enn å lage en buljong med kjøtt, og forhåpentligvis er det noe gammelt brød rundt i huset. Legg gjerne sterk chili på toppen hvis du håndterer smaken på det.

### Ingredienser

- 1-2 skiver av mørkt grovbrød
- Klar kjøttsuppe (Første oppskrift i suppens kapittel) sivet, uten grønnsaker
- 1 liten løk eller vårløk
- 1 egg
- Salt, pepper etter smak
- 1 sterk chili

Skjær brødet i terninger, og legg terningene på bunnen av en dyp tallerken. Skjær løkene i tynne skiver, og ha på brødet. Smak løken med salt og la det hvile noen minutter.

Ha ett rått egg på løkene og vær forsiktig med at eggeplommen forblir hel.

Kok opp kjøttsuppen, og ha den kokende suppen forsiktig i tallerkenen.

Smak til med litt sterk chili i skiver, en anstendig mengde pepper, og konsumer øyeblikkelig (og vær forsiktig fordi hvis det ble gjort ordentlig, brenner det varmt) eller ha i en varm plass til servering.

### Variant

- I en annen variant av denne suppen må du koke opp løken i kjøttsuppen og ha det sammen i tallerken.
- Selvfølgelig kan du ta ut løken fra suppen hvis du ikke liker det.
- Den opprinnelige oppskriften bruker bare svart pepper og brukte ikke chilis, men siden jeg har funnet det vanskelig å ha et rått egg i suppen min, trengte jeg litt ekstra smak skal gå greit i denne suppen, det er derfor denne suppen har chili.



## 38. Tykk grønnsaksuppe

(  Supă de vegetale / Rántásos zöldségleves  )

En rask å lage og veldig konsistent grønnsaksuppe med litt stekt kjøtt fra i går, hjelper ikke bare budsjettet, men hvis du klarer å få smaken riktig, løfter du også humøret. Og fyller magen.

### Ingredienser

- Kyllingkjøtt
  - Det går helt greit å bruke resten fra en grillert kylling eller gårdsdagens stekt kylling
- 2 gulrot
- 1 pastinakk og persillerot
- Liten selleri
- 1 liten løk
- 1 tomat
- Rømme
- Salt, eddik
- Olje, hevetemel

Kok opp 1 liter vann i en gryte, tilsett litt salt, og kjøttet, koke ca. 10-15 minutter eller litt mer til kjøttet er myk igjen.

Nå ha i gulroten, sellerien, persilleroten og pastinakk som vær skrelt og skjært i skiver. Etter 10 minutter ha i løkene og kok til løkene er myk også.

Ha i tomatene, og koke til tomatene desintegrerer.

Lag en lett og lys roux fra oljen og hvetemel, og bland in i suppen, kok op.

Smak med salt og eddik, og ved servering ha på litt rømme i tallerken.

### Tips

- Dette er en veldig fleksibel grunnoppskrift. Tilsett gjerne mer grønnsaker (potet, knutekål, kålrabi, erte, grønne bønner), og du kan til og med lage det av forskjellig type kjøtt, for eksempel kalvekjøtt, svinekjøtt osv. ...



## 39. Verdens raskeste salatsuppe

(  Supă de salată / Öntött saláta  )

Salat i Transilvania brukes ofte i supper, og ikke så ofte spises rå som i de klassiske «salatene» nordmenn er vant til. Det overrasker faktisk besøkende til Transilvania hvor velsmakende den salat suppen kan være.

### Ingredienser

- 1 salat
- hvitlök, 10-15 båter
- 1 egg
- Rømme
- salt, eddik

Kok opp 1 eller 2 liter vann, tilsett salt, kast i den rensede hvitløken, halvparten av dem kan knuses. La det koke til noen minutter.

Ha i salaten som ble renset og skåret opp i littstørrelselsbiter. Kok i 1 minutt.

Bryt nå egget, skill eggeplommen fra den hvite, visp godt eggeplommen med 1 suppeskjे rømme, oppbevar den hvite på et kaldt sted til du trenger det til en annen oppskrift.

### Hvis du liker

- Bacon

Tilsett noen få skjeer suppen i eggeplommen / rømme blandingen godt, og hell den i suppen.

Smak til med eddik og salt. Hvis du liker smaken av bacon, er det på tide å steke den og kaste den over suppen.

Ikke kok opp suppen fra nå av, bare varm den forsiktig på grunn av de rå eggene, og spis den om en dag eller to.

Denne suppen kan bli spist kaldt også på varme sommer dagene, og det går helt fint å ha litt polenta med feta på siden av suppen.

### Tips

- Fra eggehvitene du kan lage merengue eller bruk dem neste dag i en omelett, det går fint å oppbevare de i kjøleskapene overnatt.



## 40. Grønn bønnesuppe

(  Supă de fasole verde / Zöldfuszulyka leves  )

En suppe som noen ganger blir kalt fransk grønn bønnesuppe, utmerket om sommeren når du har grønne bønner rundt i butikken.

### Ingredienser

- Grønne bønner, ca 0,5 - 1 kilo. Det går helt fint å bruke to eller mer bønnesorter, for eksempel aspargesbønner/brekkbønner/stangbønne sammen med noe du har vokst hjemme i en potte. Prøv å bruke rå / friske bønner, den fra tinnet har ikke den virkelige smaken.
  - Ikke bruk frosne bønner å lage denne oppskriften.
- Gulrøtter, 1-2 hvis de er små, eller 1 store. Gul eller oransje farge, ikke bruk lilla gulrøtter.
- 1 liten persille
- Grønn persilleblader
- 1 liten løk
- Paprikapulver
- Eddik, sukker, salt, olje og mel

### Hvis du liker

- Tomat
- Pastinakk, persillerot

### Til servering

- Sukker
- Rømme eller creme fraîche

Kok opp 2 liter vann med en liten klype salt. Skjær opp gulrot og persille (og pastinakk om du bruker) i små runde biter, kast dem i vannet, la dem koke mens du renser de grønne bønnene og plukker av endene. Bryt bønnene i biter i fingerstørrelse og sett dem i vannet for å koke. Rens løken, hakk den opp i små biter og ha den i vannet også. La det koke til alle grønnsakene er ferdige.

Nå er det på tide å forberede en roux. Varm opp 1-2 suppeskjeer med vegetabilisk olje i en liten panne, og ha i en skje mel. Rør ofte og la den brune sakte, men ikke brenn den. Når den er fin og gyldenbrun, tilsett en kopp kaldt vann i den og ha den i suppen.

Du kan legge en fin mengde rødt søtt paprikapulver i det nå, og ta det til koke og la det koke i 5-10 minutter. Hvis du vil ha tomater i det nå er det tid å ha dem i suppen og kok 5 minutter til.

Smak med salt, eddik og litt sukker. Hakk persillebladene, kast dem på suppen, så er du ferdig. Ved servering ha på litt rømme.

Å ha litt ekstra farge du også kan ta en stor skje av olje, varme det opp over komfyren, ha i en skje av rød paprika pulver og umiddelbart kaste det inn i suppen. Hvis paprikaen ble svart (er brent, pga. det ble holdt for lenge i varm olje) ikke bruk den, lag en ny porsjon.



## 41. Transilvansk eggsuppe

(  Supă de ouă / Tojásleves  )

En veldig smakfull suppe å lage, med minst mulig mengde ingredienser. Tar bare noen minutter å koke, og den har en fantastisk smak. Denne suppen kalles også løksuppe, men den har ingenting å gjøre med den franske løksuppen som er en annen oppskrift. Og ikke i denne boken.

### Ingredienser

- En stor løk (eller 2, hvis du liker løk), litt vårløk
- Litt solsikke olje og hvetemel å lage en roux (jevning)
- 2-3 laurbærblad, rød paprika, eddik, salt, pepper
- 2-3 rå egger

Starte med å lage jevningen. Ha oljen i en gryte, varm det, og ha i hvetemel.

Rør jevningen hele tiden, slik at den ikke brenner, bare la den bli brun. Når den er brun nok, ha i 1(-2-3) liter av kaldt vann, laurbærblad og paprika, la det koke.

Mens vannet koker opp, hakker du løken i tynne skiver. Når vannet koker, ha i løkskivene, og la det koke igjen noen minutter.

Nå må du bryte eggene en etter en, og legg dem rett inni den kokende suppen med en liten pause mellom, og sorg for å alltid sette egget i den kokende suppen (På samme måte som du ville lage posjerte egg).

Når eggene er hardkokt er suppen ferdig.

Det går helt fint med servering å ha litt pepper eller vårløk på. Når du har spist alle eggene fra suppen det går helt fint å ha noe mer inn, bare kok det opp igjen.



## 42. Verdens enkleste potetsuppe

(  Supă de cartofi / Pityókaleves  )

Ingenting er lettere å lage enn denne suppen. Bare kast inn noen poteter i en gryte, så kan du glemme det. Vel, nesten. Du vil faktisk lage den til en suppe, ikke bare litt kokt potetbuljong.

### Ingredienser

- Potet. Så mye du er sulten på.
- 1-2-3 løk. Liten løk
- Laurbærblad, 1-2 stk.
- Salt, rødpaprika
- Olje og hvetemel

Skrell og kutt opp potetene i tykke skiver eller terninger, og koke de i salt vann sammen med løkene (hel, halvkuttet eller finhakket, det er opp til deg) og laurbærbladene.

Når potetene er ferdig lag en jevning (roux) av olje og hvetemel, og ha det inn i suppen.

I en suppeskje (eller veldig liten stekepanne) varm opp litt olje, ha i en teskje av rød paprika pulver, og hell det veldig raskt inn i suppen, før paprikaen skal brenne. Server med litt vårløk på toppen.



### 43. Kålsuppe med tomat

(  Supă de varză cu tomate / Paradicsomos lucskoskáposzta  )

En enkelt å lage suppe perfekt for vegetarianere og ikke krever mye tid å lage. Vær så snil se bort fra det halve kg. av dill kastet på tallerkenen, det var en av de første oppskriftene våre, og vi hadde ikke så mye erfaring med å lage gode bilder. Du vil absolutt hakke den i fine biter.

#### Ingredienser

- 1 liten hodekål
- 1-2 gulrot
- 1 liten løk
- 4-5 tomater
- Litt oregano og dill
- Tomatpure
- Litt olje og hvetemel til å lage en jevning
- Salt og eddik

Kutt opp kålen i biter av littstørrelse og ha dem i ca. 2 liter kokende vann sammen med litt salt. Skjær gulrøtter og løk, ha dem inn i vannet sammen med kålen. La dem koke i ca. 45 min, eller til kålen og de andre grønnsakene er myk.

Ha i de tomatene (kutt i skiver) og lag en roux med olje og hvetemel mens suppen koker.

Etter ca. 15 minutter løse rouxen opp i suppen (ikke glem: kaldt roux løses opp i varm suppe, og hvis du har varmt roux løse det opp i kaldt vann og ha i i suppen nettopp), koke suppen opp igjen, la det koke ca. 10 minutter.

Når er det tid å ha i tomatpure, litt oregano og dill og kok suppen igjen for ca. 10 minutter til alle smaken har blandet.

Og suppen er ferdig nå.

Du kan ha litt ekstra dill på hvis du liker.

#### Tips

- Original oppskriften bruker sommarsar i stedet av oregano, pga. den har en mildere smak, men jeg har funnet at det kan bli vanskelig å kjøpe sommarsar i Norge.



#### 44. Sur soppsuppe

(  Supă de ciuperci acră / Savanyú gombaleves  )

Denne uvanlige suppen får sin karakteristiske smak fra soppblanding du bruker, så ikke spar på dem. Det er ingen spesifikk anbefaling for soppen, bare bruk det du liker, og jo bedre blir suppen. Jeg har brukt kantarell, champignon og østerssopp, men også litt steinsopp og annen spiselig sopp vil gå ypperlig i suppen. Vær forsiktig, noen sopp vil etterlate en sterk farge på maten din (matriske for eks.).

##### Ingredienser

- 1 gulrot, 1 persillerot og liten selleri (selleristang er godt)
- 2-3 poteter
- Liten løk
- Soppblanding. Hvis du bruker tørket sopp la dem ligge i vann over natten eller noen timer før du starter. Hvis du bruker frossen soppblanding bruk frossen, ikke la dem tine.
- Salt, pepper, eddik og paprika
- Hvetemel, olje.

##### Til servering

- Vårløk
- Rømme eller creme fraiche

Skjær opp gulroten, persilleroten, sellerien og løken, og kok de opp i salt vann.

Når grønnsakene er ferdigkøkt enten fjerner du og bruker de in en andre oppskrift, eller lar dem ligge i suppen. Jeg valgte det andre alternativet.

Ha i sopp i suppen, smak med pepper og kok det til soppen er myk og ferdig.

Ta ut soppen fra gryta, og kutte dem i biter (ta ut grønnsakene også hvis du beholder dem).

Lag et liten jevning (roux) med olje og hvetemel, ha i litt paprika og ha i i suppen. Kok det opp, og mens supen koker kutte opp potetene i terninger og ha dem inn i suppe sammen med sopp (og grønnsakene), koke til potetene er ferdig koka.

Suppen er ferdig nå. Smak med salt, pepper og eddik.

Den er greit å ha litt creme fraiche eller rømme og grønn vårløk på, som dekorasjon.



## 45. Soppsuppe

(  Supă de ciuperci / Gombaleves  )

En klassisk og lett soppsuppe, uten for mye ekstra ingredienser, bare for å få frem smaken av sopp og ingenting annet. Litt rømme på toppen gjør selvfølgelig smaken mye bedre.

### Ingredienser

- Sopp. Jeg har brukt fersk sjampinjong, men selvfølgelig du bruker soppen du liker
- Bladpersille
- 1 mellomstor eller 2 liten løk
- 2-3 båter ah hvitløk
- Salt, pepper, paprika, eddik
- Olje og hvetemel
- Rømme
- Hvis du liker
- Rosmarin, merian, fersk ikke tørr

Vask og/eller rengjør soppen din, og skjær dem i små terninger, trekantet eller andre geometriske former du foretrekker. Bløt dem i kokende vann i noen minutter. Dette vil fjerne brunheten i soppen hvis den er frisk.

Mens soppen ligger i vann finhakk løkene og hvitløksbåtene og steker de lett på oljen, sammen med finnhakket bladpersillene (og rosmarin og merian). Når løken er brunt men ikke brent, legg soppen på toppen, bland den godt, og la den litt vann, salt, pepper aparike og la det småkoke til soppen er myk nok for din smak. Rør ofte.

Når soppen er myk nok, hell i gryten nok vann til å få den mengden suppe du sikter til, og la den koke opp. Mens suppen koker, lag en roux av hvetemel og olje, og når rouxen er ferdig bland det i suppen, kok det opp igjen.

Smak med salt, pepper og eddik. Ved servering ha på litt finhakket bladpersille og ferdig.

### Tips

- Hvis du lager suppen ikke med roux, men en jevning av hvetemel og melk jeg anbefale å bruke en blender og bland halvparten av suppen for å få en kremet soppsuppe med chunky soppbiter, eller bare bland hele suppen for å få en nydelig soppkremsuppe.



## 46. Tomatsuppe

(  Supă de tomate / Paradicsomleves  )

Tomatsuppen fra Transilvania er forskjellig fra tomatsuppene du kan kjøpe ferdig tilberedt i en plastpose fra din favoritt butikk. Det er tykt, det har fine biter av grønnsaker i seg og har en naturlig sur smak fra tomateme. Som alle de andre folkesuppene har det også en fleksibel oppskrift. Bruk den ingrediensen hvis du har det, ellers er det bra uten også.

### Ingredienser

- Gulrot, 1-2 eller mer  
(Bruk en lilla gulrot til å ha en veldig unik farge til suppen som du ser på bilden)
- 1 Liten løk i små biter
- Grønt persilleblad
- Tomater, ca 4-5 stor eller mer hvis de er liten.
  - Det går helt greit å bruke hakkede tomater hvis de kommer fra syden
- Tomatjuice 0.5 - 1 liter (Anbefaler Granini)
- Ris eller noen typ av pasta (penne, fettucine, fussili, etc ...)
- Olje, hvetemel, salt

Begynne med å lage en roux med olje og hvetemel i en panne. La det avkjøles.

I en gryte kok opp ca. 2 liter vann med en liten salt og ris (hvis du bruker ris).

Ha i gulrot og løken, kok det til de grønnsakene er ferdig. Ha i finhakkede tomater, kok igjen ca. 10 minutter. Hvis du bruker pasta, nå er perfekt tid å ha det inni suppen, og vent til pastaen er ferdig.

Ha i tomatjuice i gryte, rør det sammen og la det koke opp igjen.

Nå, ta pannen med roux og begynne å blande sammen i pannen suppen med jevningen, en skje hver gang. Når blandingen er tynn nok, ha iholden av pannen tilbake i suppen og koke det opp og ha i bladpersille.

Smak suppen med salt og det er ferdig.

Hvis det ikke er surt nok, bruk sitronsaft, ikke eddik.

### Tips

- Hvis du har litt kjøttdeig, det går helt bra å ha i små kjøttboller
- Semule dumplings også går helt fint i denen suppen
- Eller en hardkøkt egg, skjæret i biter
- Siden Skandinavia ikke kan være stolt av det solfylte været som gir fordel for veksten av smakfulle tomater, er det greit å bruke hermetiske tomater fra et solfylt land



## 47. Bittelitte melbolle suppe

(  Supă de răzătoare / Reszelt leves  )

Noen ganger krever det bare en liten anstrengelse å gjøre et meningsløst vann med kokte grønnsaker inni til en smakfull suppe. Denne oppskriften er en av dem som gir deg noen grunnleggende tips for hvordan du får ekstra smak ut av nesten ingenting, uten bruk av ekstra krydder, og på samme tid hvordan du lager en suppe som er veldig velsmakende.

### Ingredienser

- 1 egg, hvetemel.
- 2-3 Potet, 1-2 gulrot, hvit part 1 liten (vår)løk
- Bladpersille, grønt av 1 vårløk
- Paprikapulver, salt, litt olje

Det første du trenger å lage er de bitte små melbollene: bland sammen egg med så mye mel som det tar, og lag en veldig hard deig av det. Lag en ball av den og riv den på den største hul på ditt rivjern du kan finne. La det tørke noen minutter spredt på en flat overflate. Det er ok hvis du vil lage små boller av noen av dem bare for moro skyld.



Mens den tørker kutter potetene i terningen, og rasper gulroten med samme rivjern som før og skjær de hvite partene av vårløken i bitte små biter.

Ha de grønnsakene i kokende vann med litt salt og vegeta, og la det koke til grønnsakene er ferdig. Ha i bollene og kok til de er myke.

Ta en stor skje av olje, varme det opp over komfyren (bruk en liten pan), ha i grønt av 1 vårløk i små biter steke noen minutter, og ha i en litt skje av rød paprika pulver og umiddelbart kaste det inn i suppen.

Dekorere med bladpersille og spis det!

### Tips

- Hvis du har ikke brukt alle melbollene, tørke dem godt ut (i løpet av noen dager) og så kan du lagre dem på ubestemt tid i en krukke, og bare bruke som normalt når du trenger det.



## 48. Eblesuppe

(  Supă de mere / Almaleves  )

Som alle andre fruktsupper i denne boken, kan også denne nytes kald eller varm, avhengig av hvordan du liker den.

### Ingredienser

- 2-3 epler
- $\frac{1}{2}$  teskje malt kanel
- 1-2 liten stang kanel
- 1 sitron skive
- Sitronsaft
- 1 eggeplomme (fra ett liten egg) og rømme til å lage en jevning
- $\frac{1}{2}$  glass hvitvin
- Sukker, salt
- Fersk basilikum eller bladpersille

Koke opp ca. 1 liter vann sammen med sitron skiver, litt salt, malt kanel og kanelstangene. Mens vannet koker vask, skrell og skjær eplene i terninger, og ha terningene i den kokende vann. Når alle eplebitene er mykt lag en jevning: visp eggeplommene sammen med 2 teskje av rømme. Ta av suppen fra varmen, og ha i jevningen.

Smake med sukker, sitronsaft og hvitvin, og ha på fersk basilikum eller persilleblad

### Tips

- Samme oppskrift kan be brukt når du vil lage en suppe fra rabarbra eller stikkelsbær.
- Jevningen du kan lage med hvetemel og melk også.



## 49. Morell suppe

(  Supă de vișine / Meggyleves  )

Merkelig som det kan se ut, kan du faktisk lage en veldig god suppe fra de sure morellene. Ikke forveksle kirsebær med surt kirsebær eller moreller. Den sure kirsebærene er ... vel ... sur. Moreller er ikke så sur. Kirsebær (sur eller ikke) er ikke så bra for supper, siden det er søtt, kirsebær du kan kjøpe fra butikkene nesten hele tiden (om enn for det meste importert), men den sure kirsebærene vokser på trærne i Norge. Godt moreller du kan finne i butikken (i Meny jeg har kjøpt f. eks i september) men hvis det er ikke sesong til moreller, du kan kjøpe konservert Polsk (eller Rumensk hvis du finner) moreller fra butikker som tilbyr det.

### Ingredienser

- ca ½ kg. moreller fra konserv. Ikke kast saften fra boksen, vi skal bruker den senere.
- en liten løk
- melk, hvetemel (1 suppeskjø av mel er nok) for å lage en jevning
- bladpersille
- sitronsaft

### Slik gjør du det:

Ha 1 liter vann i en gryte, ha i løken og litt salt, koke det opp, for noen minutter. Ha i halv an morellene, kok det opp igjen og ha i juice av sur kirsebærene. Lag en jevning fra hvetemel og melk, ha i litt sitronsaft og bland med suppen. La det koke opp, og nå ha i det andre del av sur kirsebærene. Ha litt bladpersille på og suppen er ferdig.

### Tips

- Siden denne suppen kan lages til en søtsuppe, kan du gjerne eksperimentere med følgende ingrediensene:
  - Hvis du bruker vanilje pudding i stedet for hvetemel, kan du lage en veldig godt og söt suppe. Ikke bruk løk eller bladpersille i denne tilfelle.
  - Litt kanel (halv stang) og nellik (2-3) gir en god smak også.
- Det går fint å ha i litt sukker.
- Denne suppen kan nytes kaldt også.



## 50. Sviske suppe

(  Supa de prune uscate / Gyergyói szilvaleves  )

Svisker er ikke i hovedstrømmen av suppeproduksjon over hele verden, bortsett fra hvis du bor i et område hvor du kan få uendelige mengder av dem, men ikke for mye annet. Og så må du bli kreativ. Denne suppen kommer fra en region i Transilvania der vintrene er lange, somrene er korte (akkurat som Norge), de har mange plommetrær, og folk er veldig kreative.

### Ingredienser

- ca 1/2 kg svinekjøtt, gjerne med ben
- en godt bit av røkt bacon
- 2-3 gulrøtter
- 2 skje av ris
- 2 egg
- olje, hvetemel, paprikapulver
- rømme, sukker
- salt, pepper, sitronsaft
- et dusin svisker
- svinefett hvis du har

Start med å ha kjøttet og bacon i en stor gryte og kok til kjøttene er nesten ferdig. Kok ikke mer enn 20-25 minutter. Mens kjøttet koker, rens og kutte opp gulroten i terninger og stek dem i varm olje eller svinefett. Når gulroten er ferdig ha dem og oljen du har stekt dem i (svinefett) i gryten med kjøttet, ha i 2 suppe skje av ris, ha i litt salt og pepper og koke til kjøttet er myk.

Mens suppen koker lag en hard deig av de 2 eggene, litt vann og hvetemel. Strekk det opp til en halv fingertykkelse (ca. 0.5 cm) og kutt det opp i terninger. I en stekepanne stek alle bitene i en liten olje (stek dem i små partier, for ikke å måtte bruke mye olje slik at suppen ikke blir veldig fet).

Når kjøttet er mykt ha i en skje paprikakrem inn i gryten, kok det opp. Lag en roux av olje og hvetemel, og bland det godt inn i suppen. Smak suppen nok en gang med salt, pepper, sitronsaft, ha i sviskene og kok det opp nok en gang

Ved servering ha i litt rømme og sukker, en håndfull av de stekte deig terningene, og ferdig.



Den rumenske suppen «Ciorbă» er en generisk grønnsaksuppe, som er enkel å lage, men vanskelig å definere. Hvert hus har sin egen oppskrift som de sverger på at deres er den beste og den eneste «Ciorbă» du bør prøve å lage.

Du kan nyte det med kjøtt, eller uten, med stekte grønnsaker eller rå, med kjøttboller, med bein eller uten, uansett, det er en vanlig ting i alt som er «Ciorbă»: det er en sunn og velsmakende mat, som skal ha det legg i hver tallerken minst en gang i uken.

På slutten en vellaget «Ciorbă» skal være litt sur, og til dette formålet i Norge kan vi bruke sitron, og aldri eddik. Hvis du er i Romania, kan du prøve den originale «Ciorbă», som er laget med gjærret hvetekli (og andre ingredienser) som gir sin unike og karakteristiske syrlige smak.

En annen ingrediens i «Ciorbă» er løpstikke blader og stilker. Jeg har funnet ut at Plantasjen og andre gartnerier har det sesongmessig, det er helt greit å kjøpe en stor mengde og fryse den ned til senere.

### Hvordan kan jeg lage «Ciorbă»?

Ganske enkelt. Samle noen av ingrediensene nedenfor:

Grønnsakene du kan bruke:

- Gulrot, pastinakk, persillerot og løk (eller grønt av buntløk)
- Selleri, kålrot, potet i terninger
- Grønne erter, aspargesbønner (frossen eller fersk)
- Tomater, eller tomatsaft eller tomatpure
- Dill, løpstikke, persilleblader

Kjøtt:

- Kyllingkjøtt (kyllinglår med ben, vinger, hele kylling, ubrukt ben du tenkte å kaste fra en annen kyllingrett) eller
- Lammekjøtt, svinekjøtt eller
- Kraftbein, bibringe, andre storfe biter.

Og ikke glem: Salt, Pepper, Sitronsaft Og selvfølgelig for en litt ekstra smak du kan bruke litt vegeta eller ferdiglagt buljong.

Hvis du skal lage en suppe med kjøtt, kok kjøttet (sammen med benene hvis kjøttet kommer med ben) ca. 45-50 minutter i vann med lit salt in en stor gryte, før du starter å lage suppen.

Vask og skrell grønnsakene (men ikke tomatene), skjær dem i biter i litt størrelse, på langs, terninger eller uansett hvordan du vil, (Du kan også sauté litt grønnsakene i olje før du koker de, vi anbefaler at du prøv det ut) og ha dem inn i gryta og kok til grønnsakene er ferdig (sammen med buljong hvis du bruker det).

Hvis du lager en Ciorbă med tomat/tomatsaft/tomatpure ha det inn i suppen og kok det opp.

Ha i den grønne bladene, kok suppen for noen minutter og smak med salt, pepper og sitronsaft, og ditt første Ciorbă er ferdig.

## 52. Kjøttboller suppe

## ( Ciorbă de perișoare / Húsgombóc leves )

Dette er en rekke rumenske «Ciorbă», det er en veldig avslappet suppe, angir ikke fast mengde ingredienser, du kan enkelt lage dine egne med favorittgrønnsakene dine. På slutten skal det være litt surt, det går fint å bruke sitronsaft, men ikke eddik.

### Ingredienser

- En god porsjon av grønnsaksblanding med:
  - Gulrot
  - Persillerot og pastinakk
  - Kålribi
  - Knutekål
  - Selleri
  - Potet
  - 2-3 liten løk, skjært fint
  - 1-2 potet i terninger
  - Erter, aspargesbønner (frosne er greit)
  - Tomat, paprika
  - Selleriblad, persilleblad
  - Salt, kanskje litt vegeta

### Til å lage små kjøttboller:

- Kjøttdeig av svinekjøtt eller storfe eller blanding av de 2
- Ris
- 1 liten hvitløk
- Salt, pepper

### Valgfri

- Ben av svin eller biff
- Litt svinekjøtt

Hvis du bruker svine eller storfe bene, l i en stor gryte ha i de vasket benene, dekk med salt vann, og koke de ca. 45 minutter. Ta av skummet som kommer til overflaten.

Hvis du bruker kjøtt, ha i i suppen og kok ca., 30 minutter, ta av skummet som kommer op.

Ha i de rotgrønnsakene (gulrot, persillerot, pastinakk, kålrabi, selleri, knutekål) i en stor gryte og begynne å koke de i salt vann. Vannet må dekke grønnsakene.

Etter ca. 30 minutter du kan ha i potetene hvis du bruker.

Resten av grønsakene skal inn 10 minutter etter potetene. I mellomtiden kan du lage kjøttbollene, og ha dem inn i kokende suppe.

Kokt alt sammen til grønnsakene er myk og kjøttbollene er ferdig.

Smak med salt, pepper og litt sitronsaft, vegeta hvis du også bruker det.

### Tips

- Hvis du har laget for mange kjøttboller, kan du fryse dem og bruke de i en annen oppskrift.
- Det går helt fint å bruke en jevning som i oppskrift «Kyllingsuppe med grønsaker», du vil ha en mer myksmakenede suppe
- Hvis du bruker buljong eller vegeta du vil ha mer sterk albeid litt kunstig smak.



### 53. Kjøttboller suppe med estragon ( Ciorbă cu tarhon / Tárkonyos húsgombóc leves )

Selv om navnet antyder at det er en kjøttbollesuppe, er forberedelsesprosessen litt annerledes, så er sluttresultatet. Mer kremet, mer skarpere, saftigere.

#### Ingredienser

- 2 gulrøtter
- 2 pastinakk
- 1 lite stykke selleri
- 1 stor løk
- En håndfull av grønne bønner og erter
- Litt solsikkeolje
- Salt, rød paprika pulver

#### Til bollene

- 250 gr. kjøttdeig av svin
- 1 egg
- 1 hvetebolle, ikke den søte typen
- 2 hvitløksbåter, knust
- salt, kvernet svart pepper

#### Jevningen

- 1 suppeskje av rømme, matfløte, melk
- 1 stor teskje hvetemel
- 1 suppeskje estragon eddik, fersk estragon

Ha hvetebollene i vann til det mykner og press ut vannet veldig godt. Bland med kjøttdeigen, hvitløk, egg og nok salt og pepper.

Finhakk halv av løken, og ha i en gryte sammen med litt solsikkeolje, surr noen minutter, men ikke la det brenne.

Skjær den andre halvparten av løken, og de andre rotgrønnsakene i strimler (ikke skjær veldig tynn).

Ha grønnsakene inn i gryten, og steke de sammen 10-15 minutter ellers til grønsakene el nesten myk, rør ofte. Hell ca. 1½ liter av vann i gryta med grønnsakene, og kok det opp.

Mens vannet starter å koke, lag kjøttbollene, de skal ikke bli veldig stort eller liten heller.

Når du er ferdig med å lage kjøttbollene rull kjøttbollene i hvetemel, og ha de in i kokende vann (alltid). Hvis vannet stopper å koke etter en eller to kjøttboller bare vent til det koker igjen.

Når alle kjøttbollene er inn i suppen kok ca. 30 minutter.

Lag jevningen med å blande sammen alle melk produktene, og tilsett melet gradvis. Når du har en tykk jevning, legg i estragoneddik og estragonblader, og hell den i suppen.

Kok det opp, og suppen er ferdig.



## 54. Kyllingsuppe med grønnsaker

(  Ciorbă de pui / Becsinált leves )

Uansett at navnet sier kyllingsuppe, kan du lage denne typen supper med all slags kjøtt, bare bytt ut kylling med svinekjøtt, storfekjøtt, lam, and, alt du liker. Ta hensyn til at steketiden for forskjellig type kjøtt er forskjellig.

### Ingredienser

- kyllingkjøtt, bruk gjerne de biter du vil ikke ha i en annen rett (for eksempel vingespisser, nakke, brystbein, nedre kyllinglår)
- grønnsaksblanding, med gulrot, pastinakk, persillerot, potet, erter, grønne bønner, kålrot, kålrabi
- løk, 2-3 båter av hvitløk
- salt, pepper, sitronsaft
- 1 eggeplomme og creme fraiche (eller rømme)
- Den er helt greit å bruke litt vegeta eller en kylling buljong, var forsiktig med de ekstra salt denne to skal bringe inn i suppen.

Ha alle kjøtt og ben i en stor gryte og kok ca. 30 - 45 min i vann med litt salt.

Mens kjøttet koker, skjær opp grønnsakene i terninger eller andre former, og ha de inn i gryta, kok til grønnsakene er ferdig. Hvis du bruker en buljong eller vegeta ha det i suppen sammen med grønnsakene.

Når grønnsakene er ferdig ta gryten av fyren og la det kjøle ca. 10-15 minutter.

Lag en jevning av fløtene (creme fraiche) og eggeplommen: visp rømmen (eller creme fraiche) med eggeplommene, ha noen skje av suppen in i jevningen, bland sammen og ha jevningen i suppen.

Denne suppen skal ikke kokes eller varmes mer i denne gryta. Oppbevare gryten i en kald plass, når du vil spise alltid ta ut den mengde du vil spise i en andre gryte og varme det, ikke kok.

### Tips

- Denne suppen kan du lage med fisk også. Bare valg fisken du liker, skjær de i terninger og ha de i suppen etter grønnsakene er mykt kokt, kok til fisken er myk, og etterpå du kan ha i jevningen med egg.



# En verden av sylteagurk

Det har vært en langvarig tradisjon i Transilvania for å sylte grønnsakene dyrker i løpet av sommeren. Ikke bare fordi de er velsmakende, men også på grunn av nødvendigheten av å tilveiebringe den nødvendige mengden vitaminer og grønnsaker i løpet av vinteren.

I motsetning til Norge, hvor mengden tilgjengelige syltete grønnsaker er på en måte begrenset på grunn av at den norske naturen ikke er gunstig for et stort utvalg av grønnsaker som trives i sørlige deler av Europa, har Transilvania et rikt og veldig variert utvalg av syltete grønnsak oppskrifter.

Du kan ganske enkelt sylte hver grønnsak du kan finne i hagen din. Fra de klassiske agurkene, paprika, squash, grønne tomater, blomkål, løk, kål og i utgangspunktet, alt annet er syltet frittstående, hakket opp i en stor sylteagurk blanding, eller går i en annen form for konservering.

Vi bruker to slags metodologier for sylting. Den ene er den klassiske oppskriften på å vaske grønnsakene, koke vann med eddik og en god mengde sukker, hell over grønnsakene og krydder og urter du liker mest, la det avkjøle veldig sakte under et teppe og på et halvt år ha crunchy syltede grønnsaker.

Den andre er mye mer som en naturlig gjæring, når du kan ha syltede grønnsaker klare på halvtid, ved å miste noe av surheten og oppnå en gjæret smak. Fermenteringsprosessen brukes for det meste på agurker (på kort sikt), eller blandede syltet grønnsaker hvor du tilbereder store mengder (og jeg mener en krukke på 10 liter er en liten mengde for noen av våre familiære oppskrifter er for fat opp til 120 liter av hele kål).

I Norge har det imidlertid nylig vært et veldig bra valg av syltede grønnsaker fra Øst-Europa (inkludert Romania), så for nostalgiens skyld vil jeg presentere bare den hemmeligheten bak å lage fermenterte agurker hjemme, fordi unntatt av fersk fermentert agurk alt annet du kan kjøpe fra butikkene.

## Surdeig agurk

En lenge glemt oppskrift på syltede agurker, akkurat som i gamle dager, for hundrevis av år siden fordi ingenting driver innovasjon mer enn nostalgi.

### Ingredienser

- 3 - 4 store agurker
- en håndfull frisk dill
- 10 - 15 svart pepperfrø
- noen få hvitløksbåter
- 2 store suppeskejer salt
- i 2 liter varmt (men ikke kokende) vann
- litt chili (hvis du liker det krydret)
- og en brødkrive, hvis mulig laget med surdeig.

Legg på bunnen av krukken din halvparten av dillen (vasket selvfølgelig). Hakk opp agurkene på gode størrelser for krukken din.

Kutt noen dype kors på den ene siden av agurkene slik at gjæringen går raskere, legg agurkene, krysset side ned i krukken. Trykk ned med kraft om nødvendig, de er bare agurker som ikke vil passe inn i linjen.

Legg på toppen av agurkene den andre del av dillet, svartpepper og hvitløksbåtene (skjært i to på langveis), chilien hvis du bruker.

Hell over salt vannet og legg brødet på toppen, siden surdeigen vil få fart på gjæringsprosessen.

Avhengig av temperaturen du setter glasset i, kan det ta opp fra noen dager (hvis det er varmt og solrikt ute) opp til to uker. Når du er ferdig, fjerner du brødet og oppbevarer det i kjøleskapet til du spiser det.

# En uke i Transylvania

Transilvania kan være en hvit flekk på kartet for mange av oss. Det er faktisk ikke et mainstream turistmål, det er ingen daglige charterfly dit, og det er ikke et altfor turistisk sted, men dette kan faktisk fungere i dens fordel. Ved et besøk der vil du ikke bli sugd inn i et boblebad av turistindustrien som tar sikte på å rive bort pengene dine og tilby mainstream sensasjoner for massene. Et besøk i Transilvania en eller annen gang vil føles som et eventyr, kartlegge ukjente territorier, oppdag ny mat, oppleve den sanne naturen til folk som ikke gjemmer seg bak den smilende masken til en industri som er oppfunnet for å få deg til å føle deg bra og ikke tilby noe av verdi i bytte.

Jeg vil her utforme en ukes imaginær reise gjennom fjellene og åsene i Transilvania ved å planlegge en rute for deg gjennom flere av byene og sightseeingene som er verdt å besøke i området. Dette vil være en generisk turist tur, ikke spesielt rettet mot arrangementer, festivaler og heller ikke en tematur, men bare litt av alt. Jeg planla med vilje hele turen for deg å flytte mellom byer, med overnattinger på forskjellige steder, for at du skulle se noe nytt hver dag, og oppleve aspekter av livet fra forskjellige deler av landet uten problemer som du må kjøre tilbake til samme sted hver gang.

Før vi fortsetter, vil jeg bare gi deg beskjed om at siden Transilvania er et så flerkulturelt sted, har byene forskjellige navn på hvert av språket til nasjonaliteten som bor i dem. Når jeg introduserte en ny by (destinasjon), har jeg fulgt følgende stevne:  rumensk navn ( ungarsk navn / tysk navn )

Jeg antar at du som inngangspunkt vil bruke flyplassen (CLJ) på  Cluj Napoca ( Kolozsvár / Klausenburg , en av de internasjonale flyplassene i Transilvania med flere forbindelser til internasjonale luftfartknutepunkter, og jeg planlegger reisen herfra. Jeg antar også at du fra dag 2 har leid en god bil, med mindre du ønsker å bruke tog og / eller busser som ditt viktigste middel for transport mellom byer.

**Dag 0.** Ankomst til Cluj Napoca, overnatting. Flyplassen ligger egentlig like ved byen, og det er et godt busstilbud i byen, spør på flyplassinformasjonen som tar deg fra flyplassen rett inn i sentrum der hotellet ditt kan være. Det er helt akseptabelt å bruke en taxi også. Etter at du fant hotellet ditt, er det på tide å ta en spasertur i det vakre sentrum av byen, eventuelt finne et sted å spise noe. Det er mange kafeer og restauranter å velge mellom, og personalet snakker vanligvis ganske bra engelsk. Prøv a finne bygningen fra bilde til høyre :)

**Dag 1.** Cluj Napoca - sightseeing i byen. Sentrum er stort, med mange interessante ting å se rundt. En tur i den botaniske hagen, eller bare nyte arkitekturen, slappe av på terrassen på en restaurant og nyte et velsmakende måltid. Den største byen i Transilvania, det er et summende kulturelt, akademisk og industrisenter. Med flere arkitektoniske landemerker, kulturelle begivenheter og festivaler har den å



tilby alle noe for deres smak. Enten du er i middelalderens gotiske kirker og renessanse huser, barokke palasser, eller bare vil bli startet av utseendet til kommunistiske boligblokker med høy tetthet, vil en spasertur i denne byen ikke forlate deg urørt.

For elskere av samtidsmusikkfestivaler er det Untold-festivalen som samler fans av elektronisk musikk fra hele Europa, og de som er i film og kunst, gir Transilvania International Film Festival et stort utvalg av arrangementer å velge mellom. For de som ønsker naturens grønne omgivelser, er det en stor botanisk hage i byen, ved siden av en gammel kirkegård hvor du kan ta en avslappende spasertur (Ja, vi i Transilvania elsker å ta en tur på gamle kirkegårder, de er fredelige steder med gamle monumenter som skulpturer og andre arkitektoniske mesterverk. Husk at hvis du bestemmer deg for å besøke en kirkegård i Transilvania, må du huske væremåten, så behandle de hellige stedene med respekt).

Fra et synspunkt for overnatting er det flere internasjonale hotellkjeder i byen, sammen med dusinvis av lokale hoteller, gjestehus, herberger, og du kan til og med leie en leilighet for et par dager opphold. Hvert budsjett kan finne det passende stedet å bo.

Å komme seg til Cluj Napoca er også veldig enkelt, siden det er vertskap for den nest største flyplassen i Romania, med flere daglige avganger til de viktigste europeiske flyplassknutepunktene, og det har en jernbanestasjon som knytter den til Vest-Europa, og for de som virkelig er modige har den et omfattende bussnettverk som forbinder det til andre store og små byer i Romania og Europa.

For foodies er det et stort utvalg av restauranter som serverer lokale og internasjonale retter, men det absolutte må prøve er «Cabbage a'la Cluj», en velsmakende rett oppkalt etter denne byen (også presentert i denne boken) og «Vargabéles» en berømt lokal söt laget med capellini og cottage cheese (dessverre er dette en veldig eksklusiv og vanskelig å lage oppskrift, så den blir ikke presentert i denne versjonen av boken vår). Når du er der og føler deg sulten, ber du verten om anbefalinger. Rumenere er veldig vennlige mennesker og vil gå en ekstra kilometer for å holde gjestene glade.

**Dag 2.** Kjør til **Sibiu** (Szeben / Hermannstadt). Vi drar fra Cluj Napoca mot sør og stopper ved **Alba Iulia** (Gyulafehérvar / Karlsburg), en gang hovedstad i Transilvania. Med en fantastisk stjerneformet festning i Vauban-stil og et fantastisk sentrum er en spasertur fra citadellet et must for alle som besøker denne gamle byen. Et anbefalt, men valgfritt besøk på «Corvin Castle» i **Hunedoara** (Vajdahunyad / Eisenmarkt) - bilde til venstre - bare 1 times kjøreavstand fra

Alba Iulia, anbefales for alle som er interessert i å besøke en gotiske/renessanse slott. Derfra om kvelden ankommer du Sibiu, en vakkert renoveret gammel saksisk by i det sørlige Transilvania. Bare en snill advarsel, sentrum av Sibiu er et fotgjengerfelt. Hvis du bestilte et rom der du planlegger hvor du skal parkere bilen din, kan du be om veiledning fra verten din om dette.

**Dag 3.** På fritiden i Sibiu. En god tid brukt er å utforske den gamle byen, for å finne en tradisjonell restaurant som serverer tysk mat, trenger du kanskje ikke å gå





veldig langt. Sentrum er bokstavelig talt fullpakket med restauranter, cafes, og hvis du er i humør for å besøke gamle kirker, museer og andre arkitektoniske juveler er du på det perfekte stedet.

Sibiu, en tidligere europeisk kulturhovedstad i 2007, var det kulturelle og økonomiske sentrum for sakserne i Transilvania i århunder. Det er kanskje den mest turistiske byen i regionen, og det fantastisk bevarte gamle sentrum er hjemmet til utallige middelalderske bygninger, passasjer, kirker, befestede tårn og et av de vakreste julemarkedene i Europa.

Byen er berømt ikke bare for sine hus med øyne, sovesaler i form av øyenbryn på takene til noen få hus i det gamle sentrum, men også for sine museer (inkludert et gammelt damplokomotivmuseum), og det kan også betraktes som det gastronomiske hovedstaden i regionen.

For elskere av kunst og musikk er det mange festivaler som arrangeres der i løpet av sommeren, for eksempel en middelalder festival, og forskjellige musikkfestivaler som strekker seg fra klassisk gjennom jazz til rock.

Hvis du lander ikke i Cluj Napoca alternativet er Sibiu (**SBZ**) som også har en internasjonal flyplass med daglige flyreiser til internasjonale europeiske luftfartsknutepunkter.

Sibiu kan betraktes som et av startpunktene i utforskningen din av gammel saksiskarkitektur, middelalderske befestede kirker, eller hvis du planlegger å ta en tur til «Transfăgărăşan», den mest berømte veien i Romania.

**Dag 4. Kjøring til** **Brașov** ( Brassó / Kronstadt ). Hvis du ikke er redd for å velge den lengre ruten som er mer naturskjønn på en ikke hovedvei mellom Sibiu og Brașov, anbefaler vi virkelig at du besøker den gamle middelalderbyen **Sighișoara** ( Segesvár / Schäßburg ) sammen med noen få befestede saksiske kirker langs veien. Den befestede kirken i **Axente Sever** ( Asszonyfalva / Frauendorf ) ligger bare ved siden av veien, bare bruk noen minutter der, og det samme gjelder kirken i **Seica Mare** ( Nagyselyk / Marktschelken ). Sentrum av **Medias** ( Medgyes / Mediasch ) en gammel saksisk by, er også verdt et besøk, og hvis du er i eventyrlyst, kan du gå av hovedveien, til de små landsbyene **Biertan** ( Berethalom / Birthälm ) og **Valea Viilor** ( Nagybaromlak / Wurmloch ) med en annen perle av gammel saksisk arkitektur og også anbefalt er **Viscri** ( Szászfehéregyháza / Deutschweißkirch ) hvor til og med Charles, prinsen av Wales, har kjøpt et hus.



**Dag 5.** Rolig i Brașov. Bare nyt de brosteinsbelagte gamle veiene, besøk den Svarte Kirken, og når du er ferdig kan du gå opp til skianlegget «Poiana Brașov» for å beundre omgivelsene (og hvis du er der om vinteren kan du til og med stå på ski).

Brașov er en by med en historie som dateres tilbake til den tidlige middelalderen, som ligger i pittoreske omgivelser mellom fjellene, har et vakkert bevart gammelt saksisk sentrum, nydelige naturstier rundt i byen for de som ønsker å vandre, og det har en flott forbindelse både via jernbane og også med bil til nærområdene. Den gamle byen som fremdeles er delvis innelukket i de opprinnelige murene, har en flott utsikt fra det lille fjellet «Tâmpa» tilgjengelig med turstier, eller med taubane. For de som er interessert i middelaldersk arkitektur har den gamle byen alle severdighetene i gangavstand. Den svarte kirken (som fikk navnet etter en stor brann i 1689) er synlig fra det sentrale torget som har det gamle gotiske rådhuset (som er vert for museum i dag), derfra er det en rask spasertur til Cathrines gate, den eneste gjenlevende middelalderske byporten.



Elskere av vintersport (for eksempel ski) kan ha det veldig fint i «Poiana Brașov», muligens det beste skistedet i Romania. Feriestedet er lett tilgjengelig med busser fra sentrum. For elskere av samtidsmusikk er det Golden Stag Festival som arrangeres i sentrum av byen, men det har en humpete historie, så sjekk om det blir avholdt før du faktisk planlegger å besøke den. Brasov er den beste byen hvis du ønsker å besøke de arkitektoniske perlene i det sørlege Transilvania eller hvis du planlegger en fottur i de sørlige Karpaterfjellene. Fra byen kan du planlegge noen timers tur, fra det altfor turistiske «Bran Castle» til den ikke så kjente, men veldig pittoreske «Râșnov citadellet» og andre slott og citadeller som finnes i omgivelsene.



**Dag 6.** Kjøring opp til Sovata (Szováta). På vei, ikke glem å stoppe i Corund (Korond) for å sjekke det lokale folkekunstmarkedet hvor du

kan beundre keramikken og andre gjenstander som er unike for denne regionen. Sovata er en liten og veldig turistisk by, dannet rundt flere små og et større saltinnsjøer med mange hoteller, pensjonater, restauranter og en vakker natur rundt byen. Å ta et bad i en av saltsjøene er noen du må gjøre, men ikke begrens deg bare til den større, som heter «Bjørnvatnet», be om veibeskrivelse til de små saltsjøene rundt i byen. De er kanskje ikke så overfylte, og du kan føle deg mer avslappet. På veien dit anbefaler jeg å besøke saltgruven i Praid (Parajd), eller å kombinere denne etappen med en jakt på mineralvannskildene kan være en veldig morsom aktivitet.

**Dag 7.** Kjøring tilbake til Cluj Napoca. Hvis du kjører via Târgu Mureş (Marosvásárhely), ikke glem å sjekke ut sentrumet av denne lille, men hyggelige byen, og kanskje slappe av litt på en terrasse med en kaffe på hovedtorget. Ved siden av dette vil reisen din være veldig uunngåelig, du vil glede deg over den siste dagen din i Transilvania og fly hjem, forhåpentligvis med gode minner, og planlegge din neste tur.

Vær oppmerksom på at det ikke var mulig å inkludere alle sightseeingene i Transilvania på denne reisen. Planlegg gjerne reisen din etter hva du liker, du kan helt hoppe over byer, områder, legge til det du anser som interessant og bare fokusere på det som er viktig for deg. Du kan selvfølgelig forlenge eller redusere reisen, det som er viktig er at du føler deg bra på turen.

# Hovedretter

Hovedrettene fra Transilvania kan være i to forskjellige kategorier. Enten kan du få en god del av grillet kjøtt, lokal fisk som kommer med matchende sideretter og sylteagurk (eller en av de hundre andre typer av syltete grønnsaker), eller så får du servert en lokal rett du har aldri hørt om, som du må reise dit for.

I dette kapittelet skal vi prøve å presentere noen av de mest kjente lokale rettene fra Transilvania du også kan lage i Norge, og noen få tips om hvordan du får mer autentisk smak til dem her.

Noen av oppskriftene her har en lang historie bak seg som strekker seg flere tiår tilbake, jeg vil prøve å presentere dem så autentiske som mulig.

Noen av oppskriftene er virkelig hjemmelagde oppskrifter, overført fra generasjoner til generasjoner i familien vår, og nå til deg, kjære leser.

Du vil tydeligvis observere den nesten totale mangelen på pastaretter. Ikke at vi ikke spiser dem, vi gjør det, og veldig ofte, og mest med bare revet hvitost, men representantene for pasta i Europas kjøkken er å se etter i Italia. I Transilvania er det en mat av nødvendighet, i Italia er det kunst.



## 55. Transilvansk ratatouille

(  Tocană sârbească / Lecsó  )

En veldig lett å lage og fleksibel matoppskrift, med en enestående smak, som ikke krever en stor mengde TLC, men uansett gir en overraskende god smak du ikke forventer fra de enkle ingrediensene du legger inn. Denne maten har mange oppskrifter, jeg vil presentere den tradisjonelle som passer for vegetarianere og nevner også noen andre varianter med kjøtt eller egg for de som vil eksperimentere.



### Ingredienser

- en halv kopp ris
- 5-6 store løker, hvit eller lilla
- 7-8 røde, grønne og gule paprikaer, eller hva du finner. California/Bell pepper er sterkt anbefalt fordi det er en veldig saftig art av paprika.
- 8-10 tomater, og pikkolo tomater hvis de store har ingen smak
- olje, salt og pepper
- sterk chili hvis du liker det.



Start med å vaske risen og setter det til å koke i 2-2.5 kopper vann og litt salt. Mens risen kokker kutt opp løkene i gode fingerstørrelser og legg dem i oljen som varmes i en gryte. Rør ofte slik at de ikke brenner, mens du kutter opp alle paprikaene i store biter. Når løkene er halvt ferdige, og begynner å bli gjennomsiktig (det tar ca. 15 minutter) legg paprikaene i gryten.

Rør ofte maten mens du kutter tomater. Etter ca. 10-15 minutter kan du legge de tomatene inne i gryta, og fortsatt å røre. Hvis du tenker at det er tørt og har ingen saft bare tøm litt vann in i gryta. Når risen er ferdig kokt blander du det sammen med grønsaker, og la det koke for ca. 10 minutter, og maten er ferdig nå. Du kan spise med sterk chili eller uten.

### Varianter

- I noen regioner er denne oppskriften laget med pølser du legger de inn etter at grønnsakene er ferdig. Hvis du ikke finner et stykke ungarsk paprika-pølse, anbefaler jeg litt chorizo for dette.
- Andre legger forsiktig et rått egg på toppen når det nesten er ferdig for å få et kokt speilegg (ikke rør etter at egget er tilsatt)
- Hvis du vil, legg til en god del bacon til oljen før du begynner å legge til grønnsakene. Det gir en utmerket smak.
- Du kan også steke litt biff / svinekjøtt i oljen før grønnsakene, fjern deretter, fortsett med grønnsakene og legg kjøttet tilbake når grønnsakene nesten er ferdig. Det er ikke nødvendig å bruke ris i denne situasjonen.

## 56. Sigøyner ratatouille

(  Tocană țigănească / Cigánclecső )

Gipsy ratatouille ligner på den klassiske ratatouille, bortsett fra at den har mye mer paprika, mye mindre tomater, mye andre fyllinger (som eks. kål eller sopp), en mer skarp smak om du bruker litt hot chili og selvfølgelig begynner alt med kjøtt.

### Ingredienser

- Ca. 1 - 1½ kg. paprika.  
Rød, grønt og gul sammen.
- 2 tomater
- 3 stor løk
- 100 - 200 gr. kål, sopp eller begge
- Noen få kylling ben, kylling vinger og/eller kyllinglår
- Hot chili hvis du liker
- Salt, pepper
- Rød paprika pulver
- Hvitløk, 2-3 båter
- Røkt bacon

### Det går fint å ha i

- Svinefett

Skjær baconet i små terninger og ha i en gryte med litt olje. Stek til baconet får litt farge.

Finhakk en av de løkene og ha i den gryte sammen med litt svinefett (hvis du bruker den) og surre løken til det blir mykt og brunt. Ha på litt pepper, de knuste hvitløksbåtene, ha i i kyllingbitene og kok sammen ca. 15 minutter. Mens de koker kutt opp de resten av grønnsakene i terninger bortsett fra kål og sopp som skal være i fine skiver.

Nå ha i i gryten de løkbitene, og kok til de løk bitene er nesten mykt. Nå ha i paprikaen, kok til paprikaen er nesten ferdig. Ha i kål og sopp hvis du bruker, og etter 10 minutter også de tomatene.

Bland godt sammen, smak med salt og pepper, chili hvis du liker og la det koke til alt er mykt, minst en ekstra 15 minutter.

### Tips

- Hvis du bruker kyllingbryst skjær det i terninger
- Denne maten går helt greit med polenta



## 57. Potet gulasj

(  Tocană de cartofi / Krumpligulyás - Pityókatokány  )

Så mange hus som mange vaner, og som mange oppskrift for denne tidløse rett. Hver husstand i Transsilvania har sin egen velholdte hemmelige oppskrift på denne maten, som ble overført fra generasjoner til generasjoner. Men alle er enige om en felles sak: den trenger paprika. Mye rød paprika. Alt annet er ikke viktig. Det kan være tykt som en lapskaus, eller mer fortynnet som en suppe (ikke misforstå dette for gulasjsuppe, det er noe annet, en helt annen oppskrift). Her deler jeg oppskriften jeg revidert fra den opprinnelige i Norge ved hjelp av erstatningsingredienser som jeg oppdaget på det lokale matmarkedet.

### Ingredienser

- 5-6 store poteter
- 1 stor løk
- pølser med paprika, hvis du ikke finner ungarsk pølse med paprika en god bit av chorizo blir rett
- kjøttpølser (hvis du liker)
  - det er mulig å lage retten uten pølser, bare bruk litt bacon og svinekjøtt
  - det er mulig å lage retten helt uten kjøtt
- pepper, salt, olje
- rød paprika pulver (ikke chili)
- sterk paprika saus hvis du liker (noen god kvalitets Sambal Oeleker vil gjøre susen)



Hakk opp løken i veldig små biter, ha litt olje i gryta, og tilsett løken. Snurr løken i olje på svak varme i ca 15-20 minutter, rør noen ganger så det ikke brenner. Samtidig kutt opp pølsene i skiver. Hvis du bruker en stor kjøttpølse (som Gildes Skinnfri kjøttpølse), kutt det halvt i lengden før. Nå tilsett i gryta kvernet pepperen, rør godt sammen og ha i pølsene. Hvis du bruker kjøttpølse ha det inn ca. 2-3 minutter før paprika pølsen. Rør sammen, snurr ca. 10-15 minutter, eller til når du er ferdig med den første poteten.

Mens maten kokes skrell potetene, kutt dem i terninger, og når du er ferdig med en potet, legg den i gryta, rør sammen. Etter den første poteten ha i litt vann (ca  $\frac{1}{4}$  dl.) og selvfølgelig rør igjen.

Gjør det igjen (kutt i terninger, leg i gryta) til du har flere poteter.

Når du går tom for poteter og gryten er full til dine behov, hell så mye vann til å fylle halvparten av gryta, men dekk ikke alle poteter.

Nå er det riktig tidspunkt å sette i salt, paprikapulveret (minst to teskjeer av det). Og hvis du liker den sterke paprika sausen for å gi et kick.

Fra nå av til maten er ferdig, hver gang du maten (og du må gjøre det ofte for ikke å la det brenne, hver 2-3 min.), løfter du opp poteter (og pølser) fra bunnen av gryten for å få alle poteter kokes ordentlig, og for å uheldigvis knuse noen av dem for å få en tykk saus. Du kan ha i mer vann hvis du tenker at det ikke er nok.

Nyt denne maten med sylte agurk eller en salat av tomater, løk, agurker og andre grønsaker med eddik.



## 58. Blandet kjøttstuing

(  Tocană de carne / Marosszéki tokány  )

Denne lapskauen kommer fra en sentral del av Transilvania med milde åser og rike åker, krysset av Transilvanias lengste elv: Mures. Den har egenskapene til menneskene som bebodd de små landsbyene, der alle la til hva som er best i denne maten.

### Ingredienser

- ca. 1/2 kg. biff indrefilet
- ca. 1/2 kg. svin indrefilet
- ca. 10 dkg. røkt bacon kuttet i terninger
- 1 dl rømme og litt melk
- 1 stor løk kuttet op fint
- 1 sskje hvetemel
- 1 glass - ca 2 dl. - hvitvin
- ca. 10 dkg. fast sopp (sjamipgnon eller kantarell, ikke steinsopp som bli en gele ved steking) kuttet opp i store biter
- salt, pepper, merian, spisskummen
- paprika eller paprikakrem
- olje eller svinefett

Skjær kjøttet i håndfull store skiver. I en gryte ha i bacon terninger, og hvis de er ikke fett bruk litt olje og, stek dem godt til de er gyllen brun. Ha i løken som var kuttet opp i små terninger, og stek 5 minutter på lav fyr. Ha i paprika eller paprikapulver, et halvt glass vann og kok de sammen noen minutter.

Etter noen minutter ha i biff indrefilet, salt, pepper, merian, spisskumen, og 1 dl hvitvin. Dekk den til med et lokk, og kok ca 30 minutter på lav fyr.

Nå ha i svinekjøttene, og den andre del hvitvin. Ha på lokken, og kok på det minste fyr mulig til kjøttet er myk.

I en andre stekepanne stek soppene noen minutter, og ha i i gryten, kok sammen noen minutter.

Lag en jevning med hvetemel, rømme og litt melk og ha det inn i gryten. Det går fint å varme det opp, men ikke kok denne etterpå.

### Varianter

- Det går fint å ha i litt svin nyre og hjerte
- I noen plasser de bruker ikke paprika, men mer pepper



## 59. Risotto a'la Transilvania

(  Pilaf / Rizses hús  )

Vel, det er faktisk ikke risotto, men en veldig generisk orientalsk pilaf (som bare er vanlig kjøtt med ris) som du gjerne kan lage med favorittkjøttet ditt, enten det er svinekjøtt, kylling eller lam. Forbedre denne helt grunnleggende oppskriften med grønnsaker som du liker, eller kanskje rosiner, tørkede aprikoser og ekstra krydder. Det vil ikke skuffe deg. Å gi deg en konkret oppskrift på en pilaf er faktisk meningsløs, siden dette er maten alle kan variere etter sin smak, og du kan lage denne til din mest personlige mat noensinne. Så jeg gir bare noen veibeskrivelse, og fra dette tidspunktet er det opp til deg å komme med verdens beste pilaf. For deg, selvfølgelig.

### Ingredienser

- En mellomstor løk
- Kjøtt det du foretrekker, ca. 500 gr., kutt i terninger
- Ris, ca. 1 - 1½ glass
- Salt, pepper, olje

### Gir også en god smak om du har i

- Kylling/storfe buljong isteden av vann å koke
- Sopp, Paprika
- Gulrot, Pastinakk, Persillerot, Selleri
- Vårløk, Erter, Asparges bønner, Tomater

### Og for de modige

- Rosiner
- Tørkede aprikoser
- Mandler, cashewnøtter
- Sterk chili
- Oregano, timian, rosmarin og/eller laurbærblad.

Start med å rense og vaske risen. Vask flere ganger til siste vannet er klart. La risen bli i vannet en stund mens du jobber med kjøttet.

Finhakk løken, og surr det i olje i en gryte, vær forsiktig at den ikke brenner. Ha i kjøttet, stek sammen noen minutter til kjøttet starter å brune seg. Hvis du bruker sopp ha dem i kokende vann  $\frac{1}{2}$  minutt og ha det inn i gryten sammen med kjøttene.

Når kjøttene er litt brunt ha i risen, vann (eller kylling/storfe buljong) og kok ca. 10 minutter. Du skal trenge ca. 4 gange mer vann enn ris. I de første minuttene til det begynner å koke blande du det ofte, slik at ingenting fester seg.

Vask, skrell og skjær nå alle rotgrønnsakene (gulrot, persillerot, pastinakk, selleri) i terninger, og ha dem inn i gryten.

Etter 5 minutter ha i de resten av grønnsakene, ekstra krydder og urter, og alle de andre ingredienser, og kok til alt er mykt. Hvis du ser at der er ikke nok vann, bar ha i litt mer.



## 60. Schnitzel

(  **Şnițel / Prézlis hús** )

Viennes Schnitzel er en av de mest kjente rettene fra Østerrike, men den er forberedt utbredt i Europa, også i Transilvania og Norge. Her får du oppskriften vår vi lager hjemme.

### Ingredienser

- 2-3 egg
- Hvetemel
- strøkavring (brødsmuler / breadcrumbs)
- benfritt kjøtt: kyllingbryst eller svinekjøtt (nakke, ytrefilet) eller kalv. Den opprinnelige oppskriften fra Wien bruker kalv
- Salt, pepper.
- Solsikkeolje, ca 1/2 liter. Ikke bruk annen olje for denne oppskriften.



Ta 3 flate plater. I en av dem satte du melet, i det andre satte du strøkavringene. I den tredje vil du legge Schnitzels når de er ferdige.

Ta en tallerken stor nok til å passe i et stykke kjøtt og hvisk eggene godt i denne. Plasser platene som fra venstre til høyre, ved siden av hverandre: først med mel, deretter tallerken med eggene, deretter strøkavringen. Så rett ved siden av pannen (som er på komfyren) med den varme oljen, og etter det den tomme der du vil legge schnitzlene.

Vask kjøttet, skjær den i tynne skiver, ha på salt og pepper og bruk en kjøttklubbe å møre det og gjøre det flate. Ta nå skivene og legg dem i melet, på begge sider slik at melet dekker det helt. Du kan klappe kjøttet på melet hvis det ikke dekker helt. Neste trinn er å plassere kjøttet i egget. Bruk gjerne en pinsett hvis du ikke vil gjøre hendene skitne. Bløt det godt på begge sider i eggene.

Etter eggene ha kjøttet inn i strøkavring, dekk godt til på begge sider og nå er det tid å steke det i den olje. Når fargen er en fint brun/gul kjøttet er ferdig (det tar ca. 5-6 minutt). Ta det ut på den tredje plate. Oljen skal ikke være veldig varm, ellers brenner den maten, men det skal heller ikke være for kaldt, ellers tørker det ut kjøttet til det blir utvendig brunt. Eksperiment til du finner den perfekte temperaturen. Noen kokker anbefaler at du har to eller flere panner med olje med forskjellig temperatur og flytter kjøttet fra den ene til den andre, men igjen er dette ganske mye opp til å eksperimentere det selv, siden dette er hemmelige oppskrifter i generasjoner.

Schnitzel går bra med pommes frites og sylt agurk, eller potet-salat.

### Strøkavring

Slik lager du strøkavring: Bruk gammelt hvit brød som ikke ble muggent ennå, men du ikke ønsker å spise. Skjær den opp, sett den i ovnen ved lav temperatur (40 - 50 grader) i noen minutter (10 - 15). Dette vil fordampe mesteparten av vannet fra brødet uten å brenne det faktisk. Fjern fra stekeovn, lagre på et tørt sted i noen dager til det er tørt. Bruk en mandel / nøtt kvern å lage strøkavring fra tørkete brødet som ble brutt opp i små biter. Du kan også bruke en mikser eller et kjevle.

Det eneste brødet som er bra å lage strøkavring, er hvit brød (loff, kneip). Ikke bruk brød med frø, brød med nøtter, brunt / mørkt rugbrød, havrebrød, brød med olje, solsikke, etc... De naturlige oljene og ingrediensene som gjør at disse brødene er veldig sunne og gode å spise, men de oppfører seg ikke bra når brøden oppbevares lang tid i en container og har en tendens til å bli harsk etter noen uker.

## 61. Smørstekt kylling

(  Pui präjit ïn unt / Vajba sült csirke  )

En veldig rask rett, bare kaster noen skiver av kyllingbryst i smeltet smør. Perfekt for de dagene du ikke har tid eller humør til å lage mat.

### Ingredienser

- Kylling - benfritt kyllinglår/filet eller kyllingbryst, uten skinn
- Smør
- Pepper og salt

Vask kylling kjøttet, skjær den i tynne plate skiver, ha på salt og pepper og bruk en kjøttklubbe å møre det og gjøre det flatt.

Ha en pan på ovnen, ha i en stor suppeskje av smør, og steke de kyllingskivene til de er ferdig, ca. 2-3 min på hver side. Ikke overstek, de skal bli tørt.

Denne maten går helt fint med ris, potetmos, sylt agurk, squashstuing, grønnsakstuing, etc...

### Tips

- Hvis du ønsker å eksperimentere med andre ingredienser på kyllingen, bare gjør det. Du kan få noen overraskende og velsmakende resultater, med mindre eksperimentet brenner.



## 62. Stekt kjøtt med løk

(  Carne prăjită cu ceapă / Hagymásrostélyos  )

Hvis du vil lage denne retten må du ikke la kjøttet tørke ut mens du steker. Dekk ordentlig med løken og pass på at den har nok, men ikke for mye vann. Ellers vil du finne opp en suppe.

### Ingredienser

- Ca. 1 kg stor løk
- Ca. ½ kg liten løk
- Like mange fileter med storfekjøtt som mange sultne mennesker du lager mat til. Vi liker entrecote.
- Salt, pepper, solsikkeolje og rødt søtt paprikapulver.

I en stor stekepanne (bare støpejern, ingen teflon fungerer bra her) ha i litt olje, og raskt brun begge sider av alle filetene, ta dem ut på en tallerken. Rens og skjær store løk i skiver, kast dem i olje, bland godt. Rens de små løkene, kast dem hele i pannen, bland godt.

Etter 15 minutter lager du et sted i stekepannen for kjøttet, legg dem på bunnen av pannen, smak med salt og pepper, og legg de store løkene oppå skivene, de små rundt kjøttet.

Ha på litt paprikapulver, 1 glass vann og kok ca. 45 minutter ellers til kjøttet er mørkt.

Denne retten går veldig bra med potetbitt eller polenta.



## 63. Stekt kjøtt a'la Brașov

(  Grătar Brașovean / Brassói rostélyos  )

Stekt kjøtt har mange ansikter. En av dem kommer fra byen Brașov hvor den ble forsterket med lever, sopp, ribbe og andre godsaker. Og når alt dette blir koka sammen får du en himmelsk smak.

### Ingredienser

- ½ kg svine kotelett
- 100 gr. svinelever
- 100 gr. ribbe
- 100 gr. sopp (jeg har brukt kantarell)
- 2 stor løk
- 1 dl. Rødvin
- ½ l. tomatjuice
- Salt, pepper, persilleblad
- Hvetemel, olje

Skjær kjøttet i skiver, for hver person en skive, og bruk en kjøttklubbe å møre dem og gjøre dem flate. Ha i hver skive i hvetemel, dekk til med mel på begge sider og stekt i et jern stekepanne noen minutter i varme olje. Mens de steker finhakk løken, og ha i løken sammen med kjøttet, og la de surre sammen. Mens de steker, kutt svineleveren i terninger, ribbene i lange pinner langt ribbenene, og soppene i skiver, og når du er ferdig med å kutte ha alt inn i stekepanne.

Ha i rødvin, bland vel og dekk stekepannen med lokk. Kok 15 minutter, og ha i tomatjuice. Kok minst 10 minutter ellers til kjøttene er mykt. Ved servering ha på finhakket bladpersillene og vi anbefaler å servere med koka nypotet.



## 64. Kjøttboller

(  Chiftele / Fasirozott  )

Hvert land har sin egen versjon av kjøttboller. I noen er de små og runde, i andre er de store, fete, flate og kalles de burgere. I Transilvania er de mellomstore, milde krydret, og de skal ikke gå inn mellom brød, for da vil de bli kalt burgere.

### Ingredienser

- Kjøttdeig. Vanligvis svin, med det går helt fint å ha 50% - 50% av svin og biff.
- En liten eller mellomstor løk, hvis du har mer en 500g av kjøttdeig bruk en stor løk.
- Hvitløk, presset
- En mellomstor potet
- 2-3 skiver gamle brød uten skorpe og litt melk.
- 1 egg, eller to hvis du vil lage en stor porsjon
- Salt, pepper

### Det går helt fint å ha ii

- 1 Revet gulrot
- Litt finhakket bladpersille, dill, 2-3 skje av strøkavring eller maismel

Start med å ha i brødet i melk til ca. 5-10 minutter til å bli myk. I mellomtiden bland sammen kjøttdeig med presset hvitløken. Rens og rev løken og poteten, bruk den minste hul på din rist, bland godt sammen med kjøttdeig.

Ha i brødet og litt av melk, bland sammen. Nå er det time å ha i eggene, pepper og salt til smak. Bland vel, minst 10 minutter, du vil få en godt homogenisert smak ved å blande i 10 minutter eller mer.

Ha det i et kjøleskap for minst 30 minutter. Bruk en stor stekepanne, og ha litt olje, ca. 200ml, eller mer. Kjøttkakene trenger masse olje å stek. Oljen skal ikke være ekstrem varm, fordi det vil brenne utsiden av kjøttbollene, og la innsiden rå.

Ta ut kjøttdeigen fra kjøleskapet, ha litt olje på hendene dine (fordi kjøttet ikke vil feste seg til hendene dine hvis de er våt) og starte å lage rund kjøttkaker.

Det anbefales at alle har samme størrelse, men det er faktisk opp til deg. Når de er ferdig, trykk på dem med håndflaten for ikke å være runde som en ball, men mer flat, slik at midten også steker. Ha de inn i olje, det går fint å ha i 5 - 6 eller mer samtidig, stek på begge siden alternerende 1-2 minutt, til de blir brune.

Du kan nyte kjøttboller med potetmos, ris, eller alle de grønnsakstuingene vi har i denne boka. Eller bare med noen smakfulle tomater og en skive av brød.



## 65. Liten

(  Mici)

«Mici» er en typisk rumensk mat du kan finne i en matstand i ukens bondens marked, eller i en restaurant som finner i en storby. Det er veldig utbredt og veldig velsmakende nylaget, og den gode nyheten er at du kan lage det hjemme også.

### Ingredienser

- 500 gr. Kjøttdeig av Svin eller biff
- 500 gr. Kjøttdeig av lam.
- Salt, pepper
- 1 teskje natron + litt sitronsaft på
- 250 - 300 ml. kaldt vann.

Bland vel sammen kjøttet, salt og pepper. Ha i natron og litt sitronsaft på, og bland til noen minutter, minst 10. Hell i vannet, ett lite glass hver gang, og bland godt etter hvert glass av vann. Hvis du føler at kjøttet er veldig myk ikke bruk mer vann, den er ferdig.

Ha i kjøttdeig i kjøleskap minst 1 time. Når du tar det ut fra kjøleskapet du kan starte å lage lite pølser fra kjøttdeigen, ca. 10-15 cm lang, 3 cm tykk.

Hvis du har en grill bruk det å grille de lille pølsene, hvis ikke, bar stek dem i olje i en pan. Den tradisjonelle mote å spise Mici i Romania er med sot sennep, Mujdei (se nedenfor for detaljer) og hvitbrød. Hvis du har lagt mer som du kan spise, de Mici pålsene går helt godt å beholde i fryseren, opp til en måned eller enda mer.

### Kryddermiks for Mici

Hvis du vil, du kan lage et veldig godt kryddermiks du kan bruke med Mici. Bruk 1-2 teskjeer for mengden over, ha resten i en lufttett beholder.

- 1 teskje tørr oregano
- 4-5 allehånde (allspice)
- 1/2 teskje koriander
- 2 teskje paprikapulver

Ha de inn i en mørtel, og pulverisere det godt. Oppbevar den på et tørt og mørkt sted

### Mujdei

«Mujdei» er en sterk saus lagt med hvitløk og olje. I Transilvania vi bruker også eddik inn i sausen, i resten av Romania «Mujdei» er lagt uten eddik, og ligger mer som en hvitløksaus.

- Hvitløk, ca 10-15 båter.
- Litt olje (nesten 1 ts.)
- Eddik (ca 4-5 ss.)

Press hvitløkbåtene i en tallerken, ha litt olje på. Bland til du få en hvitløk saus. Ha i eddiken, bland mer. Ferdig. Nyte med mat, som «Mici» eller grillt fisk.

Dessverre Mujdei skal ikke oppbevares lenger enn en time eller to, så spis det med en gang.



## 66. Lammekjøttkake

(■■■ Drob)

Denne tradisjonelle påskeoppskriften til rumenerne i Transilvania er ikke bare veldig velsmakende, men også utrolig vanskelig å tilberede på tradisjonell måte i Norge på grunn av vanskeligheten med å finne riktige ingredienser. I utgangspunktet brukes alle innmaten fra lam som lever, nyre, lunger, milt og hjerte, og alle disse blir pakket inn i bukhinnen til lammet og stekt. Det jeg har gjort her er å bruke en anständig mengde lammekjøttdeig sammen med lammelever som er tilgjengelige i butikker. I Transilvania hver familie har sin egen oppskrift de sverger på.

### Ingredienser

- Lammekjøttdeig, ca 1 kg
- Lammelever, ca 0.5 kg
- 2 egg
- 1 store brødkiver myknet i melk
- 1 liten brødkive
- rømme
- 1 store kopp blanding av urter: bladpersille, dill, løpstikk
- 5-6 hvitløksbåter, knust
- 1 løk
- salt, pepper

### Den originale oppskriften også trenger

- bare 0.5 kg av kjøttdeig
- lever, nyre, lunge, hjerte og milt av lamm, ca 0.5 kg
- bukhinnen av lam

Bruk en kjøttkvern og male opp alt som kommer fra lammene, f.eks. kjøtt og lever (og de andre ingrediensene hvis du har funnet dem i et butikk), sammen med løken og alle urtene. Bruk en liten brødkive å rense kjøttkvernen og presse ut kjøttet fra den.

Bland sammen du har kvernet med knust hvitløken, de 2 eggene og den større brødkiven fra melken, 1 skje av rømme og smak med salt og pepper. Bland minst 30 minutter for å bringe smakene sammen og la det hvile 10 minutter. Hvis du bruker bukhinnen av lam vask den flere ganger i kaldt van. Legg den inn i et høyt steke brett, sørk for å dekke alle sidene. Plasser du nå blandingen jevnt i stekebrettet, og brett over med bukhinnen. Hvis du bruker ikke bukhinnen ha litt olje i stekebretten og bare ha blandingen i. Stek i ovnen ca. 30 minutter på 200C og etterpå 15 minutter på 250 C, skru av ovnen og la det ligge i ovnen til du er klar til å servere den.

Denne maten går veldig bra med poteter, og på grunn av at påsken alltid var rundt våren, var det ikke for mange friske grønnsaker, så du måtte bruke masse sylteagurk eller syltet paprikaer ved siden av denne maten.

### Varianter

- I noen oppskrifter du lager hardkokte egger i midten, og dekk eggene med kjøttblanding, og i andre oppskrifter en hardkokte egg er kuttet opp i terninger og blandet sammen med kjøttdeigen.
- I noen områder i Transilvania anbefaler de, at du steke alle lamme innmatene i litt olje med løk, og etterpå kverner du dem. I andre områder de bruker ikke bukhinne, men de lager en deig av egg og hvete mel som er strekket som en nudler ark og brukes istedenfor bukhinnen.



## 67. Grill a la Transilvania

(  Grătar / Flekken  )

I Transilvania er grillet kjøtt hovedsakelig laget av svinekjøtt. Oksekjøtt kom ikke inn i de kulinariske områdene, på grunn av at storfe var mer nyttig rundt i huset enn en gris og lam brukes mest rundt påske. Da tiden kom for en ku, var den allerede for gammel til å grille, så kjøttet måtte brukes på forskjellige måter, for eksempel lang og sakte kokning i en kjøttsuppe eller andre oppskrifter hvor du kan koke kjøttene langt.

### Ingredienser

- Svinekjøtt.
- Salt, pepper
- Svinefett hvis du har
- Olje, hvitlök
- Rødvin

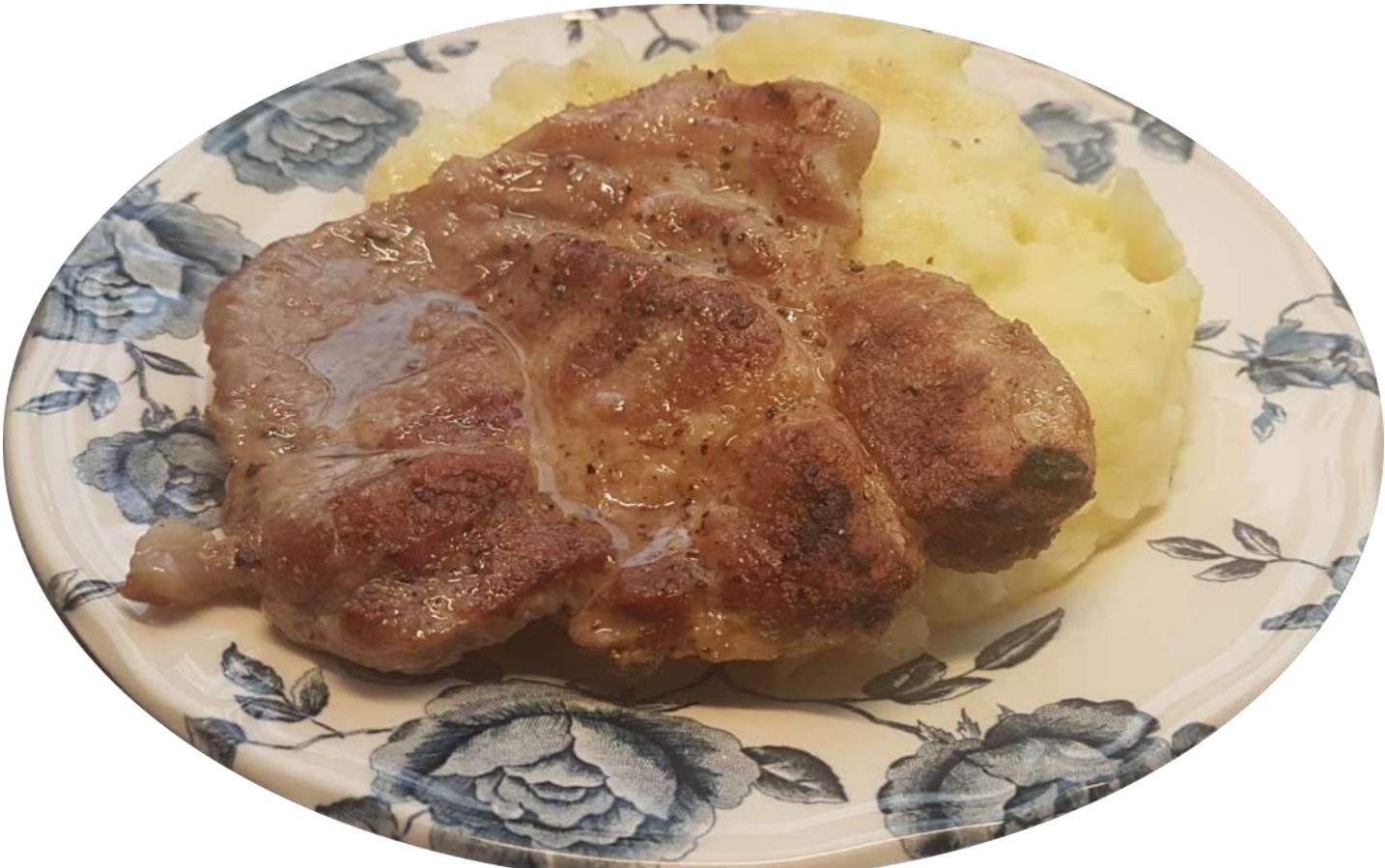
Vask og tørr kjøttene, før du starter å bruke dem. Jeg anbefaler å marinere kjøttet i olje sammen med hvitlök i minst 12 timer, eller over natten før du lager grillen, men det går helt fint uten marinering også. Etter marinering ta ut kjøttene fra marinade, tørk tørr og ren.

Ha på kjøttene salt og pepper. Bruk en kjøttsklubb å møre kjøttene. I en stekepanne ha litt svinefett (eller olje), varme det opp og kaste inn svinekjøttet. Stek noen minutter på begge siden, ha i litt rødvin og la det fordampes. Ikke eksperiment med fancy leker, for eksempel en flammekaster.

Hvis der er fett på siden av kjøttene roter kjøttet slik at bare fettdelen berører bunnen av pannen noen ganger. Når du er ferdig, ta den ut av pannen, server med den siden du foretrekker.

### Om kjøttene

Det går helt fint hvis du bruker nakkekotlett, skinestek, svinefilet, indrefilet eller andre svinebiter. Hver av disse har en annen smak, og siden vi ikke lager fastfood er det helt i orden å eksperimentere hva du liker mer. Hvis det er litt fett ved siden av kjøttene den er bra, mer smak vil du få.



## 68. Kylling «paprikás»

(  Paprikaş de pui / Csirkepaprikás )

Dette er en veldig klassisk ungarsk rett, og hvis du vil prøv det med annet kjøtt, som kalvekjøtt eller svinekjøtt. Navnet «paprikás» er veldig vanskelig å oversette, på ungarsk det betyr «med paprika», men faktisk er det en type gulasj laget med paprika og jevning av melk og hvetemel. Denne oppskriften er annerledes fra den originale fra Ungarn, fordi i vår familie i Transilvania vi bruker ikke rød pepper og tomat heller, istedenfor vi har inn 2-3 sjampinjong kuttet opp i terninger.

### Ingredienser

- Kyllingkjøtt. Velg gjerne de biter du liker mest, f.eks. kyllinglår, bryst eller vinger. Del lårene opp i 2 store biter, bryst kutt opp i store terninger
- 1 stor løk
- Rød paprika pulver, salt
- 1 stor skje av paprika krem. Eller 2.
- 2 - 3 hvitløksbåter
- Hvetemel (eller matfløte) og melk
- Olje eller svinefett
- Bladpersille

### Kan gå in

- 2-3 sjampinjong
- 1 rød pepper og 1 tomat, skjært tynn

Finhakk løken, og brun det inn i olje (eller svinefett) rør hele tiden slik at den ikke brenner, og når de er litt brune ha i sjampinjongene hvis du bruker. Hvis du bruker rå sjampinjong ha i litt van, og la dem koke til de er ferdig.

Nå kan du ha i 1 stor skje paprika krem, de kyllingbitene og rød paprika pulver, de knuste hvitløksbåter og 1/2 glass av vann. Rør godt sammen, og kok ca. 30-45 minutter, til mest av vannet er fordampet. Hvis du bruker rød pepper og tomat ha de inn nå, og kok 5 minutter. Nå kan du lag en jevning med hvetemel og melk (eller matfløte), rør det inn, og kok 10-15 minutter.

Servere denne retten med dumplings, kokt pasta eller potetmos og syltetegagurk. Denne retten går helt fint å oppbevare til neste dag, smaken skal bli bedre.

### Dumplings

En av de viktigste sidene i Transilvania er dumplings (melboller), som vi kan sette sammen om noen få minutter, og vi kan koke dem i salt vann.

### Ingredienser

- 50 dkg mel, 2 egg, vann, salt

Kombiner eggene med mel, salt og nok vann til å få en jevn deig med middels tetthet. Ta ut biter i littstørrelse med en skje eller kniv og kast dem i varmt kokende salt vann, og kok dem til de kommer opp til overflaten. Vannet må koke kontinuerlig, så ikke kast inn for mange samtidig.



## 69. Pepper «tokány»

(  Tocană cu piper / Borsos tokány )

«Tokány» er veldig lik retten «paprikás», presentert i forrige oppskrift, med unntak av at den ikke må ha en så tykk saus, så du må bruke mindre løk og vann, og koke kjøttet til vannet fordamper. Noen ganger kan du helt hoppe over paprikaen, og som i vårt tilfelle bruker du pepper.

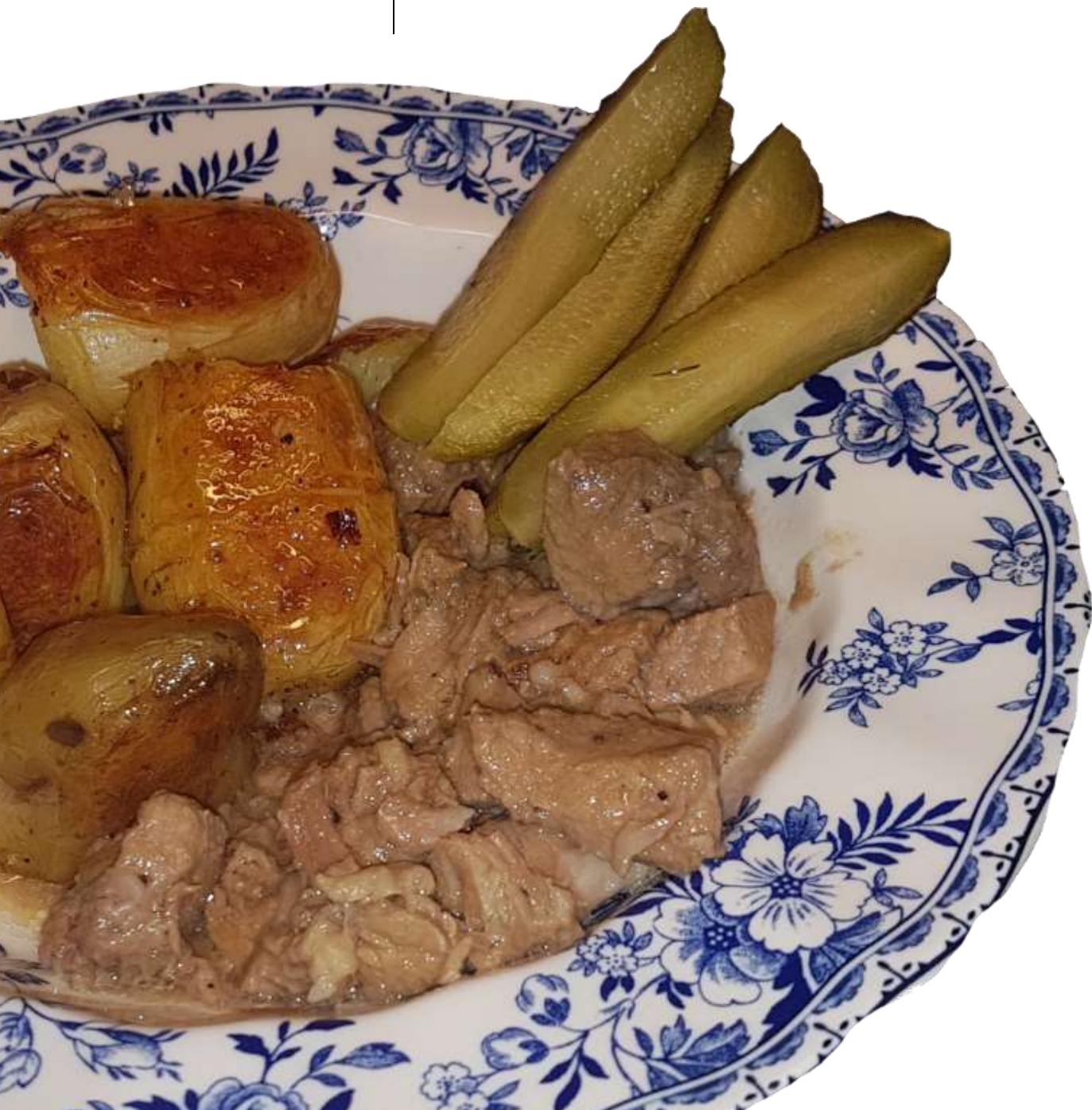
### Ingredienser

- Svinekjøtt, ca. 500 gr.  
eller mer, kutt i  
terninger
- 1 mellomstor løk (eller 2  
hvis du bruker mer  
kjøtt)
- Olje, pepper, salt
- $\frac{1}{2}$  glass tørr hvitvin, ikke  
søt

Finhakk løkene og stek de i olje til de blir gylden brun. Ha kvernet svart pepper på løkene, bland vel og surre 1-2 minutter. Ha kjøttet inn i gryta, med litt van, og ha på lokket.

Kok til kjøttet er halvstekt, det tar ca. 15 minutter, avhengig av kjøttet. Ha i hvitvinen i gryta, smak med salt, ekstra pepper og kok til kjøttet er myk, uten løk. Ikke la det brenne, hvis du ser at det ikke er nok saft i gryta ha i litt mer hvitvin eller vann.

Når ferdig server med stekt eller ovnsbakt potet og sylteagurk.



## 70. Blandet «tokány»

(  Tocană mixtă / Vegyes tokány )

Vel, ikke akkurat en lapskaus, men den transilvanske varianten av den laget med de smakigste ingrediensene du kan få hendene på. Og siden dette også er en lage din egen oppskrift, er det ikke gitt spesifikke mengder. Bare bruk det du liker mest.

### Ingredienser

- Svine eller kylling kjøtt
- Kylling, svine, lamme eller storfe lever
- Noen få sjampinonger, fine, store og ferske
- 2 - 3 større løk
- Olje, salt, pepper

Skjær soppen i fine tynne skiver og stek dem en om gangen i olje. Legg dem til side.

Finhakk løken og surre det i olje til det bli lysbrunt. Ha på løken litt pepper, skjær kjøttet i terninger og ha på løken.

Bland sammen, og ha på litt vann. Stek på svak varme under et lokk, ca. 15 minutter, eller til kjøttet er halvt ferdig, og legg deretter inn soppen sammen med kjøttet.

Stek uten lokk, til kjøttet er mørkt.

I mellomtiden kutt leveren i biter, og når kjøttet nesten er ferdig, legg i toppen.

Hold den på å koke på svak varme så lenge leveren blir mørk, men ikke kok den for godt, ellers blir den tørr og smakløs.

Server den med polenta, pasta, dumplings eller lignende.



## 71. Sopp «paprikás»

(  Paprikaş de ciuperci / Gombaparikás  )

Denne oppskriften gir bare grunnleggende instruksjoner for hvordan du lager en «paprikás» som ikke inneholder noe kjøtt, fordi vi noen ganger bare ikke vil spise kjøtt. Men vi vil fortsatt spise. Fortrinnvis laget av sjampinjong, kantarell eller annen fast sopp, ikke steinsopp.

### Ingredienser

- ½ - 1 kg av soppblanding. Fersk hvis du kan.
- 1 løk
- Melk, hvetemel
- Salt, pepper, rød paprika
- Bladpersille

Vask soppen, skjær dem i biter størrelse du liker og kast dem i kokende varmt vann i 60 sekunder, ikke mer enn ett minutt.

Ta ut soppene fra vannet, tørk dem.

Finhakk løken og stek det i olje til de blir gylden brune i en stekepanne.

Ha litt svartpepper på, bland sammen og ha soppen inn i stekepannen sammen med løken, ha i litt paprika, og vann, og la det småkoke til all soppen er myk nok.

Lag en jevning av melk og hvetemel, og ha det på soppen, kok det opp.

Smak med salt, paprika og bladpersille, og ferdig.

### Tips

- Anbefaler å bruke kantarell eller champignon, ikke steinsopp



## 72. Stekt svinekjøtt a la Transilvania

(  Carne prajită / Sült hús )

Jo mer ferskt kjøtt du kan få til denne retten, jo bedre blir smaken. Ikke vær redd hvis det er stor fettbit på siden, for etter at fettet har smeltet ut, kan det brukes i andre oppskrifter senere, hvis du bare lagrer det på et kjølig sted i noen dager.

### Ingredienser

- Noen biter av svinekjøtt, gjerne med litt fett på, ca. 250 - 300 gr.
- 2 liten løk eller sjalottløk
- 2-3 båter av hvitløk, knust
- litt svinefett og olje
- salt, pepper

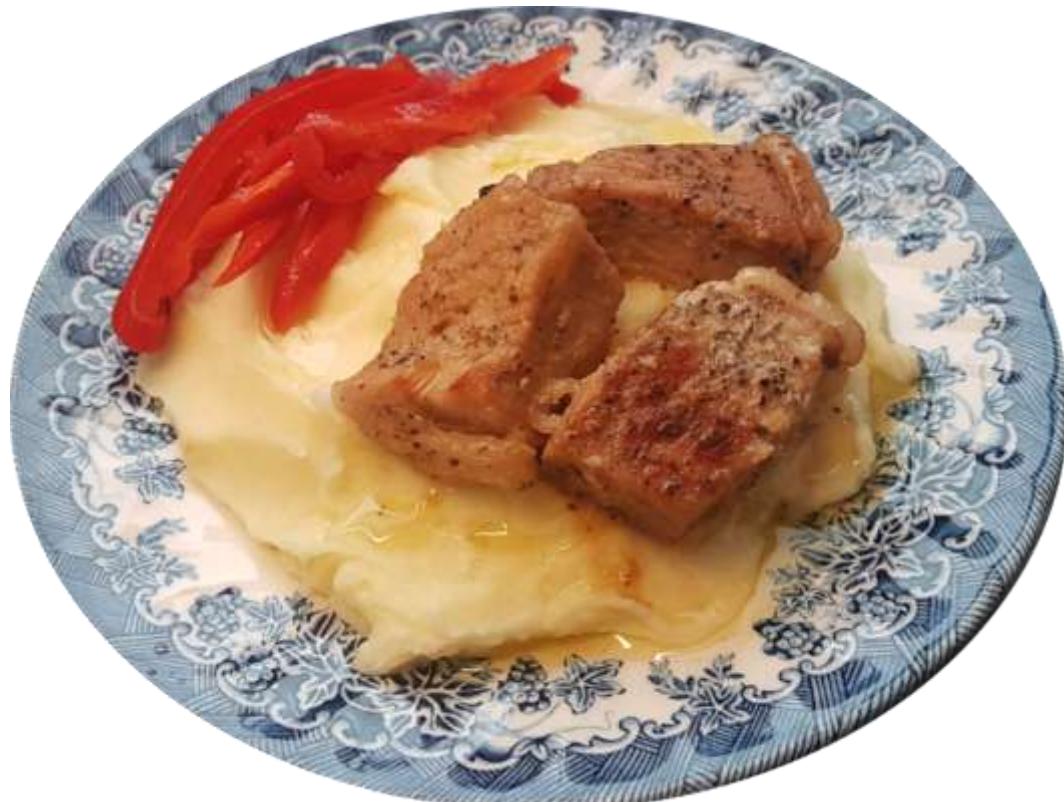
I en gryte med lokk ta inn de svinekjøtt som var kutt i store terninger, de rensete sjalottløkene, og hvitløksbåtene. Smak med salt og pepper, ha på litt svinefett og/eller olje, ha på litt van (nok til å dekke hvitløksbåtene) og sett på komfyren.

Når vannet starter å koke skrur du ned varmen, ha på lokket på gryten, og la det koke helt til du kan stykke en gaffel inn i kjøttbitene.

Hvis vannet fordamper, ha i litt mer vann, og ikke la det brenne. Snu kjøttet noen ganger mens det koker.

Når kjøttet er mykt nok ta av lokken fra gryten, la vannet fordamper, og brun begge side av kjøttbitene, men ikke la de brenne.

Denne rett går veldig fint med potetmos, kokt ris eller kokt poteter. Spis gjerne med sylt agurk eller stekt pepper.



### Tips

- Fettet som blir igjen i gryten etter avkjøling er veldig godt på en brødskive, eller du kan bruke det i stedet for olje når du lager en annen oppskrift.

### 73. Stekt kylling

(  Pui prăjit / Sült csirke  )

Vi har en spesiell oppskrift på kyllinglår som gir deg sprø hud, mykt kjøtt og en mild smak. Det gjøres ikke på grillen, verken med steking i olje, men langsomt stekt i en panne i ovnen din.

#### Ingredienser

- 4-5 kyllinglår med skinn på
- 1 eple, delt i to. Trenger ikke være fersk, men ikke bruk råtne heller
- 2-3 små løk
- 5-6 hvitløksbåter
- Solsikkeolje
- Salt, pepper

Vask kyllinglårene i kaldt vann og sett dem i en jernpanne du ikke er redd for å bruke i ovnen. Hell en god mengde olje på kyllinglårene og krydre dem med salt og pepper.

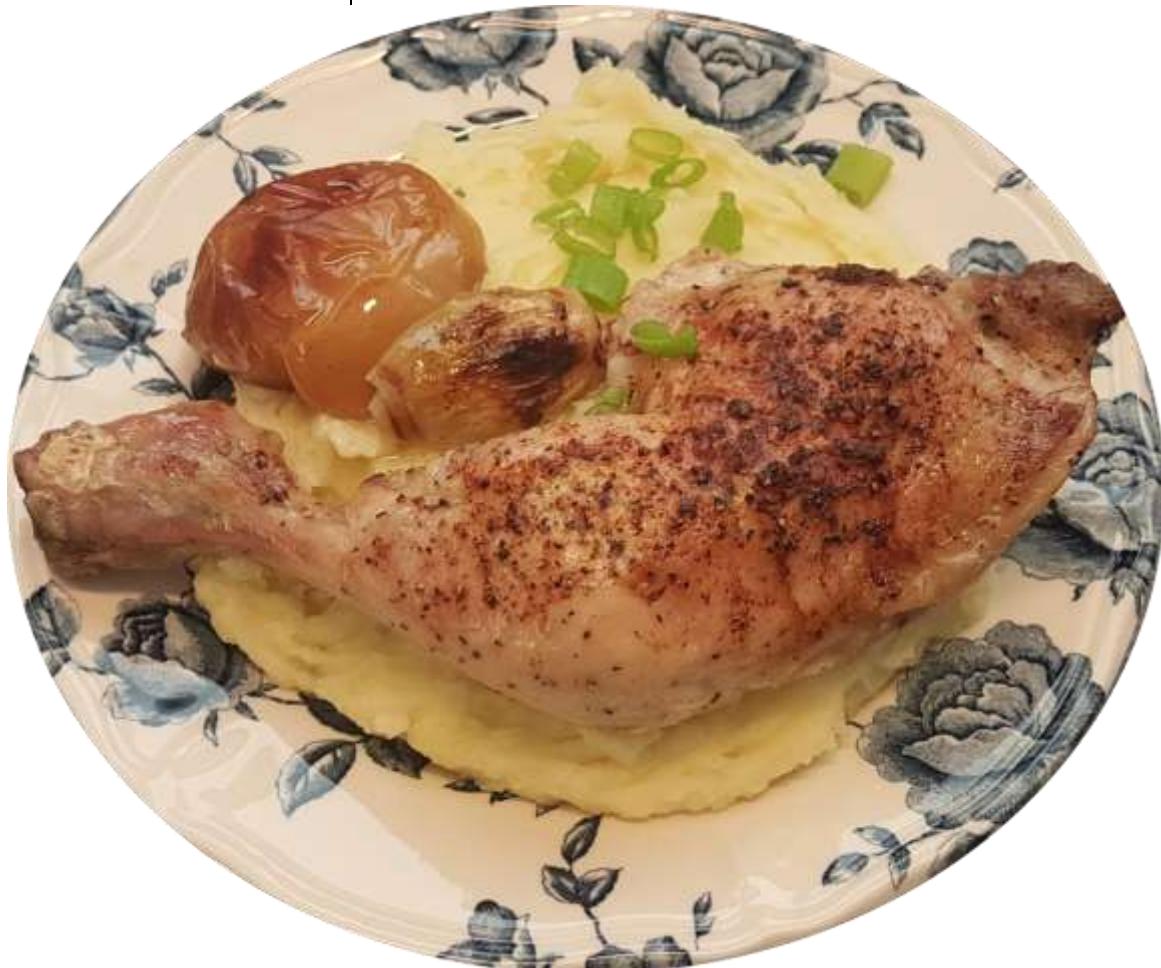
Skjær løken i quart, eplene i to og hvitløken i tykke skiver hvis de er store, eller i to hvis de er små.

Legg hvitløksskivene på kyllingen, resten av løkene og epler ved siden av og ha alt i ovnen på 180 grader. Du kan stikke noen tynne hvitløksskiver under benets hud. Hell litt vann ved siden av kyllinglårene.

Hemmeligheten bak suksessen til denne retten er at du etter 30 minutter med oppkoking må strø med den varme væsken fra pannen på bena minst en gang hvert minutt (bruk en skje) for at de ikke skal bli veldig tørre og til få langsomt en fin sprø og brun hud på toppen av det myke kjøttet.

Steketiden er rundt 45 minutter, eller til du får ønsket farge på bena.

Server med din favoritt side og det stekte eplet og løk ved siden av.



## 74. Székely gulasj

(  Gulaş secuiesc / Székelygulyás  )

Selv om denne maten har samme navn med Sekler-folket, som bor i midten av Romania, og er den største ungarske talende minoriteten i landet, har faktisk denne maten sin opprinnelse i Budapest midt på 1800-tallet, hvorfra den spredt seg til alle ungarske talende områder, og ble lykkelig integrert i kjøkkenet til nabolandene også. Og siden maten er navnet etter en person med familienavnet «Székely», kan jeg ikke oversette det, så det holder slik.

### Ingredienser

- 1 kg. sauerkraut.  
Desverre norsk surkål funger ikke her, du må finne sauerkraut fra Tyskland, Polen eller fra andre Øst Europeiske land, eller lag ditt egen.
- 75 dkg. svinekjøtt i terninger. Det er greit hvis kjøtten har litt fett på.
- 1 stor løk, finnhakket
- Salt, pepper
- Rød paprika
- Spisskummen (hvis du liker)
- Olje

I en stort gryta ha i olje og finhakket løken, og surre løken til den blir myk. Ha på litt kvernet pepper, bland sammen med løk, ha i svinekjøttene, rør godt sammen og la det koke ca. 30 minutter ellers til kjøttet er nesten ferdig.

Ha på litt van hvis det starter å brenne.

Hvis sauerkrauten er veldig sur, sil saften gjennom en sil, trykk at alt saft går ut og vask sauerkrauten noen ganger.

Det er helt greit å drikke saften fra sauerkraut (har mase Vitamin C), eller du kan bruke saften i en andre oppskrift (bare hvis det var ikke surt med eddik).

Nå ha i sauerkrauten, bland samme godt med kjøttene, ha på litt van, spisskummen, rød paprika pulver og koke til sauerkraut er myk, det tar ca. 30 - 45 minutter.

Ved servering ha på litt rømme, og det er ferdig å spise.



## 75. Lagdelt kål

(  Varză de Cluj / Rakott káposzta  )

Denne enkle å lage, men velsmakende surkålmat, bør være din introduksjon til en verden av surkålloppskrifter. For vår grunnoppskrift bruker vi bare en dyp gryte og koker maten normalt på komfyren, men hvis du bestemmer deg for å legge alt i en dyp stekepanne og ha den i ovnen (med en god mengde rømme på), har du øyeblikkelig laget en av de mest ikoniske transilvanske matvarene: Kål a'la Cluj.

### Ingredienser

- rundt 500 gr. kjøttdeig av svin eller storfe eller blanding av denne
- 1 stor løk
- 4-5 hvitløksbåter, knust
- 1 kg surkål
- Ris
- olje, paprika, salt, pepper

### Hvis du liker

- Bacon
- Spisskummen, litt oregano

Hakk løken i veldig små biter, ha dem i en stekepanne med litt olje og litt svartpepper på toppen. Ha et halvt glass ris med tre glass vann for å koke.

Når løkene er brunt, men ikke brent tilsett hvitløken, rør og surre 2 minutter, etterpå ha på kjøttdeigen, rødt paprikapulver (spisskummen og oregano hvis du bruker) og stek dem sammen ved stadig å blande til risen er ferdig (ca. 20 minutter, avhengig av risen).

Når risen og kjøttene er ferdig, i en dyp gryte forbereder du følgende oppsett:

- 1 lag med surkål
- 1 lag med ris
- 1 lag med kjøtt (og bacon på kjøtt hvis du bruker)

Gjenta til det er ingredienser igjen. Det øverste laget må være surkål. Hell litt vann i det, kok opp i 45 - 50 minutter. Ikke la det brenne. Ved servering selvfølgelig må du bruke rømme.



## 76. Fylt kål

(  Sarmale /  Töltött káposzta  )

Dette er muligens den mest komplekse oppskriften vi presenterer i vår bok, men dette er et must å prøve mat for alle som ønsker å oppleve transilvansk mat i sin fulle rikdom. Som hver populær rett har også denne en veldig variert metode for tilberedning, hver familie har sin egen sverget oppskrift. Denne maten er så populær at det til og med er en festival dedikert til den i den lille landsbyen  Praid / Parajd  som arrangeres i slutten av september hvert år, når den årlige sauerkraut er på sitt beste.

### Ingredienser

- Strimlet sauerkraut, ca 1.5 - 2 kg. Du trenger din hjemmelagde, eller fra en kann, dessverre surkål lagt på norsk metode er ikke bra for denne.
- Sauerkraut blader, rundt 10 - 12 hvis du lager en større porsjon. Enten vil du kjøpe bladene fra en butikk, eller så må du lage dine.
- ca 0.5 - 1 kg of kvernet svinekjøtt
- 1 finhakket rød løk
- 10-15 dkg. ris
- salt, pepper
- noen skiver av paprikapølser
- røkt svinekjøtt, i skiver. Det kan bli ribbe, side, knoke. Jo mer variert du har, jo bedre blir smaken.
- Bacon i skiver

### Hvis du liker

- Rødpaprika
- 5 - 6 hvitløksbåter, knust
- 5 - 6 Laurbærblader
- spisskummen

Begynn med å blande kjøttet, risen og løken med salt og pepper. Hvis du bruker hvitløk og paprika, de skal gå inn i blandingen. Når du har en god blanding, la den hvile i 30 minutter, mens du vasker, renser og skjærer i riktig størrelse surkålen. Et råd for den gode størrelsen er at du skal kunne pakke inn fra den kjøttblandingen en liten håndfull kjøtt, og deretter rulle opp uten at den åpner seg igjen. Ca. to ganger størrelsen på håndflatene vil være en god størrelse. Legg på siden noen få blader (å dekke gryten), du skal bruke dem senere.

Når du er ferdig med alle bladene, ta en gryte og legg et lag av bacon skiver på bunnen, et tynt lag av kjøtt på baconen og et lag med finhakket surkål. Legg et lag av pølse skiver på strimlede surkålen. Hvis du bruker laurbærblad, ha de på pølsene.

Nå lag de rullene. Legg på siden av et blad en fin mengde kjøtt, og rull opp, starte fra siden med kjøtt på, i en kort pølseaktig form. Tikk inn kantene, slik at den ikke åpner seg under kokingen.

Når du er ferdig med en rull, legg den på toppen av de pølsene, og gjenta til du er tom for kjøtt eller blader (lag den nye ved side av en andre rull).

Hvis du går tom for bladene, lager du små kjøttboller fra det resterende av kjøttet, og legger dem på siden, bruker vi dem senere.

Nå bør du ha et fint lag med de fylte kårlullene, hvis det er noen hull mellom dem, legg et stykke røkt kjøtt eller en kjøttboller du kanskje har laget imellom.



Legg nå den gjenværende strimlet kål oppå rullene. Hvis du bruker spisskummen, dryss på sauerkraut. Etterpå legg det resterende kjøttet og kjøttbollene på toppen av den strimlede kålen. Hvis du bruker rødpeprika, dryss ent godt porsjon på, og dekk alle til med bladene du har lagt til side i begynnelsen.

Fyll den opp med nok vann til å dekke all kålen, sett på lokket og stek i 2 - 2,5 timer, eller til kålen og kjøttet er ferdig. Ikke glem å legge til en god skvett rømme når du serverer.

## 77. Stekt lever

(  Ficat prăjit / Májflekken  )

Når du lager leverpostei, kan du spare en fin leverskive til denne retten. Det vil ikke skuffe deg. Ikke stek for mye, ellers blir det for tørt.

### Ingredienser

- Svinelever (Eller storfelever, lammelever, kylling eller gåse lever)
- Olje, pepper, salt

Skjær leveren i 1-2 cm tykke skiver. I en stekepanne ha i olje, og når oljen er varmt nok ha i lever skivernene. Stek maks 2 minutter på hver side (hvis de er tykker stek litt mer) og ta de ut fra stekepanne. Smak med salt og pepper nå, ikke før stekning.

Spis nettopp, ikke la det kjøle seg ned ellers blir den stiv.

Hvis du lager denne maten med noen sider (det går fantastisk med potetmos, pommes frites eller kokt ris), anbefaler jeg å tilberede alle sidene, tallerkenene, bordoppsettingene på forhånd, og bare legge disse grillede leverbitene på tallerkenen direkte fra pannen.



## 78. Lagdelte poteter

(  Cartofi franțuzești / Rakott pityóka  )

Til denne maten bruker du enten noen resterpoteter fra i går, eller bare lager en ny porsjon og bruker dem. Føl deg også avslappet om ingrediensene. Hvis du ikke har hvitost, bruk gul en, hvis du ikke har rømme, bruk creme fraiche. Eggene er slags nødvendig. Kjøtt er også valgfritt, bruk det hvis du har / liker, ellers det går greit å bare hoppe de over.

### Ingredienser

- 10 - 15 kokte poteter i skiver
- 5 - 6 hardkokt egg, i skiver
- Hvitost (som feta), gulost, revet ost
- Rømme eller creme fraiche
- Salt, pepper
- Smør, brødsmule

### Det går fint å ha i

- Oliven, paprikapølse, bacon

Ta en brødform, og smør på bunnen og sidene med smør. Rist brødsmuler på smøren. Hvis du bruker bacon, ha et lag av bacon på bunnen.

Etterpå lag i brødformen et lag av poteter. På potetene ha på litt revet ost eller hvitost og rømme, og etterpå et lag av egg. På eggene ha på litt salt, pepper og revet ost, og et nytt lag av poteter på toppen.

Ha på mer rømme, dekk med gulost skiver og ha i ovnen på 180° C ca. 30 - 45 minutter. Hvis du vil bruke noen av de andre «Det går fint å ha i» ingredienser bare kaste dem inn mellom lagene, det er egentlig ingen regel for dette. Det som er viktig er at du på slutten får en god og velsmakende mat.



## 79. Chulent

(  Ciulent /  Sólet  )

En veldig tradisjonell jødisk oppskrift oppfunnet for å omgå de strenge reglene for matlaging på sabbat, som også klarte å få inn et stort utvalg av smak i Shabbat i det daglige jødiske livet i Transilvania eller for dette formålet, uansett hvor de bor i verden. Bortsett fra at inkarnasjonsoppskriften vår er alt annet enn kosher. I Transilvania ble denne oppskriften laget med gåsekjøtt, fylt gåsehals, røkt storfekjøtt. Nå ber jeg deg, fortell meg, hvor finner jeg i Norge alle disse delikatessene?

### Ingredienser

- Ca. 300 - 400 gr. tørre store hvite bønner (100 - 150 gr. / person). Ikke bruk hermetikk.
- 1 løk
- 1 suppeskjे hvetemel
- 2 - 3 hvitløksbåter
- Svinekotelett, 1 / person
- Biff indrefilet, 1 / person
- 5 - 10 røkt baconskiver eller noen andre røkt kjøtt
- Salt, pepper, estragon, basilikum, olje, hvetemel, rømme.

Minst 12 timer før du starter å lage maten ha bønnene i en stor gryte med vann, la dem stå over natten. Hvis du har naturlig røkt kjøtt (dvs. kaldrøkt), ikke kjøtt med kunstig røyksmak, tilsett det i vannet.

Når du faktisk starter å lage maten: finhakk løken, og surr på en god mengde olje til det blir litt brunt. Ha i 1 suppeskjे hvetemel, rør sammen, ha i presset hvitløken og 1 glass van. Kok opp, og fjern den fra varmen når den koker. Ha i bønnene, rør godt sammen. Dryss med de resterende krydderne, legg kjøttkivene på toppen og dekk til med vann, ha minst 5 cm. vann over kjøttet.

Sett gryten i stekeovnen, og stek over lav ild i minst 5 - 6 timer, til kjøttet er mørkt og mykt. Jeg har begynt å tilberede den på 180° C og senket sakte temperaturen til 120° C. Vær forsiktig, at det alltid er væske på bønnene. Når gryten er i ovnen, må du ikke røre denne maten, i stedet gi potten en rask sirkulær risting.

Enten spiser du den dagen du tilbereder den, eller varm den opp i ovnen igjen når du varmes opp igjen.

Og selvfølgelig forvandler en god skje rømme denne maten også til en delikatesse.



## 80. Jegermat

(  Mâncare de vânat / Vadas  )

Denne gamle oppskriften pleide å være laget med vilt, men jakt er ikke lenger en hovedaktivitet i Transilvania, så i stedet for hjort, villsvin og villkanin er de mer kjente variantene av storfekjøtt, svinekjøtt, kylling, og hvorfor ikke, hvis du kan få hendene på, kanin kan brukes til å lage denne oppskriften.

### Ingredienser

- Like mange store kjøttskiver som porsjoner, bruk gjerne storfe, svine, kylling eller kanin
- 10 - 15 gulrøtter
- 1 - 2 pastinakk og persillerot
- Litt selleri, knutekål
- 5 - 6 hvitløksbåter
- 1 liten løk
- Laurbærblader
- Salt, hel pepper
- Sitronsaft
- Hvetemel, olje
- Makaroni, en porsjon for hver kjøttskive

Skrell og kutte opp de grønsakene og ha de i sammen i en gryte med kjøttene du har vasket og renset. Ha i laurbærbladene, 10 - 15 svarte pepperkorn, litt salt og kok til kjøttet blir mykt. Når kjøttet er ferdig ta ut de rotgrønnsakene, sil av vannet, ikke kast, men legg den et sted for å kjøle den ned så raskt som mulig.

Nå er det tid å ha makaroniene til å koke i saltet vann.

Bruk en sil, og mos rotgrønnsakene gjennom silen med en skei. Ikke bruk en mikser, du skal få en krem og konsistensen til maten vil ikke bli bra.

Ha de moste grønsaken tilbake med kjøttene, og varm dem opp på svak varme til du lager en roux med melet og oljen, vær forsiktig at den brenner ikke.

Løs opp rouxen med den kalde kokevæsken, og ha det in i gryten. Bland sammen godt med grønsakene, smak med salt og litt sitronsaft.

Makaroniene skal bli ferdig, del dem opp mellom serverings tallerkenen, ha på en skive av kjøtt på hver og del opp sausen mellom tallerkenen.

### Tips

- Hvis du vil bruke roux fra kjøleskapet koke opp de grønsakskokevannet og løs opp rouxen i den.
- Det går helt greit å steke litt grønsakene og kjøttene før du koker dem. Mer smak skal komme ut som.



## 81. Kylling med gulrot

(  Mâncare de pui cu morcovi / Vetrece  )

Dette er en veldig gammel oppskrift, og ingenting beviser det mer, at det muligens er den eneste oppskriften i boka som trenger ingefær. Du forstår, ingefær forsvant fra oppskriftene våre i løpet av den kommunistregimet, siden det var umulig å finne det i butikkene og det ble nylig oppdaget som en grunnleggende ingrediens, men ikke på grunn av de gamle tradisjonelle oppskriftene, men mye mer i fasjonable moderne oppskrifter du kan finne hvor som helst i verden.

### Ingredienser

- Kyllingbryst, 1 per porsjon
- Til hvert kyllingbryst 1 stor gulrot og en stor løk
- Litt ingefær
- Salt, pepper, olje
- Estragon eddik
- Merian

Skjær kyllingbrystene i fingerstørrelse lange stripere, ha på merian, kvernet svart pepper og litt olje, bland sammen og la det hvile mens du skjær opp gulroten og løkene i lange stripere også.

I et jern stekepanne ha litt olje, ha i kyllingbrystene og stek på sterke varme, til de blir brunt. Ta ut kyllingene, ha i løken og gulroten, og litt vann og småkoke under et lokk til grønsakene bli mykt.

Når de er mykt nok ta av lokken, la vannet fordampe, og ha i stekt kyllingbitene. Bland godt sammen, ha på litt salt og estragon eddik, og servere med kokt ris eller polenta.

### Tips

- Denne maten kan lages også hvis du i stedet for kylling bruker gårdsdagens stekt kjøtt.
- Rester fra i går kan brukes til å lage en grønnsakssuppe med kylling. Ha i mere grønnsaker, kok dem og lag litt jevning med rømmekrem og 1 eggeplomme, smak med sitronsaft.
- Bruk estragoneddik bare hvis du liker den



## 82. Fisk med grønsakker

(  Pește cu vegetale / Tárkonyos hal )

Som du har sagt til nå, er fiskeoppskrifter underrepresentert i denne boken. Årsakene til dette er at det ikke er for mye vannmasser i Transilvania, og definitivt ikke noe hav, bare ferskvann. Det er noen få elver, som er hjem til noen få spesifikke fiskearter (og de er helt sikkert tilberedt på de mest geniale og smakfulle måter i Transilvania), men dessverre er ikke disse fiskene innfødt i Norge (for eksempel europeisk malle) eller vanskelig å finne i butikkene (selvfølgelig hvis du er typen som fisker i innsjøer og elver, kan du støte på dem, for eksempel karpe eller gjedde), så å dele en oppskrift med en fisk du muligens ikke kan lage ville være i beste fall dumt. Det er åpenbart de generiske «ta et stykke fisk og stek den»-oppskriftene, men det er ikke verdt å nevne, så denne fiskeoppskriften vi presenterer her er noe du ikke vil ha problemer med å lage den, fordi du kan lage den med hvilken som helst fisk du liker og kan få hendene dine, til og med en blanding av forskjellige fisker.

### Ingredienser

- 2-3 persillerot
- 2-3 gulrot
- en håndfull erter
- 1 medium løk
- 2-3 stykker av fisk. Jeg har bruk torsk, du selvfølgelig bruker dit favorittfisk
- 1 egg
- Rømme
- 1 suppeskje smør
- hvetemel
- Estragon og oregano
- Salt, estragon eddik

Rens og skjær gulrot og persilleroten på langs. Ha i en gryte ca. i 1 liter klar storfekjøttsuppe (det er ok å bruke bare vann med salt in hvis du ikke har det, eller bare kaste i to terninger av storfebuljong) ha i gulrot og persillerot, løken og en håndfull av grønne erter.

Mens de koker lag en lys jevning (roux) med smør og hvetemel. Når grønnsakene er ferdigkøkt og myk ta grønnsakene ut fra vannet, lag de på din servering tallerken, men la vannet koke fortsatt. Når alt grønnsakene er ute løse opp jevningen i grønnsakene sitt kokevann. Ha i estragon, estragon eddik, oregano, fiskene og kok det opp på svak varme slik at fisken forblir hel.

Når fiskene er ferdigkøkt ta de ut fra kokevannet, og lag fiskene på grønnsakene. Visp eggeplommen med 1 suppeskje rømme, ha de inn kokevannet, kok det opp og ha på fiskene.



# En verden av syltetøy

Hvis i Transilvania pickler vi alle grønnsakene fra hagen, så kan jeg lett si at vi lager syltetøy (eller noe annet, med et høyere nivå av alkohol, som ikke er dekket i denne boken) av alle fruktene som vokser i hage, på trærne, buskene, og noen ganger går vi enda lengre ut i skogen for smakfulle bær. Fra dette synspunktet er det mange likheter med hvordan norske takler fruktene deres (det er klart jeg snakker om å lage syltetøy).

Med ett stort unntak.

Ingen steder i Norge fant jeg hjemmelaget plommesyltetøy. Kanskje jeg ikke søkte nok, eller bare ble jeg ikke invitert til nok hjemmene til at det statistisk sett dukker opp et plommesyltetøy i et av dem. Så jeg bestemte meg for å raskt dele den hjemmelagde plommesyltetøyoppskriften vår, kanskje noen vil være i humør til å lage plommesyltetøy til seg selv, og oppdage hvor velsmakende det kan være.

## Plommesyltetøy

### Ingredienser

- Plommer. Jeg har brukt 1 kg, de var ikke ekstra søte, så jeg har tilsatt ekstra sukker.
- 20 gr sukker (til 1 kg plomme, skal det opp / ned til dine behov)
- 1 ts rom essens eller 1 dl. av velsmakende rom

Vask plommene, skjær dem i to og fjern frøene fra dem, legg dem i gryten du skal koke dem i. Dryss over halvparten av sukkeret du bruker, hell over rumen (hvis du bruker essensen sprer du det jevnt), bland litt sammen, dryss igjen med det resterende sukkeret.

La den hvile noen timer, til og med over natten.

Sett dem på komfyren og la det småkoke langsomt på svak varme i 5-6 timer, eller til du får ønsket tykkelse fra den.

Legg den i en ren krukke, pakk den i noen få tørre klær og håndklær, og la den kjøle seg ned, dette kan ta en dag eller to, avhengig av mengde. Oppbevar det på et kjølig sted, jeg tror ikke dette vil være noe problem i Norge :) Spis på brød, går veldig bra med usaltet smør.

# Side retter

Når du er i Transilvania og får servert en hovedrett, serveres den vanligvis sammen med en eller to tilsvarende sides rett. I hovedretter-delen har vi prøvd å anbefale noen sider som går bra sammen med oppskriftene, og her presenterer vi hvordan du lager dem.

De fleste av disse siderettene er laget av en bestemt grønnsak, men noen ganger er det flott å kombinere noen få i den samme retten. Vi vil gi deg beskjed ved den spesifikke oppskriften.

Vi har i Transilvania en spesiell kategori mat som verken er en suppe eller en lapskaus. Det er enten en veldig tykk suppe, eller en veldig tynn lapskaus. Og den inneholder bare grønnsaker, vanligvis fortykket med roux eller en jevning. De serveres sammen med noen av hovedrettene her i boken, for eksempel stekt kjøtt, men de går også bra på egen hånd, eller med et speilegg. I den andre del av denne seksjonen presenterer vi disse oppskriftene.

### 83. Stekt potet med dill

(  Cartofi cu mărar / Kaprosptyóka  )

Hvis du ikke er forsiktig med denne oppskriften, vil den veldig lett brenne, så ikke bruk høy varme.

#### Ingredienser

- Poteter
- Smør
- Salt, pepper, dill

Vask potetene, skrell og kutt de opp i terninger. Hvis potetene er ferske, det går fint å bruke dem med skrell på. Hvis potetene er små, du ikke trenger å kutte de opp.

I en panne som har lokk ha i ca. 45-50 gr. smør, og smelte det. Ha i potetene, bland samme med smeltet smøren. Ha på lokk, stek 30 sekunder, ta av lokken, bland, og gjenta.

Det er veldig viktig at du blander dem veldig ofte, slik at de ikke brenner, og mellom blanding ha på lokken at de koker myk.

Når du tenker at potetene er ferdig ta av lokken, spre potetene med finhakket dill, og bland hele tiden for de kommende minutt at potetene skal få en gul-brunt farge.

Smak med salt, pepper og ekstra dill.

Denne side rett går veldig fint med stekt kylling, eller noen gryterett med kjøtt som har litt saus på.



## 84. Potetmos

(  Pireu de cartofi / Pityókapire  )

Den grunnleggende potetmosen er en enkel og allsidig rett som kan gå sammen med mange av hovedrettene.

### Ingredienser

- Så mye potet som du trenger, skrelte, og kuttet opp i terningen.
- Salt
- Melk og smør
- Det går fint å ha i også litt Vegeta og/eller litt olivenolje.

Skrell og kutt potetene i terninger. Ha potetene i en gryte (og vegeta/olivenolje hvis du bruker) og kok de i salt vann. Når potetene er mør nok til deg, hell av vannet fra gryta. Ha i smøret, og mos potetene, smøret skal smelte inn i mosen. Bruk en eller to gafler å mose potetene, hvis du har brukt en teflon dekket gryte var forsiktig ikke ta av teflonet fra gryta. Ha i litt melk, mos sammen mer, og gjenta igjen med melken, til du liker smaken.

Som du har observert ga jeg ikke klare mengder av hva som skulle gå i. Bruk magen til å se hvor sulten du er. Smak om du liker det eller ikke. Hvis du liker det mer tynn, tilsett mer melk, hvis du liker det klumpete, ikke mos alle potetene i små biter.

Denne siden går veldig bra med alt som er laget av kjøtt.

### Tips

- Hvis du vil varme gamle potetmos bruk litt melk og varm det på ovnen, ikke i mikrobølgeovn.
- Gårdagens potetmos kan du blande med ett egg, litt hvetemel, lag en myk deig, del i liten potetmos kaker og stek de i varm olje.

## 85. Potet med persilleblader

(  Cartofi cu păstrav / Petrezselymes pityóka  )

Å sprite opp den blande smak av vanlig kokt potet du kan bruke forskjellige teknikker. Dette er muligens det enkleste av alt. Enkelt som en potet. Jeg anbefaler å lage denne retten når du har en hovedrett med en sterk smak. For eksempel stekt lever, eller lignende.

### Ingredienser

- 4 - 5 mellomstore poteter. Mer hvis du er veldig sulten.
- Smør
- Persilleblad
- Salt

Skrell og skjær potetene i terninger. Kok potetene i salt vann. Når de er ferdig ta de ut fra vannet. I en stekepanne varm litt smør og ha i de persillebladene som var finhakket før.

Stek litt de persillebladene, og etter 1 minutt ha i potetene i stekepanne. Maten er ferdig nå.



## 86. Fritert potet med paprika

(  Cartofi prăjiți cu paprika / Rántott pityóka  )

Bare litt mer komplisert enn den forrige oppskriften, den leverer fortsatt full smak av poteter med litt ekstra paprika og stekt løk. Lag den hvis hovedretten er litt på den blide siden av smak.

### Ingredienser

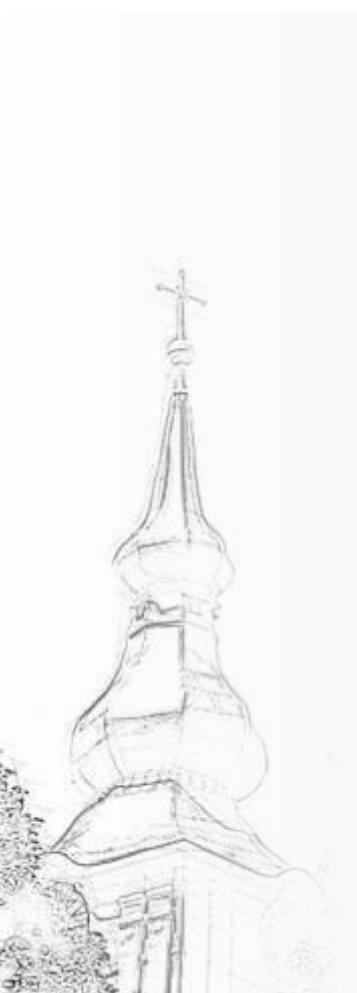
- 1 liten løk, finhakket
- 1 lite grønt av vårløk
- 4 - 5 mellomstore poteter, eller mer hvis du er sulten.
- Olje
- Rødt paprikapulver

Skrell, og kutt potetene i store terninger, og kok de i salt vann. Mens de koker i en stekepanne ha i litt olje og surre de finhakket løken i varm olje til den blir myk, men ikke brent.

Når potetene er ferdig ta de ut fra vannet, og ha de inn i stekepanne. Rør godt sammen med løken, ha på litt rød paprika, rør sammen igjen, og server med litt grønn vårløk skjært fint på topp.

### Tips

- Ikke kast bort vannet fra potetene. Du kan bruke de når du lager en grønnsaksuppe, potetsuppe eller noen annen rett med grønnsaker.
- En enkelt oppskrift hvor du kan bruke gårddagens fritert potet (med paprika) er: kok opp 1 liter vann (eller mer hvis du har masse potet) ha i 1 laurbærblad, noen frossen (eller fersk) grønnsaker, 1 løk, og de potetene fra går, og kok de til grønnsakene er myk. Lag et liten roux, bland det in i suppen, smak med eddik og salt og en ny suppe er ferdig.



## 87. Pommes frites

(  Cartofi prăjiți / Szalmapityóka  )

Jeg tror ikke jeg kan komme med en oppskrift enklere enn dette, så bare for moro skyld, la oss legge den til her fordi jeg tror ikke det er noen der ute som ikke startet kokkekarrieren sin med pommes frites.

### Ingredienser

- Potet
- Olje. Masse solsikke olje.

Skrell potetene og skjær den i tynne staver. Eller skjær de i flate runde skiver. Eller i terninger. Eller, hvis potetene er liten, ha de hel.

Varm opp olje. Noen oppskrifter sier at du skal varme opp til en bestemt grad, men som nevnt i introduksjonen av boken, for oss er matlaging gøy, det handler ikke om å bruke dyre verktøy og transformere kjøkkenet vårt i et kjemilaboratorium. Bare varme det opp. Hvis du ser at den ikke steker potetene varm den mer. Hvis du ser at den brenner poteten eller begynner å lukte, bare løp ned varmen.

Du kan bruke hva som helst gryte, gryterett, stekepanne, for med tiden vil du vite forskjellen. Jeg personlig liker de fleste pommes frites i min halvt hundre år gamle jern 1 liter potte. Finn din favorittgryte, og bruk den til å steke poteter, og bare til denne. Du kan faktisk beholde oljen i to-tre økter med steking med andre dagers forskjell, og endre den når den blir stinkende. Ha i potetene i oljen.

Med en perforert skje lagt av metall snu potetene rundt av og til slik at de ikke fester seg sammen.

Nå avhenger det av hvordan du liker de stekte potetene dine. Hvis du liker dem myke og fuktige, ta dem ut når de er gulaktige og myke til berøring av skjeen, eller du bare kan stikke dem gjennom med en gaffel. Hvis du liker dem mer tørre og sprø, la dem inn mer, til de er gylden brune. Hvis du har et lokk på gryten, blir de mykere, eller blir de sprøere.

Ta dem ut i en bolle, som har et papirhåndkle på bunnen og la renne av oljen godt. Smak med salt, og ferdig. Bare med salt.



## 88. Side av grønne ertter

(  Mâncare de mazăre / Zöldborsófőzelék  )

Der er mer til grønne ertter enn ertestuingen. For eksempel kan du lage en veldig deilig side som går bra med kjøttboller, pølse og bacon eller speilegg.

### Ingredienser

- Grønne ertter, fersk, frosne eller fra konserv
- Olje og hvetemel til å lage en roux
- Bladpersille
- Salt, sukker
- Litt eddik
- 1 teskeje av tomatpure
- Litt smør

Kok de ertene i litt salt vann til de er ferdigkokte. Lag en roux av olje eller bruk kaldt roux du har lagt siste gang, og bland det med ertene. Ha i litt smør og/eller tomatpure hvis du liker, smak med salt, sukker og eddik.

Ha i litt bladpersille og kok det opp igjen.



## 89. Selleri

(  Mâncare de zelină / Zellerfőzelék  )

Dette er en av de matvarene du ikke ville forvente å være så velsmakende som faktisk er basert på utseendet på den. Imidlertid kan denne maten bli en av favorittene dine hvis du liker selleri.

### Ingredienser

- Selleri, ca. 500 gr
- 1 selleristang
- Rømme
- Smør
- Salt
- Estragon og bladpersille

Rensk og skrell sellerien, og grovriv den på rivjern. Vask selleristangen og skjær i tynne biter. Bland de to selleriene med 2 suppeskejer rømme. I en gryte smelt litt smør og ha på selleriene. Kok på lav varm, og noen ganger ha på litt vann.

Når selleriene er mykt, smak med salt, estragon og litt bladpersille.



## 90. Squash

(  Mâncare de dobleci / Tökfőzelék  )

En generisk oppskrift laget av squash, som passer bra med stort sett alt, fra stekt kjøtt, gjennom kjøttkaker til et speilegg. Hvis du ikke kan få hånden på squash, bare bruk zucchini.

### Ingredienser

- 1-2-3 squash eller zucchini
- Dill og oregano
- Eddik
- Hvetemel, olje
- Salt, rød paprika pulver

Skrell og grovriv squashene og ha de koke i et gryta i litt saltvann. Hvis du bruker squash som er mer fast som en zucchini la de koke 15-20 minutter, og for zucchini du trenger bare 10.

Mens de koker, lag en liten mengde av roux fra olje og hvetemel (ca. 1 suppeskje skal bli nok) og når squashen er mykt nok til deg bland rouxen inn i gryta. Ha i rød paprika, litt dill, litt oregano, og kok 5 minutter (Jeg anbefaler å bruke en krydderpose å ha i dill og oregano, slik at du kan ta de ut senere). Smak med eddik, og maten er ferdig.



## 91. Grønne bønner

(  Mâncare de fasole verde / Zöldfuszulyka főzelék  )

Dette vil være som en veldig tykk grønn bønnesuppe, så en overraskelse ... hvis noen gjenstår til i morgen kan du enkelt forvandle den til en ... grønn bønnesuppe.

### Ingredienser

- Grønne bønner, så mye du vil
- En liten løk
- 2-3 tomater
- Salt, sukker
- Eddik

### Hvis du liker

- Persillerot
- Hvetemel, olje
- 1-2 Hvitløksbåter
- Rød paprika

Rens bønnene og bryt dem i fingerstørrelsесbiter. Ha dem i en gryte, hell in et glass vann og kok de opp sammen med løken (og hvitløken hvis du bruker) og litt salt.

Etter 15 minutter ha i tomatene og persillebladene, og kok til bønnene er myke.

Hvis du vil ha det litt tykkere, lag en roux med hvetemel og olje, bland rouxen inn i bønnene, ha i litt rød paprika og kok sammen for 10 mer minutter.

Smak med salt, litt eddik og sukker.



## 92. Spinat

(  Spanac /  Spenót főzelék  )

Alltid barnas favorittmat spinat inntar et spesielt sted i hjertet vårt. Ikke bare at den er full av jern og er den mest sunne maten i kategorien salat, men også foreldrene våre anså en stor seier da den serverte delen av spinat faktisk ble spist.

### Ingredienser

- Spinat, ca. 500gr
- 2 - 3 hvitløksbåter
- Melk, smør
- Olje, hvetemel
- Salt

### Greit å ha i

- Hvitløksblader

I en gryte ha i litt vann, og kok de spinatbladene sammen med knuste hvitløksbåtene og litt salt, til spinatene bli myk. Sil av vannet og skjær opp spinatene i lange tynne strimler.

I en non-stick panne smelt litt smør, og ha på spinatene. Surre noen minutter, mens de surre, lag en liten lys roux av hvetemel og olje, bland det inn i spinatene, kok 5 minutter. Ha i litt melk, ca. 2 - 3 suppeskjeer, og vasket, finhakket hvitløksblader hvis du har funnet noen, kok det opp, og maten er ferdig.



### 93. Bønner

(  Mâncare de fasole / Fuszulyka főzelék  )

Som en veldig tykk suppe, men heller ikke helt en suppe, er dette en solid rett som enten går bra på egen hånd, eller ledsaget av et stykke stekt pølse eller en fin skvett polenta. Eller begge.

#### Ingredienser

- Ca. 250 - 300 gr. bønner
- 1 liten løk
- Bacon
- Olje og hvetemel
- Salt, pepper, eddik
- Bladpersille rømme.

Hvis du bruker tørre bønner ha dem i vann minst 12 timer før du lager retten for å gjøre de gjennomvåt, og ca. 3 timer før du starter å lage denne retten begynner du å koke bønnene i salt vann, og koke de til de er helt mykt. Hvis bønnene er fra hermetikk, bare hopp opp disse stigene.

I en liten gryte ha i bacon i terninger, stek ca. 5 minutter og etterpå ha på finhakket løken. Surre de to sammen 5 minutter, og ha på bønnene og litt vann. Kok sammen ca. 10 minutter, mens de koker lag en liten roux. Bland rouxen sammen med bønnene, smak med salt, pepper og eddik og koke noen minutter. Bruk en gaffel og knus noen av bønnene. Før servering ha på lit rømme og bladpersillene.



## 94. Kål

(  Mâncare de varză / Káposztafőzelék )

Svært lik en generisk kålsuppe, men mer tykkere, gjerne eksperimentere med andre krydder også, ikke bare de jeg nevnte her. Prøv med tomater, spisskummen, i stedet for roux bruker du en jevning av melk og hvetemel, osv. ... Jeg er sikker på at det er en kombinasjon du vil like.

### Ingredienser

- 1 kål
- 1 løk
- 2 ss mel, olje
- Rømme
- Salt, pepper
- Paprika, oregano, dill

Rens og kutt kålen i strimler. Skrell løken, finhakk og stek den deretter på oljen til det bli lysbrun. Trekk til side, dryss litt paprika og pepper, tilsett kålen, salt og hell over nok vann til ikke å dekke til det og kok til kålen er myk. Ha i dill og oregano.

Lag en roux av olje og hvetemel, bland det inn i suppen. Kok opp i 2-3 minutter, og ta deretter av varmen. Server med lit rømme, og det går helt greit med pølser, kjøttkaker, schnitzel, osv.



# I jakten på skjulte mineralvannsperler

Det er noe unikt i Transilvania, og mest muligens i Europa. I den sørøstlige delen, der forfatterens foreldre og besteforeldre bor, er det en så stor overflod av naturlige mineralvannskilder at hver landsby har sitt eget karakteristiske mineralvann. I visse landsbyer kan du finne mer enn en vår, med en helt annen smak. Det unike ved hvert av disse mineralvannene er at alle av dem inneholder forskjellige mineraler, salter og kjemiske forbindelser i veldig forskjellige mengder, og dermed har hver av dem en karakteristisk smak.

Noen er veldig metalliske som å drikke flytende frossent jern, noen av dem er salte, noen av dem har en smak som ikke kan karakteriseres på grunn av den høye kombinasjonen av mineraler i dem, og noen av dem er ganske enkelt ferske.

Noen av disse mineralvannene tappes direkte ved kilden og sendes langt og bredt, ikke bare i Romania, men jeg fant til og med i Norge det karakteristiske «Borsec» mineralvannet. Men de fleste av dem bare strømmer ut fra jorden, og har satt opp lokale fyllestasjoner hvor du kan dra og bare fylle flaskene dine.

Disse mineralvannene er ikke bare et godt inntak av nødvendige mineraler, men har også helbredende egenskaper. Ikke bare ved å drikke dem kan du føle kraften deres, men ved siden av noen av disse kildene samles vannet i små bassenger hvor du kan ta en dukkert, for å kurere revmatismen eller bare glede deg til å sitte i kummer der vannet sprudler rundt deg.

I tilfelle du bestemmer deg for å besøke Transilvania, vil det være et stort tap hvis du ikke kunne prøve minst et av disse mineralvannene direkte fra kilden. En dagstur er mer enn nok for deg å prøve ut minst 4 eller 5 forskjellige, så jeg vil ta deg med til en tenkt tur gjennom åsene i Transilvania på jakt etter mineralvann.

Jeg vil anta at du har satt opp leirbasen din i Brașov, for der har du funnet et fint hotell, vandret gjennom de bittesmå portene i den gamle saksiske byen og nå vil se noe annet. Jeg anbefaler å leie en bil som takler sideveiene også, for noen av disse mineralvannskildene er utenfor allfarvei. Men hei, du vil også ha muligheten til å se den mindre turistiske siden av Transilvania.

Det første stoppet ditt ligger bare 60 kilometer unna i den lille spa-byen  **Covasna** ( Kovászna). Dette er den mest berømte spa-byen i Covasna fylke, og de beste mineralvannskildene er bare i sentrum av byen, virkelig ikke vanskelig å finne, like ved en liten, men stinkende gjørme-vulkan (GPS for mineralvannskilden: 45.845348, 26.169487). Vannet her er friskt, har en behagelig smak og anbefales generelt til daglig bruk.

Den første stopp på vår imaginære tur er en liten landsby som heter  **Malnaș-Băi** ( Málnásfürdő), og vær forberedt på å ha det første sjokket for smaksløkene dine. Det er en berømt mineralvannskilde (kalt Maria) med ekstremt karakteristisk smak jeg vil beskrive som salt møter svovel og sammen treffer de smaksløkene dine (GPS: 46.031521, 25.823655). Vær forberedt, dette



er ikke en smak du forventer av vann. Men ikke bekymre deg. Bare noen få meter unna denne smaksbomben finner du flere kilder, med mer hyggelig smak. Og hvis du er der i sommer sesong, er

det lille bassenget ved siden av fjærene fullt av mineralvann, bare vent på dukkert.



Fortsetter vi turen, og klatter vi opp og nedover fjellene på vei til en bitteliten, tilnærmet ukjent utenfor hjembyen, men uansett hans uklarhet, en usedvanlig smakfull mineralvannskilde i den lille landsbyen **Bățanii Mici** ( Kisbacon) (GPS: 46.117738, 25.706940). Her har vannet en høy prosentandel av jern, det er som å drikke det flytende metallet som kommer fra jordens dyp. Alt er oransje på grunn av det høye

avsetningen av mineraler, og hvis du er modig nok er det flere forvaltede bassenger rundt området hvor du kan dyppe deg i iskaldt mineralvann som kommer direkte fra kilden, hvis du er varm.

Derfra, bare noen få minutters kjøring på fylkesvei 122, og du kommer til en annen bitteliten landsby, som heter **Biborțeni** ( Bibarcfalva), med friskt og rent mineralvann perfekt for daglig bruk. Kilden er på GPS-koordinatene 46.093353, 25.657040, rett ved hovedveien. Landsbyen har også en mineralflaskefabrikk der mineralvann tappes og blir sendt over til butikker over hele landet. Du finner det i butikkene under navnet «Biborțeni».

Videre tar vi fatt på det lengste beinet så langt på reisen vår, og på en naturskjønn rute (ikke glem å telle stork redet du finner på vei, den personen som teller mest vinner) vi kommer til største byen i regionen, kalt **Odorheiu Secuiesc** ( Székelyudvarhely) som er en strålende liten by rundt halvveis på vår dagstur. Etter å ha hatt litt fritid i denne byen (Bruk denne muligheten til å prøve ut de lokale ungarske rettene i regionen på en av restaurantene i byen), bør vi ta turen til GPS-koordinatene 46.334018, 25.271728 hvor du kan finne «Szejke» mineralvannskilden med sin salt-svovelsmak beriket med natrium, kalsium og andre mineraler. Ikke glem å sjekke mineralvannsmuseet og szekler-portene etter at du har smakt på vannet.

Fra dette tidspunktet er det faktisk opp til deg hva du ønsker å gjøre.

## Den lange turen

Det er to berømte steder i nærheten som er verdt å besøke, fordi de har noen severdigheter du bare kan se her og ingen andre plass i Europa, for eksempel et stort saltvann innsjø i **Sovata** ( Szováta) med saltkonsentrasjon på 250 g/kg, noe som betyr at du bokstavelig talt ikke kan synke i den, eller en enorm saltgruve og saltvann strand og spa som brukes til terapeutiske og medisinske formål i **Praid** ( Parajd) i nærheten. Begge av disse er veldig turistiske steder, så i tilfelle du bestemmer deg for å tilbringe en natt her og fortsette din mineralvannstur dagen etter, er det en helt forståelig beslutning. Dette vil også gi deg en mulighet til å prøve ut noen lokale retter, for eksempel stekt fisk, eller litt hjemmelaget gulasj, eller vel, det er opp til deg :).



Hvis du velger dette avslappede alternativet, vil du neste dag ha sjansen til å sjekke ut det mest berømte av mineralvannet i Transilvania, lenger bort i fjellet, gode to timers kjøretur unna i den lille byen  **Borsec** ( Borszék). Her kan du smake på et av de reneste og sterkeste mineralvannene, som en gang var kalt dronningen av mineralvannet i Transilvania, men ikke bare. Det er flere sightseeing muligheter for turisme i området, og generelt er dette en sør liten by å besøke. Mineralvann kildene er på GPS 46.975204, 25.566391 og rundt, bare utforske litt i området. Siden dette var den siste destinasjonen på vår lengre tur, kan du fortsette til neste punkt fra alternativet for kort tur.

### Den korte turen.

Turen fortsetter til en i dag ikke så kjent, men for et århundre siden høyt anerkjent gammel spa-landsby, kalt  **Băile Homorod** ( Homoródfürdő), hvor du vil få muligheten til å smake på et metallisk, salt og sterkt mineralvann fra kilden «Lobogó», funnet på GPS 46.350005, 25.473313. Du kan også slappe av og nyte litt den ville naturen utenfor, ta en matbit og ta en spasertur til de forskjellige mineralvannskildene i området.

Vår neste og siste stopp på denne mineralvannsturen vil være i en liten spa-by som heter  **Băile Tușnad** ( Tusnádfürdő), hvor du igjen vil møte et rent, sterkt og smakfullt mineralvann ved koordinatene GPS: 46.143176, 25.859660, som du også finner i matbutikker rundt i Romania.

Når du føler at du er ferdig her, er det på tide å komme deg tilbake i bilen og kjøre tilbake til basen din, Brașov for nå, hvor du kan ta turen tilbake til hotellrommene dine, etter en dag eller to kjøringer rundt deg fortjener du en flott middag, eller bare for å slappe av med et glass god transilvansk vin.



# Salater fra Transilvania

Salater i Transilvania har ikke samme betydning som salatene i Vest-Europa har. De har aldri blitt assosiert med en naturlig livsstil, og heller ikke med behovet for å spise noe sunt, fordi menneskene som skapte disse oppskriftene bodde og fortsatt lever i harmoni med naturen, de bruker mye tid på å jobbe på åkrene, i skoger, omgitt av natur. Dette harde arbeidet trenger selvfølgelig en god næring, som en salat egentlig ikke kan gi, så salater blir mer brukt som en ekstra smak for å supplementer hovedretten som passer godt til siden, og også som et ekstra inntak av vitaminer og smaker.

Salater i Transilvania er alltid laget med friske grønnsaker, helst fra hagen din, men siden det i Norge ville være vanskelig, er det greit å bruke grønnsaker du kjøper fra din lokale dagligvare. Sørg for å velge de grønnsakene som har mest smak, siden en salat som smaker som vann er litt skuffende.

Salatdressinger er praktisk talt ukjente i Transilvania, det nærmeste du kommer dette er når du heller litt eddik på toppen av salaten din.

Visstnok har moderne smak også endret seg og tilpasset nyere trender, så hvis du går inn på en restaurant og bestiller en salat med creme fraiche dressing, vil du få den.

## 95. Potetsalat

(  Salată de cartofi / Pityókasaláta  )

Potetsalaten kan også betraktes som en side på grunn av sin konsistens, men siden den blandes så godt det beste fra begge verdener, har jeg bestemt meg for å legge den til riket av salater. Hvis du bruker det som en side det går helt fint med schnitzel eller kjøttkake.

### Ingredienser

- 4-5 Poteter
- 1-2 hardkokt egg
- En liten løk, 1 vårløk
- Salt, pepper, eddik
- Svarte oliven

Vask og rens potetene, men ikke skrell dem, og la dem koke i salt vann. Hvis du skreller potetene før du koker dem, mister du en god del av smaken. Sammentidig koke en (eller to) egg også. Det går helt greit å koke dem sammen i de samme gryta. Når potetene (og eggene) er ferdig avkjølt med kaldt vann, skrell dem og skjær dem i tynne skiver. Begge potetene og eggene.

Mens potetene koker rens og skrell en løk, ha løken inn i serveringsplate og ha på litt salt. La det hvile.

Når potetene og eggene er ferdig skjært ha de i en serveringsplate, ha på litt salt, pepper, og bland sammen godt med løken som står der.

Ha på litt van, eddik og noen oliven og vårløk som dekorasjon.



## 96. Agurksalat

(  Salată de castraveti / Uborkasaláta  )

For de som elsker agurker, går denne enkle og friske agurksalaten godt med nesten hver tallerken vi har i denne boken. Eller med den du lager i henhold til din egen oppskrift.

### Ingredienser

- 1 stor agurk
- 1 vårløk
- Salt, rød paprika
- Eddik. Bruk en eddik av høy kvalitet, du vil ikke angre.

Skjær agurkene i veldig tynne skiver. For denne salaten jeg faktisk har brukt en potetskreller. Skjær vårløken i tynne skiver også. Bland de to sammen, og ha på en god mengde salt, ca. 1-2 teskje. La den hvile i 10-15 minutter. Nå, lage små baller av grønnsaker og med hånden klemme ut all mulig grønn væske du kan. På denne måten blir du kvitt de naturlige bitterhetene til agurken.

Ha de små ballene i en serverings plate, bland sammen litt, og hell et glass vann og en anstendig mengde eddik på den.

Ha på litt rød paprika som dekorasjon.



## 97. Salat med sukker

(  Salată cu zahăr / Cukrossaláta  )

Salat er en veldig velsmakende grønnsak, spesielt hvis den er dyrket av deg. Vi har hatt suksess med å dyrke salat i en blomsterpotte, i en stor boks, i et brett, til og med i en skoboks. Det ser ut til at du kan dyrke salat overalt, så det kan være synd å ikke gjøre det. Spesielt hvis du kan lage velsmakende supper med det, eller bare spise det naturlig som i oppskriften nedenfor.

### Ingredienser

- Salat. Hjerte eller isberg.
- Litt god kvalitet eddik
- Sukker, vann

Vask salaten grundig, hakk den i biter i littstørrelse, ha den i et salatbolle, purre litt eddik på toppen, deretter litt vann og dryss med sukker. Og det er det. Egentlig ikke så komplisert.



## 98. Blandet grønnsaksalat

(  Salată mixtă / Vegyessaláta  )

Blandet salatens rolle i det transilvanske kjøkkenet er å være et surt akkompagnement for de tunge og fete hovedrettene for å hjelpe magen i fordøyelsesprosessen. Eller det er i det minste det eldste folk sier om det. Og vi lytter til vår eldste siden de bærer kunnskapen om verden på skuldrene.

### Ingredienser

- En god blanding av grønsaker, som:
- Tomater
- Agurk
- Vårløk
- Reddik
- Paprika (flerfarget)
- Løk
- Isberg/hjerte salat
- Salt, eddik

Vask alle grønnsakene, og begynne med løken. Skjær i skiver, ha på litt salt og la det hvile. Fortsett med agurker og reddikene. Skjær de i skiver, ha de inn i salatbolle og ha på litt salt, bland sammen. Dette vil fjerne den bitre smaken av disse to grønnsakene. Når skjær alle de andre grønnsakene du vil bruke. Trykk litt på agurkene for å fjerne saften, hell av saften og ha i alle grønnsakene i salatskålen. Bland godt, og hell litt eddik av god kvalitet på toppen.



# Desserter

Desserter i Transilvania kan kategoriseres i to hovedtyper: de som er laget i ovnen og de som ikke er. Og selvfølgelig noen få andre kategorier som ikke passer til noen av de hovedkategoriene som desserter kokt, tilberedt, tørket osv.

Imidlertid kan listen over søtsaker være ganske overveldende, i gamle kokebøker er det vanlige forholdet søtsaker kontra «vanlig» mat tre til en, vinnere er søtsaker. Så vi hadde faktisk et dilemma om hvilke oppskrifter man skal ta med i betrakning at vi verken er bakere, eller har vi alt det fine utstyret du trenger for å lage en skikkelig kake fra Transilvania, og vi har heller ikke tid, ressurser og erfaring til å eksperimentere ut alle oppskrifter som passer nordmenns smak.

Så i boken kom et utvalg oppskrifter som forfatteren har hatt glede av mens han vokste opp blant åsene i Transilvania, og som er enkle å lage, slik at du ikke blir redd. Alle de festlige kakeoppeskiftene, torter, kremer, kaker gjorde det dessverre ikke i denne boken, men ikke alt håp er dødt. Kanskje det vil være en bok dedikert helt til transilvanske kaker, torter, kjekser, pynter, kompotter, og alle de andre søtsakene som ikke var laget i denne boken.

Når du leser oppeskiftene, vil du se at noen av kakene krever håndtering av en stor og hard kjeks som kakeark. Disse må bakes på en flat overflate, for eksempel bunnen av en langpanne (Ja, snu langpannen, opp ned). Og ikke bekymre deg, det er ikke så skjørt som det ser ut, men uansett håndter det med forsiktighet.



## 99. En nesten smultring

(  Gogoaşe / Pánkó  )

Denne klassiske oppskriften på hjemmelaget smultring er både enkel og velsmakende. I midlertid er dette en grunnoppskrift uten fylling, hull i midten eller andre fancy ting. Det kan være lurt å endre det i henhold til dine behov, for eksempel ved å servere med syltetøy, tilsette glass, strø det med strø. Vi i Transilvania koser oss bare med smultringen vår, som faktisk er ikke en ring, men en veldig luftig bolle.

### Ingredienser

- 250 gr. hvetemel + litt til elting
- melis
- litt salt
- 1 egg
- 2 suppeskjeer solsikkeolje
- ca. 20 - 25 gr. ferskt gjær + 1 teskje sukker
- 1 dl melk + 0.5 dl van

Ha gjæren i varm melk (ca. 37 C) sammen med en teskje sukker, rør godt, la den hvile til den begynner å stige. Bland sammen hvetemel, egg, 2 suppeskjeer solsikkeolje og litt salt, ha i gjæren (med melk) og lag en deig. Elt i minst en halv time, eller til hendene dine er rene for deigen (ikke juks, ikke vask dem, ellers blir ikke smultringene dine bra). Dekk til med en ren duk og la den stå på et varmt sted i 1 - 1½ timer. Den skal nesten doble størrelsen hvis du har gjort alt riktig.

Bruke en deigpinne og strekk deigen i en ark, ca. 7 mm - 1 cm tykkelse. Bruk en rundt pepperkakeform (for de store bruk en med 6 - 7 cm diameter og for de mindre en med 3 - 4 cm) og skjær ut smultringene. Elt restene mellom sirklene, strekk igjen og lag mer smultringer.

Dekk smultringene til med en ren duk og la dem stå på et varmt sted i 30 minutter. Stek dem, først oversiden ned, og rull dem deretter i varm olje (ca. 170 C) til begge sider er fine og brune.

Nyt den med litt melis på, eller med syltetøy, eller andre søte dingser.



## 100. Eplekake med marengstopping ( Prăjitură de mere spumoasă / Habos almástészta )

Et annet fint eksempel på livet til et eple etter at det har falt ned på treet, havner på kjøkkenet ditt og blir modent nok til å bli spist. Eller å ha i en kake.

### Ingredienser

- Ca. 8-10 store modne epler
- 300 gr. hvetemel
- 130 gr. smør ved romtemperatur
- 1 teske bakepulver og sitronsaft
- 4 suppeskjeer söt (hvit)vin (jeg anbefaler Tokay, en söt dessertvin fra Ungarn)
- 4 egg.
- 200 gr. melis
- Ditt favoitt syltetøy
- Litt sukker, kanel hvis du liker det

Beløpene nedenfor er for en langpanne ca. 20x30 cm. Hvis du har en større langpanne, kan du øke mengden. Da kan du gå opp til 500 gr. mel med 250 gr. med smør, ved å holde alt annet likt, hvis du trenger mer mykhet etter det, tilsett et ekstra egg, litt ekstra vin til du får den konsistensen du kan jobbe best med.

Start med å skill 3 av eggene, og ha det hvite i en bolle.

Bland sammen hvetemel med smør. Ha i eggeplommene fra de 3 eggene og nok 1 egg, bland sammen godt, lag en fast deig. Ha i 1 teske av bakepulver, og på bakepulveret litt sitronsaft. La de to jobbe sammen i noen sekunder og bland igjen. Tilsett nå gradvis 4 suppeskjeer av hvitvin, ved å holde deigens konsistens fast, men ikke hard. Lag en god og fast deig som du ville gjort for et brød. Nå del det i to like store baller.

La bollene hvile noen minutter (rengjør eplene i mellomtiden og start ovnen på 190 C), og ta deretter den første og med en deigpinne lag en ark av deigen, ca 20x30 cm. Bak den på en bakeplate (eller på bunnen av din langpanne hvis du har ikke bakeplate), det skal ta rund 10-13 minutter. Når du ser at det blir lyse brunt ta det ut av ovnen og legg den til siden, du vil bruke den senere.



Nå lag en deigark med samme størrelse som før, men denne gangen må du bake det inn i langpannen din.

Mens deigarkene bakes kan du skrelle eplene (men hvis du har ferske og fine epler fra hagen din er det bare å hoppe opp på stigen) og grovrv eplene på et rivjern i en stor bolle. Bland eplene med litt sukker (1 suppeskje skal være nok) og litt kanel hvis du liker det.

Når den andre deigarken er ferdig ta ut langpannen fra ovnen, men la arken ligge i og ikke slå av ovnen.

Ta en håndfull epler fra bollen med eplene, og press saften ut fra den håndfullen med epler med hendene i en egen bolle. Ordne de tørre eplene på arket i langpanne, og sakte dekk hele arket med epler.

Når det ikke er flere epler igjen, legg det andre arket oppå eplene. Dekk arket tynt med din favoritt syltetøy. Visp eggehvitene til massen begynner å bli skummete og litt hvit, og tilsett 200 gr. av melis. Lag en stiv skum, og legg alt på syltetøyet.

Ha kaken tilbake i ovn ca. 10 minutter eller mer, til skummet på toppen begynner å tørke ut og sprekke. Kaken er ferdig nå, du kan spise den når den blir kald.

## 101. Klassisk eplekake

(  Präjitură de mere / Almástészta  )

En standard eplekake, ikke for vanskelig å lage, ikke for lett å oppbevare til neste dag, veldig velsmakende og myk. Jo flere epler du har, jo bedre blir smaken.

### Ingredienser

- ½ kg hvetemel
- 250 gr. smør på romtemperatur
- 2 egg
- ½ dl. melk
- 1 pakke fersk gjær
- litt sukker
- 1 - 2 kg. epler
- kanel

Ta eplene og rengjør dem, og hvis de er gamle, skrell dem, kutt ut brune ujevnheter og grovrv eplene med et rivjern (på det største hullet). Når alle eplene er ferdig rivde, bland dem med litt kanel hvis du liker, en teskje sukker og la dem hvile i fred til du jobber med den andre delen av kaken.

Ha i gjæret i varm melk sammen med 1 teskje sukker. Rør inn gjæret til den er helt oppløst. La blandingen stå til gjæret begynner å skumme kraftig (5 - 10 minutter). I mellomtiden bland smøret med hvetemel. Bland gjær-melk sammen med hvetemel og eggene, og lag end deig. Del deigen i 2, og ved å bruke en deigpinne strekk den første delen av deigen i en ark, ca. 2 mm. tykkelse. Smør med litt smør på bunnen av en stekepanne, ha i ca. 1 suppeskje hvetemel og dekk bunnen med et veldig tynt lag hvetemel.

Legg den første arken i stekepanne. Hvis arken er større enn din stekepanne ikke få panikk, bare kutt av sidene med en kniv.

Nå, vask hendene, og ta de rivde eplene og klem all saften fra dem med hendene, en håndfull revde epler om gangen. Legg den pressede eplemassen på den første deigen som ligger i pannen, ta den neste håndfullen av epler og gjenta.

Ditt virke er å dekke det første arket av deigen med et tykt lag med epler, ca. 1 - 1½ cm tykkt. Når du har dekket hele arket bruk igjen deigpinnen din og strekk den andre del av deigen i en annen ark, ca. 2 mm tykkelse. Strø eplene med litt sukker.

Lag den andre arken på de eplene, og ved å bruke en gaffel lag flere hull på den arken på topp (slik at dampen fra eplene kan komme ut).

Ha i i stekeovnen, og stek på 180C ca, 30-45 minutter. Når ferdig ha på litt melis, og ikke spis det varmt.

#### Tips

- Som du har observert, spesifiserte jeg ikke hvor stor pannen din skulle være. Hvis du har igjen litt deig etter at kaken er ferdig, bare hold den i kjøleskapet, og lag en annen porsjon på en dag eller to. Mengdene jeg har spesifisert er vanligvis nok til en langpanne 30x40, men siden jeg ikke vet hvor mange epler du har, ikke vær redd for å tilpasse denne oppskriften slik at den passer til pannen din.
- Ikke kast eplejuicen du har presset ut, den er 100% naturlig og veldig god. Bare drikk det.



## 102. Rask eplekake

(  Prăjitură de mere ușoară / Szimpla almástészta  )

Den enkleste av de tre eplekakene vi presenterer her, trenger ikke noe ark, bare en rask blanding av ingredienser, så er du klar om et minutt. Ok, ikke bokstavelig talt.

### Ingredienser

- 4 egg
- 1 pose vanilje sukker
- 1 pose bakepulver
- 5 suppeskjeer hvetemel
- 1 teskje rom
- 10 suppeskjeer melk
- litt salt og sitronsaft

### Fylling

- 1 kg eple
- 2 suppeskjeer sukker
- kanel hvis du liker

Bland eggene med vanilje sukker, 2 suppeskjeer melk, litt salt og 4 suppeskjeer hvetemel.

Ha i bakepulveret, med litt sitronsaft på, rør godt og bland i dem resten av ingrediensene og bland til du har en deig som på konsistens ligner på pannekakedeig.

Hell halvparten av deigen i en panne og ha det i ovnen 3 minutter.

Ta den ut av ovnen og grovriv 1 kg eple på. Strø over to skjeer sukker, litt kanel hvis du bruker, hell på resten av deigen og ha kaken tilbake i ovnen.

Bak til det blir fint brunt, ta ut, ha på litt melis. Serveres varm.



## 103. Sitronkake

(  Präjitură cu lămâie / Citromszelet  )

Dette er en veldig gammel oppskrift, men den tar ikke bort fra at dette er en av favorittkakene våre. Husk at kremen skal være surere enn söt.

### Ingredienser

- Til arkene
- 250 gr. hvetemel
- 80 gr. romtemperert smør
- 60 gr. sukker
- 4 suppeskjeer melk
- 1 egg
- 1 teskje bakepulver + litt sitronsaft på

### Sitronkrem

- 3 dl melk
- 3 suppeskjeer hvetemel
- 200 gr. romtemperert smør
- 200 gr. melis
- revet skall av 1 sitron
- saft fra 1-2 sitroner

Lag først arkene. Bland sammen hvetemel, smør, ha i eggene og sukkeret, og bland godt. Ha i 1 teskje bakepulver, ha litt sitronsaft på bakepulveret, og bland godt igjen. Ha i de 4 suppeskjeene av melk, og hvis du trenger mer melk å ha en deig du kan rulle ut lett bare bruk mer.

Del deigen på tre identiske størrelser, bruk deigpinne og lag 3 arker, hver ca. 30x24 cm. Bak arkene på en bakeplate eller på bunnen av en langpanne.

Nå kan du lage sitronkremen. Ha i 3 suppeskjeer hvetemel i 3 dl. melk, kok det opp mens du rører det samtidig at den ikke få klumper. La det avkjøles (ha gryten i kaldt vann hvis du har ikke så mye tid).

Bruk end håndmikser og lag en krem av 200 gr. smør og 200 gr. melis. Rør inn revet skall av 1 sitron. Når melken er helt kald bland i smørkremen, og saft fra 1 eller 2 sitroner. Når du smaker på kremen skal den være behagelig sur, ikke söt, det er derfor jeg ikke vet hvor mange sitroner du skal ha dem siden jeg ikke kan smake på sitronene du har.

Del kremen i 2, og smør de på de arkene du har lagd før (smør den første arken, ha krem på den første arken også ha på den andre arken, smør den andre, legg på den tredje, det er ikke rakettvitenskap).

Nå kommer noe viktig: du kan ikke spise denne kaken i dag. Den må hvile minst over natten, så lag på kaken en tung slakterblokk, og la det hvile i en kald plass. Å finne en kald plass i Norge skulle ikke være noe problem.

Neste dag skjær det opp i firkanter, ha på litt melis og kaken er ferdig.



## 104. Linzer cookies

(  Linzer / Vaníliás koszorú  )

Muligens den enkleste av kakene du baker i ovnen er denne gamle tiden klassiske oppskriften på linzer. Kanskje opprinnelig fra Østerrike, det spredte seg i imperiet for mer enn hundre år siden, og ble raskt assimilert i kjøkkenet til alle som bodde der. Den gode delen er at den er veldig velsmakende og enkel å lage. Den dårlige delen er at den har en tendens til å forsvinne veldig stille fra platene.

### Ingredienser

- 30 dkg mel
- 20 dkg smør
- 10 dkg pulverisert sukker
- 1 egg.
- Rivet skall av 1/2 sitron

Skill eggeplommen fra eggehvitene.

Hell melet i en bolle, tilsett smøret og bland sammen. Hell i eggeplommen, melis og revet sitronskall og bland sammen igjen med raske bevegelser. Fra deigen lag en stor bolle, og ha det i kjøleskapet minst 1 time.

Bruk en deigpinne og strekk deigen, ca. 0.1 - 0.2 cm. tykkelse. Bruk en rundt, stor pepperkake form og kutt ut store sirkler fra deigen. Når du har kuttet ut alt, legg dem trygt på et flatt underlag, samlet all resten av deigen og gjenta prosedyren. Når du ikke har mer deig igjen ved bruk av en liten pepperkake form, og kutt hull i halvparten av de store sirklene. Bruk den nylig oppnådde deigen til å lage flere kaker (med hull også).

Pisk litt eggehvitene.

Legg kakene på en bakeark i en langpanne, smør de med hull med eggehvitene. Stekes i en forvarmet ovn på 170 grader i 15 - 20 minutter til de er gylden brune.

Ta de ut fra ovnen, la dem avkjøle, og lim den sammen med syltetøy, på toppen skal være den med hullet på. Vær forsiktig, denne kaker smuler seg.



## 105. Pretzel

(  Covrigi /  Sósperec )

Pretzel er en del av hverdagen i Transilvania, og alle aldre favoriserer det enten som en liten matbit, som frokost eller begge deler. Du kan finne mange varianter, noen med sesam, noen med salt, noen med valmuefrø, noen med noe annet. Denne oppskriften er den grunnleggende «Salt kringlen», fra dette tidspunktet kan du variere den som du vil.

### Ingredienser

- 500 g hvetemel
- 1 glass / 250 ml melk
- 7 g gjær
- 1 ts sukker
- 2 ts salt
- 3 ss matolje
- 1.5 ss natron
- 1 egg

### Dekorasjon

- Havsalt, valmuefrø, solsikkefrø eller sesamfrø
- kvernet valnøtter
- revet ost

### Saltkrem

- 4 ss hvetemel
- 2 ss salt
- vann

Ha gjæren i varm melk og en skje sukker, rør godt, la den hvile til den begynner å stige. Bland gjæren (med melk) sammen med hvetemel og olje, og lag en hard, men fleksibel deig. La det hvile 10 minutter, og etterpå del i så mange deler, så mange pretzler du vil lage. Kjevle dem ut i ca. 60 cm lange stenger, og brett dem deretter inn i pretzelform.

I en stor gryte ha i vann og natron, og kok de opp. Ha i pretzlene, en om gangen og koke hver i 30 sekunder. Ta de ut fra vannet og la dem hvile 15 minutter. Mens de hviler lag salt kremet: bland sammen 4 ss hvetemel med 2 ss salt, og nok van o få en krem som er tykk som rømme. Etterpå pisk eggene og spre pretzlene med dem.

Hvis du vil ha noen dekorasjon på de nå er det tid å ha på.

Stek pretzlene i forvarmet ovn på 200C ca 10-15 minutter ellers til de bly gylden brunt. Hvis du vil ha på saltkrem, ta pretzlene ut etter ca. 10 minutter (når de er ikke gyldenbrun ennå, men nærmere de seg), ha på saltkrem (bruk en liten skje) og ha pretzlene tilbake i ovnen for noen få minutter, ikke mer en 5.



## 106. Valnøttkake

(  Cozonac cu nucă / Dióskalács  )

Selv om dette i Transilvania regnes som en tradisjonell påske og julekake, er det ingenting som hindrer deg i å lage den for eksempel halvveis, hvorfor ikke i august. Jeg anbefaler å bruke alt på romtemperatur, så ta dem ut fra kjøleskapet to tre timer før du begynner å lage kaken.

### Ingredienser

- 600 gr. hvetemel
- 100 gr. smør på romtemperatur
- 60 gr. sukker
- 4 dl melk
- 1 pakke gjær
- 4 eggeplomme
- 2 teskje sitron eller appelsinskall, revet, blandet med 1 teskje sukker
- 1 pakke vaniljesukker

### Valnøtt krem

- 120 gr. valnøtter
- 100 gr. sukker
- 2 eggehviteter

Varme opp 2 dl. melk (bare litt, ikke koke), tilsett en teskje sukker og smuldre inn gjæren. Mens du venter på gjæren å stige opp bland sammen hvetemel med den myke smør, 3 av de eggeplommene, vaniljesukker og revet sitron eller appelsinskall. Når gjærene er ferdig bland in, ha i sukkeret og bruk den andre 2 dl. melk å gjøre en god deig. Elt deigen godt. Hvis den skiller seg fra hånden din den er ferdig, form den til en bolle, dekk den og hev i ca. 40 minutter.

Mens deigen hviler lag valnøtt kremen. Kverne valnøttene hvis du ikke har kjøpt kvernet valnøtter. Hvis du ikke har valnøtt kvern bruk en mixer.

Pisk de 2 eggehvitene til massen begynner å bli skummete og litt hvit, og tilsett 120 gr. sukker. Lag en stiv skum. Bland de kvernet valnøttene inn i skum og bland godt sammen.

Når deigen har nesten dobbelt på størrelse, elt den igjen, og etterpå bruk en deigpinne og strekk deigen på en melet overflate ca. 0.5 cm tykk.

Påfør valnøtt kremen på deigarken, og rull det opp. Ha det i en lange brødform panne, visp den siste eggeplomme, og smør toppen med eggeplommen. Sett i en varm ovn og stek til den blir fin brun på 170 grader på omtrent 35 minutter.



## 107. Cottage cheese boller

## ( Gălușcă cu prune / Tehéntúró gombóc )

Dette er en av de lurste dessertene fra denne boken. Du forstår, alt avhenger av forholdet mellom egg og semulegrym om det vil komme ut som en delikatesse eller en katastrofe. Den skal visstnok være luftig og luftig, men samtidig skal den være hel. Ingen bekymringer, etter noen få forsøk vil du kunne lage en du kan spise med hendene. Til da er det bare å bruke en skje. Hvis det er en.

### Ingredienser

- 250 gr. cottage cheese
- 2 egg
- 30 gr. smør  
(romtemperatur)
- 1 klype salt
- ca. 50 - 75 gr.  
semulegrym
- olje
- ca. 50 gr. brødsmuler
- litt sukker

Finhakk eller mos cottage cheese med bruk av en gaffel sammen med smør, litt salt og eggeplomme.

Eggehvitene slås til et hardt skum og blandes sammen med ostemassen og semulegrym. Lar det stå i kjøleskap i omtrent 1 time.

Koke opp masse vann med litt salt. Først må du prøve med en bolle i vannet: danner en eggstor bolle fra deigen med våte hende og ha den inn i kokende vannet (bollen, ikke hendene dine). Hvis det faller i biter under eller etter koking, tilsett mer semulegrym. Det vil ikke være så luftig lenger, men det vil holde sammen.

Når du har den riktig konsistens, og kast bollene i kokende vannet. Koke ca. i 10 minutter til det er mykt, på moderat flamme.

Stek brødsmulene i litt olje, ta ut bollene fra vannet og rull dem i stekt brødsmulene. Før servering ha på litt sukker og ferdig.



## 108. Plommeboller

## ( Gălușcă cu prune / Szilvás gombóc )

En typisk øst-europeisk rett som er til stede i nesten hvert av landene i området, med oppskrifter som skiller seg fra region til region, men de klarer alle på en eller annen måte å få frem det beste fra plommer.

### Ingredienser

- ca. 20 modne plommer
- 1 kg. små potet
- ca 30-45 dkg. hvetemel
- sukker, kanel, salt
- smør, brødsmule

Vask plommene. Hvis de er store skjærer du dem i halv, fjern frøet. På hver av halv plommene legger du en teskje sukker (med litt kanel hvis du liker kanel), og legg deretter alle plommene i ro. Hvis de er små, bare fjern frøene, men la plommene ellers være intakte og fylle de med sukker (og kanel hvis du liker).

Hvis du ikke eier en potetpress renns og skrell potetene, kutt dem i terninger, og ha dem i en gryte, ellers ha potetene med skinn på i gryten. Kok potetene i vann med litt salt til de er myk.

Ha en stor gryte på ovnen og la koke vann inn i. I en stekepanne ha i smør, smalte det og ha i brødsmulene. Bland ofte slik at de ikke brenner.



Ta potetene ut av vannet, hvis de er i terninger mos dem med en gaffel, ellers skrell dem og bruk potetpressene å mose dem. Potetene må bli varmt når du gjør det, og du må jobber veldig raskt fra nå av.

Bland sammen potetene med hvetemel å få en deig som er ikke myk, heller harde. Bruk en deigpinne og strekk deigen, ca. 0.5 cm. tykkelse. Skjær deigen i firkanter så stor at du kan sette en plomme i midten, sette en plomme i midten, og brette sidene opp og lag en kule, vær forsiktig så du ikke har hull i dumplingen, ellers vil sukkeret renne ut.

Når kulen er ferdig ha det i det kokende vannet. Kast i en om gangen, slik at vannet ikke slutter å koke. Flytt den litt i vannet, slik at den ikke fester seg til bunnen.

Ok, følgende trinn må gjøres parallelt, så med mindre du kan vokse ekstra hender, må du bevege deg veldig fort for ikke å brenne brødsmulene, for å holde vannet kokende og ikke la deigen avkjøle.

Når du lager de neste dumplingene, må du også sjekke det kokende vannet i gryten med dumplings i den. Når du ser at en dumpling har steget til overflaten, fjern den med et skimmer (en stor skje med masse små hull i den) og sett den i pannen med brødsmulene, flytt den rundt der inne slik at brødsmulene dekker den helt og fjern den derfra, legg den i en bolle der du har tenkt å servere dem. Ikke la den ligge lenge i pannen. Ikke bruk skimmeren til å flytte kløven i



pannen rundt, brødsmuler holder seg til den, og du vil ikke ha brødsmuler i det kokende vannet.

Og gjenta så lenge du har plommer eller deig igjen. Hvis det er

Når alle dumplingene er ferdig strø dem med litt sukker (ikke melis), og server dem på stedet.

Denne maten er så populær i Transylvania at du kan kjøpe en jvn på siden av veien fra spesialiserte selgere. Verdt å prøve ut og sammenligne smakene til hver enkelt.

#### Tips

- Hvis du synes det er vanskelig å jobbe med varme poteter, la dem kjøle seg ned, og bruk et egg for å gjøre deigen klissete.
- Hvis du har laget en stor mengde deig, bare jobb på halvparten av den, hvis den andre delen blir kald, tilsett et egg og bland igjen
- Hvis du har lagt for mye og kan ikke spise de, det går helt greit å ha de i en fryser.
- Hvis du ikke liker plommer det går helt greit å bruke aprikos.
- Hvis det ikke er sesong for plommer, kan du bruke fra en konserv.
- Det går helt greit å bruke syltetøy istedenfor plommer
- Noen oppskrifter sier at du kan blande brødsmulene med sukker og kanel, prøve det, la oss få vite hvordan det fungerer



Favoritten til alle barn (og ikke bare) er veldig lett å lage, og det krever ikke for mye arbeid. Det er perfekt for en regnfull morgen ... eller faktisk når du foretrekker å fortære dem.

#### Ingredienser

- 1/2 kg. hvetemel
- 2, 3 eller 4 egg
- bitte litt salt
- melk
- vann med kullsyre  
(original Farris )

Du starter med å blande sammen eggene med hvetemel, og når du har blandet litt setter du en kopp melk. Så blander du helt til det ikke er noen klumper. Hvis du hvil kan du sette oppi en stor skje med smeltet smør.

Så tømmer du bit for bit Farris (ikke for mye samtidig) og rører sammen, sånn at det ikke er noe tynn heller ikke tykt. Mens du lager røren, kan du prøve å steke noen pannekaker med flere tykkeler av røren, se hvilken du liker mest. Du kan steke pannekaken i en stekepanne, med litt smeltet smør, og nyte den med syltetøy. Favoritten vår er kirsebær eller bringebær syltetøy.

#### Tips

- Bruk litt kruskakli sammen med hvetemel, det vil gi mer konsistens til pannekakene.

#### Varianter

- En lokal variasjon er at du blander pannekakerøren med grovrevet eple, kanel og sukker.
- Foruten den typiske, som fylling du kan bruke:
  - Finhakk 200 gr. kål, ha på litt salt og la det stå. Stek på litt olje en liten løk, finhakket i terninger. Press ut vannet fra kålen, ha på løken og stek sammen til det blir brun. Ha på litt svart pepper og paprikapulver, smak med salt.
  - Kok 200 gr. spinat, og når de er ferdige mos dem gjennom en sil. Bland det med 1 eggeplomme, salt, pepper og skummet av vispede eggehviteter. Fyll pannekakene med den blanding og ha i ovnen (200C) ca. 20 - 25 minutter.
  - Bland 125 gr. cottage cheese med 1 eggeplomme, litt sukker, noen få rosiner og vispete eggehvitene. Ha i ovnen.
- Pannekake tort med ris: Lag tykke pannekaker. Bland en god porsjon av risgrøt med smeltet smør, 4 eggeplommer blandet med litt sukker, og 3 vispet eggehvitene. Del i 3. Lag torten: En pannekake, risgrøt blandet med bringebærsyltetøy, pannekake, risgrøt blandet med sjokoladepulver, pannekake, risgrøt blandet med sitronskal blandet med sukker, Gjenta så lenge du har pannekaker og ris. Pannekake på topp. Visp den siste eggehvitene med melis, når skummet blandet med aprikos syltetøy, ha på toppen.

## 110. Stekt pannekake

(  Plácinte umplete / Kőttes palacsinta  )

I likhet med klassisk og verdensberømt ungarsk mat, kalt «Lángos», men ikke akkurat som den du forventer å kjøpe fra en gatemat-leverandør, siden den transilvanske versjonen er fylt med ost, rullet opp og deretter stekt.

### Ingredienser

- 400 gr. hvetemel
- 20 gr. gjær
- 1 eggeplomme
- 2 dl. melk
- 250 gr. cottage cheese eller fetaost
- 2 suppesjeer rømme
- Litt fersk dill, salt, 1 hvitløksbåt
- Masse solsikke olje

Varme opp 1 dl. melk, tilsett en teskje sukker og smuldre inn gjæren. Mens du venter på gjæren å stige opp bland sammen hvetemel, litt salt og eggeplommen. Når gjæren er ferdig bland det sammen med hvetemel, og nok melk å ha en mellomhard deig.

Dekk til med en ren duk og la stå på et varmt sted i ca. 30 minutter ellers til den nesten har dobbelt størrelsen, men ikke mer enn 1 time.

Bruke en deigpinne og strekk deigen i en ark, ca. 2mm. - 5mm. tykkelse. Bruk en rundt pepperkakeform (ca. 20 cm i diameter) og kutte ut runde pannekaker. Bruk den resterende deigen til å lage mer pannekaker.

Mose sammen 250 gr. cottage cheese med 2 suppesjeer rømme, litt salt og finhakket dill.

På hver av pannekakene lag en teskje av miksturen, og rull den opp som en pannekake. Bruk deigpinnen, og strekk forsiktig de pannekakene, so at de vil være flate igjen, uten å trykke ut osteblandingene.

La dem hvile noen minutter, og stek dem in varm olje på begge sider.

Mens de steker lag en hvitløkskrem fra den gjenværende osteblanding ved å blande den godt sammen med en presset hvitløk og litt olje.



## 111. Fuglmelk

(  Lapte de pasăre / Madártej  )

Ikke at fugler kan gi melk, men denne desserten med fransk opprinnelse er så populær i Transilvania, men da den ble introdusert fra Frankrike, krevde den ingredienser så dyre at det var så sjeldent som den berømte fuglemelken. I dag er vaniljen ikke en utsøkt og veldig dyr ingrediens, så du kan lage den hjemme også. Det er ikke mindre smakfullt enn det du kjøper fra en high-end konditori.

### Ingredienser

- 4 eggehviter + 4 eggemplommer
- 2 suppeskje melis
- 800 ml melk
- 1 vaniljestang
- 40 gr. sukker
- 30 gr. vaniljesukker

Visp eggehvitene til de begynner å bli skummete og litt hvit, og tilsett 2 suppeskjeer melis. Pisk til du får et veldig hardt skum (ca. 10 - 15 minutter eller mer), og la det hvile.

Skrap ut vaniljefrøene fra vaniljestangen, ha dem i melken, sammen med stangen og kok det opp i en non-stick gryte (teflon) du bruker å koke opp melk.

Når melken koker, kutt du ut små boller med en skje fra det eggehvide skummet, og stek dem i melken i 2-3 minutter på hver side, og ta dem deretter ut i en stor bolle. Vask skjeen mellom hvis du ser at den blir klissete.

Ta melken av varmen, la den avkjøles litt. Rør sammen eggemplommen med sukkeret til det er godt skummende, hell i litt av den lunkne melken og rør umiddelbart til den er jevn. Tilsett den gjenværende melken, ha i vaniljesukkeret, rør sammen og hell det hele tilbake i bollen.

Stek på svak varme, mens du rører det konstant, til den er pent tykk, og la den deretter avkjøles. Legg de kokte eggehvide skumm bollene på toppen og sett det hele i kjøleskapet minst 2-3 timer før du vil servere.



## Det var alt folkens

Takk for at du kom til denne siden i boken. Jeg håper du hadde en flott opplevelse av å lese gjennom sidene på vår kulinariske reise gjennom skogene og åsene i Transilvania. Du kunne ha hatt glede av presentasjonen av de uvanlige suppene, den veldig korte listen med søtsaker kan ha fått deg til å tenke hva som er neste gang, og vår Ikke-kulinariske seksjoner kunne ha vekket din interesse for å besøke dette langt borte stedet.

Vi anbefaler deg på det sterkeste å gjøre det, hvis flere hundre tusen turister gjorde det, kan du også gjøre det. Du kan synes at noen deler av det er en veldig avslappet del av Europa, uten de vanlige turistfellene du kan komme til å finne i de mer turistiske deler av verden der du blir behandlet som et ressursstykke.

Du kan til og med havne på en av de lokale matmessene eller byfestene hvor du kan prøve ut ekte mat laget av virkelige mennesker, og du vil ikke finne noe sted i verden. Ikke engang i denne boken, som du allerede har innsett, at den ikke kan gi en full oversikt over alle matvarer i Transilvania, og det er ganske enkelt umulig. For i en liten landsby som er gjemt et sted mellom åsene, er det en person som lager en suppe med en ingrediens vi aldri trodde skulle bruke. Fordi dette er Transilvania. Noe nytt å oppdage. Hver eneste dag.