

**Sanda Marin**

# **Carte de bucate**

# TABLA DE MATERII

TABLA DE MATERII .....	1
INTRODUCERE.....	4
SFATURI ȘI LĂMURIRI.....	13
APERITIVE SI SALATE .....	15
APERITIVE.....	15
SALATE .....	21
SOSURI.....	26
SOSURI RECI .....	26
SOSURI CALDE .....	29
SUPE SI CIORBE.....	31
SUPE.....	31
CIORBE .....	41
MÂNCĂRI DE OUĂ.....	48
RACI, MELCI, MIDII.....	55
PEȘTE .....	58
TOCĂTURI.....	66
MÎNCĂRI DE CARNE ȘI FRIPTURI.....	75
CARNE DE VACĂ .....	75
CARNE DE VIȚEL.....	82
CARNE DE MIEL ȘI DE BERBEC .....	87
CARNE DE PORC.....	90
CREIER, LIMBĂ, FICAT, RINICHI .....	92
MÂNCĂRI ȘI FRIPTURI DE PASĂRE.....	98
VÂNAT.....	107
LEGUME ȘI ZARZAVAT .....	113
FĂINOASE ȘI DIFERITE FELURI CU BRÂNZĂ.....	149
ALUATURI ȘI DULCIURI DE CASĂ .....	164
DIFERITE DULCIURI.....	183
TORTURI ȘI PRĂJITURI .....	183
CREME ȘI GLAZURI.....	206
(PENTRU TORTURI ȘI PRĂJITURI).....	206

CREME ȘI JELEURI .....	210
SOSURI PENTRU DULCIURI.....	214
ÎNGHEȚATE .....	215
MARMELADE .....	218
DULCETURI, SERBETURI, PELTELE.....	221
DULCEȚURI.....	221
ȘERBETURI.....	226
PELTELE .....	229
SIROPURI SI BAUTURI .....	230
SIROPURI.....	230
BĂUTURI .....	231
CÂTEVA REȚETE CASNICE.....	234
MURĂȚURI ȘI CONSERVE PENTRU IARNĂ.....	239
CÂTEVA LISTE DE BUCATE.....	244
CONȚINUTUL VITAMINE ȘI VALOAREA CALORICĂ A PRINCIPALELOR.....	254

# INTRODUCERE

Gradul de civilizație al unui popor este fără îndoială în directă legătură și cu felul său de a se hrăni. Se știe că omul primitiv se hrănea fie cu vânaturi, carne sau pește, fie cu fructe, ierburi și rădăcini și toate aceste alimente erau consumate în starea în care erau procurate sau erau pregătite într-un mod cu totul rudimentar. În decursul secolelor, cu cât omul a ajuns la o treaptă mai avansată de civilizație, cu atât hrana lui a devenit mai variată și mai completă, iar felul de pregătire și de păstrare a alimentelor, mai diferit și mai complicat.

Se știe că durata medie a vieții omenești depinde în mare măsură de felul de alimentație. Durata medie a vieții omului primitiv era foarte mică, pe câtă vreme astăzi longevitatea sau durata vieții la popoarele civilizate este de două sau de trei ori mai mare.

De asemenea, se poate spune că nu există un mijloc mai bun pentru păstrarea sănătății — prin sănătate înțelegându-se perfectul echilibru morfologic și funcțional al organismului — decât o hrană echilibrată.

Dacă sănătatea este păstrată de o hrană echilibrată, dimpotrivă, cele mai multe dintre boli apar la oamenii sau, la popoarele care nu folosesc o astfel de hrană. Se cunosc nenumărate boli de nutriție provocate, unele de abuzurile, sau de excesele alimentare, altele de lipsurile alimentare și, în sfârșit, altele, de dezechilibrele alimentare. Pe de o parte păstrarea sănătății unui individ, iar pe de altă parte existența acestor boli numite de nutriție, au o foarte mare importanță socială.

În sfârșit, modul de a pregăti hrana și alimentele are o mare importanță economică. Folosirea rațională a alimentelor, pregătirea lor fără risipă, cunoașterea mijloacelor de a le prezenta cu o înfățișare cât mai atrăgătoare, mai gustoase și mai bune în ce privește pregătirea pentru digestie, înseamnă o nemăsurată economie.

Aspectul, pregătirea și gustul plăcut al mâncărilor fac ca alimentele să nu fie risipite. Ele sunt consumate cu plăcere și sunt utilizate de organism în întregime, iar digestia și absorbția principiilor nutritive conținute în ele se fac la maximum.

Cunoașterea mijloacelor pentru pregătirea unor mâncări cât mai gustoase este, deci, o problemă esențială, extrem de importantă pentru fiecare gospodărie.

Prin “Cartea de bucate” pe care o prezintă astăzi, Editura Tehnică urmărește să pună la dispoziția gospodinelor o lucrare care să le ajute în munca lor zilnică la pregătirea unor mâncări cât mai variate, cât mai economice și cât mai gustoase.

Pentru a înțelege mai bine însemnătatea hranei și rolul ei în păstrarea echilibrului morfologic și funcțional al organismului, deci a sănătății, pentru a înțelege de ce și cum trebuie să ne hrănim, ce înseamnă hrana normală, așa-numita *rație de întreținere*, care sunt elementele ce alcătuiesc nutriția — așa-numitele *elemente nutritive* — și ce sunt alimentele în general, trebuie să fie cunoscute principiile esențiale de nutriție și de dietă. Cu cât aceste noțiuni vor fi mai bine cunoscute și mai limpezi pentru fiecare gospodină, cu atât ele vor înțelege mai ușor ce înseamnă o alimentație *rațională* și *echilibrată* și ce importanță are pregătirea alimentelor.

Organismul uman poate funcționa numai dacă i se dau alimentele necesare, tot astfel cum o mașină are nevoie de combustibil. Deci, din punct de vedere energetic, organismul poate fi

asemuit cu o mașină termică, deoarece energia dezvoltată de organism rezultă din oxidarea substanțelor alimentare, care pot fi comparate cu combustibilul necesar mașinii. Dar, spre deosebire de mașina termică, organismul poate funcționa un timp limitat chiar în lipsa alimentelor, consumând propriile sale substanțe pentru producerea energiei necesare funcționării sale normale.

Pentru a nu arde însă rezervele sale, organismul viu trebuie să primească mereu alimente care, prin oxidare să-i procure energia necesară. Energia conținută în alimente, pusă în libertate prin oxidare, este apoi folosită pentru îndeplinirea nevoilor mecanice și calorice ale organismului.

Energia eliberată de alimente se măsoară în calorii, o calorie reprezentând cantitatea de căldură necesară pentru ridicarea cu un grad a temperaturii unui gram de apă.

Nu toate alimentele dau însă aceeași cantitate de energie când sunt arse în organism. Ținând seama și de pierderile suferite de alimente în timpul digestiei, valoarea energetică a părților componente ale alimentelor este următoarea: proteinele 4 calorii pe gram, zaharurile 4 calorii pe gram, iar grăsimile 9 calorii pe gram.

Cu ajutorul acestor cifre se poate afla ușor valoarea energetică a alimentelor, dacă se cunoaște compoziția lor.

De exemplu, considerând că 100 g lapte conțin 3 g proteine, 4 g grăsime și 5 g zaharuri, această cantitate de lapte va degaja aproximativ 68 calorii. În mod asemănător se poate socoti valoarea energetică a tuturor alimentelor.

Organismul uman, după activitatea pe care o desfășoară, are nevoie zilnic de o anumită cantitate de alimente. De exemplu, pentru o muncă foarte ușoară, sunt necesare 30 calorii pentru kilogramul de greutate corporală, adică un bărbat de 70 kg necesită 2 100 calorii, iar o femeie de 60 kg, 1 800 calorii. Pentru o muncă ușoară sunt necesare 40 calorii pentru kilogramul de greutate corporală, adică respectiv 2 700 calorii pentru un bărbat de 70 kg și 2 400 calorii pentru o femeie de 60 kg. La fel, pentru o muncă mijlocie sunt necesare 45 calorii pentru kilogramul de greutate corporală, pentru o muncă grea 50 calorii, iar pentru o muncă foarte grea 60 calorii ceea ce revine, respectiv, la 4 200 calorii pentru un bărbat de 70 kg și la 3 600 calorii pentru o femeie de 60 kg, în medie.

Trebuie să se știe însă, că în afară de energia mecanică sau calorică, organismul uman și, în general, orice organism viu are nevoie și de alte elemente, mult mai complexe. Pentru refacerea țesuturilor uzate, el are nevoie de elemente nutritive numite *plastice*. Organismul are nevoie, de asemenea, de așa-numitele elemente *regulatorii*, indispensabile unei bune funcționări.

Alimentația care procură organismului uman atât elementele energetice și elementele plastice necesare refacerii țesuturilor uzate. Cât și elementele regulatorii, necesare bunei funcționări a organismului, constituie ceea ce se numește *regimul alimentar complet* sau *rația de întreținere*.

Prin *regim alimentar complet* sau *rație de întreținere* se înțelege, deci, hrana care, ținând seamă de greutatea individului, de vârsta și de activitatea sa, îi acoperă toate nevoile sale organice, menținându-l în perfectă stare de sănătate, sau, cu alte cuvinte, regimul alimentar care aduce organismului toate elementele necesare, nu numai energetice, dar și plastice și

regulatorii, și pentru menținerea permanentă a stării de sănătate.

Când regimul alimentar nu aduce, vreme mai mult sau mai puțin îndelungată, toate elementele necesare, se produce un dezechilibru în organism și apar tulburări de nutriție.

Așadar, regimul alimentar, pentru a fi complet, adică pentru a aduce rația de întreținere indispensabilă în raport cu vârsta, cu sexul, cu starea individului sau cu munca sa, trebuie să conțină: elemente plastice (proteine), elemente energetice (zaharuri sau grăsimi) și elemente regulatorii (vitamine, săruri minerale și apă) și să îndeplinească următoarele condiții:

- să cuprindă alimente care să procure energia necesară, mecanică și calorică, în raport cu activitatea individului;
- să procure cantitatea de proteine necesară menținerii și reparării țesuturilor;
- să procure cantitatea de vitamine necesară bunei funcționări a organismului;
- să procure sărurile minerale necesare rolului regulator și structural și, în sfârșit,
- să furnizeze cantitatea de apă necesară menținerii echilibrului hidric, structural și vector.

S-a arătat mai sus că această rație alimentară variază după vârsta individului, după starea sa fiziologică și după intensitatea muncii efectuate.

Astfel, pentru un bărbat de 70 kg, sunt necesare cel puțin 70 g proteine pe zi, din care aproximativ 2/3 să provină din lapte, ouă și carne, iar 1/3 din cereale, legume și fructe; 350 g zaharuri, care să provină din fructe, pâine și făinoase și aproximativ 70—140 g grăsimi din care 1/2 să fie de origine animală (unt, untură), și 1/2 uleiuri vegetale.

Necesitățile de vitamine, săruri minerale și apă pot fi, de asemenea, precizate pentru fiecare vârstă sau sex.

Aceste necesități sunt mai mari la femei în cursul sarcinii, când cantitatea de proteine trebuie să fie mărită la 1,50 g pentru kilogramul de greutate corporală, astfel încât să se contribuie prin aceasta la repararea și menținerea țesuturilor mamei, cum și la creșterea și formarea țesuturilor speciale și a țesuturilor fătului. De asemenea, femeia însărcinată are nevoie de mai multe vitamine și săruri, minerale.

Regimul alimentar din timpul alăptării trebuie să fie mai bogat, astfel încât să acopere atât nevoile mamei, cât și ale copilului. Cantitatea de proteine trebuie să atingă 2 g pentru kilogramul de greutate corporală, iar cantitatea de vitamine și de săruri minerale, în special săruri de calciu, trebuie de asemenea mărită.

**Hrana** sau **alimentația** sugarului sau a copilului este diferită după vârsta sa; ea variază la sugari de la o lună la alta, iar la copil, nevoile sunt proporțional mult mai mari decât la adultul normal. De exemplu, față de adultul normal, copilul până la 18 ani are nevoie de o cantitate mult mai mare de proteine, până la 3,5 g pentru kilogramul de greutate corporală; de asemenea, necesitățile de zaharuri pot să atingă până la 10 g pentru kilogramul de greutate corporală.

Dimpotrivă, nevoile alimentare sau rația de întreținere a bătrânilor este mult mai redusă; ea trebuie potrivită după activitatea pe care o desfășoară care, în general, este mai scăzută. De

exemplu, cantitatea de proteine consumată zilnic trebuie micșorată pînă la 1/2 din nevoile adultului.

Proteinele se găsesc atât în alimentele de origine animală, cât și în cele de origine vegetală. Carnea, peștele, ouăle, laptele și brânzeturile sunt sursele principale de origine animală, iar legumele uscate (fasolea, mazărea, linte, bobul), cerealele, pastele făinoase și mai puțin fructele și legumele verzi sunt sursele de origine vegetală.

În organism, proteinele intră în alcătuirea tuturor celulelor, proporția lor fiind mai ridicată în mușchi, în inimă și în sînge.

Ele sunt substanțe care prin hidroliză dau naștere la corpi mai simpli, numiți amino-acizi. Parte din acești amino-acizi, conținuți în molecula de proteină, sunt indispensabili din punct de vedere nutritiv, deoarece ei nu pot fi sintetizați sau produși în organism, ci trebuie neapărat să fie introduși de alimente, pentru a putea fi folosiți la creșterea, refacerea și păstrarea țesuturilor.

După cum conțin sau nu amino-acizii indispensabili organismului, proteinele se împart în proteine complete, parțial complete și incomplete.

**Proteinele complete** conțin toți amino-acizii necesari creșterii, menținerii vieții și reparării țesuturilor. Ele sunt cazeina și lactoalbumina din lapte, ovalbumina din ouă și altele din cereale. Prin urmare, laptele, brânza, ouăle, carnea de vită, de pește și de pasăre și, în foarte mică măsură, cerealele conțin proteine complete.

**Proteinele parțial complete** mențin viața, dar nu pot ajuta la creșterea normală a țesuturilor. Ele se găsesc în grâu, în orz și în orez; de asemenea în legumele uscate (fasole, linte, mazăre, bob).

**Proteinele incomplete** nu pot menține viața și nu pot ajuta la creșterea organismului atunci când sunt folosite ca unic izvor de proteine.

Hidrații de carbon sau zaharurile sunt substanțe foarte răspândite în alimentele de origine vegetală și mai puțin în cele de origine animală.

Cerealele (grâul, porumbul, secara și produsele obținute din ele, ca paste făinoase și pâinea), fructele (strugurii, merele, perele, prunele, caisele etc.), legumele verzi (morcovii, sfecla, mazărea verde, fasolea verde, ceapa, dovleceii, bamele, spanacul), legumele uscate boabe (fasolea, mazărea, linte, bobul), cum și nucile, castanele și cartofii, constituie surse foarte bogate de zaharuri de origine vegetală; iar zahărul, mierea, dulcețurile și marmeladele sunt extrem de bogate în hidrați de carbon, zahărul conținând 100%.

Alimentele de origine animală care conțin zaharuri sub formă de glicogen sunt mai ales carnea, mușchii, ficatul; sângele conține glucoză, iar laptele, lactoză.

Grăsimile sau lipidele se găsesc atât în alimentele de origine animală, cât și în cele de origine vegetală. Cele de origine animală sunt mai ales untul, frișca, smântâna, brânzeturile grase, laptele, gălbenușul de ou, untura, slănina, seul și cărnurile grase. Grăsimile de origine vegetală se găsesc în unele fructe (măslina, nuci, alune, migdale), cum și în semințele oleaginoaselor (floarea soarelui, dovleac etc.) din care se scot uleiurile vegetale comestibile.

Vitaminele sunt elemente regulatorii ale nutriției, indispensabile vieții animale. Alimentația

sau rația de întreținere trebuie să le conțină pe toate, fiecare dintre ele având un rol specific și indispensabil. Ele trebuie să fie cuprinse în alimente, deoarece organismul uman nu le poate sintetiza. Lipsa lor din alimentație produce tulburări caracteristice pentru fiecare din ele, tulburări care dispar îndată ce sunt din nou introduse în organism împreună cu alimentele. Aceste tulburări provocate de lipsa de vitamine se numesc avitaminoze.

Vitaminele sunt produse aproape numai de plante. Compoziția lor chimică nefiind cunoscută la început, ele au fost notate cu literele alfabetului, în ordinea descoperirii lor.

Trebuie să se știe, de asemenea, că vitaminele sunt în general substanțe pe care căldura și agenții fizici le distrug ușor.

Vitaminele pot fi împărțite schematic în două mari categorii: *vitaminele liposolubile* sau solubile în grăsimi, aduse deci în special de alimentele grase, și *vitaminele hidrosolubile* sau solubile în apă, aduse de celelalte alimente.

În prima categorie sunt cuprinse vitaminele A, D, E și K, iar în a doua categorie, vitaminele din grupa B și din grupa C.

**Vitamina A** se găsește răspândită atât în alimentele de origine animală, cât și în cele de origine vegetală. Untul, frișca, smântâna, laptele, brânza grasă, gălbenușul de ou, ficatul sunt izvoarele cele mai bogate în vitamina A de origine animală, pe când zarzavaturile (spanacul, păpădia, roșiile, ștevia, morcovii, urzicile), fructele (caisele, piersicile, dovleacul) sunt izvoarele cele mai importante de provitamină A, sau caroten. Necesarul de vitamină A pentru un adult este acoperit prin ingerarea unei cantități de 500 g lapte, 40 g unt, un ou, zarzavaturi și fructe. Lipsa de vitamină A din alimentație provoacă tulburări vizuale, tulburări digestive și tulburări ale pielii.

**Vitamina D** se găsește mai ales în unt, în lapte și în gălbenușul de ou. În cantitate mai mare se găsește în untura de pește. Tulburările care apar din cauza lipsei vitaminei D provoacă rahitismul infantil sau cel tardiv, tulburări de calcificare a oaselor și a dinților.

**Vitamina E** se găsește în embrionul cerealelor necojite, în zarzavaturile verzi, în uleiurile vegetale, în lapte, unt și gălbenușul de ou. Vitamina E este necesară reproducerii; lipsa ei provoacă lipsa de fecunditate, avort spontan la femei, iar la bărbați, sterilitate.

**Vitamina K** se găsește în toate părțile verzi ale plantelor, în frunzele ofilite, în bacterii, în ficat și este elaborată de flora intestinală. Ea este indispensabilă pentru coagularea sângelui, lipsa ei provocând tulburări hemoragice de coagulare.

**Vitamina B1** se găsește răspândită atât în regnul vegetal, cât și în cel animal, dar mai ales în tărâțele cerealelor și în embrionul lor. Cantități mai mici de vitamină B1 se găsesc în cereale necojite, în pâine neagră, legume uscate, nuci, ciuperci, zarzavaturi și fructe proaspete. Drojdia de bere este însă foarte bogată în vitamina B1. Ea se găsește, de asemenea, în rinichi, în ficat și în carnea slabă de porc. S-a dovedit că vitamina B1 păstrează buna funcționare a sistemului nervos și a aparatului digestiv, lipsa ei ducând în special la tulburări nervoase și tulburări în nutriție.

**Vitamina B2** sau riboflavina este foarte răspândită în natură. Alimentele de origine animală care conțin această vitamină sunt în special rinichii, ficatul, inima, creierul, mușchii, albușul de ou, brânza și laptele. Culoarea ușor gălbuie a zerului de lapte se datorește lactoflavinei sau riboflavinei. Spanacul, lăptucile, varza, mazărea verde, fasolea verde și

fructele contin de asemenea vitamina B2. Acțiunea vitaminei B2 este extrem de importantă, atât în dezvoltarea organismului, cât și în nutriție sau metabolism, favorizând procesele de oxidare celulară. În lipsa ei din alimentație, apar tulburări generale, tulburări gastro-intestinale și tulburări ale unghiilor și ale părului.

**Vitamina PP** se găsește în alimentele de origine animală și vegetală, sub formă de acid nicotinic. Alimentele de origine animală bogate în aceasta vitamină sunt ficatul, rinichii, glandele suprarenale și peștii. Ouăle și laptele sunt foarte sărace în vitamina PP. Dimpotrivă, grâul, orzul, meiul și, într-o oarecare măsură cartofii, sunt alimente bogate în vitamina PP. Ea lipsește însă aproape complet din porumb, mălai, slănină, ceapă uscată și fructe (mere, struguri, pere și prune, proaspete și uscate). În drojdia de bere se găsește în cantitate foarte mare. Vitamina PP este extrem de importantă, deoarece previne apariția pelagrei și vindecă această boală. Vitamina PP este indicată de asemenea în tulburările de nutriție (diabet zaharat și gută) și în tulburările vasculare (degerături și tulburări hepatice).

Tot din grupa vitaminei B face parte și acidul folic, izolat la început din foile verzi, și apoi din drojdia de bere, ficat și rinichi. El are o acțiune primordială asupra elaborării globulelor din sânge, lipsa lui din alimentație provocând anemii foarte grave.

**Vitamina B12** se găsește în special în ficat. Preparatele purificate au o culoare roză datorită sărurilor de cobalt. Ca și acidul folic, ea poate fi în parte sintetizată și de flora intestinală. Vitamina B12 are un rol principal în producerea globulelor roșii în sânge, lipsa ei din alimentație putând duce la anemii, mai ales la anemie pernicioasă și tulburări nervoase.

Din grupa vitaminei C fac parte **vitaminele C** și **P. Vitamina C**, antiscorbutică, se găsește în cantitate foarte mare în fructele de măceș, în ardeiul gras, roșu și verde, în pătlăgelele roșii și în lămâi, portocale, mandarine; celelalte fructe (căpșuni, fragi, smeură, coacăze) conțin cantități mai mici de vitamină C. Dintre zarzavaturi, varza și cartofii conțin cele mai importante cantități de vitamină C. Ea se găsește, de asemenea, în alimentele de origine animală: ficat, inimă, mușchi. Trebuie să se știe, că alimentele, chiar cele mai bogate în vitamină C, fierte, vreme îndelungată, pierd în întregime vitamina. Vitamina C previne și vindecă scorbutul. În lipsa sa din alimentație apar nu numai scorbutul și tulburările osoase, dentare și pigmentare, dar și tulburări în stare generală, manifestate prin oboseală.

În sfârșit, **vitamina P** se găsește în coaja de lămâi, în mandarine și în ardeii grași, roșii și verzi. Acțiunea sa este legată de permeabilitatea peretelui capilarelor. Lipsa sa din alimentație duce la scăderea rezistenței capilarelor și apariția tulburărilor hemoragice.

Sărurile minerale sunt substanțe tot atât de necesare vieții ca și vitaminele. Ele se găsesc atât în alimentele de origine vegetală, cât și în cele de origine animală. Ele au o anumită specificitate pentru diferitele țesuturi ale organismului, calciul și fosforul pentru oase, fierul și cuprul pentru sânge, sulful pentru cartilaje. Cele mai importante săruri minerale necesare unei bune nutriții sunt calciul, fosforul, clorul, sodiul și fierul.

**Calciul** se găsește în cantitate mare în lapte dulce, în laptele bătut, în iaurt și în brânzeturi, care formează sursele cele mai bogate și mai bune de calciu, pentru necesitățile organismului. Legumele uscate, nucile, zarzavaturile și fructele sunt surse mai puțin importante. În organism, calciul ia parte la alcătuirea scheletului și a dinților. Iar în sânge se găsește sub formă liberă sau legat de proteine. La copii, cantitatea indispensabilă pentru creșterea oaselor și a dinților este de 1 g pe zi; această cantitate este procurată de 1 litru de

lapte. Mama, în cursul sarcinii și în cursul alăptării, trebuie să primească o cantitate dublă, deoarece altfel fătul își ia calciul necesar din rezervele mamei, producând decalcificarea organismului acesteia. Lipsa îndelungată de calciu din alimentație produce apariția, în special la copii, de decalcificări, rahitism și carii dentare. **Fosforul** se găsește în mai multe alimente decât calciul. Laptele și derivatele sale, gălbenușul de ou și carnea sunt izvoarele animale cele mai bogate în fosfor; iar legumele uscate, nucile și zarzavaturile, sunt izvoarele vegetale. Fosforul este indispensabil vieții, găsindu-se în toate țesuturile din organism. El ia parte în special la formarea scheletului, sub formă de fosfat de calciu și se găsește sub formă de fosfolipide în sistemul nervos. Lipsa fosforului, din alimentație duce pe de o parte la decalcificarea oaselor, și dinților, iar pe de altă parte, la importante tulburări de nutriție și la tulburări de astenie nervoasă și musculară.

**Clorul**, ca și **sodiul**, se găsesc în cantități variabile în alimentele de origine vegetală și animală, însă sunt procurate organismului mai ales de sarea de bucătărie.

Lipsa lor din alimentație duce la tulburări diferite, în special la oboseală, scăderea tensiunii arteriale, lipsă de poftă de mâncare și uneori la tulburări și mai grave.

În sfârșit, **fierul** se găsește atât în alimentele de origine animală, cât și în cele de origine vegetală. Alimentele de origine animală care conțin fier în cantități mai mari sunt sângele și organele bogate în sânge (ficatul, splina, măduva roșie a oaselor, rinichii, inima, mușchii, precum și gălbenușul de ou). Laptele, deși este sărac în fier, îl conține sub o formă complet asimilabilă și constituie pentru sugari singurul izvor de fier. Alimentele de origine vegetală care conțin fier sunt, în ordinea bogăției lor, zarzavaturile (spanacul, păpădia, urzicile, ștevia, lăptucile, varza) legumele uscate (fasolea, mazărea, linte, bobul), și fructele uscate (caisele, prunele, smochinele, stafidele, și curmalele), cerealele necojite și pâinea neagră. În organism fierul se găsește mai ales în sânge, ficat, măduva roșie a oaselor, splină și mușchi. În general, un regim alimentar care cuprinde ouă, ficat sau carne, verdețuri, lapte, fructe și pâine neagră, aduce zilnic cantitatea necesară de fier. Dimpotrivă, când regimul alimentar este sărac în fier, apar anemii speciale, numite anemii prin lipsă de fier. Aceste anemii apar de asemenea la fete în epoca pubertății (anemii clorotice) și la bătrâni. Ele mai apar adeseori la bolnavii cu tulburări digestive care nu pot să utilizeze fierul.

Nu trebuie uitat, însă că și **apa** este un element nutritiv important, fiind absolut indispensabilă vieții. Apa intră în compoziția tuturor țesuturilor formând 75% din greutatea corpului uman și suprimarea ei din alimentație provoacă apariția rapidă a unor tulburări grave. Apa este introdusă în organism fie ca atare, fie împreună cu alimentele. Astfel, laptele conține 87% apă, zarzavaturile, 70 — 95%, iar carnea, 75% apă.

Apa este indispensabilă vieții organismului, deoarece fără ea schimburile chimice nu pot avea loc. Ea transportă elementele nutritive, produșii hormonal și produsele de excreție. Ea reglează temperatura corpului prin evaporare la nivelul plămânului și pielii. Cantitatea necesară de apă variază între 1 000 și 1 500 cm<sup>3</sup> pe zi.

Toate elementele nutritive menționate mai sus (proteine, zaharuri, grăsimi, vitamine, săruri minerale și apă) sunt aduse organismului prin alimente, care, în majoritatea cazurilor, nu pot fi consumate ca atare. Ele trebuie pregătite pentru a fi mai plăcute la vedere, mai gustoase, mai hrănitoare și mai ușor digerabile.

Cunoașterea pregătirii alimentelor este deci tot atât de importantă ca și cunoașterea noțiunilor de nutriție dată mai sus. Acest rol revine bunei gospodine, care va găsi în “Cartea de bucate” a cunoscutei autoare Sanda Marin cea (mai bună călăuză pentru pregătirea unor cât mai variate feluri de mâncări.

Dr. MIRCEA PETRESCU

Tehnica modernă a pus la îndemâna gospodinei nu numai mașina de gătit încălzită cu lemne sau cu petrol, dar și mașina încălzită cu gaz metan sau electricitate.

Mașina de gătit cu cuptor înlocuiește pe deplin cuptorul bătrânesc într-o bucătărie modernă. Pe lângă mașina de gătit sunt necesare o masă, câteva scaune, un spălător pentru vase. Bucătăria trebuie să fie oglindă de curată cu tot ce se găsește în ea. Curățenia în bucătărie este semnul unei bune gospodine. Unde se ține curat, nu se adună vara muște și alte insecte. Un vas nespălat poate strica un fel de mâncare pregătit cu muncă și cheltuială. Uneori poate fi chiar otrăvitor.

Obiectele de bucătărie sunt îndeajuns de cunoscute. Sunt totuși unele indispensabile. Astfel pe lângă cele arătate mai sus, dintr-o bucătărie nu trebuie să lipsească: mașina de tocat carne, fundul de lemn, sita, răzătoarea, cuțite, linguri de lemn și borcane sau cutii pentru făină și sare. De asemenea este foarte necesar și un ceas.

Gospodinele chibzuite trebuie să aibă tot ce este necesar în bucătărie. Numai astfel vor reuși să prepare economic bucate reușite.

## **MĂSURI**

1 pahar de vin = 1/2 dl ( $150 \text{ cm}^3$ );

1 ceașcă obișnuită de cafea cu lapte = 2 dl ( $200 \text{ cm}^3$ );

1 ceașcă mare de cafea cu lapte = 2 1/2 dl ( $250 \text{ cm}^3$ );

1 lingură cu vârf de făină = 25 g;

1 lingură rasă de făină = 15 g;

1 ceașcă de făină = 1/4 kg;

1 lingură de zahăr = 25 – 30 g;

1 ceașcă de zahăr = circa 200 g;

1 lingură de untură sau de unt = 25 g.

## SFATURI ȘI LĂMURIRI

Orice mâncare cu sos este mai gustoasă dacă se ține o jumătate de oră la cuptor înainte de a fi servită la masă.

Pentru a nu se întări, ficatul nu trebuie sărat înainte de a fi fript.

Pentru a înlesni frăgezirea unei cărnii tari, fie de vită, fie de pasăre, se poate adăuga, la fiert sau la prăjit, puțin bicarbonat, în proporție de o linguriță la 5 l lichid, sau în sosul din cratiță, la 1 kg de carne.

Pentru prăjit este bine să se amestece untură cu ulei în părți egale.

Înainte de a frige în untură pește, carne sau zarzavat, acestea trebuie bine zvântate cu o cârpă. Numai astfel se vor rumeni frumos.

Supele, sosurile, zarzavaturile capătă un gust mai fin dacă li se adaugă puțin unt proaspăt, după ce au fost luate de pe foc.

Untul se păstrează mai multă vreme proaspăt dacă se ține în apă fiartă cu puțină sare, bine răcită.

<sup>1)</sup> Se folosește termenul de ulei în loc de untdelemn, deoarece la noi în țară se întrebuițează la gătit ulei obținut din plante indigene, pe când untdelemnul se obține din măsline.

Untul puțin iute, sau care are vreun iz, recapătă gustul bun dacă se spală în apă cu puțin bicarbonat. De exemplu, pentru 1/2 kg unt se pune într-un castron 1/2 l de apă și o linguriță rasă de bicarbonat. Se amestecă bine untul cu o lingură de lemn curată, se limpezește apoi în două, trei ape reci.

Untul bătut spumă se obține repede dacă se taie untul proaspăt în bucățele mici într-un vas care se introduce în alt vas cu apă caldă. Cum începe să se moaie, fără să se topească, se scoate din vasul cu apă caldă, se amestecă și se bate apoi spumă la loc răcoros.

Frișcă bătută. Înainte de a fi bătută, frișca se ține două ore la gheață. Se bate pe gheață până se face spumă, dar nu mai mult, pentru a nu se face unt. Zahărul se pune numai la urmă, când este aproape bătută, în proporție de o lingură la 1/4 kg de frișcă.

Frișca bătută cu zahăr, întrebuițată la torturi și la prăjituri, trebuie bine scursă înainte de a fi folosită, deoarece zerul pe care îl lasă strică atât gustul, cât și forma prăjiturii.

Zahăr vanilat. Într-un borcan bine închis se pune zahăr pisat și un baton de vanilie. Pe măsură ce se întrebuițează, se adaugă alt zahăr în loc. Când vanilia nu mai dă parfum, se înlocuiește cu alta proaspătă. În loc de vanilie se poate întrebuița vanilină.

Dulceața nu se zaharisește dacă se șterge marginea tingerii, în timpul fiertului, cu o cârpă curată, muiată în apă rece.

Nucile întrebuițate la torturi și prăjituri capătă un gust plăcut de alune când sunt prăjite puțin în cuptor, înainte de a fi folosite.

Magiunul, marmelada, peltelele se pun calde în borcane. Când acestea sunt de sticlă, se înfășoară cu o cârpă udă ca să nu plesnească.

Praful de copt. Este un praf care face să crească aluaturile. Se găsește în comerț.

Fecula este făină extrasă din cartofi. Se întrebuițează în cofetărie pentru a lega unele creme și sosuri. Dă un gust mult mai fin ca făina de grâu. Se vinde în pachete la unele magazine.

Glucosa se întrebuițează mult în cofetărie ca adaos pe lângă zahăr, la prepararea siropului, a șerbetului, pentru glazuri etc. Se aseamănă cu mierea, fiind transparentă, dar fără culoare, și se găsește în comerț la unele magazine sau la fabricile de bomboane.

Baia de apă este un mod de a fierbe preparatele ce nu trebuie să vină în contact direct cu căldura mașinii. Vasul care conține aceste preparate se introduce în alt vas ceva mai mare, cu apă clocotită.

Apa de var. Pentru a obține apă limpede de var, se stinge într-un vas curat 1/4 kg de var cu 2—3 l de apă. După ce varul a fiert, se lasă să se răcorească. Varul gros se depune la fund, iar în apa limpede de deasupra se țin fructele pentru dulceață.

Bicarbonatul poate să înlocuiască cu succes apa de var; la 2 l de apă se pune o lingură rasă de bicarbonat.

**CANTITĂȚILE INDICATE ÎN REȚETELE CUPRINSE ÎN CARTE SUNT SOCOTITE PENTRU ȘASE PERSOANE**

# APERITIVE SI SALATE

## APERITIVE

### 1. OUĂ UMPLUTE CU PASTĂ DE PEȘTE

6 ouă, 50 g unt, 1 linguriță pastă de pește (anchois), câteva frunze de salată verde.

Se fierb ouăle tari. După ce s-au răcit, se curăță și se taie în lung. Se scoate cu grijă gălbenușul din albuș, fără ca albușul să se rupă. Gălbenușurile se pun într-un castron și se adaugă untul și o linguriță de pastă de pește ce se cumpără gata preparată. Se freacă totul bine până ce se obține o pastă omogenă cu care se umplu albușurile. Se așază pe o farfurie și se pun împrejur frunze de salată verde.

### 2. OUĂ UMPLUTE CU FICAT

6 ouă, 100 g ficat de găscă, unt proaspăt cât o nucă, un vârf de linguriță sare, câteva frunze de salată verde.

Se fierb ouăle tari, se curăță și se taie în două în lungime. Se scot gălbenușurile, se trec prin sită și se freacă cu ficatul de găscă fiert. Se adaugă unt proaspăt cât o nucă, se potrivește de sare. Cu această compoziție bine frecată se umplu jumătățile de ou cu vârf și se așază în farfurie pe un strat de salată verde tăiată ca tăiței.

### 3. 3. OUĂ RĂSCOAPTE CU SOS PICANT

6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 100 g ulei, 2 castraveți murați în oțet, un vârf de linguriță sare.

Se fierb ouăle tari. Când sunt reci, se curăță de coajă, se taie felii rotunde și se așază pe o farfurie unele peste altele. Separat se face un sos de muștar cu ou în felul următor: se pun într-un castron o linguriță de muștar, gălbenușurile crude și un praf de sare. Se freacă cu o lingură de lemn până s-a amestecat oul cu muștarul, apoi se adaugă puțin câte puțin ulei. Când sosul este gata, se adaugă 2 — 3 castraveți în oțet și capetele de albuș răскоapte, toate tăiate foarte mărunț. Se potrivește de sărat și de acru. Este bine ca sosul să fie puțin mai sărat. Acest sos se toarnă peste feliile de ou așezate în farfurie, iar împrejur se pun foi de salată verde și felii de ridichi. În sos se poate adăuga și puțin oțet.

### 4. OUĂ CU MAIONEZĂ

6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 100 g ulei, 1 lingură smântână, un vârf de linguriță sare, 2 — 3 măslina sau puțină salată verde.

Se fierb ouăle tari. Când s-au răcit se curăță de coajă și se taie în două, în lung. Se așază pe o farfurie cu gălbenușul în jos și se toarnă deasupra un strat de maioneză (v. 49) pregătită

cu muștar, la care s-a adăugat o lingură bună de smântână. Peste fiecare ou se așază o frunzuliță de salată verde sau frunze de pătrunjel, ori bucățele de măslin.

## **5. ROȘII PORTUGHEZE CU OREZ**

12 roșii mijlocii, 2 ardei, 100 g orez, sare, piper, câteva frunze de salată verde. Pentru maioneză: 1 gălbenuș, 1 linguriță muștar, 50 g ulei.

Se aleg roșii mijlocii, se taie un capac, se scobesc. Se presară sare, piper, puțin oțet și se lasă la o parte, să se scurgă. Se fierbe în apă 100 g de orez; se scurge bine și se amestecă cu două linguri de maioneză pregătită cu muștar și cu doi ardei copti, tăiați mărunt. Se umplu roșiile, se așază pe farfurie, cu salată verde sau cu frunze de pătrunjel împrejur.

## **6. ROȘII UMPLUTE CU CARNE ȘI CIUPERCI**

12 roșii mijlocii, puțină carne de pasăre fiartă sau friptă, 3 — 4 ciuperci, sare, piper, puțin oțet. Pentru maioneză: 1 gălbenuș, 1 linguriță muștar, 50 g ulei.

Se pregătesc roșiile după cum s-a arătat mai sus. Se lasă să se scurgă după ce s-a pus sare, piper, oțet. Se taie mărunt un rest de carne de pasăre, fiert sau fript, se amestecă cu maioneză, adăugând câteva ciuperci tăiate felii și fierte în apă cu sare. Se umplu roșiile scurse, se pune peste fiecare o felie de ciupercă și se așază pe farfurie cu frunze de pătrunjel verde împrejur.

## **7. ROȘII UMPLUTE CU PEȘTE**

Aceleași cantități ca mai sus. Se înlocuiește carnea cu bucățele de pește fiert.

Se pregătesc la fel ca mai sus, înlocuind carnea de pasăre cu bucățele de pește fiert, căruia i s-au scos oasele.

## **8. SALATĂ DE SCRUMBII SAU DE CHERCI, CU CARTOFI**

1 scrumbie mijlocie, 600 g cartofi, 2 cepe mijlocii, 1 linguriță oțet, 2 linguri ulei, câteva măslin.

Se curăță scrumbia; se spală și se lasă câteva ore în apă rece, ca să se desăreze. Se taie bucăți. Se pregătește o salată de cartofi, se așază într-o farfurie și deasupra se pun bucățile de scrumbie. Se pun împrejur felii de ceapă tăiată subțire și măslin. Salata este mai gustoasă dacă se pregătește cu o oră, două înainte de a fi servită. La fel se pregătește și din cherchi.

## **9. SCRUMBII SARATE CU SOS DE MUȘTAR**

2 scrumbii mijlocii, 1 linguriță muștar, 50 g ulei, oțet după gust, câteva măslin sau frunze de salată verde.

Se ține scrumbia 24 ore în apă, ca să se desăreze. Se curăță și se scoate șira spinării. Se taie

bucăți și se așază pe o farfurie. Se freacă lapții într-un castron cu o lingură de lemn adăugând muștarul. Uleiul se pune puțin câte puțin, ca la maioneză. Se subțiază cu oțet. Se toarnă sosul peste pește, punând împrejur măslinile desărate, salată de cartofi, salată verde.

## **10. SCRUMBII MARINATE**

2 scrumbii mijlocii, 2 cepe, 1 morcov mic, boabe de piper, boabe de muștar, 1 frunză de dafin, câteva măslinile, 5 linguri ulei, 2 înțiguri oțet.

Se aleg scrumbii sărate, cu lapți. Se țin 24 ore în apă ca să se desăreze, schimbând apa odată sau de două ori. Se curăță, se scoate șira spinării. Se taie bucăți și se așază rânduri într-un borcan, alternând bucățile de scrumbie cu felii de ceapă și cu felii de morcov tăiate subțire. Se adaugă măslinile puțin fierte, boabele de piper, boabele de muștar, frunza de dafin. Peste acestea se toarnă următorul sos: se freacă bine lapții într-un castron, se pune ulei, puțin câte puțin, și se subție cu oțet până se face un sos albicios. Deasupra se toarnă de un deget ulei, se leagă borcanul și se lasă 5 — 6 zile să se marineze.

## **11. CIUPERCI MARINATE**

500 g ciuperci, câteva boabe de piper, 1 frunză de dafin, 1 linguriță muștar, 1/2 pahar oțet, 1 lingură ulei, sare.

Se aleg ciuperci tinere, închise și foarte proaspete. Se spală și se fierb în apă cu sare 15 minute. Se așază în borcan cu boabe de piper și frunză de dafin, iar peste ele se toarnă oțet fierț, potrivit de sărat și amestecat, după ce s-a răcorit, cu puțin muștar. Deasupra se pune de un deget ulei, se leagă borcanul și se ține la rece câteva zile, să se marineze.

## **12. SALATA DE ICRE IMITATE**

1 1/4 ceașcă cu apă, 4 linguri griș, 1 lingură pastă de pește, 1/2 linguriță boia, 100 g ulei, 1 linguriță oțet sau zeamă de lămâie, o ceapă mijlocie.

Se pune apa la fierț într-o cratiță mică. Când apa dă în clocot, se toarnă grișul în ploaie. Se fierbe amestecând, până ce pasta devine potrivit de consistentă. Se dă la o parte și după ce s-a răcorit, se freacă punând pasta de pește, boiaua pentru culoare și ulei ca la orice salată. Se potrivește de sărat și de acru, se adaugă ceapă tocată și se așază pe o farfurie, punând câteva măslinile împrejur.

## **13. SALATA DE CREIER**

1 creier de vițel, o felie de pâine muiată în lapte, 100 g ulei, zeamă de lămâie sau oțet, sare, piper. Câteva foi de salată verde și câteva măslinile.

Se fierbe creierul (v. 292). După ce s-a răcorit, se freacă într-un castron și se amestecă cu miezul de pâine muiat în lapte și stors. Se freacă bine cu lingura de lemn, adăugând câte puțin ulei. Se pun lămâie, sare și piper. După gust se poate adăuga, înainte de a servi, și puțină ceapă tocată mărunt. Se așază frumos pe farfurie, se pun împrejur foi de salată verde și măslinile.

#### **14. SALATA DE PIURE DE FASOLE**

300 g fasole boabe, 100 g ulei, 1 lingură zeamă de lămâie (sare de lămâie sau oțet), o ceapă mijlocie, sare.

Se fierbe fasolea uscată, se scurge și se trece prin sită. După ce s-a răcorit se pune piureul într-un castron și se bate bine cu o furculiță, adăugând uleiul turnat cu încetul și zeama de lămâie (poate fi înlocuită cu zeama de lămâie ce se găsește în comerț, de vânzare, în sticlute). Se potrivește de sărat. Când este gata, se amestecă cu ceapă tocată mărunt. Este o salată puțin costisitoare și foarte gustoasă.

#### **15. SALATĂ RUSEASCĂ**

300 g cartofi, 1 morcov mijlociu, o mână de fasole verde, o mână de mazăre boabe, 2 ouă răcoapte, 1 linguriță muștar, 100 g ulei, 2 linguri oțet sau lămâie, sare.

Se pun într-un castron cartofii și morcovii fierți, tăiați în cuburi mici, fasole verde și albuș de ou răcopt, tăiate în bucățele mici, mazăre boabe. Separat se face următorul sos: se trec prin sită gălbenușurile răcoapte, se amestecă cu puțin muștar, se adaugă sare și ulei, puțin câte puțin, ca la orice maioneză. Se subțiază cu lămâie sau cu oțet. Când este gata, se toarnă peste zarzavatul tăiat. Se amestecă și se lasă la o parte un sfert de oră, pentru a se îmbiba bine cu sos. Apoi se gustă și se potrivește de acru și de sărat. Se așază pe farfurie și se acoperă cu sos maioneză (v. 47).

#### **16. ZACUSCĂ DE ARDEÎ ȘI GOGOȘARI**

1 kg roșii, 4 gogoșari, 4 ardei grași, 1 morcov mijlociu, 1 ceapă, 2 — 3 căței de usturoi, 50 g ulei, 1 lingură zahăr, sare.

Se fierb roșiile și se trec prin sită. Între timp se coc gogoșarii și ardeii. Se curăță, se îndepărtează cotorul și semințele, și se taie felii nu prea mărunte. Se curăță morcovul și se taie felii, de asemenea se taie ceapa peștișori. Morcovul și ceapa se prăjesc ușor în ulei și, când s-au muiat, se pun în sosul de roșii, împreună cu gogoșarii, ardeii și usturoiul. Se adaugă zahărul și se potrivește gustul sărat. Această zacuscă se poate păstra și pe iarnă. Pentru aceasta, când este gata, se pune în borcane care se acoperă cu hârtie pergament sau cu celofan, se leagă și se fierb o jumătate oră într-un vas cu apă.

#### **17. ZACUSCĂ DE VINETE ȘI GOGOȘARI**

500 g roșii, 2 vinete mijlocii, 4 gogoșari, 1 ceapă (facultativ), 50 g ulei, 1 lingură zahăr, sare.

Se coc vinetele și gogoșarii. Se curăță și se toacă împreună pe fund (se pot toca numai vinetele, iar gogoșarii se taie felii). Se opăresc roșiile, se curăță de pieliță și se taie în sferturi. Se pun vinetele, gogoșarii și roșiile într-o cratiță cu uleiul în care s-a rumenit ceapa (facultativ). Se pune zahărul, se potrivește gustul sărat și se lasă să fiarbă la foc mic până mai scade zeama, observând să nu se prindă de fund. Se poate păstra pe iarnă ca și zacusca de ardei.

## **18. VINEGRETĂ**

Aceleși cantități ca la salata rusească și puțină carne.

Se face la fel ca salata rusească. Se adaugă carnea rasol sau friptă, tăiată în bucățele mici.

## **19. PIFTII DE PORC ȘI DE VIȚEL (RĂCITURI)**

1 kg de picioare, 3 l apă, o căpățână mică de usturoi, sare.

Piftiile se pot face din picioare și din urechi de porc, de asemenea din picioare de vițel. Mai gustoase sunt cele amestecate.

Se pun la fiert, într-un vas cu apă rece, două picioare de porc și două de vițel, bine spălate și curățite. Se lasă să fiarbă descoperite, la foc mic, și din când în când se ia spuma. Se sarează. Sânt gata atunci când carnea se desface ușor de pe os. Se scot oasele înainte de a se răci și se așază carnea în farfurii. Zeama se curăță de grăsime și se încearcă dacă este destul de legată, punând câteva picături pe o farfurioară. Dacă acestea se întăresc bine la rece, se dă la o parte oala cu zeamă și se lasă să se limpezească. În caz contrar se lasă pe foc, să mai dea câteva clocote. După gust, se poate adăuga în zeamă puțin usturoi pisat, înainte de a fi strecurată. Se toarnă apoi zeama peste carnea din farfurii și se lasă să se prindă. Înainte de a fi servite se pot răsturna, ștergând fundul farfuriei cu un șervet muiat în apă fierbinte.

## **20. PIFTII DE PASARE (RĂCITURI)**

O pasăre de aproximativ 1 kg, 2 — 3 l apă (după timpul cât trebuie să fiarbă pasărea), 2 — 3 căței de usturoi, sare.

Se fac din curcan, găscă, găină (cocoș), pui. Se curăță pasărea, se taie, alegând bucățile potrivite pentru piftii. Se pune apa să fiarbă și când dă în clocot, se pun labele și capul, apoi bucățile pe rând, nu odată, pentru ca zeama să nu iasă tulbure. Se ia spuma, se adaugă puțină sare și se lasă să fiarbă la foc mic, până sunt gata, fără să se sfărâme carnea. Se scot labele și capul, iar bucățile de pasăre se așază în farfurii. Se continuă la fel ca mai sus.

## **21. PATEU IMITAT**

2 cepe mijlocii, 1 lingură untură, 2 linguri pesmet, 50 g drojdie, 1 pahar lapte, 2 ouă răскоapte, un praf de enibahar, un praf de piper, sare.

Se toacă ceapa foarte mărunț și se rumenește într-o cratiță, cu o lingură de untură. Se adaugă pesmetul și laptele în care s-a muiat drojdia, sare, piper și un praf de enibahar. Se amestecă totul bine pe foc, până se îngroașă. Se pregătesc dinainte ouăle fierte, răскоapte. Se curăță, se scot gălbenușurile, se zdrobesc cu furculița și se amestecă cu compoziția de mai sus. Se așază pateul pe farfurie, iar împrejur se pun albușurile tocate mărunț.

## **22. CIUPERCI UMPLUTE**

500 g ciuperci, 50 g ulei, 2 linguri frunze de pătrunjel tocat, un praf de piper, sare.

Se aleg ciuperci albe, frumoase și potrivit de mari. Se spală. Se așază ciupercile într-o cratiță pe mașină, punând în fiecare ciupercă un praf de sare și puțin ulei. Se acoperă și se țin până se moaie. Separat se toacă mărunț picioarele ciupercilor, se pun în altă cratiță și se înăbușă cu puțină sare și ulei. Când sunt bine muiate și scăzute, se dau la o parte să se răcorească, se amestecă cu pătrunjel tocat mărunț, cu piper praf și cu această tocătură se umplu ciupercile de asemenea răcorite. Se așază pe farfurie și se servesc reci.

## **23. CIUPERCI UMPLUTE CU BRÂNZĂ**

500 g ciuperci, 50 g unt, 100 g brânză de Brăila, 1 lingură mărar sau pătrunjel verde, tocat.

Se pregătesc ciupercile ca mai sus și se pun într-o cratiță la foc să se moaie pe jumătate, punând în fiecare câte un praf de sare și o bucățică de unt. Picioarele ciupercilor se toacă și se înăbușă de asemenea în altă cratiță, cu puțină sare și unt. Se trece prin mașină sau printr-o sită rară brânza de Brăila. Se freacă bine până devine ca o pastă, se amestecă cu picioarele ciupercilor tocate și înăbușite și cu pătrunjel sau mărar verde, tocat mărunț. Cu această pastă se umplu ciupercile, se presară cu parmezan ras iar deasupra fiecăreia se pune o bucățică mică de unt proaspăt. Se așază într-o cratiță de pământ, se dau la cuptor, unde se țin până se rumenesc frumos deasupra. Se servesc fierbinți.

# SALATE

## 24. SALATĂ VERDE

1 căpățână mare de salată verde sau 2 mijlocii, 3 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare, piper, muștar (facultativ).

Se spală salata în mai multe ape, se curăță de frunzele veștede și îngălbenite, se desprind frunzele unele de altele și se scurg bine de apă. Într-un castron se pregătește un sos din ulei cu lămâie sau cu oțet, sare și un praf de piper. După gust se poate adăuga și puțin muștar, care trebuie frecat la început cu uleiul turnat picătură cu picătură, apoi subțiat cu lămâie sau oțet. Când sosul este gata, se pune salata, se amestecă cu furculița și cu lingura de salată. În același fel se pregătește salata de marule, de păpădie, de andive, salata creață etc. Salata trebuie pregătită numai cu puțin timp înainte de a fi servită, deoarece dacă stă prea mult se veștejește și pierde din gust. O salată veștedă, nepregătită, se înprospătează dacă este ținută un timp în apă rece

## 25. SALATĂ VERDE CU SMÂNTÂNĂ

1 căpățână mare de salată sau 2 mijlocii, 2 linguri smântână, 1 lingură zeamă de lămâie sau oțet, sare, piper.

Se alege și se spală salata verde ca mai sus. Se amestecă smântâna cu sare, piper și lămâie sau oțet. Se toarnă peste salată și se amesteca ușor împreună.

## 26. SALATĂ DE ANDIVE

500 g andive, 2 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare, un praf de piper (facultativ).

Se pregătește la fel ca salata verde. În sos se poate adăuga puțin muștar.

## 27. SALATĂ DE CASTRAVETI

500 g castraveti, 2 linguri ulei, 1 lingura oțet, sare, piper (facultativ).

Se curăță castraveții și se taie felii foarte subțiri. Se sarează ceva mai mult decât s-ar cere după gust. Se țin în castron o jumătate de oră, ca să lase apa. Se scurge apa, se adaugă ulei și oțet sau lămâie, piper după gust, și se amestecă.

## 28. SALATĂ DE VARZĂ ALBĂ

500 g varza, 3 linguri ulei, 2 linguri oțet, 1/2 linguriță sare.

Se taie varză foarte fin și se sarează. Se lasă să stea o jumătate de oră. Se stoarce în mâini. Se adaugă ulei și oțet și se amestecă.

### **29. SALATĂ DE VARZĂ ROȘIE**

500 g varză roșie, 3 linguri ulei, 1/2 ceașcă oțet îndoit cu apă, 1/2 linguriță sare.

Se taie varza foarte fin. Se sarează, se amestecă, se lasă să stea puțin și se stoarce bine. Se pune la foc să fiarbă oțet de vin îndoit cu apă și cu sare cât trebuie. Se toarna oțetul clocotit peste varză și se amestecă bine câteva minute cu o lingură și cu o furculiță de lemn sau de os (lingurile de metal coclesc repede în oțet).

Varza astfel pregătită se poate ține la rece, în borcane bine acoperite, câteva săptămâni. Înainte de a servi la masa, se adaugă uleiul.

### **30. SALATĂ DE VARZĂ ROȘIE CU MERE**

500 g varză roșie, 2 mere mijlocii, 1 rădăcină mică de hrean, 3 linguri de ulei, 1/2 ceașcă oțet îndoit cu apă, 1/2 linguriță sare.

Se taie varza foarte fin, se sarează, se amestecă și se stoarce, apoi se opărește cu oțet, așa cum s-a arătat mai sus. Se rad merele pe răzătoare și se amestecă cu varza.

Se adaugă uleiul. Se așează varza în salatiere, iar pe margini se presară hrean ras. Această salată este mult mai gustoasă decât salata pregătită numai din varză roșie.

### **31. SALATĂ DE SFECLĂ**

500 g sfeclă, 1 rădăcină mică de hrean, 2 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare.

Sfecla pentru salată se poate pregăti fie coaptă la cuptor, fie fiartă. Pentru fiert, sfecla se spală și se pune la foc cu apă rece, cât să o cuprindă bine. În ambele cazuri sfecla este gata când furculița intră ușor în ea. După ce se răcește, se curăță de coajă și se taie în felii. Se sarează și se toarnă oțet. Se poate păstra astfel în borcane bine acoperite, la rece, câteva săptămâni. Înainte de a se servi, după gust, se pot adăuga ulei și hrean ras.

### **32. SALATĂ DE PRAZ**

O legătură de praz, 2 linguri ulei, 1 lingură oțet, un praf de piper, sare.

Prazul se poate face salată crud sau fiert. Dacă se fierb, se pune prazul cuățit și tăiat în bucăți de 5 – 6 cm, cu apă fierbinte, la foc și se lasă să dea câteva clocote. Prazul fierbe repede, de aceea trebuie să se observe să nu se sfărâme. Se face sosul din ulei, oțet, sare și piper, cu sau fără muștar. Și se toarnă peste prazul scurs de apă și răcorit. Cu același sos se prepară și salata de praz crud.

### **33. SALATĂ DE CARTOFI**

1 kg cartofi, 3 linguri ulei, 1 lingură oțet, un praf de piper, sare muștar și ceapă (facultativ).

Se fierb cartofii cu coajă și încă fierbinți se curăță și se taie în felii subțiri. Separat se pregătește sosul cu ulei, oțet, sare, piper, cu sau fără muștar, și se toarnă peste cartofii încă fierbinți, pentru ca aceștia să se îmbibe cu sos. După gust se pot pune felii subțiri de ceapă.

### **34. SALATĂ DE CARTOFI CU CEAPĂ**

1 kg cartofi, 4 cepe, ½ ceașcă oțet îndoit cu apă, 1 lingură zahăr, sare. Pentru sos: 2 gălbenușuri, 100 g ulei, 1 lingură zeamă de lămâie sau oțet, un praf de piper, sare.

Se fierb cartofii, se curăță calzi, se taie felii și se pun într-un carton. Se toarnă deasupra oțetul îndoit cu apă și zahărul. Se taie cepele felii foarte subțiri, se amestecă cu cartofii, se pune sare, se acoperă și se dă la rece.

A două zi se face o maioneză din două gălbenușuri, cu ulei, sare, piper, zeamă de lămâie sau oțet. Se subțiază cu apă atât, cât să se poată amesteca ușor cu salata de cartofi. Se potrivește gustul sărat și acru. Este foarte gustoasă.

### **35. SALATĂ DE CARTOFI CU TARHON**

1 kg cartofi, 1 gălbenuș, 1 linguriță muștar, 1 linguriță zahăr, 100 g ulei, 1 lingură zemă de lămâie sau oțet, sare, 1 lingură pătrunjel verde și mărar tocat, câteva foi de tarhon.

Se fierb cartofi chifle, se curăță și se taie potrivit de subțiri. Se face o maioneză cu muștar, bine potrivită de sare și oțet sau lămâie, la care se adaugă zahărul, mărar și pătrunjel verde tocat mărunt și puțin tarhon. Se amestecă cu cartofii, se așează în salatiară și împrejur se pun felii de roșii sau ardei cruzi tăiați mărunt.

### **36. SALATĂ DE FASOLE BOABE**

500 g fasole boabe, 1 morcov, 1 pătrunjel, 3 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură oțet, câteva măsline, sare.

Se fierbe fasolea (v. 435) cu un morcov, pătrunjel și o ceapă. Când este gata, se scurge bine, se scoate zarzavatul și, cât este încă fierbinte, se adaugă sarea și se amestecă cu sosul de oțet și ulei, pregătit separat. Se adaugă măsline și felii de ceapă (după dorință).

### **37. SALATĂ DE CARTOFI ȘI FASOLE BOABE**

500 g cartofi, 250 g fasole boabe, 2 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare.

Se amestecă fasolea și cartofii fierți și se pregătește salata ca mai sus.

### **38. SALATĂ DE FASOLE VERDE**

1 kg fasole grasă, 3 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare, 2 — 3 căței de usturoi.

Pentru salată se preferă fasolea grasă. Se curăță, se spală și se pune la fiert cu apă fierbinte și puțină sare. Când este gata, se scurge foarte bine de apă și se amestecă cu sosul de ulei, oțet și sare. După gust se adaugă mujdei de usturoi (v. 57).

### **39. SALATĂ DE ȚELINĂ**

500 g țelină, un gălbenuș, 50 g ulei, 1 linguriță muștar, 1 lingură oțet, sare.

Se curăță țelina și se taie ca fideaua. Se opărește cu apă clocotită cu sare. Se scurge bine și se amestecă fie cu un sos maioneză, fie cu un sos de ulei, oțet și muștar. La fel se poate face salata cu țelină crudă, neopărită,

### **40. SALATĂ DE SPANAC**

1 kg spanac, un ou răscopt, 2 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare, un praf de piper.

Se alege spanacul și se spală în mai multe ape. Se opărește cu apă clocotită sărată, se scurge și se taie nu prea mărunț. Se așază în farfuria de salată, iar deasupra se toarnă un sos făcut din ulei, oțet, sare, piper. Împrejur se pun felii de ou răscopt.

### **41. SALATĂ DE CIUPERCI**

500 g ciuperci, 2 linguri ulei, 2 linguri oțet, sare, piper, pătrunjel verde tocat.

Se curăță ciupercile, se spală și se pun să fiarbă în apă cât să le cuprindă, cu sare și puțin oțet. Când sunt gata, se scurg și se taie în felii nu prea subțiri. Se face sosul din ulei, oțet, sare și piper, ca pentru orice salată, și se amestecă. Se adaugă pătrunjel verde, tăiat foarte fin. La fel se pregătește salata de ciuperci sau de urechiușe, care se servește cu mujdei de usturoi și mămăliguță.

### **42. SALATĂ DE PĂTLĂGELE VINETE**

3 vinete mijlocii, 150 g ulei, o lingură oțet, sare.

Pătlăgelele vinete se coc pe jăratric sau pe flacăra, la gaz. Se țin pe foc iute până încep să se moaie și se înegrește coaja. Când sunt încă fierbinți, se curăță cu grijă de coajă, se spală bine în apă rece, ca să nu rămână nici cea mai mică fărâmitură de coajă înegrită, și se pun pe un fund de lemn. Se apasă cu mâna ca să se scurgă apa din ele și se toacă cu un cuțit de lemn. Se pun într-un castron, se sarează și se bat bine cu furculița sau cu o lingură de lemn, punând ulei îndeajuns. Oțet și ceapă tăiată mărunț se pun după gust. La începutul verii când vinetele sunt încă scumpe, se sporesc cu dovlecei fierți, în părți egale, în felul următor: se aleg dovlecei tineri, fără semințe, se rad de coajă și se pun la fiert în apă sărată. Când sunt gata, se pun într-o pânză să se scurgă bine de apă, cel puțin o oră. După ce s-au scurs, se toacă împreună cu vinetele și se pregătesc ca mai sus.

### **43. SALATĂ DE ARDEI COPȚI**

12 ardei grași, 3 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare.

Se aleg ardei grași cât mai netezi. Se coc pe mașină, cu grijă să nu se ardă. Se pun într-o cratiță, unii peste alții, cu sare, se acoperă și se lasă astfel un sfert de oră. Se curăță de piele, se spală bine în apă rece ca să rămână foarte curați și se scurg. Se face sosul cu ulei, oțet și sare, se ia pe rând câte un ardei, se moaie bine în acest sos și se așază în farfuria de

salată. De obicei se servește salata de vinete împreună cu cea de ardei, adăugând și câteva felii de roșii.

#### **44. SALATĂ DE GOGOȘARI**

6 gogoșari, 2 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare.

Se aleg gogoșari mari și nevătămați, se coc pe mașină și se curăță la fel ca ardeii. Se taie în sferturi, se îndepărtează cotorul și semințele, și se așază frumos în salatiere. Deasupra se toarnă un sos făcut din ulei, oțet și sare.

#### **45. SALATĂ BULGĂREASCĂ (ORIENTALĂ)**

500 g cartofi, 250 g roșii, 2 ardei grași, 1 castravete, 2 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare.

Este o salată de vară care se prepară din toate zarzavaturile ce se pot mânca crude: roșii, ardei, castraveți, ceapă, tăiate toate în felii subțiri, la care se adaugă felii de cartofi fierți. Se face sosul și se amestecă. Împrejur se pun frunze de salată verde, măslina sau felii de ouă răscoapte.

#### **46. SCORDOLEA DE NUCI**

250 g nuci, 1 felie de pâine, 2 — 3 căței de usturoi, 100 g ulei, 1 lingură oțet, sare.

Se curăță nucile de coajă și se pisează bine într-o piuliță de piatră. Se adaugă o bucată de miez de pâine albă, muiat în apă și stors, și puțin usturoi, după gust. Se freacă bine într-un castron, punând câte puțin ulei, până se face ca o cremă untoasă. Se adaugă sare și puțin oțet sau zeamă de lămâie.

Se servește cu raci fierți, cu rasol de pasăre, salată de castraveți, de sfeclă etc. Se poate servi și ca sos; în acest caz se subție cât trebuie cu puțină apă.

## SOSURI

# SOSURI RECI

### 47. SOS MAIONEZĂ

3 gălbenușuri, 300 g ulei, 1 linguriță zeamă de lămâie sau oțet, sare.

Se pun gălbenușurile într-un castron, cu zeama de lămâie și un praf de sare. Se freacă cu o lingură de lemn sau se bat cu telul până ce gălbenușurile sunt bine amestecate. Apoi se adaugă uleiul picătură cu picătură. Se freacă mereu, punând din când în când și puțină lămâie. Când maioneza începe să se îngroașe, se poate adăuga și câte o linguriță de ulei odată, dar nu mai mult.

Dacă se întâmplă ca maioneza să se taie în cursul pregătirii, se pune un gălbenuș de ou în alt castron, se amestecă cu o lingură de lemn apoi, cu o linguriță, se adaugă puțin câte puțin din maioneza care s-a tăiat, până se amestecă toată.

Una din cauzele pentru care uneori maioneza se taie este întrebuințarea uleiului prea rece. De aceea iarna se recomandă ca uleiul să fie puțin încălzit înainte de întrebuințare.

Dacă maioneza este reușită, dar prea groasă, se poate subția cu puțină apă.

### 48. SOS MAIONEZĂ CU SMÂNTÂNĂ

2 gălbenușuri, 200 g ulei, 1/2 linguriță zeamă de lămâie, 2 linguri smântână groasă, sare, piper.

Se pregătește sosul maioneză și când este gata, se adaugă smântâna. Maioneza se sporește și în același timp capătă un gust fin.

### 49. SOS MAIONEZĂ CU MUȘTAR

2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 200 g ulei, 1/2 linguriță zeamă de lămâie sau oțet, sare.

Se amestecă de la început muștarul cu ouăle. Se lucrează ca și maioneza simplă. Și la această maioneză se poate adăuga, când este gata, o lingură de smântână de fiecare gălbenuș.

### 50. SOS MAIONEZĂ CU TARHON

2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 200 g ulei, 1/2 linguriță oțet, 1 linguriță tarhon tocat, 1 castravete mic în oțet.

Se face un sos maioneză cu muștar, ca mai sus, adăugând, dacă este necesar, ceva mai mult idei, ca să fie foarte legat. Când este gata, se adaugă câteva frunze de tarhon, precum și un castravete în oțet, tocat mărunț.

### **51. SOS PICANT CU VERDEȚURI**

2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 200 g ulei, 1/2 linguriță zeamă de lămâie sau oțet, sare, câteva frunze de hațmațuchi (plantă asemănătoare pătrunjelului, cu gust picant), de pătrunjel și ceapă verde.

Se face sosul maioneză ca mai sus. Se adaugă verdeța tăiată toată foarte fin.

### **52. SOS TARTAR**

2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 200 g ulei, 1/2 linguriță oțet sau zeamă de lămâie, sare, 1 castravete mic în oțet, 1 lingură arpagic tocat, 1 lingură capere, verdeța (tarhon și pătrunjel).

Se face sosul maioneză ca mai sus. Se adaugă arpagicul, castravetele în oțet, caperele și verdeța, toate tăiate foarte fin.

### **53. SOS MAIONEZĂ ECONOMIC**

2 gălbenușuri, 200 g ulei, 1 linguriță zeamă de lămâie, sare, piper. Pentru sosul de făină: 1 linguriță unt, 2 lingurițe făină, 1 ceașcă lapte îndoit cu apă, sare.

Se pregătește sosul maioneză și când este gata se amestecă cu 2 — 3 linguri de sos de făină.

### **54. SOS DE OU**

1 ou, 1 gălbenuș, 200 g ulei, 1 linguriță zeamă de lămâie, sare, 1 castravete mic în oțet, 1 linguriță cozi de ceapă verde tocate mărunt.

Se fierbe un ou răscopt. Se dă gălbenușul prin sită, se pune un gălbenuș crud, sare, puțină lămâie, și se face cu ulei un sos de maioneză. Când este gata, se pune albușul răscopt, un castravete în oțet și cozile de ceapă, toate tăiate foarte fin.

### **55. SOS DE MUȘTAR**

2 lingurițe muștar, 100 g ulei, sare, puțin oțet sau zeamă de lămâie.

Se subție muștarul cu puțin oțet de vin sau cu zeamă de lămâie și se freacă cu uleiul turnat picătură cu picătură.

### **56. SOS DE MUȘTAR CU TARHON**

2 lingurițe muștar, 1 linguriță zahăr, 100 g ulei, sare, 1/2 linguriță oțet, 2 lingurițe tarhon.

Se amestecă muștarul cu zahărul pisat și se freacă turnând uleiul picătură cu picătură. Se potrivește de acru și de sărat, și se subțiază, dacă e necesar, cu puțin oțet; la urmă se adaugă foile de tarhon tocat. Acest sos este foarte gustos. Se poate servi la rasol.

### **57. MUJDEI DE USTUROI**

2 căpățâni de usturoi, un praf de sare, 1/2 ceașcă apă sau zeamă de carne.

Se curăță usturoiul și se strivește cu puțină sare în piulița de lemn, până se face ca o alifie. Se pune în sosieră și se toarnă deasupra zeamă de carne sau apă.

### **58. SOS DE USTUROI (AIOLI)**

1 căpățână de usturoi, 1/2 linguriță boia de ardei, 1 gălbenuș, 100 g ulei, sare, 1/2 linguriță oțet.

Se strivește usturoiul în piulița de lemn sau și mai bine într-una de piatră. Se adaugă boiaua de ardei, sare și un gălbenuș. Se toarnă puțin câte puțin uleiul, ca la maioneză, și zeamă de lămâie. Se freacă totul până devine ca o cremă.

# SOSURI CALDE

## 59. SOS DE USTUROI CU FĂINĂ

1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă zeamă de carne, 1 lingură oțet, 1 căpățână mică de usturoi.

Se face un rântaș alb din unt și făină. Se stinge cu zeamă de carne sau de zarzavat, sau chiar cu apă. Se adaugă oțetul, sarea și usturoiul bine strivit în piuliță. Se lasă să fiarbă 10 minute la foc mic. Se servește la rasol.

## 60. SOS DE MĂRAR CU SMÂNTÂNĂ

1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă lapte, 2 linguri smântână, 1 lingură mărar tocat, sare.

Se face un rântaș alb din unt cu făină. Se stinge cu o ceașcă de lapte sau cu zeamă de carne. Se adaugă smântâna, mărarul tocat fin și sare. Se ține la foc potrivit să dea câteva clocote mici. La foc mare, smântâna se taie. Se servește la rasol.

## 61. SOS DE MĂRAR CU OU

1 gălbenuș, 1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă zeamă de carne, 1 lingură mărar tocat, 1 linguriță oțet, sare.

Se prăjește ușor, fără să se îngălbenească, făină în unt. Se stinge cu zeama de carne. Se pune mărarul tocat fin. Înainte de a se servi se adaugă puțin oțet de vin sau zeamă de lămâie și se bate cu un gălbenuș.

## 62. SOS DE HREAN

1 gălbenuș, 1 lingură smântână, 1 lingură hrean ras, 1 linguriță oțet, sare.

Se freacă gălbenușul cu smântâna. Se pune hreanul ras, puțină sare și oțet după gust. Se ține la foc în alt vas cu apă fierbinte, fără să fiarbă, până se servește.

## 63. SOS DE ROȘII

500 g roșii, unt proaspăt cât o nucă, 1 linguriță zahăr, sare, 1 frunză de țelină.

Se spală câteva roșii frumoase, se rup bucăți și se pun să fiarbă; se trec prin sită, se adaugă sarea, zahărul, untul și frunza de țelină. Se lasă să mai fiarbă până se îngroașă cât trebuie. Înainte de a se servi, se scoate frunza de țelină.

#### **64. SOS DE FĂINĂ**

1/2 lingură unt sau ulei, 1 lingură făină, 2 cești zeamă de carne, câteva frunze de pătrunjel, sare.

Se face un rântaş din unt sau ulei și făină. Se stinge cu zeama de carne. Se lasă să fiarbă la foc mic, amestecând mereu. Se adaugă frunze de pătrunjel și dacă avem la îndemână, pielițe și picioare de la 4 — 5 ciuperci foarte bine spălate. Din când în când se ia cu o lingură pielița care se formează la suprafață. Trebuie să fiarbă aproape o oră. Când este gata se trece prin sită.

#### **65. SOS DE CIUPERCI CU SMÂNTÂNĂ**

250 g ciuperci, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă zeamă de carne, 2 linguri smântână, câteva fire de pătrunjel, sare.

Se spală și se taie ciupercile în felii subțiri. Se înăbușă pe foc cu 1/2 lingură de unt. Se face un rântaş alb, din 1/2 lingură de unt și o lingură de făină. Se stinge cu zeamă de carne. Se adaugă ciupercile înăbușite, sare și puțin pătrunjel tocat fin. Se lasă să fiarbă amestecând din când în când. Dacă sosul este prea gros, se mai adaugă zeamă de carne. Se ia cu o lingură pielița ce se formează la suprafață. Se adaugă smântâna și se lasă să dea un clocot, dar la foc mic, pentru ca să nu se taie smântâna.

#### **66. SOS PENTEU FRIPTURI**

1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă zeamă de carne, 1 lingură oțet, 1 linguriță muștar, 100 g ciuperci, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se prăjește o lingură de făină cu 1/2 lingură de unt, ținându-se pe foc până începe să se rumenească. Se stinge cu zeama de carne, la care s-a adăugat oțetul și o linguriță de muștar. Se lasă să dea un clocot. Se înăbușă în unt ciupercile tăiate felii, se amestecă cu sosul, adăugând și unt proaspăt cât o nucă. Dacă nu se servește imediat, se ține la cald într-un vas cu apă fierbinte.

#### **67. SOS CALD DE MUȘTAR**

2 cepe mari, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 2 cești zeamă de carne sau apă, 1 păhărel de vin alb, 1 linguriță muștar, 1/2 linguriță zahăr, un praf de piper, sare.

Se taie ceapa și se pune într-o cratiță cu o lingură de unt. Se lasă să se moaie fără să se rumenească, se adaugă făina și, după ce se îngălbenește puțin, se stinge cu zeama de carne. Se adaugă un păhărel de vin alb. Se lasă să fiarbă 20 de minute și se ia pielița ce se formează la suprafață. Înainte de a servi, se adaugă muștarul muiat cu puțină zeamă, piperul și zahărul. Se trece prin sită. Se servește cald.

# SUPE SI CIORBE

## SUPE

### 68. SUPĂ DE CARNE

1,500 kg carne, 4 l apă, 2 morcovi frumoși, 1 rădăcină pătrunjel, ½ rădăcină țelină, 2 cepe, 1/4 varză (facultativ), sare.

Se pune la foc mic, într-o oală descoperită, carnea și o bucată bună de os. Pentru ca supa să fie mai gustoasă, se pune cu apă rece la foc; dacă însă se urmărește ca rasolul să fie mai bun, se pune cu apă fierbinte. În amândouă cazurile, supa trebuie să fiarbă la foc potrivit, în clocote mici; numai astfel sucul va ieși treptat din carne și supa va fi mai limpede. Când începe să dea în clocote, se ia spuma cu o lingură specială cu găuri și se toarnă o lingură de apă rece. Aceasta face să se mai ridice un rând de spumă la suprafață, care este din nou luată cu lingura. Operația se repetă încă odată. Când supa nu mai are nici o urmă de spumă deasupra, se șterge spuma uscată de pe marginea oalei cu o cârpă umedă, dar foarte curată, și se adaugă sare, mai puțină decât se cere, deoarece supa scade la fiert, și se sarează. Se adaugă zarzavatul curățat și spălat. Varza dă supei un gust tare și uneori displăcut. Dacă adaugă totuși la zarzavat, și fierbe separat un sfert de varză mijlocie și se adaugă în supă numai când aceasta i-e aproape gata. Se pot adăuga la supă, odată cu zarzavatul, și măruntaie de pasăre. După ce s-au pus toate acestea se acoperă oala, pentru ca supa, să nu scadă prea tare, lăsând totuși o mică deschizătură, și se fierbe la foc potrivit până este gata. Trebuie să fiarbă neîntrerupt cel puțin trei ore, însă numai în clocote mici. Când este gata, se strecoară și numai atunci i se adaugă garnitura cu care dorim să o servim la masă.

### 69. SUPĂ DE PASĂRE

Se întrebuițează aceleași zarzavaturi ca la supa de carne (v. 68).

Se pregătește din clapon sau din găină. Se curăță pasărea bine, să nu aibă tuleie, și se procedează la fel ca la supa de carne. Se servește cu aceleași garnituri sau se drege cu gălbenuș de ou și cu puțină lămâie.

### 70. SUPĂ DE GRIȘ

Pentru 6 persoane: 4 linguri cu vârf de griș.

Când supa este gata, se strecoară jumătate din ea într-o oală mai mică și când aceasta clocotește, se toarnă cu o mână câte puțin griș, iar cu o lingură se amestecă pentru ca să nu se facă cocoloși. Într-un sfert de oră este gata. Se adaugă și restul de supă. Se servește, după gust, cu frunze verzi de pătrunjel, tăiate fin.

## **71. SUPĂ CU OREZ**

Pentru 6 persoane; 3 linguri cu vârf de orez.

Se alege orezul, se spală și se pune la fiert în supa strecurată. Se amestecă din când în când cu lingura, pentru ca să nu se prindă de fund. Orezul fierbe în jumătate de oră. După gust, la masă se poate adăuga lămâie.

## **72. SUPĂ CU GĂLUȘTE DE GRIȘ**

Găluștele: 1 lingură unt sau untură, 1 ou, 4 linguri griș, sare.

Se freacă oul cu o lingură rasă de unt sau de untură, până se face ca o cremă. Se pune grișul câte puțin și sare. Pasta trebuie să aibă consistența unei smântâni groase.

Se strecoară supa într-o cratiță destul de mare, astfel încât găluștele să nu se atingă între ele și să se sfărâme. Când supa clocotește, se ia cu o linguriță din pasta de griș și se dă drumul în supă. Se acoperă cratița și se lasă să fiarbă la foc mic. În douăzeci de minute sunt fierte. Când sunt gata, se iau cu lingura de spumuit, se pun în castron cu grijă să nu se sfărâme și se strecoară deasupra supa în care au fiert, adăugând și restul de zeamă care a fost ținut la cald.

## **73. SUPĂ CU TAIȚEI**

Pentru 8 persoane se face o foaie de tăiței dintr-un ou.

Se face un aluat de tăiței (v. 604). Se întinde cu sucitorul pe masa de aluat o foaie de grosimea unei muchii de cuțit și se lasă puțin să se zbicească, fără să se usuce de tot. Se face sul și se taie fin cu un cuțit ascuțit. Se respiră ușor cu mâna și se lasă să se usuce bine înainte de a fi întrebuițai. Este bine să fie pregătiți cu o zi mai înainte. Se pune la fiert supa într-o cratiță și când clocotește, se dă drumul tăițelilor. Se trage cratița pe foc mic și se fierb un sfert de oră.

## **74. SUPĂ CU PĂTRĂȚELE**

Pentru 6 persoane se face o foaie de aluat dintr-un ou.

Se face un aluat de tăiței (v. 604). Se împătorește foaia în patru și se taie mici pătrățele. Se fierb la fel ca tăiței.

## **75. SUPĂ CU GOGOȘELE DE ALUAT**

Pentru 6 persoane se face o foaie de aluat dintr-un ou.

Se face un aluat ca pentru tăiței (v. 604). Se întinde foaia, se unge cu ou și se îndoaie în două. Cu o formă mică cât un ban se taie mici rotocoale, care se rumenesc într-o cratiță în untură multă. Se servesc cu supa la masă.

## **76. SUPĂ CU TURNĂȚEI**

Turnăței: 2 ouă, 2 linguri făină, sare.

Se freacă într-un castron ouăle cu făina până când aluatul se face ca o smântână. Se pune sare. Se toarnă cu încetul în supa care clocotește la foc. Se fierb zece minute.

## **77. SUPĂ CU FRECĂȚEI**

Frecăței: 1 ou, 1 lingură lapte, 150 g făină, sare.

Din ouă, făină și o lingură de lapte, se face un aluat potrivit de tare. Se lasă puțin să se zbracească. Se dă pe răzătoarea rară. Se lasă să se usuce pe masa de aluat. Se fierb în supă ca și tăiteii.

## **78. SUPĂ CU PUF DE OU**

Puful: 2 ouă, 1 linguriță făină, sare.

Se freacă bine două gălbenușuri cu o linguriță plină de făină și puțină sare. Se bate albușul spumă, se amestecă împreună și se toarnă toată compoziția deodată într-o cratiță mare, în care s-a strecurat supa clocotită. Se acoperă, se lasă să fiarbă 10 minute. Trebuie servit imediat ce este gata, pentru ca să nu se lase.

## **79. SUPĂ CU GĂLUȘTE DE OREZ**

Găluștele: 1/2 ceașcă orez, 1/2 ceașcă lapte, unt proaspăt cât o nucă, 1 ou, sare.

Se alege și se spală orezul. Se pune la fiert cu laptele și o bucată de unt proaspăt. Se sarează. Se fierbe mai mult decât orezul cu lapte obișnuit. Se ia de pe foc și se adaugă oul. Când s-a răcit bine, se ia cu lingurița din pastă și se fac mici cocoloși cu mâna, se dau prin făină și se pun la fiert în apă clocotită, cu puțină sare. Când sunt gata, se scot cu lingura de spumuit, se scurg și se pun în castron. Deasupra se strecoară supa.

## **80. SUPĂ CU GĂLUȘTE DE CARTOFI**

Găluștele: 250 g cartofi, 1 ou, 1 lingură făină, 1 lingură unt proaspăt, sare, piper.

Se fierb cartofii, se curăță de coajă și se trec prin mașina de tocat sau prin răzătoare. Se freacă untul, se adaugă oul, făina, sare, puțin piper și se amestecă cu cartofii. Se formează găluștele cu mâna, se dau ușor prin făină, se pun la fiert în apă clocotită; în 10 minute sunt gata. Se scurg, se pun în castron, iar deasupra se toarnă supa.

## **81. SUPA DE ZARZAVAT**

1 morcov mijlociu, 1 rădăcină pătrunjel, 2 fire de praz, 3 cartofi mijlocii, 2 l zeamă de carne.

Morcovul, pătrunjelul și prazul se taie fin ca tăiteii, iar cartofii se taie puțin mai groși. Se

pun la fiert în supă strecurată. Se adaugă sare cât trebuie.

#### **\*. ALTĂ SUPA DE ZARZAVAT**

1 morcov mijlociu, 1 rădăcină pătrunjel, 1 fir de praz, 1/2 țelină, 3 cartofi, 1/2 lingură unt, 2 l zeamă de carne.

Morcovul, pătrunjelul, prazul, țelina și cartofii se taie ca tăiței. Se încinge într-o cratiță untul, se pune tot zarzavatul, afară de cartofi, amestecând cu lingura, până se moaie, fără să se rumenească. Se toarnă deasupra apă cât să acopere zarzavatul, se lasă să dea în clocot, și când zarzavatul este aproape fiert, se adaugă și cartofii. Se potrivește de sare. Când este gata, se toarnă deasupra zeama de carne și se lasă să mai dea împreună un clocot.

#### **82. SUPĂ CÂMPENEASCĂ**

3 l apă, 1 morcov, 1 gulie, 2 fire de praz, 3 cartofi mijlocii, 1 țelină mică, 1 lingură unt sau ulei, sare, 1 gălbenuș, 1 lingură smântână.

Morcovul, gulia și prazul se taie ca fideaua și se înăbușe într-o cratiță cu o lingură de unt sau de ulei. Se curăță cartofii și țelina, se fierb și se trec prin sită. Se pune zeama la fiert într-o oală de supă, împreună cu zarzavatul înăbușit. Se potrivește de sare, se lasă să fiarbă și când supa este gata, se drege în castron cu un gălbenuș și cu puțină smântână.

#### **83. SUPĂ DE ZARZAVAT CU ULEI**

3 l apă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 3 cartofi, o mână de mazăre, o mână de fasole verde, 1 dovlecel, 1 conopidă mică, 3 roșii, 1/2 lingură ulei, 1/2 lingură făină, sare.

Se taie tot zarzavatul felii și se fierbe într-o oală, în apă cu sare, împreună cu mazărea, fasolea verde, dovlecelul tăiat bucăți și câteva buchete de conopidă. Se face un rântaș din făină cu puțin ulei. Se amestecă încet cu supa, la care se mai adaugă roșiile curățite de pieluță și tăiate bucăți. Se potrivește de sare. Se lasă să dea câteva clocote împreună.

#### **84. SUPĂ FRANȚUZEASCĂ CU ZARZAVAT**

1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 țelină, 1 praz, 1 ceapă, 1/2 varză mică, o mână de mazăre, 1 salată mică, 1/2 lingură unt, 1/2 linguriță zahăr, sare, 2 l zeamă de carne.

Se taie fin ca tăiței tot zarzavatul. Se amestecă totul cu mâna după ce s-a adăugat un praf de sare și zahărul pisat. Se pun într-o cratiță cu 1/2 lingură de unt și se înăbușă la foc potrivit. Se amestecă cu o lingură, ca să nu se ardă, însă încet să nu se sfărâme.

Separat se fierbe varza tăiată fin. Când zarzavatul a început să se moaie, se toarnă deasupra zeama de supă, astfel încât să fie bine acoperit. Se adaugă varza fiartă și scursă, puțină mazăre boabe verde și câteva frunze de salată verde. Când totul este bine fiert, se adaugă restul de supă, se lasă să dea împreună un clocot și se servește.

### **85. SUPĂ DEASĂ DE MORCOVI (CREMĂ)**

3 l apă, 1/2 lingură unt topit, 500 g morcov, 1 ceapă, 4 cartofi mari, 1/2 linguriță zahăr, sare, unt proaspăt cât o nucă.

Supa de morcovi, ca și toate supele de zarzavat, se poate pregăti, în lipsă de zeamă de carne, cu apa în care a fiert alt zarzavat, de pildă fasole boabe sau verde, conopidă, sparanghel, mazăre etc. În cel mai rău caz, se poate face și numai cu apă. Se taie morcovii în felii subțiri și se înăbușă într-o cratiță cu untul și cu ceapa tăiată de asemenea în felii subțiri. Când morcovul a început să se moaie, se pune sarea, zahărul, câteva frunze de pătrunjel, cartofii curățați și tăiați felii; se toamnă atât lichid, încât să fie acoperit bine. Se lasă să fiarbă cu capac trei sferturi de oră până la o oră, la foc mic. Se trece zarzavatul prin sită, se adaugă din zeamă cât trebuie și se lasă să mai dea câteva clocote. Se pune o bucată de unt proaspăt cât o nucă în supa luată de pe foc. Se servește cu bucățele de pâine prăjită în unt.

### **86. SUPĂ DE CARTOFI**

3 l apă, 500 g cartofi, 1 morcov, 1 pătruniel, 1 praz, 1/2 țelină, 1 ceapă, 1 lingură unt sau ulei, 1 lingură făină, sare.

Se fierbe zarzavatul în apă cu sare. Când este complet fiert, se strecoară, iar în zeamă se fierb cartofii tăiați bucățele. Se prăjește puțin în unt sau în ulei o ceapă tăiată mărunt, peste care se pune o lingură de făină. Se stinge cu puțină apă sau cu zeamă din supă. Se lasă să dea două, trei clocote. Se amestecă încet cu supa, ca să nu se formeze cocoloși. Se mai lasă să fiarbă. Înainte de a servi supa, se adaugă frunze de pătrunjel tăiate fin.

### **87. SUPĂ DE PIURE DE CARTOFI (CREMĂ)**

3 l apă, 750 g cartofi, 1 ceapă, 1 gălbenuș, 1 lingură smântână, sare.

Se fierb într-o oală cu apă cartofii curățați și tăiați bucățele, cu ceapă și sare. Se lasă să fiarbă acoperit o jumătate de oră. Se încearcă dacă sunt fierți. Se trec prin sită cât sunt încă fierbinți. Se subțiază cu zeama lor și se lasă să mai dea câteva clocote. Se bate un gălbenuș cu o lingură bună de smântână. Se amestecă încet cu spuma. Se adaugă o bucătică de unt proaspăt și frunze de pătrunjel tăiate fin. Se servește cu bucățele de pâine prăjită în unt.

### **88. SUPĂ DE CARTOFI CU PRAZ**

3 l apă, 400 g cartofi, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 țelină, 3 fire de praz, unt proaspăt cât o nucă.

Se fierbe zarzavatul în apă cu sare. Când este fiert se strecoară, iar în zeamă se fierb cartofii tăiați cuburi egale și prazul tăiat în felii subțiri. Se lasă să fiarbă până încep să se sfărâme. Înainte de a servi, se adaugă o bucătică mică de unt proaspăt. Se servește cu bucățele de pâine prăjite în unt.

Se mai poate pregăti înăbușind prazul tăiat felii cu puțin unt, înainte de a-l pune la fiert.

## **89. SUPĂ DE CIUPERCI**

3 l apă, zarzavat de supă, 500 g ciuperci, 1 linguriță unt, 1 lingură făină, sare, piper, 1 gălbenuș.

Se aleg ciuperci tinere, adică încă închise, și foarte proaspete. Se spală bine, se curăță și se taie în felii potrivite. Ca să rămână albe, pe măsură ce sunt curățite, se pun într-un castron cu apă și puțin oțet. Se scurg bine și se înăbușă într-o cratiță cu 1/2 lingură de unt, sare, piper și puțină frunză de pătrunjel tocat fin. Se prăjește ușor o lingură de făină în 1/2 lingură de unt și se stinge cu apa în care a fiert zarzavatul de supă. Se adaugă ciupercile și se lasă să mai fiarbă. Înainte de a servi, se drege cu un 1 gălbenuș.

### **\* ALTĂ SUPĂ DE CIUPERCI**

3 l apă, zarzavat de supă, 500 g ciuperci, 1 lingură unt, sare, piper, 1 lingură griș, 2 linguri smântână.

Se pregătesc ciupercile ca mai sus și se înăbușă într-o cratiță cu unt, un praf de sare și un praf de piper. Separat se fierbe zarzavat de supă și când este gata, se strecoară; zeama se lasă să dea în clocot, apoi în ea se toarnă încet o lingură de griș. Se adaugă ciupercile și înainte de a servi se drege cu smântână.

## **90. SUPĂ DEASĂ DE FASOLE BOABE (CREMĂ)**

4 l apă, zarzavat de supă, 300 g fasole, 1 ceapă, unt proaspăt cât o nucă sau ulei.

Fasolea aleasă și spălată se fierbe într-o oală cu apă; după ce dă în clocot, se scurge apa și se toarnă altă apă fierbinte. Se adaugă un morcov tăiat în patru, o ceapă mare și un pătrunjel cu frunze. Se lasă să fiarbă pe foc mic. Se încearcă dacă a fiert luând un bob de fasole și strivindu-l între degete. Se scoate zarzavatul și se trece prin sită fasolea și ceapa, cât sunt încă fierbinți. Se subțiază cât trebuie cu zeama lor. Se lasă să mai dea câteva clocote, amestecând mereu, ca să nu se prindă de fund. După ce se ia de pe foc, se adaugă o bucățică de unt proaspăt sau o lingură de ulei. Se servește cu bucățele de pâine prăjită în unt.

## **91. SUPĂ DEASĂ DE MAZĂRE VERDE (CREMĂ)**

3 l apă, 500 g mazăre boabe verde, 1 salată verde, o mână de spanac, unt proaspăt cât o nucă.

Într-o oală cu apă se fierb mazărea și câteva frunze de spanac și de salată, tăiate fin. Se lasă să fiarbă înăbușit, la foc potrivit, trei sferturi de oră. Când mazărea este bine fiartă, se trece prin sită. Se subțiază cu zeama în care a fiert și se lasă să mai dea câteva clocote, amestecând din când în când. Înainte de a servi, se adaugă o bucățică de unt proaspăt și o lingură sau două de mazăre verde fiartă separat.

## **92. SUPĂ DEASĂ DE MAZĂRE USCATĂ (CREMĂ)**

4 l apă, 400 g mazăre uscată, 1 morcov mic, 1 ceapă mică, 1 felie de slănină, 1/2 lingură unt sau 1 lingură ulei, 1/2 linguriță zahăr, sare.

Se alege, se spală și se pune mazărea la muiat din ajun. A doua zi se schimbă apa și se pune la foc mic cu apă rece, să se încălzească cu încetul. Se prăjesc puțin în unt sau în ulei morcovul, ceapa, pătrunjelul și o felie de slănină fiartă, tăiate în pătrățele mici. Toate acestea se adaugă în oala cu mazăre după ce a dat în fiert. Se sarează și se lasă să fiarbă aproape două ore. Se trece prin sită și se subțiază cu zeama din oală, adăugând apă, dacă este nevoie. Se pune zahărul. Se lasă să mai fiarbă, amestecând din când în când, ca să nu se prindă de fund. Când este gata, se adaugă puțin unt proaspăt sau o lingură de smântână și, dacă avem, puțină mazăre verde conservată. Se servește cu bucățele de pâine prăjită în unt.

## **93. SUPĂ DE MĂCRIȘ**

3 l apă, 500 g măcriș, 2 cartofi, 1 lingură unt, sare, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână.

Măcrișul trebuie să fie foarte tânăr, de aceea această supă nu este gustoasă decât foarte devreme primăvara. Se alege și se spală bine măcrișul. Se înăbușă într-o cratiță cu puțin unt până când se moaie. Se trece apoi într-o oală cu apă în care a fiert zarzavat, împreună cu cartofii curățați și tăiați bucăți, și sare cât trebuie. Se lasă să fiarbă jumătate de oră. Când este aproape gata, se adaugă câteva frunze de măcriș spălate, care au fost păstrate de la început, și se mai dă odată în clocot. Înainte de a fi servită, se drege cu un gălbenuș și două linguri de smântână.

## **94. SUPĂ DE LINTE**

4 l apă, 300 g linte, 1 ceapă, 2 — 3 căței de usturoi, o crenguță de cimbru, 1 lingură unt, untură sau ulei, 1 lingură făină.

Se alege linte, se spală și se pune să stea în apă de seara până a doua zi. Se pune la fiert într-o oală cu apă rece, cu ceapă tăiată mărunt, usturoi și cimbru. Se lasă să fiarbă încet; sarea se pune numai la sfârșit când linte este fiartă, altfel rămâne tare. Se face un rântaș dintr-o lingură de făină cu puțin ulei sau untură, se amestecă cu supa, se potrivește de sare și se lasă să mai dea câteva clocote.

## **95. SUPĂ DEASĂ DE LINTE**

\* Se folosesc aceleași cantități ca la rețeta 94.

Se fierbe linte și când este gata se trece prin sită. În loc de rântaș de făină, se adaugă la fiert 2-3 cartofi.

## 96. SUPĂ DE ROȘII

1,500 kg roșii, 3 linguri orez, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână, 2 l zeamă de carne sau apă, sare, 1 linguriță zahăr.

Se pun într-o oală roșiile spălate și tăiate bucăți, cu puțină sare. Se acoperă și se lasă să fiarbă înăbușit în apa pe care o lasă singure. Când s-au muiat bine, se trec prin sită și se subțiază cu zeamă de carne sau cu zeamă în care a fiert zarzavat. Se pune zahărul, orezul și se lasă să fiarbă bine, se potrivește de sare. Înainte de a fi servită, se drege supa cu un gălbenuș și cu două linguri de smântână. Este foarte gustoasă și rece. În acest caz, zeama de supă cu care se subțiază trebuie bine curățată de grăsimi.

Orezul poate fi înlocuit cu arpacaș muiat în apă din ajun, ca să fiarbă mai ușor.

## 97. SUPĂ DE ROȘII CU USTUROI

1 kg roșii, 1 ceapă, 1 lingură unt sau ulei, 1 morcov și 1 pătrunjel, 200 g orez, 1 linguriță zahăr, 3 căței de usturoi, sare, 2 l zeamă de carne.

Se îngălbenește o ceapă tăiată mărunt în puțin unt sau ulei. Se spală roșii bine coapte, se rup în bucăți și se pun împreună cu ceapa într-o oală acoperită, la foc mic. Când s-au muiat, se adaugă un morcov mic și o bucată de pătrunjel, orezul ales și spălat, zeamă de carne sau apă în care a fiert zarzavat, sarea, zahărul și usturoiul. Se lasă să fiarbă acoperit trei sferturi de oră, până ce orezul se face ca o cremă. Se trece totul prin sită și se lasă să mai dea câteva clocote, amestecând ca să nu se prindă de fund.

## 98. SUPĂ DEASĂ DE CONOPIDĂ (CREMĂ)

3 l apă, 1 conopidă frumoasă, 1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână, sare.

Se fierbe o conopidă în apă cu sare. Se rup câteva buchete din conopidă pentru garnitură și se păstrează în zeamă. Se încălzesc fără să se îngălbenească untul și făina și se sting cu 2 — 3 cești de apă. Se trece conopida prin sită, se amestecă cu sosul de făină, se subțiază cu zeama în care a fiert conopida și se lasă să mai fiarbă pe foc mic. Din când în când se ia cu o lingură pielița pe care o formează untul ridicat la suprafață. Când este gata, se drege cu un gălbenuș bătut cu două linguri de smântână și se adaugă buchetele de conopidă fiartă.

## 99. SUPĂ DE GULII (CREMĂ)

3 l apă, 3 gulii frumoase, 300 g cartofi, 1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână, sare.

Se curăță guliile și cartofii, se taie bucăți și se pun la fiert într-o oală cu apă și puțină sare. Se lasă să fiarbă bine. Se face un rântaș din jumătate lingură de unt, cu o lingură de făină. Se stinge cu zeama din oală și se amestecă încet cu supa. Când legumele sunt bine fierte, se trec prin sită și se lasă supa să mai dea câteva clocote. Se drege în castron cu o lingură de smântână și cu un gălbenuș.

## **\* ALTA SUPĂ DE GULII**

Se curăță câteva gulii și câțiva cartofi. Guliile se taie în felii subțiri, iar cartofii în cuburi mici. Se pregătește supă la fel ca la crema de gulii, fără să se treacă prin sită. Se drege cu ou și smântână.

### **100. SUPĂ DEASĂ DE DOVLEAC (CREMĂ)**

4 l apă, 500 g dovleac, 1 ceapă, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 2 linguri smântână, sare.

Se curăță dovleacul de coajă și de sâmburi, se taie bucăți și se înăbușă cu puțin unt și o ceapă tăiată mărunt. Se fierbe jumătate de oră la foc mic. Se face un sos alb din făină și unt, subțiat cu puțină apă, și se amestecă cu dovleacul trecut prin sită. Se adaugă apoi apă în care a fiert zarzavat, se pune sare și se lasă să fiarbă la foc mic; din timp în timp se ia cu o lingură pielița ce se formează deasupra prin ridicarea untului la suprafață. Se drege cu două linguri de smântână.

### **101. SUPĂ DEASĂ DE LEGUME (CREMĂ)**

4 l apă, 1 lingură unt, 2 cepe, 250 g roșii, 300 g cartofi, 2 căței de usturoi, o mână de fasole fidea, unt proaspăt cât o nucă.

Se prăjește ceapa în unt fără să se îngălbenească. Se toarnă deasupra apă sau de preferință apă în care a fiert alt zarzavat, de exemplu conopidă, fasole etc. Se pune la fiert într-o oală, se adaugă roșii frumoase și bine coapte, cartofii curățați și tăiați bucăți, sare și usturoi. Se acoperă și se lasă să fiarbă. Se trece prin sită și se lasă să mai dea câteva clocote. Înainte de a servi, se adaugă fasolea verde fiartă și tăiată în bucățele mici, și puțin unt proaspăt.

### **102. SUPĂ DE VARZĂ**

3 l apă, 1 varză mijlocie, o ceașcă orez sau arpacaș, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână, sare.

Se taie varza mărunt, se opăreste, se scurge de apă și se pune la fiert într-o oală, cu apă fierbinte. Se adaugă jumătate ceașcă de arpacaș sau de orez ales și spălat (arpacașul se moaie în apă din ajun). Se lasă să fiarbă, se potrivește de sare și când este gata, se drege în castron cu un gălbenuș și cu smântână.

### **103. SUPĂ DE CEAPĂ**

3 l apă, 250 g ceapă, 2 linguri unt, o lingură făină, sare, 6 felii de pâine prăjită în unt, 1 lingură brânză rasă.

Se taie ceapa în felii foarte subțiri și se pune la foc cu o lingură de unt. Nu trebuie să se îngălbenească. Când începe să se moaie, se trage cratița pe marginea mașinii, se adaugă făina. Se amestecă mereu și când ceapa și făina au luat o culoare gălbuie, se sting cu apă sau, mult mai bine, cu zeamă de carne, amestecând continuu. Se pune sare și se lasă să fiarbă încet în sfert de oră. Între timp se prăjesc feliile de pâine în unt. Deasupra supei din farfurii se pune câte o feliuță de pâine presărată cu parmezan ras.

#### **104. SUPĂ DEASĂ DE SPANAC (CREMĂ)**

3 l apă, 500 g spanac, 1 lingură unt sau untură, 1 lingură făină, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână, sare.

Se alege spanacul, se spală cu grijă și se pune la fiert când apa clocotește. Separat se prăjește ușor făina în untură și se stinge cu apa în care fierbe spanacul. Se toarnă răntașul în oala cu spanac, se trece totul prin sită, se potrivește de sare și se lasă să mai dea câteva clocote. Când este gata, se drege în castron cu un gălbenuș și puțină smântână.

#### **105. SUPĂ DE SALATĂ**

3 l apă, 6 salate, 1 ceapă, 1 căpățână de usturoi, 1 lingură untură, 50 g slănină, 2 ouă, sare.

Se pune apa la foc. Când dă în clocot, se adaugă sare, o ceapă și câțiva căței de usturoi, toate tocate, și câteva salate tăiate bucăți. Separat se prăjesc în untură slăcina tăiată cuburi și câțiva căței de usturoi tocat. Când încep să se rumenească, se pun în supă. În tigaia în care s-a prăjit slăcina, se face o omletă obișnuită din două ouă, se taie în cuburi și se pune în supă înainte de a fi servită la masă. După dorință se poate adăuga puțin oțet.

#### **106. SUPĂ DE CHIMEN**

3 l apă, zarzavat de supă, 1 lingură chimen, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare, 6 felii de pâine tăiate cuburi.

Se fierbe în apă o lingură de chimen și zarzavat de supă. Se prăjește ușor o lingură de făină cu o lingură de unt și se stinge cu zeama strecurată. Se lasă să dea câteva clocote. Se potrivește de sare. Se servește cu cuburi de pâine prăjită în unt. Supa este mai gustoasă dacă se înlocuiește apa în care se fierbe chimenul, cu zeamă de carne.

# CIORBE

## 107. CIORBĂ ȚĂRĂNEASCĂ

2 l apă, 1 l borș, 1 kg carne de vacă, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 țelină, 1 mână fasole țucără, 1/4 varză mică, 2 cartofi, 2 roșii, verdeață (mărar, pătrunjel, leuștean), sare.

Se taie carnea de vacă în bucăți potrivite și se pune la fiert într-o oală cu apă. Când începe să fiarbă, se ia spuma de două trei ori. Se pune sare. Se adaugă apoi tot zarzavatul tăiat mărunt, fasolea țucără tăiată bucăți și spre sfârșit varza, cartofii și roșiile, sau o lingură de bulion de roșii. Se lasă să fiarbă cât trebuie, fără sa se sfârâme zarzavatul. Separat se fierbe 1 l borș și se strecoară în oala în care fierbe zarzavatul. Se adaugă frunze de leuștean sau de tarhon, de pătrunjel și de mărar. Se gustă de sare, se potrivește de acru, se adaugă la nevoie sare de lămâie dizolvată separat, în apă. Se lasă să mai dea câteva clocote.

## 108. CIORBĂ RUSEASCĂ CU SMÂNTÂNĂ

Aceleași cantități ca mai sus, în plus puțină sfeclă, 1 gălbenuș. 2 linguri smântână.

Se fierbe carnea la fel ca la borșul țărănesc. Se pune tot zarzavatul tăiat mărunt și se adaugă și puțină sfeclă tăiată ca fideaua. Se adaugă borșul fiert separat, verdeață, sare. Se bate bine în castron gălbenușul cu două linguri de smântână. Se toarnă borșul amestecând încet. Se servește.

## 109. CIORBĂ DE VIȚEL

2 l apă, 1 l borș, pentru rest aceleași cantități ca la ciorba țărănească.

Se fierb bucățile de carne și se ia spuma. Se pune morcov, și o rădăcină de pătrunjel, puțină varză și ceapă tăiată mărunt. Se adaugă borșul fiert separat, verdeață și sare. Se drege cu gălbenuș și smântână.

## 110. CIORBĂ DE MIEL

2 l apă, 1 l borș, 1 kg carne de miel, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, verdeață, cozi de ceapă verde, sare, 3 linguri orez, 1 gălbenuș, 2 linguri de smântână.

Se fierb în apă cu sare capul și bucăți de carne de miel. După ce dă în clocot, se ia spuma și se adaugă: un morcov, un pătrunjel și o ceapă mică tăiate mărunt. Când sunt fierte, se toarnă borșul fiert separat și strecurat, și se adaugă o frunză de pătrunjel, cozi de ceapă verde tăiate fin și 2 — 3 linguri de orez ales și spălat. Se lasă să fiarbă orezul, se gustă de acru și se drege în castron cu un gălbenuș și două linguri de smântână. În loc de orez se pot pune găluște preparate în felul următor: se freacă o lingură de unt sau de untură cu un ou, bine, până se face ca o cremă. Se pune sare și se adaugă făină până ce compoziția devine ca o smântână groasă. Se iau cu o linguriță și se dă drumul găluștelor în ciorbă, când clocotește. Se fierb un sfert de oră.

### **111. CIORBĂ DE BERBEC**

2 l apă, 1 l borș, 750 g carne de berbec, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 varză mică, 500 g roșii, 1 ardei gras, sare.

Se taie carnea bucăți potrivite. Se fierbe în apă, cu un morcov și un pătrunjel. Se ia spuma, se potrivește de sare. Când carnea este fiartă pe trei sferturi, se adaugă varza tăiată ca tăiței, roșiile și un ardei gras tăiat mărunt. Odată cu ciorba se servesc ardei mici, iuți.

### **112. CIORBĂ DE PASĂRE**

2 l apă, 1 l borș, 1 pasăre cam de 1 kg, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, verdeață, sare, 3 linguri orez, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână.

Se face la fel ca ciorba de miel.

### **113. CIORBĂ DE PUI TÂNĂR**

1,5 l apă, 1 l borș, 1 pui mijlociu, zarzavat de supă, 3 linguri orez, verdeață, cozi de ceapă verde, 2 roșii, sare, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână.

Într-o oală cu apă clocotită se pun la fiert un morcov, o rădăcină de pătrunjel și o ceapă tăiată mărunt. Când zarzavatul începe să fiarbă, se adaugă puiul tăiat bucăți, labele, capul, pipota și ficatul. Se pune sare. Se ia spuma, se adaugă orezul ales și spălat, borșul fiert separat și strecurat, cozile de ceapă verde, mărar și pătrunjel tăiate fin și roșiile tăiate bucăți și fără semințe. Înainte de a servi, se drege în castron cu un gălbenuș și cu două linguri de smântână.

### **114. CIORBĂ DE POTROACE**

1,5 l apă, 1,5 l zeamă de varză, măruntaie de gâscă, sau de curcan, zarzavat de supă, 3 linguri orez, verdeață.

La ciorba de potroace, borșul este înlocuit cu zeamă de varză. Se fierb aripile, picioarele, gâtul și pipota de gâscă sau de curcan, tăiate în bucăți potrivite. Se adaugă un morcov, un pătrunjel, un sfert de țelina și o ceapă tăiată mărunt, orezul ales și spălat. Separat se fierbe zeama de varză, care se toarnă în oală când carnea și zarzavatul fierbe. Se potrivește de sare. Se adaugă pătrunjel și mărar verde tăiate fin.

### **115. CIORBA DE BURTĂ (SCHIMBEA)**

4 l apă, 1 kg burtă, 1 picior de vițel, zarzavat de supă, 2 foi de dafin, 10 boabe piper, 2 linguri oțet, 2 gălbenușuri, sare.

Se spală în mai multe ape și se curăță cu sare până rămân albe, 1 kg de burtă și un picior de vițel. Se pun la fiert în apă cu sare, cu un morcov, un pătrunjel și o ceapă întregă, foi de dafin, boabe de piper. Se lasă să fiarbă bine la foc potrivit. Se scoate burta și după ce s-a răcorit, se taie în formă de tăiței mai groși, de asemenea și carnea de pe picior. Se pun într-o oală, se strecoară zeama în care au fiert și se lasă să mai dea câteva clocote. Se bat

gălbenușurile cu două linguri de oțet de vin sau o jumătate de lămâie și se amestecă încet cu zeama din oală. Se servește fără să se mai pună pe foc.

### **116. CIORBĂ DE PERIȘOARE**

2 l apă, 1 l borș, zarzavat de supă, verdeață, 3 roșii, sare, 1 gălbenuș, 2 linguri smântână. Perișoare: 500 g carne, 1 felie de pâine, 2 linguri orez, 1 ceapă, 1 ou, sare, piper.

Se pune la fiert într-o oală cu apă, un morcov, un pătrunjel, o ceapă, toate tăiate mărunt, și osul ce rămâne de la carne, și se lasă să fiarbă bine. Se toarnă borșul fiert separat și strecurat, se adaugă verdeață tăiată fin, roșiile cărora li s-au scos sâmburii și sare. Se lasă să dea câteva clocote. Se face o tocătură din carne, miezul de la o felie de pâine muiat și stors bine, se adaugă orezul; ceapa tocată fin, un ou, sare, piper. Se fac perișoare mici cu mâna udă și se pun la fiert în ciorbă. Înainte de a servi, se scoate osul din ciorbă și se drege cu un gălbenuș bătut cu smântână.

### **117. CIORBĂ DE DOVLECEI UMPLUȚI**

Aceleași cantități ca mai sus, plus 6 dovlecei tineri.

Se pun la fiert un morcov, un pătrunjel, o ceapă, puțină țelină. Se aleg pentru umplut șase dovlecei tineri, mai subțiri, se rad de coajă, se taie în două și se scobesc înăuntru. Se face umplutura din 0,500 kg de carne. Osul rămas de la carne se pune la fiert împreună cu zarzavatul. Carnea se trece prin mașină împreună cu miezul de la o felie de pâine muiat și stors bine, și se amestecă puțin orez, ales, spălat și înflorit (fiert puțin) mai înainte, un ou, o ceapă mică tocată, verdeață și sare. Cu această tocătură se umplu dovleceii, care se fierb în supa de zarzavat. Dacă mai rămâne umplutura, se fac perișoare, care se pun de asemenea la fiert. Separat se fierbe borșul, se strecoară în oala cu dovlecei și se adaugă verdeață, câteva cozi de ceapă tăiate mărunt și sare cât trebuie. Se lasă să fiarbă la foc potrivit. Într-un castron se bate gălbenușul cu smântână și se amestecă încet cu ciorba.

### **118. CIORBĂ DE DOVLECEI**

2 l apă, 1 l borș, zarzavat de supă, 3 dovlecei frumoși, 2 roșii, verdeață, sare, 1 gălbenuș și 2 linguri smântână sau 1 lingură ulei și 1 lingură făină.

Se pun la fiert într-o oală cu apă, o ceapă tăiată mărunt, un morcov și un pătrunjel întregi. Când zarzavatul este fiert, se adaugă borșul fiert separat, dovleceii curățați și tăiați potrivit, roșiile și puțin mărar și pătrunjel verde. Se potrivește de sare și se observă să nu fiarbă prea mult, pentru ca dovleceii să nu se sfărâme. La ciorbă se poate adăuga puțin rântaș de făină cu ulei sau se drege cu un gălbenuș și puțină smântână.

### **119. CIORBĂ DE FASOLE VERDE**

2 l apă, 1 l borș, zarzavat de supă, 500 g fasole grasă, verdeață, 1 ardei gras, 3 roșii mijlocii, sare.

Într-o oală cu apă clocotită, se pun la fiert un morcov, un pătrunjel și o ceapă tăiată mărunt.

Se adaugă fasolea tăiată în bucăți, verdeață, cozi de ceapă verde, un ardei gras, toate tăiate mărunt, și roșiile curățate de semințe. Când este aproape gata, se adaugă borșul fiert separat și strecurat. Se potrivește de sare. Se poate servi simplă sau dreasă cu ou și smântână.

### **120. CIORBĂ DE CARTOFI ȘI FASOLE VERDE**

250 g fasole grasă, 250 g cartofi, pentru rest aceleași cantități ca mai sus.

Se fierb într-o oală cu apă morcovul, pătrunjelul și o ceapă. Se adaugă fasolea grasă tăiată în bucăți și la urmă cartofii curățați, tăiați în cuburi, și sare. Se lasă să fiarbă până încep cartofii să se sfărâme. Se adaugă frunze de pătrunjel și de mărar tăiate fin și borșul fiert separat și strecurat. Se lasă să mai dea un clocot. Se scoate morcovul și pătrunjelul și se servește simplă sau dreasă cu ou și cu smântână.

### **121. CIORBĂ DE CARTOFI ȘI SFECLĂ**

1 sfeclă cam de 500 g, 250 g carofi; pentru rest aceleași cantități ca la „Ciorba de fasole verde”.

Se curăță sfecla, se taie ca tăiteii și se fierbe într-o oală cu un morcov întreg și o ceapă tăiată mărunt. Când sfecla este aproape fiartă, se adaugă cartofii curățiți și tăiați subțiri, verdeață, sare. Când zarzavatul începe să se moaie, se pune borșul fiert separat și strecurat. Se lasă să mai dea câteva clocote. Dacă vrem să aibă o culoare frumoasă, roșie, când ciorba este gata, se dă oala la o parte și după ce s-a răcorit puțin, se pune sfeclă rasă (crudă) în strecurătoarea de macaroane și se cufundă în oală, astfel încât sfecla din strecurătoare să fie acoperită cu zeamă. Se ține un sfert de oră, până iese culoarea din sfeclă și ciorba se înroșește. Se scoate strecurătoarea cu sfecla crudă și se servește ciorba dreasă cu ou și smântână.

### **122. CIORBĂ DE CARTOFI**

500 g cartofi, pentru rest aceleași cantități ca la “Ciorba de fasole verde”.

Se pun la fiert într-o oală cu apă, un morcov întreg și o ceapă tăiată mărunt. Când a început să fiarbă, se adaugă cartofii curățați și tăiați în bucăți potrivite. Se pune sare și verdeață multă, mărar, pătrunjel, cozi de ceapă verde, leuștean, toate tăiate mărunt. Se adaugă borșul fiert separat. Este mai gustoasă dreasă cu smântână.

### **123. CIORBĂ DE FASOLE BOABE**

3 l apă, 1 l borș, 300 g fasole uscată, zarzavat de supă, 200 g roșii, verdeață.

Se pune fasolea la fiert. După ce a dat câteva clocote, se schimbă apa cu altă apă tot fierbinte. Se adaugă un morcov, un pătrunjel și o ceapă tăiată mărunt. Când zarzavatul este aproape fiert, se pune sarea, borșul fiert separat și strecurat, roșiile și verdeața: mărar, pătrunjel, cozi de ceapă, leuștean. Se lasă să dea împreună câteva clocote.

#### **124. CIORBĂ DE VERDEAȚĂ**

2 l apă, 1 l borș, o farfurie adâncă plină cu verdeață, 3 linguri orez, 1 bucățică zahăr, sare, un gălbenuș, două linguri smântână.

Se pun la fiert într-o oală cu apă frunze de lobodă, frunze de sfeclă, cozi de ceapă verde, mărar, pătrunjel, după gust și leuștean, tăiate mărunt. Se adaugă borșul fiert separat și strecurat, sarea, zahărul și orezul ales și spălat. Se lasă să fiarbă. Se servește simplă sau dreasă cu un gălbenuș și cu o lingură de smântână.

#### **125. CIORBĂ DE URZICI**

Se folosesc aceleași cantități ca la “Ciorba de verdeață”.

Se alege urzici tinere, se spală, se opăresc și se pun la fiert într-o oală cu apă. Se adaugă o ceapă tăiată mărunt, orez sau crupe de porumb. Când totul este fiert, se pune borșul fiert separat. Se potrivește de sare, se lasă să mai dea un clocot și se servește simplă sau dreasă cu smântână.

#### **126. SÂRBUȘCA**

1 l apă, 2 l zer, 1 morcov mijlociu, 1 ceapă, 300 g cartofi, 1 lingură mălai, sare.

Se pune la fiert într-o oală cu apă, un morcov întreg și o ceapă tăiată mărunt. Când a început să fiarbă, se adaugă cartofii curățați și tăiați în bucăți potrivite. După ce se fierb și cartofii, se toarnă zerul rămas de la strecuratul brânzei de vaci. Se potrivește de sare. Se lasă să dea din nou în clocot și se adaugă o lingură de mălai tumat în ploaie, ca grișul. După câteva minute ciorba este gata.

#### **127. CIORBĂ DE ȘTEVIE**

2 l apă, 1 l borș, 500 g ștevie, 1 ceapă, 1 lingură ulei, 1/2 lingură făină, 3 linguri orez sau 2 cartofi frumoși, sare.

Se alege ștevia, se pune la fiert și se continuă la fel ca la borșul de urzici. Separat se prăjește o ceapă tocată cu o lingură de ulei, se pune făina; se rumenește și se stinge cu apă. Se amestecă cu ciorba și se lasă să mai dea un clocot. În loc de orez, se pot pune la fiert câțiva cartofi tăiați mărunt.

#### **128. CIORBĂ DE CRUPE DE PORUMB**

2 l apă, 1 l borș, o farfurie adâncă de crupe de porumb, verdeață, sare.

Se spală o farfurie de crupe de porumb și se pun la fiert într-o oală cu apă. Se adaugă verdețuri de tot felul tocate mărunt și când totul este bine fiert, se toarnă borșul fiert separat. Se potrivește de sare.

### **129. CIORBĂ DE BUREȚI**

2 l apă, 1 l borș, 500 g bureți, zarzavat de supă, sare.

Ciorba se poate pregăti cu bureții proaspeți, cum au fost culeși din pădure, sau cu bureți uscați pentru iarnă. Se fierb într-o oală cu apă, un morcov, pătrunjel, mărar și o ceapă. Se alege bureții să nu fie viermănoși, se taie în două sau mai mărunț și se pun în oala cu zarzavat. Când sunt fierți, se adaugă borșul fiert separat, se potrivește de sare și se lasă să mai dea împreună câteva clocote. După gust se poate adăuga puțin rântaș, făcut dintr-o ceapă tocată, prăjită în ulei cu puțină făină, și stinsă cu apă. Bureții uscați se pun la muiat din ajun, într-un vas cu apă.

### **130. CIORBA DE HRIBI (MÂNĂTĂRCI)**

Se folosesc aceleași cantități ca la ciorba de bureți.

Se face la fel ca și ciorba de bureți, adăugându-se la fiert și o mână de orez sau de arpacaș, care fierbe mai ușor dacă este muiat din ajun în apă. De asemenea și hribii uscați trebuie muiat din ajun în apă.

### **131. CIORBĂ DE CRAP**

2 l apă, 1 l borș, 6 bucăți de crap (cam 600 g), zarzavat de supă, 3 linguri orez, verdeață, sare.

Se taie mărunț un morcov, un pătrunjel, ceapă. Se pun să fiarbă cu apă, adăugând orezul ales și spălat. Se curăță crapul, se scoate osul amar de la cap, iar după ce a fost spintecat și i s-au scos mațele, se mai spală numai într-o apă, fără să fie ținut mult, ca să nu-i iasă dulceața. Se taie bucăți și când zarzavatul este aproape fiert, se pune și peștele în oală (de obicei bucățile frumoase se alege pentru prăjit sau pentru altă mâncare, iar la ciorbă se pun capul și coada). Se lasă să fiarbă la foc potrivit. Se ia spuma și se potrivește de sare. Când este aproape gata, se pune borșul fiert separat și strecurat, precum și o mână de verdeață tăiată mărunț. Se lasă să mai dea împreună un clocot. Se servește rece sau caldă. La fel se face și ciorba de pește mărunț.

### **132. CIORBĂ DE PEȘTE CU ZEAMĂ DE VARZĂ**

3 l zeamă de varză, zarzavat de supă, 600 g pește, verdeață.

Se potrivește de acră zeama de varză, adăugând apă dacă trebuie. Se fierbe cu zarzavat tăiat mărunț: morcov, pătrunjel, ceapă. Când este aproape gata, se pune peștele curățit și tăiat în bucăți potrivite. Se lasă să fiarbă cât trebuie, se ia spuma, se potrivește de sare și se adaugă după gust verdeață tăiată mărunț (mărar, pătrunjel, tarhon etc.).

### **133. CIORBĂ DE CHITICI (PEȘTIȘORI MĂRUNȚI)**

Se folosesc aceleași cantități ca la „Ciorba de crap”.

Se taie mărunț mult zarzavat de supă și se fierbe într-o oală cu apă. Se curăță peștișorii

mărunți de mațe, strângându-i de la coadă spre cap, iar dacă sunt mari și au solzi, se curăță și de solzi. Se spală și se pun la fiert în apa cu zarzavat. Se adaugă borșul fiert separat și sare. Peștele nu se fierbe prea mult ca să nu se sfărâme. Când este aproape gata, se adaugă o mână de verdeață tocată.

# MÂNCĂRI DE OUĂ

## 134. OUĂ CU SPANAC

6 ouă, 1,500 kg spanac, 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, 6 felii de pâine, sare.

Se pregătește piureul de spanac (v. 404). Separat se prăjesc în unt feliile de pâine. Se fierb ouăle jumătate tari, se curăță și se așază câte unul peste o felie de pâine prăjită. Deasupra se toarnă piureul de spanac, fierbinte.

## 135. SUFLEU DE OUĂ

6 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1/2 l lapte, 2 albușuri, sare, 1 praf de piper, 1 lingură brânză rasă.

Se fierb ouăle jumătate tari și se așază într-o farfurie de sticlă rezistentă la foc, unsă cu unt. Se face următorul sos de făină: se prăjește ușor o lingură de făină în unt și se stinge cu lapte fierbinte. Se amestecă mereu cu lingura, pentru a nu se face cocoloși. Se pune sare și un praf de piper și se lasă să fiarbă încet pe marginea mașinii o jumătate de oră, ca să scadă. Se amestecă din timp în timp ca să nu se prindă. Când sosul este destul de gros, se amestecă cu două albușuri bătute spumă, se toarnă peste ouă, se presară cu brânza rasă și se dă la cuptor la foc potrivit. Se așază pe grătar ca să aibă căldură mai mult de sus și să nu se întărească ouăle.

## 136. OCHIURI ROMÂNEȘTI

De obicei se socotesc 2 ouă de persoană.

Se pune apa la fiert, fără sare, într-o cratiță cu pereții scunzi. Cratița trebuie să fie destul de mare, pentru ca ouăle să nu fiarbă înghesuite și să poată fi ușor scoase din apă. Când apa clocotește, se sparg ouăle pe rând într-o farfurioară mică și li se dă drumul în cratiță, binișor ca să nu se sfărâme. Se acoperă cratița și se trage mai la o parte, pe foc mic, astfel încât să nu mai clocotească. Se țin trei minute, până ce albușul se coagulează, fără ca gălbenușul să fie răscopt. Se scot cu grijă, cu o lingură lată, găurită, se așază pe farfuria cu care vor fi servite la masă și peste ele se toarnă unt topit fierbinte. Se pot servi și cu ceapă prăjită în grăsime. La fiert se poate adăuga puțin oțet, o lingură la un litru de apă, care ajută ca albușul să nu se resfire în apă și să se coaguleze egal în jurul gălbenușului. Ouăle pentru ochiuri românești trebuie să fie tot atât de proaspete ca și ouăle de fiert.

## 137. OCHIURI CU BRÂNZĂ

6 ouă, 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, 1/2 l lapte, 3 linguri brânză rasă, sare.

Se fac ochiuri românești, fierte ca mai sus în apă cu puțin oțet. Se scurg și se așază pe o farfurie unsă cu unt, rezistentă la foc. Separat se face un sos alb din unt și făină, stins cu o ceașcă mare de lapte. Se adaugă parmezan sau altă brânză rasă. Se lasă să fiarbă sosul cinci minute, amestecând mereu ca să nu se prindă la fund. Se toarnă peste ouă, se presară brânză

rasă și se dă cinci minute la cuptor, la foc foarte iute. Se pot servi și imediat fără să fie date la cuptor.

### **138. OCHIURI CU PRAZ**

6 ouă, 2 linguri unt, 1/2 lingură făină, 2 cești cu lapte, 1 fir de praz, 6 felii de pâine, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se pregătesc ochiuri românești. Pe o farfurie rezistentă la foc se așază fiecare ou bine scurs, pe o felie de pâine prăjită în unt. Separat se face un sos alb ca mai sus, în loc de brânză se pune însă un fir de praz tăiat ca fideaua și înăbușit în unt. Se toarnă sosul peste ouă, se presară cu parmezan ras și se dă la cuptor, la foc iute.

### **139. OCHIURI LA CAPAC**

Se socotesc 2 ouă și unt cât o jumătate de nucă pentru fiecare persoană.

Ochiurile la capac se pregătesc în farfurioare sau în tigăițe rezistente la foc, cu care pot fi servite și la masă. Numărul farfurioarelor trebuie să fie egal cu numărul persoanelor. Mărimea farfuriei trebuie să fie potrivită ca să încapă numai bine două ouă. Se așază farfurioarele pe mașină și se pune în fiecare câte o bucățiță mică de unt proaspăt, cât o jumătate de nucă. Când untul s-a topit, se sparg ouăle cu grijă în farfurioară. Sare se pune puțină numai pe albuș, deoarece pe gălbenuș lasă urme albicioase, care strică aspectul ouălor. Se țin pe mașină 4-5 minute, la foc mic, până ce albușul devine lăptos. Se servesc fierbinți, îndată ce sunt gata.

### **140. OCHIURI LA CAPAC CU SMÂNTÂNĂ**

6 ouă, 1/2 lingură unt, două linguri smântână, sare.

Se pregătesc ochiurile la capac așa cum s-a arătat mai sus întrebuițându-se însă o singură formă cu marginile scunde, rezistentă la foc. Când ochiurile încep să se prindă, se toarnă peste ele smântână și un praf de sare. Se dau puțin la cuptor.

### **141. OCHIURI CU SOS DE ROȘII**

6 ouă, 1/2 lingură unt; pentru sos: 500 g roșii, unt proaspăt cât o nucă, un praf de făină, sare, 1 linguriță zahăr, 1 frunză de țelină.

Se pregătesc ochiurile ca mai sus. În loc de smântână însă, se toarnă deasupra un sos de roșii (v. 63) și se dau la cuptor.

### **142. OCHIURI ÎN TOMATE**

6 ouă, 6 roșii frumoase, o lingură de unt proaspăt, 6 feliuțe mici de șuncă, sare.

Se aleg pătlăgele roșii netede și destul de mari, ca să încapă în fiecare câte un ou. Se taie capacul, Se golesc de miez, se pune în fiecare câte o bucățiță mică de unt proaspăt și un

praf de sare; se așază într-o tavă unsă bine cu unt. Se dau la cuptor la foc iute, și se țin până se înfierbântă.

În acest timp se pregătesc ochiurile în apă. Se pune în fiecare roșie câte o feliuță de șuncă rumenită în tavă sau câteva felii de ciuperci înăbușite în unt. Deasupra se așază oul bine scurs de apă. Se dau câteva minute la cuptor și se servesc.

### **143. OCHIURI ÎN CUIB**

6 ouă, 6 felii de parizer, 1/2 lingură untură, sare, câteva frunze de salată.

Se taie parizerul în felii. Se încinge untură într-o tigaie și se așază feliile de parizer. La căldură, pieळा dimprejur se strânge, felia de parizer luând forma unui cuib, în care se sparge câte un ou. Se presară albușul cu puțină sare și se țin pe mașină până când ochiurile sunt gata. Se așază pe farfurie cu garnitură de frunze de salată împrejur. Pentru ca să iasă bine cuiburile, feliile de parizer trebuie să fie neapărat întregi.

### **144. OUĂ ÎN CUIB PE SPANAC**

6 ouă, 1 kg spanac, 2 linguri unt, 1 lingură smântână, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se alege spanacul (v. 403) și se fierbe. Se lasă la o parte, la cald, o lingură de spanac, iar restul se așază într-o formă de pământ rezistentă la foc, cu două linguri de unt. Se presară brânză rasă și se pune puțină smântână. Separat se bat albușurile, se adaugă sare și se toarnă peste spanacul din formă. Se netezește albușul cu dosul lingurii și din loc în loc se fac găuri rotunde, cât să încapă un gălbenuș. La mijloc se face o gaură ceva mai mare, în care se așază spanacul păstrat la cald. În fiecare gaură se pune câte un gălbenuș, cu grijă, să rămână întreg. Se dă la cuptor, la foc potrivit, până se prinde gălbenușul. Se servesc în formă.

### **145. JUMĂRI MOLDOVENEȘTI (SCROB)**

6 ouă, 1 lingură unt, 3 linguri lapte, sare.

Se topește untul într-o tigaie. Se bat ouăle într-un castron, se adaugă laptele și sare cât trebuie. Se toarnă peste untul fierbinte și se amestecă cu lingura la foc, până încep să se întărească.

### **146. JUMĂRI CU SLĂNINĂ**

6 ouă, 50 g slănină afumată (sau șuncă), 1/2 lingură unt, 3 linguri lapte, sare.

În tigaia în care se vor face jumările se pun bucățele mici de slănină și se lasă să se prăjească la foc potrivit. Separat se bat ouăle cu laptele, se adaugă sare (dacă slănina nu este prea sărată), se toarnă peste slănina rumenită și se amestecă pe foc până încep să se întărească. La fel se pot pregăti jumări cu șuncă tăiată mărunt.

#### **147. JUMĂRI CU BRÂNZĂ**

6 ouă, 1 lingură unt, 3 linguri smântână, 2 linguri brânză rasă, 3 felii de pâine tăiate cuburi, sare.

Se bat ouăle cu smântână și sare. Se toarnă în tigaia în care s-a înfierbântat untul. Se amestecă și când încep să se prindă, se pune brânza rasă.

Se servesc cu garnitură de cuibușoare de pâine prăjite în unt.

#### **148. JUMĂRI CU CEAPĂ**

6 ouă, 1 ceapă frumoasă, 1 lingură unt, 3 linguri lapte, sare.

Într-o tigaie se prăjește cu unt o ceapă tăiată în felii foarte subțiri, cu grijă, să nu se înnegească. Deasupra se toarnă ouăle bătute cu lapte și puțină sare. Se amestecă până sunt gata.

#### **149. JUMĂRI CU PĂTLĂGELE VINETE ȘI ROȘII**

4 roșii frumoase, 1 cățel de usturoi, 1 linguriță zahăr, 6 ouă, 1 vânăță mijlocie, 1 lingură făină, 3 linguri lapte, 2 linguri unt, 1 lingură untură, sare.

Se curăță de semințe și se scurg de apa lor câteva roșii mijlocii, bine coapte. Se pun într-o cratiță cu unt, cu un cățel de usturoi sfărâmat, sare și o bucățică de zahăr. Se lasă să scadă la foc mic, o iumătate de oră. Se taie vânăta în felii subțiri de 1/2 cm, astfel încât să iasă 10 — 12 felii. Se fierb puțin în apă cu sare, și se țin sub teasc 20 de minute pentru ca apa din ele să se scurgă. Se dau apoi prin făină și se prăjesc în untură. Trebuie pregătite în ultimul moment, altfel se moaie până sunt servite. Se face un scrob obișnuit din 6 ouă și se așază pe o farfurie de servit mai adâncă. La mijloc se face loc cu o lingură și se toarnă sosul de roșii, iar de jur împrejur se pun vinetele prăjite.

#### **150. ROȘII UMPLUTE CU JUMĂRI**

6 ouă, 6 roșii frumoase, 2 linguri unt, 3 linguri lapte, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se pregătesc roșiile la fel ca la ochiuri în tomate (v. 142). Separat se pregătesc jumările. Când roșiile încep să se moaie, se umplu fiecare cu jumări, iar pe deasupra se presară brânză rasă. Se dau o clipă la cuptor și se servesc foarte fierbinți.

#### **151. OMLETĂ**

6 ouă, 2 linguri lapte, sare, 1 lingură unt sau untură.

Tigaia pentru omletă trebuie să fie de fontă grosă. Dacă este subțire, omleta se arde înainte de a se coace. De asemenea trebuie să fie de mărime potrivită cu numărul ouălor, adică cu un diametru de 25 cm la marginea de sus, pentru șase ouă.

Se bat ouăle, se adaugă laptele sau o lingură de smântână, și sare. Se pune tigaia cu o lingură de unt sau de untură la foc tare și când s-a înfierbântat, se toarnă ouăle bătute. Când

încep să se întărească, se introduce pe dedesubt un cuțit cu vârful lat, sau se mișcă iute tigaia, ca să nu se prindă omleta pe fund. Cu ajutorul cuțitului se împăturește omleta în trei, după ce s-a pus garnitura dorită, și se servește.

Garnitura la omletă poate fi de:

1. Piure de spanac sau foi de spanac întregi, opărite și înăbușite în unt.
2. Roșii înăbușite în unt, după ce s-au scos semințele.
3. Vârfuri de sparanghel fiert în apă, opărite cu unt.
4. Brânză, șuncă, etc.

### **152. OMLETA CU VERDEAȚĂ**

Aceleași cantități ca pentru omleta simplă, se adaugă în plus 2 linguri de verdeață tocată.

După ce se bat ouăle și se adaugă laptele și sarea, se pune verdeața (frunze de pătunjel, mărar și cozi de ceapă verde) tăiată foarte fin. Se coace ca și omleta simplă.

### **153. OMLETĂ CU CIUPERCI**

Aceleași cantități ca pentru omleta simplă, în plus 250 g ciuperci, 1 lingură de unt.

Se spală ciupercile și se taie în felii foarte subțiri. Se înăbușă în unt până ce se moaie și scade zeama pe care o lasă. Se încinge untul în tigaie. Se toarnă ouăle bătute; când încep să se prindă, se pun ciupercile. Se coace.

### **154. OMLETĂ CU CARTOFI**

500 g cartofi, 4 ouă, 1 lingură unt, sare, piper.

Se fierb cartofii cu coaja, se curăță și se zdrobesc fierbinți cu furculița. Se amestecă cu gălbenușul, se adaugă sare, piper și la sfârșit albușul bătut spumă. Se coace ca și omleta obișnuită.

### **\* ALTĂ OMLETĂ CU CARTOFI**

500 g cartofi, 3 ouă, 1/2 lingură untură, sare, piper, 1 linguriță mărar tocat.

Se curăță cartofii și se rad cruzi pe răzătoarea cu găuri mici. Se adaugă ouăle, sare, piper, mărar tocat. Se amestecă. Se pune tigaia cu untură pe foc bun și când s-a încins, se toarnă compoziția. Când s-a rumenit omleta pe o parte, se întoarce cu un cuțit și se rumenește și pe cealaltă parte. Se servește cu salată verde.

### **155. OMLETĂ CU CARTOFI PRĂJIȚI**

Aceleași cantități ca pentru omleta simplă, în plus 300 g cartofi, 2 linguri untură.

Se curăță cartofii, se taie subțiri și se prăjesc în untură sau în ulei (v. 376). Când sunt

rumeni, se toarnă deasupra ouăle bătute cu lapte și puțină sare, ca pentru orice omletă.

### **156. OMLETĂ ECONOMICĂ**

4 ouă, 2 linguri făină, 3/4 pahar lapte, drojdie cât o nucă, 1/2 lingură untură, sare, piper, verdeață.

Se moaie cu puțină apă o bucățică de drojdie cât o nucă mică, se adaugă ouăle, făina, se amestecă cu laptele (sau cu apă). Se adaugă sare, piper și puțină verdeață tocată. Se pune tigaia cu unt sau cu untură pe foc bun și când s-a încins, se toarnă ouăle și se acoperă cu un capac. Când s-a rumenit omleta pe o parte, se întoarce cu un cuțit și se rumenește și pe cealaltă parte.

### **157. OUĂ UMPLUTE ÎN COAJA LOR**

6 ouă, 1 lingură smântână, 1 felie de pâine, sare, piper, 1 linguriță mărar tocat.

Se fierb ouăle tari, după ce au fost bine spălate. Se lasă să se răcească. Se taie în lung, în două, cu un cuțit ascuțit, astfel încât să nu se sfărâme coaja. Se scot albușul și gălbenușul pe un fund de lemn, iar cojile se lasă la o parte. Se toacă oul destul de mărunț fără să se zdrobească însă de tot. Se adaugă o lingură plină de caimac sau de smântână și miezul de la o felie subțire de franzelă muiat în lapte. Se amestecă totul până nu se mai cunoaște pâinea; se pune sare, piper și mărar tăiat fin. Cu această pastă se umplu puțin bombat cojile de ou, se bat pe deasupra în pesmet fin și se prăjesc în unt numai pe partea umplută. Se servesc calde.

### **158. OUĂ UMPLUTE CU BRÂNZĂ**

6 ouă, 2 gălbenușuri, 2 linguri brânză, 1 lingură smântână, 1 lingură unt, sare, piper. Pentru sos: 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină, sare.

Se fierb ouăle tari. Se curăță și se taie în două în lungune. Se scot gălbenușurile și se freacă într-un castron cu două gălbenușuri crude, puse pe rând. Se adaugă brânza rasă, o lingură de smântână, sare și puțin piper. Se freacă bine până se face ca o smântână groasă. Cu această compoziție se umplu albușurile până în margini. Se presară cu brânză rasă și se așază pe o tavă unsă cu unt. Se dă la cuptor, la foc iute. Se face un sos dintr-o ceașcă de smântână cu puțină făină și sare. Se așază ouăle pe farfuria de servit și se toarnă sosul fierbinte împrejur.

### **159. CHIFTELE CA DE PIEPT DE PASĂRE**

5 ouă, 1 ceapă, 1 felie pâine, 1 cartof, 1 lingură făină, sare, piper, verdeață, 2 linguri untură, 1 lingură pesmet.

Se toacă ceapa mărunț și se prăjește în puțină untură. Se bat într-un castron patru ouă ca pentru omletă, se pune sare și se toarnă peste ceapa prăjită. Se fac jumări și când sunt gata se dau la o parte să se răcorească. Se trec apoi prin mașină, împreună cu o felie de pâine muiată în lapte și stoarsă și cu un cartof, de prefrefrință fiert. Se amestecă bine, se mai

adaugă un ou crud, o lingură de făină, sare, piper și verdeață tocată. Se fac chiftele, se dau prin pesmet și se prăjesc în untură. Se servesc cu salată verde.

### **160. OUĂ RĂSCOAPTE PORTUGHEZE**

6 ouă, 500 g roșii, 1 lingură unt, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se fierb ouăle tari, se curăță de coajă și se taie felii. Separat se spală câteva roșii nu prea coapte, se scot semințele și se taie felii. O parte din aceste roșii se așază pe fundul unei farfurii rezistente la foc, bine unsă cu unt. Se presară puțină sare. Deasupra se așază feliile de ouă, apoi un rând de roșii. Se sarează, se pune unt topit, se presară brânză rasă și se dau la cuptor la foc potrivit.

### **161. OUĂ PRĂJITE ÎN ALUAT**

6 ouă, 1 albuș, 100 g făină, 1 păhărel apă caldă, drojdie cât o alună, sare, 200 g ulei pentru prăjit.

Se fierb ouăle tari, se curăță de coajă și se taie în două în lungime. Din timp se pregătește astfel aluatul în care vor fi prăjite ouăle: se cerne făina într-un castron, se face loc la mijloc, se pune o linguriță de ulei, un vârf de cuțit de sare și un păhărel de vin cu apă căldicică în care s-a muiat drojdia. Se amestecă cu furculița până se obține un aluat fără cocoloși, subțire ca o smântână (cantitatea de apă depinde de calitatea făinii). Se acoperă cu o farfurie și se lasă să dospească la loc cald 2 — 3 ore. Cu puțin înainte de întrebuințare, se adaugă un albuș bătut spumă; în această pastă se pun pe rând jumătățile de ou, căutând să fie acoperite cu aluat, se scot și se prăjesc într-o cratiță cu ulei, sau cu ulei amestecat cu untură, bine încins. Se scot pe farfurie și se servesc cu salată verde. Uleiul rămas de la prăjit se întrebuințează la alte mâncări.

## RACI, MELCI, MIDII

### 162. RACI FIERTI

18 raci, apă cât să-i cuprindă, sare, câțiva căței de usturoi, o frunză de dafin, puține condimente.

Se controlează ca toți racii care trebuie pregătiți să fie vii. Se fierbe atâta apă într-o oală cât să acopere racii, nu mai mult. La patru litri de apă se pune o lingură plină de sare; în orice caz, apa se gustă deoarece ea trebuie să fie mai sărată decât se cere la gust. Se pun câțiva căței de usturoi și, după gust, puține condimente, adică o frunză de dafin și un fir de pătrunjel, iar cine dorește, zarzavat de supă și ceapă. Se fierb la foc iute. Când zeama clocotește, se aruncă înăuntru racii, bine spălați în mai multe ape și scurși, și câteva boabe de piper. Se țin pe foc încă cinci minute, nu mai mult, socotite din momentul când au dat în clocot. Se lasă să se răcească în apa lor. Se așază frumos pe o farfurie, se pun împrejur frunze de pătrunjel. Cine dorește, poate să scoată mațul din gături când racii sunt încă vii, înainte de a-i fierbe.

### 163. PILAF DE RACI

18 raci mijlocii, 3 l apă, 1 lingură sare, 3 căței de usturoi, 6 linguri ulei, 1 ceașcă mare de orez.

Se fierb racii în apă cu sare. După dorință se poate adăuga în apă zarzavat de supă și ceapă. Când s-au răcorit, se curăță de coajă, se scoate mațul din gături, iar acestea împreună cu labele sunt puse la o parte. De asemenea se pot lăsa la o parte câteva carapace care se umplu la sfârșit cu orez și servesc drept garnitură. Se îndepărtează stomacul și cele două pietre albe, când există, iar restul de coji se pisează bine în piulița de piatră. Se încing într-o cratiță trei linguri de ulei, se pun cojile pisate și când încep să se rumenească, se sting cu patru cești de zeamă în care au fiert racii. Se lasă să fiarbă bine. Se strecoară zeama printr-o sită fină. Separat se încing trei linguri de ulei, se pune orezul ales și spălat și când începe să se rumenească, se adaugă două cești de zeamă în care au fiert cojile de raci. Se dă orezul la cuptor 20 — 30 minute și nu se mai umblă cu lingura. Când este gata, se dă la o parte și se amestecă cu labele și cu o parte din gături. Se adaugă un praf de piper. Se așază într-o formă de tablă, păstrând câteva linguri cu care se umplu carapacele. Se răstoarnă din formă pe farfurie și se pun împrejur găturile rămase și carapacele umplute cu orez.

### 164. SCORDOLEA DE RACI

18 raci mijlocii, 50 nuci, 1 felie de pâine, câțiva căței de usturoi, 100 g ulei, 1 lingură oțet, sare.

Se fierb racii. Se curăță nucile de coajă și se pisează bine într-o piuliță de piatră. Se adaugă o bucată de miez de pâine albă, muiat în apa în care au fiert racii și bine stors, după gust, puțin usturoi pisat. Se freacă bine într-un castron, punând câte puțin ulei, până se face ca o cremă untoasă. Se adaugă sare și oțet sau zeamă de lămiie. Se așază pe farfurie și se pun împrejur raci fierți sau numai găturile și labele curățite.

### **165. MIDII FIERTE**

2 kg midii, 1 pahar de vin, 1 ceapă, 1 frunză de pătrunjel, cimbru, dafin, 2 căței de usturoi, sare, piper.

Ca și la raci, o primă condiție la pregătirea midiilor este ca ele să fie cât se poate de proaspete. Fie că sunt servite cu scoica, fie fără scoică, trebuie mai întâi foarte bine spălate, chiar rase cu cuțitul, ca să nu mai rămână urmă de nisip. Nu se țin prea mult în apă, ci se spală pe rând una câte una. Scoicile trebuie să fie bine închise. Când sunt întredeschise, se introduce foarte puțin vârful unui cuțit. Dacă se închid imediat, înseamnă că sunt vii, dacă nu se închid, înseamnă că sunt moarte și trebuie aruncate. După ce sunt bine spălate, se pun într-o cratiță încăpătoare, nu prea multe odată, pentru a fi cuprinse uniform de căldură. Când sunt vii, midiile se deschid imediat la fiert. Se adaugă ceapa tăiată felii, mirodeniile, sarea, piperul și un pahar de vin alb sau de apă. Se acoperă cratița și se fierb la foc iute. Din când în când se saltă cratița, astfel încât să vină toate în contact cu focul. După 10 — 15 minute, toate midiile trebuie să fie deschise, deci gata. Se scot pe rând, se îndepărtează jumătatea de scoică de care nu este prinsă carnea, se pun într-un castron. Se scurge deasupra zeama din cratiță, dar încet, pentru ca nisipul care s-a mai desprins de pe midii la fiert să rămână la fund. Se servesc calde cu zeamă de lămâie.

### **166. MIDII PESCĂREȘTI**

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 50 g unt proaspăt, 2 linguri pesmet, 1 lingură pătrunjel verde tocat, 1 linguriță zeamă de lămâie.

Se fierb midiile ca mai sus. Se scoate cu totul carnea din scoică, se ține la cald, dar nu direct pe mașină. Se scurge zeama în alt vas, se spală cratița, se pune un pahar nu prea plin de vin alb și o ceapă mică tăiată foarte mărunț. Se lasă să scadă la foc iute. Se adaugă zeama în care au fiert midiile și se lasă să dea 2 — 3 clocote. Se trage pe marginea mașinii, se adaugă untul tăiat în bucățele mici ca să se topească repede și pesmetul turnat în ploaie, ca să nu facă cocoloși, apoi pătrunjelul și zeama de lămâie. Se pun midiile în sos și se lasă pe foc, dar fără să fiarbă. Se servesc fierbinți.

### **167. PILAF DE MIDII**

Aceleași cantități ca la “Midii fierte”, în plus 1 ceașcă cu orez, 2 linguri unt sau ulei, 1 ceapă mică, 1 linguriță bulion, sare, piper.

Se fierb midiile cu puțină apă și se scoate carnea dinăuntru. Se prăjesc ușor în unt sau în ulei o ceapă mică, tăiată mărunț, și o ceașcă de orez ales, spălat și apoi bine uscat. Se sting cu două cești din zeama în care au fiert midiile, la care se adaugă, dacă este necesar, zeamă de carne sau apă. Se pune bulionul de roșii, sarea și piperul. Se dă la cuptor. Când orezul este aproape gata, se pun midiile. Se răstoarnă și se servește fierbinte.

### **168. MIDII PRĂJITE**

Aceleași cantități ca la “Midii fierte”, în plus 1 ou, 2 linguri făină, 2 linguri lapte, sare, piper, 100 g untură sau ulei.

Se fierb midiile după cum s-a arătat mai sus și se scot din scoică. Din ou, lapte, făină, sare și piper se face un aluat gros ca o smântână. Se iau midiile cu o furculiță, se moaie în aluat și se pun la prăjit în untură sau în unt fierbinte. Se servesc cu zeamă de lămâie.

### **169. MELCI FIERTI**

3 duzini de melci, 1 pahar oțet, 1 lingură sare, 1 pahar cu vin, 1 ceapă, 1 morcov, 3 căței de usturoi, cimbru, dafin, sare, 10 boabe piper.

Melcii sunt mai gustoși începând din octombrie până în martie, când se închid pentru iarnă cu o pojghiță ca un capac, formată din sucurile lor întărite. Se pot mânca și în lunile de vară; în acest caz trebuie ținuți însă 15 zile într-un paner închis sau într-o cutie, într-un loc răcoros, ca să elimine toată murdăria din intestine, deoarece aceasta strică gustul mâncării. Se spală melcii bine în mai multe ape. Dacă au capac acesta se desprinde ușor cu vârful unui cuțit ascuțit. Se pun într-un vas încăpător și peste ei se toamă un pahar de oțet și o lingură de sare de bucătărie. Se amestecă ușor și se țin astfel două ore, pentru ca sucurile să se dizolve. Se scurg și se spală în mai multe ape. Se fierb apoi cu 1/2 litru de apă rece, un pahar de vin, ceapă și morcovul tăiate felii, mirodenii, sare și piper. Când încep să fiarbă, se ia spuma de 2 — 3 ori. Se acoperă și se lasă să fiarbă în clocote mici trei ore. Se scot din scoică și se servesc calzi, cu lămâie.

### **170. MELCI PRĂJIȚI ÎN ALUAT**

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 1 ou, 2 linguri făină, 2 linguri de lapte, 1 linguriță ulei, 1 lingură arpagic tocat, 100 g untură sau ulei.

Se fierb melcii și se scot din scoică. Cu două ore înainte se face un aluat ca de clătite, din făină, lapte, o linguriță de ulei, un gălbenuș și sare. Înainte de a se pune la prăjit se adaugă albușul bătut spumă și arpagicul tăiat fin. Cu un sfert de oră înainte de a servi, se iau câte 8 — 10 melci odată, se moaie în aluat, se întorc cu o furculiță pentru a se acoperi complet și se introduc în untură încinsă. Se repetă operația de 2 — 3 ori până se prăjesc toți melcii. Trebuie să se procedeze repede, pentru ca primii melci să nu stea prea mult la o parte, până sunt ultimii gata. Se servesc fierbinți, cu o garnitură de pătrunjel puțin prăjit în untură.

# PEȘTE

## 171. CRAP RASOL

1 crap cam de 1,5 kg, ceapă, zarzavat de supă, 1 păhărel de oțet, 2 l apă, 1 frunză de dafin, sare, 5 boabe piper.

Se curăță peștele de solzi și se scoate cu grijă osul amar de la cap, care amărește peștele la fiert. Se curăță înăuntru și se spală. În vasul special de fiert peștele, se fierb un morcov tăiat felii, o ceapă, o rădăcină subțire de pătrunjel, câteva felii de cartofi, o frunză de dafin, sare și câteva boabe de piper. Peștele capătă un gust deosebit dacă se adaugă la fiert oțet sau vin alb. Înainte de a pune peștele la fiert, se opărește cu 4 — 5 linguri de oțet, ca să păstreze culoarea albăstruie a pielii. Acest oțet se poate adăuga apoi la fiert. După ce a fiert zarzavatul, se trage cratița la o parte, se așază peștele pe grătarul vasului și se lasă în apă. În momentul când se pune peștele la fiert, apa nu trebuie să mai fiarbă, deoarece dacă peștele este cuprins brusc de o căldură prea mare, pielea se strânge și carnea se desface. Numai atunci când există o îndoială asupra prospețimei peștelui, acesta se pune la fiert direct în apă clocotită. Timpul cât se ține peștele la fiert depinde de mărimea lui. Se cunoaște dacă este gata atunci când, trăgând de o aripioară, se desprinde ușor. Peștele rasol servit rece se lasă să se răcească în apă. Se scoate apoi cu grătarul, se așază cu grijă pe o farfurie lungă, ca să nu se sfărâme, și se garnisește împrejur cu zarzavatul fiert și cu frunze verzi de pătrunjel sau cu felii de lămâie. Se servește cu maioneză (v. 47). Se poate servi și cald cu unt.

## 172. PIFTIE DE CRAP

1 kg pește, 1/2 l apă, sare, 3 căței de usturoi.

Se curăță peștele ca pentru rasol. Se taie bucăți potrivite și se pun împreună cu capul într-o cratiță cu atâta apă, cât să le cuprindă. Se fierb la foc potrivit. Se ia spuma și se adaugă puțină sare. Se țin până ce zeama a scăzut destul, astfel încât, luând o picătură între degete, să se simtă cleioase. Dacă peștele este fiert, iar zeama nu este destul de concentrată, se scoate peștele și se lasă să scadă zeama cât trebuie. La nevoie se poate adăuga o foaie de gelatină. Se așază peștele într-o farfurie adâncă sau într-un castron și deasupra se strecoară zeama. După gust se poate adăuga puțin usturoi pisat în zeama răcorită, înainte de a fi strecurată în castron. Se ține câteva ore la rece pentru ca să se închege.

## 173. BURTĂ DE CRAP ÎN SARAMURĂ

1 crap de 1 kg, 1 linguriță ulei, 1 linguriță boia, sare.

Se alege un crap mai mare, se curăță și se taie capul și coada. Se despică peștele în două, în lungime, se scot înotătoarele, șira spinării și oasele rai mari. Se ung jumătățile de crap cu ulei și se frig la grătar, întâi pe o parte, apoi pe cealaltă. Între timp se fierbe apă cu sare și cu puțină boia de ardei. Se așază peștele în farfurie, se toarnă saramura deasupra și se servește rece, cu mămăligă. Capul și coada se fierb în ciorbă sau în piftii.

#### **174. MÂNCARE DE CRAP**

1 crap de 1 kg, 1 lingură unt sau ulei, 20 fire arpagic, 1/2 lingură făină, 2 pahare vin roșu, pătrunjel verde, dafin, 2 căței de usturoi, un praf de piper, sare.

Se curăță crapul, se taie în bucăți de mărime potrivită și se lasă cu sare până ce se pregătește sosul. Se pune la foc într-o cratiță o lingură de unt sau ulei cu arpagicul curățit și opărit. Când arpagicul începe să se îngălbenească, se pune făina. Se amestecă pe foc 5 minute. Se adaugă, vinul, pătrunjelul verde, frunza de dafin și usturoiul pisat mărunt. Pentru ca mirosul de usturoi să nu fie tare (după gust), acesta se pune nesfărâmat și se scoate înainte de a servi. Se lasă să fiarbă acoperit un sfert de oră. Se pune peștele cu un praf de piper, se lasă să fiarbă înăbușit pînă este gata. Se servește cald. Aceeași mâncare se poate face din pește amestecat, de exemplu: lin, știucă, țipar.

#### **175. GHIVECI DE CRAP**

1 crap de 1 kg, 3 linguri ulei, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, țelină, 2 linguri bulion sau 4 roșii, o mână de mazăre, o mână de fasole verde, 5 boabe de piper, sare.

Se curăță peștele, se taie în bucăți, se dă sare și se lasă să stea până se pregătește zarzavatul. Se prăjește în ulei ceapa tăiată felii; când este îngălbenită se adaugă un morcov, un pătrunjel și țelină, tăiate felii; când acestea încep să se moaie, se adaugă bulionul subțiat cu apă sau roșiile, mazărea, fasolea verde tăiată în bucăți, câteva boabe de piper. Când sunt aproape fierte, se pun două linguri de ulei și peștele și se lasă să fiarbă înăbușit la cuptor. Mâncarea trebuie să fie scăzută; dacă se observă însă că scade prea tare și peștele nu este încă gata, se mai adaugă puțină apă. Se servește rece.

#### **176. PLACHIE DE CRAP**

1 crap de 1 kg, 3 linguri de ulei, 3 cepe mijlocii, 1 pahar vin roșu, 1 lingură bulion, 6 felii de lămâie, 2 foi de dafin, 5 boabe de piper, sare.

Se pregătește peștele la fel ca pentru prăjit (v. 178). Se prăjesc în ulei cepele tăiate felii. Se sting cu vinul roșu, la care se adaugă bulionul, lămâia, foile de dafin și piperul. Se pun atât peștele, cât și uleiul în care a fost prăjit, trecut printr-o sită. Se dă la cuptor să fiarbă înăbușit, până scade cât trebuie. Se servește rece. Plachia se poate pregăti și cu peștele neprăjit.

#### **177. CRAP LA CUPTOR**

1 crap de 1,5 kg, 3 linguri ulei, 1 pahar vin alb, 3 cepe, 2 căței de usturoi, 2 foi de dafin, 5 boabe de piper, 1 lingură bulion de roșii, sare.

Se curăță crapul, se sarează pe afară și înăuntru și se lasă să stea cel puțin un sfert de oră. Se așază într-o cratiță lungă în care să încapă bine. Se pune ceapa tăiată fetii subțiri, usturoiul, vinul, uleiul, foile de dafin, piperul, bulionul de roșii și sarea. Se unge bine crapul cu ulei, se dă la cuptor, se ține o oră și jumătate. Se unge din când în când cu sosul din cratiță. Dacă scade prea mult înainte de a fi peștele gata, se mai pune puțină apă. Înainte de

a servi, se scoate usturoiul.

### **178. CRAP PRĂJIT**

1 crap de 1 kg, 100 g ulei, 2 linguri făină, sare, pătrunjel verde.

Se curăță peștele, se taie în bucăți de mărime potrivită și se sarează. Se pune uleiul să se înfierbânte. Se usucă peștele cu o cârpă, se dă prin făină și se prăjește pe ambele părți în uleiul fierbinte. Se servește cald, este bun însă și rece. Se așază pe o farfurie lungă, iar împrejur se pun frunze de pătrunjel. Se poate prăji și în pesmet; în acest caz se dă prin făină, se moaie în ou și în pesmet înainte de a se prăji.

### **179. BIBAN ÎN SARAMURĂ**

1,500 kg biban, 2 linguri sare, 1 linguriță de boia, 1 pahar apă.

Bibanul se curăță mai greu de solzi. De aceea întâi se frige și apoi se rad solzii. Se curăță peștii înăuntru și se spală, se usucă și se pun să se frigă direct pe plita încinsă și bine presărată cu sare. Se întorc pe o parte și pe cealaltă, încet ca să nu se sfărâme. Pe măsură ce sunt gata, se pun pe un fund și ușor, cu un cuțit, se curăță solzii și negreala rămasă de la fript. Se așază într-o farfurie adâncă sau într-un castron, se toarnă apă fiartă și sărată în care se pune și un ardei mic, iute sau puțină boia de ardei. Se servește rece cu mămăligă. Cine ține să-i curețe întâi de solzi, poate să încerce cu răzătoarea de legume.

### **180. GUVIZI PRĂJIȚI**

1,500 kg guzivi, 100g ulei, 2 linguri făină, sare, pătrunjel verde.

Se curăță guvizii, se sarează și se lasă să stea o jumătate de oră. Se usucă cu o cârpă curată, se dau în făină și se prăjesc în ulei fierbinte. Se așază pe farfurie, cu frunze de pătrunjel. Se servesc cu lămâie.

### **181. ȘALĂU RASOL**

Se folosesc aceleași cantități ca la crapul rasol (v. 171).

Se pregătește la fel ca și crapul.

### **182. ȘALĂU CU MAIONEZĂ**

Se fierbe șalăul. Se scurge bine de apă, se scot cu grijă toate oasele. Carnea se desface mai ușor când peștele este cald. Se scoate carnea cât mai întreagă. Se așază pe o farfurie lungă de forma peștelui, se toarnă deasupra un sos de maioneză (v. 47). Se pun împrejur, după gust și după posibilitate, foi de salată verde, aspic, gâturi de raci, feliuțe de castraveți în oțet etc.

### **183. FILEU DE ȘALAU PANE**

1 șalău de 1 kg, 2 ouă, 2 linguri făiuă, 3 linguri de pesmet, sare, 100 g ulei.

Se curăță un șalău mijlociu. Se taie capul și coada. Se desface exact în două, în lungirne. Se curăță de piele, se scoate șira spinării și se observă să nu mai rămână oase. Se sarează și se lasă să stea o jumătate de oră. Se dă prin făină, apoi prin ou și prin pesmet și se prăjește în ulei fierbinte. Se servește cu maioneză sau cu lămâie.

### **184. ȘTIUCĂ UMPLUTA FIARTĂ**

O știucă de 1 kg, o felie de pâine, 1 lingură de lapte, 1/2 ceașcă ulei, 2 ouă, foi de pătrunjel, sare, piper. 1 morcov, 1 ceapă, 4 cartofi mijlocii, 2 l apă.

Se curăță știuca. Se scoate pielea cu atenție ca să rămână întreagă. Cine este îndemânat face o simplă tăietură pe burtă, apoi cu ajutorul unui cuțit mic și nu prea tăios, începe să desfacă pielea, astfel încât la sfârșit pielea rămâne prinsă numai de cap. Se poate însă tăia de la început capul, apoi se desprinde pielea la gât și se scoate de pe pește ca o mânășă întoarsă pe dos. Se spală, se freacă cu puțină sare și se lasă la o parte. Se desface carnea de pe oase, se trece prin mașina de tocat, împreună cu miezul de la o felie de pâine muiat în lapte și stors. Se freacă totul bine cu ulei, se adaugă ouăle, pătrunjel tocat, piper și puțină sare. Se umple pielea de știucă bine stoarsă de apă. Se dă forma peștelui, se coase pe unde s-a umplut și se așază la loc. Se pune într-o cratiță lungă la fiert, cu apă și sare, zavat și cartofi și toate oasele care s-au scos din pește. Se lasă să fiarbă. Se așază în farfurie și se toarnă deasupra puțină zeamă strecurată. Împrejur se pun cartofii și morcovii fierți. Se servește rece, cu lămâie, sau caldă cu unt sau cu sos de roșii (v. 63).

### **185. ȘTIUCĂ UMPLUTĂ LA CUPTOR**

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 2 linguri de unt.

Se pregătește peștele și umplutura la fel ca mai sus. După ce se umple, se pune untul într-o cratiță lungă, se așază peștele și se dă la cuptor. Se unge din când în când cu untul din cratiță. Se servește caldă, cu lămâie.

### **186. PLĂTICĂ LA CUPTOR**

1,500 kg plătică, 3 linguri ulei, 2 linguri oțet, sare, piper, 1 lingură pătrunjel verde tocat.

Se curăță peștele, se spală și se dă sare. Se lasă să stea cu sare o jumătate de oră. Se pun câteva linguri de ulei într-o tavă, se așază peștele și se dă la cuptor, la foc mijlociu. Se ține aproximativ o oră. Din când în când se unge cu uleiul din tavă. Când este gata, se așază peștele pe o farfurie. Se toarnă oțetul în tavă, se amestecă cu sosul rămas, se pune pătrunjel tocat și se potrivește de sare și piper. Se toarnă peste peștele din farfurie și se servește după ce s-a mai răcorit.

### **187. MÂNCARE DE LIN**

1,500 kg lin, 100 g unt topit, 1 lingură făină, 1 mână de ciuperci, 1 ceapă, sare, piper, 1 paliar de vin, 1 gălbenuș.

Se curăță de solzi câțiva pești mai mici, se taie capetele, se despică în două în lungime și se scoate șira spinării. Se spală în mai multe ape și se țin un ceas cu sare. Se usucă, se dau prin făină și se prăjesc puțin în unt înfierbântat. Se înăbușă separat în unt câteva ciuperci și ceapa tăiată felii. Se amestecă pentru ca să nu se ardă. Se pun în cratița cu pește, se adaugă sare, piper, vinul amestecat cu apă. Se dă la cuptor să fiarbă până când peștele este gata. Se bate sosul cu un gălbenuș.

### **188. IAHNIE DE LIN**

1,500 kg lin, 100 g ulei, 1 lingură făină, 4 cepe mijlocii, 2 linguri bulion, sare.

Se pregătește peștele după cum am arătat mai sus. Se dă prin făină și se prăjește în ulei. Separat tot în ulei, se prăjește ceapa tăiată felii subțiri, peste care se toarnă bulionul subțiat cu o ceașcă de apă. Se așază peștele în cratiță împreună cu sosul de ceapă. Se dă la cuptor și se lasă să fiarbă înăbușit o jumătate de oră. Se potrivește de sare. Se servește după ce s-a mai răcit.

### **189. SCRUMBII RASOL**

Se curăță și se fierb la fel ca și crapul. Se servesc calde cu lămâie.

### **190. SCRUMBII LA TIGAIE**

1,500 kg scrumbii, 1 lingură ulei, 1/2 lămâie, frunze de pătrunjel.

Se curăță scrumbiile, se taie în două în lung și se sărează. Se încinge bine tigaia pe foc, fără unt și fără ulei, deoarece scrumbiile fiind grase, lasă singure grăsime. Se usucă bine într-o cârpă curată, se ung cu puțin ulei, se pun apoi în tigaia încinsă și se prăjesc pe amândouă părțile. Se așază pe o farfurie lungă, cu garnitură de felii de lămâie și frunze de pătrunjel. Se servesc cu lămâie.

### **191. CALCAN FIERT**

1,500 kg calcan, 2l apă, sare, 6 cartofi mijlocii, 50 g unt proaspăt.

De obicei calcanul nu se servește întreg. Când este de mărime potrivită, se curăță înăuntru, se taie cu un foarfece mare coada și înotătoarele de jur împrejur și se spală bine în mai multe ape. Se face o tăietură în lung pe partea unde pielea este neagră, aproape de șira spinării, astfel încât la fiert peștele să fie pătruns la fel de căldură. Se așază peștele în vasul special de fiert pește cu partea albă în sus, cu apă rece și puțină sare. Se pune la foc mare până începe să fiarbă. Se trage apoi pe marginea mașinii și se lasă să fiarbă în clocote mici. Se încearcă cu un chibrit. Când lemnul intră ușor în partea cea mai groasă, peștele este fiert. Se curăță de piele, se așază pe farfurie și se servește cu cartofi fierți și cu unt.

Peștele tăiat din bucată se fierbe în același fel. Foarte gustos este ficatul de calcan. Se poate pregăti fiert sau prăjit, ca și peștele.

### **192. CALCAN PRĂJIT**

Se curăță, se taie bucăți potrivite și se pregătește în fel ca și crapul (v. 178).

### **193. CALCAN PRĂJIT ÎN UNT**

1,500 kg calcan, 3 linguri lapte, 100 g unt topit, 2 linguri făină, 50 g unt proaspăt, 1/2 lămâie, frunze de pătrunjel.

Se curăță calcanul și se taie în bucăți potrivite, care se țin un sfert de oră într-un castron cu puțin lapte. Se încinge unt într-o tigaie. Se scurg bucățile din lapte, se dau prin făină și se prăjesc în unt. Se așază pe farfurie, iar deasupra se toarnă unt proaspăt topit și puțină zeamă de lămâie. Se presară pătrunjel verde, tocat. Se servește foarte fierbinte, cu cartofi fierți, așezați împrejur.

### **194. CALCAN LA CUPTOR**

1,500 kg calcan, 3 linguri unt, 1/2 lingură făină, 200 g smântână, sare, piper.

Se curăță un calcan de mărime potrivită și se pregătește ca pentru fiert. Se unge cu unt o farfurie rezistentă la foc. Se sarează calcanul cât trebuie, se așază în farfurie cu partea albă în sus. Se stropește bine cu unt. Se acoperă cu un capac sau, dacă lipsește, cu o coală de hârtie albă mai tare, de mărimea farfuriei. Se dă la cuptor la foc mijlociu, se ține aproximativ o oră. Se unge din timp în timp cu untul din farfurie. Se încearcă cu un chibrit, ca și calcanul fiert, și când este gata, se scoate din cuptor și se curăță de piele.

Separat se încălzește o jumătate lingură de unt. Când este fierbinte se pune tot atâta făină și se amestecă fără a lăsa să se îngălbenească. Se adaugă smântâna, turnată câte o linguriță, și se amestecă mereu. Se adaugă sare și piper. Se ține la cald, într-un vas cu apă fierbinte. Cu 10 minute înainte de a servi, se toarnă sosul în farfurie peste calcan. Se servește foarte fierbinte.

### **195. MARINATĂ DE PEȘTE**

1,500 kg pește, 100 g ulei, 2 linguri făină, 2 linguri oțet, 2 linguri bulion, 2 foi de dafin, 10 boabe piper, sare.

Se pregătește peștele la fel ca la cel prăjit în ulei. Se lasă să se răcească. În tigaia în care s-a prăjit peștele, se mai adaugă ulei și când este fierbinte, se pune un vârf de lingură de făină, care se stinge cu oțet de vin îndoit cu apă. Se adaugă bulionul de roșii, foile de dafin, piperul. Pentru 1 kg de pește sunt necesare două cești de sos. Se potrivește gustul sărat și acru. Marinata se poate face din crap, nisetru, morun etc.

### **196. ZACUSCĂ DE PEȘTE**

1,500 kg pește, 100 g ulei, 2 linguri făină, 1 castravete mic în oțet, 1 morcov, 1 pătrunjel, 500 g roșii, 1 ceapă, 2 foi de dafin, 10 boabe piper, sare.

Se curăță peștele, se spală și se taie felii. Se dă sare. Se usucă într-o cârpă, se tăvăleşte prin făină și se prăjește în ulei încins. Separat se fierb cu puțină apă un castravete murat în oțet, un morcov și un pătrunjel, toate tăiate felii. Între timp se fierb roșiile și se trec prin sită; se amestecă cu zarzavatul și cu castravetele fiert, se adaugă puțină ceapă prăjită și se potrivește de sare. După câteva clocote, se adaugă peștele prăjit, frunza de dafin și boabele de piper. Se dă la o parte, se servește rece.

Zacusca de pește se poate păstra mai multă vreme. În acest caz, peștele nu se dă prin făină înainte de a fi prăjit. Zacusca răcorită se așază în borcane, se acoperă cu hârtie pergament, se leagă și se fierbe o jumătate de oră într-un vas cu apă.

### **197. PEȘTE LA CUPTOR**

1,500 kg pește, 1 lingură făină, 1 lingură unt, 2 cești zeamă, 2 linguri brânză rasă, sare.

Se întrebuițează orice fel de pește fiert, căruia i s-au scos cu atenție oasele și pielea. Dacă peștele a rămas de la masă și s-a răcit în farfurie, se pune în apa în care a fiert și se ține pe marginea mașinii până se încălzește. Se scurge bine de apă și cât este încă fierbinte se curăță de oase și de piele.

Se face un sos alb cu o lingură de făină, una de unt și zeama în care a fiert peștele. Se adaugă în sos două linguri de brânză rasă. Se așază peștele într-o formă rezistentă la foc, se toarnă deasupra sosul, se presară cu brânză rasă și puțin unt proaspăt. Se dă la cuptor, la foc iute. Este gata îndată ce prinde culoare.

### **198. PEȘTE LA CUPTOR CU MACAROANE**

500 g pește, 300 g macaroane, 1/2 lingură făină, 1 lingură unt, 2 cești lapte, 1 lingură brânză rasă, unt proaspăt cât o nucă.

Se întrebuițează resturi de orice pește fiert, căruia i s-au scos oasele și pielea. Se fierb macaroanele în apă cu sare. Se face un rântaș din făină și unt. Se stinge cu lapte sau cu zeama în care a fiert peștele. Se lasă câteva minute să fiarbă.

Într-o farfurie rezistentă la foc se pun câteva lingurițe de sos. Se așază apoi bucățile de pește și din nou câteva lingurițe de sos. Deasupra se întind macaroanele bine scurse, se toarnă restul de sos și se presară brânza rasă și câteva, bucățele de unt. Se dă la cuptor. Este gata când s-a rumenit deasupra.

### **199. PEȘTE LA CUPTOR CU CIUPERCI**

1 kg pește, zarzavat de supă, 500 g ciupercî, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă smântână sau lapte, 100 g brânză rasă.

Se fierbe în apă cu sare și zarzavat, morun, nisetrul sau păstrugă. După ce s-a răcorit, se taie

bucăți mici. Se curăță ciupercile, se taie felii nu prea subțiri și se înăbușă cu o lingură de unt și sare. Se face un rântaș dintr-o lingură de unt și o lingură de făină, și se stinge cu o ceașcă de smântână sau cu lapte. Separat se pregătește brânza rasă (sau cașcaval). Se unge o formă rezistentă la foc cu unt. Se așază alternând, rânduri de pește, ciuperci, sos, brânză. Ultimul rând trebuie să fie de sos; se presară brânza, se dă la cuptor să se rumenească.

## **200. CHIFTELE DE PEȘTE**

250 g pește fără oase, 2 chifle, 2 ouă, 2 linguri brânză rasă, sare, piper, 2 linguri făină, 100 g untură sau ulei.

Se fac din orice rest de pește fiert, morun, păstrugă, șalău sau știucă. Se scot cu grijă toate oasele și pielea și se toacă peștele mărunt. Se adaugă chiflele muiate în apă și bine stoarse, ouăle, brânza rasă, sarea, piperul. Se amestecă totul bine împreună. Se fac chiftele rotunde care se dau prin făină și se prăjesc în untură sau în ulei tierbmt. Se servesc cu sos de roșii (v. 63).

# TOCĂTURI

## 201. PÂRJOALE MOLDOVENEȘTI

750 g carne macră, 1 ceapă miilocie, o felie de pâine, 1 morcov, 1 cartof, 1 ou (sau o lingură de făină), sare, piper, verdeață tocată, 2 linguri pesmet, 100 g untură.

Pârjoalele se pot face din carne de vacă, de porc și de miel. Se dă prin mașina de tocat carne macră mai grasuță. În cazul când carnea nu este de loc grasă, se adaugă, când se toacă prin mașină, o lingură bună de jumări rămase de la topitul unturii. Odată cu carnea, se dă prin mașină și o ceapă tocată, prăjită în puțină untură, iar la sfârșit miezul de la o felie de pâine groasă cât două degete, muiată în apă și stoarsă. Este bine ca tocătura să fie dată încă o dată prin mașină. Pentru ca pârjoalele să fie mai fragede și mai pufoase, se pot adăuga un morcov și un cartof, curățiți și dați prin mașină odată cu carnea. Se adaugă un ou care poate fi înlocuit la nevoie cu o lingură de făină, apoi sare, un praf de piper, puțin pătrunjel sau mărar tocat fin. Se amestecă cu o lingură de lemn. Separat, pe un fund, se pregătește pesmetul. Se ia cu lingura din tocătură, se fac cu mâna perișoare rotunde, care se tăvălesc în pesmet și, se turtesc pe fund cu cuțitul, pentru a căpăta forma dorită, lunguiață sau rotundă. Se pune untura într-o tigaie la foc și când este bine încinsă, se prăjesc pârjoalele pe ambele părți.

## 202. PERIȘOARE CU SMÂNTÂNĂ

Pentru tocătură, aceleași cantități ca mai sus. Pentru sos: 1 ceașcă de smântână, 1 linguriță de făină (sau 1 lingură unt, 2 linguri făină, 1 ceașcă apă, 2 linguri smântână), 1 linguriță mărar tocat.

Se pregătește carnea de tocătură ca mai sus. Se fac în mână mici perișoare rotunde, care se dau în făină și se prăjesc în untură. Se așază într-o cratiță. Se toarnă deasupra smântâna bătută cu o lingură de făină. Se adaugă o linguriță de mărar tocat fin și se potrivește de sare.

Pentru a se face economie de smântână, se face separat un rântaș alb dintr-o 1/2 lingură de unt și o lingură de făină. Se stinge cu o ceașcă de apă (sau de lapte) și se adaugă o lingură sau două de smântână. Se pune sare și mărar ca mai sus. Se toarnă deasupra perișoarelor și se lasă să fiarbă puțin la foc mic. La un foc prea iute, smântâna se taie.

## 203. CHIFTELE CU SOS DE ROȘII

Pentru tocătură, aceleași cantități ca la „Pârjoal@ moldovenești”. Pentru sos: 500 g roșii, 1 lingură imtură, 1 linguriță făină, 1 bucățică de zahăr, puțină frunză de țelină, sare.

Se face tocătură ca mai sus și se formează chiftele rotunde care se dau prin făină și se prăjesc în untură. Se pun într-o cratiță. Se face un sos de roșii (v. 63), se toarnă deasupra și se lasă să dea câteva clocote la foc mic.

#### **204. CHIFTELE MARINATE**

Pentru tocătură, aceleași cantități ca la “Pârjoale moldovenești”. Pentru sos: 500 g roșii, 1 lingură untură, 1 linguriță făină, 1 lingură oțet, 1 bucățică de zahăr, sare, 2 foi de dafin, 10 boabe de piper.

Se pregătesc chiftelele ca mai sus și se așază într-o cratiță. Se face un sos de roșii în care se adaugă oțetul, foile de dafin și piper. Se toarnă deasupra chiftelelor și se lasă să dea câteva clocote la foc mic. Se țin calde la cuptor.

#### **205. CHIFTELE MARINATE CU TARHON**

Aceleași cantități ca pentru “Chiftele marinate”, în loc de dafin, 1 legătură mică de tarhon.

Se pregătesc la fel ca mai sus adăugând tarhon în loc de foi de dafin.

#### **206. ARDEI UMPLUȚI**

12 ardei grași mijlocii, 750 g carne macră, 1 felie de pâine, 1 ceapă, 3 linguri orez, 1 linguriță mărar tocat, sare, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 linguriță făină, 2 linguri smântână, 1 ceașcă apă.

Se dă carnea și o felie de pâine muiată și stoarsă bine prin mașina de tocat. Când carnea este slabă, se adaugă și o lingură de jumări rămase de la topitul unturii. Separat se prăjesc în puțină untură ceapa tăiată mărunt și orezul ales și spălat. Se sting cu puțină apă și se amestecă cu carnea. Se aleg ardei grași. Se taie un capac în jurul codiței, se curăță de semințe. Dacă ardeii sunt iuți, se opăresc în apă clocotită, în care se țin cinci minute. Se scurg bine și se umplu cu tocătură.

Înainte de a fi așezați cu sos în cratiță, după ce se umplu, ardeii trebuie prăjiți într-o tigaie cu puțină untură. Se așază în cratiță și se toarnă deasupra un sos făcut din făină, bulion de roșii și apă. Se acoperă și se pun să fiarbă înăbușit la cuptor. Înainte de a servi, se pun două, trei linguri de smântână sau se servește smântâna separat în sosieră.

#### **207. DOVLECEI UMPLUȚI**

6 dovlecei mijlocii, 500 g carne macră, 1 felie de pâine, 1 ceapă mică, 2 linguri orez, 1 linguriță mărar tocat, sare. Pentru sos: 2 linguri untură, 1 ceapă mică, 1 linguriță de făină, 4 roșii, sare.

Se pregătește tocătura ca pentru ardei. Se aleg dovlecei cât mai egali ca mărime, se rad de coajă, se taie în două și se scobesc de miez. Se umplu cu tocătură. Se prăjesc apoi pe toate părțile în untură. Dacă rămâne tocătură, se fac mici perișoare, se prăjesc în untură și se așază în cratiță, împreună cu dovleceii. Se face un sos cu o ceapă tăiată și îngălbenită în untură, puțină făină și apă. Se pun roșiile tăiate bucăți. Se dau la cuptor să fiarbă înăbușit. Când sunt gata, se adaugă smântâna sau se servește separat în sosieră.

## **208. CARTOFI UMPLUȚI**

12 cartofi mijlocii. Pentru tocătură și sos, aceleași cantități ca la “Dovlecei umpluți”.

Se curăță cartofii, se scobesc și se pregătesc la fel ca dovleceii.

## **209. CHIFTELE DE CARTOFI CU CARNE**

400 g cartofi, 250 g carne, 1 ceapă, 1 ou, 1 lingură făină, sare, piper, 100 g untură sau ulei.

Se fierb cartofii, se curăță și se trec prin mașină. Se amestecă cu o lingură de făină, un ou și carnea dată prin mașină și prăjită cu puțină ceapă. Se adaugă sare și piper. Se fac chiftelele ca mai sus și se prăjesc în untură sau în ulei. Se servesc cu sos de roșii.

## **210. GULII UMPLETE**

12 gulii mijlocii, 400 g carne macră, 1 felie pâine, 1 ceapă mică, 1 lingura orez, 1 linguriță mărar tocat, sare. Pentru sos: 2 linguri untură, 1/2 lingură făină, 1 ceașcă zeamă de carne (sau apă), 1 lingură bulion, 5 bucățele zahăr, sare.

Se aleg gulii tinere, cam de aceeași mărime. Se curăță, se scobesc și se umplu cu o tocătură ca pentru ardei. Se așază în cratiță și se toarnă deasupra un sos făcut dintr-un rântaș de făină cu untură, stins cu zeamă de carne la care se adaugă bulion de roșii și puțin zahăr ars. După ce fierb pe mașină, se dau la cuptor.

## **211. ROȘII UMPLETE**

12 roșii frumoase, 600 g carne macră, 1 felie de pâine, 2 linguri orez, 1 ceapă, sare, 1 lingură untură, 2 linguri smântână.

Se face tocătura ca pentru ardei (v. 206). Se aleg roșiile rotunde, netede. Se taie capacul, se golesc și se scot semințele. Se umplu cu tocătura, se așază capacul la loc și se pun în cratiță. Din miezul scos, trecut prin sită, se face un sos ca pentru ardei, se toarnă peste roșiile și se fierb înăbușit la cuptor. Înainte de a servi, se adaugă smântână. Tocătura se poate pregăti de asemenea ca pentru musacaua de vinete (v. 216).

### **\* ALTE ROȘII UMPLETE**

12 roșii frumoase, 400 g carne de vițel, 50 g slănină fiartă, 3 linguri pesmet, 1 ou, 1 lingură smântână, verdeață tocată, sare, piper, 2 linguri untură, 1 lingură făină.

Se pregătesc roșiile ca mai sus. Se face o umplutură din carne de vițel, dată prin mașină cu o felie de slănină fiartă. Se adaugă pesmetul, un ou, smântâna, sare, piper și puțină verdeață tocată fin. Se ung roșiile înăuntru și capacele cu o pană dată prin ou, se umplu și se așază capacele la loc. Se pun roșiile într-o cratiță, iar deasupra se toarnă un sos de roșii (v. 63). Se dau la cuptor.

## **212. VINETE UMPLUTE**

6 vinete potrivite, 500 g carne macră, 1 ceapă, 1 lingură untură, 1 ou, sare, piper. Pentru sos: 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 lingură făină, 1 ceașcă apă, 1 lingură bulion.

Se aleg pătlăgele vinete mai mici, de aceeași mărime, se taie cozile și se opăresc cinci minute într-o oală cu apă clocotită. Se scot, se răcoresc cu apă rece, apoi se țin 1/4 oră sub teasc, pentru ca apa să iasă din ele. Se scobesc. Se dă carnea prin mașină, se prăjește în untură cu puțină ceapă, se adaugă sare, piper și un ou. Se umplu vinetele. Se face un sos dintr-o lingură de untură, o ceapă tăiată mărunt și făină. Se adaugă apă, puțin bulion și miezul scos din vinete. După ce a fiert, se strecoară prin sită. Se toarnă peste vinetele așezate în cratiță. Se lasă să fiarbă înăbușit. Înainte de a servi se dau o jumătate de oră la cuptor.

## **213. MERE UMPLUTE**

12 mere mijlocii, 500 g carne macră, 1 lingură untură, 1 ou, sare. Pentru sos: 2 linguri unt sau untură, 8 bucățele zahăr, 1/2 linguriță făină, 2 cești zeamă de carne (sau apă), sare.

Merele nu se curăță de coajă. Se spală, se taie un căpăcel la partea cu codiță. Se scobesc. Se dă carnea prin mașină. Se prăjește puțin în unt sau în untură și se adaugă un ou și sare. Se umplu merele, se pun capacele deasupra și se așază într-o cratiță cu unt. Se face un sos cu zahăr ars, un praf de făină și zeamă de carne; se toarnă deasupra. Se fierb înăbușite la cuptor.

## **214. MUSACA DE VARZĂ**

1 varză mijlocie, 750 g carne macră, 1 ceapă, 4 linguri untură, 2 linguri pesmet, 4 linguri smântână, sare, piper.

Se prăjește în untură, cu puțină ceapă, carnea dată prin mașină. Se adaugă sare și piper. Se alege foile de la o varză frumoasă, se taie cotorul, se opăresc și se scurg bine. Se unge o cratiță cu untură și se presară cu pesmet. Se așază câteva foi pe fund, apoi un strat de carne tocată și din nou un rând de foi de varză. Se repetă această operație de 2 — 3 ori, până se isprăvesc carnea și varza. Deasupra se presară pesmet, se pune unt sau untură, smântână amestecată cu un praf de sare. Se dă la cuptor. Când este gata se răstoarnă.

## **215. VARZĂ CLUJASCĂ**

1 varză mijlocie, 750 g carne macră, 1 ceapă, 4 linguri untură, 1 ceașcă smântână, sare, piper.

Se prăjește în untură, cu puțină ceapă, carnea dată prin mașină. Se toacă potrivit de mărunt o varză frumoasă, se opărește cu apă clocotită cu sare, se scurge foarte bine. Se unge o cratiță cu o lingură de untură, se pune un rând de varză, unul de carne, o lingură de smântână și se continuă alternând varză, carne și smântână. Ultimul rând trebuie să fie de smântână. Se potrivește de sare și piper. Se dă la cuptor.

## **216. MUSACA DE VINETE**

4 vinete mijlocii, 750 g carne macră, 1 morcov, 1 cartof, 2 cepe, 1 ou, 2 linguri smântână, sare, piper, 4 linguri untură, 2 linguri făină, 1 lingură pesmet, 4 roșii sau 1 lingură bulion, 1 ceașcă zeamă de carne sau apă.

Se aleg vinete mijlocii. Se taie fără să se curețe, în felii groase de un deget. Se opăresc cu apă sărată și se așază sub un fund cu o greutate pe el, ca să se scurgă.

Se dă prin mașină carnea împreună cu morcovul și cartoful crud. Se prăjește carnea și ceapa tăiată mărunt cu o lingură de untură. După ce s-a răcorit puțin, se adaugă un ou, smântână, sare și piper. Se scot vinetele de sub teasc, se zvântă cu un șervet, se dau prin făină și se prăjesc în untură, fiecare felie pe ambele părți, Vinetele se pot prăji și fără a fi opărite. Într-o cratiță unsă cu untură și presărată cu pesmet se așază un rând de vinete, un strat de carne, și așa mai departe, până se isprăvesc carnea și vinetele. Este de preferat ca ultimul strat să fie de vinete. Deasupra se toarnă o ceașcă de zeamă de carne cu o lingură de bulion de roșii, sau se prin câteva roșii tăiate felii. Se dă la cuptor să scadă. Când este gata, se răstoamă pe o farfurie. Pentru a economisi untura și totodată pentru ca mâncarea să fie mai ușoară, se pot pregăti vinetele neprăjite în untură. Astfel, vinetele tăiate felii se prăjesc ușor, pe ambele părți, direct pe plita potrivit de încinsă. Pe măsură ce se rumenesc, se pun într-un castron presărate cu puțină sare. Se acopăr și se țin să se aburească până ce se pregătește carnea pentru musaca. Se face apoi musacaua la fel ca mai sus.

## **217. MUSACA DE CARTOFI**

Aceleași cantități ca pentru “Musaca de vinete”, în loc de vinete 400 g cartofi; nu se dau prin făină la prăjit.

Se poate pregăti cu cartofii cruzi sau fierți. Cartofii cruzi se curăță, se taie felii groase de un deget. Se prăjesc foarte puțin în untură, pe ambele părți. Pentru rest se procedează la fel ca la musacaua de vinete.

## **218. MUSACA DE DOVLECEI**

3 dovlecei mijlocii; pentru tocătură și pentru rest, aceleași cantități ca la “Musaca de vinete”.

Se rad dovleceii de coajă. Se taie felii rotunde de grosimea degetului. Se sarează și se lasă un sfert de oră să se scurgă de apă. Se usucă cu o cârpă, se dau în făină, se prăjesc în untură pe ambele părți. Pentru rest se procedează la fel ca la musacaua de vinete.

## **219. MUSACA DE CONOPIDĂ**

1 conopidă frumoasă, 500 g carne macră, 1 ceapă, 3 linguri unt sau untură, 1 ou, sare, piper, 2 linguri pesmet.

Se rup buchetele, fără cotoare, de la o conopidă frumoasă, se spală și se fierb pe jumătate în apă cu sare. Se scurg de apă. Se dă carnea prin mașina de tocat. Se prăjește în unt sau în untură cu o ceapă tăiată mărunt. Se adaugă un praf de piper, sare și un ou. Se unge o formă

cu unt, se presară pesmet. Se așază un rând de conopidă, împărțind astfel buchetele, încât stratul să fie cât mai egal. Se pune un rând de carne apoi alt rând de conopidă. Se presară pesmet, se adauga o lingură de unt. Se dă la cuptor. Când este gata se răstoarnă.

## **220. MUSACA DE TĂIȚEI**

300 g tăiței (2 ouă, 300 g făină, apă cât cuprinde o coajă de ou, sare), 500 g carne macră, 1 ceapă mică, 3 linguri unt, sare, piper, 2 linguri pesmet.

Tocătura de carne se pregătește ca mai sus. Se pun tăițeiii (v. 604) la fiert în apă clocotită cu sare, se fierb nu prea mult, se răcoresc cu apă rece, se scurg bine și se opăresc cu unt. Se unge forma cu unt, se presară pesmet și apoi se așază un rând de tăiței, un rând de carne și așa mai departe. Deasupra se presară pesmet și se mai pune puțin unt. Se dă la cuptor. Se răstoarnă. La fel se poate pregăti cu macaroane de casă sau cumpărate.

## **221. SARMALE CU VARZĂ DULCE**

1 varză mare sau 2 mijlocii, 750 g carne macră, 1 felie pâine, 2 cepe, 2 linguri orez, 100 g untură, sare, piper, mărar tocat, 1 crenguță mică de cimbru, 1 ardei gras, 6 roșii sau 2 linguri bulion, 1 l borș.

Se dă prin mașină carnea de porc sau amestecată, de vacă și de porc, și miezul de la o felie groasă de pâine, muiat și stors bine. Separat se prăjește în untură ceapa tăiată mărunt. Când începe să se îngălbenească, se adaugă orezul ales și spălat. Se prăjește ușor și orezul, se stinge cu puțină apă, apoi se amestecă cu carnea, se adaugă verdeață tocată mărunt, sare și un praf de piper. Se desfac foile de la o căpățână frumoasă de varză. Se taie cotorul de la fiecare foaie și se opăresc cu borș, ținându-le până se moaie. Se taie foile în bucăți potrivit de mari și în ele se învelește carnea pentru sarmale. Adevăratele sarmale moldovenești se fac mici cât o nucă. Varza rămasă neîntrebuințată la sarmale se taie ca tăițeiii mai groși. Se pune un strat de varză tăiată în cratiță, apoi se așază sarmalele una lângă alta și un al doilea rând, dacă ies mai multe. Între rânduri se așază felii de roșii. Deasupra se pune încă un strat de varză tăiată și un ardei gras, tăiat subțire. Se adaugă câteva linguri de borș, fiert separat, strecurat și îndoit cu apă ca să nu fie prea acru, roșiile tăiate felii sau puțin bulion de roșii sau de ardei și o lingură bună de untură. Se lasă să fiarbă pe mașină, apoi se dă la cuptor, la foc potrivit și se țin până scade zeama atât cât trebuie. Sarmalele sunt mult mai bune încălzite, de aceea este mai bine să fie pregătite din ajun.

## **222. SARMALE CU VARZĂ ACRĂ**

Aceleași cantități ca mai sus, 1 linguriță de boia de ardei în loc de roșii sau bulion.

Se pregătesc la fel ca sarmalele de varză dulce, varza în loc să fie opărită însă, este spălată cu apă rece ca să piardă din acreală, iar sarmalele se fierb numai în apă, fără borș, adăugându-se puțină boia de ardei în loc de roșii sau bulion. Vara se poate adauga un ardei gras, tăiat subțire.

### **223. SARMALE CU FOI DE VIȚĂ**

250 g foi de viță; celelalte cantități sunt aceleași ca pentru “Sarmale cu varză dulce”; în plus o ceașcă de smântână sau de iaurt.

Se opăresc frunzele și se fac apoi sarmale la fel ca sarmalele de varză, de preferință din carne de miel sau de vițel. Se așază în cratiță, se adaugă untură și puțină apă și se lasă să fiarbă încet pe mașină. Când sunt aproape gata, se toamă 2 — 3 linguri de borș amestecat cu puțin bulion de roșii, se potrivesc de sare și se dau o jumătate de oră la cuptor (borșul nu se pune de la început, deoarece întărește frunzele de viță care devin neplăcute la mâncat). Se servesc la masă cu smântână sau cu iaurt.

### **224. SARMALE DE MIEL CU FRUNZE DE ȘTEVIE**

500 g foi de ștevie sau de spanac. Celelalte cantități sunt aceleași ca pentru “Sarmale cu varză dulce”; în plus o ceașcă de smântână.

Se opăresc frunzele. Se fac sarmale la fel cu cele de varză; la sfârșit se adaugă puțin borș amestecat cu bulion de roșii. Se servesc la masă cu smântână sau cu iaurt. Se pot face la fel și cu frunză de spanac.

### **225. DROB DE MIEL (CIGHIR)**

500 g măruntaie, 2 ouă, 1 felie de pâine, 1 lingură smântână, 1 lingură verdeață tocată, 2 fire ceapă verde, sare, piper, 1 lingură untură.

Se trec prin mașina de carne măruntaiele de la un miel, inima, ficatul, plămâni. Se adaugă ouăle, puțin miez de pâine muiat în lapte (după dorință), sare, un praf de piper, smântână și verdeață multă, mărar, pătrunjel și ceapă verde, tocate mărunt cu o parte din cozi. Se spală prapurul bine, în mai multe ape. Se unge puțin cu untură o tigaie cu marginile joase. Se întinde prapurul în tigaie astfel încât să rămână mult și pe margini, pentru a putea fi întors deasupra peste umplutură. Se pune umplutura peste prapur în tigaie, se așază cu o lingură ca să fie stratul de aceeași grosime, se întorc marginile prapurului deasupra, se coace la cuptor. Se servește întreg sau se taie felii.

### **226. DROB DE MIEL ÎN ALUAT**

Pentru tocătură aceleași cantități ca mai sus. Pentru aluat 1 ou, 150 g făină, 1 lingură de unt sau de untură, sare.

Drobul poate fi învelit în aluat în loc de prapur. Se pregătește tocătura ca mai sus. Se face un aluat fraged dintr-un ou, făină și unt. Se întinde o foaie ca de tăiței, se așază în tigaia unsă cu unt sau cu untură. Se pune umplutura într-un strat de grosime egală. Se întorc marginile potrivit să nu vină prea mult aluat unul peste altul. Se unge cu ou. Se dă la cuptor.

### **227. CROCHETE DE CARNE**

300 g carne fiartă (sau friptă), 1 ceapă mică, 1/2 lingură unt, 2 linguri făină, 2 cești zeamă de carne (sau apă), 2 ouă, sare, piper, 1 lingură pesmet, 50 g untură.

Carnea fiartă, rămasă de la rasol, se dă prin mașină. Se prăjește apoi cu o lingură de unt și cu o ceapă tăiată mărunt. Separat, din 1/2 lingură de unt, o lingură de făină și două cești zeamă de carne, se face un sos de făină ceva mai gros. Se amestecă cu carnea, se adaugă două gălbenușuri și un praf de piper. Cantitatea de sos trebuie potrivită atât, cât să lege carnea, nu mai mult, altfel crochetele devin cleioase, fără frăgezime. Se lasă să se răcească. Pe un fund de lemn se pregătește pesmetul. Se iau cu lingura cantități egale din compoziție, se dau prin făină, se formează crochete de aceeași mărime, se lasă pe fund. Se amestecă albușul rămas, fără să fie bătut spumă, cu un praf de sare. Se dau crochetele prin acest amestec, apoi prin pesmet și se prăjesc în untură fierbinte, la fel pe toate părțile. Se servesc ca garnitură la legume.

### **228. RULADĂ DE CARNE**

750 g carne, 100 g slănină (sau măduvă), 1 felie de pâine, 2 cepe, 2 ouă, 1 linguriță verdeață, sare, piper, 1 linguriță ulei, 1/2 lingură făină, 1 lingură untură.

Se dă prin mașina de tocat, carne de porc sau de vițel, împreună cu slăcina și o felie groasă de pâine, muiată în lapte și stoarsă. Se adaugă cepele tăiate mărunt și prăjite în untură, un ou întreg și un gălbenuș, verdeață tăiată mărunt, sare și un praf de piper. Din această tocătură se face un sul gros, cam cât un pahar, care se tăvălește prin făină. Albușul rămas se amestecă, fără să fie bătut spumă, cu o linguriță de ulei și un praf de sare. Se unge rulada de carne cu albușul și se dă la cuptor într-o tavă cu untură fierbinte. Se face un sos de ciuperci (v. 65) și când rulada este aproape gata, se toarnă deasupra și se lasă să mai dea un clocot împreună. Înainte de a servi, se taie felii.

### **229. BUDINCĂ DE CARNE CU CARTOFI**

500 g carne, 1 ceapă, 1 felie de pâine, 2 linguri unt (sau untură), 1 lingură făină, 1/2 ceașcă zeamă de carne (sau apă), 300 g cartofi, sare, piper, verdeață, 1 lingură pesmet.

Se dă prin mașina de tocat carnea împreună cu ceapa și miezul de la o felie de pâine muiat și stors. Se înfierbântă într-o tigaie o lingură de unt sau de untură, se pune carnea și când începe să se rumenească, se presară făină. Se amestecă și se stinge cu zeama de carne. Se adaugă sare, piper și puțin mărar sau pătrunjel tocat. Separat se fierb cartofii, se curăță de coajă și se trec prin mașina de tocat. Se unge cu unt o formă de sticlă rezistentă la foc, se presară pesmet și se așază un strat de carne, unul de cartofi, și așa mai departe. Deasupra se toarnă o lingură de unt și se presară pesmet. Se ține la cuptor până se rumenește. Se servește cu un sos de roșii.

### **230. MITITEI**

1 kg carne de vacă de la gât, 200 g seu de vacă, câte un vârf de cuțit de piper, chimen, bicarbonat, 1 căpățână de usturoi, sare.

Se trec de trei ori prin mașina de tocat carnea împreună cu grăsimea. Se sarează cât trebuie și se lasă să stea 2 — 3 ore la gheață. Se adaugă un praf de piper și puțin chimen pisat fin și un vârf de cuțit de bicarbonat. Se face separat un mujdei de usturoi cu puțină zeamă de came, se strecoară și se adaugă în tocătură atât cât trebuie. Se pune la mașina de tocat tubul de tablă prin care se umplu mațele pentru cârnați. Se dă tocătura încă o dată prin mașină și, pe măsură ce iese cârnatul din tub, se taie de mărimea mititeilor. În lipsa acestui tub, se iau cu lingura cantități egale din tocătură și, cu mâinile udate în apă, se formează cârnăciori de aceeași mărime, care se așază pe o scândură. Se frig la grătar, la foc iute. În timpul cât se frig, se ung cu o pană muiată în zeamă de carne.

#### **\* ALT FEL DE MITITEI**

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 2 linguri de frișcă.

Se trece de două ori prin mașină carnea de la gât împreună cu seul de vacă. Se amestecă cu 1/2 linguriță de sare și se dă la gheață pentru 24 ore, amestecându-se în acest timp de câteva ori. A doua zi se mai trece odată prin mașină adăugând o linguriță de bicarbonat, încă 1/2 linguriță de sare, 2 — 3 cuișoare, puțin chimen și piper, toate pisate fin, și frișca nebătută. Se pisează o căpățână de usturoi cu puțină apă și se strecoară în tocătură numai zeama. Se bate bine o jumătate de oră și se fac mititei ca mai sus.

# MÎNCĂRI DE CARNE ȘI FRIPTURI

## CARNE DE VACĂ

### 231. RASOL DE VACĂ

1,250 kg carne, zarzavat de supă, 6 cartofi mijlocii, 1/4 varză, 4 l apă, sare.

Carnea cea mai gustoasă pentru rasol este mugurul de piept, fluierul și carnea de la coadă. Se pune carnea la fiert într-o oală cu apă clocotită și se spumuește de câte ori se ridică spuma. Se adaugă zarzavatul și se lasă să fiarbă trei ore la foc potrivit. Când carnea este aproape fiartă, se adaugă în supă cartofii curățiți și tăiați în două și 2 — 3 bucăți de varză care a fost mai înainte fiartă pe jumătate în apă. Cartofii nu trebuie lăsați să fiarbă prea mult, pentru a nu se sfărâma. Se așază rasolul pe farfurie, se pun împrejur cartofii, varza și morcovii din supă, tăiați felii. Se servește cu sos de hrean și murături sau salată de sfeclă.

### 232. RASOL CU SMÂNTÂNĂ

1,250 kg carne de pe coaste, zarzavat de supă, 4 l apă, 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se scoate carnea de pe coaste, se face o ruladă (sul), se leagă cu ață și se pune la fiert ca mai sus, adăugând zarzavat ca pentru orice supă. Când carnea este fiartă, se scoate ața și se așază într-o tavă. Se amestecă într-o cratiță smântână cu 2 — 3 linguri zeamă de carne, făină, sare și o lingură de brânză rasă. Se toarnă peste rasol, cu grijă ca toată carnea să fie acoperită cu un strat gros. Se presară cu parmezan ras. Se dă la cuptor, se ține până capătă o culoare frumoasă. Se servește cu gamitură de macaroane sau de orez.

### 233. TOCANĂ

1,250 kg carne, 1 lingură untură, 4 cepe mijlocii, 5 roșii sau 1 lingură bulion, 1 praf de făină, sare, piper.

Se alege carne de la piept, mai grasă, sau carne de pe coaste. Se taie carnea în bucăți potrivite și se prăjește cu o lingură de untură. Se adaugă ceapa tăiată felii subțiri. Se lasă până se prăjesc. Se pune puțină apă, se acoperă și se fierb înăbușit, adăugând din când în când câte o lingură de apă fierbinte, până ce carnea este frăgezită. Se adaugă o lingură de bulion de roșii sau roșii curățite de coji și de semințe, sare, piper și un praf de făină. Se acoperă și se lasă să scadă la cuptor. Se servește cu mămăligă.

### **234. GULAȘ CU GĂLUȘTE**

1 kg carne, 1 lingură untură, 4 cepe mijlocii, 1/2 linguriță boia de ardei, 1 lingură bulion sau 5 roșii. Pentru găluște: 1 lingură unt sau untură, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură apă, sare.

Se taie carnea în bucăți potrivite și se prăjește cu o lingură de untură. Se adaugă ceapa tăiată felii subțiri. Se amestecă din când în când ca să nu se ardă. Când începe să se rumenească, se adaugă boiaua de ardei, bulionul de roșii sau roșiile curățite de coji și de semințe, sare și puțină apă. Se lasă să fiarbă înăbușit, adăugând din când în când puțină apă, până ce se frăgezește carnea. Separat se freacă o lingură de unt sau de untură cu un ou, făină, puțină apă și sare. Se amestecă totul bine. Se ia cu lingurița din pastă și se dă drumul găluștelor în apă clocotită. Se țin să fiarbă 10 minute. Se scurg și se pun în mâncare sau se opăresc cu unt și se servesc ca gamitură. Mâncarea trebuie să fie foarte fierbinte.

### **235. CARTOFI CU CARNE**

600 g carne, 1,250 kg cartofi, 1 lingură untură, 2 cepe mijlocii, verdeață, 4 roșii sau 1 lingură de bulion, sare.

Se taie carnea în bucăți potrivite. Se prăjesc în cratiță cu ceapa tăiată mărunț și cu o lingură de untură. Se amestecă din când în când ca să nu se ardă. Când ceapa începe să se îngălbenească, se pune sare și puțină apă caldă. Se lasă să fiarbă o oră, turnând din când în când puțină apă caldă. Se curăță cartofii și se taie în lung. Pentru a nu se sfărâma, cartofii trebuie frecați cu puțină sare înainte de a fi puși în cratița cu carne. Se mai adaugă în mâncare mărar sau pătrunjel tocat fin și puțin bulion de roșii sau boia de ardei, pentru culoare. Când cartofii sunt aproape gata, se pune cratița pentru o jumătate de oră la cuptor. Cartofii nu se amestecă cu lingura ca să nu se sfărîme, ci se clatină numai din când în când cratița, pentru a nu se prinde de fund. Mâncarea nu trebuie să fie prea scăzută.

### **236. PRAZ CU CARNE**

600 g carne, 2 legături praz, 1 lingură untură, 1 lingură bulion, 1 bucățiță zahăr, sare.

Se pune carnea la foc, la fel ca pentru mâncarea de cartofi; nu se pune ceapă, deoarece prazul are el singur miros tare. Se curăță prazul. Se taie în bucăți potrivite. Se prăjește ușor într-o tigaie cu puțină untură. Se pune peste carne numai când aceasta este frăgezită. Prazul fierbe foarte repede, și dacă stă prea mult la foc, se sfărâmă. Se adaugă bulion de roșii și o bucățiță de zahăr. Se gustă de sare. Se dă la cuptor. Mâncarea este bună mai scăzută.

### **237. MORCOVI CU CARNE**

600 g carne, 1 kg morcovi, 3 lingurițe zahăr, 1 lingură untură, 1 linguriță făină, sare.

Se pune carnea la foc la fel ca pentru mâncarea cu cartofi. Se curăță morcovii. Dacă sunt mari, se taie felii subțiri; dacă se întrebunțează carote mici, rotunde, se lasă întregi. Se prăjesc ușor morcovii, întregi sau felii, cu puțină untură. Se pun în cratița cu carne când aceasta este frăgezită. Separat se arde zahărul și se stinge cu puțină apă fierbinte. Se adaugă

făina. Se toarnă în mâncare. Se gustă de sare. Când este aproape gata, se dă o jumătate de oră la cuptor.

### **238. FASOLE BOABE CU CARNE**

600 g carne, 400 g fasole uscată, 1 lingură untură, 2 cepe, 1 lingură bulion sau 5 roșii, 1 frunză de dafin.

Se pregătește carnea la fel ca pentru mâncarea cu cartofi. Se alege fasole care nu lasă coji și se fierbe separat, schimbând apa odată sau de două ori. Când carnea este aproape fiartă, se adaugă fasolea, care nu trebuie să fie de loc sfărâmată. Se pune sare, puțin bulion sau roșii și o frunză mică de dafin. Mâncarea nu trebuie să fie prea scăzută, este mai gustoasă cu puțină zeamă.

### **239. FASOLE VERDE CU CARNE**

600 g carne, 1 kg fasole, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 linguriță făină, 1 lingură bulion sau 4 roșii, sare, verdeață.

Se taie carnea în bucăți potrivite. Se prăjește cu două cepe tăiate mărunț și cu o lingură de untură. După ce s-a rumenit carnea, se adaugă făina, puțină sare, se amestecă, se toarnă apă caldă cât s-o cuprindă și se pune fasolea curățită și spălată. Se lasă să fiarbă împreună. Când fasolea este aproape fiartă, se gustă de sare, se adaugă o lingură de bulion sau câteva roșii, puțină verdeață și se dă la cuptor. Se poate face și cu fasolea fiartă separat și bine scursă. Se pune peste carne când aceasta este frăgezită.

### **240. BAME CU CARNE**

600 g carne, 1 kg bame, 1 lingură untură, 1 ceașcă de borș, 1 lingură bulion sau 4 roșii, 1 păhărel de vin.

Se pregătește carnea ca pentru mâncarea cu cartofi. Între timp se curăță bamele de codiță, se opăresc cu borș sau cu oțet îndoit cu apă. Se clătesc apoi în mai multe ape reci. Se scurg bine. Se pun în cratița cu bame numai când aceasta este aproape fiartă. Se adaugă sare, bulion sau roșii tăiate în două și fără semințe. Când sunt aproape gata, se adaugă un păhărel de vin și se dau la cuptor.

### **241. VINETE CU CARNE**

600 g carne, 3 vinete mijlocii, 2 linguri untură, 1 lingură bulion sau 4 roșii, 1 ardei gras, sare.

Se pregătește carnea ca pentru mâncarea cu cartofi. Se taie câteva vinete, fără să se curețe de coajă, în bucăți potrivite. Se opăresc cu apă sărată, în care se lasă să stea 10 minute. Se storc apoi bine cu mâna și se pun într-un șervet să se scurgă. Se înfierbântă untura într-o tigaie, se pun vinetele să se rumenească puțin și se așază apoi în cratița cu carne. Se adaugă sare, dacă este necesar, apoi o lingură de bulion de roșii îndoit cu apă, sau roșii tăiate în două, și un ardei gras tăiat mărunț. Se dau la cuptor.

#### **242. PRUNE USCATE CU CARNE**

600 g carne, 500 g prune uscate, 2 linguri untură, 1 linguriță făină, 6 lingurițe zahăr, sare.

Se pregătește carnea ca pentru mâncarea cu cartofi, însă fără ceapă. Se spală prunele, se opăresc, se scurg și se pun peste carne, când aceasta este pe jumătate fiartă. Se adaugă puțină sare și un sos de zahăr ars, ca la morcovii cu carne. Se dau la cuptor, adăugând 1 — 2 lingurițe de zahăr (sau mai mult, după gust), dacă sosul nu este destul de dulce.

#### **243. GUTUI CU CARNE**

1 kg gutui, pentru rest aeeleași cantități ca la mâncarea de prune.

Se pregătește carnea ca pentru mâncarea cu cartofi (v. 235), însă fără ceapă. Se spală gutuile (nu se curăță de coajă), se taie bucăți potrivite, se scot mijlocul pietros și căsuța cu semințe și se prăjesc ușor cu puțină untură. Se pun peste carne când aceasta este aproape gata. Se adaugă un sos de zahăr ars, în care s-a pus un praf de făină. Se dau jumătate de oră la cuptor.

#### **244. PERE CU CARNE**

1 kg pere, pentru rest aceleași cantități ca la mâncarea cu prune.

Se face la fel ca mâncarea de gutui.

#### **245. VARZĂ DULCE CU CARNE**

600 g carne, 1 varză frumoasă (cam de 1 kg), 1 ceașcă borș, 1 lingură bulion sau 4 roșii mijlocii, 1 ardei gras, 3 linguri untură, sare.

Se alege carne grasă și se pregătește ca pentru mâncarea cu cartofi (v. 235). Se taie o varză sau două, mărunt ca fideaua. Se dă sare și se stoarce cu mâna pentru ca să iasă apa din ea. Se pune în cratița cu carne când aceasta este pe jumătate fiartă și se adaugă o lingură bună de untură. Se toarnă deasupra borș fiert separat și bine limpezit. Se lasă să fiarbă o oră. Se gustă de sare, se pune bulion de roșii sau câteva roșii tăiate felii. Se ține cel puțin o oră la cuptor. După ce s-a așezat varza, nu se mai dă cu lingura, se mișcă numai cratița într-o parte și în alta, ca să nu se prindă pe fund. Dacă este prea scăzută, se mai adaugă puțină apă. Mâncarea cu varză este mult mai gustoasă pregătită din ajun.

#### **246. VARZĂ ACRĂ CU CARNE**

600 g carne, 1 varza acră, 2 linguri untură, puțină boia de ardei, o lingură bulion.

Se pregătește carnea ca pentru mâncarea cu cartofi. Se spală în apă rece o căpățână sau două de varză murată. Se taie mărunt ca fideaua. Trebuie pusă din timp în cratița cu carne, deoarece varza murată fierbe mai greu. Se pune apă, puțină boia de ardei, piperul și o lingură de bulion. Se lasă să fiarbă cel puțin două ore. Se dă apoi la cuptor încă o oră. Mâncarea trebuie să fie grasă. Este mai gustoasă dacă este pregătită din ajun.

### **247. GHIVECI**

600 g carne, 1 kg legume asortate, 2 linguri untură, sare, unt proaspăt cât o nucă.

Se pregătește carnea ca pentru mâncarea cu cartofi. Se taie puțină varză în bucăți, un morcov, un pătrunjel și 1/2 țelină în felii subțiri, se curăță o mână de bame (v. 240), una de mazăre, una de fasole verde. Se curăță un dovlecel și se taie în bucăți potrivite, precum și o vânăță care se opărește și apoi se scurge bine. Dacă se găsește conopidă, se pun și câteva buchete de conopidă. La sfârșit se adaugă 2 — 3 roșii tăiate în două, un ardei gras tăiat mărunt și câțiva cartofi curățiți și tăiați în bucăți ca și dovleceii. Se așază rânduri de zarzavat și de carne într-o tavă ce merge la cuptor. Se adauga sare și untură cât trebuie.

Se dă la cuptor și se lasă să fiarbă înăbușit. Dacă scade prea tare mai înainte de a fi zarzavatul fiert, se adaugă puțină apă. Nu se umblă cu lingura ca să nu se sfărâme zarzavatul; se mișcă ușor cratița într-o parte și în alta, pentru a nu se prinde pe fund. Când este aproape gata, se ia capacul, se lasă să se rumenească puțin deasupra și se adaugă câteva bucățele de unt proaspăt.

### **248. FRIPTURĂ ÎNĂBUȘITĂ**

1,500 kg carne, 50 g slănină, 2 cești zeamă de carne, 3 cepe mijlocii, 2 — 3 căței de usturoi, 1 lingură untură, 2 foi de dafin, 5 boabe piper, sare.

Se alege o bucată de pulpă sau altă carne macră. Se sarează, se împănază cu slănină și cu usturoi, se leagă, pentru a căpăta o formă și se pune la fript într-o cratiță cu puțină untură. Se întoarce pe toate părțile. După 20 minute se toarnă două cești de apă sau zeamă de carne. Se adaugă ceapa tăiată felii subțiri, foile de dafin și piperul și se dă la cuptor, acoperită, să fiarbă înăbușit timp de trei ore. Între timp se întoarce de două ori. Se scoate capacul și se unge friptura din când în când cu zeama din cratiță. Se mai ține astfel 1/2 oră, până când capătă culoare frumoasă. Sosul trebuie să fie scăzut, totuși, dacă este nevoie, se mai adaugă puțină apă. Se așază carnea pe farfurie, se scoate ața, se taie felii. Sosul se trece prin sită se toarnă deasupra sau se amestecă cu puțină smântână și se servește cald în sosieră. Friptura se servește cu garnitură de legume.

### **249. RULADĂ UMPLUTĂ CU FICAT**

1 kg carne, 200 g ficat, 50 g slănină, 1 felie de pâine, 1 ou, frunze de pătrunjel, 3 cepe, 1 lingură untură, 1 ceașcă zeamă de carne, 1 păhărel de vin alb, 2 linguri smântână, sare.

Se alege carne de sub coaste. Se bate bine cu ciocanul de lemn, fără să se rupă, astlel încât să se obțină o fâșie de 1 cm grosime. Se sarează. Se face o tocătură din ficat dat prin mașină împreună cu o bucată de slănină și o felie groasă de pâine muiată în lapte și bine stoarsă; se adaugă 1/2 ceapă tocată, pătrunjel, sare și un ou. Se întinde umplutura pe carnea bine ștearsă, se rulează ca o clătită și se leagă. Apoi se pune într-o cratiță cu puțină untură să se prăjească. Se adaugă ceapa tăiată felii și când și aceasta este puțin rumenită, se toarnă un păhărel de vin alb și zeama de carne, se dă la cuptor și se lasă să fiarbă înăbușit o oră și jumătate. Când este gata, se scot ațele, se așază pe farfurie, se taie, iar sosul scăzut, trecut prin sită, se dă din nou în fiert, se amestecă cu puțină smântână sau cu ciuperci înăbușite și

se servește lângă friptură.

### **250. ȘNIȚEL RUSESC**

750 g carne macră, 1 lingură ulei, 1 lingură făină, 3 linguri untură (sau ulei). Pentru sos: 500 g roșii, 1 linguriță unt, 1 lingurița făină, 1 bucățică zahăr, usturoi sau cimbru, sare.

Se taie carnea în felii groase de un deget. Se bat feliile foarte bine pe fund până când carnea începe aproape să se rupă. Dacă are pielițe sau tendoane, acestea se taie cu vârful cuțitului, de asemenea se crestează carnea și pe margini, pentru ca atunci când se pune la fript, să nu se strângă. Șnițelele astfel pregătite se sarează și se ung cu ulei. Se dau prin făină și se prăjesc în untură sau în ulei mult (grăsimea nu se pierde deoarece șnițelele nu sug multă grăsime, iar după ce s-a răcit, poate fi scursă într-o cratiță și întrebuințată la alte mâncări). Șnițelele prăjite se așază într-o cratiță, unele peste altele. Separat se face un sos de roșii (v. 63) cu un fir de cimbru, sau o foaie de dafin, ori doi, trei căței de usturoi, după gust. Sosul se toarnă peste șnițele, dar numai cu o jumătate de oră înainte de a fi servite, ca să nu sugă prea mult sos, și se dau la cuptor să se înfierbânte. Se așază pe o farfurie și de o parte se pune sfeclă fiartă, presărată cu hrean, iar de cealaltă parte, fasole verde cu unt.

### **251. FRIPTURĂ LA TAVĂ**

1 kg carne macră, 3 cepe mijlocii, 1 lingură untură, 1 lingură bulion, sare.

Se alege carne macră de la pulpă sau de la coadă. Se sarează și se ține o jumătate de oră. Se așază într-o tavă cu ceapă tăiată felii subțiri și cu o lingură de untură. Se rumenește pe ambele părți, apoi se toarnă câteva linguri de apă și se ține pe mașină să fiarbă acoperit 1 ½ — 2 ore, adăugând din când în când puțină apă, până se frăgezește. Când carnea este frăgezită, se unge cu untură și se dă la cuptor unde se ține descoperită până se rumenește. Când este gata, se scoate, se taie felii subțiri și se ține la cald. Între timp se face repede un sos: se scurge grăsimea din tavă, iar în zeama care a rămas, se adaugă 1 — 2 linguri de apă și puțin bulion de roșii. Se lasă să dea câteva clocote, amestecând cu lingura pentru a se lua toată rumeneala de pe fundul tăvii. Sosul se strecoară și se toarnă fierbinte peste friptură. Se servește cu garnitură de macaroane fierte și opărite cu unt, sau cu cartofi.

### **252. ANTRICOATE LA GRĂȚAR**

6 antricoate, 1 linguriță untură (sau o feliuță de slănină), sare.

Antricoatele trebuie să fie proaspete, nu însă din ziua în care a fost tăiată vita, ci ținute până a doua sau a treia zi. Altfel sunt tari, oricât de bine ar fi fripte. Se încinge bine grătarul. Se bate carnea ușor cu mânerul cuțitului sau cu lama satârului și se sarează. Se șterge cu o cârpă și se pune pe grătarul încins și bine uns cu o bucată de slănină crudă sau o pană muiată în untură. Nu se întoarce decât când este destul de rumenită pe o parte și nu se înțeapă cu furculița la întors. Durata de frigere depinde de grosimea antricotului. La foc bine potrivit, un antricot nu prea gros se frige în 10 — 15 minute. Se cunoaște ca este destul de fript atunci când apar la suprafață 2 — 3 picături de zeamă roșiatică. Se așază în

farfurie, se pune peste fiecare o bucăciă de unt proaspăt. Se servesc cu cartofi prăjiți și cu salată.

### **253. ANTRICOATE CU CEAPĂ PRĂJITĂ**

6 antricoate, 3 cepe mijlocii, 2 linguri ulei, sare.

Se frig antricoatele la tavă sau la grătar. Se taie ceapa în felii foarte subțiri. Se înfierbântă uleiul și când acesta este bine încins, se pune ceapa la prăjit dată prin puțină făină. Se amestecă ușor cu o furculiță până se rumenește bine, fără să se ardă. Se așază antricoatele pe farfurie, se pune ceapa deasupra. Se servesc cu cartofi prăjiți.

### **254. BIFTEC ÎN FĂINĂ**

250 g mușchi de vacă, 1 lingură făină, 2 linguri untură, sare.

Se curăță mușchiul de piele, se taie în bucăți potrivite. Se dă sare. Se usucă bine cu o cârpă, se dau prin făină, se frig în untură fierbinte, întâi pe o parte, apoi pe cealaltă, ca și antricoatele. Când sunt gata se scot și se țin la cald. Se pregătește repede următorul sos: se scurge o parte din, grăsimea din tavă, iar în sosul rămas se toarnă o lingură de apă. Se lasă să dea câteva clocote, amestecând cu lingura să se ia rumeneala de pe tavă. Sosul se strecoară peste biftec. Se servește fierbinte cu cartofi prăjiți.

# CARNE DE VIȚEL

## 255. VIȚEL CU CIUPERCI

750 g carne, 400 g ciuperci, 1 lingură unt sau untură, 1 linguriță făină, 1 păhărel vin, 1 ceașcă zeamă de carne sau apă, 1 linguriță bulion, 1 ceapă mică, sare.

Se taie carnea de vițel în bucățele potrivite. Se pun într-o cratiță să se prăjească cu o lingură de unt sau de untură și o ceapă tăiată mărunt. Se spală ciupercile și se taie în felii subțiri. Când carnea este bine rumenită, se pun ciupercile și se amestecă ușor cu o lingură de lemn, până ce încep să piardă din umezeală. Se presară cu făină și se amestecă din când în când cu lingura la foc potrivit, până ce începe și făina să se îngălbenească. Se toarnă vinul și zeama de carne, în care s-a amestecat o lingură de bulion de roșii. Se potriveste de sare. Se acoperă, se dă la cuptor, se ține să fiarbă la foc potrivit.

## 256. TOCANĂ DE VIȚEL

1 kg carne, 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 1 păhărel vin, 2 — 3 cești zeamă de carne, 1 lingură bulion, 1 cățel de usturoi, sare, piper.

Se taie carnea de vițel în bucăți potrivite. Se pun într-o cratiță să se prăjească cu o lingură de untură. Se adaugă o ceapă tăiată mărunt și o lingură de făină. Când făina s-a îngălbenit, se toarnă încetul cu încetul vinul și zeama de carne. Se adaugă bulionul de roșii, un cățel de usturoi sfărâmat, sare, piper. Se acoperă, se dă la cuptor să fiarbă la foc potrivit o oră și jumătate. Mâncarea trebuie să fie scăzută. Se servește cu garnitură de pâine prăjită în unt.

## 257. PAPRICAȘ DE VIȚEL

1 kg carne, 3 cepe mijlocii, 2 ardei grași, 1 linguriță făină, 1 linguriță boia de ardei, 1/2 lingură bulion, 2 linguri untură, sare. Pentru găluște: 1 lingură unt sau untură, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură apă, sare.

Se pune carnea ca mai sus să se prăjească cu ceapa tăiată felii subțiri. Când ceapa s-a îngălbenit, se adaugă boia de ardei, bulionul subțiat cu apă și cei doi ardei grași. Se pune zeamă de carne sau apă, atât cât să acopere carnea. Se dă la cuptor să fiarbă acoperit. Se servește cu găluște de făină (v. 234).

## 258. VIȚEL CU DOVLECEI

750 g carne, 1 lingură unt sau untură, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 4 dovlecei frumoși sau 50 dovlecei în floare, 1 linguriță mărar tocat, 2 linguri smântână, sare.

Se prăjește carnea de vițel în unt sau în untură, cu ceapă și puțină făină. Se adaugă apă și se lasă să fiarbă înăbușit. Se rad dovleceii de coajă. Cei mici în floare se lasă întregi, cei mari se taie în patru în lung, apoi în bucăți de 5 — 6 cm. Se prăjesc în puțină grăsime. Când carnea este pe jumătate fiartă, se pun dovleceii și mărarul, se dă cratița la cuptor și se lasă să fiarbă înăbușit până ce dovleceii sînt gata. Dovleceii prea fierți se sfărâmă ușor. După

gust, înainte de a se servi, se pot adăuga două linguri de smântână.

### **259. CIULAMA DE VIȚEL**

1 kg carne, 1 l apă, 1 morcov, 1 ceapă, 1 pătrunjel, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare.

Se taie carnea în bucățele potrivite. Se pune la fiert cu un litru de apă rece și sare. Carnea trebuie să fie acoperită cu apă. Când dă în clocot, se ia spuma de 2 — 3 ori. Se adaugă un morcov, o ceapă și o rădăcină de pătrunjel. Se lasă să fiarbă încet. Cratița se ține pe trei sferturi acoperită. Separat, într-o cratiță, se prăjește, fără să se rumenească, o lingură de făină cu o lingură bună de unt. Se stinge cu zeama în care a fiert carnea. Se lasă să dea câteva clocote. Sosul trebuie să fie gros ca o smântână și fără nici un cocoloș. Se toarnă sosul peste carne, după ce s-a scos zarzavatul, se ține fierbinte pe foc, fără să fiarbă. Dacă mâncarea nu este servită imediat, se ține cratița în apă fierbinte, iar deasupra se pun câteva bucățele de unt proaspăt, ca să nu se formeze pieliță. După gust, se pot adăuga în ciulama și ciuperci tăiate și înăbușite în unt. Mâncarea devine mai gustoasă.

### **260. PIEPT DE VIȚEL UMPLUT**

1,500 kg carne, 1 lingură pesmet, 3 cepe, 1 cățel usturoi, 1 linguriță vin alb, 1 ou, verdeță, sare, piper, 1 lingură untură.

Se alege o bucată de carne de la piept. Se scot oasele cu grijă, ca să nu se sfărâme carnea, trăgându-le pe rând pe fiecare, sau folosind un cuțit dacă nu ies singure. Se taie astfel carnea pe margini, încât să capete o formă dreptunghiulară, cam de 30 cm lungime pe 20 cm lățime. Se introduce un cuțit ascuțit de bucătărie în partea mai largă a pieptului, despărțind carnea în două, pentru a forma un fel de buzunar, lăsând pe celelalte trei părți carnea netăiată pe o distanță de 2 cm. La carnea tăiată de pe margini, se mai adaugă puțină carne de vacă (dacă avem) și se trece prin mașina de tocat. Castronul în care se pregătește umplutura se freacă bine cu un cățel de usturoi tăiat în două. Se pune carnea, o lingură de pesmet, o ceapă tocată și prăjită ușor în unt, o linguriță de vin alb, sare, piper, puțină frunză de pătrunjel tocată și un ou. Se amestecă totul bine, se umple pieptul și se coase cu 2—3 împunsături. Se apasă puțin pe dinafară, pentru a avea o grosime egală. Se unge pieptul cu puțină grăsime, se așază în cratiță cu felii de ceapă, se acoperă, se dă la cuptor la foc potrivit. Când totul începe să se rumenească, se adaugă apă sau zeamă de carne, până la jumătatea cărnii. Se fierbe înăbușit două ore. Când este aproape gata, se unge zeama din cratiță și se mai lasă puțin să capete culoare. Se scot ațele, iar după ce s-a răcorit puțin, se taie și se servește cu sosul din cratiță scurs de grăsime și cu garnitură de macaroane sau de piure de cartofi.

### **261. PULPĂ DE VIȚEL LA TAVĂ**

1,500 kg carne, 1 lingură untură, sare.

Se alege o pulpă cam de 1,500 kg. Se dă sare, se ține o jumătate de oră, se pune apoi în tavă, se unge cu unt sau cu untură și se dă la cuptor la foc potrivit. Se ține o oră și jumătate. Se unge din timp în timp cu zeama pe care o lasă. Se taie felii, se servește cu cartofi sau cu

legume și cu sosul din cratiță scurs de grăsime și fiert cu o lingură de apă.

### **262. PULPĂ DE VIȚEL ÎMPĂNATĂ**

1,500 kg carne, 50 g slănină, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 păhărel de vin alb, 3 cești zeamă de carne, sare.

Se alege o pulpă cam de 1,500 kg. Se sarează. Se împănează cu bucăți de slănină. Se așază pulpa în tavă cu felii de ceapă, se unge cu unt sau cu untură și se dă la cuptor. După un sfert de oră, se adaugă vinul și după ce acesta a scăzut, se toarnă zeama de carne. Se acoperă și se lasă să fiarbă o oră. Se scoate apoi capacul, se mai ține o jurnătate de oră, udând friptura la fiecare 10 minute. Când a prins culoare, se scoate și, ca să nu piardă tot sucul, se lasă puțin la o parte înainte de a o tăia. Se scurge grăsimea, iar sosul se servește lângă friptură, cu garnitură de macaroane, cartofi etc.

### **263. FRIPTURĂ DE VIȚEL DE LA RINICHI**

1,500 kg carne, 1 lingură untură, sare.

Se alege o bucată de carne cu rinichi. Se desprinde rinichiul, scoțând grăsimea dimprejur. Cu un cuțit ascuțit se desfac oasele, iar carnea se bate ușor cu latul unui satâr. Se întinde apoi carnea pe fund, se așază rinichiul la loc, se dă puțină sare, se rulează carnea în jurul rinichiului și se învelește totul într-o fâșie subțire de grăsime scoasă de la rinichi. Se leagă cu ață. Se pune într-o tavă la cuptor cu o lingură de untură, se frige ca și vițelul la tavă (v. 261). Se servește cu macaroane, cu cartofi sau cu diferite zarzavaturi. Sosul din cratiță, după ce s-a scurs grăsimea, se lasă să fiarbă cu două linguri de apă. Se strecoară și se servește în sosieră.

### **264. RULADE DE VIȚEL**

1 kg carne macră, 1 felie pâine, 100 g slănină, 1 ou, sare, piper, 2 cepe, 1 morcov, 1 lingură untură, 1 păhărel de vin alb.

Se taie carnea felii ca pentru șnițele, de 1 cm grosime. Se bat cu ciocanul de lemn pentru a se subția aproape la jumătate, fără însă să se rupă. Se taie marginile cu cuțitul, astfel încât bucățile obținute să aibă aceeași mărime, cam de 10 cm pe 15 cm. Resturile de carne, ca un sfert de kilogram, se dau de două ori prin mașină, împreună cu o bucățică de miez de pâine muiat în lapte și stors și 100 g de slănină proaspătă. Se amestecă bine într-un castron, împreună cu un ou, sare piper. Se udă un fund de lemn și se așază bucățile de carne una lângă alta. Pe fiecare bucată se pune o cantitate egală de umplutură, care se întinde cu un cuțit ud, apoi se rulează și se leagă cu ață. Se așază într-o cratiță felii subțiri de ceapă, cu o lingură de untură, iar peste ele un rând de felii de morcov. Se pun ruladele deasupra, una lângă alta, nu însă prea strânse. Se dau la cuptor, până încep să se rumenească. Se toarnă apoi un păhărel de vin și, dacă este, zeamă de carne. Se acoperă și se lasă să fiarbă înăbușit un ceas și un sfert. Se scoate capacul și se udă de câteva ori carnea cu sosul scăzut din cratiță. Se scot ruladele, se desfac ațele, se țin la cald. Se scurge grăsimea din cratiță; în sosul care a mai rămas, se adaugă două linguri de apă și se lasă la foc iute să dea câteva

clocote. Se trece prin sită, se toamnă peste rulade. Se servesc cu macaroane sau cu piure de legume.

### **265. ȘNIȚEL VIENEZ**

750 g carne, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură (se poate amesteca cu ulei), sare.

Una din condițiile pentru ca șnițelul să reușească bine este ca bucățile de carne să nu fie tăiate în lungul fibrelor, ci în curmeziș. Se taie carnea felii de 1 cm grosime. Se bat ușor cu ciocanul de lemn, astfel încât să fie subțiate aproape la jumătate. Se sarează. Se dau în făină, în ou bătut și apoi în pesmet foarte fin. Se înfierbântă o lingură de untură și o lingură de ulei într-o tigaie. Când grăsimea este foarte fierbinte, se pun șnițelele să se rumenească pe o parte, apoi se întorc pe cealaltă parte. După ce se rumenesc frumos pe ambele părți, se așază pe o farfurie fierbinte și se servesc cu mai multe feluri de legume. ca: fasole, mazăre, cartofi, piure de spanac, sfeclă roșie.

### **266. ȘNIȚEL NATUR**

1 kg carne, 1 lingură făină, 2 linguri untură, sare.

Se pregătește la fel ca șnițelul vienez, se dă însă numai în făină, fără ou și pesmet. Se servește la fel.

### **267. COTLETE DE VIȚEL PANE**

6 cotlete, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură, sare.

Se taie cotletele groase de 2 cm. Se îndepărtează bucățița de os de la șira spinării și pielea din lungul osului. Se scurtează și costița dacă este prea lungă. Se sarează. Se dau prin făină, ou și pesmet. Se prăjesc ca și șnițelul vienez. Se servesc cu cartofi, sau cu alte legume.

### **268. PICIOARE DE VIȚEL RASOL**

3-4 picioare de vițel (circa 1,500 kg), 2 l apă, 1 lingură oțet, 1 foaie de dafin, 1 pătrunjel, sare.

Se curăță bine picioarele și se spală în mai multe ape. Se pun într-o cratiță cu apă rece și se țin la foc pînă începe să se formeze spumă. Se dau la o parte și se spală imediat cu apă rece. Se pun la fiert într-o cratiță cu 2 l de apă cu sare, o lingură de oțet sau de zeamă de lămâie, o frunză de dafin, și o rădăcină de pătrunjel. Se pun picioarele la fiert și se țin două ore să fiarbă continuu, dar în clocote mici. Se servesc foarte fierbinti, cu mujdei de usturoi sau cu sos de muștar, sos de roșii etc. Pentru ca picioarele să rămînă albe la fiert, se obișnuiește ca în apa în care se fierb, să se pună o lingură de grăsime și o lingură de făină, care se moaie cu puțină apă rece, amestecând bine pentru a nu se forma cocoloși. După ce picioarele au fiert și zeama s-a răcit, se strânge grăsimea și se întrebuințează la alte mîncări.

### **269. PICIOARE DE VIȚEL CU SOS**

Aceleași cantități ca mai sus. Pentru sos: 1 lingură de unt, 1 lingură făină, 2 cești de zeamă, 1 gălbenuș, 1 linguriță zeamă de lămâie, 100 g ciuperci, sare.

Se fierb picioarele de vițel ca mai sus. Când sunt bine fierte se scot oasele. Între timp se pregătește un sos de făină, bătut cu gălbenuș de ou și puțină zeamă de lămâie (v. 64), se pune într-o cratiță împreună cu picioarele de vițel și câteva ciuperci tăiate felii și înăbușite în unt. Se ține mîncarea fierbinte pe mașină, fără să dea în clocote. Se servește foarte fierbinte.

### **270. TUSLAMA DE BURȚĂ**

1 kg burță, 1 picior de vițel, zarzavat de supă, 1 foaie de dafin, 1 lingură untură, 2 morcovi mijlocii, 1 linguriță făină, 1 gălbenuș, 1 linguriță oțet sau zeamă de lămâie.

Se spală în mai multe ape și se curăță cu sare până rămân albe, o bucată de burță și un picior de vițel. Se pun la fiert în apă, cu un morcov, un pătrunjel, o ceapă și o foaie de dafin. Când sunt gata, se scot din apă și după ce s-au răcorit, se taie în bucățele potrivite, atât burta, cât și carnea de pe picior. Se așază într-o cratiță. Separat se prăjesc ușor în untură doi morcovi dați pe răzătoare. Se adaugă puțină făină. Se stinge cu zeamă în care a fiert burta. Se lasă să fiarbă înăbușit, se trece sosul prin sită, se bate cu un gălbenuș, se adaugă zeamă de lămâie sau oțet și se toarnă în cratiță peste burta. Se lasă să mai fiarbă împreună, dar la foc mic, pentru ca oul să nu se taie. Se servește fierbinte.

# CARNE DE MIEL ȘI DE BERBEC

## 271. STUFAT DE MIEL

750 g carne, 40 fire ceapă verde, 20 fire usturoi verde, 2 linguri untură, 1 linguriță de făină, 1 pahar de borș sau 2 linguri oțet, 1 lingură bulion, sare.

Se taie carnea de miel în bucăți potrivite care se prăjesc cu o lingură de grăsime. Se adaugă un praf de făină. Separat se opăresc firele de ceapă și de usturoi verde. Se înnoadă fiecare fir în formă de opt. Se prăjesc ușor în puțină untură, fără să se îngălbenească. Se pun în cratița cu carne, se adaugă un pahar de borș fiert și limpezit, îndoit cu apă, sare, bulion de roșii. După ce a început să fiarbă, se dă la cuptor și se lasă să fiarbă înăbușit, până scade cât trebuie. Mai puțin aspectuoasă, dar la fel de gustoasă, se poate face mâncarea tăind ceapa și usturoiul în bucățele, în loc să fie înnodate.

## 272. MIEL CU SPANAC

750 g carne, 2 kg spanac, 1 linguriță făină, 2 linguri untură, 1 ceapă, 1 lingură bulion, sare.

Se prăjesc în untură bucățile de carne cu o ceapă tăiată mărunt și se adaugă un praf de făină. Se curăță spanacul, se spală în mai multe ape, se opărește și se scurge bine. Se pune în cratița cu carne, se adaugă bulionul, puțină apă și sare. Se acoperă și se dă la cuptor o jumătate de oră. Dacă scade tare, se mai adaugă puțină apă. Se pot adăuga și câteva felioare de lămâie, după dorință.

## 273. MIEL CU MĂCRIȘ

Aceleași cantități ca la “Miel cu spanac”, în plus o linguriță de zeamă de lămâie.

Se pregătește la fel ca mielul cu spanac. Când este aproape gata, se adaugă puțină zeamă de lămâie.

## 274. ANGHEMAHT DE MIEL

1 kg carne, 1 l apă, 1/2 lingură unt, 1/2 lingură făină, 6 felii de lămâie, sare.

Se pregătește la fel ca anghemahtul de pui (v. 328).

## 275. CIULAMA DE MIEL

Se folosesc aceleași cantități ca la “Ciulama de vițel”.

Se pregătește la fel cu ciulamaua de vițel (v. 259).

## 276. MIEL CU CIUPERCI

750 g carne, 400 g ciuperci, 1 lingură unt sau untură, 1 ceapă mică, 1 ceașcă zeamă de

carne sau apă, 2 linguri smântână, 1 linguriță făină, puțin piper, sare.

Se prăjesc în aceeași cratiță, cu o lingură de unt sau de untură, bucățile de carne, o ceapă tăiată mărunt și ciupercile spălate și tăiate felii subțiri. Se adaugă sare. Când începe totul să se rumenească, se toarnă zeamă de carne și se lasă să scadă. Dacă mâncarea este prea scăzută, se mai adaugă puțină zeamă de carne sau apă. Cu un sfert de oră înainte de a servi, se amestecă smântâna cu făina și piperul, se toarnă peste mâncare și se lasă să dea 2—3 clocote.

Se poate pregăti aceeași mâncare fierbând separat ciupercile tăiate felii. Se pun în mâncare odată cu smântâna și se lasă să dea împreună câteva clocote.

### **277. DROB DE MIEL**

Vezi la „Tocături” (v. 225).

### **278. FRIPTURĂ DE MIEL**

2 kg carne de miel, 1 lingură untură, sare.

Se spală carnea de miel, se dă sare și se lasă să stea o jumătate de oră. Se așază într-o tavă, cu spatele în sus. Se dă la cuptor, la început la foc moale. Se unge din timp în timp cu grăsime. La sfârșit se întărește focul și nu se mai atinge, ca să se rumenească frumos și să se întărească bine coaja. Se taie repede pe fund de lemn și se așază bucățile pe farfurie. Sosul care a rămas în tavă se curăță de grăsime, se pune să fiarbă cu o lingură de apă, amestecând pentru ca să se ia rumeneala de pe fund. Se trece prin sită și se servește separat. Nu se toarnă peste friptură, pentru ca să nu se moaie coaja. Se servește cu cartofi prăjiți și cu salată verde.

### **279. MIEL PANE**

1,500 kg carne de miel, 2 ouă, 1 lingură făină, 2 linguri pesmet, 3 linguri untură, sare.

Se spală bucata de miel, se taie în bucăți late de 2 — 3 degete. Se sarează și se țin 20 de minute. Se dau în făină, apoi în ou și la urmă în pesmet. Se prăjesc în untură fierbinte sau în unt amestecat cu ulei (la o lingură de unt, două 1 lingurițe de ulei). Se servesc cu legume și salată verde.

### **280. MIEL LA GRATAR**

1,500 kg carne de miel, 1 felie de slănină sau 1 linguriță de untură, sare.

De la un miel gras se aleg pulpele și capul pieptului, adică 1 bucata dintre umărul din față până la deșert. Se curăță carnea de pe oase, se taie bucăți de mărimea unui biftec și se dă sare. Se încinge grătarul, se unge cu o bucată de slănină sau cu o pană muiată în untură și se așază bucățile de carne. Se lasă să se rumenească frumos pe ambele părți. Se servesc cu cartofi prăjiți.

### **281. PULPĂ DE BERBEC LA TAVĂ**

2 kg pulpă, 50 g slănină, 1 căpățână usturoi, 1 lingură untură, sare.

Se alege totdeauna carne de berbec tânăr și care nu miroase. Totuși, carnea de berbec nu se întrebuințează niciodată prea proaspătă și se ține cel puțin 2-3 zile după ce animalul a fost tăiat, la un loc răcoros și bine aerisit, iar iarna se păstrează 5-6 zile. Se curăță pulpa de piele și mai ales de grăsime, care are un gust neplăcut. Se curăță, însă numai cu o oră înainte de pregătire. Pulpa pregătită pentru fript se împănează sau nu cu slănină și usturoi, după gust. Se sarează și se așază în tavă. Se ține astfel o jumătate de oră, se dă apoi la cuptor, la foc potrivit. Cât stă la cuptor, se unge din când în când cu zeama din tavă, până se frăgezește, iar la sfârșit se unge cu untură. Când este gata, se taie felii, iar sosul se curăță de grăsime, se fierbe cu puțină apă și se servește separat. Garnitura obișnuită la friptura de berbec este fasolea boabe sau. piureul de fasole.

### **282. COTLETE DE BERBEC LA TIGAIE**

6 cotlete, 1 lingură untură, sare, piper.

Se taie cotletele de grosimea degetului. Se curăță de grăsime și de pielea din lungul osului. Se bat mai ales pentru a li se da o formă. Se dă sare și piper. Se frig pe ambele părți în untură fierbinte. Se servesc cu garnitură de fasole boabe.

### **283. COTLETE DE BERBEC LA GRATAR**

6 cotlete, 1 linguriță ulei, sare, piper.

Se taie cotletele și se pregătesc ca mai sus. Se ung cu ulei și se țin câteva minute. Se pun pe grătarul încins bine, se frig pe ambele părți, se sarează când sunt aproape gata. Se servesc cu fasole boabe.

# CARNE DE PORC

## 284. TOCANĂ DE PORC

Se pregătește la fel ca tocana de vacă (v. 233).

## 285. CARNE DE PURCEL CU VARZĂ

Se pregătește la fel ca varza cu carne de vacă (v. 245 — 246).

## 286. SARMALE CU CARNE DE PURCEL

Vezi 221 — 222 .

## 287. VARZĂ ACRA CU COSTIȚA AFUMATĂ

1 varză murată cam de 1 kg, 300 g costiță afumată, 3 linguri untură, 1 linguriță boia de ardei, 10 boabe piper, sare.

Se taie o varză mare, murată, în felii. Dacă este prea acră, se spală într-o apă sau două și se scurge bine. Se taie costița afumată cu șorici cu tot, în felii groase de un deget. Dacă slănina este prea sărată, se va ține câțva timp în apă. Se așază pe fundul cratiței unsă cu grăsime un rând de felii de varză, apoi un rând de slănină, urmând așa până se termină varza și slănina. Se adaugă o ceașcă de apă și untură. Această mâncare nu este gustoasă decât grasă și bine scăzută. Trebuie să fiarbă înăbușit cel puțin trei ore. Când este aproape gata, se adaugă câteva boabe de piper și, după gust, puțină boia de ardei. Dacă în timpul fiertului scade prea tare, se adaugă puțină apă. Este mult mai gustoasă încălzită a doua zi. Se răstoarnă ca o budincă.

## 288. LINTE CU COSTIȚĂ AFUMATĂ

500 g linte, 300 g costiță afumată, 1 ceapă, 1 cățel de usturoi, 1 lingură untură, 1 lingură bulion, 1 foaie de dafin, sare.

Se alege linte, se spală și se pune într-o cratiță cu apă rece să fiarbă pe jumătate, în clocote mici. Se prăjește ușor, cu o lingură de untură, o ceapă tăiată mărunt și se așază aceeași cratiță cu linte și cu costița tăiată bucăți. Se lasă să fiarbă circa o oră la foc potrivit. Se adaugă puțin bulion de roșii, un fir de usturoi, o frunză de dafin sau o crenguță de cimbru și sare cât trebuie. Se acoperă, se dă la cuptor și se mai ține un sfert de oră. Aceeași mâncare se poate pregăti și cu fasole boabe.

## 289. PULPĂ DE PORC LA CUPTOR

2 kg pulpă, 1 linguriță chimen, sare.

Se sarează un but de porc (pulpa dinapoi) și se lasă să stea o jumătate de oră. Se așază într-

o tavă, se toarnă 2 — 3 linguri de apă și se presară cu puțin chimen. Se pune la cuptor, la foc potrivit. Se unge din când în când cu zeama din tavă. Dacă aceasta scade, se mai adaugă o lingură sau două de apă. Nu se pune untură la fript, carnea de porc fiind grasă. Trebuie bine friptă, altfel se digeră greu. Se ține la cuptor cam două ore și jumătate. Se taie felii, se servește cu sosul din tavă, curățit de grăsime și strecurat, și cu cartofi prăjiți. Când purcelul este tânăr, se pune la fript cu șoriciul, acesta creștându-se în formă de pătrate mici, cu un cuțit ascuțit. Dacă în timpul friptului șoriciul se rumenește prea tare, se acoperă cu o hârtie albă. Când friptura este gata, înainte de a o tăia, se desprind cu un cuțit pătratele de șorici rumenite. Se așază pe aceeași farfurie cu friptura tăiată felii.

### **290. COTLETE DE PURCEL LA GRĂTAR**

6 cotlete, 1 linguriță de untură sau 1 felie slănină, sare.

Se taie cotletele de grosimea degetului. Când sunt prea grase, se curăță de grăsime, se taie apoi bucățile de oase dinspre șira spinării și se scurtează costițele dacă sunt prea lungi. Se dă sare și se ține așa o jumătate de oră. Se frig pe grătarul bine încins și uns cu puțină slănină crudă. Se servesc cu legume.

### **291. FELII DE PARIZER PANE**

12 felii de parizer, 1 lingură făină, 1 ou, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură (sau ulei).

Se taie feliile de parizer potrivit de groase și se îndepărtează pielița dimprejur; se dau prin făină, prin ou bătut și pesmet și se rumenesc frumos în untură amestecată cu ulei. Se servesc cu cartofi.

# CREIER, LIMBĂ, FICAT, RINICHI

## 292. CREIER FIERT

2 creieri de vacă sau 3 creieri de vițel, 1 l apă, 1 lingură otet, sare.

Înainte de a fi curățit, creierul trebuie ținut cel puțin o oră în apă rece, ca să iasă tot sângele și cheagurile care s-ar înnegri la fiert. Se schimbă apa odată sau de două ori. Se scoate, se curăță pielița de deasupra, încet ca să nu se sfărâme, se mai spală odată și se pune la fiert în apă caldă, cu sare și foarte puțin otet. Se lasă să fiarbă în clocote mici 20 minute. Se scurge. Se servește fierbinte, întreg sau tăiat felii, cu unt topit și puțin rumenit, lămâie sau sos de roșii.

## 293. SALATĂ DE CREIER

Vezi 13.

## 294. CREIER PANE

1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri unt sau untură, sare.

Se fierb creierii ca mai sus. Se lasă să se răcească în apa lor. Se scurg, se taie de grosimea degetului. Se dau prin făină, ou și pesmet și se prăjesc în unt sau în untură fierbinte. Se servesc cu garnitură de mazăre boabe, cu fasole verde sau cu sos de roșii. Se poate pregăti pane și creierul nefiert.

## 295. CREIER CU ROȘII LA CUPTOR

1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel, 150 g ciuperci, 4 roșii frumoase, 2 linguri unt, 1 lingură pesmet, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se curăță creierul și se fierbe (v. 292). Se taie felii subțiri. Se curăță de asemenea câteva ciuperci, se taie felii și se înăbușă în unt. Se pune sare. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se așază un rând de felii de creier, un rând de roșii tăiate felii subțiri și fără coajă, un rând de ciuperci și din nou un rând de creier. Se toarnă deasupra unt topit, se presară pesmet și brânză rasă și se dă la cuptor. Se ține până se rumenește.

## 296. LIMBĂ RASOL

1 limbă cam de 1 kg, 3 l apă, 2 cepe, 1 pătrunjel, 10 boabe piper, 1 foaie de dafin, sare.

Se spală limba în mai multe ape, frecând-o cu puțin mălai pentru a se lua toată murdăria dintre pori. Se scoate gâtlejul și se ține limba cel puțin o oră în apă rece, înainte de a fi pregătită. Se pune la fiert într-o oală cu apă rece. Când începe să dea în clocot, se ia spuma, se adaugă zarzavatul, foaia de dafin, sare, piper, se acoperă și se lasă să fiarbă potolit timp de trei ore (limba de vițel și cea de purcel fierb mai repede). Se curăță fierbinte de piele,

începând de la vârf, trăgând ușor și ajutându-ne cu un cuțit mic. Se servește fierbinte cu sos de hrean, de roșii sau cu alt sos. Zeama în care a fiert poate servi la pregătirea unei supe de zarzavat.

### **297. LIMBĂ CU SOS DE SMÂNTÂNĂ**

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 ceașcă smântână, sare.

Se fierbe limba ca mai sus, se curăță de piele, se taie felii și se așază în cratiță. Se prăjește în unt o ceapă tăiată mărunt. Când ceapa a început să se îngălbenească, se adaugă făina. Se stinge cu o ceașcă din zeama în care a fiert limba, se face un sos potrivit de gros, se adaugă smântâna, se toarnă peste limbă și se lasă să mai fiarbă 10 minute la foc mic.

### **298. LIMBĂ CU SOS DE ROȘII**

Aceleași cantități ca la “Limba rasol”, în plus 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 2 linguri bulion, 1 linguriță zahăr, sare.

Se fierbe limba și se pregătește sosul ca pentru “Limbă cu sos de smântână” înlocuind smântâna cu bulion de roșii și adăugând o linguriță de zahăr.

### **299. LIMBĂ RECE CU MĂSLINE**

Aceleași cantități ca la “Limbă rasol”, în plus 2 linguri ulei, 2 cepe, 1 linguriță făină, 2 linguri bulion, 1 păhărel de vin, 200 g măslinae, sare.

Se pregătește la fel ca limba cu sos de smântână, înlocuind untura cu ulei, smântâna cu bulion, iar la ultimele clocote se adaugă măslinaele spălate și fierte cinci minute în apă. Se servește rece.

### **300. LIMBĂ UMPLUTĂ**

Aceleași cantități ca la “Limba rasol”, în plus 1 felie de pâine, 1 ou (sau 1 lingură făină), 1 linguriță de verdeață tocată, sare, piper, 1 1/2 lingură unt sau untură, 1/2 lingură făină, 2 linguri smântână.

Se fierbe limba. Se curăță de piele și se taie grăsimea și carnea dinspre gâtleej, astfel încât să capete o formă. Se desface limba în lungime, în două, cu un cuțit, se scoate puțină carne dinăuntru, se dă prin mașină împreună cu grăsimea, cu carnea scoasă de la gâtleej și cu miezul de la o felie de pâine muiat în lapte și bine stors. Se adaugă un ou, sare, piper și verdeață tocată. Se umple limba și se leagă cu ață ca să nu iasă umplutura. Se pune într-o tavă la cuptor, cu o lingură de unt, și se toarnă deasupra, din când în când, câte puțin din zeama în care a fiert limba. Se ține astfel să fiarbă înăbușit încă o jumătate de oră. Separat se prăjește ușor 1/2 lingură făină în tot atâta unt. Se stinge cu o ceașcă de zeamă în care a fiert limba. Se amestecă smântâna. Se face un sos nu prea gros, care se toarnă peste limbă. Se lasă să dea împreună câteva clocote. Înainte de a servi se scot ațele. Se taie limba felii și se așază pe farfurie astfel, încât să pară întreagă. Se servește fierbinte.

### **301. LIMBĂ PANE**

Aceleași cantități ca la “Limba rasol”, în plus 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură.

Se fierbe limba, se curăță de piele și se taie felii subțiri, Se dau prin făină, ou și pesmet și se prăjesc la fel ca șnițelul vienez (v. 265).

### **302. FICAT DE VIȚEL ÎNĂBUȘIT**

750 g ficat, 50 g slănină, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 păhărel de vin, 1 lingură bulion (sau 4 roșii), 2 cești zeamă de carne, sare, piper, foaie de dafin, 1 fir de pătrunjel verde, 1 fir de cimbru.

Se curăță ficatul de pielea de deasupra. Se împănază cu câteva bucățele de slănină. Se freacă cu puțin piper. Sare se pune numai la urmă, când ficatul este gata, deoarece altfel se întărește la foc. Se șterge cu o cârpă curată uscată, se pune într-o cratiță cu jumătate lingură de unt să se prăjească pe ambele părți câteva minute, la foc iute. Separat se rumenește o lingură de făină cu jumătate lingură de unt, se stinge cu zeamă de carne amestecată cu vin, în care se pun o frunză de dafin, un fir de cimbru și unul de pătrunjel. Se adaugă o lingură de bulion sau roșii tăiate în două și fără semințe. După ce a fiert totul împreună se toarnă peste ficat și se pune deasupra o foaie de hârtie unsă cu unt. Se acoperă și se fierbe înăbușit la foc mic. Când este gata, se așază ficatul pe farfurie, se taie felii, iar sosul curățit de grăsime se trece prin sită, se potrivește de sare și se toarnă deasupra.

### **303. BUDINCĂ DE FICAT**

500 g ficat, 2 chifle, 1 ceapă mică, 150 g unt proaspăt, 2 ouă, sare, piper, 1 linguriță de verdeață tocată, 2 linguri unt topit, 1 lingură pesmet.

Se curăță ficatul de piele și de vine. Se dă de două ori prin mașină, împreună cu două chifle muiate în lapte și bine stoarse și o ceapă tocată mărunt și rumenită în unt. Se freacă untul proaspăt până se face spumă și se adaugă două gălbenușuri. Se amestecă totul împreună cu ficatul și se freacă bine câtva timp. Se adaugă sare, piper, frunză de pătrunjel tocată și, după gust, un praf de enibahar sau magheran. La sfârșit se adaugă albușul bătut spumă. Se unge o formă cu unt, se presară cu pesmet fin, se toarnă compoziția și se coace la foc potrivit. Se răstoarnă, se servește cu sos de roșii sau de ciuperci.

### **304. ROȘII UMPLUTE CU FICAT**

12 roșii frumoase, 250 g ficat, 3 chifle, 1 ceapă mică, 2 ouă, 50 g unt proaspăt, 2 linguri unt topit, sare, piper, 2 linguri smântână.

Se aleg roșii netede, frumoase, se taie capacul și se scobesc înăuntru. Ficatul se taie felii și se prăjește ușor în unt. Se trece apoi prin mașina de tocat împreună cu trei chifle muiate bine în lapte și stoarse. În untul rămas de la ficat se prăjește o ceapă tăiată mărunt, se amestecă cu tocătura, la care se mai adaugă gălbenușurile, untul proaspăt, albușurile bătute spumă, sare și piper după gust. Cu această tocătură se umplu roșiile, se așază în cratiță,

peste fiecare roșie se pune o bucățică de unt și se dă la cuptor, la foc bun. Miezul scos din roșii se fierbe, se trece prin sită și se toarnă peste roșii, după ce acestea s-au rumenit puțin. Înainte de a servi se adaugă 2 — 3 linguri de smântână.

### **305. FICAT PRĂJIT ÎN TIGAIE**

750 g ficat, 1 lingură făină, 1 praf de piper, 2 linguri unt sau untură.

Ficatul pentru prăjit nu trebuie spălat înainte, cel mult se poate ține un sfert de oră în lapte și apoi uscat bine într-o cârpă curată. Se taie în felii cât mai egale ca grosime, pentru ca să fie pătrunse egal de căldură. Se presară cu puțin piper, se dau prin făină și se prăjesc în unt sau în untură fierbinte. Se țin 10 minute, se întorc cu o furculiță fără să fie împunse, pentru ca să nu iasă mustul. Ficatul nu este bun prea fript; cu cât se ține mai mult la foc, cu atât pierde din gust și din frăgezime. Când este aproape gata, se sarează. Se servește pe farfurii calde, cu legume și cu un sos, după gust.

### **306. FICAT LA GRĂTAR**

750 g ficat, 50 g unt proaspăt, 1 praf de piper, 1 linguriță pătrunjel tocat, 1/2 lingură unt topit.

Se curăță ficatul și se taie felii cât mai egale ca grosime. Se presară cu puțin piper, se ung cu unt și se pun la fript pe grătarul încins, la foc potrivit, ținându-se 10 — 15 minute. În acest timp se mai ung odată și se întorc de două ori pe o parte și pe alta. Se sarează. Ficatul prea fript pierde din gust și din frăgezime. Trebuie servit imediat. Când este gata, se așază pe o farfurie fierbinte, se pune pe fiecare felie de ficat o bucățică mică de unt proaspăt cu puțină verdeață. Se servește cu garnitură de legume și salată.

### **307. FRIGĂRUI DE FICAT**

750 g ficat, 1 lingură unt, 1 linguriță ulei, 100 g slănină, 1 praf de piper.

Se curăță ficatul, se taie în felii de grosimea degetului, iar fiecare felie în pătrate de circa 3 cm. Se dă puțin piper. Se înfierbântă o lingură de unt cu o linguriță de ulei și se pune ficatul numai o clipă până începe să se rumenească pe ambele părți. Se dă la o parte și se pun câte patru bucăți pe o frigare mică, alternând cu felii de slănină. Se înfierbântă grătarul și se așază frigăruile. Se frig 15 minute pe foc potrivit. Se sarează când sunt aproape gata. Se servesc cu legume și salată.

### **308. MÂNCARE DE RINICHI**

6 rinichi de purcel, sau 2 rinichi de vițel, sau 1 rinichi de vacă, 3 cepe mijlocii, 2 linguri unt sau untură, 1 linguriță făină, 1 ceașcă zeamă de carne sau apă, 1 linguriță bulion, 1 păhărel de vin, sare, piper.

Se curăță rinichii de piele, se spală în mai multe ape, se taie în două în lungime, se scoate grăsimea din mijloc, deoarece dă miros greu rinichiului. Cu cât rinichiul este de la un animal mai bătrân, cu atât trebuie curățat mai atent ca să nu miroasă. Fiecare jumătate se

taie în curmeziș, în felii de 5 — 6 milimetri. Rinichiul de vacă, după ce este tăiat felii, se opărește cu apă clocotită și se scurge bine. Apoi se spală cu apă amestecată cu oțet. Înainte de a fi pus pe foc, trebuie uscat cu un șervet.

Se taie mărunț ceapa și se prăjește cu o lingură de untură. Când începe să se îngălbenească, se adaugă făina și se amestecă până când începe să se rumenească. Se stinge cu zeamă de carne, se adaugă puțin bulion de roșii sau boia de ardei, sare și piper. Se lasă să fiarbă 10 minute. Într-o tigaie se înfierbântă 1/2 lingură de untură, se pun feliile de rinichi bine șterse și se țin atât, cât să capete culoare, dar nu să se rumenească. În câteva minute sunt gata. Se pun în cratiță cu sos, se adaugă vinul. Se țin câteva minute pe mașină fără să fiarbă, până ce totul s-a încălzit bine și rinichii s-au îmbibat cu sos. Rinichii nu trebuie ținuți niciodată mult la foc. Cu cât fierb mai mult, cu atât se întăresc.

### **309. MÂNCARE DE RINICHI CU CREIER**

1 rinichi de vițel, 1 creier de vițel, pentru rest aceleași cantități ca mai sus.

Se curăță rinichiul ca mai sus, se taie felii. Se curăță de asemenea un creier de vițel, se spală și se ține 10 minute în apă clocotită, se scurge bine și se taie în bucăți de 3 — 4 cm. Se face un sos ca mai sus, se lasă să fiarbă. Se înfierbântă 1/2 lingură de untură, se pun feliile de creier și de rinichi, bine scurse, se întorc pe ambele părți până capătă culoare. Se scot cu lingura cu găuri, se pun în sos, se țin câteva minute pe marginea mașinii, fără să fiarbă. Mâncarea se servește fierbinte.

### **310. MÂNCARE DE RINICHI CU CIUPERCI**

1 rinichi de vițel, 250 g ciuperci, pentru rest aceleași cantități ca la “Mâncare de rinichi”.

Se pregătesc atât rinichii, cât și sosul, ca pentru mâncarea de rinichi. Ciupercile se curăță, se spală și se taie felii. Se înăbușă cu puțin unt. Se pun în sos cu câteva minute înaintea rinichiului. Se țin pe marginea mașinii să se înfierbânte fără să fiarbă. Se servește fierbinte, cu felii mici de pâine prăjite în unt.

### **311. CIULAMA DE RINICHI**

1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de vițel, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 2 cești zeamă de carne, sare, piper.

Se face un sos alb de făină, prăjind ușor o lingură de făină într-o lingură de unt, și se stinge cu zeamă de carne. Se potrivește de sare și de piper. Se lasă să fiarbă încet, pe marginea mașinii, 20 de minute, adăugând, dacă este necesar, câte puțină zeama de carne, până ce sosul se leagă ca o smântână subțire.

Se curăță rinichiul așa cum s-a arătat la mâncarea de rinichi. Se taie felii subțiri și se pun la foc într-o tigaie cu o lingură de unt. Nu se sarează. Se țin numai câteva clipe, până capătă culoare, fără să se rumenească. Se așază feliile de rinichi în cratiță cu sosul de făină și se lasă să dea împreună un singur clocot. Se servește mâncarea foarte fierbinte.

### **312. RINICHI FRIPTI, CU SOS DE MUȘTAR**

2 rinichi de vițel, 1 lingură unt topit, 50 g unt proaspăt, 1 păhărel vin, 1 linguriță muștar, 1 linguriță pătrunjel verde tocat, 1 linguriță zeamă de lămâie, sare, piper.

Se curăță de pielețe doi rinichi de vițel, se spală și se usucă cu o cârpă. Se lasă întregi. Se înfierbântă într-o tavă o lingură bună de unt și se pun rinichii să se rumenească la foc iute, pe ambele părți. Se sarează. Se pot pune și în cuptor, dacă acesta este bine încins. Se țin circa 20 minute, astfel încât rinichii să nu fie nici prea fripți, nici în sânge. Se scot pe o farfurie fierbinte, se taie iute felii subțiri și se acoperă cu altă farfurie fierbinte. Se țin la cald, dar numai câteva minute, până ce se pregătește sosul. Din timp se pregătesc la îndemână vinul, muștarul subțiat cu puțin vin, 2 — 3 bucățele de unt proaspăt cât o nucă, o linguriță de pătrunjel verde tocat, o linguriță de zeamă de lămâie. După ce s-a scos rinichiul, se toarnă în tavă vinul și se lasă să dea câteva clocote, în timp ce se taie rinichiul. Se adaugă în sos muștar, unt, pătrunjel, lămâie, sare, piper. Nu trebuie să fiarbă. Se toarnă peste rinichi. Se servește fierbinte, cu bucățele de pâine prăjită în unt.

### **313. RINICHI PRĂJIȚI**

2 rinichi de vițel, 1 lingură untură, sare, 12 feliuțe de pâine, 1 lingură unt.

Se curăță rinichii, se taie felii destul de subțiri. Se înfierbântă o lingură de untură. Se usucă bine rinichii cu o cârpă și se pun să se rumenească pe amândouă părțile 15 minute. Nu trebuie uscați, pentru a nu-și pierde din frăgezime. Când sunt aproape gata, se sarează. Se servesc fierbinți, cu felii de franzelă prăjită în unt.

### **314. FRIGĂRUI DE RINICHI DE PURCEL**

6 rinichi de purcel, 50 g unt proaspăt, 1 linguriță, pătrunjel verde tocat, sare, piper.

Se curăță rinichii fără să se scoată grăsimea care îi învelește. Se taie în două în lungime, jumătățile nu se desprind însă de tot. Se opăresc și se usucă bine cu o cârpă. Se înfig pe frigărui de lemn sau de metal. Se ung cu unt și se frig pe grătar la foc bun. Se scot de pe frigărui, iar pe fiecare rinichi se pune câte puțin unt, care a fost amestecat, fără să fie frecat spumă, cu un praf de sare, piper și puțin pătrunjel tocat. Se servesc fierbinți, cu legume și salată.

### **315. UGER PANE**

500 g uger, 2 l apă, 1 ceapă, 1 frunză de dafin, 5 boabe piper, sare, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri untură.

Se fierbe ugerul până se frăgezește, în apă cu sare, o ceapă, frunză de dafin, și piper. După ce s-a răcorit puțin, se taie ugerul în felii foarte subțiri, care se bat în făină, apoi în ou și în pesmet și se prăjesc frumos în untură fierbinte. Se servește cu cartofi, mazăre, fasole etc.

## MÂNCĂRI ȘI FRIPTURI DE PASĂRE

### 316. PUI CU MAZĂRE VERDE

1 pui mare, 750 g mazăre boabe, verde, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr, sare, 1 linguriță mărar verde, tocat.

Puiul curățit se spală în mai multe ape și se taie în șase sau opt bucăți potrivite. Se înfierbântă untul și se prăjesc ușor bucățile de pui bine scurse de apă. Nu trebuie să se rumenească, ci să se îngălbenească frumos pe toate părțile. Se adaugă făina și când și aceasta este puțin îngălbenită, se pun 2 — 3 linguri de apă și mazărea boabe. Se lasă să fiarbă înăbușit, la foc potrivit. Când mazărea este pe jumătate fiartă, se pun sarea și zahărul. Dacă între timp mâncarea scade prea tare, se mai adaugă câte o lingură de apă. Când este aproape gata, se pune mărar verde tocat fin.

### 317. PUI CU MAZĂRE PĂSTĂI

1 pui mare, 1 kg mazăre păstăi verzi, 1 ceapă mică, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță bulion, 1 lingură unt sau untură, sare.

Se curăță păstăile de mazăre ca și fasolea verde, se spală. Se prăjesc ușor bucățile de pui în unt ca mai sus, adăugând o ceapă dată prin răzătoare, făina și la sfârșit păstăile de mazăre. Se mișcă cratița din când în când, ca să nu se ardă pe fund, sau se dă ușor cu o lingură de lemn. După ce au început și păstăile să se moaie, se adaugă câte puțină apă, să fiarbă înăbușit o jumătate de oră. Nu trebuie să fiarbă prea mult, pentru ca să nu se sfărâme nici puiul, nici păstăile. Când este aproape gata, se adaugă sare, zahăr și bulion. Se ține la cuptor o jumătate de oră înainte de a fi dată la masă. Se poate servi și cu smântână.

### 318. PUI CU FASOLE VERDE

1 pui mare, 1 kg fasole verde, 1 ceapă mica, 1 linguriță făină, 1 linguriță bulion, 1 lingură unt sau untură, 1 linguriță pătrunjel verde, tocat, sare.

Se prăjesc ușor bucățile de pui în unt sau în untură, se adaugă o ceapă dată pe răzătoare și făina. Se curăță fasolea. Dacă puiul este foarte tânăr, fasolea se fierbe separat, se scurge de apă atât cât trebuie pentru ca mâncarea să aibă sos. Se acoperă, se dă la cuptor o jumătate de oră. Dacă puiul este mai mare și nu prea fraged, se așază fasolea crudă peste puiul înăbușit cu unt, se toarnă o ceașcă bună de apă sau de zeamă de carne și se lasă să fiarbă acoperit. Dacă scade prea mult, se mai adaugă apă. Se pune bulion și verdeață tocată.

Aceeași mâncare se poate face fără ceapă, iar când este gata, se adaugă 2 — 3 linguri de smântână.

### 319. PUI CU BAME

1 pui mare, pentru rest aceleași cantități ca la “Bame cu carne” (v. 240).

Se prăjesc ușor bucățile de pui în unt sau în untură, se adaugă o ceapă tocată și un praf de

sare. Se pregătesc bamele ca pentru “Bame cu carne”. Se pun în cratiță cu bucățile de pui, se adaugă sare, bulion sau roșii tăiate în două și fără semințe, și 2 — 3 linguri de apă. Se lasă să fiarbă înăbușit.

### **320. PUI CU DOVLECEI**

1 pui mare, pentru rest aceleași cantități ca la “Vițel cu dovlecei” (v. 258).

Se prăjesc ușor bucățile de pui în unt sau în untură, cu o ceapă tăiată mărunt și făină. Se rad dovleceii, se taie în bucăți potrivite, iar dacă sunt în floare, se lasă întregi. Se pun în cratiță cu bucățile de pui, se lasă să se rumenească circa un sfert de oră, se adaugă apoi câteva linguri de apă și se fierb înăbușit. Se pune sare. După gust se pot adăuga 2 — 3 linguri de smântână înainte de a servi la masă.

### **321. PUI CU CONOPIDĂ**

1 pui mare, 2 conopide mijlocii, 1 ceapă, 1 lingură unt sau untură, 1 lingură făină, 2 linguri smântână, sare.

Se prăjesc ușor bucățile de pui cu unt și cu o ceapă rasă, se așază în cratiță. Se fierbe în apă cu sare, conopidă curățită și desfăcută în buchete mici. Nu se fierbe prea tare, pentru a nu se sfărâma. Se scurge bine de apă, se pune în cratiță cu puiul. Se face separat un rântaș alb din unt și făină. Se stinge cu zeamă de carne sau cu apa în care a fiert conopida. Se amestecă cu smântâna și se toarnă peste pui. Se potrivește de sare. Se lasă să fiarbă la foc mic un sfert de oră. Sosul nu trebuie să fie prea gros. Dacă scade, se poate subția cu 2- 3 linguri de zeamă de la conopidă. După gust se poate adăuga în sos puțină zeamă de lămâie.

### **322. PUI CU CIUPERCI**

1 pui mare, 500 g ciuperci, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 2 linguri unt sau untură, 2 linguri smântână, sare.

Se prăjesc ușor bucățile de pui într-o cratiță cu o lingură de unt și o ceapă rasă. Se adaugă făina. Separat se înfierbântă o lingură de unt în care se pun ciupercile spălate și tăiate felii subțiri. Se amestecă să nu se ardă și se țin pe mașină până ce ciupercile și-au lăsat toată apa. Se fierb un sfert de oră, se așază în cratița cu puiul, se sarează. Se acoperă și se dau o jumătate de oră la cuptor. Se face sosul potrivit de scăzut. Cine dorește poate adăuga, cu cinci minute înainte de a servi, două linguri de smântână.

### **323. PUI CU ROȘII**

1 pui mare, 1 kg roșii, 1 lingură unt sau untură, 2 cepe, 1 linguriță făină, sare.

Se înăbușă bucățile de pui într-o cratiță cu unt. Separat se prăjește în untură ceapa tăiată mărunt, se adaugă făina și se toarnă totul peste pui în cratiță. Se pun roșiile spălate și tăiate în două și sare. Se acoperă, se lasă să fiarbă înăbușit, fără să se adauge apă, până ce roșiile sunt potrivit de fierte, fără să fie prea sfărâmate.

### **324. PUI CU SMÂNTÂNĂ**

2 pui mijlocii, 1 lingură unt, 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină, 1 linguriță mărar tocat, sare.

Se înăbușă în unt bucățile de pui. Se pune sare. Se adaugă câte puțină apă și se lasă să dea câteva clocote. Se pune smântâna, în care s-a amestecat puțină făină. Se lasă să fiarbă la foc mic. Când se face economie de smântână, se prăjește ușor o jumătate lingură de unt cu tot atâta făină și se stinge cu apă. Se lasă să dea câteva clocote pentru a se obține un sos nu prea gros. Se adaugă 1 — 2 linguri de smântână. Se toarnă peste pui. Când este aproape gata, se adaugă puțin mărar tocat.

### **325. CIULAMA DE PUI**

2 pui mijlocii, 1 l apă, 1 morcov, 1 ceapă, 1 pătrunjel, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare.

Se pregătește la fel cu ciulamaua de vițel (v. 259), cu deosebire că puiul se fierbe mai puțin decât carnea de vițel.

### **326. PAPRICAȘ DE PUI**

2 pui mijlocii, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 linguriță făină, 1 linguriță paprica.

Se taie puiul bucăți, se rumenește într-o tigaie cu puțină untură. Se prăjește separat în untură ceapa rasă, se adaugă făina și o linguriță de paprica sau boia de ardei. Se stinge cu o ceașcă de apă. Se face un sos potrivit de gros, în care se așază bucățile rumenite de pui. Se dă la cuptor o jumătate de oră. Se servește cu găluște de făină (v. 234).

### **327. PILAF DE PUI**

1 pui mare, 1 l apă, 1 ceapă, 1/2 ceașcă orez, 2 linguri unt topit, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Puiul tăiat bucăți se fierbe în apă cu o ceapă și puțină sare. Bucățile de pui trebuie să fie acoperite de apă. Se fierbe la foc mic. Se ia spuma. Puiul nu trebuie să fie prea fiert. Se alege orezul, se spală și apoi se usucă într-o cârpă. Într-o cratiță se înfierbântă untul și se prăjește ușor orezul. Se toarnă trei cești din zeama în care a fiert puiul, bine limpezită, se așază bucățile de pui, se acoperă și se dă la cuptor, la foc mic, 20 — 25 de minute. Nu se umblă cu lingura în pilaf. Înainte de a servi, se pune peste pilaf puțin unt proaspăt, tăiat în bucățele foarte mici, ca să se topească repede.

### **328. ANGHEMAHT DE PUI**

2 pui mijlocii, 1 l apă, 1 ceapă, 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, 6 felii de lămâie, sare.

Se fierb bucățile de pui la fel ca pentru pilaf. Se face separat un rântaş alb dintr-o lingură de unt cu o jumătate lingură de făină. Se stinge cu zeama în care au fiert puii, foarte bine limpezită. Se face un sos mult mai subțire decât cel pentru ciulama. Se toarnă sosul peste pui, după ce s-a îndepărtat ceapa. Se adaugă câteva felii subțiri de lămâie, fără sâmburi, se

potrivește de sare și se lasă să dea împreună un clocot. Se servește foarte fierbinte. Se poate pregăti și cu bucățile de pui prăjite.

### **329. MÂNCARE DE PUI CU MĂSLINE**

1 pui mare, 2 linguri ulei, 4 felii de pâine, 4 roșii, 150 g ciuperci, 100 g măsline, 1 linguriță făină, 1 cățel usturoi, 1 păhărel de vin, sare.

Se taie puiul în bucăți potrivite. Se sarează și se prăjește în ulei. Se scoate într-o cratiță și se ține la cald. În uleiul în care s-au rumenit bucățile de pui, se prăjește pâinea tăiată în cuburi mici egale. Se păstrează și acestea la cald, în aceeași tigaie se pun roșiile curățite de pielețe și de semințe, făina și un cățel de usturoi bine sfărâmat. Când roșiile încep să scadă, se adaugă vinul și tot atâta zeamă în care au fiert ciupercile. Se face un sos potrivit de scăzut, se gustă de sărat. Se pun în cratița cu puiul ciupercile fierte și bine scăzute și măslinele spălate și de asemenea fierte câteva minute în apă și înăbușite. Deasupra se toarnă sosul, se ține pe marginea mașinii până ce se încălzește, fără să fiarbă. Se așază mâncarea în farfurie, iar împrejur se pun cuburile mici de pâine prăjită.

### **330. PUI CU CIUPERCI ȘI CU ARPAGIC**

1 pui mare, 1 l apă, zarzavat de supă, cimbru, frunză de pătrunjel, foaie de dafin, 2 linguri unt, 150 g arpagic, 150 g ciuperci, 1 lingură făină, 1 gălbenuș, 1 lingură smântână, 1 linguriță zeamă de lămâie, sare, piper.

Se pun bucățile de pui la fiert. Se adaugă o ceapă, un morcov, mirodeniile și sarea. Se lasă să fiarbă înăbușit. Separat se înăbușă într-o cratiță, cu puțin unt și câteva linguri de apă, arpagicul curățit și ciupercile. Când puiul este destul de fiert, se face un rântaș dintr-o lingură de făină și o lingură de unt, se stinge cu zeama strecurată de la pui. Se lasă să fiarbă circa 20 de minute. La sfârșit se bate sosul cu un gălbenuș, se adaugă smântâna, zeama de lămâie și puțin piper. Se așază puiul într-o cratiță, fără zarzavat și mirodenii, se pun ciupercile și arpagicul bine scăzute, iar deasupra se toarnă sosul. Se ține totul la cald în altă cratiță cu apă fierbinte.

### **331. PUI LA TAVĂ**

2 pui mijlocii, 1 lingură unt, sare.

Se curăță puii, se spală și se sarează. Se pun într-o tavă potrivită, cu puțin unt. Se dau la cuptor și se ung din când în când cu unt. Când sunt aproape gata, nu se mai ung, ca să se rumenească frumos deasupra. Se servesc cu cartofi și cu salată. Sosul din tavă se lasă să mai fiarbă cu o lingură de apă, se strecoară și se servește în sosieră.

### **332. PUI RUMENIȚI ÎN TIGAIE**

2 pui mijlocii, 1 lingură unt, sare.

Se curăță puii, se taie în bucăți și se sarează. Se pun bucățile în unt sau în untură fierbinte și se rumenesc frumos pe toate părțile. Se servesc cu garnitură de legume.

### **333. PUI PANE**

2 pui mici, 1 lingură făină, 2 ouă, 2 linguri pesmet, sare, 2 linguri untură.

Se prăjesc bucățile de pui la fel ca șnițelul vienez (v. 265).

### **334. PUI LA FRIGARE**

Puii curățați și sărați sunt puși în frigare. Se leagă bine cu sfoară, pentru a nu se învârti în jurul frigării. Când jarul este încins, se pune frigarea la foc și se învârtesc puii să nu se ardă. Se ung mereu cu unt și cu puțină apă, cu o pană. Când sunt aproape gata, nu se mai ung, ca să se rumenească frumos deasupra. Se desface ața, se taie puii în două și se servesc cu cartofi prăjiți și cu salată sau castraveți murați. După gust, se pot unge puii cu zeamă de mujdei de usturoi de 2-3 ori în timpul friptului.

### **335. GĂINĂ RASOL**

1 găină de circa 1 kg, 4 l apă, zarzavat de supă, sare.

Se alege o găină grasă, se curăță, se spală și se pune la fiert în apă fierbinte. Se ia spuma, se sarează și se adaugă tot zarzavatul ca pentru supă (v. 68). Trebuie să fiarbă cel puțin 2-3 ore, după cât este de bătrână. Se taie, se așază pe farfurie, se servește cu catofi fierți și cu sos, la fel ca rasolul de vacă. De obicei se servește însă cu mujdei de usturoi.

### **336. MÂNCĂRI DE GĂINĂ**

Toate mâncările de pui cu sos și zarzavat se pot face și din găină, cu deosebire că trebuie ținute la foc mai multă vreme pentru a se frăgezi carnea. Găina pentru pilaf trebuie bine fiartă, iar găina friptă trebuie frăgezită, înăbușind-o la început cu 2 — 3 linguri de apă într-o cratiță. Se frige apoi ca și puiul.

### **337. OSTROPEL DE RAȚĂ**

1 rață mijlocie, 1 lingură untură, 3 cepe, 1/2 lingură făină, 1 lingură bulion, 2 căței de usturoi, sare, 10 boabe piper, 1 foaie de dafin, 2 linguri oțet de vin.

Se curăță rața, se taie bucăți, se sarează și se înăbușă într-o cratiță cu puțină untură. Dacă rața este grasă, se pune fără untură în cratiță, deoarece lasă singură grăsime. Se lasă să se rumenească. Se adaugă cepele tăiate felii subțiri, făina și se amestecă până începe să se rumenească. Se stinge cu puțină apă. Se mai adaugă o lingură de bulion, usturoiul, sarea, piperul, o frunză de dafin. Se toarnă sosul peste carne, se lasă să fiarbă până ce rața este destul de fragedă. Când este aproape gata, se adaugă oțetul. Se lasă să mai dea un clocot. Sosul trebuie să fie potrivit de scăzut. La fel se face și ostropelul de găscă sau de găină.

### **338. RAȚĂ CU MĂSLINE**

1 rață mijlocie, 1 lingură untură, 4 cepe, 1 linguriță făină, 1 lingură bulion, 200 g măsline, sare.

Se prăjesc bucățile de rață cu o jumătate lingură de untură (dacă rața este grasă, se pune fără untură în cratiță, deoarece lasă singură grăsime). Se adaugă câte puțină apă și se lasă să fiarbă înăbușit. Se taie ceapa felii subțiri și se rumenește cu o jumătate lingură untură. Se adaugă făina, se stinge cu puțină apă. Se toarnă sosul în cratița cu carne. Se potrivește de sare, se lasă să fiarbă înăbușit la foc potrivit. Se adaugă o lingură de bulion și când rața este aproape fiartă, se pun măslinele fierte în apă, separat, 10 minute. Se lasă să mai dea câteva clocote. Aceeași mâncare se pregătește cu ulei și se servește rece. La fel se pregătește și gășca cu măsline.

### **339. RAȚĂ CU VARZĂ**

1 rață mijlocie, pentru rest aceleași cantități ca în “Carne cu varză”.

Se pregătește la fel ca mîncarea de came cu varză (v. 245—246).

### **340. BOBOC DE RAȚĂ PE VARZĂ**

1 boboc mare de rață, 1 varză frumoasă, 2 linguri untură, 1 linguriță boia sau 1 lingură de bulion, 10 boabe piper, sare.

Pentru friptură se alege totdeauna o rață tânără. Se curăță rața, se sarează și se pune întreagă într-o tavă cu puțină untură și 2 — 3 linguri de apă. Se dă la cuptor și se unge mereu cu sosul din tavă. Se lasă să se frăgezească, dar să nu se frigă de tot. Se taie mărunt o varză frumoasă. Dacă varza este acră, se scurge bine de zeamă, ca să piardă din acreală. Se prăjește puțin cu o lingură de untură. Se potrivește de sare, se pune, după gust, puțină boia de ardei, iar la varza dulce, puțin bulion de roșii și boabe de piper. Se pune varza în tava în care se frige rața, se așază rața deasupra și se dă la cuptor să se rumenească cât trebuie.

### **341. RAȚĂ CU MAZĂRE BOABE**

1 rață mijlocie, 700 g mazăre boabe verde, 2 cești zeamă de carne, 1 linguriță zahăr, 1 lingură unt, sare.

Se fierbe mazărea boabe cu zeama de carne. Când este aproape fiartă, se adaugă sare, zahăr și puțin unt. Se frige o rață tânără la tavă ca pentru rața pe varză. Când rața este friptă, se pune mazărea împrejur și se mai lasă puțin la cuptor să se rumenească.

### **342. GÂSCĂ CU CASTRAVEȚI**

1 kg carne de gâscă, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 6 castraveți mijlocii murați, 1/2 linguriță boia de ardei.

Se taie dintr-o gâscă bucățile potrivite pentru mâncare și se așază în cratiță fără untură, deoarece gâsca lasă singură grăsime. Când încep să se rumenească, se adaugă o ceapă tăiată mărunt, se amestecă până se îngălbenește și se presară făina. Se toarnă câte puțină apă și se lasă să fiarbă înăbușit, până ce se frăgezește gâsca. Dacă scade, se mai adaugă câte puțină apă. Se spală castraveții în mai multe ape, se curăță sau nu de coajă, după dorință, se taie în bucăți potrivite. Se pun în cratița cu gâsca. Dacă trebuie, se mai adaugă apă, boia de ardei și se lasă să fiarbă până se moaie castraveții și sosul este destul de scăzut.

### **343. GÂSCĂ FRIPTĂ LA CUPTOR**

Se frige la fel ca și curcanul (v. 348).

### **344. GÂSCĂ UMPLUTĂ**

Se pregătește la fel ca și curcanul umplut (v. 349).

### **345. GÂSCĂ PE VARZĂ**

Jumătate dintr-o gâscă, 1 varză frumoasă, 1 lingură untură, 2 cești zeamă de carne, 10 boabe piper, sare.

Se pregătește gâsca ca pentru fript. Se taie mărunt o varză murată frumoasă, se fierbe în apă clocotită 10 minute și se scurge bine. Se pune într-o cratiță cu o lingură bună de untură și zeamă de carne, atât cât să fie acoperită. Se lasă să fiarbă la foc mic. Dacă scade, se mai adaugă câte puțină apă. Varza nu trebuie să se rumenească. Se așază gâsca într-o tavă adâncă cu 2 — 3 linguri de apă. În timpul cât se frige, se udă din când în când cu zeama din tavă. Se adaugă varza și piperul, se mai ține la cuptor până se frige gâsca cât trebuie, fără să se usuce. Se așază varza pe farfurie și deasupra gâsca tăiată în bucăți. Se servește fierbinte cu ardei iute.

### **346. FICAT DE GÂSCĂ NATUR**

300 g ficat, 3 linguri untură de gâscă.

Se alege un ficat frumos, proaspăt și alb, se îndepărtează vâna de sânge și locul unde a fost fiera și se ține două ore în apă puțin sărată. Se șterge ușor cu o cârpă și se așază într-o cratiță, cu untură de gâscă. Se acoperă cu o hârtie unsă cu unt și se dă la cuptor la foc potrivit. Se unge din când în când cu untura din cratiță. Când este gata, se presară cu sare. Se servește cald sau rece, după gust.

### **347. MÂNCARE DE CURCAN**

Toate mâncările de curcan cu sos se pregătesc la fel cu cele de găscă și de rață.

### **348. CURCAN FRIPT**

Se curăță curcanul, se spală în mai multe ape. Se scurge bine, se sarează și se lasă astfel să stea o oră. De obicei se taie vârful aripilor și picioarele, din care se pregătesc, împreună cu măruntaiele, piftii sau altă mâncare. Se așază într-o tavă potrivită ca mărime, cu 2 — 3 linguri de apă și o lingură de untură, se dă la cuptor. Se unge mereu cu sosul din tavă. La început se lasă focul mai mic, ca să se frăgezească cu încetul, apoi se iuțește focul, iar curcanul se unge cu puțin ulei amestecat cu rom, sau numai cu untură — nu însă cu aceea din tavă — pentru ca să se rumenească. Cu jumătate de oră înainte de a fi gata, nu se mai unge de loc. Un curcan potrivit de mare se ține circa două ore și jumătate la cuptor. Curcanul fript este tăiat pe fund. Se desprind piciorul și aripa de la încheietură, iar pieptul se taie în felii subțiri, puțin oblice pe coșul pieptului. Se așază frumos pe farfurie. Se scurge grăsimea din tavă, sosul rămas se lasă să dea câteva clocote cu o lingură de apă, se strecoară, se servește în sosieră. Tot atât de gustos este și curcanul servit rece.

### **349. CURCAN UMPLUT**

Pentru un curcan de 4 kg se face următoarea umplutură: 250 g pâine albă, ficatul de curcan, 100 g unt proaspăt, 2 ouă, sare, piper, mărar tocat, 100 g ciuperci.

Se pregătește curcanul ca mai sus. Se face o umplutură din pâine muiată în lapte și stoarsă bine, care se amestecă cu ficatul de curcan dat prin mașină, sau cu puțin ficat de vițel. Se freacă untul proaspăt spumă, se amestecă cu tocătura, se pun ouăle, sarea și piperul. Se freacă totul bine până devine ca o pastă. După gust se pot adăuga și câteva ciuperci, fierte în apă și tăiate bucăți, și puțină verdeață. Se umple curcanul, se coase și se frige la fel ca mai sus.

### **350. PORUMBEI CU MAZĂRE BOABE**

3 porumbei, 2 linguri unt, 150 g arpagic, 50 g slănină afumată, 1 linguriță făină, 1/2 ceașcă zeamă de carne, 2 cești mazăre verde, 1 linguriță zahăr, sare.

Pentru orice mâncare, trebuie aleși totdeauna numai porumbei tineri. Se curăță ca și puii, se sarează și se pun într-o cratiță, întregi, astfel încât să nu fie înghesuiți, cu puțin unt. Se adaugă arpagicul curățit și slăcina afumată, tăiată în cuburi mici. Se dau la foc potrivit și se țin să se rumenească frumos atât porumbeii, cât și slăcina. Cratița se mișcă mereu, ca să nu se ardă arpagicul. Se face separat un rântaș mai închis din 1/2 lingură de unt și făină, se stinge cu zeama de carne. Se toarnă sosul în cratița cu porumbeii. Se adaugă mazărea boabe, o linguriță de zahăr și sare. Se lasă să fiarbă înăbușit până ce mazărea este gata (circa trei sferturi oră). Se taie porumbeii în două, se așază pe o farfurie. Se scurge grăsimea, aplecând cratița într-o parte. Se toarnă apoi mazărea cu sosul peste friptură.

### **351. PORUMBEI FRIPTI**

3 porumbei, 100 g slănină, 1 lingură unt, sare.

Se curăță porumbeii, se sarează și dacă ficatul n-a fost atins de fiere, se pune înăuntru. Se învelesc în felii subțiri de slănină, se dau la cuptor să se frigă cu puțină untură. Se ung mereu, iar când sunt aproape gata, se scoate slănina, se ține la cald, iar porumbeii se lasă încă puțin în tavă și se ung cu untură arnestecată cu boia de ardei, să prindă caloare. Se servesc pe feliile de slănină, cu garnitură de diferite legume, așezate în mici movilițe în jurul lor.

### **352. PORUMBEI UMPLUȚI**

3 porumbei, 150 g carne de vițel, 2 chifle, 1 ou, 1 ceapă mică, 1 lingură unt, sare, piper, pătrunjel verde tocat.

Se curăță porumbeii, se sarează. Se umplu cu o umplutură făcută din carne de vițel tocată, pâine muiată în lapte și stoarsă și ficatul de porumbel, toate date de două ori prin mașină și amestecate cu un ou, ceapă prăjită în unt, sare, piper, pătrunjel tocat. Se frig în tavă cu unt și se servesc cu o garnitură de legume.

# VÂNAT

## 353. PREGĂTIREA IEPURELUI

Iepurele se jupoaie astfel: se face o tăietură pe burtă, se desprinde cu cuțitul pielea de pe came, se taie blana în jurul labelor și apoi, cu ajutorul cuțitului, se desprinde blana, trăgând de la coadă spre cap și întorcând-o pe dos ca pe o mănușă. Se desprinde apoi cu un cuțit în jurul botului. Se scot dinții și ochii. Se scot intestinele care se aruncă, apoi măruntaiele, care se pun la rece până la întrebuițare. Se îndepărtează de la început fierea, cu grijă să nu atingă ficatul. Se strânge într-un castron tot sângele până la ultima picătură și chiar chiagurile, dacă există. Se amestecă cu 2 — 3 lingurițe de vin roșu și se păstrează pentru pregătirea sosului la mâncare. Se curăță carnea de pielețele subțiri. Astfel pregătit, iepurele este pus într-un castron de pământ cu o marinată fiartă, pregătită dintr-o ceașcă de oțet, slăbit cu puțină apă dacă este tare, o lingură de ulei, câteva felii foarte subțiri de morcov și de ceapă, câteva fire de pătrunjel, de cimbru, două foi de dafin sfărâmate, sare, piper. Mirodeniile și zarzavatul sânt puse deasupra, iar iepurele trebuie udat des cu marinată. Se ține așa cel puțin câteva ceasuri; iarna poate sta și două zile.

## 354. FRIPTURĂ DE IEPURE

Spinarea de la un iepure mare, 100 g slănină afumată, 1 căpățână de usturoi, 1 lingură unt sare.

Se curăță iepurele și se lasă să se marineze, așa cum s-a arătat mai sus. Se alege partea bună de friptură, adică spinarea cu mușchii, la care se lasă și picioarele dinapoi, dacă friptura trebuie să fie mai mare. După ce se scoate din marinată, se zvântă bine cu un șervet. Se împănează apoi, cu bucățele mici de slănină, de circa 3 cm lungime pe 1/2 cm lățime, introduse cu ajutorul unui ac special (se găsește de cumpărat la prăvăliile cu articole de menaj). Se poate împăna friptura și cu căței de usturoi. Slănina nu trebuie introdusă adânc, pentru a se rumeni la foc. Se întrebuițează slănină afumată, fără carne. Friptura se așază într-o tavă lungă, cu spatele în sus, cu două linguri de apă și una de unt. Se dă la cuptor la foc potrivit. Trebuie unsă des cu untul din tavă. Se servește cu sosul ei sau cu un sos pentru vînat

## 355. FRIPTURĂ DE IEPURE CU SMÂNTÂNĂ

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 1 ceașcă smântână, 1 ceașcă zeamă de carne, 1 linguriță făină.

Se frige iepurele la tavă, ca mai sus. Când este gata, se scoate din tavă și se ține la cald, acoperit. Se scurge untul care a servit la fript, în tavă rămânând numai sosul pe care l-a lăsat friptura. Acesta se subțiază cu puțină zeamă de carne și se lasă să dea în fiert. Se adaugă smântână amestecată cu făină și se fierbe la foc mic, amestecând mereu ca să se ia toată rumeneala din fundul tăvii. Se trece sosul prin sită și se toarnă în farfurie, peste friptură. După dorință se poate adăuga, înainte de a pune smântâna, și zeama strecurată de la marinată.

### **356. IEPURE CU MĂSLINE**

1 iepure, 3 linguri ulei, 4 cepe, 250 g arpagic, 209 g măsline, 1 păhărel de vin, 1 linguriță bulion, sare, piper.

Se curăță și se marinează iepurele ca mai sus. Se scoate bucata potrivită pentru friptură, iar restul se taie în bucăți. Se prăjește ușor în ulei ceapa tăiată mărunt. Când începe să se îngălbenească, se pun bucățile de iepure și se lasă să se rumenească. Se adaugă apoi câte puțină apă caldă pînă ce fierbe carnea. Separat se prăjește ușor arpagicul în ulei. Se toarnă în mâncare. La ultimele clocote, când iepurele este destul de fraged, se mai adaugă un păhărel de vin amestecat cu bulion, măslinele fierte separat, în apă, circa 10 minute, și sângele, păstrat de la început, amestecat cu câteva lingurițe de vin roșu. Dacă are chiaguri, se trece prin sită. Se gustă de sare și piper. Se potrivește sosul să fie scăzut, nu însă complet, deoarece mai scade când se răcește mâncarea.

### **357. IEPURE CU ZARZAVAT**

1 iepure, zarzavat de supă, 3 cepe, 2 linguri ulei, 1 frunză de dafin, 150 g arpagic, 1 păhărel cu vin, 1 lingură bulion, sare, piper.

Se pregătește iepurele ca pentru mâncarea cu măsline. Se prăjește ușor o ceapă tăiată felii cu o lingură de ulei. Se adaugă iepurele tăiat bucăți. Se lasă puțin să se rumenească, se pune apoi câte puțină apă, ca să se frăgezească. Se prăjesc, de asemenea în ulei, doi morcovi, o rădăcină de pătrunjel, 1/2 țelină, toate tăiate felii rotunde. Când carnea s-a fiert pe jumătate, se adaugă zarzavatul, sare, piper, o frunză de dafin, arpagicul prăjit în ulei. Se adaugă și sângele subțiat cu zeamă de la marinată și strecurat, un păhărel cu vin amestecat cu bulion și se lasă să scadă cât trebuie. Se servește rece.

### **358. PAPRICAȘ DE IEPURE**

1 iepure, 1 lingură untură, 3 cepe mari, 100 g slănină, 2 cești zeamă de carne, 1 linguriță boia, 1 lingură bulion, sare.

Se pregătește iepurele, se taie bucăți, se pune la marinat. Se prăjește ușor într-o tigaie, în untură, ceapa tăiată felii și slăcina fiartă, tăiată în bucățele de 1 cm. Se scurge bine iepurele din marinată, se pun bucățile în cratiță, se lasă să se rumenească. Se adaugă apoi câte puțină apă sau zeamă de carne, o linguriță de boia de ardei și o lingură de bulion, subțiate cu zeama de la marinată, trecută prin sită. Se potrivește gustul sărat. Se lasă să fiarbă o oră și jumătate pînă ce carnea devine fragedă.

### **359. PULPA DE CAPRÎOAEĂ LA TAVĂ**

Carnea de căprioară fiind foarte fragedă, nu este neapărat necesar să fie marinată. Cel mult se unge cu ulei amestecat cu rom și se lasă să stea așa câteva ore. Dacă însă trebuie să fie păstrată o zi sau două, ea se ține într-o marinată făcută dintr-un pahar de vin alb, un pahar de oțet de vin, trei lingurițe de ulei, un morcov, două cepe și o jumătate de țelină, tăiate felii, câteva fire de cimbru, dafin, pătrunjel, sare, piper. Proporțiile sunt date pentru 2 kg de carne. Dacă durata păstrării este mare, aceeași marinată trebuie fiartă înainte de

întrebuințare. Carnea de căprioară nu trebuie spălată. După ce se jupoaie, se șterge cu o cârpă uscată, îndepărtându-se astfel firișoarele de păr care s-au lipit de carne. Se desface ușor pielea subțire de pe carne și se împănează cu felii subțiri de slănină. Apoi se sarează sau se ține în marinată de mai sus. Înainte de a fi pusă se mai șterge bine cu o cârpă, se unge cu ulei, apoi se așază într-o tavă și se pune la cuptor la foc iute. Se întoarce la început pe o parte, apoi pe cealaltă și se unge din când în când cu ulei. După aceea, se lasă să se rumenească. Dacă în timpul friptului sosul scade prea tare, se mai adaugă câteva lingurițe de apă. Când este gata, se scoate pe o farfurie ținută la cald, iar în tava în care s-a fript pulpa, se toarnă sosul de la marinată sau puțin vin, se lasă să dea un clocot și se adaugă această zeamă la sosul cu care se servește friptura. Se servește cu o garnitură de legume și sos de vin. Înainte de a servi, se îmbracă osul la un capăt cu o manșetă de hârtie tăiată în formă de crin.

### **360. COTLETE DE CAPRIOARĂ**

6 cotlete, 1 lingură unt, 2 lingurițe ulei, sare.

Se taie cotletele de circa 2 cm grosime și se bat ușor ca să se mai subțieze. Se pune într-o tigaie untul amestecat cu ulei. Când grăsimea este fierbinte, se pun cotletele și se frig pe ambele părți. Nu trebuie lăsate să se usuce. Se servesc cu sos de ciuperci sau cu sos de vin pregătit separat, la care se adaugă și sosul din tigaia în care s-a fript.

### **361. ȘNIȚEL DE CAPRIOARĂ**

Aceleași cantități ca la “Șnițel de vițel” (v. 265).

Se taie felii de carne din spinare sau din pulpă, se bat ușor cu ciocanul de lemn. Se stropesc cu puțin oțet înainte de a le pune la prăjit. Se pregătesc la fel ca șnițelele de vițel (v. 265). Se servesc cu garnitură de legume.

### **362. PORC MISTREȚ**

Carnea de porc mistreț tânăr se pregătește, după ce a fost curățită de piele, de păr și de vine, ca orice carne de porc. Dacă mistrețul este mai bătrân, se ține câteva zile într-o marinată făcută din vin alb și oțet, puțin ulei, felii de morcov, ceapă, cimbru, dafin, usturoi, sare, piper.

### **363. PREPELIȚE LA FRIGARE**

6 prepelițe, câteva frunze de viță, 200 g slănină, 6 felii de pâine, 1 lingură unt, sare.

Spre deosebire de alte vânat-uri, prepelițele trebuie pregătite cât mai proaspete. Se jumulesc cu puțin înainte de a fi pregătite. Se scot intestinele și măruntaiele, se pârllesc iute la flacără de spirt, se șterg cu o cârpă uscată. Se pune ficatul înăuntru cu puțină sare. Se învelesc întâi într-o frunză de viță unsă cu unt, apoi, într-o felie foarte subțire de slănină, dar destul de mare ca să le acopere cât mai mult. Se leagă cu ață. Se pun câte 2-3 pe frigări mici de lemn. Se frig pe grătar la foc iute. Când sunt gata, se scot de pe frigări, se desfac ațele, se scoate

frunza de viță. Se presară cu sare. Se servesc cu slămina în care au fost fripte, pe felioare de pâine prăjită în unt.

### **364. PREPELIȚE LA TAVĂ**

Aceleași cantități ca mai sus.

Se pregătesc la fel ca mai sus. Se așază mai multe într-o tavă, se dau la cuptor, se udă din când în când cu sosul lor. Se servesc ca și cele fripte la frigare, se toarnă în farfurie și sosul pe care l-au lăsat în tavă. Acesta, după ce s-au scos prepelițele, se subțiază cu câteva lingurițe de zeamă de carne și se lasă să dea câteva clocote.

### **365. PILAF DE PREPELIȚE**

4 prepelițe, 2 linguri unt, 1 ceapă mijlocie, 1 ceașcă mare de orez, sare.

Se curăță patru prepelițe, se taie în două în lungime și se sarează. Se înfierbântă o lingură de unt într-o cratiță, se pun prepelițele și se țin până încep să prindă culoare, fără să se rumenească prea tare. Se adaugă apă cât să le cuprindă și o ceapă tăiată în două. Se lasă să fiarbă acoperit. În altă cratiță se încinge o lingură bună de unt, se adaugă o ceașcă de orez și se amestecă până începe orezul să se îngălbenească. Se stinge cu două cești de zeamă strecurată în care au fiert prepelițele, amestecând până începe orezul să fiarbă. Când este pe jumătate fiert, se adaugă prepelițele, se gustă de sare și se dă cratița la cuptor, la foc potrivit. Se ține până ce orezul este fiert, fără să fie sfărâmat și lipicios. După ce a fost dat la cuptor, nu se mai umblă cu lingura în orez.

### **366. POTÂRNICHI LA FRIGARE**

3 potârnicchi, frunze de viță, 200 g slănină, 6 felii de pâine, 1 lingură unt, sare.

Înainte de a fi jumulite, potârnicchile trebuie ținute 24 de ore, după ce au fost împușcate, dar nu mai mult, într-un loc răcoros și bine ventilat. Când timpul este foarte răcoros, pot fi ținute și două zile. Se curăță de pene în ultimul moment, se scot și intestinele. Se trec prin flacăra de spirt, se șterg cu o cârpă uscată. Se îndepărtează capul și labele. Ficatul se curăță și se pune la loc, după ce i s-a dat un praf de sare. Se învelesc cu frunze de viță bine unse cu unt și apoi în felii subțiri de slănină. Se leagă cu ață. Se pun pe frigare la foc bun și se învârtesc. Se frig în circa 20 de minute, cu grijă să nu se usuce. Când este gata, se scot slămina și frunza de viță, se sarează și se servesc cu slănină, pe felii de pâine prăjită. Se socotește o potârniche pentru două persoane.

### **367. POTÂRNICHI CU SMÂNTÂNĂ**

3 potârnicchi, 1 lingură unt, 2 cepe mijlocii, 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină, sare, piper.

Se curăță potârnicchile ca pentru fript. Se pun la cuptor în tavă cu puțin unt și ceapă tăiată felii. Se întorc pe amândouă părțile și se țin până încep să se rumenească. Separat, într-o cratiță, se pun pe foc potrivit smântâna amestecată cu un praf de făină, unt, sare și piper. Focul nu trebuie să fie prea mare, pentru ca smântâna să nu se taie. Când clocotesc, se

toarnă peste potârnică, se mai lasă 1/4 oră la cuptor și se udă cu sosul de smântână. Înainte de a servi se taie fiecare potârnică în patru. Se servesc foarte fierbinți. Se poate adăuga la smântână o linguriță de zeamă de lămâie.

### **368. SITARI LA FRIGARE**

6 sitari, 200 g slănină, 1 lingură unt, 6 felii de pâine, sare.

Sitarul nu este gustos dacă se pregătește imediat după ce a fost vânat. Toamna trebuie ținut cu pene cu tot, cel puțin 24 de ore, atârnat într-un loc bine ventilat, iar pe timp răcoros, poate fi ținut două, trei zile. Se curăță de pene când este aproape de a fi fript. Se frige cu capul și cu labele, și nici intestinele nu se scot. Se smulg penele, se pârlesc sitarii la flacăra și se șterg cu o cârpă uscată. Se scot ochii, se face o tăietură la gât prin care se scoate gușa și una mai jos prin care se scoate pipota. Se îndoaie capul înspre picioare și se învelesc cu felii foarte subțiri de slănină fiartă. Se leagă cu ață. Se pun pe frigaie, se ung cu unt și se frig la foc viu. Nu trebuie serviți prea uscați. Când sunt gata se scot ațele și se servesc cu slănină pe felii de pâine prăjită în unt.

### **369. SITARI LA TAVĂ**

Aceleași cantități ca mai sus.

Se pregătesc sitarii la fel ca pentru frigare. Se frig apoi în tavă ca și potârnică (v. 367).

### **370. SITARI UMPLUȚI**

6 sitari, 1 ceapă mică, 100 g slănină, 100 g ciuperci, 1 lingură unt, 1 ou, sare, piper, 200 g slănină, 6 felii de pâine.

Se pregătesc sitarii la fel ca pentru frigare. Se scot intestinele, se taie mărunt împreună cu ceapa, slăcina și ciupercile. Se prăjesc ușor 15 minute cu puțin unt, la foc potrivit. Se adaugă sare, piper, și când totul s-a mai răcorit, și 1 ou. Se amestecă bine, se umplu sitarii. Se învelesc în felii foarte subțiri de slănină, se ung cu unt și se frig în tavă, la cuptor. Se servesc pe felii de pâine prăjită în unt.

### **371. INTESTINE DE SITARI**

Intestinele de la 6 sitari, 1 ficat de pasăre, 100 g ciuperci, 1 linguriță frunză de pătrunjel tocat, 1 lingură unt, 1 gălbenuș, sare, piper, 12 feliuțe de franzelă.

Se scot intestinele sitarului și se toacă mărunt cu o bucătică de ficat de pasăre sau de vițel. Se taie mărunt câteva ciuperci și frunze de pătrunjel, se pun să se înăbușe cu unt. Când încep să se moaie, se adaugă intestinele de sitar și se țin pe foc, amestecând din când în când, până încep să se rumenească. Se adaugă sare, piper și un gălbenuș. Se taie feliuțe subțiri de pâine, se ung cu această tocătură și se dau puțin la cuptor. Se servesc ca aperitive sau ca garnitură la friptura de sitari.

### **372. FRIPTURĂ DE FAZAN**

2 fazani, 100 g slănină, 1 lingură unt, sare.

Dintre toate vânaturile cu pene, fazanul este acela care trebuie neapărat ținut câteva zile după ce a fost vânat, înainte de a fi pregătit. Durata aceasta de fezandare (frăgezire și maturare) depinde însă de vreme și de temperatură. Pe timp umed și călduros nu trebuie ținut mai mult de trei zile. Pe timp răcoros se poate păstra și o săptămână. În orice caz, se păstrează vânatul cu penele, la un loc bine ventilat și, fie că se ține 3 — 4 zile, fie că se ține o săptămână, nu trebuie lăsat niciodată până ce capătă un miros greu. Un fazan cu miros neplăcut nu mai este bun de pregătit.

Penele se curăță în ultimul moment. Se îndepărtează capul, labelle și intestinele. Nu se spală, se pârlește numai la flacără și se șterge cu o cârpă uscată, atât pe dinafară, cât și înăuntru. Se împănează sau se învelește în felii subțiri de slănină. Se frige la tavă sau la frigare, întocmai ca potârnicchia.

### **373. FRIPTURĂ DE RAȚĂ SĂLBATICĂ**

1 rață, 100 g slănină, 1 lingură unt, 1 linguriță pătrunjel verde tocat, sare, 1 păhărel cu vin. Pentru marinată: 1 pahar oțet, 2 frunze de dafin, 1 ceapă mică, 10 boabe piper, sare.

Se curăță rața, se pârlește și se șterge cu o cârpă uscată. Se face o marinată din oțet, foi de dafin, ceapă, piper și sare. Se fierbe și, cum clocotește, se opărește rața. Se acoperă și se lasă să stea o oră. Se șterge din nou bine cu cârpa, se pune înăuntru ficatul, o bucătică de unt și câteva frunze de pătrunjel. Se împănează cu slănină, fâșii foarte mici, care se introduc numai la suprafață. Se așază în tavă cu puțină untură, la foc iute, și se unge în timpul friptului. Se servește cu garnitură de legume și cu sosul din tavă. După ce s-a scos rața din tavă, se adaugă un păhărel de vin și se lasă sosul să mai dea câteva clocote. Se trece prin sită și se servește în sosieră.

### **374. OSTROPEL DE RAȚĂ SĂLBATICĂ**

Aceleași cantități ca pentru "Ostropel de rață".

Se pregătește ca și ostropelul de rață (v. 337).

## LEGUME ȘI ZARZAVAT

### 375. CARTOFI COPTI

12 cartofi mijlocii, sare, unt proaspăt.

Se spală cartofii bine, apoi se șterg. Se presară cu sare, se pun în cuptor. Se întorc pe o parte și pe alta ca să-i cuprindă bine căldura. Cartofii mijlocii se coc într-o oră și jumătate. Când sunt gata se așază pe farfurie pe un șervet. Se servesc fierbinți, cu unt proaspăt. Se pot coace și curățiți de coajă.

### 376. CARTOFI PRĂJIȚI

1 kg cartofi, 3 linguri untură sau ulei, sare.

Cartofii se prăjesc frumos numai în grăsime multă, fie untură, fie ulei. Se curăță cartofii și se taie în lungime, astfel încât să se obțină bucăți de grosimea creionului. Se spală într-o apă și se usucă foarte bine cu un șervet. Se înfierbântă untura într-o tigaie mai adâncă. Se pun cartofii în untură, la început nu prea fierbinte, și se împrăștie ușor cu o furculiță ca să nu stea lipiți unii de alții. După circa 10 minute, se împinge tigaia pe foc iute, pentru ca untura să se înfierbânte la maximum. Se țin până când cartofii încep să capete o culoare aurie. Se prăjesc circa o jumătate de oră. Se scot cu o lingură cu găuri ca să se scurgă de untură, se presară cu sare și se servesc imediat fierbinți. Grăsimea în care s-au prăjit cartofii poate fi întrebuințată la alte mâncări.

### 377. CARTOFI PRĂJIȚI FELII

500 g cartofi, 4 linguri untură amestecată cu ulei, sare.

Se curăță cartofi de mărime potrivită, de preferință lunguieți. Se taie felii foarte subțiri și cât mai egale. Se spală în ape multe, până rămâne apa limpede. Se usucă bine pe un șervet. Se încinge untură mai multă, amestecată în părți egale cu ulei. Se dă drumul la puțini cartofi odată, ca să nu se răcească untura. Pe măsură ce primii sunt gata, se pun alții în untură. Trebuie să fie rumeniți și crocanți. Când sunt toți gata se sarează. Se pot servi pe lângă o friptură sau singuri ca aperitiv.

### 378. CARTOFI NOI

1 kg cartofi noi, 1 lingură unt, 1 linguriță mărar tocat, sare.

Cartofii noi nu se curăță de coajă, ci se rad cu cuțitul sau, după ce au fost ținuți câțva timp în apă, se freacă cu un șervet aspru și cu puțină sare. Se mai spală într-o apă, se scurg și se pun într-o cratiță cu o lingură de unt. Se mișcă des cratița, ca să nu se prindă de fund și se lasă să se rumenească uniform. Când sunt aproape gata, se sarează și se presară cu mărar tăiat mărunt. La fel se pot pregăti cu untură sau cu ulei.

### **379. CARTOFI NOI ÎNĂBUȘIȚI**

1 kg cartofi noi, 1 lingură unt sau untură, 1 ceașcă apă, sare.

Se rad cartofii și se opăresc cinci minute în apă clocotită cu sare. Se scurg bine și se pun într-o cratiță cu o lingură de unt sau de untură. Se dau la cuptor acoperiți și se țin să se rumenească. Se adaugă 1/2 ceașcă de apă și se lasă la cuptor până zeama scade de tot. Cartofii rămân foarte fragezi înăuntru și rumeni pe afară.

### **380. CARTOFI CU CEAPĂ**

1 kg cartofi, 1 ceapă, 1 lingură untură, sare.

Se fierb cartofii cu coajă. Se curăță, se taie felii. Se taie o ceapă mărunt, se pune la foc cu untura fierbinte. Când ceapa s-a muiat, se adaugă cartofii și sarea, și se țin pe foc până se înfierbântă. Se amestecă din când în când ca să nu se prindă de fund și să nu se ardă ceapa.

### **381. MÂNCARE DE CARTOFI CU SLĂNINĂ**

1 kg cartofi, 1 ceapă, 1 lingură unt sau untură, 100 g slănină, 2 cești zeamă de carne, 1 lingură smântână, sare, piper.

Se taie mărunt o ceapă și se prăjește ușor cu o lingură de unt, fără să se rumenească, împreună cu o bucată de slănină afumată, tăiată în mici cuburi. Se adaugă cartofii cruzi, curățiți și tăiați felii subțiri. Se toarnă zeamă de carne cât să acopere cartofii. Se potrivește de sare și de piper. Se dă la cuptor la foc bun, până se moaie cartofii. Înainte de a servi se adaugă smântâna.

### **382. CARTOFI CU SMÂNTÂNĂ**

1 kg cartofi chifle, 2 cești lapte, 1 lingură unt, 1 ceașcă smântână, sare.

Se spală cartofii (de preferință cartofi chifle) și se pun la fiert cu apă rece. Se adaugă puțină sare. Se lasă să fiarbă circa 20 de minute, până încep să se moaie. Într-o altă cratiță cu fund gros se pune să fiarbă laptele. Cartofii fierți se curăță de coajă, se taie felii și se pun în laptele clocotit, cu o lingură de unt. Se lasă să mai fiarbă la foc mic un sfert de oră. Laptele trebuie să fie bine scăzut. Se adaugă smântâna, mișcând cratița, ca să cuprindă cartofii. Se mai țin 5 — 6 minute la foc, se servesc fierbinți.

### **\* ALT FEL DE CARTOFI CU SMÂNTÂNĂ**

1 kg cartofi, 1 ceașcă smântână, 1 lingură unt, sare.

Se curăță cartofii de coajă, se taie sferturi și se pun la fiert în apă rece cu puțină sare. Când sunt gata, se scurge apa, se adaugă smântâna, untul și se potrivește de sare. Se țin pe mașină până încep să dea în clocot.

### **383. CIULAMA DE CARTOFI**

1 kg cartofi, 1 lingură untură, 2 linguri făină, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se curăță cartofii, se taie feli rotunde mai groșuțe și se fierb în apă cu sare, fără să se sfărâme. Separat se face un sos alb, dintr-o lingură de untură și făină, care se stinge cu apa în care au fiert cartofii. Se adaugă brânză rasă. Se toarnă sosul peste cartofii scurși de apă și se dă câteva minute la cuptor.

### **384. CARTOFI LA CUPTOR**

1 kg cartofi, 1 lingură unt, 2 ouă, 2 linguri brânză rasă, 1 ceașcă smântână.

Se fierb cartofii, se curăță, se taie felii și se sarează. Se unge cu unt o formă ce merge la cuptor. Se așază un rând de cartofi, un rând de brânză rasă, un rând de felii de ouă răscoapte. Se repetă, până se umple forma. Între rânduri se pune câte puțin unt. Deasupra se toarnă smântâna, se presară brânză rasă sau cașcaval ras și se dă la cuptor o jumătate de oră până se rumenesc. Se servesc în formă.

#### **\* ALT FEL DE CARTOFI LA CUPTOR**

Aceleași cantități ca mai sus.

Se fierb cartofii, se curăță, se taie felii. Se amestecă smântâna cu ouăle, brânza rasă și sare. Se unge o formă cu unt. Se așază cartofii în rânduri, alternând cu compoziția de mai sus. Deasupra se presară parmezan ras și se adaugă câteva așchii de unt. Se țin 3/4 oră la cuptor, la foc potrivit. Se servesc în formă.

### **385. CARTOFI CU DOVLECEI LA CUPTOR**

500 g cartofi, 30 dovlecei în floare, 1 ceașcă smântână, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se prăjesc ușor în unt cartofii curățiți și tăiați felii. De asemenea dovleceii în floare. Se așază într-o cratiță de pământ un rând de cartofi și unul de dovlecei, se toarnă deasupra smântâna cu puțină sare. Se presară brânza rasă. Se dau la cuptor 1/2 de oră, la foc potrivit.

### **386. CARTOFI CU MACAROANE LA CUPTOR**

400 g cartofi, 200 g macaroane, 2 linguri brânză rasă, 2 linguri unt, 500 g roșii, sare, piper.

Se unge cu unt o cratiță ce merge la cuptor. Se așază un rând de cartofi fierți, tăiați felii subțiri, se presară brânza rasă. Deasupra se așază un rând de macaroane fierte în apă cu sare, scurse și amestecate cu o lingură de unt și brânză, apoi un rând de carfofi și brânză. Se toarnă un sos de roșii (v. 63) potrivit din sare și piper. Se dau la cuptor.

### **387. MUSACA DE CARTOFI CU LINTE**

500 g cartofi, 200 g linte, 1 ceapă, 2 linguri untură, 1 lingură pesmet, 1 lingură bulion, sare, piper.

Se fierb cartofii cu coajă, se curăță și se taie felii. Se fierbe din timp linte, se scurge și se trece prin mașina de carne. Într-o tigaie se prăjește o ceapă cu puțină untură, se adaugă linte și se mai ține câteva minute pe foc; se adaugă sare și piper. Se unge o cratiță cu untură, se presară pesmet, se așază un rând de cartofi, unul de linte și așa mai departe. Se toarnă o ceașcă de apă în care s-a amestecat bulionul și se dă la cuptor. Când este gata se răstoarnă.

### **388. MUSACA DE CARTOFI CU ZARZAVAT**

500 g cartofi, 2 linguri lapte, 1 lingură unt, 1 morcov, 1 pătrunjel, 3 cepe mriolocii, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 lingură pesmet, sare.

Se face un piure de cartofi (v. 391). Separat se fierb un morcov și un pătrunjel. Se taie ceapa mărunt, se prăjește cu puțină untură și se adaugă morcovul și pătrunjelul trecute prin mașină. Se potrivește de sare. Se unge cratița cu untură, se presară pesmet și se întinde un strat de piure de cartofi. Deasupra se așază zarzavatul tocat peste care se pune restul de piure. Se toarnă bulion subțiat cu apă, cât să acopere cartofii, se dă la cuptor. Când este gata, se răstoarnă.

### **389. CARTOFI UMPLUȚI CU BRÂNZĂ**

6 cartofi frumoși, 200 g brânză de vacă, 2 ouă, 1/2 lingură făină, 1 lingură unt, sare.

Se curăță cartofii cruzi, se taie în două, în lat, și se scobesc înăuntru, formând ca niște găoace cu peretele de 1 cm de gros. Se taie foarte puțin din fund, ca să poată sta în tavă. Se face o umplutură de brânză de vacă cu puțină brânză de oi, două ouă, sare, făină. Se umplu cartofii cu vârf netezindu-se cu un cuțit. Se așază într-o cratiță cu unt fierbinte și se lasă puțin să se rumenească pe fund. Se pune apoi câte puțină zeamă de carne sau apă și se lasă să fiarbă înăbușit până ce se frăgezesc. Înainte de a servi se adaugă câteva linguri de smântână.

### **\* ALTFEL DE CARTOFI UMPLUȚI CU BRÂNZĂ**

Se spală cartofii și se fierb pe jumătate. Se curăță, se taie în două și se scobesc ca mai sus. Se face o umplutură dintr-o felie groasă de pâine muiată în lapte și stoarsă, o bucată de brânză de vacă cam de 150 g, două ouă, sare, piper, mărar tocat. Se umplu jumătățile de cartofi, se presară deasupra brânza rasă și se așază cu unt într-o tavă sau într-o farfurie rezistentă la foc. Se țin în cuptor până se rumenesc și înainte de a-i servi, se pun deasupra câteva linguri de smântână.

### **390. CARTOFI UMPLUȚI ÎN COAJĂ**

12 cartofi mijlocii, 1 lingură unt, 2 gălbenușuri, 1 lingură brânză rasă, 100 g șuncă sau parizer.

Se aleg cartofii tineri, netezi și la fel de mari, se spală și se coc la cuptor (v. 375). Se taie la capăt un capac și cu ajutorul unei, lingurițe se scoate tot miezul. Se freacă repede, cât este fierbinte, cu o lingură de unt. Se adaugă pe rând două gălbenușuri, brânză rasă, sare și șuncă tăiată mărunt. Se umplu cartofii la loc cu vârf, netezindu-i cu lama cuțitului. Se presară cu brânză rasă și se stropesc cu unt topit. Se așază pe o tavă, se dau la cuptor, se țin circa 20 de minute, până se rumenesc deasupra. Se așază pe o farfurie, pe șervet, se servesc imediat, fierbinți. Șunca poate fi înlocuită cu aceeași cantitate de parizer sau cabanos, tăiate bucățele mici.

### **391. PIURE DE CARTOFI**

500 g cartofi, 2 linguri unt, 3 linguri lapte, sare.

Se curăță cartofii, se taie în sferturi și se pun la fiert într-o cratiță cu apă cât să-i acopere și puțină sare. Se fierb repede, se scurg de apă și se trec cât sunt fierbinți printr-o sită. Se bat bine cu unt în cratița în care au fiert. Când au devenit albi și spumoși ca o cremă, se adaugă laptele fierbinte, câte puțin. Se mai bat apoi pe foc, ca să se înfierbânte, fără însă să se rumenească pe fund sau să fiarbă. Se potrivește gustul sărat. Se servește imediat. Cu cât așteaptă, cu atât este mai puțin gustos. Se poate pregăti piureul fără să se mai treacă prin sită cartofii. Astfel, după ce au fiert, se scurg și se sfărâmă bine cu o lingură de lemn, pe marginea mașinii. Se adaugă untul și laptele și se mai bat repede, până nu rămâne nici un cocoloș.

### **392. FRIGĂNELE DE CARTOFI**

300 g cartofi, 1 ou, 1/2 ceașcă făină, 1/2 ceașcă lapte, sare, piper, 1 linguriță pătrunjel verde tocat, 2 linguri untură.

Se curăță cartofii cruzi și se rad pe răzătoarea cu găury mai mari. Se adaugă sare, piper și pătrunjel verde tocat. Separat se face un aluat de clătite (v. 631). Se amestecă cu cartofii. Se ia dm compoziție cu lingurița și se toarnă în untura fierbinte. Se rumenesc pe ambele părți.

#### **\* ALT FEL DE FRIGĂNELE DE CARTOFI**

300 g cartofi, 1 ou, 1 lingură făină, un vârf de cuțit de bicarbonat, sare, piper, 2 linguri untură.

Se curăță cartofii și se dau prin răzătoare ca mai sus. Se adaugă 1 ou, făină, bicarbonat, sare și un praf de piper. Se ia din compoziție cu lingura și se rumenesc chiftelele pe ambele părți, în untură sau în ulei. Se servesc cu salată verde sau iarna cu sos de roșii sau cu smântână.

### **393. CHIFTELE DE CARTOFI CU BRÂNZĂ**

300 g cartofi, 2 ouă, 1 lingură brânză rasă, sare, piper, 2 linguri făină, 2 linguri untură.

Se fierb cartofii, se curăță și se trec prin sită sau prin mașina de tocat carne, se amestecă cu ouăle bătute ca pentru omletă, o lingură de brânză rasă, o lingură de făină, sare și puțin piper. Cu această pastă se face un cârnat gros, care se taie felii de un deget de groase. Aceste felii se tăvălesc prin făină și se prăjesc pe ambele părți în untură fierbinte.

### **394. CHIFTELE DE CARTOFI COPTI**

500 g cartofi, 1 felie pâine, 2 lingim făină, 2 ouă, 1 linguriță verdeață tocată, 1 lingură pesmet, 2 linguri untură.

Se coc cartofii. Se rup în două, se scobesc, iar miezul se freacă bine împreună cu o felie de pâine muiată în lapte și stoarsă. Se adaugă sare, un praf de piper, o lingură rasă de făină, gălbenușurile, puțină frunză verde de pătrunjel și la sfârșit cele două albușuri bătute spumă. Se fac chiftelute rotunde, se dau prin făină, ou și pesmet și se prăjesc în untură sau în ulei.

### **395. CHIFTELE DE CARTOFI PRĂJITE ÎN ULEI**

500 g cartofi, 2 linguri făină, sare, 2 linguri ulei.

Se fierb cartofii, se curăță și se dau prin mașina de tocat carne, se amestecă cu făină, se pune sare și se frământă. Se fac chiftele ca mai sus, și se prăjesc în ulei fierbinte. "e pot servi cu murături sau cusalată verde.

### **396. TURTĂ DE CARTOFI**

500 g cartofi, 50 g unt, sare, piper, 1 lingură untură.

Se coc cartofii la cuptor. Se rup în două, se scobesc, iar miezul se sfărâmă cu furculița. Se adaugă sarea, piperul și untul. Se încinge într-o tigaie untura, se întind egal cartofii sfărâmați, apăsându-i cu lingura, se lasă să se rumenească pe o parte, apoi se întoarce ca o clătită turta formată, lăsând-o să se rumenească și pe cealaltă parte. Se taie sferturi și se servește pe lângă legume.

### **397. IAHNIE DE CARTOFI**

1 kg cartofi, 2 cepe, 2 linguri ulei, 1 ceașcă apă, 1 lingură bulion, sare, o frunză mică de dafin, 3 roșii, verdeață tocată.

Se curăță cartofii și se taie în lung, în sferturi. Se prăjește în ulei ceapa tăiată mărunt și când s-a îngălbenit, se pun cartofii. Se lasă puțin, pe foc, apoi se toarnă o ceașcă de apă în care s-a adăugat o lingură de bulion, sare și o frunză de dafin. Se lasă să fiarbă înăbușit fără să se mai amestece cu lingura în cratiță. Dacă mai trebuie, se adaugă puțină apă. Se pot pune și câteva roșii tăiate în două și fără semințe. La sfârșit se adaugă puțin pătrunjel sau mărar tocat. Se lasă să se răcorească înainte de a servi.

### **398. GĂLUȘTE DE CARTOFI LA CUPTOR**

500 g cartofi, unt proaspăt cât o nucă, 2 ouă, 2 linguri făină, 2 linguri brânză rasă, sare, piper, 1 lingură unt topit.

Se fierb cu coajă cartofii, se curăță și se trec prin sită sau prin mașina de carne. Se adaugă unt cât o nucă, două ouă, făina și o lingură de brânză rasă. Se potrivește de sare și de piper. Se fac găluște cu mâna dată prin făină. Se pune o cratiță cu apă și puțină sare la foc și când dă în clocot, se introduc găluștele. Se țin un sfert de oră fără să mai fiarbă. Se scurg, se așază într-o formă, se pune brânză rasă printre ele, se stropesc cu unt topit și se dau câteva minute la cuptor.

### **399. GĂLUȘTE DE CARTOFI CU SOS DE ROȘII**

500 g cartofi, 2 linguri făină, sare, piper, 1 ceapă, 1 linguriță untură, 500 g roșii sau 1 lingură bulion, 1 lingură brânză rasă.

Se fierb cartofii, se curăță și se trec prin sită sau prin mașina de carne. Se adaugă făină astfel încât aluatul să fie ceva mai tare, se potrivește de sare și piper. Se fac cu mâna dată prin făină, mici cârnăciori de grosimea degetului și se fierb în apă cu sare la fel ca mai sus. Între timp se face un sos de roșii în felul următor: se prăjește o ceapă tocată mărunt în puțină untură, se stinge cu apă și se lasă să fiarbă până se moaie. Se adaugă câte puțin bulion și se potrivește de sare. Se scurg găluștele, se așază pe farfurie, deasupra se toarnă sosul, se presară puțină brânză rasă și se servesc calde.

### **400. PIURE DE URZICI CU ULEI**

1 kg urzici, 1 lingură făină, sare, 1 ceapă, 1 lingură ulei, hrean.

Nu sunt bune decât urzicile foarte tinere, ieșite la începutul primăverii. Se aleg frunzele, se spală în mai multe ape. Nu se scurge apa din vasul în care se spală, ci se scot urzicile cu mâna în alt vas cu apă, astfel încât tot nisipul și pământul de pe ele să rămână în fundul vasului. Se repetă această operație de câteva ori, până când urzicile rămân foarte curate. Se fierb în apă clocotită cu sare, în vas descoperit. Când sunt gata, se scurg, se trec prin sită sau se toacă pe un fund de lemn. Se pun din nou la foc, se amestecă cu făină și cu 2 — 3 linguri de zeamă în care au fiert urzicile, și se bat bine pe mașină până ce se umflă. Se servesc fierbinți, cu hrean ras, ceapă prăjită în ulei și mămăligă.

### **401. PILAF DE URZICI**

500 g urzici, 1 ceapă, 2 linguri ulei, 1 ceașcă orez, sare.

Se aleg și se spală urzicile ca mai sus. Se pun la fiert. Se prăjește ceapa tăiată mărunt cu ulei. Se adaugă orezul și se prăjește ușor. Se scurg urzicile, se toacă, dar nu prea mărunt, se așază în cratiță cu orezul, se toarnă două cești de apă în care au fiert urzicile, se potrivește de sare, se dă la cuptor 20 — 30 de minute. Orezul este fiert când luat între degete se sfărâmă ușor. Boabele de orez trebuie să rămână însă întregi. Se servește rece.

#### **402. PILAF DE URZICI CU ARPACAȘ**

500 g urzici, 1 ceapă, 2 linguri ulei, 1 ceașcă arpacaș, sare.

Se face la fel cu pilaful de orez, arpacașul trebuie însă muiat în apă din ajun, ca să fiarbă mai ușor.

#### **403. SPANAC CU UNT**

1,500 kg spanac, 50 g unt proaspăt, sare.

Se alege spanacul și se spală în mai multe ape ca și urzicile. Se fierbe descoperit în apă clocotită cu sare. Când este gata, se scurge bine de apă, se pune puțin unt proaspăt și se servește imediat, ca garnitură la friptură sau cu crochete, friganele etc.

#### **404. PIURE DE SPANAC**

1,500 kg spanac, 1 ceapă (după gust), 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, 1 ceașcă zeamă de carne sau lapte, sare.

Se alege, se spală și se fierbe spanacul. Se scurge, se toacă fin pe un fund de lemn, sau se dă prin mașină. Se taie mărunt o ceapă și se prăjește ușor cu o lingură de unt. Se pune spanacul și se presară făina. Când aceasta este bine amestecată, se toarnă o ceașcă din apa în care a fiert spanacul (sau o ceașcă de lapte ori de zeamă de carne). Se ține pe mașină amestecând mereu, până ce spanacul a fiert și este destul de legat.

#### **\* ALT FEL DE PIURE DE SPANAC**

1,500 kg spanac, 1 lingură unt, 1/2 lingură făină, sare.

Se fierbe spanacul și se toacă. Separat se prăjește ușor făina cu o lingură de unt. Se stinge cu o ceașcă sau două de apă în care a fiert spanacul. Se lasă să dea câteva clocote, până ce se obține un sos gros ca o smântână. Se amestecă cu spanacul și se lasă să mai fiarbă puțin, amestecând ca să nu se prindă pe fund. În loc de răntașul cu făină, se poate adăuga la spanac o ceașcă bună de smântână în care s-a pus un praf de făină. Piureul de spanac se servește cu ochiuri, crochete, friganele.

#### **405. SPANAC LA CUPTOR**

1,500 kg spanac, 3 linguri brânză rasă, 50 g unt proaspăt, 1/2 lingură făină, sare, 6 felii de franzelă, 2 linguri unt topit, 1 lingură pesmet.

Se pregătește piureul de spanac ca mai sus, adăugând două linguri de brânză rasă și puțin unt proaspăt. Se prăjesc câteva felii de pâine în unt. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc. Se așază feliile de pâine la fund, se toarnă spanacul deasupra, se presară cu o lingură de pesmet fin, amestecat cu o lingură de brânză rasă. Se dă la cuptor, așezând forma pe un grătar, pentru ca spanacul să nu fiarbă, ci numai să se rumenească deasupra. Se servește în formă.

#### **406. SPANAC CU CIUPERCII LA CUPTOR**

1 kg spanac, 150 g ciuperci, 3 linguri unt, 2 linguri brânză rasă.

Se alege și se spală spanacul în mai multe ape. Se opărește în apă clocotită, cu sare. Se scurge apăsând ca să iasă toată apa și se pune într-o cratiță cu o lingură de unt. Separat se înăbușă în unt ciupercile curățite și tăiate felii. Se amestecă spanacul cu ciupercile, se adaugă brânza rasă și o lingură de unt. Se așază într-o formă rezistentă la foc, se presară brânză și puțin unt, se dă câteva minute să se rumenească deasupra.

#### **407. BUDINCĂ DE SPANAC**

1 kg spanac, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă lapte, 3 ouă, 50 g șuncă sau parizer, sare, 1 lingură brânză sau cașcaval ras.

Se alege spanacul, se spală în mai multe ape și se fierbe. Se scurge și se toacă pe fund sau se trece prin mașina de tocat. Separat se face un sos gros dintr-o lingură de unt și o, lingură de făină, stinse cu o ceașcă de lapte sau de apă în care a fiert spanacul. Se amestecă cu piureul de spanac și după ce s-a mai răcorit, se adaugă trei gălbenușuri puse pe rând, iar la sfârșit cele trei albușuri bătute spumă și puțină șuncă tăiată mărunt. Se potrivește de sare. Se unge bine cu unt o formă de budincă, se toarnă compoziția, se acoperă și se pune cu totul în alt vas cu apă, la cuptor. Se ține 40 — 50 de minute. Se răstoarnă și se presară deasupra cu puțină brânză rasă sau cu cașcaval ras.

#### **408. BUDINCĂ DE CLĂTITE CU SPANAC**

1 kg spanac, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 lingură brânză rasă. Pentru clătite: 2 ouă, 1 ceașcă lapte, 1 ceașcă făină, sare.

Se face un piure de spanac (v. 404). Separat se fac 12 — 14 clătite din ouă (v. 631). Se unge bine cu unt o cratiță de mărimea clătitelor, se așază o clătită pe fund și 3 — 4 pe margini, ca odată cratița plină, să poată fi întoarse deasupra și toată budinca să fie îmbrăcată în clătite. Se pune un strat de piure de spanac, o clătită și așa mai departe, până când se umple cratița. Se întorc deasupra clătitele de pe margini, se stropește budinca cu unt și se dă la cuptor să se rumenească. Când este gata, se răstoarnă și se presară deasupra brânză rasă.

#### **409. SUFLEU DE SPANAC**

1 kg spanac, 2 linguri unt, 1/2 lingură făină, 1/2 ceașcă smântână, 2 linguri brânză rasă, 3 ouă, sare.

Se fierbe spanacul și se toacă. Se înfierbântă într-o cratiță o lingură de unt, se adaugă făina și se lasă să se îngălbenească, se pune spanacul, se ține câteva minute pe foc și se adaugă câte puțin smântâna, amestecând mereu. Se dă la o parte și se amestecă cu brânza rasă. Se potrivește de sare. Când începe să se răcorească, se adaugă gălbenușurile puse pe rând și la urmă albușurile bătute spumă. Se unge o formă bine cu unt și se toarnă compoziția. Se stropește cu unt, se presară brânză rasă și se dă la cuptor. Se ține trei sferturi de oră la foc

bun, până crește frumos. Se servește în formă.

#### **410. ȘTEVIE**

Aceleași cantități ca pentru mâncările de spanac.

Mâncările de ștevie se pregătesc la fel ca mâncările, de spanac.

#### **411. MĂCRIȘ CU OU**

1 kg măcriș, 2 linguri unt, 2 gălbenușuri, 2 linguri smântână, sare.

Se curăță și se spală măcrișul la fel ca urzicile. Se scurge și, dacă este tânăr, se înăbușă într-o cratiță cu unt. Dacă este mai bătrîn, se opărește întâi în apă clocotită cu sare, se scurge pe o sită și se pune apoi într-o cratiță cu unt. Se ține pe foc circa o jumătate de oră, se potrivește de sare. Când este gata se dă la o parte, se adaugă puțin unt proaspăt. Se ține la cald. Se bat într-un castron smântâna cu gălbenușurile, se amestecă cu măcrișul, se înfierbântă împreună fără să fiarbă. Se servește cu ouă răscoapte tăiate în sferturi.

#### **412. SPARANGHEL FIERT**

1,500 kg sparanghel, 2 l apă, sare. Pentru sos: 2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 100 g ulei, sare, lămâie, sau 2 linguri unt, 1 lingură pesmet.

Se alege sparanghel foarte proaspăt. Se curăță de partea fibroasă și se spală în mai multe ape. Se leagă câte 8 — 10 fire într-un mănunchi și se taie apoi toate de aceeași lungime. Se pune la fiert apă cu sare și când clocotește, se dă drumul legăturilor de sparanghel. Apa trebuie să le cuprindă bine. Din momentul când dau în clocot, se țin la foc circa o jumătate oră. Trebuie să fiarbă încet. Se scurg, se taie ațele și se așază pe un șervet, pe farfurie. Se servește cu maioneză sau cu unt topit și pesmet prăjit. Sparanghelul fiert se poate servi și rece, cu sos tartar (v. 52). Sosul se servește separat, în sosieră.

#### **413. CHIFTELE DE SPARANGHEL LA CUPTOR**

1 kg sparanghel, 2 l apă, 2 linguri făină, 2 linguri brânză rasă, 1 lingură unt, 3 ouă, 3 linguri untură, 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină, sare.

Pentru chiftele se preferă sparanghel cu firul verde și subțire. Se curăță și se fierbe la fel ca mai sus și se scurge bine de apă. Se trece prin mașina de tocat carne. Se adaugă făina, brânza, o lingură de unt, ouăle puse pe rând, sare. Se amestecă totul împreună. Se face o pastă groasă ca o smântână. Se ia cu lingura din compoziție, se dă drumul într-o tigaie cu untură fierbinte și se rumenesc chiftelele pe amândouă părțile. Se așază într-o formă rezistentă la foc. Se toarnă deasupra smântâna amestecată cu o linguriță de făină, se presară brânză rasă. Se dau o jumătate de oră la cuptor.

#### **414. DOVLECEI CU SMÂNTÂNĂ**

6 dovlecei mijlocii sau 1 kg dovlecei în floare, 1 lingură unt, 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină, sare.

Se rad dovleceii de coajă. Dacă sunt mici, în floare, se lasă întregi, cei mai mari se taie potrivit, în lung. Se pun în apă fierbinte, sărată, să dea câteva clocote. Când încep să se moaie, se scurge bine apa și se înăbușă puțin în unt. Se adaugă apoi smântâna amestecată cu făina. Se dau la cuptor, la foc mic. Dovleceii trebuie să fie fierți, dar nu sfărâmați.

#### **415. DOVLECEI CU SOS ALB**

6 dovlecei mijlocii, 2 l apă, sare, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă lapte, 2 linguri brânză rasă.

Se rad dovleceii de coajă, se rad apoi pe o răzătoare cu găuri mari, astfel încât să iasă lungi, ca tăiței. Se fierb puțin în apă clocotită, potrivit de sare. Când sunt aproape fierți, se scurg prin strecurătoarea de macaroane. În acest timp se face un sos alb din făină și unt, stins cu lapte (sau cu zeama de la dovlecei), se amestecă cu dovleceii și cu brânza rasă. Se așază într-o formă și se dau la cuptor să se rumenească.

#### **416. MÂNCARE DE DOVLECEI**

6 dovlecei mijlocii, 2 linguri unt, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 1 lingură bulion, 1 ceașcă zeamă de carne, pătrunjel verde tocat.

Se curăță dovleceii ca mai sus. Se înăbușă într-o cratiță cu puțin unt. Se face un sos din ceapă tăiată mărunt și prăjită ușor în unt, făină, o lingură de bulion, zeamă de carne. Se toarnă peste dovlecei, se țin până sunt fierți, dar nu sfărâmați. Înainte de a servi se adaugă puțin pătrunjel tocat.

#### **417. DOVLECEI ÎN FLOARE, GRECEȘTI**

1 kg dovlecei în floare, 2 linguri ulei, 100 g arpagic, 2 lingurițe mărar și pătrunjel verde tocat.

Se aleg dovlecei tineri, foarte proaspeți. Nu se rad, se spală numai și se rumenesc într-o cratiță cu puțin ulei. Separat se prăjește ușor, de asemenea în ulei, arpagicul, se stinge cu puțină apă și se lasă să fiarbă înăbușit, până se moaie. Se pune arpagicul în aceeași cratiță cu dovleceii, se adaugă puțină apă, verdeață tocată și se potrivește de sare. Se poate adăuga în sos și zeama de la o jumătate de lămâie.

Se dau la cuptor și când sunt gata, se servesc după ce s-au mai răcorit.

#### **418. DOVLECEI CU CARTOFI LA CUPTOR**

3 dovlecei, 300 g cartofi, 2 ouă, 1 lingură untură, 1 lingură brânză rasă, 1 linguriță verdeață tocată, 2 cești lapte, 50 g unt proaspăt, sare.

Se rad dovleceii, se curăță cartofii și se taie felii (cruzi). Se fierb ouăle răscapte. Se unge cu untură o formă rezistentă la foc, se așază un rând de felii de cartofi, un rând de felii de dovlecei, unul de felii de ouă răscapte, se presară brânză, puțină verdeață și din nou cartofi, dovlecei și ouă. Deasupra se toarnă lapte, potrivit de sărat, cât să acopere legumele din formă, se pun câteva bucățele de unt proaspăt și se dă la cuptor, la foc potrivit, până ce se fierb cartofii și dovleceii.

#### **419. DOVLECEI CU MAZĂRE ȘI VERDEAȚĂ**

1 kg dovlecei în floare, 4 roșii, 250 g mazăre verde boabe, 1 ceapă, 1 linguriță mărar și pătrunjel tocat, 2 linguri ulei, sare.

Se toacă ceapa mărunt și se prăjește cu puțin ulei. Se adaugă dovleceii în floare, proaspeți, câteva felii de roșii și verdeață tocată. Se potrivește de sare, se acoperă și se dă la cuptor. Când dovleceii sunt gata, se adaugă mazărea fiartă separat în apa cu sare. Mâncarea se servește rece.

#### **420. CHIFTELE DE DOVLECEI**

3 dovlecei mijlocii, 1 ou, 2 linguri făină, 1 linguriță verdeață tocată, sare, piper, 2 linguri untură.

Se fierb dovleceii și se scurg bine (se țin la scurs cel puțin o jumătate de oră, ca să lase apa din ei). Se toacă, se amestecă cu un ou, făină, piper, sare, verdeață. Se toarnă cu lingura într-o tigaie cu untură (sau ulei) fiterbinte. Se prăjesc pe ambele părți și se servesc cu salată.

#### **421. DOVLECEI PRĂJIȚI**

3 dovlecei mijlocii, 2 linguri făină, 1/2 ceașcă lapte, 3 linguri untură.

Se rad dovleceii de coajă și se taie fie în lung, fie rotund, în felii de 1/2 centimetru grosime. *Nu trebuie să se sareze înainte de a fi puși la prăjit.* Se înfierbântă untura. Pentru ca dovleceii să fie frumos rumeniți, trebuie prăjiți în untură multă. Se dau dovleceii în făină, se moaie în lapte și din nou se dau în făină. Se rumenesc pe ambele părți. Trebuie serviți imediat ce sunt gata. Dacă stau, se moaie cojița de deasupra. Se sarează la masă.

#### **422. DOVLECEI PANE**

3 dovlecei mijlocii, 1 lingură făină, 1 ou, 1 lingură pesmet, 3 linguri untură.

Se pregătesc dovleceii la fel ca pentru prăjit. Se dau prin făină, ou și pesmet. Se rumenesc în untură multă, fierbinte. Se servesc îndată ce sunt gata. Se sarează la masă.

#### **423. DOVLECEI UMPLUȚI CU MIEZUL LOR**

6 dovlecei mijlocii, 1 felie pâine, 2 cepe, 1 lingură făină, 1 ou, 1 lingură bulion sau 4 roșii, 1 linguriță verdeață tocată, sare, piper, 2 linguri untură sau ulei.

Se aleg dovlecei proaspeți de mărime mijlocie. Se rad, se taie în două și se scobesc. Miezul scos se toacă împreună cu o felie de pâine muiată și stoarsă și o ceapă prăjită. Se adaugă un ou, sare, piper, făină și verdeață tocată. Cu această compoziție se umplu dovleceii și se așază într-o cratiță cu puțină untură și se rumenesc. Separat se face următorul sos de roșii: se prăjește ușor o ceapă tocată cu puțină untură, se pune un vârf de lingură de făină, se stinge cu apă, se adaugă bulion, se lasă să dea câteva clocote și se toarnă în cratiță peste dovlecei. Se dă la cuptor o jumătate de oră până sunt dovleceii fragezi.

Aceeași mâncare se poate pregăti, înlocuind untura cu ulei și oul cu o lingură de făină.

#### **424. DOVLECEI UMPLUȚI CU BRÂNZĂ**

6 dovlecei mijlocii, 2 linguri unt sau untură, 2 linguri brânză, 1 lingură pesmet, sare, 2 linguri smântână.

Se rad dovleceii, se taie în două și se scobesc. Miezul se prăjește cu puțină untură, se amestecă cu brânza (fie brânză albă de Brăila, fie altă brânză) și cu pesmetul. Se potrivește de sare. Se umplu dovleceii și se pregătesc la fel ca mai sus, adăugând în sos, dacă avem, puțină smântână.

#### **\* ALTFEL DE DOVLECEI UMPLUȚI CU BRÂNZĂ**

6 dovlecei mijlocii, 150 g brânză de vacă, 2 ouă, 25 g unt proaspăt, mărar tocat, 1 lingură unt topit, 2 linguri smântână, sare.

Se aleg dovlecei mijlocii, se rad, se taie în două și se scobesc. Se opăresc și se lasă să se scurgă. Separat se freacă brânza de vacă cu ouăle și cu untul proaspăt. Se adaugă puțin mărar tocat și se potrivește de sare. Se umplu dovleceii, se așază într-o cratiță cu unt și se rumenesc la cuptor. Dacă este necesar, se toarnă câte puțină apă. Înainte de a servi, se adaugă smântâna.

#### **425. ALȚI DOVLECEI UMPLUȚI**

6 dovlecei mijlocii, 200 g brânză de vacă, 1 ou, 1 lingură pesmet, 2 linguri orez, 1 ceapă mică, 1 linguriță verdeață tocată, 2 linguri unt sau untură, 4 roșii sau 1 lingură bulion.

Se rad dovleceii, se taie în două sau în trei bucăți, după mărime, și se scobește miezul. Separat se freacă brânza de vacă cu ou și cu pesmet. Se adaugă orezul fiert cu puțină apă, o ceapă mică tocată și rumenită cu unt sau untură, sare, piper, verdeață tocată. Cu această compoziție se umplu dovleceii, se rumenesc pe toate părțile, în cratiță, cu o lingură de untură. Deasupra se toarnă un sos de roșii și se dau la cuptor să fiarbă înăbușit, până sunt dovleceii fragezi.

#### **426. DOVLECEI UMPLUTI CU SUFLEU DE BRÂNZĂ**

5 dovlecei frumoși, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă lapte sau apă, 2 linguri brânză, 2 ouă, sare.

Se aleg dovlecei frumoși. Se taie în patru, întâi în lat, apoi fiecare bucată în două, în lungime. Se opăresc în apă clocotită cu sare. Se scot, se scurg, iar când s-au răcorit, fiecare sfert se scobește înăuntru. Separat se face un sos gros dintr-o lingură rasă de unt și o lingură plină de făină, care se stinge cu apă sau cu lapte, amestecând mereu să nu se facă cocoloși, până se îngroașă bine și se desface de pe cratiță. Se dă la o parte să se răcorească, apoi se adaugă brânză rasă, sare și pe rând două gălbenușuri și cele două albușuri bătute spumă. Cu această compoziție se umplu sferturile de dovlecei, se așază unele lângă altele într-o tavă unsă cu unt. Se presară deasupra brânză rasă, se dau la cuptor, se țin până ce crește umplutura. Se scot și se așază pe farfurie.

#### **427. DOVLECEI CU ROȘII LA CUPTOR**

3 dovlecei mijlocii, 500 g roșii, 1 lingură făină, 190 g brânză albă, 2 linguri unt sau untură, sare.

Se aleg dovlecei de mărime potrivită. Se rad, se taie felii rotunde și se prăjesc în unt sau în untură. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se așază rânduri de dovlecei alternând cu felii de roșii și cu felii subțiri de brânză de Brăila. Se potrivesc de sare, se presară deasupra brânză rasă și se pun câteva bucățele de unt. Se dau la cuptor. Se servesc în formă. Se mai pot pregăti dovleceii ca mai sus, așezându-i în formă cu felii de roșii, și înlocuind brânza cu câțiva căței de usturoi, tocați și rumeniți cu puțină untură. Deasupra se presară pesmet și câteva bucățele de unt.

#### **428. SUFLEU DE DOVLECEI**

4 dovlecei mijlocii sau 750 g dovlecei în floare, 3 linguri unt, 2 linguri făină, 1/2 ceașcă lapte sau apă, 2 linguri brânză, 3 ouă, sare.

Se rad dovleceii, se taie în bucăți potrivite și se opăresc cu apă clocotită și sare. Se scurg, se așază într-o formă de pământ (terină), cu unt. Se țin puțin pe foc până iese toată umezeala din ei. Se face separat o compoziție ca pentru sufleul de fasole (v. 434). Se toarnă deasupra, se presară brânză rasă. Se dă o oră la cuptor, la foc mijlociu, până crește. Se servește în formă.

#### **429. PILAF CU DOVLECEI**

3 dovlecei mijlocii, 1 ceașcă orez, 1 ceapă, 2 linguri ulei, sare, mărar tocat, 2 cești cu apă. Pentru sos: 500 g roșii, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță făină, 1 frunză de țelină, sare.

Se rad dovleceii, se taie și se rumenesc cu puțin ulei. Se pregătește orezul ca pentru pilaful de urzici (v. 401). Se așază într-o cratiță orezul și dovleceii, împreună cu uleiul în care au fost prăjiți, se adaugă apă, două cești la o ceașcă de orez. Se potrivește de sare. Se pune verdeață, se acoperă, se lasă să fiarbă la cuptor, la foc mic, o jumătate de oră. Este gata

când bobul de orez se strivește ușor între degete. Se servește cu sos de roșii pregătit din roșii fierte cu sare, zahăr, făina și o frunză de țelină. Orezul poate fi înlocuit cu arpacaș, care trebuie muiat din ajun pentru ca să fiarbă mai ușor.

#### **430. FASOLE VERDE CU ULEI**

1 kg fasole grasă, 1 ceapă, 2 linguri ulei, 4 roșii, 1 linguriță făină, 1 linguriță verdeață tocată, sare.

Se curăță fasolea, de preferință fasole grasă. Se pune în apă fierbinte să dea câteva clocote. Se prăjește cu ulei o ceapă tocată, se pune făină și se stinge cu apă. Se adaugă roșiile curățite de pielețe sau bulion, verdeață și fasolea scursă de apă. Se potrivește de sare și se dă la cuptor.

#### **431. FASOLE VERDE CU OMLETĂ LA CUPTOR**

750 g fasole, 3 ouă, 1 lingură făină, 3 linguri lapte, 2 linguri unt, sare.

Se curăță fasolea și se fierbe. Se scurge și se așază cu unt într-o formă rezistentă la foc. Separat se bat ouăle ca pentru omletă, cu făină și lapte sau smântână. Se potrivește de sare. Se toarnă compoziția peste fasole și se dă la cuptor. Se ține până se prinde ca o omletă. Se servește în formă.

#### **432. FASOLE VERDE CU UNT PROASPĂT**

1,500 kg fasole, 50 g unt proaspăt, sare.

Se curăță fasolea rupând-o la capete. Se spală și se pune la fiert în apă clocotită cu un praf de sare. Se fierbe descoperită, la foc potrivit. Se scurge, se adaugă puțin unt proaspăt, mișcând cratița pentru ca untul să le cuprindă bine. Se potrivește de sare și se servește fără să se mai țină pe foc.

#### **433. FASOLE VERDE CU SMÂNTÂNĂ**

1,500 kg fasole, pentru rest aceleași cantități ca la “Dovlecei cu smântână”.

Se curăță fasolea și se fierbe cu apă clocotită. Se scurge și se pregătește la fel ca dovleceii cu smântână (v. 414).

#### **434. SUFLEU DE FASOLE VERDE**

750 g fasole fidea, pentru rest aceleași cantități ca la “Sufleu de dovlecei” (v. 428).

Se curăță fasolea și se fierbe în apă clocotită cu puțină sare. Se scurge, se așază cu unt într-o formă rezistentă la foc și se ține pe mașină până iese umezeala din fasole. Separat se prăjesc două linguri nu prea pline de făină, în două linguri de unt topit, fierbinte. Se amestecă, fără să se rumenească de loc și se sting cu lapte sau cu apă. Se lasă să fiarbă până se îngroașă bine și se desface de pe cratiță. Se dă la o parte. Când compoziția s-a răcorit

puțin, se adaugă brânza rasă și gălbenușurile puse pe rând.

Se potrivește de sare. La sfârșit se adaugă albușurile spumă. Se toarnă compoziția peste fasole, se stropește cu unt, se presară brânză, se dă la cuptor o oră. Se servește când a crescut frumos.

#### **435. FASOLE BOABE, FIARTĂ**

500 g fasole uscată, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 frunză de dafin, sare.

Se alege fasolea și se spală. Înainte de a fi pusă la fiert, se ține două ore în apă caldă. Se scurge și se pune într-o oală cu apă rece, cât să le cuprindă bine. Se pune pe foc mic, să înceapă încet să fiarbă. După ce dă în clocot se trage la o parte, se scurge și se pune din nou pe foc potrivit, cu altă apă fierbinte. Se adaugă o ceapă, zarzavatul, o frunză de dafin, spre sfârșit se pune sarea. Se fierbe pe foc mic. Numai astfel boabele rămân întregi. Se servește caldă sau rece, cu murături. După gust se pot adăuga doi, trei căței de usturoi. Când se așază în castron sau în farfurie, se scoate zarzavatul și frunza de dafin. Dacă fasolea este mai veche se moaie în apă din ajun.

#### **436. FASOLE BOABE CU SLĂNINĂ**

500 g fasole uscată, 1 păhărel vin roșu, 1 ceapă, 2 linguri untură, 100 g slănină afumată, 1 lingură bulion, 1 frunză de dafin.

Se alege fasole cu bobul mare. Se ține, înainte de a fi pusă la fiert, două ore în apă abia caldă. Se scurge și se pune într-o oală cu apă rece, care să o acopere cu un strat de un deget. Se pune oala pe foc mic, să înceapă să fiarbă cu încetul. Cum dă în clocot, se trage la o parte, se scurge și se pune din nou la foc potrivit, cu apă fierbinte, în cantitate egală cu aceea vărsată. Se adaugă un păhărel de vin roșu. Se lasă să fiarbă la foc potrivit, se ia spuma. Separat se prăjește în untură o ceapă tăiată mărunt și se pune în oală, după ce fasolea a început să fiarbă, împreună cu slăcina afumată, tăiată mărunt, o lingură de bulion, o frunză de dafin; spre sfârșit se pune sarea. Fasolea, după soi, trebuie să fiarbă circa 1 1/2—3 ore. Dacă scade prea mult în timpul fiertului, se mai adaugă puțină apă clocotită.

#### **437. IAHNIE DE FASOLE**

500 g fasole uscată, 3 cepe, 2 linguri ulei, 1 lingură bulion, 1 frunză de dafin.

Se alege fasolea și se fierbe după cum s-a arătat mai sus. Se prăjește separat, în ulei, ceapa tăiată peștișori și când fasolea este fiartă, se amestecă cu aceasta, se adaugă bulion, o frunză de dafin, sare. Se țin să dea câteva clocote împreună. Nu trebuie lăsată să scadă prea tare; se servește răcorită.

#### **438. FASOLE BĂTUTĂ**

500 g fasole uscată, 2 cepe, 2 linguri ulei, sare, 1 căpățână usturoi.

Se alege fasolea boabe și se fierbe (v. 436). Dacă fasolea este nouă, nu trebuie ținută în apă

mai înainte. Se trece fierbinte prin sită și se bate bine la foc până crește. Se servește cu ceapă prăjită în ulei sau cu mujdei de usturoi și cu mămliguță.

#### **439. MAZĂRE VERDE ÎNĂBUȘITĂ**

1 kg mazăre boabe, verde, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr, sare.

Mazărea pentru gătit trebuie să fie proaspătă, altfel nu este gustoasă. Se alege mazărea și se pune la foc cu o lingură de unt. Se acoperă, se ține să fiarbă înăbușit, la foc mic. Din când în când se adaugă câte o lingură de apă. Se pune sare, o linguriță de zahăr. Se servește cu frigănele sau cu crochete.

#### **440. MAZĂRE VERDE FIARTĂ**

1 kg mazăre boabe, verde, 1 l apă, 50 g unt proaspăt, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță mărar verde tocat, sare.

Se alege mazărea, se pune la fiert cu apă clocotită și cu un praf de sare. Trebuie să fiarbă circa o jumătate de oră, nu însă la foc mare. Când este gata, se scurge, se lasă o clipă pe mașină, ca să nu mai aibă de loc apă. Se pune sare, o linguriță de zahăr, o linguriță de mărar verde tocat și unt proaspăt.

#### **441. MAZĂRE VERDE CU SLĂNINĂ**

1 kg mazăre verde boabe, 200 g arpagic, 150 g slănină fiartă, 1/2 lingură făină, 1 lingură unt.

Se alege mazărea. Se prăjesc ușor cu puțin unt arpagicul și slăcina fiartă, tăiată în mici cuburi. Când sunt puțin rumenite, se pune și mazărea. În acest timp, se face un rântaș din unt cu făină. Se stinge cu o ceașcă de apă. Se toarnă sosul peste mazăre, se lasă să fiarbă circa jumătate de oră. Se potrivește de sare, se servește cu crochete.

#### **442. SUFLEU DE MAZĂRE**

500 g mazăre verde, boabe, pentru rest aceleași cantități ca la "Sufleu de fasole".

Se pregătește la fel ca sufleul de fasole (v. 434).

#### **443. MAZĂRE VERDE PĂSTĂI**

1 kg mazăre păstăi, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță făină, sare.

Se curăță păstăile de mazăre ca și fasolea verde, apoi se pregătesc ca mazărea verde boabe.

#### **444. MAZĂRE BĂTUTĂ**

500 g mazăre uscată, 3 cepe, 1 cartof, sare, 2 linguri ulei, 1 căpățână usturoi.

Se alege mazărea uscată. Se spală și se lasă să stea două ore în apă calduță. Se scurge și se

pune cu apă rece pe foc potrivit, să înceapă să fiarbă cu încetul. Se ține circa două, trei ore. Se adaugă de la început o ceapă și un cartof. Când mazărea este bine fiartă și mai ales foarte scăzută, se trece fierbinte prin sită; se pune din nou într-o oală și se bate pe marginea mașinii, până se umflă și devine spumoasă. Se potrivește de sare. Se servește cu ceapă prăjită în ulei sau cu mujdei de usturoi, de asemenea cu miez de varză acră.

Mazărea bătută este mai bună dacă la două părți mazăre se adaugă o parte de fasole bătută.

#### **445. LINTE FIARTĂ**

500 g linte, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 50 g unt proaspăt.

Se alege linte cu grijă, bob cu bob, ca să nu rămână pietricele prin ea, Se ține două ore în apă caldută. Se pune la fiert cu apă rece, cu o ceapă și zarzavat. Trebuie să fiarbă încet, ca să nu se terciuiască. Sare se pune numai la sfârșit, când linte este aproape fiartă, altfel rămâne tare. Când este gata, se scurge și se adaugă o bucată de unt proaspăt. Untul trebuie să fie tăiat în bucăți mici ca să se topească repede. Se amestecă, se servește fierbinte.

#### **446. LINTE CU SLĂNINĂ**

500 g linte, pentru rest aceleași cantități ca la “Fasole boabe cu slănină”.

Se alege, se fierbe și se pregătește la fel ca fasolea boabe cu slănină (v.436). Nu se pune vin în mîncare.

#### **447. LINTE BĂTUTĂ**

500 g linte, sare, 2 cepe, 2 linguri ulei.

Se pune linte la fiert, la fel ca mai sus. Se scurge, se trece fierbinte prin sită. Se pune din nou în cratiță și se bate pe mașină până devine spumoasă. Se mai adaugă câte puțin din apa în care a fiert, ca să nu fie prea groasă. Se servește cu ceapă prăjită în ulei. Este foarte gustoasă dacă la fiert se adaugă câteva felii de slănină afumată, tăiată mărunt, iar înainte de a fi servită, se amestecă cu puțin unt proaspăt.

#### **448. CHIFTELE DE LINTE**

250 g linte, 1 felie pâine, 1 ceapă mică, 1 ou, sare, piper, 1 lingură făină, 2 linguri untură.

Se fierbe linte așa cum s-a arătat mai sus. Se scurge bine. Se trece prin mașina de tocat adăugând o felie mai groasă de pâine muiată în apă și stoarsă bine, ceapă prăjită în untură, un ou, sare, piper și doi căței de usturoi (după gust). Se fac cu mâna chiftele care se dau prin făină și se prăjesc în untură. Sunt gustoase și pot fi servite în locul chiftelelor de carne, când lipsește carnea.

#### **449. ROȘII UMLUTE CU OREZ**

12 roșii potrivit de mari, 2 cepe, 1 ceașcă de orez, 2 linguri ulei, 1 linguriță verdeață, sare, piper. Pentru sos: miezul de la roșii, 1 ceapă, 1 lingură ulei, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr, sare.

Se aleg roșii netede, rotunde și potrivit de mari. Se taie un căpăcel în partea unde a fost codița, se scot miezul și semințele cu grijă, ca să nu se spargă roșiile, și se pun cu gura în jos, să se scurgă. Separat se prăjește în ulei ceapa tăiată mărunt, se adaugă orezul, și când începe să se îngălbenească, se stinge cu apă. Se ține câteva minute pe foc să înflorească orezul (începe să se umfle). Se dă la o parte, se adaugă verdeață tocată, sare și piper. Se umplu roșiile. Se așază într-o cratiță cu un sos făcut dintr-o lingură de ulei în care s-a prăjit o ceapă tocată, miezul scos din roșii, făină, zahăr și sare. Se dă la cuptor să fiarbă puțin, la foc potrivit. Roșiile trebuie să rămână întregi, frumoase.

Tot atât de gustoase sunt și roșiile umplute cu arpacaș. Se fac la fel, arpacașul trebuie însă muiat în apă din ajun, ca să fiarbă mai repede.

#### **450. ROȘII UMLUTE CU CIUPERCI**

12 roșii mijlocii, 250 g ciuperci, 2 cepe, 2 linguri ulei, 1 linguriță bulion de ardei, 1 cățel de usturoi, 1 lingură pesmet, 1 linguriță zahăr, sare, piper.

Se pregătesc roșiile ca mai sus. Se lasă să se scurga. Se prăjește în ulei ceapa tocată mărunt. Se spală ciupercile, și după ce se îndepărtează vârful piciorului, se toacă mărunt. Se pun în uleiul cu ceapă, se adaugă sare, piper. Se amestecă și când ciupercile încep să se moaie, se adaugă o linguriță de bulion de ardei, usturoiul sfărâmat, o lingură bună de pesmet și puțină apă. Se amestecă pe foc până când compoziția devine destul de groasă. Se umplu roșiile și se presară pesmet. Se pun la cuptor cu o lingură de ulei și puțin bulion de roșii subțiat; se amestecă cu o linguriță de zahăr. Se servesc reci. În loc de ulei se pot pregăti cu unt, dar se servesc calde.

#### **451. ROȘII CU SUFLEU DE BRÂNZĂ**

12 roșii mijlocii, 2 ouă, 1 lingură făină, 2 linguri unt, 1 1/2 ceașcă lapte sau apă, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se aleg roșii rotunde, frumoase, se taie în două în lățime, se scobește miezul. Se lasă cu gura în jos să se scurgă. Se prăjește ușor făina cu o lingură de unt, se stinge cu lapte. Se face un sos destul de gros, se adaugă brânză rasă, gălbenușurile, sarea și la sfârșit albușurile bătute spumă. Se așază roșiile într-o formă cu marginile joase, unsă bine cu unt, se pune în fiecare câte o lingură de umplutură, se presară brânză și se dau la cuptor, la foc potrivit. Se servesc în formă.

#### **452. ARDEI UMLUȚI CU OREZ**

12 ardei, pentru rest aceleași cantități ca la "Roșii umplute cu orez".

Se spală ardeii, se scoate capacul în jurul codiței și se pre-gătesc la fel ca roșiile cu orez (v.

449). In orez se poate adăuga un morcov ras pe răzătoarea mică. După ce s-au așezat în cratiță, înainte de a tuma sosul, se lasă să se rumenească puțin în ulei, întorcându-i pe toate părțile. Se toarnă sosul, se dau la cuptor. Se servesc reci.

#### **453. ARDEI UMPLUȚI CU ARPACAȘ**

Se fac la fel ca ardeii umpluți cu orez; arpacașul se moaie în apă din ajun și se ține ceva mai mult la fiert, ca să nu rămână bobul tare.

#### **454. ARDEI UMPLUȚI CU VINETE**

12 ardei, 3 vinete mijlocii, 1 felie de pâine, 1 ceapă, 1 ou, 1 lingură făină, sare, piper, 2 linguri untură. Pentru sos: 500 g roșii, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr, sare, 1 frunză de țelină.

Se scot cotoarele de la ardei și se curăță de semințe. Se coc vinetele ca pentru salată, se toacă împreună cu puțin miez de pâine albă muiat în lapte și o ceapă tocată, prăjită. Se adaugă un ou, sare, piper și făină. Se umplu ardeii cu această compoziție, se înmoaie capătul în puțină făină și se prăjesc în untură, Se așază în cratiță cu un sos de roșii (v. 63) și se dau la cuptor să fiarbă încet.

#### **455. PILAF DE ARDEI**

6 ardei grași, pentru rest aceleași cantități ca la "Pilaf de praz".

Se pregătește la fel ca pilaful de praz (v. 494) înlocuind prazul cu câțiva ardei grași tăiați ca fideaua și înăbușiți în ulei. Se adaugă la fiert și puțin mărar tocat.

#### **456. VINETE ÎMPĂNATE (IMAMBAILDI)**

6 vinete potrivite, 4 cepe, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 țelină, 1 ardei gras, 1/2 varză, 6 căței de usturoi, frunze și cozi de țelină, 2 linguri ulei. Pentru sos: 2 linguri bulion sau 300 g roșii, 1 linguriță făină, 1 lingură ulei, 1 linguriță zahăr, sare.

Se aleg vinete proaspete, mai mici. Se taie capătul dinspre coadă, apoi cu un cuțit mic se fac patru despicături în lungime, fără a pătrunde prea adânc. Se țin circa 10 minute în apă clocotită. Se scot, se sarează, se așază una lângă alta pe un fund de lemn, iar deasupra se pune alt fund cu greutate pe el. Se lasă astfel la teasc o jumătate de oră, să se scurgă și să iasă amăreala din ele. Între timp se taie ceapa peștișori și se rumenește în ulei. Se taie ca fideaua tot zarzavatul și se prăjește de asemenea în ulei. Când zarzavatul s-a muiat, se umplu vinetele prin despicături, adăugând și câte un fir de usturoi, se leagă cu frunze de țelină opărite și se așază într-o cratiță. Dacă mai rămâne zarzavat, se pot umple și câțiva ardei grași, care se așază printre vinete. Se face un sos din puțin ulei, bulion sau câteva roșii date prin sită, sare, piper, o linguriță de zahăr și făină. Se toarnă sosul în cratiță și se lasă să fiarbă înăbușit, la foc potrivit, o jumătate de oră. Se servește rece.

#### **457. VINETE GRECEȘTI**

3 vinete mijlocii, 1 lingură făină, 3 căpățâni de usturoi, 500 g roșii, 3 linguri ulei, 1 linguriță zahăr, sare.

Se aleg vinete mijlocii, se taie felii, se opăresc câteva minute în apă clocotită cu sare și se țin 20 minute sub teasc. Se scurg, se dau prin făină și se rumenesc în ulei la foc mijlociu, încet, ca să fie bine pătrunse. Se curăță usturoiul, se prăjește ușor cu puțin ulei, se adaugă roșiile fără coajă, zahărul și sarea. Se lasă să fiarbă acoperit până ce usturoiul începe să se moaie. Se așază feliile de vinete frumos pe farfurie, iar la mijloc se toarnă sosul de roșii cu usturoi.

#### **458. VINETE CU BRÂNZĂ LA CUPTOR**

3 vinete mijlocii, 3 linguri făină, 4 linguri unt sau untură, 1 1/2 ceașcă cu lapte, 100 g brânză, sare, 1 linguriță pesmet, unt proaspăt cât o nucă.

Se prăjesc vinetele ca pentru "Vinete grecești" (v. mai sus) și se prăjesc în unt sau untură. Separat se face un sos alb din două linguri de unt în care se prăjesc ușor două linguri de făină și se stinge cu lapte. Se adaugă brânză rasă, se potrivește de sare și de piper. Într-o formă rezistentă la foc, se așază rânduri alternând de vinete și de sos. Deasupra se presară pesmet și se adaugă câteva bucățele de unt. Se dă la cuptor până începe să se rumenească.

#### **459. VINETE UMLUTE CU OREZ**

6 vinete mijlocii, 1/2 ceașcă orez, 500 g roșii, 1 ceapă, 1 cățel de usturoi, 1 linguriță de zahăr, sare, piper, 2 linguri ulei, 1 lingură pesmet.

Se aleg vinete potrivit de mari. După ce s-a tăiat capătul dinspre coadă, se taie vinetele în două, în lungime. Se pun în apă clocotită și se țin un sfert de oră. Se scot, se sărează și se așază pe masa de lemn, deasupra punându-se un fund cu greutate pe el. Se țin astfel o jumătate de oră să se scurgă. Se prăjește o ceapă tăiată mărunt cu o lingură de ulei. Se adaugă roșiile tăiate bucăți, usturoiul, zahărul, sare, piper. Se lasă totul să fiarbă până se obține un sos bine scăzut, se trece prin sită. Se fierbe separat în apă 1/2 ceașcă de orez. Se scobesc jumătățile de vinete, se toacă miezul, se amestecă cu orezul scurs de apă și cu o parte din sos. Se unge cu ulei o formă de pământ cu margini joase, se așază vinetele; cu o lingură se pune umplutură în fiecare, se presară pesmet, se dă la cuptor la foc potrivit. Când sunt gata, se toarnă împrejur sosul de roșii care a mai rămas. Aceași mâncare se poate pregăti cu unt, servindu-se caldă.

#### **460. VINETE UMLUTE LA CUPTOR**

6 vinete mijlocii, 1 lingură făină, 2 linguri brânză rasă, 2 ouă, 1 ceașcă lapte, 2 linguri unt.

Se pregătesc vinetele la fel ca mai sus. După ce au stat o jumătate oră la teasc, se scot, se scobește miezul și se așază vinetele într-o formă de pământ unsă cu unt. Dintr-o lingură de unt și una de făină se face un rântaș care se stinge cu puțină apă sau lapte. Se amestecă cu brânza, miezul de la vinete bine tocat, gălbenușurile, sare și la urmă albușurile spumă. Cu o

lingură se umplu vinetele cu această compoziție, se presară brânză rasă și se dau la cuptor, la foc bun. Se servesc în formă.

#### **461. VINETE PORTUGHEZE**

4 vinete mijlocii, 150 g brânză, 2 linguri făină, 2 linguri untură, 2 cepe, 500 g roșii, 1 fir de usturoi, cimbru, dafin, sare, piper, 1 linguriță zahăr, 1 lingură unt, 1 linguriță pesmet.

Se aleg vinete mijlocii, se taie felii de 1 cm grosime. Se opăresc, se scurg, se sarează și se pun pe un fund de lemn să stea 20 de minute cu un teasc deasupra. Separat se înfierbântă o lingură de unt în care se prăjesc cepele tăiate mărunt. Se adaugă roșiile tăiate în două, un fir de usturoi, cimbru, frunză de dafin, sare, piper, și zahăr. Se lasă să fiarbă înăbușit o jumătate de oră, până ce sosul se îngroașă. Se șterg feliile de vinete, se dau prin făină și se prăjesc în untură. Se trece sosul prin sită, se pun câteva linguri pe fundul unei forme rezistente la foc, iar deasupra câteva feliuțe subțiri de brânză albă (telemea). Se așază apoi feliile de vinete, se repetă din nou punând sos, felii de brânză și apoi vinete. Când totul este așezat, se toarnă deasupra sosul care a mai rămas, se presară brânză rasă amestecată cu pesmet, se stropește cu unt, se dă la cuptor, la foc iute. Se servesc în formă.

#### **462. MÂNCARE DE VINETE CU ROȘII ȘI ARDEI**

2 — 3 vinete mijlocii, 1 kg roșii, 2 cepe, 6 ardei grași, 2 — 3 căței de usturoi, 2 — 3 linguri ulei, mărar, pătrunjel, sare, piper.

Se taie roșiile felii. Se așază un rând pe fundul cratiței, apoi se pune un rând de ceapă crudă tăiată peștișori (felii subțiri). Se taie în patru vinetele, se opăresc, se scurg, se așază peste ceapă, iar deasupra se pun ardei grași tăiați rotocoale. Peste ardei se pun câțiva căței de usturoi tăiați în două, mărar, pătrunjel tocat, sare și piper (facultativ). Deasupra se pune restul de roșii tăiate felii. Se acoperă cratița cu capacul și se lasă să fiarbă la foc mic. Când începe să lase apă, se adaugă uleiul. Se mișcă cratița din când în când, pentru a se controla dacă nu s-a prins de fund. Se dă la cuptor până ce scade complet. Se lasă să se răcească în cratiță și se răstoarnă ca o budincă.

#### **463. VINETE COAPTE, CU BRÂNZĂ**

6 vinete mijlocii, 200 g brânză, 2 linguri unt, 1 linguriță pesmet, sare.

Se aleg vinete mijlocii. Se coc la fel ca pentru salată observând ca să rămână cât mai albe. Nu se toacă. Se dă sare. Se unge o formă cu unt, se așază felii subțiri de brânză, deasupra se pun trei vinete întregi care se întind cu cuțitul, astfel încât să formeze un strat; se pune unt, apoi iar brânză și vinete. Deasupra se presară brânză rasă amestecată cu pesmet, se stropește cu unt, se dau la cuptor la foc iute. Se servesc în formă.

#### **464. CHIFTELE DE VINETE CU SOS DE ROȘII**

3 vinete mijlocii, 2 ouă, 2 linguri făină, sare, piper, 3 linguri ulei. Pentru sos: 500 g roșii, 1 ceapă, 1 linguriță zahăr, sare.

Se coc vinetele, se curăță și se așază pe un fund inclinat să se scurgă. Se toacă și se amestecă cu două ouă, sare, piper și făină, astfel încât compoziția să fie mai mult moale. Se iau cu lingura din compoziție și se dă drumul chiftelelor în ulei încins, prăjindu-le pe ambele părți. Separat se fierb roșiile, se trec prin sită și se amestecă cu puțină ceapă prăjită. Se adaugă sare și o linguriță de zahăr. Se ține să dea câteva clocote. Se așază chiftelele în sosul de roșii și se lasă pe marginea mașinii să fiarbă foarte încet, ca să nu se sfărâme. Se servesc calde sau reci.

#### **465. BAME GRECEȘTI**

1 kg bame, 3 cepe, 500 g roșii sau 2 linguri bulion, 1 ceașcă oțet sau borș, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr, sare, 3 linguri ulei.

Bamele trebuie să fie tinere și proaspete, altfel sunt băloase. Se rup codițele și se opăresc cu borș sau cu oțet îndoit cu apă. Se țin astfel un sfert de oră, se scurg și se spală în 2 — 3 ape reci. Se prăjesc ușor în ulei cepele tăiate mărunt, se presară făina, se sting cu apă, se adaugă bulion sau roșii curățate de semințe, zahăr și sare. Se pun bamele în sos. Se lasă să fiarbă încet. Ca să nu se sfărâme. Se servesc reci.

#### **466. CONOPIDĂ CU UNT**

2 conopide mari, 50 g unt, 1 lingură pesmet, sare.

Se aleg conopide cu floare albă și frumoasă. Se taie coada cât mai aproape de căpățână. Cu un cuțit mic se desprind toate frunzulițele din jurul conopidelor. Se spală în apă rece și se pun la fiert într-o oală cu apă clocotită, sărată. Se fierb circa o jumătate de oră, descoperit, la foc iute, Conopida se fierbe totdeauna aproape de masă, deoarece stând în apă, se înroșește. Când sunt gata, se scurg bine de apă, se așază pe farfurie, se toarnă deasupra unt topit și se presară pesmet puțin rumenit în unt. Se poate servi cu sos de roșii (v. 63) sau cu sos alb pregătit cu unt, o lingură de făină și apa în care a fiert conopida. Această apă în nici un caz nu se aruncă, deoarece poate servi la pregătirea unei supe de zarzavat foarte gustoasă.

#### **467. CONOPIDĂ LA CUPTOR**

1 conopidă mare sau 2 mijlocii, 1/2 lingură făină, 2 linguri unt, 1 ceașcă lapte, 2 linguri smântână, 2 linguri brânză rasă, 1 linguriță pesmet, sare.

Se desface o conopidă, mare, frumoasă, se rup buchetele, se taie la fiecare codița și frunzele mici, verzi, dimprejur. Se spală, se fierbe în apă clocotită cu sare și se scurge bine. Se așază într-o formă unsă cu unt. Cât fierbe conopida, se face un sos alb din 1/2 lingură de unt și 1/2 lingură făină. Se stinge cu o ceașcă de lapte sau cu apa în care a fiert conopida. Se ține puțin să fiarbă, dar să nu se îngroașe, să rămână ca o smântână. Dacă este necesar, se mai

adaugă lapte. Când este gata, se amestecă cu smântână și cu brânză rasă și se toarnă peste conopidă, încet, ca să pătrundă printre buchete. Se presară cu brânză amestecată cu pesmet, se stropește cu unt. Se dă la cuptor iute, până se rumenește deasupra.

#### **\* ALT FEL DE CONOPIDĂ LA CUPTOR**

1 conopidă mare, 1 ceașcă smântână, 3 ouă, 1 linguriță făină, 1 lingură unt sau untură, 1 lingură brânză, 1 lingură pesmet.

Se spală o conopidă frumoasă și se fierbe ca mai sus. Se bat ouăle, se amestecă cu smântâna, făina și sarea. Se unge o formă rezistentă la foc cu untură și se presară pesmet prajit. Se așază buchetele de conopidă, deasupra se toarnă sosul, se adaugă câteva bucățele de unt, se presară brânză și se dă la cuptor.

#### **468. CONOPIDĂ CU CIUPERCI LA CUPTOR**

1 conopidă mare, 200 g ciuperci, 2 linguri făină, 2 linguri unt, 1 1/2 ceașcă lapte, 1 gălbenuș, unt proaspăt cât o nucă, 1 lingură brânză, sare.

Se fierbe o conopidă frumoasă în apă cu sare. Când este gata, se desfac buchetele. Între timp se curăță ciupercile, se taie felii subțiri și se înăbușă cu puțin unt. Separat se face un sos dintr-o lingură de unt și două linguri de făină, se stinge cu două cești de lapte sau de apă în care a fiert conopida. Când este fiert și potrivit de gros, se amestecă cu un gălbenuș și, cu câteva picături de lămâie. Se potrivește de sare. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se așază câteva buchete de conopidă într-un strat cât mai egal, un rând de ciuperci iar deasupra restul de conopidă. Se toarnă apoi sosul de făină. Se mai presară puțină brânză, se adaugă câteva bucățele de unt și se dă la cuptor până începe să se rumenească. Se servește în formă.

#### **469. SUFLEU DE CONOPIDĂ**

1 conopidă mare, 3 ouă, 1/2 lingură făină, 1 ceașcă lapte, 3 linguri brânză, 1 ceapă, 2 linguri unt, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se fierbe conopida, se scurge, se trece prin sită. Separat se prăjește ușor o ceapă tocată mărunt, cu o lingură de unt. Se adaugă făina, se stinge cu lapte sau cu apă. Se ține să fiarbă până se îngroașă ca o smântână. Se amestecă cu conopida, se adaugă două linguri de brânză rasă, trei gălbenușuri, o bucătică de unt proaspăt cât o nucă și la sfârșit trei albușuri bătute spumă. Se potrivește de sare. Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt. Se presară brânză. Se dă la cuptor la foc potrivit, ținându-se până crește și se rumenește frumos deasupra. Același sufleu se poate pregăti și din dovlecei. Cine nu dorește să pună ceapă în sufleu, poate prăji direct făina în unt, continuând apoi ca mai sus.

#### **470. VARZĂ DE BRUXELLES CU UNT**

1 kg varză, 2 linguri unt, sare.

Se alege varza cât mai mică, deoarece aceasta este tânără. Se curăță de frunzele galbene, se

spală în mai multe ape și se pun la fiert în apă clocotită, care trebuie să le acopere , bine. Se pune sare. Se țin să fiarbă descoperit, la foc iute un sfert de oră. Se scurg, se pun într-o cratiță cu o lingură de unt și se mai țin un sfert de oră, până ce le pătrunde untul. Se mișcă cratița ca să nu se prindă pe fund. Înainte de a servi se mai adaugă 2 — 3 bucățele mici de unt proaspăt.

#### **471. VARZĂ DE BRUXELLES CU BRÂNZĂ**

1 kg varză, 2 linguri unt, 3 linguri brânză, sare.

Se fierbe varza în apă multă, se scurge. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se presară brânză rasă. Se așază varza, punând între rânduri puțină brânză rasă și unt. Se presară brânză și deasupra, se stropește cu unt, se dă la cuptor câteva minute, până se rumenește.

#### **472. VARZĂ DE BRUXELLES LA CUPTOR**

1 kg varză, pentru rest aceleași cantități ca la “Conopidă la cuptor”.

Se fierbe varza cu multă apă, se scurge, se pregătește la fel cu conopida la cuptor (v. 467), cu sos alb sau numai cu smântână.

#### **473. VARZĂ ROȘIE ÎNĂBUȘITĂ**

1 varză cam de 1 kg, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 1 păhărel vin roșu, 2 linguri untură, sare.

Se taie o varză roșie ca fideaua. Separat se prăjește o ceapă tăiată mărunt în untură. Se adaugă varza, se presară făină, se toarnă un păhărel de vin roșu. Se potrivește de sare și se lasă să fiarbă înăbușit circa două ore.

#### **474. VARZĂ DULCE CĂLITĂ**

1 varză de 1 kg, 3 linguri untură, 10 boabe piper, sare.

Se înfierbântă untură sau ulei într-o cratiță. Se taie varza ca fideaua, se pune în cratiță și se ține pe foc potrivit să se rumenească încet o oră. Din când în când se amestecă cu lingura, ca să nu se prindă pe fund și se toarnă câte o lingură de apă, dacă este necesar. Se potrivește de sare și se adaugă câteva boabe de piper. Se poate acri (după gust) cu puțin borș sau cu sare de lămâie dizolvată în apă.

#### **475. VARZĂ CU TĂIȚEI**

1 varză mică, 300 g tăiței, 2 linguri unt, 2 linguri untură, sare, piper.

Se taie ca fideaua o varză dulce și se pune într-o cratiță cu o lingură de untură, ținându-se până începe să se moaie. Se potrivește de sare și piper, care nu trebuie să lipsească. Între timp se fierb tăiței (trebuie să fie cantități aproximativ egale de varză și de tăiței), se scurg și se amestecă cu unt. Se așază într-o formă rezistentă la foc, un rând de varză, unul de tăiței și așa mai departe. Deasupra se pun câteva bucățele de unt și se dă la cuptor să se

rumenească.

#### **476. VARZĂ ACRĂ CĂLITĂ**

1 varză mare, 3 linguri untură sau ulei, 10 boabe piper.

Dacă varza murată este prea acră, se spală întâi în apă. Se scurge bine de apă și se taie ca fideaua. Se pregătește apoi la fel ca varza dulce. Când este aproape gata, se adaugă și câteva boabe de piper.

#### **477. VARZĂ ACRĂ CU MĂSLINE**

1 varză mare, 3 linguri ulei, 150 g măslină, 1 linguriță boia de ardei.

Dacă varza murată este prea acră, se spală întâi în apă. Se scurge bine și se taie ca fideaua. Se rumenesc în ulei două cepe tăiate mărunt, se adaugă varza. Când începe să se rumenească, se pune o linguriță de boia de ardei muiată într-o ceașcă de apă, și se lasă să fiarbă înăbușit. La ultimele clocote se adaugă câteva măslină spălate cu apă caldă. Dacă este necesar, din când în când se adaugă la varză puțină apă. Se potrivește de sare. Varza trebuie să fie scăzută.

#### **478. SARMALE CU CRUPE DE PORUMB**

1 varză mare murată, 1 ceașcă de crupe (păsat), 2 cepe, 2 linguri jumări (rămase de la topitul unturii), 3 linguri untură, sare, piper, 1 linguriță boia de ardei, 2 — 3 bucăți de șorici afumat.

Crupele de porumb nu sunt altceva decât porumb măcinat, însă mult mai mare decât mălaiul obișnuit. Sarmalele se pot face atât cu varză acră, cât și cu varză dulce. Aceasta din urmă se opărește cu borș înainte de a fi pregătită. Pentru șase persoane ajunge o ceașcă de crupe. Acestea cresc mult la fiert. Se taie mărunt cepele și se pun să se rumenească cu o lingură de untură. Se adaugă jumările rămase de la topitul unturii sau o bucată de slănină afumată tăiată mărunt. Se pun crupele după ce au fost bine spălate și scurse și se sting cu o ceașcă de apă. Se amestecă mereu ca să nu se lipească. Când au început să se umfle, se dau la o parte să se răcorească puțin. Se adaugă sare și piper. Se pregătește varza ca pentru sarmalele obișnuite. Sarmalele de crupe se fac mari cam cât oul de găină. Varza care a rămas se taie ca fideaua, se așază pe fundul cratiței, se pun sarmalele, iar printre rânduri, câteva bucăți de șorici afumat și fiert. Se toarnă apă, sau borș când sarmalele sunt făcute cu varză dulce. Se poate adăuga și puțin bulion sau boia de ardei. Se lasă să fiarbă la cuptor, înăbușit, cam două ore. Sunt mai gustoase încălzite.

#### **479. SARMALE CU OREZ**

1 varză mare, 2 cepe, 1 ceașcă orez, sare, piper, 1 linguriță verdeață tocată mărunt, 1 linguriță boia, bulion, 3 linguri ulei.

Ca și cele cu carne, sarmalele cu orez se pot face din varză acră sau din varză dulce. Varza acră se spală cu apă rece, iar varza dulce se opărește cu borș. Se rumenește în ulei ceapa

tăiată mărunt. Când a început să se îngălbenească, se adaugă orezul ales și spălat. Se stinge cu o ceașcă de apă. Se pune sare, piper, verdeață tocată și, după gust și posibilitate, o mână de stafide fără sâmburi, alese și spălate. Între timp se pregătește varza, se fac sarmale și se așază în cratiță, după ce pe fundul acesteia s-a pus un rând de varză tăiată mărunt. Deasupra se mai pune un rând de varză. Se toarnă apă la cele făcute cu varză acră și borș la cele cu varză dulce. Se pune puțin bulion sau boia și două linguri de ulei. Se dau la cuptor să fiarbă înăbușit o oră. Când orezul este fiert, se dau la o parte. Se servesc reci.

#### **480. SARMALE CU OREZ ȘI HRIBI (MÂNĂTĂRCI)**

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 3 linguri de hribi.

Se pregătesc la fel ca sarmalele cu orez, adăugându-se la o ceașcă de orez trei linguri de hribi, muițați din ajun și tăiați mărunt.

#### **481. GĂLUȘTE DE VARZĂ**

500 g varză, 2 linguri brânză rasă, 1 lingură griș, 2 ouă, sare, piper, 1 lingură pesmet.

Se fierbe varza în apă cu sare, se scurge și se trece prin mașina de tocat. Se adaugă brânza rasă, grișul, două ouă, sare, piper. Se amestecă bine. Se pune la fiert într-o cratiță apă cu puțină sare și când dă în clocot, se ia cu o linguriță din compoziție și se dă drumul găluștelor în apă. Se lasă să fiarbă la foc mic circa 20 de minute. Se scurg din apă, se așază pe farfurie, se presară pesmet puțin rumenit și se servesc cu sos de roșii (v. 63).

#### **482. PÂRJOALE DE VARZĂ**

500 g varză, 1 felie de pâine, 2 ouă, 1 linguriță verdeață tocată, sare, piper, 1 lingură făină, 2 linguri untură.

Se fierbe varza, se scurge bine de apă, se trece prin mașina de tocat sau se toacă mărunt cu cuțitul, împreună cu o felie de pâine muiată și stoarsă și doi cartofi fierți (după dorință). Se adaugă sare, piper, două ouă și puțină verdeață tocată. Se fac pârhoale care se dau prin făină și se rumenesc în ulei sau untură. Se servesc cu cartofi și salată verde.

#### **483. VARZĂ LA CUPTOR**

1 kg varză, 1 lingură făină, 3 linguri untură sau unt, 2 linguri brânză rasă, 1 ceașcă smântână, 1 lingură pesmet.

Se curăță o varză frumoasă de frunzele verzi. Se taie în două, apoi fiecare jumătate în felii groase cât degetul. Se pun în apă clocotită cu puțină sare, să fiarbă 10 minute. Se scot feliile pe o sită să se scurgă bine de apă. Se dau prin făină și se prăjesc în unt sau în untură. Nu trebuie rumenite, se țin numai până încep să se îngălbenească. Se unge bine o formă cu unt, se așază feliile de varză, iar printre ele se pune brânză rasă. Se toarnă deasupra smântână în care s-a adăugat un praf de făină și unul de sare, se presară deasupra brânza rasă amestecată cu pesmet. Se dă la cuptor, la foc potrivit; se ține până se rumenește frumos deasupra.

#### **484. BUDINCĂ DE VARZĂ**

1 kg varză, 3 ouă, 2 linguri unt, 3 cepe, 2 linguri pesmet, 2 linguri brânză, unt proaspăt cât o nucă, sare, piper.

Se alege o varză frumoasă. Se curăță, apoi se desprind 6 — 7 foi întregi și cât mai mari. Se lasă la o parte. Se taie varza mărunț și se pune într-o cratiță cu două linguri de unt, la foc mic. Se ține circa o jumătate de oră, amestecând din timp în timp, până se moaie de tot, dar fără să se rumenească. Se adaugă cepele tăiate mărunț și puțin pătrunjel verde tocat. Când și ceapa s-a muiat, se dă la o parte. După ce s-a răcorit puțin, se adaugă o lingură de pesmet, ouăle bătute ca pentru omletă, brânză și sare. Se amestecă bine. Într-un castron se așază un șervet destul de mare ca să iasă capetele peste marginea castronului. Se așază foile de varză astfel, încât marginile să vină puțin unele peste altele; se pune umplutura. Se adună marginile șervetului, se leagă strâns cu o sfoară, dându-i o formă rotundă, ca varza. Se fierbe acoperit într-o oală cu apă clocotită, cu puțină sare, o oră. Dacă apa scade la fiert, se mai adaugă, întorcând și varza odată, ca să fiarbă la fel pe toate părțile. Când este gata, se desface șervetul și se așază varza pe o farfurie fierbinte. Se toarnă deasupra unt proaspăt topit și se presară pesmet. În loc de unt, se poate pune sos de roșii. Se servește foarte fierbinte. Se poate face aceeași budincă cu varza fiartă, înăbușită în unt. Se dă apoi prin mașina de tocat și se adaugă ceapa rumenită separat.

#### **485. SUFLEU DE VARZĂ**

1 varză mijlocie, 100 g unt proaspăt, 1 lingură făină, 1 lingură brânză rasă, 2 linguri smântână, 3 ouă, sare, piper, 1 linguriță pesmet.

Se taie în patru o varză mijlocie și se pune să fiarbă 10 minute. Se scurge bine de apă și se toacă mărunț. Separat se freacă spumă untul, se adaugă făina, brânza rasă, smântâna și gălbenușurile. Se amestecă cu varza, se potrivește de sare și de piper. La urmă se adaugă cele trei albușuri bătute spumă. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se toarnă compoziția, deasupra se presară pesmet și se pun câteva bucățele de unt. Se dă la cuptor la foc potrivit, ținându-se până crește și se rumenește frumos deasupra.

#### **486. CLĂTITE CU VARZĂ**

400 g varză, 2 ouă, 1 ceașcă făină, 1 1/2 ceașcă lapte, 1 lingură unt, sare, smântână.

Se face un aluat de clătite din două ouă (v. 631). Se taie mărunț o varză mică (de preferință se rade pe răzătoarea cu găuri mari). Se dă puțină sare și se amestecă cu aluatul de clătite. Se fac clătite obișnuite, se rumenesc într-o tigaie cu puțin unt, pe ambele părți, ținându-se la cald până ce sunt toate gata. Se servesc fierbinți, așezate unele peste altele, ca o budincă, cu smântână.

#### **487. ANDIVE ÎNĂBUȘITE CU UNT**

1 kg andive, 1 lingură unt, 1 linguriță zeamă de lămâie, sare.

Se curăță andivele de frunzele galbene și se retează din coadă. Se spală bine în mai multe

ape reci, să nu rămână nisip printre frunze. Se unge cu o lingură de unt o cratiță potrivit de mare, în care să încapă andivele așezate unele lângă altele. Se pun în cratiță, se presară sare, se adaugă , 3 — 4 linguri de apă, zeama de la o jumătate de lămâie și încă o lingură de unt deasupra. La început se pun câteva minute pe foc iute, până ce dă apa în clocot, se acoperă perfect și se dau la cuptor. Trebuie să fiarbă înăbușit circa o oră, la foc mic, astfel încât în acest timp să nu se mai adauge apă, dar nici să nu se ardă andivele pe fund. Se așază pe farfurie, se servesc foarte fierbinți.

#### **488. ANDIVE LA CUPTOR**

1 kg andive, 1 lingură unt, pentru rest aceleași cantități ca pentru “Conopida la cuptor”.

Se fierb andivele înăbușit ca mai sus și se așază într-o formă unsă cu unt. Se pregătesc apoi la fel cu conopida la cuptor (v. 467).

#### **489. PRAZ UMLUT CU OREZ**

1 legătură bună de praz, 1 ceașcă orez, 3 linguri unt, sare, piper. Pentru sos: 2 cepe, 1/2 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr, 1 lingură bulion sau 4 — 5 roșii, sare.

Se taie prazul bucăți lungi de circa 6 cm și se trage cu grijă miezul. Foile de deasupra rămân în formă de tuburi care se umplu. Miezul scos se toacă mărunt, se înăbușă cu puțin unt. Separat se prăjește orezul în unt, se stinge cu o ceașcă de apă. Când orezul începe să se umfle, se amestecă cu prazul înăbușit, se adaugă sare, piper. Se umple prazul și se pune în cratiță cu unt. Se face un sos din ceapă tocată mărunt și rumenită, făină, bulion de roșii, zahăr și puțină apă. Se toarnă deasupra. Se dă la cuptor. Se lasă să fiarbă până scade sosul cât trebuie. Se servește fierbinte. Se poate pregăti cu ulei, în acest caz servindu-se rece.

#### **490. CHIFTELE DE PRAZ**

1 legătură mică de praz. Pentru rest aceleași cantități ca pentru “Chiftelele de sparanghel”.

Se pregătesc la fel ca chiftelele de sparanghel (v. 413).

#### **491. TURTĂ DE PRAZ**

6 fire frumoase de praz, 1 lingură unt, 1 ou, sare, piper. Pentru aluat: 150 g făină, 1 ou, unt cât o nucă.

Se face un aluat dintr-un ou, făină cât se cere și puțin unt. Se taie mărunt prazul și se moaie într-o tigaie cu o lingură de unt. Se pune sare și piper. Se dă la o parte și după ce s-a răcorit, se amestecă cu un ou. Se întinde o foaie de aluat, se îmbracă o formă de turtă, se pune prazul și se acoperă cu altă foaie de aluat. Se unge cu ou, se dă la cuptor până se rumenește deasupra. Se servește fierbinte, cu salată.

#### **492. PRAZ CU SMÂNTÂNĂ**

1 legătură bună de praz, 1 ceașcă lapte, 1 lingură unt, 1 ceașca smântână, 1 linguriță brânză.

Se curăță prazul, se taie bucăți și se pune la fiert cu apă docotită, schimbând apa de 2 — 3 ori. Se scurge bine și se înăbușă cu puțin lapte, 10 — 15 minute. Se pune sare. Se așază cu unt, într-o formă rezistentă la foc; se toarnă deasupra o ceașcă de smântână. Se presară brânză rasă, se dă un sfert de oră la cuptor.

#### **493. PRAZ CU MĂSLINE**

1 legătură bună de praz, 150 g măslina, 3 linguri ulei, 1 linguriță făină, 1 lingură bulion, 1 linguriță oțet, sare.

Se curăță prazul, se taie bucăți și se opăresc cu apă cu sare. Se încinge uleiul într-o cratiță, se pune prazul scurs de apă și se ține până începe să se rumenească. Separat, se prăjește ușor făina cu o lingură de ulei, se stinge cu puțină apă, se adaugă bulionul și o linguriță de oțet. Se toarnă sosul în cratița cu praz și se dă la cuptor. Când este aproape gata se adaugă măslinile opărite câteva minute în apă clocotită. Se potrivește de sare. Mâncarea se servește caldă.

#### **494. PILAF DE PRAZ**

6 fire de praz, 1 ceapă, 1 ceașcă de orez, 2 cești apă, 3 linguri ulei, 1 lingură bulion sau 4 roșii, sare, piper.

Se toacă ceapa mărunt și se prăjește cu două linguri de ulei. Se alege orezul, se spală, se usucă și se amestecă cu ceapa, când aceasta s-a topit fără să se rumenească. Între timp se taie prazul felii subțiri, se înăbușă cu o lingură de ulei, se așază în cratiță cu orezul, se adaugă roșiile fără coajă și fără semințe, sau o lingură de bulion și două cești de apă. Se potrivește de sare și de piper și se dă la cuptor până scade apa, iar orezul este potrivit de fiert. Se servește mâncarea răcorită. La fel se face cu arpacaș, muiat însă din ajun ca să fiarbă mai repede.

#### **495. MÂNCARE DE ȚELINĂ**

6 țeline, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 1 lingură bulion, 1 linguriță zahăr, 3 linguri ulei, pătrunjel verde tocat, sare.

Se curăță țelina, se taie felii care se prăjesc cu puțin ulei. Se așază în cratiță. În tigaia în care s-a prăjit țelina, se mai adaugă o lingură de ulei și se rumenește o ceapă tocată; se pune făină, se stinge cu puțină apă, se adaugă bulion, sare și zahăr. Se toarnă sosul peste țelina din cratiță și se dă o jumătate de oră la cuptor. Mâncarea se servește răcorită, după ce s-a presărat deasupra pătrunjel verde tocat mărunt.

#### **496. ȚELINĂ CU CIUPERCI**

4 țeline, 2 cepe, 200 g ciuperci, 1 lingură făină, 1 păhărel de vin, 2 linguri untură, sare, piper, foaie de dafin.

Se curăță rădăcinile de țelină destul de adânc, ca să nu rămână nimic din coaja fibroasă care le acoperă. Se taie în două, iar fiecare jumătate în felii groase de 1 cm. Se pun la fiert cu apă rece, care să le cuprindă bine. Se pune sare. Se fierb până încep să se moaie. Se scot și se scurg. Separat se rumenesc cepele tăiate mărunt, cu o lingură de untură, se adaugă făina și se lasă să se rumenească. Se sting cu un păhărel de vin amestecat cu apă. Se mai adaugă sare, piper, foaie de dafin. Se lasă sosul să fiarbă o jumătate de oră. Când este bine fiert și destul de scăzut, se strecoară în cratița în care au fost așezate feliile scurse de țelină, adăugând și câteva ciuperci curățite, tăiate mărunt și înăbușite o untură. Se potrivește de sare. Se acoperă și se fierbe înăbușit circa 20 de minute. Se servește fierbinte.

#### **497. PIURE DE ȚELINĂ**

6 țeline, 3 cartofi mijlocii, 2 linguri unt, 3 linguri de lapte.

Se curăță, se taie în sferturi și se pun la fiert țelinele ca mai sus. După o jumătate de oră, se adaugă cartofii curățiți de coajă. Când sunt fierți, se scurge apa, se trec prin sită și se pregătesc la fel ca piureul de cartofi (v. 391).

#### **498. GULII ÎNĂBUȘITE**

6 gulii mijlocii, 1 lingură unt sau untură, 1 linguriță zahăr, sare.

Se aleg gulii tinere, se curăță, se taie în două, apoi în feliuțe destul de subțiri. Se pun într-o cratiță cu o lingură de unt sau de untură, o linguriță de zahăr, sare și două, trei linguri de apă. Se lasă să fiarbă înăbușit, la foc mic, mișcând cratița din când în când, ca să nu se prindă de fund. Dacă este necesar, se mai adaugă puțină apă. Se servesc cu frigănele sau cu crochete.

#### **499. MÂNCARE DE GULII**

6 gulii mijlocii, 1 lingură unt sau untură, 1 ceapă, 1 linguriță făină, 1 ceașcă zeamă de carne sau apă, 1 lingură bulion, 2 lingurițe zahăr, sare.

Se aleg numai gulii tinere, celelalte fiind ațoase. Se curăță și se taie felii groase de jumătate centimetru și se înăbușă cu puțin unt sau untură. Separat se rumenește o ceapă tăiată mărunt, se adaugă făina, se sting cu puțină zeamă de carne sau cu apă. Se adaugă bulion de roșii și două lingurițe de zahăr ars. Se toarnă peste gulii, se lasă să scadă. Se servește fierbinte.

#### **500. NAPI CU SMÂNTÂNĂ**

1 kg napi, 2 linguri unt, 1 linguriță făină, 1 ceașcă lapte, 2 linguri smântână.

Se taie napii în două și fiecare jumătate în alte trei sau patru bucăți. Se curăță bucățile

dându-le în același timp și o formă mare cât o nucă. Se spală și se usucă într-un șervet. Se încălzește unt într-o cratiță, se pun napii, se țin înăbușiți circa 20 de minute, la foc potrivit. Se mișcă cratița, pentru a nu se lipi de fund. Se pune sare. Separat se face un rântaș alb din unt și făină. Se stinge cu o ceașcă de lapte. Când sosul a fiert, se adaugă smântâna, se toarnă peste napi și se lasă să mai fiarbă înăbușit, la foc mic, circa 20 de minute. Se servesc cu frigănele sau cu crochete.

### **501. PIURE DE NAPI**

400 g napi, 400 g cartofi, 2 linguri unt, 3 linguri lapte, sare.

Se curăță napii și se taie în felii subțiri. Se pun la fiert cu puțin lapte sau cu zeamă de carne. Se trec prin sită împreună cu aceeași cantitate de cartofi fierți în apă. Se procedează apoi ca pentru piureul de cartofi (v. 391).

### **502. MORCOVI TINERI (CAROTE) CU UNT**

1 kg morcovi (carote), 2 linguri unt, 2 cești zeamă de carne sau apă, 2 linguri rase zahăr, sare.

Se rad morcovii cu un cuțit bine ascuțit. Se pun într-o cratiță cu două linguri de unt, două cești de apă sau zeamă de carne, două linguri rase de zahăr și sare. Se lasă să fiarbă înăbușit, la foc potrivit, mișcând cratița din când în când ca să nu se prindă pe fund. Când sunt gata, sosul trebuie să fie destul de scăzut. Numai dacă morcovii încep să se rumenească înainte de a fi destul de fierți, se mai adaugă o lingură sau două de apă. Se servesc cu frigănele sau cu crochete.

### **503. MORCOVI DE IARNĂ CU UNT**

Aceleași cantități ca mai sus.

Se rad morcovii și se taie felii subțiri. Se pun la fiert într-o cratiță cu apă rece. După câteva clocote se scot, se scurg și se pun să fiarbă înăbușit cu unt, apă, zahăr și sare, la fel ca morcovii tineri.

### **504. MORCOVI CU SMÂNTÂNĂ**

Aceleași cantități ca mai sus, în plus 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină.

Se pregătesc morcovii, fie tineri, fie de iarnă, la fel ca morcovii cu unt. Se amestecă separat smântâna cu făina și se toarnă deasupra. Cum s-au înfierbîntat, se servesc.

### **505. MÂNCARE DE MORCOVI**

1 kg morcovi, 3 cepe, 2 linguri unt sau untură, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță făină, 2 cești zeamă de carne sau apă, 1 gălbenuș, sare.

Se rad morcovii, se taie felii și se pun să fiarbă cu apă rece, circa 10 minute. Se scurg. Se

taie cepele felii foarte subțiri și se pun într-o cratiță cu unt și cu morcovii fierți și scurși. Se adaugă sare și o linguriță de zahăr. Se țin o jumătate de oră pe foc mic, mișcând cratița din când în când, ca să nu se prindă ceapa și morcovii pe fund. Se presară făina și se toarnă zeama de carne sau apă. Se lasă să mai fiarbă 20 de minute. Înainte de a servi, se amestecă separat un gălbenuș cu puțin sos din mâncare și se toarnă apoi totul deasupra. Se servește fierbinte, cu frigănele.

#### **506. CEAPĂ UMPLUTĂ**

12 cepe mijlocii, 1 felie pâine, 12 nuci, sare, piper, 1 linguriță verdeață, 2 linguri ulei, 2 linguri făină, 1 lingură bulion, 1 linguriță zahăr, sare.

Se aleg cepe de mărime mijlocie, se curăță și se fierb în apă cu sare până încep să se moaie. Se scurg din apă și după ce s-au mai răcorit, se scobesc, iar miezul se toacă împreună cu o felie de pâine muiată și stoarsă, la care se adaugă sare, piper, verdeață și câteva nuci pisate bine, într-o piuliță de piatră. Cu această compoziție se umplu cepele și se așază în cratiță. Între timp se pregătește sosul. Se face un rântaș din ulei cu făină, care se stinge cu apă. Se adaugă puțin bulion, zahăr, sare. Se strecoară sosul peste cepele din cratiță și se dă la cuptor. Se țin până încep să se rumenească.

#### **507. CEAPĂ UMPLUTĂ CU USTUROI**

12 cepe mijlocii, 4 căpățîni de usturoi, 2 linguri ulei, sare, piper, 1 lingură pesmet.

Se opăresc cepele și usturoiul cu apă clocotită. Se scobesc cepele. Se pisează în piuliță de piatră usturoiul și miezul scos din ceapă, cu sare, piper și puțin ulei. Se umplu cu această pastă cepele, se presară deasupra pesmet și se dau la cuptor într-o farfurie cu puțin ulei. Se țin până se rumenesc.

#### **508. CEAPĂ UMPLUTĂ CU OREZ**

12 cepe mijlocii, 1/2 ceașcă orez, 2 linguri ulei, sare, piper, verdeață.

Se aleg cepe frumoase, de mărime potrivită. Se scobesc miezurile și se pun să fiarbă un sfert de oră în apă cu sare. Se scurg și când s-au mai răcorit, se umplu cu orez, la fel ca roșiile (v. 449). Se dau la cuptor. La fel se pot face umplute cu ciuperci.

#### **509. GHIVECI CU ULEI**

Zarzavat de tot felul, în total 1,500 kg, 4 cepe, 4 roșii, 3 linguri ulei, pătrunjel verde tocat.

Se pregătește zarzavatul astfel: se taie puțină varză în bucăți, un morcov, un pătrunjel și o jumătate de țelină în felii subțiri, se curăță o mână de bame care se opăresc cu borș, una de mazăre, una de fasole verde. Se rade un dovlecel și se taie în bucăți potrivite, precum și o vânăță, care se opărește mai înainte cu apă. Dacă se găsește, se pun și câteva buchete de conopidă și la urmă roșiile tăiate în două și fără semințe, un ardei gras tăiat mărunt și câțiva cartofi curațați și tăiați în bucăți ca și dovleceii. Separat se rumenesc în ulei cepele tăiate felii, se pune zarzavatul, dacă trebuie se mai adaugă ulei, puțină apă, sare. Se dă la cuptor,

se ține la foc potrivit, până ce tot zarzavatul a fiert. Nu se umblă cu lingura pentru a nu se sfărâma, se mișcă numai cratița într-o parte și în alta, controlându-se dacă nu s-a prins pe fund. Când este aproape gata, se adaugă puțin pătrunjel verde tocat. Se servește rece.

### **510. LEGUME ASORTATE**

200 g morcov, 200 g mazăre verde, 200 g fasole, 200 g cartofi, 1 conopidă mijlocie, 3 linguri unt.

Se pregătesc separat: morcovi, mazăre, fasole, cartofi, așa cum s-a arătat la fiecare, și se fierbe o conopidă frumoasă. Se așază pe o farfurie rotundă conopida la mijloc, împrejur fasolea, apoi cartofii, morcovii și, în sfârșit, mazărea. Se toarnă unt peste conopidă, se servesc cât mai fierbinți.

### **511. ȘNIȚEL DE LEGUME**

2 morcovi, 1 pătrunjel, 4 cartofi, 1/4 de varză, o mână de fasole, una de mazăre; 2 ouă, 2 linguri făină, 1 lingură brânză rasă, 1 lingură pesmet, 2 linguri untură, sare.

Se fierb împreună sau separat, în apă cu sare: morcovii, pătrunjelul, cartofii fără coajă, varza (opărită mai înainte), fasolea verde și mazărea boabe, verde. Se scurg bine din apă și se toacă împreună, afară de mazăre, potrivit de mărunț. Separat se amestecă o lingură de făină cu două ouă, se adaugă zarzavatul, brânza rasă și sare dacă mai trebuie. Se ia cu lingura din compoziție, se fac chiftele rotunde cu mâna dată prin făină și se turtesc apoi în formă de șnițel, pe un fund presărat cu pesmet. Se rumenesc în untură și se servesc cu salată.

### **512. CHIFTELE DE ZARZAVAT**

2 morcovi, 2 pătrunjei, 1 țelină, 1 praz, 5 cartofi, 2 ouă, 2 linguri brânză, 3 linguri făină, sare, piper, 3 linguri untură sau ulei.

Se fierbe tot zarzavatul și cartofii fără coajă. Se scurg bine de apă, se dau prin mașina de carne. Se adaugă două linguri de făină, două ouă, brânză, sare, piper. Se fac chiftele rotunde care se dau prin făină și se prăjesc în untură sau în ulei.

### **513. BUDINCĂ DE CLATITE CU LEGUME**

O mână de fasole verde, o mână de mazăre boabe, câteva buchete de conopidă, 1 dovlecel mic, 2 cartofi, 1 morcov, 1 lingură făină, 1 lingură unt, 1 ceașcă lapte, 2 ouă, 2 linguri brânză rasă, 2 linguri smântână, sare. Pentru clătite: 2 ouă, 1 ceașcă făină, 1 ceașcă lapte, 1 lingură unt, sare.

Se fac 14-5 clătite din două ouă (v. 631). Dinainte se pregătesc legumele fierte separat, adică fasole verde, mazăre boabe, câteva buchete de conopidă, un dovlecel, doi cartofi, un morcov, acestea din urmă curățite și tăiate bucăți potrivite. În acest timp se pregătește sosul astfel: se prăjește o lingură de făină cu o lingură de unt și înainte de a se rumeni, se stinge cu lapte, potrivit sosul să aibă consistența smântânii. Se pune sare. După ce s-a mai

răcorit, se adaugă ouăle, brânza rasă și smântâna. Se unge bine cu unt o cratiță de mărimea clătitelor. Se așază două clătite pe fund și trei, patru pe margini, astfel încât după ce s-a umplut cratița, să poată fi întoarse deasupra, toată budinca fiind îmbrăcată în clătite. Se pune un strat de legume amestecate, două linguri de sos, o clătită și așa mai departe, până ce se umple cratița. Se întorc deasupra clătitele de pe margini, se stropește budinca cu unt și se dă la cuptor să se rumenească. Când este gata se răstoarnă.

#### **514. CIUPERCI CU SMÂNTÂNĂ**

1 kg ciuperci, 2 linguri unt, 1 ceașcă smântână, 1 linguriță făină, sare, mărar tocat.

Se aleg ciuperci, de preferință mici, în orice caz foarte proaspete, albe și cu carnea tare. Se curăță, se rup picioarele, iar ciupercile mari se taie în patru sau în mai multe bucăți, după mărime. Pe măsură ce sunt curățite, se aruncă într-o cratiță cu apă rece în care s-a pus puțin oțet și un praf de sare, pentru a nu se înnegri înainte de a fi puse foc. Îndată ce sunt toate curățite, se pun în cratiță să se înăbușe, cu unt și puțină sare. Se amestecă din când în când se fierb până ce apa pe care au lăsat-o este aproape scăzută. Când sunt gata, se adaugă smântâna amestecată cu făină și se lasă la foc mic până încep din nou să fiarbă. Înainte de a servi, se adaugă puțin mărar verde tocat. În loc de a se amesteca cu smântână, făina poate fi prăjită ușor în unt și stinsă, adăugându-se apoi smântână. Totul se toarnă peste ciuperci și se lasă să dea câteva clocote.

#### **515. CIULAMA DE CIUPERCI**

1 kg ciuperci, 2 linguri unt, 2 linguri făină, sare, piper.

Se pregătesc ciupercile la fel ca mai sus și se fierb în apă cu puțină sare. Se prăjește ușor făina în unt și se stinge cu o ceașcă din zeama în care au fiert ciupercile. Se lasă să fiarbă încet până ce sosul este potrivit de gros. Se amestecă cu ciupercile; se dă sare și piper și se lasă să dea împreună câteva clocote. Se servește foarte fierbinte, cu mămăligă.

#### **516. MÂNCARE DE CIUPERCI**

1 kg ciuperci, 2 cepe, 4 roșii, 2 linguri unt, 1 linguriță făină, sare, verdeață tocată.

Se curăță ciupercile ca mai sus și se taie bucăți. Se taie ceapa felii și se prăjește ușor cu o lingură de unt. Se pun ciupercile și se țin până scade toată apa din ele. Se adaugă făină, câteva roșii fără coajă și semințe, sare și puțină verdeață tocată. Se lasă să fiarbă acoperit până ce mâncarea este potrivit de scăzută. Se servește fierbinte. Se poate pregăti la fel cu ulei, servindu-se rece.

#### **517. CIUPERCI CU OUĂ**

750 g ciuperci, 2 cepe, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 ceașcă zeamă de carne, 1 ceașcă smântână, 3 ouă, sare, piper.

Se curăță ciupercile ca mai sus. Se toacă mărunț atât ciupercile, cât și ceapa și se prăjesc împreună ușor cu o lingură de unt. Se presară făina, se toarnă zeamă de carne sau apă, Se

adaugă sare, piper și când ciupercile sunt fierte, smântâna. Se fierb câteva ouă tari, se curăță, se taie felii, se așază pe o farfurie fierbinte. Se toarnă ciupercile deasupra. Se servesc fierbinți.

### **518. CIUPERCI UMLUTE**

1 kg ciuperci, 1 ceapă, 1 lingură unt, 25 g unt proaspăt, 1 linguriță făină, 1 păhărel vin, 1 lingură bulion, 2 linguri pesmet, 1 linguriță frunze de pătrunjel tocat, sare, piper.

Se aleg ciuperci mari, frumoase. Se rupe piciorul, se spală și se scurg. Se așază toate într-o formă rezistentă la foc, stropindu-le cu puțin unt. Se dau la cuptor până încep să se moaie. Se toacă mărunt picioarele împreună cu ciupercile mărunte și cu o ceapă. Se pun la foc cu o lingură de unt. Când s-au muiat, se presară făina, se adaugă vinul și zeama de carne sau apă. Se lasă să fiarbă. Se mai adaugă bulion, sare, piper și pesmet. Se țin pe foc până ce pasta este suficient de legată. Se adaugă pătrunjel verde tocat. Se pune câte o linguriță de umplutură în fiecare ciupercă, netezind deasupra cu un cuțit. Se presară pesmet fin, se dau un sfert de oră la cuptor. Înainte de a servi, se pune peste fiecare ciupercă o bucățică mică de unt proaspăt. Se pot pregăti, de asemenea, fără bulion și fără pesmet.

### **519. CIUPERCI LA GRĂTAR**

Se spală ciuperci mari, frumoase și se rupe piciorul. Se șterg fără să se curețe de piele și se presară cu puțină sare. Se pun la fript pe grătarul încins și înainte de a servi, pe fiecare ciupercă se pune o bucățică mică de unt proaspăt. Se servesc foarte fierbinți.

### **520. CIUPERCI LA TAVĂ**

Se pregătesc ciupercile ca mai sus. Se usucă, se așază într-o tavă unele lângă altele și în fiecare ciupercă se pune un praf de sare și o bucățică de unt proaspăt. Se dau la cuptor. Se țin până se moaie. Se servesc fierbinți.

### **521. CIUPERCI ÎN ALUAT**

500 g ciuperci frumoase, 1 ou, 1/2 ceașcă făină, 1/2 ceașcă lapte, sare, 3 linguri untură sau ulei.

Se aleg ciupercile mijlocii, se rup picioarele, se spală și se usucă bine cu un șervet. Se face un aluat de clătite (v. 631) dintr-un ou, făină și lapte, se moaie ciupercile în aluat și se prăjesc într-o cratiță cu multă untură fierbinte ca să le cuprindă bine. Se rumenesc pe amândouă părțile, se presară puțină sare, se servesc fierbinți.

### **522. MINCARE DE HRIBI**

200 g hribi (mânătărci), 4 cepe mijlocii, 1 linguriță făină, 1 lingură bulion, verdeață, sare, piper, 3 linguri ulei.

Hribii uscați se aleg cu foarte mare grijă, să nu aibă viermi. Se spală în câteva ape și se lasă

în apă caldă din ajun până a doua zi. Se scurg bine de apă și se taie ca tăiței mai groși. Apa în care s-au muiat hribii se lasă să se limpezească și se păstrează. Separat se rumenesc în ulei cepele tăiate mărunt, se presară făina, se sting cu o ceașcă din apa limpezită în care au fost muiati hribii. Se adaugă bulion, sare, piper. Se pun hribii și se lasă să fiarbă împreună, adăugându-se câte puțin din apa în care au fost muiati, până ce mâncarea este gata. Se servește rece cu pătrunjel verde, tocat mărunt, deasupra.

### **523. PILAF DE HRIBI**

150 g hribi (mânătărci), 1 1/2 ceașcă orez, 2 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură bulion, sare, piper.

Se moaie hribii din ajun. Se prăjesc în ulei două cepe tăiat mărunt. Se adaugă orezul ales, spălat și apoi uscat într-un șervet. Când orezul și ceapa încep să se îngălbenească, se așază într-o cratiță, împreună cu 150 g de hribi fierți și tăiați felii. Se toarnă trei cești din apa în care au fost muiati și fierți hribii, după ce a fost limpezită. Se adaugă sare, piper și o lingură de bulion. Se ține la cuptor până ce orezul este fiert. Se servește rece. Atât mâncarea, cât și pilaful se pregătesc la fel și din hribi proaspeți. Pilaful de hribi se poate servi și cald, cu sos de smântână.

## **FĂINOASE ȘI DIFERITE FELURI CU BRÂNZĂ**

### **524. RISOTO CU SOS DE ROȘII**

1 1/2 ceașcă orez, 2 linguri unt, 3 cești zeamă de carne, 2 linguri brânză rasă, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se alege orezul, se spală și se usucă cu un șervet. Se infierbintă într-o cratiță untul, se pune orezul și se amestecă până începe să se îngălbenească. Se toarnă zeama de carne și se dă la cuptor, la foc potrivit. Se lasă circa 25 de minute fără să se amestece, până ce orezul este fiert, dar nesfărâmat, bob de bob. Se unge o formă de tablă bine cu unt, se așază orezul la care s-a adăugat o bucățică de unt proaspăt și puțină brânză rasă, se dă câteva minute la cuptor și se răstoarnă pe farfurie. Se presară deasupra brânză rasă sau cașcaval ras, iar împrejur se pune cu lingura un sos gros de roșii (v. 63). Se servește foarte fierbinte.

### **525. RISOTO CU FICAT**

1 1/2 ceașcă orez, 3 linguri unt, 4 cești zeamă de carne, 200 g ficat, unt proaspăt cât o nucă.

Se pregătește orezul ca mai sus, se taie în bucățele mici ficatul și se înăbușă cu puțin unt, fără însă să se usuce. Când orezul este fiert, se adaugă puțin unt proaspăt, se așază într-o formă de tablă unsă cu unt, de preferință cu gaură la mijloc. Se pune apoi ficatul, după ce a fost sărat cât trebuie, apăsându-l puțin cu ingura, astfel încât să intre în orez. Se dă câteva minute la cuptor, apoi se răstoarnă pe farfurie. Se servește cu sos de roșii sau de ciuperci

## **526. RISOTO CU MÂNCARE DE RINICHI**

Pentru risoto aceleași cantități ca mai sus. Pentru mâncare de rinichi, v. 308.

Se pregătește orezul după cum s-a arătat și se așază într-o formă de tablă cu gaură la mijloc, bine unsă cu unt. Se dă câteva minute la cuptor. Separat se face mâncarea de rinichi, cu sau fără ciuperci (v. 308 și 310). Se răstoarnă orezul pe farfurie, iar la mijloc se așază mâncarea de rinichi.

## **527. RISOTO CU LIMBĂ**

1 ceașcă orez, 1 limbă de vițel, 1 ceapă, 1 morcov, 1 patrunjel, 3 linguri unt, 1 lingură făină, unt proaspăt cât o nucă, 100 g brânză rasă, sare.

Se fierbe o limbă de vițel (v. 296) cu o ceapă și zarzavat. Se curăță de piele și se taie în cuburi mici. Se face un sos gros ca o smântână, dintr-o lingură de unt și o lingură de făină. Se stinge cu zeama în care a fiert limba și se amestecă cu bucățile de limbă. Se prăjește ușor în unt orezul și se stinge cu două cești de zeamă limpezită în care a fiert limba. Când orezul este fiert, se amestecă cu puțin unt proaspăt și cu 100 g de brânză rasă ușor, pentru a nu se sfărâma orezul. Se pune într-o formă cu gaură mare, bine unsă cu unt. Se dă câteva minute la cuptor, se răstoarnă pe farfurie, iar la mijloc se așază limba. Se servește fierbinte.

## **528. PILAF BULGĂRESC**

1 1/2 ceașcă orez, 3 cepe mijlocii, 4 roșii, 2 ardei grași, 3 cești cu apă, 3 linguri ulei, sare

Se taie ceapa mărunt. Se pune într-o cratiță cu ulei, amestecând din când în când până începe ceapa să se moaie. Se adaugă ardeii tăiați felii, apoi orezul ales și spălat și roșiile tăiate. Se toarnă trei cești de apă, se potrivește de sare, se acoperă și se dă cratița la cuptor. Se ține 20 — 30 de minute, până se fierbe orezul. Se răstoarnă și se servește puțin răcorit.

## **529. MACAROANE CU BRÂNZĂ**

400 g macaroane, 100 g brânză rasă, 50 g unt proaspăt, sare.

Se fierb 3 l apă cu puțină sare. Când apa clocotește, se dă drumul macaroanelor, rupte sau nu în bucăți, după dorință. Îndată ce încep din nou să fiarbă se dau la o parte, pe foc mai mic, și se țin să clocotească încet. Macaroanele nu trebuie lăsate să fiarbă prea mult și nici la foc mare, deoarece se sfărâmă și devin cleioase. Se scurg bine de apă prin strecurătoarea specială, cu găuri mari și se limpezesc cu apă rece. Se pun în cratiță, se adaugă untul proaspăt, desfăcut în mai multe bucăți pentru a se topi repede, și două linguri de brânză rasă. Se mișcă cratița până începe brânza să se topească, se adaugă încă două linguri de brânză și se țin o clipă pe foc să se înfierbânte, fără să se mai topească brânza. Se toarnă în farfurie, se servesc fierbinți.

### **530. MACAROANE LA CUPTOR**

Aceleși cantități ca mai sus, în plus 1 linguriță pesmet.

Se pregătesc macaroanele la fel ca mai sus. Se pun într-o formă rezistentă la foc, unsă cu unt. Se presară deasupra brânză rasă amestecată cu puțin pesmet și câteva bucățele de unt proaspăt. Se dau la cuptor la foc iute, se țin câteva minute, până ce se rumenesc deasupra.

### **531. MACAROANE CU SOS DE ROȘII**

Aceleși cantități ca la “Macaroane cu brânză”. Pentru sos: 500 g roșii, 1 linguriță zahăr, unt proaspăt cât o nucă.

Se pregătesc la fel ca macaroanele cu brânză. Se face un sos de roșii cu zahăr, sare, puțin unt. Se toarnă peste macaroane sau se servește separat.

### **532. SPAGHETE CU OUĂ ȘI SOS DE ROȘII**

400 g spaghetti, 3 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură brânză. Pentru sos: aceleași cantități ca mai sus.

Se fierb spaghetti în apă cu sare, se scurg și se amestecă cu o lingură de unt. Se fierb ouăle răcoapte. Din timp se pregătește un sos de roșii, foarte picant. Se unge bine cu unt o formă rezistentă la foc, se pune un rând de spaghetti, unul de felii de ouă și câteva linguri de sos. Se continuă până se umple forma. Se presară brânza rasă și se dă la cuptor să se rumenească.

### **533. SPAGHETE ÎN FORMĂ**

300 g spaghetti, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 ou, 100 g ciuperci, 1 lingură brânză, sare. Pentru aluat: 150 g făină, 1 gălbenuș, 50 g untură, 2 linguri apă, sare.

Se face un aluat din făină, untură, un gălbenuș, apă, sare, cu care se îmbracă o formă rezistentă la foc. Se oprește un rond de aluat pentru capac. Se fierb spaghetti în apă cu sare, se scurg. Separat se face un sos potrivit de legat, din unt, făină și o ceașcă de apă, la care se adaugă un ou. Se amestecă cu spaghetti și se pun ciupercile fierte sau înăbușite în unt. Se potrivește de sare. Se așază în formă îmbrăcată în aluat, se acoperă cu capacul de aluat, care se lipește pe margini cu apă rece, și se coc la cuptor. Se răstoarnă și după dorință se servesc cu salată verde.

### **534. BUDINCĂ DE MACAROANE**

300 g macaroane, 4 linguri brânză, 2 ouă, 1 ceașcă lapte sau smântână, 2 linguri unt, 1 lingură pesmet.

Se fierb macaroanele în apă cu sare, se scurg și se limpezesc cu apă rece. Se freacă într-un castron brânza de vacă amestecată cu brânză de oi, sau numai brânză de vacă, cu două ouă, o ceașcă de lapte sau de smântână, o lingură de unt, sare. Se amestecă cu macaroanele. Se unge o formă cu unt, se presară cu pesmet, se toarnă macaroanele, se dau la cuptor. Se țin

trei sferturi de oră. Când sunt gata se răstoarnă.

### **535. PLĂCINTĂ CU MACAROANE**

Aceleași cantități ca mai sus, fără pesmet, în plus 2 linguri unt. Pentru foaia de plăcintă: 250 g făină, 1 lingură, ulei, ½ ceașcă apă caldă, 1/2 linguriță sare, sau se cumpără 250 g foi din comerț.

Se face o foaie de plăcintă (v. 605). Se așază într-o formă sau chiar într-o cratiță bine unsă cu unt, 4 — 5 rânduri de foi stropite între ele cu unt, lăsând marginile să iasă afară din cratiță, pentru a putea fi întoarse apoi peste macaroane. În lipsă de timp, foile pot fi cumpărate de la o plăcintărie. Se fierb macaroanele, se scurg și se amestecă cu unt, brânză, ouă bătute separat, sare și puțină șuncă slabă, tăiată mărunt (facultativ). Se toarnă compoziția în cratița îmbrăcată cu foile de plăcintă, se întorc marginile deasupra, astfel încât macaroanele să fie bine învelite. Se unge deasupra cu unt. Se dă la cuptor. Se răstoarnă și se servește cu sos de roșii sau cu alt sos, după gust.

### **536. PLĂCINTĂ CU MACAROANE ȘI CARNE**

250 g macaroane, 2 ouă, 2 linguri brânză, 3 linguri unt, 1/2 ceașcă lapte, 250 g carne, 1 ceapă. Pentru foaia de plăcintă, aceleași cantități ca mai sus.

Se pregătește foaia de plăcintă și macaroanele la fel ca mai sus. Se trece carnea prin mașină și se prăjește în unt cu o ceapă tocată mărunt. Se toarnă câte puțină apă și se mai ține pe mașină până scade apa și carnea începe să se prăjească. În forma îmbrăcată cu foile de plăcintă se așază un rând de macaroane, se întinde apoi carnea și se pune deasupra restul de macaroane. Se acoperă cu foile de plăcintă, se unge cu unt și se dă la cuptor. Se răstoarnă și se servește cu sos de roșii.

### **537. IOFCA (MACAROANE DE CASĂ)**

Se face un aluat ca de tăiței (v. 604). Când foaia s-a uscat pe jumătate, se face sul și se taie în panglici late de un deget. Se respiră pe masa de aluat și se lasă să se usuce. Se fierb cu apă și sare, ca și macaroanele de târg. Se pregătesc la fel, cu brânză, șuncă etc.

### **538. IOFCA CU MÂNĂTĂRCI (HRIBI)**

150 g hribi, 1 ceapă, 3 linguri unt, 1 lingură bulion, 2 linguri brânză rasă, sare. Pentru iofca: 150 g făină, 1 ou, 1 lingură apă, sare.

Se pregătește iofca dintr-un ou, așa cum s-a arătat mai sus, și se fierbe în apă cu sare. Pe de altă parte se taie ca fideaua o farfurie de hribi, muiată în apă din ajun (v. 522). Se toacă o ceapă mărunt și se prăjește ușor cu o lingură de unt. Când începe să se îngălbenească, se pun hribii, se daugă o lingură de bulion și puțină zeamă de carne sau apă. Se lasă să fiarbă înăbușit, se potrivește de sare. Se scurge iofca de apă, se amestecă cu o lingură de unt și două linguri de brânză rasă. Se așază într-o formă un strat de iofca, se toarnă mâncarea de hribi și se așază restul de iofca. Se stropește cu unt, se presară brânză și se servește în

formă. La fel se poate pregăti cu sbârciogi sau cu ciuperci.

### **539. MĂMĂLIGĂ FIARTĂ**

500 g mălai, 1 ½ l apă, 1 linguriță sare.

Se pune ceaunul cu apă la fiert. Separat se pregătește mălaiul proaspăt cernut. Când apa dă în fiert, se adaugă o linguriță de sare și se presară puțin mălai. După câteva minute, când apa clocotește se toarnă tot mălaiul deodată și se despică movilița de mălai în două cu făcălețul. Se lasă să fiarbă cu încetul circa o jumătate de oră. Apoi se amestecă bine de tot, apăsând cu făcălețul spre pereții ceaunului. Dacă mămăliga pare prea moale, se mai presară puțin mălai, amestecând continuu. La sfârșit se ține făcălețul drept în mămăliga și se freacă repede între palme. Apoi se scoate. Dacă iese curat, înseamnă că mămăliga este fiartă. Dacă se lipește mămăliga de el, se mai lasă să fiarbă. Se moaie în apă o lingură de lemn și se adună mămăliga, păturind-o dinspre margini. Se mai lasă câteva clipe pe mașină pentru a se răcoace la fund și pentru a se răsturna ușor. Se apucă bine ceaunul de urechi cu o cârpă, se scutură de câteva ori în lături și se răstoarnă mămăliga pe un fund de lemn, pregătit la îndemână (nu pe farfurie ca să nu cruzească mămăliga). Se taie felii cu ajutorul unei sfori curate sau cu un cuțit de lemn.

### **540. MĂMĂLIGĂ PRIPITĂ**

Se folosesc aceleași cantități ca mai sus (v. 539).

Se pune ceaunul cu apă la fiert. Când apa este fierbinte se pune sare și se presară puțin mălai. La primele clocote, se introduce mălaiul (cernut și pregătit la îndemână) lăsându-i să cadă în ceaun în formă de ploaie și amestecând continuu cu făcălețul. Dacă mămăliga pare destul de tare, nu se mai adaugă mălai (trebuie să se țină seamă că mămăliga se mai îngroașă la fiert), dar se amestecă mai departe apăsând cu făcălețul spre pereții ceaunului. Când mămăliga este destul de fiartă, se scoate făcălețul, se curăță cu o lingură de lemn udată în apă, apoi tot cu lingura se strânge mămăliga dinspre margini și se mai lasă o clipă pe foc. După ce au mai răbufnit de câteva ori aburii, se apucă ceaunul cu o cârpă de urechi, se scutură de câteva ori și se răstoarnă pe un fund curat de lemn. Mămăliga pripită este mai moale decât mămăliga fiartă și se servește la masă lângă ochiuri, brânză cu smântână, topitură etc.

### **541. URS DE MĂMĂLIGĂ (BULZ)**

Se face o mămăligă potrivit de tare. Se iau cu lingura bucăți de mărimea unui măr mijlociu, se umple fiecare cu o linguriță sau două de brânză de burduf. Se rotunjesc în mână. Se pun să se coacă în spuză fierbinte. Sunt gata atunci când au o culoare rumenă pe afară, iar brânza s-a topit înăuntru.

### **542. MĂMĂLIGĂ PRĂJITĂ**

Mămăliga rămasă din ajun se taie felii de un deget de groase și de mărime potrivită. Se prăjesc în ulei fierbinte. Se servesc cu fasole sau cu mazăre bătută.

### **543. MĂMĂLIGĂ LA CUPTOR**

400 g mălai, 1 ¼ l apă, 1 linguriță sare, 200 g brânză, 100 g unt, 2 ouă, 2 linguri lapte, sare.

Se face o mămăligă mai moaie. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc. Se pune un strat subțire de mămăligă așezată ușor și întinsă cu o lingură muiată în unt. Se pune un strat de brânză de burduf sau de telemea, după gust, și unt, apoi din nou mămăligă, brânză, unt. Ultimul strat trebuie să fie de mămăligă. Se bat ouăle cu puțin lapte și cu sare ca pentru omletă. Se toarnă peste mămăligă, se presară brânză rasă, se dă la cuptor până ce se rumenește deasupra. Se servește în formă.

### **544. BALMUȘ**

400 g mălai, 1 1/2 l lapte îndoit cu apă, 200 g brânză de oi, sare.

Se pune la fiert laptele îndoit cu apă, din care se face o mămăligă ceva mai moale. Când este gata, se adaugă brânza de oi și se mai amestecă până se încorporează bine toată brânza. Se răstoarnă. Se servește foarte fierbinte, cu smântână.

### **545. MĂMĂLIGĂ CU OCHIURI**

400 g mălai, 1 ¼ l lapte îndoit cu apă, sare, 1 lingură unt, 2 linguri smântână, 2 linguri brânză, 6 ouă, unt proaspăt cât o nucă.

Se pune la fiert laptele îndoit cu apă, din care se face o mămăligă potrivit de moale. Când este gata, se adaugă untul, smântâna și brânza. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc, se așază mămăliga, se netezește deasupra, apoi cu dosul unei linguri muiate în unt topit, se fac cuiburi de mărimea unui ou. Se sparge câte un ou în fiecare cuib, se pun deasupra câteva bucățele de unt și se dă la cuptor până începe să se prindă albușul. Se servește în formă.

### **546. GĂLUȘTE DE MĂMĂLIGĂ**

Se face o mămăligă potrivit de tare. Se adaugă puțin unt și brânză rasă. Se ia cu lingura din mămăligă, se fac găluște care se dau prin ou bătut și pesmet și se rumenesc pe toate părțile în unt sau în untură fierbinte. Se servesc la masă cu smântână și brânză rasă.

### **547. ALIVANCĂ**

400 g brânză de vacă, 4 ouă, 4 linguri mălai, 2 linguri făină, 2 linguri smântână, 1 lingură unt, 1 ceașcă smântână pentru servit.

Se freacă într-un castron brânza de vacă până devine ca o cremă. Se pun pe rând ouăle, mălaiul, făina, smântâna, untul. Se pune sare. Se amestecă bine compoziția și se toarnă într-o tavă unsă cu unt sau așternută cu foi de varză. Se coace la cuptor la foc potrivit. Se taie în bucăți, se servesc fierbinți cu smântână proaspătă. Alivanca nu trebuie lăsată să aștepte deoarece se mărește stând.

#### **548. PĂPARĂ DE PÂINE**

12 felii de pâine, 2 cești lapte, 4 linguri brânză de oi, 2 linguri unt, 2 ouă, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se taie dintr-o franzelă albă felii groase de un deget. Se pun să se moaie cu lapte. Se unge cu unt o formă rezistentă la foc. Se așază pe fund un rând de felii de pâine, se presară brânză de oi, care nu trebuie să fie iute, apoi din nou pâine și brânză, având grijă ca forma să nu fie prea plină, deoarece papara crește la cuptor. Se adaugă o lingură de unt și două ouă bătute cu o ceașcă de lapte și puțină sare. Se presară brânză rasă. Se dă la cuptor să se rumenească încet, trei sferturi de oră.

#### **549. CHIFLE UMPLUTE**

6 chifle rotunde, 2 cești lapte, 1 ou, 2 linguri brânză rasă, 1 ceașcă smântână, 2 linguri unt, verdeță, sare, piper.

Se taie capace la chifle. Se scobește miezul, care se moaie cu o ceașcă de lapte. Se freacă adăugând un ou, verdeță, sare, piper și brânză rasă. Se moaie în lapte atât chiflele, cât și capacele, se umplu cu compoziția de mai sus, se așază într-o farfurie rezistentă la foc, cu o lingură de unt și se dau la cuptor. Când sunt rumene, se toarnă în farfurie laptele rămas, amestecat cu o ceașcă de smântână, se lasă să dea un clocot și se servesc cu totul.

#### **550. FRIGĂNELE DE PÂINE**

12 felii de pâine, 1/2 ceașcă lapte, puțin zahăr, 1 ou (sau 2 dacă ouăle sunt mici), 1 linguriță ulei, 2 linguri untură.

Se taie dintr-o franzelă albă felii groase de un deget. Se moaie în lapte cu puțin zahăr câteva minute. Se scot din lapte și se dau prin ou bătut amestecat cu o linguriță de ulei. Se prăjesc pe ambele părți, în unt sau în untură fierbinte, cu puțin înainte de a fi servite, la masă. Se servesc cu legume opărite cu unt, cartofi cu smântână etc.

#### **551. FRIGĂNELE DE ALUAT**

1 ou, 3 linguri făină, 1/2 ceașcă lapte, sare, 2 linguri untură.

Se freacă bine într-un castron un ou cu trei linguri pline de făină, cu grijă să nu se facă cocoloși. Se subțiază cu lapte, astfel încât să se obțină un aluat ceva mai gros ca la clătite. Se pune sare. Se înfierbântă într-o tigaie untură sau unt amestecat cu puțin ulei. Când grăsimea este bine încinsă, se pune câte o lingură de compoziție. Se fac mici chiftele care se prăjesc pe ambele părți. Se servesc cu legume opărite cu unt.

#### **552. PILAF DE GRIȘ**

1 ceașcă griș (nu prea plină), 4 cești apă, 50 g unt proaspăt, sare.

Se pune apă la fiert cu puțină sare. Când apa clocotește, se toarnă o ceașcă mică de griș, cu încetul, să curgă în ploaie. Se amestecă mereu să nu se facă cocoloși și se lasă să fiarbă

până se face ca o smântână groasă. Se pun 50 g unt proaspăt și se servește cald cu zahăr și cu scorțișoară pisată.

### **553. CROCHETE DE GRIȘ**

1 ceașcă griș, 3 cești apă sau lapte, 2 ouă, 1 lingură făină, 2 linguri untură, sare.

Se toarnă ca mai sus grișul în apă sau în laptele care clocotește. Se pune sare. Se fierbe amestecând mereu până se îngroașă. Când s-a răcorit, se pun ouăle. Din această compoziție se fac cu mâna crochete de grosimea unui cârnat, se dau prin făină și se prăjesc în untura fierbinte. Se servesc cu legume.

### **554. CHIFTELE DE GRIȘ LA CUPTOR**

1/2 ceașcă griș, 3 cești lapte, 1 linguriță zahăr, sare, 1 gălbenuș, 1 ceașcă smântână, 1 lingură unt, 1 lingură brânză rasă, sare.

Se pune laptele să fiarbă cu un praf de sare și zahăr. Când clocotește, se toarnă grișul cu încetul, să cadă în ploaie, amestecând mereu să nu se facă cocoloși. Se dă la o parte, se adaugă un gălbenuș, se amestecă și se răstoarnă compoziția pe un fund udat cu apă. Se întinde cu cuțitul un strat gros de un deget. Se lasă să se răcească. Se taie romburi și se așază într-o formă unsă cu unt. Se toarnă smântâna în care s-a pus puțină sare, deasupra se presară brânza rasă și se dau la cuptor 20 de minute. Se servesc în formă.

### **555. CROCHETE DE CAȘCAVAL**

250 g cașcaval, 1/2 lingură unt, 1 lingură făină, 1 ceașcă zeamă de carne sau de lapte. Pentru prăjit: 1 lingură făină, 1 ou, 1 lingură pesmet, 2 linguri untură.

Se taie cașcavalul în cuburi mici. Se face un sos alb ceva mai gros, din unt și făină și se stinge cu zeamă de carne. Cantitatea de sos trebuie potrivită atât, cât să lege brânza, nu mai mult, deoarece altfel crochetele devin cleioase, fără frăgezime. Se lasă să se răcească. Se amestecă sosul cu cașcavalul. Se fac crochete, se dau prin făină, ou și pesmet și se rumenesc în untură.

### **556. CAȘCAVAL PANE**

300 g cașcaval, 1 lingură făină, 1 ou (mare), 2 linguri pesmet, 2 linguri untură.

Se taie cașcavalul în felii de mărime potrivită, groase de circa 1 cm. Se dau prin făină, ou bătut și pesmet. Se rumenesc pe ambele părți în untură multă, fierbinte.

### **557. CAȘCAVAL ÎN ALUAT**

250 g cașcaval, 2 linguri untură. Pentru aluat aceleași cantități ca la "Frigănele de aluat" (v. 551).

Se pregătește din timp un aluat de frigănele. Se taie cașcavalul în felii de mărime potrivită,

groase de 1 cm. Se înfierbântă untură mai multă într-o cratiță. Se moaie cașcavalul în aluat și se rumenește în untură fierbinte.

### **558. GĂLUȘTE DE BRÂNZĂ LA CUPTOR**

250 g apă, 60 g unt sau untură, 150 g făină, 4 ouă, 2 linguri brânză, sare, piper. Pentru sos: 1 lingură unt, 2 linguri făină, 2 cești lapte, 2 linguri brânză rasă, sare.

Se pun într-o cratiță la foc apa cu untul sau untură și un vârf de cuțit de sare. Când dau în clocot se toarnă făina, toată odată, și se amestecă bine până se desprinde aluatul de pe cratiță.

Se dă la o parte, se mai amestecă puțin și când s-a mai răcorit, se adaugă pe rând ouăle. Compoziția nu trebuie să fie prea moale. Se pune puțin piper și brânză rasă.

Se pregătește o cratiță cu apă clocotită și sare, se ia cu lingurița din compoziție și se dă drumul găluștelor în apă. Se fierb la foc mic cam 20 de minute, să nu se sfârșime. Între timp se pregătește sosul. Se prăjește o lingură bună de făină într-o lingură de unt, se stinge cu lapte și se face un sos potrivit de legat. Se pune sare și, după ce s-a mai răcorit, două linguri de brânză rasă. Se așază găluștele într-o formă cu puțin unt, se toarnă sosul deasupra, se presară brânză și se dă la cuptor la foc potrivit, o jumătate de oră.

### **559. GĂLUȘTE DE BRÂNZĂ CU SOS DE ROȘII**

Se fac găluștele la fel ca mai sus (v. 558), se așază într-o formă rezistentă la foc, se toarnă deasupra un sos de roșii (v. 63). Se presară brânza și se dau la cuptor.

### **560. SUFLEU DE BRÂNZĂ NUMAI CU ALBUȘ**

1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 1/2 ceașcă lapte, 150 g brânză rasă, 50 g cașcaval, 6 albușuri, sare, piper, 1/2 lingură unt pentru uns forma și puțin pesmet.

Se face un rântaș alb dintr-o lingură de făină și o lingură de unt. Se stinge cu lapte sau cu smântână subțire. Cum începe să fiarbă, se dă la o parte, se adaugă brânza rasă și cașcavalul tăiat în bucățele mici. Se pune sare și, după gust, puțin piper sau nucșoară pisată. Se amestecă cu albușurile bătute spumă și se toarnă compoziția într-o formă bine unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se presară brânza rasă, se dă la cuptor. Se servește îndată ce a crescut și s-a rumenit deasupra.

### **561. COLȚUNAȘI CU CARNE LA CUPTOR**

Pentru aluat de tăiței, v. 604. 250 g carne, 1 lingură unt, 1 ceașcă zeamă de carne sau apă, 1 linguriță făină, 1/2 l zeamă de carne pentru fiert, 1 lingură brânză, 1 lingură unt, piper.

Se face un aluat de tăiței din două ouă, însă ceva mai moale. Separat se trece prin mașină carnea, de preferință de berbec, se prăjește într-o tigaie cu unt, se toarnă o ceașcă de zeamă de carne și se adaugă făina. Se lasă să scadă și se dă la o parte să se răcorească. Se întinde foaia de aluat, se pun din loc în loc movilițe de carne, deasupra se pune a doua foaie de

aluat (foarte subțire) și se taie cu o formă rotundă. Se strâng bine marginile între degete. Se opăresc 20 de minute în supă clocotită (să nu fiarbă), se scurg și se așază într-o farfurie rezistentă la foc, punând între ei brânză, piper și unt. Se toarnă zeamă de carne concentrată cât să-i cuprindă și se dau la cuptor trei sferturi de oră, la foc potrivit.

### **562. COLȚUNAȘI CU BRÂNZĂ**

Pentru aluat de tăiței, v. 604. 200 g brânză de vacă, 1 ou, 1 linguriță făină, puțin zahăr, sare, 2 linguri unt.

Se face un aluat de tăiței din două ouă, însă ceva mai U moale. Se întinde o foaie și înainte de a se zbici, se taie pătrate de 5 — 6 cm. Se freacă separat brânza de vacă cu un ou, puțin zahăr (după dorință), făină și sare. Se poate adăuga și o lingură de brânză de oi, dacă nu este iute. În fiecare pătrat de aluat se pune cu lingurița puțină brânză, se întoarce în două, astfel încât să formeze triunghiuri, strângându-se bine marginile între degete, pentru a se lipi bine aluatul. Cu un sfert de oră înainte de masă se fierb la foc potolit, într-o cratiță mare cu apă clocotită și sare. Se scurg bine de apă și se opăresc cu unt. Se servesc fierbinți.

### **563. COLȚUNAȘI CU CARNE, FIERTI**

Pentru aluat de tăiței, v. 604. 250 g carne, 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 ou, sare, piper.

Se pregătește foaia de aluat la fel ca mai sus. Se taie pătrate de 5 — 6 cm. Se trece prin mașină carnea crudă sau rasol fiert și se prăjește în untură cu o ceapă coaptă în cuptor și tăiată mărunt. Se toarnă câte puțină apă ca să nu se usuce carnea prea tare. Se dă la o parte, se amestecă cu un ou și după ce s-a răcorit, se umplu pătratele de aluat. Se lipesc și se fierb la fel ca și colțunașii cu brânză. Se servesc cu sos de roșii sau cu smântână. Se pot pregăti la fel, cu creier fiert și tocat mărunt sau cu jumări rămase de la topirea unturii, trecute prin mașină împreună cu ceapa coaptă în cuptor.

### **564. COLȚUNAȘI CU CARNE PRĂJIȚI**

1 ceașcă caimac, 2 ouă, 1 lingură rom, făină, sare. Pentru umplutură, aceleași cantități ca mai sus. 2 linguri untură pentru prăjit.

Se face un aluat mai îndesat din caimac, ouă, o lingură de rom, sare și făină cât se cere. Se întinde foaia ca de tăiței, se taie pătrate de 6 — 7 cm și se umplu cu o tocătură de carne pregătită ca pentru colțunași fierți. Se îndoaie în colț, astfel încât să formeze triunghiuri și se lipesc bine pe margini. Se rumenesc în grăsime clocotită, pe ambele părți. Se servesc fierbinți, sunt însă buni și reci.

### **565. PLĂCINTĂ CU BRÂNZĂ**

300 g brânză de vacă, 30 g unt proaspăt, 1/2 lingură făină, 2 ouă, 1/2 ceașcă lapte, sare, 2 linguri unt. Pentru aluat de plăcintă, v. 605.

Se face un aluat de plăcintă. Se întinde foaia foarte subțire și, după ce s-a uscat puțin, se taie în bucăți de mărimea tăvii în care se va așeza plăcinta. Se face o umplutură din brânză

de vacă și anume: se freacă într-un castron brânza cu untul, se adaugă ouăle, amestecând mereu și la urmă laptele și făina. Se potrivește de sare. Se unge tava cu unt, se pun 4 — 5 foi de plăcintă, unse între ele cu unt, apoi se mai așază câteva foi de plăcintă unse între ele cu unt. Se stropește cu unt și se dă la cuptor, la foc potrivit. Când s-a copt, se taie pătrate și se așază pe o farfurie. Se servește caldă cu smântână.

### **566. PLĂCINTĂ CU CARNE**

400 g carne macră, 1 lingură untură, 1 ceapă, 1 ou, 1 lingură smântână, sare, piper, 2 linguri unt. Pentru aluat de plăcintă, v. 605.

Se face la fel ca plăcinta cu brânză, înlocuind brânza cu o tocătură de carne pregătită în felul următor: se taie carnea bucăți, se rumenește într-o cratiță cu o lingură de untură, se pune sare și se adaugă câte puțină apă, lăsând carnea să fiarbă înăbușit până se frăgezește. În acest timp se coace la cuptor o ceapă de mărime potrivită. Se lasă carnea să se răcorească și se trece împreună cu ceapa prin mașina de carne. Se adaugă un ou, o lingură de smântână și se potrivește de sare și piper (facultativ). Se umplu foile de plăcintă și după ce s-a copt, se taie bucăți și se servește fierbinte. La fel de gustoasă este plăcinta făcută cu carne fiartă în supă (rasol) și dată prin mașină împreună cu o ceapă coaptă în cuptor.

### **567. POALE ÎN BRÂU**

500 g făină, 10 g drojdie (o bucătică mare cât o nucă), 2 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură ulei, lapte sau apă, 1 linguriță zahăr, sare. Pentru umplutură: 150 g brânză, unt proaspăt cât o nucă, 1 ou, 1 linguriță făină, 2 linguri lapte, 1 linguriță zahăr, sare.

Se moaie într-un castron drojdia cu puțină apă abia călduță. Se pune un pumn de făină cernută, puțin câte puțin, amestecând până se face ca o smântână groasă. Se presară cu făină și se lasă la cald, ca să crească. Făina rămasă se pune într-un vas mai mare, se face loc la mijloc și se pun ouăle bătute cu puțină sare, o lingură de unt topit și una de ulei. Se adaugă și plămădeala crescută și se frământă bine de tot, până ce aluatul se desprinde de pe mâini și dă pe vas. La frământat se pune atâta lapte sau apă călduță, încît să se obțină un aluat potrivit de moale. Pentru umplutură se frământă separat brânza de vacă sau de oi cu untul, se adaugă ouăle, laptele, făina, zahărul și sare cât trebuie. Se întind pe rând foi potrivit de groase, se taie pătrate de 15 cm. Se umplu cu brânză, se întorc colțurile spre mijloc, în formă de plic. Colțurile plicului se mai aduc odată către mijloc și se lipesc bine ca să nu iasă brânza. Se ung pe deasupra cu ou bătut și se coc în tavă, la foc potrivit. Se servesc calde.

### **568. PLĂCINȚELE CU CARNE**

1 pahar caimac, 1 pahar făină, sare, 1 linguriță unt. Pentru umplutură, aceleași cantități ca pentru "Colțunași fierți" (v. 563).

Se face un aluat dintr-un pahar de caimac gros (smântână de pe lapte fiert), unul de făină și puțină sare. Se întinde în lung, se unge cu o pană cu unt topit și, se împătorește în trei. Se acoperă cu un șervet și se lasă 10 minute să se odihnească la rece. Se întinde foaia ceva mai

groasă ca pentru tăiței și se taie în dreptunghiuri de 6 pe 12 cm. Se prepară carnea ca pentru colțunași, se pune câte o moviliță pe jumătatea fiecărei bucăți de aluat, se îndoaie cealaltă jumătate deasupra, astfel încât să formeze pătrate. Se strâng marginile între degete ca să se lipească. Se ung cu ou bătut și se așază pe o tavă. Se coc în cuptor, la foc iute.

### **569. PIROȘTI DIN ALUAT DOSPIT**

500 g făină, 30 g drojdie, 1 lingură zahăr, lapte, 1 ou, 1 lingură unt, 1 linguriță rasă de sare.

Se cerne într-un vas făina și se face loc la mijloc. Separat se face o plămădeală din drojdie, o lingură de zahăr, ½ ceașcă de lapte călduț și un pumn de făină. Se lasă la cald să crească. Când plămădeala a crescut, se răstoarnă în vasul cu făină, se adaugă oul, sarea, o lingură de unt sau de untură și atâta lapte călduț, cât să se obțină un aluat potrivit de tare. Se frământă bine până ce aluatul nu se mai lipește de mâini. Se lasă la cald să crească, după ce s-a presărat deasupra puțină făină. Când a crescut, se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină, se împarte în două și se întind pe rând foile groase de un deget. Se taie forme rotunde de mărimea unui pahar, se pune umplutură, se îndoaie în două, strângând bine marginile între degete, astfel încât muchia să rămână deasupra, iar cele două capete se întorc dedesubt. Se lasă să crească pe un șervet presărat cu făină și se coc apoi la cuptor, la foc potrivit, sau se prăjesc în untură multă, foarte fierbinte. Umplutura pentru piroști poate fi pregătită cu carne, brânză, ciuperci, piure de cartofi amestecat cu ceapă prăjită, creier etc.

### **570. PIROȘTI NEDOSPITE**

500 g făină, 2 linguri untură, 2 ouă, 1 linguriță rasă de sare, 25 g unt sau untură sleită.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se pune circa 1/4 din această făină într-un vas și se opărește cu două linguri de untură clocotită. Se amestecă până ce făina a cuprins toată untura. Se pune peste făina de pe masă, se adaugă ouăle, sarea și atât lapte călduț, cât se cere la frământat pentru a se obține un aluat potrivit de tare. Se frământă aluatul bine, apoi se împarte în trei bucăți și fiecare se întinde separat, cât se poate de subțire. Se unge prima foaie cu untură sleită, se așază deasupra a doua foaie, se unge și aceasta, iar deasupra se pune ultima foaie. Se împătorește în patru, se acoperă cu un șervet și se lasă o jumătate de oră la rece. Se întinde apoi o singură foaie, se fac piroști la fel ca mai sus și se coc la cuptor la foc iute.

### **571. BRÂNZOAICE**

400 g făină, 150 g untură, 1 pahar lapte, 50 g drojdie, 3 lingurițe zahăr, 1 linguriță rasă de sare. Pentru umplutură: 200 g brânză, 1 ou, 1 lingură smântână, 1 linguriță făină, sare, vanilie și zahăr după gust.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc și se pune untura bine sleită, nu lichidă. Se frământă. După ce făina a cuprins toată untura, se adaugă, turnat cu încetul, laptele în care s-a muiat drojdia, zahărul și sarea. Se frământă mai departe și când aluatul nu se mai lipește de vas, se dă la o parte la rece, lăsându-l să crească încet circa trei ore. Se întinde foaia de aluat nu prea subțire se taie pătrate de 6 — 9 cm, se pune deasupra câte o linguriță de

umplutură, se aduc colțurile la mijloc în formă de plic, apăsând ușor cu degetul muiat în apă, ca să se lipească, se ung cu ou și se dau la cuptor la foc bun. Umplutura: brânza de vacă dată prin sită se freacă cu un ou, făină, smântână, un praf de sare, vanilie și zahăr după gust.

### **572. VATRUȘCHI (BRÂNZOAICE)**

Pentru aluat, aceleași cantități ca la “Piroști din aluat dospit” (v. 569). Pentru umplură, cantitățile de mai sus (v. 571).

Se face un aluat crescut ca pentru piroști. Între timp se pregătește brânza pentru umplură din brânză de vacă frecată cu ou, smântână, zahăr, făină și un praf de sare. Se întinde foaia de aluat, se taie forme rotunde ceva mai mari (ca o farfurioară), se pune câte o linguriță bună de brânză și se adună marginile aluatului în formă de pungă, lăsând brânza totuși descoperită. Se unge cu ou, se înțeapă brânza de câteva ori cu furculița și se coc la cuptor, pe o tavă unsă cu unt, la foc iute.

### **573. PLĂCINȚELE CU BRÂNZĂ**

Pentru aluat aceleași cantități ca și la “Plăcintele cu carne” (v. 568). Umplutura: 100 g brânză de oi, 100 g brânză de vacă, 1 ou, 1 linguriță făină, 1 lingură lapte, sare.

Se face aluatul și se coc întocmai ca plăcintelele cu carne. Pentru umplură, se freacă brânza de oi cu brânza de vacă, un ou, lapte, făină și sare.

### **574. CLĂTITE CU CARNE**

Pentru clătite, v. 631. Umplutura: 250 g carne macră, 1 lingură untură, 1 ceapă mică, 1 ou, sare, piper.

Se fac 16 — 18 clătite din două ouă, la fel cu cele pentru dulceață, dar fără zahăr. Se pregătește 1/4 kg de carne ca pentru “Plăcinta cu carne” (v. 566). Se pune în fiecare clătită o linguriță de carne, se întorc marginile laterale înăuntru și se face sul. Se dau prin ou amestecat cu o linguriță de ulei și se rumenesc în untură fierbinte. Se servesc ca garnitură la orice legumă. Pot fi umplute de asemenea cu ficat, creier fiert și tocat, șuncă.

### **575. CLĂTITE CU BRÂNZĂ**

Pentru clătite, v. 631. 1 ceașcă smântână, 1 lingură brânză rasă. Umplutura: 300 g brânză, 1 lingură smântână, 1 ou, 1 linguriță făină, sare.

Se fac 16 — 18 clătite din două ouă, fără zahăr. Separat se freacă brânza de vacă cu smântâna, un ou, făină și sare. Cu această compoziție se umplu clătitele, se întorc marginile înăuntru și se rulează. Se așază toate într-o formă rezistentă la foc, se toarnă o ceașcă de smântână îndoită cu lapte în care s-a pus puțină sare, deasupra se presară brânza rasă și se dau la cuptor o jumătate de oră.

### **576. BLINI**

2 pahare făină, 1 ceașcă lapte, 30 g drojdie, 4 ouă, 1 lingură zahăr, 1 pahar făină de hrișcă, sare, 1 lingură unt sau untură.

Se cerne într-un vas făina, se opărește cu o ceașcă de lapte clocotit și se freacă până ce devine ca o cremă. Se lasă să se răcorească cât suferă degetul. Se adaugă drojdia muiată cu o lingură de lapte cald și se lasă la cald să crească. Între timp se freacă gălbenușurile cu zahărul până se albesc, se amestecă cu plămădeala, se mai adaugă un pahar de făină de hrișcă, albușurile bătute spumă, o jumătate linguriță de sare și, dacă este necesar, încă puțin lapte cald (coca pentru blini trebuie să fie ceva mai groasă decât coca pentru clătite). Se lasă din nou la o parte să crească. Se încinge unt sau untură într-o tigaie și se toarnă cu lingura din compoziție, procedându-se ca la clătite. Se așază unele peste altele și se servesc la masă calde, cu unt topit, smântână, ouă răscoapte tocate, icre, sardele etc.

### **577. PAPANAȘI FIERȚI**

250 g brânză de vacă, 2 ouă, 3 linguri griș, sare, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 lingură pesmet.

Se freacă într-un castron brânza de vacă cu ouăle, grișul și sarea. Se amestecă bine până se obține o compoziție potrivit de tare. Se ia cu lingura din ea, se fac cu mâna muiată în făină mici găluște rotunde, se turtesc puțin între mâini și cu degetul se face la fiecare o adâncitură la mijloc. Se pune la fiert o cratiță cu apă și puțină sare. Când apa dă în clocot, se pun papanășii și se țin până se ridică cu toți deasupra. Se trage cratița la o parte și se mai lasă să fiarbă circa 10 minute la foc foarte mic (dacă fierb în clocote mari, papanășii se terciuiesc). Se scurg, se opăresc cu unt și se presară deasupra pesmet prăjit. Se servesc foarte fierbinți cu smântână.

### **578. PAPANAȘI PRĂJIȚI**

300 g brânză de vacă, 2 ouă, 3 linguri făină sau 2 linguri făină și 1 lingură griș, sare, 2 linguri untură.

Se freacă într-o cratiță brânza de vacă cu gălbenușurile, făină, sare și la urmă se adaugă albușurile spumă. Compoziția nu trebuie să fie prea tare. Se ia cu lingura din compoziție și se fac cu mâna muiată în făină papanășii potriviți de mari, care se prăjesc în unt sau în untură fierbinte, pe ambele părți. Se servesc, îndată ce sunt gata, cu smântână sau cu zahăr pudră.

### **579. VĂRZĂRI**

1/2 ceașcă ulei, 1/2 ceașcă apă, sare, făină. Umplutura: 1 varză mică, murată, 2 linguri ulei, piper.

Se face un aluat din jumătate ceașcă de ulei, jumătate ceașcă de apă, sare și făină cât cuprinde. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale. Se frământă bine și se lasă să se odihnească un sfert de oră, acoperit cu un șervet. Din timp se taie mărunț varza murată, se

scurge bine de zeamă și se prăjește ușor cu două linguri de ulei (nu se rumenește). Se adaugă un vârf de cuțit de piper. Din aluat se întind două foi ca de tăiței. Se taie pătrate, se umplu cu varză, se întorc colțurile spre mijloc, în formă de plic. Colțurile plicului se mai aduc odată spre mijloc și se lipesc bine, ca să nu iasă varza. Se coc în tavă la foc potrivit. Se pot face și cu varză dulce, care trebuie opărită mai înainte cu borș.

### **580. BOGACI**

500 g făină,  $\frac{1}{4}$  l lapte, 15 g drojdie, 1 lingură zahăr, 2 ouă, 60 g unt sau untură, 250 g jumări, 1 linguriță rasă sare, piper și puțin chimen.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc și se toarnă laptele în care s-au muiat drojdia și o lingură de zahăr. Se adaugă ouăle, 60 g unt sau untură, sare și piper. Se frământă. Din timp se pregătesc pe o farfurie jumări rămase de la topitul unturii, date prin mașină. Se întinde aluatul într-o foaie groasă de un deget, se întind deasupra jumările într-un strat cât mai egal, se împătorește în patru și se dă 10 minute la rece. Se repetă această operație încă de trei ori, la intervale de 10 minute, după care se întinde o foaie groasă de circa 2 cm. Se taie forme rotunde de mărimea unui pahar de vin, se ung deasupra cu ou, se presară câteva boabe de chimen și se coc la foc bun.

Din rămășițele de aluat se mai întinde o foaie, se taie bastonașe de lățimea unui creion, se presară chimen sau parmezan ras și se coc la cuptor. Se obțin sărățele delicioase.

### **581. PATEURI CU CARNE**

Pentru aluat franțuzesc, v. 611. Umplutura: 250 g carne macră, 1 ceapă mică, 1 lingură untură, 1 ou, sare, piper.

Se face un aluat franțuzesc din care se întinde o foaie potrivit de subțire. Între timp se pregătește carnea așa cum s-a arătat la “Plăcinta cu carne” (v. 566). Din foaia întinsă se taie rondele cu o formă mică de tablă (cât gura unui pahar de vin). Jumătate din numărul lor se așază pe tava în care se vor coace. Se umezesc ușor cu o pensulă, cu apă. La celelalte se taie mijlocul cu o formă ceva mai mică (cât gura unui păhărel de țuică). Fiecare cerc exterior se așază peste o rondelă din tavă, cu atenție să se potrivească bine marginea. Se pune la mijloc puțină carne, iar deasupra se așază rondul tăiat cu forma cea mai mică. Se ung cu ou bătut și se coc în cuptor bine încins.

### **582. PATEURI CU BRÂNZĂ**

Pentru aluat franțuzesc, v. 611. Umplutura: 150 g brânză de vacă, unt proaspăt cât o nucă, 2 linguri lapte, 1 ou, 1 linguriță făină, sare.

Se fac la fel ca pateurile cu carne. Umplutura de brânză se face ca la “Poale în brâu” (v. 567).

## ALUATURI ȘI DULCIURI DE CASĂ

### 583. COZONACI

1 kg făină, 7 gălbenușuri, 4 albușuri, 300 g zahăr, 250 g unt, 2 linguri ulei, lapte cât se cere (circa 1/2 litru), 1 lingură rom, vanilie. 50 g drojdie, 1 linguriță rasă de sare.

Se moaie drojdia cu puțin lapte calduț (nu trebuie să fie fierbinte deoarece drojdia se opărește și nu mai crește aluatul) și o bucată de zahăr. Se opăresc într-o oală mică 3—4 linguri de făină cu puțin lapte clocotit, amestecând bine să nu se facă cocoloși. Când s-a răcorit maioua atât cât suferă degetul introdus în ea, se amestecă cu drojdia și apoi se bate bine până se fac bășici mari. Se presară puțină făină, se acoperă cu un șervet și se pune la un loc cald să crească. În acest timp, se freacă gălbenușurile, întâi cu sare, ca să se închidă la culoare, apoi cu zahărul pisat sau dacă este tos, cernut printr-o sită fină și turnat câte puțin peste gălbenușuri. Se freacă bine până ce se fac ca o cremă spumoasă. Când plămădeala a crescut destul, se toarnă peste restul de făină cernută într-o covată și ținută la cald, se amestecă adăugând gălbenușurile, puțin lapte calduț și albușurile bătute spumă. Se frământă cel puțin o jumătate de oră, aducând aluatul de pe margini spre mijloc. Se pune uleiul, romul, puțin câte puțin, untul topit, cald, iar dacă aluatul pare prea tare, se mai adaugă puțin lapte calduț. Se adună aluatul în covată, se acoperă cu o față de masă, se așază la cald, departe de ușă sau de fereastră, și se lasă să crească circa două trei, ore. Când a crescut destul, se unge mâna cu unt, se iau bucăți din el, se împletesc pe masa de aluat presărată cu făină și se pun în forme unse cu unt. Aluatul nu trebuie să ajungă la jumătatea formei. Se mai lasă să crească tot la cald, se unge cu ou, se presară cu zahăr grunzos și cu nuci sau stafide. Se pun la copt (v. pâine 822) la foc potrivit și se țin circa o oră. Când sunt gata, se scot din forme și se lasă să se răcorească, nu însă la loc rece și nici în curent. La frământat se pot adăuga și stafide fără sâmburi, după ce au fost alese, spălate și șterse într-un șervet.

### 584. COZONACI ECONOMICI

1 kg făină, 3 ouă, 259 g zahăr, 100 g untură, 3 linguri ulei, lapte cât se cere (circa 1/2 litru), 1 lingură rom, vanilie, 50 g drojdie, 1 linguriță rasă sare.

Aluatul se frământă și se lucrează la fel ca mai sus.

### 585. COZONAC CU SMÂNTÂNĂ

400 g aluat de cozonac (pentru un cozonac mijlociu), 1/2 lingură unt pentru uns tava. Umplutura: 750 g smântână, 2 linguri făină, 5 gălbenușuri, 3 albușuri, 150 g zahăr, 1 lingură rom, vanilie, coajă de lămâie, un praf de sare.

Din aluatul de cozonac se întinde o foaie groasă de circa 0,5 cm și de mărimea tăvii în care se coace. Se unge tava cu unt, se așază foaia de aluat pe fund. Din alte două bucăți se fac pe masa de aluat suluri de grosimea creionului, se împletesc și se așază de jur împrejur, lipite de marginea tăvii, apăsând capetele, ca să se unească între ele. Se lasă să crească. Se pregătește dinainte umplutura din smântână, făină, 5 gălbenușuri, 3 albușuri spumă, o

lingură de rom, zahăr, un praf de sare, jumătate baton de vanilie și puțină coajă de lămâie rasă. Se freacă gălbenușurile cu zahărul și făina, se adaugă albușurile, smântâna și celelalte, și se toarnă în formă, să nu treacă însă peste marginea de aluat. Se unge marginea cu ou, se presară stafide și se dă la cuptor. Când este gata, se scoate din formă după ce s-a răcit.

### **586. COZONAC CU BRÂNZA DE VACĂ**

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 500 g brânză de vacă, 3 ouă, 100 g zahăr, 50 g unt proaspăt, 40 g făină, 1 ceașcă lapte, vanilie, coajă de lămâie, 25 g stafide, 1/2 linguriță sare.

Se așază aluatul ca pentru cozonacul cu smântână și se lasă să crească. Se freacă împreună brânza cu untul și zahărul. Se adaugă ouăle pe rând, sare, apoi făina și laptele. La urmă se pune vanilia, coaja de lămâie și stafidele alese și spălate. Se toarnă în formă. Se ung cu ou atât aluatul, cât și brânza. Se coace la fel cu cozonacul cu smântână.

### **587. COZONAC CU BRÂNZĂ DE OI**

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 500 g brânză de oi, 3 ouă, 1 lingură smântână, 1 lingură făină, sare.

Se face la fel cu cozonacul cu brânză de vacă.

### **588. COZONAC CU BRÂNZĂ ZBURATĂ**

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 4 l lapte curat, 100 g unt proaspăt, 100 g zahăr vanilat, 2 linguri făină, 4 albușuri spumă, coajă de lămâie, un praf de sare.

Prepararea umpluturii: Se pune dinainte la prins într-o oală de pământ doi litri de lapte. Când este bine prins se toarnă cu smântână cu tot într-o oală cu doi litri de lapte care clocotește. Laptele se brânzește. Se toarnă în strecurătoarea de brânză și se lasă o oră să se scurgă, apoi se presează o jumătate de oră sub un fund, cu o greutate deasupra. Se obține o brânză dulce care se trece prin sită. La această brânză se adaugă untul proaspăt, frecat până se face ca o cremă, zahărul vanilat (umplutura trebuie să fie dulce), făina și albușurile spumă. Compoziția trebuie să aibă consistența unei smântâni groase. Se îmbracă forma

cu aluat de cozonac, așa cum s-a arătat mai sus, se întinde umplutura într-un strat mai gros, de 2 — 3 degete. Deasupra se așază un grilaj făcut din șuvițe subțiri de aluat, se unge cu albuș, iar golurile grilajului se umplu cu migdale curățite și tăiate în lung. Se coace o oră la cuptor, la foc potrivit.

### **589. COZONAC CU OREZ**

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 4 cești lapte, 1 ceașcă orez, 4 linguri zahăr, 3 ouă, vanilie sau vanilină, 25 g stafide, un praf de sare.

Se pregătește la fel cu cozonacul cu smântână. Pentru umplutură se fierbe orezul cu lapte și cu zahăr. Se lasă să se răcorească, se pun ouăle, un praf de sare, jumătate baton de vanilie și stafide.

### **590. COZONAC CU GRIȘ**

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 4 cești lapte, 1/2 ceașcă griș, 4 linguri zahăr, 3 ouă, vanilie sau vanilină, 25 g stafide, un praf de sare.

Se fierbe grișul cu lapte, zahăr și vanilie, astfel încât să se obțină un pilaf mai mult moale. După ce s-a răcorit, se pun ouăle și stafidele. Se pregătește la fel cu cozonacul cu smântână.

### **591. COZONAC CU CIOCOLATĂ**

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 6 ouă, 150 g zahăr, vanilie sau vanilină, 50 g cacao, 3 linguri lapte.

Se așază aluatul în tavă, la fel ca la cozonacul cu smântână. Umplutura se face în felul următor: se freacă bine gălbenușurile cu zahărul pisat cu o buchiță de vanilie sau cu vanilină, până se face ca o cremă. Se adaugă 50 g de cacao muiată cu două linguri de lapte. Se amestecă totul bine și la urmă se pun cele 6 albușuri bătute spumă. Se toarnă umplutura peste aluatul din tavă, se presară deasupra migdale curățite și tăiate în lung, se coace circa 3/4 de oră.

### **\* ALT FEL DE COZONAC CU CIOCOLATĂ**

400 g aluat de cozonac. Umplutura: 1 lingură unt, 2 linguri făină, 1 ceașcă lapte, 3 gălbenușuri, 50 g cacao, 3 linguri lapte, 1/2 ceașcă smântână, 100 g zahăr, vanilie.

Se face un sos alb potrivit de gros, dintr-o lingură de unt și două linguri de făină, stins cu o ceașcă de lapte vanilat. După ce s-a mai răcorit, se adaugă gălbenușurile, cacao muiată cu trei linguri de lapte, smântâna și zahărul. Se amestecă totul bine și se toarnă compoziția în forma îmbrăcată în aluat de cozonac. Se coace la foc potrivit circa o oră.

### **592. COZONAC CU NUCĂ**

600 g făină, 1 ceașcă lapte, 2 ouă întregi, 2 gălbenușuri, 1/2 linguriță sare, 140 g unt proaspăt, 2 linguri zahăr, 20 g drojdie, vanilie. Umplutura: 500 g nuci măcinate, 350 g zahăr pisat, un praf de sare, 1/2 ceașcă lapte.

Se moaie drojdia cu o linguriță de zahăr și puțin lapte cald. Se freacă untul spumă cu două linguri de zahăr. Se cerne în covată făina, se face loc la mijloc și se toarnă plămădeală, o ceașcă de lapte, două ouă întregi și două gălbenușuri frecate cu 1/2 linguriță de sare; se frământă, adăugând și untul frecat spumă, până face aluatul bășici și se desprinde de pe mână. Coca trebuie să fie ceva mai tare decât la cozonacul obișnuit. Se lasă să crească. Umplutura: se amestecă nucile trecute prin mașină cu zahărul pisat și cu un vârf de linguriță de sare. Se opărește cu 1/2 ceașcă de lapte clocotit și se freacă până se face pasta potrivit de consistentă (dacă este necesar, se mai adaugă lapte, dar cu grijă, deoarece pasta devine ușor prea moale). Aluatul crescut se desparte în două, se întinde prima foaie pe masa presărată cu făină, deasupra se întinde jumătate din nucă, într-un strat cât mai egal, se rulează și se pune în formă de tablă, unsă cu unt. Același lucru se repetă cu a doua bucată de aluat. Se ung cu ou și se dau imediat la cuptor, fără să se lase aluatul în formă să

crească, deoarece se fac goluri între nucă și aluat. Se coace la foc potrivit.

### **593. CORNURI CU NUCĂ**

Aceleași cantități ca pentru “Cozonac cu nucă”.

Atât aluatul, cât și nuca se pregătesc la fel ca mai sus. Se întinde pe masa de aluat o foaie groasă de un deget; se taie în formă de triunghi mai lunguiet, de mărimea dorită. Se întinde nuca pe foaie și se face sul, întorcându-l de la bază spre vârf. Capetele se aduc puțin spre mijloc, în formă de corn. Se ung cu ou, se presară zahăr, se pun deasupra jumătăți de nucă, se coc la foc potrivit.

### **594. COZONAC CU MAC**

Umplutura: 200 g mac, 200 g zahăr, 3/4 l lapte, 2 linguri pesmet, 100 g unt, vanilie sau vanilină.

Se spală macul cu apă rece, se pune apoi într-o cratiță și se toarnă peste el apă clocotită. Se ține astfel câteva ceasuri. Se scurge de apă și se pisează bine, de preferință într-o piuliță de piatră, punând câte puțin mac odată. Se fierbe apoi cu lapte, pesmet, zahăr și vanilie, amestecând mereu, până se face o pastă destul de groasă. Se adaugă untul. Se lasă să se răcească. Se amestecă, după dorință, cu stafide sau cu coajă rasă de lămâie. Cu această umplutură se fac cozonaci la fel cu cei cu nucă.

### **595. CORNURI CU MAC**

Se pregătește macul ca la 594, se umplu apoi ca și cornurile cu nucă.

### **596. COVRIGEI DE COZONAC (POLONEZI)**

500 g aluat de cozonac, 125 g unt proaspăt. Pentru sirop: 250 g zahăr, 1/2 l apă, 1 lingură glucoză, puțin rom (după dorință).

Se cântăresc 500 g aluat de cozonac. Se întinde cu sucitorul o foaie cât mai pătrată, groasă de un deget. Se pune la mijloc o bucată de unt proaspăt (nu trebuie să fie de la gheață, dar nici prea moale). Se împachetează la fel ca la aluatul franțuzesc (v. 611). Se întinde o foaie, de trei ori mai lungă decât lată, se împăturește în trei. Se lasă 1/4 de oră să se odihnească la rece. Se repetă încă odată operația de mai sus, împăturind de data aceasta aluatul în patru. Se întinde din nou foaia groasă de 3 — 4 cm. Se taie fâșii de circa 30 cm lungime și 2 cm lățime, se răsuțește fâșia ușor pe masă și se împletește în formă de covrig. Se așază covrigii pe tava neunsă și se coc la foc bun. Se lasă să se răcească. În acest timp se face un sirop de zahăr, apă și o lingură de glucoză (p. 21). Se introduc pe rând covrigii în siropul fierbinte și se așază pe farfurie, unii peste alții.

### **597. MELCI DE COZONAC**

500 g făină, 1 ceașcă lapte, 10 g drojdie, 3 ouă, 120 g unt, 100 g zahăr, vanilie sau vanilină, 1 lingură rom, 1/2 linguriță sare. Umplutura: aceleași cantități ca la "Cozonac cu nucă" (v. 592). Pentru sirop: 250 g zahăr, 1/2 l apă, 1 lingură glucoză, vanilie sau vanilină.

Se frământă aluatul la fel ca la cozonac (v. 583). Se lasă să crească. Se desparte în două, se întinde pe fund câte o foaie dreptunghiulară, se unge cu ou bătut și deasupra se întinde jumătate din umplutura de nucă, într-un strat cât mai egal. Se face sul, care se taie în bucăți de 3 cm lungime. Se așază bucățile în tavă pe una din fețe. Se lasă să crească la cald, se ung cu albuș și se coc la foc bun. Cum se scot din cuptor se introduc pe rând în sirop fierbinte.

### **598. TRANDAFIR**

400 g făină, 30 g drojdie, 2 ouă întregi, 1 gălbenuș, 1 pahar de lapte, 2 lingurițe zahăr, 1/2 linguriță sare, 1 lingură rom, vanilie sau vanilină. Pentru cremă: 125 g unt, 100 g zahăr pudră.

Se cerne făina într-o covată și se face loc la mijloc. Se parat se freacă drojdia cu două lingurițe de zahăr și puțin lapte până se face ca o cremă. Se toarnă peste făină, se adaugă două ouă întregi și un gălbenuș, frecat cu sare, laptele cald, o lingură de rom și vanilie. Se frământă bine până se face bășici. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale. Se lasă la cald să crească. Se freacă untul proaspăt cu zahărul pisat până se face spumă. Când aluatul a crescut, se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină, se întinde o foaie groasă de 1 cm, iar deasupra se întinde crema de unt într-un strat cât mai uniform. Se rulează sul și se taie în bucăți de 3 — 4 cm, care se așază pe una din fețe, într-o formă rotundă, unsă cu unt (nu se așază bucățile prea îndesate ca să aibă loc să crească). Se lasă să crească, se ung cu albuș și se coc la foc potrivit. Când sunt gata se presară cu zahăr pudră.

### **599. GOGOȘI CU DULCEAȚĂ (CRAFLE)**

500 g făină, 50 g zahăr, 50 g unt, 4 gălbenușuri, 25 g drojdie, 1/2 linguriță sare, vanilie sau vanilină, lapte cât se cere.

Se moaie drojdia cu puțin lapte cald și se amestecă cu 2 — 3 linguri de făină, astfel încât să se obțină o cocă groasă ca o smântână. Se lasă la cald să dospească. Separat, în vasul în care se frământă aluatul, se freacă gălbenușurile cu sarea, apoi cu zahărul. Se pune plămădeala și se frământă, adăugând alternativ făină și lapte calduț, până ce este cuprinsă toată făina. Coca trebuie să fie moale, însă nefrământată (lapte se pune cât cere făina). Când se desprinde aluatul de pe mână, se adaugă untul topit cald, câte puțin, frământând până ce aluatul face bășici. Se lasă să crească la cald. Când aluatul a crescut, se frământă din nou, ca să dea înapoi, și se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină. Se împarte în două și se întinde o foaie groasă de 1 cm. Se înseamnă pe jumătate din foaie, cu o formă de tablă, ronduri de circa 6 cm diametru (fără să se taie) și pe fiecare rond se pune câte un bob de vișină din dulceață (boabele de vișine se țin câteva minute pe mașină, într-o tăviță, ca să se scurgă zeama din ele) sau puțină marmeladă cu un cornet. Din cealaltă jumătate de foaie se taie, cu aceeași formă, rondelile care se așază peste dulceață sau marmeladă și se apasă împrejur cu degetul ca să se lipească (să nu aibă făină între ele). Când sunt acoperite toate,

se taie din nou cu aceeași formă, pătrunzând complet aluatul. Se așază gogoșile pe un șervet presărat cu făină, se acoperă cu alt șervet și se lasă la cald să crească. Se întinde apoi a doua bucată de aluat și se fac gogoșile la fel. Se încinge untura, într-o cratiță încăpătoare. Se pun gogoșile pe rând în untură fierbinte, cu fața în jos. Se întorc cu o sârmă rotundă, să se prăjească frumos și pe cealaltă parte. Se scot pe un grătar de sârmă, ca să se scurgă untura. Se presară zahăr vanilat. Gogoșile sunt reușite când sunt rumene-aurii, cu margine albă împrejur. Untura trebuie să fie potrivit de încinsă; dacă este rece se îngreunează gogoșile, dacă este prea fierbinte, se prăjesc prea repede și rămân crude înăuntru.

#### **600. CORNURI DIN ALUAT DE COZONAC**

500 g făină, 25 g drojdie, 2 gălbenușuri, 3 linguri ulei, 100 g unt proaspăt, 3 linguri zahăr, 1 lingură rom, vanilie sau zahăr vanilat, 1/2 linguriță sare și lapte cât se cere (circa 4 dl).

Se freacă drojdia cu o lingură de lapte cald. Se cerne în covată făina, se face loc la mijloc, se pune drojdia, gălbenușurile, uleiul, zahărul, o linguriță de rom, sare, vanilie și lapte cald (se adaugă cu încetul pentru a nu se obține un aluat prea moale). Se amestecă întâi cu lingura, apoi cu mâna, turnând câte puțin lapte, dacă mai este necesar și la urmă untul proaspăt, topit, fierbinte cât poate suferi degetul, turnat puțin câte puțin, în timp ce se frământă aluatul mai departe. Se lasă la cald să crească. Când aluatul a crescut, se răstoarnă pe masa de aluat presărată cu făină, se împarte în trei părți egale, se ia pe rând fiecare bucată, se întinde într-o foaie rotundă (cam cât o farfurie mare de masă) care se taie în raze, în opt bucăți. Fiecare bucată se răsuște în formă de corn, din afară spre mijloc. Se lasă să crească, se unge cu ou și se coc la foc iute. Se pot face la fel umplute cu nucă, cu mac, cu magiun sau cu brânză.

#### **601. RULADĂ DE COZONAC**

300 g făină, 20 g drojdie, 2 ouă, 1/2 ceașcă lapte, 1 lingură unt proaspăt, 1 lingură ulei, 2 linguri zahăr vanilat, 1 lingură rom, 1/2 linguriță sare.

Se cerne făina într-un castron mare și se face loc la mijloc. Separat se freacă drojdia cu două lingurițe de zahăr și puțin lapte, până se face ca o cremă. Se toarnă plămădeala în castronul cu făină, se adaugă ouăle, laptele, o lingură de unt proaspăt și una de ulei, două linguri de zahăr vanilat, o lingură de rom și sare. Se frământă până ce aluatul face bășici și se desprinde de pe mână. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale. Se lasă la cald să crească, Pe masa de aluat presărată cu făină se întinde o foaie dreptunghiulară, deasupra se întinde marmeladă, se rulează și se unge cu ou. Se coace la foc potrivit. Marmelada poate fi înlocuită cu nucă (v. 592) sau cu mac (v. 594).

#### **602. CORNURI DIN ALUAT DOSPIT**

500 g făină, 250 g untură, 1 ou, 25 g drojdie, 3 lingurițe zahăr, 1 linguriță rasă de sare, rom, vanilie și lapte cât se cere.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc, se pune untura rece, bine sleită, nu lichidă, oul, drojdia muiată cu zahăr, sare, rom și puțin lapte. Se frământă bine, se lasă să crească.

Se împarte aluatul în cinci bucăți, care se întind cât mai rotund. Se împarte fiecare bucată în raze, în opt bucăți și se fac cornuri care se umplu cu nucă, marmeladă, brânză. Se lasă să crească, se ungu cu ou și se coc la foc bun.

### **603. CORNURI DOSPITE, FĂRĂ OU**

500 g făină, 1 pahar lapte, 1 păhărel de vin cu ulei, 30 g drojdie, 2 linguri zahăr, 1 linguriță rasă de sare, rom, vanilie, marnieladă.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc, se toarnă laptele, uleiul, drojdia muiată mai înainte în puțin lapte, zahărul, sarea, rom, vanilie. Se frământă aluatul bine, se lasă să crească. Se împarte în cinci bucăți și fiecare bucată se întinde într-o foaie rotundă, cât mai mare, care la rândul ei se împarte în raze, în opt bucăți, formând opt triunghiuri. Se pune pe fiecare puțină marmeladă și se rulează cornul, de la bază spre vârf. Se lasă puțin să crească, se ungu cu ou și se coc la foc iute. În loc de marmeladă se pot umple cu nuci sau cu mac.

### **604. ALUAT DE TĂIȚEI**

300 g făină, 2 ouă, 2 linguri apă, sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se sparg ouăle adăugând și două coji cu apă (două jumătăți) și un vârf de linguriță de sare. Se amestecă întâi ouăle cu o linguriță, până cuprind puțină făină, se lucrează apoi cu mâna și se frământă bine aluatul, până devine destul de îndesat, mai adăugând făină dacă se cere. Se împarte aluatul în două: jumătate se lasă la o parte acoperit cu o cratiță, ca să nu se usuce, iar din cealaltă jumătate se întinde cu vergeaua o foaie cât se poate de subțire. Se așază pe un șervet și se lasă să se zbicească. În acest timp se întinde a doua foaie. Când sunt potrivit de uscate, se face din fiecare foaie un sul, care se taie cât se poate de subțire. Se împrăștie tăiței pe masa de aluat sau pe un șervet întins și se lasă până se usucă bine. Tăiței bine uscați se pot păstra mai mult timp într-un sac de pânză, la loc uscat. În același fel se face și aluatul pentru cocă.

### **605. ALUAT DE PLĂCINTĂ**

500 g făină, 3 linguri ulei, 1 linguriță sare, 1 ceașcă apă caldă.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se pune uleiul, sarea și o ceașcă de apă caldă. Se amestecă întâi cu lingura, iar când începe aluatul să se prindă, se frământă cu mâna. Se face un aluat potrivit, mai mult moale, adăugând câte puțină apă caldă dacă mai trebuie. După ce a fost bine frământat și bătut de masă, se lasă 10 minute la un loc cald (dar nu umed), acoperit cu un șervet tot cald (sau cu o cratiță încălzită). Se întinde apoi o foaie cu vergeaua, se acoperă cu un șervet și se lasă să stea un sfert de oră. Pe masa de bucătărie se pune o față de masă curată, se presară făină, se pune foaia de aluat deasupra și cu multă răbdare se întinde de jur împrejur cu grijă să nu se rupă, până ce marginile aluatului trec de marginea mesei, iar foaia s-a făcut subțire ca o foiță de țigară. Marginea rămasă groasă împrejur se rupe, iar restul se lasă să se usuce câteva minute, apoi i se dă întrebuintarea dorită.

### **606. ALUAT DE TARTE**

250 g făină, 125 g unt proaspăt, 1 linguriță zahăr, 2 dl apă, sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se pune untul proaspăt, muiat puțin cu mâna, zahărul, un praf de sare și circa 2 dl de apă (această cantitate variază puțin după calitatea făinii). Se frământă repede ca să nu devină aluatul elastic. Se adună la un loc, se acoperă cu un șervet și se ține două ore la rece. Poate fi lăsat fără grijă până a doua zi. Se întrebuițează la tarte sau ca fund pentru tort cu cremă de vanilie etc. La același aluat se pot adăuga și trei gălbenușuri.

### **607. ALUAT DE FRIGĂNELE**

200 g făină, 2 linguri ulei, 3 dl apă caldă, 2 albușuri, drojdie cât o alună, sare.

Se încălzește un castron în care se pune făina cernută. Se face loc la mijloc, se adaugă uleiul, un vârf de linguriță de sare, apă caldă (nu fierbinte) și o buchiță de drojdie de bere cât o alună. Se freacă drojdia cu puțină apă, apoi se amestecă totul la un loc, astfel încât să se obțină un aluat subțire ca o smântână (cantitatea de apă depinde de calitatea făinii, uneori fiind mai mare, alteori mai mică decât 3 dl). Aluatul nu trebuie amestecat prea mult. Se adună în castron, se acoperă cu o farfurie și se lasă să crească la cald. Înainte de a-l întrebuița se adaugă două albușuri spumă. Acest aluat servește la prăjit pește, brânză, mere etc.

### **608. ALUAT CU CAIMAC**

1 ceașcă caimac, 1 ceașcă făină, unt proaspăt cât o nucă, sare.

Se face un aluat dintr-o ceașcă de caimac (smântâna de pe lapte fiert), o ceașcă de făină, unt proaspăt cât o nucă și un praf de sare. Se acoperă, se lasă 10 minute să se odihnească și se întrebuițează la plăcinte cu vișine, cu prune, cu carne etc. Aluatul este mai fraged dacă este făcut din ajun și păstrat la rece până a doua zi. De asemenea nu trebuie frământat prea mult, deoarece devine elastic și nu crește la copt.

### **609. ALUAT CU BRÂNZĂ**

Se frământă un aluat din brânză de vacă, făină și unt proaspăt în cantități egale. Se adaugă un praf de sare. Acest aluat poate servi la plăcinte, tarte etc.

### **610. ALUAT CU ULEI**

Se face un aluat potrivit de moale din jumătate de ceașcă ulei, jumătate ceașcă apă, un praf de sare și făină cât cere. Se întrebuițează la vârzări, plăcinte etc.

### **611. ALUAT FRANȚUZESC**

500 g făină, 1 pahar apă, 1 linguriță ulei, 1 linguriță rasă de sare, 500 g unt proaspăt.

Condițiile necesare pentru obținerea unui aluat franțuzesc reușit sunt:

1. Făina să fie de calitate bună, bine cernută și uscată.
2. Untul să fie foarte proaspăt, fără zer și fără miros neplăcut.
3. Aluatul să fie lucrat la rece. Se iau totdeauna cantități egale de făină și unt.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face la mijloc o gaură în care se toarnă un pahar bun de apă, o linguriță de ulei și sare. Se amestecă întâi cu o mână, până ce sarea s-a topit, apoi se ia câte puțin din făină ca să nu se facă cocoloși, și se framântă bine. Se lucrează destul de repede; când aluatul este gata, dar mai mult moale, se adună la un loc în formă de minge și se lasă la rece circa 20 de minute, pentru a pierde din elasticitatea pe care o capătă în timpul frământatului. În acest scop se lasă aluatul descoperit, iar deasupra se fac câteva creștături cu cuțitul. Aluatul este bine lucrat atunci când apăsând cu un deget, urma nu revine la loc. Consistența lui trebuie să fie la fel cu a untului cu care va fi amestecat. Pe masa de aluat bine curățită se presară puțină făină. Se pune aluatul și cu vergeaua se întinde o foaie groasă de 1 cm, de preferință pătrată. Se turtește untul într-un șervet, astfel încât să se obțină un pătrat mai mic decât foaia de aluat, dar de grosime egală. Se pune la mijlocul aluatului, întorcându-se marginile în formă de plic. Se acoperă și se lasă să se odihnească la rece, 10 minute. Se presară făină pe masă, și, cu ajutorul vergelei, se întinde o foaie de trei ori mai lungă decât lată, de grosime cât mai uniformă. Se observă ca untul să nu iasă din aluat, iar dacă aceasta se întâmplă, se presară puțină făină. Foaia întinsă în lungime se împăturește în trei, astfel încât treimea din dreapta să vină peste cea din stânga. Operația se repetă apoi ținând seama ca de fiecare dată, aluatul, după ce a fost împăturit, să fie întins în sens contrar de cum a fost rândul precedent. Se acoperă și din nou se lasă 10 minute la rece. Se repetă operația întinsului și a împăturitului încă de patru ori, lăsând aluatul să se odihnească 10 minute, la fiecare două rânduri. Înainte de a fi întrebuințat, se mai ține 10 minute la rece.

### **612. ALUAT DE UNT**

200 g făină, 125 g unt, 1 dl apă, un vârf de linguriță sare.

Se cerne făina într-un castron, se pune untul și se amestecă, dar nu se frământă. Se toarnă apa în care s-a dizolvat sarea, se amestecă totul repede cu mâna fără să căutăm a obține un amestec desăvârșit. Se dă la rece să se odihnească 20 de minute. Se întinde foaia și se întrebuințează la fel ca aluatul franțuzesc.

### **613. ALUAT DE UNT ȘI SMÂNTÂNĂ**

160 g făină, 125 g smântână, 149 g unt proaspăt, sare.

Se ceme făina pe masa de aluat. Se pune la mijloc smântâna, untul proaspăt muiat puțin cu mâna și un vârf de cuțit de sare. Se amestecă totul repede împreună, se adună ca o minge, se acoperă cu un șervet și se lasă câteva ore la rece. Înainte de a-l întrebuința se împăturește

odată ca aluatul franțuzesc.

Este un aluat ușor de făcut și foarte asemănător cu aluatul franțuzesc, când este reușit.

#### **614. ȘTRUDEL CU BRÂNZĂ DE VACĂ**

Pentru foaia de plăcintă, v. Pentru umplutură, aceleași cantități ca la “Plăcintă cu brânză” (v. 565) în plus 75 g zahăr, 25 g stafide, 2 linguri unt.

Se întinde o foaie de plăcintă (v. 605). Se lasă câteva minute să se zbicească. Se freacă brânza de vacă cu untul, se pun ouăle, laptele, făina, zahărul, câteva stafide fără sâmburi, alese și spălate și un praf de sare. Se amestecă totul bine și se pune cu lingura pe foaia bine unsă cu unt. Se întinde cu cuțitul, astfel încât stratul să fie de grosime egală. Se întorc pe masă părțile care atârnă în jos, ridicându-le cu marginea feței de masă și se stropesc cu unt. Se face un sul, cu ajutorul feței de masă, care se ridică dinspre partea lungă a mesei. Se taie sulul în bucăți de lungimea tăvii, astfel încât să încapă două sau trei bucăți în tavă. Se unge tava cu unt, se așază plăcinta, se stropește deasupra cu unt și se coace la foc potrivit. Când este gata, se taie bucăți, se așază pe o farfurie, se presară zahăr și se servește caldă. Se poate servi cu smântână.

#### **615. ȘTRUDEL CU SMÂNTÂNĂ**

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 300 g smântână, 2 ouă, 1 lingură făină, 25 g stafide, 75 g zahăr, coajă de lămâie, sare, 2 linguri unt.

Se întinde foaia de plăcintă. Se amestecă smântâna cu ouăle, zahăr după gust, făina și câteva stafide sau coajă rasă de lămâie și un praf de sare. Se face la fel ca ștrudelul cu brânză.

#### **616. ȘTRUDEL CU VIȘINE**

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 1 kg vișine, 150 g zahăr, 1 lingură pesmet, 2 linguri unt.

Se întinde foaia de plăcintă. Se scot sâmburii de la 1 kg de vișine spălate și se lasă să stea o oră cu zahărul pisat (dacă este tos, trebuie să fie foarte fin cernut). Se scurge bine de zeama pe care au lăsat-o, se împrăștie egal pe foaia de plăcintă stropită cu unt și presărată cu pesmet fin și se continuă apoi ca la ștrudelul cu brânză. Se coace la foc mic circa o oră.

#### **617. ȘTRUDEL CU NUCĂ**

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 400 g nuci măcinate, 250 g zahăr, 2 linguri unt.

Se face la fel ca ștrudelul cu brânză. Umplutura se face din nuci trecute prin mașină, amestecate cu zahăr pisat.

### **618. ȘTRUDEL CU GRIȘ**

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 3 cești apă, 1/2 ceașcă griș, 3 linguri zahăr sau miere, vanilie, sare, 1 lingură unt, 1 linguriță ulei.

Se întinde o foaie de plăcintă. Separat se fierbe grișul în apă. Se îndulcește după dorință cu zahăr sau cu miere. Se pune un praf de sare și vanilie. Se dă grișul la o parte, amestecând din când în când până se răcorește, astfel încât pasta să rămână mai moale, ca o cremă. Se stropește foaia de ștrudel cu o lingură de unt, se întinde grișul și se rulează. Se unge o tavă cu ulei. Se așază ștrudelul și se coace la foc potrivit.

### **619. PLĂCINTĂ CU MERE**

Pentru foaia de plăcintă, v. 605. Umplutura: 1 kg mere, 1 linguriță unt, 2 linguri de zahăr, un vârf de linguriță scorțișoară (facultativ), 2 linguri unt.

Se întinde o foaie de plăcintă care se taie, după ce s-a uscat, în bucăți de mărimea tăvii. Se curăță merele, se taie în felii subțiri și se pun într-o cratiță la foc, cu zahăr și puțin unt. Se amestecă din când în când până se moaie merele. Se dă la o parte și se adaugă scorțișoara pisată. Se unge tava cu unt. Se pun în tavă 4 — 5 foi de plăcintă, unse cu unt între ele, se așază merele scurse de zeamă, împrăștiindu-le deopotrivă. Se pun deasupra din nou 4 — 5 foi unse între ele cu unt și se urmează așa până se termină. Se stropește deasupra cu unt. Se coace 3/4 de oră. Când este gata, se taie bucăți potrivite, se presară zahăr pisat, se servește caldă sau rece. În lipsă de timp se poate face plăcinta cu foi cumpărate de la plăcintărie. La fel se poate face cu vișine, smântână etc.

### **620. ÎNVÂRTITĂ**

Pentru foaia de plăcintă, v. 605, 2 linguri unt, 1 lingură zahăr. Siropul: 250 g zahăr, 4 dl apă, vanilie sau apă de flori.

Se face o foaie de plăcintă. Se stropește bine cu unt, se presară cu zahăr și se face sul, dinspre partea lungă a mesei. Se unge o tavă rotundă cu unt, se așază sulul în tavă, învârtindu-l în formă de melc. Se dă la cuptor. Se face un sirop potrivit de gros, cu puțină vanilie sau apă de flori și când plăcinta începe să se rumenească, se toarnă deasupra o parte din sirop și se mai lasă la cuptor până se pătrunde bine aluatul cu zahăr și se rumenește. Se așază pe o farfurie rotundă, se taie în raze, ca un tort, se servește fierbinte cu sirop de zahăr.

### **621. TURTE MOLDOVENEȘTI**

500 g foi de plăcintă (v. 605), 500 g nuci, 150 g zahăr. Siropul: 250 g zahăr, 1/2 l apă, 1 lingură apă de flori.

Se întinde o foaie de plăcintă. Când s-a zbicit puțin, se taie rotocoale cu ajutorul unei farfurii mijlocii și al unui cuțit nu prea ascuțit, ca să nu se taie și fața de masă. Se așază într-o cratiță, una peste alta, cu grijă să nu se sfărâme. Când toate foile sunt tăiate, se pun pe rând într-o tigaie la foc, sau direct pe mașină, să se coacă pe ambele părți, fără să se rumenească. Se face un sirop de zahăr în care se toarnă o lingură de apă de flori, după

dorință. Se trec nucile prin mașina de tocat și se amestecă cu zahăr pisat. Se pune o foaie rotundă pe farfurie, se stropește cu sirop, cu o pană, se presară puțină nucă amestecată cu zahăr, deasupra se pune o altă foaie, care se stropește cu sirop, și așa mai departe. Stratul de foi se face mai înalt deoarece după ce s-a muiat se lasă. Plăcinta astfel pregătită poate sta mai multe zile. Nu trebuie să fie prea uscată, nici prea umedă, iar când se servește, se mai poate adăuga puțin sirop.

## **622. COLĂCEI MOLDOVENEȘTI**

500 g făină, 20 g drojdie, 250 g nuci, 1 linguriță ulei, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță rasă de sare, 3 dl lapte îndoit cu apă. Siropul: 1 ceașcă zahăr, 2 cești apă, 1 lingură apă de flori, miere (facultativ).

Se face un aluat ca de pâine (v. 822) cu puțin lapte și mai mult moale. După ce a crescut bine se fac colăcei în formă de 8. Se așază în tava presărată cu făină, se lasă să crească, se ung cu ou și se coc la foc potrivit. Se pregătește un sirop dintr-o ceașcă de zahăr și două cești de apă. Se curăță, nucile, se macină și se amestecă cu zahărul pisat. Când colăceii s-au răcorit, se moaie unul câte unul, numai o clipă, în apă fierbinte, se scurg, se așază într-un castron, se toarnă deasupra siropul în care s-a adăugat o lingură de apă de flori și se presară cu nucă după dorință. În loc de sirop se poate turna miere de albine.

## **623. PLĂCINȚELE CU VIȘINE**

Aluatul: 1 ceașcă caimac, 1 ceașcă făină, sare. Umplutura: 1 kg vișine, 150 g zahăr, 1 lingură pesmet.

Se aleg vișine frumoase, se spală și se scot sâmburii. Se presară zahărul și se lasă astfel o oră. Se face un aluat cu caimac și se întinde o foaie la fel ca pentru plăcintele cu carne (v. 568). Se taie pătrate de 12 — 14 cm. Se pune pe fiecare pătrat o lingură de vișine scurse de zeamă, amestecate cu pesmet. Se întorc colțurile spre mijloc, în formă de plic, apăsând puțin mijlocul și marginile ca să rămână lipite. Se ung cu ou bătut, se așază pe o tavă și se coc la foc iute. Când sunt gata se presară zahăr.

## **624. PLĂCINTĂ CU GRIȘ**

Aluatul: 200 g făină, 1 lingură untură, 1/2 pahar caimac sau smântână, un praf de sare. Umplutura: 1 l lapte îndoit cu apă, 100 g zahăr vanilat, 109 g griș, 1 gălbenuș, sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc, se pune untura, caimacul și un praf de sare. Se frământă aluatul și se lasă un sfert de oră la rece.

În acest timp se face umplutura: se fierbe laptele amestecat cu apă și cu zahărul vanilat. Când fierbe laptele, se toarnă grișul încet, să cadă în ploaie, amestecând mereu, să nu se formeze cocoloși. Se dă la o parte și după ce s-a mai răcorit, se amestecă cu un gălbenuș. Se împarte aluatul în două. Se întinde o foaie de mărimea tăvii în care se coace plăcinta, se așază în tavă, deasupra se pune grișul întins în strat de grosime cât mai egală, iar peste griș se așază a doua foaie de aluat. Se coace la foc potrivit. După ce s-a răcorit, se taie bucăți și se pudrează cu zahăr.

### **625. PLĂCINTĂ CU PERE**

Pentru aluat, v. 612. Umplutura: 750 g pere, 1 linguriță unt, zahăr, scorțișoară.

Se curăță perele, se îndepărtează sâmburii, se taie în sferturi, apoi în felii și se înăbușă în unt cu puțin zahăr și scorțișoară pisată, după gust. Se lasă să se răcească. Se face un aluat de unt, se întinde o foaie de circa 1/2 cm grosime, se taie un rond de 30 cm diametru. Se așază perele pe jumătate de rond, se udă marginea cu puțină apă, se întoarce deasupra cealaltă jumătate și se lipește apăsând ușor cu degetul. Se îndoaie apoi marginea, astfel încât să formeze o mică bordură, pentru ca perele să nu iasă afară. Se așază plăcinta pe tava stropită cu apă, se unge deasupra cu ou, se înțeapă în câteva locuri și se coace la foc bun circa trei sferturi de oră. În loc de o singură plăcintă mare se pot face plăcințele mici.

### **626. PLĂCINȚELE CU MERE**

Pentru aluat, v. 613. Umplutura: 500 g mere, 1 linguriță unt, zahăr, scorțișoară, 1 linguriță rom.

Se face foaia din aluat de unt și smântână, se taie mici ronduri de 7 — 8 cm diametru și se procedează la fel ca pentru plăcinta cu pere, înlocuind perele cu mere. Pentru umplutură se curăță, se îndepărtează sâmburii și se taie merele felii. Se încinge într-o cratiță untul, se pun merele, ținându-le numai până ce încep să se moaie. Se adaugă zahăr, scorțișoară după dorință și rom. Se întrebuintează numai după ce s-au răcit de tot.

### **627. MERE ÎN ALUAT**

Pentru aluat, v. 608. 12 mere nu prea mari, zahăr, unt proaspăt.

Se curăță merele de coajă și, cu un cuțit subțire, se scot sâmburii din mijloc. În locul scobit se pune puțin zahăr și o bucățică de unt. Se face o foaie din aluat cu caimac. Se taie pătrate destul de mari, astfel încât fiecare să poată îmbrăca un măr. Se pune câte un măr pe fiecare pătrat, se aduc colțurile spre mijloc, mărul închizându-se ca într-o pungă. Se ung cu ou, se așază într-o tavă și se coc la foc potrivit. Când sunt gata, se presară zahăr pisat.

### **628. COLȚUNAȘI CU MAGIUN**

Se fac la fel cu colțunașii cu brânză (v. 562).

### **629. GĂLUȘTE CU PRUNE**

Aluatul: 400 g cartofi, 100 g făină, 1 linguriță ulei, 1/2 linguriță sare, 1/2 linguriță zahăr, prune câte se cer, 1 lingură pesmet, 1 lingură unt, zahăr.

Se face un aluat din cartofi fierți, curățiți și dați prin mașină, cu făină, o linguriță de ulei, sare și zahăr. Se pun toate pe masa de aluat și se frământă până se face un aluat ceva mai moale ca aluatul de tăiței. Din el se face un cârnat gros de 2 — 3 degete, din care se taie bucățele de 1 cm grosime. Acestea se întind cu mâna și în fiecare se îmbracă o prune. Se rotunjesc între palime; când sunt toate gata, se fierb în apă clocotită, puțin sărată, dar la foc

mic ca să nu se terciuiască. Se scurg. Se rumenește pesmetul într-o tigaie, se pun găluștele, se dau în acest pesmet și se țin până se usucă de apă. Se așază pe farfurie, se toarnă unt topit deasupra și se servesc cu zahăr pisat. După dorință, se poate scoate sâmburele, în locul lui punându-se o bucățică mică de zahăr.

### **630. ALTE GĂLUȘTE CU PRUNE**

100 g griș, 100 g mălai, 100 g făină, 1 1/4 l apă, un vârf de linguriță de sare, 1 linguriță zahăr, prune sau marmeladă, 1 lingură pesmet, 1 lingură ulei sau ulei amestecat cu untură, zahăr.

Se pune apa la fiert cu sare și zahăr. Se toarnă în ploaie mălaiul amestecat cu griș, se lasă să fiarbă un sfert de oră, se toarnă apoi făina amestecând și se lasă să rmai fiarbă circa 10 minute. Se dă la o parte. Când s-a răcorit, se ia câte puțin aluat în palmă, se întinde, se pune pruna sau puțină marmeladă și se rotunjește. Separat se rumenește pesmetul în ulei, se tăvălesc găluștele prin pesmet și se așază într-o tavă ce se dă la cuptor. Se țin până ce se încălzesc. Se servesc cu zahăr sau cu miere.

### **631. CLĂTITE**

1 ceașcă făină, 2 ouă, 1 pahar lapte, un praf de sare, 2 lingurițe zahăr, 2 lingurițe unt sau ulei, dulceață sau magiun, 1 lingură unt topit pentru uns tigaia.

Se pune într-un castron făina, se face loc la mijloc și se sparg ouăle, se adaugă sarea, zahărul și laptele. Se bate totul bine cu o furculiță până se desfac toți cocoloșii; se mai adaugă două lingurițe de unt topit, amestecând continuu. Compoziția trebuie să fie ca o smântână subțire. Se lasă să se odihnească o oră. Se pune o tigaie cu coadă să se înfierbânte pe foc potrivit. Se unge cu unt cu o pană, se toarnă o lingură plină din compoziție, mișcând repede tigaia de coadă, ca să se acopere tot fundul. Când începe să se rumenească pe o parte, se întoarce clătita pe cealaltă parte, săltând cu o mișcare iute tigaia sau folosind un cuțit lat. Se fac pe rând toate clătitele și se așază într-o farfurie una peste alta. Din când în când se amestecă compoziția ca să nu rămână prea groasă la fund. Dacă totuși se îngroașe, se poate subția cu puțin lapte. Clătitele trebuie să fie foarte subțiri, din două ouă obținându-se într-o tigaie mijlocie până la 20 de bucăți.

Când sunt toate gata, se umplu pe rând cu magiun sau cu dulceață, se întorc marginile laterale înăuntru și se fac sul. Se așază într-o formă și se dau câteva minute la cuptor, acoperite, să se înfierbânte. Înainte de a servi se presara cu zahăr.

### **632. MINCIUNI**

2 gălbenușuri, 3 ouă întregi, 2 lingurițe zahăr, 2 lingurițe rom, 2 lingurițe ulei, făină cât se cere (circa 250 g), sare.

Se face un aluat mai îndesat din două gălbenușuri, trei ouă întregi, zahăr, ulei și făină cât se cere. Se frământă aluatul și se lasă o jumătate de oră să se odihnească. Se întinde apoi o foaie subțire, se taie cu roțița dințată fâșii de 6 — 7 cm lungime pe 2 cm lățime (în lipsă de roțiță se pot tăia și cu cuțitul). Se face o creștătură în lung, la mijloc, prin care se trece unul

din capetele fășiei, astfel încât să pară înnodată. Se prăjesc într-o cratiță cu untură multă, clocotită. Nu trebuie să fie prea rumene. Se scot cu lingura cu găuri, se scurg bine de untură și se presară calde cu zahăr vanilat.

#### \* ALT FEL DE MINCIUNI

3 gălbenușuri, 3 lingurițe lapte, făină cât se cere, sare.

Se face un aluat potrivit de tare din gălbenușuri, lapte, făină cât se cere și un praf de sare. Se fac minciuni la fel ca mai sus.

#### 633. GOGOȘI DE CARTOFI

200 g cartofi, 200 g făină, 1/2 ceașcă apă caldă, 10 g drojdie, un praf de sare, 1 ceașcă ulei pentru prăjit.

Se fierb cartofii, se curăță de coajă, se trec prin mașina de tocat carne și se amestecă cu o cantitate egală de făină și puțină apă caldă, astfel încât să se obțină un aluat potrivit de tare. Se adaugă sare și drojdia muiată cu o lingură de apă caldă. Se frământă bine, se acoperă și se ține la cald să crească. Se întinde o foaie de grosimea degetului. Se taie forme rotunde cu un pahar și se rumenesc în ulei fierbinte. Se scot când sunt frumos crescute și se presară cu zahăr vanilat.

#### 634. GOGOȘI DOSPITE

500 g făină, 1 ceașcă înapte, 1 lingură unt, 2 ouă, drojdie cât o nucă, 1 lingură rom, 25 g stafide, 1 linguriță rasă de sare, untură pentru prăjit, 1 lingură zahăr vanilat.

Se cerne făina într-un vas, se face loc la mijloc, se toarnă o ceașcă de lapte cald, untul topit, ouăle, drojdia muiată cu o lingură de lapte, romul, stafidele și sare. Se bate totul buie cu o lingură, până se desfac toți cocoloșii și compoziția are aspectul unei creme legate. Se lasă să crească o oră. Se ia cu lingura din aluat și se dă drumul în untură clocotită. Se rumenesc gogoșile pe ambele părți. Se așază pe o farfurie unele peste altele și se presară cu zahăr vanilat.

#### 635. GOGOȘI DIN ALUAT PRIPIT

1 pahar apă, 100 g unt, 1 lingură rasă de zahăr, un praf de sare, 200 g făină, 4 ouă, untură pentru prăjit, 1 lingură zahăr vanilat.

Se pun într-o cratiță să se înfierbânte un pahar de apă, untul, zahărul și sarea. Când apa începe să clocotească, se trage pe marginea mașinii și se dă drumul, deodată, la toată făina. Se freacă repede ca să nu se facă cocoloși și se mai ține pe mașină, frecând mereu, până se desprinde aluatul de pe cratiță. Se dă cu totul la o parte și după ce s-a mai răcorit, se pun pe rând ouăle. Nu se pune oul următor decât după ce primul a fost bine cuprins în pastă. Aluatul trebuie să fie potrivit de moale, dar să-și păstreze forma acolo unde cade. Se ia cu o linguriță din compoziție, se introduce în untură fierbinte și se rumenesc gogoșile pe ambele părți. Se scot cu lingura cu găuri, se presară zahăr vanilat și se servesc calde, cu sirop de

fructe sau cu sos de ciocolată (v. 756).

### **636. MERE PRĂJITE ÎN ALUAT**

4 mere mijlocii, 2 linguri rom, 1 lingură zahăr. Aluatul: 1 ceașcă lapte sau apă, 1 ceașcă făină, 2 ouă, 1 lingură ulei, în praf de sare, untură pentru prăjit.

Se curăță mere tari de mărime mijlocie, se scobesc puțin cu un cuțit foarte subțire și se scot sâmburii. Se taie felii groase de 1 cm. Se pun într-un castron, se toarnă două linguri de rachiu sau de rom, se presară zahăr și se țin astfel o jumătate de oră. Se pune o ceașcă de făină într-un castron. Se face loc la mijloc, se toarnă o ceașcă de lapte sau de apă, gălbenușurile, uleiul, sare. Se amestecă bine pentru a nu se forma cocoloși. Se lasă apoi să se odihnească cel puțin o oră. Numai cu câteva minute înainte de a prăji merele, se adaugă în aluat cele două albușuri bătute spumă. Se scurg feliile de mere de zeama pe care au lăsat-o, se moaie în aluatul ce trebuie să fie potrivit de gros ca să le acopere bine. Se pun apoi la prăjit în untură multă și foarte fierbinte. Se rumenesc pe ambele părți. Se servesc îndată ce sunt gata. Se presară cu zahăr vanilat.

### **637. HALVA TURCEASCĂ**

2 linguri unt topit (sau ulei), 4 lingură făină, 1 1/2 pahare sirop. Siropul: 150 g zahăr, 1 1/2 pahare apă, zahăr vanilat și scortişoară.

Se înfierbântă untul topit în care se prăjește făina, amestecând mereu să nu se ardă. Când făina este bine rumenită, se opărește cu siropul și se amestecă mereu, lăsând să fiarbă până ce se îngroașă. Se așază caldă pe o farfurie, cu o lingură, în formă de cartofi, și se presară cu zahăr vanilat sau amestecat cu scortişoară pisată.

### **638. GRIȘ CU LAPTE**

4 cești lapte, 4 linguri zahăr, vanilie, 1 ceașcă griș, unt proaspăt cât o nucă, sare, 3 linguri zahăr pentru glazură.

Se pune laptele să fiarbă cu zahăr și 1/4 baton de vanilie sau puțină vanilină. Când laptele clocotește, se toarnă cu încetul, să cadă în ploaie, o ceașcă nu prea plină de griș, amestecând mereu să nu se facă cocoloși. Când grișul începe din nou să fiarbă, se adaugă o bucățică de unt proaspăt cât o nucă și un praf de sare. Se lasă să fiarbă încet, amestecând, circa 15 minute, până ce grișul a absorbit tot laptele. Se ține seama că prin răcire compoziția se întărește. Se scoate vanilia. Se udă bine un castron cu apă, se toarnă grișul, se lasă să se răcească. Se răstoarnă pe o farfurie. Separat, într-o tigaie mică, se ard trei linguri de zahăr. Cum s-a topit, fără să se înnegrească, se toarnă peste grișul din farfurie. Se servește.

### **639. OREZ CU LAPTE**

4 cești lapte, 1 ceașcă orez, vanilie, un praf de sare, 3 linguri zahăr.

Se alege o ceașcă de orez, se spală și se pune la fiert într-o cratiță cu patru cești de lapte

rece și o bucată de vanilie sau puțină vanilină (de preferință lapte proaspăt nefiert). Se fierbe încet pe foc mic amestecând din când în când ca să nu se prindă de fund. Când este aproape fiert, se adaugă zahărul și un praf de sare. Se fierbe până ce laptele a scăzut cât trebuie și bobul de orez strâns între degete se strivește ușor. Se scoate vanilia și se răstoarnă orezul într-o compotieră. Se servește cald sau rece, simplu, cu scorțișoară pisată sau cu dulceață de vișine.

#### **640. OREZ CU PRUNE**

250 g prune uscate, 3 linguri zahăr, 1/2 ceașcă orez, 1 lingură unt.

Se spală bine prunele uscate și se fierb în apă. Separat într-o cratiță mică, se ard, trei linguri de zahăr, nu prea tare, ca să nu prindă gust amar, și se sting cu zeama îri care au fiert prunele. Între timp se prăjește orezul ales și spălat, cu o lingură de unt, se adaugă o ceașcă de sirop de zahăr ars, se așază prunele și se fierb în cuptor până se moaie orezul. Se răstoarnă și se servește puțin răcorit, cu restul de sirop de zahăr ars.

#### **641. BUDINCĂ DE OREZ**

Aceleași cantități ca pentru orez cu lapte în plus 1 lingură de zahăr, unt proaspăt cât o nucă, 4 ouă, unt pentru uns forma, 1 lingură pesmet, 25 g stafide (facultativ).

Se fierbe orezul ca pentru orez cu lapte, adăugând în plus o lingură de zahăr, iar când este aproape gata, o bucată de unt proaspăt. Se scoate vanilia, iar după ce s-a răcorit, se adaugă gălbenușurile și la urmă albușurile spumă. Se unge bine cu unt o formă de tablă și se presară cu pesmet. Se toarnă compoziția și se coace la cuptor timp de o oră. Se încearcă dacă s-a copt cu un pai înfipt în mijloc. Dacă paiul iese curat, budinca este gata. Se scoate din cuptor, se ține 10 minute la o parte pentru a se răsturna mai ușor. Se servește cu sirop de fructe sau cu sos de vanilie, de ciocolată etc.

Budinca se poate face și cu fructe zaharisite tăiate mărunț sau cu stafide, care se adaugă în compoziție înainte de a pune albușul.

#### **642. BUDINCĂ DE GRIȘ**

Aceleași cantități ca pentru griș cu lapte (v. 638), în plus 4 ouă, 25 g stafide, unt pentru uns forma, 1 lingură pesmet.

Se fierbe grișul ca pentru griș cu lapte adăugând ceva mai mult zahăr; se dă la o parte, se scoate vanilia și se adaugă gălbenușurile puse pe rând și, după dorință, un pumn de stafide fără sâmburi, alese și spălate, iar la sfârșit albușurile bătute spumă. Se coace la cuptor, într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet, trei sferturi de oră. Se ține la o parte 10 minute. Se răstoarnă și se servește cu sirop de fructe sau cu un sos dulce, după plăcere.

### **643. BUDINCĂ DE OREZ CU MERE**

500 g mere, 2 linguri unt topit, 4 linguri zahăr, 1 ceașcă orez, 1 lingură pesmet, un praf de sare.

Se curăță merele, se taie felii și se înăbușă într-o cratiță cu puțin unt și zahăr, după gust. Nu se țin să scadă prea tare. Cojile spălate se pun la fiert și se strecoară zeama. Se alege o ceașcă de orez, se spală și se fierbe cu două cești de zeamă strecurată. Când este aproape fiert, se pune un praf de sare și două linguri de zahăr. Se dă la o parte. Se unge o cratiță cu unt, se presară pesmet și se așază rânduri alternând de orez și de mere. După dorință se poate pune și puțină scorțișoară. Primul și ultimul rând trebuie să fie de orez. Se coace la cuptor, la foc potrivit, până se rumenește. Se dă la o parte pentru a se răci puțin, se răstoarnă și se servește cu sos de vin sau cu orice sirop.

### **644. BUDINCĂ DE CLĂTITE**

Pentru aluat de clătite, v. Umplutura: 200 g brânză de vacă, 2 ouă, 2 linguri smântână, 2 linguri zahăr, 1 linguriță făină, 25 g stafide, coajă de lămâie, un praf de sare, unt pentru uns forma, 1 lingură pesmet.

Se fac clătite din două ouă. Se pregătește o umplutură din brânză de vacă dată prin sită, amestecată cu ouă, smântână, făină, zahăr, coajă rasă de lămâie, stafide și sare. Se unge bine cu unt o cratiță de mărimea clătitelor. Se presară pesmet. Se așază o clătită pe fund și 3 — 4 pe margini, astfel încât după ce s-a umplut cratița să poată fi întoarse deasupra pentru a înveli toată budinca. Se pune peste clătita din fund un strat subțire de umplutură, apoi din nou o clătită și tot așa până se umple cratița. Se întorc deasupra clătitele de pe margini, se stropește cu unt, se dă la cuptor. Se coace trei sferturi de oră la foc potrivit. Se răstoarnă, și se presară cu zahăr vanilat.

### **645. BUDINCĂ DE ALBUȘ**

8 albușuri, 4 linguri zahăr, 3 linguri peltea sau zeamă de dulceață, 2 linguri zahăr pentru îmbrăcat forma. Pentru sos, v. 754.

Se bat spumă albușurile. Se pun patru linguri de zahăr pisat și trei linguri de peltea sau de zeamă de dulceață. Se mai bate până se întărește bine. Se toarnă compoziția într-o formă îmbrăcată cu zahăr ars, se așază în alt vas cu apă fierbinte și se fierbe la cuptor trei sferturi de oră. Se lasă să se răcească, se răstoarnă și se servește cu sos de vin (v. 754).

### **646. OMLETĂ CU DULCEAȚĂ**

6 ouă, 4 linguri zahăr, 2 linguri făină, vanilie sau coajă de lămâie, unt pentru uns tava, marmeladă sau dulceață.

Se freacă bine gălbenușurile cu zahăr pisat și cu o bucățică de vanilie sau zahăr vanilat, până ce se face ca o cremă. Se adaugă încet făina și la sfârșit cele șase albușuri bătute spumă. Se unge o tavă bine cu unt, se toarnă compoziția, după ce s-a scos vanilia, și se coace la cuptor, la foc potrivit. Când este gata, se răstoarnă pe un șervet ud, se pune

dulceața sau marmelada, se face sul, se așază pe farfurie, se presară cu zahăr. Se poate înlocui vanilia cu puțină coajă rasă de lămâie.

#### **647. OMLETĂ CU MERE**

4 mere mijlocii, 1 lingură unt, 4 linguri făină, 4 ouă, 2 linguri zahăr, 1 ceașcă lapte, 1 lingură rom, vanilie, un praf de sare.

Se curăță merele, se taie felii subțiri și se pun să se moaie pe mașină, cu o linguriță de unt. Se pune într-un castron făina, se amestecă cu ouăle întregi, sare și zahăr pisat vanilat. Se subție cu lapte și cu o lingură de rom, astfel încât aluatul să fie ca o smântână. Se topește puțin unt într-o tigaie, se toarnă o parte din compoziție, se presară merele și deasupra se toarnă restul compoziției. Se coace o jumătate de oră la cuptor. Se răstoarnă pe farfurie, se presară zahăr și se servește caldă. La fel se poate pregăti și cu vișine.

#### **648. SUFLEU DE ALBUȘ**

8 albușuri, 8 linguri zahăr, 1 linguriță unt, 1 lingură marmeladă.

Se bat spumă albușurile. Se adaugă încet zahărul pisat și se bate până se întărește bine. Se unge o formă cu unt, se întinde pe fund marmeladă de caise sau dulceață, se toarnă deasupra albușul, se netezește cu lama cuțitului, apoi se crestează deasupra și se dă la cuptor trei sferturi până la o oră, la foc potrivit, ca să crească frumos. Se servește însă îndată ce s-a scos de la cuptor, altfel se lasă.

#### **649. MERE PE CANAPEA**

12 mere mijlocii, 12 feliuțe de pâine, 50 g unt proaspăt, zahăr. Siropul: 150 g zahăr, 1 pahar apă.

Se curăță merele, se scobesc la mijloc și pe măsură ce sunt curățite, se pun în apă rece ca să nu se înnegrească. Se taie pâinea felii. Se unge cu unt o formă cu marginile joase, se pun feliile de pâine și deasupra merele bine scurse, umplute la mijloc cu zahăr. Deasupra, peste fiecare, se pune o bucățică de unt. Se dă la cuptor, la foc potrivit, trei sferturi de oră. Se umezesc de câteva ori cu sirop de zahăr. Când sunt aproape gata, se toarnă deasupra câteva linguri de sirop legat și se mai lasă puțin la cuptor. Se servesc în formă.

## DIFERITE DULCIURI

# TORTURI ȘI PRĂJITURI

### 650. TORT IEFTIN

3 ouă, 1 lingură unt proaspăt, 1 pahar zahăr, 1 pahar făină, 1 pahar lapte, 2 linguri marmeladă. Crema de nuci: 200 g nuci, 100 g lapte, 50 g zahăr, 1 gălbenuș, vanilie, rom.

Se freacă o lingură de unt proaspăt cu un pahar de zahăr și cu gălbenușurile puse pe rând. Se adaugă apoi încet, alternând, un pahar de făină și unul de lapte. La urmă se pun cele trei albușuri spumă. Se coace la cuptor într-o formă unsă cu unt.

Când este gata, se taie în trei felii orizontale, se umezesc cu sirop cu rom, se unge o felie cu marmeladă de caise, se pune o felie de tort, apoi un strat de cremă de nuci, altă felie de tort, care se unge din nou cu marmeladă. Deasupra se presară nuci pralinate sau resturi de tort uscat, puțin sfărâmate.

Crema de nuci: Se opăresc nucile măcinate cu laptele îndulcit cu zahăr. Se freacă bine, adăugând puțin rom, vanilie și când s-a mai răcorit, un gălbenuș. Se freacă bine până devine spumoasă.

### 651. TORT DE NUCI

5 ouă, 100 g zahăr vanilat, 1 lingură făină, 1 lingură pesmet, 100 g nuci măcinate. Pentru cremă, v. 736.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul vanilat până se fac ca o cremă. Se adaugă făina, pesmetul din cernut, nucile trecute prin mașina de tocat și la urmă albușurile spumă. Se unge forma de tort bine cu unt. Se toarnă compoziția, se dă la cuptor circa o oră, la foc potrivit.

După ce s-a răcit, se taie în două, se stropesc amândouă jumătățile cu un sirop cu rom sau cu lichior și se umple cu cremă de nuci (v. 736), apoi se glasează.

### 652. TORT DE FASOLE

250 g fasole fiartă, 4 ouă, 200 g zahăr, 2 linguri unt proaspăt, 1 lingură cacao, 1 lingură pesmet, 2 linguri rom.

Se freacă fasolea fiartă, scursă bine de apă și trecută prin sită, cu gălbenușurile, zahărul și untul proaspăt, făcut spumă. Când totul este bine amestecat ca o cremă, se adaugă o lingură de ciocolată rasă sau de cacao, sau o lingură de cafea concentrată, o lingură de pesmet, două linguri de rom și albușurile bătute spumă. Se coace la cuptor într-o formă bine unsă cu unt, aproape o oră. La început focul trebuie să fie mai moale ca să crească tortul, iar la sfârșit mai iute. După ce s-a răcorit, se acoperă cu glazură de cafea sau de ciocolată, iar pe margine se toarnă cu cornetul frișcă bătută.

### **653. TORT DE CASTANE**

50 castane, 250 g zahăr, 5 ouă, 150 g unt proaspăt, vaniie, 150 g frișcă bătută cu zahăr. Cremă de castane, v. 749.

Se crestează coaja castanelor și se fierb o oră într-o oală. Se curăță de coajă și se pun într-o cratiță cu apă cât să le cuprindă. Se lasă să fiarbă până se moaie complet. Se scurg bine de apa care a mai rămas și se trec prin mașina de tocat, apoi printr-o sită. Se amestecă cu zahărul pisat, vanilie și gălbenușurile puse pe rând. Se freacă bine până devine ca o cremă. Se amestecă apoi cu untul frecat spumă și la urmă cu albușurile bătute spumă. Se unge o formă cu unt, se toarnă compoziția și se coace la foc potrivit trei sferturi de oră. Când este gata tortul, trebuie să fie puțin moale la mijloc. Dacă se ține prea mult la foc, devine aspru. Se lasă să se răcească în formă. Se răstoarnă, se glasează cu ciocolată sau cu cafea, iar deasupra se pune frișcă bătută.

Dacă se umple cu cremă, atunci se coace compoziția în două forme de mărime egală. Când sunt gata, se lasă să se răcească, se pun una peste alta și între ele cremă de castane (v, 749).

### **654. TORT DE PESMET**

6 ouă, 6 lingiiri zahăr, 6 linguri pesmet, 1/2 pahar nuci (facultativ), vanilie.

Cremă de unt (v. 728).

Se freacă spumă gălbenușurile cu zahărul pisat și o bucată de vanilie. Se adaugă pesmetul foarte fin și la urmă albușurile spumă. După dorință, se poate adăuga odată cu pesmetul și 1/2 pahar de nuci pisate. Se coace într-o formă unsă cu unt și presărată cu făină, la cuptor, la foc potrivit, circa o oră. Când este gata, se taie în trei felii, se umple cu cremă de unt (v. 728) și se glasează după plăcere.

### **655. TORT DE CACAO**

6 ouă, 150 g zahăr, 75 g făină, 50 g cacao, unt pentru uns forma. Cremă de ciocolată (v. 729).

Se bat într-un căzanel ouăle întregi cu zahărul până ce volumul lor crește simțitor. Se bat apoi alternativ pe mașină și la rece, de trei ori. Se adaugă făina proaspăt cernută, amestecată cu cacao. Se coace la foc mic, într-o formă unsă cu unt și presărată cu făină. După ce s-a răcit, se taie în trei felii egal de groase. Se stropesc feliile cu sirop amestecat cu puțin rom. Între felii se pune cremă de ciocolată. Se glasează cu ciocolată, iar deasupra se decorează cu fructe zaharisite sau cu puțină cremă turnată prin cornet.

### **656. TORT MOCA**

5 ouă, 160 g zahăr vanilat, 140 g făină, 1 lingură cafea concentrată (sau cicoare), unt pentru uns forma. Pentru cremă, v. 733.

Se încălzește bine un castron, ținându-l câteva minute cu apă clocotită pe marginea mașinii. Se șterge să fie perfect uscat. Se pun ouăle întregi, zahărul vanilat și se freacă bine până se

face ca o cremă. Se adaugă cafeaua și făina proaspăt cernută și se amestecă bine. Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt, se coace la foc potrivit circa o oră. Se pregătește crema de cafea cu unt (v. 733). După ce s-a răcit perfect tortul, se taie cu un cuțit bun în trei felii, iar între ele se pune crema. Se oprește o lingură de cremă pentru garnitură. Tortul se glasează cu glazură de cafea (p. 740), iar deasupra se pune cu cornetul crema oprită.

### **657. TORT INDIANĂ**

6 ouă, 150 g zahăr, 100 g făină, vanilie, unt pentru uns forma, 250 g frișcă. Pentru glazură, v. 738.

Se pun într-un căzanel ouăle întregi cu zahăr și cu vanilie. Se bat bine cu telul pe marginea mașinii până ce cantitatea crește simțitor. Se bate apoi alternativ, pe mașină și la rece, de trei ori. Se adaugă făina. Se coace compoziția într-o formă bine unsă cu unt și presărată cu făină, la foc potrivit. După ce s-a răcit, se taie cu un cuțit ascuțit tortul în două. Se scobesc ambele părți la mijloc, cât mai mult, dar fără să se spargă fundul, astfel încât așezate una peste alta, să rămână un gol la mijloc. Acest gol se umple cu frișcă bătută. Tortul se glasează cu ciocolată. Din aluatul scos din mijlocul tortului se poate pregăti umplutura pentru alt tort, la fel cu crema de cozonac (v. 734).

### **658. TORT DOBOȘ**

5 ouă, 125 g zahăr, 5 linguri făină, unt pentru uns forma. Crema: 4 ouă, 150 g zahăr, 2 batoane ciocolată sau 2 linguri cacao, 200 g unt proaspăt, 3 linguri zahăr pentru glazură.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul până se fac ca o cremă. Se adaugă făina și albușurile bătute spumă. Se unge forma de tort cu unt, se presară făină și se toarnă astfel din compoziție, încât foaia să nu fie mai groasă ca muchia cuțitului. Se coc pe rând 7 — 8 foi, se scot fierbinți din tavă și se pun pe masa de aluat. Crema pentru tort: într-o oală mică pusă în alt vas cu apa clocotită se bat ouăle întregi cu zahăr și vanilie, pe foc. Se bate mereu până începe să se îngroașe. Se adaugă ciocolata muiată pe marginea mașinii cu o lingură de apă sau două linguri de cacao frecate cu puțin lapte. Când crema este gata, se dă la o parte, amestecând mereu până se răcorește. Se freacă spumă untul, apoi se amestecă încet cu crema, după ce aceasta s-a răcit complet. Se așază foile unele peste altele, între ele punând cremă. Ultima foaie se lasă la o parte până se glasează cu zahăr ars. Se arde zahărul într-o cratiță la foc iute. Când zahărul s-a topit complet și începe să se închidă la culoare, se toarnă pe foaia de tort și se întinde repede cu ajutorul unui cuțit lung, înfierbântat, până nu se răcește. Dacă totuși se răcește, se introduce foaia de tort o clipă la cuptor, pentru ca muindu-se zahărul, să se poată întinde bine. Cât timp se glasează, se ține foaia de tort pe o placă unsă cu ulei, pentru ca picăturile de zahăr care curg pe margini să nu se lipească pe masă.

Tot cu ajutorul cuțitului, până nu se răcește complet zahărul, se înseamnă feliile de tort, apăsând bine, pentru a se tăia ușor tortul. Foaia astfel glasată se așază deasupra.

### **659. TORT CU MARMEADĂ**

200 g făină, 2 linguri zahăr, 2 linguri miere, 1 ou, 1 lingură unt topit, 1 pachet praf de copt, un praf de sare, 250 g marmeladă, 100 g nuci.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc, se pune zahărul, mierea, oul, untul, un pachetel de praf de copt și sare. Se frământă un aluat, se fac șase foi care se coc în formă de tort. A doua zi se așază tortul, întinzând marmeladă printre foi. Deasupra și împrejur se unge cu marmeladă, se presară nuci tocate cu cuțitul și puțin rumenite într-o tigaie, pe mașină.

### **660. TORT CU MARMEADĂ ȘI CU CREMĂ**

300 g făină, 1 gălbenuș, 5 linguri zahăr, 2 linguri oțet de vin (să nu fie prea acru), 2 linguri ulei, 1 lingură untură, 4 linguri lapte, 1 pachet praf de copt, un praf de sare. Crema: ¼ l lapte, 1 ou, 1/2 lingură făină, 2 linguri zahăr, vanilie, 250 g marmeladă.

Se ceme făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc și se pune gălbenușul, oțetul, uleiul, untura, laptele, un pachetel de praf de copt și sare. Se frământă bine aluatul și se împarte în șase părți egale. Se întind foile pe rând, de rnarimea tăvii și se coc la foc potrivit. Din timp se face o cremă de vanilie din lapte, un ou, făină, zahăr și puțină vanilie. Se amestecă toate împreună și se fierb pe mașină până se îngroașe crema. Se freacă bine să nu se facă cocoloși. Se așază o foaie de tort pe farfurie, se unge cu marmeladă, deasupra se pune a doua foaie care se unge cu cremă și așa mai departe se așază foile alternând un rând de marmeladă cu unul de cremă. Deasupra și împrejur, se acoperă tortul cu cremă.

### **661. TORT FĂRĂ OU**

140 g făină, 140 g nuci măcinate, 140 g zahăr pisat, 150 g unt proaspăt, 1 lingură îapte, 1 praf de sare, 250 g marmeladă, 100 g nuci tocate.

Se frământă pe masa de aluat făina cu nucile măcinate, zahărul pisat, untul proaspăt, laptele și sarea. Se face un sul gros care se împarte în cinci părți, se acoperă cu un șervet și se lasă să stea o oră la răcoare. Fiecare bucată se întinde pe rând, pe fundul formei de tort, presărat cu făină, și se coace la cuptor la foc potrivit. Foile coapte se desprind cu grijă pe margini, cu un cuțit ascuțit. Când toate foile sunt coapte, se pune între ele un strat subțire de marmeladă de caise. Deasupra, peste stratul de marmeladă, se presară nuci prăjite puțin și tocate mărunt. În loc de marmeladă se poate glasa cu ciocolată (v. 72,8).

### **662. TORT DE ALBUȘ**

8 albușuri, 150 g unt proaspăt, 300 g zahăr pudră, 150 g făină, vanilie, unt pentru uns forma, 100 g nuci.

Se freacă spumă untul proaspăt, se adaugă încet zahărul pudră și făina. Separat se bat opt albușuri spumă cu un praf de sare și se amestecă ușor cu crema de unt. Se toarnă compoziția într-o formă de tort unsă cu unt și presărată cu migdale sau cu nuci tăiate în lung. Se coace la foc potrivit.

### **663. TORT DE BEZELE**

8 albușuri, 400 g zahăr pudră, unt pentru uns tava. Crema: 1 lingură cu vârf de cacao, 3 linguri făină, 4 linguri zahăr, 1/2 l lapte, 100 g unt proaspăt, rom sau esență de portocale.

Se bat opt albușuri spumă și se adaugă, amestecând ușor, zahărul pisat. Se coc pe rând patru foi, întinzând albușul potrivit de gros pe fundul tăvii de tort, bine uns cu unt și presărat cu făină. Se scot foile numai după ce s-au răcorit complet, altfel se sfărâmă. Se fac separat câteva bezele mici, pentru garnitură.

Între foi se pune următoarea cremă: se freacă cacao cu o lingură două de lapte, până se moaie complet. Se adaugă zahărul, apoi făina, frecând continuu, și se toarnă laptele clocotit. Se pune cratița pe mașină și se ține până începe să fiarbă. Se amestecă mereu ca să nu se prindă de fund și să nu rămână nici un cocoloș. Când este destul de legată, se dă la o parte și după ce s-a răcorit, se pun pe rând bucățele mici de unt frecând mereu, până ce se introduce tot untul și crema a devenit spumoasă. Se adaugă rom sau esență de portocale.

În loc de crema de mai sus, se poate pune între foile de bezele numai frișcă bătută cu zahăr. Tortul se așază cu o oră înainte de a fi servit; dacă așteaptă mai mult, foile de bezele se moaie prea tare.

### **664. TORT DE BISCUIȚI CU ZAHĂR ARS**

1/2 kg biscuiți, 1 l lapte, 8 linguri zahăr, 2 linguri făină, 1 lingură rom, vanilie, 100 g nuci sau frișcă.

Se ard într-o cratiță patru linguri de zahăr care se sting cu puțină apă fierbinte. Se lasă pe colțul mașinii până se dizolvă tot zahărul. Separat se moaie făina cu o ceașcă de lapte rece, amestecând bine, până se desface toată făina. Se mai toarnă lapte rece, completând până la un litru. Se amestecă cu siropul de zahăr ars, adăugând și patru linguri de zahăr, o lingură de rom și puțină vanilie. Se ține pe foc până începe crema să se îngroașe. Se dă la o parte și se adaugă biscuiții sfărâmați în bucățele mici. Se amestecă ușor cu o lingură și se dau la rece până ce se pătrund bine cu cremă. A doua zi se așază compoziția pe o farfurie rotundă sau dreptunghiulară, iar deasupra se presară nuci tocate, prăjiite puțin pe mașină, sau se acoperă tortul cu frișcă bătută.

### **665. TORT DE BISCUIȚI CU CREMĂ DE VIN**

1/2 kg biscuiți, 1 l lapte, 8 linguri zahăr, 2 linguri făină, 4 gălbenușuri, 1/2 pahar vin. Cremă: 4 albușuri, 4 linguri zahăr, 2 linguri marmeladă.

Se freacă într-o cratiță patru linguri de zahăr, făina și gălbenușurile peste care se toarnă laptele clocotit. Se pune pe foc, se amestecă și când începe crema să se îngroașe, se adaugă 1/2 pahar cu vin. Se pun într-un castron biscuiții ruși în bucăți mici. Deasupra se toarnă crema de vin fierbinte. Se dă la rece.

A doua zi se așază compoziția pe o farfurie rotundă, în formă de tort, sau dreptunghiulară. Se bat albușurile spumă cu patru linguri de zahăr și marmeladă și se acoperă tortul complet cu această spumă. Se servește.

### **666. GUGULUF**

4 ouă, 400 g făină, 2 linguri zahăr, 25 g drojdie, 175 g unt proaspăt, 2 linguri lapte, vanilie, 1/2 linguriță sare; 50 g stafide, 1 lingură rom, unt pentru uns forma, 100 g migdale sau nuci.

Este o prăjitură ușor de făcut, dar pentru ca să crească frumos trebuie ca materialul întrebuintat să fie puțin cald, adică nici untul, nici ouăle, nici făina să nu fie ținute la răcoritor sau într-o cameră rece. Se cerne făina într-un vas încăpător. Se face loc la mijloc și se pun sarea și zahărul pisat. Separat se moaie drojdia cu puțin lapte (dacă este prea fierbinte, drojdia se opărește și nu mai crește). Când s-a muiat, se toarnă în gaura făcută în făină. Se adaugă ouăle întregi și untul proaspăt, puțin bătut cu o lingură.

Se frământă totul bine cu mâna și la sfârșit se adaugă stafidele fără sâmburi și o lingură de rom. Aluatul trebuie să fie moale. Din când în când se dau mâinile în făină, pentru a se desprinde ușor de pe degete și pentru a putea fi așezat în formă. Se unge bine cu unt o formă cu gaură la mijloc, de preferință o formă specială de pământ, se presară atât pe fund cât și pe pereți cu migdale curățite și tăiate în lung, se pune aluatul astfel încât să ocupe jumătate din formă. Se lasă să crească la loc cald și ferit de curent. Se unge deasupra cu ou și se coace la foc potrivit. Spre sfârșit, focul trebuie să fie moale. Se ține circa o oră, iar dacă se rumenește deasupra înainte de vreme, se acoperă cu o foaie de hârtie umezită. Se răstoarnă și se presară cu zahăr pisat.

### **667. TURTĂ DULCE**

350 g miere, 350 g făină, 3 ouă, 3 linguri zahăr, 1/2 linguriță bicarbonat, un vârf de linguriță de scorțișoară, un vârf de linguriță de cuișoare, 1 lingură rom, 1 lingură ulei, 3/4 pahar de nuci, unt sau ulei pentru uns tava.

Se pune mierea în vasul în care se va pregăti compoziția și se amestecă pe marginea mașinii până se moaie. Se dă la o parte, se pune zahărul, făina cernută, câte puțin odată. și după ce s-a mai răcorit, ouăle întregi, pe rând. Se freacă totul bine, se mai adaugă bicarbonatul proaspăt cernut, apoi cuișoare și scorțișoară pisată, rom, ulei și nuci curățite, nesfărâmate. Se unge o tavă cu unt, se toarnă compoziția, se pun deasupra bucăți de nucă și se coace la foc potrivit.

### **668. TURTĂ DULCE FĂRĂ OUĂ**

450 g făină, 250 g zahăr, 1/2 pahar apă, 1 linguriță bicarbonat, un vârf de linguriță de scorțișoară, 1 vârf de linguriță de cuișoare, 1 pahar nuci, coajă de portocale, ulei pentru uns tava.

Se ard într-o cratiță 150 g zahăr și se sting cu 1/2 pahar de apă. Se amestecă cu 100 g zahăr. Se cerne într-un castron făina, se toarnă încet siropul amestecând bine, se adaugă bicarbonatul proaspăt cernut, scorțișoara și cuișoarele pisate, iar la sfârșit nucile și puțină coajă rasă de portocale sau coajă de portocale zaharisită (lisă de portocale). Se unge tava cu ulei, se toarnă compoziția și se coace la foc potrivit.

### **669. CHEC**

4 ouă, 1 1/4 ceașcă de făină, 1 ceașcă de zahăr, 2 linguri apă caldă, un vârf de linguriță scorțișoară, un vârf de linguriță praf de copt, un praf de sare, coajă de lămâie, unt pentru uns forma.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și scorțișoara pisată. Se adaugă încet făina, două linguri de apă caldă, sarea, praful de copt, cele patru albușuri spumă și puțină coajă rasă de lămâie. Se unge o formă dreptunghiulară cu unt, se presară cu făină, se pune compoziția și se coace la foc potrivit circa o oră. Se taie felii după ce s-a răcit.

### **670. ALT FEL DE CHEC**

3 ouă, 50 g unt proaspăt, 225 g zahăr pudră, 125 g lapte, 225 g făină, 1 pachet praf de copt, unt pentru uns forma.

Se freacă spumă untul proaspăt, se adaugă zahărul pisat sau tos, fin cernut, și gălbenușurile puse pe rând. Se pregătește laptele rece și făina cernută, în care s-a amestecat un pachet de praf de copt. Când untul a cuprins bine gălbenușurile și zahărul, se pune alternând lapte și făină, amestecând continuu. La sfârșit se adaugă cele trei albușuri bătute spumă. Se unge cu unt o formă rotundă de tort sau una dreptunghiulară, se toarnă compoziția și se coace la foc bun. Se taie după ce s-a răcorit.

### **671. PANDIȘPAN**

6 ouă, 6 linguri zahăr vanilat, 6 linguri făină, unt pentru uns forma.

Se bat ouăle întregi cu zahărul vanilat, bine de tot, până se fac ca o cremă, iar volumul lor a crescut de 2 — 3 ori. Se adaugă făina. Se mai amestecă puțin, se toarnă într-o formă unsă cu unt și tapetată cu hârtie și se coace la foc potrivit, o oră.

#### **\* ALT FEL DE PANDIȘPAN**

Aceleași cantități ca mai sus.

Se bat albușurile spumă. Se adaugă zahărul vanilat și se bate bine, astfel încât albușul să se întărească ca pentru bezele. Separat se strivesc într-o farfurie gălbenușurile, se amestecă cu albușul, se adaugă făina, amestecând totul ușor. Se unge o formă bine cu unt, se presară făina, se toarnă compoziția și se coace o oră la foc potrivit. Cantitățile se pot mări după dorință.

### **672. PÂINE DE ALBUȘ**

12 albușuri, 1 pahar zahăr pisat, 1 pahar făină, 1 pahar nuci amestecate cu stafide, unt pentru uns forma.

Se bat albușurile spumă, adăugând încet zahărul pisat. Se adaugă făina și un pahar de nuci amestecate cu stafide. Se toarnă compoziția într-o formă dreptunghiulară, unsă cu unt și

presărată cu făină. Se coace la foc potrivit circa o oră. Când este gata se răstoarnă, și după ce s-a răcit, se taie felii subțiri. Este mai gustoasă a doua zi.

### **673. PRĂJITURĂ CU NUCĂ**

3 ouă, 250 g zahăr, 150 g făină, 150 g nuci, coajă de lămâie sau de portocală, unt pentru uns tava.

Se bat ouăle întregi cu zahărul, pe marginea mașinii. Se adaugă făina, nucile tăiate mărunt cu cuțitul (nu trecute prin mașină) și puțină coajă rasă de lămâie sau de portocală. Se unge cu unt tava, se presară făină, se toarnă compoziția într-un strat subțire. Se coace la cuptor, la foc potrivit.

### **674. CHEC CU STAFIDE**

5 ouă, zahăr cât cântăresc ouăle, aceeași cantitate de făină și de stafide amestecate cu nuci sau cu migdale, coajă de lămâie, unt pentru uns forma.

Se bat bine cinci ouă întregi cu atât zahăr cât cântăresc ouăle. Se adaugă încet aceeași cantitate de făină cernută, aceeași cantitate de stafide amestecate cu migdale curățite și tăiate fin, cum și puțină coajă rasă de lămâie. Se unge o formă dreptunghiulară cu unt, se presară făină, se toarnă compoziția, se pun câteva migdale tăiate deasupra și se coace circa o oră la foc potrivit.

### **675. CHEC CU RAHAT**

2 ouă, 280 g făină, 200 g zahăr, 150 g ulei, 150 g lapte, 1/2 linguriță bicarbonat, 4 — 5 bucăți rahat, 1/2 pahar nuci amestecate cu stafide, coajă de portocale din dulceață, unt pentru uns forma.

Se freacă ouăle cu zahărul până ce volumul crește simțitor. Se adaugă treptat uleiul și laptele, bicarbonatul proaspăt cernut și făina, iar la sfârșit nuca și stafidele. Se unge forma cu unt și se presară făină. Se toarnă o parte din compoziție, se așază bucățile de rahat (după ce au fost făcute mici suluri cu mâna), se toarnă restul de compoziție. Se coace circa o oră la foc potrivit.

### **676. CHEC CU MARMELADĂ**

1/2 kg marmeladă, 2 linguri lapte sau apă, 2 linguri ulei, 220 g făină, 2 lingurițe rase bicarbonat, 2 linguri rom, vanilie, 150 g nuci, 2 linguri fructe din dulceață (facultativ), ulei pentru uns forma.

Se freacă marmelada cu două linguri de lapte (sau de apă) până se face ca o cremă. Se adaugă uleiul, făina, bicarbonatul, vanilia și rom după gust. Când pasta este bine amestecată, se adaugă 150 g nuci tăiate în lung, precum și 1 — 2 linguri de fructe zaharisite (sau din dulceață) tăiate mărunt și puse mai întâi la macerat cu puțin rom. Se unge o formă de tablă, dreptunghiulară, cu unt sau cu ulei, se presară făina și se toarnă compoziția. Se coace la foc potrivit (mal mult moale) circa o oră. Se încearcă cu un pai (dacă s-a copt nu

se lipește miezul) Și către sfârșit, dacă este necesar, se acoperă cu o hârtie. Când este coaptă se răstoarnă și după ce s-a răcit complet, de preferință a doua zi, se taie felii.

### **677. RULADĂ CU MARMELADĂ DE MERE**

150 g făină, 125 g unt, 2 gălbenușuri, drojdie cât o nucă, 1 lingură zahăr, un praf de sare, 3 linguri marmeladă de mere.

Se amestecă pe masa de aluat făina cu untul, se face loc la mijloc, se pun gălbenușurile, sarea și drojdia muiată cu o lingură de zahăr. Se frământă aluatul. Se lasă să se odihnească o jumătate de oră. Se întinde o foaie destul de subțire, deasupra se pune marmeladă de mere în strat de asemenea foarte subțire, se rulează, se dă la cuptor la foc potrivit. După ce s-a răcit, se taie felii groase de un deget.

### **678. RULADĂ CU CREMĂ**

4 gălbenușuri, 3 albușuri, 75 g zahăr, 75 g făină, 1 lingură unt topit pentru cremă, v. 728.

Se freacă bine într-un castron gălbenușurile cu zahărul, până se albesc. Se adaugă făina, albușurile bătute spumă și la sfârșit untul topit. Se așterne într-o tavă o hârtie albă, se toarnă compoziția cât mai subțire și egal întinsă. Se coace la foc bun. Se întoarce împreună cu tava pe masa de aluat și se lasă așa până se răcește, pentru a nu se usca. Când s-a răcorit, se umple cu o cremă de unt (v. 728), se face sul și se taie felii. Se poate servi și întregă. În acest caz se glasează cu o glazură potrivită cu umplutura.

### **679. PRĂJITURĂ CU ULEI**

2 linguri miere, 1 vârf de linguriță bicarbonat, 200 g făină, 4 linguri ulei, 20 g drojdie, un praf de sare, 3 linguri marmeladă, 3 linguri nuci, 1 lingură zahăr.

Se freacă într-o cratiță mică pe mașină mierea cu bicarbonatul, ținându-se până ce mierea a devenit lichidă.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc, se pune mierea, uleiul, drojdia muiată cu puțină apă și un praf de sare. Se frământă aluatul și se lasă să se odihnească o jumătate de oră. Se împarte apoi în două, se întind pe rând două foi, se ung cu un strat subțire de marmeladă și se presară cu nuci măcinate, amestecate cu puțin zahăr. Se rulează fiecare foaie nu prea strâns, se așază amândouă ruladele în tavă, se taie în felii groase de două degete și se coc la foc potrivit.

### **680. PRĂJITURĂ CU CAISE**

150 g făină, 100 g unt, 100 g zahăr, 1 ou, un praf de sare, caise cât se cer, zahăr tos pentru caise. Compoziția a doua: 3 ouă, 3 linguri zahăr, 3 linguri făină.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc și se pune untul, zahărul, un ou, sare. Se întinde o foaie de mărimea tăvii de copt, se dă la cuptor și se coace pe jumătate. Se pregătesc dinainte caisele tăiate în două, necojite. Se așază cu partea în care a stat

sâmburele în sus și se umple golul cu puțin zahăr. Se dă din nou la cuptor până ce s-a topit zahărul și fructele încep să se moaie. Între timp se freacă cele trei gălbenușuri cu zahăr, se adaugă făina și la urmă cele trei albușuri bătute spumă. Se toarnă compoziția peste fructe, se coace la foc potrivit. Se taie calde în romburi sau în dreptunghiuri. În loc de caise se pot pune prune, vișine, fragi etc.

### **681. PRĂJITURĂ CU VIȘINE**

5 ouă, 150 g zahăr, 1/2 linguriță bicarbonat, 100 g pesmet, 1/2 kg vișine, unt pentru uns forma.

Se spală și se scot sâmburii la 1/2 kg vișine. Se pun în sita de macaroane și se lasă să se scurgă de zeamă. Se freacă gălbenușurile cu zahărul până ce cresc ca o spumă. Se pune bicarbonatul, cele cinci albușuri bătute spumă, pesmetul fin cernut și la urmă vișinile. Se pregătește din vreme o formă unsă cu unt și presărată cu făină. Se toarnă compoziția și se coace la foc mic. După ce s-a mai răcorit, se taie și se scoate din formă. În loc de 100 g de pesmet se pot întrebuița 50 g pesmet și 50 g făină, sau 25 g pesmet, 50 g nuci pisate și 25 g făină.

### **682. SCOARȚĂ DE NUCĂ**

3 ouă, 1 pahar zahăr, 3/4 pahar făină, 1 pahar nuci.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul până se albesc, se adaugă făina, nuca tăiată în lung cât mai subțire și la sfârșit cele trei albușuri bătute spumă. Compoziția se toarnă într-o tavă unsă cu unt și presărată cu făină. Se coace la foc potrivit. Când este gata se presară cu zahăr tos, apoi se taie caldă, în romburi.

### **683. BISCUIȚI CU STAFIDE**

2 ouă, 125 g unt proaspăt, 125 g zahăr, 125 g făină, 125 g stafide, 3 linguri rom, unt pentru uns tava.

Se aleg stafidele, se spală și se pun într-o ceașcă cu trei linguri de rom. Se lasă să stea cel puțin o jumătate de oră. Se freacă separat untul cu zahărul pisat până se face ca o cremă. Se adaugă pe rând două ouă, apoi 125 g de făină și la sfârșit stafidele cu romul. Se unge cu unt o tavă de tablă groasă și se pun cu lingurița mici grămăjoare, la distanță de 2 — 3 cm unele de altele, deoarece se lătesc mult la foc. Se dau la cuptor, la foc potrivit. Imediat ce încep să se rumenească, se scot cu ajutorul unui cuțit.

### **684. BISCUIȚI CU VANILIE**

3 ouă, 1/2 pahar zahăr vanilat, 1/2 pahar făină.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul vanilat până se albesc. Se adaugă făina și cele trei albușuri spumă. Se unge cu unt o tavă de tablă groasă. Se pune câte o linguriță din compoziție la distanța de 2 — 3 cm unele de altele și se țin foarte puțin la foc iute, până încep să se rumenească pe margini. Pe măsură ce sunt gata, se scot cu un cuțit și se sucesc

cât sunt fierbinți, fie în formă de cornet, fie sul. Se pot umple cu cremă de nuci, de ciocolată sau de cafea.

#### **\* ALT FEL DE BISCUȚI CU VANILIE**

4 ouă, 125 g unt proaspăt, 200 g zahăr vanilat, 210 g făină.

Se freacă untul până se face spumă. Se adaugă pe rând patru gălbenușuri, apoi 200 g zahăr vanilat, frecând continuu, până se face ca o cremă. Se mai adaugă 210 g făină fină, spuma de la cele patru albușuri, amestecând ușor. Se unge o tavă cu unt, se pune câte puțin din compoziție cu lingurița sau cu cornetul, se dau la cuptor să se coacă la foc potrivit.

#### **685. LIMBI DE PISICĂ**

160 g făină, 140 g zahăr vanilat, 125 g unt, o linguriță lapte, 2 albușuri.

Se amestecă făina cu zahărul vanilat. Se cern împreună pe o hârtie. Se freacă untul cu laptele până se face spumă. Se adaugă făina și zahărul, amestecând cu lingura de lemn, la sfârșit două albușuri bătute spumă. Cu această compoziție se umple cornetul de hârtie, sau un cornet special de pânză care are la vârf o deschizătură de jumătate centimetru diametru. Se pun pe o tavă cu fundul gros, bețișoare lungi de 10 cm, lăsând o distanță de 3 cm între ele (deoarece se întind mult la copt). Se coc la foc potrivit și se scot din tavă cu un cuțit, pe măsură ce sunt gata.

#### **\* ALT FEL DE LIMBI DE PISICĂ**

150 g făină, 150 g zahăr vanilat, 150 g frișcă sau , smântână, 3 albușuri.

Se amestecă făina cernută cu zahăr vanilat și cu frișca sau cu smântâna subțiată cu puțin lapte. Se adaugă albușurile bătute spumă și se procedează ca mai sus.

#### **686. BEZELE**

4 albușuri, 200 g zahăr, unt pentru uns tava.

Se bat albușurile într-un căzanel sau într-o oală, pe marginea mașinii, se amestecă cu zahărul vanilat și se bat din nou până se ține albușul bine. Compoziția trebuie să fie destul de tare, astfel încât bezelele așezate pe tavă să nu se întindă. Se unge o tavă cu unt, se presară cu făină, se pun bezelele, fie cu cornetul, fie cu o linguriță, potrivit de mari, ținând seamă că ele cresc la copt. Se coc la foc foarte moale, circa o jumătate de oră, având grijă să nu se îngălbenească. După ce s-au răcorit puțin, se scot cu un cuțit din tavă și se servesc fie simple, fie lipite câte două, cu frișcă bătută sau cu înghețată la mijloc. Pentru aceasta, pe măsură ce se scot, se apasă ușor fundul cu degetul cel mare, ca să formeze un fel de scobitură, în care să intre mai multă frișcă. Aceasta se pune cu lingurița. Bezelele pentru servit cu înghețată se fac ovale.

### **687. CUIBURI DE RÂNDUNELE**

4 albușuri, 200 g zahăr, 200 g migdale sau nuci, unt pentru uns tava.

Se bat albușurile pe marginea mașinii. Când sunt gata, se pune zahărul pisat și se bat din nou împreună. Se adaugă migdale curățite de coajă și tăiate felii subțiri, sau nuci tăiate în lung. Se unge o tavă cu unt, se presară făină și se pun mici movilițe cu lingurița. Se coc o jumătate de oră, la foc mic. Se scot calde, cu un cuțit.

### **688. MACAROANE**

300 g migdale sau nuci, 4 albușuri, 350 g zahăr, 50 g smântână.

Se dau prin mașină migdale curățite de coajă sau nuci și se freacă bine cu două albușuri nebătute. Se adaugă zahărul, smântâna proaspătă și la sfârșit spuma de la două albușuri. Compoziția trebuie să fie potrivit de moale, dar să nu se întindă. Se toarnă cu cornetul pe o foaie de hârtie albă, turtițe de 3 — 4 cm diametru. Se umezesc cu o pensulă cu apă, se presară zahăr pudră, se așază cu hârtia în tavă și se coc la foc slab. Se scot cât sunt calde, umezind ușor hârtia pe dos. Când sunt gata, aceste prăjituri rămân puțin cleioase la mijloc. Înainte de a se introduce în cuptor, pe fiecare turtiță se poate pune un bob de vișină sau de cireașă, din dulceață.

### **689. PESMEȚI ECONOMICI**

350 g făină, 3 linguri ulei, 100 g zahăr vanilat, 2 ouă, 2 lingurițe oțet, 1/2 pachet praf de copt, un praf de sare.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc și se pune uleiul, zahărul vanilat, două ouă, două lingurițe de oțet, praful de copt și sarea.

Se face un aluat destul de îndesat; se întinde foaia ca de tăiței, se taie diferite forme și se coc la foc potrivit.

### **690. PESMEȚI FLORINA**

250 g făină, 1 ou, 3 linguri caimac, 75 g zahăr pisat, un vârf de linguriță de bicarbonat, 65 g unt proaspăt, un praf de sare, vanilie.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc și se pun: caimacul, oul, zahărul pisat, bicarbonatul proasput cernut, sare, vanilie. Se amestecă întâi cu o lingură, se mai adaugă unt proaspăt tăiat bucățele și se frământă apoi bine aluatul cu mâna. Se lasă o oră la rece să se odihnească. Se întinde o foaie ca de tăiței, se taie forme pătrate de mărimea biscuiților din comerț, se înțeapă deasupra cu o furculiță și se coc la foc potrivit.

### **691. PESMEȚI DELICIOȘI**

560 g făină, 250 g unt proaspăt, 150 g zahăr pudră, 1 ou, 1 lingură lapte, 1 pachet praf de copt, un praf de sare, vanilie.

Se cerne făina pe masa de aluat. Se face loc la mijloc și se pune untul, care se frământă cu o parte din făină. Când untul s-a muiat se adaugă zahărul vanilat, o lingură de lapte, oul, un praf de sare și un pachet de praf de copt.

Se frământă totul la un loc și se dă la rece să se întărească. După o oră, se ia jumătate din aluat, se întinde foarte subțire și se taie pesmeți de diferite forme (nu se lucrează toată foaia odată deoarece aluatul se întinde greu). Se coc la foc potrivit și se scot din tavă pe măsură ce sunt gata. Din cantitățile de mai sus ies foarte mulți pesmeți, care se păstrează la rece câteva săptămâni, fără să piardă din gust și din frăgezime.

### **692. PESMEȚI CU IAURT**

1 pahar iaurt sau lapte bătut, 2 linguri ulei, 1 lingură zahăr, vanilie, 1 linguriță de bicarbonat, un praf de sare, făină cât se cere.

Se bate un pahar de lapte bătut sau de iaurt, cu ulei și zahăr până se face ca o cremă. Se adaugă bicarbonatul proaspăt cernut, sare, vanilie și făină cât se cere. Se frământă și se face un aluat potrivit de moale. Se întinde pe masa de aluat presărată cu făină, o foaie groasă de 1/2 cm, se taie forme rotunde, se așază pe tavă, se coc la foc bun.

### **693. PESMEȚI CU SCORȚIȘOARĂ**

1 ceașcă caimac, 2 ouă, 3 linguri unt topit, 3 linguri zahăr vanilat, 1/2 linguriță scorțișoară, 1/2 linguriță bicarbonat, 1/2 linguriță sare, făină cât se cere (circa 500 g).

Se freacă o ceașcă de caimac cu două ouă, unt topit, zahăr vanilat, scorțișoară, bicarbonat proaspăt cernut și sare. Se pune pe masă făină, se face loc la mijloc și se toarnă compoziția de mai sus. Se frământă cu mâna, făcând un aluat potrivit de tare. Se adună la un loc, se acoperă cu un șervet și se lasă o jumătate de oră la rece să se odihnească. Se întinde o foaie groasă de 1/2 cm, se taie forme mici, se presară zahăr și se coc la foc potrivit.

### **694. PESMEȚI CU NUCI**

200 g făină, 200 g nuci, 200 g zahăr, 2 ouă întregi, 1 gălbenuș, coaja rasă și zeama de la 1/2 lămâie, un praf de sare.

Se face un aluat din făină, nuci trecute prin mașină, zahăr, sare, două ouă întregi și un gălbenuș, coaja rasă și zeama de lămâie. Se frământă bine, Se întinde o foaie groasă de 1/2 cm, se taie forme mici și se așază într-o tavă unsă cu unt. Se presară cu zahăr, se coc la foc potrivit.

### **695. PESMEȚI DE NURENBERG**

250 g zahăr, 250 g miere, 500 g făină, 2 ouă, 100 g nuci, 1 linguriță rasă cuișoare, 1 linguriță rasă scorțișoară, 2 lingurițe bicarbonat.

Se opărește zahărul pisat cu 250 g miere clocotită. Se amestecă și după ce s-a mai răcorit, se adaugă făina, ouăle, nuci sau migdale măcinate, cuișoare pisate, scorțișoară și bicarbonat proaspăt cernut. Se frământă bine. Se lasă aluatul să se odihnească cel puțin două ore. Se întinde o foaie potrivit de subțire, se taie diferite forme, care se coc în tavă unsă cu unt și presărată cu făină.

### **696. RULOURI CU MARMELADĂ**

150 g brânză de vacă, 150 g ulit, 150 g făină, 2 linguri rase zahăr, un praf de sare, un vârf de linguriță bicarbonat, 2 linguri marmeladă și ou pentru uns deasupra.

Se face un aluat din brânză de vacă, unt, făină, zahăr, sare și bicarbonat. Se frământă bine, se întinde o foaie groasă ca de tăiței, se taie dreptunghiuri potrivit de mari, se ung cu marmeladă, se fac sul, se ung cu ou, se presară zahăr și se coc la foc potrivit.

### **697. CORĂBIOARE**

250 g făină, 120 g zahăr vanilat, 2 gălbenușuri, 2 lingurițe apă rece, 200 g unt proaspăt, un praf de sare.

Se cerne pe masa de aluat făina amestecată cu zahăr pisat și vanilat. Se face loc la mijloc și se pun gălbenușurile, două lingurițe de apă rece, untul proaspăt tăiat în bucăți și un praf de sare. Se frământă repede un aluat care se lasă o jumătate de oră să se odihnească la rece. Se întinde pe masa de aluat presărată cu puțină făină, o foaie groasă de 1/2 cm. Se taie forme rotunde sau romburi care se coc pe o tavă, la foc potrivit, mai mult slab. Nu trebuie să se rumenească. Aluatul de corăbioare trebuie frământat repede la loc rece, pentru ca untul să nu se moaie de căldura mâini.

#### **\* ALT FEL DE CORĂBIOARE**

250 g făină, 125 g zahăr vanilat, 125 g unt proaspăt, 1 gălbenuș, un praf de sare.

Se frământă aluatul și se pregătesc la fel ca mai sus.

### **698. SĂRĂȚELE**

150 g unt proaspăt, 150 g făină, 150 g cartofi fierți, un praf de sare, 1 ou pentru uns deasupra și o linguriță de mac sau de susan.

Se face un aluat din unt proaspăt, făină, cartofi fierți trecuți prin mașina de carne și sare. Se frământă un aluat potrivit de tare, se întinde o foaie groasă de 1/2 se unge cu ou, se taie fâșii de 1/2 cm lățime și 12 cm lungime, se presară deasupra, după gust, chimen, mac sau susan și sare grunzoasă, se așază unele lângă altele pe tava presărată cu făină și se coc la

foc potrivit.

### \* ALT FEL DE SĂRĂȚELE

150 g făină, 150 g cartofi fierți, ½ pachet praf de copt, un praf de sare, lapte sau apă.

Se cerne pe masa de aluat făina, se face loc la mijloc, se pun cartofii fierți și dați prin mașină, sarea, praful de copt și puțin lapte sau apă, cât se cere la frământat pentru ca aluatul să iasă potrivit de tare. Se procedează apoi la fel ca mai sus.

### 699. SĂRĂȚELE CU CHIMEN

250 g făină, 100 g unt, 2 ouă, 1 lingură lapte, 1 lingură smântână, 1/2 linguriță sare, 1 lingură chimen.

Se cerne pe masa de aluat făina și se amestecă cu untul proaspăt. Se face loc la mijloc și se pune un ou, o lingură de lapte, o lingură de smântână și sare. Se frământă, apoi se lasă la rece să se întărească. Se fac bețișoare cât se poate de subțiri, care se dau prin ou, sare și chimen și se coc la cuptor, la foc potrivit.

### 700. SĂRĂȚELE DIN ALUAT FRANȚUZESC

Pentru aluat franțuzesc, v. 611, 1 ou, 2 linguri parmezan sau orice brânză rasă.

Se face un aluat franțuzesc care se întinde într-o foaie groasă de 3 — 4mm. Se taie cu cuțitul fâșii late de 10 — 12 cm. Se ung cu ou, se presară parmezan ras. Aceste fâșii se taie în lățime în benzi de 2 cm. Se apucă fiecare de amândouă capetele, se răsucesc odată și se așază pe tava umezită cu apă. Se coc la foc bun.

### 701. OCHELARI

Un rest de aluat franțuzesc (v. 611). Pentru 200 g aluat: 3 linguri zahăr pudră, un sirop din 1/2 dl apă, 150 g zahăr și o linguriță glucoză.

Aluatul franțuzesc rămas nefolosit de la altă prăjitură se adună la un loc. Se întinde o foaie potrivit de subțire și cât mai pătrată. Se presară cu zahăr, se păturește în trei, așa cum s-a arătat la aluatul franțuzesc. Se repetă încă o dată această operație presărând și de data aceasta foaia cu zahăr. Se întinde din nou foaia pătrată, se întorc de două ori înăuntru marginile, astfel încât îndoiturile să se atingă pe mijlocul foaiei. Cele două părți se întorc apoi una peste cealaltă, ca și sum s-ar închide o carte. Aluatul astfel împăturit se taie în fâșii late de 1 cm, care se așază pe tavă cu tăietura în sus. Între ele se lasă loc, ca să aibă unde crește. Când încep să se rumenească pe o parte, se întorc pe cealaltă, ca să nu se ardă zahărul. Între timp se face un sirop potrivit de legat, din apă, zahăr și glucoză. Când pesmeții sunt gata, se introduc pe rând în siropul fierbinte și se scot imediat.

## 702. PIȘCOTURI

120 g zahăr, 80 g făină, 5 albușuri, 3 gălbenușuri, 1 pachet vanilie, 2 linguri zahăr fin pentru pudrat deasupra.

Pentru ca pișcoturile să reușească, ouăle trebuie să fie foarte proaspete și zahărul fin cernut. De la început se pregătește pe o hârtie zahărul pisat, iar pe altă hârtie, făina proaspăt cernută. Se bat albușurile spumă într-un căzanel, se toarnă încet din 1/3 zahăr, se mai bate cu telul până se întărește bine albușul. Se scoate telul, se pune restul de zahăr amestecând ușor cu o lingură, apoi pe rând trei gălbenușuri, făina cernută și vanilata.

Se pregătește din timp o hârtie albă, mai groasă, de mărimea tăvii în care se vor coace pișcoturile. Se recomandă folosirea unei tăvi speciale; fără pereți laterali. Se face un cornet de hârtie care se taie la vârf, astfel încât să aibă o gaură cu un diametru de 1/2 cm. Se umple pe trei sferturi cu compoziția de mai sus și se toarnă pe hârtia dinainte pregătită pișcoturi de 10 — 12 cm lungime. Se lasă între ele un interval de 5 — 6 cm, deoarece cresc la copt. Printr-un tifon rar, se presară deasupra puțin zahăr pudră. Se apucă hârtia de un capăt și se scutură, aplecând-o, pentru ca zahărul căzut pe hârtie să alunece afară și se așază încet pe tava neunsă. Se coc la foc potrivit, mai mult moale. Se țin circa 25 de minute, în care timp trebuie să crească frumos, fără să se rumenească. Când sunt gata, se scot imediat de pe hârtie cu ajutorul unui cuțitaș și se așază pe farfurie, lipiți câte doi, cu partea de pe tavă înăuntru.

## 703. COVRIGEI CU SCORTIȘOARĂ

500 g făină, 250 g unt proaspăt, 50 g zahăr, 40 g drojdie, 1/2 ceașcă lapte, coajă rasă de lămâie, 1/2 linguriță sare, 1 linguriță scortişoară, zahăr și migdale pentru presărat deasupra.

Se moaie drojdia cu lapte cald. Se cerne făina pe masa de aluat sau într-un castron, se face loc la mijloc, se pune plămădeala, untul proaspăt moale, zahărul, sarea, puțină coajă rasă de lămâie. Se frământă bine și se lasă la cald să crească. Se presară masa cu făină amestecată cu puțină scortişoară și se fac din aluat covrigei rotunzi. Se coc la foc bun. Când sunt aproape gata, se ung cu unt și se presară cu zahăr și cu migdale pisate.

## 704. COVRIGEI DE PLĂMĂDEALĂ

500 g făină, 125 g unt, 2 ouă întregi, 1 gălbenuș, 3 linguri zahăr, 30 g drojdie, 1/2 ceașcă lapte, 1/2 linguriță sare, zahăr și migdale pentru presărat deasupra.

Se face ca mai sus un aluat din drojdie muiată cu jumătate ceașcă de lapte cald, făină, imt, două ouă întregi, un gălbenuș, zahărul și sare. Se fac covrigei rotunzi, se coc la foc iute și când sunt aproape gata, se ung cu unt și se presară cu zahăr și cu migdale pisate.

## 705. MADELENE

3 ouă, 125 g unt proaspăt, 125 g zahăr pisat, 125 g făină, 1 linguriță apă de flori, unt pentru uns formele.

Se pune într-o cratiță untul proaspăt ca să se topească, fără să fiarbă. Se freacă într-un

castron ouăle întregi cu zahărul pisat, până se albesc. Se adaugă apa de flori și făina cernută, iar la urmă se toarnă încet, amestecând ușor, untul topit, observând să nu curgă și zerul rămas în fundul cratiței. Se ung cu unt forme mici de tablă, speciale pentru madelene, și se toarnă din compoziție, dar numai pe trei sferturi, deoarece cresc la copt. Se așază toate pe o tavă de tablă și se coc la foc potrivit. Se scot calde din forme și se pun pe sită să se răcească.

## **706. TARTĂ CU FRUCTE CRUDE**

150 g făină, 90 g unt, 1 linguriță zahăr, 1 ou, 1 lingură apă rece, un praf de sare.

Se cerne făina pe masa de aluat, se face loc la mijloc și se pune o linguriță rasă de zahăr, sare, o lingură de apă foarte rece, oul și untul (muiat puțin cu o lingură de lemn, fără să fie frecat spumă). Se frământă repede, se adună la un loc în formă de minge și se lasă să se odihnească la rece cel puțin două ore. Se poate lăsa din ajun până a doua zi, aluatul va fi cu atât mai fraged. Se întinde o foaie de ½ cm grosime. Se taie un rond ceva mai mare decât forma în care se va coace aluatul. Se unge această fonnă, care trebuie să aibă marginile foarte scunde, cu puțin unt. Se pune foaia de aluat apăsând cu degetul pe margini, ca să formeze o mică bordură în sus, iar restul de aluat care iese afară se taie. Se fac 4 — 5 înțepături cu vârful unui cuțit, pentru ca aerul de dedesubt să nu umfle aluatul. În același scop se pune deasupra o hârtie unsă cu unt, iar pe ea boabe crude de mazăre, de fasole sau de porumb, pentru ca să apese aluatul. Se coace la foc potrivit; după 25 de minute, se scot hârtia și boabele, se unge înăuntru și pe margini cu ou bătut și se mai dă câteva minute la cuptor ca să capete față. Se lasă să se răcească, și se scoate din tavă. În loc de o singură tartă mare, se pot face la fel mai multe tarte mici, așezând aluatul în forme mici de tablă. După ce este gata, se umple tarta cu fructe.

1. **Cu căpșuni sau cu fragi.** Se spală ușor fructele într-o apă, se curăță de codițe și se pun pe hârtie albă să se scurgă. Se așază apoi unele lângă altele pe fundul tartei, iar pe deasupra se toarnă un sirop gros de zahăr sau un jeleu de fructe.

2. **Cu caise.** Se spală și se taie caisele în două, se scot sâmburii, se așază pe tartă, se toarnă sirop. Pot fi întrebuițate și caisele din compot scurse de zeamă.

3. **Cu struguri.** Se spală strugurii, se desfac boabele de pe ciorchine, se scurg, se așază în formă și se toarnă sirop foarte legat.

La fel se pregătesc cu vișine, cireșe, coacăze etc. Aluatul este mai fraged dacă, după ce a fost copt, este lăsat până a doua zi. În cutii de tablă se păstrează 10 — 12 zile.

## **\* ALT FEL DE TARTĂ CU FRUCTE CRUDE**

300 g făină, 200 g unt proaspăt, 100 g zahar, 3 gălbenușuri sau 1 ou întreg și un gălbenuș, un praf de sare.

Se face un aluat ca mai sus, din făină, unt, zahăr și trei gălbenușuri sau un ou întreg și un gălbenuș. Se fac tartele la fel ca mai sus, sau se pune foaia de aluat într-o tavă dreptunghiulară. Aluatul se așază foarte subțire în formă, deoarece se mai îngroașă la copt. Se coace la cuptor la foc potrivit. Când este gata, se umple cu fructe ca mai sus. Acest aluat

este mai fraged decât cel precedent.

### **707. TARTĂ CU MARMELADĂ**

250 g făină, 125 g unt, 125 g zahăr, 2 ouă, 1/2 pachet praf de copt, un praf de sare, 250 g marmeladă.

Se face o cocă din făină, unt, zahăr, ouă, praf de copt și sare, se frământă și se lasă o oră la rece. O treime din cantitatea de aluat se lasă la o parte, iar din rest se întinde o foaie mai groasă, de mărimea tăvii de copt, se așază în tavă iar deasupra se întinde un strat subțire de marmeladă. Din aluatul lăsat la o parte, se fac bețișoare subțiri, care se așază peste marmeladă în formă de grilaj. Se coace la foc potrivit.

### **708. TARTĂ CU PRUNE NECOJITE**

1 ceașcă caimac, 1 ceașcă făină, un praf sare, 1/2 kg prune, zahăr pentru pus deasupra.

Se face un aluat dintr-o ceașcă de caimac, o ceașcă de făină și sare. Se întinde foaia potrivit de groasă și se așază într-o tavă dreptunghiulară pentru copt plăcinte, umezită cu apă. Din rămășițele de aluat se taie câteva benzi subțiri care se așază pe aluat de jur împrejur apăsându-le ușor cu degetul muiat în făină, ca să formeze ca o margine. Înainte de a se așeza benzile, se va umezi ușor marginea aluatului cu o pensulă cu apă, pentru a nu se desprinde la copt.

Se spală 1/2 kg de prune, sau mai multe, după mărimea tăvii, se rup în două în lungime, fără să se desprindă de tot, se scoate sâmburele și se așază regulat pe aluat, cu partea dinăuntru în sus. Se pune cu lingurița câte puțin zahăr peste fiecare prună. Se coace la foc potrivit. Când este gata, se presară cu zahăr și după ce s-a mai răcorit, se taie bucăți.

### **709. TARTĂ CU CREMĂ**

125 g făină, 1 on, 60 g unt, 1 lingură apă rece, 1 linguriță zahăr, un praf de sare. Crema: 3 ouă, 125 g zahăr, 40 g făină (2 linguri nu prea pline), 4 dl lapte, 1 lingură unt topit, 1 lingură apă de flori, un praf de sare.

Se face un aluat ca pentru tartele cu fructe (v. 706) din făină, ou, unt, apă rece, zahăr și sare. Se așază la fel într-o formă rotundă și se înțeapă fundul. Pentru cremă, se freacă într-un castron zahărul cu ouăle, până se albesc. Se amestecă cu făina cernută și totul se subțiază cu laptele scăzut sau amestecat cu puțină smântână. Se mai pune o lingură de unt topit, fără să fie fierbinte, apa de flori și sarea. Se toarnă crema în forma îmbrăcată în aluat, astfel încât să rămână cu jumătate de deget sub marginea de sus a aluatului. Se dă la cuptor la foc potrivit. Dacă în timpul coptului aluatul din fund se umflă, se înțeapă cu un ac. Se ține circa trei sferturi de oră și dacă crema începe să se rumenească deasupra, se acoperă cu o hârtie umezită. Nu se scoate îndată din formă, ci după ce s-a răcit puțin.

### **710. SAVARINA CU PESMET**

5 ouă, 5 linguri zahăr, 5 linguri pesmet, 1 lingură rasă de făină, unt pentru uns forma. Pentru sirop: 1 pahar cu apă, 150 g zahăr, 2 linguri rom. Frișcă, 1 lingură marmeladă de caise.

Se freacă gălbenușurile cu zahăr și vanilie până se albesc și cresc ca o cremă. Se adaugă pesmetul fin cernut, făina și la urmă spuma de la cinci albușuri. Se unge forma de savarină cu unt, se presară cu făină, se toarnă compoziția și se coace la foc potrivit. În acest timp se face un sirop potrivit de legat dintr-un pahar de apă și 150 g zahăr, la care se adaugă, după ce siropul s-a mai răcorit, și rom după gust. Când savarina este coaptă, se scoate din formă, se stropește cu siropul cu rom, repetând această operație de 2 — 3 ori, până ce savarina este bine îmbibată. Se mai dă câteva minute la cuptor. După ce s-a răcit, se întinde deasupra un strat subțire de marmeladă de caise, iar golul din mijloc se umple cu frișcă bătută. Savarina se poate coace în forme mici, după numărul persoanelor.

### **711. SAVARINĂ DIN ALUAT DOSPIT**

250 g făină, 10 g drojdie, 1 dl lapte, 3 ouă, 75 g unt topit, 1 lingură zahăr, un praf de sare, unt pentru uns forma. Pentru sirop: 1 pahar cu apă, 150 g zahăr, 2 linguri rom. Frișcă, 1 lingură marmeladă de caise.

Se cerne făina într-un vas mai mare. Se face loc la mijloc, se pune drojdia, 1/2 dl lapte abia cald și un praf de sare. Se amestecă laptele cu drojdia, ca să se moaie, adăugând încă puțină făină, până se face ca o cremă subțire. Se presară deasupra un strat subțire de făină (din vas) și se lasă astfel circa 10 minute. Se pun apoi ouăle întregi și încă 1/2 dl lapte, turnat câte puțin. Se frământă totul bine, se acoperă și se lasă să crească la căldură și la un loc ferit de curent. După o jumătate de oră, trebuie să crească încă o dată pe cât era. Se adaugă untul topit, cald cât poate suferi degetul, o lingură rasă de zahăr și se frământă din nou. Compoziția trebuie să fie destul de moale. Se unge forma de savarină cu unt, se pune aluatul numai o treime din formă, ca să aibă loc la crescut. Se lasă astfel să crească o jumătate de oră până la o oră și se dă la cuptor la foc potrivit. Se coace trei sferturi de oră. Se însiropează și se servește ca și savarina de pesmet. În aluat se pot adăuga și stafide mici, fără sâmburi.

### **712. PRĂJITURI CU CREMĂ DE VANILIE**

2 1/2 dl apă, 100 g unt proaspăt (sau 80 g untură), 1 linguriță zahăr, un praf de sare, 125 g făină, 4 ouă. Pentru cremă, v. 728.

Se pune să fiarbă într-o cratiță apa cu untul, sarea și zahărul. Se cerne făina pe o hârtie (trebuie totdeauna proaspăt cernută, ca să nu aibă cocoloși). Când apa cu untul începe să fiarbă, se trage cratița pe marginea mașinii, se toarnă toată făina odată și se amestecă repede cu o lingură de lemn. Când pasta nu mai are nici un cocoloș, se împinge din nou cratița pe foc amestecând mereu, până ce aluatul se desprinde de pe cratiță. Se dă atunci la o parte, se mai amestecă și când începe să se răcorească (nu trebuie să fie rece de tot), se adaugă ouăle puse pe rând. Nu se pune oul următor până când cel dinainte nu s-a amestecat bine cu aluatul. Pasta trebuie să fie potrivit de moale, astfel încât să curgă din lingură, dar

să-și păstreze forma, acolo unde cade. Se toarnă compoziția într-un cornet de hârtie umplut pe trei sferturi, sau în cornetul special de pânză, și se pun pe tava de copt (nu se unge și nu se presară făină) mici turtițe de 3 — 4 cm diametru, lăsând tot atâta distanță între ele, ca să aibă loc de crescut. În lipsă de cornet, se pot pune și cu lingurița. Se dau la cuptor, la foc bun. Se țin circa 25 — 30 minute. Nu trebuie deschis cuptorul prea des, în special când încep gogoșile să crească, deoarece se lasă și nu mai cresc. Când sunt gata, trebuie să fie bine crescute și destul de uscate. Se scot calde cu un cuțit. După ce s-au răcit, se taie deasupra un căpăcel, se umplu cu cremă de vanilie (v. 726) (dacă sunt crescute bine sunt goale înăuntru), peste cremă se pune o linguriță de frișcă bătută, iar deasupra căpăcelul. Peste acesta se pune, după dorință, o glazură de zahăr sau se presară zahăr pudră.

### **713. ECLER**

Aceleași cantități ca mai sus. Pentru cremă și glazură, v. 726, 729, 732, și 737, 739, 740.

Se face aluatul la fel ca mai sus, se pune în cornet și se toarnă în formă de bastonașe, ca pișcoturile. După ce sunt coapte și s-au răcit, se taie un capac, în lungime, pe o parte și la capete, lăsându-l prins în cealaltă parte ca la tabacheră. Se umple cu cremă de vanilie, de ciocolată sau de cafea și se glasează cu glazura corespunzătoare.

### **714. GOGOȘELE CU FRIȘCĂ**

Aceleași cantități ca pentru “Prăjituri cu cremă de vanilie” (v. 712), 500 g frișcă. Glazura: 50 g cacao, 200 g zahăr, 1 1/2 dl apă, 1 linguriță glucoză sau feculă.

Se face un aluat ca pentru “Prăjituri cu cremă de vanilie”. Se pun, fie cu cornetul, fie cu lingurița, turtițe foarte mici, cât un ban, pe tava neunsă. Se coc la foc iute. Se lasă să se răcească. Se așază cu lingura pe o farfurie rotundă frișcă bătută cu puțin zahăr. Peste frișcă se așază gogoșelele, unele lângă altele, iar deasupra se toarnă cu lingura glazură de ciocolată. Nu trebuie să fie acoperite complet. Gogoșelele se pot păstra într-o cutie de tablă și se pot așeza cu frișcă atunci când trebuie servite. De asemenea, în loc de a fi așezate toate pe o farfurie mare, se pot pregăti porții mici, după numărul persoanelor. Glazura: într-o cratiță mică, pe marginea mașinii, se pun 150 g ciocolată tăiată mărunt cu trei linguri de apă caldă. Se amestecă fără să fiarbă, până se face ca o cremă. Separat se pun la fiert 150 g zahăr cu 1 dl apă și jumătate linguriță de glucoză. Se fierbe și când siropul este potrivit de gros, se toarnă peste ciocolată, câte puțin, amestecând ca la maioneză. Glazura se poate face și cu cacao în loc de ciocolată, amestecând 50 g cacao cu puțină apă până se moaie bine și se face ca o cremă. Se amestecă apoi cu siropul făcut din 200 g zahăr și 1 dl apă și puțină glucoză. Se lasă să se răcorească și se toarnă peste gogoșele.

### **715. GOGOȘELE CU CREAMĂ**

Aceleași cantități ca pentru “Prăjituri cu cremă de vanilie” (v. 712). Pentru crema de vanilie, v. 726, iar glazura, v. 738.

Se face un aluat ca pentru “Prăjituri cu cremă de vanilie”. Se pun fie cu cornetul, fie cu lingura, turtițe de mărimea unei nuci, pe tava neunsă. Se coc la foc iute. Se lasă să se

răcească. Se face o cremă de vanilie. Se umple un cornet și se pune câte puțină cremă în fiecare gogoasă, introducând vârful cornetului printr-o parte. Gogoșelele astfel umplute cu cremă se așază pe farfurie unele peste altele, iar deasupra se toarnă o glazură de ciocolată (v. 738), care să le acopere complet.

### **716. CATAIF CU FRIȘCĂ**

Pentru tăiței, v. 604. 2 linguri unt topit. Siropul: 1 1/2 pahar cu apă, 150 g zahăr, vanilie, Frișcă bătută.

Se face o foaie la fel ca pentru tăiței. Ca să fie mai fină se face fără apă, se întinde subțire și se taie foarte fin. Pentru șase persoane se fac două foi, fiecare dintr-un ou. Se recomandă ca tăiței să fie pregătiți cu o zi mai înainte, ca să aibă timp să se usuce. Se pot cumpăra gata de la plăcintării.

Se pune o lingură plină de unt într-o tigaie mare cu coadă. Când untul este fierbinte, se pun tăiței să se rumenească, întorcându-i ușor cu furculița, ca să nu se sfărâme. Dacă nu încap toți odată, se rumenesc pe rând. Se pun apoi toți într-o tavă dreptunghiulară și se așază cu furculița, astfel încât să formeze un strat egal. Se toarnă deasupra un sirop clocotit, nu prea legat, făcut din apă, zahăr și vanilie. Se dau la cuptor și se țin până ce tot siropul a fost absorbit, iar cataiful este bine prins. După ce s-a răcit, se taie în pătrate de 5 — 6 cm, se scot cu grijă cu un cuțit lat, ca să nu se sfărâme. Se opresc bucățile frumoase pentru pus deasupra. Celelalte se așază unele lângă altele pe o farfurie dreptunghiulară, se întinde frișca, bătută cu zahăr și bine scursă de zer, într-un strat gros, peste care se pun bucățile oprite, îndreptând frișca pe margini cu cuțitul.

### **717. CATAIF TURCESC**

Aceleași cantități ca mai sus.

Se fac tăiței foarte fini din două ouă. Se pun într-o tavă, se dau la cuptor la foc potrivit și se țin până încep să se rumenească. Amestecându-i ușor cu furculița, dacă este necesar. Se opăresc cu două linguri de unt topit și se mai dau câteva minute la cuptor. Se toarnă deasupra un sirop potrivit de legat, făcut din zahăr cu apă, se țin la cuptor până ce tăiței au supt tot siropul și se așază într-o cratiță rotundă, apăsându-i ușor cu dosul furcuței. Se lasă să se răcească pentru a se lega între ei, se răstoamă, iar deasupra se pune frișcă bătută.

### **718. CATAIF CU MERE**

Pentru tăiței, aceleași cantități ca mai sus. 1 kg mere, 1 lingură zahăr, 2 linguri rom. Siropul: 2 pahare apă, 250 g zahăr, vanilie.

Se curăță merele, se taie felii foarte fine și se pun să se macereze cu zahăr și cu rom. Se țin astfel o oră. Se fac tăiței din două ouă, se prăjesc în unt (v. cataif cu frișcă). Se pun apoi jumătate din tăiței într-o tavă dreptunghiulară, așezându-i ca să formeze un strat potrivit de gros. Deasupra se așază merele, iar peste mere alt strat de tăiței. Se toarnă un sirop fierbinte făcut din apă, zahăr și vanilie. Se dă la cuptor să se rumenească frumos. Când siropul a scăzut complet, se dă la o parte, se taie după dorință și se scot cu grijă ca să nu se sfărâme.

După ce s-au răcit, se poate pune peste fiecare bucată câte puțină frișcă bătută, turnată frumos cu cornetul.

### **719. PLĂCINTĂ CU CREMA DE VANILIE**

Pentru aluat: 250 g unt, 250 g făină, 1/2 pahar apă, 1 linguriță ulei, un praf de sare. Pentru cremă, v. 726.

Se face un aluat franțuzesc din unt, făină, apă, sare și o linguriță de ulei. Se întinde o foaie subțire de 1/2 cm și se așază într-o tavă dreptunghiulară cu marginile joase, stropită cu apă. Se înțeapă în mai multe locuri cu o furculiță ca să nu se umfle la copt. Se dă la cuptor la foc bun. După ce s-a copt, se taie foaia drept în două. Se așază pe una din jumătăți crema de vanilie în strat de 2 — 3 cm; deasupra se pune cealaltă foaie. Se îndreaptă marginea cu cuțitul, astfel încât crema să nu iasă de loc afară dintre cele două foi de aluat. Cu un cuțit foarte bine ascuțit se taie plăcinta în pătrate egale, fără să se apese, ci cu o mișcare de tăiat cu ferăstrăul. Se presară zahăr pudră și cu o spatulă se așază prăjiturile pe farfurie, unele lângă altele.

### **720. BACLAVA**

500 g foi de plăcintă (v. 605), 150 g unt topit, 500 g nuci curățite. Siropul: 2 pahare cu apă, 400 g zahăr, vanilie.

Se face un aluat de plăcintă și se întinde foaia foarte subțire. După ce s-a uscat, se taie în bucăți de mărimea tăvii în care le vom coace. Se unge tava cu unt și se așază 2 — 3 foi, stropite între ele cu unt. Se presară un strat subțire de nuci tocate, se pune o foaie de aluat, se stropește cu unt și iarăși. Se presară nuci. Se repetă până se termină toate foile, oprind pentru așezat deasupra 3 — 4 foi frumoase, care se ung între ele cu unt. Se moaie un cuțit în unt fierbinte și se taie plăcinta în lung și în lat, formând romburi sau dreptunghiuri de circa 5 cm pe 7 cm. În lungul tăieturilor, cum și pe margini, se toarnă câteva linguri de unt topit care să pătrundă până la fund. Se dă la cuptor la foc foarte moale, ținându-se circa o oră; când începe să se rumenească, se toarnă deasupra un sirop făcut din zahăr, apă și vanilie. Se mai lasă la cuptor câteva minute, până ce a pătruns tot siropul. Se scot baclavalele pe o farfurie și se mai toarnă deasupra puțin sirop. Sunt mai gustoase când sunt pregătite cu o zi sau două înainte de a fi servite.

### **721. SARAILIE**

Aceleași cantități ca mai sus.

Se întinde o foaie foarte subțire de aluat de plăcintă (în lipsă de timp, se pot cumpăra foi de la placintăne). Se taie în bucăți ceva mai mari decât tava în care se vor coace. Se pregătește dinainte nuca trebuitoare, nu însă trecută prin mașină, ci tocată cu cuțitul, astfel încât să nu fie prea mărunță. Se întind două foi una peste alta stropite între ele cu unt și se presară nucă. Se mai pun două foi se stropesc cu unt și se presară din nou un strat de nucă. Se întoarce dintr-o parte, înăuntru, o margine de 3 cm și se unge cu unt. Cu ajutorul unui băț ceva mai lung decât lățimea foilor, și de grosimea unui creion, se fac sul foile de plăcintă,

nu însă strîns, lăsând partea întoarsă să formeze marginea exterioară a sulului. Se strîng apoi ușor pe băț capetele spre mijloc ca o armonica, de lățimea tăvii în care se va așeza sulul după ce se scoate bățul. Se procedează la fel cu restul foilor de plăcintă. Când sulurile sunt toate așezate în tavă, se taie la rând cu un cuțit, în bucăți potrivite. Se toarnă câteva linguri de unt topit și se dă la cuptor la foc foarte mic, astfel încât să se usuce încet mijlocul și să nu se rumenească numai deasupra. Se țin la cuptor circa o oră și jumătate. Se procedează apoi la fel ca la baclavale.

### **722. CARTOFI DIN BISCUIȚI (fără foc)**

20 biscuiți, 1 pahar lapte îndulcit, 1 pahar nuci măcinate, 1 lingură cacao, rom și vanilie.

Se moaie biscuiții cu laptele îndulcit. Se adaugă nucile măcinate, cacao, rom și vanilie după gust. Se amestecă, toate împreună și se lasă până a doua zi la rece să se pătrundă. Se fac perișoare de mărimea unei nuci, se dau prin praf de cacao și se așază în mici coșulețe de hârtie. În loc de lapte îndulcit se poate întrebuița un sirop subțire, deoarece dacă se păstrează prăjitura mai mult timp, laptele fermentează.

### **723. NUGA**

6 albușuri, 350 g miere, 350 g zahăr, zeama de la 1/2 lămâie, 1 pachet vanilie, 350 g nuci, 2 foi de tort.

Se freacă bine într-un căzânel albușurile cu mierea și zahărul, până crește compoziția ca o spumă (se freacă cel puțin o jumătate de oră).

Se adaugă zeama de lămâie, puțină vanilie, se pune căzânelul pe foc moale și se mai bat aproape o oră (pentru a nu se arde la fund, se pune căzânelul pe mașină într-o cratiță cu apă).

Când compoziția este destul de legată, astfel încât se desprinde de pe fund când se dă cu lingura, se pun înăuntru nucile amestecate cu alune prăjite și neprăjite (dacă se pun numai nuci, acestea au un gust mai bun dacă sunt prăjite întâi puțin la cuptor). Se răstoarnă pe un fund, peste o foaie de tort (se găsesc în comerț), se întinde cu un cuțit udat cu apă, se așază deasupra altă foaie de tort, iar peste aceasta se pune un fund cu greutate. După ce s-a răcit, se taie bucăți.

### **724. CASTANE IMITATE**

300 g miez de cartofi copti, 150 g zahăr, 150 g nuci măcinate, vanilie, 3 linguri rom.

Se pun la copt 4 — 5 cartofi de mărime potrivită, astfel încât după ce s-au copt să se obțină circa 300 g miez de cartofi. Se scoate din coajă miezul fierbinte, se sfărâmă într-un castron cu o lingură de lemn și se freacă bine adăugând zahărul, până se face ca o cremă. Se mai adaugă nuca trecută prin mașina de tocat, vanilie și rom după gust. Se fac cu mâna mici perișoare de mărimea unei castane, se dau prin zahăr tos și se așază fiecare în coșulețe mici de hârtie.

# CREME ȘI GLAZURI (PENTRU TORTURI ȘI PRĂJITURI)

## 725. CREMĂ CU OU (A LA MINUT)

Un gălbenuș, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță rom.

Se freacă un gălbenuș cu o linguriță de zahăr și o linguriță de rom. Separat se bate un albuș spumă și se amestecă încet cu gălbenușul. Proporțiile se pot mări după numărul persoanelor. Crema este ușor de făcut și foarte gustoasă.

## 726. CREMĂ DE VANILIE

1/2 l lapte, 1/2 baton vanilie sau 2 pachetele de zahăr vanilat, 4 ouă, 175 g zahăr, 80 g făină.

Se pune o bucată de vanilie într-o cratiță cu laptele clocotit. Se acoperă și se lasă să stea astfel un sfert de oră, ca să se parfumeze laptele. Se freacă bine într-un castron ouăle întregi cu zahărul și făina și se toarnă laptele fierbinte, câte puțin, amestecând continuu cu lingura de lemn. Se pune apoi pe mașină la foc potrivit, amestecând mereu, pentru a nu se prinde crema pe fund. Când începe să fiarbă, se freacă repede și viguros, ca să se desfacă toți cocoloșii și se dă la o parte bătând încă câțiva timp crema cu o furculiță.

Se întrebuințează la plăcintă cu cremă, prăjituri cu cremă etc. Dacă atunci când este pe foc se observă că crema devine grunzuroasă, se dă repede la o parte și se așază cratița cu fundul în apă rece, adăugând și înăuntru o lingură de apă rece. Se bate apoi bine cu lingura sau cu telul, până ce dispar grunjiile. Se poate înlocui vanilia cu coajă rasă de lămâie sau de portocală. Aceasta se pune la început în lapte, care apoi se strecoară înainte de întrebuințare.

## 727. CREMĂ DE VANILIE CU SPUMĂ DE ALBUȘ

Aceleași cantități ca mai sus, în plus patru albușuri.

Când dorim să fie crema mai cu spor și în același timp mai spumoasă, se adaugă la urmă albuș bătut spumă astfel: se face crema cu cantitățile de mai sus. Când este gata, se ia de la foc și cât este încă fierbinte, se adaugă patru albușuri bătute spumă. Se amestecă repede și se lasă să se răcorească înainte de a fi folosită.

## 728. CREMĂ DE UNT

1 dl apă, 120 g zahăr, vanilie, 4 gălbenușuri, 200 g unt proaspăt.

Se pune să fiarbă într-o cratiță, 3 — 4 minute, apa cu zahărul. Se adaugă în siropul pregătit, după dorință, vanilie sau puțină coajă de lămâie. Se acoperă și se lasă astfel să stea un sfert de oră. Se freacă într-un castron gălbenușurile, turnând încetul cu încetul siropul. Se pune

pe foc moale amestecând continuu cu o lingură de lemn. Trebuie să se observe să nu se formeze cocoloși; dacă totuși s-au format, se procedează ca pentru crema de vanilie sau se trece prin sită fină.

Se frământă puțin ca să se moaie 200 g unt foarte proaspăt, cu o lingură de lemn (aceasta trebuie să fie neîntrebuințată, deoarece untul ia repede orice miros) sau se pune într-o cârpă și se apasă de câteva ori cu mâna. Se împarte în bucăți mai mici care se amestecă bine cu crema pe jumătate caldă. Se freacă până devine spumoasă. Crema trebuie întrebuințată îndată ce este gata, deoarece se întărește la rece și se întinde greu.

### **729. CREMĂ DE CIOCOLATĂ**

Aceleași cantități ca pentru “Crema de vanilie”, în plus 1 lingură de cacao sau 100 g ciocolată rasă.

Se procedează la fel ca pentru crema de vanilie (v. 726) adăugând în laptele clocotit 100 g ciocolată rasă sau 1 lingură de cacao.

### **730. CREMĂ DE CIOCOLATĂ CU UNT**

Aceleași cantități ca pentru “Crema de unt”, în plus 1 lingură cacao sau 100 g ciocolată.

Se pregătește crema de unt ca mai sus. Se moaie ciocolata tăiată bucăți sau cacao, cu două linguri de apă, într-o cratiță pe marginea mașinii, amestecând până ce se face ca o cremă. Se amestecă cu restul compoziției odată cu untul.

### **731. CREMĂ DE CACAO FĂRĂ OU**

½ l lapte, 1 lingură cacao, 3 linguri făină, 4 linguri zahăr, 100 g unt proaspăt, 2 linguri rom.

Se dizolvă cacao, făina și zahărul cu puțin lapte rece. Se freacă bine până nu mai rămâne nici un cocoloș, se toarnă cu încetul 1/2 l de lapte, se pune crema pe foc și se amestecă până se leagă. Se dă la o parte și când este aproape rece, se pune untul proaspăt, tăiat în bucățele mici și două linguri de rom. Se freacă până ce untul s-a amestecat cu crema.

### **732. CREMĂ DE CAFEA**

Aceleași cantități ca pentru “Cremă de vanilie”, în plus 1 dl cafea concentrată.

Se pregătește la fel cu crema de vanilie (v. 726) adăugând la început în lapte un decilitru de cafea concentrată, astfel încât să se obțină în total jumătate de litru de lichid. Se întrebuințează la prăjituri cu cremă, cornete etc.

### **733. CREMĂ DE CAFEA CU UNT**

Aceleași cantități ca pentru “Crema de unt”, în plus 2 linguri de cafea concentrată.

Se face la fel cu crema de unt, adăugând în apa pentru sirop cafeaua concentrată.

### **734. CREMĂ DE COZONAC**

300 g cozonac, sirop de zahăr, cafea, cacao sau marmeladă. Siropul: 112 pahar apă, 100 g zahăr, rom după gust.

Se moaie o felie de cozonac uscat cu câteva linguri de sirop făcut din apă și zahăr. Se freacă bine, adăugând rom și sirop cât se cere, până se face ca o cremă potrivit de groasă. După ce este bine amestecată, se adaugă, după dorință, puțină esență de cafea, cacao, sau 2-2 linguri de marmeladă. La fel se poate face din pișcoturi uscate sau chiar din tortul pe care vrem să-l umplem cu cremă. Pentru aceasta se taie tortul în trei felii transversale, cea din mijloc ceva mai subțire. Aceasta se scoate, se moaie cu sirop și se procedează la fel ca mai sus.

### **735. CREMĂ DE BISCUȚI**

Se face la fel cu crema de cozonac, înlocuind cozonacul cu 250 g de biscuiți din comerț.

### **736. CREMĂ DE NUCI**

400 g nuci, 2 dl lapte, 100 g zahăr, 1 lingură rom, 2 gălbenușuri, un praf de sare, puțin zahăr vanilat.

Se opăresc nucile măcinate cu laptele îndulcit cu zahăr. Se amestecă adăugând puțin rom și când s-a mai răcorit, două gălbenușuri. Se freacă bine până devine spumoasă.

### **737. GLAZURĂ ALBA DE ALBUȘ**

1 albuș, zahăr cât cere.

Se freacă cu o lingură curată de lemn (nu se bate cu telul), un albuș cu zahăr pisat, trecut printr-o sită foarte fină, adăugat cu încetul (cantitatea de zahăr variază după mărimea albușului). Se freacă viguros și continuu până se face o pastă uniformă, potrivit de groasă. Se adaugă câteva picături de lămâie. Se întrebuintează la glazat tortul și la decorațiuni. În acest din urmă caz, se adaugă ceva mai mult zahăr și se toarnă cu un cornet de hârtie umplut pe trei sferturi. Se taie o deschizătură foarte mică la vârf și se plimbă cornetul deasupra tortului, strângându-l ușor cu mâna ca să iasă un fir egal de glazură. Se fac diferite linii și figuri.

### **738. GLAZURĂ DE CIOCOLATA (FARĂ FOC)**

100 g ciocolată, 100 g zahăr, 2 linguri apă rece.

Se pune într-o cratiță mică ciocolată tăiată mărunț cu o lingură de apă; se ține la cald în alt vas cu apă clocotită, până se topește. Se amestecă cu lingura până ce devine ca o cremă. Separat se freacă într-un castron zahăr foarte fin cu două linguri de apă rece. Se freacă mult și viguros, până se face ca un șerbet. Se amestecă cu ciocolata topită. Se pune cu totul într-un vas cu apă clocotită, dar nu pe foc. Când este destul de moale, se toarnă dintr-o dată peste tort (nu se pune câte puțin cu lingura, deoarece suprafața nu ar ieși egală) și se întinde

repede cu un cuțit.

### **739. GLAZURĂ DE CIOCOLATĂ CU UNT**

100 g ciocolată, 150 g zahăr (sau 50 g cacao și 200 g zahăr), 1 dl lapte, unt proaspăt cât o nucă.

Se pune într-un vas, pe marginea mașinii, amestecând continuu ciocolata tăiată în bucăți mici, zahărul și ceva mai puțin ca un decilitru de lapte. După ce s-a topit, se împinge vasul pe foc mai bun și se lasă să dea câteva clocote. Când este destul de legată, se adaugă unt proaspăt cât o nucă. Se mai freacă puțin, se amestecă untul și se toarnă caldă peste tort.

### **740. GLAZURĂ DE CAFEA (FĂRĂ FOC)**

200 g zahăr, 4 linguri cafea.

Se freacă bine zahărul foarte fin cu cafea concentrată, până se face ca un șerbet. Se pune cu totul într-un vas cu apă fierbinte amestecând mereu și după ce s-a încălzit puțin, se toarnă peste tort. Atât timp cât glazura nu este încă uscată, nu se va ține tortul în curent, deoarece glazura formează ape și pierde din lustru.

# CREME ȘI JELEURI

## 741. CREMĂ LA CEȘTI

1 l lapte, 4 ouă, 200 g zahăr, 1 baton vanilie sau zahăr vanilat.

**Cremă de vanilie.** Se pune laptele să fiarbă cu vanilie și zahăr. Se bat într-un castron ouăle întregi, peste care se toarnă cu încetul laptele cu zahărul. Se strecoară. Se așază ceștile ce trebuie umplute într-o tavă destul de încăpătoare ca să circule apa printre ele. Se umplu ceștile cu o lingură cât mai mult, deoarece crema scade la fiert. Se toarnă apoi apă clocotită în tavă, cu grijă ca să nu intre apă și în cești. Se dă la cuptor. Focul trebuie să fie potrivit, astfel încât apa, deși foarte fierbinte, să nu fiarbă în clocote mari. Crema în cești de mărime obișnuită se ține la cuptor cam 40 de minute. Când ceștile sunt mai mici, se țin ceva mai puțin. Se încearcă dacă este gata, scoțând o ceașcă din apă și aplecând-o puțin într-o parte. Crema trebuie să se țină, fără să fie prea întărită. Se scot din cuptor Cu tava și se lasă să se răcească, ținându-le încă 10 minute în apă. Se scot din apă, se șterg ceștile cu un șervet și se dau la rece. Se servesc cu frișcă bătută sau cu biscuiți.

**Cremă de zahăr ars.** Se face la fel ca mai sus, punând să se ardă jumătate din cantitatea de zahăr într-o cratiță. Se stinge cu două linguri de apă fierbinte și se amestecă cu laptele și cu restul de zahăr. Cremă de cafea. Se adaugă în lapte, după ce acesta a fiert, trei linguri de cafea concentrată, micșorând cu tot atâta, de la început, cantitatea de lapte.

**Cemă de ciocolată.** Se moaie într-o cratiță 100 g de ciocolată tăiată bucăți sau 50 g cacao, cu 2 — 3 linguri de apă, pe marginea mașinii. Se freacă până se face ca o cremă. Se adaugă încet laptele cu zahăr și se amestecă apoi cu ouăle.

## 742. CREMĂ DE VANILIE CAMELIZATĂ

(CREMĂ CAMEL) ½ l lapte, 4 linguri zahăr, 4 ouă, vanilie, 5 linguri zahăr pentru îmbrăcat forma.

Se pun într-o cratiță laptele, vanilia și zahărul. Se ține la început pe marginea mașinii până se topește zahărul, apoi se împinge pe foc bun și se lasă să dea în clocot. Se bat într-un castron ouăle atât ca să se amestece bine albușul cu gălbenușul. Peste acestea se toarnă încet, amestecând

continuu, laptele cu zahărul. Se pun trei linguri de zahăr într-o formă de tablă cu gaură la mijloc și cu pereții drepți sau, la nevoie, într-o oală de mărime potrivită pentru cantitatea de mai sus. Se ține pe foc bun până se arde zahărul, fără să se înnegrească, de-oarece ar da un gust amar cremei. Se pleacă forma pe toate părțile pentru ca pereții să se acopere cu zahărul ars până la înălțimea la care va ajunge crema. Se strecoară compoziția și se toarnă în forma îmbrăcată cu zahărul ars. Se acoperă și se așază forma într-un vas cu apă clocotită. Se dă la cuptor, se ține să fiarbă la foc mic 45 minute. Se încearcă cu un pai. Dacă paiul iese curat, se poate da crema la o parte. Se lasă să se răcească în vasul cu apă, iar când este rece, se desprinde crema de pe marginea de sus cu un cuțit și se răstoarnă pe farfurie.

### **743. CREMĂ DE ZAHAR ARS**

125 g zahăr, 3 foi gelatină, 6 linguri apă, 4 albușuri, 250 g frișcă, vanilie.

Se arde într-o cratiță zahărul până capătă o culoare potrivită, nu prea închisă. Se stinge cu patru linguri de apă fierbinte și se lasă să mai fiarbă până scade cantitatea pe jumătate. Între timp se topesc foile de gelatină cu două linguri de apă clocotită și se amestecă cu siropul de zahăr lars; se țin pe marginea mașinii, la cald. Se bat spumă albușurile, se amestecă cu compoziția de mai sus, cât este foarte fierbinte, se bat din nou împreună și se lasă să se răcească. După ce s-a răcit, se adaugă, amestecând ușor, frișca bătută cu puțin zahăr vanilat. Se toarnă compoziția într-o formă udată cu apă, se lasă câteva ore la gheață și se răstoarnă. Se servește cu frișcă bătută și cu biscuiți.

### **744. CREMĂ DE CAFEA**

4 ouă, 120 g zahăr, 2 linguri de cafea, 1 lingură de rom, 3 foi de gelatină, 2 linguri apă, 250 g frișcă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, până se fac ca o spumă. Se adaugă două linguri de esență de cafea, o lingură de rom și gelatina muiată cu două linguri de apă fierbinte. Se pune cu totul pe marginea mașinii amestecând mereu până se încălzește.

Se bat cele patru albușuri spumă, se amestecă cu crema de mai sus, la care se adaugă 250 g frișcă bătută, se toarnă compoziția într-o formă udată cu apă și se dă la gheață. După ce s-a răsturnat, se decorează cu frișcă bătută.

### **745. SPUMĂ DE ALBUȘ CU CĂPȘUNI**

2 albușuri, 1 pahar cu vârf de zahăr pisat, 1 pahar cu vârf de căpșuni.

Se pun într-un castron albușurile, zahărul pisat și căpșunile. Se bate totul cu telul, cel puțin 20 minute. La început crema se lichefiază, încetul cu încetul se leagă și devine spumoasă și tare ca orice albuș când este bine bătut. Se așază într-o compotieră, se dă o oră-două la gheață. Înainte de a fi servită, se așază deasupra câteva căpșuni frumoase.

Aceeași cremă se face cu fragi sau cu vișine fără sâmburi.

### **746. CREMĂ DE GRIȘ**

1 l apă, 150 g zahăr, zeama de la o lămâie, 100 g griș. Pentru crema de vanilie, v. 726.

Se pune la foc într-o cratiță apa cu zahărul și zeama de la o lămâie. Se lasă să fiarbă cinci minute în clocote. Se toarnă grișul în ploaie și se mai fierbe cinci minute, amestecând ca să nu aibă cocoloși sau să se prindă pe fund.

Se răstoarnă într-un castron și se bate fierbihte cu telul, cel puțin 20 minute, până se răcește complet și crește ca o spumă. Se toarnă într-o formă udată cu apă și se dă la rece, de preferință pe gheață, cel puțin 3 — 4 ore (preferabil din ajun până a doua zi). Se desface ușor pe margine cu un cuțitaș, se răstoarnă și se servește cu cremă de vanilie (v. 726). Lămâia poate fi înlocuită cu puțină sare de lămâie dizolvată în apă în care se adaugă vanilie

sau o lingură de apă de flori.

#### **747. LAPTE DE PASĂRE**

11 lapte, 6 ouă, 200 g zahăr, vanilie, 1 linguriță feculă (sau făină), 1 lingură rom.

Se pune la foc într-o cratiță potrivit de mare, laptele cu vanilia. Se bat într-un castron albușurile la care se adaugă, după ce s-au făcut spumă, 100 g de zahăr pisat, bătându-se din nou până se ține albușul tare. Când laptele începe să fiarbă, se trage cratița pe foc mai mic, astfel încât laptele abia să mai dea în clocote. Cu o lingură mare de masă, se ia din albușul spumă, se netezește suprafața lăsând-o să fie puțin bombată, apoi se împinge albușul din lingură în cratița cu lapte, cu ajutorul unei lingurițe. Se formează astfel 4 — 5 ouă din albuș, nu mai multe, ca să aibă loc în cratiță. Se țin mai puțin de două minute pe o parte, se întorc pe cealaltă parte și se țin încă pe atâta. Se scot cu lingura cu găuri și se așază pe o sită, ca să se scurgă. Se continuă apoi în același fel până se fierbe tot albușul. Pentru ca albușul să rămână frumos crescut, trebuie să se țină seamă de două lucruri: laptele să nu fiarbă în clocote mari când se pune albușul și acesta să nu stea prea mult la foc.

Se freacă gălbenușurile cu 100 g zahăr și o linguriță de feculă (aceasta poate fi înlocuită cu puțină făină). Se toarnă cu încetul laptele strecurat, se dă cu totul pe foc moale, amestecând până când începe să se lege. Când crema s-a răcorit, se adaugă o lingură de rom, se toarnă în farfuria cu care va fi servită la masă, iar deasupra se așază ouăle de albuș.

#### **748. OUĂ DE ALBUȘ CU CIOCOLATĂ**

4 albușuri, 100 g zahăr. Pentru sos: 2 gălbenușuri, 75 g zahăr, 1 vârf de linguriță de feculă (sau făină), 3 dl lapte, 2 linguri cacao, migdale prăjite.

Se pregătește pe mașină o cratiță cu apă fierbinte. Se bat albușurile spumă cu 100 g zahăr. Se iau cu lingura ouă din albuș și li se dă drumul în apă la fel ca la "Lapte de pasăre". Nu se fierb, ci se țin 2 — 3 minute pe marginea mașinii, întorcându-le pe ambele părți. Se scurg pe o sită. Se face un sos din două gălbenușuri care se freacă cu zahăr și feculă. Se toarnă încet laptele amestecat cu cacao. Se ține pe mașină câteva minute, până se leagă. Se așază ouăle de albuș pe farfurie, deasupra se toarnă sosul de ciocolată și se presară migdale prăjite cu zahăr și măcinate.

#### **749. CREMĂ DE CASTANE**

40 castane. Sirop din 400 g zahăr și 1 1/2 pahar apă, vanilie, 150 g unt, 2 linguri rom, 10-12 biscuiți.

Se curăță castanele (v. 653). Se fierb apoi cu apă cât să le cuprindă, până se moaie. Se scurg bine de apă. Se trec prin mașina de tocat și pe urmă prin sită. Se face un sirop gros din zahăr și apă. Când este bine legat, se toarnă încet peste castane, se amestecă, apoi se pune cu totul la foc, împreună cu vanilia, frecând mereu ca să nu se prindă pe fund. Se ține până se îngroașă. Se freacă unt foarte proaspăt, se amestecă cu castanele răcorite și se adaugă romul.

Se îmbibă câțiva biscuiți cu sirop cu rom și se așază pe o farfurie, astfel încât să formeze un

fund peste care se va pune crema, cu cornetul de pânză sau de hârtie, în rânduri unele peste altele, în formă de cuib. În golul de la mijloc se aşază frişcă bătută cu zahăr.

#### **750. BAVAREZ DE VANILIE**

1/2 l lapte, 6 ouă, 200 g zahăr, 6 foi gelatină, 1 linguriţă feculă, vanilie, 350 g frişcă, 1 lingură de fructe zaharate (facultativ).

Se pun într-o cratiţă smălţuită, laptele, ouăle, zahărul, vanilia, gelatina spălată în apă rece şi o linguriţă de feculă, dizolvată cu puţină apă rece. Se bat puţin cu furculiţa, apoi se amestecă mereu cu lingura până începe compoziţia să fiarbă. Se ţine pe foc potrivit, având grijă să nu se taie. Se amestecă mereu, iar când crema începe să se prindă pe lingură, se dă la o parte, se strecoară într-un castron şi se mai vântură de câteva ori, ca să nu prindă pieliţă deasupra. Când s-a răcorit, se amestecă uşor cu frişca bătută fără zahăr. Se toarnă compoziţia într-o formă de tablă cu o gaură la mijloc, udată cu apa. Se dă la gheaţă cel puţin două ore. Se răstoarnă şi se umple golul din mijloc cu frişcă bătută cu zahăr vanilat. În compoziţie se pot pune fructe zaharate, tăiate mărunţ, stropite cu rom şi ţinute astfel o jumătate de oră.

#### **751. BAVAREZ DE ZAHĂR ARS**

1/2 l lapte, 250 g zahăr, 6 ouă, 6 foi gelatină, 1 linguriţă feculă, vanilie.

Se ard într-o cratiţă mică 150 g zahăr, astfel încât să nu se închidă prea tare la culoare şi se sting cu o lingură, două de apă fierbinte. Se pun într-o cratiţă smălţuită laptele, ouăle, 100 g zahăr, vanilie, o linguriţă de feculă (sau de făină), zahărul ars şi gelatina spălată cu apă rece. Se procedează apoi ca pentru "Bavarez de vanilie".

#### **752. JELEU DIN DOUĂ CULORI**

1 l lapte, 120 g zahăr, 8 foi gelatină, 1 lingură cacao.

Se pune pe foc laptele, zahărul, gelatina muiată cu puţină apă fierbinte şi vanilie. Se ţine până când se înfierbântă şi zahărul se moaie bine. Când zahărul s-a topit se vântură compoziţia puţin ca să se mai răcorească, apoi se desparte exact în două. Jumătate din compoziţie se toarnă în forma de tablă şi se pune la gheaţă ca să se prindă. Cealaltă jumătate se ţine pe marginea maşinii, adăugând în ea, după dorinţă, o lingură de caao dizolvată în apă cu puţin zahăr sau câteva picături de carmin care să o coloreze în roşu. Când compoziţia din formă a început să se prindă, se toarnă deasupra cealaltă jumătate, bine răcorită. Se dă din nou la gheaţă, şi se lasă până se întăreşte complet. Când se răstoarnă, se introduce o clipă forma în apă fierbinte.

# SOSURI PENTRU DULCIURI

## 753. SOS DE ROM

3 gălbenușuri, 100 g zahăr, 1 linguriță feculă, 2 cești lapte, 2 linguri rom.

Se freacă într-un castron gălbenușurile cu zahărul și cu o linguriță de feculă muiată în puțină apă rece, bine de tot, până se albesc și se fac ca o cremă. Se adaugă laptele fierbinte, câte puțin, amestecând mereu pe marginea mașinii, până se mai leagă. După ce s-a dat la o parte, se adaugă romul.

## 754. SOS DE VIN

4 gălbenușuri, 100 g zahăr, 1 linguriță feculă, ½ l vin alb.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și cu fecula muiată cu puțină apă rece. Se toarnă încet 1/2 l vin cald, se pune cu totul pe mașină la foc potrivit, amestecând, fără a lăsa totuși să fiarbă. Când începe să se îngroașe, se dă la o parte și se amestecă până se răcorește.

## 755. SOS DE VANILIE

1/2 l lapte, 4 gălbenușuri, 100 g zahăr, 1 linguriță feculă sau făină, vanilie.

Se fierbe laptele, când clocotește se adaugă vanilia, se acoperă și se lasă să stea un sfert de oră. Se freacă gălbenușurile cu zahărul și cu o linguriță de feculă, sau în lipsă, făină. Când crema a crescut, se toarnă încet laptele cald, amestecându-se continuu. Se pune totul la foc, fără să mai fiarbă, ținându-se până se mai îngroașă. Se servește cald sau rece.

## 756. SOS DE CACAO FĂRĂ OU

150 g zahăr, 1/2 pahar apă, 2 linguri cacao, 1 linguriță feculă.

Se face un sirop potrivit de legat din zahăr și apă. Se freacă două linguri de cacao și o linguriță de feculă cu puțină apă rece până se desfac toți cocoloșii. Se toarnă câte puțin sirop, amestecând continuu și se pune pe mașină să dea câteva clocote, până începe sosul să se îngroașe.

## 757. SOS DE ZAHĂR ARS

150 g zahăr, 1/2 ceașcă apă, 1 linguriță feculă, 1 dl lapte.

Se arde într-o cratiță zahărul, nu însă prea închis, și se stinge cu 1/2 ceașcă de apă fierbinte. Se moaie o linguriță de feculă cu puțină apă rece, se amestecă cu siropul de zahăr ars și se mai toarnă 1/2 ceașcă de lapte. Se pune cu totul pe foc, amestecând până începe să se îngroașe. Se dă la o parte, amestecând din când în când, până se răcorește.

# ÎNGHEȚATE

## 758. ÎNGHEȚATĂ DE VANILIE

6 ouă, 250 g zahăr, vanilie, 1 l lapte.

Se freacă ouăle cu zahărul. Se pune să fiarbă laptele și când clocotește, se adaugă vanilia. Se dă la o parte, se acoperă și se lasă așa un sfert de oră. Se toarnă laptele încet peste ouă, amestecând continuu. Se strecoară pntr-o sită deasă. Se pune cratița cu compoziția pe foc potrivit, amestecând până se îngroașă, astfel încât scoțând lingura, pe ea să rămână un strat subțire de cremă. Se dă la o parte, amestecând din când în când până se răcorește, se toarnă în șerbetieră și se îngheață.

După dorință, când este aproape gata, se adaugă 2 — 3 linguri de frișcă bătută, și se mai învârtește până se întărește complet.

## 759. ÎNGHEȚATĂ DE ZAHĂR ARS

6 ouă întregi sau 8 gălbenușuri, 250 g zahăr, 1 l lapte.

Se freacă într-un castron șase ouă întregi sau opt gălbenușuri cu 100 g zahăr. Se ard, potrivit de rumen, 150 g zahăr și se sting cu puțină apă fierbinte, se amestecă cu laptele cald și se continuă apoi la fel ca înghețata de vanilie.

## 760. ÎNGHEȚATĂ DE CAFEA

6 ouă, 250 g zahăr, 9 dl lapte, 1 dl cafea concen trată.

Se freacă ouăle cu zahărul. Se amestecă cu laptele la care s-a adăugat cafeaua foarte concentrată. Se face ca și înghețata de vanilie.

## 761. ÎNGHEȚATĂ DE CIOCOLATĂ

6 ouă, 250 g zahăr, 1 l lapte, 125 g ciocolată sau 50 g cacao, vanilie.

Se freacă ouăle cu zahărul. Se pun să fiarbă laptele cu vanilia, se moaie pe marginea mașinii ciocolata tăiată bucăți mici, cu puțină apă. Se amestecă încet cu laptele și apoi cu ouăle. Se face ca și înghețata de vanilie. Ciocolata poate fi înlocuită cu 50 g cacao care se freacă cu puțină apă și se amestecă cu laptele.

Când înghețata este aproape gata, se poate adăuga, odată cu frișca bătută (v. înghețata de vanilie), și puțină ciocolată sfărâmată nu prea mărunț. Se învârtește până se întărește cât trebuie.

## 762. ÎNGHEȚATĂ PRALINATĂ

Aceleași cantități ca pentru înghețată de vanilie; în plus 100 g migdale sau nuci.

Se pregătește crema la fel ca pentru înghețata de vanilie. Se ard rumen deschis 100 g de

zahăr, în care se adaugă migdale sau nuci. Când s-a amestecat zahărul cu migdalele, se toarnă cu totul pe masa de aluat udată cu apă și după ce s-a răcit, se pisează mărunt și se amestecă cu crema. Se toarnă în șerbetieră și se pregătește la fel ca înghețata de vanilie.

### **763. ÎNGHEȚATĂ DE LĂMÂIE**

500 g apă, 300 g zahăr, coaja de la 1 lămâie, zeama de la 3 lămâi.

Se pun într-o tingire apa și zahărul. Când zahărul s-a topit, se împinge tingirea pe foc iute și se lasă să fiarbă două minute. Se pune coaja de la o lămâie (partea galbenă fără cea albă care are gust amarui). Se acoperă, se dă la o parte și se lasă astfel o jumătate de oră. Se adaugă zeama de la trei lămâi rniolocii, se strecoară printr-un tifon, se toarnă în șerbetieră și se îngheață.

### **764. ÎNGHEȚATĂ DE PORTOCAL**

500 g apă, 300 g zahăr, coaja de la 2 portocale, zeama de la 3 portocale și 1 lămâie.

Se face la fel ca înghețata de lămâie.

### **765. ÎNGHEȚATĂ DE FRAGI**

500 g fragi aleși, 300 g zahăr, 3 dl apă, zeama de la 1 lămâie, 3 linguri frișcă bătută (facultativ).

Se spală fragii și se scurg bine. Se trec prin sită, astfel încât să se obțină 1/2 kg de piure. Se face separat un sirop de zahăr cu apă, care se fierbe două minute pe foc iute. Se amestecă cu fragii, fără să se mai țină pe foc, și după ce s-a răcorit, se adaugă, după dorință, zeama de la o lămâie și puțină frișcă bătută. Aceasta se combină foarte bine cu aroma fragilor, dând înghețatei un gust plăcut. Se toarnă compoziția în șerbetieră și se îngheață.

### **766. ÎNGHEȚATĂ DE ZMEURA**

Aceleași cantități ca pentru înghețata de fragi. Se pregătește la fel cu aceasta.

### **767. ÎNGHEȚATĂ DE VIȘINE**

500 g zeamă de vișine, 300 g zahăr, 3 dl apă, zeama de la o lămâie.

Se face un sirop din zahăr și apă care se fierbe două minute. Se spală vișinile și se storc printr-un tifon, astfel încât să se obțină 1/2 l zeamă. Se lasă să se limpezească, se adaugă zeama de la o lămâie, se amestecă cu siropul de zahăr și se îngheață.

### **768. ÎNGHEȚATĂ DE FRUCTE, CU LAPTE**

1 pahar de zeamă de fructe, 1 pahar de lapte crud (sau lapte amestecat cu frișcă nebatută), 175 g zahăr.

Se amestecă totul fără să se pună la foc și când zahărul s-a dizolvat, se toarnă compoziția în șerbetiera pregătită cu gheață și sare și se îngheață.

### **769. CAFE GLACE**

$\frac{3}{4}$  l lapte, 3 dl cafea concentrată, 300 g zahăr, 300 g frișcă, vanilie.

Spre deosebire de înghețata de cafea, aceasta nu este decât o cafea cu lapte obișnuită, pusă în șerbetieră să înghețe și servită mult mai moale decât celelalte înghețate. Se fac la filtru trei deciletri de cafea concentrată. Se fierbe laptele cu puțină vanilie (după dorință). Se dă la o parte. Se adaugă cafeaua și zahărul și se amestecă până ce se topește zahărul. După ce s-a răcit bine, se adaugă frișca proaspătă, nebatută. Se pune compoziția în șerbetieră și se învârtește. Se servește îndată ce este gata, în cești sau în pahare, punând deasupra puțină frișcă bătută cu zahăr.

### **770. CASATĂ DE CREMĂ**

Se pregătește compoziția ca pentru orice înghețată de vanilie, cafea, zahăr ars etc., la care se adaugă, după ce s-a răcorit complet, 300 g frișcă bătută. Apoi, în loc să se întărească în șerbetieră care trebuie învârtită, se toarnă compoziția într-o formă specială de înghețată, se acoperă ermetic cu capacul, se pune într-o găleată cu gheață și sare și se lasă 3 — 4 ore, până se întărește cât trebuie. La nevoie se mai adaugă gheață și sare. Nu se mișcă în timpul cât este pusă la gheață. Nu trebuie lăsată să înghețe prea mult, deoarece pierde din aromă.

### **771. CASATA DE FRUCTE**

Se pregătește compoziția ca pentru orice înghețată de fructe ca: înghețată de caise, fragi, zmeură etc. și se amestecă cu 300 g frișcă bătută. Se pune în formă și se îngheață ca mai sus.

## MARMELADE

### 772. MARMELADĂ DE CĂPȘUNI

La 1 kg căpșuni, 500 g zahăr.

Se spală căpșunile, se rup codițele și se scurg bine pe o sită. Se pun într-un castron, un strat de căpșuni, unul de zahăr tos sau pisat și așa mai departe. Se lasă să stea la loc răcoros până a doua zi. Se pune cu totul în tingirea de dulceață bine cositorită sau într-o cratiță smălțuită, se ține puțin pe foc moale până se topește tot zahărul, se dă apoi pe foc mai iute și se lasă să fiarbă, amestecând mereu cu o lopățică de lemn, ca să nu se prindă de fund. Se încearcă dacă este gata punând puțin pe o farfurioară. Dacă nu lasă zeamă împrejur, este destul de legată. Se dă la o parte, se acoperă cu un șervet ud și se lasă să se mai răcorească puțin, dar nu de tot. Borcanele, fie de pământ, fie de sticlă, bine spălate cu apă fierbinte și cu sodă, se limpezesc, se șterg, se mai usucă în gura cuptorului și cât sunt calde încă, se toarnă marmelada în ele. Se lasă să se răcorească complet și se leagă bine cu hârtie pergament.

### 773. MARMELADĂ DE FRAGI

Se face la fel cu marmelada de căpșuni.

### 774. MARMELADĂ DE ZMEURĂ

Se face la fel cu marmelada de căpșuni.

### 775. MARMELADĂ DE CAISE

La 1 kg caise, 600 g zahăr.

Se spală caisele, se scurg și se curăță de piețițe și de sâmburi. Se pun într-un castron împreună cu zahărul. Se amestecă bine cu o lingură de lemn până ce se topește zahărul. Se toarnă în tingirea de dulceață sau într-o cratiță smălțuită și se continuă apoi ca la marmelada de căpșuni.

### 776. MARMELADĂ DE CAISE CU COAJĂ

La 1 kg caise, 500 g zahăr.

Se aleg caise bine coapte, se spală, se scurg și se rup în două îndepărtând sâmburele. Se pun împreună cu zahărul în tingirea de dulceață sau într-o cratiță smălțuită. Se fierb amestecând mereu, până se leagă cât trebuie, se toarnă caldă în borcane și se leagă cu hârtie pergament numai după ce s-a răcorit marmelada.

### **777. MARMELADĂ DE PRUNE**

La 1 kg prune, 250 g zahăr.

Se curăță prunele de coajă și se scot sâmburii (v. Dulceață de prune 795). Se pun în tingirea de dulceață împreună cu zahărul. Se țin la început pe foc mic, până încep să lase zeamă și se topește zahărul. Se adaugă puțină vanilie, se dă la foc bun și se lasă să se lege, amestecând mereu, la fel ca la marmelada de căpșuni.

### **778. MAGIUN (POVIDLA)**

Se spală prune bine coapte, se scurg de apă și se scot sâmburii. Se pun în tingirea de dulceață sau, dacă sunt multe, într-un cazan mai mare. Se țin pe foc domol până încep să fiarbă și se moaie. Se trec printr-o sită mai rară (ciur), se pun din nou pe foc amestecând mereu, până se leagă cât trebuie. Dacă prunele nu sunt prea coapte și magiunul pare acru, se adaugă, după ce au fost trecute prin sită, puțin zahăr, în proporție de 100 g zahăr la un kilogram de prune. Magiunul trebuie să fie bine legat ca să nu mucegaiască în timpul iernii. Se toarnă cald în borcane bine spălate, punând deasupra, după ce s-a răcit, o cârpă muiată în rom. Se leagă cu hârtie pergament.

### **779. MARMELADĂ DE MERE**

La 1 kg mere fierte, 600 g zahăr.

Se aleg mere tari, nu făinoase. Se taie în sferturi, se curăța de coajă și de sâmburi. Se pun la fiert cu apă cât să le cuprindă, într-o cratiță acoperită. Nu se amestecă. Când sunt moi, se trec prin sită și se pun din nou la fiert, adăugând zahărul. Se leagă bine, continuând apoi ca la marmelada de căpșuni.

### **780. MARMELADĂ DE PERE**

La 1 kg de pere fierte, 300 g zahăr.

Se face la fel ca marmelada de mere. Se poate face și amestecată din pere și mere.

### **781. MARMELADĂ DE PORTOCAL**

La 1 kg portocale fierte, 1 kg zahăr, 2 pahare de apă.

Se aleg portocale mari cu coaja groasă, se spală și se șterg. Se pune o oală cu apă pe foc în care să poată încăpea portocalele în voie. Când apa clocotește bine, se dă drumul portocalelor și se lasă să fiarbă în clocote mari, până se moaie coaja. Se țin să fiarbă bine (cel puțin două ore) deoarece după ce se pun din nou la fiert împreună cu zahărul, coaja se mai întărește. Se scot și se pun într-un vas cu apă rece. Se lasă să stea 24 ore. Se taie apoi în patru, se îndepărtează sâmburii și filamentul alb din mijloc și fiecare sfert se taie transversal, în felii subțiri ca fidea, cu coajă cu tot. Se pune în tingirea de dulceață zahăr în cantitate egală cu greutatea portocalelor fierte, turnând la 1 kg de zahăr două pahare de apă. După ce s-a topit zahărul, se mai lasă să dea câteva clocote, se ia spuma și se pun în

acest sirop portocalele. Se lasă să fiarbă pe foc potrivit, până se leagă. Se încearcă punând puțină marmeladă pe o farfurioară. Se desparte cu lingura în două, formând o cărare. Dacă cele două părți nu se unesc la loc, marmelada este destul de legată. Se pune caldă în borcan și după ce s-a răcit, se leagă cu hârtie pergament.

## **782. PASTĂ DE GUTUI (CHITONOAGĂ)**

La 1 kg de gutui fierte, 400 g zahăr și zeama de la 1 lămâie.

Se spală gutuile, de preferință mici, se taie în patru, se scoate căsuța cu sâmburi și se pun să fiarbă în apă cât să le cuprindă. Se adaugă și câteva mere crețești tăiate în sferturi. Se lasă să fiarbă până se moaie, astfel încât să le pătrundă ușor furculița. Când sunt bine fierte, se trec prin sită și se adaugă câte 400 g de zahăr la fiecare kg de gutui fierte, precum și zeama de la o lămâie mică. Se pun din nou să fiarbă, amestecând până se leagă. Când pasta este bine legată, se răstoamă pe un fund udat cu apă, se întinde cu un cuțit lung, udat meren, în strat gros de 1 cm. Se acoperă cu un tifon și se lasă la loc uscat și bine ventilat să se usuce, o zi sau două. Când s-a uscat, se taie romburi, se dau prin zahăr și se păstrează în cutii de tablă mai multă vreme.

# DULCETURI, SERBETURI, PELTELE

## DULCETURI

Dulcețile se pregătesc în tingire specială, care nu se întrebuițează la altceva. Trebuie observat cu multă grijă ca borcanele în care se toarnă dulceața să nu aibă nici o urmă de grăsime, aceasta pricinuind sigur zaharisirea dulceților. De aceea borcanele trebuie spălate cu apă cu sodă, bine limpezite cu apă caldă și șterse cu un șervet curat, neîntrebuițat.

Dulceața fierbinte se toarnă întâi într-un castron șters, în care se ține până se răcește, acoperită cu un șervet ud. Se toarnă apoi în borcane și se leagă bine cu hârtie pergament. Dacă s-ar turna direct în borcane, fructele s-ar ridica deasupra, zeama rămând limpede la fund. Borcanele trebuie păstrate la loc uscat și la temperatură puțin variabilă.

### 783. DULCEAȚĂ DE CĂPȘUNI

O farfurie adâncă, plină cu vârf, de căpșuni, 1 kg , zahăr, zeama de la 1 lămâie, 1 l de apă de var limpede.

Se aleg căpșuni mijlocii, frumoase și proaspete. Se spală și se țin circa o oră în apă de var (p. 22). Se scot cu lingura cu găuri, se pun într-o sită și se moaie cu totul, de câteva ori, într-un castron cu apă rece, schimbată de două, trei ori. Se lasă câteva minute pe sită sau se pun pe un șervet uscat ca să se scurgă bine de apă. Se rup codițele. Trebuie să se lucreze tot timpul ușor cu căpșunile, ca să nu se sfărâme. Se pun apoi într-un castron, un rând de căpșuni, unul de zahăr (tos, dar cernut fin), repetând până se termină căpșunile. Se acoperă cu un strat gros de zahăr. Deasupra se stoarce zeama de la o jumătate de lămâie. Se lasă să stea totul la loc răcoros, din alun până dimineața (10 — 12 ore).

Se toarnă cu totul în tingirea de dulceață. Se lasă întâi la foc mic până se topește tot zahărul, apoi pe foc mai iute. Se amestecă ușor, din când în când, cu dosul lingurii, sau se clatină puțin tingirea și când dă în clocot, se ia spuma. Se adaugă zeama de la încă o jumătate de lămâie și se lasă să fiarbă până se leagă.

Nu trebuie să ne îndepărtăm nici o clipă de la foc, deoarece dulcețile se ard ușor pe fund și dau repede în foc. Se încearcă punând câteva picături de zeamă pe o farfurioară. Dacă zeama, după ce s-a răcorit, este destul de legată, se ridică tingirea de pe foc. Se toarnă într-un castron foarte curat și se acoperă cu o cârpă udă și bine stoarsă. Din timp se spală borcanele și se pun să se usuce bine în gura cuptorului. Când dulceața s-a răcorit, se toarnă în borcane și se leagă bine cu hârtie pergament.

### 784. DULCEAȚĂ DE CĂPȘUNI (rețetă din Ardeal)

1 kg căpșuni, 1 kg zahăr, 1/2 linguriță sare de lămâie pisată.

Se aleg căpșuni mijlocii, frumoase și proaspete, având și codițele. Se spală câte puține odată, în apă multă. Se pun pe o sită să se scurgă, apoi se îndepărtează codițele, punând fructele pe o farfurie, direct pe cântar. Se pun într-un căzânel smălțuit, un strat de zahăr,

unul de fructe, peste care se presară un praf de sare de lămâie. Se continuă așa până se pun toate fructele și tot zahărul, ultimul rând fiind de zahăr. Să nu se uite sarea de lămâie, deoarece aceasta întărește fructele și le păstrează culoarea. Se lasă astfel o jumătate de zi, până încep fructele să lase zeamă. Se pun la fiert întâi la foc mai mic, apoi pe foc mai iute, 15 minute, în care timp nu se amestecă cu lingura, ci numai se scutură vasul. Se iau de pe foc și se lasă până a doua zi când se fierbe dulceața din nou 10 minute. După ce se răcorește, se pune în borcane, care se leagă cu hârtie pergament și se fierb 15 minute într-un vas cu apă. La fel se pot face dulcețile de zmeură, cireși, și vișine, caise și prune coapte. Atragem atenția că nu trebuie fierte mai mult de 2 kg de fructe odată, ca să nu fie strivite de zahăr. De asemenea, căzanelul trebuie să fie smălțuit ca să nu coclească stând de pe o zi pe alta.

### **785. DULCEAȚĂ DE FRAGI**

O farfurie adâncă, plină cu vârf, de fragi, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la 1 lămâie.

Se aleg fragii unul câte unul, să fie toți întregi și frumoși. Nu se spală decât dacă este neapărat necesar și în acest caz se pun pe o sită sau pe un șervet curat, uscat, să se scurgă bine de apă. Trebuie o farfurie adâncă plină de fragi. Se pune la foc zahărul cu trei pahare de apă. Se ține tingirea la foc mic, până se topește tot zahărul. Se împinge apoi pe foc iute și se lasă să fiarbă până se leagă zahărul, astfel încât dând drumul la o picătură de sirop într-o ceșcuță cu apă foarte rece, picătura să nu se dizolve imediat, ci să se întărească, putând fi luată între degete. Se ia de câteva ori spuma ce se ridică la suprafață. Se pun fragii. Se lasă să dea un clocot și se ia tingirea cu totul de pe foc, lăsând-o la o parte un sfert de oră, ca să-și lase fragii toată zeama lor în sirop. Se pune din nou tingirea la foc. Se ia spuma când dă în clocot. Se adaugă zeama de la o lămâie și se procedează pentru rest ca la dulceața de căpșuni.

### **786. DULCEAȚĂ DE ZMEURĂ**

Se face la fel cu dulceața de fragi.

### **787. DULCEAȚĂ DE MURE**

Se face la fel cu dulceața de fragi, se adaugă la fiert puțină vanilie.

### **788. DULCEAȚĂ DE TRANDAFIR**

250 g foi de trandafir, 1 1/4 kg zahăr, 1/2 linguriță sare de lămâie.

Se aleg trandafiri frumoși care să nu fie veștezi. Se aleg foile una câte una, rupând capătul alb, apoi se vântură ușor sau se cern, ca să nu rămână de loc praf galben printre ele. Se freacă cu mâna 150 g frunze alese, cu jumătate linguriță sare de lămâie pisată, ușor, până se fac roșii și cu grijă să nu se rupă foile. Se țin la rece. Frunzele rămase (se pot întrebuința și cele mai veștede sau pătate) se fierb câteva minute cu 1 l apă, se lasă să se răcească. Se strecoară printr-o pânză. Se pun în tingirea de dulceață trei pahare de zeamă bine limpezită, cu 1,250 kg zahăr. După ce s-a topit zahărul, se pun frunzele frecate cu sare de lămâie, se

împinge tingirea pe foc iute, se lasă să fiarbă bine, până se leagă cât trebuie. Se adaugă puțină zeamă de lămâie, se ia spuma și se încearcă pe o farfurioară; când sunt gata, se toarnă într-un castron foarte curat să se răcească și se procedează apoi ca pentru dulceața de căpșuni.

### **789. DULCEAȚA DE CIREȘE ALBE**

O farfurie adâncă, plină cu vârf, de cireșe fără sâmburi, 1 kg zahăr, vanilie, zeama de la 1/2 lămâie.

Se spală, se alege și se curăță cireșele de sâmburi. Această operație se face cu un ac de cap neîntrebuințat, ceva mai subțire, ale cărui capete se înfig într-un dop mic de plută. Se scoate sâmburele afară cu partea îndoită a acului, având grijă să nu se sfărâme fructul. Se pun în tingirie un rând de cireșe, unul de zahăr, tos sau pisat, până se termină întreaga cantitate cerută de zahăr și de cireșe. Se pune tingirea pe marginea mașinii și se ține la foc mic, să se topească zahărul în zeama lăsată de fructe. Se mișcă din timp în timp tingirea, ca să nu se prindă de fund. Se dă apoi la foc iute, luând spuma când se ridică și amestecând din când în când ușor cu dosul lingurii. Când începe să se lege, se dă 10 minute la o parte, apoi se adaugă o bucată de vanilie și zeama de lămâie. Se pune din nou să fiarbă, până ce zeama este bine legată. Se ia de la foc și se răstoarnă întâi într-un castron care se acoperă cu un șervet ud. Se toarnă în borcane numai după ce s-a răcit, altfel boabele se ridică la suprafață și zeama rămâne limpede pe fund. Această dulceață, ca și cea de vișine și de cireșe amare, se mai poate face punând fructele să fiarbă în sirop de zahăr. În acest scop se pune la fiert 1 kg de zahăr cu trei pahare de apă. Se ține pe marginea mașinii până se topește zahărul încet, se dă apoi tingirea la foc iute, ținându-se până se leagă bine siropul. Se pun fructele și se dă tingirea cu totul la o parte circa un sfert de oră, ca să-și lase fructele toată zeama. Se pune din nou pe foc și se procedează mai departe la fel ca mai sus.

### **790. DULCEAȚĂ DE CIREȘE AMARE**

Se face la fel ca dulceața de cireșe albe.

### **791. DULCEAȚA DE VIȘINE**

Se face la fel ca dulceața de cireșe albe.

### **792. DULCEAȚĂ DE CAISE VERZI**

O farfurie adâncă plină cu vârf, de caise verzi, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la o lămâie.

Se alege o farfurie adâncă plină de caise verzi, tinere, care nu au încă sâmburele format. Se înțeapă cu un ac mai gros, în lungime, astfel încât acul să le străpungă dintr-un capăt în celălalt. Se înțeapă apoi și lateral. Pe măsură ce se înțeapă, se aruncă într-un castron cu apă rece. Se pune la foc un vas cu apă în care s-a dizolvat piatră vânăță cât o alună mică. Se pun caisele într-un tifon și se bagă în vasul cu apă care clocotește. Se ține până ce apa, care a încetat să fiarbă în clipa în care am introdus caisele, începe din nou să clocotească. Se

scot, se limpezesc repede în mai multe ape reci și se pun pe o sită de pâr, să se scurgă de apă. În acest timp se pune zahărul să se topească cu trei pahare de apă, în tingire, pe marginea mașinii. După ce s-a topit, se împinge tingirea pe foc iute. Când zahărul începe să se lege, se pun caisele și zeama de la jumătate de lămâie și se dă tingirea cu totul la o parte un sfert de oră, ca să lase caisele toată zeama. Se pune apoi pe foc bun și se lasă să fiarbă. Se ia spuma și se încearcă dacă este legată punând puțină zeamă pe o farfurioară. Se procedează apoi ca pentru dulceața de căpșuni (v. 783).

### **793. DULCEAȚA DE CAISE COAPTE**

Aceleași cantități ca pentru dulceața de caise verzi, 1 l apă de var, limpede.

La 1 kg de zahăr, se pune o farfună adâncă plină de caise curățite. Se aleg caise frumoase, dar nu prea coapte, potrivit de mari, se curăță de coajă cu un cuțitaș bine ascuțit și se țin 2 — 3 ore în apă limpede de var, după care se limpezesc în câteva ape reci. Se scot sâmburii, ținând caisa ușor în mâna stângă și împingând sâmburele cu un bețișor ascuțit, din partea dinspre codiță, cu grijă să nu se spargă caisa. Se pun pe o sită să se scurgă. Se leagă zahărul cu trei pahare de apă, se pun caisele, se lasă să dea 2 — 3 clocote, se iau de pe foc ținându-se la o parte circa un sfert de oră ca să lase apa, apoi se pun din nou la foc să fiarbă până se leagă cât trebuie. Se ia spuma. La ultimele clocote se adaugă vanilie, zeama de la o 1/2 de lămâie și câțiva sâmburi de caise curățite de pielețe, dar întregi. Se procedează apoi ca la dulceața de căpșuni (v. 783).

### **794. DULCEAȚA DE PRUNE VERZI**

Se face la fel ca și dulceața de caise verzi.

### **795. DULCEAȚĂ DE PRUNE COAPTE**

O farfurie adâncă, plină cu vârf, de prune coapte, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la 1/2 lămâie. 1 l apă de var, limpede.

Se curăță de pielețe o farfurie adâncă plină de prune nu prea coapte. Prunele se curăță ușor dacă sunt puse într-un tifon sau într-o sită și introduse cu totul într-un vas cu apă care clocotește. Se țin până ce apa dă din nou în clocote. Se scot și se introduc imediat în alt vas cu apă rece. Prin trecerea bruscă de la cald la rece, pieleța se încrețește și iese ușor de pe prune. După ce sunt toate curățite, se pun în apă limpede de var și se procedează la fel ca pentru dulceața de caise coapte.

### **796. DULCEAȚĂ DE GUTUI**

O farfurie adâncă, plină cu gutui rase, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la 1/2 lămâie, vanilie.

Se curăță gutuile de coajă și se rad pe răzătoarea cu găuri mari, astfel încât să se obțină o farfurie adâncă plină cu gutui rase. Se pun într-un tifon și se fierb cu totul, până încep să se moaie. Se scurg, în timp ce fierbe zahărul. Gutuile rase nu se țin nefierite la aer, deoarece

se înnegresc. Se pun să fiarbă în tingirea de dulceață zahărul cu trei pahare de apă. Se ia spuma și când este aproape legat, se pun gutuile adăugându-se vanilie și după ce a mai fiert, zeama de la 1/2 lămâie. Se lasă să fiarbă până ce se leagă cât trebuie, continuând ca pentru celelalte dulceți.

### **797. DULCEAȚĂ DE PORTOCAL**

3 portocale cu coaja groasă, 1 kg zahăr, 3 pahare apă, zeama de la 1/2 lămâie.

Se aleg portocale anume de dulceață, cu coaja groasă și potrivit de mari. Se rade coaja galbenă, dar nu de tot, ci numai cât să se ia partea lucioasă de deasupra. Se lasă să stea 24 ore în apă rece, la loc răcoros. Se pun apoi la fiert în apă, până se moaie de tot și pot fi străpunse de dinții furculiței. Se dau la o parte și se pun o oră în apă rece. Se scot, se scurg de apă, se taie felii transversale, apoi în bucăți potrivit de mari, îndepărtându-se sâmburii. Se pun pe foc moale, în tingirea de dulceață, zahărul și trei pahare de apă. Se țin până se topește zahărul, se dă apoi la foc iute, se ia spuma la primele clocote și se lasă să fiarbă până se leagă bine. Se dă tingirea la o parte, se pun bucățile de portocale, se lasă să stea circa 10 minute, se pune din nou pe foc iute să fiarbă până se leagă cât trebuie. Se ia spuma din timp în timp. La ultimele clocote, se adaugă și zeama de la 1/2 de lămâie. Se dă la o parte și se toarnă în borcan.

# ȘERBETURI

## 798. ȘERBET DE CĂPȘUNI

1 pahar de zeamă de căpșuni, 1 kg zahăr.

Se storc printr-un tifon des căpșuni coapte și parfumate. Se lasă să se limpezească și se pune în tingirea de dulceață zahărul cu un pahar de zeamă de căpșuni. Se pune tingirea întâi la foc foarte moale, până se topește zahărul, apoi pe un foc iute. Se ia spuma neagră care se ridică la suprafață și se șterg marginile tingirii cu o cârpă curată, muiată în apă rece. Se încearcă dacă este legat dând drumul la câteva picături într-o ceașcă cu apă foarte rece. Dacă picăturile nu se dizolvă îndată și se pot lua între degete, șerbetul este gata și se dă imediat jos de pe foc. Dacă nu este gata, se lasă să mai fiarbă, încercând din nou. Se va încerca de 2 — 3 ori, ca să iasă șerbetul potrivit de legat.

Se acoperă tingirea cu o cârpă udă și se lasă numai puțin să se răcorească, luându-se fierbinte la frecat. Se așază tingirea pe un scăunel întors cu picioarele în sus astfel încât să nu se miște la amestecat, și cu o vergea de lemn sau cu făcălețul de mămăligă, se amestecă șerbetul numai într-o parte până își schimbă culoarea, devenind ca un aluat potrivit de tare. Când începe să-și schimbe culoarea, se adaugă, amestecând mereu, o linguriță de zeamă de lămâie. Se poate pune direct cu lingura în borcan, sau se mai frământă cu mâna și se pune în borcan, apăsându-l cu pumnul ca să nu rămână goluri de aer printre bucățile de șerbet.

## 799. ȘERBET DE ZMEURĂ

3/4 pahar de zeamă de zmeură, 1 kg zahăr.

Se trece printr-un tifon de zmeură coaptă, astfel încât să se obțină 3/4 de pahar de zeamă limpede. Se adaugă apă atât cât să se umple paharul. Se toarnă în tingire peste zahăr, se dă pe foc foarte moale până se topește încet zahărul, apoi se pune tingirea pe foc iute și se procedează mai departe ca pentru șerbetul de căpșuni.

## 800. ȘERBET DE TRANDAFIR

250 g foi de trandafir, 1 l apă, 1 kg zahăr, 1 vârf linguriță sare de lămâie.

Se vântură sau se dau prin ciur 250 g de foi alese de trandafir, ca să se îndepărteze praful galben ce cade din flori. Se pun la fiert cu 1 l de apă, ținându-se să fiarbă până scade apa aproape la jumătate. Se dau la o parte și se lasă să se răcească. Se strecoară printr-un tifon des. Se pun în tingire două pahare din această zeamă, bine limpezită, cu zahărul. Se ține pe marginea mașinii până se topește. În timpul fiertului, se iau două lingurițe din acest sirop, se pun într-o ceașcă, cu un vârf de linguriță de sare de lămâie, amestecând până se dizolvă. Se încearcă șerbetul dacă este legat, la fel ca și cel de căpșuni. Se dă la o parte, se acoperă cu o cârpă udă, iar când s-a răcorit atât cât poate suferi degetul, se ia la frecat cu făcălețul. În momentul când începe să-și schimbe culoarea, se pune câte puțin din siropul în care am dizolvat sarea de lămâie. Aceasta colorează frumos șerbetul, dar în același timp îl acrește, de aceea nu trebuie pusă prea multă. Se pune după gust. Când șerbetul este gata, se

frământă cu mâna, sau se pune direct în borcane.

### **801. ȘERBET DE VIȘINE**

3/4 pahar zeamă de vișine, 1 kg zahăr.

Se storc bine vișinile până se obțin 3/4 pahar de zeamă limpezită, care se completează cu apă, astfel încât paharul să fie plin. Se pune în tingire cu zahărul și se procedează ca la șerbetul de căpșuni, luându-se fierbinte la frecat.

### **802. ȘERBET DE LĂMÂIE**

1 1/4 kg zahăr, 4 pahare apă, 1 lămâie, vanilie.

Se pun la topit, în tingirea de dulceață, la foc foarte mic, zahărul cu patru pahare de apă. Când zahărul s-a topit, se împinge tingirea pe foc iute, la fiert. Se ia spuma și se leagă ceva mai tare ca pentru șerbetul obișnuit, încercând dacă s-a legat la fel ca la șerbetul de căpșuni (v. 798).

Cât fierbe, se șterg marginile tingirii cu o cârpă curată, muiată în apă rece, ca să se curețe zahărul întărit pe margini, deoarece acesta provoacă zaharisirea șerbetului. Se adaugă puțină vanilie. Se dă jos de pe foc, și când s-a răcorit cât poate suferi degetul, se ia la frecat cu făcălețul. Când începe să se albească, se toarnă câte puțin din zeama strecurată de la o lămâie întreagă, adăugând, după gust, și puțină coajă rasă de lămâie. Se lucrează la fel ca șerbetul de căpșuni.

### **803. ȘERBET DE CIOCOLATĂ**

1,250 kg zahăr, 4 pahare apă, 3 batoane ciocolată sau 50 g cacao, vanilie.

Se pun în tingirea de dulceață să se moaie zahărul cu patru pahare de apă. Se lasă pe marginea mașinii până se topește tot zahărul. Se fierbe apoi pe foc iute și când siropul este aproape legat, se adaugă ciocolată vanilată rasă. Se ia spuma, din când în când, până se leagă bine. Se încearcă dacă este gata, punând câteva picături într-o ceașcă cu apă rece. Dacă picăturile nu se dizolvă imediat și se pot lua între degete, atunci șerbetul este gata.

Se va încerca de 2 — 3 ori, pentru ca șerbetul să iasă potrivit de legat. Se dă la o parte, și când s-a răcorit cât suferă degetul, se ia la frecat, până se taie coarda și își schimbă culoarea. Dacă este necesar, se frământă și cu mâna ca să devină ca alifia și se pune în borcan. În loc de ciocolată se pot pune 50 g de cacao, dizolvate separat cu câteva linguri de apă și tumate în tingire când siropul este aproape legat.

### **804. ȘERBET DE ZAHĂR ARS**

1,250 kg zahăr, 4 pahare apă.

Se pun în tingirea de dulceață, la foc foarte mic, 1 kg de zahăr cu trei pahare de apă. Când zahărul s-a topit, se împinge tingirea pe foc iute, la fiert. Într-o tigaie foarte curată, preferabil de aluminiu, se ard 250 g zahăr și se sting cu un pahar de apă fierbinte. Se

amestecă pe colțul mașinii și se toarnă în tingire, când siropul pentru șerbet este aproape legat. Se fierbe din nou și se încearcă la fel ca șerbetul de ciocolată. Dacă este gata, se ia de pe foc, se acoperă cu o cârpă udă și când s-a răcorit cât suferă degetul, se ia la frecat.

### **805. ȘERBET DE CAFEA**

1,250 kg zahăr, 3 paharte apă, 1 pahar cafea concentrată (amestecată cu cicoare).

Se pun în tingirea de dulceață zahărul cu trei pahare de apă, și se procedează la fel ca la șerbetul de ciocolată, adăugând la fiert, în loc de ciocolată, un pahar de cafea concentrată și bine limpezită. Dacă pare prea deschis când își schimbă culoarea, se mai poate adăuga o lingură de cafea în timp cât se freacă.

# PELTELE

## 806. PELTEA DE ZMEURĂ

1 l zeamă de zmeură, 1 kg zahăr.

Se alege zmeura și se stoarce câte puțină odată, printr-o pânză. Se lasă să se limpezească. Se pun în tingirea de dulceață cantități egale de zeamă de zmeură și zahăr și se fierb la foc mic, până ce pelteaua este destul de legată.

Se va observa cu atenție momentul când trebuie ridicată de pe foc, deoarece dacă se trece din fiert, pelteaua nu se mai leagă. Se toarnă fierbinte în borcane.

## 807. PELTEA DE MERE

1 l zeamă în care au fiert merele, 1 kg zahăr.

Pentru peltea se aleg mere Renete, sau mere crețești, roșii și cu miezul mai tare. Cele făinoase se sfărâmă la fiert și dau o peltea turbure. Se spală merele, se taie în patru și fiecare sfert încă în două, fără să se curețe de coajă și fără să se scoată sâmburii. Se pun într-o cratiță, în apă, pe măsură ce sunt tăiate, ca să nu se înnegrească. La 1 kg mere trebuie 1 l de apă. Se fierb cu totul, la foc potrivit, se acoperă cu un capac și nu se ating merele în timpul fiertului, ca să nu se sfărâme. După ce au clocotit un sfert de oră și merele s-au rnuiat, se toarnă cu totul, într-o sită de păr pusă peste un castron, și se lasă fără să se apese merele, circa 20 de minute, până se scurge bine zeama. Se mai lasă să se limpezească încă o jumătate de oră, și se trec printr-un tifon des.

La un litru din această zeamă limpezită, se pune 1 kg de zahăr. Se lasă întâi pe marginea mașinii până se topește zahărul, apoi se fierbe la foc bun, luând spuma de câte ori este necesar și se continuă la fel ca pentru pelteaua de zmeură. Din merele fierte se poate face marmeladă, adăugând zahărul necesar.

## 808. PELTEA DE GUTUI

1 l zeamă în care au fiert gutuile, 1 kg zahăr.

Se aleg gutui frumoase, de preferință mici, galbene, coapte și fără pete. Se spală, se șterg cu o cârpă de puful de deasupra, se taie în patru și fiecare sfert încă în două. Nu se curăță de coajă și nu se scoate mijlocul care conține o cantitate mare de materie gelatinoasă (pectină). Se pun într-o cratiță cu apă, pe măsură ce sunt tăiate, socotind 2 l de apă la 1 kg de gutui. Se adaugă și câteva mere crețești roșii, tăiate în sferturi. Se lasă să fiarbă circa o oră, la foc mic, până ce gutuile sunt atât de moi, încât pot fi străpunse ușor cu coada unui chibrit. Se lasă să se limpezească zeama așa cum s-a arătat la pelteaua de mere. Se pun la fiert zeama limpezită și zahărul și se continuă ca pentru pelteaua de zmeură. Ceea ce rămâne după ce se strecoară zeama, se poate întrebuița pentru a face marmeladă sau pastă de gutui.

## SIROPURI SI BAUTURI

### SIROPURI

#### 809. SIROP DE FRAGI

1 l zeamă de fragi, 1 kg zahăr, 1 linguriță zeamă de lămâie.

Se strivesc cu mâna, într-un castron, fragi bine copti. La 1 kg de fragi se poate adăuga 1/4 de litru de apă. Se storc pntr-un tifon des și se toarnă în tîngirea de dulceață, adăugînd la 1 l de zeamă, 1 kg de zahăr. Se ține pe foc moale pînă se topește zahărul, se fierbe apoi la foc iute circa 20 de minute. Nu se face prea gros, ca să se poată turna ușor din sticle. La fiert se adaugă puțină zeamă de lămâie. Când este destul de legat, se dă la o parte și se toarnă cald în sticle care se astupă bine. Sa să nu pleznească sticla, se înfășoară într-o cârpă umedă, cât se toarnă siropul.

#### 810. SIROP DE ZMEURĂ

Se face la fel ca siropul de fragi.

#### 811. SIROP DE COACĂZE

Se face la fel ca siropul de fragi, adăugînd la 1 l de zeamă, 1,500 kg de zahăr.

#### 812. SIROP DE VIȘINE

1 l zeamă de vișine, 1 kg zahăr.

Se curăță de codițe, 1,500 kg de vișine și se pun să fiarbă cu 1/4 de litru de apă. Când vișinile au început să pleznească, se pun într-un tifon ca să se scurgă zeama. După ce s-au scurs bine, se lasă zeama cîtva timp să se limpezească. Se pun apoi la fiert în tîngire cantități egale de zeamă și de zahăr și puțină zeamă de lămâie. După ce s-a topit zahărul, se fierbe la foc iute și se leagă, luînd spuma de cîte ori este necesar. Se toarnă cald în sticle. Zeama pentru sirop se poate pregăti de asemenea la fel ca pentru siropul de fragi (v. 809).

# BĂUTURI

## 813. LICHIOR DE PORTOCAL

1 l alcool de 90°, 1 l lapte crud, 1 kg zahăr tos, 4 portocale, 1 lămâie.

Într-un borcan de 4 kg se pun alcoolul, laptele crud, zahărul, 4 portocale tăiate bucăți potrivite, cu coajă și cu sâmburi, și o lămâie tăiată bucăți. Se leagă borcanul și se pune într-un loc ferit, unde se lasă să stea o lună întreagă. La fiecare 2 — 3 zile se amestecă bine conținutul cu o lingură mare de lemn. După acest timp, se strecoară totul printr-un tifon, storcând bine să iasă toată zeama din portocale. Lichidul obținut se filtrează astfel: într-o pâlnie obișnuită de metal sau de sticlă se pune o altă pâlnie de hârtie de filtru prin care se toarnă încet în sticle lichidul de mai sus. Filtrarea se face în câteva ore, iar lichiorul trebuie să iasă perfect limpede. Cât are încă lichid, pâlnia de hârtie nu trebuie atinsă, deoarece s-ar rupe imediat. Când s-a depus prea mult reziduu pe ea, se înlocuiește cu altă hârtie de filtru. Lichiorul astfel obținut se toarnă în sticle, se astupă și se păstrează oricât timp.

## 814. LICHIOR DE CAFEA

250 g cafea (pentru 1 l cafea lichidă), 1 l alcool 90°, sirop dintr-un kg zahăr și  $\frac{3}{4}$  l apă, vanilie.

Se face la filtru o cafea aromată din 250 g cafea prăjită și măcinată mai mare. Se trece prin filtru atâta apă clocotită, încât să se obțină 1 l cafea lichidă. Se face un sirop din zahăr și apă. După ce s-a răcorit, se amestecă cu cafeaua, alcoolul și un praf de vanilie. Se păstrează în sticle bine astupate.

## 815. LICHIOR DE ANASON

1 l alcool de 90°, 40 g anason stelat, 5 boabe de coriandru, o bucățică cât un ban de scorțișoară, sirop din 400 g zahăr și  $\frac{1}{2}$  l apă.

Se pun într-un borcan cu gâtul strâmt alcoolul, anasonul și celelalte arome. Se astupă și se lasă să stea astfel două luni încheiate. După acest timp se adaugă siropul de zahăr. Se amestecă la fiecare două zile, timp de o săptămână. Se filtrează apoi la fel ca lichiorul de portocale.

## 816. LICHIOR DE CASSIS

1 l alcool de 90°, 2 kg boabe de cassis (coacăze negre), sirop din 750 g zahăr și  $\frac{1}{2}$  l apă.

Se pun într-un borcan cu gâtul strâmt boabele de cassis, alese și spălate, cu 1 l de alcool.

Se astupă bine și se lasă să stea două luni. După acest timp se amestecă cu siropul de zahăr. Se continuă apoi ca la lichiorul de portocale.

### **817. VIȘINATĂ**

La 1 kg de vișine, 400 g zahăr, alcool cât să cuprindă vișinile.

Se spală vișine frumoase, coapte și întregi. Se rup codițele. Se umplu cu ele sticle mari, speciale pentru vișinată, de 3 — 4 kg, cu gâtul larg. Se pun un rând de vișini, unul de zahăr tos sau pisat. Se leagă borcanul și se lasă câteva zile la soare, până își lasă vișinile zeama și zahărul începe să se dizolve. Din când în când se scutură ușor borcanul ca să se așeze vișinile. Se toarnă apoi alcool de 90° cât să acopere vișinile, se leagă borcanul cu hârtie pergament, se așază din nou într-un loc la soare și se lasă câteva săptămâni. Vișinile capătă un gust aromat, foarte plăcut, dacă printre ele se pun câteva boabe de cireșe amare și câțiva sâmburi de vișine, zdrobiți. După dorință, se poate servi vișinata împreună cu vișinile sau numai lichiorul, iar vișinile separat, presărate cu zahăr pisat. De asemenea se pot fierbe vișinile într-un sirop slab de zahăr și apă, servindu-le ca un compot. Dacă vișinata pare prea tare, se poate slăbi cu sirop de zahăr.

### **818. VIN FIERT**

1 l vin, 250 g zahăr, 4 cuișoare, o bucățică scortîșoară, o bucățică coajă de lămâie.

Se pun la fiert într-un vas curat, fără miros de mâncare, vin alb sau roșu, zahăr, cuișoare, scortîșoară și puțină coajă de lămâie. Se amestecă până se dizolvă zahărul și se lasă apoi să dea un singur clocot. Vinul fiert prea mult pierde din aromă. Se strecoară și se servește fierbinte în cești sau în pahare.

### **819. ȘODOU**

Pentru 6 persoane: 6 gălbenușuri, 12 lingurițe cu vârf de zahăr, 1 l lapte, 6 lingurițe rom.

Se freacă într-un castron gălbenușurile cu zahărul pisat, până se umflă și devin o cremă spumoasă. Se toarnă încet laptele clocotit, se adaugă rom și se servește la cești imediat, cât este fierbinte.

### **820. LIMONADĂ**

Pentru 6 persoane: 150 g zahăr, 2 lămâi mijlocii, 6 pahare apă.

Se pune zahărul într-un vas foarte curat. Se toarnă apa rece deasupra, amestecând până se dizolvă zahărul. Se adaugă puțină coajă de lămâie, tăiată numai din partea galbenă și zeama de lămâie. Se acoperă și se pune la gheață câteva ore. Înainte de a servi se strecoară, adăugând în pahare și câte o felie subțire de lămâie.

### **821. CVAS**

15 l apă, 800 g zahăr, 2 lămâi, 200 g stafide, 25 g drojdie, 1/2 linguriță bicarbonat.

Se pun într-o oală sau în alt vas mare, zahărul, lămâile tăiate bucăți și stafidele. Se opăresc cu apă clocotită. Se acoperă vasul cu un șervet. Când s-a răcorit apa cât suferă degetul, se pun drojdia muiată cu puțină apă și 1/2 linguriță de bicarbonat.

Se lasă să fermenteze 12 ore, apoi se strecoară și se toarnă în sticle, după ce s-a pus în fiecare 2 — 3 stafide. Se închid sticlele cu dop fiert, se leagă fiecare bine cu sfoară, ca să nu sară dopul, și se mai țin două ore la cald, apoi se duc în pivniță. După 2 — 3 zile cvasul este bun de băut.

## CÂTEVA REȚETE CASNICE

### 822. PREPARAREA PÂINII

1 kg făină, 30 g drojdie, circa 1/2 l apă, 1 linguriță zahăr, 1 lingură ulei, 2 lingurițe rase de sare.

Se cerne făina în covată. Se moaie drojdia cu o linguriță de zahăr și puțină apă caldă (nu fierbinte, deoarece plămădeala nu mai crește). Într-un vas de mărime potrivită se pune un pumn din făina cernută. Se face loc la mijloc, se toarnă drojdia muiată, se amestecă adăugând încă puțină apă până se face o plămădeală potrivit de moale. Se bate până începe să se facă bășici. Se presară puțină făină deasupra, se acoperă cu un șervet și se lasă să crească la căldură. Când a crescut, se pune în covata cu făina cernută mai înainte, se adaugă sarea, uleiul și se toarnă câte puțină apă caldă, frământând bine, până nu se mai lipește de mâini. Aluatul trebuie să fie potrivit de tare, nu prea moale. Se presară făină, se acoperă și se lasă în covată, la loc cald, să crească. Când aluatul a crescut, se iau bucăți din el, se pun pe masa de aluat presărată cu făină și li se dă formă rotundă sau lungă, după dorință. Se lasă să crească și se coc la cuptor, la foc potrivit, aproape o oră.

### 823. PÂINE CU LAPTE

1 kg făină, 40 g drojdie, 6 — 7 dl lapte, 1 lingură ulei, 20 g zahăr, 2 lingurițe rase de sare.

Se cerne făina în copaie. Se face loc la mijloc. Se pune drojdia frecată cu zahărul, apoi uleiul, sarea și *laptele rece*. Se frământă totul bine, până ce aluatul face bășici și se desprinde de pe mâini. Se pune la cald să crească, se fac pâini care se așază pe tavă sau se pun în forme presărate cu făină. Se lasă din nou să crească. Se ung cu ou amestecat cu apă sau cu lapte, se coc la cuptor circa o oră la foc potrivit.

### 824. PÂINE CU CARTOFI

1 kg făină, 400 g cartofi fierți, 50 g drojdie, 2 lingurițe rase de sare, 3 lingurițe zahăr, 5 — 6 dl apă caldă.

Se fierb cartofii. Se curăță de coaja înainte de a se răci de tot și se trec prin mașina de carne sau prin presa de cartofi. Se cerne făina în copaie, se face loc la mijloc, se pun cartofii călduți, drojdia muiată cu puțină apă, sarea, zahărul și apa caldă, cât suferă mâna (să nu fie prea fierbinte). Se amestecă totul împreună și se frământă bine aluatul care trebuie să fie de preferință îndesat. Se presară cu făină și se lasă la cald să crească. Se răstoarnă aluatul pe masa de aluat presărată cu făină, se fac pâini lungi sau rotunde și se așază pe tava de asemenea presărată cu făină. Se mai lasă să crească și se coc la cuptor, la foc potrivit, circa o oră.

## 825. CHIFLE

Se folosesc aceleași cantități ca pentru pâinea cu lapte.

Se face un aluat la rece ca pentru pâinea cu lapte. După ce a crescut, nu însă complet, se răstoarnă coca pe masa de aluat presărată cu făină, se împarte în pâinițe mici de circa 50 — 60 g fiecare, se rotunjesc în mână și se așază pe tava presărată cu făină. De îndată ce sunt așezate pe tavă, înainte de a crește, se crestează deasupra, în două sau în patru, cu un cuțit foarte bine ascuțit, cu o mișcare iute și destul de adânc. Se lasă să crească și, înainte de le da la cuptor, se ung cu ou amestecat cu puțin lapte. Se coc la foc iute circa 20 de minute.

## 826. PREPARAREA ȘUNCII

La 10 kg de carne, 500 g sare, 25 g silitră.

Se scoate frumos pulpa, fără să se rupă carnea și se taie câte puțin din margini ca să capete formă rotundă. Se amestecă sarea cu silitra. Cu un cuțit îngust și bine ascuțit se fac în șuncă mai multe înțepături până la os, în ele introducându-se cu degetul amestecul de sare și silitră. De asemenea se presară sare și silitră și pe deasupra, frecând cu mâna ca să pătrundă bine în carne, în special pe lângă os. Șuncile astfel pregătite sunt așezate într-o puțină sau într-o covată de lemn, împreună cu costițele și slăninile de asemenea sărate. Se pune putina la loc răcoros, la o temperatură medie de 3 — 6 °C. Slăninile și costițele se țin 5 — 6 zile, iar șuncile până la 10 zile. În fiecare zi se întorc, astfel încât bucățile de deasupra să vină, pe rând dedesubt și să stea în zeama pe care au lăsat-o. După acest timp se scot, se leagă cu sfoară, făcând la pulpă o tăietură între tendon și capătul osului, iar la slănină o mică înțepătură la un capăt, prin care se introduce sfoara. Se atâră într-un loc aerisit și răcoros, unde se țin 3 — 4 zile să se zvânte. Se dau apoi la fum, șunca 4 — 5 zile, iar slăninile și costițele 2 — 3 zile. Durata afumatului depinde de tăria fumului și de mărimea bucăților. O șuncă bine afumată are culoare aurie și miros plăcut. Dacă se ține prea mult se amărește, iar dacă nu se ține suficient, nu are gust și nu se păstrează bine. Această metodă experimentată de a pregăti în casă carnea pentru afumat este cea mai ușoară și dă rezultate foarte bune, cu următoarele condiții: 1) cărnurile ce se pun la saramură să fie proaspete; 2) cantitatea de sare să fie suficientă, mai bine ceva mai multă decât prea puțină; 3) putina cu saramură să se țină la loc răcoros ca să nu prindă carnea miros.

## 827. PREPARAREA SLĂNINILOR

După ce s-au scos muschii și pulpele, se taie slăcina de la burtă în fâșii de un lat de palmă și de lungime potrivită. Se îndreaptă la capete. Se dau prin sare și prin silitră și se urmează apoi cu saramura și afumatul, așa cum s-a arătat mai sus, la prepararea șuncii. La fel se prepară mușchiul afumat, costițele și picioarele de purcel.

## 828. FIERBEREA ȘUNCII

Într-un vas destul de încăpător se pune să se înfierbânte apă. Înainte de a începe să fiarbă, se introduce șunca și se lasă să fiarbă în clocote mici 2 — 3 ore, după mărimea șuncii. Dacă șunca nu este prea sărată, se mai poate adăuga puțină sare la fiert, pentru ca apa să nu tragă

toată sarea din carne. Șunca este gata când este ușor străpunsă de furculiță. Nu trebuie fiartă prea mult, deoarece carnea devine ațoasă. Se lasă să se răcorească în apa în care a fiert. Se păstrează la rece.

### **829. PREPARAREA CÂRNAȘILOR**

Se trece carnea macră de porc prin mașina de tocat și se amestecă cu bucățele mici de slănină crudă. Se adaugă, după gust, sare, piper, enibahar și zeamă de mujdei de usturoi. Se frământă totul bine la un loc, adăugând și puțină zeamă de carne. Tocătura trebuie să fie moale și destul de sărată. Se așază la mașina de tocat carne tubul de tablă pentru umplut mațele. Dinainte se pregătesc mațele subțiri, bine spălate, întoarse pe dos și ținute în apă rece, în timpul cât se prepară tocătura. Se trage mațul peste tubul de tablă, adunându-l pe tot la un loc, apoi se introduce tocătura cu ajutorul mașinii, încet ca să nu se spargă mațul. Se fac mai moi. Se lasă să se svânte câteva zile într-un loc răcoros și se dau la fum, pentru păstrat, sau se consumă proaspeți, neafumați. Cârnații care se dau la fum se fac ceva mai îndesați. În tocătura lor nu se mai adaugă zeamă de carne și se fac ceva mai sărați și mai piperati decât cei care se mănâncă proaspeți.

### **830. TOBA**

Se pun la fiert, într-un vas cu apă rece, fâlcile și bucățile grase de la cap, urechile bine curățite, bucăți de șorici, limba, inima, rinichiul, împreună cu 2 — 3 foi de dafin și puțină sare. Se fierb numai pe jumătate. După ce s-au răcorit, se taie toate în feliuțe lungi și subțiri, iar limba și rinichii în bucăți ceva mai mari. Se amestecă într-un vas, turnând și câteva cești din zeama în care au fiert. Se adaugă sare, piper pisat, enibahar, coriandru, potrivit-le după gust.

Dinainte se pregătește stomacul porcului, bine curățit și spălat înăuntru; se umple, așezând bucățile mai mari în lungul tobei, spre a obține felii frumoase, când se taie. Se coase la capete și se fierbe în clocote mici, circa trei sferturi de oră, în zeama care a rămas de la început. Când toba este fiartă, se pune pe un fund, cu un teasc ușor deasupra și se ține până se răcorește complet. Se poate da apoi câteva ore la fum.

### **831. TOBĂ CU SÂNGE**

Se fierb camea și măruntaiele ca mai sus. După ce s-au tăiat bucăți, se adaugă în loc de zeamă, sânge păstrat de la tăierea porcului, în care s-a amestecat o lingură de sare, ca să nu se închege. Se pregătește apoi la fel ca toba fără sânge.

### **832. CARTABOȘI**

Se fierb inima, plămânul, splina și carnea mai sângheroasă de la gât și, după ce s-au răcorit, se trec prin mașina de carne sau se toacă cu satârul. La 1 kg de măruntaie se adaugă aproape 1/2 kg de orez potrivit de fiert (să nu fie trecut din fiert), scurs și spălat în apă rece, sare, piper, enibahar, maghiran și ceapă prăjită, după gust. Se amestecă totul bine și se umple cartaboșul. Se pune să fiarbă 10 — 15 minute în clocote mici, în zeama în care au

fiert măruntaiele. Se servesc calzi sau se scot din zeamă și după ce s-au răcorit, se prăjesc în untură. La fel se pot face și cu sânge, ca la tobă. De asemenea se pot pregăti și cu măruntaiele nefierte la început.

### **833. CÂRNAȚI DE FICAT (LEBĂRVURȘTI)**

Se fierbe ficatul nu prea tare, în clocote mici, împreună cu tot atâta carne grasă de la gât. După ce s-au răcorit, se trec de 2 — 3 ori prin mașina de carne și se freacă bine într-un castron, până devin ca o pastă. Separat se taie slănina mai tare, foarte puțin fiartă, în pătrățele mici, se amestecă cu ficatul, adăugând puțină zeamă în care a fiert la început ficatul. Se mai adaugă sare, piper și nucșoară pisată. Se umplu mațele groase, care au fost bine curățite și spălate. Ca să nu pleznească la fiert, se înțeapă mai înainte cu un ac, în câteva locuri. Se pun în apă fierbinte să dea câteva clocote, dar la foc mic, altfel plesnesc. Se lasă să se răcorească în apă. Se păstrează la rece.

### **834. TOPIREA UNTURII**

Se poate topi pentru păstrat, atât slănina din afară, cât și osânza dinăuntru porcului. Slănina se curăță bine de pe șorici, înlăturând și bucățile de carne pe care le-ar mai avea. Atât slănina, cât și osânza se spală, se taie bucăți și se pun într-un vas încăpător să stea două ore cu apă rece. La pivniță sau în alt loc răcoros se pot lăsa și până a doua zi. Se scot apoi din apă și se taie foarte mărunț sau se dau prin mașina de tocat carne și se pun într-o cratiță sau într-o oală pe foc să se topească. Focul nu trebuie să fie prea mare, ca să nu se prăjească untura, și din timp în timp, trebuie amestecate, ca să nu se prindă pe fund. După ce au fiert, untura topită se ia cu lingura mare de supă și se strecoară într-alt vas, care se afla pe marginea mașinii. Când toată untura este bine topită și scursă, se mai lasă câțva timp la cald să se limpezească de rămășițele de jumări care au trecut prin strecurătoare și după ce s-a limpezit bine, se toarnă, tot prin sită, peste care se pune însă o bucată de pânză, în borcanele sau în cutiile de tablă în care va fi păstrată. Nu se pune de la început direct în borcane, deoarece fărâmațurile de jumări care se depun la fund râncezesc cu timpul, dând unturii un gust neplăcut. Untura răcită trebuie să fie albă ca zăpada. Jumările rămase de la topit se sărează puțin, se pun de asemenea în borcan și la loc rece și uscat, unde se pot păstra câțva timp. Se pot adăuga la carnea de tocătură pentru sarmale, chiftele etc.

Untura se păstrează bine în loc răcoros și uscat, în vase smălțuite sau în cutii de tablă cu capac perforat, de asemenea în borcane legate cu hârtie pergament, înțeapată în mai multe locuri cu un ac. Niciodată nu trebuie să se toarne untura fierbinte peste alta deja răcită și sleită, deoarece se produce sigur râncezirea unturii.

### **835. TOPIREA UNTULUI**

Pentru topit se alege unt presat. Să nu fie zeros. Se pune într-o cratiță sau într-o oală pe mașină, la foc potrivit. Se păzește de aproape, deoarece untul dă foarte ușor în foc. După ce s-a topit, fără să fiarbă, se dă la o parte la rece, iar după ce s-a întărit, se curăță spuma de deasupra, iar untul sleit se scoate cu o lingură în alt vas, cu grijă să nu se ia din zerul deșus la fund. Se pune oala cu untul sleit din nou la foc moale să se topească dându-se cu totul la

o parte după câteva clocote. Se strecoară și se pune fierbinte în sticle sau în borcane de sticlă, care se înfășoară într-o cârpă udă ca să nu plesnească. Untul topit și pus în borcane sau în sticle trebuie să fie limpede ca uleiul, fără urmă de zer, care ar provoca cu timpul râncezirea.

Spuma luată și zerul rămas se pun din nou la foc să dea câteva clocote, apoi se scurge cât se poate untul din ele. Untul se păstrează bine în sticle sau în borcane de sticlă. Borcanele se leagă cu hârtie pergament și se păstrează la loc uscat. Zerul rămas poate fi întrebuințat, în loc de smântână, la pregătirea unor feluri de legume ca: praz cu smântână, cartofi cu smântână etc.

### **836. UMLEREA BORȘULUI**

Borșul se pregătește de obicei în putini de stejar (butoaie mici, mai largi în fund decât în partea de sus) de 8 — 10 litri. Se spală bine putina și, dacă este necesar, se opărește. Se poate însă înlocui cu un borcan mare de pământ. Se umple pe un sfert cu țărâțe de grâu, amestecate cu o mână bună de mălai. Acestea se umezesc bine cu apă rece, apoi se toarnă peste ele apă clocotită, atât cât să se umple putina cam pe trei sferturi. Se amestecă bine cu un făcăleț și, după ce s-a răcorit, se adaugă circa 1/2 kg huști (țărâța înăcrită de la borș, care se poate cumpăra dacă nu s-a păstrat). În lipsă de huști, se umezește la început țărâța cu borș în loc de apă. Se poate adăuga și o creangă de vișin. Se amestecă totul bine, se acoperă cu o cârpă curată și se lasă să stea la loc cald, de obicei în bucătărie lângă mașină. După 24 de ore, borșul este gata. Înainte de întrebuințare se strecoară.

## MURĂTURI ȘI CONSERVE PENTRU IARNĂ

### 837. BULION DE ROȘII ÎN STICLE

Se aleg roșii coape, de preferință rotunde, deoarece sunt cărnoase și au mai puține semințe. Se spală, se rup în două, iar jumătățile se strâng între degete, astfel încât să se scurgă tot miezul apos din ele (având mai puțină zeamă, se vor lega mult mai ușor la fiert). Se pun într-o oală mare, smălțuită, pe foc, ținându-se până dau câteva clocote și se răsucesc pielițele. Se dau la o parte, se trec prin ciur, frecând cu o lingură de lemn, până rămân numai semințele și pielițele. Se pun din nou pe mașină, în oala spălată curat. Se amestecă mereu, cât fierbe, până se îngroașă atât, încât să se poată turna ușor în sticle. Nu se lasă o clipă neamestecat, deoarece bulionul se prinde ușor de fund și se arde. Bulionul se toarnă cald prin pâlnie, în sticle. Pentru ca să nu plesnească, se înfășoară sticla într-o cârpă umedă. Se umplu sticlele până la gât, se toarnă o lingură de ulei și se astupă cu dopuri noi, care au fost fierte, sau se leagă cu hârtie celofan pusă în două. Pe măsură ce se astupă, se așază la un loc ferit, în picioare, se acoperă bine cu pături și se țin astfel până se răcoresc complet; a doua zi, la cele astupate cu dopuri se pune smoală și se păstrează la loc răcoros și uscat.

Dacă nu există un loc bun de păstrare, ca să nu fermenteze bulionul, este prudent să se fiarbă sticlele, după ce au fost asupate numai cu dopul de plută, în alt vas cu apă. Ca să nu sară dopul la fiert, se leagă cu sfoară și după ce au fost ținute în pături, să se răcorească încet, se pune deasupra smoală.

### 838. ROȘII CONSERVATE ÎN BORCAN

Se aleg roșii coapte, dar nu stricate. Se spală, se introduc o clipă cu ajutorul unei site în apă clocotită, se curăță de pielițe, se taie în patru și se îndepărtează semințele.

Se pun într-un castron adăugând la 1 kg de roșii 2 g de acid salicilic și sare după gust (se fac sărate ca pentru mâncare, nu mai mult). Se amestecă ușor cu mâna sau cu o lingură și se așază în borcane mici, fără zeama pe care au lăsat-o. Se leagă cu hârtie pergament sau cu celofan și se păstrează la rece.

### 839. ROȘII ȘI ARDEI PENTRU CIORBĂ

Se aleg roșii coapte și sănătoase, se taie în două, apoi în felii subțiri. De asemenea se taie ca fideaua câțiva ardei grași, precum și frunză verde de mărar și de pătrunjel. Se face un amestec în proporțiile dorite, într-un vas, adăugând sare după gust (ca pentru orice mâncare). La fiecare kilogram de roșii și ardei se adaugă câte 2 g de acid salicilic. Se amestecă împreună și se pun în sticle. Se astupă bine cu dopuri fierte (cu ajutorul mașinii de dopuri), se acoperă cu smoală sau cu ceară și se păstrează sticlele la rece.

### 840. ESENȚĂ PENTRU SUPĂ

Se curăță și se spală: 2 kg de morcovi, 1 kg de ceapă, 1 kg de roșii, 1/2 kg de păstârnac, 4 țeline, 4 ardei grași, o varză mică, o conopidă mică și 10 g usturoi. Se taie tot zarzavatul

bucăți și se trece apoi prin mașina de carne. Se amestecă cu 1/2 kg de sare și se pune în borcane, apăsând cu lingura, ca să nu rămână goluri, iar deasupra se toamnă ulei de un deget. Se leagă cu hârtie pergament sau cu celofan și se păstrează la rece.

Se poate întrebuința la supe, la ciorbe, punând câte o lingură din acest amestec la 1 l de apă. De asemenea dă gust bun la unele mâncări ca: ardei umuți cu orez, sarmale de post etc.

#### **841. CASTRAVEȚI ÎN SARAMURĂ (DE CONSUMAT VARA)**

Se aleg castraveți tineri și foarte proaspeți. Se spală în apă rece și se taie puțin din capete. Dacă sunt castraveți mai groși care trebuie să se mureze repede, se despică puțin la mijloc în lungime, cu un cuțit. Se pune apa la fiert cu sare, în proporție de 50 g de sare la 1 l de apă. După ce a dat câteva clocote, se dă la o parte să se limpezească.

Se așază castraveții în borcan, se pun printre ei căței de usturoi, iar deasupra se acoperă cu crengi de mărar. Se toarnă saramura fierbinte și se leagă cu hârtie pergament. Dacă borcanul este de sticlă, pentru a nu plesni, se înfășoară într-o cârpă udă. Se pune la soare și se lasă 2 — 3 zile. Între timp se vântură zeama de două, trei ori. După ce sunt bine murați, se țin la rece și se consumă după trebuință.

#### **842. MURĂTURI ÎN SARE PENTRU IARNĂ**

Murăturile de iarnă se fac în butoiașe de stejar, a căror mărime depinde de nevoile casei. Butoiul se spală și se opărește bine (butoiul întrebuințat numai pentru murături devine cu atât mai bun, cu cât se învechește). Dacă are miros de mușegai, se stinge în el o mână de var. După ce s-a stins varul, se spală butoiul cu mai multe ape, frecându-l cu o perie, și se lasă să se svânte. Se freacă apoi înăuntru cu usturoi pisat. Separat se spală în două, trei ape castraveți, pepeni verzi mici, ardei lungi, gogonele (pătlăgele roșii crude), mere tari, țelină, pătrunjel, morcov. Tot zarzavatul întrebuințat trebuie să fie proaspăt și nevătămat, altfel se moaie în timpul iernii. Se așază toate în butoi, în proporțiile dorite, se adaugă câteva fire de mărar uscat și frunze de vișin care țin murăturile tari, iar deasupra se toarnă saramura clocotită, făcută din 500 g de sare la 10 l de apă. Pentru ca murăturile să fie gustoase și să țină mai bine, se adaugă câte 1 l de oțet la fiecare 10 l de apă. Se astupă bine cu dopul de lemn și în fiecare zi, timp de 10 zile, se rostogolește puțin butoiul prin curte, ca să se amestece bine murăturile și saramura să le cuprindă pe toate. Se așază apoi butoiul într-o pivniță uscată și se desfundă atunci când începe consumul de murături.

#### **843. MURĂTURI PENTRU IARNĂ (ÎN BORCAN)**

Într-o oală mare, se pun la fiert 9 l de apă cu 1/2 kg sare și 1/2 l oțet. Se așază în borcane de sticlă, de 5 — 6 l, bucăți de varză roșie, bucăți de conopidă, alternând cu morcovi și țelină tăiate felii mai groase, gogonele și ardei lungi. Se înfășoară borcanul cu o cârpă groasă bine umezită și se toarnă fierbinte soluția de apă cu sare și oțet (dacă este bine înfășurat cu cârpă udă, borcanul nu plesnește). Se pun deasupra câteva boabe de piper, câțiva căței de usturoi, 2 — 3 frunze de dafin și o creangă de mărar uscat. Se leagă borcanul cu hârtie celofan pusă în două și se ține la căldură până se limpezește apa. Se pune spre păstrare la un loc răcoros.

#### **844. VARZĂ ACRĂ ÎN BORCAN**

Se taie varza ca fideaua, se pune într-un vas, presărând sare ca pentru mâncare. Se amestecă ușor cu mâna, până începe să se moaie. Se așază îndesat în borcan, punând între straturile de varză tocată și foi întregi, care se pot folosi la sarmale. Deasupra se apasă cu două scândurele așezate cruciș. După câteva ore, când varza din borcan s-a lăsat, se mai adaugă alte câteva rânduri de varză cu sare. Se pun din nou scândurelele, apăsând bine, astfel încât toată varza să fie cuprinsă de zeama pe care o lasă. Dacă este necesar, se mai adaugă puțină apă sărată (30 g sare la 1 l apă). Se leagă cu hârtie pergament sau cu celofan și se lasă la soare, să se mureze.

#### **845. VARZĂ ACRA IN BUTOI**

Butoiul trebuie să fie de stejar. Se spală bine, se opărește și se lasă să se zvânte. Se așază într-o pivniță uscată, pe doi butuci, pentru ca vasul în care se scoate zeama să poată încăpea ușor sub canea (robinet). Se controlează dacă funcționează bine caneaua. Se aleg verze îndesate și sănătoase, dar nu prea mari. Se îndepărtează frunzele veștede, se crestează în formă de cruce în partea cotorului, scobindu-l puțin cu cuțitul. În fiecare scobitură se pune puțină sare. Se așază varza rânduri în butoi. La 100 de verze se adaugă circa doi pumni de boabe de porumb, două, trei fire de hrean și trei, patru gutui frumoase. Separat se pregătește o saramură din 500 g de sare mare de bucătărie la 10 l de apă. Se toarnă peste varză, punând deasupra un teasc făcut din scânduri și o piatră mare bine spălată. După două, trei zile, varza se lasă, de aceea se mai adaugă câteva verze, până se umple din nou butoiul. După două zile începe priticirea, care continuă până începe să se mureze varza, la fiecare 2 — 3 zile. Prin canea se lasă să curgă zeamă într-o oală mare. Când aceasta este plină, se toarnă zeama peste varză în butoi. Se repetă operația de câteva ori până ce toată zeama a fost vânturată. După patru, cinci spătămâni varza este murată. Dacă se formează cu timpul floare deasupra, aceasta trebuie curățită regulat, iar teasca bine spălat. Varza se va păstra astfel tare.

#### **846. CASTRAVEȚI MICI ÎN OȚET**

Se aleg castraveți mici și foarte proaspeți. Se spală, se taie puțin la capete și se scurg bine de apă. De asemenea se pregătesc câțiva morcovi tăiați cu cuțitul special, în rondele crestate, câteva frunze de țelină și după gust, câțiva căței de usturoi. În acest timp se fierbe oțetul cu sare, astfel încât să fie bine sărat la gust (circa 50 g la 1 l de oțet) și cu câteva boabe de piper. Oțetul de vin este mai bun, dar se poate întrebuința și oțet obișnuit, de 9°. Se lasă separat să se răcorească. Se așază castraveții în borcan, iar printre ei felii de morcov, frunze de țelină și căței de usturoi. Se toarnă oțetul răcorit, împreună cu boabele de piper. Deasupra se pun boabe de muștar sau frunze de vișin bine spălate, care mențin castraveții tari. Se leagă borcanul cu hârtie pergament. Se pun la cămară, iar după circa 10 zile se pot întrebuința.

#### **847. GOGOȘARI ÎN OȚET**

Se aleg gogoșari frumoși, nevătămați și proaspeți. Se spală și se lasă pe un șervet să se

zvânte, sau se șterg cu o cârpă moale. Se înțepă fiecare cu un ac, de 2 — 3 ori. Se așază în borcane. Se fierbe oțetul, adăugând la fiecare litru 60 g de sare, două linguri de zahăr, o foaie de dafin. După ce s-a răcorit bine, se toarnă peste gogoșari, punând deasupra câteva boabe de muștar sau frunze de vișin. Se pun apoi cruciș două scândurele mici, care trebuie să țină gogoșarii în oțet. Se leagă cu hârtie pergament și se țin la cămară până se murează.

#### **848. VINETE ÎMPĂNATE, ÎN OȚET**

Se aleg vinete tinere și nu prea mari. Se taie codița și se despică în lung pe ambele părți, dar nu de tot. Se pun în apă fierbinte și se lasă să clocotească până încep să se moaie. Se scot și se așază pe masă unele lângă altele, iar peste ele se pune un fund cu greutate deasupra. Separat se pregătește zarzavatul, tăind ca fidea morcovi, pătrunjel, țelină, varză, ardei verzi, în proporțiile dorite. Se freacă toate zarzavaturile ușor cu puțină sare, adăugându-se, după gust, și câțiva căței de usturoi. Umplutura aceasta se introduce în despicături, apoi se leagă pătlăgelele cu cozi de țelină opărite și se așază rânduri în borcan. Deasupra se toarnă oțet fiert cu sare și răcorit, în proporție de 50 g la 1 l de oțet. Se leagă borcanele și se păstrează la un loc răcoros.

#### **849. CIUPERCI MARINATE**

Se aleg ciuperci mărunte și închise. Se spală în câteva ape. Se pun la foc într-o cratiță cu ulei, în proporție de 100 g ulei la 1 kg de ciuperci, și puțină sare. După ce au dat în clocot, se mai țin 10 minute. Se adaugă câteva linguri de oțet, o linguriță de piper pisat, sare după gust, precum și o foaie de dafin. Se așază în borcane și se fierb o oră pe baie de apă.

#### **850. CONOPIDĂ ȘI MORCOVI ÎN SARAMURĂ**

Se curăță conopida și se desface în buchete. De asemenea se curăță morcovi în lungime cu cuțitul special, crestă, și se taie rondele ceva mai groase. Se așază la fundul borcanului: foi de viță, foi de țelină și puțin mărar. Apoi se așază conopida și morcovii, iar deasupra se mai pune puțină foaie de țelină și mărar. Se fierbe cantitatea necesară de apă cu sare (50 g sare la 1 l de apă), se pun câteva boabe de piper la fiert și se lasă să se răcorească, nu însă complet. Se toarnă în borcan, se leagă cu hârtie pergament și se ține la căldură până când se limpește zeama. Se pune spre păstrare la un loc răcoros.

#### **851. ARDEI CONSERVAȚI ÎN SARE**

Se aleg ardei grași frumoși. Se spală într-o apă, se taie în jurul codiței un căpăcel și se curăță de semințe. Se presară fiecare cu puțină sare înăuntru și se lasă să stea într-un vas mare sau într-o oală, până a doua zi, ca să se moaie. La 100 ardei grași, intră 3 — 400 g sare. După ce s-au muiat se așază în borcan, unul în altul, ca să încapă cât mai mulți turnând și apa pe care au lăsat-o. După câteva ore, dacă s-au lăsat, se mai adaugă câțiva ardei, până se umple complet borcanul, se apasă cu o scândurică atât, cât să-i cuprindă zeama care a ieșit din ei. Dacă aceasta nu ajunge până sus, se poate turna puțină apă cu sare. Se pune un praf de acid salicilic muiat cu puțină apă caldă ca să nu facă floare, se apasă cu o scândurică, se leagă cu hârtie pergament și se țin la loc răcoros. Înainte de

întrebuințare se desărează, punându-i din ajun în apă. Într-un borcan de 6 kg intră 100 — 120 ardei frumoși.

### **852. TARHON CONSERVAT ÎN OȚET**

Se aleg frunze de tarhon proaspăt. Se pun într-un castron și se presară bine cu sare. A doua zi se așază într-un borcan mic, se apasă deasupra cu două scândurele așezate cruciș, apoi se toarnă oțet cât să le cuprindă. Se leagă cu hârtie pergament și se păstrează la rece.

### **853. MĂRAR VERDE CONSERVAT PENTRU IARNĂ**

1. În sare. Se alege mărarul ca pentru mâncare și se așază într-un borcan de 1/2 de kilogram, presărând sare între rândurile de mărar. Până a doua zi mărarul lăsându-se, se adaugă alt mărar, de asemenea presărat cu sare, până se umple borcanul. Se pun deasupra cruciș două scândurele, apăsând ușor, astfel încât zeama lăsată de mărar să-l acopere complet. Se leagă cu hârtie pergament și se păstrează la rece. Iarna se scoate câte puțin, pe măsura necesității, se ține o oră în apă rece și se întrebuințează la mâncare, ciorbă etc.

2. Uscat. Se alege mărarul ca pentru mâncare și se întinde pe hârtie, la un loc uscat (dar nu în soare) unde se ține câteva zile până se usucă. Se păstrează în cămară, în săculeț de pânză. Se spală înainte de întrebuințare.

### **854. PĂTRUNJEL VERDE CONSERVAT PENTRU IARNĂ**

Se pregătește la fel ca mărarul uscat (vezi).

### **855. ZARZAVAT USCAT PENTRU CIORBĂ**

În cantități mari, zarzavatul se usucă în cuptoare anume de uscat. Pentru trebuințele casei se poate, cu oarecare grijă, usca și pe grătare în cuptorul mașinii.

Morcovii se aleg din varietățile cu rădăcina mică, care sunt mai fragezi și mai dulci. Se rad, se spală și se taie felii subțiri. Se opăresc cu apă clocotită, fără să mai stea pe mașină, se scurg și se așază pe grătare de sârmă, anume împletită. Se introduc în cuptor când focul este aproape stins (temperatura cuptorului să nu fie mai mare, de 60 — 70 °C) și se țin până s-a răcit cuptorul. A doua zi se mai bagă la cuptor, la aceeași temperatură, iar între timp se țin într-un loc curat și bine aerisit. Morcovii uscați se păstrează în săculețe de pânză. Telina, pătrunjelul și păstârnacul se usucă la fel cu morcovul.

# CÂTEVA LISTE DE BUCATE

## IANUARIE

Supă de carne cu orez

Rasol cu sos de hrean și cartofi

Mere coapte în aluat

\*

Mămăligă cu brânză la cuptor

Tocană de purcel

Tartă cu marmeladă

\*

Ciorbă de sfeclă, dreasă

lahnie de fasole cu murături

Budincă de griș

\*

Salată rusească

Macaroane cu brânză

Compot de pere

\*

Supă de chimeni cu pâine prăjită

Sarmale de varză cu orez

Gogoși cu sirop de smeură

\*

Musaca de cartofi cu zarzavat

Ciulama de vițel

Ruladă cu marmeladă

\*

Supă de linte

Ghiveci

Ștrudel cu griș

\*

Salată de cartofi cu ceapă

Cârnați pe varză călită

Orez cu lapte

\*

Fasole bătută cu usturoi

Limbă cu sos de roșii

Compot de mere

\*

Supă de zarzavat

lahnie de cartofi cu murături

Plăcintă cu brânză

\*

Piftii de porc

Chiftele de praz la cuptor

Cornulețe cu marmeladă

\*

Ciorbă de fasole boabe

Rizoto cu brânză și sos de roșii

Baclava

\*

Chiftele de cartofi cu salată de sfeclă

Musaca de tăiței

Compot de prune uscate

\*

Pește prăjit

Budincă de varză

Minciuni

## FEBRUARIE

Supă de mazăre uscată

Gutui cu carne

Cremă de vanilie

\*

Salată de cartofi cu tarhon

Budincă de macaroane cu sos de roșii

Jeleu de vin

\*

Supă cu găluști de griș

Orez cu limbă

Cremă de zahăr ars

\*

Cartofi cu smântână

Varză acră cu carne

Ștrudel cu mere

\*

Supă de morcovi

Budincă de iofca cu șuncă

Prăjitură cu cremă de vanilie

\*

Orez cu praz

Cârnați pe fasole uscată

Gogoși dospite

\*

Ciorbă de pește

Varză cu tăiței

Alivancă

\*

Cartofi cu brânză la cuptor

Prune uscate cu carne

Griș cu lapte

\*

Supă de praz cu cartofi

Chifteluțe marinate

Piroști cu marmeladă

\*

Piftii de porc

Mâncare de linte cu murături

Gogoși de cartofi cu zahăr

\*

Supă deasă de fasole boabe

Mâncare de praz

Brânzoaice

\*

Salată de cartofi cu andive

Snițel de parizer cu cușcuș

Biscuiți cu marmeladă

\*

Ciorbă de zarzavat

Pârjoale moldovenești cu cartofi

Sarailie

\*

Ciulama de cartofi

Varză acră cu slănină

Melci de cozonac

\*

## MARTIE

Pește cu macaroane la cuptor

Papricaș de vițel

Halva

\*

Ciorbă de lobodă dreasă cu smântână

Găluști de cartofi cu sos de roșii

Plăcinte cu brânză

\*

Piure de spanac cu ouă tari

Șnițel de legume cu salată verde

Trandafir de cozonac

\*

Pilaf de urzici

Ciulama de miel

Papanași prăjiți, cu smântână

\*

Supă de salată

Cartofi cu macaroane la cuptor

Corn cu nucă

\*

Chiftele de zarzavat cu salată verde

Miel cu spanac

Gogoși din aluat pripit

\*

Ciorbă de miel

Budincă de cartofi

Clătite

\*

Spanac la cuptor

Drob de miel cu salată verde

Piroști cu brânză

\*

Supă de cartofi

Friptură înăbușită, cu sos

Budincă de griș

\*

Orez cu mânățarci

Gulaș cu găluște

Corn cu marmeladă

\*

Ciorbă rusească

Omletă cu cartofi prăjiți

Ștrudel cu brânză

\*

Mâncare de țelină

Șnițel de miel cu cartofi

Plăcintă cu cremă de vanilie

\*

Supă de spanac

Cartofi cu ouă răscoapte, la cuptor

Ruladă cu marmeladă

\*

Urzici bătute cu hrean și ceapă prăjită

Plăcintă de macaroane cu parizer

Tartă cu dulceață

\*

## APRILIE

Ciorbă de ștevie cu smântână

Cartofi cu brânză la cuptor

Omletă cu marmeladă

\*

Brânză cu mămăligă și ridichi

Stufat de miel

Papanași fierți, cu zahăr

\*

Supă cu găluști de griș

Limbă cu sos de roșii

Rulouri cu cremă

\*

Salată de cartofi cu ceapă verde și mărar

Budincă de macaroane

Compot de caise verzi

\*

Ciorbă de bureți

Drob de miel în aluat cu salată verde

Tăiței cu nuci

\*

Măcriș cu ou

Mâncare de cartofi cu slănină

Cremă de griș

\*

Supă de salată

Șnițele rusești

Gogoși dospite

\*

Pilaf de urzici cu arpacaș

Cartofi cu smântână

Piroști cu marmeladă

\*

Ciorbă de perișoare

Budincă de spanac

Orez cu lapte

\*

Chiftele de cartofi cu salată verde

Miel cu ciuperci

Tartă cu cremă

\*

Supă de zarzavat

Rizoto cu brânză și sos de roșii

Ștrudel cu griș

\*

Zacuscă de pește

Budincă de zarzavat, în aluat

Cremă de zahăr ars

\*

Ciorbă de miel

Spanac cu pâine prăjită la cuptor

Biscuiți cu marmeladă

\*

Balmuș cu smântână

Friptură de berbec pe fasole uscată

Gogoși de cartofi cu zahăr

## MAI

Supă de verdețuri

Tocană de vițel

Clătite cu magiun

\*

Salată de ouă tari, cu mărar și ceapă verde

Mâncare de cartofi cu carne

Lapte cu tăiței

\*

Ciorbă țărănească

Șnițel cu piure de spanac

Ștrudel cu brânză

\*

Lapte acru cu mămăligă

Mazăre cu frigănele

Omletă cu dulceață

\*

Supă de piure de cartofi

Chiftele de zarzavat cu salată verde

Tartă cu mac

\*

Carote cu smântână

Musaca de cartofi

Gogoși din aluat de cozonac

\*

Ciorbă pescărească

Budincă de spanac

Corn cu marmeladă

\*

Găluști de cartofi cu sos alb

Mâncare de miel cu mazăre

Cireșe

\*

Supă de gulii

Cartofi cu smântână

Crochete de griș, cu zahăr

\*

Pilaf cu mazăre

Ruladă cu came cu salată verde

Plăcintă cu brânză

\*

Ciorbă de cartofi dreasă cu smântână

Carote și mazăre cu unt

Gogoși dospite, cu sirop

\*

Spanac cu frigănele

Musaca de tăiței

Compot cu cireșe

\*

Supă de piure de mazăre

Mâncare de morcovi cu carne

Savarină cu pesmet

\*

Salată de spanac cu ouă tari

Spaghete cu brânză la cuptor

Melci în sirop

## IUNIE

Ciorbă de zarzavat

Rizoto cu ficat

Baclava

\*

Mazăre cu crochete de carne

Alivancă cu smântână

Cireșe

\*

Supă cu turnăței

Rasol cu sos de smântână

Cornulețe din plămădeală

\*

Cartofi noi înăbușiți, cu salată

Macaroane cu brânză

Compot de cireșe

\*

Borș de lobodă dres cu smântână

Morcovi cu crochete de griș

Prăjitură cu cremă de vanilie

\*

Spanac cu brânză la cuptor

Ciulama de miel

Biscuiți cu marmeladă

\*

Supă de mazăre

Cartofi noi cu smântână

Corn cu mac

\*

Mămăligă cu brânză

Chifteluțe marinate

Tartă cu căpșuni

\*

Ciorbă de gulii

Mâncare de carne cu spanac

Ștrudel cu brânză

\*

Salată de cartofi cu verdețuri

Orez cu mazăre

Piroști cu marmeladă

\*

Supă de zarzavat

Tocană cu găluști

Gogoși

\*

Șnițel de legume cu salată

Macaroane cu sos de roșii și ciuperci

Compot de vișine

\*

Ciorbă de pește

Pârjoale moldovenești cu cartofi

Brânzoaice

\*

Salată de verdețuri cu ouă tari

Mâncare de carne cu cartofi

Orez cu lapte

\*

## IULIE

Gulii cu sos alb

Papricaș de vițel

Prăjitură cu vișine

\*

Ciorbă de cartofi și fasole verde

Dovlecei umpluți

Papanași fierți

\*

Mâncare de bame

Budincă de iofca cu ciuperci

Corn cu marmeladă

\*

Salată orientală

Dovlecei cu smântână

Tartă cu caise

\*

Supă de roșii cu orez

Mâncare de carne cu fasole verde

Plăcintă cu brânză

\*

Conopidă cu sos la cuptor

Musaca de cartofi

Caise

\*

Ciorbă de sfeclă

Chiftele de varză cu sos de roșii

Gogoși dospite

\*

Salată de vinete și ardei

Dovlecei umpluți cu brânză

Compot de vișine

\*

Supă de varză

Mâncare de vițel cu roșii

Griș cu lapte

\*

Ardei umpluți cu orez

Ghiveci

Fructe

\*

Ciorbă de fasole grasă

Mâncare de vinete cu roșii

Prăjitură cu caise

\*

Pilaf cu dovlecei

Fasole cu smântână

Cremă de zahăr ars

\*

Supă de conopidă

Musaca de vinete

Ruladă cu marmeladă

\*

Salată de fasole grasă

Mâncare de carne cu dovlecei

Compot de caise

\*

## OCTOMBRIE

Mămăligă cu brânză

Cârnați cu varză calită

Prăjitură cu prune

\*

Supă de cartofi și praz

Mâncare de carne cu pere

Brânzoaice

\*

Salată de conopidă cu roșii

cu ouă tari la cuptor

Prăjitură cu cremă de vanilie

\*

Ciorbă de pește

Vinete umplute cu orez

Tartă cu struguri

\*

Găluști de cartofi cu soș de roșii

Friptură de vițel pe macaroane

Fructe

\*

Supă de zarzavat

Sarmale de varză cu orez

Cornlulețe din plămădeală

\*

Zacuscă de vinete și gogoșari

Mâncare de carne cu cartofi

Budincă de griș

\*

Pește prăjit

Ghiveci

Compot amestecat

\*

Ciorbă de vițel

Găluști de varză cu sos de roși

Budincă de orez cu mere

\*

Bahnuș cu smântână

Mâncare de carne cu praz

Compot de pere

\*

Conopidă cu sos alb, la cuptor

Ardei umpluți

Ruladă cu marmeladă

\*

Supă de ceapă

Sarmale de varză cu carne

Griș cu lapte

\*

lahnie cu cartofi cu castraveți murați

Budincă de zarzavat

Șnițel cu mere

\*

Spanac pe pâine prăjită la cuptor

Iofcă cu brânză

Strugrui

\*

## NOIEMBRIE

Supă de legume

Mâncare de carne cu gutui

Plăcintă cu brânză

\*

Mâncare de carne cu gutui

Tocană

Compot de mere

\*

Ciorbă de cartofi

Chiftele de praz la cuptor

Baclava

\*

Mazăre bătută, cu ceapă prăjită

Budincă de macaroane

Melci în sirop

\*

Supă de fasole boabe

Varză dulce la cuptor

Orez cu prune uscate

\*

Praz cu smântână

Plăcintă cu carne

Griș cu lapte și sirop de smeură

\*

Iahnie de fasole cu murături

Șnițel de parizer cu piure de cartofl

Compot de prune nscate

\*

Ciorbă de zarzavat

Mâncare de carne cu castraveți

Aivancă

\*

Pește rasol

Rizoto de ficat

Ștrudel cu mere

\*

Supă de dovleac

Mâncare de carne cu cartofi

Gutui coapte

\*

Salată de cartofi cu tarhon

Sarmale cu orez

Tăiței cu nuci

\*

Ciorbă de fasole boabe

Cârnați pe varză călită

Tartă cu marmeladă

\*

Mâncare de țelină

Plăcintă de macaroane cu carne

Halva

\*

Supă de linte

Varză cu tăiței

Ștrudel cu griș

## DECEMBRIE

Salată de cartofi și fasole boabe

Chiftele marinate

Cremă de vanilie

\*

Ciorbă de pește cu zeamă de varză

Ciulama de cartofi

Brânzoaice

\*

Mămăliga cu brânză la cuptor

Cârnați pe fasole

Compot de mere

\*

Supă cu tăiței

Rasol cu cartofi și murături

Cremă de griș

\*

Musaca de cartofi cu zarzavat

Pilaf de pasăre

Gogoși din aluat pripit

\*

Ciorbă țărănească

Papară de mămăligă

Halva

\*

Salată de icre imitate

Perișoare cu smântână

Papanași prăjiți

\*

Supă de chimen

Mâncare de fasole cu slănină

Ștrudel cu nuci

\*

Cartofi prăjiți cu omletă

Mâncare de carne cu prune uscate

Com cu mac

\*

Pilaf cu praz

Budincă de iofca cu șuncă

Compot de pere

\*

Supă de zarzavat

Ciulama de vițel

Ruladă cu marmeladă

\*

Budincă de cartofi

Varză cu carne

Clătite cu dulceață

\*

Supă de linte

Frigănele de cartofi cu salată de sleclă

Plăcinta cu mere

\*

Fasole bătută cu usturoi

Tocană de purcel

Orez cu prune uscate

## CONȚINUTUL VITAMINE ȘI VALOAREA CALORICĂ A PRINCIPALELOR

ALIMENTE	VITAMINE							100 g dau kilocalorii	
ALIMENTE	A	B1	B2	C	D	E	K	P	
<b>ALIMENTE ANIMALE</b>									
Brânză .....	+		++						142 - 398
Ouă .....			+	+	++				70
Pește proaspăt .....		++	++	++			+		40 - 1140
Pește afumat. ....		++	++		+	++			260
Carne de vacă ....	++	++	++	++			+		88 - 200
Carne de miel .....			++	++	++				258
Carne de porc .....			++	++	++	++		+	250
Pui fript .....				++	+				80
Lapte de vacă .....			++	++	++				40
Lapte de om .....			+	++		++	++		67
<b>ALIMENTE VEGETALE</b>									
Cereale									
Porumb.....			++	++	++				365
Orz.....			+	++			++		340
Pâine integrală.....		++	++						238
Pâine albă.....				++					270
Macaroane.....				+					350
Orez fiert .....									355
Legume									
Cartofi fierți.....			++	++	++				84
Varză .....	++	++	++	+					19
Fasole verde .....		++	++	++			++		32
Fasole uscată.....			++	++	++		++		533
Mazăre verde.....			++	++	++	++			68
Mazăre uscată.....			++	++	++				319
Mazăre conserve.....	++	++		++					56

Linte uscată.....	++ + ++	++	349
Ceapă.....	++ ++ ++		24
Morcov.....	+ ++ ++ +		34
Țelină.....	++ + ++ +		34
Roșii (tomate).....	+ + ++ +	++	20
Castravete.....	++ ++ ++		10
Spanac fiert.....	+ ++ ++ ++		26