

SANDA MARIN

# CARTE DE BUCATE



## Cuprins

<b>Sfaturi și lămuriri</b> .....	7
<b>Aperitive și salate</b> .....	9
Aperitive .....	9
Salate.....	23
<b>Sosuri</b> .....	31
Sosuri reci .....	31
Sosuri calde.....	34
<b>Supe și ciorbe</b> .....	39
Supe.....	39
Ciorbe.....	54
<b>Mâncăruri de ouă</b> .....	63
<b>Raci, melci, midii</b> .....	76
<b>Pește</b> .....	81
<b>Tocături</b> .....	101
<b>Mâncăruri de carne și fripturi</b> .....	114
Carne de vacă .....	114
Carne de vițel .....	128
Carne de miel și de berbec .....	136
Carne de porc .....	140
<b>Creier, limbă, ficat, rinichi</b> .....	146
<b>Mâncăruri și fripturi de pasăre</b> .....	158
<b>Vânat</b> .....	174
Pregătirea iepurelui .....	174
<b>Legume și zarzavat</b> .....	186
<b>Făinoase și diferite feluri cu brânză</b> .....	240
<b>Aluaturi și dulciuri de casă</b> .....	266
Aluaturi .....	275
<b>Diferite dulciuri</b> .....	303
Torturi și prăjituri.....	303
Creme și glazuri pentru torturi și prăjituri .....	356
Creme, jeleuri.....	365
Sosuri pentru dulciuri.....	377

<b>Înghetate</b> .....	380
<b>Compoturi și marmelade</b> .....	384
Compoturi .....	384
Marmelade .....	388
<b>Dulcețuri șerbeturi, peltele</b> .....	392
Dulcețuri .....	392
Șerbeturi.....	402
Peltele.....	408
<b>Siropuri și băuturi</b> .....	412
Siropuri .....	412
Băuturi.....	414
<b>Câteva rețete casnice</b> .....	420
Prepararea pâinii .....	420
<b>Murături și conserve pentru iarnă</b> .....	428
Bulion de roșii în sticle .....	428
<b>Indice</b> .....	439

## Sfaturi și lămuriri

*Pentru a nu se întări*, ficatul nu trebuie sărat înainte de a fi fript. Pentru prăjit este bine să se folosească pe cât posibil uleiul.

*Înainte de a prăji în ulei* 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 bine răcită, cu puțină sare.

*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 înmoaie, 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 circa 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 porție de o lingură la ¼ 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 vasului, în timpul fierberii, cu o cârpă curată, înmuiată 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 și 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.

*Fecula* este făina extrasă din cartofi. Se întrebuițează în cofetărie pentru a lega unele creme și sosuri. Dă un gust mult mai fin decât făina de grâu.

*Glucoza* se întrebuițează mult în cofetărie ca adaos pe lângă zahăr, la prepararea siropului, a șerbetului, pentru glazuri etc. Se găsește în comerț sub diferite forme.

Cu *baia de apă* anumite preparate se fierb la aburi. Aceasta pentru ca ele să nu vină în contact direct cu căldura focului. 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 ¼ kg var cu 2–3 l apă. După ce varul s-a stins, se lasă să se răcorească. Varul gros se depune la fund. 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. Vitaminele din fructe se distrug însă prin acest procedeu.

## MĂSURI

1 pahar de vin = 150 ml

1 ceașcă obișnuită de cafea cu lapte = 200 ml

1 ceașcă mare de cafea cu lapte = 250 ml

1 lingură cu vârf de făină = 25 g

1 ceașcă de făină = ¼ kg

1 lingură de zahăr = 25–30 g

1 ceașcă de zahăr = 200 g

1 lingură de untură sau de unt = 25 g

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

# Aperitive și salate



## APERITIVE

### OUĂ UMPLUTE PICANTE

*6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 lingură de muștar, 100 g ulei, 100 g carne de pasăre sau șuncă, 2 castraveți în oțet, sare, piper, câteva frunze de salată verde.*

Se fierb ouăle tari; după ce s-au răcit, se curăță, se taie în două în lat și se taie puțin și din capetele rotunjite, astfel ca ouăle să poată sta în picioare ca niște păhărele. Se scoate gălbenușul și se împarte în două. Jumătate se trece prin sită și se amestecă cu o lingură de muștar, cu gălbenușurile crude și cu puțină sare. Se pune uleiul, turnându-l câte puțin și amestecând mereu, până când este sosul gata.

Se freacă gălbenușurile lăsate deoparte cu bucățele de carne de pasăre fiartă ori friptă sau șuncă, date prin mașina de tocat. Se adaugă castraveții, tocați foarte mărunț, și o lingură sau două din sosul pregătit mai înainte. Se pune sare și piper după gust. Cu această compoziție se umplu ouăle cu vârf.

Se toarnă sosul în farfuria cu care vor fi servite la masă, iar deasupra se așază jumătățile de ou umplute. Împrejur se pun foi de salată verde sau aspic tocat.

### OUĂ UMPLUTE CU CIUPERCI

*6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 lingură de muștar, 100 g ulei, 100 g șuncă, 100 g ciuperci, sare, piper, câteva frunze de salată verde.*

Se pregătesc la fel ca în rețeta anterioară. Se înlocuiesc castraveții în oțet cu ciuperci înăbușite și tăiate foarte mărunț.

## **OUĂ UMPLUTE CU PASTĂ DE PEȘTE**

*6 ouă, 50 g unt proaspăt, 1 linguriță de pastă de pește (anșoa), 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 sfărâme. Gălbenușurile se pun într-un castron și se adaugă untul și o linguriță de pastă de pește. Toate acestea se freacă bine până când se obține o pastă omogenă cu care se umplu albușurile. Se așază pe o farfurie și se pun împrejur frunze de salată verde.

## **OUĂ UMPLUTE CU FICAT**

*6 ouă, 100 g ficat de pasăre, unt proaspăt (cât o nucă), un vârf de linguriță de 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 ficat de pasăre, 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 precum tăieței.

## **OUĂ CU COZI DE RACI SAU CU PEȘTE**

*6 ouă, 1 gălbenuș, 1 linguriță de muștar, 1 linguriță de zeamă de lămâie sau oțet, 150 g ulei, câteva cozi de raci sau un rest de pește rasol, sare, câteva frunze de salată verde.*

Se fierb ouăle, se curăță și se taie în lat. Se taie câte o bucățică din vârful, ca să poată sta ouăle în sus, ca păhărelele.

Se scot gălbenușurile, se dau prin sită. Din aceste gălbenușuri se pune cam o lingură la o parte; va servi pentru a îmbrăca ouăle la sfârșit.

Celelalte gălbenușuri se freacă cu o linguriță de muștar, un gălbenuș crud, sare și lămâie. Uleiul se pune puțin câte puțin. Se face o maioneză legată, care se amestecă cu cozi și clești de raci, sau resturi de pește, tăiate mărunț (șalău, știucă, morun etc.). Cu această compoziție se umplu ouăle cu vârf, acoperind și albușul până la margine. Se netezește cu cuțitul și se

presară gălbenușul dat prin sită. Deasupra se pune câte o bucățică de coadă de rac. Se așază pe farfurie și se pun împrejur frunze de salată sau aspic tocat.

## **OUĂ RĂSCOAPTE CU SOS PICANT**

*6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 linguriță de muștar, 100 g ulei, 2–3 castraveți murați în oțet, sare, salată verde, ridichi.*

Se fierb ouăle tari. Când sunt reci, se curăță, se taie felii rotunde și se așază pe o farfurie unele peste altele.

Separat, se face un sos de muștar cu ou și anume: se pun într-un castron o linguriță de muștar, gălbenușurile crude și un praf de sare. Se freacă cu o lingură de lemn până când s-a amestecat oul cu muștarul, apoi se adaugă, puțin câte puțin, ulei. Când sosul este gata, se pun 2–3 castraveți și capetele de albuș răscopt, toate tăiate foarte mărunț. Se potrivește de sare 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 subțiri de ridichi.

## **OUĂ RĂSCOAPTE CU MAIONEZĂ**

*6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 linguriță de muștar, 100 g ulei, 1 lingură de smântână, sare, 2–3 măslinے sau puțină salată verde, pătrunjel.*

Se fierb ouăle tari. Când s-au răcit, se curăță și se taie în două, în lung. Se așază pe o farfurie cu gălbenușul în jos și se toarnă deasupra un strat de maioneză pregătită cu muștar, la care s-a adăugat și o lingură bună de smântână. Peste fiecare ou se așază o frunzuliță de salată verde sau frunze de pătrunjel, ori bucățele de măslinے.

## **OUĂ ÎN ASPIC**

*6 ouă, 6 felii de limbă afumată, fiartă, 250 g aspic, câteva frunze de salată verde.*

Se fierb ouăle pe jumătate tari și se curăță. Se așază feliile de limbă fiartă pe farfuria cu care vom servi la masă, iar deasupra se pun ouăle în ordine unele lângă altele. Apoi se toarnă aspicul bine răcit, câte puțin, ca să se prindă de ouă. Operația aceasta se face într-un loc răcoros, iar farfuria nu se mișcă din loc până când aspicul nu este întărit. Înainte de a servi, se pune împrejurul ouălor aspic tocat și salată verde tăiată precum tăieței.

## **ROȘII UMPLUTE CU PEȘTE ÎN ULEI**

*12 roșii mici, 1 cutie pește în ulei (pălămidă, heringi etc.), sare, piper, 1 linguriță de oțet, frunze de pătrunjel verde. Pentru maioneză: 1 gălbenuș, 50 g ulei, 1 linguriță de zeamă de lămâie sau oțet, sare.*

Se aleg roșii tari. Se taie un capac, se scobesc. Se presară cu sare și piper și se stropesc cu puțin oțet. Se așază pe o farfurie cu gura în jos, ținându-le așa câțva timp să se scurgă. Cu furculița se sfărâmă peștele într-un castron, se adaugă maioneza. Se freacă totul bine împreună. Cu această pastă se umplu roșiile, scurse de zeamă. Se așază pe farfurie, cu foi de pătrunjel verde împrejur.

## **ROȘII CU OREZ**

*12 roșii mijlocii, 2 ardei, 100 g orez, sare, piper, câteva frunze de salată verde. Pentru maioneză: 1 gălbenuș, 1 linguriță de muștar, 1 linguriță de lămâie sau oțet, sare, 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 orez: se scurge bine și se amestecă cu ardeii copti, tăiați mărunț, și cu 2 linguri de maioneză pregătită cu muștar. Se umplu roșiile, se așază pe farfurie, cu salată verde sau frunze de pătrunjel împrejur.

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

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

Se pregătesc roșiile ca în rețeta anterioară. Se lasă să se scurgă după ce s-a pus sare, piper, oțet. Se taie mărunț un rest de carne de pasăre, fiartă sau friptă, 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.

## **ROȘII UMPLUTE CU PEȘTE**

*Aceleași cantități ca în rețeta anterioară. Se înlocuiește carnea cu puțin pește fiert.*

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