



BUCĂTĂRIE ANDALUZĂ DIN VREMEA CALIFATULUI ALMOHAD

(secolul al XIII-lea)

Câteva rețete alese din

*Cartea de bucate
în Măgreb și Andaluzia
în vremea Almohazilor,
de către un autor necunoscut*

*Kitab al tabij fi-l-Maghrib
wa-l-Andalus fi `asr
al-Muwahhidin, li-mu'allif mayhul*

© 2011 Editura Paideia

Piața Unirii, nr. 1

București, România

tel.: 021.316.82.10

e-mail: office@paideia.ro

www.paideia.ro

www.cadourialese.ro

www.cadouriculturalale.ro



MÂNCĂRURI DE CARNE DE VITĂ, DE OAIȚE, DE MIEL, DE IED ȘI DE IEPURE

Carne de vită

Sanhâji regal

Luăți un *tâjin* mare și adânc (*tâjin* este o oală de gătit nord-africană, făcută din ceramică și acoperită cu un capac; o cuscusieră este de asemenea numită *tâjin* și are un capac înalt). Puneți niște carne roșie înăuntru, tăiați-o fără grăsime, de la picioare (pulpe), umăr și șold de vacă. Adăugați o cantitate mare de ulei, oțet, puțin *murri naqî* (*murri naqî* este numele

unei varietăți de *murri* – un condiment lichid care sporește savoarea – unic în Andaluzia; numele înseamnă *murri* “macerat”, sosul de soia fiind un înlocuitor acceptabil), piper, șofran, chimion și usturoi. Gătiți-l până este făcut pe jumătate, și apoi adăugați niște carne roșie de oaie și continuați gătitul.

Apoi adăugați la acest amestec de carne de vită și de oaie câțiva pui curățați, tăiați în bucăți, potârniche, porumbei tineri și porumbei săbatici, și alte păsări mici, *mirkās* (cârnați) și bulete de carne. Presărați mișdale sparte și sare, apoi gustați. Acoperiți cu mult ulei, puneți în cuptor, și lăsați până ce se face, apoi scoateți *tājin*-ul afară.

Numele acestui tip de mâncare, *sanhāji* (cratiță), vine de la numele unei confederații berbere, *Sanhaja*, care, începând de la mijlocul secolului al XI-lea, s-a alăturat imperiului arabo-berber almoravid, care, în afară de Maroc, includea și *al-Andalus* (jumătatea de sud a Spaniei).

Mukhallal “mâncare de nuntă”

Luăți niște carne din pulpă de vită sau de oaie, tăiați-o mărunt, puneți-o într-o oală nouă, împreună cu sare, piper, coriandru, chimen, mult șofran, usturoi în cuburi, mișdale sparte, și mult ulei. Acoperiți cu oțet puternic și foarte curat, fără cea mai mică picătură de apă. Puneți pe un foc mic de mângal (cârbune, cârbune de pământ), mestecați și lăsați să fiarbă.

Apoi, luați oala de pe foc și puneți-o pe piatra de cămin (șemineu). Colorați conținutul oalei cu mult șofran și puneți înăntu multe gălbenușuri de ou, cuișoare și levănțică. Lăsați oala pe piatra de cămin până ce conținutul se îngroașă și bulionul se evaporă.

Această mâncare poate fi păstrată câteva zile fără să se strice. Se numește “mâncare de nuntă” în vest (în *Algarve*, adică în Portugalia), și este una dintre cele șapte mâncăruri servite la banchetele din Cordoba și Sevilla.



Libris.ro Carne de oaie

Respect pentru oameni și cărți

“Păsări” mici făcute din carne de oaie...

Carne de oaie tăiată în bucăți

Tăiați o bucată de carne de oaie în bucăți mici (în formă de păsări mici), și puneți-le pe un băț. Frigeți “păsările” sau prăjiți-le cu mult ulei, și puneți-le deoparte.

Luați apoi o oală și puneți înăuntru trei linguri de oțet, o lingură de *murri naqi'* (*murri naqi'* este numele unei varietăți de *murri* – un condiment lichid care sporește savoarea – unic în Andaluzia; numele înseamnă *murri* “macerat”, sosul de soia fiind un înlocuitor acceptabil), două linguri de ulei proaspăt, chimion și niște șofran. Puneți oala pe foc. Când dă în clocot, puneți înăuntru “păsările” mici fripte sau prăjite, și lăsați-le atât cât să fiarbă. Apoi luați oala de pe foc și aduceți “păsările” la masă.

Carne de oaie tocată

Aceste imitații de păsări mici (gauri și altele) ar putea fi



făcute și din carne tocată în care s-au pus mirodenii.

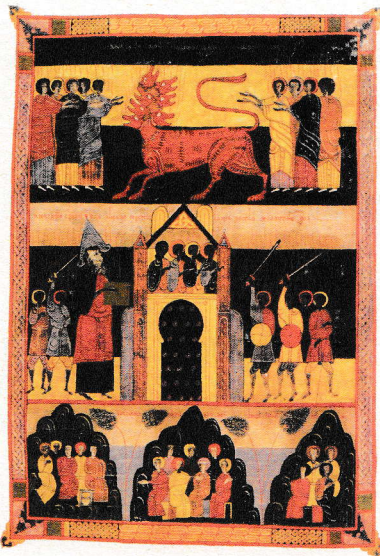
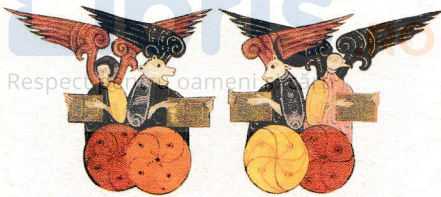
Carne de oaie cu vinete (burâniyya)

Burâniyya este atribuită lui Buran, fata lui al-Hassan b. Sahl și nevasta califului abbasid de Baqdad al-Ma'mun (813-833).

Luați carne grasă de oaie și puneți-o într-o oală, împreună cu sare, ceapă, grăunțe de coriandru, puțin chimion, șofran și ulei. Puneți pe foc mic și adăugați o lingură de *murri naqi'* (*murri naqi'* este numele unei varietăți de *murri* – un condiment lichid care sporește savoarea – unic în Andaluzia; numele înseamnă *murri* “macerat”, sosul de soia fiind un înlocuitor acceptabil) și două linguri de oțet.

Fierbeți până ce carnea este făcută pe jumătate, apoi luați oala de pe foc și adăugați vinete fripte. Puneți deasupra un strat de carne și un altul de vinete fripte, și continuați să puneți straturile până ce ați folosit tot “stock”-ul.

Adăugați bulete de carne deja pregătite și miqdale sparte, apoi colorați cu mult șofran.



CUPRINS

MÂNCĂRURI DE CARNE DE VITĂ, DE OAIE, DE MIEL, DE IED ȘI DE IEPURE

Carne de vită

<i>Sanhâji regal</i>	3
<i>Mukhallal "mâncare de nuntă"</i>	5

Carne de oaie

<i>"Păsări" mici făcute din carne de oaie...</i>	6
<i>Carne de oaie cu vinete (burâniyya)</i>	7

Carne de miel

<i>Miel fript, care a fost făcut pentru Sayyid Abu al'Ala în Ceuta Baqliyya</i>	8
<i>pregătită de Ziriyab</i>	9

Carne de ied

<i>Friptură de carne de ied făcută în tăiîn</i>	10
<i>Tabâhajliyya (ied cu nuci și rodii)</i>	11

Carne de iepure

<i>Carne de iepure gătită în diverse feluri</i>	12
---	----

CĂRNAȚI, PERIȘOARE, CHIFTELE, FLEICI

Cârnați/cârnațiori (ar. mirkās, fr. merguez)

Mirkās (cârnați) din carne de miel	14
Mirkās cu brânză proaspătă	16
Mirkās de vinete	17

Perișoare

Mâncare de perișoare din carne de miel	18
Pregătirea perișoarelor din orice fel de carne doriți	19

Chiftele

Ahrash (bulete de carne turtite și prăjite)	20
--	----

Fleici (Rahibi)

Cum se face un Rāhibi	21
Rāhibi în tajin	21

Muștar (sināb)

Prima rețetă	23
A doua rețetă	24
Despre "sināb"	25



MÂNCĂRURI DIN CARNE DE ORĂȚANII SAU DE VÂNAT PĂSĂRESC

Carne de pasăre de ogradă

Mâncare de pui sau de potârniche cu gutui sau mere	27
Thūmiyya (mâncare de găină cu usturoi)	28

Vânat păsăresc

Mâncare de turturele	29
Graur fript	30

MÂNCĂRURI DIN CARNE DE PEȘTE

Pește mare precum Qabtān și Fahil	31
Pește Murawwaj	32
Bulete turtite (ahrash) de carne de pește	33
Lapți de pește	34

CUSCUS, PASTE FĂINOASE, OREZ

Cuscus

Cuscusul soldaților (kuskusū fityāni)	37
Cuscus făcut cu făcămături din cea mai fină pâine albă	38

Rețete pentru oameni și câini

Fidaush (paste făinoase proaspete)	39
Itriyya (paste făinoase uscate)	40

Orez

Budincă dulce de orez	41
Harisa (budincă de orez cu carne)	41

BRUTARIE, PLĂCINTĂRIE (PATISERIE)

Pâine

Pâine "în foi" (khubza muwarraqa)	43
Pâine frământată cu unt	44

Tharidas
(budinci de pâine)

Tharida cu carne de miel și spanac, brânză umedă și unt	45
Tharida făcută cu apă de năut, carne de porumbel, brânză și măsline	46

Clătite

Isfriya (clătite) simple	47
Qaljața (produs de patiserie în straturi)	47

Qatâif abbasid (clătite prăjite și umplute)	48
Rețetă de Ka'k (biscuiți, fursecuri)	49

GEMURI, JELEURI, MARMELADE

Gem și jeleu de gutui	51
Gem de "smochine" (fructe) de cactus	52
Gem de fructe de ciulin (scaleți)	53
Marmeladă de portocale	53

BĂUTURI ȘI SIROPURI

Marea băutură din ierburi, semințe și mirodenii de tot felul	55
Sirop din lemn de aloe	57
Sirop din lemn de santal	58

PREPARATE VEGETARIENE, DIETETICE ȘI MEDICALE

Preparate fără carne

O versiune vegetariană a mâncării de vinete (pregătită de Ibn Muthanna)	61
---	----

Jannâniyya
(mâncare de grădinar;
omletă de legume)

62

**Preparate ușoare pentru
stomacuri ținășe**

*Fel de mâncare care stăpânește
pofta de mâncare și întărește
stomacul*

64

*Sikbâj de vișel,
folosit pentru persoanele tinere,
pe timp de vară*

65

*Fel de mâncare potrivit
pe vreme de toamnă*

66

*Fel de mâncare pregătit
pe vreme de iarnă pentru
persoanele bolnave de răceală*

67

Leacuri și pudre medicale

Leac din ghimbir și piper

68

*Pudră pentru uscarea
plămânilor*

69

**BUCATE EVREIEȘTI
SEFARDE**

Potârniche umplută

71

Mâncare de carne de pui

72

Mâncare de vinete

umplute cu carne

74

Arăument

