

E L E N A B U T U C



rețete
PAS ^{cu} PAS

Fotografii de
VICTOR OANCEA

C U R T E A  V E C H E

Cuprins

Introducere • 9

Supe, ciorbe • 15

Ciorbă de perișoare • 16

Borș roșu (ciorbă ucraineană) • 20

Ciorbă de cartofi cu afumătură • 26

Supă de pui cu linte • 30

Ciorbă de pui à la grec • 34

Salate • 39

Salată orientală de post • 40

Salată de ciuperci marinat • 44

Salată „Troiene“ • 48

Salată cu ton și năut • 52

Salată cu sfeclă roșie și feta • 56

Preparate cu pui • 61

Pui grecesc la cuptor cu cartofi • 62

Ostropel de pui • 66

Aripioare crocante la cuptor • 70

Papricaș de pui cu găluște • 74

Pui pe sticlă • 80

Paste cu roșii, ciuperci și pui • 84

Pate de casă, din ficăței de pui • 88

Pastramă din piept de pui • 92

Mâncăruri cu porc și vită • 97

Friptură de porc (cu sos de roșii și usturoi) • 98

Chiftele marinate • 102

Preparate cu pește • 107

Pește la cuptor cu legume • 108

Plachie de pește la cuptor • 112

Mâncăruri fără carne • 117

Orez cu lămâie • 118

Cartofi lionezi • 122

Pâine, pizza, plăcinte • 127

Pâine simplă de casă • 128

Pâine cu lapte • 134

Quiche cu broccoli, pui și ciuperci • 138

Pizza Capriciosa • 144

Tiropitakia (plăcinte grecești cu brânză) • 148

Pirojki cu cartofi • 152

Minipateuri cu carne • 158

Plăcintă dobrogeană • 162

Plăcintă cu zdrențe • 168

Deserturi • 173

- Chec cu lămâie • 174
- Chec cu ciocolată • 178
- Cremă de zahăr ars • 182
- Prăjitură cu ciocolată și vișine • 186
- Alivancă (Mălai dulce) • 190
- Prăjitură pufoasă cu mere • 194
- Papanași • 198
- Cornuri cu gem • 202
- Biscuiți cu fulgi de ovăz și semințe • 206
- Biscuiți cu iaurt • 210
- Pancakes • 214
- Clătite de catifea • 218
- Tort „Cușma lui Guguță“ • 222

Semipreparate • 229

- Aluat de pizza • 230
- Foitaj de casă rapid • 234
- Sos de roșii Marinara (pentru pizza și paste) • 240
- Maioneză în 5 minute (la borcan) • 244

Supă



Ciorbă

Ciorbă de perișoare



dificil



8-10 porții/5 litri



3h

Deși puteți înlocui, în lista de ingrediente, supa de carne cu apă simplă, eu vă recomand cu toată convingerea să nu o faceți. Vă asigur că ciorba va avea un gust mult mai bogat și un plus de arome dacă folosiți o supă fiartă cât mai simplu, preparată din rădăcinoase și câteva oase, chiar dacă nu adăugați carne.

ingrediente

- Ceapă albă – 2 bucăți
- Morcov – 1 bucată
- Ardei gras – 1 bucată
- Rădăcină de țelină – 1 bucată
- Pastă de roșii – 1 lingură
- Carne tocată de vită/porc – 500 g
- Orez fierb – 3 linguri
- Ulei de floarea-soarelui – 50 ml
- Cimbru uscat sau proaspăt – 1 lingurită
- Păstrav – 1 lingură
- Ou – 1 bucată
- Borș acru – 500 ml
- Sare – 2 linguri
- Piper negru măcinat – ½ lingurită
- Supă de carne/Apă – 2,5-3 litri







Fierbeți neapărat cu o zi înainte supa de oase/carne – vă trebuie 2-3 oase, țelină, albitură, ceapă și, eventual, ardei sau morcov. (Aceste rădăcinoase nu sunt menționate explicit în listă.) Dacă nu, folosiți doar apă.

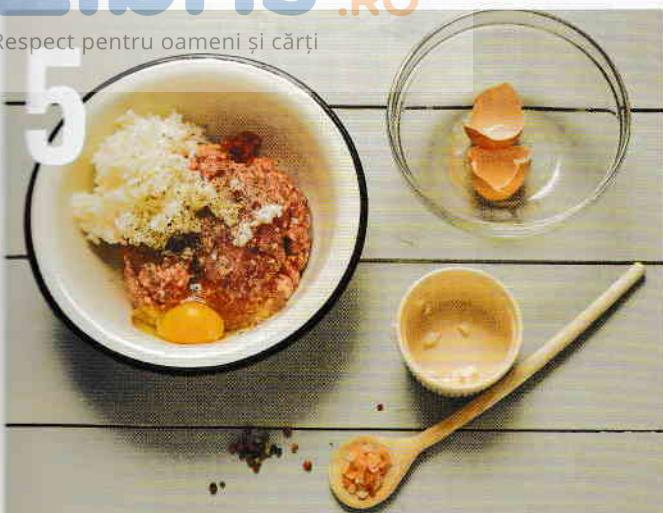
Într-un vas încăpător, de 5 litri, puneți următoarele legume, tăiate cubulete: 1 ceapă, morcovul, rădăcina de țelină și ardeiul gras.



Într-o cratiță, căliți a doua ceapă în ulei, iar când s-a rumenit ușor adăugați 1 lingură de pastă de roșii. După ce amestecați, mai lăsați pe foc 1 minut.

În vasul cu legume de la pasul 2, turnați 2-3 litri de supă de carne sau apă simplă, punând tot aici și ceapa călită cu pastă de roșii. Lăsați să fierbă 30-40 de minute pe foc mic, până când legumele sunt gata.

5



Într-un castron potrivit, amestecați carnele tocată cu orezul fierb, oul, 1 linguriță de sare și puțin piper negru măcinat.

6



Din această compoziție, modelați perișoare de formă și dimensiunile unor nuci, apoi aranjați-le pe o farfurie întinsă.

7



Puneți perișoarele obținute în cratiță cu legumele fierte de la pasul 4. Lăsați ciorba să mai fierbă lent aproximativ 10-15 minute.

8



Adăugați borșul, pătrunjelul tocat, cimbrul și sare după gust. Fierbeți încă 1 minut, stingeți focul și acoperiți cu un capac; vă recomand să lăsați ciorba astfel 15-20 de minute. Serviți-o cu smântână și, eventual, cu un ardei iute alături.



dificil



8-10 porții/5 litri

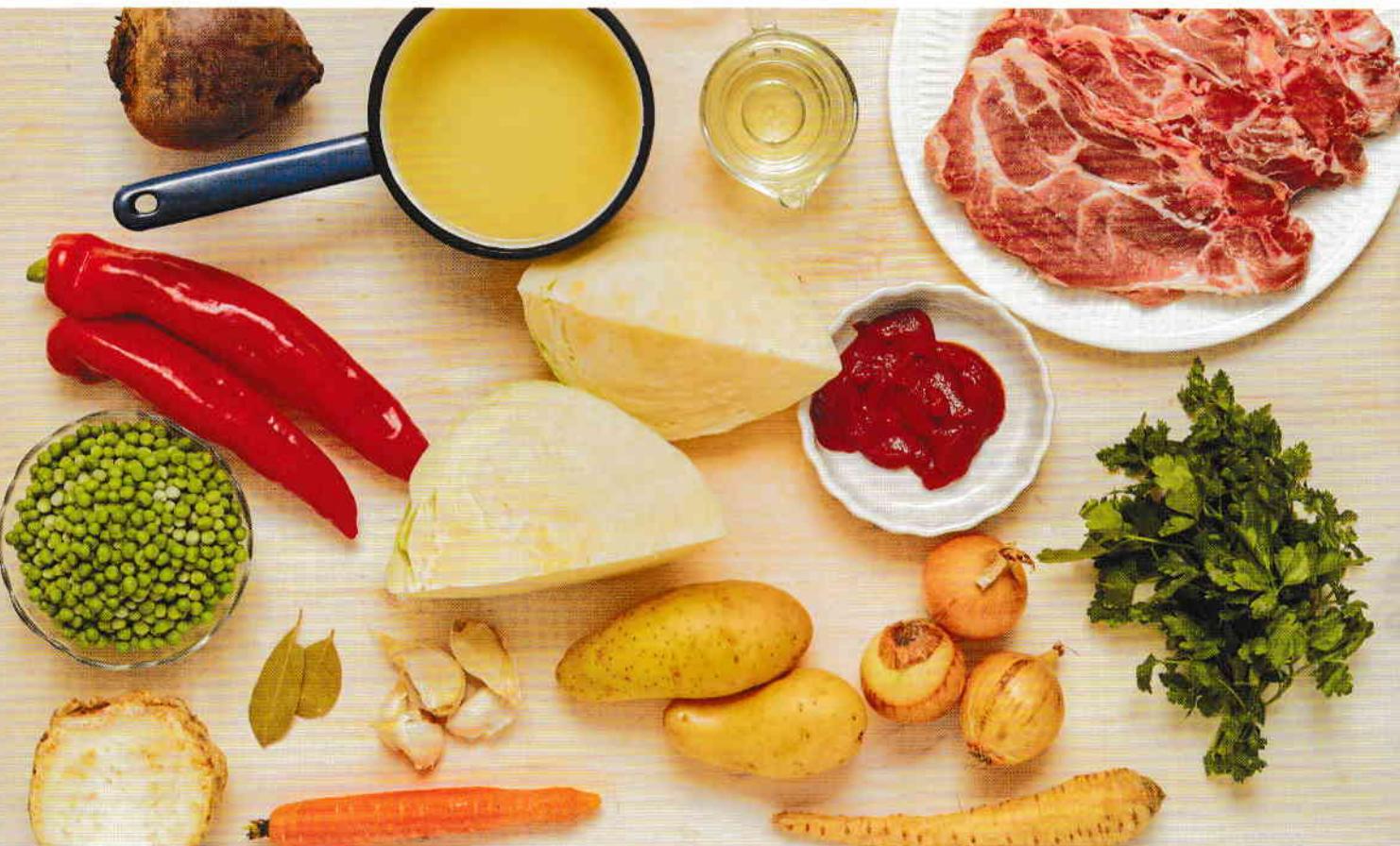


3h

Densă, foarte sățioasă, completă din punct de vedere nutrițional, acestei ciorbe tradiționale din Ucraina i se spune adesea „borș roșu“. De multe ori, în loc de mazăre verde se folosește fasole albă fiartă – dar asta o hotărâți voi, în funcție de preferințe. Copiilor mei le plac ambele variante, ciorba roșie fiind una dintre cele mai apreciate în familia noastră.

ingrediente

- Carne de porc/vită – 500 g
- Ceapă albă – 3 bucăți
- Cartof – 2 bucăți
- Morcov – 1 bucată
- Ardei gras – 2 bucăți
- Sfeclă roșie – 1 bucată
- Varză albă – 300 g
- Ulei de floarea-soarelui – 50 ml
- Pastă de tomate – 2 linguri
- Borș acru – 500 ml
- Pătrunjel verde – 1 legătură
- Usturoi – 5 căței
- Rădăcină de țelină – ½ bucată
- Rădăcină de pătrunjel – 1 bucată
- Mazăre verde congelată – 200 g
- Foi de dafin – 2 bucăți
- Smântână – 200 g







Într-o oală mare pentru ciorbă, puneți carne, rădăcina de țelină și cea de pătrunjel, 1 ardei, 1 ceapă și frunzele de dafin. Turnați apă cât să acopere bine ingredientele și aşezați-o pe foc.

Fierbeți totul, acoperit cu un capac, la foc mic, adunând spuma de la suprafață. Lăsați astfel 1-2 ore, până când carnea este bine gătită.

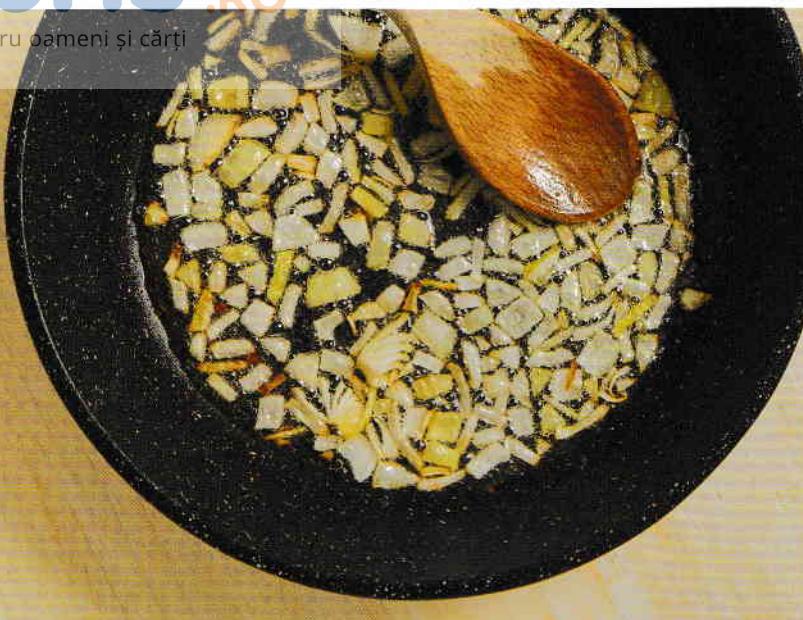


Apoi, scoateți legumele și carne din oala de ciorbă; așteptați să se răcească puțin. Desprindeți carne de pe oase și păstrați-o, iar legumele fierte aruncați-le.



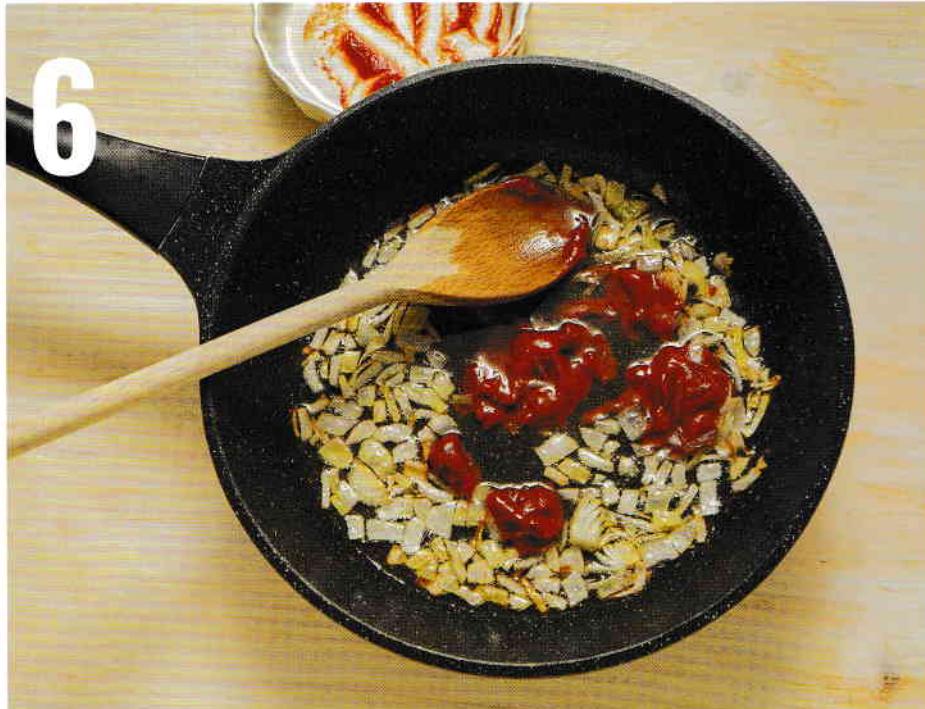
Tăiați varza, 1 ceapă și cartofii în bucăți mici, iar morcovul în rondele. Adăugați-le, împreună cu mazărea, în oala cu zeama de ciorbă și lăsați-le să fierbă 30-40 de minute, la foc mic.

5



Într-o tigaie încingeți bine uleiul și adăugați o jumătate de ceapă tăiată mărunt. Rumeniți uniform ceapa, amestecând cu mișcări ușoare.

6



Adăugați în tigaie pasta de tomate, amestecați-o bine cu ceapa și mai căliți totul aproximativ 2 minute.

7



Tot aici, puneți și sfecla roșie dată pe răzătoarea medie. Amestecați din nou și mai călăți 10 minute, pe foc moderat.



În oala cu legumele fierte adăugați compoziția cu sfeclă din tigaie, carne fiartă ruptă în bucătele și borsul acru. Amestecați și lăsați să fierbă încă 5 minute.

9



10



În continuare, asezonați ciorba cu sare după gust, apoi adăugați pătrunjelul și jumătate de ceapă crudă, tocate mărunt, plus usturoiul pisat.

Amestecați bine, lăsați să fierbă încă 1 minut și stingăți focul. Înainte de servire, ciorba trebuie să se pătrundă 15-30 de minute, sub capac. Se servește cel mai bine cu smântână și cu un ardei iute sau cu ceapă crudă alături.