

ALI-BAB

TRĂIASCĂ FASOLEA ȘI-ALE EI SURATE

150 de preparate pentru cele mai goale
buzunare!

Traducerea, selecția și redactarea textelor
DOINA BRINDU

Selecție de texte din:
ALI-BAB
GASTRONOMIE PRACTIQUE
Édit. Flammarion, 1932,
Paris, France

© Editura VENUS, București, 2001

Toate drepturile asupra versiunii de față sunt rezervate Editurii
VENUS. Orice publicare, reproducere sau multiplicare, chiar și a unor
fragmente din acest text, fără autorizarea editurii, va fi urmărită
conform legii nr. 8/96.

EDITURA VENUS
BUCUREȘTI, 2001

BOB BĂTUT

1 kg bob uscat, 2 l apă, o ceapă, 100 ml untdelemn, sare

Bobul se pune la muiat în apă rece, seara, ca și fasolea boabe. Dimineața se scurge de apă și, cu ajutorul unui cuțitaș, se scoate unghia neagră de la fiecare grăunte. Apoi se pune la fiert în 2 l de apă rece, iar când bobul este fiert, se strecoară de apă, fără a o arunca. Se trec boabele fierte prin sită, calde fiind, și se face un piureu care se subțiază cu apa în care au fiert, bătându-l ca pe fasole. Se sarează după gust și se servește cu untdelemnul turnat deasupra și cu ceapa tăiată în felii subțiri, crudă sau prăjită, ca la fasole.

CLĂTITE CU UMPLUTURĂ DE CAȘCAVAL

Pentru clătite: 2 ouă, 150 g făină, 300 ml lapte, 100 ml untdelemn, sare, 50 g cașcaval ras

Umplutura: 100 g cașcaval ras

Din ingredientele date se fac circa 12 clătite astfel: făina se pune într-un vas cam de un litru, se face o adâncitură la mijloc, se sparg ouăle, se presară sare puțină

și amestecând mereu, se adaugă laptele până totul devine omogen.

Fiecare clătită coaptă, se umple cu cașcavalul ras, se împăturește în patru și se servește cu *salată de fasole boabe* (vezi rețeta).

CROCHETE DE FASOLE BOABE

200 g fasole boabe fiartă, 150 g morcovi fierți, un ou, 50 g pesmet, 15 g ceapă tocată și înăbușită, 100 ml lapte, sare și piper după gust, făină, ou, pesmet și untdelemn (pentru prăjit)

Fasolea fiartă și morcovii fierți se pasează prin sită. Piureul obținut se amestecă bine cu ceapa prăjită și cu laptele, ca să aibă consistența unui aluat. Pe o planșetă care a fost în prealabil înfăinată, se fac crochetele, care se trec prin ou și pesmet și se prăjesc pe toate părțile în untdelemnul încins. Se servesc fie simple, fie cu sos tomat, sote de morcovi, cartofi prăjiți.

FASOLE BĂTUTĂ

600 g fasole boabe, 350 g ceapă, 250 ml untdelemn, o lingură muștar, 4 căței usturoi, piper, sare, 50 ml zeamă de lămâie, 50 g boia de ardei

Se alege fasolea boabe și se spală în câteva ape reci. Se pune la înmuiat într-un vas cu apă rece timp de patru-șase ore, după care se spală din nou și se pune la fiert, schimbându-se trei ape fierbinți. Se scurge de zeamă și se

dă prin mașina de tocat împreună cu 50 g de ceapă. Se adaugă muștarul, zeama de lămâie, 150 ml untdelemn, mujdeiul de usturoi cu sare, amestecându-se totul până când compoziția devine omogenă. În restul de untdelemn se călește ceapa tăiată solzișori până devine moale, se amestecă bine cu boiaua de ardei (pentru culoare) și se toarnă peste fasolea pregătită. Se lasă la rece.

FASOLE BĂTUTĂ CU SOS BORDELAISE

600 g fasole, 350 g ceapă, 250 ml untdelemn, sos Bordelaise (vezi rețeta)

Se alege fasolea boabe și se spală în câteva ape reci. Se pune la înmuiat într-un vas cu apă rece timp de patru-șase ore, după care se spală din nou și se pune la fiert, schimbându-se trei ape fierbinți. Se scurge de zeamă și se dă prin mașina de tocat. Se bate bine cu untdelemn și se servește cu *sos Bordelaise* turnat deasupra.

ICRE DE FASOLE

300 g fasole boabe, 100 ml lămâie, 200 ml untdelemn, 100 g măsline negre, o roșie, 2 castraveciori murați, piper, sare, boia de ardei

Fasolea spălată și pusă la înmuiat de cu seară, se fierbe (schimbându-se trei ape) până când bobul se sfarmă între degete. Se scurge și se dă prin mașina de tocat împreună cu măslinele curățate de sâmburi. Se amestecă turnând

untdelemnul puțin câte puțin; după ce a crescut se pun zeama de lămâie, piperul, sarea și boiaua de ardei. Se așază pe un platou și se ornează cu felii de roșii și de castraveciori murați.

ICRE DE FASOLE CU SOS DE MĂRAR

300 g fasole boabe, 200 ml untdelemn, sare, sos de mărar (vezi rețeta)

Fasolea spălată și pusă la înmuiat de cu seară, se fierbe (schimbându-se trei ape) până când bobul se sfarmă între degete. Se scurge și se dă prin mașina de tocat. Se amestecă bine, turnând untdelemnul puțin câte puțin, până a crescut. Se servește cu un *sos de mărar*, turnat deasupra.

MAZĂRE BĂTUTĂ

700 g mazăre uscată, 200 ml untdelemn, 200 g ceapă, sare după gust

Mazărea se alege de impurități și se lasă la înmuiat șase-șapte ore. Se pune la fiert cu apă rece, la foc mic. După ce a fiert, se strecoară și se trece prin mașina de tocat. Când s-a răcit, se bate bine cu ajutorul unei linguri de lemn, turnând untdelemnul puțin câte puțin. Se stropește din când în când cu apă rece cu sare. Se așază pe un platou și se presară cu felii de ceapă prăjite în untdelemn.

6 roșii frumoase, 250 g fasole verde, 50 ml untdelemn, 15 ml oțet, 2-3 căței de usturoi, pătrunjel, salată verde, sare, piper

Se taie un căpăcel la roșii, se scobesc, se sarează, se stropesc cu puțin oțet și se pun cu fața în jos, să se scurgă. Separat, se pune la fiert fasolea verde, în apă cu sare, se scurge când este gata, se taie bucățele (de doi centimetri) și se stropește cu puțin untdelemn, oțet și usturoi pisat. Se lasă 30 de minute ca să capete gust, apoi se scurge și se umplu roșiile. Se așază pe un platou presărat cu verdeață tocată mărunt și piper, înconjurată de salată verde.

SALATE

SALATĂ À LA RUSSE

1,2 kg cartofi, 250 g mazăre, 100 g conopidă, 3 ouă, 250 g morcovi, 150 g fasole verde, 350 g maioneză, piper, sare, pătrunjel verde

Cartofii se spală, se fierb în coajă și, după ce au fost curățați, se taie în cubulețe mici. Acestea se amestecă încet, cu mazărea, conopida, fasolea verde și morcovii – toate fierte și tăiate în bucăți potrivite, pătrunjelul verde tocat, sarea, piperul și maioneza. Compoziția se așază pe un platou și se decorează cu maioneză, felii de morcovi și de ouă fierte tari.

SALATĂ ANIȘOARA

800 g sparanghel, 300 g fasole verde, 400 g morcovi, 300 g mazăre verde, 250 ml sos Vinaigrette (vezi rețeta), sare

Se curăță și se fierbe în apă cu sare, sparanghelul întreg, după care se așază, snop, în mijlocul unui platou, cu vârfurile în sus. În jurul său se pun, în cercuri succesive: un rând de fasole fiartă, unul de morcovi fierți și tăiați rondoale, altul de mazăre fiartă. Se stropește totul cu *sos Vinaigrette*.