

Preparate din ouă

Am gustat din toate – sunt foarte delicioase...



Cuprins

Salate

Salată caldă cu ficat de pui
Salată de primăvară cu ouă de prepeliță
Salată de cartofi și ouă
Salată din omletă și carne de vițel
Salată din șuncă, ouă fierte și crutoane
Salată „Mimoza”
Salată din ouă, hrean și slănină
Salată din ouă, măsline și muștar
Salată din ouă, parmezan și crenvurști
Salată verde cu ouă fierte și slănină
Salată din cașcaval, ouă și sfeclă
Salată din ouă, mazăre și porumb
Salată din ouă, ardei dulce și brânză Roquefort

Gustări

Ouă umplute cu icre roșii
Somon cu ouă „Benedict”
Ouă cu usturoi

5	Ouă în sos de muștar	23
6	Gustare caldă din ouă	24
7	Julien cu ouă de prepeliță	25
8	Ouă „Benedict”	26
9	Cuiburi din pâine, cu ouă și legume	27
10	Terină cu ouă și legume	28
11	Aspic cu ouă și piept de pui	29
12	Tarte cu ouă de prepeliță	30
13	Ouă marinate cu sfeclă și condimente	31
14	Ouă „Mollets”	32
15	Ouă în sos picant	33
16	Ouă ochiuri în roșii	34
17	Ouă ochiuri cu file de somon Biluțe din ouă și șuncă	35 36
18	Ruladă din ouă și brânză topită	37
	Ouă suedeze	38
19		
20	Supe	39
21	Supă din ouă	40
22	Supă din ouă și carne	41

Supă provensală din ouă	42	Omletă cu cașcaval și verdeață	64
Supă castiliană	43	Omletă cu slănină și ceapă	65
Supă romană din ouă	44	Omletă cu roșii	66
Supă din ouă, cu cașcaval și verdeață	45	Omletă cu ton și brânză Feta	67
Supă picantă cu perișoare, ouă și lămâie	46	Omletă „Hawaii”	68
Mâncăruri de bază	47	Omletă cu mazăre și mentă	69
Budincă din ouă, cașcaval și legume	48	Omletă la abur	70
Fasole cu ouă la cuptor	49	Omletă cu șuncă și roșii	71
Ouă cu spanac și somon	50	Omletă-suffeu	72
Pilaf cu ouă în stil azer	51	Ruladă cu ouă și ardei dulce	73
Ouă cu slănină și cașcaval ca în Irlanda	52	Ouă ca în Scoția	74
Ouă coapte la grătar, ca în Florența	53	Ouă ca la Paris	75
Ouă ca în Thailanda	54	Ouă cu spanac și cașcaval, la cuptor	76
Ouă ca în Turcia	55	Ouă în sos Curry	77
Ouă ca în Cuba	56	Ouă în sos de ciuperci, la cuptor	78
Ouă în cuiburi din șuncă	57	Ouă cu praz, la cuptor	79
Ouă ochiuri în ardei dulci	58	Ouă-ochiuri cu cartofi pai prăjiți	80
Cartofi cu ouă la cuptor	59	Ouă cu brânză „Mozzarella”	81
Roșii cu ouă la cuptor	60	Ruladă din cartofi și ouă	82
Omletă cu șuncă și ciuperci	61	Ouă prăjite, cu orez	83
Omletă cu cașcaval	62	Ouă prăjite, cu morcov	84
Omletă cu ceapă și ciuperci	63	Ouă „Phoenix”	85
		Ouă prăjite, cu castraveți	86

Ouă prăjite, cu creveți	87	Deserturi	100
Ouă în sos de roșii	88	Budincă din ouă	101
Ouă în cuiburi de cartofi, la cuptor	89	Fulgi cu caramel	102
Preparate la cuptor	90	Sufleu din ou,	
Focaccia ca în Adjaria	91	cu ciocolată albă	103
Ouă prăjite, în foietaj	92	Desert din ou, ca în Brazilia	104
Ruladă cu ou și hering	93	Tort cu cremă din	
Pateuri cu ou și morcov	94	ou și cu struguri	105
Plăcintă cu ou și brânză	95	Bezele	106
Pizza ca la Florența	96	Lichior din ouă și căpșuni	107
Clătite cu ouă, ca în Bretania	97	Lichior din ouă și portocale	108
Ouă în aluat	98	Sufleu din ouă și mere	109
Prăjitură cu ou	99	Băutură din ouă	110
		Sfaturi culinare	111

Salată de primăvară cu ouă de prepeliță

Respect pentru oameni și cărți

Numărul de porții: 4

- roșii 4
- ouă de prepeliță 4
- salată Lollo Rossa sau tip frunze de stejar 1 căpățână
- ceapă roșie 1
- ridiche 1 legătură
- piper alb proaspăt măcinat

Pentru sos:

- oțet 2 linguri
- verdeață tocată mărunt (mărar, pătrunjel, ceapă verde) 3 linguri
- ulei de nuci 4 linguri
- sare măruntă de mare ¼ lingură
- muștar ½ lingură

■ Ouăle de prepeliță se fierb tari, se curăță de coajă și se taie fiecare în 2 sau în 4 părți.

■ Legumele se spală. Ridichea și roșiile se taie în felii subțiri, ceapa – peștișori. Frunzele de salată se spală, se pun pe un șervețel de hârtie ca să se scurgă de apă, după care se rup în mod arbitrar.

■ Pentru sos, se amestecă muștarul cu oțet și cu o lingură de apă rece, se pune sare și piper alb proaspăt măcinat. Mixând atent, turnăm încet uleiul de nuci. Adăugăm verdeața tăiată și amestecăm.

■ Într-un bol adânc așternem frunzele de salată, peste care punem legumele tăiate și dregem salata cu sos, amestecând cu grijă.

■ Salata se ornează cu felii de ouă.



Salată de cartofi și ouă

Respect pentru oameni și cărți

Numărul de porții: 4

- ouă fierte tari 4
- cartofi de mărime medie, fierti 2
- țelină verde 2 fire
- castravete proaspăt 1
- mărar 2 fire
- semințe de dovleac 2 linguri
- maioneză 3 linguri
- ceapă verde
- piper negru măcinat
- sare

■ Cartofii, țelina și castravetele se taie cubulețe mici. Ouăle se curăță, se taie în jumătate, de-a lungul, se scot gălbenușurile și se mărunțesc. Mărarul se toacă.

■ Se amestecă legumele, gălbenușurile și mărarul cu maioneză, se adaugă semințele de dovleac, sare și piper.

■ În cele 4 jumătăți de ouă se pune câte 1,5 linguri de salată, după care le acoperim cu celelalte jumătăți. Salata rămasă se împarte în farfurii. Ouăle întregite se leagă cu codițe de ceapă verde și se așază peste salată.



Salată din omletă și carne de vițel

Respect pentru oameni și cărți

Numărul de porții: 4

- carne de vițel (macră) 200 g
- carne de vită (macră) 200 g
- ceapă uscată (mare) 1
- ouă 3
- lapte ½ pahar
- făină 1 lingură
- maioneză 2 linguri
- usturoi (mare) 2 căței
- ulei de măsline 2 linguri
- unt 2 linguri
- ceapă verde
- piper negru
- sare

■ Peste carne se toarnă apă clocotită, se înlătură spuma, se lasă să fiarbă, apoi se răcește. Se desprind șuvițe de carne și se pun într-un castron. Ceapa tăiată mărunt și usturoiul pisat se rumenesc în ulei de măsline și se adaugă în castronul cu carne, se adaugă maioneză, sare și piper.

■ Ouăle se bat ușor cu lapte și făină, se pune sare și se toarnă în tigaia încălzită cu unt. Omleta prăjită pe ambele părți se așază pe o folie alimentară și se rulează.

■ Rulada se taie rondoale. Salata de carne se pune gră-măjoară pe o farfurie și se ornează cu felii de ruladă. Peste salată se presară bucățele lungi de codițe de ceapă.



Salată din șuncă, ouă fierte și crutoane

Respect pentru oameni și cărți

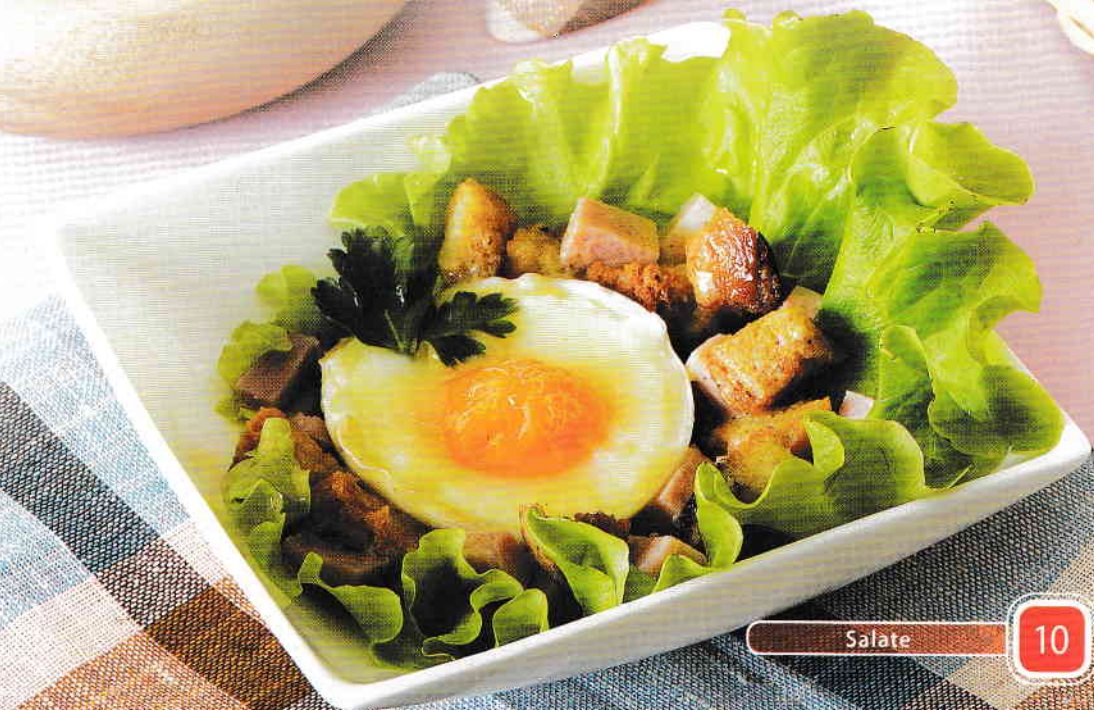
Numărul de porții: 2

- muștar 1 lingură
- oțet de vin alb 1 lingură
- ulei de măsline 5 linguri
- pâine albă fără coajă 4 felii
- șuncă 400 g
- ouă 2
- salată verde-lăptucă sau Iceberg 1 căpățână
- sare

■ Pentru sos, se mixează cu telul muștarul, 1 lingură de oțet, un vârf de cuțit de sare, 3 linguri de ulei de măsline și 1 lingură de apă clocotită. Pentru crutoane, se taie pâinea cubulețe și se rumenește în tigaia încălzită cu uleiul rămas.

■ Pentru ouăle fierte ochiuri, se fierbe apă cu oțet. Se sparg ouăle și se toarnă câte unul în apa clocotită. Se fierb 3 minute. Ouăle se scot cu spumiera și se pun pe o farfurioară, să se scurgă de apă.

■ În două farfurii se pun frunzele de salată amestecate cu 2 linguri de sos, șunca tăiată cubulețe și crutoanele și, peste acestea, câte un ou. Deasupra se toarnă sosul rămas.



Numărul de porții: 2

- conserve de somon sau mackerel pike 1 cutie
- cartofi 1
- morcov (mare) 1
- ouă 3
- ceapă verde 1 legătură
- maioneză ușoară 2 linguri

■ Cartoful, morcovul și ouăle se fierb. Somonul se pasează cu furculița. Ceapa verde se taie mărunt.

■ Ouăle fierte se curăță, se separă gălbenușurile de albușuri și se trec separat prin sită.

■ Ingredientele se așază straturi în ordinea următoare: cartoful, morcovul, ceapa, maioneza, albușul, somonul, gălbenușul, maioneza, cartoful, morcovul, ceapa, maioneză, albușul, somonul, maioneza, gălbenușul.

■ Înainte de a fi servită, salata se ornează cu verdeață și cu gălbenuș ras.



Salată din ouă, hrean și slănină

Respect pentru oameni și cărți

Numărul de porții: 4

- ouă fierte 4
- crenguțe de țelină 2
- ceapă verde tocată 1 lingură
- felii subțiri de slănină 4
- hrean alb ras 1-2 linguri
- un ardei dulce mare
- pătrunjel
- sare
- piper

■ Ouăle și țelina se mărunțesc. Slănina se taie în panglici cu lățimea de 3 cm și se rumenesc bine în tigaia uscată, apoi se pun pe un șervețel de hârtie, care să absoarbă grăsimea în exces. Ardeul dulce se curăță de semințe și cotor, se taie foarte mărunț.

■ Toate ingredientele și ceapa se amestecă într-un castron. Aparte, se mixează hreanul, jumătate din verdeața de pătrunjel și maioneza. Sosul obținut se toarnă în salată, se pune sare și piper după gust, se amestecă.

■ Se servește foarte rece. Înainte de a fi servită, se presară pătrunjelul rămas. Salata se poate servi și în coșulețe făcute din pâine.

