

GINA BRADEA

**GĂTEȘTE CU GINA**  
**GUSTUL UNIC DE ACASĂ**

Bookzone  
BUCUREȘTI, 2022

# Cuprins

Cuvânt-înainte .....	9	14. Borș sau ciorbă de pui cu tăieței de casă.....	34
<b>SOSURI</b>		15. Tăieței de casă .....	36
1. Maioneză .....	11	16. Ciorbă de burtă .....	38
2. Mujdei.....	13	17. Ciorbă de cartofi .....	42
3. Sos alb (béchamel).....	14	18. Borș de pește cu orez, ca-n Moldova și Muntenia.....	44
4. Sos de hrean.....	16	19. Ciorbă de fasole.....	46
5. Sos de roșii făcut la rece .....	17	20. Supă cremă de ciuperci.....	48
<b>SALATE, ANTREURI</b>		21. Supă cremă de dovlecei .....	50
6. Salată de boeuf.....	19	22. Supă cu găluște sau tăieței .....	52
7. Salată de roșii cu ceapă și castraveți.....	21	23. Supă de roșii .....	55
8. Salată de ton.....	22	<b>PREPARATE PENTRU MICUL DEJUN</b>	
9. Salată de varză dulce .....	23	24. Cafea Dalgona .....	58
10. Salată de varză acră.....	24	25. Griș cu lapte.....	59
11. Salată grecească .....	25	26. Lapte cu fidea sau tăieței.....	60
12. Salată orientală .....	27	27. Lapte cu orez .....	61
<b>CIORBE, BORȘURI, SUPE</b>		28. Omletă .....	63
13. Ciorbă de zarzavat sau de legume – rețetă de bază.....	30		

## **REȚETE DE MÂNCĂRURI**

### **Mâncăruri de post**

29. Cartofi la cuptor,  
cu roșii și usturoi.....65
30. Cartofi prăjiți.....66
31. Ciuperci la tavă.....68
32. Fasole păstăi înăbușită cu usturoi  
(păstăi aite).....69
33. Iahnie de cartofi.....71
34. Iahnie de fasole.....73
35. Pilaf de post cu dovlecei.....75
36. Sarmale de post cu ciuperci.....77

### **MÂNCĂRURI CU CARNE DE PASĂRE, VITĂ, PORC**

37. Mazăre cu carne de pui.....82
38. Ostropel de pui.....84
39. Papricaș de pui.....86
40. Pilaf de pui.....88
41. Șnițele de pui.....90
42. Gulaș de vițel.....92
43. Rasol de vită cu legume.....94
44. Tocană de vită cu legume, la cuptor..96
45. Ciolan de porc cu miere, la cuptor..98
46. Tochitură dobrogeană sau  
bucovineană.....100
47. Tochitură tradițională.....102

48. Varză călită cu carne de porc .... 104

### **MÂNCĂRURI CU PEȘTE**

49. Pește prăjit.....108
50. Plachie de pește.....110
51. Saramură de pește.....112

### **MÂNCĂRURI CU CARNE DE IEPURE**

52. Iepure cu măslina.....115
53. Iepure cu sos de roșii.....116
54. Iepure la cuptor.....117
55. Iepure de câmp la cuptor.....118

### **MÂNCĂRURI CU CARNE DE OAIÉ, IED, MIEL**

56. Pastramă de oaie.....121
57. Pulpă de miel la cuptor.....124
58. Sărmăluțe din carne de miel.....126

### **FRIPTURI**

59. Ceafă de porc la grătar.....129
60. Cotlet de porc la tigaie.....132
61. Friptură înăbușită de vită.....134
62. Pui la cuptor cu legume.....136
63. Pui la tigaie.....138

### **MÂNCĂRURI DIN CARNE TOCATĂ**

64. Ardei umpluți.....141
65. Chiftele.....143

66. Musaca de cartofi.....	146	83. Aluat fraged cu nuci .....	187
67. Sarmale moldovenești cu varză sau frunză de viță-de-vie .....	149	84. Aluat fraged cu unt .....	189
<b>PIZZA</b>		85. Aluat fraged sărat .....	191
68. Aluat de pizza .....	155	86. Briose pufoase .....	192
69. Pizza cu ton .....	156	87. Chec .....	194
70. Pizza de post.....	157	88. Cornulețe cu ulei și borș.....	196
71. Pizza la cuptor – rețetă cu de toate .....	160	89. Cornuri cu gem.....	198
<b>PASTE</b>		90. Cozonac cu 10 gălbenușuri .....	200
72. Paste aglio, olio, peperoncino.....	162	91. Fursecuri cu gem .....	204
73. Paste carbonara .....	163	92. Gogoși cu cremă de vanilie.....	206
74. Paste cu legume.....	164	93. Gogoși cu lingura.....	208
<b>PÂINE ȘI MĂMĂLIGĂ</b>		94. Ișlere .....	210
75. Mămăligă.....	167	95. Plăcintă cu brânză – rețetă tradițională .....	213
76. Pâine cu cartofi.....	168	96. Plăcintă cu mere sau dovleac.....	215
77. Pâine cu iaurt .....	170	97. Plăcinte la tigaie .....	218
78. Pâine de casă.....	171	98. Ruladă cu gem.....	221
<b>REȚETE DE DULCIURI</b>		99. Tartă cu mere.....	222
<b>Aluaturi de bază</b>		100. Albă-ca-Zăpada.....	224
79. Aluat de pandișpan .....	176	101. Albinița .....	228
80. Blat de tort – pandișpan .....	179	102. Prăjitură Greta Garbo .....	230
81. Aluat dospit dulce sau aluat de cozonac economic.....	182	103. Prăjitură pandișpan cu fructe ..	232
82. Aluat dospit pentru pâine, plăcinte.....	185	104. Prăjitură tăvălită .....	234
		105. Tort cu ciocolată.....	236
		106. Tort Pădurea Neagră .....	239

### **CONSERVE PENTRU IARNĂ**

107. Castraveți în oțet ..... 243
108. Gogoșari în oțet ..... 245
109. Murături simple  
sau asortate, în saramură..... 247
110. Varză murată ..... 250

### **SIROPURI**

111. Sirop de căpșuni ..... 252
112. Sirop de mentă ..... 253
113. Sirop de soc ..... 255
114. Gutuiată..... 256
115. Limoncello ..... 257
116. Vișinată ..... 258

### **GEM, DULCEAȚĂ, PELTEA, MARMELADĂ**

117. Dulceață de gutui ..... 260
118. Dulceață de nuci verzi ..... 262

119. Marmeladă asortată ..... 266
120. Peltea de gutui sau mere ..... 268

### **ZACUSCĂ**

121. Zacuscă de dovlecei ..... 270
122. Zacuscă de dovlecei  
pentru consum imediat ..... 272
123. Zacuscă de vinete ..... 273

### **ZARZAVATURI**

124. Suc de roșii ..... 276
125. Verdețuri uscate pentru iarnă ... 277
126. Vinete la borcan pentru salată.. 279
127. Zarzavat pentru ciorbă ..... 281
128. Cârnați de casă ..... 283

### **Termeni culinari ..... 285**

### **Măsuri în bucătărie ..... 290**

### **Părerile cititorilor ..... 294**

# Cuvânt-înainte

Înainte să creez blogul *Poftă bună, rețete cu Gina Bradea*, voiam să scriu o carte de bucate, în care să dezvălui, până la ultimul detaliu, acele mici secrete care fac diferența dintre o mâncare delicioasă, care arată minunat, și un eșec sau o mâncare comestibilă... dar atât.

Această carte este un ABC culinar, un mic ghid care descrie rețetele de bază folosite în bucătăria românească. Cu siguranță, orice gospodină va atinge excelența în bucătărie dacă va ține cont de sfaturile pe care le ofer și va învăța rețetele cuprinse în paginile următoare.

Îmi doresc foarte mult ca această carte să stea la loc de cinste în bucătăria oricărei gospodine, fie ea începătoare, puțin pricepută în bucătărie sau gospodină cu experiență.

Am grupat rețetele pe capitole. Fiecare capitol se deschide cu sfaturi generale, care vă vor fi de mare folos. Rețetele conțin explicații amănunțite legate de modul de preparare. În plus, veți descoperi și variante ale unor rețete de bază. Această carte este un adevărat curs de gătit, din care vor avea ce învăța nu doar gospodinele, ci și bucătarii profesioniști.

Haideți să gătim împreună mâncăruri simple, gustoase și sănătoase, fără exces de grăsimi și prăjeli, dar să respectăm în același timp moștenirea mamelor și a bunicilor noastre. Să gătim mâncăruri tradiționale, dar și mai moderne, fără creme la plic, frișcă vegetală, cuburi cu gust de legume sau de găină, fără aspirină, conservant, gelifianți și alte prafuri care imită gustul natural, adăugate la orice murătură, gem sau conservă.

Vă invit să gătim împreună după aceste rețete, iar la final, aștept cu interes părerile dumneavoastră. Aproape toate rețetele publicate în această carte se regăsesc și în variantă video pe canalul meu de YouTube.

Și dacă mai aveți nevoie de un sfat, un ajutor, o îmbrățișare de mamă, ba chiar și de o cicăleală de bunică sau mătușă drăgăstoasă, nu uitați că mă găsiți pe blogul *Poftă bună, rețete cu Gina Bradea*. Sunt foarte aproape de dumneavoastră, la doar un clic distanță. Vă ajut cu drag și împart din belșug sfaturi și voie bună!

Mama Gina

# Sosuri

*Sigur că începem cu sosurile, pentru că sunt foarte importante și dau personalitate atâtor preparate! Vă invit să descoperiți rețetele de sosuri de bază și să aflați cum le puteți folosi.*

*Există sosuri reci, calde sau sosuri mixte (calde și reci). Dacă știți să faceți aceste sosuri de bază, restul e floare la ureche!*



# 1. Maioneză

---

## INGREDIENTE:

- 2 gălbenușuri crude
- 2 gălbenușuri fierte
- 400 ml de ulei de floarea-soarelui (sau alt ulei care nu are miros puternic, nu ulei de măsline)
- 1 lingură de muștar (30 g)
- sare
- zeamă de lămâie



## MOD DE PREPARARE

Există mai multe rețete de maioneză, în care sunt notate diferite cantități de ulei. În general, fiecare gospodină ajustează cantitatea de ulei după cum s-a obișnuit. Eu folosesc 100 ml ulei pentru 1 gălbenuș.

Se fierb ouăle tari: se pun în apa rece cât să le acopere și se fierb 5 minute din momentul în care au dat în clocot. Se aruncă apa clocotită și se pun în apa rece, ca să se răcească repede. În 5 minute se pot curăța.

Se curăță ouăle și se dă gălbenușul deoparte.

Într-un castron înalt se pun gălbenușurile fierte, gălbenușurile crude, muștarul și sarea. Cu un blender ver-

tical se amestecă până când totul devine o pastă omogenă, fără cocoloașe. Dacă nu aveți blender vertical, sfărâmați foarte bine gălbenușul fiert cu o furculiță.

Se amestecă bine cu telul și se adaugă treptat uleiul, amestecând energic de fiecare dată. Eu pun uleiul într-o cană și torn puțin câte puțin. Nu se toarnă mult ulei dintr-odată, ca să nu se taie maioneza.

Când s-a turnat tot uleiul, maioneza este foarte bine legată și tare.

Se adaugă sucul de lămâie, după gust. Când se toarnă sucul de lămâie, maioneza se albește și se subțiază ușor.

Se pot adăuga puțin oțet și piper.

---

### Sfaturi de la Gina Bradea

Toate ingredientele trebuie să fie la temperatura camerei, așa că scoateți-le de la frigider cu 1 oră înainte. Dacă au temperaturi diferite, maioneza se va tăia.

Când bateți maioneza, întindeți mai întâi un șervet pe masă, apoi așezați castronul pe el, ca să nu mai alunece.

Amestecați energic, într-un singur sens.

Dacă se taie maioneza, se repară ușor: puneți un gălbenuș crud într-un castron și adăugați câte puțin din maioneza tăiată. Sau dați deoparte 2 linguri din cea tăiată, adăugați o lingură de apă clocotită, puțin câte puțin, ca să se lege, apoi puneți restul.

Maioneza se folosește la salate (salata de boeuf, salata de cartofi, salata de țelină cu morcov, salata de ciuperci, salata de conopidă, salata de vinete etc.), sau la sendvișuri.

Dacă faceți mai multă maioneză, se poate păstra în frigider, în borcan cu capac, maximum 5 zile.

## 2. Mujdei

### INGREDIENTE:

- 100 g de usturoi
- 100-150 ml de supă de oase sau apă minerală
- sare

### MOD DE PREPARARE

Usturoiul se curăță, se trece prin presa de usturoi, se adaugă sare cât se ia cu trei degete, se amestecă, apoi se pisează până când devine o pastă fină.

Este mai bine să pisați usturoiul pe colțul mesei, nu pe mijloc.

Este o tradiție veche în zona Bârladului, care spune că fata nemăritată nu trebuie să piseze usturoi, altfel nu se mai mărită – asta ca să știți cum împărțiți treburile în bucătărie!

Când usturoiul este bine pisat, se adaugă supă puțin câte puțin, amestecând încontinuu.

Depinde pentru ce doriți să fie mujdeiul, așa că se folosesc zeama de la rasol, supa de legume, de oase, de pește sau pur și simplu apă minerală.

### Truc

Pentru o aromă aparte, adăugați la final puțin piper proaspăt măcinat.



### *Varianta modernă de preparare:*

Puneți usturoiul, sarea, 1 linguriță de ulei și 100 ml de apă sau supă într-un castron înalt și apoi pasați totul cu blenderul vertical. În 2 minute este gata.

### *Alte variante de mujdei:*

- ✦ se pot adăuga 1-2 roșii crude sau coapte/fierte, date pe răzătoare;
- ✦ se poate amesteca și o mână de pătrunjel tăiat fin;
- ✦ se pot adăuga 1-2 linguri de nuci măcinate;
- ✦ dacă va însoți un preparat din pește, se pot turna 1-2 linguri de oțet sau zeamă de lămâie.

# 3. Sos alb (béchamel)



## MOD DE PREPARARE

### 1. *Metoda clasică de preparare pentru rețeta de sos alb*

Untul se pune la topit într-o crăticioară, la foc mic, apoi se adaugă făina în ploaie, treptat, amestecând continuu cu un tel.

Focul trebuie să fie foarte mic, pentru că făina se poate arde. Când toată făina a fost încorporată, se retrage vasul de pe foc și se adaugă laptele puțin câte puțin, amestecând tot timpul.

Când a fost adăugat tot laptele, se pun sarea, piperul alb și nucșoara, se amestecă bine și se pune totul la fiert.

Bucătarii și gospodinele cu experiență nu retrag cratița de pe foc, lucrează

## INGREDIENTE:

- 1 l de lapte
- 100 g de unt + încă 1 linguriță
- 120 g de făină (4 linguri cu vârful)
- 10 g de sare
- 2 g de piper alb
- 1-2 g de nucșoară proaspăt rasă

extrem de rapid. Problema este că există riscul să se ardă și să capete culoare maronie sau să facă multe cocloașe.

Untul rumenit (*beurre noisette*) are un gust plăcut de nuci sau alune prăjite, dar nu este deloc indicat pentru sosul béchamel, care trebuie să fie alb.

Mai departe, se lasă sosul pe foc mic, amestecând încontinuu, până când dă în clocot. Se lasă să dea în 3-4 clocote, apoi se stinge focul și se pune deasupra 1 cubuleț de unt (1 linguriță), ca să nu se formeze crustă.

### 2. *Metoda simplificată de preparare pentru rețeta de sos béchamel*

Se pune făina cernută (ca să nu aibă impurități) într-un bol, se adaugă aproximativ 200 ml de lapte rece și se amestecă foarte bine cu un tel.

Se strecoară prin sita deasă, se pune totul în cratiță, se adaugă restul de lapte, untul, sarea, piperul alb și nucșoara.