

VALERIA ȚURCAN

REȚETE PENTRU POFTICIOȘI

PESTE 100 DE REȚETE DIN COPILĂRIA MEA,
SIMPLE ȘI DELICIOASE

FONDATAREA BLOGULUI VALERIE'S FOOD



Cartego

Cuprins

INTRODUCERE	8
MIC DEJUN	10
REȚETE DIN COPILĂRIE	30
REȚETE SIMPLE CU DENUMIRI SOFISTICATE	80
REȚETE FĂRĂ CARNE	106
REȚETE CU CARNE	138
REȚETE DE PEȘTE	160
REȚETE DIN CĂMARĂ	182
REȚETE DULCI	202

Această budincă de chia cu lapte de cocos e un început perfect a unei dimineți delicioase. Puteți experimenta și cu alt tip de lapte, dar și toppinguri.

Budincă de chia cu lapte de cocos



Ingrediente

- 250 ml - lapte de cocos
- 40 g - semințe de chia
- 1 lingură - miere de albini

Mod de preparare

- 1** Pune semințele de chia într-un recipient, toarnă laptele de cocos, adaugă mierea și amestecă cu lingura timp de un minut.
- 2** Peste 10 minute amestecă din nou, acoperă recipientul și pune budinca la frigider pentru 2 - 3 ore sau peste noapte.
- 3** O poți mânca cu fructe, pastă de nuci sau chiar granola.

LBRIS

We know
books



Să încep cu faptul că mama nu îmi făcea acești cartofi în copilărie deoarece erau cu crenvurști și ea îmi permitea foarte rar să îi mănânc. Dar să vă spun ce făceam eu. Economiseam banii pe care mi-i dădea la școală și după ore îmi cumpăram un pătrat de cașcaval topit și un crenvurst. Mergeam acasă, repede îmi curățam câțiva cartofi și îmi pregăteam doar pentru mine. Îi mâncam repejor și nimeni nu știa nimic. Această rețetă îmi amintește mult de acea perioadă, chiar dacă la moment îi gătesc destul de rar, oricum a rămas una din preferatele mele.

Nr. de porții: 4

Cartofi ca din copilărie



Ingrediente

- 1 kg - cartofi albi
- 3 crenvurști
- 100 g - cașcaval topit
- 3 ouă
- 3 linguri - ulei de măsline sau de floarea soarelui
- Sare și piper
- Vlăstări pentru decor

Mod de preparare

- 1** Curăță cartofii de coajă, taie-i în jumătate, apoi felii subțiri.
- 2** Încinge bine o tigaie antiaderentă la foc mare, toarnă ulei, adaugă cartofii și continuă să îi prăjești la foc mare 10 minute. În acest timp pune capacul și amestecă din când în când cu o spatulă de lemn sau silicon.
- 3** După 10 minute, condimentează cu sare, piper, dă focul spre mediu și mai prăjește-i 10 - 15 minute fără capac. Nu uita să amesteci din când în când.
- 4** Între timp taie crenvurștii rondele și adaugă-i în tigaie.
- 5** Sparge ouăle în bol, adaugă cașcaval topit, un pic de sare, piper și mixează.
- 6** Odată ce cartofii sunt rumeniți la exterior și moi în interior, toarnă ouăle și amestecă atent în așa fel încât să nu se rupă cartofii.
- 7** Servește cartofii prăjiți în farfurii și decorează cu vlăstări.

LEBRIS

We know
books



Țin minte și acum cum mama pregătea aceste plăcinte. Le pune într-un lighean mare de metal unde era pus la bază foaie de copt și acoperit cu 2 prosoape ca să se mențină călduțe mai mult timp.

Plăcinte pe tigaie cu brânză și mărar



Ingrediente

- 200 ml - chefir
- 250 - 270 g - făină
- 4 linguri - ulei de floarea soarelui
- 1 linguriță - bicarbonat de sodiu
- Sare
- 500 g - brânză proaspătă de vaci
- 2 fire de ceapă verde
- 1 ou
- 1/3 legătură - mărar proaspăt

Mod de preparare

- 1** Toarnă chefirul într-un bol, adaugă bicarbonat de sodiu, 1 linguriță de sare, 1 lingură de ulei și amestecă.
- 2** Apoi pune făina și odată ce s-a legat aluatul, transferă-l pe masă și frământă-l 10 minute.
- 3** Formează din el 4 bile și acoperă-le cu prosop.
- 4** Între timp, pune brânza într-o farfurie adâncă, adaugă ceapa și mărarul tăiate mărunt, sparge oul, condimentează cu sare și amestecă.
- 5** Ia o bilă de aluat, pudrează masa cu făină și întinde-o în formă de cerc până aluatul devine subțire. În mijlocul bilei întinde 1/4 din cantitatea de brânză în așa fel încât să lași 3 - 4 cm de la margini. Adu marginile spre centru și lipește-le bine.
- 6** Încinge o tigaie la foc mic spre mediu, toarnă ulei și pune plăcinta cu fața în jos. Prăjește-o pe ambele părți câte 7 - 8 minute. Scoate-o pe un prosop de hârtie ca să absoarbă excesul de ulei.
- 7** Continuă să faci plăcintele și să le prăjești una după alta.
- 8** Mănâncă plăcintele calde cu drag.

LIBRIS

We know
books



Cornulețele cu dulceață de trandafiri mereu o să îmi amintească de bunica din partea tatălui. Nu departe de casa ei era un lan imens de trandafiri, din care ea pregătea dulceață. Aceste cornulețe proaspăt pregătite dispăreau în câteva minute. Le puteți umple cu orice tip de dulceață doriți sau puteți pune chiar și vișine sau halva.

Nr. de porții: 64 - 70

Cornulețe cu dulceață de trandafiri



Ingrediente

- 200 g - unt
- 450 g - făină
- 100 g - smântână 30%
- 4 gălbenușuri
- 1 linguriță - esență de vanilie
- 150 - 200 g - dulceață de trandafiri
- 50 g - zahăr
- 200 g - zahăr pudră

Mod de preparare

- 1** Pune untul într-un bol, mixează-l câteva minute sau până când devine cremos.
- 2** Apoi adaugă gălbenușurile pe rând, continuând să mixezi.
- 3** Toarnă esența de vanilie, smântâna și mai mixează.
- 4** Adaugă făina, încorporează-o, apoi frământă câteva minute.
- 5** Împarte aluatul în două, formează câte o bilă, învelește-le în folie alimentară și pune-le la frigider pentru 2 ore.
- 6** Scoate o bilă din frigider, pudrează masa cu făină și taie-o în patru.
- 7** Formează din fiecare bucată câte 1 bilă și întinde-o în formă de cerc cu diametrul de 18 - 20 de cm.
- 8** Taie cercul în 8 triunghiuri sau în funcție de mărimea pe care dorești să le aibă cornulețele.
- 9** Pune dulceață de trandafiri pe partea lată a fiecărui triunghi.
- 10** Rulează dinspre partea lată a triunghiului spre vârf, în așa fel încât umplutura să nu se prelingă prin părți.
- 11** Aranjează cornulețele pe o tavă de copt tapetată cu foaie de copt și coace-le la cuptorul preîncălzit la 150 °C pentru circa 25 - 30 de minute sau până se rumenesc puțin.
- 12** Pune zahărul pudră într-o pungă și pune câteva cornulețe în ea. Scutură punga în așa fel încât cornulețele să se acopere bine cu zahăr. Continuă să faci așa până pudrezi toate cornulețele.

LIBRIS

We know
books



Pentru prima dată am gustat această tartă când am fost într-o călătorie în Portugalia. A fost pufoasă ca un nourăș și se topea în gură. Am aflat rețeta și odată ajunsă acasă am pregătit-o. E foarte ușor modul de preparare și ingredientele sunt simple.

Nr. de porții: 6 - 8

Tart di Natas



Ingrediente

- 500 ml - frișcă 35%
- 250 g - lapte condensat
- 10 g - gelatină
- 50 ml - lapte
- 70 g - biscuiți Petit Beurre clasic
- 1 linguriță - esență de vanilie

Mod de preparare

- 1** Pune gelatină într-un pahar cu lapte fierbinte, amestecă până se dizolvă complet și las-o să se răcească puțin cât te ocupi de celelalte ingrediente.
- 2** Între timp toarnă smântâna dulce într-un bol și mixează-o câteva minute la viteză mică spre medie.
- 3** Când vezi că smântâna începe să devină pufoasă și puțin densă, toarnă laptele condensat, laptele cu gelatina care trebuie să fie răcit și esența de vanilie.
- 4** Mixează totul împreună până primești o cremă pufoasă și cât de cât fermă.
- 5** După care pisează bine biscuiții.
- 6** Aranjează jumătate din cantitatea de biscuiți sfărâmițați pe suprafața unei tave de copt cu fund detașabil și cu diametrul de 20 cm.
- 7** Apoi toarnă crema peste biscuiți și nivelează-o. La final decorează-o pe toată suprafața cu biscuiții rămași.
- 8** Pune tarta la frigider pentru 8 - 10 ore.

LIBRIS

We know
books



Cum începe toamna mi se face poftă de supă cremă de ciuperci. Este o rețetă comodă și rapidă. Nu necesită ingrediente sofisticate și obținem un rezultat cremos și aromat.

Nr. de porții: 2 - 4

Supă cremă de ciuperci



Ingrediente

- 800 g – ciuperci
- 1 ceapă
- 50 g – parmezan răzuit
- 1 l – apă plată
- 4 - 5 crenguțe de cimbru
- 50 ml – frișcă
- 3 căței de usturoi
- 20 g – unt
- 2 linguri – ulei de măsline

Mod de preparare

- 1** Spală sau curăță de pământ ciupercile.
- 2** Taie ciupercile felii, ceapa cubulețe, iar usturoii zdrobiți.
- 3** Încinge o tigaie la foc mare, adaugă unt și ulei.
- 4** După care pune ciupercile, cimbrul, usturoi, puțină sare și piper.
- 5** Prăjește ciupercile 10 minute sau până se evaporă lichidul lăsat de ele.
- 6** Adaugă ceapa și mai prăjește totul 5 - 7 minute.
- 7** Toarnă apă și fierbe supa 10 minute la foc mediu.
- 8** Transferă supa într-un robot de bucătărie împreună cu parmezan și mixează bine până obții o supă cremă fină.
- 9** Întoarce supa în cratiță, toarnă frișcă și o duci doar până la punctul de fierbere.
- 10** Mănâncă supa cu pesmeți sau cu orice dorești. Nu o lăsa să se răcească. Savurează-o fierbinte!

LEBIS

We know books



Am pregătit foarte des această tartă și nu încetează să îmi placă combinația de ciocolată și zmeură. La fel, am mai decorat-o cu rodie, mure și mandarine. Dar preferata mea rămâne cu zmeură.

Nr. de porții: 8

Tartă de ciocolată cu zmeură



Ingrediente

Pentru CRUSTA DE BISCUIȚI:

- 270 g - biscuiți
- 80 g - unt topit

Pentru UMPLUTURĂ:

- 200 g - ciocolată neagră
- 180 g - ciocolată cu lapte
- 270 ml - smântână dulce 23% sau 35%
- 25 g - unt

Pentru DECOR:

- 300 - 400 g - zmeură proaspătă
- Frunze de mentă pentru decor

Mod de preparare

- 1** Încinge cuptorul la 170 °C.
- 2** Pune biscuiții în bolul unui robot de bucătărie și mărunțește-i. Aducă untul topit și mixează până cele două ingrediente se vor combina. Textura se va asemăna cu nisipul umed. Pune amestecul obținut într-o tavă rotundă detașabilă cu diametrul de 21 - 22 cm. Presează-l bine atât la bază, cât și la margini, astfel încât să obții circa 3 cm înălțime pe margini. Apoi pune-l la cuptorul preîncălzit pentru 10 minute.
- 3** Toarnă smântâna dulce într-o cratiță mică, aduică untul și pune-o la foc mediu. Las-o să stea până se topește untul și ajunge la punctul de fierbere. În niciun caz nu trebuie să clocotească.
- 4** Între timp mărunțește ciocolata și pune-o într-un bol încăpător. Toarnă smântâna fierbinte peste ciocolată și lasă să stea 3 minute.
- 5** După câteva minute, amestecă lent cu telul până obții un sos gros, care pe măsură ce se răcește, se îngroașă. Toarnă compoziția obținută în crusta preparată inițial.
- 6** Pune tarta la frigider pentru 4 - 6 ore sau peste noapte.
- 7** Scoate tarta din frigider, decorează-o cu zmeură proaspătă și frunze de mentă.

LBRIS

We know
books



Tortul Medovik sau tortul cu miere este unul din preferatele mele. Dar cel mai mult îmi place combinația cu vișină. Gustul dulce acrișor e genial. La final obținem un rezultat pufos, ce se topește în gură și e pur și simplu delicios.

Nr. de porții: 8 - 10

Tort Medovik



Ingrediente

Pentru ALUAT:

- 550 g - făină + încă puțin pentru pudrat
- 150 g - miere
- 150 g - zahăr
- 100 g - unt
- 1 linguriță rasă - bicarbonat de sodiu
- 2 ouă

Pentru CREMĂ:

- 500 g - smântână de 30%
- 500 ml - frișcă lichidă 35%
- 120 - 150 g - zahăr pudră (în funcție de cât de dulce vă place)
- 1 linguriță - esență de vanilie

Alte ingrediente:

- 50 g - nuci
- 400 - 500 g - vișine fără sămburi

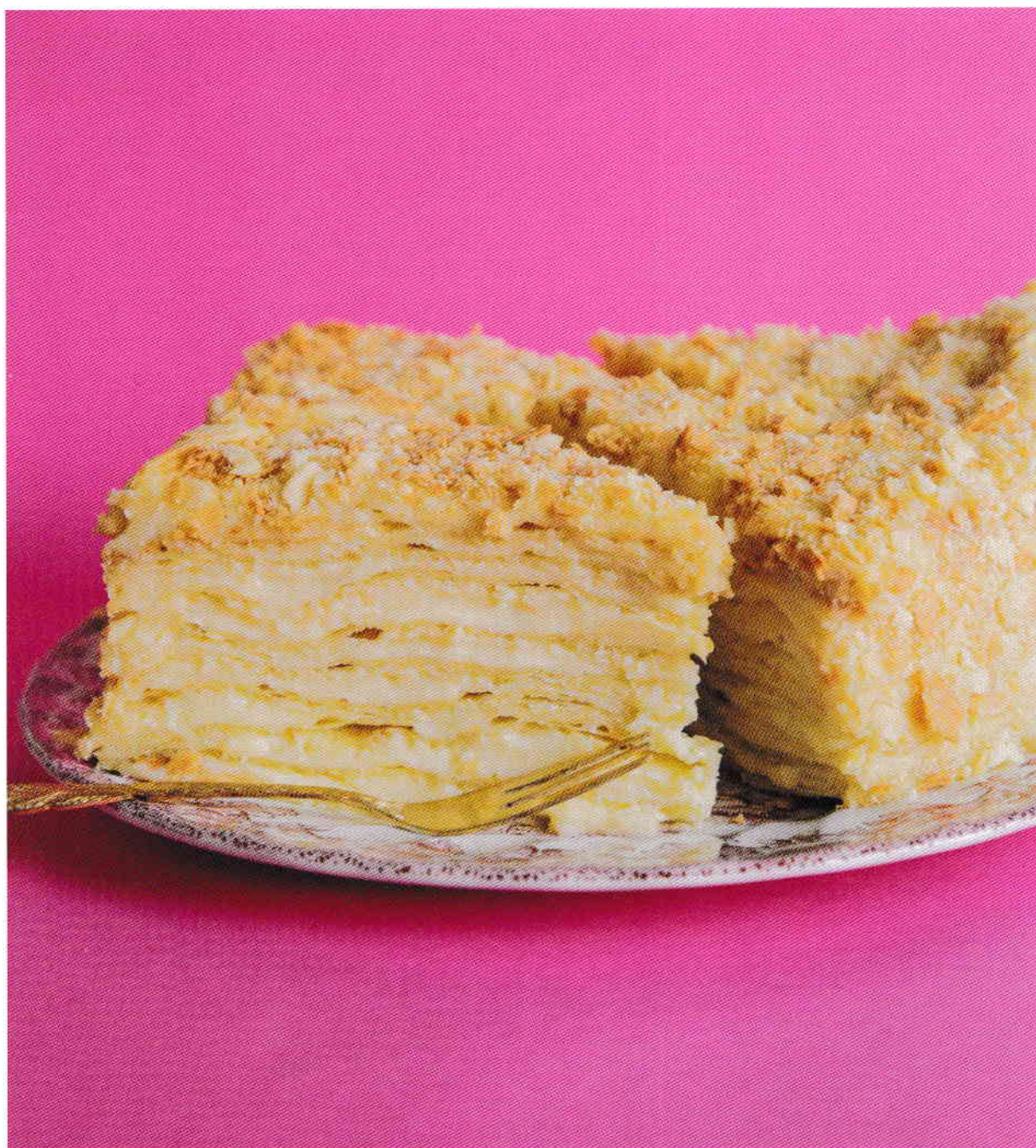
Mod de preparare

- 1** Pune într-un bol untul, zahărul și mierea. Pune bolul la baia de aburi și amestecă periodic până când ingredientele se vor topi.
- 2** După ce s-au topit toate ingredientele, ia bolul de la baia de aburi. Adaugă bicarbonat de sodiu și amestecă continuu 30 de secunde. Vei vedea cum compoziția devine mai pufoasă și se deschide puțin la culoare.
- 3** Sparge treptat câte un ou amestecând energic până se încorporează, apoi lasă mixtura să ajungă la temperatura camerei.
- 4** Cerne făina, amestecă cu o lingură și când nu o să mai poți amesteca cu lingura, răstoarnă aluatul pe masă și frământă-l câteva minute.
- 5** Taie aluatul în 8 - 10 bucăți egale și formează biluțe, acoperă-le cu folie alimentară sau cu un prosop.
- 6** Ia o bucată de foaie de copt, pune în mijlocul ei o biluță, acoperă cu o altă bucată de foaie de copt și întinde aluatul în forma unui cerc cu diametrul de 22 cm. Îndepărtează foaia de copt de deasupra, ia o farfurie sau un inel și taie-i conturul de jur împrejur fără ca să-i îndepărtezi marginea de aluat, apoi înțepă ambudent cercul cu o furculiță.
- 7** Transferă pergamentul cu foaia de aluat pe o tavă de copt și coace-o la cuptorul preîncălzit la 200 °C circa 3 - 4 minute sau până se rumenește frumos.
- 8** Cât timp se coace prima foaie, întinde-o pe a doua și continuă tot așa până termini toate bilele.
- 9** Odată ce blaturile pentru tort sunt gata, lasă-le să se răcească complet.
- 10** Între timp pune resturile de la foile pentru tort în bolul unui robot de bucătărie, adaugă nucile și mixează bine.
- 11** Iar acum începe să pregătești crema. Pune într-un bol smântâna, frișca, esența de vanilie, zahărul pudră și mixează 5 - 7 minute sau până îți iese o cremă pufoasă și densă.
- 12** După ce foile s-au răcit complet, ia o farfurie plată și aranjează pe marginile ei bucăți de pergament. În mijlocul farfuriei pune o lingură de cremă, întinde-o puțin și aranjează prima foaie. Întinde pe ea 2 - 3 linguri de cremă, câteva vișine și tot așa până termini toate foile. La final trebuie să-ți rămână circa 3 - 4 linguri de cremă, pe care o întinzi uniform pe toată suprafața tortului.
- 13** Decorează tortul de jur împrejur și deasupra cu firimituri.
- 14** Scoate foile de pergament și pune tortul la frigider pentru 6 - 8 ore.
- 15** Scoate tortul de la frigider și savurează.

Tortul Napoleon este primul meu tort de care îmi amintesc cu mândrie. Am experimentat și mi-a ieșit din primele încercări, așa cum îmi doream. Am mers cu acest tort la sărbătorile celor dragi și toți s-au îndrăgostit de el. Dacă doriți să îl faceți mai neobișnuit puteți să adăugați vișină sau îl puteți face chiar și cu ciocolată.

Nr. de porții: 8 - 10

Tort Napoleon





Ingrediente

Pentru ALUAT:

- 600 g - făină
- 370 g - unt rece
- 100 ml - apă plată
- 2 linguri - votcă sau cognac
- 1 lingură - oțet
- 2 ouă
- 1/4 linguriță - sare

Pentru CREMĂ:

- 1,5 l - lapte
- 450 g - zahăr
- 150 g - făină
- 8 gălbenușuri
- 1 lingură - esență de vanilie

Mod de preparare

- 1** Toarnă laptele într-o cratiță și pune-o la foc mic. Între timp pune gălbenușurile într-un bol, toarnă zahărul peste ele și bate bine până devin spumoase. Apoi adaugă făina și încorporează-o cu celelalte ingrediente. Trebuie să duci laptele doar până la punctul de fierbere. Ia laptele de pe foc și toarnă-l peste crema de ouă. Mixează rapid în compoziție, în așa fel încât să nu reușească să se gătească ouăle și să se taie crema. După ce ai încorporat laptele cu crema de ouă, toarnă această compoziție înapoi în cratiță. Întoarce crema la foc mic și continuă să mixezi cu telul. Când crema începe să se îngroașe mai amestec-o la foc încă 2 minute. Stinge focul, toarnă esența de vanilie în cremă și mai amestecă puțin. După câteva minute, toarnă crema într-un bol și acoper-o cu folie alimentară pentru a evita formarea unei cruste deasupra. Lasă crema să se răcească la frigider.
- 2** Pregătește aluatul: Pune făina într-un bol încăpător, adaugă untul și puțină sare. Frământă până vei primi o compoziție ca niște firimituri.
- 3** Într-o cană cu apă plată sparge ouăle, pune votka și oțetul. După care mixează bine cu o furculiță.
- 4** Toarnă lichidul în bolul cu făină, după care începe să amesteci cu o furculiță. Când aluatul începe să se lege, frământă-l cu mâinile. În caz că se lipește de mâini atunci pudrează-le cu puțină făină și continuă să frământă.
- 5** Răstoarnă aluatul pe o masă pudrată cu făină, mai pudrează-l și pe el, după care taie-l în 8 - 10 bucăți egale. Din fiecare bucată formează câte o bilă. Pune-le pe o farfurie, acoperă-le cu folie alimentară și pune-le la frigider pentru o oră sau o oră și 30 de minute.
- 6** Încinge cuptorul la 220 °C.
- 7** Scoate câte o bilă pe rând, întinde-o între 2 bucăți de foaie de copt până obții un diametru de 27 - 28 cm. Ia inelul de la tava detașabilă în care vei asambla tortul sau o farfurie și taie aluatul cu vârful cuțitului în forma unui cerc cu diametrul de 23 - 24 cm.
- 8** Dezlipește încet foaia de copt de deasupra și înțeapă abundent cercul de aluat cu o furculiță. Pune tava la cuptor pentru 6 minute sau până se rumenește frumos. Când este gata, transferă foaia atent și cu grijă pe o farfurie în așa fel încât să nu o rupi. Apoi pune resturile de aluat în altă farfurie, acestea o să le folosești la ornat.
- 9** Continuă tot așa până coci toate foile.
- 10** Este timpul să assemblezi tortul: ia o formă cu diametrul de 25 cm cu fund detașabil și unge baza tavei cu puțină cremă. Apoi pune prima foaie și unge-o pe toată suprafața cu 2 - 3 linguri de cremă. Fă același lucru până termini toate foile și crema de patiserie. Acoperă tortul cu o folie alimentară și pune deasupra un capac. Asta o să îl preseze puțin și tortul va fi mai bine îmbibat cu cremă.
- 11** Pune tortul la frigider pentru 12 ore.
- 12** Înainte să scoți tortul de la frigider, mărunțește resturile rămase de la foile pentru tort cu mâinile sau cu ajutorul unui robot de bucătărie.
- 13** Scoate tortul din frigider, îndepărtează capacul, folia alimentară și cercul. Apoi acoperă-l cu firimituri la margini și deasupra.
- 14** Poți orna tortul cu orice dorești sau îl poți lăsa așa.