

LBRIS

AUGUSTE MOLLE-WEIS

We know
books

SUFERIȚI DE ULCER ?

– 150 de rețete care vă scapă de el –

Traducerea, selecția și redactarea textelor
DOINA BRINDU



EDITURA VENUS

BUCUREȘTI, 2001

PATEURI CU BRÂNZĂ DE VACI

200 ml apă, 6 linguri făină, 5 linguri untdelemn, 4 ouă, 400 g brânză de vacă, 4 linguri smântână, verdeață tocată, sare (după gust)

Într-o cratiță cu apă clocotindă, în care s-a pus sarea necesară și untdelemnul, se toarnă dintr-o dată șase linguri de făină, amestecând bine cu o lingură de lemn, ca să nu rămână cocoloașe. Îndată ce compoziția capătă consistența unei paste, se ia de pe foc și se adaugă ouăle, unul câte unul, frecând mereu până la totala lor încorporare, după care se pune la rece.

După circa 30 de minute, se pot face din ea, cu ajutorul unui cornet sau a două linguri ude, pe o tavă neunsă, pateuri cu diametrul de maxim 3 cm, care se bagă în cuptor și se lasă să se coacă, la foc moderat, circa 30 de minute, fără a se deschide cuptorul în primele 20 de minute.

După ce s-au copt, se scot cu atenție să nu se sfărâme și se umplu cu o *compoziție de brânză de vaci* preparată după cum urmează:

Brânza se trece printr-o sită inoxidabilă, după care se amestecă bine cu verdeața tocată, sarea necesară și cu cele patru linguri de smântână.

Cu această compoziție se umplu pateurile calde și se servesc.

PATEURI CU CARNE

200 ml apă, 6 linguri făină, 5 linguri untdelemn, 4 ouă, 500 g carne de vită sau de pasăre, 2 linguri unt, verdeață tocată, sare (după gust)

Coca se prepară la fel ca aluatul moale al pateurilor cu brânză de vaci.

Carnea de vită sau de pasăre se curăță de pielețe, zgârciuri, sau de tuleie etc., se spală bine și se pune la fiert. După ce a fiert, se scoate din apă, se lasă să se scurgă și se trece de două ori prin mașina de tocat. Peste toată tocătura respectivă se toarnă, amestecând insistent, sos alb (vezi p. 8) și verdeață tocată. Se potrivește de sare și se umplu pateurile.

PATEURI CU ȘUNCĂ DE PRAGA

200 ml apă, 16 linguri făină, 5 linguri untdelemn, 4 ouă, 500 g șuncă de Praga

Coca se prepară la fel ca aluatul moale al pateurilor cu brânză de vaci.

Șunca de Praga se toacă foarte mărunț cu un cuțit foarte ascuțit sau se dă prin mașina de tocat. Se adaugă verdeața tocată mărunț, sarea necesară și sosul alb (vezi p. 8), se amestecă bine și se umplu pateurile coapte.

PATEURI DE CARTOFI CU BRÂNZĂ DE VACĂ

5-6 cartofi (de mărime mijlocie), o cană lapte, un ou, 4 lingurițe unt, 200 g brânză de vacă, 4 linguri griș, 2 linguri smântână, verdeață tocată, sare (după gust)

Cartofii, spălați, curățați și iarăși spălați, se pun la fiert, se scurg printr-o strecurătoare, se pun într-un castron și se sfărâmă cu furculița, cu telul sau cu mixerul, ca pentru piure, ori se trec printr-o sită inoxidabilă, se adaugă două treimi din oul (bătut puțin, în prealabil) și untul, se amestecă totul bine (cu telul sau cu mixerul) și se subțiază, dacă trebuie, cu o lingură, două de lapte. Cu ajutorul unui cornet se fac, din compoziția respectivă, pe o tavă neunsă, dar tapetată cu făină, pateuri, în mijlocul cărora se pune câte o linguriță din umplutura de mai jos, se acoperă cu compoziție de cartofi, se ung cu restul de ou bătut, se bagă în cuptorul încins. Se coc în circa 20 de minute.

Umplutura de brânză se prepară astfel: se pun la fiert 200 ml lapte, în care, când e gata să dea în clocot, se toarnă ploaie grișul, amestecând mereu cu o lingură de lemn ca să nu rămână cocoloașe și să nu se prindă de fundul vasului. După ce a fiert, se lasă deoparte, să se răcească. Brânza de vaci se trece printr-o sită inoxidabilă ori se freacă intens cu mixerul, se amestecă apoi cu verdeța tocată, cu sarea necesară, cu smântâna și cu grișul răcit, frecându-se bine cu o lingură de lemn, până la omogenizare; această compoziție se pune pe pateurile de cartofi și se acoperă cu compoziția de cartofi.

SOS ALB

250 ml lapte, 2 linguri făină, o lingură unt, sare (după gust)

Într-un castron, se pune făina peste care se toarnă, încetul cu încetul, o jumătate din cantitatea de lapte, amestecând mereu, cu o lingură de lemn, ca să nu rămână cocoloașe. Cealaltă jumătate din cantitatea de lapte se pune la fiert și când e gata să clocotească, se toarnă peste el, amestecând mereu, laptele cu făină și se lasă pe foc mic, să fiarbă încet, încă 10-15 minute. Se servește cald, cu untul pus chiar atunci.

SOS ALB DE SMÂNTÂNĂ

250 ml lapte, 200 g smântână, 50 g făină, sare (după gust)

Din lapte, făină și sare se prepară un sos alb ca în rețeta anterioară, la care se adaugă, încorporând-o înainte de servire, cantitatea de smântână indicată.

SOS DE ROȘII

12 linguri supă de zarzavat clară (vezi p. 17), o lingură făină, o lingură unt, 6 roșii crude, sare (după gust)

Se pun la fiert, într-un ibric, cele 12 linguri de supă de zarzavat clară, se lasă să dea într-un clocot, două și se adaugă, amestecând mereu, făina și sarea. Se mai fierbe puțin, ca să scadă, și se pune ibricul într-un vas cu apă fierbinte. Înainte de a fi pusă în sosieră, compoziția de mai sus se amestecă bine cu suc de roșii, care se prepară prin ruperea roșiilor în bucăți și stoarcerea lor, printr-un tifon, peste sosul fierbinte.

SOS OLANDEZ (I)

2 pahare lapte, 2 linguri făină, 2 gălbenușuri, 2 linguri smântână, 2 linguri unt, sare (după gust)

Făina se amestecă, într-un castron, cu un pahar de lapte rece, turnat puțin câte puțin și amestecând continuu cu o lingură de lemn ca să nu rămână cocoloașe. Celălalt pahar de lapte se pune la fiert și, când e gata să dea în clocot, se toarnă, tot puțin câte puțin și amestecând mereu cu lingura de lemn, peste combinația anterioară de lapte rece cu făină. Se adaugă sarea și se pune să fiarbă încă 15 minute la foc moderat, amestecând mereu. După ce a fiert, se ia de pe foc și se toarnă peste o compoziție pregătită prin frecarea celor două gălbenușuri cu smântâna și untul.

SOS OLANDEZ (II)

2 gălbenușuri, 2 linguri apă, 2 lingurițe zeamă de lămâie, 50 g unt, sare (după gust)

Gălbenușurile, apa, zeama de lămâie și sarea necesară se pun într-o cratiță și se bat bine, cu telul sau cu mixerul, deasupra unei oale cu apă în clocot, până când amestecul se omogenizează perfect și devine păstos. Se ia de pe aburi și se amestecă bine cu untul.

SUPĂ-CREMĂ CU CARNE FIARTĂ

500 ml supă de zarzavat clară (vezi p. 17), 2 linguri orez, 200 g carne de vită, 2 gălbenușuri, 6 linguri lapte, 2 lingurițe unt, verdeață tocată, sare (după gust)

În oala cu supă de zarzavat clară, gata să clocotească, se adaugă orezul, după ce a fost curățat de impurități și spălat, și se lasă să fiarbă preț de 30 minute, amestecând cu o lingură de lemn, ca să nu se prindă de fundul vasului. După ce a fiert, se trece, împreună cu supa de zarzavat, printr-o sită inoxidabilă. Între timp, carnea de vită se spală bine, se pune la fiert într-o altă oală și, după ce a fiert, se dă de două ori prin mașina de tocat. Tocătura, pasta subțire de orez și supa se pun împreună la fiert, amestecând cu lingura de lemn și așteptând să clocotească. După ce dă în primul clocot, se ia de pe foc și se servește dreașă cu gălbenușurile frecate cu unt și cu lapte și presărată deasupra cu verdeața tocată.

SUPĂ-CREMĂ DE ARPACAȘ

2 linguri arpacaș, 1000 ml apă, o lingură și jumătate smântână, 150 ml lapte, o linguriță unt, un gălbenuș, sare (după gust)