

Carte de bucate

Carte de bucate

**SANDA
MARIN**

EDIȚIE INTEGRALĂ



HUMANITAS

BUCUREȘTI

Ediție îngrijită de Oana Bârna

Coperta: Ioana Dragomirescu Mardare

Desene: Silvia Mitrea

Tehnoredactor: Luminița Simionescu

Corectori: Nadejda Stănculescu, Ioana Cucu, Georgiana Becheru

DTP: Mihaela Biscărean

© HUMANITAS, 2005, 2009, pentru prezenta ediție

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
MARIN, SANDA

Carte de bucate / Sanda Marin. – București:
Humanitas, 2009

ISBN 978-973-50-2414-7
641.55

EDITURA HUMANITAS

Piața Presei Libere 1, 013701 București, România
tel. 021/408 83 50, fax 021/408 83 51
www.humanitas.ro

Comenzi Carte prin poștă: tel./fax 021/311 23 30
C.P.C.E. – CP 14, București
e-mail: cpp@humanitas.ro
www.libhumanitas.ro

Sfaturi și lămuriri

- Orice mâncare românească gătită cu sos e mai gustoasă dacă e ținută o jumătate de oră la cuptor înainte de a fi servită la masă.
- Carnea pentru friptură nu se spală. Dacă, din diferite motive, trebuie neapărat spălată, ea se usucă bine cu un șervet înainte de a fi pusă la fript.
- Pentru a nu se întări, ficatul nu trebuie sărat înainte de a fi fript. E bine să fie spălat în lapte, nu în apă.
- Înainte de a frige în ulei pește, carne sau zarzavat, acestea trebuie bine zvântate cu o cârpă. Numai astfel se vor rumeni frumos.
- Supele, sosurile, zarzavaturile capătă un gust mai fin dacă li se adaugă puțin unt proaspăt după ce au fost luate de pe foc.
- Ouăle se verifică dacă sunt proaspete introducându-le într-un borcan cu apă: cel care stă culcat pe fundul borcanului este foarte proaspăt; cel care stă tot la fund, dar în picioare, are câteva zile; cel care stă în apă în echilibru („înoată”) are câteva săptămâni; iar cel care se ridică la suprafața apei (plutește) are câteva luni.
- Ouăle nu se sparg la fiert dacă înainte de a fi cufundate în apă se înțepă la capătul mai teșit cu un ac gros de cusut.
- Untul se păstrează mai multă vreme proaspăt dacă se ține în apă fiartă cu puțină sare, bine răcită.
- Untul bătut spumă se va obține mai repede dacă se taie untul proaspăt în bucățele mici într-un vas care se introduce în alt vas cu apă caldă. Cum începe să se înmoaie, fără să se topească, se scoate din vasul cu apă caldă, se amestecă și apoi se bate spumă la loc răcoros.
- Înainte de a fi bătută, frișca se ține circa două ore la frigider; nu se bate prea tare, pentru a nu se face unt. Zahărul se pune numai la urmă, când frișca este aproape bătută, în proporție de o lingură la ¼ kg de frișcă.

- Frișca bătută cu zahăr, întrebuințată la torturi și la prăjituri, trebuie bine scursă înainte de a fi folosită, deoarece zerul pe care îl lasă strică atât gustul, cât și forma prăjiturii.
- Zahărul vanilat se pregătește astfel: într-un borcan bine închis se pune zahăr pisat și un baton de vanilie. Pe măsură ce se întrebuințează, se adaugă alt zahăr în loc. Când vanilia nu mai dă parfum, se înlocuiește cu alta proaspătă.
- Dulceața nu se zaharisește dacă se șterge marginea tingirii, în timpul fierberii, cu o cârpă curată, muiată în apă rece.
- Nucile întrebuințate la torturi și prăjituri capătă un gust plăcut de alune când sunt prăjite puțin în cuptor, înainte de a fi folosite.
- Magiunul, marmelada, peltelele se pun calde în borcane. Când acestea sunt de sticlă, se înfășoară cu o cârpă udă ca să nu plesnească.
- „Fecula” este făina extrasă din cartofi. Se întrebuințează în cofetărie pentru a lega unele creme și sosuri. Dă un gust mult mai fin ca făina de grâu.
- Glucoza se întrebuințează mult în cofetărie ca adaos pe lângă zahăr, la prepararea siropului, a șerbetului, pentru glazuri etc. Se găsește în comerț sub diferite forme. E asemănătoare cu mierea: transparentă, dar fără culoare. Nu trebuie confundată cu glucoza solidă, de culoare lăptoasă, pe care n-o folosim în bucătărie.
- Baia de apă (*bain-marie*) este un mod de a fierbe acele preparate care nu trebuie să vină în contact direct cu căldura mașinii de gătit. Vasul care conține aceste preparate se introduce în alt vas ceva mai mare, cu apă clocotită.
- Pentru a obține apă de var limpede, se stinge într-un vas curat $\frac{1}{4}$ kg var cu 2–3 l apă. După ce varul s-a stins, se lasă să se răcorească. Varul gros se depune la fund. În apa limpede de deasupra se țin fructele pentru dulceață.
- Bicarbonatul poate să înlocuiască cu succes apa de var; la 2 l de apă se pune o lingură rasă de bicarbonat. Vitaminele din fructe se distrug însă prin acest procedeu.

Măsuri

- 1 pahar de vin = 1½ dl (150 cm³)
- 1 ceașcă obișnuită de cafea cu lapte = 2 dl (200 cm³)
- 1 ceașcă mare de cafea cu lapte = 2½ dl (250 cm³)
- 1 lingură cu vârf de făină = 25 g
- 1 ceașcă de făină = ¼ kg
- 1 lingură de zahăr = 25–30 g
- 1 ceașcă de zahăr = 200 g
- 1 lingură de untură sau de unt = 25 g

Important

Cantitățile indicate în rețetele cuprinse în carte sunt socotite pentru șase persoane.

Felurile de post au fost marcate cu un asterisc *. Felurile având și variantă de dulce, și variantă de post au fost marcate cu un asterisc în paranteză (*). În cazul felurilor de post care alcătuiesc capitole întregi, s-au marcat cu asterisc doar titlurile capitolelor.



Aperitive și salate

Aperitive

1 Ouă umplute picante

6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 lingură muștar, 100 ml ulei, 100 g carne de pasăre sau șuncă, 2 castraveți în oțet, sare, piper, câteva frunze salată verde

Se fierb ouăle tari; după ce s-au răcit se curăță, se taie în două în lat și se taie puțin și din capetele rotunjite, astfel ca ouăle să poată sta în picioare ca niște păhărele. Se scot gălbenușurile și se împart în două. Jumătate se trece prin sită și se amestecă cu o lingură de muștar, cu gălbenușurile crude și cu puțină sare. Se pune uleiul, turnându-l câte puțin și amestecând mereu, până ce sosul este gata. Gălbenușurile lăsate deoparte se freacă bine cu carnea de pasăre fiartă ori friptă sau șunca, date prin mașina de tocat. Se adaugă castraveții tocați foarte mărunț și o lingură sau două din sosul pregătit mai înainte. Se pune sare și piper după gust. Cu această compoziție se umplu ouăle cu vârf. Se toarnă sosul în farfuria cu care vor fi servite la masă, și deasupra se așază jumătățile de ou umplute. Împrejur se pun foi de salată verde sau aspic tocat.

2 Ouă umplute cu ciuperci

6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 lingură muștar, 100 ml ulei, 100 g șuncă, 100 g ciuperci, sare, piper, câteva frunze salată verde

Se pregătesc la fel ca mai sus. Se înlocuiesc castraveții în oțet cu ciuperci înăbușite și tăiate foarte mărunț.

3 Ouă umplute cu pastă de pește

6 ouă, 50 g unt proaspăt, 1 linguriță pastă de pește (anșoa), câteva frunze salată verde

Se fierb ouăle tari. După ce s-au răcit se curăță și se taie în lung. Se scoate cu grijă gălbenușul din albuș, fără ca albușul să se sfărâme. Gălbenușurile se pun într-un castron, adăugându-se untul și o linguriță de pastă de pește. Toate acestea se freacă bine până ce se obține o pastă omogenă cu care se umplu albușurile. Se așază pe o farfurie și se pun împrejur frunze de salată verde.

4 Ouă umplute cu sos de muștar

6 ouă, 2 linguri muștar, 2 gălbenușuri, sare, 150 ml ulei, 3 sardele de Lissa, capere, 2–3 castraveți în oțet

Se pregătesc cele 6 ouă ca mai sus. Se freacă gălbenușurile date prin sită cu muștarul, gălbenușurile crude, sare, ulei turnat puțin câte puțin, ca la maioneză. Separat, se spală și se curăță de oase sardelele, se taie foarte mărunț câteva capere și 2–3 castraveți mici în oțet. Se amestecă toate acestea cu jumătate din sosul de muștar și se umplu jumătățile de ou. Pe fiecare ou se pune câte o caperă. Sosul rămas se toarnă într-o farfurie, iar deasupra se așază cu grijă ouăle. Împrejur se pun frunze de salată verde sau felii de ridichi de lună.

5 Ouă umplute cu ficat

6 ouă, 100 g ficat de pasăre (ideal, de găscă), unt proaspăt (cât o nucă), un vârf linguriță sare, câteva frunze salată verde

Se fierb ouăle tari, se curăță și se taie în două în lungime. Se scot gălbenușurile, se trec prin sită și se freacă apoi cu ficatul de pasăre fiert (v. R 46). Se adaugă unt proaspăt cât o nucă, se potrivește de sare. Cu această compoziție bine frecată se umplu cu vârf jumătățile de ou și se așază în farfurie pe un strat de salată verde tăiată ca tăiței.

6 Ouă cu gâturi de raci sau cu pește

6 ouă, 1 gălbenuș, 1 linguriță muștar, 1 linguriță zeamă de lămâie sau oțet, 150 ml ulei, câteva gâturi de raci sau un rest de pește rasol, sare, câteva frunze salată verde

Se fierb ouăle, se curăță și se taie în lat. Se taie câte o bucățică din vârfuri, ca să poată sta ouăle în picioare, ca păhărelele. Se scot gălbenușurile, se dau prin sită. Din aceste gălbenușuri se pune cam o lingură la o parte; va servi spre a îmbrăca ouăle, la sfârșit. Celelalte gălbenușuri se freacă bine cu o linguriță de muștar, un gălbenuș crud, sare și lămâie. Uleiul se pune puțin câte puțin. Se face o maioneză legată, i se adaugă

gâturi și labe de raci sau resturi de pește (șalău, știucă, morun etc.), tăiate mărunț. Cu această compoziție se umplu ouăle cu vârf, acoperind și albușul până la margine. Se netezește cu cuțitul umplutura și se presară gălbenușul dat prin sită. Deasupra se pune câte o bucățică de gât de rac. Se așază ouăle umplute pe farfurie și se pun împrejur frunze de salată sau aspic tocat.

7 Ouă răsoapte cu sos picant

6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 100 ml ulei, 2 castraveți murati în oțet, sare

Se fierb ouăle tari. Când s-au răcit se curăță, se taie felii rotunde și se așază pe o farfurie unele peste altele. Separat se face un sos de muștar cu ou astfel: se pun într-un castron o linguriță de muștar, gălbenușurile crude și un praf de sare. Cu o lingură de lemn se freacă până s-a amestecat oul cu muștarul, apoi se pune, puțin câte puțin, uleiul. Când sosul este gata, se adaugă 2–3 castraveți și capetele de albuș răscopt, toate tăiate foarte mărunț. Se potrivește de sare și de acru. Este bine ca sosul să fie puțin mai sărat. Acest sos se toarnă peste feliile de ou așezate în farfurie și împrejur se pun foi de salată verde și felii subțiri de ridichi.

8 Ouă răsoapte cu maioneză

6 ouă, 2 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, 100 ml ulei, 1 lingură smântână, sare, 2–3 măslin sau puțină salată verde

Se fierb ouăle tari. Când s-au răcit se curăță și se taie în două, în lung. Se așază pe o farfurie cu gălbenușul în jos și se toarnă deasupra un strat de maioneză pregătită cu muștar, la care s-a adăugat și o lingură bună de smântână. Peste fiecare ou se așază o frunzuliță de salată verde sau frunze de pătrunjel, ori bucățele de măslin.

9 Ouă în aspic

6 ouă, 6 felii limbă afumată (fiartă), 250 g aspic, câteva frunze salată verde

Se fierb ouăle jumătate tari (v. R 214) și se curăță. Se așază pe farfuria cu care vom servi la masă feliile de limbă fiartă, iar peste ele se pun ouăle, unele lângă altele. Deasupra se toarnă aspicul bine răcorit, puțin câte puțin, ca să se prindă de ouă. Operația aceasta se face la loc răcoros și farfuria nu se mișcă din loc până nu este aspicul întărit. Înainte de a servi, se pune împrejurul ouălor aspic tocat și salată verde tăiată ca tăiței.

10 Roșii umplute cu ton

12 roșii mici, 1 cutie ton conservat în ulei, sare, piper, 1 linguriță oțet, frunze pătrunjel verde. Pentru maioneză: 1 gălbenuș, 50 ml ulei, 1 linguriță zeamă de lămâie sau oțet, sare

Se aleg roșiile tari. Se taie un capac, se scobesc. Se presară cu sare și piper și se stropesc cu puțin oțet. Se așază pe o farfurie cu gura în jos, ținându-le așa câțva timp să se scurgă. Cu furculița se sfărâmă tonul într-un castron, se adaugă maioneza. Se freacă bine împreună. Cu această pastă se umplu roșiile, scurse de zeama lăsată. Se așază pe farfurie cu frunze de pătrunjel verde împrejur.

11 Roșiile portugheze cu orez

12 roșiile mijlocii, 2 ardei, 100 g orez, sare, piper, câteva frunze salată verde. Pentru maioneză: 1 gălbenuș, 1 linguriță muștar, 1 linguriță zeamă de lămâie sau oțet, sare, 50 ml ulei

Se aleg roșiile mijlocii, se taie un capac, se scobesc. Se presară sare, piper, puțin oțet și se lasă la o parte să se scurgă. Se fierbe în apă orezul; se scurge bine și se amestecă cu ardeii copti, tăiați mărunt și cu 2 linguri de maioneză pregătită cu muștar. Se umplu roșiile, se așază pe farfurie cu salată verde sau frunze de pătrunjel împrejur.

12 Roșiile umplute cu carne și ciuperci

12 roșiile mijlocii, puțină carne de pasăre fiartă sau friptă, 3–4 ciuperci, sare, piper, puțin oțet. Pentru maioneză: 1 gălbenuș, 1 linguriță muștar, 50 ml ulei

Se pregătesc roșiile ca mai sus. Se lasă să se scurgă după ce s-a pus sare, piper, oțet. Se taie mărunt un rest de carne de pasăre, fiartă sau friptă, se amestecă bucățelele cu maioneză, adăugând câteva ciuperci tăiate felii și fierte în apă cu sare. Se umplu roșiile scurse, se pune peste fiecare o felie de ciupercă și se așază pe farfurie cu frunze de pătrunjel verde împrejur.

13 Roșiile umplute cu pește

Aceleași cantități ca mai sus, dar se înlocuiește carnea cu puțin pește fiert

Se pregătesc la fel ca mai sus, înlocuind carnea de pasăre cu bucățele de pește fiert, precum morun, nisetru, șalău, calcan.

14 Salată de sardele de Lissa

Sardele, ceapă, roșiile, măsline, ulei, oțet

Se curăță bine sardelele. Se spală și se lasă câțva timp în apă rece. Se așază apoi pe o farfurie lungă și se pun împrejur felii de ceapă tăiate subțire, felii de roșiile și măsline. Se toarnă deasupra ulei și oțet.

15 Salată de scrumbii sau de cherchi cu cartofi

1 scrumbie mijlocie, 600 g cartofi, 2 cepe mijlocii, 1 lingură oțet, 2 linguri ulei, sare, piper, câteva măsline

Se curăță scrumbia; se spală și se lasă câteva ore în apă rece ca să se desăreze. Se taie bucăți. Se pregătește o salată de cartofi, se așază într-o farfurie și deasupra se pun bucățile de scrumbie. Se pun împrejur felii de ceapă tăiate subțire și măslina. Salata este gustoasă când este pregătită cu o oră, două înainte de a fi servită. La fel se pregătește și din cherchi.

16 Scrumbii sărate cu sos de muștar

2 scrumbii mijlocii (cu lapți), 1 linguriță muștar, 50 ml ulei, oțet după gust, câteva măslina

Se țin scrumbiile 24 de ore în apă, ca să se desăreze. Se curăță și li se scoate șira spinării. Se taie bucăți și se așază pe o farfurie. Se freacă lapții într-un castron cu o lingură de lemn, adăugând muștarul. Uleiul se pune puțin câte puțin, ca la maioneză. Se potrivește de acru. Se toarnă sosul peste pește, punând împrejur măslina desărate, salată de cartofi sau salată verde.

17 Scrumbii marinate

2 scrumbii mijlocii (cu lapți), 2 cepe, 1 morcov mic, boabe piper, boabe muștar, 1 foaie dafin, câteva măslina, 5 linguri ulei, 2 linguri oțet

Se aleg scrumbii sărate, cu lapți. Se țin 24 de ore în apă, ca să se desăreze, schimbând apa o dată sau de două ori. Se curăță, li se scot oasele. Se taie bucăți și se așază într-un borcan rânduri de bucăți de scrumbie, alternând cu rânduri de felii de ceapă și felii de morcov tăiate subțire. Se mai adaugă măslina opărite, boabele de piper, boabele de muștar, foaia de dafin. Peste toate acestea se toarnă următorul sos: se freacă bine lapții într-un castron, se pune ulei puțin câte puțin, și se subțiază cu oțet până se face un sos albicios. Deasupra se toarnă de un deget ulei, se leagă borcanul și se lasă 5–6 zile să se marineze.

18 Scrumbii rulate

3 scrumbii mici (cu lapți), 2 lingurițe muștar, 1 pahar oțet (potrivit de acru), 1 ceapă, 1 morcov, 1 foaie dafin, boabe piper, boabe muștar, 50 ml ulei

Se aleg scrumbii sărate, cu lapți. Se curăță, li se taie capul și se desfac în două în lungime, scoțând șira spinării. Se pun în apă sau în lapte ca să se desăreze și se țin 24 de ore la loc răcoros. Se scurg, se șterg și peste fiecare jumătate de scrumbie se întinde puțin muștar. Se fac sul cu pielea în afară și se fixează sulurile cu o scobitoare, ca să nu se desfacă. Separat se fierbe oțet atât cât trebuie ca să acopere peștele. Se așază scrumbiile într-un borcan, cu felii de ceapă și felii de morcov. Se adaugă o foaie de dafin, boabe de piper și boabe de muștar. Lapții se freacă bine cu puțin oțet, se amestecă cu restul de oțet fierbinte și se toarnă cu totul în

borcan. Se pune deasupra, de un deget, ulei, se leagă borcanul cu hârtie pergament și se lasă 5–6 zile să se marineze.

19 Măsline marinate*

250 g măsline, 1 frunză pătrunjel verde, 1 foaie dafin, 3 felii lămâie, 1 pahar oțet (potrivit de acru)

Se aleg măsline mari, frumoase, se crestează fiecare în lung și se fierb în câteva clocote, schimbând apa o dată sau de două ori ca să se desăreze. Se scurg și se pun într-un borcan, așezând printre ele o frunză de pătrunjel verde, o foaie de dafin, 2–3 felii de lămâie. Se toarnă deasupra oțet de vin fiert, răcorit și potrivit de acru. Deasupra se pune un strat subțire de ulei. Borcanul se leagă și se poate păstra astfel câteva săptămâni.

20 Măsline umplute

250 g măsline, 50 g unt, 1 linguriță pastă de pește (anșoa)

Se aleg măsline mari, frumoase și se fierb în apă în câteva clocote, ca să se mai desăreze. Se crestează în lung, li se scoate sâmburele cu grijă, ca să nu se sfărâme, și se umplu, ajutându-ne cu lingurița, cu puțină pastă de pește frecată cu unt. Se așază măslinele pe farfurie, cu frunze de salată împrejur.

21 Ciuperci marinate*

500 g ciuperci, câteva boabe piper, 1 foaie dafin, 1 linguriță muștar, ½ pahar oțet, 1 lingură ulei, sare

Se aleg ciuperci tinere, închise și foarte proaspete. Se spală și se fierb în apă cu sare vreo 15 minute. Se așază în borcan cu boabe de piper și foi de dafin, iar peste ele se toarnă oțet fiert, potrivit de sărat și amestecat, după ce s-a răcorit, cu puțin muștar. Deasupra se pune de un deget ulei, apoi se leagă borcanul și se ține la rece câteva zile, să se marineze.

22 Salată de țâri

6 țâri, 4 linguri oțet, 3 linguri ulei, 6 legături mărar, 1 legătură ceapă verde

Se coc țârii pe mașina de gătit și se bat cât sunt calzi pe fundul de lemn, cu pilugul de la piuliță. Se curăță de piele și de oase și se scarmână în fășii subțiri de tot. Se opăresc cu oțet (dacă este prea acru, oțetul se îndoaie cu apă) și se amestecă cu foi de mărar alese și spălate, și cu cozi de ceapă verde tăiate mărunț. Înainte de a servi salata se adaugă uleiul.

23 Salată de icre de crap

200 g icre de crap, 50 g miez de franzelă, 150 ml ulei, sare, zeamă de lămâie

Se spală icrele, se scurg de apă și se curăță de pielețe. Se sarează și se pun într-o farfurie de tablă pe colțul mașinii de gătit, pe o cratiță cu apă fierbinte, amestecându-se din când în când, până se înroșesc. Separat se înmoaie în apă o bucată de miez de franzelă, se stoarce, se freacă cu puțin ulei și apoi se amestecă cu icrele. Se bat apoi icrele cu o furculiță și se pune uleiul puțin câte puțin și zeamă de lămâie după gust. Sunt mult mai gustoase servite cu ceapă tăiată mărunt.

24 Salată de icre de știucă

250 g icre de știucă, 250 ml ulei, sare, zeamă de lămâie, câteva măsline

Icrele de știucă se pot pregăti spălate sau nespălate. Procedeu este același, doar că icrele spălate au o culoare mai frumoasă, însă nu se leagă la bătut ca cele nespălate.

Icrele se spală și se curăță de pielețe (acestea se mai aleg și în timpul bătutului), apoi sunt puse cu sare într-o pânză rară și se lasă câteva ore la rece, ca să se scurgă complet de apă. După ce sunt scurse, se pun într-un castron, unde vor fi bine bătute cu furculița. Înainte de a începe, se dă la o parte din ele ceva mai puțin de un sfert din cantitate. Celelalte sunt bătute cel puțin ½ oră, punându-se alternativ zeamă de lămâie câtă trebuie și ulei, puțin câte puțin. Când sunt gata, se amestecă și cu icrele lăsate la o parte. Acestea fiind întregi, bob de bob, dau aspect frumos icrelor bătute. Se așază salata de icre pe farfurie, iar împrejur se pun măsline și frunze de salată verde.

25 Salată de icre negre

100 g icre negre, 50 g miez de franzelă muiat, 200 ml ulei, sare

Salata se pregătește din icre tescuite, care trebuie frecate într-o piuliță de marmură sau, dacă nu avem, într-o strachină, cu lingura de lemn. Se adaugă miez de franzelă muiat și stors bine, cam jumătate din cantitatea de icre. Se freacă bine, până când pâinea e complet amestecată cu icrele. Se adaugă, puțin câte puțin, uleiul (cam dublul cantității de icre), zeamă de lămâie și, dacă icrele nu sunt prea sărate, sare după gust. Icrele trebuie frecate cel puțin ½ oră. Se așază frumos pe farfurie, iar împrejur se pune aspic tocat, felii subțiri de ridichi de lună și frunze de salată.

Salata de icre negre se poate îmbrăca în aspic. Se procedează întocmai ca la *salata rusească* în aspic (R 33).

26 Salată de icre imitate

1½ ceașcă apă, 4 linguri griș, 1 lingură pastă de pește (anșoa), ½ linguriță boia, 100 ml ulei, 1 linguriță oțet sau zeamă de lămâie, 1 ceapă mijlocie

Cuprins

Notă asupra ediției	5
Ioana-Maria Isac	
Mătușa mea, Sanda Marin	11
Irina Mihaela Patrulius	
Amintiri despre Sanda Marin	13
Sfaturi și lămuriri	17
Măsuri	19
Aperitive și salate	21
Aperitive	21
Salate	37
Sosuri	43
Sosuri reci	43
Sosuri calde	46
Supe și ciorbe	53
Supe	53
Ciorbe	68
Mâncăruri de ouă	77
Raci, melci, midii	91
Pește	97
Tocături	115
Mâncăruri de carne și fripturi	127
Carne de vacă	127
Carne de vițel	143
Carne de miel și de berbec	150
Carne de porc	156
Creier, limbă, ficat, rinichi, momițe	161
	483

Mâncăruri și fripturi de pasăre	173
Vânat	189
Legume și zarzavat	201
Făinoase și diferite feluri cu brânză	251
Aluaturi și dulciuri de casă	273
Diferite dulciuri	313
Torturi și prăjituri	313
Creme și glazuri pentru torturi și prăjituri	370
Creme, jeleuri	379
Sosuri pentru dulciuri	392
Înghețate	395
Compoturi și marmelade	401
Compoturi*	401
Marmelade*	405
Dulcețuri, șerbeturi, peltele	409
Dulcețuri*	409
Șerbeturi*	419
Peltele*	424
Siropuri și băuturi	429
Siropuri*	429
Băuturi	431
Câteva alimente de casă	437
Murături și alte conserve pentru iarnă*	445
16 meniuri în fiecare lună	455
Indice de rețete	467