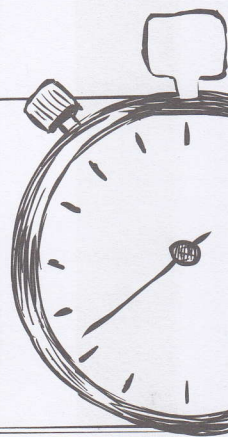
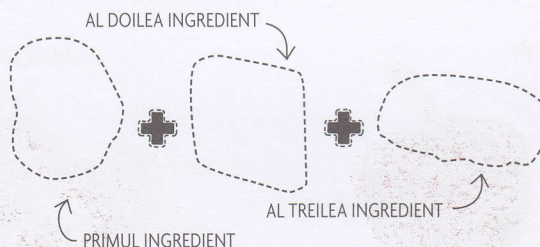


Rețete **PENTRU GAȘCA MEA**

ANNE LOISEAU
FOTOGRAFII DE EMANUELA CINO

LAROUSSE

3 INGREDIENTE
15 MINUTE!



editura rao

CUPRINS

INTRODUCERE 6

MICA MEA CĂMARĂ SĂRATĂ 8

MICA MEA CĂMARĂ DULCE 10

APERITIVE

Pastă de praz cu brânză de capră 12

Bărcuțe de ardei cu feta și semințe de pin 14

Remuladă de ridichi negre 17

Salată de fenicul, mere verzi și creveți roz 18

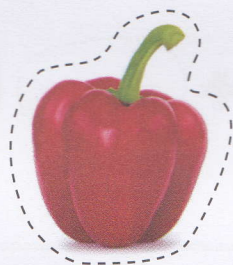
Cremă de avocado și fenicul 19

Porumb copt cu unt și parmezan 20

Tărtă de dovlecei și feta 22

Tabule caldă cu dovlecel și lămâie 25

Tărtă fină cu roșii confiate și petale de dovlecel 26



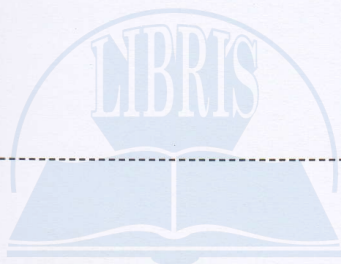
ARDEI GRAS ROȘU



JAMBON USCAT



BUSUIOC



<i>Salată de ardei gras cu anșoa și ricotta</i>	27
<i>Foietaj cu brânză sainte-maure</i>	29
<i>Salată de dovlecei, brânză de capră și semințe de pin</i>	30
<i>Gustări involtini</i>	31
<i>Salată de broccoli cu wasabi</i>	32
<i>Pastă de somon semicopt</i>	34

FELURI PRINCIPALE

<i>Spaghete cu pesto de spanac</i>	35
<i>Friptură de vitel împănată cu ierburi</i>	36
<i>Risotto cu șofran și chorizo</i>	38
<i>Sos bayonnaise</i>	40
<i>Coastă de vită cu rozmarin</i>	41
<i>Wok cu vermicelli, vită și broccoli</i>	43
<i>Filet mignon de porc cu lămâie confiată în ulei</i>	44
<i>Tocăniță de vitel cu măsline verzi</i>	46
<i>Orez gourmand cu miel și caise</i>	47
<i>Saltimbocca de vitel, mozzarella afumată și rozmarin</i>	48
<i>Friptură de vitel Orloff</i>	50
<i>Tărtă cu rață confiată și dovleac</i>	53
<i>Friptură de porc cu lapte și salvie</i>	54

Cuprins

CONTINUARE

Piept de rață cu mere.....	56
Tocăniță de pui cu cremă de brânză.....	58
Fondant de vită în ceaun.....	59
Țelină coaptă, mărar verde și pancetta.....	60
Pui pane cu parmezan.....	63
Curry roșu de pui cu lapte de cocos.....	64
Medalioane de porc cu cidru.....	66
Cartofi gratinați cu brânză cancoillotte.....	68
Fondue de varză creată și cremă de eglefin.....	69
Salată de paste, mazăre păstăi și creveți.....	70
Lințe cremoasă cu eglefin.....	72
Ceaun cu cartofi, pește-călugăr și jambon crud.....	74
Frigărui de creveți cu suc de portocale.....	76
Tătați de somon.....	78
Ceriche de cod.....	79
Pește scufundat în condimente dulci.....	80
Tărtă de cod.....	82



BROCCOLI

CONDIMENTE TAJINE

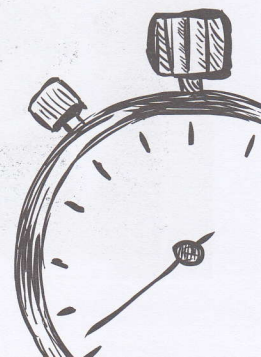
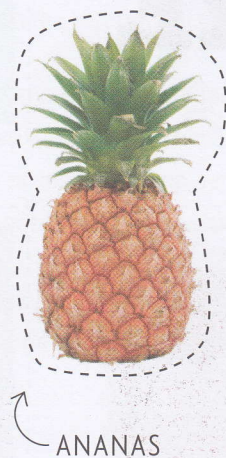
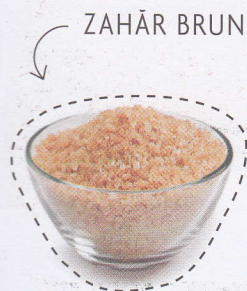


FRIPTURĂ DE VIȚEL



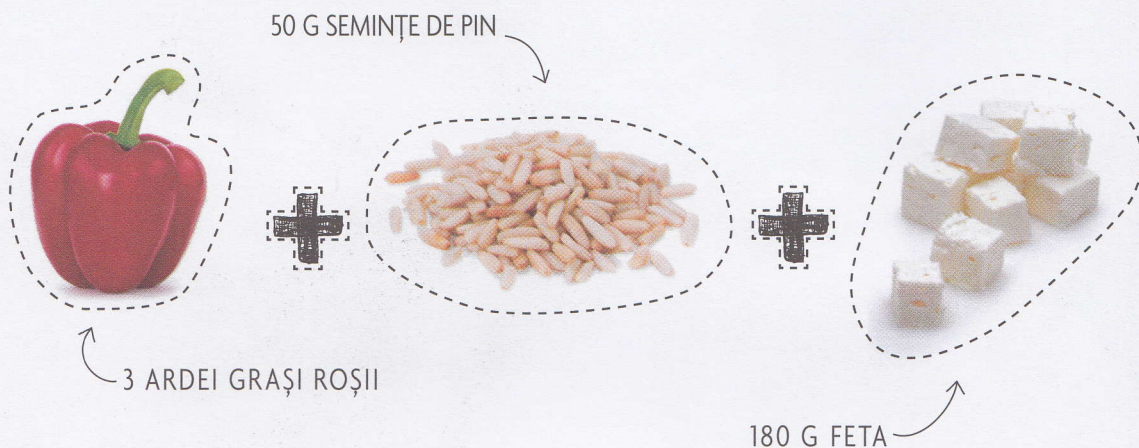
DESERTURI

<i>Păhărele cu ciocolată și Toblerone®</i>	84
<i>Fumătăți de pere cu inimă de migdale</i>	86
<i>Tărtă cu ciocolată</i>	88
<i>Mix surpriză cu piersici și pișcoturi roz</i>	89
<i>Salată de căpșune, castraveți și mentă</i>	90
<i>Mere coapte cu fistic</i>	92
<i>Felii de ananas copt cu caramel</i>	94
<i>Mici panna cotta vanilate</i>	96
<i>Cremă de mango</i>	99
<i>Tărtă cu praline roz</i>	100



Bărcuțe de ardei

CU FETA ȘI SEMINȚE DE PIN



...ȘI, DE ASEMENEA, UN PIC DE

+ USTUROI (1 CĂȚEL)

+ ULEI DE MĂSLINE (2 LINGURI)

SĂ ÎNCEPEM!

- 1 Preîncălziți cuptorul la 200°C (treapta 6-7).
- 2 Spălați ardeii și tăiați-i în șase. Scoateți sâmburii și părțile albe.
- 3 Într-un castron mare, striviți cățelul de usturoi și amestecați-l cu cele 2 linguri de ulei de măsline și semințele de pin. Adăugați brânza feta tăiată în felii subțiri direct deasupra bolului. Amestecați astfel încât brânza să se înmoaie și să absoarbă uleiul parfumat cu usturoi.
- 4 Umpleți fiecare bărcuță de ardei cu aproximativ 2 lingurițe de feta aseasonată. Stropiți-le cu un pic de ulei de măsline și coaceți 15-20 de minute.

LIBRIS



*Țimp de
preparare*



00:15

*Mod
de gătire*



FĂRĂ
PREPARARE

00:15



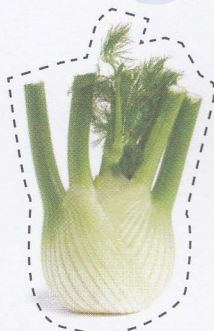
00:15

Mod de
gătire

00:00

FĂRĂ
PREPARARE

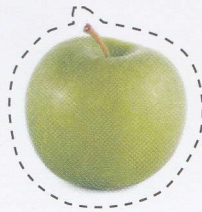
Salată de fenicul, mere verzi ȘI CREVEȚI ROZ



2 FENICULI



3 MERE VERZI



400 G CREVEȚI FIERȚI

...ȘI, DE ASEMENEA, UN PIC DE

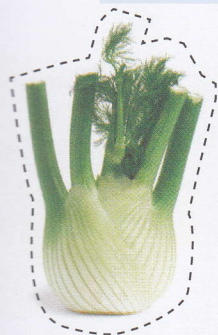
SĂ ÎNCEPEM!

- + SMÂNTÂNĂ LICHIDĂ (4 LINGURI)
- + SUC DE LĂMÂIE
- + SARE ȘI PIPER MĂCINAT



- 1 Într-un castron mare, vărsați smântâna și sucul de la o lămâie, sărați și piperati. Lăsați la o parte.
- 2 Spălați feniculul. Rupeți frunzele bătrâne de deasupra, apoi tăiați-l în două, scoateți miezul tare și tocați-l mărunț cu ajutorul unui cuțit.
- 3 Spălați merele, scoateți cotoarele și tăiați-le mărunț.
- 4 Amestecați merele și feniculul cu creveții și sosul pus deoparte.

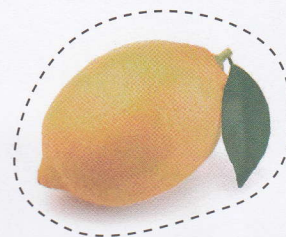
Cremă DE AVOCADO ȘI FENICUL



1 FENICUL



1 AVOCADO COPT



SUCUL DE LA 1 LĂMÂIE

...ȘI, DE ASEMENEA, UN PIC DE

+ SARE

SĂ ÎNCEPEM!

- 1 Spălați feniculul, scoateți foile exterioare și apoi tăiați-l în două pentru a scoate miezul tare. Tăiați în bucățele. Puneți deoparte.
- 2 Tăiați fructul de avocado în două, scoateți sămburele și strângeți miezul cu ajutorul unei linguri.
- 3 Puneți bucățile de fenicul, miezul de avocado și zeama de lămâie într-un bol de mixer, sărați și amestecați până se obține o cremă omogenă.
- 4 Serviți această cremă la aperitiv cu o baghetă sau pâine feliată.

8



00:15



Mod de
gătire

00:00

FĂRĂ
PREPARARE

APERITIV

19