



Laura Adamache

Rățe gembre micile goscodine

Ilustrații de
Marina Plantus



SIAN Cook



Laura Adamache

Reteze pentru micile gospodine

Ilustrații de Marina Plantus



Cuprins

Rețete sărate

- Chifteluțe de pui la cuptor
- Rulouri cu ricotta și șuncă
- Bastonase crocante de dovlecei
- Salată în borcan
- Mini-pizza rapidă
- Tartine Gărgăriță
- Mini-șnițele cu sos de usturoi
- Pizza cu porumb
- Focaccia rapidă cu rozmarin
- Crochete de pește la cuptor
- Frigărui crocante de pui
- Hamburger de curcan
- Ouă umplute cu mousse de ton

	5	Rețete dulci	33
	6	Tiramisu cu căpsune	34
	8	Biscuiți cu fulgi de ovăz și stafide	36
	10	Brioșe cu morcovi	38
	12	Mere coapte umplute	40
	14	Înghețată de afine și zmeură cu iaurt grecesc	42
	16	Bomboane de ricotta și fulgi de cocos	44
	18	Acadele de banane și ciocolată	46
	20	Dorayaki – clătite japoneze	48
	22	Biscuiți cu Nutella	50
	24	Waffe cu vanilie	52
	26	Biscuiți cu fulgi de porumb	54
	28	Înghețată rapidă de banane	56
	30	Brioșe cu afine	58
		Panna Cotta	60
		Cake Pops cu ciocolată	62



Recepty s českou vlohou



Preparare: 15 minute Coacere: 20 minute Porții: 25 bucăți

Ingrediente: 400 g piept de pui tocat, 200 g brânză ricotta/urdă de vacă, 2 ouă, 1 lingură rasă de pătrunjel tocat, 1 cățel de usturoi mic, sare, piper, 2 linguri de ulei de măslini/ floarea-soarelui, pesmet.

Pune pieptul de pui tocat într-un vas, adaugă ouăle, ricotta bine scursă, pătrunjelul tocat mărunt, cățelul de usturoi dat prin răzătoarea cu găuri mici, sare și piper după gust. Frământă compoziția cu mâna până când devine omogenă. Formează chifteluțe de mărimea unei nuci și tăvălește-le bine prin pesmet. Pune chifteluțele în tava de cuptor tapetată cu hârtie de copt și stropește-le cu uleiul de măslini sau de floarea-soarelui. Coace-le în cuptorul preîncălzit la 200°C, pentru 20 de minute, câte 10 minute pe fiecare parte. Când se rumenesc uniform, scoate-le din cuptor și aşază-le pe o farfurie. Merg perfect lângă o salată de sezon sau un piure de cartof.

Sfat: Pătrunjelul poate fi înlocuit cu mărar tocat mărunt. Roag-o pe mama să îți aprindă cuptorul și să te ajute să cocci delicioasele chifteluțe.

Cartel de la
vuelta



CIBRIS

Preparare: 30 minute Coacere: 25 minute Portii: 12 bucati

Ingrediente: 1 foaie dreptunghiulara de foitaj, 250 g ricotta,
4-5 felii subtiri de suncă de Praga, 1 ou, sare, piper.

Pune ricotta bine scursă într-un vas, adaugă sare și piper după gust și oul întreg. Amestecă cu lingura până se omogenizează. Așază aluatul de foitaj pe masa pudrată cu puțină făină și întinde-l cu făcălețul, pudrat și el cu făină. Unge aluatul cu crema de ricotta, lăsând marginile foii neunse, și deasupra aşază feliile de suncă de Praga. Rulează aluatul și strâng marginile cu degetele. Taie rulouri groase cam de două degete și pune-le în tava de cuptor tapetată cu hârtie de copt. Coace-le în cuptorul preîncălzit la 200°C, pentru 20-25 de minute. Servește-le când sunt călduțe. Sunt foarte gustoase!

Sfat: Mama te poate ajuta să tai rulourile și să le coci.