

ALEXANDRE DUMAS

GUSTOASE ȘI IEFTINE

– 150 de rețete pentru noi, cei mulți –

Versiunea în limba română și selecția textelor
DOINA BRINDU

Selectie de texte din
ALEXANDRE DUMAS
GRAND DICTIONNAIRE DE CUISINE
PARIS, 1873

© Editura Venus, 1998

Toate drepturile asupra versiunii de față sunt rezervate Editurii Venus.
Orice publicare, reproducere și multiplicare, chiar și a unor fragmente din
acest text, fără autorizarea editurii, vor fi urmărite conform legii nr.8/96.

Tiparul executat sub comanda nr. 10 415

Compania Națională a Imprimeriilor
„CORESI” S.A. București
ROMÂNIA



Sistemul calității certificat SR EN ISO 9001

SFATURI PRACTICE

— Nu puneti ceapa sau usturoiul in grăsime, dacă vreți să faceți un sos. Legumele, tocate, puneti-le să fierbă în foarte puțină apă, până când aceasta scade și, spre sfârșit, adăugați grăsimea necesară. Ceapa și usturoiul se vor auri doar puțin. Adăugați făina,dezlegată cu apă și pasta de roșii, lăsați totul să fierbă în continuare, apoi treceți sosul prin strecurătoare pentru a îndepărta partea care este iritantă pentru stomac.

— Untul necesar unui preparat topiti-l numai pe baie de aburi. Răciți imediat preparatele într-un vas cu apă și lăsați-le mereu acoperite. (Pierderile vitaminice prin oxidare vor fi mai mici.)

— Imediat ce ați luat spuma unei supe, puneti sare.

— Nu păstrați albușul de ou (nici în frigider) mai mult de două ore. Este un mediu bun pentru dezvoltarea microbilor.

— Radeti, pe răzătoarea mică, un morcov din soiul carotte și căliți-l puțin într-o tigaie cu ulei sau margarină (una-două linguri). Adăugați amestecul la supele-creme : le dă un aspect deosebit și o aromă îmbietoare.

— După preparare, în general, borșurile sau ciorbele „se dreg“. Se amestecă unul-două gălbenușuri crude, în castronul de supă, împreună cu o lingură de apă, apoi se adaugă, puțin

câte puțin, zeama fierbinte, cu grija să nu se „brânzească“ (să nu se taie). După ce „au fost drese“, borșul și ciorba nu se mai pun la fier, nu se mai dau în clocoț și nici nu se reîncălzesc.

— Abuzul de condimente (piper, ardei iute, sare, muștar, oțet etc.) este dăunător aparatelor digestiv și renal.

— Este recomandabil ca lichidele să fie consumate la sfârșitul mesei, deoarece numai aşa se asigură o digestie mai bună, evitându-se în același timp balonările.

— Se întăresc la fier, și se fierb uneori greu, fasolea, mazărea etc., mai ales când apa nu este prea bună, adică nu are destule săruri. De aceea e bine ca legumele-boabe, înainte de a le fierbe, să fie lăsate să stea 24 de ore (o zi și o noapte) la înmuiat în apă fiartă.

— Carnea tare se face moale la fierb dacă la bulionul ce fierbe adăugăm puțin oțet, sau un vârf de cuțit de bicarbonat de sodiu.

— Când am sărat prea tare mâncărurile (ciroba, supa, zeama, sosurile etc.) putem să le desărăm dacă punem în ele o bucată curată și uscată de burete natural (lufă) ori câteva bucătele de cartof crud, curățat de coajă.

— Mâncarea arsă se poate face iar gustoasă, adică se pot scoate din ea mirosul și gustul de ars, dacă o trezem în alt vas, cu băgare de seamă, astfel încât părțile arse să nu treacă și ele. Apoi lăsăm vasul să stea câteva minute în apă rece, punem în mâncare puțin zahăr și continuăm să-o fierbem mai departe ca și cum nu s-ar fi întâmplat nimic. În felul acesta, gustul de ars din mâncare dispare.

— Pâinea veche se poate împrospăta dacă o punem într-un vas (oală etc.) de pământ ori în vas de tinichea, și cu vas cu

tot o lăsăm să stea într-un alt vas mai mare, în care fierbe apă. Pâinea devine proaspătă ca și cum tocmai a fost scoasă din cuptor.

— Gustul urât al untilui se înlătură dacă îl spălăm, frământându-l, întâi în apă rece în care s-a topit bicarbonat de sodiu, apoi în apă rece, curentă.

— Când untura prinde miros greu, trebuie fiartă din nou până când nu face zgromot la fierb. Acum se aruncă în ea puțin miez de pâine și se lasă pe foc până se prăjește pâinea. Apoi se ia de pe foc, se lasă să stea câteva minute, se scoate pâinea și se aruncă. Așa, curată, se toarnă cu băgare de seamă în borcane curate, astfel încât ceea ce rămâne pe fundul cratiței în care a fierbat să nu intre în borcan.

— Laptele se păstrează bine două-trei zile dacă punem în el frunze curate de hrean, care au puterea de a împiedica acrirea.

— Sarea este bună:

1. Scoate petele de unsoare din haine, dacă le frecă cu o pastă făcută din sare și benzинă.
2. Scoate lustrul de grăsimi de pe gulerul hainelor, dacă îl frecă cu un burete înmuiat în oțet amestecat cu apă sărată.
3. Înălbește și face ca zăpada rufele îngălbene, dacă în apă de călit punem și sare odată cu albăstrela.
4. Curăță și întărește culoarea covoarelor, preșurilor, dacă le mățurăm cu mătura udată în apă sărată, sau dacă înainte de a le mătura (cu mătura uscată) le presărăm cu sare.
5. Curăță tingirile de fier ruginite, dacă pe acestea le frecăm cu sare.
6. Curăță orice fel de mobilă de răchită etc.
7. Învie focul ce-i gata să se stingă în sobă, dacă aruncăm pe el un pumn de sare.

CROCHETE DE CARTOFI CU BRÂNZĂ

500 g cartofi, 70 g unt (margarină), 200 g brânză telemea, 3 ouă, 20 g drojdie de bere, făină, sare, 250 ml untdelemn

Cartofii se coc, se face un piure consistent, cu unt, fără lapte, se adaugă drojdia, brânza rasă, sarea, gălbenușurile, apoi albușurile bătute spumă și făină cât cuprinde, ca să iasă un aluat potrivit de tare. Se lasă să crească. Se întinde, apoi, o foaie de circa 1 cm grosime, care se taie cu paharul. Rondelele se lasă din nou să crească și se prăjesc în grăsime. Se servesc, fierbinți, presărate cu cașcaval sau șvaițer ras.

FASOLE VERDE CU PESMET

1 kg fasole (sau o conservă), 150 g unt (margarină), 100 g pesmet, sare

Se curăță fasolea, se fierbe în apă cloicotită, se scurge și se dă la cuptor, într-o formă tapetată. Deasupra se presără pesmet, rumenit în unt, și se lasă zece minute la cuptor.

FRIGĂRUI DE RINICHI

3-4 rinichi, o lingură de sare, 2 linguri unt (margarină), piper după gust

Se taie în lung rinichii, se curăță de piele și grăsime, se spală și se opăresc. Se încigă într-o țepușă de metal, după

care se ung cu unt. Se frigă (întorcându-se frigăruia mereu) și la sfârșit se sărează și se piperează după gust.

ICRE DE FASOLE BOABE

300 g fasole (sau o conservă), 2 linguri suc de lămâie, 1 pahar untdelemn, 2-3 castraveți murați, o roșie, 10-12 măslini, o linguriță boia de ardei

Fasolea, spălată și pusă de cu seară la înmuiat, se fierbe (schimbându-se trei ape) până când bobul se sfârâmă între degete. Se dă prin sită împreună cu măslinile (negre) curățate de sâmburi. Se amestecă turnând untdelemnul puțin câte puțin. După ce a crescut, se adaugă zeama de lămâie, sarea, piperul, boiaua. Se aşază pe un platou și se ornamentează cu felii de roșii și castraveți murați.

MAIONEZĂ DIETETICĂ

1 ou, 10 g (2 lingurițe) lapte praf, sare, piper, o linguriță de muștar, zeama de la o jumătate de lămâie

Sedezleagă laptele în puțină apă rece, frecând până când nu rămâne nici un cocoloș. Se amestecă cu oul, sarea, piperul și zeama de lămâie, apoi se aşază în baie de apă, amestecând continuu până se îngroașă. Se ridică de pe foc și se amestecă în continuare până se răcește, apoi se adaugă muștarul.

PASTĂ DE SALAM

500 g salam italian (de vară, București, parizer),
2 linguri untdelemn, 3 linguri usturoi, sare, piper,
boia după gust

Se curăță salamul de coajă și se dă de două ori prin mașina de tocata. Se amestecă tocătura cu untură, untdelemn, sare, piper pisat și boia de ardei.

SALATĂ AMERICANĂ

2 roșii, o țelină mică, 1 ou, 3 cartofii, o ceapă, o lingură untdelemn, o legătură mărar, o legătură păstrunjel, sare, piper, oțet

Se curăță roșiile de pielită, se taie felii, amestecându-se cu cartofii fierți în coajă, curătați și tăiați felii, țelina tăiată fideluță, rondelele de ceapă și feliiile de ou răscopți. Se adaugă oțet, untdelemn, sare și piper. Se amestecă totul și se decorează cu verdeată tăiată mărunt.

SALATĂ DE CARTOIFI

700 g cartofii, 3 fire de ceapă verde, sare, piper alb, zahăr, 3 linguri oțet de 3°, o linguriță de muștar, verdeată, 2 linguri apă sau supă, 700-100 g de măslini

Cartofii se spală bine și se fierb în coajă, apoi se curăță și se taie felii egale. Separat, se face un sos din oțet, ulei, muștar, sare, piper și ceapă tăiată mărunt. Se toarnă peste

cartofii, se amestecă, se aşază în salatieră și se ornează cu măslini fără sâmburi, și cu verdeată tocată.

SALATĂ DE CARTOFI CU FASOLE BOABE

500 g cartofii, 5 linguri cu vârf de fasole (cu bobul mare) fiartă, 2 cepe de apă, 5 linguri untdelemn, 2 linguri oțet, o legătură tarhon, sare după gust

Cartofii se spală și se pun la fierb în apă clocotită cu sare. Când sunt fierți, se curăță, se taie cuburi, se pun într-o salatieră și se stropesc cu untdelemn. Ceapa se curăță, se taie în felii subțiri și se sărează pentru a se înmuiua. Când sunt răciti, cartofii se amestecă bine cu ceapa, cu boabele de fasole fiartă, cu oțetul și cu frunzele de tarhon tăiate mărunt.

Se adaugă sare după gust.

SALATĂ DE MORCOVI, MERE ȘI GULII

2 morcovii, 3 mere, 3 gulioare, o ceapă, o linguriță de chimen, 100 g smântână, sare, 50 ml untdelemn, păstrunjel verde

Merele, morcovii și gulile se curăță și se dau pe răzătoarea mare. Se amestecă cu untdelemnul, ceapa tocată mărunt și, apoi, cu chimenul și cu sareea. Se acoperă cu smântână și se ornează cu păstrunjel verde.