

Libris.RO

Respect pentru oameni și cărți

AUGUSTE MOLL-WEIS

La cuisine rationnelle des bien portans et des malades

Editions Delagrave, Paris, 1925

© Editura Venus, 1998

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

AUGUSTE MOLL-WEIS

VREȚI SĂ VĂ ÎNGRĂȘAȚI?

150 de rețete pentru rotunjimile mult-visate

Traducerea, selecția și redactarea textelor
DOINA BRINDU


EDITURA VENUS
BUCUREȘTI, 1998

SALATE

CARTOFI CU SOS PICANT DE ȚELINĂ

500 g cartofi, o țelină, 2 lingurițe muștar, 3-4 linguri untdelemn, o ceapă mică tocată foarte mărunț, sare și suc de lămâie după gust, 3-4 linguri smântână dulce

Pentru garnisit : felii de roșii, câteva frunze de salată verde, pătrunjel verde tocat

Cartofii se curăță și se fierb în apă cu sare, se taie în bucăți pătrate, se sarează, se pun în sosul făcut din țelina fiartă, trecută prin sită și amestecată cu muștar, ceapă, untdelemn. Totul se freacă bine, cremă, cu smântâna și condimentele, se pune în mijlocul unei salatiere, se garnisește, pe o parte, cu frunzele de salată, pe cealaltă parte, cu feliile de roșii, iar în mijloc cu frunze de pătrunjel și se servește.

SALATĂ DE CARTOFI CU SOS PICANT

500 g cartofi, 200 g capere, 5 castraveciori acri, o linguriță ceapă tocată mărunț, o jumătate țelină crudă,

Tiparul executat sub comanda nr. 80 368

Regia Autonomă a Imprimeriilor
Imprimeria „CORESI” București
România



un ou răscopt, 2 lingurițe pastă de anchois, 2 lingurițe suc de lămâie, 4-5 linguri untdelemn, 2-3 linguri smântână, sare și piper după gust, salată, roșii ardei

Cartofii se fierb (cu coajă) în apă sărată. Se curăță, se taie în felii rotunde și se pun într-o salatiere. Între timp, gălbenușul, trecut prin sită și pus într-un bol de porțelan, se freacă energic cu lingura de lemn și se adaugă în picături untdelemnul. Se pun, apoi, muștarul, ceapa, caperele, castravecii, țelina, albușul, toate tocate mărunt, pasta de anchois, smântâna și se amestecă bine. Se toarnă deasupra cartofilor, și farfuria se garnisește, primăvara, cu salată verde, vara, cu roșii și ardei tăiați în felii rotunde.

SALATĂ DE IARNĂ CU SOS TARTAR

3 cartofi, un morcov, 500 g mazăre boabe din conservă, o jumătate de țelină, 1-2 castraveți acri, 2 mere crude, 2 ouă răscapte

Sosul tartar: vezi prepararea la OUĂ RĂSCOAPTE, CU SALATĂ DE LĂPTUCI ȘI SOS TARTAR

Morcovul, țelina, tăiate în bucăți pătrate, și mazărea boabe, se prăjesc în puțin unt, ca să se înmoaie (fiecare separat).

Când sunt gata, se pun pe salatiere, se lasă să se răcească, se adaugă castraveții, ouăle și merele tăiate toate în bucăți mici și pătrate. Se toarnă peste ele sosul tartar și se garnisește după plac.

SALATĂ DE OUĂ

4 ouă, 50 g untdelemn, o jumătate de lămâie

Ouăle se fierb, să fie mai mult cleioase decât prea răscapte, se răcesc în apă rece (pentru a se curăți mai bine de coajă), se curăță, se taie fiecare în patru bucăți și se pun pe farfurie. Deasupra lor se toarnă untdelemnul și sucul de lămâie.

SALATĂ DE OUĂ UMLUTE

2 ouă, un morcov mic, câteva păstăi de fasole verde, câteva rozete mici de conopidă, 100 ml smântână, miezul unei căpățâni de salată verde, pătrunjel verde tocat, sucul unei lămâi, o roșie, sare după gust

Fasolea, morcovul și conopida se fierb în apă cu sare, se scurg prin strecurătoare (apa se păstrează), iar zarzavatul se taie în bucăți mici.

Ouăle se fierb, se curăță de coajă, se taie în lungime, gălbenușul se trece prin sită, i se adaugă sare, suc de lămâie, smântână, pătrunjel verde tocat și cu acest amestec se umplu jumătățile de ouă și se pun pe salatiere. Din compoziția rămasă de la umplutul ouălelor și cu zeama strecurată formăm un sos de o consistență potrivită, cu sare și suc de lămâie.

Zarzavatul și salata, tocate mărunt și sărate, se așează în jurul ouălelor și se toarnă deasupra lor sosul. Se servește drept aperitiv.

SALATĂ DE PUI FRIPT

200 g carne de pui friptă, 100 g limbă de vițel fiartă, 6-8 ciuperci prăjite (sau fierte), un ardei gras, 150 g vârfuri de sparanghel fierte, un castravete murat, o căpățână salată verde, sare și piper după gust

Pentru garnisit: ridichi, ouă, salată, pătrunjel verde, măsline

Maioneza: există gata pregătită, ori vezi pag. 17.

Carnea și zarzavatul amintite mai sus se taie în bucăți pătrate, se pun pe salatiară, se adaugă sos maioneză, se amestecă și se garnisește cu frunze de salată verde, ridichi de lună curățate în formă de trandafir, ouă răскоapte tăiate în sferturi, frunze de pătrunjel, măsline.

SALATĂ DE SFECLĂ

O sfeclă, 50 g untdelemn, zeama de la o jumătate de lămâie, sare după gust

Sfecla se coace în cuptor, se curăță de coajă, se taie în felii, se pune pe farfurie și se adaugă untdelemnul, sarea și sucul de lămâie.

SALATĂ ITALIANĂ DE CARTOFI

500 g cartofi mici, 200 g capere, 5 castraveciori acri, o linguriță ceapă tocată mărunt, o jumătate țelină

crudă, un ou răscopt, 2 lingurițe pastă de anchois, 2 lingurițe suc de lămâie, 2-3 linguri untdelemn, oțet de vin, sare și piper după gust

Pentru garnisit: roșii, ardei, salată verde, spanac

Cartofii se curăță de coajă, se pun în tavă (de tablă nesmălțuită) și se dau la cuptor, să se coacă. Când sunt copti, se taie la un capăt un capac și se scoate miezul cu o linguriță. Jumătate din miez se amestecă bine cu pasta de anchois, caperele, ceapa, castraveciorii, țelina și ouăle tăiate mărunt, se face o pastă groasă, și se umplu cartofii, îndesând pe cât se poate compoziția. Apoi se taie felii, se pun pe farfurie, se toarnă deasupra untdelemn, suc de lămâie și se garnesc, vara, cu roșii tăiate felii, ardei și câteva frunze de salată verde. Iarna, salata se ornează cu frunze verzi de spanac făcute salată.