

Angela BRAȘOVEANU Roman RYBALEOV

# Moldova

oameni, locuri, bucătărie și vin

Pretext .....	9	Cheag .....	62	Sarmale cu urdă și mărar în frunză de viță-de-vie .....	122
<b>P R I M Ă V A R A</b>		Urdă .....	62	Sărbușcă .....	124
Mămăligă .....	12	Brânză scoaptă .....	63	Învărtită cu mintă sau petale proaspete de trandafir .....	125
Alivancă .....	14	Brânză tot acum! .....	63	<b>V A R A</b>	
Borș de urzici .....	16	Coraslă .....	64	Fluieraș de fag. Plaiul Fagului .....	126
Borș mănăstiresc cu urzici .....	16	Hulubași .....	65	Borș de pește .....	130
Sos de urzici cu smântână .....	16	Oaie coaptă în propria piele .....	66	Borș cu fasole, hațmațuchi și drehliță .....	132
Cea mai simplă tocană de urzici .....	17	Miel în propriul stomac .....	67	Borș cu fasole și frecăței .....	132
Urzici „mesticate” .....	17	„Bată-te Rusaliile!” .....	68	Borș de rață .....	134
Încă niște urzici .....	18	Colțunași lenoși .....	70	Borș roșu .....	136
Supă de cartofi fără fasoane .....	20	Colțunași cu brânză .....	71	Supă roșie de vară .....	137
Supă de gullii .....	20	Învărtită cu sfeclă de zahăr și trandafir .....	72	Ocroșcă .....	138
Borș cu buruieni .....	22	Cogârle .....	73	Vițică la ulcică .....	140
Jeandă sau geandă, cir și borș cu știr .....	22	Plăcinte cu frunze de sfeclă .....	73	Curcan cu caise .....	142
Borș de lobodă .....	24	Vărzare cu cireșe amare .....	74	Prepelițe cu prune proaspete .....	142
Brânză cu leurdă sau invers .....	24	Duminica Mare, foarte Mare .....	76	Ciulama de găină .....	143
Tocăniță de urechiușe .....	25	Gâscă umplută cu ficat .....	78	Purcel umplut .....	143
Cartofi cu păpădie și pătrunjel .....	26	Hulubi umpluți cu carne de miel .....	80	Tocăniță de nutrișoară .....	144
Borș cu fasole și pur ca la Cigârleni .....	26	Plăcinte cu buruieni de Duminica Mare .....	83	Mușchi de porc umplut .....	146
Gullii (topinambur) cu sos de leurdă .....	27	Babă neagră .....	84	Mici, mari și mijlocii .....	146
Pădurea Domnească e chiar domnească .....	30	Domcă .....	86	Scordolea de raci .....	148
Duruitoarea Veche și mamuții .....	34	Covrigei opăriți .....	88	Raci pescărești, rețetă veche .....	148
Borș băbesc de la Duruitoarea Veche .....	37	Tort galben .....	90	Raci fierți în vin .....	148
Duminica Floriilor, vreme de înfrățit.		Turte cu untură .....	92	Mujdei .....	148
Sau de însorit .....	38	Cornulețe, „cornișoare” sau băiței .....	92	Șalău cu legume .....	150
Paștele, dulcele sfârșit al abstenenței .....	40	Biscuiți trandafiri .....	92	Tocănița de scoici a Mariei Grigoroii de la Pererita.....	150
Pască .....	42	Brânză cu smântână oricând .....	94	Ardei umpluți .....	152
Cozonac .....	44	Meșniță ca la Edineț .....	94	Ardei grași în sos de roșii cu smântână .....	154
Cozonaci boierești (rețetă transmisă cu grijă de Mihai Ciocanu).....	46	Orheiul Vechi, chiar străvechi .....	97	Limbi de dovlecei .....	154
Cozonaci cu 400 de ouă .....	46	Zeamă de găină .....	100	Ardei copti cu sos de roșii .....	156
Miel la cuptor cu prune .....	47	Plăcinte de la Butuceni .....	102	Ghiveci pe veci .....	158
Drob de miel cu prapur .....	48	Cighiri .....	104	Salată de roșii adevărate .....	159
Răcituri .....	50	De treci codrii de aramă... ..	108	Blinile de dovlecei .....	159
Mieluț la grătar .....	52	Hribi sau pituști în „sous” cu smântână .....	110	Cartofi noi cu păstăi .....	160
Jambonul de Paști se face la Crăciun .....	52	Ciuperci umplute cu ficat .....	112	Vadul lui Rașcov și tainele sale ( <i>Bucătărie evreiască</i> ).....	162
Jambon. Mâncăruri de azi și de ieri .....	53	Tocmagi cu ciuperci de pădure .....	114	Gefilte fish, adică pește umplut .....	168
Curcan îndopat .....	53	Plachie de hribi .....	114	Forshmak .....	170
Kuzu boorcü (borș din miel/ied) .....	53	Ciuperci pe jăratie .....	114	Humus .....	171
Paștele Blajinilor .....	54	Iepure cu hribi .....	116	Lalova și microsarmalele .....	174
Babă albă de la Blajini .....	55	Popenchi de la Hârjauca .....	116	Sarmale de Lalova .....	178
Stâncile de la Fetești .....	58	Unii nu-și demolează casa părintească, și-o recuceresc .....	118		
Sfântul Gheorghe și brânza .....	60	Sarmale .....	120		
Caș .....	60	Sarmale cu viță-de-vie și ciuperci .....	120		

Învârtită terfoasă .....	179
Cniș .....	179
Plăcinte cu costiță .....	180
Rețetă pentru oameni și cârti .....	182
Țipova – legendă, loc al puterii, axă a pământului și alte minuni .....	184
Mănăstirea, fuga de asedii și de cotidian .....	185
Saharna: iluminări, scandaluri, înălțări și uitare.....	186
Drumul lung al vinului spre stele și sufletele .....	190
Piept de rață în sos de vin roșu .....	196
Terapie cu vin, plăcinte și levănțică. Et Cetera .....	198
Plăcinte ca la Crocmaz .....	200
Friptură de iepure .....	202
Pate din ficat de iepure .....	203
Zeamă de cocoș .....	204
Caurma rece ( <i>Bucătărie găgăuză</i> ) .....	208
Caurma fierbinte .....	209
Mangea sentimentală a Inei Jeltova. Sau mangea, iahnie, mancasi, manca soanni ( <i>Bucătărie bulgărească</i> ) .....	210
Ghiozleme .....	212
Mekiceta .....	212
Pastă de ardei, tumadă, magiun .....	213
Piînir cașasi (cașă de brânză) .....	214
Kabaklı (învârtită cu bostan) .....	214
Milina .....	218
Milina pentru oameni grăbiți .....	219
Pilena kașă .....	222
Sireneava kașă sau meșmer mandjaș sau gustarea drumetului .....	222
Ardei umpluți cu fasole .....	223
Brânză bulgărească coaptă, aur topit .....	224
Papară, popară .....	224
Miurda .....	226
Buruieni aproape uitate	
Șofrânel .....	227
Zira .....	227
Drehliță sau iarba-caprei .....	228
Rușinea-fetei, pimpinela .....	228
Hațmațuchi .....	228
Loboda-porcească se răzbună .....	229
Izmă, nu schismă sau mintă pentru minte .....	229
Nunta la bulgari. Ciorba făcătoare de minuni de după .....	230
Spre sud, spre sud! .....	232
Vin cu pelin .....	236
Plachie de pește .....	238

Peștele friptu' .....	238
Saramură de pește .....	239
Cuțcuț .....	239
Carne de oaie la cuptor .....	240
Bulgur cu carne în cuptor .....	240
Pâine cu hin și cu zahăr .....	241
Deverelul, bongăzoi, nalangătele, rachiul roș și soacra călare pe măgar, deci nunta la Giurgulești .....	242
Nalangăte .....	244
Ulilica .....	244
Gaigana .....	246
Ghisman .....	246
Aguridă .....	246
Cherdele .....	246
Ciorbă cu carne de oaie ca în sud .....	247
Chișcă .....	248
Borș cu fasole și murături .....	248
Boia mândrită .....	249
Tumadă .....	249
Pesmeți .....	250
Ianăie de oaie .....	252
Roșii și vinete de vară uscate pentru ianăia de iarnă .....	252
<b>T O A M N A</b>	
Chișinăul iubil .....	254
Borș rece de sfeclă ( <i>Bucătărie rusească</i> ) .....	262
Supă divină de ciuperci albe .....	264
Supă de mazăre .....	265
Soleancă de pește .....	266
Răcitură de pește .....	267
Răcitură din cozi de vacă .....	268
Kulebeaka în patru colțuri .....	270
Vereji de patroane, găină nupțială sau nunta la Rezina .....	276
Ești o podoabă! .....	278
„Bare romii” de la Soroca și superstițiile .....	279
Mămăligă țigănească .....	279
Borș scăzut ca în nord .....	280
Toamna se numără fazanii .....	282
Fazan în sos alb .....	284
Fazan la cuptor .....	284
Rață pe varză, legătură primejdioasă .....	285
Vânat. Iepure. Ciulama .....	286
Iahnie de pasăre .....	288
Iepure de casă cu legume .....	288
Pui la oală. Ce pui? .....	290

Deliciosul sos cu fructe și praz de la Cigăreni .....	290
Friptură boierească de curcan în sos de gutui .....	292
Sos de gutui, alt nemuritor .....	292
Dovleac umplut .....	294
Carne cu pere .....	295
Vinete umplute .....	296
Tocană de vinete .....	296
Vinete undate .....	296
Plăcinta ciobanului .....	298
Sarmale cu foi de varză și gutui .....	300
Borș umplut cu huște .....	306
Botcale .....	306
Braga în Moldova interbelică .....	308
Bragă de casă .....	308
Socată .....	309
Cvas din fructe uscate .....	309
Cvas din struguri .....	309
Vișinată .....	310
Cireșată .....	310
Lichior de mentă rece .....	310
Porumbată, cornată și altă ată .....	311
Dulceață de piersici .....	312
Dulceață de zmeură .....	312
Dulceață de cireșe albe .....	314
Dulceață de nuci verzi .....	315
Dulceață de gutui .....	316
Marmeladă .....	316
Chitonoagă (pastilă de gutui) .....	316
Chisăliță de zarzăre verzi .....	318
Chisăliță de cireșe amare .....	318
Goldane murate .....	320
Harbuji murați .....	320
Samardă murată .....	320
Castraveți murați de vară .....	320
<b>I A R N A</b>	
Fasoliță, fasole bătută sau fasole făcăluite, deci fasole .....	324
Răcitură de bob .....	326
Supă de linte care să ne-alinte .....	327
Fasole cu orez de la Ciuciuleni .....	328
Fasolea cu fidea a lui tanti Eugenia de la Vălcineț .....	328
Sos dulce de morcovi de la Ciuciuleni .....	328
Turte fierte .....	328
Palaniță .....	328
Supă de praz .....	329
Pampuște cu usturoi sau balabuște .....	329

Sfântul Andrei, protectorul strigoilor și al afacerilor matrimoniale .....	330
Responsum de Crăciun și cărți .....	332
Friptură de vrăbii .....	334
Babin den .....	335
Zemușoara cu rață umplută a mătușii Nina de la Păulești .....	336
Cârnați de casă ca la Soroca .....	336
Maț cu păsat .....	337
Larzance din satul Bezeni, raionul Florești .....	337
Rață în lut cu tot cu pene ca la Nisporeni .....	337
Ignat. Porc. Friptură. Dar și alte posibilități .....	338
Friptură de porc .....	339
Chișcă cu sânge și orez .....	340
Cârnați de sânge de la Păulești .....	340
Saltison de la Lalova .....	341
Porc cu trei feluri de fasole .....	342
Mușchiuleț de porc .....	343
Chifteluțe .....	344
Pomana porcului .....	344
Mămăligă boierească .....	346
Plăcintă cu maiură .....	346
Plăcintă cu maiură și sânge .....	346
Gogoși de mămăligă sau urși .....	347
Posmagi .....	348
Kutia .....	348
Bomboane cu nuci .....	350
Tăiței cu mac, miez de nucă și miere .....	350
Baclava .....	350
Bezele sau cocoșei albi .....	351
Prăjituri cu zer .....	352
Covrigi cu vin alb .....	352
Mălai cu bostan .....	352
Azimă .....	352
Plachia mamei .....	354
Cornișoare cu aluat de dovleac .....	354
Orez dulce la cuptor .....	354
Prune în vin .....	355
Dovleac umplut cu orez și fructe uscate .....	356
Mere umplute cu nuci și halva .....	357
Turte cu mac .....	358
Julfă & lapte de buhai .....	358
Cocoșei .....	360
Minciunele .....	361
Minciunele de post .....	361
Mămăligă postmodernă .....	362
Bibliografie .....	365
Indice .....	366



Mămăliga, simbol asumat al bucătăriei, caracterului, și exponent de vază al bogatului lexic al insultelor noastre naționale, prezentă cu smerită consecvență atât pe mesele țăranilor și ciobanilor, cât și ale diplomaților și miniștrilor, se consumă, vorba savanților, în varii forme, recipiente, consistențe și vecinătăți.

Rețeta primară este bazată pe sfânta treime a produselor din care se naște: făină de porumb, apă, sare. Urmate peste tot cu devotament de: ceaun, melesteu, răbdare.

Țăranii moldoveni de pe întreg mapamondul cred cu sfințenie că mămăliga adevărată iese bine doar în ceaunul de fontă cu fundul rotund. Fundul plat (scuzați conotațiile anatomice inopinate) al recipientelor, dictat de forma actuală a suprafețelor de gătit, cred ei, strică tot. Și simbolistica, și gustul. Dar mămăliga se încăpățânează, strânge pumnii de mălai și pășește cu pieptul (plat?) înainte în modernitate. Dacă va dori, va ajunge și în cosmos. Și bine că i-a mers vestea că nu explodează. În zilele în care explodează tot, de la borcanele cu compot din beciul lui țața Anica până la bombele chimice în Siria, e bine să fie ceva stabil în lume și în ceaun.

---

#### • 2 căni de făină de porumb

#### • 4 căni de apă

#### • sare

Punem apa la fiert. Sărăm. Presărăm (tot cu trei degete, ca și sarea) făină pe suprafața apei. Nu mă întrebați de ce se presară această făină, dar așa fac toți. Când începe să fiarbă, turnăm, în ploiță, restul făinii. Facem o cruce cu melesteul în vârful moviliței care s-a creat (ateii pot să-l considere un frumos ornament) și lăsăm să fiarbă vreo 20 de minute. Canonicii mămăligii recomandă ca în acest răstimp să vă abțineți de la impulsurile instinctive de a amesteca în ceaun. Explicația: se vor forma cocoloașe. Și pe timpuri aceste cocoloașe sau simple boțuri de făină crudă aveau puterea de a te coborî atât de iute în ierarhia mahalalei, încât multe fripturi impecabile după asta nu erau în stare să șteargă rușinea pățită. Dacă ați rezistat și nu ați amestecat, cu ceasul în mână și pulsul scăzut, acum e momentul. Circular, îndelung, până mămăliga se desprinde de melesteu. Facem focul mic și lăsăm să se coacă. Când mămăliga fâsâie, sfârâie, bolborosește supărată, desprinzându-se ușor de pereții ceaunului, e gata. O răsturnăm pe un fund de lemn sau pe un zolnic. Se poate și pe un platou de porțelan, nu transpirați. Se taie în felii cu ață albă și se servește cu orice: friptură, scrob, lapte, chisăliță, borș, tocană, brânză, ceapă, magiun și fără nimic.



**Libris**.RO

Respect pentru oameni și cărți



Data oarecum uitării, și e mare păcat, alivanca sau, cum i se mai zice la Hârjauca, malavancă, iar la Rezina – nalivancă, era cândva o mâncare de frunte a bucătăriei moldovenești. La Chetroșica se mânca în mod obligatoriu după plăcinte, deși nu era dulce, la Copăceni – în loc de plăcinte, pentru că se făcea mai repede și puteai să astupi niște guri flămânde aproape din zbor, se trimitea în zolnic celor ce trăgeau sapa în câmp, se așteptau soții acasă cu ea nici caldă, nici rece, se gătea la clăci și se umbla cu ligheanul printre clăcașii care-și ștergeau mâinile de lut de pantaloni și mai luau o îmbucătură și o gură scânteietoare

de vin rece... Evoluția alivencii a cunoscut și hopuri, și curburi maiestuoase, și împăunări boierești, și umilitatea unei spuze de vatră. Uneori turtă seacă, alteori aproape sufleu, rețeta pe care am găsit-o azi e o mâncare sățioasă și ușor de făcut. Concepută, de fapt, ca o mâncare de primăvară, în care se adăugau, ciopârțite, toate verdețurile găsite în grădină până în luna iunie, se dădea la cuptor după pâine, în tavă sau chiar pe o frunză de stevie, de hrean sau de varză, dar putem să-i facem oricând loc pe masă, dacă exilăm de aici pretențioasele buruieni și lăsăm esența, adică ceea ce urmează:

- 1 pahar de făină de porumb
- 2 linguri de făină de grâu
  - 10 ouă
  - 75 g de brânză de oi
  - 200 g de carne de porc (se recomandă de la gât, dar n-o să vă ia nimeni gâtul dacă o să puneți și cârniță din alt loc porcesc)
  - 1 lingură de ulei
  - sare
  - piper negru măcinat

Carnea se taie cuburi mici, se prăjește puțin cât să se rumenească și se împrăștie prin casă vestea că acuși se va întâmpla ceva bun. Brânza se fărâmițează cu furculița sau, dacă e mai tare, se taie și ea, mai mult sau mai puțin consecvent, fără să ne gândim la perfecțiunea cubului. Ouăle se bat energic, ca și cum v-ați gândi la un scop măreț, se adaugă în ploaie de aur făina de porumb, apoi mai modest, ca o brumă, cea de grâu, și se amestecă bine. Se adaugă brânza și carnea prăjită. Se potrivește de sare și piper. Tava sau o formă pentru copt se unge cu ulei. Se toarnă amestecul și se dă imediat la cuptor, încălzit, în prealabil, până la 180 de grade, pentru 30 de minute.

Mare atenție, dacă nu o dați imediat la cuptor, riscați ca ouăle și brânza să urce cu aroganță în partea de sus a alivencii, lăsând mălaiul greu și neconsolat la fund. Totul e reparabil, amestecați energic, să-și vină în fire și să accepte echitatea liftului social.

Adăugări și *pâsă*-uri locale. La Drochia, alivanca se face fără carne, dar, precum am spus, cu mult mărar și ceapă verde. E mai ușoară și mai pufoasă, un fel de fată mare ieșind prima dată la joc. În cinci minute rămâi doar cu trei firimituri pe masă și acelea culese rapid cu trei degete, strânse ca de rugăciune mută.

Dacă e o alivancă de iarnă, îngrelată de cărnuri și brânzeturi sărate și untoase din sud, dați-i alături un roșu sec, nebaricat, un Pinot Noir fructos și scânteind șăgalnic de la *Chateau Vartely*, cu mărgelile înșiruindu-se cochete în jurul paharului; dacă e o alivancă ușoară cu verdețuri din nord, domoliți-i căldura cu un alb energic, tânăr, plin de năravuri, Sauvignon Blanc de la *Asconi* sau de la *Migdal*.







Înainte de brândușelor și ghioceilor piețele noastre sunt invadate de urzici. Nu e gospodină sau gospodar care să nu semnaleze trecerea la meniul de primăvară cumpărându-le măcar o dată (majoritatea se opresc la această cifră, dar sunt și unii perseverenți). Acum se mănâncă de poftă, nu de foame, și de conștiința faptului că urzicile conțin mai mult fier decât un cui. Dacă n-am fost singuri într-o escapadă romantică la cules urzici de pe un mal de râpă, procesul nostru începe aici:

Spălăm îndelung sub apă curgătoare urzicile cumpărate și, dacă nu suntem foarte masochiști, ne punem niște mănuși. Le alegem. Îndepărtăm părțile mai tari. Mai clătim. Că doar nu vrem să ne rămână nisipul printre dinți, ca niște regrete nespuse.

- 1 strachină de urzici
- 1 căpățână mică de usturoi
- 1 pahar de smântână
  - 1 litru de borș
  - leuștean
  - sare
  - piper
  - 1 ceapă
- 2-3 linguri de orez
- 1 ou
- 1 linguriță de hrean ras

Tocăm ceapa și urzicile și le punem la fiert în 2 litri de apă. Peste un sfert de oră adăugăm orezul. Sărăm. Lăsăm să fiarbă încă un sfert de oră. Când orezul e aproape fiert, adăugăm borșul și hreanul. După câteva bolboroseli, peste vreo cinci minute, dregem cu amestecul din smântână, ou bătut și usturoi pisat. Potrivim de gust. Mai lăsăm puțin pe foc, apoi presărăm leușteanul tocat. Atât.

## Borș mănăstiresc cu urzici

O variantă mai austeră a borșului de mai sus, precum se și cuvine unor ființe ce se hrănesc numai cu lumină, agheasmă și rugă. Ingrediente simple, lipsite de sofisticării și gânduri ascunse, găteală ce nu necesită mari virtuozități, gust onest, ușor, tonifiant, ce să mai ceri de la un borș decât ceea ce poate duce?!

- 1-2 străchini de urzici proaspete
    - 1 ceapă
    - 1 morcov
  - o jumătate de pahar de orez sau 3 cartofi
    - ulei
    - sare
    - piper
    - pătrunjel
    - borș acru
- Alegem urzicile cu calm și cu micală de firele uscate de iarbă, nisip, bețe și firele de lână mioritică, care au împodobit pământul pe acolo pe unde cresc și urzicile. Le clătim în apă curgătoare. Opărim, tocăm. Între timp ne ocupăm de celelalte legume. Curățăm și tocăm mărunț un morcov, o rădăcină de pătrunjel, o ceapă și un gând bun. Înfierbântăm uleiul într-o tigaie și le sotăm până se înmoaie. Adăugăm orezul să se undească și el până devine sticlos. Există variante și cu cartofi, depinde ce vă place și ce aveți prin gospodărie. Mutăm toate neamurile în cratiță împreună cu urzicile, acoperim cu apă și lăsăm să bolborosească la foc molcom până orezul sau cartofii sunt gata. Adăugăm borșul acru, potrivim de gust și presărăm ploiță pătrunjelul tocat. Amin.

## Sos de urzici cu smântână

Opărim aceeași cantitate de urzici. Într-o tigaie călim ceapa până devine străvezie, adăugăm urzicile scurse de zeamă (pe care o putem folosi cu înțelepciune la clătit părul, de exemplu, sau, rece, la udat florile) și, de asemenea, le călim. Când se înmoaie, adică peste vreo 20 de minute, turnăm smântâna și mai ținem circa 5 minute pe foc, amestecând continuu. Sărăm, piperăm și adăugăm usturoiul pisat. Simplu de tot. Se poate mânca și cald, cu mămăligă și cu scrob, dar și rece, întins pe o felie de pâine prăjită și unsă delicat cu usturoi.

### Cum să ai urzici tot anul

*Urzicile, dacă-s tinerele, le speli binișor, apoi le scoți pe un ștergar și le usuci în voie la întuneric. Când n-a mai rămas picătură de apă pe ele, le pui într-un borcan uscat și curat, sigilezi și dai la rece, iar iarna le folosești, sunt ca proaspete.*

Sfat de la Stepanida Guțu din Strășeni

- 1 poală de urzici
- 1 pahar de smântână
- 1 ceapă
- 4-5 căței de usturoi
- câteva linguri de ulei
- sare
- piper

O buruiană simplă și directă cum este urzica se mulțumește cu gesturi mici, n-are nevoie de focuri de artificii ca să se simtă pusă în valoare. Ici o ceapă, dincolo o lingură de smântână și e gata să se ofere pe talger. Procedăm ca și în rețeta precedentă: o curățăm de impurități, o spălăm în apă multă. Asta nu ne temem să repetăm. Punem la fiert apa în cratiță, când clocotește, îi dăm drumul. Între timp, tocăm mărunt ceapa și usturoiul. Înfierbântăm uleiul într-o tigaie adâncă, călim ceapa și usturoiul, adăugăm urzicile scurse de zeamă și le călim vreo zece minute, cât să se înmoaie la caracter. Adăugăm smântâna, amestecăm, gândindu-ne la ceva bun. Peste vreo 5 minute, că gândurile bune nu prea durează mult, stingem focul. Urzica se simte bine alături de o mămăliguță fierbinte. Dar și a doua zi, precum am mai zis, întinsă pe o felie de pâine prăjită, nu zice nu.

## Urzici „mesticate”

La Rădenii Vechi se procedează așa: urzicile, ghilosite cum nu se poate mai bine și opărite, se aruncă în uleiul încins cu ceapă tocată și câțiva căței de usturoi. Când sunt gata înmuiate, le dăm prin mașina de tocat până „se zlămacuiesc”, sărăm, le turnăm în farfuria adânci și le dăm la rece. Mâncăm cu ceapă prăjită deasupra, cu mămligă și cu poftă.



- **1 poală de urzici sau 4-5 legături**
  - **1 ceapă mare**
  - **1 lingură de făină**
  - **2 linguri de ulei**
  - **2 căței de usturoi**
  - **1 lingură de hrean**
    - **1 ou**
    - **sare**
- Procedura de igienizare e aceeași. Cu minuțiozitate și devotament. Apoi, cu inima împăcată și degetele înghimpate, punem la fiert o cratiță de apă, presărăm o boaghe de sare și, când dă în clocot, le aruncăm. În cratiță, nu afară. Lăsăm să fiarbă un sfert de oră. Le scurgem apoi, păstrând apa (o parte pentru revigorarea podoabei capilare, iar o cană – pentru mâncărca respectivă. În funcție de răbdare și dotare, facem cu o lingură mai tare (sau un blender, mă scuzați) un piure din urzicile fierte. Tocăm mărunt ceapa, cățeii de usturoi, călim respectivele în uleiul încins până devin străvezii, adăugăm urzicile, sărăm și amestecăm bine. Dizolvăm lingura de făină în cana de apă în care au fiert urzicile și turnăm în şuviță delicată peste conținutul tigăii. Lăsăm la foc mic încă alte 10 minute. Servim cu mămliguță fierbinte, hrean și, dacă nu-i cu bănat, un oușor-două, să ungă la inimă.





# Librie.ro

## Supă de cartofi fără fasoane

Respect pentru oameni și cărți

- 1 kg de cartofi
- 1 morcov
- 2 cepe
- 2-3 căței de usturoi
- 50 ml de ulei
- sare
- piper
- boia
- frunză de dafin
- pătrunjel, leuștean sau cimbru
- 2 linguri de făină

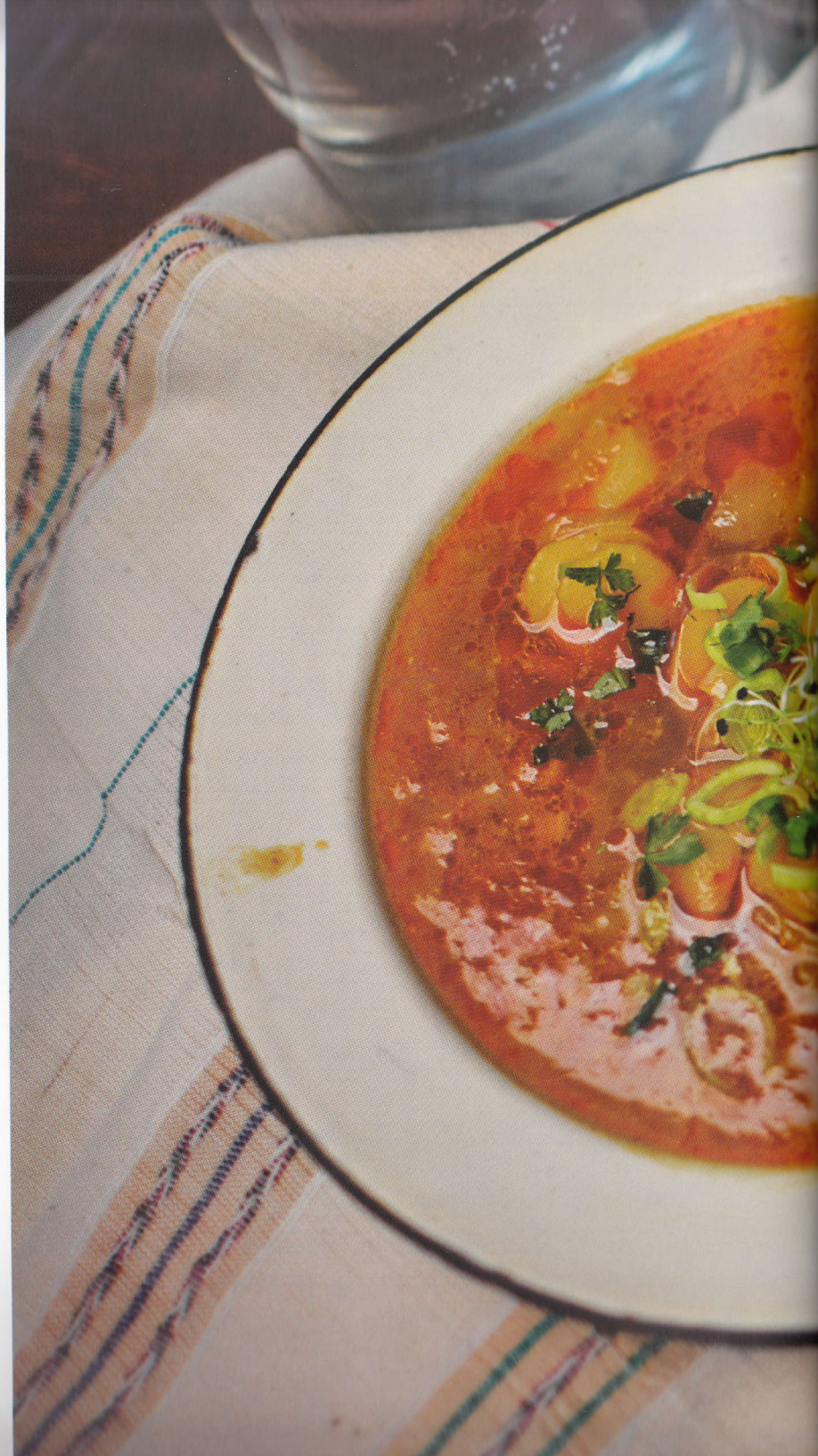
Cea mai simplă supă de post, care se face cât ai clipi și poate fi chiar foarte gustoasă, dacă azonezi bine și dacă ai cartofi de calitate. Și ce mare lucru un cartof de calitate? Că nu-i caviar. Principalul e să nu fie veșted și din soiuri sfărâncioase, că altfel ne iese piure. Tocăm cepele mărunt, cățeii de usturoi, morcovul, le aruncăm în cratița cu uleiul încins și le lăsăm până ceapa devine sticloasă, dar nu-și schimbă culoarea. Adăugăm cartofii, și, mestecând voinicește să nu se prindă de fund, până capătă și ei opacitatea necesară unei viziuni optimiste asupra vieții. Sărăm, piperăm, adăugăm boiaua și frunza de dafin. Luăm de pe foc, presărăm făina și amestecăm grijuliu să se omogenizeze. Bunica mea făcea această supă fără făină și am supraviețuit.

Adăugăm apă cât să cuprindă cartofii, acoperim și lăsăm să fiarbă, amestecând din când în când. Vor fi gata în 5-7 minute. Aruncăm verdeța tocată mărunt și lăsăm să se pătrundă. Dacă nu țineți post, puneți și o lingură de smântână. Dar parcă pare a fi în plus.

## Supă de gulii

- 8-10 gulii
- 2 cepe mari
- 1 linguriță de boia dulce
- 1 vârf de cuțit de boia iute
- 1-2 frunze de dafin
- 1 cățel de usturoi
- ulei
- sare
- piper
- verdeță (frunze de țelină, leuștean sau pătrunjel)
- 1 felie de brânză de oi

Curățăm guliile de coajă (asta e partea cea mai grea din această rețetă, restul e foaie de dafin la ureche) sau le spălăm bine de tot cu o perie. Le tăiem felii, ca pe cartofi. Tocăm ceapa mărunt, o călim în uleiul încins, adăugăm guliile, le undăm puțin și pe ele, apoi adăugăm boiaua, dafinul, sărăm, piperăm și turnăm 3-4 pahare de apă fierbinte peste. Lăsăm să fiarbă domol vreo 20 de minute, până se înmoaie. Servim cu buruienile sus-numite și felioara de brânză mărunțită deasupra. Dacă e post, atunci nu.



Libris .RO

Respect pentru oameni si carti

