

CUPRINS

PREFAȚA	5
CAPITOLUL 1 - APERITIVE	8
CAPITOLUL 2 - SALATE	13
CAPITOLUL 3 - SOSURI	22
CAPITOLUL 4 - PÂINE ȘI MĂMĂLIGUȚĂ	29
4.0. PÂINE	29
4.1. MĂMĂLIGUȚĂ	31
CAPITOLUL 5 - SUPE, CIORBE, BORȘURI	33
5.0. SUPE	33
5.1. CIORBE	38
5.2. BORȘURI	42
CAPITOLUL 6 - MÂNCĂRURI	45
6.0. DE ARDEI	45
6.1. DE CARTOFI	47
6.2. DE CIUPERCI	53
6.3. DE CONOPIDĂ	60
6.4. DE DOVLECEI	62
6.5. DE MAZĂRE	65
6.6. DE MORCOVI	67
6.7. DE FASOLE	68
6.8. DE GULII	72
6.9. DE PRAZ	73
6.10. DE VARZĂ	74
6.11. DE VINETE	75
6.12. DE ȚELINĂ	76
6.13. ALTE INGREDIENTE	77
CAPITOLUL 7 - DULCIURI	81
CAPITOLUL 8 - DULCEȚURI	103
8.0. MARMELADE	103
8.1. DULCEȚURI	107
8.2. ALTE DULCIURI	113
INDEX	115

CAPITOLUL 1 APERITIVE

1. Tartine cu sote de ciuperci

Ingrediente

3 chifle, 3 linguri cu vin, o legătură cu verdeață, 150 g ciuperci, 50 ml ulei, piper, sare.

Mod de preparare

Vom spăla ciupercile, după care le vom curăța și le vom tăia mărunt. Ceapa o vom clăti și o vom tăia mărunt, după care o vom pune la călit în uleiul încins în prealabil. Atunci când ceapa s-a înmuiat puțin, vom adăuga ciupercile și le vom înăbuși zece minute, apoi adăugăm vinul, sare și piper după gust. Adăugăm pătrunjelul mărunțit din timp. Călim compoziția până când va scădea apa lăsată de ciuperci și apoi o punem pe jumătățile de chiflă prăjite în prealabil. Le putem servi calde.

2. Măsline marinate

Ingrediente

500 g măsline, patru rondele de lămâie, o frunză de dafin, piper boabe, oțet, ulei.

Mod de preparare

Spălăm măslinele în apă caldă, le lăsăm să se răcească și apoi le punem într-un borcan. Punem într-o cană puțin oțet, apă și o lingură cu ulei și amestecăm ușor cu o lingură. Turnăm această soluție în borcanul cu măsline, legându-l cu celofan și-l păstrăm într-un loc răcoros până la întrebuințare

3. Roșii umplute cu salată de vinete

Ingrediente

8 roșii potrivite, salată de vinete, frunze de salată verde.

Mod de preparare

Spălăm și ștergem bine roșiile apoi le tăiem la fiecare capăt câte un căpăcel, după care le vom scobi o parte din miez, dar nu prea aproape de

pieliță. Vom presăra puțină sare peste fiecare roșie și le vom lăsa cu gura în jos pentru a se scurge mai bine. După ce s-au scurs, le vom umple cu salata de vinete și vom așeza fiecare roșie pe câte o frunză de salată verde.

4. Ciuperci grecești

Ingrediente

750 g ciuperci , 250 g ceapă, 100 ml vin, 3 legături de pătrunjel, puțină sare de lămâie, piper măcinat, 4 rondele de lămâie, sare.

Mod de preparare

Alegem și curățăm ciupercile apoi le spălăm în mai multe ape, iar dacă sunt prea mari le putem tăia în jumătăți sau în sferturi. Tocăm ceapa mărunt, după care o călim în uleiul încins în prealabil, până se înmoaie, apoi adăugăm ciupercile, lăsându-le să fiarbă înăbușit, până va scădea zeama. Când a scăzut putem adăuga sare și piper după gust, sare de lămâie, vin, pătrunjelul tocat mărunt în prealabil, apoi adăugăm puțină apă caldă și mai lăsăm să fiarbă aproximativ cinci minute. Se servesc reci cu rondele de lămâie.

5. Ciuperci la cuptor

Ingrediente

750 g ciuperci, pătrunjel verde, piper măcinat, ulei, sare.

Mod de preparare

Spălăm bine ciupercile și le tăiem mărunt codițele apoi adăugăm peste ele sare și piper după gust, presărăm pătrunjelul tocat în prealabil și amestecăm totul. Cu această compoziție, vom umple pălăriile ciupercilor, după care le vom așeza într-o tavă unsă cu ulei. Pe deasupra stropim cu puțin ulei. Le punem în cuptorul încins, unde le lăsăm aproximativ jumătate de oră. Se servesc reci sau calde.