

Gustarea haiducului



Ingrediente:

- 200 g de brânză de oi,
- 200 g de piept de porc afumat,
- 100 g de slănină afumată sărată,
- un mănunchi de ceapă verde,
- verdeață pentru garnisire.

Mod de preparare:

Curățați și spălați ceapa. Tăiați toate ingredientele felii. Garnisiți înainte de a o servi.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucătar-șef Putreșa Ana
or. Chișinău, str. Trandafirilor, 6

Gustare cu brinză de oi și usturoi



Ingrediente:

- 2 pahare de brinză de oi rasă nesărată,
- 70 g de unt,
- 2 linguri de nuci măcinate,
- 2-3 căței de usturoi,
- 3 linguri de verdeață tăiată mărunt,
- 1 lingură de paprica măcinată.

Mod de preparare:

Răciți untul, dați-l prin răzătoare mășcată, adăugați brânza de oi, nucile, usturoiul mărunțit, amestecați bine. Formați niște gogoși mici. Jumătate din ele treceți-le prin verdeață tăiată mărunt, iar cealaltă jumătate prin praf de paprica. Garnisiți la dorință cu legume pentru contrast (roșii, ridichi roșii, castraveți și verdeață).

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucătar-șef Putreșa Ana
or. Chișinău, str. Trandafirilor, 6

Ruladă cu brînză de vaci



Ingrediente:

- 250 g de brînză de vaci,
- 100 r de unt,
- 2-3 linguri de nuci măcinate,
- 6-8 căței de usturoi,
- ½ lămîie,
- sare,
- piper măcinat,
- 4 linguri de mărar tocat mărunt,
- ½ de ardei dulce (de dorit de culoare roșie).

Mod de preparare:

Prima variantă: Adăugați la brînză untul moale, usturoiul mărunțit. Amestecați, adăugați suc de lămîie și bateți pînă la formarea unei mase uniforme. Puneți masa cu grosimea de circa 1-1 ½ cm pe pelicula alimentară în formă de dreptunghi. Presărați cu nucile măcinate, uscate în prealabil. Formați o ruladă și răciți-o. Înainte de a o servi tăiați-o felii.

Varianta a doua: Treceți brînză de vaci prin sită, adăugați untul moale, nucile, usturoiul mărunțit, sarea, piperul. Amestecați cu mixerul, adăugați și sucul de lămîie, continuați să amestecați pînă la formarea unei mase uniforme. Puneți masa cu grosimea de circa 1-1 ½ cm pe pelicula alimentară în formă de dreptunghi. Presărați cu verdeață și ardei roșu tocate mărunt. Formați o ruladă și răciți-o. Înainte de a o servi tăiați-o felii.

Recomandări:

E o gustare, ce poate fi servită la roșii și castraveți proaspeți.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucătar-șef Ciobanu Larisa
or. Chișinău, str. Arborilor, 17/1

Salată cu carne de vită și fasole roșii



Ingrediente:

- 300 g de carne de vită,
- $\frac{2}{3}$ de pahar de fasole roșii (sau 1 pahar de fasole roșii conservate),
- 10-12 shampignoni marinați,
- castraveți marinați,
- piper negru măcinat,
- sare,
- 2 linguri de ulei,
- foi de salată.

Pentru sos:

- 4 linguri de maioneză,
- 4 linguri de muștar.

Mod de preparare:

Tăiați carnea de vită felii, presărați cu sare și piper, prăjiți în ulei pînă e gata. Tăiați ciupercile în 4 părți, castraveții marinați – felii. Tăiați foile de salată ca tăitei mășcați sau rupeți-le cu mâinile. Amestecați maioneza cu muștarul. Uniți toate ingredientele, amestecați.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucătar-șef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Sîngera str. Aerogării, 31

Salată cu fasole păstăi și ardei



Ingrediente:

- 400 g de fasole păstăi,
- 4-5 ardei dulci,
- 2 cepe medii,
- 2 linguri de ulei,
- ½ de linguriță de oțet de vin,
- piper negru măcinat,
- sare,
- pătrunjel, verdeață.

Mod de preparare:

Rupeți cozile și ațele fasolelor verzi și fierbeți în apă sărată 10-12 minute. Răciți, fasolele măscate tăiați-le mărunt. Tăiați ceapa pai și prăjiți-o pînă la culoare aurie. Coaceți ardeii în rolă pe rețea, scoateți-le pielea, tăiați-i pai. Usturoiul tocați-l mărunt cu cuțitul, dacă e posibil, plăcuțe (astfel e mai bine decât prin tocătorul de usturoi). Uniți toate ingredientele, adăugați sare, piper, oțet, verdeața tocată mărunt. Puneți masa obținută în salatiară.

Recomandări:

Salata e excelentă și ca mâncare separată, dar și ca garnitură la carnea de vită și pasăre preparate la grătar.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucătar-șef Lazarev Vasili
or. Chișinău, str. Ghidighici, 1/2

Fasoliță (fasole făcăluite)



Ingrediente:

- 1 pahar de fasole (pentru fierbere e mai potrivită fasolea albă),
- 2-3 cepe,
- 3 linguri de ulei,
- 4-5 căței de usturoi,
- sare,
- piper măcinat.

Mod de preparare:

Se fierbe fasolea aleasă, spălată, pînă este gata fără adaos de sare, strecurați zeama în care a fiert, dați fasolea prin mașina de tocat carne. Apoi tăiați ceapa inele și rumeniți-o pînă la culoarea aurie. Jumătate din ceapa cu ulei se unește cu masa de fasole, se sarează, se piperează, se adaugă usturoiul mărunțit, se amestecă. A se servi garnisit cu ceapa prăjită rămasă. Acest fel de mîncare e gustos atît rece, cît și cald.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucătar-șef Putreșa Ana
or. Chișinău, str. Trandafirilor, 6

Fasole înăbușite cu roșii



Ingrediente:

- 1 pahar de fasole pentru fierbere (albă),
- 3 roșii medii coapte,
- 2 linguri de ulei,
- 3 căței de usturoi,
- sare,
- piper măcinat,
- 1 lingură de verdeață tocată mărunt.

Mod de preparare:

Fierbeți fasolea, treceți-o prin strecurătoare și sărați-o. Ceapa tăiată cubulețe prăjiți-o pînă la culoarea aurie. Opăriți roșiile, scoateți-le pielea și dați-le prin răzătoare măscată, adăugați-le la ceapa prăjită, piperati și lăsați să se înăbușe 3-5 minute. Uniți masa obținută cu fasolea fiartă. Înăbușiți încă puțin, la sfîrșit adăugați usturoiul (tocat cu cuțitul, de preferiță) și verdeața tocată mărunt.

Recomandări:

E un fel de mîncare care e folosit rece ca aperitiv, dar și ca garnitură universală caldă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucătar-șef Ciobanu Larisa
or. Chișinău, str. Arborilor, 17/1

Roșii umplute cu ciuperci



Ingrediente:

- 8 roșii tari,
- sare.

Pentru umplutură:

- 6 ciuperci,
- 2 cepe,
- 2 ouă,
- 1 lingură de brânză de oi nesărată sau de brânză cu cheag tare (la dorință),
- 2 linguri de unt,
- sare,
- piper măcinat,
- 1 lingură de verdeață tocată mărunt,
- 1 lingură de ceapă tocată mărunt.

Mod de preparare:

Tăiați „capacul” roșiilor, înlăturați pulpa și semințele cu lingurița, umpleți-o cu umplutură.

Prepararea umpluturii: Fierbeți ciupercile, tăiați-le pai, prăjiți-le cu ceapă, adăugați ouăle fierte, sarea, piperul măcinat, verdeața, brânza de oi, amestecați totul. Înainte de a servi presărați cu ceapă verde.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucătar-șef Lazarev Vasilii
or. Chișinău, str. Ghidighici, 1/2

Roșii umplute cu vinete



Ingrediente:

- 4-6 roșii cărnoase,
- sare,
- 1 lingură de verdeață tocată mărunt.

Pentru umplură:

8-10 linguri de vinete (vezi receta „[Vinete tocate](#)”)

Mod de preparare:

Tăiați „capacul” roșiilor sau faceți câte „o floare”, cu ajutorul linguriței scoateți pulpa și semințele roșiilor, umpleți cu vinete.

Înainte de a servi, presărați cu verdeața tocată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, București, 67

Roșii umplute cu brinză de oi



Ingrediente:

- 4-6 roșii tare (de mărime medie),
- foi de salată pentru garnisire.

Pentru umplutură:

- 1 ½ pahar de brinză rasă,
- 100 g de unt,
- 3-4 felii de usturoi.

Mod de preparare:

Tăiați „capacele” roșiilor sau faceți „o floare”, cu ajutorul linguriței scoateți pulpa roșiilor, umpleți cu masa obținută.

Prepararea umpluturii: Brânza nesărată amestecați-o cu untul moale. Adăugați usturoiul, tocat cu cuțitul. Amestecați.

Puneți roșiile umplute pe foile de salată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, București, 67

Castraveți cu salată verde și brânză



Ingrediente:

- 2 castraveți,
- 150 g foi de salată verde,
- 100 g ceapă verde,
- 2 linguri de brânză rasă,
- 1 ou,
- 1 linguriță,
- 3 linguri de maioneză,
- 2 linguri de verdeață tocată (mărar și pătrunjel).

Mod de preparare:

Tăiați castraveții fidea, adăugați ceapa tocată mărunt, foile de salată mărunțite, felile de ou fiert, mărarul și pătrunjelul tocate mărunt. Stropiți totul cu suc de lămâie, sărați, amestecați totul. Puneți salata pe farfurie moviliță, condimentați cu maioneză, presărați cu brânză rasă, decorați cu verdeață de pătrunjel.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucătar-șef Ciobanu Larisa
or. Chișinău, str. Arborilor, 17/1

Castraveți umpluți cu carne de găină



Ingrediente:

- 4 castraveți mari,
- 2 linguri de maioneză,
- 4-5 măslina fără sîmburi.

Pentru umplutură:

- 100 g de file de carne de găină fiartă,
- ½ de tulpină de praz (partea albă),
- 2 linguri de ulei,
- 3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeață tocată.

Mod de preparare:

Castraveții pregătiți în prealabil, se taie în jumătate, se înlătură pulpa și semințele, astfel încît, să obțineți niște bărcuțe. Sărați, puneți umplutura. Înainte de a se servi ornați cu maioneză și măslina.

Prepararea umpluturii: Treceți carnea prin tocătorul de carne sau tăiați-o pai. Adăugați prazul tăiat, sarea, ardeul și căliți totul la foc încet timp de 10-15 minute. Înainte să închideți focul, puneți usturoiul pisat și verdeața tocată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucătar-șef Berectari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Gogoșari umpluți cu porumb, morcov și prune uscate



Ingrediente:

- 6-8 gogoșari,
- 1 lingură cașcaval ras,
- 1 lingură maioneză,
- pătrunjel verde.

Pentru umplutură:

- 2 morcovi,
- ½ pahar de porumb boabe conservat,
- 1 pahar prune uscate,
- 1 lingură cașcaval tare dat prin răzătoare,
- 1 lingură ulei,
- 2 linguri smântână,
- sare,
- 1 lingură mărar verde tăiat mărunt.

Pentru marinată:

- 2 linguri de oțet,
- 1 linguriță de zahăr,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- frunză de mentă (la dorință),
- sare.

Mod de preparare:

Se înlătură partea de sus a gogoșarilor împreună cu pedunculul și semințele, se spală de semințe, gogoșarii se fierb timp de 2-3 minute în marinată. Când se răcesc, se pune umplutura, se așează pe o tavă, peste ei se toarnă maioneză, se presară cu cașcaval și se dau la cuptor. Înainte de a se servi, se garnisesc cu pătrunjel.

Prepararea umpluturii: Morcovul se dă prin răzătoare mășcată, apoi se rumenește. Prunele se opăresc, se curăță de sîmburi și se taie feliuțe. Se amestecă morcovul, porumbul, prunele, mărarul, sarea, cașcavalul și smîntînă.

Prepararea marinatei: În 0,5 l de apă se adaugă sare, zahăr, frunză de dafin, mîntă, piper și se fierbe circa 3-5 minute, apoi se toarnă oțet și se aduce marinata pînă la fierbere.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucătar-șef Lazarev Vasilii
or. Chișinău, str. Ghidighici, 1/2

Ardei grași ca acasă



Ingrediente:

- 8 ardei de mărime medie,
- 1 lingură pătrunjel și mărar tăiat.

Pentru sos:

- 2-3 roșii,
- 2 cepe medii,
- 2 linguri de ulei,
- 1 morcov,
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ardeiul se prepară ca în rețeta „Ardei dulce umplut”; se pune pe o farfurie în formă de evantai. La mijloc se pune sosul.

Prepararea sosului: Ceapa și morcovul se taie fidea, se rumenesc. Roșiile se opăresc, se curăță de piele, se dau prin răzătoare mășcată, se adaugă la celelalte legume. Se călesc timp de 5-7 minute. La sfîrșit se adaugă sare, piper negru, usturoiul strivit și verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucătar-șef Putreș Ana
or. Chișinău, str. Trandafirilor, 6

Ardei grași prăjiți cu sos



Ingrediente:

- 8 ardei,
- 1 lingură verdeață tăiată mărunt,
- 2 linguri ulei,
- 8 bucăți brinză (la dorință).

Pentru sos:

- 2-3 roșii succulente,
- 3 cepe medii,
- 2 linguri ulei,
- 4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ardeii se coc pe rețea în cuptor sau la grătar, se curăță de coajă, peduncul și semințe, se prăjesc ușor în ulei, se sarează. Ardeii se aranjează în formă de evantai pe o farfurie, în centrul căreia se pune sosul. Ornați cu bucățele de brinză.

Prepararea sosului: Roșiile se opăresc, se curăță de piele, se dau prin răzătoare. Ceapa, tăiată cuburi, se rumenește, se adaugă roșiile. Amestecul se călește la foc mic până devine consistent. Sarea, piperul, usturoiul tocat și verdeața se adaugă la sfârșit.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucătar-șef Berețari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Gustare rece din legume prăjite



Ingrediente:

- 1 dovlecel,
- 1 vînătă,
- 3 ardei grași,
- ½ pahar ulei,
- sare,
- piper negru măcinat

Pentru sos:

- 1-2 cepe,
- 2-3 roșii,
- 2 linguri ulei,
- 3-4 căței de usturoi,
- ½ linguriță zahăr,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Dovlecelul și vînăta pregătite, în prealabil, se curăță și se taie sub unghi felii cu grosimea de 0,5-1 cm, se prăjesc în ulei, se sarează și se piperează. Ardeii se prăjesc întregi în ulei pînă se înmoaie, apoi se curăță de piele și se sarează. Legumele se pun pe o farfurie plată, în centrul farfuriei se pune sosul. Înainte de a se servi, se presară cu verdeață.

Prepararea sosului: Ceapa se taie cuburi mici sau semiinele. Roșiile se opăresc, se curăță de piele și se dau prin răzătoare, usturoiul se pisează. Ceapa se rumenește în ulei, apoi se adaugă roșiile și se prăjesc la foc slab pînă se îngroașă. Sarea, zahărul și usturoiul pisat se adaugă la sfîrșit.

Ardei umpluți cu mere și morcov



Ingrediente:

- 8-10 ardei,
- pătrunjel verde.

Pentru umplutură:

- 3-4 mere,
- 2 morcovi,
- 1 lingură unt,
- ½ pahar maioneză,
- ½ pahar brinză nesărată dată prin răzătoare,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ardeii se coc în cuptor, se curăță de coajă, peduncul și semințe, se pune umplutura, se aranjează în farfurie, se garnisește cu pătrunjel.

Prepararea umpluturii: Morcovii se dau prin răzătoare măscată, se rumenesc și se răcesc. Merele se curăță de coajă, se dau prin răzătoare, se amestecă cu morcovi și brinză, se adaugă sare, piper, maioneză, se amestecă atent.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîșna”
bucătar-șef Țibuleasa Liudmila
or. Chișinău, str. Hipodromului, 9/1

Ardei umpluți cu brânză



Ingrediente:

- 4 ardei medii (de preferință de culoare roșie sau portocalie),
- pătrunjel verde.

Pentru umplutură:

- 1½ pahare brânză dată prin răzătoare,
- 100 g unt,
- 3-4 căței de usturoi,
- 2 linguri verdeață tăiată mărunt,
- 10-15 măsline fără sămburi (la dorință),
- piper negru măcinat

Mod de preparare:

Ardeii se spală, se taie partea de sus împreună cu pedunculul și semințele. Pe 1-2 minute se pun în uncrop, apoi se scurg prin strecurătoare și se lasă să se răcească. Se pune umplutura, în mijlocul ardeilor umpluți se pun măslinele, totul se pune în frigider.

Prepararea umpluturii: Untul refrigerat se dă prin răzătoare, se amestecă cu brânza, usturoiul pisat, piperul și verdeața. Înainte de a se servi, ardeii se taie felii, se pun pe farfurie și se garnesc cu verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucătar-șef Berectari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Ardei grași umpluți, murați ca acasă



Ingrediente:

- 8-10 ardei grași,
- 1 lingură ulei,
- 1 lingură ceapă verde tăiată mărunt,
- pătrunjel verde.

Pentru umplutură:

- ½ căpățână de varză,
- 2 morcovi,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 2 cepe,
- 2 mere,
- 1/3 pahar ulei,
- 1 lingură sare,
- 3 linguri mărar,
- pătrunjel verde tăiat mărunt.

Mod de preparare:

Ardeii pregătiți se pun într-o cratiță emailată, se acoperă cu o farfurie, deasupra se pune o greutate. Peste 5 zile ardeii vor fi gata. Înainte de a se servi, se stropesc cu ulei, se presară cu ceapă verde și se garnesc cu pătrunjel.

Prepararea umpluturii: Morcovii, pătrunjelul, ceapa se taie pai, se rumenesc. Varza se taie mărunt, se freacă cu sare. Se adaugă merele tăiate felioare, legumele prăjite, verdeața. Se amestecă totul.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîșma”
bucătar-șef Tîbulică Liudmila
or. Chișinău, str. Hipodromului, 9/1

Vinete murate umplute cu legume



Ingrediente:

- 4 vinete,
- 3 linguri de ulei,
- 1 lingură de sare,
- țelină și pătrunjel verde.

Pentru umplutură:

- ¼ căpățână de varză,
- 1 morcov,
- ½ rădăcină de pătrunjel,
- ½ rădăcină de țelină,
- 5-6 căței de usturoi,
- 3 linguri pătrunjel verde tăiat mărunt.

Mod de preparare:

Vinetele se spală, se taie pedunculul, apoi se taie de-a lungul dintr-o parte, nu pînă la capăt. Se fierb în apă puțin sărată 10-15 minute, se scot și se pun sub o greutate pentru a se scurge lichidul amar. Se umplu vinetele, apoi se leagă cu tulpinile de țelină opărite și se pun în cratiță, sub o greutate. Lăsați-le cîteva zile să se mureze. Înainte de a se servi, se taie felii, deasupra se toarnă ulei.

Prepararea umpluturii: Morcovul, pătrunjelul și țelina se taie fidea, se rumenesc puțin, se amestecă cu varza tăiată și frecată cu sare, verdeața și usturoiul pisat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîșma”
bucătar-șef Tîbuliscaia Liudmila
or. Chișinău, str. Hipodromului, 9/1

Vinete tocate



Ingrediente:

- 2 vinete,
- 2 roșii,
- 1 ceapă,
- 3 linguri ulei,
- 2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură mărar și pătrunjel tăiat.

Mod de preparare:

Vinetele se coc la cuptor sau grătar, se curăță de coajă și peduncul, sucul se scurge. Miezul se mărunțește cu un cuțit de lemn, se adaugă ceapa prăjită, roșiile, date prin răzătoare, sarea și se înăbușă la foc mic timp de 20-25 minute, apoi se adaugă usturoiul pisat. Se amestecă și se bat bine. Înainte de a se servi, se presară cu mărar.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucătar-șef Berectari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Coșulețe din vinete



Ingrediente:

- 3 vinete,
- 1/3 praz,
- 1 ou,
- 2 linguri de cașcaval ras,
- 2 linguri ulei,
- sare,
- frunze de salată verde.

Pentru umplură:

- 1 ceapă,
- 2 roșii,
- 1 ou,
- 1 pahar brinză dată prin răzătoare,
- 1 lingură ulei,
- 3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Vinetele se taie rondelle (cu grosimea de 5-6 cm). Cu o linguriță li se scoate o parte din miez, ca să iasă „coșulețe”. Vinetele astfel pregătite, se fierb în apă sărată, apoi se scurg prin strecurătoare și se spală cu apa rece. „Coșulețele” se umplu, se pun pe tavă, se presară cu ou fiert și mărunțit, se stropesc cu ulei, apoi se dau la cuptor. Când se răcesc, se pun în farfurie pe foi de salată, se garnisesc cu verdeață, din rondelle de praz se fac codițe.

Prepararea umpluturii: Ceapa se mărunțește și se prăjește, se adaugă roșiile mărunțite (fără coajă), toate se înăbușă puțin. Când se răcește, se adaugă oul fiert și mărunțit, usturoiul pisat cu sare și piper, se amestecă totul.

Vinete umplute cu ciuperci



Ingrediente:

4 vinete,
4 linguri brânză dată prin răzătoare,
3 linguri ulei,
2 linguri de unt topit.

Pentru umplutură:

6 ardei dulci,
5 ciuperci,
1 ceapă,
2 roșii,
4 linguri de brânză,
3 căței de usturoi,
sare,
piper negru măcinat,
1 lingură de verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Vinetele se taie felii cu 5-6 cm grosime, cu o linguriță se scoate o parte din miez și se pune deoparte. Vinetele se prăjesc în ulei, se umplu cu masa obținută, se pun pe tava, se presară cu brânză, se stropesc cu untul topit și se coc în cuptor până la obținerea unei cruste rumene.

Vinetele umplute pot fi servite și reci și calde.

Prepararea umpluturii: Ciupercile se fierb, roșiile se opăresc și se curăță de coajă. Se curăță ardeii și ceapa. Legumele se taie mărunț, roșiile se dau prin răzătoare, totul se amestecă și se călește, se adaugă brânză, țelină, usturoiul pisat, sare, piper negru și se amestecă.

Salată din carne de pui și legume prăjite



Ingrediente:

- 300-400 g file de pui,
- 1 ½ vînătă,
- 2 ardei grași,
- 2 linguri miez de nucă mărunțit,
- 8-10 ciuperci champignon,
- 8 foi de salată,
- $\frac{1}{3}$ pahar ulei,
- 2 lingurițe zeamă de lămâie,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea de găină se taie pai, se sarează și se piperează, se rumenește într-o tigaie încinsă în jumătatea de normă de ulei, pînă la rumenire. Se stropește cu cîteva picături de zeamă de lămâie.

Vinetele și ardeii se taie fidea mășcată. Roșiile se taie în patru. Se prăjesc fiecare separat în ulei. După ce se răcesc, se amestecă legumele cu carnea, se adaugă sare și piper, se pune pe farfurie. Zeama de lămâie și uleiul se amestecă, se toarnă peste salată. Dacă doriți puteți presăra cu verdeață tăiată. Înainte de a se servi, puteți presăra și cu nuci măcinate uscate.

Salată din legume ca la Chișinău



Ingrediente:

- 2 castraveți,
- 2 roșii,
- 2 ardei grași,
- 50 g ceapă verde,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- 8-10 măsline,
- ½ pahar smântână sau 4 linguri ulei.
- sare

Mod de preparare:

Roșiile și castraveții se taie felii sau rondelle, ardeii – fidea. Ceapa se mărunțește. Toate ingredientele se amestecă, se adaugă verdeață, se sarează. Înainte de a se servi, se pune ulei sau smântână, se garnisește cu măsline.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Alina
or. Chișinău, București, 67

Salată cu ardei copti și mazăre verde



Ingrediente:

- 6 ardei grași,
- ¼ pahar de mazăre verde conservată,
- 1 ceapă,
- 4 roșii,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- 100 g vin roșu de masă.

Pentru sos:

- 2 linguri ulei,
- 2 linguri oțet de vin,
- ½ linguriță zahăr,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ardeii se curăță de peduncul și semințe, se coc la cuptor pe rețea, se curăță de coajă, codiță și semințe, se taie felii. Ceapa, tăiată semiinele, se spală în apă rece, se scurge bine, deasupra se toarnă vin și se pune la marinat pe 10-15 minute. Roșiile se taie felii. Mazărea, legumele și verdeața se amestecă, se adaugă sos, se pun în farfurie, se garnisesc cu verdeață.

Prepararea sosului: Se amestecă uleiul vegetal și oțetul, se adaugă sare, zahăr, piper măcinat. Ingredientele se amestecă și se bat bine.

Gustare moldovenească



Ingrediente:

- 4 castraveți,
- 4 roșii,
- 3 ardei grași,
- 100 g ceapă verde,
- 200 g brânză,
- 40 g unt,
- pătrunjel verde.

Mod de preparare:

Ardeii se curăță de peduncul și semințe. Legumele se pun în farfurie, lângă ele - brânza și untul, tăiate feliuțe. Se garnisește cu verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucătar-șef Berectari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Salată de țelină cu mere



Ingrediente:

- 400 g rădăcini de țelină,
- 3-4 mere,
- 2 linguri maioneză,
- 2 linguri smântină,
- sare,
- 1 lingură verdeață de pătrunjel tocată.

Mod de preparare:

Țelina și merele se curăță, se taie fidea, se amestecă, se sarează, se adaugă smântină și maioneză. Înainte de a se servi garnisiți cu verdeață (la dorință).

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, București, 67

Salată de fasole păstăi cu verdeață și usturoi



Ingrediente:

- 600 g fasole păstăi,
- 2 linguri de ulei,
- 1 lingură oțet de vin,
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- 2 linguri de verdeață tocată mărunt.

Mod de preparare:

Rupeți cozile și ațele fasolelor, fierbeți-le în apă sărată 10-12 minute, scurgeți-le prin strecură-toare, răciți-le, tăiați-le. Puneți fasolea în cratiță, adăugați ulei, oțet, usturoi pisat, puneți un capac și lăsați pentru 1,5-2 ore. Înainte de a se servi salata puneți pe farfurie foile de salată, presărați cu verdeață tocată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, București, 67

Salată din fasole păstăi cu legume



Ingrediente:

- 500 g fasole păstăi,
- 2 roșii,
- 1 castravete,
- 2 linguri ulei,
- 1 lingură oțet,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură mărar verde tăiat,
- frunze de salată verde.

Mod de preparare:

Fasolele păstăi se curăță de codițe și ațe și se fierb în apă sărată, se scurg prin strecurătoare, se răcesc, se taie. Roșiile se curăță de pieliță, se taie. Salata și castravetele se mărunțesc. Legumele se amestecă, se adaugă mărar, sare, piper, usturoi pisat, se toarnă oțet și ulei, se amestecă. Puneți pe farfurie frunzele de salată, puneți legumele moviliță, garnisiți-le cu feliuțe de roșii.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, Bucuresti, 67

Tocătură de dovleci



Ingrediente:

- 4 dovlecei,
- 2 cepe,
- 2 roșii,
- 3 linguri ulei,
- 2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Dovleceii se curăță de peduncul și coajă, se dau prin răzătoare mășcată, se storc de zeamă și se prăjesc în ulei. Ceapă se taie mărunt și se rumenește, apoi în tigaia cu ceapă se adaugă roșiile curățate de pieliță și tăiate cuburi mici și se înăbușă 3-5 minute. Se amestecă toate, se adaugă sare, piper și verdeață și se mai amestecă o dată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucătar-șef Putreșă Ana
or. Chișinău, str. Trandafirilor, 6

Salată de sfeclă cu mere și nuci



Ingrediente:

- 1 sfeclă,
- 1 măr,
- ½ pahar prune uscate,
- ½ pahar stafide,
- ½ pahar maioneză,
- 2 linguri miez de nucă pisat,
- 1/3 pahar scorțișoară.

Mod de preparare:

Sfecla se fierbe, se răcește. Sfecla și merele, curățate de coajă, se dau prin răzătoare măscată. Prunele se opăresc în apă fierbinte, se curăță de sâmburi, se taie fidea. Stafidele se spală. Se amestecă toate, se adaugă nuci și scorțișoară. Se condimentează cu maioneză și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, București, 67

Tocătură de ciuperci



Ingrediente:

- 700 g ciuperci,
- 4 cepe,
- ½ pahar ulei,
- 1 linguriță zeamă de lămâie,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- pătrunjel verde.

Mod de preparare:

Ciupercile se fierb, se taie mărunt și se prăjesc. Ceapa se taie și se rumenește. Se amestecă ciupercile cu ceapă și se înăbușă cu capac la foc mic circa 10-15 minute. Când se răcesc, se dau prin mașina de tocat, se adaugă sare, piper, zeamă de lămâie, usturoi pisat.

Tocătura e mai gustoasă, dacă se folosesc ciuperci proaspete de 2-3 feluri.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, București, 67

Ciuperci umplute



Ingrediente:

- 8 ciuperci champignon medii,
- 1 lingură unt,
- 1 lingură brânză nesărată.

Pentru umplutură:

- 1 ceapă,
- 1 lingură unt,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Pălăriile ciupercilor se umplu, se presară cu brânză și se coc la cuptor. Se servesc și reci și calde.

Prepararea umpluturii: Piciorușele ciupercilor se mărunțesc și se înăbușă în unt, se adaugă ceapa prăjită, sarea, piperul, se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, București, 67

Vinegretă cu scrumbie și porumb



Ingrediente:

- ½ sfeclă,
- ½ pahar porumb conservat,
- 1 ceapă,
- 1 morcov,
- 2 cartofi,
- 2 castraveți murați,
- 1 scrumbie,
- 3 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tocată,
- 8-10 măsline.

Mod de preparare:

Castraveții, ceapa, cartofii și sfecla fiartă se taie cuburi, se adaugă porumbul, verdeața, sarea, piperul, uleiul. Se amestecă toate. Dacă vrem să păstrăm culoarea naturală a fiecărui component, sfecla fiartă se amestecă cu ulei aparte și se adaugă în vinegretă doar la sfârșit. Fileul de scrumbie se pune pe 1-2 ore la muiat în lapte (astfel devine mai fin), se taie feliuțe. Puneți vinegreta în salatiară, garnisiți-o cu felii de scrumbie, cu porumb și măsline.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîșna”
bucătar-șef Țibuleasa Liudmila
or. Chișinău, str. Hipodromului, 9/1

Pateu cu scrumbie, brinză de vaci și nuci



Ingrediente:

- 2 scrumbii,
- 250 g brinză de vaci,
- 3 linguri unt,
- 1 pahar lapte,
- 3 linguri miez de nucă pisat,
- 8-10 măslina,
- lămâie,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Tăiați file scrumbia, înmuiați-o în lapte (ca să fie mai fină) timp de 1-2 ore, apoi treceți-o prin mașina de tocat împreună cu brinză și nucile de 2 ori. Adăugați untul moale, piperul. Amestecați. Bateți bine într-un mixer. Masa obținută puneți-o pe farfurie. Garnisiți cu măslina, lămâie. Dacă doriți puteți servi pateul pe un cruton de pâine.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîșma”
bucătar-șef Țibulșcaia Liudmila
or. Chișinău, str. Hipodromului, 9/1

Pește copt cu legume și mirodenii



Ingrediente:

- 2 pești proaspeți de mărime mijlocie,
- 2-3 linguri de ulei,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 1 morcov,
- 2 cepe,
- 100 g burtă afumată de porc (opțional),
- 4-5 căței de usturoi,
- 1 foaie de dafin,
- sare,
- piper negru și cuișoare englezești boabe.

Mod de preparare:

Rădăcina de pătrunjel, usturoiul și roșiile se taie felii, ceapa – inele. Pe ambele părți ale peștilor, curățați de solzi și măruntaie, faceți câteva tăieturi pe diagonală. În aceste tăieturi puneți felii de legume, de slănină, usturoi, piper, foi de dafin, crenguțe de mărar și pătrunjel. Peștii se sarează, se pun pe tavă (la dorință se adaugă rondele de praz și morcov), se stropesc cu ulei și se dau la cuptor. Din când în când se stropesc cu sucul pe care-l lasă peștii. Peștele se servește cald sau rece, presărat cu verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîșma”
bucătar-șef Țibulecaia Liudmila
or. Chișinău, str. Hipodromului, 9/1
tel: (022) 43-70-50

Ruladă de scrumbie umplută cu legume



Ingrediente:

- 2 scrumbii,
- 1 pahar cu lapte,
- 8 măsline,
- ¼ lămâie,
- pătrunjel verde.

Pentru umplutură:

- 2 morcovi,
- 2 cepe,
- 2 linguri ulei,
- 1 linguriță oțet,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- 1 lingură de verdeață tăiată (mărar și pătrunjel).

Mod de preparare:

Fileul de scrumbie se pune pe 2-3 ore la înmuiat în lapte, se taie felii de 6-8 mm grosime, în care se pune umplutura și se rulează, se pun în salatiерă, se garnisesc cu pătrunjel, măsline și rondelle de lămâie.

Prepararea umpluturii: Morcovii se taie fidea, ceapa – semiinele. Ceapa se prăjește în ulei, se adaugă morcovul. Continuând prăjirea, se toarnă oțetul, se pune piper și foi de dafin și se fierbe înăbușit pînă este gata. Cînd se răcește, se adaugă verdeața și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucătar-șef Berectari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Pește prăjit cu mujdei



Ingrediente:

- 1 pește proaspăt mare de 1,5-2 kg (sau 4 mici),
- 2 linguri de făină de porumb,
- 4 linguri de ulei,
- sare.

Pentru mujdei:

- ½ pahar bulion concentrat,
- 8-10 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- ½ lingură verdeață tocată,
- ½ lingură ardei gras tăiat foarte mărunț.

Mod de preparare:

Pentru acest fel de mâncare se potrivește orice pește proaspăt. Se taie, capul, coada și aripile (toate acestea pot fi folosite pentru prepararea bulionului) peștelui curățat de solzi și măruntaie, apoi peștele se taie în părți egale, se sarează, se trece prin făină și se rumenește în tigaie (peștele mic se prăjește întreg). Se coace la cuptor până este gata. Se pune pe talger, mujdeiul se servește separat. Acest fel de mâncare poate fi servit și rece, și cald.

Prepararea mujdeiului: Usturoiul se pisează cu sare și piper. Se adaugă verdeața, ardeiul, se toarnă bulion rece de pește, se amestecă.

Ruladă din carne de porc cu caise uscate



Ingrediente:

- piept de porc (file) 500-600 g,
- 8-10 caise proaspete (10-12 caise uscate),
- 20 g gelatina cu granule mici,
- sare,
- piper negru măcinat

Pentru bulion:

- 1 morcov,
- 1 ceapă,
- 1 rădăcină de pătrunjel (țelină),
- sare.

Mod de preparare:

Pieptul se curăță de membrane, se taie în două straturi, însă nu până la capăt, astfel că să se desfacă în formă de carte, se bate printr-o peliculă alimentară până la dimensiunea de 0,5 cm, se sarează, se piperează, se presară cu gelatină. Caisele proaspete se curăță de sâmburi (cele uscate se spală), se taie în jumătăți. Caisele se pun pe o margine de carne, apoi carnea se rulează, se leagă cu o sfoară și se fierbe într-o cantitate mică de bulion. După ce rulada este gata, se lasă să se răcească sub greutate.

Înainte de a se servi, se îndepărtează sfoara, rulada se taie felii. Se servește cu legume proaspete sau cu fructe marinate.

Ruladă de mușchi de vită cu prune uscate



Ingrediente:

- mușchi de vită 500-600 g,
- 10-12 prune uscate,
- 20 g gelatină praf,
- sare,
- piper negru măcinat

Pentru bulion:

- 1 morcov,
- 1 ceapă,
- 1 rădăcină de pătrunjel (țelină),
- sare,
- foi de dafin

Mod de preparare:

Mușchiul se curăță de membrane, se taie în două straturi, însă nu până la capăt, astfel că să se desfacă în formă de carte, se bate printr-o peliculă alimentară până la 0,5 cm grosime, se sarează, se piperează, se presară cu gelatina. Prunele uscate se spală (dacă sunt prea uscate, se înmoaie în uncrop), se îndepărtează sămburii, se pun pe carne la o margine, se formează rulada, se leagă cu o sfoară, se fierbe într-o cantitate mică de bulion. După ce rulada este gata, se lasă să se răcească sub greutate.

Înainte de a se servi, se îndepărtează sfoara, rulada se taie felii. Se servește cu legume proaspete sau fructe marinate.

Ruladă din carne de pui cu ardei copt



Ingrediente:

- 1 pui de 1-1,2 kg,
- 2-3 ardei dulce (de preferință de culoare),
- 10-15 crenguțe de pătrunjel,
- 0,5 pahar cașcaval tare dat prin răzătoare,
- piper negru măcinat

Mod de preparare:

Pe carcasa de pui pregătită se face o tăietură de-a lungul sternului, cu un cuțit ascuțit, se îndepărtează sternul și oasele spinării. Se taie aripioarele, se îndepărtează oasele picioarelor și coapselor, obținându-se un strat de carne cu piele fără oase. Se bate ușor prin peliculă, se presară cu sare și piper, se lasă să se marineze pentru 1-2 ore. Ardeii se coc la cuptor, se curăță de pieluță și semințe, se taie felii mășcate. Se distribuie pe carnea de pui împreună cu pătrunjelul spălat. Carnea se rulează strâns, se leagă cu o sfoară, se înfășoară în frunze de viță-de-vie sau folie de aluminiu, se dă la cuptor pe 35-40 minute la temperatura de 180 de grade. Rulada este gata atunci, când la străpungere se elimină un suc incolor. După aceasta se îndepărtează frunzele (folia de aluminiu) și se mai lasă pentru 3-5 minute la cuptor la temperatura de 200 de grade pentru ca să se rumenească.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chisinau, or. Singera str. Aerogarii, 31

Salată din ridiche, morcov și ceapă verde



Ingrediente:

- 1 ridiche,
- 1 morcov,
- 1 ceapă verde (partea de sus),
- 2 linguri de ulei,
- sare.

Mod de preparare:

Ridichea și morcovul se spală, se curăță și se taie pai, se condimentează cu sare, ulei, se pune în farfurie în formă de moviliță și se presară cu ceapa verde tăiată mărunt.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucătar-șef Bostănică Angela
or. Chișinău, str. Alba Iulia, 190/1

Salată de legume prăjite



Ingrediente:

- 1 vinătă,
- 1 dovlecel,
- 1 ardei gras,
- 1-2 roșii,
- 1 praz (partea verde),
- 100 grame de brânză nesărată,
- ½ pahar de ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeță proaspătă tăiată.

Mod de preparare:

Vinăta, dovlecelul și ardeiul se spală, se curăță și se taie cuburi mari. Se prăjesc în ulei până la obținerea culorii aurii. Se taie roșiile felii, brânza cuburi, ceapa semiinele. Toate ingredientele se unesc, se adaugă sare, piper, ulei și se amestecă bine.

Înainte de a servi se garnisește cu verdeță.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucătar-șef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Sîngera str. Aerogării, 31

Saltison (varianta 1)



Ingrediente:

- ½ cap de porc (2,5 kg),
- 1 kg carne de vită,
- 1 burtă de porc,
- piper negru boabe,
- frunze de dafin,
- usturoi,
- ceapă,
- sare.

Mod de preparare:

Capul de porc se taie în bucăți mici. Se lasă la înmuiat timp de 2-3 ore. Se taie pielea pînă la stratul alb. Se pune într-un castron carnea de vită și bucățile de cap de porc, se toarnă apa clocotită. Se fierbe (la prima fierbere se scurge bulionul său, în cazul în care capul a fost înmuiat, se strînge doar spuma). În bulion se pune ceapă, frunze de dafin, se fierbe la foc mic timp de 4-5 ore pînă carnea se desprinde de oase. Se scoate din bulion, se desprinde de oase, bucățile de cap de porc și carnea și se taie mărunt. Se piperează, se adaugă usturoiul pisat. Se toarnă ½ pahar de zeamă. Umplutura este gata. Se freacă cu sare burta de porc, se roade cu un cuțit și se clătește sub jet de apă.

Se umple burta cu umplutură, se coase cu grijă cu o cusătură dublă cu fir de ață alb. Se adaugă apă la bulionul în care s-a fiert capul. Se aduce pînă la fierbere și se pune burta umplută. Se fierbe aproximativ o oră și jumătate, în timpul fierberii se scoate spuma. Se pune într-un vas plat. Deasupra puneți o greutate și se țineți-o pînă se răcește. Apoi puneți-o în frigider pentru 3-5 ore. Se servește separat sau cu asortii de carne.

Burta de porc poate fi înlocuită cu două straturi de tifon, care se leagă strîns. După răcire, tifonul se înlătură. Există o variantă de casă de formare a saltisonului, în care masa pregătită răcită se toarnă într-o sticlă de plastic de apă minerală căreia, în prealabil, i s-a tăiat gîtul. Înainte de a se servi, se taie cu foarfeca sau cu un cuțit ascuțit partea laterală a sticlei. Saltisonul bine răcit se desprinde ușor de pereții sticlei de plastic.

Saltison (varianta 2)



Necesită anumită experiență și pricepere la gătit, însă arată mult mai atractiv.

Ingrediente:

- picior de porc (1-1,5 kg),
- 2 cepe,
- 1-2 morcovi,
- 5-6 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- sare.

Pentru omletă:

- 1 ou,
- 0,5 pahar de lapte,
- sare.

Mod de preparare:

Piciorul de porc se fierbe împreună cu legumele și condimentele într-o cantitate medie de apă la foc mic, periodic se îndepărtează spuma. Se fierbe până carnea se îndepărtează de os, fără să se adauge apă. Carnea fiartă se toacă mărunt, se adaugă usturoiul pisat și bulionul de carne strecurat, obținându-se o masă concentrată semilichidă.

Prepararea omletei: Oule bătute se amestecă cu lapte, se adaugă sare, se prăjește omleta fără capac astfel, ca să se obțină o panglică subțire. Pe o peliculă alimentară sau o bucată de pânză umedă se pune omleta, deasupra masa de saltison, se rulează ca să se obțină o baghetă, marginile se fixează și se lasă să se răcească sub o greutate ușoară în frigider.

Sos mujdei



Ingrediente:

- ½ pahar bulion concentrat,
- 8-10 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tocată,
- 1 lingură ardei gras tăiat foarte mărunț.

Mod de preparare:

Usturoiul se pisează cu sare și piper. Se adaugă verdeața, ardeiul, se toarnă bulion rece de pește, se amestecă. Pentru bucatele din pește este mai bine să folosim bulionul de pește, iar cel de carne – pentru cele din carne. Acest sos este universal, în bucătăria moldovenească se utilizează pe larg la bucatele din carne, pește și legume.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucătar-șef Bostănică Angela
or. Chișinău, str. Alba Iulia, 190/1

Borș de tărițe



Ingrediente:

- 2 kg tărițe de grâu,
- câteva frunze sau crenguțe de vișin,
- 12 l apă.

Mod de preparare:

Tărițele se înmoaie mai întâi în apă rece, apoi în uncrop, se adaugă frunzele de vișin și apoi huștele, în cazul în care nu dispuneți de huște puteți înlocui cu 2 felii de pâine acrå de secară și 1 lingură de zahăr. Se acoperă cu un capac sau cu un șervețel de pînză și se pun la cald pentru 24 ore. După aceasta borșul acru se strecoară și se pune la rece, iar în masa rămasă se mai toarnă apă fiartă și se pune iar la cald. Borșul acru se prepară în vase de stejar sau lut.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucătarșef Bostănică Angela
or. Chișinău, str. Alba Iulia, 190/1

Rulade de dovlecei umpluți cu legume (varianta 1)



Ingrediente:

- 3 dovlecei,
- ½ pahar de ulei.

Pentru umplutură:

- 1 praz (partea albă),
- 1 morcov,
- ½ țelină rădăcină,
- 5-6 ciuperci,
- 1 lingură de oțet 2-3 căței de usturoi,
- 1 lingură de verdeață tocată,
- sare.

Mod de preparare:

Dovleceii tineri se curăță de coajă, se spală, se taie de-a lungul felii alungite, se prăjesc pe ambele părți. Pe panglicile de dovlecei prăjiți se pune umplutura și se rulează.

Prepararea umpluturii:

Legumele și ciupercile se taie pai, se prăjesc ușor, se sarează, se adaugă usturoiul pisat, verdeața, usturoiul și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucatar-sef Putreșa Ana
or. Chișinău, str. Trandafirilor, 6

Rulade de dovlecei umpluți cu legume (varianta 2)



Ingrediente:

- 3 dovlecei,
- ½ pahar ulei.
- 2 ouă
- 3 linguri de făină
- sare

Pentru umplutură:

- 2 cepe,
- 1-2 roșii,
- 2 morcovi,
- 8-10 ciuperci,
- 1 lingură oțet,
- ½ lingură zahăr,
- 2-3 căței de usturoi,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- sare.

Mod de preparare:

Dovleceii tineri se spală, se curăță de peduncul și pielită, se taie în lungime fâșii, se prăjesc pe ambele părți. Pe fâșiile prăjite se pune umplutura și se rulează.

Prepararea umpluturii: Morcovii, ceapa, ciupercile se taie fidea subțire, se prăjesc puțin, apoi se adaugă sarea, usturoiul pisat, verdeața, zahăr, oțet și se amestecă.

Răcitură de cocoș



Ingrediente:

- 1 cocoș de 1,2-1,5 kg,
- 2-3 cepe,
- 2-3 rădăcini de pătrunjel,
- 1-2 morcovi,
- 5-6 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- sare,
- verdeață de pătrunjel.

Mod de preparare:

Pregătiți cocoșul, spălați-l, tăiați-l bucăți și puneți-l într-o cratiță, adăugați ceapa, rădăcini de pătrunjel, morcovi (pentru ca culoarea bulionului să fie mai intensă, rădăcinile pot fi coapte anterior). Turnați apa, astfel încât să fie acoperită carnea de 3-4 degete și să se fiarbă la foc domol timp de 2,5-3 ore, periodic, luându-se spuma și grăsimea. Apoi scoateți carnea din bulion, iar piciorușele, capul, gâtul și aripioarele trebuie fierte timp de 5-7 minute până sînt gata, a se adăuga frunze de dafin, piper negru boabe, sare.

Carnea fiartă se ia de pe os, se pune în farfurii adînci. Se lasă bulionul să se limpezească, se stoarce, se condimentează după gust cu usturoi ras, mai lăsați-l încă 10 minute și mai stoarceți-l încă o dată. Carnea pusă în farfuriile adînci, ornați-o cu morcov și ou, turnați bulionul răcit și dați-le la rece.

Se recomandă să se servească cu hrean preparat anterior.

Preparat culinar pregătit la „Aeroport catering”
or. Chișinău, bd. Dacia, 80/3

Răciturile asortate



Ingrediente:

- 1 buc. de rasol de porc,
- 0,5 găină de casă,
- 1 limbă nu prea mare de vită,
- 2 morcovi,
- 1-2 cepe,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- sare,
- piper negru,
- 2-3 căței de usturoi,
- 8 pahare de apă,
- 1 lingură de gelatină.

Mod de preparare:

Prelucrați rasolul de porc, tăiați-l, spălați-l, la fel procedați și cu găina, ceapa, legumele curățați-le și tăiați-le mășcat. (Ceapa și morcovul le puteți coace înainte de a le pune la fiert). Turnați peste carne apă sărată rece, adăugați piperul negru boabe și fierbeți la foc încet timp de 2,5-4 ore, în dependență de cât de tânără e carnea. Nu adăugați apă în timpul fierberii. Fierbeți limba în apa sărată separat de cealaltă carne pînă e gata. Pe parcursul fierberii scoateți spuma și grăsimea, fierbeți rasolul de porc și carnea de găină pînă cînd carnea se desprinde de oase. Scoateți carnea din bulion, adăugați usturoiul mărunțit, strecurați bulionul, adăugați gelatina pe care ați pus-o în prealabil la înmuiat, dizolvați-o și aduceți bulionul pînă la fierbere. Scoateți carnea de găină de pe oase, puneți-o de-o parte, scoateți macra strat de pe rasolul de porc, faceți-o ruladă, înveliți-o în folie de aluminiu și răciți-o sub o presă nu prea mare. Limba de vită fiartă curățați-o. Fileul de găină, rulada din rasol și limba tăiați-o felii, aranjați-o într-o farfurie, ornați-o cu legume, verdeață, ouă fierte etc. și puneți-o la rece ca să se prindă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucătar-șef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin.

Gogoși picante din brinză de vaci și de oi



Ingrediente:

- 1 pahar de brinză de oi dată prin răzătoare,
- 1 pahar de brinză de vaci,
- 70 g de unt,
- 10 măsline fără sîmburi,
- 0,5 de ardei dulce,
- 3-4 căței de usturoi,
- 3 linguri de verdeață tocată,
- 1-2 linguri de paprica măcinată.

Mod de preparare:

Mărunțiți usturoiul, pisați brînză, amestecați-o cu cea de oi, adăugați untul înmuiat, amestecați bine. Dacă masa e fărîmicioasă, adăugați 1-2 linguri de smîntînă sau maioneză, amestecați bine. Împărțiți pe porții, în mijlocul fiecăreia puneți cîte o măslină sau ardeiul dulce tăiat cubulețe mărunte. Marginile se unesc și se lipesc. Formați gogoși nu prea mari. Jumătate dintre ele treceți-le prin verdeața tocată (cu măsline), cea de-a doua în praf de paprica (cu ardei dulce).

Înainte de a fi servite se ornează cu legume și verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Carne coaptă cu prune uscate



Ingrediente:

- 1 kg carne de porc de la piept,
- 1 1/2 linguri sare,
- 1 1/2 lingurițe piper negru măcinat,
- 6-8 prune sau caise uscate,
- 100 g slănină,
- 8-10 căței de usturoi.

Mod de preparare:

Slămina și usturoiul se dau prin mașina de tocat, se adaugă sare și piper, se amestecă și se formează niște cilindre cu grosimea de 1 cm, care apoi se refrigerează în congelator.

Prunele se curăță de sîmburi. În carne se fac de-a lungul cîteva incizii cu un ac de bucătărie sau cu un cuțit îngust. În ele se pun cilindrele din slănină cu usturoi și prunele (sau caisele). Se presară cu sare și piper și se coc în cuptor pînă sînt gata la o temperatură de 160-180°C. Din cînd în cînd se stropește carnea cu sucul pe care-l lasă friptura. Cînd se răcește, carnea se taie felii și se servește cu legume proaspete.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișna”
bucatar-sef Tibulcaia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Tocătură de vinete și ardei grași copți



Ingrediente:

- 2 vinete,
- 3 roșii,
- 1 ceapă,
- 2 ardei grași sau gogoșari,
- 3 linguri ulei,
- 2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeță tocată (mărar și pătrunjel).

Mod de preparare:

Vinetele se coc în cuptor, se curăță de coajă și codiță, sucule se scurge. Miezul se mărunțește cu un cuțit de lemn, roșiile se opăresc, se curăță de coajă, se taie cubulețe. Ardeii se curăță de cotor și semințe, se coc, se curăță de coajă, se taie mărunț. Legumele se amestecă, se adaugă sare, ceapă mărunțită, usturoi pisat, ulei, verdeță, toate se amestecă și se bat bine. După dorință se pot aranja în coșulețe din roșii.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucatar-sef Berectari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Ciorbă țărănească în ulcele



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 500 g piept gras de vită,
- 8 cartofi mărunți,
- 2 morcovi,
- 2 cepe,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- ½ rădăcină de țelină,
- 1 pahar fasole verzi,
- ¼ căpățină de varză,
- 2 roșii,
- 2 pahare [borș](#) (sau un pic de acid citric),
- foi de dafin,
- sare,
- 1 ardei iute,
- verdeață de leuștean,
- 1 lingură verdeață de mărar tocată, țelină, pătrunjel, tarhon.

Pentru aluat:

- 1 pahar făină de grâu,
- ½ pahar apă,
- sare.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți nu prea mari, se pune în apă rece și se fierbe pînă este pe jumătate gata, fără a se lăsa să clocotească. În ulcele de lut se pune carnea, morcovul, pătrunjelul, țelină, varza, ceapa, tăiate mășcat, fasolea, cartofii întregi, roșiile tăiate, foile de dafin, leușteanul, feliile de ardei, se toarnă bulionul și borșul. Fiecare ulcică se acoperă cu o foaie de aluat. Se dau pe o oră la cuptor la temperatura 170-180°C.

Se servește în ulcele. La masă nemijlocit se toarnă în castroane de ceramică. Foaia de aluat se folosește în loc de pîine. Verdeața tocată se servește într-un vas aparte.

Prepararea aluatului: În făină se toarnă apa sărată, se frămîntă aluatul, se formează 4 bile și se lasă ca aluatul să se odihnească. Se fac foi de 5-6 mm grosime, cu ele se acoperă oalele.

Ciorbă de urzici



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 500 g frunze de urzici tinere,
- 3 linguri orez,
- 4 cepe,
- 2 morcovi,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 2 linguri unt,
- 2 ouă (gălbenușuri),
- 2 linguri de smântână,
- 2 pahare [borș acru](#) sau un pic de acid citric,
- sare,
- piper negru boabe,
- 1 lingură verdeață de leuștean tocată,
- 1 lingură de verdeață tăiată de mărar și pătrunjel.

Mod de preparare:

Orezul, ceapa și rădăcinile tăiate cuburi mici se pun la fiert în apa sărată clocotită și se fierb până devin moi. Apoi se pun urzicile, opărite și mărunțite, borșul, piperul, leușteanul. Ciorba se dă în clocot. Se adaugă gălbenușurile bătute cu smântână și unt. Se mai dă într-un clocot și se ia de pe foc.

Se servește presărată cu verdeață tocată.

Ciorbă de vițel cu ciuperci

- Ingrediente:
- 500 g carne de vițel de la piept,
- 6 pahare apă,
- 1½ pahar tăieței de casă,
- 4-5 ciuperci uscate sau 400 g proaspete (shampignioni sau alte ciuperci albe),
- 1 morcov,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- ½ rădăcină țelină,
- 2 cepe,
- 3 linguri ulei,
- 1 ou,
- ½ pahar smântână,
- 2 pahare borș (un pic de acid citric),
- sare,
- piper negru boabe,
- cimbru verde,
- 1 lingură verdeață tăiată de mărar și pătrunjel.
-
- Pentru tăieței:
- 1½ pahare făină de grâu,
- 2 ouă,
- 1/3 pahar apă,
- sare.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți, se pune în apă rece și se fierbe la foc mic până este gata. Ciupercile uscate se spală și se lasă pentru 3-4 ore la înmuiat, apoi se fierb separat. Ceapa, morcovul, rădăcinile de pătrunjel și țelina se taie fidea și se rumenesc. Din făină și ouă se prepară tăieței de casă. În bulionul de carne se pun ciupercile fierte, tăiate fidea, împreună cu bulionul în care au fiert, apoi se pun tăieței, legumele prăjite și se mai fierbe timp de 10-15 min. Cu 5 minute înainte de a o lua de pe foc, se toarnă borșul fiert și strecurat, se condimentează cu piper negru boabe, cimbru, sare.

Se servește cu carne, smântână și cu verdeața presărată.

Prepararea tăiețelilor: În făină se adaugă ouăle și sarea, diluată cu apă. Se face un aluat tare, se acoperă cu o pânză pentru 20-30 minute, pentru ca aluatul să fie mai ușor de întins. Pe o masă, presărată cu făină, se întinde aluatul într-un strat subțire, se lasă să se usuce pe 10-20 minute.

Se taie fâșii de 4-5 cm lățime, care, la rândul lor, se taie fidea subțire.

Ciorbă scăzută



Ingrediente:

- 6 pahare de apă,
- 500 g carne de vită de la piept,
- 3 cartofi,
- 2 cepe,
- 2 roșii,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 2 morcovi,
- ½ pahar smântână,
- 2 pahare borș (un pic de acid citric),
- 4 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru boabe,
- 1 lingură leuștean verde tăiat,
- 1 lingură de mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

În oală se pun cartofii, morcovii, rădăcina de pătrunjel, toate tăiate mășcat, iar deasupra - carnea tăiată bucăți de mărime medie, se toarnă apă, numai atât ca să acopere produsele și se fierbe la foc mic. Când carnea se înmoaie, se adaugă roșiile, curățate de pieliță și tăiate, ceapa prăjită, borșul, sarea, piperul, foile de dafin, leușteanul și se fierbe încă 7-8 minute.

Înainte de a fi servită, se adaugă usturoi pisat, smântână și se presară cu mărar.

Ciorbă de vită cu tăieței de casă



- **Ingrediente:**
- 500 g carne de vițel,
- 6 pahare apă,
- ½ praz (sau 4 cepe),
- 1-2 morcovi,
- 1-2 rădăcini de pătrunjel,
- 2 linguri ulei,
- 2 pahare borș (un pic de acid citric),
- sare,
- piper boabe,
- frunză de dafin,
- 1 ardei iute,
- cimbru verde,
- 1 linguriță verdeață (mărar și pătrunjel) tăiată.

- **Pentru tăieței:**
- 1½ pahare făină de grâu,
- 2 ouă,
- 1/3 pahar apă,
- sare.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți nu prea mari și se rumenește. Se pune în cratiță, se toarnă uncrop și se fierbe la foc mic, îndepărtând spuma, până este gata. Rădăcinile se taie fidea și se prăjesc ușor. În bulionul pregătit se pun rădăcinile, se aduce la fierbere, se pun tăieței, se sarează, se fierbe 5-7 minute la foc încet. Cu 5 minute înainte de a se lua de pe foc, se toarnă borșul fiert și strecurat, se condimentează cu piper negru boabe, foi de dafin, cimbru, o parte din verdeața tăiată. Ciorba se servește presărată cu verdeață. Ardeiul iute se servește aparte.

Prepararea tăiețelilor: Făina se amestecă cu ouăle și sarea dizolvată în apă. Se face un aluat tare, se acoperă cu un șervețel de pânză pentru 20-30 minute, ca să se întindă apoi mai bine. Pe masa presărată cu făină se întind câteva foi subțiri, se lasă să se usuce 10-20 minute. Se taie fâșii de 4-5 cm lățime, care la rândul lor se taie de-a latul - tăieței subțiri.

Supă cu frecăței



Ingrediente:

- 8 pahare apă,
- 500 g carne de vită,
- 1 ceapă,
- 1 morcov,
- ½ rădăcină de pătrunjel,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru pisat,
- 1 lingură verdeață (mărar și pătrunjel) tăiată.

Pentru frecăței:

- 1 pahar făină de grâu,
- 1 ou,
- 1-2 linguri apă,
- sare.

Mod de preparare:

Carnea se pune în uncrop și se fierbe. După ce nu se mai face spumă, se sarează, se adaugă morcovul, ceapa, pătrunjelul, tăiate cuburi și se fierbe până este gata. Se adaugă frecăței uscați, se dă în clocot, se ia de pe foc și se presară cu verdeață.

Prepararea frecăței: În făină se toarnă un amestec din apă, sare și ou și se frământă aluatul dens. Se lasă pe 25-30 minute, se frământă iar, se dă prin răzătoare și se lasă ca să se usuce. Ca să nu se lipească, aluatul trebuie periodic presărat cu făină.

Ciorbă cu fasole



- Ingrediente:
- 6 pahare apă,
- 500 g carne de porc,
- 1 pahar fasole albe,
- 4 cartofi,
- 1 ceapă,
- 1 morcov,
- ½ rădăcină pătrunjel,
- ½ rădăcină țelină,
- 2 roșii,
- 2 linguri ulei,
- 2 pahare borș (un pic de acid citric),
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru boabe,
- leuștean verde,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Fasolea se alege, se spală și se pune la muiat pe 2-3 ore. Morcovul, pătrunjelul, ceapa se taie cuburi și se prăjesc. Cartofii se taie felii. Carnea se taie bucăți nu prea mari, se pune în uncrop și se fierbe până este gata. Fasolea se fierbe aparte. În bulionul clocotit se pun cartofii, rădăcinile prăjite, roșiile, curățate de coajă și tăiate cuburi. Toate se fierb 12-15 minute la foc mic. Cu 5-7 minute înainte de a fi gata, se adaugă fasolea, sarea, piperul, un fir de leuștean, borșul fiert, foile de dafin.

Se servește presărată cu verdeață.

Borș ca acasă



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 500 g carne grasă de porc,
- ½ căpățină de varză,
- 2 cepe,
- 2 pahare **borș acru** sau un pic de acid citric,
- 2 lingură pastă de roșii,
- 4-5 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru boabe,
- 1 lingură verdeață tăiată (mărar și pătrunjel).

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți și se prăjește ușor, se adaugă ceapa tăiată fidea și pasta de roșii. Se toarnă apa fierbinte și se fierbe până este gata. Apoi se pune varza tăiată fidea. Peste 7-10 minute se adaugă borșul, sarea, foile de dafin, piperul. Se dă în clocot. Borșul se condimentează cu usturoi pisat și verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucătar-șef Dorofeeva Ala
or. Chișinău, Bucuresti, 67

Borș scăzut



Ingrediente:

- 800 gr carne de piept de porc,
- 1 căpățână de varză murată (1 kg),
- 1 morcov,
- 1 ceapă,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Căpățână de varză se taie în 4. Carnea se taie de-a lungul oaselor, câte 2-3 coaste la o bucată. Legumele se taie felii mășcate. Toate ingredientele se pun în oală, se acoperă cu apă și se fierb la foc puternic, îndepărtând spuma, apoi se face focul mai slab și se mai fierbe fără capac timp de 1,5-2 ore. Cantitatea lichidului trebuie să scadă cu 50-60%. Borșul se sarează la dorință la urmă.

Borșul gata are un gust iute-acru, gras și concentrat. Este un remediu popular tradițional după o petrecere veselă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”

bucătar-șef Berectari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

"Bureachiță" - supă de roșii cu pelmeni



- Ingrediente:
- 1 l suc de roșii,
- 800 g apă,
- 4 cepe,
- 2 rădăcini de pătrunjel,
- 2 morcovi,
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru pelmeni: aluat - vezi rețeta „Colțunași cu brânză”;

Pentru umplutură:

- 400 g carne de porc,
- 2 cepe,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Sucul de roșii se amestecă cu apă, ceapa și pătrunjelul se adaugă întregi, morcovul tăiat fidea. Se fierbe până legumele se înmoaie, apoi se adaugă sare și piper. Când supa este gata, în ea se fierb colțunașii. «Bureachița» se servește cu smântână.

Prepararea pelmenilor: Aluatul se întinde foaie de 1,5 mm grosime și cu ajutorul unui pahar se taie cerculețe, în care se pune umplutura, apoi se lipesc colțunașii (câte 8-10 la o porție).

Prepararea umpluturii: Carnea și ceapa se dau prin mașina de tocat, se adaugă sare, piper, verdeață tocată, puțină apă și se amestecă bine.

Ciorbă cu carne de oi



- Ingrediente:
- 8 pahare apă,
- 500 g carne grasă de oi,
- 4 cartofi,
- 4 cepe,
- 2 rădăcini de pătrunjel,
- ½ rădăcină țelină,
- ¼ căpățână varză,
- 1 castravete murat,
- 1 ardei gras,
- 2 roșii,
- 1 ou,
- 3 linguri smântână,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru boabe,
- ½ ardei iute,
- 1 lingură leuștean verde tăiat,
- 2 linguri verdeață tăiată (mărar și pătrunjel).

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți nu prea mari, se pune în apă rece și se fierbe până este pe jumătate gata, având grijă să nu clocotească. Se adaugă sarea, feliile de cartofi. Când se înmoaie cartofii, se adaugă ceapa, rădăcinile de pătrunjel și țelina tăiate mășcat, varza, castravetele murat, curățat de coajă și semințe și prăjit ușor. Peste 15-20 minute se pune ardeiul gras, tăiat fidea, roșiile mărunțite, piperul, foile de dafin, ardeiul iute, leușteanul verde. Se ia de pe foc, se adaugă ou bătut cu smântână.

Ciorba se servește în castroane de ceramică, presărată cu verdeață.

Ciorbă ca la țară



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 500 g carne de oi,
- 1 pahar fasole albe,
- 2 cartofi,
- 2 cepe,
- 1 morcov,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- ½ rădăcină de țelină,
- 3 roșii,
- 2 pahare borș acru (vezi rețeta „[Borș de țărîțe](#)”) sau un pic de sare de lămâie,
- sare,
- 1 ardei iute,
- 1 lingură leuștean verde tăiat,
- 1 lingură verdeață (mărar și pătrunjel) tăiată.

Mod de preparare:

Fasolea se fierbe până este pe jumătate gata. Carnea se taie bucăți mici, se pune în apă rece și se fierbe până este gata. Bulionul se strecoară, în bulion se pune fasolea, rădăcinile, tăiate fidea, cartofii tăiați felii. Cu 5-7 minute înainte de a lua de pe foc, se adaugă roșiile mărunțite, leușteanul, borșul, se dă în clocot, se sarează, se presară cu verdeață, se pune ardei iute.

Supă de cartofi cu crupe de porumb și ciuperci



Ingrediente:

- 8 pahare apă,
- 5 cartofi,
- 3 linguri crupe de porumb,
- 8-10 ciuperci champignons,
- 2 cepe,
- ½ rădăcină de pătrunjel,
- 3 linguri ulei,
- sare,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- 1 lingură verdeață tăiată de mărar.

Mod de preparare:

Ceapa și rădăcina de pătrunjel se taie fidea și se prăjesc ușor. Ciupercile se fierb, se scurg prin strecurătoare, se taie mărunt și se prăjesc. Crupele de porumb se fierb. Bulionul de ciuperci se dă în clocot, se adaugă cartofii tăiați cuburi și mai fierbe 12-15 minute. Apoi se adaugă crupele, ceapa, pătrunjelul și ciupercile. Cu puțin timp înainte de a se lua de pe foc supa se condimentează cu foi de dafin și piper, sare. Se servește cu verdeață tocată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Zeamă cu măruntaie de pasăre



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 500-700 g măruntaie de pasare,
- 1 ½ tăitei de casă,
- 1 morcov,
- 2 rădăcină pătrunjel,
- 1 rădăcină țelină,
- 2 cepe,
- 1-2 ardei grași,
- 1 lingură ulei,
- 2 pahare borș acru sau un pic de sare de lămâie,
- sare,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- 1 lingură verdeață de mărar și pătrunjel tăiată.

Pentru tăitei:

- 1 ½ pahar făină de grâu,
- 2 ouă,
- 1/3 pahar apă,
- sare.

Mod de preparare:

Măruntaiele se spală și se pun la muiat în apă rece pe 1-2 ore. Apoi ele se pun în apă rece și se aduc repede la fierbere, îndepărtându-se spuma. Se fierb la foc slab până sînt gata. Ceapa, tăiată cuburi, se prăjește. În supă se adaugă rădăcinile, tăiate cuburi și orezul spălat mai întîi în apă caldă, apoi în apă rece. Se adaugă ardei gras. Peste 15-20 minute se adaugă borșul fiert, ceapa prăjită, sarea și condimentele. Se mai fierbe încă 4-5 minute. Se servește presărată cu verdeață.

Prepararea tăiteilor: Adăugați la făină ouăle și sarea dizolvată în apă. Faceți aluatul tare, acoperiți-l pentru 20-30 minute, pentru ca să se întindă mai bine. Pe masa presărată cu făină întindeți aluatul într-o foaie subțire, lăsați să se usuce timp de 10-20 minute. Tăiați în fâșii cu lățimea de 4-5 cm iar apoi tăiați ca să obțineți tăiteii.

Zeamă de găină cu orez



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- ½ pui,
- $\frac{2}{3}$ pahar orez,
- 3 morcovi,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- 3 cepe,
- 3 linguri ulei,
- 2 pahare borș sau un pic de sare de lămâie,
- sare,
- piper negru boabe,
- cimbru verde,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Găina se pune în apă rece și se fierbe până este gata, îndepărtând spuma și grăsimea. Cu o jumătate de oră înainte de a fi gata, în bulion se pun sarea și legumele (tăiate de-a lungul și rumenite puțin în tigaie fără ulei). Găina fiartă se scoate și se taie bucăți, bulionul se strecoară. Orezul spălat se adaugă în bulion, se dă în clocot, apoi se pun condimentele și legumele tăiate cuburi și prăjite ușor. Cu 20 minute înainte de a se lua de pe foc, se toarnă borșul fiert, se pune cimbrul, care apoi se scoate.

Zeama se servește cu bucăți de găină, presărată cu verdeață.

Borș cu porumb

- Ingrediente:
- 8 pahare de bulion de carne,
- 1 pahar porumb fiert sau conservat,
- ½ căpățână varză,
- ½ sfeclă,
- 1 morcov,
- 1 ceapă,
- 1 lingură de ceapă verde tăiată,
- 2 linguri de pastă de roșii,
- 2 linguri de untură de porc sau margarină,
- 1 linguriță oțet,
- 2-3 căței de usturoi,
- cimbru verde,
- 2 linguri verdeață tăiată.

- Pentru mujdei:
- vezi rețeta „Sos mujdei”.

- Pentru sos alb:
- 1 linguriță făină de grâu,
- sare.

- Pentru chifle:
- ¾ pahar făina de porumb,
- 1 ½ pahare făină de grâu,
- 1 pahar apă,
- 1 lingură zahăr,
- 1 linguriță grăsime,
- 2 linguri mujdei,
- 25 g drojdii,
- sare.

Mod de preparare:

Știuletele semicopt se curăță de pănuși, de mătase, se fierbe cu capac, acoperit cu pănuși, la foc mic. Se dezghioacă grăunțele. Sfecla mărunțită se înăbușă în grăsime și oțet. Varza se taie fidea. Ceapa și morcovul, tăiate fidea, se prăjesc în pasta de roșii. Bulionul se dă în clocot, se pune varza, peste 10-15 minute - sfecla, ceapa și morcovul. Cu 5-7 minute înainte de a se lua de pe foc, se adaugă porumbul, sosul alb, crenguțele de cimbru, sarea, piperul, foile de dafin. Se condimentează cu usturoi pisat și verdeață și se ia de pe foc.

Prepararea sosului alb: Făina se rumenește, se amestecă cu bulion, se pune sare, sosul se fierbe puțin și se strecoară.

Prepararea chiflor: Făina de porumb se opărește, se amestecă bine, se răcește. Se adaugă drojdiile dizolvate în apă caldă, sarea, zahărul, grăsimea, făina de grâu și se frământă aluatul. Se lasă la cald pentru 2-3 ore. Atunci când volumul aluatului va crește de 2 ori, se vor forma chifle, se vor mai lasă să stea puțin, apoi se vor coace în cuptor.

Supă de cartofi cu porumb



Ingrediente:

- 8 pahare de bulion de carne,
- 6 cartofi,
- 1 pahar de porumb fiert sau conservat,
- ½ rădăcină pătrunjel,
- ½ morcov,
- 1 ceapă,
- 2 linguri de unt topit,
- sare,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Bulionul se aduce la fierbere și se adaugă cartofii tăiați cuburi. Peste 5-7 minute se adaugă rădăcinile tăiate, ceapa prăjită, porumbul pregătit (Știuletele semicopt se curăță de pănuși, de mătase, se fierbe la capac, acoperit cu pănuși, la foc încet. Se dezghioacă grăunțele. Când legumele vor fi gata, se adaugă sarea, mirodeniile și verdeața.

Înainte de a se servi se presară cu verdeață.

Zeamă de găină cu tăieței de casă și ciuperci



Ingrediente:

- • 6 pahare apă,
- • ½ găină,
- • 400 g ciuperci proaspete,
- • 1 morcov,
- • ½ rădăcină pătrunjel,
- • 1 ceapă,
- • 2 linguri de unt,
- • 2 pahare de borș acru sau un pic de sare de lămâie,
- • sare,
- • piper negru măcinat,
- • foi de dafin,
- • 2 linguri verdeață tăiată,
- • ½ pahar smântână.
- Pentru tăieței:
- • 1 pahar făină de grâu,
- • 2 ouă,
- • ½ pahar apă,
- • sare.

Mod de preparare:

Găina se pune în apă rece și se fierbe pînă este gata, îndepărtîndu-se spuma și grăsimea. Cu o jumătate de oră înainte de a fi gata, în bulion se pun sarea și legumele (tăiate de-a lungul și rumenite puțin în tigaie fără ulei). Găina fiartă se scoate și se taie bucăți, bulionul se strecoară. Morcovul și pătrunjelul se taie fidea, apoi se prăjesc puțin la foc încet. Tăieței și ciupercile se fierb separat. Ciupercile se taie fidea și se prăjesc în unt. Bulionul de ciuperci se toarnă în zeama clocotindă, se adaugă legumele prăjite, se mai fierbe 10-15 minute. Apoi se adaugă ciupercile prăjite, tăieței și se fierbe pînă este gata. Borșul acru fiert sau sarea de lămâie dizolvată se adaugă la sfîrșit. Se condimentează cu sare, piper, foi de dafin, cimbru.

Prepararea tăiețelilor: Făina se amestecă cu ouăle și sarea dizolvată în apă. Se frămîntă un aluat tare, se acoperă cu un șervețel de pînză pentru 20-30 minute, ca să se întindă mai bine. Pe masa presărată cu făină se întind câteva foi subțiri, se lasă să se usuce timp de 10-20 minute. Se taie fișii cu lățimea de 4-5 cm, care, la rîndul lor, se taie de-a latul în șuvițe subțiri. Se pune în farfurii carnea de găină, se toarnă supă, se adaugă smîntînă, verdeață și se servește.

Bulion cu porumb și omletă



Ingrediente:

- 8 pahare apă,
- 1-2 știulete de porumb sau 1-2 pahare de porumb fiert sau conservat,
- 2 ouă,
- 2-3 linguri de unt,
- ½ pui,
- 1 morcov,
- ½ rădăcină pătrunjel,
- 1 lingură de verdeață tăiată.
- 1 ceapă,
- sare,
- piper negru măcinat,

Mod de preparare:

Se prepară bulionul de pui (puiul se pune în apă rece și se fierbe pînă este gata, luîndu-se spuma și grăsimea. Cu o jumătate de oră înainte de a fi gata, bulionul se sarează și se adaugă legumele (tăiate de-a lungul și puțin rumenite în tigaie fără ulei). Puiul fiert se scoate și se taie bucăți, bulionul se strecoară. Știuletele semicopt se curăță de pănuși, de mătase, se fierbe cu capac, acoperit cu pănuși la foc încet. Se dezghioacă grăunțele, se sarează. Oul se bate cu smîntînă, se adaugă sare, piper negru măcinat, se amestecă cu porumbul, se toarnă într-o tigaie, unsă cu unt. Se dă la cuptor. Se răcește, se taie bucăți.

La servire omleta se pune în farfurii, deasupra se toarnă bulionul, se presară cu verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Ciorbă de carp



- Ingrediente:
- pește 600-800 g,
- 6 pahare apă,
- 3 linguri de orez,
- ½ rădăcina țelină,
- 2 rădăcini de pătrunjel,
- 3 cepe,
- 1 ardei dulce,
- 4 roșii,
- 2 pahare de borș acru,
- 1-2 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru boabe,
- leuștean,
- 1 lingură de verdeață tocată.

Mod de preparare:

Peștele spălat și curățit se taie bucăți. Capul, coada, spinarea tăiată se pun la fiert în apă rece, se adaugă sare, se fierbe la foc mic timp de 5 minute, scoțându-se spuma. Apoi se pun rădăcina de pătrunjel, țelina, morcovul, ceapă și se fierb timp de 30-40 minute. Bulionul se strecoară. Se pune iar la foc, când începe a fierbe se adaugă restul legumelor tăiate, orezul și se fierbe până ce este pe jumătate gata. Se pun bucățile de pește, se toarnă borș și se fierbe fără să clocotească tare. Se adaugă leuștean, sare, piper, foi de dafin și usturoi pisat, se mai lasă 2-3 minute.

Ciorbă de urzici



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 500 g frunze de urzici tinere,
- 3 linguri orez,
- 4 cepe,
- 2 morcovi,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 2 linguri unt,
- 2 ouă (gălbenușuri),
- 2 linguri de smântână,
- 2 pahare borș acru sau un pic de acid citric,
- sare,
- piper negru boabe,
- 1 lingură verdeață de leuștean tocată,
- 1 lingură de verdeață tăiată de mărar și pătrunjel.

Mod de preparare:

Orezul, ceapa și rădăcinile tăiate cuburi mici se pun la fiert în apa sărată clocotită și se fierb până devin moi. Apoi se pun urzicile, opărite și mărunțite, borșul, piperul, leușteanul. Ciorba se dă în clocot. Se adaugă gălbenușurile bătute cu smântână și unt. Se mai dă într-un clocot și se ia de pe foc.

Se servește presărată cu verdeață tocată.

Ciorbă de măcriș cu crupe de porumb



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 3 linguri de crupe de porumb,
- 3 linguri măcriș tăiat,
- 4 linguri de ceapă verde tăiată,
- 2 linguri de ulei,
- 4 ouă (gălbenușuri),
- $\frac{1}{5}$ pahar frișcă (lapte),
- $\frac{2}{3}$ de pahar smântână,
- 2 pahare de borș acru sau un pic de sare de lămâie,
- sare,
- foi de dafin,
- piper negru măcinat,
- leuștean verde,
- 2 linguri verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Mod de preparare:

Crupele se pun în apă clocotită. Peste 25-30 minute se adaugă măcrișul, ceapa verde, ușor rumenită, se toarnă borșul, se fierbe 5-7 minute. Apoi se adaugă leuștean, sare, foi de dafin, piper, se fierbe încă 3-4 minute. Se adaugă gălbenușurile bătute cu frișca și se ia de pe foc.

Se servește cu smântână și verdeață tocată.

Ciorbă de fasole verde



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- 3 pahare fasole verde tăiate,
- 4 roșii,
- 2 ardei grași,
- 2 cepe,
- 1 morcov,
- 1 rădăcină pătrunjel (țelină),
- ½ pahar smântână,
- 2 ouă,
- 2 pahare de borș acru sau un pic de sare de lămâie,
- sare,
- piper negru boabe,
- 1 ardei iute,
- leuștean verde,
- 1 lingură verdeață tăiată de mărar și pătrunjel.

Mod de preparare:

În apă clocotită se pune fasole verde tăiată, apoi morcovul, pătrunjelul, ceapa, ardeii grași - toate tăiate cuburi mici - și se fierb 10-12 minute. Se adaugă roșiile, curățate de piele și mărunțite, leușteanul, borșul, sarea și piperul negru. Peste 5-7 minute se adaugă ouăle, bătute cu smântână. Se fierbe încă puțin, fără să clocotească. Se condimentează cu ardei iute mărunțit și cu verdeață.

Se servește cu smântână.

Supă de dovlecei cu ciuperci și porumb



Ingrediente:

- 8 pahare de apă,
- 2 dovlecei,
- 2-3 linguri de porumb fiert sau conservat,
- 2 cartofi,
- 5-6 ciuperci champignons,
- ½ rădăcina de pătrunjel,
- ½ rădăcină de țelină,
- 1 ceapă,
- 2 roșii,
- 2 linguri ulei,
- 3 linguri de smântână,
- sare,
- piper negru boabe,
- 2 linguri verdeață de mărar tocată .

Mod de preparare:

Rădăcinile de pătrunjel și de țelină se taie feliuțe, se prăjesc. Ceapa mărunțită la fel se prăjește ușor, cartofii și dovleceii se taie cuburi. Știuletele semicopt se curăță de pănuși, de mătase, se fierbe la capac, acoperit cu pănuși la foc încet. Se dezghioacă grăunțele. Ciupercile se fierb până sunt aproape gata, apoi la ciuperci se adaugă cartofii, peste 5-7 minute - rădăcinile. Cu 10 minute înainte de a se lua de pe foc, se pun dovleceii, ceapa, roșiile, curățate de piele și tăiate felii, porumbul fiert, sarea, piperul.

Se servește cu smântână și verdeață tăiată.

Ciorbă de rață



Ingrediente:

- 6 pahare apă,
- ½ rață,
- 1 morcov,
- 1 rădăcină țelină,
- 2 cepe,
- ¼ praz,
- ¼ căpățână de varză,
- 3 cartofi,
- 1 ou (gălbenuș),
- ½ pahar lapte,
- 2 pahare borș acru sau un pic de sare de lămâie,
- sare,
- foi de dafin,
- piper negru boabe,
- 1 lingură verdeață de mărar și pătrunjel tocată.

Mod de preparare:

Rața se pregătește, se taie bucăți nu prea mari, se pune în apă rece și se fierbe până este pe jumătate gata. Se adaugă varza, rădăcinile, ceapa și prazul, tăiate fidea, cartofii tăiați felii. Cu 5 minute înainte de a se lua de pe foc, se adaugă sarea, foile de dafin, piperul, borșul fiert. Se drege ciorba cu oul crud, bătut cu lapte și se mai fierbe încă puțin la foc mic.

Se servește presărată cu verdeață.

Ciorbă cu carne de oaie



Ingrediente:

- 1-1,2 kg carne de oaie,
- 0,5 pahar de ulei de vegetal,
- 2 cepe,
- 1 morcov,
- 1 ardei dulce,
- 1 ardei iute,
- 0,5 de pahar de crupe de grâu măcinate măscat (arnăuț),
- 6-8 roșii marinate,
- 2 pahare de marinată de la roșii,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 6 pahare de apă.

Mod de preparare:

Tăiați carnea de oaie bucăți, morcovul și ardeiul curățați-l și spălați-l, tăiați-l cubulețe. Scoateți pielea roșiilor marinate, dați-le prin răzătoare și mărunțiți-le în blender. Curățați usturoiul. Alegeți crupele și spălați-le cu apă rece. Adăugați într-un ceaun o parte din ulei și încingeți-l până iese fum. Prăjiți repede carnea până se formează o cojiță aurie. În altă tigaie puneți legumele și prăjiți-le pe tigaie cu ulei vegetal. Adăugați în carnea prăjită usturoiul mărunțit, mai lăsați să se prăjească 1-2 minute și turnați 6 pahare de apă, fierbeți până e gata la foc domol. Cu 15-20 minute până la sfârșitul fierberii turnați crupele alese și spălate și lăsați să fiarbă până sînt gata crupele și carnea. Adăugați legumele, roșiile tocate, marinata strecurată și mai fierbeți 3-5 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumansoaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Roșii prăjite, cu usturoi și brânză



Ingrediente:

- 8 roșii,
- 1 lingură ulei,
- 2 linguri brânză dată prin răzătoare,
- 1-2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Mod de preparare:

Roșiile se taie în doua, se presară cu sare și piper, se prăjesc pe o parte și pe alta (mai întâi cu tăietura în sus, apoi invers). Înainte de a fi servite, se presară cu brânză, verdeață și usturoi mărunțit.

Roșiile pot servi drept garnitură pentru carne, scrob sau omletă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crisma”
bucatar-sef Țibuliscăia Liudmila
or. Chișinău, str. Hipodromului, 9/1

Roșii umplute cu vinete



- **Ingrediente:**
 - 8-12 roșii,
 - 1 lingură brânză nesărată (caș) dată prin răzătoare ,
 - $\frac{3}{4}$ pahar smântână,
 - sare,
 - foi de salată verde,
 - 1 lingură de verdeață de mărar tocată.
-
- **Pentru umplutură:**
 - 1 vânată,
 - 1 ceapă,
 - 2 linguri ulei,
 - 2 linguri orez,
 - 1 ou,
 - 2-3 căței de usturoi,
 - sare,
 - piper măcinat,
 - 1 lingură de verdeață de mărar și leuștean tăiată.

Mod de preparare:

Roșiile pregătite se sarează, se umplu, se pun în tavă, se presară cu brânză, deasupra se toarnă smântână și se dau la cuptor. Când se servesc, se presară cu verdeață, se garnesc cu foi de salată verde. Smântână se servește separat.

Prepararea umpluturii:

Vinetele se curăță de coajă și peduncul (la vinetele mai tinere coaja se poate lăsa). Se taie felii sau rondelle de 1-2 cm grosime. Se opăresc 10-15 minute, apoi se pun sub o greutate pentru 20-30 de minute ca să se scurgă zeama amară. Se taie cuburi, se prăjesc, se adaugă ceapa prăjită, miezul de roșii, se prăjesc toate la un loc, se pune sare și piper, se răcesc. Legumele se amestecă cu un ou fiert (la dorință) și mărunțit, cu orezul fiert, verdeța și usturoiul pisat. Se amestecă.

Roșii umplute cu legume



- Ingrediente:
 - 8-12 roșii,
 - $\frac{3}{4}$ pahar smântână,
 - sare,
 - pătrunjel verde,
 - 1 lingură verdeață tăiată.
-
- Pentru umplutură:
 - 1 vânată,
 - 2 morcovi,
 - 2 cepe,
 - 2 linguri de ulei,
 - 1 ou,
 - 1 lingură de brânză dată prin răzătoare,
 - sare,
 - piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Roșiile pregătite se sarează, se umplu, se pun pe tavă, se presară cu mărar tăiat, deasupra se toarnă smântână și se dau la cuptor. Când se servesc, se presară cu verdeață. Smântână se servește separat.

Prepararea umpluturii: Vinetele se curăță de coajă și peduncul (la vinetele mai tinere coaja se poate lăsa). Se taie felii sau rondele de 1-2 cm grosime, se fierb în apă sărată 2-5 minute, se prăjesc cu morcov, tăiat cuburi, se adaugă ceapa prăjită, pulpa de roșii, se prăjesc toate la un loc, se condimentează cu sare și piper, se răcește. Se amestecă cu un ou crud și brânza dată prin răzătoare.

Roșii umplute cu porumb, ou și ceapă



- **Ingrediente:**
- 10-12 roșii,
- ½ lingură unt,
- 4 linguri smântână,
- 1 lingură cașcaval olandez dat prin răzătoare,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de salată verde,
- pătrunjel verde.
- **Pentru umplutură:**
- ½ pahar porumb fiert sau conservat,
- 1 ou,
- 1 lingură unt,
- 1 lingură de cașcaval olandez dat prin răzătoare,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri de ceapă verde tăiată,
- 2 linguri de verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Mod de preparare:

Roșiile pregătite se sarează, se umplu, se acoperă cu „căpăcelele” tăiate anterior, se pun într-o tigaie, unsă cu unt, deasupra se toarnă smântână și se dau la cuptor.

Prepararea umpluturii: Știuletele semicopt se curăță de pănuși, de mătase, se fierbe la capac, acoperit cu pănuși la foc încet. Se dezghioacă grăunțele, se amesteca cu ceapa prăjită, oul fiert și mărunțit, verdeață, se condimentează cu sare și piper, se adaugă pulpa de roșii, untul topit, se amestecă bine.

Roșii umplute cu ciuperci și ceapă



Ingrediente:

- 8-10 roșii,
- 1 lingură de unt,
- 1 lingură cașcaval olandez dat prin răzătoare,
- $\frac{3}{4}$ pahar smântână,
- sare,
- 1 lingură pesmeți pisați,
- foi de salată verde.

Pentru umplutură:

- 10-12 ciuperci,
- 3 cepe,
- 2 linguri unt,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- sare.

Mod de preparare:

Roșiile pregătite se sarează, se umplu, se pun într-o tigăie unsă cu unt și presărată cu pesmeți. Roșiile se presară cu cașcaval. Se pun la copt în cuptor. Se servesc cu smântână.

Prepararea umpluturii: Ciupercile se fierb în apa sărată, se scurg prin strecurătoare, se mărunțesc și se prăjesc. Ceapa se taie mărunț, se prăjește ușor, se amestecă cu ciupercile, se adaugă verdeață. Toate se înăbușă timp de 2-3 minute.

Ardei grași umpluți cu legume și orez



- Ingrediente:
 - 8-10 ardei grași,
 - 4-5 roșii,
 - 2-3 căței de usturoi,
 - 1 lingură ulei,
 - sare,
 - 3 pahare de smântână.
-
- Pentru umplutură:
 - 2 cepe,
 - ½ morcov,
 - ½ rădăcină de pătrunjel,
 - 1 ardei gras,
 - ½ pahar orez,
 - 3 roșii,
 - 3 linguri de ulei,
 - 1 lingură unt,
 - 2 linguri verdeață tăiată,
 - sare,
 - piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ardeii se curăță de peduncul și semințe, se opăresc cu uncrop, se scurg prin strecurătoare, se răcesc, se umplu. Roșiile se curăță de piele și semințe, se sarează și se dau prin mașina de tocat. Ardeii umpluți se prăjesc, se pun într-o oală cu fundul gros cu umplutura în sus, deasupra se pune tocătura de roșii și se înăbușă în cuptor. Dacă se prepară la aragaz, se adaugă și puțin bulion de legume. Usturoiul pisat se adaugă la sfârșit.

Prepararea umpluturii: Ceapa, morcovul, pătrunjelul, ardeiul se taie fidea scurtă și se prăjesc în ulei. La urmă se adaugă jumătate din verdeață. Orezul, spălat și uscat, se prăjește în unt, se amestecă cu legumele prăjite, se adaugă roșiile, curățate de semințe, de piele și tăiate cuburi, verdeața rămasă, sarea, piperul negru, pasta de ardei grași. Se amestecă totul.

Se servește cu smântână și verdeață tăiată.

Dovlecei cu smântină la cuptor



Ingrediente:

- 5 dovlecei,
- 1 roșie,
- 3-4 linguri ulei,
- 1 lingură de unt,
- 2 linguri de cașcaval olandez ras,
- 4 linguri de smântână,
- 2 linguri de făină de grâu,
- 2 căței de usturoi,
- sare,
- pătrunjel verde,
- 1 linguriță de mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

Dovleceii tineri se spală, se curăță de peduncul și pieliță, se taie felii de 0,5 cm grosime, se trec prin făina amestecată cu sare și se prăjesc în ulei pe ambele părți. Într-o tigaie unsă cu unt se pun dovleceii prăjiți, se presară cu usturoi pisat, deasupra se toarnă smântână și se presară cu cașcaval și mărar, apoi se stropesc cu untul topit și se dau la cuptor pentru 10 minute.

Dovleceii se servesc fierbinți, garnisiți cu pătrunjel și feliuțe de roșii.

Ardei grași umpluți cu ciuperci și orez



Ingrediente:

- 10-12 ardei grași,
- 3 linguri ulei,
- 1 pahar smântină,
- 1 ardei gras roșu,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Pentru umplutură:

- 6 linguri orez,
- 12-15 ciuperci,
- 3 linguri unt,
- 2 cepe,
- 2-3 roșii,
- 2-3 linguri smântină (la dorință),
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Ciupercile se fierb, se mărunțesc, se prăjesc în unt, apoi se adaugă ceapa, care s-a prăjit separat, se mai țin pe foc 2-3 minute, se adaugă sarea, piperul negru măcinat, roșiile, curățate de semințe, de pieliță și tăiate cuburi, o jumătate din verdeață, 2-3 linguri smântină. Totul se amestecă cu orez. Ardeii se curăță de peduncul și semințe, se opăresc cu uncrop, se scurg prin strecurătoare, se răcesc, se umplu. Ardeii umpluți se prăjesc pe tigaie, deasupra se toarnă smântină și pastă de ardei grași, se coc în cuptor.

Prepararea umpluturii: Orezul se spală, se prăjește în unt și se fierbe pînă se obține un terci sfărîmicios. Ciupercile pregătite se fierb, se taie mărunt, se prăjesc în unt. În ceapa tăiată mărunt se adaugă ceapa prăjită, apoi ciupercile prăjite. Continuați să prăjiți timp de 2-3 minute, adăugați sarea, piperul negru măcinat, jumătate din verdeața tocată, roșiile tăiate cubulețe fără coajă și semințe (care au fost opărite în prealabil), 2-3 linguri de smântină. Adăugați orezul fiert, amestecați totul bine.

Se servește cu sosul format la coacere, se presară cu verdeață.

Vinete înăbușite cu smântină



Ingrediente:

- 3-4 vinete,
- 4 cepe,
- 2 linguri de făină de grâu,
- 4 linguri de ulei,
- $\frac{2}{3}$ pahar smântână,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Vinetele pregătite se taie în două în lungime, apoi se taie felii de 0,5- 0,7 cm, se sarează și se pun sub greutate pentru 40-50 minute. Se trec prin făină și se prăjesc pe ambele părți. Ceapa tăiată semiinele se prăjește. Într-o cratiță sau o tigaie cu fundul gros se pun rânduri ceapa prăjită și vinetele. La fiecare două straturi se pune sare și smântână. Se înăbușă 20-30 minute la foc încet.

Se servesc cu verdeață tăiată și usturoi pisat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chiginau, str. Arborilor, 17/1

Vinete cu ardei grași și roșii



Ingrediente:

- 3 vinete,
- 5-6 ardei grași,
- 6-7 roșii,
- 2 cepe,
- 3 linguri ulei,
- 3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeață de mărar și pătrunjel tăiată

Mod de preparare:

Vinetele se taie în patru, se fierb în apă puțin sărată 2-5 minute, se scurg. Roșiile se curăță de pieliță și se taie rondele, ceapa și ardeii se taie inele. Pe fundul tigăii se pun un rând de roșii, un rând de ceapă, deasupra bucățele de vinete și un strat de ardei. Se presară cu sare, piper, usturoi pisat și verdeață. Deasupra se mai pune un strat de roșii. Se acoperă cu un capac și se pun la foc slab. Când legumele vor lăsa suc, se va turna ulei. Din când în când tigaia se va scutura, pentru ca roșiile să nu se lipească de fund. Când mâncarea este aproape gata, tigaia se dă la cuptor pentru 15-20 minute.

Se servesc fierbinți, ornate cu verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chișinău, str. Arborilor, 17/1

Iahnie de vinete



Ingrediente:

- 4-5 vinete,
- 5-6 roșii,
- 2-3 cepe,
- 3-4 căței de usturoi,
- 1 lingură de făină,
- 2 ouă,
- ½ pahar smântână,
- 2 linguri de verdeță tăiată,
- 1 lingură de brinză dată prin răzătoare,
- 1 lingură de pesmeți,
- ½ lingură de unt,
- 1/3 pahar ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin.

Mod de preparare:

Vinetele se taie felii sau rondelle cu grosimea 0,5-0,7 cm, se pun pentru 10-15 minute în uncrop, apoi sub o greutate pentru 25-30 minute. Se presară cu sare și piper, se trec prin făină și se prăjesc. Ceapa se taie fidea, se prăjește în ulei. Roșiile se curăță de piele, de semințe și se taie felii. Într-o tigaie unsă cu unt se pun vinetele, roșiile, ceapa, se adaugă puțină sare, piper, o foaie de dafin. Se toarnă un amestec din ou bătut, smântână, făină prăjită (sare după gust). Se presară cu brinză, amestecată cu pesmeți. Brinză poate fi înlocuită cu cașcaval tare. Se coace în cuptor.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Chateau Vartely”
bucatar-sef Berecari Dmitrii
mun. Orhei, str. Eliberării, 170/B

Vinete prăjite cu mujdei



Ingrediente:

- 4 vinete,
- 4 roșii,
- 3-4 linguri de ulei,
- 2 linguri de făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat,
- ½ pahar mujdei.

Mod de preparare:

Vinetele se spală, se curăță de peduncul, se taie felii cu grosimea de 0,5-0,7 cm, se sarează și se pun sub greutate pentru 30-40 minute. Apoi se presară cu piper, se trec prin făină, se prăjesc pe ambele părți și se dau la cuptor.

Se servesc cu mujdei și roșii.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravenco Maxim
or. Chișinău, bd. Moscova, 9

Vinete coapte umplute cu legume



- Ingrediente:
 - 3 vinete,
 - 1 lingură maioneză,
 - 2 linguri de muștar,
 - 1 pahar ulei,
 - 100 g cașcaval tare,
 - sare,
 - piper negru măcinat.
-
- Pentru umplutură:
 - 1 ceapă,
 - 1 ardei gras,
 - 1/3 dovlecel,
 - 1 roșie,
 - 5-7 ciuperci shampignons,
 - 2-3 căței de usturoi,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 1 lingură verdeață tocată.

Mod de preparare:

În vinetele curățate se face câte o tăietură adâncă pe toată lungimea, dar nu până la capăt. Apoi vinetele se pun la muiat în apă rece pentru 1-2 ore, periodic schimbându-li-se apa. După aceasta vinetele se scurg, se usucă și se prăjesc într-o cantitate mare de ulei. Uleiul se scurge, vinetele se ung pe-dinăuntru cu un amestec de muștar și maioneză și se umplu. Cașcavalul se taie cuburi nu prea mari, cu aceste cubulețe se acoperă vinetele și se coc în cuptor timp de 7-10 minute.

Prepararea umpluturii: Ceapa, ardeiul, dovlecelul, ciupercile și roșia curățată de piele se taie cubulețe, se prăjesc în ulei, se adaugă usturoi pisat, sare, piper, verdeață și se amestecă.

Vinete prăjite în liezon



Ingrediente:

- 3-4 vinete,
- 4 linguri ulei,
- 3 linguri făină de grâu,
- 2 ouă,
- $\frac{1}{3}$ pahar lapte,
- 2 linguri unt,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Vinetele se spală, se curăță de peduncul, se taie felii de 0,5-0,7 cm grosime, se sarează și se pun sub greutate pentru 30-40 minute. Apoi se moale în liezon, se prăjesc pe o parte și alta până se rumenesc și se dau apo la cuptor.

Prepararea liezon-ului: Făina se amestecă cu laptele și ouăle bătute, se adaugă sare și piper. Acest fel de mâncare se servește atât rece, cât și cald. Se servește cu unt topit.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Ghiveci



- Ingrediente:
- 2-3 vinete,
- 1 pahar de fasole verde,
- 2 ardei grași roșii,
- 2 ardei grași verzi,
- 1 morcov,
- 3 cepe,
- 6 roșii ,
- ½ pahar ulei,
- 3 căței de usturoi,
- 1/6 căpățână de varză albă,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- 1 rădăcină de țelină,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2-3 foi de dafin,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Vinetele se curăță de coajă și peduncul (la vinetele mai tinere coaja se poate lăsa). Se taie felii sau rondele cu grosimea de 1-2 cm. Se opăresc 10-15 minute, apoi se pun sub o greutate pentru 20-30 de minute, ca să se scurgă zeama amară. Se taie cubulețe, se prăjesc. Varza se taie cubulețe, se opărește în uncrop, se scurge prin strecurătoare, se prăjește. Ceapa și rădăcinile se taie de asemenea cubulețe, se prăjesc ușor în ulei. Se adaugă ardeii grași tăiați cubulețe, se prăjesc toate la un loc. Într-o oală cu fundul gros se pun legumele prăjite: ardeii grași, fasolea verde, roșiile curățate de semințe și de piele, apoi tăiate, sarea, piperul, foile de dafin, se toarnă puțin bulion de legume, se acoperă cu un capac și se înăbușă la cuptor până sânt gata. Usturoiul pisat se adaugă la sfârșit. Se servește, presărat cu verdeață tăiată.

Ghiveciul este foarte răspândit în bucătăria moldovenească, este gustos servit atât cald, cât și rece. Se utilizează ca garnitură pentru carne, dar și ca fel de mâncare aparte.

Dovlecei umpluți cu ciuperci



Ingrediente:

- 4 dovlecei,
- 1 ou (gălbenușul),
- 1 linguriță unt,
- 2/3 pahar smântână,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- sare.

Pentru umplutură:

- 6-8 ciuperci,
- 2 roșii,
- miezul de dovlecei,
- ½ praz,
- 1 lingură unt,
- 2-3 căței de usturoi,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Se spală dovleceii nu prea mari, se taie codițele, apoi îi tăiem în două, cu o lingură se scot semințele și o parte din miez. Se sarează, se umplu, se pun pe o tigaie unsă cu unt, deasupra se toarnă smântână, amestecată cu gălbenușul unui ou crud, se dau la cuptor. Se servesc fierbinți, garnisiți cu verdeață.

Prepararea umpluturii:

Ciupercile se fierb în apă sărată, se scurg prin strecurătoare, se taie mărunt și se prăjesc. Roșiile se curăță de pieliță și se mărunțesc. Miezul de dovlecei se mărunțește și el. Toate se amestecă cu unt, verdeață și usturoi pisat.

Fasole păstăi cu smântină



Ingrediente:

- 1 kg fasole păstăi,
- 2 linguri de unt,
- ½ pahar smântină,
- 1 lingură de verdeță tocată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Fasolea se curăță de ațe, se spală. Păstăile mășcate se taie în 2-3 părți. Se fierb în apă puțin sărată timp de 8-10 minute. În tigaie se topește untul și se rumenește fasolea timp de 2-3 minute, scuturînd-o atent. Se presară cu piper.

Cînd se servește, se toarnă smîntînă și se presară cu verdeța tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasilii
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Fasole păstăi cu ceapă



Ingrediente:

- 700 g fasole păstăi,
- 2 cepe,
- 4 linguri ulei,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- zeamă de lămâie.

Mod de preparare:

Fasolea se curăță de ațe, cozi se spală. Fasolea mășcată se taie în 2-3 părți. Se fierbe în apă puțin sărată 8-10 minute. Ceapa tăiată fidea se prăjește puțin, se amestecă cu fasolea, se adaugă sare și piper și se mai prăjesc încă 3 minute. Când sunt gata se adaugă usturoiul pisat, verdeața tăiată, zeama de lămâie după gust. Moldovenii servesc acest fel de bucate atât reci, cât și calde.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasili
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Fasole păstăi cu ou



Ingrediente:

- 800 g fasole păstăi,
- 3 ouă,
- 4 linguri smântină,
- 2 linguri unt,
- sare,
- piper negru măcinat,
- pătrunjel verde.

Mod de preparare:

Fasolea se curăță de ațe, cozi se spală. Păstăile măscate se taie în 2-3 părți. Se fierb în apa puțin sărată 8-10 minute, se strecoară, se usucă și se prăjesc ușor. Deasupra se toarnă smântina bătută cu ouă, se adaugă sare, piper și se prăjește pînă este gata, amestecîndu-se atent.

Se garnisesc cu pătrunjel verde.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”

bucatar-sef Lazarev Vasili

or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Ciulama cu fasole păstăi cu sos alb



Ingrediente:

- 1 kg fasole păstăi,
- 300 g carne de porc,
- 2 linguri făină de grâu,
- 2-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Fasolea se curăță de ațe, se spală, se fierbe 2-3 minute în apă puțin sărată, se strecoară. Carnea se taie fidea, se prăjește, se adaugă fasolea, se mai prăjește încă 2-3 minute. Se toarnă sos alb, se adaugă sare, piper, o jumătate din verdeață și usturoiul mărunțit. Se dă la cuptor.

Prepararea sosului:

Făina se rumenește, se amestecă cu bulion, se fierbe, se strecoară. Sosul trebuie să fie dens.

Se servește presărat cu verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Fasole înăbușite în ulcele ca la țară



Ingrediente:

- 2 pahare de fasole albă,
- 5-6 ciuperci champignons,
- 1 praz,
- 1 morcov,
- 2 linguri de ulei,
- sare,
- piper negru boabe,
- verdeață de cimbru și tarhon,
- 1 lingură de verdeață de mărar și pătrunjel tocată.

Pentru aluat:

- 2 linguri de făină de grâu,
- ½ lingură de apă,
- sare.

Mod de preparare:

Se alege fasolea albă, se spală de nisip în câteva ape. Se înmoaie câteva ore în apă (de la 3-8 ore). Nu se pune sare la fiertul fasolelor. Puneți apă ca să acopere fasolea, dați în clocot și fierbeți cu capac la foc domol până sînt semigata, apoi le turnați în ulcele. Adăugați legumele tăiate cubulețe și prăjite: morcovul, prazul, ciupercile, ardeiul, verdeața tocată, cimbrul și tarhonul. Turnați fiertura de fasole, acoperiți cu căpăcele din turte de aluat, inclusiv și deschizăturile. Dați-le la cuptor pentru 2 ore.

Puneți fasolea preparată în farfurie și sărați-o. Separat se servește mămăliga cu unt.

Fasole înăbușite cu prune uscate



Ingrediente:

- 2 pahare de fasole,
- 1 pahar de prune uscate,
- 2 linguri de unt,
- ½ pahar smântână,
- 2 linguri de cașcaval dat prin răzătoare,
- 1 lingură de zahăr,
- sare,
- 1 lingură de mărar tăiat.

Mod de preparare:

Fasolea se alege și se spală în câteva ape. Se pune la muiat în apă rece pentru câteva ore (de la 3 până la 8). Apoi se pune la fiert în aceeași apă în care s-au muiat. Prunele se opăresc, se taie, se amestecă cu fasolea, se adaugă 1 lingură de unt și smântână. Toate se înăbușă la foc încet 8-10 minute. Cu puțin timp înainte de a se lua de pe foc, se sarează, se pune zahăr, cașcaval și 1 lingură de unt.

Înainte de a se servi, se presară cu verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișma”
bucatar-sef Țibulșcaia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Iahnie de fasole cu sos de roșii



Ingrediente:

- 2 pahare de fasole albă,
- 2-3 cepe,
- 2 linguri de ulei (sau 100 g slănină),
- 2-3 roșii (sau 1 lingură de pastă),
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Fasolea se alege și se spală în câteva ape. Se pune la muiat în apă rece pentru câteva ore (de la 3 până la 8). Apoi se pune la foc și se fierbe până este gata. Ceapa se taie cubulețe mici și se rumenește. Roșiile se curăță de piele și se dau prin răzătoare. Fasolea se amestecă cu ceapa prăjită, sosul de roșii se toarnă deasupra. Se adaugă sare, piper și se înăbușă. La urmă se adaugă verdeața și usturoiul pisat. Fasolea nu trebuie să fie fiartă prea tare. Dacă s-a folosit ulei, fasolea se servește rece, iar dacă ceapa s-a prăjit cu slănină, atunci se servește fierbinte.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Varză umplută cu ciuperci



- Ingrediente:
- 1 căpățină de varză,
- sare,
- 1 pahar smântână,
- ½ pahar de cașcaval tare.
-
- Pentru umplutură:
- 6-8 ciuperci champignons,
- 2 cepe,
- 2 ouă,
- 2 linguri de crupe de porumb sau orez,
- 2 linguri de unt,
- 1 lingură de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Varza se fierbe întreagă în apă sărată. Frunzele se desfac și între ele se pune în starturi egale umplutura. Se învelește varza în tifon, ca să i se dea forma unei căpăține, se pune înapoi în apa în care a fiert și se fierbe la foc încet până este gata. Căpățină se scoate din tifon, se pune într-o farfurie și se taie felii. Deasupra se toarnă smântână.

Prepararea umpluturii:

Ciupercile se fierb, se taie fidea, se prăjesc cu ceapă. Se fierb crupele de porumb, se amestecă cu ciupercile prăjite, se adaugă ouăle fierte și mărunțite, sare, piper, verdeață și se amestecă.

Sarmale cu orez și gutui



Ingrediente:

- 1 căpățână de varză,
- 2-3 linguri untură de porc,
- 1 pahar smântână,
- sare.

Pentru umplutură:

- 1 pahar orez,
- 1 ceapă,
- 1 morcov,
- ½ gutuie,
- 2 linguri unt topit,
- 2 linguri mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

Varza se fierbe întreagă în apă sărată 10-12 minute, se scoate și se desface. Cozile frunzelor se bat ușor. Pe frunze se pune umplutura, se răsucesc rulade (în Moldova sarmalele, de obicei, se fac mici (3-5 cm diametru, la o porție se servesc 8-10 bucăți) și se prăjesc. Sarmalele se pun într-o tigaie unsă cu untură în 2-3 rânduri, fiecare strat se stropește cu unt topit. Deasupra se toarnă fiertură de gutuie, apoi se acoperă cu capac și se pun în cuptor.

Prepararea umpluturii:

Fierbeți orezul în apă sărată pînă este semigata, treceți-l prin strecurătoare. Curățați gutuii de coajă, tăiați-i cubulețe, fierbeți-i în apă, strecurați-i. Tăiați morcovul și ceapa, căliți amestecul. Adăugați orezul, gutuii, morcovul, ceapa și verdeța și amestecați bine.

Se servesc cu smântână bătută.

Sarmale cu ciuperci și crupe de porumb



- Ingrediente:
- 40-60 frunze tinere de viță-de-vie,
- 2 pahare de bulion de carne,
- 1 pahar de borș acru,
- 3 roșii,
- 1 pahar de smântână.
- Pentru umplutură:
- 3 morcovi,
- 4 cepe,
- 2 roșii,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- 8-10 ciuperci,
- 3 linguri de crupe de porumb (se poate și orez),
- 2 linguri unt,
- 2 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Pe frunzele opărite se așează umplutura, care se împachetează și se rulează astfel ca să se obțină în formă de pungațe. Pe fundul ceaunului se aștern frunze, apoi se pun sarmalele straturi, roșii date prin răzătoare, bulionul și borșul se toarnă deasupra. Se acoperă cu un capac și se dau la cuptor.

Prepararea umpluturii: Crupele se fierb, se adaugă puțin unt. Morcovii, ceapa, pătrunjelul se taie cubulețe și se prăjesc în ulei. Se adaugă roșiile mărunțite. Ciupercile se fierb, se taie cubulețe și se prăjesc în unt. Toate ingredientele se amestecă bine și se condimentează cu sare, piper și verdeță.

Se servesc cu smântână.

Dovleac prăjit cu roșii



Ingrediente:

- 800 g dovleac,
- 6-7 roșii,
- 125 g unt,
- 1 lingură făină de grâu,
- 1 lingură brinză dată prin răzătoare,
- ¾ pahar smântână,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată de mărar și pătrunjel tăiată.

Mod de preparare:

Roșiile se taie în două și se prăjesc. Dovleacul se curăță de coajă, se taie feliuțe, se presară cu sare și piper, se trece prin făină și se prăjește pe ambele părți până se rumenește. Se pune în farfurii, deasupra se pun roșiile, toate se presară cu verdeață și brânză.

Se servește cu smântână.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasillii
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Budincă cu dovleac și mere



Ingrediente:

- 800 g dovleac,
- 2 mere,
- 2 linguri crupe de gris,
- 4 ouă,
- 1 pahar de lapte,
- 4 linguri de unt,
- 2 linguri de zahăr,
- 2 linguri de stafide,
- 1 pahar de smântână.

Mod de preparare:

Dovleacul se curăță de coajă, se taie bucățele mici, se fierbe puțin în lapte cu unt. Se toarnă crupe de griș și se fierbe pînă este gata, amestecîndu-se permanent. Merele curățate de coajă se dau prin răzătoare măscată, se amestecă cu dovleac, stafidele opărite, gălbenușurile bătute și albușurile, bătute separat cu zahăr. Masa obținută se pune pe o tavă unsă cu unt, se acoperă cu un strat subțire de smîntînă și se dă la cuptor. Înainte de a se servi, budinca se acoperă cu smîntînă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasilii
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Budincă de dovleac cu tăieței



Ingrediente:

- 800 g dovleac,
- 3 ouă,
- 5 linguri de unt,
- 1 lingură de zahăr tos,
- 2 g de scorțișoară,
- 2 linguri de pesmeți fărimitați,
- 3-4 linguri frișcă,
- sare.

Pentru tăieței:

- 1½ pahare făină de grâu,
- 2 ouă,
- 1/3 pahar apă,
- sare.

Mod de preparare:

Dovleacul se curăță și se taie fidea măscată, apoi se prăjește în unt. Tăiețelii se fierb în apă, puțin sărată. Atenție însă nu trebuie răsfierți, se strecoară, se adaugă unt. Ouăle se bat, apoi se adaugă zahăr, sare și scorțișoară măcinată, se amestecă, se adaugă frișca și se mai bat toate împreună.

Prepararea tăiețelilor: Făina se amestecă cu ouăle și sarea dizolvată în apă. Se frământă un aluat tare, se acoperă cu un șervețel de pânză pentru 20-30 minute, ca să se întindă mai bine. Pe masa presărată cu făină se întind câteva foi subțiri, se lasă să se usuce timp de 10-20 minute. Se taie fâșii cu lățimea de 4-5 cm, care, la rîndul lor, se taie de-a latul în tăiețelii propriu-ziși.

Budincă de dovleac cu orez



Ingrediente:

- 800 g dovleac,
- 2-3 linguri de lapte,
- ½ pahar orez,
- 2 linguri de stafide,
- 2 linguri de zahăr,
- 3 linguri de unt,
- 3 ouă,
- 2 linguri de pesmeți,
- 1 lingură de cașcaval dat prin răzătoare,
- coajă (½ portocală) tăiată,
- sare.

Mod de preparare:

Dovleacul se curăță, se taie bucățele nu foarte mari. Se pune în ceaun, se toarnă laptele, se adaugă o parte din unt, sarea, zahărul și orezul spălat. Se acoperă cu capac și se dă la cuptor. Când este gata, se amestecă bine, se lasă să se răcească, apoi se pune oul bătut, portocala, untul care a rămas. Toate se bat, se adaugă stafidele spălate și opărite. Totul se pune într-o tigaie unsă cu unt, se netezește, se presară cu cașcaval, se stropește cu unt și se dă la cuptor, lăsându-se până se rumenește.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”

bucatar-sef Lazarev Vasillii

or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Cartofi noi fierți cu usturoi



Ingrediente:

- 1 kg cartofi,
- 200 g slănină,
- 3-4 căței de usturoi,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- 2-4 roșii,
- smântână,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Cartofii se spală și se curăță. Cartofii mai mărunți se folosesc întregi, iar cei mai mășcați se taie. Se toarnă uncrop, se sarează și se fierb la capac la foc încet până sunt gata. Apa se scurge, se adaugă verdeața.

Cartofii se servesc:

1 variantă: stropiți cu untură și jumări, preparate din slănină, se condimentează cu usturoi pisat și se garnisesc cu felii de roșii.

2 variantă: stropiți cu smântână, se condimentează cu usturoi pisat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucatar-sef Putreșa Ana
or. Chisinau, str. Trandafirilor, 6

Cartofi cu turte



Ingrediente:

- 1 kg de cartofi tineri,
- 2 morcovi,
- 3 cepe,
- 2 rădăcini de pătrunjel,
- 3 roșii,
- ½ pahar de ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1-2 foi de dafin,
- 1 lingură verdeață tăiată

Pentru turte:

- 1 ou,
- ½ pahar apă,
- 1½ pahar făină de grâu,
- 2 linguri de brânză de oi,
- 2 linguri de brânză de vaci,
- 1-2 linguri de ulei.

Mod de preparare:

Din făină, apă și ouă frământați aluatul. Întindeți-l într-un strat subțire (2 mm), stropiți-l cu ulei, presărați-l cu amestecul din brânză de oi și brânza de vaci. Formați rulade subțiri cu diametrul de până la 3 cm. Tăiați în bucăți de 3-4 cm lungime.

Cartofii curățați se marinează în ulei, amestecat cu sare și piper. Se dau la cuptor într-o tava, la temperatura de 200 grade pentru 20 de minute. Morcovul se taie felii rotunde, se prăjește în ulei, ceapa se taie felii. Într-un ceaun se pun cartofii, morcovul, ceapa, deasupra se pun turtele, pe care se pune rădăcina de pătrunjel și foile de dafin. Se presară cu verdeață. Se toarnă sucul a 3 roșii, se sarează. Se dă la cuptor, bine acoperit cu un capac, se prepară la temperatura de 200 de grade, timp de 30-35 minute.

Cartofi înăbușiți cu ciuperci



Ingrediente:

- 8-10 cartofi,
- 2 linguri unt,
- ½ pahar frișcă,
- 8-12 ciuperci proaspete,
- 2 cepe,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2-3 linguri de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Cartofii se spală și se curăță. Cartofii mai mărunți se folosesc întregi, iar cei mai măști se taie. Se toarnă uncrop, se sarează și se fierb la capac la foc încet până sînt pe jumătate gata. Apoi se adaugă ciupercile fierte și rumenite cu ceapă, sare, piper, o parte din verdeață, se toarnă frișca, se acoperă cu capacul și se înăbușă în cuptor.

Se servesc presărați cu verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucatar-sef Putreșa Ana
or. Chisinau, str. Trandafirilor, 6

Cartofi prăjiți cu ceapă



Ingrediente:

- 10-12 cartofi,
- 3 cepe,
- 4 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 5 cepe verzi.

Mod de preparare:

Cartofii spălați și curățați se taie fidea sau rondele și se prăjesc în ulei pînă se rumenesc. Apoi se amestecă, se sarează, se adaugă piper. Se înăbușă pînă sunt gata la cuptor sau la aragaz la foc încet. Ceapa mărunțită și prăjită cu unt se adaugă la urmă.

Cartofii se servesc presărați cu ceapă verde tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Cartofi umpluți cu brînză și ciuperci



- Ingrediente:
- 8-10 cartofi,
- 2 roșii,
- $\frac{3}{4}$ pahar smîntînă,
- $\frac{1}{2}$ pahar bulion de carne,
- sare,
- pătrunjel verde.
-
- Pentru umplutură:
- 1 pahar de brînză mărunțită,
- 1 ou,
- 2 cepe,
- 3-4 ciuperci,
- 2 linguri de smîntînă,
- 2 linguri de ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

Curățați cartofii, scoateți-le partea de mijloc, sărați adînciturile și umpleți-le. Cartofii puneți-i în ceaun, turnați bulionul și dați-i la cuptor. Înainte de a se servi cartofii se dreg cu smîntînă și se garnesc cu felii de roșii, pătrunjel verde.

Prepararea umpluturii:

Ciupercile se fierb, se scurg prin strecurătoare, se taie fidea și se prăjesc. Se adaugă ceapa prăjită, oul fiert și mărunțit, brînză, smîntîna, sarea, piperul, mărarul și se amestecă.

Colțunași leneși cu cartofi și brinză



Ingrediente:

- 10 cartofi,
- 2 ouă,
- 1 linguriță unt,
- 2-3 linguri de brinză de vaci nesărată mărunțită,
- 3 linguri făină de grâu,
- 1 pahar de smântână,
- 2-3 căței de usturoi,
- 1 lingură de verdeță tăiată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se fierb cartofii cu coajă, apoi se curăță și se dau prin răzătoare. Se adaugă ouăle crude, untul, verdeța (la dorință), 1 lingură de brinză, sare și piper. Se amestecă bine. Din masa obținută se formează niște cîrnăciori mici cu diametrul de 2-3 cm, se taie rondele de 1-1½ cm și se fierb în apă sărată 3-5 minute. Apoi se scurg prin strecurătoare.

Se servesc în 2 feluri:

varianta 1: se presară cu brinză, usturoi pisat și se dreg cu smântină;

varianta 2: colțunașii fierți se pun într-o tavă unsă cu grăsime, presărată cu pesmeți. Colțunașii se presară cu brinză, deasupra se toarnă smântîna bătută cu ou și se dau la cuptor.

Colțunașii se servesc presărați cu verdeță.

Ruladă de cartofi cu porumb și ciuperci



- **Ingrediente:**
- 8 cartofi,
- 2 ouă,
- 1 lingură unt,
- 2 linguri lapte,
- 2 linguri smântână,
- 1 lingură ulei,
- 1 lingură pesmeți de grâu fărâmițați,
- sare,
- pătrunjel verde.
- **Pentru umplutură:**
- ½ pahar de porumb fiert sau conservat,
- 1 praz,
- 5 ciuperci shampignons,
- 2 ouă,
- 1 lingură ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

Cartofii curățați se fierb în apă sărată și se mărunțesc prin sită. Se adaugă lapte fiert, ou crud, sare, se amestecă. Pireul cu un strat de 2 cm se pune pe un șervețel de tifon umed în formă de dreptunghi. În centrul acestei foi se pune umplutura și, ridicînd tifonul, se rulează. Rulada se pune într-o tavă unsă cu ulei, presărată cu pesmeți (la dorință), se unge cu ou bătut cu smântână, se presară cu pesmeți, se stropește cu unt topit, se sparge în câteva locuri cu furculița și se dă la cuptor. Rulada tăiată felii poate fi servită cu smântână sau unt topit.

Prepararea umpluturii: Prazul se prăjește, ciupercile se fierb, se scurg prin strecurătoare, se taie fidea și se prăjesc. Porumbul se amestecă cu ouăle fierte și mărunțite, se adaugă ceapa, ciupercile, sarea, piperul, mărarul și se amestecă.

Praz umplut cu ciuperci și orez



- **Ingrediente:**
 - 5-6 fire de praz,
 - 3 linguri brânză dată prin răzătoare,
 - 1 pahar smântână.
- **Pentru umplutură:**
 - 3-4 linguri orez,
 - 4-5 ciuperci champignons,
 - 1 ou,
 - 1 ceapă,
 - 2 linguri de ulei,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 1 lingură de verdeață tăiată de mărar și pătrunjel.

Mod de preparare:

Prazul se taie bucățele cu lungimea de 5-6 cm, se opărește, se răcește. Se scoate partea din mijloc, golul se umple. Se pune într-o tavă, deasupra se toarnă smântâna, se acoperă cu un capac și se înăbușă la foc slab. Din când în când se scutură. Peste un timp se adaugă brânza și se dă la cuptor. Se coc până se rumenesc. Se servește cu sosul în care s-a copt, se garnisește cu foi de salată verde.

Prepararea umpluturii: Ciupercile se fierb, se scurg prin strecurătoare, se taie fidea și se prăjesc. Se adaugă ceapă prăjită, un ou fiert și mărunțit, sarea, piperul, verdeața și se amestecă.

Budincă de morcovi cu brînză de vaci și prune uscate



Ingrediente:

- 6 morcovi,
- 500 g brînză de vaci,
- ½ pahar prune uscate,
- 2 linguri crupe de gris,
- 2 ouă,
- 2 linguri unt,
- 2 linguri zahăr,
- 1 lingură pesmeți de grîu fărîmițați,
- 1 pahar smîntînă,
- sare,
- pătrunjel verde.

Mod de preparare:

Morcovii se dau prin răzătoare mascată și se fierb cîteva minute. Cîte puțin se toarnă crupe de gris și se fierbe pînă obținem o masă densă. Brînza se dă prin sită, se amestecă cu morcov, se adaugă sare, zahăr, prunele opărite și tăiate. Toate se amestecă bine, se pun într-o tavă unsă cu unt, presărată cu pesmeți, se stropesc cu unt topit și se dau la cuptor.

Se servește cu smîntînă.

Budincă de morcovi cu mere



Ingrediente:

- 8 morcovi,
- 4 mere,
- 2 linguri crupe de gris,
- 2 ouă,
- 2 linguri unt,
- 2 linguri zahăr,
- 1 lingură de pesmeți de grâu fărîmițați,
- ¾ pahar lapte,
- ¾ pahar smîntînă,
- sare.

Mod de preparare:

Morcovii se taie mărunt și se fierb puțin. Separat, se fierbe un terci dens de gris cu lapte, se adaugă morcovul, merele curățate de coajă și date prin răzătoare măscată, gălbenușurile bătute cu zahăr, untul și sarea. Se amestecă. Albușurile se bat și atent se adaugă la celelalte. Se pune într-o tavă unsă cu unt, presărată cu pesmeți, deasupra se toarnă smîntîna și se dă la cuptor.

Budincă se taie felii. Se servește cu smîntînă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Iahnie de cartofi



Ingrediente:

- 8-10 cartofi,
- 2 fire de praz sau 3-4 cepe,
- 2-3 ardei grași,
- 4-5 roșii,
- ½ pahar ulei,
- 3-4 căței de usturoi,
- 1 pahar bulion,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Cartofii spălați și curățați se taie bucățele, se rumenesc la foc puternic și se sarează. Prazul sau ceapa se taie fidea, se prăjește, se amestecă cu cartofii și se prăjesc 2-3 minute. Ardeii se taie fidea, se prăjesc și se amestecă cu cartofii, se adaugă sare, piper negru măcinat, foi de dafin, se toarnă un pahar de bulion de carne sau de legume, se adaugă verdeața și usturoiul pisat. Se dau la cuptor.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Cartofi copți cu dovleci și roșii



Ingrediente:

- 6 cartofi,
- 3 dovlecei,
- ½ praz,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- 4-5 roșii,
- 3 linguri ulei,
- 1 pahar smântână,
- 1 linguriță unt,
- 1 lingură brinză mărunțită,
- ½ lingură pesmeți de grâu,
- 1 ½ lingură făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Cartofii spălați și curățați se taie rondele de 3-4 cm și se prăjesc. Dovleceii tineri se curăță de coajă, se spală, se taie rondele, se trec prin făină, se rumenesc pe ambele părți și se presară cu sare și piper. Prazul (partea albă) se taie inele, se prăjește în ulei, se amestecă cu verdeața. Roșiile se taie în două, se presară cu sare și piper, se rumenesc pe o parte și pe alta (mai întâi pe partea tăiată) în tigaia bine călită. Tava se unge cu unt, apoi ingredientele se pun straturi: cartofii presărați cu ceapă, dovleceii, roșiile și încă un strat de cartofi. Deasupra se toarnă smântâna sărată, se presară cu brinză nesărată, amestecată cu pesmeți măcinați. Se stropesc cu unt topit și se dau la cuptor pentru 20-30 minute.

Ciuperci coapte cu tăieței



- Ingrediente:
 - 6-8 ciuperci,
 - 2 cepe,
 - 1 lingură ulei,
 - 3 linguri unt,
 - 1 ou,
 - 1 lingură de pesmeți de grâu fărîmițați,
 - ½ pahar smîntînă,
 - sare,
 - piper negru măcinat.
-
- Pentru tăieței:
 - 1½ pahare făină de grâu,
 - 2 ouă,
 - 1/3 pahar apă,
 - sare.

Mod de preparare:

Ciupercile se fierb în apă sărată, se scurg prin strecurătoare, se taie fidea și se prăjesc în unt. Se adaugă ceapa prăjită în ulei, tăiețeiii, untul, oul crud, sarea, piperul și se amestecă. Masa obținută se pune într-o tavă unsă cu unt și presărată cu pesmeți, se stropește cu unt topit și se dă la cuptor.

Prepararea tăiețeilor: Făina se amestecă cu ouăle și sarea dizolvată în apă. Se frămîntă un aluat tare, se acoperă cu un șervețel de pînză pe 20-30 minute, ca să se întindă mai bine. Pe masa presărată cu făină se întind cîteva foi subțiri, se lasă să se usuce timp de 10-20 minute. Se taie fișii cu lățimea de 4-5 cm, care, la rîndul lor, se taie de-a latul subțire, obținîndu-se tăiețeiii propriu-ziși.

Se servesc cu smîntînă.

Ciuperci înăbușite cu fasole



Ingrediente:

- 600 g ciuperci,
- 1 pahar fasole,
- 3 roșii,
- 2 cepe,
- 4 linguri ulei,
- 3 căței de usturoi,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ciupercile se fierb în apă sărată, se scurg prin strecurătoare, se taie feliuțe și se prăjesc cu ceapă. Fasolea se fierbe. Roșiile se opăresc, se curăță de pielită, se dau prin răzătoare și se prăjesc. Usturoiul se pisează. Se amestecă totul, se adaugă sare și piper și se înăbușă la foc încet 10-15 minute.

Se servesc presărate cu verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasillii
or. Chisinau, str. Ghidighiei, 1/2

Tocană de ciuperci cu ardei grași



Ingrediente:

- 800 g ciuperci,
- 3 ardei grași roșii,
- 3 cepe,
- 3 linguri ulei,
- 4 roșii,
- $\frac{2}{3}$ pahar smântână,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ciupercile se fierb în apă sărată, se scurg prin strecurătoare, se taie feliuțe și se prăjesc. Ceapa și ardeii se taie fidea, se prăjesc, se amestecă cu ciupercile, se mută în ceaun, se adaugă puțină fiertură de ciuperci, se fierb câteva minute, apoi se adaugă smântână și se înăbușă pînă sunt gata. Se adaugă la sfîrșit sare, piper, roșiile curățate de pielită și semințe, se mai dă într-un clocot.

Tocana se servește presărată cu verdeață tăiată. La tocană puteți servi garnitură cu cartofi fierți, pireu de cartofi sau [mămăligă](#).

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasili
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Mămăligă



Ingrediente:

- 2 pahare făină de porumb,
- 4 pahare apă,
- $\frac{1}{3}$ lingură sare.

Prima metodă de preparare:

Făina se cerne, se usucă. Într-un ceaun se toarnă apa, se dă în clocot, apoi se toarnă o parte din făină, sare, se fierbe 5 minute, restul făinii se toarnă grămăjoară și se împarte cu o lopățică de lemn în patru (în cruce). Se fierbe, neamestecându-se 15-20 minute. Apoi se dă focul mai încet și se amestecă bine cu meșteșul, ca să nu se formeze cocoloși (de pe pereții ceaunului - spre centru). Mămăliga se netezește cu lingura și se lasă pe marginea aragazului pentru 10-15 minute cu capac. Ceaunul se scutură o dată bine și mămăliga se răstoarnă pe un fund uscat de lemn.

De obicei, mămăliga se taie cu un cuțit de lemn sau cu o ață.

A doua metodă de preparare:

Într-un ceaun, în care fierbe apa sărată, se toarnă 3-4 linguri de făină cernută și uscată, se dă în clocot, apoi, amestecându-se permanent cu meșteșul sau cu o lingură de lemn, se toarnă șuviță subțire restul făinii, se fierbe până mămăliga devine o masă densă (vreo 15 minute). Mămăliga fiartă se strânge cu lingura de pe pereții ceaunului spre centru, se stropește cu unt (ca să nu se formeze pelicula), se acoperă cu capac și se lasă la foc încet pentru 10-15 minute. Mămăliga fiartă prin această metodă este mai moale și se împarte cu lingura.

De obicei, mămăliga se servește cu unt topit, smântină, brânză fărâmițată, jumări. Mămăliga e o garnitură minunată pentru scrob și bucate din carne sau pește.

Porumb cu mere, prune uscate și friganele



- Ingrediente:
- 4 pahare porumb fiert sau conservat,
- ½ pahar de prune uscate,
- 2-3 mere,
- 1 ceapă,
- 2 linguri de pastă de roșii,
- 2 linguri unt,
- 1 lingură zahăr,
- 1 lingură de verdeață tocată,
- sare.
- Pentru friganele:
- ¼ franzelă albă,
- 1 ou,
- 1 lingură unt,
- ½ pahar lapte,
- 1 linguriță zahăr.

Mod de preparare:

Porumbul se fierbe împreună cu zeama din conserve 3-5 min, se scurge prin strecurătoare, se pune în oală, se fierbe puțin, apoi se adaugă untul, sarea, zahărul, prunele opărite, curățate și mărunțite, ceapă tăiată și prăjită, pasta de roșii. Toate se amestecă și se fierb încă puțin. Merele se curăță de coajă și semințe, se taie felii, se prăjesc puțin cu unt.

Cînd se servește, porumbul se pune grămăjoară în centrul farfuriei, de jur împrejur se pun friganele și feliile de mere, se garnisește cu pătrunjel.

Prepararea friganelor: Franzela se curăță de coajă, miezul se taie felii, se moaie bine într-un amestec de ou, frișca și zahăr și se prăjesc în unt.

Porumb cu mazăre verde înăbușit în smântină



Ingrediente:

- 3 pahare porumb semicopt fierț sau conservat,
- 2 pahare smântină,
- 1 lingură zahăr,
- sare.

Pentru friganele:

- ¼ franzelă albă,
- 1 ou,
- 1 lingură unt,
- ½ pahar lapte,
- 1 linguriță de zahăr.

Mod de preparare:

Porumbul și mazărea se fierb (porumbul conservat 3-5 minute se încălzește împreună cu zeama), se strecoară, se pun în oală, se acoperă cu smântină, se adaugă zahăr, sare și se aduc la fierbere.

Se servește cu friganele.

Prepararea friganelor: Franzela se curăță de coajă, miezul se taie felii, se moaie bine într-un amestec de ou, frișca și zahăr și se prăjește în unt.

Mămăligă cu lapte



Ingrediente:

- 2 pahare făină de porumb,
- 3 pahare lapte,
- 1 pahar apă,
- sare.

Mod de preparare:

Făina se cerne, se usucă. Într-un ceaun se toarnă laptele diluat cu apă, se dă în clocot, apoi se toarnă o parte din făină, sare, se fierbe 5 minute, restul făinii se toarnă grămăjoară și se împarte cu o lopățică de lemn în patru (în cruce). Se fierbe, neamestecându-se 15-20 minute. Apoi se dă focul mai încet și se amestecă bine cu meșteul, ca să nu se formeze cocoloși (de pe pereții ceaunului – spre centru). Mămăliga se netezește cu lingura și se lasă pe marginea aragazului 10-15 minute cu capac. Ceaunul se scutură bine, apoi se răstoarnă mămăliga pe un fund uscat de lemn.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucatar-sef Putreșa Ana
or. Chisinau, str. Trandafirilor, 6

Mămăligă prăjită cu smântină



Ingrediente:

- 800g mămăligă,
- 2 linguri untură sau ulei,
- 1 pahar smântină.

Mod de preparare:

Mămăliga rece se taie felii, se trece prin făină și se prăjește în ulei sau untură ambele părți. Se servește cu smântină.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucatar-sef Dorofeeva Ala
or. Chisinau, Bucuresti, 67

Sarmale cu crupe de porumb



Ingrediente:

- 1 căpățină (1 kg) varză albă,
- 45-55 frunze de viță-de-vie,
- ½ pahar crupe de porumb,
- 350 g carne grasă de porc,
- 3 cepe,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 1 pahar borș sau un pic de sare de lămâie,
- 1 ½ linguri pastă de roșii,
- 1 pahar smântână,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Sarmalele se prepară cu frunze de viță-de-vie sau foi de varză. Frunzele de viță-de-vie se spală și se opăresc. Tăiem varză, se taie cotorul, apoi căpățina se fierbe în apa cu borș sau cu sare de lămâie, pînă este pe jumătate gata, se desface în frunze. Crupele se aleg, se spală și se usucă. Carnea se taie mărunt, se prăjește puțin, apoi se adaugă ceapa tăiată și pătrunjelul și se prăjesc toate la un loc. Într-un ceaun cu apă fierbîndă (2 pahare) se toarnă crupele, se pune friptura, se mai fierbe încă 10-15 minute, apoi ceaunul se acoperă cu capac, se dă la cuptor și se înăbușă pînă este gata. Cînd umplutura se ia de pe foc, se mai pune verdeață, sare și piper după gust. Pe foile de viță-de-vie și varză pregătite se pune umplutura, se împachetează și se formează sarmalele (8-10 bucăți la o porție). Pe fundul ceaunului se pun frunze, pe frunze - sarmalele, se acoperă iar cu frunze sau cu varză tăiată, se toarnă borș diluat cu pastă de roșii, se acoperă cu un capac și se înăbușă în cuptor pînă sunt gata.

Se servesc cu smântînă.

Gogoșele din brînză și unt ("Urs")



Ingrediente:

- 1½ pahar făină de porumb,
- 3 pahare apă,
- 4 linguri unt,
- 2 pahare brînză mărunțită,
- 2 linguri ulei,
- 1 pahar smîntînă,
- 2 linguri de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Se prepară mămăliga, se răcește puțin, se împarte în foi nu prea mari. În centrul fiecărei foi se pune brînză amestecată cu unt și verdeață. Se formează „urși” (gogoșe), se pun pe o tavă unsă cu ulei și se dau la cuptor. Se servește cu smîntînă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîșma”
bucatar-sef Tibulicai Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Alivanca



Ingrediente:

- 1 pahar faina de porumb,
- 2 linguri făină de grâu,
- 10 ouă,
- 75 gr brânză de oi,
- 200 gr carne de porc (gîtul),
- 1 lingură de ulei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Făina de porumb se amestecă cu ouăle, se adaugă făina de grâu. Carnea se taie cuburi, se prăjește puțin. Brânza se taie cuburi de mărime medie. Tavă se unge cu ulei. Brânza și carnea de porc prăjită se adaugă la amestecul de ou și făină, se mai adaugă sare, piper negru măcinat. Totul se amestecă, se toarnă într-o tavă sau într-o formă pentru copt. Se dă la cuptor, încălzit, în prealabil, pînă la 180 de grade pentru 30 de minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Omletă cu mămăligă și jumări



Ingrediente:

- 1 pahar făină de porumb,
- 1 ½ pahar lapte,
- ½ pahar apă,
- 100 g slănină,
- 2/3 pahar brinză nesărată,
- 4 ouă,
- sare.

Mod de preparare:

Într-o tigaie se prăjește slăcina tăiată mărunt, se adaugă 1 lingură de lapte și se prăjește pînă se rumenește. Făina se cerne, se usucă. Într-un ceaun se toarnă laptele diluat cu apă, se dă în clocot, apoi se toarnă o parte de făină, se sarează, se fierbe 5 minute, restul făinii se toarnă grămăjoară și se împarte cu o lopățică de lemn în patru (în cruce). Se fierbe, neamestecîndu-se 15-20 minute. Apoi se dă focul mai încet și se amestecă bine cu melestul, ca să nu se formeze cocoloși (de pe pereții ceaunului – spre centru). Mămăliga se netezește cu lingura și se lasă pe marginea aragazului pe 10-15 minute cu capac. Cînd mămăliga se răcește, se adaugă un ou bătut și o parte din jumări. Se bate pînă la obținerea unei mase omogene. În tigaia cu jumări se pune un strat subțire de mămăligă, partea de jos se rumenește, apoi din mămăligă se formează un pateu și se pune în cuptorul fierbinte pentru cîteva minute.

Se servește presărată cu brinză dată prin răzătoare .

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucatar-sef Dorofeeva Ala
or. Chisinau, Bucuresti, 67

Colțunași cu brânză



Ingrediente:

- 1½ pahar făină de grâu,
- ½ pahar apă,
- 1 ou,
- 4 linguri smântână,
- 2 căței de usturoi (la dorință),
- sare,
- 1 lingură de verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Pentru umplutură:

- 3 pahare de brânză nesărată dată prin răzătoare,
- 1 ou,
- sare,
- 1 lingură de verdeață de verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Mod de preparare:

Pe masă se pune grămăjoară făina, în mijloc se face o adâncitură, acolo se toarnă apa și oul, se pune sarea, se frământă un aluat tare și se lasă pentru 30 minute. Se întinde o foaie de 1,5 mm grosime. Se taie pătrățele, în fiecare pătrățel se pune umplutura, iar marginile se lipesc. În apă fierbîndă cu puțină sare, se pun colțunașii și se fierb pînă sunt gata. Colțunașii se servesc presărați cu usturoi pisat (la dorință), se ung cu smîntînă și se garnisesc cu verdeață.

Prepararea umpluturii: Se amestecă bine brînză dată prin răzătoare, oul crud, sarea (la dorință) și verdeața tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasilii
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Colțunași cu brînză și cartofi



Ingrediente:

- 1½ pahar făină de grîu,
- 1 ou,
- ¼ pahar lapte,
- 200 g brînză nesărată dată prin răzătoare,
- 3-4 cartofi,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- 4 linguri unt,
- ½ pahar smîntînă,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Pe masă se pune grămăjoară făina, în mijloc se face o adîncitură, în ea se toarnă laptele și oul, se frămîntă un aluat mediu (mai moale decît pentru tăietei), se acoperă cu un șervețel de pînză și se lasă pentru 15-20 minute. Apoi aluatul se întinde, la 5-7 cm de margine se pune umplutura grămăjoare mici, se acoperă cu marginea liberă a aluatului, se taie colțunașii și se lipesc. Apoi se pun pe un fund presărat cu făină. În apa, fierbîndă cu puțină sare se pun colțunașii și se aduc la fierbere. După ce toți colțunașii se ridică la suprafață, se mai fierb la foc încet 1-3 minute, apoi se scot cu spumiera și se pun într-o farfurie. Deasupra se toarnă unt.

Prepararea umpluturii: Cartofii se curăță și se fierb întregi, se dau prin răzătoare. Brînză se dă prin răzătoare, se amestecă cu cartofii, se adaugă sare, piper, unt topit, verdeață și se amestecă. Se servesc cu smîntînă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasili
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Colțuși cu cartofi și jumări



Ingrediente:

- 1½ pahar făină de grâu,
- ½ pahar apă,
- 1 ou,
- ½ pahar mujdei,
- sare,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Pentru umplutură:

- 8 cartofi,
- 3 cepe,
- 1 pahar jumări,
- 2 linguri untură de porc,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

Pe masă se pune grămăjoară făina, în mijloc se face o adâncitură, acolo se toarnă apa și oul, se pune sarea, se frământă un aluat tare și se lasă pentru 30 minute. Se întinde o foaia cu grosimea de 1,5 mm. Se taie pătrățele, în fiecare pătrățel se pune umplutura, iar marginile se lipest. În apa fierbândă cu puțină sare, se adaugă colțunașii și se fierb pînă sunt gata. Înainte de a se servi, colțunașii se stropesc cu sos mujdei și verdeață tăiată.

Prepararea umpluturii: Cartofii se curăță, se fierb în apă sărată, se dau prin răzătoare. Se amestecă cu jumări și ceapă prăjită cu untură și mărar.

Colțunași cu dovleac, mere și nuci



- Ingrediente:
- 1½ pahar făină de grâu,
- ½ pahar apă,
- 1 ou,
- 2 linguri unt,
- sare,
- 4 linguri dulceață de caise sau vișine fără sîmburi.
-
- Pentru umplutură:
- 400 g dovleac,
- 5 mere,
- ½ linguriță scorțișoară,
- 3 linguri zahăr,
- ½ pahar miez de nucă pisat.

Mod de preparare:

Pe masă se pune grămăjoară făina, în mijloc se face o adîncitură, acolo se toarnă apa și oul, se pune sarea, se frămîntă un aluat tare și se lasă pentru 30 minute. Se întinde o foaie cu grosimea de 1,5 mm. Se taie pătrățele, în fiecare pătrățel se pune umplutura, iar marginile se lipesc. În apa fierbîndă cu puțină sare, se pun colțunașii și se fierb pînă sunt gata. Peste colțunașii fierbinți se toarnă unt topit.

Se servesc cu dulceață.

Prepararea umpluturii: Dovleacul și merele se curăță și se dau prin răzătoare mascată. Se adaugă zahăr, scorțișoară, miez de nucă și se amestecă. Umplutura se pune imediat, ca să nu se piardă sucul.

Dejun țărănesc



Ingrediente:

- 6-8 ouă,
- 150 g slănină,
- ½ pahar smântână,
- ½ lingură făină de grâu,
- 2 linguri lapte,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 4 roșii,
- 2 linguri de unt.

Prima metodă de preparare:

Laptele, faina, ouăle, smântîna, sarea și piperul se amestecă și se bat pînă la obținerea unei mase omogene. Într-o tigaie calită se pune slămina sau șunca tăiată felii mari, se prăjește puțin, apoi se toarnă amestecul și se coace la cuptor pînă este gata.

Se servește cu [mămăliqă](#).

A doua metodă de preparare:

Ouăle se bat cu sare și smîntîna, într-o tigaie cu unt sau cu slănină prăjită se pun roșiile curățate de semințe, de piele și tăiate cubulețe. Se prăjesc 2-3 minute, apoi se toarnă amestecul și se dă la cuptor.

Ochiuri ca la țară



Ingrediente:

- 8 ouă,
- 150 g slănină,
- 4 roșii,
- 150 g brânză nesărată dată prin răzătoare,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Slăcina se curăță de sare și se taie cubulețe mici, se prăjește puțin. Apoi se toarnă ouăle și se prăjesc ochiuri pe o parte și pe alta. Se pun în farfurii cu gălbenușurile în sus. Se servesc cu brânza și roșii, presărate cu verdeță.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Ochiuri cu slănină și ardei gras



Ingrediente:

- 6-8 ouă,
- 100 g slănină,
- 2-3 ardei grași (roșii).

Mod de preparare:

Slăcina se curăță de sare și se taie fidea sau cubulețe, apoi se prăjește. Ardeii se curăță de peduncul și semințe, se spală se opăresc în uncrop, se usucă, se taie fidea sau cubulețe, se pun în tigaia cu slănină și se prăjesc puțin la foc domol. Se toarnă ouăle, astfel încât gălbenușul să nu se atingă de marginea tigăii. Se prăjește pînă albușul devine o masă densă, iar gălbenușul trebuie să rămînă semilichid.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Scrob cu praz



Ingrediente:

- 6-8 ouă,
- 150 g slănină sau 2 linguri unt,
- 1/5 fir de praz,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Prazul (partea albă) se taie cubulețe mici și se prăjește în unt sau cu slănină tăiată și rumenită, se toarnă și se amestecă ouăle, se presară cu sare, piper și se prăjește pînă este gata.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Scrob cu dovlecei și brinză



Ingrediente:

- 8 ouă,
- 2/3 pahar frișca (lapte),
- 2 linguri unt,
- 2 linguri brinză nesărată dată prin răzătoare,
- 2 roșii,
- 2 dovlecei,
- 4 linguri smântână,
- 2 linguri de făină de grâu,
- 2 căței de usturoi,
- sare,
- foi de salată verde,
- 1 linguriță verdeață de mărar și pătrunjel tăiată.

Mod de preparare:

Dovleceii tineri se spală, se îndepărtează codița, se taie felii de 0,5 cm. Se trec prin făină amestecată cu sare și se prăjesc în ulei pe ambele părți. Într-o tigaie unsă cu unt se pun dovleceii prăjiți, se presară cu usturoi pisat, deasupra se toarnă smântîna, se presară brînză și mărarul, apoi se stropesc cu unt topit și se dau la cuptor pentru 10 minute. Într-o cratiță nu prea mare se toarnă ouăle și frișca, se pune untul, sarea și se fierbe pînă se obține o masă semilichidă. Se pune în farfurii calde, de jur împrejur se pun rondele de dovlecei prăjiți cu smîntînă, în centru - feliuțe de roșii. Toate se presară cu brînză și verdeață, se garnisesc cu foi de salată verde.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Dovleac cu orez și stafide



- Ingrediente:
- 1 ceașca de orez,
- 0,5 kg de orez,
- 100 g de dovleac,
- 150 g unt,
- 2 linguri de zahăr,
- vanilie pe vârful unui cuțit.

Mod de preparare:

Orezul se spală, se fierbe în apa sărată ca să fie sfărâmicios. Dovleacul se curăță de coajă și semințe, se taie bucăți 2x2 cm. Se prăjește în ½ de porție de unt până se face moale. Stafidele se opăresc. Se amestecă orezul, bostanul, stafidele, untul și vanilina și se încălzesc.

Omletă cu mămăligă



Ingrediente:

- 6 ouă,
- 100 g slănină,
- 1 pahar făină de porumb,
- 1/3 pahar smântână,
- 2 pahare apă, sare.

Mod de preparare:

Slăcina se taie fidea, se prăjește, se adaugă bucăți de mămăligă rece, se prăjesc la foc domol, se adaugă ouăle bătute cu smântână, se sarează și se dă la cuptor.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Colțunași cu brinză de vaci



Ingrediente:

- 1½ pahar făină de grâu,
- ½ pahar apă,
- 1 ou,
- 4 linguri smântână,
- 2 căței de usturoi (la dorință),
- sare,
- 1 lingură de verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Pentru umplutură:

- 3 pahare de brinză nesărată dată prin răzătoare,
- 2 ouă,
- sare (la dorință),
- 1 lingură de verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Mod de preparare:

Pe masă se pune grămăjoară făina, în mijloc se face o adâncitură, acolo se toarnă apa și oul, se pune sarea, se frământă un aluat tare și se lasă pentru 30 minute. Se întinde o foaie de 1,5 mm grosime. Se taie pătrățelele foile, în fiecare pătrățel se pune umplutură, iar marginile se lipește. În apă fierbîndă cu puțină sare, se pun colțunașii și se fierb pînă sînt gata. Colțunașii se servesc presărați cu usturoi pisat (la dorință), se ung cu smîntînă și se garnisesc cu verdeață.

Prepararea umpluturii: Se amestecă bine brînză dată prin răzătoare, ouăle crude, sarea (la dorință) și verdeața tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasili
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Crap ca la Nistru



Ingrediente:

- 1 crap de vreo 2 kg,
- 1 roșie,
- 1/3 ardei dulce,
- 1/3 dovlecel,
- 1/3 vinătă,
- 4 ciuperci champignons,
- 2 linguri ulei,
- 1 lingură zeama de lămâie,
- 2 foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Crapul curățat de solzi se taie din ambele părți de-a lungul coloanei vertebrale, de la cap pînă la coadă. Se înlătură atent oasele și măruntaiele, se taie capul și se spală. Fileul se pune cu pielea în jos, se presară cu sare și piper, se stropește cu zeama de lămâie, se adaugă foi de dafin și se pune pentru o oră la rece, la marinat. Ardeiul gras se taie fidea, ciupercii – feliuțe, dovlecei și vinete – drugulețe. Pe o tava, unsă cu ulei se pune fileul de crap cu pielea în jos, alături se pune capul, se unge cu ulei, deasupra se pun legumele și ciupercile. Toate se coc la cuptor, la temperatura de 180 de grade timp de 30-40 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chisinau, or. Singera str. Aerogarii, 31

Șalău cu mujdei



Ingrediente:

- 1 kg șalău,
- 1/5 praz,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- 1/3 rădăcină țelină,
- 4-5 linguri de vin alb sec,
- 1 pahar bulion,
- 2 linguri ulei,
- 4 linguri mujdei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- sare de lămâie sau zeamă de lămâie.

Mod de preparare:

Peștele se curăță, se taie bucăți, se sarează, se stropește cu ulei, cu zeamă de lămâie sau cu acid citric diluat cu apă și se lasă pentru 15-20 minute. Prazul și rădăcinile se taie fidea, se pun în ceaun, se toarnă 1 pahar de bulion și se fierb 10-15 minute, apoi peste legume se pun bucățile de șalău, se toarnă vinul, se adaugă sare, piper și foi de dafin, se acoperă cu un capac și se fierbe la foc slab pînă este gata (vreo 15 minute).

Astfel pot fi pregătite și alte specii de pește (crap, calcan etc.).

Șalăul se servește cu mujdei, ca garnitură la mămăligă, cartofi fierți, roșii proaspete.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasili
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Pește cu ceapă înăbușit în vin



Ingrediente:

- 1 kg fileu de pește (șalău, crap sau alte specii),
- 1 praz,
- ¼ pahar ulei,
- ½ pahar vin,
- 3-4 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- piper negru boabe,
- 2-3 linguri verdeață tocată.

Mod de preparare:

Fileul de pește se taie bucăți, se sarează și se pipărează. În ceaun se pun straturi prazul tăiat inele și bucățile de pește, începînd cu prazul, se presară cu verdeață, se toarnă bulionul, vinul, uleiul, se adaugă sare, piper boabe și se înăbușă în cuptor. Usturoiul pisat se adaugă la urmă.

Peștele se servește cu sosul în care a fost înăbușit.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Crap după rețeta pescarului



Ingrediente:

- un crap de aproximativ 1,5 kg,
- 1 păhar de midii curățate,
- ½ păhar ulei vegetal,
- 2 cepe roșii,
- 2 căței de usturoi,
- 2 linguri verdeață tocată,
- 2-3 roșii,
- sare,
- praf de piper negru,
- ½ lămâie

Mod de preparare:

Peștele curățat se taie felii cu tot cu oase și piele, se presară cu sare și piper, se trec prin făină, se prăjesc în tigaia încinsă, până la obținerea crustei rumene. Se adaugă ceapa tăiată semiinele și se prăjește până se rumenește. Se adaugă midiile, toate împreună se prăjesc timp de 3-5 minute. Roșiile se opăresc, se decojesc, se taie cuburi, verdeața și usturoiul se mărunțesc, se adaugă la legume și pește. Se înăbușă la cuptor sub capac, timp de 10-15 minute la 180-200 de grade.

Se servește cu felii de lămâie.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chisinau, or. Singera str. Aerogarii, 31

Crap în făină de porumb



Ingrediente:

- 1 crap mijlociu,
- ½ pahar făină de porumb,
- ½ pahar ulei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru ceapă pane:

- 1 ceapă,
- 1 lingură făină de grâu,
- ½ pahar ulei.

Mod de preparare:

Crapul se curăță și se taie felii, se presară cu sare și piper, se trece prin făină de porumb, se rumenește în ulei călit și se coace la cuptor pînă este gata. Peștele se servește cu ceapă pane, "urs" din mămăliqă cu brînză și cu mujdei.

Prepararea cepei pane: Ceapa se taie inele, se trece prin făină de grâu și se prăjește într-o cantitate mare de ulei călit.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișna”
bucatar-sef Țibulcăia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Șalău în sos picant



Ingrediente:

- 1 kg fileu de șalău.

Pentru sos:

- ½ pahar de pastă de roșii,
- ½ pahar bulion,
- 2 cepe,
- 4 linguri de hrean dat prin răzătoare,
- 1 ardei gras,
- 4 linguri de ulei,
- 2-3 căței de usturoi,
- 1 linguriță zahăr,
- 1 lingură zeamă de lămâie,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Fileul de șalău se taie cubulețe nu prea mari, se presară cu sare și piper și se rumenește în ulei. Peștele se amestecă cu sos și se încălzește. Se servește stropit cu zeamă de lămâie.

Prepararea sosului: Ceapa tăiată semiinele se rumenește, se adaugă hreanul, ardeiul tăiat cubulețe, usturoiul pisat și se prăjește 5-7 minute, apoi se adaugă pasta de roșii, zahărul și bulionul, se sarează și se înăbușă la capac timp de 10-15 minute.

Pește prăjit cu vinete



Ingrediente:

- 600 g fileu de pește (crap, șalău, biban de mare),
- 3 vinete,
- 2 linguri de făină de porumb,
- 2 linguri făină de grâu,
- 4 linguri ulei,
- 2 linguri brinză dată prin răzătoare,
- 3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri de pătrunjel și mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

Fileul se taie felii, se presară cu sare și piper, se trece prin făină și se rumenește pe ambele părți. Vinetele se curăță de coajă, se taie rondelle, se sarează, se pun sub greutate pentru 25-30 minute, apoi se trec prin făină de grâu și se prăjesc. Într-o tigaie unsă cu unt, se pune peștele, de jur împrejur - vinetele, se presară cu brinză, verdeață și usturoiul pisat. Se dă la cuptor pentru 15-20 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Pește înăbușit



Ingrediente:

- 800 g fileu de pește (crap, biban),
- 4 cepe,
- 4 roșii,
- 2 linguri de făină de porumb,
- ½ pahar bulion de pește,
- 3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- cuișoare englezești boabe,
- pătrunjel și cimbru verde.

Mod de preparare:

Fileul (cu piele) se taie felii, se presară cu sare și piper, se trece prin făină și se prăjește. Ceapa se taie semiinele și se prăjește. Ceapa și peștele se pun în ceaun straturi, se adaugă cuișoare englezești, se acoperă cu bulion și se înăbușă la foc domol 35-40 minute. Roșiile se curăță de pieluță, se taie în două și se pun în ceaun cu 5 minute înainte de a se lua de pe foc. Înainte de a fi gata se adaugă usturoiul pisat și cimbrul.

Se servește cu mămăligă cu unt și roșii proaspete, se garnisește cu pătrunjel verde.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Friptură de pește în ulcele



Ingrediente:

- 700 g pește,
- 8-10 cartofi,
- 1 praz,
- 4-5 linguri de ulei,
- 1-2 ardei grași,
- 1 lingură făină de grâu,
- 1-2 căței de usturoi,
- 2-3 linguri vin de masă alb sec,
- ½ lingură pastă de roșii,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Peștele curățat de oase se taie bucăți, se sarează, se pipărează, se stropește cu vin, cu ulei și se lasă pentru 20-30 minute. Apoi se trece prin făină și se rumenește în ulei. După aceasta se pune în ulcele, se adaugă cartofii tăiați feliuțe și prăjiți, se presară cu praz mărunțit și prăjit și ardei gras tăiat mărunț, se toarnă bulionul, pasta de roșii prăjită. Se adaugă verdeața, sarea piperul, foile de dafin, usturoiul pisat și se înăbușă la cuptor pînă este gata.

Friptura se servește în ulcele, se presară cu verdeață.

Fitofag înăbușit cu vin



Ingrediente:

- 1 kg pește,
- 5-6 cepe,
- 4-5 ciuperci,
- 4-5 linguri ulei,
- 3-4 roșii,
- ¼ pahar vin alb sec,
- 1 lingură pesmeți fărimitați,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- sare,
- piper negru măcinat,
- piper boabe,
- foi de dafin.

Mod de preparare:

Peștele se curăță, se taie bucăți, se presară cu sare, piper și verdeață, se stropește cu vin și ulei, apoi se pune la marinat pentru 1-2 ore la rece. Ceapa se taie fidea și se prăjește. Ciupercile se taie bucățele și se prăjesc. Roșiile se curăță de semințe, de pielită și se taie felii. În ceaun pe rând se pun straturi o parte de ceapă, ciuperci și roșii, apoi se pun bucățile de pește, care se acoperă din nou cu ceapă, ciuperci și roșii, se presară cu pesmeți, se adaugă piper boabe, foi de dafin, se toarnă vinul și se înăbușă cu capac la cuptor.

Acest fel de mâncare poate fi servit atât rece, cât și cald.

Pește copt cu dovleci și praz



Ingrediente:

- 800 g fileu de pește (batog, calcan, șalău, crap),
- 3-4 dovlecei,
- 2 fire praz,
- 2 linguri făină de grâu,
- ½ pahar ulei,
- 1 lingură pesmeți măcinați,
- 1 lingură cașcaval olandez dat prin răzătoare,
- 2 pahare de smântână nu prea grasă,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeță de mărar și pătrunjel tăiată.

Mod de preparare:

Dovleceii se curăță de coaja, se taie rondele, se sarează și se prăjesc în ulei pe ambele părți. Prazul se taie bucățele și se prăjește. Fileul se taie felii, se sarează, se pipărează, se trece prin făină și se prăjește. Bucățile de fileu se pun în tigăi mici de o porție (sau ulcele), deasupra se pun dovleceii și prazul, apoi se toarnă smântâna, se presară cașcavalul amestecat cu pesmeți și dau la cuptor.

Peștele se servește în tigăile mici (sau ulcele), presărat cu verdeță.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucatar-sef Dorofeeva Ala
or. Chisinau, Bucuresti, 67

Crap înăbușit în marinată ca la țară



Ingrediente:

- 1 crap (1,5 kg),
- 1 ceapă,
- 1 morcov,
- 0,4 rădăcină de țelina,
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru marinată:

- 1 pahar oțet (6%),
- 1 pahar ulei vegetal,
- 1 pahar apă,
- sare,
- piper boabe,
- 2-3 frunze de dafin.

Mod de preparare:

Peștele se curăță, se taie felii de 2-3 cm mărime, se sarează și se piperează. Se face marinata cu oțet, ulei, apă și condimente. Ceapa și țelina se taie fidea, morcovul se taie felii. Într-un vas adânc emailat se pun legumele, deasupra se pune peștele, se toarnă marinata și se călește la foc foarte mic timp de 3-3,5 ore pînă este gata. Peștele este gata, atunci cînd coastele și oasele spinării sînt moi.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Popasul dacilor”
bucatar-sef Dobreniuc Veronica
or. Chisinau, str. Valea Crucii, 13

Șalău cu legume la cuptor



- Ingrediente:
- 1 șalău(1,5 kg),
- 1 vînătă,
- 1 ardei dulce,
- 1 dovlecel,
- 5-6 ciuperci,
- 2 roșii,
- 3 linguri ulei,
- 0,75 g unt.

- Pentru marinată:
- zeama unei lămîi,
- 3-4 linguri ulei,
- 2 linguri sos de soia,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Peștele întreg se curăță de solzi, măruntaie, se fac cîte patru tăieturi pe ambele părți. Ingredientele pentru marinată se amestecă, se unge cu ele peștele, se lasă la marinat pentru 30-40 minute. Se dă la cuptor cu marinata într-o tava unsă cu ulei pentru 40-45 minute la 180 de grade. Cu 15 minute înainte de a fi gata, în tăieturi se pune untul. Legumele curățate se taie: ciupercile mari și roșiile – în jumătăți, vinetele și dovleceii – druguleți, ardeii – fidea mășcată. Legumele tăiate se ung cu ulei și se dau la cuptor la 180 de grade pentru 10-15 minute. Se sarează.

Peștele copt se servește cu legume, verdeață, felii de lămîie.

Crap la grătar



- Ingrediente:
- 1 kg de crap,
- 2 linguri ulei,
- 2 linguri vin alb sec,
- 1 lămâie,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se ia fileul de pește, se taie bucăți (dacă crapul e mic - fileul se lasă întreg), se sarează, se stropește cu vin, ulei și zeamă de lămâie, se marinează 30-40 minute. Fileul se prăjește puțin pe ambele părți la grătar, apoi se dă la cuptor.

Se servește cu mujdei.

Șalău umplut



Ingrediente:

- 1,2-1,4 kg de șalău,
- 2 morcovi,
- 2 cepe,
- 1 ardei dulce,
- 3-4 linguri de ulei vegetal,
- 0,5 pahar de cașcaval ras,
- 0,5 lămâie pentru marinare,
- 1 lingură de mărar tocat,
- sare,
- piper negru măcinat.
- 0,5 lămâie când se servește.

Mod de preparare:

Curățăm peștele, înlăturăm branhiile, măruntaiele, spălăm, facem în macră pe partea interioară câteva incizii și ungem cu sare, piper, ulei vegetal și suc de lămâie. Lăsăm să se marineze timp de 0,5 – 1 oră. Curățăm legumele, dăm morcovul prin răzătoare mășcată, ceapa o tăiem semiinele, ardeiul – pai. Legumele pregătite le prăjim în ulei vegetal un pic pînă se înmoaie legumele, adăugăm cașcavalul, smîntîna, verdeața tocată mărunt, sare și amestecăm. Umplem cu masa obținută peștele. Pe tava unsă punem peștele cu umplutura în jos, îl ungem cu ulei vegetal și îl coacem la temperatura de 160-170 de grade timp de 30-40 de minute. Înainte de a se servi se ornează cu verdeață și lămâie.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Șalău „Basarabia”



Ingrediente:

- 600 g de fileu de șalău,
- 2 linguri de făină de grâu,
- 1/3 pahar de ulei vegetal,
- 6-8 cartofi,
- 1 pahar de brânză nesărată dată prin răzătoare (sau cașcaval),
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru sos:

- 4 linguri de unt,
- 2 linguri de făină de grâu,
- 1 pahar de smântână,
- sare.

Mod de preparare:

Cartofii gata, curățați se fierb, se taie rondele cu grosimea de 0,5-0,7 cm. Fileul de șalău se spală se usucă, se taie bucăți nu prea mari, se sară, se piperează, se trece prin făină, se prăjește în tigaia cu ulei încins până la culoarea aurie. Într-o tavă de copt, unsă cu ulei vegetal se pune un strat de cartofi, apoi un strat de pește prăjit, se toarnă sosul deasupra, se presară cu brânza dată prin răzătoare și se dă la cuptor la temperatura de 170-180 de grade timp de 5-7 minute.

Prepararea sosului: se prăjește făina în unt mestecând continuu până ce culoarea făinii devine crem, turnați smântîna, amestecați bine ca să nu se formeze cocoloașe. A se adăuga sarea și a se aduce la fierbere.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Carne de vită în sos de coniac



- Ingrediente:
- 1 kg carne de vită (costiță),
- 100 g cognac,
- 2 linguri de unt,
- ½ pahar ulei,
- 1 lingură făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat.
-
- Pentru garnitură:
- 4 pere,
- 2 pahare de vin alb sec,
- 5-6 cuișoare,
- piper negru,
- cuișoare englezești boabe,
- 2 linguri zahăr.

Mod de preparare:

Carnea se taie în 4 bucăți (cîte o bucată la o porție). Se bate ușor, se sarează și se piperează. Se prăjește într-o tigaie cu ulei încins pînă la obținerea unei cruste rumene, se toarnă coniacul, se călește cu capac la foc domol timp de 15-20 minute. Se adaugă untul, făina prăjită un pic, se amestecă, apoi se lasă să se călească pînă se îngroașă.

A se servi cu pere în vin.

Prepararea perelor în vin: Aduceți vinul pînă la fierbere, adăugați zahăr, piper, cuișoare, fierbeți la foc domol 5 minute. Adăugați perele întregi cu coajă în marinata gata. Fierbeți la foc domol 10-15 minute pînă se înmoaie, lăsați-le să se răcească în marinată.

Carne de vită prăjită cu vinete și roșii



- Ingrediente:
- 800 g carne de vită,
- 1 ceapă,
- 3 linguri ulei,
- 6-8 bucăți arpagic,
- ½ mănunchi de pătrunjel,
- ½ rădăcină de pătrunjel,
- ¼ pahar de vin alb sec,
- sare,
- piper negru măcinat,
- piper negru boabe,
- foi de dafin,
- 1-2 căței de usturoi,
- 3 vinete,
- 6-8 roșii,
- 1 lingură făină de grâu.

Mod de preparare:

Carnea se spală, se usucă, se curăță de piele, se sarează. Se fac câteva tăieturi în carne, ca să se marineze mai bine. Carnea se pune într-un vas, care nu se oxidează, se adaugă ceapa și arpagicul tăiat, crenguțe de pătrunjel, rădăcina de pătrunjel mărunțită, foile de dafin, piperul boabe, 2 linguri de ulei și vinul. Toate se amestecă, se apasă bine și se lasă pentru 3-4 ore. În timp ce carnea se marinează, se mai amestecă de câteva ori.

Într-o tigaie cu ulei călit se pune carnea, se rumenește pe toate părțile, se toarnă sosul, care a rămas, și se dă la cuptor, periodic amestecându-se și turnându-se deasupra zeama pe care a lăsat-o carnea. Carnea se încearcă cu cuțitul: dacă din tăietură iese suc alb, înseamnă că carnea este gata. Carnea se mută într-un alt vas, din tigaie se scurge sucul, din care se înlătură grăsimea. Sucul se amestecă cu 2-3 linguri de vin, 3 linguri bulion, se adaugă usturoi pisat, se fierbe, se scade și se strecoară.

Vinetele se taie rondele, se sarează și se lasă sub greutate pentru 25-30 minute ca să se scurgă zeama amară. Apoi vinetele se trec prin făină și se prăjesc în ulei călit pe ambele părți. Se coc în cuptor până sunt gata. Roșiile se taie de-a curmezișul, apăsând ușor cu degetele se înlătură o parte de miez, apoi se presară cu sare și piper și se prăjesc pe ambele părți (mai întâi pe partea tăiată). Carnea se taie perpendicular cu fibrele. Bucățelele de carne se pun pe foi de salată. De jur împrejur într-o farfurie se pun pe rând roșiile și vinetele prăjite. Deasupra se toarnă sosul.

Se garnisește cu verdeață.

Șnițel moldovenesc



- Ingrediente:
- 800 g carne de vită (margine groasă sau subțire),
- 4 linguri ulei,
- 1 lingură făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de salată verde,
- pătrunjel verde.
- Pentru sos:
- 4-5 roșii,
- 1 linguriță unt,
- 1 lingură făină de grâu,
- 2-3 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- cimbru verde,
- 1 lingură verdeață tăiată.
- Pentru garnitură:
- 600 g fasole păstăi,
- 2 roșii,
- 1 lingură hrean,
- 3 ardei grași,
- 3 cepe,
- 3 linguri smântână,
- 2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 3 linguri ulei,
- ½ lingură făină de grâu,
- 2 linguri verdeață tăiată de pătrunjel.

Mod de preparare:

Carnea se taie perpendicular cu fibrele bucăți cu grosimea de 1,5 cm, se curăță de pielete și tendoane, fiecare felie se bate bine, pe margine se fac tăieturi, pentru ca carnea să nu se deformeze în procesul prăjirii. Șnițelul se presară cu sare și piper, se trece prin făină și se prăjește pe ambele părți. Șnițelele prăjite se pun în cratiță, iar cu 25-30 minute înainte de a se servi, se acoperă cu sos de roșii și se încălzesc în cuptor.

Pe farfurie se pun șnițelele, alături - fasolea și feliuțele de roșii. Se garnisește cu foi de salată și pătrunjel verde.

Prepararea sosului: Roșiile se opăresc, se dau prin răzătoare. Se adaugă cimbru, făină prăjită, foaie de dafin, sare și piper. Toate se amestecă, se fierb și se strecoară. Se condimentează cu usturoi și verdeață tocată.

Prepararea garniturii: Fasolea se curăță de ațe, se spală, se taie, se fierbe în apă puțin sărată 3-4 minute, se scurge prin strecurătoare, se usucă și se prăjesc ușor. Ceapa se rumenește, se adaugă ardeii tăiați cubulețe, se prăjesc împreună cu ceapa. Se amestecă fasolea, ceapa și ardeii, se toarnă puțină zeamă de fasole, se adaugă făină prăjită. Toate se înăbușă 10 minute, se adaugă feliile de roșii curățate de pielete. Cu 2-3 minute înainte de a se lua de pe foc, se adaugă sare, piper, verdeață și smântână.

Antricot nistrean



Ingrediente:

- 600 g carne de vită,
- 1 lingură ulei,
- 1 lingură de vin sec de masă,
- 2 linguri untură,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2-3 căței de usturoi.

Pentru garnitură:

- 8 cartofi,
- 4 gogoșari marinați,
- 4-5 crenguțe verdeață,
- foi de salată verde.

Mod de preparare:

Antricotul se prepară din file sau margine (groasă sau subțire). Carnea se spală, se usucă, se curăță de piele și tendoane, se taie câte o bucată la porție, se bate, dându-i-se o formă ovală cu grosimea de 0,7-1 cm, se sarează, se pipărează, se stropește cu vin și ulei și se lasă să se marineze 20-30 minute. Apoi se prăjește pe ambele părți într-o tigaie cu untură caldă. În tigaia în care s-a prăjit carnea, se toarnă 2-3 linguri de apă amestecată cu bulion, se adaugă usturoi pisat, se dă în clocot și se strecoară.

Antricoatele se servesc cu sos, [cartofi prăjiți](#) și gogoșari marinați, se garnesc cu verdeață și foi de salată.

File nistrean



- **Ingrediente:**
- 600 g file de vită,
- 2 linguri ulei sau untură de porc,
- 1 lingură făină de grâu,
- 2 linguri unt,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de salată verde,
- 2 linguri verdeață tăiată.

- **Pentru prune marinate:**
- 1 kg prune,
- ½ pahar oțet,
- 2 pahare apă,
- ½ pahar zahăr,
- scorțișoară,
- cuișoare,
- cuișoare englezești,
- foi de dafin,
- sare.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți (1 la o porție) de 2-3 cm grosime și se bate pînă se obține grosimea de 1 cm, se presară cu sare și piper. Pe fiecare bucată se pune usturoi pisat amestecat cu unt și verdeață. Se răsucesc în formă de rulade alungite, care se prind cu scobitori și se trec prin făină. Se rumenesc pe toate părțile și se coc în cuptor 4-5 minute. Scobitorile se înlătură.

Se servesc cu cartofi prăjiți și prune marinate, se garnisesc cu foi de salată verde. Sucul lăsat în timpul prăjirii se toarnă peste carne, apoi se presară cu verdeață.

Prepararea prunelor marinate: În apă se pune zahăr și sare, se fierb 8-10 minute, se adaugă mirodeniile, oțetul și se mai lasă la foc domol 15-20 minute, fără să dea în clocot. Prunele se fierb puțin în apă, se străpung și se pun în borcane. Se toarnă sosul și borcanele se acoperă cu capace.

Carne bătută (bătuțele) de vițel cu legume în vin



Ingrediente:

- 600 g file de vițel,
- 2-3 cepe,
- 4 roșii,
- ½ pahar vin alb sec,
- 4 linguri ulei,
- ⅔ pahar cașcaval dat prin răzătoare,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Pentru garnitură:

- 300 g tăietei cu mac,
- 100 g unt.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți (1 la o porție) cu grosimea 2-3 cm și se bate. Se presară cu sare și piper se prăjește, se lasă la cald. În tigaia în care s-a prăjit carnea se prăjește ceapa tăiată semiinele și roșiile curățate de semințe, de piele și tăiate cubulețe. Sarea, piperul, usturoiul pisat și vinul se adaugă la urmă și se înăbușă puțin. În ceaun se pune carnea, deasupra se toarnă sosul de legume și vinul, se acoperă cu un capac și se înăbușă 10-15 minute. Când este gata, carnea se pune în farfurii. Cașcavalul se amestecă imediat cu sos, ca să se topească. Sosul se toarnă peste carne.

Carne de vită cu frișcă



- Ingrediente:
 - 600 g fileu de vită,
 - 1 lingură făină de grâu,
 - 2 cepe,
 - 3 linguri untură de porc,
 - 1 pahar frișcă,
 - 5 roșii,
 - 5-6 champinioni,
 - 2 linguri muștar,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 1 lingură verdeață tăiată.
-
- Pentru garnitură:
 - mămăligă cu unt.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți (cîte 2-3 la o porție), se bate ușor, se presară cu sare, se unge cu muștar, se trece prin făină și se rumenește pe toate părțile. Carnea se pune în ceaun, pe fiecare bucată se pune ceapă prăjită și cîte o felie de roșie curățată de piele, se pipărează, se acoperă cu frișca și se înăbușă la capac pînă este gata. Cu puțin timp înainte de a fi gata se adaugă ciupercile fierte și tăiate mărunt, sare și verdeață.

Carnea se servește acoperită cu sosul în care s-a înăbușit, se garnisește cu verdeață.

"Brisole" moldovenești



Ingrediente:

- 600 g file de vită,
- 2 linguri ulei sau untură de porc,
- 5-6 căței de usturoi,
- ½ linguri ulei,
- 1 lingură vin alb sec,
- 1 linguriță făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeață tocată.

Mod de preparare:

La usturoiul pisat cu sare se adaugă piperul negru, uleiul, vinul, verdeața și se amestecă. Cu acest amestec se ung feliile bătute de carne, din care apoi se formează rulade, se trec prin făină, se prind cu scobitori. Brisolele se prăjesc în untură sau în ulei, periodic turnându-se deasupra lor din zeama pe care o lasă carnea, apoi se dau la cuptor. Înainte de a se servi, scobitorile se scot, se toarnă zeama lăsată de carne, se ornează cu legume proaspete se presăra cu verdeață.

Ca garnitură se recomandă [cartofi prăjiți](#) sau [tăiteii de casă](#).

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucatar-sef Putreșa Ana
or. Chisinau, str. Trandafirilor, 6

Biftec



Ingrediente:

- 600 g fileu de vită,
- 100 g slănină de la burtă (cu straturi intermediare de carne),
- 2 linguri untură,
- 2 linguri ulei,
- 1 lingură făină de grâu,
- 2 cepe,
- sare,
- piper măcinat,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Pentru garnitură:

- [cartofi prăjiți](#),
- legume proaspete.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți cu grosimea de 2-3 cm și se bate pînă se obține grosimea de 1 cm, se presară cu sare și piper. Pe mijloc se pune umplutura cu ceapă prăjită și slănină tăiată cubulețe, se formează biftecuri, întorcîndu-se marginile cărnii bătute spre centru, se trec prin făină, se prăjesc pe ambele părți, începînd cu partea prinsă.

Se servesc cu cartofi prăjiți și legume proaspete. Pe biftec se toarnă zeama de carne, lăsată în timpul prăjirii.

Carne de vită cu fasole verde



Ingrediente:

- 600 g carne de vită,
- 600 g fasole verde,
- 3 linguri de untură de porc,
- 4-5 cepe,
- 1 pahar de bulion,
- 1 linguriță de zeamă de lămâie,
- 3-4 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți nu prea mari și se prăjește ușor. Ceapa se mărunțește și se prăjește. Fasolea se taie, se fierbe 3-5 minute, se strecoară și se prăjește ușor.

Se pun în ceaun, pe rând, ceapa, carnea și fasolea, se adaugă zeama de lămâie, sarea, piperul și foile de dafin, se acoperă cu un capac și se înăbușă până este gata.

Carnea se servește presărată cu verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișna”
bucatar-sef Țibulecailă Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Carne de vită cu praz



Ingrediente:

- 700 g carne de vită,
- 2 fire praz,
- 4-5 linguri verdeață tăiată,
- 4-5 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- ½ pahar vin alb sec,
- ½ lingură făină,
- 2 căței de usturoi,
- 5-6 roșii,
- 1-2 ardei grași roșii,
- foi de dafin.

Mod de preparare:

Carnea de la pulpă se taie felii, se bate, se presară cu sare și piper, se trece prin făină și se rumenește cu ulei pe ambele părți. Prazul se taie inele, se pune pe fundul ceaunului, deasupra se pune carnea prăjită, pe carne - roșiile curățate de piele și tăiate, se acoperă cu ceapă, se adaugă pastă de ardei grași și sare. Se acoperă cu un capac și se înăbușă la cuptor. Cu 15 minute înainte de a se scoate din cuptor se toarnă vinul, se pun foi de dafin, piper, verdeață tăiată și usturoi pisat.

Friptură țărănească



Varianta a I-a.

- Ingrediente:
- 400 g carne de vită,
- 200 g de șuncă sau costiță afumată,
- 6-8 ciuperci proaspete,
- 2 linguri unt,
- 3-4 cepe,
- 8-10 cartofi,
- 4 linguri margarina,
- 3-4 linguri vin,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- sare,
- condimente,
- 3-4 căței de usturoi.

Mod de preparare:

Carnea se spală, se usucă, se taie bucățele, se bate, se sarează, se piperează, apoi se prăjește. Șunca sau costița afumată se taie bucățele, se unge cu muștar și se prăjește ușor. Ciupercile proaspete (shampignons) se taie și se prăjesc cu unt și ceapă. Tăiați cartofii felii mărunte (cartofii noi mărunți se pun întregi) și prăjiți-i.

Carnea, șunca afumată, ciupercile și cartofii se pun într-o oală mică sau într-un ceaun mic, se toarnă bulionul și vinul, se adaugă verdeața tăiată, foile de dafin, piperul boabe se macină, se acoperă cu un capac și se dau la cuptor pentru 1 oră. Dacă doriți puteți adăuga usturoi pisat.

Varianta a II-a.

- Ingrediente:
- 600-700 g carne de vită,
- 8-10 cartofi,
- 4 morcovi,
- 2-3 cepe,
- 1-2 ardei grași,
- 3-4 roșii sau 2 linguri pastă de roșii,
- 2 linguri ulei,
- 2 linguri vin roșu sec,
- 3-4 căței de usturoi,
- 1 lingură verdeață tocată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea se taie astfel ca la o porție să revină câte 2-3 bucăți de carne. Apoi carnea se presară cu sare și piper și se rumenește. Legumele se taie feliuțe și se rumenesc. Carnea și legumele se pun în ulcele, se acoperă cu bulion, se adaugă pîreu de roșii, sare, condimente și se înăbușă cu capac la cuptor. Apoi când e gata se adaugă vinul. Friptura se servește presărată cu verdeața și usturoiul pisat. Separat se servesc legume proaspete sau murături.

Carne de vită înăbușită cu legume



- Ingrediente:
- 700 g carne de vită,
- 1/3 pahar ulei,
- 2-3 cepe,
- 2 vinete,
- 2 pahare fasole verde,
- 1 morcov,
- 2 rădăcini pătrunjel,
- 5-6 roșii,
- 1/3 pahar vin,
- 3 ardei grași, sare,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1-2 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- 1-2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se spală, se usucă, se taie bucățele, se bate, se presară cu sare, piper și se prăjește în ulei. Se adaugă ceapa, morcovul și pătrunjelul tăiate mărunt, se acoperă cu un capac și se înăbușă, periodic amestecându-se, pînă carnea devine moale. Vinetele se curăță, se taie rondele cu grosimea 3-4 cm, se opăresc, se storc și se prăjesc pe ambele părți. Fasolea se curăță de ațe și se taie în două. Ardeii se opăresc, se înlătură pedunculul și semințele, se spală și se taie fidea. Fasolea și ardeii se prăjesc în ulei. Carnea prăjită se amestecă cu legume, se adaugă roșiile curățate de piele și semințe, sarea, piperul, verdeața, se toarnă vinul și se înăbușă 25-35 minute. Foile de dafin și usturoiul pisat se adaugă la sfîrșit.

Carnea se servește presărată cu verdeață.

Carne de vită ca la țărani



- Ingrediente:
- 600 g carne de vită,
- 3 linguri de vin sec,
- ½ pahar arpagic,
- 1/3 pahar ulei sau 4 linguri margarină,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 3-4 roșii,
- 1½ pahare fasole,
- 3-4 căței de usturoi,
- 2 linguri de verdeață tocată,
- 4-5 crenguțe de pătrunjel.

Mod de preparare:

Carnea de la marginea groasă sau subțire se tăie câte 1 bucată la porție, se bate, se presară cu sare și piper, se stropește cu ulei, cu vin sec, se adaugă o crenguță de pătrunjel, foile de dafin, câțiva bulbi de arpagic, se amestecă totul, se presează bine în vas și se lasă pentru 25-30 minute să se marineze. În timpul marinării se amestecă de 2 ori. Foile de dafin și pătrunjelul se scot de a se pune la prăjit. Carnea se rumenește cu ceapă, se pune în ceaun, se adaugă roșiile tocate, fasolea fiartă, sarea, piperul, verdeața tocată, usturoiul pisat și vinul. Se acoperă cu un capac și se dă la cuptor ca să se înăbușe timp de 30-40 minute.

Dacă mîncarea se pregătește din alte feluri de carne, atunci după prăjire se toarnă bulion, se înăbușă, apoi se pune fasolea și se mai înăbușă cum s-a descris mai sus.

Carne de vițel înăbușită cu vinete și țelină



Ingrediente:

- 1 kg fileu de vițel,
- 2 vinete,
- 3 fire țelină,
- 1-2 cepe,
- ½ pahar ulei,
- ½ l bulion,
- 2 căței de usturoi,
- 2 linguri coniac,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Carnea și vinetele se taie bucățele, ceapa și țelina - pai, roșiile curățate de piele - cuburi, usturoiul se mărunțește. Carnea se presară cu sare și piper și se rumenește în ulei. Separat se prăjesc vinetele, ceapa și țelina. Toate se pun straturi în ulcele, deasupra roșiile și usturoiul, se toarnă bulionul și se dau la cuptor la temperatura de 180-200°C. Coniac și verdeță se adaugă la sfârșit.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișna”
bucatar-sef Tibulcsaia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Carne de vițel înăbușită cu ciuperci și dovlecei



Ingrediente:

- 800 g carne de vițel,
- 3 linguri unt sau ulei,
- 6-8 dovlecei,
- 1 pahar de ciuperci proaspete,
- 2-3 cepe,
- ½ lingură făină de grâu,
- ½ pahar fișcă,
- 1-2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 2 linguri de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți nu prea mari, se presară cu sare și piper și se rumenește. Ceapa se mărunțește și se prăjește împreună cu carnea, amestecându-se periodic. Făina se adaugă se adaugă la sfârșit. Toate se pun într-un ceaun, se toarnă bulionul fierbinte, se adaugă ciupercile tăiate feliute, sarea și piperul. Carnea se înăbușă cu capac pînă este aproape gata. Dovleceii tineri se spală se curăță de peduncul și coajă, se taie în lungime în 4-6 părți, apoi bucățele cu lungimea 5-6 cm, se prăjesc în ulei sau unt și se sarează. Cu 15 minute înainte de a fi gata carnea, se adaugă dovleceii și se toarnă frișca. Se dă la cuptor să se înăbușe cu capac pînă este gata. Usturoi pisat puteți adăuga la sfârșit, dacă doriți.

Înainte de a se servi, aranjați în farfurii carnea și dovleceii, turnați sosul peste ele, presărați cu verdeață.

Mușchi de vită cu ardei gras



Ingrediente:

- 600-700 g mușchi de vită,
- 2 ardei grași,
- 1 praz,
- ½ pahar de ulei vegetal,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 pahar de bulion,
- 1-2 căței de usturoi,
- 1 lingură de verdeață

Mod de preparare:

Mușchiul se taie cuburi, se adaugă sare, piper și se prăjește pînă la obținerea unei cruste rumene. Prazul spălat și curățat se taie inele subțiri. Ardei se curăță de semințe și se taie felii. Se adaugă la carnea prăjită și legumele tăiate, se continuă prăjirea pînă la înmuierea legumelor, se adaugă bulionul, și se înăbușă cu capac pînă ce carnea este gata. Puteți adăuga usturoi tocat la sfîrșit, dacă doriți.

Se servește presărat cu verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Pîrjoale de casă



Ingrediente:

- 500 g carne de vită,
- 2 linguri frișcă,
- 1 lingură unt,
- 4 linguri ulei,
- ½ ceapă,
- 3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- 2 ouă,
- ½ pahar pesmeți măcinați,
- 1 lingură făină de grâu.

Mod de preparare:

Carnea (mai bine partea internă de la pulpă) se spală, se usucă, se curăță de piele și tendoane, se taie feliuțe, se bate, apoi se taie fidea, se mărunțește, adăugîndu-se periodic frișca și untul moale. În tocătură se adaugă sare, piper, verdeață tăiată, dacă doriți ceapa tăiată și usturoiul pisat, se bate bine, se formează pîrjoale și se refrigerază. Pîrjoalele se trec prin făină, ouă bătute și pesmeți, se rumenesc pe ambele părți și se coc în cuptor.

Se servesc fierbinți cu legume și verdeață.

Carne de vită cu gutuie



Ingrediente:

- 800g de carne de vită,
- 2-3linguri de unt topit,
- 2 linguri de ulei vegetal,
- 3-4 gutuie,
- 1lingură de făină,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Prelucrați carnea, tăiați-o bucăți sărați-o, piperați-o, prăjiți-o pînă se formează o coajă rumenă, iar cînd e aproape gata se adaugă făina, se prăjește cu carnea, se pune toată masa în ceaun, se toarnă apă fierbinte sau bulion, se sară se piperează, se fierbe înăbușit pînă devine moale. Gutuile se spală, se taie în 2-4-6 părți (în dependentă de mărime), se scoate mijlocul cu semințele, se taie felii, se prăjesc pînă devin roz, se adaugă în carne se pune capacul și se dă la cuptor, se lasă pînă e gata.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Miel înăbușit în vin



- **Ingrediente:**
- 1 miel (2,5-3 kg),
- 1 sticlă vin alb de masă,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- 1 l bulion.
-
- **Pentru marinare:**
- ½ pahar vin alb de consum curent,
- 1 linguriță paprica,
- 5-6 căței de usturoi,
- 3-4 foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat.
-
- **Pentru stratul de legume:**
- 1 morcov,
- 1 ceapă,
- 1 rădăcină de pătrunjel sau de țelină.
-
- **Pentru sos:**
- 2 cepe,
- 1 pahar de zeamă în care s-a înăbușit mielul,
- 2 linguri ulei,
- 1 linguriță paprica,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Mielul se taie porții, 3 căței de usturoi se pisează, restul se taie feliuțe. Se fac tăieturi mici în carne, în ele se pun feliuțe de usturoi, apoi carnea se unge cu un amestec de sare, condimente și usturoi pisat, se stropește cu vin și se marinează 12-24 ore.

Într-un vas cu fundul gros se pune un strat de legume tăiate mășcat, deasupra se pun bucățile de miel în ordinea următoare: mai întâi pulpele, apoi omoplații, apoi coastele. Se acoperă cu un amestec de bulion cu vin (50:50) și se înăbușă cu capac la foc încet timp de 30-50 minute. Apoi se scoate carnea, fiertura se scurge și carnea se rumenește în cuptor.

Carnea se servește presărată cu verdeață. Separat se servește sosul.

Prepararea sosului: Ceapa tăiată mărunt se rumenește în ulei, se acoperă cu zeamă și se înăbușă la foc slab până se îngroașă ca pireul, apoi se adaugă sare, condimente și se ia de pe foc.

Carne de oaie înăbușită cu prune uscate



Ingrediente:

- 800 g carne de oi,
- 2 pahare prune uscate,
- 4 roșii,
- 2 linguri untură,
- 1 pahar bulion de carne,
- 3 linguri smântână,
- sare,
- foi de salată verde,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți nu prea mari, se prăjește și se pune în oală. Se adaugă puțin bulion și se înăbușă pînă este pe jumătate gata, restul lichidului, se adăugă, pe măsură ce scade. Prunele se spală, se opăresc și se scurg prin strecurătoare. Sîmburii se înlătură. Prunele se pun pe carne, apoi roșiile decojite și tăiate cuburi, se adaugă sare și verdeața tocată. Peste ele se toarnă smîntîna și oala se dă la cuptor pentru 25-30 minute. Periodic oala trebuie scuturată, ca să nu se ardă carnea.

Se garnisește cu foi de salata verde.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „La Taifas”
bucatar-sef Dorofeeva Ala
or. Chisinau, Bucuresti, 67

Drob de miel



- Ingrediente:
- 800 de grame de carne (file) de miel,
- 200 de grame de ceafă de porc,
- 2-3 cepe,
- 3-4 caței de usturoi,
- 2 oua,
- 1 lingură ulei vegetal,
- 100 de grame de brânză nesărată,
- 1 ardei gras (de preferință roșu),
- piper negru,
- sare,
- formă dreptunghiulară metalică pentru copt.

Mod de preparare:

Carnea se dă prin mașina de tocat de două ori împreună cu ceapa și usturoiul. Se adaugă sarea, piperul, ouăle, se amestecă bine și se bate. Brânza se taie cuburi, ardeiul se taie fidea mășcată. Forma se unge cu ulei. Jumătate de porție de carne se pune în formă și se netezește. Deasupra se pune straturi brânza și ardeiul tăiate. Se acoperă uniform cu carnea tocată. Se dă la cuptor la temperatura 180°C pentru 30-35 de minute până e gata.

Acest fel de mâncare se poate servi cu fructe marinate.

Tocană de miel cu gutui



Ingrediente:

- 800 g pulpă de oaie (miel),
- 2 gutui,
- 1 pahar de vin alb,
- 2 linguri de ulei vegetal,
- 100 g de unt,
- sare,
- praf de piper negru.

Mod de preparare:

Carnea pregătită se taie cuburi, se adaugă sare, piper, se prăjește în ulei, pînă la rumenire. Gutuile se curăță se scoate capsula de semințe, se tăie felii, se prăjește în unt pe ambele părți, se adaugă carnea, se toarnă vin și se călește la foc mic. În cazul în care carnea este virtuoasă, în timpul fierberii se mai toarnă apă sau bulion.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Popasul dacilor”
bucatar-sef Dobreniuc Veronica
or. Chisinau, str. Valea Crucii, 13

Miel umplut la cuptor



- Ingrediente:
 - 1 miel (3-3,5 kg),
 - măruntaie de miel,
 - 3-4 pahare tăieței de casă,
 - 4 cepe,
 - 4 linguri ulei,
 - 1 ou,
 - sare,
 - piper negru măcinat.
-
- Pentru marinată:
 - 5-6 căței de usturoi,
 - 1-2 rădăcini hrean,
 - 5 cepe,
 - 1 pahar vin de masă,
 - 10-12 boabe piper negru,
 - ½ pahar ulei,
 - 3-5 foi de dafin,
 - sare,
 - piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Mielul întreg se unge cu marinată, se pune într-un vas neoxidant, se lasă sub peliculă la rece pentru 2-3 ore. Apoi se scoate din marinată, se curăță de ingredientele tari ale marinatei, se umple, se pune pe o tavă unsă cu ulei, se acoperă cu folie de aluminiu și se dă la cuptor la 180 grade pe 1,5-2 ore, adăugându-se periodic apă sau bulion.

Prepararea marinatei: Hreanul și ceapa se dau prin răzătoare, usturoiul se pisează, se adaugă sarea, piperul negru măcinat, uleiul, vinul, se amestecă bine, se adaugă foi de dafin și piper negru boabe.

Preparare umpluturii: Se fierb tăieței de casă. Ceapa și măruntaiele fierte se taie fidea, se prăjesc în ulei, se sarează, se piperează, se adaugă tăieței și oul crud.

Carne de oaie înăbușită cu fasole verde



- Ingrediente:
 - 800 g carne de oi,
 - 600 g fasole verde,
 - 3 cepe,
 - 2 roșii,
 - 1 linguriță făină de grâu,
 - 2 linguri ulei,
 - 2 căței de usturoi,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - foi de dafin,
 - 2 linguri verdeață tăiată.
-
- Pentru sos:
 - 2 cepe,
 - 1 lingură ulei,
 - ½ lingură oțet sau zeamă de lămâie,
 - 1 pahar apă,
 - cuișoare,
 - coriandru,
 - sare,
 - piper negru boabe,
 - foi de dafin, zahăr,
 - 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți nu prea mari, se bate, se pune în oală, se presară cu sare și piper, se acoperă cu sos și se marinează 3-4 ore. Fasolea verde se taie, se fierbe, se scurge prin strecurătoare și se prăjește. Carnea se scurge prin strecurătoare, se prăjește, se adaugă fiertura de fasole și se înăbușă pînă este gata. Cu puțin timp înainte de a se lua de pe foc se adaugă fasolea, făina prăjită și diluată cu fiertură, roșiile curățate de piele și tăiate, ceapa prăjită, sare, piper, foi de dafin și, la sfîrșit, usturoiul pisat.

Prepararea sosului: Ceapa se taie inele, se pune în cratiță, se adaugă ulei, oțet sau zeamă de lămâie, sare, zahăr, mirodenii și verdeața tăiată și se amestecă.

Se servește presărată cu verdeață tăiată.

Carne de oaie ca la Comrat



Ingrediente:

- 1-1,2 kg de carne de oaie pe os,
- sare,
- piper negru măcinat,
- coriandru,
- 0,5 pahar de maioneză,
- 4 căței de usturoi,
- 1 lingură de pătrunjel tocat.

Mod de preparare:

Se amestecă maioneza, condimentele, usturoiul mărunțit. Tăiem carnea de oaie bucăți nu prea mari, ungem carnea cu amestecul respectiv, lăsăm să se marineze 4-6 ore în dependență de cât de tânără e carnea. Carnea marinată o fierbem înăbușit la foc domol timp de 1,5-2 ore în apă sărată (1,5-2 pahare), dacă e necesar mai adăugăm apă pe parcursul fierberii. Cu 10 minute înainte de a fi gata adăugăm usturoiul tocat mărunt, presărăm cu verdeța tocată mărunt.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Carne de oaie ca la găgăuzi



Ingrediente:

- 1 kg de file de carne de oaie,
- 4-5 cepe,
- 1 morcov,
- 4-5 căței de usturoi,
- 0,5 pahar de ulei vegetal ,
- 0,5 pahar de vin alb,
- sare,
- piper negru măcinat,
- un pahar cu vin alb.

Mod de preparare:

Scoatem peliculele, grăsimea în plus, spălăm și tăiem carnea bucăți nu prea mari. Ceapa și morcovul pregătite din timp se taie cubulețe de mărimea medie. Pe tigaia încinsă cu ulei vegetal, rumenim morcovul, îl scoatem și în același ulei prăjim ceapa până la culoarea aurie. Prăjim carnea separat în ulei vegetal până se formează o cojiță aurie cu adaos de sare și piper. Turnăm deasupra un amestec de bulion și vin, fierbem înăbușit la foc domol până este gata, turnând dacă e necesar bulion sau apă. Cu câteva minute înainte de a lua de pe foc adăugăm ceapa prăjită, lăsăm la foc domol pentru 2-3 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Iahnie ca la bulgari



Ingrediente:

- 2 kg de carne de oaie (dinapoi),
- ¼ de pahar de grăsime de porc topită,
- 3-4 linguri de ulei vegetal,
- 5-6 cepe,
- 2 linguri de paprica,
- 1 ardei,
- sare,
- crenguță de cimbrisor.

Mod de preparare:

Carnea de oaie spălată și curățată, tăiați-o bucăți mari, prăjiți-o în ceaun în grăsime proaspătă de porc. Separat prăjiți ceapa semiinele în ulei vegetal. În ceapa gata adăugați paprica și ardeiul tăiat pai. Adăugați legumele în carnea rumenită, turnați apa sau bulionul astfel, ca ea să acopere produsele, adăugați sare și crenguța de cimbrisor. Lăsați să fiarbă înăbușit la foc domol pînă este gata. Înainte să o serviți scoateți crenguța de cimbrisor.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumansoaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Carne de oaie haiducească



Ingrediente:

- 1 kg carne de oaie,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 3 linguri de unt sau de margarină,
- 4-5 căței de usturoi,
- $\frac{3}{4}$ de pahar de vin,
- 2 pahare de ciuperci proaspete,
- 2 ardei dulci,
- 2 cepe,
- 1 praz,
- 1 lingură de făină,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri de verdeață tocată,
- 3-4 foi de dafin.

Mod de preparare:

Spălați și curățați pieptul de oaie sau rasolul de oaie, tăiați câte 2 bucăți cu os pentru o porție, dacă e macră – tăiați-o bucățele, presărați-o cu sare, piper, cu ceapă tăiată mărunt, cu verdeață tocată, puneți foile de dafin, stropiți cu vin, ulei vegetal. Marinați de la 3 până la 12 ore (în dependență de cât de tânără e carnea).

Prăjiți carnea pe tigaia încinsă adăugînd ciupercile. Puneți pe fundul ceaunului prazul tăiat inele – ardeiul tăiați-l pai, verdeață tocată, carnea de oaie prăjită cu ciuperci, apoi din nou praz și așa mai departe pe rînd straturi ceapă și carne. Turnați în ceaun zeama rămasă după prăjire, dizolvată cu apă, vin, adăugați foile de dafin, usturoi pisat, sare, piper negru boabe, acoperiți cu capacul și fierbeți înăbușit cu capac în rolă. Cînd e aproape gata adăugați făina prăjită în prealabil și dizolvată cu bulion. Lăsați pe foc 2-3 minute.

Înainte să fie servită carnea, puneți-o în farfurie și turnați peste ea sosul în care a fiert.

Carne de oaie cu garnitură asortată



Ingrediente:

- 1-1,2 kg de carne de oaie pe os,
- sare,
- piper negru măcinat,
- paprica,
- 0,5 pahar de ulei vegetal,
- 1 ardei dulce,
- 1 dovleac,
- 1 vînătă medie,
- 0,5 rădăcină de țelină,
- 300 g de bostan,
- 1-2 cartofi.

Mod de preparare:

Tăiați carnea de oaie bucăți, marinați-o într-un amestec de sare, piper roșu și negru măcinat și o parte din uleiul vegetal timp de 3-6 ore în dependență de cît de tînăra este carnea. Legumele curățate, spălate se taie – ardeiul dulce și bostanul felii mari, dovleacul, vînăta – rondele, rădăcina de țelină și cartoful – felii subțiri.

Carnea marinată o punem într-o formă unsă cu ulei vegetal și o dăm la cuptor la temperatura de 150-160 de grade 1,5-2 ore pînă e gata. Punem legumele într-o altă tavă unsă abundant cu ulei vegetal, punem legumele tăiate, sărăm un pic, le dăm la cuptor și le coacem la temperatura de 130 de grade timp de 30-40 minute pînă se înmoaie.

Carnea gata o punem pe centrul farfuriei, în jurul ei punem legumele coapte pe grupuri. Trebuie să reținem că bostanul și dovleacul se prepară mult mai repede și dacă e necesar trebuie scoase înaintea celorlalte legume și să se pătreze la cald pînă sînt gata celelalte legume.

Ciulama de miel (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

- 1 kg de carne de miel,
- 3 linguri de unt,
- 2 cepe,
- 1 morcov,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 2-4 linguri de vin,
- 2 linguri de făină de grâu,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper boabe.

Mod de preparare:

Carnea spălată și curățată se taie bucăți, costițele se taie și ele, se pune totul în caserolă, se adaugă ceapă, jumătăți de morcov, rădăcină de pătrunjel tăiată mășcat, sare, piper boabe, turnați bulion sau apă ½ din volumul cărnii, lăsați să fiarbă. Scoateți legumele, turnați făina prăjită în prealabil dizolvată cu bulion, vin și fierbeți-o. La sfîrșit adăugați usturoiul pisat cu sare, bucățele de unt. Sosul trebuie să fie dens.

Ciulamaua poate fi servită cu [mămăligă](#) sau cu fasole fiartă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Carne de oaie cu vinete



Ingrediente:

- 1 kg carne de oaie,
- 3 linguri ulei,
- 2 cepe,
- 1 lingură făină de grâu,
- 2/3 ardei,
- 1/4 praz,
- 4-5 vinete,
- 1 pahar fasole păstăi,
- 5-6 roșii,
- 3-4 căței de usturoi,
- 1/2 pahar vin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeță tocată.

Mod de preparare:

Fileul de carne de oaie se taie – 1-2 bucăți la 1 porție, se presară cu sare și piper, se trece prin făină și se prăjește. Vinetele se taie felii de 1 cm, se pun în uncrop sărat pe 10-15 minute, sub greutate se stoarce sucul amar, apoi rondelele de vinete se trec prin făină și se prăjesc pe ambele părți. Ceapa și prazul se taie fidea și se taie feliuțe, ardeiul se curăță de semințe și se taie fidea. Carnea, vinetele și legumele se pun în ceaun, se adaugă sare, piper, verdeță, se toarnă bulionul și se fierbe înăbușit cu capac. Se poate adaugă vin sec.

Se servește presărată cu verdeță.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișna”
bucatar-sef Țibulscăia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Pui umplut



- **Ingrediente:**
 - 1 pui,
 - 2 cepe,
 - 4 linguri unt topit,
 - 3-4 linguri bulion de carne,
 - 2 linguri smântână,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 1 lingură verdeață tăiată.
-
- **Pentru umplutură:**
 - 2 morcovi,
 - 3 mere,
 - 1 praz,
 - 2 linguri unt topit,
 - nucușoară,
 - sare,
 - 2 linguri verdeață de mărar pătrușel și țelină tocate.

Mod de preparare:

Puiul prelucrat se sarează, se pipărează pe dinăuntru și pe dinafară, se unge cu unt. Pulpele se bagă în tăietura de la burtă, iar aripile se lipesc de spate. Toate se fixează cu ațe. Se umple, burta se coase cu ață. Puiul se rumenește, apoi se pune într-un ceaun mic. Se adaugă unt, bulion, se pun 2 cepe întregi, se acoperă cu capac și se dă la cuptor. Periodic puiul se întoarce și se udă cu sosul, în care se înăbușă. Cu 10-15 minute înainte de a se lua de pe foc, capacul se scoate și puiul se unge cu smântână. Când este gata, puiul se taie de-a lungul, apoi - de-a curmezișul și se pune în farfurii. Deasupra se toarnă sos și se presară cu verdeață.

Puiul se servește cu cartofi prăjiți.

Prepararea umpluturii: Morcovii se taie rondele și se prăjesc în unt. Se adaugă ceapa mărunțită, verdeața, nucușoara pisată, merele curățate de coaji și tăiate felii. Se sarează și se amestecă.

Pui cu legume



Ingrediente:

- 1 pui întreg,
- 2 cepe,
- 2 ardei dulci,
- 6-8 ciuperci,
- 2 roșii,
- 1 dovlecel,
- 1 vinăță,
- 2-3 căței de usturoi,
- 4 linguri ulei,
- ½ pahar vin alb sec,
- 2 linguri verdeață,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Puiul se taie bucăți, se sarează și se piperează, se prăjește într-o tigaie pînă la obținerea unei cruste rumene. Legumele se taie felii mari, se adaugă la pui, se rumenesc. Se toarnă vinul, se sarează, se piperează. Se călește pînă carnea devine moale. Cu 2-3 minute înainte de a se lua de pe foc, se adaugă usturoiul și verdeața tocate.

Cavurma de pui (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

- 1 kg carne de pui,
- 3 linguri unt topit,
- 1 lingură făină de grîu,
- 2-3 cepe,
- 1 lingură de pastă de roșii sau 5-6 roșii,
- 4-5 căței de usturoi,
- 1 pahar bulion,
- 4 linguri vin,
- ½ pahar făină de porumb,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2-3 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți, se presară cu sare, piper și făină și se rumenește cu ceapă mărunțită. Apoi se mută în ceaun, se acoperă cu bulion fierbinte și se înăbușă la foc slab 20-30 minute. Cu puțin timp înainte de a se lua de pe foc, se adaugă pasta de roșii prăjită, sarea, piperul, vinul și o parte de verdeață. Usturoiul pisat, foile de dafin și piper boabe se adaugă la sfîrșit.

Cavurma se presară cu verdeață. Se servește cu [mămăligă](#).

Friptură de măruntaie



- Ingrediente:
- 600 g măruntaie de pui (gîscă, curcă),
- 8-10 cartofi,
- 1 morcov,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- 2 fire praz,
- 2 pahare fasole verde tăiată,
- 4 roșii,
- 2 linguri pastă de roșii,
- 4 linguri de ulei,
- 1 pahar bulion de carne,
- 4 linguri smîntînă,
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru boabe,
- foi de dafin,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Măruntaiele se taie bucățele și se prăjesc cu ceapă. Apoi se pun în ceaun, deasupra se toarnă bulion, se acoperă cu un capac și se înăbușă 25-30 minute la foc slab. Cartofii și rădăcinile se taie feliuțe, se prăjesc și se pun în ceaunul cu friptură. Se adaugă sare, piper, foi de dafin și pastă de roșii prăjită. Păstăile se fierb 3-5 minute, se strecoară, se prăjesc și se pun și ele în ceaunul cu friptură. Cu puțin timp înainte de a se lua de pe foc, se adaugă roșiile curățate de piele și tăiate feliuțe, verdeața și smîntîna, și se dă la cuptor pe 7-8 minute. Friptura se servește în oale de ceramică, se presară cu brînză și se garnisește cu pătrunjel verde.

Garnitură: mămăligă cu unt (se servește separat).

Pui prăjit cu fasole păstăi și dovlecei



Ingrediente:

- 1 pui,
- 3 linguri unt,
- 1 lingură făină de porumb,
- 1 lingură făină de grâu,
- 4 linguri vin,
- 2 dovlecei,
- 3 pahare fasole păstăi,
- 2-3 roșii,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- ½ pahar de sos mujdei după gust.

Mod de preparare:

Puiul se taie în 4 părți, se bate pînă se face plat, se presară cu sare și piper, se trece prin făină și se rumenește. Apoi se toarnă vin și bulion, se acoperă cu capac și se dă la cuptor. Periodic carnea se udă cu sosul care se formează în procesul înăbușirii. Cînd este gata, puiul se mută în alt vas, sosul se strecoară într-o cratiță. În sos se adaugă 2-3 linguri de apă și usturoi pisat cu sare. Sosul se dă în clocot și se strecoară. Dovleceii se curată de codiță, se taie rondele de 1,5-2 cm. Rondelele de dovleac se trec prin făină și se prăjesc. Păstăile se curată de ațe, se spală, se taie în 2-4 părți, se pun în cratiță, se adaugă puțin bulion, sare și unt și se fierb pînă păstăile sunt gata. Într-o farfurie se pune carnea de pui, dovlecei prăjiți, fasolea fiartă și felii de roșii proaspete.

Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasilii
or. Chisinau, str. Țhidighici, 1/2

Pui cu suc de struguri



Ingrediente:

- 2 pui,
- ½ pahar suc de struguri,
- 2 linguri vin,
- 4 linguri unt sau margarina,
- 3-4 dovlecei sau 4-5 cartofi,
- 2-3 mere marinate,
- 1 strugure marinat,
- 1 lingură smântână,
- sare,
- piper negru măcinat,
- verdeță.

Mod de preparare:

Puii se taie în 4 părți fiecare, se presară cu sare și piper, se stropesc cu vin, se ung cu smântână și se lasă pe 20-30 minute. Apoi se rumenesc, se adaugă suc de struguri (albi), se acoperă cu un capac și se dă la cuptor pentru 20-25 minute. Periodic carnea se udă cu sosul care se formează în procesul înăbușirii. Dacă sucul e dulce se adaugă puțină zeamă de lămâie. Sosul de la prăjire se scurge și se strecoară. În tigaia în care s-au prăjit puii se toarnă 3-4 linguri de bulion, se amestecă cu sos, se adaugă sare și piper după gust și se dă în clocot.

Puii se servesc cu cartofi sau dovlecei prăjiți, cu struguri sau mere marinate, se stropesc cu sos și se garnisesc cu verdeță.

Pui înăbușit cu mere



Ingrediente:

- 2 pui,
- 100 g piept de porc afumat,
- 2 linguri pastă de roșii,
- 3 mere (acre),
- 3 linguri smântână,
- 1 pahar bulion de carne,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- pătrunjel și cimbru verde,
- 2 linguri verdeață tocată.

Mod de preparare:

Puii se taie bucăți, se sarează și se pipărează. Merele se curăță de coajă și se amestecă cu pastă de roșii, se adaugă foi de dafin. Amestecul se pune în ulcele ceramice, deasupra se pune cimbru, apoi carnea și pieptul de porc afumat. Se presară cu sare și verdeață tăiată, se acoperă cu bulion și cu smântână. Ulcelele se acoperă cu capace și se dau la cuptor pentru o oră.

Carnea se servește în farfurii, deasupra se toarnă sos. Se garnisește cu felii de roșii și pătrunjel verde. Poate fi servită cu [mămăligă](#) sau cu orez fiert.

Friptură de pui în ulcele



Ingrediente:

- 1 kg carne de pui,
- ½ pahar ulei,
- 6 cartofi,
- 3 linguri făină de grâu,
- 2 ouă,
- 1½ pahar smântină,
- 2-3 cepe,
- 2-3 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeță tocată,
- 4 ulcele de ceramică.

Mod de preparare:

Bucățile de carne de pui se presară cu sare și piper și se prăjesc în ulei și ceapă până sînt gata. Usturoiul pisat se adaugă la sfîrșit. Cartofii cruți se dau prin răzătoare, se amestecă cu făină și ou, se sărează se piperează, se bat bine și se prăjesc. În ulcele se pune carnea, deasupra se pun clătitele de cartofi, se acoperă cu smîntină și se dau la cuptor pentru 15- 20 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișmă”
bucatar-sef Țibulică Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Tocană de pui cu mămăligă



Ingrediente:

- file de la 3 pui,
- 2 cepe,
- 2 roșii,
- 3-4 linguri ulei,
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Fileul se taie feliuțe, se prăjește cu ceapă tăiată semiinele, se adaugă roșiile curățate de piele, de semințe și tăiate cuburi. Cu 5 minute înainte de a fi gata se presară cu sare, piper, usturoi pisat și verdeață.

Tocana se servește cu mămăligă, brânză și smântină.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crisma”
bucatar-sef Tibulicai Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Friptură în ulcele ca la mama acasă



Ingrediente:

- 2 ouă,
- 4 linguri ulei,
- 300 g fileu de pui,
- 150 g carne de porc,
- 3-4 linguri lapte,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 8 clătite subțiri.

Pentru umplutură:

- ½ kg brinză de vaci,
- 2 ouă,
- sare.

Mod de preparare:

Se pregătesc clătitele, fiecare se taie în 3-4 părți. Brânza se amestecă cu ouă și sare, acest amestec se învelește în clătite - câte 6-8 clătite la o porție. Carnea se dă prin mașina de tocat de 2 ori, se adaugă ouăle, laptele, sarea și piperul, se amestecă bine și se formează chifeluțe mici - câte 6-8 la o porție - și se fierb la aburi. Clătitele se așează în ulcele, se stropesc cu unt topit și se dau la cuptor la temperatura de 180-200°C timp de 5-7 minute.

Rață înăbușită cu prune uscate



Ingrediente:

- 1 rață,
- 2 cepe,
- 1 morcov,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 2 roșii,
- 3 pahare prune uscate,
- 5 mere,
- 3 linguri ulei,
- 3 linguri smântână,
- 1 lingură de pastă de roșii,
- 2-3 linguri apă,
- sare,
- foi de salată verde.

Mod de preparare:

Rața se taie bucăți, se presară cu sare și se rumenește în ulei. Apoi carnea se pune într-un ceaun, se adaugă morcovul, pătrunjelul și ceapa tălate cuburi, smântână, pasta de roșii, puțină apă, sare, se acoperă cu un capac și se înăbușă. Prunele se opăresc, sîmburii se înlătură, merele se curăță de coajă și se taie felii. Cînd carnea devine moale, se adaugă prunele și merele, și se mai înăbușă puțin.

Carnea se servește cu sosul în care a fiert înăbușit, cu prune și felii de roșii. Se garnisește cu foi de salată verde.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasillii
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Vinete cu umplutură de carne de pui



Ingrediente:

- 200 g file de pui,
- 2 vinete de mărime medie,
- 3 linguri maioneză,
- 2 căței de usturoi,
- 2 linguri cașcaval ras,
- 1 linguriță făină,
- 2 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se fierbe fileul de pui. Vinetele se curăță de peduncul și se taie în două de-a lungul. Cu o lingură se scoate o parte din pulpă. Pulpă tocată se prăjește în ulei, se adaugă carnea de pui, se încălzește, se adaugă 1 lingură cașcaval ras, usturoiul, 1,5 lingură maioneză, se amestecă, se umple vinetele cu masa obținută și se dă la cuptor pentru 15 minute la 150 de grade. Restul cașcavalului, maionezei, făina se amestecă, se ung vinetele, și se mai țin la cuptor 3-5 minute la 170 grade pînă se obține o crustă rumenă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”
bucatar-sef Lazarev Vasillii
or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Prepelițe umplute cu gutui și prune uscate



- Ingrediente:
- 5 prepelițe,
- 1 lingură unt.

- Pentru umplutură:
- 10-12 prune uscate,
- 1-2 felii de gutuie,
- 1 lingură unt,
- sare.

- Pentru marinat:
- 3 linguri coniac,
- 1 lingură zeamă de lămâie,
- 3 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat.

- Pentru sos:
- 1 pahar călină,
- 3 linguri miere,
- 3 linguri vin de masă.

- Pentru garnitură:
- 1 gutuie,
- 1 lingură unt.

Mod de preparare:

Ingredientele pentru marinat se amestecă, cu acest amestec se ung prepelițele, se acoperă cu peliculă alimentară și se pun la marinat pentru 2-4 ore. După aceasta se trage la o parte pielea dinspre pulpe și între piele și carne se pune umplutura. În partea abdominală se pun prune uscate întregi, curățate de sîmburi. Prepelițele se ung cu unt, se învelesc în folie de aluminiu și se coc la temperatura de 160-180°C timp de 30-40 minute. Când prepelițele sunt gata, folia de aluminiu se îndalătură. În farfurie se pune grămăjoară garnitura, pe ea - prepelițele. Sosul se servește separat.

Prepararea umpluturii: Feliile de gutuie și o parte de prune curățate de sîmburi se taie fidea. Gutuia se prăjește puțin în unt, se adaugă prunele, se mai prăjește puțin, se sarează și se ia de pe foc.

Prepararea sosului: Într-o cratiță cu fundul gros se pune călina, se toarnă vinul și puțină apă și se fierbe pînă pomușoarele se înmoaie, apoi se adaugă mierea, se mai fierbe 2 minute și se dă prin sită.

Pui umplut cu sarmale



Ingrediente:

- Un pui întreg - 1,5-2 kg,
- 1 pahar orez,
- 1 morcov,
- 2-3 cepe,
- 1 lingura pastă de roșii,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- ½ pahar ulei vegetal,
- 20 -25 frunze tinere de viță-de-vie proaspete sau murate.

Mod de preparare:

Puiul întreg pregătit se taie pe stern, se îndepărtează coastele și coloana vertebrală, păstrându-se aripile și picioarele. Sărăm și piperăm puiul pe ambele părți, lăsăm pe 2-3 ore la rece. Sarmalele se pregătesc fără carne și se lasă să se răcească semigata. Se distribuie sarmalele uniform pe carnea de pui marinată, plasată cu pielea în jos, marginile se unesc, și se fixează cusătura cu ață sau scobitori. Se dă forma puiului, se unge cu ulei și se coace la cuptor cu cusătura în jos timp de 30-40 de minute la 180°C până este gata.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Popasul dacilor”
bucatar-sef Dobreniuc Veronica
or. Chisinau, str. Valea Crucii, 13

Gîscă umplută cu orez, gutuie, mere



Ingrediente:

- 1 gîscă de 2-2,5 kg,
- 1,5 pahar de orez,
- 1-2 mere,
- 0,5-1 gutui,
- 0,5 pahar de stafide,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 3-4 linguri de ulei vegetal.

Mod de preparare:

Gîsca prelucrată se pune în apă rece sărată pentru 6-8 ore (2 linguri de sare la 1 l de apă). Scoateți apoi gîsca, lăsați apa să se scurgă, frecați-o pe dinafară și pe dinăuntru cu sare și piper. Lăsați-o să se marineze. Curățați gutuile de coajă și semințe, tăiați-le felii subțiri sau cubulețe. Înlăturați și semințele cu cotor cu tot de la mere, tăiați-le felii. Spălați stafidele și turnați peste ele apă clocotindă. Faceți un terci fărimicios din orez (1 la 2). Adăugați în terci fructele tăiate felii și stafidele, sărați și amestecați. Umpleți gîsca, coaseți cu ață albă, ungeți gîsca cu ulei vegetal și dați la cuptor într-o tavă unsă, la temperatura de 160 grade pentru 2-2,5 ore în dependență de cît e de tînăra pasărea, umeziți periodic cu sucul care se elimină. Înainte de a fi servită scoateți ața, ornați gîsca cu verdeață și legume.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Curcan (curcă) umplut cu tăieței și măruntaie



Ingrediente:

- 1 curcan (curcă) (2-2,5 kg),
- măruntaie de pasăre,
- tăieței de casă, 4 pahare (vezi rețeta „[Tăieței de casă](#)”),
- 0,5 pahare de ulei vegetal,
- 2-3 cepe,
- 2 linguri de unt,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Curcanul prelucrat se pune în apă sărată (2 linguri la 1 litru de apă) pentru 6-8 ore, scurgeți apoi apa, uscați curcanul, ungeți pe dinafară și pe dinăuntru cu sare și piper. Fierbeti tăieței până sînt gata (vezi rețeta „[Tăieței de casă](#)”), strecurați-i. Măruntaiele prelucrate (pipota, inima, rinichii, plămîinii, ficatul) tăiați mărunt și prăjiți în ulei (pipota și inima pot fi fierte în prealabil). Ceapa curățată se taie cubulețe și se rumenește în ulei pînă la culoarea aurie. În tăieței fierți se adaugă ceapă, măruntaiele, se adaugă sare, piper se amestecă. Umpleți curcanul marinat, coaseți-l cu ață albă, ungeți-l cu unt. Puneți curcanul într-o tavă unsă cu ulei și coaceți-l la temperatura de 160-170 de grade timp de 2 ore în dependență de cît de tînără e pasărea.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumansoaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Rață coaptă în bostan



Ingrediente:

- 1 rață (de circa 2 kg),
- 1 bostan oval (3-3,5 kg),
- 1 kg de mere,
- ½ de pahar de ulei vegetal,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 1 gutuie,
- 1 lămâie (la dorință).

Mod de preparare:

Rața pregătită se taie bucăți mari (8-10 bucăți), se sară, se piperează, se prăjește în ulei încins pînă se rumenește bine. Bostanul se spală, se taie capacul, se curăță de semințe, se înlătură o parte din pulpă astfel ca să rămînă destul loc pentru ingrediente.

Curățați merele de semințe și cotor, gutuia de coji și de cotor, tăiați lămîia felii.

Puneți rața în bostan, împreună cu fructele. Acoperiți bostanul cu capacul și dați-l la cuptor la temperatura de 160 de grade pentru 1,5-2 ore pînă e gata (se verifică dacă e gata rața).

Se servește în bostan, care se folosește și ca garnitură la carnea de rața.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

„Mandja” (mîncare găguzească)



Ingrediente:

- 1 găină (1,3-1,5 kg),
- 5-6 cepe,
- 2 morcov,
- 1 ardei dulce,
- 2 linguri de făină de grîu,
- 3-4 linguri de ulei vegetal,
- piper roșu măcinat mășcat (paprica),
- sare.

Mod de preparare:

Găina prelucrată o tăiem în bucăți o prăjim pînă se formează o coajă aurie într-un ceaun în ulei vegetal, adăugăm apă fierbîndă, astfel ca carnea să fie acoperită. Adăugăm sare și lăsăm să fiarbă înăbușit pînă este gata. Curățăm morcovul și ceapa, tăiem legumele cubulețe, le punem în ulei încins adăugînd paprica. Prăjim făina pe tigaia încinsă fără grăsimi pînă apare un miros de nuci.

În procesul fierberii scoatem spuma și grăsimea în plus. Grăsimea din bulion o adăugăm în legume și le lăsăm pe foc pînă se înmoaie legumele, introducem făina, amestecăm adăugăm cîteva linguri de bulion, amestecăm astfel ca să nu fie cocoloașe și adăugăm bulionul. Punem carnea și ardeiul iute tăiat mărunt. Lăsăm să fiarbă 1-2 minute. Înainte de a se servi se presară cu mărul tocat mărunt.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Vodolei”
bucatar-sef Petrova Mura
or. Comrat, str. Lenin, 205

Ciulama de pui



Ingrediente:

- 2 pui,
- 1 morcov,
- ½ rădăcină de pătrunjel,
- 2-3 pahare de ciuperci mărunte,
- 3 linguri de unt,
- 2 linguri de făină de grâu,
- 2 cepe,
- 3-4 linguri de vinuri,
- sare,
- piper negru măcinat și boabe,
- foi de dafin,
- verdeată de pătrunjel și mărar.

Mod de preparare:

Într-o caserolă cu apă fierbîndă sărată punem rădăcina de pătrunjel curățată și tăiată, morcovul, un buchet de verdeată, foi de dafin, piper negru boabe, ciuperci (champignonis) și lăsăm să fiarbă circa 10 minute. Apoi punem puii tăiați bucăți și spălați, o bucătică de slănină, turnăm vinul alb de masă, apa, astfel ca să fie acoperiți 1/3 din ei, se lasă să fiarbă înăbușit, timp de 30-40 minute. Se scot ciupercile și puii, se strecoară bulionul.

Prepararea sosului: Se prăjește în unt făina, se diluează cu bulion, se fierbe 15-20 minute, mestecînd periodic, astfel ca să nu se formeze cocoloașe, strecurați, adăugați ceapa și ciupercile tăiate mărunt (cele mici se pun întregi, cele mari se taie în jumătate, sărați fierbeți la foc domol timp de 5-10 minute.

Înainte de a fi servit în sosul gata se adaugă bucățile de pui și se mai fierbe timp de 5 minute, la sfîrșit se adaugă o bucătică de unt.

Iahnie din carne de găină



- **Ingrediente:**
 - 1 kg de găină,
 - 5 linguri de ulei vegetal,
 - ½ linguri de făină de grâu,
 - 2 linguri de vin de masă,
 - 2 vinete,
 - 2-3 dovlecei,
 - 2 pahare de fasole păstăi,
 - 4-6 roșii,
 - 3 cepe,
 - 1 pahar de bulion,
 - 2-3 căței de usturoi,
 - 2 ardei,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - piper roșu măcinat,
 - foi de dafin,
 - 3-4 linguri de verdeață tocată.

Mod de preparare:

Găina se taie bucăți, se sară, se piperează cu piper negru măcinat, se stropește cu vin, se lasă pentru 20-30 minute. Se prăjește pe tigaia încinsă pînă se formează o coajă rumenă, se pune în ceaun, se toarnă bulionul, se sară și se fierbe înăbușit pînă e pe jumătate gata, apoi se adaugă făina diluată cu bulion și se fierbe timp de 10 minute.

Vinetele spălate se taie rondele cu grosimea de circa 1,5-2 cm, se toarnă apă clocotindă și se lasă 10 min, apoi se strecoară, se pun sub o presă ca să se scurgă sucul amar, se trec prin făină, se prăjesc. Dovleacul fraged se taie de-a latul bucăți de circa 3-4 cm cu lățimea de 1,5-2 cm, se trec prin făină, se prăjesc, se sară.

Fasolele păstăi se taie romburi, roșiile decojite se taie felii și se trec prin răzătoare.

În ceaunul cu carnea de găină se adaugă păstăile, vinetele, ceapa prăjită. Roșiile și ardeiul dulce se adaugă la sfîrșit, la fel și dovleacul, usturoiul tocat mărunt, verdeața tocată, foile de dafin, piperul roșu măcinat. A se lăsa să fiarbă înăbușit cu capac pînă e gata. Iahnia se servește caldă, se pune pe farfurii ornîndu-se cu verdeață tocată.

Rată în sos de vișine



Ingrediente:

- 1 rată (1,2-1,5kg),
- 4 linguri de ulei vegetal,
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru sos:

- 2 pahare de vișine proaspete sau congelate,
- 1 pahar de vin roșu,
- 3 buc. de cuișoare,
- 3-5 boabe de cuișoare englezești.

Mod de preparare:

Rata spălată tăiați-o bucăți, sărați-o, piperați-o, prăjiți-o în ulei vegetal pînă formează o coajă aurie, turnați o cantitate mică de apă și fierbeți înăbușit cu capac pînă este gata. Turnați sosul de vișine peste rata gata și mai lăsați pe foc timp de 2-3 minute. A se servi fierbinte.

Prepararea sosului: Scoateți simburii de la vișine, turnați vinul, fierbeți înăbușit la foc domol într-un vas emailat, pînă vișinele sînt fierte. Adăugați cuișoarele englezești, lăsați să mai fiarbă timp de 3-5 minute, scoateți apoi cuișoarele. Treceți masa prin sită sau mărunțiți-o în blender.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Ficat de găină în sos de smântină



Ingrediente:

- 400 g ficat de găină,
- 2-3 ciuperci champignons,
- 1 ceapă,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 1 lingură de brinză de vaci,
- 1 lingură de făină de grâu,
- 1 lingură de unt sau margarină,
- 2 pahare de smântină nu foarte grasă,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de salată.

Mod de preparare:

Opăriți ficatul, spălați-l, tăiați-l bucățele și prăjiți-l. Adăugați ceapa prăjită, ciupercile tăiate și prăjite, sare, piper, mai lăsați să se prăjească toate împreună timp de 3-4 minute. Apoi turnați sosul de smântină și peste 2-3 minute scoteați-l de foc .

A se servi cu legume proaspete și verdeață.

Prepararea sosului: prăjiți făina în unt mestecînd continuu pînă se face crem la culoare, continuați să mestecați, adăugați smîntîna cu un jet subțire, adăugați sare, amestecați aduceți pînă la fierbere. Dacă sînt cocloașe strecurați sosul.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Șolduri de găină umplute cu ciuperci



Ingrediente:

- 4 șolduri de găină de dimensiuni medii,
- 14-16 champignons,
- 2-3 cepe,
- 2 roșii tari,
- ½ pahar de brânză nesărată dată prin răzătoare (cașcaval),
- 2-3 linguri de ulei vegetal,
- 2 ouă,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Scoateți pielea de pe șolduri ca ciorapul, tăiați osul pînă la încheietură, scoateți carnea de pe os, tăiați-o pai. Ciupercile și ceapa curățate și spălate se taie pai și se rumenesc în ulei vegetal. În carne, ciuperci, ceapă adăugăm brînză și roșiile oprite și decojite în prealabil, tăiate bucăți mărunte, sare, piper, ouă crude. Amestecăm bine totul.

Umplem cu masa obținută șoldul de găină. Marginile pielii le fixăm cu scobitori, dîndu-i forma de șold. Pe tavă unsă cu ulei vegetal se pun semifabricatele, care se ung și ele cu ulei. A se coace la temperatura de 180 de grade timp de 30-35 minute. Scoatem scobitorile. A se servi cu legume de sezon și cu verdeață.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Budincă cu vinete și carne de găină



- **Ingrediente:**
 - • 4 vinete,
 - • 2 ouă,
 - • 1 lingură de brânză dată prin răzătoare,
 - • ½ pahar de frișcă,
 - • ½ lingură de unt,
 - • 4 linguri de smântână,
 - • 2 linguri de făină de grâu,
 - • 1 lingură de pesmeți măcinați,
 - • 2 linguri de ulei vegetal,
 - • sare.
- **Pentru tocătură:**
 - • ½ de găină,
 - • 4 cepe,
 - • ½ de morcov,
 - • ½ rădăcină de pătrunjel,
 - • 2 linguri de ulei vegetal,
 - • 1 lingură de brânză dată prin răzătoare,
 - • sare,
 - • piper negru măcinat,
 - • 1 lingură de verdeață tocată.

Mod de preparare:

Tăiați vinetele felii cu grosimea de circa 5-7 mm, sărați-le, puneți-le sub presă pentru 25 minute, pentru ca să se scurgă sucul amar. Treceți vinetele prin făină și prăjiți-le pe ambele părți în ulei vegetal. Într-o tigaie adâncă, unsă cu unt și presărată cu pesmeți măcinați, puneți feliile de vînătă destul de dens, iar deasupra tocătura din carne de găină și din nou un strat de vinete. Ouăle se bat cu frișcă, se sară. Amestecul se toarnă pe vinete, se presară cu brânza dată prin răzătoare (cașcaval) și se dă la cuptor se lasă pînă se formează o coajă aurie. Budinca gata se taie bucăți, se pune în farfurii. Acest fel de mîncare se poate servi cu smântînă.

Prepararea umpluturii: Turnați puțină apă deasupra găinii și puneți-o la foc. Cînd spuma încetează să se formeze, adăugați morcovul, rădăcina de pătrunjel, sare, piper. Separați carnea de oase, tăiați-o tăței mărunti și prăjiți-i. Prăjiți ceapa, uniți-o cu carne. Adăugați brînză dată prin răzătoare, verdeața, sare, piper, amestecați bine.

Zraze «Codreanca»



Ingrediente:

- 350 g file de găină,
- 150 g de carne de porc,
- 2 ouă,
- 4 linguri de ulei vegetal,
- 2 linguri de unt,
- 1 lingură de făină de grâu,
- 2 linguri de pesmeți măcinați din pâine albă de grâu,
- 2 linguri de bulion de carne,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de salată verzi.

Pentru tocătură:

- 1 ceapă,
- 2 linguri de brânză nesărată dată prin răzătoare,
- 1 lingură de unt,
- 1 ou,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- 2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de pătrunjel tocat mărunt.

Mod de preparare:

Carnea de găină și de porc tăiați-o bucăți, treceți-o prin răzătoare 1-2 ori, adăugați ouăle, bulionul, sarea, piperul. Amestecați bine tocătura, împărțiți-o în turte. În mijlocul fiecăreia puneți umplutura, ridicați marginile și prindeți-le. Formați zrazele, treceți-le prin făină, apoi prin ou și prin pesmeți, prăjiți-le bine în uleiul încins, apoi dați-le pentru 4-5 minute la cuptor. Înainte de a fi servite zrazele se stropesc cu unt topit.

Prepararea tocăturii: Brânza nesărată se amestecă cu ceapa prăjită în ulei, cu ou fiert tocat, usturoi mărunțit, verdeță, unt înmuiat. Adăugați sare, piper, amestecați.

Zraze din carne de găină



Ingrediente:

- 600 g de carne de găină,
- 1 ou,
- 2 linguri de ulei vegetal,
- 1-2 linguri de bulion de carne ,
- 2 linguri de pesmeți măcinați din pîine albă de grîu,
- 1 pahar de smîntînă cu cantitatea de grăsime mică,
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru tocătură:

- 3 linguri de cașcaval tare dat prin răzătoare,
- 2 ouă,
- 2 cepe,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri de pătrunjel și mărar tocate mărunt.

Mod de preparare:

Tăiați carnea de găină bucăți, treceți-o prin mașina de tocat carne, adăugați ouă, sare, piper, puțin bulion sau lapte. Amestecați tocătura, împărțiți-o în turte de cu grosimea de 1 cm. În mijlocul fiecăreia puneți umplutura, formați zraze cu formă alungită, treceți-le prin pesmeți, prăjiți-le pînă se formează o coajă aurie și dați-le pentru 4-5 minute în cuptor. Garnisiți cu smîntînă, conopidă sau [cartofi prăjiți](#), cu felii de roșii, presărași cu verdeață tocată.

Prepararea tocăturii: Oul fiert se mărunțește, se adaugă cașcavalul tare dat prin răzătoare, ceapa prăjită, verdeața tocată, sarea, piperul, se amestecă totul.

Zraze din carne de găină de casă cu ciuperci



Ingrediente:

- 300 g de fileu din carne de găină,
- 300 g de carne de porc,
- 2-3 ouă,
- 3-4 linguri de ulei vegetal,
- 2 linguri de unt,
- 0,5 pahar de făină de grâu,
- 2 linguri de lapte,
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru tocătură:

- 6-8 shampignons,
- 1 ceapă,
- 2 linguri de unt,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea de găină și de porc se taie bucăți, se trece prin mașina de tocat carne de 1-2 ori se adaugă ouăle, laptele, sarea, piperul. Se amestecă bine totul, se fac turte, în mijlocul fiecăreia se pune umplutura, marginile se unesc, se prind cu scobitori, se trec prin făină și se prăjesc pe tigaia încinsă bine cu ulei vegetal, apoi se dau la cuptor pentru puțin timp. Înainte de fi servite se stropesc cu unt topit.

Prepararea tocăturii: ceapa pregătită se taie cubulețe mărunte, shampignons felii. Ciupercile se prăjesc în unt. Se adaugă sare, se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Iepure de casă prăjit cu legume



Ingrediente:

- 1 iepure,
- 300-400 g legume (ceapă, morcov, rădăcină de pătrunjel),
- 2-3 linguri grăsime,
- 1-2 linguri smântână,
- $\frac{1}{3}$ pahar vin,
- 50 g slănină,
- 4-5 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Măruntaiele se scot, lăbuțele se taie pînă la prima încheietură. Slănina se taie felii subțiri, se sarează și se piperează. Pulpele și spinarea iepurelui se împănează cu ajutorul unui cuțit îngust cu slănină. Iepurele se presară cu sare și piper, se stropește cu vin și se lasă pe 1-2 ore. Pieptul iepurelui se umple cu morcov, ceapă și rădăcină de pătrunjel tăiate bucăți, apoi iepurele se unge cu smântină și se pune într-o tigaie unsă cu grăsime și se dă la cuptor, periodic fiind stropit cu vin și cu sosul în care se prăjește.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alina Iulia, 190/1

Friptură de iepure de câmp



- Ingrediente:
 - spatele unui iepure de câmp,
 - 100 g slănină afumată,
 - 1 căpățină de usturoi,
 - 1 lingură de unt,
 - sare.
-
- Pentru marinat:
 - 1 pahar oțet,
 - 1 lingură ulei,
 - 1 morcov,
 - 1-2 cepe,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - foi de dafin,
 - 2 linguri verdeață tocată.

Mod de preparare:

Se taie spatele și picioarele din urmă ale iepurelui. Se pun într-un vas, deasupra se toarnă sosul pregătit, se pun legumele. Carnea se marinează de la câteva ore până la 2 zile. Slănina se taie fidea mascată (cu diametrul de 1 cm și lungimea de 3 cm). Iepurele marinat se împănează nu prea adânc cu bucățelele de slănină. Apoi se pune cu spatele în sus într-un ceaun alungit, peste el untul, apoi se adaugă 2 linguri de apă și se dă la cuptor la o temperatură nu prea mare. Carnea se stropește, periodic, cu sosul pe care-l lasă.

Prepararea marinatei: Oțetul diluat cu puțină apă se pune la fiert, se adaugă uleiul, morcovul tăiat rondele, ceapa, verdeața, sarea, piperul și foile de dafin, se dă în clocot și se fierbe puțin. Se servește cu sos.

Tocană cu iepure de casă și dovleci



Ingrediente:

- 1 kg carne de iepure,
- ½ praz,
- 3 ardei grași,
- 4-5 dovlecei,
- 4-5 roșii,
- 1/5 linguri grăsimi,
- ¼ pahar vin,
- 3 linguri oțet,
- 2 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- piper negru boabe,
- foi de dafin,
- ½ mănunchi verdeață.

Mod de preparare:

Măruntăile se scot, lăbuțele se taie pînă la prima încheietură. Iepurele se taie bucăți, se presară cu sare, piper, ceapă și ardei grași tăiați mărunt, verdeață tăiată, se stropește cu vin, oțet și ulei și se lasă să se marineze la răcoare 3-6 ore (dacă iepurele este tînăr) sau 15-20 ore (dacă iepurele este bătrîn).

Carnea marinată se prăjește într-o tigaie caldă împreună cu legumele cu care s-a marinat, apoi carnea se pune în ceaun, se adaugă bulion, sare și se înăbușă. La urmă se adaugă dovleceii tăiați bucățele și prăjiți puțin, usturoiul pisat, verdeață tăiată și foile de dafin. Se înăbușă cu capac pînă este gata.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Iepure de casă înăbușit cu fasole roșii



- Ingrediente:
- 1 iepure de casă (1-1,2 kg),
- 2 pahare fasole roșii,
- 2 cepe,
- ½ pahar vin alb de masă,
- 2 roșii,
- 1 lingură pastă de roșii,
- ½ pahar ulei,
- 2-3 căței de usturoi,
- paprica,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Măruntaiele se scot, lăbuțele se taie pînă la prima încheietură, carnea se pune în apă rece puțin sărată pentru 8-10 ore. După aceasta iepurele se taie bucăți. Ceapa se taie semiinele, roșiile se curăță de pielită și se dau prin răzătoare. Bucățile de iepure se rumenesc în ulei, se adaugă ceapa și se prăjește puțin, apoi se adaugă pasta de roșii, se mai prăjește 3-5 minute, se adaugă paprica, roșiile date prin răzătoare, sarea și piperul. Se înăbușă cu capac 10-15 minute, apoi se toarnă vinul și se mai înăbușă la foc domol 25-30 minute.

Fasolea se alege, se spală, se fierbe pînă este aproape gata, apoi apa se strecoară. Se adaugă la carnea înăbușită, se mai adaugă puțină apă sau fiertură de fasole, dacă e necesar. Se dau la cuptor să se înăbușe pentru 10-15 minute. Usturoiul pisat se adaugă la sfîrșit.

Friptura se servește presărată cu verdeță.

Tocană de iepure de casă



Ingrediente:

- 800 g carne de iepure,
- 3-4 cepe,
- ½ pahar vin alb sec de consum curent,
- 1/5 linguri oțet,
- ¼ pahar ulei,
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper roșu măcinat,
- 1-2 frunze de dafin,
- boabe de ardei iute,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Măruntaiele se scot, lăbuțele se taie pînă la prima încheietură. Iepurele se taie bucăți, se presară cu sare, piper, ceapă mărunțită, verdeață tăiată, se stropește cu vin, oțet și ulei și se lasă să se marineze la răcoare 3-6 ore (dacă iepurele este tînăr) sau 15-20 ore (dacă iepurele este bătrîn). Carnea marinată se presară cu ardei iute și se prăjește într-o tigaie caldă, apoi se pune în ceaun, se adaugă 3-4 linguri bulion, tot atît vin, sare după gust și se înăbușă, stropindu-se periodic carnea cu sosul, care se formează în procesul pregătirii. Usturoiul pisat și verdeața tocată se adaugă la sfîrșit.

Tocana se servește cu mămăligă.

Iepure prăjit în sos de smântână



- **Ingrediente:**
 - spatele unui iepure de câmp,
 - 100 g slănină afumată,
 - 1 căpățină usturoi,
 - 1 lingură unt,
 - 1 pahar smântână,
 - 1 pahar bulion de carne,
 - 1 linguriță făină de grâu
-
- **Pentru marinată:**
 - 1 pahar oțet,
 - 1 lingură ulei,
 - 1 morcov,
 - 1-2 cepe,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - foi de dafin,
 - 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carcasa de iepure se curăță de carnea de pe spate, se ia partea de la rinichi și picioarele posterioare se marinează timp de câteva ore sau pînă la o zi, în dependență de vîrsta iepurelui. Se scoate din marinată, se împănează nu prea adînc cu bucățelele de slănină afumată, opțional cu usturoi. Se pune cu spatele în sus pe o tava, peste el untul, se adaugă 2 linguri de apă și se dă la cuptor la temperatură nu prea mare (160 – 180 grade) pînă este gata. Periodic peste carne se toarnă sucul pe care-l lasă. Cînd carnea este gata, se scoate din tavă și se pune la loc cald.

De pe suprafața sosului în care s-a prăjit carnea se ia grăsimea, lichidul rămas se amestecă cu bulion și se fierbe, se adaugă făina prăjită cu smântînă și se mai fierbe puțin la foc slab amestecîndu-se continuu, se ia de pe foc, se strecoară. Friptura se pune pe o farfurie, se toarnă peste ea sosul.

Prepararea marinatei: Oțetul diluat cu puțină apă se pune la fiert, se adaugă uleiul, morcovul tăiat rondele, ceapa, verdeața, sarea, piperul și foile de dafin, se dă în clocot și se fierbe puțin. Se toarnă peste iepure, deasupra se pun legume și condimentele.

Iepure de casă cu legume și vin



Ingrediente:

- 1 iepure de casă 1,5 kg,
- 4-5 cepe,
- 2 morcovi,
- 3 linguri untură,
- 1 lingură zahăr,
- 1 pahar vin alb sec,
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Iepurele prelucrat ca în rețeta „Tocană de iepure de casă” se taie în 6 părți, se prăjește în untură, se pune în ceaun, se adaugă legumele tăiate mășcat, 150 g apă sau bulion, sare, piper și se înăbușă la foc încet pînă carnea se înmoaie. Cînd e aproape gata se adaugă zahăr, vin, usturoi pisat, se dă în clocot și se ia de pe foc. Iepurele se servește presărat cu verdeță.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Most”
bucatar-sef Ciobanu Larisa
or. Chisinau, str. Arborilor, 17/1

Iepure de casă în sos de vin cu piept de porc afumat



Ingrediente:

- 1 iepure de vreo 1,5 kg,
- 100 g piept afumat de porc,
- 1 ceapă,
- 1 câțel de usturoi,
- 1 pahar bulion de pui,
- 2 linguri unt,
- 1 lingură făină de grâu,
- 200 g vin alb sec,
- 2 gălbenușuri de ou,
- ¾ pahar frișcă,
- sare,
- boia de ardei alb.

Mod de preparare:

Măruntaiele se scot, lăbuțele se taie pînă la prima încheietură. Iepurele se taie bucăți, ceapa și carnea de porc se taie cuburi, usturoiul se pisează cu sare. Carnea de iepure se rumenește în ceaun, se adaugă ceapa și carnea afumată și se prăjesc împreună, amestecîndu-se permanent. Apoi se adaugă făina diluată cu bulion, usturoiul pisat, sarea și ardeiul și se înăbușă cu capac 1 oră. Apoi iepurele se scoate și se pune la cald. Gălbenușurile se bat cu frișcă și 4-5 linguri de suc în care s-a pregătit carnea. Ceaunul se ia de pe foc și se adaugă gălbenușurile bătute cu frișcă.

Iepurele se servește cu sos.

Iepure cu măsline



Ingrediente:

- 1 iepure,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 4 cepe,
- 200 g măsline,
- ¼ pahar de vin,
- 1 lingură de pîreu de roșii,
- sare,
- piper negru măcinat.

Pentru marinată:

- 1 pahar de oțet,
- 1 pahar de ulei vegetal,
- 1 morcov,
- 1-2 cepe,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri de verdeață tocată,
- foi de dafin.

Mod de preparare:

Spălați și puneți iepurele să se marineze (vezi rețeta „[Iepure umplut](#)”). Tăiați bucăți iepurele. În ceapa prăjită puțin puneți bucățile de iepure, prăjiți-le pînă se formează o coajă aurie, apoi fierbeți înăbușit, adăugînd cîte puțin apă fierbinte și fierbeți-le pînă se înmoaie. Adăugați vinul, amestecat cu bulionul de carne, adăugați măslinele, care au fost fierte în prealabil circa 10 minute în apă. Condimentați după gust cu sare, piper negru măcinat. Înainte de a fi servit puneți-l într-o farfurie și turnați peste el sos.

Prepararea marinetei: Diluați oțetul cu o cantitate nu prea mare de apă, puneți-l pe foc, adăugați ulei vegetal, adăugați morcovul tăiat rondele, ceapă, verdeață tocată, foi de dafin, sare, piper, dați-le în clocot. Turnați marinata gata deasupra iepurelui, puneți legumele și condimentele pe el.

Iepure umplut



Ingrediente:

- 1 iepure,
- 1 pahar de vin,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- 3 linguri de grăsime,
- 3-4 căței de usturoi,
- 2 linguri de smântână,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin.

Pentru umplutură:

- 1 pahar de cupe de grâu măcinate mășcat (grâu arnăut) sau orez,
- 1 morcov,
- 1 ardei dulce,
- măruntaiele de iepure,
- 0,5 pahar de ulei vegetal,
- 1-2 linguri de pătrunjel tocat mărunt.

Mod de preparare:

Înlăturați inima, plămînii, ficatul, rinichii, gâtul, tăiați labele pînă la prima încheietură, turnați peste iepure apă rece și lăsați-l astfel 8-10 ore. Uscăți-l, ungeți-l cu un amestec de sare, usturoi, cu adaos de vin sau oțet, ulei vegetal, foi de dafin, lăsați-l să se marineze 4-6 ore la rece.

Din crupe fierbeți un terci fărîmicios (1 la 2), legumele curățate tăiați-le cubulețe mărunte și rumeniți-le în ulei vegetal. Măruntaiele iepurelui (inima, ficatul, plămînii, rinichii), spălați-le, tăiați-le mărunt, rumeniți-le, adăugați-le la legume și continuați să le prăjiți, sărîndu-le și piperîndu-le. Adăugați terciul și potriviți-le la gust. Iepurele marinat se umple cu amestecul obținut se coase cu ață albă, se unge cu smântînă, se pune pe tava unsă cu ulei vegetal cu abdomenul în jos, se acoperă cu foi de varză (în varianta modernă cu folie de aluminiu) și se coace la temperatura de 170-180 de grade pînă este gata. Înainte de a se scoate din cuptor foile de varză sau folia de aluminiu se scot ca să se rumenească iepurele. Scoatem ața înainte de a servi iepurele.

Piept de porc la grătar



Ingrediente:

- 1 kg piept de porc,
- 2 linguri ulei,
- 3 linguri vin alb sec,
- 1-2 cepe,
- sare,
- piper negru boabe,
- foi de dafin,
- 1 mănunchi verdeață,
- 4-5 linguri mujdei.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți cu oase (cîte 1-2 bucăți la porție), se presară cu sare, cu ceapă tăiată mărunt, se stropește cu vin și cu ulei, se adaugă piper boabe măcinat mășcat, 2-3 foi de dafin, crenguțe de verdeață, se amestecă, se presează și se marinează la rece 4-6 ore. După aceasta mirodeniile se înlătură. Carnea se prăjește la grătar pînă este gata.

Cînd se servește se toarnă mujdeiul peste carne.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „La Crișna”
bucatar-sef Țibulșcaia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Frigărui cu ciuperci proaspete la grătar



Ingrediente:

- 800 g ciuperci albe (shampignons, minătărci, pitărci),
- 2 cepe,
- 100 g șuncă,
- 100 g slănină,
- sare,
- piper negru măcinat,
- sare de lămâie.

Mod de preparare:

Mai întâi ciupercile se pun pentru puțin timp în apă rece, în care s-a dizolvat un pic sare de lămâie, se înlătură pulpa ciupercilor mai mășcate (ciupercile mai mărunte și folosesc întregi), apoi se fierb 5-10 minute în apă cu puțină sare, se strecoară. Ceapa se taie inele, șunca și slăcina se taie felii subțiri. Ciupercile fierte, ceapa, șunca și slăcina se pun pe rând pe un bețișor de lemn și se prăjesc la grătar. Îndată după prăjire se piperează (nu se recomandă să se pipereze shampignons, pentru că piperul le ia din gustul fin). Puteți prăji frigăruii și în tigaie, pentru aceasta bețișoarele de lemn trebuie să nu depășească în lungime diametrul tigăii.

Se servesc cu legume proaspete. Frigăruii pot fi pregătiți și din ciuperci uscate. Acestea se aleg, se spală și se moale în lapte diluat cu apă pe 3-5 ore, apoi se spală cu apă fierbinte, se strecoară și se pregătesc cum este descris mai sus.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crisma”
bucatar-sef Țibulscala Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1
tel: (022) 43-70-50

Porumb la grătar



Ingrediente:

- 4 știuleți de porumb semicopt,
- 3 linguri unt,
- sare.

Mod de preparare:

Pe grătar se pun știuleții curățați și se prăjesc la foc nu prea mare, periodic întorcându-se, ca să se rumenească uniform. După prăjire se sarează. Știuleții se servesc fierbinți, cu unt (opțional).

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Mititei



Ingrediente:

- 800 g carne,
- 30 g slănină,
- 4-5 căței de usturoi,
- ½ linguriță bicarbonat de sodiu,
- 4-5 linguri apă,
- 3-4 linguri mujdei,
- sare,
- piper negru și roșu măcinat.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucățele câte 30-50 g, se sarează, se lasă într-un vas la temperatura camerei pentru 2-3 ore, apoi se acoperă cu un capac și se pune la rece pentru 24 ore. Carnea se dă prin mașina de tocat, apoi slăcina și usturoiul. În tocătură se adaugă piperul, ardeiul, bicarbonatul de sodiu, apa sau bulionul rece, se amestecă bine și se pune la rece pentru 3-4 ore. Se demontează cuțitul și rețeaua mașinii de tocat și se montează tubul în formă de pîlnie. Pentru ca mititeii să nu se lipească, tubul și mâinile se ung cu ulei. Tocătura se dă prin mașina de tocat, formîndu-se niște cîmăciori nu prea mari, care se pun într-o tavă unsă cu ulei, iar pînă la prăjire se țin la rece.

Mititeii se prăjesc la grătar, întorcîndu-se periodic ca să se rumenească bine pe toate părțile. Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crîma”
bucatar-sef Țibuliscăia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Miel la grătar



Ingrediente:

- 1 kg de carne de miel,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- 2 linguri de vin sec de masă,
- 4 linguri de mujdei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se ia piciorul posterior sau partea lombară a mielului. Se scoate carnea de pe oase, se curăță de tendoane și pelicule, se taie câte o bucată la porție, se bate, dându-i-se o formă ovală, se unge cu ulei vegetal, se stropește cu vin, se lasă pentru 1-2 ore.

Se pune mielul pe rețeaua unsă cu slănină afumată și încinsă, se frige pe ambele părți pînă este gata, imediat după prăjire se sarează și se piperează. Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Carne de oaie la grătar



Ingrediente:

- 1 kg de carne de oaie,
- 2 linguri de ulei vegetal,
- 2-3 linguri de vin sec alb,
- 4-5 linguri de mujdei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea de oaie spălată și curățată (partea lombară și dorsală) tăiată transversal câte o bucată la porție, se pune într-un vas separat, se sarează, se piperează, se stropește cu vin, cu ulei vegetal și se lasă să se marineze circa 4-5 ore. Înainte de se prăji roțiți carnea în formă de spirală (cu partea mai groasă înăuntru) și îmbrăcați-o pe un ac pentru frigărui. Ungeți rețeaua grătarului cu slănină afumată, frigeți carnea de oaie pînă e gata la foc domol.

Înainte de a servi carnea scoateți-o de pe acele pentru frigărui pe o farfurie sau un platou. Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Pui la grătar



Ingrediente:

- 2 pui,
- 2 linguri de ulei vegetal,
- 1 lingură de vin de masă,
- 3 linguri de mujdei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Puiul se taie în două de-a lungul șirei spinării, se bate ușor, se sară, se piperează pe partea interioară, se stropește cu vin, se unge cu ulei vegetal și se lasă pentru 50-60 minute. Se frige pe rețeaua grătarului, periodic ungându-se cu ulei.

Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

File de porc la grătar



Ingrediente:

- 2-4 buc. de mușchi de porc,
- 2-3 linguri de ulei vegetal,
- 4 linguri de vin de masă,
- 4-5 căței de usturoi,
- 100 g de slănină afumată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

În carnea spălată, curățată de tendoane și pelicule se fac incizii de-a lungul fibrelor mușchiului și puneți în ele căței de usturoi. Dacă carnea nu este grasă, puneți în locurile inciziilor slănină afumată, tăiată ca tăieteeii. Stropiți mușchiul cu vin, ulei vegetal, sare, piper, lăsați să se marineze 30-50 de minute. Mușchiul marinat puneți-l pe ace de frigărui și prăjiți-l pe rețeaua încinsă unsă cu slănină. Întoarceți periodic carnea, ca să se prăjească uniform.

Muideiu se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Antricot la grătar



Ingrediente:

- 700 g de carne de vită,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1/3 pahar de mujdei.

Mod de preparare:

Antricotul se prepară din mușchi din partea lombară și dorsală. Spălați și curățați carnea de pelicule și tendoane, tăiați carnea câte o bucată pentru o porție (țineți cuțitul la tăiere sub un unghi de 45°), bateți-le, dați-le o formă ovală, ungeți-le cu ulei, prăjiți-le pe rețeaua de grătar bine încinsă pe ambele părți pînă e gata. Imediat după frigere sărați-o și piperați-o.

Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

File de carne de vită la grătar



Ingrediente:

- 1 kg file de carne de vită,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 2 linguri de vin sec,
- ½ mănunchi de verdeață,
- 1/3 praz, sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

La prepararea acestui fel de mâncare se folosește file din carne de vită sau vițel (marginea groasă cu diametrul de macră mare). Carnea se curăță de pelicule și se taie cam de 6-7 cm, fără să se bată, cu un cuțit subțire sau cu o andrea se fac câteva împunsături, se face ruladă, se unge cu ulei vegetal, se sarează, se piperează, se stropește cu vin și se lasă să se marineze 1,5-2 ore, adăugându-se verdeața, prazul.

Fileul se îmbracă pe un ac pentru frigărui și se frige pe rețeaua încinsă a grătarului, unsă cu slănină afumată, se întoarce periodic pe toate părțile ca să se prăjească uniform. Mujdeiul se servește separat.

Acest fel de bucate va fi pe placul celorla dintre dumneavoastră care preferați carnea suculentă cu sos roz.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Biftec la grătar



Ingrediente:

- 700 g de file de carne de vită,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- 2 linguri de vin sec de masă,
- 4 linguri de mujdei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Spălați și curățați de pelicule fileul de vită, tăiați (din partea mai groasă), transversal pe fibre, ținând cuțitul sub unghi drept, câte o bucată la o porție, bateți un pic (pînă la grosimea de 1,5-2 cm) dîndu-le o formă rotundă. Ungeți carnea cu ulei vegetal și stropiți-o cu vin.

Prăjiți biftecurile pe ambele părți pe rețeaua grătarului unsă cu slănină afumată și încinsă, după ce o scoateți de pe grătar presărați-o cu sare și piper proaspăt măcinat.

Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Escalop la grătar



Ingrediente:

- 700 g piept de porc fără oase,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- ¼ pahar de mujdei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Macra de porc prelucrată fără oase se taie transversal pe fibre (cîte 2bucăși la porție), se bat ușor, se sarează, se prăjesc pe ambele părți pe rețeaua grătarului unsă cu slănină afumată și încinsă. Imediat după frigere de presară cu piper. Înainte de se servi se stropește cu mujdei.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Ficat de pasăre de casă la grătar



Ingrediente:

- 400 g de ficat,
- 100 g de șuncă sau mușchi afumat,
- 1-2 cepe,
- ½ pahar de sos „mujdei”,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Ficatul de pasăre de casă (găină, curcan, gîscă) se taie felii, se pune în apă fierbîndă sărată pe 1-2 minute, se strecoară, se spală, se usucă.

Șunca sau mușchiul afumat se taie cubulețe de dimensiuni medii, ceapa – inele. Alternînd ficatul de găină, bucățelele de șuncă, ceapa, puneți-le pe bețișoarele pentru frigărui și frigeți-le pe rețeaua de grătar unsă cu slănină, după ce le scoateți de pe grătar, presărați-le cu piper măcinat.

Ficatul gata poate fi servit cu legume de sezon. Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Frigărui din ficat la grătar



Ingrediente:

- 500 g ficat de porc sau vită,
- 100 g piept afumat,
- 2-3 cepe,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 3-4 linguri de mujdei.

Mod de preparare:

Ficatul spălat și curățat de vită sau de porc se taie bucăți, se sară. Pieptul afumat se taie felii, ceapa – inele. Ficatul se pune alternându-se cu piept și ceapă pe bețișoare pentru frigărui sau pe ace și se frige pe rețeaua de grătar unsă cu slănină, întorcându-se periodic. Imediat după frigere se presară cu piper. Se servește cu legume de sezon și se stropește cu mujdei.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Ficat la grătar



Ingrediente:

- 600 g de ficat de porc sau de vită,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 3-4 linguri de mujdei.

Mod de preparare:

Ficatul spălat și curățat de porc sau vită se taie bucăți plate, se bat ușor. Se prăjesc pe ambele părți pe rețeaua grătarului unsă cu slănină, după ce îl scoateți de pe grătar sărați-l și piperati-l.

Mujdeiul se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Frigărui din ficat de găină în slănină afumată



Ingrediente:

- 800 g ficat de găină,
- 200 g de slănină afumată,
- sare.

Mod de preparare:

Slănină afumată se taie panglici. Ficatul de găină se învelește cu panglicile din slănină afumată și se îmbracă pe bețișoare sau ace pentru frigărui. Se frige pe rețeaua de grătar la foc mediu timp de 5 minute pe fiecare parte. Muideiu se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumansoaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

„Trei ciobănei”



Ingrediente:

- 600 g de file carne de vită,
- 600 g mușchi de porc de pe spate,
- 500 g fileu de găină,
- 150 g de slănină afumată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se taie toate bucățile de carne felii egale, se bat prin peliculă pînă la grosimea de 0,3-0,5 cm, se sarează, se piperează, se taie panglici cu lățimea de 2 cm cît se poate de lungi. Slăcina afumată fără șorici se taie la fel panglici de aceeași lățime. (ca să fie mai ușor de tăiat se congelează în prealabil). Semifabricatele se rulează într-o spirală respectîndu-se următoarea ordine – pe centru – spirala din carne de vită, în mijloc – fileul din carne de găină, pe exterior – spirala din carne de porc. Între fiecare fel de carne se pune cîte un strat de slănină afumată. Întăriti-le cu bețișoare pentru frigărui sau ace în formă de cruce. Coaceți-le la grătar timp de 10 minute la foc mediu.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Steak „Basarabia”



Ingrediente:

- 1 kg file de vită,
- 200 g de unt,
- 500 g champignons,
- 2 pahare de cașcaval dat prin răzătoare,
- 2-3 căței de usturoi,
- 1 pahar de mazăre verde conservată,
- 4-6 ardei dulci de diferite culori,
- 2 roșii tari,
- 2 cepe,
- 0,5 pahar de ulei vegetal,
- 2 linguri de verdeață de pătrunjel,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Tăiați carnea în 4 bucăți, bateți pînă la grosimea de 0,5 cm, presărați cu sare, piper. Puneți tocătura pe mijloc, rulînd ermetic plicul ca la prăjire să nu curgă untul. Prăjiți steakul pe rețeaua grătarului unsă în prealabil cu unt, întîi pe partea unde este sutura circa 10 minute, apoi pe cealaltă parte – 5 minute la foc mediu.

Pentru tocătură: jumătate din ciuperci tăiați-le felii, o ceapă și o roșie – cubulețe, prăjiți-le în ulei vegetal, apoi adăugați untul, cașcavalul dat prin răzătoare, usturoiul mărunțit, verdeața tocată, sarea, piperul, amestecați bine.

Pentru garnitură: ciupercile rămase tăiați-le felii, ardeiul dulce – cubulețe mășcate, roșiile decojite și ceapa – medii legumele și ciupercile prăjiți-le în ulei vegetal pînă se înmoaie, la sfîrșit adăugați mazărea verde, sare, piper, mai încălziți încă 2-3 minute.

Costiță la grătar



Ingrediente:

- 700 g carne de porc (costițe),
- 1-2 linguri de vin,
- 1 lingură de ulei vegetal,
- 2-3 linguri de mujdei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Îndepărtați grăsimea în plus de pe costițe, tăiați transversal fibrelor câte un cotlet cu os pentru o porție. Curățați osul de pelicule și carne. O parte din os tăiați-o. Bateți cotletul, stropiți-l cu vin alb sec, cu ulei vegetal și lăsați pentru 20-30 minute. Prăjiți pe rețeaua de grătar unsă cu slănină afumată și încinsă, pe ambele părți, cotletul gata se presară cu piper, sare.

Puneți costița în farfurie, pe os îmbrăcați un element decorativ o papiotă din hârtie, mujdeiul se va servi separat.

Costiță de porc la grătar



Ingrediente:

- 1 kg de costițe de porc cu carne pe ele,
- 1 l de bere,
- 1 linguriță de paprica,
- 1 linguriță de muștar uscat,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Înlăturați grăsimea în plus de pe costițe, tăiați-le bucăți pentru porții, presărați cu sare și piper, amestecați, turnați deasupra bere și lăsați să se marineze timp de 3-6 ore. Coaceți-le pe grătarul încins, uns cu ulei vegetal.

A se servi cu legume de sezon, murături, mujdei sau adjica.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Șnițel din carne de oaie la grătar



Ingrediente:

- 800 g carne de oi,
- 1 lingură ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeță tocată.

Mod de preparare:

Se ia carnea de la piept, se curăță de tendoane și se taie câte o bucată pentru o porție. Oasele se curăță de grăsime și pelicule. Carnea se bate ușor, se unge cu ulei și se lasă pentru 10-15 minute. Carnea se prăjește la grătar pe ambele părți pînă este gata. Îndată după ce este gata, se sarează și se pipărează.

Se servește cu muidei.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumansoaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Jambon



- **Ingrediente:**
 - 1 kg piept de porc,
 - ½ pahar ulei,
 - 2 linguri unt,
 - ½ pahar vin alb sec,
 - 2-3 căței de usturoi,
 - ½ linguriță paprica,
 - 2-3 foi de dafin,
 - sare,
 - piper negru măcinat.
-
- **Pentru stratul de legume:**
 - 1 morcov,
 - 1 ceapă,
 - 1 rădăcină de pătrunjel sau țelină.
-
- **Pentru garnitură:**
 - 1-2 dovlecei,
 - 2 cepe,
 - 6-8 ciuperci champignons,
 - 1/3 pahar de porumb conservat,
 - 3 linguri vin alb de masă,
 - 2 linguri ulei,
 - sare,
 - piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea se curăță de piele și de grăsimea de prisos, apoi se unge bine cu un amestec de sare, piper, paprica, foi de dafin, și usturoi pisat și se stropește cu vin. Se pune la marinat pentru 24 ore. Într-o tavă unsă cu unt se pune stratul din legume: rădăcinile și ceapa tăiate feliuțe. Deasupra se pune carnea, foile de dafin se înlătură. Pe carne se pun bucățele de unt, se acoperă cu folie de aluminiu și se dă la cuptor, temperatura de 200°C pentru 45 minute. Când este gata, jambonul se taie porții și se servește fierbinte cu garnitură.

Prepararea garniturii: Dovleceii se taie rondele, ceapa – semiinele, ciupercile - feliuțe. Se prăjesc în ulei toate 5-7 minute, apoi se adaugă porumbul, vinul, condimentele și se înăbușă 5-7 minute.

Pulpă de porc înăbușită cu carto



Ingrediente:

- 2 pulpe de porc fără oase (0,8-1 kg).

Pentru marinadă:

- 2 linguri de sare,
- piper negru praf,
- 1 lingură de paprica,
- 3-5 foi de dafin,
- 3-4 căței de usturoi,
- 2 pahare de suc de tomate.

Pentru garnitură:

- 6-8 cartofi,
- ½ pahar ulei,
- 1 lingură verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se unge cu un amestec de ulei, usturoi pisat, sare și condimente și se pune la marinat pentru 24 ore, apoi se înlătură foile de dafin, carnea se pune într-o tavă, deasupra se toarnă sucul de roșii și zeama, care s-a format în timpul marinării, se acoperă cu folie de aluminiu și se înăbușă la temperatura de 180 °C timp de 1,5 ore. Când este gata, carnea se scoate folia de aluminiu și se rumenește în cuptor la o temperatură de 200 °C timp de 5-7 minute. Se servește presărată cu verdeță și usturoiul pisat.

Prepararea garniturii: Cartofii se curăță, se taie felii, se rumenesc în tigaie și se dau la cuptor pînă sunt gata. Se presară cu usturoi pisat și verdeță și se garnisesc cu legume proaspete.

File de porc marinat în vin



Ingrediente:

- 700-800 g file de porc,
- 1 pahar vin alb sec,
- 2 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- ardei iute măcinat.

Mod de preparare:

Fileul (sau mușchiul intern în întregime) se curăță de piele, se presară cu sare și piper, se stropește cu vin și se pune la marinat pentru 4-6 ore. Fileul se prăjește în tigaie pe toate părțile la temperatura de 150-180° timp de 15-20 minute. Se servește cu mămăligă și mujdei. Fileul poate fi prăjit și la grătar. Carnea se taie bucăți (cîte 2-3 la o porție), se bate ușor, se presară cu sare, se unge cu muștar, se trece prin făină și se rumenește pe toate părțile. Carnea se pune în ceaun, pe fiecare bucată se pune ceapă prăjită și o felie de roșie (fără piele), se pipărează, se acoperă cu frișcă și se înăbușă sub capac pînă este gata. Cu puțin timp înainte de a fi gata, se adaugă ciupercile fierte și tăiate mărunt, sare și verdeață.

Carnea se servește acoperită cu sosul în care s-a înăbușit, se garnisește cu verdeață. Mămăliga cu unt se servește separat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crisma”
bucatar-sef Tibulicai Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Piept de porc ca la moldoveni



Ingrediente:

- 600 g piept de porc,
- 3 cepe,
- 2 linguri ulei sau untură,
- 1 lingură muștar,
- 2 căței de usturoi,
- 1 pahar de smântână nu prea grasă,
- 1 lingură făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeță tăiată.

Mod de preparare:

Oasele se înlătură, carnea se taie bucăți, se bate, bucăților li se dă o formă ovală, se presară cu sare și piper, se ung cu muștar, se presară cu verdeță și usturoi pisat. În centrul fiecărei bucăți se pune ceapă prăjită, se răsucește, marginile se prind cu o scobitoare. Ruladele se trec prin făină și se prăjesc sub greutate pe 2 părți. Carnea prăjită se pune în ceaun, se acoperă cu smântână și se înăbușă la foc slab 10-15 minute. Înainte de a se servi, scobitorile se scot. Pe carne se toarnă sosul în care s-a înăbușit.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crisma”
bucatar-sef Țibulcău Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Piept de porc cu sos acru-dulce



Ingrediente:

- 600 g carne de porc de la piept,
- 2 linguri ulei,
- 1 lingură zahăr,
- 1 lingură muștar,
- ½ pahar oțet de mere,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se înlătură oasele, carnea se taie bucăți, se freacă cu un amestec de zahăr, sare, piper și muștar, apoi se marinează 1-2 ore. După aceasta carnea se pune într-o tavă unsă cu ulei și se dă la cuptor. Zeama, care a o lasă carnea, se strecoară, se amestecă cu oțet și se fierbe pînă se îngroașă sosul. Turnăm sosul pe carne înainte de a fi servită. Acest fel de mâncare se potrivește minunat cu fructe și legume marinate.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Crișma”
bucatar-sef Tibuliccia Liudmila
or. Chisinau, str. Hipodromului, 9/1

Zraze „Nistru”



Ingrediente:

- 600 g carne de porc (pulpă sau piept),
- 3 linguri untură,
- 2 linguri unt,
- sare,
- piper negru măcinat,
- pătrunjel verde.

Pentru umplutură:

- 1 ceapă,
- 1 lingură untură,
- 1 ou,
- 2 linguri frișcă,
- 1 lingură cașcaval mărunțit,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură pătrunjel verde tăiat mărunt.

Mod de preparare:

Carnea se taie câte 2 bucăți la o porție se bate pînă la grosimea de 0,5 cm, se presară cu sare și piper. În centrul fiecărei bucăți se pune umplutura, se răsucesc cîrnăciorii și se prăjesc pe toate părțile în untură călită, apoi se dau la cuptor pentru 4-5 minute.

Prepararea umpluturii: Ouăle se bat cu frișcă, se sarează, se dau la cuptor. Omleta se taie fidea, se adaugă cașcaval, pătrunjel, ceapă prăjită, se pipărează și se amestecă.

Zraze de Chișinău



- Ingrediente:
 - 600 g carne de porc,
 - 2 linguri untură de porc,
 - 1 lingură unt,
 - 1 lingură făină de grâu,
 - 1 ou,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - foi de salată verde.
-
- Pentru umplutură:
 - 1 ou,
 - 1 ceapă,
 - 3-5 ciuperci shampignons,
 - 1 lingură unt,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 2 lingurițe verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se taie de-a curmezișul fibrelor câte 2 bucăți pentru o porție, se bate, se presară cu sare și piper. În centrul fiecărei bucăți se pune umplutura, se rulează cîrnăciorii. Zrazele se trec prin făină, se înmoaie în ou și se prăjesc în untură pe 2 părți. Se dau la cuptor pînă sunt gata.

Prepararea umpluturii: Ciupercile se fierb, se taie mărunt și se prăjesc. Se adaugă ceapa prăjită, oul fiert și mărunțit, verdeața tăiată, untul moale, sarea, piperul și se amestecă.

Carne de porc cu prune uscate



Ingrediente:

- 500 g carne de porc,
- 1 păhar prune uscate,
- 2 cepe,
- 3 linguri ulei,
- 2-3 linguri vin sec,
- 1½ linguri pastă de roșii,
- 1½ linguri făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 pahar orez.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucățele, se sarează, se pipărează și se prăjește cu ceapa tăiată mărunt. Prunele se spală, se înlătură simburii, se înăbușă puțin cu vin. Carnea se amestecă cu prunele și lichidul în care s-au înăbușit, se adaugă pasta de roșii prăjită, faina prăjită și diluată cu bulion, sare și se înăbușă pînă este gata.

Servirea: Într-o farfurie se pune grămăjoară orez fiert, deasupra se pune carnea cu prune, apoi se toarnă sosul în care s-a înăbușit carnea.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chisinau, or. Singera str. Aerogarii, 31

Carne de porc înăbușită cu vin și praz



Ingrediente:

- 1 kg carne de porc (piept sau carne de la gât),
- 2 fire praz,
- 3 ardei grași,
- 3 linguri ulei,
- ¼ pahar vin sec,
- sare,
- piper negru măcinat,
- piper negru boabe,
- foi de dafin,
- 3 căței de usturoi.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți câte 2 bucăți la o porție, se sarează, se pipărează, se stropește cu vin și cu unt topit, se adaugă usturoi mărunțit, o parte de praz, foi de dafin. Se marinează la rece 2-3 ore. În tigaia cu ulei călit se rumenește carnea cu prazul, apoi se pune în ceaun, deasupra se pune prazul, care a rămas și 1 ardei gras tăiat în ele. Ceilalți 2 ardei grași se mărunțesc în blender sau se dau prin răzătoare, se adaugă la carne, se toarnă vinul și puțin bulion, se condimentează cu sare, piper negru boabe și foi de dafin. Se înăbușă cu capac la cuptor până este gata.

Se servește cu mămăligă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Novas”
bucatar-sef Carapostol Alexandr
mun. Chișinău, or. Singera str. Aerogarii, 31

Ghiveci țărănesc



- Ingrediente:
- 600 g carne de porc,
- 5-6 cartofi,
- 2 dovlecei,
- 3 morcovi,
- 2 roșii,
- 4 cepe,
- 2 linguri ulei,
- 2 pahare bulion de carne,
- ½ lămâie,
- 3-4 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru boabe,
- tarhon,
- mentă verde,
- 2 linguri pătrunjel verde tăiat mărunt.

Mod de preparare:

Carnea se taie astfel ca să revină câte 2-3 bucăți la porție și se prăjește. Roșiile decojite, cartofii, dovleceii și morcovii se taie cuburi. Ceapa se taie și se prăjește.

În ulcele de ceramică se pun carnea și legumele, se adaugă sare, piper și foi de dafin, se acoperă cu bulion. Ulcelele se acoperă cu capace și se dau la cuptor pentru 1,5-2 ore. La sfârșit se presară cu usturoi pisat și se stropește cu zeamă de lămâie.

Ghiveciul se servește presărat cu pătrunjel tocat, se garnisește cu crenguțe de mentă și tarhon.

Tocană de porc cu mămăligă



Ingrediente:

- 600 g carne de porc,
- 40 g slănină,
- 5 cepe,
- 2-3 căței de usturoi,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- pătrunjel verde,
- roșii.

Mod de preparare:

Carnea se taie feliuțe și se prăjește cu slănină. Se adaugă ceapa tăiată semiinele, sarea, piperul, foile de dafin. Usturoi pisat, adăugăm când e gata.

Tocana se servește cu mămăligă, se garnisește cu pătrunjel și felii de roșii.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Popasul dacilor”
bucatar-sef Dobreniuc Veronica
or. Chisinau, str. Valea Crucii, 13

Carne de porc în ulcele cu colțunași



- **Ingrediente:**
 - 600 g carne de porc sau de oi,
 - 5 cepe,
 - 2 linguri ulei,
 - $\frac{3}{4}$ pahar bulion de carne,
 - 4-5 căței de usturoi,
 - foi de dafin,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 1 lingură verdeață de mărar și leuștean tocată.
-
- **Aluat pentru colțunași:**
 - $1\frac{1}{2}$ pahare făină de grâu,
 - 1 ou,
 - $\frac{1}{2}$ pahar apă,
 - sare.
-
- **Umplutură:**
 - $\frac{1}{3}$ căpățînă varză,
 - 3 cepe,
 - 2 ouă,
 - 2 linguri ulei,
 - sare,
 - piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea se taie astfel ca să revină cîte 3 bucăți la porție, se bate se presară cu sare și piper și se rumenește cu ceapă mărunțită. Se pune în cratiță, se acoperă cu bulion și se dă la cuptor ca să se înăbușe. Carnea înăbușită se pune în ulcele, deasupra se pun colțunașii fierți, se toarnă sosul, în care s-a înăbușit carnea. Se adaugă usturoi pisat, foi de dafin, verdeață, se acoperă cu capace, în crăpături se pune aluat, iar ulcelele se dau la cuptor pentru 20-25 minute.

Se servește în ulcele.

Prepararea colțunașilor: Se pune grămăjoară pe masă făina, la mijloc se face o adîncitură, acolo se toarnă laptele și oul, se frămîntă aluatul (mai moale decît pentru tăieței), se acoperă cu un șervețel de pînză și se lasă pentru 15-20 minute. Apoi aluatul se întinde, la 5-7 cm de la margine se pune umplutura grămăjoare mici, se acoperă cu marginea liberă a aluatului, se taie colțunașii și se lipesc. Se pun pe un fund presărat cu făină. În apa fierbîndă cu puțină sare se pun colțunașii și se dă într-un clocot. După ce colțunașii se vor ridica la suprafață, se mai fierb la foc încet încă 1-3 minute, apoi se scot cu spumiera.

Prepararea umpluturii: Varza și ceapa se taie fidea, se prăjesc separat pînă sunt gata și se amestecă. Se adaugă ouăle fierte și mărunțite, sarea, piperul și se amestecă.

Carne de porc înăbușită cu vinete



Ingrediente:

- 600 g carne de porc,
- 3-4 vinete,
- 1 praz,
- 5-6 roșii tari,
- 1 lingură făină de grâu,
- ½ pahar vin sec,
- 4 linguri ulei,
- 2-3 căței de usturoi,
- 2 linguri verdeață tăiată,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea se curăță de piele și vine, se taie bucăți nu prea mari, se presară cu sare și piper, se stropește cu vin și cu ulei și se lasă să se marineze 20-30 minute. Apoi se rumenește cu ulei călit. Vinetele se taie rondele cu grosimea 0,5-0,7 cm, se sarează și se lasă pentru 40-50 minute, apoi se stoarce sucul amar. Rondelele de vinete se trec prin făină și se prăjesc pe ambele părți. Prazul (partea verde) se taie rondele și se prăjește ușor în ulei. Roșiile se curăță de piele, de semințe și se taie cuburi mici. În ceaun se pun straturi carnea prăjită, vinetele și ceapa, se adaugă usturoiul pisat cu sare, roșiile, foile de dafin, piperul, vinul, bulionul și se înăbușă cu capac până este gata.

Carne de porc înăbușită cu fasole



Ingrediente:

- 500 g carne de porc,
- 1½ pahare fasole albe,
- 3 linguri ulei sau untură de porc,
- 3 cepe,
- 2 linguri de pastă de roșii,
- 2-3 căței de usturoi,
- ½ lingură verdeață tăiată,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin.

Mod de preparare:

Fileul de porc de la omoplat sau de la pulpă se taie bucăți nu prea mari, se presară cu sare și piper și se prăjește cu ceapa tăiată cuburi, apoi se pune în ceaun, se acoperă cu apă și se înăbușă pînă carnea este pe jumătate gata. Fasolea se pune la muiat pentru 5-7 ore, se fierbe pînă devine moale (dar întreagă), se sarează după ce este gata și se adaugă la carne, se mai pune pastă de roșii prăjită și se înăbușă totul pînă este gata. Usturoi pisat, foi de dafin și piper se adaugă înainte de a se scoate de pe foc. Se servește presărată cu verdeață tăiată.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Sala de aur”

bucatar-sef Lazarev Vasilii

or. Chisinau, str. Ghidighici, 1/2

Carne de porc împănată cu prune uscate, la cuptor



Ingrediente:

- 1 kg carne de porc (jambon sau piept),
- 1 pahar prune sau caise uscate,
- 5-6 căței de usturoi,
- 150g slănină,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Fructele uscate se opăresc, se înlătură sîmburii. Slăcina și usturoiul se dau prin mașina de tocat, se sarează, se pipărează și se amestecă. Din tocătură se formează niște „franzeluțe” cu lungimea 5-7 cm și cu grosimea 1 cm și se congelează. Carnea spălată și curățată de piele și tendoane se străpunge de-a lungul fibrelor și se împănează cu „franzeluțele” congelate și cu prune sau caise. Carnea împănată se sarează, se pipărează și se învelește în folie de aluminiu (cu partea poleită înăuntru). Se dă la cuptor la temperatura de 180-200°C pentru 1-1,5 ore. Se scoate folia de aluminiu cînd e gata carnea ca să se rumenească carnea, temperatură se mărește pînă la 230-240°C.

Carnea se servește (caldă sau rece) tăiată felii.

Chifteluțe



- **Ingrediente:**
 - 350 g carne de porc,
 - 400 g carne de vită,
 - 1 ceapă,
 - 2 linguri făină de grâu,
 - 1 lingură ulei,
 - 4-5 căței de usturoi,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 2 linguri verdeță tăiată.
-
- **Pentru sos:**
 - 4 cepe,
 - 2 morcovi,
 - 1 rădăcină pătrunjel,
 - 1 rădăcină țelină,
 - 2 linguri ulei,
 - 2 linguri pastă de roșii,
 - 1½ pahare bulion de carne,
 - acid citric,
 - 1 linguriță zahăr,
 - foi de dafin,
 - sare,
 - piper negru boabe.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucăți potrivite, se dă împreună cu ceapa prin mașina de tocat de 2 ori. În tocătură se adaugă sare, piper și se amestecă bine. Se formează bile mici, se trec prin făină, se rumenesc în tigaie, se acoperă cu sos și se înăbușă 12-15 minute. Înainte de a fi gata se adaugă verdeță și usturoi pisat. Chifteluțele se servesc cu sos, fără garnitură în farfurii adânci.

Prepararea sosului: Morcovii, ceapa, pătrunjelul și țelina se taie fidea sau feliuțe, se prăjesc, se adaugă pastă de roșii, iar par peste 7-10 minute se toarnă bulion sau apă și se înăbușă la foc slab 10 minute. Sare, zahăr, acid citric, foi de dafin, piper se adăugă la sfârșit.

Pîrjoale ca la Chișinău



Ingrediente:

- 800 g carne de porc,
- 2 ouă,
- 3 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri de făină de grâu.

Pentru liezon:

- 2 ouă,
- 2 linguri făină de grâu,
- 2 linguri lapte,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Carnea se taie bucățele și se da prin mașina de tocat de 2 ori. Se adaugă sare, piper, ouă și se amestecă bine. Se formează pîrjoale, se trec prin făină și liezon, se rumenesc în tigale pe ambele părți și se coc în cuptor pînă sunt gata.

Prepararea liezonului: Ouăle se bat, se adaugă sare, piper, lapte, făină și se amestecă bine.

Carne de porc împănată cu legume și înăbușită



- **Ingrediente:**
- 1 kg carne de porc (jambon sau piept),
- 2 morcovi,
- 1 rădăcină pătrunjel,
- ½ rădăcină de țelină,
- 3-4 cepe,
- 1-2 căței de usturoi,
- 2 ardei grași,
- 3 linguri ulei sau untură topită,
- 1 lingură făină de grâu,
- 1 lingură pastă de roșii sau 2-3 roșii,
- 1 lingură unt,
- 6-8 ciuperci proaspete (mînățarci sau champignons),
- ¼ pahar vin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Carnea se spală, se usucă și se curăță de pielete și tendoane. De-a lungul fibrelor se fac tăieturi și se împănează cu legume (morcovi, pătrunjel și usturoi), tăiate druguleți. Carnea împănată se sarează, se pipărează și se prăjește într-un ceaun cu untură pînă se rumenește. Ceapa, rădăcinile și ardeii se taie mășcat, se prăjesc împreună cu carnea. Se adaugă apă sau bulion (2/3 de la volumul cărnii), pastă de roșii, se sarează. Se înăbușă cu capac la foc încet pînă este gata. Se prepară un sos din zeama care s-a format la înăbușirea cărnii.

Prepararea sosului:

Varianta 1: Se scot din ceaun legumele înăbușite și se mărunțesc în blender sau se dau prin sită, se adaugă făina prăjită și diluată cu bulion, vinul fiert și zeama lăsată de carne. Se fierbe pînă scade.

Varianta 2: Ciupercile se taie și se prăjesc. Se adaugă ceapă prăjită, roșiile curățate de pielete, de semințe și tăiate cuburi mici, se toarnă vin alb sec, se amestecă și se încălzește, apoi se adaugă sosul preparat ca în varianta 1 și se fierbe 5-10 minute. La urmă se adaugă unt și verdeață.

Carnea se servește tăiată felii, de-a curmezișul. Sosul fierbinte se servește separat.

Dovlecei copti cu carne de porc



- Ingrediente:
 - 4 dovlecei,
 - 1 lingură unt,
 - 1 lingură pesmeți de grâu fărîmițați,
 - 1 pahar de smîntînă nu prea grasă,
 - ½ pahar bulion de carne,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 1 lingură verdeață tăiată.
-
- Pentru umplutură:
 - 300 g carne de porc,
 - 2 linguri orez sau crupe de porumb,
 - 2 cepe,
 - 3-4 roșii,
 - 1 lingură ulei,
 - sare,
 - piper negru măcinat,
 - 1 lingură verdeață tocată.

Mod de preparare:

Dovleceii se taie de-a lungul în 3-4 părți, miezul se înlătură. Fiecare bucată se presară pe dinăuntru cu sare și piper, se umplu astfel ca umplutura să iasă peste margini. Într-o tavă unsă cu unt, presărată cu pesmeți se pun dovleceii umpluți, se presară cu pesmeți, se stropesc cu unt topit și se dau la cuptor. Cu 10 minute înainte de a se scoate de pe foc se acoperă cu smîntînă și bulion. Dovleceii se servesc acoperiți cu sosul în care s-au copt, presărați cu verdeață.

Prepararea umpluturii: Carnea se taie bucăți nu prea mari și se dă prin mașina de tocat. Crupele sau orezul se fierb. Carnea și terciul se amestecă cu ceapa mărunțită și roșiile date prin răzătoare, cu sare, piper și verdeață.

Gogoşari umpluţi cu carne



- **Ingrediente:**
- 8 gogoşari,
- 1 lingură ulei,
- 1 lingură pesmeţi din făină de grâu fărîmiţaţi,
- ½ pahar smîntînă,
- 4 linguri brînză dată prin răzătoare,
- ¼ linguriţă de sare de lămîie,
- pătrunjel.
-
- **Pentru umplutură:**
- 400 g carne de porc,
- 2 linguri orez sau crupe de porumb,
- 4 cepe,
- 2 roşii,
- 1 lingură unt,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeaţă tocată.

Mod de preparare:

Gogoşarii curăţaţi de peduncul şi seminţe se pun pentru 2-3 minute în apă fierbîndă cu sare şi sare de lămîie. Se scurg prin strecurătoare, se răcesc, se umplu, se pun într-o tavă unsă cu ulei şi presărată cu pesmeţi. Peste ei se toarnă smîntîna, se presară cu brînză şi se dă la cuptor. Gogoşarii umpluţi se garnisesc cu pătrunjel verde.

Prepararea umpluturii: Carnea se taie bucăţi nu prea mari şi se dă prin maşina de tocat. Crupele de porumb sau orezul se fierb. Carnea şi terciul se amestecă cu ceapă mărunţită şi roşii date prin răzătoare, sare, piper şi verdeaţă.

Rulade cu carne de porc în foi de varză



Ingrediente:

- 800 g de ceafă de porc,
- 10-12 ciuperci champignons,
- ½ căpățină varză murată,
- 1 pelicula de grăsime,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 3 linguri de ulei vegetal.

Mod de preparare:

Carnea se taie în patru bucăți, se bate, se sarează și se piperează. Ciupercile spălate și curățite se taie felii, se prădesc în ulei. Pe fiecare bucată de carne se pun ciupercile prăjite, se rulează și se înfășoară în frunza de varză și pelicula de grăsime. Se prăjește în ulei pînă la rumenire și se dă la cuptor cu capac în același vas, în care s-a prăjit, pînă ce este gata.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Popasul dacilor”
bucatar-sef Dobreniuc Veronica
or. Chisinau, str. Valea Crucii, 13

Costiță umplută cu tăieței și măruntaie



- Ingrediente:
- 800-1000 g costiță,
- 200 g de măruntaie de pui,
- 10-12 ciuperci shampignons,
- 1 pahar de tăieței,
- 1 bucată de înveliș membranos al organelor cavității abdominale (prapur),
- sare,
- piper negru măcinat,
- 4 linguri de ulei vegetal.

Mod de preparare:

Carnea se taie în 4 bucăți, se curăță de pe os, se sarează, se piperează. Tăieții se fierb în apă sărată, se trec printr-o strecurătoare. Măruntaiele spălate și curățate se toacă, ciupercile se toacă și ele mărunt, se prăjesc în ulei, se pune sare, piper, se adaugă la tăieți, se amestecă bine. Masa obținută se pune pe bucățile de carne și se înfășoară cu prapur. Se prăjește într-o cantitate mică de ulei pe ambele părți până la rumenire. Se dă la cuptor pentru 10-15 minute la temperatura de 180°C.

Acest fel de mâncare poate fi servit cu legume proaspete.

Purceluș la cuptor



Ingrediente:

- 1 purceluș de 1,5-2 kg,
- 0,5 pahar de ulei vegetal,
- 6-8 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- verdeață,
- legume proaspete pentru decor.

Mod de preparare:

Roadeți cu cuțitul părul de porc, fără însă să tăiați pielea. Frecați apoi cu făină și pîrliți-o la foc deschis. De la gît faceți o tăietură laterală, scoateți măruntaiele, spălați bine. Faceți o marinată din sare, piper, usturoi tocat și ulei vegetal, ungeți purcelușul pe interior cu marinata, faceți tăieturi în regiunea coastelor și rasolului, introduceți acest amestec și acolo. Lăsați să se marineze 4-6 ore. Coaseți tăietura cu ață albă groasă. Punem purcelușul astfel ca să se sprijine în picioare, îl ungem cu ulei vegetal și punem tava în rola încinsă bine. Cum numai purcelușul se rumenește bine, faceți focul mic și stropiți periodic purcelușul cu sucul pe care-l lasă. Lăsați-l la cuptor pînă e gata. Pentru ca în timpul prăjirii să nu se ardă urechile și coada ele sînt acoperite cu folie de aluminiu. Înainte de a fi servit se înlătură ața, se taie porții, dar se lasă împreună pentru a păstra forma purcelușului. Purcelușul poate fi copt și umplut. În calitate de umplutură pot fi folosite gutuile, merele de soiuri acre, prunele uscate, hrișca, tăieței amestecați cu legume și măruntaie. Adică acele produse, care îmbibă foarte bine sucul și grăsimea eliminate în procesul de preparare.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumansoaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Carne de porc cu morcov și pătrunjel



Ingrediente:

- 1 kg de carne de porc de la piept fără os,
- 2 linguri de unt,
- 3-4 căței de usturoi,
- 0,5 linguriță de paprica,
- 1 morcov,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 2 linguri de ulei vegetal,
- 2-3 foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Curățați carnea de piele, grăsimea în plus, lăsați un strat de numai 0,5 cm. Usturoiul și foile de dafin se mărunțesc, carnea se unge cu un amestec de sare, piper, paprica, foi de dafin și usturoi. Legumele spălate și curățate se taie pai, se trec prin sare mărunță. Cu ajutorul cuțitului cu lama subțire sau cu acul de bucătărie faceți incizii și înfigeți legumele. Lăsați să se marineze 12-24 de ore (în dependență de cât de tânără e carnea), într-un vas emailat. Semifabricatul marinat se pune într-o tavă unsă cu ulei vegetal, pe carne se pun bucățele de unt se acoperă cu o frunză de varză (în varianta modernă – cu folie de aluminiu) și a se coace la cuptor la temperatura de 190-200 grade timp de 45 minute.

Carnea este gata, atunci când dacă o înfigeți din ea curge un suc incolor.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Sarmale moldovenești cu carne



Ingrediente:

- 50-60 bucăți de frunză de vie,
- 500 g de carne de porc,
- 2-3 ceapă,
- 2-3 linguri de orez,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 1 lingură de piure de ardei dulce,
- ½ pahar de borș acru de casă sau un vîrf de linguriță de sare de lămîie,
- 1 lingură de piure de roșii,
- 2-3 roșii,
- 1 pahar de smîntînă,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 1 lingură de verdeață tocată.

Mod de preparare:

Spălați și opăriți frunzele tinere de viță-de-vie.

Prepararea umpluturii. Carnea de porc cu straturi de slănină se taie cubulețe mărunte. Alegeți orezul, spălați-l și fierbeți-l timp de 3-5 minute într-o cantitate mare de apă, strecurați-l și răciți-l. Puneți carnea în orez, adăugați ceapa prăjită, sare, piper negru măcinat, verdeața tocată mărunț, roșiile decojite, tăiate cubulețe, un pic de bulion pentru ca să fie mai suculente și amestecați bine.

Puneți pe frunzele de viță-de-vie umplutura și învîrțiți-le astfel ca să obțineți conuri (pliculețe), puneți-le în ceaun sau într-un vas cu fundul gros rînduri, turnați bulionul, puneți piure de ardei dulce, acoperiți cu frunze și fierbeți înăbușit cu capac, pînă sunt aproape gata, apoi turnați borș acru de casă, piureul de roșii, care a fost prăjit un pic, diluîndu-l cu bulionul rămas după fierberea sarmalelor, mai lăsați puțin pe foc. La o porție revin 10-15 sarmale (de mărimea unei nuci).

Se servesc cu smîntînă.

În perioada de iarnă pentru prepararea sarmalelor sînt folosite frunze de viță-de-vie sărate, care trebuie spălate, apoi opărite înainte de a fi întrebuintate

Sarmale moldovenești cu varză



Ingrediente:

- 2 căpățini de varză nu foarte mari,
- 500 g de carne de porc,
- 2-3 linguri de orez,
- 2 cepe,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 2 linguri de verdeață tocată,
- sare,
- piper negru măcinat,
- frunze de dafin,
- 6-8 roșii sau 1½ lingură de piure-tomate,
- 1-2 ardei dulci,
- ½ borș acru de casă (vezi rețeta „Borș de țărîțe”) sau un vîrf de cuțit de sare de lămîie,
- 1 pahar de smîntînă.

Mod de preparare:

1/3 de varză se taie în două părți egale. Înlăturați ciocanul, fierbeți-le pînă sînt aproape gata în apă sărată (turnați și borș).

Prepararea umpluturii vezi rețeta „Sarmale moldovenești cu carne”.

Pe frunzele de varză pregătite, tăiate bucăți nu prea mari, puneți umplutura și formați sarmalele. La o porție revin 10-12 sarmale de mărimea unei nuci. La fundul cazanului cu fundul gros punem varza tăiată pai, apoi sarmalele straturi, acoperiți cu varză tăiată pai amestecată cu ardei dulce și verdeața tocată. Turnați în sarmale roșiile sau pasta de roșii care au fost prăjite, apoi adăugați borșul acru cu 10-15 minute înainte să fie gata sarmalele. Apoi dați-le la cuptor cu capac pînă sunt gata.

Se servesc cu smîntînă.

Uneori cînd se servesc astfel: într-o frunză de varză se pun mai multe sarmale, din frunzele mari de varză care au fiert împreună cu sarmalele sau într-un cazan cu fundul gros.

Gospodinele din Moldova fac împreună cu sarmale și ardei dulci umpluți sau adună într-o frunză de varză mai multe sarmale pe care le fierb înăbușit toate la un loc. Ardeii umpluți și sarmalele mari se pun întregi pe farfurie.

Sarmale cu varză murată



Ingrediente:

- 500 g de carne de porc,
- 1 căpățină de varză,
- 1 rădăcină de pătrunjel,
- 1-2 roșii,
- 3-4 ardei dulci,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 2 cepe,
- 2-3 linguri de orez,
- 1 pahar de smântână,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 2 linguri de verdeață tocată.

Mod de preparare:

Tăiați ciocanul, separați frunzele, tăiați fibrele mai groase. Dacă varza e foarte acră, puneți-o în apă rece. Alegeți și tăiați frunzele în bucăți nu prea mari, puneți umplutura și formați sarmalele. Sarmalele nu trebuie să fie mari, nu mai mari ca nucile, câte 10-12 sarmale la porție.

Prepararea umpluturii. Carnea pregătită se taie cubulețe. Se alege orezul, se spală. Ceapa, rădăcina de pătrunjel se taie mărunt, se prăjește pe ulei vegetal, se unește cu orezul pregătit se prăjește. Carnea tăiată se adaugă în legumele și orezul prăjit, se pune și verdeața, se piperează, se adaugă roșiile decojite, 1-2 linguri de piure de ardei dulce, bulion și se amestecă bine.

La fundul cazanului cu fundul gros se pune puțină varză tăiată pai, apoi se pun straturi sarmalele, deasupra se pune la fel varză și se toarnă bulionul. Se fierb înăbușit la foc domol până sînt gata. Se servesc cu smântină.

Sarmale în ardei dulce



Ingrediente:

- 5-7 ardei dulci mari,
- 2 căpățini de varză nu prea mari,
- 500 g de carne de porc,
- 2-3 linguri de orez,
- 2 cepe,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 2 linguri de verdeață tocată,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 6-8 roșii sau 1 ½ linguri de roșii sau pastă de roșii,
- 1-2 ardei dulci,
- ½ pahar de [bors acru](#) sau un vîrf de cuțit de sare de lămîie,
- 1 pahar de smîntînă.

Mod de preparare:

Înlăturați semințele, spălați ardeii. Preparați sarmalele conform rețetei „[Sarmale moldovenești cu varză](#)”. Ardeii pregătiți umpleți-i cu sarmale și îndesați-le bine. Preparați sarmalele mai departe conform rețetei „Sarmale moldovenești cu varză”. În cazul în care pregătiți sarmale asortate cu varză, cu frunze de viță-de-vie, o parte din varză este înlocuită cu frunzele de viță-de-vie (vezi rețeta „[Sarmale moldovenești](#)”). Sarmalele pregătite conform rețetei date au o nuanță de gust în plus și arată mai interesant pe farfurie.

Se servesc ardeii umpluți cu sarmale cu smîntînă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Sarmale asortate



Mod de preparare:

În dependență de anotimp și de regiune sarmalele în Moldova sînt preparate nu numai în frunze de viță-de-vie și varză, ci și în măcriș, în frunze tinere de arțar, podbal, sfeclă. Înainte să fie folosite ele sunt opărite în apă sărată. Apoi se pregătesc conform rețetei „[Sarmale moldovenești](#)”. Vor fi mai apetisante la servire sarmalele asortate învelite într-o frunză mare de varză.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Carne de porc cu prune



Ingrediente:

- 500 g de carne de porc,
- 1 pahar de prune,
- 2 cepe,
- 3linguri de ulei vegetal,
- 2-3linguri de vin sec,
- 1½linguri de piure de roșii sau pastă,
- 1½ făină de grâu,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 pahar de orez.

Mod de preparare:

Carnea de porc pregătită se taie bucăți nu foarte mari, se sară, se piperează, se prăjește, adăugându-se ceapa. Spălăm prunele, înlăturăm simburii, fierbem înăbușit cu adaos de vin roșu sec. În cazan se amestecă carnea prăjită cu ceapă, prunele cu zeama lor, roșiile prăjite și ele și făina prăjită și ea și diluată cu bulion, adăugați sare și fierbeți înăbușit pînă este gata.

Înainte de se servi puneți orezul fiert pe farfurie, carnea cu prune, turnați sos obținut la fierbere.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Praz umplut cu orez și carne de porc



Ingrediente:

- 2-3 praz (partea albă),
- 3roșii,
- 1 pahar de smântână cu conținut redus de grăsime,
- sare,
- frunze de salată.

Pentru umplutură:

- 300 g de carne de porc,
- 2 linguri de orez,
- ½ rădăcini de pătrunjel,
- 2 roșii,
- 2 linguri de grăsime de porc sau de ulei vegetal,
- 2 linguri de bulion de carne,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 lingură de verdeață tocată.

Mod de preparare:

Prazul de taie bucăți cu lungimea de 5-6 cm, se opărește, se sară, se răcește. Se înlătură mijlocul, iar conurile obținute se umplu cu tocătură. Puneți în caserolă prazul umplut, turnați deasupra smântâna cu roșiile date prin răzătoare și fierbeți înăbușit cu capac. Puneți prazul umplut pe farfurie, turnați deasupra din sosul în care a fiert, oranți cu foi de salată.

Prepararea umpluturii: Tăiați carnea felii, treceți-o prin mașina de tocat carne, adăugați sare, piper, amestecați. Prăjiți tocătura de carne, adăugați bulionul, puneți capacul și fierbeți înăbușit. Miezul de praz tocați-l mărunt, prăjiți-l un pic. Tăiați rădăcina de pătrunjel și prăjiți-o. Uniți și amestecați tocătura de carne, pătrunjelul, prazul prăjit orezul fiert, roșiile-piure și verdeața tocată.

Friptură de ficat cu ciuperci



- Ingrediente:
- 500 g ficat de vită,
- 4 cepe,
- 6-8 cartofi,
- 5-6 ciuperci,
- 1 pahar mazăre verde,
- 2 roșii,
- 3 linguri untură de porc,
- 2-3 linguri bulion de carne,
- 3-4 căței de usturoi,
- ½ lămâie,
- foi de dafin,
- sare,
- piper negru măcinat,
- pătrunjel verde,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Ficatul se taie cuburi și se prăjește ușor. Se adaugă ceapa și ciupercile tăiate mărunt, se prăjesc toate împreună. În ceaun se pune ficatul prăjit cu ceapă și ciuperci, cartofii tăiați cuburi și prăjiți și mazărea. Se adaugă sare și piper și se înăbușă, înainte de a se lua de pe foc, se adaugă foi de dafin, usturoi pisat și verdeață tăiată.

Se garnisește cu pătrunjel verde, felii de roșii și lămâie.

Tocană ca la țară



Ingrediente:

- 1 kg măruntaie de porc (ficat, plămîni, inimă),
- 2 cepe,
- 100 g slănină de la burtă afumată,
- ½ pahar ulei,
- 3-4 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat,
- foi de dafin,
- 1 lingură de verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Măruntaiele se fierb cu foi de dafin și piper, apoi se scot din bulion, se răcesc și se taie cuburi. Ceapa tăiată semiinele și usturoiul mărunțit se rumenesc într-o tigaie cu ulei călit, apoi se adaugă măruntaiele, slăcina tăiată cuburi și se prăjesc pînă sunt gata. Se sarează, se piperează, se presară verdeața tăiată.

Tocana se servește cu mămăligă, brînză și smîntînă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravcenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Cighiri



- Ingrediente:
- 250 g ficat de vită,
- 300 g inimă de vită,
- 350 g plămîni de vită,
- 400 g carne de porc de la piept,
- 2 cepe,
- 3 ouă,
- 300 g prapur,
- ½ pahar ulei,
- 1-2 căței de usturoi,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Măruntaiele de vită și carnea de porc se fierb pînă sunt gata. Ceapa se taie și se prăjește, usturoiul se pisează. Ficatul fiert și ceapa prăjită se dau prin mașina de tocat, restul măruntaielor și carnea de porc se taie cuburi mici. Toate se amestecă, se adaugă ouăle, usturoiul, sarea și piperul și se amestecă iarăși.

Masa obținută se împarte în 10-15 porții. Fiecare porție se învelește în prapur, formîndu-se cîte o pîrjoală, se rumenește în ulei și se dă la cuptor pînă este gata.

Ficat de vită, fiert înăbușit în sos de smântină



Ingrediente:

- 500 g de ficat de vită,
- 80 g de slănină afumată,
- 1 rădăcină de morcov,
- 1 ceapă,
- ½ rădăcină de pătrunjel,
- 2 linguri de grăsime de porc,
- 2 pahare de sos de smântină,
- sare,
- piper negru măcinat,
- frunze verzi de salată.

Mod de preparare:

Faceți în ficat incizii cu ajutorul unui cuțit și introduceți slănină afumată tăiată pai apoi tăiați ficatul bucăți. Presărați cu sare, piper și prăjiți pînă se formează o coajă rumenă. Morcovul, rădăcina de pătrunjel, ceapa tăiați-o pai și prăjiți-le un pic. Puneți ficatul în caserolă, adăugați legumele prăjite, adăugați sos de smântină și lăsați să fiarbă înăbușit.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

Aluat pentru plăcinte și învîrtite



Varianta veche

- Ingrediente:
- 2 pahare pline cu vîrf de făină de grâu,
- 2-3 linguri ulei,
- 2/3 pahar apă,
- ½ linguriță sare,
- 2 linguri oțet.

Mod de preparare:

Se amestecă apa, uleiul, oțetul și sarea. Făina se cerne, se pune pe masă grămăjoară, în centru se face o adîncitură în formă de pîlnie, în ea se toarnă amestecul, apoi se frămîntă aluatul, bătîndu-se de masă. Cînd aluatul este gata (nu se mai lipește de mîini), se împarte în bucăți nu prea mari, se formează chifle, se acoperă cu un șervețel cald și se lasă pentru 30-40 minute. După aceasta aluatul se întinde în foi, se pune pe o față de masă curată presărată cu făină și se întinde atent cu mîinile pînă se obține grosimea unei foi de hîrtie. Marginile mai groase se taie, aluatul se lasă să se usuce puțin, apoi se unge cu ulei.

Plăcintele și învîrtitele moldovenești se fac din cel puțin 10-12 foi subțiri de aluat, fiecare se unge bine cu ulei.

Varianta nouă

- Ingrediente:
- 1½ pahare făină de grâu,
- 1 ou,
- ½ pahar unt topit,
- 1 linguriță ulei,
- 2/3 pahar apă,
- linguriță sare.

Mod de preparare:

Se amestecă apa, oul, uleiul și sarea. Făina se cerne, se pune pe masă grămăjoară, în centru se face o adîncitură în formă de pîlnie, în care se toarnă amestecul, apoi se frămîntă aluatul pînă devine elastic, se formează o bilă, se acoperă cu un șervețel umed și se lasă pentru 30 minute. Apoi aluatul se împarte în bucăți nu prea mari, se întinde în foi subțiri, foile se stropesc cu unt topit și se pun cîte 2-3 împreună.

Plăcinte cu varză



- Ingrediente:
 - 1½ pahare făină de grâu,
 - 1 ou,
 - ½ pahar unt topit,
 - 1 linguriță ulei,
 - 2/3 pahar apă,
 - linguriță sare.
-
- Pentru umplutură:
 - 2/3 de căpățină de varză,
 - 4 cepe,
 - 3 linguri ulei,
 - sare,
 - 3 linguri apă,
 - 2 linguri verdeață de mărar și pătrunjel tocate.

Mod de preparare:

Se amestecă apa, oul, uleiul și sarea. Făina se cerne, se pune pe masă grămăjoară, în centru se face o adâncitură în formă de pîlnie, în ea se toarnă amestecul, apoi se frămîntă aluatul pînă devine elastic, se formează o bilă, se acoperă cu un șervețel umed și se lasă pentru 30 minute. Apoi aluatul se împarte în bucăți nu prea mari, se întinde în foi subțiri, foile se stropesc cu unt topit și se pun cîte 2-3 împreună. În centrul foi de aluat se pune umplutura, marginile se adună spre centru și se lipesc, dîndu-le plăcintelor o formă rotundă și plată. Plăcintele se pun în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou bătut. Se coc la temperatura de 230-240°C.

Prepararea umpluturii: Varza se taie fidea, se sarează, se pune într-un ceaun cu grăsime calită, se adaugă apă și se înăbușă pînă devine moale, apoi se răcește și se adaugă ceapa prăjită și verdeața tăiată.

Plăcinte cu cartofi cruzi



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 10-12 cartofi,
- 2 fire praz,
- ½ lingură ulei,
- ½ pahar jumări,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 3 linguri mărar tăiat.

Mod de preparare:

Aluatul se pregătește ca în rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”. În centrul foi de aluat se pune umplutura, marginile se adună spre centru și se lipesc, dîndu-se plăcintelor o formă rotundă și plată. Plăcintele se prăjesc pe ambele părți într-o tigaie cu ulei la foc slab. Pentru ca plăcintele să fie moi și să se coacă bine, tigaia se acoperă cu un capac.

Prepararea umpluturii: Cartofii se curăță, se taie rondele subțiri, se adaugă prazul tăiat inele, mărarul, jumările, sarea și piperul și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucatar-sef Putreșa Ana
or. Chisinau, str. Trandafirilor, 6

Plăcinte cu cartofi și brinză



Ingrediente:

Penru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 8 cartofi,
- 100 g brinză dată prin răzătoare măruntă,
- 4 linguri unt,
- 4 linguri ulei,
- 1 lingură mărar tocat,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Aluatul se pregătește ca în rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”. În centrul foii de aluat se pune umplutura, marginile se ung cu ou, se adună spre centru și se lipesc, plăcintelor li se dă o formă plată. Plăcintele se pun cu cusătura în jos în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou bătut. Se coc la temperatura de 230- 240 °C.

Prepararea umpluturii: Cartofii se curăță, se pun într-o cratiță cu apă fierbîndă, puțin sărată. Cu 5 minute înainte de a fi gata cartofii, apa se scurge, se adaugă o bucățică de unt și cartofii se fierb cu capac pînă sunt gata. Apoi se dau prin răzătoare, se adaugă restul untului, brînză, mărarul, se piperează după gust.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravcenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Plăcinte cu carne



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 600 g carne nu prea grasă de porc,
- 4 cepe,
- 2 linguri untură de porc,
- ½ pahar apă,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 2 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Aluatul se pregătește ca în rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”. În centrul foii de aluat se pune umplutura, marginile se adună spre centru și se lipesc, dîndu-se plăcintelor o formă rotundă și plată. Plăcintele se pun în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou bătut. Se coc la temperatura de 230 - 240 °C.

Prepararea umpluturii: Carnea se taie cuburi cît mai mărunte, se sarează, se prăjește puțin în untură împreună cu ceapa tăiată mărunt, apoi se adaugă apă și se înăbușă pînă devine moale. Se răcește, se adaugă verdeață și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravcenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Plăcinte cu ou și mărar



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 6 ouă,
- sare,
- piper negru măcinat,
- 1 pahar de mărar verde tăiat mărunt.

Mod de preparare:

Aluatul se pregătește ca în rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”. Foile de aluat se taie pătrățele cu dimensiunea 18x18 cm. Umplutura se pune în centrul fiecărui pătrățel, marginile se adună spre centru și se lipesc, dîndu-se plăcintelor o formă rotundă și plată. Plăcintele se pun în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou bătut. Se coc la temperatura de 230 - 240 °C.

Prepararea umpluturii: Ouăle se fierb, se taie mărunt, se adaugă mărarul, sare, piper și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Plăcinte cu brînză de vaci



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”, varianta 1.

Pentru umplură:

- 5 linguri ulei,
- 250 g brînză de vaci,
- 1 ou,
- sare,
- zahăr după gust,
- 2 linguri unt.

Mod de preparare:

Aluatul se pregătește ca în rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”. Foile de aluat (variante veche) se pun câte 5-8 împreună, ungîndu-le bine cu ulei sau cu unt topit. Umplură se pune pe foaie grămăjoare nu prea mari, foaia se taie pătrățele, colțurile pătrățelelor se ung cu ou, se unesc în centru, se lipesc și se apasă ușor. Plăcintele se pun cu cusătura în jos în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou bătut. Se coc la temperatura de 230- 240 °C. Cînd sunt gata se ung bine cu unt sau cu ulei.

Prepararea umpluturii: Toate ingredientele se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravcenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Plăcinte cu mere



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 10-12 mere,
- ½ pahar zahăr,
- ½ linguriță scorțișoară.

Mod de preparare:

Aluatul se pregătește ca în rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”. Umplutura se pune pe foaia de aluat grămăjoare nu prea mari, foaia se taie pătrățele, colțurile pătrățelelor se ung cu ou, se unesc în centru, se lipesc și se apasă ușor. Plăcintele se pun cu cusătura în jos în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou bătut. Se coc la temperatura de 230-240 °C

Prepararea umpluturii: Merele se curăță de coajă, se dau prin răzătoare mășcată, se presară cu zahăr și scorțișoară, se folosește imediat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Plăcinte cu varză din aluat de drojdii



- **Ingrediente:**
- **Pentru aluat:**
- 3½ pahare făină de grâu,
- 3 ouă,
- 70 g unt,
- 1 lingură ulei,
- 2 lingurițe zahăr,
- 10 g drojdii,
- 1½ pahare apă,
- ½ linguriță sare.
- **Pentru umplutură:**
- 2/3 căpățână de varză,
- 4 cepe,
- 1 ou,
- 3 linguri ulei,
- 3 linguri apă,
- sare,
- 4 linguri verdeață tăiată.

Mod de preparare:

Drojdiile și zahărul se dizolvă în apă caldă, se toarnă un pahar de făină, se frământă, plămădeala se presară cu făină, se acoperă cu un șervețel și se pune la cald pentru 1-2 ore. După aceasta în plămădeală se adaugă 2 ouă, sarea și făina care a rămas. Aluatul se frământă, apoi se adaugă untul, se mai frământă o dată și se lasă încă pentru 2-3 ore. În timp ce aluatul dospește, se mai frământă o dată sau de două ori. Aluatul se împarte în bucățele nu prea mari, se formează bile, se acoperă cu un șervețel uscat și se lasă pentru 5-7 minute. Apoi se întind foi cu grosimea de 7-10 mm, în mijlocul fiecărei foi se pune umplutura, marginile se lipesc. Se formează plăcintele, se pun în tăvi unse cu ulei, peste 10-15 minute se ung cu ou și se coc la temperatura de 230-240 °C. Plăcintele fierbinți se ung cu unt topit.

Prepararea umpluturii: Varza se taie fidea, se pune într-un vas cu fundul gros, se sarează, se adaugă uleiul și apa, se acoperă cu un capac și se înăbușă pînă devine moale. Se răcește, se adaugă oul, ceapa prăjită, verdeața și se amestecă.

Învîrtită cu brînză



Ingrediente:

Pentru aluat:

- 1 ½ pahare făină de grîu,
- 1 ou,
- ½ pahar unt topit,
- 8 linguri margarină topită,
- 1 linguriță ulei,
- $\frac{2}{3}$ pahar apă,
- sare.

Pentru umplutură:

- 2 pahare brînză dată prin răzătoare,
- 3 lingurițe unt topit,
- 1 lingură mărar verde tăiat.

Mod de preparare:

Se amestecă apa, oul, uleiul și sarea. Făina se cerne, se pune pe masă grămăjoară, în centru se face o adîncitură în formă de pîlnie, în ea se toarnă amestecul, apoi se frămîntă aluatul pînă devine elastic, se formează o bilă, se acoperă cu un șervețel umed și se lasă pentru 30 minute. Apoi aluatul se împarte în bucăți nu prea mari, se întinde în foi subțiri, foile se stropesc cu unt topit sau cu margarina, se presară cu brînză și mărar și se răsucesc rulade. Din rulade se formează spirale, se pun în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou. Se coc la temperatura de 240-250 °C.

Învîrtită cu ou și ceapă verde



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta [„Aluat pentru plăcinte și învîrtite”](#).

Pentru umplutură:

- 500 g ceapă verde,
- 3 ouă,
- 1 lingură verdeață tăiată,
- 2 linguri unt topit,
- 5 linguri ulei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se amestecă apa, oul, uleiul și sarea. Făina se cerne, se pune pe masă grămăjoară, în centru se face o adîncitură în formă de pîlnie, în ea se toarnă amestecul, apoi se frămîntă aluatul pînă devine elastic, se formează o bilă, se acoperă cu un șervețel umed și se lasă pentru 30 minute. Apoi aluatul se împarte în bucăți nu prea mari, se întinde în foi subțiri, foile se stropesc cu unt topit și se pun cîte 2-3 împreună. Pe foi se pune umplutura, se răsucesc rulade, se formează spirale, se pun în tăvi unse cu ulei, se străpung în cîteva locuri și se ung cu ou. Se coc la temperatura de 240-250 °C.

Prepararea umpluturii: Ceapa verde se taie mărunt, se prăjește ușor în unt, se răcește, se adaugă ouăle fierte și mărunțite, sarea, piperul, verdeața și se amestecă.

Tăieței de casă cu brinză și ardei grași



Ingrediente:

- 1 pahar cu vîrf de făină de grîu,
- 2 ouă,
- $\frac{1}{3}$ pahar lapte,
- 2-3 linguri pastă de ardei grași roșii,
- 200 g brînză,
- 3 linguri unt,
- $\frac{1}{2}$ linguriță sare.

Mod de preparare:

Se pregătește un amestec de lapte rece, ouă crude, pastă de ardei și sare. Făina cernută se pune grămăjoară, în centru se face o adîncitură, în ea se toarnă amestecul. Se frămîntă un aluat tare, se acoperă cu un șervețel și se lasă pentru 30-40 minute. Aluatul se întinde în 2-3 foi, se presară cu făină, se taie șuvițe subțiri, se usucă, Tăieței se fierb în apă puțin sărată, se strecoară și se stropesc cu ulei.

Tăieței se servesc presărați cu brînză dată prin răzătoare.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”

bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Tăieței de casă



Ingrediente:

- 1 păhar făină de grâu,
- ½ păhar apă,
- 2 ouă,
- sare.

Mod de preparare:

Făina se amestecă cu ouăle și sarea dizolvată în apă. Se frământă un aluat dens, se acoperă cu un șervețel de pânză pentru 20-30 minute, ca să se întindă mai bine. Pe masa presărată cu făină se întind câteva foi subțiri, se lasă să se usuce 10-20 minute. Se taie fișii de 4-5 cm lățime, care la rîndul lor se taie de-a latul în tăieți subțiri.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Tăieței cu mac și unt



Ingrediente:

- 3 pahare făină de grâu,
- 3 linguri mac,
- 6 ouă,
- 1 lingură zahăr,
- sare,
- 100 g unt.

Mod de preparare:

Macul se opărește timp de 10-15 minute, se strecoară prin sită și se răcește. Făina se cerne pe masă grămăjoară, se adaugă sare, zahărul și macul. Ouăle se bat, se adaugă la făină și se frământă aluatul dens. Se acoperă cu un șervețel și se lasă pentru 30-40 minute. Aluatul se împarte în bile, din fiecare bilă se întinde câte o foaie cu grosimea de 2 mm, apoi se taie fișii cu lățimea de 4-5 cm și se usucă. Fișii se pun una peste alta, se taie șuvițe subțiri și se fierb.

Tăieței se servesc cu unt. Pot fi serviți și ca fel de mâncare aparte sau ca garnitură.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Saralie cu brînză (varianta 1)



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 250 g brînză de vaci (uscată),
- 2 linguri mărar,
- 2 linguri unt,
- 1 ou,
- 5 linguri ulei.

Mod de preparare:

Se prepară foi de aluat după rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”, foile se usucă puțin, se stropesc cu unt topit, se pun cîteva foi una peste alta. Pe toată suprafața foii se împrăștie umplutură. Ridicînd marginea șervețelului se răsucește rulada, se taie bucăți cu lungimea de 15-17 cm, se pune într-o tavă unsă cu ulei cu cusătura în jos și se răsucește în formă de litera S. Sarailile se dau la cuptor, cînd sunt gata se ung cu unt.

Prepararea umpluturii: Brînză se dă prin sită, se adaugă celelalte ingrediente și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Doina”
bucatar-sef Putrefa Ana
or. Chisinau, str. Trandafirilor, 6

Saralie cu brînză (varianta 2)



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 250 g brînză de vaci (uscată),
- 2 linguri unt,
- 2 ouă,
- 2 linguri fructe glasate tăiate mărunt,
- 1 linguriță sare,
- 5 linguri ulei.

Mod de preparare:

Se prepară foi de aluat după rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”, foile se usucă puțin, se stropesc cu unt topit, se pun cîteva una peste alta. Pe toată suprafața foii se împrăștie umplutură. Ridicînd marginea șervețelului se răsucește rulada, se taie bucăți cu lungimea de 15-17 cm, se pune într-o tavă unsă cu ulei cu cusătura în jos și se răsucește în formă de litera S. Saraliile se dau la cuptor, cînd sunt gata se ung cu unt.

Prepararea umpluturii: Brînză se dă prin sită, se adaugă celelalte ingrediente și se amestecă.

Învîrtită cu brînză de vaci



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 250 g brînză de vaci (uscată),
- 2 linguri unt,
- 2 ouă,
- 1 linguriță sare,
- ¼ pahar ulei,
- 2-3 linguri verdeață tocată (opțional).

Mod de preparare:

Aluatul se face după rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”, 1 variantă. Fiecare foaie de aluat se pune pe un șervețel subțire și se usucă puțin. Prima foaie se unge bine cu ulei, deasupra se pune a doua, se unge cu ulei și aceasta, apoi se pune a treia. Pe a treia foaie se împrăștie umplutura, dar nu prea multă, se acoperă cu o foaie unsă cu unt topit. Astfel se pun foile și umplutura mai departe. Ultima trebuie să fie foaia unsă cu unt și presărată cu umplutură. Se ridică marginea șervețelului și se învîrtește rulada din foile cu umplutură, se pune pe tava, unsă cu ulei, se unge cu gălbenuș de ou și se dă la cuptor.

Prepararea umpluturii: Brînză se dă prin sită, se adaugă untul moale, ouăle, sarea și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La Taifas”
bucatar-sef Dorofeeva Ala
or. Chisinau, Bucuresti, 67

Chec țărănesc cu mere



Ingrediente:

- 150 g de făină,
- 100 g margarină,
- $\frac{1}{3}$ pahar de zahăr,
- 50 ml de lapte,
- 2 mere medii,
- 1 linguriță de scorțișoară,
- 1 lingură nucșoară,
- 1 lingură de zahăr tos,
- 1 lingură de ulei vegetal.

Mod de preparare:

Se amestecă cu mâinile margarina moale, zahărul tos, făina, astfel ca să se obțină fărimături, se adaugă laptele, scorțișoara, nucșoara și se frământă aluatul pînă devine elastic. Merele se curăță de coajă și de cotorul cu semințe, se taie plăcuțe mici și subțiri. Aluatul se pune în forma unsă cu ulei ca un blat, lăsîndu-se marginile. Merele se pun deasupra. Se dau la cuptor la temperatura de 220 de grade pentru 25-30 minute. Se lasă să se răcească, apoi se taie.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Babă neagră



Ingrediente:

- 1 pahar de făină de grâu,
- 8 ouă,
- 1 lingură de zahăr,
- 2 linguri de miere,
- 1 pahar de lapte,
- ½ pahar de ulei vegetal,
- 2-3 picături de suc de lămâie.

Mod de preparare:

Batem ouăle cu zahăr, adăugăm uleiul, mierea, bicarbonat de sodiu stins în suc de lămâie, lapte de temperatura camerei, făină, amestecăm bine. Aluatul trebuie să fie ca smântâna groasă. Într-un ceainic uns cu ulei se pune aluatul, se dă la cuptor (încălzit, în prealabil) să se coacă la temperatura de 180 grade timp de 40-45 minute. Gradul de pregătire al produsului se determină cu ajutorul bețișorului de lemn – la străpungere pe el nu trebuie să rămână aluat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Cozonac



Ingrediente:

- 450 g de făină,
- 150 g de zahăr,
- 5 ouă,
- 90 g unt,
- 150 g lapte,
- 15 g de drojdii,
- un vîrf de cuțit de nucșoară,
- $\frac{1}{3}$ portocală,
- cojile $\frac{1}{2}$ lămîie,
- $\frac{1}{2}$ linguriță de sare,
- 3 g de zahăr de vanilie,
- 60-80 g fructe confiate.

Mod de preparare:

Adăugăm drojdiile în jumătate de normă de lapte, apoi zahăr, ouă, jumătate de normă de făină, amestecăm totul bine și lăsăm plămădeala la loc cald pentru o oră. Untul topit, portocala mărunțită cu blenderul sau mașina de tocat, coaja de lămîie, vanilina, sarea, fructele zaharisite, stafidele, făina și amestecăm totul. Lăsăm aluatul să dospească timp de 1-1,5 ore. Tapăm de cel puțin trei ori, formăm bilele, le punem în forma unsă cu unt, dăm la cuptor la temperatura de 175 grade timp de 40 de minute.

Pască cu brînză de vaci



Ingrediente:

- aluatul se prepară după rețetă „[Pîine obișnuită presărată](#)”,
- 150 g brînză de vaci,
- 1 ou,
- sare,
- 1 ou pentru ungere.

Mod de preparare:

Brînză se amestecă cu sare și ouă. Aluatul se împarte în 2 părți inegale—60 și 40%. Partea mai mare, după ce i s-a dat formă sferică, se întinde, stratul rotund obținut se pune într-o formă sau tavă pentru pîine cu borduri înalte, unsă cu ulei. Restul aluatului se împarte în două, se formează 2 torsade. O torsadă se plasează circular lângă bordură. Cealaltă se împarte în 2 părți, una dintre care se mai împarte în două. Cele trei torsade obținute se plasează pe pască în formă de cruce. Brînză amestecată cu sare și ouă se pune în cele patru compartimente obținute. Pasca se unge cu ou bătut, se coace la temperatura de 180 de grade timp de 35-40 minute. Gradul de pregătire al produsului se determină cu ajutorul bețișorului de lemn – la străpungere pe el nu trebuie să rămînă aluat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Ruladă de sărbătoare cu nuci



Ingrediente:

- aluatul se prepară după rețeta „[Cozonac](#)”,
- 1 lingura unt,
- 1 lingură ulei,
- 1 ou pentru ungere.

Pentru umplutură:

- 1 păhar de nuci,
- ½ păhar de zahăr,
- 100-120 gr de dulceață din petale de trandafir.

Mod de preparare:

Aluatul se întinde cu mâinile într-un dreptunghi, se unge cu untul topit, umplutura se pune pe toată suprafață, în afară de 5-7 cm de la o margine. Învîrtim ruladă, începînd cu marginea cu umplutura, se prind marginile. Se pune într-o tavă, unsă cu ulei, cu cusătura în jos. Rulada se unge cu ou, se lasă pe 20 de minute, se dă la cuptor, încălzit în prealabil pînă la 175 de grade, se coace timp de 30 – 40 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Ruladă cu vișine



Ingrediente:

Pentru aluat:

- 3 pahare făină de grâu,
- 1 ou,
- $\frac{2}{3}$ pahar untură de porc,
- $\frac{1}{2}$ pahar apă,
- $\frac{1}{2}$ lingură oțet,
- 1 linguriță de zahăr tos.

Pentru umplutură:

- 4 pahare vișine (fără sîmburi),
- $\frac{1}{2}$ pahar zahăr tos.

Mod de preparare:

Se amestecă oul, a treia parte de untură, apa caldă și oțetul. Se adaugă făina și se frămîntă aluatul. Se împarte în 3 părți egale, se formează bile, se ung cu o jumătate din untura care a rămas și se pun la rece pentru 15-20 minute. Apoi se întind 3 foi subțiri de aluat, se stropesc cu untura topită, se pun vișinele și se presară cu zahăr tos. Se formează rulade și se pun într-o tavă unsă cu untură. Se coc la temperatura de 220-230°C. Cînd sunt gata, ruladele se taie bucăți și se presară cu zahăr tos.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Ghevrec (uscățele, mincare găgăuzească)



Ingrediente:

- 5 ouă,
- $\frac{2}{3}$ pahar zahăr,
- $2\frac{1}{2}$ pahare făină,
- 80 g rachiu sau spirt,
- 1 lingură zahăr vanilat,
- $\frac{1}{2}$ pahar zahăr tos,
- 5 pahare ulei.

Mod de preparare:

Ouăle se amestecă bine cu zahăr, zahărul vanilat și spirt, treptat adăugându-se făina. Se frământă aluat nu prea dens, se lasă pentru 30 minute. Aluatul se întinde cât mai subțire și se taie fișii cu lungimea de 8-10 cm și lățimea de 4-5 cm. La mijlocul fiecărei fișii se face câte o tăietură de-a lungul și în această tăietură se bagă un capăt al fișiei. Ghevrecul se prăjește într-o cantitate mare de ulei călit, se usucă și se presară cu zahăr tos.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Uscățele cu dovleac



Ingrediente:

- $\frac{3}{4}$ pahar pireu de dovleac,
- 2 linguri făină,
- $\frac{1}{2}$ pahar zahăr,
- 3 linguri unt sau margarină,
- 3 ouă,
- un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu,
- 2 linguri zahăr tos,
- $\frac{1}{2}$ linguriță sare.

Mod de preparare:

Dovleacul se taie bucăți, semintele și partea fibroasă se elimină, părțile pregătite se taie bucăți, se coc, locurile arse se curăță, se freacă. Ouăle se amestecă bine cu zahăr și sare, se adaugă untul, se bate, treptat adăugîndu-se făina. Se frămîntă aluatul, se acoperă cu un șervețel și se lasă pentru 30 minute. Aluatul se întinde cît mai subțire și se taie fișii cu lungimea de 10 cm și lățimea de 3 cm. La mijlocul fiecărei fișii se face cîte o tăietură de-a lungul, și în această tăietură se pune un capăt al fișiei. Uscățelele se prăjesc într-o cantitate mare de ulei călit, se usucă și se presară cu zahăr tos.

Uscățelele se mai pot face și în formă de trandafiri. Pentru aceasta foaia de aluat se taie cerculețe cu diametrul 6, 4 și 2 cm, se pun cîte 3 la un loc, la mijloc se ung cu albuș de ou și se apasă cu degetul. Pe marginile „trandafirilor” se fac tăieturi ca să se obțină petale.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Baclava moldovenească



- **Ingrediente:**
 - Pentru aluat:
 - 1½ pahar făină de grâu,
 - 1/2 ou,
 - 2½ pahare unt topit,
 - 1 pahar miere,
 - 1 lingură ulei,
 - 2/3 pahare apă,
 - sare.
 - Pentru umplutură:
 - 3 pahare miez de nucă pisat,
 - 2 pahare zahăr tos,
 - 1 ou,
 - 2 linguri scorțișoară,
 - un pic de vanilină.

Mod de preparare:

Se pregătește un aluat ca pentru plăcinte (vezi rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”). Se împarte în bucățele nu prea mari, se acoperă cu un șervețel umed și se lasă pentru 30 minute. Se întinde foi subțiri, se stropindu-se cu unt, se pun câte 2. Se pun într-o tavă unsă cu ulei, punându-se între straturi un amestec de nucă, zahăr, ou, scorțișoară și vanilină, suprafața se unge cu ou. Când oul se usucă, pe suprafață se fac niște tăieturi în formă de pătrățele mici cu un cuțit foarte ascuțit, uns cu unt. Baclavaua se coace la foc foarte slab timp de 1,5 ore. Când suprafața începe să se rumenească, tăieturile se ung cu ou, iar când baclavaua este gata - cu miere, înainte de a fi servită, baclavaua se taie bucăți.

Turtă dulce (rețetă veche basarabeană)



Ingrediente:

- 1 pahar făină de grâu,
- ¼ pahar apă,
- sare.

Pentru sirop:

- ½ pahar miez de nucă pisat,
- ½ pahar mac,
- 1 pahar zahăr,
- 3 linguri miere,
- 1 pahar apă.

Mod de preparare:

Din făină, apă și sare se frământă un aluat dens, care lasă pentru 30 minute. Aluatul se întinde foaie subțire (ca pentru tăieței), se pune într-o tavă și se usucă în cuptor până este aproape gata. Cât e fierbinte se taie romburi mici sau se rupe cu mâinile bucățele de 2x2 cm. Din zahăr, miere și apă se fierbe siropul. Macul se opărește 10-15 minute, se strecoară prin sită și se răcește. Bucățelele de aluat se stropesc bine cu sirop, se presară cu mac și cu nuci, se lasă să se îmbibe siropul timp de 4-6 ore.

Această mâncare se recomandă ca desert în zile de post.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Mălai cu verdeață



Ingrediente:

- 150 g făină de grâu,
- 150 g făină de porumb,
- 250 g lapte acru,
- 2 ouă,
- $\frac{2}{3}$ pahar ulei,
- 2 linguri ceapă verde tăiată,
- 2 linguri mărar tăiat.

Mod de preparare:

Amestecăm făina de grâu cu făina de porumb, adăugăm sare, piper, ulei, lapte acru. Amestecăm cu ceapa și verdeața tăiată. Masa obținută trebuie să aibă consistența smântînii dense. Turnăm într-o formă sau tavă cu borduri înalte unsă în prealabil cu ulei, dăm la cuptor la temperatura de 180 grade pentru 20-25 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Mălai



Ingrediente pentru 1 kg de mălai:

- 2 pahare făină de porumb,
- 1 pahar plin cu vîrf făină de grîu,
- 2 pahare lapte,
- 3 linguri zahăr,
- sare, vanilină,
- un pic de bicarbonat de sodiu,
- 4 linguri unt,
- ½ lingură ulei,
- 2 ouă.

Mod de preparare:

În făina cernută se toarnă lapte fierț (fierbinte), se pune zahăr și sare, se amestecă și se acoperă cu un șervețel de pînză. Cînd se răcește se adaugă făina de grîu cernută, amestecată cu bicarbonat și vanilină și se frămîntă aluatul. Cînd aluatul este aproape gata, se adaugă untul topit, se mai frămîntă puțin și să lăsă pentru 20-30 minute. Într-o tavă unsă cu ulei se pune aluatul, se unge cu gălbenuș și se pune la copt.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

Plăcinte cu ciuperci și cartofi



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”, 1 variantă.

Pentru umplutură:

- 8 cartofi,
- 8-10 ciuperci,
- 2-3 cepe,
- 4 linguri unt,
- 1/2 pahar ulei,
- sare,
- piper negru măcinat.

Mod de preparare:

Se prepară aluatul după rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”, se împarte în porțiuni mici, fiecare se întinde, se pune în mijloc umplutura, marginile se unesc la centru, se prind, și se apasă ușor, pentru a se da forma plată; se prăjește în ulei pe ambele părți într-o tigaie. Pentru ca plăcintele să se prăjească bine și să devină moi, tigaia se acoperă cu un capac.

Prepararea umpluturii: Ceapa tăiată cuburi și rumenită se adaugă la cartofii fierți zdrobiți, apoi ciupercile fierte tăiate mărunt, sare, piper negru măcinat. Se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Plăcinte cu brinză de vaci și cartofi



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”, 1 variantă.

Pentru umplură:

- 8 cartofi,
- 2/3 pahar brinză dulce uscată,
- 1/2 pahar ulei,
- 4 linguri unt,
- sare.

Mod de preparare:

Se prepară aluatul după rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”, se împarte în porțiuni mici, fiecare se întinde, se pune în mijloc umplutura, marginile se unesc la centru, se prind, și se apasă ușor, pentru redarea plăcintei formei plate; se prăjește în ulei pe ambele părți într-o tigaie la foc mic. Pentru ca plăcintele să se prăjească bine și să devină moi, tigaia se acoperă cu un capac.

Prepararea umpluturii: În apa clocotindă se pun cartofii curățați întregi, cu 3 minute înainte de a fi gata, apa se scurge. Se adaugă 2 linguri de unt, se mai ține sub capac la foc mic pînă sînt gata. Cartofii se zdrobesc, se adaugă untul rămas, brinză de vaci, verdeața tocată, sare.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Mălai cu magiun



Ingrediente pentru 1 kg de produs:

- 2 pahare făină de porumb,
- 1 pahar plin cu vîrf făină de grîu,
- 2 pahare lapte,
- 3 linguri zahăr,
- sare,
- vanilină,
- un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu,
- 4 linguri unt,
- 1/2 lingură ulei,
- 2 ouă,
- 1/2 pahar magiun,
- 2 linguri zahăr tos,
- 1/2 pahar miez de nucă,
- 1 ou.

Mod de preparare:

Se prepară mălaiul după rețeta „Mălai”. Cînd mălaiul se răcește, se taie în două straturi. Stratul de jos se unge cu magiun, se presară cu nuci și se acoperă cu al doilea strat. Deasupra se presară cu zahăr tos. Se servește tăiat romburi sau pătrățele. Se garnisește cu fructe glasate (pepene galben, mere, gutui).

Saralie cu varză



Ingrediente:

Pentru aluat:

- vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”,
- 1 ou,
- 5 linguri de ulei.

Pentru umplutură:

- ½ căpătână de varză,
- 3 cepe,
- 1 ou,
- 3 linguri ulei,
- 3 linguri de apă,
- sare,
- 2 linguri de verdeață de pătrunjel și mărar tocate (la dorință).

Prepararea aluatului:

Preparați aluatul pentru plăcintă, împărțiți-l în bucăți de mărime medie. Întindeți foile subțiri, iar apoi pe pânză până la grosimea unei foi de papirus, uscați puțin foile, ungeți-le cu ulei, puneți una peste alta câteva straturi, repartizați umplutura pe toată suprafața unsă. Se rulează, se taie în bucăți de 15-17 cm, care se pun apoi într-o tavă unsă cu ulei cu sutura în jos, capetele se unesc în forma literei S, se unge cu gălbenuș. Se dă la cuptor la temperatura de 220-240 grade. Produsul gata se unge cu unt topit (la dorință).

Clătite umplute cu vișine în sucul lor



- **Ingrediente:**
- Pentru clătite:
 - 1 pahar făină de grâu,
 - 2½ pahare lapte,
 - 3 ouă,
 - 3 linguri zahăr,
 - 2 linguri ulei.
- Pentru umplutură:
 - ½ kg brânză de vaci,
 - ½ pahar stafide,
 - 100 g vin tare de desert (vermut),
 - 3 linguri zahăr,
 - 100 g unt,
 - 0,5 kg vișine în sucul lor,
 - 3-4 linguri zahăr.

Mod de preparare:

Gălbenușurile se amestecă bine cu zahăr și făină, adăugându-se treptat laptele și albușurile bătute, amestecul se bate bine, se lasă să stea 20-30 minute. Într-o tigaie caldă unsă cu ulei se prăjesc pe ambele părți clătite subțiri. După ce se răcesc, la mijlocul fiecărei clătite se pune umplutura și se rulează. Clătitele umplute se pun într-o farfurie în formă de piramidă, ungându-se fiecare strat cu smântână sau frișcă bătută cu zahăr.

Prepararea umpluturii:

1 varinată: Stafidele se spală și se moaie în vin pentru 20-30 minute, se strecoară. Brânza se dă prin sită, se adaugă zahărul, untul moale, stafidele. La dorință se mai adaugă și zahăr vanilat.

2 variantă: Vișinele în sucul lor sau vișinele proaspete curățate de sîmburi se strecoară și se amestecă cu zahăr.

Muli dulci în ceaun



- **Ingrediente:**
 - Pentru clătite:
 - 1 pahar făină de grâu,
 - 2 ½ pahare lapte,
 - 3 ouă,
 - 3 linguri zahăr,
 - 3 linguri ulei.
 - Pentru umplutură:
 - ½ kg brânză de vaci,
 - ½ pahar stafide,
 - 5 linguri zahăr,
 - 2 g vanilină.
 - Separat: 1/5 pahar de unt topit.

Prepararea clătitelor:

Gălbenușurile se amestecă bine cu zahăr și făină, adăugându-se treptat laptele și albușurile bătute, sare și ulei. Amestecul se bate bine, se lasă să stea 20-30 minute. Într-o tigaie caldă, unsă cu ulei se prăjesc pe ambele părți clătitele subțiri. Se taie triunghiuri mici, se pune umplutura pe fiecare, apoi se învelește în formă de punguță. Muli umplute se pun într-o oală mică de ceramică sau într-un ceaunel, se stropesc cu untul topit și se dau la cuptor cu capac pentru 7-10 minute. Se servesc cu smântână.

Prepararea umpluturii: Stafidele se spală. Brânza se dă prin sită, se adaugă zahărul, stafidele zahăurul vanilat (opțional), se amestecă.

Babă albă



Ingrediente:

- 2 pahare de tăieței,
- 10 ouă,
- 1 pahar de zahăr,
- ½ linguriță de sare,
- 2 g de vanilină,
- ½ pahar de stafide,
- 3 linguri de unt,
- 2 linguri de ulei vegetal.

Mod de preparare:

Tăiețeiii se fierb în apă nesărată cu adaos de ulei vegetal. Se strecoară. Se opăresc stafidele, se topește untul. Se amestecă ouăle cu zahăr și sare, se adăugă vanilina. Uniți amestecul cu tăiețeiii și stafidele, amestecați. Tava de copt sau tigaia cu margini înalte se unge cu unt, se toarnă masa. Se dă la cuptor (încălzit, în prealabil) și se coace 10 minute la temperatura de 250 grade, 40 de minute la temperatura de 150 de grade.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Kvint Palace”
bucatar-sef Bostanica Angela
or. Chisinau, str. Alba Iulia, 190/1

„Ghiozlema” (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

- 2,5 pahare de făină,
- 1 pahar de lapte sau chefir,
- 0,5 lingură de zahăr,
- 1 linguriță de drojdii praf,
- 0,5 pahar de ulei vegetal,
- sare.

Mod de preparare:

Prepararea aluatului: Dizolvăm drojdiile în lapte cald cu zahăr, adăugăm sare, smîntînă, făină. Facem un aluat elastic. Lăsăm să se odihnească timp de 1 oră la loc cald, acoperit cu o pînză. Împărțim în bile. Întindem turtele în foi rotunde pe masa presărată cu făină, pe o parte punem umplutura, acoperim cu partea fără umplutură, lipim marginile, dîndu-i formă plată. Prăjim plăcintele pe tigaia încinsă în ulei vegetal.

Umplutura poate fi diferită: ou fiert cu ceapă verde, brînză de vaci, brînză de oi dată prin răzătoare etc.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Vodolei”
bucatar-sef Petrova Mura
or. Comrat, str. Lenin, 205

„Cîvîrma” (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

Pentru aluat:

- Aluat dospit (vezi rețeta „[Locum](#)”) sau varianta modernă lavaș gata.

Pentru umplutură:

- 2 pahare de brînză de vaci sau brînză de oi dată prin răzătoare,
- 0,5 pahare de stafide,
- 3-4 linguri de zahăr,
- vanilie,
- sare,
- 2-2,5 pahare de brînză de vaci.

Pentru dres:

- 2 ouă,
- 4 linguri de unt,
- 2 pahare de smîntînă,
- sare.

Mod de preparare:

Preparați aluat dospit (vezi rețeta „[Locum](#)”), întindeți bine aluatul (sau desfaceți lavașul) atît cît să acopere fundul formei pentru copt, ungeți în prealabil cu 2 linguri de unt topit forma. Jumătate din foaie se presară cu brînză de vaci sau cu brînză de oi dată prin răzătoare, acoperiți cu partea liberă, lipiți marginile. Presați un pic semifabricatul în lățime, puneți-o într-o formă cu margini înalte, unsă cu untul rămas. Ouăle se bat cu smîntînă, se sarează, se toarnă deasupra și să dă la cuptor, acesta fiind bine încins înainte, se coace la temperatura de 200 de grade timp de 30-40 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Atlantida”
bucatar-sef Dumanscaia Valentina
or. Comrat str. Lenin,

„Dioșemea” (tartă în foi, din aluat cu drojdii, mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

Pentru aluat:

- 3½ pahare făină de grîu,
- 3 ouă,
- 70 g unt,
- 1 lingură ulei,
- 2 lingurițe zahăr,
- 10 g drojdii,
- 1½ pahare apă,
- ½ linguriță sare.

Pentru umplutura:

- 1,5 pahar de brînză de oi dată prin răzătoare,
- 4 linguri de grăsime de porc topită.

Mod de preparare:

Drojdii și zahărul se dizolvă în apă caldă, se toarnă un pahar de făină, se frămîntă, plămădeala se presară cu făină, se acoperă cu un șervețel și se pune la cald pentru 1-2 ore. După aceasta în plămădeală se adaugă 2 ouă, sarea și făina care a rămas. Aluatul se frămîntă, apoi se adaugă untul, se mai frămîntă o dată și se lasă încă pentru 2-3 ore. În timp ce aluatul dospește, se mai frămîntă o dată sau de două ori. Aluatul se împarte în bucățele nu prea mari, se formează bile, se acoperă cu un șervețel uscat și se lasă pentru 5-7 minute. Apoi se întind foi cu grosimea de 7-10 mm, în mijlocul fiecărei foi se pune umplutura, marginile se lipesc. Se formează plăcintele, se pun în tăvi unse cu ulei, peste 10-15 minute se ung cu ou și se coc la temperatura de 230-240 °C. Plăcintele fierbinți se ung cu unt topit. Întindeți aluatul într-o foaie nu foarte subțire. Pe partea centrală a foi faceți-o mai mică decît forma în care se va coace „dioșemeaua”. Ungeți forma cu grăsimea topită, iar pe partea unsă puneți ¼ din brînză. Apoi întindeți un pic marginile foi, astfel încît să obțineți un triunghi, acoperiți umplutura cu aluat. Pe triunghiul obținut mai punem ¼ din brînză și iarăși acoperim cu aluat. Împăturind astfel aluatul cu brînză, punem plicul obținut cu sutura în jos, ungem suprafața cu grăsime și o dăm la cuptor într-o formă unsă în prealabil cu grăsime.

„Macarina” (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

- 2 pahare de făină,
- 0,5 pahare de lapte,
- 2 ouă, sare,
- 1 pahar de brînză nesărată de vaci,
- 2 linguri de unt.

Mod de preparare:

Din făină, lapte cald și sare, facem un aluat tare, îl lăsăm să se odihnească 10-15 minute. Pe tava presărată cu făină, întindem o foaie de 1,5-2 mm, tăiem turta triunghiuri sau romburi. Le punem în apă fierbîndă sărată. „Macarinele” gata se scot cu o lingură-strecurătoare sau le trecem prin strecurătoare. Lăsăm să se scurgă apa le amestecăm cu untul topit, cu brînză de vaci sau de oi.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Vodolei”

bucatar-sef Petrova Mura
or. Comrat, str. Lenin, 205

„Kabakli” (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

- 2 pahare de făină,
- 4 linguri de ulei vegetal,
- 2/3 pahare de apă,
- 1/3 pahar de zahăr,
- sare,
- 2 linguri de oțet.

Garnitura:

- 3 pahare de bostan dat prin răzătoare,
- 2-3 linguri de zahăr.

Mod de preparare:

Preparăm aluatul nedospit din: făină, sare, 2 linguri de ulei vegetal și apă. Aluatul trebuie să fie elastic, nu foarte tare, îl acoperim cu o pînză și formăm bile nu prea mari, lăsăm aluatul să se odihnească 30-40 minute la temperatura camerei, întindem turtele cît de subțire e posibil, apoi mai întindem pe pînză, fără să rupem foile. Capetele mai groase se taie, se stropește foaia cu ulei vegetal, se pune umplutura, cu ajutorul pînzei rulați foile (vezi rețeta de [„Preparare a aluatului nedospit”](#)), ungem rulada obținută cu ulei și o coacem la temperatura de 180 de grade timp de 20-25 minute.

Pentru umplutură: bostanul curățat îl amestecăm cu zahăr și o lingură de ulei vegetal.

Dam la cuptor la temperatura de 180 de grade și coacem timp de 20 de minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Vodolei”
bucatar-sef Petrova Mura
or. Comrat, str. Lenin, 205

„Poocea” (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

- 2,5 pahare de făină,
- 2/3 pahare de margarină,
- 1 pahar de smîntînă,
- sare,
- bicarbonat de sodiu 1/3 linguriță,
- 2 ouă (gălbenușul) pentru a unge.

Pentru umplutură:

- 800g de carne de vită,
- 2-4 cepe,
- 2-3 linguri de ulei vegetal.

Mod de preparare:

Preparăm aluatul fărîmicios. Margarina răcită o tăiem cubulețe, cernem făina, stingem bicarbonatul de sodiu în oțet cu cîteva picături de suc de lămîie sau cu oțet de masă. Unim ingredientele. Amestecăm bine pînă obținem un aluat elastic fără cocoloașe. Pe masa presărată cu făină întindem aluatul cu grosimea de 2-3 mm, întindem cu sucitorul turte cu diametrul 6-7 cm, la mijlocul fiecărei foi punem umplutura, unim și prindem marginile, împletim vițele (ca pentru colțunași). Ungem produsul obținut cu gălbenuș, îl coacem în rolă la temperatura de 180 de grade timp de 10-12 minute.

Umplutura poate fi diferită: de fructe, brînză ș.a., în cazul în care chiflele sînt dulci, preparatul se presară cu zahăr tos.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Vodolei”
bucatar-sef Petrova Mura
or. Comrat, str. Lenin, 205

„Degețele” ca la Comrat din aluat nedospit



Ingrediente:

- 2,5 pahare de făină,
- 1,5 pahar de apă,
- 3 linguri de ulei vegetal,
- 2 linguri de oțet de masă,
- 2 pahare de brânză dată prin răzătoare, de dorit de oi.

Mod de preparare:

Din făină, apă, sare, oțet și ulei vegetal se face un aluat. Acesta trebuie să fie elastic, nu foarte tare. Împărțim în bile. Lăsăm aluatul să se odihnească, întindem aluatul maxim de subțire, apoi cu mâinile întindem pe pînză, fără să-l rupem însă. Marginile groase le tăiem, stropim cu ulei vegetal, punem brînză dată prin răzătoare, împrăștiind-o. Cu ajutorul pînzei o facem ruladă și o tăiem astfel ca să obținem bucăți de 80 cm (vezi rețeta „[Tehnica preparării aluatului nedospit](#)”).

Dăm la cuptor la temperatura de 180 de grade pentru circa 10-12 minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Vodolei”
bucatar-sef Petrova Mura
or. Comrat, str. Lenin, 205

„Locum” (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

Pentru aluat:

- 2 pahare de făină,
- 1 pahar de apă,
- 1 liguriță de drojdii uscate praf,
- 2 linguri de smîntînă,
- 0,5 linguri de zahăr,
- sare,
- 1 lingură de unt.

Pentru umplutură:

- brînză de vaci 1,5-2 pahare,
- sare.

Pentru dres:

- 4 ouă,
- 2 pahare de smîntînă de casă.

Mod de preparare:

Dizolvăm drojdiile în lapte cald cu zahăr, adăugăm sare, smîntînă, făină. Facem un aluat elastic. Lăsăm să se odihnească la loc cald acoperit cu o pînză circa 1 oră. Împărțim în bile. Pe masa presărată cu făină, întindem turtele astfel ca să se acopere toată forma pentru copt. Punem umplutura pe toată suprafața foii și o facem ruladă. O punem cu sutura în jos pe o tavă sau o tigaie cu margini înalte unsă în prealabil cu unt. În mod tradițional ar trebui să obținem 4 rulade. Lasăm produsul circa 15-20 minute. Batem ouăle cu smîntîna, umplem spațiile dintre ruladele de aluat. Coacem în rolă la temperatura de 180 de grade, timp de 35-40 minute.

„Kaimakli” (mîncare găgăuzească)



Ingrediente:

- 1 pahar cu apă,
- 3 pahare de brînză de vaci,
- 3 linguri de unt,
- 2 linguri de smîntînă,
- 3 ouă, sare.

Mod de preparare:

Cerneți făina, adăugați 1 ou, 1/3 de smîntînă, o jumătate de pachet de unt. Faceți aluatul, întindeți-l în 2 foi. O foaie ungeți-o cu unt, pe ea puneți brînză sărată, acoperiți-o cu cea de-a 2 foaie. Puneți în tava unsă cu unt, semifabricatul din aluat. Bateți smîntîna rămasă și ouăle. Turnați deasupra și dați la cuptor la temperatura de 180 de grade pentru 25-30 de minute.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Vodolei”

bucatar-sef Petrova Mura

or. Comrat, str. Lenin, 205

Clătite „Toamna de aur”



Ingrediente:

Pentru aluat:

- 1 pahar de făină de grâu,
- 2½ pahare de lapte,
- 3ouă,
- 3linguri de zahăr,
- 2linguri de ulei.

Fructe conservate:

- pere,
- piersici sau caise,
- vișine fără simbur – 500 g în total.
- 600-800 g de înghețată plombir,
- 2 pahare de frișcă bătută (vezi rețeta „[Prune uscate umplute de nuci cu frișcă](#)”),
- 2 linguri de ciocolată dată prin răzătoare.

Mod de preparare:

Facem clătitele. Separăm fructele de suc, le tăiem cubulețe. Pe clătitele răcite punem înghețata, fructele, le rulăm în rulade nu prea mari. Le tăiem sub un unghi de 45 de grade, le punem pe farfurii sau în vase pentru desert, le ornăm cu frișcă bătută cu ajutorul sacului cofetarului cu dispozitiv zîmțat, presărăm cu ciocolată, ornăm cu fructe. Ase servi imediat.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Prune uscate umplute cu nuci și garnisite cu frișcă



Ingrediente:

- 2pahare de prune uscate,
- 1 1/3pahar de apă,
- 3 linguri de zahăr,
- 1pahar de nuci,
- 2-3 linguri de vin de desert sau 1 lingură de cognac,
- 1 pahar de frișcă cu grăsimea 33% sau de smântână de casă,
- 0,5 pahar de zahăr tos sau zahăr (pentru frișcă).

Mod de preparare:

Spălați prunele uscate, opăriți-le. Dacă prunele sînt prea uscate, lăsați-le în apă rece timp de 2 ore, apoi aduceți-le la fierbere. Răciți-le, scoateți-le simburii și umpleți-le cu nuci prăjite. Puneți-le într-un vas emailat. Fierbeți un sirop din zahăr și apă, turnați peste prunele uscate și fierbeți-le înăbușit cu capac pînă se înmoaie. La sfîrșit se adaugă vinul sau coniacul. Se răcește siropul împreună cu prunele. Se pun în vase de desert, se adaugă 1-2 linguri de sirop, se ornează cu frișcă bătută cu ajutorul sacului cofetarului cu forme zimțate.

Frișca răcită sau smîntîna se bat într-un vas curat cu ajutorul mixerului. Cînd frișca devine densă, cu un jet subțire se adaugă zahărul tos sau zahărul. Nu e bine să puneți tot zahărul odată, ca să nu se lase frișca bătută. Urmăriți în timp ce bateți frișca dacă e gata, ca să nu o faceți unt.

Preparat culinar pregatit la restaurantul „Basarabia”
bucatar-sef Lupu Veronica
or. Chisinau, str. Kiev, 16/1

Plăcinte cu vișine



Ingrediente:

Pentru aluat: vezi rețeta „[Aluat pentru plăcinte și învîrtite](#)”.

Pentru umplutură:

- 3 pahare vișine curățate de sămburi,
- 2 linguri zahăr.

Mod de preparare:

Aluatul se pregătește ca în rețeta „Aluat pentru plăcinte și învîrtite”. Umplutura se pune pe foaia de aluat grămăjoare nu prea mari, foaia se taie pătrățele, colțurile pătrățelelor se ung cu ou, se unesc în centru, se lipesc și se apasă ușor. Plăcintele se pun cu cusătura în jos în tăvi unse cu ulei și se ung cu ou bătut. Se coc la temperatura de 230-240 °C.

Prepararea umpluturii: Vișinele curățate de sămburi, se presară cu zahăr și se amestecă.

Preparat culinar pregătit la restaurantul „La botul calului”
bucatar-sef Cravcenco Maxim
or. Chisinau, bd. Moscova, 9

Rețete de familie (rețetele bunicii)



Bucătăria de acasă, dibăcia și arta preparării bucatelor ne leagă de cultura, tradițiile obișnuințele naționale ale poporului, de neam, de familie.

Știința de a prepara corect și gustos bucate pentru sine și pentru cei apropiați cere anumite cunoștințe, deprinderi, cultură, pentru a corespunde cerințelor pe care ni le impune viața. Prepararea bucatelor este o artă, un domeniu de cunoștințe perfecționate în timp, are principii și secrete importante, acumulate din practică.

Mici secrete culinare

Din bătrâni există secrete culinare, care erau respectate cu strictețe de către bunicile noastre la prepararea bucatelor și care sînt transmise din generație în generație:

- Coaja legumelor și fructelor se curăța cît mai subțire pentru a se păstra cît mai multe vitamine.
- Legumele se pun la fiert nu în apă rece, ci în apa care fierbe, în care se adaugă în prealabil sare.
- Preparatele alimentare se prăjesc în ulei încins, atunci acestea prind o crustă, care nu permite să se scurgă sucul din ele.
- Nu se recomandă folosirea uleiului a doua oară pentru prăjit, căci se formează oxidanți dăunători.
- Nu se pune carnea la fiert în apa clocotită, fiindcă se pierd substanțele extractive valoroase ale cărnii, acestea se păstrează mai bine cînd carnea se pune la fiert în apă rece și se fierbe la foc mic.
- În trecut din cartofi se pregăteau diferite mîncăruri, cel mai des, însă, se consumau fierți sau copti, mai rar prăjiți. Știința contemporană a dovedit că cartofii prăjiți pierd 60% din vitamine, pe cînd cei fierți sau copti nu.
- Din trecut sînt cunoscute multe feluri de bucate pregătite din dovleac (bostan). Multe din ele au rămas populare și pînă astăzi (pîrjoale, budinci, plăcinte cu bostan, etc.).

Sfaturi de garnisire a bucatelor



Fiecare gospodină știe că mâncărurile servite trebuie să fie nu numai gustoase, ci și frumos decorate. De aceea se folosesc diferite metode pentru a le înfrumuseța. Astfel gustările reci, din carne, cer o îngrijire aparte și se pun pe farfurii mari plate. La aranjarea lor se ține seama de forme, culori, de gustul și asortarea lor.

Pe farfurii mici rotunde sau ovale se pun diverse paste (icre, unt, maioneză), suprafața cărora se netezește, în prealabil și cu ajutorul unui cuțit sau cu o furculiță se ornează.

Salata boeuf se așează pe platouri ovale, decorate cu maioneză, cu albuș de ou fiert, măsline sau verdețuri.

Răciturile de pasăre se servesc pe farfurii mari fără ca să li se strice forma.

Legumele umplute (ardeii grași, gogoșarii, roșiile) se servesc pe farfurii mari, presărate cu pătrunjel sau mărar proaspăt tocat.

Ouăle umplute se servesc puse pe frunze de salată, pe o farfurie sau decorate cu verdeață tocată.

Preparatele din pește se servesc în farfurii lungi speciale, decorate cu pătrunjel verde, felioare de lămâie, ceapă, măsline etc.

Peștele umplut se servește întreg, în prealabil tăiat felii, pe farfurii speciale alungite, decorat cu „solzi” de unt, verdeață, morcov.

Fripturile calde se servesc pe platouri mari ornate cu felii de legume.

Sarmalele se servesc pe farfurii mari, alături se pune un vas mic cu smântână.

Pentru ornarea și garnisirea bucatelor se folosește morcov, sfeclă roșie, mazăre verde, ouă, măsline, salată verde, pătrunjel, mărar, etc. Pentru înfrumusețare se pot folosi și alte procedee și flori din legume. Sînt enumerate numai cîteva feluri de bucate și felul în care pot fi ornate, dar fantezia și ingeniozitatea gospodinelor e mare, astfel fiecare își poate arata măiestria la garnisirea bucatelor.

CUPRINS:

<p>Gustări reci</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gustarea haiducului 2. Gustare cu brânză de oi și usturoi 3. Ruladă cu brânză de vaci 4. Salată cu carne de vită și fasole roșii 5. Salată cu fasole păstăi și ardei 6. Fasoliță (fasole făcăluite) 7. Fasole înăbușite cu roșii 8. Roșii umplute cu ciuperci 9. Roșii umplute cu vinete 10. Roșii umplute cu brânză de oi 11. Castraveți cu salată verde și brânză 12. Castraveți umpluți cu carne de găină 13. Gogoșari umpluți cu porumb, morcov și prune uscate 14. Ardei grași prăjiți cu sos 15. Ardei grași ca acasă 16. Gustare rece din legume prăjite 17. Ardei umpluți cu mere și morcov 18. Ardei umpluți cu brânză 19. Ardei grași umpluți, murați ca acasă 20. Vinete murate umplute cu legume 21. Vinete tocate 22. Coșulețe din vinete 23. Vinete umplute cu ciuperci 24. Salată din carne de pui și legume prăjite 25. Salată din legume ca la Chișinău 26. Salată cu ardei copti și mazăre verde 27. Gustare moldovenească 28. Salată de țelină cu mere 29. Salată de fasole păstăi cu verdeață și usturoi 30. Salată din fasole păstăi cu legume 31. Tocătură de dovleci 32. Salată de sfeclă cu mere și nuci 33. Tocătură de ciuperci 34. Ciuperci umplute 35. Vinegretă cu scrumbie și porumb 36. Pateu cu scrumbie, brânză de vaci și nuci 37. Pește copt cu legume și mirodenii 38. Ruladă de scrumbie umplută cu legume 39. Pește prăjit cu mujdei 40. Ruladă din carne de porc cu caise uscate 41. Ruladă de mușchi de vită cu prune uscate 42. Ruladă din carne de pui cu ardei copt 43. Salată din ridiche, morcov și ceapă verde 44. Salată de legume prăjite 45. Saltison (varianta 1) 46. Saltison (varianta 2) 47. Sos mujdei 48. Borș de țărițe 49. Rulade de dovlecei umpluți cu legume (varianta 1) 50. Rulade de dovlecei umpluți cu legume (varianta 2) 51. Răcitură de cocoș 52. Răcitură asortate 53. Gogoși picante din brânză de vaci și de oi 54. Carne coaptă cu prune uscate 55. Tocătură de vinete și ardei grași copti <p>Supe, borșuri , ciorbe, zeamă</p> <ol style="list-style-type: none"> 56. Ciorbă țărănească în ulcele 57. Ciorbă țărănească din carne de vită cu legume la cuptor 58. Ciorbă de vițel cu ciuperci 59. Ciorbă scăzută 60. Ciorbă de vită cu tăieței de casă 61. Supă cu frecăței 62. Ciorbă cu fasole 63. Borș ca acasă 	<ol style="list-style-type: none"> 64. Borș scăzut 65. "Bureachiță" - supă de roșii cu pelmeni 66. Ciorbă cu carne de oi 67. Ciorbă ca la țară 68. Supă de cartofi cu crupe de porumb și ciuperci 69. Zeamă cu măruntaie de pasăre 70. Zeamă de găină cu orez 71. Borș cu porumb 72. Supă de cartofi cu porumb 73. Zeamă de găină cu tăieței de casă și ciuperci 74. Bulion cu porumb și omletă 75. Ciorbă de carp 76. Ciorbă de urzici 77. Ciorbă de măcriș cu crupe de porumb 78. Ciorbă de fasole verde 79. Supă de dovlecei cu ciuperci și porumb 80. Ciorbă de rață 81. Ciorbă cu carne de oaie <p>Bucate din legume</p> <ol style="list-style-type: none"> 82. Roșii prăjite, cu usturoi și brânză 83. Roșii umplute cu vinete 84. Roșii umplute cu legume 85. Roșii umplute cu porumb, ou și ceapă 86. Roșii umplute cu ciuperci și ceapă 87. Ardei grași umpluți cu legume și orez 88. Dovlecei cu smântână la cuptor 89. Ardei grași umpluți cu ciuperci și orez 90. Vinete înăbușite cu smântână 91. Vinete cu ardei grași și roșii 92. Iahnie de vinete 93. Vinete prăjite cu mujdei 94. Vinete coapte umplute cu legume 95. Vinete prăjite în liezon 96. Ghiveci 97. Dovlecei umpluți cu ciuperci 98. Fasole păstăi cu smântână 99. Fasole păstăi cu ceapă 100. Fasole păstăi cu ou 101. Ciulama cu fasole păstăi cu sos alb 102. Fasole înăbușite în ulcele ca la țară 103. Fasole înăbușite cu prune uscate 104. Iahnie de fasole cu sos de roșii 105. Varză umplută cu ciuperci 106. Sarmale cu orez și gutui 107. Sarmale cu ciuperci și crupe de porumb 108. Dovleac prăjit cu roșii 109. Budincă cu dovleac și mere 110. Budincă de dovleac cu tăieței 111. Budincă de dovleac cu orez 112. Cartofi noi fierți cu usturoi 113. Cartofi cu turte 114. Cartofi înăbușiți cu ciuperci 115. Cartofi prăjiți cu ceapă 116. Cartofi umpluți cu brânză și ciuperci 117. Colțunași leneși cu cartofi și brânză 118. Ruladă de cartofi cu porumb și ciuperci 119. Praz umplut cu ciuperci și orez 120. Budincă de morcovi cu brânză de vaci și prune uscate 121. Budincă de morcovi cu mere 122. Iahnie de cartofi 123. Cartofi copti cu dovleci și roșii 124. Ciuperci coapte cu tăieței 125. Ciuperci înăbușite cu fasole 126. Tocană de ciuperci cu ardei grași
---	---

Bucate din porumb

- 127. Mămăligă
- 128. Porumb cu mere, prune uscate și friganele
- 129. Porumb cu mazăre verde înăbușit în smântână
- 130. Mămăligă cu lapte
- 131. Mămăligă prăjită cu smântână
- 132. Sarmale cu crupe de porumb
- 133. Gogoșele din brânză și unt ("Urs")
- 134. Alivanca
- 135. Omletă cu mămăligă și jumări

Bucate din crupe, făină, brânză și ouă

- 136. Colțunași cu brânză
- 137. Colțunași cu brânză și cartofi
- 138. Colțunași cu cartofi și jumări
- 139. Colțunași cu dovleac, mere și nuci
- 140. Dejun țărănesc
- 141. Ochiuri ca la țară
- 142. Ochiuri cu slănină și ardei gras
- 143. Scrob cu praz
- 144. Scrob cu dovlecei și brânză
- 145. Dovleac cu orez și stafide
- 146. Omletă cu mămăligă
- 147. Colțunași cu brânză de vaci

Bucate din pește

- 148. Crap ca la Nistru
- 149. Șalău cu mușei
- 150. Pește cu ceapă înăbușit în vin
- 151. Crap după rețeta pescarului
- 152. Crap în făină de porumb
- 153. Șalău în sos picant
- 154. Pește prăjit cu vinete
- 155. Pește înăbușit
- 156. Friptură de pește în ulcele
- 157. Fitofag înăbușit cu vin
- 158. Pește copt cu dovleci și praz
- 159. Crap înăbușit în marinată ca la țară
- 160. Șalău cu legume la cuptor
- 161. Crap la grătar
- 162. Șalău umplut
- 163. Șalău „Basarabia”

Bucate din carne de vită

- 164. Carne de vită în sos de coniac
- 165. Carne de vită prăjită cu vinete și roșii
- 166. Șnițel moldovenesc
- 167. Antricot nistrean
- 168. File nistrean
- 169. Carne bătută (bătuțele) de vițel cu legume în vin
- 170. Carne de vită cu frișcă
- 171. "Brisole" moldovenești
- 172. Biftec
- 173. Carne de vită cu fasole verde
- 174. Carne de vită cu praz
- 175. Friptură țărănească
- 176. Carne de vită înăbușită cu legume
- 177. Carne de vită ca la țărani
- 178. Carne de vițel înăbușită cu vinete și țelină
- 179. Carne de vițel înăbușită cu ciuperci și dovlecei
- 180. Mușchi de vită cu ardei gras
- 181. Pîrjoale de casă
- 182. Carne de vită cu gutuie

Bucate din carne de oaie și de miel

- 183. Miel înăbușit în vin
- 184. Carne de oaie înăbușită cu prune uscate
- 185. Drob de miel
- 186. Tocană de miel cu gutui
- 187. Miel umplut la cuptor

- 188. Carne de oaie înăbușită cu fasole verde
- 189. Carne de oaie ca la Comrat
- 190. Carne de oaie ca la găgăuzi
- 191. Iahnie ca la bulgari
- 192. Carne de oaie haiducească
- 193. Carne de oaie cu garnitură asortată
- 194. Ciulama de miel (mîncare găgăuzească)
- 195. Carne de oaie cu vinete

Bucate din carne de pasăre

- 196. Pui umplut
- 197. Pui cu legume
- 198. Cavurma de pui (mîncare găgăuzească)
- 199. Friptură de măruntaie
- 200. Pui prăjit cu fasole păstăi și dovlecei
- 201. Pui cu suc de struguri
- 202. Pui înăbușit cu mere
- 203. Friptură de pui în ulcele
- 204. Tocană de pui cu mămăligă
- 205. Friptură în ulcele ca la mama acasă
- 206. Rață înăbușită cu prune uscate
- 207. Vinete cu umplutură de carne de pui
- 208. Prepelițe umplute cu gutui și prune uscate
- 209. Pui umplut cu sarmale
- 210. Gîscă umplută cu orez, gutuie, mere
- 211. Curcan (curcă) umplut cu tăieței și măruntaie
- 212. Rață coaptă în bostan
- 213. „Mandja” (mîncare găgăuzească)
- 214. Ciulama de pui
- 215. Iahnie din carne de găină
- 216. Rață în sos de vișine
- 217. Ficat de găină în sos de smântână
- 218. Șolduri de găină umplute cu ciuperci
- 219. Budincă cu vinete și carne de găină
- 220. Zraze «Codreanca»
- 221. Zraze din carne de găină
- 222. Zraze din carne de găină de casă cu ciuperci

Bucate din carne de iepure

- 223. Iepure de casă prăjit cu legume
- 224. Friptură de iepure de cîmp
- 225. Tocană cu iepure de casă și dovleci
- 226. Iepure de casă înăbușit cu fasole roșii
- 227. Tocană de iepure de casă
- 228. Iepure prăjit în sos de smântână
- 229. Iepure de casă cu legume și vin
- 230. Iepure de casă în sos de vin cu piept de porc afumat
- 231. Iepure cu măsline
- 232. Iepure umplut

Bucate la grătar

- 233. Piept de porc la grătar
- 234. Frigărui cu ciuperci proaspete la grătar
- 235. Porumb la grătar
- 236. Mititei
- 237. Miel la grătar
- 238. Carne de oaie la grătar
- 239. Pui la grătar
- 240. File de porc la grătar
- 241. Antricot la grătar
- 242. File de carne de vită la grătar
- 243. Biftec la grătar
- 244. Escalop la grătar
- 245. Ficat de pasăre de casă la grătar
- 246. Frigărui din ficat la grătar
- 247. Ficat la grătar
- 248. Frigărui din ficat de găină în slănină afumată
- 249. „Tre ciobănei”
- 250. Steak „Basarabia”
- 251. Costiță la grătar

252. Costiță de porc la grătar	315. Turtă dulce (rețetă veche basarabeană)
253. Șnițel din carne de oaie la grătar	316. Mălai cu verdeață
Bucate din carne de porc	317. Mălai
254. Jambon	318. Plăcinte cu ciuperci și cartofi
255. Pulpă de porc înăbușită cu cartofi	319. Plăcinte cu brinză de vaci și cartofi
256. File de porc marinat în vin	320. Mălai cu magiun
257. Piept de porc ca la moldoveni	321. Saralie cu varză
258. Piept de porc cu sos acru-dulce	322. Clătite umplute cu vișine în sucul lor
259. Zraze „Nistru”	323. Muli dulci în ceaun
260. Zraze de Chișinău	324. Babă albă
261. Carne de porc cu prune uscate	325. „Ghiozlema” (mîncare găgăuzească)
262. Carne de porc înăbușită cu vin și praz	326. „Cîvîrma” (mîncare găgăuzească)
263. Ghiveci țărănesc	327. „Dioșemea” (tartă în foi, din aluat cu drojdii, mîncare găgăuzească)
264. Tocană de porc cu mămăligă	328. „Macarina” (mîncare găgăuzească)
265. Carne de porc în ulcele cu colțunași	329. „Kabaklı” (mîncare găgăuzească)
266. Carne de porc înăbușită cu vinete	330. „Poocea” (mîncare găgăuzească)
267. Carne de porc înăbușită cu fasole	331. „Degețele” ca la Comrat din aluat nedospit
268. Carne de porc împănată cu prune uscate, la cuptor	332. „Locum” (mîncare găgăuzească)
269. Chifteluțe	333. „Kaimaklı” (mîncare găgăuzească)
270. Pîrjoale ca la Chișinău	334. Clătite „Toamna de aur”
271. Carne de porc împănată cu legume și înăbușită	335. Prune uscate umplute cu nuci și garnisite cu frișcă
272. Dovlecei copti cu carne de porc	336. Plăcinte cu vișine
273. Gogoșari umpluți cu carne	337. Rețete de familie
274. Rulade cu carne de porc în foi de varză	338. Sfaturi de garnisire a bucatelor
275. Costiță umplută cu tăieței și măruntaie	
276. Purceluș la cuptor	
277. Carne de porc cu morcov și pătrunjel	
278. Sarmale moldovenești cu carne	
279. Sarmale moldovenești cu varză	
280. Sarmale cu varză murată	
281. Sarmale în ardei dulce	
282. Sarmale asortate	
283. Carne de porc cu prune	
284. Praz umplut cu orez și carne de porc	
Bucate din măruntaie	
285. Friptură de ficat cu ciuperci	
286. Tocană ca la țară	
287. Cighiri	
288. Ficat de vită, fiert înăbușit în sos de smîntînă	
Paste făinoase și produse de patiserie	
289. Aluat pentru plăcinte și învîrtite	
290. Plăcinte cu varză	
291. Plăcinte cu cartofi cruzi	
292. Plăcinte cu cartofi și brinză	
293. Plăcinte cu carne	
294. Plăcinte cu ou și mărar	
295. Plăcinte cu brinză de vaci	
296. Plăcinte cu mere	
297. Plăcinte cu varză din aluat de drojdii	
298. Învințită cu brinză	
299. Învințită cu ou și ceapă verde	
300. Tăieței de casă cu brinză și ardei grași	
301. Tăieței de casă	
302. Tăieței cu mac și unt	
303. Saralie cu brinză (varianta 1)	
304. Saralie cu brinză (varianta 2)	
305. Învințită cu brinză de vaci	
306. Chec țărănesc cu mere	
307. Babă neagră	
308. Cozonac	
309. Pască cu brinză de vaci	
310. Ruladă de sărbătoare cu nuci	
311. Ruladă cu vișine	
312. Ghevrec (uscățele, mîncare găgăuzească)	
313. Uscățele cu dovleac	
314. Baclava moldovenească	

