

24  
de rețete

Laura Adamache

PASTE

delicioase și  
ușor de preparat

## **PASTE**

**24 de rețete delicioase și ușor de preparat**

**Laura Adamache**

Copyright © 2015 Editura Sian Books

---

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**ADAMACHE, LAURA**

**Paste** / Laura Adamache. – București: Sian Books,  
2015

ISBN 978-606-93800-7-9

641.55:664.694

---

Toate drepturile rezervate Editurii **Sian Books**.

Nicio parte din acest volum nu poate fi copiată  
fără permisiunea scrisă a Editurii **Sian Books**.

Drepturile de distribuție în străinătate aparțin editurii.

All rights reserved. The distribution of this book outside  
Romania, without the written permission of **Sian Books**,  
is strictly prohibited.

Copyright © 2015 by **Sian Books**.

Editura **Sian Books**:

Bd. Constructorilor nr. 20A, et. 3,

sector 6, cod 060512 – București

Tel.: 021 402 26 00

Fax: 021 402 26 10

Distribuție: 021 402 26 30;

021 402 26 33

Comenzi: c.omenzi@all.ro

**www.all.ro**

Redactare: Cristina Florian

Tehnoredactare: Liviu Stoica

Corectură: Elena Georgescu

Design copertă: Andra Novac

24  
de rețete

Laura Adamache

PASTE

delicioase și  
ușor de preparat

## Cuprins

|   |   |    |
|---|---|----|
|    | 1. Paste de casă                              | 6  |
|    | 2. Ravioli cu ricotta și spanac               | 8  |
|    | 3. Caramele umplute cu ciuperci               | 10 |
|    | 4. Salată mediteraneană de penne integrale    | 12 |
|    | 5. Salată de paste cu pui și pesto de busuioc | 14 |
|    | 6. Tagliatelle cu ragu alb de vițel           | 16 |
|    | 7. Fettuccine Carbonara                       | 18 |
|    | 8. Fettuccine Alfredo                         | 20 |
|   | 9. Spaghetti alla putanesca                   | 22 |
|  | 10. Penne integrale alla Norma                | 24 |
|  | 11. Penne all'arrabiata                       | 26 |
|  | 12. Spaghetti cu sos de roșii și chiftele     | 28 |

|   |   |    |
|---|---|----|
|    | 13. Fusilli cu sepie și vin alb                     | 30 |
|    | 14. Paccheri cu fructe de mare și dovlecei zucchini | 32 |
|    | 15. Tagliatelle cu sos gorgonzola                   | 34 |
|    | 16. Mac & Cheese                                    | 36 |
|    | 17. Cannelloni Napoli                               | 38 |
|    | 18. Cannelloni cu vinete și dovlecei                | 40 |
|    | 19. Timballo sicilian                               | 42 |
|    | 20. Lasagne cu anghinare                            | 44 |
|   | 21. Lasagne alla bolognese                          | 46 |
|  | 22. Gratin de paste cu legume                       | 48 |
|  | 23. Gratin de paste integrale cu sparanghel         | 50 |
|  | 24. Lasagna cu migdale și prosciutto cotto          | 52 |

# PASTE DE CASĂ

Preparare: 1 h • Dificultate: medie • Porții: 700 g paste/7 porții



**Ingrediente:** 600 g făină de grâu dur/600 g făină tip 650 • 6 ouă • 1 linguriță rasă de sare

**Mod de preparare:** Punem făina pe planul de lucru (recomand utilizarea unei planșe de lemn late și lungi; în acest fel pastele vor avea o consistență poroasă). Formăm în mijloc o adâncitură în care adăugăm ouăle întregi și sarea. Cu ajutorul unei furculițe spargem ouăle și le amestecăm bine. În momentul în care ouăle sunt omogenizate, aducem făina de pe margini peste ouă și amestecăm cu furculița. Continuăm să amestecăm, aducând mereu făină de pe margini. Când aluatul capătă consistență, renunțăm la furculiță și începem să îl frământăm cu mâinile. La început va avea o consistență dură, dar după ce îl frământăm 10-15 minute va deveni elastic. Înfășurăm aluatul într-o folie de plastic alimentară și îl lăsăm să se odihnească, 60 de minute, la temperatura camerei. După repaus, scoatem folia și așezăm aluatul pe planul de lucru pudrat cu puțină făină. Îl împărțim în două bucăți egale. Bucata de aluat care va fi întinsă mai târziu se va înfășura în folie de plastic alimentară. Întindem prima bucată de aluat într-o foaie groasă de 4-5 mm. Lăsăm foaia întinsă pe planul de lucru, cca 20 de minute, timp în care aceasta se va usca suficient de mult pentru ca pastele să poată fi tăiate fără probleme. După repaus rulăm foaia, nu foarte strâns, și tăiem pastele după preferință. Pentru tagliatelle, tăiem paste de 6-7 mm lățime, pentru tagliolini formăm paste late de 2-3 mm. Pastele pappardelle au o lățime de 1,5-2 cm, iar pastele reginette, tăiate cu o rotiță zimțată, vor avea o lățime de 1 cm. Pentru a obține pastele quadrucci, ideale pentru supe, tăiem aluatul în pătrățele de cca 1 cm sau chiar mai mici; dimensiunea diferă în funcție de rețeta în care vom folosi acest format de paste. Pentru lasagne, tăiem dreptunghiuri de 15x20 cm.

**Cum conservăm pastele proaspete:** Ideal ar fi să consumăm pastele imediat după preparare, dar în cazul în care pregătim o cantitate mai mare, putem să le conservăm în frigider sau congelator. Pentru conservarea în frigider, așezăm pastele pe o tavă de lemn/carton, avem mare grijă să nu le suprapunem, și le acoperim cu folie de plastic alimentară. Dacă dorim să le congelăm, formăm cuiburi de paste, de maxim 150 g fiecare, și le așezăm pe o tavă de carton, în congelator. Le congelăm 30 de minute, apoi le punem în pungi de plastic și le păstrăm în congelator maxim 2 luni, nu mai mult. În momentul în care dorim să le mâncăm, le scoatem din congelator și le punem înghețate la fiert, în apă cu sare.

**Cum fierbem pastele proaspete:** Dacă pentru pastele din comerț respectăm timpii de fierbere de pe ambalaj, pentru pastele proaspete de casă, avem nevoie de foarte puțin timp de fierbere. Punem apă și 1 linguriță de sare într-o oală și, când aceasta începe să fiarbă, adăugăm pastele (procedeul este valabil pentru pastele tip pappardelle, tagliatelle, tagliolini, reginette). Le fierbem 2-4 minute, apoi le scoatem din apă și le punem în tigaia în care se află condimentul. Amestecăm bine, pe foc mediu, încă 1 minut, apoi stingem focul. Foile de lasagne de casă nu se fierb niciodată înainte de a prepara lasagne sau cannelloni.



# RAVIOLI CU RICOTTA ȘI SPANAC

Preparare: 1 h 30 min • Fierbere: 10 min • Dificultate: medie • Porții: 4



**Ingrediente aluat ravioli:** 300 g făină de grâu dur/făină tip 650 • 3 ouă medii • 1/2 linguriță sare

**Ingrediente umplutură ravioli:** 300 g ricotta • 100 g spanac fiert • 75 g parmezan • 1 ou mediu • sare • piper • nucșoară (opțional)

**Ingrediente sos de unt:** 100 g unt • 4 frunze salvie proaspătă • piper • sare

**Mod de preparare:** Punem făina pe planul de lucru, formăm o cavitate în mijloc și adăugăm ouăle întregi și sarea. Cu o furculiță spargem ouăle și le amestecăm bine. Aducem făina de pe margini peste ouă și amestecăm până când obținem un aluat consistent. În acest moment, renunțăm la furculiță și începem să frământăm cu mâinile până când aluatul devine elastic și nu se mai lipsește de mâini. Îl înfășurăm în folie de plastic alimentară și îl lăsăm să se odihnească 30 de minute. După repaus, pudrăm planul de lucru cu puțină făină și întindem aluatul într-o foaie de 4 mm. Tăiem aluatul în dreptunghiuri late de 16-17 cm și lungi de cca 30 cm. Lăsăm foile de aluat să se usuce cca 10-15 minute, nu mai mult. **Pentru umplutură:** Punem ricotta bine scursă într-un vas, adăugăm oul, parmezanul, spanacul fiert, răcit și tocat mărunt, sare și piper după gust și, dacă dorim, puțină nucșoară rasă. Amestecăm până la omogenizare. Distribuim umplutura pe una dintre foile de aluat în grămăjoare echidistante (vom folosi 1 linguriță de umplutură pentru fiecare grămăjoară). Acoperim aluatul cu a doua foaie și, cu ajutorul unei forme zimțate rotunde sau pătrate, decupăm ravioli. Avem grijă să sigilăm foarte bine marginile. **Pentru fierbere,** umplem o oală cu apă, adăugăm 1 linguriță cu sare și o punem pe foc mediu. Când apa începe să fiarbă, adăugăm ravioli și îi fierbem până când se ridică la suprafață. Între timp, punem untul și frunzele de salvie într-o tigaie antiaderentă, pe foc mediu. În momentul în care untul s-a topit, adăugăm ravioli, sare și piper după gust. Amestecăm pe foc mediu 1 minut, apoi stingem focul. Sunt delicioase cu parmezan ras.

**Sfat:** Putem înlocui ricotta cu aceeași cantitate de urdă de vacă. Ravioli se mănâncă fierbinți, imediat după preparare, nu se reîncălzesc.





# CARAMELE UMLPUTE CU CIUPERCI

Preparare: 1 h 30 min • Fierbere: 20 min • Dificultate: medie • Porții: 2



**Ingredientecaramele:** 200 g făină de grâu dur/făină tip 650 • 2 ouă medii • 1/2 linguriță sare

**Ingredienteu mplutură:** 150 g ricotta • 70 g hribi deshidratați • 3 linguri parmezan • 1 cățel de usturoi • 1 ou mediu • 2 lingurițe pătrunjel • sare • piper

**Ingredienteso:** 200 g roșii cherry • 2 linguri ulei de măsline • 1 cățel de usturoi

• 1 șalotă/1 ceapă medie • 50 ml vin alb demisec • 5-6 frunze de busuioc proaspăt • parmezan

**Mod de preparare:** Punem făină pe planul de lucru, formăm o cavitate în mijloc și adăugăm acolo ouăle întregi și sarea. Cu o furculiță spargem ouăle și le amestecăm bine. Aducem făină de pe margini peste ouă și amestecăm până când obținem un aluat consistent. În acest moment, renunțăm la furculiță și începem să frământăm cu mâinile până când aluatul devine elastic și nu se mai lipsește de mâini. Îl înfășurăm în folie de plastic alimentară și îl lăsăm să se odihnească 30 de minute. După repaus, pudrăm planul de lucru cu puțină făină și întindem aluatul într-o foaie cu o grosime de 4 mm. Tăiem aluatul în dreptunghiuri de 8x10 cm. **Pentru umplutură:** Punem hribii la hidratat în apă rece, 30 de minute. Îi scurgem bine și îi tocăm foarte mărunț. Amestecăm ricotta cu hribii tocați foarte mărunț, parmezanul ras, usturoiul ras pe răzătoarea mică, oul și pătrunjelul. Adăugăm sare și piper după gust. Punem în centrul fiecărui dreptunghi de aluat câte 1 linguriță plină de umplutură și apoi îl rulăm pe lățime. Presăm marginile astfel încât să obținem forma unei caramelle/bomboane ambalate. Așezăm caramelele pe planul de lucru pudrat cu făină și le lăsăm să se usuce 30 de minute. **Pentru fierbere,** umplem o oală cu apă, adăugăm 1 linguriță cu sare și o punem pe foc mediu. Când apa începe să fiarbă, adăugăm caramelele și le fierbem până când acestea se ridică la suprafață. **Pentru sos,** curățăm roșiile de coajă și semințe și le tăiem în patru bucăți. Punem uleiul la încălzit într-o tigaie antiaderentă și adăugăm șalota și cățelul de usturoi tocate mărunț. Le sotăm 1 minut, pe foc mediu, apoi adăugăm vinul alb. Când s-a evaporat, adăugăm roșiile și frunzele de busuioc rupte în bucăți mici. Fierbem sosul până când capătă o consistență ușor cremoasă. Adăugăm caramelele în sos, amestecăm 1-2 minute, pe foc mediu, apoi stingem focul. Sunt delicioase cu parmezan ras.

**Sfat:** Dacă dorim să folosim hribi proaspeți, îi curățăm și îi tăiem cubulețe, apoi îi fierbem la aburi până când capătă o consistență al dente. Îi lăsăm să se răcească complet, îi tocăm foarte mărunț și îi amestecăm cu restul ingredientelor pentru umplutură. Putem folosi orice tip de ciuperci dorim, dar hribii, fiind foarte parfumați, dau un gust delicios acestor paste.