

CUPRINS

I. SOSURI

A. Sosuri reci

1. Aspic cu gelatină	39	30. Sos cu afumătură	52
2. Aspic fără gelatină	39	31. Sos de gutui	53
3. Maioneză	40	32. Sos de hrean	53
4. Sos alb (chaud-froid)	41	33. Sos de lămâi sau portocale	54
5. Sos brun (chaud-froid)	41	34. Sos de măceșe	54
6. Sos de lămâie (à la grec)	41	35. Sos de măcriș	55
7. Sos de maioneză cu aspic	42	36. Sos de mărar	55
8. Sos de maioneză cu muștar	42	37. Sos de mere	56
9. Sos de oțet cu verdeață	42	38. Sos de muștar (ardelenesc)	56
10. Sos de unt (maître d'hotel)	43	39. Sos de smântână	57
11. Sos de usturoi (mujdei)	43	40. Sos de smântână pentru vânat	57
12. Sos din iaurt și smântână fără ou	44	41. Sos de tarhon	57
13. Sos grecesc	44	42. Sos de tarhon (cehoslovac)	58
14. Sos Pesto	44	43. Sos de usturoi	58
15. Sos Ravigot	45	44. Sos de vin alb	59
16. Sos Remulad	45	45. Sos de vin roșu	59
17. Sos tartar	46	46. Sos de vișine	59
18. Sos tartar fără ulei	46	47. Sos din castraveți	60
19. Sos verde pentru pește	46	48. Sos din ceapă	60
20. Sos vinegret	47	49. Sos din ciuperci	61
		50. Sos din ouă și unt (bernez)	61
		51. Sos demi-glace	62
		52. Sos Madera	62
		53. Sos maioneză din iaurt sau smântână	62
		54. Sos Meunière	63
		55. Sos Meunière fără capere	63
		56. Sos olandez	63
		57. Sos pentru fripturi înăbușite (vânătoresc)	64
		58. Sos pentru raci fierți	64
		59. Sos picant	65
		60. Sos picant cu muștar (Robert)	65
		61. Sos românesc	66
		62. Sos unguresc	66
		63. Sos tomat	67

B. Sosuri calde

C. Sosuri dulci

64. Sirop de zahăr ars	68
65. Sos de ciocolată	68
66. Sos de ciocolată albă	68
67. Sos de ciocolată cu alune	69
68. Sos de fructe pentru budinci	69
69. Sos de marmeladă sau dulceață pentru budinci dulci	69
70. Sos de nuci	70
71. Sos de portocale	70
72. Sos Mocca	70
73. Șodou de vanilie	71
74. Șodou de vin	71

II. SEMIPREPARATE

75. Baiț	73
76. Borș	73
77. Esență de oase (glacé)	74
78. Esență de pește	74
79. Foi de clătite din cartofi	74
80. Foietaj crud	75
81. Găluște din cartofi pentru papricaș	76
82. Găluște din făină pentru papricaș	76
83. Găluște din ficat	77
84. Găluște din griș	77
85. Pai parmezan	77
86. Pastă din brânză	78
87. Pastă din brânză cu boia	78
88. Pastă din brânză și cașcaval	78
89. Pastă din carne de porc	79
90. Pateu din ficat de porc	79
91. Răzătură de lămâie	79
92. Rulou din foietaj	80
93. Supă de carne (bulion)	80
94. Supă de oase	81
95. Supă de pasăre	81
96. Tarte pentru umplut	82
97. Tăiței de casă	82
98. Tăiței din cartofi	82
99. Umplutură cu brânză de vaci	83

100. Umplutură cu carne	83
101. Umplutură cu ceapă	83
102. Umplutură cu ciuperci	84
103. Umplutură cu creier	84
104. Umplutură cu șuncă	85
105. Umplutură cu varză	85
106. Umplutură de spanac	85
107. „Vol-au-vent“	86

III. GUSTĂRI

A. Aperitive și gustări reci

a. Gustări reci din brânzeturi

108. Ardei gras umplut cu pastă de brânză și măslina	87
109. Brânză de vaci cu ouă și ceapă	87
110. Castraveți umpluți cu pastă de brânză	88
111. Icre din brânză cu roșii	88
112. Liptauer	89
113. Liptauer timișorean	89

b. Gustări reci din legume

114. Ardei umpluți cu salată de vinate și roșii	89
115. Ciuperci cu sos de lămâie (à la grec)	90
116. Ciuperci umplute	90
117. Gogoșari umpluți cu salată de crudități	91
118. Roșii umplute cu salată à la russe	91
119. Roșii umplute cu salată de legume	92
120. Roșii umplute cu vinate tocate	92

c. Gustări reci din ouă

121. Crochete din ou cu sos tartar	93
122. Ouă „Cazino“	93
123. Ouă cu maioneză	94
124. Ouă cu roșii și ceapă verde	94
125. Ouă cu sos tartar	94

126. Ouă cu șuncă în aspic	95	151. Rondele din aluat fraged	
127. Ouă umplute cu legume	95	cu ficat sau brânză	107
128. Ouă umplute cu pastă din brânză	96	152. Rulou cu pastă din brânză	108
129. Ouă umplute cu pateu de ficat	96	153. Rulou cu pastă din șuncă	108
d. Gustări reci din icre		154. Rulou cu pateu de ficat	108
130. Icre de crap sau știucă	96	155. Rulou cu șuncă și sardele	109
131. Icre Tarama	97	156. Rulou din carne de porc cu ouă în aspic	109
e. Gustări reci din carne și preparate din carne		157. Rulou din parizer cu brânză	110
132. Creier de vită cu salată à la russe în aspic	97	158. Rulou din șuncă cu salată à la russe în aspic	110
133. Creier de vită cu sos de lămâie (à la grec)	98	g. Salate – Gustări	
134. Creier de vită în aspic	98	159. Butoiașe din morcovi	111
135. Crochete din șuncă cu sos tartar	99	160. Salată à la Moscova	111
136. Limbă de vită cu sos Remulad	99	161. Salată à la Praga	112
137. Limbă de vită cu sos Remulad și roșii	100	162. Salată à la russe	112
138. Limbă de vită cu sos tartar	100	163. Salată de boeuf	113
139. Limbă de vită în aspic	101	164. Salată de pasăre	113
140. Șuncă în aspic	101	165. Salată de pasăre în aspic	114
141. Mușchi de porc cu salată à la russe în aspic	102	166. Salată de spaghete cu sos vinegret	114
142. Mușchi de vită cu salată à la russe în aspic	102	167. Salată din crudități	114
143. Mușchi de vită în aspic	103	168. Salată din crudități cu iaurt	115
144. Pastă din șuncă în aspic	103	169. Salată din crudități cu limbă de vită sau porc	115
145. Pateu din ficat de porc (clujean)	104	170. Salată din crudități cu mere	116
146. Pateu din ficat de porc în aspic (țimișorean)	104	171. Salată din crudități cu sos ketchup	116
147. Piftie din carne de curcan	105	172. Salată din crudități cu șuncă și brânză telemea	117
f. Rulouri		173. Salată din fasole boabe	118
148. Ruladă cu șuncă	106	174. Salată din fasole verde	118
149. Ruladă din omletă cu spanac	106	175. Salată franceză	118
150. Ruladă specială	107	176. Salată italiană	119
		177. Salată din legume (bulgărească)	120
		178. Salată din legume proaspete cu maioneză	120
		179. Salată din țelină	121
		180. Salată din țelină cu smântână	121
		181. Salată din vinete	122
		182. Salată din vinete cu roșii	122

183. Salată orientală cu maioneză	122	217. Crochete din cartofi și mazăre	138
184. Salată orientală cu maioneză (germană)	123	218. Crochete din ciuperci cu pește	138
185. Salată orientală de iarnă	123	219. Crochete din ciuperci cu sos de smântână	139
186. Salată orientală de primăvară	124	220. Dovlecei grecești	139
187. Salată orientală de vară	124	221. Dovlecei țărănești	140
188. Spanac cu maioneză	125	222. Dovlecei umpluți cu ciuperci	140
189. Țelină cu măslină	125	223. Dovlecei umpluți	141
190. Urzici cu maioneză	126	224. Iahnie din ciuperci	141
191. Vinete cu măslină	126	225. Legume cu smântână și ouă fierte tari	142
h. Sandvișuri și tartine		226. Roșii umplute cu ciuperci	142
192. Sandviș cu brânză și maioneză	127	227. Roșii umplute cu paste făinoase	143
193. Sandviș cu brânză telemea	127	228. Ruladă din cartofi cu costiță afumată	143
194. Sandviș cu cașcaval	128	229. Varză umplută cu legume	144
195. Sandviș cu friptură de pasăre	128	230. Vinete pané cu șuncă și cașcaval	145
196. Sandviș cu pastă de șuncă	129	231. Vinete umplute cu legume	145
197. Sandviș cu salam	129	232. Vinete umplute cu legume și orez	146
198. Sandviș cu salam de Sibiu	130	233. Vol-au-vent cu mazăre	146
199. Sandviș cu sardele	130	b. Gustări calde din brânzeturi	
200. Sandviș cu șuncă	130	234. Budincă din cașcaval	147
201. Sandviș cu șvaițer	131	235. Cașcaval la capac	147
202. Sandviș special cu friptură de porc	131	236. Cașcaval pané	147
203. Tartine cu ciuperci	131	237. Cașcaval suflé	148
204. Tartine cu pastă din ouă fierte tari	132	238. Crochete din cașcaval	148
205. Tartine cu pateu de ficat	132	239. Găluște din brânză de vaci	149
206. Tartine cu sos alb și ciuperci	133	240. Găluște din brânză de vaci și smântână	149
207. Tartine cu unt de raci	133	241. Gogoși pripite	149
B. Gustări calde și minuturi		242. Gogoși pripite cu cașcaval	150
a. Gustări calde din legume		243. Ruladă cu brânză	150
208. Bastonașe din cartofi	134	244. Sufleu de șvaițer	151
209. Budincă din ciuperci	134	c. Gustări calde din paste făinoase, foietaje	
210. Cartofi franțuzești	135	245. Bulz (cocoloș) ciobănesc cu brânză	151
211. Cartofi umpluți cu legume	135	246. Bușeuri cu macaroane și ciuperci	151
212. Chiftele din cartofi	136		
213. Chiftele din legume fierte	136		
214. Chiftele din varză cu smântână	136		
215. Ciuperci în aluat de clătite	137		
216. Ciuperci umplute	137		

247. Clătite cu ciuperci	152	280. Jumări de ouă simple cu ficat	167
248. Cornuri din foietaj	153	281. Jumări pe aburi	167
249. Baghete umplute cu brânză	153	282. Ochiuri cu cașcaval la capac	168
250. Crochete din griș	153	283. Ochiuri cu ciuperci la capac	168
251. Crochete din griș și mazăre	154	284. Ochiuri cu costiță la capac	168
252. Găluște ungurești	154	285. Ochiuri cu parizer la capac	169
253. Gogoșele (Caroline)		286. Ochiuri cu roșii la capac	169
cu diferite umpluturi	155	287. Ochiuri cu smântână	169
254. Gogoși din cartofi	155	288. Ochiuri cu șuncă la capac	170
255. Margarete cu brânză	156	289. Ochiuri în cuib de cartofi	170
256. Mămăligă cu brânză și ouă		290. Ochiuri românești	170
la cuptor	156	291. Ochiuri românești cu ceapă	171
257. Mămăligă cu brânză de vaci		292. Ochiuri românești cu	
și unt	157	mămăligă	171
258. Mămăligă cu unt și brânză	157	293. Ochiuri românești cu sos alb	171
259. Merdenele cu brânză de oi	157	294. Ochiuri românești în cuib	
260. Musaca din pâine albă		de parizer	172
și brânză de vaci	158	295. Ochiuri românești în tarte	
261. Papară de pâine	158	pe piure de spanac	172
262. Pateuri din foietaj	159	296. Omletă	173
263. Plăcintă cu ceapă, varză		297. Omletă cu brânză	173
sau brânză	159	298. Omletă cu ciuperci	173
264. Plăcintă din foietaj	160	299. Omletă cu ficăței de pasăre	174
265. Pogăci cu jumări	160	300. Omletă cu legume	174
266. Ruladă de pâine albă și		301. Omletă cu mazăre	174
șuncă	161	302. Omletă cu mușchi țigănesc	175
267. Saleuri crocante	162	303. Omletă cu parmezan	
268. Saleuri cu parmezan	162	sau cașcaval ras	175
269. Saleuri din foietaj	163	304. Omletă cu roșii	175
270. Tarte cu macaroane și ciuperci	163	305. Omletă cu roșii și ardei gras	176
d. Gustări calde din ouă		306. Omletă cu șuncă	176
271. Jumări cu brânză	164	307. Omletă cu verdeață	176
272. Jumări cu cârnaț afumat	164	308. Omletă spumoasă	177
273. Jumări cu costiță afumată	164	309. Omletă spumoasă la cuptor	177
274. Jumări cu roșii	165	310. Omletă țărănească	177
275. Jumări cu roșii (portugheze)	165	311. Ouă cu creier	178
276. Jumări de ouă cu cașcaval	165	312. Ouă fierte moi	178
277. Jumări de ouă simple	166	313. Ouă la capac	179
278. Jumări de ouă simple cu		314. Ouă moi în tarte cu ciuperci	179
ciuperci	166	315. Ouă moi în tarte gratinate	179
279. Jumări de ouă simple cu		316. Ouă moi în tarte „Zingara“	180
creier	166		

e. Gustări calde din carne și preparate din carne

317. Budincă cu șuncă	180
318. Chifteluțe semivegetariene	181
319. Chifteluțe speciale	181
320. Quiche Lorraine	182
321. Cornuri umplute cu șuncă, parizer și salam	182
322. Creier de vită pané	183
323. Crenvurști cu maioneză	183
324. Crenvurști în aluat de clătite	184
325. Crochete din creier cu sos tartar	184
326. Crochete din șuncă	185
327. Drob din măruntaie cu sos tartar	185
328. Ficat de porc prăjit cu ceapă (lionez)	186
329. Gogoși de cartofi cu șuncă	186
330. Inimă de porc prăjită	187
331. Parizer pané	187
332. Rinichi de vită prăjit	187
333. Ruladă din carne de vită cu ouă umplute	188
334. Rulou cu carne de porc și ciuperci	188
335. Rulou cu crenvurști	189

f. Tartine calde

336. Tartine calde cu legume	189
337. Tartine calde mureșene	190
338. Tartine calde „Neptun“	190
339. Tartine calde cu ouă ochiuri și sardele	191
340. Tartine calde cu ouă ochiuri, șuncă și cașcaval	191

IV. SUPE, CIORBE ȘI BORȘURI

A. Supe

a. Supe din legume și fructe

341. Supă andaluză	193
342. Supă-cremă Ambasador	193

343. Supă-cremă de andive	194
344. Supă-cremă de conopidă	194
345. Supă-cremă italiană	195
346. Supă cu fasole boabe și costiță	195
347. Supă cu mere	196
348. Supă cu vișine	196
349. Supă de lapte	197
350. Supă de toamnă	197
351. Supă de usturoi	197
352. Supă italiană	198

b. Supe din legume și oase

353. Supă-bulion cu orez	199
254. Supă-cremă de cartofi	199
355. Supă cu cartofi și ciuperci	200
356. Supă cu chimen	200
357. Supă cu ciuperci și găluște	201
358. Supă cu ciuperci și orez	201
359. Supă cu conopidă	202
360. Supă cu fidea	202
361. Supă cu găluște din griș	203
362. Supă cu gullii	203
363. Supă cu mazăre și găluște	204
364. Supă cu orez	204
365. Supă cu orez și lămâie	204
366. Supă cu ouă	205
367. Supă cu praz (germană)	205
368. Supă cu praz și cartofi	206
369. Supă cu tăiței	206
370. Supă cu tăiței și cartofi	206
371. Supă cu varză	207
372. Supă cu ciuperci	207
373. Supă de dovlecei	208
374. Supă de spanac	209
375. Supă din cartofi	209
376. Supă din ceapă	210
377. Supă de legume	210
378. Supă din roșii și orez	211
379. Supă Minestrone	212
380. Supă poloneză cu roșii	212
381. Supă țărănească cu tăiței	213

c. Supe din legume și carne

382. Supă de creier	214
383. Supă din carne de găină cu profiterol	214
384. Supă din carne de găină cu tăiței	215
385. Supă din carne de găină cu orez	215
386. Supă poloneză din carne de găină	216
387. Supă din carne de pui cu găluște	216
388. Supă din carne de pui cu pai parmezan	217
389. Supă din carne de pui (rasol) cu tăiței	217
390. Supă (ragut) din pasăre cu găluște	218
391. Supă din carne de vită cu găluște	218
392. Supă din carne de vită cu pai parmezan	219
393. Supă din carne de vită cu ravioli	220
394. Supă din carne de vită cu zdrențe	220
395. Supă gulaș	221

B. Consomeuri

396. Consomé	222
--------------	-----

C. Creme**a. Preparate din legume și oase**

397. Cremă cu macaroane	223
398. Cremă din cartofi	223
399. Cremă din conopidă	224
400. Cremă din dovlecei	224
401. Cremă din fasole boabe	225
402. Cremă din gullii	225
403. Cremă din legume	226
404. Cremă din mazăre	226
405. Cremă din morcovi	227
406. Cremă din orez	227

407. Cremă din salată verde	228
408. Cremă din spanac	228
409. Cremă din țelină	229

b. Preparate din legume și carne

410. Cremă din carne de pui	229
411. Cremă din ciuperci cu carne de găină	230

D. Ciorbe**a. Preparate din legume**

412. Ciorbă bulgărească	231
413. Ciorbă cu bureți	231
414. Ciorbă cu cartofi	232
415. Ciorbă cu fasole boabe	232
416. Ciorbă cu fasole boabe și costiță	233
417. Ciorbă cu lobodă	233
418. Ciorbă cu măcriș	234
419. Ciorbă cu salată verde	234
420. Ciorbă cu sfeclă	235
421. Ciorbă cu urzici	235
422. Ciorbă de cartofi cu sos alb	236
423. Ciorbă de hamei	236

b. Preparate din legume și oase

424. Ciorbă ardelenească cu lobodă	237
425. Ciorbă cu dovlecei	238
426. Ciorbă cu dovlecei (à la grec)	238
427. Ciorbă cu dovlecei umpluți	239
428. Ciorbă cu fasole verde	240
429. Ciorbă cu praz	240
430. Ciorbă cu tarhon	241
431. Ciorbă cu varză albă	242
432. Ciorbă din legume proaspete	242
433. Ciorbă țărănească din legume	243
434. Ciorbă ucraineană din legume	244

c. Preparate din legume și carne

435. Ciorbă ardelenescă cu carne de mânzat	245
436. Ciorbă ardelenescă cu carne de miel	245
437. Ciorbă ardelenescă cu carne de porc	246
438. Ciorbă bănățeană cu carne de iepure	246
439. Ciorbă cu carne de berbec și legume	247
440. Ciorbă cu carne de mânzat (à la grec)	248
441. Ciorbă cu carne de miel	248
442. Ciorbă cu carne de pui	249
443. Ciorbă cu carne de pui (à la grec)	250
444. Ciorbă cu carne de pui și roșii	250
445. Ciorbă cu carne de vită (à la grec)	251
446. Ciorbă cu carne de vită și legume	251
447. Ciorbă cu carne de vită și varză	252
448. Ciorbă cu perișoare I	253
449. Ciorbă cu perișoare II	253
450. Ciorbă de perișoare (à la grec)	254
451. Ciorbă de burtă	255
452. Ciorbă de crap	256
453. Ciorbă de fasole boabe cu sos alb	256
454. Ciorbă de măruntaie de pui (à la grec)	257
455. Ciorbă de miel cu măcriș	258
456. Ciorbă de pasăre cu usturoi	258
457. Ciorbă de potroace	259
458. Ciorbă de varză cu afumătură	260
459. Ciorbă pescărească	260
460. Ciorbă țărănească cu carne de mânzat	261

461. Ciorbă țărănească cu carne de pui	262
462. Ciorbă țărănească cu carne de porc	262
463. Ciorbă țărănească cu carne de porc (à la grec)	263
464. Ciorbă țărănească cu carne de vită	264

E. Borșuri

a. Preparate din legume

465. Borș craiovean	265
466. Borș de ciuperci	265
467. Borș de dovlecei	266
468. Borș de lobodă	266
469. Borș de praz	267
470. Borș de primăvară	267
471. Borș de zarzavat	268
472. Borș moldovenesc cu fasole boabe	268

b. Preparate din legume și carne

473. Borș cu carne de miel	269
474. Borș cu sfeclă și carne de vită	270
475. Borș din cap de miel	270
476. Borș moldovenesc	271
477. Borș pescăresc	271
478. Borș polonez	272
479. Borș rusesc	273
480. Borș rusesc cu rinichi	273
481. Borș cu spanac și carne de vită	274
482. Borș ucrainean	275

V. MÂNCĂRURI

A. Mâncăruri din legume

a. Preparate din legume

483. Andive cu sos de smântână	277
484. Andive în foietaj	277
485. Andive soté cu ciuperci	278

486. Ardei copti cu sos alb	278	520. Chifteluțe din orez	296
487. Ardei sârbesc	279	521. Ciulama cu ciuperci	296
488. Ardei umpluți cu brânză	279	522. Ciuperci cu orez	297
489. Ardei umpluți cu legume	280	523. Ciuperci cu smântână	297
490. Ardei umpluți cu orez	280	524. Conopidă cu smântână	298
491. Budincă din conopidă	281	525. Conopidă cu sos de smântână	298
492. Budincă din legume	282	526. Conopidă cu sos Remulad	298
493. Budincă din legume cu sos de smântână	282	527. Conopidă cu unt și cașcaval	299
494. Budincă din morcovi	283	528. Conopidă gratinată	299
495. Budincă din praz	284	529. Conopidă gratinată cu ciuperci	300
496. Budincă din spanac	284	530. Conopidă la cuptor	300
497. Cartofi copti cu crustă de sare	285	531. Conopidă pané	301
498. Cartofi cu ciuperci	285	532. Conopidă poloneză	301
499. Cartofi cu măsline	286	533. Dovlecei cu cimbru	301
500. Cartofi cu smântână	286	534. Dovlecei cu piper	302
501. Cartofi cu smântână (ardelenești)	287	535. Dovlecei cu smântână (ardelenești)	302
502. Cartofi cu șuncă gratinați (farsmac)	287	536. Dovlecei cu sos de lămâie (à la grec)	303
503. Cartofi cu unt și smântână	288	537. Dovlecei cu sos de smântână	303
504. Cartofi cu usturoi la cuptor	288	538. Dovlecei cu unt și smântână	304
505. Cartofi fierți cu unt	289	539. Dovlecei gratinați	304
506. Cartofi gratinați	289	540. Dovlecei pané	305
507. Cartofi gratinați cu brânză de vaci	289	541. Fasole bătută	305
508. Cartofi în cremă de muștar	290	542. Fasole verde cu smântână (ardelenească)	306
509. Cartofi parizieni	290	543. Fasole verde cu unt și smântână	306
510. Cartofi surpriză	291	544. Frigănele cu mazăre	307
511. Cartofi timpurii cu sos de smântână	291	545. Găluște din griș cu piure de spanac	307
512. Cartofi umpluți	292	546. Ghiveci din legume	308
513. Cartofi umpluți cu brânză	292	547. Ghiveci din legume (de toamnă)	309
514. Cartofi umpluți cu ciuperci	293	548. Ghiveci din legume proaspete de vară	310
515. Cartofi umpluți cu orez	293	549. Gulaș vegetarian (bulgăresc)	311
516. Chiftele din cartofi cu sos de lămâie	294	550. Iahnie de cartofi	311
517. Chiftele din cartofi cu mazăre soté	294	551. Iahnie de fasole boabe	312
518. Chifteluțe din cartofi cu piure de spanac	295		
519. Chifteluțe din legume cu piure de spanac	295		

552. Legume asortate gratinate	312	586. Sarmale cu orez în foi de viță	331
553. Legume combinate gratinate	313	587. Sărmăluțe în foi de viță cu orez și stafide (de post)	332
554. Legume cu lămâie	314	588. Soté de mazăre	332
555. Legume cu sos dietetic	314	589. Spanac cu ciuperci gratinate	333
556. Legume cu sos de ouă crude	315	590. Sufleu de salată	333
557. Mazăre verde cu smântână	315	591. Sufleu de spanac	334
558. Mâncare de linte	316	592. Sufleu de vinete	334
559. Mâncare de morcovi	316	593. Șnițel din legume	335
560. Mâncare de salată verde	317	594. Șnițel vegetarian din cartofi	336
561. Mâncare de urzici	317	595. Tartă cu legume	336
562. Morcovi soté	318	596. Tarte cu ciuperci	337
563. Musaca de legume cu sos tomat	318	597. Tocană de ardei cu orez	338
564. Musaca de vinete și boabe de fasole	319	598. Tocană de orez cu legume	339
565. Papricaș cu ciuperci	320	599. Tocană din legume (călugărească)	339
566. Pastă din cartofi cu maioneză	320	600. Tocană dobrogeană din legume	340
567. Perișoare din cartofi cu sos tomat	321	601. Țelină cu măsline	340
568. Pilaf cu praz	321	602. Țelină cu sos de smântână	341
569. Pilaf cu prune uscate	321	603. Varză acră cu smântână	341
570. Piure de mere	322	604. Varză cehoslovacă	341
571. Piure din cartofi cu frigănele	322	605. Varză cu orez	342
572. Piure din spanac cu frigănele	323	606. Varză cu smântână și suc de roșii	342
573. Piure din spanac cu ochiuri românești	323	607. Varză cu tăiței	343
574. Piure cu spanac cu usturoi	324	608. Varză de Bruxelles cu unt și lămâie	343
575. Piure din țelină cu frigănele	324	609. Varză de Bruxelles prăjită	344
576. Piure din urzici cu usturoi	325	610. Vegetale la tigaie	344
577. Plachie de fasole boabe	325	611. Vinete Bruschetta	345
578. Praz cu măsline	326	612. Vinete bulgărești	345
579. Praz cu unt	327	613. Vinete împănate	346
580. Ravioli cu spanac	327	614. Vinete pané	346
581. Rizoto aromatizat cu vin și parmezan	328	615. Vinete provincial	347
582. Roșii umplute cu ciuperci	328	616. Vinete umplute cu legume mexicane	347
583. Roșii umplute cu orez	329	617. Vol-au-vent cu legume	348
584. Sarmale cu arpacaș în foi de viță	330	618. Vol-au-vent cu legume și ciuperci	348
585. Sarmale cu orez în foi de varză	330		

**b. Preparate din legume cu
supă de oase**

619. Andive breze	349
620. Budincă din ciuperci	349
621. Gogoșari cu orez și ochiuri	350
622. Musaca din legume „Grădinar“	351
623. Pilaf cu ciuperci și cașcaval	351
624. Pilaf cu ciuperci și sos de smântână	352
625. Pilaf din dovlecei	352
626. Rizoto cu șuncă și șvaițer	353
627. Rizoto milanez	353
628. Varză albă așezată	354
629. Varză creată pané	354

B. Mâncăruri cu pește

630. Caras prăjit	355
631. Cartofi umpluți cu stavrid	355
632. Chiftele marinate din stavrid	356
633. Chifteluțe din pește cu salată de castraveți	357
634. Chifteluțe din stavrid	357
635. Ciorbă cu perișoare din stavrid	358
636. Ciorbă de stavrid	359
637. Cod cu ierburi aromatice la cuptor	360
638. Cod cu lămâie	360
639. Cod cu pesmet și sos Pesto	361
640. Cod pané cu plante aromatice	361
641. Cod rulat în bacon	362
642. Cordon Bleu din filé de pește	363
643. Crap afumat în sos	363
644. Crap cu măsline	364
645. Crap cu sos Madera (Matelot)	364
646. Crap cu verdețuri	365
647. Crap dunărean cu ciuperci, arpagic, măsline și lămâie	366
648. Crap marinăresc	366
649. Crap pané	367
650. Crap pescăresc	367

651. Crap pe varză	367
652. Crap portughez	368
653. Crap prăjit	369
654. Crap provincial	369
655. Crap rasol	370
656. Crap sârbesc	370
657. Crap spaniol	371
658. Crap umplut cu orez	371
659. Crap unguresc	372
660. Creveți în foi de plăcintă	372
661. Crochete din stavrid	373
662. Filé de morun cu sparanghel și sos olandez	374
663. Filé de morun sau nisetru (siberian)	374
664. Filé de șalău cu ciuperci	375
665. Filé de șalău cu legume și sos de cacao	376
666. Filé de șalău cu salată à la russe în aspic	376
667. Filé de șalău cu sos Madera (hotelier)	377
668. Filé de șalău cu sos Meunière	377
669. Filé de șalău franțuzesc (Orly)	378
670. Filé de șalău gratinat	378
671. Filé de șalău înăbușit cu sos de capere și cu cartofi natur	379
672. Filé de șalău pané	379
673. Filé de șalău portughez	379
674. Filé de șalău prăjit	380
675. Filé de șalău provincial	380
676. Filé de șalău rasol	381
677. Filé de știucă prăjit	381
678. Filé de știucă rasol	382
679. Friptură de pește	382
680. Ghiveci cu crap	383
681. Homari cu trufe și tăiței	384
682. Icre de crap preparate	384
683. Legume cu stavrid rasol	385
684. Marinată cu crap	385

685. Marinată cu pește sărat	386	722. Saramură de caras	406
686. Marinată cu stavrid	386	723. Saramură de ciortan	406
687. Medalion din stavrid	387	724. Saramură de crap	406
688. Merluciu fript în tigaie cu smântână	387	725. Sarmale în foi de varză acră cu carne de pește	407
689. Morun cu ciuperci și roșii	388	726. Scoici și crustacee cu șofran în casoletă	407
690. Morun gratinat cu ciuperci	388	727. Scoici „Saint-Jacques“ în aluat	408
691. Morun pané	389	728. Scrumbii de Dunăre cu sos de lămâie (à la grec)	408
692. Morun sau nisetru cu sos de lămâie (à la grec)	389	729. Scrumbii de Dunăre la grătar	409
693. Morun sau nisetru pescăresc	389	730. Scrumbii în pergament	409
694. Morun sau nisetru prăjit	390	731. Scrumbii proaspete la grătar cu sos picant	410
695. Morun sau nisetru provincial	390	732. Somn cu ciuperci și sos de smântână	410
696. Morun sau nisetru rasol	391	733. Somn cu roșii	411
697. Musaca de cartofi cu stavrid	392	734. Somn Meunière	411
698. Pané de stavrid	393	735. Somn pané	412
699. Pastă din pește sărat sau afumat	393	736. Somn rasol	412
700. Păstrăv à la russe	394	737. Stavrid cu sos de lămâie (à la grec)	412
701. Păstrăv picant la grătar	394	738. Stavrid cu sos de maioneză (Remulad)	413
702. Păstrăv prăjit	395	739. Stavrid cu sos de usturoi (spaniol)	414
703. Păstrăv umplut	395	740. Stavrid în saramură	414
704. Perișoare din stavrid cu sos tomat	395	741. Stavrid pescăresc	414
705. Pește pescăresc	396	742. Stavrid prăjit	415
706. Pește picant	396	743. Stridii cu sos de șampanie	415
707. Pește rasol cu sos de vin	397	744. Șalău gratinat cu tarhon	416
708. Pilaf cu filé de pește (indian)	398		
709. Pilaf cu stavrid	399		
710. Pilaf exotic cu fructe de mare	399		
711. Plachie de crap	400		
712. Plachie de stavrid	400		
713. Plăcintă cu cod și creveți	401		
714. Pui de baltă cu sos Meunière	402		
715. Pui de baltă pané	402		
716. Raci în stil Nantua	402		
717. Rulou din stavrid cu salată à la russe	403		
718. Salată cu fructe de mare	404		
719. Salată din languste și dovlecei	404		
720. Salată din scrumbii de mare cu maioneză	405		
721. Salată din stavrid cu ceapă	405		

C. Mâncăruri din paste făinoase

745. Budincă din macaroane cu sos tomat	417
746. Budincă din macaroane cu șuncă	417
747. Cannelloni cu carne de vită, urdă și ardei	418
748. Carbonara la cuptor	419
749. Gnocchi florentini	419
750. Gnocchi gratinați	420
751. Iofca cu brânză de vaci	420
752. Linguini cu bacon	421

753. Macaroane cu brânză	421	783. Spaghete cu vinete și ardei	437
754. Macaroane cu brânză și ton	422	784. Spaghete cu usturoi și piper	437
755. Macaroane cu ciuperci și sos tomat	422	785. Spaghete în stil oriental	438
756. Macaroane cu ficăței de pasăre și sos tomat	423	786. Tagliatelle cu ceapă călită și muștar	438
757. Macaroane cu sos Pesto și spanac	423	787. Tagliatelle cu ciuperci	439
758. Macaroane cu sos tomat	424	788. Tăiței cu brânză	439
759. Macaroane cu șuncă și sos tomat	424	789. Tortelli cu cartofi	440
760. Macaroane gratinate	424		
761. Macaroane milaneze	425	D. Preparate pizza	
762. Pappardelle cu sos de spanac	425	790. Aluat pizza	441
763. Paste făinoase „All’Amatriciana“ (picante)	426	791. Sos pizza	441
764. Paste făinoase cu cârnați trandafir	426	792. Condimente pizza	442
765. Paste făinoase cu fasole	427	793. Pizza „Alexandres“	442
766. Paste făinoase cu legume de primăvară	427	794. Pizza al tonno	443
767. Paste făinoase cu legume prăjite	428	795. Pizza „Bolognesa“	443
768. Paste făinoase cu legume și condimente	429	796. Pizza „Calzone“	444
769. Paste făinoase cu Mozzarella și roșii	429	797. Pizza „Capricciosa“	444
770. Paste făinoase cu năut	430	798. Pizza cu fructe de mare	445
771. Paste făinoase cu pui și ghimbir	431	799. Pizza cu sardele	445
772. Paste făinoase cu sos de lămâie, nuci și migdale	431	800. Pizza di Roma	446
773. Paste făinoase picante	432	801. Pizza „Due stagioni“	446
774. Ravioli cu ciuperci	432	802. Pizza „Diavola“	447
775. Salată de paste făinoase Niçoise	433	803. Pizza exotică	447
776. Salată grecească din paste făinoase	433	804. Pizza fitness	448
777. Spaghete Carbonara	434	805. Pizza „Quattro formaggi“	448
778. Spaghete cu bacon și măslina	434	806. Pizza „Quattro stagioni“	449
779. Spaghete cu brânză de vaci	435	807. Pizza „Margherita“	449
780. Spaghete cu roșii și măslina	435	808. Pizza „Mario“	450
781. Spaghete cu scoici picante	436	809. Pizza „Mexicana“	450
782. Spaghete cu scoici și usturoi	436	810. Pizza „Napoletana“	451
		811. Pizza „Prosciutto e funghi“	451
		812. Pizza „Romana“	452
		813. Pizza turcească	452
		814. Pizza țărănească	453
		815. Pizza vegetariană	454
		E. Mâncăruri din carne tocată cu diferite adaosuri	
		a. Preparate cu carne de pasăre	
		816. Batoane din carne de pui	455
		817. Burgheri din carne de curcan cu brânză	455

818. Cartofi umpluți cu carne de pui	456	841. Carne tocată în foietaj (culibiaca)	470
819. Clătite umplute cu carne de pui	457	842. Chiftele din carne de vită	471
820. Galantină de găină	457	843. Chifteluțe marinate	471
821. Pârjoale din carne de pui	458	844. Clătite cu carne	472
822. Perișoare din piept de pasăre cu suc de roșii	458	845. Dovlecei umpluți	473
823. Ravioli cu carne de pui (gratinați)	459	846. Macaroane cu carne de vită	474
824. Ruladă de curcan	460	847. Mititei	474
825. Sarmale cu carne de pui în foi de varză	460	848. Musaca din cartofi	475
826. Tocătură de curcan cu paste făinoase	461	849. Musaca din cartofi cu iaurt	475
827. Țelină umplută cu carne de pui	462	850. Musaca din dovlecei	476
b. Preparate cu carne de porc		851. Musaca din macaroane	477
828. Chiftele de cartofi cu carne	462	852. Musaca din țelină	477
829. Chiftele din carne de porc	463	853. Musaca din vinete	478
830. Ciuperci umplute cu carne de porc	463	854. Musaca din vinete cu iaurt	479
831. Colțunași din cartofi cu carne de porc	464	855. Pârjoale moldovenești	480
832. Filé vienez	464	856. Plăcintă cu carne tocată de vită și cu ciuperci	480
833. Gogonele murate umplute cu carne de porc	465	857. Ravioli cu carne de vită și sos tomat	481
834. Musaca de varză acră, fiartă în oala sub presiune	465	858. Roșii umplute cu carne de vită	482
835. Plăcintele cu spanac și carne tocată de porc	466	859. Ruladă din carne de vită cu ficăței de pasăre	482
836. Rulou din carne tocată de porc în sos propriu	467	860. Sarmale cu carne de vită în foi de varză	483
837. Sarmale cu carne de porc în foi de varză	467	861. Varză umplută cu carne de vită	484
838. Varză cu carne tocată de porc	468	862. Vinete umplute cu carne de vită	484
c. Preparate cu carne de vită		d. Preparate cu carne de porc și vită	
839. Budincă de cartofi cu carne de vită	469	863. Ardei umpluți	485
840. Budincă din carne cu sos din legume	470	864. Biftec cu ceapă prăjită (berlinez)	486
		865. Castraveți umpluți	486
		866. Chifteluțe cu ciuperci	487
		867. Chifteluțe cu ciuperci și sos de smântână	488
		868. Chifteluțe cu mărar	488
		869. Chifteluțe cu sos de smântână	489

870. Chifteluțe cu sos de vin	490	900. Friptură din carne de pui cu sos de legume	510
871. Chifteluțe cu sos tomat	490	901. Friptură din carne de pui cu sos tomat	511
872. Chifteluțe cu tarhon	491	902. Friptură din carne de pui la tavă cu legume	511
873. Chifteluțe cu tarhon și sos de smântână	492	903. Friptură din carne de pui la tavă cu mujdei și mămăligă	512
874. Friptură tocată (berlineză)	492	904. Găină rasol cu legume și hrean	512
875. Musaca de orez cu legume și carne	493	905. Gulaș cu carne de pui	513
876. Perișoare cu smântână	493	906. Kievskaia de pui	513
877. Perișoare cu verdeață	494	907. Legume cu carne de pui	514
878. Sarmale în foi de varză	495	908. Macaroane cu piept de pui	515
879. Sarmale în foi de varză (cu arpacaș și orez)	495	909. Ostropel din carne de pui	515
880. Sărmăluțe în foi de spanac	496	910. Papricaș din carne de pui	516
881. Sărmăluțe în foi de ștevie	497	911. Piept de pui cu sos de ciuperci și smântână	516
882. Sărmăluțe în foi de viță (cu arpacaș și orez)	498	912. Piept de pui înfășurat în șuncă	517
F. Mâncăruri din legume cu carne de pasăre			
883. Angemacht din carne de pui	499	913. Pilaf cu carne de curcan	518
884. Blanchete de pui cu orez	499	914. Pilaf cu carne de pui	518
885. Budincă din ficat de pui	500	915. Pilaf cu măruntaie de pui	519
886. Caserolă cu mere și pui	501	916. Pilaf cu pulpe de curcan	519
887. Caserolă cu pui și cârnați	501	917. Pui à la Kiev	520
888. Chebab de pui	502	918. Pui cu boabe de porumb „jalousie“	520
889. Ciulama de pui cu mămăligă	503	919. Pui cu ciuperci	521
890. Ciulama din pulpe de pui cu ciuperci și mămăligă	503	920. Pui cu ciuperci și maioneză	522
891. Colțunași cu carne de pui	504	921. Pui cu ciuperci și măsline	522
892. Cocoș cu vin	505	922. Pui cu conopidă	523
893. Crochete din carne de pui cu mazăre	505	923. Pui cu fasole verde	524
894. Curcan cu măsline	506	924. Pui cu măsline	524
895. Curcan cu umplutură de orez la cuptor	507	925. Pui cu morcovi	525
896. Curcan la tavă cu sos de ciuperci	508	926. Pui cu orez și sos suprem	526
897. Curcan picant „la minut“	509	927. Pui cu roșii	526
898. Friptură breze din carne de pui cu ciuperci	509	928. Pui cu smântână	527
899. Friptură din carne de curcan la tavă, cu varză călită	510	929. Pui cu șalote	527
		930. Pui cu tarhon	528
		931. Pui cu vinete	529
		932. Pui franțuzesc	529
		933. Pui franțuzesc cu ciuperci	530
		934. Pui în aspic (piesă întreagă)	531

935. Pui în aspic cu salată à la russe	531	967. Cartofi cu cotlet de porc la cuptor	550
936. Pui în caserole	532	968. Cartofi cu friptură de porc	551
937. Pui în sos cremos de mere	532	969. Cartofi franțuzești cu pulpă de porc	551
938. Pui în stil toscan	533	970. Cartofi înăbușiți cu cotlet de porc	552
939. Pui marocan prăjit la minut	534	971. Ciolan de porc cu sos picant	553
940. Pui pané	534	972. Ciolan de porc cu usturoi	553
941. Pui parizian	535	973. Ciuperci cu carne de porc	554
942. Pui soté cu arpagic	535	974. Conopidă cu carne de porc	554
943. Pui soté cu ciuperci și sos de smântână	536	975. Cotlet de porc (ardelenesc)	555
944. Pui soté cu conopidă	536	976. Cotlet de porc (bănățean)	556
945. Pui soté cu găluște	537	977. Cotlet de porc (bihorean)	556
946. Pui soté cu smântână	537	978. Cotlet de porc (grădinăresc)	557
947. Pui Stroganoff	538	979. Cotlet de porc (sârbesc)	558
948. Pui umplut cu pastramă	538	980. Cotlet de porc (secuiesc)	558
949. Pui umplut la tavă	539	981. Cotlet de porc (vânătoresc)	559
950. Pulpe de pui cu parmezan	540	982. Cotlet de porc cu cârnați	560
951. Ragut din carne de pui	540	983. Cotlet de porc cu creier și piure de cartofi	560
952. Rață cu glazură de miere și grapefruit	541	984. Cotlet de porc cu legume	561
953. Rață cu măsline	542	985. Cotlet de porc cu sos de lămâie (à la grec)	562
954. Rizoto cu ficăței de pasăre	542	986. Cotlet de porc cu sos de smântână	562
955. Salată de curcan și portocale	543	987. Cotlet de porc cu sos picant	563
956. Soté din măruntaie de pui	544	988. Cotlet de porc cu sos de tarhon	563
957. Tocană cu carne de pui	544	989. Cotlet de porc cu șuncă și piure de cartofi	563
958. Vol-au-vent cu carne de găină și sos alb	545	990. Cotlet de porc cu usturoi	564
959. Vol-au-vent cu carne de găină și sos Madera	546	991. Cotlet de porc pané	565
960. Vol-au-vent cu carne de găină și sos de smântână	546	992. Crochete din carne de porc	565
G. Mâncăruri din legume cu carne de porc		993. Crochete din carne de porc cu piure de cartofi	566
961. Cap de porc fiert	547	994. Escalop bănățean cu sos de vin	566
962. Carne de porc cu sos de smântână	547	995. Escalop de porc (bănățean)	567
963. Carne de porc cu verdețuri	548	996. Escalop de porc cu sos picant	567
964. Carne de porc în crustă	548	997. Escalop de porc „Zingara“	568
965. Cartofi cu ciolan de porc	549	998. Fasole boabe cu carne de porc	568
966. Cartofi cu cotlet de porc (dobrogean)	550		

999. Fasole boabe cu ciolan de porc	569	1029. Roșii cu carne de porc	588
1000. Fasole verde cu carne de porc	570	1030. Soté din carne de porc cu mămăliguță	588
1001. Friptură de porc cehoslovacă	570	1031. Soté din carne de porc în foietaj	589
1002. Friptură de porc cu ciuperci	571	1032. Spanac cu carne de porc	590
1003. Friptură de porc cu ghiveci bulgăresc	572	1033. Spanac cu friptură de porc	590
1004. Friptură din carne de porc cu roșii	572	1034. Șnițel de porc Bratislava	591
1005. Friptură din carne de porc marinărească	573	1035. Șnițel de porc cu ceapă	592
1006. Ghiveci bulgăresc	574	1036. Șnițel de porc cu sos de lămâie	592
1007. Grătar de porc marinat	574	1037. Șnițel de porc cu usturoi	593
1008. Gulaș berlinez	575	1038. Șnițel de porc Poiana	593
1009. Gulaș secuiesc	576	1039. Șnițel de porc Praga	594
1010. Gutui cu carne de porc	576	1040. Șnițel de porc umplut	595
1011. Legume cu ciolan de porc	577	1041. Șnițel Figaro	595
1012. Legume cu cotlet de porc (jardinier)	577	1042. Șnițel florentin	596
1013. Legume cu cotlet de porc și ciuperci	578	1043. Șnițel „Lemberg“	597
1014. Mazăre cu carne de porc	579	1044. Șnițel natur din carne de porc	597
1015. Mâncare de cartofi cu cârnaț afumat	580	1045. Șnițel pané din carne de porc	598
1016. Mâncare de ceapă cu carne	580	1046. Șnițel papricat cu smântână	598
1017. Medalion de porc cu sos picant	581	1047. Șnițel parizian din carne de porc	599
1018. Mușchi de porc cu sos de ciuperci	581	1048. Șuncă fiartă cu sos Madera	599
1019. Mușchi de porc cu sos rubiniu	582	1049. Tarhon cu carne de porc	599
1020. Mușchiuleț de porc împănat cu usturoi și costiță	582	1050. Tocană cu carne de porc „ardelenească“	600
1021. Orez cu ciolan de porc	583	1051. Tocană cu carne de porc „Cazino“	600
1022. Ostropel cu carne de porc	583	1052. Tocană cu carne de porc și roșii	601
1023. Papricaș din carne de porc cu cartofi	584	1053. Tocană cu carne de porc și smântână	602
1024. Papricaș din carne de porc cu găluște	585	1054. Tocană cu carne de porc și smântână (germană)	602
1025. Piept de porc înăbușit	585	1055. Tocană cu carne de porc unguerească	603
1026. Pilaf oriental cu carne de porc	586	1056. Tocană piperată cu carne de porc	604
1027. Popiete din carne de porc	586	1057. Tocană sârbească cu carne de porc	604
1028. Pulpă de porc cu ciuperci	587		

1058. Varză cu carne de porc	605
1059. Varză cu carne de porc (cehoslovacă)	605
1060. Varză cu carne de porc și crenvurști	606
1061. Varză cu cârnați de porc	606
1062. Varză cu ciolan de porc	607
1063. Varză cu cotlet de porc	607
1064. Varză cu friptură de porc	608
1065. Vinete cu carne de porc	609

H. Mâncăruri din legume cu carne de vită și vițel

a. Preparate cu carne de vită

1066. Antricot de vită brașovean	610
1067. Antricot de vită clujean	611
1068. Antricot de vită cu ceapă	611
1069. Antricot de vită cu ciuperci și smântână	612
1070. Antricot de vită cu smântână	613
1071. Antricot de vită cu sos de vin	613
1072. Antricot de vită la tingire	614
1073. Antricot de vită mureșan	614
1074. Antricot de vită „Praga“	615
1075. Antricot de vită timișorean	616
1076. Antricot de vită tirolez	616
1077. Antricot de vită umplut	617
1078. Bame cu carne de vită	618
1079. Biftec cu ouă	619
1080. Blanchet de vită	619
1081. Boeuf breze cu ciuperci	620
1082. Budincă din creier cu smântână	621
1083. Carne de vită cu sos picant	621
1084. Cartofi cu mușchi de vită papricat	622
1085. Castraveți cu carne de vită	622
1086. Ciuperci cu carne de vită	623
1087. Conopidă cu carne de vită	624
1088. Dovlecei cu carne de vită	624
1089. Fasole boabe cu carne de vită	625
1090. Fasole verde cu carne de vită	626

1091. Friptură din carne de vită cu ficat (à la Strasbourg)	626
1092. Friptură din carne de vită cu sos de vin	627
1093. Friptură picantă din carne de vită	628
1094. Friptură vânătorească din carne de vită	628
1095. Găluște cu antricot de vită și mazăre	629
1096. Găluște cu antricot de vită și sos papricat	630
1097. Ghiveci cu carne de vită	631
1098. Ghiveci din legume proaspete cu carne de vită (cap de piept)	632
1099. Ghiveci național	633
1100. Gulaș mureșan	634
1101. Gulaș unguresc	634
1102. Gulaș vienez	635
1103. Gutui cu carne de vită	636
1104. Legume cu antricot de vită „Cazino“	636
1105. Legume cu antricot de vită și smântână	637
1106. Legume cu carne de vită	638
1107. Mazăre cu carne de vită	639
1108. Mâncare de roșii cu carne	639
1109. Morcovi cu carne de vită	640
1110. Mușchi de vită cu ciuperci	641
1111. Mușchi de vită cu costiță	641
1112. Mușchi de vită în foietaj	642
1113. Mușchi de vită la tavă, în sânge, cu garnitură de țelină și cu lămâie	643
1114. Mușchi de vită umplut	643
1115. Ostropel cu carne de vită	644
1116. Papricaș din carne de vită cu cartofi	645
1117. Papricaș din carne de vită cu găluște	645
1118. Prune cu carne de vită	646

1119. Pulpă de vită la tavă cu piure de cartofi	647	1151. Tochitură cu mămăliguță	667
1120. Pulpă împănată de vită	647	1152. Turnedou cu conopidă	667
1121. Ramstec	648	1153. Tuslama populară	668
1122. Ramstec cu sos de ciuperci	648	1154. Țelină cu carne de vită	668
1123. Ramstec german	649	1155. Varză cu carne de vită	669
1124. Rasol cu afumătură	650	1156. Vinete cu carne de vită	670
1125. Rasol de vită	650	1157. Vrăbioară de vită cu fasole verde	670
1126. Rosbrat de legume (ardelenesc)	651	1158. Vrăbioară de vită cu sos de bere	671
1127. Roșii cu carne de vită	651		
1128. Ruladă condimentată din carne de vită și porc	652	b. Preparate cu carne de vițel	
1129. Rulou din carne de vită umplut cu macaroane	653	1159. Antricot de vițel pané	672
1130. Sfeclă roșie cu carne de vită	653	1160. Bame cu carne de vițel	672
1131. Spanac cu carne de vită	654	1161. Chifteluțe cu sos de mărar	673
1132. Stufat cu carne de vită	655	1162. Ciolan de vițel (Osobuco milanez)	674
1133. Șnițel din carne de vită	655	1163. Cotlet de vițel cu pere și tarhon	674
1134. Șnițel din carne de vită cu ceapă	656	1164. Dovlecei cu carne de vițel	675
1135. Șnițel din carne de vită cu orez	656	1165. Escalop de vițel (clujean)	676
1136. Șnițel din carne de vită cu sos de ardei	657	1166. Escalop de vițel cu ciuperci	676
1137. Șnițel natur cehoslovac	658	1167. Escalop de vițel cu ciuperci și sos de smântână	677
1138. Șnițel pane din carne de vită	658	1168. Escalop de vițel cu sos de vin	678
1139. Șnițel parizian	659	1169. Fricando de vițel à la Ștefania	678
1140. Șnițel parizian din carne de vită	659	1170. Medalion de vițel	679
1141. Șnițel umplut „Tirolez“	659	1171. Pacea din picioare de vițel	679
1142. Tocană bulgărească cu carne de vită	660	1172. Piept de vițel umplut	680
1143. Tocană cu mămăliguță	661	1173. Pilaf cu carne de vițel	680
1144. Tocană din carne de vită cu smântână	662	1174. Pulpă împănată de vițel	681
1145. Tocană marinărească	662	1175. Ragut de vițel cu sos de legume	682
1146. Tocană măcelărească	663	1176. Rulou de vițel cu andive și bacon afumat	682
1147. Tocană mureșană	664	1177. Rulou de vițel umplut cu ciuperci și orez	683
1148. Tocană națională	664	1178. Rulou de vițel umplut cu șuncă și sos de smântână	684
1149. Tocană piperată cu carne de vită	665	1179. Stufat de vițel	685
1150. Tocană țărănească	666	1180. Șnițel de vițel à la Ștefania	686
		1181. Șnițel de vițel cu sos tomat	686

1182. Șnițel de vițel „Palermo“	687
1183. Șnițel de vițel „Praga“	687
1184. Șnițel de vițel someșan	687
1185. Șnițel natur de vițel	688
1186. Șnițel pané de vițel	688
1187. Șnițel parizian de vițel	689
1188. Tocană ca la Alba-Iulia	689
1189. Tocană ca la „Șapte vânători“	690
1190. Tocană de vițel (ardelenească)	690
1191. Tocană de vițel (poloneză)	691
1192. Tocană „Debrețin“	692
1193. Soté de vită cu cartofi	692
1194. Soté de vită „Nicorești“	693
1195. Soté de vită „Stroganoff“	694

I. Mâncăruri din legume cu carne de ovine

a. Preparate din carne de miel

1196. Angemacht cu carne de miel	695
1197. Blanchete din carne de miel	695
1198. Cap de miel la tavă	696
1199. Carne de miel cu tarhon	697
1200. Ciuperci cu carne de miel	697
1201. Cotlet de miel pané	698
1202. Curry de miel (kori d'agneau)	698
1203. Fasole verde cu carne de miel	699
1204. Ghiveci din măruntaie de miel	699
1205. Chebab de miel	700
1206. Mazăre cu carne de miel	701
1207. Miel cu sos de smântână (fricase)	701
1208. Papricaș de miel cu cartofi	702
1209. Papricaș de miel cu găluște	703
1210. Pilaf cu carne de miel	703
1211. Spanac cu carne de miel	704
1212. Stufat de miel	705
1213. Șașlâc de miel (frigărui)	705
1214. Tian de miel Niçoise	706
1215. Tocană cu carne de miel	707

1216. Tocană de miel cu smântână	707
1217. Tocană de primăvară cu carne de miel	708
1218. Verdețuri cu carne de miel (1)	709
1219. Verdețuri cu carne de miel (2)	709

b. Preparate din carne de berbec și carne de oaie

1220. Berbec cu varză	710
1221. Fasole boabe cu carne de berbec	711
1222. Jigo (pulpă) de berbec cu fasole boabe	712
1223. Legume cu carne de berbec	713
1224. Pulpă de berbec ca la Brăila	714
1225. Pulpă de berbec cu sos vânătoresc	714
1226. Ragut de berbec	715
1227. Ragut de berbec (german)	716
1228. Șnițel pané din carne de berbec	717
1229. Tocană cu carne de berbec (bulgărească)	717
1230. Tocană cu carne de oaie	718

J. Preparate din organe

1231. Chiftele de creier	719
1232. Ciulama de rinichi cu mămăliguță	719
1233. Creier cu maioneză	720
1234. Creier cu ouă și șuncă	720
1235. Creier la gratin cu ciuperci	721
1236. Creier și rinichi soté	722
1237. Drob cu organe de miel	722
1238. Ficat de porc cu ceapă	723
1239. Ficat de porc cu sos de smântână	723
1240. Ficat de porc cu sos de smântână și macaroane	724
1241. Ficat de porc împănat cu slănină	724

1242. Ficat de porc Meunière	725	1277. Soté din creier de vită	745
1243. Ficat de porc pané	725	1278. Soté din ficat de porc	746
1244. Ficat de porc papricat	725	1279. Steak de vițel cu ficat de pui	746
1245. Ficat de porc papricat cu smântână și găluște	726	1280. Șnițel cu creier	747
1246. Ficat de porc „tirolez“	727	1281. Șnițel umplut cu creier	748
1247. Găluște cu rinichi de porc	727	1282. Tocană cu ficat de porc	749
1248. Limbă breze cu ciuperci	728	1283. Uger de vacă pané	749
1249. Limbă breze cu macaroane	729		
1250. Limbă breze cu piure de spanac	729		
1251. Limbă cu ceapă	730		
1252. Limbă cu ciuperci	730		
1253. Limbă cu maioneză	731		
1254. Limbă cu mărar	731		
1255. Limbă cu măsline	732		
1256. Limbă cu piure de cartofi	732		
1257. Limbă cu roșii și ardei	733		
1258. Limbă cu smântână	734		
1259. Limbă cu sos alb	734		
1260. Limbă cu sos Madera	735		
1261. Limbă cu sos picant	736		
1262. Limbă cu sos de smântână	736		
1263. Limbă cu sos tomat	737		
1264. Limbă cu tarhon	737		
1265. Limbă pané	738		
1266. Limbă rasol cu cartofi	738		
1267. Limbă rasol cu legume	739		
1268. Mâncărică de ciuperci cu creier	739		
1269. Mâncărică de ciuperci cu ficat	740		
1270. Momițe de vițel	740		
1271. Papricaș din rinichi de porc cu orez	741		
1272. Piept de vițel umplut cu ficăței, rinichi și spanac	741		
1273. Pilaf cu creier de vită	742		
1274. Rinichi de porc cu macaroane	743		
1275. Rulou de vițel umplut cu creier și orez	743		
1276. Rulou de vițel umplut cu ficăței de pui	744		

VI. FRIPTURI ȘI GARNITURI

A. Fripturi

a. Fripturi din carne de pasăre

1284. Friptură din carne de pui cu mere	751
1285. Friptură din carne de pui la tavă	752
1286. Pui la rotisor	752

b. Fripturi din carne de miel

1287. Carne de miel la frigare	752
1288. Friptură de miel la tavă	753
1289. Friptură înăbușită de miel	753
1290. Pulpă de miel la frigare	753

c. Fripturi din carne de berbec

1291. Frigărui dobrogene cu carne de berbec	754
1292. Fudulii de berbec la grătar	754

d. Fripturi din carne de porc

1293. Antricot de porc la grătar	755
1294. Cârnați proaspeți de porc la tigaie	755
1295. Cotlet de porc la grătar	755
1296. Cotlet de porc la tavă	756
1297. Ficat de porc la grătar	756
1298. Frigărui din carne de porc	756
1299. Frigărui din carne de porc și berbec	757
1300. Friptură de porc cu mere	757
1301. Friptură de Turda	758
1302. Inimă de porc la grătar	758
1303. Mușchi de porc împănat	758

1304. Mușchi de porc la grătar	759
1305. Piept de porc (scărifică) la grătar	759
1306. Pulpă de porc la tavă	759
1307. Rinichi de porc la grătar	760

e. Fripturi din carne de vită și de vițel

1308. Antricot de vită la grătar	760
1309. Creier de vită la grătar	760
1310. Creier prăjit	761
1311. Escalop de vițel	761
1312. Ficat prăjit	762
1313. Frigărui asortate	762
1314. Frigărui asortate cu organe	763
1315. Friptură de vițel la tavă	763
1316. Friptură de vițel sau mușchi de vacă cu mere	764
1317. Friptură din carne de vită împănată cu slănină	764
1318. Friptură din carne de vită la tavă	765
1319. Friptură glasată cu sos alb	765
1320. Mușchi de vită la grătar	766
1321. Pulpă de vită la tavă	766
1322. Rinichi prăjit	767
1323. Vrăbioară de vită la grătar	767
1324. Vrăbioară de vită la tavă	767
1325. Uger de vacă prăjit	768

B. Garnituri

1326. Cartofi prăjiți cu ceapă	769
1327. Cartofi cu ceapă	769
1328. Cartofi natur	770
1329. Cartofi prăjiți	770
1330. Cartofi soté	770
1331. Ciuperci la grătar	771
1332. Fasole verde cu usturoi	771
1333. Fasole verde soté	772
1334. Frigănele	772
1335. Garnitură asortată	773
1336. Garnitură de gutui	773
1337. Griș garnitură	773
1338. Legume asortate	774

1339. Macaroane cu unt	774
1340. Mazăre soté	774
1341. Morcovi soté	775
1342. Mămăliguță pripită	775
1343. Mămăliguță pripită din mălai extra	775
1344. Mămăligă românească	776
1345. Mămăligă românească din mălai extra	776
1346. Pilaf	777
1347. Pilaf de dovlecei	777
1348. Piure de cartofi	778
1349. Sfeclă roșie călită	778
1350. Spanac cu smântână	778
1351. Spanac cu smântână în roșii crude	779
1352. Varză călită	779
1353. Varză roșie înăbușită (călită)	780
1354. Urzici cu orez	780

VII. PREPARATE DIN VÂNAT

1355. Cotlet din carne de porc mistreț cu sos de vin	781
1356. Cotlet de căprioară	782
1357. Escalop din carne de căprioară cu ciuperci	782
1358. Fazan înăbușit	783
1359. Fazan la tavă	783
1360. Fazan pe varză acră	784
1361. Friptură de fazan	784
1362. Friptură de iepure	785
1363. Iepure cu ceapă	785
1364. Iepure cu ciuperci	786
1365. Iepure cu măsline	786
1366. Iepure cu sos de lămâie (à la grec)	787
1367. Iepure cu sos ragu	788
1368. Mâncare de iepure cu smântână	789
1369. Medalion din carne de căprioară cu ciuperci	789

1370. Papricaș din carne de porc mistreț (vânătoresc)	790
1371. Prepelițe la frigare	791
1372. Pulpă de căprioară la tavă	791
1373. Pulpă de porc mistreț în aspic	792
1374. Sarmale cu carne de vânat în foi de varză	792
1375. Sive cu carne de iepure	793
1376. Sitari la frigare	794
1377. Sitari umpluți	795
1378. Spinare de căprioară cu sos de smântână	795
1379. Șnițel natur din carne de porc mistreț	796
1380. Terină de căprioară (piesă întreagă)	796
1381. Terină de iepure (piesă întreagă)	797
1382. Tocană cu carne de porc mistreț	798

VIII. SALATE

1383. Piramidă surpriză	799
1384. Salată asortată	799
1385. Salată bulgărească din ciuperci	800
1386. Salată creață	800
1387. Salată de andive	800
1388. Salată de ardei copti	801
1389. Salată de ardei copti și roșii	801
1390. Salată de castraveți (clujeană)	801
1391. Salată de castraveți murați	802
1392. Salată de castraveți cu roșii	802
1393. Salată de ciuperci cu maioneză	802
1394. Salată de fasole verde cu maioneză	803

1395. Salată de morcovi	803
1396. Salată de mere	804
1397. Salată de orez cu legume	804
1398. Salată de portocale	805
1399. Salată de porumb	805
1400. Salată de praz cu maioneză	805
1401. Salată de sfeclă cu hrean	806
1402. Salată de țelină și mere cu maioneză	807
1403. Salată de vinete cu maioneză	807
1404. Salată din castraveți cu roșii și ceapă	807
1405. Salată din castraveți, roșii, ardei gras și ceapă	808
1406. Salată din ciuperci (poloneză)	808
1407. Salată din conopidă	809
1408. Salată din conopidă cu maioneză	809
1409. Salată din conopidă cu muștar	809
1410. Salată din roșii	810
1411. Salată din roșii moldovenească	810
1412. Salată din roșii umplute (bulgărească)	810
1413. Salată din sfeclă roșie	811
1414. Salată din varză albă cu ardei gras	811
1415. Salată din varză albă murată	811
1416. Salată din varză albă proaspătă	812
1417. Salată din varză roșie	812
1418. Salată verde	812
1419. Salată verde ardelenească	813
1420. Salată verde cu sos de muștar	813

IX. DULCIURI DE BUCĂTĂRIE

1421. Budincă „Cina“	815
1422. Budincă cu brânză de vaci	815

1423. Budincă cu fructe confiate	816	1456. Cremă de zahăr caramel cu lămâie	835
1424. Budincă de clătite cu sos de vin	817	1457. Cremă de zahăr caramel cu portocale	836
1425. Budincă din griș cu sirop	818	1458. Griș cu lapte	837
1426. Budincă din griș cu sos de vin	818	1459. Griș cu frișcă și fructe confiate	837
1427. Budincă din macaroane cu brânză de vaci	819	1460. Langoși	838
1428. Budincă din macaroane și sirop	819	1461. Lapte de pasăre	838
1429. Budincă din mere sau alte fructe	820	1462. Minciunile	839
1430. Budincă din orez	821	1463. Mere coapte	839
1431. Budincă din orez cu mere	821	1464. Mere în aluat de clătite	840
1432. Budincă din orez cu nuci	822	1465. Mere în foietaj	840
1433. Budincă din orez cu sos de cacao	823	1466. Mere suflé	841
1434. Budincă din orez cu sos de vin	823	1467. Omletă cu mere	841
1435. Budincă din pâine albă cu mere	824	1468. Omletă suflé	842
1436. Budincă din pâine albă cu sos de vin	825	1469. Orez cu frișcă	842
1437. Budincă din tăiței cu mac	825	1470. Orez cu lapte	843
1438. Budincă din tăiței cu nuci	826	1471. Orez cu mere	843
1439. Budincă din tăiței cu sos de vanilie	827	1472. Papanasi	844
1440. Cataif	828	1473. Papanasi din lapte bătut sau iaurt	844
1441. Chec cu cacao	828	1474. Papanasi fierți	845
1442. Chec cu rahat	829	1475. Piroști cu brânză	845
1443. Chec cu smântână	830	1476. Plăcintă cu brânză de vaci	846
1444. Clătite cu brânză de vaci	830	1477. Plăcintă cu brânză de vaci și stafide	846
1445. Clătite cu dulceață	831	1478. Plăcintă cu mere	847
1446. Clătite cu gem	831	1479. Plăcintă cu mere și brânză de vaci	848
1447. Cocteil cu brânză de vaci și portocale	832	1480. Prăjitură cu fructe	848
1448. Colțunași cu brânză de vaci	832	1481. Salată de căpșuni	849
1449. Compot de caise sau piersici	833	1482. Salată de portocale	849
1450. Compot de cireșe	833	1483. Savarine	850
1451. Compot de gutui	833	1484. Sufleu de vanilie	850
1452. Compot de mere sau pere	834	1485. Sufleu surpriză	851
1453. Compot de vișine	834	1486. Ștrudel cu brânză de vaci	852
1454. Cremă cu sos de cacao	834	1487. Ștrudel cu mere	852
1455. Cremă de zahăr caramel	835	1488. Tarte cu brânză de vaci	853
		1489. Tăiței cu brânză de vaci	854
		1490. Tăiței cu lapte	854
		1491. Tăiței cu mac	855
		1492. Tăiței cu nuci	855

PRINCIPALELE METODE DE PRELUCRARE CULINARĂ

Rețetele tip cuprind cantitățile de materii prime în stare brută pentru 10 porții, procesul tehnologic, modul de preparare, servirea și gramajul pentru o porție de produs finit. Calitatea produsului finit, precum și gramajul prevăzut pentru o porție, se realizează numai în condițiile folosirii integrale a cantităților de materii prime înscrise în rețetele respective.

A. PRELUCRAREA PRELIMINARĂ

Constă într-o serie de operații manuale sau mecanice pregătitoare pentru prelucrarea culinară propriu-zisă. La principalele produse, prelucrarea preliminară comportă următoarele operații:

□ LEGUME

Prelucrarea primară a legumelor cuprinde mai multe operații: sortare, spălare, curățare și tăiere.

Sortarea se face după calitate, culoare și mărime. Legumele alterate se îndepărtează.

Spălarea pentru rădăcinoase are loc înainte și după curățare, iar pentru celelalte legume, după curățare, în apă rece.

Legumele se spală întotdeauna întregi, cu menținerea în apă rece un timp cât mai scurt, pentru a se evita pierderile de săruri minerale, vitamine solubile în apă ș.a. Legumele cu frunze (salată verde, spanac, urzici ș.a.) se spală frunză cu frunză, prin trecerea lor în alt vas cu apă rece, până la îndepărtarea în totalitate a urmelor de pământ.

Legumele folosite fără prelucrare termică vor fi spălate sub jet puternic de apă de la robinet.

Citricile se spală cu peria.

Curățarea depinde de felul legumelor. În general, legumele trebuie să fie curățate cu multă atenție, urmărindu-se îndepărtarea unui strat cât mai subțire de coajă sau a cât mai puține frunze exterioare. Rădăcinoasele se curăță prin răzuire; bulboasele și frunzoasele, prin detașarea foilor exterioare; tuberculii, prin răzuirea sau curățarea cojii (mecanic sau manual), îndepărtând un strat cât mai subțire; leguminoasele uscate, prin alegerea corpurilor străine ș.a.

Tăierea se face, de asemenea, în anumite moduri, după tipul legumei: rădăcinoasele se taie în cuburi mici, în fâșii foarte subțiri (à la julienne), triunghiuri, bare sau felii; bulboasele se taie mărunț sau în inele; legumele cu fruct se taie rotund, felii, sferturi sau se lasă întregi.

□ CARNE

Operația principală constă în tranșarea cărnii pe calități și categorii. Prelucrarea preliminară implică și o serie de alte operații, cum ar fi scoaterea cărnii de pe os, curățarea de tendoane, spălarea, baterea cu ciocanul de lemn sau împănarea.

Carnea congelată este lăsată în prealabil la rece (la o temperatură sub 10°), pentru a se dezgheța. Se interzice decongelarea în apă sau lângă o sursă de căldură. După decongelare, carnea se curăță și se spală, apoi se tranșează pe mese de inox. O atenție deosebită se va acorda cărnii tocate. Aceasta este așezată într-un vas curat, acoperit, la frigider. Nu se vor adăuga condimente decât înainte de prelucrarea termică. Amestecarea tocăturilor crude cu cele prelucrate termic este interzisă de normele sanitare. Carnea tocată se va prepara cu maximum 4-6 ore înaintea prelucrării termice.

Carnea de pasăre se trece prin flacăra și se spală în jet de apă rece.

Rinichii se taie în lungime, se îndepărtează capsula, apoi se spală în apă rece și se țin în apă cu oțet până se elimină mirosul.

Creierul se înmoaie în apă rece, pentru eliminarea sângelui, apoi se îndepărtează membrana și se spală bine; se fierbe în apă cu oțet, pentru a nu se sfărâma.

□ PEȘTE

Prelucrarea preliminară a peștelui proaspăt constă în curățarea de solzi, eviscerarea și apoi spălarea în apă rece. Se tranșează și se trece repede la prelucrarea termică. Nu se va păstra tranșat la frigider mai mult de 8 ore. Păstrarea se face numai la frigider.

Peștele congelat se dezgheată în apă rece, timp de 2-3 ore, în funcție de mărime.

□ OUĂ

Folosirea ouălor de rață este interzisă.

Spargerea cojii ouălor necesită o atenție deosebită. La toate operațiile se folosesc vase curate, de obicei două, iar dacă se separă gălbenușul de albuș, sunt necesare trei vase: primul vas este acela deasupra căruia se sparge oul și se examinează atent; vasul al doilea este cel în care se varsă conținutul oului, iar cojile se aruncă în primul vas. Când dorim să separăm albușul de gălbenuș, folosim al doilea vas pentru albuș, iar gălbenușul îl punem în cel de-al treilea vas. Ouăle sparte nu vor fi păstrate mai mult de 1-2 ore.

Făina, pesmetul și mălaiul se cern prin site cu ochiuri de diametru corespunzător, pentru îndepărtarea impurităților.

La prelucrarea preliminară a alimentelor, pentru reducerea pierderilor unor principii nutritive sau a vitaminelor, se recomandă următoarele:

- pregătirea preliminară va avea loc cu foarte puțin timp înainte de pregătirea culinară propriu-zisă;
- evitarea fragmentării alimentelor în bucăți prea mici și a menținerii lor în această formă în apa de spălare;
- reducerea la minimum a părților exterioare îndepărtate la unele legume sau a cojilor de la tuberculi sau fructe.

B. PRELUCRAREA CULINARĂ (TERMICĂ)

Prelucrarea propriu-zisă a alimentelor trebuie să se facă în așa fel încât să se asigure menținerea calităților nutritive. În gastronomie, deosebim mai multe procedee tehnice moderne de tratare termică a alimentelor:

a) *Fierberea* reprezintă metoda cea mai simplă de preparare a alimentelor, prin care se înțelege expunerea alimentului de origine animală sau vegetală în contact cu energia calorică propagată prin apă, vapori sau în apă și vapori. Fierberea se aplică la legume, pește, carne, paste făinoase, crupe ș.a.

Fierberea poate fi de trei feluri:

- *fierberea obișnuită (în apă)*. Fierberea implică intervenția unor fenomene care vor stabili un nou echilibru între aliment și mediul de fierbere. Alimentele cu un conținut redus de apă vor îngloba prin fierbere o parte din lichidul mediului în care se află, iar cele cu un conținut crescut de apă vor suferi în timpul fierberii o reducere a volumului. În funcție de temperatura apei în momentul introducerii alimentului, substanțele hidrosolubile din aliment pot trece în mediul de fierbere. Legumele se pun la fiert numai în apă clocotită, care realizează un strat mai puțin permeabil la suprafața alimentului și, astfel, se va împiedica pierderea substanțelor hidrosolubile din interiorul alimentului.

- *fierberea în vapori de apă (aburi)* reprezintă un procedeu care se aplică în special legumelor;

- *fierberea înăbușită* este o altă metodă, care constă în fierberea alimentului în vapori supraîncălziți. Prin această metodă se scurtează timpul de prelucrare termică și se minimalizează pierderile de substanțe nutritive sensibile la tratamentul termic, cum sunt unele vitamine hidrosolubile. Operația se execută într-un vas cu puțină apă și bine acoperit cu un capac, în care produsul așezat pe o sită sau pe un grătar se menține tot timpul în vapori, nefiind în contact cu lichidul de fierbere aflat sub nivelul grătarului.

- *fierberea sub presiune* (peste 100°C) este un procedeu modern, la care se folosesc vase speciale cu închidere ermetică, în care se creează o temperatură ridicată. Avantajul acestei metode constă în reducerea foarte mare a timpului de fierbere.

b) *Frigerea* reprezintă metoda de preparare termică prin care alimentul este expus direct la radiațiile calorice (la grătar, frigare sau proțap) sau prin inter-

mediul unei plăci metalice (tigaie de fontă încinsă neunsă). La suprafața alimentului se formează o crustă care va suferi fenomenul de coacere.

Frigerea la grătar este metoda cea mai simplă și mai rapidă, fapt pentru care este practică din ce în ce mai mult în bucătăria modernă. Acest procedeu constă în expunerea directă a produsului la radiații fierbinți emantate de jarul de cărbuni încinși sau raze infraroșii. Grătarul trebuie să fie bine încins.

Frigerea la frigare, folosită ca prima metodă de pregătire a cărnii, a fost reconsiderată de bucătăria modernă. Se realizează rotind frigerea în care este prinsă carnea (pui, pește, berbec, carne de vită, porc ș.a.) deasupra jarului încins, a flăcărilor sau în radiații de infraroșii. Acest procedeu tehnologic se realizează și prin frigere la rotisor.

c) *Coacerea* este procedeu prin care alimentele sunt prelucrate termic în atmosferă de aer cald, obținută prin introducerea acestora într-un cuptor încins.

d) *Sotarea* constă în frigerea rapidă a produsului într-o cantitate redusă de grăsime, într-un vas deschis, fără capac, la foc puternic, pe timp scurt. Acest procedeu se aplică preparatelor „la minut“.

e) *Prăjirea* este o metodă care constă în introducerea alimentelor într-o cantitate mare de grăsime (baie de grăsime) fierbinte, până când produsul capătă o crustă crocantă la suprafață. Deși alimentele prăjite au o savoare deosebită, în cursul acestei metode (în timpul încingerii grăsimii) apar o serie de compuși dăunători organismului și se degradează unele vitamine.

f) *Gratinarea* constă în rumenirea unui produs la cuptor, la foc iute, prin aplicarea unui ultim tratament termic în cuptor, timp de maximum 10 minute. Procedeu se aplică la budinci din legume, paste făinoase, brânzeturi ș.a.

g) *Înăbușirea* reprezintă un procedeu termic care constă în încălzirea grăsimii împreună cu puțin lichid (apă, supă de oase, zeamă de carne etc., după caz), într-un vas acoperit cu capac. Lichidul se adaugă treptat, pe tot parcursul procedeuului termic.

h) *Brezarea* este o metodă de prelucrare termică, care constă în încălzirea produsului într-o cantitate mică de grăsime cu adaos de puțin lichid (supă de oase, zeamă de carne, apă – după caz), până prinde o crustă. Vasul trebuie să stea acoperit, pentru a putea realiza o fierbere în suc propriu (înăbușit), până când produsul este gata.

i) *Opărire* constă în introducerea alimentelor în apă clocotită, pentru un interval foarte scurt de timp. După opărire, procesul culinar poate continua în alte forme termice, după caz (gratinare, coacere etc.).

Pregătirea culinară nu presupune doar tratarea termică a alimentelor, ci și asocierea acestora în scopul obținerii diferitelor sortimente de preparate culinare, precum și a unui echilibru nutritiv, cu excluderea oricăror factori de nocivitate a preparatelor.

I. SOSURI

A. SOSURI RECI

1. ASPIC CU GELATINĂ

Materii prime	U/M	Cantitate brută	Gramaj produs finit
– oase fără măduvă	g	2000	100 g
– pulpă de vită	g	500	
– gelatină	g	100	
– morcovi	g	100	
– rădăcină de țelină	g	50	
– rădăcină de pătrunjel și păstârnac	g	50	
– ceapă	g	50	
– oțet	ml	50	
– vin	ml	100	
– coniac	ml	10	
– ouă	buc.	2	
– tarhon verde (sau uscat)	g	50	
– foi de dafin	g	0,25	
– piper boabe	g	5	
– sare	g	10	

Proces tehnologic

Oasele se spală, se taie bucăți, se opăresc și se trec apoi sub jet de apă rece. Gelatina se pune la înmuiat în apă rece. Legumele se curăță și se spală; un sfert din cantitate se taie în felii subțiri, iar restul se crestează. Se separă albușurile de gălbenușuri. Carnea se toacă. Oasele se pun la fiert în circa 4 litri de apă rece cu sare, se spumează, se adaugă legumele crestate și se fierb împreună circa 3 ore. Supa rezultată se strecoară printr-o sită fină și se lasă să se răcească.

Mod de preparare

Într-un alt vas se pun la fiert carnea tocată, gelatina, legumele tăiate felii, oțetul, boabele de piper, foile de dafin, tarhonul și albușurile de ou. Se adaugă apă, cât să le acopere. Se bate cu telul până când albușul începe să se spumeze. La această compoziție se adaugă, treptat, toată cantitatea de supă caldă, se pune din nou la fiert la foc moderat, amestecând ușor pentru a nu se prinde de vas, până când începe să fiarbă. După ce carnea se ridică la suprafață, se mai fierbe circa 45 de minute, fără să se mai amestece, stropindu-se cu apă rece de 2-3 ori. Se adaugă apoi vinul și coniacul și se strecoară totul printr-o sită foarte fină. Se lasă să se răcească și se păstrează apoi la rece.

Servire

Aspicul se servește rece pentru a da gust și a decora alte preparate.

2. ASPIC FĂRĂ GELATINĂ

Materii prime	U/M	Cantitate brută	Gramaj produs finit
– picioare și șorici de porc	g	1500	100 g
– pulpă de vită	g	500	

Proces tehnologic

Se pregătesc tradițional picioarele de porc și șoricul (se curăță, se spală, se opăresc și se spală din nou cu apă rece). Legumele se curăță și se spală; un sfert din cantitate se taie felii, iar restul se crestează. Carnea se toacă mare. Tarhonul se curăță și se spală.

– morcovi	g	100	
– rădăcină de țelină	g	50	
– rădăcină de păstrunjel și păstârnac	g	100	
– ceapă	g	50	
– oțet	ml	50	
– vin alb	ml	100	
– coniac	ml	10	
– ouă	buc.	2	
– tarhon	g	50	
– foi de dafin	g	0,25	
– piper boabe	g	5	
– sare	g	10	

Mod de preparare

Picioarele de porc și șoriciumul se fierb în circa 4 litri de apă cu sare și se spumează. Se adaugă legumele crestate și se fierb împreună circa 3 ore. Supa rezultată se strecoară printr-o sită fină, se degresează și se lasă să se răcească.

Separat, într-un alt vas, se pun carnea tocată, legumele tăiate felii, se adaugă oțetul, boabele de piper, foile de dafin, tarhonul și albușurile de ou. Se acoperă totul cu apă rece. Se bate cu telul până când albușul începe să se spumeze. La această compoziție se adaugă, treptat, toată cantitatea de supă caldută, se așază din nou vasul la foc moderat, amestecând ușor pentru a nu se prinde de vas, până ce începe să fiarbă, apoi se retrage vasul de pe plită. După ce compoziția de carne se ridică la suprafață, se continuă fierberea circa 45 de minute fără să se mai amestece, stropindu-se cu apă rece de 2-3 ori. Spre sfârșitul fierberii se adaugă vin și coniac. Se strecoară preparatul printr-o sită fină, iar după răcire se păstrează la rece.

Servire

Preparatul se servește după preferință, pentru a da gust sau a decora alte preparate.

3. MAIONEZĂ

Materii prime	U/M	Cantitate brută	Gramaj produs finit
– ouă (gălbenușuri)	buc.	8	85 g
– ulei	ml	250	
– unt	g	500	
– muștar	g	75	
– zeamă de lămâie	ml	20	
– sare	g	15	

Proces tehnologic

Se fierb ouăle circa 10 minute, până capătă o consistență tare. Se separă albușurile de gălbenușuri. Se extrage sucul de lămâie. Untul se alifiază.

Mod de preparare

Se zdrobesc gălbenușurile, se adaugă sare și muștar și se amestecă continuu până se omogenizează. Compoziția astfel obținută se bate cu mixerul, se adaugă untul, care trebuie să fie de consistență potrivită, și se continuă amestecarea până când totul se omogenizează bine. Se adaugă treptat câte puțin ulei. La sfârșit, se adaugă sucul de lămâie și se mai bate totul câteva minute, până când maioneza capătă consistența dorită.

Servire

Se servește cu diverse preparate din carne sau legume, salate, gustări etc.