

MOTTO: „Ab ovo usque ad mala“ \*  
(Horațiu)

## CUVÂNT ÎNAINTE

Asemănătoare mâncărilor românești sau exotice – dar posibil de preparat datorită unor magazine specializate pe ingredientele folosite în diverse zone ale lumii – rețetele selectate în această carte sunt necesare oricărei gospodine care se respectă și își respectă casa.

Cele 768 rețete alese, culese din 66 țări, au fost dobândite cu relativă trudă și multă înțelegere din partea ambasadelor străine acreditate la București.

Profităm de acest „cuvânt înainte” pentru a mulțumi încă o dată personalului ambasadelor și chiar Ambasadorilor care, „pasionați” în alte gătitului sau doar extrem de amabili, ne-au pus la dispoziție un bogat material.

Avându-i în vedere pe cei care pleacă prin lume, am considerat că este necesară pentru ei o asemenea carte, care îi va familiariza cu bucatele întâlnite prin peregrinările lor.

Gândindu-mă la cei care nu pot călători prin alte țări și nici nu au ocazia să se întâlnească cu bucătăria din întreaga lume, la recepții sau în alte ocazii speciale, am alcătuit prezenta carte, pentru a putea întâlni la ei acasă, prin mijloace proprii, atâtea minunății gastronomice.

Fiind sigur că cititorii gurmanzi abia așteaptă să își uimească musafirii și membrii familiei, le urăm „Succes!”, „Poftă bună!”, invitându-i să treacă la lucru fără alte vorbe, lipsite de sare, piper... și alte ingrediente.

Autorul

---

\* (lat.) – Masa începe cu ouă și se termină cu mere.

## INDEX PE ȚĂRI

- Albania:** 315. Ciulama cu nuci; 575. Tava cu pestil.
- Algeria:** 480. Ciakciuca.
- Anglia:** 636. Budincă cu mere; 637. Budincă cu migdale; 711. Pancake.
- Argentina:** 264. Panadă; 510. Fasole cu carne afumată; 741. Sufleu de banane.
- Armenia:** 495. Dolma; 664. Plăcintă cu carne; 717. Prăjitură cu cremă și scorțișoară.
- Austria:** 146. Supă vieneză; 209. Escalop „sandviș”; 299. Tocană de miel; 736. Tort sacher; 738. Tartă linzer.
- Belarus:** 51. Salată „belarusă”; 92. Ciorbă rece de măcriș; 93. Ciorbă rece de sfeclă; 406. Heringi salată; 646. Clătite de cartofi; 648. Clătite de cartofi cu carne; 666. Plăcintă cu surprize.
- Brazilia:** 49. Salată asortată; 132. Supă de pui; 148. Antricoste la grătar; 228. Friptură de porc la cuptor; 275. Pulpă de vită cu sos de hrean; 414. Măncare de pește; 557. Porumb în plinuș.
- Bangladesh:** 242. Korma de oule; 550. Orez polau simplu.
- Belgia:** 5. Cremă „forclue”; 107. Supă de carne; 192. Chișleluțe fierbinți; 631. Budincă „à la Gand”; 645. Clătite cu stafide.
- Belize:** 81. Salată din legume; 392. Chișlele din pește.
- Bulgaria:** 3. Brânză coaptă în pergament; 6. Feli de pâine prăjită; 43. Sos pentru salată; 48. Salată albă; 60. Salată de conopidă; 63. Salată de dovleac; 71. Salată de spanac; 73. Salată de țelină cu nuci; 80. Salată din cartofi; 82. Salată din roși; 118. Supă de lapte; 119. Supă de lapte acru; 120. Supă de legume cu brânză; 138. Supă din iaurt; 217. Frigărui; 232. Chiveci; 329. Pui; 466. Cartofi cu brânză; 612. Ouă cu ceapă verde; 632. Budincă cu carne; 642. Clătite cu cartofi și mere; 682. Compot de portocale; 709. Oladii cu dulceață.
- Canada:** 162. Carne de porc cu mămliguță; 231. Friptură de vacă cu sos; 643. Clătite cu ceafă afumată.
- Cehia:** 13. Ruladă cu mazăre; 199. Cotlet surpriză; 225. Friptură cu varză și găluști din aluat; 279. Ruladii cu cârnăciori; 295. Tăței cu costiță; 608. Omletă magheză; 618. Ouă picante.
- China:** 31. Sos de hăgino; 38. Sos de soia; 40. Sos exotic; 41. Sos înțepător; 72. Salată de sparanghel dulce-amăruie; 87. Ciorbă de carne; 95. Pui în supă clară; 106. Supă de caracți cu felii de nap; 139. Supă grosă de pește; 158. „Capete de leu” în vas de lut; 161. Carne de vacă la tigaie; 185. Chiștele cu sos; 189. Chiștele „Patru bucurii”; 190. Chiștele perlute; 205. Cuburi de carne cu mazăre verde; 223. Friptură crocantă de porc în sos; 229. Friptură de porc în sos tomat; 230. Friptură de porc în sos „sichuan”; 265. Perluțe de carne; 269. Porc cu castraveți; 281. Rulouri picante cu varză; 282. Sandvișuri în varză; 304. Usturoi verde cu carne de porc; 305. Vacă cu orez „pământiu”; 358. Pui înăbușit; 362. Pui picant cu hăgino; 367. Rață înăbușită în bere; 369. Rață lăcută; 383. Calmar cu ardei verde; 389. Chișleluțe de creveți; 396. Crap în sos; 400. Creveți înăbușiți; 401. Creveți înăbușiți în crustă; 402. Creveți în crustă cu sos; 404. Creveți „Fu-yung” cu

## Cuprins

	<b>E</b>	<b>R</b>
Parcul Herăstrău .....	3	89
Delta Dunării .....	8	90
Ferma bunicii .....	14	92
Cu microscopul sau lupa în micro sau macrocosmos .....	19	94
Excursie în pădure .....	24	95
Cheile Nerii .....	29	96
Viața în câmpie - agricultura .....	35	97
Povestea porcului .....	40	99
Rezervația naturală Valea Cernei .....	46	101
Călătoriile lui Gulliver .....	52	102
<b>Subiecte propuse sau date de C.N.E.E.</b>		
2014 – Model 1. Parcul Național Cozia .....	58	105
2014 – Model 2. Parcul Național Retezat .....	63	106
2014 – Testul 1. Vizită la Muzeul de Istorie Naturală .....	68	107
2014 – Testul 2. Grădina Botanică din Iași .....	73	108
2015 - Testul 1. Parcul Național Retezat .....	78	110
2015 - Testul 2. Jurnal de călătorie: Rezervația naturală Nemira .....	84	111

## CUPRINS

CUVÂNT ÎNAINTE .....	3
APERITIVE, SUFLEURI, SOSURI .....	4
SALATE .....	15
BORȘURI, CIORBE, SUPE .....	25
PREPARATE DIN CARNE .....	42
PREPARATE DIN PASĂRE .....	93
PREPARATE DIN PEȘTE ȘI CRUSTACEE .....	112
PREPARATE DIN LEGUME .....	133
PREPARATE DIN OU ȘI PASTE FĂINOASE .....	173
BUDINCI, CLĂTITE, PLĂCINTE .....	182
DULCIURI, TARTE, TORTURI .....	194
BĂUTURI ȘI COCKTEILURI .....	217