

152  
Н. ПИТИРИМОВА

М. АБАЕВА

Е. ЕРОНИНА

# Молдавская кулинария



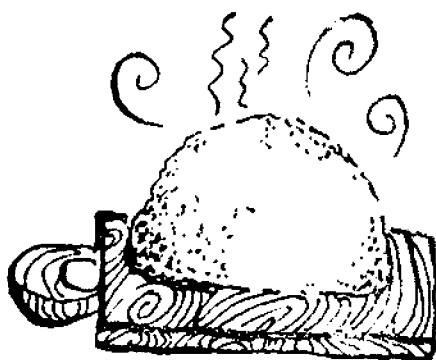
*Издательство «Картя Молдовеняскэ» \* 1971*

## СОДЕРЖАНИЕ

5	Введение	
7	Специальные кулинарные термины	
9	<i>Первичная обработка сырья. Тепловая обработка.</i>	
19	<i>Закуски</i>	
44	<i>Супы</i>	
61	<i>Вторые блюда</i>	
65	Соусы	
69	Овощные блюда	
78	Крупяные, мучные, яичные блюда	
89	Рыбные блюда	
94	Мясные блюда	
114	Блюда на грилях	
119	Гарниры	4
121	<i>Сладкие блюда и напитки</i>	
133	<i>Мучные и кондитерские изделия</i>	
155	<i>Заготовка продуктов впрок</i>	
163	<i>Вича</i>	
167	Краткий перечень вин и коньяков Молдавии	
169	Соотношение меры и веса некоторых продуктов питания	
170	Алфавитный указатель блюд	

# *Молдавская кулинария*

**Н. Питиримова,  
М. Аваева,  
Е. Еронина**



*Одобрена Республиканским кулинарным Советом  
Министерства торговли Молдавской ССР*

Молдавская кухня пользуется большой популярностью не только в республике, но и далеко за ее пределами.

Изделия молдавских кулинаров отличаются приятным внешним видом; высокими питательными качествами, доступностью используемого сырья, обилием овощей, всевозможных пряностей и приправ. Приправы — чеснок, перец, чабрец, леуштян — значительно повышают вкусовые качества блюд, придают им особый аромат и остроту. Много блюд готовят молдавские кулинары из маринованных и консервированных овощей и фруктов: перца, баклажан, сливы, винограда и др.

Своеобразны молдавские традиционные закуски — соленья, протертая фасоль, мамалыга, копченое мясо; супы — чорба, зама; блюда на гратаре — костица, мититей. Национальными мучными изделиями являются вертуты и плацинды с различными фаршами, а сладкими блюдами — кисель из вина, киселица, разнообразные напитки из вина и фруктов и т. д.

Молдавские кулинары оригинально оформляют свои изделия. Большинство блюд подают в керамической посуде — горшочках, мисках, кружках и пр. Учитывая народные кулинарные традиции, они заботятся о том, чтобы придать блюдам современный вид.

Молдавская кухня заслужила всеобщее признание. На Выставке достижений народного хозяйства в Москве изделия кулинаров республики не раз завоевывали золотые медали, получали восторженные отзывы. В 1967 году рецептуры молдавских блюд были отправлены на Всемирную выставку в Монреаль.

В книге собраны рецепты молдавских блюд — холодных закусок, овощных, мясных, рыбных и мучных изделий, а также предложены рецепты новых фирменных блюд — салата «Норок», биточков по-кишиневски, говядины по-сельски, чорбы аппетитной, желе «Янтарь» и др.

В разделе «Вина» читатель найдет полезные советы о том, как и в какой последовательности подавать вина к определенным блюдам.

Нормы закладки продуктов даются весом брутто в граммах.

Книга рассчитана на учащихся торгово-кулинарных училищ и технологических техникумов общественного питания, а также для тех, кто готовит пищу в домашних условиях. Для них она будет добрым помощником, так как в ней доступно изложены основы технологии приготовления молдавских кушаний и их рецепты.

В разработке рецептур блюд и изделий принимали участие мастера-повара, мастера-кондитеры, технологи общественного питания Беседин В. И., Бирюков Н. А., Галунова Т. В., Гончарова Т. И., Горбатова А. И., Громова Р. А., Гутман А. И., Гуцу С. П., Злобина Р. А., Крылова В. И., Кулик В. К., Николаева О. Ф., Печенежская Л. Н., Савкина Р. Н., Соколова А. А. и другие работники общественного питания.

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ТЕРМИНЫ

- Агар-агар* — растительный пищевой клей.
- Баня водяная* — металлическая посуда с решеткой на дне, заполненная горячей или кипящей водой. В посуду помещается кастрюлька с подготовленными продуктами для варки или для сохранения в горячем виде.
- Бланширование* — ошпаривание продуктов кипятком или паром.
- Брутто* — вес продукта до первичной обработки.
- Букет зелени* — набор веточек петрушки, сельдерея, укропа, лука порея, связанных в пучок.
- Выбить* — вымесить, размешать (применительно к тесту и фаршу).
- Гивеч* — национальное кушанье из овощей или овощей и мяса, тушеных на растительном масле.
- Гогошар* — сорт сладкого красного перца круглой формы.
- Гратар* — решетка для жарения мяса и рыбы на углях.
- Гренки* — ломтики белого хлеба, нарезанного кубиками и подсушенного в духовом шкафу. Гренки можно готовить с сыром.
- Желатин* — пищевой клей, полученный из костей.
- Желе (ланспиг)* — мясной или рыбный студень, прозрачный, без кусочков мяса и рыбы. Используется для заливных блюд.
- Кашкавал* — овечий сыр, по способу приготовления, вкусу и составу напоминает молодой голландский сыр.
- Кляр* — жидкое тесто, в которое обмакиваются кусочки продукта для обжаривания в кипящем масле.
- Кнели* — пропущенная через мясорубку мясная масса, взбитая со сливками и сливочным маслом, сформованная в виде шариков.
- Колер* — румяный цвет поверхности продукта после жарки, запекания и выпекания.
- Конверт* — трубочка из бумаги, свернутая конусообразно. Служит для выпуска крема, пюре и т. д. при отделке блюд.
- Консистенция* — состояние плотности продукта, соотношение между жидкой и густой частями пищи.
- Льезон* — смесь из яиц, молока или воды.
- Меланж* — замороженная смесь яичных желтков и белков в естественной пропорции.



- Мититси* — мясные биточки продолговатой формы с перцем и чесноком.
- Муждей* — соус из толченого чеснока, соли и уксуса.
- Мусака* — запеканка из овощей с рубленным мясом.
- Нетто* — вес очищенного продукта.
- Спаза* — тесто, приготовленное на муке и растворенных в воде дрожжах.
- Остропел* — тушеная домашняя птица или дичь в густом соусе из уксуса и чеснока.
- Откинуть* — отделить продукт от жидкости через сито или дуршлаг.
- Отколеровка* — кипячение масла или маргарина до полного удаления влаги.
- Оттяжка* — смесь пропущенного через мясорубку сырого мяса с сырыми яичными белками, используется для осветления мясных бульонов; смесь икры рыбы частиковых пород с яичными белками, применяется для осветления рыбных бульонов.
- Панировка* — покрытие поверхности сырого или вареного продукта слоем муки или молотыми сухарями.
- Паприкаш* — нарезанное кусками мясо, тушеное с луком, томатным соусом и сладким красным перцем.
- Пассирование* — легкая обжарка нарезанных овощей.
- Плацинда* — национальное мучное изделие с различной начинкой.
- Подпыл мукой* — обсыпание тонким слоем муки поверхности, крышки стола, стенок посуды.
- Полуфабрикат* — продукт, готовый к тепловой обработке.
- Припускание* — варка продукта с небольшим количеством жидкости.
- Проварить* — варить, помешивая, на небольшом огне, не допуская кипения.
- Профитроли* — изделия из заварного теста, выпеченные в форме орешков. Подаются к бульонам.
- Саралие* — изделия из вытяжного теста с начинкой (грецкие орехи с медом или сахаром), выпеченные в виде спирали или восьмерки.
- Скроб* — взбитая яичница, нарезанная кусочками.
- Сочок* — концентрированный мясной сок, полученный при жарке мясных продуктов. Используется как соус к жареному мясу.
- Специи* — лавровый лист, перец и другие. Придают пище аромат и вкус.
- Токана* — тушеное мясо с луком, специями.
- Фри* — изделия, обжаренные в избытке жира (соотношение жира и продукта 3 : 1; 5 : 1).
- Фритюр* — смесь растительных жиров, разогретых до 180°. Служит для жарки изделий из теста, рыбы, мяса и овощей.
- Цедра* — верхний слой лимонной или апельсиновой корки.
- Черева* — кишечная оболочка.
- Чорба* — кислый суп.
- Шинковать* — нарезать, измельчить продукт так, чтобы кусочки были одного размера, формы, веса.



## ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА СЫРЬЯ

Кулинарная обработка продуктов при приготовлении блюд складывается из ряда последовательных операций, одной из которых является первичная обработка сырья.

К первичной обработке относятся следующие операции: сортировка продуктов и освобождение их от упаковки, загрязнений и несъедобных частей, оттаивание мороженых продуктов; мойка, очистка, разделка, разрубка, измельчение; придание нужной формы, а также принятие необходимых мер по хранению готовых полуфабрикатов до их дальнейшего использования.

Так как различные виды продуктов проходят различную обработку, то и рассматривать их мы будем отдельно.

### *Обработка овощей*

*Картофель* сначала сортируют, удаляют поврежденные и загнившие клубни, а также проросшие, содержащие

ядовитое вещество — соланин, одновременно разделяя мелкий и крупный картофель для уменьшения отходов при машинной очистке. Перед очисткой картофель обязательно моют, после машинной чистки удаляют глазки. Очищенный картофель хранится в воде (2—3 часа).

При необходимости более длительного хранения картофель сульфитируют (обрабатывают 1% раствором бисульфита натрия в течение 5 минут с последующей промывкой в холодной воде) или бланшируют (ошпаривают с последующим охлаждением).

*Корнеплоды* (морковь, петрушку, свеклу) сортируют, обрезают ботву, промывают и очищают.

*Капуста*. Кочан очищают от верхних загрязненных листьев и тщательно промывают, затем удаляют кочерыжку. Раннюю капусту для удаления горького привкуса проваривают до полуготовности. До полуготовности проваривается капуста и для приготовления голубцов.

Если в капусте обнаружены гусеницы, ее кладут в холодную подсоленную воду (50—60 г соли на литр воды) — гусеницы всплывают на поверхность. При сильном поражении капуста бракуется.

*Репчатый лук и чеснок* очищают от сухих листьев (оболочки), отрезая завязь и донце, и промывают в холодной воде.

*Тыкву, кабачки, баклажаны моют*, срезают плодоножки и тонкий слой кожицы (молодые кабачки и баклажаны можно не очищать). Тыкву разрезают на части и удаляют семена. Баклажаны отваривают до полуготовности.

*У перца*, предназначенного для фарширования или консервирования, удаляют плодоножку вместе с сердцевинной и семенами. Перед фаршированием перец опускают на 1—2 минуты в кипящую воду.

*Зелень* (салат, шпинат, щавель и др.) освобождают от испорченных листьев, корней, грубых стеблей, черенков и несколько раз промывают.

*Квашеную капусту* отжимают от рассола. Если капуста слишком кислая, ее рекомендуют промыть в холодной воде, а затем снова отжать.

### *Нарезка овощей*

Вымытые и очищенные овощи нарезают различными способами и разной формы в зависимости от того, для какого блюда они предназначены. Нарезка овощей может производиться на овощерезках, а также вручную в виде

простой и фигурной (карбование) нарезки, обтачивания, вырезания выемкой, строгания, шинкования и протирания.

Наиболее распространенными формами резки являются соломка, брусочки, кубики, кружочки, ломтики, дольки, квадратики, кольца, гребешки, шестеренки, шарики. Для украшения некоторых блюд вырезают цветы и другие декоративные фигуры.

Нарезка овощей может производиться как в сыром виде, так и после тепловой обработки.

### *Обработка грибов*

У свежих грибов срезают нижнюю часть пенька (червивые и испорченные части удаляют), счищают прилипшие листья. Очищенные грибы несколько раз промывают в холодной воде. Мелкие грибы используют целиком, а крупные нарезают или рубят. Шампиньоны после очистки промывают в воде с добавлением уксуса или лимонной кислоты для предохранения их от потемнения. У маслят снимают со шляпки кожицу. Сушеные грибы тщательно промывают и замачивают в воде.

При обработке грибов надо очень внимательно перебирать их, не допуская попадания ядовитых грибов, а также загнивших и перезрелых, так как они могут вызвать отравление.

### *Крупы, бобовые*

Крупы и бобовые сначала перебирают, удаляя посторонние примеси. Затем крупы (за исключением манной и гречневой) промывают в теплой воде.

Гречневую крупу рекомендуется обжарить.

Нелущеный горох, чечевицу, фасоль, а также перловую крупу предварительно замачивают в холодной воде.

### *Обработка рыбы*

В рыбопродуктах содержатся в значительных количествах аминокислоты, придающие этому продукту специфический «рыбный» запах. Поэтому обработка рыбы производится отдельно от других продуктов.

Рыбные продукты должны быть абсолютно свежими. Блюда, приготовленные из недостаточно свежей рыбы, могут стать причиной серьезных заболеваний.

В предприятия общепита и розничную сеть поступает живая, мороженая, вяленая и сушеная рыба.

Мороженую рыбу предварительно оттаивают в воде или на воздухе, соленую рыбу вымачивают в воде.

Разделка рыбы заключается в удалении несъедобных частей (чешуи, внутренностей, хвоста и др.), промывании, пластовании (разрезка вдоль хребтовой кости), нарезке на порционные куски. В случае фарширования из рыбы, не отделяя головы и хвоста, вынимают тушку, которая размалывается в мясорубке.

Отходы при первичной обработке (кости, кожа, плавники, хвосты, головы) могут быть использованы для приготовления рыбных бульонов. (Головы леща, карпа, воблы, карася имеют горький вкус и для бульона не применяются.)

Обработанную рыбу надо немедленно отправить на тепловую обработку или в холодильную камеру. Срок хранения рыбы при 0—4° не более 24 часов,

Таким образом, в результате разделки рыбы получают филе с кожей и костями, с кожей и без костей, без кожи и костей. Разделанную рыбу промывают, нарезают на порционные куски или готовят из нее полуфабрикаты. Мелкую рыбу после очистки, потрошения и промывания используют целиком.

Для жаренья рыбу панируют в муке, молотых сухарях, льезоне, кляре.

При фаршировании кожу, не отделенную от головы и хвоста, наполняют котлетной массой, состоящей из мякоти размолотой тушки в смеси с пшеничным намоченным в молоке хлебом (соль, перец, лук по вкусу). Котлетную массу можно использовать для приготовления битков, рыбных котлет.

При разделке рыб осетровых пород готовые куски или звенья нужно ошпарить.

### *Первичная обработка мяса и мясопродуктов*

Обработка мяса включает следующие операции: оттаивание (если мясо мороженое); вымачивание (если мясо соленое); обмывание, обсушивание и срезание клейма; разделка (разрубка, обвалка и зачистка).

Оттаивание мяса необходимо производить медленно. Мясной сок, содержащийся в тканях мороженого мяса в виде кристаллов, успевает при медленном таянии впитаться в мышечные волокна, и мясо почти полностью восстанавливает свои свойства.

Потери при медленном оттаивании в полутушах составляют всего лишь около 0,5% от веса мяса. Если же мясо разрубить на мелкие куски, то потери в весе возрастают до 10%.

При оттаивании мяса соблюдают следующие требования: оттаивают мясо до разрубания его на части; оттаивание проводят в специальных камерах при 4—6° и влажности воздуха камеры 85—90% в течение двух-трех дней. При отсутствии этих условий мясо можно быстро оттаять (в течение 14—24 часов) при 16—18°. После оттаивания мясо необходимо выдерживать в камере при температуре +2° около суток.

На поверхности мяса могут находиться в большом количестве микроорганизмы и их споры. Среди микроорганизмов бывают гнилостные и болезнетворные микробы. Обмывание мяса теплой водой (25—30°) перед разделкой снижает поверхностное обсеменение на 95—99%. Обмывать мясо лучше всего четвертинами, подвешенными на крючьях, под душем или щеткой-душем. Срезание клейма ветеринарно-санитарного контроля и клейма упитанности производится после обмывания мяса; если же краска клейма недостаточно прочная, его срезают до обмывания, чтобы краска не расплылась.

После обмывания мясо обсушивают, чтобы при разрубке и разделке оно не скользило в руках. На механизированных предприятиях мясо, подвешенное на крючьях, обсушивают в специальном помещении при помощи циркуляции воздуха.

При кулинарной разрубке мяса получают куски мякоти и отдельно кости. Мякоть зачищают от сухожилий и пленок, придают нужную форму и готовят полуфабрикаты в зависимости от кулинарного назначения отдельных частей мякоти.

Туша говядины при кулинарной разрубке делится по наименованию на 13 частей, а по количеству—на 29 частей. При разделке получают шею, две лопатки, две грудинки, два толстых края, два тонких края, две пашины, две вырезки, четыре покромки, четыре голяшки и восемь частей мякоти задних ног. Мякоть лопатки можно разделить на две части — плечевую и заплечную.

При кулинарной разрубке и разделке бараньей и свиной туш выделяются: шея, лопатки, корейка, грудинка, задняя нога (окорок).

Телячья и баранья туши при кулинарном разрубке делятся по наименованию на 5 частей, а по количеству — на

11 частей: две грудинки, две корейки, четыре части мякоти задних ног, две части мякоти передних ног, шея.

Свиную тушу при кулинарном разрубе делят по наименованию на 4 части.

Мякоть говядины после зачистки, в зависимости от содержания соединительной ткани, сортируют для кулинарного использования: для жарки — вырезка, толстый и тонкий края, верхняя и внутренняя части задней ноги; для тушения и варки — боковая и наружные части задней ноги, плечевая и заплечные части лопатки, грудинка, покромка; для котлетной массы — шея, обрезки.

Кулинарное использование частей баранины, телятины, свинины следующее: для жарки — корейка и мякоть задней ноги, для тушения — мякоть лопатки и грудинка; для котлетной массы — шея и обрезки.

### *Обработка субпродуктов*

К пищевым субпродуктам относятся головы, мозги, языки, ноги, печень, почки, селезенка, вымя, желудок, хвосты, ливер (сердце, горло и легкие).

Субпродукты поступают в предприятия общественного питания морожеными или охлажденными. Мороженые субпродукты оттаивают в цехе уложенными в один ряд на противни.

Головы крупного рогатого скота, поступившие с кожей, опаливают, промывают и зачищают. Затем отделяют губы, удаляют язык; губы опаливают на некопящем пламени. Голову разрубают на части, вынимают мозги и тщательно промывают.

Телячьи и свиные головы ошпаривают, зачищают и промывают. Если осталась шерсть, их дополнительно опаливают. Затем делают прямой надрез мякоти от лба до носа и срезают ее вместе с ушами. Мозги вынимают так же, как и у голов крупного рогатого скота.

Ноги крупного рогатого скота опаливают (если на них есть шерсть), тщательно промывают (после удаления копыт), разрубают на две части поперек и каждую — вдоль. Разрубленные ноги замачивают в холодной воде на два-три часа.

Телячьи и свиные ноги ошпаривают, зачищают и сбивают копыта; затем натирают мукой и опаливают. Для снятия с ног мякоти делают разрез между копытцами и срезают мякоть с обеих сторон кости.

Мозги замачивают в холодной воде, подкисленной уксусом (который уплотняет белковые вещества мозгов). Через один-два часа, не вынимая мозгов из воды, удаляют пленку и кровеносные сосуды.

Печень промывают, вырезают желчные протоки и крупные кровеносные сосуды, отбивают плоской стороной ножа, подрезают пленку и снимают ее; куски печени промывают вторично.

Почки бараньи и телячьи зачищают от лишнего жира, оставляя слой его около 0,5 см. С говяжьих почек жир удаляется вместе с пленкой. Почки говяжьи разрезают вдоль пополам и замачивают в холодной воде на три-четыре часа для удаления специфического запаха. Подготовленные почки заливают холодной водой, доводят до кипения и сливают отвар; затем почки промывают, вторично заливают холодной водой и варят до готовности 1—1,5 часа при слабом кипении.

Языки очищают от загрязнений и отрезают горловину.

Вымя разрезают, удалив крупные сосуды, промывают в холодной воде, затем отваривают до готовности в воде с добавлением соли и ароматических овощей.

Хвосты крупного рогатого скота разрубают на части и замачивают на 5—6 часов в холодной воде для удаления специфического запаха, после чего их можно ошпаривать.

Ливер разбирают на части: сердце и горло разрезают вдоль, из сердца удаляют сгустки крови, легкие разрезают по бронхам. После обработки ливер тщательно промывают в холодной воде.

Желудок (рубец) выворачивают внутренней стороной, тщательно промывают в холодной воде, а затем погружают на 3—5 минут в кипяток, после чего ножом удаляют слизистую оболочку, вновь промывают, свертывают рулетиком и перевязывают шпагатом. Подготовленный рубец отваривают до готовности в подсоленной воде с добавлением ароматических кореньев.

### *Обработка костей*

Кости используются для варки бульонов. Для того чтобы они лучше вываривались, их разрубают на куски весом до 100 граммов. Измельчают кости костедробилкой или топором на разрубочном стуле, затем промывают. Позвоночные кости разрубают на позвонки и поперек, а плоские кости — на мелкие куски.



Трубчатые кости не дробят, а лишь отпиливают концы с обеих сторон утолщения, трубку оставляют целой. Вываренные кости используют для изготовления желатина, различных костяных изделий или для получения удобрений.

### *Первичная обработка птицы и дичи*

Обработка птицы и дичи состоит из следующих операций: оттаивания (если птица мороженая), ошипывания, опаливания, потрошения, промывания, обсушивания и заправки (формовки).

Для оттаивания птицу и дичь укладывают спинкой вниз на стеллаж или столы в один ряд; при температуре цеха 16—18° птицу оттаивают в течение 5—6 часов, дичь среднего размера — в течение 2—3 часов.

Оттаявшую птицу ошипывают, начиная с шейки, выдергивая сразу по нескольку перьев в направлении, обратном их естественному росту. Чтобы не порвать кожу, ее натягивают пальцами в том месте, где выдергивают перья. Пеньки выщипывают ножом или специальным пинцетом. Для облегчения ошипывания тушки кур и цыплят иногда погружают в горячую воду (70—80°) на 1—2 минуты.

После ошипывания тушки обсушивают, натирают отрубями или мукой (низких сортов) и опаливают над не коптящим пламенем для удаления мелких волосков и пуха.

Перед потрошением у тушек птиц отрубают ножки, крылья (у кур и цыплят крылья не обрубают) и шейку. Ножки обрубают ниже коленного сустава на 1—1,5 см, а крылышки — по первый сустав. Перед удалением шейки на ней делают разрез кожи вдоль спинки, освобождают кожу от шейки и последнюю отрубают у основания. Затем делают разрез на брюшке и потрошат, т. е. удаляют внутренности — кишки, желудок, печень, сердце; пищевод и зоб удаляют через шейное отверстие.

Выпотрошенную птицу хорошо промывают несколько раз в холодной воде, удаляют последние остатки пеньков и обсушивают.

Подготовленные тушки заправляют, т. е. придают им компактную форму, чтобы они более равномерно подвергались тепловой обработке (варке, жарке) и имели красивый вид. Заправляют тушки тремя способами: «в кармашек», шпагатом в одну нитку, шпагатом в две нитки. Наиболее распространены два первых способа заправки.



## ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА

Многие пищевые продукты, перед тем как употребить в пищу, подвергают тепловой обработке. В результате этого они приобретают приятный вкус и запах, улучшается их внешний вид, продукты становятся более мягкими и повышается их усвояемость. Кроме того, тепловая обработка обезвреживает продукты, так как под действием высокой температуры микроорганизмы погибают.

Все приемы тепловой обработки, применяемые в кулинарной практике, можно свести к двум основным — варке и жарке.

При варке продукты нагревают в воде, бульоне, молоке или в атмосфере насыщенного водяного пара. Температура жидкости и продукта при варке в обычных пищеварочных котлах или наплитной посуде не превышает  $100^{\circ}$ . В автоклавах или другой герметически закрывающейся посуде продукты можно варить и при температуре  $120\text{--}130^{\circ}$ . Применение более высоких температур ускоряет процесс варки.

Соотношение количества основного продукта и жидкости колеблется. Если жидкость при варке не покрывает продукта полностью, то этот процесс носит название припускания. Припускание продукта с пряностями и приправами называется тушением.

Варку можно производить не только в воде, но и на пару. При этом продукт помещают в сетчатых корзинах или коробках в пищеварочные котлы с водой так, чтобы продукты не соприкасались с водой. Варку на пару производят в посуде с закрытой крышкой. Вода при кипении выделяет пар, который и проваривает продукт. Для варки паром применяют также специальные пароварочные котлы.

При жарке продукты нагревают без добавления жидкости, но с большим или меньшим количеством жира. Под действием высокой температуры влага с поверхности продукта быстро испаряется и на нем появляется сухая корочка. В процессе жарки температура поверхности продукта достигает выше  $100^{\circ}$ . Начиная со  $130^{\circ}$  жарка вызывает разложение входящих в состав продуктов органических веществ. При этом образуются химические соединения, придающие продукту приятный вкус и запах.

Существует несколько способов жарки, отличающихся между собой способом передачи тепла обжариваемому продукту: жарка в небольшом количестве жира на открытой поверхности и в жарочном шкафу; жарка в большом

количество жира (фритюре). Жир при всех способах жарки не следует нагревать выше 180°, так как при более высоких температурах он разлагается, выделяя газообразные продукты с неприятным запахом.

Жарка продукта в небольшом количестве жира производится на противнях или сковородах на плите. На дно посуды кладут жир (5—10% от веса обжариваемого продукта), нагревают его до 150—160° и затем помещают обжариваемый продукт. Для образования румяной корочки на всем продукте его время от времени переворачивают. При обжаривании в жарочном шкафу продукт размягчается также за счет теплоты, излучаемой нагретыми стенками шкафа. Этот прием жарки называется запеканием или выпеканием в зависимости от того, какие продукты для этого способа применяются (овощи, крупы и пр.).

В большом количестве жира продукты обжариваются в наплитной посуде нелуженой с невысокими бортиками, а также в специальных аппаратах—фритюрницах. Соотношение между жиром и продуктом должно быть не меньше 3:1. Для жарки во фритюре жир нагревают до 160—180°, а затем помещают в него продукт, при этом следят, чтобы продукт был более или менее обезвожен (при жарке картофеля его предварительно подсушивают на чистой ткани или же дают стечь воде на ситах или дуршлаге).

Извлекают обжаренные продукты при помощи шумовки или же помещают их в специальные сетчатые корзины и затем жарят. Применение сетчатых корзин ускоряет процесс выемки обжаренных продуктов. Жир после 4—5 обжарок фильтруют и используют для дальнейшей жарки.

В молдавской кулинарии широко применяют жарку на углях — один из наиболее древних способов размягчения продукта. Угли используют березовые, ольховые или дубовые. Регулирование нагрева производят путем изменения расстояния между продуктом и углями. Продукт помещают на металлическую решетку, которую предварительно очищают металлической щеткой, натирают свиным салом шпик и прокалывают. Затем решетку слегка охлаждают, снова смазывают салом шпик и на решетку помещают продукт.



## Закуски

### САЛАТ КИШИНЕВСКИЙ

### САЛАТЭ ДЕ КИШИНЭУ

Огурцы свежие 60, помидоры свежие 50, перец сладкий 30, лук зеленый 20, зелень 3, сметана или майонез 25, соль.

Вес готового блюда 150 г.

Сладкий перец разрезают вдоль пополам, удаляют семена; зеленый лук перебирают, отрезают корешки и увядшие перья; огурцы очищают, у помидоров удаляют плодоножки.

Подготовленные овощи промывают.

Огурцы и помидоры нарезают кружочками или ломтиками, зеленый лук мелко шинкуют, сладкий перец шинкуют соломкой. Нарезанные овощи укладывают на тарелку горкой, сверху поливают сметаной или майонезом и посыпают мелко нарезанной зеленью.

## **САЛАТ МОЛДАВСКИЙ**

2

### **САЛАТЭ МОЛДОВЕНЯСКЭ**

Помидоры свежие 100, лук репчатый 25, перец сладкий 20, маслины 15, масло растительное 15, уксус 15, сахар 2, соль, перец.  
Вес готового блюда 150 г.

Репчатый лук очищают от кожицы, у помидоров удаляют плодоножки, перец сладкий разрезают вдоль пополам и удаляют семена; овощи промывают.

Помидоры нарезают кружочками, лук — кольцами, перец шинкуют соломкой.

В салатник укладывают помидоры, сверху лук, перец, добавляют маслины, посыпают мелко нарезанной зеленью и поливают салатной заправкой.

Салатная заправка: масло растительное соединяют с уксусом, добавляют сахар, соль, перец и хорошо перемешивают.

## **САЛАТ «ДОЙНА»**

3

### **САЛАТЭ «ДОЙНА»**

Огурцы свежие 40, помидоры свежие 40, перец сладкий 80, лук зеленый 20, брынза 30, масло сливочное 20, зелень 3, лед пищевой 30.  
Вес готового блюда 150 г.

Огурцы, помидоры и сладкий перец средних размеров промывают.

У перца делают круговой надрез у плодоножки и вынимают вместе с плодоножкой семенную коробку. У помидоров удаляют плодоножку, а у зеленого лука отрезают корешки, удаляют увядшие перья и промывают.

Целые подготовленные овощи укладывают на тарелку с пищевым льдом, рядом кладут нарезанные карбовочным ножом сливочное масло и брынзу. Украшают веточками зелени.

## **САЛАТ АРОМАТНЫЙ**

4

### **САЛАТЭ АРОМАТЭ**

Редька 35, морковь 20, капуста свежая 50, яблоки 45, кукуруза консервированная 15, майонез 30, зелень 3, соль. Вес готового блюда 150 г.

Овощи (редьку, морковь, капусту свежую) очищают, промывают. Редьку натирают через крупную терку, морковь и капусту шинкуют соломкой. Промытые и очищенные от сердцевины яблоки нарезают ломтиками или дольками.

Подготовленные овощи соединяют вместе с яблоками и 2/3 частью консервированной кукурузы, добавляют соль и заправляют майонезом.

При подаче сверху на салат кладут оставшуюся часть консервированной кукурузы и украшают веточками зелени.

## **ЗАКУСКА «ВЕСНА»**

5

### **АПЕРИТИВ «ПРИМЭВАРА»**

Щавель 40, лук зеленый 40, яйцо 1 шт., сметана 30, соль.

Вес готового блюда 100 г.

Щавель и зеленый лук перебирают, удаляют корешки и увядшие листья, тщательно промывают. Щавель и лук мелко шинкуют, добавляют рубленое отварное яйцо, все хорошо перемешивают и заправляют солью, сметаной.

## **САЛАТ ВЕСЕННИЙ**

6

### **САЛАТЭ ДЕ ПРИМЭВАРЭ**

Капуста свежая 100, огурцы 55, лук зеленый 15, уксус 5, масло растительное 10 или майонез 20, зелень 7, соль.

Вес готового блюда 150 г.

У белокочанной капусты удаляют загрязненные листья, промывают в холодной воде. Капусту шинкуют, перетирают с солью до выделения сока.

Огурцы промывают и нарезают ломтиками. Зеленый лук перебирают, удаляют увядшие перья, отрезают корешки, промывают и тонко шинкуют.

Все овощи (капусту, лук, огурцы) соединяют, добавляют соль, уксус, заправляют растительным маслом или майонезом. При подаче украшают зеленью, огурцами, луком.

## **САЛАТ «ЛЕТО»**

7

### **САЛАТЭ «ВАРА»**

Картофель 70, помидоры 35, перец сладкий 15, огурцы свежие 25, лук зеленый 15, масло растительное 15, уксус 7, сахар 2, зелень 7, сметана 30, соль, специи. Вес готового блюда 150 г.

Сырые овощи (картофель, помидоры, сладкий перец, огурцы и зеленый лук) промывают, картофель отваривают и очищают. Сладкий перец разрезают вдоль на две части, удаляют семенную мякоть и семена. У помидоров удаляют плодоножку, а у зеленого лука отрезают корешки и удаляют увядшие перья. Более зрелые огурцы очищают от кожицы. Подготовленные овощи нарезают тонкими ломтиками, лук шинкуют, все заправляют сметаной или салатной заправкой (рецепт 2). При подаче украшают зеленью.

## **САЛАТ ОСЕННИЙ**

8

### **САЛАТЭ ДЕ ТОАМНЭ**

Редька 90, капуста свежая 90, лук 25, сметана 15, майонез 15, зелень 3, соль.  
Вес готового блюда 180 г.

У основания кочерыжки белокочанной капусты подрезают верхние пожелтевшие и загрязненные листья и удаляют их. Затем кочан промывают, разрезают пополам, вырезают кочерыжку и шинкуют соломкой. Очищенную и промытую редьку натирают на крупной терке, лук нарезают кольцами.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют соль, сметану, смешанную с майонезом, и хорошо перемешивают. При отпуске посыпают рубленой зеленью.

## **САЛАТ ЗИМНИЙ**

9

### **САЛАТЭ ДЕ ЯРНЭ**

Кабачки консервированные 45, гогошары консервированные 110, перец консервированный 30, лук 15, масло растительное 10, зелень 5.  
Вес готового блюда 150 г.

Консервированные гогошары и перец нарезают соломкой, кабачки — ломтиками, соединяют все вместе, заправляют растительным маслом. При подаче украшают луком, нарезанным кольцами, и веточками зелени.

## **ПЕРЕЦ ЖАРЕНЫЙ**

10

### **АРДЕЙ ГРАШЬ ПРЕЖИЦЬ**

Перец сладкий 140, помидоры свежие 50, масло растительное 10, уксус 6, зелень 3, соль.

Вес готового блюда 150 г.

Перец сладкий промывают, дают стечь воде и обжаривают на растительном масле до готовности. При жарке перец периодически переворачивают, чтобы он равномерно прожарился со всех сторон.

Жареный перец очищают от кожицы, укладывают на тарелку, поливают растительным маслом с уксусом, украшают кружочками свежих помидоров, веточками зелени.

## **САЛАТ ПО-СОРОКСКИ**

11

### **САЛАТЭ «КА ЛА СОРОКА»**

Печень 75, мука 5, жир 10, редис 150, сметана 30, соль, специи.

Вес готового блюда 150 г.

Белый редис очищают от кожицы и зелени, а у красного удаляют только зелень. Редис промывают, нарезают кружочками.

Печень говяжью или свиную промывают, зачищают от пленки и желчных протоков, нарезают на куски, солят, посыпают перцем, панируют в муке и жарят 10—12 минут на разогретой сковороде с маслом, затем доводят до готовности в духовом шкафу.

Охлажденную жареную печенку пропускают через мясорубку, соединяют с нарезанным редисом, заправляют солью и сметаной.

## **САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННЫХ ГОГОШАР**

12

### **САЛАТЭ ДИН ГОГОШАРЬ МАРИНАЦЬ**

Гогошары консервированные 170, лук репчатый 25, масло растительное 15, зелень 7.

Вес готового блюда 150 г.

Репчатый лук очищают от кожицы, промывают и нарезают кольцами. Консервированные маринованные гогошары нарезают дольками, укладывают в салатник, сверху кладут нарезанный лук, заправляют растительным маслом, посыпают рубленой зеленью.



## **САЛАТ ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ**

13

### **САЛАТЭ «АМАТОР»**

Капуста квашеная 115, лук репчатый 20, картофель 40, консервированный горошек 25, сахар 5, масло растительное 10.

Вес готового блюда 150 г.

У кочана квашеной капусты удаляют кочерыжку и капусту нарезают на кусочки квадратной формы.

В подготовленную капусту добавляют лук, нарезанный кольцами, вареный картофель, нарезанный ломтиками, консервированный зеленый горошек.

Все хорошо перемешивают, заправляют сахаром и растительным маслом.

## **САЛАТ ИЗ КАБАЧКОВ**

14

### **САЛАТЭ ДЕ БОСТЭНЕЙ**

Кабачки 140, зеленый лук 40, зелень петрушки 3, масло растительное 10.

Вес готового блюда 150 г.

Малосольные кабачки (рецепт 269) нарезают кружочками, посыпают мелко нарезанным зеленым луком, поливают растительным маслом.

## **САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОГОШАРАМИ**

15

### **САЛАТЭ ДЕ КАРТОФЬ КУ ГОГОШАРЬ**

Картофель 75, огурцы соленые 40, гогошары консервированные 50, лук репчатый 15, майонез 30, зелень 3, соль.

Вес готового блюда 150 г.

Картофель перебирают, промывают, отваривают и очищают. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян.

Подготовленные картофель и соленые огурцы нарезают кубиками, а лук и гогошары консервированные — соломкой, добавляют соль, майонез. Все хорошо перемешивают.

При подаче украшают ломтиками консервированных гогошар.

## **ИКРА ЗАКУСОЧНАЯ**

16

### **АПЕРИТИВ ДЕ БОСТЭНЕЙ**

Кабачки свежие 170, лук репчатый 50, масло растительное 20, томат-паста 15, перец красный 1, зелень 3, соль.

Вес готового блюда 150 г.

Свежие кабачки очищают от кожицы, срезают плодоножку и соцветие, промывают и припускают в собственном соку до готовности. Готовые охлажденные кабачки пропускают через мясорубку, соединяют с пассированным луком, томатом и тушат 25—30 минут.

Заправляют красным перцем, солью. При подаче посыпают зеленью.

## **РЕДИС С БРЫНЗОЙ И МАСЛОМ**

17

### **РИДИКЕ ДЕ ЛУНЭ КУ БРЫНЗЭ ШИ УНТ**

Редис 140, брынза 30, лук 20, масло сливочное 20.  
Вес готового блюда 150 г.

Редис очищают от зелени, оставив несколько веточек. Белый редис очищают от кожицы. Подготовленный редис кладут на 20—30 минут в холодную воду.

Зеленый лук перебирают, отрезают корешки, удаляют увядшие перья и промывают.

На тарелку кладут подготовленный редис, зеленый лук длиной 10—15 см и нарезанные карбовочным ножом масло и брынзу.

## **БРЫНЗА МОЛДАВСКАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ**

18

### **БРЫНЗЭ МОЛДОВЕНЯСКЭ КУ ЧАПЭ**

Брынза 50, лук зеленый 20.  
Вес готового блюда 65 г.

Брынзу нарезают ломтиками, укладывают на тарелку, рядом кладут очищенный зеленый лук.

## **БРЫНЗА МОЛДАВСКАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ И МАСЛОМ**

19

### **БРЫНЗЭ МОЛДОВЕНЯСКЭ КУ ЧАПЭ ШИ УНТ**

Брынза 50, масло сливочное 20, лук зеленый 25.  
Вес готового блюда 90 г.

Зеленый лук перебирают, отрезают корешки, удаляют увядшие перья и промывают. Брынзу и масло сливочное нарезают карбовочным ножом.

На тарелку укладывают брынзу, лук длиной 10—12 см, масло сливочное.

## **ЗАКУСКА ИЗ ФАСОЛИ**

20

### **ФАСОЛИЦА**

Фасоль 75, лук репчатый 24, перец болгарский 25, масло растительное 20, зелень 3, чеснок 1, уксус 1, соль, специи.

Вес готового блюда 200 г.

Перебранную и промытую фасоль отваривают до готовности, пропускают через мясорубку с частой решеткой, затем массу заправляют пассированным луком и болгарским перцем, нарезанным соломкой; добавляют соль, специи.

При подаче фасолицу поливают смесью растертого чеснока, красного перца, уксуса, украшают веточками зелени.

## **ФАСОЛЬ ПРОТЕРТАЯ**

21

### **ФАСОЛЕ ФЭКЭЛУИТЭ**

Фасоль 55, лук репчатый 50, масло растительное 15, чеснок 2, соль, специи  
Вес готового блюда 150 г.

Фасоль перебирают, промывают 2—3 раза в холодной воде. Для сокращения срока варки фасоль предварительно замачивают на 5—7 часов. При варке фасоли наливают такое количество воды, чтобы она покрывала ее не более чем на 1 см.

26

Варят фасоль без соли, так как последняя замедляет процесс варки; соль кладут перед окончанием варки. Отваренную фасоль откидывают на дуршлаг, пропускают через мясорубку, заправляют толченым чесноком, растительным маслом, прокипяченным с черным перцем.

Фасоль укладывают на тарелку при помощи кондитерского мешка или ложки, придают определенную форму, сверху кладут пассированный лук.

## **ИКРА ИЗ БАКЛАЖАН**

22

### **САЛАТЭ ДЕ ВИНЕТЕ (ИКРЕ)**

Баклажаны 90, лук репчатый 15, помидоры 30,  
масло растительное 15, чеснок 10, зелень 3, соль.  
Вес готового блюда 100 г.

Баклажаны моют, дают стечь воде, пекут на сковороде или в духовом шкафу. Печеные баклажаны очищают от кожицы, удаляют плодоножки, промывают и отжимают сок, затем измельчают деревянным секачом (ножом).

Измельченные баклажаны соединяют с пассированным луком и протертыми помидорами, добавляют соль и тушат на медленном огне 25—30 минут. В конце тушения добавляют толченый чеснок.

При подаче икру посыпают зеленью.

## **ЗАКУСКА МОЛДАВСКАЯ**

23

### **ГУСТАРЕ МОЛДОВЕНЯСКЭ**

Брынза 15, творог 15, лук репчатый 20, чеснок 7,  
соль, специи.  
Вес готового блюда 50 г.

Чеснок и лук очищают, промывают, мелко шинкуют и соединяют с творогом и брынзой, протертой через сито.

Всю массу хорошо перемешивают, заправляют солью и черным перцем.

## **ЗАКУСКА ИЗ ПОМИДОРОВ С БРЫНЗОЙ**

24

### **ГУСТАРЕ ДЕ РОШИЙ КУ БРЫНЗЭ**

Помидоры свежие 120, лук зеленый 25, брынза 30,  
зелень 3.

Вес готового блюда 150 г.

Свежие помидоры перебирают, сортируют по размеру, удаляют плодоножки, промывают в холодной воде, нарезают кружочками или дольками. Зеленый лук перебирают, удаляют увядшие перья, отрезают корешки, промывают.

В тарелку укладывают нарезанные помидоры, брынзу и лук целиком. (Мелкие помидоры подают в целом виде.)

## **ЗАКУСКА СТУДЕНЧЕСКАЯ**

25

### **АПЕРИТИВ СТУДЕНЦЕСК**

Сардельки 15, морковь 15, картофель 15, зеленый горошек консервированный 15, огурцы соленые 20, майонез 10, мясное желе 15, яйцо 1/2 шт., соль, зелень 3.

Вес готового блюда 100 г.

Картофель и морковь перебирают, промывают, заливают водой и отваривают. Отварные овощи очищают и нарезают кубиками. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают кубиками.

Нарезанные картофель, морковь и огурцы соединяют, добавляют вареные измельченные яйца, зеленый горошек, заправляют майонезом и укладывают на тарелку, сверху кладут предварительно отваренные, нарезанные кружочками сардельки.

Закуску поливают мясным желе, охлаждают. При подаче украшают зеленью.

## **ЗАКУСКА СЕЛЬСКАЯ**

26

### **ГУСТАРЕ ЦЭРЭНЯСКЭ**

Помидоры свежие 50, перец стручковый 50, лук репчатый 40, чеснок 3, масло растительное 10, зелень 3, соль, специи.

Вес готового блюда 150 г.

Репчатый лук очищают от кожицы, нарезают полукольцами и пассируют до полуготовности. Помидоры промывают, удаляют плодоножки, нарезают ломтиками, соеди-

28

няют с луком, добавляют стручковый перец, предварительно промытый и нарезанный соломкой.

Все овощи тушат 10—12 минут, вводят растертый чеснок, соль, перец. При подаче украшают зеленью и овощами, нарезанными карбовочным ножом.

## **ЗАКУСКА ДОМАШНЯЯ**

27

### **АПЕРИТИВ ДЕ КАСЭ**

Сельдь 75, морковь 15, картофель 30, лук репчатый 25, уксус 10, масло растительное 10, маслины 10, зелень 5, соль.

Вес готового блюда 105 г.

Картофель и морковь перебирают, промывают, отваривают, очищают и нарезают кубиками. Репчатый лук очищают, промывают и нарезают полукольцами. У сельди отрезают край брюшка, удаляют голову, хвост, внутренности, делают надрез вдоль спинки, снимают кожу с обеих сторон и отделяют мякоть от костей.

Подготовленное филе сельди нарезают, соединяют с нарезанными морковью и луком, заливают уксусом, растительным маслом и оставляют на 2—3 часа для маринования.

При отпуске филе сельди вместе с маринадом укладывают на тарелку, рядом кладут картофель, украшают зеленью и маслинами.

## **ЗАКУСКА ПО-ДНЕСТРОВСКИ**

28

### **ГУСТАРЕ «КА ЛА НИСТРУ»**

Сыр голландский 25, печень трески 30, яйцо 1/2 шт., лук репчатый 15, лимон 1/6 шт.

Вес готового блюда 100 г.

Голландский сыр натирают на крупной терке, соединяют с мелко нарезанной печенью трески, добавляют нарезанные вареные яйца и мелко нашинкованный лук репчатый.

Все заправляют соком лимона и хорошо перемешивают.

## ГОГОШАРЫ ПО-МОЛДАВСКИ

29

### ГОГОШАРЬ МОЛДОВЕНЕШТЬ

Гогошары 115, лук репчатый 15, морковь 25, петрушка 10, помидоры 20, масло растительное или оливковое 15, уксус 10, чеснок 3, лук-порей 5, сахар 3, соль, специи.

Вес готового блюда 150 г.

Гогошары промывают, делают круговой надрез и удаляют плодоножку вместе с семенами. Подготовленные гогошары проваривают 1—2 минуты в маринаде, который готовится следующим образом: в воду добавляют соль, сахар, специи и кипятят 5 минут, после чего вливают уксус и снова доводят до кипения.

Для приготовления фарша овощи (лук, морковь, петрушку) очищают, промывают, шинкуют соломкой и пассируют.

За 5—7 минут до окончания пассирования добавляют протертые помидоры, соль, специи. В конце пассирования вводят толченый чеснок. Этим фаршем наполняют подготовленные гогошары.

При подаче гогошары оформляют в виде корзиночек, используя лук-порей.

## ГОГОШАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КАПУСТОЙ

30

### ГОГОШАРЬ ЫМПЛУЦЬ КУ ВАРЗЭ

Капуста 50, лук зеленый 6, морковь 6, гогошары 80, сахар 2, уксус 10, масло растительное 8, зелень 3, соль, специи.

Вес готового блюда 120 г.

У гогошар удаляют плодоножку и семена, промывают, и отваривают в маринаде 3—5 минут.

Для маринада: в воду наливают уксус, масло растительное, добавляют соль, сахар, специи.

Капусту промывают, нарезают соломкой, перетирают с солью, соединяют с натертой морковью, заправляют специями и маслом.

Приготовленным капустным салатом фаршируют гогошары и украшают зеленью.

30

## **ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ОВОЩАМИ**

### **31. АРДЕЙ ГРАШЬ, ЫМПЛУЦЬ КУ ЛЕГУМЕ**

Перец сладкий 200, морковь 30, капуста 70, лук 20, масло растительное 20, чеснок 3, зелень 3, соль, специи.

Вес готового блюда 200 г.

Перец промывают, делают круговой надрез у плодоножки и вынимают семена вместе с мякотью. Подготовленные перцы бланшируют и заполняют фаршем.

Для приготовления фарша капусту очищают от пожелтевших и загрязненных листьев, промывают, шинкуют и перетирают с солью; морковь промывают, очищают и шинкуют соломкой; лук очищают, промывают и нарезают полукольцами; лук и морковь слегка пассируют и соединяют с капустой.

Фаршированные перцы укладывают в кастрюлю, добавляют чеснок, заливают рассолом (воду кипятят с добавлением соли 50 г на 1 л воды) и оставляют на 3—5 дней для квашения.

Подают перцы, посыпав зеленью и полив растительным маслом.

## **✓ БОЛГАРСКИЙ ПЕРЕЦ ЖАРЕНый С СОУСОМ ИЗ ПОМИДОРОВ**

### **32. АРДЕЙ БУЛГЭРЕШТЬ, ПРЭЖИЦЬ КУ ПЭТЛЭЖЕЛЕ РОШИЙ**

Перец болгарский сладкий 150, помидоры свежие 100, масло растительное 15, лук репчатый 24, чеснок 5, соль.

Вес готового блюда 200 г.

Перцы промывают и обжаривают на растительном масле. Когда перцы остынут, их очищают от кожицы и заливают соусом из помидоров.

Для приготовления соуса помидоры нарезают мелкими кубиками или протирают, полученную массу пассируют с добавлением жареного лука, заправляют солью, перцем и чесноком.



## **БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ**

33

### **ВИНЕТЕ ЫМПЛУТЕ**

Баклажаны 105, капуста свежая 15, лук репчатый 15, морковь 15, петрушка (корень) 10, сельдерей 10, помидоры 30, масло растительное 15, чеснок 2, соль, специи.

Вес готового блюда 125 г.

У баклажан удаляют плодоножку, с одной стороны разрезают вдоль, отступив от концов на 2—3 см, через образовавшееся отверстие удаляют семена, проваривают в кипящей воде 2—3 минуты и отжимают сок.

Баклажаны фаршируют, перевязывают сельдереем, укладывают в сотейник, заливают протертыми помидорами и тушат 25—30 минут.

Для приготовления фарша морковь, лук, корень петрушки очищают, промывают, нарезают соломкой и пассируют на растительном масле. В пассированные овощи добавляют протертые помидоры, нашинкованную соломкой капусту, которую предварительно перетирают с солью, добавляют специи и все хорошо перемешивают.

Подают баклажаны, посыпав зеленью и толченым чесноком.

## **ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ШАМПИньОНАМИ**

34

### **ПЭТЛЭЖЕЛЕ РОШИЙ, ЫМПЛУТЕ КУ ЧУПЕРЧЬ**

Помидоры 177, шампиньоны 263, лук репчатый 24, яйцо 1/2 шт., масло сливочное 10, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда 250 г.

Спелые помидоры промывают, удаляют сердцевину и солят. Шампиньоны хорошо промывают, отваривают, нарезают соломкой и обжаривают на сливочном масле вместе с нашинкованным репчатым луком. Шампиньоны охлаждают, соединяют с вареным вкрутую и мелко рубленным яйцом, солью, перцем и фаршируют помидоры.

При подаче помидоры украшают зеленью. Можно полить сметаной (25 г на порцию).

## **ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИКРОЙ ИЗ БАКЛАЖАН**

35

### **РОШИЙ, ЫМПЛУТЕ КУ ИКРЕ ДЕ ВИНЕТЕ**

Помидоры 177, икра баклажанная 100, зелень 7,  
соль, специи.  
Вес готового блюда 250 г.

Помидоры отбирают по форме и степени зрелости, промывают, удаляют сердцевину, присаливают, наполняют баклажанной икрой (рецепт 22), украшают зеленью.

## **ОГУРЦЫ ПО-БЕЛЬЦКИ**

36

### **КАСТРАВЕЦЬ «КА ЛА БЭЛЦЬ»**

Огурцы 120, курица 140, лук репчатый 15, масло  
сливочное 10, чеснок 7, зелень 3, майонез 15, соль,  
специи.  
Вес готового блюда 150 г.

У соленых огурцов срезают концы и удаляют сердцевину. Подготовленные огурцы наполняют фаршем.

Для приготовления фарша у предварительно обработанной и отваренной курицы отделяют мякоть от костей, пропускают через мясорубку, добавляют пассированный репчатый лук, соль, перец, чеснок и обжаривают 15—20 минут.

Фарш охлаждают и наполняют им огурцы.

При подаче фаршированные огурцы поливают майонезом и украшают зеленью.

## **СЕЛЬДЬ ПОД МАЙОНЕЗОМ С ЛУКОМ**

37

### **СКРУМБИЕ КУ МАЙОНЕЗЭ ШИ ЧАПЭ**

Сельдь 75, лук репчатый 25, майонез 20, зелень, 3.  
Вес готового блюда 75 г.

Соленую сельдь вымачивают в воде или молоке в течение 2—3 часов; при вымачивании в молоке сельдь предварительно разделяют на филе.

Вымоченное филе сельди нарезают, укладывают в селедочницу, заливают майонезом, смешанным с луком, который нарезают полукольцами.

При подаче украшают зеленью.

## **СЕЛЬДЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ОВОЩАМИ**

38

### **СКРУМБИЕ ЫМПЛУТЭ КУ ЛЕГУМЕ**

Сельдь 105, морковь 20, лук репчатый 20, уксус 10, масло растительное 10, зелень 3, молоко 25, маслины 10, лимон 1/10 шт., специи.

Вес готового блюда 85 г.

Сельдь разделяют на филе, вымачивают в молоке 2—3 часа. Лук и морковь очищают, промывают. Морковь нарезают соломкой, лук — полукольцами. Лук пассируют до полуготовности, затем добавляют нарезанную морковь, уксус и тушат до готовности.

Часть подготовленных овощей укладывают на филе сельди и заворачивают рулетиком, сверху кладут оставшуюся часть овощей.

При подаче украшают зеленью, маслинами, лимоном.

## **САЗАН ЖАРЕНый С ЧЕСНОКОМ**

39

### **САЗАН ФРИПТ КУ МУЖДЕЙ**

Сазан 225, мука кукурузная или пшеничная 7, красный перец 2, масло растительное 15, соус муждей 15, зелень 5, соль.

Вес готового блюда 115 г.

Рыбу очищают от чешуи, отрезают голову и плавники, удаляют внутренности, промывают и нарезают на порционные куски (мелкую рыбу жарят целиком).

Рыбу солят, посыпают красным перцем, панируют в кукурузной или пшеничной муке и жарят на разогретом растительном масле.

При подаче рыбу поливают соусом муждей (рецепт 79), и украшают зеленью.

## **РУЛЕТ ИЗ СУДАКА ПОД МАЙОНЕЗОМ**

40

### **РУЛАДЭ ДЕ ШАЛЭУ КУ МАЙОНЕЗЭ**

Судак 110, яйцо 1/10 шт., молоко 20, лук репчатый 30, маргарин 10, хлеб 10, майонез 5, желе рыбное 20, лимон 1/15 шт., зелень 3, соль.

Вес готового блюда 105 г.

Судак очищают от чешуи, удаляют внутренности, голову, позвоночную и реберные кости, промывают.

31

Мякоть судака пропускают через мясорубку вместе с белым хлебом, размоченным в молоке, добавляют лук, яйцо, молоко, жир, соль, все хорошо перемешивают и формируют изделия в виде рулетиков, которые запекают в духовом шкафу в течение 20—25 минут.

Готовый рулет заливают рыбным желе с майонезом и охлаждают.

При подаче рулет нарезают на порции и украшают зеленью и лимоном.

## **СЕЛЬДЬ С ТВОРОГОМ**

41

### **СКРУМБИЕ КУ БРЫНЗЭ ДЕ ВАКЭ**

Сельдь 120, творог 70, лук репчатый 10, масло сливочное или оливковое 15, орехи (ядро) 10, молоко 15, зелень 3, специи.  
Вес готового блюда 150 г.

У сельди отрезают голову, хвост, плавники, край брюшка, удаляют внутренности, делают надрез вдоль спинки и снимают кожу с обеих сторон, отделяют мякоть от позвоночной и реберных костей.

Филе сельди вымачивают в молоке в течение 2—3 часов, затем пропускают через мясорубку вместе с репчатым луком, добавляют творог, протертый через сито, молотый перец, соль, толченые орехи, растопленное сливочное или оливковое масло.

Массу хорошо вымешивают, при подаче украшают зеленью.

## **ПЕЧЕНЬ ТРЕСКИ С ТВОРОГОМ**

42

### **ФИКАТ ДЕ МОРУН КУ БРЫНЗЭ ДЕ ВАКЭ**

Печень трески 40, творог 65, лимон 1/2 шт.  
Вес готового блюда 100 г.

Печень трески консервированную растирают с творогом, добавляют сок лимона и хорошо перемешивают.

## **РЫБА В СОУСЕ**

43

### **ПЕШТЕ КУ СОС**

Треска без головы 171, масло растительное 6,  
мука пшеничная 4.

Для соуса: лук репчатый 42, томат-паста 5, мука пшеничная 3, масло растительное 6, перец болгарский 24, уксус 1, сахар 3, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда: рыба 100 г, соус 100 г.

Рыбу чистят, промывают, нарезают кусками, солят, панируют в муке и обжаривают на растительном масле.

Для соуса лук и перец болгарский, нарезанные соломкой, обжаривают. Когда лук подрумянится, добавляют томат и продолжают обжаривание, затем добавляют подсушенную муку, заливают бульоном или водой, заправляют солью, специями, уксусом и сахаром и тушат на слабом огне 25—30 минут.

Охлажденные куски рыбы заливают соусом, при подаче посыпают зеленью.

## **ЩУКА ПО-ДОМАШНЕМУ**

44

### **ШТЮКЭ «КА АКАСЭ»**

Щука 188, лук репчатый 40, морковь 27, масло растительное 10, уксус 10, сахар 3, зелень 13, соль, специи.

Вес готового блюда: рыба 100 г, маринад 75 г.

Очищенную щуку нарезают кругляшами, лук и морковь — кружочками. В сотейник укладывают рыбу попеременно с овощами, сбрызгивают маслом, уксусом, солят и тушат на медленном огне до тех пор, пока кости рыбы не станут мягкими. В процессе тушения к рыбе подливают воду или рыбный бульон, чтобы она не пригорела. Перед концом тушения добавляют специи и зелень.

## **РЫБА В САЛАМУРЕ**

45

### **ПЕШТЕ ЫН САРАМУРЭ**

Окунь мелкий 200, чеснок 25, соль, специи.

Вес готового блюда: рыба 100 г, саламур 50 г.

Мелкого окуня чистят, промывают, солят и запекают в духовом шкафу. После этого рыбу охлаждают и заливают саламуrom.

36

Для саламура: очищенный чеснок растирают с солью, соединяют с черным либо горьким стручковым перцем (который предварительно подпекают) и холодной кипяченой водой.

## **АССОРТИ МЯСНОЕ**

46

### **ГУСТАРЕ ДЕ КАРНЕ АСОРТАТЭ**

Мушка молдавская 20, пастрома гусиная 20, пастрома языковая 20, яйцо 1/4 шт., лук зеленый 15, масло сливочное 5.  
Вес готового блюда 85 г.

Молдавскую мушку, пастрому гусиную и языковую нарезают тонкими ломтиками, которые укладывают на тарелку, украшают вареными яйцами, зеленым луком и сливочным маслом, нарезанным карбовочным ножом.

## **МОЗГИ ОТВАРНЫЕ С ЛУКОМ**

47

### **КРЕЕР ФЕРТ КУ ЧАПЭ**

Мозги 185, лук репчатый 40, корень петрушки 10, масло растительное 20, лимон 1/5 шт., уксус 5, зелень 3, соль, специи.  
Вес готового блюда 150 г.

Мозги заливают холодной водой, спустя 1—2 часа осторожно снимают с них пленку.

Очищенные мозги кладут в посуду, заливают холодной водой, добавляют соль, уксус, коренья, лук, лавровый лист, перец черный (горошек), доводят до кипения и варят на слабом огне 25—30 минут.

Мозги охлаждают (не вынимая из отвара), нарезают ломтиками, соединяют с пассированным луком, заправляют лимонным соком.

При подаче поливают растительным маслом, украшают зеленью и дольками лимона.

## **МОЗГИ ПОД МАЙОНЕЗОМ**

48

### **КРЕЕР КУ МАЙОНЕЗЭ**

Мозги 185, лук репчатый 40, корень петрушки 10, майонез 15, масло растительное 10, лимон 1/10 шт., уксус 5, соль, специи.  
Вес готового блюда 150 г.

Охлажденные вареные мозги нарезают ломтиками, соединяют с пассированными луком, кореньями, заправляют соком лимона.

При подаче мозги поливают майонезом, украшают зеленью и лимоном.

## **ЗАЛИВНОЕ ДЕЛИКАТЕСНОЕ**

49

### **РЭЧИТУРЬ ДЕЛИЧИОАСЕ**

Балык или семга 25, икра кетовая или зернистая 10, желе рыбное 65, зелень 3, лимон 1/6 шт.  
Вес готового блюда 100 г.

Семгу или балык очищают, мякоть тонко нарезают, заворачивают в виде кулечков, которые наполняют икрой, укладывают в формы, украшают зеленью, лимоном и заливают рыбным желе.

## **ЗАЛИВНОЕ «МАЛЮТКА»**

50

### **РЭЧИТУРЬ «МИТИТИКА»**

Яйцо (скорлупа) 2, пастрома 30, желе мясное 70, зелень 4, соль.  
Вес готового блюда 100 г.

Яйца помещают в посуду с 2% раствором хлорной извести на 5—6 минут, затем промывают в воде и обсушивают.

Обработанные яйца одним концом слегка ударяют о твердый предмет и отделяют разбитую скорлупу с пленкой так, чтобы образовалось небольшое отверстие, через которое выливают яйцо.

Подготовленную яичную скорлупу промывают в кипяченой воде, заливают в нее мясное желе на  $\frac{1}{3}$ , дают ос-

тыть. Затем в яйцо помещают ломтики пастрамы, свернутой рулетиком, веточку зелени, снова заливают желе и охлаждают.

При подаче скорлупу очищают, заливное украшают зеленью.

## **САЛАТ «НОРОК»**

51

### **САЛАТЭ «НОРОК»**

Картофель 41, огурцы соленые 38, яйцо 1 шт., ветчина 51, соус майонез 50, сметана 10, заливное «Малютка» 1 шт., зеленый горошек (консервированный) 16, зелень 17, соль, специи.

Вес готового блюда 250 г.

Картофель отваривают в кожуре, затем очищают. Яйцо, сваренное вкрутую, очищают, отделяют желток от белка и желток мелко рубят. Картофель, огурцы соленые, ветчину, белок, яйца, нарезанные соломкой, перемешивают с зеленым горошком, заправляют майонезом со сметаной.

Салат укладывают в салатник или вазу горкой, украшают овощами, кусочками ветчины, посыпают мелко рубленным желтком яйца, а сбоку укладывают заливное «Малютка» (рецепт 50). Украшают веточками зелени.

## **МУШКА ФАРШИРОВАННАЯ ЗАЛИВНАЯ**

52

### **МУШКЬ ЫМПЛУТ ЫН АСПИК**

Мушка молдавская 50, яйцо (желтки) 1 шт., желе мясное 80, майонез 5, маслины 5, зелень 3, соль.

Весь готового блюда 150 г.

Мушку молдавскую нарезают тонкими ломтиками, на середину укладывают фарш и заворачивают в виде рулетика.

Подготовленную фаршированную мушку заливают мясным желе, украшают зеленью и маслинами, охлаждают.

Для фарша: желтки вареных яиц растирают вместе с майонезом и заправляют солью.



## **ПЕЧЕНЬ ПО-БЕЛЬЦКИ**

53

### **ФИКАТ «КА ЛА БЭЛЦЬ»**

Печень свиная 142, масло растительное 15, мука пшеничная 6, лук репчатый 60, чеснок 3, соль, специи.

Вес готового блюда 115 г.

Печень промывают, нарезают пластинками, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят до готовности. Охлажденную печень натирают в виде соломки на крупной терке, соединяют с пассированным луком, растертым чесноком, солят, перчат.

## **ПЕЧЕНЬ ЖАРЕНАЯ С ЧЕСНОКОМ**

54

### **ФИКАТ ПРЭЖИТ КУ МУЖДЕЙ**

Печень говяжья 100, сало топленое 10, мука 4, чеснок 3, соль, специи.

Вес готового блюда 75 г.

Печень говяжью промывают, снимают пленку, удаляют желчные протоки, нарезают на порции, солят, перчат, панируют в муке и обжаривают до румяной корочки.

Подают печень с любым гарниром и поливают растертым чесноком.

## **ПАШТЕТ МЯСНОЙ ЗАЛИВНОЙ**

55

### **ПАШТЕТ ДЕ КАРНЕ ЫН АСПИК**

Паштет мясной 30, желе мясное 25, яйцо 1/2 шт., зелень.

Вес готового блюда 75 г.

Готовый паштет формируют в виде шариков и охлаждают. В форму для заливного блюда вливают немного желе. Когда оно застынет, оформляют зеленью, яйцом и заливают холодным, но не застывшим желе и ставят в холодное место для застывания.

При отпуске форму с паштетом опускают в теплую воду, встряхивают, чтобы желе отстало от стенок формы, и выкладывают на тарелку. Отдельно можно подать горчицу или соус хрен.

## **СТУДЕНЬ ИЗ СВИНИНЫ И ГОВЯДИНЫ**

56

### **РЭЧИТУРЬ ДЕ КАРНЕ**

Говядина 61, свинина 55, желатин 1, морковь 4, петрушка 3, лук репчатый 4, чеснок 5, яйцо 1/6 шт., соль, специи.

Вес готового блюда 100 г.

Мясо нарезают небольшими кусками, заливают холодной водой (из расчета на 1 кг мяса 2 л воды) и варят при слабом кипении в течение трех часов, периодически снимая жир и пену. За 30—45 минут до окончания варки добавляют подпеченные на плите корни и солят.

Мясо укладывают в тарелки и заливают бульоном, заправленным толченым чесноком. Предварительно в бульон вводят замоченный в воде желатин и дают ему полностью раствориться.

Студень украшают дольками яйца и зеленью.

## **ЯЙЦО ФАРШИРОВАННОЕ ПОД ЛАНСПИГОМ**

57

### **ОУЭ ЫМПЛУТЕ ЫН АСПИК**

Яйцо 1 шт., лук зеленый 10, желе мясное 60, маргарин сливочный 5, майонез 5, зелень 3, маслины 5, соль, специи.

Вес готового блюда 100 г.

Яйца промывают, погружают в кипящую воду и варят 10 минут. Сваренные вкрутую яйца кладут в холодную воду, очищают от скорлупы, разрезают пополам и вынимают желтки. Желтки смешивают с предварительно пассированным луком, добавляют майонез, соль, перец и все хорошо перемешивают. Этим фаршем заполняют половинки яиц, заливают мясным желе и охлаждают. При подаче украшают маслинами и зеленью.

Для мясного желе: желатин замачивают в холодной воде; набухший желатин закладывают в горячий мясной бульон, который после растворения желатина процеживают через салфетку или марлю; в бульон постепенновливают оттяжку, доводят до кипения и варят при слабом кипении 20—30 минут, после чего желе процеживают.

Оттяжку приготавливают из яичного белка, который слегка взбивают венчиком, добавляют холодный бульон и размешивают.

## **ЯЙЦО ФАРШИРОВАННОЕ ПО-ДНЕСТРОВСКИ**

58

### **ОУЭ ЫМПЛУТЕ «КА ЛА НИСТРУ»**

Яйцо 1 шт., печень говяжья 30, масло сливочное 10, майонез 40, лук репчатый 10, масло растительное 10, соль, перец.  
Вес готового блюда 100 г.

Яйца моют, погружают в кипящую воду и варят 10 минут. Сваренные яйца кладут в холодную воду, затем очищают от скорлупы и разрезают пополам.

Печень, нарезанную кусочками, обжаривают с луком, охлаждают, пропускают через мясорубку, затем растирают с желтками и сливочным маслом.

Приготовленным фаршем наполняют половинки яиц, поливают майонезом и украшают зеленью.

## **СТУДЕНЬ ИЗ ПТИЦЫ**

59

### **РЭЧИТУРЬ ДЕ ПАСЭРЕ**

Куры 327, желатин 5, морковь 16, петрушка (корень) 12, лук репчатый 24, петрушка (зелень) 3, яйцо 1/2 шт., соль, специи.  
Вес готового блюда 220 г, в том числе мясо 100 г.

Обработанную птицу (лучше петухов) промывают, рубают на порционные куски (весом 75—100 г.), закладывают в кастрюлю, заливают водой (из расчета 1,5 л воды на 1 кг птицы) и варят до готовности мяса при слабом кипении, периодически снимая жир и пену. За 25—30 минут до конца варки добавляют подпеченные на плите коренья и репчатый лук. В готовый бульон вводят предварительно намоченный в воде желатин. В порционное блюдо укладывают куски птицы, отделенные от костей, заливают бульоном, украшают зеленью петрушки и дольками вареного яйца и охлаждают. Для студня птицу можно варить и целиком.

## ГРИБЫ ФАРШИРОВАННЫЕ:

60

### ЧУПЕРЧЬ ЫМПЛУТЕ

Грибы свежие 300, масло растительное 10, яйцо 1/2 шт., брынза 5, лук репчатый 24, зелень петрушки и укропа 7, соль, специи.

Вес готового блюда 200 г.

Грибы (белые или шампиньоны) очищают от сухих листьев и зелени, отделяют шляпки и промывают. Грибы отваривают в подсоленной воде и охлаждают. Ножки грибов мелко рубят и соединяют с пассированным луком, мелко нарубленными крутыми яйцами и зеленью, а также перцем и солью. Полученной массой наполняют шляпки грибов, сверху посыпают тертой брынзой и запекают в духовом шкафу. Подают грибы в охлажденном виде.



---

## С у п ы

Супы — широко распространенные блюда, являющиеся важной в пищевом отношении составной частью обеда.

Значение супов в питании очень велико. Их аромат стимулирует выделение пищеварительных соков, а жидкость позволяет регулировать количество воды в организме. Кроме того, в супах содержится много растворенных белков, жиров, углеводов и экстрактивных веществ, которые легко перевариваются в организме человека.

Основой для многих заправочных супов является бульон. Для приготовления бульона пригодны мясо и кости различных животных (говядина, свинина, телятина, баранина и др.).

Суп состоит из жидкой части и гарнира. Жидкая часть супов — это различные бульоны (мясной, куриный, мясокостный, костный, рыбный, грибной), отвары из круп, овощей, фруктов, а также молоко, хлебный квас. В качестве гарниров используют различные овощи, макаронные изделия, крупы, мясо, рыбу и пр.

Чтобы бульоны были более вкусными, в них вводят во время варки коренья, а к концу варки кладут ароматические пряности: лавровый лист, перец черный, горький и душистый.

Основная ценность мясных бульонов определяется содержанием в них экстрактивных веществ, которые способствуют выделению желудочного сока, повышению аппетита. На мясном бульоне готовят супы с разнообразными продуктами, которые повышают питательную ценность и калорийность этих блюд.

Продукты подбирают в зависимости от вида супа. Супы, в состав которых входит недостаточное количество овощей, готовят на овощных отварах. Для овощного отвара можно использовать отходы овощей — листья капусты и кочерыжки, кусочки моркови, петрушки, отвар, полученный в процессе варки картофеля.

Овощные супы широко используются как в общем, так и в диетическом питании. В овощах содержатся минеральные соли (калий, железо), витамины С, В, углеводы, а также растительная клетчатка, которая обеспечивает нормальную деятельность кишечника и способствует желчеотделению и удалению из организма излишнего холестерина.

При варке овощных супов, чтобы сохранить в них витамин С, овощи кладут в кипящую воду и варят при закрытой крышке.

По способу приготовления супы подразделяются на заправочные, пюреобразные и прозрачные, а в зависимости от температуры — на горячие и холодные. Вкус супов в значительной степени зависит от качества бульонов, на которых они приготовлены.

При приготовлении супов необходимо придерживаться следующих общих правил. Овощи для супа нарезают так, чтобы форма их соответствовала форме других продуктов. В кипящую жидкость закладывают предварительно нарезанные овощи в такой последовательности, чтобы они были готовы одновременно к концу варки.

Квашеные продукты (капусту, соленые огурцы и др.) закладывают после введения картофеля, так как последний плохо разваривается в кислой среде. Продукты, содержащие кислоту, доводят до полуготовности отдельно и вводят в суп за несколько минут до конца варки.

Закладку продуктов следует производить последовательно: морковь, репчатый лук, томат-пюре. Эти продукты лучше вводить в суп пассированными, так как содержа-

щиеся в кореньях ароматические вещества удаляются с водяными парами во время варки супа. Жир обладает способностью улавливать и прочно удерживать эти вещества, растворять каротин (при этом жир окрашивается в оранжевый цвет), поэтому пассированные овощи придают супам приятный аромат.

Для придания супам более густой консистенции, повышения питательности, улучшения вкуса и сохранения витамина С их заправляют мучной пассировкой (кроме картофельных, крупяных и супов с макаронными изделиями).

Хранить супы более 1—1,5 часа не рекомендуется, так как в противном случае происходит разрушение витамина С, ухудшается их внешний вид и вкус. При подаче супы посыпают мелко рубленой зеленью.

Специи и пряности вводятся в суп незадолго до готовности, так как продолжительное кипячение их в супе только ухудшает его качество.

Стручки фасоли, гороха для сохранения цвета следует варить при сильном кипении в открытой посуде.

Для блюда «бульон с пельменями» пельмени перед варкой опускают в кипящую воду на 20—30 секунд, затем варят в мясном подсоленном бульоне до готовности. До подачи пельмени хранят в бульоне не более 30 минут в закрытой посуде.

С бульонов во время варки периодически снимают пену и жир.

Для того чтобы исправить пересоленный суп, в него опускают в марлевом мешочке сваренный без соли рис или сырой картофель и доводят до кипения.

В конце варки в супы кладут пучок зелени, состоящий из петрушки, укропа, сельдерея, лука-порея и чебреца, через несколько минут пучок вынимают — суп приобретет хороший запах, вкус и обогатится витаминами.

Сельдерей, петрушка, пастернак при пассировании теряют много ароматических веществ, поэтому лучше вводить их в суп сырыми.

Квашеную капусту для борща тушат в течение 2—2,5 часа с добавлением бульона, жира, томата-пюре и сахара.

Чтобы поверхность окрошки не была маслянистой,  $\frac{1}{3}$  часть порционной нормы сметаны нужно растереть с горчицей и желтком, а остальную часть ввести при подаче.

Нельзя варить супы на сильном огне.

Для холодного борща лучше использовать печеную свеклу.

Быстро разваривающиеся продукты (рыба, овощи) солят в начале варки.

Бульон будет вкуснее, если варить старую птицу — в ней содержится больше экстрактивных веществ.

Тыква, кабачки, помидоры, щавель легко выделяют влагу, поэтому их нужно припускать без воды; продолжительность припускания 15—20 минут.

Замороженные овощи кладут в кипящую воду — при этом в них сохраняются витамины и другие питательные вещества.

Чтобы помидоры легко очищались от кожицы, их нужно опустить на одну минуту в кипяток и быстро вынуть.

При замачивании бобовых соблюдают следующее правило: на одну часть сухого зерна нужно взять две части воды, температура воды не должна превышать 15°, чтобы зерна не закисли. Варить бобовые лучше в той же воде, в которой они были замочены, так как перешедшие в нее минеральные вещества и соли способствуют более быстрому их развариванию.

Во время варки бобовых не следует добавлять питьевую соду, так как она разрушает содержащийся в них витамин В, ухудшает цвет и вкус.

Кислая среда замедляет разваривание бобовых, поэтому заправляют их соусом и томатом-пюре только тогда, когда зерна станут мягкими.

## **ПРОЗРАЧНЫЕ БУЛЬОНЫ**

Основу всех прозрачных супов составляет бульон из говядины, костей (лучше использовать трубчатые кости), птицы или рыбы. Готовят прозрачные бульоны для использования в натуральном виде или с гарниром.

Чтобы получить прозрачный бульон, обычный бульон осветляют. Для этого в него вводят оттяжку.

Приготовление оттяжки: сырое говяжье мясо (голяшку, шейную часть) измельчают на мясорубке, заливают холодной водой из расчета 1,5—2 л воды на 1 кг мяса и настаивают на холоде 1—2 часа. Затем в оттяжку вводят взбитые яичные белки, соль и хорошо перемешивают. Оттяжку вливают в теплый бульон, вводят печеные овощи



(лук, морковь) и доводят до кипения. Как только бульон начинает закипать, с его поверхности снимают пену и жир. Затем бульон снимают с огня и дают отстояться 15—20 минут. Готовый бульон осторожно процеживают.

Прозрачные супы подаются в бульонных чашках, гарниры — гренки, кулебяка, вертута, плацинды, пирожки, омлет, кнели, профитроли — отдельно на пирожковой тарелке; в тарелках подают бульон с домашней лапшой и курицей, пельменями, клецками и др. Посыпают зеленью только те бульоны, в состав которых входят мясные продукты.

## **КОСТНЫЙ И МЯСО-КОСТНЫЙ БУЛЬОНЫ**

Говяжьи кости мелко рубят, промывают, затем закладывают в кастрюлю, заливают холодной водой из расчета 1,25 л воды на 1 кг костей. Варят бульон в течение 3—4 часов при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и излишний жир. Небольшой слой жира оставляют на поверхности бульона для сохранения аромата овощей.

Чтобы осветлить бульон, в него вводят оттяжку.

Можно готовить и мясо-костный бульон. При варке мясо-костного бульона сначала в течение 2—3 часов варят кости, затем кладут мясо крупными кусками, весом 2—2,5 кг, и варят до его готовности. Печеные овощи добавляют за 40—60 минут до окончания варки.

## **ХОЛОДНЫЕ СУПЫ**

Холодные супы на хлебном, свекольном квасе и фруктово-ягодных отварах особенно рекомендуют в весенне-летнее время. Эти супы вкусны, питательны, действуют освежающе и возбуждают аппетит.

На гарнир к холодным супам используют различные мясные, рыбные продукты, овощи, фрукты. Заправляют супы сметаной, сливками, горчицей, солью, сахаром. Подают их холодными, при температуре 10—14°.

Продукты и овощи нарезают мелкими кубиками или шинкуют соломкой. При подаче супы посыпают мелко рубленой зеленью укропа, петрушки, лука.

Особое внимание должно быть уделено санитарному режиму и личной гигиене при приготовлении холодных супов, так как большинство продуктов используется без тепловой обработки. Овощи нужно тщательно перебирать, очищать, мыть. Хлебный, свекольный квас следует готовить только на кипяченой воде; нельзя добавлять в квас сырую воду.

## **СЛАДКИЕ СУПЫ**

Сладкие супы готовят из свежих или сушеных фруктов, а также из фруктово-ягодных соков, пюре, экстрактов и сиропов. Свежие ягоды в суп кладут целыми, плоды нарезают кусочками или протирают.

Для придания консистенции сладкие супы заправляют крахмалом. Подают супы с различными гарнирами: рис, лапша, вермишель, вареники с фруктами, с творогом, кукурузные хлопья, палочки и кондитерские изделия (кекс, печенье, бисквит). При подаче суп заправляют сметаной или взбитыми сливками. Супы подают холодными или горячими.

## **МОЛОЧНЫЕ СУПЫ**

Молочные супы готовят с крупами, макаронными изделиями и овощами. Макароны и некоторые крупы — овсяная, пшено, рис — в молоке плохо развариваются, поэтому следует проварить их в течение 10—15 минут в воде, затем залить кипящим молоком.

Манную, геркулес и мелкодробленые крупы засыпают в кипящее молоко тонкой струей при непрерывном помешивании.

Овощи нарезают кубиками, соломкой, дольками, капусту — шашками (квадратиками). Цветную капусту разбирают на отдельные кочешки и отваривают; зеленый горошек отваривают и вместе с отваром добавляют в суп.

Молочные супы можно варить на молоке цельном или разбавленном водой, а также на сгущенном и сухом молоке (сухое молоко-порошок предварительно разводят водой). Соль, сахар в молочный суп кладут в конце варки, а суп заправляют сливочным маслом.

## ПЮРЕОБРАЗНЫЕ СУПЫ

Супы-пюре очень питательны, легко усваиваются организмом, поэтому широко применяются в лечебном и детском питании. Пюреобразные супы готовятся из овощей, круп, бобовых, домашней птицы и дичи, телятины, печени, а также из рыбы и раков.

Различные мясные, овощные и крупяные продукты подвергают тепловой обработке: варят, тушат, припускают, пассируют, после тепловой обработки протирают. Доливают оставшуюся часть бульона или отвара, доводят до кипения, добавляют белый соус, заправляют по вкусу солью, сливочным маслом,

Супы-пюре можно заправлять горячим молоком, сливками или льезоном. После заправки пюреобразные супы нагревать свыше 65° не рекомендуется.

Подают к супам гренки, кукурузные хлопья или пирожки. Хранить супы-пюре долго не следует.

Цвет супа должен соответствовать цвету продуктов, из которых он приготовлен. Консистенция супа должна быть однородной по всей массе, без комков заварившейся муки или кусочков непротертых продуктов. Вкус нежный, с хорошо выраженным ароматом основных продуктов.

### БУЛЬОН ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

61

#### СУПЭ ЛИМПЕДЕ ЦЭРЭНЯСКЭ

Для бульона:

кости мясные 200, мясо 45, яйцо 1/10 шт (для оттяжки), лук репчатый 5, петрушка 5, морковь 5.  
Для плаинды: мука высшего сорта 43, сахар 2, яйцо 1/10 шт, масло сливочное 5, почки 60, лук-порей или репчатый 25, соль, специи, зелень 3.

Вес готового блюда: бульон 300 г, плаинда 100 г.

Из костей и мяса готовят прозрачный бульон. С почек срезают лишний жир, оставляя слой не более 0,5 см. Говяжьих почки надрезают вдоль с одной стороны, снимают пленку вместе с жировой капсулой, хорошо промывают и замачивают на 3—4 часа для удаления специфического запаха. Свиные, телячьи и бараньи почки не замачивают. Обработанные почки заливают холодной водой, доводят до кипения, и зоду сливают. Затем опять заливают холодной водой и варят до готовности.

Из вареных почек готовят фарш, для чего нарезают их ломтиками, обжаривают на жире с добавлением лука-порей или репчатого и заправляют солью, специями.

Пшеничную муку просеивают, насыпают горкой, делают углубление, добавляют воду, размягченное сливочное масло, яйца, соль, сахар и замешивают тесто. Готовое тесто тонко раскатывают на лепешки круглой формы. На середину лепешек кладут фарш, концы теста защипывают, придают форму плагинды. Плагинды укладывают на лист, смазанный жиром, сверху смазывают яйцом и выпекают в духовом шкафу.

Готовые плагинды смазывают сливочным маслом и подают к бульону на пирожковой тарелке. Бульон подают в бульонной тарелке, посыпая мелко рубленой зеленью.

## **БУЛЬОН С ПИРОЖКАМИ**

62

### **СУПЭ ЛИМПЕДЕ КУ ПАТЕУ**

Для бульона:

кости 200, мясо говяжье (для оттяжки) 45, морковь 5, петрушка 5, лук 5, зелень 3, яйцо (для оттяжки) 1/10 шт., соль, специи.

Для пирожков (10 шт.):

мука первого сорта 250, сахар 20, маргарин 30, яйцо 1 1/2 шт., соль 4, дрожжи 10, вода 70.

Вес готового теста 430 г.

Для фарша:

лук-порей 220, яйцо 1 1/2 шт., маргарин 50, соль, специи.

Вес готового блюда: бульон 300 г, пирожки (2 шт.) 120 г.

Из костей и мяса готовят прозрачный бульон.

Тесто для пирожков готовят опарным способом (см. стр. 134).

Тесто разделяют на небольшие лепешки (43 г), на середину которых кладут фарш (25 г) и концы защипывают. Пирожки укладывают на листы, смазывают поверхность яйцом и выпекают в духовом шкафу при температуре 200—240°

Фарш для пирожков готовят из лука-порей. Для этого лук нарезают кольцами, пассируют на жире до готовности,

добавляют отваренные вкрутую мелко рубленные яйца, заправляют солью, перцем.

Бульон подают в бульонной чашке, пирожки — на пирожковой тарелке.

## **БУЛЬОН С БЛИНЧИКАМИ И КНЕЛЯМИ**

63

### **СУПЭ ЛИМПЕДЕ КУ КЛЭТИТЕ ШИ КУ ГЭЛУШТЕ ДЕ КАРНЕ**

Для бульона:

кости мясные 200, мясо говяжье (для оттяжки) 45, яйцо (для оттяжки) 1/10 шт., морковь 5, петрушка 5, лук репчатый 5, зелень 3, соль, специи.

Для блинчиков:

мука пшеничная I сорта 15, мука кукурузная 5, сахар 3, яйцо 1/5 шт., молоко цельное 50, соль 1.

Для кнелей:

мясо свиное (без костей) 45, сливки 10, яйцо 1/5 шт., масло сливочное 3, соль 1.

Вес готового блюда 400 г, в том числе блинчики 55 г, кнели 25 г.

Из костей и мяса готовят прозрачный бульон.

Для блинчиков из муки, яиц, сахара, молока готовят жидкое тесто; разогретую сковороду смазывают жиром, наливают тесто тонким слоем и жарят блинчики с обеих сторон.

Для кнелей: мякоть свинины пропускают два-три раза через мясорубку с частой решеткой, затем добавляют желтки яиц, соль, хорошо перемешивают и протирают через сито. В полученную массу вводят сливочное масло и взбивают, вливая тонкой струей охлажденные сливки. В конце взбивания добавляют взбитые яичные белки, все осторожно перемешивают и охлаждают.

Готовую кнельную массу разделяют на кнели продолговатой формы и припускают (для этого кнели укладывают в сотейник, предварительно смазанный маслом, и заливают на  $\frac{1}{3}$  бульоном).

При подаче в тарелку кладут готовые кнели, наливают бульон, посыпают рубленой зеленью. Отдельно на пирожковой тарелке подают блинчики по 2 шт. на порцию.

## СУП С КУРИЦЕЙ

64

### ЗАМЭ ДЕ ГЭИНЭ

Куры полупотрошенные 90, рис 20, морковь 30, петрушка 15, лук репчатый 30, маргарин 10, квас 100, зелень петрушки 3, чебрец 3, соль, специи.  
Вес готового блюда 500 г, в том числе курица 50 г.

Кур полупотрошенных обрабатывают, заливают холодной водой и варят до готовности, периодически снимая жир. За полчаса до окончания варки в бульон добавляют соль, печеные лук и морковь.

Морковь нарезают соломкой, лук — полукольцами и пассируют. В готовый бульон закладывают перебранный промытый рис, доводят до кипения, добавляют пассированные овощи и специи. За 20 минут до окончания варки вливают прокипяченный квас, вводят зелень чебреца, которую затем вынимают.

Готовый суп подают с кусочками курицы и посыпают зеленью петрушки.

Для приготовления кваса пшеничные отруби (2 кг) смачивают холодной водой, затем запаривают крутым кипятком, добавляют вишневые листья, накрывают крышкой или полотняной салфеткой и ставят в теплое место для брожения на одни сутки. Воды берут 12 литров.

Готовый квас процеживают и охлаждают, а оставшуюся массу заливают еще раз теплой кипяченой водой и снова выдерживают одни сутки в теплом месте.

Квас можно приготовить и без веточек вишневого дерева.

## СУП ДЕЛИКАТЕСНЫЙ

65

### ЧОРБЭ ДЕЛИЧИОАСЭ

Курица полупотрошенная 90, зеленый горошек консервированный 20, сельдерей (корень) 15, морковь 30, лук-порей 30, омлет готовый 55, лимонная кислота, масло сливочное 10, соль, специи, зелень 3.

Вес готового блюда 500 г, в том числе омлет 55 г, курица 50 г.

Морковь и корень сельдерея нарезают соломкой и слегка пассируют на сливочном масле. Из яйца готовят омлет и нарезают его соломкой. В готовый куриный бульон до-

бавляют лимонную кислоту, пассированные овощи, зеленый горошек, куски отваренной курицы, нарезанный омлет и дают прокипеть.

При подаче суп посыпают мелко рубленой зеленью.

### **СУП С КУКУРУЗНОЙ КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

66

#### **СУПЭ ДЕ ПЭСАТ КУ ПЕРИШОАРЕ ДЕ КАРНЕ**

Для бульона:

кости мясные 150, кукурузная крупа 15, морковь 25, петрушка (корень) 7, лук репчатый 24, сало топленое 5, зелень 3, соль, специи.

Для фрикаделей: говядина 77 или свинина 67, лук репчатый 6, яйца 1/10 шт., вода или молоко 5, перец черный, соль, специи.

Вес готового блюда 500 г, в том числе фрикадели 50 г.

В кипящий костный бульон вводят отварную кукурузную крупу, пассированные овощи и варят 15—20 минут. Незадолго до готовности заправляют солью, специями. Фрикадельки припускают отдельно.

Приготовление фрикаделей: говяжье мясо (покротка, лопатка) вместе с луком пропускают 2—3 раза через мясорубку с частой решеткой, заправляют солью, перцем, добавляют яйца, воду или молоко, затем хорошо перемешивают; массу разделявают на шарики весом 10—15 г. Фрикадельки укладывают в сотейник, заливают бульоном или водой и припускают.

Готовые фрикадельки кладут в тарелку, наливают суп, посыпают зеленью и подают.

### **СУП ОВОЩНОЙ ПО-МОЛДАВСКИ**

67

#### **СУПЭ МОЛДОВЕНЯСКЭ ДЕ ЛЕГУМЕ**

Куры полупотрошенные 90, капуста свежая 50, картофель 170, грибы шампиньоны 50, морковь 25, лук репчатый 25, маргарин 7, сметана 15, яйцо 1/4 шт., лимон 1/10 шт., зелень 3, квас 100, соль, специи.

Вес готового блюда 500 г, в том числе курица 50 г.

В куриный бульон последовательно закладывают нарезанный кубиками картофель, капусту, пассированные овощи, грибы, нарезанные соломкой, и варят до готовности.

В конце варки вводят прокипяченный квас. Готовый суп заправляют льезоном.

При подаче в тарелку кладут кусочек курицы, наливают суп, кладут ломтик лимона и посыпают мелко рубленой зеленью.

Для льезона: яйца выпускают в посуду с толстым дном, хорошо перемешивают, добавляют сметану и прогревают до загустения (при температуре не выше 60°).

## **ЧОРБА С ФАСОЛЬЮ**

68

### **ЧОРБЭ КУ ФАСОЛЕ.**

Куры полупотрошенные 90, фасоль 45, картофель 170, морковь 25, лук репчатый 25, томат-паста 3 или свежие помидоры 25, зелень петрушки 3, чебрец 3, квас 100, соль, специи.

Вес готового блюда 500 г, в том числе курица 50 г.

Фасоль перебирают, промывают и замачивают на 2—3 часа для набухания. Морковь, лук нарезают мелкими кубиками и пассируют. Фасоль варят до полуготовности, затем добавляют куриный бульон и доводят до кипения. В бульон вводят картофель, нарезанный кубиками, и варят 10—15 минут. Затем добавляют пассированные овощи,вливают прокипяченный квас, заправляют солью и специями. За 5 минут до готовности вводят чебрец и нарезанные дольками свежие помидоры (помидоры можно заменить томатом-пастой, которую лучше спассировать с овощами).

В тарелку кладут кусочек курицы, наливают чорбу и посыпают рубленой зеленью.

## **ЧОРБА «АППЕТИТНАЯ»**

69

### **ЧОРБЭ «АПЕТИСАНТЭ»**

Мясо телячьей грудинки 118 или куры полупотрошенные 90, лук репчатый 15, корень петрушки 15, масло сливочное 10, мука пшеничная в/с 20, яйцо 1/4 шт., квас 100, зелень петрушки 3, перец стручковый горький 1 шт., чебрец 3, соль, специи. Вес готового блюда 500 г, в том числе грудинка или курица 50 г.

Говяжью или баранью грудинку нарезают по два кусочка на порцию и обжаривают на жире до румяного цвета.



Обжаренное мясо заливают холодной водой и варят до готовности. Добавляют пассированные овощи (петрушку и репчатый лук, нарезанные соломкой), доводят до кипения, кладут домашнюю лапшу и варят 5—8 минут. Затем добавляют прокипяченный молдавский квас (см. рецепт 64), заправляют солью, специями. Веточку чебреца проваривают 2—3 минуты и вынимают.

В чорбу кладут красный стручковый перец (целиком), зелень петрушки, закрывают крышкой и дают настояться 5—8 минут.

Для приготовления чорбы можно использовать домашнюю птицу (мясо птицы не обжаривают). Чорбу лучше готовить в горшочках.

## **ЧОРБА С ФРИКАДЕЛЬКАМИ И ГРЕНКАМИ**

70

### **ЧОРБЭ КУ ПЕРИШОАРЕ ШИ ФРИГАНЕЛЕ**

Для чорбы:

кости мясные 200, морковь 25, лук репчатый 24, петрушка (корень) 1,4, маргарин столовый 7, зелень 3, квас молдавский 150, соль, специи.

Для фрикаделек:

говядина 77, лук репчатый 6, яйцо 1/10 шт., перец черный 0,02, соль 1,5, вода или молоко 5.

Для гренков:

хлеб белый 50.

Для льезона:

яйцо 1/4 шт., сметана или сливки 10.

Вес готового блюда 500 г, в том числе фрикадели 50 г, гренки 40 г.

В кипящий костный бульон закладывают пассированные овощи и прокипяченный молдавский квас, варят 5 минут, заправляют специями и льезоном.

Для приготовления фрикаделек мясо говяжье (лопатка, покромка) и репчатый лук пропускают через мясорубку, вводят яйцо, соль, перец, воду или молоко и хорошо перемешивают. Готовый фарш разделяют на мясные шарики весом 15—20 г, варят на пару или припускают.

Для гренков с белого хлеба срезают корочку, нарезают кубиками небольших размеров и подсушивают в духовом шкафу.

При подаче в тарелку кладут фрикадельки, наливают чорбу, сверху посыпают мелко рубленной зеленью. Гренки подают на пирожковой тарелке.

## **ЧОРБА С ТЕЛЯТИНОЙ И ГРИБАМИ**

71

### **ЧОРБЭ ДЕ ВИЦЕЛ КУ ЧУПЕРЧЬ**

Мясо говяжье 110 или телячья грудинка 120, мука пшеничная в/с 20, грибы белые свежие 100 г или грибы белые сушеные 26, морковь 25, петрушка (корень) 15, лук репчатый 25, яйцо 1/4 шт., маргарин сливочный 10, сметана 15, зелень петрушки, чебрец 5, квас молдавский 150, соль, специи. Вес готового блюда 500 г, в том числе мясо 50 г.

Грудинку телятины или мясо говяжье (грудинку, лопатку) отваривают до готовности. Сушеные белые грибы перебирают, промывают и замачивают на 3—4 часа в холодной воде для набухания (на 1 кг грибов 3—4 литра воды), затем отваривают.

Овощи (морковь, петрушку, лук репчатый) нарезают соломкой, пассируют.

Из муки, яиц замешивают домашнюю лапшу.

В готовый бульон добавляют отваренные нарезанные соломкой грибы, затем домашнюю лапшу, пассированные овощи и варят 10—15 минут. За 5 минут до готовности вводят прокипяченный квас, заправляют солью, перцем, зеленью чебреца.

Подают с мясом, заправляют сметаной и посыпают зеленью.

## **БОРЦ ПО-ДОМАШНЕМУ**

72

### **БОРШ ДЕ КАСЭ**

Капуста свежая 250, свинина 139, лук репчатый 24, томат-паста 8, чеснок 2, хлебный квас 30, зелень 3, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 75 г, борщ 300 г.

Жирную свинину нарезают порционными кусками (по два-три на порцию), слегка обжаривают с репчатым луком, нарезанным полукольцами, и томатом-пастой. обжа-

ренное мясо заливают горячей водой и варят до готовности, затем закладывают свежую капусту, нарезанную крупными кубиками, вводят хлебный квас и продолжают варку. Когда капуста сварится, борщ заправляют солью, специями, зеленью и толченым чесноком.

## **БОРЦ ХОЛОДНЫЙ**

**73**

### **БОРЩ РЕЧЕ**

Говядина 77, пастрома 15,5, свекла 30, морковь 15, огурцы малосольные 30, горошек зеленый консервированный или свежий лущеный 30, лук зеленый 25, укроп 5, сметана 30, горчица 5, молдавский квас 300, соль, специи.

Вес готового блюда 500 г, в том числе мясо 50 г.

Отварную говядину, пастрому, морковь, печеную свеклу и малосольные огурцы нарезают мелкими кубиками. Подготовленные продукты закладывают в кастрюлю и заливают квасом, добавляют зеленый отваренный горошек, лук, растертый с солью, мелконарезанный укроп, заправляют по вкусу солью, горчицей и охлаждают.

При подаче заправляют сметаной и кладут кусочек пищевого льда.

## **СОЛЯНКА РЫБНАЯ ПО-МОЛДАВСКИ**

**74**

### **ЗАМЭ-ГИВЕЧ ДЕ ПЕШТЕ**

Судак 192 или окунь морской 198, лук репчатый 60, огурцы соленые 60, помидоры свежие 50 или томат-паста 5, масло сливочное 10, слива маринованная 50, лимон 1/10 шт., сельдерей 15, зелень 3, соль, специи.

Вес готовой солянки 500 г, в том числе рыба 100 г.

В кипящий рыбный бульон закладывают пассированный лук, корень сельдерея, томат-пасту, очищенные от кожицы и семян и нарезанные ломтиками припущенные соленые огурцы и варят на слабом огне в течение 8—10 минут.

Если солянку готовят с помидорами, то их нарезают кружочками и вводят за 5 минут до конца варки.

При подаче в тарелку с солжжой кладут кусочек отварной рыбы, маринованные сливы, кружочек лимона и посыпают рубленой зеленью.

## **СОЛЯНКА МЯСНАЯ ПО-МОЛДАВСКИ**

75

### **ЗАМЭ-ГИВЕЧ ДЕ КАРНЕ**

Мясо говяжье 54, кости мясные 150, пастрома 20,5, сосиски 20,5, лук репчатый 60, огурцы соленые 60, слива маринованная 50, масло сливочное 7, томат-паста 10, сметана 30, лимон 1/10 шт., зелень (петрушка, чебрец) 3, соль, специи.

Вес готового блюда 500 г, в том числе мясной гарнир 65.

Из мяса и костей готовят мясо-костный бульон. Лук пассируют с добавлением томата-пасты. Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками и припускают. Отварную говядину, пастрома нарезают ломтиками, сосиски — кружочками. В кипящий бульон закладывают пассированный лук, припущенные огурцы и подготовленный мясной гарнир, специи и варят 5—8 минут. Чебрец вводят за 5 минут до готовности, а затем вынимают.

При подаче в тарелку кладут маринованные сливы, очищенный от кожицы кружочек лимона, наливают солянку, заправляют сметаной и посыпают рубленой зеленью.

## **СУП МОЛОЧНЫЙ С КУКУРУЗНОЙ КРУПОЙ**

76

### **СУПЭ ДЕ ЛАПТЕ КУ ПЭСАТ ДЕ ПЭПУШОЙ**

Молоко 400, крупа кукурузная 30, масло сливочное 8, сахар 5, соль.

Вес готового супа 500 г

Кукурузную крупу отваривают до полуготовности на воде, затем добавляют молоко и продолжают варить до готовности. Заправляют солью, сахаром, сливочным маслом.

## **СУП МОЛОЧНЫЙ С КУКУРУЗНЫМИ ХЛОПЬЯМИ И ТЫКВОЙ**

77

### **СУПЭ ДЕ ЛАПТЕ КУ ФУЛЖЬ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ ШИ КУ БОСТАН**

Тыква 250, молоко 350, сахар 10, масло сливочное 10, кукурузные хлопья 30, соль.

Вес готового блюда 500 г.

Тыкву очищают от кожицы, нарезают кубиками средних размеров и припускают до готовности, добавляя воду. Доливают кипяченое молоко и доводят до кипения. Затем

добавляют  $\frac{1}{3}$  нормы толченых хлопьев, заправляют сахаром, солью, сливочным маслом.

При подаче в тарелку наливают суп, а оставшуюся часть кукурузных хлопьев подают отдельно.

### **СУП ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ С КУКУРУЗНЫМИ ХЛОПЬЯМИ**

78

**СУПЭ ДИН ФРУКТЕ УСКАТЕ,  
КУ ФУЛЖЬ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ**

Сухофрукты 75, сахар 50, крахмал 10, сметана  
или сливки 20, корица 0,5, лимонная кислота 0,5,  
кукурузные хлопья 25.

Вес готового блюда 500 г.

Сушеные фрукты (яблоки, абрикосы, сливы) перебирают, промывают и варят до готовности. Затем протирают (часть фруктов можно оставить целыми), добавляют сахар, доводят до кипения и заваривают крахмалом, предварительно разведенным холодной кипяченой водой или фруктовым отваром.

Готовый суп наливают в тарелку, сверху кладут взбитые сливки или сметану, отдельно подают кукурузные хлопья.



## *Вторые блюда*

Вторые блюда бывают овощными, крупяными, яичными, творожными, рыбными и мясными. Мясные и рыбные блюда подаются с гарнирами. Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво оформить блюдо, т. е. сделать его аппетитным и тем самым повысить его усвояемость.

Для приготовления гарниров используют различные продукты: крупы, бобовые, макаронные и мучные изделия, картофель, овощи, грибы, плоды, ягоды. Особенно широко применяются овощные гарниры, для приготовления которых используют свежие, соленые, квашеные, маринованные, отварные, припущенные, жареные, запеченные и тушеные овощи в самом разнообразном ассортименте.

Гарниры можно подразделить на простые, состоящие из одного какого-либо продукта (макароны, каша, картофельное пюре и др.), и сложные, состоящие из двух-трех разновидностей продуктов. Норма гарнира на порцию принята 150 г, но в зависимости от его пищевой ценности она может быть уменьшена до 100 г.

Горячие вторые блюда отпускаются с соусом и поливаются растопленным сливочным маслом. Соусами поливают основной продукт, гарнир или подают их к блюдам в соусниках. Соусы улучшают вкус, аромат, цвет блюд, делают их более сочными. Соусы, в состав которых входят сливочное масло, сметана, яйца, повышают калорийность кулинарных изделий.

Соусы бывают горячими и холодными. Горячие соусы при подаче должны иметь температуру не ниже 65—70°, холодные 10—12°. В зависимости от исходных продуктов различают горячие соусы на мясном, рыбном и грибном бульонах, овощные, сметанные, молочные и яично-масляные. К холодным соусам относятся майонез, овощные соусы (маринады), салатные заправки, желе мясные и рыбные.

Для придания соусам того или иного вкуса используют томат-пюре, репчатый лук, грибы, огурцы соленые и маринованные, каперсы, горчицу, уксус, виноградное вино и т. д. Из ароматических продуктов в соусы добавляют черный и душистый перец, свежий болгарский перец, лавровый лист, чеснок, корни и зелень петрушки, сельдерея в свежем и сушеном виде и др. Ароматические вещества нужно вводить в соус за 12—15 минут до окончания варки, а молотый красный и черный перец — в готовый сваренный соус при его заправке.

Для соусов лучше использовать винный или фруктовый уксус. Вместо уксуса в качестве приправ можно применить щавель, ревень, лимонную кислоту или барбарис. Их рекомендуется добавлять в соусы в виде пюре, сока или отвара.

Заправка соуса сливочным маслом улучшает его вкус, придает ему более однородную консистенцию. Для улучшения вкуса мясного соуса в него добавляют виноградное вино — одну-две столовые ложки на стакан соуса. Для белого соуса используют белое вино, для красного — мадеру или портвейн.

Овощные блюда и гарниры играют большую роль в питании человека. Овощи и плоды — почти единственный источник витамина С и в значительной мере — витамина А. Вкусовые, красящие и ароматические вещества, содержащиеся в овощах, способствуют возбуждению аппетита и позволяют разнообразить питание.

Овощи для употребления в пищу используют сырыми (редис, салат, шпинат, огурцы, помидоры, капуста свежая и квашеная и др.) в виде салатов перед обедом. Для приготовления гарниров и самостоятельных вторых блюд подготовленные овощи варят, припускают, жарят, тушат, запекают.

При варке овощей уровень воды должен быть на 1—1,5 см выше их уровня; излишнее количество воды увеличивает потери питательных веществ.

Припускают овощи в собственном соку или с необходимым количеством жидкости, и полученный отвар используют вместе с овощами. Во время припускания потери питательных веществ значительно меньше, чем при варке. Жарить овощи можно в сыром и вареном виде с малым или большим количеством жира (во фритюре).

Для равномерного прожаривания картофеля его укладывают на сковороду или противень слоем не более 5 см. Сырой промытый картофель перед обжариванием обсушивают для того, чтобы лучше образовывалась ровная румяная корочка и ломтики картофеля не слипались в процессе жарки. Солить картофель до жарки не следует, так как это вызывает его отмокание и сильное вспенивание жира.

Чем мельче и тоньше нарезаны овощи, особенно морковь, тем легче извлекаются из них ароматические и красящие вещества при пассировании.

Овощи для тушения предварительно обжаривают до образования румяной корочки. Запекают овощные блюда на порционных сковородах и на противнях в жарочном шкафу. Предварительно овощи варят, тушат или жарят, иногда запекают сырыми. Поверхность овощных запеканок, пудингов, рулетов смазывают яйцом со сметаной, овощи для запекания под молочным или сметанным соусом посыпают тертым сыром и сбрызгивают сливочным маслом.

Крупяные блюда и гарниры занимают значительный удельный вес в питании человека. Они высококалорийны, богаты витаминами В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, РР. Из круп готовят каши различной консистенции (рассыпчатые, вязкие и жидкие), котлеты, пудинги, запеканки.

Консистенция каш зависит от соотношения воды или молока и крупы. Рис, пшено, перловая крупа плохо развариваются в молоке, поэтому для варки молочных каш из этих круп их предварительно проваривают 5—10 минут в большом количестве воды, затем ее сливают и заливают крупу молоком или молоком, разведенным водой.

Для приготовления рыбных блюд рыбу подвергают тепловой обработке — варке, припусканию, жарке, запеканию. Мясо рыбы содержит легко усвояемые полноценные белки, а также жиры, витамины D и А.

Рыбу варят порционными кусками, звеньями или цели-



ком в рыбных котлах или сотейниках. Заливают рыбу горячей водой (два литра на 1 кг рыбы), доводят до кипения и варят при температуре 85—90°. Для улучшения вкуса добавляют корень петрушки, репчатый лук, иногда морковь. Лавровый лист и перец кладут лишь в тех случаях, если рыба имеет специфический неприятный запах.

Жарку рыбы производят с небольшим количеством жира, во фритюре и на открытом огне (гратаре, вертеле). Чтобы рыба с кожей при жарке сохраняла свою форму, на коже делают 2—3 надреза. Порционные куски рыбы осетровых пород перед жареньем опускают на 2—3 минуты в горячую воду, затем промывают холодной водой. Рыбу во фритюре лучше жарить в смеси жира, состоящей из 60% гидрожира и 40% растительного масла.

Запекают рыбу в порционных сковородах или противнях; порционные куски из филе без реберных костей укладывают вместе с гарниром (картофелем, гречневой кашей), заливают соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают сливочным маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 250—280°.

Для приготовления мясных блюд мясо подвергают различным приемам тепловой обработки: варке, жарке, тушению.

Варят мясо куском весом не более 2,5 кг в небольшом количестве воды. Мясо следует погружать в горячую воду с тем, чтобы в отвар перешло как можно меньше питательных веществ. Для варки используют второй сорт говяжьего мяса — грудинку, покромку и части передних и задних ног.

Для жарки используют нежные части говядины: вырезку, толстый, тонкий край, верхнюю и внутреннюю части задней ноги; бараньи и свиные окорока и корейку.

Для приготовления шашлыков мясо предварительно маринуют. Для маринада можно использовать уксус, вино, лимон, в качестве ароматических овощей — репчатый лук, морковь, петрушку, а из приправ — черный перец, соль. Мясо рекомендуется вынести на холод и выдержать несколько часов для того, чтобы маринад быстрее проник в толщу мяса и равномерно распределился в нем. Куски мяса перед заливкой прокалывают поварской иглой в нескольких местах.

Мясо с плотной и грубой соединительной тканью подвергают тушению. Применяемые при тушении кислые соусы, сухие вина, маринованные ягоды, пряности, ароматические овощи (лук, морковь, сельдерей, петрушка) способ-

ствуют тому, что мясо становится нежным, сочным и ароматным. Перед тушением мясо посыпают солью, перцем и обжаривают до образования румяной корочки.

Тушеное мясо вкуснее, если его приготовить в порционных горшочках в жарочном шкафу.

## С О У С Ы

### СОУС МУЖДЕЙ

79

### СОС МУЖДЕЙ

(вариант I)

Чеснок 320, бульон мясной или рыбный 600, зелень 30, масло оливковое или растительное 150, перец красный 1, перец черный 1, соль.

Вес готового соуса 1000 г.

Чеснок очищают и толкут в ступке вместе с солью до получения однородной массы, затем разводят бульоном; вливают оливковое или растительное масло, добавляют перец и мелко рубленную зелень.

Перед подачей соус муждей перемешивают.

Соус подается к мясным и рыбным блюдам.

### СОУС МУЖДЕЙ

80

### СОС МУЖДЕЙ

(вариант II)

Чеснок 320, бульон 600, зелень петрушки 10, укроп 30, томатный сок 150, перец красный 1, перец черный 1, соль.

Вес готового соуса 1000 г.

Чеснок очищают, толкут в ступке вместе с солью, затем разводят бульоном и томатным соком, соединяют с измельченной зеленью укропа и петрушки, добавляют черный и красный перец.

Соус подается к костице.

**СОУС КРАСНЫЙ С ВИНОМ И ГОГОШАРАМИ****СОС РОШУ КУ ВИН ШИ ГОГОШАРЬ**

Кости мясные 1000, маргарин сливочный 50, мука пшеничная 25, томат-паста 80, лук 50, морковь 100, петрушка 30, сахар 20, вино (мадера) 50, приправа из гогошар 50, масло сливочное 20, соль, специи.

Вес готового соуса 1000 г.

Морковь, петрушку, лук шинкуют и пассируют вместе с томатом-пастой.

В посуду с толстым дном кладут маргарин, дают ему растопиться, всыпают пшеничную муку и пассируют до коричневого цвета, затем разводят коричневым мясным бульоном, вводят коренья и варят. Спустя 45 минут вливают вино, добавляют специи, соль, сахар, приправу из гогошар и продолжают варить еще 20—25 минут. Затем соус процеживают, доводят до кипения и заправляют сливочным маслом.

Для получения коричневого бульона кости поджаривают на противне в духовом шкафу до коричневого цвета, заливают водой и варят на слабом огне в течение 8—8,5 часа с добавлением кореньев.

**СОУС ТОМАТНЫЙ С ВИНОМ****СОС ДЕ РОШИЙ КУ ВИН**

Кости для бульона 750, маргарин сливочный 50, мука пшеничная 25, морковь 50, лук 40, петрушка 40, томат-паста 120, сахар 10, вино 150, масло сливочное 20, соль, специи.

Вес готового соуса 1000 г.

Нарезанные соломкой морковь, петрушку, лук пассируют, в конце вводят томат-пасту.

В посуде с толстым дном растапливают маргарин, всыпают пшеничную муку и пассируют ее до желтого цвета. Затем мучную пассировку охлаждают, разводят бульоном (мясным или рыбным), вводят пассированные коренья, вино, соль, сахар, специи и варят в течение 20—25 минут.

Соус процеживают, доводят до кипения и заправляют сливочным маслом.

## СОУС ТОМАТНЫЙ СО СМЕТАНОЙ

83

### СОС ДЕ РОШИЙ КУ СМЫНТЫНЭ

Кости для бульона 750, маргарин сливочный 50, мука пшеничная 25, морковь 50, лук 40, петрушка 40, томат-паста 120, сахар 10, сметана 15, масло сливочное 20, соль.

Вес готового соуса 1000 г.

Морковь, петрушку, лук нарезают соломкой и пассируют, кладут томат-пасту, соль, сахар и продолжают пассировать. Одновременно в посуде с толстым дном растапливают маргарин, всыпают пшеничную муку и пассируют ее до желтого цвета. Пассированную муку охлаждают, вливают бульон и помешивают до получения однородной массы.

В мучную пассировку вводят обжаренные корни и проваривают 20—25 минут. Соус процеживают, вводят сметану и доводят до кипения, заправив по вкусу солью. Когда соус готов, его заправляют сливочным маслом.

## МАРИНАД ВИННЫЙ

84

### МАРИНАТЭ ДЕ ВИН

Морковь 430, лук репчатый 250, лук-порей 50, петрушка 40, сельдерей 40, томат-паста 120, масло растительное 100, вино (белое сухое) 300, сахар 40, соль, специи, пряности.

Вес готового маринада 1000 г.

Подготовленные морковь, петрушку, лук репчатый, лук-порей и сельдерей шинкуют соломкой. В сотейник с разогретым растительным маслом кладут лук, пассируют 5—7 минут, затем вводят все остальные корни и продолжают пассирование, так чтобы овощи зарумянились. Вводят томат-пасту и продолжают пассировать 10—15 минут, затем вливают бульон, вино, кладут перец душистый, перец черный горошек, лавровый лист, корицу, гвоздику, соль, сахар и все проваривают 15—17 минут.

Готовый маринад охлаждают и используют на рыбном бульоне к рыбным блюдам, на мясном — к овощным и мясным блюдам.

## **ОВОЩНАЯ ПРИПРАВА**

85

### **СОС ДЕ ЛЕГУМЕ**

Помидоры свежие 90, перец сладкий 60, лук репчатый 50, баклажаны 60, масло растительное 15, чеснок 3, зелень 3. соль, специи.  
Вес готовой приправы 150 г.

Репчатый лук шинкуют полукольцами и пассируют на растительном масле, добавляют нарезанные дольками помидоры, сладкий стручковый перец, нарезанный соломкой, испеченные, очищенные от кожицы и измельченные баклажаны, часть зелени и тушат до готовности. Затем вводят специи, растертый чеснок и рубленую зелень укропа.

Приправу подают к мясным блюдам.

## **ПРИПРАВА ИЗ ГОГОШАР**

86

### **СОС ДЕ ГОГОШАРЬ**

Гогошары свежие 1000, чеснок 40, уксус 3% -ный 200, сахар 30, соль, специи, пряности (корица, гвоздика, лавровый лист) 2.  
Вес готовой приправы 1000 г.

В воду кладут соль, сахар, перец, корицу, гвоздику, лавровый лист, доводят до кипения и вливают уксус. В кипящий маринад закладывают предварительно промытые гогошары и проваривают 2—3 минуты. Затем гогошары охлаждают, удаляют семенную коробочку, пропускают через мясорубку, разводят охлажденным процеженным маринадом, кладут растертый чеснок, соль, специи, пряности по вкусу.

## **СОУС ВИННЫЙ С ОРЕХАМИ**

87

### **СОС ДЕ ВИН КУ НУЧЬ**

Вода 500, вино белое или красное 500, сахар 150, крахмал 30, орехи (ядро) 100, лимонная кислота 2.  
Вес готового соуса 1000 г.

В воду с вином добавляют сахар, доводят до кипения и вливают разведенный холодной кипяченой водой и процеженный крахмал, заваривают соус. Добавляют лимонную

68

кислоту или лимонный сок. Ядра орехов поджаривают, мелко измельчают, вводят в соус и хорошо перемешивают. Вкус соуса должен быть с ароматом вина и поджаренных орехов.

Подают соус к запеканкам, пудингам, суфле.

## **СОУС ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ**

88

### **СОС ДУЛЧЕ ДЕ ФРУКТЕ УСКАТЕ**

Сушеные яблоки или абрикосы (курага) 100, сахар-песок 120, крахмал 30, лимонная кислота 1.  
Вес готового соуса 1000 г.

Сушеные яблоки или абрикосы перебирают и промывают, заливают холодной водой на 2—3 часа (для набухания) и варят в этой же воде. Отвар сливают, а вареные фрукты протирают через частое сито. Полученную массу соединяют с отваром, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения и вводят при помешивании разведенный холодной кипяченой водой и процеженный крахмал.

## **ОВОЩНЫЕ БЛЮДА**

### **КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ**

89

#### **КАРТОФЬ ФЕРЦЬ, КУ МУЖДЕЙ**

Картофель 220, сало шпик 40, чеснок 10, зелень 7,  
соль.  
Вес готового блюда 170 г.

Небольшие клубни картофеля, однородные по величине и по форме, очищают, промывают, укладывают в посуду, заливают горячей водой, солят и варят при слабом кипении до готовности. Затем воду сливают, а картофель оставляют, чтобы подсушить.

При подаче картофель укладывают на тарелку, поливают жиром со шкварками и толченым чесноком, посыпают зеленью укропа.

## **БАКЛАЖАНЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ**

90

### **ВИНЕТЕ КУ СОС ДЕ СМЫНТЫНЭ**

Баклажаны 200, масло растительное 20, мука 5,  
лук репчатый 40, зелень 7, соль.

Для соуса: сметана 100, масло сливочное 10,  
мука пшеничная 5.

Вес готового блюда 270 г.

Одинаковые по величине баклажаны (лучше среднего размера) промывают, удаляют плодоножку и нарезают на кружочки толщиной 0,5—0,7 см, посыпают солью и дают постоять, чтобы выделился сок. Затем слегка отжимают, панируют в муке и жарят с обеих сторон до образования румяной корочки.

Поджаренные баклажаны укладывают рядами в сотейник, перекладывая каждый ряд пассированным репчатым луком, заливают сметанным соусом и тушат в течение 20—25 минут.

При подаче посыпают зеленью.

## **БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ С СОУСОМ МУЖДЕЙ**

91

### **ВИНЕТЕ ЫМПЛУТЕ, КУ МУЖДЕЙ**

Баклажаны 210, капуста свежая 50, лук 30, морковь 60, петрушка (корень) 10, сельдерей 10, помидоры 150, масло растительное 25, чеснок 3,  
соль, специи.

Вес готового блюда 150 г.

Баклажаны средней величины промывают, удаляют плодоножку, надрезают вдоль и отваривают в подсоленной воде в течение 3—4 минут. Затем их вынимают, дают стечь воде и кладут под легкий пресс на 25—30 минут, чтобы удалить горечь. Подготовленные баклажаны фаршируют, перевязывают сельдереем и слегка обжаривают в сотейнике. После этого баклажаны укладывают в сотейник в 2—3 ряда и заливают протертыми помидорами, солят, посыпают измельченной зеленью (за 10 минут до готовности кладут рубленый чеснок). Тушат при слабом нагреве до полной готовности.

При подаче баклажаны укладывают на тарелку, поливают соусом, в котором тушились, посыпают рубленой зеленью.

70

Для фарша: морковь, петрушку, лук шинкуют соломкой и пассируют на растительном масле; нашинкованную капусту слегка тушат, соединяют с кореньями, добавляют протертые помидоры, рубленую зелень, соль.

## **РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ ПО-МОЛДАВСКИ**

92

### **ГИВЕЧ МОЛДОВЕНЕСК**

Кабачки 80, баклажаны 70, морковь 50, капуста цветная 50, зеленый горошек 40, стручки фасоли 35, лук репчатый 25, петрушка 15, помидоры 100, перец сладкий 35, масло растительное 20, зелень укропа и петрушки 10, соль, специи.

Вес готового блюда 250 г.

Очищенные баклажаны, кабачки, морковь, петрушку нарезают кубиками, лук — дольками, стручки фасоли — ромбиками, сладкий перец — соломкой.

Морковь, петрушку, лук, кабачки, баклажаны слегка обжаривают; цветную капусту, разделенную на отдельные кочешки, стручки фасоли, зеленый горошек отваривают до полуготовности. Все овощи соединяют в посуде, кладут нашинкованный перец, нарезанные дольками свежие помидоры, заливают отваром, в котором варились овощи, добавляют соль, специи, закрывают крышкой и тушат до полной готовности, в конце вводят чеснок и зелень.

При подаче рагу кладут в баранчик и посыпают зеленью.

## **ОВОЩНАЯ ТОКАНА**

93

### **ТОКАНЭ ДЕ ЛЕГУМЕ**

Гогошары 135, перец сладкий 40, фасоль 30, морковь 30, петрушка 10, лук репчатый 30, помидоры свежие 180, масло растительное 20, чеснок 5, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда 300 г.

Подготовленные овощи (гогошары, перец сладкий, морковь, лук, петрушку) нарезают крупной соломкой и пассируют в сотейнике, периодически помешивая. Затем в пассированные овощи вводят предварительно отваренную фасоль, нарезанные дольками свежие помидоры, соль, специи, вливают бульон и продолжают тушить в посуде с закрытой



крышкой 25—30 минут при медленном нагреве; в конце тушения добавляют чеснок.

Подают овощную токану в баранчике и посыпают зеленью.

## **ГРИБНАЯ ТОКАНА С МАМАЛЫГОЙ**

94

### **ТОКАНЭ ДЕ ЧУПЕРЧЬ КУ МЭМЭЛИГУЦЭ**

Грибы шампиньоны 200, масло сливочное 10, сметана 40, мука 5, мука кукурузная 55, соль.  
Вес готового блюда 300 г, в том числе мамалыга 150 г.

Грибы шампиньоны, предварительно обработанные, варят в подсоленной воде почти до готовности, откидывают на дуршлаг, дают стечь воде и шинкуют соломкой, затем обжаривают на сливочном масле в течение 12—15 минут. После этого грибы перекладывают в сотейник, заливают сметанным соусом и дают прокипеть 5 минут.

При подаче рядом с грибами кладут мамалыгу. Мамалыгу можно подать отдельно.

## **ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ С КУКУРУЗОЙ И ГРИБАМИ**

95

### **САРМАЛЕ ДЕ ЛЕГУМЕ КУ ПЭПУШОЙ ШИ ЧУПЕРЧЬ**

Виноградный лист 65, кукуруза консервированная 110, грибы шампиньоны 80, морковь 40, лук репчатый 50, яйцо 1/4 шт., бульон 150, зелень 7, маргарин 25, сметана 25, квас 100, соль, специи.  
Вес готового блюда 250 г.

Консервированную кукурузу пропускают через мясорубку, соединяют с нарезанными соломкой и пассированными кореньями, рублеными яйцами и нарезанными соломкой грибами шампиньонами (предварительно отваренными и обжаренными). Заправляют солью, зеленью укропа и петрушки.

В ошпаренные виноградные листья заворачивают фарш в виде конусного кулечка, укладывают в сотейник, заливают бульоном, квасом и тушат до полной готовности 45—50 минут.

При подаче голубцы поливают сметаной.

## ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ С КУКУРУЗНОЙ КРУПОЙ

96

### САРМАЛЕ ДЕ ЛЕГУМЕ КУ ФЭИНЭ ДЕ-ПЭПУШОЙ

Виноградный лист 65, морковь 40, лук 50, крупа кукурузная 25, сливочное масло 10, маргарин 15, зелень 7, квас 100, сметана 25, бульон 150, петрушка 14, соль, специи.

Вес готового блюда 245 г.

Кукурузную крупу перебирают, промывают и слегка подсушивают в жарочном шкафу. В кипящую воду всыпают крупу, проваривают 10—15 минут, кладут сливочное масло, перемешивают. Закрывают крышкой и варят почти до готовности. Морковь, петрушку, лук нарезают соломкой и пассируют. Овощи соединяют с кашей, посыпают рубленой зеленью и хорошо перемешивают.

В ошпаренный виноградный лист завертывают подготовленный фарш, укладывают в сотейник, заливают бульоном, добавляют квас и тушат до готовности.

При подаче голубцы выкладывают на тарелку по 8—10 на порцию и поливают сметаной.

## РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ГРИБАМИ

97

### ГИВЕЧ ДЕ ЛЕГУМЕ КУ ЧУПЕРЧЬ

Картофель 60, кабачки 50, лук репчатый 25, фасоль стручковая 35, морковь 35, баклажаны 40, помидоры свежие 70, грибы шампиньоны 150, перец сладкий 35, масло растительное 20, чеснок 2, вино красное 10, зелень петрушки, укропа 7, чебрец, соль, специи.

Вес готового блюда 300 г.

Картофель, кабачки, баклажаны после предварительной обработки нарезают дольками и обжаривают до образования румяной корочки. Грибы шампиньоны ошпаривают, шинкуют соломкой и слегка обжаривают. Фасоль стручковую нарезают ромбиками и отваривают.

Подготовленные овощи укладывают в посуду с толстым дном, добавляют пассированные лук и морковь, нарезанные дольками свежие помидоры и шинкованный соломкой сладкий перец. Все это заливают небольшим количеством бульона; добавляют вино, чебрец, соль, специи и тушат до полной готовности, в конце вводят чеснок.

При подаче рагу кладут в баранчик и посыпают зеленью.

## **КАРТОФЕЛЬНЫЕ КРОКЕТЫ С СОУСОМ МУЖДЕЙ**

98

### **КРОКЕТЕ ДЕ КАРТОФЬ КУ МУЖДЕЙ**

Картофель 220, яйцо 1/2 шт., масло сливочное 10, мука пшеничная 12, сухари 12, масло растительное 25, зелень петрушки 7, соус муждей 25.

Вес готового блюда 250 г.

Очищенный картофель отваривают в подсоленной воде до готовности. Затем воду сливают, картофель подсушивают и протирают.

В готовую картофельную массу вводят сырые яйца, сливочное масло и муку. Массу тщательно вымешивают и формируют из нее крокеты в виде шариков. Их панируют в муке, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят во фритюре.

При подаче крокеты укладывают на подогретую тарелку и поливают соусом муждей, посыпают зеленью.

## **КАПУСТА ФАРШИРОВАННАЯ**

99

### **ВАРЗЭ ЫМПЛУТЭ**

Капуста 285, грибы шампиньоны 40, яйцо 1/4 шт., кукурузная крупа 15, лук репчатый 25, масло сливочное 10, соль.

Для соуса: сметана 75, мука 5, масло сливочное 10, бульон 50.

Вес готового блюда 350 г, в том числе соус 75 г.

Из целого кочана капусты среднего размера вырезают кочерыжку, и капусту погружают в котел с кипящей водой. Варят капусту несколько минут, так же как и для голубцов. Затем вынимают на дуршлаг, дают стечь воде, охлаждают и приступают к фаршированию.

Для фарша: грибы шампиньоны ошпаривают, шинкуют и обжаривают почти до готовности на сливочном масле; крупу кукурузную предварительно отваривают, соединяют с грибами, пассированным луком, рублеными крутыми яйцами.

При фаршировании разворачивают капустные листья и ровными слоями укладывают фарш. Для того чтобы кочан лучше сохранил свою форму, его плотно завертывают в марлю, укладывают в посуду с толстым дном, заливают бульоном и тушат до полной готовности.

При подаче капусту поливают сметанным соусом.

74

## **ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С БРЫНЗОЙ**

100

### **ПЫРЖОАЛЕ ДЕ КАРТОФЬ ЫМПЛУТЕ КУ БРЫНЗЭ**

Картофель 220, мука 10, яйцо 1/2 шт., маргарин для жарки 15, соль.

Для фарша: яйцо 1/2 шт., молоко 8, брынза 25, зелень 3, сухари 15, масло сливочное 15 или сметана 30.

Вес готового блюда: со сметаной 230 г, с маслом 215 г.

Очищенный картофель отваривают в подсоленной воде до готовности, затем воду сливают, картофель подсушивают, протирают, соединяют с сырыми яйцами и мукой и хорошо вымешивают. Из этой массы делают лепешки, на середину которых кладут фарш, защипывают как пирожок, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят.

Для фарша: из яиц, молока готовят омлетную массу, выливают на сковороду со сливочным маслом и жарят омлет сначала на сковороде, а затем в жарочном шкафу. На готовый омлет кладут натертую на крупной терке брынзу, измельченную зелень и заворачивают трубочкой. Трубочки нарезают на отдельные кусочки и используют как фарш для зраз.

При подаче зразы по две на порцию кладут на тарелку и поливают сметаной или сливочным маслом.

## **КАПУСТНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ**

101

### **БУДИНКЭ ДЕ ВАРЗЭ КУ КАРНЕ**

Капуста белокочанная 260, лук репчатый 25, яйцо 2/5 шт., мясо свиное 75, маргарин сливочный 20, сухари 15, масло сливочное 5, сметана 30 или соус сметанный с томатом 75, соль, специи.

Вес готового блюда: со сметаной 270 г, с соусом 315 г.

Белокочанную капусту очищают от загрязненных листьев, промывают, шинкуют соломкой и припускают с жиром почти до готовности. В конце припускания добавляют пассированный репчатый лук, перемешивают с капустой и припускают еще 10—15 минут, затем снимают с плиты и охлаждают.

В капустный фарш вводят сырые яйца, добавляют по вкусу специи.

Противень смазывают жиром, посыпают сухарями, выкладывают на него слой капустного фарша, затем слой фарша из свиного мяса, а сверху опять слой капусты. Поверхность выравнивают, посыпают сухарями, сбрызгивают сливочным маслом. Запекают в духовом шкафу.

При подаче запеканку нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают сметаной. Запеканку можно подать также со сметанным соусом с томатом.

## **КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕННЫЙ С БРЫНЗОЙ**

102

### **КАРТОФЬ ПРЭЖИЦЬ, КУ БРЫНЗЭ**

Картофель 388, брынза овечья 50, маргарин 20, помидоры 50, зелень 7.

Вес готового блюда: картофель с брынзой 250 г, помидоры 50 г.

Очищенный и промытый картофель нарезают кружочками или ломтиками и обжаривают на маргарине почти до готовности. Затем кладут нарезанную ломтиками брынзу и продолжают жарить.

При подаче в тарелку укладывают картофель с брынзой, посыпают измельченной зеленью укропа и рядом кладут свежие помидоры.

## **ЗАПЕКАНКА ИЗ БАКЛАЖАН С МЯСОМ**

103

### **БУДИНКЭ ДЕ ВИНЕТЕ КУ КАРНЕ**

Баклажаны 135, лук репчатый 30, мука пшеничная 5, масло растительное 20, свинина 140, помидоры 200, чеснок 2, зелень 7, сахар 1, вино (сухое красное) 10, соль, специи.

Вес готового блюда 250 г.

Предварительно обработанные баклажаны нарезают на кружочки толщиной 5—7 мм, солят и оставляют на 20 минут. Отжимают сок, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон. Свиное мясо пропускают через мясорубку, обжаривают с мукой, добавляют соль.

В посуду с толстым дном укладывают слоями баклажаны и мясо (3—4 слоя). Все это заливают протертыми помидорами с добавлением вина, посыпают измельченной зе-

ленью; добавляют соль, специи, сахар. Тушат 40—50 минут, в конце тушения кладут чеснок.

При подаче поливают соком, в котором тушились баклажаны, и посыпают измельченной зеленью.

## **КАПУСТА С ЯЙЦОМ И БРЫНЗОЙ**

104

### **ВАРЗЭ КУ ОУЭ ШИ БРЫНЗЭ**

Капуста белокочанная 220, яйцо 1 шт., масло сливочное 15, брынза 35.

Вес готового блюда 200 г.

Белокочанную капусту шинкуют соломкой, укладывают в сотейник и припускают до полуготовности с добавлением бульона и сливочного масла. Затем выкладывают на противень или сковороду, заливают взбитыми яйцами, посыпают тертой брынзой и запекают в жарочном шкафу до готовности.

При подаче поливают сливочным маслом.

## **ТЫКВА. ЗАПЕЧЕННАЯ С ФРУКТАМИ**

105

### **БОСТАН ЛА КУПТОР КУ ФРУКТЕ**

Тыква 120, курага 25, чернослив 25, кукурузные хлопья 10, масло сливочное 10, сахар 10, сухари панировочные кукурузные 5, лимонная кислота 1, сливки взбитые 30.

Вес готового блюда 180 г, в том числе сливки взбитые 30 г.

Тыкву очищают от кожицы и семян, нарезают мелкими кубиками и припускают с добавлением сливочного масла ( $\frac{1}{2}$  нормы). Курагу, чернослив промывают, ошпаривают кипятком и соединяют с тыквой. Добавляют сахар, кукурузные хлопья, перемешивают, выкладывают на смазанную и посыпанную сухарями сковороду или противень, посыпают кукурузными хлопьями, сбрызгивают сливочным маслом и запекают в духовом шкафу до готовности.

При подаче нарезают на порции, посыпают сахарной пудрой, украшают взбитыми сливками.

## **ФАСОЛЬ, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ**

106

### **ФАСОЛЕ ЫННЭБУШИТЭ КУ ПРУНЕ**

Фасоль 60, чернослив 40, масло сливочное 10, сметана 25, сахар 5.

Вес готового блюда 200 г.

Фасоль перебирают, промывают и замачивают в холодной воде на 2—3 часа для набухания. Варят в этой же воде до готовности.

В готовую фасоль добавляют чернослив (предварительно замоченный), сливочное масло ( $\frac{1}{2}$  нормы на блюдо), сметану и тушат в течение 10—15 минут. В конце тушения вводят сахар и сливочное масло.

## *КРУПЯНЫЕ, МУЧНЫЕ, ЯИЧНЫЕ БЛЮДА*

### **МАМАЛЫГА**

107

### **МЭМЭЛИГЭ**

Мука кукурузная 80, вода 170, соль.

Вес готового блюда 200 г.

Мамалыгу следует варить в посуде с толстым дном, лучше в казане. Кукурузную муку предварительно подсушивают на противне в жарочном шкафу.

В кипящую подсоленную воду всыпают  $\frac{1}{3}$  часть кукурузной муки и проваривают в течение 15 минут. Всыпают оставшуюся муку, тщательно вымешивают и проваривают в течение 25 минут на слабом огне, периодически вымешивая. Мамалыгу ставят на водяную баню для полного упревания.

Подают мамалыгу как самостоятельное блюдо, а также как гарнир к мясным, рыбным, яичным и другим блюдам.

## **МАМАЛЫГА ПОД ОСТРЫМ СОУСОМ**

108

### **МЭМЭЛИГЭ КУ СОС ПИКАНТ**

Мамалыга 150, помидоры соленые 50, чеснок 10,  
масло растительное 15, зелень 3, соль.

Вес готового блюда 220 г.

Соленые бурые помидоры измельчают, соединяют с толченым чесноком, измельченным укропом и поливают растительным маслом.

Готовую мамалыгу выкладывают на подогретую тарелку при помощи круглой выемки и сверху поливают приготовленным соусом.

## **МАМАЛЫГА СО ШКВАРКАМИ**

109

### **МЭМЭЛИГЭ КУ ЖУМЕРЕ**

Мука кукурузная 80, вода 170, сало свиное (обрезное) 60, соль.

Вес готового блюда 230 г.

Готовую мамалыгу укладывают на тарелку, делают в ней небольшое углубление и кладут туда шкварки.

Для приготовления шкварок свиное сало режут на мелкие кубики и обжаривают.

## **МАМАЛЫГА С МОЛОКОМ**

110

### **МЭМЭЛИГЭ КУ ЛАПТЕ**

Мамалыга 200, молоко 250.

Вес готового блюда 450 г.

Круглой выемкой, смоченной в горячей воде, выкладывают на тарелку готовую мамалыгу, заливают горячим молоком и подают.

## **МАМАЛЫГА СО СМЕТАНОЙ**

111

### **МЭМЭЛИГЭ КУ СМЫНТЫНЭ**

Мамалыга 200, сметана 40.

Вес готового блюда 240 г.

Круглой выемкой, смоченной в горячей воде, выкладывают готовую мамалыгу в виде двух шариков, поливают сметаной и подают.



## **МАМАЛЫГА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ**

112

### **МЭМЭЛИГЭ КУ УНТ**

Мамалыга 200, масло сливочное 25.

Вес готового блюда 225 г.

Сваренную мамалыгу красиво укладывают на подогретую тарелку, делают небольшое углубление в мамалыге, кладут туда кусочек сливочного масла и подают.

## **МАМАЛЫГА С БРЫНЗОЙ**

113

### **МЭМЭЛИГЭ КУ БРЫНЗЭ**

Мамалыга 200, брынза 40, масло сливочное 15.

Вес готового блюда 250 г.

Овечью брынзу (если она соленая) ошпаривают кипятком, а затем натирают на крупной терке.

Готовую мамалыгу укладывают на тарелку, поливают сливочным маслом и сверху посыпают тертой брынзой.

## **МАМАЛЫГА С ЖАРЕННОЙ БРЫНЗОЙ И ЯИЧНИЦЕЙ**

114

### **МЭМЭЛИГЭ КУ БРЫНЗЭ ПРЭЖИТЭ ШИ СКРОБ**

Мамалыга 200, брынза 40, яичница 40, масло сливочное 20, зелень укропа 3.

Вес готового блюда 300 г.

Для приготовления этого блюда лучше взять брынзу среднесоленую. Брынзу нарезают тонкими ломтиками и обжаривают с обеих сторон до румяного цвета.

Горячую мамалыгу укладывают на подогретую тарелку, сверху кладут яичницу-глазунью из одного яйца, а вокруг укладывают обжаренную брынзу. Посыпают измельченной зеленью укропа и подают.

## **КЛЕЦКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ МУЖДЕЙ**

115

### **ГЭЛУШТЕ КУ МУЖДЕЙ**

Мука 120, яйцо 1 шт., вода 40, дрожжи 2, масло сливочное 10, соус муждей 20, соль.

Вес готового блюда 220 г.

В посуду влить слегка теплую воду, развести в ней дрожжи, добавить яйцо, соль и замесить крутое тесто. Если замешивается небольшое количество, то на мучной

стол высыпают просеянную муку горкой, посередине делают углубление, вливают воду, в которой предварительно растворяют дрожжи, соль, яйцо, и замешивают крутое тесто. На 10—15 минут оставляют тесто отдохнуть. Затем раскатывают жгуты и нарезают в виде ромбиков.

В кипящую подсоленную воду кладут клецки, варят до готовности, затем при помощи шумовки вынимают на дуршлаг, дают стечь воде, кладут в посуду, поливают растопленным сливочным маслом, встряхивают.

При подаче клецки поливают соусом муждей.

## **КРОКЕТЫ КУКУРУЗНЫЕ С БРЫНЗОЙ**

116

### **КРОКЕТЕ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ КУ БРЫНЗЭ**

Мука кукурузная 35, мука пшеничная 25, брынза 50, яйцо 1 шт., сметана 40, масло растительное 20, зелень 3, соль.

Вес готового блюда 230 г.

В кипящую подсоленную воду всыпают кукурузную муку, хорошо вымешивают и проваривают 20—25 минут, затем добавляют пшеничную муку и продолжают варить еще 10—12 минут. Посуду снимают с плиты, охлаждают до 60° и в 2—3 приема вводят яйца, тщательно вымешивая.

Из приготовленной массы делают лепешки; на середину лепешки кладут фарш — натертую на крупной терке брынзу, смешанную со сметаной и рубленой зеленью. Лепешку защипывают, придают круглую форму, смачивают в льезоне, панируют в кукурузной муке и жарят во фритюре. Затем на 5—7 минут ставят в жарочный шкаф.

Готовые крокеты укладывают на тарелку по 4 шт. на порцию и подают со сметаной.

## **ЗРАЗЫ КУКУРУЗНЫЕ С КАПУСТНЫМ ФАРШЕМ**

117

### **ПЫРЖОАЛЕ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ, ЫМПЛУТЕ КУ ВАРЗЭ**

Мука кукурузная 35, картофель 130, мука пшеничная 5, сухари панировочные 15, масло сливочное 10, сметана 30, капуста 130, яйцо 1/2 шт., маргарин 15, соль.

Вес готового блюда 260 г.

В кипящую подсоленную воду всыпают просеянную кукурузную муку и проваривают 25—30 минут, периодически вымешивая. Затем посуду снимают с огня, и мамалыгу

соединяют с вареным протертым картофелем, добавляют пшеничную муку, перемешивают и, когда масса остынет до 60°, вводят сырые яйца.

Из полученной массы делают лепешки, на середину которых кладут фарш, защипывают, придают форму зраз, панируют в сухарях и жарят; до готовности доводят в жарочном шкафу.

Подают по две штуки на порцию и поливают сметаной.

Для фарша: белокочанную капусту шинкуют, кладут в посуду, заливают крутым кипятком и, накрыв крышкой, оставляют на 10—15 минут. Затем капусту отжимают, солят, соединяют со сливочным маслом и рублеными крутыми яйцами.

## **ВАРЕНИКИ С ПЕЧЕНКОЙ**

118

### **КОЛЦУНАШЬ КУ ФИКАТ**

Мука пшеничная 50, вода 20, яйцо 1/4, соль.

Для фарша: печень 107, маргарин 10, лук репчатый 60, масло сливочное 15, перец, соль.

Вес готового блюда 200 г.

На стол горкой насыпают пшеничную муку, делают углубление, добавляют соль, яйцо и замешивают крутое тесто. Тесто раскатывают до толщины 1,5 мм. Фарш раскладывают в виде шариков, закрывают тестом и вырезают выемкой. Готовые вареники укладывают на посыпанные мукой деревянные листы и до варки хранят в прохладном месте.

Вареники отваривают в подсоленной кипящей воде и при подаче поливают сливочным маслом.

Для фарша: печень освобождают от желчных протоков, хорошо промывают, нарезают на небольшие кусочки и жарят до готовности вместе с частью репчатого лука, затем пропускают через мясорубку, соединяют с пассированным луком, солью, перцем.

## **ВАРЕНИКИ С БРЫНЗОЙ**

119

### **КОЛЦУНАШЬ КУ БРЫНЗЭ ДЕ ОАЕ**

Мука пшеничная 60, яйцо 1/10 шт., сахар 2, соль по вкусу, вода 20, брынза молдавская 25, картофель 110, лук репчатый 24, масло сливочное 10.  
Вес готового блюда 230 г.

Из муки, яиц замешивают тесто, как для лапши. Для фарша брынзу натирают на мелкой терке, добавляют картофельное пюре, пассированный лук, соль, специи и хорошо вымешивают. Полученным фаршем заполняют квадратики теста, защипывают:

Вареники отваривают в воде. При подаче поливают сливочным маслом или сметаной.

## **КАША КУКУРУЗНАЯ С ИЗЮМОМ И ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ**

120

### **КАШЭ ДИН ПЭСАТ ДЕ ПЭПУШОЙ КУ СТАФИДЕ ШИ НУЧЬ**

Крупа кукурузная 80, молоко 120, вода 50, масло сливочное 10, сахар 10, изюм 20, грецкий орех (ядро) 40.  
Вес готового блюда 280 г.

В смесь молока и воды, доведенную до кипения, всыпают предварительно просеянную и подсушенную в жарочном шкафу кукурузную муку. Проваривают при непрерывном помешивании в течение 25—30 минут на плите, затем ставят на борт плиты или водяную баню до полного упревания. За 10—15 минут до готовности вводят изюм и хорошо вымешивают.

На тарелку при помощи круглой выемки выкладывают кашу, поливают сливочным маслом и посыпают измельченными поджаренными грецкими орехами.

## **ПУДИНГ КУКУРУЗНЫЙ СО СМЕТАНОЙ**

121

### **БУДИНКЭ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ КУ СМЫНТЫНЭ**

Мука кукурузная 50, молоко 85, сахар 15, яйцо 1 шт., масло сливочное 10, изюм 10, ванилин 0,02, сухари панировочные 15, сметана 35.

Вес готового блюда 220 г, в том числе сметана 30 г.

В кипящее молоко всыпают кукурузную муку, вводят соль и варят 25—30 минут. В процессе варки несколько раз вымешивают до получения однородной массы, снимают с огня, охлаждают до 60° и вводят предварительно промытый и перебранный изюм и растертые с сахаром и ванилином яичные желтки. Массу еще раз хорошо вымешивают, добавляют взбитые в пышную пену яичные белки и выкладывают в формы, смазанные маслом и посыпанные сухарями. Поверхность смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу.

Подают со сметаной или кизилковым соусом.

## **СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ И ОРЕХАМИ**

122

### **ПАПАНАШЬ КУ СТАФИДЕ ШИ НУЧЬ**

Творог 100, мука кукурузная 10, сахар 10, яйцо 1/4 шт., изюм 10, орехи (ядро) 10, масло сливочное 15, сметана 30 или варенье 20, соль.

Вес готового блюда 180 г со сметаной, 170 г с вареньем.

Творог протереть, соединить с мукой, сахаром, изюмом, измельченным ядром ореха, добавить соль по вкусу, хорошо перемешать. Массу разделить на шарики, запанировать в кукурузной муке, придать круглую форму (толщиной 2 см) и обжарить с обеих сторон до румяного цвета. Готовые сырники поместить в духовой шкаф на 2—3 минуты.

Сырники подать по 3 шт. на порцию со сметаной или вареньем.

## **ЛАПШЕВНИК С ФРУКТАМИ ПОД СЛАДКИМ СОУСОМ**

123

### **БУДИНКЭ ДЕ ТЭИЦЕЙ КУ ФРУКТЕ ЫН СОС ДУЛЧЕ**

Мука пшеничная 45, мука кукурузная 5, яйцо 1/2 шт., масло сливочное 10, молоко 50, сахар 10, курага 20, яблоки 25, изюм 10, сухари пшеничные 10, соус 75, соль.

Вес готового блюда: лапшевник 200 г, соус 75 г.

Замесить тесто, как на лапшу, раскатать на пласты толщиной 0,2 см, нарезать на пластинки шириной 4—5 см. Сложить пластины одна на другую и нарезать лапшу соломкой. Лапшу отварить, заправить сливочным маслом, добавить курагу, изюм, мелко нашинкованные яблоки, молоко, сахар и все хорошо перемешать. Затем при помешивании ввести взбитые в пену белки. Выложить массу в формочки, смазанные маслом, и посыпать сухарями, выровнять поверхность, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу.

При подаче лапшевник выложить на тарелку, отдельно в соуснике подать соус из сушеных фруктов. Можно подать лапшевник с холодным молоком, со сметаной либо с любым фруктово-ягодным соусом.

## **ПУДИНГ ИЗ ФАСОЛИ С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ**

124

### **БУДИНКЭ ДЕ ФАСОЛЕ КУ СТАФИДЕ ШИ БРЫНЗЭ ДЕ ВАКЭ**

Фасоль 50, творог 50, изюм 20, яйцо 1/2 шт., сухари пшеничные 7, масло сливочное 15, сахар 15, молоко цельное 30, масло сливочное 10 (при подаче), сметана 20.

Вес готового блюда: пудинг с маслом 250 г, со сметаной 260 г.

Фасоль перебирают, промывают и замачивают на 2—3 часа для набухания. Варят в той же воде до готовности. Готовую фасоль протирают через сито, соединяют с протертым творогом, молоком, желтками яиц и изюмом, добавляют сливочное масло и сахар. Массу хорошо перемешивают, вводят взбитые в пену яичные белки, слегка перемешивают и выкладывают в формочки, смазанные и посыпанные сухарями. Поверхность выравнивают, сбрызгивают сливочным маслом и запекают в жарочном шкафу до готовности.

Готовый пудинг подают на тарелке, сверху поливают сливочным маслом или сметаной.

## **ЗРАЗЫ КУКУРУЗНЫЕ**

125

### **ПЫРЖОАЛЕ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ**

Мука кукурузная 35, картофель 130, мука пшеничная 5, лук репчатый 60, яйцо 1/2 шт., сухари панировочные 15, маргарин 20, зелень 5, соус 75, соль.

Вес готового блюда: зразы 230 г, соус 75 г.

В кипящую подсоленную воду всыпают просеянную кукурузную муку. Хорошо перемешивая, варят 25—30 минут. Затем вводят отварной протертый картофель и пшеничную муку, все тщательно вымешивают, охлаждают до 60—65°, добавляют сырые яйца и разделяют на круглые лепешки.

На середину каждой лепешки укладывают фарш — пассированный репчатый лук, рубленые крутые яйца и измельченную зелень укропа. Свертывают в виде колбаски, панируют в сухарях и жарят на сковороде. Затем зразы помещают в духовой шкаф.

Подают по 2 шт. на порцию, поливают сметанным соусом с томатом.

## **ЗРАЗЫ ИЗ КУКУРУЗНОЙ МУКИ С ФРУКТАМИ**

126

### **ПЫРЖОАЛЕ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ, ЫМПЛУТЕ КУ ФРУКТЕ УСКАТЕ**

Мука кукурузная 40, молоко цельное 100, масло сливочное 15, яйцо 1/6 шт., сахар 10, курага 20, изюм 10, чернослив 20, сухари панировочные 5, сметана 20.

Вес готового блюда: зразы 180 г, сметана 20 г.

В кипящее молоко всыпают просеянную кукурузную муку и варят кашу (мамалыгу), пока она не будет отставать от стенок посуды. В конце варки добавляют сахар и сливочное масло (1/2 нормы). Готовую мамалыгу охлаждают до температуры 60—70°, вводят яйца и хорошо перемешивают. Массу разделяют на лепешки, на середину которых укладывают фарш. Концы лепешек соединяют, придают форму зраз, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон до образования румяной корочки.

Для фарша: изюм и курагу припускают до готовности, соединяют с сахаром.

При подаче зразы поливают сметаной. Можно подать сметану отдельно в соуснике.

## **ЗАПЕКАНКА ИЗ КУКУРУЗНЫХ ХЛОПЬЕВ С ТВОРОГОМ**

127

### **БУДИНКЭ ДИН ФУЛЖЬ ДЕ ПЭПУШОЙ КУ БРЫНЗЭ ДЕ ВАКЭ**

Кукурузные хлопья 100, творог 100, молоко 50, сахар 10, яйца 1/2 шт., сухари молотые 5, масло сливочное 5, сметана 7,5, фруктовый соус 75 или молоко цельное 200.

Вес готового блюда 200 г, соус 75 г или молоко 200 г.

В протертый творог добавляют кукурузные хлопья, сахар, молоко, яйца и все хорошо перемешивают. Массу выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, поверхность выравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу.

Подают с фруктовым соусом или холодным кипяченым молоком.

## **ЯИЧНИЦА-ГЛАЗУНЯ С БРЫНЗОЙ**

128

### **ОКЮРЬ КУ БРЫНЗЭ ДЕ ОАЕ**

Брынза молдавская 50, яйцо 3 шт., масло сливочное 15.

Вес готового блюда 170 г.

Брынзу нарезают тонкими ломтиками, укладывают на разогретую сковороду с жиром и обжаривают.

На поджаренную брынзу выливают яйца так, чтобы не нарушить желток, и жарят сначала на плите, а затем в жарочном шкафу.

Яичница считается готовой, когда белок слегка загустеет, а желток будет полужидкий.

## **ЯИЧНИЦА ПО-МОЛДАВСКИ**

129

### **СКРОБ МОЛДОВЕНЕСК**

Сало шпик 40, яйцо 2 шт., молоко 30, зелень укропа 3, мука кукурузная 55, масло сливочное 5, соль.

Вес готового блюда: яичница 120 г, мамалыга 150 г.

Сало шпик, нарезанное мелкими кубиками, слегка обжаривают на порционной сковороде. Выливают яично-молочную смесь, быстро перемешивают и жарят сначала на плите, а затем в жарочном шкафу.



Отдельно подают мамалыгу, красиво выложенную круглой выемкой и политую сливочным маслом.

Яичницу посыпают измельченной зеленью.

## **ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ**

130

### **ОМЛЕТЭ КУ ПЭПУШОЙ**

Яйцо 3 шт., молоко 45, кукуруза консервированная 50, масло сливочное 15, соль.

Вес готового блюда 200 г.

Яйца выливают в посуду, добавляют молоко, соль и тщательно вымешивают до получения однородной массы. В яичную смесь вводят консервированную кукурузу. Массу вымешивают, выливают на горячую сковороду со сливочным маслом и жарят сначала на плите, а затем в жарочном шкафу.

Если омлет жарится на порционной сковороде, то сразу же поливается маслом и подается. Если омлет жарится в большой сковороде, его свертывают в виде пирожка, укладывают на подогретую тарелку и поливают сливочным маслом.

## **ОМЛЕТ ПО-МОЛДАВСКИ**

131

### **ОМЛЕТЭ МОЛДОВЕНЯСКЭ**

Капуста белокочанная 170, яйцо 1 шт., масло сливочное 15, брынза молдавская 32, соль, специи.

Вес готового блюда 170 г.

Свежую капусту мелко шинкуют и слегка поджаривают на сливочном масле, предварительно посолив. Когда капуста станет мягкой, ее укладывают на порционные сковородки, заливают взбитым яйцом, посыпают сверху тертой брынзой, сбрызгивают сливочным маслом и запекают в духовом шкафу.

## РЫБНЫЕ БЛЮДА

### РЫБА ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МУЖДЕЙ

132

#### ПЕШТЕ ФЕРТ, КУ МУЖДЕЙ

Судак 192 или окунь морской 198, мука кукурузная 55, масло сливочное 5, вино белое сухое 10, чебрец 3, зелень петрушки 3, соус муждей 30, соль, специи.

Вес готового блюда: рыба 100 г, гарнир 150 г, соус 30 г.

Обработанную рыбу нарезают на порционные куски поперек волокон вместе с кожей, реберными и позвоночными костями. На коже делают 2—3 надреза, чтобы при тепловой обработке порционные куски не деформировались. Рыбу укладывают в сотейник кожей вверх в один ряд, заливают холодной водой и варят 15—20 минут при медленном кипении.

В конце варки кладут чебрец, проваривают 15 минут, затем добавляют белое вино и еще раз кипятят (отвар используют для приготовления соуса муждей).

При подаче рыбу поливают соусом муждей, на гарнир подают мамалыгу, украшают веточками зелени.

### ОСЕТРИНА ПОД ВИННЫМ МАРИНАДОМ

133

#### НИСЕТРУ ЫН СОС ДЕ ВИН

Осетрина 245, мука пшеничная 7, масло растительное 10, маринад винный 100, лимон 1/10 шт., зелень 5, гарнир 150, соль, специи.

Вес готового блюда: рыба 100 г, маринад 100 г, гарнир 150 г.

Подготовленную рыбу нарезают на порционные куски без кожи и хрящей, по два на порцию, ошпаривают и промывают в холодной воде, затем посыпают солью, перцем, панируют в муке и обжаривают на разогретом жире до готовности.

Жареную рыбу заливает маринадом и прогревают 15—20 минут.

Подают осетрину с отварным картофелем, обточенным в форме бочоночков или шариков, поливают рыбу маринадом, в котором она тушилась, украшают лимоном и зеленью.

## РЫБА ПО-КИШИНЕВСКИ

134

### ПЕШТЕ «КА ЛА КИШИНЭУ»

Судак 192 или окунь морской 198, мука кукурузная 10, масло растительное 25, морковь 25, лук репчатый 25, огурцы соленые 25, томат-паста 5, бульон рыбный 30, лимон 1/8 шт., петрушка (корень) 10, зелень 5, соль, специи; для гарнира мука кукурузная 55, масло сливочное 5.

Вес готового блюда: рыба 100 г, гарнир 150 г, соус 75 г.

Обработанную рыбу разделяют на филе с кожей и реберными костями, нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в кукурузной муке и жарят на растительном масле с обеих сторон до образования румяной корочки.

Обжаренную рыбу укладывают в сотейник, заливают соусом и тушат на медленном огне 10—15 минут.

Для соуса: морковь, петрушку, репчатый лук нарезают соломкой и пассируют на растительном масле, затем добавляют томат-пасту и продолжают пассировать еще 5 минут. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают соломкой, соединяют с пассированными овощами, заливают бульоном, заправляют солью, специями и тушат в течение 35—40 минут.

При подаче рыбу поливают соусом, в котором она тушилась, на гарнир подают мамалыгу, политую сливочным маслом, украшают зеленью; на рыбу кладут кружочек лимона.

## РЫБА ЖАРЕНАЯ С СОУСОМ МУЖДЕЙ

135

### ПЕШТЕ ПРЭЖИТ, КУ МУЖДЕЙ

Сазан 209 или судак 192, мука кукурузная 10, масло растительное 10, соус муждей 30, зелень петрушки 5, мука кукурузная для гарнира 55, масло сливочное 5, специи, соль.

Вес готового блюда: рыба 100 г, гарнир 150 г, соус 30 г.

Порционные куски рыбы, разделанные с кожей и реберными костями, посыпают солью, перцем, панируют в кукурузной муке и обжаривают на растительном масле с обеих сторон до образования румяной корочки. До готовности рыбу доводят в жарочном шкафу.

Готовую рыбу подают с мамалыгой, поливают соусом муждей (рецепт 79), украшают зеленью.

## **РЫБА ЖАРЕНАЯ В КЛЯРЕ**

136

### **ПЕШТЕ ПРЭЖИТ ЫН АЛУАГ ДЕ КЛЭТИТЕ**

Рыба треска (филе) 89, мука пшеничная 8, яйцо 1/4 шт., молоко 10, масло растительное 10, соль, специи.

Вес готового блюда 75 г.

Порционные куски филе рыбы солят, перчат, обмакивают в кляре и жарят во фритюре до образования румяной корочки. Затем складывают на лист и ставят в духовой шкаф на 5—10 минут.

Для кляра пшеничную муку соединяют с яйцом и молоком, солят и хорошо взбивают.

Подают рыбу с овощами отварными, припущенными, с гарниром из круп бобовых, посыпают зеленью.

## **РЫБНЫЕ ТЕФТЕЛИ ПО-МОЛДАВСКИ**

137

### **КИФТЕЛУЦЕ ДЕ ПЕШТЕ**

Судак 174 или треска 104, хлеб пшеничный 15, молоко 15, лук репчатый 20, мука кукурузная 10, маргарин 10, чеснок 3, яйцо 1/8 шт., маринад винный 130, зелень петрушки 5, соль, специи.

Вес готового блюда: тефтели 125 г, маринад 130 г.

Рыбу разделяют на филе без кожи и костей, нарезают на куски и пропускают через мясорубку, добавляют размоченный в воде или молоке черствый пшеничный хлеб, соль, молотый черный перец, чеснок, слегка обжаренный репчатый лук и вторично пропускают через мясорубку.

В рыбную массу вводят яйца, молоко, хорошо взбивают и разделяют на шарики (10—12 штук на порцию), панируют их в кукурузной муке и обжаривают. Обжаренные тефтели кладут в сотейник, заливают винным маринадом (рецепт 84) и тушат 10—15 минут.

Подают тефтели в мельхиоровом баранчике и посыпают рубленой зеленью.

## РЫБА ПО-ДОМАШНЕМУ

138

### ПЕШТЕ «КА АКАСЭ»

Карп 198, масло растительное 10, лук репчатый 60, помидоры 75 или томат-паста 15, бульон или вода 20, вино 20, масло сливочное для гарнира 5, лимонная кислота 0,1, зелень петрушки 8, чеснок 0,5, чебрец 3, соль, специи. Для гарнира: картофель 130, или фасоль стручковая консервированная 100, или мамалыга 100.

Вес готового блюда: рыба 100 г, гарнир 100 г, соус 75 г.

Подготовленную рыбу (лучше карп или сазан) разделяют на филе с позвоночной и реберными костями, нарезают на порционные куски, солят, посыпают перцем, закладывают в посуду. Лук репчатый нарезают полукольцами или дольками, слегка пассируют; лук и подготовленную рыбу перекладывают слоями, добавляют перец-горошек (душистый или горький). Затем вливают виноградное вино (белое или красное), добавляют лимонную кислоту, разведенную бульоном или водой, и тушат рыбу в течение 30—40 минут на умеренном огне. За 15—20 минут до конца тушения добавляют измельченную зелень петрушки и свежие помидоры (средних размеров — целиком, крупные нарезают на половинки, помидоры лучше очистить от кожицы); вместо помидоров можно добавить пассированный томат-пасту. В конце тушения кладут толченый чеснок и веточку чебреца, последнюю проваривают 2—3 минуты и вынимают.

На гарнир к рыбе можно подать мамалыгу, отварной картофель, фасоль стручковую консервированную. Если рыбу по-домашнему готовят в горшочках, то гарнир подают на пирожковой тарелке.

## РЫБА С ОВОЦАМИ

139

### ПЕШТЕ ГЭТИТ КУ ЛЕГУМЕ

Сазан 209, картофель 80, морковь 40, лук репчатый 40, капуста 50, перец сладкий 40, сок томатный 40, масло растительное 20, зелень 10, соль специи. Вес готового блюда: рыба 100 г, овощи и соус 150 г.

Картофель, морковь, лук репчатый нарезают кружочками, капусту — соломкой, перец — дольками. Овощи укладывают небольшим слоем на противень, затем кладут

куски рыбы и сверху снова слой овощей. Все заливают томатным соком, растительным маслом, добавляют соль, специи, зелень и тушат на медленном огне 1—1,5 часа.

## **ЖАРКОЕ РЫБНОЕ**

140

### **ФРИПТУРЭ ДЕ ПЕШТЕ**

Мерлуза 120, картофель 266, лук репчатый 38, томат-паста 7, масло растительное 10, чеснок 5, зелень 3, соль, специи.

Вес готового блюда 350 г, в том числе рыба 75 г.

Рыбу разделяют на филе с кожей без костей по два кусочка на порцию и обжаривают на растительном масле с добавлением лука и томата-пасты. Картофель нарезают дольками, обжаривают, соединяют с рыбой, заливают рыбным бульоном, заправляют солью, специями и доводят до готовности. За 5—7 минут до готовности жаркое заправляют толченым чесноком и рубленой зеленью.

## **СУДАК, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ГОРШОЧКЕ**

141

### **ШАЛЭУ ЛА КАПАК**

Судак 330, лук репчатый 80, петрушка (корень) 43, масло растительное 20, вино белое 30, зелень 5, соль, специи.

Вес готового блюда: рыба 125 г, соус 110 г.

Судака чистят, разделяют на филе без кожи и костей.

Филе судака нарезают на порции, солят, перчат и укладывают в горшочек, чередуя ряд рыбы и ряд овощей, пассированных на растительном масле. Подготовленную таким образом рыбу заливают белым вином, растительным маслом и бульоном или водой и доводят до готовности в духовом шкафу. В конце тепловой обработки добавляют специи и зелень.

## МЯСНЫЕ БЛЮДА

### ТОКАНА ИЗ СВИНИНЫ

142

#### ТОКАНЭ ДИН КАРНЕ ДЕ ПОРК

Свинина 173, сало обрезное 10, лук репчатый 50, чеснок 5, зелень петрушки 3, мука кукурузная 55, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 100 г, мамалыга 150 г.

Мякоть свинины нарезают кубиками по 30—35 г и жарят на сале-сырце (обрезном). В конце обжаривания добавляют нарезанный репчатый лук, специи, соль и жарят до готовности. В конце жарки кладут измельченный чеснок.

Токану подают с мамалыгой. Мамалыгу выкладывают в виде шарика, посередине делают углубление, в которое кладут токану; посыпают рубленой зеленью петрушки.

Токану можно приготовить впрок.

### ПАПРИКАШ С МАМАЛЫГОЙ

143

#### ПАПРИКАШ КУ МЭМЭЛИГУЦЭ

Говядина 161, маргарин сливочный 10, лук репчатый 25, томат-паста 6, перец красный 0,02, мука пшеничная 5, мука кукурузная 55, зелень петрушки 5, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 75 г, соус 50 г, гарнир 150 г.

Мякоть говядины нарезают кубиками по 20—25 г, посыпают солью, перцем и обжаривают до образования румяной корочки. Затем мясо помещают в сотейник, добавляют пассированную муку, томат-пасту, лук репчатый, заливают бульоном или горячей водой так, чтобы продукты были покрыты, и тушат. В конце тушения добавляют соль, специи, красный перец в стручках или молотый, рубленую зелень.

Подают паприкаш с мамалыгой.

## ЖАРКОЕ ПО-МОЛДАВСКИ

144

### ФРИГТУРЭ МОЛДОВЕНЯСКЭ

Говядина 215, картофель 190, лук репчатый 25, сало топленое 15, томат-паста 7, вино красное сухое 10, чеснок 10, мука пшеничная 5, помидоры свежие 55 или огурцы соленые 65, зелень 10, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир и соус 200 г, соленья 50 г.

Говядину (толстый, тонкий край, верхнюю или внутреннюю часть задней ноги) зачищают от плешок, нарезают поперек волокон по 2 куска на порцию и обжаривают с добавлением муки и репчатого лука. Картофель нарезают в виде чесночка или обтачивают бочоночками и обжаривают. Мясо соединяют с картофелем, укладывают в горшочки, заливают костным бульоном так, чтобы он покрыл продукты, кладут пассированный томат-пасту, соль, специи и тушат. В конце тушения добавляют красное сухое вино. Перед подачей жаркое посыпают мелко рубленными чесноком и зеленью. Отдельно на тарелке подают свежие помидоры или соленые огурцы.

## ЖАРКОЕ ПО-СОРОКСКИ

145

### ФРИГТУРЭ «КА ЛА СОРОҚА»

Свинина 173, картофель 130, морковь 25, лук репчатый 30, томат-паста 15, сало свиное топленое 12, чеснок 10, зелень 10, соль, специи.

Для теста: мука пшеничная в/с 20, яйцо 1/15 шт., масло растительное 8, вода 10.

Вес готового блюда: мясо 100 г, картофель, мучные рулетики и соус 200 г.

Свинину нарезают кубиками, обжаривают вместе с томатом-пастой, заливают бульоном и тушат 35—40 минут. Морковь, картофель нарезают кубиками, лук — полукольцами и обжаривают. Обжаренные овощи соединяют с мясом, мучными рулетиками, солью, специями, зеленью и тушат 20—25 минут. В конце тушения добавляют растертый чеснок.

Для приготовления мучных рулетиков замешивают тесто, как на лапшу. Тесто тонко раскатывают, смазывают растительным маслом, сворачивают рулетом и нарезают небольшими кусочками.



## **ЖАРКОЕ ПО-ДНЕСТРОВСКИ**

146

### **ФРИПТУРЭ «КА ЛА НИСТРУ»**

Свинина 173, картофель 65, помидоры 25, лук репчатый 30, жир свиной 10, сыр голландский 12, сахар 3, уксус 10, соус сметанный с томатом 50, чеснок 9, зелень петрушки 10, соль, специи.

Для фарша: перец болгарский 80, морковь 28, корень петрушки 6, лук репчатый 12, помидоры 15, масло растительное 5.

Вес готового блюда: мясо 100 г, овощи, картофель и соус 215 г.

Мясо свиное нарезают по два куска на порцию, отбивают, натирают чесноком, заворачивают в виде огурчиков и обжаривают. Перец болгарский фаршируют пассированными овощами, нарезанными соломкой. Мясо укладывают в порционные горшочки вместе с нарезанным дольками картофелем, фаршированным перцем, сырым репчатым луком, нашинкованным полукольцами, заливают сметанным соусом с томатом, добавляют соль, специи, зелень, посыпают тертым сыром и запекают в духовом шкафу в течение 45—50 минут.

## **МЯСО С ФАСОЛЬЮ**

147

### **КАРНЕ КУ ФАСОЛЕ**

Мясо свиное 129, фасоль 40, сало топленое 25, лук репчатый 10, томат-паста 10, зелень 10, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 75 г, фасоль и соус 170 г.

Мясо свиное нарезают небольшими кубиками и обжаривают вместе с репчатым луком и томат-пастой. Мясо заливают бульоном и тушат 25—30 минут. Отдельно варят фасоль, соединяют с мясом, добавляют специи и продолжают тушение еще 30 минут.

При подаче посыпают зеленью.

## ЯЗЫК ПО-БЕЛЬЦКИ

148

### ЛИМБА ФЯРТЭ ЫН СОС «КА ЛА БЭЛЦЬ»

Язык говяжий 150, лук репчатый 20, морковь 20, перец сладкий 10, помидоры 20 или томат-паста 10, огурцы соленые 20, маргарин 10, мука пшеничная 5, бульон мясной 50, сметана 25, вино красное 10, зелень 10, соль, специи.

Вес готового блюда: язык 100 г, соус 100 г.

Язык промывают, отваривают и очищают, нарезают соломкой и обжаривают. Овощи нарезают соломкой, пассируют и соединяют с языком, добавляют пассированную муку. Припущенные огурцы нарезают соломкой, заливают бульоном, соединяют с языком и тушат 15—20 минут. Затем добавляют красное вино, сметану, соль, специи, зелень и прогревают все 10—15 минут.

## ГОВЯДИНА ПО-СЕЛЬСКИ

149

### КАРНЕ ЫННЭБУШИТЭ ЦЭРЭНЕСТЕ

Говядина 226, бекон 36, вино красное 7,5, сало топленое 15, чеснок 5, лук-саженец 100, фасоль 70, соль, специи.

Вес готового блюда: 300 г, в том числе мясо 100 г.

Мясо нарезают на порционные куски (2 куса на порцию), обжаривают. Лук-саженец мелкий пассируют, фасоль отваривают до полуготовности. В подготовленную посуду (глиняные горшочки) кладут пассированный лук, мясо, бекон, нарезанный кубиками, и фасоль, заливают вином, бульоном или водой, закрывают крышкой или обмазывают тестом и тушат в духовом шкафу 25—30 минут.

Подают в горшочках, предварительно посыпав рубленым чесноком.

## МАНЖА ИЗ БАРАНИНЫ

150

### ФРИПТУРЭ ДИН КАРНЕ ДЕ ОАЕ

Баранина 149, маргарин 10, мука пшеничная 4, лук репчатый 36, томат-паста 10, перец зеленый и красный 15, соль, специи.

Вес готового блюда 125 г, в том числе мясо 75 г.

Баранину нарезают на небольшие кусочки и обжаривают с жиром, томатом-пастой и мукой пшеничной. Мясо заливают бульоном, добавляют пассированный лук, нарезан-

пый соломкой, красный и зеленый стручковый перец, заправляют солью, специями и тушат до готовности.

Манжу подают с горячей мамалыгой.

## **МЯСО С БАКЛАЖАНАМИ**

151

### **КАРНЕ КУ ВИНЕТЕ**

Мясо свиное 129, баклажаны 135, лук репчатый 24, мука пшеничная 10, масло сливочное 12, томат-паста 10, сметана 20, чеснок 5, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 75 г, овощи и соус 150 г.

Свинину нарезают пластинками и обжаривают вместе с репчатым луком, нарезанным полукольцами, и томатом-пастой.

Баклажаны нарезают кружочками и присаливают. Через 15—20 минут их отжимают для удаления горечи, панируют в муке и обжаривают на сливочном масле.

Мясо соединяют с баклажанами, добавляют бульон, сметану, соль и специи и тушат до готовности. В конце тушения добавляют рубленую зелень и толченый чеснок.

## **МЯСО С ОВОЩАМИ**

152

### **КАРНЕ КУ ЛЕГУМЕ**

Мясо говяжье 161, баклажаны 85, перец сладкий 32, морковь 20, помидоры 40, лук репчатый 20, масло оливковое или растительное 15, зелень 7, чеснок 5, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 75 г, овощи 150 г.

Мясо говяжье нарезают небольшими кубиками и обжаривают с добавлением лука, моркови, нарезанных также кубиками. Отдельно обжаривают перец болгарский, нарезанный дольками, баклажаны и помидоры, нарезанные ломтиками. Мясо соединяют с овощами, укладывают в горшочек, заправляют солью, специями, рубленой зеленью и тушат до готовности. За 5—10 минут до подачи в мясо с овощами добавляют растертый чеснок.

## **РАГУ ИЗ ПЕЧЕНИ**

153

### **ГИВЕЧ ДИН ФИКАТ**

Печень говяжья 76, картофель 150, морковь 50, лук репчатый 30, томат-паста 5, жир свиной 10, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда: 230 г, в том числе печень 50 г.

Морковь, картофель очищают, промывают и нарезают кубиками, лук — полукольцами, овощи обжаривают с добавлением томата-пасты. Обжаренные овощи соединяют с обжаренной печенью, нарезанной кубиками, солят, перчат, заливают бульоном и тушат до готовности. В конце тушения вводят рубленую зелень и специи.

## **МУСАКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ**

154

### **МУСАКА ДИН КАРТОФЬ**

Свинина 116, картофель 220, масло растительное 10, соус томатный со сметаной 75, соль, специи.

Вес готового блюда: 350 г, в том числе мя-со 75 г.

Картофель нарезают ломтиками и обжаривают до полуготовности. Свинину пропускают через мясорубку. На смазанный маслом лист укладывают слой картофеля, затем слой фарша и снова слой картофеля и фарша. Заливают соусом томатным со сметаной, солят, перчат и запекают в духовом шкафу.

## **МЯСО, ЗАПЕЧЕННОЕ С КАПУСТОЙ**

155

### **КАРНЕ КУ ВАРЗЭ ЛА КУПТОР**

Капуста белокочанная 195, яйцо 1 шт., мясо свиное 80, маргарин 10, сухари 5, сметана 30.

Вес готового блюда: запеканка 220 г, сметана 25 г.

Мясо свиное пропускают через мясорубку, заправляют солью, специями, добавляют немного воды и тушат. Свежую капусту мелко шинкуют и припускают с жиром. Охлажденную капусту соединяют с сырым яйцом, спе-

циями. Лист смазывают маслом, посыпают сухарями, выкладывают слой капусты, затем слой мяса и снова слой капусты. Сверху запеканку смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу. Подают запеканку в горячем виде, поливают сметаной.

## **ГОЛУБЦЫ ПО-МОЛДАВСКИ**

156

### **СЭРМЭЛУЦЕ МОЛДОВЕНЕШТЬ**

Листья виноградные 65, свинина 87, рис 15, морковь 25, петрушка 20, лук репчатый 25, томат-паста 10 или свежие помидоры 30, сметана 25, маргарин 15, бульон 50, квас 50, зелень петрушки 10, соль, специи.

Вес готового блюда: голубцы 250 г, сметана 25 г.

Нежирную свинину, нарезанную мелкими кубиками, соединяют с предварительно перебранным и промытым рисом, пассированными кореньями и томатом-пастой, мелко рубленной зеленью, солью, перцем.

В зимний период для фарширования используют соленый виноградный лист, который тщательно промывают в проточной воде, а затем ошпаривают.

Молодой виноградный лист также ошпаривают. Фарш завертывают в лист так, чтобы получилась конусная форма. Голубцы укладывают в сотейник, заливают куриным бульоном, квасом, накрывают крышкой и тушат 1—1,5 часа. Подают по 8—10 шт. на порцию, при подаче поливают сметаной.

В летний период вместо томата используют свежие помидоры, которые очищают от кожицы, нарезают ломтиками и кладут в фарш.

## **СТРУДЕЛЬ С ЛЕГКИМИ**

157

### **ШТРУДЕЛ КУ ПЛЭМЫНЬ ДЕ ВИТЭ**

Мука 25, яйцо 1/4 шт., легкие 75, маргарин 20, лук репчатый 20, мука 5, чеснок 2, картофель 60, зелень 10, соль.

Для фарша: легкие 12, лук репчатый 30, жир свиной 10, соль, специи.

Вес готового блюда 200 г.

Для струделя из муки, воды и яиц замешивают пресное тесто (как на домашнюю лапшу), раскатывают до толщины 1,5—2 мм. На тонко раскатанное тесто кладут слой фарша, свертывают в виде рулета и нарезают на кусочки.

Для фарша: легкие отваривают и пропускают через мясорубку, соединяют с пассированным репчатым луком, заправляют по вкусу черным молотым перцем, солью, рубленой зеленью и хорошо перемешивают.

В сотейник укладывают нарезанные кубиками и обжаренные, с луком легкие, обжаренный, картофель, кусочки струделя, пассированный репчатый лук, специи, соль, все заливают бульоном и тушат в течение 30—40 минут.

Перед подачей посыпают зеленью и толченым чесноком.

## **КАВУРМА ИЗ ЦЫПЛЯТ**

158

### **КАВАРМА ДЕ ПУЙ**

Цыпленок 230, маргарин 15, томат-паста 10, зелень 7, чеснок 5, лук репчатый 48, мука пшеничная 5, соль, специи.

Вес готового блюда: цыпленок 100 г, соус 75 г.

Цыпленка нарезают кусками по 3—4 на порцию, обжаривают с репчатым луком, томатом-пастой и мукой, заливают бульоном, добавляют соль, специи и тушат до готовности. Когда кавурма готова, добавляют мелко рубленый чеснок.

Подают кавурму с мамалыгэй, посыпают зеленью.

## **ЯХНИЯ**

159

### **ЯХНИЕ**

Курица 117, лук репчатый 32, перец болгарский 32, яйцо 1/2 шт., масло сливочное 8, мука 5, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда: курица 75 г, соус и овощи 100 г.

Обработанную курицу разрубает на куски весом 40—50 г, обжаривают с луком, нарезанным полукольцами, добавляют муку и продолжают жарить. Когда мука приобретает золотистый цвет, добавляют нарезанный соломкой болгарский перец, зелень, немного воды и тушат до готовности, заправив в конце солью и специями.

При подаче яхнию посыпают рубленым яйцом, зеленью и мелко нашинкованным сладким стручковым перцем.

## **АНТРЕКОТ ПО-ДНЕСТРОВСКИ**

160

### **АНТРИКОТ «КА ЛА НИСТРУ»**

Говядина 215, сало топленое 10, чеснок 5, картофель 194, масло растительное 10, горошек зеленый консервированный 50 или гогошары маринованные 50, зелень петрушки 7, соль, специи.  
Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 150 г.

Порционные куски говядины, нарезанные из толстого или тонкого края (по одному на порцию), толщиной 1,5—2 см отбивают до толщины 0,5—0,8 см, придают овальную форму, посыпают солью, перцем и обжаривают с обеих сторон. За 1—2 минуты до готовности на антрекот кладут толченый чеснок.

При подаче антрекот поливают соком, образовавшимся при жарке, подают со сложным гарниром (жареный картофель, маринованные гогошары, зеленый горошек), украшают зеленью.

## **БРИЗОЛЬ «МОЛДОВА»**

161

### **БРИЗОЛ «МОЛДОВА»**

Говядина 215, сало свиное топленое 10, чеснок 3, зелень петрушки 3, соль, специи, фрукты маринованные (яблоки, груши) 80, горошек зеленый или консервированный 75.

Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 150 г.

Из говяжьей вырезки нарезают порционные куски толщиной 2—3 см по одному на порцию, отбивают до толщины 1 см, посыпают солью, перцем, смазывают толченым чесноком, заворачивают трубочкой и жарят на сковороде со всех сторон до готовности. Периодически в течение жарки поливают соком, образующимся при жарке мяса.

Подают бризоль с маринованными фруктами. Можно подать с жареным картофелем. Мясо поливают мясным соком, посыпают рубленой зеленью. До подачи мясо лучше хранить в соку, образовавшемся при жарке.

## ОГУРЧИКИ ПО-ТИРАСПОЛЬСКИ

162

### ПЕПЕНАШЬ «КА ЛА ТИРАСПОЛ»

Свинина 173, чеснок 5, масло топленое 10, гарнир 150, зелень петрушки 7, соль, специи.  
Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 150 г.

Из свиной мякоти (корейки или окорока) поперек волокон нарезают куски круглой или овальной формы (по два куска на порцию), отбивают тяпкой до толщины 0,5 см, натирают толченым чесноком, посыпают солью, перцем и заворачивают в виде огурчиков. Огурчики кладут на разогретую с жиром сковороду и жарят до готовности.

Подают с жареным картофелем или сложным овощным гарниром, украшают зеленью.

## ЗРАЗЫ ПО-БЕЛЬЦКИ

163

### ПЫРЖОАЛЕ ЫМПЛУТЕ «КА ЛА БЭЛЦЬ»

Мясо свиное 136, яйцо 1/10 шт., сухари панировочные 15, масло сливочное 10, масло растительное 15, печень свиная 60, лук репчатый 20, сало шпик 10, мука пшеничная 6, гарнир 150, зелень 7, соль, специи.  
Вес готового блюда: зразы 140, гарнир 150 г.

Мякоть свинины нарезают на тонкие куски по два на порцию, отбивают, посыпают солью, перцем. На середину куска кладут фарш, края соединяют, придавая форму зразы. Зразы панируют в муке, смачивают в льезоне, панируют в молотых сухарях и жарят во фритюре до образования румяной корочки, затем на несколько минут помещают в жарочный шкаф.

Для фарша: печень, прожаренную вместе с салом шпик, пропускают через мясорубку, добавляют пассированный лук, заправляют солью, перцем.

При отпуске зразы кладут на подогретое порционное блюдо и поливают сливочным маслом, рядом укладывают картофель, жаренный во фритюре, украшают зеленью.



## **КОТЛЕТЫ «КИШИНЭУ»**

164

### **ПЫРЖОАЛЕ «КИШИНЭУ»**

Мясо свиное 167, печень свиная 29, лук репчатый 25, яйцо 1/5 шт., масло сливочное 15, зелень петрушки 7, сало топленое 15, гарнир 150, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 150 г, гарнир 150 г.

Мякоть свинины (корейку или окорок) нарезают поперек волокон (по два на порцию), отбивают, посыпают солью, перцем. На середину отбитого куска мяса кладут фарш, заворачивают в виде колбаски и жарят на разогретом жире; до готовности доводят в жарочном шкафу.

Подают котлету с жареным картофелем, поливают сливочным маслом, украшают зеленью.

Для фарша: жареную свиную печень, яйца, сваренные вкрутую, нарезают соломкой, соединяют с пассированным на сливочном масле репчатым луком, заправляют по вкусу солью, перцем и перемешивают.

## **КОТЛЕТЫ «АУРИЙ»**

165

### **ПЫРЖОАЛЕ «АУРИЙ»**

Свинина 136, лук репчатый 60, чеснок 3, сало топленое 10, сало шпик 20, яйцо 1/4 шт., молоко 5, мука пшеничная 5, сухари панировочные 15, масло сливочное 10, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 150 г.

Порционные куски свинины, нарезанные из окорока (по одному на порцию), отбивают до толщины 0,5 см, посыпают солью, черным перцем. На отбитые куски мяса кладут фарш, заворачивают, придавая форму котлеты, смачивают в льезоне, панируют в молотых сухарях и обжаривают с обеих сторон до образования румяной корочки. Для дожаривания котлету помещают в духовой шкаф.

Подают котлету на порционном блюде, рядом укладывают гарнир (жареный или отварной картофель, картофельное пюре, тушеную капусту), поливают сливочным маслом, украшают зеленью.

Для фарша сало шпик нарезают кубиками, обжаривают с луком, нарезанным полукольцами, заправляют солью, перцем и растертым чесноком.

## **РУЛЕТИК МОЛДАВСКИЙ**

166

### **РУЛАДЭ МОЛДОВЕНЯСКЭ**

Свинина 115, лук репчатый 55, колбаса докторская 26, сало топленое 10, чеснок 3, гарнир сложный 150, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда: рулетик 100 г, гарнир 150 г.

Мякоть свинины (окорок) нарезают на порционные куски, отбивают, посыпают солью, перцем. На подготовленные куски мяса кладут обжаренную докторскую колбасу, нарезанную тонкими кружочками; сверху на колбасу укладывают фарш из жареного лука и толченого чеснока, заворачивают в виде рулетика и жарят; до готовности доводят в жарочном шкафу.

Рулетик подают с гарниром (жареный картофель, тушеные овощи), поливают соком, который образовался при жарении, украшают зеленью.

## **БИФШТЕКС ПО-МОЛДАВСКИ**

167

### **БИФТЕК МОЛДОВЕНЕСК**

Говядина (вырезка) 140, лук репчатый 25, сало шпик 25, сало топленое 10, зелень петрушки 7, соль, специи, гарнир 150.

Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 150 г.

Из утолщенной части говяжьей вырезки нарезают порционные куски толщиной 2—3 см, отбивают до толщины 1 см, посыпают солью, перцем, на середину укладывают фарш из пассированного репчатого лука и сала шпик, нарезанного мелкими кубиками.

Мясо с уложенным на него фаршем заворачивают с краев к середине, придают форму бифштекса и жарят.

Подают бифштекс со сложным гарниром (жареный картофель, овощи), украшают зеленью. Бифштекс поливают мясным соком, выделившимся при жарке.

## **КОТЛЕТЫ «БУКУРИЯ»**

168

### **ГЫРЖОАЛЕ «БУКУРИЯ»**

Говядина 161, сало свиное топленое 7, масло сливочное 20, чеснок 1, мука пшеничная 5, яйцо 1/2 шт., молоко 10, зелень 7, соль, специи.

Вес готового блюда: котлеты 100 г, гарнир 150 г.

Мясо говядины (толстый, тонкий края) нарезают поперек волокон. Мясо отбивают, посыпают перцем, солью, натирают чесноком. В подготовленное мясо заворачивают кусочек масла и придают изделию форму котлеты. Котлеты смачивают в лезоне и жарят на хорошо раскаленной сковороде.

Подают котлеты по 2 шт. на порцию со сложным гарниром, украшают зеленью, поливают соком, образовавшимся при жарке.

## **СВИНАЯ ГРУДИНКА С БОЛГАРСКИМ ПЕРЦЕМ**

169

### **ПЕПТ ДЕ ПОРК КУ АРДЕЙ БУЛГЭРЕСК**

Мясо свиное 134, лук репчатый 10, сало топленое 10, перец болгарский 52, уксус 4, зелень 3, яйцо 1/4 шт., молоко 5, мука пшеничная 5, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 75 г, перец 50 г.

Свиную грудинку разрубают вместе с косточками по два кусочка на порцию, солят, перчат, маринуют в уксусе и оставляют на холоде на 2—3 часа. Обмакнув каждый кусочек в лезоне, обжаривают в жиру до образования румяной корочки. До готовности доводят в духовом шкафу.

При подаче на грудинку укладывают дольки болгарского перца, обжаренного в масле, посыпают зеленью.

## **КОРЕЙКА НА ШПАЖКЕ**

170

### **КОСТИЦЭ ДЕ ПОРК ПЕ ФРИГАРЕ**

Корейка свиная 129, масло растительное для фритюра 20, чеснок 40.

Для лезона: мука пшеничная 10, яйцо 1/6 шт., молоко 20, сахар 1, соль, специи.

Вес готового блюда: корейка 100 г, гарнир 100 г.

Свиную корейку отделяют от кости, нарезают на порционные куски (поперек волокон мяса) и маринуют. Для маринования готовят смесь из толченого чеснока, соли и

перца. Этой смесью натирают куски мяса и плотно укладывают в эмалированную посуду и выдерживают на холоде 2—3 часа. Затем мясо накалывают на деревянные шпажки, смачивают в льезоне и обжаривают во фритюре.

Подают корейку с жареным картофелем, можно и без гарнира.

## **БИТОЧКИ ПО-КИШИНЕВСКИ**

171

### **КИФТЕЛЕ «КА ЛА КИШИНЭУ»**

Свинина 116, яйцо 1 шт., молоко 5, мука пшеничная 5, маргарин сливочный 10, масло сливочное 10, гарнир 150, соль, специи, зелень 7  
Вес готового блюда: биточек 125 г, гарнир 150 г.

Мясо свиное пропускают через мясорубку, заправляют солью, перцем, вводят  $\frac{1}{2}$  нормы сырого яйца (остальная  $\frac{1}{2}$  часть нормы яйца используется для льезона), и массу взбивают.

Из фарша разделяют биточки и помещают их в холодильный шкаф на 1—2 часа. Затем каждый биточек смачивают в льезоне и жарят.

При подаче биточек поливают сливочным маслом, подают со сложным гарниром, украшают зеленью.

## **ЗРАЗЫ «СЮРПРИЗ»**

172

### **ПЫРЖОАЛЕ ЫМПЛУТЕ «СУРПРИЗЭ»**

Мясо свиное 118, мозги 36, мука пшеничная 5, сало свиное 20, лук репчатый 10, яйцо 1 шт., молоко 5, чеснок 5, масло сливочное 10, уксус 3, гарнир 150, соль, специи, зелень.  
Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 150 г.

Мякоть нежирной свинины пропускают через мясорубку, добавляют соль, перец и массу взбивают. Массу разделяют в виде круглых лепешек, на середину которых укладывают фарш.

Затем формируют зразы, которые панируют в муке, смачивают в льезоне и жарят на разогретом жире; до готовности доводят в жарочном шкафу.

Для фарша: зачищенные от пленок мозги кладут в холодную воду, добавляют уксус, соль, перец горошком, лавровый лист и варят при слабом кипении до готовности, после чего мозги охлаждают, нарезают ломтиками и об-

жаривают. Охлажденные обжаренные мозги соединяют с пассированным репчатым луком, сырыми яйцами, чесноком, заправляют по вкусу солью и перцем.

При отпуске зразы поливают сливочным маслом, на гарнир подают жареный картофель, украшают зеленью.

## **КОТЛЕТЫ ПО-ОРГЕЕВСКИ**

173

### **ПЫРЖОАЛЕ «КА ЛА ОРХЕЙ»**

Свинина 116, яйцо 1/10 шт., чеснок 5, мука 5, жир свиной 7, масло сливочное 5, гарнир 150, соль, специи, зелень.

Вес готового блюда: котлета 75 г, гарнир 150 г.

Мякоть свинины пропускают через мясорубку, добавляют сырые яйца, растертый чеснок, соль, перец и все хорошо перемешивают. Из массы формируют котлеты по одной штуке на порцию, панируют в муке и жарят до образования румяной корочки. Затем помещают в жарочный шкаф на 5—8 минут и доводят до готовности.

При отпуске котлету поливают сливочным маслом, на гарнир подают жареный картофель, украшают зеленью.

## **КОТЛЕТЫ «ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ»**

174

### **ПЫРЖОАЛЕ «АМАТОР»**

Говядина 54, свинина жирная 47, лук репчатый 30, яйцо 1/3 шт., сало топленое 10, масло сливочное 10.

Вес готового блюда 75 г.

Мясо говядины и свинины пропускают через мясорубку, добавляют пассированный репчатый лук, сырое яйцо, соль, перец, хорошо вымешивают, разделяют котлеты. Обжаривают котлеты на сковороде с раскаленным жиром, затем помещают в жарочный шкаф на 4—5 минут. При подаче поливают сливочным маслом.

Можно отпускать с отварными макаронными изделиями, рассыпчатой кашей или со сложным гарниром.

## **БИТОЧКИ «НОВИНКА»**

175

### **КИФТЕЛЕ «НОУТАТЕ»**

Говядина 40, свинина жирная 36, батон 10, молоко 20, лук репчатый 10, чеснок 1, яйцо 1/4 шт., сухари 14, соль, специи, сало топленое 10, масло сливочное 10.

Вес готового блюда 90 г.

Говядину и свинину пропускают через мясорубку, добавляют пассированный репчатый лук, чеснок, размоченный в молоке батон. Все это снова пропускают через мясорубку, добавляют половину нормы яйца, остаток молока, соль, специи, хорошо перемешивают. Из фарша формируют биточки, смачивают в лезоне, панируют в сухарях.

Обжаривают биточки с двух сторон на горячей сковороде с разогретым жиром, затем помещают в жарочный шкаф на 4—5 минут.

При подаче поливают сливочным маслом. На гарнир можно подать кашу рассыпчатую, рис отварной, макароны отварные, пюре картофельное или другие гарниры.

## **ЗРАЗЫ ПО-МОЛДАВСКИ**

176

### **ПЫРЖОАЛЕ МОЛДОВЕНЕШТЬ ЫМПЛУТЕ**

Мясо говяжье 103, молоко или вода 20, сухари пшеничные 10.

Для фарша: свинина 10, сосиски 10, грибы шампиньоны 10, лук репчатый 10, сало топленое 15, зелень петрушки 5, соус томатный 75, соль, специи.

Вес готового блюда: зразы 100 г, гарнир 150 г, соус 75 г.

Мякоть говядины (боковая или наружная часть задней ноги, лопатка) нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку, добавляют молоко или воду, соль, черный молотый перец и хорошо перемешивают. Массу разделяют на лепешки толщиной 1 см, на середину укладывают фарш и формируют зразы, которые панируют в молотых сухарях и жарят до образования румяной корочки. Затем зразы заливают томатным соусом и тушат 5—8 минут.

Для фарша: грибы отварные нарезают ломтиками и пассируют, отварную свинину и обжаренные сосиски также нарезают ломтиками. Подготовленные продукты соеди-

няют с пассированным репчатым луком, заправляют солью, перцем, рубленой зеленью петрушки и перемешивают.

При отпуске зразы укладывают на тарелку по 2 шт. на порцию, поливают томатным соусом, сбоку кладут гарнир (мамалыгу).

## **КОТЛЕТЫ ПО-БЕНДЕРСКИ**

177

### **ПЫРЖОАЛЕ «КА ЛА БЕНДЕР»**

Мясо свиное 51, мясо говяжье 52, лук репчатый 16, хлеб пшеничный 8, молоко 15, яйцо 1/5 шт., чеснок 3, жир свиной 15, мука пшеничная 5, масло сливочное 5, соль, специи.

Вес готового блюда: котлеты 100 г, гарнир 150 г.

Мясо свинины и говядины нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку, соединяют с замоченным в молоке пшеничным хлебом, добавляют лук, чеснок, соль, перец и вторично пропускают через мясорубку. Массу тщательно вымешивают и разделяют на котлеты. Котлеты обваливают в муке, смачивают в яйце и жарят с обеих сторон до образования поджаристой корочки; до готовности доводят в жарочном шкафу.

Подают по две штуки на порцию, со сложным гарниром, поливают сливочным маслом.

## **КОТЛЕТЫ «НОРОК»**

178

### **ПЫРЖОАЛЕ «НОРОК»**

Курица 95, свинина 63, яйцо 1/4 шт., масло сливочное (для фарша) 30, сыр голландский 10, батон 25, сало свиное 15, масло сливочное 10, зелень 7.

Для гарнира: картофель жареный 150, зеленый горошек консервированный 46,5, огурцы солёные 56, свекла вареная 20, соль, специи.

Вес готового блюда: котлета 130 г, гарнир 250 г.

Мякоть курицы и свинины пропускают через мясорубку с мелкой решеткой несколько раз, добавляют яйцо, бульон, перец, соль и хорошо выбивают, затем разделяют на лепешки. На середину массы укладывают фарш, защипывают края и придают овальную форму.

Для фарша: в масло сливочное добавляют тертый сыр, рубленую зелень.

Котлеты панируют в сухарях, натертых из подсушенного батона, жарят во фритюре и на 5 минут ставят в духовой шкаф. Подают со сложным гарниром, поливают сливочным маслом, украшают зеленью.

## **РУЛЕТКИ КУРИНЫЕ**

179

### **РУЛАДЭ ДЕ ГЭИНЭ**

Курица 95, свинина 63, яйцо 1/4 шт., сало топленое 15.

Для фарша: сыр голландский 10, яйцо 1/4 шт., зелень 10.

Для льезона: яйцо 1/4 шт., мука пшеничная 10, молоко 10.

Для гарнира: зеленый горошек 46, огурцы соленые 55, свекла вареная 20, картофель жареный 150, масло сливочное 10, соль, специи.

Вес готового блюда: рулетки 130 г, гарнир 250 г.

Мякоть курицы и свинины пропускают через мясорубку с мелкой решеткой несколько раз, добавляют яйцо, соль, перец, бульон, хорошо выбивают. На мокрое полотенце выкладывают слой мясной массы, на середину которого укладывают фарш, концы соединяют и формируют в виде рулета. Режут рулет на порции, панируют в муке, смачивают в льезоне и жарят во фритюре.

Для фарша: яйцо, сваренное вкрутую, мелко рубят, добавляют сыр, зелень, соль, черный перец и хорошо вымешивают.

Подают со сложным гарниром, полив сливочным маслом.

## **ТЕФТЕЛИ ПО-МОЛДАВСКИ**

180

### **КИФТЕЛУЦЕ МОЛДОВЕНЕШТЬ**

Свинина 89, говядина 103, мука пшеничная 15, лук репчатый 35, маргарин 20, морковь 25, петрушка (корень) 15, томат-паста 10, чеснок 5, зелень петрушки 5, вино белое 20, соль, специи.

Вес готового блюда: тефтели 120 г, соус-маринад 130 г.

Мясо свинины и говядины нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку, добавляют лук, соль, черный молотый перец и хорошо перемешивают.

Из полученной массы разделяют мясные шарики по 8—12 штук на порцию, панируют в муке и обжаривают до



румяной корочки. Затем тефтели заливают овощным маринадом и тушат в нем 10—15 минут. В конце тушения добавляют белое прокипяченное вино, чеснок и рубленую зелень.

Для приготовления маринада морковь, петрушку (корень) нарезают звездочками или гребешками, репчатый лук — полукольцами и пассируют в сотейнике в течение 25—30 минут, затем кладут томат-пасту и продолжают пассирование. После этого добавляют бульон, перец-горошек, лавровый лист, соль и кипятят в течение 15—20 минут.

## **МЫНКЭРИКА**

181

### **МЫНКЭРИКЭ**

Мясо говяжье 140, рис 36, зелень петрушки 10, яйцо 1/8 шт., масло топленое 15, сметана 30, соль, специи.

Вес готового блюда: мынкэрика 200 г, сметана 30 г.

Мякоть говядины (боковую, наружную часть задней ноги, лопатку) нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку, соединяют с рисом, сваренным до полуготовности, добавляют сырые яйца, заправляют солью, черным молотым перцем и перемешивают. Из полученной массы формируют шарики (6—8 штук на порцию), обжаривают их на разогретом жире до золотистой корочки, укладывают в сотейник, посыпают рубленой зеленью, заливают бульоном и припускают до готовности.

При подаче мынкэрику поливают сметаной.

## **ЦЫПЛЕНОК С ФАСОЛЬЮ**

182

### **ПУЙ КУ ФАСОЛЕ**

Цыплята 287, фасоль 75, лук репчатый 25, чеснок 5, масло сливочное 15, зелень петрушки 5, соль, перец.

Вес готового блюда: цыпленок 125 г, гарнир 160 г.

Подготовленного цыпленка разрубают на порционные куски, посыпают солью, черным молотым перцем и обжаривают в сотейнике на сливочном масле вместе с мелко нарезанным репчатым луком до образования румяной ко-

рочки. До готовности доводят в духовом шкафу, периодически поливая жиром и соком, выделившимся при жарке.

Перебранную и промытую фасоль замачивают в холодной воде в течение 5—6 часов и затем варят. Готовую фасоль откидывают на сито, заправляют сливочным маслом и жареным луком.

Фасоль кладут на блюдо или тарелку, сверху укладывают порционный кусок цыпленка, посыпают мелко рубленным чесноком, украшают зеленью.

## **ЦЫПЛЕНОК ПО-СОРОКСКИ**

183

### **ПУЙ «КА ЛА СОРОКА»**

Цыпленок 222.

Для омлета: яйцо 1 шт., молоко 15, сыр голландский 10, маргарин 5, зелень 10, соль, специи, гарнир (рис отварной) 150, масло сливочное 10.

Для соуса: сметана 50, масло сливочное 5, мука пшеничная 3.

Вес готового блюда: цыпленок 100 г, гарнир 150 г, омлет 65 г, соус 50 г.

Цыпленка отваривают, рубят на порции и до подачи хранят в бульоне. Из яйца, молока и тертого сыра готовят омлет и сворачивают его в виде пирожка. При подаче на гарнир укладывают омлет, кусок цыпленка, поливают сметанным соусом и посыпают зеленью.

Для сметанного соуса муку слегка поджаривают без масла, охлаждают, смешивают со сливочным маслом и вводят в подогретую сметану. При нагреве размешивают соус, заправляют специями, процеживают и снова проваривают.

## **КУРИЦА С МАМАЛЫГОЙ**

184

### **ОСТРОПЕЛ КУ МЭМЭЛИГУЦЭ**

Курица 196 или цыпленок 225, лук репчатый 25, мука пшеничная 7, помидоры свежие 75, чеснок 3, масло сливочное 10, кислота лимонная 0,01, зелень петрушки 3, мука кукурузная 55, соль, специи. Вес готового блюда: цыпленок 100, мамалыга 150 г, соус 100 г.

Обработанного цыпленка или курицу разрубают на части и обжаривают до образования поджаристой корочки. Добавляют лук, нарезанный полукольцами, муку и продолжают жарку. Затем заливают бульоном, кладут свежие

помидоры, очищенные от кожицы и нарезанные дольками, и тушат. За 10—15 минут до конца тушения вводят специи, соль, лимонную кислоту. В конце тушения добавляют толченый чеснок.

Подают цыпленка или курицу с соусом, в котором они тушились, сверху посыпают зеленью. На гарнир подают мамалыгу.

## **ЦЫПЛЕНОК ПОД СОУСОМ МУЖДЕЙ**

185

### **ГУЙ ФРИПТ КУ МУЖДЕЙ**

Цыплята 287, масло сливочное 10, соус муждей 20, зелень петрушки 3, мука кукурузная 55, масло сливочное для мамалыги 7, соль, специи.

Вес готового блюда: цыпленок 125 г, гарнир 150 г, соус 20 г.

Обработанные тушки цыплят кладут на противень или сковородку с разогретым жиром и обжаривают до образования равномерной румяной корочки. После обжаривания на плите тушки цыплят помещают в жарочный шкаф и доводят до полной готовности, периодически переворачивая их и поливая жиром и соком, в котором они жарятся. Готовых цыплят разрубают на порционные куски.

При подаче цыпленка поливают соусом муждей (рецепт 79), на гарнир подают мамалыгу, украшают зеленью.

## **БЛЮДА НА ГРАТАРЕ**

### **ОСЕТРИНА НА ГРАТАРЕ**

186

#### **НИСЕТРУ ЛА ГРЭТАР**

Осетрина 269, сало шпик 3, картофель, 290, сало топленое 15, зелень 3, соус муждей 30, соль, перец. Вес готового блюда: рыба 100, гарнир 150, соус 30.

Подготовленную и нарезанную на порции рыбу перед жаркой предварительно ошпаривают, для чего ее погружают в кипящую воду на 2—3 минуты. Затем рыбу промывают холодной водой для удаления сгустков белка с ее поверхности, дают стечь воде, посыпают солью, перцем и жарят с обеих сторон на решетке, смазанной салом шпик.

Рыбу подают с жареным картофелем и соусом муждей (рецепт 79), украшают зеленью.

## **КОСТИЦА НА ГРАТАРЕ**

187

### **КОСТИЦЭ ЛА ГРЭТАР**

Свинина (корейка) 125, сало шпик 3, соус муждей 20, лук репчатый 25, горошек зеленый консервированный 75, гогошары маринованные 100, зелень петрушки 3, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 95 г (в том числе косточка 20 г), гарнир 120 г, соус муждей 20 г.

Корейку свинины нарезают на порционные куски вместе с реберной костью по одному на порцию, слегка отбивают, перерезают сухожилия, зачищают косточку и придают мясу овальную форму. Затем посыпают солью, перцем и жарят на решетке, смазанной салом шпик.

Подают костицу с овощным гарниром, соусом муждей, украшают зеленью.

## **БИФШТЕКС НА ГРАТАРЕ**

188

### **БИФТЕК ЛА ГРЭТАР**

Говядина (вырезка) 195, шпик 3, соус муждей 20, лук репчатый 25, горошек зеленый консервированный 75, гогошары маринованные 100, зелень петрушки 3, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 120 г, гарнир 120 г, соус муждей 20 г.

Из утолщенной части (головки) вырезки нарезают поперек волокон порционные куски толщиной 3—4 см и отбивают тыжкой до толщины 2 см, придавая мясу круглую форму. Затем посыпают солью, перцем и жарят на решетке, смазанной салом.

Подают бифштекс с овощным гарниром, соусом муждей, украшают зеленью петрушки.

## **АНТРЕКОТ НА ГРАТАРЕ**

189

### **АНТРИКОТ ЛА ГРЭТАР**

Говядина 195, сало свиное обрезное 3, соус муждей 20, горошек зеленый консервированный 75, гогошары маринованные 100, лук репчатый 25, зелень петрушки 3, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 120 г, гарнир 120 г, соус 20 г.

Из говядины (толстый, тонкий край, верхняя или внутренняя часть задней ноги) нарезают порционные куски поперек волокон толщиной 1,5 см, отбивают тыжкой до тол-

щины 0,5—0,8 см, посыпают солью, молотым перцем и жарят с обеих сторон на решетке до готовности.

При подаче мясо поливают соусом муждей, подают со сложным овощным гарниром, украшают зеленью петрушки.

## **ФИЛЕ НА ГРАТАРЕ**

190

### **МУШКЬ ЛА ГРЭТАР**

Говядина (вырезка) 195, сало обрезное 3, соус муждей 20, лук репчатый 25, горошек зеленый 75, гогошары маринованные 100 (или помидоры свежие 70, огурцы свежие 55, лук зеленый 25), зелень петрушки 3, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 120 г, гарнир 120 г, соус 20 г.

Из средней части зачищенной говяжьей вырезки нарезают куски толщиной 4—5 см, по одному на порцию, отбивают до толщины 2—3 см, посыпают солью, перцем и жарят на решетке, предварительно смазанной салом. Филе можно жарить до полной готовности, оставлять среднепрожаренным или слабoproжаренным.

Жареное филе поливают соусом муждей, на гарнир подают овощи, украшают зеленью петрушки.

## **ЛАНГЕТ НА ГРАТАРЕ**

191

### **МУШКЮЛЕЦ ЛА ГРЭТАР**

Говядина (вырезка) 195, сало шпик или сало сырец 3, соус муждей 20, картофель 140, масло растительное 7, горошек зеленый консервированный 40, гогошары маринованные 50, лук репчатый 25, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 120 г, соус муждей 20 г.

Из тонкой части зачищенной вырезки нарезают куски толщиной 1,5—2 см по два на порцию, отбивают, посыпают солью, перцем и жарят на решетке до готовности.

Жареный лангет кладут на овальное блюдо или тарелку, поливают соусом муждей (соус можно подать в соуснике). На гарнир подают картофель жареный, горошек зеленый консервированный, маринованные гогошары и репчатый лук, нарезанный кольцами.

## **КЫРНАЦЕЙ НА ГРАТАРЕ**

192

### **КЫРНЭЦЕЙ ЛА ГРЭТАР**

Мясо говяжье 105, мясо свиное 165, чеснок 5, бульон 10, сало шпик 3, черева 25 см, зеленый горошек консервированный 75, огурцы соленые 35, лук репчатый 25, помидоры соленые 35, соус муждей 20, соль, специи.

Вес готового блюда: мясо 155 г, гарнир 100 г, соус муждей 20.

Мякоть свинины пропускают через мясорубку с крупной решеткой, а мясо говяжье — через мясорубку с мелкой решеткой, добавляют чеснок, предварительно растертый с солью. Фарши соединяют, солят, посыпают перцем черным молотым, добавляют бульон, хорошо перемешивают, заполняют фаршем свиную череву, придают форму колбасок и жарят на решетке, предварительно смазанной салом.

Подают кырнаней по две штуки на порцию с овощным гарниром. При подаче поливают соусом муждей.

## **МИТИТЕЙ НА ГРАТАРЕ**

193

### **МИТИТЕЙ ЛА ГРЭТАР**

Говядина 161, сало шпик 4, чеснок 1, сода питьевая 0,3, вода или бульон 10, перец красный 2, соус муждей 30.

Для гарнира: огурцы свежие 53, помидоры свежие 59, лук зеленый 25 (или горошек зеленый консервированный 75, огурцы соленые 55, лук репчатый 25), соус муждей 30, соль, перец.

Вес готового блюда: мясо 100 г, гарнир 120 г, соус муждей 30 г.

Мякоть говядины пропускают через мясорубку. В фарш вводят соль, молотый красный перец, питьевую соду, чеснок, добавляют бульон, хорошо перемешивают, взбивают и выдерживают на холоде 10—12 часов.

Готовый фарш разделяют в виде колбасок длиной 10—15 см. Для этого можно приспособить ручную мясорубку, присоединив к ней цевку из жести в виде воронки, диаметр которой должен быть равен диаметру решетки мясорубки. Перед приготовлением мититеев из мясорубки вынимают решетку и нож. Полученные колбаски жарят на разогретой решетке.

Подают мититеи по две штуки на порцию со сложным овощным гарниром и соусом муждей.

## ПЕЧЕНЬ НА ГРАТАРЕ

194

### ФИКАТ ЛА ГРЭТАР

Печень говяжья 190, сало шпик 3, соус муждей 20, соль, перец.

Для гарнира: картофель 140, горошек зеленый консервированный 40, гогошары маринованные 50, лук репчатый 25.

Вес готового блюда: печень 100 г, гарнир 120 г, соус 20 г.

Печень промывают, вырезают желчные протоки и крупные кровеносные сосуды, снимают пленку и снова хорошо промывают. Обработанную печень нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем и жарят на решетке, предварительно смазанной салом.

Подают печень со сложным овощным гарниром и поливают соусом муждей.

## ПЕЧЕНЬ, ШПИГОВАННАЯ САЛОМ, НА ГРАТАРЕ

195

### ФИКАТ, ЫМПЭНАТ КУ СЛЭНИНЭ, ЛА ГРЭТАР

Печень говяжья 180, сало обрезное для шпигования 10, сало обрезное (для гратара) 3, соус муждей 20, горошек зеленый консервированный 80, гогошары маринованные 80, лук репчатый 25, зелень петрушки 3, соль, перец.

Вес готового блюда: печень 100 г, гарнир 120 г, соус 20 г.

Зачищенные и промытые куски говяжьей печени (1—1,5 кг) шпигуют свиным салом, для чего его нарезают брусочками длиной 4—5 см, толщиной 0,5—0,7 см; шпиговальной иглой (представляющей собой полую иглу со сжимающим раструбом) делают в печени проколы и вводят в них брусочки сала.

Нашпигованную печень нарезают на порционные куски под углом к направлению брусочков сала, посыпают солью, перцем и жарят на решетке, смазанной салом.

Подают печень с овощным гарниром и соусом муждей, украшают зеленью.

## ЦЫПЛЕНОК НА ГРАТАРЕ

196

### ПУЙ ЛА ГРЭТАР

Цыплята 240, сало шпик 3, горшечек зеленый консервированный 80, гогошары маринованные 80, лук репчатый 25, зелень петрушки 3, соус муждей 30, соль, перец.

Вес готового блюда: цыпленок 100 г, гарнир 120 г, соус 30 г.

Подготовленного цыпленка разрезают на порционные куски. Надрезают суставы в ножках и крылышках, куски слегка отбивают тылкой, посыпают солью, перцем и жарят на решетке над раскаленными углями. Решетку предварительно смазывают салом шпик.

Подают цыпленка со сложным овощным гарниром, украшают зеленью. Отдельно подают соус муждей.

## ГАРНИРЫ

### ГАРНИР К БЛЮДАМ НА ГРАТАРЕ

197

### ГАРНИТУРЭ ПЕНТРУ МЫНКЭРУРЬ ЛА ГРЭТАР

(вариант I)

Огурцы свежие 52, помидоры свежие 59, лук зеленый 32, гогошары свежие 35 или маринованные 45, уксус 10, зелень 2, соль.

Вес готового гарнира 150 г.

К блюдам на гратаре в основном подают овощи — огурцы и помидоры (свежие или маринованные), зеленый и репчатый лук (по сезону), гогошары.

Огурцы нарезают кружочками (можно нарезать карбовочным ножом), помидоры — кружочками или дольками, зеленый лук подают длиной 8—9 см. Гогошары шинкуют соломкой, посыпают солью и сбрызгивают уксусом.

На тарелку рядом с основным продуктом укладывают гарнир и украшают веточкой зелени, петрушки или сельдерей.



## **ГАРНИР К БЛЮДАМ НА ГРАТАРЕ**

198

### **ГАРНИТУРЭ ПЕНТРУ МЫНКЭРУРЬ ЛА ГРЭТАР**

(вариант II)

Огурцы 50, фрукты маринованные 50, гогошары 45, перец фаршированный (квашеный) 50, лук репчатый 24, зелень петрушки 2.

Вес готового гарнира 150 г.

Гогошары маринованные и лук репчатый шинкуют соломкой, маринованные фрукты нарезают дольками.

На тарелку красиво укладывают маринованные фрукты, гогошары, лук и перец фаршированный (рецепт 31), а сбоку кладут веточку зелени.

## **ГАРНИР К МЯСНЫМ БЛЮДАМ**

199

### **ГАРНИТУРЭ ПЕНТРУ ПРЕПАРАТЕ ДИН КАРНЕ**

(вариант I)

Картофель 145, цветная капуста 50, огурцы 25, помидоры 60, масло растительное 23, зелень 3, соль.

Вес готового гарнира 150 г.

Картофель очищают, промывают, нарезают карбовочным ножом на брусочки и жарят во фритюре. Цветную капусту хорошо промывают, теркой соскабливают загрязнения, разделяют на отдельные кочешки и отваривают в подсоленной воде. Огурцы свежие также нарезают кружочками, а помидоры режут дольками.

На подготовленное блюдо кладут основной продукт, а рядом красиво укладывают гарнир, блюдо украшают зеленью.

## **ГАРНИР К МЯСНЫМ БЛЮДАМ**

200

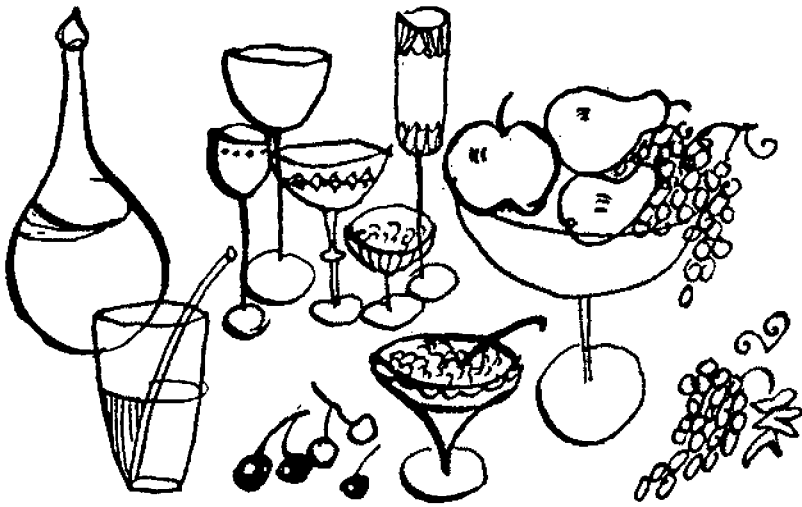
### **ГАРНИТУРЭ ПЕНТРУ ПРЕПАРАТЕ ДИН КАРНЕ**

(вариант II)

Картофель 145, огурцы 56, гогошары 50, фрукты маринованные (яблоки, груши, сливы) 40, зелень 2, гидрожир 23, соль.

Вес готового гарнира 150 г.

Картофель лучше всего нарезать карбовочным ножом в виде брусочков и жарить во фритюре. На блюдо рядом с основным продуктом укладывают маринованные гогошары, нарезанные соломкой, жареный картофель, маринованные фрукты (яблоки, груши или сливы), нарезанные огурцы; украшают веточками зелени.



---

## *Сладкие блюда и напитки*

### *СОВЕТЫ ПРИ ИЗГОТОВЛЕНИИ СЛАДКИХ БЛЮД*

Удалить с миндаля тонкую коричневую пленку (оболочку) легче, если опустить его на несколько секунд в кипящую воду. Сняв оболочку, промойте и сразу же просушите миндаль при температуре 50—70°

Чтобы тесто лучше сбраживалось (поднималось), соедините дрожжи с небольшим количеством сахара, разотрите до густоты сметаны и оставьте на 10 минут, затем приготовьте опару.

В зимнее время для приготовления изделий дрожжи кладут в двойном количестве.

Для приготовления различных изделий муку обязательно надо просеивать — она обогащается кислородом воздуха, что способствует лучшему росту дрожжевых грибков.

Посуда для приготовления дрожжевого теста должна быть в 2,5—3 раза больше объема замешиваемого теста.

Дрожжи для большей активизации можно растворить в небольшом количестве теплой (30—35°) воды или молока с добавлением 4% сахара (от веса муки).

Если в дрожжевое тесто положить слишком много сахара, то брожение замедлится. При выпечке изделий из такого теста они быстро подрумяниваются и плохо выпекаются. При недостатке сахара румяная корочка на изделиях почти не образуется.

Изделия из крутого теста плохо поднимаются, а из жидкого — получаются расплывчатыми и при сильном нагреве оседают.

Мучные изделия, приготовленные на молоке, вкусны и ароматны, корочка получается блестящей, хорошего цвета.

Обминка (непродолжительный замес) теста способствует лучшему развитию дрожжей, что значительно увеличивает объем теста и готовых изделий.

Иногда песочное тесто получится затяжным и при раскатывании сжимается, как резина. Выпеченные из такого теста изделия жесткие, грубые. Это может произойти от того, что мука взята с большим содержанием клейковины (более 28—36%), или от того, что при замесе не соблюдена пропорция муки, жидкости и жиров.

Если при раскатывании песочное тесто крошится, а при выпекании выделяется жир, значит масло (маргарин) очень сильно размято или растоплено или другие продукты были очень теплыми.

Яйца увеличивают объем теста и делают его более пышным. Но еще лучше использовать в тесто яичные желтки — изделия получаются нежными и рассыпчатыми.

Сырое молоко свертывается в смесях, в состав которых входят яйца. Хорошо взбиваются 30% жирности охлажденные сливки. Чтобы сливки не оседали, сахар добавляют в конце взбивания. Хорошо взбиваются охлажденные белки.

Чтобы яблоки при запекании не теряли форму, нужно удалить сердцевину и опустить их на 3—5 минут в кипяток.

Грецкие орехи перед использованием в кондитерские изделия (торты, пирожные) нужно слегка прокалить (в духовом шкафу) — они приобретают приятный привкус.

Избыток ванилина может придать изделиям горький привкус. Ванилин — ароматическое вещество, способное улетучиваться, поэтому хранить его нужно закрытым, а класть в изделия обычно в конце их приготовления.

Для ароматизации сладких блюд можно использовать цедру апельсинов, мандаринов, лимонов. Для этого кусочек сахара натрите цедрой, а затем растворите его в воде. Цедру также можно натереть на терке или срезать очень тонким слоем, пересыпать сахарной пудрой и хранить в плотно закрытой посуде.

Поверхность киселя при охлаждении посыпают сахарной пудрой, чтобы не образовалась пленка.

Очищенные фрукты до тепловой обработки лучше сохраняются в подкисленной воде.

Сироп для фруктового желе можно осветлить яичным белком. Для этого белок разводят водой в равном соотношении и вводят в сироп при температуре 70—80°

Лимонный сок, лимонная кислота, белое вино придают фруктовым соусам нежный кисловатый вкус.

Замороженные фрукты восстанавливают свои первоначальные свойства, если их размораживать в течение 6—8 часов при температуре 1—4°, а затем сразу же использовать.

Лимоны обдают кипятком не только для того, чтобы они стали чище, но и для того, чтобы сильнее чувствовался их аромат.

## **ЧЕРНОСЛИВ С ОРЕХАМИ В СИРОПЕ**

201

### **ПРУНЕ КУ НУЧЬ ЫН СИРОП**

Чернослив 67, орехи грецкие неочищенные 59, сахар 40, вода 55, вино 10, лимонная кислота 0,1.  
Вес готового блюда: чернослив и орехи 75 г, -  
сироп 100 г.

Грецкий орех очищают от скорлупы и поджаривают. Чернослив промывают, удаляют косточку, заполняют сердцевину орехом и варят в сахарном сиропе. Когда чернослив готов, сироп процеживают, охлаждают и соединяют с вином и лимонной кислотой. При подаче поливают сиропом.

## **ЖЕЛЕ «ЯНТАРЬ»**

202

### **ЖЕЛЕУ «КИХЛИМБАР»**

Морковь 300, сахар 100, желатин 30, лимонная кислота 3.  
Вес готового блюда 1000 г.

Морковь очищают, промывают, натирают на терке. Массу заливают водой и проваривают 15—20 минут, процеживают, добавляют сахар и доводят до кипения. Затем добавляют предварительно замоченный желатин и нагревают до 65°. Смесь разливают в формочки и охлаждают.

## **КИСЕЛЬ ИЗ КРАСНОГО ВИНА СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ**

203

### **КИСЕЛ ДЕ ВИН РОШУ КУ ФРИШКЭ.**

Вода 90, красное вино 60, сахар 20, крахмал 8,  
лимонная кислота 0,02, сливки 50.

Вес готового блюда: кисель 150 г, сливки 50 г.

Вино с сахаром доводят до кипения. Крахмал предварительно разводят холодной кипяченой водой, процеживают, вводят в кипящее вино и заваривают кисель. Готовый кисель разливают в креманки, посыпают сверху сахаром или сахарной пудрой, чтобы на поверхности не образовалась пленка.

При подаче на кисель из кондитерского мешка в виде различных украшений (цветочка, грозди винограда) выкладывают взбитые сливки.

## **ЖЕЛЕ ВИННОЕ**

204

### **ЖЕЛЕУ ДЕ ВИН**

Вино красное 400, вино белое 450, желатин 30,  
сахар-песок 150.

Вес готового блюда 1000 г.

Красное и белое вино (отдельно) с сахаром доводят до кипения. В полученный сироп вводят желатин, предварительно замоченный в холодной кипяченой воде, нагревают, помешивая, до полного растворения желатина. Готовое желе (красное и белое) разливают в формы, чередуя слоями, и охлаждают.

## **ВИНО КИПЯЧЕНОЕ С САХАРОМ**

205

### **ВИН ФЕРТ КУ ЗАХЭР**

Вино красное 130, сахар 30, корица 0,3, лимонная  
кислота 0,01.

Вес готового напитка 150 г.

Вино соединяют с сахаром и корицей, доводят до кипения, заправляют лимонной кислотой, охлаждают и подают в фужерах.

## НАПИТОК «БОДРОСТЬ»

206

### БЭУТУРЭ РЭКОРИТОАРЕ «ЫНВИОРАРЯ»

Шампанское 80, наливка кизиловая 10, коньяк 10, сахар 20, апельсины 50, газ-вода 60; лед 20.  
Вес готового напитка 200 г.

Сахар соединяют с водой, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный сироп добавляют коньяк, наливку, шампанское и апельсины, нарезанные дольками. Напиток подают в креманках или фужерах с добавлением газированной воды.

## НАПИТОК «ТИНЕРЕЦЯ»

207

### БЭУТУРЭ РЭКОРИТОАРЕ «ТИНЕРЕЦЯ»

Вино белое 70, мед натуральный 30, лимонная кислота 0,01, газированная вода 90; лед пищевой 20.  
Вес готового напитка 200 г.

Виноградное белое вино соединяют с натуральным медом, доводят до кипения, охлаждают, добавляют лимонную кислоту или лимонный сок.

Перед подачей добавляют охлажденную газированную воду с кусочками пищевого льда.

## КРЮШОН «МОЛДОВА»

208

### КРУШОН «МОЛДОВА»

Яблоки свежие 114 или груши 110, лимон 1/10 шт., апельсины или мандарины 10, коньяк 10, водка 10, вино белое 50, сахар 15.  
Вес готового напитка 150 г.

Фрукты и цитрусовые очищают и режут дольками, укладывают в фарфоровую посуду, засыпают сахаром, заливают коньяком, водкой, вином и выдерживают на холоде в течение часа. Подают в крушонницах.

## НАПИТОК «СПОРТИВНЫЙ»

209

### БЭУТУРЭ РЭКОРИТОАРЕ «СПОРТИВЭ»

Вино сухое 100, сок виноградный 80, орех мускатный 0,002, сахар 20, лимон 1/10 шт.  
Вес готового напитка 200 г.

Вино соединяют с сахаром и кипятят, затем добавляют виноградный сок, заправляют мускатным орехом и охлаждают. Подают напиток с ломтиком лимона.

## НАПИТОК «НОРОК»

210

### БЭУТУРЭ РЭКОРИТОАРЕ «НОРОК»

Яблоки 15, сливы 12, вишня консервированная 10, персики 15, клубника свежемороженая 12, сахар 35, вино десертное 20, лимонная кислота 1, вода (для сиропа) 20, газированная вода 110; лед пищевой 10.

Вес готового напитка 200 г.

Свежие фрукты — сливы, персики, яблоки — промывают кипяченой охлажденной водой, нарезают пополам, удаляют косточки, яблоки нарезают дольками. Из сахара и вина с добавлением лимонной кислоты готовят сироп, которым заливают фрукты. Клубнику и вишню вводят в охлажденный сироп.

Фрукты перед подачей кладут в фужер, заливают сиропом, добавляют пищевой лед, газированную воду и подают.

## НАПИТОК «ЗДОРОВЬЕ»

211

### БЭУТУРЭ РЭКОРИТОАРЕ «СЭНЭТАТЕ»

Мука кукурузная 100, сахар 100, дрожжи 40, вино десертное 150, вода 1200, лед пищевой.  
Вес готового напитка 1000 г.

Просеянную кукурузную муку всыпают в кастрюлю, заливают холодной водой и прогревают в течение часа на медленном огне, периодически помешивая, после чего настой снимают с огня и оставляют на 6 часов. Растворенные в воде дрожжи вводят в настой и оставляют на 6—8 часов для брожения. Затем настой процеживают, добавляют сахарный сироп, прокипяченное десертное вино и охлаждают.

При подаче добавляют пищевой лед.

## **НАПИТОК «ЛЕТО»**

212

### **БЭУТУРЭ «ВАРА»**

Сок виноградный 500, сахар 300, лимонная кислота 1, вода 1300.

Вес готового напитка 2000 г.

В кипящую воду всыпают сахар, проваривают 5—7 минут, процеживают, снова кипятят и охлаждают. В охлажденный сироп добавляют виноградный сок, лимонную кислоту. При подаче можно добавить пищевой лед.

## **НАПИТОК «НИСТРУ»**

213

### **БЭУТУРЭ «НИСТРУ»**

Сок яблочный 1200, вино красное сухое 300, сахар 200, лимонная кислота 1, вода 400.

Вес готового напитка 2000 г.

В процеженный сахарный сироп добавляют яблочный сок, вино и доводят до кипения. После этого напиток заправляют лимонной кислотой и охлаждают.

## **НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ**

214

### **БЭУТУРЭ ДЕ МЕРЕ**

Квас хлебный готовый 1000, сок яблочный 1000.

Вес готового напитка 2000 г.

Готовый хлебный квас соединяют с яблочным соком и охлаждают.

## **КОКТЕЙЛЬ ФРУКТОВЫЙ**

215

### **КОКТАЙЛ ДЕ ФРУКТЕ**

Ликер 20, фрукты 30, вода фруктовая 100, сахар 5, лед пищевой 20.

Вес готового напитка 150 г.

Фрукты нарезают тонкими ломтиками или дольками и проваривают в сиропе. Ликер и воду фруктовую наливают в фужер, добавляют фрукты и пищевой лед.



## **КОКТЕЙЛЬ «ЛУННЫЙ ДИСК»**

216

### **КОКТАЙЛ «ДИСКУЛ ЛУНИЙ»**

Наливка кизиловая 30, настойка яблочная 10, шампанское 100, лимон 1/10 шт., лед пищевой 20.  
Вес готового напитка 150 г.

Указанные в рецептуре продукты смешивают в фужере, добавляют ломтик лимона и пищевой лед. Подают с соломкой.

## **КОКТЕЙЛЬ ЛЕТНИЙ**

217

### **КОКТАЙЛ ДЕ ВАРЭ**

Коньяк 40, наливка вишневая 50, сахар 5, фрукты 30, лед пищевой 20.  
Вес готового напитка 150 г.

Соединяют в фужере коньяк, наливку с фруктами, проваренными в сиропе, добавляют пищевой лед.

## **СЛИВКИ С КУКУРУЗНЫМИ ХЛОПЬЯМИ И ВАРЕНЬЕМ**

218

### **ФРИШКЭ КУ ФУЛЖЬ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ ШИ ДУЛЧАЦЭ**

Сливки 80, сахар-песок 10, кукурузные хлопья 20, варенье вишневое или брусничное 30.  
Вес готового блюда 140 г.

Примечание. Для взбивания лучшими считаются сливки 30% жирности.

Сливки взбивают с добавлением сахара до образования пышной массы, выкладывают их на посыпанный сухарями противень слоем 0,5 см, посыпают сверху хлопьями; поливают вареньем, затем опять выкладывают слой сливок, посыпают сухарями и поливают вареньем и так чередуют 3—4 раза. Верхний слой сливок посыпают кукурузными хлопьями, противень помещают в холодильный шкаф для охлаждения. Готовую массу нарезают на порции, укладывают в креманки или десертные тарелки, поливают вареньем и подают.

Сухари для посыпания противня делают из хлопьев.

## **ВЗБИТЫЕ СЛИВКИ С ОРЕХАМИ И ВАРЕНЬЕМ**

219

### **ФРИШКЭ КУ НУЧЬ ШИ ДУЛЧАЦЭ**

Сливки 90, орехи (ядро) 10, варенье вишневое 15,  
сахарная пудра 5.

Вес готового блюда 120 г.

Сливки взбивают до образования пышной массы (пока объем сливок не увеличится в 2--3 раза), добавляют во время взбивания сахарную пудру.

При подаче сливки выкладывают из кондитерского мешка в креманку. Сверху поливают вареньем и посыпают толчеными поджаренными орехами.

## **КРЕМ ТВОРОЖНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ**

220

### **КРЕМЭ ДЕ БРЫНЗЭ ДЕ ВАКЭ КУ ДУЛЧАЦЭ**

Творог 25, сахар 20, какао 2, молоко цельное 40,  
яйцо (желтки) 1/2 шт., желатин 1, ванилин 0,01,  
варенье 30.

Вес готового блюда 140 г.

Творог протирают через сито, желатин замачивают в охлажденной кипяченой воде. Отдельно кипятят молоко, добавляют набухший желатин, прогревают до полного его растворения и охлаждают. В протертый творог добавляют сахар, желтки и взбивают до пышной массы. Вводят охлажденный желатин и продолжают взбивать. Когда масса начнет творожиться и легко удерживается на венчике, добавляют какао, ванилин.

Готовый крем раскладывают в формочки (предварительно смоченные кипяченой водой) или креманки и ставят на холод.

При подаче крем поливают вареньем.

## **ФРУКТЫ В СИРОПЕ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ**

221

### **ФРУКТЕ ЫН СИРОП КУ ФРИШКЭ**

Яблоки 45, груши 35, виноград 25, сахар 30, вода  
60, вино 15, лимонная кислота 0,01, сливки 30.

Вес готового блюда 190 г.

Ягоды винограда отделяют от веточки; яблоки, груши очищают от кожицы и семян, нарезают дольками, подготовленные фрукты отваривают в сахарном сиропе с лимон-

ной кислотой и вином. Проваренные фрукты укладывают в креманки, заливают сиропом, в котором они варились, и охлаждают.

При подаче на фрукты кладут взбитые сливки.

## **ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ И ИЗЮМОМ**

222

### **МЕРЕ ЫМПЛУТЕ КУ ОРЕЗ ШИ СТАФИДЕ**

Яблоки 120, сахар 15, рис 7, изюм 7, яйцо 1/8 шт.,  
масло сливочное 8, сахарная пудра 5.  
Вес готового блюда 140 г.

Яблоки промывают, удаляют сердцевину специальной выемкой, наполняют фаршем и пекут в духовом шкафу.

При подаче посыпают сахарной пудрой.

Для фарша: рис отваривают, изюм припускают, соединяют с рисом, добавляют сырые яйца, сахар, масло сливочное и хорошо перемешивают.

## **ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ И ОРЕХАМИ**

223

### **МЕРЕ ЛА КУПТОР КУ ФРИШКЭ ШИ НУЧЬ**

Яблоки 160, сахар 20, орехи (ядро) 15, сливки 30.  
Вес готового блюда 155 г.

Яблоки промывают, удаляют сердцевину, в образовавшееся отверстие насыпают сахар и пекут в духовом шкафу. Сливки взбивают до образования пышной массы. Орехи (ядро) поджаривают и измельчают.

При подаче на яблоки выкладывают сливки и посыпают орехами.

## **ЗЕФИР АБРИКОСОВЫЙ С ВИШНЕВЫМ ВАРЕНЬЕМ**

224

### **ПРЭЖИТУРЭ «ЗЕФИР» ДЕ КАИСЕ КУ ДУЛЧАЦЭ ДЕ ВИШИНЕ**

Абрикосы свежие 105, сливки 30, сахар 40, ванилин 0,1, варенье 20.  
Вес готового блюда 160 г.

Холодной кипяченой водой моют абрикосы, освобождают от косточек. Абрикосы припускают, протирают через частое сито, соединяют с сахаром и выносят на холод.

Сливки взбивают до образования пышной массы, соединяют с абрикосовым пюре, раскладывают массу в вазочки и охлаждают.

При подаче поливают вареньем.

## **МОРОЖЕНОЕ «ФОКУШОР»**

225

### **ЫНГЕЦАТЭ «ФОКУШОР»**

Сливочное мороженое или пломбир 70, фрукты 25, вино десертное (для сиропа) 10, сахар 5, сахарная пудра для сливок 5, орехи (ядро) 10, сливки 30, лимонная кислота 0,1, коньяк или водка 2.

Вес готового мороженого 150 г.

Мороженое сливочное или пломбир укладывают в вазочку в виде шариков, сверху укладывают фрукты, проваренные в сахарном сиропе с вином и охлажденные, посыпают измельченным орехом. Вокруг выкладывают взбитые сливки, поливают сиропом, в котором варились фрукты. По бокам укладывают фрукты, смоченные в крепком спиртном напитке (коньяк, водка).

## **РИС С ЧЕРНОСЛИВОМ**

226

### **ПИЛАФ КУ ПРУНЕ**

Рис 50, чернослив 65, масло сливочное 15, лимонная кислота 0,01, сахар 10.

Вес готового блюда 200 г.

Рис перебирают, промывают, обсушивают и обжаривают на сковороде или противне. Чернослив перебирают, промывают, заливают горячей водой, варят до полуготовности, откидывают на дуршлаг; затем удаляют косточки.

В кипящую воду кладут сваренный до полуготовности чернослив и обжаренный рис, добавляют сахар, лимонную кислоту, варят до готовности при медленном кипении.

При подаче рис поливают сливочным маслом.

## ОГУРЧИКИ ИЗ КУКУРУЗНОЙ МУКИ В СИРОПЕ

227

### ПЕПЕНАШЬ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ КУ СИРОП

Мука кукурузная 7, мука пшеничная в/с 14, сахар 1; масло сливочное 2, соль 0,1, вода для теста 50, яйцо 1/4 шт., сахар ванильный 0,2, корица 0,1, сода питьевая 0,1, масло растительное 9, сахар для сиропа 7, лимонная кислота 0,03, вода для сиропа 15.

Вес готового блюда: огурчики 50 г, сироп 20 г.

Муку кукурузную и пшеничную просеивают. В кипящую воду добавляют соль, сливочное масло, высыпают муку и заваривают тесто. Массу варят, помешивая, пока она не будет отставать от стенок посуды. Затем тесто охлаждают до 25—30°, добавляют яйца, соду питьевую, корицу, ванильный сахар и хорошо перемешивают. Из массы при помощи кондитерского мешка с трубочкой разделяют изделия в виде огурчиков и жарят их во фритюре до румяного цвета.

При подаче огурчики поливают сахарным сиропом.

## СЛАДКАЯ ЗАКУСКА

228

### ГУСТЭРИКЭ ДУЛЧЕ

Мука в/с 60, масло сливочное 25, виноградный сок 175, корица 0,3.

Вес готового блюда 150 г.

Просеянную муку пассируют на сливочном масле до золотистого цвета. Виноградный сок уваривают, соединяют с мукой и непрерывно помешивают до образования однородной массы.

Готовую массу выкладывают на десертную тарелку, выравнивают поверхность и посыпают толченой корицей.

## ФАСОЛЬ СЛАДКАЯ

229

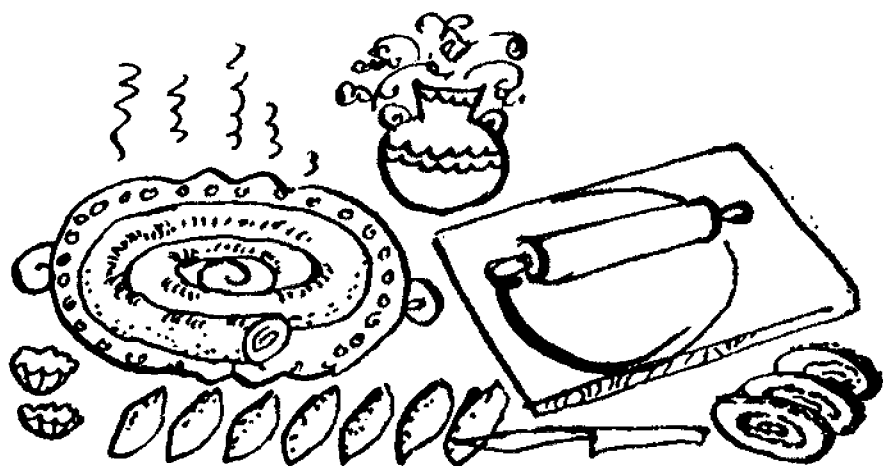
### ФАСОЛЕ ДУЛЧЕ

Фасоль красная 70, мука в/с 10, сахар-песок 10, сливочное масло 20.

Вес готового блюда 200 г.

Подготовленную фасоль отваривают и протирают. Пшеничную муку пассируют на сливочном масле и добавляют в протертую фасоль. Массу хорошо перемешивают.

При подаче фасоль посыпают сахаром, поливают сливочным маслом.



---

## *Мучные и кондитерские изделия*

Мучные и кондитерские изделия имеют большое значение в питании человека. Основой этих изделий является мука, которая содержит значительное количество углеводов, белков. Углеводы в организме превращаются в сахар и служат основными источниками энергии. Белки являются пластическим материалом для построения клеток и тканей.

В большинство изделий дополнительно вводят сахар, яйца, сливочное масло, сливки, молоко, творог, брынзу, цукаты, варенье, изюм, джем, повидло, ореховое ядро и многие другие компоненты, которые значительно повышают их пищевую ценность.

Широко используются при изготовлении этих изделий фрукты, ягоды, которыми так богата Молдавия. При составлении этого раздела учитывались национальные особенности приготовления теста и мучных изделий молдавской кухни.

### *ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПОЛУФАБРИКАТОВ ДЛЯ МУЧНЫХ И КОНДИТЕРСКИХ ИЗДЕЛИЙ*

#### *Дрожжевое тесто*

Дрожжевое тесто готовится двумя способами: безопарным и опарным.

Безопарным способом готовится тесто, в состав которого входит незначительное количество сдобривающих продуктов (жира, яиц, сахара).

Опарным способом готовится тесто, в состав которого входит значительное количество сдобривающих продуктов. Это тесто используется для булочных изделий, пирогов, рулетов, кексов и др.

#### а) безопарный способ

Подготавливают сырье, для чего молоко или воду подогревают до 35—38°; дрожжи, соль и сахар растворяют в небольшом количестве молока или воды и выливают в посуду для замеса; яйца, отделенные от скорлупы, или меланж процеживают через сито и вливают в посуду для замеса, туда же вводят оставшееся молоко или воду, предусмотренные по норме, всыпают просеянную муку и замешивают тесто вручную или с помощью машины. Затем добавляют растопленный или размягченный до сметанообразного состояния жир (маргарин или сливочное масло) и продолжают замес до тех пор, пока тесто не начнет легко отставать от стенок посуды, рук или от рычага и дежи.

Однако если долго продолжать замес, то тесто снова может стать липким.

Готовое замешенное тесто посыпают мукой или смазывают жиром, накрывают чистой салфеткой, чтобы на поверхности не образовывалась корочка, и переносят в теплое место для брожения, которое длится 2,5—3,5 часа. Причем через каждые 1,5—2 часа его обминают 1—2 минуты, т. е. перемешивают, и оставляют для брожения до указанного времени.

Готовое тесто выкладывают на стол, нарезают на порции и формуют изделия (пирожки, пончики, плацинды и др.).

#### б) опарный способ

Требования к сырью при изготовлении теста этим способом те же, что и при изготовлении безопарным способом.

В небольшом количестве воды или молока растворяют дрожжи, соль, сахар (4% к весу муки) и смесь вливают в посуду для замеса. Воду или молоко добавляют так, чтобы жидкость составляла 80% от общего количества жидкости, положенной для замеса, затем вносят просеянную муку (50% от общего количества) и замешивают опару.

Опара должна иметь консистенцию густой сметаны. Поверхность опары посыпают тонким слоем муки, посуду накрывают салфеткой или крышкой и ставят на 3—4 часа

для брожения в теплое место. Интенсивное брожение начинается через 30—40 минут, когда на поверхности опары появляются равномерные трещинки, ее поверхность делается выпуклой и опара начинает отставать от стенок посуды. Через 2—3 часа она увеличивается в объеме в два-три раза и по всей ее поверхности появляются лопающиеся пузырьки — опара начинает опадать.

К готовой опаре добавляют оставшуюся воду (20%) с растворенными в ней солью и сахаром, яйца и ароматические вещества, оставшуюся муку и все хорошо перемешивают. В конце замеса добавляют масло или маргарин, тщательно вымешивают, посыпают поверхность тонким слоем муки, накрывают салфеткой и оставляют для брожения на 1,5—2,5 часа.

Готовое тесто выкладывают на стол, нарезают на порции и формируют изделия.

### *Пресное слоеное тесто*

Пресное слоеное тесто получается лучшего качества из муки высшего сорта, так как в приготовлении этого теста большое значение имеет количество и качество клейковины. Соль и лимонную кислоту растворяют в воде (берут  $\frac{3}{4}$  общего количества воды, полагающегося по норме), добавляют яйца, затем муку и замешивают тесто, постепенно вливая оставшуюся воду до получения однородной массы.

Тесто оставляют на 30 минут для набухания клейковины. Отдохнувшее тесто раскатывают в виде прямоугольника так, чтобы края были немного тоньше, чем середина. Пласты теста делят на 3 равные части. На один пласт теста кладут  $\frac{1}{2}$  часть масла сливочного или маргарина, предварительно размягченного (жир перед закаткой можно перемешать с мукой, при этом мука поглощает часть влаги из жира, и он делается более сухим и слегка клейким, что способствует равномерному распределению масла между слоями теста), накрывают его вторым пластом теста, накладывают на нее еще часть жира и накрывают третьим пластом теста. Края теста тщательно защипывают, раскатывают в прямоугольник, складывают вчетверо и оставляют на 20—30 минут в холодном месте, после чего раскатывают снова в прямоугольный пласт, складывают втрое и снова оставляют в прохладном месте на 20—30 минут. Повторяют эти операции еще один-два раза и таким образом получают 96 или 288 слоев.

Для разделки пласт слоеного теста раскатывают тол-



щиной 5—7 мм и с помощью острого ножа или выемки формируют изделия. Изделия для выпечки укладывают на слегка сбрызнутые водой чистые листы или противни и выпекают.

### *Песочное тесто*

Песочное тесто готовится с большим количеством жира—масла сливочного или маргарина (26%) и сахара (18%). При наличии такого количества жира и сахара дрожжевые грибки развиваться не могут, поэтому в качестве основного разрыхлителя в песочном тесте является жир, а также химические разрыхлители — углекислый аммоний и пищевая сода. Мука, используемая для приготовления песочного теста, должна содержать 28—36% клейковины.

Масло или маргарин кладут в посуду и разминают вручную или машиной, соединяют с сахаром, яйцами, ароматическими веществами до получения однородной массы. В просеянную муку добавляют соль, соду, аммоний и полученную массу быстро перемешивают до получения однородной массы. Замес песочного теста необходимо вести из охлажденных продуктов и в прохладном помещении (при температуре не выше 18—20°).

Готовое тесто раскатывают и формируют изделия.

### *Бисквитное тесто*

Бисквитное тесто готовится двумя способами: холодным и теплым.

Белки тщательно отделяются от желтков, охлаждаются и взбиваются отдельно с добавлением сахара. При этом необходимо учитывать, что хорошее взбивание достигается в том случае, если белок хорошо отделяется от желтка и не смешивается с последним.

Если в процессе хранения оболочка желтка ослабевает и при раскалывании яйца желток смешивается с белком, то применяется теплый способ приготовления бисквита. При наличии меланжа применяется только теплый способ приготовления бисквита.

Муку для приготовления бисквитного теста выбирают со средним содержанием клейковины (30%). Если же в муке содержится клейковины больше, снизить ее количество можно путем добавления картофельного крахмала до 25% от веса муки. Крахмал, кроме того, лучше, чем мука, удерживает в тесте влагу, поэтому при выпечке меньше улетучивается влаги и бисквит получается с равномерно распределенными порами, а при резке меньше крошится.

### а) холодный способ

Тщательно отделенные от желтков белки охлаждают, помещают в посуду (только не в алюминиевую), предварительно охлажденную и абсолютно чистую, и начинают взбивать, сначала медленно, затем постепенно усиливая темп взбивания.

Продолжают взбивать белки до появления признаков твoroжения (белки становятся рябоватыми), затем добавляют небольшими порциями сахарную пудру или сахарный песок ( $\frac{1}{4}$  часть от общей нормы сахара). Сахар препятствует твoroжению белков и улучшает структуру белковой массы. Взбивание белков продолжают до увеличения их в объеме в 4—5 раз. Если взбитые белки хорошо держатся на венчике, взбивание прекращают.

Яичные желтки ( $\frac{1}{4}$  часть по норме), отделенные от белков, смешивают с сахаром ( $\frac{3}{4}$  части), растирают 2—3 минуты и, не прекращая растирать, добавляют остальные желтки. Взбивают желтки до тех пор, пока не исчезнут крупинки сахара и масса не увеличится примерно в 3 раза.

К взбитым желткам добавляют взбитые белки ( $\frac{1}{4}$  часть) и, слегка перемешав, всыпают муку, соединенную с картофельным крахмалом, затем добавляют остальную часть взбитых белков, перемешивают легкими круговыми движениями рук и быстро формируют изделия.

### б) теплый способ

Яйца или меланж загружают в котел, добавляют сахар и взбивают в течение 25—30 минут, пока масса не увеличится в объеме в 2,5—3 раза. Для ускорения взбивания массу подогревают до температуры 37—42° на водяной бане, мармите или плите, продолжая взбивать, охлаждают до температуры 20°, добавляют муку, перемешивают в течение 20—30 секунд и быстро формируют, чтобы масса не осела.

**Примечание.** Шоколадно-ореховый бисквит можно готовить любым из указанных способов, добавив к муке какао-порошок и измельченное ореховое ядро.

### *Вытяжное тесто для вертут*

Пшеничную муку просеивают, высыпают на стол горкой, делают углубление. В углубление вливают яйцо, воду с солью, растительное масло и замешивают тесто, как на лапшу.

Замешенное тесто оставляют для набухания на 15—20 минут. Затем тесто раскатывают скалкой и растягивают руками до толщины бумаги. Растянутое тесто сбрызгивают маслом и используют для вертут.

### *Сдобное тесто для плацинд*

Дрожжи разводят в теплой воде, вводят в раствор слегка взбитые яйца, сметану, соль и , осторожно всыпая муку, замешивают тесто. Муку предварительно просеивают. В конце замеса в тесто вводят растопленное сливочное масло, тесто снова хорошо вымешивают и дают ему постоять 1—1,5 часа в теплом месте.

## **ПЛАЦИНДА С ТВОРОГОМ**

230

### **ПЛЭЧИНТЭ КУ БРЫНЗЭ ДЕ ВАКЭ**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 100 г.  
Для теста: мука в/с 350, яйцо 1/2 шт., масло сливочное или маргарин 150, кислота лимонная или уксусная 1, вода 150, соль 5.

Для фарша: творог 400, яйцо 1 шт., сахар 40, мука 20, сахарная пудра 50.

Приготовленное пресное слоеное тесто раскатывают в пласт толщиной 5 мм, нарезают на квадраты весом 65—68 г, углы теста смазывают яйцом, на середину кладут фарш из творога, защипывают тесто в виде конверта и выпекают.

Готовые плацинды посыпают сахарной пудрой.

## **ПЛАЦИНДА С ТЫКВОЙ**

231

### **ПЛЭЧИНТЭ КУ БОСТАН**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 100 г.  
Для теста см. рецепт 230.

Для фарша: тыква очищенная 400, сахар-песок 40, яйцо на смазку 1/2 шт.

Из пресного слоеного теста раскатывают пласт толщиной 5 мм, нарезают его на квадраты весом 65—68 г, углы теста смазывают яйцом, на середину кладут фарш из сырой измельченной на терке тыквы, соединенной с сахаром, углы защипывают в виде конверта, поверхность смазывают яйцом и выпекают.

## **ПЛАЦИНДА С КАРТОФЕЛЕМ**

232

### **ПЛЭЧИНТЭ КУ КАРТОФЬ**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 100 г.  
Для теста см. рецепт 230.  
Для фарша: картофель 750, лук репчатый 30,  
перец черный 0,5, масло растительное 20, яйцо  
для смазки 1/2 шт.

Пресное слоеное тесто раскатывают в пласт толщиной 5 мм, нарезают на квадраты весом 65—68 г, смазывают углы теста яйцом, на середину кладут фарш из картофеля и защипывают в виде конверта. Поверхность плацинд смазывают яйцом и выпекают.

## **ПЛАЦИНДА С КАРТОФЕЛЕМ И БРЫНЗОЙ**

233

### **ПЛЭЧИНТЭ КУ БРЫНЗЭ ШИ КАРТОФЬ**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 100 г.  
Для теста см. рецепт 230.  
Для фарша: брынза 160, картофель 650, лук  
репчатый 30, масло растительное 20, яйцо для  
смазки 1/2 шт.

Из пресного слоеного теста раскатывают пласт толщиной 5 мм, нарезают его на квадраты весом 65—68 г, углы квадратов смазывают яйцом, на середину кладут фарш (отварной протертый картофель, соединенный с тертой брынзой и пассированным репчатым луком), защипывают тесто в виде конверта, поверхность плацинд смазывают яйцом и выпекают.

## **ПЛАЦИНДА ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА С ЯЙЦОМ И УКРОПОМ**

234

### **ПЛЭЧИНТЭ ДИН АЛУАТ ДЕ КОЗОНАК КУ ОУ ШИ МЭРАР**

Мука пшеничная в/с 32, яйцо 1/20 шт., маргарин 5,  
сметана 10, дрожжи 2.  
Для фарша: яйцо 1 шт., укроп 5, сметана 20,  
масло растительное для смазки листов 5.  
Вес готового блюда: плацинда 100 г, сметана 20 г

Замешивают сдобное тесто для плацинд, тонко раскатывают его на квадратики. Для фарша вареные яйца измельчают, добавляют укроп, соль. На квадратики теста помещают фарш, защипывают тесто в виде конверта, смазывают яйцом и выпекают.

При подаче плацинду поливают сметаной.

## **ПЛАЦИНДА ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА С КАРТОФЕЛЕМ**

235

### **ПЛЭЧИНТЭ ДИН АЛУАТ ДЕ КОЗОНАК КУ КАРТОФЬ**

Для теста: мука пшеничная в/с 32, яйцо 1/20, шт., маргарин 5, сметана 10, дрожжи 2.  
Для фарша: картофель 70, лук репчатый 16, соль, специи, сметана 20, масло растительное 0,5.  
Вес готового блюда: плацинда 200 г, сметана 20 г.

Замешивают сдобное тесто для плацинд, тонко его раскатывают и нарезают на квадратики.

Для фарша: картофель очищенный отваривают, протирают, заправляют солью, перцем, пассированным репчатым луком. Плацинды защипывают в виде конверта, смазывают яйцом и выпекают.

При подаче плацинду поливают сметаной.

## **ПЛАЦИНДА ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА С ТЫКВОЙ**

286

### **ПЛЭЧИНТЭ ДИН АЛУАТ ДЕ КОЗОНАК КУ БОСТАН**

Для теста: мука пшеничная в/с 70, яйцо 1/20 шт., масло сливочное 10, сметана 10, дрожжи 2, вода 25, соль.  
Для фарша: тыква 100, сахар 10, масло растительное для смазки листов 0,5, сахар для посыпки готовых плацинд 20, сметана 20.  
Вес готового блюда: плацинда 180 г, сметана 20 г, сахар 20 г.

Замешивают сдобное тесто для плацинд, тонко раскатывают его, смазывают сливочным маслом и нарезают на квадратики. На середину каждого квадратика укладывают фарш из тертой тыквы с сахаром, защипывают плацинды в виде конверта и смазывают их поверхность яйцом. Выпекают плацинды в духовом шкафу.

При подаче плацинду поливают сметаной и посыпают сахаром.

## **ПЛАЦИНДА ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ**

237

### **ПЛЭЧИНТЭ ДИН АЛУАТ ДЕ КОЗОНАК КУ МЕРЕ**

Для теста: мука пшеничная в/с 43, маргарин 5, яйцо 1/20 шт., дрожжи 2, сахар 4, соль.

Для фарша: яблоки 45,6, сахар 10, масло растительное 5, сахар 20, масло сливочное 5.

Вес готового блюда: плацинда 200 г, сахар 20 г.

Замешивают сдобное тесто для плацинд, тонко раскатывают его и нарезают на квадратики. На квадратики теста укладывают яблочный фарш и защипывают в виде конверта, смазывают яйцом и выпекают. При подаче поливают сливочным маслом и посыпают сахаром.

Для фарша: яблоки очищают от кожицы, удаляют сердцевину, натирают на терке и соединяют с сахаром.

## **ВЕРТУТА С БРЫНЗОЙ**

238

### **ЫНВЫРТИТЭ КУ БРЫНЗЭ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука в/с 320, масло сливочное 80, масло растительное 40, яйцо 2,5 шт., брынза 480, соль 3, вода 100.

Из муки, яиц, воды и растительного масла (части) замешивают пресное вытяжное тесто. Тесто раскатывают скалкой на столе, спустя некоторое время его растягивают на руках до толщины папиросной бумаги и переносят на чистое полотно. Поверхность теста смазывают или сбрызгивают смесью растопленного сливочного и оставшегося растительного масла и посыпают тертой брынзой.

Тесто заворачивают в виде рулета, сворачивают и придают форму спирали, затем переносят на смазанный жиром лист. Поверхность изделия смазывают яйцом и выпекают.

## **ВЕРТУТА С ОРЕХАМИ**

239

### **ЫНВЫРТИТЭ КУ НУЧЬ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука пшеничная в/с 320, масло растительное 40, яйца 2,5 шт., масло сливочное 80, сахар-песок 120, орехи (ядро) 380, соль, вода 100.

Из муки, растительного масла и яиц готовят вытяжное тесто. Раскатывают 2—3 тонких слоя, смазывают их сливочным маслом и соединяют вместе. Сверху на тесто укладывают фарш (орехи растирают с сахаром), заворачивают в виде рулета, придают форму спирали, смазывают яйцом и выпекают. Готовую вертуту смазывают сливочным маслом.

## **ВЕРТУТА С ТВОРОГОМ**

240

### **ЫНВЫРТИТЭ КУ БРЫНЗЭ ДЕ ВАКЭ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Для теста: мука в/с 320, масло сливочное 80, масло растительное 40, яйцо 1 шт., вода 100, соль, Начинка: творог 440, сахар 40, мука в/с 20, яйцо 1,5 шт.

Вытяжное тесто смазывают или сбрызгивают смесью растопленного сливочного и растительного масла и покрывают творожной начинкой. Тесто заворачивают в виде рулета. Рулет сворачивают спиралью и переносят на смазанный жиром лист.

Поверхность изделия смазывают яйцом и выпекают.

## **МАЛАЙ**

241

### **МЭЛАЙ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука пшеничная 176, мука кукурузная 353, молоко цельное 588, сахар 58, яйцо 1/2 шт., сода 1, масло сливочное 58, сухари 20, ванилин, соль по вкусу.

Просеянную кукурузную муку заваривают горячим молоком с сахаром, добавляют масло сливочное, соль и охлаждают.

В охлажденную массу вносят просеянную пшеничную муку, соду, ванилин и тщательно перемешивают. Полу-

ценную массу выкладывают слоем 4—5 см на противни с бортами, предварительно смазанные жиром и посыпанные сухарями. Поверхность выравнивают, смазывают яйцом и выпекают.

Охлажденный малай разрезают на порции по 50 — 100 г.

## **МАЛАЙ С ДЖЕМОМ**

242

### **МЭЛАЙ КУ ЖЕМ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука пшеничная 100, мука кукурузная 300, яйца 1/2 шт., молоко цельное 500, сахар 50, масло сливочное 50, сода 1, сухари 20, ванилин, соль по вкусу, джем или повидло 255.

Готовый охлажденный малай (рецепт 241) разрезают по высоте на два слоя, нижний смазывают джемом или повидлом, накрывают вторым слоем и разрезают на порции.

## **ПЕЧЕНЬЕ КУКУРУЗНОЕ МОЛОЧНОЕ**

243

### **ПИШКОТУРЬ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ ШИ ЛАПТЕ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука кукурузная 310, мука пшеничная в/с 340, сахар 260, маргарин 170, яйцо 1/2 шт., молоко цельное 50, соль 3, сода 3, аммоний 3, вода 15.

Сахар соединяют с молоком, водой, яйцами и растирают. Маргарин взбивают и вводят в него порциями молочно-яичную смесь (не прекращая взбивания).

В полученную массу добавляют просеянную кукурузную и пшеничную муку, соль, соду, аммоний и замешивают тесто. Тесто раскатывают до толщины 5—8 мм, выемкой формируют печенье, раскладывают его на листы и выпекают при температуре 220—240°.



## **ПЕЧЕНЬЕ ЧАЙНОЕ**

244

### **БИСКУИЦЬ ДЕ ЧАЙ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука пшеничная в/с 480, масло сливочное 120, мед 68, джем 320, орехи (ядро) 120, сахар 160, сода 6, соль.

В просеянной и высыпанной горкой муке делают углубление и вводят растопленный мед, масло, соду и соль. Тесто вымешивают и помещают на 40 минут в холодильник. Раскатывают тесто тонким пластом, смазывают джемом или повидлом, посыпают измельченными орехами и сахаром, затем сворачивают в виде рулета, смазывают яйцом, нарезают поперек кусочками шириной 2 см и выпекают при температуре 220—240°

## **ПЕЧЕНЬЕ «ВАНИЛЬНЫЙ РОГАЛИК»**

245

### **КОРНУЛЕЦЕ ВАНИЛАТЕ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука пшеничная в/с 560, масло сливочное 300, сахар-песок 180, яйцо 1,5 шт., молоко цельное 25, ванилин 0,5, соль 1.

Масло сливочное растирают с сахаром, добавляют яйца и молоко. В полученную смесь добавляют муку с солью, ванилином и замешивают тесто. Тесту дают постоять один час. После этого формируют печенье в виде небольших рогаликов. Сформованное печенье раскладывают на листы, предварительно смазанные жиром, и выпекают при температуре 200—210° в течение 10—15 минут.

## **ПЕЧЕНЬЕ АРОМАТНОЕ**

246

### **ФУРСЕКУРЬ АРОМАТЕ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука пшеничная 450, мед 220, сахар 220, яйцо 1,5 шт., ореховое ядро 120, сода 8, корица 4, гвоздика 4, соль.

Мед доводят до кипения, растворяют в нем сахар и охлаждают до 50—55°, добавляют яйца, измельченное ореховое ядро, гвоздику, корицу, муку с содой и замешивают тесто. Хорошо вымешенное тесто выдерживают в течение 2 часов. Из теста раскатывают тонкий пласт толщиной 5—

7 мм и с помощью фигурных выемок формуют печенье, раскладывают его на листы и выпекают при температуре 220—230° в течение 10—15 минут.

## **ПЕЧЕНЬЕ С ПОВИДЛОМ**

247

### **ФУРСЕКУРЬ КУ МАЖЮН**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука пшеничная в/с или 1 с. 300, мука кукурузная 300, сахар 215, масло сливочное или маргарин 350, яйцо 1 шт., молоко 50, соль 1, сода 1, повидло 50, вода 20.

Сливочное масло или маргарин растирают добела с помощью деревянной лопаточки или ложки. Сахар растирают с яйцом, добавляют молоко и вливают эту смесь при непрерывном помешивании к сливочному маслу или маргарину.

Просеянную пшеничную и кукурузную муку соединяют с солью, содой, перемешивают, вносят в полученную яично-масляную смесь и быстро замешивают тесто, чтобы оно не затянулось. Тесто помещают в кондитерский мешок и через зубчатую трубочку отсаживают печенье в виде ромашки на смазанный жиром лист.

В середине ромашки с помощью палочки делают углубление, наполняют его повидлом. Выпекают печенье при температуре 260—270° в течение 10—15 минут.

## **ПЕЧЕНЬЕ КУКУРУЗНОЕ С ПОМАДОЙ**

248

### **ПИШКОТУРЬ ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ КУ КРЕМЭ ФОНДАНТЭ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Мука кукурузная 320, мука пшеничная 230, масло сливочное или маргарин 330, сахар 80, сметана 250, сахар ванильный 0,6, сода 7, соль.

Для начинки: помада белая 120, какао-порошок 15.

Масло сливочное или маргарин взбивают с сахаром с помощью деревянной лопаточки до образования пышной массы и, не прекращая взбивания, добавляют сметану ванильный сахар.

В кукурузную и пшеничную муку добавляют соду и вводят приготовленную масляную смесь, быстро замешивая тесто.

Через кондитерский мешок с зубчатой трубочкой отсаживают тесто на листы в виде ромашки. В середине каждой ромашки с помощью палочки делают углубление. Выпекают печенье при температуре 240—250° в течение 15—20 минут. После выпечки, не снимая печенье с листов, углубления наполняют подогретой до 25—40° шоколадной помадой и охлаждают.

## **ПЕЧЕНЬЕ ВОЗДУШНОЕ**

249

### **БЕЗЕЛЕ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Сахар-песок или пудра 1030, белки 17 шт., ванилин 0,5.

Тщательно отделенные от желтков белки охлаждают и с помощью венчика начинают взбивать до появления признаков твoroжения. Затем добавляют порциями половину положенного по норме сахара и продолжают взбивать до тех пор, пока белки не увеличатся в объеме, масса станет пышной и будет хорошо держаться на венчике. Оставшуюся половину сахара с ванилином вводят в белковую массу и осторожно, чтобы не осадить ее, перемешивают.

Готовую белковую массу быстро отсаживают с помощью кондитерского мешка через гладкую или зубчатую трубочку на застланные бумагой листы в виде круглых или овальных лепешек. Поверхность припудривают сахарной пудрой и высушивают при температуре 70—90° в течение 3—4 часов. После осушивания печенье снимают с листов бумаги.

Воздушный (белково-сбивной) полуфабрикат используют для тортов и пирожных.

## ПИРОЖНОЕ БИСКВИТНО-ГЛАЗИРОВАННОЕ

250

### ПРЭЖИТУРЭ ПАНДИШПАН КУ ГЛАЗУРЭ

Норма продуктов на 20 штук изделий весом 55 г.  
Для бисквита: яйцо 3,6 шт., сахар 100, му-  
ка 130.

Для сиропа: сахар 100, вода 100, эссенция  
фруктовая 7.

Для крема: сахар 130, масло сливочное 130,  
какао-порошок 12, ванилин по вкусу.

Для помады: сахар 275, масло сливочное 5,  
сахар для жженки 10, вода 85, патока 27, шоко-  
лад для отделки 15.

Пирожное готовится из двух-трех бисквитных пластов, которые пропитывают сахарным сиропом, покрывают шоколадно-масляным кремом и соединяют вместе.

Поверхность пирожного глазируют шоколадной помадой и украшают шоколадом.

## ПИРОЖНОЕ «ВЫШКА»

251

### ПРЭЖИТУРЭ «ТУРН»

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 86 г.  
Для бисквита: сахар 100, мука в/с 100, яй-  
цо 4.

Для крема: сахар 165, масло сливочное 135,  
какао-порошок 15.

Для сиропа: сахар 75, эссенция ромовая 2,  
вода 75.

Для ореховой крошки: ореховое ядро 45,  
сахар 52, шоколад для украшения 49.

Пирожное «Вышка» готовится из бисквита.

Бисквитные пласты нарезают на полосы шириной 7—8 см, толщиной 5—7 мм, пропитывают сахарным сиропом, покрывают сливочным шоколадным кремом и соединяют по 4—5 пластов. Полученные полосы нарезают на треугольники.

Изделия отделяют кремом, посыпают ореховой крошкой и украшают шоколадом.

## ПИРОЖНОЕ «ГНЕЗДО»

252

### ПРЭЖИТУРЭ «КУЙБ»

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 80 г.  
Для бисквита: яйцо 2,5 шт., сахар 80, мука  
в/с 90.

Для крема: сахар 115, масло сливочное 120,  
какао 15, ванилин по вкусу.

Для сиропа: сахар 120, эссенция ромовая 1,  
вода 120.

Для украшения: сахар 130, ядро ореховое  
70, шоколад 30, конфеты 40.

Пирожное «Гнездо» состоит из двух пластов бисквита круглой или квадратной формы.

Бисквит пропитывается сахарным сиропом и смазывается масляным шоколадным кремом; боковую поверхность обсыпают также жареной бисквитной крошкой.

Поверхность пирожного отделяют шоколадным кремом и «макаронами», изготовленными из орехового ядра с сахаром, пропущенных через мясорубку, а в середину укладывают конфеты драже так, чтобы получалась имитация гнезда.

Шоколад, расплавленный до 36—38°, через конвертик (пергаментный, целлофановый) наносят в виде сетки на поверхность крема и макарон.

## ПИРОЖНОЕ «ГРИБОК»

253

### ПРЭЖИТУРЭ «ЧУПЕРКЭ»

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 85 г.

Для песочного теста: мука в/с 155, сахар 52, яйцо 3/4 шт., масло сливочное 80, сода и аммоний 1/2 чайной ложки, соль 1/2 чайной ложки.

Для безе: сахар 136, белки 3 шт.

Для крема: сахар 42, масло сливочное 80, молоко сгущенное 31, ванильная пудра 0,5, коньяк 2.

Для помады: сахар 125, вода 35, патока 15, какао-порошок 7, эссенция 0,5.

Из песочного теста круглой выемкой формуют лепешки, раскладывают на листы и выпекают.

Из взбитых с сахаром белков через кондитерский мешок с гладкой трубочкой отсаживают на листы (застланные бумагой) лепешки круглой формы, припудривают их сахарной пудрой и выпекают при 70—90° в течение 3 часов, затем охлаждают.

На охлажденную песочную лепешку через кондитерский мешок с гладкой трубочкой отсаживается белый масляный крем в виде ножки гриба, на которую накладывается лепешка из безе, глазированная шоколадной помадой.

### **ТОРТ «МОЛДАВСКИЙ»**

254

### **ТОРТ «МОЛДАВСКИЙ»**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Для бисквита: мука в/с 80, сахар 90, яйцо 3,5 шт., ореховое ядро 75, какао-порошок 20.

Для безе орехового: мука в/с 18, сахар 159, белки 3 шт., орехи 45.

Безе для отделки: сахар 46, белки 1 шт.

Для крема: сахар 52, масло сливочное 94, молоко сгущенное 25, какао-порошок 12, коньяк 1,5.

Для сиропа: сахар 40, коньяк 4, вода 40.

Для прослойки: варенье (клюква) 100.

Торт «Молдавский» состоит из двух шоколадных бисквитно-ореховых лепешек (для которых подсушенное ореховое ядро измельчают и вместе с какао-порошком добавляют в бисквит) и одной лепешки орехового безе, прослоенных масляно-шоколадным кремом и клюквенным вареньем. Для орехового безе во взбитые белки добавляют слегка подсушенное и измельченное ядро ореха.

Шоколадную бисквитно-ореховую лепешку (верхний слой) промачивают сахарным сиропом, поверхность украшают масляно-шоколадным кремом и безе, выпеченными в виде пуговок, боковые стороны торта обсыпают жареной бисквитно-ореховой крошкой.

### **ТОРТ «МОЛДАВИЯ»**

255

### **ТОРТ «МОЛДАВИЯ»**

Норма продуктов на 1 кг изделий.

Для песочной лепешки: мука в/с 280, сахар 100, масло сливочное или маргарин 155, яйцо 1/7 шт., углекислый аммоний 1, сода пищевая 1, соль 1.

Для начинки: повидло или джем 200, сахар на уварку повидла 73, ванилин или эссенция 1.

Для помады: сахар 200, патока 20, вода 60, какао-порошок 10, варенье или цукаты для украшения 30.

Из песочного теста формируют две лепешки круглой или квадратной формы весом по 250 г, выпекают при температуре 230—240° в течение 10—15 минут, затем охлаждают.

Охлажденные лепешки смазывают приготовленной начинкой и соединяют вместе. Поверхность торта смазывают тонким слоем начинки и глазируют шоколадной помадой, подогретой до 40—45°. Сверху торт украшают фруктами из варенья или цукатами и делают надпись «Молдавия».

## **КЕКС КУКУРУЗНЫЙ С ИЗЮМОМ**

256

### **КЕК ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ КУ СТАФИДЕ**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 70 г.  
Мука кукурузная 225, масло сливочное или маргарин 165, сахар 150, яйцо 3 шт., изюм 160, сахарная пудра 50.

Масло сливочное или маргарин взбивают добела с помощью деревянной лопаточки. Сахар растирают с яйцом и небольшими порциями вводят в масло или маргарин, продолжая взбивать до пышной, однородной консистенции.

В полученную смесь вводят муку, изюм и быстро замешивают тесто. Тесто с помощью лопаточки или ложки раскладывают в гофрированные, овальные или круглые формочки, предварительно смазанные жиром, разравнивают поверхность.

Формочки ставят на противень и выпекают в духовом шкафу в течение 30—35 минут при температуре 220—240°.

Изделия после выпечки вынимают из форм в горячем состоянии, охлаждают, поверхность посыпают сахарной пудрой.

## **КАЛАЧ МОЛДАВСКИЙ**

257

### **КОЛАК МОЛДОВЕНЕСК**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 75 г.  
Мука кукурузная 150, мука пшеничная в/с 405, масло сливочное 85, сахар 90, яйцо 2 шт., дрожжи 16, вода 150, соль, масло растительное для смазки листов 18,5.

Калач молдавский выпекают из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом. Из теста формируют изделия в виде плетеного калача, укладывают их на смазанные маслом листы и оставляют для расстойки на 40—50 минут. Затем поверхность изделий смазывают яйцом и выпекают при температуре 230—240° в течение 20—25 минут.

258 **РОГАЛИК МОЛДАВСКИЙ**  
**КОРНУЛЕЦ МОЛДОВЕНЕСК**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 65 г.  
Мука пшеничная в/с 190, мука кукурузная 90,  
масло сливочное или маргарин 85, сахар 95, яйцо  
2½ шт., дрожжи 15, мак 10, вода 80, соль, масло  
растительное для смазки листов 18,5.

Рогалик молдавский выпекают из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом из кукурузной и пшеничной муки.

Из теста формуют изделия в виде небольших плетенки из трех жгутиков, каждому изделию придают форму полумесяца. Изделия укладывают на смазанные маслом листы и оставляют для расстойки на 30—35 минут. Поверхность изделий смазывают яйцом, посыпают маком и выпекают.

259 **БУЛОЧКА «ПОЧАТОК КУКУРУЗНЫЙ»**  
**КИФЛЭ «ШТЮЛЕТЕ ДЕ ПЭПУШОЙ»**

Норма продуктов на 10 шт. изделий весом 80 г.  
Мука пшеничная в/с 380, мука кукурузная 110, мас-  
ло сливочное или маргарин 96, сахар 75, яйцо 2  
шт., дрожжи 15, вода 240, мак для посыпки 5,  
соль, жир для смазки листов 18,5.

Булочка выпекается из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом из кукурузной и пшеничной муки.

Из жгутиков теста формуют булочки в виде кукурузного початка. Подготовленные изделия укладывают на смазанные маслом листы и оставляют для расстойки на 40—50 минут. Затем поверхность булочки смазывают яйцом, посыпают маком и выпекают при температуре 230—240° в течение 20—25 минут.

260 **БИСКВИТ КУКУРУЗНЫЙ**  
**ПАНДИШПАН ДИН ФЭИНЭ ДЕ ПЭПУШОЙ**

Норма продуктов на 1 кг изделий.  
Мука кукурузная 300, яйцо 14 шт., крахмал 200,  
сахар 300.

Яйца взбивают с сахаром до пышной массы. Когда масса увеличится в объеме в 3—3,5 раза, небольшими порциями вводят кукурузную муку, соединенную с крахмалом, и замешивают тесто.



Готовое тесто выкладывают на противни с бортами или формы, предварительно выстланные бумагой, и выпекают при температуре 200—220° в течение 30—40 минут.

## *ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПОЛУФАБРИКАТОВ ДЛЯ ОФОРМЛЕНИЯ КОНДИТЕРСКИХ ИЗДЕЛИЙ*

### **СИРОП ДЛЯ ПРОПИТЫВАНИЯ**

261

#### **СИРОП ПЕНТРУ ПРЭЖИТУРЬ**

Сахар-песок 532, эссенция ромовая 2, коньяк 50,  
вода 585.

Выход сиропа 1 кг.

Сахар-песок растворяют в воде (на 1 кг сахара берут 1,4 л воды), и сироп доводят до кипения, затем охлаждают до температуры 45—50°С и добавляют в него коньяк и эссенцию.

### **ПОМАДА**

262

#### **ПОМАДЭ**

Сахар-песок 828, патока 83, эссенция 2,7, вода 267.

Выход помады: 1 кг.

Сахар-песок растворяют при помешивании в кипящей воде (воды берут 30% к весу сахара) и нагревают на сильном огне до температуры 107—108°С, все время снимая пену. Затем добавляют патоку, и массу нагревают до температуры 114—116°С. Для определения готовности чайную ложку кипящего сиропа опускают в холодную воду; если сироп готов, он превращается в мягкий шарик. (При отсутствии патоки ее заменяют сахаром и в сахарный сироп добавляют немного кислоты.)

Уваренный сироп выливают на смоченную водой мраморную доску стола или в противень из нержавеющей стали слоем 20—25 мм и слегка сбрызгивают холодной водой. Когда сироп остынет до температуры 35—40°С, его перемешивают лопаткой, пока масса не станет белой. Перед отделкой тортов, пирожных и других изделий помаду подогревают до температуры 40—45°С.

Для приготовления шоколадной помады в разогретую готовую помаду добавляют какао-порошок, жженку, ванильную пудру.

## **КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ (МАСЛЯНЫЙ)**

263

### **КРЕМЭ ДЕ ФРИШКЭ**

Пудра сахарная 282, масло сливочное 530, молоко сгущенное 212, пудра ванильная 5,3, коньяк 1,8.  
Выход крема: 1 кг.

Сливочное масло (несоленое) перемешивают в сбивальной машине на тихом ходу в течение 5—7 минут. Затем машину переводят на быстрый ход, постепенно добавляют просеянную сахарную пудру, ванильный сахар и коньяк, прокипяченное и процеженное через сито сгущенное молоко и сбивают еще 7—10 минут.

При отсутствии сбивальной машины масло сливочное разминают до консистенции густой сметаны и, добавляя остальное сырье в той же последовательности, сбивают крем.

## **КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ С КАКАО-ПОРОШКОМ (ШОКОЛАДНО-МАСЛЯНЫЙ)**

264

### **КРЕМЭ ДЕ ФРИШКЭ КУ КАКАО**

Пудра сахарная 268, масло сливочное 504, молоко сгущенное 201, какао-порошок 48, пудра ванильная 2,3, коньяк 1,7.  
Выход крема: 1 кг.

Крем шоколадно-масляный готовят таким же образом, как и сливочный, только в конце добавляют какао-порошок.

## **КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ (ШАРЛОТ)**

265

### **ШАРЛОТЭ ДЕ ФРИШКЭ**

Сахар-песок 364, масло сливочное 417, яйца 65, молоко цельное 243, пудра ванильная 4, коньяк 1,6.  
Выход крема: 1 кг.

В котел из нержавеющей стали загружают сахар-песок, яйца и небольшое количество молока. Смесь тщательно перемешивают и при постепенном нагревании добавляют остальное молоко. Полученный сироп проваривают 4—5 минут при температуре 103—104°, после чего снимают с огня.

процеживают через сито и охлаждают до температуры 20—22°C. Масло сливочное (несоленное) размешивают и, добавляя в него постепенно охлажденный яично-молочный сироп, сбивают до образования пышной однородной массы.

### **КРЕМ ШОКОЛАДНО-СЛИВОЧНЫЙ (ШАРЛОТ)**

266

#### **ШАРЛОТЭ ДЕ ФРИШКЭ КУ ЧОКОЛАТЭ**

Сахар-песок 340, масло сливочное 407, яйца 60,  
молоко цельное 226, какао-порошок 51, пудра ва-  
нильная 1,5.

Выход крема: 1 кг.

Этот крем готовят таким же способом, как и сливочный, на цельном молоке, но в конце сбивания добавляют какао-порошок.



---

## Заготовка продуктов впрок

В Молдавии широко распространена заготовка продуктов впрок, т. е. заготовка продуктов путем квашения, соления, маринования, сушения, жарения. Впрок заготавливают огурцы, помидоры, укроп, щавель, чеснок, капусту и другие овощи, а также мясные продукты. Продукты должны быть качественными, без посторонних примесей и привкусов.

Для приготовления продуктов впрок необходимо создать определенные условия: температуру квашения от  $+15$  до  $+22^{\circ}$ , температуру хранения от  $0$  до  $+2^{\circ}$

Ниже приведены рецепты и технология приготовления некоторых продуктов впрок.

### 267 ТОКАНА

Свинина 17,3, сало обрезное 1,0, соль, специи по вкусу.  
Выход 10 кг.

Мясо (свиную грудинку) нарезают кусочками весом 30—35 г. Нарезанное кубиками сало шпик помещают на раскаленный противень и обжаривают его до образования расплавленного жира. Нарезанное мясо обжаривают в жире до образования румяной корочки.

В процессе жарки мясо периодически перемешивают. За 10—15 минут до готовности добавляют соль, лавровый лист, душистый перец-горошек.

Готовую горячую токану укладывают в чистую и сухую посуду и заливают жиром. Посуду закрывают крышкой и хранят в прохладном месте 4—5 месяцев при температуре от 0 до +1°

Перед употреблением токану выкладывают на раскаленную сковородку, разогревают и прожаривают с репчатым луком, в конце добавляют растертый чеснок.

## 268 ШПИНАТ И ЩАВЕЛЬ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ

Шпинат 500, щавель 250, вода 250

Листья шпината и щавеля перебирают, тщательно промывают в проточной воде и дают ей стечь. Листья укладывают в эмалированную кастрюлю, добавляют воду ( $\frac{1}{3}$  часть от количества овощей), кипятят 3 минуты и в горячем виде расфасовывают в подогретые банки. Наполненные банки накрывают подготовленными крышками и стерилизуют: банки емкостью 1 литр — 35 минут, емкостью 0,5 литра — 25 минут.

После стерилизации банки герметически укупоривают и охлаждают.

## 269 КАБАЧКИ МАЛОСОЛЬНЫЕ

Кабачки 15 кг, укроп 0,5 кг, сельдерей 0,5 кг, чеснок 0,3 кг, перец стручковый горький 0,1 кг, соль 0,5 кг.

Выход малосольных кабачков 10 кг.

Свежие кабачки размером до 10 см очищают от плодоножек и соцветий, промывают, бланшируют 1—2 минуты и засаливают.

Для придания вкуса добавляют укроп, стручковый горький перец (лучше красный), чеснок и сельдерейный лист. Укроп и сельдерейный лист моют в воде и нарезают на кусочки длиной до 5 см. Стручковый зеленый или красный перец нарезают на половинки, чеснок очищают. Другие виды ароматических трав: вишневый, черносмородиновый лист и лист хрена — кладут в небольших количествах.

Укладывают все в банку или бочку в следующем порядке: укроп, хрен, чеснок, стручковый горький перец, затем ряд кабачков и снова ароматические травы и т. д. вплоть до наполнения.

Укладка кабачков должна быть плотной. Уложенные кабачки заливают рассолом, который готовится следующим образом: воду нагревают до кипячения и добавляют соль согласно рецептуре.

Заливают кабачки горячим рассолом, небольшими порциями. Заполненные банки или бочки накрывают крышками и выдерживают в течение суток, затем их укупорируют и выносят в холодное помещение на одни-двое суток.

## 270 КАПУСТА КВАШЕНАЯ

Капуста 55 кг, морковь 1,2 кг, соль 1,2 кг  
Выход 50 кг.

Для квашения используют капусту поздних сортов.

В домашних условиях квашение капусты производится в небольших бочках целыми кочанами, которые пересыпаются шинкованной капустой.

Для квашения отбираются плотные кочаны, с которых очищают зеленые и поврежденные листья, удаляют верхнюю часть кочерыжки. Большие кочаны разрезают пополам. Подготовленные кочаны укладывают в хорошо промытую и ошпаренную кипятком бочку, пересыпают шинкованной или рубленой капустой, перетертой с солью и морковью. В процессе засолки капусту следует утрамбовывать, чтобы она дала сок.

Подготовленную капусту накрывают промытыми капустными листьями, а затем чистой тканью, на которую кладут хорошо промытый деревянный круг, а на него — гнет (груз); вес груза должен составлять 15% веса капусты.

Спустя два-три дня начинается процесс брожения, который заканчивается через 15—16 дней при температуре в помещении 15—22°. При более низкой температуре процесс брожения замедляется.

После окончания брожения бочки хранят при температуре от 0 до +2°

В процессе квашения необходимо следить за тем, чтобы рассол покрывал капусту. С поверхности капусты периодически удаляют плесень, обмывают края бочки, деревянный круг, груз, ткань.

## 271 БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ КВАШЕННЫЕ

Норма продуктов на 1 банку емкостью 3 л.  
Баклажаны 2,5 кг, морковь 0,5 кг, корень петрушки 0,1 кг, лук 0,1 кг, чеснок 5—8 зубков, масло растительное 0,2 кг, зелень 0,02 кг, сельдерей 0,04 кг, соль.

Баклажаны, примерно одинаковые по величине, моют, удаляют плодоножку. В каждом баклажане делают сквозной надрез по длине, отступив от концов на 2—3 см. Баклажаны проваривают в подсоленной воде 30—40 минут, вынимают из кастрюли, дают стечь воде и охлаждают. Через разрез баклажаны фаршируют.

Для приготовления фарша: морковь и корень петрушки очищают, моют, нарезают соломкой и слегка обжаривают на растительном масле, соединяют с пассированным репчатым луком, добавляют соль, зелень, чеснок и все хорошо перемешивают.

Фаршированные баклажаны перевязывают стеблем сельдерея, укладывают в трехлитровые банки, пересыпают солью и оставляют для брожения, закрыв чистой марлей. Через 4—5 дней банки заливают прокипяченным растительным маслом, закрывают крышками и хранят в прохладном месте.

Баклажаны можно квасить и в небольших бочках, которые хорошо укупорируют.

## 272 ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ

Помидоры 52 кг, укроп 0,75 кг, листья хрена 0,5 кг, чеснок 50 зубков, перец стручковый 50 шт., сельдерей, эстрагон 0,2 кг, вода 35 л, соль 2,8 кг.  
Выход 50 кг.

Помидоры сортируют по степени зрелости на зеленые, бурые и красные, удаляют плодоножки.

Помидоры промывают и плотно укладывают в хорошо ошпаренную и промытую бочку, на дно которой укладывают слой пряностей (укроп, листья хрена, перец стручковый, чеснок). Пряностями перекладывают и слои помидоров.

Помидоры заливают рассолом, помещают на них легкий гнет, закрывают бочку крышкой и хранят в холодном помещении (при температуре +1, +2°).

## 273 ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ

Огурцы 53 кг, укроп 1,5 кг, эстрагон 0,2 кг, хрен 0,2 кг, чеснок 0,1 кг, перец стручковый горький 0,07 кг, листья черной смородины или вишни 0,5, рассол 35 л, соль 3 кг.  
Выход 50 кг.

Огурцы сортируют, удаляют перезрелые, увядшие и промывают. Укладывают в хорошо ошпаренную и промытую бочку, на дно которой кладут листья черной смородины или вишни, укроп, чеснок, хрен (корень), стручковый горький перец. Ряды огурцов также перекладывают пряностями.

Огурцы заливают рассолом, закрывают бочку крышкой и хранят при температуре от 0 до +1°.

## 274 СТРУЧКОВЫЙ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ СОЛЕННЫЙ

На 100 стручков 300—400 г соли.

Неповрежденные стручки перца моют, вырезают семенную коробочку вместе с семенами, насыпают в каждый стручок соли и укладывают их в посуду на сутки, чтобы размякли. Затем стручки вкладывают один в другой (чтобы меньше места занимали), складывают в деревянную кадку или стеклянные банки и заливают соком, который они образовали. Сверху на стручки кладут гнет. Если сока мало, то добавляют рассол (на 1 л воды 30 г соли).

Соленые стручки хорошо использовать при варке борщей, щей, а также как гарнир к мясным блюдам.

## 275 СОЛЕНИЕ УКРОПА

На 1 кг укропа 200 г соли.

Зелень укропа перебирают, удаляют грубые стебли, моют, подсушивают на воздухе и режут длиной 7—8 мм.

Просушенный и нарезанный укроп перемешивают с солью, укладывают в чистые сухие банки, закрывают крышками и хранят в темном прохладном месте.

## 276 АРБУЗЫ СОЛЕННЫЕ

Для засолки используют некрупные и только зрелые арбузы. Их промывают, удаляют плодоножки, прокалывают в 8—10 местах острой деревянной шпилькой, укладывают в



чистые бочки, заливают рассолом и оставляют для брожения при температуре 3° на 25—30 дней.

Для приготовления рассола на 10 литров воды берут 600—800 г соли.

При засолке арбузов пряности не применяют.

## **277 ТОМАТЫ МАРИНОВАННЫЕ**

Томаты 15 кг. Для маринада: уксус 5 л, вода 4,5 л, соль 0,6 кг, пряности — корица 7,5 г, гвоздика 5 г, бадьян 4 г, душистый перец 5 г, красный перец 4 г, лавровый лист 10 г.

У зрелых томатов удаляют плодоножку, томаты промывают, укладывают в стеклянные банки, заливают маринадом и плотно укупоривают.

## **278 ПЕРЕЦ МАРИНОВАННЫЙ РЕЗАННЫЙ**

Норма продуктов на одну банку емкостью 1 литр: перец 950 г, уксус 100 г, масло растительное 50 г.

Крепкие стручки перца моют и нарезают полосками в 2—3 см. Готовят маринад, для чего три части уксуса соединяют с двумя частями воды, одной частью подсолнечного масла, добавляют несколько лавровых листьев и соль (100 г на литр маринада).

В кипящий маринад закладывают на 1—2 минуты нарезанный перец, затем вынимают. Перец укладывают в банки и заливают кипящим маринадом. Банки плотно закрывают.

## **279 ГОГОШАРЫ В УКСУСЕ**

Норма продуктов на одну банку емкостью 1 литр: гогошары 950 г.

Свежие стручки гогошар моют, дают им обсохнуть, в 2—3 местах прокалывают деревянной шпилькой и укладывают в банки. Уксус кипятят, прибавив на 1 л уксуса 60 г соли, 50 г сахара, лавровый лист, гвоздику. Этим рассолом (горячим) заливают гогошары и дают им постоять 3—4 минуты. Затем рассол сливают, снова кипятят его и заливают им гогошары. Банки сразу же плотно закрывают крышками.

## 280 МАРИНОВАННЫЕ БАКЛАЖАНЫ

Норма продуктов на одну банку емкостью 3 литра: баклажаны 2,7 кг, морковь 0,7 кг, чеснок 0,05 кг, специи, масло растительное 0,45 кг.

У баклажанов средней величины срезают плодоножки, моют и нарезают ломтиками. Ломтики солят и оставляют на 1—2 часа. Затем ломтики отжимают и обжаривают до румяной корочки. Очищенную морковь нарезают кружочками и тоже обжаривают.

Баклажаны укладывают в банки попеременно с морковью, дольками чеснока, черным перцем и лавровым листом.

Заливают баклажаны прокипяченным подсолнечным маслом. По желанию можно залить уксусом (на 1 л уксуса 30 г соли).

## 281 ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ, ФАРШИРОВАННЫЙ КАПУСТОЙ

Норма продуктов на 10 кг:  
перец 8 кг, капуста белокочанная 4 кг, морковь 2 кг, яблоки 0,5 кг, соль, специи, масло растительное 0,75 кг.

Перец перебирают, промывают, срезают плодоножки и кипятят в маринаде.

Для маринада: 2 л уксуса, 2 л воды, 2 стакана соли, стакан подсолнечного масла и несколько лавровых листьев соединяют и кипятят.

Перец фаршируют шинкованной капустой и морковью и укладывают в банки, заливают маринадом и прокипяченным растительным маслом. Когда масло кипятят, в него добавляют дольки яблок (или же дольки айвы) и зубки чеснока. Перец нужно придавить небольшим грузом и обязательно положить веточки виноградной лозы или вишни. Хранят перец в холодном, сухом месте.

## 282 СЛИВА МАРИНОВАННАЯ

Слива 12 кг. Для маринада: уксус 2,4 л, вода 4,9 л, сахар 2,7 кг, пряности — корица 13 г, гвоздика 5 г, бадьян 6 г, перец душистый 5 г, лавровый лист 10 г.

У зрелой сливы удаляют плодоножки, промывают и накалывают в нескольких местах, чтобы они быстрее пропитались маринадом и не лопалась кожица. Подготовленную

сливу укладывают в стеклянные банки, заливают горячим маринадом и плотно укупоривают.

Для маринада: в воду добавляют сахар, соль и кипятят 10—15 минут. В конце кипячения добавляют пряности и уксус и прогревают еще 15—20 минут, не доводя до кипения.

### 283 **ВИНОГРАД МАРИНОВАННЫЙ**

Виноград 15 кг. Для маринада: уксус 2,6 л, вода 5,7 л, сахар 1,7 кг, пряности — корица 15 г, гвоздика 5 г, бадьян 6 г, душистый перец 6 г.

В бочках виноград маринуют целыми гроздьями, а в стеклянных банках — только ягодами.

Перебранный и промытый виноград (неперезревший и неповрежденный) укладывают в подготовленную тару, заливают маринадом и плотно укупоривают.



---

## В и н а

Молдавия издавна славится прекрасными винами. Они известны не только в Советском Союзе. Их экспортируют в Польшу, Чехословакию, ГДР, Англию и другие страны.

Эмблема молдавских вин — белокрылый аист с гроздью винограда в клюве. По народному преданию, во время турецких завоеваний молдавская крепость была осаждена злыми янычарами. Защитники крепости отважно сражались с врагами, но у них кончилась вода, и им грозила неминуемая гибель от жажды. И тогда к осажденным прилетели аисты с огромными гроздьями винограда в клювах. Защитники крепости были спасены от жажды и голода. Турецким завоевателям не удалось взять крепость, и они вынуждены были отступить.

Виноградные вина — это продукт спиртового брожения виноградного сока крепостью от 9 до 20°. В них содержатся ценные питательные вещества — органические кислоты, витамины, минеральные соли, фосфор, пектиновые и другие вещества, благотворно влияющие на организм.

Название молдавских вин происходит от наименования сорта винограда, идущего на их изготовление (Каберне, Саперави, Пино и др.), или от названия местности, где вина изготавливаются (Романешты, Гратиешты, Онешты и др.). Десертные вина чаще всего именуются по типу вина: портвейн, кагор.

За крайне редким исключением, виноградный сок бесцветен как у светлых, так и у темных сортов винограда. Цвет вину сообщают красящие вещества, находящиеся в кожице винограда. Цвет белого столового вина — от золотисто-соломенного до чуть-чуть желтоватого, красного вина — от фиолетово-красного до темно-гранатового, розового вина — от светлого до темно-розового.

По содержанию спирта и сахара виноградные вина подразделяются на тихие и содержащие углекислоту. Из тихих вин предприятиями Молдавии вырабатываются столовые, крепленые и ароматизированные; из вин, содержащих углекислоту, — шампанские, игристые, шипучие.

Столовые вина получают путем естественного брожения виноградного сырья, без добавления спирта. Содержащийся в этих винах спирт образуется только за счет естественного брожения сахара. При полном сбраживании сахара получают так называемые сухие вина (с содержанием сахара до 0,3%), а при частичном — полусухие (от 0,3 до 3% сахара) и полусладкие (от 3 до 8% сахара). Столовые вина вырабатывают крепостью от 9 до 14°. Наиболее характерными среди молдавских столовых вин являются Рислинг, Онешты, Фетяска, Алиготе, Ркацителы, Каберне.

Крепленые вина получают путем неполного сбраживания сока или мезги, брожение прекращается добавлением спирта. По содержанию спирта они подразделяются на крепкие и десертные. Крепкие вина содержат от 17 до 20% спирта и сравнительно небольшое количество сахара — от 1 до 13%. Наиболее характерными крепкими винами являются Херес, Мадера, Портвейн и др. Десертные вина содержат от 12 до 17% спирта и от 5 до 35% сахара. От крепких вин они отличаются большей полнотой и мягкостью вкуса, преобладанием медовых, фруктовых или специфических ярко выраженных сортовых тонов в аромате. Из молдавских десертных вин широко известны Фрага, Лидия, Кагор, Мускател.

Ароматизированные вина готовятся из специальных крепленых вин с использованием сахара и настоев различных ингредиентов. Ароматизированными являются вермут крепкий и десертный (красный, розовый, белый), вермут

крепкий красный, десертный белый, вермут розовый, десертный красный, полученные путем купаживания столового вина, настоя спирта на цветах, травах и кореньях с добавлением сахарного сиропа. Высокую оценку получило ароматизированное вино Букет Молдавии.

Игристые вина — Советское шампанское — получают из специально приготовленного и соответственно обработанного виноматериала путем брожения его в бутылках. Виноматериалы готовятся из определенных сортов винограда с соблюдением специальных технологических правил. Вино отличается очень тонким, только ему присущим букетом, свежим гармоничным вкусом, светло-соломенной с зеленоватым оттенком окраской.

Молдавское Советское шампанское полусухое содержит спирта 10,5—12%, сахара — 5%. Советское шампанское сухое содержит спирта 10,5—12%, сахара — 3%.

Советское шампанское красное полусухое имеет слегка освежающий вкус, нарядную рубиновую окраску, свойственную сорту винограда Каберне, содержит спирта от 11 до 13%, сахара — 5%.

Вина также подразделяются на сортовые и купажные. К сортовым относят напитки, приготовленные из одного сорта винограда (Рислинг, Алиготе, Ауриу, Совиньон), к купажным — приготовленные из нескольких сортов винограда (Нектар, Утренняя роса, Флоаря вией и т. д.). По качеству все тихие виноградные вина подразделяются на ординарные, марочные и коллекционные. К ординарным относятся вина, выдержанные до одного года (Фетяска, Онешты, Ркацители и другие), к марочным — высококачественные вина, полученные из определенных сортов винограда и выдержанные от 2 до 6 лет (Каберне, Негру де Пуркарь, Мускат и другие). Марочные вина, выдержанные не менее 6 лет, в том числе не менее 2 лет в бутылках, называют коллекционными.

Коньяк — крепкий алкогольный напиток со специфическим букетом и вкусом. Молдавские коньяки вырабатывают из коньячного спирта, получаемого путем перегонки натурального виноградного вина. Коньячный спирт наливают в дубовые бочки и выдерживают в подвалах, при этом он приобретает золотисто-коричневую окраску и характерный аромат.

Для приготовления коньяка с необходимыми вкусовыми качествами и требуемыми кондициями в купаж используется выдержанный коньячный спирт, спиртовые воды, карамелизованный сахар и сахарный сироп.

В зависимости от возраста и качества коньячных спиртов коньяки подразделяются на ординарные, выдержанные не более 5 лет, и марочные, выдержанные 6 и более лет. Коньяки выпускаются с наименованием звездочек, соответствующих времени выдержки. Марочные сорта коньяка обозначаются литерами (КВ, КВВК, КС), а особо качественные — полными названиями: Солнечный, Букурия, Праздничный и т. д.

Вина и коньяки Молдавии отличаются высоким качеством. На международных конкурсах и дегустациях, состоявшихся за последние годы в Югославии и Венгрии, и на Выставке достижений народного хозяйства СССР они удостоены 10 золотых, 19 серебряных и 3 бронзовых медалей, а в 1958 году винодельческая промышленность Молдавии на Всемирной выставке в Брюсселе награждена серебряной медалью.

### *Последовательность подачи вин к столу*

Правильный подбор вин к блюдам усиливает их вкусовые качества, поэтому необходимо знать основные правила и последовательность подачи вин к столу.

Крепкие вина (портвейн, мадеру и др.) подают в начале обеда к закускам — ветчине и копченостям, семге, соленым и маринованным овощам. К блюдам, приготовленным на гратаре, — мититею, костице, печени — подают красные сухие: Рошу де Пуркарь, Каберне, Негру де Пуркарь и др. К блюдам из домашней птицы — сухое или полусухое шампанское. К горячим блюдам из рыбы хороши столовые сухие вина типа Рислинга, Фетяски, Алиготе.

К десерту подают десертные вина — Трифешты, Ауриу, Нектар. С фруктами, ягодами, орехами, кондитерскими изделиями и другими сладостями хорошо сочетаются шампанское, десертные вина Чумай, Гратиешты, Мускат.

Большое значение для более полного выявления букета вин имеет их температура при подаче. Белые столовые и полусладкие вина слегка охлаждают, летом до 8—10°, зимой до 12—14°, столовые сухие красные вина подогревают до 18° летом и до 20° зимой. Красные вина типа портвейна и десертные вина подают при комнатной температуре (16—18°), вина шампанские охлаждают до 6—8°.

Напитки подают в соответствующей посуде: водку наливают в рюмки емкостью до 50 см<sup>3</sup>, крепкие вина — в рюмки емкостью не более 75 см<sup>3</sup>, столовые вина, шампанские — в бокалы емкостью 100—125 см<sup>3</sup>.

---

*Краткий перечень вин и коньяков  
Молдавии*

*ВИНА СТОЛОВЫЕ СУХИЕ ОРДИНАРНЫЕ*

Рара нягрэ	Мускат
Онешты	Пино
Рислинг	Каберне
Семильон	Саперави

*ВИНА СТОЛОВЫЕ СУХИЕ МАРОЧНЫЕ*

Алиготе	Фетяска
Негру де Пуркарь	Каберне
Рошу де Пуркарь	Рислинг

*ВИНА СТОЛОВЫЕ ПОЛУСЛАДКИЕ*

Флоаря вией	Полусладкое красное
Норок	Полусладкое белое
Примэвара	

*ВИНА КРЕПКИЕ ОРДИНАРНЫЕ*

Портвейн розовый	Буджакское
Портвейн белый	Вермут десертный розовый
Мадера	Вермут десертный красный
Лучафэр	Букет Молдавии
Херес	



*ВИНА ДЕСЕРТНЫЕ ОРДИНАРНЫЕ*

Молдавское сладкое белое	Гратиешты
Молдавское сладкое красное	Трифешты
Фрага	Мускат молдавский
Лидия молдавская	

*ВИНА ДЕСЕРТНЫЕ МАРОЧНЫЕ*

Гратиешты	Ауриу
Чумай	Нектар
Трифешты	

*КОНЬЯКИ*

Коньяк 3 звездочки	Букурия
Коньяк 4 звездочки	Юбилейный
Коньяк 5 звездочек	Сюрпризный
Молдова	КС — Праздничный
Нистру	ОС — Солнечный
Дойна	КВВК
Кишинэу	

## СООТНОШЕНИЕ МЕРЫ И ВЕСА НЕКОТОРЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

<i>Стакан тонкий</i>	муки пшеничной	— 160 г
	молока цельного	— 200 г
	сахара-песка	— 230 г
	фасоли	— 180 г
	растительного масла	— 180 г
	риса	— 240 г
	сметаны	— 210 г
	меда	— 250 г
<i>Столовая ложка</i>	томата-пасты	— 230 г
	муки пшеничной	— 25 г
	сахарного песка	— 25 г
	меда	— 40 г
	уксуса	— 15 г
	масла растительного	— 15 г
	томата-пасты	— 25 г
	кофе с цикорием	— 8 г
	какао	— 8 г
	соли	— 20 г
	сахарной пудры	— 15 г
	молотого красного перца	— 9 г
	молотого черного перца	— 10 г
	сметаны	— 25 г
	сливочного масла	— 20 г
<i>Чайная ложка</i>	сахарного песка	— 10 г
	меда	— 15 г
	перца молотого	— 5 г
	соли	— 10 г
<i>Чайная ложки</i>	томата-пасты	— 5 г
	кофе	— 4 г
	какао	— 4 г
	чая	— 3 г

Вес яйца 43, в том числе белка 23 г, желтка 20 г.

## АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ БЛЮД

### Закуски

- Ассорти мясное 46  
Баклажаны фаршированные 33  
Болгарский перец жареный с соусом из помидоров 32  
Брынза молдавская с зеленым луком 18  
Брынза молдавская с зеленым луком и маслом 19  
Гогошары по-молдавски 29  
Гогошары, фаршированные капустой 39  
Грибы фаршированные 69  
Закуска «Весна» 5  
Закуска домашняя 27  
Закуска из помидоров с брынзой 24  
Закуска из фасоли 20  
Закуска молдавская 29  
Закуска по-днестровски 28  
Закуска сельская 26  
Закуска студенческая 25  
Заливное деликатесное 49  
Заливное «Малютка» 56  
Икра из баклажан 22  
Икра закусовая 16  
Мозги отварные с луком 47  
Мозги под майонезом 48  
Мушка фаршированная заливная 52  
Огурцы по-бельски 36  
Паштет мясной заливной 55  
Перец жареный 10  
Перец, фаршированный овощами 31  
Печень жареная с чесноком 54  
Печень по-бельски 53  
Печень трески с творогом 42  
Помидоры, фаршированные икрой из баклажан 35  
Помидоры, фаршированные шампиньонами 34  
Редис с брынзой и маслом 17  
Рулет из судака под майонезом 40.  
Рыба в саламуре 45  
Рыба в соусе 43  
Сазан жареный с чесноком 39  
Салат ароматный 4  
Салат «Дойна» 3

Салат весенний 6  
Салат зимний 9  
Салат из кабачков 14  
Салат из маринованных гогошар 12  
Салат картофельный с гогошарами 15  
Салат кишиневский 1  
Салат «Лето» 7  
Салат любительский 13  
Салат молдавский 2  
Салат «Норок» 51  
Салат осенний 8  
Салат по-сорокски 11  
Сельдь под майонезом с луком 37  
Сельдь с творогом 41  
Сельдь, фаршированная овощами 38  
Студень из птицы 59  
Студень из свинины и говядины 56  
Фасоль протертая 21  
Щука по-домашнему 44  
Яйцо фаршированное по-днестровски 58  
Яйцо фаршированное под ланспигом 57

### *Супы*

Борщ по-домашнему 72  
Борщ холодный 73  
Бульон по-деревенски 61  
Бульон с блинчиками и кнелями 63  
Бульон с пирожками 62  
Солянка мясная по-молдавски 75  
Солянка рыбная по-молдавски 74  
Суп деликатесный 65  
Суп из сушеных фруктов с кукурузными хлопьями 78  
Суп с кукурузной крупой и мясными фрикадельками 66  
Суп с курицей 64  
Суп молочный с кукурузной крупой 76  
Суп молочный с кукурузными хлопьями и тыквой 77  
Суп овощной по-молдавски 67  
Чорба аппетитная 69  
Чорба с телятиной и грибами 71  
Чорба с фасолью 68  
Чорба с фрикадельками и гренками 70

### *Соусы*

Маринад винный 84  
Овощная приправа 85  
Приправа из гогошар 86  
Соус винный с орехами 87  
Соус из сушеных фруктов 88  
Соус красный с вином и гогошарами 81  
Соус муждей (I вариант) 79  
Соус муждей (II вариант) 80  
Соус томатный с вином 82  
Соус томатный со сметаной 83

### *Овощные блюда*

- Баклажаны в сметанном соусе 90  
Баклажаны фаршированные с соусом муждей 91  
Голубцы овощные с кукурузной крупой 96  
Голубцы овощные с кукурузой и грибами 95  
Грибная токана с мамалыгой 94  
Запеканка из баклажан с мясом 103  
Зразы картофельные с брынзой 106  
Капуста с яйцом и брынзой 104  
Капуста фаршированная 99  
Капустная запеканка с мясом 101  
Картофель жареный с брынзой 102  
Картофель отварной с чесноком 89  
Картофельные крокеты с соусом муждей 98  
Овощная токана 93  
Рагу из овощей по-молдавски 92  
Рагу из овощей с грибами 97  
Тыква, запеченная с фруктами 105  
Фасоль, тушеная с черносливом 135

### *Крупяные, мучные, яичные блюда*

- Вареники с брынзой 119  
Вареники с печенкой 118  
Запеканка из кукурузных хлопьев с творогом 127  
Зразы из кукурузной муки с фруктами 126  
Зразы кукурузные 125  
Зразы кукурузные с капустным фаршем 117  
Каша кукурузная с изюмом и грецкими орехами 120  
Клецки отварные с соусом муждей 115  
Крокеты кукурузные с брынзой 116  
Лапшевник с фруктами под сладким соусом 123  
Мамалыга 107  
Мамалыга под острым соусом 108  
Мамалыга с брынзой 113  
Мамалыга с жареной брынзой и яичницей 114  
Мамалыга с молоком 110  
Мамалыга со сливочным маслом 112  
Мамалыга со сметаной 111  
Мамалыга со шкварками 109  
Омлет по-молдавски 131  
Омлет с кукурузой 130  
Пудинг из фасоли с творогом и изюмом 124  
Пудинг кукурузный со сметаной 121  
Сырники с изюмом и орехами 122  
Яичница-глазунья с брынзой 128  
Яичница по-молдавски 129

### *Рыбные блюда*

- Жаркое рыбное 140  
Осетрина под винным маринадом 133  
Рыба жареная в кляре 136

Рыба жареная с соусом муждей 135  
Рыба отварная с соусом муждей 132  
Рыба по-домашнему 138  
Рыба по-кишиневски 134  
Рыба с овощами 139  
Рыбные тефтели по-молдавски 137  
Судак, запеченный в горшочке 141

### *Мясные блюда*

Антрекот по-днестровски 160  
Биточки «Новинка» 175  
Биточки по-кишиневски 171  
Бифштекс по-молдавски 167  
Бризоль «Молдова» 161  
Говядина по-сельски 149  
Голубцы по-молдавски 156  
Жаркое по-днестровски 146  
Жаркое по-молдавски 144  
Жаркое по-сорокски 145  
Зразы по-бельцки 163  
Зразы по-молдавски 176  
Зразы «Сюрприз» 172  
Кавурма из цыплят 158  
Корейка на шпажке 170  
Котлеты «Аурий» 165  
Котлеты «Букурия» 168  
Котлеты «Кишинэу» 164  
Котлеты любительские 174  
Котлеты «Норок» 178  
Котлеты по-бендерски 177  
Котлеты по-оргеевски 173  
Курица с мамалыгой 184  
Манжа из баранины 150  
Мусака из картофеля 154  
Мынкэрика 181  
Мясо, запеченное с капустой 155  
Мясо с баклажанами 151  
Мясо с овощами 152  
Мясо с фасолью 147  
Огурчики по-тираспольски 162  
Паприкаш с мамалыгой 143  
Рагу из печени 153  
Рулетки куриные 179  
Рулетик молдавский 166  
Свиная грудинка с болгарским перцем 169  
Струдель с легкими 157  
Тефтели по-молдавски 180  
Токана из свинины 142  
Цыпленок под соусом муждей 185  
Цыпленок по-сорокски 183  
Цыпленок с фасолью 182  
Язык по-бельцки 148  
Яхния 159

### *Блюда на гратаре*

- Антрекот на гратаре 189
- Бифштекс на гратаре 188
- Костица на гратаре 187
- Курица на гратаре 192
- Кырнацей на гратаре 192
- Лангет на гратаре 191
- Миттей на гратаре 193
- Осетрина на гратаре 186
- Печень на гратаре 194
- Печень, шпигованная салом, на гратаре 195
- Филе на гратаре 190
- Цыпленок на гратаре 196

### *Гарниры*

- Гарнир к блюдам на гратаре (I вариант) 197
- Гарнир к блюдам на гратаре (II вариант) 198
- Гарнир к мясным блюдам (I вариант) 199
- Гарнир к мясным блюдам (II вариант) 200

### *Сладкие блюда и напитки*

- Вино кипяченое с сахаром 205
- Взбитые сливки с орехами и вареньем 219
- Желе винное 204
- Желе «Янтарь» 202
- Зефир абрикосовый с вишневым вареньем 224
- Кисель из красного вина со взбитыми сливками 203
- Коктейль летний 217
- Коктейль «Лунный диск» 216
- Коктейль фруктовый 215
- Крем творожный с вареньем 220
- Крюшон «Молдова» 208
- Мороженое «Фокушор» 225
- Напиток «Бодрость» 206
- Напиток «Здоровье» 211
- Напиток «Лето» 212
- Напиток, «Нистру» 213
- Напиток «Норок» 210
- Напиток «Спортивный» 209
- Напиток «Тинереця» 207
- Напиток яблочный 214
- Огурчики из кукурузной муки в сиропе 227
- Рис с черносливом 226
- Сладкая закуска 228
- Сливки с кукурузными хлопьями и вареньем 218
- Фасоль сладкая 229
- Фрукты в сиропе со взбитыми сливками 221
- Чернослив с орехами в сиропе 201
- Яблоки печеные со взбитыми сливками и орехами 223
- Яблоки, фаршированные рисом и изюмом 222

### *Мучные и кондитерские изделия*

- Бисквит кукурузный 260
- Булочка «Початок кукурузный» 259