CELE MAI IUBITE REȚETE (1)

Bucate Aromate - Colecția Rețete Iubite de Cititori

Cuprins

03 Aperitive

07 Supe și ciorbe

09 Feluri principale

11 Deserturi

15 Băuturi

17 Rețete de pâine

"Cea mai ușoară rețetă de sărățele. Aluatul e foarte versatil, îl poți folosi la multe alte preparate: tarte, pogacele, pateuri cu diverse umpluturi, etc."

SĂRĂŢELE CU BRÂNZĂ ŞI CHIMEN

Ingrediente

- 150 g unt (82% grăsime)
- 100 g brânză de vaci grasă
- 50 g telemea de vaci
- 150 g făină
- un vârf de linguriţă de sare fină
- un vârf de cuţit de turmeric (pentru culoare) - opţional
- un ou pentru uns deasupra
- seminţe de chimen
- sare grunjoasă

Mod de preparare

1.Se frământă un aluat din unt, brânza de vaci bine scursă, telemeaua dată pe răzătoarea cu gauri mici, făină, turmeric (opţional) şi sarea fină. Nu frământaţi prea mult, ci doar până obţineti un aluat omogen, elastic, care nu se mai lipeşte de mâini.
2. Înveliţi bila de aluat în folie alimentară şi daţi-o la frigider pentru cel puţin 6 ore. Cu cât stă mai mult la rece, cu atât va creşte mai frumos la copt şi se va desface în fâşii.
3. Presăraţi blatul de lucru cu puţină făină şi întindeţi o foaie de aluat groasă cam de ½ cm.
4. Tăiaţi sărăţele late cam de 1 cm şi lungi cât doriţi voi şi asezaţi-le în tava de la aragaz tapetată cu hârtie de copt.
5. Ungeţi sărătelele cu ou bătut şi presăraţi cu seminţe de chimen şi sare grunjoasă.
6. Coaceţi timp de 15 minute în cuptorul încins la 180 de grade..

Vezi aici rețeta de pogăcele cu cașcaval, făcute din același aluat.

bucatearomate.ro

"Ruladele sunt un aperitiv nu doar foarte aspectuos, ci si foarte spornic. Se pot umple cu creme sau paste pentru toate gusturile."

RULADĂ APERITIV

Ingrediente

- 300 ml de lapte
- 100 g unt
- 100 g de făină
- 5 ouă
- un praf de sare

Rulada aperitiv se poate umple cu:

- cremă de brânză cu chimen
- pastă de ton cu muștar,
- pate de ficat frecat cu unt,
- cremă de brânză cu măsline,
- pastă de creier,
- pastă de măsline,
- icre de pește.

Mod de preparare

1.Punem la încălzit laptele cu untul şi un praf de sare.
2. Când untul s-a topit turnăm făina, amestecând energic cu un tel ca să nu se formeze cocoloaşe.
3. Vom obţine un aluat omogen şi lipicios. Continuăm să amestecăm menţinând cratiţa pe foc, până când simţim că aluatul s-a mai uscat şi nu se mai lipeşte de oală.
4. Lăsăm aluatul să se răcească înainte de a adăuga ouăle.
5. Aprindem cuptorul la 180 de grade şi punem hârtie de copt în tava de la aragaz.
6. Adăugăm gălbenuşurile pe rând, mixând după fiecare să se încorporeze.
7. Batem albuşurile spumă şi le încorporăm în aluat cu mişcări uşoare, de jos în sus.
8. Turnăm aluatul în tavă şi îl nivelăm.
9. Coacem blatul de ruladă 20-25 de minute până când trece testul cu scobitoarea şi îl simţiţi la mână că este uscat şi elastic.
10. Lăsăm blatul 5 minute să se răcorească.
11. În acest timp pregătim un prosop umed, de dimensiuni potrivite, apoi răsturnăm pe el blatul de ruladă.
12. Rulăm blatul ajutându-ne de prosopul umed şi îl păstrăm-l rulat până se răceşte de tot.
13. Desfacem blatul din prosop, întindem umplutura dorită şi rulăm.
14. Ţinem rulada la frigider 2-3 ore înainte să o feliem.

*"Borș de pește așa cum se face în Deltă!
Nu uitați sa îl serviți alături de o mămăligută caldă și de un mujdei de usturoi sau hrean ras cu oțet."*

BORȘ DE PEȘTE DOBROGEAN

Ingrediente

- aprox. 1.5 kg pește mic - caras, plătică, biban
- aprox. 1.5 kg pește mare - crap, somn, sturion, știucă
- 1 morcov mare
- 1 ceapă
- 1 ardei gras
- 1 felie zdravănă de țelină
- 1 rădăcină de păstârnac
- 1 rădăcină de pătrunjel
- 1-2 cartofi
- 3-4 roșii cărnoase
- 2 legături de leuștean
- aprox. 3 litri de apă
- sare și oțet - după gust

Mod de preparare

1. Punem la fiert în apă cu puțină sare ardeiul gras şi rădăcinoasele (mai puțin cartofii) curățate și tăiate cuburi.
2. După vreo 10 minute adăugăm şi cuburile de cartof iar când și acestea sunt fierte, dăm drumul în oală roșiilor tocate sau pasate.
3. Lăsăm roșiile să fiarbă 10 minute, apoi punem peștele mic.
4. Când peștele e fiert bine, îl scoatem din oală cu o supieră si îl lăsăm să se răcorească ca să putem curăța carnea de pe oase.
5. O mărunțim sau o trecem prin sită și o punem înapoi în ciorbă.
6. Potrivim gustul de sare și adăugăm 2-3 linguri de oțet în supă.
7. Punem rondelele de pește mare la fiert. In 10-15 minute sunt gata. Le scoatem și le punem separat într-un castron pe care îl vom servi la masă. 8. Dacă vi se pare că e prea puţin lichid, mai puteţi completa cu puţină apă fierbinte.
9. Între timp ne ocupăm de mămăliguță și de mujdeiul de usturoi sau de hrean.
10. Punem leușteanul tocat mărunt și suntem gata să servim borșul.

"O supă deosebită, cu o aromă delicată, fină, dar foarte pregnantă în același timp."

SUPĂ-CREMĂ DE USTUROI

Ingrediente

- 3 căpăţâni de usturoi (căpăţâni întregi, nu grăunţi, da?)
- 2 cartofi nu prea mari
- 1 ceapă
- 1 felie de ţelină
- sare, piper, cimbru uscat după gust
- câteva picături de ulei de măsline

Mod de preparare

1. Curăţăm cartofii, ceapa şi ţelina, le tăiem cuburi şi le punem la fiert în aprox 1 litru de apă în care am pus un praf de sare.
2. Când cartofii sunt fierţi punem cele 3 căpăţâni de usturoi curăţat şi le lăsăm să fiarbă încă 10 minute.
3. Scurgem supa în care au fiert legumele, dar nu o aruncăm, ci o păstrăm deoparte. Vom subţia crema cu ea.
4. Pasăm toate legumele fierte cu un blender vertical apoi adăugăm supa în care au fiert până ajungem la consistenţa dorită. Nu trebuie să fie prea lichidă, e totuşi o supă-cremă.
5. Potrivim gustul de sare şi piper.
6. Servim fierbinte, cu câteva picături de ulei de măsline puse în fiecare farfurie. Merge de minune cu puţin cimbru uscat presărat deasupra.

"Simplu, tradițional și savuros. Ficățeii la tigaie merg de minune alături de un castron de murături și un pahar de vin roșu!"

FICĂŢEI LA TIGAIE CU CEAPĂ ŞI ARDEI GRAS

Ingrediente

- 500 g ficăţei de pui
- 3 cepe medii
- 2 caţei de usturoi
- 1 ardei gras (de preferat rosu)
- 1 linguriță de pastă de ardei gras
- 50 ml de ulei
- 50 ml vin roșu
- sare și piper după gust
- cimbru uscat

Mod de preparare

1. Se taie ceapa rondele, la fel și ardeiul gras și se pun la călit în uleiul încins împreună cu usturoiul tocat mărunt.
2. Când ceapa a devenit translucidă, se adaugă ficăţeii spălați și curățați de pielite. Acoperiți tigaia cu un capac și amestecați din când în când să nu se lipească. Ficăţeii își mai lasă și ei apă, dar dacă e nevoie, adăugați foarte putină suplimentar, doar atât cât să aibă în ce se înăbuși.
3. Când ficăţeii sunt gata, îndepărtați capacul, adăugați vinul, 2 crenguțe de cimbru uscat și lăsați să mai dea câteva clocote.
4. Potriviți gustul de sare și piper și serviți cu murături și mămăliguță sau piure de cartofi.

Vezi aici cum se face pasta de ardei gras.

*"Peștele se gătește la cuptor, fără fum, fără miros puternic și practic va fi gata odată cu garnitura.
În 45 de minute ne putem așeza la masă!"*

PEŞTE PE PAT DE CARTOFI CU ARDEI ŞI ROŞII CHERRY

Ingrediente

- 2 peşti micuti (păstrăv, somn, şalău, caras, macrou, etc.)
- 3-4 cartofi medii
- 1 ardei gras
- 200 g roşii cherry
- ½ de lămâie
- 3-4 căţei de usturoi
- 1 linguriţă de boia de ardei
- cimbru uscat
- sare şi piper după gust (eu am pus piper roşu boabe)
- 150 ml supă de legume (sau apă plată)
- puţin ulei pentru uns tava
- pătrunjel verde pentru servit

Mod de preparare

1. Aprindeţi cuptorul la 180 de grade şi ungeţi cu puţin ulei o tavă potrivită ca mărime.
2. Curăţaţi şi tăiaţi rondele cartofii. Aşezaţi rondelele în tavă. Condimentaţi cu sare, piper, cimbru şi boia de ardei.
3. Taiaţi ardeiul gras fâşii şi puneti-le peste cartofi.
4. Peştii eviscerați, curăţaţi şi spălaţi se stropesc cu suc de lămâie, se condimentează pe toate părţile şi se aşează peste patul de cartofi.
5. Introduceţi in interiorul fiecărui peşte câte o felie de lămâie.
6. Aşezaţi şi roşiile cherry în tavă şi adăugati 150 ml supă de legume sau apă plată.
7. Acoperiţi tava cu o folie de aluminiu şi daţi-o la cuptor pentru 30 de minute.
8. Îndepărtati folia de aluminiu, măriţi temperatura cuptorului la 200 de grade şi mai lăsati tava la cuptor 5-10 minute până ce peştele este rumenit.
9. Presăraţi cu pătrunjel proaspăt şi serviţi imediat.

"O prăjitură deosebită, căreia stratul gros de cremă și mai ales combinația ness-coniac-crocant de migdale îi garantează succesul pe orice masă de sărbătoare."

PRĂJITURĂ CU CREMĂ DE NESS ŞI CROCANT DE MIGDALE

Ingrediente

blat - pentru o tavă de 20x25 cm
4 ouă
4 linguri de zahăr
3 linguri de făină
1 lingură de cacao neagră
un praf de sare

siropul
150 ml de apă
50 g zahăr
30 ml de coniac

crocant de migdale
70 g migdale crude
2 linguri de zahăr pudră
1 lingură de apă

crema de ness
3 ouă
150 g zahăr
2 linguri de ness
400 ml smântână pentru frişcă (cu min. 30% grăsime)

Vezi aici cum se face frișca din smântână. Explicații pas cu pas.

Mod de preparare

blatul

1. Bateţi albuşurile cu un praf de sare, puneți zahărul şi mixaţi din nou.
2. Adăugaţi apoi gălbenuşurile, iar la final încorporaţi făina cernută și pudra de cacao.
3. Coaceţi aprox. 40 de minute la 180 de grade. Lăsaţi blatul să se răcească.

siropul

1. Puneţi la fiert 150 ml de apă şi 50 g zahăr, până când zahărul este complet dizolvat, iar siropul începe să se lege.
2. După ce siropul se răceşte adăugaţi coniacul.

crocant de migdale

1. Mărunţiţi migdalele, de preferat tocându-le cu cuţitul. Puteţi încerca şi la tocătorul electric, dar cu atenţie să nu le transformaţi în făină.
2. Puneţi pe foc, într-o tigaie antiaderentă: migdalele mărunţite, zahărul pudră şi o lingură de apă. Amestecaţi până când migdalele se îmbracă în zahărul caramelizat şi capătă o culoare aurie.
3. Răsturnaţi crocantul de migdale pe o hârtie de copt (sau o tavă, un platou, etc) cât mai răsfirat şi lăsaţi-l să se răcească.

crema de ness

1. Bateţi cu telul cele 3 ouă, adăugaţi zahărul şi ness-ul. Puneţi compoziţia la fiert la bain marie, amestecând continuu până se îngroaşă crema. Lăsaţi crema să se răcească.
2. Bateţi smântâna până obţineti o frişcă fermă.
3. Amestecaţi frişca cu crema de ouă şi ness.
4. Adăugaţi în cremă cam ⅓ din crocantul de migdale şi omogenizaţi.
5. Însiropaţi blatul cât mai uniform şi turnaţi peste blat crema obţinută mai sus.
6. Presăraţi restul de crocant în strat uniform peste cremă şi daţi prăjitura la frigider pentru 3-4 ore înainte de servire.

*"Un tort pe cât de simplu, pe atât de bun!
O rețetă cu ingrediente puține și la îndemâna oricui.
Va avea succes garantat chiar și la cei mai pretențioși musafiri."*

TORT CU MULTĂ FRIŞCĂ ŞI PIERSICI DIN COMPOT

Ingrediente

blatul -pentru o forma de 18 cm
4 ouă
4 linguri de zahăr
4 linguri de făină
½ linguriţă pudră de vanilie
un praf de sare

umplutura
400 ml smântână pentru frişcă
2 linguriţe de zahăr pudră (sau după gust)
1 linguriţă de pudră de vanilie
1-2 piersici decojite din compot, tăiate cubuleţe

pentru însiropat
150 ml de sirop din compot
1 linguriţă de extract de vanilie

decor
piersici din compot
alte fructe proaspete sau congelate
frunze proaspete de mentă

Vezi aici cât de ușor se face extractul natural de vanilie acasă.

Mod de preparare

blatul

1. Aprindeţi cuptorul la 180 de grade şi tapetaţi cu hârtie de copt o formă rotundă cu diametrul de 18 cm.
2. Bateţi spumă albuşurile cu un praf de sare până când nu mai cad de pe teluri.
3. Adăugaţi zahărul şi bateţi albuşurile până se întăresc din nou, devin lucioase, iar zahărul este complet dizolvat.
4. Încoporaţi gălbenuşurile pe rând, apoi făina cernută şi pudra de vanilie.
5. Lăsaţi blatul să se răcească complet, apoi tăiaţi-l în 2 straturi egale.

umplutura şi asamblarea tortului

6. Bateţi smântâna împreună cu zahărul pudră până obţineţi o frişcă cremoasă, dar fermă, care nu cade de pe teluri.
7. Aşezaţi jumătate de blat pe un platou şi însiropaţi-l cu puţină zeamă de compot în care aţi pus 1 linguriţă de extract de vanilie.
8. Peste blat puneţi jumătate din cantitatea de frişcă.
9. Presăraţi piersici din compot tăiate cubuleţe.
10. Aşezaţi al doilea blat peste stratul de frişcă şi fructe şi îl insiropaţi cu siropul rămas.
11. Decoraţi cu frişca rămasă, fructe şi frunzuliţe proaspete de mentă.
12. Lăsaţi tortul la rece cel puţin 2 ore înainte de servire.

"Un ceai minunat, sănătos si reconfortant!"

CEAI DE GHIMBIR CU LĂMÂIE

Ingrediente

- rădăcină de ghimbir
- lămâie
- miere de albine
- frunze de mentă
- apă

Mod de preparare

1. Taiaţi 1-2 cm de radăcina de ghimbir, în funcţie de cât sunteţi de obişnuiţi cu gustul lui şi cât de mult vă place.
2. Curăţaţi ghimbirul de coajă şi tăiati-l în bucăţele mici pe care le puneţi într-o cană de 200 ml.
3. Adăugaţi după gust: lămâie, miere de albine, mentă.
4. Turnaţi apa fierbinte, acoperiţi cu un capac şi lăsaţi ceaiul la infuzat cel puţin 10 minute, apoi serviţi.

"Deosebit de aromat și parfumat!
Un suc 100% natural de care vă veți îndrăgosti!"

SUC DIN PETALE DE TRANDAFIRI

Ingrediente

- 200 g petale de trandafiri
- 250 g zahăr
- 1 lime (sau ½ lămâie) feliată
- sucul de la ½ lămâie
- 4 litri de apă

Mod de preparare

1. Alegeţi petale sănătoase şi curate şi treceţi-le sub 2-3 jeturi de apă pentru a îndepărta praful şi eventual insectele ascunse printre ele.
2. Puneţi petalele într-un borcan, adăugaţi zahărul, lămâia şi apa.
3. Acoperiţi borcanul cu o farfurioară (nu capac, trebuie să poată respira!) şi lăsaţi-l afară la soare.
4. Amestecaţi în borcan de câte ori vă amintiţi, dar cel puţin o dată pe zi.

În funcţie de cât de cald e afară, sucul poate fi gata în 2-4 zile. La mine a durat 4 zile, am prins vreme un pic mai rece.

5. Strecuraţi sucul, puneţi-l în sticle şi păstraţi-l la frigider până la servire. Stă foarte bine chiar şi 4-5 zile.

"O pâine cu miez dens, cu un gust și o culoare deosebite, date de berea neagră și semințele de negrilică pe care le conține"

PÂINE NEAGRĂ CU BERE ŞI NEGRILICĂ

Ingrediente

- 500 g făină neagră tip 650
- 340 ml de bere neagră
- 10 g sare
- 20 g negrilică (sau alte seminţe: susan, in, mix de seminţe, etc)
- 7 g drojdie uscată (1 pliculeţ)

Mod de preparare

1. Cerneţi într-un bol făina împreună cu drojdia uscată.
2. Adăugaţi sarea, berea şi seminţele.
3. Frământaţi aluatul la robot sau cu mâna până obtineţi un aluat elastic care nu se lipeşte de mâini.
4. Acoperiţi bolul cu un prosop şi lăsaţi pâinea la dospit într-un loc ferit de curent, până îşi dublează volumul.
5. Presăraţi blatul de lucru cu puţină făină, răsturnaţi aluatul şi îl frământaţi puţin.
6. Daţi forma dorită pâinii.
7. Aşezaţi pâinea în tavă, acoperiţi-o cu un prosop şi lăsaţi-o să mai crească încă 40-60 de minute.
8. Încingeţi cuptorul la 240 de grade şi puneţi pe fundul acestuia o tavă în care aţi pus aprox. 500 ml de apă.
9. Când cuptorul e bine încins, iar apa a început să clocotească, crestaţi pâinea şi o băgaţi la cuptor.
10. După 15 minute scoateţi tava cu apă din cuptor iar pâinea o mai lăsaţi la copt încă 15-20 minute.
11. După acest timp verificaţi pâinea dacă e bine coaptă. Trebuie să fie rumenă, compactă, uşoară, iar dacă ciocăniţi coaja cu unghia să sune a gol.

*"Pâine rustică cu un gust inconfundabil dat de dospirea cu maia naturală.
Cu o coajă crocantă și miezul aerat, plin de alveole, aceasta pâine are parfum de copilărie și vacanțe la bunici.
"*

PÂINE INTEGRALĂ CU SEMINȚE DE IN (cu maia naturală)

Ingrediente

- 150 g maia naturală cu 100% hidratare
- 300 g apă plată sau filtrată
- 270 g făină albă tip 650
- 180 g făină integrală
- 30 g semințe de in
- 10 g sare neiodată

Vezi aici cum se face maiua naturală pentru pâine. Cum se crește, cum se hrănește, cum se păstrează. Explicatii pas cu pas.

Mod de preparare

1. Clătiți semințele de in în 1-2 ape și puneți-le la înmuiat cu apă cât să le depășească cu un deget.
2. Dizolvaţi maiaua în apă, apoi încorporaţi cele două tipuri de făină. Lăsaţi amestecul să se odihnească timp de 30 de minute.
3. Presăraţi sarea şi semințele de in scurse bine de apă și frământaţi cam 7-8 minute la robot sau 10-12 minute la mână. Veţi avea un aluat moale, umed dar bine legat.
4. Puneţi aluatul într-o cutie de plastic cu capac unsă în prealabil cu foarte puţin ulei. Lăsaţi aluatul să dospească 2,5 ore la temperatura camerei.
5. In acest timp, la intervale de 50 de minute aplicaţi de 2 ori tehnica de întindere și împăturire a aluatului.
6. Puneţi făină pe blatul de lucru şi răsturnaţi aluatul. Daţi o primă formă aluatului, rotund sau oval, după cum doriţi să fie pâinea. Presăraţi cu aluatul cu puţină faină, acoperiţi-l cu un prosop şi lăsaţi-l să se odihnească 20 de minute ca să se relaxeze glutenul.
7. După cele 20 de minute daţi forma finală pâinii şi aşezaţi-o cu sigiliul în sus în baneton sau într-o formă de dospit în care aţi pus în prealabil o pânză de in bine înfăinată.
8. Bagaţi forma într-o pungă de plastic şi lăsaţi-o încă o oră la temperatura camerei, apoi introduceţi forma (cu tot cu pungă) la frigider pentru 8-10 ore.
9. Cu o oră înainte să coaceţi pâinea, aprindeţi cuptorul la temperatura maximă (240-250 de grade) şi puneţi pe fundul cuptorului o tavă metalica în care aţi turnat cam 500 ml de apă.
10. Răsturnaţi pâinea în tava tapetată cu hârtie de copt, crestaţi-o cu o lamă (sau un cuţit bine ascuţit) şi băgaţi-o în cuptorul plin de aburi pentru 15 minute.
11. După 15 minute deschideţi foarte repede uşa cuptorului şi scoateţi tava cu apă.
12. Reduceţi temperatura la 220 de grade și coaceti pâinea în continuare încă 30-35 de minute până când sună a copt dacă o ciocăniţi cu unghia pe partea de jos.
13. Stingeţi focul, deschideţi uşa cuptorului şi mai lăsaţi pâinea în cuptor încă 5 minute, apoi o scoateţi pe un grătar şi o lăsaţi să se răcească complet înainte de a o tăia.
14. Păstraţi pâinea înfăşurată într-un prosop de bumbac sau într-o pungă de hârtie.

Rămâi aproape!

Pe Bucate Aromate ți se pregătesc multe alte surprize delicioase.

Ținem legătura! Ne găsești și în rețelele sociale!