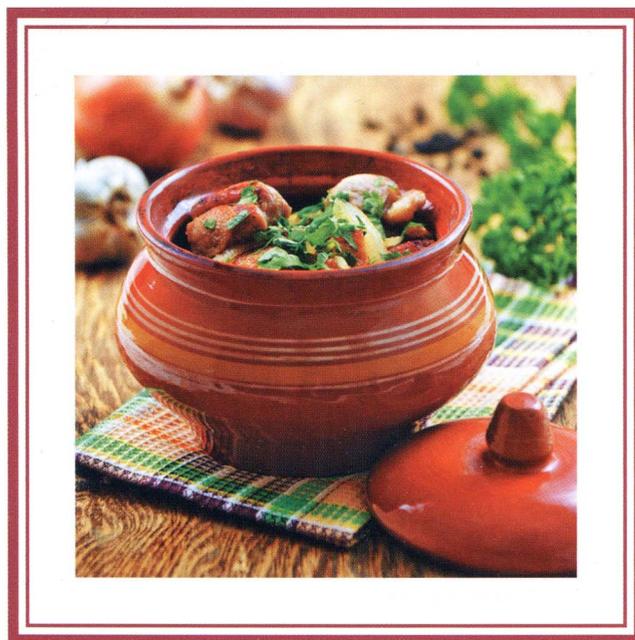


# МОЛДАВСКАЯ КУХНЯ



КУХНИ НАРОДОВ МИРА

# МОЛДАВСКАЯ КУХНЯ



ТОМ 21

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>стр</b>	
5	<b>ПРЕДИСЛОВИЕ</b>
	<b>ЗАКУСКИ И САЛАТЫ</b>
10	Перец, фаршированный овощами
12	Скордоля
13	Помидоры, фаршированные брынзой
14	Шарики из печени трески с творогом
16	Салат по-сорокски
17	Картофельный салат с гогошарами
18	Фасолица с жареным луком
20	Шпигованные баклажаны
	<b>СУПЫ</b>
24	Зама из рыбы
25	Куриная зама
26	Чорба с говядиной и грибами
28	Чорба с бараниной
29	Борщ по-молдавски с фасолью
	<b>ГОРЯЧИЕ БЛЮДА</b>
32	Жареная рыба с соусом муждей
34	Индейка с абрикосами
35	Цыплёнок на гратаре
36	Вицел
38	Кифтелуце
39	Мититеи
40	Гивеч из баранины
42	Токаница из свинины
43	Костица
44	Чигири
46	Постный гивеч
47	Кабачки, фаршированные овощами
48	Скроб с брынзой

50 Мамалыга с чесноком

51 Вареники с брынзой

**ВЫПЕЧКА И ДЕСЕРТЫ**

54 Вертута с мясной начинкой

55 Плацинда с брынзой

56 Плацинда с луком и яйцом

58 Картофельный пирог по-молдавски

59 Вэрзэре

60 Вертута с яблоками, грецкими орехами и корицей

62 Малай

63 Гогошь

64 Аливенч

66 Яблоки в слоёном тесте

67 Чернослив с орехами в вине

68 Кисель из красного вина со взбитыми сливками

**ЧТО ОЗНАЧАЮТ СИМВОЛЫ**

Время приготовления



Количество порций



Насколько сложно приготовить данное блюдо (по 10-балльной шкале)



Количество баллов (очков) по кремлёвской диете\* в каждой порции

\* Смысл кремлёвской диеты, ставшей необыкновенно популярной благодаря «Комсомольской правде», очень прост. Надо ограничивать поступление с едой углеводов (прежде всего сахар, мучное). Тогда организм начнёт перерабатывать жир. И лишний вес постепенно уходит. Основа кремлёвской диеты – научная таблица содержания углеводов в 100 граммах продукта. Для простоты подсчёта 1 грамм углеводов – 1 очко. Чтобы похудеть, надо набирать в день около 40 очков. Чтобы сохранить вес, набирайте 60 и более (у каждого своя индивидуальная норма, которая определяется экспериментально). В мясе, рыбе – 0 очков. В натуральных молочных продуктах – от 0 до 5. В крупах, картошке, сахаре – больше.



Благодарим Веру Визняк, шеф-повара ресторана «Каса маре» при Гостевом Доме при Посольстве Республики Молдова в Российской Федерации, за комментарии к рецептам и ценные советы по приготовлению блюд.



## ПРЕДИСЛОВИЕ

Повезло всё-таки нашему Александру Сергеевичу: в 1820 году в ссылку его отправили не в Сибирь или на Соловки, как изначально планировалось, а в Бессарабию. В мягком климате и в окружении смуглянок-молдаванок поэт провёл не худшие годы своей жизни, много писал. Надо полагать, отведал местных вин, коими уже в ту пору славились эти благодатные края.

Наслаждался ли Пушкин прелестями молдавской кухни? Едва ли. В ту пору в Российской империи люди высшего света (даже очень прогрессивно мыслящие) из всех кухонь признавали разве что французскую. Русскую – и ту почитали «низкой» (хотя, перебрав вечером на балу коньяков да шартрезов разных, наутро не брезговали рассольчиком опохмеляться). А что уж про молдавскую говорить.

А, между прочим, зря. Интереснейшая кухня. Вот, к примеру, сувлаки. Блюдо вроде греческое, но и в Молдавии его

готовят, и как готовят! Есть этому историческое объяснение: Молдавия была как раз на пути «из варяг в греки», вот и перенимала лучшее от заезжих умельцев. Варяжского, правда, в молдавской кухне ничего не обнаружено, а с греческой кулинарией ещё кое-какие аналогии имеются.

Или, скажем, чорба. Точно так же супы в Турции называют. Так ведь и с этой страной история Молдовы тесно связана.

Но самое интересное – конечно, мамалыга. Многие уверены, что это блюдо грузинское. Но в Грузии эта кукурузная каша даже по-другому называется – гоми. Есть нечто похожее и в Италии – полента. И в Закарпатье – банош (или же бануш). А вот мамалыга – вещь сугубо молдавская. Это притом, что кукуруза в здешних краях появилась сравнительно недавно – в конце XVII века, но вон как прижилась! И стала основой любимого молдавского угощения.



Мы бы и сами могли развивать эту тему, но о мамалыге, конечно, должен рассказывать молдаванин. Это будет не рассказ, а песня. И мы нашли человека, который не только любит мамалыгу всей душой, но и умеет её воспеть. Молдавский актёр Валерий Магдьяш (он же – среднеазиатский гастарбайтер Джамшут в комическом сериале «Наша Раша») однажды произнёс следующий пламенный монолог на страницах «Комсомольской правды»:

«Многие ошибочно думают: а, мамалыга, это каша такая кукурузная, как у грузин. Нет, наша, молдавская, мамалыга – совсем другое дело. Это предмет национальной гордости, это памятник нашей культуры.

Обязательно большой огонь. Обязательно чугунный казан. Пока в казане закипает вода, на газеточку аккуратно насыпаешь кукурузную муку. А дальше – как делал мой папа: делишь муку на три части. Закипела вода – и ты одну треть муки не сразу бухаешь, а потихонечку так, круговыми движениями всыпаешь в воду и мешаешь, чтобы комков не было, деревянной палочкой. Потом остальную муку добавляешь. И опять мешаешь. Пока не загустеет. Обычно папа мне доверял мамалыгу помешивать. Я это занятие не любил – однообразно очень. Но без этого нельзя. С комками – это не мамалыга.

А в это время жарятся шкварки. У нас и шкварки особенные. Это не сало. Со свиных рёбрышек срезается мясо постное, очень мелко режется и бросается на сковороду. И оно там в масле аж подпрыгивает на этой сковороде!



Потом жарится яичница-болтушка. Обязательно ставятся к мамалыге остренькие такие помидоры – не маринованные, а именно солёные. Мой отец такие помидоры в бочках солил – к нему со всей Молдавии с бидонами приезжали за этими помидорами. Там и дубовые веточки, и вишнёвые, и виноградные листья, сельдерей, перец...

Ну вот, а мамалыга-то уже сварилась. Её выкладывают на доску и накрывают полотенцем, чтобы не остыла. И у каждого ниточка, ты этой ниточкой себе кусок отрезаешь. И в шкварки его макаешь – раз! Шкварки налипают. В брынзу тёртую – и брынза налипает. В яичницу – хрясь, тоже налипает. И тут ты её в рот – опа! И бокал хорошего молдавского вина. Я иногда в военном училище среди ночи просыпался, так мне хотелось мамалыги»\*.

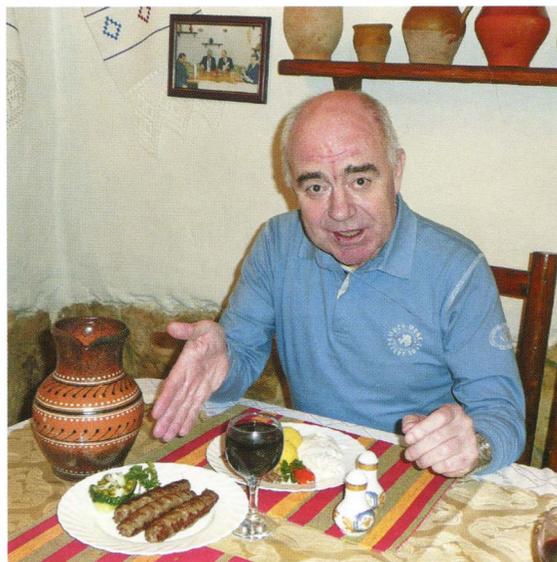
Аппетитный рассказ, правда? Но уж больно трудоёмкий получается процесс. Поэтому кто-то наверняка отмахнётся: «Да ну, с чего это я вдруг стану готовить кукурузную кашу...» А вот с чего: каша эта, как утверждают специалисты (не только молдавские), очень полезна для здоровья. Особенно мужского. В этой связи весьма пикантно звучит песня Надежды Чепраги «Приходи на мамалыгу»:

Мамалыга на губах моих горит,  
Мамалыга кого хочешь примирит,  
И совсем уж не годится, милый мой,  
Если в ссоре, если в ссоре мы с тобой.  
Скатерть белую накрою,  
Скатерть белую с каймой.  
Приходи на мамалыгу, милый мой.

Вот видите, мы так увлеклись мамалыгой, что чуть не забыли о других молдавских вкусностях. Это неправильно. В Молдавии восхитительно готовят овощи. Что они делают из перца, помидоров и баклажанов – это же просто фантастика! А какие у них супы на домашнем квасе! А мясные блюда! Знаете ли вы, что такое мититей или чигири? Потерпите, скоро узнаете. Опять же выпечка: вертуты с сыром, мясом, капустой, грибами или десертные – с яблоком или тыквой.

Если будете готовить и вам понравится, поднимите бокальчик молдавского вина за наше здоровье (если найдёте). А мы – за ваше.

\* Полностью этот материал читайте на сайте «Комсомольской правды» по адресу [kp.ru/6505](http://kp.ru/6505). Там же – видеоинструкция по правильному поеданию мамалыги.



*Как и всякий молдаванин, Валерий Магдьяш не просто любит мамалыгу. Он вам за пару минут докажет, что нет в мире блюда вкуснее и полезнее.*







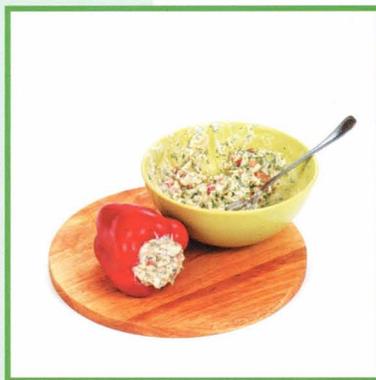
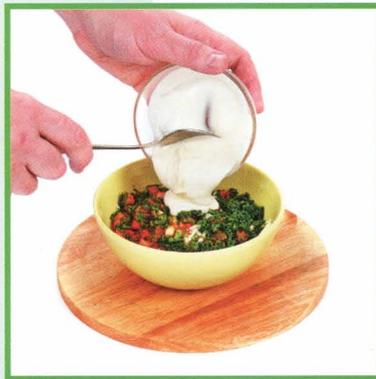
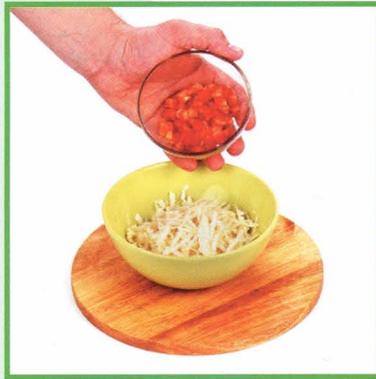
# ЗАКУСКИ И САЛАТЫ



# ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ОВОЩАМИ

## Состав:

- 3 красных сладких перца
- 1 крупный красный помидор
- 4 зубчика чеснока
- 7–8 пёрышек зелёного лука
- 1 пучок укропа
- 5 горошин чёрного перца
- соль
- 200 г твёрдого сыра
- 50 г корня сельдерея
- 1 небольшой корень петрушки
- 3–4 ст.л сметаны



## Приготовление

- 1 Перец вымыть, очистить от семян и перегородок. Помидор вымыть, мелко нарезать. Чеснок почистить, измельчить. Зелёный лук и укроп вымыть, стряхнуть воду, мелко нарубить.
- 2 Чёрный перец растереть в ступке со щепоткой соли. Сыр натереть на крупной тёрке. Корни сельдерея и петрушки почистить, промыть и натереть на тёрке.
- 3 Выложить в миску сыр, натёртые корни, помидоры, лук и чеснок. Добавить чёрный перец с солью, заправить сметаной и хорошо перемешать. Начинить перцы получившейся смесью и убрать в холодильник на 1–2 часа.
- 4 Охлаждённые перцы нарезать на четвертинки, посыпать укропом и подавать к столу.

## КСТАТИ

Для приготовления этого блюда вместо твёрдого сыра можно использовать брынзу.





# СКОРДОЛЯ (ОРЕХОВЫЙ СОУС)



## Состав:

- 200 г очищенных грецких орехов
- 100 г белого батона
- 5–6 зубчиков чеснока
- ½ стакана растительного масла
- 2 ст.л. лимонного сока

## Приготовление

- 1 Орехи перебрать, пропустить через мясорубку. С батона срезать корки, мякиш замочить в небольшом количестве воды.
- 2 Чеснок почистить, мелко нарубить, растереть в ступке до однородности.
- 3 Батон хорошо отжать, смешать с орехами и чесноком. Растирать полученную массу, понемногу добавляя в неё растительное масло.
- 4 Когда соус достигнет желаемой густоты, влить в него лимонный сок, перемешать и подавать к столу.

## КСТАТИ

*Этот соус традиционно подаётся к холодному отварному мясу.*

*Скордолью можно разбавить мясным бульоном и использовать в качестве подливки к различным горячим блюдам.*

# ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ БРЫНЗОЙ



## Приготовление

- 1 Помидоры вымыть, обсушить, разрезать поперёк, чайной ложкой удалить мякоть с семечками и соком.
- 2 Брынзу натереть на крупной тёрке. Чеснок почистить, пропустить через пресс.
- 3 Смешать брынзу с чесноком и размягчённым сливочным маслом, посолить по вкусу. Наполнить половинки помидоров приготовленной начинкой и убрать в холодильник на 20–30 минут.
- 4 Петрушку вымыть, обсушить, мелко нарезать. Выложить фаршированные помидоры на сервировочное блюдо, посыпать зеленью и подавать к столу.



### Состав:

- 6 средних спелых помидоров
- 250 г брынзы
- 6–8 зубчиков чеснока
- 3 ст.л. сливочного масла
- соль
- 1 небольшой пучок петрушки

### МАСТЕР-КЛАСС

*«Фарш» для помидоров можно приготовить иначе: брынзу с чесноком, маслом и зеленью измельчить в блендере до однородности. Правда, «фарш», приготовленный вручную, всё-таки вкуснее.*

*Вера Визняк,  
шеф-повар ресторана «Каса маре»*

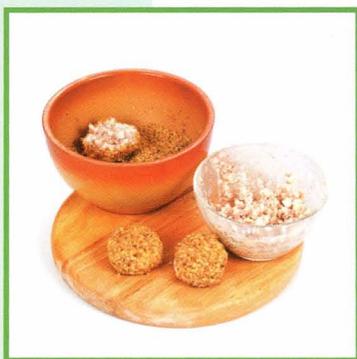
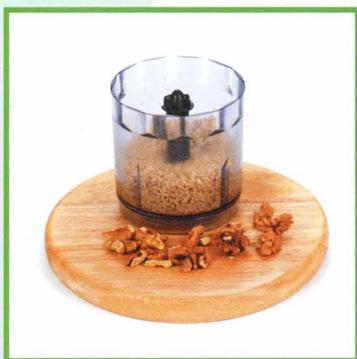




# ШАРИКИ ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ С ТВОРОГОМ

## Состав:

- 200 г зёрнёного творога
- 200 г печени трески
- 4 листа салата
- 100 г очищенных грецких орехов



## Приготовление

- 1 С творога слить сливки, из банки с печенью трески удалить масло. Листья салата промыть, стряхнуть воду.
- 2 Орехи перебрать, растолочь в ступке или измельчить в блендере.
- 3 Печень трески смешать с творогом, мокрыми руками сформировать из полученной массы шарики размером с некрупную сливу.
- 4 Обвалять эти шарики в грецких орехах. На сервировочное блюдо уложить листья салата, сверху выложить шарики, слегка охладить и подавать блюдо к столу.

## КСТАТИ

*Треска в Молдавии не водится. Это блюдо, можно сказать, – привет из советских времён, когда консервированная печень трески была безумно популярна во всём СССР. А молдавские повара – они такие: если что-то популярно, надо из этого сделать национальное блюдо. Вот и сделали.*





# САЛАТ ПО-СОРОКСКИ



## Состав:

- 300 г свежего редиса
- 200 г куриной печени
- соль
- молотый чёрный перец
- 2–3 ст.л. пшеничной муки
- 2 ст.л. растительного масла
- сметана

## Приготовление

- 1 Редис вымыть, удалить хвостики и нарезать тонкими кружочками.
- 2 Печень промыть, очистить от протоков и плёнок, нарезать кусочками, посолить, поперчить по вкусу и обвалить в муке.
- 3 В сковороде разогреть растительное масло, обжарить на нём кусочки печени со всех сторон до румяной корочки (около 10 минут).
- 4 Готовую печень снять со сковороды и охладить, затем пропустить через мясорубку.
- 5 В салатнике соединить нарезанный редис и печёночный фарш, посолить, заправить сметаной по вкусу и подавать блюдо к столу.

## КСТАТИ

Салат получил название от места своего появления – Сорокского района Молдавии.

# КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С ГОГОШАРАМИ



## Приготовление

- 1 Картофель вымыть, отварить в мундире до готовности (около 25 минут), затем слегка охладить, почистить и нарезать кубиками.
- 2 Огурец очистить от кожуры, мелко нарезать. Лук почистить, измельчить. Петрушку промыть, стряхнуть воду, мелко нарубить.
- 3 Гогошар очистить от семян, бланшировать в кипящей подсоленной воде в течение 2 минут, затем охладить и нарезать небольшими квадратиками.
- 4 Все ингредиенты смешать в салатнике, заправить сметаной по вкусу и посыпать рубленой зеленью. К столу салат подавать охлаждённым.



### Состав:

- 2 крупных картофелины
- 1 солёный огурец
- 1 средняя луковица
- 1 гогошар\* или небольшой красный сладкий перец
- 1 пучок петрушки
- сметана

### КСТАТИ

\* Гогошар – сорт сладкого перца красного или зелёного цвета, с дольчатой поверхностью, распространённый в Молдавии. По сравнению с обычным перцем его плоды широкие, шарообразные, с очень мясистой мякотью, они отличаются от болгарского перца более острым и насыщенным вкусом.

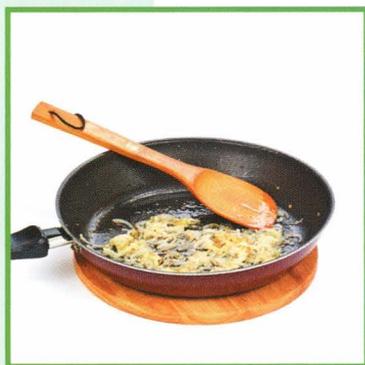
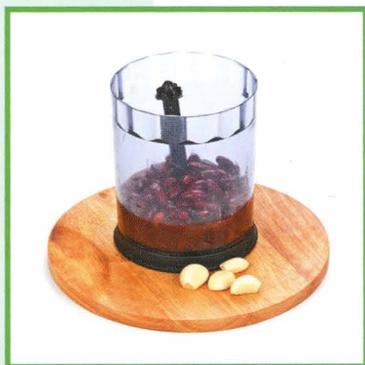
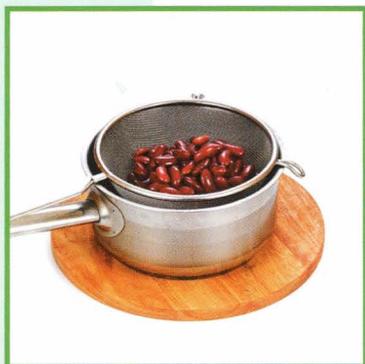




# ФАСОЛИЦА С ЖАРЕНЫМ ЛУКОМ

## Состав:

- 200 г сухой красной фасоли
- соль
- 3 зубчика чеснока
- 2 средних луковицы
- 2 ст.л. растительного масла



## Приготовление

- 1 Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде на 6–8 часов, затем залить свежей водой и варить до готовности около 30–40 минут.
- 2 За 10 минут до окончания варки посолить фасоль по вкусу. Сохранить 1 стакан отвара, остальную жидкость слить.
- 3 Чеснок почистить, измельчить в блендере вместе с фасолью до состояния пюре, подливая отвар небольшими порциями.
- 4 Лук почистить, нарезать тонкими полукольцами. В сковороде разогреть растительное масло, обжарить на нём лук до золотистого цвета.
- 5 Пюре из фасоли выложить на блюдо, посыпать жареным луком и полить маслом со сковороды. Подавать блюдо к столу можно как тёплым, так и холодным.



## МАСТЕР-КЛАСС

*Жареный лук можно измельчить в блендере вместе с фасолью – в этом случае отвар использовать не нужно.*

*Вера Визняк,  
шеф-повар ресторана «Каса маре»*

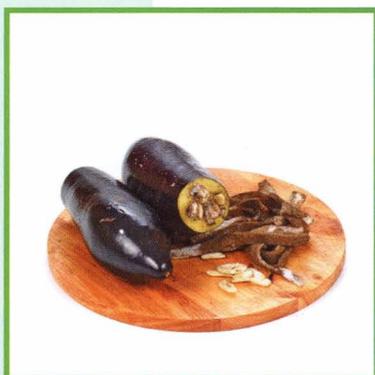




# ШПИГОВАННЫЕ БАКЛАЖАНЫ

## Состав:

- 8 средних баклажанов
- 10 зубчиков чеснока
- 200 г шпика
- 100 г брынзы
- соль
- молотый чёрный перец
- 3–4 ст.л. растительного масла



## Приготовление

- 1 Баклажаны вымыть, удалить хвостики. Чеснок почистить, нарезать тонкими пластинками.
- 2 Шпик нарезать длинными тонкими полосками. Брынзу натереть на крупной тёрке.
- 3 Обвалять чеснок и шпик в соли и молотом чёрном перце. Тонким ножом прорезать баклажаны вдоль, нашпиговать их чесноком и шпиком.
- 4 Выложить баклажаны на противень, полить растительным маслом и поставить в духовку, разогретую до 160°C, на 30–40 минут.
- 5 Готовые баклажаны достать из духовки, охладить, нарезать поперёк толстыми кружками и выложить на сервировочное блюдо. При подаче посыпать брынзой.

## КСТАТИ

Подать блюдо к столу можно с соусом муждей (см. стр. 32) или пряным томатным соусом.







# СУПЫ



# ЗАМА ИЗ РЫБЫ



## Приготовление

- 1 Рыбу почистить, выпотрошить, нарезать на средние куски и положить в кастрюлю.
- 2 В кастрюлю влить холодную воду так, чтобы она покрывала куски рыбы на 2–3 см. Довести до кипения и варить на слабом огне в течение 10–15 минут.
- 3 Картофель, лук и морковь почистить. Лук нарезать полукольцами, картофель и морковь – небольшими ломтиками.
- 4 Выложить овощи в кастрюлю, посолить, добавить любисток. Варить ещё около 20 минут, затем долить квас по вкусу, довести суп до кипения и снять с огня. Подавать к столу горячим.

### Состав:

- 1 средняя рыба с белым мясом (около 600–700 г)
- 4 средних картофелины
- 2 крупных луковицы
- 2 средних моркови
- соль
- щепотка сушёного любистока\*
- квас из пшеничных отрубей



### КСТАТИ

*\*Любисток (горный сельдерей) – пряная зелень, популярная в европейской кулинарии. Зелёные части и корни молодых растений используют как пряность при приготовлении салатов, соусов, супов, овощей, круп и мяса. На Руси девушки, выходявшие замуж, зашивали любисток в подвенечные платья – считалось, что так любовь между супругами никогда не пройдёт.*

# КУРИНАЯ ЗАМА



## Приготовление

- 1 Курицу обработать, вымыть, положить в кастрюлю и залить холодной водой. Довести до кипения, снять пену, убавить огонь до слабого.
- 2 Морковь и лук почистить. Бульон подсолить, положить в него овощи, тёртые корни, добавить лавровый лист и перец горошком по вкусу, варить на слабом огне до готовности курицы (около 45 минут).
- 3 Достать курицу и овощи из кастрюли, заправить бульон квасом, довести до кипения и снова убавить огонь до слабого.
- 4 Отваренные лук и морковь мелко нарезать, вернуть в бульон. Положить в кастрюлю лапшу, при необходимости досолить и варить ещё около 15 минут.
- 5 Петрушку, укроп и сельдерей промыть, обсушить и мелко нарубить. Курицу нарезать небольшими кусочками, разложить по тарелкам вместе с зеленью, залить горячим супом и подавать к столу.



### Состав:

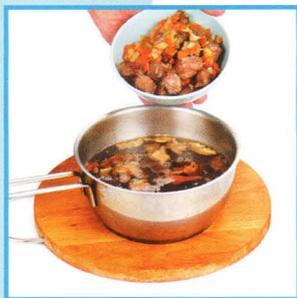
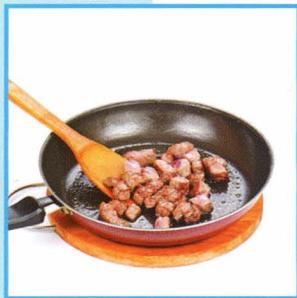
- 1 небольшая курица (около 1 кг)
- 2½ л воды
- 2 средних моркови
- 1 крупная луковица
- соль
- 1 ст.л. тёртого корня петрушки
- 1 ст.л. тёртого корня сельдерея
- 1 ст.л. тёртого корня пастернака
- 2–3 лавровых листа
- чёрный перец горошком
- 1 стакан кваса из пшеничных отрубей
- 300 г домашней лапши
- ½ пучка петрушки
- ½ пучка укропа
- ½ пучка зелени сельдерея



# ЧОРБА С ГОВЯДИНОЙ И ГРИБАМИ

## Состав:

- 400 г мякоти говядины
- 1 ст.л. растительного масла
- 1 крупная луковица
- 1 средняя морковь
- 3–4 ст.л. мелко нарубленной зелени петрушки
- 1 ст.л. сушёного корня сельдерея
- 3 ст.л. сушёных грибов
- 1½ стакана несладкого кваса
- соль
- молотый чёрный перец
- 200 г домашней лапши



## Приготовление

- 1 Мясо промыть, обсушить, нарезать некрупными кусочками. В сковороде разогреть растительное масло, обжарить на нём мясо до румяной корочки, снять со сковороды.
- 2 Лук и морковь почистить, мелко нарезать, выложить в сковороду, где жарилось мясо. Пассеровать 3–4 минуты, добавить петрушку и корень сельдерея, прогреть ещё 1–2 минуты.
- 3 Предварительно замоченные грибы мелко нарезать, выложить в кастрюлю, залить небольшим количеством холодной воды и варить на слабом огне в течение 20–30 минут. Квас прокипятить.
- 4 Выложить в кастрюлю с грибами обжаренное мясо и пассерованные овощи, залить квасом и варить на среднем огне 10–15 минут, затем посолить и поперчить по вкусу.
- 5 Лапшу отварить отдельно в подсоленной воде (около 15 минут), откинуть на дуршлаг, затем разложить по тарелкам, залить чорбой и подавать к столу.



## МАСТЕР-КЛАСС

*Перед приготовлением чорбы сушёные грибы следует замочить в холодной воде на 2 часа.*

*Вера Визняк,  
шеф-повар ресторана «Каса маре»*





# ЧОРБА С БАРАНИНОЙ



## Состав:

- 600 г молодой баранины с косточкой
- 2 л воды
- 1 средняя морковь
- 1 корень петрушки
- 100 г корня сельдерея
- ½ стебля лука-порея
- ½ стакана риса
- 4 средних картофелины
- 1 стакан несладкого хлебного кваса
- 4 ст.л. сметаны
- 1 красный сладкий перец
- 3 ст.л. мелко нарезанной зелени петрушки
- 3 ст.л. мелко нарезанной зелени укропа
- соль
- молотый чёрный перец,
- 6 зубчиков чеснока

## Приготовление

- 1 Мясо промыть, обсушить, положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения и варить до готовности около 1,5 часов, снимая пену. Достать мясо из бульона, слегка охладить и нарезать небольшими кусочками.
- 2 Морковь, коренья и лук-порея почистить, нарезать тонкой соломкой, положить в кипящий бульон и варить около 10–15 минут.
- 3 Рис перебрать и промыть. Картофель почистить и нарезать кубиками. Выложить рис и картофель в кастрюлю, варить до готовности (около 20 минут). Квас прокипятить.
- 4 Перед окончанием варки влить в кастрюлю прокипячённый квас, положить сметану.
- 5 Красный перец вымыть, очистить от семян и перегородок, нарезать тонкой соломкой и добавить в кастрюлю. Посолить, поперчить по вкусу, всыпать зелень и прогреть суп в течение 5–7 минут.
- 6 Чеснок почистить, измельчить. Разлить чорбу по тарелкам, посыпать чесноком и подавать к столу горячей. Мясо подать в отдельной посуде.

# БОРЩ ПО-МОЛДАВСКИ С ФАСОЛЬЮ



## Приготовление

- 1 Фасоль перебрать, промыть, залить холодной водой и оставить на 6–8 часов, затем откинуть на дуршлаг.
- 2 Грудинку промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения и варить на слабом огне около 1 часа, снимая пену. Достать мясо из бульона, слегка охладить и нарезать небольшими кусочками.
- 3 Влить в бульон квас, прокипятить в течение 1–2 минут, затем добавить фасоль и варить до мягкости (около 30 минут).
- 4 Лук, морковь и корень петрушки почистить. В сковороде разогреть свиной жир, спассеровать на нём овощи в течение 4–5 минут, затем выложить их в бульон. Посолить, поперчить по вкусу, добавить лавровый лист и варить ещё 10–12 минут.
- 5 Петрушку промыть, стряхнуть воду, мелко нарезать. Грудинку разложить по тарелкам, залить бульоном с овощами, посыпать зеленью и подавать к столу.



### Состав:

- 200 г сухой красной фасоли
- 600 г копчёной грудинки
- 3 л воды
- 1 стакан несладкого хлебного кваса
- 1 крупная луковица
- 1 крупная морковь
- 1 корень петрушки
- 2 ст.л. свиного жира
- соль
- молотый чёрный перец
- 2–3 лавровых листа
- 1 небольшой пучок петрушки

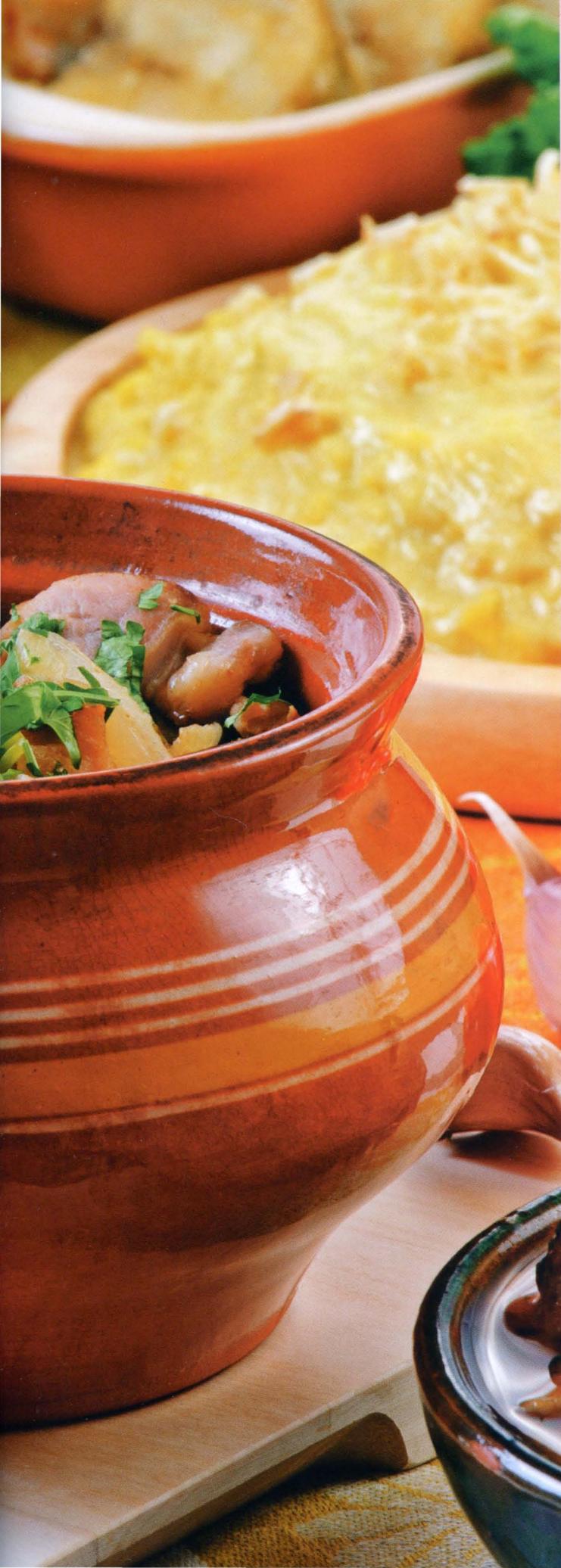
### МАСТЕР-КЛАСС

*Можно сварить борщ и со свёклой. Для этого нарежьте соломкой и потушите её отдельно около 25–30 минут, затем добавьте немного лимонного сока, перемешайте и выложите в кастрюлю за 5 минут до готовности супа.*

*Вера Визняк,  
шеф-повар ресторана «Каса маре»*







# ГОРЯЧИЕ БЛЮДА



# ЖАРЕНАЯ РЫБА С СОУСОМ МУЖДЕЙ

## Состав:

- 1 средний карп или судак (около 1 кг)
- соль
- 3 ст.л. пшеничной муки
- 3 ст.л. кукурузной муки
- ¼ стакана растительного масла
- 6–8 зубчиков чеснока
- 4 ст.л. рыбного бульона
- 4 ст.л. растительного масла



## Приготовление

- 1 Рыбу почистить, выпотрошить, промыть и обсушить. Нарезать на порционные куски, натереть солью, запанировать в смеси пшеничной и кукурузной муки.
- 2 В сковороде разогреть растительное масло, обжарить на нём куски рыбы до румяной корочки (около 10 минут).
- 3 Выложить рыбу в форму для запекания и поставить в духовку, разогретую до 200°C, на 7–10 минут.
- 4 Приготовить соус муждей: чеснок почистить, истолочь в миске вместе с бульоном и растительным маслом. Горячую рыбу выложить на тарелки, полить чесночным соусом и подавать к столу.

## КСТАТИ

*В Молдавии традиционным гарниром к жареной рыбе является мамалыга (её рецепт можно найти на стр. 50).*





# ИНДЕЙКА С АБРИКОСАМИ



## Приготовление

### Состав:

- 600 г филе индейки
- 1 ст.л. сливочного масла
- 3 средних луковицы
- ½ стакана томатного сока
- ½ стакана сухого белого вина
- 1 ч.л. сахарного песка
- ¼ ч.л. молотого острого красного перца
- ¼ ч.л. молотой корицы
- 200 г спелых абрикосов
- соль
- 1 ч.л. винного уксуса
- 5 зубчиков чеснока
- ½ пучка петрушки
- ½ пучка укропа

- 1 Филе индейки промыть, обсушить, нарезать крупными кубиками. В сковороде разогреть сливочное масло, обжарить на нём филе до золотистого цвета (около 6–7 минут) и переложить в глубокую кастрюлю.
- 2 Лук почистить, мелко нарезать, пассеровать в той же сковороде, где жарилась индейка. Влить томатный сок и вино, всыпать сахар, перец и корицу, перемешать и тушить 3–4 минуты.
- 3 Переложить смесь из сковороды в кастрюлю с индейкой и тушить 20 минут на слабом огне.
- 4 Абрикосы вымыть, удалить косточки, нарезать четвертинками, добавить к мясу. Посолить, влить уксус и тушить 10–12 минут.
- 5 Чеснок почистить, измельчить. Петрушку и укроп промыть, обсушить и мелко нарубить.
- 6 За несколько минут до окончания тушения индейки всыпать в кастрюлю чеснок и зелень, затем снять её с огня, дать настояться в течение 5–7 минут и подавать блюдо к столу горячим.

# ЦЫПЛЁНОК НА ГРАТАРЕ\*



## Приготовление

- 1 Цыплёнка обработать, хорошо вымыть, обсушить и уложить в широкую миску спинкой вниз. Лук почистить, мелко нарезать.
- 2 Засыпать цыплёнка луком, красным перцем, залить вином и поставить мариноваться в прохладное место на 2 часа.
- 3 Чеснок почистить, истолочь с солью, развести кипячёной водой до консистенции жидкой сметаны.
- 4 Цыплёнка разрезать пополам, смазать сливочным маслом и обжарить на гратаре до румяной корочки (около 20 минут).
- 5 Готового цыплёнка полить соусом муждей и подавать к столу горячим.



### Состав:

- 1 средний цыплёнок
- 1 луковица
- 1 ч.л. молотого острого красного перца
- 1 стакан белого сухого вина
- 5 зубчиков чеснока
- соль
- 1 ст.л. сливочного масла
- 1 ст.л. мелко нарезанной зелени петрушки
- 1 стакан соуса муждей (см. стр. 32)

### КСТАТИ

*\*Гратар – это толстая железная решётка, которую располагают над раскалёнными древесными углями. Перед использованием его смазывают маслом, салом или животным жиром.*



# ВИЦЕЛ (ТЕЛЯТИНА С АЙВОЙ)

## Состав:

- 600 г телячьей грудинки
- соль
- молотый чёрный перец
- 3 ст.л. растительного масла
- 1 стакан томатного сока
- ¼ ч.л. молотого острого красного перца
- 3 крупных луковицы
- 100 г корня сельдерея
- 2 крупных айвы
- 1 ч.л. сахарного песка
- ½ стакана красного сухого вина
- 4 зубчика чеснока



## Приготовление

- 1 Мясо промыть, обсушить, нарезать средними кусками, натереть солью и перцем.
- 2 В глубокой сковороде разогреть 2 ст. ложки масла, обжарить на нём телятину до румяной корочки, затем добавить томатный сок и красный перец.
- 3 Лук почистить, нарезать тонкими полукольцами. Корень сельдерея почистить, нарезать тонкой соломкой. Лук и сельдерей выложить в сковороду и тушить на среднем огне в течение 10–15 минут.
- 4 Айву почистить, удалить сердцевину, нарезать дольками.
- 5 В отдельной сковороде разогреть оставшееся масло, обжарить на нём до мягкости айву и выложить к мясу вместе с маслом со сковороды. Посолить по вкусу, добавить сахар и красное вино, тушить в течение 12–15 минут.
- 6 Чеснок почистить, мелко нарубить, посыпать им вицел за 2–3 минуты до готовности. Подавать блюдо к столу горячим.





# КИФТЕЛУЦЕ

## (ГОВЯЖЬИ ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ)



### Состав:

- 3 средних луковицы
- 5 зубчиков чеснока
- 600 г мякоти говядины
- 2 ст.л. молока
- 3 ст.л. пшеничной муки
- 2–3 ст.л. растительного масла
- 1 маленькая морковь
- ½ стебля лука-порей
- 1 стакан томатного сока
- 2 ст.л. натёртого корня петрушки
- 2 ст.л. натёртого корня сельдерея
- соль
- 1 ч.л. винного уксуса
- 1 ч.л. сахарного песка
- 1 ч.л. чёрного перца горошком
- 2 ст.л. мелко нарезанной зелени петрушки
- 2 ст.л. мелко нарезанной зелени сельдерея

### Приготовление

- 1 Лук и чеснок почистить. Мясо промыть, обсушить, дважды пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавить молоко и вымесить фарш.
- 2 Чайной ложечкой сформировать из фарша маленькие шарики, запанировать их в муке.
- 3 В сковороде разогреть растительное масло, обжарить тефтели порциями на среднем огне до румяной корочки со всех сторон (7–8 минут).
- 4 Морковь почистить, натереть на крупной тёрке. Лук-порей хорошо промыть, нарезать тонкими кольцами.
- 5 В отдельную сковороду влить томатный сок, положить морковь, лук-порей и коренья. Посолить по вкусу, добавить уксус, сахар, перец горошком и тушить на слабом огне в течение 10–15 минут.
- 6 В глубокую кастрюлю уложить слоями тефтели, залить соусом и тушить на слабом огне около 20 минут.
- 7 Перед окончанием тушения добавить в кастрюлю зелень, снять с огня и дать постоять под крышкой 5–7 минут. Выложить кифтелуце в глубокую тарелку вместе с соусом и подавать к столу горячими.

# МИТИТЕИ (КОЛБАСКИ ИЗ ГОВЯЖЬЕГО ФАРША)



## Приготовление

- 1 Мясо вымыть, дважды пропустить через мясорубку. Приготовленный фарш выложить в миску, посолить и поперчить по вкусу. Соду погасить лимонным соком, влить в фарш, добавить чабер по вкусу, хорошо вымешать.
- 2 Понемногу вливать в миску холодный бульон, постоянно взбивая фарш ложкой до получения однородной тягучей массы, затем поставить в холодильник на 10–12 часов.
- 3 Достать фарш из холодильника, добавить 1 ч. ложку чесночного сока, хорошо перемешать.
- 4 Фарш пропустить через мясорубку ещё раз, надев на неё насадку для колбасы. Отрезать колбаски длиной 10–12 см и укладывать их на смоченную холодной водой поверхность.
- 5 Сковороду смазать салом, хорошо разогреть. Обжарить мититеи со всех сторон до образования румяной корочки, полить оставшимся чесночным соком и поставить в духовку, разогретую до 190°C, на 5–6 минут. Подавать колбаски к столу очень горячими.



### Состав:

- 600 г жирной говядины
- соль
- молотый чёрный перец
- 1 ч.л. соды
- 1 ч.л. лимонного сока
- сушёный чабер
- 1 стакан мясного бульона
- 3 ч.л. чесночного сока
- 50 г свиного сала

### КСТАТИ

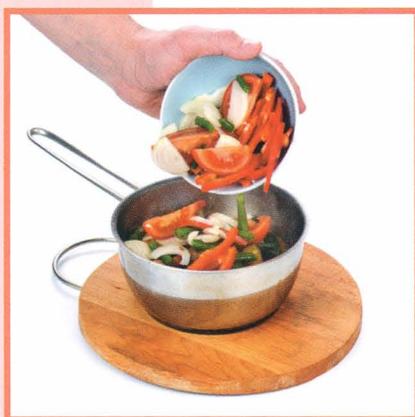
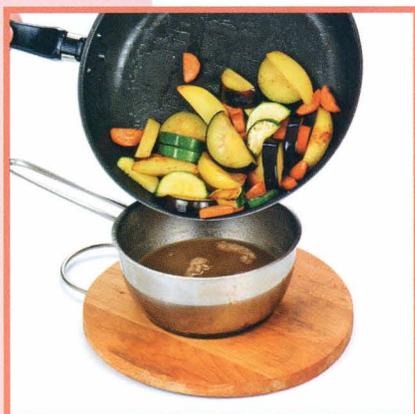
Традиционно это блюдо готовится на гратаре. Подавать мититеи к столу лучше всего с соусом муждей (см. стр. 32).



# ГИВЕЧ ИЗ БАРАНИНЫ

## Состав:

- 600 г мякоти баранины
- 1 ст.л. сливочного масла
- 2 ст.л. растительного масла
- 1 крупная картофелина
- 1 крупная морковь
- 1 маленький кабачок
- 1 небольшой баклажан
- 2 красных сладких перца
- 1 крупная луковица
- 2 крупных помидора
- 1 пучок петрушки
- 1 пучок укропа
- 6 зубчиков чеснока
- 200 г стручковой фасоли
- 2 стакана томатного сока
- соль
- 1 ч.л. чёрного перца горошком



## Приготовление

- 1 Мясо промыть, обсушить, нарезать брусочками. В глубокой кастрюле разогреть сливочное масло и 1 ст. ложку растительного масла, обжарить баранину в течение 3–4 минут, затем залить 1 стаканом кипятка и тушить под крышкой около 1 часа.
- 2 Картофель, морковь, кабачок и баклажан вымыть, почистить и нарезать дольками. В сковороде разогреть оставшееся растительное масло, обжарить на нём по очереди овощи до румяной корочки (4–5 минут), затем переложить их в кастрюлю с мясом, перемешать и тушить 5–7 минут.
- 3 Сладкий перец вымыть, очистить от семян и перегородок, нарезать соломкой. Лук почистить, нарезать тонкими полукольцами. Помидоры вымыть, нарезать дольками. Петрушку и укроп вымыть, мелко нарубить. Чеснок почистить, пропустить через пресс. Фасоль промыть, крупно нарезать.
- 4 Добавить в кастрюлю с мясом фасоль, лук, перец и помидоры, залить томатным соком, посолить по вкусу, всыпать перец горошком, перемешать и тушить в течение 10–15 минут.
- 5 Добавить в гивеч зелень и чеснок, поставить кастрюлю в духовку, разогретую до 180°C, на 15–20 минут. Подавать блюдо к столу горячим, разложив по порционным горшочкам.





# ТОКАНИЦА ИЗ СВИНИНЫ



## Состав:

- 800 г свиной грудинки без рёбер
- соль
- 3 средних луковицы
- 4 зубчика чеснока
- 1 небольшой пучок петрушки
- 50 г свиного сала
- молотый чёрный перец

## Приготовление

- 1 Мясо промыть, обсушить, нарезать некрупными кусочками и натереть солью.
- 2 Лук почистить, нарезать полукольцами. Чеснок почистить, измельчить. Петрушку вымыть, стряхнуть воду, мелко нарубить.
- 3 В сковороде растопить свиное сало, удалить шкварки, выложить мясо и обжарить с обеих сторон (по 3–4 минуты).
- 4 Добавить в сковороду лук, поперчить по вкусу, убавить огонь и тушить до готовности около 45 минут.
- 5 Перед окончанием тушения добавить в сковороду чеснок. Посыпать токаницу зеленью и сразу подать к столу.



## МАСТЕР-КЛАСС

*Подавать токаницу к столу лучше всего в порционных горшочках – в них блюдо дольше остаётся горячим. На гарнир рекомендуется подать мамалыгу.*

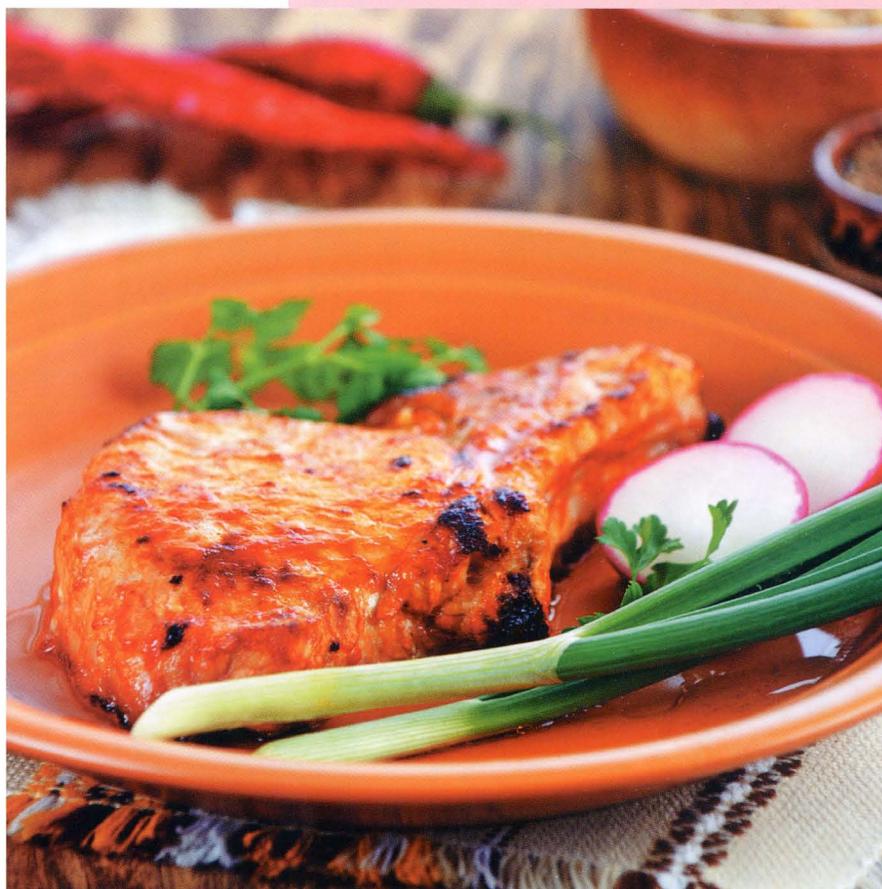
*Вера Визняк,  
шеф-повар ресторана «Каса маре»*

# КОСТИЦА



## Приготовление

- 1 Корейку промыть, обсушить, слегка отбить, натереть чёрным и красным перцем, положить в широкую кастрюлю.
- 2 Залить мясо в кастрюле томатным соком и минеральной водой, добавить лимонный сок, перемешать и оставить в прохладном месте для маринования на 4–6 часов.
- 3 Достать мясо из маринада, слегка обсушить бумажными полотенцами. В сковороде хорошо разогреть растительное масло.
- 4 Обжаривать каждый кусок корейки по 5 минут с одной стороны и по 3 минуты с другой. Следить, чтобы мясо не пересохло и оставалось сочным. Подавать блюдо к столу горячим с соусом муждей.

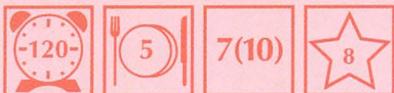


### Состав:

- 4 куска свиной корейки (по 150 г)
- молотый чёрный перец
- молотый острый красный перец
- 2 стакана томатного сока
- 1 стакан минеральной воды с газом
- сок 1 лимона
- 3 ст.л. растительного масла
- 1 стакан соуса муждей (см. стр. 32).

### КСТАТИ

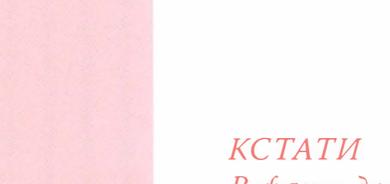
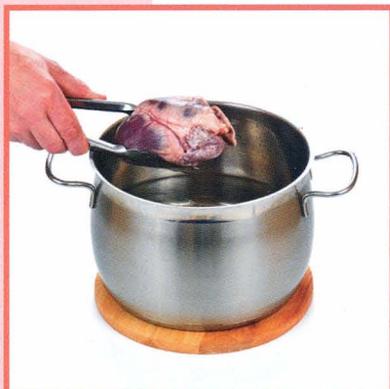
Традиционно костяца обжаривается со всех сторон на гратаре (см. стр. 35) на открытом огне. При отсутствии гратара её можно приготовить как на сковороде, так и на решётке духовки.



# ЧИГИРИ

## Состав:

- 1 говяжье сердце
- 400 г говяжьей печени
- 400 г говяжьего лёгкого
- 2 средних луковицы
- 2 ст.л. растительного масла
- 3 зубчика чеснока
- соль
- молотый чёрный перец
- свиной сальник (тонкая часть брюшины)



## Приготовление

- 1 Сердце, печень и лёгкое хорошо промыть, удалить жир, связки и протоки, нарезать небольшими кусочками. Сердце положить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить и варить около 1 часа, затем добавить печень и лёгкое, варить всё вместе до готовности (около 40 минут), охладить.
- 2 Лук почистить, мелко нарезать, обжарить на растительном масле до прозрачности. Чеснок почистить, натереть на мелкой тёрке.
- 3 Субпродукты вместе с луком дважды пропустить через мясорубку. Получившийся фарш посолить, поперчить по вкусу, добавить чеснок, перемешать.
- 4 Сформировать из фарша котлетки. Сальник нарезать квадратами примерно 20x20 см, в центр каждого уложить котлетку, завернуть тугим конвертиком.
- 5 На сухой сковороде обжарить чигири со всех сторон до образования румяной корочки (около 10–15 минут) и подавать к столу горячими.

## КСТАТИ

*В фарш для котлет можно добавить тёртую брынзу и рубленую свежую зелень.*





# ПОСТНЫЙ ГИВЕЧ



## Состав:

- 3 средних картофелины
- 3 средних моркови
- 100 г корня сельдерея
- 1 небольшой кабачок
- 100 г лука-порей
- 3 ст.л. растительного масла
- 400 г стручковой фасоли
- соль
- молотый чёрный перец
- 1 маленькая банка консервированного зелёного горошка
- 3 спелых помидора

## Приготовление

- 1 Картофель, морковь, корень сельдерея, кабачок и лук-порей вымыть и почистить. Картофель и кабачок нарезать кубиками, морковь и лук-порей – кружочками, корень сельдерея натереть на крупной тёрке.
- 2 В глубокой сковороде разогреть 1 ст. ложку растительного масла, выложить нарезанную стручковую фасоль, лук, морковь и сельдерея, пассеровать овощи в течение 3–4 минут.
- 3 В отдельную сковороду влить оставшееся масло, обжарить на нём кабачок и картофель до румяной корочки (около 7–8 минут).
- 4 Тушёные и жареные овощи переложить в казан или кастрюлю с толстым дном, влить  $\frac{1}{2}$  стакана воды и тушить под крышкой на слабом огне около 20 минут, затем посолить, поперчить по вкусу, добавить зелёный горошек.
- 5 Помидоры вымыть, нарезать кружками, выложить поверх гивеча, тушить ещё 10 минут. Подавать блюдо к столу можно как в горячем, так и в холодном виде.

# КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩАМИ



## Приготовление

- 1 Кабачки вымыть, отрезать хвостики, разрезать вдоль пополам и удалить семена, вырезав «лодочки». Морковь и лук почистить, мелко нарезать.
- 2 В сковороде разогреть половину растительного масла, обжарить на нём до мягкости лук с морковью и натёртым корнем сельдерея, чуть подсолить.
- 3 Наполнить кабачки овощным фаршем, обсыпать мукой и обжарить в глубокой сковороде на оставшемся масле до золотистой корочки.
- 4 Переложить обжаренные кабачки в форму для запекания, залить томатным соком, посыпать тёртой брынзой.
- 5 Духовку разогреть до 180°C, запекать кабачки в течение 15–20 минут, затем достать и немного охладить.
- 6 Чеснок почистить, измельчить. Петрушку промыть и мелко нарубить. Посыпать готовые кабачки чесноком и зеленью. Подавать блюдо к столу можно как в горячем, так и в холодном виде.



### Состав:

- 6 небольших молодых кабачков
- 1 средняя морковь
- 1 средняя луковица
- 3 ст.л. растительного масла
- 3 ст.л. натёртого корня сельдерея
- соль
- 2 ст.л. пшеничной муки
- 1 стакан томатного сока
- 100 г натёртой брынзы
- 4 зубчика чеснока
- 1 пучок петрушки



### КСТАТИ

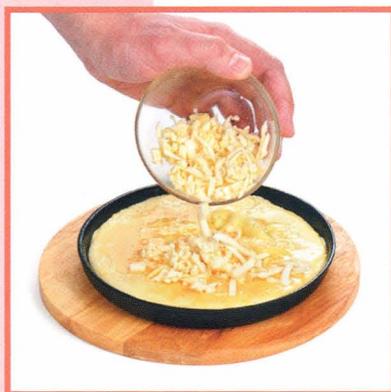
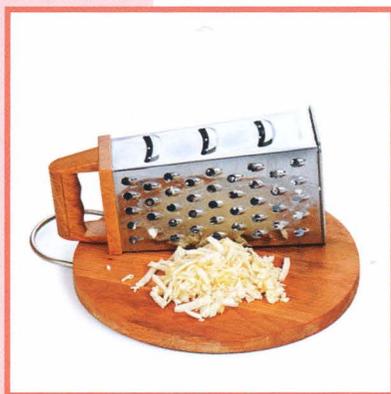
Калорийность кабачка – всего 16 ккал, поэтому он очень полезен для тех, кто соблюдает диету. Кроме того, этот овощ является богатейшим источником калия, клетчатки, фосфора и кальция, витамина С и витаминов группы В.

# СКРОБ С БРЫНЗОЙ



## Состав:

- 100 г брынзы
- ½ пучка петрушки
- ½ пучка укропа
- 6 зубчиков чеснока
- 6 яиц
- ¾ стакана молока
- 2 ст.л. растительного масла
- молотый острый красный перец



## Приготовление

- 1 Брынзу натереть на тёрке. Петрушку и укроп вымыть, стряхнуть воду, мелко нарубить. Чеснок почистить, пропустить через пресс.
- 2 Яйца взбить с молоком. В сковороде разогреть растительное масло, влить яичную смесь и жарить омлет на среднем огне, слегка помешивая, около 2–3 минут.
- 3 Когда омлет «схватится», равномерно посыпать его брынзой, зеленью, чесноком и красным перцем по вкусу, прикрыть крышкой и прогреть в течение 1–2 минут.
- 4 Снять сковороду с огня, омлет разложить по тарелкам и подавать к столу.

## КСТАТИ

*Если для приготовления скроба используется несолёная брынза, то нужно добавить в омлет соль по вкусу во время взбивания яиц и молока.*





# МАМАЛЫГА С ЧЕСНОКОМ



## Состав:

- 6 стаканов воды
- соль
- 2 стакана кукурузной муки
- 6 зубчиков чеснока
- 50 г сливочного масла

## Приготовление

- 1 В кастрюлю влить холодную воду, подсолить по вкусу, довести до кипения. Тонкой струйкой всыпать кукурузную муку, непрерывно помешивая.
- 2 Варить мамалыгу на слабом огне в течение 25 минут, затем уменьшить огонь до минимального и довести массу до полного загустения, не переставая помешивать.
- 3 Выложить мамалыгу на деревянную доску, нарезать на порционные куски с помощью прочной нитки.
- 4 Чеснок почистить, мелко нарубить. Сливочное масло растопить.
- 5 Полить куски мамалыги растопленным сливочным маслом, посыпать чесноком и подавать к столу.

## КСТАТИ

*Долгое время мамалыга была основной пищей крестьян и бедноты. Густую кашу нарезали на куски и брали в поле вместо хлеба. Во времена, когда в Дунайские княжества ещё не была завезена кукуруза, мамалыгу делали из проса.*

# ВАРЕНИКИ С БРЫНЗОЙ



## Приготовление

- 1 Картофель вымыть, почистить, крупно нарезать и отварить до готовности в подсоленной воде (около 20 минут). Размять в однородное пюре средней густоты.
- 2 Лук почистить, мелко нарезать. В сковороде разогреть сливочное масло, пассеровать на нём лук до прозрачности, затем переложить его в пюре вместе с маслом. Добавить брынзу, хорошо перемешать.
- 3 Тесто на присыпанном мукой столе раскатать в тонкий пласт, нарезать квадратиками, в середину каждого выложить начинку, соединить противоположные углы и защипать так, чтобы получился треугольник.
- 4 Вареники варить в кипящей подсоленной воде в течение 5 минут после всплытия. Подавать к столу горячими, полив сметаной.



### Состав:

- 3 крупных картофелины
- 1 средняя луковица
- 1 ст.л. сливочного масла
- 200 г натёртой брынзы
- 600 г пресного теста\*
- соль
- 1 стакан сметаны

### КСТАТИ

*\*Для приготовления пресного теста нужно растворить в стакане охлаждённой воды 1 ч. ложку соли. 3 стакана пшеничной муки просеять в миску, в центре сделать углубление и, понемногу подливая солёную воду, замесить некрутое тесто. Вымесить до гладкости, накрыть салфеткой и оставить на 15–20 минут.*





# ВЫПЕЧКА И ДЕСЕРТЫ



# ВЕРТУТА С МЯСНОЙ НАЧИНКОЙ



## Состав:

- 2 яйца
- ½ стакана растительного масла
- 2 ст.л. воды
- 2 стакана пшеничной муки
- 200 г отварной говядины
- 2 средних луковицы
- соль
- молотый чёрный перец
- 3 ст.л. сливочного масла
- ½ пучка укропа

## Приготовление

- 1 Одно яйцо взбить с растительным маслом и тёплой водой, добавить просеянную муку, замесить эластичное тесто. Накрывать его салфеткой и оставить в тепле на 30–40 минут, затем разделить на 3 части.
- 2 Отварное мясо пропустить через мясорубку. Лук почистить, измельчить. Укроп вымыть, мелко нарубить.
- 3 Укроп и лук смешать с фаршем, посолить, поперчить по вкусу, добавить половину размягчённого сливочного масла, хорошо перемешать.
- 4 Раскатать тесто в тонкие лепёшки, аккуратно растянуть их руками как можно тоньше, смазать с обеих сторон сливочным маслом, тонким слоем выложить начинку, свернуть в рулет. Оставшееся яйцо слегка взбить.
- 5 Каждый рулет свернуть спиралью и выложить на противень. Смазать поверхность взбитым яйцом и выпекать в духовке, разогретой до 180°C, в течение 20 минут. Подавать вертуты к столу горячими.

## КСТАТИ

*Вертуты можно готовить с самой разной начинкой: брынзой, творогом, луком, яблоками, картофелем или грибами.*

# ПЛАЦИНДА С БРЫНЗОЙ



## Приготовление

- 1 Яйца взбить в миске, влить воду, подсолить по вкусу, хорошо перемешать, добавить просеянную муку и замесить тесто. Скатать его в шар, накрыть салфеткой и оставить на 30–40 минут. Масло растопить.
- 2 Тесто разделить на 4 равные части, каждую раскатать в тонкую лепёшку, обильно смазать сливочным маслом, в центр каждой лепёшки ровным слоем выложить брынзу.
- 3 Края каждой лепёшки соединить по центру так, чтобы получился квадрат, плотно защипать. Выложить плацинды на противень, смазать сливочным маслом.
- 4 Духовку разогреть до 180°C и выпекать плацинды до румяной корочки (около 20–25 минут). Подавать к столу горячими.



### Состав:

- 5 яиц
- 1 стакан воды
- соль
- 3 стакана пшеничной муки
- 100 г сливочного масла
- 600 г тёртой брынзы

### МАСТЕР-КЛАСС

*Для того чтобы вкус плацинды раскрылся в полной мере, подайте её с домашним красным вином.*

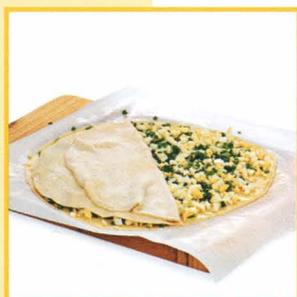
*Вера Визняк,  
шеф-повар ресторана «Каса маре»*



# ПЛАЦИНДА С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

## Состав:

- 5 яиц
- 1 стакан воды
- соль
- 3 стакана пшеничной муки
- 100 г сливочного масла
- 4 сваренных вкрутую яйца
- 1 стакан мелко нарезанного зелёного лука



## Приготовление

- 1 Яйца взбить в миске, влить воду, подсолить по вкусу, хорошо перемешать, добавить просеянную муку и замесить тесто. Скатать его в шар, накрыть салфеткой и оставить на 30–40 минут. Сливочное масло растопить.
- 2 Яйца почистить, мелко нарубить, смешать с луком, посолить по вкусу. Масло растопить. Тесто разделить на 3 равные части, каждую раскатать в тонкую лепёшку.
- 3 Выложить первую лепёшку на противень, обильно смазать сливочным маслом, ровным слоем выложить на неё половину начинки.
- 4 Накрыть начинку второй лепёшкой, смазать маслом, выложить вторую половину начинки и закрыть третьей лепёшкой. Смазать поверхность плацинды маслом, края тщательно защипать.
- 5 Духовку разогреть до 180°C, выпекать плацинду до румяной корочки. Подавать к столу горячей, нарезав квадратами.

### КСТАТИ

*В качестве начинки для плацинд можно также использовать нарезанную соломкой капусту, подсолённый творог с зеленью или сладкий творог, картофель, нарезанные мелкими кубиками отварное мясо, тыкву или яблоки*





# КАРТОФЕЛЬНЫЙ ПИРОГ ПО-МОЛДАВСКИ



## Состав:

- 3–4 средних картофелины
- соль
- 3 средних луковицы
- 4 ст.л. растительного масла
- 30 г прессованных дрожжей
- $\frac{3}{4}$  стакана тёплого молока
- 3 стакана пшеничной муки
- 6 яиц
- молотый чёрный перец

## Приготовление

- 1 Картофель почистить, отварить в подсоленной воде до готовности, затем воду слить, картофель обсушить и протереть через сито. Полученную массу разделить пополам.
- 2 Лук почистить, мелко нарезать. В сковороде разогреть 3 ст. ложки растительного масла, обжарить на нём лук в течение 3–5 минут, смешать с половиной картофеля, посолить и поперчить по вкусу.
- 3 Дрожжи в миске развести молоком, всыпать половину муки, перемешать и оставить на 15–20 минут.
- 4 Когда опара увеличится в объёме, всыпать оставшуюся муку, вбить по одному 5 яиц, добавить вторую часть картофельной массы, посолить и замесить тесто.
- 5 Разделить тесто пополам и раскатать в две лепёшки. Оставшееся яйцо взбить.
- 6 Первую лепёшку выложить на смазанную оставшимся маслом форму для запекания, сверху положить слой картофельной начинки, накрыть второй лепёшкой. Края защипать, смазать поверхность пирога взбитым яйцом.
- 7 Выпекать пирог в духовке, разогретой до 180°C, в течение 25–30 минут. При подаче разрезать на куски.

# ВЭРЗЭРЕ (ПИРОГ С КАПУСТОЙ)



## Приготовление

- 1 Муку просеять в миску, влить воду, смешанную с маслом, замесить гладкое тесто, накрыть салфеткой и оставить в тёплом месте на 15–20 минут. Затем раскатать в тонкий пласт и нарезать квадратами 15x15 см.
- 2 Капусту мелко нашинковать. Лук почистить, нарезать тонкими полукольцами.
- 3 В сковороде разогреть 2–3 ст. ложки растительного масла, обжарить на нём капусту с луком, охладить, посолить, поперчить и добавить розмарин и мелиссу по вкусу. Сырое яйцо взбить.
- 4 Варёные яйца очистить, мелко порубить, смешать с капустой. В середину каждого квадрата теста выложить полученную начинку. Края соединить конвертом, плотно защипать. Смазать пироги взбитым яйцом и выложить на противень.
- 5 Духовку разогреть до 180°C, выпекать пироги до румяной корочки (около 30 минут), затем смазать сливочным маслом и подать к столу.

### КСТАТИ

*\*Мелисса – лекарственное растение, в кулинарии используются его листья и молодые побеги – они обладают пряным, свежим лимонным вкусом. Мелиссу добавляют в салаты и супы, рыбные и грибные блюда, а также используют для придания свежего аромата напиткам.*



### Состав:

- 2 стакана пшеничной муки
- ½ стакана воды
- ½ стакана растительного масла
- 400 г свежей капусты
- 2 луковицы
- соль
- молотый чёрный перец
- сушёный розмарин
- сушёная мелисса\*
- 1 сырое яйцо
- 2 сваренных вкрутую яйца
- 100 г сливочного масла

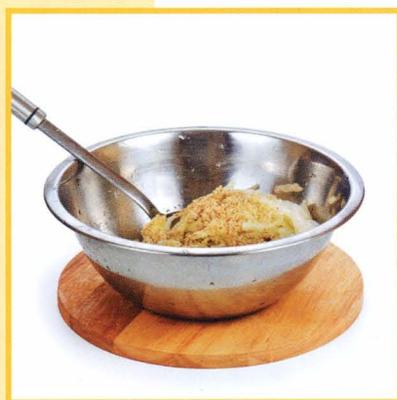




# ВЕРТУТА С ЯБЛОКАМИ, ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ И КОРИЦЕЙ

## Состав:

- 2 яйца
- ½ стакана растительного масла
- 2 ст.л. тёплой воды
- 2 стакана пшеничной муки
- 4 средних кисло-сладких яблока
- 1 стакан сахарного песка
- 100 г очищенных грецких орехов
- 1 ч.л. молотой корицы



## Приготовление

- 1 Одно яйцо взбить с растительным маслом и водой, добавить просеянную муку, замесить эластичное тесто. Накрыть его салфеткой и оставить в тепле на 30–40 минут, затем разделить на 4 части.
- 2 Яблоки вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину и натереть на тёрке. Орехи мелко нарубить. Смешать яблоки с сахаром, орехами и корицей.
- 3 Раскатать тесто в тонкие лепёшки, аккуратно растянуть руками как можно тоньше, смазать сливочным маслом, тонким слоем выложить на лепёшки начинку, свернуть рулетами. Оставшееся яйцо взбить.
- 4 Рулеты свернуть спиралью и выложить на противень. Смазать взбитым яйцом.
- 5 Выпекать вертуты в духовке, разогретой до 180°C, в течение 20 минут. Подавать к столу горячими.

## КСТАТИ

*Чтобы яблочная начинка не потемнела, сразу после натирания на тёрке сбрызните её лимонным соком и перемешайте.*





# МАЛАЙ



## Состав:

- 1 стакан молока
- 2 стакана мелкой кукурузной крупки
- 2 яйца
- 3 ст.л. сахарного песка
- 1 ст.л. ванильного сахара
- 1 ч.л. сухих дрожжей
- 2 ст.л. воды
- 2 ст.л. растительного масла
- сахарная пудра

## Приготовление

- 1 Молоко вскипятить, тонкой струйкой всыпать кукурузную крупку. Тщательно перемешать и варить, помешивая, на слабом огне в течение 10–15 минут. Снять с огня и охладить.
- 2 Яйца взбить с сахарным песком и ванильным сахаром, дрожжи развести тёплой водой. Всё добавить в молочную массу, перемешать.
- 3 Форму для запекания смазать растительным маслом, выложить подготовленную массу, поверхность разровнять.
- 4 Духовку разогреть до 180°C, запекать массу до румяной корочки (около 25 минут).
- 5 Готовый малай охладить, посыпать сахарной пудрой, разрезать и подать к столу.

## КСТАТИ

*Вы можете самостоятельно приготовить ароматную сахарную пудру: измельчите сахарный песок в кофемолке или блендере и добавьте по вкусу ванилин или корицу.*

# ГОГОШЬ

## (ПЕЧЕНЬЕ С ВИШНЕЙ И ОРЕХАМИ)



### Приготовление

- 1 Яичные желтки растереть с сахарной пудрой до бела. Добавить размягчённое сливочное масло и просеянную муку, замесить тесто.
- 2 Раскатать тесто в пласт толщиной около 1 см, круглой формочкой вырезать печенье. Яйцо взбить.
- 3 Грецкие орехи мелко нарубить. В центре каждого печенья продавить небольшую ямку, смазать поверхность взбитым яйцом и посыпать орехами.
- 4 Духовку разогреть до 180°C, выпекать печенье около 10–15 минут, затем достать и охладить.
- 5 В каждое углубление на печенье положить по 1 вишенке, выложить печенье на блюдо и подавать к столу.



### Состав:

- 4 яичных желтка
- 100 г сахарной пудры
- 150 г сливочного масла
- 1 стакан пшеничной муки
- 1 яйцо
- 100 г очищенных грецких орехов
- 3 ст.л. вишни без косточек из варенья

### КСТАТИ

*Вместо грецких орехов для посыпки печенья можно использовать молотый миндаль.*

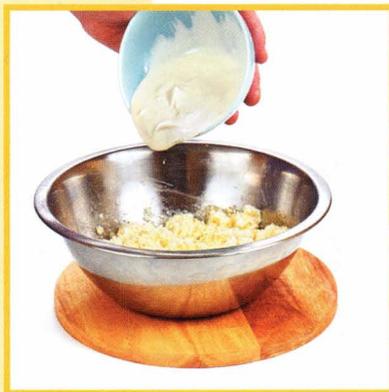
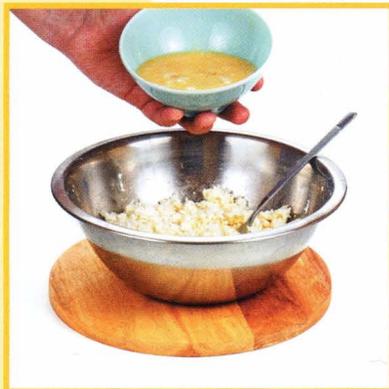


# АЛИВЕНЧ

(ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА)

## Состав:

- 600 г творога средней жирности
- 5 яиц
- 1 стакан мелкой кукурузной крупки
- 2 ст.л. пшеничной муки
- 1 стакан сметаны
- 4 ст.л. сливочного масла
- соль
- 1 ст.л. растительного масла



## Приготовление

- 1 Творог протереть через сито. Яйца взбить, смешать с творогом, добавить кукурузную крупку, перемешать.
- 2 Выложить в творожную массу половину сметаны и размягчённое сливочное масло, чуть подсолить, хорошо перемешать.
- 3 Форму для запекания смазать растительным маслом, выложить приготовленную массу и запекать в духовке, разогретой до 180°C, до румяной корочки (около 15–20 минут).
- 4 Готовую запеканку слегка остудить, нарезать, разложить по тарелкам и подавать к столу с оставшейся сметаной.

## КСТАТИ

*В тесто для запеканки можно добавить изюм, толчёные грецкие орехи или лимонную цедру.*





# ЯБЛОКИ В СЛОЁНОМ ТЕСТЕ



## Состав:

- 300 г сливочного масла
- 3 стакана пшеничной муки
- ¼ стакана ледяной воды
- соль
- лимонная кислота
- 1 кг яблок
- 1 стакан сахарного песка
- 1 ч.л. молотой корицы
- 1 ст.л. сахарной пудры

## Приготовление

- 1 Сливочное масло убрать в морозильную камеру на 1 час, затем натереть на крупной тёрке.
- 2 Муку просеять на стол горкой, добавить натёртое масло, перемешать.
- 3 В воде растворить щепотку соли и щепотку лимонной кислоты. Осторожно подливая воду в муку с маслом, замесить однородное тесто. Сформировать из теста шар, накрыть салфеткой и поместить в холодильник на 30 минут.
- 4 Яблоки вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину. Сахар смешать с корицей.
- 5 Охлаждённое тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать квадратами 15x15 см. В середину каждого квадрата поставить яблоко, внутрь которого всыпать сахар с корицей. Края квадрата теста соединить над яблоком и защипнуть.
- 6 Духовку разогреть до 180°C, запекать яблоки в тесте в течение 20–25 минут, затем выложить на блюдо, посыпать сахарной пудрой и подавать к столу.

## КСТАТИ

*Чтобы максимально упростить этот рецепт, используйте готовое бездрожжевое слоёное тесто.*

*Для запекания лучше всего подходят кисло-сладкие зимние сорта яблок, например антоновка.*

# ЧЕРНОСЛИВ С ОРЕХАМИ В ВИНЕ



## Приготовление

- 1 Приготовить сироп:  
в кастрюлю влить вино,  
всыпать сахар, хорошо  
размешать и, помешивая,  
довести до кипения.
- 2 Сливки взбить с сахарной  
пудрой до крепкой пены.
- 3 Орехи выложить  
на противень и подсушить  
в духовке, разогретой  
до 160°C, в течение  
10 минут, затем остудить  
и снять шелуху.
- 4 Чернослив промыть  
в холодной воде, обсушить  
и нафаршировать  
половинками грецких  
орехов. Лимон вымыть,  
нарезать тонкими  
ломтиками.
- 5 В кастрюлю положить  
слоями половину  
ломтиков лимона,  
фаршированный  
чернослив и оставшиеся  
ломтики лимона. Залить  
винным сиропом, довести  
до кипения и варить на  
слабом огне в течение  
15–20 минут.
- 6 Готовый десерт разложить  
по креманкам, украсить  
взбитыми сливками  
и подавать к столу.



### Состав:

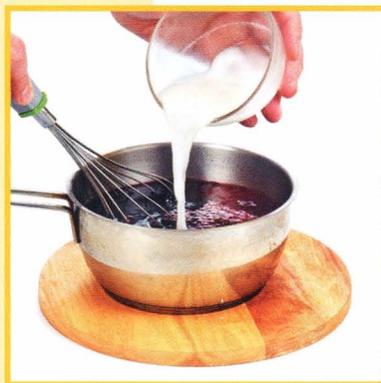
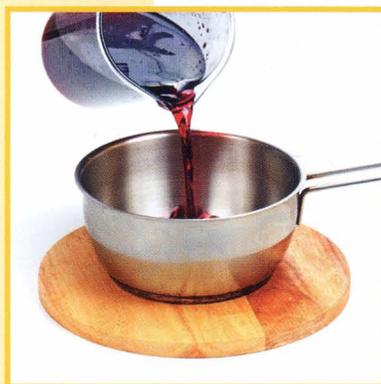
- ½ л красного сухого вина
- ½ кг сахарного песка
- 1¼ стакана 33%-ных сливок
- 100 г сахарной пудры
- 3 стакана очищенных грецких орехов
- 1½ кг чернослива без косточек
- 1 лимон



# КИСЕЛЬ ИЗ КРАСНОГО ВИНА СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ

## Состав:

- 3/4 стакана сухого красного вина
- 1/2 стакана сахарного песка
- 2 ст.л. крахмала
- 2 стакана воды
- 1 баллон взбитых сливок



## Приготовление

- 1 Вино влить в кастрюлю, добавить сахар и довести до кипения.
- 2 Крахмал развести в холодной воде, тонкой струйкой влить в кипящее вино, перемешать и снова довести до кипения, затем снять с огня.
- 3 Готовый кисель разлить по креманкам и посыпать сахаром, чтобы на его поверхности не образовалась плёнка.
- 4 Кисель охладить, украсить взбитыми сливками и подавать к столу.

## КСТАТИ

*Взбитые сливки можно приготовить самостоятельно: 3 стакана охлаждённых жирных сливок (не менее 30%) взбейте миксером со 100 г сахарного песка до образования густой однородной массы.*



# МОЛДАВСКАЯ КУХНЯ

Издательство «Директ-Медиа»  
по заказу  
ЗАО «Издательский дом  
«Комсомольская правда»

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
«ДИРЕКТ-МЕДИА»

Генеральный директор: К. Костюк  
Главный редактор: А. Барагамян  
Руководитель проекта: О. Ивенская  
Координатор: С. Ильичева  
Редактор: П. Чеботарева  
Корректор: Г. Барышева  
Автор рецептов: М. Распутина  
Фотограф: И. Завьялова  
Шеф-повар: С. Орлов  
Дизайн оригинал-макета: И. Крюков  
Верстка: С. Туркина

Адрес редакции и издателя:  
117342, Москва,  
ул. Обручева, д. 34/63, стр. 1  
E-mail: editor@directmedia.ru  
www.directmedia.ru

ТОМ 21 «Молдавская кухня»  
© Издательство «Директ-Медиа», 2011  
© ЗАО «Издательский дом  
«Комсомольская правда», 2011  
© При подготовке макета использовались  
материалы фотобанков «Лори» и «Ист-Ньюс»  
Издатель:  
ЗАО «Издательский дом  
«Комсомольская правда»  
125993 г. Москва,  
ул. Старый Петровско-Разумовский  
проезд, 1/23

Отпечатано:  
SIA «PRESES NAMS BALTIC»  
Латвия, Рига, Эрнеста Бирзниекса-  
Упиша 20а/4, LV-1050  
Подписано в печать 12.03.2011

2011 год



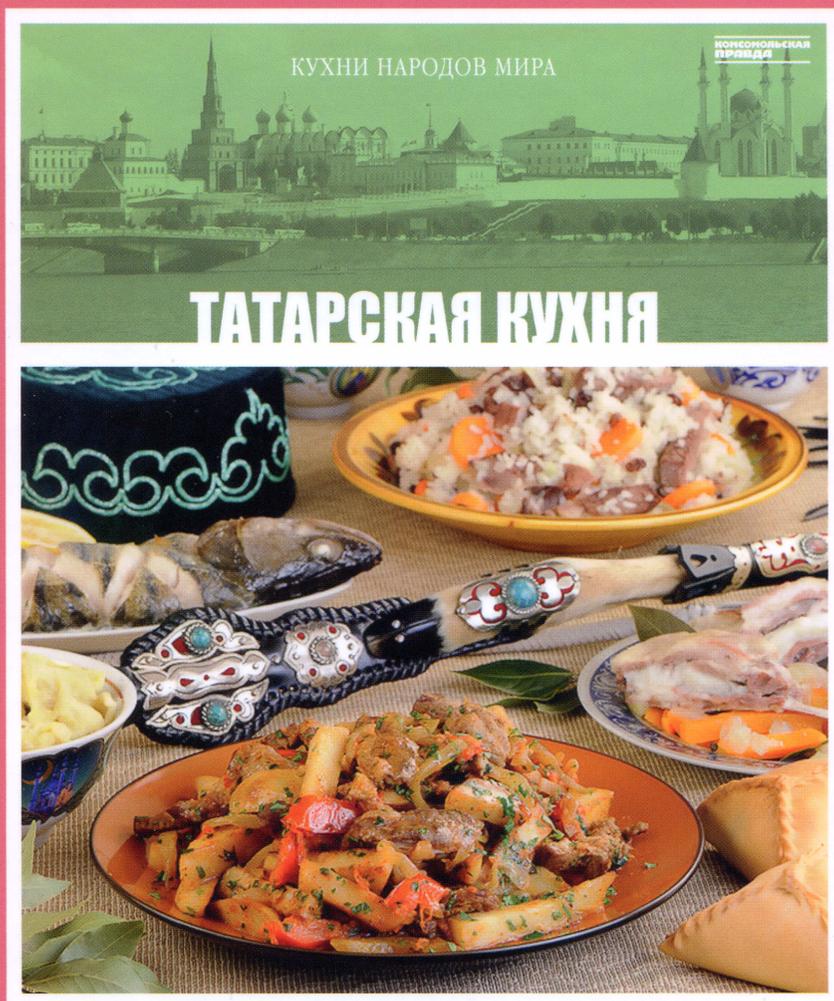


Для Записок



A series of horizontal lines for writing, consisting of 20 evenly spaced lines that span the width of the page.

СЛЕДУЮЩИЙ ТОМ:



Тут что ни блюдо, то история. Шулпа, куллама, чумар – это всё оттуда, из глубины веков. А выпечка – эчпочмаки, перемячи, кыстыбыи... Татарская кухня – она словно привет из детства, когда любимым лакомством были пирожки, приготовленные бабушкой. Потом вырос человек, уже без бабушки, без её пирожков, перешёл на другую диету, одни воспоминания остались. А в татарской кухне пирожки остаются с человеком на всю жизнь. И жизнь от этого становится лучше, а человек – добрее.

А ведь есть ещё и чак-чак...

Реализуется с газетой  
«Комсомольская правда»

ISBN 978-5-7475-0104-1



4 607071 483693