

# DIN BUCĂTĂRIA BUNICII

rețete tradiționale ilustrate pentru copii



Dănuța BOBOȘAN

Nicoleta NEMEȘ

# DIN BUCĂȚĂRIA BUNICII

*rețete tradiționale ilustrate pentru copii*

  
**Editura Muzeul Maramureșului**  
Sighetu Marmăției, 2023

Acest material a fost realizat în cadrul proiectului ***Gust de Maramureș – rețete tradiționale de pe Valea Vișeului*** finanțat de Ministerul Culturii - Administrația Fondului Cultural Național, sesiunea de finanțare nr. I / 2023  
Această publicație nu reprezintă în mod necesar poziția Administrației Fondului Cultural Național. AFCN nu este responsabilă de conținutul publicației.  
Acest aspect constituie în întregime responsabilitatea beneficiarului finanțării.  
Toate drepturile aparțin autorilor  
Mulțumim tuturor celor implicați în proiectul ***Gust de Maramureș – rețete tradiționale de pe Valea Vișeului***

**Inițiator:**

Muzeul Maramureșan

**Coordonator proiect:**

Nicoleta Nemeș

**Echipa de proiect:**

Boboșan Dănuța – assistant manager

Manole Mihail Gerald – responsabil promovare

Chiș Anuța – responsabil financiar

Meszaroș Alexandru Mircea – responsabil cu activități educaționale

**Perioada de implementare:** 1februarie – 10 noiembrie 2023

**Ilustrator:** Raluca Iov

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**BOBOȘAN, DĂNUȚA**

**Din bucătăria bunicii : rețete tradiționale ilustrate pentru copii / Dănuța Boboșan, Nicoleta Nemeș. - Sighetu Marmăției : Editura Muzeul Maramureșului, 2023**

ISBN 978-606-95703-4-0

I. Nemeș, Nicoleta

641.5

**Tipar:** Aska Grafika

## ***Gust de Maramureș – rețete tradiționale de pe Valea Vișeuului***



Proiect cultural finanțat prin Administrația Fondului Cultural Național

### **APLICANT**

- ✓ Muzeul Maramureșan

### **PARTENERI:**

- ✓ Universitatea Babeș-Bolyai, Facultatea de Geografie, Extensia Sighetu Marmăției
- ✓ Centrul Școlar de Educație Incluzivă Sighetu-Marmăției

**SCOPUL PROIECTULUI:** Promovarea patrimoniului cultural imaterial în rândul tinerilor și a opiniei publice față de cultura gastronomică printr-o prezentare corectă, pertinentă și explicită a rețetelor culinare din bucătăria tradițională specifică localităților Țării Maramureșului (Valea Vișeuului).

### **ACTIVITĂȚILE PROIECTULUI:**

- ✓ Managementul proiectului
- ✓ Cercetarea de teren – arhivarea - constituirea unei baze de date privind arta gastronomică; realizarea de videoclipuri cu rețete din gastronomia maramureșeană
- ✓ Amenajarea zonei gastronomice la Muzeul Satului Maramureșean „Mihai Dăncuș”
- ✓ Conceperea unor activități alternative extracurriculare dedicate copiilor cu nevoi speciale și studenților - 4 ateliere interactive cu punerea în practică a unor rețete vechi ale românilor și ale minorităților
- ✓ Elaborarea cărții cu rețete ilustrate pentru copii și a paginii web cu rețete tradiționale
- ✓ Promovarea proiectului

Prin proiectul „*Gust de Maramureș – rețete tradiționale de pe Valea Vișeuului*” vor fi evidențiate deopotrivă vechi rețete, influențele gastronomice etnice, modul în care se gătea, instrumentele folosite, ocaziile în care mâncărurile au fost servite, tot ansamblul de fapte culturale care le-a însoțit. Mesele rituale și ceremoniale fac parte din cultura gastronomică tradițională, iar multe dintre aceste fapte au încetat demult să mai fie practicate. Într-un atare context se impune cercetarea și revigorarea lor.

Acțiunile de conștientizare a importanței unei alimentații sănătoase, din resurse locale, puțin modificate și ecologice se pot cala și pe gastronomia tradițională, mai ales la nivelul tinerilor. Transmiterea valorilor culturale care au la bază cercetarea sunt mult mai eficiente în rândul tinerilor, crescând gradul de formare prin demonstrații practice.

Actul preparării și cel al consumării hranei au devenit gesturi aproape banale, automate, dar ar trebui să ne reamintim că prepararea hranei pentru o masă reprezenta un întreg ansamblu de ritualuri. Românii, maghiarii, ucrainenii, Țipțerii, evreii și celelalte comunități etnice care au trăit pe acest teritoriu au reușit să-și îmbogățească unii altora cultura gastronomică, păstrând însă și propria identitate.

Publicul este extrem de interesat de rețetele de produse tradiționale și sugerează o tendință de revalorizare a hranei ca expresie culturală locală sau națională.

Se dorește acoperirea unui segment al culturii tradiționale mai puțin cercetat, iar rezultatele cercetărilor vor constitui baza unor proiecte viitoare transdisciplinare.

Prin organizarea atelierelor și crearea videoclipurilor cu rețete din gastronomia maramureșeană ne dorim menținerea vie în memoria actualelor și viitoarelor generații a rețetelor gastronomice care dispar din peisajul gastronomic și mai există la ora actuală doar în mintea femeilor bătrâne. Totodată, implicarea copiilor de la CSEI va contribui la creșterea gradului de incluziune în societate și învățare a acestora prin recunoaștere, acceptare și valorizare ca personalitate.

Prin publicarea cărții cu rețete ilustrate pentru copii și crearea paginii web cu rețete tradiționale ne dorim recuperarea valorii identitare a acestor comunități, precum și recuperarea rețetelor locale ca elemente de patrimoniu imaterial, importante pentru valorizarea existenței populațiilor locale, îmbogățind și diversificând experiențele celor care pătrund în Țara Maramureșului.

Prin amenajarea unui spațiu în cadrul muzeului pentru ateliere gastronomice (amenajarea unui cuptor de pâine, precum și dotarea cu ustensile și instrumentar specific bucătăriei) am urmărit crearea unui spațiu funcțional pentru desfășurarea de demonstrații practice de gătit. Spațiul de gătit va putea fi folosit și pentru pedagogie muzeală care va avea ca obiectiv hrana tradițională sau va fi folosit în cadrul unor tabere cu tematică gastronomică.

\*\*\*

***Această carte conține 60 de rețete tradiționale ilustrate pentru copii, rețete culese direct de la bătrânele satelor Maramureșului. Ele au fost selectate în așa fel încât să cuprindă toate cele trei feluri de mâncare: supă/ciorbă, fel principal și desert și să ilustreze prezența celor cinci bucătării care s-au influențat și au dat naștere bucătăriei maramureșene atât de gustoasă și plină de savoare. Deși sunt rapide și ușoare este indicat să le faceți împreună cu părinții sau bunicii, recreând astfel gusturi, mirosuri și amintiri din bucătăria bunicilor.***

***Când gătim, dialogăm prin intermediul aromelor, prin lucrul cu mâinile, prin creativitate, prin grijă, prin simțuri, dezvăluind o parte din propriul suflet, din propria cultură, povestim despre noi înșine și despre propria lume prin intermediul gesturilor. Bucătăria unește persoane, stimulează afecțiunea și intelectul, creează intimitate și complicitate.***

***Vreți să vă simțiți bine, vreți să vă cunoașteți copiii și, în același timp, să vă redescoperiți? Gătiți împreună cu cei mici!***

***Autoarele***

## Zamă de harbuz (ciorbă de dovleac)

Se curăță harbuzul și se taie cubulețe. Se pune apă la fiert. Când fierbe se toarnă sămătișă\* amestecat cu făină. Se amestecă încet în oală ca să nu se facă cocoloașe. Se pun bucățile de harbuz. Se face un rântaș din ulei, făină și poprică (boia dulce), care se toarnă în oală. Se mai lasă să dea câteva clocote. Dacă se mănâncă de dulce se prăjesc bucăți de slănină și se toarnă deasupra. Se bate spumă de pe lapte cu lapte și se toarnă în oală.

\*Sămătișă - lapte prins care rămâne după ce se culege smântâna.





## Zamă (supă) de chimenoc (chimen)

Se pune la fiert apă cu o lingură de chimenoc (chimen) și se strecoară. Când fierbe apa se pun boți de făină (găluște) făcute dintr-un ou, făină și o lingură de ulei. Când boții (găluștele) sunt fierți se face un rântaș din o lingură de făină prăjită în ulei care se stinge cu lapte amestecat cu smântână. Se pune sare după gust. Zeama preparată fără boți (numai cu rântaș) se poate mânca cu pită uscată ori pită prăjită ruptă în bucăți în farfuria cu zeamă.





## Supă de roșii cu orez

1,5 kg de roșii bine coapte sau 2 borcane/cutii de roșii în bulion de câte 400 g, 50 g orez, 2 morcovi, 2 cepe, 200 g țelină rădăcină, 1 ardei gras, câteva fire de țelină verde, 1 bucată păstârnac sau pătrunjel rădăcină, 2-3 linguri de ulei, mărar și pătrunjel verde, sare, piper.

Legumele, în afară de roșii, se curăță și se taie bucăți: morcovul, țelina și păstârnacul se taie bare mari, ceapa se taie în 4, ardeiul fâșii mari. Roșiile se dau pe răzătoare. Se pun 3 l de apă în oală și se adaugă ceapa, ardeiul și rădăcinoasele. Se pune capacul și se lasă să fiarbă cam 20 de minute din momentul în care apa a dat în clocot. Se verifică acum legumele dacă sunt fierte bine. Se adaugă acum roșiile date pe răzătoare sau sucul de roșii, uleiul, orezul spălat, frunzele de țelină verde și 1 lingură rasă de sare. Se lasă să fiarbă, la foc mic, cam 15-20 de minute din momentul în care a dat în clocot. Se potrivește gustul de sare și piper și se mai lasă să dea 2-3 clocote. Se stinge focul și acum se spală și se taie verdeața, se pune deasupra. Se pune capacul și se servește după 20 minute.



## Zamă de șalate (ciorbă de salată verde)

Salata se curăță, se spală bine și se stoarce în mână. Se pune o lingură de untură într-o tigaie și salata. Se amestecă de câteva ori. Într-o oală se pune la fiert apă sau apă cu zer\* (2 părți de apă și una de zer). Se poate folosi iaurt în loc de zer. Când fierbe apa se pun șalatele în oală. Se face un pic de rântaș cu ulei sau unsoare (untură) sau slănină și făină. Se toarnă în oală. La sfârșit se pune smântână.

\*Zer - lichid care se separă din lapte după coagulare, la prepararea brânzei.





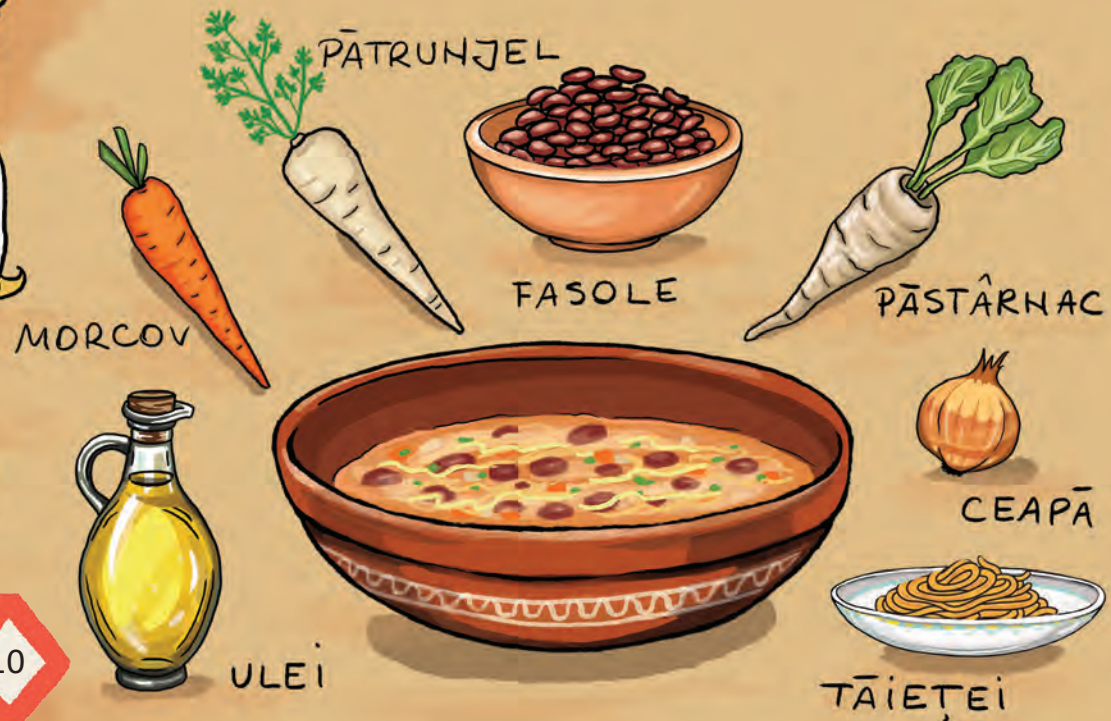
## Supă de ouă

Se pune la fiert apă cu o ceapă întreagă, piper boabe și 2 foi de dafin. Se face un rântaş subţire: se încinge uleiul, se pune o 1 lingură de făină, boia, lapte şi un pic de apă. Când fierbe apa, se toarnă rântaşul, se dă un clocot şi se pun ouăle întregi (se pun cu un polonic să nu se spargă). Se acreşte cu oţet, după gust. Când sunt fierte se ia oala de pe foc, se pune smântâna şi frunze de pătrunjel.



## Supă de fasole uscată și tăieței de casă

500g fasole uscată, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 păstârnac, o lingură ulei, tăieței de casă, sare. Fasolea uscată se pune la înmuiat. A doua zi se pune la fiert. Prima apă în care a fiert se aruncă. Se pune să fiarbă în altă apă. Tot atunci se pune ceapă călită și morcovul, pătrunjelul și păstârnacul curățate și tăiate mărunt. Când fasolea este aproape fiartă se pun tăieții de casă. Se adaugă sare și piper după gust. După ce s-a luat de pe foc se poate adăuga în oală și mărar verde tocat mărunt.



## Mazăre (fasole) cu tăieței

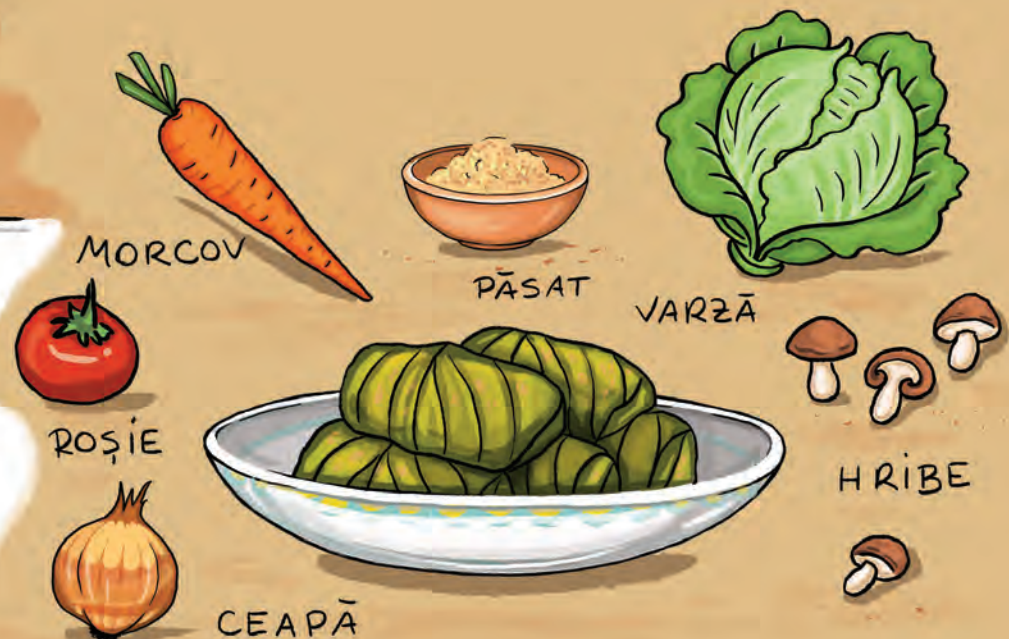
Se pune la fiert fasolea. Se face un aluat din făină, apă, sare. Se întinde și se lasă la uscat. Se taie cu cuțitul bucățele mici, cât unghia, după care se pun la fiert. Când tăiețeiii sunt fierți, se pun peste fasole și se face un rântaș din 1 lingură făină care se prăjește în ulei, boia, apă. Rântașul se fierbe până se îngroașă, după care se pune peste ciorbă și se dă încă un clocot.





## Piroște (sarmale) cu păsat și hribe (ciuperci)

Se lasă păsatul la înmuiat. Se căleşte în ulei (untură) ceapă, hribe tăiate mărunt, roșie, morcov dat pe răzătoare. Se adaugă păsatul. Se condimentează cu sare, piper și poprică (boia dulce). Se fac sarmale în foi de varză dulce sau murată.





## Picioci fripți în coajă

Cartofii se pun la copt în cuptor sau în bloodăr (cuptorul de la soba de tuci). Se mai pot pune pe plita de la sobă sub o tepșă (tavă). După ce s-au copt se înmoaie în mujdei cu ulei, ceapă cu ulei sau varză murată cu ulei.



CARTOFI



ULEI



CEAPĂ



## Hrenzăle (plăcințele de cartofi cruzi)

Cartofii se dau pe răzătoare, se amestecă cu ouă, piper, sare și puțină făină. Se ia cu lingura din amestec și se pune la prăjit în ulei sau untură. Se servesc cu smântână, lapte de oaie sau sămătișă (lapte prins care rămâne după ce se culege smântâna).



## Coleșă (mămăligă) cu lapte acru și cartofi fierți

Se face o mămăligă: se pune apă la fiert cu sare, se pune făina de mălai (de moară) compact, în mijlocul ceaunului și se lasă la fiert 5-10 minute. Se taie cu mestecăul (lingura de lemn) la mijloc și se lasă să fiarbă în continuare încă 5-10 minute. Apoi, se mestecă până când se desprinde mămăliga de pereții ceaunului și nu rămân boți (cocoloașe). Separat, tot într-un ceaun, se fierb cartofii în coajă. Se storc, se răcesc și se curăță de coajă. Se taie bucăți mai mici într-un blid și se toarnă peste ei laptele fiert și smântânit. Se amestecă și se mănâncă cu mămăligă.



FĂINĂ  
DE  
MĂLAI

LAPTE  
ACRU



CARTOFI



SARE

## Păstăi aite cu coleșă (fasole verde cu mujdei și mămăligă)

Se fierb păstăile cu puțină sare. Într-o lespede se călește slănină tăiată mărunt, ceapă și puțină boia. Păstăile scurse de zeamă se amestecă cu slăninuța și ceapa tocată mărunt. Peste se adaugă mujdei. Se servește cu mămăligă caldă.



CEAPĂ

PĂSTĂI

SLĂNINĂ

BOIA

USTUROI

FĂINĂ  
DE MĂLAI

## Mâncărușă cu tocană (omletă cu mămăligă)

Se face o mâncărușă (omletă) din ouă, lapte și un pic de făină de mălai. Mâncărușa se mănâncă cu tocană.



LAPTE



FĂINĂ DE MĂLAI



OUĂ





## Pui oloieți (Boabe de fasole cu ceapă și ulei)

Se fierbe fasolea uscată, boabe. Se storc „puii” (boabele de fasole) și se pun într-un blid. Peste ei se pune ceapă tăiată mărunt, ulei, sare.



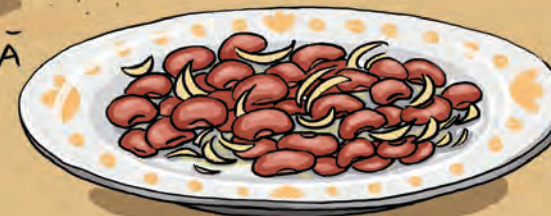
CEAPĂ



FASOLE



ULEI

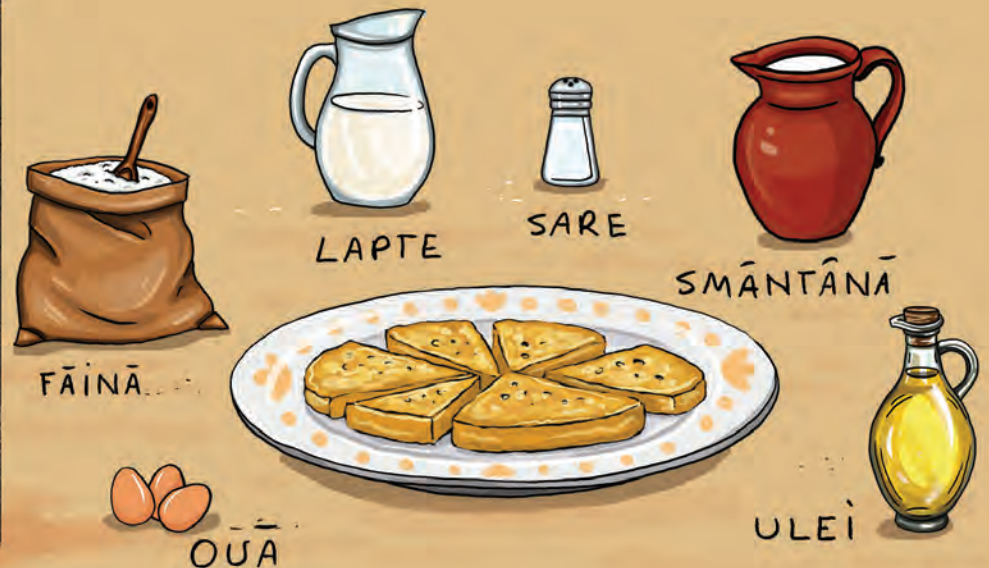


SARE



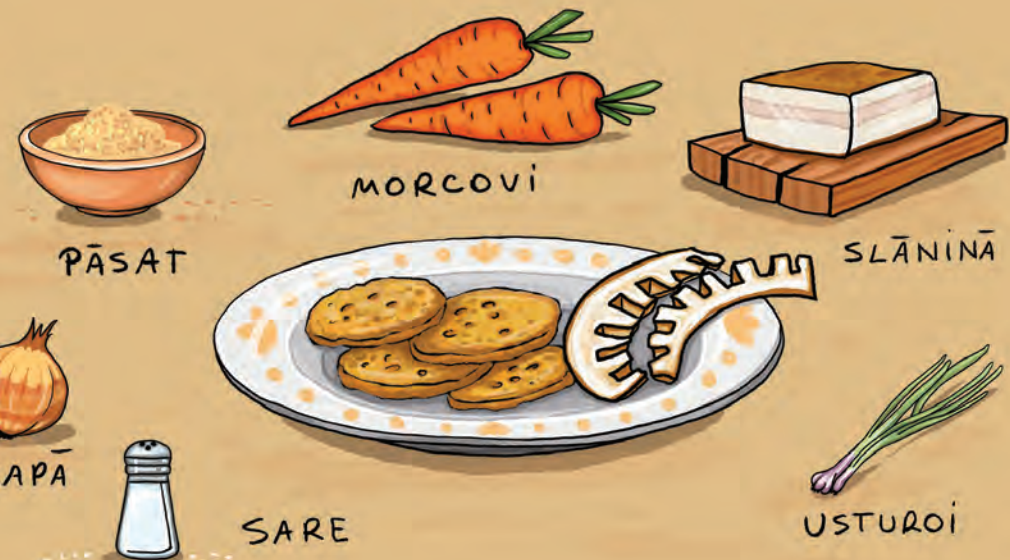
## Plăcintă de ou

Se sparg 2 sau 3 ouă și se bat cu 2 linguri de smântână, 2 linguri de lapte, 2 linguri de făină, un pic de sare. Se pot pune și cozi de usturoi tăiate mărunt. Într-o tigaie se pune ulei și când acesta este bine încins se pune amestecul la prăjit. Se lasă să se prăjească bine pe o parte, apoi cu paleta se întoarce, ca o plăcintă, pe cealaltă parte. După copt, se scoate pe o farfurie și se taie de la mijloc spre margini, triunghiuri.



## Plăcintuțe de păsat

Se fierbe păsat cu doi morcovi întregi. Se prăjește în ulei sau în untură o ceapă tăiată mărunt. După ce păsatul este fiert se strecoară, se zdrobesc morcovii, se amestecă cu ceapa prăjită și se sarează după gust. Din amestecul rezultat se fac plăcintuțe din câte o jumătate de lingură. Se prăjesc felii de slănină, crestate, iar în untura rezultată se prăjesc plăcintuțele de păsat. Se servesc cu slăcina friptă și cu pițiene verzi de ai (cozi de usturoi).



## Ouă umplute

Se fierb ouăle. Se curăță și se taie în lung, în două. Gălbenușurile se scot, se pun într-un bol. Se condimentează cu sare, piper și foarte puțin ulei. Se taie o ceapă foarte, foarte mărunț care se pune peste gălbenușuri. Cu pasta formată se umple jumătățile de albușuri.



OUĂ



SARE



PIPER



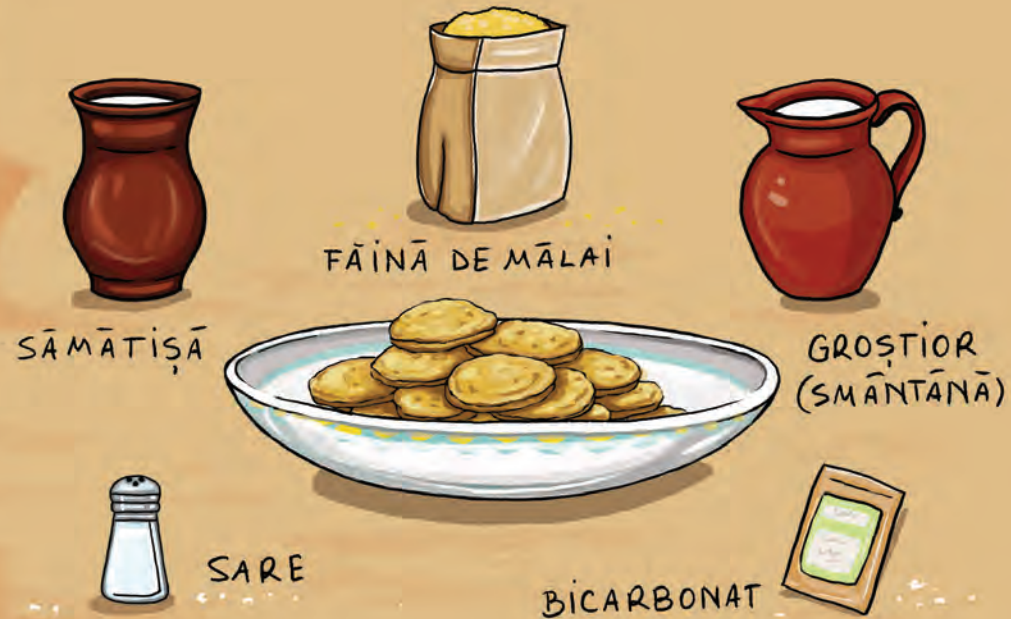
CEAPĂ



ULEI

## Scoverze de mălai

Într-un blid se pune sămătișă, groștior, sare, un vârf de cuțit de broză (bicarbonat de sodiu) și făină de mălai. Se amestecă până se obține o pastă. Într-o lespede se încinge ulei. Se pune cu lingura din amestec, formând clătite mici, rotunde. Se pot mânca cu dulceață sau iaurt.





## Jumări de gâscă grasă sau rață îndopată

Grăsimea de gâscă sau rață se taie în pătrate de 7-8 cm. Se crestează suprafața cu un cuțit, în formă de X sau zăbrele. Pielea se crestează la mijloc. Prin acel orificiu se scurge grăsimea din jumări în timpul prăjirii, iar jumările vor fi deosebit de crocante. Într-o cratiță se pun cubulețele de grăsime și 250 ml de apă rece. Se acoperă cratița. Se lasă la fiert la foc potrivit, amestecând din când în când cu o lingură de lemn. Când apa a scăzut și jumările încep să se rumenească se lovește cu lingura de lemn suprafața jumărilor, iar când par că pocnesc se vor lua de pe foc. Jumările fierbinți se stropesc cu apă rece, apoi se acoperă. După ce s-au mai răcit se scot jumările cu o paletă cu găuri. Se pun într-o strecurătoare, se presează cu o lingură de lemn până iese untura din ele, apoi se așază într-o farfurie. Se acoperită farfuria și se lasă la răcit. Untura se toarnă în borcane cu capac. După ce s-a răcit bine se păstrează la rece.



GRĂSIME DE GÂSCĂ



SARE



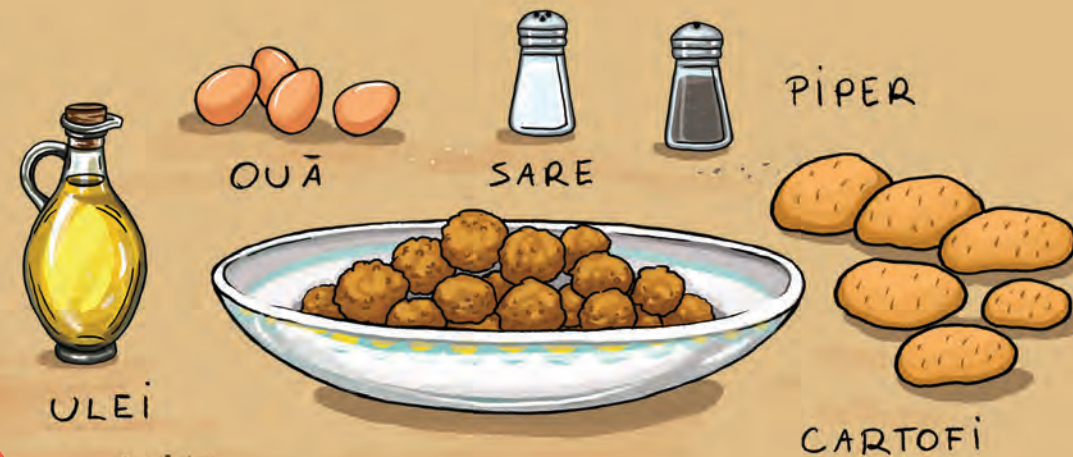
APĂ



## Chifteluțe de cartofi fierți

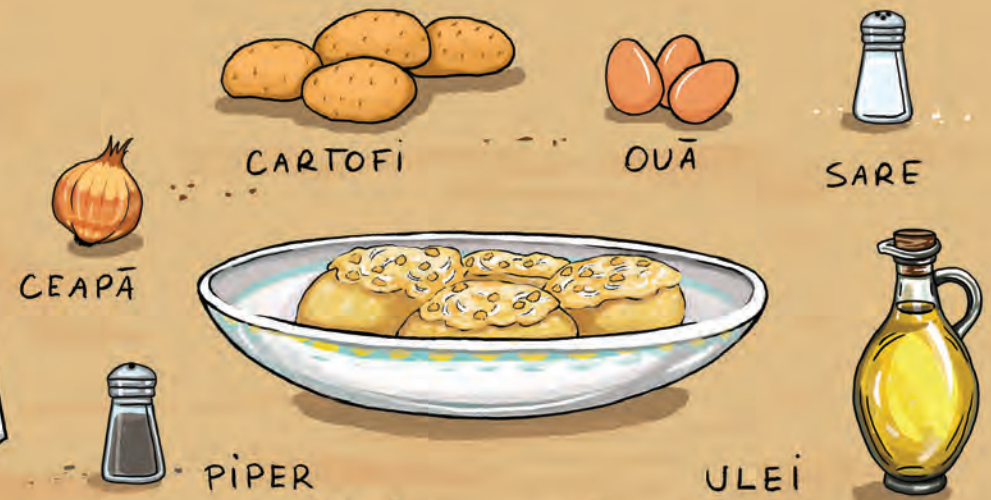
9-10 cartofi, 4 ouă, sare și piper, ulei pentru prăjit

Cartofii se fierb în coajă. Se curăță, se dau prin răzătoarea cu găuri mici. Albușurile de ou se bat spumă și se pun peste cartofi. Se pun și gălbenușurile. Se condimentează după gust cu sare și piper. Se ia cu lingura din compoziție și se prăjesc în ulei încins.



## Picioci (cartofi) în bloodă (cuptorul sobei cu plită) cu ceapă și ouă fierte

Piciocii se spală și se pun în bloodă la copt. Se pun 3-4 ouă la fiert. Se curăță și se taie mărunt 2-3 cepe. Se pregătește un amestec din ceapă, ouă fierte și tăiate mărunt, ulei sare și piper. Cartofii copti se servesc cu acest amestec.



## Lotches sărate

10 ouă, 750 g cu făină de mața, 350 ml apă, sare, ulei.  
Se bat ouăle cu sare. Se amestecă cu făină de mața și apă. În tigaia cu ulei încins se pune cu lingura din compoziția obținută. Se prăjesc pe ambele părți. Se servesc ca garnitură la carne.



APĂ



OUĂ



FĂINĂ DE  
MATZAH

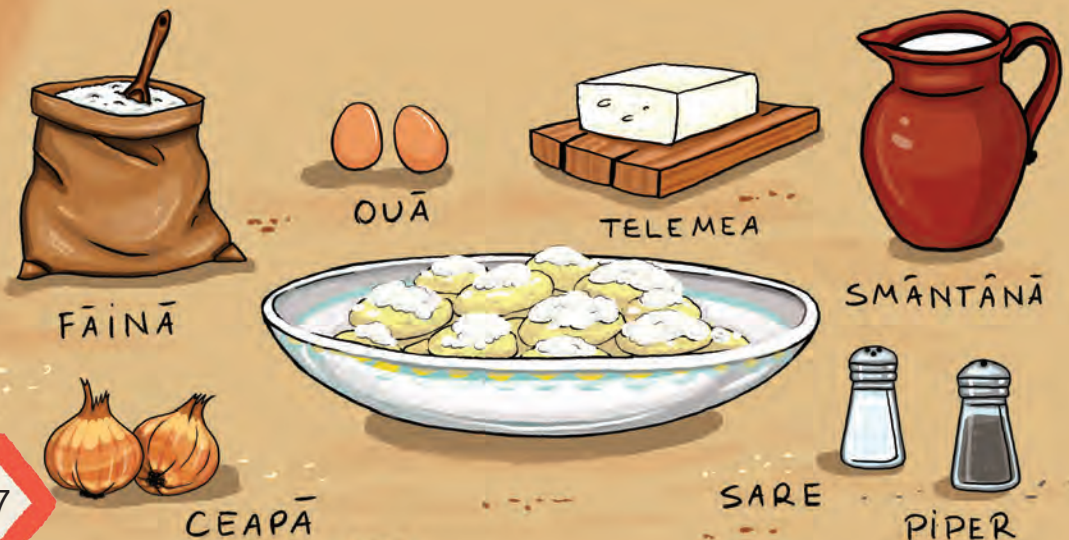


SARE

PIPER

## Kribenihaluschken - găluște de cartofi

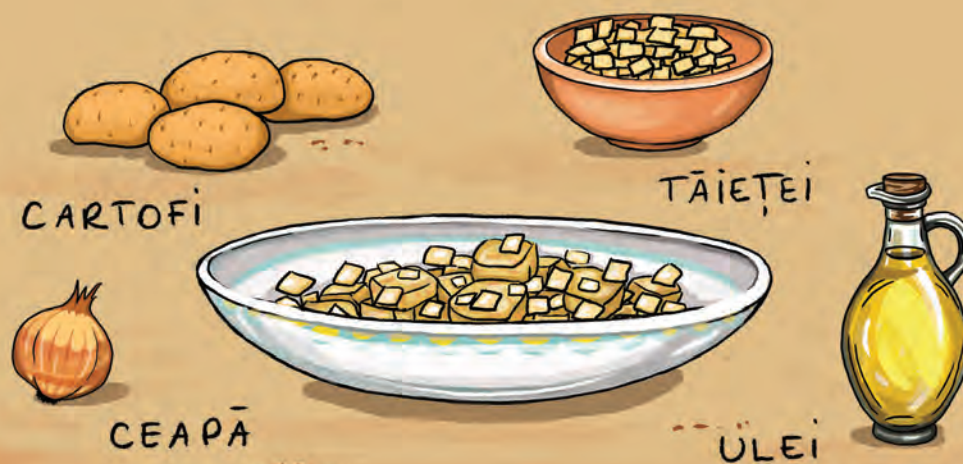
1 kg cartofi dați pe răzătoarea de hrenzele, 150 gr făină albă, 2 ouă, un pic de sare, piper după gust, 2 cepe, 4-5 linguri smântână, 100 gr brânză frământată sau telemea desărată. Cartofii se dau pe răzătoare. Se amestecă cu făina, ouăle și sarea. Din aluatul rezultat se fierb găluște în apă cu sare, circa 20 min. Găluștele se strecoară din apă și se lasă un pic la scurs. Se călesc cele două cepe în ulei și se toarnă peste găluștele fierte, se pune smântâna și brânza. Găluștele se pot face și fără ou și amestecate doar cu ceapă, fără brânză.





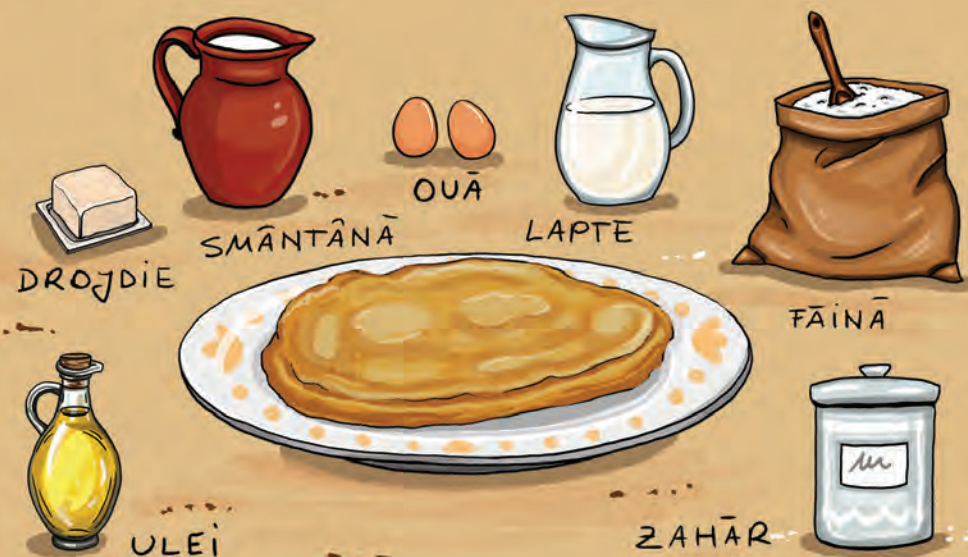
## Grenadirmars - Paste cu cartofi

O pungă de paste sau laște (tăieței) de casă, 300-400 gr cartofi, 2 cepe mari, sare, piper. Se fierb pastele în apă cu sare, se curăță cartofii și se taie cubulețe, ca la ciorba de cartofi și se fierb, de asemenea, în apă cu sare, după care se amestecă cu pastele și cu ceapa călită în ulei. Se mai adaugă sare și piper după gust.



## Lángos - Langoș

1 kg făină, 50 gr drojdie, 500 ml lapte, 2 linguri zahăr, 2 gălbenușuri, 1 linguriță sare, 200 ml smântână, 2 linguri ulei. Se frământă bine și se lasă aluatul la dospit. Cu mâinile unse cu ulei se rup bucăți și se modelează plăcintele. Se prăjesc în ulei bine încins și se pot mânca cu smântână, telemea sărată sau cașcaval deasupra.





## Vărzari

Se face un aluat din sămățișă (lapte prins care rămâne după ce se culege smântâna), 2 linguri untură, 2-3 ouă, 1 linguriță bicarbonat de sodiu și făină de mălai de moară cât cuprinde. Dacă punem făină de mălai grizată, atunci punem și 1-2 linguri făină de grâu. Umplutura se face din brânză de oaie dată pe răzătoare, cozi de ceapă verde tăiate mărunt și mărar tăiat mărunt. Se întinde aluatul pe o frunză de varză, se pune umplutura de brânză și se împătură frunza. Se coace pe jar sau în cuptor.





## Harangauă pă priznele

Se face un aluat din făină neagră de grâu cu apă caldă și sare. Se frământă bine și se întinde o foaie cu o grosime de circa 0,5 cm. Se taie felii lungi sau rotunde (coclinte) care se prădesc pe priznele (plită). Se servesc în loc de pâine.



FĂINĂ  
DE  
GRÂU



SARE



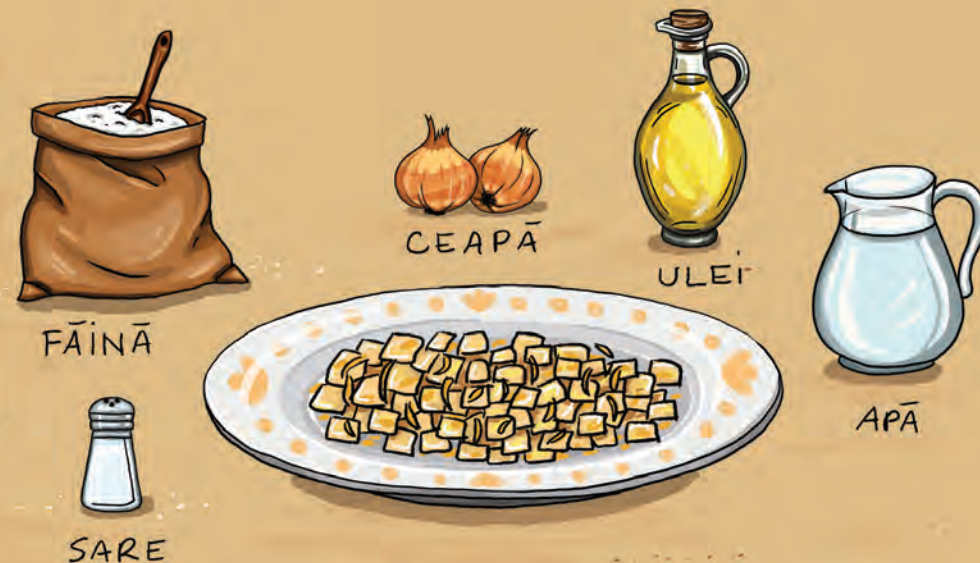
APĂ





## Haluște (tăieței)

Se face un aluat din făină și apă caldă, frământat bine, și se întinde o foaie pe un fund de lemn, cu sucitorul, cât se poate de subțire. După uscare se taie bucăți de 2/2 cm. care se fierb în apă cu sare, se strecoară și se limpezesc cu apă rece. Se prăjește o ceapă sau două în ulei și se pune peste bucățile de aluat fierte. Pe deasupra se poate pune lictar (magiun de prune) sau nucă măcinată.



## Cocuț

Din aluatul de pâine, se rup bucăți, se modelează rotund și se pun la copt odată cu pâinea. După ce se scot din cuptor, se udă cu apă și se acoperă cu o ștergură de cânepă (prosop). Erau pregătite, special, pentru copii.



FĂINĂ



DROJDIE



APĂ



SARE



## Hremzălăh

2 ouă,  $\frac{1}{4}$  kg făină de mața, 150 g nucă, 200 g zahăr, 50 g margarină,  $\frac{1}{2}$  linguriță sare,  $\frac{1}{2}$  l apă, coaja de portocală, miere de albine, ulei pentru prăjit

Făina se amestecă cu nuca măcinată. Se pune apa la fiert cu zahărul, margarina și sarea. Cu siropul obținut se opărește făina și se amestecă bine. După ce s-a răcit se adaugă ouăle și coaja rasă de portocală. Se iau bucăți din aluat, se formează biluțe sau alte forme și se prăjesc în ulei. Când sunt încă calde se toarnă peste ele miere de albine. Se pot servi calde sau reci.



ULEI

MARGARINĂ



ZAHĂR



MIERE



OUĂ



NUCĂ



LĂMÂIE



FĂINĂ

## Scoverze (clătite din făină de málai)

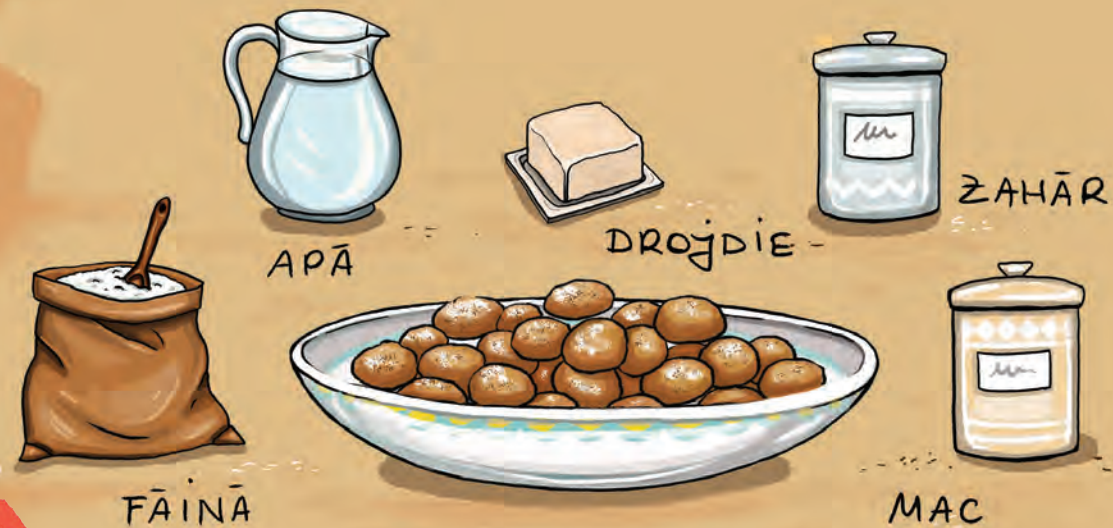
Se face un aluat din făină de málai, făină de grâu, ouă, iaurt, lapte, o linguriță bicarbonat de sodiu, sare și puțin zahăr. Într-o lespede se pune puțin ulei. Cu o lingură se ia din aluat și se coace în lespede. Se poate mânca cu slănină friptă sau cu dulceață.





## Bobâlci

Se face un aluat, mai moale, din făină, apă, sare, drojdie. Se întinde cu sucitorul o foaie, după care se rulează și se taie bucăți de mărimea unei nuci. Se coc pe vatră înaintea focului. Când sunt coapte, se scot și se pun într-un castron mare. Se toarnă apă fierbinte peste ele. După câteva minute se scot cu strecurătoarea și se presară peste ele mac amestecat cu zahăr.



## Pogăcele

2 gălbenușuri, 400 g făină, 200 g unt, smântână cât cuprinde, ½ pachet praf de copt, 1 praf de sare, 3 linguri zahăr.

Din gălbenușuri, făină, unt, smântână, zahăr, praf de copt și sare se face un aluat. Se întinde o foaie de aproximativ 1 cm grosime. Se taie foaia cu un pahar. Rondelele obținute se ung cu gălbenuș de ou. Se pun în tava unsă și tapetată cu făină și se coc la foc potrivit.



OUĂ



UNT



ZAHĂR



PRAF  
DE COPT



FĂINĂ



SMÂNTÂNĂ





## Papanași

2 ouă, 500 g brânză de vaci, 100 g smântână, 1-2 linguri de făină sau griș, 50 g unt, 50 g pesmet, sare. Untul se amestecă bine cu ouăle. Se adaugă apoi brânza de vaci trecută prin sită și pesmetul. Dacă brânza nu este suficient de uscată, se adaugă 1-2 linguri de făină sau griș. Cu mâna dată cu făină se formează găluște. Într-o oală se pune apă cu sare la fiert. Când apa fierbe se pun găluștele și se lasă până se ridică la suprafață. Se scot cu o spumieră pe o farfurie întinsă. Se dau prin pesmet prăjit cu unt. Se servesc cu smântână și zahăr.



BRÂNZĂ  
DE VACĂ



OUĂ



GRIȘ



PESMET



SMÂNTÂNĂ



SARE

UNT



## Gogoși de Hanuca

2 ouă întregi, 500 g făină albă, 2 cupe de chișleag sau iaurt, 2 linguri zahăr, zahăr vanilat, 1 praf de sare, ulei pentru prăjit. Ouăle întregi, făina, chișleagul (sau iaurtul), zahărul, zahărul vanilat, sarea se amestecă bine. În uleiul încins se pune câte o lingură de compoziție și se gătesc la foc mic și se lasă să se rumenească. Se scot pe un platou și se servesc calde, presărate cu zahăr sau dulceată.



SARE

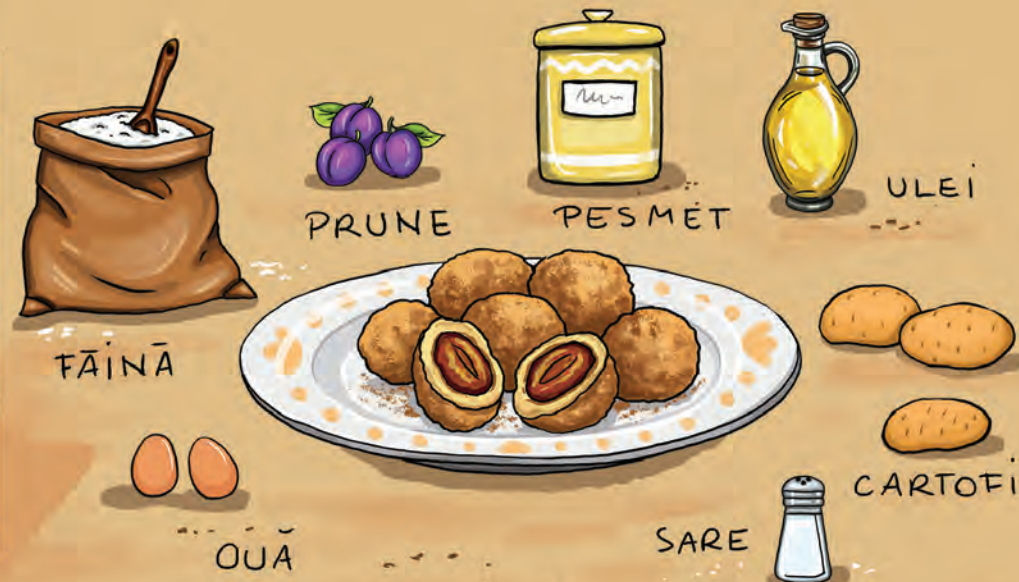


ZAHĂR



## Gomboți cu prune sau licvari de prune

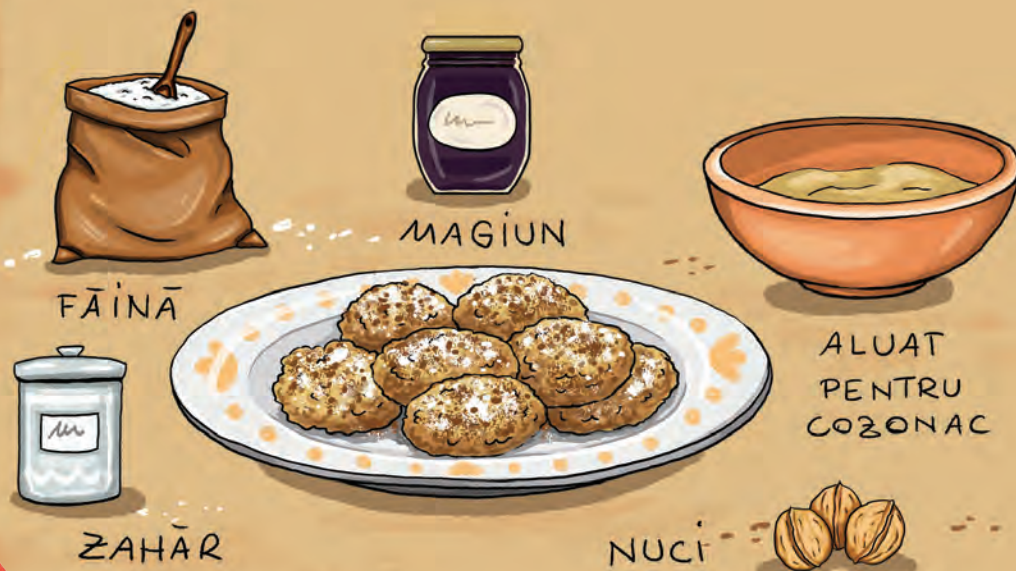
Cartofii se fierb și se zdrobesc. Se amestecă cu ou, făină, sare. Se frământă. Foaia de aluat se întinde și se taie pătrățele. Pe fiecare pătrățel se pune o jumătate de prună sau licvari (magiun), se face o „minge mică”. Se fierb gomboții. Separat se prăjește un pic de pesmet în ulei și se trec gomboții fierți prin acest amestec. Pesmetul se face din pâinea uscată și măcinată sau pisată.





## Gőzönfőtt (fiert pe aburi)

Se face un aluat ca pentru cozonac (500 g făină, 300 ml lapte, 25 g drojdie, 4 linguri zahăr, puțină sare, 2 gălbenușuri, 6 linguri ulei). Se lasă la dospit, apoi se întinde cam de un deget grosime. Se taie pătrățele cam de 5 cm și se pune magiun pe ele. Se fac apoi gomboți din ele. Se pun la fiert pe aburi, într-o sită, circa 15 minute. Când sunt gata se pune ulei peste ei și nucă cu zahăr.





## Babaika

Se face un aluat din făină, drojdie, zahăr, ou și lapte. Se lasă la dospit. Se fac batoane lungi care se mai lasă la dospit aproximativ 30 minute, apoi se pun în cuptor, la copt. Se lasă la uscat 1-2 zile, apoi se taie felii. În unt topit se prăjesc feliile. Se fierbe lapte și se stropesc cu el feliile prăjite. Se amestecă mac cu zahăr pudră și se presară peste ele. Se mai poate pune miere sau gem de afine.

DROJDIE



ZAHĂR MAC



OUĂ



UNT



FĂINĂ



LAPTE





## Derelye

O jumătate kg de făină, 2 ouă, 3 gălbenușuri. Se frământă ca materialul de tăieți, se întinde puțin mai gros ca la tăieți aproximativ 1-2 mm; pe jumătate din foaia întinsă se pune magiun/lictar de prune, câte o jumătate de linguriță la o distanță de 4 cm, după care se întoarce partea fără magiun peste partea cu magiun și se apasă cu degetele, între rânduri să fie apăsate bine să nu se dezlipească și se taie cu un disc zimțat pe unde ai apăsător cu degetele să iasă pătrățelele umplute cu magiun. După ce s-a terminat se pune într-o oală cu apă la fiert cu o linguriță de sare și când fierbe apa, se pun în apă și se fierb până ies la suprafață și se mai lasă încă 2 minute la fiert, se strecoară și se pune pesmet prăjit în puțin ulei sau unt. Se servesc cu zahăr sau smântână până sunt calde.



MAGIUN



OUĂ



ZAHĂR



PESMET



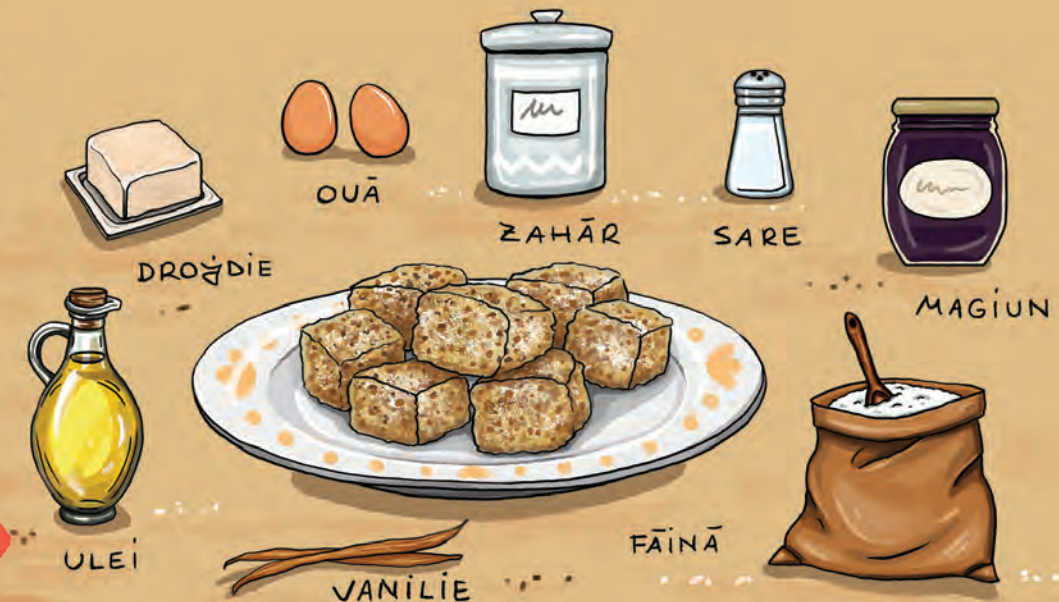
FĂINĂ



SMÂNTÂNĂ

## Aranygaluska

O jumătate de kg de făină, 30 de grame de drojdie, 2 ouă, 3 linguri ulei, 3 linguri de zahăr, o lingură de sare, o vanilie. Se lasă la dospit până se dublează aluatul. Se întinde pe o masă de lucru la o dimensiune de 0,50 cm, se taie la 3-4 cm, se pune magiun, se strânge dreptunghiular și se dă prin ulei și prin nucă măcinată amestecată cu zahăr pudră și se așază într-o tavă 2 rânduri unul peste celălalt intercalat, și se bagă la cuptor la 180 grade, 40-50 minute.



## Csöröge - Ciurigăi

Se face un aluat din ouă, făină și vin alb. Se întinde o foaie subțire ca hârtia. Se taie fâșii cam de 2 degete lățime. Se rulează pe deget și se face ca o fundiță. Se coace în ulei. Se presară mult zahăr pudră deasupra.



VIN ALB



OUĂ



ZAHĂR PUDRĂ



FĂINĂ

## Túrós Gomboc (gomboți de brânză)

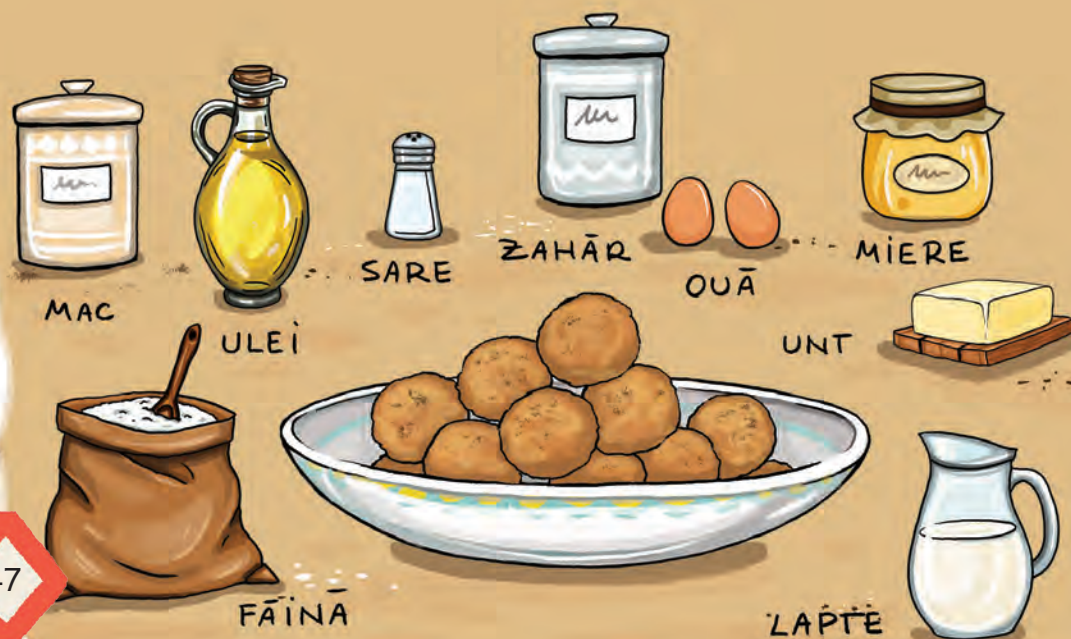
500 g brânză grasă de vaci, 1 ou, griș. Se amestecă toate ingredientele. Se formează biluțe. Se pune la fiert apă cu sare. Când fierbe apa se pun gomboții și se lasă să fiarbă până se ridică la suprafață. Separat se prăjește pesmet în puțin ulei. Se trec gomboții fierți prin pesmet. Se presară cu zahăr pudră amestecat cu zahăr vanilat.





## Buganseln

1 kg făină albă, 4 linguri zahăr, 1 linguriță sare, 2 ouă, 50 gr drojdie, 500 ml lapte, 100 gr unt sau 150 ml ulei, 300 gr mac măcinat sau nucă măcinată, 5 linguri miere, 100 gr unt, 500 ml lapte. Se frământă un aluat și se lasă la dospit. Se formează biluțe mici și se coc în tavă. După ce sunt coapte biluțele, se pun într-un castron peste care se toarnă laptele fierbinte în care se topește untul, macul măcinat, mierea. Se lasă vreo oră-două să se înmoaie biluțele după care se poate servi.



## Semelnodle (găluște de pită) dulce

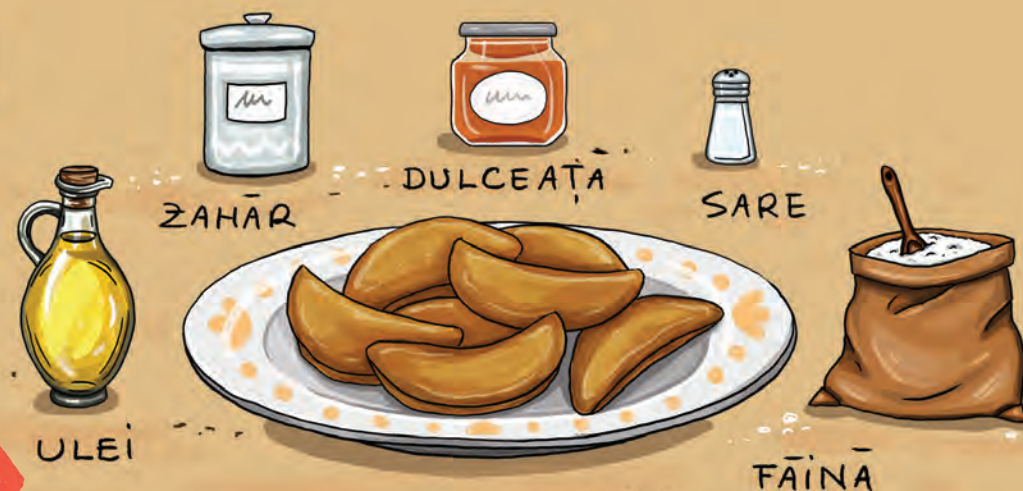
Pită (pâine) veche tăiată mărunt, zahăr, scorțâcă (scorțișoară), nucă măcinată, o lingură de unsoare (untură), 2-3 ouă, o cană de lapte fierbinte. Peste pita tăiată punem nuca, zahărul și scorțâca (scorțișoara) și amestecăm. Apoi punem laptele și amestecăm, apoi unsoarea și amestecăm, apoi ouăle bătute și amestecăm. Facem găluște și le frigem în unsoare (untură) sau oloi (ulei). Le ungem pe deasupra cu miere și cu nucă măcinată.





## Gogoși

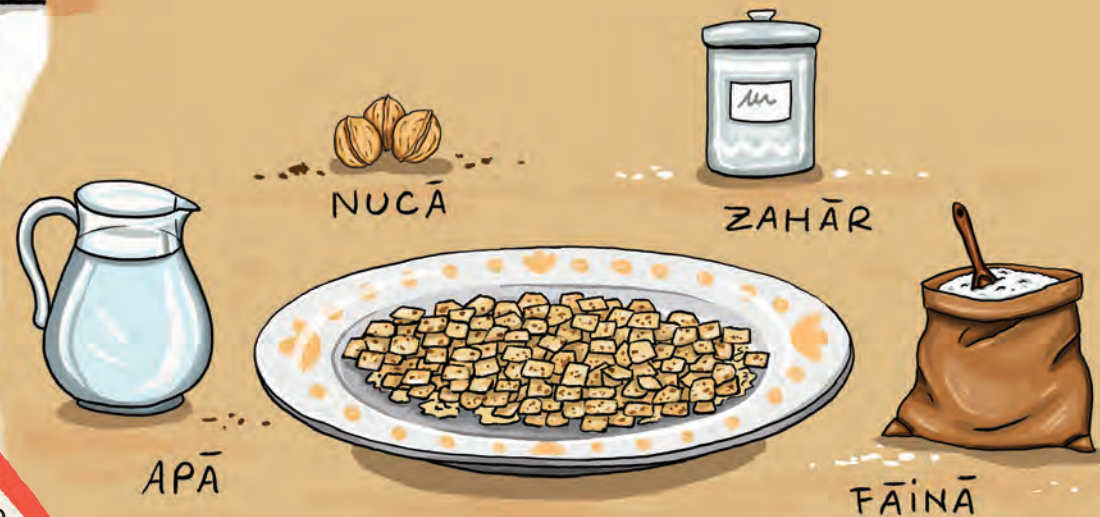
Se amestecă 2 linguri de făină, 1 lingură de ulei, zahăr, un vârf de sare și drojdie obținută din 2 linguri făină, 1 lingură ulei și zeamă în care au fiert cartofii. Se întinde o foaie și, cu un pahar, se taie forme rotunde. Se pune umplutură în mijloc (nucă, dulceață) și se pun părțile una peste alta, în formă de semilună. Se coc în ulei încins până capătă o crustă.





## Tăieței cu nuci măcinate

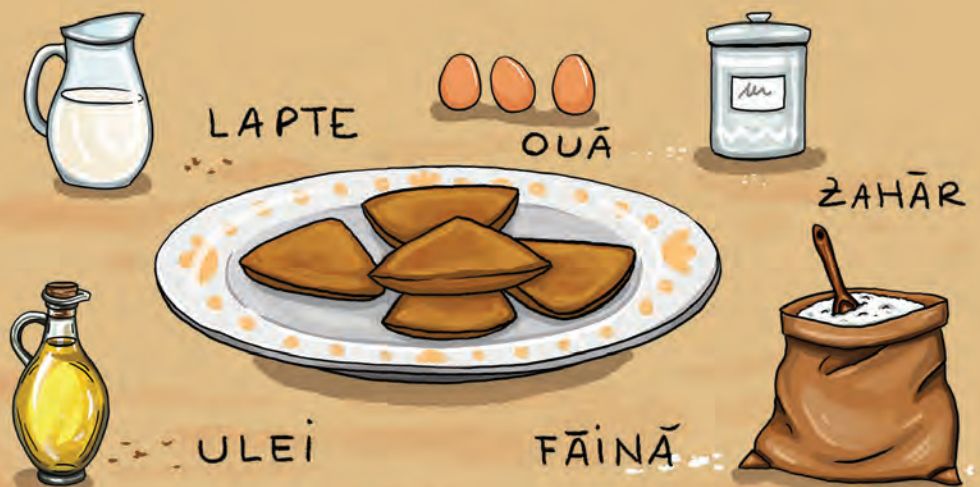
Aluatul de tăieței (din ou și făină) se taie pătrățele, se dă la cuptor. Se pregătește un sirop din zahăr, apă și nuci măcinate. Acest sirop se toarnă peste tăieței după ce tăieței sunt scoși din cuptor.





## Chihăle

3 ouă, 7 linguri de ulei sau untură topită, 7 linguri de lapte. Se bat albușurile cu zahăr și, apoi, se adaugă gălbenușurile. Se amestecă, apoi, cu uleiul și laptele. Se pune făină cât cuprinde. Se întinde câte o foaie și se taie cu cuțitul fășii și apoi triunghiuri. Se unge tava cu un pic de ulei, se pun în tavă și se coc în cuptor.





## Cornulețe

Făina de grâu se amestecă cu untura. Se pun 4 gălbenușuri de ouă, zahăr vanilat, și puțină drojdie. Se frământă toate până se face un aluat care se poate întinde. Se lasă la dospit. Se împarte aluatul în trei părți. Se întinde o foaie cu sucitorul. Se taie fâșii, apoi fiecare fâșie se taie triunghiuri. Pe fiecare triunghi se pune licvari (magiun de prune). Se rulează triunghiurile de la bază spre vârf, apoi se pun în tepșă (tavă). Se pun la copt.

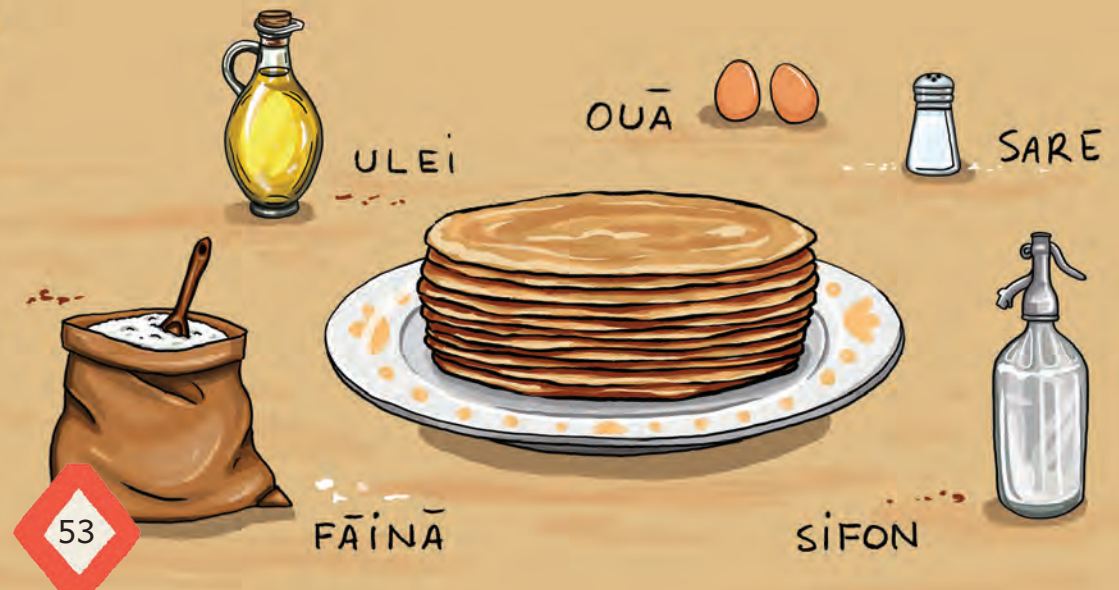




## Clătite

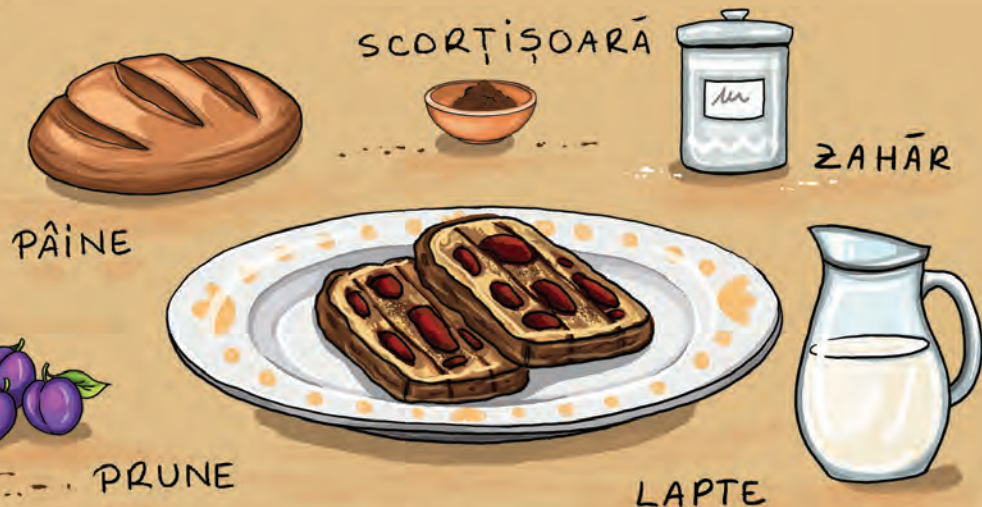
500 g făină, 2 ouă, 200-600 ml sifon, 100 ml ulei sau 100 g untură, sare

Într-un vas adânc se amestecă ouăle, sarea cu făina. Se adaugă sifonul. Se încinge grăsime într-o tigaie și se prăjesc clătitele. Se pot umple cu diverse dulcețuri.



## Szilváskenyér (Pâine cu prune)

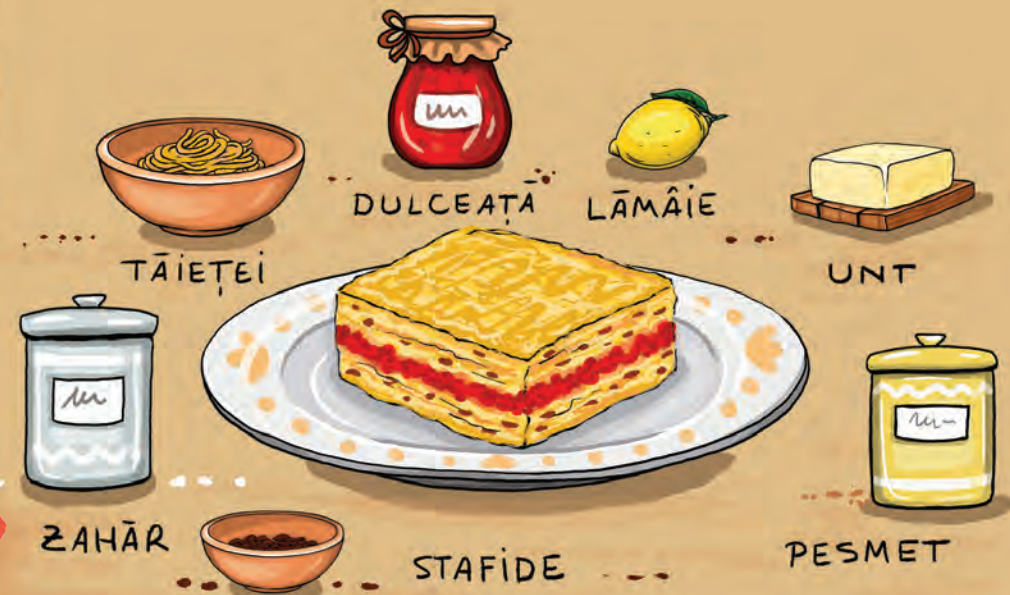
Într-o tavă de chec unsă cu ulei, așezăm felii de pâine înmuiate în lapte. Peste ele punem bucățile de prune. Adăugăm zahăr și scorțișoară după gust. Repetăm până se umple forma. Se coace la foc potrivit până observăm că pâinea s-a rumenit ușor. Se pot folosi caise sau piersici.



## Budincă de tăieței

3 ouă, 200 g tăieței de casă, 4 linguri zahăr, 2 linguri pesmet pentru tapetat cratița, 1 lingură unt pentru uns cratița, stafide, coaja de o lămâie mică, dulceață.

Tăiețiii se fierb și se scurg de apă. Ouăle se freacă cu zahăr. Într-un vas mai mare se amestecă tăiețiii cu ouăle, untul topit, pesmetul și coaja de lămâie. Compoziția se împarte în două. Jumătate se toarnă într-o cratiță unsă cu unt și tapetată cu pesmet. Deasupra se pune dulceață și se presară stafide. Peste se toarnă restul compoziției. Se dă la cuptor, la foc potrivit.

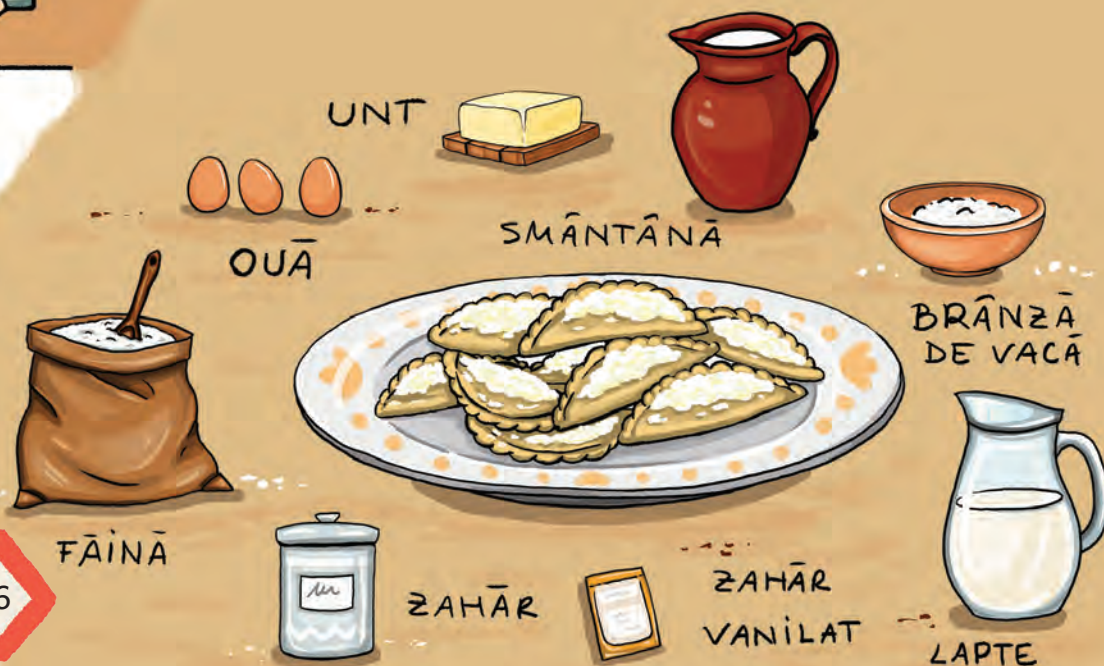




## Colțunași cu brânză

Aluat: 1 ou întreg, 1 linguriță unt, făină, 2-3 lingurițe smântână, puțin lapte,

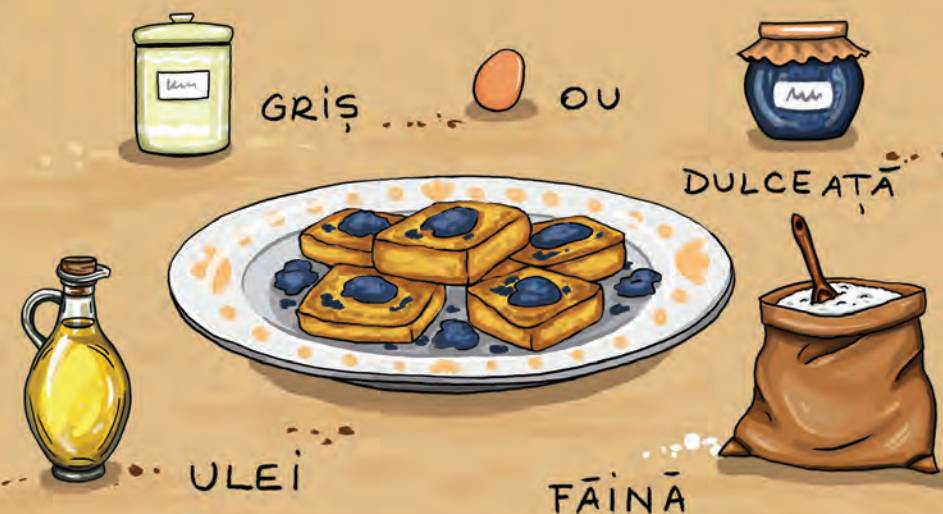
Umplutură: 1-2 ouă, brânză de vaci, zahăr, zahăr vanilat. Se frământă un aluat din ou, unt, smântână și făină cât cuprinde. Brânza se amestecă cu ouăle, zahărul și vanilia. Se întinde o foaie din aluat, groasă de 2 sau 3 mm. Cu un pahar se taie rondele. Pe fiecare rondelă se pune puțină brânză. După ce sunt umplute, rondelele se îndoaie și se lipesc în formă de semilună. Se pune la fiert apă cu puțină sare. În apa care fierbe se pun colțunașii cu grijă la fiert, având grijă să nu se atingă între ei. Când se ridică la suprafață sunt fierți. Se scot cu spumiera și se așază pe o farfurie întinsă. Se servesc calzi, cu smântână și zahăr deasupra.





## Griș pane

Se face grișul cu lapte, dar să fie un pic mai tare. Se întinde pe o tavă, se lasă să se răcească. Apoi se taie pătrățele. Se dă prin făină, ou și pesmet și se prăjește în ulei încins. După ce se prăjește, se presară zahăr praf (pudră) cu scorțișoară.



## Clătite din cartofi cu sirop de fructe

Se curăță cartofii de coajă, se taie cuburi și se pun la fiert. După ce au fiert se pasează și se amestecă cu ou și făină, dar să nu fie aluatul prea tare. Se fac chifteluțe, care se presează în palmă. Se prăjesc în ulei. Se servesc cu sirop din fructe sau cu gem.



OU

CARTOFI

SIROP

FĂINĂ

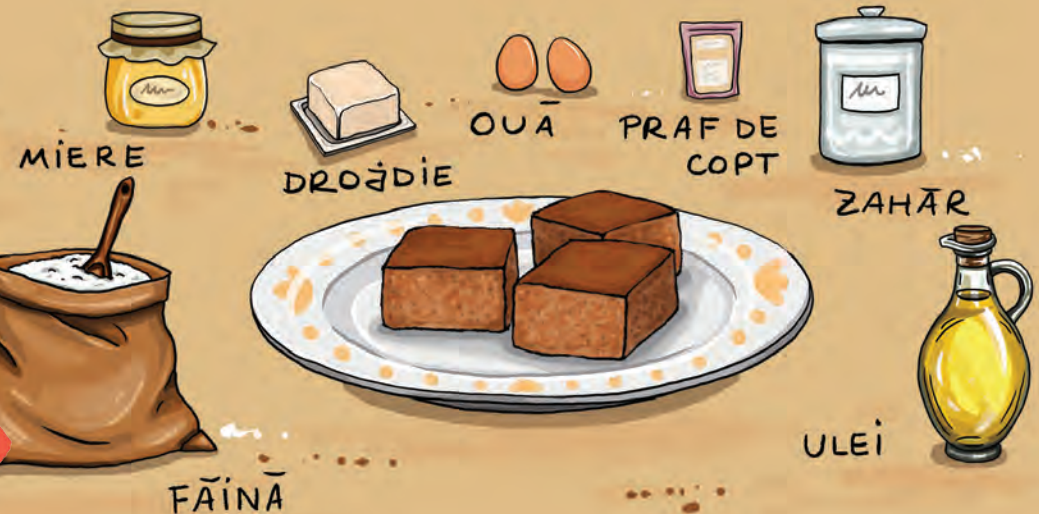
ULEI





## Turtă dulce cu miere (Leicheh)

5-6 gălbenușuri, 4 albușuri, 3-4 linguri de miere, 300 g făină, 200 g zahăr, 1 praf de copt, drojdie cât o nucă, 4 linguri de ulei pentru uns tava, hârtie pentru copt. Mierea de albine se amestecă cu zahărul într-o oală pusă pe foc. Se amestecă până se topesc. Se adaugă praful de copt. Se amestecă până compoziția devine albă. Se ia de pe foc și se lasă la răcit. După ce s-a răcit se adaugă, pe rând, gălbenușurile. Se adaugă făina, apoi drojdia dizolvată în apă sau în lapte. Se toarnă, pe rând, 4 linguri de ulei. Albușurile bătute spumă se adaugă în compoziție și se amestecă cu grijă pentru ca să nu devină compoziția elastică. Într-o tavă unsă cu ulei se pune hârtie de copt, se toarnă compoziția, apoi se coace la foc potrivit timp de o oră.





## Prăjitură cu nuci sau mac

Aluat: 6 gălbenușuri, 400 g făină, 250 g margarină, 250 g zahăr, 1 praf de copt, coaja de la o lămâie, gem de caise sau de vișine.

Umplutura: 6 albușuri, 300 g nuci (sau mac măcinat), 250 g zahăr, coaja unei lămâi, un pliculeț de zahăr vanilat, stafide.

Din făină, margarină, zahăr, gălbenușuri, coajă de lămâie și un praf de copt se face un aluat care se întinde cu mâna în tavă. Se unge cu un gem acrișor (de caise sau de vișine). Deasupra se întinde un amestec din albușurile bătute spumă, nuci (sau mac măcinat), făină, zahăr, coajă de lămâie, zahăr vanilat, stafide. Se coace la foc potrivit.

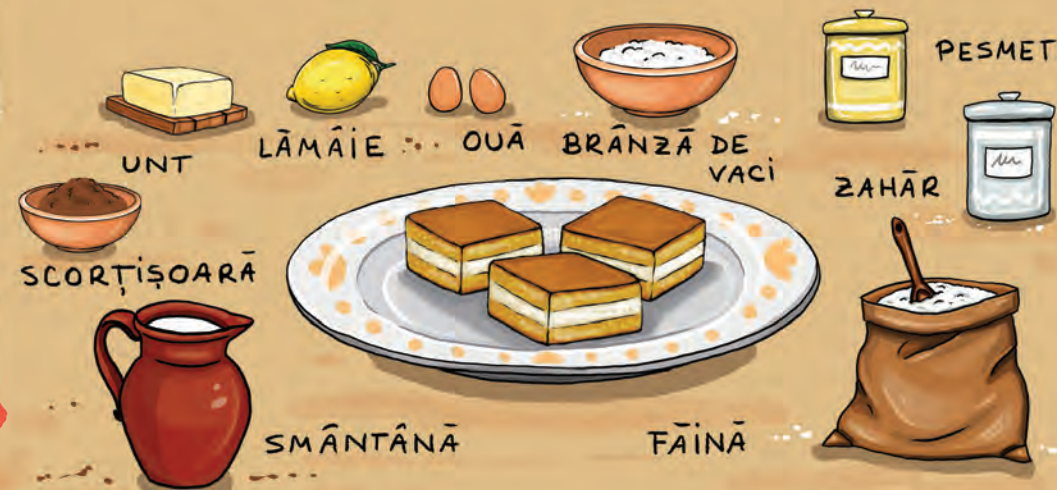




## Plăcintă umplută cu brânză de vaci

Aluat: 3 ouă, 300 g făină, 100 ml smântână, 250 g margarină, o lingură zahăr

Umplutura: 750 g brânză de vaci, 250 g zahăr, 1 linguriță scorțișoară, coajă de lămâie, pesmet. Din 200 g făină, un ou, o lingură zahăr, puțină sare, 100 ml smântână se face un aluat care se lasă să se odihnească 10-15 minute. Între timp se pregătește umplutura din brânză amestecă cu două gălbenușuri, două albușuri bătute spumă și coaja rasă de lămâie. Margarina se freacă cu 100 g făină. Se întinde o foaie care se unge cu margarină. Se îndoaie coca aducând vârfurile spre mijloc. Se lasă 10 minute și se frământă din nou. Se împarte în două și se întind două foi. Într-o tavă se presară cu pesmet se pune prima foaie, se unge cu umplutura, se acoperă cu a doua foaie și se coace la foc iute.



## Prăjitură cu mălai

2 ouă, 8 linguri sămățișă (lapte prins care rămâne după ce se culege smântâna), 7 linguri zahăr,  $\frac{1}{2}$  praf de copt, făină de mălai și o mână de făină de grâu. Se coace în cuptor. Se presară cu zahăr.



SĂMĂȚIȘĂ



OUĂ



PRAF DE  
COPT



ZAHĂR



FĂINĂ DE  
MĂLAI



FĂINĂ  
DE GRÂU

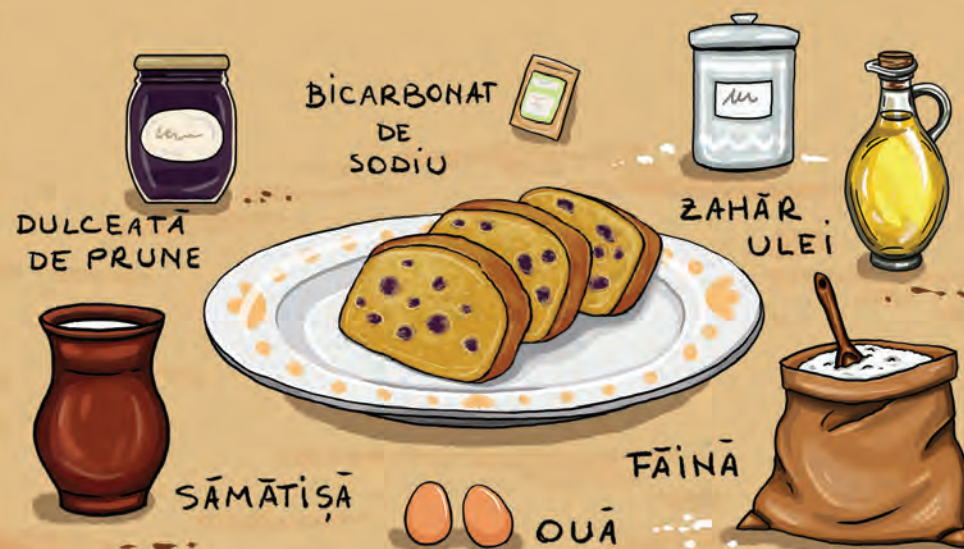




## Prăjitură în sămățișă\*

O cană (de 250 gr) de sămățișă, o cană de zahăr, o cană de ulei, 2 ouă, 2,5 căni de făină, bicarbonat de sodiu dizolvat în sămățișă, 2 linguri de dulceață de prune. Se bat ouăle cu zahărul. Se adaugă treptat uleiul, apoi sămățișă, dulceața, făina, pentru a se obține un aluat mai moale. Se pune în două tăvi de la chec unse cu ulei și tapetate cu făină, apoi se coace.

\*Sămățișă - lapte prins care rămâne după ce se culege smântâna.



## CUPRINS

Zamă de harbuz (ciorbă de dovleac) .....	5
Zamă (supă) de chiminoc (chimen) .....	6
Supă de roșii cu orez .....	7
Zamă de șălate (ciorbă de salată verde).....	8
Supă de ouă .....	9
Supă de fasole uscată și tăieței de casă .....	10
Mazăre (fasole) cu tăieți .....	11
Piroște (sarmale) cu păsat și hribe .....	12
Picioci fripți în coajă .....	13
Hrenzale (plăcințele de cartofi cruzi) .....	14
Coleșă (mămăligă) cu lapte acru și cartofi fierți .....	15
Păstăi aite cu coleșă (fasole verde cu mujdei și mămăligă) .....	16
Mâncărușă cu tocană (omletă cu mămăligă) .....	17
Pui oloieți (Boabe de fasole cu ceapă și ulei) .....	18
Plăcintă de ou .....	19
Plăcintuțe de păsat .....	20
Ouă umplute .....	21
Scoverze de mălai .....	22
Jumări de gâscă grasă sau rață îndopată .....	23

Chifteluțe de cartofi fierți .....	24
Picioci (cartofi) în bloodăr (cuptorul sobei cu plită) cu ceapă și ouă fierte .....	25
Lotches sărate .....	26
Kribenihaluschken - găluște de cartofi .....	27
Grenadirmars - Paste cu cartofi .....	28
Lángos-Langoș.....	29
Vărzari.....	30
Harangauă pă priznele .....	31
Haluște (tăieței).....	32
Cocuț.....	33
Hremzălăh .....	34
Scoverze (clătite din făină de mălai) .....	35
Bobâlcı .....	36
Pogăcele .....	37
Papanași .....	38
Gogoși de Hanuca .....	39
Gomboți cu prune sau licvari de prune .....	40
Gőzönfött (fiert pe aburi) .....	41
Babaika .....	42
Derelye .....	43
Aranygaluska .....	44
Csöröge - Ciurigăi .....	45
Túrós Gomboc (gomboți de brânză) .....	46

Buganseln .....	47
Semelnodle (găluște de pită) dulce .....	48
Gogoși .....	49
Tăieței cu nuci măcinate .....	50
Chihăle .....	51
Cornulețe .....	52
Clătite .....	53
Szilváskenyér (Pâine cu prune) .....	54
Budincă de tăieți .....	55
Colțunași cu brânză .....	56
Griș pane .....	57
Clătite din cartofi cu sirop de fructe .....	58
Mere umplute.....	59
Turtă dulce cu miere (Leicheh) .....	60
Prăjitură cu nuci sau mac .....	61
Plăcintă umplută cu brânză de vaci .....	62
Prăjitură cu mălai .....	63
Prăjitură în sămățișă.....	64





  
Editura Muzenl Maramureşului



9 786069 570340

ISBN 978-606-95703-4-0