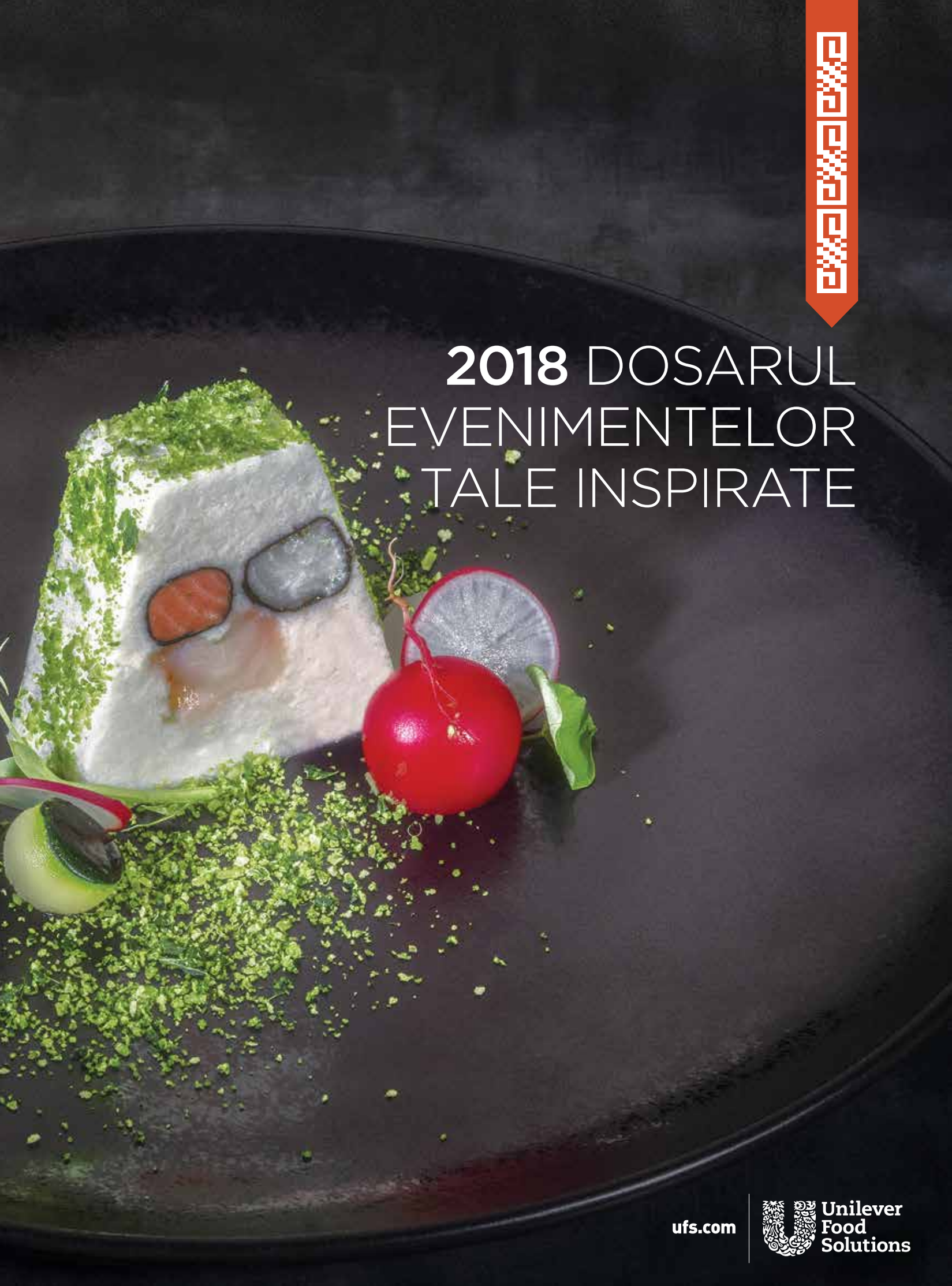


2018 DOSARUL EVENIMENTELOR TALE INSPIRATE

ufs.com

Unilever Food Solutions

Tradiție și inspirație românească pentru evenimentele tale reușite

Momentele importante din viața fiecăruia sau cele prilejuite de sărbătorile anului sunt motiv de bucurie, de mese îmbelșugate, de etalare a măiestriei în bucătărie.
Echipa Unilever Food Solutions a strâns laolaltă cei mai pricepuți bucătari de-a lungul și de-a latul României pentru a vă propune o călătorie gastronomică prin toate regiunile țării.

Te invităm să descoperi în catalogul pe care ți l-am pregătit o detaliată inspirație în alegerea ta privind preparatele pe care le poți găti, dacă ești bucătar, sau propune oaspeților tăi dacă misiunuea ta este organizarea unui eveniment, indiferent de zona în care lucrezi.

Cele cinci regiuni pe care ți le oferim ca exemplu – Muntenia, Dobrogea, Moldova, Crișana și Transilvania – constituie un izvor nesecat de tradiție și inspirație, de aceea i-am și provocat pe câțiva chefi reprezentativi pentru zonele menționate, să ne împărtășească din secretele lor de preparare.
Te vom călăuzi prin filele istoriei, în timpurile în care românii au preluat diverse tehnici de gătire de la popoarele care le-au traversat teritoriul, astfel încât vei deveni conștient de moștenirea gastronomică pentru fiecare zonă în parte.

Îți vom povesti și despre tradițiile locului, pentru a te familiariza cu ritualurile din bucătărie care prevestesc sărbătorile anului sau momentele festive.
Nu în ultimul rând, te vom delecta cu bogăția și savoarea preparatelor tradiționale, acelea ce redau întru totul gustul local și sunt prilej de ospăț pentru musafirii de departe. Tot ele vor fi acelea care vor da o notă autentică evenimentului tău la ceas de sărbătoare.

Călătorie savuroasă, spor la treabă și poftă bună!

Echipa

Unilever Food Solutions

Descoperă #idei_inspirate online!

ufs.com

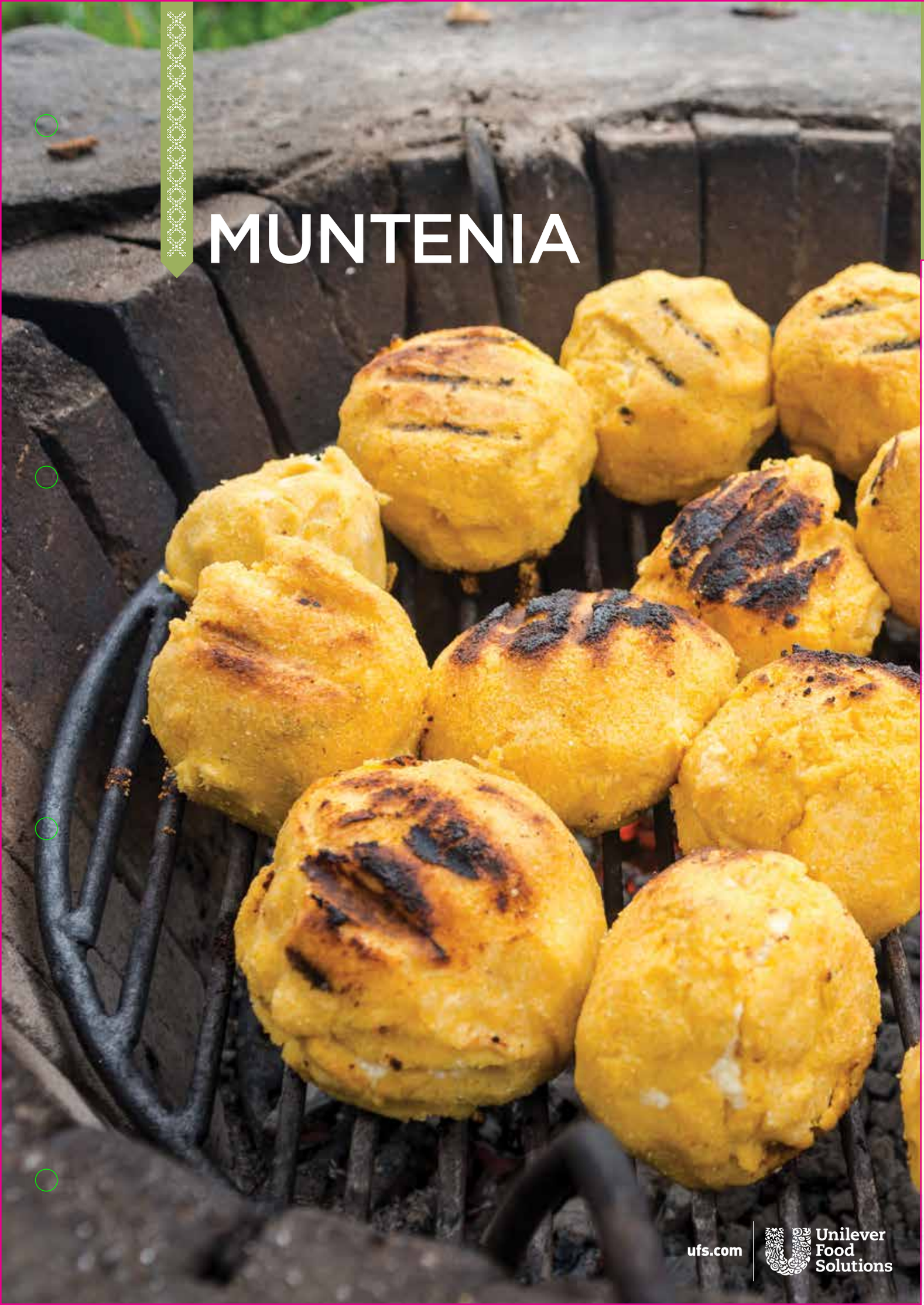
/UnileverFoodSolutionsRomania

/bucatari

/UnileverUFSRomania

chefs.ro@unilever.com

MUNTENIA



Muntenia

O călătorie în zona Munteniei poate fi prilejul perfect de a încerca varietatea de bucate locale, etalate cu dărnicie de gazde. Pe masă vi se vor așterne ciorbe aromate, tocănițe delicioase sau deserturi pline de belșugul gustului.

Sunt doar câteva repere care să te motiveze să răsfoiești secțiunea dedicată din catalogul nostru.

Muntenia, mândria voievozilor

Poziționată de-a lungul Dunării, Muntenia se întinde mândră peste Câmpia Română spre a întâlni spre nordul ei crestele înalte ale Carpaților.

Pitorească zonă a României și-a câștigat faimă istorică prin petrecerile date de voievozii săi în cinstea oaspeților străini, în care bucatele alese au făcut cinste gospodinelor de la curte.

Nici Muntenia nu a fost ocolită de influențele străine, cu precădere de cea greacă sau orientală la începuturi, pentru ca mai târziu să primească delicatețea și eleganța celei franceze dar și amprenta celei italiene, care persistă și în zilele noastre.

Muntenii și cei care le trec pragul se bucură de bogăția legumelor și a cărnii preparate la grătar - tradiție provenită de la greci, iar de la francezi se păstrează alăturarea neobișnuită a ingredientelor, cum ar fi includerea fructelor în pregătirea cărnii.

Cum gătesc muntenii?

Muntenia impune în bucătăria românească o bogăție de gusturi și o împletire de arome care de care mai neașteptate.

Bucatele locului sunt renumite pentru gustul deosebit, obținut prin îmbinarea inspirată a produselor oferite de natură.

Se folosește din plin uleiul vegetal tot timpul anului, pentru ca la sosirea iernii gospodinele să prefere untură. Legumele (proaspete sau conservate) se transformă în bază pentru sosuri sau învăluie gustul specific al cărnii, conferind preparatului o notă aparte.

Ziua poate începe cu o omletă cu ceapă sau cu ochiuri cu brânză, alături de o felie nu prea subțire, dar nici prea groasă de mămăligă.

Spre prânz nu pot lipsi de la masă ciorbele sățioase, bogate în legume și carne, tăiată bucăți sau tocată (sub formă de perișoare), acrite cu borș și aromate din plin cu leuștean proaspăt, în care se mai pot întâlni și orezul sau oul bătut. Vorbind de ciorbe, o alegere interesantă ar putea fi și o variantă mai lejeră, mai răcoritoare cu ștevie sau praz.

Felul principal la munteni face ca alegerea să fie foarte dificilă: unei simple fripturi i se pot alătura prunele uscate, caisele sau gutuile făcând ca farfuria să capete pe lângă un gust desăvârșit și o compunere inedită de culori.

Răciturile sunt și ele speciale, sățioase, mai ales pentru faptul că sunt pregătite din carne de cocoș sau gâscă, pentru ca în sezonul rece carnea de porc să fie opțiunea preferată.

În cazul în care se dorește totuși și o salată, legumele crude sau fierte, însoțite de fructe, ouă sau brânzeturi sunt atent îmbinate de sosuri sau maioneză.

Desertul este un ultim prilej de desfătare a simțurilor: plăcintele cu umplutură de brânză dulce sau dovleac odată cu venirea toamnei, reprezintă doar o parte din ce ne place să gustăm la o masă muntenească.

Ce putem servi in Muntenia?

Zona Munteniei pare a sintetiza preparate care reflectă pe deplin spiritul gastronomiei românești.

Dacă dorim să ne întoarcem în trecut, încă putem servi aici sarmalele în foi de varză, pregătite în oale de pământ, la foc mic, timp îndelungat.

Tot din trecut muntenii au preluat de la turci gustul inconfundabil de "tuslama" – o mâncare scăzută din burtă și picioare de vacă, la care se adăugă cu generozitate iaurt.

De altfel este printre puținele preparate cu denumire de inspirație străină, rămase ca atare. Un alt asemenea termen rămas este cel de "zarzavat" ca o îmbinare de verdețuri folosite din plin la tocănițe, ghiveciuri sau alături de carne sau pește la grătar.

Mititeii a căror faimă a depășit granițele țării noastre sunt o prezență constantă în meniul obișnuit, iar ostropelul din carne de pasăre este pus pe masă împreună cu o porție aburindă de mămăligă.

Muntenii sunt maeștri și în prepararea vânatului, pentru cei care apreciază în mod deosebit genul: căprioară fiartă în vin sau iepurele cu arpagic copt în vas de lut sunt doar două astfel de exemple.

Prăjiturile cu frișcă și ciocolată, papanașii fierți, budincile dulci, din paste făinoase sau compoturile din fructe încheie pe măsură un meniu bogat.

Nunta, prilej de tradiție

Tradițiile și obiceiurile de nuntă sunt și în Muntenia din ce în ce mai puțin păstrate la oraș, zonele rurale fiind cu precădere cele în care încă sunt urmate acestea.

Și în cazul acestei zone geografice și culturale tonul petrecerii este dat de împodobirea bradului, ca un ritual menit să aducă belșugul în casa noii familii. Ornamentele colorate sunt completate cu fructe, chifle sau alte delicatese pentru ca diversitatea și bogăția să fie invocate.

Un alt moment emoționant în care mireasa părăsește pentru totdeauna casa părintească este ruperea turtei – un preparat tradițional din cocă de cozonac, ornamentat generos cu împletituri coapte. Cei prezenți vor fi îmbiați să deguste câte o bucată din aceasta, în semn de binecuvântare.

Alaiul de nuntași necăsătoriți va fi stropit cu un buchet de busuioc de către mireasă și un tânăr neînsurat, nu înainte de a fi luat apă într-un ulcior de lut din a treia fântână dinspre est față de casa miresei.

Un alt obicei, extrem de amuzant pentru nuntași dar din ce în ce mai puțin păstrat este "dansul găinii". După ce îi este negociat prețul de către naș, aceasta va fi gătită cu măiestrie de către soacra mică și servită musafirilor.

În ceea ce privește meniul de nuntă, acesta va îmbina armonios preparatele tradiționale sau interpretarea inedită a acestora cu variante culinare inspirate din bucătăria de pretutindeni, în funcție de nota autentică sau modernă dorită de către miri.

Sărbători românești, sărbători muntenești

Sărbătorile creștine de peste an sunt primite și serbate și în Muntenia, cu evlavie și atenție, cu păstrarea de obiceiuri și invocarea belșugului.

Primăvara este vestită de gătitul mucenicilor, mărunte piese din aluat care se fierb bine în zeamă aromată, după gust, cu nucă, scorțișoară sau coajă rasă de lămâie.
În prag de Paște, mai spre sud, bărbații sunt cei care încondeiază ouăle roșii, iar femeile cele care nu vor dormi în Joia Mare, pentru a nu dormi tot anul.

Masa de Paște adună prietenii dragi și familia în jurul preparatelor tradiționale, nu înainte ca lumina Învierii să fie adusă în case pe treptele pe care a fost presărată iarbă proaspăt culeasă.

Startul sărbătorilor de iarnă este dat odată cu sărbătorirea Sfântului Andrei, când se pune grâu la încolțit, pentru ca norocul să domnească în case și crenguțe de măr în apă, câte una pentru fiecare membru al familiei.

Ajunse în Ajun de Crăciun, muntencele pregătesc din toate felurile de bucate, ca să rodească peste an. Tot în Ajun se dă startul petrecerii, care durează până la ziua când Colindișul și Moș Ajunul sunt primite cu bucurie și răsplătite cu mere, colăcei sau covrigi, iar cei mari sunt îmbiați și cu un pahar de vin.

Masa festivă din ziua Crăciunului este un nou prilej de răsfăț culinar: jumări, caltaboși, tobă, sarmale și fripturi sunt împărțite între cei ai casei dar și celor care le trec pragul, pentru că nu există moment mai bun de primit oaspeți, decât sărbătorile de iarnă.

PREPARATE DIN
MUNTENIA
01. MENIU

01. Muntenia

Constantin Ghimpu - Head Chef, Restaurant "Aqua Garden", Militari Residence Ballroom, Ilfov

"Pentru mine bucătăria românească are un potențial infinit dacă vrei să explorezi, să interpretezi în manieră proprie sau să refaci pur și simplu farfurii ca odinioară. Provocarea intervine atunci când trebuie compus un meniu echilibrat, când trebuie să incluzi un fel de mâncare tradițional între preparatele contemporane. Aici intervin priceperea, experiența, răbdarea și pasiunea.

În ceea ce mă privește, consider că o instruire permanentă, alături de munca într-o echipă care îmi împărtășește entuziasmul pentru bucătărie și dorește să evoluăm împreună sunt ingredientele care pot duce preparatele mele cât mai aproape de perfecțiune."

01. Meniu / Muntenia

Aperitiv

Terină de pește în crustă de parmezan
și ierburi aromate

✦

Terină de brânză cu mucegai albastru
și struguri învelită în bresaola

✦

Deliciu măcelăresc

✦

Rillette de pui și curcan,
cu fistic și jeleu de Porto

✦

Pește

File de somon în crustă de pomme duchesse

✦

Fel Principal

Duet din piept de porc și piept de rață,
cartofi dauphinoise și sparanghel

✦

FEL PRINCIPAL

PEȘTE

APERITIV

Terină de pește în crustă de parmezan și ierburi aromate

ufs.com

Unilever Food Solutions

Terină de pește în crustă de parmezan și ierburi aromate

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj		U.M.	Gramaj
Patagonian fish	kg	1.000	**Rama Cremefine**		
Patagonian fish (baton)	kg	0.150	**Multiple aplicații 31%**	l	0.400
Somon (baton)	kg	0.150	**Knorr Aspic**	kg	0.060
Foi de alge (nori)	buc	4	Albuș	buc	2
Creveți	buc	4	Sare	kg	0.022

Mod de preparare

1. Filetează peștele, după care taie un baton de lungimea formei de terină și cu grosimea de 1.5 cm.

2. Taie resturile de pește cubulețe și blendează împreună cu albușul de ou și sarea, după care pune compoziția rezultată într-un bol și încorporează în ea Rama Cremefine Multiple aplicații 31 %. Separat, hidratează Knorr Aspic în puțină apă caldă, temperează și încorporează în mousse-ul de pește, după care pune în poș.

3. Învelește batonașele de somon și patagonian fish în foi de alge (nori). Rulează folie alimentară în forma terinei și toarnă cu poșul un strat de mousse de pește, după care pune crevetii (cruzi), acoperă cu un strat subțire de mousse, nivelează, acoperă cu folia de plastic și pune folie de aluminiu deasupra.

4. Dă la cuptor la 85°C, timp de 60 de minute, apoi lasă la răcit.

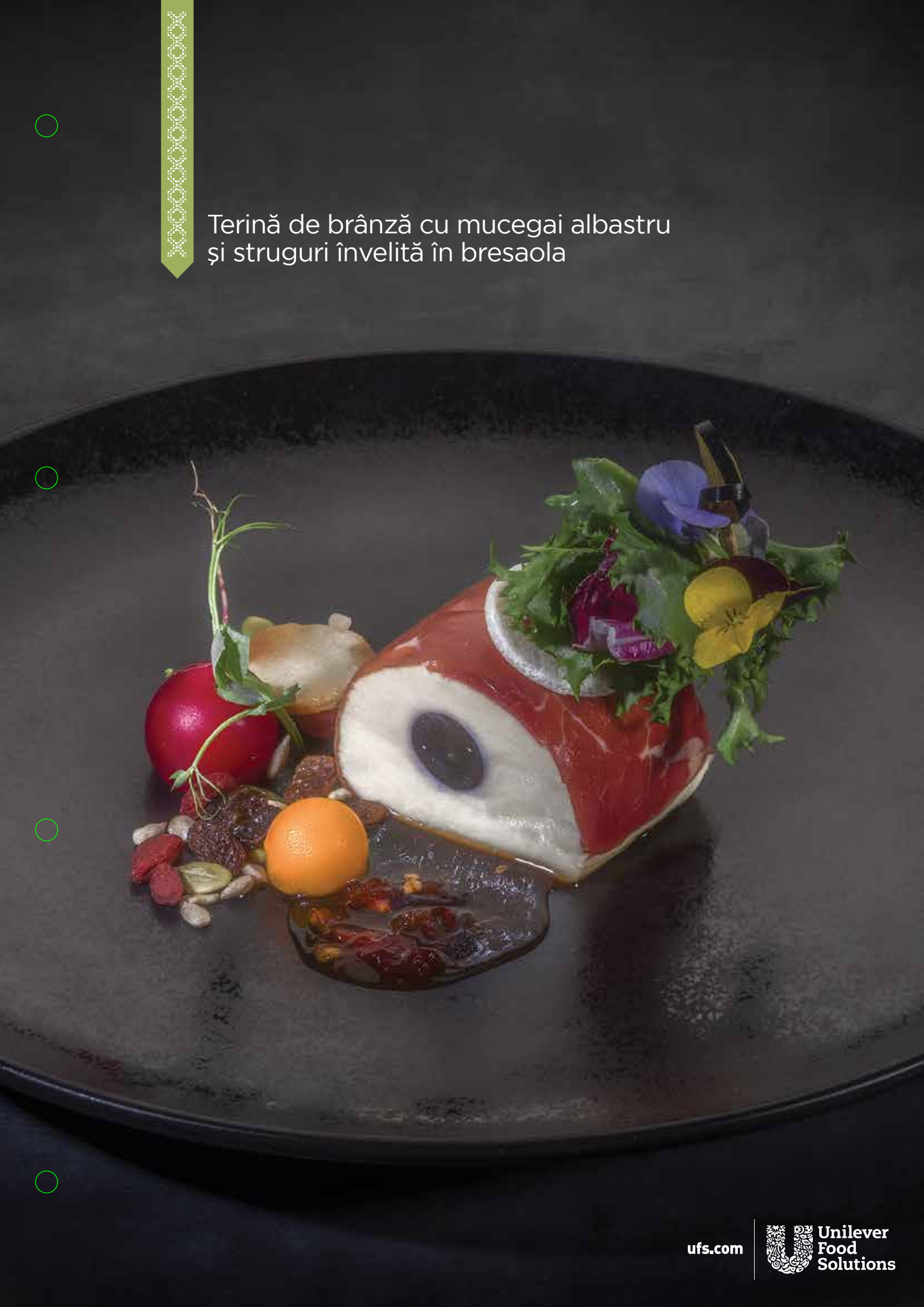
5. Pentru crusta verde, blendează pătrunjelul, coriandrul, usturoiul, parmezanul și pesmetul Panko.

x 10 porții

1 oră (timp de răcire / setare: minim 4 ore)

70g per porție

Terină de brânză cu mucegai albastru și struguri învelită în bresaola



ufs.com
Unilever Food Solutions

Terină de brânză cu mucegai albastru și struguri învelită în bresaola

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Bresaola	kg	0.200
Brânză cu mucegai albastru	kg	0.450
Cremă de brânză	kg	0.300
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.300
Knorr Aspic	kg	0.040
Struguri	kg	0.030

Mod de preparare

1. Pune la topit brânză cu Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, lasă la temperat, apoi adaugă și gelatină.

2. Îmbracă forma de terină cu folie alimentară și aranjează feliile de bresaola.

3. Toarnă compoziția cu ajutorul poșului până la jumătatea tăvii pune un strat de struguri, apoi toarnă restul compoziției de brânză.

4. Lasă la răcit minim 4 ore.

UFS Chef recomandă:

Brânza cu mucegai poate fi înlocuită cu o brânză de capră sau o brânză de burduf. Strugurii pot fi înlocuiți cu Knorr Roșii uscate, fructe confiate - caise sau merișoare. La brânza de burduf se pot adăuga fâșii de bacon.

x 10 porții

20 de minute (timp de răcire / setare: 4 ore)

70g per porție

Deliciu măcelăresc

ufs.com

Unilever Food Solutions

Deliciu măcelăresc

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Creier de porc	kg	0.500	Ceapă	kg	0.150
Fleică de porc	kg	0.500	Cheddar	kg	0.600
Ouă	buc	2	**Rama Cremefine**		
Gelatină foi	kg	0.120	**Multiple aplicații 31%**	l	0.400
Sare roz	kg	0.012			

Mod de preparare

1. Pune la fiert creierul de porc timp de 10 minute, după care lasă-l la răcit.
2. Călește ceapa și lasă la răcit.
3. Dă fleica prin mașina de tocat.
4. Amestecă fleica cu creierul, ouăle, sarea, ceapa călită și 60 de grame de gelatină dizolvată în 180 ml de apă.
5. Toarnă cu ajutorul poșului în forme.
6. Prepară crusta: topește cașcavalul Cheddar împreună cu Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, lasă la temperat, apoi adaugă 60 g de gelatină.

UFS Chef recomandă:

Pentru o variantă mai light, poți folosi și alte cărnuri la pregătirea acestui preparat: în loc de creier și fleică de porc, poți combina - ficat și piept de pui sau pipote, inimi și ficat de pui.

x 10 porții

1 oră (timp de răcire / setare: minim 4 ore)

70g per porție

Rillette de pui și curcan

Rillette de pui și curcan

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Piept de pui	kg	0.700	Albuș de ou	buc	2
Ciocănele de curcan	kg	0.400	**Rama Cremefine**		
Inimi și pipote de pui	kg	0.400	**Multiple aplicații 31%**	l	0.400
Fistic decojit (copt)	kg	0.250	Sare roz	kg	0.012
Vin de Porto	l	0.700	Sare	Kg	0.012
Fructe de pădure	kg	0.250	Grăsime de rață	kg	0.500
Zahăr	kg	0.300	Foi de dafin	buc	2
Knorr Aspic	kg	0.040	Piper negru boabe	kg	0.001
Ceapă	kg	0.150	Morcovi	kg	0.150
Coniac	l	0.020	Țelină	kg	0.150
Vin alb	l	0.020			

Mod de preparare

1. Pune la confiat în grăsime de rață ciocănelul de curcan, inimile și pipotele de pui, cu foi de dafin, sare roz și mirepoix (ceapă, morcovi, țelină), timp de 3 ore, apoi lasă-le la răcit în grăsimea în care s-au gătit.

2. Separat pregătește un mousse de pui: blendează pieptul de pui cu sarea și albușul de ou, până rezultă o pastă fină.

3. Taie inimioarele, pipotele de pui și carnea de pe ciocănelul de curcan și încorporează-o în mousse-ul de pui, împreună cu fisticul.

4.Pune compoziția în poș și toarnă în tavă sau într-un cadru de tort, nivelează, acoperă cu folie de aluminiu și dă la cuptor la 85°C pentru 60 de minute.

5. Pentru jeleu, pune într-o cratiță vinul de Porto împreună cu zahărul și fructele de pădure și redu un sfert din cantitate. Lasă la temperat, adaugă Knorr Aspic și toarnă peste preparat. Lasă la răcit.

x 10 porții

4 ore

70g per porție

File de somon în crustă de pomme duchesse

ufs.com
Unilever Food Solutions

File de somon în crustă de pomme duchesse

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
File de somon	kg	1.600	Ceapă	kg	0.300
Cartofi	kg	2.000	Unt	kg	0.100
Ciuperci	kg	0.500	Sare	kg	0.015
Parmezan	kg	0.150	Piper	kg	0.005
Gălbenuș	buc	4	Nucșoară	kg	0.002
Mărar	leg.	1	**Knorr Condimente**		
Usturoi pudră	kg	0.001	**pentru pește**	kg	0.020

Mod de preparare

1. Pune cartofii la copt în coajă, timp de o oră, cu 50% umiditate.

2. Lasă-i la răcit, curăță-i de coajă, pasează-i și amestecă-i cu untul, parmezanul ras, pudra de usturoi, gălbenușurile, nucșoara și sarea.

3. Pune compoziția de cartofi în poș.

4. Prepară un duxelle cu ulei, ceapă, ciuperci și mărar, apoi lasă la răcit.

5. Dă față somonului în tigaie, apoi condimentează cu Knorr Condimente pentru pește și lasă la răcit.

6. Așază duxelle de ciuperci peste somon, iar deasupra pune cu poșul pomme duchesse.

7. Gratinează la cuptor la 190°C timp de 5 minute.

x 10 porții

1 oră și 20 minute

300g per porție

Duet din piept de porc și piept de rață, cartofi dauphinoise și sparanghel

ufs.com
Unilever Food Solutions

Duet din piept de porc și piept de rață, cartofi dauphinoise și sparanghel

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Piept de porc (fără șorici/os)	kg	2.000
Piept de rață	kg	1.000
Sparanghel verde	kg	0.500
Pancetta	kg	0.200
Cartofi	kg	3.500
Sare	kg	0.015
Piper	kg	0.002
Nucșoară	kg	0.001

Produs	U.M.	Gramaj
Usturoi pudră	kg	0.001
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	1.500
Rozmarin	kg	0.010
Cimbru	kg	0.010
Knorr condimente pentru porc	kg	0.030
Sare roz	kg	0.050

Mod de preparare

1. Condimentează pieptul de porc cu Knorr Condimente pentru porc, pune în tavă împreună cu rozmarin, cimbru, usturoi și sare roz și dă la cuptor la 85°C, timp de 6 ore.

2. Lasă la răcit, pune la presat, apoi porționează.

3. Asezonează pieptul de rață cu sare și piper, vacuumează și gătește sous vide, la 58°C, timp de 50 de minute.

4. În momentul servirii dă crusta în tigaie, apoi lasă la cuptor timp de 3 minute la 180°C.

5. Prepară cartofii Dauphinoise: curăță cartofii și feliază-I subțire la mandolină, adaugă peste ei Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, nucșoară, sare, piper, usturoi pudră și pune-i într-o tavă pentru cuptor.

6. Coace acoperit cu folie de aluminiu, la 140°C timp de 90 de minute și fără folie la 180°C timp de 10 minute.

x 10 porții

6 ore

300g per porție

PREPARATE DIN
MUNTENIA
02. MENIU

ufs.com

Unilever Food Solutions

02. Muntenia

Sergiu Hairadin - Head Chef “Royal Events”, Ploieşti

“Faptul că suntem doi bucătari în familie nu a făcut decât să ne ajute să ne descoperim propriul stil, nefiind niciun moment vorba de vreo competiție. Am un deosebit respect pentru mâncarea românească autentică, îmi place să introduc cât mai multe variante de preparate tradiționale într-un meniu festiv, luându-mi libertatea de a le da o notă modernă fie prin mici artificii de gătire sau compunere, fie prin plating.

Am o înclinație poate nu prea sănătoasă pentru mâncărurile grase, însă atunci când am de alcătuit meniul unui eveniment am în vedere, în primul rând, că cel care îl va degusta să fie uimit de combinațiile alese, având ulterior încrederea deplină că alegerea a fost una inspirată.”

02. Meniu / Muntenia

Aperitiv

Parfait de somon afumat cu creveți
și crustă de anason cu capere

✦

Savory Cheesecake cu parmezan
și busuioc

✦

Creme Brulee de foie gras

✦

Terină de pui cu spanac și fistic
în crustă de piele de pui și bacon

✦

Pește

Butterfish marinat în crustă de verdețuri,
cu salată de fenicul, sfeclă coaptă și piure de morcovi

✦

Fel Principal

Piept de rață cu cremă de mămăligă

✦

FEL PRINCIPAL

PEȘTE

APERITIV

Parfait de somon afumat cu creveți și crustă de anason cu capere

ufs.com
Unilever Food Solutions

Parfait de somon afumat cu creveți și crustă de anason cu capere

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Somon afumat	kg	0.300	Anason	kg	0.050
Rama Cremefine			Avocado	kg	0.200
Multiple aplicații 31%	l	0.100	Lime	buc	1
Capere	kg	0.020	Coriandru proaspăt	leg	1
Mărar	kg	0.015	**Knorr Aspic**	kg	0.100
Gelatină foi	buc	10	**Knorr Fond de pește**	kg	0.025
Creveți	kg	0.150	**Knorr Primerba creveți**	kg	0.020

Mod de preparare

1. Amestecă cu ajutorul unui blender somonul cu Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, adaugă aspicul aromatizat pregătit din Knorr Aspic și apă caldă (aprox. 60ºC) în care ai adăugat mărar, lime și anason. Fierbe crevețiii în apă cu adaos de Knorr Fond de pește, răcește în apă cu gheață.

2. Amestecă pasta de somon cu capere și creveți, adaugă Knorr Primerba Creveți.

3. Toarnă compoziția obținută în forma dorită și introdu în frigider pentru minim 5 ore.

4. Pregătește jeleul de avocado: amestecă avocado într-un blender cu coriandru, suc de lime, sare și aspic pregătit (Knorr Aspic și apă caldă), toarnă într-o formă, apoi introdu la frigider pentru minim 5 ore.

5. Montează pe farfurie rece terina de somon afumat și jeleul de avocado.

x 10 porții

30 minute / timp de răcire / setare: 5 ore

50g per porție

Savory Cheesecake cu parmezan și busuioc

ufs.com

Unilever Food Solutions

Savory Cheesecake cu parmezan și busuioc

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Cremă de brânză	kg	0.300	Pesmet granulat mare	kg	0.200
Parmezan	kg	0.150	Bacon	kg	0.050
Busuioc proaspăt	kg	0.010	**Knorr Reducție oțet balsamic**	l	0.050
Ceapă roșie	kg	0.300	**Knorr Aspic**	kg	0.030
Gelatină foi	buc	10			
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.200			

Mod de preparare

1. Introdu în cuptorul încins feliile de bacon până devine crocant și apoi toacă mărunt. Amestecă cu pesmet și cu unt topit până devine nisipos, pune într-o formă blatul obținut, presează și introdu tava în frigider să se întărească compoziția.

2. Amestecă cremă de brânză cu Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, parmezan și busuioc până se formează o pastă omogenă.

3. Dizolvă Knorr Aspic în puțină apă rece, adaugă peste Rama Cremefine Multiple aplicații 31% încălzită, apoi toarnă amestecul peste crema de brânză.

4. Toarnă compoziția rezultată peste blat și introdu la frigider pentru minim 5 ore.

5. Pune ceapă la fiert, în amestec cu zahăr, vin roșu și Knorr Reducție de oțet balsamic, până obții consisitența dorită, o dulceață de ceapă mai lichidă sau mai consistentă.

6. Montează pe farfurie rece cheesecake-ul și dulceața de ceapă.

x 10 porții

25 de minute / timp de răcire / setare: 5 ore

50g per porție

Creme brulee de foie gras

Creme brulee de foie gras

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Foie gras gâscă	kg	0.500
Rama Cremefine pentru gătit 15 %	l	0.100
Nucșoară	kg	0.002
Sare	kg	0.005
Piper	kg	0.002
Zahăr brun	kg	0.050
Pâine toast	buc	1
Gălbenușuri	buc	2

Mod de preparare

1. Amestecă într-un blender ficatul de gâscă, Rama Cremefine pentru gătit 15%, gălbenușurile de ou și condimentele până devine o compoziție omogenă și fină, strecoară compoziția înainte de a fi introdusă la cuptor.

2. Împarte compoziția în vase termorezistente, pune vasele într-o tavă adâncă cu puțină apă (bain-marie), apoi introdu în cuptorul preîncălzit la 120°C pentru aproximativ 20 de minute sau până se leagă compoziția.

3. Lasă la răcit și servește cu zahăr brun caramelizat și melba toast crocant.

UFS Chef recomandă:

Pentru o variantă mai ușoară, înlocuiește fois gras-ul de gâscă cu ficat de pui sau ficat de curcan, adaugă în compoziție cuburi de fructe confiate - caise, merișoare sau stafide înmuiate în coniac.

x 10 porții

30 de minute / timp de răcire / setare: 5 ore

50g **per porție**

Terină de pui cu spanac și fistic în crustă de piele de pui și bacon

Terină de pui cu spanac și fistic în crustă de piele de pui și bacon

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Piept de pui	kg	0.250
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.100
Ouă	buc	3
Spanac baby	kg	0.050
Fistic	kg	0.070
Bacon	kg	0.050
Piele de pui	kg	0.150
Hellmann's Muștar classic	kg	0.060

Mod de preparare

1.Amestecă pieptul de pui cu ajutorul unui blender profesional până se formează o pastă, adaugă Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, ou și spanacul care este opărit în prealabil.

2. Amestecă pasta obținută cu fistic, montează în formă de terină, apoi introdu în cuptorul preîncălzit la 100°C cu umiditate 100% pentru aproximativ 30 de minute. Se lasă la răcit.

3. Formează crusta din piele de pui prăjită în ulei, bacon și pesmet granulație mare. Unge terina cu Hellmann's Muștar clasic apoi trece prin amestecul pregătit pentru crustă.

4. Montează terina pe farfurie rece.

UFS Chef recomandă:

Pieptul de pui poate fi înlocuit cu piept de curcan sau mușchiuleț de porc, frunzele de spanac pot fi înlocuite cu sparanghel sau frunze de leurdă.

x 10 porții

30 de minute / timp de răcire / setare: 5 ore

50g per porție

Butterfish marinat în crustă de verdețuri, cu salată de fenicul, sfeclă coaptă și piure de morcovi

Butterfish marinat în crustă de verdețuri, cu salată de fenicul, sfeclă coaptă și piure de morcovi

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Butterfish	kg	1.700	Sfeclă	kg	0.500
Busuioc	kg	0.030	Morcovi	kg	0.500
Baby spanac	kg	0.030	Unt	kg	0.050
Ulei de măsline	l	0.020	Coriandru	leg	1
Knorr Pomodori secchi	kg	0.050	Tortilla	buc	4
Carne de crab (sau surimi)	kg	0.300	**Knorr Bulion lichid de legume**	l	0.010
Pesmet	kg	0.150	**Rama Cremefine pentru gătit 15%**	l	0.050
Hellmann's Maioneză Real	kg	0.050	**Knorr Primerba Ceapă șalotă**	kg	0.020
Lămâie	buc	2	**Hellmann's Vinaigrette Citrice**	kg	0.030
Capere	kg	0.030	Sare	kg	0.005
Fenicul	kg	0.300	Piper alb	kg	0.002
Mărar	leg	2			

Mod de preparare

1. Porționează fileurile de butterfish, marinează-le în pesto format din busuioc, baby spanac și ulei de măsline pentru aproximativ 3 ore.

2. Pregătește crusta: amestecă crevetii tocați mărunt, carnea de crab mărunțită cu ajutorul unui blender, Hellmann's Maioneză Real, pesmetul, caperele, mărarul, coriandrul împreună cu zeama de la o lămâie. Împarte compoziția obținută pe fiecare file pentru a forma crusta. Introdu în cuptorul preîncălzit la 170°C pentru aproximativ 25 de minute.

3. Coace sfecla roșie cu puțin ulei de măsline, sare, cimbru, introdu în folie de aluminu, apoi în cuptor la o temperatură de 150°C pentru aproximativ 4 ore.

4. Pregătește piureul de morcovi: fierbe morcovii în supă de legume obținută din apă și Knorr Professional Bulion lichid de legume, scurge apoi amestecă cu ajutorul unui blender profesional, adaugă Rama Cremefine pentru gătit 15%, Knorr Primerba Ceapă șalotă, asezonează cu sare și piper alb.

5. Pregătește salata din fenicul, mărar, coriandru, ulei de măsline, asezonează cu Hellmann's Professional Vinaigrette Citrice.

6. Montează elementele pe o farfurie fierbinte file de butterfish în crustă de creveți, capere și ierburi aromatice, sfeclă roșie coaptă, piure de morcovi și salată de fenicul aromatizată.

x 10 porții

4 ore / timp de marinare: 3 ore

250g per porție

Piept de rață cu cremă de mămăligă

ufs.com
Unilever Food Solutions

Piept de rață cu cremă de mămăligă

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Piept de rață	kg	2.700	Spanac baby	kg	2.000
Mălai	kg	0.500	Microgreens mazăre	buc	1
Lapte	l	0.200	Roșii cherry	kg	0.300
Brânză brie	kg	0.030	**Knorr Reducție oțet balsamic**	l	0.020
Praz	kg	1.000	Ulei de măsline	l	0.020
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.300	**Knorr Primerba ierburi de Provence**	kg	0.020
Unt	kg	0.050			

Mod de preparare

1. Marinează pieptul de rață: lasă-l la saramură 12 ore după care gătește-l în cuptorul preîncălzit la o temperatură de 70°C. Folosește sonda, carnea trebuie să ajungă la o temperatură interioară de 64°C. Lasă-l la odihnit câteva minute după care prăjește pieptul de rață în tigaie cu pielea în jos.

2. Pune la fiert laptele și apa, când încep să fiarbă adaugă mălaiul și lasă la fiert câteva minute. Înainte de a opri focul adaugă unt, cimbru și Knorr Primerba Ierburi de Provence.

3. Sotează în unt prazul și ciupercile tăiate mărunt, degresează cu vin și se scade cu Rama Cremefine Multiple aplicații 31% până ajunge la consistența dorită.

4. Opărește spanacul în apă cu sare.

5. Montează pe farfuria fierbinte pieptul de rață, sosul de ciuperci, spanacul și mămăliga cremoasă.

x 10 porții

30 de minute / timp de marinare: 12 ore

300g per porție

PREPARATE DIN
MUNTENIA
03. MENIU

ufs.com

Unilever Food Solutions

03. Muntenia

Laurențiu Hairadin - Head Chef Ballroom Heritage - Fieni

“Pasiunea pentru bucătărie este bine reprezentată în familia noastră, atât eu cât și fratele meu având privilegiul de a ne pune amprenta personală și experiența în slujba obținerii unor preparate pline de savoare. Folosesc întotdeauna ingrediente de calitate, pline de prospețime și doresc să păstrez o proporție corectă în utilizarea condimentelor, pentru a nu crea dezechilibre culinare.

Ceea ce încerc eu atunci când pregătesc un fel de mâncare specific zonei, este să aduc o notă modernă, care să pună în evidență gustul, fără a schimba valoarea tradițională a preparatului respectiv.
De asemenea acord o deosebită atenție platingului, modul în care este servit fiind acela care îl face cu adevărat prețios în ochii celui care îl va degusta. ”

03. Meniu / Muntenia

Aperitiv

Conuri de aluat cu mărar,
gorgonzola și fructe confiate

✦

Calamar umplut cu fructe de mare

✦

Picior de porc umplut cu mousse
de șuncă presată și măsline verzi

✦

Terină de ardei copt
cu brânză de capră

✦

Pește

File de doradă cu cous cous marocan
și piure de mazăre

✦

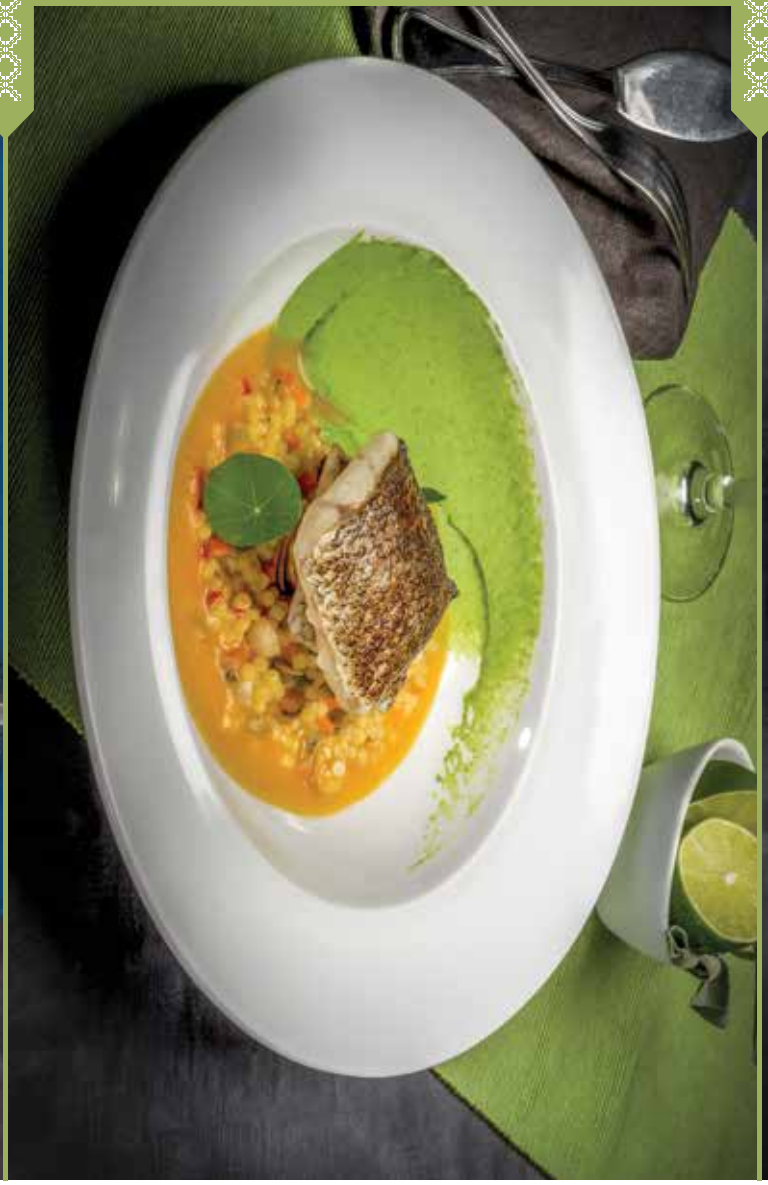
Fel Principal

Piept de porumbel, pralină crocantă din pulpe
de porumbel, piure de dovleac, spanac,
sos demi glace de porumbel

✦

FEL PRINCIPAL

PEȘTE



APERITIV

Conuri de aluat cu mărar, gorgonzola și fructe confiate

Conuri de aluat cu mărar, gorgonzola și fructe confiate

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
PENTRU CONURI DE ALUAT		
Făină	kg	0.100
Ouă	buc	1.000
Ulei de măsline	l	0.020
Mărar	kg	0.010
Sare și piper		
CREMĂ GORGONZOLA		
Rama crèmefine multiple aplicații 31%	l	1.000
Gorgonzola	kg	0.150
Fructe confiate	kg	0.200

Mod de preparare

1. Amestecă cu mixerul Rama Cremefine cu brânză gorgonzola tăiată cuburi până atinge consistența unei creme fine. Ține la rece până în momentul montării.

2. Pregătește aluatul din făină, ou, mărar tocat fin, asezonează cu sare și piper. Lasă câteva minute la dospit. Formează conuri din aluat cu ajutorul unui dui lung și ascuțit.

3. Coace conurile de aluat timp de 5 minute la temperatura de 170°C.

4. Umple conurile cu cremă gorgonzola și ornează cu fructe confiate tăiate cubulețe.

x 10 porții

25 de minute / timp de răcire / setare: minim 3 ore

50g per porție

Calamar umplut cu fructe de mare

ufs.com
Unilever Food Solutions

Calamar umplut cu fructe de mare

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Calamar tub	kg	0.300
Carne midii	kg	0.200
Carne vongole	kg	0.050
Creveți	kg	0.050
Capere	kg	0.020
Țelină apio	kg	0.100
Gelatină	kg	0.010
Knorr Primerba Creveți	kg	0.020

Mod de preparare

1.Fierbe tuburile de calamar 10 minute.

2. Prepară umplutura: sotează fructele de mare opărite în prealabil, cu restul ingredientelor, peste care încorporează gelatina înmuiată în apă.

3. Lasă la odihnit timp de minim 1 oră înainte de servire.

4. Se servește rece.

UFS Chef recomandă:

Acest aperitiv se poate pregăti în aspic pregătind o supă din Knorr Fond de pește și Knorr Aspic în care fierbem ușor fructele de mare și calamarul tăiat cubulețe.

x 10 porții

20 de minute / timp de răcire / setare: minim 1 oră

50g per porție

Picior de porc umplut cu mousse de șuncă presată și măsline verzi

Picior de porc umplut cu mousse de șuncă presată și măsline verzi

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Picioare de porc	kg	1.000
Șuncă presată	kg	0.200
Ouă	buc	2.000
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.200
Măsline verzi	kg	0.100
Vin roșu	l	0.500

Produs	U.M.	Gramaj
Ceapă	kg	0.100
Țelină	kg	0.075
Morcovi	kg	0.075
Grăsime de porc	kg	0.050

Mod de preparare

1. Dezosează picioarele de porc și brezează în vin roșu, adaugă mirepoix-ul pregătit din ceapă, morcovi și țelină tăiate cubulețe și fierbe la o temperatură de 165°C timp de 2 ore.

2. Pregătește umplutura: blendează șunca presată cu albușurile de ou și Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, apoi, adaugă măslinele verzi și fâșii lungi de grăsime de porc.

3. Pregătește rulada: pe folie de aluminiu, montează picioarele de porc dezosate, întinde umplutura peste și rulează piciorul de porc.

4. Introdu în cuptorul preîncălzit cu umiditate 100% la o temperatură de 84°C timp de 25-30 de minute. Scoate din cuptor și temperează.

5. Se ține la rece până în momentul servirii.

x 10 porții

2 ore și 30 de minute

70g per porție

Terină de ardei copt cu brânză de capră

ufs.com

Unilever Food Solutions

Terină de ardei copt cu brânză de capră

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
ardei gras roșu	kg	1.000
gelatină	kg	0.020
rozmarin crenguță	kg	0.010
busuioc proaspăt	kg	0.020
Knorr Bulion lichid de legume	kg	0.010
brânză de capră	kg	0.600
spanac frunze proaspete	kg	0.100
sare și piper		

Mod de preparare

1. Coace ardeii grași, lasă-i la răcit, după care, curăță-i de coajă și semințe și taie-i segmente mari.
2. Fierbe rozmarinul și busuiocul împreună într-o supă preparată din Knorr Bulion lichid de legume și 500 ml apă, asezonează cu sare și piper și amestecă cu gelatină înmuiată în prealabil în apă rece.
3. Opărește frunzele de spanac în supă timp de 8-10 secunde.
4. Montează legumele într-o formă de silicon cu brânză de capră în mijloc.
5. Se lasă la rece minim 1 oră înainte de servire. Se servește rece.

UFS Chef recomandă:

Ardeiul copt se poate înlocui cu zucchini, iar brânza de capră cu brânză brie sau camembert. Pentru consistență și claritate mai bună, înlocuiește gelatina cu Knorr Aspic.

x 10 porții

20 minute / timp de răcire / setare: minim 1 oră

70g per porție

File de doradă cu cous cous marocan și piure de mazăre

ufs.com

Unilever Food Solutions

File de doradă cu cous cous marocan și piure de mazăre

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
File de doradă	kg	2.000	**Knorr Fond de pește**	kg	0.020
Cous cous	kg	0.500	Carne vongole	kg	0.100
Ceapă	kg	0.100	Roșii	kg	0.200
Țelină	kg	0.075	Carne midii	kg	0.100
Morcovi	kg	0.175	Mazăre	kg	0.500
Ardei gras roșu	kg	0.070	**Rama Cremefine**		
Ardei gras galben	kg	0.070	**Multiple aplicații 31%**	l	0.050
Ardei gras verde	kg	0.070	Unt	kg	0.150
Țelină apio	kg	0.200	**Knorr Roșii cuburi**	kg	0.100

Mod de preparare

1. Introdu fileurile de doradă la cuptor la o temperatură de 120°C cu 100% umiditate pentru timp de 5 minute.

2. Pregătește pielea crocantă cu ajutorul unei torțe.

3. Pentru piureul de mazăre: fierbe mazărea, asezonează, după care blendează împreună cu untul și Rama Cremefine Multiple aplicații 31%.

4. Pregătește supa de pește cu roșii din Knorr Fond de pește și 500 ml apă, aduga mirpoix-ul pregătit din ceapă, 75 g morcovi și țelină tăiate cuburi mici, spre final adaugă roșii tăiate cuburi.

5. Cous cous-ul având consitența pastelor, fierbe-l 8 minute, amestecă cu supa de pește și roșii, emulsionată cu câteva cuburi de unt.

6. Sotează fructele de mare cu legumele tăiate brounoise peste care adaugă cous cous cu sosul lejer de pește.

7. Montează pe farfurie fierbinte elementele pregătite: piure de mazăre, cous cous-ul și sosul lejer de pește, deasupra fileurile de doradă.

x 10 porții

30 minute

300g per porție

ufs.com
Unilever
Food
Solutions

Piept de porumbel, pralină crocantă din pulpe de porumbel, piure de dovleac, spanac, sos demi glace de porumbel

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Piept de porumbel	kg	1.000
Pulpe de porumbel	kg	0.500
Dovleac	kg	1.000
Spanac frunze	kg	0.400
Unt	kg	0.100
Knorr Condimente pentru pui	kg	0.010
Ulei de măsline	l	0.050
Knorr Sos alb bechamel	kg	0.055
Ceapă	kg	0.020

Produs	U.M.	Gramaj
Knorr Primerba Ceapă șalotă	kg	0.010
Ciuperci Champignon	kg	0.100
Knorr Sos Demi Glace	kg	0.040
Cimbrișor crenguță	kg	0.005
Pesmet panko	kg	0.250
Ulei pentru prăjit	l	0.200
Knorr Professional Bulion lichid de pui	kg	0.020

Mod de preparare

1. Pregătește pieptul de porumbel: asezonează pieptul de porumbel cu Knorr Condimente pentru pui, adaugă uleiul de măsline, apoi introdu în pungi speciale pentru a găti în aparatul sous vide la temperatura de 58°C. Scoate și prăjește în tigaie timp de 1 minut pe fiecare parte.

2. Pregătește piureul de dovleac: coace în cuptorul preîncălzit la 170°C timp de 30 de minute, după care asezonează cu Knorr Primerba Ceapă șalotă și blendează cu adaos de unt până obții o consistență cremoasă.

3. Fierbe pulpele de porumbel într-o supă de pasăre pregătită din Knorr Professional Bulion lichid de pui și 1 litru de apă. Scoate carnea din supă, taie fâșii și amestecă cu un aluat consistent pregătit din Knorr Sos alb bechamel, 200 ml apă, adaugă și duxelles-ul de ciuperci pregătit din ciuperci Champigon și ceapă, tăiate mărunt și adaos de Knorr Primerba Ceapă șalotă. Formează biluțe și panetează în pesmet panko. Prăjește în ulei încins la 180°C.

4. Blanșază frunzele de spanac, asezonează și sotează în puțin unt.

5. Pregătește sosul demi galce de porumbel: strecoară 400 ml supă de pasăre, adaugă jiul strecurat de la pieptul de porumbel gătit sous vide și Knorr Sos Demi Glace, amestecă pentru omogenizare, adaugă o crenguță de cimbrișor și fierbe până ajunge la consistența dorită. Strecoară și menține la cald.

6. Montează preparatul pe farfurie fierbinte: piure de dovleac, piept de porumbel, spanac sotat, pralină crocantă din pulpă de porumbel și sos demi glace.

x 10 porții

1 oră și 30 minute

250g per porție

CRIȘANA

ufs.com
Unilever Food Solutions

Crișana

Vecinătatea cu Ungaria și Transilvania a dăruit Crișanei o bucătărie savuroasă, sățioasă. Creativitatea locală este regăsită atât în ceea ce privește denumirea găsită de localnici pentru anumite preparate cât și în privința combinării neașteptate de ingrediente, pe care nu ne-am fi gândit să le regăsim în aceeași farfurie.

Crișana
cea plină de savoare

Crișana înveșmântează falnică partea de nord-vest a României, fiind nu o dată aspru dorită pentru bogățiile sale naturale și umane. Cu un relief armonios, zona a fost răsfățată de cursul apelor curgătoare sau de pajiștile înverzite, locuitorii fiind astfel încurajați să se dedice cultivării plantelor și creșterii animalelor încă din cele mai vechi timpuri.

În plus descoperirile arheologice atestă că ceramica a fost utilizată în gospodării în mod frecvent în pregătirea și păstrarea hranei.

Prezența ungară, sârbă sau șvabă a creat un cadru propice schimbului culinar, al împletirii tehnicilor de gătire și al desăvârșirii gustului preparatelor.

Cum gătesc localnicii?

Vecinătatea cu Ungaria și Transilvania a dăruit Crisanei o bucătărie savuroasă, sățioasă.

Se prepară în mod special carnea de porc, alături de legume prăjite sau înăbușite în untură alături de arome puternice: piper, cimbru, boia de ardei sau chimen.
Se folosește "rântașul", stins cu supă de oase sau de zarzavat atât pentru închegarea sosurilor dar și în mod neașteptat pentru cea a supelor sau a sarmalelor, alături de smântână.

Vorbind de ciorbe, le vom întâlni acrite cu lămâie și condimentate cu tarhon. Tăițeii de casă nu se folosesc doar la prepararea supelor, ci îi vom regăsi și ca bază pentru diverse gustări sau deserturi.

Adesea gospodinele se folosesc de grătar sau proțap pentru a găti carnea, fumul lemnelor sau al cărbunilor dându-i o savoare specială.
Tradiționalele sarmale sunt și ele la loc de cinste în bucătăria Crișanei, doar că nu au delicatețea celor din zona Moldovei, ci cresc în volum datorită faptului că pentru prepararea umpluturii carnea este tocată cu "satârul".

Poftă de preparate locale?

Bucătăria Crișanei este deosebit de "colorată" atât în ceea ce privește denumirea găsită de localnici pentru anumite preparate cât și în privința combinării neașteptate de ingrediente.
Putem exemplifica prin varianta locală "ouă cu castraveți", care aduce laolaltă castraveții proaspeți, ouăle fierte, untul, smântână, ceapă și verdeață proaspătă într-un preparat demn de încercat de către gurmanzii veritabili.

Tot aceștia se vor delecta și cu o felie de pâine (sau mai multe) bine unsă cu "chisătură" – o pastă tartinabilă pregătită din slănină, ceapă și pătrunjel.
Dacă ni se va părea că slănina este un ingredient popular în zonă, nu vom fi prea departe de adevăr, pentru că îl vom regăsi și în "pipăraică" – va fi de data aceasta bine călită, apoi "stinsă" cu iaurt și sosul rezultat îngroșat cu făină.
Un deliciu local este și "zupă de ludaie" – o supă cremă de dovleac, asezonată cu ceapă și uneori cu puțin rozmarin.

Rămânând în registrul felurilor principale, aruncăm o privire asupra unei farfurii de "gimicus", un preparat extrem de sățios care îmbină gustul slăninei sau al costiței afumate cu cel al cârnaților sau caltabosului afumat, călite împreună.
La final vor primi felii bogate de mălai copt sau mămăligă, bine îmbibate în grăsimea rezultată și alături, pentru un plus de savoare, o salată asortată de murături.

Pentru cei care doresc să experimenteze, am putea încerca o "mâncare de brozbe", gătită din napi sau sfeclă roșie, la care se adăugă ciolanul afumat.
Ajungem cu greu la desert, pentru ca festinul a fost peste măsură de îndestulător.

Vom fi cuceriți de îndată de porția primită de "tașche cu pegmez" – un fel de paste umplute cu gem consistent de prune, caise sau măcese, fierte și date prin pesmet călit în unt, apoi stropite cu smântână sau gem mai puțin închegat.

O alternativă cel puțin la fel de gustoasă ar putea fi câteva "cici" – desertul preparat din cartofi fierți în coajă și pasați. Aluatul, asemănător celui din care se pregătesc "găluștele cu prune" este modelat, porționat, fiert și prăjit în unt amestecat cu mac din belșug.

Sunt servite calde, pudrate cu zahăr, spre încântarea celor care nu pot rata un desert specific Crișanei.

În cazul în care vom dori să ne întoarcem la gustul copilăriei, vom putea primi și câteva "langosi cu brânză" sau "crofne"- denumirea locului pentru gogoșile pufoase, frumos crescute și rumenite în ulei încins.

La nuntă în Crișana

Epoca modernă lasă loc din ce în ce mai greu păstrării tradițiilor, însă odată cunoscute, acestea pot oferi o notă autentică evenimentului considerat cel mai important în viața unei familii.
În Crișana "chemarea la nuntă" este cea care anunță un astfel de eveniment, moment în care cavalerii merg și oferă rachiu celor invitați, aceștia confirmându-și participarea dacă acceptă să bea.

La mire acasă nu se stă foarte mult, casa miresei fiind cea care este elementul central de unde va începe petrecerea. Pentru a i se deschide ușa, viitorul soț trebuie să convingă părinții fetei de bunele sale intenții și de faptul că el reprezintă cea mai potrivită alegere pentru aceasta.

La plecare, părinții celor doi vor intona de trei ori "Cale albă și noroc", în semn de binecuvântare pe drumul ales de cei doi. Mireasa va împărți prăjituri copiilor aflați la joacă și va porni spre noua casă purtând "colacul miresei" – tradiția spune că tânăra soție este sfioasă și nu va mânca din ce îi va pregăti soacra.

Alaiul va intra în localul petrecerii evenimentului doar după ce se adună majoritatea invitaților, în semn de respect pentru aceștia. Mirii, alături de nași, vor închina câte un pahar de șampanie, pe care apoi le vor sparge la unison, cioburile fiind menite a îndepărta orice urmă de ghinion care ar putea umbri bunăstarea noii familii.

Datini de sărbători

Există în continuare localități întregi din Crișana care păstrează nealterate tradiții și obiceiuri care încântă musafirii cu ocazia sărbătorilor mari de peste an, cum ar fi îmbrăcarea portului popular cu prilejul fiecărui moment ce urmează a fi celebrat.

Sărbătoarea Paștelui, de exemplu, începe încă din Joia Mare, când gospodinele termină de curățat fiecare colț al casei.

Este totodată și momentul în care va începe pregătirea mesei de sărbătoare, cu excepția celor care folosesc carnea de miel, acesta nefiind sacrificat decât în Sâmbăta Mare.

Prima masă a zilei de Paște nu va începe înainte ca bucatele să fie tămâiate.

Apropierea iernii prevestește momentul sărbătoririi Crăciunului și a Anului Nou, ambele fiind puse sub semnul abundenței culinare.

Se servesc toate produsele obținute după tăierea porcului: caltaboși, răcituri, jumări sau slănină fiartă în apă cu boia, sare și usturoi, după obiceiul locului.

Colindătorii nu vor porni înainte de a fi selectați și instruiți de către cei cu mai multă experiență. Își vor face apoi simțită prezența de seară și până în zori, gazdele oferindu-le colaci adulților și colăcuți copiilor care vin să ureze.

Focul va fi lăsat să ardă permanent în vetrele caselor, pentru ca anul ce urmează să fie luminos și plin de belșug.

PREPARATE DIN
CRIȘANA
01. MENIU

ufs.com

Unilever Food Solutions

01. Crișana

Ciprian Sotoc - Executive Chef „Opera Events”, Oradea

„Experiența acumulată în cei peste cincisprezece ani de când am început să deprind arta gătitului este cea care mă ajută acum să experimentez atunci când intru în bucătărie. Consider că doar având o bază solidă de cunoștințe poți ajunge să stăpânești un domeniu plin de culoare ca gastronomia, dar și cu multă imaginație. Trebuie să fii dispus să te reinventezi, să te adaptezi evenimentului sau zonei pentru care gândești meniul.

Preparatele mele sunt alcătuite cu grijă, apreciez ingredientele naturale și acord atenția cuvenită detaliilor care îi îmbie pe cei care le vor gusta.

Mă consider o persoană pentru care competiția, împreună cu cererile mai deosebite ale clienților mei sunt „condimentele” potrivite care mă fac să nu dau curs rutinei.

Bucătăria Crișanei este plină de arome și combinații neașteptate de ingrediente, de aceea mă ajută să gătesc cu bucurie, pentru că așa sunt și oamenii zonei, cei care apreciază o mâncare gustoasă.”

01. Meniu / Crișana

Aperitiv

Mousse din somon
în mantie de castravete

✦

Mousse din brânză de capră
cu ardei copt și jeleu din busuioc

✦

Terină de pui cu ciuperci
și spanac în mantie de jambon

✦

Terină de pui cu ficățel și ardei copt
în crustă din panko cu ierburi aromate

✦

Pește

File de biban de mare, varză chinezească
piure de morcovi și sos de unt și lămâie

✦

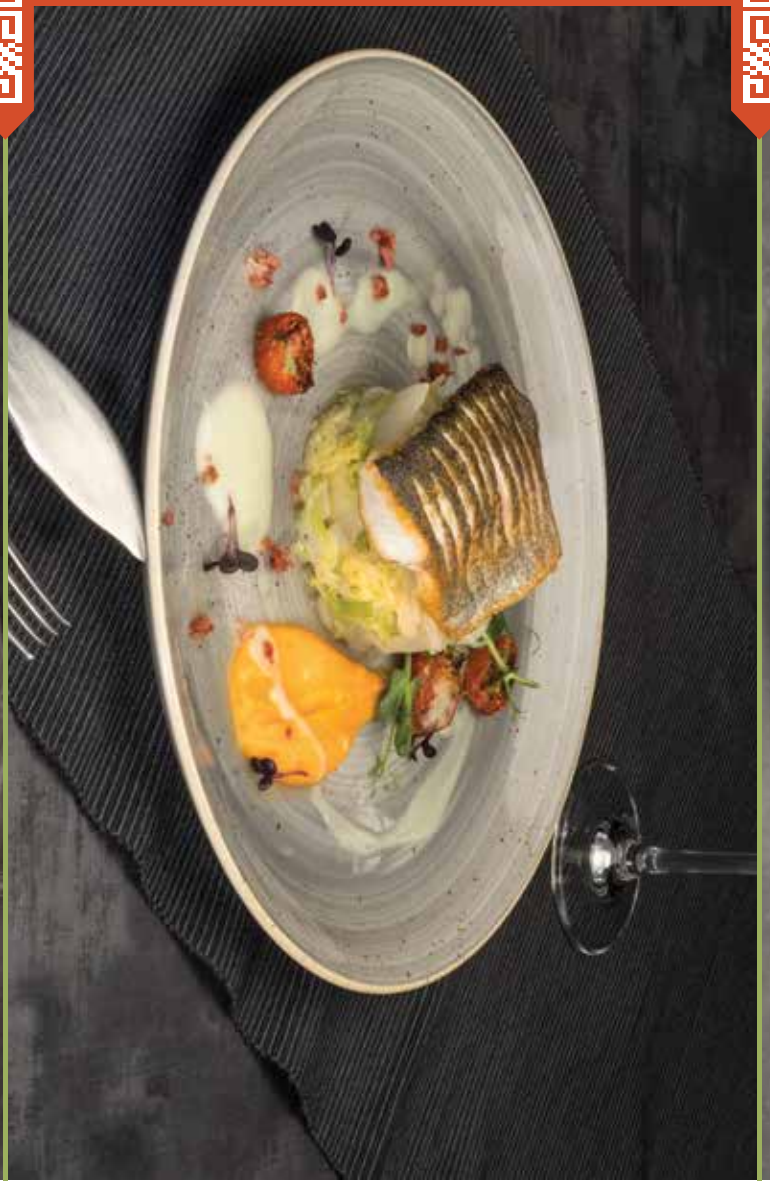
Fel Principal

Duet din muschiuleț de porc umplut cu spanac
și ciuperci, piept de pui cu mozarella și roșii uscate,
cartofi gratinați, sparanghel sote și sos de ciuperci de pădure

✦

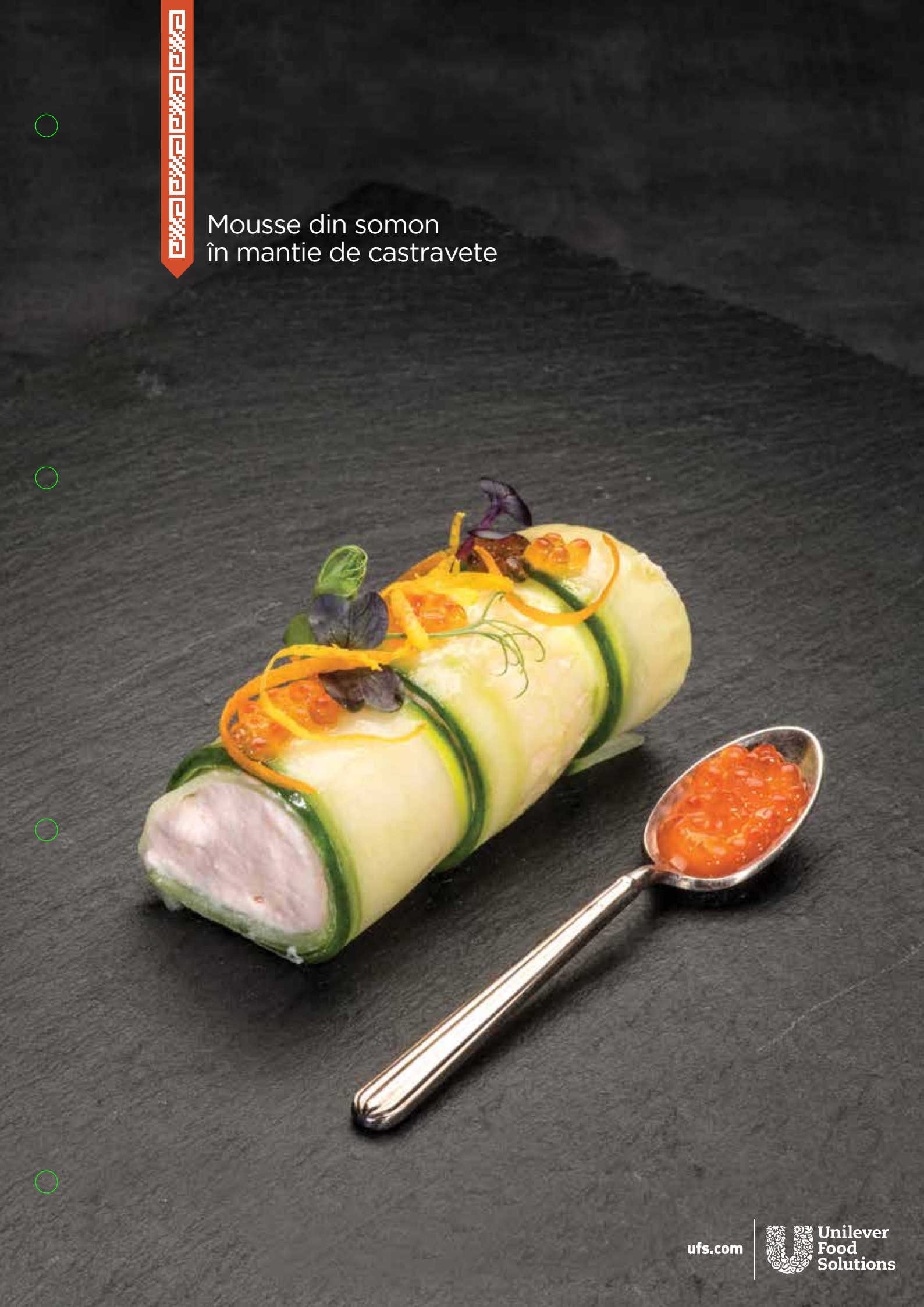
FEL PRINCIPAL

PEȘTE



APERITIV

Mousse din somon în mantie de castravete



ufs.com

Unilever Food Solutions

Mousse din somon în mantie de castravete

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Somon afumat	kg	0.300
Cremă de brânză Philadelphia	kg	0.300
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.100
Knorr Aspic	kg	0.050
Castraveți fabio	kg	0.300
Icre de Manciuria	kg	0.025
Sare	kg	0.020
Piper alb	kg	0.001

Mod de preparare

1. Castraveții se spală și se taie în fâșii lungi și subțiri cca 2 mm.

2. Somonul afumat împreună cu Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, crema de brânză, sarea și piperul blendează până obținem o cremă fină. La final adăugăm aspicul și lăsăm la rece până se întărește.

3. Pe o folie de prospețime așezăm fâșiile de castravete apoi umplem și rulăm. Se lasă la rece minim 4 ore. Se servește alături de icre de Manciuria.

UFS Chef recomandă:

Fileul de somon afumat poate fi înlocuit cu alt tip de pește: păstrăv sau scrumbie afumată. Mantia de castravete Fabio poate fi înlocuită cu felii de zucchini sau morcovi blanșate în supă de legume.

x 10 porții

15 minute / timp de răcire / setare: 4 ore

50g **per porție**

Mousse din brânză de capră cu ardei copt și jeleu din busuioc

ufs.com
Unilever Food Solutions

Mousse din brânză de capră cu ardei copt și jeleu din busuioc

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Brânză de capră	kg	0.800
Cremă de brânză	kg	0.200
Knorr Aspic	kg	0.050
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.100
Ardei copt	kg	1.000
Busuioc verde	kg	0.100
Sare	kg	0.020
Biscuiți sărați	kg	0.300
Unt	kg	0.200

Mod de preparare

1. Biscuiții sărați se fărâmițează și se amestecă cu untul. Compoziția formată se decupează cu un cerc din inox și se lasă la rece cca 1 oră.

2. Busuiocul se blendează foarte fin cu puțină apă. Se adaugă aspicul și se toarnă în formă individuală sau într-o tavă și se lasă la rece până se formează jeleul, după care se porționează.

3. Brânza de capră, crema de brânză și Rama Cremefine Multiple aplicații 31% se blenduiesc până obținem o cremă fină. Se adaugă aspicul topit.

4. Într-o formă de silicon semirotunda adăugăm ardeiul copt, crema de brânză și jeleul de busuioc. Se lasă la frigider cca 4 ore, apoi se scot din forme și se așază pe patul din biscuiții sărați.

x 10 porții

30 de minute / timp de răcire / setare: 4 ore

70g **per porție**

Terină de pui cu ciuperci și spanac în mantie de jambon

ufs.com
Unilever Food Solutions

Terină de pui cu ciuperci și spanac în mantie de jambon

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Piept de pui file	kg	0.600
Ciuperci champignon întregi conservă	kg	0.500
Spanac congelat	kg	0.500
Knorr Aspic	kg	0.050
Usturoi	kg	0.050
Morcovi	kg	1.000
Jambon feliat	kg	0.200
Ouă	buc	5

Produs	U.M.	Gramaj
Knorr Professional Bulion lichid de pui	l	0.020
Knorr Primerba Ceapă Șalotă	kg	0.050
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.100
Sare	kg	0.015
Piper alb	kg	0.001

Mod de preparare

1. Pieptul de pui se blendează cu ouăle, bulionul de pui, Knorr Primerba Ceapă Șalotă, Rama Cremefine Multiple aplicații 31% , sare și piper până obținem o pastă fină și omogenă (farsă).

2. Morcovii se fierb și se taie în felii lungi, spanacul se sotează cu usturoi, după care se adaugă aspicul.

3. Se tapetează o formă de terină cu jambonul feliat, și se adaugă jumătate din farsa de pui. Adăugăm feliile de morcovi și cu ajutorul unui poș adăugăm spanacul, apoi peste stratul de spanac adăugăm ciupercile așezate una lângă cealaltă. Deasupra turnăm restul compoziției de pui și compactăm cu grijă pentru a nu rămâne goluri de aer.

4. Se dă la cuptor cca 1 oră la o temperatură de 100 - 110°C.

x 10 porții

1 oră și 20 minute / timp de răcire / setare: minim 3 ore

70g per porție

Terină de pui cu ficăței și ardei copt în crustă din panko cu ierburi aromate

Terină de pui cu ficăței și ardei copt în crustă din panko cu ierburi aromate

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Piept de pui file	kg	0.600	Pătrunjel verde	kg	0.010
Ficăței de pui	kg	0.300	**Knorr Aspic**	kg	0.050
Ardei copt			**Rama Cremefine Multiple aplicații 31%**	l	0.100
sau congelat	kg	0.300	**Knorr Primerba Ceapa șalotă**	kg	0.030
Leușțean verde	kg	0.020	**Knorr Professional bulion lichid de pui**	l	0.030
Pesmet panko	kg	0.200	Ouă	buc	3
Spanac baby	kg	0.100	Sare	kg	0.005
Cimbru	kg	0.010	Piper alb	kg	0.001
Rozmarin	kg	0.010	Ulei	l	0.100
Usturoi	kg	0.020			

Mod de preparare

1. Pieptul de pui se blendează împreună cu ouăle, Knorr Primerba Ceapa șalotă, bulionul de pui, Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, sare și piper până obținem o pastă fină și omogenă.

2. Pesmetul panko se blendează împreună cu spanac baby, cimbru, pătrunjel verde și rozmarin ptentru a obține crustă verde.

3. Ficățeii de pui se trag la tigaie împreună cu usturoi, sare și piper; după ce sunt gata se lasă la răcit. Se toacă cu cuțitul mărunt și se adaugă leușteanul și aspicul.

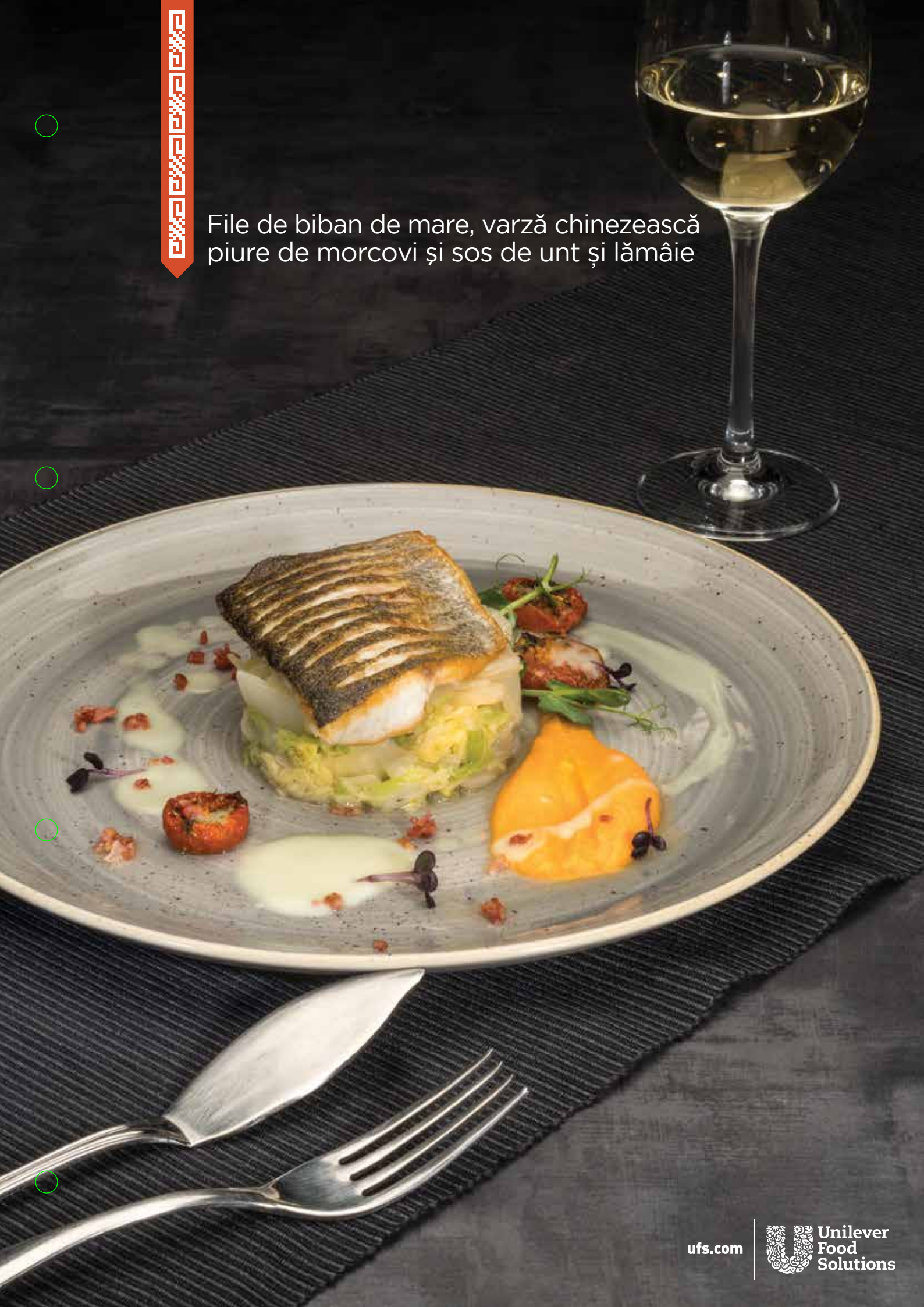
4. Ardeiul copt se curăță de semințe și cotoare, apoi se întinde cu grijă cca 6-8 cm lățime cât să se poată rula cu umplutură de ficăței de pui.

5. Într-o formă de terină adăugăm jumătate din cantitatea de farsă de pui și compactăm cu o spatulă să nu rămână goluri de aer. Adăugăm deasupra ardeiul copt rulat și umplut cu ficățeii de pui, acoperim și umplem forma cu restul compoziției de pui și compactăm.
Se coace la cuptor cca 1 oră la o temperatură de 100-110°C.
După ce s-a răcit se unge terina cu aspic și se dă prin crustă verde.

x 10 porții

1 oră și 30 minute / timp de răcire / setare: minim 3 ore

70g **per porție**



ufs.com
Unilever Food Solutions

File de biban de mare, varză chinezească piure de morcovi și sos de unt și lămâie

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
File de biban de mare	kg	1.5	Oregano uscat	kg	0.010
Varză chinezească	kg	0.200	Ulei măsline	l	0.050
Unt	kg	0.200	Bacon feliat	kg	0.300
Sare	kg	0.050	Lămâie	kg	0.100
Piper alb	kg	0.020	Portocale	kg	0.100
Morcovi	kg	0.100	**Rama Cremefine**		
Chimen	kg	0.010	**Multiple aplicații 31%**	l	0.100
Roșii cherry	kg	0.500	**Knorr Sos lemon butter**	kg	0.950
Knorr Primerba Busuioc	kg	0.050			

Mod de preparare

1. Roșiile cherry se taie în jumătate, se ung cu ulei de măsline, Knorr Primerba busuioc și se presară oregano uscat. Se lasă în masă caldă la uscat cca 6-8 ore.

2. Fileul de biban se curăță de oase și i se crestează pielea, se condimentează cu sare și piper și se prăjește în tigaie.

3. Varza chinezească se taie cuburi și se sotează în unt. Se adaugă sare și piper după gust.

4. Morcovii se curăță și se spală. Se fierb în apă cu sare. După ce s-au fiert se pun într-un blender se adaugă unt, Rama Cremefine Multiple aplicații 31% și chimen măcinat se blendează până obținem un piure fin.

5. Baconul feliat se întinde între 2 foi de hârtie de copt și se coace în cuptor cca 10-12 min la o temperatură de 180°C până devine crocant. După ce se răcește se sfărâmițează.

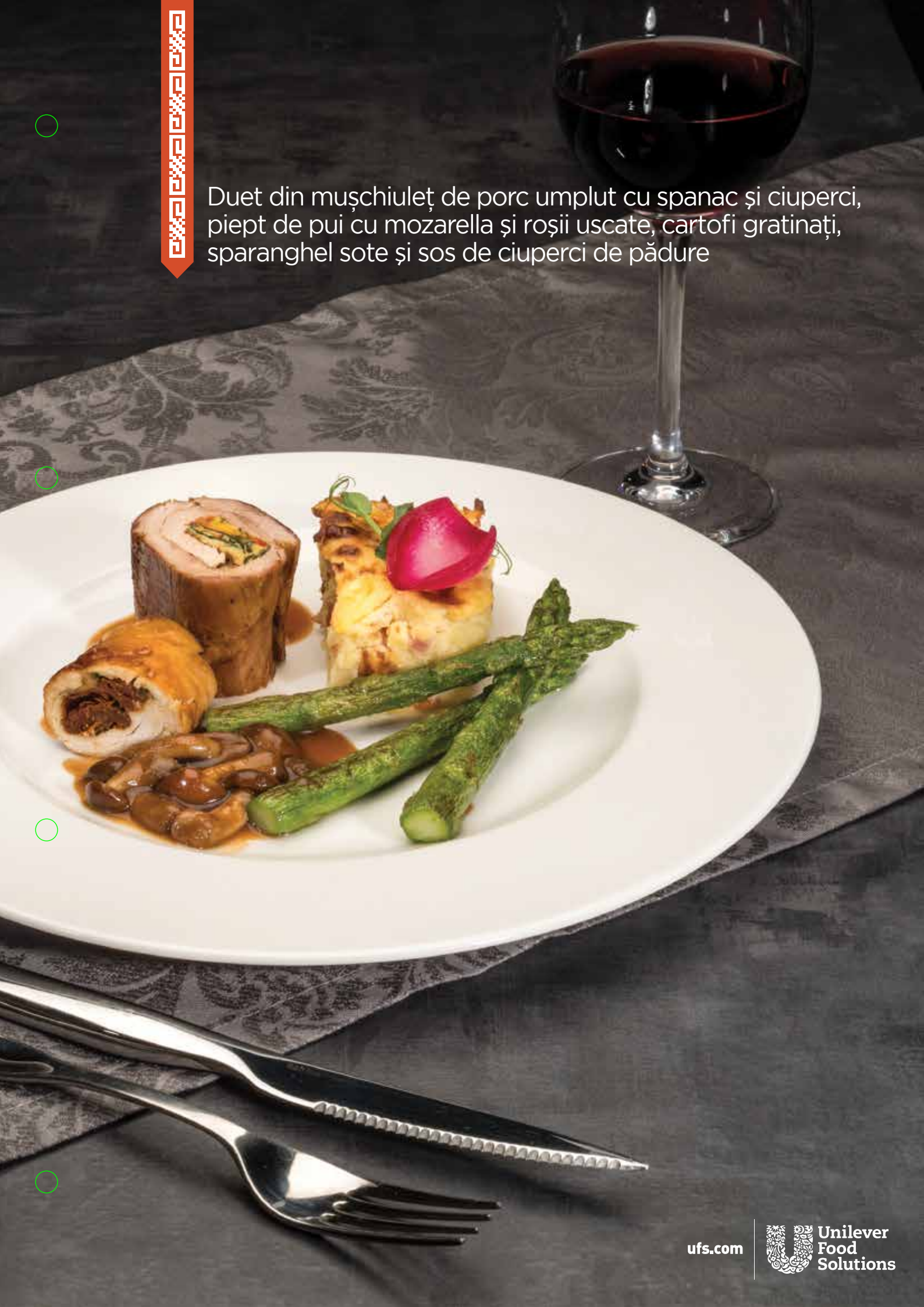
6. Se montează preparatul alături de sosul Knorr lemon butter, preparat în 500 ml de apă caldă, în care mai putem adăuga în funcție de gust suc de lămâie sau portocale.

x 10 porții

35 de minute / la roșiile cherry timpul de uscare în cuptor este 6-8 ore sau pot fi folosite Knorr Roșii uscate

250g **per porție**

Duet din mușchiuleț de porc umplut cu spanac și ciuperci, piept de pui cu mozarella și roșii uscate, cartofi gratinați, sparanghel sote și sos de ciuperci de pădure



ufs.com
Unilever Food Solutions

Duet din mușchiuleț de porc umplut cu spanac și ciuperci, piept de pui cu mozarella și roșii uscate, cartofi gratinați, sparanghel sote și sos de ciuperci de pădure

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Mușchiuleț de porc	kg	1.500	Mozzarella	kg	0.200
Ouă	buc	10	Bacon	kg	0.150
Ardei gras roșu	kg	0.100	Cartofi	kg	1.500
Spanac baby	kg	0.100	Sparanghel	kg	0.500
Usturoi	kg	0.050	Unt	kg	0.100
Ciuperci champignon	kg	0.300	Ciuperci de pădure mix congelat	kg	0.500
Ulei	l	0.100	**Knorr Sos brun spaniol**	kg	0.100
Sare	kg	0.050	Pătrunjel verde	kg	0.010
Piper alb	kg	0.010	**Rama Cremefine Multiple aplicații 31%**	l	0.100
Piept de pui file	kg	1.500	Sfeclă roșie borcan	kg	0.100
Knorr Roșii uscate	kg	0.300	Ceapă albă uscată	kg	0.100
Busuioc verde	kg	0.050			

Mod de preparare

1. Mușchiulețul de porc se crestează, se aplatizează și se condimentează cu sare și piper.

2. Din ouă, spanac baby, ciuperci champignon, ardei gras roșu, usturoi, sare și piper vom realiza o omletă ca și umplutură pentru mușchiulețul de porc.

3. După ce omleta se răcește se taie în fâșii, se întinde peste mușchiulețul de porc, se rulează și se înfoliază strâns într-o folie de plastic. Se introduce la cuptor la o temperatură de 77°C pt cca 3 ore.

4. Pieptul de pui se porționează, i se face un buzunar și se umple cu mozarella, roșii uscate și frunze de busuioc ; se condimentează și se rulează într-o folie de plastic. Se coace la 170°C.

5. Cartofii se curăță, se taie cuburi și se pun la fiert în apă cu sare. După ce se fierb, se scurg și se amestecă cu o compoziție formată din ouă, mozarella rasă, bacon tăiat julienne și tras la tigaie în prealabil, Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, sare, piper și pătrunjel verde tocat. Se toarnă în forme de terine sau inele de inox, se introduc la cuptor la o temperatură de 180°C timp de 20-25 de minute până când se gratinează.

6. Sparanghelul se blanșează și se scoate în apă cu gheață, iar în momentul servirii se trage la tigaie cu unt și sare.

7. Într-o cratiță punem 1 l de apă la fiert, adăugăm sosul Knorr brun spaniol și fierbem timp de 5 minute, apoi adăugăm ciupercile de pădure și unt după gust. Se poate adăuga și puțin vin roșu pentru un plus de savoare.

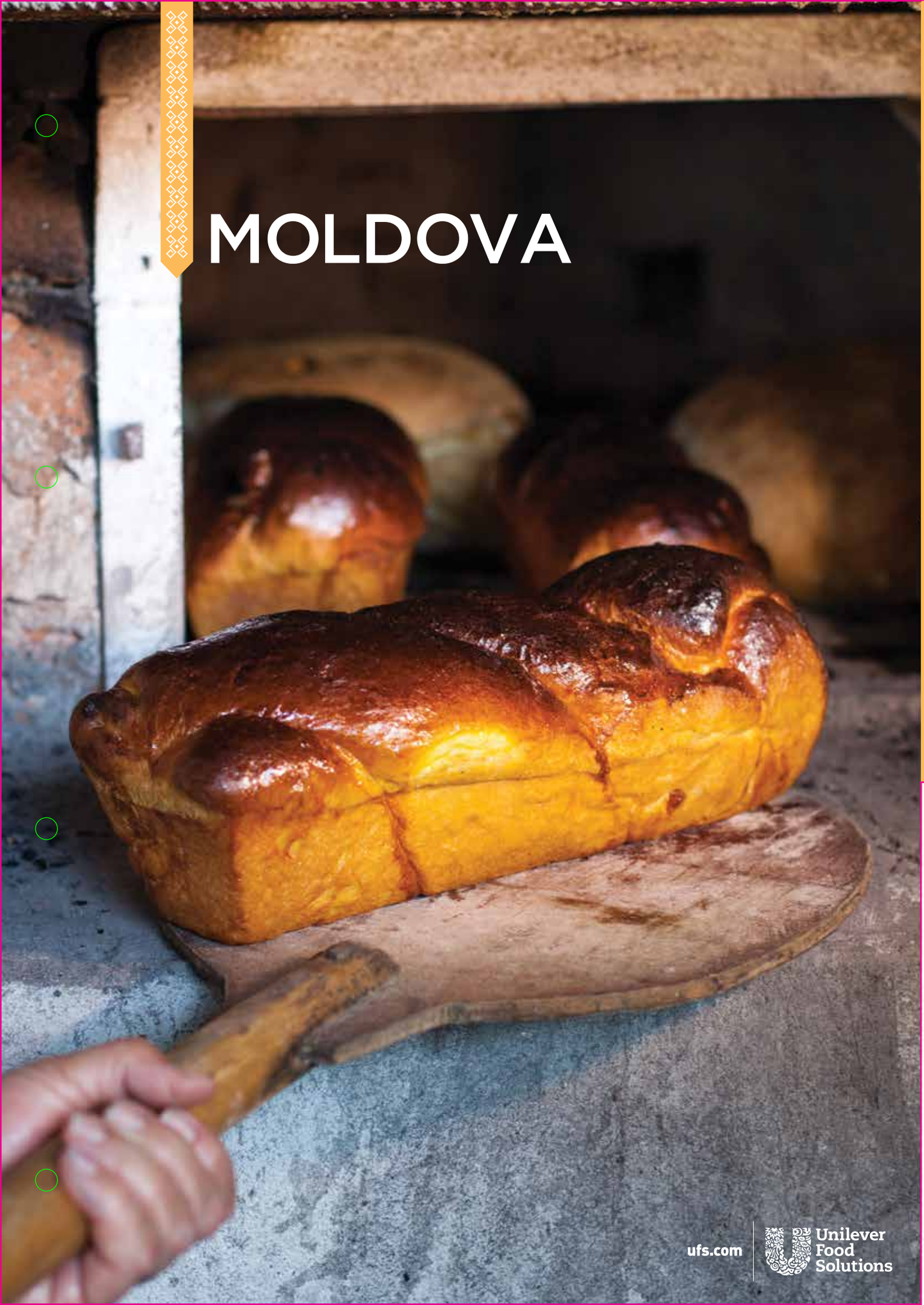
8. Pentru ceapa marinată, curățăm și opărim ceapă și o lăsăm la marinat în sucul de sfeclă roșie timp de 1-2 zile în fuctie de nuanța pe care o dorim.

x 10 porții

3 ore

350g per porție

MOLDOVA



ufs.com

Unilever Food Solutions

Moldova

Moldova face cinste bucătăriei românești prin diversitatea preparatelor. Nu în zadar a fost descrisă ca fiind vatra cozonacilor, a mânăstirilor, a pârjoalelor, a borșurilor, a sărmăluțelor, a poalelor în brâu sau a vinurilor. Sunt motive suficiente să poftim la masă.

Moldova,
o regiune scăldată de soare

La o scurtă privire pe harta României, regiunea Moldovei ne privește dinspre nord și nord-est și pare că a reunit armonios mai toate formele de relief: munții, podișurile și câmpiile sale sunt scăldate de apele care le fac să rodească, spre mândria locuitorilor și bunăstarea oaspeților. Tocmai de aceea potențialul natural a dat naștere în istorie la numeroase conflicte declanșate de cei care au dorit cu orice preț să-și impună supremația pe gestionarea acestuia.

Ținutul Moldovei face cinste bucătăriei românești prin diversitatea preparatelor, savoarea deosebită și combinațiile neașteptate de ingrediente. De altfel întreaga zonă se bucură de belșugul culturilor, de culoarea legumelor pe care gospodarii le cultivă cu grijă, de întinderile viticole care pun în valoare mesele îmbelșugate cu vinuri de tradiție.

În plus, specificul local a fost împletit cu măiestrie cu împrumuturi de la vecinii generoși și a primit de-a lungul istoriei influența benefică a popoarelor care au tranzitat teritoriul.

Astfel moldovenii și-au câștigat supremația în ceea ce privește prepararea borșurilor grație influenței ucrainiene, mai spre sud au împrumutat "mangeaua de pui"- un sos tradițional de origine bulgară sau au învățat să pregătească "sorpa"- o supă găgăuză din carne de berbec.

Probabil cea mai puternică amprentă în bucătăria locului a lăsat-o însă prezența turcilor, evidențiată în special în amestecarea cărnii de oaie cu cea de vită, a deserturilor – "pelincile" sunt o versiune reușită a baclavalelor turcești iar saraiiiile cu fructe nu lipsesc de la mesele de sărbătoare.

Savoarea locală

Revenind la specificul local, întâlnim legumele care, indiferent că sunt coapte, înăbușite, murate sau marinate, aduc culoare atât aperitivelor cât și felurilor de bază.

Carnea este și ea preparată la loc de cinste, cel mai frecvent așezată pe grătarul cu lemn de fag, nuc sau copac de coarne pentru un plus de aromă.

De altfel din același considerent, cel al aromei, diverse preparate se coc învelite în foi de viță, de nuc sau de varză. În bucătăria Moldovei nu se pune prea mult accent pe condimente puternice, dar se folosesc din belșug mărarul, pătrunjelul, cimbrul, ardeiul iute sau usturoiul.

Legumele și carnea sunt utilizate frecvent ca umpluturi ingenioase pentru plăcinte sau se transformă în fel principal și garnitură care îl completează.
Dacă până acum am vorbit despre asocieri uzuale de gust, gospodinele moldovence fac un exercițiu de imaginație și folosesc combinații aparent incompatibile: carne cu fructe, deserturi cu vin sau țuică sau fructe marinate. Una dintre constantele prezente în meniu în zona Moldovei este porumbul, fie că este copt sau fiert, oferit ca și garnitură, fie că este pregătit sub formă de mămăligă sau măcinat și transformat în copturi sau fulgi.

Ospățul la moldoveni

Este practic imposibil să enumerăm complet bucatele din bucătăria Moldovei, însă există cu siguranță preparate care pun în valoare specificul zonei, atât din punct de vedere al gustului desăvârșit cât și al denumirii plină de fantezie.
Putem să servim "pârjoalele", obișnuitele chiftele pregătite din carne de vită și porc, fără a uita însă de "chișcă", o variantă a caltabosului, care se fierbe înainte de a fi tăiat și prăjit.
Sarmalele au și ele locul lor bine stabilit pe masă, doar că sunt mai mici ca în alte zone, delicate, câte 8-10 bucăți fiind învelite împreună într-o foaie mai generoasă de varză.
Nu trebuie apoi să așteptăm Paștele pentru a încerca "cighirul", un fel de drob din organe și carne de porc, prăjit sau copt.
Plăcintele moldovenești au depășit granițele geografice, faimoase deja prin umpluturile generoase, sărate sau dulci. Dintre acestea, "poale-n brâu" îmbină blândețea aluatului de cozonac cu umplutură fină a brânzei de vaci iar
Tot un aliment frecvent întâlnit la oricare dintre mesele zilei este brânza, proaspătă, afumată sau păstrată la saramură, folosită ca atare sau introdusă în variate feluri la pregătirea altor preparate.
Creativitatea gastronomiei locale a determinat și apariția a peste treizeci de meșteșuguri, atât pentru preparare – morari, pescari, apicultori, pastramagii cât și pentru păstrarea în condiții optime a alimentelor: olari, lingurari, dogari etc.

"alivancă" este o combinație dulce și gustoasă care aduce laolaltă smântâna, grișul, mălaiul și ouăle.
La încheierea mesei, moldovenii ne mai îmbie și cu "prăjiței", un simplu dar savuros desert, pregătit, așa cum ne indică și numele, din aluat aromat, răsucit și mai apoi prăjit sau cu o porție de "ghevrec", care are drept ingredient secret țuica, pe care localnicii o pregătesc în propriile gospodării după tehnici transmise prin generații.

Hai la nuntă în Moldova!

Moldova păstrează până în prezent tradiții de nuntă care, alături de interpretarea modernă a evenimentului produc o amintire unică pentru miri și invitații lor.

Unul dintre obiceiurile menținute, ce precede unirea tinerilor este "Stărostia" – în care mirele, alături de o rudă mai în vârstă cere în mod oficial permisiunea familiei fetei de a o lua de soție.

Un alt obicei este cel al alegerii nașilor. Nu una, ci mai multe perechi le vor sta alături în calitate de nași viitorilor soți.

Ziua nunții este cea care oferă celor prezenți o veritabilă incursiune în trecut. Are loc astfel "Iertăciunea" – momentul în care mirii, aflați fiecare la casa lor, își cer iertare în genunchi părinților înainte de a ieși din casa părintească, pentru a primi binecuvântarea acestora. Tinerii vor primi câte o linguriță de miere pentru a avea o viață plină de prosperitate.

În situația în care băiatul este dintr-un alt sat, se va pune în scenă "Vadra " sau "Vulpea" – atunci când flăcăii vor bloca ieșirea din sat și vor cere o plată pentru a-i dă acestuia mireasa.

Dacă toate au fost îndeplinite, mirele însoțit de tatăl său și de naș vor face "Chemarea la nuntă", împărțind trecătorilor câte un pahar de băutură.

Nunta la moldoveni stă sub semnul belșugului, atât cel dorit pentru viitoarea familie atunci când este împodobit bradul ce va conduce petrecerea cât și cel care însoțește masa așternută înaintea nuntașilor.

Este un prilej fericit de etalare a celor mai gustoase bucate, gospodinele se întrec în a face din meniu un adevărat festin care să îi ajute pe tinerii însurăței să pornească împreună în noua etapă din viața lor.

Încă de miercurea de dinaintea nunții se cerne făina pentru cozonaci și pâine, care vor fi împodobiți cu împletituri pline de măiestrie realizate din aluat. De altfel și pe masa de nuntă vor sta în tot timpul petrecerii doi colaci în care se va înfige câte o lumânare, unul pentru mire, unul pentru mireasă.

De la masa de nuntă nu lipsesc răciturile, plăcintele umplute cu brânză sărată sau legume ca antreu, salatele, fripturile, sarmalele sau dulciurile tradiționale. Este loc pentru toate, pentru că petrecerea va ține până a doua zi dimineața, când cei apropiați noului cuplu vor servi ciorbă de potroace, o altă tradiție care continuă să se practice.

Nunta moldovenească este astfel o împletire armonioasă de vechi și nou, în care bucuria de a învia obiceiuri păstrate din trecut și de a îmbia musafirii cu preparate pline de gust și culoare face că petrecerea să fie unică.

Sărbătorile din an.

Sărbătorile din calendarul creștin și trecerea în Noul An sunt momentele în care cuptoarele sunt încinse și familia se întregește în jurul mesei.
Primăvara este primită cu tăvi întregi de mucenici moldovenești, pregătiți din aluat de cozonac, însiropați și garnisiți cu nucă din belșug.

Paștele aduce cu sine pasca cea aromată și tradiția pregătirii cozonacului, preparate după ce gospodinele trec printr-un adevărat ritual de purificare.
Ouăle de Paște sunt înroșite și încondeiate cu migală și măiestrie de către cele care au primit meșteșugul din tată în fiu și îl împart și celor dornici să învețe arta culorilor.

Apropierea Crăciunului dă startul unor veritabile desfășurări de forță: cârnații, caltaboșii, piftiile, placintele, cozonacii vor aduce aerul de sărbătoare în casele îmbietoare pentru musafiri veniți de departe. În Ajun, fetele care încă nu și-au găsit alesul vor pune la fereastră câte ceva din tot ce au pregătit, în speranța că în vis li se va arăta cel care le va fi ursit.

Sfârșitul de an este întâmpinat zgomotos, în uralele "Plugușorului" adus de copii în primele ore ale dimineții, pentru ca la lăsarea întunericului tinerii să aducă "Plugul" în casele fetelor nemăritate, fiind răsplătiți cu prăjituri pregătite de tinerele care îi așteaptă cu nerăbdare.

Colindătorii sunt și ei primiți cu mere și colaci, pentru ca binele să domnească peste gospodăria celui căruia îi trec pragul.
Practic orice moment festiv este marcat cum se cuvine cu arome atent selectate, preparate care îmbina tradiția cu actualul și veselie cât cuprinde, ca să aibă masa spor.

PREPARATE DIN
MOLDOVA
01. MENIU

ufs.com

Unilever Food Solutions

01. Moldova

Cătălin Dumitruț - Executive Chef “Condor Resort”, Neamț

“Zona Moldovei este din punctul meu de vedere cea care reflectă simplitatea gustului preparatelor tradiționale românești. Poate tocmai de aceea condimentele mele preferate nu sunt din sfera celor exotice, ci din cea a ingredientelor de bază: sare, piper, ierburi aromatice.

În sprijinul celor afirmate, pot să vă spun că în zonă, cea mai populară este pastrama de berbecuț la tigaie, însoțită de mămăliguță coaptă.
De altfel, un obicei culinar din vechime care se întâlnește și azi și se va păstra cu siguranță și pe viitor este momentul tăierii porcului și pregătirea preparatelor tradiționale.

Când vreau totuși să experimentez, îmi caut inspirația în diverse emisiuni culinare sau în schimbul de experiență cu ceilalți colegi, pasionați de bucătărie ca și mine.”

01. Meniu / Moldova

Aperitiv

Tartar de vițel

✦

Rafaello cu brânză gorgonzola,
merișoare și grisine

✦

Ruladă de purcel
cu pancetta și fructe

✦

Rulou din prosciutto crudo, cașcaval șvaițer
și busuioc

✦

Pește

Trio de pește, orez sălbatic și legume Thai

✦

Fel Principal

Filet mignon îmbrăcat în crustă de
prosciutto crudo cu piure de morcovi

✦

FEL PRINCIPAL

PEȘTE

APERITIV

Tartar de vițel

Tartar de vițel

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Pulpă mânzat	kg	0.500
Castraveți mici (cornichon)	kg	0.100
Ceapă roșie	kg	0.050
Hellmann's Maioneză Real	kg	0.150
Capere	kg	0.005
Sos Pimento	kg	0.002
Pătrunjel	kg	0.020
Hellmann's Muștar classic	kg	0.030
Knorr Sos Worcester	l	0.003
Sare	kg	0.003
Piper	kg	0.003
Pâine de secară	kg	0.050

Mod de preparare

1. Taie mușchiuleț de mânzat în felii subțiri, așază-le pe o tavă și acoperă cu folie de prospețime.
2. Introdu la congelator pentru 30 de minute, apoi taie în cuburi foarte mici.
3. Taie mărunt castraveții, ceapa roșie, caperele și pătrunjelul verde.
4. Carnea se amestecă cu legumele tăiate mărunt, se adaugă Knorr Sos Worcester, sos Pimento, sare și piper negru proaspăt măcinat și se amestecă din nou.
5. Pregătește un sos din Hellmann's Maioneza Real și Hellmann's Muștar clasic și amestecă cu tartarul de vițel.
6. Montează tartarul într un cerc de inox pe cruton din pâine de secară.

x 10 porții

40 de minute

70g per porție

Rafaello cu brânză gorgonzola,
merișoare și grisine

Rafaello cu brânză gorgonzola, merișoare și grisine

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Brânză gorgonzola	kg	0.300
Merișoare	kg	0.150
Chives	kg	0.020
Knorr Primerba Ierburi de grădină	kg	0.015
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.050
Grisine	kg	0.030

Mod de preparare

1. Amestecă bine într-un bol brânză gorgonzola, Knorr Primerba Ierburi de grădină și Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, apoi introdu la frigider pentru 45 de minute.
2. Scoate din frigider și formează bulete (bile) pe care le treci prin chives și merișoare tăiate mărunt.
3. Înfige în fiecare bilă câte o grisină, menține la rece timp de 30 de minute.

UFS Chef recomandă:

Brânza gorgonzola se poate înlocui cu brânză de capră, iar Knorr Primerba Ierburi de grădină cu Knorr Primerba Pesto roșu.

x 10 porții

80 de minute

50g per porție

Ruladă de purcel cu pancetta și fructe

Ruladă de purcel cu pancetta și fructe

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Mușchiuleț de porc	kg	0.500
Albuș de ou	buc	10
Cireșe confiate	kg	0.100
Caise confiate	kg	0.100
Pancetta	kg	0.100
Sare	kg	0.010
Piper	kg	0.001
Rama Cremefine pentru gătit 15 %	l	0.100
Knorr Professional Bulion lichid de pui	l	0.050

Mod de preparare

1. Pregătește mușchiulețul de porc; desfă-l și aplatizează-l între 2 folii de plastic. Asezonează cu sare și piper.

2. Prepară umplutura din cireșele confiate, caisele confiate (ambele mărunțite), albușurile bătute, Rama Cremefine pentru gătit 15 % și Knorr Professional Bulion lichid de pui.

3. Pe o folie de prospețime, așază Pancetta.

4. Suprapune mușchiulețul de porc, apoi întinde umplutura din fructe peste carnea de porc, rulează în folia de prospețime și coace la 80°C, pentru aproximativ 60 de minute.

x 10 porții

75 de minute

50g per porție

Rulou din prosciutto crudo, caşcaval şvaiţer şi busuioc

ufs.com

Unilever Food Solutions

Rulou din prosciutto crudo, caşcaval şvaiţer şi busuioc

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Prosciutto crudo feliat	kg	0.300
Caşcaval şvaiţer	kg	0.300
Unt	kg	0.100
Knorr Primerba Busuioc	kg	0.015
Busuioc proaspăt	kg	0.020

Mod de preparare

1. Taie caşcavalul la feliator, câte 2 felii de 15 g pentru 1 porţie.

2. Alifiază untul cu Knorr Primerba Busuioc, ţine la rece timp de 30 de minute.

3 Întinde feliile de caşcaval, una lângă alta, pe suprafaţa unei folii de prospeţime.

4. Unge feliile de caşcaval cu untul pregătit cu Knorr Primerba Busuioc, aşază peste felii de prosciutto şi unge cu unt, peste aşază frunze de busuioc.

5. Se rulează foarte strâns, apoi se rulează în folie de prospeţime şi se inttoduce la frigider pentru 30 de minute.

6. Înainte de montare se scoate din folie şi se taie în 2 pe diagonală.

UFS Chef recomandă:

Foloseşte Primerba busuioc pentru a adăuga o notă puternică de prospeţime preparatelor pe bază de carne, peşte sau legume. Adaugă savoarea busuiocului în dip-uri, sosuri sau marinade.

x 10 porţii

75 de minute

65g per porţie

Trio de pește, orez sălbatic și legume Thai

ufs.com
Unilever Food Solutions

Trio de pește, orez sălbatic și legume Thai

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
File Butterfish	kg	1.000
File somon	kg	1.000
File șalău	kg	1.000
Pancetta	kg	0.100
Sare	kg	0.015
Piper	kg	0.001
Rozmarin	kg	0.015
Salvie	kg	0.015
Alge marine (nori)	kg	
(1 pachet)	kg	0.020
Orez sălbatic	kg	0.300
Ardei gras roșu	kg	0.050

Produs	U.M.	Gramaj
Zucchini	kg	0.050
Morcovi	kg	0.050
Knorr Sos de soia	l	0.030
Knorr Thai chilly dulce	kg	0.100
Hellmann's Vinaigrette citrice	l	0.100
Rama Cremefine pentru gătit 15%	l	0.100
Knorr Sos Bechamel	kg	0.100
Lime	kg	0.030
Ulei	l	0.050

Mod de preparare

1. Taie peștele bastonașe și asezonează-l cu sare și piper.

2. Cu ajutorul foilor de alge și a Pancettei, formează duo-rulouri cu pește (somn/Butterfish și somon/ șalău).

3. Coace la 180°C pentru aproximativ 10 minute .

4. Fierbe orezul conform indicațiilor de pe ambalaj.

5. Taie legumele julienne și trage-le la tigaie. Adaugă Knorr Sos de soia, Knorr Thai chilly dulce, salvie și rozmarin. La final adaugă Hellmann's Vinaigrette citrice.

6. Prepară sosul Bechamel, adaugă Rama Cremefine pentru gătit 15%.

7. Montează preparatul și servește cu felii de lime.

x 10 porții

30 de minute

350g per porție

Filet mignon îmbrăcat în crustă de prosciutto crudo cu piure de morcovi

Filet mignon îmbrăcat în crustă de prosciutto crudo cu piure de morcovi

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Mușchiuleț de vită	kg	2.200
Prosciutto crudo	kg	0.150
Fistic	kg	0.050
Ouă (albuș)	buc	10
Sare	kg	0.010
Piper negru	kg	0.010
Piper alb	kg	0.001
Ulei de măsline	l	0.100
Rozmarin proaspăt	kg	0.010
Vin roșu dulce	l	0.100

Produs	U.M.	Gramaj
Knorr Sos de piper verde	kg	0.065
Knorr Professional bulion lichid legume	l	0.020
Rama Cremefine pentru gătit 15 %	l	0.100
Morcovi	kg	1.500
Portocale	kg	0.200

Mod de preparare

1. Prepară umplutura din fisticul mărunțit, albușurile bătute, vinul roșu dulce și Rama Cremefine pentru gătit 15%.

2. Așază Pancetta, întinde umplutura peste ea și apoi rulează fileul mignon, asezonat cu sare și piper.

3. Gătește la tigaie rapid, pe toate părțile, în ulei de măsline aromatizat cu rozmarin, apoi finalizează preparatul în cuptor la 180°C, pentru aproximativ 10 minute.

4. Fierbe morcovii și scurge-i. Blendează-i, adaugă Knorr Professional bulion de legume, sucul de la portocală și puțin piper alb.

5. Pregătește sosul Knorr de piper verde și montează preparatul.

x 10 porții

35 de minute

300g per porție

TRANSILVANIA

ufs.com
Unilever Food Solutions

Transilvania

După ce se înspăimântă de legenda lui Dracula, oaspeții Transilvaniei se îndreaptă negreșit către degustarea preparatelor locale. De aici își are originea cea mai veche carte de bucate a Ungariei se pare (potrivit lui Egon Ronay, unul dintre cei mai importanți critici culinari din ultima jumătate de secol din Marea Britanie, maghiar de origine), iar influențele străine nu au făcut decât să completeze armonios autenticitatea gustului.

Transilvania,
o felie sățioasă de țară

Interiorul arcului carpatic a devenit de-a lungul anilor căminul unei diversități etnice fără precedent: românii, maghiarii, sașii, armenii și evreii au conviețuit din cele mai vechi timpuri, disputându-și supremația în paginile istoriei sau ajungând să-și îmbogățească unii altora cultura gastronomică.

Nu a fost astfel deloc întâmplător că cea mai veche carte de bucate a Ungariei, datând din secolul al XVI-lea și numărând peste 900 de rețete a fost concepută de către un anonim ce se pare că a trăit într-unul dintre marile orașe ale Transilvaniei.

Cea mai puternică influență culinară, cea care a proiectat bucătăria transilvăneană în elita celei europene, a fost însă cea austro-ungară.

O bună parte dintre caracteristicile acesteia s-a menținut până în vremurile noastre: utilizarea unor condimente cum ar fi boiaua de ardei dulce sau picantă, pregătirea unor preparate specifice, de exemplu supa de vișine sau folosirea anumitor metode cum este dresul ciorbelor și îngroșarea sosurilor cu rântaș din ceapă și făină .

Gustul locului

După ce se înspăimântă de legenda lui Dracula, oaspeții Transilvaniei se îndreaptă negreșit către degustarea preparatelor locale, renumite pentru gustul deosebit. Dacă dorim un preparat mai lejer, nu este tocmai locul potrivit: peștele, de pildă, este foarte rar luat în calcul, localnicii dând vina pe rapiditatea râurilor, care fac anevoios pescuitul.

Tendința bucătăriei locale către mâncărurile grase și piperate este balansată de folosirea din plin a condimentelor ierboase: mărarul, pătrunjelul, măghiranul, busuiocul sau tarhonul înnobilează sosurile sau ciorbele. Cele din urmă sunt acrite cu oțet sau zeamă de varză cu scopul de a înlesni digestia și a lăsa loc felurilor următoare.

Transilvănenii fac din carne, în special cea de porc, o primă opțiune. De aceea slănina, simplă sau afumată, este o prezență constantă în meniu în orice anotimp, nu doar în sezonul rece.

Uimitor este și faptul că în aceeași oală de supă se pot întâlni în mod inedit fructele și carnea afumată, care alături de alte legume fac ca fiertura să se lege într-un fel savuros.
Nu vă așteptați ca în Transilvania zahărul să fie dedicat exclusiv deserturilor: îl vom întâlni în mod neașteptat că și ingredient în salate sau sosuri.

Ce găsim pe mesele Transilvaniei

Odată invitația la masă lansată, nu avem cum să nu adulmecăm mirosul îmbietor al bucatelor gătite cu pricepere de gospodine. Vom fi cu siguranță întâmpinați cu o farfurie de "pogăcele" – gustările preparate din aluat umplut cu jumări sau cașcaval.

Putem alege apoi "Supa feciorilor din Făgăraș", de exemplu și vom avea toate șansele să nu mai optăm și pentru un al doilea fel, pentru ca fiertura sățioasă din varză, țelină, ceapă, morcovi, roșii, fasole, orez, usturoi și pătrunjel căreia i se adaugă din plin carne de vită și afumătură ne va sătura cu siguranță.

Dacă totuși vrem să începem ospățul ceva mai prudent, putem servi o supă de chimen sau una de varză albă sau pur și simplu ne vom face curaj pentru o ciorbă ardelenească de porc sau vițel, puternic aromată cu tarhon.

În cazul în care vrem să încercăm gulașul cel faimos, am putea alege varianta "bograci"- cel unguresc pregătit la ceaun din carne de porc, costiță, ciolan afumat, legume și condimente.

Felul principal este și el un nou prilej de răsfăț al simțurilor pentru gurmanzi. Vom putea încerca "papricașul" – un fel de tocăniță în care carnea este însoțită de găluște bine fierte în sos sau "varză a la Cluj" – în care sunt meticulous așternute straturi de varză tocată fin alternativ cu cele de carne amestecată cu orez.

Nu vom avea prea mult timp la dispoziție să ne ridicăm de la masă, pentru ca desertul ni se va părea de nerefuzat: oamenii locului ne vor tenta cu aroma și aspectul unei porții de "gomboti" – găluștele cu umplutură de prune sau brânză dulce sau cu cele ale unei felii de "cocoroadă" – plăcinta din foi fine de aluat, umplută cu prune sau mere. Putem opta, de asemenea, să încercăm și faimoasele "clătite brașovene"- umplute cu ciuperci sau carne și apoi prăjite într-o crustă de pesmet.

Nuntă ca în Transilvania

Cum nicio nuntă nu poate fi planificată fără ca cele două familii să ajungă la o înțelegere și în Transilvania încă se mai "poartă" obiceiul pețitului, când tinerii mai curajoși se încumetă să meargă singuri la familia fetei pentru a cere permisiunea căsătoriei.

În general viitorul mire este însoțit de către părinți sau de către cele mai apropiate rude, existând însă și momente în care pețitori iscusiți sunt trimiși să le susțină interesele.

Odată agreată unirea celor doi, aceștia vor fi îmbiați să mănânce împreună din aceeași farfurie plăcintă încrețită și lapte dulce, pentru a pecetlui promisiunea de a se căsători.

Startul petrecerii se va da în sâmbăta dinaintea nunții, în casa miresei având loc jocuri, însoțite de muzică, dar și în cea a mirelui. Fetele vor pregăti împreună o pâine din aluat nedospit – "azimă" – pe care mireasa o va rupe deasupra capului său și o va împărți acestora.

Ritualul împodobirii miresei este în continuare un element central din duminica nunții, o tânără care să aibă ambii părinți în viață urmând a-i aranja părul, pentru ca la final nașa să îi așeze pe cap voalul împodobit cu flori de lămâiță.

Tot tânăra ce urmează a se căsători va purta pe brațul său, până la casa mirelui, în ziua nunții "colacul miresei"- acesta este preparat din făină de grâu, lapte, unt, miere de albine uns cu ou și presărat cu mac sau stafide. Este mai apoi împletit în trei, copt bine și la final ornat cu panglici.

Pe "masa mare" care dă startul petrecerii se vor așterne bucate dintre cele mai alese și din nou mirii vor fi serviți din aceeași farfurie, de data aceasta cu smântână sau lapte, pentru a avea copii "albi și frumoși".

Spre finalul nunții transilvănene vom întâlni din nou ritualul prin care se "dansează" găina: soacra sau o altă invitată de seamă va aduce o pasăre bine coaptă și atent împodobită spre a o înmâna nașului, care o va cumpăra pe un preț simbolic.

Noua familie va încheia petrecerea cu mulțumirea că invitații s-au bucurat alături de ei de legământul lor dar și de un moment pregătit în detaliu, în semn de prețuire pentru cei prezenți.

Alte momente de sărbătoare de peste an

Transilvania păstrează în continuare savoarea locală a sărbătorilor creștine românești, cu toate că a primit și influențe specifice de la sași sau maghiari.
Miercurea mare de dinainte de Paște este momentul aprinderii cuptoarelor pentru a face loc preparării bucatelor tradiționale: drob, pască, sau ouă roșii, cele din urmă într-o varietate de culori.

În unele zone, băieții împodobesc crenguțe de brad, pe care mai apoi le agață odată cu lăsarea serii în porțile fetelor nemăritate.
Masa din ziua sărbătorii Paștelui adună întreaga familie în jurul mesei, de pe care nu vor lipsi, alături de preparatele cunoscute, salată cu ceapă verde și ridichi, friptură de miel sau pască umplută cu brânză dulce sau în ultima vreme și cea cu ciocolată.

Odată derulate filele calendarului, Ajunul Crăciunului este un bun prilej pentru gospodari să dea curs unor vechi superstiții, cum ar fi cea a legării pomilor fructiferi cu paie, pentru ca rodul din anul viitor să fie cât mai bogat.

Colindătorii pregătesc un adevărat spectacol al tradițiilor locale: se păstrează încă "pițăratul" – denumire dată de "pițărău", colacul făcut din aluatul rămas de la pregătirea pâinii și a cozonacului, dăruit de gazde celor mai mici dintre cei care sosesc să ureze de bine cu ocazia sărbătorilor de iarnă.

În ziua de Crăciun junii, tinerii locului, vor porni hotărâți, înveșmântați în haine populare, să colinde pe la casele fetelor necăsătorite, invitându-le totodată la petrecerea ce va avea loc într-una dintre zilele următoare.
Ospățul din ziua de Crăciun va putea începe abia după ce slujba din biserici va fi încheiată.
Caltaboșii, cârnații, sarmalele și fripturile vor oferi gurmanzilor bucuria gustării unor preparate autentice, pline de savoare.

Cu certitudine și Transilvania, ca și celelalte regiuni geografice ale României, va continua să-și primească musafirii cu tentații culinare de nerefuzat, indiferent de momentul ales pentru călătorie.

PREPARATE DIN TRANSILVANIA
01. MENIU

ufs.com

Unilever Food Solutions

01. Transilvania

Paul Siserman - Chef & Owner “InkChef Academy”, Cluj Napoca

“Mă consider unul dintre norocoșii care poate aduce fericirea pe chipul oamenilor, mâncarea fiind unul dintre ingredientele capabile să producă o astfel de trăire. De aceea gătesc absolut orice cu plăcere, văd bucătăria ca pe locul în care se poate face magie, în care se nasc ideile inovatoare, mai ales când ești pus la încercare să improvizezi, să-ți folosești imaginația. Ca părinte, mă emoționează să văd că fiica mea îmi moștenește pasiunea pentru gătit. Ne place să ne “jucăm”, dar am învățat împreună că simplitatea este cea care dă valoare unui preparat. Am ajuns astfel la concluzia că ingredientul cel mai prețios nu este vreun condiment scump, ci...sarea!

Dacă ar fi să aleg două dintre reperele gastronomiei locale, acelea ar fi varza și carnea de porc: gustoase, pline de tradiție și ușor de inclus în preparate delicioase. “

01. Meniu / Transilvania

Aperitiv

Bis color de mousse de brânzeturi fine,
gel de lămâie și chips de parmezan

✦

Aspic cu fructe de mare și panna cotta de citrice

✦

Galantină de curcan și pui, roșii uscate
și mazăre în mantie de pesto roșu.

✦

Coșuleț cu mousse de păstrăv afumat
și jeleu de grapefruit

✦

Pește

Butterfish în crustă de fistic și bacon, cu broccoli
și sparanghel, sos Lemon Butter și spumă de creveți

✦

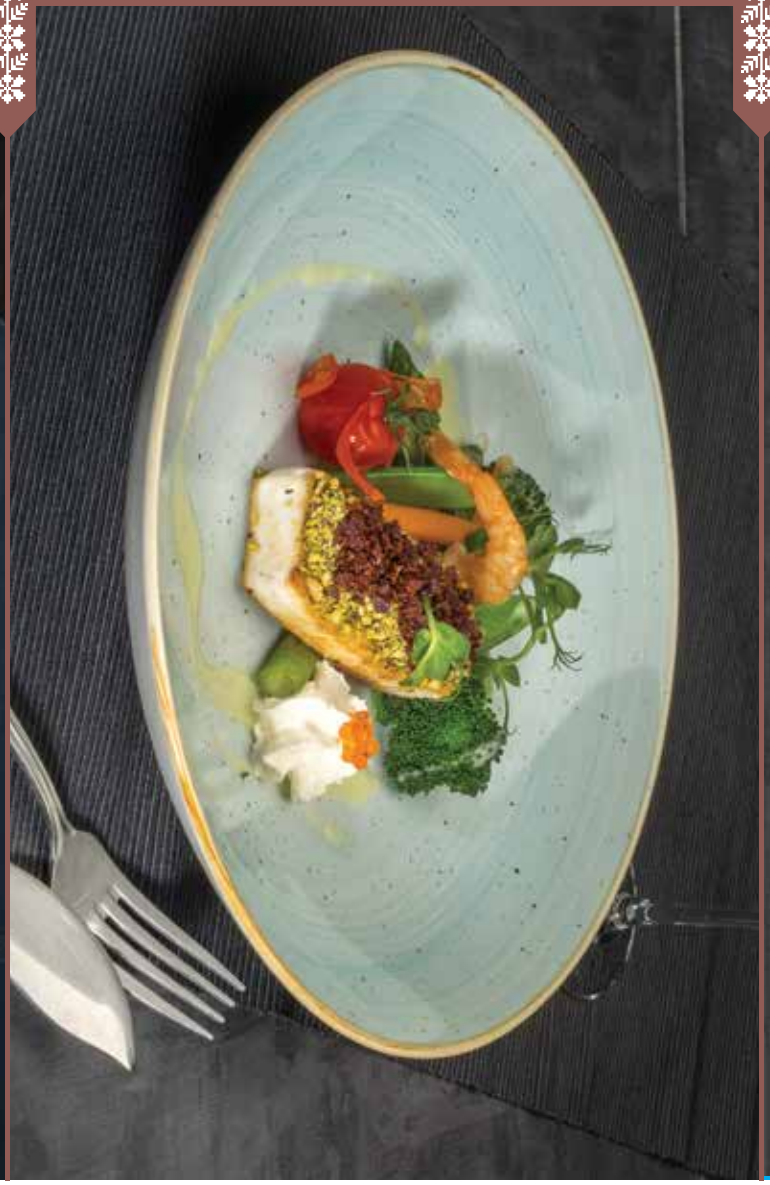
Fel Principal

Duo Rulou de curcan cu piure de varză roșie și piept de
porc cu piure de cartofi cu gălbiori

✦

FEL PRINCIPAL

PEȘTE



APERITIV

Bis color de mousse de brânzeturi fine,
gel de lămâie și chips de parmezan

ufs.com
Unilever Food Solutions

Bis color de mousse de brânzeturi fine, gel de lămâie și chips de parmezan

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Brânză de capră	kg	0.150
Philadelphia cremă	kg	0.150
Mascarpone	kg	0.150
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.200
Knorr Aspic	kg	0.065
Sfeclă roșie	kg	0.500
Fistic	kg	0.050
Suc de lămâie	l	0.050
Zahăr	kg	0.080
Parmezan	kg	0.100

Mod de preparare

1. Amestecă jumătate din cantitatea de cremă de brânză cu mascarpone și restul cu brânză de capră.

2. Împarte Rama Cremefine Multipe aplicații 31% în mod egal și amestecă cu cremele rezultate.

3. Sfecla roșie se stoarce iar sucul obținut se amestecă cu crema preparată cu brânză de capră.

4 . Împarte cantitatea de Knorr Aspic (15 g / 15 g), hidratează în puțină apă și apoi amestecă cu cremele obținute.

5. Toarnă cremele în forme cilindrice și introdu-le la rece. Se porționează înainte de montare.

6. Pentru gelul de lămâie se amestecă suc de lămâie cu 5 g Knorr Aspic hidratat și se pune în forme de silicon.

7. Pregătește la cuptor chipsuri din parmezan ras.

8. Montează farfuria: porționează mousse-urile de brânzeturi, se tapetează cu fistic zdrobit, décor chips de parmezan și câteva puncte din gel de lămâie

x 10 porții

25 minute / timp de răcire
setare: minim 3 ore

70g per porție

Aspic cu fructe de mare și panna cotta de citrice

Aspic cu fructe de mare și panna cotta de citrice

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Suc de lămâie	l	0.030	**Knorr Primerba Creveți**	kg	0.005
Suc de portocale	l	0.030	Unt	kg	0.025
Suc de mandarine	l	0.030	Ceapă	kg	0.050
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.400	Usturoi	kg	0.015
			Mazăre	kg	0.100
Amestec fructe de mare (carne midii, creveți, baby caracatiță)	kg	0.500	Morcovi	kg	0.100
			Cepșoară	kg	0.020
			Caviar somon	kg	0.030
Knorr Fond de pește	kg	0.025	**Knorr Aspic**	kg	0.060

Mod de preparare

1. Pregătește panna cotta din Rama Cremefine Multple aplicații 31%, suc de lămâie, suc de portocale, suc de mandarine și Knorr Aspic.

2. Lasă la hidratat 30 g Knorr Aspic (în puțină apă rece), apoi amestecă cu Rama Crèmefine Multiple aplicații 31%, fierbe compoziția până la 55°C, apoi las-o la răcit până la 45°C și adaugă amestecul de suc de citrice.

3. Toarnă compoziția obținută la baza unor forme panna cotta și o introdu în frigider pentru minim 2 ore.

4. Curăță fructele de mare, spală-le și lasă-le la scurs într-o sită, apoi sotează la tigaie cu puțin unt aromatizat cu usturoi, ceapă și Knorr Primerba Creveți.

5. Morcovii și mazărea se blanșază în apă cu adaos de sare .

6. Pentru aspic folosește 12 g Knorr Fond de pește, 500 ml apă și 30 g Knorr Aspic.

7. Toarnă aspicul obținut în formele scoase de la rece în care am pus la bază panna cotta de citrice, apoi adaugă fructele de mare și legumele blanșate.

8. Introdu formele la frigider pentru minim 3 ore. După răcire, înainte de servire, se scot din forme și se montează pe farfurie sau platou.

x 10 porții

1 oră și 40 minute / timp de răcire / setare: 12 ore

50g per porție

Galantină de curcan și pui, roșii uscate și mazăre în mantie de pesto roșu.

ufs.com
Unilever Food Solutions

Galantină de curcan și pui, roșii uscate și mazăre în mantie de pesto roșu.

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Piept curcan	kg	0.300
Pulpe de pui dezosate	kg	0.150
Ouă	buc	1
Coniac	l	0.020
Mazăre	kg	0.050
Knorr Roșii uscate	kg	0.050
Muguri de pin sau alune	kg	0.030
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.050
Knorr Bulion lichid de pui	kg	0.005
Knorr Primerba Pesto roșu	kg	0.010
Knorr Aspic	kg	0.030

Mod de preparare

1. Feliază pieptul de curcan și aplatizează carnea până la grosimea de 6-8 mm.

2. Toacă pulpele de 2 ori prin sita de 3 mm a mașinii de tocat, apoi amestecă tocătura cu ouăle, coniacul și Rama Crèmefine Multiple aplicații 31%, mugurii de pin sotați la tigaie, mazărea blanșată în supă de pui (din Knorr Bulion lichid de pui și apă fierbinte) și Knorr Roșii uscate până la obținerea unei paste omogene.

3. Așază feliile din pieptul de curcan pe o folie alimentară de plastic adaugă farsă și rulează.

4. Scufundă galantina pregătită în supa de pui obținută și coace la cuptor timp de 60-70 de min la o temperatură de 73-74°C.

5. Răcește galantina minim 12 ore, apoi pregătește naparea adăugând mantia obținută din Knorr Primerba Pesto roșu și Knorr Aspic hidratat în apă.

6. Porționează înainte de a fi montată farfuria.

x 10 porții

35 de minute / timp de răcire / setare: minim 3 ore

70g **per porție**

Coșuleț cu mousse de păstrăv afumat și jeleu de grapefruit

ufs.com
Unilever Food Solutions

Coșuleț cu mousse de păstrăv afumat și jeleu de grapefruit

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Foi plăcintă	kg	0.400
Păstrăv afumat	kg	0.350
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.100
Cremă de brânză	kg	0.150
Hellmann's Vinaigrette Citrice	l	0.030
Piper negru	kg	0.001
Caviar somon	kg	0.030
Grapefruit	kg	0.100
Knorr Aspic	kg	0.030
Rama Combi profi	kg	0.050

Mod de preparare

1. Pune foile de plăcintă în forme (poți folosi formele de muffins) care în prealabil le-ai tăiat în fâșii de câte 8-10 cm, astfel încât să formezi un coșuleț, pulverizează cu Rama Combi Profi și introdu în cuptorul preîncălzit la 180°C, timp de 10-15 minute.

2. Dezosează păstrăvul, îndepărtează pielea și taie fâșii.

3. Amestecă cu ajutorul unui blender crema de brânză, păstrăvul, Hellmann's Vinaigrette Citrice și Rama Cremefine Multiple aplicații 31%.

4. Caviarul fals de grapefruit se obține cu ajutorul Knorr Aspic-lui și a sucului proaspăt stors și dat printr-o sită.

5. Hidratează Knorr Aspic în puțină apă, apoi amestecă cu sucul proaspăt stors și fierbe lichidul până la 54°C, apoi cu ajutorul unei pipete se picură într-un recipient cu ulei care să nu aibă mai mult de 1°C pentru sfericizare.

6. Umple cu ajutorul unui poș cu dui coșulețele cu mousse-ul de păstrăv.

7. Amestecă caviarul fals de grapefruit cu cel de somon și ornează farfuria.

x 10 porții

40 de minute

70g per porție

Butterfish în crustă de fistic și bacon, cu broccoli
și sparanghel, sos Lemon Butter și spumă de creveți
ufs.com
Unilever
Food
Solutions

Butterfish în crustă de fistic și bacon, cu broccoli și sparanghel, sos Lemon Butter și spumă de creveți

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Butterfish file (10 fileuri a 180 g)	kg	1.800
Knorr Condimente pentru pește și fructe de mare	kg	0.012
Fistic	kg	0.350
Bacon	kg	0.300
Sparanghel	fire	30
Broccoli	kg	1.000
Knorr Sos lemon butter	kg	0.095
Knorr Primerba creveți	kg	0.010
Knorr Supă cremă somon cu creveți	kg	0.060

Produs	U.M.	Gramaj
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.050
Lapte	l	0.500
Unt	kg	0.020
Caviar de somon	kg	0.040
Piper alb	kg	0.001
Sare de mare	kg	0.003
Flori comestibile	buc	10
Vlăstari de mazăre	buc	10
Vlăstari de floarea soarelui	buc	10
Frunze năsturel pentru décor	buc	10

Mod de preparare

1. Curăță fisticul apoi soteză-l la tigaie. Macină mărunt cu ajutorul unui blender profesional. Feliază baconul cât mai subțire, pune-l pe hârtie de copt în cuptor la 135°C pentru a pregăti chipsuri tocate mărunt la cuțit.

2. Amestecă baconul cu fisticul.

3. Presară fileurile de butterfish cu un amestec de Knorr Condimente pentru pește și puțin piper alb. Prăjește fileurile într-o tigaie încinsă cu adaos de ulei vegetal, timp de 1 minut pe fiecare parte. Transferă fileurile pe o tavă de cuptor și coace în cuptor la 160°C aproximativ 2 minute.

4. Spală sparanghelul și broccoli, porționează, apoi blanșază în apă cu sare timp de 3 minute, scoate-le în apă rece cu gheață pentru a-și păstra culoarea și a opri procesul termic. Lasă-le la scurs într-o sită, apoi soteză în tigaie în 20 g de unt, asezonează la final cu puțină sare și piper alb.

5. Pregătește spuma de creveți: amestecă în apă caldă Knorr Supă cremă de somon și creveți, Rama Crèmefine Multiple aplicații 31%, Knorr Primerba Creveți, mixează într-un blender vertical, apoi trece prin sită fină și toarnă în recipientul unui sifon.

6. Pregătește sosul de unt și lămâie: Într-un vas cu 500 ml apă caldă, adaugă Knorr Sos Lemon butter, amestecă și fierbe timp de 2 minute. Asezonează la final cu sare și piper alb

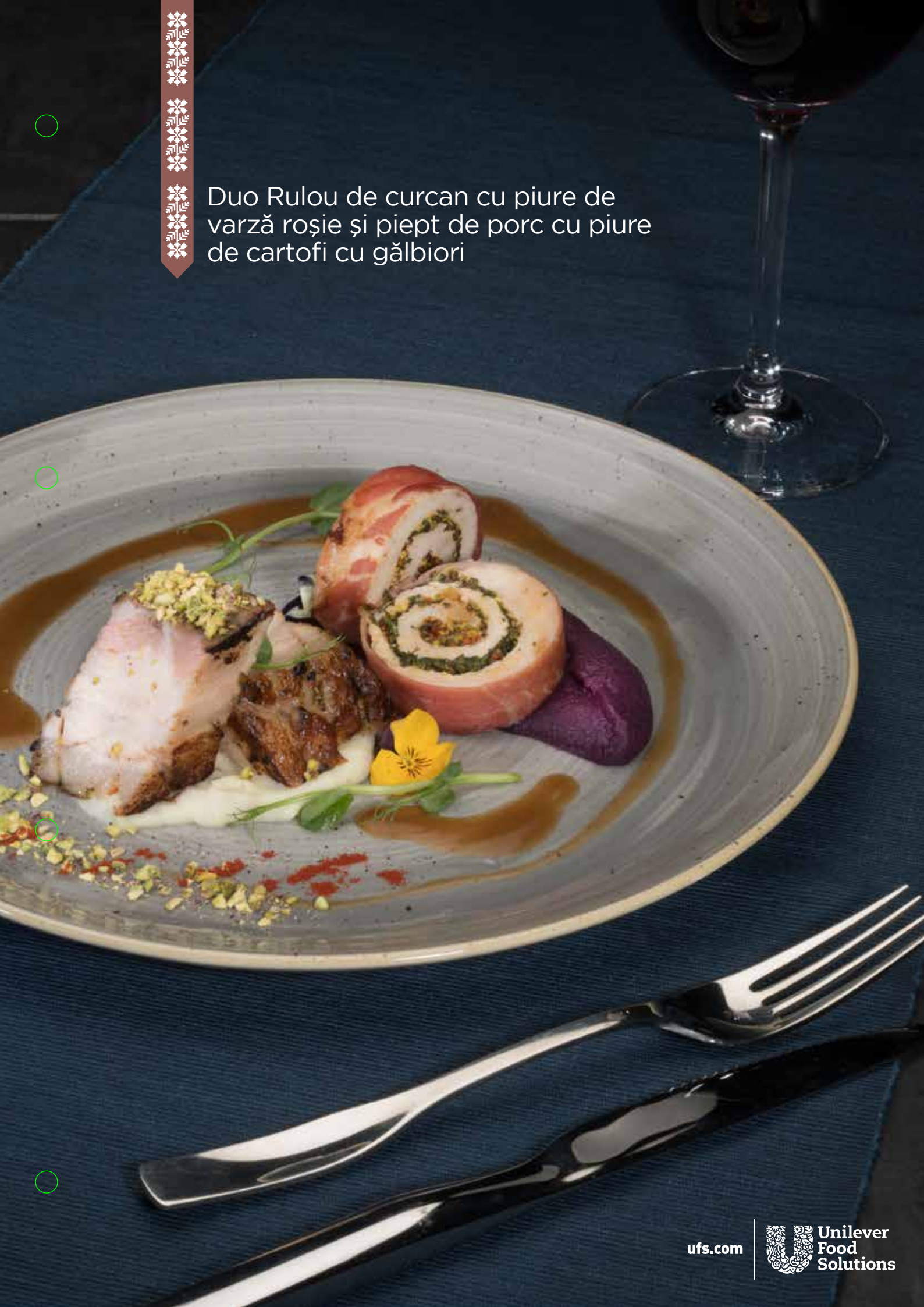
7. Montează preparatul pe farfurie fierbinte, sparanghel și broccoli, lângă fileul de pește și spuma de creveți și tapetează cu sos de unt și lămâie, décor de vlăstari de mazăre, floarea soarelui și frunze de năsurel.

x 10 porții

45 de minute

250g per porție

Duo Rulou de curcan cu piure de varză roșie și piept de porc cu piure de cartofi cu gălbiori



ufs.com
Unilever Food Solutions

Duo Rulou de curcan cu piure de varză roșie și piept de porc cu piure de cartofi cu gălbiori

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Piept curcan	kg	1.000
Bacon felii	kg	0.500
Coriandru	kg	0.015
Muștar Dijon cu boabe	kg	0.350
Varză roșie	kg	0.450
Vin roșu	l	0.090
Knorr Bulion lichid de pui	kg	0.020
Hellmann's Vinaigrette zmeură	l	0.050
Helmann's Muștar clasic	kg	0.025
Sare	kg	0.008
Piper negru	kg	0.001

Produs	U.M.	Gramaj
Chimen semințe	kg	0.001
Gumă xantan	g	1.3
Piept de porc cu șorici	kg	1.500
Knorr Codimente pentru carne de porc	kg	0.020
Knorr Piure de cartofi cu lapte	kg	0.220
Gălbiori deshidratați	kg	0.250
Knorr Sos demi-glace	kg	0.047
Cimbrișor proaspăt	crenguțe	2-3
Unt	kg	0.025

Mod de preparare

1. În cazul În care folosești gălbiori uscați pune-i în apă caldă la hidratat, iar dacă sunt proaspeți curăță-i, spală-i și lasă-i la scurs într-o sită.
2. Presară peste pieptul de porc crestat pe partea cu șoricul Knorr Codimente pentru porc și introdu la frigider pentru minim 12 ore. Introdu pieptul în punga specială pentru vidat, videază și introdu în mașina de gătit la sous-vide pentru 6-7 ore la o temp de 80°C. Înainte de servire se porționează și se prăjește ușor în tigaie, aproximativ 1 minut pe fiecare parte.
3. Taie carnea de curcan în felii, aplatizează-le până la grosimea de aproximativ 0.5-0.8 cm.
4. Întinde pe o folie de aluminiu feliile de bacon, peste întinde feliile de carne de curcan, apoi adaugă muștar Dijon și coriandru tocat mărunt. Rulează și introdu în cuptorul încins la 180°C cu umiditate 70% pentru 35-40 de minute.
5. Pregătește piureul de varză: blanșază varza roșie în supa de pui pregătită din Knorr Bulion lichid de pui, semințe de chimen și 1 l apă fierbinte. Scurge, adaugă vin, apoi introdu într-un blender de mare viteză împreună cu Knorr Reducție de oțet balsamic, Hellmann's Vinaigrette Zmeură, guma de xantan și mixează până la obținerea unei paste omogene. Asezonează cu sare și piper negru, proaspăt măcinat.
6. Pregătește piureul de cartofi cu gălbiori: Toarnă "în ploaie" Knorr Piure de cartofi în apă fierbinte, la aproximativ 75°C, adaugă gălbiorii care în prealabil i-ai sotat în tigaie cu puțin unt aromatizat cu usturoi.
7. Pregătește sosul demi-glace: amestecă în 500 ml apă caldă Knorr Sos demi-glace, adauga jiul obținut de la fierberea în sous – vide a pieptului de porc, fierbe timp de 5 minute, până ajunge la consitența dorită. Adaugă la sos 2-3 crenguțe de cimbrișor și câteva felii de unt. Strecoară și menține la cald până în momentul servirii.
8. Montează pe farfurie fierbinte piure de varză, deasupra ruloul de curcan, alături piure de cartofi cu gălbiori, deasupra pieptul de porc gătit sous – vide, împrejur sosul brun.

x 10 porții

1 oră 15 min / timp de marinare: 12 ore / timp de gătit sous vide: 7 ore

350g **per porție**

PREPARATE DIN TRANSILVANIA
02. MENIU

ufs.com

Unilever Food Solutions

01. Transilvania

Doina Farcaș - Chef Equinox Royal Reghin

“Călătoria mea în tainele gastronomiei a trecut prin etapele învățării prin care nu știu câți se mai încumetă să treacă acum. Am început cu spălatul vaselor (pe care îl consider și acum un element extrem de important, dacă este făcut corect), am fost apoi ajutor de bucătar, bucătar și într-un final bucătar șef. De-a lungul anilor am avut posibilitatea să concep și să execut meniuri atât pentru evenimente cât și pentru servirea a la carte.

Pentru că mereu am gătit cu plăcere, sunt adepta alimentației sănătoase: evit pe cât posibil prăjelile și înclin către coacere. Dacă ar fi să aleg un preparat pe care îl pregătesc cu drag, acela ar fi pieptul de rață, marinat sau afumat, cu sos de portocale.

Dacă ar trebui să numesc un preparat reprezentativ pentru Transilvania aș alege tocănița ardelenească, ce are în compoziție ceapă din abundență.”

02. Meniu / Transilvania

Aperitiv

Ruladă de porc cu măsline în mantie de smântână
și mix de condimente

✦

Ruladă de curcan cu merișoare

✦

Cub aperitiv cu somon afumat

✦

Ouă Scotch

✦

Pește

Rulou de păstrăv cu spanac și morcovi sote

✦

Fel Principal

Mușchi de vită Bianco cu sos mozzarella
și terină de cartofi țărănești

✦

FEL PRINCIPAL

PEȘTE

APERITIV

Ruladă de porc cu măsline în mantie de smântână și mix de condimente

ufs.com
Unilever Food Solutions

Ruladă de porc cu măsline în mantie de smântână și mix de condimente

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Mușchiuleț de porc	kg	0.650
Ouă	buc	8
Knorr Primerba Ierburi de Provence	kg	0.015
Knorr Grill	kg	0.005
Sare, piper		
Măsline fără sâmburi	kg	0.080
Pătrunjel verde	legătură	1
Ardei capia roșu	kg	0.200
Knorr Aspic	kg	0.025
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.500
Cașcaval	kg	0.130
Knorr Condimente pentru pui	kg	0.008

Mod de preparare

1. Pregătește 2 omlete, una din albușuri de ou și una din gălbenușuri de ou. Cea din albușuri umple-o cu pătrunjel verde tocat, iar cea din gălbenușuri umple-o cu măsline feliate. Fasonează și întinde mușchiulețul, condimentează cu Knorr Grill și unge-l cu Knorr Primerba Ierburi de Provence. Pune peste, felii de cașcaval, așază în mijloc ambele omlete umplute și câteva fâșii de ardei capia roșu. Rulează mușchiulețul cu compoziția pregătită în folie de aluminiu. Așază rulada pe tavă și introdu în cuptorul preîncălzit la 160°C timp de 40 de minute. Scoate din cuptor și lasă la răcit peste noapte.

2. Pregătește mantia de smântână: încălzește Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, adaugă Knorr Aspic, omogenizează compoziția fără să o lași să fiarbă, temperează, apoi introdu rulada în compoziția lichidă și scoate-o pe un grătar montat deasupra unei tăvi, ține la rece pentru 5-10 minute, repetă operația de 2-3 ori. Înainte de porționare presară Knorr Condimente de pui măcinate într-o râșniță. Porționează rulada și montează pe farfurie sau platou, servește cu Hellmann's Dressing salate 1000 Insule.

x 10 porții

1 oră și 15 minute / timp de răcire / setare: 12 ore

70g **per porție**

Ruladă de curcan cu merișoare

ufs.com
Unilever Food Solutions

Ruladă de curcan cu merișoare

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Piept curcan	kg	0.600
Ouă	buc	2
Ceapă	kg	0.050
Orez	kg	0.080
Merișoare	kg	0.060
Knorr Primerba Ceapă șalotă	kg	0.012
Knorr Professional Bulion lichid de pui	kg	0.005
Cașcaval	kg	0.050
Knorr Aspic	kg	0.020
Knorr Sos de soia	l	0.015
Pătrunjel verde	legături	2
Pesmet panko	kg	0.100
Knorr Primerba Ierburi de grădină	kg	0.010
Sare, piper		după gust

Mod de preparare

1. Fierbe orezul, adaugă ceapa călită, Knorr Primerba Ceapă șalotă, Knorr Professional Bulion lichid de pui și merișoare. Rade cașcavalul și amestecă în compoziție cu ouă bătute și Knorr Sos de soia.
Întinde pieptul de curcan cu ajutorul unui ciocan pentru șnițele. Întinde compoziția cu merișoare care s-a răcit, peste pieptul de curcan. Pieptul de curcan se transferă pe folie prospețime și se rulează. Se pune într-o tavă și se introduce în cuptorul preîncălzit la o temperatura de 140ºC timp de 1 oră.

2. Scoate rulada din cuptor și lasă la răcit peste noapte.
Pregătește crusta de ierburi: mixează cu ajutorul unui blender pătrunjel verde, pesmet panko și Knorr Ierburi de grădină, asezonează cu sare și piper, obține un amestec cu o textură grunjoasă.
Unge rulada cu aspic pregătit din Knorr Aspic și apă, apoi napează cu amestecul de ierburi și panko.
Porționează rulada și montează pe platou sau farfurie cu decor de micro plante.

x 10 porții

1 oră și 15 minute / timp de răcire / setare: 12 ore

70g **per porție**

Cub aperitiv cu somon afumat

ufs.com

Unilever Food Solutions

Cub aperitiv cu somon afumat

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Pâine toast integral	kg	0.080
Brânză de vaci	kg	0.375
Brânză feta	kg	0.375
Rama Cremefine 31% Multiple aplicații	l	0.050
Knorr Primerba Ierburi de grădină	kg	0.015
Somon afumat	kg	0.185
Knorr Aspic	kg	0.020
Mărar pentru decor	legătură	1
Hellmann's Dressing miere și muștar	kg	0.100

Mod de preparare

1. Amestecă cu ajutorul unui blender brânză de vaci și brânză feta.

2. Mărunțește fileul de somon afumat și amestecă-l cu brânză, pentru o textură cremoasă, adaugă Rama Cremefine Multiple aplicații 31% și Knorr Primerba Ierburi de grădină pentru gust și aspect. Amestecă cu Knorr Aspic (care a fost dizolvat în 50 ml apă). Feliile de toast se așază una lângă alta într-o tavă gastronorm joasă, întinde deasupra compoziția de brânză și somo. Lasă la răcit în frigider pentru minim 4 ore sau peste noapte și porționează înainte de eveniment.

3. Montează pe farfurie în formă de cub, servește cu Hellmann's Dressing miere și muștar.

x 10 porții

15 minute / timp de răcire / setare: minim 4 ore

70g **per porție**

Ouă Scotch

ufs.com
Unilever Food Solutions

Ouă Scotch

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Ouă prepeliță	buc	10
Ouă	buc	2
Sare piper		
Mușchiuleț de porc	kg	0.300
Ceafă porc	kg	0.400
Knorr Primerba Ceapă șalotă	kg	0.015
Rama Combi profi	l	0.050
Usturoi	kg	0.015
Cimbru, chimen	kg	0.002

Produs	U.M.	Gramaj
Rama Cremefine pentru gătit 15 %	l	0.050
Pesmet panko	kg	0.200
Hellmann's Vinaigrette Citrice	l	0.050
Knorr Primerba Ierburi de Provence	kg	0.005
Andive	buc	2

Mod de preparare

1. Fierbe ouăle de prepeliță în apă cu sare.
Pregătește farsa: toacă ceafa și mușchiulețul de porc la mașina de tocat sau pregătește pasta cu ajutorul unui blender cu viteză mare, adaugă usturoi, ouă, sare și piper, Knorr Primerba Ceapă șalotă, chimen și Rama Cremefine pentru gătit 15 %.

2. Curăță ouăle de prepeliță, umezește-le și trece-le prin amidon, apoi îmbracă-le în compoziția de carne. Bilele obținute se trec prin pesmet panko și se prăjesc în ulei până prind o crustă aurie, aproximativ 1 minut, apoi se introduc în cuptorul preîncălzit întinse pe o tavă. Se stropesc în prealabil cu Rama Combi Profi și se lasă timp de 5-6 minute la o temperatură de 180°C.
Se scot și se lasă la răcit peste noapte.

3. Montează pe frunze de andive marinate în Hellmann's Vinaigrette Citrice și amestecată cu Knorr Primerba Ierburi de Provence.

x 10 porții

20 de minute / timp de răcire / setare: mimim 1 oră

50g per porție

Rulou de păstrăv cu spanac și morcovi sote

ufs.com
Unilever Food Solutions

Rulou de păstrăv cu spanac și morcovi sote

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Păstrăv file	kg	1.700
Knorr Condimente pentru pește	kg	0.010
Ulei de măsline	l	0.050
Praz	kg	0.200
Lămâie	kg	0.200
Baby spanac	kg	0.500
Usturoi	kg	0.010
Unt	kg	0.100

Produs	U.M.	Gramaj
Knorr Primerba Ierburi de grădină	kg	0.015
Pelete morcovi congelate	kg	1.000
Knorr Bulion Lichid de legume	kg	0.020
Rama Combi profi	l	0.050
Knorr Sos lemon butter	kg	0.085
Mărar	legătură	½
Rama Cremefine multiple aplicații 31%	l	0.050

Mod de preparare

1. Marinează fileurile de păstrăv cu un amestec din Knorr Condimente pentru pește și ulei de măsline, acoperă tava cu folie de prospețime și introdu la frigider pentru aproximativ 3 ore.
2. Rulează fileurile de pește, pulverizează tava pentru copt cu Rama Combi Profi, așază fileurile rulate și pulverizează-le. Introdu tava în cuptorul preîncălzit la 180°C pentru aproximativ 8-10 minute.
Blanșază frunzele de praz în apă fierbinte cu sare, taie fâșii pe lung și apoi leagă rulourile de păstrăv înainte de servire.
3. Pregătește garnitura: blanșază peletele de morcovi într-o supă de legume preparată din Knorr Bulion lichid de legume și apă fierbinte, apoi sotează-le într-o tigaie în unt și adaos de Knorr Primerba Ierburi de grădină. Sotează ușor usturoiul tocat mărunt, adaugă frunzele de baby spanac, sotează ușor, apoi adaugă Rama Cremefine Multiple aplicații pentru a-i da consistența dorită.
4. Pregătește sosul de unt, lămâie și mărar: pune într-un vas la fiert 500 ml de apă, adaugă Knorr Sos lemon butter, amestecă pentru omogenizare și fierbe timp de 2 minute. Spre sfârșitul fierberii adaugă mărar tocat mărunt.
5. Montează pe farfurie garnitura din spanac sote, deasupra ruloul de păstrăv marinat, și pelete de morcovi sote și alături sos de unt, lămâie și mărar.

x 10 porții

30 de minute / marinare: 3 ore

250g per porție

Mușchi de vită Bianco cu sos mozzarella și terină de cartofi țărănești

Mușchi de vită Bianco cu sos mozzarella și terină de cartofi țărănești

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj	Produs	U.M.	Gramaj
Mușchi de vită	kg	2.000	Cartofi	kg	1.500
Knorr Condimente pentru vită	kg	0.010	Gălbenușuri de ou	buc	2
Unt	kg	0.200	Ceapă	kg	0.0200
Knorr Primerba Ierburi de Provence	kg	0.010	Chimen măcinat	kg	0.005
Ciuperci champignon	kg	0.500	**Knorr Primerba Pesto roșu**	kg	0.020
Parmezan	kg	0.200	Bacon	kg	0.200
Mozzarella	kg	0.250	Sos tabasco	l	0.005
Rama Cremefine pentru gătit 15 %	l	1.200	Sare, piper negru		

Mod de preparare

1. Fasonează mușchiul de vită, apoi marinează cu un amestec de 60 g unt, Knorr Primerba Ierburi de Provence și Knorr Condimente pentru vită măcinate cu ajutorul unei râșnițe. Rulează în folie de prospețime pentru a lua o formă de cilindru și introdu la rece pentru minim 6 ore sau peste noapte. Scoate din frigider mușchiul de vită și lasă-l să ajungă la temperatura camerei. Într-o tigaie încinsă, adaugă 60 g unt și rumenește mușchiul de vită, apoi termină coacerea în cuptorul preîncălzit la 170°C timp de aproximativ 15 minute. Scoate și ține la cald până în momentul servirii.
2. Pregătește sosul de mozzarella: sotează într-o tigaie în 40 g unt ciupercile tăiate fâșii, adaugă 600 ml Rama Cremefine pentru gătit 15% și 125 g mozzarella tăiată cuburi, asezonează cu piper negru, proaspăt măcinat și sare. Fierbe până ajunge la consistența dorită.
3. Pregătește terina de cartofi țărănești: fierbe timp de 5-6 minute cartofii feliați subțire în apă cu sare, apoi scurge de lichid. Sotează ceapa tăiată mărunt cu bacon tăiat cuburi și adaos de Knorr Primerba Pesto roșu, chimen mărunțit și sos Tabasco.
4. Montează într-o formă de terină care a fost tapetată cu hârtie de copt un strat de felii de cartofi apoi un strat de amestec de ceapă și bacon și din nou un strat felii de cartofi. Adaugă un amestec de Rama Cremefine pentru gătit 15% și gălbenușuri de ou și alternează cu restul de cartofi și compoziție de ceapă și bacon, ultimul strat fiind de cartofi. Coace în cuptorul preîncălzit la 180°C timp de 25 de minute. Spre finalul coacerii presară parmezan ras deasupra pentru gratinare, crește temperature la 200°C
5. Împreună cu cartofii gratinați, pregătește un decor de parmezan ras întins pe o tavă joasă tapetată cu hârtie de copt.
6. Montează pe o farfurie sos mozzarella, deasupra medalionul din mușchi de vită și alături garnitura de cartofi țărănești, décor de parmezan.

x 10 porții

1 oră / timp de marinare: minim 6 ore

300g per porție

DOBROGEA

ufs.com

Unilever Food Solutions

DOBROGEA

Dobrogea

Privită în ansamblu, bucătăria dobrogeană este o redare fidelă a bogățiilor ingredientelor oferite de această zonă, combinate în rețete mai vechi sau mai noi care fac ca mesele să fie savuroase.

Este poate motivul pentru care Dobrogea ne oferă probabil una dintre cele mai pline de culoare bucătării de pe teritoriul României.

Dobrogea, poartă către mare

Dobrogea își împarte cu generozitate micul dar pitorescul teritoriu între România, Ucraina și Bulgaria, păstrând parcă ce e mai bun pentru țara noastră.

Locuitorii ei au învățat să extragă cât mai mult dintr-un relief nu la fel de armonios ca în alte zone, dar au exploatat din plin posibilitățile geografice ale zonei.

Istoria și-au scris-o prin multe încercări, nu o dată fiind miză pentru grecii cei temperamentali, românii cei falnici sau migratorii cei aprigi, pentru ca în cele din urmă să primească fără voie și ocupația turcilor porniți pe cucerire.

De aceea bucătăria dobrogeană este probabil cea care se bucură de cea mai mare varietate de preparate împrumutate, nota comună fiind simplitatea preparării lor.

Lista este lungă și plină de culoare: baclavalele, cataifurile și sarailiile le-au primit de la turci, salata bulgărească de la vecinii omonimi, ghiudenul – cârnatul picant de oaie și turta ciorek de la turci și tătari, castanele coapte și baccala – un aperitiv din pește cod sărat de la italieni, știuca umplută de la evrei – sunt doar o parte dintre preparatele care stau și azi pe mesele localnicilor.

După primul război mondial, odată cu dezvoltarea stațiunilor de pe malul Mării Negre, bucătăria dobrogeană împrumută rafinamentul plin de simplitate al marilor bucătării europene, mâncărurile devenind mai fine și mai gustoase.

Specificul local

În Dobrogea vom întâlni probabil una dintre cele mai pline de culoare bucătării de pe harta României. Peștele este piesa centrală, în jurul căreia se construiesc cele mai variate preparate, de la aperitive reci și calde și până la feluri principale.

Vânatul și carnea de oaie, cărora li se alătură cea de pasăre, vacă sau porc sunt însoțite de garnituri din orez, legume sau paste.
Bogăția de legume se regăsește și în salatele oferite ca gustare, ca atare sau combinate cu ouă, brânză sau chiar smântână.

Ciorbele sunt nelipsite de la masă, acrite cu borș, zeamă de varză sau simplu, cu oțet, din legume cărora li se adaugă de cele mai multe ori peștele sau carnea.
Lactatele sunt un element constant, fie consumate simple, cum ar fi branza telemea, iaurtul sau chefirul, fie introduse în rețete iscusite.

În ceea ce privește sosurile, care înnobilează combinațiile de carne și legume, acestea sunt colorate cu suc de roșii sau îngroșate cu făină dizolvată în apă și diluate cu supă de oase.

Privită în ansamblu, bucătăria dobrogeană este o redare fidelă a bogățiilor materiilor prime oferite de această zonă, combinate în rețete mai vechi sau mai noi care fac ca mesele să fie savuroase.

Ce putem servi?

Odată plănuită o excursie în Delta Dunării, pe litoral sau în orice altă parte a Dobrogei este imposibil să nu te gândești cu ce preparat îți vei începe ospățul.

Poți alege pentru început o porție de icre sau de pește afumat sau marinat. Cu siguranță vei vrea să guști și o "plăcintă dobrogeană" cu brânză iute de oaie sau o variantă mai lejeră numită "bocănete", asemănătoare ca aluat, dar umplută cu urdă de oaie și mărar.
Dacă ți-e poftă de carne, poți opta între cârnați de oaie, miel la proțap, musaca sau "Corban" – un preparat mai sofisticat din carne de berbecuț, umplut și învelit în aluat înainte de a fi copt pe îndelete.

Cei care însă vor să rămână la pește, pot încerca "malasolca" – mâncarea preferată a pescarului profesionist, compusă din pește fiert, cartof și mujdei bătut din usturoi.
Ciorbele pescărești vor îmbina aromele mai multor feluri de pești proaspăt prinși, fierți cu legume în apă luată din Dunăre, așa cum cere locul și tradiția.

Urmează o fantezie culinară greu de egalat: crapul umplut, peștele la proțap sau în saramură, chiftelușele de babușcă sunt doar câteva exemple.

Dacă reușești să mai poți și desert după așa o masă copioasă, poți alege unul cu stafide și rahat, sau ceva mai simplu, câteva "nalangate" – turtițele aromate, fin pudrate cu zahăr sau o mică porție de "ghisman" – preparată din aluat cremos, copt.

La final, poți închina în cinstea gazdelor un pahar de vin de producție locală sau unul de bragă, în semn de recunoștință pentru bunătățile primite.

Nunta la dobrogeni

Nunta în Dobrogea nu mai este prea orientată de obiceiuri, care sunt păstrate ocazional și doar de către cei care doresc să nu se predea cu ușurință prezentului cel modern.

Pe de altă parte, s-au mai împrumutat și câteva obiceiuri turcești sau tătărăști. Deși petrecerea începe de joi, mirii se întâlnesc abia în sâmbăta nunții. Nașa, însoțită de câteva doamne, va merge acasă la mireasă pentru a o "închina" – adică a-i face proba voalului, urmând ca în ziua nunții tot ea să fie cea care o va împodobi. Alaiul de femei va fi servit cu prăjituri de casă.

Pe alocuri se mai păstrează dusul după apă înaintea începerii nunții sau jucatul unei găini către dimineață, în semn de belșug pentru noua familie.

Masa de nuntă nu va începe fără binecuvântarea bucatelor invocată de către naș, prin rostirea rugăciunii "Tatăl nostru".

Odată petrecerea pornită, pe mese vor fi așezate preparate reci și calde, într-o îmbinare atent dozată de tradițional și nou, iar mesenii vor fi invitați să danseze "geamparalele" și "floricica".

Către finalul nunții, va avea loc "legătoarea" - momentul în care miresei îi este scos voalul de către naș și înlocuit cu o basma roșie, spre a marca noul său statut de soție.

În unele zone și de către unele familii se mai păstrează și obiceiul ca a doua zi mirii alături de părinți, nași și invitați apropiați să servească "ciorbă de potroace" care este uneori înlocuită cu cea de burtă.

Deși cea mai mică dintre regiunile României, Dobrogea păstrează cu mândrie amprenta istoriei și a specificului local de care nu pare a se despărți prea curând.

Alte sărbători de seamă

Paștele păstrează în linii mari momentele comune de celebrare, atunci când se merge la biserică pentru a lua lumină sau când pe mese sunt așezate cele mai alese bucate, alături de ouă roșii și cozonaci.

În plus, dobrogenii așteaptă Joia Mare pentru că superstiția o închină celor care nu mai sunt și aprind focuri pe dealuri pentru a le invoca memoria.

În trecut, cojile de la ouăle de Paște nu erau aruncate, deoarece fuseseră sfințite în biserică, urmând a fi îngropate în pământ sau date animalelor, pentru a le feri pe acestea de rele.

Masa de Paște nu începea înainte ca cei din familie să se spele pe față cu apă în care au pus un ou roșu și un ban de argint, ca un ritual menit să îndepărteze necazurile.

Cea de a treia zi de Paște aduce cu sine "Paparuda"- dansul fetelor pentru a invoca ploaia, un fel de colindat în urma căruia sunt răsplătite cu un ou roșu și un bănuț și "Caloianul" – atunci când o păpușă de lut este îngropată timp de 40 de zile, dezgropată, spartă și împrăștiată bucăți pe câmpuri, pentru a atrage belșugul solului.

Ajunși în Ajun de Crăciun, dobrogenii par a se afla în singurul moment din an când peștele este dat uitării și carnea de porc devine suverană în mai toate preparatele.

În trecut mai ales, bradul de Crăciun aproape lipsea din gospodăriile țărănești, zona nefiind una generoasă în creșterea coniferelor și costurile cu transportul creând un impediment pentru cei simpli.
Meniul mesei de Crăciun însă compensa prin diversitatea preparatelor, ceea ce persistă și astăzi.

Colindătorii sunt întâmpinați cu platouri întregi de gogoși calde și țuică fiartă, oferindu-se uneori și colaci însoțiți de lumânări aprinse, într-o atmosferă plină de voie bună.

Se spune că sărbătorile tradiționale din Dobrogea sunt asemenea unui mozaic, îmbinând în mod "colorat" obiceiurile tuturor celor care și-au făcut casă pe aceste meleaguri.

PREPARATE DIN
DOBROGEA
01. MENIU

ufs.com

Unilever Food Solutions

01. Dobrogea

Romică Harabagiu - Executive Chef la Puflene Resort, Murighiol, județul Tulcea

“Mai presus de a fi o simplă meserie, pasiunea mea pentru gătit m-a purtat timp de zece ani din Europa și până în Asia, timp în care am avut privilegiul de a învăța atât secrete de preparare cât și beneficiul de neegalat al condimentelor. Revenind în țară, am încercat să înnobilez gustul cu ierburi aromate despre care știam că se bucură de o mare popularitate în bucătăriile lumii, însă a trebuit să mă conformez simplității gustului locuitorilor din Balcani. Și acum, după mulți ani de activitate, când intru în bucătărie împrumut mentalitatea unui sportiv de performanță: mă antrenez să fiu cât mai bine pregătit, nu din obligația unui loc de muncă, ci din convingere și din bucuria de a vedea chipurile mulțumite ale celor care îmi încearcă preparatele.

În spiritul zonei Dobrogei și pentru că îmi place să experimentez, apreciez în mod deosebit carnea de rață și iepure, care pot fi incluse în preparate delicioase.”

01. Meniu / Dobrogea

Aperitiv

Tartar de somon și avocado
cu sos de stridii

✦

Salată ”Monaco” cu pastramă de rață
și citrice

✦

Fructe de mare pe pat de frișcă de lămâie
și chives

✦

Vol-au-vent cu rapane a la creme gratinate

✦

Pește

Cotlet de ton roșu pe carpaccio de țelină
și sfeclă roșie, sos de stridii și curry roșu

✦

Fel Principal

Ruladă "premiere" de iepure și rață, tian de cartof
dulce și zucchini, sos de coniac și struguri

✦

FEL PRINCIPAL

PEȘTE

APERITIV

Tartar de somon și avocado cu sos de stridii

Tartar de somon și avocado cu sos de stridii

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Somon proaspăt	kg	0.700
Avocado	kg	1
Ceapă șalotă	kg	0.150
Pătrunjel	kg	0.050
Ghimbir	kg	0.050
Lime	kg	0.100
Knorr Sos Worcester	l	0.040
Sos de stridii	l	0.060
Ulei de măsline	l	0.010
Ardei iute Jalapeno	kg	0.010
Piper alb	kg	0.010

Mod de preparare

Taie avocado, somonul în cuburi de cca. 0,7 cm, ceapa și taie foarte mărunt pătrunjelul, ghimbirul și ardeiul iute, rade coaja de lime.

Amestecă ingredientele într-un vas, peste toarnă peste ele jumătate din sosul de stridii, uleiul de măsline, Knorr Sos Worcester, zeama de lime după gust și asezonează cu piper

Preparatul se servește cu crutoane de pâine neagră.

UFS Chef recomandă:

Folosește Knorr Primerba Ceapă șalotă (20 g) în loc de ceapă; unge crutoanele de pâine cu Knorr Primerba Ierburi de Provence (10 g) , amestecate cu ulei de măsline (25 ml).

x 10 porții

15 minute

70g **per porție**

Salată ”Monaco” cu pastramă de rață și citrice

ufs.com

Unilever Food Solutions

Salată ”Monaco” cu pastramă de rață și citrice

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Rucola	kg	0.100
Valeriană	kg	0.100
Spanac	kg	0.100
Salată Lolo Roso	kg	0.100
Grapefruit	kg	0.200
Portocală	kg	0.200
Smochine proaspete	kg	0.300
Piept de rață afumat	kg	0.600
Hellmann's Vinaigrette Citrice	l	0.300
Sare și piper negru, proaspăt măcinat	după gust	

Mod de preparare

1. Spală valeriana, spanacul, rucola și salata cu apă rece și pune-le la scurs.

2. Curăță grapefruitul și portocala de coajă și taie din miez cuburi de 1/1 cm, iar smochinele taie-le sferturi.

3. Pe o farfurie formează un pat din salatele spălate și uscate, peste ele așază pieptul de rață iar pe margine cuburile de fructe și feliile de smochine.

Se asezonează cu Hellmann's Vinaigrette Citrice.

UFS Chef recomandă:

Folosește Hellmann's Vinaigrette Citrice pentru un accent de prospețime, atât în salate, cât și la sosuri, marinade sau preparate pe bază de pește și fructe de mare.

x 10 porții

15 minute

100g per porție

Fructe de mare pe pat de frișcă de lămâie și chives

Fructe de mare pe pat de frișcă de lămâie și chives

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Tentacule caracatiță prefiartă	kg	1.000
Creveți întregi 8/12 bucăți	buc	20
Knorr Condimente pentru pește	kg	0.015
Ulei de măsline	l	0.200
Usturoi	kg	0.050
Sare	kg	0.010
Piper alb	kg	0.010
Zahăr	kg	0.050
Zeamă de lămâie	l	0.020
Chives	kg	0.010
Rama Cremefine Multiple aplicații 31%	l	0.050

Mod de preparare

1. Sotează tentaculele de caracatiță și crevetii întregi într-o tigaie în ulei de măsline cu usturoi, asezonează cu Knorr Condimente pentru pește.

2. Pregătește frișca din Rama Cremefine Multiple aplicații 31%, adaugă zahăr, zeama de lămâie, sare și piper alb până se formează o frișcă de consistență tare. Taie mărunt chives-ul, adaugă-l în frișca formată.

3. Montează pe pat de frișcă de lămâie fructele de mare și ornează cu frunze de chives.

UFS Chef recomandă:

Utilizează Knorr Condimente pentru pește în orice tip de preparate pe bază de pește și fructe de mare (în asociere cu legume, paste sau orez), pentru un echilibru al gusturilor.

x 10 porții

20 minute

100g per porție

Vol-au-vent cu rapane a la creme gratinate

Vol-au-vent cu rapane a la creme gratinate

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Carne rapane	kg	2
Ceapă uscată	kg	0.200
Unt	kg	0.200
Vin alb demisec	l	2
Rama Cremefine pentru gătit 15%	l	0.500
Knorr Primerba Creveți	kg	0.050
Piper alb	kg	0.010
Cașcaval Ementaler	kg	0.100
Coji vol-au-vent	buc	10

Mod de preparare

Fierbe carnea de rapane în apă cu vin timp de 4-6 ore, scurge-o de apă.

Într-o tigaie tip wok călește în unt ceapa până devine aurie, adaugă rapanele, vinul alb și sotează-le timp de 5-6 minute, apoi adaugă Rama Cremefine pentru gătit 15% și asezonează cu Knorr Primerba Creveți și piper.

Umple cojile de vol-au-vent cu compoziția formată în tigaie, adaugă deasupra cașcavalul ementaler și gratinează în cuptorul preîncălzit la 190°C timp de 7-8 minute.

Servește preparatul pe farfurie pe pat de frunze de rucola și ornează deasupra cu sosul rămas.

UFS Chef recomandă:

Adaugă Knorr Primerba Creveți la preparatele pe bază de fructe de mare, în timpul preparării, pentru un gust autentic și desăvârșit .

x 10 porții

20 minute / fierbere
rapane: 6 ore

100g **per porție**

Cotlet de ton roșu pe carpaccio de țelină
și sfeclă roșie, sos de stridii și curry roșu
ufs.com
Unilever
Food
Solutions

Cotlet de ton roșu pe carpaccio de țelină și sfeclă roșie, sos de stridii și curry roșu

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Filet de ton	kg	2.000
Ceapă uscată	kg	0.100
Ulei de măsline	l	0.050
Unt	kg	0.200
Knorr Thai Curry roșu	kg	0.020
Sos de stridii	l	0.400
Țelină rădăcină	kg	1.000
Sfeclă roșie	kg	1.000
Knorr Maizena Amidon de porumb	kg	0.010

Mod de preparare

1. Frige feliile de ton într-o tigaie încinsă în ulei și unt împreună cu ceapa și Knorr Thai Curry roșu aproximativ 3 minute pe fiecare parte și stinge cu un sos format din sosul de stridii și Knorr Maizena Amidon de porumb.

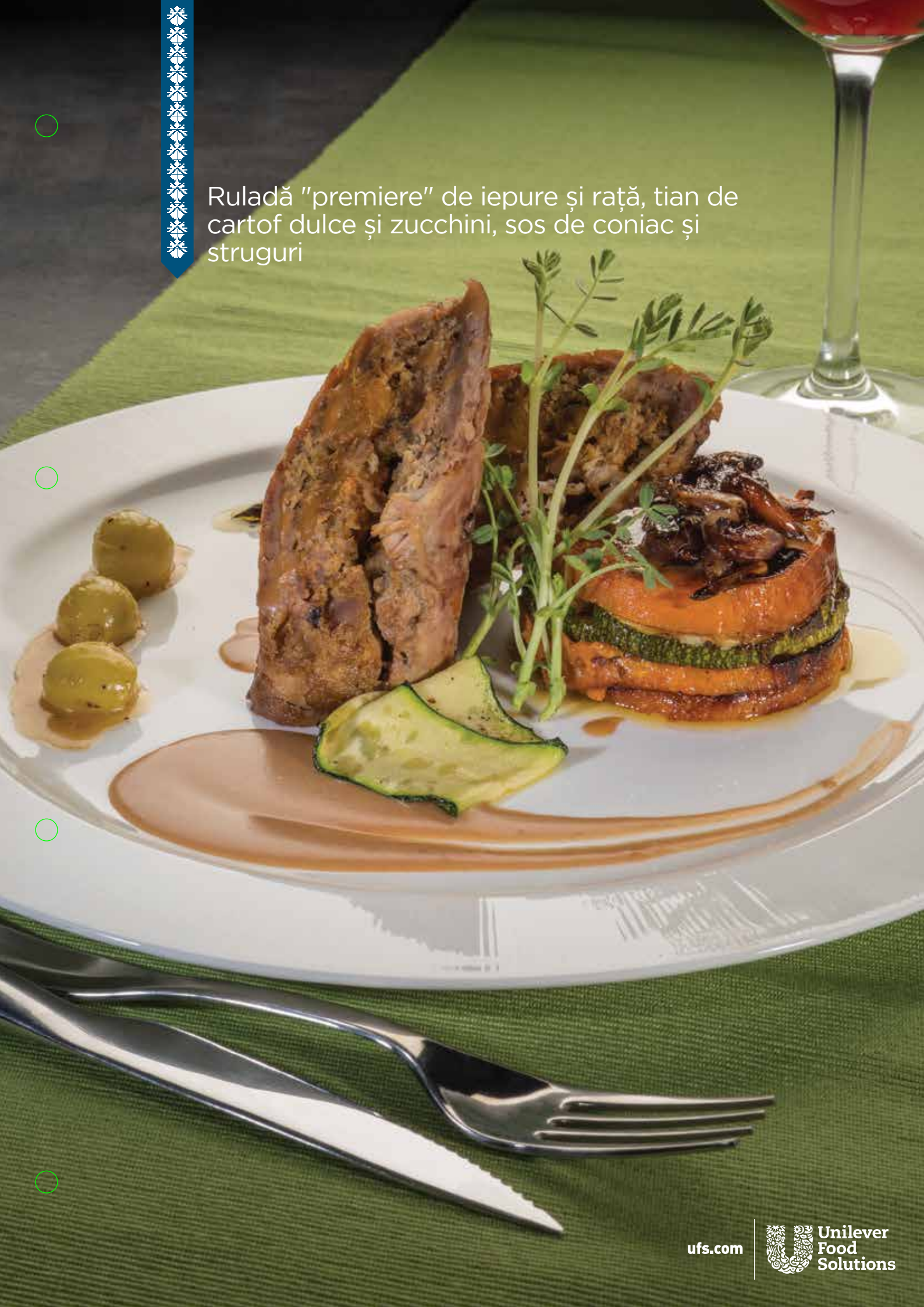
2. Taie țelina în felii subțiri și fierbe-le în apă cu ulei de măsline 6-7 minute. Fierbe sfecla roșie întreagă, iar când este fiartă, tai-o felii subțiri.

3. Așază feliile de țelină și de sfeclă roșie pe o farfurie întinsă, peste ele așază cotletul de ton și ornează cu sos de stridii.

x 10 porții

25 de minute

300g per porție



ufs.com
Unilever Food Solutions

Ruladă "premiere" de iepure și rață, tian de cartof dulce și zucchini, sos de coniac și struguri

Ingrediente

Produs	U.M.	Gramaj
Pulpă iepure	kg	2.000
Pulpă rață	kg	1.000
Fructe confiate	kg	0.200
Untură de rață	kg	0.300
Vin alb dulce	l	1.000
Knorr Condimente pentru pui	kg	0.030
Cartof dulce	kg	1.000
Zuchini	kg	1.000
Ceapă albă	kg	0.200
Usturoi	kg	0.020
Cimbrișor	kg	0.010
Rozmarin	kg	0.010
Coniac Camus	l	0.100
Sare	kg	0.030
Piper alb	kg	0.010
Rama Cremefine pentru gătit 15%	l	0.500
Struguri roșii	kg	0.300
Knorr Sos demi glace	kg	0.030
Unt	kg	0.200

Mod de preparare

1. Din pulpa de iepure și cea de rață formează o ruladă, iar în interior umple cu fructe confiate, tăiate cuburi, asezonează cu Knorr Condimente pentru pui și coace la cuptor, în vin timp de 3-4 ore la temperatura de 110°C.

2. Coace cartofii dulci în cuptor timp de 30 de minute la 200°C, taie zucchini felii și frige-le pe grătar.

3. Pregătește sosul de struguri: într-o tigaie soteuză topește untul și călește ceapa, strugurii și usturoiul, stinge cu coniac și apoi asezonează cu cimbrișor, rozmarin, sare și piper. Spre finalul fierberii adaugă Rama Cremefine pentru gătit 15% și Knorr Sos demi glace dizolvat în puțină apă caldă.

4. Montează pe farfurii cartoful dulce cu zuchini în tian, porționează rulada și ornează cu sosul de struguri.

x 10 porții

4 ore

350g per porție

Echipa Unilever Food Solutions

Județe / Localități	Nume / Funcție	Date de contact
România	Robert Voicu Chef Executive	0722.357.097 robert.voicu@unilever.com
Centru Vest România	Florin Kiss Culinary Advisor	0733.110.537 florin.kiss@unilever.com
România	Dana Dogantekin Chef Executive	0722.430.518 dana.dogantekin@unilever.com
România, Serbia, Moldova	Sorin Iozu Distributive Sales Manager	0722.518.109 sorin.iozu@unilever.com
România	Mihai Șerbănescu Junior Distributive Manager	0733.110.336 mihai.serbanescu@unilever.com
Sud Est România	Alessandro Bassito Area Sales Team Leader	0734.459.653 alessandro.bassitto@unilever.com
România	 Chain Account Executive	0726.244.677 / 0722.518.109
București sect 2, 3 și 4	Gabriel Merdescu Sales Representative	0723.606.828 gabriel.merdescu@unilever.com
București sect 5, Călărași	Petronela Vasile Sales Representative	0729.800.957 petronela.vasile@unilever.com
București sect 1 și 6, Ilfov, Argeș, Teleorman, Giurgiu, Vâlcea	Adina Chahine Sales Representative	0723.293.124 adina.chahine@unilever.com
Dâmbovița, Prahova, Buzău	Cristian Jitaru Sales Representative	0724.204.548 cristian.jitaru@unilever.com
Dobrogea, Moldova	Marian Munteanu Area Sales Representative	0726.262.022 marian.munteanu@unilever.com
Constanța (stațiuni), Mangalia, Ialomița		0723.606.828
Tulcea, Galați, Brăila, Vrancea	Cristian Florin Crăciun Sales Representative	0721.286.354 cristian.craciun@unilever.com
Bacău, Suceava, Vaslui, Botoșani, Iași, Neamț	Dumitru Popa Sales Representative	0739.847.398 dumitru.popa@unilever.com
Centru Vest România	Florin Florea Area Team Leader	0723.330.029 florin.florea@unilever.com
Mehedinți, Gorj, Olt, Dolj		0739.835.623
Brașov, Sibiu, Hunedoara	Dan Papa Sales Representative	0723.605.001 dan.papa@unilever.com
Timiș, Arad, Caraș Severin	Claudia Luca Sales Representative	0720.043.152 claudia.luca@unilever.com
Cluj, Alba, Maramureș	Andreea Sucală Sales Representative	0723.298.278 andreea.sucala@unilever.com
Bistrița Năsăud, Mureș, Harghita, Covasna	Demeter Csaba Sales Representative	0732.714.252 csaba.demeter@unilever.com
Bihor, Sălaj, Satu Mare	Andrei Sereș Sales Representative	0732.714.252 andrei.seres@unilever.com

Knorr Professional · DELI KAT · Hellmann's Est. 1913 · Lipton · Rama · Carte D'Or · Unilever Food Solutions

Descoperă #idei_inspirate online!

ufs.com

/UnileverFoodSolutionsRomania

/bucatari

/UnileverUFSRomania

chefs.ro@unilever.com

ufs.com

Unilever Food Solutions