

# Shaorma



V-as fi putut arata reteta asta de shaorma de muult deja, dar am tot sperat ca voi reusi sa fac eu lipiile in casa. Desarte sperante ☐

Nu fac shaorma des, dar cand o fac, mai ales din piept de pui, dispare rapid!!!! Si-acum am ajuns cu chiu, cu vai sa o surprind in poza ☐

E un pic de lucru la ea, dar merita tot efortul. E delicioasa!!!

## Ingrediente:

- un pachet de lipii libaneze (10 bucati)
- 1 kg piept de pui
- sare, piper dupa gust
- 1 lingurita boia dulce sau iute

- 1 kg cartofi

### **Pentru salata de varza:**

- o varza mare
- 1 lingura sare grunjoasa
- 1 lingura zahar
- 5-6 linguri ulei
- 8-10 linguri otet
- putin piper negru (1 lingurita rasa piper)

### **In plus:**

- o portie de **maioneza**
- o portie **mujdei de usturoi**
- 100 g iaurt sau smantana (optional)

### **Mod de preparare:**

Se taie in bucati potrivite carnea de pui si se condimenteaza puternic. Se amesteca cu doua, trei linguri de ulei si se lasa deoparte.

Pentru salata de varza, se toaca marunt varza sau se rade pe razatoarea mare. Daca aveti un robot de bucatarie, puneti-l la treaba! □ Se amesteca apoi cu sare, zahar, ulei, otet si piper, si se lasa deoparte sa-si lase zeama.

Se prepara maioneza si mujdeiul si se tin acoperite, in frigider, pana cand e nevoie de ele.

Se prajesc cartofii si se sareaza; se prajeste carnea la gratar sau in tigaie, cu putin ulei, la foc mare, pana se rumeneste. Se tine acoperita cu un capac pana se raceste, dupa care se taie in fasii subtiri.

Maioneza se amesteca cu mujdeiul de usturoi; se scurge bine varza si se amesteca cu sosul de usturoi si maioneza. Se poate adauga iaurt sau smantana, daca vreti.

Se incalzeste lipia, pe gratar, in tigaie, cuptor sau la microunde (aveti toate variantele ☺ ) si se unge cu sosul alb si aromat. Se presara cat mai uniform cartofi prajiti si carne si se ruleaza strans. Se serveste imediat. Cu extra sos, daca mai aveti :))





Sfat: Daca va place, puteti pune si castraveti murati in umplutura, sau rosii.

---

**Mere umplute cu sunca pe varza**



La multi ani, romani dragi de pretutindeni!!! Astazi nu am **fasole cu carnati** pentru voi ☐ , dar am niste mere umplute cu sunca pe varza, gustoase foc!!!

Va pup pe toti si va multumesc pentru ca imi sunteti alaturi! Voi incerca intotdeauna sa va aduc acea parte din „bucataria” mea care sa va incante si va determine sa gatiti! Retete simple, dar facute in casa...deci, gustoase!

Cele mai gustoase! :))

## Ingrediente:

- o varza mare (alba sau rosie)
- o ceapa mare
- 2-3 linguri **pasta de ardei**
- 4 linguri unt sau ulei
- 250 ml vin rosu sec
- 200 ml apa

- 2 foi de dafin
- 1 lingurita chimen
- 1-2 cuisoare
- un varf de cutit scortisoara
- 2-3 linguri otet (de vin rosu)
- sare, piper
- 250 g bacon afumat cubulete (sunca)
- 4 mere mari

## **Mod de preparare:**

### **Preparare varza calita:**

Curatati varza, taiati-o in sferturi si tocati-o. Curatati ceapa, spalati-o, tocati-o si caliti-o in unt sau ulei. Adaugati pasta de ardei si sare, piper dupa gust. Adaugati varza si vinul impreuna cu apa si amestecati bine.

La final, puneti mirodeniile si otetul. Lasati sa fiarba totul timp de 40 de minute, cu capac. Nu uitati, totusi, sa mai invartiti in mancare din cand in cand!

Cuptorul se incinge la 180 grade C (foc potrivit).

### **Umplutura:**

Asezati varza calita intr-o tava. Spalati merele si taiati capacele de pe fiecare. Scobiti merele cu grija, lasand baza si o margine de cca. 1 cm. Umpleti-le apoi cu cubuletele de sunca (doar 150 g) si asezati-le pe varza. Presarati varza cu restul de sunca (100 g).

Puneti inapoi capacele merelor, acoperiti tava cu folie de Al. sau cu un capac, si dati totul la cuptor timp de cca. 35 de minute.

Scoateti apoi capacul sau inlaturati folia si mai coaceti inca 15 minute, la 200 g C (foc mare), pentru ca **mancarea** sa se rumeneasca.

Serviti cu pofta, alaturi de cei dragi!!! ☐

# Varza dulce la cuptor



Dragilor, postul Craciunului incepe peste fix 5 zile ☐ , asa ca am inceput sa ma gandesc mai mult la **retete de post** si meniuri de post cat mai variate. Deocamdata, va invit la o farfurie de varza dulce la cuptor, aromata si satioasa!!!

...dar nu ii voi uita insa nici pe cei care nu tin post, si nici pe cei care incep deja sa isi planifice lista cu bunatati de sarbatori ☐

## Ingrediente:

- 1 varza dulce potrivita (cca. 1 kg)
- 1 lingura (rasa) sare grunjoasa
- 5-6 linguri ulei
- 2 cepe uscate sau 3 cepe verzi
- 3-4 catei usturoi
- un ardei gras
- 6-8 boabe de piper
- o lingurita zahar
- 4 rosii potrivite sau **bulion**
- 1 lingurita boia dulce
- o legatura marar proaspat
- 1 foaie de dafin sau cimbru

## Mod de preparare:

Taiati varza fideluta (dupa ce ati scos cotorul), sarati si framantati bine cu mainile pana se inmoaie. Nu ca la cozonac, ci mai degraba in joaca si nu mai mult de 1 minut ☐

Tocati ceapa marunt (daca folositi ceapa verde, taiati-o in inele subtiri). Stoarceti varza si amestecati-o cu ceapa.

Apoi, turnati amestecul intr-o tava incapatoare impreuna cu usturoiul trecut prin presa, ardeiul taiat in 4 sau 8 bucati (se va „topi” intr-un final, deci nu prea are importanta cum il taiati) si rosiile taiate rondele sau cubulete, cum doriti, ori bulionul (2, 3 linguri).

Turnati uleiul (ulei s-ar putea pune si mai mult, inca o data pe atata, pentru ca mancarea de post nu trebuie sa iasa „uscata”) si amestecati totul foarte bine.

## Condimentare

Adaugati 1 lingurita de zahar (puteti omite zaharul) si piper (nu neaparat boabe), precum si o ramurica de cimbru uscat sau o foaie de dafin, care merge de minune cu varza acra dar si cu varza dulce s-a imprietenit usor (ei, imi place mie dafinul tare, de-aia l-am

pus □ ).

Puneti si un pic de apa (jumate de cana), un pic de boia si mararul tocat si amestecati totul foarte bine. Daca adaugati si-un mar, taiat feliute, va fi si mai si!!!

## Gatire

Dati la cuptor timp de aproximativ o ora sau pana cand se inmoaie varza si in bucatarie miroase innebunitor!!!! □

Daca e nevoie, adaugati o jumătate de cescuta cu apa (daca vedeti ca scade prea mult). Desigur, pana ajungeti sa savurati bunatatea trebuie sa mai scoateti tava din cuptor si sa amestecati sarguincios. Nu va temeti, veti fi rasplatiti pentru munca depusa!!!!!!



E o mancarica nemaipomenit de gustoasa, chiar si asa de post. Cu varianta cealalta, cu carnita, voi reveni cat de curand, desi e foarte simplu de facut: inainte de toate caliti putin carnea (de porc), adaugati ceapa, varza, si-apoi dati la cuptor, etc...la fel ca si mai sus.

Sa aveti pofta!!!!!!!!!!

---

## Ardei grasi umpluti cu varza (alba)



*Laura Sava*

Ardei grasi umpluti cu varza (alba)!!

Ardeii astia umpluti cu varza sint atat de buni, ca dau dependenta!!! ☐ Sunt piesa de rezistenta a mamei in materie de **muraturi**, asa ca ar fi pacat sa nu-i incercati, mai ales ca se fac foarte usor.

Mie **varza acra** nu prea imi place dar sub forma asta, golesc rapid borcanul :))

### Ingrediente:

- 5-6 kg ardei gras (si galben si rosu)

- 4 verze potrivite
- boabe de piper
- 3 fire de hrean subtiri
- morcov taiat rondele
- 150 g sare grunjoasa
- 4-5 litri apa
- cateva frunze de visin
- cateva frunze de telina

## Mod de preparare:

### Pregatire ardei si umplutura de varza:

Dati pe razatoarea mare varza sau se toaca la robotul de bucatarie, cum am facut eu (lenesa ☐ )



*Laura Sava*

Se freaca cu sare, ca pentru salata (o vedeti aici pe mami in actiune, hihi...)



Se taie capacele ardeilor, se scoate cotorul si semintele. Cand varza s-a inmuat putin si a lasat apa, se indeasa in ardeii pregatiti:



### **Pregatire saramura:**

Puneti apa la fiert cu sare si piper. Ca sa va faceti o idee despre cat de multa apa aveti nevoie, calculati jumatate din borcan.

De exemplu, la un borcan de 800 g veti folosi doar 400 ml apa ☐

### **Umplere borcane:**

Intre timp, umplu borcanele cu ardeii umpluti si cu feliile de hrean, morcov.

In gura borcanului se pun frunzele de telina si visin.

Deasupra se toarna saramura fierbinte si se leaga:



### **Sfaturi!!!**

In prima zi s-ar putea sa fiarba putin saramura, sa faca urat :)))  
...sa se tulbure putin apa, dar nu va sperati, intr-o zi, doua, isi revine. Nu deschideti capacul sau celofanul!

Sunt grozavi!!!!!!!!!!



---

**Mancare de varza acra cu carne de porc**



*Laura Sava*

Cu asta va ademenesc eu astazi, cu o mancare de varza acra cu carne de porc, gustoasa tare, tare!!!

Pentru ca am primit cateva capatani de varza murata (stiu, rusine mie ca nu le-am pus eu cu mainile mele ☹ ) si pentru ca aveam si niste coaste de porc uitate prin congelator, m-am gandit ca n-ar fi rau sa incerc sa le diversific putin meniul baietilor mei, asa ca, iata, ma prezint in fata voastra cu un „blid” de varza la cuptor (mai ales ca m-am plictisit de, intr-adevar, gustoasele dar parca vesnicele **costite la cuptor**).

Reteta e preluata din cartea Silviei Jurcovan „Carte de bucate pentru tinerele gospodine”, editia din '75 (zdrentuita ☹ ) a mamei...

Marturisesc, tot cu rusine, ca n-am prea rasfoit-o pana acum, si-mi pare rau caci este absolut minunata...dar promit sa ii acord mai multa atentie de-acum incolo!!!

## Ingrediente:

- 1/2 kg carne de porc, costite, etc.
- o ceapa mare
- 1 varza acra mijlocie (cca. 1 kg)
- o foaie mare de dafin
- un varf de cutit piper, boia, cimbru, marar
- ulei

Sfat: daca varza este acra si sarata, se limpezeste in multa apa calduta si se stoarce bine ca sa piarda din acreala si sare.

## Mod de preparare:

Am sa incep cu o mica dar importanta observatie a autoarei, si anume: pentru aceasta mancare carnea trebuie sa fie mai grasa! Asadar, pregatiti mai intai carnea sau coastele de porc: spalati-o, condimentati-o bine cu sare si piper macinat:



Taiati marunt ceapa si varza acra:



Caliti ceapa in 3, 4 linguri de ulei timp de cca. 2 minute, apoi puneti carnea (taiata bucati, daca e cazul) si o lingurita de boia dulce:



Amestecati putin sa se coaguleze la suprafata, apoi stingeti cu un paharel de apa calduta si puneti imediat varza taiata ca fideaua, stoarsa de zeama:



Puneti putina apa calda, foaia de dafin, piperul, cimbrul (eu am avut uscat), mararul tocat.

Incalziti cuptorul la 180 grade C (foc potrivit).

Dati mancarea la cuptor, cu capac, sa fiarba cca. 1 1/2-2 ore (se poate pune si o lingura de bulion la fiert).



Cand e gata, apa trebuie sa fie scazuta iar carnea bine rumenita!!!! ☐

Laura  
Sava



Pofta buna!!!





---

## Pulpe de gasca pe varza rosie



Pulpe de gasca pe varza rosie!!

Pentru ca doar pulpele mi-au mai ramas din gasca cumparata de Craciun, din care am facut, pana acum, de doua ori **supa** ☐

...m-am gandit ca ar fi pacat sa nu ne bucuram de niste pulpe de gasca pe varza rosie, chiar daca Craciunul cu zilele lui magice a trecut de cam multisor.

Sper sa le faceti si voi!!

## Ingrediente pentru 4 portii:

- un kg varza rosie
- o ceapa
- un mar
- 4 pulpe de gasca a cate 450 g
- sare, piper
- o lingura zahar
- 250 ml supa pui sau zarzavat
- 3 linguri otet

## Poza cu ingredientele:



## Mod de preparare:

Se curata varza, se spala si se taie fasiute (eu am taiat-o la robotul de bucatarie):



Se curata de coaja ceapa si marul, apoi se taie cubulete (eu, din nou, le-am maruntit la robot):



Se spala bine, cu apa rece, pulpele de gasca.

Se zvanta si se condimenteaza puternic cu sare si piper:



Aici, mai de aproape:



Se pun intr-un ceaun sau oala de tuci, veche de pe vremea bunicii (cum am eu :P)



...si se prajesc la foc puternic pana devin crocante:



Se caramelizeaza bine zaharul in grasimea de gasca si se adauga

ceapa:



...si apoi marul maruntit si varza rosie:



Se calesc timp de 5 minute, amestecand continuu.  
Se sting cu supa si cu otet:



Pulpele prajite se aseaza pe varza rosie si se inabusa timp de 60 de minute, la foc mic, in cratita acoperita cu capac:



Asa arata gata:



Garnitura consta in cartofi fierti natur sau asa cum am facut eu, fierti doar pe jumatate si apoi prajiti in baie de ulei...mniyam, mniyam, ies taaaare buni!!! ☐

Va prezint aici o mostra... ☐



Si gata: Pofta buna!!!



Daca aveti ocazia sa puneti mana pe vreo gasca (not a live one! ☹ )  
...sa nu ezitati sa ii testati „dulceata” si gustul unic!  
...si-atunci mai vorbim! :)))

---

## Gulas secuiesc



Acest gulas secuiesc este foarte gustos!!! Varza acra in combinatie cu carnea de porc, bine condimentata, da nastere unei retete delicioase.

O particularitate a acestei mancari, diferita fata de varza calita, este ca la final trebuie sa aiba sos aproape pana sus (pana la nivelul verzei).

Se poate servi cu smantana sau fara, cum va place ☐

Atasez aici si celelalte retete de gulas pe care le am, pentru a va fi la indemana:

Gulas cu ardei: <https://www.laurasava.ro/gulas-cu-ardei/>

Gulas cu carne de porc: <https://www.laurasava.ro/gulas-cu-carne-de-porc/>

## Ingrediente:

- o varza murata (marime potrivita)
- 500 g carne de porc
- 3 cepe potrivite
- 300-500 ml bulion
- condimente (cimbru, piper)
- nu necesita sare pentru ca varza e destul de sarata.

Sfat: daca varza e foarte sarata se opareste inainte de a se

folosi. Daca nu, se foloseste asa cum e. Iar bulionul se foloseste mai mult sau mai putin, dupa gust.

## **Mod de preparare:**

Caliti ceapa in ulei (sau untura), pana se inmoaie putin. Adaugati carnea si caliti-o si pe ea putin, pana devina alba.

Adaugati bulionul, o cana de apa si condimentele (piper, cimbru, boia de ardei iute). Lasati la fiert, la foc mic, cca. 15 minute, pentru ca aromele sa intre bine in carne.

Adaugati apoi o parte din varza tocata si amestecati bine ca sa nu ramana carnea pe fundul oalei. Puneti si restul de varza si amestecati bine.

Turnati apa pana sus, dar sa nu acopere de tot varza.

Lasati la fiert pana cand varza se inmoaie. Se completeaza cu apa fierbinte daca scade!

E o mancare satioasa, cu mult sos, dar daca va place mai „inchezata”, amestecati o cutie de smantana (acra, pentru ciorbe) cu o lingura de faina si adaugati amestecul in oala cu cca. 5 minute inainte de a stinge focul.

Sau puteti, pur si simplu, adauga smantana direct in farfurie, atunci cand o serviti, cum am facut eu prima oara (aveti poza mai jos).



*Laura Sava*



*Laura Sava*

Poza veche..cu smantana ☐



Reteta preluata de la Otilia Gergely