

	БРУТТО	НЕТТО
Цибуля ріпчаста	12	10
Маргарин	2	2
Маса пасерованої цибулі	—	5
Гриби сушені	2	4 <sup>1</sup>
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>5</sub> шт.	8
Цукор	1	1
Перець чорний мелений	0,02	0,02
Сіль	1	1
Маса фаршу	—	85
Маса наливфабрикату	—	185
Маргарин	12	12
або кулінарний жир	10	10
Маса смажених млинців із фаршем	—	170
Масло вершкове або маргарин	10	10
<b>Вихід</b>	—	<b>180</b>

На підсмажену поверхню млинців (реп. № 1.466) кладуть фарш, згортають у вигляді конверта, обсмажують з обох боків на розігрітих із жиром листах або сковородах до утворення рум'яної кірочки й ставлять у духову шафу на 5—6 хв.

Для фаршу: квашену капусту перебирають, віджимають (кислу промивають у холодній воді), дрібно січуть, злегка підсмажують і тушкують із додаванням невеликої кількості рідини (5—6% від маси капусти) до готовності. Наприкінці тушкування рідина має повністю випаруватися.

У готову капусту додають дрібно нарізану пасеровану цибулю й варені гриби (реп. № 1.21), зварені круто й посічені яйця, цукор, перець, сіль і перемішують.

Подають млинці по 2 шт. на порцію з маслом або маргарином.

<sup>1</sup> Маса варених грибів.

## СТРАВИ МОЛДОВСЬКОЇ КУХНІ

Кухня Молдови внаслідок свого багатого овочевого та фруктового асортименту страв належить до надзвичайно смачних і корисних для здоров'я людини кухонь.

Характерною особливістю страв кухні Молдови є їхній гострий смак, високі смакові властивості, привабливий зовнішній вигляд.

На формування кухні значно вплинуло трьохсотрічне поневолення країни Туреччиною. Вплив Туреччини відбився й у комбінованих способах оброблення продуктів, схильності до використання баранини та однакових назвах низки страв, спільних для всіх балканських народів, що входили до складу Турецької імперії (гивеч, кавурма, чобра, мусака тощо). Знайшли своє застосування у національній кулінарії Молдови також прийоми приготування страв, притаманні слов'янській кухні (соління, квашення овочів, бродіння тіста тощо).

Дуже характерне для молдовської кухні широке використання бринзи та кукурудзи.

Бринза — один із видів розсільного сиру з овечого молока — вживається як у натуральному, так і в тертому виді як додаток і начинка до овочевих, м'ясних, борошняних страв. Порівняно з бринзою кукурудза стала характерним для кухні Молдови продуктом недавно — всього 200 років тому. Вона була завезена до країни лише в XVII ст. і широко розповсюдилась у XVIII ст., ставши повсякденною їжею. З кукурудзяного борошна готується мамалига — густо заварена каша, яка в багатьох випадках замінює хліб.

У молдовській кухні значну роль відіграють овочі. Найулюбленішими й специфічними овочами є зернова та зелена (стручкова) квасоля, помідори, горошари, солодкий перець, баклажани, кабачки. Молдовани вправні майстри великих солінь — фаршированих солоних перців, баклажанів, маринованих баклажанів, солоних огірків, помідорів, капусти тощо. З бобових поширеною стравою є пюре з пасерованою ріпчастою цибулею й олією. Інші овочі широко використовуються як гарніри й самостійні страви. Специфічного смаку, аромату, гостроти надають стравам пряна зелень і приправи.

Специфічні на смак перші страви, заправлені кислим настоем із пшеничних висівок (борщ), ароматизованих різноманітною пряною зеленню.

Для приготування національних страв використовують баранину, свинину, яловичину й сільськогосподарську птицю. Характерним для молдовської кухні є поєднання в соусах до м'ясних страв сухого виноградного вина та томатного соку. Це надає м'ясу особливої ніжності та робить його більш пікантним, підвищує харчову цінність страви.

Для молдовської кухні характерне використання відкритого вогню — гратаря (товстої залізної решітки, розміщеної над розпаленим вугіллям із твердих листяних порід дерев) під час приготування м'ясних національних страв.

Як десерт, в основному, використовують різноманітні плоди та ягоди (яблука, сливи, черешні, вишні, абрикоси, айву, виноград, волоські горіхи тощо) як натуральними, свіжими, так і в різноманітних солодких стравах.

Молдова славиться борошняними виробами з дріжджового та прісного тіста, особливо часто готуються вироби з витяжного тіста (пацинди, вертути, сарали). Для приготування цих виробів як начинку широко використовують овочі, бринзу, сир, варення, родзинки, горіхи, плоди та ягоди.

До холодних страв як гарнір подають свіжі овочі, бринзу — по 30—50 г, маслини, оливки — по 10 г на порцію. До холодних страв і супів на одну порцію рекомендується подавати зелень петрушки, кропу, леуштяну — 2—3 г нетто, до страв із картоплі й овочів — 3—5 г, до страв з яєць — 1—3 г, до рибних страв — 1—3 г, до м'ясних страв — 4 г.

Страви, що готуються на ґратарі, можна смажити на сковороді, включаючи додатково до рецептури 10 г жиру.

Більшість страв подається в керамічному посуді — горщикках, мисках. Таким чином, молдовська кухня ґрунтується на вікових традиціях і, маючи чудову продуктову базу, є однією з найцікавіших кухонь світу.

## ХОЛОДНІ СТРАВИ

### 4.1. САЛАТЕ МОЛДОВЕНЕСК (САЛАТ МОЛДОВСЬКИЙ)

	БРУТТО	НЕТТО
Помідори свіжі	353	300
Огірки свіжі	326	310
Перець солодкий	133	100
Цибуля ріпчаста	119	100
Олія	100	100
Перець стручковий гіркий	4	3
Бринза	106	100 <sup>1</sup>
Вихід	—	1000

Підготовлені помідори й огірки нарізують тонкими скибочками, перець солодкий — соломкою, цибулю — півкільцями (після нарізання цибулю промивають холодною кип'яченою водою). Овочі з'єднують, додають нашаткований гіркий перець, олію й перемішують.

Під час подавання салат посипають тертою бринзою. До салату можна подавати маслини або оливки.

### 4.2. ФАСОЛЕ ФЕКЕЛУІТЕ (КВАСОЛЯ ПРОТЕРТА)

Квасоля	49	49
Маса вареної й протертої квасолі	—	100
Олія	10	10
Часник	1,9	1,5
Цибуля ріпчаста	48	40
Олія	10	10
Маса пасерованої цибулі	—	20
Вихід	—	130

Підготовлену квасолі варять у посудині, закритій кришкою, при слабкому кипінні протягом 1—2 год. Наприкінці варіння додають сіль, відвар зливають, квасолі протирають, збивають, поступово вливаючи просмажену охолоджену олію, заправляють товченим часником і перемішують.

<sup>1</sup> Маса тертої бринзи.

Оформлюють гіркою, зверху кладуть нарізану півкільцями пасеровану ріпчасту цибулю й прикрашають гілочкою зелені. За наявності додають маслини або нарізані скибочками свіжі овочі, терту бринзу. Страву можна подавати в таралетках.

### 4.3. ФАСОЛИЦЯ КУ ФАУМЕТУР ДІН КАРНЕ (КВАСОЛЯ З М'ЯСОКОПЧЕНОСТЯМИ)

	БРУТТО	НЕТТО
Квасоля	66	65/134 <sup>1</sup>
Цибуля ріпчаста	36	30
Олія	10	10
Маса пасерованої цибулі	—	15
Вміст копчено-варений або варений (зі шкуркою й кістками)	26	20/18 <sup>2</sup>
Олія	6	6
Огірки свіжі	63	50
Огірки солоні	59	50
Петрушка (зелень)	4,2	3
Вихід	—	215

Квасолі відварюють, як вказано в рец. № 4.2, і протирають. Потім заправляють пасерованою дрібно нарізаною ріпчастою цибулею, сіллю, перцем, перемішують і укладають у салатник. Зверху квасолі оформлюють злегка обсмаженими м'ясокопченостями, нарізаними соломкою. Готову страву прикрашають зеленню й подають зі свіжими або солоними огірками, нарізаними кружальцями або скибочками (50 г на порцію).

### 4.4. ВІНЕТЕ ТОКАТЕ (ІКРА БАКЛАЖАННА)

Баклажани	767	560 <sup>3</sup>
Олія	150	150
Цибуля ріпчаста	119	100
Помідори свіжі	235	200
Часник	6,4	5
Петрушка (зелень)	4,2	3
Вихід	—	1000

Підготовлені баклажани запікають у духовій шафі до готовності, охолоджують, знімають шкірку, кладуть під гніт на 1—1,5 год для видалення гіркоти й промивають холодною кип'яченою водою. Потім м'якоть подрібнюють, збивають, вливаючи струмочком олію, з'єднують із дрібно нарізаною ріпчастою цибулею, помідорами, нарізаними скибочками, заправляють товченим сіллю часником.

Під час подавання оформлюють зеленню; можна подати зі свіжими овочами, маслинами й бринзою. Подають ікру по 100—150 г на порцію.

Страву можна готувати без часнику й свіжих помідорів, збільшивши відповідно норму закладки баклажанів.

<sup>1</sup> У чисельнику вказана маса нетто, у знаменнику — маса вареної протертої квасолі.  
<sup>2</sup> Маса обсмажених продуктів.  
<sup>3</sup> Маса запечених баклажанів.

#### 4.5. АРДЕЙ ГРАШ ПРЕЖИЦЬ (ПЕРЕЦЬ СМАЖЕНИЙ)

	БРУТТО	НЕТТО
Перець солодкий	153	135 <sup>1</sup>
Олія	10	10
Маса смаженого перцю	—	100
Соус № 4.42	—	25
або соус № 4.43	—	50
<b>Вихід:</b> із соусом муждей	—	125
із соусом із цибулі з помідорами	—	150

Солодкий перець перебирають, промивають, зачікають і охолоджують. Шкірку знімають, перець смажать на олії й солять.

Під час подавання перець поливають соусом муждей або соусом із цибулі з помідорами. До перцю подають маслини, оливки, бринзу, свіжі помідори.

#### 4.6. ДОВЛЕЧЕЙ ПРЕЖИЦЬ (КАБАЧКИ СМАЖЕНІ)

	БРУТТО	НЕТТО
Кабачки	186	149
Борошно пшеничне	5	5
Олія	10	10
Маса смажених кабачків	—	100
Соус № 4.42	—	25
або № 4.43	—	50
<b>Вихід:</b> із соусом муждей	—	125
із соусом із цибулі з помідорами	—	150

Кабачки із щільною м'якоттю, дрібним насінням обчищають від шкірки, нарізують кружальцями завтовшки 8—10 мм, обкачують у борошні, обсмажують з обох боків на олії, солять і доводять до готовності у духовій шафі.

Під час подавання кабачки поливають соусом муждей або соусом із цибулі з помідорами.

#### 4.7. ГОГОШАР МОЛДОВЕНЕШТЕ (ГОГОШАРИ ПО-МОЛДОВСЬКИ)

	БРУТТО	НЕТТО
Гогошари <sup>2</sup>	115	86
Цукор	3	3
Оцет 3% -й	10	10
Вода	40	40
Для фаршу:		
Цибуля ріпчаста	18	15
Морква	25	20
Петрушка (корінь)	11	8
Олія	15	15
Помідори свіжі	20	17
Часник	2,6	2
Маса фаршу	—	45
Петрушка (зелень)	4,2	3
Цибуля-порей	5	4
<b>Вихід</b>	—	135

<sup>1</sup> Маса запеченого, обчищеного від шкірки перцю.  
<sup>2</sup> Різновид солодкого перцю.

Гогошари перебирають, промивають, підрізують навколо плодоніжки й викидають її разом із насінням. Потім заливають гарячою водою, варять 1—2 хв, відкидають на друшляк і заповнюють фаршем.

Підготовлені гогошари заливають маринадом, варять протягом 3—5 хв і охолоджують.

Для фаршу: ріпчасту цибулю нарізують півкільцями, моркву, петрушку (корінь) — соломкою й пасерують. За 3—5 хв до готовності додають протерті помідори, сіль, спеції, товчений часник.

Для маринаду: у киплячу воду кладуть сіль, цукор, спеції й варять протягом 3—5 хв, після цього вливають оцет і доводять до кипіння.

Під час подавання охолоджені гогошари (без маринаду) прикрашають зеленню й цибулею-пореем.

#### 4.8. РОШИЙ, УМПЛУТЕ КУ ВІНЕТЕ ТОКАТЕ (ПОМІДОРІ, ФАРШИРОВАНІ ІКРОЮ З БАКЛАЖАНІВ)

	БРУТТО	НЕТТО
Помідори свіжі	205	150 <sup>1</sup>
Для фаршу:		
Маса баклажанна № 4.4	—	75
Петрушка (зелень)	4,2	3
<b>Вихід</b>	—	225

У помідорів видаляють серцевину (її рекомендується використати для приготування баклажанної ікри), солять, після цього підготовлені помідори наповнюють фаршем — баклажанною ікрою (реп. № 4.4) і прикрашають зеленню.

#### 4.9. АРДЕЙ ГРАШ САУ РОШИЙ, УМПЛУТЕ КУ БРИНЗЕ ШІ УНТ (ПЕРЕЦЬ АБО ПОМІДОРІ, ФАРШИРОВАНІ БРИНЗОЮ Й МАСЛОМ)

	БРУТТО	НЕТТО
Перець солодкий	60	45
або помідори свіжі	68	50 <sup>1</sup>
Бринза	26	25 <sup>2</sup>
Масло вершкове	25	25
Петрушка (зелень)	3	2
<b>Вихід:</b> перцю фаршированого	—	95
помідорів фаршированих	—	100

Перець (реп. № 4.7) або помідори (реп. № 4.8) заповнюють за допомогою кондитерського мішка фаршем і охолоджують.

Для фаршу: бринзу натирають на тертці з дрібними отворами, з'єднують збитим маслом вершковим і ретельно перемішують.

Під час подавання помідори прикрашають гілочкою зелені, перець нарізують кружальцями й прикрашають зеленню.

<sup>1</sup> Маса підготовлених для фарширування помідорів.  
<sup>2</sup> Маса тертої бринзи.



#### 4.10. ПЕШТЕ УМПЛУТ КА АКАСЖ АБО АСПІК (РИБА, ФАРШИРОВАНА ПО-ДОМАШНЬОМУ В ЖЕЛЕ)

	БРУТТО	НЕТТО
Товстолобик	167	72
Цибуля ріпчаста	36	30
Олія	10	10
Маса пасерованої цибулі	—	15
Хліб пшеничний	6	6
Яйця	1/3 шт.	13
Молоко	8	8
Вода мінеральна	10	10
Маса напівфабрикату	—	122
Олія	8	8
Цибуля ріпчаста	12	10
Морква	44	35
Лавровий лист	0,01	0,01
Маса припущеної фаршированої риби	—	100
Маса желе	—	50
<b>Вихід</b>	—	<b>150</b>

У філе риби (зі шкірою без кісток) знімають шкіру. М'якоть двічі подрібнюють на м'ясорубці разом із пасерованою ріпчастою цибулею й зазда-легідь замоченим у молоді пшеничним черствим хлібом, додають яйця, сіль, спеції, мінеральну воду. М'ясо ретельно перемішують. Вироби формують у виг-яді батонів масою по 300—350 г та загортають у шкіру, зняту з філе. Сфор-мовані вироби обсмажують з усіх боків. У посудину з товстим дном кладуть кістки, плавники, голови риби, моркву й цибулю, нарізані кружальцями, до-дають стільки води, щоб були покриті кістки, зверху кладуть обсмажені рибні батони, додають лавровий лист і припускають протягом 15—20 хв.

Готову рибу порціюють, бульйон проціджують, заливають ним порційні куски риби й охолоджують.

### СУПИ

#### 4.11. БОРЩ МОЛДОВЕНЕСК (БОРЩ МОЛДОВСЬКИЙ)

Свинина (грудна, лопаткова частини)	196	167
Маса вареного м'яса	—	100
Буряки	63	50
Капуста білокачанна свіжа	250	200
Картопля	133	100
Цибуля ріпчаста	36	30
Морква	50	40
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Помідори свіжі	94	80
Квас із висівок № 4.16	100	100
Вода	500	500
Перець стручковий гіркий	3	2
Петрушка (корінь)	13	10
Петрушка (зелень)	7	5
<b>Вихід</b>	—	<b>1000</b>

У холодну воду кладуть злегка обсмажену, нарізану на порції свинину, варять до напівготовності, додають корінь петрушки, буряки, нарізані солом-кою, злегка обсмажену шатковану капусту й нарізану брусочками картоплю. За 5—10 хв до закінчення варіння додають пасеровані цибулю, моркву, про-терті помідори, заправляють прокип'яченим квасом із висівок і кладуть сіль. Борщ подають зі сметаною (10—25 г на порцію), гірким перцем і посипа-ють дрібно нарізаною зеленню петрушки або кропу.

#### 4.12. ЧОРБЕ ДЕ ЛЕГУМЕ (СУП З ОВОЧІВ)

	БРУТТО	НЕТТО
Картопля	160	120
Капуста білокачанна свіжа	100	80
Квасоля овочева (лопатка) свіжа	67	60
Морква	50	40
Петрушка (корінь)	13	10
Цибуля ріпчаста	48	40
Масло вершкове	20	20
або маргарин	20	20
Помідори свіжі	141	120
або помідори консервовані (обчищені) у томатному соку	124	120
Квас із висівок № 4.16	100	100
Петрушка (зелень)	7	5
Бульйон або вода	700	700
<b>Вихід</b>	—	<b>1000</b>

У киплячий бульйон (воду) кладуть нарізану брусочками картоплю, дово-дять до кипіння, кладуть нашатковану свіжу білокачанну капусту, нарізані стручки квасолі й варять. За 10—15 хв до закінчення варіння супу додають пасеровані овочі, протерті свіжі або консервовані помідори, прокип'ячений квас із висівок, сіль, спеції. Можна вводити гілочки чимбри, дрібно нарізаний петрушкян.

Під час подавання супу посипають дрібно нарізаною зеленню петрушки або кропу.

Суп подають із вареною птицею або м'ясом (35—50 г на порцію).

#### 4.13. ЗАМЕ ДЕ ГЕМИНЕ КУ ОРЕЗ САУ ТЕСЦЕЙ (СУП ІЗ КУРЕЙ ІЗ РИСОМ АБО ДОМАШНЬОЮ ЛОКШИНОЮ)

Кури	217	143
Маса варених курей	—	100
Крупи рисові	36	36
або локшина домашня № 1.450	40	40
Морква	63	50
Петрушка (корінь)	40	30
Цибуля ріпчаста	60	50
Масло вершкове	20	20
або маргарин	20	20
Квас із висівок № 4.16	100	100
Вода	850	850
Помідори свіжі	47	40
<b>Вихід</b>	—	<b>1000</b>

У киплячий бульйон, отриманий під час варіння курей, кладуть підготовлені рисові крупки або домашню локшину, доводять до кипіння, додають пасеровані овочі: моркву й корінь петрушки, нарізані соломкою, ріпчасту цибулю, нарізану півкільцями, і варять до готовності. За 5—10 хв до закінчення варіння додають прокип'ячений квас із висівок, сіль, спеції, гілочку чебрецю, яку потім виймають. За 1—2 хв до закінчення варіння кладуть нарізані дрібними кубиками свіжі помідори.

Подають суп із кусочком вареної курки.

#### 4.14. ЧОРБЕ КУ ЧУПЕРЧ (СУП ІЗ ГРИБАМИ)

	БРУТТО	НЕТТО
Гриби білі сушені	26	26/52 <sup>1</sup>
або печериці свіжі	282	214/150 <sup>1</sup>
Локшина домашня № 1.450	—	80
Маса вареної локшини	—	200
Морква	50	40
Цибуля ріпчаста	48	40
Петрушка (корінь)	27	20
Масло вершкове	20	20
або маргарин	20	20
Квас із висівок № 4.16	150	150
Петрушка (зелень)	4,2	3
Бульйон або вода	750	750
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>

Підготовлені гриби кладуть у киплячу воду й варять. Відвар зливають. Варені гриби нарізують соломкою. Моркву й корінь петрушки, нарізані соломкою, ріпчасту цибулю, нарізану півкільцями, пасерують. У киплячий бульйон або воду з додаванням грибного відвару кладуть підготовлені гриби, домашню локшину й варять протягом 10—15 хв. Потім додають пасеровані овочі, а за 5 хв до готовності вводять прокип'ячений квас із висівок, сіль, спеції й гілочку чебрецю. Перед подаванням гілочку чебрецю виймають. Суп рекомендується готувати на бульйоні з птиці або телятини.

Під час подавання кладуть варені кусочки м'яса (35—50 г на порцію) і посипають дрібно нарізаною зеленню. Можна окремо подати сметану (10—25 г на порцію).

#### 4.15. ЧОРБЕ КУ ФАСОЛЕ (СУП ІЗ КВАСОЛЕЮ)

Квасоля	91	90
Картопля	341	256
Морква	50	40
Цибуля ріпчаста	50	42
Петрушка (корінь)	13	10
Томатне пюре	15	15
Маргарин	20	20
або жир тваринний топлений харчовий	20	20
Бульйон або вода	500	500
Квас із висівок № 4.16	200	200
Петрушка (зелень)	7	5
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>

<sup>1</sup> Маса варених грибів.

У киплячий бульйон або воду кладуть квасолю, зварену до напівготовності, доводять до кипіння, кладуть картоплю, нарізану кубиками, і варять. Потім додають нарізані дрібними кубиками пасеровані з томатним пюре моркву, корінь петрушки, ріпчасту цибулю, вливають прокип'ячений квас, кладуть сіль, спеції. Наприкінці варіння додають гілочку чебрецю, яку виймають перед подаванням. Суп рекомендується готувати на бульйоні з м'яса свинини або яловичини, або птиці.

Суп подають із вареним м'ясом або птицею (35—50 г на порцію) і посипають дрібно нарізаною зеленню.

16. КВАС ІЗ ВИСІВОК	НЕТТО
Закваска	5000
Висівки	1500
Вода	10 000
<b>Вихід</b>	<b>10 000</b>
Для закваски:	
Висівки	700
Дріжджі пресовані	50
Хліб житній	300
Цукор	50
Вода	4000
<b>Вихід</b>	<b>5000</b>

Пшеничні висівки замочують у воді в співвідношенні 1 : 2 і заварюють окропом. Потім охолоджують до температури 40—45°C, додають закваску, регулярно перемішують, заливають водою й залишають у теплому місці на 12 год, періодично перемішують для надання кислого смаку. Готовий квас проціджують і охолоджують. Решту гущі знову заливають теплою кип'яченою водою, залишають у теплому місці до того часу, поки квас знову не набуде кислого смаку. Процес повторюють декілька разів. Частину гущі в подальшому використовують як закваску.

Для закваски: 1/2 норми висівок замочують, з'єднують із розведеними в окропі кип'яченої води дріжджами, додають цукор, добре перемішують і залишають у теплому місці на 2 год, періодично перемішуючи. Отриману масу з'єднують із частиною замочених висівок, що залишилася, додають житній хліб, заливають теплою кип'яченою водою, добре перемішують і залишають у теплому місці на 24 год.

### СТРАВИ З КАРТОПЛІ, ОВОЧІВ І ЯЄЦЬ

#### 4.17. ВІНЕТЕ САУ ДОВЛЕЧЕЙ ІН СМІНТИНЕ (БАКЛАЖАНИ АБО КАБАЧКИ, ТУШКОВАНІ В СМЕТАНІ)

	БРУТТО	НЕТТО
Баклажани	135	128
або кабачки	186	149
Борошно пшеничне	5	5
Олія	5	5
Маса смажених овочів	—	100
Цибуля ріпчаста	36	30
Олія	5	5
Маса пасерованої цибулі	—	15

	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (зелень)	7	5
Сметана	75	75
Маса напівфабрикату	—	195
Вихід	—	170

У баклажанів видаляють плодоніжку, нарізують кружальцями завтовшки 8—10 мм, солять і залишають на 10—15 хв для видалення гіркоти, після цього промивають і обсушують.

Кабачки підготовлюють, як вказано в рец. № 4.6. Підготовлені овочі обкачують у борошні, обсмажують з обох боків, кладуть у глибоку посудину шаром (баклажани або кабачки, пасеровану ріпчасту цибулю, дрібно січену зелень), заливають сметаною й тушкують протягом 20—25 хв.

#### 4.18. ГИВЕЧ ДЕ ЛЕГУМЕ (РАГУ З ОВОЧІВ)

Баклажани	47	40
Перець солодкий	40	30
Картопля	107	80
Морква	44	35
Олія	10	10
Цибуля ріпчаста	42	35
Олія	10	10
Помідори свіжі	88	75
або томатне пюре	35	35
Часник	1,3	1
Петрушка (зелень)	7	5
Вихід	—	240

Баклажани підготовлюють, як вказано в рец. № 4.17, у перців видаляють серцевину, картоплю, моркву й перець нарізують часточками. Овочі обсмажують, укладають у посудину, додають цибулю, пасеровану з помідорами або томатним пюре, сіль і тушкують протягом 20—25 хв. Наприкінці тушкування вводять товчений часник і спеції.

Під час подавання рагу посипають дрібно нарізаною зеленню.

Частина овочів, залежно від сезону, можна замінити стручковою квасолею або кабачками.

#### 4.19. МУСАКА ДИН КАРТОФ САУ ВІНЕТЕ, САУ ДОВЛЕЧЕЙ (КАРТОПЛЯ АБО БАКЛАЖАНИ, АБО КАБАЧКИ ЗАПЕЧЕНІ)

Картопля	289	217
або баклажани	239	203
або кабачки	289	231
Олія	15	15
Свинина (котлетне м'ясо)	113	96
Цибуля ріпчаста	12	10
Олія	5	5
Маса пасерованої цибулі	—	5
Сік томатний натуральний	48	48
або помідори свіжі	39	33
Яйця	1/2 шт.	20

	БРУТТО	НЕТТО
Олія (для змащування)	2	2
Сметана	40	40
Маса напівфабрикату	—	335
Вихід	—	285

Сирю обчищену картоплю або обчищені від шкірки баклажани, або кабачки тугою м'якоттю, дрібним насінням нарізують скибками завтовшки до 10 мм, баклажани солять, залишають на 10—15 хв для видалення гіркоти, промивають і обсушують, обсмажують з обох боків до отримання рум'яної кірочки. Овочі ділять на дві однакові частини. Одну частину викладають на змащену олією лист, розрівнюють, кладуть фарш, а на нього решту картоплі або баклажанів, або кабачків. Після розрівнювання виріб заливають сумішшю сметани, половини яєць і томатного соку або протертих помідорів і запікають протягом 35—40 хв.

Для фаршу: свинину подрібнюють на м'ясорубці, додають пасеровану ріпчасту цибулю, половину томатного соку або половину протертих помідорів і яєць.

#### 20. СКРОБ КУ ЖУМЕРЕ (ОМЛЕТ ЗІ ШПИКОМ)

Шпик	30	29
Яйця	2 шт.	80
Сметана	15	15
Вихід	—	110

Сало шпик нарізують дрібними кубиками, підсмажують, заливають яєчно-сметанною сумішшю й смажать протягом 3—5 хв.

Скроб рекомендується подавати з мамалигою (100—150 г на порцію).

### СТРАВИ З РИБИ, М'ЯСА Й М'ЯСНИХ ПРОДУКТІВ, СІЛЬСЬКОГОСПОДАРСЬКОЇ ПТИЦІ

#### 21. ПЕШТЕ "КА ЛА КИШИНЕУ" (РИБА ПО-КИШИНІВСЬКИ)

Саврида океанічна	237	116
або хек сріблястий	211	116
Борошно пшеничне	6	6
Олія	5	5
Маса смаженої риби	—	100
Морква	38	30
Петрушка (корінь)	11	8
Цибуля ріпчаста	24	20
Олія	15	15
Томатне пюре	15	15
Бульйон або вода	30	30
Вино біле сухе	15	15
Цукор	5	5
Маса готової риби з тушкованими овочами й соусом	—	200
Гарнір № 4.48	—	150
Петрушка (зелень)	4,2	3
Вихід	—	350



Порційні куски риби нарізують на філе зі шкірою й реберними кістками, посипають сіллю, перцем, обкачують у борошні й смажать з обох боків до утворення рум'яної кірочки. Потім рибу укладають у посудину шарами, чергуючи з пасерованим томатним пюре й коренями, нарізаними скибками, додають бульйон або воду (30 г на порцію), вино, сіль, цукор, спеції (гвоздику, корицю, лавровий лист, перець чорний горошком) і тушкують протягом 20—25 хв.

Під час подавання рибу поливають соусом, в якому вона тушкувалася, гарнірують мамалигою й прикрашають зеленню.

#### 4.22. КИФТЕЛУЦЕ ДЕ ПЕШТЕ (ТЮФТЕЛЬКИ РИБНІ)

	БРУТТО	НЕТТО
Тріска <sup>1</sup>	110	80
або минтай	174	80
або хек тихоокеанський	182	80
З напівфабрикатів:		
Тріска	94	80
або льодяна риба	101	80
або окунь морський	99	80
Хліб пшеничний	10	10
Молоко або вода	20	20
Цибуля ріпчаста	24	20
Маргарин	5	5
Часник	2,6	2
Яйця	1/8 шт.	5
Борошно пшеничне	8	8
Маса напівфабрикату	—	141
Олія	8	8
Маса смажених тюфтельок	—	120
Овочевий маринад № 4.44	—	150
Гарнір № 1.342, 1.343, 4.48	—	150
Петрушка (зелень)	4,2	3
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>400</b>

Філе риби без шкіри й кісток нарізують на куски, двічі подрібнюють на м'ясорубці разом із заздалегідь намоченим у невеликій кількості молока або води пшеничним хлібом, злегка обсмаженою ріпчастою цибулею, часточками часнику. В отриману масу додають сіль, чорний мелений перець, яйця, решту молока або води, добре перемішують, формують кульки (по 8—10 шт. на порцію), обкачують їх у пшеничному борошні, обсмажують, заливають овочевим маринадом і тушкують протягом 10—15 хв.

Подають тюфтельки з овочевим маринадом, в якому вони тушкувалися, гарніром і посипають дрібно січеною зеленню.

#### 4.23. БРИЗОЛЬ "МОЛДОВА"

Вирізка (заморожена блоками)	187	159
Часник	3,8	3
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смаженого бризоля	—	100
Гарнір № 1.338, 1.339, 1.344, 1.348	—	150
Петрушка (зелень)	4,2	3
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>250</b>

<sup>1</sup> Норми закладки вказані на тріску вичищену й без голови.

Порційні куски завтовшки 20—30 мм, нарізані з потовщеної частини зачищеної вирізки, злегка відбивають, посипають сіллю, перцем, змащують з одного боку товченим часником, нещільно скручують рулетом, смажать на сковороді протягом 12—15 хв до утворення з обох боків золотистої кірочки. Потім вироби доводять до готовності в духовій шафі при температурі 200—250°C протягом 2—3 хв.

Під час подавання бризоль гарнірують, поливають м'ясним соком і прикрашають зеленню.

Гарніри: картопля смажена (із сирі), картопля, смажена у фритюрі, складні гарніри. Окремо подають овочі натуральні або консервовані.

#### 4.24. КАСТРАВЕЦЬ "КА ЛА ТІРАСПОЛ"

	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (корейка)	173	147
Часник	3,8	3
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смажених рулетів	—	100
Гарнір № 1.338, 1.339, 1.344—1.348	—	150
Петрушка (зелень)	4,2	3
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>250</b>

Порційні куски свинини завтовшки 10—15 мм, нарізані по 2 шт. на порцію, злегка відбивають, посипають сіллю, перцем, змащують з одного боку товченим часником, щільно скручують рулетом і смажать на сковороді з розжареним жиром при температурі 150—180°C до утворення з обох боків золотистої кірочки.

Під час подавання рулети гарнірують, поливають м'ясним соком і прикрашають зеленню.

Гарніри: картопля смажена (із сирі), складні гарніри. Окремо подають овочі натуральні або консервовані.

#### 4.25. ТОКАНЕ ДІН КАРНЕ ДЕ ПОРК (СВИНИНА, СМАЖЕНА ІЗ ЦИБУЛЕЮ Й ШПИКОМ)

Свинина (корейка, тазостегнова частина)	173	147
Сало шпик	10,4	10
Маса смаженої свинини	—	100
Цибуля ріпчаста	48	40/20 <sup>1</sup>
Часник	6,4	5
Маса готового виробу	—	125
Гарнір № 4.48	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>275</b>

Свинину нарізують кубиками масою 30—35 г, посипають сіллю, перцем і смажать на дрібно нарізаному салі шпику до утворення золотистої кірочки. Потім додають дрібно нарізану ріпчасту цибулю, смажать до готовності й направляють товченим часником.

Свинину смажену подають із мамалигою.

<sup>1</sup> У чисельнику вказана маса нетто, у знаменнику — маса пасерованої цибулі.

#### 4.26. БІФТЕК МОЛДОВЕНЕШТЕ (БІФШТЕКС ПО-МОЛДОВСЬКИ)

	БРУТТО	НЕТТО
Вирізка (заморожена блоками)	187	159
Для фаршу:		
Цибуля ріпчаста	26	22
Жир тваринний топлений харчовий	5	5
Маса пасерованої цибулі	—	11
Сало шпик	26	25
Маса фаршу	—	35
Маса напівфабрикату	—	194
Жир тваринний топлений харчовий	10	10
Маса смаженого біфштекса	—	125
Гарнір № 1.344-1.363	—	150
Петрушка (зелень)	4,2	3

Вихід — 275

Порційні куски завтовшки 20—30 мм, нарізані з потовщеної частини зачищеної вирізки, відбивають до товщини 3—5 мм, посипають сіллю, перцем, на середину укладають фарш, загортають від країв до середини, надаючи виробу круглої форми. Підготовлений напівфабрикат смажать при температурі 160—170°C протягом 15 хв до утворення золотистої кірочки з обох боків. Потім доводять до готовності в духовій шафі протягом 3—5 хв.

Для фаршу: ріпчасту цибулю пасерують до готовності, сало шпик нарізують кубиками, злегка обсмажують і з'єднують із пасерованою цибулею.

Біфштекс подають зі складним гарніром, поливають м'ясним соком і оформлюють дрібно нарізаною зеленню.

#### 4.27. КОСТИЦЕЖ ЛА ГРАТАР (КОРЕЙКА, СМАЖЕНА НА ГРАТАРІ)

Свинина (корейка)	173	147+20 <sup>1</sup>
Сало шпик	3	3
Маса смаженої корейки	—	100+20 <sup>1</sup>
Соус № 4.42	—	30
Гарнір	—	150

Вихід — 300

Корейку, нарізану по одному куску на порцію разом із реберною кісточкою, злегка відбивають, посипають сіллю, перцем і смажать на решітці гратаря, попередньо змащеній салом, з обох боків до готовності.

Під час подавання костигеж гарнірують і поливають соусом муждей.

Гарнір: овочі свіжі або мариновані, або солоні.

#### 4.28. МІТІТЕЙ ЛА ГРАТАР (ШАШЛИК СІЧЕНИЙ, СМАЖЕНИЙ НА ГРАТАРІ)

Яловичина (тазостегнова й лопаткова частини)	182	134
Гідрокарбонат натрію (сода питна)	0,3	0,3
Часник	1	0,8
Бульйон № 1.94 або вода	10	10
Перець червоний мелений	2	2
Маса напівфабрикату	—	145

<sup>1</sup> Маса реберної кісточки.

	БРУТТО	НЕТТО
Сало шпик	3,1	3
Маса готових мітітей	—	100
Соус № 4.42, № 1.370	—	30
Гарнір	—	150
Вихід	—	280

М'якоть яловичини (жирну) нарізують кусочками масою 30—50 г, посипають сіллю, перцем, перемішують і залишають при температурі 10—15°C на 6—8 год. Потім м'ясо двічі подрібнюють на м'ясорубці, до фаршу додають гідрокарбонат натрію, товчений часник, бульйон або воду, мелений червоний перець, добре перемішують і залишають у холодному місці на 2—3 год. З готового фаршу формують ковбаски завдовжки 100—150 мм за допомогою пристрою до м'ясорубки. Для цього треба зняти решітку й ніж м'ясорубки, установити трубку з жерсті у вигляді лійки.

Мітітей смажать на решітці гратаря, попередньо змащеній шпиком.

Подають мітітей по 2 шт. на порцію зі свіжими, маринованими або солоними овочами. Окремо подають соус томатний або муждей.

#### 4.29. КИРНЕЦЕЙ ЛА ГРАТАР (КОВБАСКИ З ЯЛОВИЧНИ ТА СВИНИНИ, СМАЖЕНІ НА ГРАТАРІ)

Яловичина (тазостегнова й лопаткова частини)	68	50
Свинина (лопаткова й шийна частини)	106	90
Часник	3,2	2,5
Бульйон № 1.94 або вода	10	10
Черева сушені	2,5	2,5
Маса напівфабрикату	—	152
Сало шпик	3,1	3
Маса смажених кирнецеїв	—	100
Соус № 4.42, 1.370	—	30
Гарнір	—	150

Вихід — 280

Яловичину й свинину подрібнюють на м'ясорубці (решітки з отворами діаметрів відповідно 5 або 9 мм), додають часник, заздалегідь товчений із сіллю, перець чорний мелений, бульйон або воду й добре перемішують. Цим фаршем заповнюють заздалегідь промиті черева, кінці яких закручують через 80—100 мм, надають їм форми ковбасок, бланширують і смажать на решітці гратаря, попередньо змащеній шпиком.

Подають по 2 шт. на порцію зі свіжими, маринованими або солоними овочами. Окремо подають соус томатний або соус муждей.

#### 4.30. КИФТЕЛЕ "КА ЛА КИШЕНЕУ" (БИТОЧКИ ПО-КИШИНІВСЬКИ)

Свинина (тазостегнова частина)	124	106
Яйця	1 шт.	40
Молоко	5	5
Борошно пшеничне	5	5
Маса напівфабрикату	—	154
Маргарин	10	10
Маса смажених биточків	—	125
Гарнір № 1.344-1.363	—	150
Петрушка (зелень)	4,2	3

Вихід — 275



М'якоть свинини подрібнюють на м'ясорубці, додають половину яєць, збивають, з фаршу формують вироби кругло-приплюснутої форми завтовшки 25 мм і ставлять їх на холод на 1—1,5 год. Потім обкачують у борошні, змочують у льезоні, приготовленому з молока, частини яєць, що залишилися, й смажать протягом 7—10 хв, доводять до готовності в духовій шафі. Подають биточки зі складним гарніром, прикрашають зеленню.

#### 4.31. ФІКАТ, ИМПЕНАТ КУ СЛЕНІНЕ, ЛА ГРАТАР (ПЕЧІНКА, ШПИГОВАНА САЛОМ, СМАЖЕНА НА ГРАТАРІ)

	БРУТТО	НЕТТО
Печінка яловича	167	139
Сало шпик	10,4	10
Маса напівфабрикату	—	149
Сало шпик (для змащування гратаря)	3,1	3
Маса смаженої шпигованої печінки	—	100
Соус № 4.42	—	20
Гарнір	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>270</b>

Підготовлену печінку шпигують салом шпик, нарізаним брусочками завдовжки 40—50 мм, нарізують її по 1—2 куски на порцію, посипають сіллю, перцем і смажать на репітці гратаря, змащений шпиком.

Печінку подають зі свіжими, маринованими або солоними овочами. Окремо подають соус муждей.

#### 4.32. ПАПРИКАШ КУ МЕМЕЛІГУЦЕ (М'ЯСО, ТУШКОВАНЕ З МАМАЛИГОЮ)

Яловичина (лопаткова, підлопаткова, грудна частини, крайка)	216	159
Цибуля ріпчаста	60	50
Перець червоний мелений	0,1	0,1
Помідори свіжі	59	50
або томатне пюре	27	27
Жир тваринний топлений харчовий	20	20
Перець гіркий стручковий	13	10
Вино біле сухе	20	20
Перець чорний мелений	0,1	0,1
Часник	5,1	4
Петрушка (зелень)	7	5
Маса тушкованого м'яса	—	100
Маса соусу	—	130
Гарнір № 1.325, 1.326, 1.342, 4.48	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>380</b>

Дрібно нарізану ріпчасту цибулю обсмажують на розжареному жиру, після цього додають м'ясо, нарізане кубиками масою 20—30 г, і обсмажують його протягом 10—15 хв. За 1—2 хв до закінчення смаження додають чорний мелений перець. М'ясо перекладають у посудину з товстим дном, додають воду (40—50 г на порцію) і тушкують у закритій кришкою посудині при слабкому кипінні близько 1 год. За 20—30 хв до закінчення тушкування вводять протерті свіжі помідори або заздалегідь пасероване томатне пюре й дрібно нарізаний перець гіркий стручковий.

Наприкінці тушкування додають вино, сіль, спеції, товчений часник, по норми дрібно нарізаної зелені.

Під час подавання посипають дрібно нарізаною зеленню, що залишилася. Гарнір, крім мамалиги, можна подавати рис припущений, квасоллю варену, боби варені.

#### 4.33. КАРНЕ КУ ФАСОЛЕ (М'ЯСО, ТУШКОВАНЕ З КВАСОЛЕЮ)

	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (лопаткова й підлопаткова частини, крайка)	216	159
або свинина (лопаткова й пийна частини)	173	147
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Цибуля ріпчаста	48	40
Томатне пюре	30	30
Квасоля	61	60/126 <sup>1</sup>
Петрушка (зелень)	7	5
Часник	5,1	4
Маса тушкованого м'яса	—	100
Маса готової квасолі із соусом	—	170
Петрушка (зелень)	7	5
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>275</b>

Нарізане кубиками масою 35—40 г м'ясо обсмажують, додають попередньо дрібно нарізану пасеровану ріпчасту цибулю з томатним пюре, воду (40—50 г на порцію) і тушкують протягом 25—30 хв. Окремо варять підготовлену квасолю в закритій кришкою посудині при слабкому кипінні до розм'якшення. Нарізану квасоллю з'єднують із м'ясом, цибулею, томатним пюре, додають сіль, перець, чимбру, заправляють товченим часником і продовжують тушкувати до готовності.

М'ясо подають разом із квасолею й соусом, в якому воно тушкувалося. Гарну посипають дрібно нарізаною зеленню.

#### 4.34. КАРНЕ КУ ЛЕГУМЕ (М'ЯСО, ТУШКОВАНЕ З ОВОЧАМИ)

Яловичина (лопаткова, підлопаткова й грудна частини, крайка)	216	159
або свинина (лопаткова й пийна частини)	173	147
Жир тваринний топлений харчовий	15	15
Цибуля ріпчаста	20	17
Поркв	20	16
Перець солодкий	32	24
Помідори свіжі	85	81
Помідори свіжі	46	39
Вино біле сухе	10	10
Часник	20	20
Петрушка (зелень)	5,1	4
Маса тушкованого м'яса	7	5
Маса готових овочів і соусу	—	100
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>250</b>

Маса вареної квасолі.

Нарізане кубиками масою 30—35 г м'ясо посипають сіллю, перцем, обсмажують із додаванням дрібно нарізаної цибулі. Окремо обсмажують моркву, перець солодкий, баклажани, нарізані частками. М'ясо й овочі кладуть у посудину, додають помідори, нарізані частками, сіль, мелений перець, воду (50 г на порцію) і тушкують до готовності. За 5—20 хв до закінчення тушкування додають вино, товчений часник і дрібно нарізану зелень.

Подають м'ясо тушковане з овочами й соусом.

#### 4.35. КАРНЕ ІНЖБУШИТЕ КУ ГУТУЙ (М'ЯСО, ТУШКОВАНЕ З АЙВОЮ)

	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (тазостегнова частина)	216	159
Сало топлене	13	13
Цибуля ріпчаста	30	25
Морква	19	15
Сметана	40	40
Айва	148	130
Масло вершкове	5	5
Маса тушкованого м'яса із соусом	—	150
Маса тушкованого м'яса	—	100
Маса запеченої айви	—	100
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>250</b>

М'ясо, нарізане по два кусочки на порцію, посипають сіллю, перцем, обсмажують на салі, додають дрібно нарізану ріпчасту цибулю, моркву, нарізану скибочками, і продовжують смаження. Потім кладуть у посудину з товстим дном, додають бульйон або воду (40 г на порцію), сметану й тушкують до готовності. Айву без насінневої коробочки, нарізану скибочками, укладають на лист, змочений водою, збризкують маслом вершковим і запікають.

Подають м'ясо тушковане із соусом і айвою та посипають дрібно нарізаною зеленню.

#### 4.36. КІФТЕЛУЦУ МОЛДОВЕНЕШТЕ (ТЮФТЕЛЬКИ ПО-МОЛДОВСЬКИ)

Свинина (котлетне м'ясо)	68	58
Яловичина (котлетне м'ясо)	79	58
Цибуля ріпчаста	19	16
Борошно пшеничне	12	12
Маса напівфабрикату	—	141
Маргарин	8	8
Часник	3,8	3
Маса готових тюфтельок	—	120
Овочевий маринад № 4.44	—	150
Маса готових тюфтельок із маринадом	—	250
Гарнір № 4.48, 1.324, 1.343	—	150
Петрушка (зелень)	4,2	3
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>400</b>

У м'ясний фарш додають дрібно нарізану ріпчасту цибулю, сіль, перець і перемішують. Потім масу розділяють на тюфтельки у вигляді кульок по 8—12 шт. на порцію, обкачують у борошні, обсмажують до утворення рум'яної кірочки, перекладають у неглибоку посудину, заливають маринадом і тушкують протягом 10—15 хв, наприкінці тушкування додають подрібнений часник.

Тюфтельки подають із маринадом, в якому вони тушкувалися, посипають дрібно нарізаною зеленню. Окремо подають рис варений, картоплю варену або мамалігу.

#### 37. МІНЕКЕРІКЕ (ФРИКАДЕЛЬКИ З М'ЯСА Й РИСУ)

	БРУТТО	НЕТТО
Яловичина (котлетне м'ясо)	75	55
Свинина (котлетне м'ясо)	58	49
Рисові	15	42 <sup>1</sup>
Яйця	1/5 шт.	8
Сіль	16	16
Перець чорний мелений	0,1	0,1
Борошно пшеничне	8	8
Маса напівфабрикату	—	176
Маргарин топлений харчовий	7	7
Масло маргарин столовий	7	7
Сметана	25	25
Цибуля ріпчаста	30	25
Масло топлене вершкове	5	5
Томатне пюре	20	20
Маса тушкованих фрикадельок	—	150
Маса соусу	—	75
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>225</b>

У м'ясний фарш додають розсипчастий рис, яйця, воду, сіль, перець і перемішують. З отриманої маси формують кульки (по 4—5 шт. на порцію), обкачують у борошні, обсмажують, перекладають у неглибоку посудину в 1—2 ряди, заливають сметаною з додаванням бульйону або води, додають дрібно нарізану ріпчасту цибулю, пасеровану разом із томатним пюре, і тушкують протягом 8—10 хв. Подають із соусом, в якому фрикадельки тушкувалися.

#### 38. БІФТЕК "КОДРУ" (БІФШТЕКС "КОДРУ")

Вирізка (заморожена блоками)	187	159
Сіль	5	5
Маса готового м'яса	—	100
Перець солодкий	86	50/39 <sup>2</sup>
Баклажани	71	50/37 <sup>2</sup>
Цибуля ріпчаста	24	20/10 <sup>3</sup>
Помідори свіжі	15	15
Масло вершкове	59	50
Маса напівфабрикату	5	5
Маса запеченого виробу	—	255
Петрушка (зелень)	—	210
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>215</b>

Порційні куски, нарізані з потовщеної частини зачищеної яловичої вирізки товщиною 20—30 мм, злегка відбивають, посипають сіллю, перцем і обсмажують із двох боків у розігрітій до температури 150—180°C сковороді з жиром.

Маса готового розсипчастого рису.  
Маса обсмажених овочів.  
Маса пасерованої цибулі.

Потім на біфштекс укладають заздалегідь обсмажені частки солодкого перцю, зверху кружальця баклажанів обсмажених без шкірки, дрібно нарізану пасеровану ріпчасту цибулю, свіжі помідори, нарізані кружальцями, поливають розтопленим маслом вершковим і запікають протягом 15—20 хв.

Подають біфштекс, поливши його соком, що виділився, прикрашають гілочками зелені.

#### 4.39. КАВУРМА ДЕ ПУЙ (КУРЧАТА, ТУШКОВАНІ У ВИННОМУ СОУСІ)

	БРУТТО	НЕТТО
Курчата	313	217
Маргарин	15	15
Цибуля ріпчаста	95	80
Томатне пюре	25	25
Перець гіркий стручковий	13	10
Перець червоний мелений	0,05	0,05
Перець чорний мелений	0,05	0,05
Чимбра (зелень)	5	4
Вино червоне	15	15
Часник	5,1	4
Маса тушкованих курчат	—	150
Маса соусу	—	100
Петрушка (зелень) або кріп	7	5
Гарнір № 4.48	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>400</b>

Підготовлені тушки курчат нарубують по 3—4 кусочки на порцію, обсмажують, додають дрібно нарізану пасеровану з томатним пюре ріпчасту цибулю, воду (50—60 г на порцію), стручковий перець, нарізаний півкільцями, сіль, спеції й тушкують до готовності. За 2—3 хв до закінчення тушкування вводять чимбру, кип'ячене вино, заправляють товченим часником.

Під час подавання посипають дрібно нарізаною зеленню петрушки або кропу. Можна окремо подати мамалігу (100—150 г).

#### 4.40. ЧУЛАМА ДЕ ПУЙ (КУРЧАТА, ТУШКОВАНІ В СМЕТАННОМУ СОУСІ)

Курчата	313	217
Цибуля ріпчаста	6	5
Морква	6	5
Петрушка (корінь)	7	5
Перець чорний горошком	0,05	0,05
Для соусу:		
Борошно пшеничне	5	5
Бульйон № 1.94	75	75
Масло вершкове	5	5
Сметана	50	50
Маса соусу	—	125
Маса тушкованих курчат	—	150
Гарнір № 4.48, 1.325, 1.342, 1.450	—	150
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>425</b>

Підготовлені тушки курчат нарубують по 3—4 кусочки на порцію, припускають із додаванням цибулі ріпчастої, моркви, коренів петрушки й перцю чорного горошком. На отриманому бульйоні готують соус.

Для соусу: злегка пасероване на вершковому маслі борошно з'єднують із бульйоном, додають доведену до кипіння сметану й проварюють протягом 3—5 хв. Соус проціджують, заливають ним курчат і тушкують протягом 5—10 хв. Подають чуламу в порційному посуді.

Гарніри: рис варений, овочі варені з жиром, локшина домашня або мамаліга.

#### 4.41. СЕРМЕЛУЦЕ КУ КАРНЕ ДЕ ПАСЕРЕ (ГОЛУБЦІ З М'ЯСОМ ПТИЦІ)

	БРУТТО	НЕТТО
Виноградне листя	64	60
або капуста білокачанна свіжа	200	160
Кури	154	74 <sup>1</sup>
Крупи рисові	15	15
Морква	25	20
Петрушка (корінь)	27	20
Цибуля ріпчаста	25	21
Томатне пюре	14	14
або помідори свіжі	31	26
Маргарин	20	20
Петрушка (зелень), кріп	9	7
Маса напівфабрикату з виноградним листям	—	220
Маса напівфабрикату з капустою	—	320
Бульйон курячий	50	50
Квас хлібний № 1.98	50	50
Маса бульйону й квасу після тушкування	—	60
Маса тушкованих голубців із виноградним листям	—	170
Маса тушкованих голубців із капустою	—	270
Сметана	20	20
<b>Вихід: з виноградним листям та сметаною</b>	<b>—</b>	<b>250</b>
<b>з капустою та сметаною</b>	<b>—</b>	<b>350</b>

М'якоть курей зі шкірою подрібнюють на м'ясорубці, з'єднують із заздалегідь перебраними й промитими рисовими крупами, пасерованими коренями з томатним пюре або помідорами, дрібно нарізаною зеленню, сіллю.

Готовий фарш кладуть на бланшироване виноградне листя або зварені до напівготовності капустяні пелюстки, надаючи виробу конусоподібної форми. Вироби укладають у посудину, заливають курячим бульйоном, квасом, накривають кришкою й тушкують протягом 1—1,5 год.

Подають голубці по 8—10 шт. на порцію з рідиною, в якій вони тушкувалися, і поливають сметаною.

### СОУСИ

#### 4.42. СОУС МУЖДЕЙ

Часник	321	250
Олія	130	130
Бульйон № 1.94 або вода	400	400
Оцет 3%-й	200	200

М'якоть зі шкірою.



	БРУТТО	НЕТТО
Сіль	20	20
Петрушка (зелень)	27	20
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>

Часник, товчений із сіллю, з'єднують із заздалегідь прожареною охолодженою олією й холодною кип'яченою водою або бульйоном, додають оцет, сіль, дрібно нарізану зелень.

Перед подаванням соус муждей перемішують.

Подають до м'ясних і рибних страв.

#### 4.43. СОУС ДЕ ЧАПЕ КУ РОШИЙ (СОУС ІЗ ЦИБУЛІ З ПОМІДОРАМИ)

Цибуля ріпчаста	536	450
Олія	45	45
Помідори свіжі	941	800
Бульйон № 1.94 або вода	150	150
Цукор	30	30
Перець чорний мелений	1	1
Лавровий лист	0,02	0,02
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>

Дрібно нарізану ріпчасту цибулю злегка пасерують, додають протерті без шкірки й насіння помідори та уварюють до густої консистенції. Потім вводять бульйон або воду й варять протягом 5—10 хв. Наприкінці варіння кладуть цукор, сіль, перець, лавровий лист.

Подають до холодних страв.

#### 4.44. МАРИНАТЕ ДЕ ЛЕГУМЕ (МАРИНАД ОВОЧЕВИЙ)

Морква	438	350
Цибуля ріпчаста	238	200
або цибуля-порей	263	200
Петрушка (корінь)	40	30
Селера (корінь)	44	30
Томатне пюре	100	100
Олія	100	100
Бульйон № 1.94 або вода	500	500
Вино (біле сухе)	100	100
Цукор	20	20
Петрушка (зелень)	68	50
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>

Овочі й білі корені нарізують соломкою, пасерують на олії, додають томатне пюре й пасерують ще 3—5 хв. Після цього вводять бульйон або воду й кип'ятять протягом 15—20 хв. Наприкінці варіння додають цукор, сіль, кип'ячене вино, посипають дрібно нарізаною зеленню.

Використовують під час тушкування м'ясних і рибних страв.

## СОЛОДКІ СТРАВИ

#### 4.45. ПРУНЕ КУ НУЧ ІН СИРОП (ЧОРНОСЛИВ ІЗ ГОРІХАМИ В СИРОПІ)

	БРУТТО	НЕТТО
Чорнослив	45	67/50 <sup>1</sup>
Горіхи волоські	58	26
Для сиропу:		
Цукор	40	40
Вода	60	60
Вино столове сухе червоне	10	10
Маса сиропу	—	100
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>175</b>

Перебраний і промитий чорнослив заливають водою, доводять до кипіння, залишають у ній до повного набухання. Чорнослив, після видуження кісточок, заповнюють ядрами волоських горіхів і проварюють у цукровому сиропі. Сироп пропіджукують, з'єднують із кип'яченим вином і охолоджують.

Під час подавання чорнослив кладуть у креманки або вазочки, а зверху поливають сиропом.

#### 4.46. КИСЕЛ ДЕ ВІН РОШУ КУ ФРІШКЕ (КИСІЛЬ ІЗ ЧЕРВОНОГО ВИНА ЗІ ЗБИТИМИ ВЕРШКАМИ)

Вино столове сухе червоне	60	60
Цукор	20	20
Кислота лимонна	0,02	0,02
Крохмаль	8	8
Вода	90	90
Маса готового киселю	—	150
Вершки (жирн. 35%)	50	50

**Вихід — 200**

У червоне вино додають цукор, лимонну кислоту й доводять до кипіння. Крохмаль розводять охолодженою кип'яченою водою і проціджують. Підготовлений крохмаль вливають у кипляче вино при безперервному помішуванні й знову доводять до кипіння.

Подають кисіль охолодженим у вазочках або склянках зі збитими вершками.

#### 4.47. ДЕСЕРТ "ДАРУР МІЛЕ МОЛДОВЕЙ" (ДЕСЕРТ "ДАРИ МОЛДОВИ")

Яблука	44	31/25 <sup>2</sup>
Груші	42	31/25 <sup>2</sup>
Айва	42	30/25 <sup>2</sup>
або персики	33	30/25 <sup>2</sup>
або абрикоси	35	30/25 <sup>2</sup>
Виноград	26	25

<sup>1</sup> У чисельнику вказана маса набухлого чорносливу з кісточками, у знаменнику — без кісточок.

<sup>2</sup> Маса варених плодів і ягід.

	БРУТТО	НЕТТО
або чорнослив	22	33/25 <sup>1</sup>
Маса варених плодів і ягід	—	100
Сироп № 4.45	80	80
Горіхи волоські	44	20
Вино десертне біле	15	15
<b>Вихід</b>	—	200

Яблука, груші, айву обчищають від шкірки, видаляють насіннєві гнізда, а у персиків або абрикосів — кісточки, фігурно нарізують скибками. Айву, а також яблука й груші з тугою м'якоттю, бланширують в окропі протягом 5—10 хв, охолоджують у проточній воді й варять протягом 3—5 хв у цукровому сиропі. Воду, в якій бланширувалися плоди, використовують для приготування сиропу. Потім додають виноград цілим або набухлий чорнослив без кісточок, подрібнені горіхи й біле десертне вино, проварюють протягом 5 хв і охолоджують.

Подають десерт у креманці.

## БОРОШНЯНІ СТРАВИ Й ВИРОБИ

### 4.48. МЕМЕЛИГЕ (МАМАЛИГА)

Борошно кукурудзяне	335	335
Вода	1000	1000
Сіль	10	10
<b>Вихід</b>	—	1000

У посудину з товстим дном наливають воду, солять, доводять до кипіння. У киплячу воду всипають третину підсушеного кукурудзяного борошна, проварюють протягом 15 хв на слабкому вогні, всипають борошно, що залишилося, і варять, періодично помішуючи, до утворення однорідної маси й загуснення. Потім мамалигу залишають на плиті з помірним підігрівом, щільно закривши посудину кришкою.

Мамалигу подають як гарнір до рибних, м'ясних страв і страв із птиці або як самостійну страву.

### 4.49. МЕМЕЛИГЕ КУ УНТ, СКРОБ, БРИНЗЕ, СМІНМІНЕ (МАМАЛИГА З МАСЛОМ, ЯЄЧНЕЮ, БРИНЗОЮ, СМЕТАНОЮ)

Мамалига № 4.48	—	150
Масло вершкове	15	15
Скроб № 4.20	—	40
Бринза	42	40 <sup>2</sup>
Сметана	40	40
<b>Вихід</b>	—	285

Готову мамалигу укладають на підігріту тарілку або спеціальну порційну дощечку й поливають маслом вершковим. Окремо подають скроб, терту бринзу, сметану.

- <sup>1</sup> У чисельнику вказана маса набухлого чорносливу з кісточками, у знаменнику — маса чорносливу без кісточок.
- <sup>2</sup> Маса тертої бринзи.

### 50. КОЛЩУНАШ МОЛДОВЕНЕШТЕ (ВАРЕНИКИ ПО-МОЛДОВСЬКИ)

	БРУТТО	НЕТТО
Тісто для вареників № 1.432	90	90
Для фаршу:	112	84/80 <sup>1</sup>
Картопля	48	40
Цибуля ріпчаста	10	10
Масло вершкове	—	20
Маса пасерованої цибулі	—	100
Маса фаршу	—	190
Маса напівфабрикату	—	205
Маса готових вареників	26	25
Бринза	25	25
Сметана	—	255

#### Вихід

Готове тісто тонко розкачують (завтовшки 1—1,5 мм), вирізують кружальцем на середину яких кладуть фарш, і зачіпають краї. Вареники опускають у киплячу підсолену воду й варять при слабкому кипінні протягом 5—7 хв.

Для фаршу: у варену протерту картоплю додають пасеровану ріпчасту цибулю, сіль, спеції й добре перемішують.

Під час подавання вареники посипають тертою бринзою, окремо подають сметану.

### 51. АЛИВАНКЕ (ПИРІГ ІЗ БОРОШНА Й СИРУ)

Борошно пшеничне	20	20
Борошно кукурудзяне	30	30
Молоко	32	30 <sup>2</sup>
Сир	30	30
Яйця	1/2 шт.	20
Сметана	25	25
Маса тіста	—	153
Маргарин	5	5
Сухарі	5	5
Лист (для змащування виробів)	1/10 шт.	4
Маса напівфабрикату	—	165
Маса готового пирога	—	150
Сметана	20	20

#### Вихід

Просіяне борошно заварюють киплячим молоком, добре перемішують. Після цього кладуть протертий сир, жовтки яєць, сметану, сіль і ще раз перемішують. В отриману масу обережно вводять заздалегідь збиті білки яєць і знову добре перемішують.

Приготовлену масу кладуть шаром 30—40 мм на змащений маргарином лист, посипаний сухарями, поверхню маси розрівнюють, змащують яйцями й зачіпають протягом 20—30 хв до утворення на поверхні рум'яної кірочки.

Під час подавання нарізаний на куски квадратної або прямокутної форми пиріг поливають сметаною.

- <sup>1</sup> У чисельнику вказана маса нетто, у знаменнику — маса вареної протертої картоплі.
- <sup>2</sup> Маса кип'яченого молока.

#### 4.52. БАБЕ МОЛДОВЕНЕШТЕ (БАБКА ПО-МОЛДОВСЬКИ)

	БРУТТО	НЕТТО
Борошно пшеничне	45	45
в тому числі на підпилення	2	2
Яйця	<sup>3</sup> / <sub>8</sub> шт.	15
Сіль	1	1
Маса тіста	—	59
Маса локшини (напівфабрикат)	—	44
Маса готової локшини	—	110
Масло вершкове	10	10
Молоко	10	10
Яйця	<sup>1</sup> / <sub>3</sub> шт.	13
Ванілін	0,01	0,01
Маргарин (для змащування листів)	4	4
Маса напівфабрикату	—	140
Маса запеченого виробу	—	115
Рафінадна пудра	10	10
Вихід	—	125

З борошна, яєць і солі, без додавання води, замішують круте тісто, яке витримують 20—30 хв, накривши вологою тканиною. Готове тісто тонко розкачують (завтовшки 1 мм), підсушують, нарізують на смужки завширшки 35—45 мм, які, у свою чергу, ріжуть упоперек на смужки завширшки 3—4 мм або соломкою. Потім локшину відварюють у підсоленій воді до готовності й заправляють маслом вершковим.

У заправлену локшину вводять суміш молока з яєчними жовтками, збиті на густу піну яєчні білки, ванілін, перемішують, кладуть на змащений маргарином лист і запікають.

Під час подавання посипають рафінадною пудрою.

#### 4.53. ПЛИКУШОАРЕ КУ БОСТАН (КОНВЕРТИКИ З ГАРБУЗОМ)

	БРУТТО	НЕТТО
Борошно пшеничне	1800	1800
в тому числі на підпилення	150	150
Маргарин	875	875
Сметана (жирн. 20%)	875	875
Сіль	30	30
Ванілін	3,5	3,5
Маса тіста	—	3500
Для фаршу:		
Гарбуз	2857	2000
Цукор	500	500
Маса фаршу	—	2500
Маса напівфабрикату	—	6000
Маса готових конвертиків	—	5000
Рафінадна пудра	100	100
Вихід	—	100 шт. по 50 г +1 г пудри

Маргарин розм'якшують, збивають, додають сметану, сіль, борошно, ванілін і перемішують до утворення однорідної маси. Підготовлене тісто тонко розкачують (завтовшки 3—4 мм) на підпиленому борошні столі й нарізують на квадратики. На середину квадратиків кладуть підготовлений дрібно січений

замішаний із цукром гарбуз, закривають фарш, надаючи виробу форми конвертика.

Випікають при температурі 200—225°C протягом 10—15 хв. Готовий виріб посипають рафінадною пудрою.

#### 4.54. МАЛАЙ

	БРУТТО	НЕТТО
Борошно кукурудзяне	350	350
Молоко	611	580 <sup>1</sup>
Цукор	60	60
Масло вершкове	40	40
Сіль	8	8
Борошно пшеничне	150	150
Гідрокарбонат натрію (сода питна)	1	1
Ванілін	0,04	0,04
Маса тіста	—	1160
Для змащування виробу	20	20
Маса напівфабрикату	<sup>1</sup> / <sub>2</sub> шт.	20
Для змащування листа	—	1200
Вихід	—	1000

Просіяне кукурудзяне борошно заварюють киплячим молоком, додають цукор, масло вершкове, сіль і охолоджують. В отриману масу додають пшеничне борошно, гідрокарбонат натрію, ванілін і ретельно перемішують.

Підготовлену масу кладуть шаром 40—50 мм на змащений маслом і посипаний сухарями лист, поверхню маси розрівнюють, змащують яйцями й запікають до утворення на поверхні рум'яної кірочки.

Під час подавання малай нарізують на порції масою 50—100 г.

#### 4.55. АЛУАТ ПЕНТРУ ПЛЕЧИНТЕ ШИ ІНВІРТІТЕ (ТІСТО ПРІСНЕ Й ВИТЯЖНЕ)

	Тісто прісне для плечинд		Тісто витяжне для вертут	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Борошно пшеничне	620	620	625	625
Кефір напівжирний	350	350	—	—
Яйця	1 <sup>1</sup> / <sub>4</sub> шт.	50	—	—
Яйця (жовтки)	—	—	1 шт.	16
Цукор	10	10	—	—
Сіль	10	10	10	10
Вода	—	—	350	350
Олія	20	20	40	40
Вихід	—	1000	—	1000

Тісто прісне для плечинд. Замішують тісто з борошна, кефіру, яєць, цукру й додаванням солі, наприкінці замішування кладуть олію й витримують протягом 30—40 хв.

Тісто витяжне для вертут. У воду, нагріту до температури 30—35°C, додають сіль, олію, жовтки яєць, перемішують, з'єднують із борошном і замішують тісто. Потім тісто витримують протягом 40—50 хв.

Маса кип'яченого молока.



**4.56. ПЛЕЧИНТЕ КУ ЧАПЕ ВЕРДЕ  
ШИ ОУ, САУ БРИНЗЕ ШИ МЕРАР  
(КОРЖІ З ФАРШЕМ ІЗ ЗЕЛЕНОЇ  
ЦИБУЛІ Й ЯЄЦЬ АБО СИРУ  
З КРОПОМ)**

	БРУТТО	НЕТТО
Тісто для плечинд № 4.55	—	7500
Борошно пшеничне на підпилення	600	600
Фарш № 4.57, 4.58	12400	12300
Маса напівфабрикату	—	20400
Олія	1000	1000
Сметана	1000	1000
<b>Вихід</b>	—	100 шт. по 200 г

Тісто розділяють на кульки масою 75 г, розкачують їх на коржі завтовшки 0,5—1,0 мм, на середину яких кладуть фарш, краї заціплюють до середини й формують виріб у вигляді круглого коржа завтовшки 10 мм. Потім смажать основним способом.

Гарячі плечинди з обох боків змащують сметаною й доводять до готовності у духовій шафі протягом 5 хв.

**4.57. УМПЛУТУРЖ  
ДИН ЧАПЕ ВЕРДЕ  
ШИ ОУ (ФАРШ ІЗ  
ЗЕЛЕНОЇ ЦИБУЛІ  
ТА ЯЄЦЬ)**

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйця	10 шт.	400	3 шт.	120
Сир	—	—	798	790
Кріп свіжий або кріп солоний консервований	—	—	149	110
Цибуля зелена	675	540	112	110
Петрушка (зелень)	20	15	—	—
Сіль	10	10	8	8
Маргарин	80	80	—	—
<b>Вихід</b>	—	1000	—	1000

Фарш із зеленої цибулі та яєць № 4.57. Зварені круто яйця дрібно січуть, з'єднують із дрібно нарізаними зеленою цибулею, зеленню петрушки, додають сіль, розтоплений маргарин і перемішують.

Фарш сирний із кропом № 4.58. Сир протирають, з'єднують із дрібно нарізаним кропом, сирими яйцями, сіллю й ретельно перемішують. Якщо використовують солоний кріп, то його промивають і сіль у фарш не додають.

**4.59. ІНВІРТІТЕ КУ ВАРЗЕ ШИ КАРНЕ,  
САУ КАРТОФ ШИ КАРНЕ  
(ВЕРТУТА З КАПУСТОЮ Й М'ЯСОМ  
АБО КАРТОПЛЕЮ Й М'ЯСОМ)**

	БРУТТО	НЕТТО
Тісто для вертут № 4.55	—	4500
Борошно пшеничне на підпилення	250	250
Масло вершкове (для змащування тіста)	800	800
Олія (для розробляння тіста)	165	165
Фарш № 4.60, 4.61	—	5750
Яйця (для змащування вертут)	5 шт.	200
Олія (для змащування листа)	35	35
Маса напівфабрикату	—	11665
Масло вершкове (для змащування готових виробів)	200	200
<b>Вихід</b>	—	10000

Готове витяжне тісто (реп. № 4.55) розкачують, переносять на чисте полотно й руками витягують до товщини цигаркового паперу. Поверхню тіста змащують сумішшю розтопленого масла вершкового та олії, після цього розкачують по всій поверхні фарш (реп. № 4.60, 4.61), тісто скручують у вигляді рулету, який після цього знову скручують, одержуючи виріб у формі спіралі. Вертуту кладуть на лист, змащений олією, поверхню змащують яйцями й випікають при температурі 220—240°C протягом 15—20 хв.

Гарячу вертуту змащують маслом вершковим і накривають чистим рушником, щоб пом'якшилася кірочка.

Під час подавання розрізують на порції масою 100—150 г, поливають маслом вершковим (7—10 г) або окремо подають сметану або грибний, або сметанний соуси по 50—75 г на порцію.

Вертуту можна подати як гарнір.

**4.60. УМПЛУТУРЕ  
ДИН ВАРЗЕ КУ  
КАРНЕ (ФАРШ  
КАПУСТЯНИЙ  
ІЗ М'ЯСОМ)**

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
М'янина (котлетне м'ясо)	604	515	692	590
Капуста білокачанна свіжа	750	600/450 <sup>1</sup>	—	—
або капуста квашена	857	600/450 <sup>1</sup>	—	—
Картопля	—	—	687	515/500 <sup>2</sup>
Цибуля ріпчаста	310	260/130 <sup>3</sup>	333	280/140 <sup>3</sup>
Маргарин	105	105	75	75
Яйця	2 шт.	80	—	—
Перець чорний мелений	0,5	0,5	0,5	0,5
Сіль	10	10	10	10
Петрушка (зелень)	14	10	14	10
<b>Вихід</b>	—	1000	—	1000

<sup>1</sup> Маса обсмаженої капусти.  
<sup>2</sup> Маса протертої картоплі.  
<sup>3</sup> Маса пасерованої цибулі.

Для приготування фаршу капустяного з м'ясом свинину нарізують на куски, подрібнюють на м'ясорубці (решітки діаметрів 5 і 9 мм) та обсмажують до утворення рум'яної кірочки. Попередньо нашатковану й обсмажену білокачанну або квашену капусту, дрібно нарізану пасеровану цибулю з'єднують з обсмаженим подрібненим м'ясом, сирими яйцями, додають сіль, перець, дрібно нарізану зелень петрушки й добре перемішують.

Для приготування картопляного фаршу з м'ясом очищену картоплю відварюють, протирають гарячою, охолоджують, з'єднують із дрібно нарізаним обсмаженим м'ясом, пасерованою ріпчастою цибулею, сіллю, перцем, дрібно нарізаною зеленню петрушки й ретельно перемішують.

#### 4.62. СТРУДЕЛ КУ НУЧ ШИ ДУЛЧАЦЕ (СТРУДЕЛЬ ІЗ ГОРІХАМИ Й ВАРЕННЯМ)

	БРУТТО	НЕТТО
Борошно пшеничне	3780	3780
Вода	970	970
Оцет 3%-й	275	275
Сіль	50	50
Яйця (жовтки)	16 1/2 шт.	257
Олія	250	250
Маса здобного витяжного тіста	—	5500
Для фаршу:		
Горіхи волоські	5000	2250
Варення	2200	2200
Печиво	1100	1100
Маса фаршу	—	5500
Масло вершкове (для розробляння тіста)	500	500
Маса напівфабрикату	—	11000
Олія (для змащування листів)	50	50
Маса готового струделя	—	9600
Пудра рафінадна	400	400
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>10000</b>

З борошна, води, оцту, солі замішують тісто, додають жовтки яєць, олію й добре перемішують. Тісто розстоюють для набухання клейковини протягом 40—50 хв. Потім його ділять на куски масою 0,2—0,3 кг, надаючи їм круглої форми, і витримують ще 30—40 хв.

Готове тісто розкачують, після цього переносять на чисте полотно й руками розтягують до товщини цигаркового паперу, згортають у 2 листи, заздалегідь збризкуючи розтопленим маслом вершковим. На поверхню кладуть фарш і скручують у вигляді рулету. Струдель кладуть на лист, змащений олією, й випікають при температурі 220—240°C протягом 15—20 хв.

Гарячий струдель змащують маслом вершковим (10—15% від норми) і накривають чистим рушником, щоб пом'якшилася кірочка.

Для фаршу: підготовлені горіхи подрібнюють на м'ясорубці, після цього перемішують із варенням і додають протерте сухе печиво.

Подають струдель по 100—150 г на порцію, посипавши рафінадною пудрою.

## СТРАВИ ЕСТОНСЬКОЇ КУХНІ

Національні естонські страви досить незвичайні й своєрідні. Дуже популярні страви з житнього, горохового, пшеничного та ячмінного борошна ("хампа"), що вживаються зі свіжим або кислим молоком, мультги-капсад — капуста, приготовлена зі свининою й крупами, та інші.

Важливе місце у споживанні посідає свіжа, солоня, копчена риба. В Естонії, як і в інших прибалтійських державах, виготовляють різноманітні сири, що мають високі смакові властивості.

З давніх часів головним продуктом харчування вважався хліб. До нього ставились бережливо, залишки його збирали й включали до найрізноманітніших страв.

До своєрідності естонської кухні можна віднести широкий асортимент продуктів і страв зі свіжої свинини (свинячі ніжки в желе, карбонад), а також копченого й солоного м'яса (смажена солонина, грудинка копчена, смажена).

В естонській кухні значне місце посідають фрукти, овочі та ягоди. З овочів, в основному, вживають брукву, ріпу, чорну редьку, гарбузи, капусту, з фруктів і ягід — яблука, чорниці, журавлину, брусницю, чорноплідну горобину. Мариновані овочі, фрукти (гарбузи, яблука тощо) і свіжі ягоди дуже широко використовують як гарніри до м'ясних і рибних страв, закусок.

З напоїв оригінальним смаком вирізняються кминний чай і медовий квас. До урочистих подій варять домашнє пиво з ячменю й солоду, яке подають у дерев'яних келихах.

У розділі представлено найпоширеніші страви естонської кухні. У більшості рецептур не наводяться дані про норми витрат солі і спецій. Встановлені норми вказано в загальному вступі до Збірника.

## ХОЛОДНІ СТРАВИ

### 1. МАСЛО КІЛЕЧНЕ, ОСЕЛЕДЦЕВЕ, ЯЄЧНЕ

	Масло кілечне		Масло оселедцеве		Масло яєчне	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло вершкове	840	840	520	520	400	400
Яйця	—	—	—	—	14 шт.	560
Цибуля ріпчаста	—	—	190	160	—	—
або цибуля зелена	—	—	200	160	113	90
або кріп	—	—	—	—	122	90
Кільки (пресерви) <sup>1</sup>	400	180	—	—	—	—
Оселедець (вимочений) <sup>1</sup>	—	—	729	350	—	—
<b>Вихід</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>	<b>—</b>	<b>1000</b>

<sup>1</sup> Норми закладки вказані на кільки в банках та оселедці необроблені солоні середні при розбиранні на філе (м'якоть).