

Sufleu de ciuperci

Chiar dacă pare incredibil, e tot o variațiune de chec. Sper să nu mă critice vreun bucătar din țara asta (sau alta), spunând că nu are legătură cu sufleul. E un aperitiv mai făinos decât trebuie, ce-i drept, dar trebuie să-l punem la locul de cinste pe care-l merită – a salvat multe dileme culinare în copilăria mea.

Facem o mică pauză ca să povestim despre mama Silvia, mama mea adică. Când mergea la piață în diminețile de weekend, știam că, dacă a luat ciuperci, aia era masa. Urma să servim ciuperci la micul-dejun și prânz, iar de cină nu se mai preocupa nimeni. Aveam omletă cu ciuperci, apoi ciuperci prăjite cu mărar, servite cu mămăliguță și, cu puțin noroc, sufleu.

Deci, mergeți la piață într-o sâmbătă dimineată și luați ingredientele principale: ciuperci champignon și mărar proaspăt.

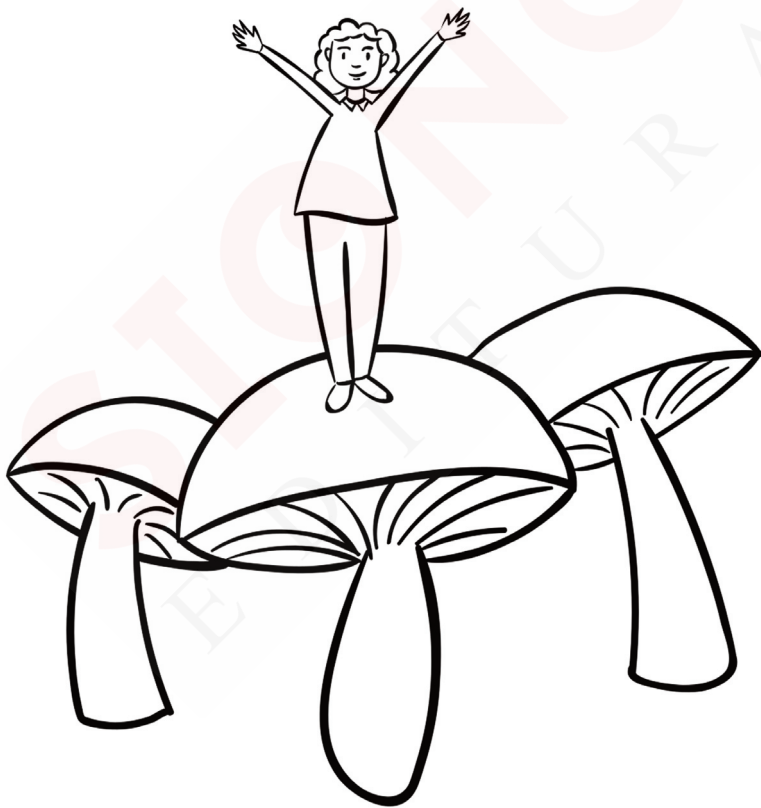
Nu știu să vă spun cantitatea, doar că, la un moment, o să vă plictisiți curățându-le – cred că juma' de kg. pentru 7 ouă din rețetă ar trebui să fie suficiente. Ciupercile se spală bine, se taie cuburi și se călesc în ulei sau unt. Când sunt gătit pe jumătate se adaugă mărarul, sarea și piperul. Eu pun și curcuma... Nu întrebați!

Se prepară aluatul de chec fără zahăr și arome. La gălbenușuri nu mai puneți ulei că deja avem de la călitul ciupercilor. Când e gata, se adaugă amestecul de ciuperci călite și se coace ca un chec. Puteți pune chiar mai puțină

făină.

Cert e că nu va fi un sufleu în adevăratul sens, dar asta nu-l face mai puțin gustos.

Se servește ca aperitiv. Puteți să-l luați și la birou pe post de prânz, cu un chefir.



Salată de vinete ca la bunica Georgeta

Nu există ceva mai frumos pe lumea asta decât mirosul de vinete coapte. Puteți să mă contraziceți, desigur, aștept scrisori pe adresa redacției.

Ingrediente:

- Vinete 2-3 bucăți (nu știu să vă spun cum să le recunoașteți pe alea bune, dar e bine să aveți ca referință propriul posterior pe la vârsta de 18 anișori; dacă nu, luați din piață, că e mai sigur să le nimeriți bune);
- Ulei;
- Ceapă (sau usturoi);
- Sare și zeamă de lămâie;

Vinetele se spală, se înțepă ici-colo cu vârful unui cuțit și se așează pe flacăra sau pe o chestie metalică specială. Mie îmi place să le las să plângă pe aragaz și să afume întreg living-ul de 40 de mp.

E important să știe toți vecinii cu ce vă ocupați. Le întoarceți din când în când, având grijă să aibă coaja aproape carbonizată, apoi le puneți puțin la scurs. Vinetele se curăță foarte ușor cu o lingură de supă: tăiați coada și apoi vânața pe jumătate. Scobiți interiorul cu lingura, având grijă să nu risipiți prea mult. Dacă vreți, le puteți lăsa să se răcească. Mie îmi plac calde.

Acum, legat de ceapă. Știți că nu e frumos ca noi, fetele, să mirosim a ceapă, ci doar a flori. Bunica mea, Georgeta, avea probleme cu gastrita, exact așa cum au și o parte din *business women*. Ea avea un *trick* să nu o mai deranjeze

ceapa crudă din salată.

Puneți la fiert apă într-un ibric. Tocați ceapa după aptitudinile dobândite până în acest moment. Merge și cu toporul. Puneți-o într-o strecurătoare și treceți apa fierbinte peste ea. În felul ăsta, ceapa se gătește puțin, exact cât e nevoie ca să nu resimțim acest festin și după trei zile.

Puneți vinetele într-un bol, adăugați ceapa opărită și sarea, apoi ajutați-le să se mărunțească cu un blender. Iarăși, sunt voci care o să spună că e bine pe un tocător de lemn cu o sculă de lemn de când era bunica fată. Așa e. E frumos să apelăm la tradiție când suntem la casa de la curte și tocăm vinete, uitându-ne în gol și așteptând să se coacă roșiile. În viața reală, când ajungi acasă la ora 7, ai vrea să mănânci la 8, ca să nu-ți iei sfântul Colebil după cină.

Adăugați la salată o linguriță de zeamă de lămâie (dacă vreți) și ulei cât considerați. Nu am sugestii la ulei, eu pun de floarea soarelui.

Le serviți pe pâine caldă (o să vă obișnuiți, la mine totul se servește cald, mai puțin băutura) cu roșii sau altă legumă care vă surâde.

Aroganță:

- Dacă aveți tahina (pastă de susan), puneți cam o linguriță și usturoi – și o să le zicem *baba ganoush*;
- Dacă tot ne-am dedat la alte culturi, astea merg cu lipie, chiar și integrală.

M-B-S Mămăligă cu brânză și smântână

Fetelor, nu trebuie să vă fie frică de această piatră de încercare a tuturor femeilor din România. Iată, eu am ajuns la 37 de ani și habar nu am să fac mămăligă. Dar o să vă învăț și pe voi cum să nu știți să faceți mămăligă și să nu faceți mare caz din asta. E foarte simplu.

Ingrediente:

- Mălai, marca nu spunem care, o să-l identificați ușor la raft, scrie 5 minute pe ambalaj;
 - Smântână grasă (20% nu e smântână, e iaurt cu pretenții);
 - Telemea de care vă place, urdă, burduf;
- Go wild!*

Știți că vă ziceam de cratița teflonată (dacă mai scriu crăticioară încă o dată o iau razna) de la Ikea în care e bine să facem orez?! Ei bine, e bună și pentru mămăligă. Puneți apă la fiert, tot cu o linguriță sare roz de Himalaya, cam trei sferturi din vas. Când fierbe, adăugați treptat mălai după ce ați dat focul mic, respectiv plita. Merge amestecat cu un tel. Făcălețul e *next level*. Trebuie să iasă un terci mai moale. Nu puneți mult mălai. Îmi dau seama că sfaturile mele sunt în acest moment aproape de zero barat, dar v-am zis că suntem aici să ne distrăm nu să atingem nirvana mămăligilor. Scăpați și un cub de unt acolo și lăsați să fiarbă încet alea cinci minute.

Cât fierbe mămăliga trebuie să vă povestesc cum mă pune mamaie să fac mămăligă pentru că era îngrijorată

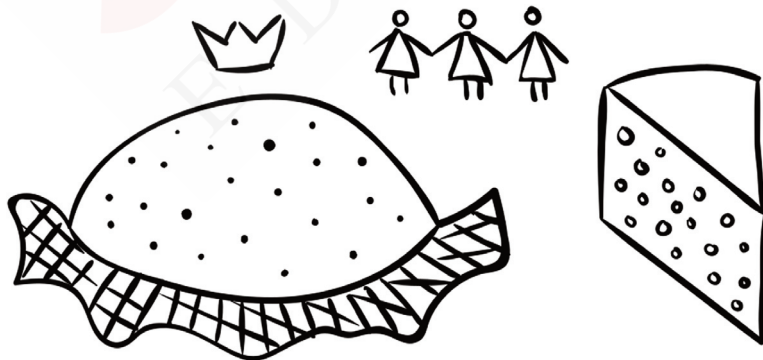
de viitorul meu. Stați liniștite că nu s-a prins nimic. Când și-a dat seama și ea de asta, a schimbat discursul: „*Auzi fă, nu vrei să te măriți cu dascălu’? Are și nasu’ lung ca tine...*” Ce să zic? N-am știut niciodată să aleg viața ușoară. Aia e!

Cred că s-a fiert măămăliga noastră până acum, așa că nu vă sfițiți să o consumați cum considerați de cuviință – fără remușcări.

Tips:

Un *dish* de mare rafinament la noi în țară este măămăliga alături de cartofi prăjiți (d-ăia adevărați) și usturoi verde. *Indulge yourself*, dar într-o vineri seară, ca să nu leșine nimeni la metrou de la miros de Hermes cu usturoi de ieri.

E o melodie care zice că *we can never be royals...* fata aia nu a auzit de Fetească Regală pesemne. Ei bine, merge la măămăligă și asta ne ajută să ne facem singure prințese dacă vrem.



Paste cu ton *As You Like It*

Aceste paste nu au nimic a face cu Shakespeare, dar vă alină sufletul mai ceva ca un sonet.

Ingrediente:

- Paste de bună calitate;
- Ton în ulei de măsline, nu mărunțit, ca să fie ușor de ales, mergeți direct pe brandul care la Mega se vinde în cutii de siguranță;
- Ardei gras;
- Ceapă verde;
- Conservă de porumb;
- Sare, piper, pilli-pilli, oregano uscat;
- Ulei de măsline și zeamă de lămâie;

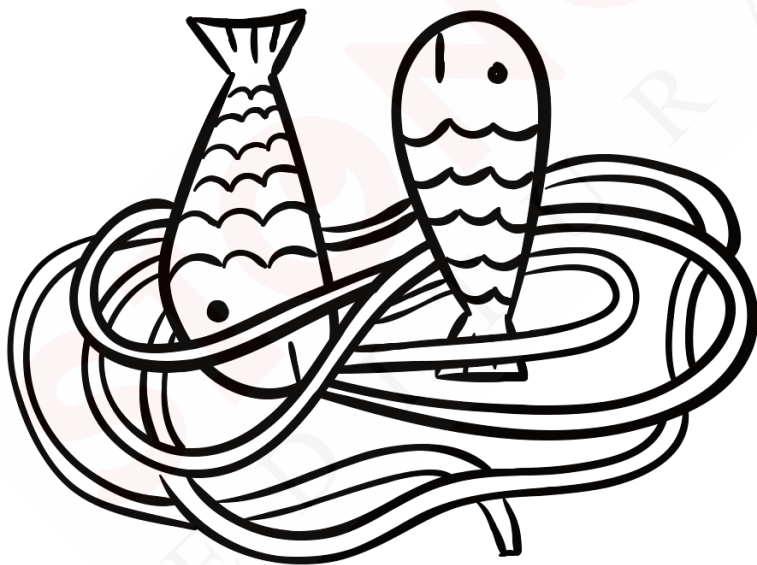
Pastele se gătesc conform indicațiilor de pe ambalaj.

Trebuie să facem o mică pauză să discutăm diete și mai ales lipsa lor. Să fim înțelese, eu nu încurajez dietele și rețetele de aici o să abunde în unt, se vor consuma cu pâine și voie bună. Am tot respectul pentru cine ține regim, dar prezenta rețetă se pretează la a fi gătită în lighean și consumată ca atare. Poate că ai nevoie de ea *during PMS*, poate ești singură acasă și te uiți la o reluare cu freakin' Cillian Murphy sau Tom Hardy, e dreptul tău să crezi momente de intimitate cu mâncarea.

Deci, fierbeți paste, le strecurați și apoi adăugați celelalte ingrediente (ceapa și ardeiul tocate, cum vă place, evident!) și pilli-pilli, opțional. Lăsați-le să se împrietenească puțin unele cu altele și consumați-le liber.

Tips:

Ajutați festinul ăsta cu un pahar (o sticlă) de Fetească Albă, în funcție de gravitatea problemei.



Paste proaspete cu ciuperci și pătrunjel

Dacă tot am deschis cutia cu paste, să deschidem și frigiderul cu produse proaspete, la care au muncit din greu alți oameni. Mie chiar îmi place să gătesc, dar recunosc că mai departe de lecția cu tăiteii nu am trecut.

Ingrediente:

- Tagliatelle proaspete;
- Ciuperci champignon sau alt soi (porcini de exemplu). Nu vă încurcați cu trufe din prima, cu atât mai puțin cu ulei cu aromă de trufe. Eu sunt snoabă, să nu ne înțelegem greșit, dar sunt locuri unde putem privi profesioniștii la treabă. Porcini uscate se înmoaie în apă fierbinte și se toacă. Deci, cam orice combinații sunt permise, doar nu vă apucați să culegeți singure ciupercile.
- Smântână dulce pentru gătit;
- Pătrunjel proaspăt;
- Sare, piper;

Secretul acestei rețete stă în simplitate. Nici nu are rost să încep discuția despre cât de mult le plac italienilor lucrurile simple, dar nu gătiți pentru un italian – *come se dice* la voi, sunt pricinoși.

Pastele se fierb după indicațiile de pe ambalaj. Aveți grijă ca, până sunt gata, să căliți ciupercile tocate în puțin ulei de măsline.

Nu e nevoie să se gătească prea mult.

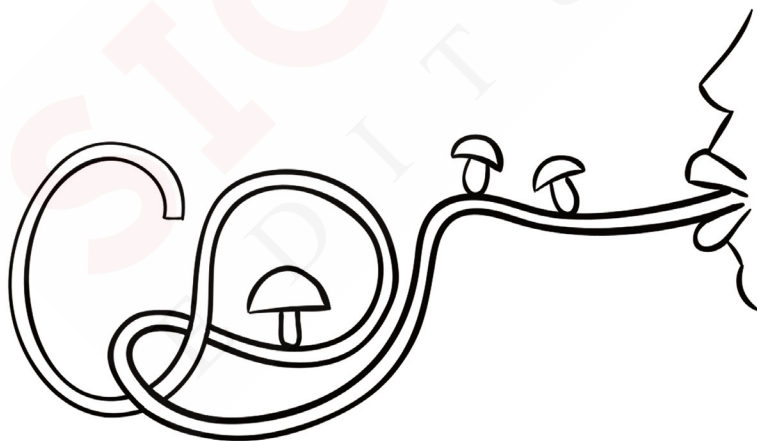
La final e foarte simplu: adăugați ciupercile călite la pastele fierte și scurse, smântâna dulce și pătrunjelul tocat.

Rugămintea e să le amestecați cu un clește special pentru a evita să le faceți țândări.

Tips, fără tricks:

- Puteți omite smântâna dulce și atunci e un preparat vegetarian (dacă pastele sunt fără ou);
- Piper proaspăt măcinat și/sau zdrobit în mojar vor face ca preparatul să arate mult mai profi.

E un preparat simplu și, dacă ai invitat pe cineva special la cină, spune-i ce gătești ca să aducă un vin bun.



Pauză lungă de cafea

... cu sau fără țigară. Suntem *smokers' friendly*.

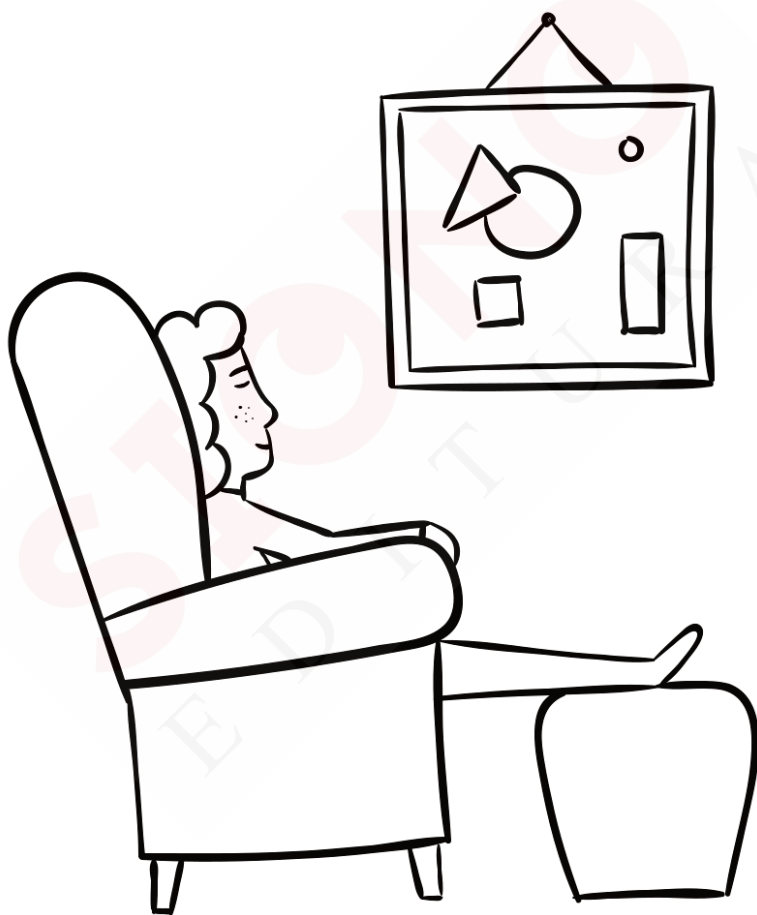
Când m-am apucat să scriu, mi-am propus să fie totul funny – mă folosesc mult de *self-mockery* când nu știu cum să reacționez. Îmi dau seama că nu se poate și explicația e relativ banală: uneori trebuie să ne luăm în serios și mesele, dar și pe noi. E important să ai încrederea și lejeritatea de a invita pe cineva la masă fără așteptări și fără să te simți vulnerabilă. Așa suntem noi, femeile puternice. Foarte sensibile. Ocazional, sensibilitatea asta se manifestă la nivelul ochilor și, odată pornit șuvoiul, e greu să-l mai oprești. Am făcut pauza de cafea. Pauză pentru mine, căci de multe ori uităm să ne bucurăm de ceva bun și accesibil ca un *flat white*. Genul ăla care nu are nevoie de nimic în plus și, dacă îi desfaci capacul, o să vezi că băiatul de la cafenea ți-a lăsat acolo o inimioară. Că și el te vede zilnic și, chiar dacă e total dezinteresat, poate să îți însenineze ziua într-un fel atât de simplu.

Da, nu o să reușesc să fiu *funny* peste tot. Dar asta pentru că viața noastră nu este compusă din *Insta-stories* (inițial am vrut să scriu *Kodak moments*) și *glitter*. Avem zile în care o să mâncăm niște dubioșenii pe care nu am recunoaște în veci că le-am mâncat. Așa cum avem zile în care uităm să mâncăm, în care desfacem cu mâinile tremurânde bomboana rătăcită în poșetă. E ok să fie așa. E ok să fim umane.

Ajunsă în punctul ăsta am avut relevanța vieții – e posibil

să găsești pe acel cineva cu care să împarți mesele, indiferent de vârstă.

Enjoy coffee! And life!



Paste cu sos roșu – rețeta di casa di Leuca

Casa di Leuca este casa alor mei, adică un apartament în cartierul Militari, unde eu am descoperit și testat mare parte din rețetele de aici. Chiar dacă nu am spus încă, nu îmi place risipa de niciun fel, deși consum foarte multă apă la duș. Lucrez cu mine să repar și acest neajuns, fiind perfectă în rest.

Astea sunt paste care se fac cu ce ți-a mai rămas prin frigider, prin cămară, pentru a valorifica ingrediente și, evident, pentru a nu face risipă.

Ingrediente:

- Spaghetti de bună calitate (știu că tocmai m-am contrazis, dar faceți alegeri înțelepte cu alimentele pe care le depozitați în cămară);
- Telemea;
- 1-2 cepe;
- Suc de roșii;
- Busuioc proaspăt din ghiveci sau oregano uscat;
- Sare, piper, pilli-pilli, ulei de măsline;

Înainte de orice, trebuie să vă spun că eu recomand să vă facă mama suc de roșii. Nu a mea, că ea are deja trei abonați și followeri la toate mesele importante. Nici rețeta n-aș ști să o includ aici, pentru că diferă de la an la an. Apogeul a fost atins în anul 2017, când a făcut un sos de roșii cu aromă de țelină apio și ierburi de toate felurile pe care le cultivă în grădina de la țară. Nu-mi ajung cuvintele să descriu cum iese un Bloody Mary cu sucul ăla, dar pen-

tru creativitate recomand unul înainte de masă.

Să revenim. Ceapa se curăță și se toacă cât de mărunț permite îndemânarea. Dacă nu aveți un suc de roșii, dar aveți ceva roșii cu care nu știți ce să faceți, că nu merg la salată, spălați-le și dați-le pe răzătoarea cu găuri mici (sau prin blender după ce le decojiți). O să iasă un sos de roșii proaspete pe care trebuie să îl puneți la fiert molcom în timp ce vă ocupați de celelalte ingrediente. Spaghetti se fierb conform instrucțiunilor de pe ambalaj, mereu *al dente*, mereu în apă cu sare.

Ceapa se călește în ulei de măsline până devine lucioasă. Va trebui să mă credeți pe cuvânt când spun că merită să călești ceapă pentru acest fel. Dați pe răzătoare și niște telemea uitată prin frigider – *It's cheese, cheese never gets old!* Recomand totuși să fie telemea de vacă. Între timp, sosul de roșii a fiert suficient, așa că-l puteți asezona cu sare, piper și oregano sau busuioc proaspăt, tocat mărunț și ceapa călită. Peste sosulețul ăsta se pune și telemeaua. Nu vă faceți griji, o să arate oribil. Garantat.

Le puteți amesteca cu cleștele menționat anterior sau montați pastele, adăugați sosul și un praf de pilli-pilli pentru efect final.

Supă cremă

Atât, generic... supă cremă.

Supa cremă este despre ce rădăcinoase ai prin frigider și ce ai în cămară uscat – cum ar fi linte. Supa, în general, este despre momente cu tine, nu despre ce trebuie să înveți când faci diversificarea alimentației copilului. Nici nu e de mirare că nu vor să renunțe la țâță – supa pentru ei nu e bună. Așadar...

Ingrediente:

- Ceapă uscată;
- Morcov;
- Cartof;
- Dovlecel;
- Păstârnac;
- Rădăcină de pătrunjel;
- Cartof dulce, dovleac;
- Linte;
- Sare, piper, pătrunjel proaspăt, pilli-pilli, curcuma, chimion;
- Ulei de măsline, smântână dulce, unt;

Eu nu sunt adepta supelor bază de cumpărat, dar, ocazional, ajung și acolo dacă situația o cere. Nu am nimic cu aceste adaosuri, doar că mi se pare mult mai simplu să le fac eu. Baza e formată din ceapă (se pune la fiert întreaga), morcov, cartof și rădăcinoase de-ale noastre. O să vedeți că lipsește rădăcina de țelină de acolo. Mi se pare că în combinația asta riscăm să devină vedetă. Are o aromă foarte puternică.

Puneți la fiert legumele într-un oală care să permită adăugarea ulterioară a unor ingrediente și apă să treacă de legume cam cu vreo trei degete. Pentru a estima cam cât să gătiți, puteți considera cam 250-350 ml de supă pentru fiecare persoană invitată la masă.

Dacă faceți supă cremă de cartofi, aveți grijă să predomine cartoful. Lăsați să se pătrundă toate legumele, adică să fie fierte, scoateți ceapa și dați totul la blender. Când eram mai tânără, eu puneam și unu-două gălbenușuri bătute în prealabil cu puțină apă rece. Se servește cu un cub de unt cu verdețuri sau cu unt și verdețuri (mai vorbim despre asta). Evident că ați asezonat cu sare și piper, doar nu o să vă țin de mână toată ziua.

Dacă vreți de linte, va predomina linte (clătită puțin înainte), scoateți ceapa, mixați, sare, piper, etc. – v-ați prins, nu?! E opțional să folosiți chimion, dar se pierde din farmec dacă nu o faceți. (Miroase ușor a transpirație, dar nu vă gândiți prea mult la asta!) Dacă vă place coriandru, serviți cu coriandru tocat – eu nu am reușit să mă împrietenesc deloc cu el. Stoarceți puțină lămâie, 4-5 picături de ulei de măsline și pilli-pilli. Merge cu crutoane de lipie dacă e timp pentru ele.

Orice altă supă cremă care trebuie să pară prețioasă, gen cartof dulce sau dovleac – pe același principiu. Astea se pot servi cu smântână dulce, așa ca-n pozele de pe instagram #foodporn.



Ce să faci până crește pâté-ul

Am apucat să vă zic de unt cu verdețuri, așa că facem o mică introducere (cuprins și final fericit) în *snacking*. Dacă ai invitat acasă prietenele și ai ajuns aseară prea târziu ca să gătești, poți încropi ceva simplu și de efect (*vai, mi-e puțin rușine pentru cum a ieșit. Mă scuzați'!*)