Реферат.

по дисциплине:

«зарубежная кулинария».

Тема:

«молдавская кухня».

Лысков В.И

РЭА. Г.В Плеханова. 2003г.

Оглавление.

1. Введение…………………………………………....02
2. История и особенности молдавской кухни……....03
3. Гостеприимство молдавского народа………….....08
	1. Первые блюда…………………………………...09
	2. Вторые блюда…………………………………...13
	3. Овощные блюда………………………………...19
	4. Соусы и заправки……………………………….22
	5. Кондитерские изделия………………………….24

4. Заключение…………………………………………29

 5. Список литературы………………………………..30

Введение.

 Молдавия - край богатых природных возможностей, край винограда, фруктов и разнообразных овощей, а также овцеводства и птицеводства. Не удивительно, что молдавская кухня издавна использует все эти богатства.

 Молдавская кухня хранит много оригинальных рецептов. В древние времена Молдавия находилась на оживленном пути "из варяг в греки", по которому греческие и византийские купцы везли свои заморские товары. От них и переняли молдаване некоторые кулинарные хитрости. Много ценного восприняли они и у своих северных соседей - славян.

История и особенности молдавской кухни.

 Молдавия - край богатых природных возможностей, край винограда, фруктов и разнообразных овощей, а также овцеводства и птицеводства. Не удивительно, что молдавская кухня издавна использует все эти богатства.
 Но кроме природных условий на развитие молдавской кухни огромное влияние оказали исторические судьбы молдавского народа, расположение Молдавии на стыке стран с разной культурой, на одном из древнейших и оживленнейших торговых путей "из варяг в греки".
 Связь с эллинской, а затем и с византийской культурой и с греческими обычаями в глубокой древности продолжала культивироваться и традиционно сохраняться и в период вхождения Молдавии в состав древнерусского государства в Х-XIII вв., и в период ее почти 180-летней самостоятельности (1359-1538 гг.), и позднее - в XVIII и XIX вв. Эта связь отразилась не только в том, что в молдавскую кухню вошел ряд греческих блюд (плэчинты, вертуты), ставших давно молдавскими, но и, главным образом, в том, что молдаване усвоили приемы и технологию, характерные для большинства средиземноморских, южно-европейских кухонь, с их любовью к масляному, вытяжному и слоеному тесту, к растительному (оливковому, подсолнечному) маслу, к применению сухого виноградного вина при изготовлении овощных и мясных блюд, к созданию пряно-пикантных соусов.

Вместе с тем на формирование молдавской кухни большое влияние оказало трехсотлетнее порабощение Молдавии Турцией. Турецкое влияние сказалось и в комбинированной обработке продуктов, и в склонности к использованию бараньего мяса, и в одинаковом названии ряда блюд, общих для всех балканских народов, входивших в состав Турецкой империи (гивеч, мусака, чорба и др.). Не чужды молдавской кухне и древнейшие славянские (русские и украинские) влияния. Об этом свидетельствуют и разработанная система соления и квашения овощей, и капустные пироги, и молдавские куличи. Но при всем при этом молдавская кухня сформировалась в очень цельную, самобытную кухню, со своими ярко выраженными признаками, сумела сплавить, органически сочетать разные, порой противоречивые влияния, нашла наиболее удачные вкусовые комбинации продуктов и выделила свои излюбленные пищевые материалы. Так, весьма характерно для молдавской кухни применение брынзы и кукурузы.
 Брынза - один из видов рассольного сыра из овечьего молока; она требует крайне малой выдержки (1-1,5 недели), приготовляется в Молдавии с древнейших времен в больших количествах, базируется на традиционном здесь овцеводстве, получившем наибольшее развитие XVII-XIX вв., когда оно было ведущей отраслью молдавского хозяйства. Брынза употребляется не только как повседневная закуска в натуральном виде, но и в тертом виде в качестве добавок и начинок к овощным, яичным, мучным и мясным блюдам.
 По сравнению с брынзой кукуруза стала характерным для молдавской кухни продуктом сравнительно недавно - всего 200 лет тому назад. Она была завезена в Молдавию лишь в XVII в. и широко распространилась в XVIII в., став прежде всего повседневной пищей бедняков. С течением времени в Молдавии научились приготовлять из кукурузы разнообразные блюда. Знаменита национальная каша мамалыга, широко используется кукуруза в супах и гарнирах, ее отваривают и пекут (в стадии молочно-восковой спелости), делают из кукурузной муки кондитерские изделия. В то же время в Молдавии традиционно употребляют пшеничный, а не кукурузный хлеб.
 В молдавской кухне огромную роль играют овощи. Из них готовят и гарниры, и самостоятельные блюда. Чаще всего их отваривают, пекут, фаршируют, тушат и солят, реже - жарят. Излюбленными и специфичными для молдавской кухни овощами являются зерновая и зеленая (стручковая) фасоль, чечевица, помидоры, гогошары, сладкий перец, баклажаны, кабачки.

 Бобовые часто употребляют в пюреобразном виде, взбитые с луком и растительным маслом. Остальные овощи, особенно перцы, баклажаны, гогошары, как правило, фаршируют либо другими овощами, либо рисом с овощами и мясом. Очень часто овощи употребляют с соусами, маринадами и другими заправками, приготовленными из вина, сметаны, пряных овощей и пряной зелени. Из различных овощей, тушенных на медленном огне с растительными и животными жирами и пряностями, приготовляют разнообразные овощные рагу - гивечи и мусаки,обладающие приятным слабопикантным вкусом. В такие овощные блюда часто добавляют брынзу, сметану, придающие им особую кисловатость и легкую солоноватость.
 Из пряной зелени и пряных овощей наибольшим спросом пользуются лук-порей и сельдерей, которые идут в Молдавии в больших количествах не только на приправы, но и в качестве самостоятельных блюд, и на квашение из других пряностей применяют кориандр в семенах, черный и душистый перец, гвоздику, лавровый лист, эстрагон, особенно в солениях. В большом употреблении также чеснок, составляющий основу для двух распространенных национальных молдавских подливок - муждеяи скордоли, а также идущий во все мясные и овощные блюда, особенно в бобовые. В молдавском фольклоре и в поверьях чеснок наделен чудодейственной силой. В прошлом в маловодной Молдавии с ее жарким летом и сырой зимой он был народным лечебным средством, применяемым вместе с пищей.

 Молдавской кухне, как уже отмечалось выше, свойственна терпимость к восприятию кулинарных обычаев соседних народов. Это легко заметить на примере мясных блюд. Молдаване используют в своих национальных блюдах в одинаковой степени и баранину (чорба, гивеч,мусака), и свинину (кырнецей, костица, мушка), и говядину (мититей), и домашнюю птицу (зама, рэсол и др.), находя для каждого вида мяса наиболее соответствующее ему овощное и пряное окружение. При этом явное предпочтение оказывают молодому, нежному мясу телят, ягнят, молодых петушков и цыплят. Мясо приготовляют обязательно в сочетании с овощами, по отношению к которым оно составляет в таких блюдах небольшую часть (четверть, треть, изредка половину - в гивече и мусаке), а также в сочетании с фруктами (телятину - с айвой, индейку - с абрикосами). Характерным для молдавской кухни является сочетание в мясных блюдах и соусах к ним сухого виноградного вина и томатного сока. Это придает мясу особую нежность и вместе с тем делает его более пикантным, что роднит молдавскую кухню с кухнями других романских народов, в том числе и с французской.

 Для технологии приготовления мясных национальных блюд характерно использование открытого огня и гратара - толстой железной решетки, расположенной над раскаленными углями из твердых лиственных пород деревьев (кизила, ореха, бука). Гратар предварительно смазывают маслом, салом или животным жиром, кладут на него мясо или птицу либо куском, либо в рубленом и затем спрессованном виде (дроб, мититей, кырнецей). Для тушения обычно используют духовку, а не наплитный огонь.

 Интересен и сладкий молдавский стол. Для него в основном используется богатое виноградное и фруктовое сырье - прежде всего айва, яблоки, слива, черешня, вишня, абрикосы. Широкое применение находят грецкие орехи. Стремление переработать это сырье в наиболее концентрированном виде повлекло за собой изготовление мармеладов, пастил и смокв (густых полусухих, бессиропных варений), а также особых желе (пелти) из уваренных фруктовых и ягодных соков. Используется и промежуточный продукт, получаемый при производстве виноградного вина - виноградный муст, т. е. густой, неосветленный и непрофильтрованный виноградный сок, на котором варят некоторые фрукты и овощи. Фрукты и вино применяются и при приготовлении кондитерских изделий - пирожных и печений из масляного слоеного теста. Любят молдаване и такие лакомства, как молдавская халва (альвица) и ореховая нуга, и в этом обнаруживается влияние ближневосточной, турецкой кухни. Гостеприимство молдавского народа.

В Молдавии есть обычай - встречать гостя в каса маре - самой красивой, празднично убранной комнате дома. Молдаване тонко чувствуют и ценят красоту, стремятся внести ее в свой быт. Поэтому и стол для гостя они накроют живописный, составленный из ярких, со вкусом оформленных блюд, и посуду подадут нарядную - расписанные керамические горшочки, миски, кружки. Легко и радостно гость почувствует себя за таким столом.

Гостя ни за что не отпустят, пока он не отведает знаменитого молдавского виноградного вина, которое является непременным компонентом многих блюд и напитков.
 Рюмка хорошего виноградного вина, по мнению молдаван, не только улучшает аппетит и поднимает настроение, но и позволяет тоньше почувствовать аромат блюда, ощутить весь его вкусовой букет.
 Напоследок гостю обязательно расскажут красивую легенду, которая определила эмблему молдавских вин: летящий белокрылый аист с гроздью винограда в клюве.
 По преданию, молдавская крепость, оборонявшаяся от турецких захватчиков, был спасена от голода и жажды аистами. Они принесли осужденным гроздья винограда из плодородных молдавских садов.Первые блюда.

Молдавские супы очень оригинальны. Они имеют приятный кисловатый вкус, насыщены овощами и зеленью. Традиционными для Молдавии являются чорба и зама.

Приготовление чорб.

1) На воде варят мясной бульон;

2) опускают в него нарезанные тонкой соломкой основные овощи чорбы;

3) через 10-15 мин опускают сменные компоненты чорбы, указанные в рецепте, за исключением фасоли, которую кладут в бульон вместе с основными овощами, или даже раньше их;

4) когда овощи сварятся, заливают в чорбу перекипяченный квас;

5) заправляют чорбу пряной зеленью, красным перцем, чесноком, иногда лавровым листом и солят;

6) готовой чорбе дают настояться 15-20 мин. Добавляют лимонную кислоту или сок лимона, если она недостаточно кислая. Иногда заправляют сметаной.
 Квас для чорбы (из отрубей). Глиняную посуду на 4-6 л наполняют до 1/4 объема пшеничными отрубями, смешанными с горстью кукурузной муки, слегка смачивают холодной водой, затем заливают крутым кипятком, чтобы посуда наполнилась на 3/4, хорошо размешивают и прибавляют 1,5-2 стакана закисших отрубей от прежнего кваса. Если их нет, то смачивают отруби не холодной водой, а простым квасом, если же нет кваса, можно взять молодую веточку вишни, крупно нарубить ее, перемешать с отрубями. Покрывают полотенцем и ставят на сутки в теплое место. Перед употреблением процеживают. Квас можно доливать на четверть или половину отливаемого объема.

**ЧОРБА.**
Чорба - кислый суп с мясом или птицей, в состав которого входит квас из отрубей, заменяемый теперь обычным хлебным квасом. Соотношение кваса и воды в чорбе постоянно - 1:2 (т. е. на каждый литр воды - пол-литра кваса). Для настоящей молдавской чорбы квас обычно готовят особый - из пшеничных отрубей, но, в крайнем случае, можно воспользоваться и покупным квасом. Этот квас кипятят отдельно и вливают в чорбу за 5 мин до полной готовности. Набор продуктов в чорбах в основном постоянен, меняется только мясо -говядина, молодой барашек, петух, куриные потроха - и в связи с этим какой-нибудь один овощной компонент. В чорбу непременно входят морковь, лук, петрушка, сельдерей, помидоры и пряная зелень - порей, укроп, любисток или эстрагон. Сменные компоненты: фасоль, картофель, капуста, сладкий перец, рис (заменяющий в некоторых чорбах картофель).
 Овощи в чорбу закладывают свежие, преимущественно молодые и ни в коем случае не обжаренные. Этим чорбы принципиально отличаются от украинских борщей и других так называемых заправочных супов.

**ЧОРБА ДЕРЕВЕНСКАЯ.**

500 г говядины, 20 стручков зеленой фасоли, порезанные на кусочки, 2 помидора, 1-2 картофелины, 1/4-1/8 кочана капусты, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка (корень и зелень), 0,5 сельдерея (корень и зелень), 1 ст. ложка укропа, 0,5 стебля любистока или 1 ст. ложка сухой зелени любистока, 1 лук-порей, 0,25 ч. ложки красного перца.

**ЧОРБА С БАРАШКОМ.**

500 г молодой баранины, грудинки, 2 ст. ложки промытого риса (вместо картофеля), 1-2 сладких перца (вместо капусты), 2 луковицы, 5 зубчиков чеснока, 2 ст. ложки сметаны для заправки, остальные продукты те же, что и в чорбе деревенской, но петрушки и моркови вдвое меньше.

**ЧОРБА ИЗ ПЕТУХА.**
1 петушок, остальные продукты те же, что и в чорбе с барашком, только без сладкого перца.

**ЧОРБА ИЗ ПОТРОХОВ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ**
 500 г потрохов (крылышки, шейка, желудок, сердце, печень) индейки, гуся, курицы, остальные продукты те же, что и для чорбы из петуха.

**ЧОРБА УВАРЕННАЯ**

500 г телятины, 0,5 л воды, 1 -1,5 стакана кваса, 4-5 картофелин, 1/4 кочана капусты, 3 луковицы, 4 помидора, 0,5 стакана сметаны, 1 морковь, 0,5 петрушки, 0,5 сельдерея, 3-4 лавровых листа, 4-5 зубчиков чеснока, 1 ст. ложка укропа, 0,5 ст. ложки любистока, 1 лук-порей, 0,25 ч. ложки красного перца.
 Чорбу уваренную готовят обычно из одного куска телятины. Порядок ее приготовления несколько иной.
Капусту, картофель, лук, морковь, петрушку нарезать кубиками или сравнительно крупными дольками и уложить на дно кастрюли, лучше всего казана, с толстыми стенками. Поверх положить кусок телятины, залить 1-1,5 стакана кипятка, плотно закрыть и поставить в духовку примерно на 1 ч. Затем добавить еще 1 стакан кипятка, перекипяченный квас, сметану, помидоры, соль и снова поставить в духовку на 15 мин. Перед подачей на стол заправить пряной зеленью и чесноком.

ЗАМА.

Зама от чорбы отличается, прежде всего, тем, что в ее состав входит сырое яйцо, взбитое вместе со сметаной. Кроме того, овощной набор замы гораздо уже: только морковь, лук, петрушка, сельдерей, иногда зеленая фасоль, картофель - но их по количеству больше. В место кваса, для замы используют лимонный сок.
Наконец, заму приготовляют только из курицы, цыпленка, потрохов птицы.
 Овощи нарезают тонкой соломкой.
Заправляют заму зеленью укропа и петрушки, красным перцем.

**ЗАМА С ЦЫПЛЕНКОМ.**

1 цыпленок, 2 стакана зеленой фасоли, 4 луковицы (возможен зеленый лук), 2 моркови, 1 петрушка, 0,5 сельдерея, 4 ст. ложки сметаны, 1 яйцо, 1-1,5 лимона (сок и мякоть без косточек), по 1 ст. ложке укропа и зелени петрушки, 0,5 ч. ложки красного перца.
Приготовить бульон из цыплят, опустить в него овощи (фасоль, морковь, петрушку, лук, сельдерей), проварить 15-20 мин на среднем огне, добавить лимонный сок, посолить, довести до кипения, снять с огня. Тщательно избить яйцо со сметаной в пену, влить порциями в еще не остывший суп и хорошо вымешать, не давая завариться белку. Заправить пряностями.

**СЫРБУШКА.**

Сырбушка - постный суп из молочной сыворотки, которой берут вдвое больше, чем воды.
В Молдавии в настоящую сырбушку используют сыворотку от овечьего молока.
0,5 л воды, 1 л сыворотки, 1 морковь, 1 луковица, 3-4 средних картофелины, 1,5-2 ст. ложки кукурузной муки (или манной крупы), 0,5 ч. ложки семян кориандра.
Сварить в воде целую или разрезанную вдоль пополам морковь и мелко нарезанный лук. Когда вода закипит, положить нарезанный крупной соломкой картофель и, когда он сварится, медленно засыпать через сито кукурузную муку, проварить 5-7 мин, затем влить сыворотку, посолить и добавить кориандр. Через 5 мин сырбушку будет готова.Вторые блюда.

**МЯСО И ПТИЦА. БЛЮДА ГРАТАРЕ.**

Мясные блюда молдавской кухни имеют острый, и в то же время нежный вкус, пикантный аромат. Связано это с особенностями приготовления мяса. Чаще всего его пекут на открытом огне - рашпере - или гратаре - решетке для жаренья на углях (решетку смазывают перед этим жиром).
 Для жаренья берут нежные части говядины: вырезку, толстый и тонкий край, верхнюю и внутреннюю части задней ноги - а также бараньи и свиные окорока и корейку.

 Варят мясо кусками не более 2,5 кг в небольшом количестве воды. Сначала его погружают в горячую воду, чтобы в отвар перешло как можно больше питательных веществ.
 При тушении используют соусы, сухие вина, маринованные ягоды, пряности, различные овощи, которые способствуют тому, что мясо становится более нежным, сочным, ароматным. Тушеное мясо вкуснее, если его приготовить в порционных горшочках на духовке.

 **ДРОБ (ГОЛУБЦЫ ИЗ БАРАНЬЕГО САЛЬНИКА)**
 500 г ливера, 1 бараний сальник, 2 яйца, 6 луковиц, 3-4 ст. ложки тертой брынзы, 10-12 горошин черного перца, 1 ст. ложка укропа и петрушки.
 Сердце, легкие, печень барашка обжарить на масле с луком и потушить до полной готовности, а затем пропустить через мясорубку или мелко изрубить. В фарш добавить сырые яйца, соль, молотый перец, пряную зелень и хорошо вымешать. Затем промыть сальник, разрезать его на квадраты размером 15х15 см и на каждый положить фарш, завернув затем как голубцы. Каждый "голубец" обжарить с обеих сторон, после чего уложить все в ряд плотно на противень, посыпать тертой брынзой и поставить в духовку на 10-15 мин.Дроб подается только горячим, с отварным картофелем и свежими помидорами.

**ДРОБ В ТЕСТЕ.**

150 г муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла (растительного или топленого), остальные продукты те же, что и в предыдущем рецепте.
 Замесить пресное тесто. Очень тонко раскатать его, нарезать на крупные квадраты, на каждый положить фарш и завернуть тесто так, чтобы края его не заходили один за другой, а были бы слеплены тонким швом.
Далее готовить, как дроб из сальника.

**ГИВЕЧ ИЗ БАРАШКА.**
 500 г баранины, 1 стакан кипятка, 1-2 ст. ложки масла, 1,5 стакана томатного сока, 2 картофелины, 2 луковицы, 2 помидора, 2-3 стручка сладкого (болгарского) перца, 1 морковь, 1 петрушка, 0,5 кабачка, 0,5 баклажана, 0,5 кочана цветной капусты, 10 стручковфасоли, 8 горошин черного перца, 1 щепотка красного перца, 4 зубчика чеснока, по 1 ст. ложке укропа и петрушки.
 Баранину нарезать кусками как для гуляша, обжарить на смеси сливочного и подсолнечного масла, положить в кастрюлю, залить кипятком, прокипятить молодую баранину 20 мин, старую - 50 мин. Добавить нарезанные дольками и предварительно обжаренные картофель, морковь, петрушку, баклажаны. Потушить 10 мин, залить томатным соком, добавить фасоль, сладкий перец, цветную капусту, посолить и довести до кипения на медленном огне. Положить помидоры, чеснок, пряную зелень, поперчить и поставить в духовку на 15-20 мин.

**МУСАКА**

Мусака - наиболее распространенное в Молдавии мясное блюдо, половину которого, а иногда и более, составляют овощи. Возможны и совершенно овощные, вегетарианские мусаки.
 Особенность приготовления мусаки состоит в том, что все продукты закладывают в нее одновременно, а затем тушат, причем во время тушения за кушаньем не надо следить, поскольку время тушения строго определено. Главное - правильно подготовить и заложить в кастрюлю продукты, предназначенные для мусаки.

После этого в течение 1 ч. хозяйка может быть совершенно свободна: печь сама сделает свое дело.
Мясо, используемое в мусаку - баранина, но может быть и телятина. Основные и обязательные овощи в мусаке - лук, баклажаны, помидоры; дополнительные и сменные - капуста, картофель, кабачки. Обычно в мусаке наряду с основными присутствует один из сменных овощей. Пряности для мусаки - чеснок, лавровый лист, черный или красный перец, зелень укропа и петрушки; жиры - подсолнечное масло и сметана.
 Приготовление мусаки. Мясо режут на кусочки, как для гуляша, и слегка отбивают. Овощи, за исключением капусты, режут кружками, капусту - соломкой. На дно широкой и неглубокой кастрюли, смазанной сливочным маслом, кладут слой баклажанов, затем слой лука, помидоров, кабачков, на них - слой мяса. Затем слои повторяют. Через каждые 2-3 слоя мусаку пересыпают пряностями. Особенно сдабривают мясной слой в середине, а также верхний овощной слой. Сверху мусаку заливают подсолнечным маслом и сметаной. В духовке мусаку выдерживают 1 ч. Посыпают зеленью. Подают горячей, с соусом, в котором варилась.
 Для мусаки с барашком: 500 г баранины, 2 баклажана, 2 помидора, 1 кабачок, 3-4 луковицы, 1/4 кочана капусты, 1-1,5 стакана сметаны, 2 ст. ложки подсолнечного масла, 3-4 лавровых листа, 6-8 горошин черного молотого перца, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ст.ложка укропа, 1 головка чеснока.
 Мусаку можно делать также с мясным фаршем.
Для фарша: 500 г баранины, 2 луковицы, 1 крупная картофелина, 0,5 моркови, 0,5 стакана сметаны, 1-2 яйца.

**КИФТЕЛУЦЕ.**
 Для тефтелей: 500 г говядины, 3 луковицы, 0,5 головки чеснока, 0,5-1 ст. ложка молока или сливок, 1 -2 ст. ложки муки, 3-4 ст. ложки подсолнечного масла.
Для соуса: 1 стакан томатного сока или 3 ст. ложки томатного пюре и 0,5 стакана бульона, 4-5 ст. ложки красного или белого сухого вина, 0,5 моркови, 0,5 корешка петрушки и зелень, 0,5 корешка сельдерея и зелень, 0,5 лука-порея, 6 горошин черного перца, красный перец по вкусу, 1 ч. ложка сахара, 0,5 ст. ложки винного уксуса.
 Подготовка тефтелей. Мясо дважды пропустить через мясорубку с луком, перцем, чесноком (половина указанной нормы), добавить молоко, вымешать и разделать чайной ложкой на маленькие шарики диаметром 1,5 см, запанировать их в муке и обжарить на масле в кастрюльке в течение 3-4 мин.
 Приготовление соуса. Морковь, петрушку, порей, сельдерей нарезать тонкой соломкой, добавить томатный сок или томат-пюре с бульоном, поджаренную муку, уксус, соль, сахар, пряности и тушить на слабом огне 10-15 мин. В конце тушения влить вино и снять с огня.
Тушение. Тефтели сложить в сотейник в два-три слоя, залить соусом и тушить 20-25 мин на слабом огне. В конце тушения всыпать мелко нарезанный чеснок (половину нормы), зелень петрушки и сельдерея, снять с огня и дать постоять 5-6 мин под крышкой. Подаватькифтелуце в глубоких тарелках вместе с соусом.

**МИТИТЕЙ**

500 г говядины, 2-3 ст. ложки крепкого мясного бульона, 8-10 горошин черного перца, 0,5 головки чеснока, 0,5 ч. ложки тмина, сода на кончике ножа.
 Мясо без пленок пропустить через мясорубку. В фарш добавить соль, перец, половину тертого чеснока, бульон, соду, вымешать и поставить на 4 ч в холодильник. Затем пропустить через мясорубку с трубкой сечением 1-2 см, из которой будет идти масса в виде колбасы. Нарезать эту массу на колбаски длиной 10-12 см (за неимением трубки разделывать на колбаски руками, смоченными в холодной воде) и жарить их на гратаре на сильном огне. Во время жарения смазывать мититеи перышком, смоченным в соленом мясном бульоне ив подсолнечном масле.
 **КЫРНЕЦЕЙ**
 Кырнецей готовят так же, как и мититеи, но не из говядины, а из обезжиренного свиного мяса, и фаршем наполняют тонкие свиные кишки. Соотношение мяса и пряностей то же самое, только количество чеснока немного увеличивается.
Соду в фарш не кладут.

**ЦЫПЛЕНОК НА ГРАТАРЕ**
 1 цыпленок, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка красного перца, 6 зубчиков чеснока или 1 ст. ложка муждея, 1 луковица, 1 ст. ложка белого сухого вина, 1 ст. ложка зелени петрушки.
 Цыпленка очистить, опалить, разрубить пополам, промыть и положить в посуду разрубленной частью кверху. Посыпать мелко нарезанным луком, половиной перца, зеленью петрушки, посолить, облить вином и оставить на 1 ч. Затем положить каждую половину цыпленка наразогретый и смазанный маслом гратар и обжаривать с обеих сторон попеременно, смазывая маслом. Готового цыпленка обсыпать оставшимся перцем и облить муждеем. Это блюдо можно приготовить не только на углях, но и на решетке в духовке газовой плиты.

**ИНДЕЙКА С АБРИКОСАМИ**
 500-750 г индейки, 1 стакан абрикосов без косточек, 2-3 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 0,5 ст. ложки муки, 0,5 стакана томатного сока, 0,5 стакана сухого белого вина, 1 ч. ложка сахара, 0,25 ч. ложки красного перца, 0,5 ч. ложки корицы, 0,5 головки чеснока, 3 лавровых листа, 1 ч. ложка винного уксуса, 1 ст. ложка зелени укропа и петрушки.
 1. Индейку нарезать кусками 3х4 см, обжарить на масле, сложить в кастрюлю.
2. Лук нарезать, пассеровать, смешать с томатным соком, сахаром, перцем, корицей, вином.
3. Перемешать индейку с луком, тушить 30 мин.
4. Добавить свежие абрикосы, слегка пассерованную муку, разведенную в виноградном уксусе, лавровый лист, соль и тушить еще 10-12 мин на слабом огне.
5. За 1-2 мин до конца тушения добавить мелко нарезанный чеснок и зелень, снять с огня и дать постоять 5-6 мин. Так же можно приготовить и курицу по-молдавски, но не с абрикосами, а с айвой, кизилом или сливой

**ВИЦЕЛ (ТЕЛЯТИНА С АЙВОЙ)**

500 г телятины, 2-3 айвы, 4 ст. ложки сливочного масла, 0,75 стакана томатного сока, 4 луковицы, 2 ст. ложки сухого вина, 0,5 ч. ложки сахара, 1 корень сельдерея, 5 зубчиков чеснока, щепотка красного перца, 0,5 ч. ложки черного молотого перца.

Телячью грудинку нарубить средними кусками, как для рагу (с косточками), посолить, поперчить черным молотым перцем, обжарить в масле до образования золотистой корочки. Затем добавить томатный сок, красный перец, нарезанный соломкой сельдерей, обжаренный вмасле лук вместе с маслом и кипятить 10- 15 мин (после закипания) на среднем огне. Добавить нарезанную дольками и обжаренную на масле айву, соль, сахар, вино и кипятить еще 6-7 мин. За 1 мин до готовности всыпать мелко нарубленный чеснок.

**КОСТИЦА**

 500-750 г свинины (поясничная часть), 0,5 стакана сухого белого вина, 1 головка чеснока, по 2 ст. ложки зелени укропа и сельдерея.
 Свинину нарезать поперек волокон кусками толщиной 1,5 см (с косточкой или без нее), со всех сторон зачистить от пленки, слегка отбить деревянным молотком, не нарушая структуры мяса и не истончая его, обмакнуть в вино, чуть-чуть посолить, поперчить, дать полежать 15 мин в открытой тарелке и затем обжарить на гратаре или на решетке в духовке в течение 4-7 мин с каждой стороны. Затем уложить костицу в один ряд в плоскую фаянсовую или эмалированную посуду, посолить, поперчить, обмазать тертым чесноком или полить муждеем, посыпать пряной зеленью, прикрыть крышкой на 3-4 мин и подавать с гарниром из помидоров, жареного лука и картофеля.ОВОЩНЫЕ БЛЮДА.

При приготовлении овощных блюд, молдавские кулинары проявляют богатую фантазию. Здесь главенствуют баклажаны, помидоры, кабачки, гогошары, виноград, сладкий перец. Их варят, пекут, тушат, жарят.

Особенно удаются овощные рагу-гивечи, мусаки. Их тушат на медленном огне с растительным маслом и животным жиром, добавляя сметану, брынзу, пряности. Принято фаршировать одни овощи другими или рисом с овощами и мясом.

**ПОПУШОЙ (КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ)**

Молодые початки кукурузы очистить от листьев, промыть, уложить в кастрюлю, залить кипятком, хорошо укрыть листьями, снятыми с початков, и варить при тихом кипении до мягкости. Готовую кукурузу полить сливочным маслом и посыпать солью.

**ПОПУШОЙ С САЛАМУРОМ (КУКУРУЗА ПЕЧЕНАЯ)**

Початки кукурузы испечь на углях, быстро смыть струёй горячей воды остатки золы и облить саламуром.

**АРДЕЙ (ПЕРЕЦ ЖАРЕНЫЙ)**

Сладкий перец (стручки, разрезанные на четвертинки) обжарить в подсолнечном масле до золотистого цвета, переложить в тарелку, полить винным уксусом, посыпать солью, накрыть крышкой и дать постоять 15 мин.
Точно так же готовят гогошары, кабачки, баклажаны.

**ПЕРЦЫ, БАКЛАЖАНЫ, КАБАЧКИ ФАРШИРОВАННЫЕ**

Перцы, баклажаны, молодые кабачки очистить от плодоножек и семян (с молодых кабачков срезать также верхнюю кожуру) и начинить овощным фаршем, в состав которого входят мелко нарубленные лук, морковь, капуста, взятые в равных долях, и десятая от их общего объема часть петрушки и сельдерея. Все овощи и пряные коренья, идущие на фарш, предварительно обжарить в масле. Обжарить также баклажаны, перцы и кабачки в начиненном виде. Затем сложить их в глубокую металлическую или керамическую посуду, залить соответствующими заливками и поместить в духовку на 30-45 мин для запекания.
 Заливка для баклажанов - сухое белое вино (0,5 стакана на 8 баклажанов) и соус-маринад (1,5 стакана).
Заливка для кабачков - томатный сок (0,5-1 стакан на 4 кабачка) и тертая брынза (0,5- 0,75 стакана).
Заливка для перцев - соус из сметаны пополам с томатным соком (2 стакана соуса на 12-15 перцев).

**ФАСОЛЬ (ИЛИ ЧЕЧЕВИЦА) ОТВАРНАЯ**

2 стакана фасоли, 1 луковица, 1 петрушка, 1 морковь, 0,5 корня сельдерея.
 Фасоль промыть, залить холодной кипяченой водой на 10-15 ч, воду слить, снова промыть, залить водой в объеме размокшей фасоли и варить на медленном огне, не мешая, пока вся вода не выкипит.
Солить можно лишь тогда, когда фасоль сделается мягкой. После этого доваривать еще 10 мин, следя за тем, чтобы не разварилась.
Вместе с фасолью независимо от того, как она будет использоваться в дальнейшем, отварить целиком луковицу, петрушку, морковь, сельдерей, которые в конце варки вынуть из фасоли.
Отварную фасоль едят с горячим подсолнечным маслом и жареным луком.Так же готовят и чечевицу, но она варится значительно быстрее.

**ФАСОЛЬ, ВЗБИТАЯ С МУЖДЕЕМ**

2 стакана фасоли, 2 ст. ложки подсолнечного масла, 2 луковицы, 1 ст. ложка муждея (см. ниже) или 6 зубчиков чеснока, по 1 ст. ложке зелени укропа и петрушки.
 Отваренную, еще не остывшую фасоль протереть сквозь сито, а затем взбивать вилкой, постепенно добавляя в нее горячее подсолнечное масло, мелко нарезанный лук, чеснок или муждей, до образования легкой эластичной массы. После этого посыпать зеленью укропа ипетрушки и подавать.СОУСЫ и ЗАПРАВКИ.

Соусы бывают горячими и холодными. Горячие при подаче должны иметь температуру не ниже 65-700С, холодные - 10-120С.
 В зависимости от исходных продуктов различают горячие соусы на мясном, рыбном и грибном бульонах, овощные, сметанные, молочные и яично-масляные. К холодным соусам относятся: майонез, овощные соусы (маринады), салатные заправки, рыбные и мясные желе.

 Для придания соусам особого вкуса используют томатную пасту, лук, грибы, соленые и маринованные огурцы, каперсы, горчицу, уксус, виноградное вино. Из ароматических продуктов добавляют черный и душистый перец, лавровый лист, чеснок, корень и зелень петрушки и сельдерея.
 Ароматические вещества нужно вводить за 12-15 минут до конца варки, а молотый красный и черный перец - в готовый сваренный соус при его заправке.Для соусов лучше использовать винный или фруктовый уксус.Вместо уксуса в качестве приправы можно применить щавель, барбарис или сок лимона.
 Для улучшения вкуса мясного блюда в него добавляют виноградное вино - 1-2 столовые ложки на стакан соуса. Для белого соуса используют белое вино, для красного - мадеру или портвейн.

**СОУС-МАРИНАД**

4 луковицы, 1 морковь, 1 петрушка, 0,5 сельдерея, 4 ст. ложки подсолнечного масла, 4 ст. ложки томатного сока или 2 ст. ложки томатного пюре, 0,75-1 стакан мясного бульона, 0,5-1 ст. ложка винного уксуса или сок 0,5 лимона, 1 ч. ложка сахара, 0,25 ч. ложки красного перца, 2 лавровых листа.
 Лук, морковь, петрушку, сельдерей нарезать тонкой соломкой, пассеровать на масле, добавить томатный сок или пюре, бульон, потушить 10-12 мин, заправить сахаром, уксусом, посолить, дать вскипеть и охладить в стеклянной или фарфоровой посуде.

**САЛАМУР**

Раствор соли из расчета 1:10 (на 1 стакан воды - 1 ч. ложка соли), 15-20 зерен кориандра (1 ч. ложка), 1 зерно душистого перца, 1 бутон гвоздики, 1 лавровый лист.
 Пряности растереть с солью, сделать раствор, дать настояться трое суток.
**МУЖДЕЙ (ЧЕСНОЧНАЯ ЗАПРАВКА ИЛИ ПОДЛИВКА)**

1 головка чеснока, 0,25 ч. ложки соли, 0,5 стакана мясного бульона.
 Чеснок истолочь с солью в ступке до образования однородной массы и развести мясным или овощным бульоном.
Муждеем заправляют овощные блюда, его подают к блюдам из мяса и домашней птицы, особенно если они готовились на гратаре.

**СКОРДОЛЯ (ОРЕХИ С ЧЕСНОКОМ)**

20 грецких орехов, 100 г белого хлеба, 0,5 стакана подсолнечного масла, 1 ч. ложка уксуса или сок 0,5 лимона, 0,5 головки чеснока.
 Орехи истолочь в фарфоровой ступке, прибавить чеснок, растереть, добавить намоченный в воде и отжатый белый хлеб (без корочек) и растирать эту массу в эмалированной посуде, постепенно добавляя понемногу растительное масло. Когда масса загустеет, влить лимонный сок или виноградный уксус и вновь перемешать.
Если скордоля слишком густа, а ее подают в качестве соуса, то можно разбавить ее бульоном. Скордоля идет к отварным блюдам - отварному мясу, ракам, овощам. Иногда ее едят со свежими огурцами, как салат.

**КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ.**

**КУКУРУЗНОЕ ПИРОЖНОЕ**

1 стакан кукурузной муки, 100 г сливочного масла, 150 г сахарной пудры (или песка), 10 яиц, 1-2 ч. ложки корицы.
 Желтки, масло, сахар растереть добела. Белки взбить в пену. Соединить все, постепенно добавлять муку и корицу и все хорошо вымешать. Полученную массу выложить на противень, смазанный маслом, разровнять и выпечь в духовке на очень слабом огне в течение нескольких минут.
Готовую, еще мягкую запеченную массу нарезать на куски и залить горячим медом, сделав наколы вилкой.

**ГОГОШЬ (ПЕЧЕНЬЕ)**

240 г пшеничной муки, 150 г сливочного масла, 100 г сахарной пудры, 4 желтка, 100 г очищенных грецких орехов.
 Желтки, масло, сахар растереть добела, смешать с мукой. Тесто хорошо вымесить, раскатать в пласт толщиной 1 см и вырезать круглой формочкой печенье диаметром 2,5 см, в центре каждого продавить пальцем небольшое углубление.
Печенье смазать яйцом, посыпать дробленым орехом и выпечь в духовке на среднем огне, а затем положить в углубление по 1 ягодке вишневого варенья.

**СЕМИЛУНЭ (ПЕЧЕНЬЕ)**

320 г муки, 280 г сливочного масла, 280 г сахарной пудры, 10 желтков (крутых), 200 г мармелада, 1 лимон (сок и цедра).
Для глазури: 100 г сахара, 1 десятая ложки лимонного сока, 2 ч. ложки сухой лимонной цедры или цедра с 1 лимона.
 Муку, растопленное масло, сахар, крутые желтки, предварительно протертые сквозь сито, а также лимонный сок и тертую цедру смешать и растереть вначале ложкой, а затем руками до образования однородного теста. Тесто раскатать в пласт толщиной 3-4 мм, стаканом вырезать из него печенье в форме полумесяца и выпечь на противне в духовке на слабом огне. Затем печенье по двое склеить мармеладом и покрыть лимонной глазурью.

**ЯБЛОКИ, В СЛОЕНОМ ТЕСТЕ**

Для теста: 400 г муки, 400 г сливочного масла, 4 желтка, 100 г сухого белого вина, 0,5 стакана сметаны, 1 ч. ложка соли.
Для начинки: 6-8 яблок, 6 ч. ложек сахарной пудры, 1 ч. ложка корицы молотой, 6 ч. ложек варенья.
 Некрупные яблоки сладких сортов очистить от кожуры и семян, но не вырезать сердцевины насквозь. Варенье, сахар, корицу смешать и каждое яблоко начинить 1,5-2 ч. ложками этой смеси. Затем раскатать слоеное тесто в пласт толщиной 2-3 мм, нарезать его квадратиками, соответствующими величине яблок, и в каждый квадрат завернуть по яблоку. "Кульки" положить швом вниз на противень, смоченный водой, смазать яйцом, выпечь в духовке до зарумянивания и обсыпать сахарной пудрой.
Приготовление слоеного теста. Муку, сметану, желтки, вино, соль вымешивать до тех пор, пока тесто не начнет отставать от рук. Оставить тесто укрытым на 15-20 мин. Затем раскатать в пласт толщиной 0,5 см, на середину пласта положить половину подготовленного масла, размазать его, сложить пласт вдвое, сверху положить другую половину масла и вновь сложить пласт, после чего края теста со всех сторон защипать и раскатать его как можно тоньше, следя, однако, за тем, чтобы масло не прорвало края теста. Затем пласт теста сложить в 4 слоя, дать "отдохнуть" ему 10 мин и снова раскатать. Эту операцию повторить 4 раза, причем каждый раз давать тесту "отдыхать" по 10 мин. В последний раз раскатать пласт теста до толщины 2-3 мм.
Слоеное тесто следует раскатывать в прохладном помещении, а не в нагретой кухне.

**АЛЬВИЦА**
500 г сахара, 250 г патоки, 1,5 стакана отвара мыльного корня, 200 г очищенных грецких орехов, 0,25 палочки ванили или ванилин на кончике ножа.
 Приготовление альвицы состоит из четырех самостоятельных операций, каждая из которых имеет свои правила: приготовление карамели, отвара мыльного корня, соединение и уваривание их в альвичную массу и, наконец, соединение альвичной массы с орехами и ванилью.
 Приготовление карамели. В кастрюле вскипятить ровно 170 г воды (треть от веса сахара), всыпать сахар, довести до кипения, снять пену, добавить патоку, вновь довести до кипения, процедить сквозь сито и уварить до карамельной пробы, т. е. до такого состояния, когда взятая проба - комочек карамели - при охлаждении в воде легко дробится.
 Отвар мыльного корня. Мыльный корень разрезать на куски по 3-4 см, промыть в холодной воде, а затем заполнить им посуду на 1/3, остальные 2/3 залить водой. На медленном огне уваривать 4 ч до получения отвара темно-коричневого цвета. Процедить сквозь сито,взбить.
 Альвичная масса. Во взбитый отвар мыльного корня тонкой струйкой влить разогретую карамель, все время помешивая деревянной лопаточкой, а затем поставить его на огонь и, не переставая мешать, доварить до готовности, которую определить следующим образом: накончик деревянной лопаточки взять немного сваренной альвичной массы так, чтобы образовалась сосулька: если через несколько минут застывшая сосулька легко дробится от удара ножом, то альвичная масса готова.
 Приготовление альвицы. Альвичную массу снять с огня, добавить в нее орехи, ванилин, быстро и хорошо перемешать и выложить в деревянный плоский ящик, застеленный пергаментом. Когда альвица окончательно застнет, нарезать ее прямоугольниками.

**НУГА ОРЕХОВАЯ**

500 г сахара, 25 г сахарной пудры, 1 стакан меда, 1 стакан воды, 300 г грецких очищенных орехов, 10 белков, 0,25 палочки ванили или ванилин на кончике ножа, либо 1 ч. ложка сухой лимонной цедры или цедра с 1 лимона.
 Сахар, мед, воду сварить почти до карамельной пробы (см. рецепт выше). Белки взбить в плотную пену, перемешать с сахарной пудрой и залить медово-сахарной карамелью, а затем, непрерывно помешивая по дну деревянной лопаточкой, уварить на слабом огне до состояния полутвердого шарика. (В чашку с холодной водой влить несколько капель массы и соединить ее в шарик. Если шарик твердый - масса готова). К массе добавить дробленые орехи, ваниль или цедру, перемешать, выложить на пергамент, раскатать в пласт толщиной1,5- 2 см, и после охлаждения нарезать на кусочки.

**КИТОНОАГЭ (ПАСТИЛА ИЗ АЙВЫ)**

1,8 кг айвы, 4 яблока, 400 г сахара, 1 лимон (сок, мякоть и цедра), 1 стакан сахара, 0,5 стакана воды.
 Некрупную айву нарезать на четвертушки, очистить от сердцевины и припустить на очень слабом огне. Через несколько минут добавить яблоки, так же разрезанные на четвертушки и очищенные от косточек. Варить до первых признаков мягкости (когда легко входит спичка), затем протереть сквозь сито, прибавить сахар, лимонный сок, цедру и снова варить до загустения, все время помешивая. Густую пастилу выложить на доску, слегка смоченную водой, разровнять ножом в пласт толщиной 1 см, прикрыть марлей так, чтобы она была на 0,5-1,5 см над поверхностью пастилы и поставить в сухое, проветриваемое место на 2 дня. Когда пастила высохнет, нарезать кусками (3х2 см), обвалять в сахарной пудре.

**ПЕЛТЯ**

Пелтя - особый вид варенья, изготовляемого не из ягод и фруктов, а из их соков или отваров. Сок используется в тех случаях, когда ягоды костисты (малина и ежевика). Отвар используется в тех случаях, когда фрукты содержат большое количество пектина, т. е. желирующего вещества (обычно это айва и яблоки).
Варят пелтю осторожно, на слабом огне, чтобы она не переварилась, иначе она не загустеет как надо. Горячая пелтя жидка, но при остывании густеет и прозрачна, как желе. Ее переливают из таза в банки в горячем состоянии.

**ПЕЛТЯ МАЛИНОВАЯ ИЛИ ЕЖЕВИЧНАЯ**

1 л ягодного сока, 1 кг сахара.
 Сок из ягод отжать небольшими порциями сквозь двойную марлю или бязь, дать ему отстояться и затем распустить в нем сахар из расчета 1:1 и варить, как варенье, снимая пену.

**ПЕЛТЯ ЯБЛОЧНАЯ**

2 кг очищенных яблок, 1,75 л воды, 1-1,75 кг сахара (1 кг сахара на 1 л яблочного отвара).
 Отобрать яблоки твердые, но сладкие. Фрукты вымыть, затем разрезать на четвертушки, каждую четвертушку - поперек пополам. От семечек и кожуры яблоки не очищать. Чтобы яблоки не темнели во время чистки, положить их в холодную воду. Варить под крышкой на слабом огне. При этом яблоки нельзя мешать, иначе они разварятся. Через 15 мин слить отвар через сито в другую посуду, накрыть ее ситом и высыпать на него яблоки, чтобы стекли самые густые фракции отвара. Держать так в течение получаса. Отстоявшийся отвар вновь процедить сквозь чистую марлю. На 1 л очищенного отвара взять 1 кг сахара, распустить постепенно в отваре и варить пелтю, причем пока сахар не распустится, огонь сделать очень слабым.

*ЗАКЛЮЧЕНИЕ.*

 Молдавскую кухню в прошлом считали бедной, неразнообразной. Это неверное мнение объяснялось отчасти слабым знакомством с нею, отчасти искусственным исключением из этой кухни блюд, сложившихся под турецким влиянием, а также недооценкой овощей, брынзы и фруктов как источника самостоятельных блюд. Между тем молдавская кухня по современным представлениям именно благодаря своему богатому овощному и фруктовому ассортименту относится к числу чрезвычайно вкусных и полезных для здоровья кухонь.
 Богатство кухни оценивается не по числу имеющихся в ней блюд, а по богатству их вкусовых оттенков, по искусству комбинации различных продуктов. Молдавская кухня, обладающая большим историческим опытом и превосходной продуктовой базой, принадлежит к одной из самых интересных кухонь нашей страны.

***СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.***

***«национальные кухни наших народов», В.В Похлебкин,***