

REȚETE TRADIȚIONALE

Elena Dumitru



Mucenici moldovenesti

Este un preparat tradițional de post, pentru ziua de 9 martie, când creștinii ortodocși sărbătoresc Ziua Sfinților 40 de mucenici din Sevastia.

Se prepară un aluat de pâine dospită din făină albă, aproximativ 1,5 kg, apă, sare și drojdia pusă la crescut, cu o oră înainte.

Se frământă aluatul, se lasă la crescut 20 de minute, apoi se împarte în 40 de bucăți și din nou se lasă la crescut. Când este gata aluatul, se formează, prin răsucire între palme, ori cu ambele mâini pe planșetă, un fel de șnur gros de aluat din care se formează opturi.

Se mai lasă iar la crescut, în tavă, până își dublează volumul.

Se coc, la cuptor, până se rumenesc.

După ce se scot din cuptor, se așază pe un platou, se ung cu miere de albine și se presară deasupra nucă măcinată.

Dimineața se duc la biserică, se citesc de către preot și apoi se împart, pomenind pe cei morți, rude, cunoscuți, dar și pentru cei care nu au pe nimeni să le ridice rugăciuni. Primii care au gustat mucenicii au fost nepoțelii mei, care au urmărit vrăjiți transformarea aluatului în frumoșii mucenici.

Trebuie să avem grijă să ne păstrăm tradițiile și să le lăsăm moștenire nepoților noștri.

Poftă bună!



În Postul Mare Coliva



În Postul Mare sau Postul Sfințelor Paști, una dintre tradițiile moștenite este de se purta capetele, adică se merge la biserică cu prescuri, colivă și vin, se fac rugăciuni, se sfințesc și se dau de pomană pentru cei adormiți, în fiecare sâmbătă, până în săptămâna luminată.

Prepararea colivei nu trebuie privită ca o rețetă culinară, ci ca un ritual preluat din tradiția noastră strămoșească.

Coliva nu este un aliment propriu-zis, este un preparat de ritual. Simbolul grâului leagă viața de moarte, dar este și un simbol de iertare și de respect față de cei adormiți, dragi nouă, care au părăsit această lume.

Îmi amintesc cu drag și dor de mama, Dumnezeu s-o odihnească în pace, care în fiecare vineri din Postul Sfințelor Paști, după ce-și făcea rugăciunea de dimineață, începea prepararea colivei.

Coliva se prepară din trei componente de bază: grâu sau arpacaș, zahăr sau miere de albine și miez de nucă. Avea mama o cană, pe care am moștenit-o, cu care măsoara grâul, curățat de seara. Avea grijă să pună o cană în plus pentru noi, copiii, care o urmăream vrăjiți de rugăciunile ei spuse încet... spăla grâul în nouă ape, încet, amestecându-l cu mâna în mii de rotocoale... amintind în rugăciune pe toți cei adormiți, trecuți de seara într-un pomelnic. La fiecare cană de grâu adăuga trei căni de apă, într-un ceaun de tuci, și-l fierbea încet, la foc mic. Cât stătea pe foc, clătina ceaunul, dintr-o parte în alta pentru a nu se lipi grâul. După ce se fierbea grâul, acoperea ceaunul în pături și-l lăsa așa trei sau patru ore, până se răcea. Numai după aceea adăuga zahărul sau mierea de albine și nuca măcinată și cu mâna amesteca bine. Când amestecul devenea moale, ca o pastă, întindea într-o tavă, acoperea cu zahăr pudră, orna cu jumătăți de nucă. Ne punea și nouă, copiilor, într-un castron, să ne treacă pofta.

Pentru prescuri, mama cernea făina de seara și punea drojdia la înmuiat.

Dimineața, în timp ce grâul fierbea, pregătea din făină, drojdie, apă caldă, sare și ulei, un aluat moale, care se lăsa la crescut. Când își dubla volumul îl frământa și-l mai lăsa vreo oră, acoperit cu un prosop. Pregătea tăvile rotunde, le ungea cu ulei. Lua din aluat șapte bucățele egale, le rotea între palme rotunjindu-le, una câte una, așezându-le mai întâi, una pe mijlocul tăvii, apoi celelalte, de jur împrejurul celei din mijloc. Împletea apoi o cruce. Le mai lăsa la crescut și în tăvi și le cocea în cuptor până se rumeneau frumos. Le scotea, le ungea cu ulei, apă și zahăr.

Și aluat făcea mama mai mult, să ne facă și nouă plăcințele cu dulceață de prune...

Așa și eu am grijă să aduc bucurie în sufletul nepoților mei, pregătind și pentru ei, special, covrigei și plăcințele, moștenind de la mama dragul de a pregăti tot felul de rețete și să descopăr, la nepoata mea, aceeași pasiune.





Urzici cu ou moale

Postul Paștelui încă nu începuse, când am găsit urzici, în plimbarea noastră, a Seniorilor, prin pădurea de peste Dunăre. Le-am pregătit așa cum au poftit nepoței mele, cu ou moale, deasupra. Este o rețetă simplă, dar mâncarea este deosebit de delicioasă.

Rețeta mea:

Am tăiat o ceapă și o bucată de șuncă mică, în bucățele cât mai mici, și le-am dustuit (călit) într-o cratiță, la foc mic, acoperite cu capacul.

Urzicile se spală în mai multe ape și se pun la fiert în apa clocotită cu sare. Urzicile se toacă mărunt și se adaugă în sosul cu ceapă.

Am adăugat zeama de la urzicile fierte și am pus capacul, lăsând totul câteva minute. Nu am pus usturoi, pentru că nu le place copiilor.

Apoi am făcut deasupra, cu lingura, cuibușoare pentru trei ouă. Am acoperit până s-au albit ouăle.

Poftă bună!

