



CARTE DE BUCATE

— *rețete din* —
Nord

REDESCOPERĂ DIVERSITATEA
NORDULUI MOLDOVEI

Editor

ADR Nord, Moldova, www.adrnord.md

PRO4CE, Slovacia, www.pro4ce.eu

UNDP, www.undp.org

Slovak Challenge Fund (SCF), www.slovakchallengefund.org

Autori și contribuții

Această carte de rețete a fost elaborată de către Agenția de Dezvoltare Regională Nord, Republica Moldova.

Erik Heidema și Renata Huskova, PRO4CE, consultanți și manageri de proiect

Drepturi de autor

Toate componentele acestui concept sunt protejate prin drepturi de autor. Orice încălcare a legii privind dreptul de autor, a acordului dintre client și contractant/ autori, precum și utilizarea acestui concept fără acordul scris al PRO4CE este interzis și se pedepsește conform legislației în vigoare.

Imagini și ilustrații:

Imagini cu bucatele din rețete: **Alex Perov**

Alte imagini: **PRO4CE**

INTRODUCERE

Această carte de bucate este rezultatul unei cooperări de succes între ADR Nord, Moldova, și PRO4CE, Slovacia, în cadrul Programului Națiunilor Unite pentru Dezvoltare (PNUD) prin Fondul Slovac de Provocări privind inițiativa actuală a proiectului „Dezvoltarea digitală a agroturismului ecologic în nordul Moldovei”.

Acest proiect sprijină antreprenorii locali în procesul de promovare digitală a agroturismului în nordul Moldovei, o destinație cu multe comori ascunse, care se merită de explorat. Prin această publicație, vă invităm să vă alăturați unei revelații gastronomice de neuitat. Vă propunem o călătorie virtuală în lumea gusturilor și a tradițiilor culinare specifice acestei regiuni a Moldovei, care rămâne încă nedescoperită de turiști.

Prin aceste rețete, vă încurajăm să descoperiți produsele alimentare tradiționale din mediul rural, care diferă de la o zonă la alta. Pentru Regiunea de Nord a Moldovei sunt specifice plăcintele cu sfeclă de zahăr, dar, totuși, cea mai mare comoară din nordul Moldovei este Baba Neagră, o prăjitură poroasă și pufoasă, maro închis, considerată un desert obligatoriu la masa festivă din nordul Republicii Moldova. Vă invităm să descoperiți satele din Nordul Moldovei cu poveștile lor, dar și să vă bucurați de gătit din produse alimentare locale.

Prin această abordare inovatoare, sprijinim Regiunea de Dezvoltare Nord, în special producătorii locali și furnizorii de servicii de agroturism din zonele rurale, să-și promoveze și să impulsioneze dezvoltarea afacerilor sale.

Prin această carte de bucate, dorim să îmbunătățim oferta gastronomică și aventurile rurale din nordul Moldovei și să o facem accesibilă pentru potențialii turiști naționali și internaționali.

Savurați diversitatea gusturilor din Regiunea de Dezvoltare Nord!

Poftă bună!



Agenția de
Dezvoltare Regională
Nord

PRO4CE

CUPRINS

1

DESPRE

agroturismul din Regiunea de Nord a Moldovei:

10 MOTIVE DE A VIZITA

Regiunea de Nord

2

3

FRUMUSETEA NATURII

din zonele rurale ale Regiunii de Nord a Moldovei

CARTE DE RETETE

O călătorie gastronomică în Regiunea de Nord

4

BABĂ NEAGRĂ

BORSUL BĂBESC DE LA
DURUITOAREA VECHÉ

ÎNVÂRTITĂ CU SFECLĂ DE
ZAHĂR ȘI NUCI

MESNIȚĂ À LA EDINET

AFUMĂTURILE DE LA
DOMULGENI

PRUNE CU NUCĂ

ÎNGHEȚATĂ PRĂJITĂ

MĂMĂLIGĂ CU SCROB

ALIVANCĂ CA LA NORD

DIVIN ȘI ȚUICĂ

ARDEI UMPLUȚI CU BRÂNZĂ ÎN
SMĂNTÂNĂ

BORȘ SCĂZUT CA LA NORD

SARMALE ȚIGĂNEȘTI

5

HARTA SERVICIILOR

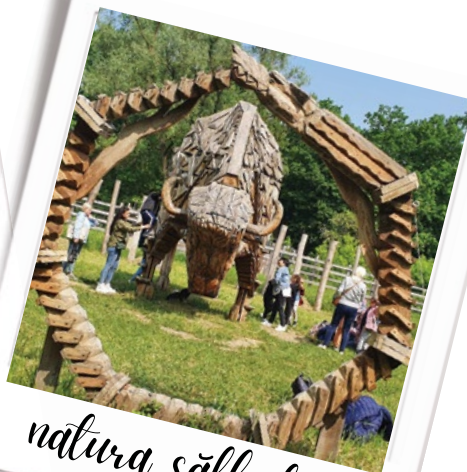
din Regiunea de Nord a Moldovei

DESPRE

AGROTURISMUL ÎN REGIUNEA DE NORD A MOLDOVEI



autentic



natura sălbatică



tradițional

Regiunea de Dezvoltare Nord din Republica Moldova nu are ieșire la mare și este situată între România, la nord-vest, și Ucraina, la nord-est. Amplasată între două râuri, Prut și Nistru, regiunea se caracterizează printr-un peisaj rural autentic și păstrează farmecul călătoriilor spre destinații mai puțin cunoscute.

Regiunea de Nord are un valoros patrimoniu cultural, reprezentat de numeroase monumente istorice, de arhitectură și de artă, edificii religioase, muzee și case memoriale, arhitectură populară și creații tehnice, manifestări

populare tradiționale, obiceiuri și tradiții, importante instituții culturale și științifice, personalități locale, tradiții culturale ale minorităților.

Dar cei mai importanți sunt oamenii din regiune. Cu pasiunea și stilul lor de viață, ei deschid porțile către locuri unice și tradiții păstrate din strămoși, permițând oamenilor să experimenteze frumusețea și autenticitatea regiunii.

Să descoperim împreună ospitalitatea, tradițiile și misterul Regiunii de Nord a Moldovei!

10 MOTIVE PENTRU A VIZITA

REGIUNEA DE DEZVOLTARE NORD

1 ADMIRĂ CETATEA ȘOROCA,
BIJUTERIA MEDIEVALĂ A MOLDOVEI!

2 URCĂ CELE 656 DE TREPTE
SPRE LUMÂNAREA RECUNOȘTINTEI,
MONUMENTUL-SIMBOL AL NEAMULUI!

3 CAUȚĂ ELEFANTUL DE LA BUTEȘTI,
MONSTRUL DE PIATRĂ DIN ERA PĂLEOLITICĂ!



Cetatea Soroca

4 EXPLOREAZĂ PĂDUREA DOMNEASCĂ,
LOCUL UNDE RĂMÂI FAȚĂ ÎN FAȚĂ CU NATURA!

5 CUNOAȘTE DIVERSITATEA VEGETALĂ
ȘI FRUMUSEȚEA NATURII ÎN PARCUL ȚAUL!

6 DESCOPERĂ CULTURA CUCUTENI,
LEAGĂNUL CIVILIZAȚIEI!



Barza Albă Divin

7 CUCEREȘTE STÂNCILE PRUTULUI,
STRĂVECHIUL ADĂPOST AL FAUNEI
MARINE!

8 DESCOPERĂ MISTERUL
PEȘTERII „EMIL RACOVITĂ”!

9 REGĂSEȘTE-ȚI ECHILIBRUL INTERIOR
ÎN MINUNATELE BISERICI ȘI MĂNĂSTIRI
DE LA NORDUL MOLDOVEI!



Mâncare tradițională

10 SIMTE GUSTUL VERITABIL
ȘI INEDIT AL BUCATELOR TRADIȚIONALE DIN
REGIUNEA DE NORD ȘI SAVUREAZĂ CEL MAI
BUN DIVIN AL MOLDOVEI!

DESCRIEREA OBIECTIVELOR

FRUMUSEȚILE NATURALE ALE REGIUNII DE NORD A MOLDOVEI

CHEILE BUTEȘTI - O POVEȘTE ÎN PIATRĂ A VIETII PE PĂMÂNT...



Cheile Buteștiului, cunoscute și sub numele de Reciful Butești, ascund grotele vechi și unice din Europa, datând de aproximativ 20 de milioane de ani. Sunt formate din schelete de corali identice cu coralii Marii Bariere de Corali din Australia sau oase fosilizate de urși de caverne, tigri, lei, rinoceri, mamuți și zimbri.

Există multe legende legate de acest loc.

NASLAVCEA



Satul Naslavcea este situat pe dealurile pitorești ale raionului Ocnîța, ceea ce creează o impresie vizuală a unui adevărat sat de munte.

Potrivit pentru drumeții, se poate ajunge la Naslavcea pe câțiva kilometri de trasee aproape ca de munte, pentru a urca pe deal și a vedea insula „Inima Moldovei” pe râul Nistru. Este o insulă în formă de inimă, care nu are denumire oficială și este practic neatinsă.

„LACUL ALBASTRU” ȘI „LA 33 DE VADURI”



Nu departe de Naslavcea, un alt loc obligatoriu de vizitat este „Lacul Albastru”. Este o fostă carieră, care cu timpul s-a transformat într-un lac turcoaz.

Printre alte locuri de admirat se numără: rezervația peisagistică „La 33 de vaduri”, o zonă protejată. Zona este acoperită de o pădure cu carpeni foarte bătrâni și stejari.

Nu departe se află singura păstrăvărie din țară - păstrăvăria din Naslavcea.

REZERVAȚIA NATURALĂ „FETEȘTI”

Rezervația este numită și „Mica Elveție a Moldovei”, datorită suprafeței mici pe care o ocupă. Unicitatea rezervației din nordul Moldovei este reprezentată de celebrele substraturi stâncoase din jurul râului Prut. Când urci pe stâncile înalte și abrupte și contemplezi împrejurimile rezervației, un sentiment de aventură te cuprinde, ca pe orice turist.

Prin urmare, vă îndemnăm să vă grăbiți și să vizitați aceste ținuturi minunate, în orice anotimp al anului, pentru a vă bucura de frumusețile naturii din regiune.



DEFILEUL VĂRATIC



Situată în satul Văratice din raionul Râșcani, direct pe râul Ciuhur, la doar câțiva kilometri de granița cu România, este o zonă protejată a monumentelor naturii de tip geologic și paleontologic.

Este recunoscută pentru peșterile preistorice și cascada, care formează împreună Defileul Văraticeului.

Un mic sfat! Ieși afară noaptea, întinde-te pe iarbă, ascultă păsările și urmărește cum poți atinge stelele cu mâna.

Dacă călătoria dvs. depășește timpul planificat, vă puteți caza într-una dintre pensiunile agroturistice din zonă, precum „Casa Văratice”, unde puteți petrece o minivacanță cu familia sau cu prietenii.

REZERVAȚIA NATURALĂ „PĂDUREA DOMNEASCĂ”

Pădurea Domnească, una dintre bijuteriile Nordului, este situată între satele Cobani și Pruteni, pe o suprafață de 6039 de hectare. În acest teritoriu, natura a creat un set unic de comori naturale precum Pădurea Domnească cu stejari seculari de peste 400 de ani sau 50 de specii de mamifere precum jderul de pădure, pisica sălbatică europeană, zimbrul, vidra și altele.

După o zi activă prin aceste locuri pitorești, se poate vizita un loc autentic din apropiere: pensiunea „Popas Regal”.



REZERVAȚIA PEISAGISTICĂ „LA CASTEL”



Defileul „La Castel”, situat deasupra văii râului Racovăț, lângă satul Gordinești, este un loc unic. Aceasta este o minune a naturii, moștenită de noi datorită zăcămintelor din cele mai vechi timpuri.

Aici poți descoperi peisaje care îți mângâie privirea. Defileul este bogat în floră și faună. Cel mai remarcabil este să auzi de la băștinași legendele locale asociate cu acest loc. Din stânci curg multe izvoare cu apă limpede. Malurile stâncoase sunt acoperite cu stejari, cireși sălbatici, peri sălbatici, paltin de câmp, câini (Rhamnus cathartica), porumbel, păducel etc.

... SI, ÎN SFÂRSIT,
REȚETELE NOASTRE!

BABĂ NEAGRĂ



INGREDIENTE

- 10 ouă
- 500 ml lapte
- 250 ml lapte acru (chefir)
- 250-300 g zahăr
- 180 ml ulei
- 2 pahare de făină
- 1 lingură și jumătate de bicarbonat de sodiu
- 1 plic zahăr vanilat
- 25 ml votcă

MOD DE PREPARARE

Într-un bol adânc, puneți ouăle, zahărul și bateți-le cu un tel până se dizolvă zahărul (2-3 min.). Adăugați făina cu zahărul vanilat și amestecați-le cu un tel pentru a evita cocloașele. Se adaugă uleiul, se amestecă și, încetul cu încetul, cât încă se amestecă, se încorporează laptele și chefirul. Se adaugă bicarbonatul de sodiu și se amestecă bine, ca să se întindă uniform, apoi se adaugă votca. Păstrați ordinea menționată a ingredientelor. Se unge ceaul cu unt sau margarină, se presară cu pesmeți sau făină. Turnați compoziția în ceaul. Înveliți ceaul în folie de aluminiu, ca să nu se ardă.

Încingeți cuptorul cu mult înainte și puneți „baba” la copt. Coaceți timp de 2 ore la 180-200 de grade (depinde cum coace cuptorul), reduceți temperatura la 120-150 de grade și mai coaceți încă 1 oră. Dacă, după 3 ore de coacere, vedeți că „baba” nu are culoarea închisă, se mai lasă la cuptor încă 1 oră, pentru că cuptoarele coc diferit. Aveți grijă să nu deschideți cuptorul atâta timp cât „baba” se coace. După 3 ore de coacere, se oprește și se lasă „baba” să mai stea la cuptor încă 1 oră, după care puteți să o scoateți din cuptor. Dacă urmați toate etapele, veți avea o „baba” cu o textură frumoasă, poroasă și cu găuri. Tăiați „baba” când se răcește puțin și serviți „babă” caldă.

BORS BĂBESC DE LA DURUITOAREA VECHĂ



INGREDIENTE

- 1 crap ori alt pește de apă dulce
- 2 l de borș acru
 - urzici
- 2 morcovi
- 1 ceapă
- ștevia, măcriș
- lobodă
- pătrunjel
- 1 pumn de păsat
 - sare
 - pipер

MOD DE PREPARARE

Lăsăm borșul acru să fiarbă, adăugăm urzica, până se înmoaie, dar rămâne fermă. Tocmai de aceea urzica nu se fierbe în apă, deoarece țăranii din Duruitoarea Veche cred că în apă urzicile devin prea moi. Când textura a devenit mai mătăsoasă, o punem pe strecurătoare.

Dar nu uităm de ea. În același borș punem la fiert ștevia, măcrișul și loboda, morcovul tocat, ceapa. Când este aproape gata, se adaugă sare, piper și se pune peștele curățat și feliat. Gătiți pe foc mic.

PLĂCINTĂ

cu sfeclă de zahăr și miez de nuci



INGREDIENTE

300 ml de lapte la temperatura camerei

1 ou

1 lingură de ulei

1 lingură de zahăr

1 linguriță de sare

1 linguriță de drojdie uscată

3 pahare și jumătate de făină
(250 ml un pahar)

4 linguri de amidon

MOD DE PREPARARE

Amestecăm ingredientele, împărțim coca de aluat, facem biluțe și lăsăm să se odihnească 20 min.

Întindem cu melestul bilele de mărimea unei farfurii, le lăsăm puțin să se odihnească și le dăm prin amestec de amidon și făină (4 linguri de amidon + 1,5 lingură de făină).

Înlăturăm cu o periuță amidonul de pe foaia de aluat. Stropim cu puțin ulei și punem umplutura.

Modul de preparare a umpluturii: sfecla de zahăr o curățăm de coajă și o dăm prin răzătoare. O călim în ceain în unt, până se înmoaie (aproximativ 15 min). O răcim și adăugăm miezul de nuci ușor prăjit în tigaie, fără ulei. Modelăm plăcinta și o ungem cu gălbenuș de ou.

O punem la copt pe 30-35 min, la 180 grade. După ce o scoatem din cuptor, o ungem cu unt topit și o acoperim cu un prosop pe 20-30 min.

MEȘNIȚĂ À LA EDINET



INGREDIENTE

2 pahare de orez

6 pahare de lapte

100 g de zahăr

Prune afumate sau dulceață
de fructe pentru decor

MOD DE PREPARARE

După ingrediente, e asemănătoare cu plachia, doar că tehnicile de executare sunt diferite. Punem orezul la fiert într-un ceainic încăpător, adăugăm lapte câte puțin și amestecăm permanent, până se absoarbe, apoi mai adăugăm lapte și tot așa, până orezul devine lucios și cremos. Când e gata, îl turnăm în farfuriile de supă și îl dăm la rece, să se prindă ca răciturile. Servim meșnița presărată cu zahăr cristale și decorată cu prune afumate ori cu dulceață de fructe.

AFUMĂTURILE À LA DOMULGENI



INGREDIENTE

Materie primă de bază:
carne de bovine, porcine,
ovine, slănină crudă de porc

Condimentele folosite
în doze mici pentru
îmbunătățirea gustului:
piper, nucșoară, ienibahar,
cuișoare, coriandru,
ghimbir, maghiran, cimbru,
cimbrisor, chimion, chimen,
foi de dafin, ceapă, usturoi,
boia de ardei

MOD DE PREPARARE

Afumarea la cald se face pentru mezeluri și cârnați fierți, pește. Prima dată se face afumarea și apoi fierberea, pentru că fumul va pătrunde mult mai bine în felul acesta, culoarea și gustul vor fi mai uniforme, se va menține culoarea rozalie.

Afumarea la cald se face la foc de lemne. Se face focul și, când mai scade flacăra (să nu fie foarte puternică), se pun cărnurile în afumătoare.

Temperatura de afumare: 65-75 de grade, maxim. Afumarea cârnaților și a peștelui durează 1-2 ore maxim. Salamurile se pot afuma la cald 3 ore, kaizerul - 4 ore, mușchiul - 4 ore. Afumarea la cald are și rolul de a găti parțial preparatele. Datorită căldurii, se va forma o peliculă tare la suprafață, iar preparatele vor avea o culoare splendidă, roșiatică.

Afumarea la rece se face pentru cârnații cruzi, șuncă (picior de porc sau jambon, șonc), coaste, rasoale, oase de porc, salam crud-uscăat-afumat.

Afumarea la rece se face timp de maxim jumătate de zi la cârnați sau 1 zi la salamuri. Pentru bucăți mai mari de carne, afumarea poate dura mai mult (1-2 zile de fiecare kg de carne): 1 zi fum rece, 1 zi - pauză, 1 zi fum rece, pauză... Făcându-se această pauză, fumul va pătrunde în profunzime, carnea se va usca încet, deci conservarea va fi de foarte bună calitate. Afumarea cu fum rece va da o culoare gri-maronie, nu trebuie insistat prea mult cu fumul, altfel gustul de fum va fi extrem de intens și nu se va mai simți nici un alt gust, totul va fi acoperit de gustul de fum.

PRUNE CU NUCĂ



INGREDIENTE

Prune uscate fără sâmburi
Miez de nuci
200 g de smântână
1 pliculeț zahăr vanilat
(bourbon)
1 lingură zahăr
Puțină scorțișoară pentru
decat

MOD DE PREPARARE

Se pun prunele într-un bol și se acoperă cu apă fierbinte. Se lasă să se hidrateze pentru circa 30 min. Se scurg și se absorb cu șervețele de bucătărie.

Se introduce în fiecare prună câte 1/2 sau 1/4 sâmbure de nucă (în funcție de cât e de mare pruna). Este indicat ca această operațiune să se facă cu măcar câteva ore înainte de servire, pentru ca sâmburii de nucă să aibă timp să se înmoaie un pic.

Se amestecă smântâna cu zahărul până aceasta se dizolvă complet.

În cupe mici de sticlă se pune un strat de smântână, apoi câteva prune, alt strat de smântână, iar prune și la final smântâna. Se presară cu scorțișoară.

ÎNGHETATĂ PRĂJITĂ



INGREDIENTE

- 950 ml înghețată
- 120 g (1/2 cană) de fulgi de porumb
- 70 g (3/4 cană) de nucă de cocos mărunțită
- 1 linguriță de scorțișoară
- 2 ouă
- 1 lingură de lapte
- ½ cană (350 ml) de ulei vegetal
- 8 lingurițe de miere

MOD DE PREPARARE

Se pregătește o tavă tapetată cu hârtie de copt. Dintr-o caserolă de înghețată se scot 8 bile de înghețată cu o lingură specială, pentru înghețată, sau se formează cu o lingură obișnuită. Se pune tava cu bilele de înghețată la congelator pentru 1 oră. Se zdrobesc fulgii de porumb până când se formează mici granule (pot fi zdrobiți într-o pungă de alimente care se închid ermetic). Se adaugă scorțișoară peste fulgii de porumb zdrobiți și se amestecă bine. Se pune amestecul rezultat într-o tavă. Într-o farfurie se bat ouăle cu lapte timp de 1 minut, se scot (după ce a trecut 1 oră) bilele de înghețată și se dau prin ouăle bătute și prin amestecul de fulgi de porumb zdrobiți și scorțișoară. Bilele de înghețată, puse pe o farfurie, se lasă la congelator pentru cel puțin 3 ore sau chiar peste noapte. Apoi bilele de înghețată se scot și se pun la prăjit într-o tigaie pentru 20-25 de secunde. Se scot pe un prosop de hârtie pentru a fi absorbit uleiul. Se adaugă câte o linguriță de miere peste bilele de înghețată și se servesc imediat.

MĂMĂLIGĂ CU SCROB

ca la Nord



INGREDIENTE

4-5 ouă (în funcție de mărime)

Ceapă verde

Mărar

100-150 gr de mălai

2-3 linguri de smântână

100 g brânză de oi

Jumări (sau conservă de pui/rață etc.)

1 linguriță de untură (din conservă) sau ulei

MOD DE PREPARARE

După ingrediente, e asemănătoare cu plachia, doar că tocăm verdeața și tăiem cuburi brânza (ori o dăm prin răzătoare). Călim puțin ceapa în untură și apoi adăugăm cărnița noastră cu tot cu răcitură/zeama din conservă (dacă e puțină, nu e grav, adăugați mai târziu apă). Adăugăm făină și apă, dacă se îngroașă prea mult, și gătim 2 min. În locul acestora puteți adăuga 1-2 polonice de terci de mămăligă (se mai numește șir sau cir). Adăugăm smântâna și brânza, omogenizăm compoziția. Adăugăm ouăle și punem capacul, dar fără a le amesteca. Când albușul s-a prins puțin, amestecăm ușor și lăsăm la foc mic pentru încă 2 min. Adăugăm mărarul și mai lăsăm un minut sub capac, apoi stingem focul.

ALIVANCA

ca la Nord



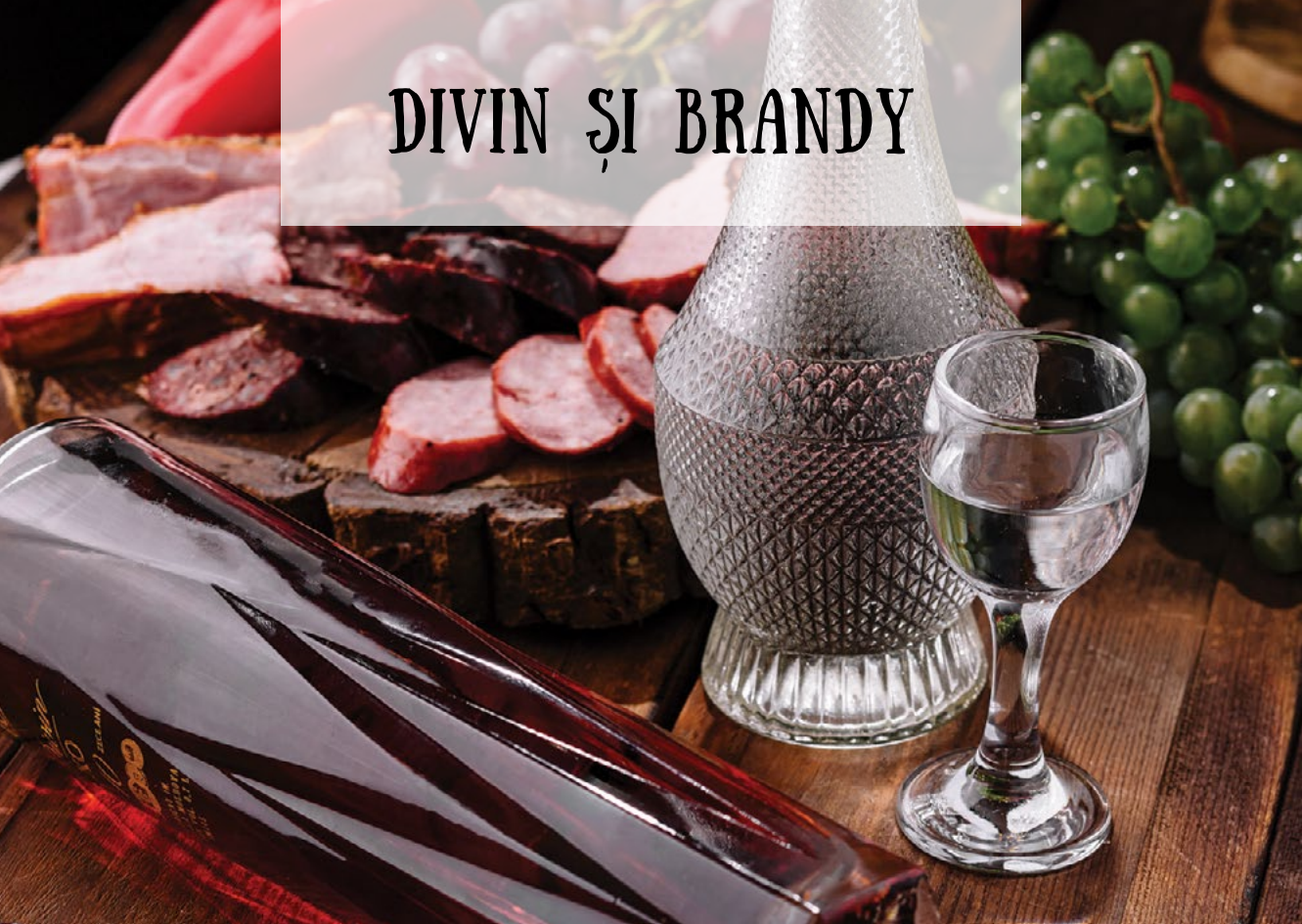
INGREDIENTE

1 pahar făină de porumb
2 linguri făină de grâu
10 ouă
75 g brânză de oi
200 g carne de porc
1 lingură de ulei
Sare
Piper negru măcinat

MOD DE PREPARARE

Carnea se taie cuburi mici, se prăjește puțin cât să se rumenească. Brânza se fărâmițează cu furculița sau, dacă e mai tare, se poate tăia cuburi. Ouăle se bat, se adaugă brânza și carnea prăjită. Se potrivește de sare și piper. Tava sau o formă pentru copt se unge cu ulei. Se toarnă amestecul și se dă imediat la cuptor, încălzit, în prealabil, până la 180 de grade, pentru 30 min. Mare atenție, dacă nu o dați imediat la cuptor, riscați ca ouăle și brânza să urce sus, lăsând mălaiul greu la fund. La Drochia, alivanca se face fără carne, dar cu mult mărar și ceapă verde. E mai ușoară și mai pufoasă.

DIVIN ȘI BRANDY



INGREDIENTE

La 5 kg de prune se pun 200 g de zahăr

BINE DE ȘTIUT!

Țuică de prune

Prima etapă, în drumul către obținerea unei băuturi de calitate, o reprezintă culesul prunelor, după care ele trebuie desâmburate, deoarece miezul sămburelui este toxic. Prunele se culeg undeva în ultima decadă a lunii august și, aproximativ după două săptămâni de fermentație, se începe distilarea.

MOD DE PREPARARE

Se pun prunele într-un butoi mare, de preferat de lemn. Se adaugă zahăr peste fructele culese și se lasă la macerat, pentru a fermenta. Nu trebuie de pus prea mult zahăr, pentru că se va altera gustul final. Zahărul este un ingredient opțional în rețeta de țuică, deoarece prunele bine coapte au în compoziție zahăr natural. Însă, dacă vrei să dai un plus de gust băuturii, atunci se mai poate adăuga zahăr. Zahărul ajută ca țuica să fie mai dulce, în cazul în care prunele nu sunt suficient de coapte. După ce au fermentat fructele din butoi, începe prepararea țuicii propriu-zise.

Pentru a putea produce țuica din amestecul obținut, avem nevoie de un alambic. Recomandat ar fi să folosim un alambic de inox sau un cazan. După ce se așază vasele, se adaugă compoziția în cazanul de țuică de prune și se pregătește focul pentru fierbere. Focul pentru un cazan de țuică se poate face fie cu lemne, fie cu arzător pe gaz. Trebuie ca atât vasul în care stau fructele, cât și capacul să se închidă ermetic. Primele 10-15 min, focul de sub cazan poate fi mai tare, dar apoi se micșorează flacăra, astfel ca să fiarbă încet, la foc mic, pentru a nu se tulbura distilatul și a nu grăbi fierberea, care va duce la pierderi de gust și aromă. La gura țevii de scurgere, pe unde curge țuica, se pune o cratiță cu un tifon pentru a feri eventualele impurități care pot pica în țuică. La fiecare distilare se obțin trei tipuri de țuică: fruntea, mijlocul și coada. Fruntea este prima țuică ce iese din cazan și are o concentrație mare, de regulă peste 70% alcool. Aceasta este și toxică, deoarece are în compoziție alcool metilic și alte substanțe, iar mirosul ei este foarte înțepător. Coada este slabă și acră, iar mijlocul reprezintă cantitatea de țuică din distilat, care se păstrează. Ca și alte băuturi, și țuica de prune are nevoie de timp pentru a se învechi și a-și spori calitatea.

*Notă: Alambic - aparat metalic alcătuit dintr-un cazan și un refrigerent utilizat pentru distilarea lichidelor

ARDEI UMPLUȚI

cu brânză în smântână



INGREDIENTE

Ardei
400 g brânză de vaci
1 ou
Mărar (opțional niște cozi de
ceapă verde)
Sare

MOD DE PREPARARE

Coacem sau prăjim ardeii. Când sunt gata îi acoperim și îi lăsăm circa 20 min sau până se răcesc, pentru ca să se decojească mai ușor.

Amestecăm brânza cu ou, mărar și sare. Decojim legumele. Facem o tăietură pe lateral și umplem ardeii cu compoziția obținută. Închidem ardeiul așa cum se închid sarmalele, adică parte peste parte, îl dăm prin făină de grâu și îl punem în vasul uns cu puțin ulei. Așa procedăm cu toți ardeii și îi aranjăm unul lângă altul.

Dăm legumele la cuptor pentru circa 20 min. (sau până se rumenesc), la 180 de grade. Dacă doriți, puteți prăji ardeii în tigaie, pe ambele părți.

Serviți ardeii fierbinți sau reci, cu smântână sau sos de roșii.

BORS SCĂZUT

că la Nord



INGREDIENTE

- 1 kg carne de piept de porc sau rață costiță
- 1 căpățână de varză murată sau jumătate de varză murată și o jumătate de varză crudă
- 1 morcov
- 1 ceapă
- 1 rădăcina de pătrunjel
- 1 kg cartofi
- Sare piper negru măcinat verdeață tocată

MOD DE PREPARARE

Căpățâna de varză murată o tăiem în patru. O clătim în două ape, să mai iasă din acreală. Tăiem la fel de mășcat și varza proaspătă. Carnea o disecăm cam câte două costițe la o bucată. Legumele, spălate și curățate, le tăiem felii mășcate, să rămână întregi și arătoase în farfurie. Punem în oală un strat de varză, apoi unul de carne și tot așa până sus. Adăugăm sarea și piperul atât cât e nevoie, nu vom mai adăuga la sfârșit decât în caz de strictă necesitate. Acoperim cu apă rece. Dăm foc puternic, cât să dea în clocot, adunăm spuma și facem focul mic. Nu amestecăm și nu întoarcem pe partea cealaltă, avem grijă doar ca lichidul să scadă mai mult de jumătate, dar să nu dispară cu totul.

BINE DE ȘTIUT!

În unele sate din Glodeni i se mai zice și bors mare. Această mâncare se gătește la Crăciun. În afară de porc se mai adaugă și pasăre (preferabil curcan, gâscă ori rață, cârnați de casă etc).

SARMALE ȚIGĂNEȘTI



INGREDIENTE

700 g carne de curcan
300 g carne de porc
3-4 morcovi mari
3-4 cepe mari
200 g varză proaspătă
trecută prin răzătoarea
măruntă
400 g orez
100 g pastă de tomate
150 g grăsime de porc
200 g ulei de casă
frunze de dafin boabe de
piper mirositor mix de
piper iute
1 linguriță coriandru
măcinat
sare după gust
foi de varză murată de la 2-3
căpățini

MOD DE PREPARARE

Carnea o tocăm și o călim în grăsimea de porc timp de 3 min. Călim aparte, în ulei, la foc mic, ceapa tăiată cubulețe mărunte, morcovul, varza trecută prin răzătoare, până se înmoaie puțin. Adăugăm pasta de tomate și mai călim toate legumele încă 5 min. Sărăm după gust. Orezul îl spălăm în câteva ape, până ne asigurăm că este curat și îl incorporăm în legumele și carnea răcite. Adăugăm condimentele, verificăm dacă mai necesită sare. Foile de varză le spălăm cu apă și, dacă par a fi prea acre, le punem în apa rece pe câteva ore. Verificăm dacă a ieșit acrima, proporționăm foile și le punem pe marginea vasului să se scurgă. Ne asigurăm dacă am pus toate cele necesare și începem a împleti sarmalele.

Poftă bună!

FURNIZORII NOSTRI DE SERVICII

DIN REGIUNE APITERAPIA

Relaxați-vă și întineriți în „Casa rurală” din Chișcăreni, apiterapia fiind urmată de degustare de miere. Doar 30 min. de ascultare a zumzetului albinelor ameliorează stresul vieții aglomerate din mediul urban.



Casa rurală „Albinuța”, Chișcăreni



Pensiunea „Hai la nea Ion” (fosta „Casa Mierii”), cu produse apicole excepționale, este situată în apropierea Parcului Țaul. Aici vă puteți bucura de mâncăruri tradiționale (plăcinte, sarmale, fasole neagră și albă), dar și mult aer curat și peisaje pitorești. Pensiunea oferă servicii de cazare și apiterapie (dormit pe albine sau masaj cu miere).



Pensiunea „Hai la nea Ion”

AGROPENSIUNI CU BUCĂTĂRIE UIMITOARE

În această agropensiune îți petreci timpul în mod activ: te distrezi în timp ce citești o carte, înoți sau îți pregătești masa din legumele și fructele din grădină. Este o adevărată oază de relaxare pentru toată lumea.



Casa rurală
„Popas Regal”, Cobani



Casa rurală „La Bunica” din Chișcăreni este o afacere de familie la care lucrează trei generații. În aroma bucatelor preparate se pot retrăi amintiri din copilărie, simțindu-te ca acasă, la bunica.



Casa rurală „La Bunica”,
Chișcăreni

CAMPING PE MALURILE NISTRULUI CU FACILITĂȚI DE AGREMENT



„Visomiev”, Cosăuți

„Hanul cu Noroc”
este o pensiune de ecoturism,
situată la 100 m de malul
lacului de acumulare
Stâncea Costești.



„Poiana Verde”, Soroca



Pensiunea „Hanul cu Noroc”,
Duruitoarea Veche

Aici simți că te afli într-o
poveste, în care timpul
încetinește și bucuriile simple ale
vieții prind contur!

Această pensiune cucerește inimile oaspeților prin farmecul său autentic și prin tradiții moldovenesti.



Pensiunea
„Butoiaș”, Glodeni



Pensiunea „Hanul Nordic”,
Donușeni

Dacă doriți să descoperiți autenticitatea vieții la țară și să vă bucurați de o evadare rurală de neuitat, atunci în „Hanul Nordic” această dorință devine posibilă.

FERME



Ferma „Vilador”,
Slobozia-Măgura

Ferma de capre „Vilador” este un loc în care poți simți cu adevărat frumusețea vieții rurale și te poți conecta cu tradiția și mediul într-un mod autentic.



Fermă de struți, situată pe malul
râului Cubolta



Fermă de struți, Drochia



Păstrăvărie și Agropensiunea
„MD Village”, Naslavcea, Ocnîța

Singura păstrăvărie din Moldova își deschide larg porțile pentru clienții săi, oferind cel mai proaspăt pește și mâncăruri tradiționale, precum și servicii de cazare, saună, piscină și ceainărie carpatică.



MÂNCARE BĂUTURI



Singura companie producătoare de divin și țuică din nordul Moldovei, cu țuică de 50 de ani.

Vino să ne vizitezi, fii surprins!



SA „Barza Albă”, Bălți



Restaurantul unde tradițiile sunt în pas cu modernitatea.



Restaurantul „Noroc”, Bălți

HARTA

LA NORD DE MOLDOVA



NOTE

Doftia bunda!



Agencia de
Dezvoltare Regională
Nord

PRO4CE