

# SLOW COOKER

Idei creative de rețete



**SILVERCREST®**

# CUPRINS

|                              |    |
|------------------------------|----|
| Supa . . . . .               | 02 |
| Feluri principale . . . . .  | 14 |
| Desert . . . . .             | 38 |
| Index . . . . .              | 52 |
| Sursa fotografiilor. . . . . | 54 |



# SUPĂ

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătit cca:** 4,5 ore

**Grad de dificultate:** mediu

## Ingrediente pentru 4 persoane:

1 dovleac pentru plăcintă,  
cca 1,5 kg

1 ceapă mare

3-4 căței de usturoi

3 cm ghimbir

200 g cartofi făinoși

2 linguri de ulei de măsline

Sare

Piper proaspăt măcinat

Garam Masala (amestec de  
condimente indian)

1 litru de zeamă de legume

2 felii de pâine toast

2 linguri de semințe de dovleac

2 linguri de unt

60 g smântână

## Vegetarian

# SUPĂ CREMĂ DE DOVLEAC

cu Garam Masala

Se decojește dovleacul, se curăță de semințe și se taie în cubulețe.

Se curăță și se toacă ceapa și usturoiul.

Se decojește ghimbirul și se taie în cubulețe mici.

Se curăță, se spală și apoi se taie cartofii în cuburi mari.

Se încălzește ulei într-o tigaie și se sotează ceapa cu usturoiul și ghimbirul, apoi se pune deoparte.

Se adaugă dovleacul, cartofii și amestecul cu ceapă în vasul de ceramică.

Se toarnă zeama, se condimentează totul cu sare, piper și 1-2 lingurițe de Garam Masala, se acoperă vasul cu capac și se gătește timp de 4,5 ore pe treapta „5”.

La final, supa se lasă să se răcească timp de cca 10 minute.

Între timp, pâinea toast se taie în cubulețe mici.

Semințele de dovleac se prăjesc într-o tigaie cu strat antiaderent și apoi se pun deoparte.

Se încălzește untul într-o tigaie și se prăjesc cubulețele de pâine până devin brun-aurii pe toate părțile.

Se pasează supa cu blenderul vertical până devine cremă, se azonează și se distribuie în boluri.

Peste fiecare porție se adaugă 1,5 linguri de smântână, se distribuie crutoanele deasupra, supa se presară cu semințe de dovleac prăjite și se servește cu Garam Masala.





# SUPĂ

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătire cca:** 6 ore

**Grad de dificultate:** ușor

**Ingrediente  
pentru 6 persoane:**

3 linguri de unt topit

250 g morcovi, tăiați felii

250 g cartofi, tăiați cubulețe

500 g carne de vită, tăiată în  
cubulețe medii

250 g ceapă, tăiată cubulețe

3 linguri de pastă de roșii

1 lingură boia de ardei, dulce

Sare, piper, pudră de ardei iute

2 ardei grași, tăiați cubulețe

1 L zeamă de carne

## SUPĂ DE GULAȘ

Cartofii și morcovii se sotează cu o lingură de unt topit într-o tigaie și apoi se adaugă în vasul de ceramică.

În untul topit rămas se prăjesc cubulețele de carne și ceapă, iar în ultimele minute se adaugă pasta de roșii.

Se condimentează cu sare, boia, pudră de ardei iute și piper.

Apoi se adaugă și carnea în aparat.

Se adaugă zeama de carne și ardeii grași.

Se lasă aparatul să gătească timp de cca 6 ore pe treapta „SS”.



### Sugestie:

Dacă se preferă mai iute, se poate condimenta cu boia de ardei iute.



# SUPĂ CU BRÂNZĂ ȘI PRAZ

Timp de preparare: 20 de minute

Timp de gătire cca: 2,5 ore

Grad de dificultate: ușor

Se curăță prazul și se taie inele.

Se decojește ceapa și se taie în cubulețe mici.

Ambele se călesc cu ulei într-o oală până devin transparente și apoi se adaugă în vasul de ceramică.

Se setează aparatul pe treapta „S” și se acoperă cu capac.

Carnea tocată se prăjește într-o tigaie până când devine sfărâmicioasă și apoi se adaugă în vasul de ceramică.

Se toarnă zeama caldă de legume și întreg preparatul se gătește 2,5 ore pe treapta „SS” sau 5 ore pe treapta „S”.

Apoi, se setează aparatul pe „SS”, se încorporează brânza topită, se amestecă și se adaugă ciupercile scurse de apă.

Se azonează cu puțină nucșoară și se lasă să fiarbă timp de 30 de minute.

Se presară cu pătrunjel înainte de servire.

Ingrediente  
pentru 4 persoane:

3 tulpini de praz

2 cepe

1/2 lingură de ulei

500 g carne tocată,  
amestec

Sare, piper, sare  
cu aromă de usturoi

1 litru de zeamă de legume

1 conservă de ciuperci  
Champignon

100 g brânză topită  
cu smântână

200 g brânză topită cu ierburi  
aromatice

Nucșoară, pentru aseasonare

Pătrunjel, pentru presărat







# SUPĂ DE LINTE

## cu șuncă

Se curăță ceapa și usturoiul și se taie în cubulețe mici. Se smulg firele țelinei și apoi țelina se feliază. Se decojesc morcovii și se feliază.

Se încălzește puțin ulei în tigaie și se prăjește puțin șunca. Se ia șunca din tigaie și se pune deoparte.

Se mai adaugă puțin ulei în tigaie și se încălzește. Se călesc ceapa și usturoiul.

Se adaugă zahărul și se caramelizează.

Se adaugă pasta de tomate și se lasă puțin să se prăjească. Se stinge cu vin roșu și se lasă să fiarbă puțin.

Se adaugă toate în vasul de ceramică. Se adaugă carnea, roșiile pasate, linte, legumele, cimbrul, foile de dafin și zeama de carne.

Întreg preparatul se gătește la treapta „SS” timp de 3-4 ore și se amestecă constant.

Se azonează cu sare, piper și oțet balsamic.

Se adaugă măghiran și supa de linte se mai fierbe încă 20 de minute.

Se spală frunzele de spanac și se scutură pentru a se usca.

Se scoate carnea, se așază pe un tocător și se rupe în bucăți sau se taie.

Se îndepărtează foile de dafin și cimbrul și se toarnă supa în farfurii.

Baby spanacul se distribuie deasupra și se apasă ușor în supă.

Se adaugă bucățile de carne, se rup frunzele de la crenguța de cimbru rămasă, se presară deasupra și se servește.

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătire cca:** 3-4 ore

**Grad de dificultate:** mediu

## Ingrediente pentru 4 persoane:

- 2 cepe mari
- 1 cățel de usturoi
- 3 linguri de ulei de măsline
- 500 g șuncă afumată
- 1 lingură de zahăr brun
- 4 crenguțe de cimbru
- 2 foi de dafin
- 2 linguri de pastă de roșii
- 150 ml vin roșu
- 250 g roșii pasate
- 800 ml zeamă de carne
- 250 linte maro
- 2 morcovi
- 3 tulpini de țelină
- Sare
- Piper proaspăt măcinat
- 1 lingură de măghiran, uscat
- 3 linguri de oțet balsamic
- 1 mână de baby spanac



# SUPĂ

Vegetarian

Timp de preparare: 30 de minute

Timp de gătire cca: 3 ore

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 6 persoane:

6 cartofi

6 morcovi

1 gulie mică

1 tulpină de praz

1/2 cățel de usturoi (tocat)

170 g fasole verde

1100 ml zeamă de legume

100 ml smântână

3 linguri de piper

2 lingurițe de sare

1 linguriță de cimbru

2 linguri de pătrunjel (tocat)

3 lingurițe de amidon

## SUPĂ DE LEGUME

Se decojesc morcovii, cartofii și gulia și se taie în cubulețe mici.

Se curăță fasolea verde.

Se spală prazul și se taie în formă de inele.

Se adaugă legumele împreună cu zeama, usturoiul tocat, pătrunjelul tocat și condimentele în vasul de ceramică.

Se lasă aparatul să gătească timp de cca 3 ore pe treapta „SSS”.

Amidonul se dizolvă în puțină apă călduță și se amestecă. Se adaugă smântâna.

Se lasă totul să fiarbă încă cca 15 minute.

Se azonează, se mai condimentează dacă este necesar și apoi se servește.



# SUPĂ DE MAZĂRE

Timp de preparare: 30 de minute

Timp de gătire cca: 4 ore-4,5 ore

Grad de dificultate: mediu

Cartofii și ceapa se decojesc și se taie cubulețe.

Verdeața pentru supă se curăță și se taie cubulețe.

Se adaugă mazărea decortica-tă, cepele, cartofii și verdeața pentru supă în vasul de ceramică.

**Indicație:** *Mazărea nedecor-tică trebuie înmuiată peste noapte înainte de folosire! De asemenea, trebuie să se ia în calcul un timp de fierbere mai mare!*

Se adaugă carnea și cârnă-ciorii.

Se toarnă 1,5 litri de apă fierbinte până când toate ingredientele sunt acoperite.

Se azonează cu sare și piper sau cu puțin concentrat granulat de supă.

Se așază capacul și se fierbe pe treapta „SS” timp de 4 până la 4,5 ore.

Se scoate carnea cu grijă și, dacă este necesar, se îndepăr-tează grăsimea și oasele din carne. Carnea se taie cubulețe.

Cârnăciorii crud-uscați și crenvurștii se feliază.

În funcție de consistență, o parte din supă se pasează într-un vas separat.

Se adaugă supa, carnea și feliile de crenvurști înapoi în vasul de ceramică și se amestecă bine.

Dacă este necesar, se mai azonează cu sare și piper.

Se spală pătrunjelul și se mărunțește.

Se presară supa de mazăre cu pătrunjelul tocat.

Ingrediente  
pentru 6 persoane:

500 g mazăre verde  
decortica-tă, uscată

2 cepe

1/2 legătură de  
verdeață pentru supă

400 g ceafă de porc afumată

2 cârnăciorii crud-uscați, afumați

1 foaie de dafin

1 linguriță de măghiran,  
uscăt

500 g cartofi

4 crenvurști

Sare, piper,  
concentrat granulat de supă

1 legătură de pătrunjel

1,5 litri apă

## SUPĂ

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătit cca:**

4 ore și 10 minute

**Grad de dificultate:** ușor

**Ingrediente  
pentru 4 persoane:**

1 kg broccoli

300 g cartofi, făinoși

1/2 tulpină de praz

1 ceapă

2 căței de usturoi

1 litru de supă concentrată  
de pui

Sare

Piper proaspăt măcinat

250 g mazăre, congelată

100 g brânză Pecorino rasă

100 g brânză Fontina rasă

75 g parmezan ras

2 linguri de frunze de arpagic

Ulei de măsline, pentru stropire

## SUPĂ CREMĂ DE BROCCOLI

cu trei tipuri de brânză

Se spală broccoli și se desprind buchețelele acestuia. Cotorul se decojește și se taie în felii mici.

Se decojesc cartofii și se taie în cubulețe.

Se spală prazul și se feliază subțire.

Se decojesc ceapa și usturoiul și se taie în felii mici.

Toate împreună cu supa concentrată de pui și cu puțină sare și piper se adaugă în vasul de ceramică și se acoperă cu capac.

Cca 4 ore se fierbe pe treapta „SSS”.

Se deschide capacul, se adaugă mazărea și se fierbe acoperit încă 5-10 minute.

La final, brânzeturile de tip Pecorino și Fontina, precum și jumătatea de parmezan se pasează în supă cu un mixer vertical până totul devine fin și bine amestecat.

Se azonează, se împarte în farfurii, restul de parmezan și frunzele de arpagic se distribuie deasupra și se servește cu puțin ulei de măsline.





# SUPĂ

Timp de preparare: 15 minute

Timp de gătit cca: 5 ore

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 6 persoane:

1 pui mic pentru supă,  
gata de gătit

1-1,5 litri apă

4 morcovi

1/4 rădăcină de țelină

2 rădăcini de pătrunjel

1 tulpină de praz

1 lingură de sare

1 linguriță de leuștean, uscat

1 linguriță de piper,  
negru, măcinat

1 foaie de dafin

1 linguriță de ghimbir, tocat

1 legătură de pătrunjel, creț

## SUPĂ DE PUI

Se preîncălzește aparatul timp de 10 minute pe treapta „SS”.

Se feliază prazul și restul legumelor se taie în cubulețe mici.

Se introduce puiul pentru supă în vasul de ceramică.



**Sugestie:** Puii pentru supă nu trebuie să fie prea slabi în grăsimi. Pentru o supă bună este necesară grăsime. În niciun caz, grăsimea nu trebuie îndepărtată înaintea fierberii!

Deasupra puiului se distribuie cubulețele de legume și toate condimentele, fără pătrunjel.

Se toarnă apă. Se fierbe pe treapta „SS” timp de 5 ore.

După încheierea timpului de fierbere, se scoate puiul din zeamă, se dezosează, se taie în bucățele potrivite sau se rupe și se adaugă înapoi în vasul de ceramică.

Carnea se fierbe din nou timp de câteva minute.

Se mărunțește pătrunjelul și se adaugă la preparat.



**Sugestie:**

Dacă se preferă legume crocante, se mai pot adăuga alte legume cu 1 oră înainte de sfârșitul timpului de fierbere.

# SUPĂ LASAGNA

Carnea tocată de vită se prăjește împreună cu ceapa într-o tigaie cu ulei. Se condimentează cu sare și piper și se adaugă în vasul de ceramică.

Se adaugă roșiile, usturoiul, supa concentrată și apa și se amestecă legumele.

Se adaugă busuioc și oregano și, în funcție de gust, se condimentează cu sare și piper.

Se fierbe de la 3,5 până la 4 ore pe treapta „SSS”.

Se lasă spanacul să se decongeleze.

Pastele se fierb al dente într-o altă oală și apoi se pun deoparte.

Se adaugă pastele și spanacul în vasul de ceramică și se fierb încă 30 de minute pe „SSS”.



## Sugestie:

Peste supă se adaugă brânza pentru pizza, parmezanul sau brânza Ricotta peste supă și se presară cu busuioc.

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătire cca:** 4,5 ore

**Grad de dificultate:** ușor

## Ingrediente pentru 6 persoane:

500 g carne tocată de vită

2 cepe, tocate

2 linguri de ulei de măsline

2 conserve de roșii tocate  
(800 g)

500 ml roșii pasate

400 ml supă concentrată de vită

400 ml apă

2 ardei grași roșii, cubulețe

1 cățel de usturoi (tocat mărunt)

200 g ciuperci Champignon,  
proaspete, feliate

Câte ½ linguriță de busuioc și  
oregano, uscate

Sare, piper

150 g tăiței lați, nefierți

100 g spanac (din congelator)

## Pentru servire:

busuioc proaspăt

200 g brânză pentru pizza,  
(mozzarella) rasă, opțional  
parmezan și/sau brânză  
Ricotta

## FEL PRINCIPAL

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătire minim:** 7 ore

**Grad de dificultate:** ușor

Ingrediente  
pentru 6-8 persoane:

1,3-1,5 kg carne de porc,  
fără oase (pulpă inferioară  
sau superioară)

2 linguri de zahăr brun

1 lingură de boia de ardei, dulce

2 lingurițe de sare grunjoasă

Piper proaspăt măcinat

2 cepe mari

500 ml băutură de ghimbir sau  
Root beer

1 sticlută cu sos pentru grătar

## PULLED PORK

Se spală și se usucă carnea  
de porc.

Se amestecă zahărul cu  
boiaua, sarea și piperul într-un  
bol mic. Carnea se freacă de  
jur împrejur cu acest amestec.

Se decojește ceapa și se taie  
în formă de inele.

Se adaugă jumătate din ceapă  
în vasul de ceramică.

Se așază carnea pe ceapă și  
se acoperă cu restul inelelor  
de ceapă.

Se toarnă băutura de ghimbir  
și se lasă toate să fiarbă aco-  
perit timp 6-7 ore pe treapta

„SS”.

Se scoate din nou carnea și  
se pune deoparte.

Dacă este necesar, se înde-  
partează excesul de grăsime  
de pe carne și se rupe în  
fâșiuțe cu două furculițe,  
pentru a căpăta aspectul tipic  
de Pulled Pork.

Carnea de porc se adaugă  
înapoi în Slow Cooker împrе-  
ună cu ceapa și se amestecă  
cu sosul pentru grătar.

Se acoperă totul și se gătește  
încă 1-2 ore.

Preparatul final se poate servi  
simplu, cu orez, într-o chiflă  
sau într-un sandviș.





# FEL PRINCIPAL

Timp de preparare: 45 de minute

Timp de odihnă cca: 3 ore

Timp de gătire cca: 1 oră

Grad de dificultate: mediu

Ingrediente  
pentru 8 persoane:

Pentru lipii:

cca 360 g făină

2 lingurițe de sare

200 ml apă

Făină, pentru frământat

Pentru preparatul  
de ardei iute:

1 ceapă

2 căței de usturoi

2 ardei iuți roșii

2 linguri de ulei de măsline

800 g carne tocată, vită

2 lingurițe de pastă de roșii

cca 500 ml zeamă de carne

4 roșii

250 g fasole roșie  
(din conservă)

2 crenguțe de oregano

1/2 linguriță de chimion,  
măcinat

1/2 linguriță de zahăr brun

Sare

Piper proaspăt măcinat

Pentru garnisire:

4 ardei iuți verzi

250 g smântână

cca 200 g brânză Cheddar rasă

Ardei cayenne

## TACOS

cu Chili con carne

Pentru lipii, făina se amestecă cu sarea într-un vas.

Se adaugă apă și se frământă până aluatul este moale.

Dacă este necesar, se mai adaugă apă sau făină.

Se modelează sub forma unei sfere, se înfășoară în folie și se lasă cca 3 ore să stea.

Pentru preparatul de ardei iute, se decojesc ceapa și usturoiul și se taie în cubulețe mici.

Se înjumătățesc ardeii iuți, se curăță și se feliază subțire.

Se adaugă ulei într-o tigaie fierbinte sau într-o oală și se prăjește carnea tocată până devine sfărâncioasă.

După rumenirea ușoară a cărnii, se adaugă cubulețele de ceapă și usturoi, precum și ardeii iuți.

Se prăjesc împreună timp de 2-3 minute și se sotează puțin cu pasta de tomate.

Se adaugă toate în vasul de ceramică. Se setează aparatul pe „SSS” și se adaugă zeama.

Se spală roșiile, se îndepărtează capetele verzi și se taie în felii mari.

Se adaugă la preparatul de ardei iute și se fierbe la foc mic în jur de 1 oră fără să se acopere. Se amestecă din când în când în acest timp.

În acest timp, se taie aluatul pentru lipii în 8 bucăți uniforme, se așază pe o suprafață acoperită cu făină și se întind până la obținerea unor lipii subțiri.

Continuare la pagina 18



Se scutură făina și se prăjesc lipiile într-o tigaie fierbinte fără grăsime, una după cealaltă, timp de cca 1 minut pe ambele părți.

Apoi se iau din tigaie și se taie în bucăți mici.  
Se lasă să se răcească.

Se spală fasolea și se lasă să se scurgă bine.

Se adaugă la preparatul de ardei iute cu aproximativ 15 minute înainte de sfârșitul timpului de gătire.

Se rup frunzele de oregano și se toacă mărunț.

La final se amestecă împreună cu preparatul de ardei iute și se asezonează cu zahăr, chimion, sare și piper.

Se spală ardeiul iute verde, se curăță de semințe și se taie în inele subțiri.

Se așază preparatul de ardei iute pe lipii și se acoperă cu smântână, brânză și inele de ardei iute.

Se presară puțin ardei cayenne și se servește.



# GHIVECI DE CARTOFI ȘI MUȘTAR

Cartofii, morcovii și țelina se taie în cubulețe mici și se adaugă în vasul de ceramică împreună cu supa și foaia de dafin.

Se fierbe 2,5 ore pe treaptă „SS”.

Ceapa se taie în cubulețe mici.

Fâșiile de bacon se prădesc într-o tigaie până devin crocante.

Cubulețele de ceapă se înăbușă în grăsimea lăsată de bacon până devin transparente.

După 2,5 ore se adaugă smântâna, muștarul, fâșiile de bacon și ceapa în vasul de ceramică și se azonează cu sare și piper.

La final, se adaugă și se amestecă pătrunjelul tocat mărunt.

Timp de preparare: 30 de minute

Timp de fierbere/coacere cca: 2,5 ore

Grad de dificultate: normal

Ingrediente  
pentru 3-4 persoane:

8 cartofi de mărime medie

3 morcovi

1 felie de rădăcină de țelină

300 ml supă de pui

1 foaie de dafin

2 linguri de muștar, semi-iute

150 g smântână

3 cepe

1 pachet de bacon (tăiat fâșii)

2 fire de pătrunjel

Sare și piper



## FEL PRINCIPAL

Țimp de preparare: 30 de minute

Țimp de marinare cca: 30 de minute

Țimp de fierbere cca:

7 ore și 40 minute

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 4 persoane:

1 kg piept de vită

Sare

Piper

1 morcov

100 g țelină

1 foaie de dafin

750 ml supă concentrată  
de vită

150 ml vin roșu

1 linguriță boia

6 boabe de ienupăr

1 crenguță mică de cimbru

650 g cartofi, făinoși

100 ml lapte

Nucșoară

4 cepe

100 g unt, în cuburi mici

300 g păstăi de mazăre

## PIEPT DE VITĂ ÎNĂBUȘIT

cu ceapă și piure de cartofi

Pieptul de vită se condimentează și se freacă cu sare și piper. Se lasă să stea 30 de minute și apoi se adaugă în vasul de ceramică.

Se spală morcovul și se taie în cubulețe.

Se spală țelina și se taie, de asemenea, în cubulețe.

Se adaugă toate la carne împreună cu supa concentrată, vinul roșu, condimentele și cimbrul, se acoperă cu capac și se înăbușă timp de cca 7 ore pe treapta „”.

Se spală cartofii și se fierb în apă sărată timp de cca 35 de minute. Apoi se scurg, se permite evaporarea aburilor, se decojesc cât timp sunt calzi și se apasă într-o oală printr-o presă.

Se încălzește laptele și se asezonează cu sare și nucșoară. Se toarnă peste cartofi și se adaugă jumătate din unt, se amestecă și se menține cald.

Se decojește ceapa, se înjumătățește și se taie în fâșii.

Se călește cu jumătatea untului rămas într-o tigaie, amestecându-se ocazional timp de cca 10 minute până devine ușor maronie.

Se toarnă cu grijă peste ceapă puțină supă concentrată din vasul de ceramică.

Se lasă să scadă, se amestecă bine și se pune deoparte.

Se spală păstăile de mazăre, se curăță și se gătesc bain-marie timp de 2-3 minute.

Se scoate carnea, se feliază de-a lungul fibrei și se aranjează în farfurii.

La aceasta se adaugă piureul și păstăile de mazăre, se distribuie ceapa peste carne și, după preferințe, se toarnă deasupra puțină supă concentrată fiartă și se servește.







# FRIPTURĂ DE PORC

cu cartofi dulci și fasole

Se spală și se usucă carnea și costița. Carnea se freacă cu sare și piper.

Se decojesc și se taie în cuburi cepele, usturoiul, morcovii și țelina.

Se încălzește uleiul într-un vas de fontă și se rumenește carnea pe toate părțile.

Se scoate din nou, apoi se rumenește ște timp de cca 10 minute la foc mediu în timp ce se amestecă.

Se adaugă legumele și se rumenesc.

Se adaugă toate în vasul de ceramică și apoi se adaugă zeama de carne și 250 ml de bere.

Se adaugă carnea și se gătește timp de 2-2,5 ore pe treapta „SSS”.

Friptura se controlează continuu și, la nevoie, se toarnă zeamă de carne și restul de bere.

Cartofii dulci se spală și se străpung cu o furculiță de mai multe ori.

Se freacă cu sare grunjoasă de mare și ulei de măsline, se adaugă într-un vas pentru cuptor și se coc timp de cca 70 de minute într-un cuptor preîncălzit la 180 °C.

Se scoate carnea din sos și se păstrează caldă pe un grătar din cuptor.

Se îndepărtează oasele și se trece sosul printr-o sită fină.

La nevoie, se mai lasă să fiarbă puțin la foc mic sau se adaugă lichid (după preferințe, se poate întări puțin cu amidon).

**Timp de preparare:**

1 oră și 15 minute

**Timp de gătire cca:**

2 ore și 50 minute

**Grad de dificultate:** normal

Ingrediente  
pentru 4-6 persoane:

**Pentru friptură:**

1,5 kg friptură de porc, de exemplu, din pulpă

500 g costiță de porc

Sare

Piper proaspăt măcinat

2 cepe

1 cățel de usturoi

2 morcovi

150 g rădăcină de țelină

2 linguri de ulei vegetal

cca 400 ml zeamă de carne

500 ml bere brună

**Pentru garnitură:**

2 cartofi dulci de mărime medie

Sare grunjoasă de mare

Ulei de măsline

Sare

Piper proaspăt măcinat

Suc de lămâie

40 g unt

500 g fasole verde

1-2 crenguțe de cimbru

Continuare la pagina 24

## FEL PRINCIPAL

Se azonează cu sare și piper.

Fasolea împreună cu cimbrul se opăresc cca 8 minute în apă sărată clocotind abundent. La final, se scurge și se lasă să se usuce.

Se înjumătățesc cartofii dulci, se zdrobesc cu o furculiță pe interior, se condimentează cu sare și piper, se stropesc cu suc de lămâie și se acoperă cu câte o bucată de unt.

Friptura de porc se feliază și se așază în farfurii împreună cu sosul, fasolea și cartofii dulci.

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătire minim:** 3 ore

**Grad de dificultate:** ușor

## PREPARAT CU ARDEI IUTE

Ingrediente  
pentru 4-6 persoane:  
800 g carne tocată (jumătate  
carne de vită,  
jumătate carne de porc)

2 cepe

2 conserve cu roșii tăiate în  
bucăți (cca 800 ml)

2 ardei

1 lingură boia de ardei iute

5 ardei iuți

1 linguriță de chimen, măcinat

1 conservă de fasole roșie

1 conservă de porumb

Carnea tocată se prăjește  
într-o tigaie și apoi se adaugă  
în vasul de ceramică.

Ardeii grași și ardeii iuți se  
spală, se curăță de semințe și  
se taie în felii subțiri.

Se taie ceapa în bucăți mici.

Fasolea și porumbul se scurg  
și se spală sub jet de apă.

Se adaugă toate ingredientele  
la carnea tocată în vasul de  
ceramică și se amestecă.

Se acoperă cu capac și se  
lasă totul să fiarbă timp de  
cca 3 ore pe treapta „55”.



# TOCĂNIȚĂ DE VARZĂ CREAȚĂ

Se spală varza creață, se îndepărtează crenguțele mai dure și se taie mărunț.

Se decojesc morcovii, cepele și usturoiul și se taie în cubulețe mici.

Prazul se taie pe lung, se spală bine și se taie în formă de inele sau în bucățele mici.

Uleiul se încălzește într-o oală în care se prăjesc puțin, succesiv, cepele, usturoiul, morcovii și prazul.

Se adaugă varza creață tăiată mărunț, se amestecă și se stinge cu supă de legume.

Se adaugă toate în vasul de ceramică.

Se spală merele și se taie în cubulețe mici, se adaugă împreună cu roșiile pasate și muștarul în vasul de ceramică, se amestecă și, dacă este necesar, se condimentează cu sare și piper.

Se gătește timp de 4-5 ore pe treapta „III”.

**Timp de pregătire cca:**

45 de minute

**Timp de fierbere/coacere cca:**

4-5 ore

**Grad de dificultate:** normal

Ingrediente  
pentru 8 persoane:

4 cepe

4 căței de usturoi

6 morcovi

2 tulpini de praz

1000 g varză creață

4 linguri de ulei

2 litri de supă de legume,  
instant

600 g roșii, pasate

2 mere

2 linguri de muștar

Sare și piper





## FEL PRINCIPAL

Timp de preparare:

1 oră și 15 minute

Timp de gătire cca: 3,5-4 ore

Grad de dificultate: normal

Ingrediente  
pentru 6 persoane:

2 cepe mici

2 căței de usturoi

3 linguri de ulei de măsline

2 linguri de pastă de roșii

45 ml vin roșu

600 g roșii bucăți, conservă

300 g roșii pasate

3 fileuri de sardele

Sare

1 priză de zahăr

Piper proaspăt măcinat

1-2 lingurițe de ierburi aromatice  
uscate italiene, exemplu cimbru,  
oregano, rozmarin

600 g carne tocată amestecată

cca 3 linguri de pesmet

1 ou mare

Sare

Piper proaspăt măcinat

3 linguri de ierburi aromatice,  
cimbru, rozmarin, pătrunjel,  
tocate

3-4 linguri de smântână

75 g parmezan ras

În plus:

750 g spaghetti

Sare

## SPAGHETE

cu chifteluțe și sos Marinara

Se decojește și se taie în  
cubulețe ceapa și usturoiul.

Se încălzește ulei într-o oală și  
se călește ceapa și jumătate  
din usturoi până devin trans-  
parente.

Se amestecă pasta de roșii și  
se lasă să fiarbă puțin, apoi se  
stinge cu vin roșu.

Se adaugă roșiile bucățele și  
pasate.

Fileurile de sardele se toacă  
grosier, se adaugă la preparat  
și se amestecă, iar apoi se  
condimentează totul cu sare,  
piper, zahăr și ierburi aroma-  
tice.

Se adaugă sosul în vasul de  
ceramică.

Carnea tocată se pune într-un  
vas separat.

Se adaugă pesmet, ou, sare,  
piper, ierburi aromatice,  
usturoiul rămas și smântâna  
la carne.

Se amestecă totul bine până  
la obținerea unei compoziții  
maleabile și la nevoie se mai  
adaugă puțină smântână sau  
pesmet.

Din compoziția de carne se  
formează chifteluțe cu mări-  
mea de cca 3 cm, se așază în  
sos și se presară cu jumătatea  
de parmezan.

Se gătește totul acoperit timp  
de cca 3,5 ore pe treapta „SS”.  
Spaghetetele se fierb al dente în  
apă sărată.

Se azonează sosul.

Se scot spaghettiile din apă,  
se lasă să se scurgă și se  
împarte în farfurii adânci.

Apoi se adaugă chifteluțele  
împună cu sosul, se presară  
cu parmezanul rămas și se  
servesc.





## BOEUF BOURGUIGNON

Carnea se spală, se usucă și se taie în cubulețe nu foarte mici.

Se decojesc morcovii și țelina, respectiv se curăță, se spală și se taie în bucățele potrivite.

Se decojesc hașmele și usturoiul.

Usturoiul se feliază și hașmele se împart în patru.

Se încălzește uleiul într-o tigaie și se rumenește carnea pe porții, pe toate părțile.

Apoi se adaugă hașmele și usturoiul și se prăjesc puțin.

Se stinge cu puțin vin roșu și se lasă să scadă.

Se adaugă toate în Slow Cooker și se setează pe treapta „SS”.

Se toarnă vinul roșu rămas și se adaugă foile de dafin și supa concentrată.

Se completează cu morcovi și țelină și se acoperă cu capac. Cca 5-6 ore se lasă să se înăbușe.

După preferințe, sosul poate fi întărit cu puțin amidon amestecat în apă rece.

Se azonează cu sare și piper și se servește, de exemplu, cu cartofi copti.

**Timp de pregătire cca:** 30 min

**Timp de gătit cca:** 5 - 6 ore

**Grad de dificultate:** ușor

Ingrediente  
pentru 4 persoane:

800 g carne macră de vită

2 morcovi

2 tulpini de țelină

4 hașme

2 căței de usturoi

4 linguri de ulei vegetal

1/2 L vin roșu fortificat, de exemplu, vin de Burgundia

2 foi de dafin

cca 500 ml supă concentrată de vită

1 lingură de amidon

Piper proaspăt măcinat

Sare

## FEL PRINCIPAL

**Timp de preparare:** 20 de minute

**Timp de gătire cca:** 45 de minute

**Grad de dificultate:** ușor

Ingrediente  
pentru 6 persoane:

12 roșii

1 1/2 ceapă

1 cățel de usturoi

4 linguri de ulei de măsline

750 g carne tocată de vită

1 1/2 lingură de pastă de  
tomate

cca 600 ml zeamă de carne  
concentrată

Sare

1 priză de zahăr

Piper proaspăt măcinat

750 g macaroane

Pentru servire:

busuioc proaspăt mărunțit

parmezan proaspăt răzuit

## MACAROANE

### în sos de carne tocată

Roșiile se opăresc, se răcesc  
brusc, se decojesc, se împart  
în patru, se curăță de semințe  
și se taie în cubulețe.

Ceapa și usturoiul se decojesc  
și se taie în cubulețe mici.

Carnea tocată se rumenește  
ușor în ulei fierbinte într-o oală  
și se amestecă până devine  
sfărâmcioasă.

Se adaugă cepele și usturoiul  
și se mai călește timp de 2-3  
minute.

Se adaugă toate în vasul de  
ceramică și se setează pe  
treapta „”.

Se amestecă pasta de roșii și  
se toarnă zeama de carne.

Se condimentează cu sare,  
zahăr și piper și se amestecă  
roșiile.

Se lasă să fiarbă timp de  
aproape 45 de minute și se  
amestecă ocazional și even-  
tual se mai completează cu  
puțină zeamă.

Macaroanele se fierb al dente  
în apă sărată.

Se azonează din nou sosul  
și se încorporează pastele  
scurse.

Se adaugă în farfurii și se  
presară cu busuioc.

După preferințe, se poate  
adăuga parmezan deasupra.







# CHICKEN WINGS (ARIPIOARE PICANTE DE PUI)

Se spală aripile de pui și se usucă.

Se încălzește ulei într-o tigaie și se prăjesc aripile de pui pe porții, apoi se iau din tigaie.

Se spală ardeii iuți, se curăță și se taie în cubulețe mari.

Se decojesc hașmele, usturoiul și ghimbirul, toate se taie în cubulețe mari și împreună cu ardeiul iute se pasează cu ajutorul mixerului.

Se adaugă mierea, sucul de portocale, oțetul de mere, sosul de soia și sosul teriyaki și toate se amestecă bine.

Se adaugă aripile de pui în vasul de ceramică și se acoperă cu amestecul de condimente.

Se toarnă laptele de cocos și toate se gătesc acoperite cu capacul timp de cca 4 ore pe treapta „S” sau timp de cca 2 ore pe treapta „SS”.

Aripioarele de pui se asezonează cu sare și piper și se servesc în farfurii.

Timp de preparare cca:

20 de minute

Timp de gătire cca: 4 ore

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 8 persoane:

2 kg aripi de pui

4 linguri de ulei de susan

2 ardei iuți roșii

4 hașme

4 căței de usturoi

6 cm ghimbir

4 linguri de miere

100 ml suc de portocale

2 linguri de oțet de mere

2-3 linguri de sos de soia

2-3 linguri de sos teriyaki

cca 300 ml lapte de cocos

Sare

Piper alb proaspăt măcinat

Timp de preparare: 25 de minute

Timp de gătire cca: 4 ore

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 6 persoane:

1,5 kg cartofi duri

3 cepe verzi,  
doar partea albă

3 căței de usturoi

4 crenguțe de cimbru

300 ml lapte

200 ml smântână

Sare

Piper proaspăt măcinat

250 g de cașcaval ras,  
de exemplu, Emmentaler,  
Cheddar sau Raclette

## CARTOFI CU BRÂNZĂ

Cartofii se curăță, se spală și apoi se feliază.

Ceapa verde se spală, se curăță și se taie în cubulețe mici.

Usturoiul se decojește și se taie, de asemenea, în cubulețe mici.

Cimbrul se spală, se scutură până se usucă și se rup frunzulițele sau vârfurile.

Cartofii, cepele verzi și usturoiul se așază în vasul ceramic și se adaugă lapte, smântână, sare, piper, brânză și jumătate de cimbru.

Se amestecă toate ingredientele și se gătesc acoperite timp de 3,5-4 ore pe treapta „5” până se înmoaie cartofii.

Se azonează cartofii, se rășnește puțin piper deasupra și se servesc presărați cu cimbrul rămas.



### Sugestie:

Dacă cartofii cu brânză s-au uscat prea tare, se adaugă puțin lapte cu 30 de minute înainte de sfârșitul timpului de gătire și se amestecă.











# TOCANĂ DE MIEL

cu măsline și tăiței lați

Carnea de miel se usucă și se taie în cubulețe de 3-4 cm.

Se curăță și se toacă ceapa și usturoiul.

Se încălzește ulei într-o tigaie și se prăesc bine cubulețele de carne pe porții, pe toate părțile, apoi se iau din tigaie.

Se rumenesc puțin ceapa și usturoiul, se amestecă pasta de roșii și se sting toate cu cca 100 ml zeamă de carne.

Cubulețele de miel prăjite se așază în vasul de ceramică și se adaugă amestecul cu ceapă.

Se adaugă la preparat pasta de ardei Harissa, amestecul de condimente Ras el Hanout, roșiile bucățele, măslinele, sarea și piperul și se amestecă bine totul.

Se toarnă zeama de carne rămasă și se gătesc toate timp de cca 6 ore pe treapta „S”.

Spre sfârșitul timpului de gătit, se spală ierburile aromatice, se scutură până la uscare și se toacă grosier.

Tăiței lați se fierb al dente în apă sărată.

Se spală dovleceii, se curăță și se taie oblic, în felii subțiri.

Se azonează tocana de miel și se amestecă cu ierburile aromatice.

Tăiței se scot din apă, se lasă să se scurgă și se servesc în farfurii împreună cu tocana de miel.

Se adaugă câteva felii de dovlecel la fiecare porție, se sarează, se piperează, se stropesc cu ulei de măsline și, după preferințe, cu suc de lămâie și se servesc toate.

Timp de preparare cca:

30 de minute

Timp de gătit cca:

6 ore și 15 minute

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 4 persoane:

1 kg carne de miel, de exemplu, pulpă, fără os

1 ceapă mare

2 căței de usturoi

4 linguri de ulei de măsline

2 linguri de pastă de roșii

cca 200 ml zeamă de carne

1-2 lingurițe de pastă Harissa

1-2 lingurițe de amestec de condimente Ras el Hanout

800 g roșii bucățele, (conservă)

100 g măsline negre, fără sâmburi

Sare

Piper proaspăt măcinat

Pentru servire:

1/2 mână de ierburi aromatice, pătrunjel sau mentă

400 g tăiței lați

Sare

1 dovlecel tânăr

Piper proaspăt măcinat

2 linguri de ulei de măsline

Suc de lămâie, după preferințe

Timp de preparare: 15 minute

Timp de gătit cca: 1,5 ore-2 ore

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 8 persoane:

4 linguri de unt

600 g pâine albă, din ziua  
precedentă

120 g stafide

600 ml lapte

200 ml smântână

6 ouă

160 g zahăr

1 linguriță de scorțișoară  
măcinată

1/2 linguriță de esență de  
vanilie

Nucșoară măcinată

1 priză de sare

8 globuri de înghețată  
de vanilie

Pentru sosul de caramel:

180 g zahăr

350 g smântână

1 priză de sare

## BUDINCĂ DE PÂINE

cu înghețată și sos de caramel

Vasul de ceramică se unge  
cu unt.

Pâinea se taie în cubulețe de  
cca 2,5 cm.

Se topește untul într-o tigaie  
și prăjesc cubulețe de pâine  
pe porții, pe toate părțile, se  
scot și apoi se adaugă în vasul  
de ceramică împreună cu  
stafidele.

Se bat laptele cu smântâna,  
ouăle, 100 g zahăr, scorțișoa-  
ra, esența de vanilie, nucșoara  
și sarea.

Amestecul se toarnă peste  
cubulețele de pâine.

Toate se amestecă între ele  
cu grijă, se presară cu zahărul  
rămas și se gătesc acoperite  
timp de cca 2 ore pe treapta  
„SS”.

Între timp, se amestecă  
constant.

Pentru sosul de caramel,  
zahărul se topește într-o  
cratiță și se amestecă până la  
caramelizare.

Se fierbe smântâna și se  
toarnă.

Caramelul se fierbe din nou  
și se amestecă până devine  
omogen, se adaugă sare și se  
amestecă și apoi sosul de ca-  
ramel se lasă să se răcească.

Budinca de pâine se împarte  
în boluri.

Se adaugă câte 1 glob de în-  
ghețată de vanilie, se stropesc  
toate cu sos de caramel și se  
servesc cu budincă de pâine.



## DESERT

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătire cca:** 1,5 ore

**Grad de dificultate:** mediu

### Ingrediente pentru 5 porții:

250 g făină

1/2 cub de drojdie  
(proaspătă)

40 g zahăr

100 ml lapte, călduț

1 pachetel de zahăr vanilat

25 g unt, topit

1 ou mic

1 priză de sare

### Pentru sos:

600 ml lapte

100 g unt

6 pachetele de zahăr vanilat

## SORTIMENT DE PÂINE DULCE

Ingrediente pentru sos (lapte, unt și zahăr vanilat) se adaugă în vasul de ceramică și se încălzesc pe treapta „SSS” până untul este topit.

Pentru aluat, drojdia se dizolvă în laptele călduț.

Laptele cu drojdie împreună cu făina, zahărul, oul, untul, zahărul vanilat și sarea se frământă până când amestecul devine un aluat omogen.

Se acoperă și se lasă să stea un sfert de oră.

Din cocă se formează 5 pâini, se așază în laptele cald din vasul de ceramică și se acoperă cu capac.

Se gătește timp de 45 de minute pe treapta „SSS”, apoi încă 45 de minute pe treapta „SS”.

**IMPORTANT:** Capacul nu se va deschide în niciun caz pe durata gătirii. În caz contrar, preparatul se va descompune!



### Sugestie:

La acest preparat se potrivește excelent rețeta de prune în vin roșu din această carte de bucate!



# COMPOT CU RUBARBĂ ȘI CĂPȘUNI

Rubarba curățată se taie în bucăți groase de aproximativ cinci milimetri și se adaugă în vasul de ceramică.

Se presară cu zahăr și se toarnă lichidele (sirop de soc, vin alb) deasupra.

Se acoperă cu capac și se fierbe pe treapta „III” timp de 2 ore.

Se curăță căpșunile, se taie în bucăți mici și se adaugă la rubarba gătită în prealabil.

Se amestecă și se gătește încă o oră pe treapta „III”.

**Timp de preparare:** 45 de minute

**Timp de gătire cca:** 3 ore

**Grad de dificultate:** ușor

## Ingrediente pentru 8 porții:

700 g rubarbă (curățată)

8 linguri de zahăr (sau mai multe, după gust)

6 linguri de sirop de soc

6 linguri de vin alb

500 g căpșuni



## DESERT

**Timp de preparare:** 25 de minute

**Timp de gătire cca:** 1,5-2 ore

**Grad de dificultate:** ușor

**Ingrediente pentru 8 bucăți:**  
pentru blat:

100 g biscuiți cu unt

1 lingură de zahăr brun

50 g unt foarte moale

**Pentru umplutură:**

400 g brânză proaspătă  
(grasă sau semidegresată)

2 ouă

150 g lapte condensat îndulcit

1 pachetel de zahăr vanilat

1 linguriță de zeamă de lămâie

**Pentru topping:**

Compot de mere,  
fructe de pădure roșii  
sau alt sos de fructe

## MINIPRĂJITURĂ CU BRÂNZĂ

**în recipient de sticlă**

Se mărunțesc biscuiții cu unt până devin sfărâmicioși.

Biscuiții cu unt mărunțiți se amestecă cu zahărul și untul până compoziția devine sfărâmicioasă.

Aluatul sfărâmicios se împarte în opt recipiente de sticlă (de exemplu pahare de apă) și se apasă ferm cu o lingură. Se așază deoparte.

Se amestecă toate ingredientele pentru crema prăjiturii cu brânză până la obținerea unei compoziții omogene.

Crema prăjiturii cu brânză se împarte în mod egal în recipientele de sticlă.

Recipientele de sticlă se așază în vasul de ceramică și se toarnă cu grijă apă caldă, atât cât recipientele să fie acoperite în proporție de cca 2/3.

Se lasă să se coaguleze timp de 1,5 până la 2 ore pe treapta „SSS” până crema de brânză devine fermă.

Se scoate din baia de apă și se lasă câteva ore în frigider.

# PRĂJITURĂ CU FRUCTE ȘI ALUAT SFĂRÂMICIOS

Se spală fructele și se curăță (în funcție de tip se curăță de semințe, se decojesc etc.)

Fructele se taie în bucăți potrivite și se adaugă într-un bol.

Se adaugă suc de lămâie, suc de mere și amidonul.

În funcție de cât de coapte sunt fructele și după propriul gust, se adaugă 3-4 linguri de zahăr și se amestecă totul bine.

Pentru compoziția sfărâmicioasă, făina, fulgii de ovăz, zahărul brun, untul moale, praful de scorțișoară și priza de sare se frământă cu un mixer de mână, așa încât să rezulte un aluat sfărâmicios.

Amestecul de fructe se adaugă în vasul de ceramică. Aluatul sfărâmicios se distribuie deasupra.

Se acoperă cu capac și se gătește timp de 3 ore pe treapta „55”.

Se servește cu sos de vanilie sau calduț, cu înghețată de vanilie.

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de gătire cca:** 3 ore

**Grad de dificultate:** ușor

## Ingrediente pentru 8 porții:

1,5 kg fructe amestecate (de exemplu mere, pere, prune, căpșuni, afine etc.)

1 lingură de suc de lămâie

3-4 linguri de zahăr alb

100 ml suc de mere (sau vin alb)

15 g amidon

150 g făină

65 g fulgi de ovăz (mari)

135 g zahăr brun

135 g unt moale

o priză de sare

un praf de scorțișoară



### Sugestie:

Fructele tari se taie întotdeauna în bucăți mici, deoarece acestea necesită mai mult timp pentru a se înmuia.

**Tim de preparare:** 20 de minute

**Tim de fierbere cca:** 1 oră

**Grad de dificultate:** ușor

### Ingrediente pentru 4 persoane:

250 g fulgi de ovăz (mari)

800 ml lapte

350 ml apă

80 g zahăr (după gust)

2 mere roșii

1 pachetel de zahăr vanilat

1 baton de scorțișoară

4 linguri de iaurt natural, 10 %

2 linguri de semințe prăjite și  
tocate, de exemplu, migdale,  
semințe de dovleac etc.

Sirop de arțar

câteva fructe de zmeură  
proaspătă

## TERCI DE OVĂZ

### cu iaurt și fructe

Fulgii de ovăz împreună cu laptele, batonul de scorțișoară, zahărul, zahărul vanilat și 350 ml apă se adaugă în vasul de ceramică.

Se setează aparatul pe treapta „” și se amestecă bine.

Între timp, terciul de ovăz se amestecă constant. După 45 de minute, se spală un măr, se usucă și se răzuiește peste terci. În cazul în care consistența este prea uscată, se adaugă lapte după gust. Se mai lasă să fiarbă încă 15 minute.

Se spală celălalt măr, se îndepărtează cotorul și se taie în fâșii subțiri.

Se împarte terciul de ovăz în farfurii, se adaugă puțin iaurt pentru fiecare porție și se distribuie fâșiile de măr deasupra.

Nucile se presară deasupra și se stropește cu puțin sirop de arțar, după preferințe.

Se garnisește cu puțină zmeură proaspătă și se servește.







# OREZ CU LAPTE CLASIC

cu scorțișoară și zahăr

Orezul, laptele, zahărul, zahărul vanilat și sarea se adaugă în vasul de ceramică și se amestecă.

Se acoperă cu capac și se setează pe treapta „SSS”.

Se lasă să fiarbă 2 ore și se amestecă constant. Dacă orezul devine prea ferm, se mai adaugă lapte.

După 2 ore, se mai amestecă o dată și, la nevoie, se toarnă lapte până se atinge consistența dorită.

Pentru servire se împarte în farfurii și se presară cu zahăr și scorțișoară. Se decorează cu câteva migdale, o frunză de mentă și un baton de scorțișoară și se servește.

Timp de preparare: 10 minute

Timp de fierbere cca: 2 ore

Grad de dificultate: ușor

Ingrediente  
pentru 5 persoane:

500 g orez pentru  
orez cu lapte

2 L lapte

1 priză de sare

4-5 linguri de zahăr

1 pliculeț de zahăr vanilat

Pentru servire:

Zahăr

Scorțișoară

Migdale

Frunze de mentă

Batoane de scorțișoară



## DESERT

**Timp de preparare:** 30 de minute

**Timp de fierbere cca:** 3 ore

**Grad de dificultate:** ușor

**Ingrediente  
pentru 4 persoane:**

1,5 kg prune

cca 150 g de zahăr, după gust

2 linguri de miere

2 batoane de scorțișoară

200 ml vin roșu (sau vin Porto,  
dacă se preferă ceva mai tare)

## PRUNE ÎN VIN ROȘU

Se spală prunele, se curăță de sâmburi și se împart în patru. Apoi se adaugă în vasul de ceramică.

Peste acestea se adaugă zahărul, mierea, batoanele de scorțișoară și vinul și se amestecă.

Prunele în vin roșu se gătesc timp de cca 3 ore pe treapta

„5”.



### Sugestie:

Prunele în vin roșu au un gust deosebit împreună cu înghețata de vanilie sau cu budinca de griș.



# MERE COAPTE

Ingredientele pentru sos (lapte și zahăr vanilat) se adaugă în vasul de ceramică.

Se taie partea de sus a merelor în formă de capac.

Se scobesc merele cu un tăietor de fructe.

În fiecare măr se adaugă 3 linguri de Granola/cereale crocante și 1 lingură de sirop de arțar, precum și untul topit.

Indicație: Timpul de gătire poate varia în funcție de dimensiunea și soiul merelor și propriile preferințe!

Merele se așază în vasul de ceramică și se gătesc timp de 2-3 ore pe treapta „5”.

Pentru servire, merele se împart individual și se toarnă puțin sos de vanilie peste ele. Se savurează calde.

**Timp de preparare:** 15 minute

**Timp de fierbere cca:** 2-3 ore

**Grad de dificultate:** ușor

**Ingrediente  
pentru 5 persoane:**

5 mere de mărime medie

15 linguri de Granola sau alte  
cereale crocante

5 linguri de sirop de arțar

2 linguri de unt topit

**Pentru sos:**

300 ml lapte

4 pachetele de zahăr vanilat



## DESERT

**TimP de preparare:** 30 de minute

**TimP de gătire cca:** 4 ore

**Grad de dificultate:** ușor

**Ingrediente  
pentru 8 persoane:**

2 kg mere

200 ml vin alb

200 ml suc de mere

1 păstaie de vanilie, miez

2 prize de scorțișoară pudră

2 lingurițe de sirop de arțar

## PIURE DE MERE

Merele se spală, se decojesc și se îndepărtează cotorul.

Se împart în bucăți mari și se adaugă în vasul de ceramică împreună cu vinul, sucul, miezul păstăii de vanilie și siropul de arțar.

Se acoperă cu capac și se gătește timp de cca 4 ore pe treapta „SS”.

Apoi, se deschide capacul și se amestecă toate ferm, de exemplu, cu telul.



**Sugestie:**

Piureul se umple în pahare sau se servește direct cu sos de vanilie.







# INDEX

## B

Boeuf Bourguignon  
(tocană de vită cu vin) . . . . 29  
Budincă de pâine. . . . . 38

## C

Cartofi cu brânză . . . . . 34  
Chicken Wings  
(aripioare picante de pui). . . 33  
Compot cu  
rubarbă și căpșuni . . . . . 41

## F

Friptură de porc . . . . . 23

## G

Ghiveci de cartofi și muștar . 19

## M

Macaroane. . . . . 30  
Mere coapte. . . . . 49  
Miniprajitură cu brânză . . . 42

## O

Orez cu lapte clasic . . . . . 47

## P

Piept de vită înăbușit . . . . . 20

Piure de mere . . . . . 50

Prăjitură cu fructe

și aluat sfărâmbos . . . . . 43

Preparat cu ardei iute . . . . . 24

Prune în vin roșu . . . . . 48

Pulled Pork

(fâșii de umăr de porc). . . . . 14

## S

Sortiment de pâine dulce . . . 40

Spaghete . . . . . 26

Supă cremă de broccoli . . . 10

Supă cremă de dovleac . . . . 2

Supă cu brânză și praz . . . . . 5

Supă de gulaș . . . . . 4

Supă de legume . . . . . 8

Supă de linte . . . . . 7

Supă de mazăre . . . . . 9

Supă de pui . . . . . 12

Supă lasagna . . . . . 13

## T

Tacos . . . . . 16

Terci de ovăz . . . . . 44

Tocană de miel . . . . . 37

Tocăniță de varză creată . . . 25

### Indicație:

Rețete fără garanție. Toate indicațiile privind ingredientele și prepararea sunt orientative. Completați aceste propuneri de rețete pe baza experienței personale anterioare.

# SURSA FOTOGRAFIILOR

Copertă:

Freepik.com / StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video / News Life Media

Pag. 01: Freepik / topntp26

Pag. 03: StockFood / News Life Media

Pag. 04-05: Freepik / bearfotos

Pag. 06: StockFood / News Life Media

Pag. 08: Fotolia / Soyka

Pag. 11: StockFood / News Life Media

Pag. 12-13: Fotolia / Nomad\_Soul

Pag. 15: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 17: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 18-19: Designed by Freepik

Pag. 21: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 22: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 24-25: Fotolia / egorxfi

Pag. 27: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 28: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 31: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 32: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 34: Freepik / whatwolf

Pag. 35: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 36: StockFood / Cato-Symonds, Shaun

Pag. 39: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

Pag. 41: Designed by Freepik

Pag. 45: StockFood / News Life Media

Pag. 46: shutterstock / NoirChocolate

Pag. 47: Freepik / topntp26

Pag. 48-49: Freepik / foodiesfeed

Pag. 50: Freepik / lifeforstock

Pag. 51: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video



KOMPERNASS HANDELS GMBH  
BURGSTRASSE 21  
44867 BOCHUM  
GERMANY  
[www.kompernass.com](http://www.kompernass.com)