

# ROMANIA

## PIATTI TIPICI:

- ✓ ZUPPA CONTADINA
- ✓ SARMALE
- ✓ COZONAC


ALUNNI: Ferro Agnese, Pal Pavel Cosmin, Piccoli Fabio.

# SARMALE

Sarmale cu Varza è un piatto tipico rumeno a base di carne macinata e cavolo. Il procedimento originale di cottura è molto complesso e dura tre giorni. Questa è la versione rapida.

**Portata:** secondi di carne

**Nazione:** Romania

 **Ingredienti per 4 persone**

- 1 cavolo cappuccio grande (sostituibile con verza)
- 750 g di macinato misto (maiale e manzo)
- ½ litro di brodo (meglio se di carne)
- 2 cipolle grandi
- 5-6 pomodori rossi ben maturi (sostituibili con passata di pomodoro)
- 1 fetta di pancarré
- 2 cucchiai di riso a grana lunga tipo Patna
- 2 Patate lessate
- Aceto
- Latte
- Panna acida o yogurt bianco
- Aneto tritato
- Prezzemolo tritato
- pepe
- Sale

 **Preparazione**

Amalgamate in una ciotola il macinato misto con il pancarré, privato della crosta, ammorbidito in poco latte e strizzato. Aggiungete il riso già bollito, l'aneto, il prezzemolo, il pepe, il sale e le cipolle precedentemente appassite in poco olio o burro e aggiungere la carne, amalgamando bene. Togliete il torsolo del cavolo con un coltellino affilato. Dopodiché mettetelo brevemente a sbollentare nell'acqua salata e leggermente acidulata con qualche cucchiaio d'aceto. Rimuovete delicatamente le foglie di cavolo una ad una con un mestolo forato, in modo che non si rompano. Una volta raffreddate, tagliate le foglie più grandi in due o più pezzi piccoli, avendo cura di eliminare le coste più grosse e dure, e ponetevi in mezzo l'impasto a base di carne che avete preparato. Arrotolatele poi per farne degli involtini, chiusi ai due lati con due stuzzicadenti. Quanto più piccoli sono, tanto più saranno saporiti. Ponete un primo strato di sarmale in una pentola fonda e spaziosa con poco olio, con sopra uno strato di pomodori tagliati a tocchi. Sistemate gli involtini a strati e chiudete con il pomodoro. Bagnate con del brodo unito a un po' dell'acqua usata per la cottura, al sale, al pepe e a un po' di aneto tritato, e lasciate cuocere a fuoco lento per circa 45 minuti, facendo ridurre il liquido. Servite con panna acida o yogurt bianco e patate lesse.

# COZONAC

## Ingredienti

- 500 g Farina
- 2 Uova
- 100 g Zucchero
- 20 g Lievito di birra
- 100 ml Olio
- 125 ml Latte
- un bicchierino Rum
- un pizzico Sale
- - Per il ripieno
  - 125 g Noci
  - 10 g Cacao
  - 75 g Zucchero
  - 50 ml Latte

## Preparazione



In una ciotola capiente mettete la farina con al centro il lievito sciolto assieme a un cucchiaino di zucchero, le uova sbattute con un pizzico di sale lo zucchero e il rum. Lavorate la pasta e unite piano piano il latte tiepido in modo da incorporare tutta la farina.



Lavorate ancora l'impasto aggiungendo l'olio un poco alla volta fino ad ottenere un composto elastico e morbido. Coprite e mettete in un luogo caldo lasciando lievitare per almeno due ore.



Nel frattempo preparate il ripieno: mescolate le noci con lo zucchero, il cacao e il latte e fate scaldare leggermente continuando a mescolare fino a quando assume una consistenza cremosa.



L'impasto lievitato si può dividere in 2 o 3 parti a seconda se si vuole avere più strati di ripieno o se si vuole dare al Cozonac una forma di treccia.



Mettete i vari strati di impasto e di ripieno in uno stampo da plumcake imburato e lasciate lievitare ancora in uno posto caldo per circa un'ora.



Infornate nel forno preriscaldato a 175° C per 50 minuti, poi effettuate la prova dello stuzzicadenti, se questi esce pulito dal dolce il Cozonac è cotto e potete toglierlo dal forno



Lasciate raffreddare nello stampo per alcuni minuti, poi mettetelo su un tagliere di legno a lasciatelo raffreddare completamente prima di tagliarlo a fette e servirlo.



# ZUPPA CONTADINA

## INGREDIENTI

Qta.U. M.Ingrediente

400 g. carne di maiale

sedano

carota

prezzemolo

1 cipolla

2 peperoni rossi

3 pomodori

2 patate

30 g. piselli

10 baccelli di fagioli

bors

inchiostro

sale

Prendete la carne di maiale, lavatela e mettetela a bollire con 2 l. d'acqua, per circa un'ora a fuoco medio. Tritate le verdure e la cipolla e mettetele a rosolare in una padella per 2 - 3 minuti con 2 cucchiai d'olio. Una volta finito aggiungetele alla zuppa insieme ai baccelli di fagioli. Dopo circa 30 minuti aggiungete i piselli. Quando la carne e le verdure sono ben cotte, aggiungete le patate tagliate a cubetti e i peperoni con i pomodori tagliati a fettine. Continuate a bollirla per un altro quarto d'ora, dopo di che aggiungete il succo di limone in alternativa al tradizionale composto chiamato "bors" estratto dalla crusca. Se la zuppa è diventata troppo densa potete aggiungere anche un po' d'acqua, aggiungete poco sale e lasciatela bollire altri 5 minuti. Una volta tolta dai fornelli, aggiungete il prezzemolo.