

“Bucură-te de plăcerea de a pregăti bucate după rețete macedonene.

Cu o privire le vei sorbi, sunt pline de prospețime savuroasă, potrivite dorințelor tale.

Sunt pentru tine omule !

Rămâne să apreciați gastronomia plină de spirit macedonean.”

C.D.

Poftă bună !
Dobar apetit !

“Уживај во задоволството на подготвувањето на македонските традиционални јадења.

Со поглед ќе ги вкусиш, полни со чувство на свежина, за твоите посакувања.

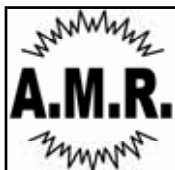
За тебе се човеку !

Останува да ја уважите гастрономијата полна со македонственост.”

K.D.

Пофта буна !
Добар апетит !

Această carte este editată de
ASOCIAȚIA MACEDONENILOR DIN
ROMÂNIA



cu sprijinul
GUVERNULUI ROMÂNIEI



Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Carte de bucate macedonene / Asociația Macedonenilor din
România - București : Macedoneanul, 2006-

ISBN 978 - 973 - 85899 - 3 - 3

Vol. 8. - 2008. - ISBN 978 - 973 - 88226 - 2 - 7

I. Asociația Macedonenilor din România (București)

641.55

Redactor șef : DUMITRESCU Liana

Redactor : DUMITRESCU Constantina

Redactor și traducător: ROGOBETE C. Laura Elen

Redactor și traducător : MIHAJLOV Marjan

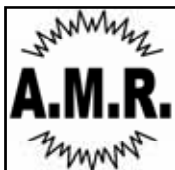
COLECȚIA KUINA

8

CARTE
DE BUCATE
MACEDONENE

Editura Macedoneanul
2008

Оваа книга е издадена од страна на
Друштвото на Македонците од Романија



Со помош на
РОМАНСКАТА ВЛАДА



**СIP - Каталогизација во публикација Национална
Библиотека на Романија**

Друштвото на Македонците од Романија

**Македонските традиционални јадења /
Друштвото на Македонците од Романија**
Букурешт : Македонецот-2008

Главен уредник : ДУМИТРЕСКУ Лиана
Уредник : ДУМИТРЕСКУ Константина
Уредник и преведувач: РОГОБЕТЕ К. Лаура Елен
Уредник и преведувач: МИХАЈЛОВ Марјан

КОЛЕКЦИЈА КУЛНА

8

МАКЕДОНСКИ
ТРАДИЦИОНАЛНИ
ЈАДЕЊА

ИЗДАВАЧКА КУЌА МАКЕДОНЕЦОТ
2008

POFTĂ BUNĂ !

ДОБАР АПЕТИТ !



ЛИСТАНИ КИФЛИ

Земете:

2 жолчки

2 филцана зејтин

Квасец

125 мл Јогурт и

1 Чаша Млеко

Брашно колку што е потребно

Од горенаведените состојки се замесува тесто доста меко кое потоа се става како една кора на плех претходно покриен со брашно. Кората се премачкува со маргарин и се премесува, се повторува оваа процедура 6 пати. Се става во фрижидер каде стои 30 минути. Добиеното тесто се дели на парчиња за кифли во посакуваниот број. Кифлите се оставаат на плехот два часа и се печат додека не се вцрват.



CHIFLE ÎN FOIȚĂ

Ingrediente :
2 gălbenușuri,
2 pahare de ulei,
drojdie,
125 ml lapte bătut,
1 ceșcuță lapte,
făină cât cuprinde.

Din ingredientele enumerate mai sus se realizează o cocă destul de moale din care se întinde pe o planșetă presărată cu făină o foaie. Această foaie se unge cu margarină și se îndoiaie. Se întinde din nou o foaie, se unge cu margarină și se îndoiaie din nou. Se repetă acest lucru de 6 ori. Se pune compoziția în frigider pentru 30 de minute. Se porționează compoziția în numărul de chifle dorit. Chiftele se lasă să dospească pe planșetă timp de două ore. Se bagă la cuptor. Sunt gata când s-au rumenit.

КОКОШКА СО ОРИЗ

Земете:

1 кокошка во делови

3 чаши ориз

Сол и бибер

1/4 чаша маргарин

1 средна главица кромид

Се става кокошката во лонец, се прелива со вода и се остава да се вари. Се додаваат зачините и се остава да се вари. Кога кокошката е сварена се топи маргаринот во метална чинија и во неа се пропржува кромидот, се додаваат оризот и уште малку се пропржува. Се додаваат 6-7 чаши вода во која се вареше кокошката и се остава да се вари. Се ставаат деловите од кокошката ма површината од оризот(може да се додадат и парчиња од домаи). Се става да се пече во врела рерна. И се пече седодека целиот сок не со впије во оризот. Пожелба оганот може и да се намали.



GĂINĂ CU OREZ

Ingrediente :

1 găină porționată,

3 ceșcuțe de orez,

sare și piper,

1/4 ceșcuță de margarină,

1 ceapă de mărime medie.

Se pune la fiert într-o oală găina, apă cât să o acopere, sarea și piperul. Când s-a fiert găina se pune la prăjit în margarină împreună cu ceapa tocată mărunt și orezul. Se călește puțin. Într-un vas care va merge la cuptor se pune orezul cu ceapa, 6-7 ceșcuțe din apa în care a fiert găina și pe deasupra găina porționată și felii de roșii. Mâncarea este gata în momentul în care orezul a absorbit întreaga cantitate de lichid.



ПЕЧЕНО ПИЛЕ СО СОС

Земете:

едно пиле од околу 1,5 кг.,
една лажичка путер,
една лажица масло,
две чешниња исчистен лук,
десет гранчиња мајчина душица,
1,5 дл. пилешка супа,
три лажици слатка павлака,
сол и црн пипер.

Загрејте ја рерната на 220 степени целзиусови. На загреаниот путер и масло пропржете го пилето на силен оган вртејќи го на сите страни, додека не добие златно-жолта боја. Потоа пилето ставете го во овален сад со средна големина, а сосот од пржењето процедете го. Пилето посолете го и ставете му црн пипер, под копаните ставете ги чешнињата лук и четири-пет гранчиња рузмарин и мајчина душица. Прелијте го пилето со 1/3 од супата и печете го 45 минути во покриен сад. Симнете го капакот и продолжете да го печете на силен оган уште 15 минути. Извадете го пилето од рерна, ставете го на загреана чинија и вратете го во исклучената рерна додека го подготвувате сосот. Процедете го сосот од печењето, долијте ја преостанатата супа и оставете да зоврие. Мешајќи варете додека сосот не се преполови, малку да истине и додајте ја слатката павлака. Украсете го пилето со преостанатите гранчиња рузмарин и мајчина душица, а сосот послужете го во посебен сад. Се служи со печен компир.





PUI CU SOS

Ingrediente:

un pui de circa 1,5 kg,
o linguriță de unt,
o linguriță de ulei,
doi căței de usturoi,
zece rămurele de cimbru și rozmarin,
1,5 dl de supă de pui,
trei linguri de smântână dulce,
sare și piper negru.

Încălziți cuptorul la 220 de grade Celsius. Puiul întreg se prăjește la foc intens în uleiul și untul topit puse împreună - pe fiecare parte până când devine auriu. După aceasta puneți puiul într-un vas oval de mărime medie care are și capac, împreună cu sosul rezultat din prăjit. Se adaugă sarea, piperul, usturoiul, 1/3 din supă, rozmarinul și cimbrul, se acoperă și se lasă în cuptor 45 de minute. După aceea se scoate capacul și se mai lasă 15 minute la cuptor. Se pune puiul pe o farfurie încălzită. Într-o oală se pune la fiert restul de supă și sosul rămas în vasul în care a stat puiul în cuptor. Se amestecă continuu și se fierbe până când se înjumătățește cantitatea. Lăsați sosul să se răcească un pic după care adăugați smântâna. Ornați puiul cu restul de rămurele de rozmarin și cimbru și serviți sosul într-un vas separat. Se servește cu cartofi la cuptor.

ПОЛНЕТИ ПАСТРМКИ

Земете:

4 пастрмки од по 250 гр.,
сок од лимон, путер,
сол и црн пипер (за украс 1 лимон и магдонос)
за фил: 100 гр. сечкан спанаќ,
100 гр. младо несолено сирење,
една лажица брашно,
една жолчка,
2 лажици кисела павлака,
рендана кора и сок од лимон,
малку морско оревче, сол и црн пипер

Исчистените пастрмки добро измијте ги и избришете ги со крпа. Отстранете им ја средната коска сечејќи кај опашот и главата. Посолете и ставете црн пипер и попрскајте ги со сок од лимон. Фил: полека одмрзнете го спанаќот на шпорет, кога водата ќе испари додајте го младото несолено сирење и мешајте со дрвена лажица. Ставете го брашното, жолчката, павлаката, сокот од лимон и кората, сол, црн пипер и морско оревче. Филот поделете го на четири дела и наполнете ги пастрмките. Добро затворете ги за да не истече филот. Четири парчиња алуминиумска фолија премачкајте ја со путер, на секоја ставете по една пастрмка, на рибите направете им по три реза со нож и завиткајте ги во фолијата. Ставете ги во тава за печење, прелијте ги со вода што врие на висина од еден центиметар и печете ги 30 минути. Пастрмките послужете ги украсени со магдонос и парчиња лимон.



PĂSTRĂVI UMPLUȚI

Ingrediente:

4 păstrăvi de câte 250 g fiecare,
suc de lămâie, unt,
sare și piper negru.
pentru umplutură: 100 g spanac mărunțit,
100 g brânză proaspătă nesărată,
o lingură de făină,
un gălbenuș,
2 linguri de smântână acră,
coaja și sucul de la o lămâie,
puțină nucșoară, sare și piper negru.
pentru împodobit : 1 lămâie și pătrunjel.

Păstrăvii se curăță și se spală bine după care se folosește o cârpă pentru a-i usca. Se scoate șira spinării, se taie capul. Se presară cu sare, piper și suc de lămâie. Umplutura : amestecați spanacul cu brânza și puțină apă sau lapte într-o tigaie pe aragaz, adăugați făina, smântâna, gălbenușul, sarea, piperul și nucșoara. Împărțiți umplutura în patru părți și umpleți păstrăvii. Închideți bine păstrăvii pentru a nu se scurge umplutura. Ungeți patru bucăți mai mari de folie de aluminiu cu unt, puneți păstrăvii, crestați-i cu cuțitul de câteva ori și închideți folia. Puneți foliile în tavă, turnați apă fierbinte de un centimetru în tavă și coaceți timp de 30 de minute. Serviți păstrăvii împodobiți cu pătrunjel și felii de lămâie.





ДОМАШЕН ЛЕБ

Земете:

500 гр компири,
1 кг бело брашно,
40 гр квасец,

Сол, вода или млеко

Компирите се лупат и варат и се гмечат со се водата во која што се варени. Изгмечените компири се ладат и кога ќе бидат млаки, им се додава скиснатиот квасец. Од компирите, квасецот и брашното се замесува тесто кое добро се измесува на штица. Тестото не смее да биде многу меко. Измесеното тесто се остава да кисне. Кога е доволно скиснато, се преполовува и се прават две лепчиња. Лепчињата се ставаат на крпа посипана со брашно, повторно да киснат. Скиснатите лепчиња се префрлаат во плех посипан со брашно и се печат во рерна или фурна 50-60 минути. Лебот од компир е повлажен од обичниот леб. Во лебот може да се замеша и анасон.



PÂINE DE CASĂ

Ingrediente :

500 g de cartofi,
1 kg de făină albă,
40 g de drojdie,
sare, apă sau lapte.

Cartofii se curăță, se spală și se taie bucățele. Se pun la fiert în apă cu sare sau lapte cu sare. După ce s-au fiert, cartofii se răcesc. Când sunt călduți se fac piureu, se adaugă drojdia, sarea și făina. Se face o cocă ceva mai moale. Dacă este nevoie se adaugă și apa sau laptele în care au fiert cartofii. Coca se lasă la crescut. După ce a crescut un pic se împarte în două jumătăți care se mai lasă să crească. În tăvi tapetate cu făină se va pune coca care se va ține la cuptor 50-60 de minute. Pâinea cu cartofi conține mai multă umiditate decât cea din făină. Înainte de a se băga la cuptor această pâine poate fi presărată cu anason.

ДРОБ САРМА

Земете:

1,5 кг јагнешки дроб(црн дроб, бел дроб, срце)

Сол, црн пипер, црвен пипер,

200 гр кромид,

100 мл масло,

50 гр варен ориз,

Веза магданос,

1 јајце,

1 кисела целера

20 гр маснотија за мачкање на тавата за печење

500 гр домати.

Предходно измиениот јагнешки дроб се става да се вари во солена вода. Кога е сварен дробот се вади од водата, се оладува и на штица со нож или сатар се сецка на ситни парчиња. Во посебен сад се става ситно исецканиот кромид и се пржи. Кога е испржен кромидот се додава исецканиот дроб да се пропржи малку. Потоа во дробот се додава варениот ориз, црвениот пипер и едното јајце и исецканиот магданос. На крај сето тоа се посолува и убаво се измешува. Киселата целера добро се измива и се сече на парчиња. Во парчињата се става приготвениот дроб и се виткаат поголеми сарми. Сармите се редат во подмачканата тава и се ставаат во рерна да се запечат. Од доматите, млекото и малку сол се приготвува прелив со кој се прелива сармата и потоа повторно се ставаат да се допечат. Сармата се служи со кисело млеко.



SARMALE DE MIEL

Ingrediente:

1,5 kg organe de miel (ficat, plămân, inimă)
sare, piper negru, piper roșu,
200 g de ceapă,
100 ml ulei,
50 g de orez fiert,
1 legătură de pătrunjel,
1 ou,
1 varză murată,
20 g grăsime pentru unsul vasului,
500 g de roșii.

Organele de miel se spală și se pun la fiert în apă cu sare. După ce au fiert se răcesc și cu un cuțit sau cu mașina de tocat carne se toacă mărunț. Separat se toacă mărunț ceapa și se pune la prăjit în puțin ulei. Când devine sticloasă se adaugă și organele tocate ca să se călească și ele puțin. Se adaugă orezul, piperul, oul și pătrunjelul mărunțit. Varza murată se spală și se taie cotoarele pentru a putea să fie rulate sarmalele. Într-un vas care se unge se pune un strat de varză murată tocată, un strat de sarmale și așa mai departe. Din lapte, sare și roșiile tocate mărunte se face un sos care se toarnă pe deasupra sarmalelor. Se bagă la cuptor. Aceste sarmale se servesc cu iaurt.





ОХРИДСКИ КОМЛЕК

Земете:

600 гр говедско месо(плешка) може и телешко
или јунешко

600 гр поситен кромид

4 главици лук, сол, црн пипер,

1 дл вински оцет, масло, црвен пипер

Месото се сече на парчиња како за гулаш и се става во сад што може да се затвори а не да излегува пареата, по можност во земјено грне чиј капак се залепува со тесто. Во исечканото месо се додава кромид. Месото се сече на парчиња и се става во сад што може да се затвори а да не излегува пареата, по можност во земјено грне чиј капак се залепува со тетсо. Во исеченото месо се додава исчистениот кромид. Ако главиците се мали, подобро е да се стават цели а ако се покрупни се сечат на половинки или четвртинки. Потоа се додаваат чеснињата лук и оцедот, се посолува се посипува со црвен пипер и бибер се залева со масло. Сето тоа се измешува и се налева со толку вода колку да се покрие месото. Потоа се покрива капакот на грнето, се лепи со тесто и се става со средно топла рерна да се вари 3-4 часа, треба да се внимава месото добро да се свари и јадењето да остане сочно. Јадењето е чорбесто и се служи во длабоки чинии.



MÂNCARE CU SOS CA LA OHRID

Ingrediente :

600 g carne de vită (ca pentru tocat) se poate și de
vițel,

600 g ceapă,

4 căței usturoi, sare, piper negru,

1dl oțet din vin, ulei, piper roșu.

Carnea se taie în bucățele ca pentru gulaș și se pune într-un vas care are capac și se poate închide ermetic pentru ca aburul să nu iese. Poate să fie și un vas din pământ al cărui capac se va etanșeiza cu cocă. Pe lângă carne se va pune și ceapa. Dacă cepele sunt mici, se pun întregi, iar dacă nu, atunci se taie în jumătăți sau sferturi. Se adaugă usturoiul curățat, sarea, piperul roșu, piperul negru, oțetul și uleiul. Se adaugă apă atâta cât să acopere carnea. Se pune capacul și se etanșeizează. Se bagă la cuptor pentru 3-4 ore. Trebuie avută grijă ca bucățile de carne să rămână suculente și să rămână mult sos. Se servește în farfuri adânci.

ЈАГНЕШКА САРМА ВО КОШУЛКА

Земете:

50гр масло

200 гр кромид

1,5 кг јагнечки дроб(срце, црн дроб, бел дроб)

20 гр ориз

Сол, бибер, исецкан магданос, лаворов лист

600 гр јагнешка кошулка

5 јајца

5 дл пресно млеко

5 дл кисело млеко

Јагнешкиот дроб се мие и се вари во солена вода во која се додава лаворовиот лист. Варениот дроб се оладува и се меле во машина за мелење месо. Јагнешката кошулка пола час пред употреба се наикснува во ладна вода. Оризот се вари и се цеди. Ситно исецкан кромидот се пржи на масло. Во испржениот кромид се додаваат мелениот дроб и зачините и се остава малку да се души. На крај се додаваат две јајца, варениот ориз и исецканиот магданос. Јагнешката кошулка се сече на повеќе делови. Со парчињата се обложува мал сад, се полни со приготвениот дроб и се витка сарма и се така додека не се потрошат подготвените продукти. Сармите се редат во сад една до друга и се ставаат во рерна да се печат. Од преостанатите јајца и пресното млеко се прави прелив со кој ќе се прелиат печените сарми. На крај тавата со сармите се става повторно во рерна, за да се запече преливот. Со вака приготвени сарми се служи кисело млеко сервирано во посебен сад.



SARMALE DE MIEL ÎN PRAPOR

Ingrediente :

50 g ulei,

200 g ceapă,

1,5 kg organe de miel (inimă, ficat, plămân),

20 g orez,

sare, piper, pătrunjel tăiat, frunze de dafin,

600 g de prapor de miel,

5 ouă

5 dl lapte dulce,

5 dl iaurt

Organele mielului se fierb în apă cu sare și cu foi de dafin. Odată fierte se pun la răcit și odată răcite se dau prin mașina de tocat carne. O jumătate de oră înainte de a fi folosit, praporele de miel se pune în apă rece. Orezul se spală și se fierbe. Ceapa se taie mărunt și se călește în ulei, se adaugă organele de miel tocate și se lasă puțin împreună la distuit. Din această compoziție la care se adaugă 2 ouă și orezul fiert se face un amestec pentru sarmale. Praporul se taie fâșii mai late și lungi pentru a putea înfășura sarmalele în ele. Pe fundul unui vas mai mic care se unge se pun fâșiile de prapor rămase peste care încep să se așeze sarmalele deasupra cărora se pune restul de ouă bătute cu laptele dulce. Se dau la cuptor până când scade laptele din vas. Aceste sarmale se servesc cu iaurt.





ВАРЕНИ ОХРИДСКИ ГЕВРЕЧИЊА

Земете:

9 цели јајца

15 лажици кисела вода,

4 лажици зејтин,

На врв на ножот пециво,

Меко брашно, околу 1 кг

Се матат добро јајцата, па постепено се додава киселата вода, зејтинот и пецивото. Откако добро ќе се изматат, се додава брашното и се замесува меко тесто. Се обликуваат гевречињата на даска посипана со брашно, колку е помeko тестото толку поубави ќе бидат, но не смее ни да биде премногу меко. На рингла се ставаат лонец со вода да зоврие и во водата се спуштаат гевречињата, едно по едно. Штом ќе се спушти веднаш со вилушка се превртува за да би се залепило и по сосема кратко време време се вади од водата. Се така додека не се сварат сите. Се редат на циста кујинска крпа додека да се засушат и по десетина минути се спремни за печење. Се увалкуваат во сусам и се печат. Прво на појак оган за да нараснат малку а потоа се намалува температурата на печење.



COVRIGI CA LA OHRID

Ingrediente:

9 ouă întregi,

15 linguri de sifon sau apă minerală,

4 linguri ulei,

un vârf de cuțit de drojdie,

făină de tip 650, aprox. 1 kg

Se bat bine ouăle, se adaugă sifonul, uleiul și drojdia. Odată toate acestea bine amestecate se adaugă atâta făină cât să fie coca moale. Pe planșeta presărată cu făină se formează covrigii. Cu cât este coca mai moale, cu atât sunt mai buni covrigii, dar, atenție, nu trebuie coca să fie prea moale. Se pune la fiert o oală cu apă. Când începe să fiarbă apa se pun covrigii unul câte unul în oală. Cu furculița se întorc în oală pentru a nu se prinde. Nu se lasă mult timp la fiert. Se scot din apa fiartă și se pun pe o cârpă curată pentru a se scurge de apă. Se tăvălesc prin semințe de susan și se pun în cuptor la copt. Prima dată la foc mai mare ca să crească un pic după care se mai scade focul.

ЈАНИЈА ОД МЕСО ВО КОТЛЕ

Земете:

500 гр говедско и свинско месо,

100 гр чадена сланина,

400 гр кромид,

200 гр моркови,

200 гр праз,

200 гр пиперки,

200 гр лупени домати,

100 гр целер,

3 чесниња лук,

Ким, ловоров лист, мајчина душица,

Кора од лимон,

1 дл црно вино,

1 дл павлака,

2 жолчки

Во котле на среден оган, се препржуваат на коцки исечената сланина, исецканиот кромид и ситно исецканиот кромид со ситно исецканото месо. Потоа се додаваат зачините, зеленчукот исецкан на ливчиња и се остава да се динствува десетина минути. Потоа се налева со два три литри вода и се додава виното. Кога јадењето е сварено се трга од оган и се додаваат жолчките изматени со павлака. По додавањето на жолчките, јадењето не смее да се врие.



MÂNCARE DE CARNE LA CRATIȚĂ

Ingrediente:

500 g carne de vită și porc,
100 g slănină afumată,
400 g ceapă,
200 g morcov,
200 g praz,
200 g ardei,
200 g roșii curățate de coajă,
100 g varză,
3 căței de usturoi,
chimion, foi de dafin, cimbru,
coajă de lămâie,
1dl vin roșu,
1dl smântână,
2 gălbenușuri.

În cratiță, la foc mediu se pune slănina tăiată cubulețe, ceapa tăiată mărunt și carnea tăiată de asemenea cubulețe. După aceea se adaugă condimentele și legumele tăiate fideluță. Se lasă la distuit cam zece minute. După aceea se pun doi - trei litri de apă și vinul. Când mâncarea este gata se adaugă gălbenușurile bătute împreună cu smântâna. După ce s-au adăugat gălbenușurile mâncarea nu se mai fierbe.





МАКЕДОНСКО КОТЛЕ

Земете:

- 2 кг јагнешко месо,
- 150 гр масло,
- 500 гр кромид,
- Бибер, сол,
- 1 л бело вино,
- 1 лута сува или свежа пиперка,
- 500 гр домати,
- Младо кромидче.

Во бакарно котле се прпржува ситни исецкан кромидот. На испржениот кромид се додава месото, исечено на помали парчиња, се додава потребниот бибер, се посолува и се остава да динствува. Кога месото е скоро меко, се додава лута пиперка и ситно исецканите домати. Потоа се души јадењето уште десетина минути, му се додава исецканото младо кромидче и се остава да се души заедно со него. На крај се разредува со врело вино и се служи со домашен пченкарен леб.



MÂNCARE MACEDONEANĂ

Ingrediente:

2 kg carne de miel,

150 g ulei,

500 g ceapă,

pipер, sare,

1l vin alb,

1 ardei iute proaspăt sau uscat,

500 g roșii,

1 legătură ceapă verde.

Într-o cratiță de cupru se prăjește ceapa tăiată mărunt. Peste ceapă se adaugă carnea de asemenea tăiată mărunt, se adaugă sarea și piperul și se lasă la distuit. Când carnea este aproape moale se adaugă ardeiul iute și roșiile mărunțite. Se mai ține pe foc încă zece minute. Se adaugă ceapa verde tăiată bucățele și se subțiază cu vinul fiert. Se servește împreună cu pîine de casă din făină de mălai.

ПОГАЧА ОД ПЧЕНКАРНО БРАШНО

Земете:

300 гр пченкарно брашно,

20-30 гр квасец,

Лажичка сол,

200-300 гр мелени џириринки,

4 јајца,

2 дл кисело млеко

Квасецот се дроби во брашното, се додаваат изматените јајца и киселото млеко, се посолува, добро се меси и остава да кисне. Потоа се додаваат мелените џириринки, пак се измесува и се истура во подмачкан плех и се остава тестото да се подигне. Се пече во рерна 60 минути на 220-250 степени Целзиусови.



LIPIE DIN MĂLAI

Ingrediente:

300 g mălai,

20-30 g drojdie,

1 linguriță de sare,

200-300 g jumări date prin mașina de tocat carne,

4 ouă,

2 dl iaurt .

Drojdia se mărunțește deasupra mălaiului, se adaugă ouăle bătute și iaurtul. Se sarează, se frământă bine și se lasă să se odihnească un pic coca. Se adaugă jumările, se frământă și se pune coca într-o tavă unsă și se lasă la crescut. Se dă la cuptorul încălzit la 220-250 de grade Celsius pentru 60 de minute.





КАВАРМА

Земете:

800 гр свинско месо,
500 гр телешки дроб,
5 пиперки,
4-5 глави кромид,
1-2 домати,
500 гр печурки,
100 мл бело вино,

црвен пипер, црн пипер, магданос,
масло од сончоглед и сол.

Исечи го месото на мали парчиња и пржи го во масло и малку вода. Додај го кромидот и кога ќе омекне, додај го сварениот и исечен дроб, исечени печурки, пиперки, вино и малку топла вода. Измешај го и пренеси го во земјани садови и печи го 45 минути во фурна на 200 степени целсиус. Послужи ја кавармата со здробен магданос.



CAVARMA

Ingrediente:

800 g carne de porc,

500 g ficat de vită,

5 ardei,

4-5 cepe,

1-2 roșii,

500 g ciuperci,

100 ml vin alb,

piper roșu, piper negru, pătrunjel,

ulei de floarea soarelui și sare.

Se taie carnea în bucățele mici și se prăjește în ulei cu puțină apă. Se adaugă ceapa tăiată mărunt și când ea s-a înmuiat se adaugă ficatul fiert și tăiat în bucățele, ciupercile tăiate, ardeii tăiați, vinul și puțină apă caldă. Se mestecă de câteva ori și se mută într-un vas de pământ și se bagă la cuptorul încălzit la 200 grade Celsius pentru 45 de minute. Cavarma se servește cu pătrunjel mărunțit.

Cine suntem noi ?

Asociația Macedonenilor din România a fost înființată în anul 2000 ca urmare a inițiativei unui grup de macedoneni inimoși.

Din anul 2001 asociația noastră este membră, alături de organizațiile tuturor celorlalte etnii din România, în Consiliul Minorităților Naționale, organ consultativ de specialitate al Guvernului României.

Încă din anul înființării sale A.M.R. a reușit să obțină sprijinul etniei macedonene și implicit voturile necesare pentru a avea reprezentare parlamentară.

La alegerile din anul 2004 susținerea primită de către AMR din partea macedonenilor a fost și mai mare, etnia macedoneană fiind reprezentată acum în Parlamentul României, Camera Deputaților, de către Liana Dumitrescu, vicepreședinte AMR.

Vă puteți adresa dnei. deputat Liana Dumitrescu atât prin intermediul conducerii filialelor AMR, cât și la biroul parlamentar din București str. Thomas Masaryk nr. 29 sector 2, telefon 021 - 212. 09. 22, fax. 021 - 212. 09. 23, de luni până sâmbătă, între orele 10 - 19 sau la e-mail-ul: lianadumitrescu2000@yahoo.com sau lianadumitrescu@cdep.ro.

Care este scopul nostru ?

Scopul A.M.R. este acela de a:

- Reprezenta public, promova și ocroti interesele etniei macedonene din România;
- Aprofunda cunoașterea culturii, limbii și istoriei macedonenilor;
- Apăra și lărgi drepturile individuale ale membrilor minorității macedonene din România;

- Întări raporturile de colaborare româno-macedonene.

Care sunt realizările noastre ?

Asociația Macedonenilor din România, prin efortul membrilor săi, a reușit să-și concretizeze o parte din țelurile sale:

- Înființarea a 45 de filiale în 20 județe,
- Organizarea de cursuri de limbă macedoneană,
- Editarea de publicații de interes pentru membrii etniei,
- Editarea creațiilor literare ale autorilor de origine macedoneană,
- Organizarea de expoziții și manifestări ale artiștilor aparținând etniei,
- Acordarea de premii și burse celor mai merituoși membri ai etniei,
- Organizarea de seminarii, mese rotunde și dezbateri pe teme de interes specifice,
- Organizarea de tabere și excursii pentru cei mai merituoși membri, în special copii și tineri, în România și în Macedonia,
- Înființarea unei trupe de teatru de copii,
- Înființarea mai multor ansambluri folclorice - ansamblul “Ilinden 2002”, ansamblul “Raze Macedonene”, ansamblul “Sonțe”, ansamblul “Fii Soarelui”.
- Sărbătorirea principalelor evenimente laice și religioase din viața macedonenilor,
- Acordarea de ajutoare membrilor etniei aflați în nevoie,
- Dezvoltarea conștiinței de etnic macedonean,
- Păstrarea și transmiterea generațiilor tinere a patrimoniului tradițional macedonean.

Planuri de viitor

- Continuarea programul de promovare și sprijinire a artiștilor din diverse domenii și în special a copiilor și a tinerilor talentați,
- Înființarea unui muzeu etnografic macedonean,
- Organizarea propriului festival folcloric,
- Acordarea de burse naționale și internaționale pentru cei mai meritoși copii și tineri,
- Derularea de programe tradiționale pentru vârstnici,
- Implicarea tinerilor în păstrarea și dezvoltarea moștenirii culturale tradiționale,
- Implicarea dumneavoastră în programele și proiectele noastre aflate în derulare,
- Și multe altele ...



Sediul central al Asociației Macedonenilor din România:
București, strada Thomas Masaryk, nr. 29, sector 2,
Telefon : 021 - 212.09.22
Fax : 021 - 212.09.23
E - mail : asmacedonenilor@yahoo.com.sg
www.asociatia-macedonenilor.ro