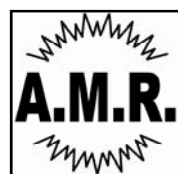


REȚETE CULESE DIN
COMUNA URZICUȚA DE LA
MACEDONEANCA
IRIMIA ALEXANDRA,
PĂSTRATE DE LA PĂRINȚII ȘI
BUNICII ACESTEIA,
MACEDONENI.

РЕЦЕПТИ ДОНЕСЕНИ ОД
УРЗИКУЦА, СОБРАНИ ОД
МАКЕДОНКАТА
ИРИМИА АЛЕКСАНДРА,
ЗАЧУВАНИ ОД НЕЈЗИНИТЕ
РОДИТЕЛИ И ПРЕДЦИ,
МАКЕДОНЦИ.

Această carte este editată de
ASOCIAȚIA MACEDONENILOR DIN
ROMÂNIA



cu sprijinul
GUVERNULUI ROMÂNIEI



Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Rețete macedonene inedite -

București : Macedoneanul, 2008

vol.

ISBN 978-973-88227-9-5

Vol. 1. - 2008 - ISBN 978-973-1756-00-4

641.55

Redactor șef : DUMITRESCU Liana

Redactor : DUMITRESCU Constantina

Redactor și traducător: ROGOBETE C. Laura Elen

Redactor și traducător : MIHAJLOV Marjan

COLECȚIA TEZAU MACEDONEAN

3

**CARTE
DE BUCATE
INEDITE
MACEDONENE**

Editura Macedoneanul
2008

Оваа книга е издадена од
ДРУШТВО НА МАКЕДОНЦИТЕ ОД
РОМАНИЈА



Со помош на
ВЛАДАТА НА РОМАНИЈА



**CIP - Каталогизација во публикација Национална
Библиотека на Романија
*Друштвото на Македонците од Романија***

**Необјавени македонски рецепти /
Друштвото на Македонците од Романија
Букурешт : Македонецот-2008**

Редактор шеф: ДУМИТРЕСКУ Лиана
Редактор: ДУМИТРЕСКУ Константинаа
Редактор: РОГОБЕТЕ К. Лаура Елен
Редактор и преведувач: МИХАЈЛОВ Марјан

КОЛЕКЦИЈА МАКЕДОНСКО НАСЛЕДСТВО

3

КНИГА СО
НЕОБЈАВЕНИ
ТРАДИЦИОНАЛНИ
МАКЕДОНСКИ РЕЦЕПТИ

Едитура Македонецот
2008

“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.

“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.

POFTĂ BUNĂ !

ДОБАР АПЕТИТ !

ПОЛНЕТ ПРАЗ

Состојки:
праз,
пушено месо,
сланина,
сланина со повеќе месо,
црвена меснаста пиперка,
6 моркови,
вода,
12 испечени патлицани,
4 мали лути пиперки,
4 снопчиња зелена чубрица.

Стракот праз се сече на парчиња. Внимателно се вадат неколку слоја ос средината на стракот праз. Пушеното месо и пушената сланина се сечат на долгнавести парчиња. Меснастата сланина се сече на поголеми парчиња да може да се забележи на нејзе слој месо, слој сланина, слој месо. Долгнавесто исеченото месо се вметнува во подготвениот страк праз заедно со едно парче сланина. Се повторува истото со сите парчиња праз. Посебно, останатите тенки парчиња праз се сечат на кругови. Исто така и морковите се сецкаат на кругови. Во тава се поставуваат симетрично: меснастата сланина, на секое парче сланина се става врз него еден страк наполнет праз. Помеѓу нив се става црвени меснасти пиперки. Од округло исечениот праз, морковите и лутите пиперки се прави една смеса која се става на празните места во тавата а на секое коше се ставаат парчиња зелена чубрица. Врз сево ова се ставаат патлицаните кои претходно се добро иситнети со се семе преку гмечење. Се претпочита да се подготват во ист број парчињата праз, маснастата сланина и меснастите пиперки. Кога се служи, на чинија треба да има еден страк праз, меснаста шунка, меснаста пиперка, сервиран со порција зеленчук.





PRAZ UMPLUT

Ingrediente :

praz,
carne afumată,
slănină,
șuncă împănată,
ardei gras roșu,
6 morcovi,
apă,
12 pătlăgele pârguite,
4 ardei iuți mici,
4 buchețele de cimbru verde.

Firul de praz se porționează în bucăți. Se scot cu atenție din interiorul bucăților de praz câteva straturi. Carnea afumată și slănină afumată se taie sub formă de bețișoare. Șunca împănată cu carne se taie în felii consistente în așa fel încât să se vadă un rând de carne, un rând de șuncă, un rând de carne ... și tot așa. Bețișoarele de carne se introduc în interiorul prazului iar din șuncă se introduce un singur bețișor. Se procedează similar cu toate bucățile de praz. Alăturat, bucățile subțiri de praz rămase se taie runde. La fel se procedează cu morcovii. În tavă se așează simetric șunca împănată. Pe fiecare bucată de șuncă se pune câte o bucată de praz umplut. Printre acestea se pun câțiva ardei roșii grași. Din rondelele de praz, morcovi și ardei iuți se face un amestec care se așează în locurile goale din tavă în colțurile căreia se pun buchețelele de cimbru verde. Peste toate acestea se pun pătlăgelele care în prealabil au fost mărunțite cu semințe cu tot prin zdrobire. De preferat este ca să pregătim în număr egal bucățile de praz, flicile de șuncă împănată cu carne și ardeiul gras. Când se servește, pe farfurie trebuie să fie o bucată de praz, o flică de șuncă împănată, un ardei gras, asezonate cu o porție de rondele de legume.

МОРКОВИ ПОЛНЕНИ СО КОЛБАСИ

Состојки:

- 12 моркови со голем обем и должина од 10 см,
- 12 свински или овчји колбаси, лути, многу тенки подолги со 3 см отколку морковите,
- 12 парчиња бело свинско со дебелина од 5 мм,
- 1 кг мешан зеленчук,
 - конец,
 - лук,
 - сол,
 - зејтин,
 - зачини.

Се мијат и се очистуваат морковите и многу внимателно им се отстранува срцевината(средниот дел од морковите). Во исчистен на сред моркови внимателно се внесуват колбасите така што на двете страни од морковот да има по 1,5 см плус. Колбасот кој е излезен надвор се засечува. Одделно во посебен сад се става да врие вода со малку сол. Кога ќе зоврие водата се ставаат наполнетите моркови, се покрива садот и се запира огнот. Се оставаат 20 минути за морковите да омекнат. Зеленчукот се сече на поголеми парчиња и се ставаат во една тава. Врз сите состојки се истура во тавата една чаша вода и една зејтин и се става во претходно загреаната рерна. Оганот да биден не многу силен. Се проверува повремено додека не испари водата од тавата. Готово е во моментот кога зеленчукот е омекнат. Се чисти лукот и се толчи со малку зејтин. Добиената крема се става врз полната тава.



MORCOVI UMPLUȚI CU CÂRNAȚI

Ingrediente :

12 bucăți de morcovi foarte groși lungi de 10 cm,
12 cârnați de oaie sau de porc, picanți, foarte subțiri
mai lungi cu 3 cm decât morcovii,
12 felii de mușchi alb de porc cu grosimea de 5 mm,
1 kg legume asortate,
sfoară,
usturoi,
sare,
ulei,
condimente.

Se spală și se curăță de coajă morcovii și se îndepărtează cu grijă mijlocul lor (fusul). Se introduc cu grijă cârnații în interiorul morcovilor astfel încât ei să depășească cu 1,5 cm fiecare capăt al morcovului. Capetele de cârnaț ieșite afară se crestează. Separat într-o oală se pune apă la fiert cu puțină sare. Când apa a fiert se introduc bucățile de morcov umplute, se acoperă vasul respectiv și se oprește focul. Se lasă astfel 20 de minute pentru ca morcovii să se înmoaie. Legumele se taie în bucăți mari și se pun într-o tavă. Morcovii se scot din oală, se rulează în feliile de mușchi, se leagă cu sfoara și se pun în tavă. Peste toate ingredientele se toarnă în tavă un pahar de apă și unul de ulei și se bagă în cuptorul încălzit în prealabil. Focul va fi moderat. Se controlează din când în când dacă mai există apă în tavă. Este gata în momentul în care legumele s-au înmuiat. Usturoiul se curăță, se spală, se pisează și se face un fel de cremă din usturoi frecat cu puțin ulei. Această cremă se pune deasupra conținutului tăvii.





МИСИРКИНИ ЦРЕВА ПОЛНЕТИ СО ЦИГЕР

Состојки:

пилешки цигер (свински, овчји, телешки)
меснаста пушена свинска сланина,
2 свински коски со срж,
мелен бибер,
црвен лут пипер,
сол.

Без разлика каков цигер ќе користиме за овој рецепт се користи пушена свинска сланина. Се става да се вари цигерот, сланината, неколку зрна бибер и лист од дафин. Во друг сад се варат свинските коски. Кога е сварен цигерот, се мели со машина за мелење, се сецка ситно лутиот пипер. Пушената сланина се сече на коцки со дебелина од околу 5 мм. Се меша цигерот, пушената свинска сланина, пиперката, биберот и солта. Врз оваа мешавина почнува да се дотура водата во која се вареле коските и се меша се додека не се добие една еднаква смеса. Со добиената смеса се полнат мисиркините црева и се варат на тивок оган 10 минути а со игла ги прободуваме повремено. Откако се готови се вадат и се ставаат во ладна просторија под притисок до следниот ден. Сечејќи парчиња ќе забележите контраст во мешавината од цигер, црвениот пипер и белата пушена сланина, со сигурност ќе ви пробуди желба за јадење.



MAȚE DE CURCAN UMLUTE CU FICAT

Ingrediente :

ficat de pasăre (porc, oaie, vită)
șuncă împănată și afumată de porc,
2 bucăți de os de porc cu măduvă,
piper măcinat,
ardei roșu iute,
sare.

Indiferent ce tip de ficat vom folosi, la rețetă se va pune numai șuncă de porc afumată. Se pune la fiert ficatul, slănina, câteva boabe de piper și foi de dafin. În alt vas se pun la fiert oasele de porc. După ce a fiert, ficatul se dă prin mașina de tocat, se toacă mărunț ardeiul roșu iute. Șunca de porc afumată se taie în cubulețe cu latura de circa 5 mm. Se amestecă ficatul, șunca de porc, ardeiul, piper și sare. Peste această compoziție începe să se toarnă încet, încet zeama obținută de la oasele fierte și să se amestece bine pentru omogenizare.. cu acest amestec se umplu mațele de curcan și se fierb la foc mic circa 10 minute înțepându-se ușor cu un ac. Se pun la presat în loc răcoros până a doua zi. Când veți tăia felii pentru consum veți observa reușitul contrast dintre ficat, roșul bucățelelor de ardei iute și albul cubulețelor de grăsime, care cu siguranță vor stârni papilele gustative până la ... vă las să gândiți !

ЗАЈАК ПОЛНЕТ СО ЛУК ВО ОБВИВКА И ПУШЕНО МЕСО

Состојки:
голем зајак,
Лук,
врвови од лути црвени пиперки,
500 мл црвено вино,
вода, бибер, лист од дафин,
сланина и пушено месо,
зејтин,
10 големи компири,
2 страка праз,
сол и многу зеленила.

Секое чесне лук се става во исечениот врв од лута црвена пиперка. Откако целосно ќе го внесеме чеснето лук во врвот од пиперката, остатокот од пиперката се отфрла. Се полни зајакот кој претходно добро се насолува, со врвовите од пиперки со лук претходно подготвени и со парчиња сланина и пушено месо. Пушеното може да биде овчо или свинско месо. Зајакот се пече во тава во која веќе се ставени зејтинот, биберот, листовите од дафин, малку вода и вино. Виното се додава постепено не одеднаш. Зајакот се пече на тивок оган за да може добро да се испече месото и да стане покревко. Во меѓувреме се чистат двата страка праз. Секој страк се дели на четири парчиња. Се лупат компирите кои потоа ги сечеме на половина. Се става во тавата 1 чаша (100 мл) масло и 200 мл вода, се редат парчињата праз во тавата на кои им ги додаваме и половинките компири и се ставаат во рерна. Не многу ситно исецканото зеленило го ставаме откако компирите ќе бидат готови. Една порција ќе биде составена од: во чинијата се гарнира едно парче празна сред чинија, додаваме компири од едната страна а од другата страна го сервираме подготвеното полнето зајачко месо и шест лажици сос од виното, од тавата каде што се пече зајакот, сос кој е апетисантен деликатес.



IEPURE ÎMPĂNAT CU USTUROI ÎN CĂCIULIȚĂ ȘI AFUMĂTURĂ

Ingrediente :
un iepure gras,
usturoi,
vârfuri de ardei roșu iute,
500 ml vin roșu,
apă, piper, foi de dafin,
fâșii de grăsime și de carne afumată,
ulei,
10 cartofi mari,
2 fire de praz,
sare, verdeață multă.

Fiecare cățel de usturoi este introdus într-o căciuliță din ardei foarte iute roșu. Căciulița de ardei nu este altceva decât vârful unui ardei iute în care se introduce usturoiul în întregime, se taie și restul ardeiului se îndepărtează. Se împănează iepurele care mai înainte a fost frecat cu sare, cu căciulițele de ardei iute ca mai sus pregătite și cu fâșii de grăsime și carne afumată. Afumătura poate fi de oaie dar și de porc. Se coace iepurele în tava în care se găsește uleiul, piperul, foile de dafin, puțină apă și puțin vin. Vinul se pune treptat, nu tot de la început. Vânatul se coace pe îndelete pentru a se pătrunde și frăgezi în timp. Între timp se curăță cele 2 fire de praz. Fiecare praz este tăiat în patru bucăți. Se curăță zece cartofi mari care se taie în jumătăți. Se pune în tavă 1 pahar (100 ml) cu ulei și 200 ml apă, se așează bucățile de praz în interiorul tăvii pe lângă care se adaugă jumătățile de cartofi și se înăbușesc la cuptor. Vom ține cont că verdeața tăiată nu foarte mărunț se presară numai peste cartofii înăbușiți. Se are în vedere ca aceste preparate să fie terminate aproape simultan. O porție va conține o bucată de praz așezată la mijlocul farfuriei. De o parte a bucății de praz vom pune cartofii, iar de cealaltă parte o bucată de friptură de iepure împănat și șase linguri de sos de vin, din tava în care s-a copt vânatul, sos care este absolut delicios, aromat plăcut, apetisant.





КУКЛИ

Состојки:

големи и млади листови од штавеј или спанаќ,
црвен лут пипер,
сланина полнета со поголеми резниња месо,
тврдо овчо сирење,
модри патлициани,
10-12 црвени зрели домати,
многу зеленило,
вода,
еден незрел модар патлиџан,
три лажици масло,
бибер.

Се мијат добро листовите. Лутата пиперка се чисти од семки, се сече на парчиња во должина. Се става вода да врие во еден сад. Откако ќе зоврие водата се запира огнот. Лисјата од штавеј или спанаќ се ставаат во врелата за да омекнат малку. Се земаат 5-6 лисја и во нив се намотуваат лутите пиперки. Откако ќе се намота добиеното руло се намотува во едно резне меснаста сланина. На краевите на добиеното руло се ставаат чачкалицы да го држат цврсто рулото. Ова се таканаречените кукли. Куклите се редат на дрвена подлога. Одделно се отстранува горниот дел од патлиџанот и се вади средишниот дел од патлиџанот. Бројот на патлициани треба да биде ист со бројот на куклите. Сирењето се рони и се меша со ситно исецканиот магданос или мирудија и со резниња од омилените овошја. Како капак на секој наполнет патлиџан се става една резенка нелупен модар патлиџан. Се чистат од лушпа патлиџаните, се гмечат и се мешаат зрната бибер. Се премачкува една тава со зејтин и се ставаат згмечените патлициани. Врз овој слој се ставаат куклите и полнетите патлициани. Се става тавата во рерна со немногу силен оган. Близу до моментот кога овој вид на јадење е готов се става одозгора исецканото зеленило и се остава во рерна без оган уште 20-30 минути. Секоја порција содржи еден полнет патлиџан една кукла и сос.



CUCLE

Ingrediente :

frunze mari și tinere de dragavei sau spanac,
ardei roșu iute,
șuncă împănată cu carne tăită felii mai groase,
brânză veche de oaie,
pătlăgele,
10-12 roșii foarte coapte,
foarte multă verdeață,
apă,
1 vânăță tânără,
trei linguri de ulei,
boabe de piper.

Se spală bine frunzele. Ardeiul roșu iute se curăță de semințe, se taie în feliuțe pe lungime. Se pune apă la fiert într-o oală. Odată ce apa a dat în clocot se oprește focul. Frunzele de dragavei sau de spanac se introduc în apa clocotită pentru a se înmuia puțin. Se iau 5-6 frunze și se rulează în jurul ardeiului iute. Ruloul astfel obținut se învește într-o felie de șuncă. La capetele ruloului se vor pune scobitori pentru ca să țină strâns ruloul. Acestea sunt cuclele (păpușile). Cuclele se așează pe un cârpător curat. Separat se taie capacele și se scoate inima de la pătlăgele. Numărul de pătlăgele trebuie să fie egal cu cel al cuclelor obținute. Brânza se fărâmițează și se amestecă cu verdeața tocată mărunt (mărar, pătrunjel, s.a.) și cu feliuțe din fructele uscate preferate. Drept capac la fiecare pătlăgea astfel umplută se pune o felie de vânăță nedecojită. Se decojesc roșiile, se zdrobesc și se amestecă cu boabele de piper. Se unge o tavă cu ulei și se pun roșiile zdrobite. Peste acest strat se pun cuclele și pătlăgelele umplute. Se dă tava la cuptor la foc moderat. Aproape de momentul când acest fel de mâncare este gata se presară pe deasupra verdeața tocată mărunt și se mai lasă să stea în cuptorul cu focul stins încă 20-30 de minute. Porțiile conțin o pătlăgea umplută, o cuclă și sos.

МИСИРКИНИ КОЛБАСИ

Состојки:
мисиркини гради со се лој,
2 главици лук,
толчен лут црвен пипер,
сол,
зачини,
блага црвена толчена сол,
мисиркини црева,
мисирка.

Ден претходно добро се мијат мисиркините црева, и се превртуваат, се мијат и се трлаат со сол и кромид и се оставаат на ладно преку ноќ покриени со многу сол и ситно исецкан кромид. Во машина за мелење месото заедно со мисиркината лој, се додава здробениот лук и зачините. Се полнат мисиркините црева со оваа смеса, се врзуваат на краевите и се закачуваат на оџакот од каминот да се исцедат. По 3-4 дена се ставаат на чадење. Може да се конзумираат и свежи. Можат да се прават колбаси во мисиркини црева и со овчо или свинско месо, почитувајќи го горенаведениот начин на подготовка. Многу повкусни ќе излезат колбасите доколку сме стрпливи и со нож ситно го исецкаме месото и е препорачливо да се подготвува на овој начин, затоа што така до неодамна ги подготвуваа и македонските домаќини.



CÂRNAȚI DE CURCAN

Ingrediente :
piept de curcan cu grăsime cu tot,
2 căpățini de usturoi,
boia de ardei iute,
sare,
condimente,
boia dulce,
mațe de curcan,
curcă.

Cu o zi înainte se spală foarte bine mațele de curcan, întorcându-se și pe dos, se freacă bine cu sare și ceapă și se lasă peste noapte la rece acoperite cu multă sare și ceapă tocată mărunt. Se toacă în mașina de tocat carnea și grăsimea de curcan, se adaugă usturoiul zdrobit și condimentele. Se umplu mațele de curcan cu această compoziție , se leagă la capete și se agață în coșul de la vatră să se scurgă. După 3-4 zile se pun la afumat. După preferință se pot consuma și proaspeți. Se pot face cârnați în mațe de curcan și din carne de oaie sau de porc, respectând modul de preparare mai sus menționat. Foarte gustoși ne vor ieși cârnații dacă ne vom înarma cu răbdare pentru a toca cu cuțitul în bucăți foarte mici carnea și recomand expres acest mod de preparare, pentru că așa îi pregăteau gospodinele macedonene până nu de mult.





МИСИРКИНО МЕЗЕ

Состојки:
мисиркино шќембе,
резниња варена свинска кожа за конзумирање,
црн и бел џигер од овца без лој,
пресна меснаста свинска сланина,
лут црвен пипер,
сол,
биберови зрна,
зачини,
2 главици лук.

Во еден сад се ставаат да варат црниот и белиот овчји џигер, меснастата свинска сланина, свинските резниња кожа, биберовите зрна, сол, лист од дафин. За тоа време се чисти лукот, се гмечи и се меша со сол. Овчјите џигери, откако ќе се сварат, се сечат на парчиња во погодна големина. Околу 200 гр сварена меснаста сланина се сецка, 200 гр резниња свинска кожа се сечат на ленти од 10 см на 5 см. Се намотуваат толку пати колку што е можно парчињата свинска кожа поделена на две, се мешаат џигерите, сланината, свинската кожа, сол, лутата пиперка ситно исецкана, згмечениот лук и кромидот. Следниот ден добро се мие мисиркиното шќембе и се полни со добиената смеса. Се зашива и се става да врие, повремено го боцкаме. По 10 минути се вади на дрвена подлога и се става врз него тежина да се цеди на ладно место до следниот ден. Овчјите џигери по желба можат да бидат заменети со свински или со пилешки, се останато треба да се оди според наведеното во рецептот.



TOBĂ DE CURCAN

Ingrediente :
o gușă de curcan,
șorici de porc,
măruntaie de oaie fără grăsime,
șuncă proaspătă de porc,
ardei roșu iute,
sare,
boabe de piper,
condimente,
2 căpățâni de usturoi.

Într-un ceaun se pun la fiert măruntaiele de oaie, șunca de porc, șoriciul, boabe de piper, sare, frunzele de dafin. Între timp se curăță usturoiul, se zdrobește și se amestecă cu sare. Măruntaiele de oaie după ce au fiert, se taie în bucăți potrivite ca mărime. Circa 200 g șuncă fiartă se taie de asemenea în bucăți potrivite, 200 g șorici se taie fâșii de aproximativ 10 cm pe 5 cm. Se înoadă de câte ori se poate fâșia de șorici împărțită în două, se amestecă măruntaiele, șunca, șoriciul înodat, sarea, ardeiul iute roșu tăiat mărunt, usturoiul zdrobit și condimentele. Cu o seară înainte se spală bine șunca, se freacă cu sare și se lasă peste noapte având la interior și la exterior multă sare, usturoi și ceapă. A doua zi se clătește bine gușa și se umple cu măruntaiele. Se coase și se pune la fiert, avându-se grijă să se înțepe din când în când. După 10 min se scoate pe un cârpător și se pune la presat, la loc răcoros până a doua zi. Măruntaiele de oaie pot fi înlocuite după preferință cu măruntaie de porc sau de pasăre, în rest se respectă rețeta.

РАЧИ (ПОЛНЕТИ РАЧИ – СУВИ ЦРВЕНИ БАБУРИ)

Земете:

12 парчиња бабури(суви црвени пиперки

250 гр ориз

500 гр кромид или

4 главици праз

100 гр брашно

400 мл зејтин

250 мл сос од домати

200 мл вод

една помала кисела зелка

сол,

бибер,

чубрика

Се вари оризот, кромидот(празот) ситно исецкан се потпржува, се мешаат оризот со кромидот, со $\frac{3}{4}$ од брашното, со сол и бибер по вкус. Се мијат добро бабурите се чистат од непотребните делови, се потсекуваат малку на врвот и се полнат со композицијата од ориз и кромид. Секоја бабура се поминува низ брашно од страната од која е полнета. Во тава се распоредува рамномерно киселата зелка ситно исечкана, се додава сосот од домати, маслото и се посолува со чубрика. Се редат полнетите бабури на ситно исецканата зелка, се попрскуваат со вода и се ставаат во добро загреана рерна се додека не поцрвенат добро и додека не се свари зелката.



RACI (ARDEI UMPLUȚI)

Ingrediente:

12 bucăți raci (ardei roșu uscat),
250 g orez (o cană de ceai),
500 g ceapă sau 4 fire de praz mai mari,
100 g făină,
400 ml ulei,
250 ml suc de roșii,
200 ml apă,
1 varză acră mai mică,
sare,
piper,
cimbru.

Se fierbe orezul și se călește ușor ceapa tăiată mărunț (prazul). Se amestecă orezul cu ceapa, cu $\frac{3}{4}$ din făină, cu sare și piper după gust. Se spală ardeii bine, se curăță de semințe, se crestează la vârf și se umplu cu compoziția de orez și ceapă. Fiecare ardei, cu partea pe unde s-a umplut, se trece prin făină. Se așază uniform în tavă varza murată tăiată fideluță, se toarnă sucul de roșii, uleiul și se presară puțin cimbru. Se așază ardeii umpluți peste varză, se stropesc cu apă și se dau la cuptor încins până se rumenesc bine și se fierbe varza.





ЧОРБА ОД РАЧИ (СУВИ ЦРВЕНИ БАБУРИ)

Земете:

12 парчиња бабури(суви црвени пиперки)

500 гр кромид или 4 главици праз

2 рендани моркови

300 гр брашно

2 л расол од зелка

300 мл масло за готвење

200 мл паста од домати

100 мл сос од домати

4-5 компири

сол, бибер

магданос, млад лук

Се сецка ситно кромидот и се потпржува, се додава пастата од домати и брашното и се добива една смеса која потоа се зачинува. Се мијат добро бабурите се чистат д непотребните делови, се потсекуват на врвот, се полнат со смесата, се затвораат со парче од компир и се поминуват низ брашно. Се ставаат бабурите во добро совриениот расол, се додава сосот од домати и се врие околу половина час. Потоа се додава зеленилото.



CIORBĂ DE RACI (ARDEI UMPLUȚI)

Ingrediente:

12 bucăți raci (ardei roșu uscat),
500 g ceapă sau 4 fire de praz mai mari,
2 morcovi rași,
300 g făină,
2000 ml zeamă de varză,
300 ml ulei,
200 ml pastă de roșii,
100 ml bulion,
4-5 cartofi ,
sare, piper,
leuștean, pătrunjel.

Se taie ceapa mărunt și se călește. Se adaugă pasta de roșii și făina și se obține o pastă care se condimentează. Se spală ardeii bine, se curăță de semințe, se crestează la vârf, se umplu cu compoziția de ceapă și se căpăcesc cu o felie de cartof sau se dau prin făină. Se pun ardeii în zeama de varză clocotită, se adaugă bulionul și se fierb aproximativ o jumătate de oră. Apoi se adaugă verdeța.

ФОИЦА 1 (македонски непотквасен фoетаж)

Земете:

300 гр брашно за тесто

100 гр брашно за попрскување на корите

150 гр путер

1 јајце

200 гр шеќер

Ванила

Сол

вода колку што прима

Се замесува со јајце, сол и вода додека не се добие едно тврдо тесто. Се сука една тенка кора. Се мешат 150 гр путер со 150 гр брашно се додека не се добие една омпозиција како паста. Се премачкува врз кората. Се преклопува, се сука веднаш една кора колку леб, се става одозгора колку повеќе шеќер и ванила. Се става во загреана рерна се додека не добие една кафеава боја и не постане крцкава. Се крши врела.



FOIȚĂ 1 (foetaj macedonean nedospit)

Ingrediente:

300 g făină pentru cocă,
100 g făină pentru tapetat foile,
150 g untură,
1 ou,
200 g zahăr tos,
zahăr vanilat,
un praf de sare,
apă cât cuprinde.

Se frământă făina cu oul, sarea și apa până se obține un aluat consistent. Se întinde pe planșetă o foaie potrivit de subțire. Se freacă separat 150 g untură cu 150 g făină până se obține o compoziție ca o pastă. Se întinde peste foaia de aluat. Se împătorește, se întinde imediat o foaie rotundă, cât o pâine, se presară deasupra zahăr tos din abundență și zahăr vanilat. Se dă la cuptorul încins și se ține până plăcinta capătă o culoare cafenie și devine crocantă. Se rupe fierbinte.





ФОИЦА 2 (македонски непотквасе фoетаж)

Земете:

300 гр брашно за тесто

100 гр брашно за попрскување на корите

150 гр путер

1 јајце

200 гр шеќер

ванила

сол

вода колку што прима

Се замесува брашно, јајце, сол и вода се додека не се добие едно непотквасено тесто. Се додава путерот и сето тоа одново добро се размесува. Се додава и шеќерот и повторно се размесува. Се сука една округла кора како леб. Се става во добро загреана рерна и се служи топло.



FOIȚĂ 2 (foetaj macedonean nedospit)

Ingrediente:

300 g făină pentru cocă,
100 g făină pentru tapetat foile,
150 g untură,
1 ou,
200 g zahăr tos,
zahăr vanilat,
un praf de sare,
apă cât cuprinde.

Se frământă făina, oul, sarea și apa până se obține un aluat nedospit. Se adaugă untura și se frământă foarte bine din nou. Se adaugă zahărul și se frământă. Se întinde o foaie rotundă, ca o pâine. Se bagă în cuptorul încins bine. Se mănâncă fierbinte.

ТИФЕНЕАК СО ТИКВА

Земете:

- 300 гр брашно
 - 1 јајце
 - малку сол
 - вода колку што ќе прима
- За големата кора
- 500 гр брашно за тестото
 - 100 гр брашно за да се попрашат корите
 - 300 гр маст
 - 100 гр маргарин
 - малку сол
 - вода колку што ќе прима
 - една тиква 2 кг
 - 300 гр шеќер
 - 100 гр маст

Корите. Се прават од брашно, јајцето, сол и вода, едно довоно тврдо тесто. Се зема едно топче тесто со големина на орев, и се растега додека не стигне со големина од 30 – 40 цм. Се прават такви кори колку што има тесто.

Смесата од тиква: се чисти тиквата од кора и семки, и се сече на коцкички, се додават шеќерот и маста. Сето добро се промешува и се врие на силен оган а потоа на помал оган, мешајќи се додека не се добие една смеса како крем.

Големата кора: се замесува 500 гр брашно со малку сол и вода додека не се добие едно нормално тесто. Тестото се сука на не многу тенка кора околу 3-4 мм, се премачкува со 100 гр маст и се попрскува со брашно околу 50 гр. Се преклопува и се остава 5 мин на ладно. Се зема одново тестото се размесува и одново се попрскува со брашно, се преклопува и одново се остава 5 минути на студено. Се сука добро се сместува во садот во кружна форма со страните надвор од него.

Тифенеак. Се става смесата од тиква врз големата кора, потоа една кора, повторно смеса па кора се додека не се потрошат корите и смесата од тиква. Последниот ред треба да е од смеса од тиква, се ставаат 100 гр исецкан на парчиња путер и потоа се покрива со страните кои се надвор од садот, покривајќи ја целосно питата. За подобар изглед се вадат неколку триаголници од тестото. Се става на силен оган и се попрскува со 100 гр стопен путер. Се сече топла на парчиња.



TIFENEAC CU DOVLEAC

Ingrediente:

300 g făină,
1 ou,
un praf de sare,
apă cât cuprinde,
500 g făină pentru cocă,
100 g făină pentru tapetat foile,
300 g untură,
100 g unt sau margarină,
un praf de sare,
apă cât cuprinde,
un dovleac de 2 kg,
300 g zahăr,
100 g unt.

Opcile. Se face din făină, ou, apă și sare o cocă potrivit de tare. Se ia cocă cât o nucă și se întinde până devine transparentă și are un diametru de circa 30-40 cm. Se fac astfel de opcii din toată coca.

Umplutura de dovleac. Se curăță dovleacul de coajă și semințe, se taie cubulețe, se adaugă zahărul și untul. Se amestecă bine și se fierbe mai întâi pe foc iute și apoi la foc mic, amestecând, până se obține o pastă ca o cremă.

Foaia mare. Se frământă 500 g făină cu un praf de sare și apă până se obține o cocă obișnuită. Coca se întinde pe planșetă nu foarte subțire (3-4 mm), se unge cu 100 g untură peste care se aruncă în ploaie peste tot făină (circa 50 g). Se împătorește și se lasă să se odihnească la rece 5 minute. Se ia din nou coca, se întinde, se unge cu untură peste care se aruncă în ploaie făina, se împătorește și se lasă la rece tot 5 minute. Se întinde foarte bine foaia, se așază în cratiță (formă rotundă) cu marginile atârând mult în afara ei.

Tifeneac. Se pune pasta de dovleac peste foaia mare, apoi o opcă, iar dovleac, iar opcă, până se epuizează toate opcile și pasta de dovleac. Ultimul rând trebuie să fie din pastă de dovleac. Se pun 100 g unt cubulețe peste ultimul rând (de dovleac) și apoi se vine cu foaia de plăcintă care atâră în afara cratiței peste dovleac, acoperind în totalitate plăcinta. Pentru un aspect frumos se scot câteva triunghiuri din coca de deasupra. Se dă la foc iute stropită cu 100 g untură topită. Se taie caldă, în felii.



ЦИГЕР ЧОРБА

Земете:

јагнешко шкембе
јагнешки црева
јагнешки бел дроб
јагнешки цигер
јагнешки бубрези
јагнешка глава
јагнешки врат

четирите јагнешки нозе надолу од коленото
исушен кромид околу 200 гр.
сос од конзервирани домати 800гр.
сол по вкус
чубрика по вкус
еден врзок од зелен леуштан
оцет

Шкембето, цревата, цигерот, дробовите, бубрезите и хранопроводот се плакнат добро со ладна вода и се натопуваат со оцет. Големо внимание се посветува на шкембето и цревата кои се мијат и со сол за да се изгуби мирисот. Откако ќе се измијат се ставаат во еден сад заедно шкембето, цревата и хранопроводот заедно и бубрезите со цигероти дробовите заедно. Откако ќе се сварат се ставаат да се изладат. Откако ќе се изладат се сецкаат на мали парчиња. Во еден сад се става да се сварат главата, опашот, нозете и вратот. Се вади пената која ја создават и кога не ќе има повеќе се додава ситно исевкан кромид и органите исецкани. Се варат се додека се забележи дека се одвојува месото од коските. Во тој момент се додава чубрица, леуштан ситно исецкан, домати исецкани ситно и сол.





CIORBĂ DE GIGHIRI

Ingrediente:

burta de la un miel,
mațele de la un miel,
plămâni de la un miel,
ficatul de la un miel,
rinichii de la un miel,
capul mielului,
coada mielului,
gâtul mielului,

cele patru picioare ale mielului de la genunchi în jos,
ceapă uscată cca. 200g,
roșii în bulion un borcan de 800 ml,
sare după gust,
cimbru după gust,
o legătură de leuștean verde,
oțet.

Burta, mațele, plămâni, ficatul, rinichii și esofagul se spală foarte bine cu apă rece și se limpezesc cu oțet. O atenție deosebită se acordă burții și mațelor care vor fi spălate și cu sare pentru a le face să piardă mirosul. După ce au fost spălate, se pun într-o oală la opărit astfel: mațele, burta și esofagul împreună și plămânul, rinichii și ficatul împreună. Odată opărite se pun la răcit. Când s-au răcit se taie în cuburi mici. Într-o oală se pun la fiert capul, gâtul, coada și picioarele mielului. Se spumează. Când nu mai există spumă de luat se adaugă ceapa tocată mărunt și organele tăiate în cuburi mici. Se fierb până când se observă că se desprinde carnea de pe oase. În acel moment se adaugă cimbrul, leușteanul tăiat mărunt, roșiile tocate mărunt și sarea. Ciorba se servește cu hrean răzuit ținut în smântână cu sare.

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.

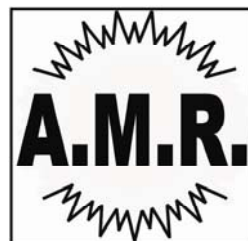
Care sunt realizările noastre ?

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 meritoși membri ai etniei,
- Organizarea de seminarii, mese rotunde și dezbateri pe teme de interes specifice,
- Organizarea de tabere și excursii pentru cei mai meritoși 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