

Conni coace

Rețetele preferate ale lui Conni,
ale familiei și ale prietenilor ei



Oradea, 2021



lg = lingură
lg $\frac{1}{2}$ = linguri $\frac{1}{2}$
cm = centimetru (1 cm = 10 mm)
mm = milimetru
min. = minute
șamd = și așa mai departe
de ex. = de exemplu

un praf = cantitatea pe care o poți lua între degetul arătător și cel mare.

un vârful de cuțit = cantitatea care încapă pe vârful unui cuțit de bucătărie.

Abrevieri și cantități

g = grame
kg = kilograme (1 kg = 1000 g)

l = litru (1000 ml = 1 litru)
 $\frac{1}{4}$ l = 250 ml
 $\frac{1}{2}$ l = 500 ml
 $\frac{3}{4}$ l = 750 ml
1 l = 1000 ml



Nu uita:

igiena este foarte importantă atunci când gătești.
Înainte să te apuci de treabă, spală-te bine pe mâini (cu săpun)!



Cuprins

Cunoștințe de bază de la pagina 4

Tot ce știe Conni despre ingredientele ei favorite și cele mai importante ustensile pentru copt.

Simplu și rapid de la pagina 8

De la brownies la fursecuri cu drajeuri de ciocolată și pâine la pâine în oală – sugestiile lui Conni pentru când ți-e poftă de ceva delicios care se face repede.

Delicatese mici de la pagina 32

De la cornuri umplute până la prăjitură de orez cu lapte la borcan și tortulețe cu cremă de căpșuni – rețete la îndemână din bucătăria lui Conni.

Poftă de ceva bun de la pagina 54

Când ți-e poftă de ceva bun, Conni are rețetele potrivite pentru mâncăcioși: crumble cu vișine, tort cu ciocolată sau pâine dulce împletită.

Foarte important:

în general, fiecare cuptor coace în mod diferit, așa că cel mai indicat este să verifici tava cu 10 minute înainte de expirarea timpului de coacere.



Pentru sărbători și sărbătoriți de la pagina 80

Guguluf marmorat cu ciocolată, cozonac de Paști sau fursecuri pentru Crăciun – Conni vă prezintă cele mai bune rețete pentru sărbători și sărbătoriți!

Pâine, chifle și gustări sărate de la pagina 112

Degustați chiflele cu lapte și fructe uscate, pâinea rapidă din grâu integral și alune sau tarta cu legume – uneori ne este poftă și de ceva sărat.

Index la pagina 132

Ingredientele favorite ale lui Conni

De ce nu pot înlocui, pur și simplu, zahărul cu mierea și cum funcționează mai exact topirea ciocolatei? Conni cunoaște răspunsurile corecte! Și ceea ce este și mai important - ea știe care sunt cele mai potrivite ingrediente pentru rețete la cuptor.



Tipuri de făină

Ce înseamnă „tip” atunci când vine vorba de făină? Ce e cifra aceea care apare mereu după cuvântul „tip”? Acea cifră arată câte miligrame de minerale conțin 100 de grame de făină. Pentru făina albă, morarul cerne făina și îndepărtează straturile exterioare ale bobului de grâu. Pentru că acestea conțin multe minerale, scade proporția acestora din făină. Astfel, tipul de făină diferă în funcție de cât de mult este îndepărtat din stratul de grâu și cât de albă este făina. La făina integrală se macină boabele întregi, așa că aceasta nu este catalogată pe tipuri.

Ouă

Sperge întotdeauna ouăle, pe rând, într-o ceașcă - dacă dai de unul stricat, nu va trebui să o iei de la capăt cu tot aluatul! Pentru a separa un ou, sperge-l de o margine, desfă cojile în jumătăți și lasă gălbenușul să alunece dintr-o jumătate într-alta. Sau încearcă trucul lui Conni cu sticla (vezi caseta din dreapta). Pentru a bate albușurile spumă, trebuie să folosești un castron foarte curat - dacă are urme de gălbenuș sau de grăsime, albușurile nu se vor umfla.

Zahăr și îndulcitori

Dacă în rețetă este menționat „zahăr” atunci este vorba de zahăr alb (zahăr tos). Dacă e nevoie de zahăr pudră, zahăr brun sau alt îndulcitor precum mierea sau siropul, atunci se va menționa clar în rețetă. Oare toți îndulcitorii sunt la fel? Din păcate, nu e mereu așa. Dintre toți, zahărul brun, mierea sau siropul au o aromă intensă, aparte, iar mierea sau siropul, fiind lichide, pot influența consistența aluatului.

Grăsimi

În timp ce margarina poate fi folosită direct din frigider, untul trebuie lăsat la temperatura camerei minim o oră înainte de folosirea într-un aluat. Dacă ai cuptor cu microunde, poți pune untul într-un castron și îl lași 1-2 minute la 250 W (în funcție de cantitate) ca să devină mai moale. Dacă ai ulei într-o rețetă: uleiul de măsline merge bine în aluaturile picante, pe când pentru aluaturile dulci trebuie să folosești un ulei neutru la gust, cum ar fi uleiul de floarea-soarelui.

Ciocolată

Dacă ai nevoie de bucățele de ciocolată într-un aluat, poți toca mare o ciocolată (cu ajutorul părinților) sau poți folosi fulgi de ciocolată. Pentru a glazura o prăjitură, poți folosi și glazură la plic sau ciocolată menaj, nu doar ciocolată de consum. E foarte ușor să lucrezi cu glazurile din comerț, pentru că se pot topi direct în ambalaj dacă le pui în



Care-i treaba cu separatul ouălor?

Pentru a separa ouăle cu trucul flaconului de plastic, sparge oul pe o farfurie. Ține deasupra gălbenușului un flacon de plastic spălat bine și strânge-l ușor. Gălbenușul va fi absorbit în flacon iar acum îl poți transporta în vasul pentru aluat. Când ajungi la vas, dă drumul la strânsoare și gălbenușul va aluneca afară!

apă fierbinte sau la microunde. În cazul ciocolatei clasice sau al celei de menaj, trebuie s-o rupi în bucățele mici și s-o topești pe baie de aburi. Pentru asta, trebuie să pui aproximativ 2 cm de apă într-o oală și să așezi deasupra un castron de metal, astfel încât fundul castronului să nu atingă apa. Apoi încălzești apa la foc mic și amesteci ciocolata până se topește.

Foarte important: ai grijă să nu ajungă nicio picătură de apă în ciocolată, altminteri vei obține un cocoloș de ciocolată care nu mai poate fi salvat!

Simple și rapid



Fursecuri

cu drajeuri de ciocolată

Ingrediente pentru 8-10 fursecuri:

Pentru aluat:

75 g pastă de marțipan
120 g făină de grâu (tip 000)
1 vârf de cuțit de bicarbonat de sodiu
80 g unt la temperatura camerei
50 g zahăr
sare
1 ou (mărimea M)
50 g drajeuri de ciocolată colorate, mici (sau toacă niște drajeuri mai mari)

Pentru decor:

75 g glazură de ciocolată albă sau neagră
100 g drajeuri de ciocolată colorate, mici

Timp de preparare:
aprox. 50 min.

+ 12-15 min. timp de coacere

+ aprox. 30 min. timp de răcire

- Pentru aluat, taie pasta de marțipan în felii subțiri. Amestecă făina cu bicarbonatul de sodiu. Preîncălzește cuptorul la 200 °C (180 °C în cuptorul cu convecție). Pune hârtie de copt pe o tavă întinsă.

- Într-un vas încăpător, amestecă bine untul, zahărul, un praf de sare și marțipanul cu ajutorul mixerului, mai întâi la viteză mică, apoi la viteză mare, până obții o compoziție cremoasă. Sparge oul și mai mixează încă un minut. Încorporează făina folosind o spatulă. Amestecă și drajeurile de ciocolată.

- Pune pe tava de copt grămăjoare de aluat, folosind două linguri sau o lingură pentru înghețată. Lasă cam 3 cm între ele. Aplatizează grămăjoarele cu dosul unei linguri umezite. Pune tava la cuptor pe nivelul din mijloc (nu uita de mănușile de bucătărie!) și coace fursecurile între 12 și 15 minute până devin aurii.

- Scoate tava din cuptor (nu uita de mănușile de bucătărie!) și trage hârtia de copt cu tot cu fursecuri pe un grătar de bucătărie. Lasă fursecurile la răcit.

- Pentru decor, topește glazura conform indicațiilor de pe ambalaj, apoi întinde-o pe fiecare fursec folosind o linguriță. Presară drajeurile pe glazura moale și las-o apoi să se întărească.





Chifle cu müsli pentru micul dejun

- Preîncălzește cuptorul la 200 °C (180 °C în cuptorul cu convecție). Pune hârtie de copt pe o tavă întinsă. Într-un bol, amestecă făina, praful de copt, bicarbonatul, sarea și zahărul. Separat, sparge oul și amestecă-l cu laptele bătut folosind un tel.
- Cu vârfurile degetelor, încorporează untul în amestecul de făină, până obții bucățele de aluat mici ca boabele de mazăre. Adaugă compoziția de ou și lapte bătut și amestecă cu o furculiță până se leagă ca un aluat. Adaugă fulgii de ovăz și stafidele.
- Presară făină pe suprafața de lucru și întinde aluatul într-o foaie de aproximativ 2 cm grosime. Folosește gura paharului pentru a decupa 12 cercuri, fără să răsucești paharul. Pune chiflele în tava de copt.
- Pune tava în cuptor pe nivelul din mijloc (nu uita de mănușile de bucătărie!) și coace chiflele în jur de 15 minute, până devin aurii. Scoate tava din cuptor (nu uita de mănușile de bucătărie!), transferă chiflele pe un grătar cu ajutorul unei palete și lasă-le la răcit.



Sfatul meu: poți păstra chiflele proaspete într-o cutie de metal timp de 2-3 zile. Eu le mănânc cu unt sau smântână și cu dulceață sau miere.



Ingrediente pentru aprox. 12 bucăți:

275 g făină de grâu (tip 000)
2 lgț praf de copt + ½ lgț bicarbonat de sodiu
¼ lgț sare
50 g zahăr brun
1 ou (mărimea M)
100 g lapte bătut
125 g unt rece (tăiat în cubulețe mici)
30 g fulgi de ovăz fini
50 g stafide

În plus:

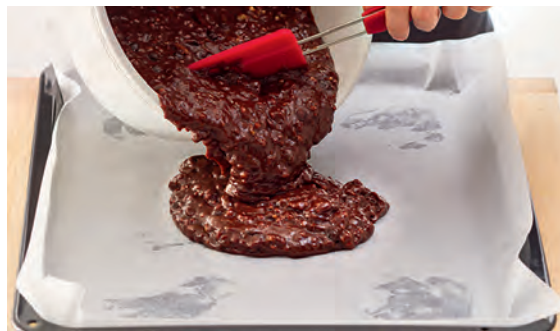
făină pentru suprafața de lucru
1 pahar (cu diametrul de aprox. 6 cm)

Timp de preparare: aprox. 15 min. +aprox. 15 min timp de coacere

Negrese



1. Preîncălzește cuptorul la 180 °C (160 °C în cuptorul cu convecție). Într-un bol, amestecă făina, pudra de cacao și praful de copt. Adaugă ambele tipuri de zahăr, sarea, ouăle, uleiul și smântâna. Folosește mixerul pentru a omogeniza compoziția.



2. Încorporează nucile, migdalele și picăturile de ciocolată. Căptușește o tavă de 30x40 cm cu hârtie de copt și toarnă compoziția în ea. Coace pe nivelul din mijloc timp de 25 de minute. Scoate și lasă la răcit.



3. Pentru decor, rupe ciocolata albă în bucăți mici și topește-o pe baie de abur (vezi la pagina 5 la secțiunea dedicată ciocolatei), amestecând cu o spatulă de silicon.



4. Pune ciocolata lichidă în punga pentru congelator. Închide punga cu ciocolata înăuntru, răsucind-o (sau folosește o clemă pentru pungi). Taie un colțișor.



5. Desenează linii subțiri pe negresă, în diagonală, apoi așteaptă până se întărește ciocolata. Taie negresa în cuburi cu latura de 5 cm și ornează cu alte elemente decorative.

Ingrediente pentru 48 de bucăți:

Pentru aluat:

450 g făină de grâu (tip 000)
40 g pudră de cacao
4 lgț rase de praf de copt
175 g zahăr brun + 100 g zahăr tos
1 pliculeț de zahăr vanilat
½ lgț sare + 6 ouă (mărimea M)
400 ml ulei (de floarea-soarelui, de exemplu)
100 g smântână dulce
200 g nuci tocate
100 g migdale tocate
150 g picături de ciocolată amăruie

Pentru decor:

50 g ciocolată albă
½ lgț ulei (de floarea-soarelui, de exemplu)
1 pungă mică pentru congelator

Timp de preparare: aprox. 30 min.
+ aprox. 25 min. timp de coacere
+ aprox. 30 min. timp de răcire