



Cuprins

INTRODUCERE	11
CAPITOLUL 1: Generalități și scurt istoric. Caracteristici	13
CAPITOLUL 2: Ingrediente folosite la salate	18
CAPITOLUL 3: Practica preparării salatelor	24
CAPITOLUL 4: Rețete de salate	29
1. Salata biblică	30
Sosuri pentru salate	30
2. Sos de maioneză pentru salată	31
3. Sos de muștar pentru salată	31
4. Sos de oțet pentru salată	31
5. Sos de oțet (sos vinegretă)	32
6. Sos de tomate pentru salate	33
7. Sos de zeamă de lămâie	33
8. Sos marinat pentru legume și fructe	33
Salata verde	34
9. Salată verde rețeta de referință	35
10. Salată din salată verde, untișor și/sau hasmațuchi (rețetă din perioada interbelică)	36
11. Salată verde — variante	36
12. Salată verde asortată	37
13. Salată verde cu nuci (rețetă antică)	38
14. Salată verde cu porumb și sfeclă	39
15. Salată verde cu usturoi, à la Cluj	39
16. Salată verde egipteană (rețetă antică)	40
Salate de conjunctură — de sezon	41
17. Salată de lobodă crudă	41
18. Salată de măcriș	42



19. Salată de pădădie	42
20. Salată de pătlăgele verzi	42
21. Salată de untișor	43
22. Salată de urzici crude	43
Rețete vechi de salate	44
23. Salată din flori de salcâm	44
24. Salată de anghinare (rețetă antică)	44
25. Salată de castraveți (rețetă antică)	45
26. Salată de grâu cu mentă (rețetă antică)	45
27. Salată de pădădie (rețetă antică)	46
28. Salată de sfeclă roșie (rețetă veche bucovineană)	47
Salate preluate și/sau adaptate din bucătăria franceză și alte bucătări europene	48
29. Salată Aida	48
30. Salată Alice.....	49
31. Salată americană I.....	50
32. Salată americană II.....	50
33. Salată andaluză	51
34. Salata autorului dramatic.....	52
35. Salată Bagration	53
36. Salată Beauchaire.....	53
37. Salată belle fermière	54
38. Salată Bouquetaire	54
39. Salată Caprese.....	55
40. Salată capriciu	55
41. Salată Carmen	56
42. Salată Carusso.....	57
43. Salată creolă	58
44. Salată cu untișor (salade cressonnière)	58
45. Salată Danitcheff	59
46. Salată de boeuf.....	60
47. Salată de portocale	61
48. Salată de sparanghel fiert și trufe crude.....	62
49. Salată delicioasă	62
50. Salată Demidoff.....	63
51. Salată Emma	64
52. Salată englezească de țelină	64
53. Salată Eva	65
54. Salată favorit	65
55. Salată flamandă.....	66



56. Salată Frankfurt	66
57. Salată Francillon	67
58. Salată Gambetta	68
59. Salată germană cu pește și castraveți acri	68
60. Salată Gobelins	69
61. Salata grădinarului (Jardinière)	69
62. Salată Henric al IV-lea	70
63. Salată Henriette	71
64. Salată Humbert	71
65. Salată Irma	72
66. Salată Isabelle	73
67. Salată italiană	73
68. Salată japoneză	74
69. Salată japoneză cu fructe	74
70. Salată Jockey Club	74
71. Salata Judic	75
72. Salată Lakme	75
73. Salată Lorette	76
74. Salată Marianne	76
75. Salată Mercedes	77
76. Salată Mikado	77
77. Salată Mimoza	78
78. Salată Monte Carlo	78
79. Salată Monte Cristo	79
80. Salată moscovită	79
81. Salată Ninon	79
82. Salată Nisa	80
83. Salată Noemi	80
84. Salată Nonnes	81
85. Salată olandeză	82
86. Salată Opera	82
87. Salată Orient-Expres	83
88. Salată pariziană	84
89. Salată poloneză	84
90. Salată Pompadour	84
91. Salată rusească (à la russe)	85
92. Salată sârbească	86
93. Salată siciliană	86
94. Salată Tosca	86
95. Salată Tourangelle	87
96. Salată Victoria	88



97. Salată Waldorf	88
98. Salată Windsor	88
Salate simple clasice	89
99. Salată de arpagic	89
100. Salată de castraveți	89
101. Salată de ceapă roșie	90
102. Salată de lămâie	90
103. Salată de păstârnac	91
104. Salată de praz	91
105. Salată simplă de andive crude	92
106. Salată simplă de ciuperci	92
107. Salată simplă de conopidă	93
108. Salată simplă de morcovi	93
109. Salată simplă de ridichi de iarnă (ridichi albe)	94
110. Salată simplă de roșii	94
111. Salată simplă de țelină	94
Salate asortate clasice	95
112. Salată asortată de andive	95
113. Salată asortată de vară	95
114. Salată asortată, de fructe	96
115. Salată cu maioneză	96
116. Salată de andive cu carne și maioneză	97
117. Salată de andive cu ou	98
118. Salată de andive cu pește și maioneză	98
119. Salată de andive fierte în vin	99
120. Salată de andive, unțișor și brânză Roquefort	99
121. Salată de ardei copti	100
122. Salată de carne cu maioneză (din bucătăria cehă)....	100
123. Salată de cartofi	101
124. Salată de cartofi cu hamsii	102
125. Salată de cartofi cu ouă	103
126. Salată de cartofi cu pește sărat sau afumat	103
127. Salată de cartofi cu smântână și usturoi	104
128. Salată de cartofi cu sos fierț	104
129. Salată de cartofi ninsă	105
130. Salată de cartofi noi, cu smântână	106
131. Salată de castraveciori murați	106
132. Salată de castraveți cu mărar	107
133. Salată de castraveți cu smântână	107
134. Salată de castraveți verzi cu usturoi	108



135. Salată de ceapă verde opărită, cu ouă	108
136. Salată de ciuperci	109
137. Salată de ciuperci marinate	110
138. Salată de conopidă cu roșii	110
139. Salată de creier	111
140. Salată de crudități	112
141. Salată de crudități la platou	112
142. Salată de dovlecei	113
143. Salată de dovlecei tocați	113
144. Salată de fasole boabe	114
145. Salată de fasole uscată (icre de fasole)	114
146. Salată de fasole verde cu usturoi	115
147. Salată de fasole verde provensală	116
148. Salată de gulii	116
149. Salată de icre negre (Imitație)	117
150. Salată de lăptuci opărite	117
151. Salată de măsline — variante	118
152. Salată de mere și alune	118
153. Salată de morcovi	119
154. Salată de napi și/sau gulii	119
155. Salată de nuci cu usturoi (scordolea).....	119
156. Salată de orez	120
157. Salată de ouă cu măsline	121
158. Salată de pește crud	121
159. Salată de porumb cu lăptuci	122
160. Salată de praz cu maioneză	122
161. Salată de prune uscate	123
162. Salată de pui	123
163. Salată de ridichi negre	124
164. Salată de roșii (rețetă din perioada interbelică).....	125
165. Salată de roșii cu ceapă	125
166. Salată de roșii cu pește	126
167. Salată de sfeclă roșie fiartă, cu hrean	126
168. Salată de sfeclă roșie crudă	127
169. Salată de sfeclă roșie crudă, cu hrean	127
170. Salată de spanac	128
171. Salată de sparanghel	128
172. Salată de țări (rețetă din perioada interbelică)	129
173. Salată de țelină crudă și fructe	129
174. Salată de țelină cu muștar	130



175. Salată de țelină cu sfeclă	131
176. Salată de varză crudă (albă, roșie, sau amestecată)	131
177. Salată de varză acră	132
178. Salată de varză opărită	133
179. Salată de verdețuri	133
180. Salată de vinete prăjite	134
181. Salată de vinete	134
182. Salată din țelină fiartă și mere	136
183. Salată gustoasă	136
184. Salată muntenească de legume	137
185. Salată orientală de iarnă	137
186. Salată orientală de vară	138
187. Salată roșie de cartofi	139
188. Salată țărănească asortată	139
Salate dulci/Deserturi	140
189. Salată țărănească de vară	140
190. Salată de caise cu frișcă	140
191. Salată de căpșuni cu frișcă	141
192. Salată de fragi cu frișcă	141
193. Salată de fructe cu frișcă — variante	141
194. Salată de fructe de pădure	142
195. Salată de fructe proaspete	142
196. Salată de mere și portocale	143
197. Salată de pepeni (galbeni și verzi)	143
198. Salată de vișine și/sau cireșe amare	144
199. Salată din fructe exotice	144
200. Salată din toate fructele disponibile	145
Salate de icre	146
201. Salată de icre	146
202. Salată de icre negre moi (rețetă din bucătăria balcanică a secolului al XIX-lea)	148
CAPITOLUL 5: Bucătăria profesionistă și bucătăria de familie	149
INDEX ALFABETIC	154

