

# emblematic

## delta dunării

### esențial

**S**ate lacustre și izolate, dependente îngrozitor de natură, de pescuit, un labirint de lacuri, canale, plauri, stufărișuri, mustind de viață sălbatică. O lume extraordinar de frumoasă și generoasă vara, dar iarna dușmănoasă și aproape inaccesibilă. Cea mai spectaculoasă și neobișnuită lume românească, o insulă, nici apă, nici pământ.

Lumea pescarilor, cu găтели unice, în același timp primitive și complicate, ce ne pot apărea nouă, continentalilor, anapoda.

În cei doi-trei ani petrecuți acolo, în casele de stuf ale haholilor – țărani și pescari deopotrivă – și lipovenilor – aproape exclusiv pescari, învățați cu turiștii și sătui de ei – am mâncat numai pește. Rar brânză sau ouă, câte o oală de lișițe sau o halcă de mistreț. Dar totul tipărit pe o uriașă și neașteptat de succulentă cantitate de legume, deopotrivă acide și dulci, cum numai în Deltă găsești.

Relicve ale vițelor foarte vechi, am găsit în „baltă” și două vinuri cu origini (probabil) antice: Somoveanca și Negru de Sarichioi.

***Peștele.** Legat cu precădere de interdicțiile alimentare, fiind singurul aliment de origine animală tolerat în hrana de post în anumite zile (deci aliment ritual prin excelență), peștele cumulează străvechi simboluri ce își au izvorul în mitologia popoarelor. Peștele este în mitologia românească element cosmogonic fundamental. „În mare este un pește, pe peștele cela stau patru stâlpi și pe stâlpi pământ; când peștele clatină din coadă, atunci și pământul se cutremură... Cei patru stâlpi sunt cele patru posturi. Noi posturile le postim de aceea ca să nu ne cufundăm. Dar acum un stâlp e mai mâncat, căci oamenii nu postesc”.*

*Deși nu este admis în hrana de post obișnuită, există zile de „dezlegare la pește” în postul cel mai sever, în care el este singură proteină tolerată. În acest sens, Buna Vestire (Blagoveștenia), Floriile sau Nașterea Maicii Domnului sunt zile de „dezlegare la pește”, ca și zilele de miercuri sau vineri din sărbători.*

## radu anton roman

*„Cine înghite un pește viu la Blagoveștenie, acela va prinde pește tot anul”, de asemenea, și cel care la 40 de sfinți (9 martie) prinde 40 de pești și unul îl înghite viu.*

*Important rol ritual are și peștele mâncat la Paște (după pâinea sfințită, dar înaintea oricărui alt aliment), gest obligatoriu în vechi tipare de viață, bazat pe simbolismul benefic al peștelui, care poate asigura sănătatea și vioiciunea omului pe parcursul unui an întreg.*

*În context funerar, la pomana de înmormântare (dacă este în post, mai ales), peștele are rol ceremonial, conferind mesei solemnitate și semnificații creștine marcante. (Văduva)*





# emblematic

## peștii noștri stranii

### esențial

**C**e pești eurocentrali nu prea cunosc și nici nu prea mănâncă străinii (deși ar avea de unde, căci mai au și ei câte o față, ici și colo) sunt sturionii, șalăul și somnul. Marea Neagră, Dunărea și afluenții ei încă sănătoși sunt gazdele și matca acestor relicve biologice stranii, ce seamănă cu peștii dar, ca să ajungem la ce ne interesează în capitolul ăsta, nici miros și nici gust de pește nu au.

## ȘALĂUL

Exportat nu de mult de țările Europei Centrale, șalăul – pește răpitor de apă adâncă – a populat destule ape occidentale, provocând în ultimii ani, în Franța mai ales, „la sandrinite” (șalăita) adică boala pescuitului de șalău mare (ajunge și la 25 kg).

Așa s-au născut câteva rețete spectaculoase – șalău „bonne femme”, șalău cu maioneză, șalău cu ciuperci și parmezan, șalău cu capere și măslina verzi – care tind, toate, să îmbogățească carnea albă și uscată a peștelui danubian cu te miri ce.

Interesant este că această carne lejeră și aproape fără miros se bucură la smântână și la brânză mai mult decât puiul sau vițelul!

Gastronomia română nu-l tratează nici ea ca pe un pește, ci ca pe o carne de uscat și-l face rasol, cu legume multe, sau șnițel (tăvălind fileuri în cașcaval ras și apoi în ouă bătute cu făină și pesmet) ori prăjit în unt, cu sosuri de roșii și usturoi.

Bucătăria originală pescărească, în schimb, rădăcina lui dintâi, nu-l prea alintă: în Delta și pe Dunăre, șalăul, bucățică de rasă, e pus în rând cu toți peștii, la ciorbă și ce-o mai fi, saramură sau în spuză, că are pielea groasă.

Oricum ar fi făcut, șalăul este una dintre cele mai rafinate bucurii de origine istro-carpatică, comparabil cu orice alt pește marin, oricât de celebru.











## radu anton roman

Dar, atenție, dintre toate cele aproximativ douăzeci de specii de pește de apă dulce care, teoretic, ajung (rar!) în cratițele noastre, șalăul se strică primul! Grijă mare la mirosul plăcut de iarbă, la culoarea vie, negricioasă, a solzilor, la roșul intens al urechilor, la tăria fermă a cărnii albe, semne fără de care nu cumpărați șalău nici mort, că vă omoară!

## SOMNUL

Tot francezii, încet-încet, sunt primii occidentali care își populează acum fluviile cu acest monstru sarmatico-cretacic, despre care experiențele (și nu legendele!) românești spun că poate atinge 500 de chile și 5 m lungime.

Rechinul Dunării și al Deltei (e carnivor de la viermișori până la găște și chiar oameni) somnul are un miros ciudat, numai al lui, nu de nămol, ci de plantă stranie, grăsoasă, de baltă, de castană fanată.

Când e mic, până-ntr-un chil, e magnific. Când e mare, e foarte gras, cu carne moale și fină.



## etnoculinarul românesc - preparate din pește

Numai danubienii-l mănâncă, deocamdată, făcut după rețete care elimină grăsimea: ciorbă, grătar bine pătruns (celebra până cu usturoi) sau prăjit uscat.

Pescarii Deltei îl țin în gropi și îl hrănesc, ca pe porc, sau îl priponesc legat de gură cu funii lungi, în fluviu, până se hotărăsc să-l taie sau să-l vândă.

### STURIONII – MORUN, NISETRU, PĂSTRUGĂ, CEGĂ

Fosilă vie, familie bună și veche, atât de veche încât e un miracol biologic că „peștii” aceștia aristocrați ne mai sunt contemporani.

Acipenseridele, ființe blânde, vegetariene și planctonivore (dar și melcișorivore și răcușorivore și viermișorivore), urcau înainte mii de kilometri pe Dunăre, să-și depună icrele. În rest, trăiau undeva, între mare și fluviu, pe pășunile puțin adânci ale grindurilor scufundate, ca niște mari ierbivore liniștite, cu o înțelepciune și-o memorie mai veche chiar decât Marea Neagră și pământul ce-o înconjoară.

S-a terminat! Morunul mai ales (pește uriaș ce poate atinge 1000 kg) e aproape numai istorie și literatură. Sturionii sunt pe ducă: le-am răvășit și distrus viața și țările în care trăiau.

Norocoșii care mai găsec și plătesc, scump tare, vreo bucățică (braconată, desigur!) descoperă o carne extraordinară, fermă în țesătură, cu parfum plăcut și gust de o finețe uluitoare.

Totul se mănâncă la sturion. Cartilagiile (ce țin loc de oase) și măruntaiele se fac ciorbă. Carnea se frige, mai ales la grătar (dacă e morun, care e un pic mai gras), sau se prăjește. Dacă e nisetru, cegă, păstrugă sau morun mai tânăr (până-n 50 de kg) poate fi gătit în zeci de feluri, rasol, cu maioneză, prăjit, cu ciuperci, cu sosuri, cu orice legumă, cu orice zarzavat.

M-a uluit, de fiecare dată, reușita totală a oricărei asocieri: sturionul are generozitatea unei mari nobleți, primind la pieptu-i, cu aceeași eleganță caldă, și vârfuri de sparanghel cu lapte și trufe, și andive cu sos verde de mentă și avocado, dar și măcăligă ori cartofi fierți cu usturoi.

*România, distrugând ultimele șanse de supraviețuire a sturionilor, nu își distruge numai o valoare originală a legatului său, ci și o sursă de venit excepțională care, bine gestionată (protejată, refăcută, sprijinită prin crescătorii) ar aduce bani mulți și buni cu investiție relativ puțină.*

## PEȘTII MĂRII

Cei ce, după buna tradiție a verii și vacanțelor românești, au mers „pe litoral” și au ales drumurile prăfuite ale satelor, de la Vadu-Năvodari și până la Vama Veche, sau s-au nărvit la cherhanalele de la Sulina, Câșla Vădanei, Sf. Gheorghe, Portița, Perișor, Periboina etc., au descoperit bunătăți rare.

E deja loc comun că românii mănâncă și preferă aproape numai pește de apă dulce. La Iași sau la Buzău, la Ploiești sau la Turnu Severin, după cuvântul pește, urmează automat cuvântul crap (la Cluj poți spune orice, că tot slănină urmează!) și aproape nimic altceva. Dar uite, există, totuși, și pește de mare! Puțin cât e! E foarte gustos, e uneori mai bun decât cel de râu și fluviu. Nu se face altfel, tot ciorbe, tot prăjit în mălai sau în făină, tot la cuptor, cu roșii, ori grătar. Însă rețineți această enumerare:

- Guvizii și hanușii, tăvăliți prin mălai și prăjiți crocant, cu mujdei de usturoi cu roșii.
- Ciorba de chefal ori lufar, cu legume multe, oțet de vin și ardei iute.
- Calcanul, cambula, limba de mare la grătar, cu usturoi.
- Stavrizii dolofani (dar și rara scrumbie albastră) făcuți saramură, cu o ciușcă însorită de Tuzla.
- Batogul de rechin sărat, afumat cu felii de ceapă crudă și oțet subțire.
- Zărganul sărat uscat pe sfoară și bătut, ca țării, până e făină.
- Aterina, hamsia, rizeafca – toată albitura mării – grijite un pic de mațe și aruncate-n ulei încins, până se fac galbene și uscate precum cartofii prăjiți, și apoi lepădate cu bucurie în zeamă parfumată de oțet cu usturoi și roșii, că acolo le e locul.

*(De 9 martie, n.m.) Oamenii prind patruzeci de pești pentru cei patruzeci de sfinți, pentru a avea peste an noroc la pește. Se crede că în ziua aceasta au sărit în apă cei patruzeci de sfinți; treizeci și nouă au scăpat, iar unul s-a înecat și s-a făcut duh necurat. De aceea e bine ca în această zi fiecare om să mănânce patruzeci de chitici (peștișori), pentru a nu se îneca și a nu se face și el duh necurat. (Marian)*

Sunt câteva din marile găтели ale pescarilor mării pe care podgoriile excepționale ale Dobrogei – Babadag, Istria, Tulcea, Oltina, Ostrov, Murfatlar, Medgidia, Sarica Niculițel, Măcin și altele, nu-mi vin în minte acum – le susțin cum se cuvine, cu felurite vinuri, și



# cuprins

<b>delta dunării</b>	5
<b>peștii noștri stanii</b>	7
<b>borș</b>	
<i>borș pescăresc (poveste)</i>	17
<i>borș pescăresc cu albitură</i>	20
<i>borș pescăresc cu „fructe de dunăre”</i>	20
<i>ciorbă de perișoare de pește</i>	22
<i>ciorbă de mațe de morun</i>	23
<i>borș pescăresc de perișor</i>	25
<i>ciorbă de cap de crap</i>	25
<i>ciorbă de pește cu zeamă de varză</i>	26
<i>borș de icre</i>	27
<i>borș de chitici</i>	28
<i>borș de nisetru</i>	31
<i>borș pescăresc „de casă”</i>	32
<i>storceag</i>	33
<b>icre</b>	
<i>icre</i>	35
<i>icre ardelenesti</i>	37
<i>icre negre</i>	38
<i>caviar cu vinete</i>	39
<i>turtă cu icre negre (proboi)</i>	40
<i>chifteluțe de icre</i>	42
<b>prăjeli</b>	
<i>somn prăjit</i>	44
<i>obleți prăjiți</i>	45
<i>scrumbia de dunăre</i>	48
<b>fierturi</b>	
<i>pește pe cărbuni</i>	51
<i>picancă</i>	52



<i>saramură de burtă de crap</i>	53
<i>malasolcă</i>	54
<i>crap la cuptor</i>	55
<i>chilcă cu ceapă</i>	58
<i>crap la proțap</i>	59
<i>plachie de crap</i>	60
<i>lostriță de maramureș</i>	62
<i>lostriță de bucovina</i>	63
<i>pește ca la giurgiu</i>	64
<i>saramură de pește</i>	68
<i>plachie bucovineană</i>	69
<i>hârzobi de păstrăv afumat („păstrăvi la cobză”)</i>	70
<i>crap ca la moldova nouă</i>	71
<i>papară de pește</i>	72
<i>păstrăvi cu smântână</i>	74
<i>zacuscă de pește</i>	76
<i>nisetru la tavă</i>	77

## **umpluturi**

<i>știucă umplută de caraorman</i>	79
<i>chifteluțe de pește</i>	81
<i>sarmale din pește</i>	82
<i>ardei umpluți cu pește</i>	83

## **inedite**

<i>broscuțe prăjite</i>	85
<i>puișori de baltă</i>	85
<i>scrumbii sărate muntenește</i>	87
<i>lapți pane</i>	87
<i>ficăței de știucă în unt</i>	92
<i>șerbet de nufăr</i>	93

## **sosuri lângă pește**

<i>sos de roșii</i>	97
<i>sarmuzac</i>	99
<i>scordolea</i>	100
<i>mujdei</i>	101