

## **Bibliografie**

1. Activitatea turistică a agențiilor de turism și turoperatorilor din Republica Moldova în 2018, trim. I, nr. 12-10/56, 18 mai 2018. În: [www.turism.gov.md](http://www.turism.gov.md), vizitat 09.03.2019.
2. Buzilă, Varvara, Arta tradițională din Republica Moldova, Chișinău, 2018.
3. Centrul istoric al Chișinăului la începutul secolului al XXI-lea. Repertoriul monumentelor de arhitectură, ARC, Chișinău, 2009.
4. Cocean, P., Turismul cultural, Cluj Napoca, 2002.
5. Efros, V., Resursele recreative ale Republicii Moldova, Știința, Chișinău, 1991.
6. Folclor muzical din Moldova. Antologie. Coord. Constantin Rusnac, Chișinău, Comisia Națională a Republicii Moldova pentru UNESCO, 1997.
7. Florea, S., Potențialul turistic al Republicii Moldova, Labirint, Chișinău, 2005.
8. Ilvițchi, L., Mănăstirile și schiturile din Basarabia. Aspect comparativ arhitectural, Muzeum, Chișinău, 1999.
9. Miron, Marina, Catalogul meșteșugurilor practice în arealul Parcului Național *Orhei*, S.n., Chișinău, 2013.
10. Miron, Viorel, Ștefan Vodă. Ghid turistic, S.n., Chișinău, 2018.
11. Nesterov, T., Situl Orheiul Vechi. Monument de arhitectură. Chișinău, 2003.
12. Sochircă, V., Bejan, Iu., Resursele turistice. Ghid pentru studenți, CEP USM, Chișinău, 2011.
13. Șlapac, M., Cetăți medievale moldovenești, Chișinău, 2004.
14. [www.turism.gov.md/trasee turistice](http://www.turism.gov.md/trasee_turistice), vizitat 09.03.2019.

## **ORIGINEA, EVOLUȚIA ȘI SPECIFICUL ALIMENTELOR TRADIȚIONALE ROMÂNEȘTI. STUDIU DE CAZ: ZONA ETNOGRAFICĂ – PRUTUL DE JOS**

*Jeni NASTAS, dr. conf. univ.,  
Valentin CHIPER, masterand*

### **Summary**

*Sarmalele, mămăliga, sponge coke, traditional Romanian food. In our days all products wha we are eat today was imported*

*from different countries. Only the mămăliga, waled be our national invention but in the post mamaliga was cooked from millet.*

*Today's traditional Romanian food cooned and served by popuolation from Prut (Republic of Moldova, Ucraina, Romania) are the result from the interaction of traditional ramanian food with another countries.*

Cât de românești sunt, de fapt, gustoasele noastre mâncăruri tradiționale. Micii și sarmalele vin de la turci. Cozonacul și murăturile sunt „moștenite” din antichitate.

Sarmalele, mămăliga, cozonacul, murăturile sau fasolea cu cârnați sunt mâncăruri considerate tradiționale românești. În realitate, mai toate preparatele servite astăzi au fost importate de-a lungul anilor de la alte popoare și adaptate. Doar mămăliga pare să fie invenție autentică, însă, la origini, preparatul se făcea din mei.

Bucătăria tradițională românească este denumirea pe care o poartă rezultatul sintetizării, în timp, a gusturilor și obiceiurilor gastronomice specifice poporului român. Ea este diversă, cuprinde nenumărate obiceiuri și tradiții culinare, mâncăruri specifice, împreună cu obiceiuri provenite prin intersectarea culturii gastronomice cu tradiții ale altor popoare, cu care poporul român a intrat în contact de-a lungul istoriei. Bucătăria românească cuprinde atât bucate de zi cu zi, cât și preparate speciale de sărbătoare. Bucătăria românească cuprinde numeroase bucate de praznic rânduite în funcție de anotimpul și sărbătoarea pomenită. Bucatele românești sunt alcătuite atât din legume, cereale, uleiuri vegetale, lapte, produse lactate, cât și din carne și subproduse din carne.

Bucătăria românească de astăzi, preparată și servită de locuitorii zonei – Prutul de jos (Republica Moldova, Ucraina, România), este rezultatul intersectării obiceiurilor culinare românești cu bucătăriile altor popoare. Nici sarmalele, nici fasolea cu cârnați, cozonacul sau micii nu sunt invenții pure ale poporului român. Aceste produse se găsesc însă în bucătăria românească de câteva sute de ani. Toate mâncărurile pe care astăzi le considerăm tradiționale

românești au apărut de-a lungul timpului în bucătăria regională, fiind împrumutate de la alte popoare și adaptate după gusturile românești. Se consideră tradiționale pentru că românii le consumă de câteva sute de ani”, - spune Avram Petrache, pensionar, fost profesor de istorie [1].

Prin intersectarea culturilor, bucătăria românească a fost influențată de bucătăriile balcanică, germană, sârbească, italiană, turcă și maghiară, dar nu numai, știut fiind faptul că diversitatea gusturilor și rafinamentul preparatelor din toate țările lumii sunt apreciate de marii cunoscători ai tradițiilor popoarelor. Prin formarea sa daco-romană, cultura gastronomică a poporului român a moștenit numeroase obiceiuri culinare: de la romani vine plăcinta, cuvânt care a păstrat sensul inițial al termenului latin placenta, turcii au adus ciorba de perișoare, grecii – musacaua, de la bulgari există o largă varietate de mâncăruri cu legume, cum ar fi zacusca, iar șnițelul vine de la austrieci [5].

**Mămăliga** din mălai a apărut în urmă cu trei sute de ani. „Mămăliga” este considerată, atât de istorici, cât și de specialiștii în gastronomie, ca fiind cel mai apropiat produs de cultura și istoria românilor. Cu toate acestea, mămăliga, așa cum o cunoaștem astăzi, este un produs culinar aflat în bucătăria românească de doar câteva sute de ani. „Mămăliga din mălai de porumb este consumată de români doar de aproximativ 300-400 de ani. Porumbul a ajuns în Țara Românească abia în secolul al XVII-lea, fiind adus din America, în urma descoperirii făcute de Cristofor Columb în 1492” [2], explică profesorul. Înainte de porumb, meiul era ingredientul de bază al mămăligii pur românești. Bun la gust și foarte productiv, el a înlocuit rapid meiul, care fusese până atunci „cereala de mămăligă” a românului.

**Meiul** – sau mălaiul, cum mai era numit atunci – era consumat de populația din Țările Române, mai ales în Moldova și Muntenia, pe scară atât de largă încât, relatează un misionar catolic călător pe la noi, Mihai Viteazul era poreclit de sași, în derâdere, „Mălai-Vodă”.

„Meiul e, așadar, un aliment vechi în cultura culinară românească, numai că tradiția folosirii lui a fost curmată de apariția porumbului, care i-a luat locul ca aliment de bază în dieta țaranului român. Mămăliga de porumb a devenit mâncarea de zi cu zi; efectiv, era hrana de bază a țăranilor români, care „uneori fac și de trei ori pe zi mămăligă” [1], cum scrie dr. Gheorghe Crăiniceanu în lucrarea sa, „Igiena țaranului român”. Problema era că starea materială precară a majorității populațiilor românești la acea vreme făcea ca mămăliga să fie aproape singura hrană a oamenilor, ceea ce provoca mari probleme de sănătate. Porumbul, oricât de hrănitor, nu putea furniza toate principiile nutritive necesare organismului uman și mulți țărani sufereau de boli carentiale, datorate malnutriției. În special pelagra făcea ravagii, iar numeroși medici și alți oameni de știință, care au studiat condițiile de trai ale țăranilor români în secolul al XIX-lea și începutul secolului XX, denunțau această stare de lucruri, considerând că alimentația bazată pe porumb era cauza majoră a epidemiilor de pelagră.

Se spune că denumirea de „mămăligă” vine de la prima femeie care a înlocuit meiul cu mălaiul în prepararea terciului. De la mama Ilinca, o țarancă din Moldova, ar veni, se pare denumirea de astăzi a mămăligii. În cartea lui Gheorghe Crăiniceanu, „Igiena țaranului român”, apărută în 1985, țărani români apar ca mari consumatori de mămăligă din mălai [1]. Existența mămăligii este atestată în 1873 de Dicționarul Larousse de la 1873. Potrivit definiției date de Larousse, mămăliga era „făina de porumb fiartă în principatele Dunării” [3].

**Bulzul** este un produs tradițional românesc. Porumbul și laptele erau cele mai la îndemână ingrediente ale țaranului român, sărac, care își câștiga existența din creșterea animalelor și cultivatul pământului. Din laptele de la vacă și porumbul de pe câmp a luat naștere bulzul sau ursul de mămăligă produs tradițional românesc. Potrivit etnologului Gheorghe Crăiniceanu, în urmă cu un secol, țărani români combinau mămăliga cu brânza grasă de oaie pentru prepararea bulzului. Țărani români amestecau mămăliga cu brânza

și o coceau pe grătar sau la cuptor. Bulzul era consumat cu lapte sau carne friptă. Produsul se păstrează în aceeași formă și în zilele de astăzi [1].

**Sarmalele** vin de la turci. Sarmalele, nelipsite de la mesele românilor de Paște sau de Crăciun, nu sunt invenții românești. Au fost inventate de turci, după cum se înțelege chiar din denumire: „sarmak” înseamnă în limba turcă „rulou” sau „pachet”. În zona Balcanilor, sarmalele au ajuns în secolul 17. Dovadă în acest sens este o rețetă dintr-o carte de bucate ungurească, apărută în 1695 [2]. Se pare că, la români, sarmalele sunt moștenire rămasă ca urmare a perioadei în care provinciile românești s-au aflat sub posesiune otomană. Sub diverse forme, produsul considerat cu specific românesc este gătit astăzi în mai toate țările din Europa și multe din Asia.

**Micii** românești, strămoșii kebabului turcesc. Nici micii, care sfârâie pe grătar în zilele de astăzi, nu au origini în România. Rețeta originală vine tot din Turcia, ca și în cazul sarmalelor. Despre micul românesc se spune că este strănepotul kebabului turcesc, acesta având în compoziție carne de oaie și de vită. Românii au adaptat rețeta, schimbând forma, adăugând carne de porc și bicarbonat de sodiu. Când au ajuns exact micii pe meleagurile românești nu se știe. O legendă referitoare la apariția acestora dă de înțeles că mititeii se mâncau deja în urmă cu 100 de ani [6].

**Cozonacul** este un produs tradițional, revendicat de multe popoare. El are o istorie veche de sute de ani, care pleacă din perioada Imperiului Roman. Romanii ofereau cozonacii numiți „libum” drept ofrandă zeilor. Rețete de cozonaci au fost preluate de la romani și adaptate în timp de multe popoare. În Marea Britanie, prima rețetă de cozonac a apărut într-o carte de bucate în 1718. Produsul a fost binecunoscut și în Franța, unde se numea „la brioche”. Așa cum românii îl consideră prăjitură tradițională românească, italienii îl revendică drept produs tradițional al patiseriei

din Italia, numit „panettone”, iar ungurii îl consideră produs tradițional maghiar, numit „kozunak” [7].

**Fasolea** cu cârnați, mâncare națională cu iz comercial. Fasolea cu ciolan, nu se află în meniul românesc decât de câteva sute de ani. Strămoșii românilor, dacii, aveau în meniu linte, o legumă asemănătoare cu fasolea. Fasolea de grădină a ajuns în Europa începând cu secolul al XVI-lea.

**Murăturile** vin din Antichitate și au o istorie mai veche decât a poporului român. Se spune că, pentru prima dată, castraveții au fost murați în Mesopotamia, cu 2000 de ani înainte de Hristos. Pe meleagurile românești, legumele erau puse la murat încă de pe vremea dacilor. Dovezi ale existenței murăturilor în meniurile românești sunt cărțile de bucate sau studiile etnologice vechi. Potrivit cercetătorului Mihai Lupescu, care prezintă în cartea „Din Bucătăria Țăranului Român” meniuri tradiționale de acum un secol, murăturile tradiționale ale românilor se făceau cu țelină, arpagic, usturoi și sare, înainte de apariția aspirinei sau a conservanților [6].

În continuare vă propunem o descriere succintă a unor alimente ce sunt specifice zonei cultural-etnografice „Prutul de Jos”, din care fac parte mai multe localități din Republica Moldova, Ucraina, România. Noi ne vom referi la Giurgiulești, Văleni, Câșlița Prut (R.M.), Galați (RO), Reni (UA). Ca informatori au fost unii locuitori ai acestor localități.

**Ardeii umpluți** reprezintă un aliment preparat în bucătăria românească și cea moldovenească. Sunt de obicei preparați cu ardei grași ori gogoșari umpluți cu carne tocată (de obicei de porc), orez, ceapă, verdețuri și condimente. Uneori se servesc cu smântână sau iaurt. Ardeii umpluți sunt gătiți vertical într-o cratiță cu apă. Ardeii umpluți se pot face și de post, înlocuind carnea din umplutură cu ciuperci, soia și legume tocate [5].

**Cârnațul** este un aliment preparat de obicei din carne tocată, slănină, sare și condimente, iar uneori cu plante aromatice, pasta rezultată fiind introdusă într-un înveliș cilindric membranos.

Prepararea cârnaților își are originea în bucătăria europeană. Tradițional, învelișul era făcut din intestinul unor animale, deși în zilele noastre acesta este deseori sintetic. Denumirea provine din cuvântul latin *carnacius* (pronunțat car-na-țius), care are semnificația produs din carne, „cârnat” [9].

**Iahnia** (turcă yahni, bulgară iahnija) de fasole sau fasolea scăzută este o mâncare tradițională românească și se regăsește în mai toate zonele țării. Cu ocazia diferitor sărbători, la petrecerile din diverse regiuni, se servește iahnie de fasole la cazan. De obicei, se servește cu ciolan sau cârnați și cu murături. Iahnia de fasole nu trebuie confundată cu fasolea bătută. Se pune fasolea la înmuiat cu o seară înainte, a doua zi se pune la fiert în 2-3 ape, se adaugă și 1/2 linguriță bicarbonat de sodiu. Se călește în ulei ceapa și morcovul, după care se adaugă bulionul. Totul se toarnă peste fasole când aceasta este aproape fiartă [4].

**Mămăliga** este denumirea în limba română a unui fel de mâncare preparat din făină de porumb (mălai). Este mai bine cunoscută în restul lumii după denumirea italiană, (polenta), dar se întâlnește și în multe alte țări ca Ungaria (puliszka) Savoia, Elveția, Austria, Croația (palenta, žganci, pura), Slovenia (polenta, žganci), Serbia (palenta), Bulgaria, Corsica (pulentă), Brazilia (polenta), Argentina, Ucraina (culeșa), Uruguay, Venezuela și Mexic sau la sașii din Transilvania (Palukes, Pălix) [8]. Mămăliga este un preparat tradițional, considerată mâncare a țăranilor, este des folosită ca substitut pentru pâine sau ca aliment de bază în perioadele de vară, când munca grea efectuată la câmp nu mai permite prepararea pâinii de casă, și în zonele rurale sărace. Era preponderent folosită în perioada premergătoare industrializării, dată fiind ușurința cu care se prepară, comparativ cu pâinea. În perioada modernă, preocuparea pentru alimentația diversă și sănătoasă făcând obiectul a numeroase cercetări, știința alimentației consideră mămăliga ca având un aport bogat de vitamine, aceasta fiind recomandată mai ales persoanelor suferinde de boli de plămâni, afecțiuni ale căilor respiratorii,

anemicilor, etc. Preparată în stilul țărănesc și folosită în loc de pâine, mămăliga este mai densă decât polenta italiană până la a putea fi tăiată în bucăți, asemenea pâinii. Când este gătită în alte scopuri, mămăliga poate fi mai moale, câteodată aproape de consistența terciului. Motivul pentru care mămăliga este atât de populară la români, mai ales aici din lunca Prutului, este faptul că otomanii puneau bir numai pe grâu, porumbul rămânând alternativa cea mai hrănitore.

**Pastrama** este un produs alimentar preparat din carne dezosată de oaie, de capră, de porc, de vacă, de iepure, de găscă, de pește etc., puternic condimentat, conservat prin sărare, afumare și uscare. Pastrama a fost adusă și în Statele Unite acum mai bine de 100 de ani de imigranți evrei din Estul Europei. Acolo, aceasta se numește „pastrami” și este foarte larg consumată. Cuvântul ar putea proveni din limba turcă: *pastirma*, *pastourma* [6].

**Plachia** este o mâncare de pește preparată cu ulei și cu multă ceapă, rumenită la cuptor. De asemenea, reprezintă și o mâncare de orez sau păsat, care se prepară cu ulei, ceapă, roșii sau bullion [3].

**Saramura** este un fel de mâncare cu specific românesc, bazat în general pe diferite feluri de pește, mai ales în Dobrogea, Sudul Basarabiei, dar și carne uscată sau afumată, în unele regiuni din Moldova. Este de asemenea un procedeu de preservare a alimentelor pentru a permite consumul ulterior. Efectul saramurii este deshidratarea alimentelor, prevenirea dezvoltării unor bacterii și modificarea gustului. În general, când vorbim de saramură, ne gândim la pește fript în infuzie de apă clocotită cu mirodenii. Saramura este totuși un fel de mâncare pe cât de simplu, pe atât de gustos. Dacă ne gândim la saramura din pește, în această zonă, mai ales, există un adevărat ritual al preparării. La fel ca și borșul de pește, născocit în bălțile liniștite ale Deltei, saramura de pește se prepară din trei feluri de pește, pentru a se obține un gust desăvârșit și plin. Gustul este completat și de mirodeniile adăugate, mirodenii care variază de la piper boabe sau măcinat, ardei iute (dacă se poate



neapărat roșu și uscat), până la cimbru sau foi de dafin. Se iau trei feluri de pește: mic (oblet, regină etc.), mijlociu (caras) și mare (crap, novac sau sânger, somn), se frig pe o tablă (plită) încălzită presărată în prealabil cu sare mare. Se lasă aproximativ 10 minute, timp în care se frige pe ambele părți; dacă se desprinde ușor atunci e semn că peștele e fript. Se fierbe apa până clocotește. Într-un vas se pun usturoi zdrobit, ardei iute, cimbru, salvie, după preferințe (adaptare după bucătăria mediteraneană), și sare. Peste toate acestea se așează peștele fript care a fost păstrat într-un vas închis. Peste toate aceste ingrediente se toarnă apa clocotită și se acoperă cu un capac. Se lasă încă zece minute să se liniștească și să se completeze aromele, după care preparatul se poate servi, neapărat cu mămligă și ardei iute [7].

**Sarma** (singular nearticulat sarmá sau uneori, regional, sármă sau o formă de singular refăcută după forma de plural, considerată incorectă, sarmală; plural nearticulat sarmale) este un preparat culinar din carne tocată (de obicei de porc, dar și de vită, oaie, pasăre sau chiar pește), amestecată cu orez, bulgur, arpacăș și cu alte ingrediente, învelită în foi de varză (proaspătă sau acră (murată)), de viță sau de ștevie etc., în formă de rulou. În România se servește de obicei cu mămligă și smântână. În Bucovina și în Moldova sarmalele sunt uneori numite găluci („găluști”, „găluște”) [7]. Cuvântul românesc „sarma” este un împrumut din limba turcă (sarmak), unde are sensul „a înfășura, a înveli”. Este posibil și intermediarul sârbesc capma / sarma: „sarma”. Acest produs culinar este cunoscut, cu aceeași denumire, în mai multe țări din apropierea bazinului răsăritean al Mării Mediterane: Turcia, Ungaria, România, Bulgaria, Serbia, Macedonia, Palestina, Iordania, Siria, Liban, Grecia, precum și în Republica Moldova [2]. Se pot face sarmale și de post, înlocuind carnea din umplutură cu orez, ciuperci, soia, legume tocate, păsat de porumb, sau chiar bucățele de pâine (la alegere sau în diferite combinații, după gust). Varza folosită la prepararea sarmalelor poate fi proaspătă sau acră (murată rapid sau pentru a fi păstrată peste iarnă). Sarmalele se mai pot prepara cu foi

(frunze) de podbal, ștevie, spanac sau (în unele zone) hrean. La servire, smântâna poate fi înlocuită cu iaurt sau (mai ales în Ardeal) cu lapte covăsit (iaurt preparat în casă). Sarmalele cu păsat sunt „de post” (adică, gătite fără carne, grăsimi animale, pește, ouă sau produse lactate), dar pot fi și „de fruct”, dacă li se adaugă la împachetat câte o felie de costiță sau jambon afumat în mijlocul umpluturii. Gurmanzii sunt de părere că sarmalele sunt mai gustoase dacă se fierb într-un ceaun din fontă, la foc domol, sau într-o oală de ceramică, la cuptor, dacă la fundul ceaunului/oalei de ceramică și printre sarmale se pun bucăți de șorici afumat sau chiar un ciolan de porc afumat, frunze de cimbru, mărar și boabe de piper. Se consideră că dacă se consumă după ce „stau” 2-3 zile, sarmalele vor avea o savoare deosebită. La masă, sarmalele de post se servesc cu sos de roșii, ardei iute, ceapă verde sau salată de ceapă uscată [6].

**Murăturile** sunt alimente care, prin procesul de fermentație, singure își măresc aciditatea, astfel putând fi conservate mai multe luni sau peste un an. În procesul de murare, alimentele sunt scufundate în saramură sau într-o soluție de oțet. În întreaga lume există o gamă largă de alimente care se murează, de la legume, la pește și până la carne și ciuperci, dar în zona Prutului de Jos, în mod tradițional se păstrează la murat, mai ales: castraveți, varză, conopidă, pepeni, sfeclă roșie și ciuperci, iar în oțet, îndeosebi ardeii și gogoșarii. Pentru aromatizarea murăturilor se folosesc: mărar, crenguțe de vișin, usturoi, boabe de muștar, cuișoare, țelină, hrean, piper. Saramura, după procesul de fermentare, devină moare, care este puternic aromată și acrișoară, în unele gospodării se consumă ca atare sau se folosește la înăcritul ciorbelor [4].

**Cașul** este un sortiment de brânză preparat din lapte încheșat și stors de zer.

**Telemeaua** este un fel de brânză românească, făcută din lapte de vacă, de bivoliță, de oaie sau de capră și, extrem de rar și doar artizanal, din lapte de iapă, scroafă sau măgăriță. Se poate asemăna cu brânza feta grecească. De obicei este sărată, iar conținutul tipic de

grăsime este de până la 55% (bivoliță), iar de apă, de 40-50%. Brânza parcurge o perioadă de maturizare în saramură, în care se poate păstra mai multe luni.

**Urda** este un produs lactat obținut prin fierberea zerului rămas după prepararea cașului. Urda e un tip de brânză. Are o textură moale și fărâmicioasă. Este asemănătoare cu brânza italiană „ricotta”, având un conținut bogat de proteine și puține grăsimi. Zerul rămas după pregătirea cașului dulce se fierbe timp de 1 oră la temperatura de 85-90°C, timp în care are loc precipitarea restului de proteină. Pe tot timpul fierberii, zerul se agită continuu cu o lingură de lemn, ca să nu se prindă de fundul cazanului și să nu se afume. Treptat, bucățelele de urdă se ridică la suprafața cazanului, unde se culeg cu o lingură și se pun la scurs pentru 10-12 ore, timp în care se elimină tot zerul. Din 10-12 l de zer rezultă, de regulă, 1 kg de urdă [3].

În așa fel, cu toate că multe alimente tradiționale românești au la baza lor și unele proveniențe împrumutate de la alte popoare vecine, în rezultatul intersectării, sintetizării culinare, ele, totuși, au prins rădăcini adânci și au o răspândire foarte largă și în zilele noastre.

În Sudul Basarabiei s-au păstrat tradiții culturale arhaice vechi, sănătoase în alimentația omului simplu, de aceea este necesar conservarea și valorificarea patrimoniului gastronomic al comunităților locale. Derularea unor proiecte comune, culegeri de rețete tradiționale cu specific local.

### **Denumiri de bucate**

#### **Din pește:**

- Borș de pește.
- Zeamă de pește din crap, știucă, șalău.
- Plachie de pește, la cotlon și în cuptor.
- Saramuri de pește fript cu usturoi și ardei iuți fripți.
- Iușcă cu pește din saramură (borș) iute tare, cu zarzavat, e mâncare bărbătească.

• Pește la cuptor, cu boia, ardei, pe rămurele de cireș sau vișin.

- Chiftele din pește.
- Știucă umplută.
- Răcitură din pește.
- Raci fierți.
- Icre.
- Pește uscat-sărat cel puțin 8 ore.
- Pește marinat.
- Bucate mocănești.
- Brânză sărată de burduf.
- Urdă.
- Jindiță.
- Borș cu șteghie.
- Mămăligă.
- Carne de oaie coaptă în cuptor.
- Cieurma sau cavârma din carne de oaie.

### **Bucate țărănești**

• Sarmale cu bulgur din frunză de vie.

• Mămăligă din făină de păpușoi (porumb), tomăjei bucați de mămăligă.

- Cartofi copti in cuptor.
- Varză cu carne de oaie.
- Orez cu găinai.
- Ianâie din carne de oaie cu sau fără cartofi.
- Mange un sos din mielut.
- Tocăniță.
- Ianâie cu carne de porc și cartofi la cuptor.
- Ghisman.
- Pesmeți cu brânză, urdă pentru copii.

- Foi cu brânză (ghizdomele).
- Plăcintă creață cu brânză, bostan, gutui, măr, varză, cartofi.
- Coraslă.
- Chiroști cu brânză.
- Minciunile-uscățele cu zahăr, miere.
- Borș cu frecăței.
- Borș cu cuscuți.
- Ianâie din roșii.
- Mălai copt în cuptor.
- Coacă – turtă cu mărar, ceapă verde, ardei roșu.
- Pupăză, creștăți și colaci la nuntă.
- Călăhii, bânăcei, porunghei, colivă la înmormântare.
- Roșcove – turte, lichii, jemne de Crăciun și Anul Nou.

### **Băuturi**

- Bragă din bulgur și cozonac.
- Must fiert pe iarnă.
- Chisăliță din fructe uscate.
- Vin, în dialect local.
- Rachiu din zarzăvări, caise, prune.

### **Murături**

- Din roșii murate.
- Din varză murată.
- Mere murate.

### **Bibliografie**

1. Crăiniceanu, Gheorghe, *Igiena țaranului român*, București, 1995.
2. *Dicționar ortografic, ortoepic și morfologic al limbii române*. Ed. Academiei Române, Institutul de lingvistică „Iorgu Iordan – Al. Rosetti”, DOOM 2, Ediția a II-a, București, 1999.
3. *Dicționarul „Larousse”*, București, 1973.

4. *Dicționarul explicativ al limbii române*, ediția a II-a, Academia Română, Institutul de Lingvistică „Iorgu Iordan”. Editura Univers Enciclopedic, 1999.
5. Lupescu, Mihai, *Din bucătăria țăranului român*, București, 2000.
6. Oprea, Ioan, Radu, Rodica, *Noul dicționar Universal al limbii române*, Editura Literară Internațională, București-Chișinău, 2007.
7. Vlahuță, Alexandru, *Din trecutul nostru: Geții, dacii*. București, 1994.

**Informatori:**

1. Avram Petrache, 78 ani, pensionar, Galați.
2. Victor Mazilu, 83 ani, pensionar, Văleni.
3. Andrei Zgherea, 70 ani, pensionar, Văleni.
4. Antonina Grecu, 84 ani, pensionară, Văleni.
5. Alexandra Haheu, 85 ani, pensionară, Giurgiuilești.
6. Costache Mării, 89 ani, pensionar, Câșlița Prut.
7. Sanda Năstase, 80 ani, pensionară, Câșlița Prut.

**VĂLENI: ANTROPONIMIE – NUME DE PERSOANE ȘI  
PORECLE**

*Jeni NASTAS, dr., conf. univ.*

**Summary**

*In past did not exist other types of names, only that they got when they were born. When somebody wanted to present himself/herself, for precision they tried to add a byword. That byword could be also name of their father of mother, also name of village or town from where they came, or it could be also name of profession that they usually did. After that word has transformed into agnomen. A time later, peasants which ran out from their funciar owners, tried to change their names and used agnomens to camouflage their true identity. Another criteria to be called by another surname that you got at birth, in past were also your ethnical provinience, that's why some comunities have persons that are named by their ethnical origin (ex: greek, jewish, german, serbian, etc.). A secular tradition is also to give name for newborns from religious calendar, but these traditions are step by step forgotten and parents give birth names from movies, literature, and*