

-PAG. 2-

Burgeri. Istorie.  
Savoare.

-PAG. 3-

A fost odată  
ca niciodată

-PAG. 4-

Marea Unire  
în bucate

## Ellie White

Peste 10 ani de carieră muzicală

Ellie White cântă de peste 10 ani, are business-uri adiacente, este mamă și soție. Doru Tinca este managerul și partenerul ei de viață. Fac totul împreună și se sprijină reciproc și tot împreună ne dezvăluie cum este viața de artist în România.

**Cum vă organizați pentru a face față programului intens?**

Este solicitant, dar ne ajută faptul că au mai crescut copiii și ne putem înțelege altfel cu ei și că încă ne mai putem baza pe părinți. Însă, de cele mai multe ori, îi includem și pe ei în stilul nostru de viață ca să se obișnuiască de mici cu concerte, emisiuni, drumuri lungi. Este mai complicat față de perioada în care eram doar noi doi, însă ne place. Ne distrăm totuși patru și găsim motive să fim împreună cât de mult putem.



Foto: Zia Vey

**Ellie, la ce lucrezi în perioada aceasta?**

Îmi place să lucrez la mai multe proiecte simultan, căci mă mențin în priză :). Pregătesc piesa pe care vreau s-o lansez toamna aceasta, am câteva proiecte cu diferiți DJ-i străini și stau mult în studio unde scriu piese pentru un nou album.

**De când primești cereri pentru concertele de Revelation?**

Din vară. Cum se încheie sezonul estival ne pregătim de Revelation, dar până atunci cânt la petreceri corporate și la nunți. Îmi fac încălzirea pentru seara de Revelation când avem minimum 5-6 concerte.

**Cum este Doru ca manager?**

Funcționăm de minune așa de vreo 10 ani. Suntem obișnuiți unul cu celălalt, am încredere maximă în el și știu că dacă apare o problemă, el o rezolvă fără panică și mergem mai departe. Normal că mai avem și momente tensionate, dar ne cunoaștem bine și știm cum să trecem peste ele fără a ne mai afecta viața personală prea tare :).

**Ellie, te rugăm să lași un mesaj clienților City Grill.**

Mă bucur că ați ales ca și mine, mâncarea de calitate! Să aveți poftă!

\*Citiți interviul integral pe [www.blog.out4food.ro](http://www.blog.out4food.ro).

## Caru' cu bere

inclus în celebrul ghid Gault&Millau

În urmă cu peste 50 de ani, doi critici culinari francezi, Henri Gault și Christian Millau, probabil sătui să citească recomandările din ghidul Michelin și-au făcut propriul lor ghid culinar. Pălărie-ntr-un picior, ghici ciupercă ce nume i-au pus: bien sûr, Gault&Millau. Spre deosebire de ghidul Michelin care acordă stele restaurantelor pe care le recenzează, ghidul Gault&Millau oferă note pe o scară de la 1 la 20. Chițibușari și pretențioși n-au dat niciodată nota 20, pentru că 20 înseamnă perfecțiune și pe-asta n-a atins-o încă nimeni. Pe de altă parte, restaurantele care n-au luat măcar 10 nici nu intră în ghid.

Notele acordate punctează calitatea mâncării, însă au în vedere și serviciul, prețurile și atmosfera. Restaurantele care se prezintă cel mai bine la toate aceste puncte devin mândrele posesoare a 5 bonete de bucătar - o performanță, ce-i drept, destul de greu de atins.

Poate vă întrebați dacă acesta a trecut peste granițe. Gault&Millau a ajuns până în România. Începând cu noiembrie 2017, ghidul a început să recenzeze și localuri de luat masa de la noi din țărișoară. Primele rezultate au apărut în luna mai a acestui an și, ce să vezi? Caru' cu bere are locul lui binemeritat în ghid. Criticii amintesc de clădirea impozantă a restaurantului, ce a reușit să își păstreze intactă frumusețea decorațiunilor chiar și

după 135 de ani de funcționare. Și dacă decorurile sunt vechi și frumoase, berea casei, nescăpată din vedere de oamenii buni de la Gault&Millau, e rece și bună și făcută după rețeta originală, creată de fondatorul berăriei.

Ghidul mai remarcă aglomerația din fiecare zi din

restaurant, faptul că majoritatea clienților sunt turiști străini și își încheie recenziile spunând că singurul inconvenient în calea unei zile minunate cu muzică, dans și mâncare bună, petrecute la Caru' cu bere, poate fi dificultatea de a găsi o masă liberă.

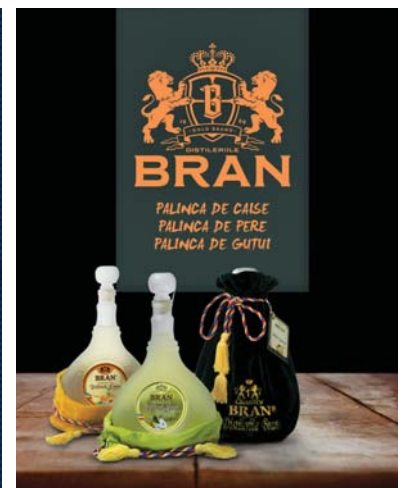


TIRIAC AUTO

vara asta  
ia-ți mașină  
pentru o  
vacanță

\*4141  
CONTACT CENTER

#fărăgriji



BRAN  
PALINCA DE CAISE  
PALINCA DE PERE  
PALINCA DE GUTUI

# Burgeri. Istorie. Savoare.



Cunoscuta bucată de carne tocată și condimentată, aseasonată cu topping-uri și potrivită într-o chiflă, este tot mai apreciată și comandată, iar povestea originii acesteia este fascinantă.

Pe scurt, Ghinghis Han și cei care îl sprijineau în lupte au fost primii care au mâncat ceea ce peste ani avea să devină celebrul burger de astăzi. Totul a început de la caii pe care călătoreau constant. Sub șaua lor așezau carnea care se aplatiza, rezultatul fiind asemănător unui pateu. De cele mai multe ori alegeau să afume sau să frigă carnea și să o mănânce împreună.

Ajunși în Rusia sub numele de "carne tartare" a devenit în scurt timp o specialitate foarte apreciată. Ulterior, în Germania, carnea de porc și cea de miel erau consumate în noua formă plată. De la nemți a ajuns la americani datorită liniei navale Hamburg-Amerika. Aici, condimentau carnea, o prăjeau în ceapă și o înveleau în pesmet.

Odată ajunși în România și bineînțeles și la City Grill, burgerii au fost tot mai ceruți pe piață. Este vorba despre cei 4: Burgerul Black Angus răsfățat cu bacon crispy aromat, Burgerul City Grill cu pui fraged, Burgerul light cu Somon și Burgerul fresh cu Halloumi.

Să înceapă explorarea burgerilor!

## Pescăruș scrie istorie

Pescărușului îi place toamna. Vremea încă e frumoasă, soarele mai blând, oamenii ușor nostalgici după o vară memorabilă.

Parcă și timpul trece altfel, parcă și vinul curge mai suav în pahar și grătarul dă peștelui un gust mai aparte. Privit de pe malul lacului, Bucureștiul, toamna, are o lumină specială, împrumută discret din nuanțele frunzelor și parcă totul se vede ca printr-un filtru romantic de Instagram. Nimic nu e mai bucureștean, decât o masă cu amicii într-o după-amiază târzie pe malul lacului. Începe totul cu niște sardine marinate în casă sau un tartar de somon urmat apoi de o porție generoasă de midii sau chiar un Bavette de vită, iar



apoi, la final, o budincă de curmale sau o panna cotta de iaurt și lime. În frapieră, un roze cu gândul la vară sau un chardonnay care să facă totul mai optimist. Și dacă vorbim de vinuri, la Pescăruș lista este generoasă și compusă anume pentru iubitorii și cunoscătorii. Găsiți cele mai reprezentative podgorii, cele mai apreciate vinuri, cele mai populare soiuri. Doar vinuri românești. Pentru că susținem și încurajăm producția locală, indiferent că e vorba de vin, de legume sau de carne. Asta credem noi că este datoria față de semenii noștri, mai ales într-un an în care împreună împlinim, ca națiune, o sută de ani. Tot personalul nostru poartă cu mândrie în piept însemnele centenarului pentru a-și arăta respectul și prețuirea pentru acest loc minunat.

Pescăruș este un punct de întâlnire, este un joie de vivre pentru cei ce înțeleg masa ca pe un prilej de conversație de calitate cu oameni pe care îi admiri, îi prețuiești, îi iubești. Este un loc din care rămâi cu amintiri, cu gusturi plăcute și mai ales cu prieteni. Din 1939 și până azi.

## Coaste de vițel la cuptor

### Ingrediente

- Coaste de vițel - 2 kg
- Ceapă albă - 200 g
- Morcov - 200 g
- Țelină - 150 g
- Usturoi - 35 g
- Foi de dafin - 1 g
- Boabe de piper - 10 g
- Sare - 10 g
- Rozmarin - 15 g
- Salvie - 15 g
- Cimbrisor - 15 g
- Vin roșu - 1 l
- Ulei de măsline - 50 ml
- Miere - 40 g
- Muștar - 40 g
- Ketchup - 100 g

- Se face o marinată din toate ingredientele: ceapa se taie julien, morcovii rondoale, țelina și usturoiul felii, rozmarinul, salvia și cimbrisorul se toacă mărunt, se adaugă vinul roșu, uleiul de măsline, sarea, piperul și foile de dafin.
- Se pun coastele în marinată și se țin la frigider 4-6 ore.
- Apoi se introduc la cuptor acoperite ermetic, aproximativ 2 ore la 160° C.
- La final, coastele se scot separat, iar lichidul rămas se strecoară și i se adaugă 40 g de miere, 100 g de ketchup și 40 g de muștar. Sosul se fierbe la foc mic până devine mai gros. Cu el se ung coastele și se mai bagă 7 minute la cuptor, la 180° C.
- Se servesc cu cartofi prăjiți.

Poftă bună!



Rețetă  
by Chef Dan Țonescu



## 210 ani de istorie!

Hanul lui Manuc a devenit în scurt timp de la finalizarea construcției, în anul 1808, locul preferat de întâlnire pentru negustorii de toate neamurile - turci, bulgari, greci, nemți - aici, la răscrucea drumurilor comerciale ale Europei.

La fel de repede a devenit locul în care boierii, demnitarii și mai apoi, politicienii vremurilor, stabileau să-și ducă negocierile și tratativele publice sau de taină. Iar pentru călătorii aflați în trecere prin oraș, Hanul era cea mai bună gazdă cu cele 33 de odăi frumoase pentru înnopțat.

Hanul s-a impus ca spațiu cultural și punct de reper pentru întâlniri economice și politice de-a lungul istoriei. Aici a fost semnat Tratatul de pace de la 1812, la sfârșitul Războiului Ruso-Turc. Elita intelectuală a României din preajma primului Război Mondial s-a strâns aici pentru planificarea unirii României cu Transilvania

și Bucovina și intrării în război: Take Ionescu, Octavian Goga, Barbu Ștefănescu Delavrancea, Nicolae Filipeșcu.

Misiunea Hanului a rămas neschimbată dincolo de trecerea timpului și astăzi se arată, aproape de kilometrul zero al Capitalei și la porțile Centrului Vechi, semet, superb exemplu arhitectonic, în care spațiile mici și cochete alternează cu cele ample și rafinate. Restaurantele, cafenelele și magazinele, totul freamă de viață și atmosferă boemă.

Hanul lui Manuc a fost și va rămâne, astfel, un simbol al vieții citadine pline de voie bună și gusturi alese. Istoria sa bogată continuă cu planurile ambițioase ale moștenitorilor de a-și menține așa cum l-a văzut fondatorul său, Manuc Mirzayan: loc de popas, petrecere și întâlniri memorabile.

Hanul lui Manuc - 210 ani de istorie!

# A fost odată ca niciodată o pastă ajunsă în lumea toată



Sicilia și parfumurile Mediteranei acum mult timp, mai exact în anul 826 d.Hr. Izvoarele istorice amintesc că încă de atunci pastele făinoase erau celebre. Totodată, diverse voci accentuează ideea că istoria pastelor își are originea în Asia. Totuși, pastele din orez sau cele făinoase pregătite în bucătăriile chinezești nu sunt deloc asemănătoare cu cele italiene, care conțin grâu dur.

La începuturi, în Italia, acestea erau cunoscute sub denumirea de "maccarruni", care provine de la verbul "maccari" și se traduce prin "a zdrobi". Pentru obținerea aluatului, implicat a pastelor, se zdrobeau ingrediente dure.

Cu timpul, fiind îndrăgite tot mai mult, pastele au ajuns să fie împărțite în câteva categorii: cele preparate din făină integrală și cele din făină albă, care se împart la rândul lor în paste proaspete și paste clasice.

Făina integrală e bogată în componentele hrănitoare ale boabelor de ovăz, orez brun, hrișcă, mei, ovăz, grâu, seacă

sau porumb. Mai mult, conține proteine vegetale, carbohidrați complecși, magneziu, seleniu și postasiu, dar și vitamine (A, E, F și B).

Pastele din făină albă sunt diferite, dar la fel de savuroase. Accentul cade pe cele proaspete, cunoscute sub denumirea de Pasta Fresca. Acestea sunt preparate pe loc, dintr-un aluat proaspăt care conține ou, iar timpul de gătit este foarte scurt, doar 3-4 minute în apă clocotită.

În prezent, la Trattoria Buongiorno se pot savura fie paste integrale precum desăvârșitele Fusilli integrale con mozzarella e ricotta și Spaghetti integrale al tartufo, fie cele proaspete ca noile Ravioli cu ricotta, spanac și roșii cherry sau Fettucine cu sos porcini și pancetta. Fiți fără grijă, rămân și pastele clasice, iar dintre ele merită încercate Tagliatellele con frutti di mare e salsa di aragosta, Tagliatellele con salmone e zucchini și nu în ultimul rând, Spaghetti aglio e gamberi.

Pastele sunt servite!

Cumpără puncte Out4Food și oferă-le cadou celor dragi.  
**1 punct = 1 leu**

**PUNCTELE OUT4FOOD, UN CADOU PERFECT!**

INGREDIENTE DE CALITATE

**GĂTITE CU PASIUNE, FĂRĂ ADITIVI.**

city grill

# Învie Tradiția

Târgul online de artă tradițională românească

„Învie Tradiția” este un proiect care aduce câte puțin din sufletul fiecărui meșteșugar român, din energia satului, din istoria și bogăția noastră, în inimile și casele fiecăruia dintre noi.

Întâlnim frecvent spații unde comercianți oarecare vând produse importate din China, Bulgaria sau Serbia, care imită arta populară românească. Falsul în artă este dificil de stopat, dar o informare corectă și detalii despre proveniența obiectelor pe care le procurăm aleatoriu pot ajuta zeci de familii de artiști populari în lupta contra timpului și falsului cultural.

„Învie Tradiția” este unul dintre puținele proiecte care susțin păstrarea autenticității tehnicilor și materialelor cu care sunt realizate obiectele de artă populară românească, precum și transmiterea mai departe a secretelor și modalităților de realizare a obiectelor unice, care poartă amprenta originală rurală și istorică.

Proiectul „Învie Tradiția” aduce în actualitate obiectele tradiționale care există în casele românilor de sute de ani: ceramică și lut, produse din lemn, din piele, decorațiuni și mobilier, port tradițional, obiecte de cult sau suveniruri. Inițiativa a luat naștere în anul 2016, motivația principală fiind aceea de a susține artizanii locali și practicile autentice și de a-i ajuta să supraviețuiască pe o piață unde falsurile se infiltrază mult prea ușor.

De asemenea, în timp ce marii retailers negociază achiziționarea produselor tradiționale sub prețul pieței, în dezavantajul micilor artizani, „Învie Tradiția” practică un comerț

echitabil, având ca prioritate conservarea tradițiilor autohtone prin crearea unei comunități de sprijin pentru meșteșugarii și designerii români.

Pe [www.invietraditia.ro](http://www.invietraditia.ro) întâlniți peste 1000 de produse tradiționale, iar de la 8:00 la 16:30, pe Strada Mihai Eminescu, nr. 140, este un mic showroom cu vânzare.

\*Pe [www.blog.out4food.ro](http://www.blog.out4food.ro) găsiți în întregime povestea proiectului

De la A la Zmei și Zâne

ÎNVIIE TRADIȚIA

**EXACT TRAVEL CLUB** [www.extclub.ro](http://www.extclub.ro)  
office@exact-travel.ro  
0040 - (0) 21 310 00 42

REPUBLICA DOMINICANĂ  
Sejur All Inclusive de la **750€**

SEJUR EXOTIC HONEYMOON CIRCUITE

**EXACT JAPONIA**  
Cireșilor Înfloriți  
Martie - Aprilie 2019

# Secretul măcelarului

Povestea Pulpelor de rață de la Hanu' Berarilor nu e nici pe departe așa de simplă cum s-ar crede. Secretul stă în cum știe Măcelaru' să confieze pulpele, astfel încât să se scurgă carnea de pe ele ca zăpada, primăvara, de pe streășină. S-a căznit mult până a găsit cel mai bun mod de a face confit-ul. Nu a mai fost văzut ieșind din pivniță câteva luni bune. Se mai ducea un picol, Vasiliică, pe la el din când în când să vadă dacă e bine.

Totul a plecat de la o rețetă pe care Măcelaru' a aflat-o de la o cumnată de-a lui, Veronica, măritată la Lyon cu un francez, inginer de poduri, care o avea de la o mătușă de-a lui, ce o găsisse în caietul bunicului său, care fusese măcelar lângă gara din St-Genis-Laval până în 1938, când au incendiat nemții tot. Ca printr-o minune, caietul cu rețete a lui Jean Pierre Brigoux, așa-i chema pe măcelarul francez, scăpase parțial din incendiu, adică arse doar în partea inferioară, așa, preț de vreo două fraze. Rețeta de care vorbim era descrisă în amănunt, dar îi lipseau ultimele două propoziții. De aici și zbaterea măcelarului de a găsi finalul unei rețete care, după părerea multora, are în ea urme de geniu.

Într-o dimineață devreme, când a fost sigur că a găsit finalul corect, Măcelaru' a ieșit luminat din pivniță, s-a așezat la o masă cu o halbă mare de bere rece cum numai la Han găsești și i-a spus lui Vasiliică, picolul, că tot ce a crezut

lumea că știe vreodată despre pulpele de rață este la un milion de ani distanță de ce a reușit să facă el. S-au strâns bucătarii, chelnerii, femeile de la vase, toți angajații Hanului și doi clienți cheflii aflați pe plecare, s-au uitat la pulpe, le-au întors pe toate părțile, le-au mirosit, le-au încercat timid cu furculița și în cele din urmă, le-au gustat. Din ziua aceea, nimeni nu i-a mai spus Măcelarului pe

nume. Când trece prin salon sau prin bucătărie, lumea îl salută cu Maestre.

Asta-i povestea, așa spusă de nea Virgil, un barman bătrân, cu mustață întoarsă și cu sacul plin de vorbe de duh. De-o fi adevărat sau nu, asta numai gustând putem afla. Noi, însă, n-am văzut client să guste din Pulpele de Rață la cuptor cu varză călită de la Hanu' Berarilor și să nu dea ochii peste cap de plăcere.



## Marea Unire în bucate partea a III-a

De ce este pâinea cel mai puternic simbol culinar al românilor?

În cultura românilor, momentele importante din viața familiei au fost întotdeauna însoțite de ritualuri și de preparate cu o simbolistică puternică.

Cel mai des întâlnite sunt turta și colacul. Coapte din cel mai bun grâu, simbol al hranei primordiale, perfecțiunii universului și purității, acestea sunt folosite în numeroase ocazii.

Ruperea turtei când fetițele împlinesc 1 an este o tradiție cu origini în istoria creștină. Nașii așază copilul în lumină și îi rup deasupra capului o turtă în două sau în patru. Gestul are la bază ritualuri păgâne închinare fertilității, marcând rolul viitoarei femei în familie și în comunitate.

Și la nuntă nașii rup o turtă deasupra capului miresei, semn al sfârșitului castității și binecuvântării căsătoriei. În funcție de zonă, turta este împărțită aproapiților, care devin astfel protectori ai noii familii sau păstrată de tinerii însurați ca garant al uniunii lor.

Trecerea în neființă este și ea însoțită de colaci în semn de ofrandă pentru o călătorie lină a celui dispărut. De această dată se pregătesc trei feluri de colaci

sau turte. Prescuroa este pâinea liturgică pentru Sfânta Împărtașanie care se dă preotului. Căpețelele sunt colaci cu forme abstracte oferite celor cu rol important în ceremonia înhumării, începând cu preutul. A treia turtă, Arhanghelul, are simboluri creștine și păgâne menite să îl ajute pe decedat să își găsească pacea veșnică:

cruci, împletituri și chiar svastica – simbol folosit pe teritoriul României de peste 7.000 de ani.

Toate aceste obiceiuri sacre sau profane sunt pentru noi, românii, simboluri care ne însoțesc în cele mai importante momente ale vieții și la care rezonăm de fiecare dată.



## Trucuri din bucătăria italiană by Chef Ciprian Nicolescu

### Obțineți pizza perfectă

Mozzarella este ușor apoasă și înmoaie blatul de pizza. Puneți felii de mozzarella pe un prosop care absoarbă apa și așezați-le pe pizza în ultimele minute de gătire.

### O alternativă la brânza clasică pentru paste

O alternativă blândă la brânzeturile puternice pentru paste, pizza sau risotto este Galbani Dolcelatte. Pentru a-i aprecia aroma intensă, scoate-o din frigider cu 20 de minute înainte de servire.

### Răzuțiți ca un adevărat Chef

Mozzarella este o brânză moale și se răzuiește greu. Lăsați-o în congelator 15 minute și vă va salva de la un antrenament intens de brațe.

### Cea mai bună brânză pentru desert

Mascarpone și Ricotta sunt tipurile perfecte de brânză pentru rețetele dulci de vară, adică un Tiramisu cremos și niște tarte excelente.

■ Telefonul consumatorului  
0731 491 849  
office@citygrill.ro

■ Contact Publicitate  
Out4food este o publicație trimestrială, distribuită gratuit în toată rețeaua Grupului City Grill, însumând 19 restaurante și un trafic zilnic de peste 12.000 de clienți.  
marketing@citygrill.ro