

“Bucură-te de plăcerea de a pregăti bucate după rețete macedonene.

Cu o privire le vei sorbi, sunt pline de proapețime savuroasă, potrivite dorințelor tale.

Sunt pentru tine omule !

Rămâne să apreciați gastronomia plină de spirit macedonean.”

C.D.

Poftă bună !
Dobar apetit !

“Уживај во задоволството на подготвувањето на македонските традиционални јадења.

Со поглед ќе ги вкусиш, полни со чувство на свежина, за твоите посакувања.

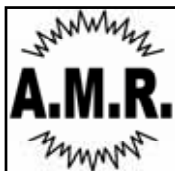
За тебе се човеку !

Останува да ја уважите гастрологијата полна со македонственост.”

K.D.

Пофта буна !
Добар апетит !

Această carte este editată de
ASOCIAȚIA MACEDONENILOR DIN
ROMÂNIA



cu sprijinul
GUVERNULUI ROMÂNIEI



Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

**Carte de bucate macedonene / Asociația Macedonenilor din
România - București : Macedoneanul, 2006-**

ISBN 978 - 973 - 85899 - 3 - 3

Vol. 12.- 2008. - ISBN 978 - 973 - 88226 - 6 - 5

I. Asociația Macedonenilor din România (București)

641.55

Redactor șef : DUMITRESCU Liana

Redactor : DUMITRESCU Constantina

Redactor și traducător: ROGOBETE C. Laura Elen

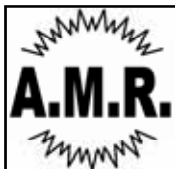
Redactor și traducător : MIHAJLOV Marjan

COLECȚIA KUINA
12

CARTE
DE BUCATE
MACEDONENE

Editura Macedoneanul
2008

Оваа книга е издадена од страна на
Друштвото на Македонците од Романија



Со помош на
РОМАНСКАТА ВЛАДА



**CIP - Каталогизација во публикација Национална
Библиотека на Романија**

Друштвото на Македонците од Романија

**Македонските традиционални јадења /
Друштвото на Македонците од Романија**
Букурешт : Македонецот-2008

Главен уредник : ДУМИТРЕСКУ Лиана
Уредник : ДУМИТРЕСКУ Константина
Уредник и преведувач: РОГОБЕТЕ К. Лаура Елен
Уредник и преведувач: МИХАЈЛОВ Марјан

КОЛЕКЦИЈА КУЛНА

12

МАКЕДОНСКИ
ТРАДИЦИОНАЛНИ
ЈАДЕЊА

ИЗДАВАЧКА КУЌА МАКЕДОНЕЦОТ

2008

POFTĂ BUNĂ !

ДОБАР АПЕТИТ !



КОМПИР СО ЦИГЕР

Земете:

- 1 кгр. компири
- 250 гр. телешки или јунешки дроб
- 1 главица кромид
- сол
- црн пипер
- 1 јајце
- млеко
- маст

Излупете ги компирите, измијте ги, обарете ги и внимавајте да не се преварат. Извадете ги, исечете ги по должина на половина и со лажичка издлабете ги. Извадената средина изгмечете ја со вилушка или пропасирајте ја. Дробот измијте го и сомелете го на машина за месо. Кромидот исечкајте го ситно и испржете го, додајте го мелениот дроб и иситнетиот компир пропржете малку а потоа ставете црн пипер, сол и ставете го јајцето. Се убаво измешајте и полнете ги вдлабнатините на компирите, наредете ги во подмачкана тава, налејте ги со млеко така да компирите бидат облиени и попрскајте ги со растопена маст. Печете ги во рерна додека не се вцрват.



CARTOFI UMPLUȚI CU FICAT

Ingrediente:

1 kg cartofi,
250 g ficat de vită sau de vițel,
1 ceapă,
sare,
piper negru,
1 ou,
lapte,
ulei.

Se curăță cartofii, se spală și se pun la fiert fiind atenți să nu fiarbă prea mult. Se scot cartofii din apă și se taie pe din două în lungime. Cu o linguriță se scobește miezul care se pasează. Ficatul se spală bine și se dă prin mașina de tocat carnea. Ceapa se curăță, se spală, se taie mărunț și se prăjește în puțin ulei. Peste ceapă se adaugă ficatul și pireul de cartofi. Se mai prăjește totul câteva minute, se ia de pe foc și se adaugă piperul și oul. Se amestecă bine. Compoziția obținută se pune în cartofii scobiți. Cartofii astfel umpluți se pun într-o tavă unsă ceva mai adâncă. Se toarnă laptele în tavă și pe fiecare cartof se pune puțin unt sau untură. Se coc cartofii până când devin bruni.

ТЕЛЕШКИ ЈАЗИК СО ВИНО

Земете:

- 1 телешки јазик
- 1 китка зелен за супа
- 2-3 главици кромид
- 5-6 парчиња моркови
- дафинов лист
- 2-3 чешниња лук
- 400 гр. бело вино
- масло

Измијте го јазикот, исчистете го зелениот и ставете ги заедно да се варат. (по можност во “експрес лонец”). После варење од 2-3 часа во колку е омекнат јазикот извадете го од супата и излупете го. Во тенџере ставете 125 гр. масло да се загрее и спуштете го јазикот да се пропржи од сите страни. Потоа додајте го кромидот исечкан на резенки, морковите исечкани на тркалца, дафиновиот лист, лукот и сето налејте го со виното. Варете го се дури не омекне кромидот и морковот и додека не испари течноста. Извадете го јазикот, исечете го на парчиња сервирајте го во долгнавеста чинија, а околу наредете го филот.



LIMBĂ DE VITĂ CU VIN

Ingrediente:

- 1 limbă de vită,
- 1 legătură de verdeață pentru supă,
- 2-3 cepe,
- 5-6 morcovi,
- foi de dafin,
- 2-3 căței usturoi,
- 400 g vin alb,
- ulei.

Limba se spală, verdeața se taie mărunț și se pun împreună la fiert. În momentul în care limba a fiert (după câteva ore) și s-a înmuiat, se scoate din apă și se curăță. Într-un vas se pun la prăjit 125 g de ulei și limba tăiată felii. Se prăjește bine pe toate părțile după care se adaugă ceapa tăiată solzi, morcovii tăiați rundele subțiri, foile de dafin, usturoiul mărunțit și vinul. Se fierbe totul până când se înmoaie morcovul și ceapa, respectiv mai scade lichidul. Se scoate limba, se taie felii mai groase. Se servește limba tăiată într-un platou de formă lunguiață cu sosul alături.





ТЕЛЕШКИ ЈАЗИК ПОТПЕЧЕН

Земете:

- 1 телешки јазик
- 1 врска зелен за супа
- 1 главица кромид
- 1-2 лажици бело вино
- 50 гр. сланина
- 30 гр. - 1 лажица брашно
- 1 дафинов лист
- малку трошки / толчен препечен леб/
- 1 лажица маст
- црн пипер
- сол

Измијте го добро јазикот и ставете го да се вари со зеленот и виното, Откако омекне, се чисти од кожата. Во исчистениот јазик направете од сите страни резови со нож и во нив ставете по едно мало парче сланина. Сварениот зелен испасирајте го. Направете запршка со 1 лажица маст, 1 главица кромид ситно исечкан и 30 гр. брашно. Во запршката додадете го пасираниот зелен и додајте од супата во која се варел јазикот, толкава количина додека не добиете густина на каша. Сварениот јазик ставете го во подмачкама тава, налејте го со оваа каша, посолете по вкус а одозгора прелијте го со малку испржени трошки. Ставете го во рерна малку да се запече околу половина час.



LIMBĂ DE VITĂ LA CUPTOR

Ingrediente:

1 limbă de vită,
verdeață pentru supă,
1 ceapă,
1-2 linguri de vin alb,
50 g slănină,
30 g sau 1 lingură de făină,
1 foaie de dafin,
crutoane mici din pâine,
1 lingură de ulei,
piper negru,
sare.

Limba se spală bine și se pune la fiert cu verdeața și cu vinul. În momentul în care s-a înmuiat limba, se scoate și se curăță. Separat slăcina se taie bucățele mici ca pentru împănat. Se împănează limba cu bucățelele de slănină. Verdeața din supă se scoate și se pasează. Se face un rântaș din 1 lingură de ulei, ceapa mărunțită și făină. Peste rântaș se adaugă verdeața pasată și puțină supă în care a fiert limba. Compoziția trebuie să aibă consistența unei ciulamale. Limba împănată se pune într-o tavă, se toarnă pe deasupra compoziția și crutoanele de pâine. Se dă la cuptor pentru o jumătate de oră.

ПОСНА САРМА

Земете:

- 1 главица кисела зелка
- 400 гр. ориз
- 4 страка праз
- црн пипер
- црвен пипер
- 250 гр. масло

Одвојте ја зелката лист по лист на малечки парчиња. Исечете го ситно празот и добро испржете го на маслото. Потоа додајте го црвениот пипер и оризот. Пропржете го уште малку и тргнете го од оган, а потоа додајте го црниот пипер. Свиткајте сарми во големина на орев. Налејте ги со малку расолница и вода и варете ги на тивок оган. Кога ќе бидат скоро варени сармите, додајте уште еден филцан масло.



SARMALE DE POST

Ingrediente:

1 varză murată,
400 g orez,
4 fire de praz,
piper negru,
piper roșu,
250 g ulei.

Desfaceți frunză cu frunză varza murată. Prazul se taie mărunt și se prăjește în ulei. Se adaugă piperul negru și orezul. Se mai prăjește amestecul puțin după care se dă jos de pe foc și se adaugă piperul roșu. Se fac sărmăluțe de mărimea unei nuci mai mari. Separat faceți un pic de rântaș din ulei și puțină făină . După ce s-a prăjit făina, adăugați puțină apă. Într-un vas care merge la cuptor, puneți pe fundul lui foi de varză murată apoi sarmalele. Pe deasupra se pune rântașul și se bagă în cuptor la foc mic. Se mai pune pe deasupra o ceșcuță de ulei atunci când sarmalele sunt aproape gata.





ТАВЧЕ ОРИЗ И КОМПИР

Земете:

250 гр. ориз

750 гр. компир

2 главици кромид

100 гр. масло

црвен пипер

црн пипер

магданос

сол

Исечкајте го ситно кромидот и испржете го на маслото. Додајте го оризот, а компирот исечкан на овални парчиња наредете го преку оризот. Ставете вода, да се облие, додајте сол по вкус, магданос, црн пипер и ставете го во рерна да се испече.



OREZ LA TAVĂ CU CARTOFI

Ingrediente:
250 g orez,
750 g cartofi,
2 căței de usturoi,
100 g ulei,
piper roșu,
piper negru,
pătrunjel,
sare.

Usturoiul se taie mărunt și se prăjește în ulei. Se adaugă orezul și amestecul se mai prăjește puțin. Într-un vas care merge la cuptor se pun cartofii peste orezul și usturoiul prăjit și se adaugă apă cât să acopere totul. Se mai adaugă piperul, pătrunjelul și sare după gust și se dă la cuptor pentru a se coace.

ПРАЗ ВО РЕРНА

Земете:

800 гр. праз

200 гр. овчо сирење

20 гр. масло

2 јајца

40 гр. брашно

црн пипер

1/4 литар млеко

сол

Празот исчистете го, исечете го на парчиња долги 2 см., сварете го во солена вода, а потоа исцедете го. Половината од празот ставете го во подмачкана тава, преку празот ставете го сирењето претходно издробено и на крајот малку црн пипер. Ова прекриете го со другата половина од празот. Направете потоа глатка смеса од јајцата, брашното и млекото и прелијте го со неа празот. Печете го во рерна додека се зарумени. Служете со лут ајвар и туршија.



PRAZ LA CUPTOR

Ingrediente:

800 g praz,
200 g brânză de oaie,
20 g ulei,
2 ouă,
40 g făină,
piper negru,
1/4 l lapte,
sare.

Prazul se spală, se taie în rondele mai groase, de circa 2 cm, se pune la fiert în apă sărată și după aceea la scurs. Într-un vas care merge la cuptor se pune jumătate din cantitatea de praz, pe deasupra brânza fărâmițată și apoi restul de praz. Separat se amestecă laptele cu ouăle, cu sarea și cu piperul și acest amestec se toarnă în tavă peste praz. Este gata când s-a rumenit. Se servește cu aivar iute și murături.





САРМА ОД КИСЕЛА ЗЕЛКА СО ОРЕВИ

Земете:

- 1 главица кисела зелка
- 4-5 главици кромид
- 1 чаша ориз
- 100 гр. ореви
- масло
- брашно
- црвен пипер
- сол

Зелката разделете ја на листови. Во тава ставете го кромидот да се пржи. Кота ќе биде скоро испржен додајте го оризот и пржете го заедно со кромидот со постојано налевање вода за да не загори оризот. Кога оризот ќе омекне, пропржете го уште малку, потоа тргнете го од оган и додајте ги оревите претходно истолчени. Со оваа смеса виткајте ја сармата. Наредете ја во тенџере и облијте ја со вода. Припремете запршка на следниот начин: Во тава ставете 2 лажици масло, загрејте го добро, додајте 2 лажичиња брашно и малку црвен пипер, па со запршката прелијте ја сармата. Ставете ја на слаб оган да крчка се додека не омекне зелката.



SARMALE DE POST CU NUCI

Ingrediente:

1 varză murată,
4-5 cepe,
1 ceșcuță de orez,
100 g nuci,
ulei,
făină,
piper negru,
sare.

Se desface frunză cu frunză varza murată. Se taie mățunt ceapa și se pune la prăjit în ulei. Se adaugă orezul și se mai prăjește un pic amestecul. Se adaugă puțină apă treptat pentru a nu se prinde orezul și se mai lasă la distuit până se înmoaie orezul. Odată înmuiat orezul se ia de pe foc și se adaugă nucile mărunțite. Din această amestec se fac sarmalele care se rulează în foi de varză murată. Se pun sarmalele într-un vas care merge la cuptor. Separat se face un rântaș din 2 linguri de ulei, 2 linguri de făină și piper, care se toarnă peste sarmale. Se dau sarmalele la cuptor la foc mic până când s-a înmuiat varza.

ПОСНА БАМЈА

Земете:

- 1/2 кгр. бамји
- 2 поголеми лажици масло
- 1 главица кромид
- 4-5 домати
- 1-2 чешни лук
- магданос
- црн пипер
- сол

Бамјите исчистете ги од петелките, попарете ги со врела вода и исцедете ги добро. На две поголеми лажици масло испржете две главици ситно исечен кромид, колку да зајолти, додајте 4-5 наполно зрели домати, излупени и исечкани, без семе, малку лук, исечен магданос, сол, црн пипер и најпосле ставете ги попарените бамји. Поклопете го садот и оставете го на тивок оган да се повари околу 30 минути.



BAME DE POST

Ingrediente:

1/2 kg de bame,
2 linguri mari de ulei,
1 ceapă,
4-5 roșii,
1-2 căței de usturoi,
pătrunjel,
piper negru,
sare.

Bamele se spală, li se taie codițele, se opăresc bine cu apă fierbinte după care se scurg bine de apă. Separat în 2 linguri de ulei se pune la prăjit ceapa mărunțită, roșiile decojite și tăiate cubulețe mici fără semințe, usturoiul, pătrunjelul, piperul și ultimele se pun bamele. Acoperiți vasul cu un capac și mai lăsați totul să se distuie încă 30 de minute.





ПЕЧЕНИ ПИПЕРКИ

Земете:

500 гр. печени пиперки

300 грама домати

200 гр. овчо сирење

масло

сол

црн пипер

Испечете ги пиперките, излупете ги и ставете ги во тава. Доматите измијте ги, излупете ги, насечкајте ги и ставете ги во тенџере со малку масло да с пропржат. Од како водата ќе испари ставете половина од сирењето промешајте го добро и ставете ја таа смеса преку пиперките во тавата. Одозгора ставете ја издробена другата половина од сирењето, наросете со црн пипер и ставете го во рерна. Печете го 30 минути.



ARDEI COPTI

Ingrediente:

500 g de ardei copti și decojiți,

300 g roșii,

200 g brânză de oaie,

ulei,

sare,

piper negru.

Se pun ardeii într-o tavă care merge la cuptor. Roșiile se spală, se decojesc, se mărunțesc și se pun la prăjit într-o tigaie cu puțin ulei. După ce s-a mai evaporat din lichid, adăugați în tigaie jumătate din cantitatea de brânză mărunțită bine și mai prăjiți puțin. Compoziția din tigaie se pune peste ardeii din tavă. Pe deasupra puneți cealaltă jumătate din cantitatea de brânză, presărați piperul și băgați la cuptor. Se coace cam 30 de minute.

САЛАТА ОД МЛАД КРОМИД

Земете:

2 китки млад кромид

4 јајца

масло

оцет

сол

Сварете ги јајцата, и излупете ги и исечете ги на резенки. Кромидот исчистете го, измијте го и исечкајте го. Ставете го во чинија за салата, посолете го, налејте го со масло и полака измешајте. На крај ставете ги резенките од јајцата и повторно лесно измешајте ја салатата.



SALATĂ DE CEAPĂ VERDE

Ingrediente:

2 chite de ceapă verde,
4 ouă,
ulei,
oțet,
sare.

Ouăle se fierb și se taie solzi. Ceapa se curăță, se spală și se taie rondele. Într-un castron de salată se pune ceapa verde, uleiul, oțetul și sarea. Se amestecă bine după care se adaugă și ouăle.





МАЛИЦАНО

Земете:

- 4 модри патлиџани
- 200 гр. овчо сирење
- 6 чешниња лук
- 50 гр. ореви
- 50 гр. масло
- црн пипер

Измијте ги патлиџаните, потоа избришете ги и испечете ги во рерна или, на плотната од шпоретот. Кога патлиџаните ќе се оладат излупете ги оставете ги во цедалка да се цедат. За тоа време во дрвена ваганка истолчете го лукот со солта, ставете ги оревите па и нив добро истолчете ги и ставете го црниот пипер. Исцедените патлиџани истолчете ги и помешајте ги со лукот оревите па додајте го изгмеченото сирење. Загрејте го маслото до вриење и внимателно помешајте го во оваа пикантна салата. Салатата може да се послужи како прилог со печено месо, а може да се користи како предјадење



MALIGIANO

Ingrediente:

4 vinete,
200 g brânză de oaie,
6 căței usturoi,
50 g nuci,
50 g ulei,
piper negru.

Vinetele se spală și se coc. După ce s-au copt se decojesc și se pun la scurs. Într-o piuă de lemn se pisează usturoiul cu sarea. Nucile se mărunțesc fin de tot. Pe un tocător de lemn se mărunțesc fin și vinetele după ce s-au scurs. Roșiile se decojesc și se mărunțesc și ele pe tocător. Brânza se mărunțește și ea. Într-un castron de salată se amestecă vinetele, usturoiul, brânza, roșiile și nucile obținându-se o compoziție de o anumită consistență. Separat într-o tigaie se încălzește uleiul până la fierbere după care încet încet se încorporează în compoziție. Se poate servi ca antreu sau ca garnitură la friptură.

ПИНЦУР

Земете:

1 кгр. зелени пиперки

1 кгр. домати

1 модар патлиџан

масло

сол

3 чешниња лук

Измијте ги пиперките, избришете ги и ставете ги да се печат. Доматите исто така измијте ги и ставете ги во рерна да се печат. Испечете го и модриот патлиџан. Пиперките излупете ги и истолчете ги во дрвена ваганка каде претходно сте го истолчиле лукот со малку сол. Доматите излупете ги и ставете ги на цедилка да се исцедат. Од кога ќе бидат исцедени истолчете ги и нив како и излупениот модар патлиџан. Од како се ќе биде убаво истолчено, превријте го маслото и додајте го во пинџурот. Измешајте добро и посолете по вкус.



PINGIUR

Ingrediente:

1 kg ardei verzi,
1 kg roșii,
1 vânăță,
ulei,
sare,
3 căței usturoi.

Ardeii se spală, se șterg de apă și se pun la copt. Roșiile de asemenea se spală și se pun în cuptor pentru a se coace. Se coace de asemenea și vânăta. Ardeii se decojesc și se mărunțesc bine pe un tocător de lemn. Usturoiul se pisează cu puțină sare. Roșiile se pun într-o răzătoare pentru a se scurge după care se decojesc și se mărunțesc pe tocător. La fel se procedează și cu vânăta. Într-un castron pentru salată se amestecă ardeii cu roșiile, vânăta și usturoiul. Într-o tigaie se încinge uleiul care după aceea se încorporează și el încet, încet în amestecul din castron. Se amestecă bine și se sarează după gust.





ТОЛЧЕН ЛУК

Земете:

5-6 чешниња лук

1 рака ореви

масло

киселина

сол

Земете дрвена ваганка и истолчете го лукот со сол. Постепено додавајте ги оревите и толчете ги заедно со лукот. Потоа додавајте го маслото постепено и матете да стане како мајонез. Во таа смеса додајте киселина по вкус и посолете по вкус.



USTUROI PISAT

Ingrediente:

5-6 căței de usturoi,
1 mână de nuci,
ulei,
oțet,
sare.

Într-o piuă de lemn se pisează usturoiul cu sarea. Treptat în piuă se adaugă și nucile. După aceea se adaugă treptat și uleiul astfel încât compoziția să aibă consistența unei maioneze. Se adaugă oțet și sare după gust.

Cine suntem noi ?

Asociația Macedonenilor din România a fost înființată în anul 2000 ca urmare a inițiativei unui grup de macedoneni inimoși.

Din anul 2001 asociația noastră este membră, alături de organizațiile tuturor celorlalte etnii din România, în Consiliul Minorităților Naționale, organ consultativ de specialitate al Guvernului României.

Încă din anul înființării sale A.M.R. a reușit să obțină sprijinul etniei macedonene și implicit voturile necesare pentru a avea reprezentare parlamentară.

La alegerile din anul 2004 susținerea primită de către AMR din partea macedonenilor a fost și mai mare, etnia macedoneană fiind reprezentată acum în Parlamentul României, Camera Deputaților, de către Liana Dumitrescu, vicepreședinte AMR.

Vă puteți adresa dnei. deputat Liana Dumitrescu atât prin intermediul conducerii filialelor AMR, cât și la biroul parlamentar din București str. Thomas Masaryk nr. 29 sector 2, telefon 021 - 212. 09. 22, fax. 021 - 212. 09. 23, de luni până sâmbătă, între orele 10 - 19 sau la e-mail-ul: lianadumitrescu2000@yahoo.com sau lianadumitrescu@cdep.ro.

Care este scopul nostru ?

Scopul A.M.R. este acela de a:

- Reprezenta public, promova și ocroti interesele etniei macedonene din România;
- Aprofunda cunoașterea culturii, limbii și istoriei macedonenilor;
- Apăra și lărgi drepturile individuale ale membrilor minorității macedonene din România;

- Întări raporturile de colaborare româno-macedonene.

Care sunt realizările noastre ?

Asociația Macedonenilor din România, prin efortul membrilor săi, a reușit să-și concretizeze o parte din țelurile sale:

- Înființarea a 45 de filiale în 20 județe,
- Organizarea de cursuri de limbă macedoneană,
- Editarea de publicații de interes pentru membrii etniei,
- Editarea creațiilor literare ale autorilor de origine macedoneană,
- Organizarea de expoziții și manifestări ale artiștilor aparținând etniei,
- Acordarea de premii și burse celor mai merituoși membri ai etniei,
- Organizarea de seminarii, mese rotunde și dezbateri pe teme de interes specifice,
- Organizarea de tabere și excursii pentru cei mai merituoși membri, în special copii și tineri, în România și în Macedonia,
- Înființarea unei trupe de teatru de copii,
- Înființarea mai multor ansambluri folclorice - ansamblul “Ilinden 2002”, ansamblul “Raze Macedonene”, ansamblul “Sonțe”, ansamblul “Fii Soarelui”.
- Sărbătorirea principalelor evenimente laice și religioase din viața macedonenilor,
- Acordarea de ajutoare membrilor etniei aflați în nevoie,
- Dezvoltarea conștiinței de etnic macedonean,
- Păstrarea și transmiterea generațiilor tinere a patrimoniului tradițional macedonean.

Planuri de viitor

- Continuarea programul de promovare și sprijinire a artiștilor din diverse domenii și în special a copiilor și a tinerilor talentați,
- Înființarea unui muzeu etnografic macedonean,
- Organizarea propriului festival folcloric,
- Acordarea de burse naționale și internaționale pentru cei mai meritoși copii și tineri,
- Derularea de programe tradiționale pentru vârstnici,
- Implicarea tinerilor în păstrarea și dezvoltarea moștenirii culturale tradiționale,
- Implicarea dumneavoastră în programele și proiectele noastre aflate în derulare,
- Și multe altele ...



Sediul central al Asociației Macedonenilor din România:
București, strada Thomas Masaryk, nr. 29, sector 2,
Telefon : 021 - 212.09.22
Fax : 021 - 212.09.23
E - mail : asmacedonenilor@yahoo.com.sg
www.asociatia-macedonenilor.ro