

Галина Кизима

КОНСЕРВИРОВАНИЕ ДЛЯ ЛЕНТЯЕК

САМЫЕ БЫСТРЫЕ
И ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ,
НЕ ТРЕБУЮЩИЕ
МНОГО ВРЕМЕНИ



Москва
Издательство АСТ

УДК 641.4
ББК 36.91
К38

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Ранее книга выходила в серии «Дачная академии Галины Кизимы»

Использованы иллюстрации из фотобанка Shutterstock.com

Кизима, Галина Александровна.

К38 Консервирование для лентяек. Самые быстрые и вкусные рецепты, не требующие много времени / Г.А. Кизима. – Москва: Издательство АСТ, 2017. – 160 с. – (Копилка дачных секретов).

ISBN 978-5-17-103216-6

Чего не хватает летом дачникам, так это времени. Нужно столько всего успеть: и отдохнуть, и урожай собрать. В результате — меньше всего сил остается на то, чтобы все, что смогли вырастить своими руками, успеть законсервировать, заквасить и замариновать. А сделать это необходимо сразу после созревания ягод, фруктов и овощей, чтобы сохранить в нем максимум витаминов. Самые быстрые и вкусные рецепты предлагает известный автор книг о садоводстве и огородничестве Галина Александровна Кизима. За свою 55-летнюю карьеру дачника она испытала многие способы заготовок и отобрала самые лучшие и надежные.

УДК 641.4
ББК 36.91

12+

Издание для досуга

Серия «Копилка дачных секретов»

Галина Александровна Кизима

КОНСЕРВИРОВАНИЕ ДЛЯ ЛЕНТЯЕК

**Самые быстрые и вкусные рецепты,
не требующие много времени**

Ответственный редактор *Е. Слуцкая*

Младший редактор *С. Арутюнян*

Технический редактор *Т. Тимошина*

Компьютерная верстка *А. Грених*

Компьютерный дизайн обложки *Е. Колосова*

Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2; 953000 – книги и брошюры

Подписано в печать 18.04.2017.

Формат 84х108/32. Усл. печ. л. 6,72.

Тираж 4000 экз. Заказ №

ООО «Издательство АСТ»

129085, Москва, Звездный бульвар, д. 21, строение 3, комната 5

ISBN 978-5-17-103216-6

© Кизима Г.А., текст, 2017
© ООО «Издательство АСТ», 2017

*Предисловие
автора*



Вырастить урожай непросто, но его еще надо сохранить. Часть урожая можно хранить в свежем виде, если есть погреб или другое хранилище. Часть можно заморозить или высушить, но всегда остается еще некоторое количество, которое мы традиционно квасим, солим, маринуем, консервируем, делаем компоты, вино, варим варенья.

Есть устоявшиеся рецепты, ставшие традиционными. Из них в книгу включены самые простые в приготовлении и всеми любимые. Но постоянно появляются и новые способы и рецепты заготовок впрок, созданные изобретательными людьми — садоводами, которые также собраны в этой книге.

Приводятся и изысканные деликатесные заготовки, рассчитанные на любителя, которому надоели традиционные и хочется чего-нибудь такого особенного.

Под теми рецептами, авторы которых были известны, указаны их фамилии. Те же рецепты, создателей которых обнаружить не удалось, оставлены без подписи.

Автор-составитель с благодарностью примет любые замечания и дополнения, а также сообщения о новых приемах сохранения урожая, хороших рецептах, с тем чтобы в следующем издании сделать дополнения к этой книге

Корреспонденцию можно отправлять по адресу: 193231, Санкт-Петербург, ул. Подвойского, дом 28, корпус 1, кв. 776 или по электронной почте galina@kizima.ru.



Заготовки



Грибная солянка



**2 кг грибов, 1,5 кг кочанной капусты,
1 кг морковь, 0,5 кг репчатого лука.**

1. Грибы почистить.
2. Все мелко нашинковать и тушить на растительном масле
около часа.

3. Посолить по вкусу.

4. Разложить в горячем виде по банкам, закатать.

Хранить в холодильнике.

Можно использовать как в горячем, так и в холодном виде.

Рецепт Н.Дьяченко

Капустно-овощное ассорти



**5 кг кочанной капусты, 1 кг репчатого
лука, 1 кг болгарского перца, 0,5 кг мор-
кови, 0,5 л 9% уксуса, 0,5 л раститель-
ного масла, 4 ст. л. соли, 300 г сахара.**

1. Нашинковать лук, перец, морковь и капусту.

2. Добавить соль, сахар, масло, уксус, перемешать.

3. Подержать три дня в тепле, затем разложить по банкам и накрыть полиэтиленовыми крышками.

Хранить в холодильнике.

Ассорти с капустой для хранения в холодильнике



2 кг кочанной капусты, 2 кг свеклы, 3 кг моркови, 3 крупных зубчика чеснока.

1. Сырую свеклу и капусту нашинковать, морковь натереть на крупной терке, чеснок пропустить через чесночницу.

2. Все перемешать и залить кипящим рассолом.

3. Остудить, разложить по банкам.

Хранить в холодильнике. Использовать в течение трех месяцев.

Для приготовления рассола на 1 л воды взять 1 ст. сахара, 3 ст. л. соли без верха, 2–3 гвоздики, 4–5 горошин черного перца, вскипятить, снять с огня, добавить 0,5 ст. 9% уксуса.

Исканитный салат из капусты для быстрого употребления



1,5–2 кг кочанной капусты, яблоки антоновские 3–4 штуки, морковь средней величины 3–4 штуки, 300–400 г тыквы, 1 лимон, 2 среднего размера луковицы, 2 некрупные свеклы, 2 ст. л. соли, 2 ст. л. сахара.

1. Срезать макушку у кочана капусты весом 1,5–2 кг.

2. Нашинковать очень тонкими, длинными полосками.

3. Посолить, перетереть капусту руками.

4. На крупной терке нашинковать яблоки и морковь.

5. Тыкву нарезать длинными, узкими полосками.

6. Снять цедру с лимона, очистить от белого волокна, выжать сок.

7. Тонко нарезать лук.
 7. Натереть сырую свеклу на мелкой терке и отжать сок, добавить сахар.
 8. Все смешать вместе, заправить растительным маслом.
 9. Разложить по банкам. Хранить в холодильнике.
- Примечание. Если вы любите более острую пищу — добавьте по своему вкусу лимонную кислоту или столовый уксус.
- Рецепт Ф.Ивашкиной

Рецепты корейских салатов

Первый рецепт



1 кг моркови, 1 большая головка чеснока, 4–5 ст. л. уксуса 9%, 3 ст. л. сахара, 0,5 ст. подсолнечного масла, 1 ч. л. черного молотого перца, щепотка молотого кориандра.

1. Морковь натереть на специальной терке (тонко и удлиненно).
 2. Чеснок пропустить через чесночницу.
 2. Добавить все остальное и хорошо перемешать.
- Хранить в холодильнике.

Второй рецепт



1 кг моркови, 2–3 головки чеснока, 0,5 ст. подсолнечного масла, 1 ст. л. черного молотого перца, 2–3 ст. л. столового уксуса, 1 ч. л. соли, 1 ч. л. сахара, растертый лавровый лист, молотые кориандр и гвоздика.

1. Морковь натереть на специальной терке.
 2. Чеснок пропустить через чесночницу.
 3. Разогреть масло, залить морковь.
 4. Добавить остальное, перемешать.
 5. Разложить по банкам.
- Хранить в холодильнике.

Третий рецепт



1 кг моркови, 2 луковицы, 3–4 ложки столового уксуса, 4–5 ст. л. растительного масла, 1 головка чеснока, 1 ч. л. красного молотого перца, 1 ч. л. семян кинзы, перетертых в порошок.

1. Натереть морковь на специальной терке.
 2. Добавить уксус и поставить мариноваться на 2–3 часа, затем лишний сок слить.
 3. Пережарить лук до темно-золотистого цвета, после чего лук выбросить, а оставшимся горячим маслом залить морковь и сразу добавить чеснок, пропущенный через чесночницу.
 5. Всыпать красный перец и семена кинзы, все перемешать. Хранить в холодильнике.
- Точно так же можно готовить салаты из сырой свеклы, редьки или капусты либо молодых, еще закрученных улиткой и не распустившихся листьев папоротника.

Быстрая засолка капусты



4 кг капусты белокочанной, 1 кг моркови, 1 л воды, 1,5 ст. л. соли, 0,5 ст. сахара.

1. Нашинковать капусту и морковь, плотно утрамбовать в трехлитровые банки.
 2. Растворить соль в литре воды и влить раствор в банки (если воды мало, то ее добавить, не добавляя соли).
 3. Через три дня рассол слить, добавить сахар, растворить и снова влить в капусту, через три часа капуста готова к употреблению.
- Хранить в холодильнике.
- Примечание. Банки во время квашения надо ставить в тазик, поскольку из банок может вытечь рассол через верх, а он потребуется для растворения сахара.
- Рецепт Г.Кизимы

Скоростная засолка грибов



**1 л отварных грибов, 1 ст. л. соли,
1 ст. л. 9% уксуса.**

1. Любые съедобные грибы опустить в кипящую воду, слегка отварить, снимая пену.
2. Лишнюю воду слить, оставив ее вровень с грибами.
3. Добавить соль и уксус, если вкус вас не удовлетворяет, добавьте соли и уксуса по своему вкусу.
4. Кипятить грибы 20 мин.
5. После остывания грибы сразу можно употреблять в пищу.
6. Если хотите сохранить соленые грибы для зимнего употребления, то в горячем виде разлейте содержимое по банкам, закатайте крышками, остудите под одеялом. Хранить в холодильнике.

Для соления можно использовать грибы, выпускающие млечный сок (серушки, горькушки и так далее), но в этом случае их надо предварительно дважды отваривать в воде, каждый раз сливая воду и заливая свежую, затем дальше действовать по данному рецепту. При подаче на стол можно добавлять нарезанную петрушку, зеленый и репчатый лук, заправлять растительным маслом или сметаной.

Рецепт Н.Митрофановой

Салат из яблок, моркови и грецких орехов



100 г моркови, 100 г яблок, 40 г очищенных грецких орехов, 20 г натурального меда, сок одного лимона, зелень петрушки, соль по вкусу.

1. Очистить и помыть морковь, натереть ее на крупной терке.
2. Удалить из яблока семенную коробочку и порезать помельче.
3. Мед осторожно прогреть в течение 1 минуты.
4. Растолочь грецкие орехи, соединить все компоненты. Перемешать. Добавить пряную зелень и выжать сок лимона, посолить.

5. Сложить смесь в стерильные банки, вылить туда выделившийся сок.

6. Поставить на стерилизацию в воду при температуре 50 °C пол литровые банки на 10 минут, литровые — на 15 минут, вынуть, быстро закрыть стерильными крышками и закатать.

Хранить в прохладном месте.

Брюква, репка или турнепс по-чешки



500 г брюквы или турнепса, 50 г растительного масла, 2 крупные луковицы, 1 ст. темного пива, соль, перец — по вкусу.

1. Овощи очистить и нарезать тонкими полосками (турнепс долго нельзя оставлять очищенным, так как он быстро чернеет. Целесообразно его ненадолго положить в воду с разведенной в ней лимонной кислотой любой концентрации). Луковицы очистить и мелко порубить.

2. Пожарить лук в масле, после чего добавить овощи и потушить до готовности. Немного охладить и добавить пиво. Вновь довести до кипения.

3. Сложить готовую горячую смесь в стерильную банку, закатать, перевернуть на крышку, дать медленно остыть под одеялом.

Хранить в холодильнике.

Овощная тушенка



Все входящие в рецепт ингредиенты брать в одинаковом количестве.

1. Нарезать баклажаны брусочками, посолить, размять руками и промыть.

2. Картофель нарезать брусочками.

3. Болгарский перец нашинковать, как капусту.

4. Томаты нарезать ломтиками.

5. Репчатый лук нашинковать.

6. На растительном масле обжарить лук, затем отдельно картофель, потом баклажаны, болгарский перец, томаты.

7. Поместить все вместе на большую чугунную сковороду, добавить чеснок по вкусу, посолить и дотушить до готовности.

К столу подается как в горячем, так и в холодном виде.

Если разложить в горячем виде по стерильным банкам и сверху налить небольшой слой вскипяченного растительного масла и закатать, то после медленного остывания под одеялом можно хранить в холодильнике 1–2 месяца.

Рецепт Т.Патрикеевой

Маринованные приправы

Их можно подавать к мясу или рыбе, отварному картофелю или рюмке водки.

Для маринования подходят овощной физалис, крыжовник, черная смородина, грибы, корень сельдерея, лук, чеснок, брусника.

Любыми из указанных продуктов банки заполняют по плечики и заливают маринадом. Сразу же закатывают и дают остыть под одеялом. Хранить можно при комнатной температуре.



Маринад: на 1 л воды 1 ст. л. соли, 1 ст. л. сахара, 1 ст. л. 9% уксуса. Это слабый маринад. Для получения более острых приправ количество соли остается неизменным, увеличивают по вкусу сахар и уксус до 6 ст. л. на 1 л воды. Сахара и уксуса следует брать поровну.

Икра из баклажан

Баклажаны запечь в духовке, очистить от кожицы в теплом виде, убрать плодоножки, разрезать вдоль и мелко изрубить.

Морковь нашинковать на крупной терке, пассировать на подсолнечном масле.

Репчатый лук мелко нарезать и слегка обжарить на растительном масле.

Болгарский сладкий перец очистить от плодоножки и семян, нарезать кольцами и обжарить.

Красные томаты ошпарить кипятком, снять кожицу, разрезать на части.

Кабачки очистить от кожуры и семян, нарезать на небольшие кубики, обжарить до мягкости на растительном масле. Вместо кабачков можно использовать тыкву, но тогда надо брать половинную норму моркови. Можно использовать тыкву пополам с кабачками.

Посолить по вкусу, добавить лимонную кислоту, перемешать все овощи. Протушить смесь на небольшом огне до готовности, примерно 30–40 минут. Как только масло всплывет наверх — овощи готовы. Разложите их по стерильным банкам в горячем виде, закатайте и медленно охладите под одеялом, не переворачивая. Полученный овощной гарнир можно подавать как в горячем, так и в холодном виде, к мясным, рыбным блюдам или отварному картофелю.

Если подготовленные овощи пропустить через мясорубку, а затем дотушить до готовности, то получим овощную икру.

Состав овощей может быть разным.

Баклажанная икра без моркови



**3 кг баклажан, 3 кг красных томатов,
1 кг репчатого лука, 1 кг сладкого
перца.**

Икра из запеченных баклажанов

с чесноком



**3 кг баклажан, 1 кг репчатого лука,
1 кг болгарского перца, 6 зубков чес-
нока средней величины.**

1. Баклажаны запечь в духовке и очистить.
2. Все остальные овощи мелко нарезать и слегка обжарить.

3. Чеснок пропустить через чесночницу.
 4. Протушить все вместе 10–15 мин. Залить кипящим подсолнечным маслом (1–2 стакана).
 5. Разложить по банкам и закатать.
 6. Медленно остудить под одеялом, не переворачивая.
- Хранить в холодильнике.

Баклажаны в растительном масле (без добавок)



**3 баклажана средней величины,
150 г растительного масла, 1 ст. ложка
9% уксуса, соль по вкусу.**

1. Баклажаны запечь, очистить, выложить на доску под гнет.
 2. Когда стечет сок — изрубить сечкой.
 3. Добавить соль и уксус, все перемешать.
 4. Залить кипящим растительным маслом.
 5. Сразу разложить по банкам и закатать.
 6. Остудить под одеялом, не переворачивая.
- Вместо уксуса можно использовать лимонную кислоту (треть чайной ложки) или сок одного лимона.
- Хранить в холодильнике.

Баклажанная икра без томатов



**3 кг баклажан, 0,5 кг сладкого перца,
0,5 кг репчатого лука, 3 головки чеснока,
6 ст. л. подсолнечного масла,
соль, молотый перец по вкусу, немного
лимонной кислоты.**

1. Запечь баклажаны в духовке, снять кожицу.
2. Пропустить баклажаны вместе с сырым луком и болгарским перцем через мясорубку.
3. Тушить до готовности на подсолнечном масле.

4. Добавить пропущенный через чесночницу чеснок, соль, молотый черный перец, 1 ч.л. лимонной кислоты, перемешать и разложить по банкам, закатать. Хранить в холодильнике.

Баклажаны по-румынски



**3 баклажана средней величины,
150 г растительного масла, 100 г реп-
чатого лука, 1 ст. л. 9% уксуса, соль —
по вкусу.**

1. Запечь баклажаны в духовке до мягкости.
2. Снять кожицу в горячем виде.
3. Выложить на доску и изрубить ножом.
4. Сложить в миску и посолить по вкусу.
5. Мелко нарезать лук.
6. Добавить к баклажанам лук и уксус, все взбить.
7. Потушить на растительном масле до готовности.
8. Разложить по банкам, закатать, остудить под одеялом. Хранить в холодильнике.

Баклажаны в томатном соусе



**5 кг баклажан, 170 г репчатого лука,
2 кг красных томатов, 120 г сахара,
90 г соли, 80 г зелени петрушки, 80 г
зелени сельдерея, 200 г растительного
масла, 10 горошин черного перца.**

1. Нарезать баклажаны кружочками, толщиной 1 см.
2. Сложить в кастрюлю, пересыпать солью, дать настояться 20 минут.
3. Вынуть из рассола и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
4. Разложить баклажаны по литровым банкам (600 г на банку).
5. Ошпарить томаты, снять кожицу, нарезать и прокипятить со специями.