

Галина Кизима

**ЗАГОТОВКИ  
ДЛЯ ЛЕНТЯЕК**

**ВКУСНОЕ ЛЕТО НА ЗИМУ**

**КОНСЕРВИРОВАНИЕ  
ДЛЯ ЛЕНТЯЕК**

**АВТОРСКИЕ  
РЕЦЕПТЫ ЗАГОТОВОК**



Издательство АСТ  
Москва

УДК 641.43

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.*

*В оформлении книги были использованы материалы с shutterstock.com*

**Кизима, Галина Александровна.**

К-38 Заготовки для лентяек. Вкусное лето на зиму — Консервирование для лентяек. Авторские рецепты заготовок / Г.А. Кизима. — Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2024. — 160 с. — (Заготовки на зиму / Сохраняем урожай. Заготовки).

ISBN 978-5-17-163594-7 (Заготовки для лентяек. Вкусное лето на зиму)

ISBN 978-5-17-163592-3 (Консервирование для лентяек. Авторские рецепты заготовок)

Выдался хороший урожай, и Вы находитесь в раздумьях, куда его применить? Хотите наслаждаться вкусом овощей и фруктов со своего огорода не только летом, но и зимой? Тогда эта книга для Вас.

Галина Кизима — садовод и огородник с 55-летним стажем и автор более сотни книг — поделится секретами своих рецептов. На страницах этой книги Вы найдете не только традиционную консервацию, но и деликатесы на любой вкус: заготовки, соусы, варенье, различные напитки. Вам не придется волноваться за результат — все рецепты проверены годами, так что все обязательно получится!

Кроме того, здесь собраны рекомендации по хранению урожая, использованию соусов и приправ в различных блюдах, а также информация о полезных свойствах разных продуктов. И это не все!

В книге вы найдете набор наклеек для удобной маркировки заготовок.

Приятного аппетита!

**УДК 641.43**

**ББК 36.91**

ISBN 978-5-17-163594-7 (Заготовки для лентяек. Вкусное лето на зиму)

ISBN 978-5-17-163592-3

(Консервирование для лентяек.

Авторские рецепты заготовок)

© Кизима Г.А., текст, 2020

© Пинхасова Г.А., иллюстрации, 2024

© ООО «Издательство АСТ»,  
оформление, 2024

# Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА.....	11
ЗАГОТОВКИ.....	12
Грибная солянка .....	12
Капустно-овощное ассорти .....	13
Ассорти с капустой для хранения в холодильнике ...	13
Пикантный салат из капусты для быстрого употребления .....	14
Рецепты корейских салатов .....	15
Быстрая засолка капусты .....	17
Брюква, репка или турнепс по-чешски .....	18
Маринованные приправы .....	19
Икра из запеченных баклажанов с чесноком .....	20
Баклажаны в растительном масле (без добавок)...	21
Баклажанная икра без томатов .....	21
Баклажаны по-румынски .....	22
Баклажаны в томатном соусе .....	23
Острые баклажаны на зиму .....	24

Морковная икра .....	25
Баклажаны, фаршированные по-испански .....	26
Икра из томатов .....	27
Перец сырой в томатном соке.....	28
Томаты в желатиновом желе.....	29
Десертные томаты .....	30
Кукуруза с помидорами по-американски .....	30
Репа впрок.....	31
Корневой сельдерей по-гречески.....	32
Заготовка из тыквы по-венгерски.....	33
Салат из перца .....	34
Салат из сырых овощей (сахалинский) .....	34
Салат из зеленых томатов (дунайский) .....	35
Лечо болгарское .....	36
Осенние радости (финский рецепт) .....	37
Овощи с тыквой .....	38
Овощной салат «ЛЕТО» .....	39
Томат и перец в лимонной кислоте .....	40
Томаты с яблоками и луком.....	41
Салат из огурцов (можно использовать переросшие огурцы).....	42
Маринованные овощные ассорти .....	42
Кабачки, маринованные с корицей и черным перцем.....	43
Перец с чесноком.....	44
Грибы с лимонной кислотой для зимнего хранения .	45
<b>КВАШЕНИЕ И СОЛЕНИЕ .....</b>	<b>47</b>
Капустно-овощное ассорти .....	49

---

Ассорти с капустой для хранения в холодильнике.....	50
Капуста по-восточному .....	51
Овощной физалис на зиму .....	52
Баклажаны соленые .....	52
Простой рецепт засолки сырых баклажан .....	55
Баклажаны в томатном соку.....	56
Тыква, квашенная по-фински.....	57
Самый распространенный способ засолки огурцов.....	58
Огурцы, засоленные в огурцах .....	59
Старинный способ засолки огурцов.....	60
Огурцы в яблочно-тыквенном соку.....	61
Необычная засолка огурцов.....	62
Огурцы, засоленные с яблоками или болгарским сладким перцем.....	62
Соленые арбузы.....	63
<b>МАРИНАДЫ И КОНСЕРВИРОВАНИЕ.....</b>	<b>65</b>
Различные заправки для консервирования овощей, фруктов, ягод.....	65
Заливка из щавеля.....	66
Самый простой способ консервирования огурцов.....	66
Огурцы в соке красной смородины.....	67
Огурцы в томатном соке .....	68
Консервированные кабачки .....	69
Фаршированные зеленые томаты.....	70
Тыква маринованная .....	71

Баклажаны консервированные .....	72
Маринованные бобы .....	73
Кукуруза маринованная .....	74
Как сделать каперсы .....	75
<b>СОУСЫ И ПРИПРАВЫ .....</b>	<b>77</b>
Приправа «Кобра» .....	77
Фруктовые соусы .....	78
Кетчуп .....	78
Овощная приправа .....	79
Облепиховое масло .....	79
Соус из чернослива .....	80
Соус из хрена со свеклой и орехами .....	81
Заправка по-камчатски (старинный рецепт) .....	82
Хлебный соус с хреном или катраном .....	82
Соус из томатов с орехами .....	83
Приправа «Зеленая горчица» .....	84
Сладкий соус с петрушкой или укропом .....	85
Яблочный уксус на меду .....	85
Майонез из клюквы .....	86
Ткемали .....	87
Чеснок с солью для борщей и котлет .....	87
<b>ЖЕЛЕ И ЯГОДЫ, ПРОТЕРТЫЕ С САХАРОМ .....</b>	<b>89</b>
Желе из слив .....	89
Яблочное желе .....	90
Мятное яблочное желе .....	90

Клюква и черноплодная рябина, протертые с сахаром .....	91
Желе из черной смородины .....	92
Черная смородина, толченная с сахаром .....	92
Калина, протертая с сахаром .....	93
Желе из крыжовника .....	93
Желе из красной или белой смородины .....	94
Желе из смеси красной смородины и малины .....	94
Желе из отходов от яблочных заготовок .....	96
Сырой облепиховый джем .....	96
Земляника в собственном соке с сахаром .....	97
Малина или земляника в соке красной смородины с сахаром .....	98
Вишня на зиму .....	98
Рябиновое желе .....	99
Желе из клюквы с цитрусами .....	100
Брусника, толченная с сахаром .....	100
Черника, толченная с сахаром .....	101
Гроздь красной рябины в сахаре .....	102
Вишня в сахарной пудре .....	103
Садовая земляника (так называемая клубника) в соке свеклы .....	104
<b>ЗАГОТОВКИ БЕЗ САХАРА .....</b>	<b>105</b>
Фруктово-ягодное пюре .....	105
Сливовые повидло и джем .....	106
Земляника в натуральном виде .....	107
Земляника (клубника) или малина в соке красной смородины .....	107

Земляника (клубника) с жимолостью .....	108
Черная смородина в соке земляники (клубники) ...	109
Крыжовник натуральный.....	109
Малина в собственном соку .....	110
Вишня в собственном соку .....	111
Абрикосы в собственном соку.....	111
Абрикосы натуральные.....	112
Виноградный сок .....	112
Сок из малины .....	113
Лимонный сок .....	113
Сок земляничный без сахара .....	114
Вишневый сок .....	114
Арбузный мед.....	115
Дыня вяленая .....	116
Брусника в собственном соку .....	117
Черника в собственном соку (без сахара).....	118
Яблоки, моченные в сусле (старинный прибалтийский способ) .....	118
<b>ДЖЕМ И ПОВИДЛО .....</b>	<b>121</b>
Джем из аронии (черноплодной рябины) и японской айвы .....	121
Джем из черноплодной рябины и яблок .....	122
Повидло из клубники .....	123
Повидло из черной смородины.....	123
Повидло сливово-яблочное.....	124
Повидло из облепихи .....	125

---

ВАРЕНЬЯ.....	127
Что нужно делать, если варенье засахарилось или начинает киснуть? .....	129
Варенье из малины.....	131
Варенье из черной смородины .....	131
Варенье из шиповника .....	133
Королевские абрикосы.....	133
Грушевые дольки.....	134
Варенье из жимолости .....	135
Царское варенье из крыжовника .....	135
Варенье из вишен .....	136
Варенье из тыквы или кабачков.....	137
Варенье из яблок дольками.....	138
Яблоки без отходов .....	139
Варенье из черноплодной рябины с вишневыми листьями.....	139
Рябиновое варенье .....	140
Красная рябина в яблочном сиропе .....	141
Варенье из айвы.....	142
Варенье из японской айвы.....	143
Мед из тыквы .....	144
Варенье из арбузных корок.....	145
Варенье из брусники с яблоками .....	146
КОМПОТЫ .....	147
Простой способ приготовления компотов .....	148
Грушево-сливовый компот .....	150

КВАСЫ .....	151
Русский хлебный квас .....	152
Квас из черной или красной рябины .....	152
Квас малиновый .....	153
Квас яблочный .....	154
Квас клюквенный .....	155
Квас из земляники .....	155
Квас из черемухи .....	156
Квас малиновый .....	156
Медовый квас (старинный рецепт 1854 г.) .....	157
Квас из ирги .....	158
Лимонный квас .....	158

## 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. Такие рецепты также собраны в этой книге.

Приводятся и изысканные деликатесные заготовки, рассчитанные на любителя, которому надоели традиционные и хочется чего-нибудь эдакого особенного. Под теми рецептами, авторы которых были известны, указаны их фамилии. Те же рецепты, создателей которых обнаружить не удалось, оставлены без подписи.

## Заготовки

### Грибная солянка

#### Ингредиенты:

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

#### Способ приготовления:

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.

**Совет:** можно использовать как в горячем, так и в холодном виде.

*Рецепт Н. Дьяченко*

## Капустно-овощное ассорти

### Ингредиенты:

- 5 кг кочанной капусты;
- 1 кг репчатого лука;
- 1 кг болгарского перца;
- 0,5 кг моркови, 0,5 л 9 % уксуса;
- 0,5 л растительного масла;
- 4 ст. л. соли, 300 г сахара.

### Способ приготовления:

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

### Ингредиенты:

- 2 кг кочанной капусты;
- 2 кг свеклы;
- 3 кг моркови;
- 3 крупных зубчика чеснока.

### Способ приготовления:

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

2. Все перемешать и залить кипящим рассолом.
3. Остудить, разложить по банкам.

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

**Хранить в холодильнике. Использовать в течение трех месяцев.**

### **Пикантный салат из капусты для быстрого употребления**

#### **Ингредиенты:**

- 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.

#### **Способ приготовления:**

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 шинковать яблоки и морковь.

5. Тыкву нарезать длинными, узкими полосками.
6. Снять цедру с лимона, очистить от белого волокна, выжать сок.
7. Тонко нарезать лук.
8. Натереть сырую свеклу на мелкой терке и отжать сок, добавить сахар.
9. Все смешать вместе, заправить растительным маслом.
10. Разложить по банкам.

**Хранить в холодильнике.**

**Совет:** если вы любите более острую пищу — добавьте по своему вкусу лимонную кислоту или столовый уксус.

*Рецепт Ф. Ивашкиной*

## **Рецепты корейских салатов**

### **Первый рецепт**

#### **Ингредиенты:**

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