

Содержание

Вступление • 6



Перцы в томате с. 30



Острый соус
«Станичный» с. 44



Маринованный
медовый перец с. 71



Сложность
приготовления

ЗАКУСКИ И САЛАТЫ

Холодная закуска из баклажанов	18
Нежинский салат	27
Перцы в томате	30

СОУСЫ И ПРИПРАВЫ

Острый томатный соус	39
Острый соус «Станичный»	44
Томатно-яблочный соус	46
Алыча с чесноком	49
Вяленые помидоры	50

СОЛЕНЬЯ И МАРИНАДЫ

Квашеная капуста с морковью	54
Нежно-хрустящие огурчики	56
Липецкие огурцы	58
Маринованный медовый перец	71
Помидоры в собственном соку	72
Чеснок в свекольном соке	84

ЗАМОРОЖЕННЫЕ ПЛОДЫ И ЗЕЛЕНЬ

Плоды, замороженные закрытым способом	88
Плоды, замороженные открытым способом	91
Замороженные фрукты или ягоды в сахаре	92
Замороженные бланшированные овощи	95
Замороженная зелень	96

ВАРЕНЬЕ, ЦУКАТЫ

Варенье из кабачков	122
Черная смородина с сахаром	131

НАПИТКИ

Компоты	138
---------	-----

2

**Сложность
приготовления****ЗАКУСКИ И САЛАТЫ**

Баклажаны с чесноком	14
Острые баклажаны	17
Икра из баклажанов с овощами	20
Кабачковая икра	22
Закуска из кабачков «Тещин язык»	28
Овощная солянка	32

СОУСЫ И ПРИПРАВЫ

Острая аджика	37
Домашний кетчуп	40

СОЛЕНЬЯ И МАРИНАДЫ

Маринованные грибы	61
Стерилизованные воронежские огурцы	62
Консервированные кабачки	64
Маринованный сладкий перец	68
Помидоры с чесноком	74
Ассорти	78
Маринованный чеснок	82

ВАРЕНЬЕ, ЦУКАТЫ

Плоды, сваренные в сахарном сиропе	102
Малиновое варенье	107
Варенье, приготовленное в несколько приемов	108
Вишневое варенье с косточками	110
Варенье из вишни с малиной	115
Густое яблочное варенье	116
Оригинальное варенье	126
Варенье из лепестков роз	128
Морковно-лимонное варенье	132
Цукаты	135

НАПИТКИ

Томатный сок с мякотью	140
------------------------	-----

3

**Сложность
приготовления****ВАРЕНЬЕ, ЦУКАТЫ**

Грушевое варенье	118
Джем из клубники с апельсинами и мятой	120

Полезные таблицы • 142**Другие условные обозначения:**

Объем и количество банок



Объем и количество контейнеров



Время приготовления

**Джем из клубники
с апельсинами и мятой с. 120**



Домашние заготовки

Разнообразные рецепты — традиционные
и абсолютно нестандартные

В наше время стало опять популярно выращивать на своих приусадебных участках не только газонную траву, но также овощи, ягоды и фрукты. А осенью как обычно встает вопрос — как сохранить выращенный с любовью и заботой урожай и радовать домашних еще долгое время? Ответ прост — сохранить прекрасные вкусовые качества овощей, фруктов и ягод можно с помощью нехитрой техники консервирования. Таким образом мы можем хранить продукты достаточно длительное время без потери цвета, вкуса и аромата. А еще с такими запасами питание семьи в зимнее время будет не только полезнее, но и намного разнообразнее.

Домашние заготовки обязательно порадуют близких вам людей в холодные зимние вечера — приготовьте что-нибудь необычное и оригинальное. При консервировании сохраняются все полезные

качества продуктов, достаточно лишь его изучить. Подойдите к этому процессу с фантазией и творчеством: взяв один рецепт засолки огурцов, можно добавить что-то от себя, у всех же разные вкусы. Кто-то любит острые блюда с ароматным перчиком и чесноком, а кому-то больше по душе сладковато-приправленные. В книге собраны разнообразные рецепты — традиционные и абсолютно нестандартные, но тоже очень вкусные блюда.

Консервированные овощи также являются прекрасным вариантом для украшения праздничного стола. Как приятно отведать в холодное зимнее время маринованных грибов с картофелем или квашеной капусты, приправленной растительным маслом, помидоров, консервированных в собственном соку. Не отказывайте себе и домочадцам в таком удовольствии, учитесь готовить запасы на зиму.

Способы консервирования

Для приготовления консервов из овощей, фруктов, ягод или грибов обычно используются посуда, инструменты и приспособления, которые, как правило, есть на кухне каждой хозяйки. Если какого-то из перечисленных ниже инструментов у вас нет, вы всегда можете найти ему замену.

Так, начинающему или опытной хозяйке нужно иметь в своем арсенале:

- ножи из нержавеющей стали для чистки плодов от кожицы и их нарезки;
- устройство для удаления косточек из вишен или черешен;
- кастрюля с сеткой для бланширования (можно использовать решетку соковарки);

- щипцы для извлечения банок из стерилизатора;
- щипцы из нержавеющей стали или никелированные для извлечения стерилизованных крышек;
- бытовые весы;
- эмалированные кастрюли и тазы, дуршлаг;
- сито (волосяное или из нержавеющей стали), марля;
- чайник, закаточная машинка, кухонные доски (2 шт.);
- деревянная или металлическая решетка, укладываемая на дно стерилизатора;
- термометр со шкалой до 150 °С;
- шумовка, соковыжималка или пресс, соковарка.



Стерилизация

Стеклянные банки и бутылки лучше всего подходят для консервирования. Они должны быть без каких-то видимых повреждений, сколов, трещин, деформирования. Постучите по банке деревянной палочкой — поврежденная посуда будет иметь глухой и дребезжащий звук.

Банки перед закатыванием необходимо простерилизовать, так как проникновение бактерий грозит вздутием крышки или заплесневением, и наши труды пропадут даром. Поэтому к процессу стерилизации необходимо относиться крайне ответственно. Мыть банки лучше всего обычной пищевой

содой. Она хорошо удаляет практически любое загрязнение со стекла, легко смывается и безвредна. Перед консервированием банки тщательно моют. Для этого их замачивают в растворе кальцинированной соды (на 1 л воды 1 чайная ложка соды) на 30 минут и более в зависимости от загрязнения. После этого банки ополаскивают холодной водой и моют мочалкой или волосяным ершом с мылом или с пищевой содой. Вторично банки ополаскивают чистой (желательно горячей) водой и ставят горлышком вниз для стекания воды.

Вымытые банки стерилизуются. Сделать это можно несколькими способами:

В микроволновке

Этим способом удобно стерилизовать небольшие банки. Стерилизация

проводится на максимальной мощности 30–60 секунд.

В духовке

Этот способ подходит для банок всех видов и размеров. Поставьте вымытые банки на противень, который нужно предварительно выстлать мокрым полотенцем и поставьте в холодную духовку. Разогрейте духовку до 180 °С и оставьте банки на 10–15 минут.

Паром

Этот способ хорош своей простотой. Для такой стерилизации нужна вода и емкость для ее кипячения. Это может быть чайник или кастрюля со специальным металлическим кольцом для стерилизации (в продаже можно найти кольца для стерилизации одной или трех банок).

Стерилизация банок паром



2 Наполните кастрюлю водой на $\frac{1}{5}$, поставьте на плиту и дождитесь закипания. Наденьте банку на кастрюлю, используя кольцо для стерилизации.

1 Перед началом стерилизации проверьте, насколько размер кастрюли приспособлен для банок. Подберите оптимальный размер банок или приобретите специальное кольцо для стерилизации с выемкой под горловину банки.



3 Когда необходимое для стерилизации время истечет, снимите банку при помощи прихваток или кухонного полотенца и поставьте, не переворачивая, горлышком вниз на чистое полотенце и не трогайте вплоть до использования. Прodelайте ту же процедуру со всеми банками.



4 Непосредственно перед укладкой консерваций в уже стерилизованную банку убедитесь, что банка полностью сухая.

Сразу после закатки переверните банки крышкой вниз, для проверки герметичности закатки.



Время стерилизации конкретной банки нужного объема рассчитывайте исходя из того, что 3-литровую банку стерилизуют 25–30 минут; литровую — 15–20 минут.



Стерилизация крышек

Для полного исключения взаимодействия бактерий с готовой консервацией необходимо простерилизовать крышки. Процесс достаточно прост:

1 В кастрюлю положите крышки, залейте их водой и кипятите около 5 минут.

2 Непосредственно перед закаткой выньте крышку щипцами, не допуская контакта крышки ни с чем, кроме горлышка закатываемой банки. Точно приложите крышку к банке. Затем закатайте ее.



Способов сохранения продуктов впрок великое множество. Это сушка, засолка, маринование, квашение, мочение, варка, охлаждение и заморозка, стерилизация, вяление и многое другое. На некоторых из них остановимся подробнее.

Сушка является одним из давно известных способов сохранения пищевых продуктов. Она заключается в почти полном удалении влаги из продукта. Сушат грибы, зелень, некоторые виды овощей и корнеплодов, фрукты, бобовые культуры.

Методами соления и квашения сохраняют овощи, некоторые фрукты и ягоды. Процесс основан на консервирующем действии молочной кислоты в присутствии поваренной соли. Последняя значительно снижает развитие и активность нежелательных бактерий

и способствует жизнедеятельности молочнокислых бактерий, которые образуют молочную кислоту.

При мочении к продукту добавляют сахар, чтобы обеспечить быстрое накопление молочной кислоты. Соль в этом случае не кладут. Наиболее благоприятна для развития молочнокислых бактерий температура 15–22 °С. Этот способ используют для фруктов и овощей.

Консервирование свежих плодов и овощей с применением уксусной кислоты называют маринованием. Маринование подходит практически для всех видов овощей и грибов.

Свежие ягоды и фрукты консервируют с добавлением большого количества сахара. Так делают варенье, джем, повидло, желе и др. Известны рецепты варки варенья и из некоторых видов овощей.

Подготовка сырья

Перед консервированием овощи, зелень, ягоды или фрукты нужно тщательно перебрать, отсортировать по размерам, зрелости и цвету. Для консервирования используются только здоровые, свежие плоды или ягоды. Отбраковывают сырье с видимыми механическими повреждениями, червоточинами, следами плесени или гнили.

Для предотвращения порчи консервов необходимо:

- тщательно мыть продукты перед консервированием в холодной проточной воде;
- строго соблюдать технологию консервирования, особенно время стерилизации или пастеризации;
- обеспечивать герметичность тары;
- соблюдать температурный режим при хранении.



Зелень переберите, удалите сухие и испорченные веточки, обрежьте корни, если есть. Затем с зелени хорошенько стряхните воду или просушите на бумажных или тканевых полотенцах.

Овощи подготавливают в соответствии со спецификой плода — корнеплоды (морковь, свекла, хрен, пастернак и т. п.) моют в проточной воде щеткой, очищают от кожицы. Огурцы моют в холодной воде, далее действуют в соответствии с рецептом. Кабачки, баклажаны, цукини и патиссоны также моют в холодной воде с помощью чистой тряпицы или губки.

Фрукты и ягоды требуют более бережного к себе отношения. Мягкокожие и мелкие ягоды и фрукты помещают в дуршлаг и промывают под краном, слегка встряхивая. Затем дают стечь воде и сразу же используют для консервации. Нельзя оставлять намоченные ягоды — они сразу начинают портиться. Крупные фрукты моют в проточной холодной воде руками или подручными средствами (тряпицей, щеткой, губкой). Обтирают или дают стечь воде, после чего используют по назначению.





Закуски и салаты



Баклажаны с чесноком

с. 14



Икра из баклажанов с овощами

с. 20



Овощная солянка

с. 32

и еще 6 рецептов

Баклажаны с чесноком



**6
банок**

**1,5
часа**

3 кг баклажанов
250 мл подсолнечного масла
1 головка чеснока
1 пучок зелени петрушки
1 ч. л. соли без горки

Чеснок выбирайте свежий, хорошо вызревший. Молодой чеснок менее ароматный и пикантный. Головка должна быть без повреждений, не испорченная, в плотной светлой оболочке.

Баклажаны подбирайте не очень крупные, диаметром до 5–6 см. Такие баклажаны, нарезанные кружочками, будут красиво выглядеть на тарелке.

Растительное масло возьмите нерафинированное, без отдушек и ароматизаторов, только самого высокого качества.

1 Среднего размера баклажаны промойте, нарежьте кружочками, обжарьте в подсолнечном масле с двух сторон до румяного цвета.

2 Отдельно в мисочке растолките чеснок с солью и зеленью петрушки.

3 Каждый кружочек баклажанов с двух сторон обмакните в приготовленную смесь и плотно уложите в банки слоями.

4 Сверху залейте баклажаны горячим подсолнечным маслом так, чтобы они были полностью покрыты.

5 Укупорьте сухими, заранее прокипяченными железными крышками.

6 Храните в прохладном темном месте.

Эта закуска станет приятным дополнением к мясным блюдам. Она украсит и традиционное застолье, и праздничный обед.





Острые баклажаны



10
банок

3
часа

5 кг баклажанов
200 мл растительного масла
соль

Для заливки:

0,5 л растительного масла
400 мл 9%-го уксуса
8 ст. л. сахара
3 ст. л. соли
2–3 измельченных стручка
жгучего перца
1 стакан очищенного чеснока

1 Баклажаны очистите от кожуры и разрежьте вдоль на 4 части. Посолите и оставьте на 2 часа.

2 Через 2 часа промойте баклажаны в холодной воде, слегка обсушите кухонным полотенцем и обжарьте на растительном масле.

3 Обжаренные баклажаны сразу выкладывайте в сухие стерилизованные банки.

4 Жгучий перец и чеснок пропустите через мясорубку, добавьте остальные ингредиенты заливки, прокипятите.

5 Добавьте заливку в банки с баклажанами, укупорьте их прокипяченными крышками.

Острые баклажаны хорошо тонизируют организм, улучшают аппетит. Не рекомендуется употреблять людям с высоким давлением, расстройствами пищеварения и детям.

Чтобы при обжарке баклажаны

впитывали меньше масла, их можно опустить на некоторое время в подсоленную воду. На 1 л холодной воды возьмите 2–3 чайные ложки соли. Или бланшируйте баклажаны 2–3 минуты и быстро охладите под струей воды. На 1 л воды возьмите 1 чайную ложку соли. Далее следуйте рецепту.

Бланширование (от фр. blanchir) — кратковременная обработка продукта кипятком или паром.