

Инна Метельская-Шереметьева

# БОЛЬШАЯ КНИГА ЗАГОТОВОК

от классических  
до экзотических



ХЛЕБ\*СОЛЬ®

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

Москва

УДК 641.55  
ББК 36.997  
М54

## Метельская-Шереметьева, Инна.

М54 Большая книга заготовок от классических до экзотических / Инна Метельская-Шереметьева. — Москва : Эксмо, 2026. — 256 с. : цв. ил. — (Кулинарное открытие).

В книге собраны лучшие рецепты заготовок Инны Метельской-Шереметьевой — кулинара, которому доверяли тысячи хозяек.

Ее подход прост и точен: сохранить вкус лета, не потеряв пользу и натуральность продуктов. Каждое блюдо — выверенное, доступное и рассчитанное на отличный результат.

«Большая книга заготовок» станет надежным помощником на кухне — простые в приготовлении, эти рецепты наверняка покорают ваше сердце, а некоторые из них определенно войдут в копилку любимых семейных, и когда-нибудь по ним будут готовить ваши дочки и внуки.

УДК 641.55  
ББК 36.997

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

16+

Издание для досуга

КУЛИНАРНОЕ ОТКРЫТИЕ

Метельская-Шереметьева Инна

## БОЛЬШАЯ КНИГА ЗАГОТОВОК ОТ КЛАССИЧЕСКИХ ДО ЭКЗОТИЧЕСКИХ

Иллюстрации *Д. Хиль*

Страна происхождения: Российская Федерация  
Шығарушы ел: Ресей Федерациясы

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*  
Руководитель направления *Т. Сова*  
Зам. руководителя направления *А. Братушева*  
Ответственный редактор *С. Ильичева*  
Художественный редактор *Г. Булгакова*  
Редактор *О. Ивенская*  
Координатор проекта *В. Жутина*  
Компьютерная верстка *С. Туркина*  
Корректор *М. Мазалова*

ООО «Издательство «Эксмо»  
123308, Россия, г. Москва, ул. Зорге, д. 1, стр. 1, эт. 20, каб. 2013. Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Финдируж: «Издательство «Эксмо» ЖШК  
123308, Ресей, Мәскеу қаласы, Зорге көшесі, 1-үй, 1-құрылыс, 20 қабат, 2013-каб.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86. Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин : [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

Интернет-магазин : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Интернет-дуken : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасына импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

ТОО РДЦ Алматы, Алматы, ул. Домбровского, 3-а, литер Б, офис 1.

Дистрибутор және Қазақстан Республикасында өнімге шағымдар

қабылдау жөніндегі екіл: «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92. E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»:

[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін растау

туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады: <http://eksmo.ru/certification/>

Произведено в Российской Федерации

Ресей Федерациясында өндiрiлген

Сертификаттауға жатпайды

Дата изготовления / Подписано в печать 07.04.2026.

Формат 60x90<sup>1/16</sup>. Печать офсетная. Усл. печ. л. 16,0.

Тираж экз. Заказ



eksmo.ru

Официальный интернет-магазин издательства «Эксмо»



Хочешь стать автором «Эксмо»?



ЧИТАЙТЕ И СЛУШАЙТЕ в Литресе

ХЛЕБ\*СОЛЬ  
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ  
breadsalt.publisher

ТЕРИТОРИЯ  
КНИЖНЫЙ МАГАЗИН  
Официальная франшиза  
издательства «Эксмо»



ЧИТАЙ • ГОРОД

ISBN 978-5-04-244035-9



9 785042 440359

ISBN 978-5-04-244035-9

© Инна Метельская-Шереметьева, текст, 2018

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

*Автор выражает сердечную  
признательность и от всей души  
благодарит: Сусанну Аникитину-Юнгблюд,  
Светлану Ащеулову, Анастасию Бавылкину,  
Надежду Кузнецову-Заворотнюк,  
Елену Деркачеву, Светлану Печенкину,  
Августа Ландмессера и Виталия Лифар.*



# Содержание

Введение . . . . . 14

## ЛЮБИМЫЕ ОВОЩНЫЕ ЗАГОТОВКИ

Огурцы соленые деревенские . . . . . 27

Огурцы фирменные, «Метельские» . . . . . 28

Камышинские огурчики. . . . . 30

Огурцы с красной смородиной . . . . . 31

Огурцы с красной смородиной  
(вариант моей подруги) . . . . . 33

Огурцы в томате по-лигурийски. . . . . 34

Французские огурцы для всего . . . . . 35

Огурчики с чесноком «Монастырские» . . . . . 37

Огурчики в водочном маринаде . . . . . 38

Огурчики «Заводские болгарские» . . . . . 40

Маринованные огурцы с перцем . . . . . 41

Маринованные огурчики «Без хлопот». . . . . 42

Огурцы по-чешски со сладким перцем. . . . . 44

Огурчики или кабачки хрустящие. . . . . 46

Салат на зиму «Луховицкий». . . . . 47

Салат «Нежинский» . . . . . 48



Салат «Нежинский» (вариант моей подруги) . . . . .	49
Помидоры наши с мамой фирменные . . . . .	50
Помидоры от Бенедикт . . . . .	52
Соленые помидоры «Бабушкины пустые» . . . . .	53
Маринованные помидоры сладко-острые . . . . .	54
Самые вкусные помидоры-«сливки» . . . . .	56
Помидоры с вкусным рассолом «Соседкины» . . . . .	57
Помидоры, консервированные половинками . . . . .	58
Помидоры «Страна Советов» . . . . .	60
«Значка» . . . . .	61
Помидоры по-корейски . . . . .	62
Помидоры десертные чесночные . . . . .	63
Помидоры в яблочном соке. . . . .	64
Помидоры, консервированные с виноградом. . . . .	65
Помидоры в яблочно-виноградном соке. . . . .	66
Помидоры в желе. . . . .	68
Астраханские зеленые помидоры . . . . .	69
Зеленые соленые помидоры «Черемушкинский рынок» . . . . .	70
Белые (зеленые) соленые помидоры по-кавказски . . . . .	72
Вяленые помидоры . . . . .	73
Марсельские вяленые помидоры . . . . .	74
Острая закуска из помидоров и кабачка . . . . .	76
Помидоры с баклажанами . . . . .	77
Баклажаны в томатах . . . . .	79



Баклажаны с помидорами и перцем . . . . .	80
Баклажаны в заливке . . . . .	82
Баклажаны «Гарде» . . . . .	83
Баклажаны с капустой . . . . .	84
Баклажаны по-корейски . . . . .	85
Баклажаны по-татарски . . . . .	87
Баклажаны по-аджарски . . . . .	88
Баклажаны в аджике острые . . . . .	89
Баклажаны «Грибная ножка» . . . . .	90
Соте из баклажанов . . . . .	91
Фондю из баклажанов . . . . .	92
Баклажанная икра по-молдавски . . . . .	94
Проверенный рецепт кабачков . . . . .	95
Кабачки украинские . . . . .	97
Кабачки в томатном соусе . . . . .	98
Капуста лепестками . . . . .	99
Сладкая капуста . . . . .	100
Овощное ассорти . . . . .	101
«Десяточка» . . . . .	103
Овощи по-кубански . . . . .	104
Традиционные французские пикули . . . . .	105
Лионский суп . . . . .	107
Салат «Осенний» . . . . .	109
Салат «Подмосковный» . . . . .	110

Салат из перца и помидоров в медовой заливке . . .	111
Маринованный сладкий перец. . . . .	112
Перцы маринованные по-днепропетровски. . . . .	114
Лечо классическое . . . . .	115
Лечо «Солнечное» . . . . .	116
Лечо балтийское . . . . .	118
Закуска «Балатон» . . . . .	120
Салат из кабачков «Донской». . . . .	121
Салат «Мелитопольский» . . . . .	122
«Просто салат!» . . . . .	123
Салат «Черкесский» . . . . .	125
Салат «Польский» . . . . .	127
Салат «Обалденный». . . . .	128
Салат с рисом «Школьный». . . . .	129
Цветная капуста с томатами . . . . .	130
Салат фасолевым, любимый . . . . .	131
Фасоль в томатном соусе . . . . .	132
Паштет из моркови и яблок на зиму . . . . .	133
Айвар . . . . .	135
Сальса роха (красный соус). . . . .	136
Соус «Аппетитка» . . . . .	137
Соус сацебели из томатов . . . . .	138
Томатный соус «Докторский» . . . . .	139
«Тещин язык» . . . . .	141





Кетчуп оригинальный детский . . . . .	142
Сырая аджика . . . . .	143
Аджика с яблоками (Дусина). . . . .	144
«Зверобой». . . . .	145
«Хренодер». . . . .	146
Прованский соус . . . . .	147
Килька с овощами . . . . .	149

### ЭКЗОТИКА

Джем из перца чили . . . . .	155
Итальянский джем из свеклы . . . . .	157
Варенье из зеленых помидоров . . . . .	158
Лимоны с чесноком . . . . .	159
Маринованный французский лучок . . . . .	160
Чесночное «Бомба-конфи» . . . . .	162
Конфитюр «Пти сек» из баклажанов и шоколада. . .	163
Парижская «тушенка» с баклажанами и цыпленком .	164
Соус из фейхоа типа ткемали. . . . .	166
Китайский сливовый соус . . . . .	168
Имбирная подливка . . . . .	169
Импортозамещенные «оливки» из слив . . . . .	170
Квашенные в арбузе овощи и фрукты . . . . .	172
Квашеные арбузы. . . . .	174
Консервированные арбузы . . . . .	176



Апельсиново-кабачковая «обманка» . . . . .	176
Морковно-лимонное варенье . . . . .	178
«Мохито-стайл». . . . .	179
«Сливы-имбирь-шоколад» . . . . .	180
Варенье из слив с коньяком и шоколадом . . . . .	181
Легендарная «Шишка». . . . .	183
Одуванчиковый мед . . . . .	184
«Сиреневое чудо». . . . .	185

#### АССОРТИ «ФАНТАСМАГОРИЯ»

Вишня, фаршированная кедровым орехом . . . . .	187
Смесь персиков, яблок и лимона . . . . .	188
Кальвадос из яблок . . . . .	189

#### КОНСЕРВИРУЕМ ФРУКТЫ И ЯГОДЫ

Моченые яблоки . . . . .	192
Старорусское яблочное варенье . . . . .	195
Яблочный джем «Маша попросила» . . . . .	196
Яблочное конфи . . . . .	197
Удивительные яблоки . . . . .	198
Варенье из ранеток . . . . .	199
Компот «Ассорти» . . . . .	201
«Неженка» из яблок со сгущенкой. . . . .	202
«Неженка» с грушами . . . . .	204



Варенье яблочно-тыквенное «Бархатный сезон» . . .	205
Джем «Цвите терен» . . . . .	206
Грушевое повидло . . . . .	208
Грушевое варенье с хитростью. . . . .	210
«Грушевый фейерверк» . . . . .	212
«Грушево-виноградный джаз». . . . .	213
Вкусное абрикосовое варенье . . . . .	215
Абрикосовое варенье с секретом . . . . .	216
Абрикосовый джем . . . . .	217
Джем абрикосовый с лавандой. . . . .	218
Варенье из любых слив . . . . .	219
Сливовый джем. . . . .	220
Джем из алычи . . . . .	221
Варенье персиковое «Курортное» . . . . .	222
Джем из персиков с кожицей. . . . .	223
Лимонное варенье . . . . .	224
Дынно-лимонный конфитюр. . . . .	225
Варенье из дыни с инжиром . . . . .	226
Варенье из винограда и грецкого ореха . . . . .	228
Фруктовые сыры . . . . .	230
Вишневая «ароматка» . . . . .	231
Компот вишневый застольный . . . . .	232
Клубничное варенье «Кубанское». . . . .	233
Клубничное варенье по-киевски . . . . .	235

Клубника «Те кьеро» . . . . .	236
Земляничный взвар десертный . . . . .	237
Имбирное варенье из смородины . . . . .	238
Смородиновый джем . . . . .	239
Джем смородиновый «Московский» . . . . .	240
Джем «Рубинчик алый» . . . . .	242
Варенье «Чехов» . . . . .	243
Варенье «Царское» из крыжовника с орехами . . . . .	245
Варенье «Царское» из крыжовника по-украински . . . . .	247
Малиновая «пятиминутка» . . . . .	248
Малиновое пуше . . . . .	249
Малина с орехами в стиле «Гарде» . . . . .	250
Варенье из ежевики . . . . .	251
Варенье из брусники с пряностями . . . . .	252
«Дедулина облепиха» . . . . .	253





## Введение

Каждая приличная книга должна начинаться с введения. Зачем? Ну как же! А как иначе вы поймете, что не зря потратили свои деньги и приобрели то, что принесет пользу вам, вашим близким, вашим детям, а то и внукам с правнуками.

Я постараюсь написать эту книгу так, чтобы вам не было стыдно за потраченные в книжном магазине средства.

Агитировать кого-то запастись летом свежие овощи и фрукты, наверное, нынче не модно, да и не актуально. Это в период молодости наших мам и бабушек мы жили по принципу «как летом потопашь, так зимой полопашь». Сегодня же в супермаркетах круглый год есть свежие огурчики и помидоры, хрустящие яблоки и диковинные (в мороз-то) ежевика и малина.

И тем не менее даже жители тех стран, где лето круглый год, запасают дары природы впрок. Зачем? Ну, во-первых, это очень вкусно. А во-вторых, в нашем климате существует такое понятие как «сезонность» овощей и фруктов. То есть существует период, когда они наиболее вкусны, натуральны, богаты всевозможными витаминами и приносят нам не только вкусовое удовольствие, но и реальную пользу.

Сейчас я коротенько перечислю вам всю ту красоту, которая содержится в сезонных плодах и напроочь отсутствует в урожае «дозревающим», парафиново-глянцевом, картинно красивом, но при этом картонно-безвкусном. А выводы вы сделаете сами. Надеюсь, убеждать вас в пользе витаминов мне не нужно? Сегодня все у нас чудесно образованы и медицински подкованы.

Готовы? Поехали!

Количество витаминов буду указывать в миллиграммах на 100 граммов продукта.



- ✓ **Баклажаны:** витамин С — 15 мг
- ✓ **Брюква:** витамин С — 30 мг
- ✓ **Горошек зеленый:** каротин — 1 мг, витамин С — 25 мг
- ✓ **Кабачки:** витамин С — 15 мг
- ✓ **Капуста белокочанная:** витамины В<sub>1</sub> — 0,06 мг, В<sub>2</sub> — 0,05 мг, С — 30 мг
- ✓ **Капуста краснокочанная:** витамин С — 50 мг
- ✓ **Капуста цветная:** витамин С — 70 мг
- ✓ **Лук зеленый (перо):** каротин — 6 мг, витамин С — 10 мг
- ✓ **Морковь:** каротин — 9 мг, витамины В<sub>1</sub> — 0,6 мг, В<sub>2</sub> — 0,6 мг, С — 5 мг, РР — 0,4 мг
- ✓ **Перец сладкий (красного цвета):** каротин — 10 мг, витамин С — 250 мг
- ✓ **Петрушка (зелень):** каротин — 10 мг, витамин С — 150 мг



- ✓ **Помидоры красные:** каротин — 2 мг, витамин С — 40 мг
- ✓ **Свекла красная:** витамин С — 10 мг
- ✓ **Укроп (зелень):** витамин С — 140 мг
- ✓ **Хрен (корень):** витамин С — 200 мг
- ✓ **Шпинат:** каротин 5 мг, витамин С — 50 мг
- ✓ **Абрикосы:** каротин — 2 мг, витамин С — 7 мг
- ✓ **Виноград:** витамин С — 3 мг
- ✓ **Вишня:** каротин — 0,3 мг, витамин С — 15 мг
- ✓ **Груша:** витамин С — 4 мг
- ✓ **Клубника:** витамин С — 60 мг
- ✓ **Кизил:** витамин С — 50 мг
- ✓ **Клюква:** витамин С — 10 мг
- ✓ **Крыжовник:** каротин — 0,4 мг, витамин С — 40 мг
- ✓ **Малина:** каротин — 0,3 мг, витамин С — 30 мг
- ✓ **Орех грецкий зеленый:** витамин С — 1200 мг
- ✓ **Персики:** каротин — 8 мг, витамин С — 50 мг
- ✓ **Слива:** каротин — 0,1 мг, витамин С — 5 мг
- ✓ **Смородина красная:** витамин С — 30 мг

- ✓ **Смородина черная:** витамин С — 300 мг
- ✓ **Яблоки летние:** витамин С — 7 мг
- ✓ **Яблоки антоновка:** витамин С — 30 мг



Все эти данные я взяла из «Таблиц химического состава и питательной ценности пищевых продуктов», Медгиз, М., 1954 г. Совершенно не случайно.

Меня действительно больше всего волновали (среди прочих) единицы каротина и витамина С, то есть те полезные «стройматериалы», без которых наш организм засбоит, а то и вовсе сдаст. И они, как это часто бывает, как раз и содержатся в овощах и фруктах больше, чем в любом ином пищевом продукте.

Вот их-то мы и должны бережно сохранить, законсервировав на зиму.

Современная медицина считает, что витамины (особенно витамин С) разрушаются при консервации. Неправда! Если вы не станете хранить очищенные и нарезанные овощи дольше 30 минут до термообработки, не будете пользоваться медной или поврежденной эмалированной посудой, не станете «томить» вашу консервацию часами, то от 60 до 95% витаминов прямым ходом отправятся в банку, а потом к вам на стол, целенькими и невредимыми! Просто нужно все продумывать заранее, а работать споро, примерно так, как управлялись на кухнях наши бабушки!



Кстати, вы обратили внимание на то, какие фрукты и овощи содержат максимальное количество витамина С? Обязательно вводите их в свой рацион, не игнорируйте резкий привкус хрена или забористый дух укропа. Это, безусловно, не самые «деликатные» добавки, но зато какие полезные!

Теперь пару слов о том, как добиться того, чтобы ваши консервы радовали глаз, вкусовые рецепторы и чувство собственной значимости (хорошо знакомое каждой домовитой хозяйке) не только в процессе приготовления, когда мы выставляем баночки в ряд, фотографируем их с чувством глубокого удовлетворения и выкладываем картинку в социальных сетях, но и зимой, когда мы эти баночки с полок достаем...

Конечно же, нужно просто соблюдать правила гигиены. И не какие-то там хирургически-стерильные, а обычные, которые под силу любой из нас.

Бабушка научила меня давным-давно, что тару для консервирования нужно мыть исключительно питьевой содой (при сильном загрязнении — пару раз) и обваривать кипятком. Сверхбдительная мама открыла для себя «баунти» — СВЧ-печь — и теперь, промыв банки с содой и ополоснув их кипятком, она еще и ставит их в микроволновку на пару минут. Я, признаюсь честно, обхожусь или одним, или другим способом: или сода с кипятком, или кипяток с СВЧ-печкой. Просто в моей семье мы консервируем много, часто, а времени на все не хватает... Но еще ни разу (тьфу-тьфу-тьфу) не было такого, что-

бы банки взорвались или содержимое испортилось. Мне кажется более важным тщательно промыть все овощи и фрукты, и уж, конечно, я не использую никаких (точнее, НИКАКИХ) синтетических моющих средств вроде обезжиривателей или даже хозяйственного мыла.

Алгоритм моей работы на кухне при консервировании предельно прост.

Всю посуду (тару) вместе с крышками замачиваю в горячей воде в тазу или в чистой воде в ванне. Тридцати минут достаточно.

Каждую банку и крышку промываю с содой и ополаскиваю сначала водой, потом кипятком.

Банки ставлю горлышком вниз на чистую пленку или полотенце.

Крышки (на всякий случай) еще дополнительно кипячу пару минут в ковшике.

Все! Можно работать. Только подготовьте для тары какое-то такое место на кухне, где бы она спокойно сохла и не мешала вам. Ну и вы в процессе подготовки фруктов-овощей не хватали бы ее, отодвигая, грязными руками.

Забыла упомянуть еще один момент... Если у вас банки стоят у кондиционера или просто на сквозняке, то перед наполнением их кипящим рассолом или вареньем обдайте банку снаружи кипятком. В противном случае она может лопнуть от перепада температур. Чего там греха таить, пару раз в моей жизни подобные казусы приключались. Ну и, с той же целью, никогда не держите банку просто руками, на весу. Поставьте ее в какую-нибудь миску, на





тряпочку или на бумажную салфетку: даже если банка лопнет, вы не обожжетесь.

Теперь буквально пару слов о подготовке сырья к консервированию.

Как я уже говорила, все мы сейчас чрезвычайно занятые люди. Помимо дома и работы (что было в жизни и наших бабушек тоже), у нас появились, точнее, вычеркнулись из жизни долгие минуты и часы пребывания в общественном транспорте. Для жителей мегаполисов это проблема сверхактуальна. А еще в нашей жизни возникли интернет и интересное телевидение (что для середины прошлого века было совсем не характерно). Да и почитать нам хочется, и уроки с детьми сделать, и в развивающую студию ребенка отвести... Так как тут выкроить время еще и на консервирование?

Не волнуйтесь! Всё успеем. Секретов тут немного, но они есть.

Убегая на работу, просто замочите все продукты, которые собираетесь законсервировать, в большом объеме холодной воды. Мало того, что для многих из них такая «ванна» показана рецептурно (для тех же огурцов, например), так вы еще сократите время на их последующую мойку. Ну, и выглядеть зелень, или ягоды, или плоды, принявшие в течение 6–8 часов ледяную купель, будут аппетитнее. Этот способ не подходит только для перезревших мягких ягод (клубники или малины), но, честно говоря, перезревшую клубнику я вообще стараюсь не покупать и не готовить...

После «принятия ванны» ваши овощи и фрукты будут готовы к вторичной и спорой мойке в тазу или ведре. Кстати, тогда же произойдет и их отбраковка и сортировка. Заранее я ничего не сортирую. Это лишняя процедура, которая просто отнимает время. Но сортировать плоды нужно! Ведь если вы не являетесь счастливым обладателем сада-огорода на шести сотках, то, скорее всего, покупаете летом все на рынках и в супермаркетах, если цена подходящая? А как выкладывает товар продавец? Правильно — красоту наверх, остальное поглубже. Вот и может оказаться так, что, принеся домой пару ящичков клубники или абрикосов, вы обнаружите сверху «патронташ» из отборнейших плодов, а внутри — переспелые или, наоборот, совершенно зеленые «профнепригодные» образцы. Но не отчаивайтесь! На самом деле пригодно почти всё, просто для разных целей. Из перезревших мы сделаем джем, из зеленых сварим компот, ну, а самые отборные пойдут для классического образцово-показательного варенья.

Теперь нам предстоит самый ответственный этап, к которому я стараюсь привлечь всю семью. Он называется «очистка и измельчение». Почему? Да потому, что, как я сказала выше, наши «кладовые витаминов» нужно обработать максимально быстро. Неуютно им при контакте со свежим воздухом без защитной одежды, да еще и нарезанными на кусочки (поверхность соприкосновения с кислородом и окисления увеличивается многократно)! Поэтому работаем быстро и не жадничаем! Обрезаем все малоценные листочки, плодоножки, чашелистики;





удаляем косточки, зерна; вырезаем любые подозрительные, мятые или потемневшие места. Кстати, тем, кто ленится, кто считает, что с косточками вкуснее, могу сказать, что те же абрикосы или сливы без косточек существенно экономят нам тару, а значит, и место в кладовой. Нынче не царские времена, подвалов по 100 квадратных метров в современных домах не предусмотрено.

Как правильно и экономно очистить фрукты? Айву, яблоки и груши чистим, разрезаем на половинки или четвертинки и удаляем семенники. Если требуется более мелкая нарезка — режем на четвертинки. Все нарезанные плоды тут же опускаем в кастрюлю или эмалированное ведро с холодной водой. Сливы и вишню, а также (в некоторых случаях) абрикосы и персики можно на пару минут после удаления косточек опустить в кипящую воду в дуршлаге. Наша задача — добиться получения микросетки на кожуре, которая не даст кожице грубо повредиться при последующей варке варенья или компота. Кстати, я частенько бланширую и яблоки, и груши, и, конечно, айву. Но цель в этом случае у меня иная — уменьшение объема плодовой массы: я могу использовать тазик меньшего литража, да и количество сахара рассчитать правильнее. Айва и яблоки бланшируются чуть дольше слив: от 2 до 10 минут.

Кстати, таким же нехитрым способом, как бланширование фруктов, служит обжарка овощей. Я давно взяла себе за правило обжаривать все ингредиенты для овощных рагу, икры и ассорти. Лишняя влага при этом удаляется, водянистый привкус исчезает,