

В. Н. Куликова

# **КОНСЕРВИРОВАНИЕ ЯГОД И ФРУКТОВ**

Москва, 2017

УДК 641/642  
ББК 36.96  
К90

**Куликова, В. Н.**

К90 Консервирование ягод и фруктов / В. Н. Куликова. — М. :  
Т8RUGRAM / РИПОЛ классик, 2017. — 258 с. : табл.

ISBN 978-5-519-61122-0

Лето — пора ягод и фруктов. А о том, как много витаминов и углеводов в них содержится, известно каждому. Консервирование в домашних условиях позволяет сохранить вкус плодов и большую часть полезных веществ.

Книга, представленная вашему вниманию, содержит практические рекомендации и разнообразные оригинальные рецепты консервирования фруктов и ягод, что позволит вам и вашим близким наслаждаться вкусом лета круглый год.

Приятного аппетита!

УДК 641/642  
ББК 36.96  
ВІС WBW  
BISAC SKB015000

ISBN 978-5-519-61122-0

© Т8RUGRAM, оформление, 2017  
© ООО Группа Компаний  
«РИПОЛ классик», 2017

# ВВЕДЕНИЕ

О том, что фрукты и ягоды содержат большое количество полезных органических кислот, минеральных веществ, витаминов, углеводов (фруктоза, глюкоза и др.), известно каждому. Кроме того, сладкие дары наших садов и лесов еще и очень вкусны. К сожалению, суровый российский климат не позволяет употреблять плоды местного урожая свежими круглый год, а ведь именно они, «родные» яблоки и груши, сливы и вишни, по мнению врачей, приносят гораздо больше пользы, чем экзотические диковинки, ввозимые в нашу страну из-за далеких морей.

Теплый сезон в наших широтах короткий, и летом ягод и фруктов очень много, но портятся они быстро, а до зимы свежими лежат лишь зимние сорта яблок и груш. Тут на помощь и приходит домашнее консервирование, многие способы которого позволяют сохранить не только цвет, запах и вкус плода, но и большую часть содержащихся в нем полезных веществ.

Домашнее консервирование позволяет уберечь от порчи излишки самых разных фруктов и ягод и дает нам возможность суровой зимой, открывая очередную припасенную баночку варенья или джема, насладиться вкусом и ароматом давно ушедшего лета.

Тем, у кого есть сад, известно, что далеко не каждый сезон выдается урожайным для тех или иных плодовых культур, поэтому в один год можно вырастить, например, много абрикосов, а в другой — яблок. И не забыть вкус любимых плодов, по каким-либо причинам не удавшихся минувшим летом, позволят сделанные впрок заготовки.



# **ПРАВИЛА КОНСЕРВИРОВАНИЯ ФРУКТОВ И ЯГОД**

Порчу плодов вызывают микроорганизмы (плесени, бактерии, дрожжи), важнейшим условием существования которых является влага. При ее отсутствии микроорганизмы не могут всасывать растворенные в воде вещества. При приготовлении варенья, джемов, цукатов, мармеладов, сиропов в ягодах и фруктах остается мало влаги. Ограничивает жизнедеятельность микробов и высокая концентрация сахара, характерная для этих блюд.

Микроорганизмы погибают при сильном нагревании продукта в процессе стерилизации. Чтобы микробы вновь не развились при охлаждении блюда, его необходимо поместить в консервную банку и герметично укупорить. В таком случае в продукт уже не попадет воздух, способствующий развитию бактерий.

## **ВАРЕНЬЕ**

Варенье представляет собой продукт, приготовленный из цельных или нарезанных ломтиками ягод или фруктов, сваренных в сахарном сиропе до густой прозрачной массы. Но при этом плоды обязательно

должны сохранить свою форму. После охлаждения варенья сироп в нем не желирует, что характерно, например, для джема, и плоды без труда отделяются от него.

Для варенья можно использовать любые ягоды и фрукты, однако, чтобы блюдо получилось вкусным, очень важно соблюсти правильное соотношение в плодах сахаров и кислот. Немалое значение имеет и количество ароматических веществ, которые переходят из сырья в готовый продукт.

Для варенья желательно использовать зрелые ягоды и фрукты правильной формы. Недозрелые плоды не так вкусны и ароматны, как спелые, а кроме того, они еще и сморщиваются при варке. Но есть у незрелых плодов одно очень ценное качество — они богаты пектинами, вызывающими желирование сиропа. А вот перезрелые ягоды и фрукты для варенья совершенно не годятся, так как они почти мгновенно развариваются и теряют форму.

Для приготовления варенья используйте здоровые целые плоды, не затронутые болезнями и не поврежденные вредителями. Битые, мятые, перезрелые либо недозрелые фрукты и ягоды после специальной обработки можно использовать для пюре, джема, мусса, сока.

Собирать плоды нужно в день варки, в сухую ясную погоду, после того как сойдет роса.

После сбора рассортируйте фрукты и ягоды. Предназначенные для варенья плоды должны быть одинаковой зрелости. Промойте их в холодной проточной воде. Ягоды, имеющие нежную структуру (малина, земляни-

ка), если они не были загрязнены, можно не мыть. Загрязненные нежные ягоды мойте в течение 1–2 минут в дуршлаге или под душем, погружая их в воду несколько раз. Затем подержите ягоды или фрукты в решетчатой емкости, чтобы стекла вода, но не дольше 10–15 минут. После этого из вишен и слив удалите косточки, а из яблок и груш — сердцевину.

Самой подходящей тарой для варенья считаются широкие латунные тазы, которые в обиходе называют медными. Можно использовать емкости из алюминия или нержавеющей стали. Чаще всего применяются тазы объемом от 2 до 6 л с низкими бортиками.

Емкости большего объема лучше не использовать, особенно для нежных ягод, иначе они развалятся под собственной тяжестью. Кроме того, в такой посуде время варки увеличивается, что плохо отражается на вкусе и качестве продукта.

Для отстаивания варенья до следующей варки или охлаждения его перед раскладыванием в банки вполне пригодны эмалированные тазы.

Емкости для варенья должны быть идеально чистыми. Особенно тщательного ухода требуют латунные тазы. Перед каждой варкой и после нее их нужно хорошо вымыть и сполоснуть горячей водой. На поверхности таза не должно быть даже мельчайших пятен окиси меди. Если подобные участки имеются, почистите таз песком или наждачной бумагой, после чего промойте горячей водой и обсушите. Сушить такие емкости нужно на плите до полного исчезновения с них влаги.

Хранить готовое варенье рекомендуется в стеклянных банках объемом 0,5, 0,7, 1, 2 л. Можно использовать для этого и керамическую посуду, изнутри покрытую глазурью. Перед раскладыванием варенья банки тщательно вымойте водой с содой, затем ополосните кипятком, опрокиньте вверх дном, чтобы стекла вода, и просушите на плите. Они должны быть горячими и абсолютно сухими.

При приготовлении варенья очень важно правильно соблюдать количественное соотношение плодов, сахара и воды. На каждый килограмм ягод или фруктов нужно брать от 1 до 2 кг сахара (в зависимости от типа сырья и вида варенья). На 1 кг плодов может быть использовано до 500 мл воды. Если соотношение сахара и плодов правильное, фрукты и ягоды в сиропе не развалятся, а само варенье будет лучше храниться.

Для варенья вместо сахара можно использовать мед, который берется в том же количестве, что и сахар. Можно также одновременно применять сахар и мед, взяв их в равном количестве.

Перед варкой варенья из яблок, груш и некоторых других плодов желательно применить процесс бланшировки (обваривания). Это позволит плодам лучше пропитаться сиропом и сохранить форму во время варки. Особенности проведения бланшировки для тех или иных видов сырья даны в табл. 1.

Традиционно варка варенья начинается с приготовления сиропа. В зависимости от вида ягод или фруктов и способа варки варенья сироп может быть разной густоты. Твердые плоды требуют менее густого сиропа,



при этом варка продолжается дольше. Но в любом случае содержание сахара в готовом продукте не должно быть менее 68 %.

Таблица 1

**Особенности бланшировки для разных ягод и плодов**

<b>Название плодов и ягод</b>	<b>Температура (в град.)</b>	<b>Продолжительность (в мин)</b>
Вишня	80–90	1
Рябина	100	3–5
Слива	80	3–5
Крыжовник	80–90	3–5
Китайка	100	3–5
Яблоки других сортов	100	5–10
Черная смородина	100	3–5
Черешня	80–90	2–3

Вместо бланшировки можно наколоть или надрезать плоды.

В хорошем варенье сиропа и плодов одинаковое количество. Если сиропа слишком много, варенье будет недоваренным, так как плоды не успеют пропитаться и сморщатся. Если же сиропа мало, варенье получится переваренным. Для того чтобы определить нужное количество сахара, используйте табл. 2.

Сироп следует варить на ровном сильном огне. Налейте в таз нужное количество воды, насыпьте отме-

ренный сахар. Сироп должен получиться прозрачным, красивым на вид. Если сахар оказался загрязненным, для осветления сиропа положите в него пищевой альбумин в соотношении 4 г на 100 г сахара либо взбитые белки 2–5 яиц. Как только сироп начнет кипеть, белок свернется и вместе с примесями и пеной поднимется на поверхность. Пену удалите шумовкой до того, как положите в сироп плоды. Затем его можно процедить через марлю, сложенную в несколько слоев.

В готовый сироп осторожно опустите плоды и распределите их равномерно. Снова поместите таз на слабый огонь. В самом начале варки, когда происходит сильное пенообразование, огонь должен быть умеренным. По окончании интенсивного формирования пены, когда сироп начинает густеть, огонь нужно прибавить. Однако и в этом случае варенье не должно сильно кипеть. Если кипение чрезмерное, можно добавить в плодовую массу 1 чайную ложку холодной кипяченой воды.

Во время варки с поверхности варенья периодически снимайте пену, помещая ее в отдельную посуду. Чтобы пена собиралась в центре таза, его нужно снять с огня и встряхнуть. Емкость для пены должна быть достаточно глубокой, в таком случае собравшийся внизу сироп можно будет снова слить в таз, в котором варится варенье. Чем меньше пены останется в варенье, тем лучше оно будет храниться.

Готовить варенье можно путем однократной или многократной варки. При непрерывной длительной однократной варке плоды, из которых вода быстро уйдет