Серия «Вкусные заготовки»

Галина Кизима
Алина Калинина

Бабушкины компоты, соки, сиропы

Москва
Издательство АСТ

УДК 641.4
ББК 36.91
К 38

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.

Использованы иллюстрации из фотобанка Shutterstock.com

Кизима, Галина Александровна.

К38 Бабушкины компоты, соки, сиропы. / Г.А. Кизима, А.В. Калинина. — Москва: Издательство АСТ, 2017 — 128 с. — Вкусные заготовки).

ISBN 978-5-17-104116-8

Один из самых простых и быстрых способов переработки урожая – приготовление соков, сиропов и компотов, а также прочих безалкогольных и «градусных» напитков впрок. Самые интересные рецепты из своих кулинарных коллекций, собранных за много лет, представляют в этой книге два известных автора из Санкт-Петербурга. Галина Кизима, садовод с 55-летним стажем, делится рецептами, которые опробовала сама и узнала от своих коллег-дачников на выставках и в клубе садоводов. А Виктория Рошаль собрала для вас рецепты напитков, в которых нет ни грамма сахара, что наверняка оценят приверженцы здорового питания.

ISBN 978-5-17-104116-8

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

СИРОПЫ

Сиропы готовят из натуральных плодово-ягодных соков, уваренных с сахаром, с добавлением лимонной кислоты и ароматических веществ. Самые вкусные сиропы получаются из клубники, малины, вишни, кизила и др.

Если сироп пьют через соломинку или трубочку, то его надо разбавлять газированной или обыкновенной водой, подкисленной лимонным соком или лимонной кислотой. Сиропы можно использовать также для заливки различных сладких изделий — булочек, пышек, кремов, киселей, молочных каш, особенно рисовой, суфле и т.д.— это обогащает, ароматизирует и улучшает их вкус.

Готовить сиропы и экстракты можно как горячим (путем варки), так и холодным способом. Например, для приготовления сиропов путем варки надо отобрать здоровые, красивые, спелые плоды, тщательно промыть в холодной воде, а затем выделить из них сок. В зависимости от плодов можно применять различные способы получения сока. Соку дать отстояться, процедить через марлю, чтобы он стал совершенно прозрачным, поставить на медленный огонь, нагреть, но пока не кипятить, и добавить сахар (на 700 мл сока — 1,5 кг сахара). Варить на слабом огне, постоянно помешивая, до тех пор, пока сахар полностью не растворится. После того как сахар растворится, сироп довести до кипения и кипятить в течение 3–5 мин.

Пена, которая начинает образовываться в начале варки, не удаляется. Ее только нужно постоянно разбивать шумовкой. В конце варки, особенно если уваривается непрозрачный сок, появляется густая пена, ее надо обязательно снимать.

После 3–5-минутного кипячения в сироп добавить винную или лимонную кислоту (на килограмм сахара — 5–10 г кислоты) и варить еще несколько минут. Затем выключить и снять с огня. Горячий сироп процедить через марлю, охладить и разлить в сухие банки.

Есть еще *холодный способ* приготовления сиропа. Таким способом готовят в основном сиропы из малины, земляники, черной смородины, черники, брусники.

Приготовленный холодным способом сироп не засахаривается, он сохраняет цвет и аромат тех плодов и ягод, из которых изготовлен.

Сок отжимают из здоровых, спелых плодов, процеживают, добавляют винную или лимонную кислоту, сахар и все тщательно перемешивают до тех пор, пока сахар и кислота полностью не растворятся. Соотношение сока, сахара и кислоты рекомендуется следующее: сока — 350 мл, сахара — 650 г, кислоты (винная или лимонная) — 5–10 г (в зависимости от того, из каких плодов выжимается сок). Затем сироп процеживают и разливают в сухие бутылки.

Бутылки наполнить до основания горла, укупорить пробками и залить парафином, обмакнув ее горлышко в расплавленный парафин, или запечатать сургучом.

Хранить в сухом, прохладном месте.

Сироп из груш

Отбирают здоровые, целые спелые груши, очищают от кожицы, нарезают на мелкие кусочки и ставят варить с очень небольшим количеством воды до тех пор, пока груши не сделаются мягкими, а вода — кислой; затем отжимают плоды через марлю.

На 7 л — 800 г сахара. Сахар сначала варят в воде, оставшейся от варки груш, а потом, когда сахар окончательно растворится, вливают сок и варят до готовности.

Сироп разливают в бутылки, лучше из темного стекла. Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из яблок

Берут столько яблок, чтобы из них получилось 800 мл чистого сока. Яблоки на сок перерабатывать только здоровые, спелые, сладкие.

Яблоки очищают от кожицы, удаляют сердцевину с семечками, нарезают кусочками, засыпают сахаром (800 г), заливают водой (800 мл) и ставят на несколько минут на водяную баню. Потом жидкость остужают, процеживают, добавляют сок, выжатый из одного лимона, и столовую ложку какой-либо фруктовой воды. Готовый сироп разливают в бутылки из темного стекла и укупоривают. Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из черники

Спелые ягоды перебирают, моют в холодной воде, давят деревянной ложкой, выдерживают 1–2 ч, а затем процеживают для отделения сока. Оставшуюся пюреобразную массу отжимают и полученный сок процеживают.

На литр сока берут 2,5 кг сахара и 5 г винной или лимонной кислоты. Сироп готовят одним из описанных выше способов — холодным или с применением варки.

Готовый сироп разливают в сухие бутылки из темного стекла. Хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из вишни

Сок — 350 мл, сахар-песок — 650–700 г, винная кислота — 3 г.

Отбирают спелые, ярко окрашенные и здоровые плоды, перебирают, раздавливают и отжимают. Полученный сок процеживают через марлю.

Сироп из малины

Отбирают здоровые, спелые, даже перезрелые плоды, давят их деревянной ложкой и выдерживают 1–2 ч. Выделившийся сок отделяют от мякоти, а оставшуюся пюреобразную массу кладут в мешочек из ткани и отжимают еще сок (из килограмма малины получается 500–550 мл сока).

Полученному соку дают отстояться и процеживают через марлю. Готовый сироп хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из черешни

Сок — 350 мл, сахар-песок — 650 г, винная или лимонная кислота — 5–6 г.

Берут спелые плоды, удаляют плодоножки, моют в холодной воде и раздавливают деревянной ложкой.

Полученный сок процеживают и готовят из него сироп.

Сироп из земляники

1. Земляничный сок — 350 мл, сахар-песок — 650 г, винная кислота — 6 г.

2. Земляничный сок — 300 мл, сироп из вишни, черной смородины или черники — 50 мл (или сок 100 мл), сахар-песок — 650 г, винная кислота — 6 г.

Берут здоровые, спелые ягоды, перебирают, моют в холодной воде, давят деревянной ложкой и отжимают, а полученный сок процеживают через марлю.

Для более интенсивного цвета в сок можно добавить сок или сироп из черники, черной смородины или вишни.

Полученный сироп процеживают, охлаждают, разливают в сухие бутылки и хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из ежевики

Ежевика — 1 кг, сахар-песок — 500 г, вода — 1 стакан.

Спелые ягоды перебирают, моют, отжимают сок, добавляют сахар и воду, кипятят 5–10 мин., разливают в бутылки, укупоривают и ставят в холодное место.

Сироп из черной смородины

Спелые, здоровые ягоды обрывают с кистей, промывают в холодной воде, давят деревянной ложкой и выдерживают 1–2 дня. Сок процеживают через марлю, смешивают с сахаром (на литр сока — 2 кг сахара) и варят 10–12 мин. в эмалированной посуде (луженую посуду использовать не следует, так как в ней происходит изменение цвета сиропа), снимая пену. За несколько минут до снятия с огня добавляют 4 г винной или лимонной кислоты на литр сиропа.

Горячий сироп процеживают через марлю, охлаждают и разливают в сухие бутылки из темного стекла.

Хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из лимонов (1)

Выжимают сок из 25 лимонов, добавляют сок из 5 апельсинов, всыпают килограмм сахара, тщательно перемешивают, разливают в бутылки и плотно укупоривают. Хранят в холодном месте.

Сироп из лимонов (2)

400 мл лимонного сока процеживают, дают ему отстояться, добавляют 800 г сахара и варят на медленном огне, непрерывно помешивая, до тех пор, пока не разойдется сахар. Снимают с огня, остужают и процеживают. Хранят в темном, холодном месте.

Сироп из кизила

Спелые плоды (1 кг) моют в холодной воде, кладут в эмалированную посуду, заливают литром воды и варят до размягчения и растрескивания плодов. Затем жидкость сливают, процеживают, смешивают с сахаром (на литр жидкости — 2 кг сахара) и варят 5–6 мин. В конце варки добавляют 4–5 г винной кислоты. Горячий сироп процеживают, охлаждают и разливают в сухие бутылки из темного стекла.

Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из шиповника

Спелые, но не перезрелые плоды (2 кг) измельчают и замачивают на 1–2 дня в литре воды. Затем жидкость отделяют от плодов, процеживают, всыпают

сахар (2 кг), варят на сильном огне 4–5 мин., а потом добавляют 7–8 г винной кислоты.

Готовый сироп снимают с огня, процеживают, охлаждают, разливают в сухие бутылки из темного стекла. Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из калины

Сок калины – 1 л, сахар-песок – 2 кг, лимонная кислота – 10 г.

В сок калины всыпают сахар, нагревают до полного растворения, удаляют пену, добавляют лимонную кислоту, снова кипятят 5 мин., процеживают через марлю и разливают в бутылки. Хранят в холодном месте.

Сироп из можжевельника

Ягоды можжевельника – 1 кг, вода – 3 л.

Ягоды разминают, заливают водой, нагревают на слабом огне 2–3 ч, процеживают, охлаждают и используют для ароматизации мясных блюд и напитков.

Сироп из лепестков шиповника

Лепестки цветков шиповника – 300 г, вода – 1 л, сахар-песок – 700 г.

В воде растворяют сахар, доводят сироп до кипения. Горячим сиропом заливают лепестки шиповника и снова доводят до кипения. Настаивают 10–12 ч. в закрытой посуде.

Полученный сироп используют для ароматизации напитков, киселей и желе.

Сироп из черной бузины

Ягоды черной бузины — 1 кг, сахар-песок — 1 кг, вода — 2 стакана.

Ягоды перебирают, моют, бланшируют, заливают водой и кипятят 15–20 мин. Отжимают сок, добавляют сахар, доводят до кипения и разливают в бутылки.

Хранят в холодном месте.

Сироп из лепестков белой лилии

Сироп можно получить из готового варенья, откинув на дуршлаг лепестки.

Полученный сироп отстаивают 2–3 ч, а затем осторожно сливают с осадка в чистую кастрюлю, нагревают.

СОКИ

Сок виноградный

Способ 1 (с помощью пресса)

Руками отделить зрелые ягоды от гребня и тщательно размять. Мезгу от винограда белых сортов сразу же прессовать. У винограда красных (окрашенных) сортов красящие вещества находятся в кожице, поэтому мезгу для лучшего выделения красящих веществ надо сначала нагреть, помешивая, до температуры 60–65 °С, охладить до 40 °С и затем прессовать. Полученный сок поставить на несколько часов в холодное место, дать отстояться. После отстоя с помощью резиновой трубки слить сок с осадка и профильтровать. Осветленный сок нагреть до 90–95 °С и сразу же разлить в подготовленные горячие бутылки или банки, укупорить прокипяченными крышками, закутать в одеяло и положить на бок до полного остывания.

Хранить в темном месте.

Способ 2 (ручной способ)

При отсутствии виноградного пресса виноградный сок можно приготовить по следующей схеме. Зрелый сладкий виноград вымыть, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удаляя при этом поврежденные, гнилые и незрелые.

Отсортированные ягоды выложить в дуршлаг, установленный над эмалированным ведром, и размять деревянным пестиком или другим способом.

Полученный сок и мезгу слить в бутыль (в 10-литровую бутыль помещают 8 кг массы), накрыть марлей и поставить в теплое место (25–28 °С) на 2–3 дня.

В зависимости от сорта винограда и температурных условий, на 2–3-й день мезга всплывает, а сок остается в нижней части бутылки. Сок слить в эмалированную посуду через дуршлаг и фильтровать через капроновый фильтр или марлю.

Полученный сок кипятить в эмалированной посуде 15 минут и в кипящем состоянии разлить в банки или бутылки, подогретые на пароводяной бане, немедленно накрыть подготовленными крышками, закатать и проверить качество укупорки. Перевернуть вверх дном. Охлаждение — воздушное.

Сезон приготовления — август–сентябрь.

Сок виноградный выпаренный

Подготовленный виноград размять и выпаривать в течение 1–1,5 часов. После этого немедленно разлить сок в чистые сухие бутылки и герметично укупорить прокипяченными пробками. Бутылки положить на бок, а когда они полностью остынут, залить пробки парафином.

Виноградный сок с мякотью

Для приготовления виноградного сока с мякотью взять спелый сладкий виноград, вымыть, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удаляя при этом поврежденные, гнилые и незрелые, пропустить через специальную машинку для извлечения сока или соковыжималку в виде конусной насадки в мясорубке.

Полученный сок с мякотью слить в эмалированную посуду (если виноград недостаточно сладкий, можно добавить от 50 до 100 г сахара на 1 л сока), поставить на огонь и кипятить 15 минут, после чего в кипящем состоянии разлить в банки или бутыли, подогретые на пароводяной бане, накрыть крышками, немедленно

закатать, проверить качество укупорки и перевернуть вверх дном. Охлаждение — воздушное.

Сезон приготовления — сентябрь–октябрь.

Сок вишневый

Способ 1

Вишню тщательно вымыть, удалить косточки, плоды размять и прессовать. Полученный сок налить в трехлитровую стеклянную банку, поставить на несколько часов в холодное место, после чего с помощью резиновой трубки слить с осадка. Консервировать способом горячего розлива в крупной посуде или пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки и бутылки — 15 минут, литровые — 20, трехлитровые — 30 минут.

Способ 2

Вишни отсортировать, отсушить, отделить косточки, мякоть пропустить через мясорубку (диаметр отверстий в решетке 6–7 мм) и прессовать. Сок перелить в эмалированную кастрюлю, дать отстояться 2–3 часа и профильтровать через 3–4 слоя марли.

Полученный осветленный сок нагреть до 92–95 °С, сразу заполнить доверху прогретые сухие стерилизованные банки, закатать их лакированными крышками и перевернуть вверх дном.

Оставшиеся после прессования выжимки вишни взвесить, положить в эмалированную кастрюлю, добавить воды (100–200 мл на 1 кг выжимки), перемешать, нагреть до 70–75 °С и настаивать 3–4 часа, после чего отпрессовать их. Этот сок использовать для варенья, киселя и т. п.