

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСЕРВИРОВАНИЮ ГРИБОВ


Самый рациональный способ заготовки грибов — это сушка, самый выгодный — засолка, а самый легкий — заморозка.

Засолка грибов

Для рассола (на 1 л воды):

- 50 г соли
- 20 г сахара
- 1 ст. ложка обезжиренного молока



- 
1. Очищенные и вымытые грибы предварительно отварите в 2 %-м солевом растворе. Затем их следует отцедить и сложить в посуду для квашения капусты.
 2. Выложенные грибы залейте рассолом. Грибы должны быть погружены в жидкость, как капуста при квашении. Их следует прикрыть деревянным кругом и придавить камнем.
 3. Время приготовления может колебаться от 20 до 30 дней. Оптимальная температура 20 °С.

Приготовленные таким образом грибы являются полезными и питательными, потому что в процессе молочнокисло-брожения многие важные для здоровья компоненты приумножаются. Перед употреблением в пищу соленые грибы рекомендуют вымочить в холодной воде, чтобы избавиться от избытка соли. Или подавать их в качестве дополнения к несоленым блюдам.



ЗАМОРАЖИВАНИЕ ГРИБОВ

Грибы можно замораживать целыми и нарезанными. Чаще всего замораживают сырые грибы, которые потом обливают горячей водой и сразу готовят, не давая им почернеть. Лисички и рыжики надо перед замораживанием прокипятить, чтобы избавиться от горечи.

СТЕРИЛИЗАЦИЯ ГРИБОВ

1. Очищенные, вымытые и нарезанные на пластины грибы тушите при умеренной температуре, пока они не начнут выделять сок.
2. Затем охладите их и выложите в банки.
3. Герметично закройте и стерилизуйте (нагрейте в воде или духовке до 95 °С). Приготовленные таким образом грибы очень вкусны и могут храниться до 1 года.

ГРИБЫ В МАСЛЕ

- *грибы*
- *растительное масло*
- *вода*
- *столовый уксус*
- *соль*
- *лавровый лист*
- *розмарин*
- *черный перец горошком*



1. Вам потребуется большое количество растительного масла. Очищенные и вымытые грибы нарежьте и отварите в растворе: 3 части воды, 1 часть столового уксуса и немного соли.
2. Охлажденные грибы отцедите, выложите в банки и залейте маслом, чтобы оно вытеснило весь воздух