

Е. Слуцкая



ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ ДОМАШНЕГО КОНСЕРВИРОВАНИЯ НА СКОРУЮ РУКУ



Издательство АСТ
Москва




ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА КОНСЕРВИРОВАНИЯ ОВОЩЕЙ, ЯГОД И ФРУКТОВ

Закрывать на зиму консервы любят почти все хозяйки. Хорошо идут с картошечкой и лечо, и грибочки, и «синенькие». Ежедневно появляются тысячи новых рецептов заготовок, ведь каждая хозяйка — немного поэт. Все бы хорошо, но есть один нюанс, о котором ни на минуту нельзя забывать: консервы, приготовленные собственными руками без учета многих необходимых технологических шагов, могут оказаться не только причиной отравления, но даже смерти.

Вот почему в поисках разнообразия так важно не забывать о том, что наработано годами. Прежде чем экспериментировать просто жизненно важно иметь представление о том, как обезопасить себя от всевозможных сюрпризов. В первую очередь это соблюдение технологии приготовления консервов и безупречной чистоты сырья и посуды. Любой новый рецепт, вычитанный в Интернете или сочиненный вами, нужно сравнить с уже апробированными. И лишь после того, как вы выясните его принципиальное отличие, неплохо было бы, опираясь на знания о процессах, происходящих во время консервирования именно этого вида продукта, сделать выводы о его безопасности. А уж потом применить рецепт как есть или внести в него необходимые коррективы.

В этой книге собраны самые надежные рецепты, по которым уже более полувека готовят консервы как на производстве, так и дома. Здесь же вы найдете и современные способы заготовок, получившие развитие только с массовым внедрением новых технологий, гарантирующих прекрасный результат.





ЯГОДЫ ФРУКТЫ





АБРИКОС

сладости

Полезные свойства

укрепляет сосуды,
снижает давление

Калорийность (на 100 г)

46 Ккал

Противопоказания

гастрит,
панкреатит



На заметку

Сок с мякотью выглядит не так красиво, как осветленный, но по пищевой ценности сильно его превосходит.

6

ВАРЕНЬЕ ИЗ ЦЕЛЬНЫХ (МЕЛКИХ) АБРИКОСОВ

Мелкие абрикосы варят целиком с косточкой. 1 кг зрелых, достаточно сладких, но неперезрелых плодов моют, накальвают, минуту бланшируют в кипящей воде и охлаждают. Заливают сиропом (800 г сахара, 1,5 стакана воды). После выдержки в течение 3–4 часов варят 5–7 минут на слабом огне. После этой варки добавляют крепкий сироп, приготовленный из оставшихся 400 г сахара и 0,5 стакана воды, варят 7–10 минут, затем снова выдерживают и варят до готовности. Во время варки для предупреждения засахаривания варенья добавляют лимонную кислоту из расчета 3 г на 1 кг абрикосов.

ВАРЕНЬЕ ИЗ АБРИКОСОВ БЕЗ КОСТОЧЕК С ЦЕДРОЙ

Крупные плоды разрезают по бороздкам на половинки и вынимают косточки. Далее варят так же, как и из цельных в 1–2 приема, увеличив количество сахара и воды. Также добавить лимонную кислоту и тонко нарезанную цедру апельсина или мандарина за 10 минут до окончания варки. На 1 кг абрикосов: 1,5 кг сахара и 2,5 стакана воды для приготовления сиропа.

КУРАГА

Для сушки пригодны созревшие абрикосы. Половинки выкладывают на сита в один ряд срезом кверху и ставят в солнечное место на 4–5 дней. Высушенные абрикосы выдерживают под навесом или в затемненном месте для воздушной досушки еще 2–3 дня.

Искусственная сушка абрикосов в специальном шкафу производится при температуре 60–70 °С тепла в течение 12 часов. Готовые абрикосы выдерживают в открытом ящике двое суток, после чего выкладывают в бумажный мешок и хранят в сухом помещении.

АБРИКОСЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ

Спелые крепкие абрикосы тщательно моют, разрезают на половинки, помещают в тазик, пересыпав послойно сахаром (на 1 кг очищенных плодов 300–500 г сахара). На следующий день плотно укладывают абрикосы вместе с соком в банки и ставят в кастрюлю с холодной водой на прогрев. Пастеризуют при 85 °С: 0,5 л 15–17 минут, 1 л — до 25 минут. Стерилизуют в кипящей воде соответственно 10 и 15 минут.