



Правильное питание является залогом здоровья и трудоспособности человека. Пища должна быть разнообразной, полноценной и содержать все необходимые организму вещества: белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины и воду. Одно из основных условий рационального питания – потребление плодов и овощей в течение всего года.

Целебные свойства фруктов и ягод

Яблоки в питании людей занимают важное место. При небольшой калорийности они содержат много клетчатки, которая вызывает чувство сытости. Лечебные свойства этих фруктов связывают с высоким содержанием пектина.

Груши содержат глюкозу, фруктозу, сахарозу. Также в грушах содержится йод. Благодаря содержанию солей калия и микроэлементов груши улучшают обмен веществ, выводя из организма шлаки. Также обладают мочегонным и противомикробным эффектом. Груши в свежем и сушеном виде, а также напитки из них рекомендуются для диетического питания, а также больным, страдающим сахарным диабетом и ожирением. Дубильные вещества, которыми более всего богаты дички, оказывают прекрасное закрепляющее действие при расстройствах желудка.

Айвовые плоды богаты витаминами С, РР, пектиновыми веществами, яблочной и лимонной кислотой. Они имеют вяжущий вкус, обладают мочегонным и кровоостанавливающим действием. Айва – природный антисептик. Также обладает желчегонным эффектом. В сочетании с медом и уксусом возбуждает аппетит.

Абрикосы богаты пектиновыми веществами, содержат сахарозу, фруктозу, глюкозу. Из витаминов в них преобладают каротин, витамин С. Также содержатся витамины В₁, В₂, РР. В абрикосах больше, чем в других фруктах, калия, который положительно влияет на сердечную мышцу. Абрикосы стимулируют процесс роста у детей. Полезны при нарушении функций центральной нервной системы, поражениях кожи и слизистой оболочки глаз, при недостатке в организме витамина А. Способствуют укреплению

иммунитета, снижают варикозное расширение вен, помогают при запорах и геморрое.

Слива содержит витамины группы В, каротин, органические, дубильные и красящие вещества. Слива полезна как в свежем, так и в переработанном виде при атеросклерозе, болезнях почек, при ревматизме и подагре. Слива также обладает легким слабительным эффектом. Она снижает кислотность желудочного сока.

Алыча рекомендуется детям как стимулятор роста, беременным женщинам, кормящим матерям, а также пожилым людям. Сушеная или вареная алыча является диетическим питанием. Плоды алычи полезны при хронических воспалениях печени и желчных путей. Это хорошее народное средство при кашле и заболевании горла, а также эффективное ранозаживляющее средство в качестве примочек.

Персики сочные и сладкие плоды. Их перерабатывают на сок, нектар, компоты, желе, мармелад, варенье. В персиках содержится много калия, витаминов, микроэлементов, поэтому они очень полезны при малокровии, подагре, заболеваниях почек и печени.

Вишня содержит много калия, микро- и макроэлементов, кумарины, которых в ней лишь немногим меньше, чем в гранатах и красной смородине. Вишня укрепляет кровеносные сосуды, снижает кровяное давление, повышает устойчивость организма к действию проникающей радиации. Вишневый сок помогает при бронхите, бронхиальной астме, катаре верхних дыхательных путей. Плоды вишни повышают аппетит.

Черешня полезна всем, так как содержит много сахаров, небольшое количество витаминов А, С. Сок черешни улучшает пищеварение, полезен при ревматизме. Для улучшения вкуса в него можно добавлять мед или сок цитрусовых.

Шиповник по содержанию витаминов С и Р превосходит все плодовые и ягодные растения. В нем также много витаминов (В, В₃, В₉, РР, Е, К) и сахаров. Кроме того, плоды содержат яблочную, лимонную, фумаровую и янтарную кислоты, пектины, минеральные вещества (калий, кальций, магний, фосфор, железо, марганец, цинк, медь). В пищу годятся только плоды, очищенные от семян.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Арбузы обладают высоким содержанием сахаров, таких как фруктоза, сахароза, глюкоза. Большая часть их представлена фруктозой – самой сладкой из всех сахаров. Арбузы также содержат много структурированной воды, магния, железа, пектинов, клетчатки и белка.

Виноград среди всех плодовых и ягодных растений занимает первое место по содержанию сахара, а также винной кислоты. Виноград также обладает и лечебными свойствами: оказывает тонизирующее, бактерицидное, мочегонное, слабительное, потогонное, отхаркивающее и общеукрепляющее действие.

Брусника – дикорастущее многолетнее растение. В ягодах содержатся глюкоза, фруктоза, сахароза, лимонная, яблочная и бензойная кислоты. Свежие ягоды брусники тонизируют сердечную мышцу, укрепляют стенки капилляров, понижают кровяное давление.

Голубика содержит натрий, калий, фосфор, железо. В ней много аскорбиновой кислоты и Р-активных веществ. Это прекрасное общеукрепляющее и витаминное средство. Обладает свойством выводить из организма радионуклиды. Сок голубики помогает при гастрите, энтероколите, заболеваниях почек, анемии, ревматизме, обладает противоглистным действием.

Ежевика содержит много витаминов, глюкозу, сахарозу, фруктозу, пектиновые и минеральные вещества, органические кислоты. Ягоды ежевики используются как потогонное, мочегонное, глистогонное средство. Это хорошее поливитаминное общеукрепляющее средство прекрасно утоляет жажду. Можно употреблять ежевику при сахарном диабете.

Земляника содержит глюкозу и фруктозу. Ягоды земляники относительно богаты витамином С. Земляника повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям. Ягоды земляники помогают при малокровии, авитаминозе, восстанавливают силы после тяжелых заболеваний. Также земляника благотворно влияет на обменные функции йода в щитовидной железе.

Калина имеет горьковатый привкус, который исчезает после заморозков. Пищевая

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

ценность калины определяется большим содержанием витамина С, в ней имеются сахара. Она богата фенольными соединениями, калием, кальцием, магнием, железом. Также в ягодах присутствует фосфор, марганец, медь. Калина снижает уровень холестерина в крови, борется с гипертонией, полезна при простудных заболеваниях, пониженной кислотности желудочного сока, желчно-каменной болезни. Калину используют при неврозах, сосудистых спазмах, бессоннице, в качестве успокаивающего и сосудорасширяющего средства. Соком калины протирают лицо при лишаях, угрях и прыщах. Он также обладает отбеливающими свойствами, обесцвечивает веснушки и пигментные пятна.

Лето в банке

Маринованные фрукты и ягоды

Маринованная черная смородина

На 10 банок (1 л): 6,2 кг черной смородины, 30-40 шт. гвоздики, 5 г корицы, 30-40 зерен душистого перца, 2,5 л воды, 1,1 кг сахара, 300 мл уксуса (6%).

Маринад: в чистой воде растворить сахар, добавив уксус, вскипятить.

Для маринования отобрать спелые крупные ягоды, удалить листья и веточки. Отобранные ягоды промыть в холодной воде, бланшировать 2 минуты в кипящей воде и быстро охладить холодной водой. На дно банки положить 3-4 горошины перца, щепотку корицы, 2-3 шт. гвоздики. Затем в банки засыпать подготовленные ягоды. Залить горячим маринадом, стерилизовать в течение 18-20 минут.

Маринованные груши

На 10 банок (1 л): 7 кг груш, 30-40 шт. гвоздики, 5-7 г корицы, 30-40 зерен душистого

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

перца, 2,2 л воды, 950 г сахара, 850 мл уксуса (6%).

Маринад: в воде после бланшировки растворить сахар, добавив уксус, вскипятить.

Груши промыть, разрезать на половинки, удалить сердцевину. Груши бланшировать в кипящей воде в течение 2 минут. Воду после бланшировки использовать для приготовления маринада. Груши охладить и уложить в банки, предварительно на дно банки положить 2-4 горошины душистого перца, щепотку корицы, 3-4 шт. гвоздики. Наполненные банки залить горячим маринадом, накрыть крышками и стерилизовать в течение 30 минут.

Маринованный виноград

На 10 банок (1 л): 7,4 кг винограда, 30-40 шт. гвоздики, 5 г корицы, 2,8 л воды, 650 г сахара, 500 мл уксуса (6%).

Маринад: в воде растворить сахар, добавить уксус, вскипятить.

Для маринования нужно использовать мясистые крупноплодовые сорта винограда. Виноград нужно мариновать отдельными ягодами.

Ягоды промыть в холодной воде и обсушить. На дно банки положить 3-4 шт. гвоздики, щепотку корицы. Потом плотно уложить виноград и залить горячим маринадом.

Банки накрыть крышками и стерилизовать в течение 18-20 минут.

Маринованная вишня

На 10 банок (1 л): 7 кг вишни, 20-30 шт. гвоздики, 5 г корицы, 30-40 зерен душистого перца, 2,5 л воды, 1 кг сахара, 450 мл уксуса (6%).

Маринад: в воде растворить сахар, добавить уксус, вскипятить.

Спелые вишни перебрать, удалить плодоножки, промыть. На дно банки положить 3-4 горошины перца, щепотку корицы, 2-3 шт. гвоздики. Затем уложить вишню и залить горячим маринадом.

Варенье, повидло

Варенье – это продукт, приготовленный из плодов или ягод, сваренных с сохранением их формы в крепком сахарном сиропе. Варенье готовят из зрелых плодов и ягод, поскольку недозрелые фрукты и ягоды не имеют соответствующего вкуса и аромата, а перезрелые легко развариваются. При варке варенья должно быть обеспечено равномерное пропитывание плодов сиропом. Поэтому предварительная обработка плодов и ягод, рекомендуемая в отдельных случаях, и соблюдение соотношения сырья и сахара являются необходимым условием для получения варенья хорошего качества. Для некоторых плодов и ягод (яблоко, груш, айвы, черной смородины и др.), имеющих плотную кожицу, бланшировка и накальвание являются обязательным условием для получения качественного варенья. Накальвание, кроме того, способствует удалению из плодов воздуха, который при нагревании вследствие расширения своего объема может прорвать кожицу плодов, нарушив их целостность.

Повидло абрикосовое

1 кг перезревших абрикосов, 100 г сахара.

Тщательно подготовленные абрикосы (поврежденные части вырезать, косточки удалить) сварить на слабом огне в кастрюле при постоянном помешивании. Сахар

добавить в самом конце варки. Готовое повидло уменьшится в объеме, оно должно стекать с ложки, образуя непрерывную нить.

Разложить в чистые банки в горячем виде, остудить, закрыть крышками.

Яблочное желе-варенье

2 кг яблок, 2 лимона, 750 г сахара, 1 ч. ложка лимонной кислоты, 50 г ядер грецкого ореха.

Яблоки нарезать на восемь частей и смешать с нарезанными ломтиками лимонов (с кожицей и семенами), залить водой, чтобы она покрыла плоды, и варить до мягкости. Сок процедить и добавить сахар (на 1 л сока – 750 г сахара), варить на сильном огне, пока сироп не загустеет (капля сиропа на тарелке не должна расплываться). За 2-3 минуты до снятия желе с огня добавить лимонную кислоту и ядра очищенного высушенного грецкого ореха (по желанию). Банки плотно закрыть.

Яблочное желе с гвоздикой

На 1,5 кг яблок: 600 г воды, 10-12 шт. гвоздики, сок и мякоть 1/2 лимона, 400 г сахара.

Нарезать яблоки и потушить их в воде с гвоздикой до мягкости, сделать пюре. Нагреть яблочное пюре, добавить в него сахар (на 600 г пюре – 400 г сахара), мякоть лимона с соком и продолжать варить. Готовить на сильном огне. Желе будет готово, когда капля сиропа быстро застынет на холодной тарелке. Остудить желе и поместить его в стерильные банки.

Варенье из печеных яблок

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

1 кг очищенных яблок, 150 г сахара.

Яблоки очистить от сердцевин и кожицы, нарезать на кусочки, засыпать сахаром, сложить в эмалированную кастрюлю и поставить в теплую духовку (150 °С). Печеные яблоки разложить в чистые стеклянные банки и закатать.

Варенье из рябины с сахаром

1 кг подмороженных ягод рябины, 1,2 кг сахара и 1,5 стакана воды.

Подмороженные ягоды перебрать и залить холодной водой, оставить на сутки. После этого откинуть на дуршлаг и трижды промыть холодной водой. Из воды и сахара сварить сироп, не давая ему остыть, залить ягоды и оставить в холодном месте еще на сутки. После этого ягоды вынуть, а сироп прогреть на медленном огне в течение 20-25 минут, после чего рябину опустить в сироп и продолжить варку еще 20 минут: сироп должен загустеть, а ягоды стать блестящими и сочными. Следует тщательно следить за тем, чтобы варенье не переварить – тогда оно теряет свою прелесть и изысканный вкус.

Медовое варенье из рябины

1 кг ягод рябины, 0,5 кг меда, 0,5 л воды.

Ягоды перебрать, очистить от веточек и щитков и, поместив в холодную воду, дождаться, пока они станут мягкими. Мед с водой прогреть на слабом огне до тех пор, пока сироп не станет однородным (постоянно помешивать) и не закипит. В кипящий сироп опустить вынутые из воды ягоды и довести варенье до готовности.

Варенье из айвы

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

1 кг спелой айвы, 1,5 кг сахара, 600 мл воды, 2 ст. ложки лимонного сока.

Удалить пушок с поверхности плодов с помощью хлопчатобумажной салфетки. Вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину. Нарезать тонкими дольками. Бланшировать в кипящей воде в течение 3-4 минут.

Переложить в дуршлаг, обдать холодной водой.

Приготовить сахарный сироп, дать отстояться, процедить.

Дольки айвы положить в горячий сахарный сироп. Довести до кипения, снять пену. Варить на маленьком огне в течение 5-7 минут, периодически снимая с поверхности пену.

Снять с огня, оставить на 4-5 часов. Снова довести до кипения. Варить до готовности на маленьком огне.

Горячее варенье разложить в банки. Укупорить банки. Перевернуть их вверх дном и оставить в таком положении до полного остывания. Хранить варенье из айвы в прохладном месте.

Варенье из дыни

500 г очищенной дыни. Сироп: 500 г сахара, 1,5 стакана воды.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Недозревшую дыню очистить, нарезать кубиками, посыпать сахаром и поставить на 2 часа в холодильник. Сиропом залить кубики дыни и снова поставить в холодильник. На следующий день слить сироп, прокипятить и опять залить дыню. И на третий день варить на небольшом огне, пока кубики не станут прозрачными.

Варенье из желтых слив

1 кг слив. Сироп: 1,5 кг сахара, 2 стакана воды.

Не совсем спелые желтые сливы промыть, проколоть шпилькой в нескольких местах и положить в кастрюлю, залить сиропом и оставить на сутки. Сироп слить, прокипятить, залить сливы и оставить на сутки. На третий день сварить сливы до готовности. При этом ягоды будут целыми, а сироп прозрачным.

Варенье из лимонов

1 кг лимонных долек. Сироп: сахар 1,5 кг, 2 стакана воды.

Лимоны вымыть, очистить от цедры. Плоды целиком бланшировать в кипящей воде 15-20 минут, промыть холодной водой, охладить. Разрезать на дольки и вынуть зерна. Дольки лимона залить горячим сахарным сиропом и выдержать в течение 24 часов. Варить в 3 приема с выдержкой между варками 8-12 часов.

Варенье из мандаринов и апельсинов

1 кг мандаринов или апельсинов, сахара – 1,2 кг, вода – 2,5 стакана.

Сироп: 800 г сахара, 2 стакана воды

Первый способ. Целые мандарины (вместе с кожурой) бланшировать в воде при температуре 90 °С в течение 15 минут, охладить и выдержать в холодной воде 10-12 часов. После охлаждения разрезать вдоль на половинки, залить горячим сиропом и выдержать 6-8 часов. Для второй заливки (перед второй варкой) сварить более густой сироп (400 г сахара на 0,5 стакана воды). Варить в 4 приема.

Так же варить варенье из апельсинов, но плоды после бланшировки разрезать не на половинки, а на кружки или дольки и вынуть семена. Если вода после бланшировки горчит, ее не используют для сиропа.

Второй способ. 1 кг апельсинов. Сироп: сахар – 1 кг, вода – 2 стакана.

Апельсины очистить от кожуры и разделить на дольки, осторожно удалив зерна. Дольки положить в приготовленный сироп, довести до кипения и снять с огня. Через час сироп слить в другую посуду, прокипятить 10-15 минут и снова залить апельсины. Еще через час проделать с сиропом то же самое, залить им апельсины и варить 10-15 минут на слабом огне. Для аромата положить в горячее варенье 1-2 ст. ложки тонко нарезанной и ошпаренной апельсиновой цедры.

Рецепты моченых плодов

и ягод

Моченые груши

11 кг груш, 11 л воды, 1,5 ст. ложки соли, 120 г ржаной муки, 450 г меда, горчица,

смородиновые листья.

Груши вымыть, очистить, каждую разрезать пополам, удалить сердцевину, поместить в бочку. При этом следует соблюдать очередность: листья смородины, груши, листья смородины и снова груши. Приготовить медовый сироп: в воду добавить мед и соль, поставить на огонь и варить в течение 7 минут. Этим сиропом залить груши. Оставить на несколько часов. Для сушла необходимо развести в воде ржаную муку, залить кипяченой водой, после охлаждения пропустить через фильтр. Затем добавить соль, горчицу. Груши следует полностью залить этим раствором. В том случае, если вода в бочке уменьшается в объеме, следует постоянно ее доливать. Груши будут готовы через месяц.

Арбузы, засоленные в кадке

4 кг арбузов, 300 г листьев смородины, вишни, соль.

Рассол: 1 л воды, 70-80 г соли.

Арбузы необходимо проверить, чтобы не было трещин и подгнивших мест. Арбузы нужно выбирать зрелые, весом до 2 кг. Каждый плод хорошо вымыть, обсушить. Взять поварскую деревянную иглу и проколоть каждый арбуз в 13-15 местах. Кадку, предназначенную для засолки, тщательно вымыть, просушить. Взять чистую марлю, сложить ее в 2-3 раза, загнув углы, придать ей круглую форму. Положить подготовленную марлю на дно кадки. В кадку плотными рядами уложить арбузы так, чтобы они не деформировались. На каждый ряд положить промытые листья смородины, вишни. Сверху кадку плотно закрыть верхним кругом. Рассол довести до кипения и через отверстие залить его в кадку, оставить бродить на 2-3 дня при температуре не выше 20 °С, после чего долить свежего рассола, плотно закупорить кадку и поставить в холодное (от +1 до -10 °С) место. Через 20-25 дней арбузы можно употреблять.

Арбузы лучше всего брать с тонкой кожурой – они лучше засолятся.

Моченые яблоки с душистой мятой

3 кг яблок, 100 г листьев мяты, вода, 200 г сахара.

Яблоки перебрать, чтобы не было червоточин, подгнивших мест. Черешки срезать так, чтобы они стали длиной 1-1,5 см. Яблоки хорошо вымыть, обсушить.

Листья душистой мяты перебрать, вымыть. Кадку тщательно вымыть, просушить. Взять чистую марлю, сложить ее в 2-3 раза, загнув углы, придать ей круглую форму. Положить подготовленную марлю на дно бочки. На нее плотным слоем уложить яблоки черешками вверх. Яблоки укладывать как можно плотнее. Сверху каждый слой яблок накрыть листьями мяты, но так, чтобы листики не накрывали друг друга. Заполнить так всю бочку, последним слоем должны быть листья мяты. Залить все чистой, свежей, желательно родниковой водой, посыпать сахаром. Бочку закрыть кругом, закупорить и выдержать при комнатной температуре 4-5 дней, затем круг промыть, снять пену (если есть) и поставить бочку в прохладное место. Моченые яблоки готовы к употреблению.

Компоты

Консервирование теплом – тепловая обработка путем прогревания, кипячения или прожаривания продуктов в герметически закупоренной таре. Этот способ применяется в домашних условиях. Этим способом готовят компоты, натуральные овощные консервы, пюре, соки. Консервация теплом на завершающей стадии применяется также при приготовлении некоторых овощных и плодовых маринадов и даже варенья и джемов.

Для приготовления компотов следует нагреть воду в кастрюле, добавить сахар и продолжать нагревать при помешивании до полного растворения сахара, затем довести до кипения. Горячий сироп процедить, чтобы отделить мелкие частички, которые иногда встречаются в сахаре. Залить фрукты в банках горячим сиропом. Если сироп приготовлен давно и остыл, его следует перед использованием снова нагреть.

Компот из яблок, слив и винограда

На 1 литровую банку: 4 яблока, 1,5 стакана слив, 1 стакан винограда.

Сироп: 1/2 стакана воды, 1/2 стакана сахара.

Яблоки промыть, удалить плодоножку и сердцевину, нарезать дольками на 4-6 частей, положить в кастрюлю и проварить в течение 10 минут. Затем вынуть и быстро охладить в холодной воде, дать стечь воде.

Перебрать сливы, удалить плодоножку, промыть в холодной воде, разрезать пополам, удалить косточку. Ягоды винограда аккуратно снять с веточек, промыть в холодной воде. Затем яблоки, сливы и виноград плотными рядами уложить в помытые и ошпаренные банки, залить горячим сахарным сиропом, накрыть крышкой, опустить в кастрюлю с горячей водой и стерилизовать на тихом огне в течение 20 минут. Банки вынуть из воды, быстро закатать крышки, перевернуть крышкой вниз для охлаждения.

Компот из крыжовника

2 кг крыжовника (желательно зеленого).

Сироп: 2 л воды, 1 кг сахара.

Хорошо помыть крыжовник, удалить плодоножки и высушить. На 2-3 минуты опустить ягоды в подогретую воду до 70-75 °С, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой. Насыпать ягоды в предварительно подготовленные стерильные сухие банки, заполнив их по «плечики». Приготовить сахарный сироп: растворить сахар в кипящей воде и процедить. Ягоды крыжовника залить в банках горячим сиропом. Накрыть банки стерилизованными крышками и поставить в кастрюлю с кипящей водой. Через 20 минут банки вынуть и сразу закупорить. Перевернуть вверх дном до полного остывания.

Компот из яблок

На 1 литровую банку: 7-8 шт. яблок, лимонная кислота.

Сироп: 1/2 стакана сахара, 1,5 стакана воды.

Твердые яблоки хорошо промыть, срезать плодоножку и чашечку, разрезать дольками на 4-6 частей, удалить сердцевину и опустить на полчаса в холодную, слегка подкисленную воду (на 1 литр воды – 1 г лимонной кислоты). Затем яблоки вынуть из воды, дать стечь воде, уложить в дуршлаг и прогреть в течение 10-15 минут над кипящей водой. После этого яблоки плотно уложить в хорошо помытые и ошпаренные кипятком банки, накрыть жестяными крышками, поместить их в кастрюлю с горячей водой и нагревать в течение 15 минут. Банки вынуть, закатать, поставить крышками вниз для охлаждения.

Компот из абрикосов

1,5 кг спелых абрикосов, 3 ст. ложки натурального лимонного сока, 7-8 ядер из косточек.

Сироп: 1,5 л воды, 700-800 г сахара.

Вымытые абрикосы разделить пополам, вынуть из них косточки. Затем расколоть косточки и достать ядра.

Бланшировать абрикосы 2-3 минуты в кипящей воде, добавив лимонный сок. Переложить абрикосы в дуршлаг, обдать их холодной водой и уложить в стерилизованные банки. Добавить в каждую банку по 1-2 ядра из косточек.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Приготовить сироп, отстоять в течение 10 минут и процедить. Довести сироп до кипения и сразу же залить им банки с абрикосами до краев горлышка. Оставить на 7-10 минут. Затем слить сироп в кастрюлю, оставив абрикосы в банках. Довести сироп до кипения и снова залить им абрикосы. Укупорить банки и поставить в прохладное место после полного остывания.

Компот Ежевичный

На 1 литровую банку: 650 г ежевики.

Сироп: 1/2 стакана сахара, 1,5 стакана воды.

Вымытые ягоды поместить в дуршлаг, несколько раз опустить в холодную воду, дать воде стечь. Уложить в прогретые банки, послойно пересыпая сахаром. Горка ягод должна быть на 1 см выше верха горловины. Наполненные банки выдержать в прохладном помещении в течение 4-5 часов: в выделившемся соке сахар частично растворится, содержимое банок уплотнится и осядет. Когда содержимое банок осядет вровень с горловиной, банки накрыть крышками. Стерилизовать при температуре 100 °С от 10 до 20 минут.

Компот «Ананас-самозванец»

1 средний кабачок, 2-3 стакана облепихи.

Сироп: 2 литра воды, 1,5-2 стакана сахара.

Кабачок очистить, разрезать вдоль на 2 половинки, порезать полукольцами толщиной 2 см. Уложить в чистую стерилизованную 3-литровую банку и залить кипятком на 3-4 минуты. Затем слить воду, засыпать в банку облепиху (можно положить веточку Melissa) и залить кипящим сиропом так, чтобы до горла банки оставалось 5 мм,

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

закатать и укутать в одеяло на ночь.

Разные вкусы

Нектарины, сушеные по-чешски

1,5 кг нектаринов, 1 кг сахара, 0,5 ч. ложки лимонной кислоты.

Сироп: 1 л воды, 1 кг сахара.

Спелые нектарины вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. В широкую глубокую посуду налить такое количество воды, чтобы все плоды были закрыты водой. Добавить в воду лимонную кислоту. Положить подготовленные половинки нектарина в подкисленную воду, оставить на 10-15 минут. Вынуть нектарины, высушить (выложить на противень в один ряд).

Приготовить сироп: в 1 л воды всыпать 1 кг сахара, размешать, довести до кипения. Положить в сироп высушенные нектарины, варить 7-10 минут. Выключить огонь, нектарины оставить в сиропе на сутки. После этого нектарины вынуть, выложить на противень, высушить. На этом же противне поставить в разогретую до 50-60 °С духовку и сушить до готовности.

Чтобы определить, высохли нектарины или нет, нужно сдавить кусочек плода. Если выделяется влага, то продукт еще не готов.

Дыня вяленая

Для вяления подходят дыни с плотной, сочной мякотью, спелые, но не перезревшие.

Дыни положить в сухое помещение для предварительного подсушивания при комнатной температуре на 1-2 суток. Каждую дыню разрезать на 2 части вдоль плода, удалить семена. Нарезать каждую половину вдоль полосками шириной 2-3 см. Каждую полоску очистить от кожуры, если мякоть, прилегающая к корке, зеленая, то ее тоже нужно срезать. Противень или поднос, удобный для вяления, тщательно вымыть, просушить, на нем разложить полоски дыни, поставить на солнце. Сверху дыню обязательно накрыть чистой марлей.

Дыню можно сушить в подвешенном состоянии, тогда полоски должны быть разрезаны не до конца. Полоски повесить на чистую палочку, также накрыть марлей. Дыню при любом типе сушки нужно переворачивать каждый день. При солнечной погоде дыня вялится 10-12 дней. После окончания сушки полоски сплести жгутом, сложить в сухую коробку. Хранить в сухом месте.

Алана из персиков

2 кг персиков.

Начинка: 500 г очищенных грецких орехов, 500 г сахара, ванилин на кончике ножа.

Зрелые крупные персики очистить от кожицы, срезать сверху кружок мякоти толщиной 1-1,5 см. Через получившееся отверстие удалить косточку. Деревянный поддон застелить чистой марлей или бумагой, на него уложить персики и срезанные кружочки. Сушить на солнце 1-2 суток, персики должны высохнуть не полностью.

Приготовить начинку: ядра грецких орехов перебрать, порубить, добавить ванилин, сахар, перемешать. Подготовленные персики наполнить начинкой, закрыть сверху срезанными кружочками (можно закрепить деревянной шпажкой). На нитку средней толщины нанизать подготовленные персики по 10-12 штук. Нитку прочно завязать, персики кольцом сложить в тару. Хранить в сухом помещении.

Черная смородина в сахарной глазури

400 г крупных ягод черной смородины, 400 г сахарной пудры, 100 г сахара, 2 яичных белка, 2 ч. ложки натурального лимонного сока.

Перебрать смородину, удалив чашелистики и плодоножки.

Подсушить ягоды, разложив на полотенце тонким слоем.

Яичные белки смешать с сахаром, добавить лимонный сок и тщательно взбить с помощью венчика. Сахарную пудру высыпать на поднос или большую плоскую тарелку.

Смородину смешать со взбитым белком так, чтобы белок полностью обволакивал ягоды. Выложить ягоды по 3-4 шт. на блюде с сахарной пудрой и обвалить в ней со всех сторон. Выложить готовые ягоды на пергаментной бумаге в один слой, чтобы ягоды не прикасались друг к другу. Оставить ягоды на бумаге подсушиться на 1-2 часа.

Потом аккуратно выложить слоями в стерильную сухую банку. Каждый слой черной смородины посыпать сахарной пудрой.

Мармелад «Ассорти»

0,5 кг черной смородины, 0,5 кг крыжовника, 0,5 кг яблок, 0,5 кг тыквы и 400 г сахара.

Яблоки нарезать дольками. Тыкву очистить от семян и кожицы, нарезать мелкими кусочками, смешать с яблоками. В кастрюлю влить несколько ложек воды и распарить яблоки с тыквой под крышкой до полного размягчения. Горячую массу протереть через сито.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Черную смородину и крыжовник размять деревянным пестиком, засыпать сахаром, перемешать и подогреть до полного растворения сахара. Эту массу тоже протереть через сито, а затем смешать с яблочно-тыквенным пюре. Варить на слабом огне до загустения. Разложить в банки в горячем виде.

Ягодный сок

Необходима смесь различных ягод – малина, клубника, черная смородина.

На 5 л сока: 7,1 кг клубники, 8,8 кг малины, 11,7 кг черной смородины.

Ягоды промыть, отсортировать. Черную смородину пропустить через мясорубку, затем отжать сок. Малину и клубнику размять деревянной лопаткой. Все соединить, пропарить, горячий сок профильтровать через марлю, разлить в ошпаренные банки. Банки накрыть крышками, стерилизовать в течение 20 минут (0,5-литровые банки) при температуре 85 °С, затем закатать.

Ягоды с сахаром

2,2 кг любых ягод, 4,1 кг сахара.

Ягоды очистить, промыть и обсушить, пропустить через мясорубку, добавить сахар (2 кг сахара на 1 кг ягод) и тщательно перемешать. Полученную смесь разложить в сухие банки и неплотно закатать. Ягоды с сахаром не нужно стерилизовать, эта смесь может храниться в течение 4-6 месяцев в прохладном месте.

Сливы в сахаре

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

На 0,5-литровую банку: 1кг слив, 150-200 г сахара.

Из вымытых слив вынуть косточки, плотно уложить в банки срезом вниз до самых «плечиков», чередуя сливы с сахаром.

Накрыть банки крышками, стерилизовать 15-20 минут, закатать.

Малина в апельсиновом сиропе

2,2 кг малины.

Сироп: 3 л воды, 500 г сахара, 3 больших апельсина.

В холодную воду всыпать сахар и довести до кипения. Вымыть апельсины и вместе с кожурой (без косточек) нарезать кубиками и положить в сироп, проварить 10-15 минут. Малиной заполнить до «плечиков» подготовленные банки, залить остывшим апельсиновым процеженным сиропом и поставить пол-литровые банки на 10 минут, а литровые – на 15 минут стерилизовать, затем закатать.

Вишня в коньяке

500 г вишни, 500 мл коньяка, 12-14 ст. ложек сахара, 3-4 ст. ложки воды.

Вишню промыть, обсушить при помощи бумажного полотенца и выложить в две пол-литровые банки.

Сахар смешать с водой и поставить на слабый огонь, варить до полного растворения сахара, добавить коньяк и варить еще 5 минут. Сиропом залить вишню, закатать стерилизованными крышками и поставить в темное прохладное место.

Абрикосы в морковном соке

2 кг абрикосов.

Сок: 1 л морковного сока, 70 мл лимонного сока, 100 г сахара.

Абрикосы хорошо промыть, надрезать и удалить косточки. Уложить в подготовленные банки, залить кипящим морковным соком, накрыть крышками и пастеризовать. Сразу закатать.

Для улучшения вкуса в морковный сок можно добавить лимонный сок и сахар.

Сушеная черешня

Ягоды черешни тщательно промыть под струей проточной воды, очистить от косточек и обсушить при помощи бумажного полотенца. Затем выложить равномерным слоем на противень, застеленный пергаментной бумагой, и поставить в разогретую до 50 градусов духовку. Сушить при усиленной вентиляции в течение 8-10 часов, повышая температуру до 75 °С. Сушеную черешню переложить в полотняный мешок и хранить в сухом, прохладном месте.

Пюре

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Пюре – это протертая или дробленая плодовая масса, которая в дальнейшем используется для приготовления соков с мякотью, кондитерских изделий, различных третьих блюд. Для пюре пригодны плоды любого качества. Форма, величина, окраска плодов существенной роли не играют. Разваривают плоды в кастрюле под крышкой: плоды заливают небольшим количеством воды, вода под крышкой быстро закипает, и образующийся пар распаривает плоды. Для нагревания паром плоды помещают в дуршлаг или марлевый мешок, который вставляют в кастрюлю. Подготовленные плоды протирают через дуршлаг или сито с размером отверстий 1-1,5 мм. Ягоды с мелкими семенами лучше всего протирать через волосяное сито, чтобы отделить семена. Консервируют пюре способом горячего разлива или пастеризацией (с последующей закаткой), в зависимости от величины тары.

Яблочно-земляничное

800 г яблочного пюре, 200 г земляничного пюре.

Приготовленное яблочное и земляничное пюре смешать, подогреть, разложить в банки и пастеризовать при 85 °С: литровые банки – 25 минут, 2-литровые – 40 минут, 3-литровые – 50 минут. Таким же способом можно приготовить и пюре из яблок с малиной.

Грушевое

На 1 литровую банку: 1,2 кг груш.

Для пюре надо взять зрелые сладкие душистые груши, промыть, очистить от сердцевин и кожицы, нарезать дольками, потушить с небольшим количеством воды до мягкости. Когда они разварятся, протереть их в горячем виде через сито или пропустить через мясорубку. Полученное пюре довести до кипения. Подготовленные банки сразу же заполнить до верха и закатать.

Персиковое

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

На 1 литровую банку: 1-1,2 кг персиков.

Промыть зрелые сочные персики, обсушить на полотенце. Аккуратно снять (срезать) верхнюю кожицу и вырезать косточки. Пропустить через мясорубку. Пюре разложить в подготовленные банки, поставить в кастрюлю с подогретой водой, постепенно довести ее до кипения и стерилизовать в кипящей воде литровые банки 20 минут.

Сливовое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих слив.

Зрелые сладкие сливы промыть, разрезать пополам, удалить косточки. Половинки слив уложить в кастрюлю, влить немного воды (1 стакан воды на 1 кг половинок слив), закрыть крышкой и варить на слабом огне 5-8 минут с момента закипания, помешивая, чтобы сливы не подгорели. Горячие сливы протереть через волосяное сито или пропустить через мясорубку. Готовое пюре разлить в подготовленные литровые банки и стерилизовать в кипящей воде 10 минут. Банки закатать и перевернуть вверх дном.

Можно обойтись и без стерилизации. В этом случае протертые сливы поместить в эмалированную кастрюлю, довести до кипения, сразу до верха разлить в сухие подготовленные стерилизованные банки, герметично закрыть, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Абрикосовое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих абрикосов.

Зрелые сладкие абрикосы разделить на половинки, удалить косточки, протереть через

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

сито или пропустить через мясорубку, к которой прикреплено ситечко. Пюре будет более нежным, если взбить его миксером. Пюре прогреть, не доводя до кипения, разложить в сухие стерилизованные банки и стерилизовать в кипящей воде 10 минут. Банки закатать, перевернуть и оставить на сутки.

Малиновое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих ягод малины.

Ягоды тщательно промыть, обсушить на полотенце, очистить и сырыми протереть через сито. Затем протертую массу нагреть до кипения и кипятить 1 минуту. Расфасовать в сухие нагретые банки или бутылки емкостью 3-10 л и герметично укупорить.

Алычовое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих плодов алычи.

Для пюре использовать кислые зеленые плоды в стадии созревания. Перебрать, удалить плодоножки, хорошо промыть, переложить в эмалированную кастрюлю, залить небольшим количеством крутого кипятка или прогретого малинового сока, плотно закрыть крышкой и варить 8-10 минут на сильном огне, чтобы плоды растрескались. Горячую алычу переложить порциями в эмалированный дуршлаг и протирать деревянной ложкой, пока в дуршлаге не останутся только косточки и шкурки плодов. Пюре довести до кипения и сразу разложить в сухие горячие стерилизованные банки, немедленно закатать, перевернуть вверх дном и оставить на сутки. Для аромата в каждую банку можно положить сверху веточку базилика или пеларгонии, но предварительно надо промыть их в кипяченой воде и хорошо обсушить. Если пюре из алычи предполагается использовать как приправу к супам, соусам, вторым блюдам, то для аромата в каждую банку можно положить мелко нарезанные укроп, петрушку или сельдерей.

Шиповниковое

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Пюре из шиповника особенно полезно детям и ослабленным людям. Его можно добавлять к другим пюре, чтобы обогатить их витаминами.

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих плодов шиповника.

Спелые твердые плоды шиповника промыть, очистить от плодоножек и высохших чашелистиков, разрезать вдоль, очистить от семян и волосинок, находящихся внутри. Подготовленные плоды залить кипятком, закрыть крышкой и тушить 10-15 минут до размягчения. В горячем виде протереть через сито или пропустить через мясорубку. Пюре быстро довести до кипения, разлить в подготовленные литровые банки, поставить их в кастрюлю с горячей водой и стерилизовать в кипящей воде 15 минут, закатать.

Клюквенное

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих ягод клюквы.

Зрелые ягоды перебрать, промыть, высыпать в кастрюлю и бланшировать в течение 5 минут. Горячую массу протереть через дуршлаг или редкое сито. Пюре прокипятить, разлить в подготовленные банки, накрыть прокипяченными крышками и, поставив в кастрюлю с горячей водой, стерилизовать в течение 8-20 минут, в зависимости от емкости банки. После стерилизации банки закатать, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Черносмородиновое

На 1 литровую банку: 1 кг ягод черной смородины, 100 мл воды.

Плоды отделить от кистей, перебрать и промыть. В кастрюлю влить полстакана воды,

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

закипятить, всыпать смородину и распарить под крышкой в течение 2-3 минут (с момента закипания). В горячем виде протереть через сито. Поставить пюре на слабый огонь, довести до кипения, сразу разлить в сухие горячие банки и закатать.

Джемы

Джемы обладают высокой питательной ценностью и превосходными вкусовыми качествами. При варке джема плоды, в отличие от варенья, разваривают, при этом они легко и быстро пропитываются сахаром. Характерной особенностью этого продукта является желеобразная консистенция. Для приготовления джема могут использоваться перезрелые, деформированные и мятые плоды.

Джем яблочный

1 кг яблок, 750-800 г сахара.

Сироп: 0,5 стакана сахара, 4,5 стакана воды.

Яблоки промыть, очистить от кожицы, нарезать дольками и вырезать сердцевину. Затем дольки яблок варить в сахарном сиропе в течение 10-15 минут, добавить оставшийся сахар и варить до готовности. Джем готов, когда остается половина первоначального объема массы. Готовый джем разложить по банкам, накрыть крышками и стерилизовать в течение 20 минут (банки по 0,5 л).

Джем абрикосовый

1 кг абрикосов, 1 кг сахара, вода.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Сироп: 0,5 стакана сахара, 4,5 стакана воды.

Абрикосы отсортировать, промыть, разрезать по бороздке на половинки, удалить косточки. Половинки абрикосов варить 15-20 минут в сахарном сиропе. Проваренные абрикосы в сахарном сиропе оставить до следующего дня. Через 16-18 часов добавить оставшийся сахар, варить джем до готовности. Разложить в банки, накрыть крышками и стерилизовать. Получается 1,6 кг готового джема.

Джем вишневый

1 кг вишни, 250 мл воды, 500 г красной смородины, 750 г сахара.

Вишни отсортировать, промыть, вынуть косточки, варить 10-15 минут в кипящей воде, сок слить. Красную смородину также отсортировать, удалить плодоножки и веточки, промыть, измельчить. Измельченную смородину варить в соке от вишни до загустения, добавить воду и сахар, снова варить в течение 10 минут, добавить проваренные вишни и довести джем до готовности. Расфасовать готовый джем в банки, накрыть крышками и стерилизовать. Получается 1,4 кг джема.

Джем из черной смородины

1 кг черной смородины, 100-150 г воды, 1,5 кг сахара.

Черную смородину промыть, положить в воду и варить до полного размягчения. Затем добавить сахар, варить джем до готовности, расфасовать в банки, накрыть крышками и стерилизовать. Получается 2,3 кг готового джема.

Джем малиновый

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

1 кг малины, 1 кг сахара.

Малину отсортировать, промыть и засыпать 500 г сахара, оставить на 4-6 часов. Затем выделившийся сок слить, добавить в него оставшийся сахар и варить 5 минут. После этого в сироп опустить малину, варить до готовности и расфасовать в банки, накрыть крышками и стерилизовать. Получается 1,6 кг готового джема.

Джем клубничный

500 г клубники, 200 г красной смородины, 500 г сахара.

Клубнику отсортировать, промыть, залить пропущенной через мясорубку красной смородиной, засыпать сахаром и оставить до следующего дня (на 14-16 часов). После этого смесь довести до кипения, вынуть клубнику, а сок продолжить варить до тех пор, пока он не превратится в желе. Опустить в него клубнику и продолжать варить до готовности. Готовый джем охладить, разложить по банкам, накрыть крышками и стерилизовать. Получается около 800 г готового джема.

Джем из груш

1 кг груш, 1 стакан яблочного сока, 1 кг сахара.

Груши очистить от кожицы и семян, разрезать на дольки, положить в таз и залить 1 стаканом яблочного сока. Поставить на огонь, довести до кипения и варить 10 минут. Всыпать сахар и варить на медленном огне, помешивая, до готовности.

Джем из клюквы

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

1 кг пюре из клюквы, 1 кг сахара.

Для джема подходят только спелые ягоды. Их перебрать, удалить веточки, вымыть, дать стечь воде. Для размягчения ягоды бланшировать при температуре 90-100 °С в течение 3-5 минут. Бланшированные ягоды прокрутить через мясорубку. Готовую массу смешать с сахаром. Разложить в чистые банки. Стерилизовать банки в кипящей воде 10-20 минут, накрыть прокипяченными крышками и закатать.

Лето в банке

Маринованные фрукты и ягоды

Маринованная черная смородина

На 10 банок (1 л): 6,2 кг черной смородины, 30-40 шт. гвоздики, 5 г корицы, 30-40 зерен душистого перца, 2,5 л воды, 1,1 кг сахара, 300 мл уксуса (6%).

Маринад: в чистой воде растворить сахар, добавив уксус, вскипятить.

Для маринования отобрать спелые крупные ягоды, удалить листья и веточки. Отобранные ягоды промыть в холодной воде, бланшировать 2 минуты в кипящей воде и быстро охладить холодной водой. На дно банки положить 3-4 горошины перца, щепотку корицы, 2-3 шт. гвоздики. Затем в банки засыпать подготовленные ягоды. Залить горячим маринадом, стерилизовать в течение 18-20 минут.

Маринованные груши

На 10 банок (1 л): 7 кг груш, 30-40 шт. гвоздики, 5-7 г корицы, 30-40 зерен душистого

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

перца, 2,2 л воды, 950 г сахара, 850 мл уксуса (6%).

Маринад: в воде после бланшировки растворить сахар, добавив уксус, вскипятить.

Груши промыть, разрезать на половинки, удалить сердцевину. Груши бланшировать в кипящей воде в течение 2 минут. Воду после бланшировки использовать для приготовления маринада. Груши охладить и уложить в банки, предварительно на дно банки положить 2-4 горошины душистого перца, щепотку корицы, 3-4 шт. гвоздики. Наполненные банки залить горячим маринадом, накрыть крышками и стерилизовать в течение 30 минут.

Маринованный виноград

На 10 банок (1 л): 7,4 кг винограда, 30-40 шт. гвоздики, 5 г корицы, 2,8 л воды, 650 г сахара, 500 мл уксуса (6%).

Маринад: в воде растворить сахар, добавить уксус, вскипятить.

Для маринования нужно использовать мясистые крупноплодовые сорта винограда. Виноград нужно мариновать отдельными ягодами.

Ягоды промыть в холодной воде и обсушить. На дно банки положить 3-4 шт. гвоздики, щепотку корицы. Потом плотно уложить виноград и залить горячим маринадом.

Банки накрыть крышками и стерилизовать в течение 18-20 минут.

Маринованная вишня

На 10 банок (1 л): 7 кг вишни, 20-30 шт. гвоздики, 5 г корицы, 30-40 зерен душистого перца, 2,5 л воды, 1 кг сахара, 450 мл уксуса (6%).

Маринад: в воде растворить сахар, добавить уксус, вскипятить.

Спелые вишни перебрать, удалить плодоножки, промыть. На дно банки положить 3-4 горошины перца, щепотку корицы, 2-3 шт. гвоздики. Затем уложить вишню и залить горячим маринадом.

Варенье, повидло

Варенье – это продукт, приготовленный из плодов или ягод, сваренных с сохранением их формы в крепком сахарном сиропе. Варенье готовят из зрелых плодов и ягод, поскольку недозрелые фрукты и ягоды не имеют соответствующего вкуса и аромата, а перезрелые легко развариваются. При варке варенья должно быть обеспечено равномерное пропитывание плодов сиропом. Поэтому предварительная обработка плодов и ягод, рекомендуемая в отдельных случаях, и соблюдение соотношения сырья и сахара являются необходимым условием для получения варенья хорошего качества. Для некоторых плодов и ягод (яблоко, груша, айва, черной смородины и др.), имеющих плотную кожицу, бланшировка и накальвание являются обязательным условием для получения качественного варенья. Накальвание, кроме того, способствует удалению из плодов воздуха, который при нагревании вследствие расширения своего объема может прорвать кожицу плодов, нарушив их целостность.

Повидло абрикосовое

1 кг перезревших абрикосов, 100 г сахара.

Тщательно подготовленные абрикосы (поврежденные части вырезать, косточки удалить) сварить на слабом огне в кастрюле при постоянном помешивании. Сахар

добавить в самом конце варки. Готовое повидло уменьшится в объеме, оно должно стекать с ложки, образуя непрерывную нить.

Разложить в чистые банки в горячем виде, остудить, закрыть крышками.

Яблочное желе-варенье

2 кг яблок, 2 лимона, 750 г сахара, 1 ч. ложка лимонной кислоты, 50 г ядер грецкого ореха.

Яблоки нарезать на восемь частей и смешать с нарезанными ломтиками лимонов (с кожицей и семенами), залить водой, чтобы она покрыла плоды, и варить до мягкости. Сок процедить и добавить сахар (на 1 л сока – 750 г сахара), варить на сильном огне, пока сироп не загустеет (капля сиропа на тарелке не должна расплываться). За 2-3 минуты до снятия желе с огня добавить лимонную кислоту и ядра очищенного высушенного грецкого ореха (по желанию). Банки плотно закрыть.

Яблочное желе с гвоздикой

На 1,5 кг яблок: 600 г воды, 10-12 шт. гвоздики, сок и мякоть 1/2 лимона, 400 г сахара.

Нарезать яблоки и потушить их в воде с гвоздикой до мягкости, сделать пюре. Нагреть яблочное пюре, добавить в него сахар (на 600 г пюре – 400 г сахара), мякоть лимона с соком и продолжать варить. Готовить на сильном огне. Желе будет готово, когда капля сиропа быстро застынет на холодной тарелке. Остудить желе и поместить его в стерильные банки.

Варенье из печеных яблок

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator
30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

1 кг очищенных яблок, 150 г сахара.

Яблоки очистить от сердцевины и кожицы, нарезать на кусочки, засыпать сахаром, сложить в эмалированную кастрюлю и поставить в теплую духовку (150 °С). Печеные яблоки разложить в чистые стеклянные банки и закатать.

Варенье из рябины с сахаром

1 кг подмороженных ягод рябины, 1,2 кг сахара и 1,5 стакана воды.

Подмороженные ягоды перебрать и залить холодной водой, оставить на сутки. После этого откинуть на дуршлаг и трижды промыть холодной водой. Из воды и сахара сварить сироп, не давая ему остыть, залить ягоды и оставить в холодном месте еще на сутки. После этого ягоды вынуть, а сироп прогреть на медленном огне в течение 20-25 минут, после чего рябину опустить в сироп и продолжить варку еще 20 минут: сироп должен загустеть, а ягоды стать блестящими и сочными. Следует тщательно следить за тем, чтобы варенье не переварить – тогда оно теряет свою прелесть и изысканный вкус.

Медовое варенье из рябины

1 кг ягод рябины, 0,5 кг меда, 0,5 л воды.

Ягоды перебрать, очистить от веточек и щитков и, поместив в холодную воду, дождаться, пока они станут мягкими. Мед с водой прогреть на слабом огне до тех пор, пока сироп не станет однородным (постоянно помешивать) и не закипит. В кипящий сироп опустить вынутые из воды ягоды и довести варенье до готовности.

Варенье из айвы

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

1 кг спелой айвы, 1,5 кг сахара, 600 мл воды, 2 ст. ложки лимонного сока.

Удалить пушок с поверхности плодов с помощью хлопчатобумажной салфетки. Вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину. Нарезать тонкими дольками. Бланшировать в кипящей воде в течение 3-4 минут.

Переложить в дуршлаг, обдать холодной водой.

Приготовить сахарный сироп, дать отстояться, процедить.

Дольки айвы положить в горячий сахарный сироп. Довести до кипения, снять пену. Варить на маленьком огне в течение 5-7 минут, периодически снимая с поверхности пену.

Снять с огня, оставить на 4-5 часов. Снова довести до кипения. Варить до готовности на маленьком огне.

Горячее варенье разложить в банки. Укупорить банки. Перевернуть их вверх дном и оставить в таком положении до полного остывания. Хранить варенье из айвы в прохладном месте.

Варенье из дыни

500 г очищенной дыни. Сироп: 500 г сахара, 1,5 стакана воды.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Недозревшую дыню очистить, нарезать кубиками, посыпать сахаром и поставить на 2 часа в холодильник. Сиропом залить кубики дыни и снова поставить в холодильник. На следующий день слить сироп, прокипятить и опять залить дыню. И на третий день варить на небольшом огне, пока кубики не станут прозрачными.

Варенье из желтых слив

1 кг слив. Сироп: 1,5 кг сахара, 2 стакана воды.

Не совсем спелые желтые сливы промыть, проколоть шпилькой в нескольких местах и положить в кастрюлю, залить сиропом и оставить на сутки. Сироп слить, прокипятить, залить сливы и оставить на сутки. На третий день сварить сливы до готовности. При этом ягоды будут целыми, а сироп прозрачным.

Варенье из лимонов

1 кг лимонных долек. Сироп: сахар 1,5 кг, 2 стакана воды.

Лимоны вымыть, очистить от цедры. Плоды целиком бланшировать в кипящей воде 15-20 минут, промыть холодной водой, охладить. Разрезать на дольки и вынуть зерна. Дольки лимона залить горячим сахарным сиропом и выдержать в течение 24 часов. Варить в 3 приема с выдержкой между варками 8-12 часов.

Варенье из мандаринов и апельсинов

1 кг мандаринов или апельсинов, сахара – 1,2 кг, вода – 2,5 стакана.

Сироп: 800 г сахара, 2 стакана воды

Первый способ. Целые мандарины (вместе с кожурой) бланшировать в воде при температуре 90 °С в течение 15 минут, охладить и выдержать в холодной воде 10-12 часов. После охлаждения разрезать вдоль на половинки, залить горячим сиропом и выдержать 6-8 часов. Для второй заливки (перед второй варкой) сварить более густой сироп (400 г сахара на 0,5 стакана воды). Варить в 4 приема.

Так же варить варенье из апельсинов, но плоды после бланшировки разрезать не на половинки, а на кружки или дольки и вынуть семена. Если вода после бланшировки горчит, ее не используют для сиропа.

Второй способ. 1 кг апельсинов. Сироп: сахар – 1 кг, вода – 2 стакана.

Апельсины очистить от кожуры и разделить на дольки, осторожно удалив зерна. Дольки положить в приготовленный сироп, довести до кипения и снять с огня. Через час сироп слить в другую посуду, прокипятить 10-15 минут и снова залить апельсины. Еще через час проделать с сиропом то же самое, залить им апельсины и варить 10-15 минут на слабом огне. Для аромата положить в горячее варенье 1-2 ст. ложки тонко нарезанной и ошпаренной апельсиновой цедры.

Рецепты моченых плодов

и ягод

Моченые груши

11 кг груш, 11 л воды, 1,5 ст. ложки соли, 120 г ржаной муки, 450 г меда, горчица, смородиновые листья.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Груши вымыть, очистить, каждую разрезать пополам, удалить сердцевину, поместить в бочку. При этом следует соблюдать очередность: листья смородины, груши, листья смородины и снова груши. Приготовить медовый сироп: в воду добавить мед и соль, поставить на огонь и варить в течение 7 минут. Этим сиропом залить груши. Оставить на несколько часов. Для сушла необходимо развести в воде ржаную муку, залить кипяченой водой, после охлаждения пропустить через фильтр. Затем добавить соль, горчицу. Груши следует полностью залить этим раствором. В том случае, если вода в бочке уменьшается в объеме, следует постоянно ее доливать. Груши будут готовы через месяц.

Арбузы, засоленные в кадке

4 кг арбузов, 300 г листьев смородины, вишни, соль.

Рассол: 1 л воды, 70-80 г соли.

Арбузы необходимо проверить, чтобы не было трещин и подгнивших мест. Арбузы нужно выбирать зрелые, весом до 2 кг. Каждый плод хорошо вымыть, обсушить. Взять поварскую деревянную иглу и проколоть каждый арбуз в 13-15 местах. Кадку, предназначенную для засолки, тщательно вымыть, просушить. Взять чистую марлю, сложить ее в 2-3 раза, загнув углы, придать ей круглую форму. Положить подготовленную марлю на дно кадки. В кадку плотными рядами уложить арбузы так, чтобы они не деформировались. На каждый ряд положить промытые листья смородины, вишни. Сверху кадку плотно закрыть верхним кругом. Рассол довести до кипения и через отверстие залить его в кадку, оставить бродить на 2-3 дня при температуре не выше 20 °С, после чего долить свежего рассола, плотно закупорить кадку и поставить в холодное (от +1 до -10 °С) место. Через 20-25 дней арбузы можно употреблять.

Арбузы лучше всего брать с тонкой кожурой – они лучше засолятся.

Моченые яблоки с душистой мятой

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

3 кг яблок, 100 г листьев мяты, вода, 200 г сахара.

Яблоки перебрать, чтобы не было червоточин, подгнивших мест. Черешки срезать так, чтобы они стали длиной 1-1,5 см. Яблоки хорошо вымыть, обсушить.

Листья душистой мяты перебрать, вымыть. Кадку тщательно вымыть, просушить. Взять чистую марлю, сложить ее в 2-3 раза, загнув углы, придать ей круглую форму. Положить подготовленную марлю на дно бочки. На нее плотным слоем уложить яблоки черешками вверх. Яблоки укладывать как можно плотнее. Сверху каждый слой яблок накрыть листьями мяты, но так, чтобы листики не накрывали друг друга. Заполнить так всю бочку, последним слоем должны быть листья мяты. Залить все чистой, свежей, желательнее родниковой водой, посыпать сахаром. Бочку закрыть кругом, закупорить и выдержать при комнатной температуре 4-5 дней, затем круг промыть, снять пену (если есть) и поставить бочку в прохладное место. Моченые яблоки готовы к употреблению.

Компоты

Консервирование теплом – тепловая обработка путем прогревания, кипячения или прожаривания продуктов в герметически закупоренной таре. Этот способ применяется в домашних условиях. Этим способом готовят компоты, натуральные овощные консервы, пюре, соки. Консервация теплом на завершающей стадии применяется также при приготовлении некоторых овощных и плодовых маринадов и даже варенья и джемов.

Для приготовления компотов следует нагреть воду в кастрюле, добавить сахар и продолжать нагревать при помешивании до полного растворения сахара, затем довести до кипения. Горячий сироп процедить, чтобы отделить мелкие частички, которые иногда встречаются в сахаре. Залить фрукты в банках горячим сиропом. Если сироп приготовлен давно и остыл, его следует перед использованием снова нагреть.

Компот из яблок, слив и винограда

На 1 литровую банку: 4 яблока, 1,5 стакана слив, 1 стакан винограда.

Сироп: 1/2 стакана воды, 1/2 стакана сахара.

Яблоки промыть, удалить плодоножку и сердцевину, нарезать дольками на 4-6 частей, положить в кастрюлю и проварить в течение 10 минут. Затем вынуть и быстро охладить в холодной воде, дать стечь воде.

Перебрать сливы, удалить плодоножку, промыть в холодной воде, разрезать пополам, удалить косточку. Ягоды винограда аккуратно снять с веточек, промыть в холодной воде. Затем яблоки, сливы и виноград плотными рядами уложить в помытые и ошпаренные банки, залить горячим сахарным сиропом, накрыть крышкой, опустить в кастрюлю с горячей водой и стерилизовать на тихом огне в течение 20 минут. Банки вынуть из воды, быстро закатать крышки, перевернуть крышкой вниз для охлаждения.

Компот из крыжовника

2 кг крыжовника (желательно зеленого).

Сироп: 2 л воды, 1 кг сахара.

Хорошо помыть крыжовник, удалить плодоножки и высушить. На 2-3 минуты опустить ягоды в подогретую воду до 70-75 °С, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой. Насыпать ягоды в предварительно подготовленные стерильные сухие банки, заполнив их по «плечики». Приготовить сахарный сироп: растворить сахар в кипящей воде и процедить. Ягоды крыжовника залить в банках горячим сиропом. Накрыть банки стерилизованными крышками и поставить в кастрюлю с кипящей водой. Через 20 минут банки вынуть и сразу закупорить. Перевернуть вверх дном до полного остывания.

Компот из яблок

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

На 1 литровую банку: 7-8 шт. яблок, лимонная кислота.

Сироп: 1/2 стакана сахара, 1,5 стакана воды.

Твердые яблоки хорошо промыть, срезать плодоножку и чашечку, разрезать дольками на 4-6 частей, удалить сердцевину и опустить на полчаса в холодную, слегка подкисленную воду (на 1 литр воды – 1 г лимонной кислоты). Затем яблоки вынуть из воды, дать стечь воде, уложить в дуршлаг и прогреть в течение 10-15 минут над кипящей водой. После этого яблоки плотно уложить в хорошо помытые и ошпаренные кипятком банки, накрыть жестяными крышками, поместить их в кастрюлю с горячей водой и нагревать в течение 15 минут. Банки вынуть, закатать, поставить крышками вниз для охлаждения.

Компот из абрикосов

1,5 кг спелых абрикосов, 3 ст. ложки натурального лимонного сока, 7-8 ядер из косточек.

Сироп: 1,5 л воды, 700-800 г сахара.

Вымытые абрикосы разделить пополам, вынуть из них косточки. Затем расколоть косточки и достать ядра.

Бланшировать абрикосы 2-3 минуты в кипящей воде, добавив лимонный сок. Переложить абрикосы в дуршлаг, обдать их холодной водой и уложить в стерилизованные банки. Добавить в каждую банку по 1-2 ядра из косточек.

Приготовить сироп, отстоять в течение 10 минут и процедить. Довести сироп до кипения и сразу же залить им банки с абрикосами до краев горлышка. Оставить на 7-10 минут. Затем слить сироп в кастрюлю, оставив абрикосы в банках. Довести сироп до кипения и снова залить им абрикосы. Укупорить банки и поставить в прохладное место после

полного остывания.

Компот ежевичный

На 1 литровую банку: 650 г ежевики.

Сироп: 1/2 стакана сахара, 1,5 стакана воды.

Вымытые ягоды поместить в дуршлаг, несколько раз опустить в холодную воду, дать воде стечь. Уложить в прогретые банки, послойно пересыпая сахаром. Горка ягод должна быть на 1 см выше верха горловины. Наполненные банки выдержать в прохладном помещении в течение 4-5 часов: в выделившемся соке сахар частично растворится, содержимое банок уплотнится и осядет. Когда содержимое банок осядет вровень с горловиной, банки накрыть крышками. Стерилизовать при температуре 100 °С от 10 до 20 минут.

Компот «Ананас-самозванец»

1 средний кабачок, 2-3 стакана облепихи.

Сироп: 2 литра воды, 1,5-2 стакана сахара.

Кабачок очистить, разрезать вдоль на 2 половинки, порезать полукольцами толщиной 2 см. Уложить в чистую стерилизованную 3-литровую банку и залить кипятком на 3-4 минуты. Затем слить воду, засыпать в банку облепиху (можно положить веточку Melissa) и залить кипящим сиропом так, чтобы до горла банки оставалось 5 мм, закатать и укутать в одеяло на ночь.

Разные вкусоности

Нектарины, сушеные по-чешски

1,5 кг нектаринов, 1 кг сахара, 0,5 ч. ложки лимонной кислоты.

Сироп: 1 л воды, 1 кг сахара.

Спелые нектарины вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. В широкую глубокую посуду налить такое количество воды, чтобы все плоды были закрыты водой. Добавить в воду лимонную кислоту. Положить подготовленные половинки нектарина в подкисленную воду, оставить на 10-15 минут. Вынуть нектарины, высушить (выложить на противень в один ряд).

Приготовить сироп: в 1 л воды всыпать 1 кг сахара, размешать, довести до кипения. Положить в сироп высушенные нектарины, варить 7-10 минут. Выключить огонь, нектарины оставить в сиропе на сутки. После этого нектарины вынуть, выложить на противень, высушить. На этом же противне поставить в разогретую до 50-60 °С духовку и сушить до готовности.

Чтобы определить, высохли нектарины или нет, нужно сдавить кусочек плода. Если выделяется влага, то продукт еще не готов.

Дыня вяленая

Для вяления подходят дыни с плотной, сочной мякотью, спелые, но не перезревшие.

Дыни положить в сухое помещение для предварительного подсушивания при комнатной

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

температуре на 1-2 суток. Каждую дыню разрезать на 2 части вдоль плода, удалить семена. Нарезать каждую половину вдоль полосками шириной 2-3 см. Каждую полоску очистить от кожуры, если мякоть, прилегающая к корке, зеленая, то ее тоже нужно срезать. Противень или поднос, удобный для вяления, тщательно вымыть, просушить, на нем разложить полоски дыни, поставить на солнце. Сверху дыню обязательно накрыть чистой марлей.

Дыню можно сушить в подвешенном состоянии, тогда полоски должны быть разрезаны не до конца. Полоски повесить на чистую палочку, также накрыть марлей. Дыню при любом типе сушки нужно переворачивать каждый день. При солнечной погоде дыня вялится 10-12 дней. После окончания сушки полоски сплести жгутом, сложить в сухую коробку. Хранить в сухом месте.

Алана из персиков

2 кг персиков.

Начинка: 500 г очищенных грецких орехов, 500 г сахара, ванилин на кончике ножа.

Зрелые крупные персики очистить от кожицы, срезать сверху кружок мякоти толщиной 1-1,5 см. Через получившееся отверстие удалить косточку. Деревянный поддон застелить чистой марлей или бумагой, на него уложить персики и срезанные кружочки. Сушить на солнце 1-2 суток, персики должны высохнуть не полностью.

Приготовить начинку: ядра грецких орехов перебрать, порубить, добавить ванилин, сахар, перемешать. Подготовленные персики наполнить начинкой, закрыть сверху срезанными кружочками (можно закрепить деревянной шпажкой). На нитку средней толщины нанизать подготовленные персики по 10-12 штук. Нитку прочно завязать, персики кольцом сложить в тару. Хранить в сухом помещении.

Черная смородина в сахарной глазури

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

400 г крупных ягод черной смородины, 400 г сахарной пудры, 100 г сахара, 2 яичных белка, 2 ч. ложки натурального лимонного сока.

Перебрать смородину, удалив чашелистики и плодоножки.

Подсушить ягоды, разложив на полотенце тонким слоем.

Яичные белки смешать с сахаром, добавить лимонный сок и тщательно взбить с помощью венчика. Сахарную пудру высыпать на поднос или большую плоскую тарелку.

Смородину смешать со взбитым белком так, чтобы белок полностью обволакивал ягоды. Выложить ягоды по 3-4 шт. на блюдце с сахарной пудрой и обвалить в ней со всех сторон. Выложить готовые ягоды на пергаментной бумаге в один слой, чтобы ягоды не прикасались друг к другу. Оставить ягоды на бумаге подсушиться на 1-2 часа.

Потом аккуратно выложить слоями в стерильную сухую банку. Каждый слой черной смородины посыпать сахарной пудрой.

Мармелад «Ассорти»

0,5 кг черной смородины, 0,5 кг крыжовника, 0,5 кг яблок, 0,5 кг тыквы и 400 г сахара.

Яблоки нарезать дольками. Тыкву очистить от семян и кожицы, нарезать мелкими кусочками, смешать с яблоками. В кастрюлю влить несколько ложек воды и распарить яблоки с тыквой под крышкой до полного размягчения. Горячую массу протереть через сито.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Черную смородину и крыжовник размять деревянным пестиком, засыпать сахаром, перемешать и подогреть до полного растворения сахара. Эту массу тоже протереть через сито, а затем смешать с яблочно-тыквенным пюре. Варить на слабом огне до загустения. Разложить в банки в горячем виде.

Ягодный сок

Необходима смесь различных ягод – малина, клубника, черная смородина.

На 5 л сока: 7,1 кг клубники, 8,8 кг малины, 11,7 кг черной смородины.

Ягоды промыть, отсортировать. Черную смородину пропустить через мясорубку, затем отжать сок. Малину и клубнику размять деревянной лопаткой. Все соединить, пропарить, горячий сок профильтровать через марлю, разлить в ошпаренные банки. Банки накрыть крышками, стерилизовать в течение 20 минут (0,5-литровые банки) при температуре 85 °С, затем закатать.

Ягоды с сахаром

2,2 кг любых ягод, 4,1 кг сахара.

Ягоды очистить, промыть и обсушить, пропустить через мясорубку, добавить сахар (2 кг сахара на 1 кг ягод) и тщательно перемешать. Полученную смесь разложить в сухие банки и неплотно закатать. Ягоды с сахаром не нужно стерилизовать, эта смесь может храниться в течение 4-6 месяцев в прохладном месте.

Сливы в сахаре

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

На 0,5-литровую банку: 1кг слив, 150-200 г сахара.

Из вымытых слив вынуть косточки, плотно уложить в банки срезом вниз до самых «плечиков», чередуя сливы с сахаром.

Накрыть банки крышками, стерилизовать 15-20 минут, закатать.

Малина в апельсиновом сиропе

2,2 кг малины.

Сироп: 3 л воды, 500 г сахара, 3 больших апельсина.

В холодную воду всыпать сахар и довести до кипения. Вымыть апельсины и вместе с кожурой (без косточек) нарезать кубиками и положить в сироп, проварить 10-15 минут. Малиной заполнить до «плечиков» подготовленные банки, залить остывшим апельсиновым процеженным сиропом и поставить пол-литровые банки на 10 минут, а литровые – на 15 минут стерилизовать, затем закатать.

Вишня в коньяке

500 г вишни, 500 мл коньяка, 12-14 ст. ложек сахара, 3-4 ст. ложки воды.

Вишню промыть, обсушить при помощи бумажного полотенца и выложить в две пол-литровые банки.

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Сахар смешать с водой и поставить на слабый огонь, варить до полного растворения сахара, добавить коньяк и варить еще 5 минут. Сиропом залить вишню, закатать стерилизованными крышками и поставить в темное прохладное место.

Абрикосы в морковном соке

2 кг абрикосов.

Сок: 1 л морковного сока, 70 мл лимонного сока, 100 г сахара.

Абрикосы хорошо промыть, надрезать и удалить косточки. Уложить в подготовленные банки, залить кипящим морковным соком, накрыть крышками и пастеризовать. Сразу закатать.

Для улучшения вкуса в морковный сок можно добавить лимонный сок и сахар.

Сушеная черешня

Ягоды черешни тщательно промыть под струей проточной воды, очистить от косточек и обсушить при помощи бумажного полотенца. Затем выложить равномерным слоем на противень, застеленный пергаментной бумагой, и поставить в разогретую до 50 градусов духовку. Сушить при усиленной вентиляции в течение 8-10 часов, повышая температуру до 75 °С. Сушеную черешню переложить в полотняный мешок и хранить в сухом, прохладном месте.

Пюре

Пюре – это протертая или дробленая плодовая масса, которая в дальнейшем

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

используется для приготовления соков с мякотью, кондитерских изделий, различных третьих блюд. Для пюре пригодны плоды любого качества. Форма, величина, окраска плодов существенной роли не играют. Разваривают плоды в кастрюле под крышкой: плоды заливают небольшим количеством воды, вода под крышкой быстро закипает, и образующийся пар распаривает плоды. Для нагревания паром плоды помещают в дуршлаг или марлевый мешок, который вставляют в кастрюлю. Подготовленные плоды протирают через дуршлаг или сито с размером отверстий 1-1,5 мм. Ягоды с мелкими семенами лучше всего протирать через волосяное сито, чтобы отделить семена. Консервируют пюре способом горячего разлива или пастеризацией (с последующей закаткой), в зависимости от величины тары.

Яблочно-земляничное

800 г яблочного пюре, 200 г земляничного пюре.

Приготовленное яблочное и земляничное пюре смешать, подогреть, разложить в банки и пастеризовать при 85 °С: литровые банки – 25 минут, 2-литровые – 40 минут, 3-литровые – 50 минут. Таким же способом можно приготовить и пюре из яблок с малиной.

Грушевое

На 1 литровую банку: 1,2 кг груш.

Для пюре надо взять зрелые сладкие душистые груши, промыть, очистить от сердцевин и кожицы, нарезать дольками, потушить с небольшим количеством воды до мягкости. Когда они разварятся, протереть их в горячем виде через сито или пропустить через мясорубку. Полученное пюре довести до кипения. Подготовленные банки сразу же заполнить до верха и закатать.

Персиковое

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

На 1 литровую банку: 1-1,2 кг персиков.

Промыть зрелые сочные персики, обсушить на полотенце. Аккуратно снять (срезать) верхнюю кожицу и вырезать косточки. Пропустить через мясорубку. Пюре разложить в подготовленные банки, поставить в кастрюлю с подогретой водой, постепенно довести ее до кипения и стерилизовать в кипящей воде литровые банки 20 минут.

Сливовое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих слив.

Зрелые сладкие сливы промыть, разрезать пополам, удалить косточки. Половинки слив уложить в кастрюлю, влить немного воды (1 стакан воды на 1 кг половинок слив), закрыть крышкой и варить на слабом огне 5-8 минут с момента закипания, помешивая, чтобы сливы не подгорели. Горячие сливы протереть через волосяное сито или пропустить через мясорубку. Готовое пюре разлить в подготовленные литровые банки и стерилизовать в кипящей воде 10 минут. Банки закатать и перевернуть вверх дном.

Можно обойтись и без стерилизации. В этом случае протертые сливы поместить в эмалированную кастрюлю, довести до кипения, сразу до верха разлить в сухие подготовленные стерилизованные банки, герметично закрыть, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Абрикосовое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих абрикосов.

Зрелые сладкие абрикосы разделить на половинки, удалить косточки, протереть через

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

сито или пропустить через мясорубку, к которой прикреплено ситечко. Пюре будет более нежным, если взбить его миксером. Пюре прогреть, не доводя до кипения, разложить в сухие стерилизованные банки и стерилизовать в кипящей воде 10 минут. Банки закатать, перевернуть и оставить на сутки.

Малиновое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих ягод малины.

Ягоды тщательно промыть, обсушить на полотенце, очистить и сырыми протереть через сито. Затем протертую массу нагреть до кипения и кипятить 1 минуту. Расфасовать в сухие нагретые банки или бутылки емкостью 3-10 л и герметично укупорить.

Алычовое

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих плодов алычи.

Для пюре использовать кислые зеленые плоды в стадии созревания. Перебрать, удалить плодоножки, хорошо промыть, переложить в эмалированную кастрюлю, залить небольшим количеством крутого кипятка или прогретого малинового сока, плотно закрыть крышкой и варить 8-10 минут на сильном огне, чтобы плоды растрескались. Горячую алычу переложить порциями в эмалированный дуршлаг и протирать деревянной ложкой, пока в дуршлаге не останутся только косточки и шкурки плодов. Пюре довести до кипения и сразу разложить в сухие горячие стерилизованные банки, немедленно закатать, перевернуть вверх дном и оставить на сутки. Для аромата в каждую банку можно положить сверху веточку базилика или пеларгонии, но предварительно надо промыть их в кипяченой воде и хорошо обсушить. Если пюре из алычи предполагается использовать как приправу к супам, соусам, вторым блюдам, то для аромата в каждую банку можно положить мелко нарезанные укроп, петрушку или сельдерей.

Шиповниковое

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

Пюре из шиповника особенно полезно детям и ослабленным людям. Его можно добавлять к другим пюре, чтобы обогатить их витаминами.

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих плодов шиповника.

Спелые твердые плоды шиповника промыть, очистить от плодоножек и высохших чашелистиков, разрезать вдоль, очистить от семян и волосинок, находящихся внутри. Подготовленные плоды залить кипятком, закрыть крышкой и тушить 10-15 минут до размягчения. В горячем виде протереть через сито или пропустить через мясорубку. Пюре быстро довести до кипения, разлить в подготовленные литровые банки, поставить их в кастрюлю с горячей водой и стерилизовать в кипящей воде 15 минут, закатать.

Клюквенное

На 1 литровую банку: 1,2 кг свежих ягод клюквы.

Зрелые ягоды перебрать, промыть, высыпать в кастрюлю и бланшировать в течение 5 минут. Горячую массу протереть через дуршлаг или редкое сито. Пюре прокипятить, разлить в подготовленные банки, накрыть прокипяченными крышками и, поставив в кастрюлю с горячей водой, стерилизовать в течение 8-20 минут, в зависимости от емкости банки. После стерилизации банки закатать, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Черносмородиновое

На 1 литровую банку: 1 кг ягод черной смородины, 100 мл воды.

Плоды отделить от кистей, перебрать и промыть. В кастрюлю влить полстакана воды,

Фрукты\ягоды

Добавил(а) Administrator

30.05.10 17:27 - Последнее обновление 24.08.10 17:06

закипятить, всыпать смородину и распарить под крышкой в течение 2-3 минут (с момента закипания). В горячем виде протереть через сито. Поставить пюре на слабый огонь, довести до кипения, сразу разлить в сухие горячие банки и закатать.