



МИЛЛИОН МЕНЮ®

online-журнал #54 / лето-осень 2017

# Домашние заготовки: ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ

## 4

### ВЫХОДНЫЕ НА ДАЧЕ

- Летний день год кормит
  - Тара, инвентарь, оборудование для приготовления домашних консервов
- Пряности и специи на любой вкус



## 8

### РЕЦЕПТЫ:

- Малосольные огурцы на зиму
- Деликатесные помидоры
  - Маринованные опята
  - Клубника в сиропе
  - Грушевое варенье
  - Сливовый джем
- Малиновый конфитюр
  - Цукаты из вишни



ТОЛЬКО  
ДЛЯ  
СВОИХ!



Подпишись и получай новый номер первым!



*Доля российских консервов на нашем рынке пока невелика, да и сюрпризов они могут преподнести немало. А продукция зарубежных производителей отражает кулинарные пристрастия жителей самых разных стран, оттого аромат и вкус таких консервов порой кажется нам необычным. И как внимательно ни изучали бы мы этикетки на баночках, нет никакой гарантии, что выбор окажется удачным.*

Другое дело – домашние консервы, которые мы можем приготовить из наших самых лучших продуктов по проверенным рецептурам. Такие консервы помогают сохранить летнее изобилие на нашем столе и выручают в самых разных ситуациях: в доме неожиданно появились гости – и как нельзя кстати оказывается заготовленная впрок баночка с салатом из румяных помидоров с перчиком и укропом, терпкая наливка из вишни или черной смородины. Захворал кто-то из близких – и лучшим лекарством для него становится душистое малиновое варенье, детям захотелось сладкого – и вот на столе появляются вишневый компот и тающее во рту варенье из инжира...

В этом выпуске журнала представлены рецепты заготовок на любой вкус, которые непременно понравятся вашим друзьям и близким. А приготовить эти вкусности, следуя подробным рекомендациям профессиональных кулинаров, сможет даже начинающая хозяйка.

## В этом выпуске

4

### ВЫХОДНЫЕ НА ДАЧЕ

- Летний день год кормит
- Тара, инвентарь, оборудование для приготовления домашних консервов
- Пряности и специи на любой вкус

8

### РЕЦЕПТЫ:

- Малосольные огурцы на зиму
  - Деликатесные помидоры
- Варенье из зеленых помидоров
  - Салат из помидоров, моркови и перца
- Перец в масле по-болгарски
  - Маринованные опята
  - Клубника в сиропе
- Яблочный компот с лимоном
- Абрикосовое варенье с ядрами косточек
  - Грушевое варенье
- Яблочное желе с цедрой
  - Сливовый джем
- Малиновый конфитюр
  - Цукаты из вишни

Руководитель проекта Татьяна Куличихина  
Ответственный за выпуск Наталья Полетаева  
Дизайн Юлия Анохина





# Выходные на даче

*Собственная дача... Предмет постоянной заботы ее обладателей и постоянных мечтаний о ней тех, кто еще не обзавелся загородным домом или садовым участком. Ведь для подавляющего большинства российских граждан дача за городом – это и место отдыха, особенно летом, и площадка для сельскохозяйственных экспериментов, результатом которых обычно бывает хороший урожай.*

**М**ожно, конечно, поехать в дальние путешествия, но ничто не сравнится со своим обжитым загородным домом, тихим вечерним ветерком на террасе, укромным уголком в саду, куда можно поставить шезлонг и потом устроиться на нем, чтобы отдохнуть от трудов и забот. А как не найти время для душевной беседы с соседом или с соседкой слева, справа, через улицу? Многие из нас лишний раз подумают, стоит ли менять это царство на то, где «все включено», ведь эти, казалось бы, простые вещи приносят дачникам очень много радости.

Проводя время на даче, мы не обойдемся без кропотливого труда на грядках или в зарослях малины, не оставим в стороне и хлопоты по обустройству домика или веранды. Но зато какое удовольствие угостить домашних чем-нибудь вкусным, приготовленным из того, что выращено своими руками! Дачники знают, что дача «кормит» не только летом, но и круглый год, если правильно сохранить урожай, поэтому готовить вкусные блюда можно не только в сезон. И вот здесь вам обязательно пригодятся рецепты из нашего журнала. Мы постарались подобрать для вас такие, которыми вам непременно захочется поделиться со своими знакомыми, например, с теми же соседями по даче.

***Отличного вам урожая и приятного аппетита!***





# Летний день год кормит

*С незапамятных времен люди умели солить и квасить, вялить и коптить, сушить и мочить и замораживать различные продукты. Такая переработка позволяет сберечь от порчи урожай, заготовить овощи и фрукты впрок.*

**В**иды консервов различают в зависимости от рассолов. Если рассол состоит из соли, причем концентрация его не ниже 6–8%, – это соленье. Оно основано на консервирующем действии хлористого натрия (поваренной соли). Уже при 10%-м содержании соли жизнедеятельность многих микроорганизмов прекращается. При этом можно создать продукт с измененным вкусом – это умеренный посол, либо сохранить продукт неизменным с последующим вымачиванием и восстановлением первоначального вкуса продукта перед употреблением – это крепкий посол.

Помимо рассола неизменным компонентом солений являются пряности, во многом определяющие качество солений: укроп, чеснок, хрен, эстрагон, базилик, чабер, сельдерей. Эти пряные травы не только улучшают вкус заготовок, но и увеличивают сроки их хранения. Той же цели служат листья дуба, вишни и смородины, которые добавляют в соленья наряду с пряностями.

Если соли берут всего 2,5–3% от массы продукта, а рассол получается сам из сока овощей – это квашение. При этом в продуктах, под действием молочнокислых бактерий, накапливается молочная кислота, замедляющая развитие гнилостной микрофлоры.

И наконец, если рассол готовят из очень малого количества соли (1,5–2%) с добавлением сахара, которого берут втрое-вчетверо больше, чем соли, – это мочение.

От перечисленных видов консервов (часто их называют одним словом – соленья) принципиально отличается маринование. При этом консервирующее действие основано на создании неблагоприятных условий для развития микроорганизмов: продукты погружаются в раствор кислоты. Основной компонент при мариновании – уксус с добавлением соли и (или) сахара. При этом пропорции соли и сахара в маринадах меньше по сравнению с соленьями, так как главную роль консерванта играет уксус, которого по объему берется обычно столько же, сколько и воды.

Фрукты и ягоды хранят в свежем виде, замораживают, сушат, консервируют с сахаром. Из яблок, груш, слив, клубники, вишни, малины, смородины, облепихи и других плодов готовят соки, компоты, пюре, варенье, джемы, повидло, желе, мармелад, пастилу, цукаты, сиропы... При использовании большинства указанных способов изменяется вид, вкусовые и ароматические свойства продуктов. Также частично разрушаются витамины, и все же в консервах они сохраняются гораздо дольше, чем в свежих плодах и овощах.

**ЧАСТО НА УЛОЖЕННЫЙ В ПОСУДУ ПРОДУКТ ТРЕБУЕТСЯ УСТАНОВИТЬ ГНЕТ.** Гнет необходим для того, чтобы продукт во время приготовления был полностью покрыт рассолом. Для этого берут деревянный кружок, тщательно его промывают, ошпаривают, заворачивают в салфетку или марлю и укладывают на продукт. Сверху устанавливают тщательно промытый и ошпаренный гладкий камень. В среднем общий вес гнета должен составлять от 10 до 15% от общей массы продуктов, уложенных в посуду. После того как установлен гнет, моченья нужно сразу поставить на холод; соленья держать в тепле и время от времени подливать рассол. Следует также снимать пену и плесень с поверхности и промывать гнет кипятком с горчичным порошком. Когда критический период минует, соленья надо перенести в прохладное место.



Главное условие для приготовления качественных консервов – использование только свежих, доброкачественных и по возможности экологически чистых продуктов. Овощи, фрукты и ягоды должны быть спелыми, но не перезревшими, без механических повреждений, наростов, гнили, плесени, без повреждений вредителями, без признаков болезней и увядания. Если вы используете для заготовок урожай, выращенный на своем участке, то собирать его нужно аккуратно. Фрукты снимают вручную или специальными плодосъемниками по одному. Ни в коем случае нельзя трясти деревья. Ягоды срывают вместе с чашелистиками, которые удаляют непосредственно перед приготовлением заготовок. Овощи выкапывают, затем осторожно стряхивают землю. Собирают урожай только в сухую погоду, сразу переносят его в холодное помещение с высокой влажностью и как можно скорее приступают к переработке.

## Малосольные огурцы на зиму

*Огурцы выращивали еще в Древнем Египте, Древней Греции и Риме. Как утверждают историки, в России их культивировали уже в IX веке. Эти овощи – прекрасный источник йода, минеральных солей и нежной клетчатки. Они облегчают усвоение витаминов и белков из других продуктов, помогают нормализовать обмен веществ и избавиться от лишних килограммов. Соленые, маринованные и пастеризованные огурцы используют при приготовлении салатов, винегретов, супов (солянок, рассольников), гарниров.*

### на 2,5 кг огурцов:

- зелень укропа 140 г
- листья хрена 100 г
- чеснок 1/2 головки
- лавровый лист 2 шт.
- перец жгучий красный 1/2 стручка
- перец душистый горошком 8 шт.

### Для рассола:

- вода 1 л
- соль 50–60 г

1. Мелкие огурцы замочите на 4–6 часов, затем промойте. В чистые сухие банки разложите треть пряностей, плотно уложите огурцы до половины банок, на них – еще треть пряностей, огурцы. Сверху уложите оставшиеся пряности.
2. Воду вскипятите с солью. Банки залейте слегка остывшим рассолом и выдержите при комнатной температуре.
3. Через 4–6 дней выньте огурцы из рассола, промойте в соляном растворе (20 г на 1 л воды).
4. В чистые сухие банки уложите свежие пряности, затем подготовленные огурцы. Рассол, в котором солились огурцы, проварите 5–10 минут, процедите и, охладив до 80–85 °С, залейте в банки с огурцами.
5. Банки пастеризуйте 10–15 минут. Закупорьте, переверните вверх дном и охладите.



### ДЛЯ КОНСЕРВИРОВАНИЯ ЛУЧШЕ ОТБИРАТЬ МЕЛКИЕ ОГУРЦЫ.

Овощи средних размеров больше подходят для использования в свежем виде. Огурцы промывают перед окончательной заливкой, чтобы удалить с их поверхности налет. Если качество рассола после выдержки в нем огурцов покажется вам сомнительным, лучше для повторной заливки приготовить свежий. Обязательно прокипятите его.



## Деликатесные помидоры

*Сколько вкусных заготовок на зиму можно приготовить из помидоров! Эти овощи прекрасно сочетаются с самыми разными продуктами. Цвет помидоров, в зависимости от сорта, может быть не только ярко-красным или оранжевым, но и розовым, зеленым, желтым (такие помидоры отличаются более сладким вкусом).*

### на 2 кг помидоров:

- эстрагон 30 г
- мята 30 г

### Для заливки:

- вода 1 л
- сок красной смородины 300 мл
- мед 50 г
- соль 50 г

1. Для заливки в кипящей воде растворите соль и мед, влейте сок смородины, доведите до кипения.
2. Помидоры ошпарьте, уложите в банку, добавьте эстрагон и листики мяты.
3. Трехкратно залейте кипящей заливкой, выдерживая банки под стерилизованными крышками по 5 минут и затем снова доводя заливку до кипения.
4. Закупорьте банки. Переверните их вверх дном и охладите.

*Сок красной смородины можно заменить другим ягодным или фруктовым соком.*



**РОДИНА ПОМИДОРОВ – ЮЖНАЯ АМЕРИКА, ОТКУДА В XV ВЕКЕ ИХ ЗАВЕЗЛИ В ЕВРОПУ.** Свое название эти овощи получили от итальянского *roto d'oro* – «золотое яблоко», а «томатами» их стали называть французы. Эти овощи содержат витамины (С, группы В), минеральные вещества (калий, магний, натрий, цинк, кальций, железо, марганец, фосфор и другие), антиоксиданты, органические кислоты, клетчатку. Помидоры выводят из организма токсины и лишнее количество жидкости. Включая их в свой рацион, вы уменьшите риск развития многих заболеваний – сердца и сосудов, желудка, поджелудочной железы, костной системы и легких.



# Варенье из зеленых помидоров

на 1 кг зеленых помидоров:

- сахар 1,2 кг
- лимонная кислота 4–5 г

**ЧТОБЫ ВАРЕНЬЕ ВЫГЛЯДЕЛО ЯРЧЕ,** добавьте в него нарезанную тонкой соломкой морковь или апельсиновую цедру. Но не добавляйте ягоды, иначе изменится цвет сиропа, а вся прелесть и необычность этого варенья – именно в его зеленом оттенке.

1. Для варенья возьмите помидоры с плотной мякотью. Надрежьте их, удалите семена и промойте плоды в холодной воде.
2. Залейте помидоры кипящей водой, варите 5 минут, затем воду слейте. Вновь залейте помидоры холодной водой, доведите до кипения и варите 5 минут, откиньте на дуршлаг.
3. Помидоры переложите в посуду, в которой будете варить варенье. Всыпьте сахар, влейте 1 стакан воды, на сильном огне доведите сироп до кипения, затем огонь убавьте.
4. Готовьте варенье в два приема, в общей сложности 4 часа. В конце варки добавьте лимонную кислоту.



Вам хочется поделиться рецептом или высказаться на кулинарную тему?

**ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ**  
на [www.mmenu.com](http://www.mmenu.com)

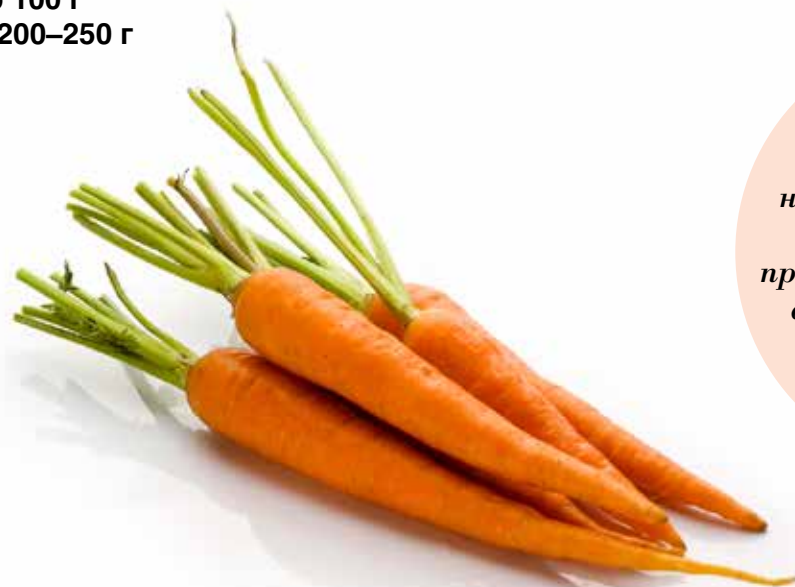




# Салат из помидоров, моркови и перца

на 4 кг помидоров:

- лук репчатый 1 кг
- морковь 1 кг
- перец сладкий 1 кг
- корень петрушки 300 г
- масло растительное 240 г
- перец черный горошком 15 шт.
- лавровый лист 5 шт.
- уксус фруктовый 100 мл
- сахар 100 г
- соль 200–250 г



*Готовьте салат  
небольшими порциями.  
В этом случае овощи  
проварятся равномернее,  
а ломтики помидоров  
лучше сохраняют  
форму.*

## **ПОМИДОРЫ ДОБАВЛЯЮТ В САЛАТЫ, ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ, ПИЦЦУ, ТОМАТНУЮ ПАСТУ, СОУСЫ К ПАСТЕ, БЛЮДАМ ИЗ МЯСА, ПТИЦЫ.**

Их фаршируют, солят, маринуют и даже сушат (для этого спелые плоды разрезают на две части, удаляют семена и подсушивают на солнце, выложив на решетку, в течение нескольких дней; такие помидоры получаются очень ароматными). Цвет томатов, в зависимости от сорта, может быть не только ярко-красным или оранжевым, но и розовым, зеленым, желтым (такие помидоры отличаются более сладким вкусом, чем обычные). Выращивают даже лиловые и черные овощи. Они содержат витамины (С, группы В), минеральные вещества (калий, магний, натрий, цинк, кальций, железо, марганец, фосфор), антиоксиданты, клетчатку. Томаты нейтрализуют свободные радикалы, которые разрушают клетки; выводят из организма токсины. Выбирайте плотные овощи с гладкой кожицей без пятен и каких-либо повреждений.

1. Спелые помидоры нарежьте кружочками, лук и очищенный от семян перец – кольцами.
2. Морковь и корень петрушки натрите на крупной терке.
3. Овощи посолите, добавьте сахар и масло, перемешайте и выдержите до появления сока.
4. Добавьте черный перец, лавровый лист, уксус и проварите салат 10 минут. Сразу разложите его по банкам и закупорьте их.





## Рассольник

- огурцы 150 г
- лук репчатый 1/4 головки
- корень сельдерея и петрушки по 70 г
- морковь 80 г
- картофель 80 г
- каперсы 1–2 ч. ложки
- зелень петрушки 10 г
- перец черный горошком 4 шт.
- лавровый лист 1 шт.
- соль 10 г

1. Плотные непереросшие огурцы разрежьте вдоль на 2–4 части, затем нарежьте мелкими ломтиками.
2. Морковь и коренья варите 20–25 минут, охладите в отваре, нарежьте соломкой или натрите на терке. Лук и зелень измельчите.
3. Картофель нарежьте и бланшируйте 1–2 минуты.
4. Подготовленные овощи залейте кипятком так, чтобы вода чуть покрывала их. Добавьте соль, каперсы, лавровый лист и черный перец. Помешивая, варите овощи 5–6 минут, затем уложите в банку.
5. Пастеризуйте 14–16 минут при 80–85 °С. Банку закатайте.

Эту заготовку можно использовать зимой для заправки рассольника, а можно подать в качестве закуски.

## Перец в масле по-болгарски

- перец сладкий 2,5 кг
- чеснок 1 головка
- корень петрушки 1 шт.

### Для маринада:

- вода 0,5 л
- уксус 5%-й 1 стакан
- масло растительное 250 г
- сахар 100 г
- соль 50 г

1. Для маринада в воде растворите соль, сахар, добавьте уксус и растительное масло.
2. Очищенный перец нарежьте кольцами, корень петрушки – кружочками. Перец, петрушку и зубчики чеснока разложите по банкам, залейте горячим маринадом и стерилизуйте. Затем банки закупорьте и дайте им остыть.

**СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ ДОБАВЛЯЮТ В САЛАТЫ, СУПЫ, ВТОРЫЕ БЛЮДА, ПИЦЦУ, ФАРШИРУЮТ.**

Он хорошо сочетается со многими овощами: с помидорами, капустой, огурцами, репчатым луком, чесноком, сельдереем и другими, а также с кукурузой, оливками, оливковым маслом, бальзамическим, красным винным и яблочным уксусами.



# Лечо

*Это блюдо венгерской кухни в разных странах готовят по-разному, как правило, используя в качестве основных ингредиентов сладкий перец, помидоры и репчатый лук. Любители острого могут добавить в заливку чеснок или молотый острый перец. Можно также добавить нарезанный маленькими кусочками стручок острого перца без семян.*

## ПЕРВЫЙ СПОСОБ:

### на 1,3 кг сладкого перца:

- помидоры 1 кг
- лук репчатый 250 г
- перец черный молотый
- соль 15–20 г

1. Перец, удалив семена, нашинкуйте соломкой. Помидоры нарежьте кружочками толщиной 0,3–0,4 см. Лук измельчите.
2. Овощи перемешайте, добавьте воду, соль, черный перец и тушите под крышкой 10 минут.
3. Овощной массой заполните банки (сверху овощи должны быть покрыты соком).
4. Стерилизуйте литровые банки 25 минут, трехлитровые – 40 минут. Банки закупорьте, переверните вверх дном, дайте им остыть.

## ВТОРОЙ СПОСОБ:

### на 1 кг сладкого перца:

- паста томатная 500 г
- сахар 50 г
- соль 30 г

1. Перец очистите от семян и нарежьте полосками.
2. Томатную пасту разведите водой в соотношении 1:2 и залейте перец. Добавьте соль и сахар.
3. Проварите массу 10 минут и сразу разложите по банкам.
4. Банки стерилизуйте, затем закупорьте.



## ЕСТЬ ВОПРОСЫ?

Задайте их нашему эксперту на [www.mmenu.com](http://www.mmenu.com)



*Лечо можно подать в качестве гарнира к блюдам из мяса или предложить в качестве закуски.*



## Тара, инвентарь, оборудование

Вам понадобятся различная тара, крышки и другие предметы.

**СТЕКЛЯННАЯ ТАРА.** Обычно используют банки емкостью 0,35; 0,5; 0,75 и 1 л, а также двух- и трехлитровые баллоны с горловиной диаметром 8,3 см и верхним кольцевым выступом. Можно использовать и стеклянные банки импортного производства с горловиной, рассчитанной на резьбовые крышки. Такие банки легко закупориваются отечественными жестяными крышками с зажимами, при этом достаточно лишь аккуратно, без перекося, накрыть банку крышкой.

Если консервы не требуют герметизации, можно использовать также винные и пивные бутылки. Бутылки в основном используют для соков или вина. Закупоривают их пробками из полиэтилена, коры пробкового дерева, заливают парафином, сургучом. Перед закупоркой пробки выдерживают 3–5 минут в кипящей воде или горячей воде с уксусом.

Банки можно закрывать промытыми полиэтиленовыми или резьбовыми крышками, листом полиэтилена, плотной бумаги, пергаменты или фольги. Чтобы содержимое банки не соприкасалось с крышкой, под нее подкладывают кружочек пергаменты, смоченный спиртом.

Перед использованием банки и бутылки тщательно проверяют на наличие трещин, сколов, наклоня их под углом 45°.



Стеклянная тара хорошо моется, не ржавеет и не вступает в химическое взаимодействие с продуктами. Подготовка такой тары заключается в тщательном ее промывании и стерилизации над паром.

Моют посуду без применения порошков – детским мылом или пищевой содой. Затем ее тщательно ополаскивают и непосредственно перед заполнением стерилизуют. Для этого можно воспользоваться чайником или кастрюлей с вкладышем: банку устанавливают горловиной вниз на кипящий чайник или вкладыш в кастрюле с кипящей водой и прогревают 10–15 минут. Можно стерилизовать банки в духовке. Для этого промытые сухие банки устанавливают на противень горлышком вверх и нагревают духовку в течение 30 минут до 150 °С, а затем выключают. Еще теплую посуду сразу же заполняют. Стерилизованные банки ставят вверх дном на чистое полотенце, затем укладывают на бок, чтобы они лучше просохли. Банки накрывают вторым чистым полотенцем, чтобы на них не попадала пыль.

**ДЕРЕВЯННАЯ ТАРА.** Для солений часто используют бочки, бочонки, кадки из дерева лиственных пород. Перед заполнением их моют в растворе пищевой соды, затем ошпаривают и высушивают.



**МЕТАЛЛИЧЕСКАЯ ТАРА.** Для солений и квашений используют в основном эмалированную посуду разной емкости, без сколов и трещин. Не используйте посуду из оцинкованного железа и алюминия. Даже кратковременное хранение в ней продуктов, особенно с высоким содержанием кислоты, приводит к накоплению в них солей тяжелых металлов и алюминия. Алюминий связывает фосфор, ухудшает работу мозга, пищеварительного тракта; накапливаясь в костях, вызывает их заболевания.

**КРЫШКИ.** Используют металлические, стеклянные и полиэтиленовые крышки. Металлические лучше использовать с покрытием из кислотоупорного лака, тогда олово, находящееся в их составе, не будет вступать в реакцию с веществами, входящими в состав продуктов, и не вызовет изменений окраски и вкуса последних.

**Стеклянные крышки** многократного использования практичнее и гигиеничнее, через их прозрачную поверхность можно следить за состоянием заготовок. Стеклянные крышки перед использованием нужно проверить на целостность.

**Металлические крышки** из нержавеющей стали с резиновым кольцом и винтовым зажимом используют многократно. Резиновые кольца хранят в банке с плотно закрытой крышкой, чтобы они не пересыхали. Резиновое кольцо и пружинный зажим надежно герметизируют продукт. При термической обработке на горловину банки укладывают прокипяченные кольцо и крышку, закрепляют зажимом. За счет нагревания оставшийся в банке воздух и пары воды расширяются, давят на крышку, преодолевают сопротивление пружинного зажима и выходят наружу, а крышка вновь прилегает к банке. После охлаждения в банке образуется разрежение (вакуум), наружное давление плотно прижимает крышку. Чтобы открыть банку, достаточно потянуть за язычок резинового кольца. В этом месте образуется щель, через которую внутрь войдет воздух. Давление снаружи и внутри банки выравнивается, и крышка легко снимется.

**Полиэтиленовые крышки** бывают разного диаметра, но они не всегда имеют точные размеры и иногда плохо надеваются на горлышки банок. В этом случае крышки опускают в кипяток на несколько секунд, а затем сразу закрывают ими банки. После остывания крышка достаточно плотно прилегает к горлышку банки. Но такие крышки используют только в том случае, если не требуется герметичная закупорка продукта, например варенья, повидла, джема, соленых и слабомаринованных овощей, которые будут храниться в холодильнике.

#### КРОМЕ ЭТОГО ДЛЯ КОНСЕРВИРОВАНИЯ ПОНАДОБЯТСЯ:

- весы бытовые
- воронка
- дуршлаг и шумовка
- закаточная машинка
- захваты и зажимы для выемки
- банок из горячей воды
- кастрюли эмалированные разной емкости для варки и стерилизации
- кастрюля-скороварка
- ложки столовые и чайные, из нержавеющей стали и деревянные
- веселка
- машинка для удаления косточек
- ножи для нарезки из нержавеющей стали
- выемка для удаления сердцевин у яблок, груш, айвы
- мерная кружка
- овощерезка
- пестик
- сита капроновые или волосяные
- соковыжималка механическая или электрическая
- соковарка
- таз латунный
- терки пластмассовые
- миксер



## *Белые грибы в кисло-сладкой заливке*

*Эти грибы хороши в качестве закуски или дополнения к гарниру. Зимой из них можно приготовить грибной суп или рассольник, заменив часть бульона заливкой от консервированных грибов.*

- грибы белые 2 кг
- корень хрена 1/2 шт.
- лавровый лист 3–6 шт.
- зерна горчицы 3 ч. ложки
- перец черный и душистый
- горошком по 1 ч. ложке
- зелень укропа 3 веточки

### **Для заливки:**

- вода 750 мл
- уксус 9%-й 250 мл
- сахар 80 г
- соль 20–30 г

1. Для заливки в кипящей воде растворите соль и сахар, процедите, влейте уксус.
2. В банки уложите пряности, нарезанные кусочками зелень и корень хрена, подготовленные грибы, заполняя банки на 1,5 см ниже горлышка. Влейте горячую заливку.
3. Пастеризуйте при 90 °С пол-литровые банки 30 минут, литровые – 40–50 минут. Если нет возможности пастеризовать, необходимо повысить кислотность заливки. Для этого на 1 л воды возьмите 1 л 9%-го уксуса (количество соли и сахара не меняется).
4. Банки закройте полиэтиленовыми крышками, дайте им остыть.
5. Храните грибы на холоде.







## Маринованные опята

- опята 2 кг
- вода 1 л
- уксус 5%-й 100 мл
- перец черный горошком 6 шт.
- зонтики укропа 3 шт.
- сахар 70–100 г
- соль 50 г

1. Грибы варите в кипящей подсоленной воде (30 г соли на 1 кг грибов) 10–15 минут. Откиньте на дуршлаг, промойте горячей водой.
2. Для маринада в кипящей воде растворите соль и сахар, добавьте перец и укроп, кипятите 5 минут. Рассол процедите, вновь доведите до кипения, влейте уксус.
3. Вареные грибы залейте горячим маринадом и варите при слабом кипении, пока они не осядут на дно.
4. Разложите грибы в сухие прогретые банки, залейте маринадом, охладите. Горлышки банок оберните пергаментом и обвяжите ниткой.
5. Храните в прохладном месте.



**ТАК ЖЕ МОЖНО МАРИНОВАТЬ И МАСЛЯТА.** Но эти грибы нужно сначала очистить – снять со шляпок тонкую скользкую пленку-кожицу. Маслята можно не готовить в маринаде, а отварить отдельно и уже потом залить горячим маринадом. Учитывайте, что маринад должен обязательно покрывать грибы. Чтобы предохранить их от появления плесени, сверху налейте растительное масло. Банки закатайте и храните заготовку в холодном месте.



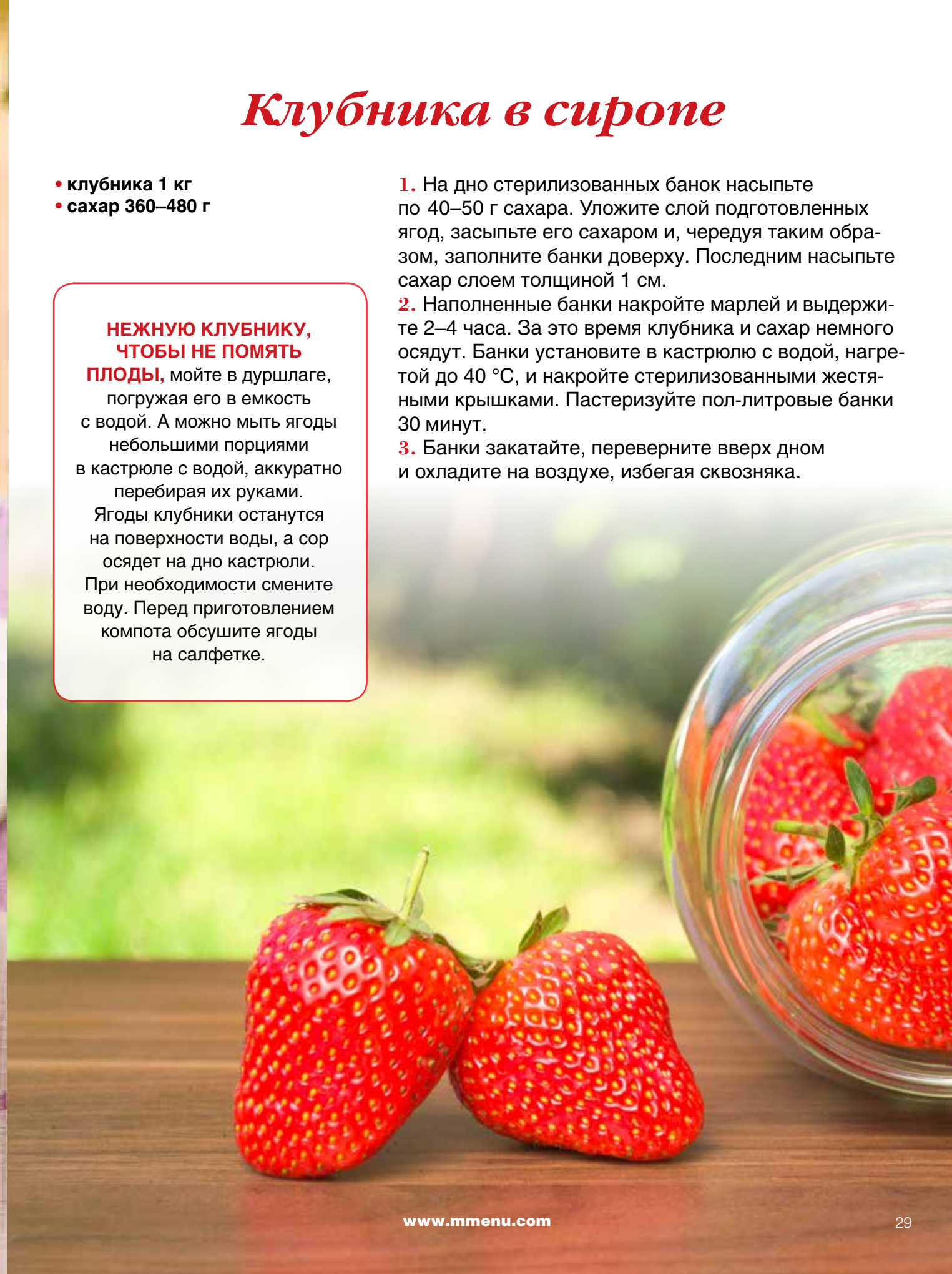


## Клубника в сиропе

- клубника 1 кг
- сахар 360–480 г

**НЕЖНУЮ КЛУБНИКУ, ЧТОБЫ НЕ ПОМЯТЬ ПЛОДЫ**, мойте в дуршлаге, погружая его в емкость с водой. А можно мыть ягоды небольшими порциями в кастрюле с водой, аккуратно перебирая их руками. Ягоды клубники останутся на поверхности воды, а сор осядет на дно кастрюли. При необходимости смените воду. Перед приготовлением компота обсушите ягоды на салфетке.

1. На дно стерилизованных банок насыпьте по 40–50 г сахара. Уложите слой подготовленных ягод, засыпьте его сахаром и, чередуя таким образом, заполните банки доверху. Последним насыпьте сахар слоем толщиной 1 см.
2. Наполненные банки накройте марлей и выдержите 2–4 часа. За это время клубника и сахар немного осядут. Банки установите в кастрюлю с водой, нагретой до 40 °С, и накройте стерилизованными жестяными крышками. Пастеризуйте пол-литровые банки 30 минут.
3. Банки закатайте, переверните вверх дном и охладите на воздухе, избегая сквозняка.







## Яблочный компот с лимоном

- яблоки 3 кг
- вода 1,5 л
- лимон 1 шт.
- сахар 350 г

**НЕ ЗАБУДЬТЕ ВЫНУТЬ ИЗ ЛОМТИКОВ ЛИМОНА КОСТОЧКИ**, иначе напиток будет горчить. Для приготовления этого компота подойдут и другие цитрусовые – апельсины, лаймы.

1. Мелкие яблоки можно использовать целиком. Крупные разрежьте на 4 части, удалите сердцевину. В процессе обработки нарезанные яблоки держите в подкисленной воде, чтобы они не потемнели.
2. Лимон нарежьте ломтиками.
3. В кипящей воде растворите сахар, проварите сироп 2–3 минуты.
4. Подготовленные яблоки и ломтики лимона разложите по банкам, залейте горячим сиропом.
5. Банки накройте жестяными крышками и стерилизуйте 8 минут. Герметично закупорьте.

## Абрикосовое варенье с ядрами косточек

**на 1 кг абрикосов:**

- сахар 1,5 кг
- вода 400 г

1. Абрикосы надрежьте по бороздке и выньте косточки. Расколите их, выньте ядра и через надрез вложите в абрикосы.
2. В кипящей воде растворите сахар и проварите сироп 5 минут. Подготовленные абрикосы уложите в банки и залейте горячим сиропом.
3. Выдержите абрикосы сутки. Затем сироп слейте и прокипятите в течение 5–7 минут. Снова залейте им абрикосы и выдержите еще сутки.
4. Варенье уварите до готовности. Охладите и разлейте в сухие банки.



**ЕСЛИ ВЫ ГОТОВИТЕ НЕБОЛЬШУЮ ПОРЦИЮ ЭТОГО НЕОБЫКНОВЕННОГО ВАРЕНЬЯ**, не поленитесь и очистите ядра от кожицы (предварительно ошпарьте их, тогда кожица легче снимется). В этом случае вкус у варенья будет нежнее.



## Грушевое варенье

на 1,3 кг груш:

- сахар 1,2 кг
- вода 300 мл



1. Груши с плотной мякотью очистите от кожицы, нарежьте дольками, бланшируйте не дольше 10 минут. До бланширования дольки груш храните в подкисленной воде, чтобы они не потемнели.
2. Для сиропа в воде, в которой бланшировались груши, растворите сахар. Варите сироп 10–15 минут, затем добавьте лимонную кислоту из расчета 2 г на 1 л воды. Сироп процедите, вновь доведите до кипения.
3. Подготовленные дольки груш залейте горячим сиропом и проварите на слабом огне 10–15 минут, снимая пену.
4. Выдержите груши в сиропе 6 часов, затем варите варенье до готовности. Если дольки груш после варки не становятся прозрачными, то варите варенье в 2–3 приема.
5. Готовое варенье разлейте в сухие прогретые банки и закройте полиэтиленовыми крышками. Храните в прохладном месте.

## Яблочное желе с цедрой

на 1 кг яблок:

- сахар 400 г
- цедра апельсина 250 г
- вода 2,5 стакана

**ГОТОВНОСТЬ ЖЕЛЕ ПРОВЕРЬТЕ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:** чайной ложкой зачерпните небольшое количество горячего сиропа, попробуйте его слить. Если капли будут удерживаться на ложке, желе готово.

1. Яблоки крупно нарежьте и разварите до мягкости. Фрукты выньте, отвар процедите.
2. Доведите отвар до кипения, всыпьте мелко нарезанную апельсиновую цедру и варите ее 8–10 минут.
3. Отвар настаивайте 30 минут, вновь процедите, всыпьте сахар и варите желе до готовности.
4. Перед окончанием приготовления добавьте по вкусу лимонную кислоту.
5. Желе разложите по банкам.
6. Храните на холоде.







*Чтобы определить  
готовность, капните  
немного джема на тарелку.  
Если капля стала очень  
густой – значит,  
джем готов.*

## Сливовый джем

*Об истории происхождения сливы до сих пор спорят ботаники.  
По одной из версий, этот плод появился благодаря скрещиванию в дикой природе  
альчи и терна, а потом уже человек взялся за окультуривание сливы.*

**на 1,3 кг слив:**

• сахар 1,1 кг

1. Сливы разрежьте пополам, удалите косточки.
2. В посуду налейте стакан воды, положите половинки слив, варите их 10–15 минут. Небольшими порциями всыпьте сахар.
3. Варите джем в один прием, постепенно усиливая огонь и энергично помешивая массу ложкой или шумовкой. Время от времени снимайте пену. Варите джем не более 30 минут.
4. Готовый джем горячим разложите в сухие прогретые банки, закупорьте жестяными крышками и, перевернув вверх дном, выдержите до полного охлаждения.
5. Банки можно закрыть полиэтиленовыми крышками и хранить на холоде.

**СЛИВУ ВЫРАЩИВАЛИ ЕЩЕ В ДРЕВНЕМ РИМЕ.** Во времена крестовых походов некоторые ее сорта попали в Европу. Даже название одних из лучших сортов, ренклюд, связывают с именем дочери короля Людовика XII – Клод. Кстати, по калорийности слива значительно превосходит абрикосы, груши и многие другие фрукты.



# Малиновый конфитюр

на 1 кг малины:

- сахар 1,3 кг
- вода 500 мл

ПОДЕЛИТЬСЯ  
С ДРУЗЬЯМИ



Вам хочется поделиться рецептом или высказаться на кулинарную тему?

**ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ**

на [www.mmenu.com](http://www.mmenu.com)

1. Ягоды измельчите, залейте горячей водой и, помешивая, варите 30 минут.
2. Через 10–15 минут всыпьте сахар, перемешайте и варите конфитюр до готовности.
3. Готовый конфитюр горячим разложите в сухие прогретые банки, дайте остыть. Банки закройте полиэтиленовыми крышками.
4. Храните конфитюр на холоде.

*Как определить готовность конфитюра? Если его капля на тарелке не растекается, массу можно снимать с огня.*



# Цукаты из вишни

на 1 кг вишни:

- сахар 1,2 кг
- вода 200 мл

1. Из вишни удалите косточки.
2. В кипящей воде растворите сахар и варите сироп 5 минут, процедите.
3. Подготовленные ягоды залейте горячим сиропом, выдержите 5–6 часов, затем проварите 15 минут и снова оставьте на 5–6 часов. Снова проварите 15 минут и выдержите еще 5–6 часов. Затем варите ягоды до тех пор, пока они не станут прозрачными, а сироп – густым.
4. Уваренную массу откиньте на дуршлаг, оставьте на 1–1,5 часа, чтобы плоды остыли, а сироп стек.
5. Ягоды обсыпьте сахаром, уложите на сито в один слой и сушите при комнатной температуре 5–6 суток или в сушильном шкафу (духовке) 10–12 часов при 35–40 °С.
6. Готовые цукаты уложите в сухие банки, закройте их полиэтиленовыми крышками и храните в прохладном месте.

**ЦУКАТЫ ИЗ СМОРОДИНЫ (ЧЕРНОЙ, КРАСНОЙ, БЕЛОЙ) МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ ПО СЛЕДУЮЩЕМУ РЕЦЕПТУ.** 1 кг ягод в эмалированной посуде залейте горячим сиропом (на 300 г воды 1,2 кг сахара). Прокипятите 5–10 минут и выдержите около 10 часов. Снова варите, доведя температуру кипения сиропа до 110 °С. Откиньте ягоды на дуршлаг и дайте сиропу стечь (часа два). Выкладывайте ягоды небольшими порциями на тарелки, посыпанные сахаром. Сушите при комнатной температуре 5 суток (или в духовке при 40 °С, часа три). Подсушенные ягоды можно сформовать в небольшие (2 см) шарики, обкатать их в сахаре и просушить так же, как и сами ягоды.





## Пряности и специи в консервировании

Название	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
Анис	соленые огурцы, кабачки, патиссоны, квашеная капуста; варенье, повидло, соусы
Апельсины (сок, цедра)	варенье
Бадьян	фруктовое пюре, компоты, вишневое варенье, домашние конфеты
Бasilik	соленые огурцы, маринованные огурцы и патиссоны, кабачки, квашеная капуста, соленые белые грибы, соусы, кетчупы
Барбарис	сок, варенье, мармелад
Ваниль	компоты, варенье
Галгант (калган)	медовые и малиновые браги, квасы, настойки, наливки
Гвоздика	фруктово-ягодные маринады, соусы, маринованные грибы, овощи, ягоды, рыба, напитки
Горчица	солят и квасят ее листья; порошок используют для предотвращения развития микроорганизмов
Девясил	консервирование фруктов, ягод
Душица	соленые грибы, помидоры, квасы, соусы

Название	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
Дягиль	соусы, настойки, наливки, ароматизация фруктовых заготовок: варенья, цукатов, отваров, настоек
Зверобой	отвары, настойки
Имбирь	наливки, настойки, квасы, варенье, конфеты, желе, маринады, спиртовая вытяжка, цукаты
Иссоп	соленые огурцы, помидоры, консервированные бобы, фасоль, горох
Кардамон	копчености, маринады
Кервель	соусы, соленые помидоры, тонизирующие настойки
Кориандр	консервированные фрукты, маринованная рыба, квасы, квашеная капуста (в сочетании с тмином)
Корица	маринованные овощи, грибы, фрукты, повидло, соусы
Куркума	соусы, маринадные заливки
Лавр	консервирование овощей, грибов
Лимон	используют вместо уксуса

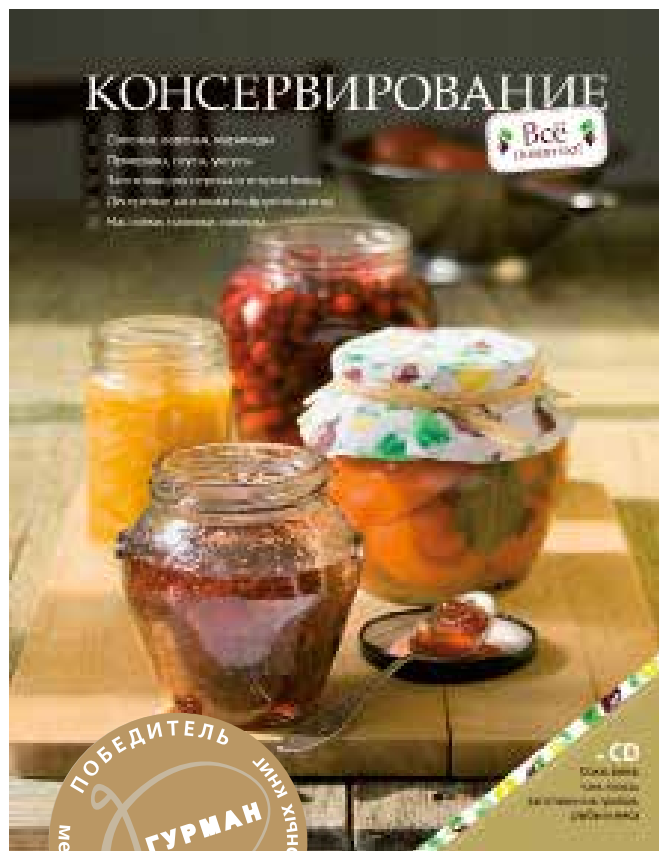
Название	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
Любисток	маринады, варенье, соленые огурцы и помидоры
Майоран	соленые огурцы, помидоры, ароматизация уксуса, томатный соус, маринады, пивоварение
Мелисса	квасы, соленые огурцы, помидоры, квашеная капуста, домашнее вино
Можжевельник	квашеная капуста, маринады
Мускатный орех	консервированные груши, варенье, домашние спиртные напитки
Мята перечная	уксусы, квасы, соленые огурцы, капуста, чайные смеси
Перец белый	пряные смеси, соусы
Перец душистый	консервированные и маринованные овощи (помидоры, огурцы, кабачки, патиссоны)
Перец жгучий	соленые, маринованные овощи, соусы
Перец черный	маринады, пряные смеси, квашеная капуста
Полынь горькая	Ароматизация уксуса, маринады

Название	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
Розмарин	Маринады, овощные заготовки
Тимьян	пряные смеси, соленые огурцы, помидоры, кабачки и другие овощи, маринады
Тмин	пряные смеси, соленые огурцы, помидоры, квашеная капуста, соленый шпик
Чабер садовый	соленые огурцы, помидоры, сладкий перец, грибы
Эстрагон	соленые огурцы, баклажаны, уксусы





# В ИЗДАНИИ ПРИВЕДЕНЫ РЕЦЕПТЫ ИЗ КНИГИ «КОНСЕРВИРОВАНИЕ»



В книгу вошли рецепты заготовок из овощей, фруктов и ягод, а также данные о лечебных свойствах этих продуктов. Издание представляет исчерпывающую информацию о различных способах консервирования овощей, приготовления из них всевозможных салатов, закусок, приправ и соусов; рецепты заготовок из фруктов и ягод: компотов, варенья, джемов, мармелада, повидла, а также десертных заготовок из овощей и ягод – цукатов и конфет.

*К книге прилагается CD, на котором представлены дополнительные рецепты домашних заготовок – соков, вина, чая, кваса, заготовок из грибов, рыбы и мяса.*



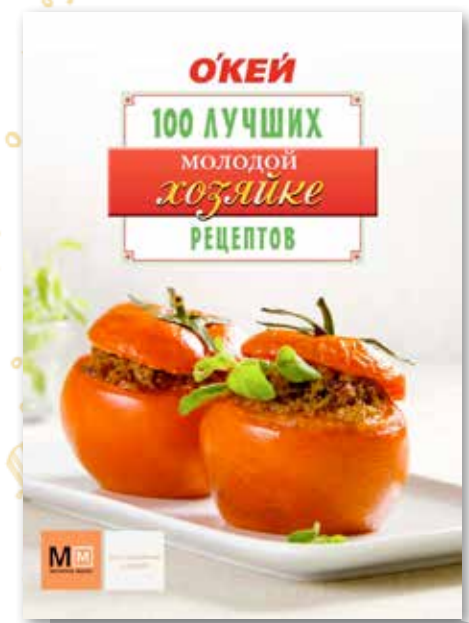
**ИЗДАНИЕ ПОЛУЧИЛО НАГРАДУ – «ЛУЧШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА РОССИИ» – НА КОНКУРСЕ «ГУРМАН»**





# ВСТРЕЧАЙТЕ ПРАЗДНИКИ С КНИГАМИ ИЗДАТЕЛЬСТВА «МИЛЛИОН МЕНЮ»!

НАШИМИ КЛИЕНТАМИ ЯВЛЯЮТСЯ: МАКФА, СОЮЗПИЩЕПРОМ, РАВИС, ЧЕБАРКУЛЬСКАЯ ПТИЦА, РАЙФФАЙЗЕНБАНК, АБСОЛЮТ-БАНК, BSGV.



У НАС ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ КЛИЕНТУ.

Условия сотрудничества готовы обсудить.

Контактные телефоны:

8-912-308-2055, (351) 239-15-26







МИЛЛИОН МЕНЮ®

ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ – НА САЙТЕ

WWW.MMENU.COM

*Вкусно готовить – просто!*



**ММ** [Пикули](#)



**ММ** [Варенье из крыжовника](#)

КЛИКНИ  
И ПРИГО-  
ТОВЬ



**ММ** [Капуста, маринованная с яблоками](#)

- Мастер-классы
- Видеорецепты
- Конкурсы и призы
- Статьи и новости
- Блоги и форум
- Социальная сеть



**ММ** [Корнишоны](#)



**ММ** [Клубничный джем](#)