

ВАЛЕНТИНА ИЛЪЯНКОВА И АЛЕКСАНДР КОРЕНЮГИН



КУХНЯ СССР
Заготовки
В ХОЛОДИЛЬНИК



12+

**Валентина Михайловна Ильянкова
Александр Михайлович Коренюгин
Кухня СССР. Заготовки
В ХОЛОДИЛЬНИК**

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42383394

SelfPub; 2020

Аннотация

Творческий подход к изучению предпочтений в питании всех членов семьи, привлечение к участию в процессах приготовления полуфабрикатов детей – это гарантированный успех заполнения холодильника ценными продуктами для организации здорового домашнего питания. Полуфабрикаты, фарши, очищенные овощи, фруктовые пюре и другие продукты питания можно несколько дней хранить в прохладном месте, без предварительной заморозки. Готовые заготовки – вяленые колбасы и мясо, жареные котлеты, соленые и маринованные, а также готовые блюда из рыбы определенное количество дней хорошо хранятся в холодильнике.

Содержание

Предисловие	6
Раздел 1. Из муки, молока, сока и др.	9
Бланманже с пьяными грушами	9
Закваска домашняя (вечная)	13
Квас из березового сока	16
Майонез сливочный, с лимоном	18
Майонез с яйцом	20
Масло сливочное с приправами	23
Масло растительное и чеснок для салатов	27
Масло топленое	29
Паста для бутербродов из сливочного масла и сыра	31
Сыр, маринованный в сладкой заливке	32
Сыр плавленый	34
Тарталетки из дрожжевого теста	37
Тарталетки из песочного сырного теста	39
Тарталетки из пресного теста с тмином	41
Тарталетки из сырных булочек	43
Тарталетки с посыпкой из кунжута	44
Творог из кефира	45
Творог из молока и кефира	47
Творог деревенский	49
Хлеб домашней выпечки	51

Хлеб пресный, из ржаной муки и гречи	54
Раздел 2. Из овощей, грибов и фруктов	57
Грибы отварные, соленые	58
Грибы жаренные, стерилизованные	62
Опята маринованные	65
Шампиньоны маринованные	67
Джем из яблок или груш	70
Джем-чатни из яблок или груш	72
Икра овощная	73
Имбирь, маринованный с вишнями	75
Капуста квашенная	77
Капуста, квашенная с клюквой	80
Капуста ранняя, квашенная с хлебом	83
Баклажаны соленые	85
Корнишоны маринованные	87
Конец ознакомительного фрагмента.	89



Предисловие

Продуманные заготовки еды впрок улучшают качество питания семьи, помогают разнообразить каждодневное меню завтраков, обедов и ужинов и высвобождают при этом время пребывания хозяйки на кухне и возле плиты.

Уваренные бульоны (консоме, фюме), полуфабрикаты, фарши, очищенные овощи, фруктовые пюре и другие продукты питания можно хранить в морозильной камере.

Готовые заготовки – вяленые колбасы и мясо, жареные котлеты, соленые и маринованные, а также готовые блюда из рыбы определенное количество дней хорошо хранятся в холодильнике.



Творческий подход к изучению предпочтений в питании всех членов семьи, привлечение к участию в процессах приготовления полуфабрикатов детей – это гарантированный успех заполнения холодильника ценными продуктами для организации здорового домашнего питания.





Раздел 1. Из муки, молока, сока и др.

Бланманже с пьяными грушами





Для бланманже: 1 литр кефира, 200 гр сметаны, по 150 мл сливок жирностью свыше 30 % и молока, 1 стакан нарезанных сухофруктов, 2 столовые ложки сахара, 1,5 чайные ложки ванильного сахара, 1,5 столовые ложки желатина.

Для пьяных груш: 350–400 гр груш, около 250 мл красного сухого вина, 2 столовые ложки сахара, 2 чайные ложки ванильного сахара, 0,3 чайной ложки корицы, по 3–4 штуки гвоздики, душистого и черного перцев.

Кефир положить в морозильную камеру на 12 часов. Снять упаковку с кефира. Замерзший кефир положить в марлю, добавить сметану. Связать узлом все четыре конца марлевой салфетки и получившийся узелок на 6–8 часов подвесить над миской (для сбора сыворотки).

Желатин размочить в молоке, распустить на водяной бане.

Сливки со столовой ложкой сахара взбить в крем.

Смешать приготовленный творог со взбитыми сливками, оставшимся сахаром, ванильным сахаром, сухофруктами и распущенным желатином. Творожную массу перелить в форму и поставить на 6–8 часов в холодильник.



В кастрюле довести до кипения вино, добавить сахар, ванильный сахар, мешать до его полного растворения. Груши очистить, разрезать вдоль на четыре части, удалить сердцевину. Груши опустить в кипящее вино, варить без крышки около пятнадцати минут. Добавить в кастрюлю пряности, варить на медленном огне под крышкой еще десять минут.

Груши выложить на тарелку, остудить. Сироп перелить в соусник, остудить.



Бланманже опрокинуть на тарелку, нарезать ломтиками, выложить на тарелку. Гарнировать бланманже грушами.

Перед подачей полить бланманже соусом. Остатки соуса подать отдельно

Закваска домашняя (вечная)

20-30 гр изюма, около 400 гр пшеничной (или ржаной) муки, около 450 мл воды.

Изюм промыть, залить 150 мл воды, обвязать салфеткой и поставить в теплое место на 3 суток.

Воду отцедить через мелкое сито или салфетку.

Из 100 гр муки и 100 мл воды, настоянной на изюме, замешать жидкое тесто, переложить в высокую банку (кастрюлю или контейнер), обвязать влажной салфеткой (чтобы тесто не подсыхало сверху) или натянуть пленку и поставить в теплое место.

На следующий день половину теста из банки выбросить (уже можно использовать для приготовления теста для оладий или кляра), а в банку добавить еще 100 гр муки, и долить 100 мл воды (возможно чуть меньше. Объем воды зависит от качества муки. При использовании ржаной обдирной муки, воды может потребоваться в два раза больше).



Снова банку обвязать влажной салфеткой и поставить в теплое место. Процедуру с омолаживанием теста нужно повторить еще 1–2 раза. Приготовленную закваску разделить пополам. Одну часть закваски использовать для приготовления теста. Вторую часть закваски (обычно около 150 гр) переложить в стеклянную банку, закрыть крышкой с отверстиями и поставить для хранения в холодильник. Перед очередным применением закваску следует предварительно достать из холодильника, чтобы она прогрелась до комнатной температуры (не менее 2 часов), затем добавить 75 гр муки и 75 мл теплой воды, перемешать и поставить в теплое место. Когда объем закваски увеличится вдвое – она готова к употреблению. Разделить закваску пополам и 150 гр отложить для хранения в холодильнике (в эту часть закваски можно каждый раз добавлять 1–2 ягоды изюма). Для приготовления изделий из 500 гр муки необходимо 150 гр домашней закваски (по густоте закваска напоминает густое тесто для оладий).

Квас из березового сока



6 литров свежего березового сока, 4 столовые ложки сахара, по 10 шт сушеных плодов шиповника, боярышника и свежобжаренного кофе, 1 чайная ложка растворимого кофе, 20 ягод изюма, 1 столовая ложка сбора травяного чая (листья брусники, малины, земляники, мяты, цветы бессмертника, зверобоя.

Плоды шиповника и боярышники раздавить. Изюм промыть, обсушить.

Сок перелить в 7-10 литровую бутылку, добавить сахар и растворимый кофе, размешать, всыпать оставшиеся ингре-

диенты. Горлышко бутылки обвязать марлей, сложенной в несколько слоев. Бутылку поставить в темное, теплое место на двое-трое суток. Квас процедить, разлить в стеклянные бутылки, укупорить, хранить в холодильнике.

Майонез сливочный, с лимоном



150 мл растительного масла, 70–80 мл сливок 10 %, щепотка соли, 1 чайная ложка сахара, 3 чайные ложки сока лимона, 2–3 полоски цедры лимона (предварительно выдержанного в кипятке 5–7 минут), горчица из зерна по вкусу.

Все ингредиенты майонеза поместить в холодильник (посуду, в которой планируем приготовление соуса и блендер отправляем туда же), min на 30 минут (привести к одинаковой температуре). Удобнее всего взбивать майонез в высоком конусообразном стакане подходящего размера.

Сливки перелить в стакан. Добавить соль, сахар, цедру и сок лимона, взбить. Сверху залить растительным маслом. Взбить погружным блендером на средних оборотах до желатина.

емой густоты (1–2 минуты). Горчицу вручную вмешать в соус, когда он окончательно готов.

Майонез с яйцом

200 мл растительного масла, 1 свежее (!) куриное яйцо, щепотка соли, по 1 чайной ложке сахара, сока лимона, яблочного уксуса, горчицы из зерна (или по вкусу).



Все ингредиенты майонеза поместить в холодильник (посуду, в которой планируем приготовление соуса и блендер отправляем туда же), min 30 минут (привести к одинаковой температуре). Удобнее всего взбивать майонез в высоком конусообразном стакане подходящего размера.

Яйцо разбить в мисочку и аккуратно, чтобы не распустить

желток, перелить в стакан. Добавить соль, сахар и залить растительным маслом. Сверху, строго на желток вертикально установить погружной блендер и включить на средние обороты. Все время взбивания блендер остается на одном месте, строго в вертикальном положении. Через минуту из-под блендера начинают выползать белые плотные спирали. Непрерывное взбивание продолжается минут 4–5, пока соус загустеет и впитает все масло. Обязательно нужно следить за блендером. Если он перегрелся, то взбивание необходимо прервать и завершить уже остывшим блендером.



Когда соус загустел, добавить туда сок лимона и уксус, взбивать еще несколько секунд. Горчицу вручную вмешать

В соус, когда он окончательно готов.

Масло сливочное с приправами

350 гр сливочного масла, 1 стебель зеленого лука, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка маринованной моркови, по щепотке молотых приправ – чили, перец, тмин, кориандр, 0,5 чайной ложки семян горчицы.





Лук и чеснок обмыть, обсушить, нарезать, смешать с морковью. Овощи нарезать, затем мелко изрубить ножом.

В размягченное масло добавить овощи и пряности, вымесить.



Масло выложить валиком на пергаментную бумагу, сформовать цилиндром. Края бумаги завернуть как обертку конфеты.

Использовать для приготовления котлет из белого мяса, в качестве добавки к отварным овощам, заправки первых и основных блюд, намазки на бутерброды.

Для более длительного хранения масло можно заморозить порционными кусками.

Масло растительное и чеснок для салатов

200 гр очищенных зубчиков чеснока, 100–200 мл растительного масла, 1–2 перчика чили, 0,5 чайной ложки раздавленного кориандра, по щепотке сушеных размолотых трав по вкусу (базилик, шалфей, петрушка), 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки и укропа, 2–3 бутона гвоздики или другой набор пряностей по вкусу.



Чеснок залить кипящей водой, через 2 минуты воду слить, чеснок обсушить на кухонном полотенце. Чеснок неплотно сложить в чистые баночки, добавить пряности, залить маслом. Хранить в холодильнике.

Масло топленое

1,2 кг сливочного масла жирностью выше 72%



Масло переложить в 3-х литровую кастрюлю с толстым дном, медленно нагревая, растопить.

Огонь сделать минимальным и топить масло, в кастрюле без крышки, около 1,5 часа, периодически помешивая.

Когда вся сыворотка из масла выпарится и масло станет прозрачным, в отдельную баночку собрать с поверхности масла пену (можно застывшей пеной заправлять супы или каши).

Масло перелить в чистые сухие банки.

Чтобы банки не лопнули, перед заполнением установить их следует на деревянную подставку и в каждую пустую банку опустить по чистой, сухой ложке. Затем лить в банку горячее масло по ложке. Масло в банках без крышек сначала остудить при комнатной температуре, затем в холодильнике.

Когда масло полностью застынет, банки укупорить крышками и в дальнейшем хранить в холодильнике.



Из 1,2 кг сливочного домашнего масла получается около 750 мл топленого масла (количество топленого масла на выходе зависит от качества и жирности сливочного масла).

Паста для бутербродов из сливочного масла и сыра



100 гр масла жирностью более 70 %, 20–30 гр твердого сыра, 1 зубчик чеснока, чайная ложка куркумы, щепотка молотого перца чили, щепотка морской соли.

Чеснок очистить, мелко нарубить. Сыр натереть на терке. Размягченное масло смешать с чесноком, сыром, приправить куркумой и чили, посолить, взбить.

Сыр, маринованный в сладкой заливке



300 гр сыра «сулугуни», 150 мл оливкового масла, 50 мл маринада из баночки с маринованными фруктами, 2 столовые ложки сока лимона, 1 столовая ложка меда, 1,5 чайной ложки молотых пряностей и трав в наборе (сладкий перец, чили, гвоздика, корица или др), 1 зубчик чеснока.

Чеснок очистить, мелко нарубить ножом.

Мед распустить на водяной бане до жидкого состояния.

Сыр нарезать кубиками, сложить, посыпая чесноком и

пряностями, в чистую банку.

Смешать масло, маринад, мед, сок лимона, тщательно взбить, залить сыр. Банку укупорить крышкой и оставить сыр в прохладном месте (холодильнике) на 2–3 суток. Периодически сыр в банке аккуратно встряхивать.

Сыр плавленный



350 гр хорошо отжатого творога, 1 кофейная ложечка питьевой соды, щепотка соли, 40–50 гр сушеных слив или груш, 10–20 гр тыквенных семечек (или подсолнечник), 40 гр сливочного масла, керамические формочки или мисочки.

Для соуса: 50 гр меда, 1 чайная ложка сока клюквы или брусники, 1 чайная ложка цедры лимона, щепотка корицы или кардамона (можно без соуса).

Для гарнира: 200 гр ягод или очищенных фруктов.

Творог завернуть в марлю и на ночь оставить под грузом. Пропустить через мясорубку с паштетной решеткой.

Сливы или груши залить водой, через 15 минут тщатель-

но промыть, обсушить на кухонной салфетке, нарезать полосками.

Семечки обмыть, обсушить, обжарить в протопленной печи или на плите.

Формочки густо смазать мягким сливочным маслом, обсыпать семечками и кусочками сухофруктов. Формочки на 15–20 минут поставить в холодное место.

Сковороду с толстым дном или сотейник разогреть без жира на медленном огне, ровным слоем выложить творог, посыпать содой, помешивая нагревать, пока творог расплавится и загустеет. Творожную массу посолить, вмешать остатки оставшегося сливочного масла, сухофрукты и семечки, перемешать, разлить в формочки. Остудить до комнатной температуры и охладить в прохладном месте.



Мед растопить на водяной бане, вмешать сок и цедру, приправить корицей или кардамоном.

Перед подачей на стол сыр извлечь из формочек, полить соусом (можно без соуса), гарнировать ягодами или фруктами.

Тарталетки из дрожжевого теста

300-400 гр готового дрожжевого теста (рецепт «Пирожок с сулугуни», приведен в книге Рождество»), по 2 столовые ложки муки и панировочных сухарей (или манной крупы), 1 столовая ложка растительного масла,

Рабочую поверхность стола припудрить мукой, тонко раскатать тесто, чашкой или блюдечком наметить, а затем вырезать кружки. Металлические формочки для маффинов (для кексов или граненые стаканы) с внешней стороны смазать растительным маслом и обсыпать сухарями. Сверху на формочки уложить кружки теста и плотно прижать к стенкам. Выпекать в предварительно разогретой до 180*С духовке около 15 минут.



Тарталетки из песочного сырного теста



1 стакан (емкостью 200 мл) просеянной муки, по 100 гр тертого сыра (лучше твердых сортов) и сливочного масла (жирностью не менее 70 %), 1 яйцо, по щепотке кунжута, молотого перца чили, сладкой паприки, шафрана (можно без него), соль по вкусу. Кроме того: 1 столовая ложка растительного масла, по 2 столовые ложки муки и панировочных сухарей.

Муку посыпать пряностями, перетереть с размягченным маслом в крошку. К муке добавить сыр и взбитое яйцо, замесить тесто (в случае необходимости можно добавить столовую ложку сметаны, сливок или воды). Оставить в контей-

нере под крышкой на несколько часов. Далее готовить тар-
талетки по технологии рецепта «Тарталетки из дрожжевого
теста».

Тарталетки из пресного теста с тмином

Тарталетки из пресного теста с подходящей начинкой можно подавать в качестве гарнира к первым блюдам в дни поста.



1 стакан (объемом около 200 мл) просеянной муки, щепотка куркумы, около 3/4 стакана холодной воды, чайная ложка тмина, по 2 столовые ложки муки и хлебных крошек или панировочных сухарей, соль по вкусу.

Муку смешать с солью и куркумой, влить воду, замесить

гладкое тесто.

Тесто переложить в контейнер с крышкой, оставить в прохладном месте на 3–4 часа. Наружную сторону формочек для кексов (или стаканы из толстого стекла) смочить водой и обсыпать сухарями.



На посыпанной мукой рабочей поверхности стола раскатать тесто в тонкий пласт, посыпать тмином, прокатать скалкой, вырезать кружочки, надеть на формочки и плотно прижать. Формочки с тарталетками расставить на противень.

Далее готовить тарталетки по технологии рецепта «Тарталетки из дрожжевого теста».

Тарталетки из сырных булочек

200 гр готовых сырных булочек.

Булочки нарезать косыми ломтиками толщиной около 1 см, разложить на противень, выстеленный бумагой для выпечки, фольгой или силиконовым ковриком.

Разогреть духовку до 220–230*С, сушить тарталетки 2–3 минуты, вынуть из духовки, сразу снять с противня и разложить в один слой на рабочей поверхности.



Выдержать до полного охлаждения (следить, чтобы тарталетки не отсырели).

Тарталетки с посыпкой из кунжута



200 гр просеянной муки, 1 яйцо, около 100 мл кефира или йогурта, 1 столовая ложка топленого масла, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка кунжута, 2 столовые ложки муки, 1 столовая ложка растительного масла, 2 столовые ложки хлебных крошек или панировочных сухарей, соль по вкусу.

Из муки, взбитого яйца, кефира, масла, сахара и соли замесить тесто, выдержать 15–20 минут, раскатать, посыпать кунжутом, прикатать. Далее можно использовать технологию приготовления тарталеток с тмином (вместо воды для смазки формочек нужно использовать растительное масло).

Творог из кефира

0,5 литра кефира, жирностью 3,2 % (любого другого), 1 чайная ложка сахарной пудры (можно без сахара), кусочек стручка ванили (щепотка ванилина или ванильного сахара), 1 столовая ложка изюма (любые другие сухофрукты), 1 чайная ложка крупнодробленых орехов, 1 столовая ложка замороженной калины (другие ягоды).



Кефир в упаковке положить на 10–12 часов в морозильную камеру. Дуршлаг или кастрюльку с ситчатым дном выстелить салфеткой из марли. Вынуть из морозильной камеры кефир, удалить упаковку, положить на ситчатую подставку. Оставить кефир при комнатной температуре до полного раз-

мороживания. Связать концы салфетки узлом и подвесить растаявший кефир над подставкой (для удаления сыворотки).



Из указанного количества кефира получается около 150 гр творога (не приправленного). Слить сыворотку, использовать для приготовления блинчиков. Творог с салфетки переложить в мисочку, посыпать сахаром (и ванилином), добавить орехи, ваниль (очищенный) и изюм, перемешать. Творог выложить на тарелочку или в креманку, гарнировать ягодами.

Творог из молока и кефира

500 мл молока жирностью свыше 3 %, 500 мл кефира, жирностью свыше 3 %., на выходе – около 200 гр готового продукта. Кроме того: 0,5 чайной ложки ванильного сахара, 1 чайная ложка сахара, 1 столовая ложка брусничного джема.

Молоко довести до кипения. В кипящее молоко вылить кефир, огонь под кастрюлей выключить. Оставить кастрюлю на горячей плите (или на медленном огне) еще на 2–3 минуты (не кипятить!). Выстелить ситчатую подставку марлей, откинуть туда творожную массу. Через 2–3 часа узелок с творогом можно подвесить для полного удаления сыворотки. Еще через 2–3 часа творог готов.

Творог приправить ванильным сахаром, сахаром, перемешать, выложить в креманки.



Перед подачей на стол гарнировать творог брусничным (или другим по вкусу) джемом.

Творог деревенский

Деревенский творог готовят из жирного цельного молока, без добавления заквасок – сметаны, простокваши или других кисломолочных продуктов. Молоко вылить в чистый жбан и оставить на 24–36 часов при комнатной температуре для заквашивания в простоквашу.

Из тонкой холстины сшить треугольный мешок с завязками для подвешивания на шесток.

Готовую простоквашу вылить в холщовый мешок. Мешок подвесить на шесток, под него подставить емкость для сбора стекающей сыворотки. Для приготовления нежного, десертного творожка отвешивание простокваши продолжается около 12–16 часов. Творог после отвешивания можно подсолить и приправить тмином. Для более плотного творога отвешивание простокваши продолжается несколько дольше – около суток, а затем творог в мешке дополнительно обезживается прессом (около 2 кг).



Творожный сыр готовится по описанной выше технологии, но вес груза при обезвоживании увеличивается до 4 кг.

Хлеб домашней выпечки



150 гр закваски домашней, 300 гр пшеничной муки, 150 гр ржаной обдирной муки, 2 финика, 1–2 столовые ложки изюма,

3 столовые ложки зерновых хлопьев (овес, пшеница, ячмень, рожь, греча или др.), около двух столовых ложек семян подсолнуха (тыквы или орехов), по щепотке целых зерен тмина и кориандра, 0,5 чайной ложки смеси растертых в крошку зерен горчицы, тмина и кориандра, 1 столовая ложка растительного масла, около 250 мл воды, соль, сахар по вкусу (можно без них, потому что изюм и финики придадут хлебу сладость, а пряности и семечки – вкус).



Изюм промыть, отцедить, обсушить. Финики разрезать, удалить косточки, мякоть нарезать кусочками.

Смешать муку (оба вида) с хлопьями, изюмом, финиками, посыпать семечками, тмином и смесью растертых зерен тмина, кориандра и горчицы. Добавить к муке закваску и воду, замесить тесто. Сформовать из теста батон положить в миску, накрыть полотенцем и поставить в теплое место на 2–2,5 часа (тесто должно увеличиться в объеме). Смазать форму для выпечки хлеба растительным маслом. Тесто снова вымесить, уложить в форму для выпечки хлеба, дать расстояться в теплом месте до увеличения в объеме, косо надрезать верх поперек батона ножом и поставить для выпечки в предварительно разогретую до 160*С духовку.

Когда на тесте образуется корочка (примерно через 1,5 ча-

са после начала выпечки, обычно за 15–20 минут до готовности), вынуть его из духовки, смазать (сбрызнуть) верх подсоленной водой (очень осторожно) и посыпать кориандром. Хлеб снова поставить в духовку, через 15–20 минут проверить деревянной палочкой готовность и, если хлеб готов – духовку выключить и приоткрыть дверь.



Остудить хлеб в духовке. Хлеб будет легко нарезаться и приобретет присущий ему вкус, если выдержать его перед употреблением 10–12 часов.

Хлеб пресный, из ржаной муки и гречи

200 гр гречи (ядрица), по 150 гр муки первого сорта и ржаной муки (мука, в том числе мука из гречи в целом по объему составляют 0,7 литра), 2 столовые ложки растительного масла, 1/6 палочки свежих прессованных дрожжей (15–20 гр), по щепотке сахара и соли (можно без сахара и соли), около 300 мл воды (количество воды зависит от качества ржаной муки).

Кроме того: около 50 мл растительного масла, 1–2 столовые ложки посыпки (зерна кунжута или подсолнечника, дробленые орехи или др.), 3–4 столовые ложки муки.

Крупку перебрать, несколько раз промыть в холодной воде, обсушить. Крупку рассыпать тонким слоем на противне, подсушить в духовом шкафу (не выше 50–60* С). Смолоть крупку в муку. Все ингредиенты хлеба привести к одинаковой температуре). Дрожжи, сахар и соль распустить в 100 мл воды.



Смешать все виды муки в миске, в середине сделать углубление. Влить в муку дрожжи, растительное масло и оставшуюся воду (воду лучше добавлять частями), замесить тесто. Миску с тестом накрыть крышкой и поставить на 1,5–2 часа в теплое место. Тесто переложить в контейнер, накрыть крышкой (обязательно плотно, чтобы тесто не подсыхало) и поставить в холодильник на 10–12 часов. Выпекать хлеб можно одной буханкой или маленькими булочками, а остатки теста хранить в холодильнике до следующей выпечки (тесто сохраняет свежесть до 5–6 дней).

На дно формы налить слоем 0,3–0,5 см растительное масло, этим же маслом смазать боковые стенки. Из теста сформовать шарики, обвалять в муке, верх надрезать в 2–3 местах, разложить в формочки, посыпать посыпкой. Оставить формочки с хлебом на 1,5 часа в теплом месте. Выпекать

до золотистого цвета в предварительно разогретой до 180*С духовке.

Раздел 2. Из овощей, грибов и фруктов



Грибы отварные, соленые

Лесные грибы перебрать, сложить в подходящую миску, залить кипящей водой, оставить под крышкой до остывания воды. Грибы вымыть несколько раз водой, переложить в кастрюлю (расчет ингредиентов произведен на 2-х литровую кастрюлю). Грибы залить кипящей водой, добавить 1 (без верха) столовую ложку соли и 1 столовую ложку яблочного уксуса 9 %. Грибы довести до кипения и периодически снимать пену до того, как она перестанет образовываться. Варить грибы на умеренном огне около 25–30 минут. Грибы отцедить. Бульон сохранить.

Для соления: 0,8 кг отварных грибов, 1 столовая ложка соли, 70-100 мл грибного бульона, несколько сушеных листьев смородины, вишни, хрена, 5–6 зубчиков рубленого чеснока, 1 чайная ложка смеси перцев, 0,3 чайной ложки молотых семян горчицы и тмина.





Горячие грибы укладывать слоями в подходящую стеклянную или керамическую емкость. Каждый слой посыпать солью, чесноком, перцем, пряностями и перекладывать сухими листьями. Сверху полить грибным бульоном.



Грибы прижать тарелкой и установить небольшой гнет. 2–3 дня банку с грибами выдержать при комнатной температуре, далее хранить в холодильнике.

Грибы жаренные, стерилизованные

Около 1 кг лесных грибов, по 50 гр маринованной моркови и репчатого лука, около 50 мл растительного масла, по 0,5 чайной ложки молотых пряностей и соли.

Грибы перебрать, залить кипящей водой, накрыть крышкой, остудить, отцедить. Грибы несколько раз промыть водой, отцедить, нарезать. Грибы сложить в кастрюлю, посолить, залить свежей кипящей водой, варить около 30 мин., откинуть на сито.

Лук очистить, нарезать, переложить в кипящее масло, тушить до прозрачности, добавить морковь, тушить около 5 мин, положить грибы, посыпать пряностями, тушить без крышки до полного выпаривания жидкости.



Горячие грибы с овощами плотно уложить в подготовленные банки, укупорить крышками. Стерилизовать грибы в пароварке около 2 часов. Хранить в холодильнике, использо-

вать для приготовления соусов и в качестве приправы для первых блюд.

Опята маринованные

1 кг лесных опят, 125 мл спиртового уксуса, 350 мл грибного бульона или воды, 1 чайная ложка соли, 2 чайные ложки сахара, 4 маленьких лавровых листа, 1–2 чайные ложки сушеной зелени укропа, 4 баночки емкостью 250 мл каждая.



Грибы перебрать, залить кипящей водой, оставить остывать до теплого состояния. Грибы тщательно промыть, отцедить.

В кастрюле довести до кипения около 700 мл воды, добавить чайную ложку соли и столько же уксуса, опустить гри-

бы, варить около 15–20 минут. Грибы отцедить (отвар сохранить, процедить и отмерить нужное количество). Приготовить маринад – довести до кипения процеженный грибной отвар, добавить соль (учесть количество соли, заложенное в отвар ранее), сахар, лавровый лист и укроп.

В кипящий маринад опустить грибы, снова довести до кипения, влить уксус, перемешать, нагреть. Горячие грибы разложить в подготовленные баночки, залить маринадом, укупорить.

Баночки с грибами установить на полотенце, укутать и оставить до полного остывания. Далее хранить в холодильнике.

Шампиньоны маринованные





200 гр свежих шампиньонов, по 3 столовые ложки растительного масла и сока лимона, по 1 чайной ложке (с верхом) сахара, (без верха) морской соли и сушеной зелени сельдерея, 0,5 чайной ложки сушеной паприки (крошка), щепотка молотой коры коричневого дерева (крошка), 2 зубчика чеснока, свежемолотая смесь перцев.

Шампиньоны обмыть (быстро), опустить в кипящую воду, бланшировать 1 минуту, обсушить, нарезать тонкими ломтиками, сложить в мисочку. Чеснок очистить, мелко нарубить, посыпать грибы. Смешать масло с соком, добавить соль, сахар, пряности, мешать до полного растворения соли и сахара.

Грибы посыпать зеленью, приправить перцем, залить маринадом, перемешать.

Грибы вместе с маринадом переложить в стеклянную ба-

ночку с крышкой, поставить на 2–3 часа в холодильник.

Джем из яблок или груш



2 кг очищенных от кожи и сердцевины яблок или груш (или по 1 кг яблок и груш), 600 гр сахара, 1 пакетик ванильного сахара, кусочек длиной около 2 см коры коричневого дерева, 1/2 звездочки бадьяна, около 150 мл крепкого, ароматного алкоголя (например, коньяка или вишневой настойки).

Очищенные от кожи и семенной коробочки фрукты тонко нарезать, сложить в кастрюлю, посыпать сахаром, влить алкоголь, перемешать и оставить под крышкой на 20–30 минут. Довести до кипения, варить на медленном огне около 10 минут, добавить пряности, варить до загустения (около

20 минут).

Кипящий джем разложить в банки, укупорить, укутать пледом, оставить до полного остывания. Хранить в холодильнике.

Джем-чатни из яблок или груш



2 кг очищенных фруктов (можно яблоки+груши), 200 гр сахара, по 50 мл алкоголя и настойки вишневой, по 1 чайной ложке куркумы, корня имбиря, морской соли, по вкусу молотый перец чили и рубленый чеснок.

Приготовление по технологии рецепта «Джем из яблок или груш»

Икра овощная

По 200 гр баклажанов, сладкого перца, помидоров и репчатого лука, 1 перец чили (или молотый перец чили), 50 мл растительного масла, 1 чайная ложка сушеной зелени орегано, 0,3 чайной ложки молотого имбиря, соль по вкусу (можно без соли).



Баклажаны запечь в гриле духовки или на открытом огне (газовой горелке), остудить в закрытой крышке посуде, очистить от кожи.

Перцы разрезать вдоль пополам, очистить от семян, раз-

ложить на противне, запечь в духовке, остудить под крышкой, очистить от кожи.

Кожу помидоров неглубоко надрезать в верхней части, помидоры ошпарить кипятком, остудить в холодной воде, очистить от кожи, разрезать, удалить мезгу и семена.

Перцы, баклажаны и помидоры пропустить через мясорубку (решетка с крупными отверстиями), приправить прямой зеленью, имбирем и солью, перемешать.

Лук очистить, мелко нарезать. Тушить лук в разогретом масле на медленном огне до прозрачности. Лук снять со сковороды, остудить, вмешать в икру. Икру разложить в чистые, сухие баночки, хранить в холодильнике.

Имбирь, маринованный с вишнями



500 гр корня имбиря, 100–150 гр свежей или замороженной вишни без косточек, 3 столовые ложки без верха сахара, 0,5 чайной ложки морской соли, 120 мл яблочного уксуса, 50 мл воды, 1 столовая ложка бренди.

Корни очистить (тонкой стружкой), нарезать тонкими слайсами (лучше поперек корня), сложить в банку, переложить вишнями.

В воду добавить соль и сахар, греть, помешивая до полного растворения, влить уксус и бренди, греть до кипения (не кипятить). Маринад вылить сверху на корень. Банку на-

крыть крышкой и остудить. Далее, перед употреблением, выдержать 2–3 дня в холодильнике. Хранить в холодильнике.

Капуста квашенная



1 кг белокочанной капусты, по 100 гр свеклы, и моркови,

2 зубчика чеснока, 1 чайная ложка зерен кориандра и горчицы, 1 столовая ложка соли крупного помола, 1 чайная ложка сахара, 0, 5 литра воды.

Капусту обмыть, удалить верхние листья, разрезать на четыре части, разобрать на листья, тонко нашинковать. Морковь и свеклу очистить, натереть на терке для овощей или тонко нашинковать. Зерна кориандра и горчицы раздавить в ступке в крошку. Чеснок очистить, мелко порубить ножом.



Капусту посыпать морковью, свеклой, пряностями, чесноком, тщательно перемешать.

Воду довести до кипения, добавить сахар и соль, держать

на медленном огне до полного растворения сахара и соли.

Капусту плотно уложить в банку (достаточный объем 1,5 литра), залить кипящим раствором.

Сутки банку с капустой без крышки (можно горлышко банки обвязать холщовой салфеткой) выдержать при комнатной температуре (за это время два-три раза капусту перемешать). Далее держать капусту в холодильнике или на балконе, не допуская ее замерзания. Несколькими ложками рассола из капусты можно приправлять щи, борщи или на нем готовить соусы к отварной рыбе.

Капуста, квашенная с клюквой





2,5 кг свежей капусты, 300 гр молодой свеклы (можно свеклу заменить таким же количеством капусты), 0,4 кг моркови, 0,5 стакана свежей или моченой клюквы, 2 столовые ложки с верхом соли, 1 столовая ложка сахара, по 0,5 чайной ложки тмина и семян горчицы, 1 литр воды.

Капусту очистить от покровных листьев и кочерыжки, тонко нарезать. Морковь и свеклу очистить, натереть на терке для овощей. Овощи смешать, добавить клюкву, посыпать пряностями, перемешать. Воду довести до кипения, растворить соль и сахар. Кипящую заливку вылить в овощи, остудить овощи под гнетом, несколько раз перемешать. Емкость с капустой оставить при комнатной температуре на 1–2 суток. Периодически овощи перемешивать и вновь прижимать гнетом. Крышкой емкость лучше не накрывать. Далее капу-

сту хранить в прохладном месте.

Капуста ранняя, квашенная с хлебом

Кочан капусты весом около 1 кг, корнеплод молодой свеклы весом до 100 гр, около 30 гр черного черствого хлеба (лучше корочки), 2–3 зубчика чеснока, 1 лавровый лист, 1 чайная ложка зерен перца (красный и черный), горошина душистого перца, 2–3 бутона гвоздики, 2–3 листа сельдерея, около 1 литра воды, 2 столовые ложки без верха соли.



Капусту зачистить от верхних листьев, обмыть, стряхнуть излишки воды, разрезать по кочерыжке на 4 части. Свеклу очистить, нарезать. Чеснок разрезать вдоль зубчиков по-

полам. Воду с солью довести до кипения. Капусту вместе со свеклой и пряностями уложить в подходящую по размеру емкость (не окисляющуюся), залить кипящим рассолом, остудить. В емкость положить хлеб. Капусту прижать гнетом, оставить при комнатной температуре на 2–3 дня. За это время капусту несколько раз приподнять ложкой (чтобы вышли газы брожения). Хлеб удалить, капусту хранить в рассоле, в холодильнике.

Баклажаны соленые



1 кг баклажанов, по 100 гр моркови, сладкого перца, 50 гр стеблей сельдерея, 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки соли, по 1 столовой ложке сахара и яблочного уксуса, 0,5 литра воды.

Баклажаны обмыть, обрезать плодоножки, бланшировать в кипящей воде около 5 минут, вынуть, разложить в один ряд на блюдо, прижать грузом, оставить на 2–3 часа.

Морковь очистить, натереть на овощной терке. Перцы обмыть, разрезать вдоль пополам, очистить от белых перегородок и семян, тонко нарезать. Стебли сельдерея очистить

от внешних волокон, тонко нарезать. Чеснок очистить, порубить в мелкую крошку.

Воду довести до кипения, опустить соль и сахар, помешивая, растворить. В кипящий маринад влить уксус, кастрюлю снять с огня.



Баклажаны надрезать вдоль, начинить овощами и чесноком, плотно уложить в контейнер для засолки, залить маринадом, прижать легким грузом, оставить при комнатной температуре до полного остывания. Груз снять, в контейнер долить маринад. Хранить в холодильнике. Готовы через 2–3 дня после засолки.

Корнишоны маринованные

Маленькие огурчики с грядки (или просто молодые), листья смородины, листья вишни, корень хрена (можно высушенный), нарезанные кусочками листья хрена, стрелки или листья чеснока, очищенные зубчики чеснока, зонтики укропа или другой набор пряностей и приправ по вкусу.





Маринад: На 1 литр воды – 1 столовая ложка соли, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка уксуса 9 %.

Огурчики обмыть, дать стечь воде, обрезать с двух сторон кончики. На дно банки положить зелень, разложить слоями огурцы, между слоями огурцов снова положить пряности.

Довести до кипения воду, залить огурцы в банках, накрыть крышками. Через 15 минут воду слить в кастрюлю, добавить соль и сахар, довести до кипения, влить уксус, снова довести до кипения. Залить огурцы кипящим маринадом. Банки закрыть крышками, выдержать при комнатной температуре до полного охлаждения. Далее банки с огурцами хранить в прохладном месте (холодильнике или погребе).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.