



**Г.А. КИЗИМА**

**55 ЛЕТ ОПЫТА**



# ЗАГОТОВКИ И СОЛЕНЬЯ



**БОЛЕЕ  
1 000 000  
ЧИТАТЕЛЕЙ**

Мой ленивый огород

Галина Кизима

**Заготовки и соленья**

«Издательство АСТ»

2015

**Кизима Г. А.**

Заготовки и соленья / Г. А. Кизима — «Издательство АСТ»,  
2015 — (Мой ленивый огород)

ISBN 978-5-17-091168-4

Малиновое варенье, овощные соленья, моченые яблоки, маринованный виноград и квашеная капуста – уже от одних названий разыгрывается аппетит. Чтобы все эти вкусности были на столе зимой, нужно потрудиться летом. В эту жаркую пору нелегко приходится хозяйкам. Не до отдыха. Но кухонный ад можно исключить из дачной программы, если выбрать именно те способы заготовки, которые требуют минимум сил и времени. Предлагаем обратить внимание на рецепты, собранные в этой книге садоводом с 55-летним стажем Галиной Александровной Кизимой. Все они автором и миллионами ее читателей опробованы и рекомендованы как невероятно вкусные, доступные и безопасные.

ISBN 978-5-17-091168-4

© Кизима Г. А., 2015  
© Издательство АСТ, 2015

## Содержание

Основные способы консервирования фруктов и ягод	6
Технология приготовления варенья, джема, повидла, желе	7
Сахарный сироп в консервировании	8
Бланширование	9
Рецепты заготовки ягод и фруктов	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# **Галина Кизима**

## **Заготовки и соленья**

© Кизима Г. А., текст

© ООО «Издательство АСТ», 2015

\* \* \*

## Основные способы консервирования фруктов и ягод



Для консервирования выбираются безупречные фрукты и ягоды – свежие, здоровые, неповрежденные и целые. Лопнувшие и помятые фрукты и ягоды нужно переработать в соки, пюре или сварить из них варенье, мармелад или джем.

Существует несколько способов консервирования пищевых продуктов – сушка, квашение, маринование, варка с сахаром, охлаждение, замораживание, стерилизация и др.

Если речь идет о фруктах (ягодах), в первую очередь нужно говорить о таком виде консервирования, как мочение. При мочении к продукту добавляют сахар, чтобы обеспечить быстрое накопление молочной кислоты. Соль в этом случае не кладется. Наиболее благоприятна для молочнокислых бактерий температура 15–22 °С.

Свежие фрукты и ягоды можно также консервировать в высококонцентрированных растворах сахара (варенье, джем, повидло, желе и др.). Консервирующее действие сахара проявляется при концентрации его в варенье не менее 65 %, в повидле – не менее 60 %, в цукатах – не менее 75–80 %. Если концентрация сахара будет ниже, консервы следует стерилизовать или пастеризовать с последующей герметичной укупоркой.

## Технология приготовления варенья, джема, повидла, желе

Варенье, джем, повидло, желе необходимо варить до полной готовности.

**Готовность варенья** можно определить по следующим признакам:

– прекращается интенсивное пенообразование, и при этой же силе огня масса начинает кипеть медленнее;

– пенка собирается в центре емкости, в которой варится варенье, и не расходится по краям, ягоды не всплывают, а равномерно распределяются в сиропе;

– капля сиропа, опущенная на стекло или блюдце, при остывании не расплывается.

Температура кипения варенья в конце варки при последующей герметичной укупорке должна быть около 105 °С, а при хранении без герметичной укупорки – около 108 °С.

**Готовность джема** определяется небольшой пробой на блюдце. Если от уваренной пробы не отделяется сахарный сироп, джем готов для расфасовки.

Для определения **готовности желе** каплю кипящего продукта опускают в стакан с холодной водой. Если она не растворится, а опустится на дно, желе готово. Можно также опустить каплю желе на промокательную бумагу. Оно считается готовым, если на бумаге не образуется влажное пятно.

**Готовность повидла** определяют пробой на стекле или тарелке. Если уваренная масса не растекается, повидло готово.

Готовые варенье, джем, желе и повидло в большинстве случаев герметически укупоривают. Их можно хранить и без герметической укупорки, но срок хранения при этом сокращается.

## Сахарный сироп в консервировании

На 1 кг всех консервов из всех продуктов, кроме цитрусовых, готовят 1 л сиропа (килограмм цитрусовых корок не покрывается указанным количеством сиропа, поэтому для них на 1 кг готовят минимум 1,5 л).

Сахарный сироп желательно готовить на воде, в которой бланшировались продукты, подлежащие консервированию.

Сахарный сироп должен быть чистым и прозрачным. Если после фильтрации он остается мутным, его осветляют. Для этого его охлаждают до температуры 45–50 °С и добавляют хорошо взбитый яичный белок, тщательно перемешивают смесь и доводят до кипения. Пену с поверхности сиропа снимают шумовкой, а горячий осветленный сироп фильтруют через 3–4 слоя марли. На 5 л сиропа требуется 1–<sup>1</sup>/<sub>5</sub> ч. белка одного яйца.

Все консервы, приготовленные с сахаром, могут употреблять и больные диабетом, но при этом сахар в таком случае заменяют сорбитом или ксилитом. Кроме того, консервы для больных диабетом нужно готовить из незрелых плодов (в них содержится меньше сахара). Концентрация сиропа для компота в таком случае должна быть 15–20 % (185 г сорбита или 250 г ксилита на 1 л воды).

## Бланширование

Бланширование (бланшировка) заключается в предварительной обработке плодов в горячей или кипящей воде с последующим охлаждением в холодной воде. Большинство плодов перед консервированием бланшируют.

Сливы бланшируют в кипящей воде, чтобы на кожице образовались невидимые трещины (сетка), которые предохраняют от разваривания и растрескивания.

При бланшировании яблок, груш, айвы размягчается ткань плодов, улучшается цвет и повышается качество консервов.

Бланширование плодов в зависимости от их вида, степени зрелости и величины плодов длится от нескольких секунд до часа с момента закипания воды.

После бланширования продукты извлекают из кипящей воды и охлаждают проточной водой. Такая обработка способствует укреплению ткани, вытеснению воздуха из продукта, в результате чего при дальнейшей термической обработке он не разваривается.

В данной книге вы найдете описание всевозможных способов консервирования фруктов и ягод, полезные советы и ответы на самые разные вопросы, связанные с обработкой плодов. Благодаря ей вы сможете уютнее чувствовать себя на кухне!

## Рецепты заготовки ягод и фруктов



### Урюк

Половинки абрикосов с сухой мякотью кладут в таз, засыпают сахаром, оставляют на ночь. Утром ставят на слабый огонь и, помешивая, доводят до кипения, потом дают стечь соку, раскладывают на противне и сушат в духовке на слабом огне с приоткрытой дверцей. Получаются желтые чистые абрикосы.

### «Июньское» наслаждение

Клубника, сахар.

Клубнику чистят, моют, выкладывают в кухонный комбайн, добавляют сахар (чем больше сахара вы добавите, тем меньше клубника будет превращаться в лед), все взбивают. Полученную смесь выкладывают в контейнер и ставят в морозильную камеру.

### Желе из персиков

Желе готовят из персикового сока. Свежеотжатый сок помещают в эмалированную кастрюлю и добавляют сахарный песок из расчета 600 г на 1 кг сока. Смесь доводят до кипения и полного растворения сахара и в горячем виде фильтруют через 3–4 слоя марли.

Профильтрованный сок уваривают до уменьшения первоначального объема примерно на  $\frac{1}{3}$  (по замеру).

После уваривания готовое желе в горячем виде расфасовывают в сухие нагретые банки, герметически укупоривают их крышками и охлаждают при комнатной температуре, не переворачивая вниз горлышками. Из оставшихся после получения сока выжимок можно приготовить джем.

### Желе из яблочного сока

Из свежего сока можно получить желе хорошего качества. Для улучшения вкуса и цвета желе в яблочный сок можно добавить 10–15 % консервированного сока малины, черной смородины или вишни.

## **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.