

Галина Сергеева

**СЛАДКИЕ  
ЗАГОТОВКИ  
НА ЗИМУ**



# Галина Константиновна Сергеева

## Сладкие заготовки на зиму

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=59974926](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=59974926)*

*ISBN 9785005150585*

### **Аннотация**

Для того, чтобы продлить сезон употребления ягод, фруктов и овощей, из них готовят различные заготовки на зиму, в которых сохраняются многие витамины и другие, необходимые организму человека, вещества. Многие из них могут использоваться для приготовления различных напитков и десертов, а детям даже заменить конфеты и другие сладости. Приготовив различные сладкие заготовки, читатели обеспечат свою семью витаминами и другими полезными для организма веществами на весь год, до нового урожая.

# Содержание

СОКИ	5
ПЮРЕ	18
СЛАДКИЕ СОУСЫ	40
ПРИПРАВЫ	46
ЯГОДЫ, ФРУКТЫ И ОВОЩИ, ПРОТЕРТЫЕ С САХАРОМ	49
ЯГОДЫ И ФРУКТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	58
ЯГОДЫ И ФРУКТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ	63
КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	
СИРОПЫ	69
Конец ознакомительного фрагмента.	120

# Сладкие заготовки на зиму

## Галина Константиновна Сергеева

© Галина Константиновна Сергеева, 2020

ISBN 978-5-0051-5058-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Для того, чтобы продлить сезон употребления ягод, фруктов и овощей, из них готовят различные заготовки на зиму, в которых сохраняются многие витамины, органические кислоты и другие, необходимые организму человека вещества. Кроме того, многие из них могут использоваться для приготовления различных напитков и десертов, а детям даже заменить конфеты.

# СОКИ

Соки это наиболее полезный продукт переработки фруктов, овощей и ягод. Так как они меньше подвергаются тепловой обработке, в них лучше сохраняются вкус, аромат и полезные свойства исходных продуктов. Соки содержат витамины, сахара, органические кислоты, минеральные соли и многие другие, полезные для организма вещества. Все соки обладают тонизирующим и освежающим действием, благотворно действуют на органы пищеварения. Их лучше всего пить вне приема пищи, не менее, чем за 30 минут до ее приема. Для приготовления соков нужно брать спелые и здоровые плоды, без плесени и признаков гнили.

Соки можно получить разными способами.

Первый способ: измельченные плоды пересыпать послойно сахарным песком и оставить на определенное время в прохладном месте, затем слить сок (1 или 2 раза), как указано в рецептах приготовления вяленых продуктов, варенья, цукатов, смоквы, пюре. При этом способе сока получается меньше, но он более прозрачный.

Второй способ приготовления сока: плоды измельчают и отжимают сок.

В этом случае получается сок с мякотью, не прозрачный.

Для получения прозрачного сока, его фильтруют несколько раз через ткань.

После фильтрации сок поставить на огонь и нагреть почти до кипения, затем почти доверху налить в стерилизованные стеклянные бутылки или банки, накрыть крышками или пробками, поставить на водяную баню и пастеризовать 0,5 л банки или бутылки в течение 15 – 20 минут, затем сразу укупорить.

Соки можно готовить как с добавлением, так и без добавления сахара. Наиболее полезны и вкусны смешанные соки. Обычно смешивают кислые соки с пресными или сладкими соками. Соки употребляют в чистом виде или добавляют в различные десерты, чай, кофе.

### Рецепт 1. Сок из абрикосов.

Этот сок лучше готовить с мякотью (так лучше сохраняются все полезные вещества).

Плоды перебрать, хорошо помыть, залить небольшим количеством кипящей воды и варить 10 минут, до размягчения плодов, затем протереть через сито, добавить сахарный сироп (на 1 л сока нужно взять 1 л 15%-ного сиропа), поставить на огонь, довести до кипения, перелить в стерилизованные банки, пастеризовать на кипящей водяной бане 0,5 банки 20 минут, 1 л банки – 30 минут, затем укупорить как описано впереди.

## Рецепт 2. Сок из айвы японской.

Плоды айвы перебрать, хорошо помыть, нарезать долька-ми, удалить семенные камеры, пропустить через мясорубку, отжать сок, добавить сахар по вкусу, поставить на огонь, до-вести до кипения, потом сразу расфасовать и укупорить.

## Рецепт 3. Сок из актинидии.

Нужно взять зрелые плоды, перебрать их, хорошо помыть, отжать сок прессованием, затем добавить сахар по вкусу, по-ставить на огонь, довести до кипения, расфасовать и укупо-рить.

## Рецепт 4. Сок из апельсинов (мандаринов или лимонов).

Плоды перебрать, отбраковать все мятые, подгнившие, за-плесневелые, остальные хорошо помыть, разрезать пополам поперек, удалить все семена, выжать сок (лучше с помощью специального конуса), профильтровать его, перелить в ка-стрюлю, поставить на кипящую водяную баню и нагревать в течение 12 – 15 минут, затем расфасовать и пастеризовать как описано впереди. Перед нагреванием можно добавить по 300 – 500 мл 50-%-ного сахарного сиропа на каждый литр сока.

## Рецепт 5. Сок из аронии (черноплодной рябины).

Плоды перебрать, удалить веточки, подгнившие и заплес-невелые плоды, остальные хорошо помыть, слить воду, за-

тем пропустить через мясорубку или соковыжималку и отжать через тканевый мешочек. Мезгу залить кипяченой водой (1 стакан воды на 1 кг мезги), оставить на некоторое время и опять отжать. Соки соединить, несколько раз профильтровать через ткань, затем добавить сахарный песок по вкусу, поставить на огонь, довести до кипения, расфасовать и укупорить, как описано впереди.

#### Рецепт 6. Сок из бузины черной с медом.

На 1 л сока нужно взять 0,5 л воды, 150 г меда, 1 чайную ложку лимонной кислоты.

Взять спелые плоды, хорошо помыть, измельчить, отжать сок, добавить воду (или яблочный сок) и мед. Все хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, сразу расфасовать, закатать и перевернуть на крышки.

#### Рецепт 7. Сок из винограда.

Виноград очистить от веточек, перебрать, хорошо помыть, тщательно размять деревянной толкушкой, затем нагреть до 60 – 65 градусов, отжать сок, поставить его на несколько часов в прохладное место, чтобы отстоялся, потом осторожно слить с осадка, профильтровать, опять поставить на огонь, довести до кипения, сразу расфасовать и укупорить. Можно добавить сахар по вкусу.

#### Рецепт 8. Сок из вишни.

Взять спелые, здоровые плоды, хорошо помыть их, удалить косточки, потолочь деревянной толкушкой, затем трижды прессовать (мезгу каждый раз заливать 1 стаканом воды, доводить до кипения, кипятить 3 минуты, при помешивании и только после этого отжимать сок). Соки соединить, добавить по 100 – 200 г сахарного песка на каждый литр сока, поставить на огонь, нагреть до кипения, затем расфасовать и укупорить.

#### Рецепт 9. Сок из жимолости.

Взять зрелые ягоды жимолости, перебрать, хорошо помыть, пропустить через соковыжималку, профильтровать через 2 слоя марли, добавить сахарный песок (200 г сахара на 1 л сока) и далее готовить как в предыдущем рецепте.

#### Рецепт 10. Сок из ирги.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, обсушить и слегка подвялить, после этого их потолочь и прессовать. К соку ирги добавить сок красной или белой смородины по вкусу и сахар, поставить на огонь, довести до кипения, затем расфасовать и укупорить.

#### Рецепт 11. Сок из кабачков с ванилином (или корицей).

Взять зрелые кабачки, очистить от кожуры и семян и пропустить через соковыжималку, поставить на огонь, нагреть до кипения, затем добавить сахар (по вкусу) и ванилин

(из расчета 1 пакетик на 5 л кабачкового сока), кипятить на слабом огне 30 минут. В кипящем виде перелить в стерильные сухие подогретые банки и закатать. Перевернуть на крышки и укутать.

Можно добавить отвар из апельсиновой цедры и апельсиновый сок.

### Рецепт 12. Сок из калины.

На 1 кг плодов калины нужно взять 1 стакан сахарного песка и 1 стакан воды.

Плоды перебрать, помыть, отжать сок, а мезгу залить водой, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить в течение 5 – 10 минут, затем процедить. Сок соединить с отваром, добавить сахарный песок, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, затем расфасовать и укупорить. Сахар можно заменить медом.

### Рецепт 13. Сок из картофеля.

Его готовят из клубней красных сортов. Клубни хорошо помыть, очистить от кожуры, нарезать кусочками, пропустить через мясорубку или натереть на терке, отжать сок, дать ему отстояться, осторожно слить. Пить только свежвыжатый сок.

Этот сок очень полезен при язве желудка с повышенной кислотностью желудочного сока. Он устраняет изжогу, тошноту, рвоту, боли в желудке и кишечнике.

#### Рецепт 14. Сок из крыжовника.

Для получения сока нужно взять здоровые плоды, перебрать, хорошо помыть, залить небольшим количеством кипятка, поставить на огонь и варить в течение 5 – 8 минут, при непрерывном помешивании, затем потолочь или пропустить через соковыжималку, трижды прессовать (каждый раз перед прессованием 1 кг мезги заливать 1 стаканом воды, ставить на огонь, доводить до кипения и только потом отжимать сок), затем соединить все порции сока, поставить на огонь, довести до кипения, сразу расфасовать и укупорить, как описано впереди. Перед последним нагреванием можно добавить сахарный сироп или сахарный песок по вкусу.

#### Рецепт 15. Сок из лимонника китайского.

Плоды перебрать, хорошо помыть, потолочь их, отжать сок, добавить сахар по вкусу, поставить на огонь, нагреть почти до кипения, расфасовать и укупорить.

#### Рецепт 16. Сок из малины.

Нужно взять здоровые и зрелые ягоды, очистить от чашелистиков, залить горячей водой (1 стакан воды на 1 кг подготовленных ягод), перемешать, поставить на кипящую водяную баню и прогревать 15 минут, затем дважды прессовать, профильтровать, поставить на огонь, довести до кипения, снимая пену, расфасовать и укупорить, как описано впереди. Можно добавить сахарный песок или сироп по вкусу.

### Рецепт 17. Сок из облепихи.

Взять спелые, здоровые плоды, хорошо помыть их, потолочь деревянной толкушкой, затем добавить нагретую до 40 градусов воду (1 стакан на каждый кг плодов), поставить на огонь, подогреть, не доводя до кипения, снять с огня и прессовать. Расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить, как описано впереди. Для вкуса и аромата можно добавить мед или отвар мяты по вкусу.

### Рецепт 18. Сок из персиков.

Этот сок лучше готовить с мякотью (так лучше сохраняются все полезные вещества).

Плоды перебрать, хорошо помыть, залить небольшим количеством кипящей воды и варить 10 минут, до размягчения плодов. После этого протереть через сито, добавить сахарный сироп (на 1 л сока нужно взять 1 л 15%-ного сиропа), поставить на огонь, довести до кипения, перелить в стерилизованные банки, пастеризовать на кипящей водяной бане 0,5 банки 20 минут, 1 л банки – 30 минут, затем укупорить, как описано впереди.

### Рецепт 19. Сок из ревеня.

На 1 кг черешков ревеня нужно взять 2 л воды, сахар по вкусу, 5 листиков лимонника китайского и 1 веточку мелиссы лимонной. Ревень хорошо помыть, очистить от кожи-

цы, нарезать небольшими кусочками, залить водой, поставить на огонь, довести до кипения, варить до мягкости, затем протереть через сито, добавить сахар, листья лимонника и мялису, опять поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, потом расфасовать и укупорить.

#### Рецепт 20. Сок из слив.

Взять спелые плоды, перебрать их, рассортировать, хорошо помыть, удалить косточки, потолочь, поставить на кипящую водяную баню, нагревать 8 – 10 минут, потом выжать сок с помощью соковыжималки или через ткань, поставить на огонь, довести до кипения, расфасовать и укупорить, как описано впереди.

Также получают соки из терносливы и алычи.

#### Рецепт 21. Сок из красной смородины.

Взять ягоды смородины вместе с плодоножками, хорошо помыть, положить в кастрюлю, хорошо помять деревянной толкушкой, поставить на огонь, нагреть, отжать сок, профильтровать, поставить на огонь, довести до кипения, постепенно добавляя сахарный песок (100 – 200 г на каждый литр сока) и перемешивая, затем прокипятить 2 – 3 минуты, расфасовать и укупорить как описано впереди.

#### Рецепт 22. Сок из черной смородины.

Взять зрелые ягоды сладких сортов, перебрать их, рас-

сортировать, хорошо помыть, залить водой (2 стакана воды на каждый кг ягод), поставить на огонь, довести до кипения, при помешивании, кипятить 5 минут, потом дважды прессовать (перед вторым прессованием мезгу залить горячей водой из расчета 1 стакан на 1 кг мезги). Смешать соки от всех отжимов, подогреть до кипения, расфасовать и укупорить, как описано впереди. Для улучшения вкуса сока, в него можно перед последним нагреванием добавить 200 – 300 г сахарного песка на каждый литр сока.

### Рецепт 82. Сок из тыквы

Перезревшую тыкву очистить от кожуры и семян, пропустить через соковыжималку, затем добавить сахар (из расчета 50 г сахара на 1 тыквенного пюре), ванилин или цедру апельсина, натертую на мелкой терке, прокипятить 15 минут и в горячем виде перелить в стерилизованные банки, накрыть стерильными крышками и закатать. Перевернуть на крышки.

### Рецепт 83. Тыквенно – айвовый сок.

На 500 мл сока айвы японской добавить 3 л сока тыквы, 200 г сахара или меда, довести до кипения, кипятить 10 – 15 минут, затем перелить в стерилизованные банки, накрыть стерильными крышками и закатать. Перевернуть на крышки.

Рецепт 84. Сок тыквенно – морковный.

На 1 л морковного сока взять 1 л сока тыквы, 150 г сахара, 0,5 чайной ложки корицы.

Тыкву очистить от кожуры и семян, пропустить через соковыжималку. Морковь также очистить и пропустить через соковыжималку. Соки соединить, добавить сахар и корицу, хорошо перемешать и поставить на огонь. Довести до кипения и кипятить 15 минут, затем перелить в стерилизованные банки, накрыть стерильными крышками и закатать. Перевернуть на крышки.

Рецепт 85. Сок тыквенно – крыжовниковый.

На 1 л сока крыжовника нужно взять 2 л тыквенного сока, 200 г сахара. Соки смешать, поставить на огонь, довести до кипения и кипятить 15 минут, затем перелить в стерилизованные банки, накрыть стерильными крышками и закатать. Перевернуть на крышки.

Рецепт 86. Сок тыквенно – яблочный.

Перезревшую тыкву очистить от кожуры и семян, пропустить через соковыжималку. На 2 л тыквенного сока нужно взять 1 л яблочного сока, 10 молодых листьев винограда, 2 веточки мяты лимонной, 250 г сахара. Все перемешать и прокипятить 10 минут, затем поставить на огонь, довести до кипения и кипятить 15 минут, затем в горячем виде перелить в стерилизованные банки, накрыть стерильными крыш-

ками и закатать. Перевернуть на крышки.

### Рецепт 23. Сок из яблок.

Плоды перебрать, разрезать на небольшие дольки, затем потолочь деревянной толкушкой и отжать сок. Мезгу залить горячей водой (1 стакан воды на 1 кг мезги), поставить на огонь и кипятить 10 минут, потом отжать сок. Так же повторить еще раз. Все порции соков соединить, профильтровать через грубую ткань, поставить на огонь, довести до кипения, расфасовать и укупорить.

Перед последним нагреванием можно добавить сахар по вкусу.

### Рецепт 24. Сок ассорти.

На 0,3 л сока черноплодной рябины нужно взять 0,2 л сока красной свеклы, 1 л яблочного сока, 0,5 л сока красной смородины, сахар по вкусу.

Соки перемешать, добавить сахар, поставить на огонь, довести до кипения, прокипятить, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 25. Сок ассорти.

На 1 л сока из кабачков или тыквы нужно взять 1 л яблочного сока, 6 виноградных листьев, 1 веточку мяты лимонной, сахар по вкусу. Все перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, прокипятить, удалить листья винограда

и мяты, расфасовать и укупорить.

### Рецепт 26. Сок ассорти.

На 3 л сока тыквы или кабачка нужно взять 0,5 л сока айвы японской и сахарный песок или мед по вкусу.

Все перемешать, довести до кипения, прокипятить, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 27. Сок ассорти.

На 1 л сока из крыжовника нужно взять 2 л сока тыквы или кабачка, сахар по вкусу, по 5 листиков винограда и лимонника китайского.

Все соединить, поставить на огонь, довести до кипения, прокипятить, удалить листья, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 28. Сок ассорти.

На 1 кг сливы нужно добавить 0,5 л сока свеклы, 0,5 л сока яблок, сахар по вкусу.

Сливу перебрать, хорошо помыть и удалить косточки, добавить сок свеклы, яблочный сок, сахар, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, протереть через сито, еще раз поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, затем расфасовать и укупорить.

Аналогичным способом можно приготовить сок из других фруктов, ягод и овощей, или их смесей.

# ПЮРЕ

Пюре – это протертые через сито плоды или ягоды, без добавления или с добавлением сахара (сахар можно добавлять по вкусу). Пюре выгодно заготавливать на зиму, так как протертая масса полнее заполняет объем банки, меньше потребуются стеклянных банок, в него меньше, чем в варенье добавлено сахара, продукт меньше подвергнулся тепловой обработке и в нем больше сохраняется витаминов. Пюре можно готовить из любых фруктов, овощей и ягод, кроме тех, у которых очень мелкие семена, которые проходят через сито. Для приготовления пюре можно брать любые плоды, кроме загнивших, заплесневевших и червивых. Существуют различные способы приготовления пюре. Мы предлагаем вам два из них.

По первому способу: фрукты, ягоды или овощи нужно перебрать, хорошо помыть, измельчить, один или два раза (как указано в рецепте) послойно пересыпать сахарным песком, один или два раза оставить на определенное время (как указано в рецепте) в прохладном месте и один или два раза слить сок. Оставшуюся после отделения сока мезгу залить определенным количеством горячей воды (немного меньшим по объему, чем у полученного сока).

Эту массу, с добавленной водой, нужно хорошо переме-

шать, поставить на огонь и варить до размягчения плодов, затем сразу, в горячем виде, протереть через мелкое сито. По желанию можно добавить сахарный песок, опять поставить на огонь (или кипящую водяную баню), прогреть, как указано в рецепте, в горячем виде разлить в стерилизованные сухие подогретые стеклянные банки, накрыть стерилизованными крышками, пастеризовать на кипящей водяной бане 0,5 л банки 15 – 20 минут, 1 л банки – 25 – 30 минут, затем сразу закатать.

Правильно приготовленное пюре даже без сахара и других консервантов хорошо сохраняется. Оно используется как самостоятельный десерт, а также для приготовления сладких паст, повидла, мармелада, киселей, начинки для пирогов, соусов и других блюд. Первый способ более современный.

По второму способу: плоды перебрать, хорошо помыть, измельчить, отварить до мягкости (сырые плоды протирать через сито не рекомендуется, так как протирать будет труднее, чем разваренные) и в горячем виде протереть через сито. После этого опять поставить на огонь, довести до кипения (или прогреть на кипящей водяной бане, как указано в рецепте), расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане и закатать.

В зависимости от вида плодов берут сито с более или менее крупными ячейками. Если у плодов мелкие семена (например, у ягод малины) протирать нужно через очень мел-

кое волосяное или металлическое тканое сито. Протирают с помощью деревянной лопаточки.

### Рецепт 1. Пюре из айвы японской (1-й способ).

Плоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, ножом срезать твердую кожуру, разрезать на дольки толщиной около 2 см, два раза пересыпать сахарным песком (по 250 г сахара на каждый кг подготовленных плодов), два раза оставить на 16 часов в прохладном месте, затем два раза слить сок.

Фруктовую массу залить водой (600 мл воды на каждый кг фруктовой массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до размягчения плодов, потом протереть через сито, добавить сахарный песок по вкусу, опять поставить на огонь, довести до кипения, снять с огня, расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане, затем закатать.

### Рецепт 2. Пюре из аронии (1-й способ).

Плоды перебрать. Очистить от плодоножек, хорошо помыть, бланшировать в кипятке 2 – 3 минуты, наколоть в нескольких местах, два раза послойно пересыпать сахарным песком (300 г сахара на каждый кг подготовленных плодов), два раза по 20 часов оставить в прохладном месте, два раза слить сок.

Оставшуюся фруктовую массу залить водой (700 мл на каждый кг фруктовой массы), поставить на огонь и варить

на среднем огне до размягчения плодов, затем протереть через сито, добавить сахар (500 г сахара на каждый кг плодовой массы), довести до кипения и расфасовать в сухие подогретые стерилизованные стеклянные банки, хорошо укупорить.

### Рецепт 3. Пюре ассорти (1-й способ).

На 0,5 кг подготовленных яблок нужно взять 0,5 кг подготовленной белой смородины, 0,5 кг подготовленной тыквы, 0,5 кг абрикосов, 0,5 кг подготовленных желтых слив, цедру от 1 апельсина и сахар по вкусу.

Приготовить отдельно пюре из всех плодов (см рецепты их приготовления), затем соединить их, добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, постоянно помешивая, варить 35 минут, расфасовать и укупорить. В конце варки добавить натертую на мелкой терке цедру апельсина.

### Рецепт 4. Пюре из боярышника с облепихой (2-й способ).

На 0,5 кг плодов боярышника нужно взять 1 кг пюре из облепихи, 0,5 кг сахарного песка.

Плоды боярышника перебрать, хорошо помыть, затем бланшировать в кипятке 1 – 2 минуты, протереть через сито, добавить пюре из облепихи (см рецепт «Пюре из облепихи»), сахар, перемешать, довести до кипения, расфасовать и укупорить.

### Рецепт 5. Пюре из брусники (1-й способ).

Взять спелые ягоды брусники, перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, затем два раза послойно пересыпать сахаром (300 г сахарного песка на каждый кг подготовленных ягод), два раза оставить по 20 часов в прохладном месте и два раза отделить сок.

В оставшуюся ягодную массу добавить горячую воду (500 мл на каждый кг ягодной массы), поставить на огонь, варить до мягкости ягод, затем протереть через сито, потом поставить на кипящую водяную баню и прогреть 5 минут, затем в горячем виде разлить в стерилизованные сухие подогретые стеклянные банки и укупорить.

### Рецепт 6. Пюре из бузины черной (2-й способ).

На 1 л пюре из плодов бузины нужно взять 1,5 стакана сахара, 0,5 стакана воды, 1 стакан пюре любых кислых плодов или ягод, или лимонную кислоту по вкусу.

Плоды перебрать, удалить веточки и плодоножки, хорошо помыть, пропустить через мясорубку, добавить пюре из других плодов, сахар и воду.

Все хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, сразу переложить в стерилизованные стеклянные банки, поставить на кипящую водяную баню и пастеризовать 0,5 банки 15 – 20 минут, 1 л банки – 20 – 25 минут, затем закатать.

### Рецепт 7. Пюре из голубики (1-й способ).

Нужно взять спелые и не очень спелые ягоды, очистить их от веточек и плодоножек, хорошо помыть, обсушить на полотенце, послойно пересыпать сахаром (400 г сахара на каждый кг ягодной массы), оставить на 30 часов в прохладном месте, затем слить сок. Оставшуюся ягодную массу залить горячим сиропом (300 г сахара и 500 мл воды на каждый кг ягодной массы), хорошо перемешать, протереть через сито, добавить сахар (300 – 400 г сахара на каждый кг пюре), поставить на кипящую водяную баню и прогревать при закрытой крышке до полного растворения сахара, иногда помешивая, затем расфасовать в стерилизованные банки и укупорить.

### Рецепт 8. Пюре из жимолости (1-й способ).

Ягоды перебрать, очистить, хорошо помыть, обсушить на полотенце, пересыпать сахаром (400 г сахарного песка на каждый кг ягод), оставить на 22 часа в прохладном месте, затем слить сок.

Оставшуюся массу залить горячей водой (600 мл на каждый кг ягодной массы), поставить на огонь и варить до размягчения ягод, потом протереть через мелкое сито, добавить сахар (200 г сахара на каждый кг ягодной массы), поставить на кипящую водяную баню и прогревать под крышкой в течение 5 – 7 минут, при постоянном помешивании, затем расфасовать в стерилизованные сухие прогретые банки и уку-

порить.

### Рецепт 9. Пюре из инжира (1-й способ).

Плоды перебрать, очистить от плодоножек, хорошо помыть, обсушить на полотенце, разрезать на кусочки, два раза послойно пересыпать сахарным песком (200 г сахара на каждый кг плодовой массы), два раза оставить на 10 часов в прохладном месте и два раза слить сок.

Оставшуюся плодовую массу залить горячей водой (500 мл воды на каждый кг плодовой массы), поставить на огонь и варить до мягкости, затем протереть через сито, поставить на кипящую водяную баню и прогревать в течение 5 минут, потом расфасовать и укупорить.

### Рецепт 10. Пюре из кабачков (1-й способ).

Взять молодые кабачки с тонкой кожурой, хорошо помыть, нарезать кружочками толщиной около 2 см, обсушить. Зрелые кабачки хорошо помыть, обсушить, разрезать вдоль на 2 части, срезать кожуру и удалить сердцевину с семенами, нарезать на кубики толщиной около 2,5 см.

Подготовленные кабачки два раза послойно пересыпать сахарным песком (по 200 г сахара на каждый кг подготовленных кабачков), два раза оставить на 15 часов в прохладном месте и два раза слить сок.

Оставшуюся кабачковую массу залить горячей водой (500 мл воды на каждый кг кабачковой массы), поставить

на огонь, довести до кипения и варить до размягчения кабачков, затем в горячем виде протереть через сито, добавить сахар по вкусу, хорошо перемешать. После этого, поставить на огонь, опять довести до кипения, кипятить 5 минут, постоянно помешивая, расфасовать, пастеризовать и укупорить.

#### Рецепт 11. Пюре из капусты кольраби (1-й способ).

Стеблеплоды очистить от кожуры, хорошо помыть, обсушить на полотенце, нарезать небольшими дольками (толщиной не более 2 см), затем два раза послойно пересыпать сахарным песком (по 200 г сахара на каждый кг подготовленной капусты), два раза оставить на 15 часов в прохладном месте и два раза слить сок.

Оставшуюся капустную массу залить горячей водой (400 мл воды на каждый кг массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до мягкости, при постоянном помешивании, потом протереть через сито и добавить сахар по вкусу. После этого опять поставить на огонь, довести до кипения, варить до растворения сахара, постоянно помешивая, расфасовать, пастеризовать и укупорить.

#### Рецепт 12. Пюре из калины (1-й способ).

Плоды перебрать, очистить от плодоножек, бланшировать 2 – 3 минуты в кипятке, затем два раза пересыпать сахарным песком (300 г сахара на каждый кг подготовленных плодов),

два раза оставить на 18 часов в прохладном месте и два раза слить сок. Оставшуюся плодовую массу залить горячей водой (700 мл на каждый кг плодовой массы), в горячем виде протереть через сито, добавить сахар по вкусу, хорошо перемешать, опять поставить на огонь, довести до кипения и варить под крышкой на среднем огне до полного растворения сахара, при постоянном помешивании, расфасовать и хорошо укупорить.

### Рецепт 13. Пюре из кизила (1-й способ).

Плоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, удалить косточки, послойно пересыпать сахарным песком (400 г сахара на каждый кг подготовленных плодов), оставить на 26 часов в прохладном месте, слить сок.

Оставшуюся плодовую массу залить горячей водой (700 мл воды на каждый кг плодовой массы), поставить на огонь и варить до мягкости плодов, затем протереть через сито, добавить по 300 г сахара на каждый кг пюре, накрыть крышкой, поставить на кипящую водяную баню и прогреть не более 5 минут до полного растворения сахара. После этого расфасовать и хорошо укупорить. Если пюре в дальнейшем будет использоваться для приготовления мармелада, сахар в него не нужно добавлять.

### Рецепт 14. Пюре из клюквы (1-й способ).

Ягоды перебрать, хорошо помыть, бланшировать в горя-

чей воде 1 – 2 минуты, обсушить на полотенце, два раза послойно пересыпать сахарным песком (300 г сахара на каждый кг подготовленных ягод), два раза оставить на 19 часов в прохладном месте, два раза слить сок.

Оставшуюся массу залить водой (400 мл на каждый кг ягодной массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до мягкости ягод. В горячем виде протереть через сито, добавить сахар по вкусу, затем поставить на кипящую водяную баню и прогревать до полного растворения сахара, при постоянном помешивании, потом расфасовать и хорошо укупорить.

Рецепт 15. Пюре из лимонника китайского (1-й способ).

Плоды перебрать, хорошо помыть, очистить от плодоножек, обсушить на полотенце, послойно пересыпать сахаром и оставить в прохладном месте на 24 часа, затем отделить сок.

Оставшуюся плодовую массу залить горячей водой (300 мл на каждый кг плодовой массы), протереть через сито, добавить сахар по вкусу, перемешать, нагреть до кипения, варить 5 минут, при постоянном помешивании, снять с огня, сразу расфасовать и укупорить.

Рецепт 16. Пюре из моркови и черешков свеклы (1-й способ).

Корнеплоды моркови перебрать, очистить от земли и бот-

вы, хорошо помыть, очистить от кожуры, еще раз хорошо помыть, обсушить, нарезать кружочками толщиной не более 2 см, два раза послойно пересыпать сахарным песком (по 200 г сахара на каждый кг подготовленной моркови), два раза оставить на 15 часов в прохладном месте и два раза отделить сок.

Оставшуюся массу залить водой (500 мл воды на каждый кг морковной массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до размягчения моркови, затем протереть через сито, пюре из черешков свеклы (см рецепт «Пюре из черешков свеклы»), добавить сахар по вкусу, хорошо перемешать, опять поставить на огонь, прогревать до полного растворения сахара, постоянно помешивая, потом расфасовать и укупорить.

Рецепт 17. Пюре из моркови с крыжовником (2-й способ).

На 1 кг моркови нужно взять 1 кг крыжовника, 0,3 кг сахара.

Крыжовник перебрать, удалить плодоножки, заплесневелые и гнилые ягоды, остальные залить водой, поставить на огонь и варить до мягкости, затем протереть через сито.

Морковь очистить от кожицы, нарезать небольшими кусочками, залить небольшим количеством воды, поставить на огонь и варить до мягкости, потом протереть через сито, добавить пюре из крыжовника, сахар, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, снять с огня, расфасовать

и укупорить.

### Рецепт 18. Пюре из облепихи (1-й способ).

Для приготовления пюре можно взять перезрелые и мятые плоды, перебрать их, хорошо помыть, бланшировать в течение 1 минуты в горячей воде, обсушить на полотенце, дважды послойно пересыпать сахаром (300 г сахара на каждый кг плодов), два раза оставить на 20 часов в прохладном месте и дважды отделить сок.

Оставшуюся плодовую массу залить горячей водой (количество воды должно быть равно отделенному соку). Перемешать и протереть через сито, добавить по 500 г сахара на каждый кг пюре, хорошо перемешать, поставить на кипящую водяную баню и прогреть в течение 5 минут, потом расфасовать, пастеризовать и хорошо укупорить.

### Рецепт 19. Пюре из огурцов (1-й способ).

Для приготовления пюре нужно взять крупные, уродливые и другие огурцы, отбракованные при вялении и варке варенья. Их нужно хорошо помыть, обсушить, срезать кожуру и убрать семена, нарезать кубиками размером 1,5 см, два раза послойно пересыпать сахарным песком (200 г сахара на каждый кг подготовленных огурцов), два раза оставить в прохладном месте на 15 часов и два раза отделить сок.

Оставшуюся огуречную массу залить горячей водой (400 мл на каждый кг массы), поставить на огонь, довести

до кипения и варить до размягчения огурцов, протереть через сито, добавить сахар по вкусу, опять поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 20. Пюре из ревеня (1-й способ).

Взять черешки листьев ревеня, хорошо помыть, обсушить на полотенце, очистить от кожицы, нарезать небольшими кусочками, послойно пересыпать сахаром (500 г сахара на каждый кг подготовленных черешков), оставить в прохладном месте на 28 часов, затем слить сок.

Оставшуюся массу залить горячей водой (400 мл воды на каждый кг подготовленной массы), поставить на огонь, довести до кипения, затем в горячем виде протереть через сито, добавить сахар по вкусу и хорошо перемешать. После этого опять поставить на огонь и прогревать до полного растворения сахара, постоянно помешивая, затем расфасовать, пастеризовать и хорошо укупорить.

Лучше всего пюре из ревеня готовить в смеси с другими, некислыми плодами (черешня, слива, сладкие яблоки, земляника и другие).

Рецепт 21. Пюре из репы и черешков сельдерея (1-й способ).

У репы срезать ботву, а корнеплод хорошо помыть, очистить от кожуры, нарезать небольшими кусочками, два раза

последовательно пересыпать сахарным песком (200 г сахара на каждый кг подготовленной репы), два раза оставить на 17 часов в прохладном месте и два раза слить сок.

К свекольной массе добавить сельдерейную массу, оставшуюся после слива сока, залить горячей водой (400 мл воды на каждый кг смеси), поставить на огонь и варить, при постоянном помешивании, до размягчения овощей, затем протереть через сито, добавить сахар по вкусу, опять поставить на огонь, довести до кипения и варить несколько минут на среднем огне до растворения сахара, потом расфасовать и укупорить.

Черешки сельдерея перебрать, грубые и подгнившие удалить, остальные хорошо помыть, обсушить на полотенце, разрезать на кусочки не более 4x4 см, два раза пересыпать сахарным песком (по 200 г сахара на каждый кг подготовленных черешков), два раза оставить в прохладном месте на 15 часов и два раза слить сок. Оставшуюся массу добавить к свекольной массе. Свекольную и сельдерейную массы нужно брать поровну по весу.

## Рецепт 22. Пюре из рябины (2-й способ).

На 1 кг плодов из рябины нужно взять 2 л воды, 2 столовые ложки соли и сахар по вкусу.

Плоды перебрать, хорошо помыть, залить подсоленной водой, поставить на огонь, довести до кипения и варить до мягкости, после чего откинуть на дуршлаг, хорошо по-

мыть холодной проточной водой, протереть через сито и добавить сахар по вкусу. После этого опять поставить на огонь, довести до кипения, снять с огня, переложить в стерилизованные стеклянные банки, пастеризовать на кипящей водяной бане 0,5 л банки 15 минут, 1 л банки – 20 минут, затем закатать.

### Рецепт 23. Пюре из свеклы (1-й способ).

Корнеплоды свеклы хорошо помыть, очистить от кожуры, нарезать небольшими кусочками, два раза послойно пересыпать сахарным песком (200 г сахара на каждый кг подготовленной свеклы), два раза оставить на 16 часов в прохладном месте, два раза слить сок.

Оставшуюся массу залить горячей водой (500 мл воды на каждый кг полученной массы), поставить на огонь и варить до размягчения свеклы, потом протереть через сито, добавить сахар по вкусу, нагреть до кипения, потом сразу расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 24. Пюре из сельдерея (из корнеплодов) (1-й способ).

Взять свежие корнеплоды, очистить от земли, хорошо помыть, срезать кожуру, еще раз помыть в кипяченой воде, обсушить на полотенце и нарезать кубиками размером около 2 см. После этого их нужно два раза послойно пересыпать сахарным песком (по 200 г сахара на каждый кг подготов-

ленного сельдерея), два раза оставить в прохладном месте на 15 часов и два раза слить сок.

Сельдерейную массу, которая остается после слива сока, залить горячей водой (500 мл воды на каждый кг массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до размягчения сельдерея, затем в горячем виде протереть через сито, добавить сахар по вкусу и хорошо перемешать. Затем опять поставить на огонь, довести до кипения и варить 5 минут до полного растворения сахара, постоянно помешивая, расфасовать, пастеризовать и хорошо укупорить.

Рецепт 25. Пюре из сельдерея (из черешков) (1-й способ).

Черешки перебрать, грубые и подгнившие удалить, остальные хорошо помыть, обсушить на полотенце, разрезать на кусочки не более 4x4 см, два раза пересыпать сахарным песком (по 200 г сахара на каждый кг подготовленных черешков), два раза оставить в прохладном месте на 15 часов и два раза слить сок.

Оставшуюся массу залить горячей водой (500 мл воды на каждый кг массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до размягчения сельдерея, затем в горячем виде протереть через сито, добавить сахар по вкусу и хорошо перемешать. Опять поставить на огонь, довести до кипения и варить 5 минут до полного растворения сахара, постоянно помешивая, расфасовать, пастеризовать и хорошо укупорить.

Рецепт 26. Пюре из сливы (1-й способ).

Для приготовления пюре можно брать перезревшие, мятые и уродливые плоды. Их нужно хорошо помыть, обсушить на полотенце, удалить косточки, пересыпать сахаром (400 г сахара на каждый кг плодов), выдержать в прохладном месте 30 часов, затем слить сок.

Оставшуюся массу залить водой (700 мл на каждый кг плодовой массы), поставить на огонь, варить до размягчения плодов, потом протереть через мелкое сито, опять поставить на огонь, прогреть до кипения, в горячем виде расфасовать, пастеризовать и укупорить.

Рецепт 27. Пюре из смородины черной (1-й способ).

Мятые, перезревшие, очень крупные и мелкие ягоды бланшировать в кипящей воде 1 – 2 минуты, затем пересыпать послойно сахарным песком (500 г сахара на каждый кг ягод), выдержать 30 часов в прохладном месте и слить сок.

Оставшуюся ягодную массу залить горячей водой, поставить на огонь, довести до кипения, потом протереть через сито, поставить на кипящую водяную баню и прогревать 5 минут, расфасовать в стерильные банки до самого верха и укупорить, перевернуть на крышки.

Рецепт 28. Пюре из тыквы (1-й способ).

Взять зрелую здоровую тыкву, хорошо помыть, обсушить,

разрезать вдоль на 4 части, срезать кожуру и убрать сердцевину с семенами, нарезать на небольшие кусочки. После этого ее нужно два раза послойно пересыпать сахарным песком (по 150 г сахара на каждый кг подготовленной тыквы), два раза оставить на 15 часов в прохладном месте, два раза слить сок.

Оставшуюся тыквенную массу залить горячей водой (500 мл воды на каждый кг массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до размягчения тыквы. Затем в горячем виде протереть через сито, положить сахар по вкусу, хорошо перемешать, опять поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, сразу расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 87. Пюре тыквенно – яблочное.

На 1 кг очищенной тыквы нужно взять 1 кг яблок, 1 столовую ложку, измельченной цедры апельсина и 1 кг сахара.

Взять очень спелую тыкву, очистить от кожуры и семян, нарезать небольшими кубиками. Яблоки очистить от сердцевины и нарезать дольками. Все положить в кастрюлю, залить водой и сварить до готовности.

В горячем виде все протереть через крупное сито, добавить сахар и цедру, нагреть до 90 градусов (почти до кипения) и в горячем виде переложить в стерилизованные банки, поставить на огонь и пастеризовать при 90 градусов 15 минут, затем закатать и перевернуть на крышки.

Рецепт 88. Пюре тыквенно – сливовое.

На 1 кг очищенной тыквы нужно взять 1 кг сливы, очищенной от косточек и 500 г сахара.

Тыкву нарезать небольшими кубиками, а сливу разрезать пополам, соединить вместе, залить небольшим количеством воды и отварить под крышкой до готовности. Затем процедить и протереть через сито, добавить сахар, хорошо перемешать и довести до кипения, прокипятить 15 минут, в горячем виде переложить в стерильные банки, накрыть стерильными крышками и закатать. Перевернуть на крышки.

Рецепт 29. Пюре из тыквы с апельсинами и сливами (2-й способ).

На 1 кг тыквы нужно взять 2 апельсина, 0,5 кг слив, сахар по вкусу.

Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать маленькими кусочками, залить небольшим количеством воды, накрыть крышкой, поставить на огонь, довести до кипения и варить до мягкости, постоянно помешивая, затем протереть через сито.

Сливы перебрать, удалить косточки, залить небольшим количеством воды, варить до мягкости и протереть через сито.

Апельсины ошпарить кипятком, пропустить через мясорубку вместе с кожурой (но без семян), залить водой, прова-

ритель до мягкости и также протереть через сито. Все пюре соединить, добавить сахар по вкусу, поставить на огонь, довести до кипения, варить до растворения сахара, расфасовать и укупорить.

### Рецепт 30. Пюре из физалиса (1-й способ).

Взять плоды, отбракованные при вялении и варке варенья из физалиса (очень крупные, мелкие, мятые и другие, но не подгнившие), очистить от чехликов, хорошо помыть в теплой воде, обсушить, наколоть в нескольких местах, в крупные плоды разрезать на несколько частей.

После этого их нужно послойно пересыпать сахарным песком (500 г сахара на каждый кг подготовленных плодов), оставить на 24 часа в прохладном месте, затем слить сок.

Оставшуюся массу залить горячей водой (300 мл воды на каждый кг плодовой массы), поставить на кипящую водяную баню и прогревать в течение 15 минут, затем протереть через сито, добавить сахар по вкусу, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане и сразу закатать.

### Рецепт 31. Пюре из черники (1-й способ).

Взять спелые ягоды черники, перебрать их, удалить веточки и плодоножки, хорошо помыть, обсушить на полотенце, послойно пересыпать сахарным песком (400 г сахара на 1 кг ягод), оставить на 28 часов в прохладном месте, за-

тем слить сок.

Оставшуюся ягодную массу залить горячей водой (600 мл на каждый кг ягодной массы), хорошо перемешать и сразу протереть через сито, затем добавить сахар (300 г сахара на каждый кг ягодной массы), хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, потом в горячем виде расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 32. Пюре из шиповника (1-й способ).

Отобрать перезревшие, мятые, мелкие и другие, отбракованные при варке варенья плоды, хорошо помыть их, очистить от семян и волосков, послойно пересыпать сахаром, оставить в прохладном месте на 26 часов, затем слить сок.

Оставшуюся массу залить водой (500 мл на каждый кг плодовой массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить до мягкости, затем протереть через сито. Полученное пюре опять поставить на огонь, довести до кипения и варить на очень слабом огне 5 минут, расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 33. Пюре из яблок (1-й способ).

Для приготовления пюре можно использовать все отбракованные плоды (кроме гнилых).

Яблоки перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, очистить от кожуры и сердцевинки, нарезать на мелкие кусочки и послойно пересыпать сахаром (400 г сахарного

песка на каждый кг яблок), оставить в прохладном месте на 22 часа, отделить сок.

Оставшуюся массу залить водой (500 мл воды на каждый кг плодовой массы), поставить на огонь, довести до кипения и варить на среднем огне 10 минут, помешивая, потом протереть через мелкое сито, опять поставить на огонь, довести до кипения, затем расфасовать и укупорить.

# СЛАДКИЕ СОУСЫ

Сладкие соусы получают из пюре, путем добавления просеянного сахарного песка по вкусу (обычно от 100 до 150 г сахара на каждый кг пюре). Этот продукт очень вкусен и его можно сразу употреблять в пищу, а также варить кисели, делать напитки и различные десерты.

В пюре нужно добавить сахарный песок по вкусу, поставить на слабый огонь, нагреть до кипения и варить до полного растворения сахара, но не более 5 минут, при постоянном помешивании, после чего быстро разлить в простерилизованные банки, пастеризовать на кипящей водяной бане (0,5 л банки – 12 минут, 1 л банки – 15 – 20 минут), затем укупорить.

Этот десерт сохраняет цвет, аромат и все полезные свойства исходного продукта. Соусы можно готовить из любых фруктовых, овощных и ягодных пюре. Особенно вкусны и полезны соусы, приготовленные из смешанных пюре. Они очень полезны детям.

## Рецепт 1. Соус из абрикосов.

Приготовить пюре (см рецепты «Пюре из абрикосов» по 1-му или 2-му способу), поставить на слабый огонь, добавить сахарный песок (по 100 – 150 г сахара на каждый кг пюре), перемешать, довести до кипения и варить до полного

растворения сахара, но не более 5 минут, при постоянном помешивании. Расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить.

### Рецепт 2. Соус из айвы.

Приготовить пюре (см рецепты «Пюре из айвы»), добавить сахарный песок (150 г сахара на каждый литр пюре), хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и кипятить до полного растворения сахара, но не более 5 минут, при постоянном помешивании, потом расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить.

### Рецепт 3. Соус из актинидии.

Приготовить пюре из актинидии (см рецепт «Пюре из актинидии»), добавить сахар по вкусу (200 – 300 г на каждый кг пюре), хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, варить на слабом огне 5 минут, до полного растворения сахара, при постоянном помешивании. В горячем виде расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 4. Соус из брусники.

Приготовить брусничное пюре (см рецепт «Пюре из брусники»), добавить 250 г сахара на каждый кг пюре, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, варить на среднем огне 3 – 5 минут, потом расфасовать, простерилизовать и укупорить.

### Рецепт 5. Соус из груши.

Приготовить пюре из груш (см рецепты «Пюре из груши»), добавить сахар (по 100 – 150 г сахара на каждый литр пюре), хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и варить не более 5 минут до полного растворения сахара, расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 6. Соус из земляники.

Приготовить пюре из земляники (см рецепты «Пюре из земляники»), добавить сахарный песок (100 – 150 г сахара на каждый литр пюре), поставить на огонь, довести до кипения и варить до полного растворения сахара, но не более 5 минут, потом расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 7. Соус из калины.

Приготовить пюре из калины (см рецепт «Пюре из калины»), добавить сахар (300 -400 г на каждый кг пюре), хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить при закрытой крышке 3 минуты, затем расфасовать и хорошо укупорить.

### Рецепт 8. Соус из клюквы.

Приготовить клюквенное пюре (см рецепт «Пюре из клюквы»), добавить по 300 г сахара на каждый кг клюквенного пюре, хорошо перемешать, поставить на огонь, до-

вести до кипения, кипятить 3 минуты, в горячем виде разложить в стерилизованные подогретые сухие стеклянные банки и укупорить.

#### Рецепт 9. Соус из лимонника китайского.

Приготовить пюре из лимонника (см рецепт «Пюре из лимонника китайского»), добавить сахар по вкусу, перемешать, нагреть до кипения, варить 5 минут, при постоянном помешивании, снять с огня, сразу расфасовать и укупорить.

#### Рецепт 10. Соус из малины.

Приготовить пюре из малины (см рецепты «Пюре из малины»), добавить сахарный песок (100 – 150 г сахара на каждый литр пюре), поставить на огонь, довести до кипения и варить до полного растворения сахара, но не более 5 минут, потом расфасовать, пастеризовать и укупорить.

#### Рецепт 11. Соус из облепихи.

Приготовить пюре из облепихи (см рецепт «Пюре из облепихи»), добавить по 300 г сахара на каждый кг пюре, поставить на огонь и прогреть до полного растворения сахара, постоянно помешивая, затем расфасовать и хорошо укупорить.

#### Рецепт 12. Соус из персиков.

Приготовить пюре из персиков (см рецепт «Пюре из пер-

сиков»), добавить от 100 до 150 г сахарного песка на каждый литр пюре, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и варить до полного растворения сахара, но не более 5 минут, постоянно помешивая. Расфасовать, пастеризовать и укупорить.

### Рецепт 13. Соус из свеклы.

Нужно взять свежеприготовленное пюре из свеклы (см рецепт «Пюре из свеклы»), добавить по 200 г сахара на каждый кг пюре, поставить на огонь, довести до кипения, прогреть в течение 5 минут, постоянно перемешивая, до полного растворения сахара, затем расфасовать и хорошо укупорить.

### Рецепт 14. Соус из сливы.

Соус готовят из пюре (см рецепт «Пюре из сливы»), в которое нужно добавить сахар по вкусу (200 – 300 г сахара на 1 кг пюре), размешать до полного растворения сахара, нагреть до кипения и варить 5 минут, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 15. Соус из смородины черной.

Его можно сделать из готового пюре, в которое добавить сахар по вкусу, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 3 минуты, в горячем виде разложить в сухие подогретые стерильные банки и хорошо укупорить.

### Рецепт 16. Соус из тыквы.

Приготовить пюре из тыквы (см рецепт «Пюре из тыквы»), добавить по 150 г сахарного песка и по 50 г лимонной цедры, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и кипятить 5 минут, до полного растворения сахара, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 17. Соус из черники.

Из ягод черники нужно приготовить пюре (см рецепт «Пюре из черники»), добавить сахар (200 г сахара на каждый кг черничного пюре), хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и прогреть 3 минуты, постоянно помешивая, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 18. Соус из яблок.

Приготовить пюре из яблок (см рецепт «Пюре из яблок»), добавить по 200 г сахара на каждый кг пюре, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и варить на среднем огне в течение 3 – 4 минут, затем расфасовать в стерилизованные сухие подогретые банки и укупорить.

# ПРИПРАВЫ

Этот продукт готовят из плодового пюре, с добавлением пряностей. Приправы, как и соусы, содержат мало сахара (от 200 до 300 г сахара на 1 кг пюре, в зависимости от его кислотности). В отличие от соусов, приправы дольше уваривают (до загустения). Их можно подавать к различным мясным и рыбным блюдам.

## Рецепт 1. Приправа из абрикосов.

Для приготовления приправы используют свежее абрикосовое пюре и готовят, как мармелад из абрикосов, но сахара нужно брать меньше (200 – 250 г сахара на каждый кг пюре). К абрикосовому пюре добавить по 0,5 чайной ложки молотой корицы на 1 кг приправы (можно сухие и растертые листья сельдерея, или другие по вкусу).

Все перемешать, поставить на огонь и уварить на среднем огне до 4/5 части от первоначального объема, в горячем виде разложить в сухие подогретые стерилизованные банки и закатать.

## Рецепт 2. Приправа из моркови.

Приготовить пюре из моркови (см рецепт «Пюре из моркови»), добавить по 250 г сахарного песка на каждый кг пюре, поставить на огонь, довести до кипения и уварить

на среднем огне до 4\5 первоначального объема, добавить пряности по вкусу, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 3. Приправа из свеклы.

Приготовить свекольное пюре (см рецепт «Пюре из свеклы»), добавить по 300 г сахара на каждый кг пюре), поставить на огонь и уварить на среднем огне до 4\5 от первоначального объема. В конце варки добавить, растертые сухие листья укропа или толченые семена кориандра по вкусу, затем расфасовать и укупорить.

### Рецепт 4. Приправа из слив.

Приправу делают из пюре (см рецепт «Пюре из сливы»), в которое нужно добавить 200 – 300 г сахара, 2 г корицы, 2 г гвоздики и 1 г имбиря на кг приправы (можно добавить сушеные и растертые листья сельдерея или петрушки по вкусу). Все хорошо перемешать и уварить на слабом огне, при постоянном помешивании до 4\5 первоначального объема пюре. В горячем виде расфасовать и укупорить.

### Рецепт 5. Приправа из яблок.

Приготовить яблочное пюре (см рецепт «Пюре из яблок»), добавить сахарный песок (200 – 300 г сахара на каждый кг пюре), хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и уварить на слабом огне, при постоянном помешивании, до уменьшения объема до 4\5 от перво-

начального.

В конце варки добавить по 0,5 чайной ложки корицы на 1 кг приправы (можно сухие растертые листья сельдерея или укропа по вкусу). В горячем виде расфасовать в стерилизованные сухие подогретые банки и укупорить.

Аналогичным способом можно приготовить приправы с другими фруктами, овощами и ягодами.

# ЯГОДЫ, ФРУКТЫ И ОВОЩИ, ПРОТЕРТЫЕ С САХАРОМ

Этот десерт является наиболее полезным для здоровья, так как не подвергается длительному нагреванию. Он делается путем измельчения плодов и перемешивания их с повышенным количеством сахара. Хранить его нужно в прохладном месте.

При этом способе заготовки плодов на зиму в них сохраняется естественный вкус, цвет, аромат, а также витамины (некоторые витамины при тепловой обработке разрушаются). Протертые плоды используются вместо варенья к чаю, как начинка для пирогов, из них готовят сладкие бутерброды и варят кисели.

Рецепт 1. Айва, протертая с сахаром.

Плоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, разрезать на 4 части, удалить семенные камеры, пропустить через мясорубку, пересыпать сахарным песком (на 1 кг сахара нужно взять 1 кг айвы), хорошо перемешать, расфасовать и укупорить. Айву можно не пропускать через мясорубку, а нарезать тонкими дольками.

Рецепт 2. Актинидия, протертая с сахаром.

На 1 кг подготовленных плодов актинидии нужно взять 1 кг сахарного песка.

Спелые плоды перебрать, хорошо помыть холодной кипяченой водой, обсушить, протереть через сито, или вместе с сахаром пропустить через мясорубку, переложить в стерилизованные сухие стеклянные банки, сверху насыпать небольшой слой сахара (или пастеризовать на кипящей водяной бане 0,5 л банки 20 минут, 1 л банки – 30 минут) и укутать. Хранить в прохладном месте.

Рецепт 3. Арония, протертая с сахаром.

На 1 кг аронии нужно взять 1,4 кг сахарного песка и 3 г лимонной кислоты.

Плоды перебрать, очистить от веточек и плодоножек, хорошо помыть, обсушить на полотенце, пропустить через мясорубку, добавить сахарный песок и лимонную кислоту, хорошо перемешать, переложить в стерилизованные стеклянные банки, поставить на водяную баню и пастеризовать 0,5 банки 20 минут, 1 л банки – 30 минут, затем закатать.

Рецепт 4. Боярышник, протертый с сахаром.

На 1 кг подготовленных плодов боярышника нужно взять 0,5 кг сахарного песка.

Боярышник перебрать, хорошо помыть, удалить семена, бланшировать 2 – 3 минуты в кипятке, затем протереть через сито, пересыпать сахарным песком, тщательно перемешать,

расфасовать и укупорить.

Рецепт 5. Вишня, протертая с сахаром.

На 1 кг вишни без косточек нужно взять 1,5 кг сахарного песка.

Вишни размять деревянной толкушкой, пересыпать сахаром, тщательно перемешать, расфасовать в стерилизованные сухие банки, пастеризовать на водяной бане, затем укупорить.

Рецепт 6. Голубика, протертая с сахаром.

На 1 кг голубики нужно взять 0,6 кг сахара.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, обсушить, размять деревянной толкушкой, добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь и нагреть почти до кипения, но не кипятить, затем расфасовать, пастеризовать и укупорить.

Рецепт 7. Жимолость, протертая с сахаром.

На 1 кг подготовленных ягод жимолости нужно взять 0,5 кг сахарного песка.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, затем перетереть вместе с сахаром деревянной толкушкой, переложить в сухие стерилизованные банки, сверху насыпать небольшой слой сахарного песка и укупорить. Хранить в холодильнике.

Рецепт 8. Земляника, протертая с сахаром.

На 1 кг земляники нужно взять 0,5 кг сахарного песка.

Ягоды перебрать, удалить все больные и заплесневелые, остальные хорошо помыть, обсушить на полотенце, затем переложить в стерилизованные сухие банки так, чтобы ягоды выступали над горлышком банки, пересыпая сахарным песком. Когда ягоды осядут, банки накрыть стерилизованными крышками, поставить на водяную баню и пастеризовать 0,5 л банки 12 минут, 1 л банки 20 минут, потом сразу закатать.

Рецепт 9. Калина, протертая с сахаром.

На 1 кг калины нужно взять 1 кг сахарного песка.

Плоды перебрать, помыть, 1 – 2 минуты бланшировать в кипятке, затем толкушкой растереть, убрать семена и кожуцу, а к мякоти добавить сахар, хорошо перемешать, расфасовать, пастеризовать на водяной бане и укупорить.

Рецепт 10. Клюква, протертая с сахаром.

На 1 кг перебранной и помытой клюквы нужно взять 1,5 кг сахарного песка.

Ягоды обсушить на полотенце, пропустить через мясорубку, добавить сахарный песок, хорошо перемешать, расфасовать и укупорить.

Также готовится брусника, протертая с сахаром.

Рецепт 11. Крыжовник, протертый с сахаром.

На 1 кг крыжовника нужно взять 1,5 кг сахарного песка.

Ягоды перебрать, очистить, удалить все перезревшие, недозревшие, гнилые, заплесневелые, остальные хорошо помыть, обсушить на полотенце, пропустить через мясорубку, добавить сахарный песок и хорошо перемешать. После этого расфасовать в стерилизованные сухие банки, сверху насыпать небольшой слой сахара (или пастеризовать на кипящей водяной бане) и укупорить.

Рецепт 12. Крыжовник, протертый с апельсинами и сахаром.

На 0,5 кг подготовленных ягод нужно взять 1 крупный апельсин и 0,6 кг сахара.

Крыжовник перебрать, удалить плодоножки, мятые, гнилые, заплесневелые плоды, а остальные хорошо помыть кипяченой водой и вместе с, ошпаренным кипятком, затем хорошо помытым и очищенным от семян апельсином (вместе с кожурой), пропустить через мясорубку. После этого добавить сахар, тщательно перемешать и оставить на 14 часов, потом разложить в стерилизованные сухие банки, сверху насыпать небольшой слой сахара и укупорить.

Рецепт 13. Лимоны с сахаром.

На 0,5 кг лимонов нужно взять 1 кг сахарного песка.

Лимоны хорошо помыть, ошпарить кипятком, обсушить

на полотенце, затем вместе с кожурой нарезать тонкими дольками, осторожно удалить семена, дольки уложить в стерилизованные сухие банки, пересыпая послойно сахарным песком, после чего сверху насыпать слой сахарного песка и укупорить. Хранить в прохладном месте.

Рецепт 14. Лимонник китайский, протертый с сахаром.

На 1 кг плодов лимонника нужно взять 2 кг сахарного песка.

Плоды перебрать, хорошо помыть, потолочь толкушкой, пересыпать сахаром, хорошо перемешать, разложить в стерилизованные сухие стеклянные банки, сверху насыпать небольшой слой сахарного песка и укупорить. Хранить в холодильнике.

Рецепт 15. Малина, протертая с сахаром.

На 1 кг малины нужно взять 0,5 кг сахарного песка.

Взять спелые ягоды, перебрать, помыть, обсушить на полотенце, протереть с помощью деревянной ложки через редкое сито, добавить сахар, перемешать, поставить на огонь и прогреть почти до кипения (но не кипятить). После этого снять с огня, расфасовать, накрыть крышками, пастеризовать на кипящей водяной бане 0,5 л банки в течение 15 минут, 1 л банки – 20 минут, хорошо укупорить. Хранить в прохладном месте.

Рецепт 16. Облепиха, протертая с сахаром.

На 1 кг облепихи нужно взять 2,0 кг сахара.

Плоды перебрать, хорошо помыть, пересыпать сахарным песком, растереть пестиком, тщательно перемешать, положить в стерилизованные сухие банки, сверху насыпать небольшой слой сахарного песка и укупорить.

Рецепт 17. Рябина, протертая с сахаром.

На 1 кг подготовленной рябины нужно взять 1,5 кг сахара.

Плоды лучше снимать после первых заморозков, или проморозить в морозильной камере холодильника, положить в дуршлаг, ошпарить кипятком, дать стечь воде, обсушить на полотенце, затем размять толкушкой, постепенно добавляя сахарный песок, тщательно перемешать, расфасовать в стерилизованные сухие банки, сверху насыпать небольшой слой сахарного песка и укупорить.

Рецепт 18. Сливы, протертые с сахаром.

На 1 кг слив нужно взять 1 кг сахара.

Сливы перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, удалить косточки, пропустить через мясорубку, добавить сахар, перемешать, расфасовать в стерилизованные стеклянные сухие банки и укупорить.

К желтым сливам можно добавить, пропущенный через мясорубку вместе с кожурой апельсин или мандарин.

Рецепт 19. Тыква, протертая с сахаром.

На 0,5 кг подготовленной тыквы нужно взять 1 кг сахарного песка.

Тыкву хорошо помыть, разрезать вдоль на 2 части, срезать кожуру, удалить семена с частью мякоти, нарезать на небольшие куски, пропустить через мясорубку, добавить сахар, апельсиновую цедру, корицу или ванилин по вкусу, хорошо перемешать (пока сахар не растворится), потом расфасовать и укупорить.

Рецепт 20. Черная смородина, протертая с сахаром.

На 1 кг черной смородины нужно взять 1,5 – 2 кг сахарного песка.

Ягоды перебрать, удалить все засохшие, незрелые, перезрелые, помятые, подгнившие, заплесневелые, а остальные хорошо помыть, обсушить на полотенце, пропустить через мясорубку, добавить сахарный песок, тщательно перемешать, переложить в стерилизованные сухие стеклянные банки, сверху насыпать тонкий слой сахарного песка, закрыть крышками и хранить в прохладном месте.

Также делается протертая красная и белая смородины.

Рецепт 21. Черника, протертая с сахаром.

На 1 кг черники нужно взять 1 – 1,5 кг сахара.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, затем хорошо истолочь деревянной толкушкой, добавить

сахарный песок, хорошо перемешать, оставить на несколько часов в прохладном месте, потом поставить на огонь, нагреть почти до кипения, помешивая, расфасовать и укупорить.

Аналогичным способом можно приготовить другие ягоды, фрукты и овощи, или их смеси.

# ЯГОДЫ И ФРУКТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ

Этот продукт готовится без воды, в собственном соку. Он сохраняет цвет, вкус и аромат исходного сырья, а также витамины и все полезные вещества, содержащиеся в плодах.

Рецепт 1. Брусника в собственном соку.

Ягоды перебрать, хорошо промыть, обсушить на полотенце, затем часть ягод истолочь деревянной толкушкой или пропустить через мясорубку и залить этой массой (или отжатым из нее соком) плоды, расфасованные в стерилизованные сухие стеклянные банки и укупорить.

Рецепт 2. Вишня в собственном соку.

На 1 кг плодов вишни нужно взять 200 г сахара и 0,5 стакана воды.

Для заливки взять 1 стакан плодов вишни без косточек, положить в кастрюлю, добавить воду, поставить на огонь и подогревать на слабом огне, перемешивая, до размягчения плодов, потом протереть через сито, добавить сахар, перемешать, довести до кипения.

Остальные плоды перебрать, хорошо помыть, расфасовать в стерилизованные сухие подогретые банки, залить го-

рячим вишневым соком, накрыть стерилизованными крышками и пастеризовать на кипящей водяной бане 0,5 л банки 15 минут, 1 л банки – 20 – 25 минут, затем укупорить и перевернуть на крышки.

### Рецепт 3. Голубика в собственном соку.

Голубику перебрать, хорошо помыть, положить в кастрюлю, поставить на кипящую водяную баню и нагревать до тех пор, пока они не покроются соком, затем расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить.

Также готовится черника в собственном соку.

### Рецепт 4. Ежевика в собственном соку.

Ежевику перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, расфасовать в сухие стерилизованные банки, залить подогретым до кипения соком из жимолости (из части ягод отжать сок), расфасовать, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить.

### Рецепт 5. Земляника в собственном соку.

Землянику перебрать, удалить мятые, гнилые и заплесневелые, остальные хорошо помыть, расфасовать в стерилизованные сухие и подогретые банки, залить горячим процеженным земляничным соком (приготовлен из части земляники). После этого накрыть стерилизованными крышками, поставить на кипящую водяную баню и пастеризовать 0,5 л

банки 15 минут, 1 л банки – 20 – 25 минут, затем закатать и перевернуть на крышки.

Рецепт 6. Клюква в собственном соку.

Способ приготовления как брусники в собственном соку.

Рецепт 7. Крыжовник в собственном соку.

На 1 кг ягод нужно взять 500 г сахарного песка (если этот крыжовник будет использоваться для приготовления приправ для мясных блюд, сахара кладут 100 г на каждый кг ягод).

Ягоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, наколоть в нескольких местах, засыпать сахарным песком, добавить 2 столовые ложки сока из крыжовника, хорошо перемешать, накрыть крышкой, поставить на кипящую водяную баню и прогревать 5 – 7 минут, помешивая. После этого расфасовать в подготовленные банки (как черную смородину), простерилизовать на кипящей водяной бане и укупорить. Хранить в прохладном месте.

Рецепт 8. Малина в собственном соку.

Малину перебрать, удалить помятые, перезрелые и незрелые, гнилые и заплесневелые, остальные осторожно помыть. Затем из части ягод приготовить сок, а остальные плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки.

Малиновый сок нагреть до 50 градусов, залить им мали-

ну в банках, накрыть стерильными крышками, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить.

Рецепт 9. Малина в соке из черной смородины.

Способ приготовления как в предыдущем рецепте, только вместо сока из малины нужно взять свежеприготовленный сок черной смородины.

Рецепт 10. Черная смородина в собственном соку.

На 1 кг ягод нужно взять 500 – 700 г сахара.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, наколоть в нескольких местах, затем засыпать сахарным песком, добавить 2 столовые ложки сока черной смородины, хорошо перемешать, накрыть крышкой, поставить на кипящую водяную баню, прогреть 5 – 7 минут, изредка помешивая, потом расфасовать в стерилизованные сухие подогретые банки (до самой крышки), пастеризовать и укупорить. Хранить в прохладном месте.

Рецепт 11. Черника в собственном соку.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, поставить на кипящую водяную баню, прогреть до тех пор, пока ягоды не покроются соком, затем расфасовать в стерилизованные сухие, подогретые банки, накрыть стерилизованными крышками, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить.

Аналогично можно приготовить другие ягоды и фрукты в собственном соку.

# **ЯГОДЫ И ФРУКТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ**

При желании можно добавлять сахар по вкусу.

Рецепт 1. Абрикосы натуральные.

Плоды перебрать, удалить перезрелые и недозрелые, помятые, подгнившие и заплесневелые, а остальные хорошо помыть, обсушить на полотенце, разрезать пополам, удалить косточки и плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки. Подготовленные абрикосы залить кипятком, накрыть стерильными крышками, поставить на кипящую водяную баню и пастеризовать 0,5 л банки 12 – 15 минут, 1 л банки – 15 – 20 минут, затем быстро закатать и перевернуть на крышки.

Рецепт 2. Брусника натуральная.

Ягоды перебрать, удалить гнилые и мятые, остальные хорошо помыть, переложить в стерилизованные банки, залить кипятком, накрыть стерилизованными крышками, пастеризовать, затем укупорить.

Рецепт 3. Вишни натуральные.

Плоды перебрать, очистить от плодоножек, удалить переспелые, недозрелые, помятые, подгнившие и заплесневевшие, а остальные хорошо помыть, плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки, залить кипятком, накрыть стерильными крышками, пастеризовать, затем быстро закатать и перевернуть на крышки.

Также готовятся вишни и без косточек.

#### Рецепт 4. Голубика натуральная.

На 1 кг голубики нужно взять 3 стакана воды.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, разложить в стерилизованные банки, залить кипяченой водой, поставить на кипящую водяную баню и пастеризовать 0,5 л банки в течение 15 минут, затем сразу закатать. Хранить в прохладном месте.

#### Рецепт 5. Груши натуральные.

Взять немного недозрелые груши с плотной мякотью, хорошо помыть, разрезать на дольки, удалить семенные камеры с семенами, срезать кожицу, залить холодной водой, оставить на несколько минут. Затем плоды нужно бланшировать в горячей, подкисленной воде (1 г лимонной кислоты на 1 л воды) в течение 5 – 10 минут (в зависимости от величины долек и плотности мякоти). После этого быстро охладить холодной кипяченой водой, дать стечь воде, плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки, залить подкис-

ленным кипятком, накрыть стерилизованными крышками, пастеризовать на кипящей водяной бане, закатать и перевернуть на крышки.

#### Рецепт 6. Земляника натуральная.

Ягоды перебрать, удалить все подгнившие, мятые, заплесневелые, уродливые, перезревшие и недозревшие, остальные хорошо помыть, плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки, залить кипящей водой, накрыть стерилизованными крышками, поставить на кипящую водяную баню, пастеризовать, затем быстро закатать и перевернуть на крышки.

#### Рецепт 7. Клюква натуральная.

Ягоды перебрать, удалить мятые и гнилые, остальные хорошо помыть, переложить в стерилизованные банки, залить кипятком, накрыть стерилизованными крышками, поставить на водяную баню, пастеризовать, затем закатать.

#### Рецепт 8. Крыжовник натуральный.

Ягоды перебрать, удалить мятые, подгнившие, заплесневелые, недозрелые и перезрелые, а остальные хорошо помыть, бланшировать 5 минут в кипящей воде, потом облить холодной кипяченой водой, плотно уложить в стерилизованные банки, залить кипятком, накрыть стерильными крышками, поставить на кипящую водяную баню и пастеризовать,

после чего быстро закатать и перевернуть на крышки.

### Рецепт 9. Малина натуральная.

Ягоды перебрать, удалить недозрелые и перезрелые, гнилые, помятые и заплесневелые, остальные осторожно помыть, дать стечь воде, плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки, залить кипятком, накрыть крышками, поставить на кипящую водяную баню, пастеризовать, закатать и перевернуть на крышки.

### Рецепт 10. Сливы натуральные.

Взять плотные плоды, перебрать, удалить недозрелые и перезревшие, гнилые, мятые, червивые, остальные хорошо помыть, положить в дуршлаг и бланшировать, опуская на 2 – 4 секунды в кипяток, затем опуская на 1 – 2 минуты в холодную воду. Так повторять несколько раз, затем сливы плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки, залить кипятком, накрыть стерилизованными крышками, пастеризовать на кипящей водяной бане, закатать и перевернуть на крышки.

Также можно готовить сливы без косточек.

### Рецепт 11. Смородина черная натуральная.

Ягоды перебрать, очистить от плодоножек, удалить недозрелые и перезрелые, мятые, гнилые, заплесневелые, остальные хорошо помыть, бланшировать 2 – 3 минуты в горячей

воде, потом охладить, плотно уложить в стерилизованные банки, залить кипятком, накрыть стерилизованными крышками, поставить на кипящую водяную баню, и пастеризовать, как описано в предыдущих рецептах.

Также готовится смородина красная и белая натуральные.

### Рецепт 12. Черешня натуральная.

Черешню перебрать, рассортировать по степени зрелости, очистить от плодоножек, удалить мятые, подгнившие и заплесневелые, уродливые, остальные хорошо помыть, плотно уложить в стерилизованные стеклянные банки, залить кипятком, накрыть стерильными крышками, поставить на кипящую водяную баню, пастеризовать, потом быстро закатать и перевернуть на крышки. В черешне содержится мало кислоты, поэтому в кипяток, которым заливаются плоды, хорошо добавить немного лимонной кислоты.

### Рецепт 13. Черника натуральная.

Ягоды черники перебрать, хорошо помыть, обсушить на полотенце, затем насыпать в стерилизованные сухие банки, потряхивая банку, накрыть стерилизованными крышками, поставить на кипящую водяную баню, пастеризовать и быстро закатать.

### Рецепт 14. Яблоки натуральные.

Яблоки перебрать, разрезать на дольки, удалить сердце-

винки с семенами и поврежденные места, срезать кожицу, хорошо помыть, положить на 15 минут в 1%-ный раствор поваренной соли, потом бланшировать в кипящей воде 5 – 10 минут (в зависимости от величины долек и плотности мякоти). Подготовленные плоды переложить в холодную воду, после охлаждения, воду слить, а яблоки уложить в стерилизованные стеклянные банки, залить кипятком, пастеризовать на кипящей водяной бане и закатать.

Аналогичным способом можно приготовить в натуральном виде любые другие фрукты или ягоды.

# СИРОПЫ

Сиропы – это процеженные через марлю и уваренные с сахаром, соки фруктов, ягод или овощей. Сахара берут от 1,2 до 2 кг на 1 л сока, в зависимости от его кислотности. Сок соединяют с сахаром, хорошо размешивают, ставят на огонь, доводят до кипения и кипятят не более 5 минут, помешивая и снимая пену, затем в горячем виде сливают через мелкое сито или марлю в стерильные банки, стерилизуют на кипящей водяной бане и укупоривают.

Для приготовления сиропов можно брать соки, слитые при приготовлении вяленых продуктов, пюре, варенья, конфитюра или цукатов. Так как эти соки уже содержат до 25% сахара, к ним добавляют 1 – 1,2 кг сахарного песка на каждый л сока. Для более длительного хранения приготовленные сиропы нужно пастеризовать на кипящей водяной бане. Самые вкусные сиропы получаются при смешивании различных соков.

Предлагаем вам рецепты сиропов:

Рецепт 1. Сироп из абрикосов.

На 1 кг абрикосов без косточек нужно взять 0,5 л воды и 1,5 кг сахарного песка.

Зрелые абрикосы хорошо помыть, удалить косточки, а плоды размять, протереть через сито, добавить очищенные

от шелухи и натертые на терке ядрышки из косточек, пере-сыпать сахаром и оставить на 2 час. После этого добавить воду, перемешать и оставить еще на 1 час, потом процедить, добавить сахарный песок, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, расфасовать и укупорить.

Рецепт 2. Сироп из абрикосов с вишней.

На 0,5 л сока из абрикосов нужно взять 0,5 л вишневого сока и 1,5 кг сахарного песка. Хорошо перемешать, поста-вить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 3. Сироп из абрикосов с кислыми яблоками.

На 0,7 л сока из абрикосов нужно взять 0,3 л яблочного сока и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из абрикосов с черной смороди-ной, терносливой или ревенем.

Рецепт 4. Сироп из абрикосов с шиповником.

На 0,8 л сока из абрикосов нужно взять 0,2 л сока шипов-ника и 1,2 кг сахара.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 5. Сироп из абрикосов с лимоном.

На 0,9 л абрикосового сока нужно взять 0,1 л лимонного сока и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 6. Сироп из айвы японской.

На 1 кг сока из айвы нужно взять 1,8 кг сахарного песка.

Плоды перебрать, хорошо помыть, очистить от твердой кожуры, разрезать на куски, удалить сердцевинки с семенами, затем мелко нарезать, пересыпать сахарным песком и оставить на 10 – 12 часов.

Полученный сок слить, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, расфасовать в стерилизованные бутылки или банки, пастеризовать на кипящей водяной бане и укупорить.

Из оставшихся плодов можно приготовить цукаты.

Рецепт 7. Сироп из айвы японской (сырой).

На 1 кг плодов айвы нужно взять 2 кг сахарного песка.

Плоды перебрать, хорошо помыть, нарезать небольшими дольками, удалить семена, пересыпать сахарным песком, перемешать и оставить на 2 – 3 суток в прохладном помещении, иногда перемешивая. После этого сироп слить. Хранить в холодильнике. Из оставшихся плодов можно сделать сырые цукаты (см рецепт «Цукаты из айвы японской»).

Рецепт 8. Сироп из айвы японской с мандаринами.

На 0,2 л сока из айвы японской нужно взять 0,8 л сока из мандаринов и 1,5 кг сахара.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из айвы с виноградом, абрикосами, апельсинами.

Рецепт 9. Сироп из айвы японской с морковью.

На 0,3 л сока из айвы японской нужно взять 0,7 л сока из моркови и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 10. Сироп из айвы японской с сельдереем.

На 0,5 л сока из айвы японской нужно взять 0,5 л сока сельдерея и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 11. Сироп из актинидии.

На 1 л сока из актинидии нужно взять 1,4 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 12. Сироп из актинидии с терносливой.

На 0,8 л сока из актинидии нужно взять 0,2 л сока из терносливы и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 13. Сироп из актинидии с вишней.

На 0,5 л сока из актинидии нужно взять 0,5 л сока вишни и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 14. Сироп из актинидии с лимонами.

На 0,8 л сока из актинидии нужно взять 0,2 л сока лимона и 1,6 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 15. Сироп из актинидии с ревенем.

На 0,7 л сока из актинидии нужно взять 0,3 л сока из черешков ревеня и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из актинидии и алычи, с клюквой, красной или белой смородиной.

Рецепт 16. Сироп из алычи с виноградом.

На 0,5 л сока из алычи нужно взять 0,5 л сока из винограда и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из алычи с абрикосом или черешней.

Рецепт 17. Сироп из алычи с лимонами.

На 0,9 л сока из алычи нужно взять 0,1 л сока лимона и 1,8 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 18. Сироп из алычи с рябиной.

На 0,7 л сока из алычи нужно взять 0,3 л сока из рябины и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из алычи с морковью или свеклой.

Рецепт 19. Сироп из ананасов с грушей.

На 0,4 л сока из ананасов нужно взять 0,6 л сока из груш и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и варить, как описано впереди.

Рецепт 20. Сироп из ананасов с абрикосами.

На 0,3 л сока из ананасов нужно взять 0,7 л сока из абрикосов и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из ананаса с физалисом, ежевикой.

Рецепт 21. Сироп из ананасов с персиками.

На 0,5 л сока из ананасов нужно взять 0,5 л сока из персиков и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 22. Сироп из апельсинов.

На 300 г апельсинов нужно взять 0,5 кг сахарного песка, 0,5 л воды.

Апельсины хорошо помыть, отжать сок, затем их вместе с кожурой мелко нарезать, залить горячей водой, добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и варить при слабом кипении 15 – 20 минут, потом добавить выжатый сок, опять довести до кипения, прокипятить, расфасовать и укупорить.

Рецепт 23. Сироп из апельсинов (или мандаринов) с рябиной.

На 0,7 л апельсинового сока нужно взять 0,3 л сока из рябины и 1,5 кг сахарного песка.

Все хорошо перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из апельсинов с облепихой.

Рецепт 24. Сироп из апельсинов (или мандаринов) с фи-залисом.

На 0,6 л апельсинового сока нужно взять 0,4 л сока из фи-залиса и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из апельсинов или мандаринов с морковью и свеклой.

Рецепт 25. Сироп (мед) из арбуза.

Взять сладкие, полностью созревшие арбузы без признаков гнили, хорошо помыть их, разрезать вдоль на 4 части (резать в тазу, чтобы не потерять часть арбузного сока), затем с помощью ложки выбрать в этот же таз мякоть, истолочь ее деревянной толкушкой, протереть через сито, потом процедить через марлю или мелкое сито, поставить на огонь, довести до кипения и снять красноватую пену. После этого процедить через мелкое сито или марлю, опять поставить на огонь, довести до кипения и варить при слабом кипении, постоянно помешивая, до тех пор, пока объем не уменьшится в 5 – 6 раз.

Готовность сиропа определяют по капле, капнутой на та-

релку (если она не расплывается, значит сироп готов). Затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 26. Сироп из арбуза с черной смородиной.

На 0,7 л сиропа из арбуза нужно взять 0,3 л сиропа из черной смородины и перемешать.

Также готовится сироп из арбуза с красной или белой смородиной,

Рецепт 27. Сироп из арбуза с малиной.

На 0,5 л сиропа из арбуза нужно взять 0,5 л сиропа из малины и хорошо перемешать.

Также готовится сироп с ревенем, земляникой, крыжовником,

Рецепт 28. Сироп из арбуза с вишней.

На 0,6 л сиропа из арбуза нужно взять 0,4 л сиропа из вишни, хорошо перемешать.

Рецепт 29. Сироп из аронии (черноплодной рябины) с боярышником.

На 0,5 л сока аронии нужно взять 0,5 л сока из боярышника и 1,4 кг сахарного песка. Все хорошо перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 30. Сироп из бананов.

На 0,5 кг кашицы из бананов нужно взять 0,6 кг сахара и 0,4 л воды.

Бананы очистить от кожуры, натереть на терке, добавить воду и сахарный песок, хорошо перемешать, оставить на 4 часа, затем процедить, опять поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 4 минуты, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 31. Сироп из бананов с абрикосами.

На 0,5 л сока из бананов нужно взять 0,5 л сока из абрикосов и 1,3 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 32. Сироп из брусники с шиповником.

На 0,7 л сока из брусники нужно взять 0,3 л сока из шиповника и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 33. Сироп из брусники с малиной.

На 0,5 л сока брусники нужно взять 0,5 л сока из малины и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из брусники с земляникой, ежеви-

кой, физалисом, огурцом.

Рецепт 34. Сироп из брусники с морковью.

На 0,6 л сока из брусники нужно взять 0,4 л сока моркови и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 35. Сироп ванильный.

На 0,7 кг сахарного песка нужно взять 0,4 л воды и 10 г ванилина.

Воду подогреть, растворить в ней сахарный песок, добавить ванилин, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и варить при слабом кипении 5 – 10 минут, расфасовать и укупорить.

Рецепт 36. Сироп из винограда с мандарином.

На 0,5 л сока из винограда нужно взять 0,5 л сока из мандаринов и 1,4 кг сахарного песка.

Все перемешать, поставить на огонь и варить, как описано впереди.

Рецепт 37. Сироп из винограда с лимоном.

На 0,9 л сока из винограда нужно взять 0,1 л сока лимона и 1,6 кг сахарного песка.

Все хорошо перемешать, поставить на огонь и варить, как

описано впереди.

Рецепт 38. Сироп из винограда с айвой.

На 0,7 л сока из винограда нужно взять 0,3 л сока из айвы и 1,6 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из винограда с черной смородиной.

Рецепт 39. Сироп из винограда с ревенем.

На 0,6 л сока из винограда нужно взять 0,4 л сока из ревеня и 1,6 кг сахарного песка.

Все перемешать и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из винограда с морковью.

Рецепт 40. Сироп вишневый.

На 1 кг вишни нужно взять 1,3 кг сахарного песка и 0,6 л воды.

Вишню хорошо помыть, очистить от плодоножек и косточек, протереть через сито, добавить сахарный песок и воду, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, варить 3 – 5 минут, расфасовать и укупорить.

Рецепт 41. Сироп из вишни с грушей.

На 0,5 л вишневого сока нужно взять 0,5 л сока из груш и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из вишни с земляникой, малиной, яблоками.

Рецепт 42. Сироп из вишни с морковью.

На 0,6 л вишневого сока нужно взять 0,4 л сока моркови и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из вишни с ревенем.

Рецепт 43. Сироп из вишни с сельдереем.

На 0,7 л сока вишни нужно взять 0,3 л сока сельдерея и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовить сироп из вишни с калиной.

Рецепт 44. Сироп из голубики с земляникой.

На 0,5 л сока из голубики нужно взять 0,5 л сока из земляники и 1,3 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из голубики с малиной или крыжовником.

Рецепт 45. Сироп из голубики с вишней.

На 0,7 л сока голубики нужно взять 0,3 л сока вишни и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Так же готовится сироп из голубики с абрикосом, из голубики со сливой или калиной.

Рецепт 46. Сироп из грейпфрута с вишней.

На 0,3 л сока из грейпфрута нужно взять 0,7 л сока из вишни и 1,6 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из грейпфрута с абрикосом и сливой.

Рецепт 47. Сироп из грейпфрута с черной смородиной.

На 0,7 л сока грейпфрута нужно взять 0,3 л сока из черной смородины и 1,6 кг сахарного песка.

Также готовится сироп из грейпфрута с красной или белой смородиной, крыжовником.

Рецепт 48. Сироп из грейпфрута с огурцом.

На 0,6 л сока из грейпфрута нужно взять 0,4 л сока из огурца и 1,4 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 49. Сироп гренадиновый.

Взять в равных долях апельсиновый, лимонный и малиновый сиропы, перемешать.

Рецепт 50. Сироп из груш с яблоками.

На 0,5 л сока из груш нужно взять 0,5 л яблочного сока, 1,5 кг сахарного песка и можно добавить немного корицы.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из груши с белой или красной смородиной, ревенем.

Рецепт 51. Сироп из груш с лимонами.

На 0,8 л сока из груш нужно взять 0,2 л сока лимонов и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 52. Сироп из груш с облепихой.

На 0,7 л сока из груш нужно взять 0,3 л сока из облепихи и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из груш с калиной.

Рецепт 53. Сироп (мед) из дыни.

Нужно взять спелую, ароматную дыню без признаков гнили, хорошо помыть, положить в таз, разрезать вдоль на 4 части, с помощью ложки выбрать мякоть, удалить семена, а мякоть потолочь деревянной толкушкой. После этого протереть через сито (или пропустить через мясорубку), отжать сок через марлю, поставить на огонь, довести до кипения, снять пену и уварить до готовности (объем должен умень-

шиться в 5 – 6 раз).

Если мякоть очень плотная и не протирается через сито, дыню нужно нарезать на кусочки, залить небольшим количеством воды, поставить на огонь, довести до кипения и варить на небольшом огне до мягкости, затем протереть через сито и отжать сок.

Рецепт 54. Сироп из дыни с яблоками.

На 0,5 л сиропа из дыни нужно взять 0,5 л сиропа из яблок, перемешать.

Также готовится сироп из дыни с облепихой, сливой, айвой или физалисом.

Рецепт 55. Сироп из дыни с лимоном.

На 0,8 л сиропа из дыни нужно взять 0,2 л сиропа из лимонов и хорошо перемешать.

Рецепт 56. Сироп из ежевики.

На 1 кг ягод нужно взять 1,3 кг сахарного песка и 2 стакана воды.

Ягоды перебрать, хорошо помыть, отжать сок, добавить сахарный песок и воду, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, перелить в стерилизованные бутылки или банки, укупорить и хранить в прохладном месте.

Рецепт 57. Сироп из ежевики с красной смородиной и малиной.

На 0,3 л сока из красной или белой смородины нужно взять 0,3 л сока из ежевики, 0,4 л сока из малины и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовят сиропы из ежевики с кизилом.

Рецепт 58. Сироп из ежевики с ревенем и сельдереем.

На 0,4 л сока из ежевики нужно взять 0,3 л сока из ревеня, 0,3 л сока из сельдерея и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 59. Сироп из еловых почек.

Взять молодые маленькие еловые почки, перебрать их, помыть холодной водой, измельчить, залить водой (1:4), поставить на огонь, довести до кипения и далее варить на слабом огне до тех пор, пока не выкипит половина жидкости. После этого процедить, добавить сахарный песок (1:1), перемешать, опять поставить на огонь, довести до кипения и варить на слабом огне при очень слабом кипении до готовности (капля, капнутая на тарелку, не должна растекаться). За 10 минут до окончания варки можно добавить лимонный сок или лимонную кислоту по вкусу. Расфасовать и укупорить.

Рецепт 60. Сироп из жимолости с земляникой.

На 0,5 л сока из жимолости нужно взять 0,5 л сока из земляники и 1,4 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовят сироп из жимолости с малиной, ревенем.

Рецепт 61. Сироп из жимолости с дыней.

На 0,5 л сиропа из жимолости нужно взять 0,5 л сиропа из дыни, хорошо перемешать.

Рецепт 62. Сироп из земляники с кизилом.

На 0,5 л сока из земляники нужно взять 0,5 л сока из кизила и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 63. Сироп из инжира с лимоном.

На 0,8 л сока из инжира нужно взять 0,2 л сока из лимона и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 64. Сироп из инжира с алычой.

На 0,5 л сока из инжира нужно взять 0,5 л сока из алычи и 1,4 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из инжира со сливой, рябиной.

Рецепт 65. Сироп из ирги с белой или красной смородиной.

На 0,5 л сока из ирги нужно взять 0,5 л сока из красной или белой смородины и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из ирги с черной смородиной, алычой, терносливой, ревенем.

Рецепт 66. Сироп из ирги с лимоном.

На 0,7 л сока из ирги нужно взять 0,3 л сока лимона и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из ирги с облепихой.

Рецепт 67. Сироп из кабачков.

На 1 л сока из кабачков нужно взять 1,3 кг сахара.

К соку добавить сахарный песок, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 4 – 5 минут, расфасовать и укупорить.

Рецепт 68. Сироп какао.

На 150 г какао-порошка нужно взять 0,5 кг сахарного песка, 0,5 г ванилина и 0,5 л воды.

Какао-порошок смешать с сахарным песком, добавить горячую воду, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и прокипятить. Ванилин растворить в 1 чай-

ной ложке воды и влить в готовый сироп.

Рецепт 69. Сироп из калины.

На 1 л сока нужно взять 2 кг сахарного песка и 10 г лимонной кислоты или лимонный сок по вкусу. Вместо сахара можно взять мед по вкусу.

Плоды перебрать, помыть, отжать сок, добавить сахар, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, удалить пену, влить лимонный сок или положить лимонную кислоту, прокипятить еще 5 минут, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 70. Сироп из калины с морковью.

На 0,4 л сока калины нужно взять 0,6 л сока моркови и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из калины со свеклой.

Рецепт 71. Сироп из капусты кольраби.

На 1 л сока капусты нужно взять 1,4 кг сахарного песка.

К соку добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 3 – 4 минуты, снимая пену, расфасовать и укупорить.

Рецепт 72. Сироп из кизила и огурца.

На 0,4 л сока кизила нужно взять 0,6 л сока огурца и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из кизила с морковью, из кизила с ревенем.

Рецепт 73. Сироп из клюквы с шиповником.

На 0,7 л сока клюквы нужно взять 0,3 л сока из шиповника и 1,7 кг сахарного песка.

Все хорошо перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из клюквы с боярышником, черноплодной рябиной.

Рецепт 74. Сироп из клюквы с малиной.

На 0,5 л сока клюквы нужно взять 0,5 л сока из малины и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из клюквы с земляникой или черникой.

Рецепт 75. Сироп из клюквы с морковью.

На 0,4 л клюквенного сока нужно взять 0,6 л морковного сока и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из клюквы с тыквой.

Рецепт 76. Сироп из крапивы.

На 1 кг крапивы нужно взять 0,5 кг меда, 1 л воды.

Молодые листья крапивы нужно пропустить через мясорубку, добавить 3 стакана воды, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, прокипятить несколько минут, затем процедить через марлю, добавить остальную воду, мед, тщательно перемешать, опять поставить на огонь, довести до кипения, затем расфасовать в стерилизованные бутылки или банки, укупорить.

Рецепт 77. Сироп из крыжовника с земляникой.

На 0,5 л сока из крыжовника нужно взять 0,5 л сока земляники и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и варить, как описано впереди. Также готовится сироп из крыжовника с малиной, абрикосами, яблоками, вишней, черникой или физалисом.

Рецепт 78. Сироп из крыжовника с черноплодной рябиной.

На 0,7 л сока крыжовника нужно взять 0,3 л сока из черноплодной рябины и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также делается сироп из крыжовника с черной смородиной, рябиной,

Рецепт 79. Сироп из лимонов.

На 0,2 кг лимонов нужно взять 0,5 кг сахарного песка, 0,5 л воды.

Лимоны хорошо помыть, отжать сок, затем их вместе с кожурой мелко нарезать, залить горячей водой, добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и варить при слабом кипении 15 – 20 минут, потом влить выжатый сок, опять довести до кипения, прокипятить, расфасовать и укупорить.

Рецепт 80. Сироп из лимонов с кабачками.

На 0,3 л сока из лимонов нужно взять 0,7 л сока из кабачков и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из лимонов с морковью.

Рецепт 81. Сироп из лимонника китайского.

На 1 л сока из лимонника нужно взять 1,8 кг сахарного песка.

Плоды перебрать, хорошо помыть, отжать сок, добавить сахарный сироп, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, при постоянном помешивании, кипятить не более 5 минут, до растворения сахара, затем перелить в стерилизованные бутылки или банки и хорошо укупорить. Хранить в темном прохладном месте.

Рецепт 82. Сироп из лимонника китайского с инжиром.

На 0,5 л сока из инжира нужно взять 0,5 л сока из лимонника и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из лимонника со сладкими яблоками, иргой, морковью и боярышником.

Рецепт 83. Сироп из мяты.

На 300 г свежих побегов мяты нужно взять 0,5 л воды, 1 кг сахарного песка, сок от 1 лимона.

Мяту хорошо помыть, измельчить, залить водой, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 10 минут, затем снять с огня, оставить на сутки в прохладном помещении, отжать, процедить, добавить сахарный песок, лимонный сок, опять поставить на огонь и варить до готовности, как описано впереди.

Этот сироп хорошо помогает при простудных заболеваниях.

Аналогичным способом можно приготовить сироп из змееголовника, цветов липы, Melissa лимонной, лопуха анисового, майорана, цветов клевера красного, цветов иван-чая.

Рецепт 84. Сироп из облепихи (мед).

На 1 л облепихового сока нужно взять 1,5 кг сахарного песка, перемешать, поставить на огонь и варить на слабом огне до уменьшения объема до 2/3 от первоначального, расфасовать и укупорить.

Рецепт 85. Сироп из облепихи с боярышником.

На 0,5 л сока из облепихи нужно взять 0,5 л сока из боярышника и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из облепихи с сельдереем, калиной, огурцами.

Рецепт 86. Сироп из облепихи с арбузом.

На 0,5 л сиропа из облепихи нужно взять 0,5 л сиропа из арбуза и хорошо перемешать.

Рецепт 87. Сироп из огурцов.

На 1 л сока из огурцов нужно взять 1,3 кг сахарного песка.

К соку добавить сахар, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 4 – 5 минут, снимая пену, расфасовать и укупорить.

Рецепт 88. Сироп из одуванчиков (сырой).

На 1 стакан лепестков одуванчика нужно взять 0,5 кг сахарного песка

Лепестки цветов хорошо помыть, обсушить на полотенце, пересыпать сахарным песком, растереть деревянной толкушкой до кашицы, затем переложить в стерилизованные стеклянные банки доверху, плотно укупорить и настоять 1 – 1,5 месяца в прохладном месте.

Рецепт 89. Сироп (мед) из одуванчиков.

На 500 цветов одуванчика нужно взять 2 лимона, 10 вишневых листьев, 1,5 л воды и 1 кг сахарного песка.

Лимоны ошпарить кипятком, натереть на крупной терке, добавить вишневые листья, цветы одуванчика (предварительно хорошо помытые), залить кипятком, поставить на огонь, довести до кипения и варить 15 минут. После этого оставить на сутки, потом процедить, осадок потолочь и отжать, добавить к отвару, положить сахар, опять поставить на огонь, довести до кипения и варить 2 часа, постоянно снимая пену, расфасовать и укупорить. Цветы лучше собирать ранним утром.

Рецепт 90. Сироп ореховый.

Взять по 0,5 стакана, измельченных ядрышек фундука и грецких орехов, 0,5 кг сахарного песка, 0,5 л воды.

Орехи мелко нарезать и растолочь, залить кипящим сахарным сиропом, сваренным из сахара и воды, кипятить 5 минут, затем оставить до остывания, потом процедить, расфасовать и укупорить.

Рецепт 91. Сироп из персиков.

На 1 кг персиков без косточек нужно взять 0,5 л воды и 1,3 кг сахарного песка.

Зрелые персики хорошо помыть, удалить косточки, а пло-

ды размять, протереть через сито, добавить, очищенные от шелухи и натертые на терке ядрышки из косточек персиков, пересыпать сахаром и оставить на 2 часа. После этого налить воду, перемешать и оставить еще на 1 час, потом процедить, положить сахарный песок, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 минут, расфасовать и укупорить.

Рецепт 92. Сироп из персиков с вишней.

На 0,5 л сока из персиков нужно взять 0,5 л сока из вишни и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и варить, как описано впереди.

Также готовится сироп из персиков с ревенем, или сливой.

Рецепт 93. Сироп из персиков с лимонами.

На 0,7 л сока из персиков нужно взять 0,3 л лимонного сока и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 94. Сироп пряный.

На 650 г сахарного песка нужно взять 25 г молотой корицы, 0,5 г молотой гвоздики, 1 г лимонной кислоты и 0,4 л воды.

Воду подогреть, растворить в ней сахарный песок, затем настой корицы и гвоздики (заранее залить 100 мл кипятка и настоять под крышкой 15 – 20 минут, потом процедить че-

рез 2 слоя марли), растворенную в воде лимонную кислоту, поставить на огонь и варить при слабом кипении 10 – 15 минут, при постоянном помешивании.

Такой сироп можно приготовить с другими специями.

Рецепт 95. Сироп из ревеня.

На 1 л сока нужно взять 1,4 кг сахарного песка.

К соку, полученному из черешков ревеня, добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 4 – 5 минут, снимая пену, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 96. Сироп из репы.

На 1 л сока репы нужно взять 1,5 кг сахарного песка.

В сок добавить сахар, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 3 – 4 минуты, снимая пену, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 97. Сироп из свеклы (из корнеплода с ботвой).

На 1 л сока свеклы нужно взять 1,5 кг сахарного песка.

К соку добавить сахарный песок, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 3 – 4 минуты, снимая пену, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 98. Сироп из сельдерея (из корнеплода или черешков).

На 1 л сока нужно взять 1,4 кг сахара.

К соку добавить сахарный песок, перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 3 – 4 минуты, снимая пену, потом расфасовать и укупорить.

Рецепт 99. Сироп из слив с яблоками.

На 0,5 л сока из сливы нужно взять 0,5 л сока из яблок и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из сливы с иргой, малиной или черникой.

Рецепт 100. Сироп из сливы и черноплодной рябины.

На 0,7 л сока из сливы нужно взять 0,3 л сока из черноплодной рябины и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 101. Сироп из смородины красной с черноплодной рябиной.

На 0,7 л сока из красной смородины нужно взять 0,3 л сока из черноплодной рябины и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 102. Сироп из смородины красной с малиной.

На 0,5 л сока из красной смородины нужно взять 0,5 л сока из малины и 1,6 кг сахарного песка.

Все перемешать и варить, как описано впереди.  
Также готовится сироп из смородины с черникой.

Рецепт 103. Сироп из смородины черной с соком красной или белой смородины.

На 0,5 л сока из черной смородины нужно взять 0,5 л сока из красной или белой смородины и 1,8 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 104. Сироп из смородины черной и малины.

На 0,3 л сока из черной смородины нужно взять 0,7 л сока малины и 1,6 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди. Также готовится сироп из черной смородины с ежевикой, ревенем.

Рецепт 105. Сироп из черной смородины с рябиной.

На 0,6 л сока из черной смородины нужно взять 0,4 л сока из рябины и 1,7 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди. Также готовится сироп из черной смородины с сельдереем, шиповником, боярышником или физалисом.

Рецепт 106. Сироп из сосновых почек.

Взять молодые, собранные ранней весной (в мае) сосновые почки (весь пучок не срывать, а только по 2 – 3 наружные почки, иначе деревце погибнет), хорошо помыть, залить хо-

лодной водой так, чтобы вода покрывала их на 2 см, накрыть крышкой, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить на слабом огне до тех пор, пока почки не начнут развариваться. Затем снять с огня, оставить на сутки, потом осторожно слить настой, процедить, добавить сахарный песок (1:1), опять поставить на огонь, довести до кипения, варить при очень слабом кипении около 1,5 часов (прекратится образование пены, а сироп станет прозрачным), снимая пену, после чего расфасовать и укупорить.

Этот сироп очень ароматен, вкусен и полезен (при простуде, туберкулезе легких и многих других заболеваниях).

Рецепт 107. Сироп из терносливы с малиной.

На 0,5 л сока из терносливы нужно взять 0,5 л сока из малины и 1,6 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди. Также готовится сироп из терносливы с яблоками, морковью, свеклой, черноплодной рябиной или сельдереем.

Рецепт 108. Сироп из тыквы.

На 1 л сока тыквы нужно взять 1,4 кг сахарного песка.

К соку добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 4 – 5 минут, снимая пену, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 109. Сироп из физалиса.

На 1 л сока из физалиса нужно взять 1,4 кг сахарного песка.

В сок добавить сахарный песок, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 4 – 5 минут, снимая пену, затем расфасовать и укупорить.

Рецепт 110. Сироп из физалиса с морковью.

На 0,5 л сока из физалиса нужно взять 0,5 л сока из моркови и 1,4 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 111. Сироп из черемухи.

На 1 кг плодов черемухи нужно взять 1,2 кг сахарного песка и 1 л воды.

Плоды черемухи после сбора оставить на сутки при комнатной температуре, затем залить небольшим количеством воды, поставить на кипящую водяную баню и прогревать 7 – 8 минут, хорошо перемешивая. После этого отжать сок, дать ему отстояться, профильтровать через 3 – 4 слоя марли, добавить сахар, поставить на огонь, варить до полного растворения сахара, прокипятить, снять с огня, расфасовать и укупорить.

Рецепт 112. Сироп из черешни с вишней.

На 0,5 л сока вишни нужно взять 0,5 л сока из черешни и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Также готовится сироп из черешни с красной или черной смородиной, ревенем.

Рецепт 113. Сироп из черешни с лимоном.

На 0,8 л сока из черешни нужно взять 0,2 л лимонного сока и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 114. Сироп из черники с калиной.

На 0,8 л сока из черники нужно взять 0,2 л сока из калины и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

Рецепт 115. Сироп из черники с кизилом.

На 0,6 л сока из черники нужно взять 0,4 л сока из кизила и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди. Также можно готовить сироп из черники с ревенем.

Рецепт 116. Сироп из плодов шиповника.

На 1 кг подготовленных плодов шиповника нужно взять 1 кг сахарного песка и 5 стаканов воды.

Плоды перебрать, очистить от семян и волосков, хорошо помыть, пропустить через мясорубку, залить 2 стаканами воды, поставить на огонь, довести до кипения и кипятить

несколько мину. Затем добавить сироп, сваренный из сахара и оставшейся воды, хорошо перемешать, кипятить еще 20 минут, потом процедить через сито, перелить в стерилизованные сухие подогретые бутылки или банки и хорошо укупорить.

#### Рецепт 117. Сироп из лепестков шиповника.

На 1 стакан подготовленных лепестков шиповника нужно взять 0,5 кг сахарного песка, 3 стакана воды.

Из сахара и воды приготовить сироп, прокипятить его, снять пену, затем положить хорошо помытые лепестки цветов шиповника, опять довести до кипения, снять с огня, оставить на 12 часов в закрытой посуде, потом опять поставить на огонь, довести до кипения, расфасовать и укупорить.

#### Рецепт 118. Сироп шоколадный.

На 150 г натертого на терке шоколада нужно взять 0,5 кг сахарного песка, 0,5 г ванилина и 0,5 л воды.

Шоколад смешать с сахарным песком, добавить горячую воду, хорошо перемешать, поставить на огонь, довести до кипения и прокипятить. Ванилин растворить в 1 чайной ложке воды и влить в готовый сироп.

#### Рецепт 119. Сироп из яблок (кислых) с боярышником.

На 0,5 л сока из яблок нужно взять 0,5 л сока из боярышника и 1,4 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди. Также можно приготовить сироп из яблок с черной, красной или белой смородиной, шиповником, морковью, свеклой, физалисом, черникой, брусникой, кизилом или клюквой.

Рецепт 120. Сироп из яблок и облепихи.

На 0,7 л сока из сладких яблок нужно взять 0,3 л сока из облепихи и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди. Также готовится сироп из яблок с черноплодной рябиной, ревенем или калиной.

Рецепт 121. Сироп из яблок и лимонов.

На 0,8 л сока из сладких яблок нужно взять 0,2 л лимонного сока и 1,5 кг сахарного песка.

Все перемешать и готовить, как описано впереди.

## КОМПОТЫ.

Компоты готовят из плодов и ягод, с добавлением заранее приготовленного сахарного сиропа (30 – 70%-ного, в зависимости от кислоты плодов или ягод)), которого на одну 0,5 л банку расходуется примерно 300 – 350 мл.

Способ приготовления сиропа: воду поставить на огонь, положить сахар и нагревать до его растворения, постоянно помешивая, прокипятить, снять пенку. Кипящий си-

роп снять с огня и сразу залить, расфасованные в стерилизованные подогретые стеклянные банки плоды, поставить на кипящую водяную баню, накрыть стерильными крышками и пастеризовать 0,5 л банки 12 – 15 минут, 1 л банки – 20 – 25 минут.

Можно пастеризовать банки другим способом: трижды сироп доводить до кипения, заливать им плоды в банках, накрывать стерильными крышками, давать остыть, затем сироп сливать, опять ставить на огонь, доводить до кипения, опять заливать плоды в банках и оставлять до остывания (под крышками) и так повторить еще раз. Последний раз сразу, после залива плодов кипящим сиропом, банки быстро закатать и перевернуть на крышки. Сироп в банки наливать «с переливом».

Банки для компотов нужно вымыть с пищевой содой или уксусом, хорошо ополоснуть, и только потом стерилизовать.

При приготовлении компотов количество сахара и сиропа можно увеличить или уменьшить (по вкусу). Процентное соотношение ингредиентов также можно брать по своему вкусу.

Самыми вкусными получаются компоты «ассорти». Вариантов компотов «ассорти» может быть очень много. Можно брать и смешивать различные ягоды, фрукты и овощи (по сезону). Обычно смешивают кислые плоды со сладкими. При желании в компоты можно добавлять лимонный сок, лимонную кислоту, цедру лимона, апельсина или мандарина, кори-

цу, гвоздику, мяту, мелиссу и другие пряности и пряно-ароматические травы.

Эти компоты не только очень вкусные, но и очень полезные. Если в момент приготовления компота отсутствуют какие то свежие плоды или ягоды, можно использовать сушеные, вяленые или консервированные, но сушеные и вяленые нужно предварительно замачивать в воде, а консервированные добавлять сразу в банки.

Твердые плоды перед раскладыванием в банки нужно бланшировать: переложить их в дуршлаг и опустить в кипяток, после чего сразу облить холодной кипяченой водой. Время бланшировки от 1 до 5 минут, в зависимости от того, насколько твердые плоды или ягоды и степени их зрелости. Ягоды, имеющие твердую кожицу (крыжовник, виноград и др.), перед бланшировкой нужно в нескольких местах наколоть зубочисткой, иначе они потрескаются при заливании сиропом и пастеризации. Нежные ягоды (земляника, малина) нужно залить кипящим сиропом и оставить на несколько часов для пропитывания сиропом.

Если в рецептах указаны части, это имеется в виду соотношение их по весу.

### Рецепт 1. Абрикосовый компот.

На 4 кг подготовленных абрикосов нужно взять 0,5 кг сахара и 1 л воды.

Отобрать зрелые твердые плоды без пятен и темных то-

чек на поверхности, хорошо помыть. Если плоды мелкие, их можно сразу уложить в простерилизованные стеклянные банки, а крупные нужно разрезать пополам, вынуть косточки, положить в дуршлаг и бланшировать 2 – 3 минуты кипящей водой (можно завернуть в марлю и опустить на 2 – 3 минуты в кастрюлю с кипятком). После этого сразу опустить на несколько секунд в холодную воду. Потом уложить их в простерилизованные банки срезом вниз (с помощью простерилизованной вилки), залить кипящим сиропом, пастеризовать и закатать.

Рецепт 2. Компот из абрикосов с красной смородиной и земляникой.

На 1 часть абрикосов нужно взять 1 часть ягод красной смородины 1 часть ягод земляники, сахар и воду по вкусу.

Абрикосы хорошо помыть в теплой воде, разрезать на четвертинки, удалить косточки и плоды бланшировать (если плоды спелые и мягкие бланшировать не нужно). Смородину и землянику перебрать, хорошо помыть, а из ягод смородины отжать сок.

Отжимки смородины и косточки абрикосов залить водой, поставить на огонь и варить 10 минут, после чего процедить, добавить сахар и смородиновый сок, сварить сироп. Далее готовить, как описано впереди.

Рецепт 3. Компот из абрикосов, малины и белой сморо-

дины.

На 1 часть абрикосов нужно взять 1 часть ягод малины, 0,5 части ягод белой смородины. Сироп готовить из расчета: на 600 мл воды взять 400 г сахара. Из белой смородины отжать сок, абрикосы разрезать на половинки и далее готовить, как в рецепте №1.

Рецепт 4. Компот из абрикосов, кизила, черной смородины и яблок.

На 1 часть абрикосов нужно взять 1 часть кизила, 1 часть яблок и 0,5 части ягод черной смородины. Сироп готовить из расчета: на 600 мл воды нужно взять 400 г сахарного песка.

С яблок срезать кожицу и разрезать дольками, абрикосы разрезать на половинки. Яблоки и абрикосы бланшировать. Кизил не бланшировать. Из ягод черной смородины отжать сок. Далее готовить, как описано впереди.

Рецепт 5. Компот из абрикосов с земляникой.

На 1 кг абрикосов нужно взять 0,5 кг земляники, 0,5 кг сахара и 1 л воды.

Абрикосы перебрать, удалить все подгнившие, незрелые и перезрелые, остальные хорошо помыть, разрезать пополам, удалить косточки, бланшировать в кипящей воде 2 – 3 минуты, снять кожицу.

Землянику перебрать, удалить мягкие, мятые, гнилые, за-

плесневелые, остальные помыть и обсушить. Ягоды соединить с абрикосами, залить кипящим сахарным сиропом, сваренным из сахара, воды и абрикосовых косточек, оставить на 6 часов, затем сироп слить и довести до кипения. Плоды переложить в стерильные подогретые банки, залить кипящим сиропом, пастеризовать и укупорить, как описано впереди.

Рецепт 6. Компот из абрикосов с черной смородиной и яблоками.

На 1 часть абрикосов нужно взять 1 часть ягод черной смородины, 1 часть яблок. Сироп сварить из расчета: на 500 мл смеси воды и сока черной смородины нужно взять 500 г сахарного песка.

Абрикосы подготовить как в предыдущем рецепте. Яблоки помыть, разрезать на дольки, удалить кожицу, сердцевинки с семенами, бланшировать в кипятке 2 – 4 минуты, затем облить холодной водой. Черную смородину перебрать, хорошо помыть и отжать сок.

Плоды слоями уложить в стерильные подогретые банки, залить кипящим сахарным сиропом, пастеризовать и укупорить, как описано впереди.

Рецепт 7. Компот из абрикосов, малины и моркови.

На 1 часть абрикосов нужно взять 1 часть ягод малины, 0,5 части подготовленной моркови. Сироп сварить из рас-

чета: на 550 мл смеси воды и малинового сока нужно взять 450 г сахарного песка.

Морковь нашинковать соломкой, залить небольшим количеством воды, положить косточки абрикоса, довести до кипения и варить 15 – 20 минут, затем косточки удалить, а морковь откинуть на дуршлаг.

Абрикосы хорошо помыть, разрезать на половинки, удалить косточки и бланшировать, снять кожицу, после чего переложить в стерилизованные банки, переслаивая их отваренной морковью. Малину перебрать, хорошо помыть и отжать сок.

Из воды, сахара и малинового сока сварить сироп. Кипящим сиропом залить плоды в банках, пастеризовать на кипящей водяной бане, как описано впереди, после чего сразу закатать.

#### Рецепт 8. Компот из айвы.

На 5 кг айвы нужно взять 1,5 кг сахара, 2 л воды и цедру лимона или апельсина по вкусу.

Плоды перебрать, удалить мятые, подгнившие, заплесневелые плоды, остальные хорошо помыть теплой водой, разрезать на небольшие дольки, удалить сердцевину с семенами, залить водой так, чтобы она только покрывала плоды, поставить на огонь, довести до кипения, помешивая. После этого добавить сахар и варить на небольшом огне до мягкости плодов, после чего в горячем виде расфасовать, пасте-

ризовать, как описано впереди. В конце варки добавить, натертую на мелкой терке апельсиновую или лимонную цедру. Снять с огня, перелить в стерилизованные банки и укупорить.

Рецепт 9. Компот из актинидии.

На 1 л воды нужно взять 300 – 400 г сахарного песка.

Ягоды актинидии перебрать, удалить гнилые, мятые, остальные хорошо помыть, переложить в стерилизованные подогретые банки, залить кипящим сахарным сиропом, затем пастеризовать и закатать, как описано впереди.

Из актинидии можно готовить компоты ассорти с яблоками, грушами, облепихой.

Рецепт 10. Компот из актинидии с айвой, земляникой и физалисом.

На 1 часть плодов актинидии нужно взять 1 часть айвы, 1 часть земляники и 1 часть физалиса. Сироп сварить из расчета: на 500 мл воды взять 500 г сахарного песка.

Актинидию, физалис и землянику перебрать и хорошо помыть. Из айвы удалить сердцевинки с семенами, а плоды нарезать тонкими дольками, после чего бланшировать 3 минуты в кипятке. Физалис очистить от чехликов, помыть в теплой воде и наколоть зубочисткой. Из сахара и воды сварить сироп

Все плоды слоями переложить в подогретые стерилизо-

ванные банки, залить кипящим сиропом и пастеризовать на кипящей водяной бане, как описано впереди. После этого сразу закатать.

Рецепт 11. Компот из актинидии, абрикосов, ежевики и моркови.

На 1 часть плодов актинидии нужно взять 1 часть абрикосов, 1 часть ежевики, 0,5 части моркови. Сироп сварить из расчета: на 500 мл смеси воды с соком ежевики нужно взять 500 г сахарного песка.

Актинидию и ежевику перебрать и хорошо помыть, а из ягод ежевики отжать сок.

Морковь нашинковать соломкой, залить небольшим количеством воды, положить косточки абрикоса, довести до кипения и варить 15 – 20 минут, затем косточки удалить, а морковь откинуть на дуршлаг.

Абрикосы хорошо помыть, разрезать на половинки, удалить косточки, а плоды бланшировать 2 – 3 минуты в кипятке, после чего переложить в стерилизованные банки, переслаивая их отваренной морковью и плодами актинидии. Из воды, сахара и ежевичного сока сварить сироп. Кипящим сиропом залить плоды в банках, пастеризовать на кипящей водяной бане, как описано впереди, после чего сразу закатать.

Рецепт 12. Компот из актинидии с айвой.

На 1 часть плодов актинидии нужно взять 1 часть айвы. Сироп сварить из расчета: на 500 мл воды нужно взять 500 г сахарного песка.

Актинидию и айву перебрать, хорошо помыть. Из айвы удалить сердцевинки с семенами, а плоды нарезать тонкими дольками. Из сахара и воды сварить сироп, положить айву, довести до кипения, варить минут 7 – 8, затем добавить актинидию, опять довести до кипения и варить минут 5, после этого снять с огня, перелить в стерилизованные банки и хорошо укупорить. Вместо айвы можно взять землянику или другие плоды.

Рецепт 13. Компот из актинидии, персиками и черешками сельдерея.

На 1 часть плодов актинидии нужно взять 1 часть персиков и 1 часть нарезанных черешков сельдерея. Сироп сварить из расчета: на 500 мл воды нужно взять 500 г сахарного песка.

Взять спелые, но крепкие, без признаков гнили персики, хорошо помыть, бланшировать в кипящей воде 3 – 5 минут, очистить от кожицы, разрезать на 2 – 4 части, удалить косточки. Актинидию перебрать и хорошо помыть. Черешки сельдерея помыть, очистить от кожицы, нарезать поперек небольшими кусочками.

Подготовленные плоды слоями уложить в стерильные подогретые банки, залить кипящим сахарным сиропом, сва-

ренным из воды, сахара и персиковых косточек (косточки удалить), пастеризовать и закатать, как описано впереди.

Рецепт 14. Компот из актинидии, персика, ирги и черешков сельдерея.

На 1 часть плодов актинидии нужно взять 0,5 части персиков, 1 часть ягод ирги и 1 часть нарезанных черешков сельдерея. Сироп сварить из расчета: на 500 мл смеси сока ирги и воды нужно взять 500 г сахарного песка.

Из ирги отжать сок и далее готовить, как в предыдущем рецепте.

Рецепт 15. Компот из алычи.

На 5 кг алычи нужно взять 1 апельсин, 2 л воды и 700 г сахара.

Алычу перебрать, удалить гнилые и мятые плоды, остальные хорошо помыть. Апельсин помыть, ошпарить кипятком, измельчить, залить водой, поставить на огонь, довести до кипения и кипятить на небольшом огне 10 минут, процедить, добавить сахар, снова поставить на огонь, опять довести до кипения, залить им, сложенную в стерилизованные банки до плечиков алычу, пастеризовать и укупорить, как описано впереди.

Рецепт 16. Компот из кабачков и алычи.

На 1 часть очищенного от кожуры и нарезанного неболь-

шими кубиками кабачка нужно взять 1 часть алычи. Сироп сварить из расчета: на 550 мл воды нужно взять 450 г сахарного песка.

В стерилизованные банки положить слоями кабачки и алычу до «плечиков», залить кипящим сиропом, накрыть стерильными крышками и поставить пастеризовать: 0,5 л банки на 12 – 15 минут, 1 л банки на 18 – 20 минут, после чего банки закатать.

### Рецепт 17. Компот алычево-грушевый.

Желтую алычу перебрать, хорошо помыть, наколоть зубочисткой в нескольких местах. Груши хорошо помыть, разрезать вдоль на несколько долек, удалить сердцевинки с семенами. Плоды бланшировать, после чего слоями уложить в подогретые стерильные банки до «плечиков», залить кипящим сиропом (сироп сварить из расчета: 400 г сахара на 600 мл воды), накрыть стерильными крышками и поставить пастеризовать на водяной бане 1 л банки 30 минут, закатать.

### Рецепт 18. Компот из алычи с грушей и иргой.

На 2 части алычи нужно взять 1 часть груш, 1 часть ирги. Сироп сварить из расчета: на 500 мл воды взять 500 г сахарного песка.

Алычу перебрать, хорошо помыть, разрезать на половинки и удалить косточки. Из груш удалить сердцевинки с семенами, нарезать тонкими дольками. Плоды бланшировать.

Иргу перебрать и хорошо помыть. Косточки алычи и сердцевинки груш залить водой, довести до кипения и варить на небольшом огне 10 минут, затем процедить, положить сахар и сварить сироп.

Плоды слоями переложить в подогретые стерилизованные банки, залить кипящим сахарным сиропом, пастеризовать и укупорить, как описано впереди.

Рецепт 19. Алыча с айвой и физалисом.

На 1 часть алычи нужно взять 1 часть айвы и 0,5 части физалиса. Сироп сварить из расчета: на 550 мл воды нужно взять 450 г сахарного песка.

Алычу перебрать, помыть, разрезать пополам, удалить косточки и плоды бланшировать. Айву перебрать, помыть теплой водой, срезать твердую кожуру, разрезать на дольки, удалить семенные камеры с семенами, бланшировать в кипятке 4 – 5 минут. Физалис перебрать, очистить от чехликов, хорошо помыть теплой водой, наколоть в нескольких местах. Из сахара, воды, сердцевинок айвы и косточек алычи сварить сироп, процедить. Плоды слоями уложить в стерилизованные подогретые банки, залить кипящим сиропом, пастеризовать и укупорить, как описано впереди.

Рецепт 20. Алыча с персиками, айвой и физалисом.

На 2 часть алычи нужно взять 0,5 части персиков, 0,5 части айвы и 0,5 части физалиса. Сироп сварить из расчета:

на 500 мл воды нужно взять 500 г сахарного песка.

Способ приготовления, как в предыдущем рецепте.

Рецепт 21. Компот из алычи с шиповником.

На 2 кг алычи нужно взять 2 стакана сушеного шиповника, 1 л воды и 500 г сахара.

Шиповник растолочь, залить кипятком и варить 10 минут на небольшом огне, процедить.

Алычу хорошо помыть, разрезать на половинки и удалить косточки. Отвар шиповника довести до кипения, положить сахар и сварить сироп. Алычу переложить в подогретые стерилизованные банки, залить кипящим сиропом, бланшировать и укупорить, как описано впереди.

Рецепт 22. Компот из алычи с абрикосами, грушей и иргой.

На 1,5 части алычи нужно взять 0,5 части абрикосов, 1 часть груш и 0,5 части ирги. Сироп сварить из расчета: на 550 мл смеси сока ирги и воды нужно взять 450 г сахарного песка.

Абрикосы и алычу перебрать, хорошо помыть, разрезать на половинки и удалить косточки, а плоды бланшировать.

Из груши удалить сердцевину с семенами, нарезать тонкими дольками и бланшировать. Иргу перебрать, хорошо помыть и отжать сок.

Подготовленные плоды слоями переложить в стерилизо-

ванные банки.

Косточки алычи и абрикосов, сердцевинку груши и отжимки ирги залить водой, довести до кипения, варить на небольшом огне 10 минут, затем процедить, положить сахар, добавить сок ирги, сварить сироп, процедить, после чего опять поставить на огонь и довести до кипения. Кипящим сиропом залить плоды в банках, банки пастеризовать, как описано впереди и сразу укупорить.

Рецепт 23. Компот из алычи с черешней, шиповником и боярышником.

На 1 часть алычи нужно взять 1 часть черешни, сушеный шиповник и сушеный боярышник по вкусу. Сироп сварить из расчета: на 550 мл смеси отвара шиповника и боярышника нужно взять 450 г сахарного песка.

Шиповник и боярышник растолочь, залить кипятком, варить 10 минут на небольшом огне, процедить. В отвар добавить сахар и сварить сироп.

Алычу хорошо помыть, разрезать на половинки и удалить косточки, а плоды бланшировать. Черешню перебрать, удалить плодоножки и хорошо помыть. Плоды слоями переложить в стерилизованные банки и залить кипящим сиропом. После этого банки пастеризовать, как описано впереди и сразу укупорить.

Рецепт 24. Компот из апельсинов с черешней и шиповни-

КОМ.

На 1 часть очищенных апельсинов нужно взять 1,5 части желтой черешни и сушеного шиповника по вкусу. Сироп сварить из расчета: на 600 мл смеси воды и отвара шиповника нужно взять 400 г сахарного песка.

Шиповник истолочь, залить водой, добавить апельсиновые корки, довести до кипения и варить на небольшом огне 5 минут, процедить, добавить сахар и сварить сироп. Черешню перебрать, удалить плодоножки, хорошо помыть.

Апельсины ошпарить кипятком, снять кожуру, а плоды разделить на дольки, снять кожицу и удалить семена.

Черешню и апельсины, нарезанные тонкими дольками, слоями переложить в стерилизованные подогретые банки, залить кипящим сиропом, пастеризовать и укупорить, как описано впереди.

Рецепт 25. Компот из апельсинов с вишней, крыжовником и огурцами.

На 1 часть средних размеров апельсинов нужно взять 1 часть вишни, 1 часть крыжовника и 0,5 части огурцов. Сироп сварить из расчета: на 500 мл воды нужно взять 500 г сахарного песка.

Апельсины очистить от кожуры, разделить на дольки, удалить пленки и семена.

Вишню очистить от плодоножек и хорошо помыть. Крыжовник перебрать, помыть и наколоть зубочисткой. Огурец

очистить от кожуры и нарезать небольшими кубиками.

Апельсиновую корку и очистки огурца залить водой, довести до кипения, варить 10 минут, потом процедить. Огурцы залить небольшим количеством воды и варить до мягкости.

Все плоды слоями переложить в стерилизованные банки, банки пастеризовать и закатать, как описано впереди.

Рецепт 26. Компот из апельсинов с абрикосами, ежевикой и кабачком.

На 1 часть мелких апельсинов нужно взять 1 часть абрикосов, 0,5 части ежевики и 1 часть кабачка. Сироп сварить из расчета: на 550 мл смеси сока ежевики и воды нужно взять 450 г сахарного песка.

Кабачок нарезать некрупными кубиками. Абрикосы помыть, разрезать на половинки и удалить косточки, а плоды бланшировать. Апельсины очистить от кожуры, удалить семена, а мякоть разрезать на тонкие дольки. Ежевику перебрать и отжать сок.

Апельсиновые корки, отжимки ежевики и абрикосовые косточки залить водой, довести до кипения, варить 10 минут, после чего процедить. К отвару добавить сок ежевики, сахар и сварить сироп. Кабачок залить небольшим количеством воды, сварить до мягкости, после чего откинуть на дуршлаг.

# 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.