

# СОЛЕНЬЯ И МАРИНАДЫ

*к  
праздничному  
столу*

рипол классик

# **Елена Анатольевна Бойко**

# **Соленья и маринады**

# **к праздничному столу**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=303452](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=303452)*

*Соленья и маринады к праздничному столу: РИПОЛ Классик; Москва;*

*2007*

*ISBN 978-5-386-00135-3*

## **Аннотация**

Эта книга станет хорошим подспорьем как для начинающих, так и для опытных кулинаров во время заготовки овощей, фруктов, ягод, грибов и зелени впрок. В ней описаны основы технологии консервирования и оригинальные рецепты приготовления маринадов и солений, что позволит любителям домашнего консервирования порадовать и удивить своих гостей разнообразием вкусных, полезных блюд на праздничном столе.

# Содержание

Введение	4
1	6
Инвентарь и оборудование для консервирования	6
Химический состав овощей, фруктов и ягод	10
Технология консервирования	12
Маринование	22
Соление	25
2	28
Конец ознакомительного фрагмента.	31

# **Е. А. Бойко**

## **Соленья и маринады к праздничному столу**

### **Введение**

Разнообразные маринады и соленья – это традиция русского праздничного застолья. Несмотря на обилие и богатый ассортимент имеющихся в магазинах консервов, многие предпочитают заготовки домашнего производства. И это не удивительно – правильно переработанные плоды, грибы и зелень не теряют своего вкуса и пищевой ценности. Кроме того, приготовленные в домашних условиях маринады и соленья – это источник здоровья в период с зимы до весны.

Консервирование – это искусство, в котором требуются творчество, определенные умения и сноровка. Консервы, заготавливаемые для праздничного стола, должны быть не только вкусны, но и аппетитными на вид. Для этого необходимо научиться красиво укладывать продукты в банки, а также соблюдать правила консервации, чтобы фрукты, овощи и грибы не теряли своих полезных качеств, целостности, цвета и вкуса.

Подробное описание технологии консервирования, пред-

ставленное в этой книге, позволит вам освоить основы консервирования, а опытным кулинарам – найти оригинальные рецепты маринадов и солений для праздничного стола, которые смогут подчеркнуть их индивидуальность и искусность.

# 1

## **Особенности приготовления солений и маринадов**

### **Инвентарь и оборудование для консервирования**

Для консервирования можно использовать разнообразные емкости. Однако вкусные маринады и соленья высокого качества можно получить лишь при условии выполнения всех правил приготовления. Для этого необходимо обзавестись соответствующим оборудованием, инвентарем, емкостями и измерительными приборами.

Для домашнего консервирования наиболее пригодными являются стеклянные емкости. Они могут использоваться для любых продуктов, обладают достаточной прочностью, обеспечивают герметичность и подходят для многократного использования.

Диаметр горла банок может быть разным, но лучше всего использовать банки и бутылки с диаметром горла 82 мм.

Банки обкатного типа следует укупоривать жестяными крышками с резиновыми кольцами, используя для этого руч-

ные закаточные машинки различных модификаций.

Для приготовления солений и маринадов можно с успехом использовать емкости с резьбовым типом укупорки «твист-офф». Такими банками удобно пользоваться для приготовления консервов, получаемых способом стерилизации, то есть нагреванием до температуры не выше 100 °С. Винтовые крышки можно использовать только в тех случаях, когда не требуется герметичность. Для пастеризации лучше всего использовать крышки с зажимом, предназначенные для многократного использования. Консервы, не требующие герметизации, стойкие при хранении, можно укупоривать различными полиэтиленовыми крышками. Стеклянные бутылки следует укупоривать корковыми или полиэтиленовыми пробками, которые сверху заливаются сургучом или смолой.

Для откупоривания бутылок и банок следует иметь набор консервооткрывателей, штопоров и других приспособлений.

Для хранения овощей, грибов, фруктов и ягод перед их консервированием можно использовать деревянные ящики вместимостью 15–25 кг. Ягоды и фрукты долго сохраняют свежесть в ящиках-лотках.

Для мытья инвентаря и продуктов можно использовать обычные кухонные приспособления – душевые насадки, овощемойки, ерши, ведра, эмалированные тазы и кастрюли.

Для очистки и измельчения сырья необходимо применять разных видов ножи, секачи, терки, дробилки, измельчители

и овощерезки. Сухие фрукты и овощи, а также специи можно размалывать в ручных и электрических мельницах, кофемолках или ступках. В качестве приспособлений для накалывания плодов можно использовать деревянные шпажки или зубочистки.

При взвешивании продуктов обязательным является использование весов, измерительных стаканов и кружек с нанесенными на них делениями. В случае крайней необходимости можно пользоваться обычными банками, стаканами или ложками с определенной вместимостью.

Для точного определения объема нужно пользоваться специальными мерными цилиндрами вместимостью 100–250 см<sup>3</sup> или стеклянными пипетками.

Для измельчения овощей, фруктов и ягод или получения сока из них удобно использовать электровыжималку, более трудоемкими в применении являются механические и ручные соковыжималки, а также сокоотделители – насадки к мясорубкам.

Для бланширования сырья хорошо подходят различного рода дуршлаги и различные металлические сетчатые корзины.

Пастеризовать соленья и маринады лучше всего в бачках или кастрюлях с широким дном. Чтобы стеклянные банки не трескались во время пастеризации, на дно кастрюли следует класть деревянную решетку. Горячие банки нужно вынимать с помощью специальных зажимов.

Для измерения температуры при пастеризации вместе с банками в бачок следует помещать специально изготовленную пробную бутылку с термометром.

В домашнем хозяйстве желательно иметь набор песочных часов, с помощью которых можно легко проконтролировать продолжительность бланширования, пастеризации и других процессов консервирования.

# Химический состав овощей, фруктов и ягод

Овощи, фрукты и ягоды являются важнейшими составляющими нашей пищи, так как содержат все вещества, необходимые для питания. При правильном приготовлении солений и маринадов ценность плодов снижается очень незначительно.

Основной состав растительной пищи – это сахар, кислоты, минеральные соли и витамины. Содержание сахара повышается со степенью спелости плодов, поэтому продукты из менее спелых фруктов, овощей и ягод следует готовить с большим количеством сахара. В спелых плодах сахар заменяется крахмалом, и они приобретают более плотную консистенцию.

Кислоты содержатся во всех фруктах и ягодах, а в овощах – только в помидорах. В ягодах и косточковых фруктах преобладает лимонная кислота, а в винограде – винная и лимонная кислоты.

Некоторые виды овощей, фруктов и ягод содержат в незначительном количестве щавелевую, уксусную, муравьиновую и другие кислоты. Витамины в растительных продуктах содержатся в изобилии, самым важнейшим из которых является витамин С (аскорбиновая кислота). Высоким содержанием витамина С отличаются томаты, сладкий перец, цвет-

ная и белокочанная капуста, черная смородина, крыжовник. Больше всего витамина С в спелых плодах, в перезрелых его количество уменьшается.

Витамин С очень чувствителен к теплу и свету, особенно с доступом воздуха, и разрушается при соприкосновении с железными, оцинкованными и медными предметами. Поэтому при приготовлении солений и маринадов следует использовать стеклянную, эмалированную, деревянную, керамическую и пластмассовую посуду.

Содержание витамина С уменьшается при длительном хранении растительных продуктов, особенно в теплом помещении.

Этот витамин растворяется в воде, поэтому ягоды, овощи и фрукты следует варить целиком и недолго.

Витамин А содержится в большом количестве во фруктах, овощах и ягодах желтого и красного цветов: моркови, помидорах, абрикосах, персиках, шиповнике и пр. Витамин А достаточно устойчив, при консервировании его сохраняется около 90 %.

Овощи, фрукты и ягоды по мере созревания меняют свои свойства и состав, что следует учитывать при их переработке.

# **Технология консервирования**

## **Сортировка**

Предназначенные для приготовления солений и маринадов овощи, фрукты, ягоды, зелень и грибы следует сортировать по качеству, степени зрелости и величине.

При сортировке необходимо удалить листья, веточки и прочее, а также непригодные для консервирования гнилые, увядшие, незрелые, перезревшие или раздолбленные экземпляры.

Затем продукты, предназначенные для переработки, следует разделить на партии по степени зрелости и величине. Для качества солений и маринадов большое значение имеют величина, окраска, форма и привлекательность внешнего вида фруктов, овощей и ягод, а также их консистенция.

## **Мойка**

Отсортированное сырье следует тщательно вымыть, очищая его от почвы, пыли, остатков ядохимикатов, а также от большого количества болезнетворных микроорганизмов. Сильнозагрязненные овощи и фрукты, особенно с неровной

поверхностью, следует замочить на несколько часов в теплой воде, а затем вымыть мягкой щеткой под краном с душевой насадкой. Для очищения ягод их следует ополоснуть водой под душем или несколько раз погрузить в теплую воду в сите или дуршлаге.

## **Обсушивание**

Перед любым видом переработки вымытое сырье следует обсушить, для чего можно использовать сита, дуршлаги или выстланные бумагой противни.

## **Взвешивание**

Процесс взвешивания необходим для установления правильного соотношения сырья и положенных по рецепту соли, сахара, приправ, добавок и т. д.

## **Очистка и измельчение**

При очистке сырья необходимо удалить несъедобные или поврежденные его части: кожицу, кожуру, чашелистики, кроющие листья, плодоножки, косточки, семена и пр. Для этого можно использовать различные ножи и приспособления. Однако надо помнить, что под кожицей находятся наи-

более ценные вещества и микроэлементы, поэтому снятие толстого верхнего слоя кожицы в значительной степени снижает пищевую ценность растительных продуктов. При измельчении сырье следует нарезать кусочками определенной формы или размера.

## **Бланширование**

Бланширование – это кратковременная обработка сырья кипящей водой или паром. При бланшировании происходит разрушение ферментов, благодаря чему овощи и фрукты предохраняются от потемнения и при дальнейшей обработке они менее подвержены растрескиванию.

При правильно проведенном бланшировании плоды становятся эластичными, но кожица при этом не отделяется. Если на поперечном срезе плода видна разница между обработанной и необработанной частями, значит, бланширование было слишком кратковременным. После бланширования сырье следует немедленно охладить в холодной воде, чтобы не допустить его переваривания.

## **Подготовка емкостей для консервирования**

Стеклянные емкости, предназначенные для консервирования, должны быть бесцветными или со слабым зеленова-

то-голубоватым оттенком, без дефектов.

Стеклянные банки сначала следует залить теплой водой на 20–30 минут, затем вымыть содой, горчицей или мылом. После чего их нужно тщательно ополоснуть в горячей воде. Непосредственно перед заполнением банки необходимо простерилизовать.

Способы стерилизации:

– вымытую банку установить на кипящий чайник горлом вниз и выдержать 20–25 минут;

– вымытую и сухую емкость установить на подносе горлом вниз и поместить в духовой шкаф. Духовой шкаф постепенно нагреть в течение 30 минут, а затем отключить;

– банки целиком залить водой и нагреть на водяной бане.

Выбранные крышки тоже следует обработать, прежде чем использовать для закатывания. Их нужно вымыть в теплом содовом растворе, затем ополоснуть и кипятить в течение 3–5 минут. Капроновые крышки следует вымачивать 5–6 часов, меняя воду, после этого кипятить 20 минут и надеть на горлышки банок.

Эмалированную и керамическую посуду, используемую при консервировании, перед употреблением следует тщательно вымыть раствором кальцинированной или каустической соды.

## Пастеризация, стерилизация и укупорка

Пастеризация является одним из лучших способов консервирования, который дает возможность свести к минимуму потери полезных веществ и нежелательные изменения вкуса и внешнего вида продукции.

В домашних условиях пастеризация проводится на водяной бане, для чего следует использовать бак или кастрюлю с широким дном, в которые нужно поместить несколько бутылок или банок одного размера. На дно необходимо положить деревянную или металлическую решетку высотой 2–2,5 см с отверстиями, а сверху ее накрыть полотном.

Затем в кастрюлю наливается вода. Ее уровень зависит от способа укупорки. Если банки необходимо укупорить металлическими крышками, воду надо наливать с таким расчетом, чтобы ее уровень соответствовал уровню продукта в банках.

В одной емкости следует пастеризовать консервы в посуде только одного размера. Необходимо следить за тем, чтобы банки или бутылки не соприкасались между собой и с боками кастрюли.

Чтобы стеклянная посуда не лопнула, температура воды не должна превышать температуры содержимого банок. Для сохранения времени нагревания воды до температуры пастеризации и быстрого уничтожения ферментов плоды следует заливать горячим рассолом на 1–2 см ниже краев горла.

После проделанных операций банки нужно сразу же накрыть простерилизованными крышками и установить на водяную баню. Если используются пробки, их следует вложить в горлышки бутылок и слегка укрепить проволокой или тонким прочным шпагатом.

Прогревание воды на водяной бане должно быть по возможности быстрым, чтобы не допускать перегревания консервов. Продолжительность прогрева не должна превышать 15 минут для полулитровых банок или бутылок, 20 минут – для одно-двухлитровых, 25 минут – для трехлитровой стеклянной посуды.

После окончания пастеризации банки следует вынуть из воды специальным зажимом. Далее нужно укупорить банки обжимными металлическими крышками с помощью ручной закаточной машинки. Укупоренные банки необходимо несколько раз прокатать по столу и установить вверх дном для охлаждения.

Стерилизация – это наиболее простой и надежный способ консервирования. Для ее осуществления необходимо иметь несколько кастрюль, шумовку, дуршлаг, ножи, ложки, вилки (все – из нержавеющей стали). В качестве емкостей рекомендуется использовать стеклянные банки. Перед началом консервирования их следует вымыть и прокипятить, погрузив на несколько минут в большую кастрюлю, или подержать над паром.

После подготовки все ингредиенты надо разложить по

банкам, при этом стараясь не повредить их, и залить консервирующим раствором в горячем виде. Температура раствора – 70–80 °С. Банки следует наполнять так, чтобы до верхнего края оставалось 1,5–2 см. После чего банки с содержащимися в них продуктами готовы к стерилизации.

Время и температура стерилизации устанавливаются в зависимости от вида и объема заготовок. Чаще всего консервирование проводится при температуре 100 °С. Но следует помнить, что чрезмерная стерилизация может привести к потере как эстетических, так и вкусовых качеств продуктов. Кроме того, стеклянная посуда требует осторожного обращения. Для ее сохранности следует класть тканевое покрытие или деревянную решетку на дно кастрюли-стерилизатора. Воду в кастрюлю нужно наливать, предварительно нагрев ее до температуры 50–60 °С, после чего туда можно ставить приготовленные банки.

Далее нагревание продолжается до закипания воды в кастрюле. Этот момент считается началом стерилизации. Дальнейший процесс нагревания на слабом огне длится столько минут, сколько необходимо для данного вида консервов.

Следующим этапом процесса стерилизации является герметичное закрывание банок. Если используются стеклянные крышки, между крышкой и горлом банки должно помещаться резиновое кольцо так, чтобы полностью закрывать верхний срез горла. Далее крышка плотно прижимается к банке с помощью зажима или пружины. При этом вода в кастрюле

должна покрывать все банки с крышками. При повышении давления в банке излишние пары могут выйти наружу через приподнявшуюся крышку, которая затем снова станет на свое место под действием зажима, что исключит попадание в банку воды из кастрюли. Когда время стерилизации истечет, нужно вынуть банки из воды для остывания на воздухе или оставить в воде, где они будут остывать более медленно. Во время этого процесса крышки плотно «присасываются» к банкам. После чего можно снять зажимы и поставить консервы на хранение.

При использовании жестяных крышек банки с консервами сначала лишь прикрывают ими и ставят в кастрюлю-стерилизатор. Вода в ней после установления всех банок не должна доходить до крышек на 1,5–2 см.

По истечении времени стерилизации банки нужно вынуть из воды и сразу же, не открывая крышек, закрыть с помощью закаточной машинки. Если сделать это перед стерилизацией, крышки могут быть сорваны из-за повышения внутрибаночного давления.

## **Охлаждение**

Чтобы овощи, фрукты, ягоды или грибы после стерилизации или пастеризации не размякли, их нужно быстро охладить. Для этого банки следует вынуть из стерилизатора и переставить в большую кастрюлю с небольшим количеством

кипящей воды.

Затем необходимо осторожно долить холодную воду, потом всю воду слить и налить только холодную. Все это делается очень осторожно, чтобы банки не лопнули от резкого перепада температуры.

Более простым способом охлаждения является естественное остывание. Для этого после стерилизации нужно вынуть банки из кастрюли, поставить на стол для естественного остывания на воздухе. Одновременно происходит окончательная стерилизация, поэтому она может быть сокращена на одну треть по сравнению со стерилизацией с последующим охлаждением холодной водой.

## **Хранение консервов**

Герметически укупоренные продукты переработки следует хранить в домашних условиях при температуре 4–8 °С. Эта температура является оптимальной для сохранения качества консервов: они не плесневеют и не забраживают. При хранении нельзя допускать снижения температуры ниже 0 °С, так как стеклянные банки могут лопнуть, а в их содержимом могут произойти нежелательные изменения.

Консервы необходимо хранить в темном месте – это предохраняет продукт от изменения цвета и разрушения витаминов.

Во время хранения нужно периодически просматривать

заготовки. Испортившиеся следует обязательно выбросить, так как они могут привести к тяжелым пищевым отравлениям.

# Маринование

При мариновании используется широко распространенный консервант – уксусная кислота. Большинство патогенных микроорганизмов погибает в 2 %-ном растворе уксусной кислоты.

Маринады могут быть кислыми, умеренно кислыми, кислыми и острыми (пикантными). Слабокислые маринады, как правило, содержат 0,2–0,6 % кислоты, умеренно кислые – 0,6–0,9 % кислоты, а кислые – 1–2% и более. Однако следует учесть, что уксусная кислота в больших количествах отрицательно действует на организм, особенно при желудочно-кишечных заболеваниях. Поэтому в домашних условиях лучше готовить слабокислые и умеренно кислые маринады.

Для маринования необходимо отбирать продукты хорошего качества. Их следует тщательно вымыть, сортировать, удалить плодоножки. В одной таре обязательно должны быть овощи, фрукты или ягоды одной степени зрелости.

При укладывании продуктов для маринования приправы обычно кладутся на дно банки, но иногда они используются для приготовления заливки.

Маринадная заливка обычно состоит из растворенных в воде сахара, соли и уксуса. Соль и сахар следует растворять в воде при нагревании. Раствор нужно кипятить в течение 10–15 минут, после чего в него добавляется уксус. Иногда ук-

сус добавляется прямо в банки. В этом случае следует иметь в виду, что в банке, наполненной плодами, содержится примерно 35–40 % заливки. Это означает, что в литровую банку нужно влить уксуса в 2–3 раза меньше, чем указано в соответствующих рецептах на 1 литр заливки. Высокое содержание соли и кислоты в продукте задерживает развитие микроорганизмов. Поэтому к некислому сырью желателно добавлять пищевые кислоты. Однако мариновать можно и соленые, то есть уже содержащие некоторое количество кислоты, выделившейся в результате брожения, продукты. При этом срок их хранения значительно увеличится.

После укладывания в банки продукты заливаются маринадом. Слабокислые консервы нужно заливать маринадом, не доливая 2 см до краев горлышка, а кислые и острые – вровень с краями. Слабокислые маринады перед герметичным закрытием следует пастеризовать.

Пастеризованные маринады необходимо сразу же охладить водой, чтобы плоды не слишком размягчились.

При укупорке следует использовать только лакированные крышки, так как уксусная кислота очень активна по отношению к железу.

Оптимальная температура для хранения пастеризованных маринадов – 0–20 °С. Маринованные консервы следует хранить в сухом темном месте, острые маринады – в холодном месте. В процессе хранения происходит так называемое созревание маринадов. Маринады из бланшированного сы-

рья созревают через 25–30 дней, из небланшированного – через 45–50 дней.

# Соление

Соление – способ консервирования с помощью молочной кислоты, образующейся при сбраживании сахаров. В процессе соления участвуют молочнокислые бактерии, под действием которых сахар, содержащийся во всех овощах, фруктах и ягодах, превращается в молочную кислоту. Она приостанавливает развитие других микроорганизмов и оказывает на сырье консервирующее действие.

В процессе ферментации, кроме молочной кислоты, образуется еще небольшое количество этилового спирта, углекислого газа и других веществ, которые не препятствуют процессу молочнокислого брожения, но существенно улучшают вкус готового продукта.

При солении используется соль, которая добавляется обычно в измельченное сырье, а также используется в виде 4–8% рассола при солении целых продуктов.

В солении широко используются различные ароматические добавки – такие, как укроп, тмин, хрен, горчица, чеснок, чабер и другие, – которые придают консервам приятных запахов и улучшают их вкус. Некоторые из этих добавок содержат фитонциды и эфирные масла, подавляющие развитие плесени и дрожжей. При солении огурцов и помидоров часто добавляются листья дуба, черной смородины и вишни, так как в них содержатся дубильные вещества, благодаря ко-

торым сохраняется консистенция продуктов. Многие добавки обогащают консервы витаминами. Например, добавление моркови в капусту обогащает ее витамином А.

Для соления необходимо отбирать продукты высокого качества без дефектов. Правильному процессу ферментации при солении способствует соответствующая температура. Для брожения наиболее благоприятна температура от 15 до 22 °С. При более высокой температуре развиваются нежелательные микроорганизмы, которые придают продукту неприятный привкус. Для ускорения процесса ферментации следует держать консервы при комнатной температуре в течение 5-15 дней, а затем перенести их в более прохладное место. Готовые продукты необходимо хранить при нулевой температуре. В этих условиях микробиологические процессы полностью прекращаются.

Соление можно производить несколькими способами. Способ крепкого посола заключается в насыщении тканей сырья крепким раствором соли, что тормозит или задерживает развитие микроорганизмов. Перед употреблением овощей, законсервированных этим способом, их следует вымачивать для удаления излишков соли. Наиболее распространенным способом консервирования является сухой посол. В этом случае подготовленные овощи тщательно моются, нарезаются или рубятся и смешиваются с сухой солью в соотношении 2 части соли на 8 частей овощей. Смесь укладывается в подготовленную тару и утрамбовывается до тех пор,

пока овощная масса не покроется соком. Тару с засоленным сырьем следует выдержать в течение 2–3 суток, а когда масса осядет, тару нужно дополнить соленой массой из запасной емкости и укупорить. Для предупреждения проникновения атмосферного воздуха в консервы поверхность солений можно залить тонким слоем растительного масла.

## 2

# Бахчевые и овощи

## Арбузы соленые

### *Ингредиенты*

10 кг арбузов, 800 г соли.

### *Способ приготовления*

Арбузы вымыть, проколоть в нескольких местах острой деревянной палочкой, затем плотно уложить в бочку.

Для приготовления рассола 12 л воды довести до кипения, добавить соль, кипятить в течение 5 минут. Арбузы залить рассолом, перенести в холодное место, накрыть холстом, установить подгнетный круг и гнет.

## Арбузы, соленные в банках

### *Ингредиенты*

3 кг некрупных арбузов, 15 мл уксуса, 60 г соли.

### *Способ приготовления*

Арбузы вымыть, нарезать кругами толщиной 15–20 см, очистить от корки, а затем разрезать на части, удобные для закладки в банки. Арбузы уложить в стерилизованные бан-

ки, залить кипящей водой, накрыть простерилизованными крышкой, укутать полотенцем и выдержать в течение 8-10 минут. Процедуру повторить еще 1 раз.

Для приготовления рассола 2 л воды довести до кипения, добавить соль, кипятить в течение 8-10 минут. Затем профильтровать через 3–4 слоя марли, снова довести до кипения и добавить уксус. Арбузы залить кипящим рассолом и стерилизовать в кипящей воде при температуре 100 °С в течение 10 минут.

Банки с арбузами герметично закрыть и охладить.

## **Баклажаны маринованные**

### *Ингредиенты*

1 кг баклажанов, 30 мл 80 %-ного уксуса, 10 г сахара, 15 г соли.

### *Способ приготовления*

Баклажаны вымыть, очистить от плодоножек и бланшировать в кипящей воде в течение 20–25 минут. Остудить в холодной воде и отжать.

Для приготовления маринада 1 л воды довести до кипения, добавить сахар и соль, кипятить в течение 10 минут, затем влить уксус. Баклажаны плотно уложить в стерилизованные банки, залить охлажденным маринадом и стерилизовать в кипящей воде (полулитровые банки – 8 минут, литровые – 10–12 минут, трехлитровые – 20 минут).

Банки с баклажанами герметично закрыть и охладить.

## **Баклажаны маринованные, начиненные зеленью и чесноком**

### *Ингредиенты*

1 кг баклажанов, 10 г петрушки, 25 г чеснока, 30 г 80 %-ного уксуса, 15 г соли.

### *Способ приготовления*

Баклажаны вымыть, очистить от плодоножек, сделать боковой надрез. Затем бланшировать в течение 20–25 минут, остудить в холодной воде, отжать вручную или под прессом.

Зелень сортировать, вымыть и крупно нарезать. Чеснок очистить, вымыть, порубить. Баклажаны аккуратно начинить зеленью и чесноком, плотно уложить в стерилизованные банки, залить уксусом и стерилизовать в кипящей воде (полулитровые банки – 15 минут, литровые – 25 минут, трехлитровые – 35 минут).

# 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.