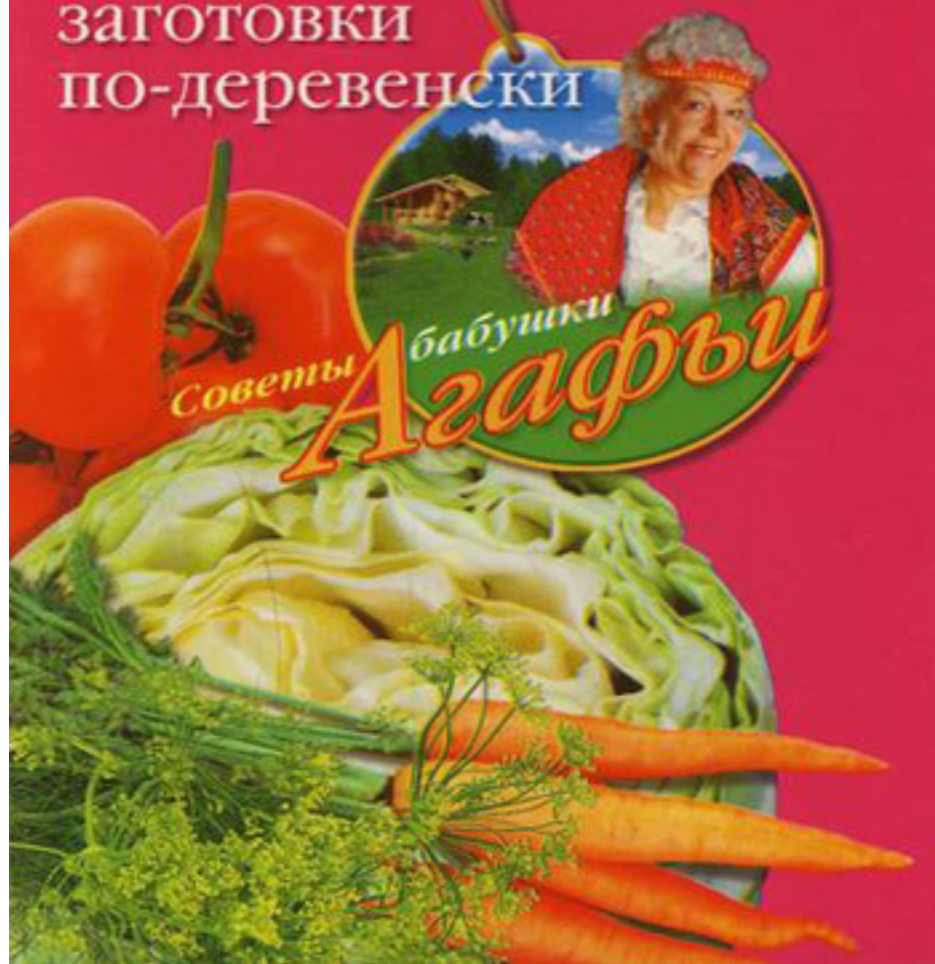


ОВОЩИ И ЗЕЛЕНЬ

заготовки
по-деревенски



Советы бабушки Агафьи

Агафья Звонарева

**Овощи и зелень.
Заготовки по-деревенски**

«Центрполиграф»

2008

Звонарева А. Т.

Овощи и зелень. Заготовки по-деревенски / А. Т. Звонарева —
«Центрполиграф», 2008 — (Советы бабушки Агафьи)

Многие хозяйки запасают овощи впрок, ведь это так удобно, – всегда под рукой и наверняка вкуснее, чем из магазина. Эта книга расскажет вам, как заготовить в зиму перец в растительном масле, как сделать салат из зеленых помидоров с капустой, мармелад из ревеня... Как сохранить пряновкусовые растения – например, смесь базилика, майорана, шалфея, мяты... Все, что растет на вашем огороде, не должно пропасть зря – бабушкины рецепты помогут всем, кто любит натуральные продукты.

© Звонарева А. Т., 2008

© Центрполиграф, 2008

Содержание

ОВОЩИ	6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ	6
Горошек зеленый натуральный 1	6
Горошек зеленый натуральный 2	6
Горошек зеленый натуральный 3	6
Горошек зеленый соленый 1	6
Горошек зеленый соленый 2	6
Горошек зеленый сушеный 1	7
Горошек зеленый сушеный 2	7
Горошек зеленый замороженный	7
КАБАЧКИ	9
Кабачки консервированные	9
Кабачки с хреном	9
Кабачки маринованные острые	9
Кабачки соленые	9
Икра кабачковая	10
Кабачки в томатном соусе	10
КАПУСТА	11
Капуста белокочанная квашеная	11
Капуста белокочанная, квашенная с тмином	11
Капуста белокочанная, квашенная с можжевельником	12
Капуста белокочанная, квашенная с приправами	12
Капуста белокочанная, квашенная с морковью	12
Капуста белокочанная, квашенная с морковью и пастернаком	12
Капуста белокочанная, квашенная с морковью и луком	12
Капуста белокочанная, квашенная с морковью, луком и лавровым листом	13
Капуста белокочанная, квашенная с яблоками	13
Капуста белокочанная, квашенная с морковью и яблоками	13
Капуста белокочанная, квашенная с морковью, яблоками и можжевельником	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Агафья Тихоновна Звонарева

Овощи и зелень. Заготовки по-деревенски

Охраняется Законом РФ об авторском праве. Воспроизведение всей книги или любой ее части воспрещается без письменного разрешения издателя. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

ОВОЩИ

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ

Горошек зеленый натуральный 1

Состав заливки: на 1 л воды – по пол чайной ложки сахара и соли.

Вылущенный из стручков горошек тщательно промыть, залить холодной водой, добавить соль и сахар, довести до кипения и варить 30 минут. Отделить горох на дуршлагае, плотно уложить его в банки. Жидкость, в которой варился горох, процедить через несколько слоев марли, подогреть и разлить в банки с горохом. Стерилизовать в кипящей воде 30 – 40 минут.

Горошек зеленый натуральный 2

Состав заливки: на 1 л воды 30 – 40 г соли, 15 г сахара, 0,2 – 0,25 л уксуса 6%-го.

Горошек молочной спелости вымыть в холодной воде, положить в эмалированную кастрюлю и залить холодной водой. На среднем огне довести до кипения и кипятить 15 – 20 минут. Горячий горошек разложить в стерильные банки, залить приготовленной кипящей заливкой и укупорить. Хранить в холодильнике.

Горошек зеленый натуральный 3

В кипящей воде растворить соль из расчета полторы столовые ложки на 1 л. Горошек молочной спелости опустить в дуршлагае в кипящую воду на 10 минут. Затем ложкой вычерпать горох, разложить его в стерильные банки, доверху залить кипящим рассолом и укупорить крышками с зажимом.

Горошек зеленый соленый 1

1 кг зеленых зерен горошка, 1 л воды, 300 г соли.

Вылущенный из стручков сладкий зеленый горошек проварить 6 – 8 минут в соленой воде (20 г соли на 1 л воды), охладить в холодной воде, обсушить. Подготовленный горошек смешать с солью, уложить в банки, залить кипящей водой и укупорить полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодильнике.

Горошек зеленый соленый 2

1 кг зеленых зерен горошка, 120 г соли. Состав заливки: на 1 л воды 250 г соли.

Вылущенный из зеленых стручков горошек тщательно вымыть. Подготовленные зерна смешать с солью и плотно уложить в банки. В горячей воде растворить соль, довести до кипения, профильтровать через несколько слоев марли. Горячей заливкой заполнить банки с горошком, на поверхность положить деревянный кружок, чтобы горошек был покрыт жидкостью, закрыть полиэтиленовыми крышками и хранить в холодном месте.

Горошек зеленый сушеный 1



Вылущенные и перебранные зерна горошка положить в кипящую воду и варить до размягчения. Если добавить в воду питьевую соду из расчета 50 г соды на 10 кг зеленого горошка, то сваренный в такой воде горошек при сушке не будет твердеть. Проваренный горошек охладить в холодной воде и сушить сначала при температуре 80 °С, затем при 65 °С. Продолжительность сушки от 2 до 4 часов.

Перед употреблением сушеный горошек замочить для набухания в холодной воде на 3 – 4 часа, а затем варить в несоленой воде 30 – 60 минут.

Горошек зеленый сушеный 2

Вылущенный свежесобранный зеленый горошек насыпать в металлическую корзинку (сетку) и бланшировать 1 – 2 минуты в кипящей воде. Охладить, промыть в холодной воде и снова опустить на 1 – 2 минуты в кипящую воду. Дать стечь воде, рассыпать горошек тонким слоем в темном месте на полотно или бумагу для провяливания и подсыхания. Провяленный горошек сушить 12 – 14 часов в духовке при 60 – 70 °С, затем вынуть и охладить. После этого прикатать горошек доской или положить под гнет, чтобы устранить пустоты в горошинах и придать им плотность. Через 8 – 10 часов досушить горошек. Хранить в теплом, защищенном от света месте.



Правильно высушенный зеленый горошек имеет матовую бархатистую поверхность темно-зеленого цвета. Если горошек светлый – он недоварен, нужно увеличить время бланшировки. Если в середине горошины темная точка, наоборот, переварен.

Горошек зеленый замороженный

Вылущенный из стручков молодой сладкий горошек засыпать в кипящую воду на 1,5 минуты, охладить в холодной воде, обсушить, насыпать в полиэтиленовые пакеты или картонные коробки и заморозить.

Замороженный горошек перед употреблением требует тепловой обработки: бросить его в кипящую воду и варить 6 – 8 минут. Использовать для приготовления салатов, первых блюд и в качестве гарнира.

КАБАЧКИ

Кабачки консервированные

1 кг кабачков, 25 – 30 г зелени укропа, 10 – 12 зубчиков чеснока, 1 стручок зеленого или красного горького перца, 3 – 4 горошины душистого перца. Состав заливки: на 1 л воды 75 – 90 г соли, 70 – 75 г уксуса 9%-го.

Свежие кабачки длиной до 15 см тщательно вымыть, отрезать плодоножку, нарезать кабачки кружочками толщиной 10 – 15 мм. Укроп нарезать кусочками длиной до 5 см. Стручковый перец разрезать вдоль на несколько частей. Чеснок также разрезают на несколько частей. Подготовленные таким образом зелень и специи уложить на дно банок, а сами банки плотно заполнить кабачками. В кипящей воде растворить соль, добавить уксус и сразу же разлить раствор в банки с кабачками. Стерилизовать в кипящей воде.

Кабачки с хреном

1 кг кабачков, 7 – 18 г листьев хрена, 20 г укропа, 7 – 10 г листьев петрушки или сельдерея, 1 г листьев мяты, 2 – 3 зубчика чеснока, 1 стручок горького перца. Состав заливки: на 1 л воды 25 г соли, полстакана 9%-го уксуса.

Свежие молодые кабачки вымыть, обрезать концы, нарезать кабачки кружками толщиной 2 – 2,5 см. Подготовить зелень и пряности, половину их положить на дно банок. Заполнить банки нарезанными кабачками, сверху положить остальные приправы. Залить банки горячим маринадом и стерилизовать в кипящей воде.

Кабачки маринованные острые

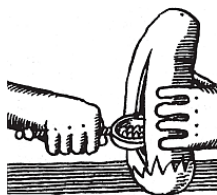
Состав заливки: на 1 л воды 450 – 600 г уксуса 9%-го. На литровую банку 12 – 15 г листьев черной смородины, 1 – 2 лавровых листа, по 5 – 8 бутонов гвоздики и черного перца.

Отобрать молодые свежие кабачки с недозрелыми семенами и плотной мякотью. Очистить от кожицы, удалить мягкую волокнистую сердцевину с семенами, нарезать на кубики величиной 2 – 3 см. Нарезанные кабачки бланшировать в кипящей воде от 4 – 5 до 7 – 8 минут (в зависимости от величины кубиков) и сразу же охладить в холодной воде. Подготовленными кабачками заполнить банки и залить горячим маринадом. Для приготовления маринада в кипящей воде растворить сахар и соль, добавить пряности, а затем уксус и сразу снять с огня.

Кабачки соленые

1 кг кабачков, 30 г зелени укропа, 10 г зелени сельдерея или петрушки, 5 г корня хрена, полстручка красного горького перца, 2 – 3 зубчика чеснока. Состав заливки: на 1 л воды 70 – 80 г соли.

Для засолки берут кабачки длиной не более 15 см, диаметром 4 – 5 см, свежие, с плотной мякотью.



Кабачки тщательно вымыть и замочить на 2 – 3 часа в холодной воде. На дно подготовленной тары положить половину приправ, затем плотно уложить кабачки. Если кабачки солят в большой емкости, то часть специй кладут посредине, а оставшиеся – сверху. Залить кабачки рассолом, положить гнет и поставить в прохладное место.

Икра кабачковая

1 кг кабачков, 70 г лука, 60 г подсолнечного масла, 1 ч. л. 9%-го уксуса, 2 – 3 зубчика чеснока, по 2 – 3 стебля петрушки и укропа, по 1,5 г молотого черного и душистого перца.

Свежие кабачки тщательно вымыть, обрезать с обоих концов. Нарезать кабачки кружками толщиной 1 – 1,5 см, обжарить в подсолнечном масле до золотистого цвета. Лук также нарезать кольцами или пластинками и обжарить в подсолнечном масле до золотистого цвета. Чеснок измельчить и растереть с солью. Зелень петрушки и укропа измельчить. Обжаренные кабачки пропустить через мясорубку и смешать с обжаренным луком и другими приправами. Полученную массу уложить в банки и стерилизовать в кипящей воде.

Кабачки в томатном соусе

500 – 600 г кабачков, 220 – 300 г томатного соуса, 220 – 280 г овощного фарша, 120 г подсолнечного масла. Для приготовления овощного фарша: 1,8 кг моркови, 220 г репчатого лука, 80 г корней пастернака, 40 г корней петрушки, 40 г корней сельдерея, 30 г зелени петрушки, по 15 г зелени укропа и сельдерея, 40 г соли.

Кабачки вымыть, обрезать концы. Нарезать кабачки кружками, толщиной 2 – 2,5 см и обжарить в подсолнечном масле до золотистого цвета.

Приготовить овощной фарш. Морковь и корни пастернака, петрушки и сельдерея тщательно вымыть, обрезать головки и корешки, соскоблить кожицу. Очищенную морковь нарезать лапшой толщиной 5 – 7 мм, белые корни нарезать кружками толщиной 4 – 5 мм. Лук очистить и нарезать кольцами или пластинками. Нарезанные овощи обжарить в растительном масле по отдельности. Охлажденные овощи смешать, добавить к ним мелко нарезанную зелень и соль.

Обжаренные кабачки и овощной фарш уложить в банки слоями. Заполненные банки залить томатным соусом. Стерилизовать в кипящей воде.

КАПУСТА

Капуста белокочанная квашеная

10 кг капусты, 200 – 250 г поваренной соли.

Кочаны очистить от зеленых и поврежденных листьев, высверлить или вырезать кочерыжку. Нашинковать капусту длинным острым кухонным ножом или на специальной шинковке. Стружка правильно нашинкованной капусты должна быть однородной по размеру, шириной от 3 до 5 мм.

При квашении в бочке работу вести в следующем порядке: на дно положить слой целых листьев, которые предохраняют первые порции капусты от раздробления, затем положить слой шинкованной капусты, посыпать его солью и утрамбовать деревянным пестом или трамбовкой. Сверху капусту накрыть слоем чисто вымытых листьев и двойным слоем ошпаренного холста или марли, положить деревянный кружок и гнет. Для гнета можно использовать банку с водой или булыжник. Известняк, сланец, песчаник или изделие из цемента для этой цели не подходят. Деревянный кружок должен быть постоянно покрыт соком.

Если квасить капусту в небольших емкостях, ее надо тщательно перетереть с солью, затем плотно уложить в посуду и утрамбовать, чтобы капуста пустила сок.

Посуду, заполненную капустой, поставить в помещение при температуре 18 – 22° С. В этих условиях она быстро сбраживает. В период ферментации постоянно наблюдать за состоянием капусты и снимать излишнюю пену. Если капуста квасится в бочках, ее надо время от времени прокалывать до дна хорошо вымытой и ошпаренной деревянной палкой. Когда процесс брожения заканчивается, рассол светлеет, капуста оседает и приобретает приятный освежающий кисло-соленый вкус, хрустит на зубах.



После окончания процесса брожения перенести капусту в холодное место. Наилучшие условия для хранения квашеной капусты создаются при температуре 0 – 2 °С. При такой температуре капуста не становится чрезмерно кислой. Во время хранения нужно следить, чтобы капуста была все время покрыта рассолом и не появлялась плесень. При более высокой температуре капуста теряет свои качества.

Капуста белокочанная, квашенная с тмином

10 кг капусты, 25 г семян тмина или укропа, 200 – 250 г соли.

Семена тмина содержат 3 – 7 % сильно пахнущего тминного масла, которое обладает приятным вкусом и запахом и улучшает вкус квашеной капусты. Кроме того, тминное масло, покрывая поверхность сока тонкой пленкой, препятствует развитию вредных микроорганизмов, в частности, плесеней. Подобными свойствами обладают семена укропа, в которых содер-

жится до 4 % эфирных масел. Семена тмина добавляют в измельченную капусту вместе с солью.

Капуста белокочанная, квашенная с можжевельником

10 кг капусты, 25 г семян тмина или укропа, 100 г сушеных ягод можжевельника, 200 – 250 г соли.

Сушеные ягоды можжевельника содержат в 10 раз больше Сахаров, чем капуста. Добавленные в капусту при квашении ягоды можжевельника придают ей приятный специфический запах и вкус.

Готовить квашеную капусту обычным способом.

Капуста белокочанная, квашенная с приправами

10 кг капусты, 25 г семян тмина или укропа, 2 г лаврового листа.

Готовить квашеную капусту обычным способом. Лавровый лист, разрезанный на узкие полоски, добавить при укладке капусты в тару.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью

10 кг капусты, 300 – 500 г моркови, 25 г семян тмина или укропа, 200 – 250 г соли.

Морковь улучшает внешний вид капусты, обогащает ее каротином и сахарами.

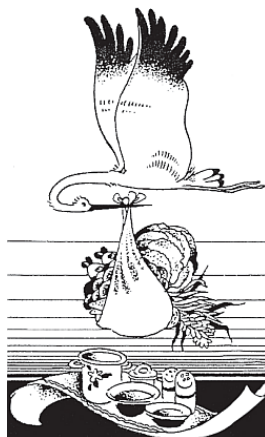
Тщательно промытую морковь очистить и нарезать лапшой или измельчить на крупной терке. Смешать морковь с нашинкованной капустой, тмином и солью. Квасить обычным способом. Если образуется много сока, отлить его и хранить в холодильнике, а затем долить в готовую капусту.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью и пастернаком

10 кг капусты, 400 – 450 г моркови, 350 – 380 г пастернака, 200 – 250 г соли.

Тщательно промытую морковь и пастернак очистить и нарезать лапшой или измельчить на крупной терке. Смешать морковь с нашинкованной капустой, тмином и солью. Квасить обычным способом. Если образуется много сока, отлить его и хранить в холодильнике, а затем долить в готовую капусту.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью и луком



10 кг капусты, 300 г моркови, 200 г лука, 25 г семян укропа или тмина, 200 – 250 г соли.
Лук очистить, нарезать кубиками и смешать с капустой и измельченной на крупной терке морковью. Готовить квашеную капусту обычным способом.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью, луком и лавровым листом

10 кг капусты, 500 г моркови, 100 г лука, 2 г лаврового листа, 200 – 250 г соли.
Очищенную морковь измельчить на крупной терке. Лук нарезать кубиками. Лавровый лист разрезать на узкие полоски. Все перемешать с капустой. Готовить обычным способом.

Капуста белокочанная, квашенная с яблоками

10 кг капусты, 500 г яблок, 25 г семян укропа или тмина, 200 – 250 г соли.
Зрелые здоровые кислые яблоки (лучше всего антоновка) очистить от кожицы и сердцевины, нарезать дольками и смешать с нашинкованной капустой. Далее готовить как обычно.
Можно класть и целые яблоки – в этом случае подбирают плоды средней величины. Целые яблоки кладут после того, как капуста утрамбована и пустила сок.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью и яблоками

10 кг капусты, 300 г моркови, 150 г яблок, 25 г семян тмина или укропа, 200 – 250 г соли.
Измельченные морковь и яблоки перемешать с капустой.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью, яблоками и можжевельником

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.