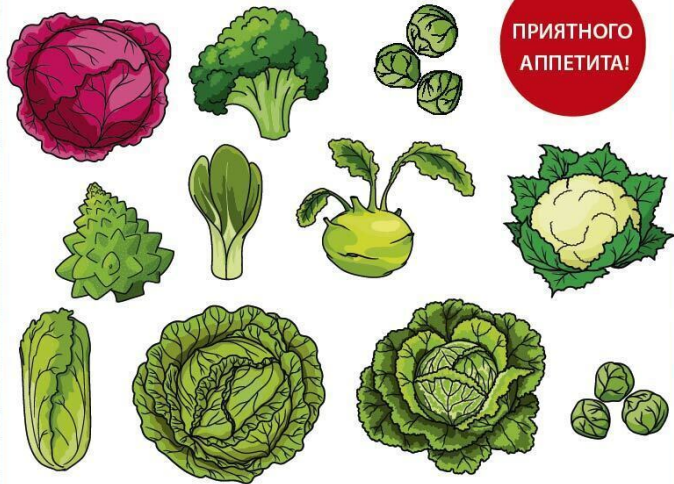


ОРИГИНАЛЬНЫЕ блюда из КАПУСТЫ

САМЫЕ ВКУСНЫЕ УГОЩЕНИЯ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



- простые и “вкусные” рецепты
- советы и хитрости профессионалов

Книга-подарок для каждой хозяйки!

Анастасия Владимировна Кривцова

Оригинальные блюда из капусты. Самые вкусные угощения на каждый день

Серия «Кулинарные секреты (Рипол)»

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8883045

Разносолы из капусты / А. В. Кривцова.: РИПОЛ; Москва; 2014

ISBN 9785386113988

Аннотация

Издавна капуста ценится как за возможность широкого применения в кулинарии, так и за её полезнейшие свойства. Многие любят капусту в маринованном, солёном и квашенном виде. А как хороши зимние салаты, овощные ассорти и сочные заправки первых блюд!

В этой книге собраны оригинальные рецепты простых и вкусных кушаний. Вы научитесь готовить восхитительные блюда из капусты различных сортов, чем разнообразите домашнее меню, а также порадуете своих близких и гостей.

Приятного аппетита!

Содержание

Введение	6
Овощные ассорти с капустой	12
Салаты	12
Белокочанная капуста, консервированная с кореньями	12
Консервированный салат с капустой и зелеными помидорами	13
Салат из цветной капусты и моркови	14
Салат из цветной капусты и тыквы	14
Консервированный салат из белокочанной капусты с солеными огурцами	15
Консервированный салат из капусты, свеклы и моркови	16
Консервированный салат из краснокочанной капусты	17
Салат из консервированной белокочанной капусты с орехами	18
Консервированный салат с капустой и свеклой	18
Консервированный салат из цветной капусты с морковью	19
Консервированный салат из кольраби	20
Консервированный салат с белокочанной	21

капустой и болгарским перцем	
Консервированный салат из капусты с рисом	22
Консервированный салат с подосиновиками	23
Консервированный капустный салат с пряностями	24
Салат с капустой и баклажанами	24
Салат-ассорти	25
Салат с болгарским перцем	26
Консервированная капуста с черносливом	27
Консервированная капуста с имбирем	28
Капуста с острым перцем	28
Консервированная цветная капуста с болгарским перцем	29
Цветная капуста, консервированная с кабачками	30
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Анастасия Кривцова

Разносолы из капусты. Готовим, как профессионалы!

© ИП Крылова О. А., 2014

© ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик», 2014

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Введение

Капуста – одна из самых распространенных овощных культур не только в нашей стране, но и во все мире. Однако именно в России блюда из капусты пользуются особой любовью. Само слово «капуста» происходит от латинского слова «сарут», что обозначает «голова». И действительно, кочаны капусты похожи на человеческую голову.

Следует отметить, что издавна капусту высоко ценили не только за возможность широкого применения в кулинарии, но и за ее лекарственные свойства. О капусте писались научные трактаты, селекционеры занимались выведением различных сортов.

В нашей стране капуста появилась гораздо позже. Изначально ее выращивали лишь жители черноморского побережья, к концу IX века капусту стали выращивать многочисленные славянские племена и уже через несколько столетий наши предки не представляли свой рацион без этого замечательного овоща. Капуста легко и быстро прижилась в нашей стране. И это не удивительно, ведь она отлично чувствует себя в условиях средней полосы России, любит влагу, легко переносит холода и заморозки.

Квашеная капуста является одним из блюд национальной русской кухни. Получаемая путем брожения, она отличается кисловатым вкусом и характерным запахом. Однако не толь-

ко в нашей стране это блюдо имеет почетный статус. Так, Корейская квашеная капуста – кимчи – известна по всему миру; немецкая квашеная капуста со свиными рульками – шакрут – так же давно известна за пределами Германии. Румынская сармала и польский бигос – все это блюда из квашеной капусты. И все же именно на Руси квашеная капуста издавна стала пользоваться особым почетом. С 25 сентября (8 октября по старому стилю) у крестьян начиналась заготовка капусты. Работы было много, поэтому вся семья принимала в ней участие. Кто подготавливал деревянные бочки, кто резал капусту, кто растирал ее с солью. Капусту квасили с морковью и брусникой, свеклой и клюквой.

Как правило, в нашей стране для квашения используют белокочанную капусту. Однако квасить можно и другие виды капусты. Очень вкусной получается краснокочанная капуста. Заквашивая ее, следует учесть, что она требует более долгой выдержки при комнатной температуре и добавления сахара, для удаления горьковатого привкуса. Савойская капуста наоборот, обладая нежными листьями, требует меньшего времени для заквашивания. А вилочки брюссельской капусты можно заквашивать и вовсе целиком.

Для консервирования так же, как и для квашения, лучше всего выбирать капусту поздних осенних сортов. Именно из них капуста получится крепкая, хрустящая. Для квашения выбирают плотные, крупные вилки белокочанной капусты. Самыми лучшим сортами для квашения считаются

«Каширка», «Сабуровка», «Можарская». Это среднеспелые сорта. Из позднеспелых одними из лучших считаются сорта «Ликуришка», «Кубышка», «Славянка».

Летние же сорта слишком рыхлые, мягкие и не пригодны для заготовок на зиму. При выборе капусты важно обращать внимание на наличие зеленых листьев. Их отсутствие указывает на то, что капуста хранилась неправильно и верхние листья были оборваны вследствие потери товарного вида.

Существует два вида квашения: сухой и мокрый посол. В сухом посоле рассол не используется. Капуста перетирается с солью и рассолом служит выделившийся капустный сок. При мокром – капуста заливается специально приготовленным рассолом.

Оптимальным вариантом квашения и соления, является заготовка целыми вилами в деревянной бочке. В таком случае в капусте витамин С сохраняется гораздо лучше. Конечно, в домашних условиях квашение в бочках практически невозможно. А вместо деревянных бочек используют стеклянные банки, эмалированную или глиняную посуду. Использование оцинкованной, алюминиевой, жестяной тары крайне не желательно. Ведь в процессе квашения кислота, выделяемая капустой, вступает в контакт с используемой посудой, что может негативно сказаться на здоровье.

Способ нарезки может быть самым различным – и шинковка, и нарезка квадратами.

Кроме капусты, вторым важным ингредиентом при ква-

шении и солении является соль. Оптимальным является использование поваренной соли крупного помола. Йодированную соль при закваске и квашении использовать нельзя, она сделает капусту мягкой. Не менее важно и количество соли. Так, если соли недостаточно, капуста получится рыхлой. Если же соли в избытке, процесс квашения будет излишне затянут. Определиться в количестве используемой соли поможет классическая формула: на 10 кг капусты берется не более 200 г соли. Кроме соли, многие хозяйки добавляют сахар. Он смягчает вкус капусты, делает его более нежным, и, кроме того, ускоряет процесс брожения. Кроме моркови можно добавлять самые разнообразные, грибы овощи, фрукты, ягоды, специи. Подобные добавки не только улучшат вкус капусты, но и окрасят ее.

Одним из показателей качества квашеной капусты, является наличие хруста. Для того чтобы капуста осталась хрустящей, не стоит слишком сильно перетирать ее с солью. Вполне достаточно слегка перетереть или перемешать все используемые компоненты. Также не нужно слишком тонко шинковать капусту. Исправить положение поможет корень хрена или кора дуба. Дубильные вещества, содержащиеся в них, не дадут капусте раскиснуть. Немаловажно при квашении соблюдать температурный режим. Так оптимальным вариантом будет начинать процесс заквашивания при комнатной температуре (18–20 °C), а заканчивать при температуре около 0 °C. Ни в коем случае нельзя допускать перемо-

раживания уже заквашенной капусты. Готовую капусту лучше всего хранить в прохладном месте – в погребе или холодильнике. Наилучший температурный режим для хранения квашеной капусты 1–2 °С.

Готовность можно легко определить по вкусу. Квашеная капуста имеет приятный, немного кисловатый вкус.

Еще одним обязательным условием для получения качественной квашеной капусты является регулярное снятие пены во время заквашивания и выпуск излишков газа. Пену необходимо снимать по мере образования. Выпускать излишки газа нужно 2–3 раза в сутки, путем прокалывания капустной массы деревянной палочкой.

Вполне возможно, что за время квашения на капустном рассоле появится плесень. В таком случае ее нужно удалить, тщательно промыть гнет, и то, чем накрыта сверху капустная масса – то есть листья капусты или марлю.

Следует заметить, что квашение и соление капусты – процессы очень схожие. Отличие состоит лишь в количестве используемой соли и времени выдержки при комнатной температуре. При квашении соли используется меньше, однако капуста дольше выстаивается при комнатной температуре. При засолке наоборот, соли используется больше, а время выдержки при комнатной температуре занимает 1–2 дня. Соль замедляет процесс брожения, в итоге в готовом продукте уничтожаются микроорганизмы и бактерии, а, следовательно, увеличивается срок хранения.

Маринование – это особый способ консервирования продуктов с помощью уксусной кислоты и соли. С помощью этих ингредиентов продукты предохраняются от негативного воздействия плесени, дрожжей и бактерий. Перед маринованием капусту обязательно моют, шинкуют (или режут листья крупными кусками). Иногда перед консервированием листья бланшируют. Подготовленные указанным образом листья укладывают в стеклянную тару и заливают маринадом из воды, сахара, пряностей и уксуса.

И квашеная, и маринованная, и соленая капуста могут быть как самостоятельным блюдом, так и входить в состав салатов, начинок для пирогов, пирожков, заправок для первых блюд.

Овощные ассорти с капустой

Салаты

Белокочанная капуста, консервированная с кореньями

- ◆ По 1 вилку белокочанной капусты, корню петрушки, корню пастернака, корню сельдерея
- ◆ 90 г соли
- ◆ 500 г томатной пасты
- ◆ 40 г сахара
- ◆ 4 моркови
- ◆ 2 головки репчатого лука
- ◆ 100 мл растительного масла
- ◆ зелень петрушки, укропа

Овощи вымойте и очистите. Морковь, корни петрушки, пастернака, сельдерея очистите, нарежьте тонкой соломкой. Обжарьте коренья на растительном масле в течение 5–7 мин. Затем добавьте лук, нарезанный полукольцами, и обжаривайте еще 3 мин. Капустные листья нарежьте широкими по-

лосками, залейте кипятком на 5–7 мин. Обжаренные коренья, лук и капусту переложите в глубокую кастрюлю, посолите, добавьте сахар, влейте немного воды и доведите до кипения. Затем добавьте измельченную зелень укропа, петрушки и тушите 15 мин. В подготовленные банки выложите капусту, положите томатную пасту и закройте крышками. Стерилизуйте 1 ч. Затем банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированный салат с капустой и зелеными помидорами

- ◆ По 1 вилку белокочанной капусты, зеленому яблоку
- ◆ 90 г соли
- ◆ 5 болгарских перцев
- ◆ по 3 красных помидора, зеленых помидора
- ◆ по 2 моркови, головки репчатого лука
- ◆ 250 мл растительного масла

Овощи вымойте и очистите. Капусту тонко нашинкуйте. Морковь и яблоко натрите на крупной терке. Болгарский перец тонко нашинкуйте. Помидоры и репчатый лук нарежьте маленькими кусочками. Овощи смешайте, посолите, добавьте тертое яблоко, сахар, растительное масло и перемешайте. Разложите овощи в подготовленные банки и стерилизуйте 30 мин. Затем закатайте.

Салат из цветной капусты и моркови

- ◆ 1 кг цветной капусты
- ◆ 4 моркови
- ◆ 40 г соли
- ◆ 250 мл растительного масла

Морковь вымойте и очистите, натрите на крупной терке. Капусту разберите на соцветия. Воду доведите кипения, добавьте немного соли, цветную капусту. Варите 30 мин. Выложите капусту и морковь в емкость, добавьте растительное масло и перемешайте. Выложите капусту и морковь в подготовленные банки. Закройте крышками и стерилизуйте 35 мин. Затем банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания. Выложите капусту и морковь в подготовленные банки.

Салат из цветной капусты и тыквы

- ◆ По 1 кг цветной капусты, очищенной тыквы
- ◆ 2 болгарских перца

Для заливки:

- ◆ 70 г соли
- ◆ 20 г сахара

- ◆ 5 зубчиков чеснока
- ◆ 250 мл растительного масла
- ◆ 150 мл 9 %-ного уксуса
- ◆ зелень укропа

Капусту разберите на соцветия и отварите 5–7 мин в кипящей подсоленной воде. Тыквенную мякоть пропустите через мясорубку. Чеснок, болгарский перец и зелень укропа измельчите. В тыквенную мякоть добавьте соль, сахар, уксус, растительное масло, болгарский перец, чеснок и зелень укропа. Смесь перемешайте и доведите до кипения. В полученную смесь добавьте цветную капусту и кипятите на медленном огне 40 мин. Затем разложите закуску в стерилизованные банки. Банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированный салат из белокочанной капусты с солеными огурцами

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ 8 соленых огурцов

Для заливки:

- ◆ 50 г соли
- ◆ 30 г сахара

◆ 1,5 л воды

Удалите у капусты верхние листья, кочерыжку и тонко нашинкуйте. Соленые огурцы промойте и натрите на крупной терке. Выложите огурцы и капусту в подготовленные банки. Воду доведите до кипения, добавьте соль и сахар. Полученным рассолом залейте овощи, закройте крышками и стерилизуйте 15 мин. Закатайте и укутайте банки до полного остывания.

Консервированный салат из капусты, свеклы и моркови

- ◆ По 1 вилку белокочанной капусты, свекле, моркови
- ◆ 2 головки репчатого лука
- ◆ 80 г соли
- ◆ 50 г сахара
- ◆ 15 г сухой горчицы
- ◆ 5 г лимонной кислоты
- ◆ 150 мл растительного масла

Капусту нашинкуйте тонкой соломкой и разотрите с солью. Свеклу и морковь очистите и натрите на крупной терке. К овощам добавьте растительное масло, сахар, горчицу, лимонную кислоту и перемешайте. Разложите салат в подготовленные банки. Стерилизуйте 35 мин. Затем банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

вания.

Консервированный салат из краснокочанной капусты

◆ По 1 вилку краснокочанной капусты, свекле ◆ 5 анто-
новских яблок

Для рассола:

- ◆ 60 г соли
- ◆ 30 г сахара
- ◆ 5 г лимонной кислоты
- ◆ 4 гвоздики
- ◆ 3 горошины душистого перца
- ◆ 1 л воды

Капусту тонко нашинкуйте. Воду доведите до кипения, посолите, добавьте лимонную кислоту, опустите капусту. Варите 5–7 мин. Затем откиньте капусту на дуршлаг и немного остудите. Капустный отвар процедите и вновь доведите до кипения. Яблоки нарежьте небольшими кусочками. Свеклу очистите и натрите на крупной терке. В подготовленные банки слоями выложите капусту, яблоки, свеклу, гвоздику, душистый перец горошком, сахар. Затем залейте овощи кипящим капустным отваром, закройте крышками и стерилизуйте 20 мин. Закатайте и укутайте банки до полного остывания.

Салат из консервированной белокочанной капусты с орехами

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ 2 головки репчатого лука
- ◆ 4 зубчика чеснока
- ◆ 100 г очищенных ядер грецких орехов
- ◆ 60 г соли
- ◆ 50 мл 9 %-ного уксуса
- ◆ черный молотый перец

Капусту тонко нашинкуйте и бланшируйте в кипящей воде 10 мин. Затем обдайте холодной водой, слегка отожмите и откиньте на дуршлаг. Лук и чеснок очистите, измельчите, орехи мелко порубите. Соедините орехи, лук, чеснок, добавьте уксус, соль, черный перец и капусту. Салат тщательно перемешайте, выложите в подготовленные банки и стерилизуйте 20 мин. Затем банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированный салат с капустой и свеклой

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ 4 свеклы

◆ 3 головки репчатого лука

Для заливки:

◆ 80 г соли

◆ 30 г сахара

◆ 150 мл 9 %-ного уксуса

◆ 1 л воды

Свеклу отварите до готовности, остудите, очистите и нарежьте тонкой соломкой. Репчатый лук нарежьте кольцами, капусту тонко нашинкуйте. Воду для заливки доведите до кипения, добавьте сахар, соль, уксус. Овощи смешайте и влейте в них горячую заливку. Варите 15 мин на медленном огне. Переложите овощи в подготовленные банки и стерилизуйте 15–20 мин. Затем банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированный салат из цветной капусты с морковью

◆ 1 кг цветной капусты

◆ 2 моркови

◆ 1 корень сельдерея

Для заливки:

◆ 50 г соли

◆ 1 л воды

Капусту разберите на соцветия. Воду доведите до кипения, добавьте немного соли, цветную капусту. Варите 30 мин. Морковь очистите, нарежьте кубиками и также отварите в подсоленной воде до готовности. Сельдерей нарежьте небольшими кубиками, обдайте кипятком. Выложите в подготовленные банки, чередуя слои, капусту, морковь и корень сельдерея. Воду для заливки доведите до кипения, добавьте соль и залейте овощи. Закройте крышками и стерилизуйте 20 мин. Затем банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированный салат из кольраби

◆ 2 кочанчика кольраби

◆ 3 моркови

Для заливки:

◆ 80 г соли

◆ 1,5 л воды

Кольраби очистите, вымойте и нарежьте небольшими кусочками. Морковь очистите и натрите на крупной терке. Опустите капусту в подсоленную кипящую воду и варите 5–7 мин. Откиньте капусту на дуршлаг и дайте ей остыть, пе-

ремешайте с капустой. В воду добавьте соль, уксус и доведите до кипения. Выложите овощи в подготовленные банки, залейте рассолом, закатайте и стерилизуйте 30 мин. Через 48 ч вновь стерилизуйте банки 30 мин. Дайте банкам остыть. Храните в прохладном месте.

Консервированный салат с белокочанной капустой и болгарским перцем

- ◆ 0,5 вилка белокочанной капусты
- ◆ 10 болгарских перцев
- ◆ 3 моркови
- ◆ по 2 головки репчатого лука, зубчика чеснока
- ◆ зелень петрушки

Для заливки:

- ◆ 80 г соли
- ◆ 50 г меда
- ◆ 20 г сахара
- ◆ 150 мл растительного масла

Овощи вымойте и очистите. Болгарский перец нарежьте колечками, залейте его водой и кипятите 2–3 мин. Воду слейте. Капусту тонко нашинкуйте. Морковь натрите на крупной терке, лук и зелень петрушки мелко порубите, зуб-

чики чеснока разрежьте на две части. Соедините овощи, посолите и перемешайте. Уложите овощи в подготовленные банки. В воду добавьте мед, растительное масло, сахар, соль и доведите до кипения. Кипящей заливкой залейте, влейте уксус и стерилизуйте 10–15 мин. Банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированный салат из капусты с рисом

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ по 5 помидоров, болгарских перцев
- ◆ 3 моркови
- ◆ 150 г риса
- ◆ 90 г соли
- ◆ 30 г сахара
- ◆ 150 мл растительного масла
- ◆ 100 мл 9 %-ного уксуса
- ◆ 500 мл воды

Овощи вымойте и очистите. Капусту тонко нашинкуйте, репчатый лук нарежьте полукольцами, морковь натрите на крупной терке. Болгарский перец нарежьте полукольцами, помидоры мелкими кусочками. Рис отварите до полуготовности. К овощам добавьте рис, растительное масло, соль, сахар, воду. Варите 15–20 мин. Разложите салат по стерилизо-

ванным банкам, добавьте уксус и закатайте.

Консервированный салат с подосиновиками

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ 3 головки репчатого лука
- ◆ 2 моркови
- ◆ 400 г подосиновиков
- ◆ 100 г соли
- ◆ 30 г сахара
- ◆ 250 мл томатного сока
- ◆ 200 мл растительного масла

Овощи вымойте и очистите. Лук мелко порубите, морковь натрите на крупной терке и обжарьте на растительном масле 5–7 мин. Грибы отварите, нарежьте крупными кусками и добавьте к овощам. Капусту тонко нашинкуйте, добавьте к остальным овощам, посолите, добавьте сахар, влейте томатный сок и тушите на медленном огне 40 мин. В стерилизованные банки выложите полученную смесь, закатайте и оставьте до полного остывания.

Консервированный капустный салат с пряностями

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ лавровый лист
- ◆ душистый перец горошком

Для заливки:

- ◆ 60 г соли
- ◆ 20 г сахара
- ◆ 100 мл 9 %-ного уксуса
- ◆ 1 л воды

Капусту нашинкуйте. В подготовленные банки выложите лавровый лист, душистый перец и заполните капустой до «плечиков». В кипящую воду добавьте соль, сахар, уксус. Полученной заливкой заполните банки и стерилизуйте 25 мин. Закатайте.

Салат с капустой и баклажанами

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ 4 болгарских перца
- ◆ 3 головки репчатого лука
- ◆ по 2 баклажана, моркови, зубчика чеснока

- ◆ 100 г соли
- ◆ 350 мл растительного масла
- ◆ 50 мл 9 %-ного уксуса

Овощи вымойте и очистите. Баклажаны нарежьте соломкой и замочите в подсоленной воде на 30 мин. Затем слейте воду. Капусту и перец нарежьте соломкой, морковь натрите на крупной терке, лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Соедините все овощи, добавьте уксус, сахар, соль и перемешайте. Растительное масло доведите до кипения и залейте им овощи. Разложите салат по подготовленным банкам и стерилизуйте 30 мин. Закатайте.

Салат-ассорти

- ◆ По 1 вилку белокочанной капусты, огурцу, болгарскому перцу, моркови, головке репчатого лука
- ◆ 2 помидора
- ◆ 90 г соли
- ◆ 40 г сахара
- ◆ 400 мл растительного масла
- ◆ 200 мл 9 %-ного уксуса
- ◆ зелень укропа

Овощи вымойте и очистите. Капусту нашинкуйте. Огу-

перец, помидоры, морковь, болгарский перец и репчатый лук нарежьте соломкой, зелень укропа мелко порубите. Соедините все овощи, добавьте уксус, сахар, соль, растительное масло и тушите 20 мин. Разложите салат в подготовленные банки, стерилизуйте 10–15 мин. Банки закатайте и храните в прохладном месте.

Салат с болгарским перцем

- ◆ По 1 вилку белокочанной капусты, моркови, головке репчатого лука
- ◆ 2 болгарских перца
- ◆ 5 горошин душистого перца
- ◆ 4 гвоздики
- ◆ 60 г соли
- ◆ 200 мл растительного масла
- ◆ 150 мл 9 %-ного уксуса

Капусту тонко нашинкуйте и разотрите с солью. Болгарский перец очистите от семян и нарежьте широкими ломтиками. Морковь нарежьте соломкой. Репчатый лук нарежьте кольцами. Воду доведите до кипения, посолите и опустите в нее на 10 мин морковь. Добавьте овощи к капусте, перемешайте и оставьте еще на 15 мин. Затем слейте излишки сока, добавьте уксус, растительное масло. В подготовленные банки выложите душистый перец горошком, гвоздику. Сте-

рилизуйте салат 30 мин, затем добавьте уксус, закатайте и оставьте до полного остывания.

Консервированная капуста с черносливом

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ 500 г чернослива без косточек

Для заливки:

- ◆ 80 г соли
- ◆ 30 г сахара
- ◆ 4 гвоздики
- ◆ 3 горошины душистого перца
- ◆ 100 мл 9 %-ного уксуса
- ◆ 1 л воды

Капусту тонко нашинкуйте и слегка перетрите. Чернослив залейте кипятком на 3–5 мин. Затем воду слейте, чернослив остудите и добавьте к капусте. Воду для заливки доведите до кипения, добавьте сахар, соль, гвоздику, перец горошком и кипятите в течение 5 мин. Затем добавьте уксус и залейте овощи. Выложите капусту в подготовленные банки и стерилизуйте в течение 30 мин. Затем закатайте, переверните банки вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированная капуста с имбирем

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ по 4 моркови, зубчика чеснока
- ◆ по 3 болгарских перца, помидора
- ◆ 2 головки репчатого лука
- ◆ 5 горошин душистых перцев
- ◆ 150 г корня имбиря
- ◆ 80 г соли
- ◆ 200 мл растительного масла
- ◆ 120 мл 9 %-ного уксуса

Овощи вымойте и очистите. Помидоры нарежьте дольками, лук полукольцами. Болгарский перец нарежьте кольцами. Капусту нашинкуйте, морковь натрите на крупной терке, чеснок и имбирь мелко порубите. Соедините овощи, добавьте растительное масло, перец горошком, посолите и перемешайте. Выложите овощи в подготовленные банки, влейте уксус. Стерилизуйте 25–30 мин. Закатайте, переверните банки вверх дном и оставьте до полного остывания.

Капуста с острым перцем

- ◆ 1 вилок белокочанной капусты
- ◆ 3 стручка острого перца

- ◆ 2 моркови
- ◆ 1 зубчик чеснока

Для заливки:

- ◆ 70 г соли
- ◆ 30 г сахара
- ◆ по 150 мл растительного масла, 9 %-ного уксуса
- ◆ лавровый лист
- ◆ душистый перец горошком
- ◆ 1 л воды

Капусту нарежьте крупными кусками, горький перец и морковь нарежьте кружочками, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Выложите капусту и морковь в подготовленные банки, присыпая чесноком и горьким перцем. Воду для заливки доведите до кипения, добавьте специи и кипятите в течение 5 мин. Залейте капусту горячим рассолом, добавьте уксус и стерилизуйте в течение 20 мин. Банки закатайте, переверните вверх дном и оставьте до полного остывания.

Консервированная цветная капуста с болгарским перцем

- ◆ 2 кг цветной капусты
- ◆ по 2 болгарских перца, зубчика чеснока

Для заливки:

- ◆ 100 г соли
- ◆ 50 г сахара
- ◆ 250 мл яблочного уксуса
- ◆ 2 л воды

Цветную капусту разберите на соцветия. Воду доведите до кипения, добавьте немного яблочного уксуса, положите капусту и варите 2 мин. Затем откиньте на дуршлаг, обдайте холодной водой и остудите. У болгарского перца удалите семена и нарежьте соломкой. Чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. В кипящую воду положите соль и сахар. Капусту и перец слоями выложите в подготовленные банки, залейте заливкой, сверху выложите чеснок. Через 20 мин рассол слейте, вновь доведите до кипения и влейте в банки. Добавьте яблочный уксус и закатайте. Переверните банки вверх дном и оставьте до полного остывания.

Цветная капуста, консервированная с кабачками

- ◆ 1 кг цветной капусты
- ◆ 3 кабачка
- ◆ по 2 помидора, зубчика чеснока
- ◆ по 1 болгарскому перцу, моркови, головке репчатого

лука

- ◆ 120 г соли
- ◆ 50 г сахара
- ◆ 100 г томатной пасты
- ◆ 150 мл растительного масла
- ◆ 50 мл 9 %-ного уксуса
- ◆ зелень укропа

Овощи вымойте и очистите. Капусту разберите на соцветия и нарежьте крупными кусками. Кабачок нарежьте кубиками, перец нарежьте соломкой, помидоры нарежьте дольками, лук кольцами, морковь натрите на крупной терке. Соедините овощи, добавьте сахар, соль, растительное масло и тщательно перемешайте. Поставьте в прохладное место на 2–3 ч. Затем доведите смесь до кипения и варите на медленном огне 20–25 мин. Добавьте томатную пасту, измельченную зелень и чеснок, перемешайте и варите еще 20 мин. Добавьте уксус и перемешайте. Разложите овощи в стерилизованные банки, закатайте. Переверните банки вверх дном и оставьте до полного остывания.

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.