

Моя кулинарная библиотечка



# Лечо, консервированные ОВОЩИ и блюда ИЗ НИХ

Лечо  
с.3

Ассорти  
с баклажанами  
и айвой  
с.100



Моя кулинарная библиотечка

**Лечо, консервированные  
овощи и блюда из них**

«ЭКСМО»

2010

Лечо, консервированные овощи и блюда из них / «Эксмо»,  
2010 — (Моя кулинарная библиотечка)

Вашему вниманию предлагается книга рецептов.

## Содержание

ЛЕЧО	5
ОСТРАЯ ЗАКУСКА ИЗ БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА	6
ЗАКУСКА ИЗ ЛУКА ПО-ГРУЗИНСКИ	7
ЗАКУСКА ИЗ БАКЛАЖАНОВ С МОРКОВЬЮ	8
ПЕРЕЦ ПЕЧЕНый С БРЫНЗОЙ	9
ПЕРЕЦ В ТОМАТНОМ СОКЕ ПО-ЧЕШСКИ	10
ЛЕЧО	11
ЛЕЧО ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА С ТОМАТНЫМ ПЮРЕ	12
ПАПРИКАШ	13
ПЕРЕЦ С ПОМИДОРАМИ ПО-БОЛГАРСКИ	14
ЗАКУСКА ИЗ ЛУКА, ЧЕРНОСЛИВА И БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА	15
ЗАКУСКА ИЗ ЛУКА ПО-ВОСТОЧНОМУ	16
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА	17
ЗЕЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ С ОРЕХАМИ	18
ОВОЩНОЙ САЛАТ ПО-УЗБЕКСКИ	19
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННЫХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	20
САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ И ПОМИДОРОВ	21
ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ И МОРКОВИ	22
САЛАТ «ЗАКУСОЧНЫЙ»	23
САЛАТ ИЗ БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА И МОРКОВИ	24
ЗАКУСКА «ОГОНЕК»	25
ОВОЩНОЕ АССОРТИ	26
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	27
САЛАТ ИЗ СТРУЧКОВОЙ ФАСОЛИ И МОРКОВИ	28
ВИНЕГРЕТ	29
ЗАКУСКА ИЗ ПОМИДОРОВ И ЛУКА	30
САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	31
ЗАКУСКА ИЗ СВЕКЛЫ, ЛУКА И ХРЕНА	32
ЗАКУСКА ИЗ ФАСОЛИ И ЗЕЛЕНИ	33
САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КАПУСТЫ	34
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ДЛЯ ВТОРЫХ БЛЮД	35
СМЕСЬ ОВОЩНАЯ ОСТРАЯ	36
СМЕСЬ ДЛЯ СУПА	37
ИКРА БАКЛАЖАННАЯ С ОВОЩАМИ	38
БАКЛАЖАННАЯ ИКРА СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	39
БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ	40
КОНСЕРВИРОВАННЫЕ КАБАЧКИ С ПАТИССОНАМИ	41
ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ	42
ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ В ЯБЛОЧНОЙ ЗАЛИВКЕ	43
ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ ВО ФРУКТОВО-ЯБЛОЧНОМ СОКЕ	44
ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ В СВЕКОЛЬНОМ СОКЕ	45
КАБАЧКИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	46
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (1-й способ)	47
Конец ознакомительного фрагмента.	48

# Лечо, консервированные овощи и блюда из них

## ЛЕЧО

*500 г болгарского перца*

*500 г помидоров*

*200 г репчатого лука*

*150 мл растительного масла*

*1 ст. ложка 9%-ного уксуса*

*1 ст. ложка соли*

Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать полукольцами. Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать кружочками.

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. В кастрюле нагреть растительное масло, положить лук, болгарский перец, помидоры.

Тушить 15 мин., положить соль, влить уксус, разложить по банкам, укупорить.

## **ОСТРАЯ ЗАКУСКА ИЗ БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА**

*1 кг болгарского перца*  
*6 – 8 зубчиков чеснока*  
*1 стручок острого красного перца*  
*70 мл столового уксуса*  
*200 мл растительного масла*  
*2 ч. ложки сахара*  
*1 ст. ложка соли*

Болгарский перец вымыть, удалить семена, обжарить на растительном масле.  
Чеснок очистить и вымыть. Чеснок и острый перец измельчить, положить соль, сахар.  
Перец и приправу уложить слоями в банки, влить уксус.

## ЗАКУСКА ИЗ ЛУКА ПО-ГРУЗИНСКИ

*1 кг репчатого лука  
500 г сливы  
4 – 6 зубчиков чеснока  
1 стручок красного острого перца  
50 мл растительного масла  
1 ст. ложка лимонного сока  
1 ст. ложка 9%-ного уксуса  
2 ч. ложки сахара  
2 ч. ложки соли*

Сливу вымыть, разделить на половинки, удалить косточки, нарезать небольшими кусочками.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, сбрызнуть лимонным соком.

Чеснок очистить, вымыть.

Острый перец вымыть, пропустить через мясорубку вместе с чесноком.

Сливу и лук выложить в кастрюлю, добавить соль, сахар, растительное масло.

Варить, помешивая, на слабом огне 5 – 7 мин.

Смешать с острым перцем, чесноком и уксусом.

Переложить в банки.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой для стерилизации.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить и охладить.

## **ЗАКУСКА ИЗ БАКЛАЖАНОВ С МОРКОВЬЮ**

*1 кг баклажанов  
2 – 3 моркови  
3 луковицы  
100 мл растительного масла  
1 ст. ложка 9%-ного уксуса  
2 ч. ложки соли*

Баклажаны нарезать кружочками, посолить. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать кольцами.

Баклажаны выложить на сковороду с разогретым растительным маслом (70 мл), жарить с обеих сторон до готовности. Морковь и лук обжарить в оставшемся растительном масле.

Баклажаны, морковь и лук уложить в банки. В каждую банку влить уксус. Банки накрыть крышками, простерилизовать, укупорить, перевернуть вверх дном.

## **ПЕРЕЦ ПЕЧЕНЫЙ С БРЫНЗОЙ**

*5 кг сладкого перца*

*500 г брынзы*

*300 г растительного масла*

Красные сладкие перцы испечь, затем очистить от семян и кожицы, размять. Добавить брынзу и растительное масло.

Все хорошо перемешать и разложить в банки емкостью 0,35 л. Стерилизовать их 20 мин.

## **ПЕРЕЦ В ТОМАТНОМ СОКЕ ПО-ЧЕШСКИ**

*10 кг сладкого перца  
100 – 150 г корня хрена  
150 – 200 г чеснока  
40 – 50 г зелени укропа  
Для заливки:  
1 л томатного сока  
25 – 30 г соли*

Подготовить перцы (см. выше). Корень хрена очистить и нарезать небольшими кусочками. Чеснок очистить, зелень нарезать.

Приправы положить на дно банок и сверху. Перцы плотно уложить в банки, вкладывая один в другой. Залить их кипящим томатным соком с солью.

Стерилизовать в кипящей воде полулитровые банки 30 – 40 мин., двух- и трехлитровые – 50 – 60 мин.

## ЛЕЧО

*1,3 кг сладкого перца*

*1 кг помидоров*

*250 г репчатого лука*

*40 – 60 мл воды*

*15 – 20 г соли*

*щепотка молотого черного перца*

Зрелые мясистые перцы вымыть, обрезать с концов и удалить семена. Перцы нарезать полосками шириной 5 – 8 мм (или кусочками). Помидоры измельчить ломтиками толщиной 3 – 4 мм. Лук очистить и измельчить.

Подготовленные овощи смешать, добавить по вкусу соль и черный перец и переложить в эмалированную кастрюлю. Добавить 2 – 3 ст. ложки воды и тушить под крышкой 10 мин.

Плотно, без воздушных пустот, заполнить банки овощной массой (перцы должны быть покрыты соком).

Стерилизовать в кипящей воде литровые банки 45 мин., трехлитровые – 60 мин.

## ЛЕЧО ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА С ТОМАТНЫМ ПЮРЕ

*1 кг сладкого перца  
220 г томатного пюре  
50 г сахара  
30 г соли*

Зеленые и красные перцы тщательно промыть, освободить от плодоножек, перепонки и семян. Затем еще раз промыть и нарезать квадратиками.

Зрелые томаты тоже вымыть, нарезать и пропустить через мясорубку. Протереть массу через сито, положить в кастрюлю и уварить до уменьшения в объеме в 3 раза.

В полученное томатное пюре опустить нарезанный перец. Посолить, добавить сахар, перемешать, прокипятить 10 мин.

Горячую массу разложить в подготовленные банки (до краев) так, чтобы перец был полностью покрыт томатным пюре.

Прикрыть банки крышками.

Стерилизовать в кипящей воде полулитровые банки 25 мин., литровые – 30 мин.

После стерилизации банки закатать, перевернуть вверх дном и остудить.

Хранить в холодном, сухом помещении.

## ПАПРИКАШ

*9 кг сладкого перца*

*3 кг помидоров*

*50 – 60 г зелени петрушки*

***Для заливки:***

*1 л томатного сока*

*20 г соли*

Перцы вымыть, вырезать семена, снова вымыть и нарезать крупными кусочками. Бланшировать 3 – 4 мин. в кипящей воде и сразу же остудить в холодной.

Мелкоплодные помидоры вымыть вместе с перцем и слоями уложить в банки.

Нарезанную зелень положить на дно. (Крупные помидоры нарезать дольками и положить на дно и поверх перца.)

Залить овощи кипящим томатным соком с солью.

Стерилизовать литровые банки в кипящей воде 50 мин.

## ПЕРЕЦ С ПОМИДОРАМИ ПО-БОЛГАРСКИ

*5 кг сладкого перца  
7,5 кг помидоров  
2 кг репчатого лука  
200 г зелени петрушки  
1 л растительного масла  
70 г сахара  
80 г соли*

Перцы вымыть, вырезать семена, нарезать плоды крупными кусочками. Слегка обжарить в растительном масле.

Лук почистить, нарезать кольцами и тоже поджарить в растительном масле до золотистого цвета.

Зелень измельчить. Помидоры вымыть, нарезать дольками и уварить до половины первоначального объема.

Затем добавить в помидоры, при помешивании, соль, сахар и 400 мл растительного масла.

Когда соль и сахар растворятся, порциями положить перец, лук и зелень. Довести смесь до кипения и сразу же разложить по банкам.

Стерилизовать литровые банки в кипящей воде 40 мин.

## **ЗАКУСКА ИЗ ЛУКА, ЧЕРНОСЛИВА И БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА**

*500 г репчатого лука  
200 г чернослива  
200 г болгарского перца  
5 – 6 зубчиков чеснока  
50 мл растительного масла  
1 ст. ложка 9%-ного уксуса  
1 ч. ложка сахара  
1/2 ч. ложки порошка горчицы  
2 ч. ложки соли*

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Чернослив вымыть, разделить на половинки, удалить косточки, нарезать небольшими кусочками.

Болгарский перец вымыть.

Удалить семена, мелко нарезать.

Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки.

Лук, чернослив и болгарский перец выложить в кастрюлю, посолить, посыпать сахаром, добавить растительное масло.

Тушить, помешивая, в течение 10 мин.

Добавить чеснок, влить уксус, перемешать.

Овощную смесь переложить в банки.

В каждую банку добавить горчицу.

Банки накрыть чистыми крышками, простерилизовать, укупорить, перевернуть вверх дном и охладить.

## ЗАКУСКА ИЗ ЛУКА ПО-ВОСТОЧНОМУ

*500 г репчатого лука*

*200 г сливы*

*100 г абрикосов*

*3 зубчика чеснока*

*4 яблока*

*50 мл растительного масла*

*1 ст. ложка 9%-ного уксуса*

*1 ст. ложка лимонного сока*

*2 чайные ложки сахара*

*1/2 ч. ложки порошка горчицы, черный молотый перец*

*2 ч. ложки соли*

Яблоки вымыть, очистить от кожицы.

Разрезать пополам, удалить сердцевину. Мякоть натереть на крупной терке, сбрызнуть лимонным соком.

Абрикосы и сливу вымыть, разделить на половинки, удалить косточки, мелко нарезать.

Лук и чеснок очистить, вымыть, измельчить.

Лук, сливу, абрикосы и яблоки выложить в кастрюлю, посолить, посыпать сахаром и перцем, добавить растительное масло, тушить, помешивая, в течение 10 мин.

Добавить уксус, чеснок, перемешать.

Овощи переложить в банки.

В каждую банку добавить горчицу.

Банки накрыть чистыми крышками, простерилизовать.

Банки укупорить, перевернуть вверх дном, оставить в таком положении до полного остывания, убрать на хранение.

## САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА

*500 г помидоров  
500 г болгарского перца  
2 моркови  
4 луковички  
100 мл растительного масла  
2 ст. ложки 9%-ного уксуса  
2 ч. ложки сахара  
1/2 – 2 ст. ложки соли*

Помидоры вымыть, нарезать дольками.

Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать полукольцами.

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке.

Помидоры, болгарский перец, лук и морковь выложить на сковороду с разогретым растительным маслом.

Добавить соль и сахар, перемешать.

Тушить, помешивая, в течение 10 мин.

Влить немного воды, перемешать, тушить 5 мин.

Влить уксус.

Салат переложить в банки.

Банки накрыть крышками, простерилизовать, укупорить, перевернуть вверх дном и охладить.

## **ЗЕЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ С ОРЕХАМИ**

*1 кг зеленых помидоров*

*100 г ядер грецких орехов*

*1 стручок острого красного перца*

*4 зубчика чеснока*

*1 пучок зелени базилика, приправа для овощей*

*1 ст. ложка 9%-ного уксуса*

*2 ч. ложки сахара*

*2 ч. ложки соли*

Помидоры вымыть, нарезать дольками, посолить и оставить на 10 мин.

Острый перец вымыть, мелко нарезать.

Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки.

Зелень базилика вымыть и нарубить.

Ядра грецких орехов обжарить на сковороде без масла и измельчить.

Острый перец, чеснок, зелень базилика, орехи, приправу для овощей и сахар смешать.

Помидоры уложить слоями в банки, посыпая каждый слой приготовленной смесью.

В каждую банку добавить уксус. Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин.

Банки укупорить, перевернуть вверх дном, оставить до остывания, затем убрать на хранение.

## ОВОЩНОЙ САЛАТ ПО-УЗБЕКСКИ

*300 г помидоров  
300 г огурцов  
2 баклажана  
1 кабачок  
1 пучок зелени базилика  
50 г ядер грецких орехов  
4 зубчика чеснока  
1 стручок красного острого перца  
50 мл столового уксуса  
100 мл растительного масла  
3 ч. ложки сахара, приправа для овощей  
5 – 6 горошин душистого перца  
1,5 ст. ложки соли*

Помидоры вымыть, нарезать дольками.  
Огурцы вымыть, нарезать кружочками.  
Баклажаны и кабачок вымыть, очистить, нарезать кружочками.  
Острый перец вымыть и мелко нарезать.  
Ядра грецких орехов нарубить.  
Зелень базилика вымыть, измельчить.  
Чеснок очистить, вымыть, мелко нарезать.  
Острый перец, орехи, чеснок, базилик, приправу для овощей, соль и сахар смешать.  
Баклажаны и кабачки обжарить в растительном масле.  
Баклажаны, кабачки, помидоры и огурцы уложить слоями в банки.  
Каждый слой посыпать приготовленной смесью.  
В каждую банку положить душистый перец.  
Налить разогретое до 70 °С оставшееся растительное масло и уксус.  
Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.  
Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин.  
Банки укупорить, перевернуть вверх дном, оставить до охлаждения.

## САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННЫХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ

*500 г зеленых помидоров  
500 г огурцов  
1 пучок зелени укропа  
1 пучок зелени петрушки  
50 мл растительного масла  
1 ч. ложка сахара  
1 ст. ложка 9%-ного уксуса  
2 ч. ложки соли*

Помидоры промыть холодной проточной водой, затем обдать кипятком.

Снять кожицу, мякоть нарезать тонкими дольками.

Огурцы вымыть, нарезать кружочками.

Зелень укропа и петрушки вымыть и нарубить.

Растительное масло нагреть до 70 °С.

Помидоры и огурцы уложить слоями в банки, посыпая каждый слой зеленью укропа и петрушки, солью и сахаром.

В каждую банку добавить уксус и растительное масло.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин.

Банки закупорить, перевернуть вверх дном и оставить до полного остывания.

### **СОВЕТ**

*Если в консервированный салат добавляется чеснок, его нельзя подвергать тепловой обработке.*

## САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ И ПОМИДОРОВ

*500 г баклажанов  
500 г помидоров  
3 стручка болгарского перца  
3 луковицы  
100 мл растительного масла  
2 ст. ложки 9%-ного уксуса  
1 ч. ложка сахара  
5 – 7 горошин черного перца  
2 ч. ложки соли*

Баклажаны и помидоры вымыть, нарезать кубиками.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать небольшими кусочками.

Баклажаны, помидоры, лук и болгарский перец выложить в кастрюлю, посолить, посыпать сахаром, перемешать.

Добавить перец горошком, растительное масло, тушить, помешивая, в течение 15 мин.

Влить уксус, перемешать.

Салат разложить по банкам. Банки накрыть чистыми крышками.

Поставить в кастрюлю с горячей водой, стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить и охладить.

## ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ И МОРКОВИ

*700 г кабачков  
300 г моркови  
3 луковицы  
4 – 6 зубчиков чеснока  
2 пучка зелени петрушки и укропа  
100 мл растительного масла  
50 мл столового уксуса  
1 ч. ложка сахара  
1 ст. ложка соли*

Морковь вымыть и очистить. Лук очистить и вымыть.

Кабачки вымыть, нарезать кружочками.

Удалить семена, нарезать кубиками.

Морковь натереть на терке.

Лук нарубить.

Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки.

Зелень петрушки и укропа вымыть, измельчить.

Кабачки посолить, обжарить в 70 мл растительного масла.

Лук и морковь посыпать сахаром, обжарить отдельно в оставшемся растительном масле.

Кабачки, лук и морковь перемешать с чесноком и зеленью, уложить в банки.

В каждую банку влить уксус.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить, охладить и убрать на хранение.

## САЛАТ «ЗАКУСОЧНЫЙ»

*1 кг огурцов*

*2 луковицы*

*3 зубчика чеснока*

*50 – 70 мл растительного масла*

*50 мл столового уксуса*

*5 – 7 горошин черного перца*

*1 ст. ложка соли*

Огурцы вымыть, нарезать кружочками. Лук и чеснок очистить, измельчить.

Смешать все ингредиенты, посолить, влить уксус и масло. Разложить по банкам, добавить перец, простерилизовать и укупорить.

## САЛАТ ИЗ БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА И МОРКОВИ

*600 г болгарского перца*

*400 г моркови*

*4 луковицы*

*5 зеленых помидоров*

*100 мл растительного масла*

*50 мл столового уксуса*

*2 ч. ложки сахара, черный молотый перец*

*2 ст. ложки соли*

Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать тонкими полосками.

Морковь тщательно вымыть, очистить и натереть на крупной терке.

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.

Помидоры вымыть, мелко нарезать.

Болгарский перец, морковь, лук и помидоры выложить в кастрюлю, посолить, поперчить, посыпать сахаром.

Помешивая, тушить в течение 10 мин.

Влить растительное масло, перемешать, тушить в течение 5 – 7 мин.

Добавить уксус.

Еще раз перемешать, переложить в банки.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить и охладить.

## ЗАКУСКА «ОГОНЕК»

*1 кг помидоров  
300 г корня хрена  
100 г чеснока  
2 ч. ложки сахара  
1 ст. ложка лимонного сока  
2 ст. ложки 9%-ного уксуса  
1 ст. ложка соли*

Помидоры вымыть, опустить на 3 – 4 мин. в кипяток, снять кожицу. Протереть через сито.

Чеснок очистить, вымыть, измельчить с помощью чеснокодавилки.

Корни хрена вымыть, очистить, сбрызнуть лимонным соком, пропустить через мясорубку.

Томатное пюре, помешивая, довести до кипения, добавить соль и сахар.

Нагревать в течение 5 – 7 мин.

Влить уксус, добавить хрен и чеснок.

Тщательно перемешать.

Закуску разложить по банкам.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить.

Перевернуть вверх дном, оставить до остывания.

## ОВОЩНОЕ АССОРТИ

*300 г огурцов  
300 г красных и зеленых помидоров  
300 г болгарского перца  
300 г белокочанной капусты  
3 моркови  
2 – 3 луковицы  
1 пучок зелени петрушки  
200 мл растительного масла  
50 – 70 мл столового уксуса  
1 ч. ложка сахара  
6 – 8 горошин черного перца  
2 ст. ложки соли*

Огурцы вымыть, нарезать кружочками.

Помидоры вымыть, нарезать полукружиями.

Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать тонкими полосками.

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами.

Капусту вымыть и нашинковать.

Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке.

Зелень петрушки вымыть и нарубить.

Растительное масло нагреть до температуры 70 °С.

На дно каждой банки положить перец горошком и зелень петрушки.

Овощи посыпать сахаром и солью, уложить в банки.

В каждую банку влить уксус и растительное масло. Банки накрыть крышками, простерилизовать, укупорить, охладить.

## САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ

*500 г свеклы  
200 г моркови  
400 г помидоров  
3 – 4 луковицы  
1 корень петрушки  
50 мл растительного масла  
1 ст. ложка 9%-ного уксуса  
2 ч. ложки сахара  
6 – 8 горошин душистого перца  
1 ст. ложка соли*

Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке.

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами.

Корень петрушки вымыть, очистить, нарезать соломкой.

Морковь, лук и корень петрушки выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, обжарить, смешать со свеклой.

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу.

Мякоть протереть через сито, помешивая, довести до кипения на слабом огне.

Добавить сахар, соль, варить в течение 3 – 5 мин., влить уксус.

В каждую банку положить перец горошком, уложить овощную смесь.

Влить томатный соус.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить и охладить.

## САЛАТ ИЗ СТРУЧКОВОЙ ФАСОЛИ И МОРКОВИ

*500 г стручковой фасоли  
300 г моркови  
3 – 4 луковички  
5 – 6 помидоров  
1 пучок зелени базилика  
50 мл растительного масла  
40 мл столового уксуса  
2 ч. ложки сахара  
5 – 7 горошин черного перца  
1 ч. ложка черного молотого перца  
2 ст. ложки соли*

Фасоль вымыть, крупно нарезать.  
Морковь очистить, вымыть, нарезать кубиками.  
Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами.  
Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать дольками.  
Зелень базилика вымыть и крупно нарезать.  
Морковь, лук и помидоры выложить в кастрюлю, добавить растительное масло.  
Помешивая, тушить 10 мин.  
Добавить зелень базилика и фасоль.  
Положить соль, сахар, перец горошком и молотый перец.  
Нагреть, помешивая, на слабом огне в течение 5 – 7 мин., влить уксус, перемешать.  
Овощную смесь плотно уложить в банки.  
Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.  
Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить.  
Банки перевернуть вверх дном и оставить до остывания.

## **ВИНЕГРЕТ**

*500 г белокочанной капусты  
300 г моркови  
300 г свеклы  
2 зубчика чеснока  
1 корень петрушки  
40 мл столового уксуса  
50 мл растительного масла  
лавровый лист  
3 – 4 бутона гвоздики, черный молотый перец  
1 ст. ложка соли*

Капусту вымыть, нашинковать.

Чеснок очистить и вымыть.

Морковь вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Свеклу вымыть, очистить, нарезать кубиками.

Корень петрушки вымыть, очистить, нарезать кружочками.

Чеснок мелко нарезать.

Капусту, морковь, свеклу и корень петрушки перемешать.

На дно каждой банки положить чеснок, лавровый лист, гвоздику, влить уксус.

Овощную смесь посолить, поперчить, еще раз перемешать, оставить на 10 мин.

Салат уложить в банки.

Растительное масло нагреть до температуры 70 °С.

В каждую банку влить растительное масло.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить, перевернуть вверх дном, оставить до полного остывания.

## ЗАКУСКА ИЗ ПОМИДОРОВ И ЛУКА

*1 кг репчатого лука  
500 г помидоров  
100 мл растительного масла  
1 ст. ложка лимонного сока  
40 мл столового уксуса  
1 пучок зелени укропа  
3 ч. ложки сахара, лавровый лист  
6 – 8 горошин черного перца  
1 ст. ложка соли*

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать дольками.

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать, пропустить через мясорубку.

Зелень укропа вымыть и нарубить.

Лук выложить на сковороду с разогретым растительным маслом, посолить, посыпать сахаром.

Добавить лимонный сок, тушить, помешивая, в течение 10 мин.

Положить зелень укропа, перемешать.

Влить уксус, еще раз перемешать.

На дно каждой банки положить перец горошком и лавровый лист.

Помидоры и лук уложить в банки слоями.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Простерилизовать, укупорить и охладить.

## САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

*1 кг краснокочанной капусты  
300 г болгарского перца  
2 – 3 луковицы  
100 мл растительного масла  
40 мл столового уксуса  
1 ч. ложка сахара  
2 бутона гвоздики, лавровый лист  
6 – 8 горошин черного перца  
4 – 5 горошин душистого перца  
1 ст. ложка соли*

Капусту вымыть и нашинковать.

Болгарский перец вымыть, удалить семена, нарезать тонкими полосками.

Лук очистить, вымыть, нарезать полукольцами.

Капусту, болгарский перец и лук посолить, перемешать, залить уксусом, оставить на 10 мин.

200 – 250 мл воды довести до кипения, положить перец горошком, лавровый лист, гвоздику, сахар, кипятить 5 мин., влить уксус.

Растительное масло нагреть до температуры 70 °С.

Капусту, болгарский перец и лук уложить в банки, залить горячим маринадом.

В каждую банку влить растительное масло.

Банки накрыть чистыми крышками, простерилизовать, укупорить и охладить.

## ЗАКУСКА ИЗ СВЕКЛЫ, ЛУКА И ХРЕНА

*1 кг свеклы*

*1 корень хрена*

*3 – 4 луковичы*

*40 мл столового уксуса*

*1 ст. ложка лимонного сока*

*3 ч. ложки сахара, лавровый лист*

*2 – 3 бутона гвоздики*

*1 ст. ложка соли*

Свеклу вымыть, очистить и нарезать крупными кусками.

Корень хрена вымыть, очистить, натереть на крупной терке, полить лимонным соком, тщательно перемешать и оставить на 15 мин.

Лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами.

300 мл воды довести до кипения, добавить лавровый лист, гвоздику, соль, сахар.

Перемешать, кипятить в течение 3 мин.

Влить уксус, еще раз перемешать.

Свеклу, хрен и лук плотно уложить в банки. Залить горячим маринадом.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать полулитровые банки в течение 5 мин., литровые – в течение 7 – 10 мин., укупорить, перевернуть вверх дном, охладить и убрать на хранение.

## ЗАКУСКА ИЗ ФАСОЛИ И ЗЕЛЕНИ

*1 кг стручковой фасоли  
2 пучка зелени укропа  
3 – 4 помидора  
50 мл столового уксуса  
1 ч. ложка сахара, лавровый лист  
2 – 3 бутона гвоздики  
2 – 3 горошины душистого перца  
4 – 5 горошин черного перца  
1 ст. ложка соли*

Фасоль промыть холодной водой, выложить в кастрюлю, залить холодной водой.

Довести до кипения на слабом огне, посолить и перемешать.

Фасоль варить до готовности.

Отвар слить и процедить.

Зелень укропа вымыть и мелко нарезать.

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, протереть через сито.

Отвар довести до кипения, добавить сахар, лавровый лист, гвоздику, черный и душистый перец горошком.

Кипятить в течение 3 мин., положить зелень укропа, влить уксус, перемешать.

Фасоль уложить в банки.

Залить горячим маринадом.

Банки накрыть чистыми крышками и поставить в кастрюлю с горячей водой.

Простерилизовать, укупорить и охладить.

## САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КАПУСТЫ

*500 г стручковой фасоли*  
*500 г белокочанной капусты*  
*50 мл растительного масла*  
*40 мл столового уксуса*  
*2 ч. ложки сахара*  
*1 ст. ложка соли*

Фасоль промыть холодной водой, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить до готовности.

Капусту вымыть и нашинковать.

Растительное масло нагреть до температуры 70 °С.

Фасоль и капусту уложить слоями в банки, посыпая каждый слой сахаром, солью и поливая уксусом.

В каждую банку налить растительное масло. Банки накрыть крышками, простерилизовать, укупорить и охладить.

## ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ДЛЯ ВТОРЫХ БЛЮД

*300 г кабачков*

*300 г болгарского перца*

*250 г помидоров*

*150 г репчатого лука*

Овощи тщательно вымыть в теплой воде, обсушить.

Кабачки и болгарский перец разрезать, удалить семена.

Кабачки нарезать кубиками, перец – кусочками квадратной формы.

Лук очистить, мелко нарезать.

Помидоры вымыть, обсушить, нарезать небольшими дольками.

Подготовленные кабачки, перец и лук по отдельности погрузить в кипящую подсоленную воду (1/2 ст. ложки на 1 л воды) и бланшировать соответственно в течение 3, 2 и 1 мин.

После бланширования быстро охладить овощи в холодной воде, переложить в дуршлаг и дать воде стечь.

Все овощи смешать.

Овощную смесь разложить по пластиковым контейнерам.

Закрыть контейнеры крышками или герметично укупорить полиэтиленовой пленкой.

Контейнеры поставить в морозильную камеру для замораживания.

## СМЕСЬ ОВОЩНАЯ ОСТРАЯ

*500 г моркови*

*1 стручок красного острого перца*

*2 – 3 зубчика чеснока*

*50 г зелени петрушки*

*50 г зелени базилика*

Морковь очистить, вымыть, нарезать кубиками среднего размера.

Бланшировать в кипящей подсоленной воде в течение 2 – 3 мин.

Остудить в холодной воде, выложить в дуршлаг.

Перец вымыть, удалить семена и плодоножку, измельчить.

Бланшировать в течение 1 – 2 мин., обдать холодной водой.

Чеснок очистить, вымыть, измельчить.

Зелень вымыть на плаву, разложить тонким слоем на чистом полотенце, обсушить.

Базилик измельчить, петрушку нарезать кусочками длиной 4 – 5 см.

Все компоненты смешать.

Разложить смесь по пластиковым контейнерам.

Накрыть контейнеры пищевой пленкой.

Поместить в морозильную камеру.

## СМЕСЬ ДЛЯ СУПА

*500 г шампиньонов*

*200 г моркови*

*200 г болгарского перца*

*по 1 корню петрушки и сельдерея*

Шампиньоны перебрать, вымыть, нарезать ломтиками. Бланшировать 2 мин.

Морковь очистить, вымыть, нарезать кружочками.

Перец вымыть, удалить плодоножки, семена, нарезать. Бланшировать 2 мин., охладить.

Коренья очистить, вымыть, измельчить.

Все смешать, разложить по пакетам и поместить в морозильную камеру.

## ИКРА БАКЛАЖАННАЯ С ОВОЩАМИ

### *На литровую банку:*

*1 кг баклажанов*

*350 г помидоров*

*200 г моркови*

*200 г репчатого лука*

*100 г подсолнечного масла*

*200 г зелени петрушки*

*перец*

*сахар*

*соль по вкусу*

Баклажаны помыть, очистить от кожицы и нарезать мякоть соломкой. Посолить, перемешать и дать полежать (30 мин.). Затем отжать, переложить в глубокую посуду с растительным маслом и, помешивая, припустить до мягкости.

Лук почистить и тоже нарезать тонкой соломкой. Спассеровать его с тертой морковью, добавив молотый перец и зелень петрушки. Помидоры вымыть, ошпарить и очистить от кожицы. Мякоть нарезать и в отдельной посуде припустить с растительным маслом.

После этого овощи смешать, посолить, поперчить, посыпать сахаром и варить 5 мин. Горячую массу переложить в банки, накрыть крышками и простерилизовать полулитровые банки 10 мин., литровые – 20 мин.

Закатать сразу же.

## **БАКЛАЖАННАЯ ИКРА СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ**

*7 кг молотых баклажанов  
800 г зеленого сладкого перца  
400 г красных томатов  
100 г томата-пюре (или уваренного томатного сока)  
50 г зелени петрушки  
1,5 л растительного масла  
150 г соли*

Плоды промыть и дать воде стечь, обжарить на плите, над сильным пламенем. Обжигание продолжать до полного размягчения мякоти. Запеченные баклажаны охладить, снять с них кожуру и пропустить через мясорубку.

Томаты мелко порубить.

Зелень петрушки промыть и измельчить, удалив пожелтевшие и увядшие листики и стебельки.

Ингредиенты хорошо смешать. Массу уложить в предварительно подготовленные банки. Стерилизовать литровые банки при температуре 100°C в течение 2 ч.

## БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

*10 кг баклажанов*  
*1 кочан капусты (средних размеров)*  
*400 г моркови*  
*10 корней петрушки*  
*10 – 15 небольших веточек сельдерея*  
*1 кг зеленого сладкого перца*  
*3 головки чеснока*  
*2 – 3 веточки укропа*  
*325 г соли*  
**Для заливки:**  
*10 л воды*  
*1 кг соли*

Плоды помыть теплой водой, освободить от плодоножек, бланшировать в течение 5 мин. и охладить.

Затем разрезать баклажаны вдоль, но не полностью, а чтобы у завязи они оставались целыми.

Овощи и корни очистить, помыть, тонко нарезать. Добавить толченый чеснок, соль и хорошо перемешать. Нафаршировать этой массой баклажаны, перевязать их веточками сельдерея. Затем овощи ровными рядами уложить в тщательно промытую и ошпаренную бочку, дно которой выстлано свежими листьями капусты.

Накрыть баклажаны сначала капустными листьями, затем холщовой тряпочкой, а в завершение деревянной крышкой. Осторожно, с одного края, влить рассол и оставить на сутки для брожения.

После этого добавить рассола (его лучше приготовить с запасом) и спустить бочку в подвал – для окончательного брожения. Через месяц баклажаны готовы к употреблению.

Для квашения лучше брать поздние сорта баклажанов.

## КОНСЕРВИРОВАННЫЕ КАБАЧКИ С ПАТИССОНАМИ

*1 кг патиссонов*

*1 кг кабачков*

**На литровую банку:**

*4 ст. ложки 6%-ного уксуса*

*1 зубчик чеснока*

*2 – 3 горошины черного перца*

*1 гвоздика*

*1 лавровый листик*

*20 г свежих листьев пряных растений (укропа, эстрагона, базилика, хрена, петрушки, сельдерея)*

**Для заливки:**

*1 л воды*

*40 г соли*

*20 г сахара*

Для консервирования в стеклянных банках используют плоды патиссонов диаметром 3 – 6 см, а кабачков – длиной не более 10 см. Более крупные следует разрезать на части.

Овощи тщательно вымыть, вырезать плодоножки и бланшировать (с помощью дуршлага) в кипящей воде 3 – 5 мин. (в зависимости от их размера). Затем сразу же охладить в холодной воде.

До закладки плодов в банку налить уксус, положить чеснок, черный перец, гвоздику, лавровый листик и свежие листья пряных растений.

Приготовить заливку и довести ее до кипения. Затем залить ею содержимое банок, накрыть их крышками и поставить в кастрюлю с водой, нагретой до 50 °С. Довести ее до кипения и стерилизовать полулитровые банки 5 мин., литровые – 8 мин., трехлитровые – 12 мин.

После стерилизации банки герметично укупорить, перевернуть вверх дном и охладить.

## ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ

*6 кг кабачков  
200 г чеснока  
1 большой пучок петрушки (или укропа)  
150 г соли  
100 г сахара  
500 мл уксуса  
1 л растительного масла  
перец горошком*

Овощи и зелень тщательно вымыть и хорошенько обсушить. Уксус, масло, сахар и соль смешать, довести до кипения в кастрюле. Положить кабачки (диаметром 4 – 5 см), нарезанные кусочками толщиной 1,5 – 2 см.

Варить 7 – 10 мин. За 3 мин. до готовности положить нарезанную зелень.

Готовую закуску разложить в заранее подготовленные банки. Закрыть металлическими или полиэтиленовыми крышками.

Хранить закуску можно при комнатной температуре.

## **ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ В ЯБЛОЧНОЙ ЗАЛИВКЕ**

*2 кг кабачков  
1 стакан воды  
1 стакан яблочного сока  
1 стакан растительного масла  
30 г сахара  
30 г соли  
50 г тертого чеснока*

Из указанных ингредиентов приготовить заливку. Нарезать кабачки стружкой, уложить в трехлитровую банку, залить кипящей заливкой и закатать.

## **ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ ВО ФРУКТОВО-ЯБЛОЧНОМ СОКЕ**

*400 г кабачков  
300 г моркови  
300 г яблок  
500 мл яблочного сока  
500 мл воды  
50 г меда или сахара  
30 г соли  
10 листьев лимонника*

Из воды, яблочного сока, сахара и соли приготовить заливку.

Кабачки, морковь и яблоки нарезать дольками. Уложить все это в трехлитровую банку, залить кипящей заливкой и закатать.

## **ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВ В СВЕКОЛЬНОМ СОКЕ**

*2 кг кабачков*

*2 ст. ложки растертого кориандра*

*1 л сока красной свеклы*

*30 г соли*

*3 г лимонной кислоты (или 2 г аскорбиновой)*

Из сока, сахара и соли приготовить заливку. Кабачки, нарезанные дольками, уложить в банки. Залить их три раза кипящей заливкой и закатать банки.

## КАБАЧКИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

*500 – 600 г кабачков  
220 – 280 г овощного фарша  
220 – 300 г томатного соуса  
120 г растительного масла*

***Для овощного фарша:***

*1,8 кг моркови  
220 г репчатого лука  
80 г корней пастернака  
по 40 г корней петрушки и сельдерея  
30 г зелени петрушки  
по 15 г укропа и зелени сельдерея  
40 г соли*

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

Приготовление овощного фарша: морковь и корни (пастернак, петрушку и сельдерей) тщательно вымыть, обрезать корешки, соскоблить кожицу. Очищенную морковь нарезать лапшой толщиной 5 – 7 мм, корни измельчить кружками толщиной 4 – 5 мм. Лук очистить и нарезать кольцами (или пластинками).

Овощи обжарить в растительном масле до готовности, охладить и смешать. Добавить к ним измельченную зелень и соль.

Обжаренные кабачки и овощной фарш уложить в банки слоями. Залить овощи заранее приготовленным томатным соусом. Стерилизовать в кипящей воде полулитровые банки 90 мин., литровые – 120 мин.

## **ИКРА КАБАЧКОВАЯ (1-й способ)**

*1 кг кабачков  
70 г репчатого лука  
60 мл растительного масла  
10 мл 9%-ного уксуса  
2 – 3 зубчика чеснока  
по 2 – 3 стебля петрушки и укропа  
по 1,5 г молотого черного и душистого перца  
соль по вкусу*

Свежие кабачки тщательно вымыть, обрезать с обоих концов. Нарезать кабачки кружками толщиной 1 – 1,5 см и обжарить их в растительном масле до золотистого цвета.

Лук тоже нарезать (кольцами или пластинками), обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Чеснок измельчить и растереть с солью. Зелень петрушки и укропа измельчить.

## **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.