

Галина Кизима

Что летом
родится,
зимой
пригодится

мой сад и огород



Галина Александровна Кизима

Что летом родится, зимой пригодится

Текст предоставлен автором

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22137090

Что летом родится – зимой пригодится: Автorskие-тхт; 2009

ISBN 978-5-9684-1236-2

Аннотация

Хотите, чтобы приготовление пищи не занимало у вас много времени, но при этом еда была вкусной, сытной и полезной? Воспользуйтесь рецептами садоводов-любителей, которые собрала для вас Галина Александровна Кизима – признанный специалист во всех аспектах ведения приусадебного хозяйства.

Поскольку садоводы и огородники народ изобретательный, то и рецепты у них чаще всего оригинальные. Не обошлось, конечно, и без известных рецептов, но они включены в книгу, прежде всего, из-за своей простоты. Некоторые садоводы и огородники растят на участке малораспространенные культуры, однако, зачастую они не знают, как их полноценно использовать, а потому по их просьбам в эту книгу вошли рецепты блюд из таких культур. Большинство садоводов на своих участках борются

с сорняками, даже не подозревая, что многие из них могут достойно разнообразить наше меню.

Материал в книге расположен в соответствии с вызреванием тех или иных огородных растений: сначала даны рецепты с использованием сорняков, затем – с зеленью, овощами, ягодами и фруктами.

Для каждого использованного в рецептах растения приводятся сведения о полезных свойствах, а также даются предостережения от его употребления тем, кому они противопоказаны.

Содержание

Предисловие	5
Хранение	7
Сбор урожая	16
Сушка овощей, грибов, ягод и плодов	18
Замораживание	23
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Г. А. Кизима, М. Я. Туркина

Что летом родится

– зимой пригодится

Как сохранить урожай.

*Известные и неизвестные
рецепты садоводов*

Предисловие

Вырастить урожай не просто, но его еще надо сохранить. Часть урожая можно хранить в свежем виде, если есть погреб или другое хранилище. Часть можно заморозить или высушить, но всегда остается еще некоторое количество, которое мы традиционно квасим, солим, маринуем, консервируем, делаем компоты, варим варенья.

Есть устоявшиеся рецепты, ставшие традиционными для нашей кухни. Из них мы взяли самые простые в приготовлении или всеми любимые и расположили их в начале каждого раздела. Но постоянно появляются и новые способы и рецепты заготовок впрок, созданные изобретательными людьми –

садоводами, которые мы собрали и поместили в этой небольшой книжечке.

На последнем месте каждого раздела мы поместили всякие изысканные деликатесные заготовки, рассчитанные на любителя, которому надоели традиционные заготовки и хочется чего-нибудь эдакого, особенного.

Под теми рецептами, авторы которых нам были известны, мы поместили их фамилии. Те же рецепты, создателей которых обнаружить не удалось, мы оставили без подписи.

В конце книжки, кроме оглавления, дан алфавитный указатель с номерами и названиями рецептов, по которому каждый легко определит, что из тех или иных ягод и овощей можно заготовить на зиму.

Мы с благодарностью примем любые замечания и дополнения, а так же сообщения о новых приемах сохранения урожая, хороших рецептах с тем, чтобы в последующем издании сделать дополнения к этой книге.

Хранение

Как сохранить картофель и овощи в свежем виде?

Перед закладкой на хранение корнеплоды и картофель неплохо обработать биологическим препаратом ФИТО ПЛЮС, что позволит уберечь их от заболеваний грибными и бактериальными болезнями при хранении.

Картофель перед укладыванием в ящики любит полежать в сухом темном месте при положительных температурах в течение двух недель. Затем клубни можно закладывать на хранение.

Овощи – морковь, свеклу, другие корнеплоды – после выкопки просушивают несколько часов на воздухе.

Морковь надо собирать после первого заморозка, чтобы она прошла в почве стадию естественного охлаждения. Если осень стоит теплая и ждать больше нельзя, то убранную морковь надо продержать в холодильнике не менее суток. Если этого не сделать, морковь продолжает расти, быстро увянет даже, если у нее срезать верх. Перед закладкой на хранение морковь рекомендуют опудрить мелом и хранить в ящиках, пересыпав сухим песком. Вместо опудривания можно

без всяких обработок, хранить морковь во мхе сфагнуме.

Самый простой и надежный способ хранения – в погребе. Но копать его можно только на тех почвах, где уровень грунтовых вод ниже 1,5 м, иначе погреб будет заливать водой. Там, где уровень грунтовых вод выше 1 м, можно сделать горизонтальное хранилище из двух бетонных колец, посаженных на цемент в месте стыковки. Одно днище такого бетонного цилиндра полностью заливают цементным раствором, в другое оставляют квадратное отверстие для дверцы – лаза.

Цилиндр обматывают рубероидом, и засыпают почвой. Слой почвы над верхней поверхностью цилиндра должен быть не менее 30–40 см. Через деревянную дверцу надо провести металлическую трубочку, сквозь которую в хранилище будет поступать воздух, необходимый для дыхания овощей. В противном случае они задохнутся и сгниют.

Внутри надо настелить деревянный пол, а в торце сделать пару полок для хранения банок. Осенью на пол ставят друг на друга ящики с картофелем и овощами. Сверху надо все укрыть слоем сухого сена, также следует набить сено в пространство перед дверцей. Весной его можно будет использовать в качестве биотоплива в теплицах и на грядках (сено вносят в выкопанные на штык лопаты траншеи, а затем его засыпают почвой слоем не менее 15–20 см).

На таком хранилище можно сделать цветник, высадить землянику, сажать тыквы или кабачки, насыпав дополнительно слой 15–20 см питательной почвы, то есть занятое

хранилищем место зря не пропадет.

Чтобы избежать краж, хранилище можно оборудовать в подполе дома, тщательно замаскировав лаз мебелью. В подполье выкапывают яму, на дно которой насыпают слой щебенки для дренажа. Ставят в яму большую бочку, без дыр, выкрашенную снаружи слоем антикоррозийной краски. Пространство между бочкой и ямой заполняют щебенкой и песком, чтобы бочку не выпирало из ямы при замерзании грунта. Край бочки должен быть выше уровня почвы, иначе ее может залить грунтовой водой.

Далее надо подогнать крышку и вставить в нее металлическую узкую трубку для дыхания овощей. Чтобы мыши не прогрызли крышку, насыпьте поверх крышки семена черноко́рня или репейника, затем утеплите сеном.

Складывать в бочку можно слоями картофель, свеклу, морковь, пастернак, корнеплоды сельдерея, петрушки, ставить банки с заготовками.

Часть овощей оставляют зимовать прямо на грядках: пастернак и петрушку, топинамбур, стахис, сельдерей и морковь, но два последних корнеплода дополнительно укрывают слоем торфа или грунта высотой 12–15 см.

Перезимовать в почве может и картофель, но в таком месте, где его не зальет вода весной или во время зимних оттепелей. Например, в верхнем слое компостной кучи, если ее сверху прикрыть пленкой, а картофель пересыпать сухой почвой или торфом.

Складывают картофель и овощи в бурты, засыпая их сверху сухой землей или торфом. Следует укрывать пленкой только верх бурта, оставляя нижнюю часть бурта не укрытой (для дыхания и проветривания). Высота насыпной части бурта 50–60 см. Поверх пленки бурт прикрывают лапником.

Те садоводы, у которых есть застекленные лоджии или балконы, могут сделать там ящики, утепленные пенопластом и устроить превосходное хранилище прямо дома. Чтобы овощи в таком хранилище не пострадали, проводят свет и включают стоваттную лампу в сильные морозы. Не забудьте вставить небольшую трубочку – отверстие для дыхания.

Те, у кого нет лоджии или балкона, находятся в худшем положении, но мы по собственному опыту знаем, что в квартире можно хранить почти всю зиму мешки с картофелем прямо в прихожей или на кухне возле наружной стены. Для хранения лучше использовать мешки из плотной бумаги.

Картофель ранних сортов надо использовать первым, в октябре-ноябре, поскольку уже в конце ноября ранний картофель в теплом помещении начнет прорастать. Затем употребляют картофель среднеранних сортов с более длительным периодом покоя. Картофель с самым длинным периодом покоя (обычно среднеспелых или поздних сортов) начинают прорастать в квартире только в начале марта и его пускают в дело последним.

Если на клубнях появились ростки, их сразу же обламывают, поскольку они выносят из клубня большое количество

питательных веществ и влаги, (клубни сморщиваются и теряют вкус). К тому же в районе ростка меняется ткань картофеля, в нем начинается биохимический процесс, который делает картофель не только невкусным, но и вредным для здоровья. Старый картофель уже в апреле непригоден для еды, особенно тот, который хранился в теплом помещении.

Семенной картофель тоже можно сохранить в квартире. Осенью после обработки его надо сложить в пятилитровые стеклянные банки, завязать хлопчатобумажной тканью горло и поставить на подоконник. Банки время от времени надо поворачивать.

Совсем по-другому ведут себя при хранении корнеплоды. После сбора урожая процесс созревания у них идет длительное время. Через определенный срок наступает пик наибольшей пищевой ценности, а потом начинается резкое ухудшение вкусовых и полезных качеств, например, морковь хорошо хранится только до марта, свекла – до апреля, даже в прохладном погребе.

Особенно трудно сохранить капусту. Для этого нужен настоящий подвал или погреб и сорта, предназначенные для длительного хранения.

При хранении кочанов выделяется тепло в результате интенсивного процесса гидролиза крахмала. Здесь помогает проветривание, иначе один заболевший кочан может сгубить весь урожай. Кроме того, и кочан и кочерыжка в хранилище растут, но кочерыжка растет медленнее, что приводит к

«выворачиванию» внутренних листьев кочана.

Каждый кочан надо завернуть в газету. В такой одежде капусту можно хранить и между рамами на окне, если позволяет расстояние между стеклами.

Появление к весне внутри кочана черных пятнышек объясняется внесением избыточных доз азота при выращивании. На вкусовых и полезных качествах продукта это практически не сказывается.

При использовании кочана, его следует «раздевать», постепенно снимая листья, а не отрезать часть. Тогда остаток «раздетого» кочана будет храниться много дольше, чем разрезанного.

Особенности хранения лука

Успех хранения урожая репчатого лука – в хорошей сушке. Если погода подкачала и при уборке урожая было сыро и холодно, то разложите лук, не отрывая пера, в кухне по верху шкафов на пару недель. Луковицы хорошо вызреют, а потом, заплетенные в косу, будут украшать вашу кухню до весны.

Еще лучше сразу после уборки лука в сырую погоду его полностью очистить от шелухи, обрезав перо и оставив не более 2–3 см.

Затем надо разложить лук на просушку в один слой в теплом, хорошо проветриваемом помещении. Через 2–3 недели лук оденется в новую золотистую рубашечку в один слой.

После этого его можно убрать на хранение, сложив в матерчатые мешки и подвесив рядом с батареей отопления. Лучшая температура хранения лука в квартире – это 18–25°C.

В хранилищах лук сохраняют при температуре около 2–4°C.

Если его хранить в интервале температур от 4 до 18°C, он после посадки обязательно даст стрелку. Обратите внимание еще вот на что, нет ли у репок лука толстой шейки. Такие луковицы хранению не подлежат, их следует использовать в первую очередь, например, для зимних заготовок.

Простой способ хранения чеснока

Надо всего лишь замочить матерчатый мешочек в крепком растворе поваренной соли, просушить его и сложить в него хорошо высушенные головки чеснока и убрать в прохладное место, например подвесить у самого стекла на оконную раму за портьерой. Чеснок озимых сортов отлично сохранится до самой весны.

Хранение урожая тыквенных культур

Кабачки и тыквы должны хорошо вызреть, особенно важно, чтобы в последний месяц их роста не было дождей, соответственно не следует их слишком много поливать, Эти рас-

тения пришли к нам из сухих степей и полупустынь. Излишек влаги в клеточном соке приводит к загниванию кончика плода. Если перед уборкой шли дожди, плоды будут плохо храниться, лучше их сразу переработать на зимние заготовки. Кабачки лучше хранятся, если их хранить в вертикальном положении у наружной стены вдали от батареи. Тыквы и кабачки снимают с большим «хвостиком» до 3–4 см длиной.

Огурцы тоже можно более месяца сохранить в свежем виде на нижней полке холодильника, если каждую штуку окунуть предварительно на 30 сек в раствор хлористого кальция, продающегося в аптеках. Чтобы избежать потери огурцами влаги, можно каждый из них дважды промазать помазком для бритья взбитым белком от свежего куриного яйца, это тоже помогает их более длительному хранению в свежем виде.

При хранении все плоды «дышат», т. е. выделяют химические вещества, в том числе воду и этилен. Чем крупнее плод, тем интенсивнее дыхание и больше воздействие на соседние плоды. В одну тару на хранение лучше закладывать плоды близкого размера. Это правило особенно важно соблюдать при закладывании на хранение яблок и томатов.

Интересно, что яблоки, пока дозревают, не теряют влагу и не морщатся, а как только созревание заканчивается, начинается усыхание плода. Даже простое перекалывание слоев яблок в таре для хранения листами бумаги сильно замедляет потерю влаги. Еще лучше протереть каждое яблоко перед

укладкой в ящики тряпочкой, смоченной глицерином, и засыпать стружкой, опилками, луковой шелухой, листьями папоротника. Нельзя хранить яблоки вместе с овощами.

Хранение урожая груш и яблок

Чтобы избежать больших потерь при хранении, надо знать несколько правил обращения с плодами 1)перед уборкой, 2)при сборе и 3)во время хранения.

Перед сбором

Незадолго до сбора урожая дожди не желательны, а специально поливать деревья и огородные гряды ни в коем случае не следует, так как такие поливы снижают лежкость плодов. Овощи и фрукты, предназначенные для хранения, стараются убирать в сухую погоду. Нельзя убирать урожай очень рано утром, когда влажность воздуха высока, или тотчас после прошедших дождей, пока плоды еще не обсохли.

Сбор урожая

Соблюдение правил уборки яблок, предназначенных для потребления зимой, оградит вас от частой переборки плодов в ящиках для хранения и огорчений, связанных с отбраковкой загнивших экземпляров.

Снимать яблоки и груши надо руками, обязательно с плодоножкой, осторожно отделяя ее от плодовой веточки. Плоды без плодоножки долго не хранятся. Плод охватите рукой, надавливая указательным пальцем на плодоножку в месте ее прикрепления к плодовой веточке и приподнимая весь плод кверху. Плодовые веточки (плодушки) ни в коем случае нельзя отламывать!

Не рекомендуется стряхивать плоды с деревьев. Яблоки и груши с поврежденной кожицей не могут долго храниться и загнивают.

Упавшие и поврежденные плоды собирают отдельно.

Укладывать яблоки и груши лучше в обшитые изнутри корзины или ведра, опуская, а не бросая их в тару. Пересыпать яблоки, не говоря уж о грушах, тоже не следует. Их нужно осторожно перекладывать руками.

Уборку начинайте с нижних ветвей, постепенно переходя к верхним ярусам кроны. Плоды, расположенные высоко, снимают плодосъемником или с лестницы, но не становятся ногами на ветви и не встряхивают.

Уборка урожая ягод

Ягоды красной и белой смородины снимают кистями, а черной смородины, крыжовника – отдельными ягодками. Урожай вишни, собирают с помощью ножниц, отстригая ягоды с частью плодоножки, иначе происходит потеря части вишневого сока. Также собирают малину, во-первых, чтобы ягоды не мялись, во-вторых, чтобы из поврежденных малинной мухой ягод личинки не попадали в почву, где они могут перезимовать.

Если вы собираете малину без плодоножек, подстелите в корзину лист белой бумаги, чтобы потом уничтожить личинок, высыпавшихся из ягод на бумагу.

Сушка овощей, грибов, ягод и плодов

Сушка так же является современным способом хранения урожая, тем более, что высушенная продукция занимает в десятки раз меньше места. В продаже есть сушильные агрегаты для быстрой сушки, которые позволяют высушенным овощам сохранять цвет, вкус и запах свежих. Кроме того, при такой сушке не разрушаются витамины.

Овощи предварительно моют, дают стечь воде, режут, затем высушивают. Хранят отдельно каждый вид овощей и зелени в закрытых бумажных пакетах или стеклянных банках. Можно готовить и разные смеси для щей, супов, борщей, гарниров. Для приготовления блюд сухие овощи опускают в кипящую или холодную воду. В отличие от других овощей высушенный картофель невкусен.

Сушка овощей и грибов

Овощи (коренья петрушки и пастернака, репа, брюква) очистить, вымыть, нарезать тонкими ломтиками или натереть на крупной терке.

Выложить на дуршлаг, ошпарить кипятком, дать воде стечь.

Корнеплоды моркови целиком бланшировать в кипящей воде 2–3 минуты. Вынуть, дать стечь воде и натереть на крупной терке, иначе она потемнеет.

Разложить тонким рыхлым слоем на эмалированный противень или на специальную проволочную решетку. Поставить противень в духовку. В городских условиях духовку нагреть до 50–60°C и держать приоткрытой.

Можно делать сушку на перевернутой эмалированной крышке от большой кастрюли, положив ее на меньшую кастрюлю с кипящей водой. Воду время от времени подливать, чтобы она не выкипела.

Если плита топится дровами, поддерживать температуру в духовке не выше 60°C и после окончания топки оставить там противень до утра. На следующий день нарезку перемешать и продолжить сушку.

Хорошо подвяленные овощи подержать еще несколько дней в сухом теплом месте до полного высыхания. Хранить в полотняных мешочках.

Баклажаны, тыквы и перец, нарезанные кубиками и высушенные по этой технологии, смолоть по отдельности на кофемолке. Порошок из баклажан и перца добавлять в первые блюда и соусы.

Молотую тыкву – в молочные каши, оладьи, плов.

Совершенно также можно высушить тонко нашинкованную белокочанную капусту.

Грибы чистят, моют, тонко режут и сушат тонким слоем

на крышке от кастрюли, как сказано выше, или в протопленной печи.

Из отдельно высушенных овощей заранее можно приготовить сухие смеси для щей, борщей, овощных супов, добавив сушеные баклажаны, перец и пряности по вкусу. Хранить в стеклянных баночках.

Сушка зелени лука-порей

Зеленые листья лука-порея при уборке лука мелко нарезать, высушить, смолоть на кофемолке, хранить в закрытой стеклянной банке. Использовать вместо муки или панировочных сухарей при жарке рыбы или рыбных котлет. Порей снимает неприятный запах рыбы и придает ей восхитительный вкус.

Сушка зеленого горошка

Как известно, приготовление консервов из зеленого горошка – дело тонкое. Банки с горошком взрываются наиболее часто, даже при строгом соблюдении всех правил консервирования (объяснение этому см. в разделе «Консервирование»).

Сушить зеленый горошек не трудно. Заменить крышку чайника на перевернутую ручкой вниз эмалированную

крышку от кастрюли большого размера и довести воду в нем до кипения. Только что освобожденные от створок зерна гороха, не моя, разложить на ее поверхности в один слой. Если чайник стоит на горячей плите, горошек почти высохнет к моменту остывания плиты. Досушить при комнатной температуре в сухом месте. Хранить в бумажных пакетах.

Перед употреблением в салатах и супах зерна гороха легко вернуть в исходное состояние, залив их холодной водой.

Сушка пряных трав

Высушенные пряности сохраняют свои целебные свойства и аромат. Нельзя сушить перья различных луков и чесноков, а также зелень, кервеля, петрушки и сельдерея, поскольку после сушки они теряют аромат. Их лучше в свежем виде замораживать (см. соответствующий раздел).

Правила сушки известны: нельзя сушить зелень на солнце, только в тени под навесом при температуре не выше плюс 35°С в небольших пучках, подвешенных под крышей «на вертерке».

Правильно высушенные пряности сохраняют натуральный цвет.

Хранить сушеные травы лучше в банках из темного стекла с притертыми пробками, фольге, на худой конец, в бумажных пакетах, но обязательно в темноте.

Когда срывать зелень? В момент цветения, утром, как

только сойдет роса, – тогда и мыть-то траву не обязательно.

В набор для сушки обычно включают укроп, фенхель (аптечный укроп), различные мяты, в том числе и мелиссу, кориандр (кинза), тмин, эстрагон (тархун), тимьян, чабер. Каждая хозяйка имеет свои предпочтения.

Для тех пряностей, у которых в дело идут семена (укроп, фенхель, кориандр, тмин, анис), самое главное не пропустить момент сбора. Срывают не дозревшие соцветия, связывают в пучки и помещают вниз зонтиком над тарелкой или листом бумаги. Через несколько дней семена сами осыпаются на подстилку. Можно помочь этому, протирая зонтики руками.

Замораживание

1. Замороженная ягода

1. Отсортировать и очистить любые спелые здоровые ягоды сразу после их сбора.
2. Промыть, подсушить на полотенце.
3. Уложить в тару небольшого объема и охладить в течение 2-3-х часов в нижней части холодильника.
4. Поместить в новый полиэтиленовый пакет или баночки с плотно прилегающими крышками.
5. Расположить в морозильной камере.

2. Овощи для супа

Аналогичным способом можно замораживать набор овощей для овощного супа (сладкий перец, морковь, пастернак, корни петрушки или сельдерея и др.)

1. Подготовленные овощи нарезать «соломкой», перемешать и быстро разложить в новые полиэтиленовые пакеты.
2. Пакеты крепко завязать и уложить в морозильную камеру морозильника.

Также можно приготовить пакеты с замороженными по отдельности овощами (морковь, пастернак, петрушка, цветная капуста, капуста брюссельская или брокколи, кабачки и тыква небольшими кусками).

Нельзя замораживать листья и кочанчики салата.

3. Готовая пряная заправка

1. Пряную зелень (кинзу, петрушку, укроп, сельдерей,) перебрать, промыть, подсушить на полотенце.
2. Пропустить зелень вместе с черенками через мясорубку или измельчить в кухонном комбайне.

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.