

Г. А. Кизима
В. М. Рошаль



ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ

СОКИ КОМПЮТЫ СИРОПЫ

РЕЦЕПТЫ
НАПИТКОВ
ИЗ ВАШЕГО
УРОЖАЯ



К



Дачные заготовки

Галина Кизима

**Соки, компоты, сиропы.
Лучшие рецепты напитков
из вашего урожая**

«Издательство АСТ»

2016

УДК 641.4
ББК 36.91

Кизима Г. А.

Соки, компоты, сиропы. Лучшие рецепты напитков из вашего урожая / Г. А. Кизима — «Издательство АСТ», 2016 — (Дачные заготовки)

ISBN 978-5-17-097831-1

Один из самых простых и быстрых способов переработки урожая – приготовление соков, сиропов и компотов, а также прочих безалкогольных и «градусных» напитков впрок. Самые интересные рецепты из своих кулинарных коллекций, собранных за много лет, представляют в этой книге два известных автора из Санкт-Петербурга. Галина Кизима, садовод с 55-летним стажем, делится рецептами, которые опробовала сама и узнала от своих коллег-дачников на выставках и в клубе садоводов. А Виктория Рошаль собрала для вас рецепты напитков, в которых нет ни грамма сахара, что наверняка оценят приверженцы здорового питания.

УДК 641.4

ББК 36.91

ISBN 978-5-17-097831-1

© Кизима Г. А., 2016
© Издательство АСТ, 2016

Содержание

Сиропы	6
Сироп из груш	7
Сироп из яблок	8
Сироп из черники	9
Сироп из вишни	10
Сироп из малины	11
Сироп из черешни	12
Сироп из земляники	13
Сироп из ежевики	14
Сироп из черной смородины	15
Сироп из лимонов (1)	16
Сироп из лимонов (2)	17
Сироп из кизила	18
Сироп из шиповника	19
Сироп из калины	20
Сироп из можжевельника	21
Сироп из лепестков шиповника	22
Сироп из черной бузины	23
Сироп из лепестков белой лилии	24
Соки	25
Сок виноградный	25
Сок виноградный выпаренный	26
Виноградный сок с мякотью	27
Сок вишневый	28
Сок вишневый из мезги	29
Сок из войлочной вишни	30
Сок грушевый с крыжовником	31
Сок из ежевики	32
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Галина Кизима
Соки, компоты, сиропы. Лучшие
рецепты напитков из вашего урожая

Использованы иллюстрации из фотобанка Shutterstock.com

© Кизима Г.А., текст, 2016

© ООО «Издательство АСТ», 2016

Сиропы

Сиропы готовят из натуральных плодово-ягодных соков, уваренных с сахаром, с добавлением лимонной кислоты и ароматических веществ. Самые вкусные сиропы получаются из клубники, малины, вишни, кизила и др.

Если сироп пьют через соломинку или трубочку, то его надо разбавлять газированной или обыкновенной водой, подкисленной лимонным соком или лимонной кислотой. Сиропы можно использовать также для заливки различных сладких изделий – булочек, пышек, кремов, киселей, молочных каш, особенно рисовой, суфле и т. д. – это обогащает, ароматизирует и улучшает их вкус.

Готовить сиропы и экстракты можно как горячим (путем варки), так и холодным способом. Например, для приготовления сиропов путем варки надо отобрать здоровые, красивые, спелые плоды, тщательно промыть в холодной воде, а затем выделить из них сок. В зависимости от плодов можно применять различные способы получения сока. Соку дать отстояться, процедить через марлю, чтобы он стал совершенно прозрачным, поставить на медленный огонь, нагреть, но пока не кипятить, и добавить сахар (на 700 мл сока – 1,5 кг сахара). Варить на слабом огне, постоянно помешивая, до тех пор, пока сахар полностью не растворится. После того как сахар растворится, сироп довести до кипения и кипятить в течение 3–5 мин.

Пена, которая начинает образовываться в начале варки, не удаляется. Ее только нужно постоянно разбивать шумовкой. В конце варки, особенно если уваривается непрозрачный сок, появляется густая пена, ее надо обязательно снимать.

После 3-5-минутного кипячения в сироп добавить винную или лимонную кислоту (на килограмм сахара – 5-10 г кислоты) и варить еще несколько минут. Затем выключить и снять с огня. Горячий сироп процедить через марлю, охладить и разлить в сухие банки.

Есть еще *холодный способ* приготовления сиропа. Таким способом готовят в основном сиропы из малины, земляники, черной смородины, черники, брусники.

Приготовленный холодным способом сироп не засахаривается, он сохраняет цвет и аромат тех плодов и ягод, из которых изготовлен.

Сок отжимают из здоровых, спелых плодов, процеживают, добавляют винную или лимонную кислоту, сахар и все тщательно перемешивают до тех пор, пока сахар и кислота полностью не растворятся. Соотношение сока, сахара и кислоты рекомендуется следующее: сока – 350 мл, сахара – 650 г, кислоты (винная или лимонная) – 5-10 г (в зависимости от того, из каких плодов выжимается сок). Затем сироп процеживают и разливают в сухие бутылки.

Бутылки наполнить до основания горла, укупорить пробками и залить парафином, обмакнув ее горлышко в расплавленный парафин, или запечатать сургучом.

Хранить в сухом, прохладном месте.

Сироп из груш

Отбирают здоровые, целые спелые груши, очищают от кожицы, нарезают на мелкие кусочки и ставят варить с очень небольшим количеством воды до тех пор, пока груши не сделаются мягкими, а вода – кислой; затем отжимают плоды через марлю.

На 7 л – 800 г сахара. Сахар сначала варят в воде, оставшейся от варки груш, а потом, когда сахар окончательно растворится, вливают сок и варят до готовности.

Сироп разливают в бутылки, лучше из темного стекла. Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из яблок

Берут столько яблок, чтобы из них получилось 800 мл чистого сока. Яблоки на сок перерабатывать только здоровые, спелые, сладкие.

Яблоки очищают от кожицы, удаляют сердцевину с семечками, нарезают кусочками, засыпают сахаром (800 г), заливают водой (800 мл) и ставят на несколько минут на водяную баню. Потом жидкость остужают, процеживают, добавляют сок, выжатый из одного лимона, и столовую ложку какой-либо фруктовой воды. Готовый сироп разливают в бутылки из темного стекла и укупоривают. Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из черники

Спелые ягоды перебирают, моют в холодной воде, давят деревянной ложкой, выдерживают 1–2 ч, а затем процеживают для отделения сока. Оставшуюся пюреобразную массу отжимают и полученный сок процеживают.

На литр сока берут 2,5 кг сахара и 5 г винной или лимонной кислоты. Сироп готовят одним из описанных выше способов – холодным или с применением варки.

Готовый сироп разливают в сухие бутылки из темного стекла. Хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из вишни

Сок 350 мл, сахар-песок 650–700 г, винная кислота – 3 г.

Отбирают спелые, ярко окрашенные и здоровые плоды, перебирают, раздавливают и отжимают. Полученный сок процеживают через марлю.

Сироп из малины

Отбирают здоровые, спелые, даже перезрелые плоды, давят их деревянной ложкой и выдерживают 1–2 ч. Выделившийся сок отделяют от мякоти, а оставшуюся пюреобразную массу кладут в мешочек из ткани и отжимают еще сок (из килограмма малины получается 500–550 мл сока).

Полученному соку дают отстояться и процеживают через марлю. Готовый сироп хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из черешни

Сок 350 мл, сахар-песок 650 г, винная или лимонная кислота – 5 г.

Берут спелые плоды, удаляют плодоножки, моют в холодной воде и раздавливают деревянной ложкой.

Полученный сок процеживают и готовят из него сироп.

Сироп из земляники

1. Земляничный сок 350 мл, сахар-песок 650 г, винная кислота 6 г.

2. Земляничный сок 300 мл, сироп из вишни, черной смородины или черники – 50 мл (или сок 100 мл), сахар-песок 650 г, винная кислота 6 г.

Берут здоровые, спелые ягоды, перебирают, моют в холодной воде, давят деревянной ложкой и отжимают, а полученный сок процеживают через марлю.

Для более интенсивного цвета в сок можно добавить сок или сироп из черники, черной смородины или вишни.

Полученный сироп процеживают, охлаждают, разливают в сухие бутылки и хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из ежевики

Ежевика – 1 кг, сахар-песок 500 г, вода – 1 стакан.

Спелые ягоды перебирают, моют, отжимают сок, добавляют сахар и воду, кипятят 5-10 мин., разливают в бутылки, укупоривают и ставят в холодное место.

Сироп из черной смородины

Спелые, здоровые ягоды обрывают с кистей, промывают в холодной воде, давят деревянной ложкой и выдерживают 1–2 дня. Сок процеживают через марлю, смешивают с сахаром (на литр сока – 2 кг сахара) и варят 10–12 мин. в эмалированной посуде (луженую посуду использовать не следует, так как в ней происходит изменение цвета сиропа), снимая пену. За несколько минут до снятия с огня добавляют 4 г винной или лимонной кислоты на литр сиропа.

Горячий сироп процеживают через марлю, охлаждают и разливают в сухие бутылки из темного стекла.

Хранят в сухом, прохладном помещении.

Сироп из лимонов (I)

Выжимают сок из 25 лимонов, добавляют сок из 5 апельсинов, всыпают килограмм сахара, тщательно перемешивают, разливают в бутылки и плотно укупоривают. Хранят в холодном месте.

Сироп из лимонов (2)

400 мл лимонного сока процеживают, дают ему отстояться, добавляют 800 г сахара и варят на медленном огне, непрерывно помешивая, до тех пор, пока не разойдется сахар. Снимают с огня, остужают и процеживают. Хранят в темном, холодном месте.

Сироп из кизила

Спелые плоды (1 кг) моют в холодной воде, кладут в эмалированную посуду, заливают литром воды и варят до размягчения и растрескивания плодов. Затем жидкость сливают, процеживают, смешивают с сахаром (на литр жидкости – 2 кг сахара) и варят 5–6 мин. В конце варки добавляют 4–5 г винной кислоты. Горячий сироп процеживают, охлаждают и разливают в сухие бутылки из темного стекла.

Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из шиповника

Спелые, но не перезрелые плоды (2 кг) измельчают и замачивают на 1–2 дня в литре воды. Затем жидкость отделяют от плодов, процеживают, всыпают сахар (2 кг), варят на сильном огне 4–5 мин., а потом добавляют 7–8 г винной кислоты.

Готовый сироп снимают с огня, процеживают, охлаждают, разливают в сухие бутылки из темного стекла. Хранят в сухом, прохладном месте.

Сироп из калины

Сок калины – 1 л, сахар-песок – 2 кг, лимонная кислота – 10 г.

В сок калины всыпают сахар, нагревают до полного растворения, удаляют пену, добавляют лимонную кислоту, снова кипятят 5 мин., процеживают через марлю и разливают в бутылки. Хранят в холодном месте.

Сироп из можжевельника

Ягоды можжевельника – 1 кг, вода 3 л.

Ягоды разминают, заливают водой, нагревают на слабом огне 2–3 ч, процеживают, охлаждают и используют для ароматизации мясных блюд и напитков.

Сироп из лепестков шиповника

Лепестки цветков шиповника – 300 г, вода – 1 л, сахар-песок – 700 г.

В воде растворяют сахар, доводят сироп до кипения. Горячим сиропом заливают лепестки шиповника и снова доводят до кипения. Настаивают 10–12 ч. в закрытой посуде.

Полученный сироп используют для ароматизации напитков, киселей и желе.

Сироп из черной бузины

Ягоды черной бузины – 1 кг, сахар-песок – 1 кг, вода – 2 стакана.

Ягоды перебирают, моют, бланшируют, заливают водой и кипятят 15–20 мин. Отжимают сок, добавляют сахар, доводят до кипения и разливают в бутылки.

Хранят в холодном месте.

Сироп из лепестков белой лилии

Сироп можно получить из готового варенья, откинув на дуршлаг лепестки.

Полученный сироп отстаивают 2–3 ч, а затем осторожно сливают с осадка в чистую кастрюлю, нагревают.

Соки

Сок виноградный

Способ 1 (с помощью пресса)

Руками отделить зрелые ягоды от гребня и тщательно размять. Мезгу от винограда белых сортов сразу же прессовать. У винограда красных (окрашенных) сортов красящие вещества находятся в кожице, поэтому мезгу для лучшего выделения красящих веществ надо сначала нагреть, помешивая, до температуры 60–65 °С, охладить до 40 °С и затем прессовать. Полученный сок поставить на несколько часов в холодное место, дать отстояться. После отстоя с помощью резиновой трубки слить сок с осадка и профильтровать. Осветленный сок нагреть до 90–95 °С и сразу же разлить в подготовленные горячие бутылки или банки, укупорить прокипяченными крышками, закатать в одеяло и положить на бок до полного остывания.

Хранить в темном месте.

Способ 2 (ручной способ)

При отсутствии виноградного пресса виноградный сок можно приготовить по следующей схеме. Зрелый сладкий виноград вымыть, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удаляя при этом поврежденные, гнилые и незрелые.

Отсортированные ягоды выложить в дуршлаг, установленный над эмалированным ведром, и размять деревянным пестиком или другим способом.

Полученный сок и мезгу слить в бутыл (в 10-литровую бутыл помещают 8 кг массы), накрыть марлей и поставить в теплое место (25–28 °С) на 2–3 дня.

В зависимости от сорта винограда и температурных условий, на 2-3-й день мезга всплывает, а сок остается в нижней части бутылки. Сок слить в эмалированную посуду через дуршлаг и фильтровать через капроновый фильтр или марлю.

Полученный сок кипятить в эмалированной посуде 15 минут и в кипящем состоянии разлить в банки или бутылки, подогретые на пароводяной бане, немедленно накрыть подготовленными крышками, закатать и проверить качество укупорки. Перевернуть вверх дном. Охлаждение – воздушное.

Сезон приготовления – август-сентябрь.

Сок виноградный выпаренный

Подготовленный виноград размять и выпаривать в течение 1–1,5 часов. После этого немедленно разлить сок в чистые сухие бутылки и герметично укупорить прокипяченными пробками. Бутылки положить на бок, а когда они полностью остынут, залить пробки парафином.

Виноградный сок с мякотью

Для приготовления виноградного сока с мякотью взять спелый сладкий виноград, вымыть, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удаляя при этом поврежденные, гнилые и незрелые, пропустить через специальную машинку для извлечения сока или соковыжималку в виде конусной насадки в мясорубке.

Полученный сок с мякотью слить в эмалированную посуду (если виноград недостаточно сладкий, можно добавить от 50 до 100 г сахара на 1 л сока), поставить на огонь и кипятить 15 минут, после чего в кипящем состоянии разлить в банки или бутылки, подогретые на пароводяной бане, накрыть крышками, немедленно закатать, проверить качество укупорки и перевернуть вверх дном. Охлаждение – воздушное.

Сезон приготовления – сентябрь-октябрь.

Сок вишневый

Способ 1

Вишню тщательно вымыть, удалить косточки, плоды размять и прессовать. Полученный сок налить в трехлитровую стеклянную банку, поставить на несколько часов в холодное место, после чего с помощью резиновой трубки слить с осадка. Консервировать способом горячего розлива в крупной посуде или пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки и бутылки – 15 минут, литровые – 20, трехлитровые – 30 минут.

Способ 2

Вишни отсортировать, отсушить, отделить косточки, мякоть пропустить через мясорубку (диаметр отверстий в решетке 6–7 мм) и прессовать. Сок перелить в эмалированную кастрюлю, дать отстояться 2–3 часа и профильтровать через 3–4 слоя марли.

Полученный осветленный сок нагреть до 92–95 °С, сразу заполнить доверху прогретые сухие стерилизованные банки, закатать их лакированными крышками и перевернуть вверх дном.

Оставшиеся после прессования выжимки вишни взвесить, положить в эмалированную кастрюлю, добавить воды (100–200 мл на 1 кг выжимки), перемешать, нагреть до 70–75 °С и настаивать 3–4 часа, после чего отпрессовать их. Этот сок использовать для варенья, киселя и т. п.

Для приготовления 1 л сока требуется примерно 1,7 кг свежей вишни.

Сок вишневый из мезги

1 кг мезги, 1 стакан воды.

В мезге после прессования вишни остается еще много полезных водорастворимых веществ. Для их извлечения залить мезгу горячей водой, тщательно перемешать, подогреть до 70 °С и отставить на несколько часов. Затем делать все так, как при изготовлении сока вишневого натурального (способ 1), то есть прессовать, отстаивать, снимать с осадка, фильтровать и консервировать.

Сок из войлочной вишни

Подготовленные зрелые ягоды размять деревянным пестиком, добавить лимонную кислоту (2 г на 1 кг ягод), размешать, поставить в холодное место на 12 часов, затем отжать.

Полученный сок профильтровать, вылить в эмалированную кастрюлю, довести до кипения и немедленно разлить в подготовленные банки или бутылки, герметично укупорить их (закатать или заткнуть прокипяченными пробками) и выдержать под одеялом до полного охлаждения.

Сок грушевый с крыжовником

2 л грушевого сока, 1,5 кг ягод крыжовника.

Приготовить свежий грушевый сок и залить им подготовленные ягоды крыжовника. Нагреть до кипения и в горячем виде протереть через сито. Полученную смесь довести до кипения, разлить в сухие горячие стерилизованные банки и немедленно закатать стерилизованными крышками (бутылки заткнуть прокипяченными пробками, а когда остынут, залить пробки парафином).

Сок из ежевики

Подготовленные ягоды измельчить, отжать сок, профильтровать, довести до кипения. Немедленно перелить в нагретые сухие стерилизованные банки, закатать и выдержать под одеялом до полного остывания.

Или пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки – 15 минут, литровые – 20 минут, трехлитровые – 30 минут.

Для приготовления 1 л сока требуется примерно 1,8 кг свежесобранных ягод ежевики.

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.