ДАЧНЫЙ ПОГРЕБОК
Г.А.КИЗИМА
КОНСЕРВИРОВАНИЕ ДЛЯ ЛЕНТЯЕК
ВКУСНЫЕ И НАДЕЖНЫЕ ЗАГОТОВКИ ПО-БЫСТРОМУ

Дачный погребок

Галина Кизима

Консервирование для лентяек. Вкусные и надежные заготовки по-быстрому

«Издательство АСТ»
2015

УДК 641.4
ББК 36.91

Кизима Г. А.

Консервирование для лентяек. Вкусные и надежные заготовки по-быстрому / Г. А. Кизима — «Издательство АСТ», 2015 — (Дачный погребок)

Вы собрали хороший урожай? Ура! Но расслабляться рано. Нужно все это богатство еще умудриться сохранить. Из всего многообразия рецептов заготовок на зиму выбирайте те, которые будут не только вкусные, но и не займут много времени. Ведь лето скоротечно – нужно успеть еще и отдохнуть. Галина Александровна Кизима – популярный автор и известный садовод с 55-летним стажем – собрала целую коллекцию таких рецептов и опробовала их сама. Кому, как не ей, призывающей всех дачников стать разумно ленивыми садоводами и огородниками, научить хозяев экономии сил и времени в период «горячей поры» консервирования.

УДК 641.4
ББК 36.91

© Кизима Г. А., 2015
© Издательство АСТ, 2015

Содержание

Предисловие автора 6
Рекомендации 7
Предостережения 8
Хранение 9
Как сохранить картофель и овощи в свежем виде 9
Особенности хранения лука 12
Простой способ хранения чеснока 13
Хранение урожая тыквенных культур 14
Хранение урожая груш и яблок 15
Сбор урожая 16
Перед сбором 17
Уборка урожая ягод 18
Как сохранить ягоды в свежем виде? 19
Сушка овощей, ягод и плодов 20
Сушка овощей и грибов 21
Сушеные морковь, репа, брюква 22
Баклажаны, тыквы и перец 23
Сушеная тыква 24
Приправы к рыбным и мясным блюдам 25
Приправа для супов 26
Сушка капусты 27
Редис 28
Картофель 29
Грибы 30
Сушка зелени лука-порея и сельдерея 31
Сушка зеленого горошка 32
Сушка пряных трав 33
Конец ознакомительного фрагмента. 34

Галина Кизима
Консервирование для лентяек. Вкусные и надежные заготовки по-быстрому

© Кизима Г. А., текст
© ООО «Издательство АСТ», 2015

* * *

Предисловие автора

Вырастить урожай непросто, 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, вино, варим варенья.

Есть устоявшиеся рецепты, ставшие традиционными. Из них в книгу включены самые простые в приготовлении и всеми любимые. Но постоянно появляются и новые способы и рецепты заготовок впрок, созданные изобретательными людьми – садоводами, которые также собраны в этой книге.

Приводятся и изысканные деликатесные заготовки, рассчитанные на любителя, которому надоели традиционные и хочется чего-нибудь этакого особенного.

Под теми рецептами, авторы которых были известны, указаны их фамилии. Те же рецепты, создателей которых обнаружить не удалось, оставлены без подписи.

Автор-составитель с благодарностью примет любые замечания и дополнения, а также сообщения о новых приемах сохранения урожая, хороших рецептах, с тем чтобы в следующем издании сделать дополнения к этой книге.

Корреспонденцию можно отправлять по адресу: 193231, Санкт-Петербург, ул. Подвойского, дом 28, корпус 1, кв. 776 или по электронной почте galina@kizima.ru.

Рекомендации

Рекомендации по употреблению в пищу овощей, зелени, фруктов и сорняков при различных заболеваниях.

Астма, бронхит – анис, иссоп, мелисса, петрушка, репа, черная редька с медом при бронхите или капустный сок с медом, черная и красная смородина, малина.

Атеросклероз – мята, мелисса, петрушка, перец, тыква, капуста брокколи, кукуруза, жимолость, арония, калина, черная смородина, черника, малина.

Воспалительные процессы – иссоп, огуречная трава, петрушка, лук, чеснок, редька, малина, черная смородина, календула.

Гастрит – петрушка, свекла, морковь, любая капуста (не в момент обострения), капустный сок при гастрите с пониженной кислотностью, земляника, черная и красная смородина, вишня, крыжовник (при гастрите с пониженной кислотностью), яблоки, одуванчик, календула.

Гипертония – базилик, кервель, мелисса, мята, салат, спаржа, свекла, арбуз, жимолость, арония, калина, малина, черная смородина, мокрица, календула.

Заболевания печени – петрушка, укроп, фенхель, любисток, спаржа, арбуз, свекла, тыква, кабачок, патиссон, земляника (камни в желчном пузыре), черная и красная смородина (при печеночных коликах), крыжовник, яблоки, одуванчик, мокрица (желчекаменная болезнь), календула.

Заболевания почек – петрушка (за исключением нефрита), огуречная трава, спаржа, арбуз, любая капуста, морковь, огурец, свекла, тыква, кабачок, патиссон, земляника (камни в почках), черная смородина (при почечных коликах), яблоки (камни в почках), тыква (мочегонное), черная смородина (мочегонное), одуванчик, мокрица (мочекаменная болезнь).

Запоры – фенхель, любая капуста, огурец, морковь, свекла, калина, слива.

Малокровие – репчатый лук, шпинат, морковь, свекла, черная и красная смородина, крыжовник, виноград, жимолость, яблоки, вишня, брусника, облепиха, одуванчик, сныть.

Ожирение – петрушка, укроп, баклажан, тыква, облепиха (масло регулирует жировой обмен), яблоки, вишня, слива.

Отложение солей – салат, сельдерей, тыква, брусника, черника, сныть.

Опухолевые заболевания – вся зелень, особенно шпинат, чеснок, хрен, огурец, морковь, редька, свекла, тыква, облепиховое масло.

Остеопороз, сколиоз, ломкие ногти и волосы – шпинат, цветная капуста, редис, фасоль, абрикос, мокрица.

Подагра – огуречная трава, земляника, брусника, черника, облепиха, яблоки.

Ревматизм – огуречная трава, спаржа, редька, брусника, облепиха, одуванчик.

Сахарный диабет – стахис, скорцонера, овсяный корень, топинамбур, салат, спаржа, лук, баклажан, капуста, огурец, томат, земляника, одуванчик.

Сердечная недостаточность – спаржа, шпинат, тыква, кабачок, патиссон, абрикос, жимолость, крапива, огуречная трава (невроз сердца), мелисса (невроз сердца).

Снижение иммунитета – спаржа, мокрица.

Предостережения

Алоэ может вызвать раздражение кожи.

Арония противопоказана при тромбофлебите и заболевании щитовидной железы (из-за высокого содержания йода).

Виноград – не рекомендуется при сахарном диабете, ожирении и язвенной болезни.

Вишня – при гастрите с повышенной кислотностью.

Горох и все зернобобовые культуры противопоказаны при подагре и нефритах.

Земляника может вызывать аллергию.

Капуста сырая не рекомендуется при язве желудка и кишечника и гастрите с повышенной кислотностью (это не относится к капустному соку).

Лук, как зеленый, так и репчатый, следует употреблять с осторожностью при гастритах, холецистите, заболевании поджелудочной железы.

Малина нежелательна при нефритах.

Облепиха и облепиховое масло противопоказаны при простатите, облепиха – при язвенной болезни пищеварительного тракта, гастрите с повышенной кислотностью (это не относится к облепиховому маслу), при заболевании щитовидной железы (из-за высокого содержания йода).

Пастернак не рекомендуется при гипертонии.

Петрушка – при нефритах, кроме того, противопоказана беременным и кормящим матерям.

Репа – при язве двенадцатиперстной кишки.

Редька – при язвенной болезни и воспалении желудочно-кишечного тракта.

Свекла – при передозировке свекольного сока может вызвать спазм сосудов.

Смородина красная – при гастрите с повышенной кислотностью.

Смородина черная – ограничить употребление при тромбофлебите.

Чеснок – противопоказан при больных почках и поджелудочной железе, больном сердце.

Щавель – при больных почках.

Хранение

Как сохранить картофель и овощи в свежем виде

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

Если этого препарата у вас нет, то перед хранением промойте овощи и клубни, подержите 10 минут в розовом растворе марганцовки (перманганат калия – марганцовокислый калий), затем просушить на воздухе, после этого овощи и клубни можно закладывать на хранение.

Картофель перед укладыванием в ящики любит полежать в сухом темном месте при положительных температурах в течение 10 дней.

Морковь надо собирать после первых заморозков, 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 будет продолжать 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 другом 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 чернокорня 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, в утепленные ящики 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 я по собственному опыту знаю, 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) начинает 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 дозревания 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 корни, не задевая донца, а также перо, 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 °С.

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

Если его хранить в интервале температур от 4 до 18 °С, он после посадки обязательно даст стрелку. Обратите еще внимание на то, 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, затем 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 растения 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 либо во время дождей ставить над ними тоннельное пленочное укрытие на дугах, оставив торцы грядок свободными от пленки для проветривания, иначе на листьях может появиться белый налет – мучнистая роса. Кабачки лучше хранить в вертикальном положении у наружной стены, вдали от батареи. Тыквы можно хранить на шкафах, на холодильниках сверху или под кроватью прямо на полу. Тыквы и кабачки снимают с большим «хвостиком» до 3–4 см длиной.

Огурцы тоже можно более месяца сохранять 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.

Можно использовать свечу. Закладываете вымытые, насухо вытертые огурцы и томаты либо собранные прямо с куста чистые ягоды в банку, заполняя ее до плечиков. Вставляете небольшую свечку между овощами и поджигаете ее, прикрыв банку крышкой. Как только весь кислород в банке выгорит, свеча погаснет, сразу закатываете банку (огарочек свечки остается в банке). В холодильнике овощи сохранятся свежими больше месяца.

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.

Хранение урожая груш и яблок

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

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! Надо заметить, что уборка яблок с помощью плодосъемников обычно приводит к тому, что яблоки снимаются вместе с листьями, а значит, вместе с плодовой веточкой, тем самым сокращается срок ее службы. Обычно плодушки дают урожай в течение 10–12 лет.

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 уже 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 с лестницы, но не становятся ногами на ветви и не встряхивают их.

Интересно, что яблоки, пока дозревают, не теряют влагу и не морщатся, а как только созревание заканчивается, начинается усыхание плода. Даже простое перекладывание слоев яблок в таре для хранения листами бумаги сильно замедляет потерю влаги. Еще лучше протереть каждое яблоко перед укладкой в ящики тряпочкой, смоченной глицерином, купленным в аптеке, и засыпать стружкой, опилками, луковой шелухой, листьями папоротника. Нельзя хранить яблоки вместе с овощами.

Перед сбором

Незадолго до сбора урожая дожди нежелательны, и специально поливать деревья и огородные гряды ни в коем случае не следует, так как 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.

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. Ягоды малины редко бывают без личинок. Чтобы ягоды от них избавить, перед употреблением залейте собранную малину соленой водой на 5 минут. Личинки всплывут на поверхность. Слейте их вместе с водой и сразу же перерабатывайте ягоды.

Как сохранить ягоды в свежем виде?

Этот метод оправдал себя в заготовках крыжовника, черной смородины, вишни, винограда. Он заключается в следующем.

В день сбора отобрать спелые и неповрежденные плоды, промыть холодной водой (желательно из ключа или колодца) и затем просушить в тени, но не на газете.

В подготовленные стерильные банки на дно каждой поместить слой тонко нарезанных кусочков свежевыкопанных корней хрена. На них положить круглую картонку, вырезанную по форме и размеру дна банки. Предварительно в картонке сделать несколько отверстий и пропитать ее воском или парафином, чтобы она не вытягивала влагу из ягод и корней хрена. Можно заменить картонку кружком из пенополиэтилена. Такой материал удобнее, так как его легко мыть и не надо покрывать изоляционным слоем.

Остальную часть банки заполнить ягодами, закрыть прокипяченными крышками и залить воском.

Благодаря фитонцидному действию хрена ягоды в подполье или холодильнике сохраняются свежими до самой весны.

Сушка овощей, 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 сушке не разрушаются витамины. Сушеные овощи занимают при хранении очень мало места.

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.

Если сушеные овощи и зелень смолоть в кофемолке, получится замечательная приправа к любому блюду. Сейчас в магазинах продается всевозможная приправа, но ведь неизвестно, где и как были выращены овощи и зелень, из которых они приготовлены? Экологическая безопасность продуктов питания в настоящее время является вопросом выживания человечества наряду с голодом из-за их нехватки на нашей планете. Кроме того, во все приправы и кубики добавляются вкусовые добавки, имеющие синтетическое происхождение и отнюдь не полезные для здоровья. Так что наша пища является вкусной, но не полезной. Гораздо разумнее готовить собственные натуральные приправы.

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.

Сушеные морковь, репа, брюква

Овощи нашинковать. Морковь перед шинковкой бланшировать в кипящей воде 1–2 мин., иначе она может потемнеть. Если у вас нет сушилки, то разложите нашинкованные корнеплоды рыхлым слоем на противень и сушите на малом огне (50–60 градусов), приоткрыв духовку. Время от времени переворачивайте овощи.

Можно сушить в протопленной и слегка остывшей печи. 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° С 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, коробках или стеклянных закрытых банках.

Баклажаны, тыквы и перец

Нарезанные кубиками и высушенные по этой технологии надо смолоть по отдельности в кофемолке. Порошок из баклажан и перца добавлять в первые блюда и соусы.

Баклажаны, как и кабачки, можно высушить, нарезав их тонкими кружочками. Перед приготовлением их просто кладут на несколько минут в воду, затем сразу жарят. По вкусу блюдо не отличается от приготовленного из свежих овощей.

Сушеная тыква

Хранение и использование свежей тыквы имеет свои трудности: занимает много места, требует быстрого использования или переработки после того, как она разрезана. При хранении в сушеном виде эти проблемы отпадают.

Тыкву очистить, нарезать на небольшие ломтики или натереть на крупной терке и высушить по приведенным ранее технологиям. Можно смолоть в кофемолке. Молотую тыкву удобно добавлять в молочные каши, оладьи, плов.

Приправы к рыбным и мясным блюдам

Зелень, корнеплоды высушить и смолоть по отдельности в кофемолке. Если соблюдать указанные ниже пропорции, то можно получить универсальную приправу типа «Вегеты». Приготовленная смесь не теряет вкуса и аромата в течение года. Хранить ее, естественно, следует в стеклянных банках с завинчивающимися крышками.

Состав смеси: морковь – 8 частей, лук-порей – 1 часть, корнеплод сельдерея – 2 части, зелень сельдерея – 5 частей, корнеплод петрушки – 1 часть, зелень петрушки – 1 часть, корнеплод пастернака – 2 части, укроп – 0,5 части.

Приправа для супов

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.

Подготовленные белые коренья (петрушка, пастернак, сельдерей) и морковь (ее корнеплоды предварительно бланшируют в кипящей воде), нашинковать на крупной терке. Мелко нарезать красный болгарский перец, укроп, зелень петрушки, сельдерея, лука-порея. Высушить смесь, смолоть в кофемолке и хранить в закрытой таре.

Сушка капусты

Точно так же, как было указано выше, можно высушить тонко нашинкованную белокочанную капусту.

Редис

Редис не сушат

Картофель

Сушеный картофель не вкусен.

Грибы

Грибы чистят, моют, тонко режут и сушат в один слой на крышке от кастрюли, как сказано выше, или в протопленной печи.

Сушка зелени лука-порея и сельдерея

Зеленые листья лука-порея при уборке лука мелко нарезать, высушить, смолоть в 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. Листья сельдерея сушат и используют точно так же. Можно готовить смесь из них.

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. Сушить зеленый горошек нетрудно. Замените крышку чайника на перевернутую ручкой вниз эмалированную крышку от кастрюли большого размера и доведите воду в нем до кипения. Только что освобожденные от створок зерна гороха, не моя, разложите на ее поверхности в один слой. Если чайник стоит на горячей плите, горошек почти высохнет к моменту остывания плиты. Досушите его при комнатной температуре в сухом месте. Храните 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, не рекомендуется сушить кервель, петрушку и сельдерей, поскольку после сушки они теряют аромат. Их лучше в свежем виде замораживать.

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 ветерке». Правильно высушенные пряности сохраняют натуральный цвет.

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.