

К-1320666

02

# КУЛИНАРНЫЕ



# ЗАТЕМ

*рецепты из конверта*

Выпуск 1

Вологда  
1999

Библиотечка журнала  
«Огородные подсказки»

# КУЛИНАРНЫЕ ЗАТЕИ

*(рецепты из конверта)*



г. Вологда  
1999 г.

ББК 36.91

~~К 90~~

УДК 635.1

К 90 Кулинарные затеи/ Ред. С.П. Багров. - Вологда:  
ООО «Редакция газеты «Сад-огород», 1999. - 40 с.

*Эта кулинарная книжка состоит исключительно из рецептов, которые посылали и посылают в редакцию журнала «Огородные подсказки» наши читатели. Часть материалов публикуется впервые, часть прошла публикацию через журнал в течение 1993-1999 г.г. Авторами «Кулинарных затей» являются искусные мастера поваренного творчества: вологжане Василий Павлович Кузнецов, Ирина Борисовна Смирнова, Анатолий Иванович Киселев, Александр Михайлович Черкашин, Анатолий Степанович Смирнов, житель города Самары Иван Сергеевич Ульянов, Зоя Петровна Фаттахова из села Воротыньск Калужской области, Иван Степанович Возяков из Брянска и ряд других садоводов и огородников.*

*Следующий выпуск кулинарного сборника редакция планирует выпустить в начале 2000 года.*

# СОДЕРЖАНИЕ

Капуста.....	4
Огурцы.....	8
Помидоры.....	10
На долгое хранение.....	13
Зеленая икра.....	16
Топинамбур.....	18
Амарант.....	19
Тыква.....	20
К воскресному столу.....	21
Деликатесы.....	22
Крепкая помощница.....	24
Земляника.....	25
Облепиха.....	27
Безалкогольные напитки.....	28
Урожай с березы.....	30
Домашнее вино.....	31
Пиво.....	32
Кисель.....	33
Заготовки из домашних продуктов.....	35
Пряности, специи и приправы..	40



# КАПУСТА

РЕЦЕПТЫ ВАСИЛИЯ КУЗНЕЦОВА



## Квашение

Для квашения используют белокочанную капусту с высоким содержанием сахара. В условиях средней полосы лучшими сортами являются Белорусская, Слава, Грибовская, Подарок, Ладожская, Амагер, Московская поздняя. Лучшие для квашения кочаны – плотные, крупные, с неглубокой кочерыгой. Промерзшую капусту квасить нельзя. Перед квашением кочаны очищают от верхних листьев, срезают загнившие и загрязненные части. Удаляют грубую часть кочерыги. Для измельчения капусты применяют простые шинковки или режут вручную. Для квашения пластинами берут небольшие кочаны, разрезают вместе с частями кочерыги. Квашение лучше проводить в бочонках, можно использовать и эмалированные бачки, ведра.

На дно бочонка укладывают не разрезанные цельные листья. Затем – слой шинкованной капусты, который посыпают заранее подготовленной солью и приправами. И так слой за слоем укладывают капусту, посыпая солью и специями. Утрамбовывают каждый слой деревянным пестиком. Применяют и такой способ, особенно когда квасят вместе с пластинами: шинкованную капусту горкой укладывают на столе на чистой клеенке, посыпают солью и добавками, быстро перемешивают, пока не выделился сок и укладывают в бочонок, перемеживая рядами пластин (разрезанных кочанов). Хорошо возле края бочонка засовывать цельные крупные листья, которые потом достают для голубцов. Соль добавляют к капусте из расчета 2-2,5 кг на 100 кг капусты. Если соли добавить больше, капуста будет пересолена, а главное, затормозится молочно-кислое брожение и будет раз-

виваться нежелательные процессы. С другой стороны, если соли будет меньше, могут оказать действие сторонние микробы, капуста размягчится. После укладки капусты и ее утрамбовки капусту закрывают цельными листьями, а поверх их - кладут полотняный кружок или в несколько слоев марлю, а сверху – деревянный кружок и гнет.

Сразу же после укладки накапливается капустный сок, который должен покрыть деревянный кружок. Через каждые 3 дня надо снимать гнет и кружок и протыкать капусту деревянным колышком 2 см в диаметре и выпускать накопившиеся газы. Если капуста солилась прямо в бочонке, а не на столе, полезно слить рассол через 3-4 дня и снова залить. При комнатной температуре капуста бывает готова через 6-8 дней.

После ее выносят в погреб или прохладное место. Однако нередко готовую квашенную капусту выносят на холод и для потребления берут замороженную, постепенно оттаивая или обливая горячим кипятком. Качество капусты резко не снижается. Однако, не желательны частые замораживания и оттаивания всей массы. При квашении капусты применяют различные приправы и добавки из расчета до 5% от веса капусты. Такими добавками могут быть крупно натертая морковь, целые или резанные твердые сорта яблок, тертая свекла, клюква, брусника до 2 кг на 100 кг капусты, семена тмина, лавровый лист и др. Рецептуру можно разнообразить в зависимости от вкуса.

## **Соленая в банках**

Рубят капусту, перемешивают с тертой морковью, укладывают плотно в трехлитровые банки и заливают горячим рассолом на 1 литр воды – 2 ст. ложки без верха соли, 1 ст. ложка сахара. Банки выдерживают 3-4 дня, периодически протыкая. Через 4 дня переносят в холодильник.

## **Квашение целых кочанов**

Мелкие тугие кочаны до 1 кг режут по кочерыжке на 4 части. На дно кладут зеленые листья. Укладывают плотно пластины кочерыгами вверх. Можно положить для цвета красную капусту или свеклу, разрезав на кубики. Заливают холодным рассолом: 200 г соли на 5 литров воды. Сверху уложить зеленые листья, затем – салфетку. Через каждые 3 дня делать деревянным колышком проколы. Сверху должен быть гнет и выступающий рассол. Хранят капусту при температуре 1-2 градуса.

## **Сладкая**

Заложить шинкованную капусту в ведро, перемежая ее тонким слоем фруктов – яблок, груш, слив, порезанных на доли. Сверху – слой капусты 15 см. Квасить всего 3 дня. Как только даст рассол, его слить. На литр рассола положить 150 г песка, вскипятить, остудить. Вновь залить капусту. Если рассола мало, прибавить воды. При подготовке рассола хранить в холодном месте.

## По-армянски

Крупно нарезать белокочанную капусту, морковь, свеклу, сладкий перец, чеснок, зелень петрушки, укроп, яблоки.

Залить рассолом с добавлением сахара, соли, уксуса и пряностей (укроп, петрушка, душистый перец). Заквашивать при комнатной температуре 3 дня. Перенести в холодильник.

## С фруктами

Готовят белокочанную капусту и шинкуют, потом перетирают с солью. Кладут в деревянную кадку или эмалированную кастрюлю, перекладывают яблоками, грушами, персиками, сливами, нарезанными дольками. Сверху – снова слой шинкованной капусты. И как при обычном квашении уплотняют, накрывают тканью, кладут деревянный кружок, гнет и ставят на заквашивание. Как только капуста даст сок, его сливают. Если сока мало, наоборот, добавляют кипяченой воды с сахаром. Готовую капусту хранят при +1-2 градусах.

Потребуется: на 10 кг капусты 1,5 кг различных фруктов, 250 г соли, 20-50 г сахарного песка. Рассол не нужен.

## Розовая

Белокочанную капусту шинкуют. Свеклу запекают в духовке или тушат как для борща и нарезают ломтиками. Варят рассол. Добавляют тертой моркови и заквашивают, как описано выше.

Потребуется: на 10 кг капусты свеклы – 1 кг, соли 250 г, гвоздики 15 шт., лаврового листа – 10 шт., 0,5 кг моркови, перец и корица.

## Провансаль

Берут квашеную капусту или нарезают мелкими кубиками. Суть приготовления состоит в добавках к квашеной капусте различных добавок. На 3 кг капусты добавляют 400 г сахарного песка, 300 г растительного масла, 5 г порошка горчицы или ложку готовой, 50 г клюквы или брусники, можно того и другого, 250 г слив, вишни без косточек, маринованного винограда, моченых яблок дольками. Добавить по вкусу столовый уксус и лимонную кислоту. Все тщательно перемешивают и укладывают в стеклянную банку. Капуста в прохладном месте может сохраняться только 2-3 суток, в холодильнике - 6 суток.



## **Маринованная**

*(рецепт Ульянова)*

2 кг капусты на 5 минут залить кипятком, слить воду, положить морковь 5 штук, чеснок 2 головки.

Маринад: 1 л воды, 200 г сахара, 200 г подсолнечного масла, 200 г уксуса, 2 ст. ложки соли. Все вскипятить, залить горячим капусту. Через 12 часов капуста готова к употреблению. Для цвета можно положить немного мелконатертой свеклы.

## **Квашеная с сахаром**

*(рецепт Ульянова)*

Квасить обыкновенно (капуста, морковь, соль). Сложить в банку, не уминая, по плечики. Долить до верха холодную кипяченую воду. Подержать 3 суток в теплом месте, периодически прокалывая, затем слить весь рассол, добавить стакан сахара, размешать и вылить в капусту, поставить на 10 часов в прохладное место.

## **По-петровски**

*(рецепт Ульянова)*

2 кг нашинкованной капусты, 2 тертые моркови, 2 крупные порезанные луковицы, 2 дольки чеснока порубить и смешать. Влить 1 стакан подсолнечного масла, 1/2 стакана столового уксуса. Приготовить рассол: взять на 1 л воды 2,5 ложки соли, 3/4 стакана сахара. Все размешать, вскипятить, горячим рассолом залить капусту, положить сверху гнет и поставить в прохладное место. Через 3 дня капуста готова.

## **С семенами укропа**

*(рецепт Фаттаховой)*

Заквасить капусту с морковью и семенами укропа в трехлитровой банке, как обычно. Через 3 дня сделать в банке небольшое углубление. Всыпать туда одну стопку сахарного песка и влить одну стопку водки. Закрыть капроновой крышкой – и в погреб.

## **«Монастырская изба»**

*(рецепт Фаттаховой)*

Нашинковать ведро капусты, посолить, утрамбовать. Влить полбутылки вина «Монастырская изба». Оставить дома закисать, как обычно. А потом - вынести в погреб.



# ОГУРЦЫ



## В собственном соку (рецепт Черкашина)

Переросшие, желтые и уродливые огурцы (они почти всегда бывают) тщательно моют и затем мелко дробят, смешивают с солью. На дно посуды (трехлитровой банки) уложить толстый слой измельченных огурцов, затем стоймя поместить первый ряд отборных для засола огурцов. Прикрывают их зеленью и кладут мешочек из марли, наполненный сухой горчицей. Затем укладывают второй ряд. Если огурцы мелкие, то и третий ряд. Сверху обязательно прикрывают зеленью и дроблеными огурцами. Затем кладут кружок и гнет. Кружок изготавливают из доски в виде эллипса. Одна сторона его равна диаметру горлышка банки, вторая - диаметру самой банки. Если кружок правильно установить, то не понадобится и гнет. В противном случае для гнета можно использовать полиэтиленовый пакет, который после его размещения в банке заполняют водой и завязывают.

На 5 кг огурцов - 150 г зелени укропа, 100 г зелени чабера (можно и другой зелени), несколько листьев черной смородины, 4-5 ст. ложки сухой горчицы, которую помещают в марлевый мешочек и 350-400 г соли. (В 1 ст. ложке - 30 г соли). Этим способом солила огурцы еще моя бабушка, которая в свое время славилась мастерством в этом деле, и ее различные соленья хранились от урожая до урожая.

## Московские (рецепт Черкашина)

Московскими назвал потому, что об этом засоле впервые я услышал от жительницы столицы еще в шестидесятые годы. Огурцы укла-

дывают в эмалированную, а еще лучше в деревянную посуду и заливают горячим рассолом. На следующий день огурцы перекалывают в стеклянные банки и заливают этим же рассолом. Банки закрывают крышками и ставят в погреб. Огурцы, засоленные этим способом, имеют приятный вкус и очень долго хранятся.

На 10 литров воды: 600-550 г соли, 1 стакан столового (3%-ного) уксуса, 50 г листьев чабера (можно и без чабера) и 1 стакан обычной водки.



## **Свежие**

**(рецепт Черкашина)**

Для горожан-дачников летом встает проблема: как сохранить свежими огурцы в течение недели или более? Предлагаю испытанный способ сохранения огурцов в свежем виде в течение 15-30 дней.

Огурцы сразу после съема необходимо плотно уложить в мешочек из тонкой полиэтиленовой пленки и верх мешочка плотно закрыть и завязать. Хранят огурцы при + 15-20 градусах.

## **Консервированные с водкой**

**(рецепт Ульянова)**

Огурцы нужно брать некрупные свежие (срывать в день посола), перебрать, перемыть. Дно банки выстлать промытыми листьями: вишни, смородины, хрена. Приготовить укроп, сельдерей, сладкий перец, горький перец, чеснок. Плотно уложить огурцы в банку, пересыпая их специями.

Рассол: ведро воды, менее 1/2 литровой банки соли (не йодированной), один стакан водки, 8-10 ст. ложек уксуса. Огурцы заливают горячим рассолом. На второй день надо добавить рассол, не доливая его на 1 см до края банки, закатать.

## **Быстрого засола**

**(рецепт Д. Ульяновой)**

Огурцы укладывают в стеклянные банки или небольшие деревянные бочонки. Лучше брать корнишоны или огурцы до 15 см длиной. Затем добавляют укроп, зерна горчицы, душистый и горький перец. Можно добавлять и лавровый лист. Перец кладут на дно посуды или между слоями огурцов, а укроп равномерно по всей посуде. Сверху кладут кружок и заливают раствором соли (60 г соли на 1 л воды). Нужен гнет, чтобы огурцы не всплывали. Огурцы быстро меняют цвет и уже через 2 дня готовы к употреблению.

# ПОМИДОРЫ



## **В собственном соку** *(рецепт В. Молодцовой)*

Помидоры красные пропустить через мясорубку. На один кг массы одну столовую ложку соли и одну столовую ложку песка. Помидоры сложить в банку и залить их этой массой. Пастеризовать: литровую банку - 20 мин, 0,5-10 мин.

## **«Пальчики оближешь»** *(рецепт М. Поповой)*

Отобрать крупные, зрелые, но не мягкие помидоры. Помыть их и положить в банку, можно разрезать пополам. Банки пропарить, на дно положить рубленую зелень, чеснок, влить 3 ст. ложки растительного масла, затем уложить помидоры, на них пару колец репчатого лука.

Маринад: 3 литра воды - три столовые ложки соли, 7 ст. ложек сахара, перец душистый и горький, лавровый лист, все вскипятить, потом влить 1 стакан 9% уксуса. Этим не очень горячим маринадом залить.

## **С морковью** *(рецепт Т. Аблакатовой)*

1,5 кг красных помидор, 1,5 кг зеленых помидор, 1,5 кг моркови, 1,5 кг лука.

Маринад: 300 г масла растительного, 300 г уксуса, 100 г соли, 300 г сахарного песка, несколько лавровых листьев и перца горошком. Кипятить 5 минут. Залить салат. Остудить. Перемешать и оставить на 12 часов. Потом варить 1 час. Разложить в банки. Закатать металлическими крышками или закрыть плотными пластмассовыми.

## Из остатков

*(рецепт А. Багдасарова)*

Осенью на кустах остается очень много зеленых помидоров. Предлагаю приготовить из них оригинальный салат.

Зеленые помидоры - 2 кг, белокочанная капуста - 1 кг, краснокочанная капуста - 1 кг, лук-репка - 1 кг, морковь 1 кг, соль 120 г.

Маринад: сахарный песок - 300 г, подсолнечное масло - 250 г, 9% уксус -200 г, или 5% - 350 г,

Все мелко нарезать. Нарезанную морковь залить водой, довести до кипения и кипятить 5-8 минут. Затем все перемешать, посолить и оставить на 8-12 часов.

Приготовление маринада: сахар, масло, уксус смешать и довести до кипения.

Слить из овощей сок и залить маринадом. Довести до кипения и кипятить 20 минут. Затем разложить в банки, закрыть капроновыми крышками, укутать одеялом и дать остыть. После остывания салат готов.

## Ассорти

*(рецепт М. Поповой)*

На 3-х литровую банку взять огурцы, помидоры, капусту, морковь, лук, укроп, перец сладкий – все помыть, залить кипятком на 15-20 мин, воду слить и залить кипящим раствором.

Рассол: на 1 литр воды 100 г песку, одна столовая ложка соли с верхом, все прокипятить, положить лавровый лист, чеснок и 100 г 9% уксуса. Закатав банки, перевернуть и накрыть шубой.

## РЕЦЕПТЫ УЛЬЯНОВА

### Аджика

На 3 кг помидоров взять 1/2 кг чеснока и зелени (петрушки, сельдерея, укропа, кинзы), 300 г горького перца, пакетик хмели-сунели, 1 стакан соли, 1/2 стакана столового или виноградного уксуса (яблочный уксус в аджику никогда не добавляется). Все пропустить через мясорубку и перемешать в эмалированной кастрюле деревянной ложкой. Туда же влейте 1 стакан гранатового сока. Три дня аджика будет стоять в кастрюле под крышкой (время от времени ее нужно промешивать). Потом разложите ее в небольшие простерилизованные баночки и уберите в холодильник или погреб.

### Суповая заправка

Морковь нашинковать на крупной терке, помидоры очистить от кожицы и семян, мелко порезать, болгарский перец (желательно и зеленый, и красный сладкий для красоты) очистить от семян и порезать полукольцами, мелко порезать также укроп, петрушку, сельде-

рей. Баночки простерилизовать, обсушить и укладывать овощи, уминая, каждый слой посыпая солью, закрыть крышкой, убрать в холодильник.

## Соленые

Рецепт дается из расчета на трехлитровую банку. Банки хорошо вымыть с содой и на 10 минут - на кипящий чайник. В это время вымыть помидоры, укроп, листья смородины, вишни, хрена. Нашинковать хрен, приготовить листики лаврушки.

На 1 банку: по 2-3 листочка вишни, смородины, лавра, по 1 листу хрена, метелке укропа, по 5-6 горошин перца, 2-5 зубчиков чеснока.

В банку положить помидоры и зелень с пряностями и одновременно поставить кипятить рассол. На трехлитровую банку идет 1,5 литра рассола.

На 1,5 литра воды для рассола взять 1 ст. ложку соли и 2 ст. ложки сахара. Как только рассол закипел и соль с сахаром растворились, половником потихоньку залить банки с помидорами и оставить стоять на 10 минут. Затем рассол осторожно слить в ту же кастрюлю и прокипятить 2 минуты. Опять залить помидоры, через 10 минут слить. Когда в третий раз рассол закипит, положить в банку с помидорами (не в рассол!) по 1 чайной ложке горчицы в порошке и 1/2 чайной ложки лимонной кислоты.

Залить рассолом и закрыть крышками. Крышки с резиновыми прокладками кипятить 10 минут. Закатать банки, перевернуть вверх дном.

## Фаршированные

*(рецепт Н. Кирилловой)*

Берем незрелые помидоры, можно даже зеленые. Промыв и подсушив их, надрезаем верхушки на 2-3 см. Все внутри помидорки вычищаем, затем набиваем приготовленным фаршем до верха и закрываем срезанными крышечками. Все готовые помидорки кладем в банку и заливаем рассолом, стерилизуем 5-10 минут и закатываем крышками.

Приготовление фарша: сладкий перец — 1 кг; морковь — 2 кг; петрушка, укроп, сельдерей — 0,5 кг; чеснок — 200 г. Рассол: на 1 л воды — 2 ст. ложки соли и 3 ложки сахара.

## Томатный сок

*(рецепт Н. Кирилловой)*

Зрелые или незрелые помидоры нарезать в кастрюлю, довести до кипения и кипятить 5 минут. Затем протереть через сито, посолить по вкусу и прокипятить 10 минут. Затем разлить по банкам и закатать крышками. Хранить в любом месте,

# НА ДОЛГОЕ ХРАНЕНИЕ

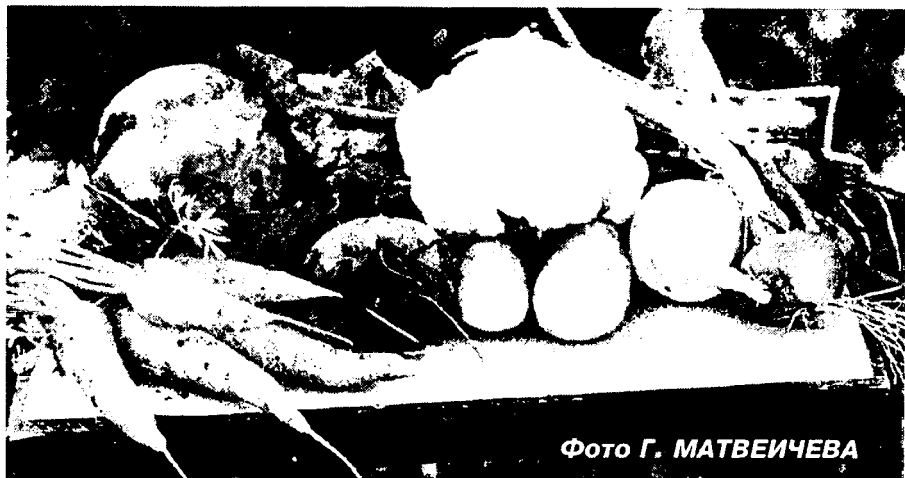


Фото Г. МАТВЕИЧЕВА

## Закусочная морковка

(рецепт А. Соболева)

Традиционно на Руси праздничное застолье ассоциируется с такими классическими закусками, как соленые и маринованные огурчики и грибочки. Но, несомненно, воздадут должное искусству хозяйки присутствующие гости и другой, не менее пикантной закуске, приготовленной из даров ваших грядок.

Готовим маринад: по стакану воды и 9%-го столового уксуса, 1 ст. ложка соли, три гвоздички, 1 ч. ложка корицы, 1 ч. ложка черного перца (горошек) и несколько листов лавра. Морковь среднего размера промыть, очистить и опустить в кипящую воду на 5 минут. Вынуть, охладить и нарезать вдоль длинными тонкими полосками. Установить полоски вертикально в стеклянную стерильную банку, залить приготовленным маринадом и закатать.

Закуска - пальчики оближешь!

## Салат в зиму

(рецепт З. Фаттаховой)

Капуста - 4 кг, морковь - 800 г, лук - 200 г (прокрученный на мясорубке), масло растительное - 500 г, уксусная эссенция - 50 г. Соль по вкусу. Все шинкуется, смешивается и кладется в 3-литровую банку, не очень утрамбовывая. И сразу же ставится в холодное место. Закрывать при этом капроновыми крышками. (При смешивании не очень перетирать).

# Маринованный портулак

(рецепт В. Яковлева)

Стебли портулака огородного вымыть, 5 минут прокипятить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, сложить в банки. Положить специи и пряности - чеснок и травы, залить 1,5%-м уксусом. Закрывать полиэтиленовой крышкой и хранить в прохладном месте.

На 1 л продукта 2-3 зубка чеснока, по веточке майорана, базилика, укропа, петрушки, лист хрена.

(советы И. Ульянова)

**Капуста нашинкованная с вином.** Посолите капусту обычным способом, сложите в кадку, спрессуйте деревянной колотушкой. На 3 ведра капусты возьмите 1 литр белого столового вина, лучше сладкого. Облейте им всю капусту, чтобы попало на всю массу и оставьте закисать в погребе или на балконе. Приготовленная таким образом капуста необычайно вкусна.

**Кабачки можно сохранить свежими** до 2-3 месяцев, если упаковать их в полиэтиленовый мешок или сложить в эмалированную кастрюлю и, не накрывая крышкой, поставить на нижнюю полку холодильника.

**Репчатый лук** прекрасно сохраняется в капроновых чулках или заплетенным в косы вместе с пером.

**Перцы будут храниться всю зиму**, если их уложить в деревянные ящики, пересыпав сухим речным песком. На время холодов укутайте одеялом.

**Чеснок можно сохранить всю зиму**, если сложить его после просушки в стеклянные банки, обвязанные бумагой. В бумаге сделайте несколько дырочек для доступа воздуха.

**Зелень лучше всего** вымыть, просушить, завязать в полиэтиленовый мешочек, убрать в морозилку. Увядавшая зелень вновь станет свежей, если окунуть ее сначала в горячую, а затем в холодную воду.

# Топинамбур – до весны

(подсказка В. Мишкина)

Многие огородники совершенно не знают, как сохранить топинамбур, ибо клубни его быстро усыхают и вянут даже на холоде.

А и всего-то нужно: выкопанные клубни очистить от земли, просортировать, чтобы на хранение не попали больные, перерезанные лопатой или обломанные, и сразу уложить в полиэтиленовые пакеты или мешки из толстой полиэтиленовой пленки, которые после заполнения необходимо герметично завязать и опустить в погреб. В период всего хранения клубни не теряют вкусовых качеств, остаются свежими, упругими, сочными, не вянут и не усыхают. С осени и до весны

(до середины апреля) удавалось сохранить в таких пакетах клубни топинамбура даже на теплой веранде.

## По старинке

Кочанную капусту можно сохранить долгое время посредством подвешивания к шестам, к которым подвязывают кочаны капусты за кочерыжки головами вниз и на некотором расстоянии друг от друга. Есть и другой способ: делают в погребе грядки из равных частей сухого песка и земли, в эти грядки сажают капусту кочнями вверх.

Свеклу сохраняют в песке с небольшой примесью земли в ящиках. При этом поступают так: насыпав на вершок-полтора песок с землей, укладывают свеклу кружком корешками в середину и чтобы одна другой не касались, затем каждый ряд засыпают песком, только чтобы с боков были едва видны верхушки корнеплодов.

Также можно сохранить морковь, сельдерей и петрушку, укладывая рядами или горкой, обрезав зелень сверху, не трогая корни и оставляя понемногу молодой зелени в виде отростков.

## Заправочная смесь

*(рецепт Е. Сиротиной)*

На 1 кг соли – 1 кг моркови, 1 кг томатов, 1 кг репчатого лука, по 300 г сладкого перца, укропа, сельдерея, петрушки.

Овощи моем, натираем на крупной терке, лук шинкуем, зелень мелко нарезаем, кладем соль и все хорошенько перемешиваем. Приправа готова. Нужно разложить в банки и закрыть полиэтиленовыми крышками.

## Консервированный шавель

Свежие листья шавеля сортируют, моют. Чистые листья режут и пересыпают солью из расчета на 1 кг зелени 200 г соли. Все тщательно перемешивают, укладывают в банки и стерилизуют в кипящей воде 15-20 минут.

## Чеснок в маринаде

Головки молодого чеснока моют и очищают от шелухи, ошпаривают кипятком и немедленно охлаждают. Укладывают в банки, заливают горячим маринадом.

Литровые банки стерилизуют 5 минут - затем - укупоривают.

Заливка: на 1 литр воды берут 50 г соли, 50 г сахара. Кипятят 2 минуты, снимают с огня и добавляют 100 г 9% столового уксуса, заливают в банки.





# ЗЕЛЕНАЯ ИКРА

(рецепты Ульянова)

Зеленая икра - это не позеленевшая красная или черная, даже не кабачковая или баклажанная. Для приготовления при весеннем недостатке витаминов годится свекольная или морковная ботва, дикорастущие зловредные сорняки, выпалываемые с тех же грядок, растения, собранные на лесной поляне. Они отлично нормализуют обменные процессы, работу желудка и кишечника и многое другое.

Если вы решили съесть что-нибудь дикое, ВАЖНО: хорошо знать растения; использовать молодые, у переросших брать только листочки, потому что черешки будут по зубам лишь коровам; перед употреблением растения нужно тщательно промывать холодной водой; крапиву бланшировать две-три минуты, воду слить и только потом варить, жарить, мариновать, солить очень осторожно и непосредственно перед подачей на стол.

Для приготовления **ЗЕЛЕНОГО МАСЛА** нужен порошок из высушенных трав и сливочное масло, можно для большей пышности добавить сливки или молоко. Для получения порошка пряные травы сразу же после сбора нужно хорошенько промыть холодной водой, просушить полотенцем и высушить в чуть теплой духовке. Высушенную траву протереть через сито и хранить в плотно закрытых стеклянных банках. Для приготовления сухого порошка годятся: крапива, лекарственная примула (баранчик), шпинат, зеленые луки, майоран, укроп, петрушка, сельдерей, любисток, козлятник, амарант, морковная ботва, бораго, молодые листья репы, сныть, кориандр, зелень чеснока.

Обычно делают зеленое масло так: размягченное масло (100 г) взбивают с молоком или сливками (50 г), потом добавляют 30-50 г порошка из высушенных трав. Можно получить масло с самыми различными вкусовыми оттенками, добавляя разные травяные порошки или их смеси.

**МАСЛО С МАЙОРАНОМ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ.** 100 г масла, 50 г сливок, 10 г сухого майорана, 20 г сухого зеленого лука, соль. Масло ложкой растереть со сливками, всыпать порошок майорана и лука, посолить и взбить до воздушного состояния миксером или ручной взбивалкой. Три последующих масла готовятся аналогично.

**МАСЛО С ЧЕРЕМШОЙ И МОРКОВНОЙ БОТВОЙ.** 100 г масла, 50 г молока, 20 г сухой зелени черемши, 10 г сухой зелени моркови, соль.

**МАСЛО С УКРОПОМ И ШПИНАТОМ.** 100 г масла, 50 г молока, 30 г сухой зелени шпината, 20 г сухой зелени укропа, соль.

**МАСЛО С МОРКОВНОЙ БОТВОЙ И СЕЛЬДЕРЕЕМ.** 100 г масла, 50 г сливок, 30 г сухой зелени сельдерея, 20 г сухой морковной ботвы, соль.

**МАСЛО С ЗЕЛЕНЬЮ МОРКОВИ И УКРОПА.** 100 г масла, 50 г сливок, 20 г сухой морковной ботвы, 10 г сухого укропа, 2 яйца, соль. Масло растереть со сливками, добавить два растертых желтка сваренных вкрутую яиц, всыпать порошок зелени, посолить и взбить до воздушного состояния.

**ИКРА ИЗ СНЫТИ И КРАПИВЫ.** Одинаковые количества крапивы и сныти, промыть, затем бланшировать в кипящей воде 2 минуты, мелко нашинковать, добавить такое же количество мелко нарезанного репчатого или зеленого лука, пассеровать все вместе три минуты в растительном масле. Подавать к вареной картошке, мясу, рыбе, можно просто намазать на кусочек черного хлеба.

**ИКРА ИЗ СВЕКОЛЬНОЙ БОТВЫ.** 200 г свекольной ботвы, 100 г зеленой петрушки, 100 г перьев чеснока, 50 г растительного масла, соль по вкусу. Зелень тщательно промыть, мелко нарезать и пассеровать в растительном масле около трех минут, посолить. Свекольную ботву можно заменить мангольдом.

**ВАРИАНТЫ СВЕКОЛЬНОЙ ИКРЫ:** 200 г ботвы, 200 г зелени сельдерея, 100 г зелени чеснока, 50 г растительного масла, соль; или 200 г свекольной ботвы, 50 г морковной ботвы, 200 г черемши, 50 г растительного масла, соль. Готовить, как в предыдущем рецепте.

**ИКРА ИЗ МЕДУНИЦЫ, ЧЕРЕМШИ И СЕЛЬДЕРЕЯ.** 300 г зелени сельдерея, 300 г зелени медуницы, 100 г черемши. Зелень медуницы 3 минуты бланшировать, потом мелко нарезать и смешать с нашинкованной зеленью черемши и сельдерея, пассеровать в растительном масле и солить по вкусу.

**ИКРА ИЗ ПРИМУЛЫ И КРАПИВЫ.** 300 г крапивы, 200 г примулы, 100 г зелени петрушки, соль по вкусу. Крапиву бланшировать 3 минуты в кипящей воде. Нарезать вместе с сырой зеленью примулы, добавить нарезанную зелень петрушки или сельдерея, спассеровать в растительном масле и посолить.



# ТОПИНАМБУР

## *(народные рецепты)*

Клубни отваривают, жарят, тушат, сушат как картофель, квасят как капусту. Используют молодые листья и сочные стебли. Отбирая клубни в пищу, тщательно их моют. Кожуру не снимают, так как в ней и под ней содержатся железо, кремний и другие питательные и целебные вещества. Вот некоторые рецепты.



## **Винегрет**

В обычный винегрет добавляют нарезанный клубень сырого, вареного или квашеного топинамбура. Получается очень вкусное блюдо.

## **Салат «Весенний»**

Берем две части клубней и одну часть моркови. Протираем на терке, добавляем 5-8 листочков огуречной травы, соль и уксус по вкусу.

## **Клубни жареные**

Клубни нарезают, бланшируют, подсушивают и жарят как картофель или пончики в кипящем масле или жире.

## **Салат с яйцом**

100-125 г клубней тертых, одно нарезанное яйцо, соль и уксус перемешивают с маслом или майонезом и украшают зеленью.

## **Диетическое кофе**

Клубни нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм, поджаривают в духовке, перемалывают в кофемолке и применяют как растворимое кофе.

## **Клубни квашеные**

Клубни нарезают толщиной 3-4 мм и укладывают в эмалированную посуду, заливают подсоленной водой. После завершения брожения их употребляют в винегретах, салатах, в виде гарнира к любому второму блюду.

## **Начинка для пирожков**

Клубни топинамбура натереть на крупной терке и добавить квашеную капусту (соотношение один к одному).

# АМАРАНТ

(рецепты И. Возякова)

**САЛАТ.** Зелень промыть, удалить грубые побеги и черешки, обсушить, нарезать. Сваренные вкрутую яйца мелко порубить, смешать с зеленью, посолить, заправить сметаной или майонезом и подавать к столу.

**САЛАТ ВЕСЕННИЙ.** Нежные листочки амаранта промыть, мелко порезать, добавить зеленого лука, петрушки, укропа, подсолить, поперчить, добавить растительного масла или майонеза, перемешать и подавать.

**ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ.** Зелень промыть, пропустить с маслом, нарезать, залить водой и варить до мягкости. Заправить яйцами, кислым молоком, посолить, посыпать мелко нарезанную петрушку. Подавать с гренками.

**АМАРАНТ ТУШЕНЫЙ.** Столовая ложка растительного масла, три ложки томатного соуса (можно соевого соуса), зелень амаранта, соль, перец. Тушить на слабом огне, перемешать и подавать к столу.

**АМАРАНТ ПО-РИМСКИ.** Зелень амаранта опустить в кипяток и кипятить 10 минут под крышкой. Слить воду и нарезать зелень. Отдельно на сковороде распустить масло, мелко покрошить в него чеснок, очищенные семечки подсолнечника или тыквы, слегка поджарить. Добавить зелень амаранта, томатную пасту, пряные травы. Тушить до готовности, подсолить.

**АМАРАНТ ЗАПЕЧЕННЫЙ.** Мелко нарезать 4 пучка зеленого лука, смешать со столовой ложкой сливочного масла или маргарина, взбить 8 яиц с солью, нарезать 2 чашки зелени амаранта, добавить чашку натертого голландского сыра. Все смешать и поместить на смазанную маслом сковородку. Жарить 25-30 минут, пока слегка не подрумянится, затем посыпать сверху сыром и ждать, пока он расплавится. Нарезать и сервировать.

**БЛИНЫ ИЗ АМАРАНТА.** Две головки репчатого лука мелко порезать, измельчить 2 стакана зелени амаранта, добавить яйца, соль, хорошо перемешать до однородной массы. Жарить в жиру.

**ПЕЧЕНЬЕ.** Взять муку из семян амаранта и смешать с пшеничной мукой в соотношении 3:7. Выпекать печенье по известным Вам рецептам.

Из амаранта можно получить соки и сиропы, прохладительные напитки. Благодаря целебным свойствам, они в ряде стран успешно вытесняют пепси и кока-колу.

Амарантовое масло целебнее облепихового и используется для выведения радионуклидов, лечения ожогов, язвенной болезни, выведения бородавок и т. д.

Зелень используется для приготовления салатов, щей, а листья - для укрепления огурцов при их консервации.

Зерна амаранта могут использоваться при выпечке пряников, печенья. Из зерен белосемянного амаранта делают муку и выпекают хлеба.

# ТЫКВА

(рецепты Ульянова)

## Оладьи

Тыкву очистить. Натереть на крупной терке, добавить луку, взбитое с кислым молоком яйцо. Посолить, хорошо вымесить и класть ложкой на горячую сковородку, смазанную жиром. Обжарить с двух сторон. Подавать с жареным луком, грибным соусом, кефиром.

## Салат Тыковка

Тыкву, морковь и кислое яблоко очистить от кожуры, измельчить на крупной терке, перемешать, посолить, заправить майонезом или сметаной. Посыпать укропом.



Фото В. РЕШЕТНИКОВА

## Тыква печеная

Тыкву разрезать на равные дольки. Положить вниз кожурой на противень или сковородку. Подлить несколько столовых ложек воды, поставить в духовку и запечь. Подавать с клюквенным, крыжовниковым вареньем или с сахарной пудрой с корицей.

## Тыква жареная

Тыкву нарезать ломтиками, посолить (при желании поперчить), обвалить в муке и жарить в жиру до образования румяной корочки. Подавать со сметаной.

## Суп-крем

На 0,5 л молока: 250-300 г тыквы, 10-15 г сливочного масла, 2 небольших ломтика пшеничного хлеба, стакан воды. Тыкву вымойте, очистите, натрите на крупной терке, залейте горячей водой (на сантиметр выше тыквы) и подержите в течение 5-7 минут на слабом огне. Хлеб, нарезанный кубиками, подсушите в духовом шкафу и добавьте к тыкве. Все подержите на огне еще 5 минут. Затем влейте горячее молоко, доведите до кипения. Заправьте сливочным маслом.

# К ВОСКРЕСНОМУ СТОЛУ

(рецепты Ульянова)

## Курочки по-испански

Нагреть духовку до 250 градусов. Выложить по стручку зеленого и желтого сладкого перца на решетку и запекать 20 минут. Когда кожица станет коричневой, удалите из перца середину и нарежьте его полосками. Переключите духовку на 150 градусов. Курицу помыть, обтереть насухо и обжарить в оливковом масле, залить 0,5 л томатного сока. Добавить полоски перца, лавровый лист, соль, перец, стручок перца чили. Положить все в огнеупорную форму, накрыть крышкой и в духовку на 50 минут. 100 г оливок нарезать кружочками и добавить к жаркому за 10 минут до готовности.

## Вкусные корзинки

Из подсоленного песочного теста вырезать кружочки и положить их на формочки для корзиночек, покрыв сверху пергаментной бумагой. Скатать из теста жгутики для ручек корзиночек. Корзинки и ручки выпекать на противне при 200 градусах около 25 минут до золотистого цвета. Охладить корзиночки и наполнить их салатами, используя овощи в любых комбинациях.

## Пирог с сыром и грушами

Раскатайте 250 г слоеного теста в очень тонкий пласт и вырежьте круг. Поставьте корж в духовку, нагретую до 150 градусов на 25 минут. Очистите 3 груши от кожуры, разрежьте на тонкие продольные куски, сбрызните соком одного лимона. Нарежьте 300 г плавленого сыра на ломтики толщиной в 2 мм. Уложите сыр на горячий корж и вновь ненадолго поставьте в духовку, чтобы сыр чуть расплавился. Выньте готовый пирог из духовки, на горячем сыре веером разложите груши. В центре - украшение из грецких орехов. Хорошо подать пирог к белому вину.

## Картофель по-канарски

1,5 кг картофеля залить водой, чтобы она покрывала лишь клубни. Добавить 1,5 ст. ложки соли. Накрыть кастрюлю полотенцем и варить при слабом огне до выкипания воды. Измельчить в миксере по пучку петрушки, кинзы и 8 зубчиков чеснока. Смешать с 1,5 ст. ложками винного уксуса и 2 чайными ложками горчицы. Снять с кастрюли полотенце, оставить картофель подсушиваться на выключенной конфорке. Не очищая, разрезать картофель пополам и подать на стол к соусам.

## Тунисский салат

Поочередно обжарьте в небольшом количестве оливкового масла баклажаны, кабачки и помидоры, нарезанные равными кусочками. Дайте стечь маслу, сложите в салатницу, приправьте острым и сладким красным перцем и солью. Испеките в духовке болгарские перцы (2 штуки) вместе с кожицей. Готовые перцы очистите и разрежьте на квадратики, добавьте к остальным овощам и залейте оливковым маслом - по вкусу. Подавайте салат в холодном виде.

# ДЕЛИКАТЕСЫ

(рецепты Ульянова)

**БАНАНОВОЕ МОЛОЧКО.** 2 банана, 2 ст. ложки сахарного песка, 0,5 литра молока, щепотка корицы, ванилина, 4 кубика льда. В миксере смешать 1,2 стакана молока и 2 нарезанных на кусочки банана.

Миксер включать несколько раз на короткие промежутки времени. Смешать с остальным молоком, корицей. Подавать в охлажденных стаканах с кусочком льда.

**КЕКС БЕЗ ЯИЦ.** Нужно 0,5 литра простокваши, 1 ч. ложку соды и 1,5 ч. ложки сахара, 0,5 растительного масла, 3 чашки муки и пакетик ванилина. Все это хорошо размешивается, и полученную смесь выпекают.



**БЛИНЧИКИ ИЗ СУХАРЕЙ.** 400 г сухарей замочить в молоке на 1 час. Протереть сквозь сито, добавить 6 растертых желтков, немного соли, 6 взбитых белков, перемешать. Печь на сковородке в подрумяненном масле.

**ДИЕТИЧЕСКОЕ ПЕЧЕНЬЕ.** 4 яйца растереть с 200 г сахарного песка, добавить лимонной цедры, смешать с 200 г пшеничной муки. Чайной ложкой выложить на смазанный жиром лист маленькими кусочками. Печь в не очень жаркой духовке.

**ЯГОДНЫЙ ТОРТ.** Просейте 250 г муки, соберите в горку, положите в центр 125 г размягченного и порубленного масла, добавьте щепотку соли. Осторожно замесите, подливая 1/2 стакана воды. Долго не месите: тесто должно оставаться чуть крупчатым. Скатайте в шар, оставьте на 1 час на холоде. Позже выложите песочное тесто в форму так, чтобы получилась корзиночка. Заполните ее сухой фасолью или чистыми камешками, чтобы тесто не поднималось, испеките. Фасоль удалите. Корзиночку посыпьте 2 ст. ложками сахара, смешанного с цедрой половинки лимона. В кастрюлю положите 200 г желе из красной смородины или малину, налейте воды, поставьте на медленный огонь и варите минут 10 до получения вязкого сиропа. 500 г ягод (или варенья) выложите на тесто. Залейте остывшим сиропом и сразу подавайте на стол.

## **Торт-желе «Птичье молоко»**

**(рецепт Фаттаховой)**

Взбить 8 белков и 2 стакана песка, немного лимонной кислоты. Добавить подогретый желатин (20 г на 1 стакан воды). Тщательно перемешать и залить в красивую форму. Поставить в холодильник. Когда торт застынет, вынуть из формы, украсить тертым шоколадом, орехами или фруктами. Можно посадить его на любой подготовленный и смазанный вареньем или орехом корж.

## **Оладьи морковно-яблочные**

**(рецепт И. Смирновой)**

На мелкой терке натрите морковь, влейте кефир, всыпьте манную крупу, добавьте яйца, предварительно взбитые, соль и соду, погашенную в уксусе. Перемешайте. Дайте постоять полчаса. Натрите яблоки на крупной терке: если очень сочные, то нарежьте мелко ножом. Вымытый чернослив нарежьте и вместе с яблоками добавьте в тесто. Перемешайте. Жарьте оладьи на подсолнечном масле, подавайте со сметаной или вареньем. На 400 г моркови: 2 яблока, 3 ст. ложки кефира или ряженки, 2 ст. ложки манной крупы, 4 чайные ложки сахарного песка, 2 яйца, 100 г чернослива, четверть чайной ложки соды, соль по вкусу.

## **Печенье из картофеля с яблоками**

**(рецепт И. Смирновой)**

Картофель отварить в кожуре, охладить, очистить, пропустить через мясорубку. Яблоки очистить, удалить сердцевину, натереть на крупной терке и смешать с картофельной массой. Добавить яйцо, растертое с сахаром, маргарин, соль, соду, корицу и муку. Тесто хорошо вымесить и тонким слоем уложить на обильно смазанный жиром противень, нарезать на квадратики размером 4x4 см и испечь на сильном огне. На 4 картофелины (нерассыпчатые) 4 яблока (такого же веса), 1 яйцо, 50 г маргарина, 7 ст. ложек сахара, 120 г муки, 1/2 пакетика корицы, на кончике ножа соды и соли.

## **Смородиновый торт**

**(выписала рецепт С. Хотимская)**

Этому рецепту более двухсот лет. А открыл его, путешествуя по заграницам, знаменитый естествоиспытатель А.Т. Болотов. Перебранная смородина варится с довольно большим количеством сахара немного и покуда выйдет из нее сок, а тогда вынимаются ягоды ложкой с дырочками вон и протираются сквозь сито. Сие протертое тесто смешивается с мелко истолченными сухарями, толченою корицею и мелко изрубленную лимонною коркою и варится, покуда сделается она густо; а тогда застужается и употребляется в торт из слоеного теста.



# КРЕПКАЯ ПОМОЩНИЦА

(подсказки *Вл. Кузнецова*)

- ▶ Чтобы соленые огурцы дольше сохранились без консервации, в рассол добавьте водку: 20 г на 1 л рассола.
- ▶ Чтобы банки домашних консервов не взрывались, перед самой консервацией влейте туда 20 г водки.
- ▶ Чтобы подсолнечное масло не горчило, влейте в него по две столовые ложки водки на каждый литр.
- ▶ Чтобы варенье-пятиминутка не покрылось плесенью, под крышку положите пергамент, смоченный в водке.
- ▶ Есть оригинальный способ разварить жесткое мясо: когда вода, в которой оно варится, закипит, надо снять пену и прибавить в бульон на каждый фунт (0,4 кг) мяса около одной столовой ложки хорошей водки. Мясо разваривается отлично, а вкуса водки не чувствуется.
- ▶ Если собираешься что-то жарить в тесте, не забудь добавить в клер (так называется жидкое тесто) одну столовую ложку водки — получите румяную хрустящую корочку.
- ▶ По этой же причине кулинары рекомендуют добавлять 1 столовую ложку водки или коньяку при приготовлении "хвороста".

## СЕМЕЧКИ БЕЗ ШЕЛУХИ

(советует *Н. Пягай*)

Семечки подсолнуха тщательно мою в теплой воде и сушу. Высушенные, жарю, а затем промалываю на мясорубке или электродробилке. Перемолотую массу засыпаю в ведро с водой и помешиваю. Навверх всплывает вся шелуха, на дно оседает зерно. Затем осторожно сливаю воду. Оставшееся чистое зерно сушу.

Из этой массы делаю халву, торт, печенье, пироги, добавляю в хлеб. Семена подсолнечника способствуют укреплению здоровья и помогают от многих недугов.



# ЗЕМЛЯНИКА

(рецепты Ю. Ушакова)



**СОК.** Для его приготовления пригодны хорошо созревшие ягоды. Их следует хорошо вымыть, удалить чашелистики и в эмалированной посуде раздавить деревянной толкушкой, залить водой, подогретой до 70° и перемешивать при этой температуре. На 1 кг ягод необходимо налить 150-200 г воды. Затем полученную массу вновь подогреть до 70° и выдержать в течение 2-3-5 мин. и процедить через марлю. После того как сок стечет, оставшуюся ягоду выжать руками. Отжатый сок нагреть до 90°; при этой температуре начинают появляться пузырьки, разлить в чисто вымытые бутылки, не доливая до верха 2,5-3 см, и поместить на подставку в кастрюлю с водой, нагретой до 70-90°. Вода при этом должна быть на уровне сока в бутылках. Температуру воды довести до 90° и бутылки с соком выдержать в ней в течение 5 мин. После чего закупорить прокипяченными пробками и залить разогретым парафином или воском. Пригодны для этой цели обыкновенные свечи. Если вам нет необходимости его долго хранить, можно закупорить полиэтиленовой пробкой и поставить в холодильник.

Проще сок получить через соковыжималку. Консервация аналогичная. Перед употреблением сок можно разбавить водой и добавить сахар по вкусу.

Чтобы сок получился высокого качества, необходимо извлекать его из ягод быстро.

**НАПИТОК.** Хорошо созревшую, промытую землянику размять, выдавить сок, процедить через марлю. Выжатые ягоды залить водой, вскипятить и добавить сахар и сок. На два стакана земляники необходимо 1 л воды и полстакана сахарного песка.

**КВАС.** Землянику необходимо вымыть, слегка раздавить и залить кипятком. Через 12 часов процедить и добавить сахарный песок, ли-

монную кислоту и дрожжи, все это перемешать и поставить в теплое место на 12 часов. Квас разлить в бутылки и закупорить. На третий день квас готов.

На 10 л воды - 1 кг ягод, 800 г сахарного песка, 30 г дрожжей, лимонной кислоты по вкусу, можно и без нее.

**ЧАЙ.** В заварной чайник положить сухие листья земляники, добавить листья зверобоя, мяты, Melissa, лимонника, смородины, амаранта и др., т.е. то, что имеется, и залить кипятком. Настоять 7-10 минут. На 1/3 листьев необходимо 2/3 кипятка.

**КРЕМ.** Землянику протереть через сито, добавить к ней растворенный желатин и сливки, взбитые с сахаром. Кремом заполнить широкие бокалы и дать ему загустеть. Украсить свежими, разрезанными пополам ягодами. На 500 г земляники - 2 стакана сливок, 100 г сахара, 20 г желатина.

### *Рецепты Ульянова*

**ЗЕМЛЯНИКА НАТУРАЛЬНАЯ.** 3 кг земляники, 3 г аскорбиновой кислоты, 200 г земляничного сока с мякотью ставим на огонь и доводим до кипения, кипятить 5 минут. Кипящую массу разливаем в стерильные банки и закатываем.

**ЗЕМЛЯНИКА С САХАРОМ.** 1 кг ягод, 300 г сахара, 1 г аскорбиновой кислоты. Вымытую ягоду пересыпаем сахарным песком и оставляем на 1 час. После выделения сока добавляем аскорбиновую кислоту, ставим на огонь и доводим до кипения. Кипятить 5 минут, разливаем в стерильные банки и сразу закатываем.

**ЗЕМЛЯНИКА В СОКЕ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ.** 3 кг ягод, 1 литр сока красной смородины с мякотью, 1 г лимонной или аскорбиновой кислоты. Чистые ягоды заливаем соком, добавляем кислоту, доводим до кипения, кипятим 5 минут. Кипящую массу разливаем в банки и тут же закатываем.

**ЗЕМЛЯНИКА В СОКЕ КРАСНОЙ СВЕКЛЫ.** 3 кг земляники, 500 г сока красной свеклы, 3 г аскорбиновой или лимонной кислоты, 1 кг песка (можно и без него). Все это ставим на огонь и доводим до кипения. Кипятим 5 минут и разливаем в банки. Сразу закатываем.

**ЗЕМЛЯНИКА С ЖИМОЛОСТЬЮ БЕЗ САХАРА.** 3 кг земляники, 1 кг ягод жимолости. Чистые ягоды жимолости бланшируем (погружаем в кипящую воду) 1 минуту, протираем через сито. Заливаем землянику протертой жимолостью, ставим на огонь, доводим до кипения, кипятим 3 минуты и кипящую разливаем в стерильные банки, закатываем.



# ОБЛЕПИХА

(рецепты А. Киселева)

**СЫРОЙ ДЖЕМ.** Плоды облепихи измельчают и пересыпают сахарным песком (1:1,5, или 1:2). Хранят массу в закрытой стеклянной посуде, в темноте, во избежание разрушения витаминов. При хранении в холодильнике ягоды можно не измельчать, а просто прослаивать их песком в том же соотношении.

**ОБЛЕПИХОВЫЙ СОК.** Плоды измельчают и отжимают сок. (Лучше на механической соковыжималке). Облепиховый сок можно хранить без добавления сахара, проведя стерилизацию путем кипячения в течение 3-4 минут. После этого сок разливают в стеклянную простерилизованную посуду и герметически закупоривают. Облепиховый сок используют для повышения вкусовых и лечебных качеств соков из других плодов, ягод и даже овощей. При этом на каждый литр смеси соков рекомендуется добавлять 50-100 г сахара.

**КОМПОТЫ ИЗ ОБЛЕПИХИ С ДРУГИМИ ФРУКТАМИ.** Нарезанные slices яблок или ягод переслаивают слоями облепихи и заливают горячим 30%-ным сиропом сахара и пастеризуют.

**САЛАТЫ.** **Первый состав:** 400 г протертой моркови, 250 г плодов облепихи и 150 г сметаны.

**Второй состав:** 400 г вареной тертой свеклы, 250 г облепихи, 100 г майонеза, чеснок, хрен и сахар по вкусу.

**ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО.** Облепиховое масло содержится как в мякоти плодов, так и в семенах. При выделении из них масла плоды измельчают, отжимают сок, а оставшийся жом заливают водой и оставляют на 3-4 суток в теплом помещении для брожения. При естественном брожении масло всплывает на поверхности перебродившего и отстоявшегося жома. Так можно получить чистое облепиховое масло с отличными вкусовыми и лечебными качествами.

В жоме и семенах облепихи после первичного извлечения масла остается еще значительное его количество. После просушки жома с семенами и измельчения на кофемолке из него получают ценный препарат облепихового масла. Для этого размолотую массу заливают рафинированным подсолнечным или оливковым маслом в соотношении 1:1,5 (по объему), прогревают на водяной бане при температуре 70° в течение трех суток с периодическим ее перемешиванием. После этого отжимают масло и снова заливают его в свежую размолотую массу, повторяя такое экстрагирование не менее трех раз. В результате получается насыщенный биологически активными веществами препарат облепихового масла, который используется в профилактических и целебных целях.

# БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ НАПИТКИ

(рецепты Ульянова)

## Фруктово-ягодный

В воду кладут сахар и доводят до кипения, вливают сок, охлаждают до комнатной температуры. Вливают дрожжи и ставят на брожение.

На 5 л напиток: фруктовый или ягодный сок - 2 л, сахарный песок - 300 г, дрожжи - 50 г.

## Сухарный

Черствый ржаной хлеб поджарить в духовке, чтобы он зарумянился. Затем раздробить (не толочь) на мелкие куски, засыпать в кипящую, слегка охлажденную воду.

На 1 кг сухарей берут 15-17 л воды. Замоченные сухари оставляют на 1-2 часа в теплом месте, периодически помешивая. Полученное сусло процеживают. Оставшиеся сухари вновь заливают (10-20 л) и вновь настаивают. Оба настоя соединяют, добавляют сахар, дрожжи, разведенные в небольшом количестве сусла. Можно добавить мяту. Квас оставляют для брожения в теплом месте (23-25 градусов) на 8-12 часов и охлаждают до 10-12 градусов. Далее переливают в другую емкость, процеживают через марлю.

Состав: сухари - 1 кг, сахар - 1,2 кг, дрожжи - 40 г, настой мяты или мятная эссенция - 4 г.

## Олимпия

1/2 литра томатного сока, 1/2 ст. ложки лимонного сока, 1/4 охлажденной кипяченой воды, 15 г репчатого лука, по 25 г корней петрушки и сельдерея, 1 лавровый лист, специи, соль, сахар. Корни петрушки и сельдерея нарезать и натереть на терке. Лук нарезать кружочками. В томатный сок влить охлажденную воду. Добавить сельдерея и петрушку, нарезанный лук, лавровый лист, специи, лимонный сок, размешать и заправить по вкусу солью, сахаром, перцем. Подавать напиток охлажденным.

## Огуречный

1 стакан огуречного рассола, 0,5 л простокваши, 3 ст. ложки нарезанного укропа, сахар по вкусу. В охлажденную простоквашу высыпать нарезанный укроп, сахар, хорошо размешать, развести рассолом. Снова размешать и разлить напиток в стаканы.



# КОКТЕЙЛИ

**ЯБЛОЧНЫЙ.** 200 г яблочного сока, сок 1 лимона, 1 ст. ложка меда.

**ТОМАТНЫЙ.** 150 г томатного сока, 50 г лимонного сока, 1 ст. ложка сока сельдерея.

**ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ.** 50 г сока сельдерея, 100 г молока, 1 яичный желток, сок 1 лимона.

**ОГУРЕЧНЫЙ.** 100 г огуречного сока, 100 г морковного сока, 50 г сока сельдерея.

**«СЛАДКАЯ ЗЕМЛЯ».** 200 г морковного сока, сок 1/2 апельсина, сок 1/4 лимона, 1 чайная ложка меда, 1/2 стакана кефира.

Во все эти коктейли хорошо добавить несколько кубиков льда.

## НАПИТКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ



**МОЛОЧНЫЙ С ЛИМОННЫМ СОКОМ.** Молоко вскипятите с сахарным песком. Затем разотрите яичный желток с небольшим количеством молока и осторожно влейте кипящее молоко. Когда смесь немного остынет, добавьте по каплям лимонный сок.

На 1 стакан молока - 1 ст. ложка сахара, 1 яйцо (желток), половина чайной ложки лимонного сока.

**ЯБЛОЧНО-МОЛОЧНЫЙ.** Тщательно вымытые яблоки (лучше кислые) натрите вместе с кожурой, затем перемешайте с сахаром и добавьте кипяченое холодное молоко. Потом вновь перемешайте и взбейте.

На 2-3 крупных яблока или 250 г яблочного сока - 1 ст. ложка сахара, 0,5 литра молока.

**ЯИЧНЫЙ.** Желтки разотрите с сахарным сиропом. Затем постепенно разведите горячей водой и охладите. В охлажденный напиток добавьте апельсиновый или мандариновый сок.

На 200 г воды - 2 желтка, 3 ст. ложки сахарного сиропа, 1 ст. ложка сока.

# УРОЖАЙ С БЕРЕЗЫ

(советует Т. Окочина)

Берешь лестницу, ставишь к березе и залазаешь с бутылкой. Обрезаешь кончик прутика толщиной 2-3 миллиметра и срезом опускаешь его в горлышко бутылки, которую привязываешь к этой же ветке. Через несколько часов снимаешь урожай. Вешай вместо первой вторую бутылку.

(подсказывает Вас. Кузнецов)



Собирают березовый сок только весной, делая подрезы на стволах берез. Березовый сок имеет кисло-сладкий вкус, является приятным освежающим напитком.

Березовый сок можно заготавливать впрок, используя народные и промышленные рецепты. В эмалированную кастрюлю наливают березовый сок, добавляют сахар и лимонную кислоту. На 10 литров березового сока берут килограмм сахара и 6 г лимонной кислоты. Доводят до кипения. Горячий сок разливают в бутылки, которые тут же пастеризуют 15-20 минут и укупоривают.

Консервировать березовый сок можно и способом сбраживания. Сок процеживают сквозь марлю, добавляют 20-25 г сахара на каждый литр (полная столовая ложка) и заливают в чистые бочонки без запаха или в 10-20-литровые бутылки. Накрывают тканью и оставляют для брожения при температуре 15-18° на 4 суток. Следят, чтобы не образовалась плесень.

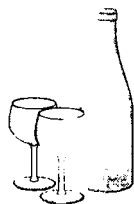
После 3-4 суток, когда установится бурное брожение и сок станет мутноватым, еще оставляют на 2-3 недели, пока не будет кисло-сладкого вкуса, похожего на квас с более приятным ароматом. Сброженный сок хранят в погребе, холодильнике. В течение 2-3 месяцев он остается вкусным и пригодным.

Можно березовый сок ароматизировать мятой, готовить с хвойным настоем. Для этого берут годичные побеги сосны и вымытые ветки добавляют при брожении - 2-3 кг на 50 л сока. Можно добавлять хвойный экстракт, т. е. отваривают хвою и смешивают с соком. Перед консервированием сок доводят до кипения, добавляя перед этим сахар по вкусу. Разлитый сок пастеризуют 20 минут. Заготовленный сок потребляют по мере надобности. Особенно он полезен в зимнее время.

# ДОМАШНЕЕ ВИНО

(рецепты *Вл. Кузнецова*)

## Из ревеня



Из черешков ревеня отжать сок, разбавить его водой 1:1, на 11 литров раствора добавить 2 кг песка. Поместить в бутылку на 15-20 л, добавить 8-10 изюмин, закрыть бутылку марлей и поставить в теплое место. Через три дня установить гидроствор или завязать полиэтиленовой пленкой. При брожении пленка приподнимается. После брожения пленка спадает.

После брожения вино слить резиновым шлангом в другую емкость, осадок и пену выбросить, бутылку вымыть, вернуть в нее вино и добавить 2 кг песка.

Эту операцию повторить через 10 дней. Опять добавить 2 кг песка или меньше (по вкусу). После окончания брожения и просветления вина разлить его по бутылкам, закупорить и хранить лежа в прохладном помещении.

## Шампанское из крыжовника

В десятилитровую бутылку поместить 3 кг немытого крыжовника, 2 кг песка, 5 л воды. Закрыть бутылку гидрозатвором и дать выбродить вино материалу в течение 40-45 дней. С помощью резиновой трубки слить вино в бутылки из-под шампанского, закупорить пробкой и положить в прохладное место минимум на 1 месяц. Затем осторожно выпустить образовавшийся газ и закупорить по-фабричному. Снова положить в прохладное место минимум на 4 месяца.

## Из любых ягод

1 кг ягод вымыть, засыпать в трехлитровую банку, залить сиропом из 1 кг сахара и 1 л воды. Банку закрыть двумя слоями марли или бумаги, оставить для брожения. В начале декабря вино слить и процедить. Если вино мутное, дать отстояться в течение 2-3 недель и разлить по бутылкам. Для скорейшего осветления хорошо добавить немного сока лесной рябины.

## Клюковка

(рецепт *Н. Диричевой*)

Клюкву размять или растолочь, засыпать в нее сахарный песок и размешивать до полного растворения в клюквенной мезге сахара. Затем залить водкой, поставить на неделю в темное место, процедить через ситечко или марлю и разлить по бутылкам с завинчивающимися пробками. Вино готово к употреблению сразу. Очень вкусное, с крепким клюквенным ароматом, крепостью 20-25 градусов.

На 0,5 л водки 2 стакана клюквы, 1 стакан сахарного песка.



# ПИВО

## Вохтожское

(рецепт А. Смирнова)

Много лет мы варим пиво, но не из солода, а из свеклы и ржаной муки. Свекла столовая (можно добавить и сахарной) моется, режется на куски и запаривается в чугуне в русской печи. Распаренную свеклу тщательно разминаем и добавляем ржаной муки. Все это перемешиваем, делая нечто вроде каравая хлеба, и на противне задвигаем в печку. Когда испечется, ломаем на куски и ставим в печку сушить на сухари.



Берем двухведерный бак. Закладываем сухари в один ряд, чтобы дно закрыли, заливаем горячей водой.

Как протопится печь, ставим бак в печь примерно на 5-6 часов. Затем, вынув из печи, сливаем и в горячее сусло добавляем одну горсть хмеля. После, когда остынет, станет, как парное молоко, добавляем немного дрожжей и 200 граммов сахарного песка.

В комнате за ночь пиво выходит. Утром процеживаем через решето — пиво готово к употреблению. Чтобы оно не прокисло, ставим в прохладное место. Если нужны градусы, можно разлить по бутылкам или в другую тару и закупорить.

## Кадниковское

(рецепт Вас. Кузнецова)

Четверть ведра ячменного или ржаного солода размять и залить двумя ведрами холодной воды, поставить на сутки. Поместить в бачок или котел, добавить чайную ложку соли и кипятить 2 часа (можно меньше). Потом прибавить 1/4 фунта хмеля (шишек) и варить еще 30 минут. Процедить в другой бачок, остудить до температуры парного молока, прибавить 1/4 фунта сухих дрожжей, разведенных в этой жидкости, пол-фунта сахарного песка (можно фунт), все размешать, поставить на 10 часов для брожения. Разлить по бутылкам, закупорить.

И на следующий день можно пробовать домашнее пиво. Вместо солода можно применять экстракт.

# КИСЕЛЬ

(рецепты И. Смирновой)

Из древнейших русских лакомств кисель да мед - самые популярные. Кисель был не только лакомством, он считался серьезной едой. Варили кисели овсяные, гороховые, молочные, ягодные, фруктовые. Одни любили жидкие кисели, другие предпочитали густые. Ели их горячими и охлажденными. Если хотите получить жидкий кисель, на стакан жидкости положите чуть меньше чайной ложки крахмала, для киселя средней густоты - чайную ложку, а для густого потребуется полторы-две чайные ложки.

## Клюквенный

Ягоды перебрать, промыть горячей водой и хорошо размять пестиком или ложкой, добавить 1/2 стакана кипяченой холодной воды. Протереть ягоды сквозь сито или отжать через марлю. Выжимки от ягод залить двумя стаканами воды, поставить на огонь и кипятить в течение 5 минут, после чего процедить. В процеженный отвар



Фото Алексея КУЗНЕЦОВА

положить сахар, вскипятить, влить разведенный картофельный крахмал и, размешивая дать закипеть еще раз. В готовый кисель влить отжатый сок и хорошо размешать. На 1 стакан клюквы 3/4 стакана сахара, 2 ст. ложки картофельного крахмала.

Аналогично готовят кисель из смородины.

## Из сушеных яблок

Переберите и промойте 100 г сушеных яблок, залейте литром горячей воды и 15-20 минут варите в закрытой посуде. Когда яблоки разварятся, протрите их. Дальше готовьте кисель, как обычно.

## Из сушеной черники или сухих ягод шиповника

Промытую в горячей воде сушеную чернику (или сухие ягоды шиповника) залить 2 стаканами холодной воды и поста-

вить варить на 15-20 минут. Когда черника станет мягкой, отвар процедить в другую кастрюлю. А ягоды хорошо размять пестиком или ложкой, вновь залить 1 стаканом воды, вскипятить и, отжимая, процедить в кастрюлю с отваром. Затем добавить сахар, еще раз вскипятить и влить разведенный картофельный крахмал. На 50 г сушеной черники или сухих ягод шиповника - 3/4 стакана сахара, 2 ст. ложки крахмала.

### **Из ревеня**

Зачистить, промыть в холодной воде и нарезать мелкими кусочками черешки ревеня. Вскипятить воду с сахаром и проварить в ней до мягкости ремень (5-7 мин.), после чего процедить. В процеженный отвар влить разведенную картофельную муку и, размешивая, дать закипеть еще раз. На 250 г ревеня - 100-120 г сахара, 2 ст. ложки крахмала.



### **Из жженого сахара с молоком**

Вскипятите литр молока. Приготовьте ст. ложку жженого сахара, разведите его в небольшом количестве воды и влейте в кипящее молоко. Добавьте полстакана сахара, крахмал и доведите до кипения. Охладив, подавайте с фруктовым сахаром.

### **Из какао**

Вскипятите 3 стакана молока, добавив немного ванильного сахара. 1 ст. ложку какао размешайте с сахарным песком (полстакана) и положите в молоко. Когда смесь закипит, добавьте разведенный холодным молоком крахмал. Варите недолго. Подавайте со сливками, молоком или вареньем.

### **Овсяный**

Стакан овсяной муки или геркулеса залейте стаканом теплой воды, размешайте и на сутки оставьте в закрытой посуде. Потом процедите через частое сито и отожмите. В полученное овсяное молоко добавьте по вкусу соль, сахар, прокипятите, чтобы масса загустела. Непрерывно мешайте, чтобы не было комков и чтобы кисель не пригорел. Положите чайную ложку сливочного масла. Смажьте маслом формы (глубокие тарелки или чашки), разлейте кисель и дайте остыть. Подавайте с холодным молоком.

# ЗАГОТОВКИ ИЗ ДОМАШНИХ ПРОДУКТОВ

## Сливочное масло

Для приготовления сливочного масла свежие сливки пастеризуют при температуре 85-87°, охлаждают до 6-8° и выдерживают при этой температуре 8-10 ч. После выдержки сливки подогревают до температуры 7-10° летом и до 10-14° зимой и сбивают.

После того как масло собьется, пахту сливают, а масло промывают 2-3 раза холодной, кипяченой водой. При каждой промывке масло выдерживают в воде 10-15 мин. При промывке масло не следует сбивать с водой, от этого повышается количество воды в масле. Надо промывать масло, работая с ним руками. После промывки масло формируют в кусок и хранят в прохладном помещении, лучше на льду.

## Зельц

Свежие свиные пузырь, язык, почки, сало от шейной части - 500 г, 1/2 головы, уши, перец - 10-15 г, чеснок - 1 головка, соль. Голову, уши, язык, почки и сало очистить, вымыть и сварить. Отделить мясо от костей и нарезать его тонкими полосками, смешать с нарезанными кубиками почками, ушами, шкуркой. Влить немного концентрированного бульона, в котором варились все субпродукты, посолить, положить растертый чеснок, молотый перец. Тщательно вымытую и натертую сырой луковицей оболочку пузыря наполнить приготовленной начинкой, зашить - и варить в бульоне, в котором варились субпродукты, 35-40 мин, при умеренном кипении. Готовый зельц положить под груз и дать остыть. Подавать в холодном виде.

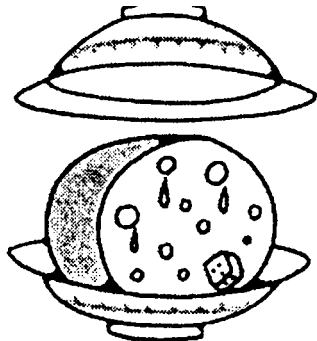
## Скороспелый сыр

Домашний сыр можно получить из свежееотваренного творога. 1 кг творога с 1 столовой ложкой мелкой поваренной соли 2 раза пропускают через мясорубку и оставляют на пять дней в сухом помещении в посуде, закрытой марлей. Через пять дней пожелтевший творог вновь перемешивают, перекалдывают в кастрюлю, смазанную сливочным маслом, и варят на слабом огне при постоянном помешивании до образования жидкой однородной массы.

Полученную массу разливают в формочки. После того как масса остынет и затвердеет, сыр готов к употреблению.

## Иванов сыр

В молоко, нагретое до кипения, постоянно добавляют пропущенный через мясорубку обезжиренный творог, смешанный с простоквашей. Когда молоко свернется и сыворотка отделится, нагрев прекращают. После того как сгусток осядет, сыворотку сливают, а массу выкладывают на смоченную водой ткань, помешивая, как можно быстрее отделяют сыворотку. Теплой массой заполняют кастрюлю с расплавленным маслом, добавляют яйца, смешанные со сметаной, солью и тмином, нагревают, помешивая, чтобы масса стала однородной. Сырную массу выкладывают в смазанную маслом круглую посуду или заворачивают во влажную полотняную салфетку, придав массе форму круга. Сверху кладут небольшой груз и выносят на холод.



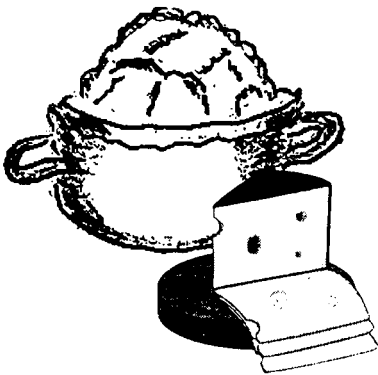
На 1 кг сыра требуется 5 л молока, 0,5 л простокваши, 2 яйца, 100 г сливочного масла, 2 ст. ложки тмина, 0,5 стакана сметаны, соль.

## Сыр по-киселевски

(рецепт А. Соломиной)

Сыр в магазине слишком уж дорогой. И я приспособилась делать его сама в домашних условиях. Беру 1 кг молока, вливаю в алюминиевую кастрюлю и нагреваю до образования пузырьков (ни в коем случае не кипятить). Кладу в него 1 кг творога и, непрерывно помешивая, даю молоку свернуться (примерно 1-2 минуты). Откидываю всю массу на сложенную вдвое марлю и подвешиваю на 2-3 минуты, чтобы стекла сыворотка. В это время в той же кастрюле распускаю 100 г сливочного масла, добавляю одну чайную ложку соли (без верха). Затем выкладываю творог в кастрюлю и, непрерывно помешивая, варю 10 минут. Снимаю с огня, слегка остужаю и вливаю одно взбитое яйцо. Все перемешиваю и немедленно выкладываю в емкость. Даю остыть и ставлю в холодильник на 4-5 часов.

Попробуйте сделать, сыр получается вкусный.



# ВКУСНАЯ СВИНИНА

(рецепты Ульянова)

## Буженина

Буженина - окорок от молодой сви-  
ньи - жарится на противне в духовке  
на двух крест-накрест сложенных лу-  
чинках, чтобы не пригорала и свобод-  
но стекал сок. Перед тем, как поставить  
буженину в горячую духовку, нужно об-  
мазать ее маслом, осыпать солью, пер-  
цем, по вкусу - сухими травами, пряно-  
стями, вкусовыми приправами, луком,  
натертым на мелкой терке. На проти-  
вень следует подлить 2-3 ложки воды,  
свинину хорошенько проколоть в не-  
скольких местах. Когда поджарится со  
всех сторон, уменьшить жар и начать  
поливать стекшим соком каждые 10-  
15 мин, каждый раз прокалывая свини-  
ну вилкой. Жарится полтора-два часа, смотря по величине. Можно по  
вкусу поливать также уксусом, настоянным на душистых травах, или  
вином. Одновременно на противне в соке можно поджарить несколь-  
ко мелко нарезанных зеленых яблок и луковиц, которые затем расти-  
раются в соус. Соус к буженине всегда подается горячим, с горячим  
разварным картофелем.



## Жаркое из свинины

Взять 1-1,5 кг свинины от задней части и замариновать на 2-3  
суток. Маринад готовится из 1 стакана столового уксуса (можно за-  
ранее настоять его на душистых травах: сушеном укропе, мясе, мелиссе,  
душице и т.д.), 1,5 стакана растительного масла (не подсолнечного!),  
1 стакан вина (лучше всего типа мадеры), лаврового листа, 1 лукови-  
цы, небольшого количества соли, перца по вкусу. Когда свинина за-  
маринуется, изжарить в горячей духовке на противне, подлив немного  
маринада, а потом поливая соком. Огонь уменьшить. За час до готов-  
ности посыпать сверху тертым черным хлебом, мелко нарубленной  
лимонной цедрой или полить клюквенным, домашним вишневым со-  
ком без сахара, закрыть фольгой и жарить, уже не открывая. Подавать  
с разварным картофелем.

## Свиная грудинка

Взять свиную грудинку 1 кг, маленький кочан свежей капусты или  
2 стакана кислой капусты, 5 кислых яблок, 1 луковицу. Подготовить  
грудинку, перерубить косточки, сделать ножом большое отверстие -

«конверт» для начинки. Маленький кочан капусты мелко нашинковать, посолить, выжать. Кислую капусту обдать кипятком, отжать. Смешать с 5 кислыми яблоками, мелко нарезанными, с ложкой сливочного масла, нафаршировать грудинку, зашить, посыпать очень мелко нарезанной или натертой луковицей, подлить ложки 3 воды и жарить в духовке, предварительно хорошо разогретой, сначала на большом огне, а затем огонь уменьшить. Грудинку можно покрыть фольгой или каждые 10 мин поливать соком.

## **Мясная тушенка**

*(рецепт Г. Цветковой)*

Мясо нарезать мелкими кусками. Соль по вкусу. Перемешать. Положить перец - 3 шт. на литровую банку. Банки прожарить. Подготовить мясо, отделив его от костей, уложить. Истопить русскую печь. Сделать так, как при выпечке в печи пирогов. Поставить банки на противни, хорошо прикрыть старыми крышками и задвинуть в печь на 5 часов.

Затем скипятить закаточные крышки, вынуть из печи банки на противне и закатать. Добавлять при этом ничего не надо.

Такая тушенка может храниться не один год.

## **Домашние сосиски**

Не очень жирную говядину (500 г) пропустить через мясорубку, посолить, посыпать перцем, добавить два рубленых зубчика чеснока, толченую гвоздику, лавровый лист в порошок и на кончике ножа пи-



тьевую соду. Полученную массу оформить в виде сосисок и поджарить на решетке.

## **Консервы из печи**

**(рецепт С. Петрова)**

Разрезаю на мелкие кусочки хорошо помытое мясо. Не имеет значения, какое оно - говяжье, телячье, кроличье или свиное. Солю, но не пересаливаю. Тщательно перемешиваю и раскладываю в поллитровые или литровые, стерильно чистые стеклянные банки. Добавляю в каждую из них по 3-4 горошины перца и лавровый листок. Сверху - под самое горлышко банки - сантиметровый слой жира. Прикрываю банки бывшими в употреблении крышками. Из хороших крышек часто выскакивают резинки и их приходится выбраковывать.

Помещаю заполненные банки, по несколько штук, в кастрюлю или чугунок с горячей или теплой водой. И как только протопится печь, задвигаю их в самый жар. Вскоре вода в кастрюле начинает клококать. Банки вынимаю примерно через 5-6 часов. Достая из горячей воды и тут же закатываю новыми, хорошо прокипяченными крышками. Храниться такая тушенка может в комнатных условиях, но лучше в прохладном месте. Срок годности до двух лет.

## **Рыба в банках**

**(рецепт Н. Волкова)**

Уха из плотвы, прямо скажем, неважная. Ту, что покрупнее, можно поджарить, подсолить впрок или повялить. А что делать с мелкой?

Оказывается, из нее можно приготовить прекрасные консервы. Для этого рыбу надо выпотрошить, снять с нее чешую, обрезать (ножницами удобнее) голову, плавники и хвост. После чего промыть холодной водой, посолить и рядками уложить в кастрюлю - скороварку. Между рядками уложить по вкусу перец, лавровый лист, лук и другие специи. Затем все содержимое заливается подсолнечным маслом, наполовину разбавленным водой - из расчета по 250 г того и другого на 1 кг подготовленной рыбы.

Закрытую скороварку ставят на грелку газовой плиты и держат на среднем огне до момента кипения, а затем на малом огне варят 1 час 15-25 минут. Если в хозяйстве нет скороварки, консервы можно делать в чугунной посудине (утятнице), но при этом ставить ее в духовку газовой плиты (или в печь) на 5-6 часов.

По такой же технологии консервы готовятся и из ершей, причем они получаются даже вкуснее, чем из плотвы.

Консервы своего приготовления можно хранить впрок. Для этого их охлажденными укладывают в пастеризованные стеклянные банки и закрывают металлическими крышками. В холодильнике они могут храниться несколько месяцев.



# ПРЯНОСТИ

(сообщает Ульянов)

**АНИС** - пряность с резким запахом, поэтому применяется в очень малых дозах. Добавляется в тесто для сладких изделий, в соусы, фруктовые супы и компоты, в салаты из моркови, яблок, свеклы.

**ГВОЗДИКА** - в первую очередь используется в различных маринадах, добавляется к супам, грибным и другим соусам, компотам, кладется и в тесто.

**ИМБИРЬ** применяется для выпечки различных сладких изделий, фруктовых салатов, иногда для рыбных блюд.

**МУСКАТНЫЙ ОРЕХ** используется как приправа ко многим блюдам. Например, многие овощные блюда приобретают настоящий вкус после того, как к ним добавили щепотку мускатного ореха. От этой приправы выигрывают мясные и рыбные блюда, картофельное пюре, супы.



## СПЕЦИИ И ПРИПРАВЫ

**Сухая приправа для первых и вторых блюд.** Петрушка - 45% (зелень и корни), укроп - 45%, кориандр - 5%, тмин - 2%, порошок лаврового листа - 1%, горький черный и душистый перец - по 0,5% каждого.

Аналогично сухую смесь можно составить из молотой сушеной зелени петрушки, сельдерея, кориандра, лаврового листа и фенхеля.

**Набор специй для ухи.** Смесь пряностей в порошке из сушеных белых кореньев, лаврового листа черного и душистого перцев, зелени петрушки, укропа, мускатного ореха и сушеного лука. Все в равных пропорциях.



7=50

**Журнал «Огородные подсказки»** продолжает ориентироваться на рядового огородника, садовода и животновода, жизненную основу которых составляют невысокая зарплата или пенсия, а также земельный участок, дающий возможность в наше нестабильное время чувствовать себя относительно устойчивым человеком, не привыкшим впадать в зависимость ни от кого, зная, что самым надежным средством в их деле является собственный труд.

**Журнал продолжает выходить раз в два месяца. Стоимость его (без пересылки) со второй половины 1999 года 4 рубля. Приобрести «Огородные подсказки» можно непосредственно в редакции или через редакцию почтовой пересылкой.**

**Адрес редакции:**

**160017, г. Вологда, Тепличный мкр, 2.**

## **КУЛИНАРНЫЕ ЗАТЕИ (рецепты из конверта)**

**Редактор С.П. БАГРОВ  
Художественный редактор Е.В. КОРЯКИНА  
Фото на обложке Елены ШЕПЕЛЬ**

Сдано в набор 17.5.98. Подписано в печать 24.06.99. Печать офсетная. Бумага писчая. Усл. п. л. 2,33. Тираж 5000 экз. Заказ 2753. Цена свободная.

ООО «Редакция газеты «Сад-огород», учредитель Г. А. Матвейчев.  
Свидетельство о регистрации Т-0760 от 11 сентября 1995 г. (г. Тверь)  
Набор и компьютерная верстка ООО «Редакция газеты «Сад-огород»  
Отпечатано ООО «Полиграфист», г. Вологда, ул. Челюскинцев, 3.