

А.М.КОТОВСОВА
Н.Г.КОТОВСОВ

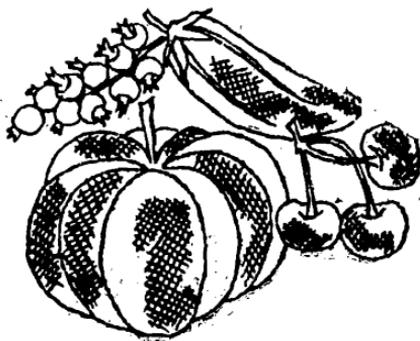
ВЯЛЕННЫЕ ФРУКТЫ И ОВОЩИ



<http://kulinarniy.laretz.w.pw/>
Library

А.М.КОТЮСОВА
Н.Г.КОТЮСОВ

ВЯЛЕННЫЕ ФРУКТЫ И ОВОЩИ



МОСКВА
РОССЕЛЬХОЗИЗДАТ — 1984

ББК 36.91
К 73
УДК 641.4

Котоусова А. М., Котоусов Н. Г.
К73 Вяленые фрукты и овощи.— М.: Россельхозиздат,
1984.— 144 с., ил.

В книге дано описание нового способа консервирования фруктов и овощей, который заключается в том, что из них предварительно отделиют сок, а оставшийся продукт можно вялить, использовать для приготовления пюре, джема, цукатов, варенья и т. д., которые сохраняют питательные качества свежих фруктов и овощей.

Расчитана на широкий круг читателей.

К $\frac{3801040000 - 100}{M104 (03) - 84}$ 92-84

ББК 39.91
634.1; 635.1

Антонина Митрофановна Котоусова,
Николай Георгиевич Котоусов

Вяленые фрукты и овощи

Рецензент — председатель секции садоводства Московского городского общества охраны природы А. С. Беляева. Зав. редакцией Л. А. Бородкина. Редактор Н. В. Николаева. Художественный редактор Н. А. Парцевская. Обложка художника Е. М. Ульяновой. Технический редактор Е. И. Алексеева.
Корректоры Р. К. Массальская, Т. Д. Звягинцева.

ИБ № 1889

Сдано в набор 22.12.83. Подписано в печать 28.02.84. Л 74315. Формат 84×108 $\frac{1}{32}$. Бумага тип. № 3. Гарнитура литерат. Печать высокая. Объем усл. печ. л. 7,56, усл. кр.-отт. 7,88, уч.-изд. л. 7,2. Тираж 780 000 (2-й завод 200 001—450 000). Заказ № 1172, Изд. № 1628. Цена 70 коп.

Россельхозиздат, г. Москва, К-30, Селезневская ул., 11а

Книжная фабрика № 1 Росглаволиграфпрома Государственного комитета РСФСР по делам издательства, полиграфии и книжной торговли, г. Электросталь Московской области, ул. им. Тевосяна, 25.

© Россельхозиздат, 1984



НОВЫЙ СПОСОБ КОНСЕРВИРОВАНИЯ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ

Продовольственной программой СССР предусмотрены крупные меры по улучшению снабжения населения плодоовощной продукцией. Среднегодовое производство овощей и бахчевых культур в одиннадцатой пятилетке намечено довести до 33—34 млн. т и в двенадцатой пятилетке — до 37—39 млн. т, плодов и ягод — соответственно до 11—12 и 14—15 млн. т.

В настоящее время в нашей стране, наряду с колхозным и совхозным производством плодоовощной продукции, широко развивается приусадебное и коллективное садоводство и огородничество, что направлено на более полное использование земли для увеличения производства фруктов и овощей.

Известно, что фрукты и овощи играют важную роль в питании человека. Они богаты сахарами, витаминами, органическими кислотами и их солями, азотистыми и ароматическими веществами, ферментами, микроэлементами и фитонцидами. Это определяет их высокое пищевое и диетическое значение, профилактическую и лечебную ценность.

Свежие фрукты и овощи трудно хранить длительное время, поэтому их нужно сразу употреблять в пищу, а излишки умело сохранять — консервировать на осенне-зимний и весенний периоды. В связи с этим большое значение приобретают разработка и внедрение новых способов переработки фруктов и овощей при полном

сохранении питательных и вкусовых качеств продуктов.

Существует много способов консервирования. Все они в разной степени отличаются друг от друга, но многим из них сопутствует высокая температура (варка варенья и джема, приготовление компотов, цукатов и т. д.). При этом наблюдается потеря витаминов и, кроме того, происходит уваривание фруктов и овощей в собственном соку, что ведет к потере этого ценнейшего продукта, который целесообразно отделить и сохранить в натуральном виде.

Предлагаемый авторами новый способ консервирования фруктов и овощей с отделением сока разрабатывался в течение более 20 лет. Так, для вяления необходимо было найти такой способ отделения сока от сырья, чтобы оставшийся продукт мог длительно храниться при сохранении вкусовых и питательных качеств исходного сырья. Кроме того, нужно было добиться, чтобы продукт сохранял свою форму, был достаточно эластичным и удобным в употреблении без какой-либо дополнительной обработки.

В результате многочисленных опытов было установлено, что эти условия может обеспечить единственный способ — тепловая обработка продукта, оставшегося после отделения сока, в сахарном сиропе с последующим вялением. При получении сока и вяленого продукта фрукты и овощи не подвергаются высоким (свыше 90°) и длительным температурным воздействиям, что позволяет сохранить ценные ароматические, вкусовые и питательные вещества обрабатываемого сырья. Соц и вяленый продукт сохраняются более года. Хранение их удобно и не требует особых условий. Они дают возможность круглый год заменять свежие фрукты и овощи, разнообразить пищу. Новый способ консервирования рассчитан на промышленное приготовление сока и вяленого продукта,* однако его можно с успехом применять и в домашних условиях. Авторы, кроме того, занимались разработкой приготовления пюре, варенья, желе, джема, цукатов, предварительно отделив сок из фруктов или из овощей.

Таким образом, при новом способе консервирования получают два вида продукта: первый — сок — и второй,

* При приготовлении вяленого продукта можно использовать существующее оборудование для сушки фруктов и овощей.

в зависимости от дальнейшей обработки фруктов и овощей, — вяленый продукт, пюре, джем, цукаты и т. д. Этот вид консервирования при получении двух продуктов, например сока и вяленого продукта, вместе взятых, обеспечивает сохранение большего количества питательных веществ, содержащихся в свежих фруктах и овощах, чем при известных способах консервирования, когда получают один вид продукта: варенье, пюре, джем, вяленый продукт, цукаты либо сушеные фрукты.

Требования к качеству сырья. При любом консервировании вкусовые и питательные качества продуктов с гарантийным хранением на длительное время можно получить только в том случае, если фрукты и овощи зрелые, неповрежденные, не загрязненные микроорганизмами, свежесобранные и тщательно промытые. Чем выше содержание ароматических и красящих веществ в сырье, тем качественнее готовая продукция. Из свежих фруктов и овощей получают больше сока, который бывает более высокого качества.

Условия, соблюдаемые при переработке фруктов и овощей. При консервировании новым способом соблюдают все санитарные условия, при которых осуществляют другие виды консервирования в домашних условиях. Кастрюли должны быть эмалированными, а ножи, ложки, вилки, дуршлаг, сита и другой инвентарь — из нержавеющей стали. Весь инвентарь тщательно промывают в горячей воде. Кроме перечисленного инвентаря, необходимы бытовые весы и термометр со шкалой до 150° С.

При консервировании фруктов и овощей в домашних условиях лучше всего использовать стандартные мерные стеклянные банки емкостью от 0,5 до 3 л с металлическими крышками и закаточные машинки. Банки хорошо промывают и стерилизуют на пару. Крышки и резиновые кольца также моют в горячей воде, а после закладки резиновых колец в крышки — кипятят.

СОКИ

Соки — ценнейшая часть фруктов и овощей. В диетическом отношении они более полезны, чем свежие фрукты и овощи, поскольку в них нет клетчатки. Достоинство соков состоит и в том, что в них полностью сохраняются вкусовые качества фруктов и овощей, из

которых их приготавливают. Соки богаты витаминами, органическими кислотами, минеральными солями, ароматическими и другими биологически активными веществами. Эфирные масла, содержащиеся в соках, возбуждают аппетит и способствуют лучшему пищеварению.

При получении соков предлагаемым способом фрукты и овощи пересыпают чистым мелким, просеянным через сито сахарным песком или фруктовым сахаром либо заливают медом в соответствующей норме и выдерживают при определенных условиях. Извлечение сока предлагаемым способом отличается от других способов тем, что в данном случае сока выделяется меньше, однако он бывает более прозрачным. Кроме того, при этом способе консервирования получают сок вторично при пастеризации продукта.

Соки пресных фруктов и овощей желательно купажировать с соками кислых плодов для получения лучших вкусовых качеств, при этом исключается необходимость добавления лимонной кислоты в пресные соки.

Употребляют соки с творогом, кефиром, кофе, чаем, крупяными и мучными изделиями. Их добавляют в кисели, компоты, подливки.

ВЯЛЕННЫЙ ПРОДУКТ

Массу, оставшуюся после отделения сока из фруктов и овощей, подвергают тепловой обработке — пастеризации в сахарном сиропе. Затем сироп сливают, а массу провяливают. В этом продукте, кроме углеводов и пектина, остаются не растворимые в воде каротин, некоторые красящие, ароматические и другие ценные вещества.

Вяление можно проводить в специальных сушильных шкафах, газовых или электрических плитах, русской печи и других нагревательных установках.

Вяленый продукт без какой-либо обработки бывает готов к употреблению. Он заменит детям и взрослым конфеты. Его можно употреблять с чаем, кофе и другими напитками. Вяленые фрукты или овощи, залитые 80—90°-ной кипяченой водой и настоянные в течение 1,5—2 ч, заменят компоты. Из вяленого продукта можно готовить начинку для пирогов, десертные и вторые блюда. Его можно добавлять в салаты, использовать

как приправу к мучным, крупяным, мясным, рыбным блюдам, применять для украшения тортов.

Приготовленный в домашних условиях продукт хранят в закупоренных стеклянных банках или в бумажных пакетах, поместив последние в полиэтиленовые мешочки, которые плотно завязывают. В такой упаковке он сохраняется более года.

Выяленные физалис, ирга, крыжовник, арония, черная смородина и жимолость заменят изюм,

ПЮРЕ

Пюре — распространенный вид продукта переработки плодов. На приготовление его не требуется много времени.

Фруктово-ягодное пюре непосредственно в пищу употребляют очень редко из-за высокой кислотности и малой сахаристости. Оно служит полуфабрикатом для приготовления повидла, мармелада, начинки для пирогов, фруктовых паст, соусов, смоквы, приправ. Его готовят из рябины, абрикосов, вишни, клубники, земляники, красной и черной смородины, крыжовника, черники, брусники, голубики, кизила, клюквы, облепихи, яблок, слив, ежевики, малины, груш, а также из моркови, свеклы, тыквы, физалиса и др.

При новом способе приготовления пюре массу, оставшуюся после отделения сока из фруктов или из овощей, погружают в разогретую воду, количество которой должно быть почти равным количеству отделенного сока, и выдерживают при определенной температуре. После прогрева массу сразу протирают через сито с мелкой сеткой. Пюре хорошо сохраняется без каких-либо дополнительных консервирующих веществ. Его расфасовывают в горячем виде в простерилизованные разогретые над паром банки. Банки сразу закатывают крышками и прикрывают от сквозняков для медленного охлаждения.

Продукты, приготовленные из пюре. Повидло. Исходным материалом служит пюре из яблок, слив, вишни, персиков, абрикосов, дыни, тыквы и других фруктов и овощей, протертое через сито. Для получения повидла пюре уваривают с большим количеством сахара (на 1 кг пюре в зависимости от его кислотности берут от 0,7 до 1,1 кг сахарного песка). Это продукт

однородной желеобразной консистенции, хорошо усвояемый организмом.

Соусы. Готовят из свежего яблочного, грушевого, сливового, земляничного, малинового, черносмородинового и других пюре. В них добавляют по вкусу предварительно просеянный сахарный песок и, подогревая до 5 мин, размешивают до полного его растворения. Затем массу расфасовывают в горячем виде в простерилизованные на пару банки, которые укупоривают. Соусы не уваривают, поэтому они сохраняют вкус, цвет и аромат плодов. Их употребляют непосредственно в пищу или используют для приготовления киселей, напитков и различных сладких блюд. Они хорошее диетическое питание для детей.

Мармелад. Варят из плодового пюре с добавлением сахара до желеобразного состояния — загустения. Отличается от повидла более плотной консистенцией. Для варки используют рябиновое, яблочное, сливовое, персиковое, абрикосовое, айвовое пюре, содержащее большое количество желирующего вещества (пектина) и протертое через более частое сито, чем пюре, используемое для приготовления повидла. Однако основным пюре для приготовления мармелада является яблочное, к которому добавляют пюре других плодов. Мармелад можно приготовить также из плодового пюре с недостаточным содержанием желирующего вещества. В этом случае при варке добавляют необходимое количество пектина. Сахар кладут по вкусу, но не более 1 кг на 1 кг пюре.

Фруктовые приправы. Готовят из свежего или из стерилизованного абрикосового, сливового, яблочного, черничного, брусничного и других пюре. Отличаются от повидла меньшим содержанием сахара и добавлением пряностей. Для приготовления приправ используют 18—25% взятого от массы пюре сахара, в зависимости от кислотности плодов. При уваривании пюре доводят до 30%-ного содержания сухих веществ в абрикосовой, яблочной и сливово-яблочных приправах и до 35%-ного — в сливовой приправе.

Фруктовые пасты. Получают путем уваривания с сахаром свежего или стерилизованного пюре. Для получения пюре используют плоды, собранные в оптимальной зрелости и содержащие наибольшее количество сухих веществ. Пасты готовят трех видов — с долей сухих веществ по массе 18; 25 и 30%.

Смоква. Это плодово-овощное пюре, уваренное с небольшим количеством сахара и высушенное в духовке при низких температурах. Высушивать смокву можно и на воздухе, прикрывая ее марлей или сеткой. Готовят из пюре земляники, малины, яблок, крыжовника, рябины, свеклы, моркови, физалиса и др.

ДЖЕМ

Джем — по-английски варенье. От варенья отличается приготовлением из целых, мятых, мелких, непригодных для варенья плодов. Джем можно готовить также из протертых плодов путем уваривания их с сахаром.

В готовом джеме необязательно наличие целых плодов или кусочков определенной формы. Они могут быть разварены и не отделяться от сиропа. В джеме сироп должен быть желеобразным, вязким, как и вся масса плодов. Он не должен свободно отделяться от плодов, как в варенье, и, выложенный на тарелку, не должен растекаться.

Наиболее пригодны для приготовления джема созревшие свежие фрукты и овощи, содержащие значительное количество желирующих веществ (ежевика, черная смородина, крыжовник, кислые яблоки, айва, слива, алыча, клюква, дыня, тыква, свекла, физалис, черешки ревеня). Джем можно варить и из слабожелирующих плодов (земляники, малины, вишни и др.), но к ним в этом случае необходимо добавлять до 15% желирующего сока или варить в смеси с другими плодами. Сахара берут из расчета 0,8—1,2 кг на 1 кг плодов.

При новом способе приготовления джема в оставшиеся после отделения сока фрукты или овощи добавляют воду, а в слабожелирующие — сок желирующих плодов либо сок, полученный из их отходов, и уваривают с сахаром. Количество добавляемой жидкости зависит от вида фруктов или овощей, но оно должно быть больше количества отделенного из них сока.

ВАРЕНЬЕ

Варка варенья — многовековой способ заготовки вкусного плодово-сахарного продукта на зиму. Для этого берут целые или нарезанные кусочками опреде-

ленной формы плоды. В варенье они должны быть незваренными, полупрозрачными, несморщенными и пропитанными сахарным сиропом. Сироп хорошо сваренного варенья прозрачный, плоды полностью им покрыты и равномерно распределены в нем.

В зависимости от вида плодов и их сахаристости варенье варят из расчета от 0,8 до 1,3 части сахара на 1 часть свежих плодов по массе. Обычно придерживаются правила, согласно которому соотношение частей сиропа и плодов по массе в варенье должно быть около 1:1.

Применяют два способа варки варенья: однократный до готовности и многократный, чередующийся с охлаждением. Аромат варенья и питательная ценность плодов лучше сохраняются при однократной, а форма ягод — при многократной варке.

Для удобства использования и предохранения варенья от порчи банки берут полулитровые либо литровые. На хранение варенье можно раскладывать в простерилизованные банки остывшим. При этом их накрывают пергаментом или полиэтиленовой пленкой в один слой и плотно обвязывают шпагатом. Если варенье предназначено для транспортировки, его раскладывают горячим и укупоривают металлическими крышками. Банки заполняют вареньем полностью, с тем чтобы под крышкой банки не оставалось воздуха, поскольку витамин С легко разрушается при окислении. Хранят в темном сухом прохладном месте.

Новый способ варки варенья состоит в том, что из фруктов и овощей предварительно отделяют сок. Затем оставшуюся массу заливают сахарным сиропом (чтобы вода в сиропе составляла 70—90% массы) и уваривают. Целые плоды и кусочки хорошо пропитываются сахарным сиропом и в готовом варенье сохраняют первоначальный вид, аромат и питательную ценность свежих плодов.

ЦУКАТЫ

Цукаты — засахаренные фрукты или овощи. Их готовят из абрикосов, айвы, ананаса, груш, вишни, персиков, арбузной и дынной корок, а также из овощей: тыквы, кабачков, физалиса.

Для приготовления цукатов вначале обычно варят

варенье, а затем в горячем состоянии его выливают в сито с крупными ячейками или в дуршлаг. Дают возможность стечь сиропу, после чего подсушивают при температуре 45—55° в течение 6—8 ч. Плоды после сушки покрываются мелкими кристалликами сахара. Извлеченные из сиропа плоды иногда пересыпают просеянным мелким сахарным песком, затем освобождают от избытка сахара и просушивают на сите. Большие кусочки плодов или корки перед осахариванием нарезают на более мелкие кусочки разной формы. Чтобы получить глазированные цукаты, перед готовностью варенья добавляют сахар и доваривают его при большей концентрации сахара. После подсушивания при температуре не более 55° пленка на поверхности цукатов будет глазированной — гладкой и блестящей.

При новом способе получения цукатов вначале также варят варенье из фруктов и овощей, предварительно отделив из них сок. В оставшуюся массу добавляют воду в большем количестве, чем количество отделенного сока, и варят с добавлением необходимого количества сахара. Дальнейший процесс приготовления цукатов аналогичен вышеописанному.

Варенье, приготовленное для цукатов, хорошо сохраняется благодаря повышенной концентрации сахара. В любое время года из него можно вынимать плоды, давать стечь сиропу и готовить цукаты.

ПЕКТИНОВЫЕ ЗАГОТОВКИ

Пектиновые вещества — это вещества, хорошо поглощающие попавшие в наш организм вредные соединения. Они положительно влияют на жизнедеятельность кишечной микрофлоры и способствуют выделению из организма холестерина. Пектиновые вещества содержатся во многих плодах, однако самое большое их количество отмечено в яблоках, крыжовнике, айве, апельсинах, вишне, сливе, черной смородине, грушах, абрикосах, тыкве, свекле. Например, в тыкве пектиновых веществ больше, чем в яблоках и свекле. Для приготовления пектиновых заготовок используют кислые лесные яблоки, а также кожицу яблок и айвы, вырезанные семенные камеры плодов с содержанием до 15% мякоти. Эти отходы складывают в емкость, заливают водой (один стакан на 1 кг сырья или отходов) и кипя-

тят в течение 30—35 мин. Из полученной массы отжимают сок, который сливают в банки или в бутылки. Содержимое пастеризуют при температуре 80° в течение 3—12 мин, после чего посуду герметически укупоривают.

Слабозжелирующие плоды также используют для пектиновых заготовок, добавляя к ним плоды или сок хорошо желирующих плодов. Заплесневелые и перезревшие плоды с признаками брожения не используют.

Новым способом пектиновые заготовки готовят после отделения сока из фруктов и овощей. В массу, оставшуюся после слива сока, добавляют количество воды, равное количеству полученного сока, и разваривают ее до размягчения. Далее эту массу в горячем виде протирают через сито и в полученную жидкость кладут сахар по вкусу (но не более 40% ее массы), размешивают до полного растворения сахара, разливают в тару и стерилизуют.

КОНФИТЮР

Конфитюр по своим пищевым и вкусовым качествам, по состоянию сиропа и разваренной массе в нем сходен с джемом. К плодам, слабозжелирующим во время варки, добавляют пектин. Готовят из земляники, малины, черной смородины, крыжовника, слив, яблок и др. При этом можно использовать некоторые недозревшие плоды и падалицу яблок. Массу уваривают как и в случае приготовления джема, но сахар берут по вкусу.

Готовность конфитюра определяют так же, как и варенья: капля его на гладкой поверхности не должна растекаться. Готовый конфитюр в горячем состоянии складывают в чистые банки, которые накрывают крышками и закатывают. Хранят в сухом темном прохладном месте.

Новым способом конфитюр готовят после отделения сока из фруктов и овощей. Затем в оставшуюся после слива сока массу добавляют воду (в количестве, равном массе слитого сока), сахар и уваривают.

Фруктовое и овощное желе готовят из соков, полученных из фруктов и овощей (вишни, сливы, ирги, барбариса, абрикоса, винограда, кизила, рябины, моркови, свеклы, тыквы, физалиса и др.). Кроме того, желе можно приготовить из купажированных соков, например из яблочно-земляничного, крыжовенно-черносмородинового, малиново-яблочного. При этом соки уваривают с добавлением сахара.

Желе высокого качества дают соки, полученные из плодов, богатых пектином (черной и красной смородины, калины, клюквы, айвы), и смешанные с соками более сладких плодов. К маложелирующим сокам добавляют пектин во время варки.

При застывании желе образуется густая нерастекаящаяся масса. Со временем желирующая способность желе теряется, поэтому его готовят непосредственно перед употреблением и хранят в сухом прохладном месте.

Приготовление желе из соков, полученных по новому способу консервирования фруктов и овощей, нежелательно, поскольку хорошее желе можно получить во время приготовления вяленого продукта. Для этого при тепловой обработке массы в сахарном сиропе последний используют дважды или трижды с добавлением в него каждый раз по 100—150 г сахара.

СИРОПЫ

Исходным материалом для сиропов служат свежеполученные натуральные процеженные через марлю соки. К ним добавляют сахарный песок (на 1 л сока 1,7—2 кг), нагревают до полного растворения сахара, доводят до кипения и, изредка помешивая, кипятят до 5 мин. Появляющуюся пену снимают, горячий сироп сливают через мелкое сито или через марлю в простерилизованные горячие стеклянные банки, которые укупоривают. После укупорки сок иногда пастеризуют при температуре 90° или стерилизуют при 100°.

Сиропы по новому способу готовят из соков, полученных при приготовлении вяленого продукта, пюре, джема, варенья, конфитюра или цукатов. Поскольку эти соки содержат до 25% сахара, то при их уваривании на 1 л сока берут 1—1,2 кг сахарного песка. Если хра-

ЖЕЛЕ

Фруктовое и овощное желе готовят из соков, полученных из фруктов и овощей (вишни, сливы, ирги, барбариса, абрикоса, винограда, кизила, рябины, моркови, свеклы, тыквы, физалиса и др.). Кроме того, желе можно приготовить из купажированных соков, например из яблочно-земляничного, крыжовенно-черносмородинового, малиново-яблочного. При этом соки уваривают с добавлением сахара.

Желе высокого качества дают соки, полученные из плодов, богатых пектином (черной и красной смородины, калины, клюквы, айвы), и смешанные с соками более сладких плодов. К маложелирующим сокам добавляют пектин во время варки.

При застывании желе образуется густая нерастекающаяся масса. Со временем желирующая способность желе теряется, поэтому его готовят непосредственно перед употреблением и хранят в сухом прохладном месте.

Приготовленные желе из соков, полученных по новому способу консервирования фруктов и овощей, нежелательно, поскольку хорошее желе можно получить во время приготовления вяленого продукта. Для этого при тепловой обработке массы в сахарном сиропе последний используют дважды или трижды с добавлением в него каждый раз по 100—150 г сахара.

СИРОПЫ

Исходным материалом для сиропов служат свежеполученные натуральные процеженные через марлю соки. К ним добавляют сахарный песок (на 1 л сока 1,7—2 кг), нагревают до полного растворения сахара, доводят до кипения и, изредка помешивая, кипятят до 5 мин. Появляющуюся пену снимают, горячий сироп сливают через мелкое сито или через марлю в простерилизованные горячие стеклянные банки, которые укупоривают. После укупорки сок иногда пастеризуют при температуре 90° или стерилизуют при 100°.

Сиропа по новому способу готовят из соков, полученных при приготовлении вяленого продукта, пюре, джема, варенья, конфитюра или цукатов. Поскольку эти соки содержат до 25% сахара, то при их уваривании на 1 л сока берут 1—1,2 кг сахарного песка. Если хра-

нение сиропа непродолжительное (до двух месяцев), его можно не пастеризовать.

Соки для приготовления сиропов можно купажировать.

КОМПОТЫ

Компоты существующими способами готовят, как обычно, в период сезонного сбора плодов. На их заготовку затрачивают много времени (подготовка плодов, кипячение сиропа, протравление компотов в банках или пастеризация и закатка). При этом требуется большое количество тары и значительное место для размещения и хранения компотов.

Целесообразно готовить компоты из вяленых фруктов и овощей. Они всегда будут свежими. Для этого берут два или несколько видов продуктов, заливают кипяченой водой с температурой 80—90° и выдерживают в тепле 1,5—2 ч. Для аромата и более сладкого вкуса по желанию в компот добавляют готовые соки, полученные при вялении либо при приготовлении другого вида продуктов из фруктов или из овощей.



ПЕРЕРАБОТКА ФРУКТОВ С ОТДЕЛЕНИЕМ СОКА

ЗЕМЛЯНИКА

Земляника садовая — одно из популярнейших ягодных растений. В Европейской части СССР распространена от Кольского полуострова до южных границ страны. Наиболее широко ее выращивают в центральных районах Нечерноземной зоны, на Украине и Северном Кавказе.

Созревает рано. Ягоды вкусные и ароматные. В зрелом виде имеют внешнюю окраску от бледно-розовой до темно-красной — почти черной.

В плодах содержится 5,5—15% сахаров, 0,6—1,4% кислот, 50—80 мг% витамина С, много солей железа, фосфора, кальция, калия, магния, натрия, алюминия, марганца.

Для переработки используют свежие полностью созревшие ягоды земляники (прозелень дает терпкий, горький вкус, и кислотность таких ягод бывает повышенной). Причем для этих целей пригодны ягоды всех сортов, но самыми лучшими в настоящее время считаются: раннего срока созревания сорта — Махерауха, Заря, Деснянка (плотные ягоды); среднего срока созревания — Фестивальная, Пурпуровая, Мари Ева Махераух, гибриды землянично-клубничные — Пенелопа, Надежда Загорья, Muskатная Бирюлевская; среднепозднего срока созревания — Талисман, Зенга Зенгана, Редкоут, Редгонтлет и ремонтантные сорта. Из ремонтантных выделяется многоурожайный сорт Гора Эверест.

Масса ягоды его достигает 20 г, мякоть средней плотности, нежная, сочная, с очень хорошим вкусом и ароматом, служит прекрасным сырьем для всех видов переработки.

Для придания большего аромата продуктам переработки очень хорошо смешивать плоды различных сортов земляники.

Землянику садовую часто называют «клубникой». В действительности же ягоды клубники отличаются от ягод садовой земляники не только размером и массой, но большим ароматом, а также округло-конической формой и неравномерной окрашенностью поверхности (с одной стороны красный цвет, с другой — светло-зеленый). У клубники плодоножка держится крепко, а у садовой земляники легко отделяется.

Земляника лесная отличается от садовой мелкими плодами. Из дикорастущих ягод земляника — самая сладкая и ароматная. По химическому составу ягод существенно не отличается от садовой земляники. Распространена во всей Европейской части СССР, на Кавказе и Сибири. Растет на лугах, среди кустарников, в лесах и на лесных вырубках, где урожайность ее бывает обычно повышенной.

ВЯЛЕНАЯ

Для вяления пригодны все ягоды всех сортов земляники, но лучше всего использовать самые крупные и средние, поскольку из них получают более емкий продукт.

Первый способ. Свежие зрелые, но неперезревшие ягоды земляники сортируют по величине, моют в холодной кипяченой воде, после чего просушивают, обрывают чашелистики, кладут в эмалированную или в стеклянную тару, пересыпая послойно сахарным песком из расчета 400 г на 1 кг ягод. Тару с содержимым накрывают крышкой и при температуре 22° выдерживают в течение 24 ч для отделения сока, при этом ягоды становятся упругими и эластичными. Затем образовавшийся сок сливают в простерилизованные банки, которые закрывают крышками и ставят в холодильник, не применяя тепловой обработки (если сок будет использоваться в течение 2—2,5 месяца). В том случае, если сок заготавливают на хранение в течение более 2,5 месяца, его нагревают до температуры 80—85°, а затем сливают и

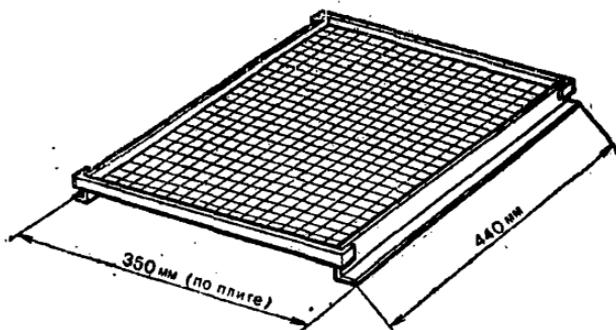


РИС. 1. СЕТЧАТЫЙ ПРОТИВЕНЬ ДЛЯ ПОДВЯЛИВАНИЯ ПРОДУКТОВ

простерилизованные банки, которые закатывают крышками.

Для оставшейся массы готовят сироп из расчета 350 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг массы. Во вскипевший сироп перекладывают массу, помешивают ее деревянной лопаточкой и при температуре 90° выдерживают в течение 7 мин при закрытой емкости. Затем массу дают остыть до 60° , сироп сливают через сито или через дуршлаг в чистые простерилизованные банки, которые закрывают. Отделенный от сиропа полуфабрикат охлаждают. Готовность его определяют по консистенции мякоти, которая должна быть не разварена, а только хорошо прогрета. Потом продукт складывают в два слоя (сиропа в нем не должно быть) на сетчатый противень, изготовленный из нержавеющей стали по размерам духовки газовой плиты с ячейками сетки 3×3 мм (рис. 1), ставят в духовку, доводят температуру в духовке до 85° и выдерживают в течение 30 мин. После полного остывания землянику ворошат деревянной лопаточкой. Тепловую обработку ее повторяют еще 2 раза при температуре в духовке $70 - 75^{\circ}$ в течение 35 мин.

Остывший продукт складывают ворохом в сито из нержавеющей стали. Последнее ставят на съемные решетки, изготовленные из деревянных планок (рис. 2) и

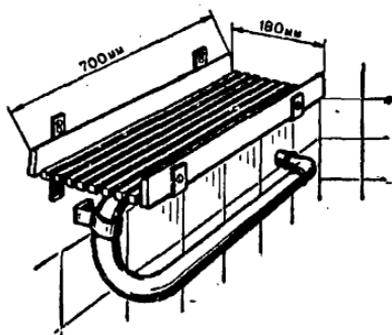


РИС. 2. РЕШЕТКА НАД ОБОГРЕВАТЕЛЕМ ДЛЯ ВЯЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ

размешенные над нагревательными установками или над отопительными батареями, на 6—8 ч при температуре 30°. Прикрыв марлей, продукт периодически встряхивают или ворочают, затем ссыпают в бумажные пакеты, выдерживают в течение четырех—шести дней для выравнивания влажности, после чего готовую вяленую землянику вместе с бумажными пакетиками складывают в полиэтиленовые мешки или ссыпают в стеклянные банки, которые плотно закрывают. Влажность продукта должна быть около 22%. Из 1 кг свежей земляники получают около 300 г вяленой. Хранят ее в темном месте при температуре 12—18° и относительной влажности воздуха в помещении 65—70%.

Второй способ. Срок хранения в прохладном месте плодов земляники после сбора не превышает обычно 8 ч. Однако в период массового сбора накапливается большое количество ягод, и тогда переработать их все сразу не представляется возможным. Для увеличения срока сохранения ягод, а также для получения доброкачественного сока и вяленой земляники подготовленные к переработке ягоды пересыпают сахарным песком (см. первый способ) и тару помещают в холодное место (при температуре +3—5°) на срок до 72 ч. Это за счет удлинения процесса выделения сока позволяет продлить хранение ягод до трех суток, причем качество сока и вяленой земляники или клубники в данном случае сохраняется.

После слива сока дальнейшую обработку полуфабриката для получения вяленой земляники проводят также, как при первом способе.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Варенье можно варить из садовой земляники всех сортов. Лучшее варенье получают из мелких и средних ягод. Крупные ягоды плохо провариваются, при этом на варку затрачивается много времени. Резаные ягоды (половинки) не годятся для варенья, поскольку вид его в этом случае бывает неприглядным, а качество и витаминная ценность снижаются.

Для варенья рассортированные по величине и зрелости плоды в зависимости от загрязнения несколько раз промывают в кипяченой воде, просушивают, удаляют плодоножки, так же как при вялении, пересыпают

последовательно сахарным песком (400 г на 1 кг ягод) и выдерживают в течение 24 ч при температуре 22°. Образовавшийся сок сливают. Обрабатывают и хранят его так же, как при вялении. Для оставшейся массы готовят сироп из расчета 700 г сахара и 650 г воды на 1 кг массы. Массу нетолстым слоем складывают в таз или в низкую с широким дном кастрюлю, заливают сахарным сиропом и выдерживают в течение 1,5—2 ч (после этого плоды в сиропе должны свободно плавать). Затем массу нагревают до кипения при закрытой крышке на сильном, а с появлением пены — на слабом огне. Во время варки следят за тем, чтобы плоды не пригорели. Для этого содержимое периодически встряхивают в кастрюле или в тазу либо плоды легко перемещают деревянной лопаточкой с боков к середине, при этом образовавшуюся пену собирают. За 10 мин до конца варки в кипящую массу дополнительно осторожно всыпают сахар (400 г на 1 кг первоначальной массы), перемешивают и варят на слабом огне, накрыв крышкой. При этом сохраняется форма плодов и они не бывают жесткими. Готовность варенья определяют по запаху или по капле на гладкой поверхности, которая не должна растекаться. Для удобства использования его складывают в банки емкостью 0,5—1 л в холодном или в горячем виде, закрывают пергаментом либо металлическими крышками и хранят в темном сухом прохладном месте.

При варке варенья из лесной земляники подготовка, сокоотделение и варка плодов в один прием такие же, как из садовой земляники, за исключением количества сахара — его берут на 10% больше (до 1,2 кг), а процесс варки длится меньше.

Второй способ. При большом количестве ягод земляники сок перед варкой варенья отделяют при температуре 3—5° и выдержке в течение 72 ч, как при вялении земляники по второму способу. После слива сока процесс варки проводят по первому способу.

ДЕЖЕМ

Берут свежие зрелые, мятые, крупные и слишком мелкие, непригодные для варки варенья плоды. Их готовят так же, как при вялении земляники, но в данном случае крупные ягоды режут, смешивают с мелки-

ми и мятыми, складывают в емкость, послойно пересыпают сахарным песком из расчета 400 г на 1 кг ягод и ставят для отделения сока при температуре 22° на 22 ч. После этого образовавшийся сок сливают и консервируют описанным способом. Затем в оставшуюся массу (на 1 кг) заливают горячую воду (450 г) и, поскольку плоды земляники слабо желируют, добавляют 150 г желирующего сока, приготовленного из отходов яблок и айвы (вырезанной сердцевинки и кожуры) или из красной смородины. Одновременно в массу засыпают 900 г сахарного песка, размешивают все и ставят на огонь. После закипания образовавшуюся пену периодически удаляют. Далее массу варят в течение 20—25 мин на среднем огне, помешивая, с тем чтобы избежать пригорания. Джем бывает готов, если капля его делается густой на гладкой поверхности. В горячем виде джем расфасовывают в подготовленные банки, которые плотно укупорируют,

КОНФИТЮР

Первый способ. Сырье готовят так же, как при приготовлении вяленого продукта, однако в данном случае можно использовать плоды недозревшие, уродливые, мятые с предварительной бланшировкой. Слишком крупные плоды разрезают. Затем их пересыпают послойно сахарным песком (на 1 кг плодов берут 400 г сахара) и выдерживают при температуре 22° в течение 24 ч. Далее сок сливают и консервируют так же, как в случае приготовления вяленой земляники. В оставшуюся массу заливают воду, в которой проводили бланшировку (400 г на 1 кг массы) с добавлением желирующего сока (150 г на 1 кг). При закрытой крышке варят не более 20 мин, изредка помешивая. После этого засыпают сахар по вкусу и варят до получения желеобразной массы. При готовности конфитюра капля на гладкой поверхности не расплывается. Его расфасовывают в горячем состоянии в чистые банки, которые закупоривают металлическими крышками. Хранят так же, как варенье.

Второй способ. Берут очень крупные созревшие и перезревшие (без признаков брожения), а также мятые крупные ягоды. Их подготавливают, как описано выше. Затем ягоды режут на две—четыре части, пересыпают послойно сахарным песком (на 1 кг ягод 400 г сахара),

и при температуре 5° выдерживают в течение трех суток, после чего сливают сок. Дальнейшая обработка, упаковка и хранение такие же, как при первом способе.

СМОКВА

Первый способ. Для смоквы используют чаще всего готовое пюре, в силу чего ее можно приготовить в любое время года. Для этого берут спелые и перезревшие ягоды. Подготовку сырья, засыпку сахара, отделение и консервирование сока осуществляют так же, как при вялении продукта. После отделения сока массу погружают в разогретую воду (500 г на 1 кг), выдерживают при температуре 85—90° в течение 10 мин, затем протирают через сито. Если пюре заготавливают впрок, сахар в массу не добавляют, поскольку в ней сохраняется достаточное количество его при выдерживании в период отделения сока. Пюре расфасовывают в горячем виде в простерилизованные банки, которые сразу закрывают крышками и прикрывают от сквозняков для медленного охлаждения.

В том случае, если пюре используют в период созревания ягод, его не расфасовывают, а сразу готовят смокву. Для этого в него добавляют сахар (500 г на 1 кг пюре) и варят, помешивая, во избежание пригорания на среднем огне до тех пор, пока масса не загустеет и не будет отделяться от таза. Таковую массу выкладывают ровным слоем в плоское блюдо или в противень с подстеленной на него пергаментной бумагой и подсушивают. Затем массу нарезают кусочками разной формы и посыпают сельдереем, приготовленным из сушеных натертых листьев. Далее складывают в стеклянные банки, которые закупоривают. Хранят в сухом темном прохладном месте.

Второй способ. После отделения сока из плодов, как описано выше, оставшуюся массу протирают через сито, добавляют 200 г воды и 300 г сахара на 1 кг массы, смешивают в тазу, ставят на огонь для уваривания и далее готовят по первому способу.

КОМПОТЫ

Очень вкусные крепкие ароматные и всегда свежие компоты можно приготовить из вяленых плодов. Для

этого берут 100 г вяленых ягод земляники, 50 г жимолости и 50 г ревеня, насыпают в кастрюлю и заливают вскипевшей, но остуженной до температуры 90° водой в количестве 1,5 л, накрывают крышкой и настаивают в течение 1,5—2 ч. После этого компот бывает готов. По желанию можно употреблять один настоявшийся сироп или вместе с ягодами. Оставшиеся ягоды можно залить водой еще раз, настоять в течение 30 мин и перед употреблением добавить любой плодовой или овощной сок.

МАЛИНА

Малина распространена в средней и северной половине Европейской территории СССР, в Сибири, на Кавказе и в Средней Азии. Дикорастущая малина произрастает в лесах, на вырубках, среди кустарников. Хорошо плодоносит на южных склонах оврагов. Цветет в июне — первой половине июля. Ягоды созревают в июле — августе.

В плодах содержится до 11% сахаров (глюкоза, фруктоза), 1—2% органических кислот (лимонная, яблочная, салициловая, винная), их соли, до 0,3% дубильных веществ, витамины С, А, В. В семенах до 22% жирного масла.

При сборе ягоды малины сортируют в две тары: в одну собирают крупные чистые, пригодные для консервирования, а в другую — мелкие, неполноценные. Для удаления личинок малинового жука из плодов на дно тары с широким дном кладут марлю в два слоя. Плоды складывают в тару в пять-шесть рядов. Затем через небольшой промежуток времени их осторожно выбирают из тары. Личинок, забравшихся в марлю, уничтожают, а марлю промывают.

В садах выращивают много сортов малины, в том числе Новость Кузьмина, Карнавал, Награда, Вислуха, Обильная, Латам, Усанка, Новокитаевская, Барнаульская (Сибирская), Рубин болгарский и др. Ягоды садовой малины намного крупнее ягод дикорастущей.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Берут ягоды малины с плотной мякотью (Новость Кузьмина, Рубин болгарский, Вислуха и др.). Отсортированные свежие плоды послойно пе-

ресепают сахарным песком (400 г на 1 кг), тару закрывают крышкой и выдерживают в течение 22 ч при температуре 20°. Затем сок сливают в простерилизованные банки и закрывают крышкой. В зависимости от срока хранения сока его пастеризуют так же, как при вялении земляники. Далее готовят сироп. Для этого на 1 кг массы берут 300 г сахарного песка и 350 г воды. В горячий сироп перекалывают массу, размешивают содержимое, тару закрывают крышкой, нагревают все до температуры 85° и выдерживают в течение 5 мин. Плоды должны быть неразваренными, цельными и хорошо прогретыми. После того как масса остынет до 60—65°, сироп сливают в простерилизованные банки и закрывают. Продукт, полностью освободившийся от сиропа, подлежит вялению. Дальнейшая обработка его аналогична получению вяленой земляники. Только подсушивание малины в духовке проводят при температуре 80° в течение 20 мин 1 раз и при 65—70° в течение 25 мин 2 раза, выдержку в сите — 3—5 ч при 30°, выравнивание продукта по влажности — в течение трех-четырех дней.

Второй способ. Свежая малина не может храниться более 8 ч. Чтобы увеличить срок ее хранения (при наличии большого количества ягод) до трех суток, плоды малины, так же как и земляники, перекалывают сахарным песком (400 г на 1 кг ягод), помещают в холодильник и выдерживают в течение 70 ч при температуре 3—5°. После слива сока дальнейший процесс переработки массы аналогичен первому способу вяления.

При вялении ягод малины некоторых сортов с неплотносцепленными костянками тепловую обработку их в сахарном сиропе не проводят. В этом случае масса сразу после слива сока подлежит вялению (см. третий способ). В результате хотя отделенного из плодов сока будет меньше и вяленый продукт окажется менее сладким, но ягоды сохраняют свою форму (не будут рассыпаться).

Третий способ. Ягоды малины подготавливают так же, как описано выше. Затем их засыпают сахарным песком (400 г на 1 кг ягод) и выдерживают при температуре 20° в течение 22 ч. Отделенный сок консервируют по первому способу. Ягоды складывают в дуршлаг или в сито, дают полностью стечь соку и перекалывают на противень. Дальнейшую обработку и вяление проводят по первому способу.

Для варенья лучше всего использовать свежие созревшие средние и крупные плоды с плотносцепленными костянками. Из перезревших и недозревших плодов варенье по качеству бывает хуже и менее ароматным. Перезревшие ягоды развариваются, а недозревшие бывают жесткими. Хорошее варенье получают из яркоокрашенных плотных ягод, например, таких сортов, как Новость Кузьмина, Латан, Вислуха, Усанка, Рубин болгарский, Барнаульская.

Первый способ. Отсортированные и очищенные от чашелистиков ягоды послойно пересыпают сахарным песком (на 1 кг плодов берут 400 г сахара) и выдерживают так же, как при вялении. Образовавшийся сок сливают и консервируют. Для оставшейся массы готовят сироп из расчета 750 г сахарного песка и 650 г воды на 1 кг. Во вскипявший сироп опускают массу, выдерживают в течение 1,5—2 ч, доводят до кипения и варят на среднем огне под закрытой крышкой. Снимая периодически газ с огня, встряхивают его кругообразными движениями, сбивая пену к центру, а затем убирают ее. За 10 мин до конца варки засыпают дополнительно сахар (350 г). Весь цикл варки длится 30—35 мин.

Готовое варенье в горячем состоянии расфасовывают до самого верха в подогретые банки, которые укупоривают. Иногда для большей гарантии сохранности продукта банки с расфасованным горячим вареньем и неплотно прикрытыми крышками ставят в воду, подогретую до температуры 90—95° и пастеризуют: емкостью 0,5 л — в течение 8—10 мин, 0,75 л — 12 мин и 1 л — в течение 14 мин, после чего банки окончательно укупоривают.

Второй способ. Ягоды подготавливают так же, как при первом способе варки. Сырье пересыпают сахарным песком (на 1 кг плодов берут 400 г сахара) и при температуре 3—5° выдерживают в течение трех суток. После слива сока дальнейший процесс аналогичен варке варенья по первому способу.

ДЖЕМ

Используют плоды всех сортов. При этом берут не только спелые, но и недозревшие, битые, мятые, пере-

зрелые плоды, пересыпают их сахарным песком (400 г на 1 кг ягод) и выдерживают при температуре 20° в течение 22 ч. После этого сок сливают и консервируют, а в оставшуюся массу (на 1 кг) добавляют горячую воду (450 г), сахар (600 г), пектиновый сок или ягоды крыжовника либо черной смородины (150 г), размешивают и варят. После закипания образовавшуюся пену периодически снимают. Далее варят на среднем огне в течение 20—25 мин, помешивая, с тем чтобы не допустить пригорания.

Определяют готовность джема и расфасовывают его так же, как в случае приготовления джема из земляники (см. с. 20).

СМОКВА

Готовят из спелых и перезревших ягод. Подготовка их, количество сахара и режимы для получения сока те же, что и в случае приготовления вяленой малины. После слива сока плодovou массу заливают горячей водой (500 г на 1 кг массы), размешивают, протирают через сито, добавляют сахар (до 400 г), снова перемешивают, ставят на огонь и уваривают при помешивании до тех пор, пока масса не загустеет. Дальнейшие операции такие же, как в случае приготовления смоквы из земляники (см. с. 21).

ЖЕЛЕ

Для приготовления желе используют сок малины, полученный при вялении, варке варенья, джема или смоквы. Сок уваривают, добавляя в него 500 г сахара на 1 кг, на среднем огне. Он должен сгуститься так, чтобы стекал с ложки большими каплями или тянулся нитями. Готовое желе горячим наливают в банки.

КОМПОТЫ

Первый способ. Для приготовления компота (настоя) берут 200 г вяленой малины. В нее заливают 700 г вскипевшей, но остуженной до температуры 90° воды и настаивают в течение 1,5 ч при комнатной температуре.

Второй способ. Берут 100 г вяленой малины, 50 г вяленой земляники, 50 г вяленого сельдерея, заливают

1 л кипяченой воды с температурой 90°, настаивают в течение 2 ч, затем размешивают и употребляют на третье блюдо.

ЕЖЕВИКА

Ежевика широко распространена по всей Европейской части СССР, в Западной Сибири, Средней Азии, Крыму, на Кавказе. Дикие заросли ее — источник вкусных ягод. Дает более высокие урожаи, чем малина.

Плоды — сборные сочные костянки, которые не отделяются от мягкого белого съедобного плодоложа. Окраска их черная, красная, желтая. Поспевают в августе. Ягоды на вкус приятные, кисло-сладкие, немного горчат. У садовой ежевики они заметно крупнее, чем у дикорастущей.

В плодах содержится 83—86% воды, 8 — сахара (глюкоза, сахароза, фруктоза), до 1,8 — пектиновых веществ, до 1,4% кислот (преобладает лимонная кислота), витамины А, С, Е, дубильные и ароматические вещества, соли калия, медь, марганец.

В центральной полосе культивируют три сорта ежевики: Агавам, Изобильная и Техас. Эти же сорта выращивают и на приусадебных участках.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Вяленый продукт можно приготовить из ягод всех сортов и дикорастущей ежевики. Для этого спелые ягоды складывают в емкость, послойно пересыпают сахарным песком (450 г на 1 кг ягод) и выдерживают при температуре 20° в течение 24 ч. Затем сливают сок, обрабатывают его, а оставшуюся массу подвергают тепловой обработке в течение 7 мин в сахарном сиропе при температуре 85° (состав сиропа — по 350 г сахара и воды на 1 кг массы). Дальнейшую обработку проводят так же, как при вялении малины (см. с. 23).

Соки, полученные из плодов ежевики, обладают малой кислотностью, поэтому их следует купажировать с соками, отличающимися повышенной кислотностью (красной и белой смородины, ревеня). Для аромата добавляют сок малины либо сельдерея.

Второй способ. Пересыпанные сахарным песком

ягоды при температуре 3—5° выдерживают в течение трех суток, а затем, после слива сока, вялят по первому способу.

ВАРЕНЬЕ

Варят из свежих созревших ягод садовой и дико-растущей ежевики. Поскольку плоды ежевики, а следовательно, и варенье из них, не имеют аромата, при варке в него добавляют лепестки роз.

Первый способ. С белых, розовых, красных и других роз ранним утром собирают лепестки (при сборе в середине дня в них снижается содержание эфирного масла), мелко нарезают, пересыпают сахарным песком (на 50 г лепестков берут 100 г сахара на 1 кг массы), складывают в посуду, закрывают крышкой и оставляют на двое суток. Подготовку плодов и отделение сока из плодов ежевики для варки варенья проводят так же, как при вялении. После слива сока плоды нетолстым слоем перекладывают в широкий таз, добавляют к ним подготовленные в сахаре лепестки роз и заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета по 700 г сахара и воды на 1 кг массы (плоды и лепестки роз должны свободно плавать), выдерживают в течение 3—5 ч, после чего варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

Второй способ. После отделения сока из плодов ежевики сырье заливают горячим сиропом (приготовленным из расчета 600 г сахара, 450— воды и 200 г сока красной или белой смородины на 1 кг сырья), затем варят до готовности по первому способу приготовления варенья из земляники (см. с. 19).

Третий способ. Плоды ежевики (1 кг) и нарезанные лепестки свежих роз (50 г) помещают в одну тару, пересыпают сахарным песком (500 г) и выдерживают при температуре 2—5° в течение трех суток. После слива сока процесс аналогичен варке варенья из земляники по первому способу (см. с. 19).

ДЖЕМ

Готовят из зрелых ягод ежевики. Для этой цели можно использовать битые, мятые и перезревшие ягоды. Недозревшие плоды нельзя использовать, так как

полученный сок и джем в этом случае будут горчить. Для отделения сока 1 кг очищенных ягод ежевики засыпают 450 г сахарного песка и выдерживают при тех же режимах, что и при варке варенья по первому и второму способам. После слива сока в массу добавляют по 700 г сахара и воды на 1 кг и прогревают в течение 8—10 мин. Затем кладут 400 г сахара и варят, помешивая, до готовности (желеобразной консистенции с наличием разваренных плодов). Расфасовка и упаковка описаны выше.

Плоды ежевики слабо желируют, поэтому для получения более густого джема при варке добавляют 20% пюре черной, красной смородины либо крыжовника, которые богаты желирующими веществами.

СМОКВА

Варят из спелых и перезревших ягод. Подготовка их и дальнейшее приготовление такие же, как и смоквы из малины (см. с. 25). Подробное описание приготовления смоквы см. на с. 21 — «Смоква» из земляники, первый и второй способы.

ЖЕЛЕ

Варят из сока, полученного при приготовлении вяленого продукта, варенья, джема, смоквы. Для придания желе из ежевики лучшего вкуса и аромата берут в равной пропорции соки ежевики и малины, 400 г сахара на 1 л и уваривают по технологии получения желе из малины (см. с. 25).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г ежевики, 50 — малины, 50 — жимолости и 50 г черешни;
2. 100 г ежевики, 50 — земляники, 50 — груш и 50 г — лимонника;
3. 100 г ежевики, 50 — яблок, 50 — ирги и 50 г физалиса.

СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ И ЗОЛОТИСТАЯ

Черная смородина распространена почти по всей Европейской территории СССР, в Сибири, на Кавказе. Произрастает в диком виде и широко культивируется на приусадебных участках.

В ягодах содержится 4,5—12,8% сахаров, 2—4,5% кислот, эфирное масло, витамины С (80—400 мг%), В₁, Р, каротин, пектиновые, дубильные и азотистые вещества, пигменты. Благодаря высокому содержанию витамина С плоды имеют важное диетическое значение.

Существует много хороших урожайных сортов черной смородины. Сорта ранних сроков созревания: Голубка, Неосыпающаяся, Московская, Приуральский чемпион; средних сроков созревания: Выставочная, Горно-алтайская, Ленинградский великан, Лия, плодородная, Нарядная, Память Мичурина, Память Жучкову, Руднопольная, Чайка; поздних сроков созревания: Неаполитанская, Стахановка, Алтай.

Золотистую смородину широко выращивают как декоративное растение в садах и парках и как ягодное — на приусадебных участках. Она более засухоустойчива, чем черная и красная смородина. Некоторые сорта ее даже в Восточной Сибири не страдают от заморозков. К почве нетребовательна, мирится с затенением, дымо- и пылеустойчива. Цветет поздней весной, плоды созревают в июле. Размножают черенками, отводками и порослью. Ягоды золотистой смородины черные или коричневые, без запаха, 6—8 мм в диаметре. В них содержится до 8,1% сахаров, 0,9—1% кислот, 43—68 мг% витамина С, каротин, витамины группы В, пектиновые вещества.

ВЯЛЕНАЯ

Для приготовления вяленого продукта пригодны ягоды всех сортов черной и золотистой смородины, но лучше всего использовать для этих целей ягоды крупноплодных сортов, при этом желательно сортировать ягоды по размерам. При сортировке отбраковывают все неполноценные плоды: недозрелые, очень мелкие, мятые, сухие.

Первый способ. Хорошо промытые в кипяченой воде плоды просушивают на марле или на другом мате-

риале, хорошо впитывающем влагу. Ягоды с толстой кожурой бланшируют в кипящей воде в течение 1—2 мин. Подготовленные плоды кладут в емкость, пересяпав сахарным песком из расчета 450 г на 1 кг плодов, и выдерживают при температуре 20° в течение 30 ч. Слив сока, консервирование, дальнейший порядок проведения операций до полного приготовления вяленой смородины и хранение ее аналогичны процессу вяления земляники, но оставшуюся после выделения сока массу заливают сиропом (который готовят из расчета по 300 г сахарного песка и воды на 1 кг массы) и выдерживают в закрытой емкости при температуре 80° в течение 5 мин, в духовке при 80°—15 мин, при 65—70°—дважды по 20 мин, в сите держат 3—5 ч при 30°. Для выравнивания влажности продукта требуется три-четыре дня. Влажность вяленого продукта—21—23%.

Второй способ. Для отделения сока проводят двухразовую засыпку ягод сахаром и двухразовый слив сока. Для этого 1 кг подготовленных ягод черной смородины засыпают 250 г сахарного песка, выдерживают при температуре 20° в течение 20 ч, образовавшийся сок сливают, затем в ягоды снова засыпают сахарный песок (200 г) и выдерживают при тех же режимах. Сок сливают. Полученный в обоих случаях сок объединяют, после чего его обрабатывают так же, как и при приготовлении вяленой земляники. Далее вяление продукта проводят по первому способу.

Третий способ. Сок из ягод отделяют при температуре 3—5° в течение 72 ч. Дальнейшую обработку и получение вяленой черной и золотистой смородины проводят по первому способу.

Ягоды черной смородины отличаются сильным ароматом и обладают хорошими желирующими свойствами. Сок ее можно успешно купажировать с соками красной и белой смородины (20—50%), малины, ежевики, ревеня, сельдерея.

ЖЕЛЕ

В связи с тем что ягоды черной смородины богаты желирующими веществами, при получении вяленого продукта сахарный сироп при тепловой обработке массы используют 2—3 раза с добавлением каждый раз по

100—150 г сахарного песка. Этот переработанный сироп и будет желе.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Берут крупные зрелые не очень кислые ягоды. Перебирают их, очищают от веточек и сухих чашелистиков. Промывают в холодной воде, удаляют всплывшие на поверхность остатки чашелистиков, затем промывают в кипяченой воде, складывают в сито или в дуршлаг, дают стечь воде, подсушивают на марле. Если ягоды толстокожие, после промывания в холодной воде их опускают на 1—2 мин в кипящую воду, после чего откидывают на сито или на дуршлаг и дают стечь воде. Ягоды помещают в емкость, пересыпают сахарным песком (на 1 кг песка берут 450 г ягод) и выдерживают при температуре 20° в течение 30 ч. После слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 800 г сахара и 700 г воды на 1 кг массы, и варят до готовности так же, как варенье из земляники по первому способу (см. с. 19).

Второй способ. При наличии большого количества ягод для сохранения их от порчи варенье из черной смородины готовят по первому способу, но сок отделяют при температуре 3—5° в течение 72 ч.

ПЮРЕ

Отсортированные спелые мелкие и крупные ягоды промывают, бланшируют в течение 1—2 мин, засыпают сахарным песком (450 г на 1 кг плодов), отделяют и консервируют сок так же, как при вялении первым и вторым способами. Оставшуюся массу заливают водой (550 г на 1 кг массы) с температурой 75—80°, после чего массу протирают через сито, прогревают до температуры 90° в течение 3—5 мин, расфасовывают в банки емкостью 1—3 л до самого верха и укупоривают. Банки опрокидывают и прикрывают до полного остывания.

СМОКВА

Первый способ. Из ягод черной смородины смокву готовят так же, как из земляники по первому способу (см. с. 21), но сахарного песка в готовое пюре добавляют 550 г на 1 кг.

Второй способ. Готовят так же, как смокву из земляники по второму способу, но воды берут 250 г, а сахара 350 г на 1 кг пюре.

ПЕКТИНОВЫЕ ЗАГОТОВКИ

Берут зрелые мелкие и мятые крупные ягоды, подготавливают их (с толстой кожурой бланшируют в течение 1—2 мин), пересыпают сахаром и отделяют сок как описано выше. После этого массу заливают горячей водой (500 г на 1 кг), прогревают в течение 3—5 мин при температуре 80°, затем в горячем состоянии протирают через сито, добавляя 250 г сахара на 1 кг пюре, размешивают до полного растворения сахара, расфасовывают в стерильные банки емкостью 0,7—1 л, прогревают при температуре 80—85° в течение 15—20 мин, после чего банки закупоривают.

ДЖЕМ

Первый способ. Используют мелкие плоды. Подготавливают их (отсортированные ягоды с толстой кожурой бланшируют в течение 1—2 мин в некипящей воде — эту воду затем применяют для заливки массы при варке джема), засыпают сахарным песком (450 г на 1 кг ягод), выдерживают в течение 30 ч при температуре 20°, сливают сок. Дальнейшее приготовление джема из оставшейся массы аналогично приготовлению его из земляники (см. с. 20), но для варки на 1 кг массы берут 750 г сахара и 600 г воды.

Второй способ — пятиминутка. Подготовка сырья, засыпка сахара, выдержка и температурный режим при отделении сока такие же, как и в случае приготовления джема по первому способу. Затем в массу добавляют воду (400 г на 1 кг массы), сахар по вкусу и размешивают. При закрытой крышке массу прогревают при температуре 100° в течение 5 мин, помешивая, с тем, чтобы не допустить пригорания. Затем массу в горячем виде расфасовывают в простерилизованные банки, которые закатывают.

Соусы из черной смородины готовят из готового пюре. Пюре подогревают на слабом огне, добавляют в него сахар по вкусу, доводят до кипения. Кипятят в течение 2—3 мин, после чего расфасовывают в горячем виде в банки емкостью 1—3 л, закупоривают либо непосредственно применяют в пищу.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г черной смородины, 50 — малины, 50 — груш и 50 г слив;
2. 100 г черной смородины, 50 — ежевики, 50 — черешни и 50 г абрикосов;
3. 100 г черной смородины, 50 — земляники, 50 — малины и 50 г вишни.

СМОРОДИНА КРАСНАЯ
И БЕЛАЯ

Красная смородина в диком виде встречается на всей Европейской территории СССР и в Сибири. Возделывают ее почти повсеместно. Больше всего распространена в центральных областях Европейской части страны, на Урале и в Поволжье. Отличается от черной смородины большей морозостойкостью и меньшей требовательностью к влажности почвы (на сырых почвах растет плохо). К высокоурожайным сортам красной смородины относятся: раннеспелый — Щедрая; среднеранние — Первенец, Файя плодородная; поздние — Варшевича, Голландская красная. Хорошими сортами считаются также Красный Крест, Чулковская, Северная звезда, Кавказская и др.

Сорта белой смородины распространены главным образом на садовых участках. Они среднераннего срока созревания, отличаются высокими урожаями ягод и зимостойкостью. К таким сортам относятся Версальская белая и Ютербогская. Из других сортов белой смородины в средней полосе встречаются Голландская белая (кудрявая), Булонская и Прозрачная.

В ягодах красной и белой смородины содержится 4—10% сахаров, 2—4% кислот, пектиновые и дубильные

вещества, витамины С (до 30 мг%) и Р, минеральные соли, красящие вещества. В листьях и плодах отсутствуют эфирные масла. Несмотря на то что ягоды красной и белой смородины имеют большое количество семян, они пригодны для всех видов консервирования.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Используют ягоды всех сортов красной и белой смородины. Их хорошо промывают в холодной воде, затем отделяют от кистей и моют в кипяченой воде, дают ей стечь, складывают ягоды в емкость, пересыпая сахарным песком (450 г на 1 кг плодов) и выдерживают при температуре 20° в течение 28 ч. После слива сока ягоды обрабатывают в сахарном сиропе (для его приготовления берут сахара и воды по 350 г на 1 кг массы) при температуре 80° в течение 5 мин. Дальнейший процесс вяления красной и белой смородины аналогичен вялению черной смородины.

Второй способ. Ягоды красной и белой смородины смешивают в одинаковой пропорции либо добавляют к ним ягоды черной смородины в равной части, при этом отпадает необходимость дальнейшего купаживания сока. Процесс вяления аналогичен первому способу, только для отделения сока ягоды выдерживают в течение 72 ч при температуре 3—5°.

ВАРЕНЬЕ

Из ягод красной либо белой смородины можно приготовить варенье, но предварительно нужно отделить сок, как при вялении ягод. Процесс варки аналогичен способу варки варенья из черной смородины. Для приготовления сиропа после отделения сока берут 1,1—1,2 кг сахара на 1 кг массы. Для создания аромата при варке варенья добавляют лепестки роз (см. варку варенья из ежевики, с. 27) или 100 г малинового сока.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г красной или белой смородины, 50—черной смородины, 50—груш и 50 г черешни;
2. 100 г красной или белой смородины, 50—жимо-лости, 50—малины и 50 г яблок;

3. 100 г красной или белой смородины, 50 — земляники, 50 — вишни и 50 г абрикосов.

КРЫЖОВНИК

Культивируют на всей территории СССР. Основные районы выращивания — центральные области РСФСР, север и запад Украины, Белоруссии, Прибалтийские республики. На юге мало распространен, поскольку плохо переносит жаркую погоду.

Собирают ягоды крыжовника в полной зрелости, но не перезревшими. В них содержится до 13,55% сахаров, 0,9—2,8% кислот, дубильные вещества, пектин, азотистые вещества, витамин С (до 60 мг%), витамины группы В и Р, каротин.

Ягоды разных сортов различаются размером, формой, окраской и вкусовыми качествами. Сладкоплодные сорта нередко называют «северным виноградом». Заслуживают внимания следующие сорта: среднеранние — Пионер, Венера, Сеянец Лефора, Малахит, Зеленый бутылочный; среднеспелые — Английский желтый, Колхозный, Московский красный, Русский, Смена, Орленок (бесшипный сорт); среднепоздние — Хаутоп, Финик (Зеленый № 8). Лучшие сорта с желтой окраской мякоти. Соки из красных плодов при хранении меняют окраску.

ВЯЛЕНЫЙ

Используют крупные, снятые в технической зрелости плоды.

Первый способ. Ягоды отделяют от плодоножки и чашелистиков, промывают в кипяченой воде, накалывают ежиком (рис. 3) для лучшего сокоотделения (оставшиеся на иголках «ежика» ягоды при нажатии пальцем на кнопку до крышки сбрасываются съемником; при освобождении кнопки пружина, одним концом опирающаяся на дно корпуса, возвращает съемник к корпусу через опорную шайбу, штифт и стержень). Затем ягоды складывают в тару, послойно пересыпают сахарным песком из расчета 450 г на 1 кг и выдерживают при температуре 20° в течение 26 ч. После слива сока процесс приготовления вяленого продукта аналогичен получению вяленой земляники, но оставшуюся массу

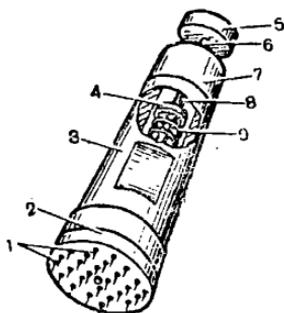


РИС. 3. «ЕЖИК» для НАКАЛЫВАНИЯ ФРУКТОВ:

1 — иголки; 2 — съемник; 3 — корпус; 4 — шайба; 5 — кнопка; 6 — стержень; 7 — крышка; 8 — штифт; 9 — пружина

заливают сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахара и 250 г воды на 1 кг массы, выдерживают в закрытой емкости при температуре 85° в течение 8 мин, в духовке при 80° — 20 мин и при 65—70° — дважды по 25 мин, в сите при 30° — 3—5 ч. Влажность продукта выравнивают в течение трех-четырех дней. Влажность вяленого продукта — 22—23%.

Второй способ. Вяление проводят по первому способу, но выдерживают ягоды для отделения сока 2 раза при температуре 20° по 18 ч, сахарного песка при

этом берут соответственно 250 и 200 г на 1 кг массы. Полученный сок объединяют и консервируют. Для тепловой обработки массы сироп готовят из расчета по 350 г сахара и воды на 1 кг.

Сок крыжовника купажируют с соками земляники, абрикоса, пресных яблок, малины, вишни, аронии, черной смородины.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Берут крупные достигшие нормальных размеров недозрелые (кислые на вкус) ягоды. Удаляют плодоножки, срезают чашелистики и моют в воде. После того как ягоды обсохнут, из них удаляют семена, складывают ягоды в тару, пересыпают сахарным песком (450 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 20° в течение 26 ч. После слива сока плоды помещают в таз и заливают горячим сиропом (для приготовления которого берут 800 г сахара и 750 г воды на 1 кг ягод), закрывают крышкой и выдерживают в течение 2—3 ч с тем, чтобы ягоды наполнились сиропом.

Далее варят так же, как варенье из земляники. За 10 мин до конца варки в варенье дополнительно засыпают 450 г сахарного песка.

Второй способ. Берут мелкие снятые в технической зрелости ягоды, при этом используют сорта с мелкими семенами. Подготовка ягод и количество сахара для

отделения сока такие же, как при вялении первым способом. Выдерживают при температуре 3—5° в течение трех суток. После слива сока варят по первому способу.

ДЖЕМ

Используют зрелые, немного перезревшие, мелкие и крупные ягоды. Их тщательно перебирают с тем, чтобы не попали ягоды с плесенью. Подготовка ягод, количество сахара, выдерживание те же, что и при вялении продукта вторым способом. После слива сока в массу заливают горячую воду (650 г на 1 кг), засыпают сахарный песок (900 г на 1 кг), размешивают и варят в один прием, как джем из земляники (см. с. 20).

Для лучшего вкуса и аромата джем готовят с ягодами малины или черной смородины. В этом случае берут 800 г крыжовника + 200 г малины или 750 г крыжовника + 250 г черной смородины. Из смеси ягод сок отделяют так же, как при вялении крыжовника вторым способом.

ЖЕЛЕ

Используют соки, полученные при вялении продукта, варке варенья и джема. Для придания желе вкуса и аромата смешивают соки крыжовника (60%), черной смородины (25%) и земляники (15%). Сахарный песок добавляют по вкусу. Вначале варят на сильном огне, удаляя пену, затем на слабом — до загущения (см. приготовление желе из малины, с. 25). После этого расфасовывают в горячем виде.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г крыжовника, 50 — черной смородины, 50 — груш и 50 г сельдерея;
2. 100 г крыжовника, 50 — красной смородины, 50 — малины и 50 г яблок;
3. 100 г крыжовника, 50 — вишни, 50 — земляники и 50 г белой смородины,

Черешня — самая ранняя из плодовых культур. Платации ее в СССР распространены на юге Украины (в том числе в Крыму), в Молдавии, на Северном Кавказе, в Дагестане, Закавказье, Белоруссии, Прибалтике, центральных областях РСФСР, Средней Азии. Опытные и любительские насаждения встречаются в Московской, Ленинградской, Омской, Новосибирской областях и на Дальнем Востоке.

В плодах содержится до 18% сахаров, в основном глюкоза, до 1,3 — кислот (яблочная, лимонная, янтарная), 0,2 — дубильных и до 0,7% азотистых веществ, витамины А и С.

Новые сорта черешни: Бахча (Весна), Бигарро белый Наполеон (Наполеон белый), Винка, Валерий Чакалов, Выставочная, Дарюгана желтая, Китаевская черная, Крупноплодная, Чектарья, Советская и др. Для приусадебных и коллективных садов рекомендуются такие сорта, как Зорька, Ленинградская розовая, Ленинградская черная, Ленинградская желтая, Плотная красная, Татьяна, Черная ранняя.

ВЯЛЕНАЯ

При вялении плодов удаляют косточки, поскольку плоды без косточек занимают меньше места, более удобны для употребления, особенно детям, лучше отделяют сок, требуют меньше времени на тепловую обработку и повышают качество продукта.

Первый способ. Берут плоды разной окраски (белые, розовые, красные), сортируют их по степени зрелости, очищают от плодоножек, удаляют поврежденные, уродливые, моют, обсушивают. После этого вынимают косточки, складывают плоды в емкость, послойно пересыпают сахарным песком (400 г на 1 кг плодов) и выдерживают при температуре 20° в течение 22 ч. Получение сока и вяленого продукта такие же, как при вялении земляники, но для приготовления сиропа берут 300 г сахара и 250 г воды на 1 кг массы, тепловую обработку проводят при температуре 85° в течение 8 мин, в духовке выдерживают при температуре 80° в течение 25 мин, при 65—70° — дважды по 30 мин, в сите при 30° — от 4 до 5 ч. Для выравнивания влажности про-

дукта требуется четыре — шесть дней. Влажность вяленой черешни — 21—22%.

Второй способ. Вяленый продукт готовят по первому способу, но для отделения сока плоды выдерживают при температуре 3—5° до 72 ч.

В плодах черешни содержится небольшое количество кислоты, поэтому для создания лучшего вкуса сок ее купажируют с соками, отличающимися повышенной кислотностью: вишневым, смородиновым (красной, белой и черной), лимонным, ревеневым.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Подбирают плоды по степени зрелости (разной окраски), крупные, удаляют плодоножки, поврежденные и перезревшие плоды, промывают, обсушивают, вынимают косточки. Далее плоды складывают в емкость послойно, дважды засыпают сахарным песком (по 200 г на 1 кг) и дважды выдерживают при температуре 20° по 16 ч с двукратным отделением сока. Сок объединяют и консервируют. Оставшуюся массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета: сахара — 700, воды — 750 г на 1 кг массы, и выдерживают в течение 2—3 ч. Далее варят так же, как варенье из земляники по первому способу, но во время варки добавляют 150 г сока ревеня и 50 г сока сельдерея, а за 10 мин до конца ее — 450 г сахара.

Второй способ. Плоды подготавливают по первому способу вяления черешни. После засыпки сахара выдерживают при температуре 3—5° в течение 72 ч. Далее после слива сока варят так же, как варенье из земляники по первому способу. Во время варки добавляют 150 г сока черной смородины.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г черешни, 50 — земляники, 25 — жимолости, 25 — лимонника и 50 г груш;
2. 100 г черешни, 50 — яблок, 50 — черной смородины, 25 — ирги и 25 г брусники;
3. 100 г черешни, 50 — аронии, 50 — белой смородины, 25 — барбариса и 25 г малины.

АБРИКОСЫ

Наибольшие насаждения абрикосов в СССР распространены в Узбекистане (Ферганская долина), Таджикистане, Киргизии, Азербайджане, Армении, Дагестане, на юге Украины и Северном Кавказе.

Плоды абрикоса — важнейшее сырье в консервной и кондитерской промышленности. Отличаются высокими вкусовыми качествами и обладают ценными свойствами. В них содержится до 20% сахаров (в основном сахароза), до 2,6 — кислот (лимонная, яблочная, в меньшем количестве салициловая и винная), до 1% пектина, витамины А, В₁ и В₂. Сушеные плоды с косточкой называют урюком, без нее — курагой.

Существует большое количество староместных сортов абрикоса, а также сортов, выведенных советскими селекционерами, в том числе: Ак исфарах, Ананасный, Краснощекий, Курсадык, Выносливый, Отличник, Мелитопольский ранний, Приусадебный, Субхони, Хурмаи, Шалах, Эффект (ранний) и др.

ВЯЛЕННЫЕ

Используют плоды как мелкоплодных, так и крупноплодных сортов, независимо от их окраски. Плоды должны быть без пятен, червоточин, зрелыми и свежими.

Первый способ. Плоды одинакового размера и зрелости хорошо промывают кипяченой водой и просушивают на марле или на полотенце. Крупные плоды разрезают пополам вдоль бороздки, вынимают косточки из мелких подрезов с одной стороны плода, складывают плоды в емкость, послойно пересыпая сахарным песком (350 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 22° в течение 26 ч. Слитый сок консервируют. Затем оставшуюся массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг массы. Далее процесс вяления аналогичен вялению земляники, но тепловую обработку массы в сиропе проводят при температуре 85° в течение 7 мин, в духовке выдерживают при температуре 80° в течение 30 мин и при 65—70° дважды по 35 мин.

Второй способ. Подготовку плодов и дальнейшие операции вяления проводят по первому способу. Только для отделения сока плоды выдерживают при темпе-

ратуре 3—5° в течение 72 ч. Влажность вяленого продукта — 21—22%.

Абрикосовый сок имеет пониженную кислотность, поэтому его купажируют с соками вишни, смородины, облепихи, яблок (кислых сортов), терна, ревеня.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Подготовку плодов, засыпку их сахаром, отделение и консервирование сока проводят так же, как при вялении абрикосов по второму способу. Далее в массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 800 г сахара и 900 г воды на 1 кг массы, выдерживают в течение 3—4 ч, после чего варят так же, как варенье из земляники по первому способу (см. с. 19).

Второй способ. Варят по первому способу, но выдерживают абрикосы для отделения сока при температуре 20° дважды по 18 ч, при этом каждый раз используют по 200 г сахарного песка на 1 кг плодов.

ДЖЕМ

Плоды можно брать мелкие, крупные и перезревшие. Их подготавливают, нарезают на четыре—шесть частей, удаляют косточки. Для отделения сока выдерживают при температуре 3—5° в течение 61—72 ч. После слива сока в массу заливают 700 г воды на 1 кг, варят около 10 мин на среднем огне при закрытой крышке, изредка помешивая во избежание пригорания. Затем засыпают 800 г сахара и варят так же, как джем из земляники (см. с. 20).

МАРМЕЛАД

Готовят из имеющегося пюре либо используют ярко-желтые зрелые плоды (перезревшие брать не следует, поскольку в них меньше желирующего вещества). Подготовленные плоды нарезают на несколько частей и, удалив косточки, пересыпают сахарным песком. Для отделения сока их выдерживают так же, как при втором способе вяления. Чтобы приготовить пюре, оставшуюся массу заливают горячей водой (700 г на 1 кг массы) и прогревают в течение 10—13 мин. Горячую массу протирают через мелкое сито, засыпают в нее

сахарный песок (450 г на 1 кг), уваривают до загустения в тазу с широким дном, прикрыв крышкой, при этом часто помешивают. Горячий мармелад разливают в формочки (подсушивают) или перекладывают в прогретые банки до самого верха, прикрывают крышками и закатывают. Мармелад, полученный из формочек, хранят в банках,

ПЛОДОВАЯ ПРИПРАВА

Варят из свежего пюре. Его готовят так же, как в случае приготовления мармелада из абрикосов. В отличие от повидла для приготовления приправ сахара берут меньшее количество и при варке добавляют специи. В протертое пюре засыпают сахар (200—250 г на 1 кг) и сухие растертые листья сельдерея по вкусу, размешивают и на слабом огне уваривают до $\frac{4}{5}$ частей первоначального объема. Горячую приправу расфасовывают в прогретые банки, которые затем закатывают.

ПЛОДОВАЯ ПАСТА

Варят из пюре, которое готовят так же, как при варке мармелада. В протертое пюре засыпают сахар по вкусу, размешивают и уваривают до содержания сухих веществ по массе в готовом продукте около 25%. Пасту в горячем виде расфасовывают в банки, которые укупоривают.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г абрикосов, 50 — красной смородины, 50 — айвы и 50 г земляники;
2. 100 г абрикосов, 50 — малины, 50 — белой смородины и 50 г аронии;
3. 100 г абрикосов, 50 — кизила, 50 — черной смородины и 50 г яблок,

ПЕРСИКИ

В СССР персик широко культивируют на Кавказе, в Крыму, Средней Азии, Молдавии; на юге Украины и в низовьях Волги.

Плоды созревают с июля по ноябрь. Их снимают с деревьев осторожно, поскольку плодоножки у персиков очень короткие и легко обламываются. Мякоть плодов белая, желтая, розовая, ароматная, сочная, сладкая или кисло-сладкая. В ней содержится до 15% сахара, до 0,79% кислот (яблочная, винная, лимонная, хинная, хлорогеновая), витамины С, В₁, В₂, Е, соли калия, каротин. Плоды употребляют в свежем и переработанном виде.

Сорта персика различают по цветкам, размеру и форме плодов, окраске и опушенности кожицы, окраске мякоти, содержанию сахаров и кислот, скороспелости. Имеются сорта с неопушенными (голыми) мелкими плодами — нектарины. Существует много местных и районированных сортов персика, в том числе Сухумский оранжевый, Зафрани, Хидиставский белый, Инжирный красный, Киевский ранний, Златогор, Советский, Никитский, Салами, Коллинз, Обильный, Красная девица и др.

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Для вяления пригодны плоды всех сортов персика, достигшие технической зрелости. Их нарезают, мелкие — на две, крупные — на четыре части и удаляют косточки. Вяление персиков проводят так же, как вяление абрикосов по первому способу, но для плодов кисло-сладких сортов берут 400 г сахарного песка на 1 кг, выдерживают их для отделения сока при температуре 22° в течение 30 ч, а тепловую обработку в сиропе, приготовленном из расчета 300 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг, осуществляют при температуре 90° в течение 6 мин.

Второй способ. Плоды вялят по первому способу, но сок отделяют при температуре 3—5° в течение 72 ч.

В плодах некоторых сортов персика содержится мало кислоты, поэтому сок их смешивают с соком плодов повышенной кислотности: сливы, вишни, лимона, ревеня.

ВАРЕНЬЕ

Для варенья подбирают плоды персика одинакового размера, но некрупные, достигшие технической зрелости; нарезают на две части, удаляют косточки, пере-

сыпают плоды сахарным песком (400 г на 1 кг). После слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 800 г сахарного песка и 900 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 3—4 ч, после чего варят так же, как варенье из земляники по первому способу (см. с. 19).

ДЖЕМ

Берут спелые, перезревшие, мятые плоды, режут на четыре части, удаляют косточки. Сок отделяют так же, как при вялении персиков по первому способу. Для варки берут 850 г сахара и 750 г воды на 1 кг массы. Далее процесс аналогичен приготовлению джема из земляники (см. с. 20).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г персиков, 50 — слив, 50 — ежевики и 50 г кизила;

2. 100 г персиков, 50 — крыжовника, 50 — мирабели и 50 г земляники;

3. 100 г персиков, 50 — черной смородины, 50 — жимолости и 50 г ирги.

ВИШНЯ

Вишню широко культивируют в СССР. В промышленных и приусадебных садах выращивают в Московской, Владимирской, Курской, Куйбышевской, Белгородской, Харьковской и других областях.

Плоды созревают в июне — августе. В них содержится до 17,5% сахаров, до 2,7% органических кислот (в основном яблочная и лимонная), витамины А, В₁, С, РР, дубильные вещества и другие компоненты.

Существует до 200 староместных и новых районированных сортов, различающихся по окраске и форме плодов, содержанию сахаров и кислот, а также по другим признакам. Среди них такие, как Тургеневка, Прима, Молодежная (карликовый сорт), Апухтинская, Владимирская, Любская, Ширпотреб, Шубинка, Амореель ранняя, Гриот Серидко, Мелитопольская десертная, Гриот московский.

Первый способ. Пригодны плоды всех сортов. Отсортированные по размерам спелые плоды различной окраски, желательно крупные, моют, просушивают, вынимают косточки, складывают плоды в емкость. Для отделения сока их засыпают сахарным песком (400—500 г на 1 кг плодов, в зависимости от их кислотности) и выдерживают при температуре 20—22° в течение 22—24 ч. После слива и консервирования сока процесс вяления аналогичен вялению земляники по первому способу, но тепловую обработку продукта проводят в сиропе, приготовленном из расчета 300 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг массы, при температуре 90° в течение 5 мин, в духовке выдерживают при температуре 80° 30 мин, при 65—70° — дважды по 30 мин, подвяливают продукт в сите при 30° в течение 5—7 ч. Влажность вяленого продукта — 20—22%.

Второй способ. Срок хранения плодов вишни после съема (в прохладном месте) — не более 12 ч, поэтому в момент массового сбора плодов для отделения сока их выдерживают при температуре 3—5° в течение 72 ч.

В остальном технология вяления такая же, как при первом способе.

Вишневый сок купажируют с соками абрикоса, винограда, малины, земляники, груш, яблок, черешни, моркови, сельдерея и др.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ — варка варенья без косточек. Подготовку плодов и отделение сока проводят так же, как при вялении вишни. Оставшуюся после слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 850 г сахарного песка и 800 г воды на 1 кг массы, и выдерживают в течение 3 ч. Далее варят так же, как варенье из земляники, при этом учитывают, что на плоды с повышенной кислотностью сахара требуется на 100—200 г больше.

Второй способ — варка варенья с косточками. Берут плоды с мелкими косточками, удаляют плодоножки, сортируют по размерам, промывают, накальвают, пересыпают сахарным песком (400—450 г на 1 кг). Для отделения сока выдерживают при температуре 3—5° в

течение 72 ч. Сок сливают и консервируют. Далее варят по первому способу.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г вишни, 50 — груш, 50 — ирги и 50 г сливы;
2. 100 г вишни, 50 — персиков, 50 — актинидии и 50 г физалиса;
3. 100 г вишни, 50 — абрикосов, 50 — арони и 50 г инжира.

СЛИВА ДОМАШНЯЯ

Широко распространена в Молдавии, на Украине, Северном Кавказе, в Закавказье. На приусадебных участках разводят повсеместно, где позволяют климатические условия. Начинает плодоносить на третий — пятый год после посадки. Очень продуктивна. Плоды собирают в августе — сентябре, употребляют в свежем и переработанном виде. В них содержится до 17% сахаров, до 3% кислот (главным образом яблочная и лимонная), дубильные вещества, пектин, витамины А, С, Р, РР, В₁, В₂, минеральные соли, красящие вещества. Срок хранения свежих плодов — 12—15 дней.

Сорта сливы по происхождению и свойствам плодов делят на несколько групп, которые считают иногда самостоятельными ботаническими видами.

Слива яичная — плоды крупные, окрашенные в красные и лиловые тона. В СССР распространены сорта Исполинская, Персиковая, Скороспелка красная и др.

Венгерка — плоды черные, овальные с заостренными концами. Убирают при полной зрелости и сразу отправляют на сушку (чернослив). Сорта: Венгерка итальянская, Венгерка домашняя, Венгерка пулковская, Чернослив самаркандский, Чернослив сладкий, Венгерка московская и др.

Ренклюд — плоды округлые, почти шарообразные, желтовато-зеленые, средних размеров. Сорта: Ренклюд зеленый, Ренклюд колхозный, Ренклюд терновый, Ренклюд северный, Ренклюд куйбышевский, Ренклюд Альтана, Ренклюд тамбовский и др.

Первый способ. Плоды сортируют по размеру, удаляют перезревшие, червивые, уродливые и поврежденные. Плотные, не вполне зрелые плоды очищают от плодоножек, моют, обсушивают, крупные режут пополам, удаляют косточки, складывают плоды в емкость, пересыпают сахарным песком (450—500 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 22° в течение 30 ч. После отделения и консервирования сока дальнейший процесс аналогичен вялению земляники, только тепловую обработку продукта в сиропе, приготовленном из расчета 300 г сахарного песка и 250 г воды на 1 кг, проводят при температуре 90° в течение 6 мин, в духовке выдерживают при температуре 85° 35 мин, при 70—75° — дважды по 40 мин, подвяливают в сите при температуре 30° в течение 5—8 ч. Влажность вяленого продукта — 23—25%.

Второй способ. Подготовку плодов и дальнейшие операции проводят по первому способу вяления, но для отделения сока плоды выдерживают дважды при температуре 22° по 15 ч. Сахар засыпают также дважды — по 200 г на 1 кг слив.

Сок сливы купажируют с соками яблок, аронии, ирги, малины,

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Берут не вполне спелые плотные плоды, косточки у которых легко отделяются от мякоти, тщательно моют, обсушивают, удаляют косточки, укладывают плоды в тару, пересыпают сахарным песком (450—500 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 5° в течение 72 ч. Массу, оставшуюся после слива и консервирования сока, заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 1—1,1 кг сахарного песка и 900 г воды на 1 кг массы, и выдерживают в течение 3—4 ч, а затем варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

Второй способ. Подготовку плодов и варку проводят по первому способу варки варенья из слив, но для отделения сока плоды выдерживают при температуре 20° в течение 30 ч,

ДЖЕМ

Отбирают спелые, недоразвитые и перезревшие (без признаков брожения) плоды, очищают от плодоножек, удаляют поврежденные (мягкие). Отсортированные плоды моют в кипяченой воде, просушивают, удаляют косточки, складывают плоды в тару, пересыпая сахарным песком. Количество сахара, режимы выдерживания, отделение и консервирование сока такие же, как при первом способе вяления сливы. Затем в оставшуюся массу вливают воду (800 г на 1 кг), варят до полного размягчения плодов в течение 10—12 мин, после чего засыпают сахар (800—900 г на 1 кг) и варят до готовности.

Определение готовности джема и его расфасовку проводят так же, как в случае приготовления джема из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Берут спелые, перезревшие, мятые, уродливые плоды. Подготавливают их, засыпают сахаром, выдерживают для отделения сока и консервируют его так же, как при вялении сливы по первому способу. После слива сока массу заливают водой (700 г на 1 кг), варят до размягчения, затем процеживают через мелкое сито, прогревают до кипения, расфасовывают в горячем виде в прогретые банки, которые укупоривают, если пюре заготавливают на зиму.

ПОВИДЛО

Готовят из ранее приготовленного или из непосредственно приготовленного для повидла пюре (см. выше). В пюре по вкусу добавляют сахар (0,7—1 кг на 1 кг, в зависимости от степени зрелости и сахаристости плодов), размешивают и уваривают до готовности, помешивая, в течение не более 40 мин. Готовность его определяют по загустевшей массе, которая не должна растекаться при охлаждении на гладкой поверхности. Расфасовывают в горячем виде в прогретые банки, наполняя их до самого верха с последующей укупоркой.

Мармелад варят из пюре, приготовление которого из плодов сливы описано выше. В пюре добавляют сахар (500—600 г на 1 кг, в зависимости от сахаристости приготовленного пюре) и варят, изредка помешивая деревянной лопаточкой, до загустения. Готовую массу выкладывают на блюдо или на эмалированный противень, слегка смоченный кипяченой водой, прикрывают марлей и подсушивают на воздухе или над обогревательными приборами при температуре не выше 30°. Подсушенный мармелад нарезают на кусочки разной формы. При наличии формочек его нарезают (выдавливают) формочками. Хранить мармелад лучше всего в стеклянных банках с закрытой крышкой.

СОУСЫ

Готовят из свежего пюре слив (см. с. 48). В него добавляют сахар по вкусу (400—500 г на 1 кг) и размешивают до полного растворения сахара при подогревании до 5 мин. Соус расфасовывают в горячем виде в обработанные банки, которые затем укупоривают.

ПЛОДОВАЯ ПРИПРАВА

Варят из пюре (см. с. 48). Для этого на 1 кг готового пюре берут 250—300 г сахара, добавляют сушеные растертые листья сельдерея и петрушки по вкусу, размешивают все и уваривают на слабом огне. Во избежание пригорания помешивают. При уваривании объем пюре доводят до $\frac{4}{5}$ первоначального его объема. Горячую приправу расфасовывают в прогретые банки, которые затем закатывают.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г слив, 50 — персиков, 50 — яблок и 50 г ирги;
2. 100 г слив, 50 — абрикосов, 50 — земляники и 50 г жимолости;
3. 100 г слив, 50 — айвы, 50 — инжира и 50 г малины.

ТЕРНОСЛИВА

Выращивают главным образом в южной и средней полосе СССР. Более вынослива к внешним условиям, чем слива. С успехом разводят в приусадебных садах.

Плоды некрупные (10—15 г), округлой формы, темноокрашенные, кисло-сладкие с небольшой терпкостью. В них содержатся сахара, минеральные соли, кислоты, дубильные вещества, витамины А, С, В₁.

К хорошим сортам терносливы относятся Волжская № 3 и № 4. Мякоть плодов их сочная, сладко-кислая без терпкости.

ВЯЛЕНАЯ С КОСТОЧКАМИ

После сортировки плоды моют, обсушивают, накалывают, пересыпают сахарным песком (500 г на 1 кг), выдерживают при температуре 22° в течение 27 ч. Дальнейший процесс аналогичен приготовлению вяленой сливы, но тепловую обработку массы проводят при температуре 85° в течение 8 мин, подсушивают в духовке при температуре 80° 30 мин, при 65—70° — дважды по 35 мин, подвяливают в сите при 30° в течение 5—7 ч. Влажность вяленого продукта — 22—23%.

Сок терносливы купажируют с теми же соками, что и сок сливы, а также с соками сельдерея, моркови, свеклы, редьки.

ВАРЕНЬЕ

Варят с косточками. Подготовка плодов и весь процесс аналогичны варке варенья из вишни (см. с. 45—46, способы первый и второй), но сахара для приготовления сиропа берут на 100—150 г больше, чем для варки варенья из вишни.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г терносливы, 50 — яблок сладких сортов, 25 — черники, 25 — ирги и 50 г физалиса;
2. 100 г терносливы, 50 — груш, 25 — актинидии, 25 — облепихи и 50 г малины;
3. 100 г терносливы, 50 — кизила, 25 — шиповника, 50 — инжира и 25 г ирги,

МИРАБЕЛЬ

По морфологическим признакам занимает промежуточное место между сливой домашней и алычой. Плоды ее мелкие, шарообразные, различной окраски — светлые, зеленые, желтые, розовые, красноватые, фиолетовые и др. В СССР распространены такие сорта мирабели, как Маленькая, Сентябрьская, Нанси и др.

Для переработки пригодны плоды всех сортов с любой окраской. Их собирают в неполной спелости. Хранить плоды долго нельзя: они быстро портятся.

ВЯЛЕНАЯ

Готовят с косточками по способу вяления терносливы (см. с. 50).

Сож мирабели купажируют с соками груши, ирги, боярышника, рябины, физалиса, тыквы.

ВАРЕНЬЕ

Варят также с косточками по первому и второму способам варки варенья из вишни (см. с. 45—46).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г мирабели, 50 — персиков, 50 — брусники и 50 г кабачков;
2. 100 г мирабели, 50 — абрикосов, 50 — жимолости и 50 г огурцов;
3. 100 г мирабели, 50 — черешни, 50 — голубики и 50 г тыквы.

АЛЫЧА

Алычу выращивают в садах южных районов страны. В средней полосе встречается очень редко. Промышленные посадки есть в Краснодарском крае, в Крыму, Молдавии, Закавказских и Среднеазиатских республиках.

Алыча вполне морозостойка, засухоустойчива, неприхотлива. Ее можно культивировать вплоть до Московской области.

Плоды — шаровидные или овальные (яйцевидные)

костянки, 1,5—3 см диаметром, желтые, зеленые, розовые, красные, фиолетовые, от сильно-кислых до сладких, в зависимости от сорта. Косточка от мякоти отделяется плохо. В плодах содержится до 14% сахаров, до 4 — кислот (преимущественно лимонная), до 1% пектиновых веществ, витамины А, С, В₁ В₂, РР, Р.

Урожай собирают за шесть дней до полной спелости плодов. Употребляют их в свежем или в консервированном виде.

Наиболее распространены следующие сорта: Десертная, Желтая поздняя, Красавица, Красная сочная, Никитская желтая, Пионерка, Пурпуровая, Румяное яблоко, Фиолетовая десертная. Заслуживают внимания, кроме того, сорта Жемчужина, Комета, Рубиновая, Спутница и др.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Плоды сортируют по размеру и спелости, удаляют перезревшие, уродливые и поврежденные, очищают от плодоножек, моют, обсушивают, накалывают, складывают в емкость, пересыпая сахарным песком (500 г на 1 кг), выдерживают при температуре 22° в течение 28 ч. Дальнейшее приготовление вяленой алычи аналогично вялению земляники, но для тепловой обработки плодов в сирене берут 300 г сахара и 350 г воды на 1 кг. Выдерживают их при температуре 80—85° в течение 3 мин, подвяливают в духовке при 80° 30 мин, при 65—70° — дважды по 30 мин, а в сире — в течение 5—7 ч при температуре не выше 30°.

Второй способ. Подготовка плодов для вяления и количество засыпаемого сахара для отделения сока такие же, как при первом способе. В сахаре плоды выдерживают при температуре 3—5° в течение 72 ч. Процесс вяления после слива сока аналогичен вялению по первому способу.

В соке алычи намного больше кислот, чем в соке сливы домашней, поэтому его хорошо купажировать с соками абрикоса, черешни, винограда, моркови, свеклы, физалиса.

ВАРЕНЬЕ

Подготовка плодов, количество засыпаемого сахара и режимы для отделения сока те же, что и при вя-

лении алычи по первому способу. Оставшуюся после слива сока массу заливают горячим сиропом, для приготовления которого используют 1,1 кг сахарного песка (если плоды кислые) и 850 г воды на 1 кг. Далее процесс аналогичен варке варенья из земляники (см. с. 19).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г алычи, 50 — абрикосов, 50 — груш и 50 г ирги;

2. 100 г алычи, 50 — персиков, 50 — айвы и 50 г физалиса;

3. 100 г алычи, 50 — черешни, 50 — боярышника и 50 г шиповника.

ЖИМОЛОСТЬ

Встречается в Забайкалье, на Дальнем Востоке, распространена на Камчатке, где ее называют камчатской вишней. Широко культивируют на садовых участках.

Существует более 200 видов жимолости, но плоды их не все съедобны. Созревают в июле неравномерно в течение 10—12 дней, раньше или одновременно с садовой земляникой. Сбор урожая проводят в момент, когда 75% всех плодов на кусте достигнет технической спелости. Спелые плоды обрываются без плодоножки, и кожица в местах их обрыва не лопается, что весьма удобно (урожай можно убирать без потерь). Плоды продолговатые, разнообразной формы, синие или синевато-черные с голубовато-сизым налетом, кисло-сладкие со слабым ароматом либо кислые. У жимолости Турчанинова они слабо горчат. Самые вкусные и сладкие ягоды у жимолости камчатской. В плодах содержится до 8,8% сахара, до 3% кислот, витамины Р, С (57,3 мг%), пектиновые и дубильные вещества.

Съедобные плоды употребляют как в свежем, так и в переработанном виде.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Берут крупные спелые и немного недозревшие плоды, удаляют мелкие, недоразвитые, мятые, поврежденные, моют, бланшируют в течение 1—2

мин, дают стечь воде, складывают в емкость, пересыпают сахарным песком (400 г на 1 кг). Для отделения сока выдерживают при температуре 22° в течение 22 ч. Приготовление вяленой жимолости после слива сока аналогично приготовлению вяленой земляники по первому способу, но для тепловой обработки плодов в сахарном сиропе берут 300 г сахара и 350 г воды на 1 кг, выдерживают их при температуре 80° в течение 5 мин, подвяливают в духовке при 80° — 15 мин и при 65—70° — 30 мин, в сите при 30° — 3—5 ч, влажность продукта выравнивают в течение трех-четырех дней. Влажность вяленой жимолости — 21—23%.

Второй способ. Срок хранения плодов жимолости — не более трех дней (перезревшие плоды сразу после съема перерабатывают). Подготовка плодов для вяления и количество засыпаемого сахарного песка для отделения сока из плодов такие же, как при первом способе вяления, но плоды выдерживают при температуре 5° до трех суток. После слива сока вяление жимолости проводят по первому способу.

Сок жимолости купажируют с соками земляники, малины, дыни, ревеня.

ВАРЕНЬЕ

Для варенья используют любые плоды, в том числе мелкие. Подготовка их и количество сахара для отделения сока те же, что и при вялении жимолости по первому способу. После слива сока и его консервирования готовят сироп, для чего берут по 750 г сахара и воды на 1 кг массы. Массу заливают горячим сиропом и выдерживают в течение 2—3 ч. После того как плоды пропитаются сиропом, дальнейшую варку проводят по первому способу варки варенья из земляники (см. с. 19).

ДЖЕМ ИЗ ЖИМОЛОСТИ С ЗЕМЛЯНИКОЙ

Берут спелые, перезревшие, мятые плоды жимолости и земляники в соотношении 4:1. Подготовка их, количество сахара, выдержка и температурный режим для отделения и консервирования сока такие же, как при варке варенья. Далее массу засыпают сахарным песком (1 кг на 1 кг массы), заливают водой (700 г на 1 кг),

в которой проходила бланшировка, перемешивают и варят до готовности по способу приготовления джема из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Подготовка плодов и весь процесс, включая слив сока, те же, что и при варке джема. Затем массу заливают горячей водой (600 г на 1 кг), доводят до размягчения при температуре 70—75°, после чего протирают через сито, добавляют сахар (200 г на 1 кг массы), прогревают при температуре 80—85° в течение 5—7 мин в закрытой емкости, помешивают, а затем раскладывают в горячие банки, которые укупоривают.

КОМПЮТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г жимолости, 50 — персиков, 50 — груш и 50 г моркови;
2. 100 г жимолости, 50 — абрикосов, 50 — яблок и 50 г свеклы;
3. 100 г жимолости, 50 — черешни, 50 — тыквы и 50 г сельдерея.

ИРГА

Широко выращивают как плодое растение. На Кавказе и в Крыму обитает в диком виде.

Плоды сочные, сладкие, шаровидные, до 0,8 см в диаметре, почти черные, с сизым налетом. Поспевают в июне — сентябре. В них содержится до 12% сахаров, около 1 — кислот, до 0,84% дубильных и красящих веществ, витамины С (около 40 мг%) и А.

Большое распространение в приусадебных садах получили виды ирги, исходящие из Северной Америки: ирга колосистая (созревает в июне — июле), ирга овальнолистная (созревает в июле — августе) и ирга канадская (созревает в августе — сентябре).

ВЯЛЕНАЯ

Для вяления пригодны зрелые плоды, перезревшие использовать не следует. Плоды перебирают, отсортиро-

ывають поврежденные; полноценные плоды моют, бланшируют в течение 1—2 мин, пересыпают сахарным песком из расчета 350 г на 1 кг плодов и выдерживают при температуре 20° в течение 26 ч. После слива сока технологический процесс такой же, что и при вялении земляники, но для приготовления сиропа берут 300 г сахара и 250 г воды на 1 кг массы, тепловую обработку плодов в нем проводят при температуре 80° в течение 3—5 мин, подвяливание в духовке при 80° — 15 мин, при 67—70° — 20 мин, в сите при 30° — 3—5 ч, влажность продукта выравнивают в течение трех-четырех дней. Влажность вяленой ирги — 21—23%.

Сок из свежих плодов обладает вяжущими свойствами. При добавлении в него воды используют как лечебный напиток. Купажируют с соками белой и черной смородины, алычи, терна, лимона.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Подготовка ягод, засыпка их сахаром, выдерживание и отделение сока такие же, как при вялении ирги. Затем массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 500 г сахара и 650 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 2—3 ч, после чего варят по первому способу приготовления варенья из земляники (см. с. 19).

Второй способ. Берут 600 г отсортированных плодов ирги и 400 г красной смородины, бланшируют в течение 1,5 мин, дважды пересыпают сахарным песком (по 200 г) и выдерживают при температуре 20° также дважды по 18 ч. После второго слива сока готовят сироп из расчета по 650 г сахара и воды на 1 кг. Массу заливают горячим сиропом, выдерживают в течение 2—3 ч и варят по первому способу приготовления варенья из земляники.

ЖЕЛЕ

В случае вяления ирги после тепловой обработки массы в сахарном сиропе при 2—3-разовом его использовании с добавлением каждый раз по 100—150 г сахарного песка получают хорошее желе.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г ирги, 50 — кизила, 50 — клюквы и 50 г айвы;
2. 100 г ирги, 50 — барбариса, 50 — слив и 50 г яблочк;
3. 100 г ирги, 50 — лимонника, 50 — алычи и 50 г груш,

ГРУШИ

Грушу широко культивируют на всей территории СССР. В южных и центральных районах страны произрастает в диком виде. В зависимости от сорта плоды созревают с июля по октябрь. Их используют в пищу в свежем и переработанном виде. В плодах содержится 5—16% сахаров, яблочная и лимонная кислоты, до 0,3% белка, пектин, витамины А, В₁, С, РР, дубильные вещества.

Существует большое количество старых и новых высокоурожайных сортов груши, в том числе: Бессемянка, Бергамот осенний, Бере зимняя, Бере Октября, Бере Лутся, Бере Лигеля, Золотистая, Заря, Крымская зимняя (плоды хранятся до марта), Отечественная (до апреля), Лимонка, Нарядная Ефимова, Корсунская, Тонковетка. Плоды летних сортов убирают за четыре-пять дней до полной спелости (поскольку снятые в полной спелости они быстро портятся), осенних — за три-четыре недели (и после лежки они пригодны к употреблению), зимних сортов — снимают в недозревлом виде (дозревают только при хранении).

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Пригодны плоды всех сортов груши с тонкой кожицей, крепкие, зрелые, но неперезревшие. Их моют, режут на две, четыре либо на шесть частей, в зависимости от размера, с тем, чтобы толщина дольки была в пределах 18—25 мм, удаляют сердцевину, складывают в кастрюлю, пересыпают сахарным песком из расчета 350 г на 1 кг и выдерживают при температуре 20° в течение 30 ч. Далее процесс вяления аналогичен приготовлению вяленой земляники, но тепловую

обработку плодов в сахарном сиропе проводят при температуре 90° в течение 10 мин, подвяливание продукта в духовке при 85° — 30 мин и при 70—75° — дважды по 40 мин.

Второй способ. Берут 600 г груш с толстой кожурой и 400 г земляники ремонтантных сортов. Груши моют, очищают от кожуры, режут на дольки толщиной 18—25 мм, удаляют сердцевину. Затем подготавливают плоды земляники (см. с. 16, «Вяленая» земляника). Потом все складывают в емкость, пересыпают сахарным песком из расчета 400 г на 1 кг и выдерживают при температуре 3—5° в течение 64—72 ч. Далее процесс аналогичен приготовлению вяленой груши по первому способу.

Сок груши купажируют с соками яблок, красной и белой смородины, ревеня, вишни, лимона.

ВАРЕНЬЕ

Используют плоды сортов груш, которые быстро не развариваются. Неперезревшие плоды моют, очищают от кожицы, нарезают на дольки, удаляют сердцевину, обдают теплой водой, обсушивают. Для отделения сока дважды засыпают сахар из расчета по 200 г на 1 кг и дважды выдерживают по 18 ч при температуре 20°. Соки первого и второго слива объединяют и консервируют. Оставшуюся массу заливают горячим сиропом, для приготовления которого берут 750 г сахара и 800 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 3—4 ч. Для приготовления сахарного сиропа можно использовать также воду, оставшуюся после бланшировки кислых плодов. Во время варки добавляют 150 г сока кислых плодов: терна, сливы, крыжовника и др. Далее варят так же, как варенье из земляники по первому способу (см. с. 19).

ДЕЖЕМ

Берут зрелые и перезревшие плоды, моют, очищают от кожицы, удаляют сердцевину, нарезают на мелкие части. Для отделения сока засыпают сахарным песком из расчета 350 г на 1 кг и выдерживают в течение 30 ч при температуре 20°. После слива и консервирования сока в массу кладут сахар (800 г на 1 кг), заливают ее водой (700 г на 1 кг) и варят. Во время варки до-

бавляют 300 г пюре или пектиновой заготовки из черной смородины. Полный процесс варки аналогичен приготовлению джема из земляники (см. с. 19—20).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г груш, 50 — слив, 50 — яблок и 50 г клюквы;
2. 100 г груш, 50 — алычи, 50 — айвы и 50 г крыжовника;
3. 100 г груш, 50 — терносливы, 50 — абрикосов и 50 г калины.

ЯБЛОКИ

Яблоня занимает первое место среди плодовых растений как по площади насаждений, так и по сбору плодов. Основные районы промышленной культуры ее — центральные области Европейской части страны, Украина, Молдавия, Северный Кавказ, Закавказье, Средняя Азия, юго-восточные районы Казахстана. Широко выращивают на садовых участках.

Плоды употребляют в пищу в свежем и в переработанном виде. В них содержится до 16% сахаров, до 0,9 — органических кислот, до 0,26% дубильных веществ, витамины С (до 40 мг%), В₁, В₂, А, РР.

Существует много хороших сортов яблони. Отметим новые заслуживающие внимания районированные сорта: Альпинист, Голден Делишес, Джонатан, Жигулевское, Заря Алатау, Кинг Девид, Киргизское зимнее, Киевское зимнее, Подольское, Оранжевое, Ред Делишес, Северный синап, Слава победителям, Старк и др. Необходимо также указать сорта яблони с хорошим и отличным качеством плодов, рекомендуемые для посадки на приусадебных участках Московской области: Богатырь, Звездочка, Коричное новое, Антоновка, Лобо, Мантет, Маяк, Слава мичуринская, Спартак.

Для консервирования яблок с отделением сока используют оптимально зрелые плоды всех сортов. У плодов летних сортов кожица и мякоть в основном очень тонкие и нежные. Такие плоды дают меньший выход сока в сравнении с плодами осенних и зимних сортов. Для переработки в первую очередь используют плоды с низкой лежкостью (быстропортящиеся). Вяленый

продукт и сок можно приготовить как из очищенных яблок, так и из неочищенных. При этом учитывают, что кожура значительно богаче витаминами, чем мякоть, а наружные слои мякоти богаче ими, чем внутренние. Плоды диких яблонь также пригодны для переработки,

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Используют плоды летних, осенних и зимних сроков созревания. Их сортируют по зрелости и сортам, моют, нарезают на дольки толщиной 20—25 мм, удаляют плодоножки, семенные камеры, промывают кипяченой водой, обсушивают на марле, укладывают в тару, пересыпают сахарным песком (350—450 г на 1 кг, в зависимости от вкусовых качеств плодов), выдерживают при температуре 18—20° в течение 22 ч, сливают сок. Далее процесс такой же, как при вялении земляники, но для приготовления сиропа берут 350—400 г сахарного песка и 380 г воды на 1 кг, продукт выдерживают в сиропе при температуре 85—90° в течение 8—10 мин (в зависимости от плотности мякоти плодов), подвяливают в духовке 30 мин при температуре 80—85° и дважды — по 35—40 мин при 65—70°, в сите при 30° — в течение 5—8 ч. Влажность вяленого продукта — 21—22%.

Второй способ. Берут плоды осенних и зимних сортов с толстой кожурой, которую снимают, очищенные плоды кислых и пресных или кислых и сладких сортов смешивают и выдерживают дважды при температуре 18—20° по 16 ч, сахар засыпают также дважды (по 200 г на 1 кг) и дважды сливают сок. Далее вяление продукта проводят по первому способу.

Сок яблок пресных и сладких сортов купажируют с соками кислых сортов, а также со сливовым, смородиновым, облепиховым, лимонным и овощными (моркови, свеклы, физалиса и др.).

ВАРЕНЬЕ

Берут плоды кисло-сладких сортов, не разваривающиеся и с большим ароматом. Из плодов одних пресных или только кислых сортов варить варенье нежелательно. Хорошее яблочное варенье получают из старинного сорта Коричное. Правильно приготовленное варенье ароматное, с почти прозрачными дольками яб-

лок. Нежное и вкусное варенье получают также в том случае, если у плодов с грубой кожицей снять ее (особенно у плодов южных сортов). Подготавливают плоды, отделяют и консервируют сок так же, как при вялении яблок по первому и второму способам. Затем массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 650—800 г сахарного песка и 800 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 3—4 ч, после чего варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

ДЖЕМ

Хороший джем получают из кислых яблок, но его можно варить также из пресных и сладких плодов. Для этого берут очищенные яблоки, мякоть которых хорошо разваривается, и режут на мелкие части. Засыпку сахара, отделение и консервирование сока проводят так же, как при вялении яблок по первому способу. Затем массу заливают водой (850 г на 1 кг), засыпают сахарным песком (900 г на 1 кг) и варят до готовности по способу варки джема из земляники, но в джем из кислых яблок не добавляют желирующего сока других плодов, поскольку плоды кислых яблок обладают хорошими желирующими свойствами (см. с. 9, «Джем»). В том случае, если джем варят из пресных или сладких яблок, добавляют сок, содержащий большое количество желирующих веществ.

ПЮРЕ

Первый способ. Варят так же, как джем из очищенных яблок, мякоть которых разваривается (с отделением сока). После слива сока массу заливают водой (550 г на 1 кг) и варят в течение 10—12 мин. Горячую массу протирают через сито, а затем доваривают. Пюре, приготовленное из очищенных яблок, пригодно для употребления без дополнительной переработки.

Второй способ. Используют плоды с пятнами, ушибами, падалицу, а также отходы (кожура, сердцевина), полученные в случае приготовления консервированных продуктов. Отсортированные плоды очищают, промывают, режут. Затем плоды и отходы складывают в емкость, заливают водой (200—300 г на 1 кг), накрывают крышкой, ставят на огонь, доводят до кипения и варят

на среднем огне, помешивая. После того как масса станет мягкой, ее снимают с огня и протирают на сите деревянным пестиком. Полученное пюре при помешивании доводят до кипения, затем уваривают на слабом огне. Готовое пюре по своей консистенции похоже на густую сметану. В горячем виде его разливают в прогретые на пару или в духовке банки. Банки наполняют до самого верха, герметически укупоривают; перевернув, ставят на крышки и прикрывают для медленного охлаждения. Если пюре предназначено для длительного хранения, его пастеризуют при температуре 85° в течение 15—25 мин (в зависимости от емкости тары—0,5—2 л). После этого банки укупоривают. Пюре, полученное описанным способом, является полуфабрикатом для приготовления других консервированных продуктов.

ПОВИДЛО

Готовят из пюре. Его выкладывают в таз или в кастрюлю с широким дном, варят в течение 8—10 мин, помешивая, затем засыпают сахарный песок из расчета 0,9—1 кг на 1 кг, хорошо размешивают, варят до готовности при закрытой емкости, помешивая. Далее процесс аналогичен приготовлению повидла из слив (см. с. 48).

МАРМЕЛАД

Варят из яблочного пюре (приготовление см. на с. 61—62). В пюре добавляют сахар (400—550 г на 1 кг) и готовят так же, как мармелад из слив (см. с. 49).

СОУСЫ

Готовят из свежего пюре, в которое засыпают 200—300 г сахара на 1 кг, хорошо помешивают и доводят до кипения. На среднем огне держат в течение 3—4 мин, после чего расфасовывают в банки (см. с. 8, «Соусы»).

ФЛОДОВАЯ ПРИПРАВА

Приготавливают из пюре. В готовое пюре засыпают сахарный песок (200—350 г на 1 кг), размешивают, варят на среднем огне. Во время варки добавляют по вкусу растертые сухие листья сельдерея и укропа. Ува-

ривают на слабом огне до $\frac{4}{5}$ первоначального объема. Горячую приправу расфасовывают в подготовленные прогретые банки, которые укупоривают.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г яблок, 50 — груш, 50 — красной смородины и 50 г черешков сельдерея;
2. 100 г яблок, 50 — персиков, 50 — белой смородины и 50 г земляники;
3. 100 г яблок, 50 — алычи, 50 — инжира и 50 г черешков свеклы.

ШИПОВНИК

Распространен почти по всей Европейской территории СССР, в Западной и Восточной Сибири до Байкала. В СССР известно свыше 60 видов и большое количество разновидностей шиповника.

В настоящее время широко культивируют как лекарственное, витаминное, пищевое, медоносное, красильное, декоративное, мелиоративное растение.

Плоды используют в период зрелости. Чтобы избежать потерь витаминов, плоды обрабатывают сразу после сбора. Они кисло-сладкие, немного вяжущие на вкус. Сбор плодов проводят в момент, когда они оранжево-красные и твердые. Такие плоды лучшего качества. Коричневая окраска говорит о потере витаминов.

В плодах содержатся сахара, пектиновые и дубильные вещества, лимонная, яблочная и другие кислоты, каротин, витамины В₂, К, Р, С. По запасу витаминов С и Р плоды шиповника почти не имеют конкурентов. Установлено, что в них аскорбиновой кислоты в 10 раз больше, чем в ягодах черной смородины, и в 50 раз больше, чем в лимоне.

В настоящее время создан ряд культурных сортов и форм шиповника, отличающихся высокой урожайностью и витаминностью, сроками созревания, приспособленностью к местным почвенно-климатическим условиям, устойчивостью к болезням и вредителям. Среди них такие сорта, как витаминный ВНИВИ, Витаминный

бесшипный, Воронцовский № 3, Коричный, Иглистый, Даурский, Морщинистый, Крупноплодный ВНИВИ.

ВЯЛЕНЫЙ

Используют зрелые плоды. Перезревшие плоды не транспортабельны, в них снижается содержание аскорбиновой кислоты и других ценных веществ. Плоды моют, нарезают, очищают от семян и волосков, бланшируют в течение 1,5 мин, дают воде стечь, пересыпают сахарным песком (500 г на 1 кг), выдерживают при температуре 20° в течение 26 ч, сливают и консервируют сок. Сироп готовят из расчета по 350 г сахарного песка и воды на 1 кг. Тепловую обработку продукта в сиропе проводят при температуре 85° в течение 7 мин, подвяливание в духовке при 80° — 25 мин и при 65—70° — дважды по 30 мин, в сите при 30° — 4—6 ч, влажность выравнивают в течение трех—пяти дней (подробное описание процесса вяления см. на с. 16—18, «Вяленая» земляника). Влажность вяленых плодов шиповника — 21—23%.

Сок шиповника купажируют с яблочным, виноградным, абрикосовым, смородиновым, клюквенным и брусничным соками.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Отбирают не полностью созревшие плоды. Подготовка их, количество сахара для отделения сока и режимы выдерживания те же, что и при вялении шиповника. После слива и консервирования сока в массу (на 1 кг) заливают сироп, приготовленный из 800 г сахарного песка и 650 г воды, в которой проходила бланшировка плодов, и выдерживают в течение 2—3 ч. Затем варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

Второй способ — варенье из шиповника с земляникой. Берут 650 г подготовленных плодов шиповника (подготовка их описана выше) и 350 г ягод ремонтантной земляники (подготовку см. на с. 18), складывают все в одну емкость, засыпают сахарным песком (450 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 3—5° в течение 72 ч. После слива сока массу заливают сиропом, приготовленным из расчета по 650 г сахара

и воды на 1 кг, и выдерживают в течение 3—4 ч. Далее варят так же, как варенье из земляники.

ПЮРЕ

Подготовку плодов, отделение и консервирование сока проводят так же, как при вялении плодов шиповника. Затем массу заливают водой (550 г на 1 кг), в которой бланшировали плоды, проваривают до размягчения и протирают через сито. Полученное пюре прогревают при температуре 85° в течение 5 мин, потом расфасовывают в прогретые банки и укупоривают.

ПОВИДЛО

Первый способ. Готовят из пюре плодов шиповника, которое подогревают до кипения, через 10—12 мин кладут сахар (700—800 г на 1 кг) и доваривают на среднем огне в течение 25—30 мин. В горячем виде расфасовывают в стерилизованные банки с последующей их укупоркой (см. приготовление повидла из слив, с. 48).

Повидло, приготовленное из смеси двух или нескольких видов плодового пюре, отличается большей питательностью и лучшими вкусовыми, а также ароматическими качествами, чем продукт, приготовленный из плодового сырья одного вида.

Второй способ. Приготовление повидла из приведенных ниже смесей пюре аналогично приготовлению его из шиповника по первому способу. Для этого используют следующие компоненты:

1. Пюре шиповниковое — 600 г, малиновое — 400, сахара — 600 г;
2. Пюре шиповниковое — 600—700 г, сливовое — 400—300, сахара — 650—700 г;
3. Пюре шиповниковое — 650 г, грушевое — 350, сахара — 600 г;
4. Пюре шиповниковое — 700 г, смородиновое или крыжовенное — 300, сахара — 700 г;
5. Пюре шиповниковое — 700 г, яблочное (приготовленное из плодов сладких и пресных сортов) — 300, сахара — 650 г;
6. Пюре шиповниковое — 750 г, абрикосовое — 250, сахара — 600 г.

Вяленые плоды шиповника пригодны для любых смесей в компотах с вялеными фруктами и овощами. Его можно брать в любых пропорциях. Настой шиповника применяют при многих заболеваниях, а также как общеукрепляющее, тонизирующее средство.

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г шиповника, 50 — алычи, 50 — жимолости и 50 г ежевики;
2. 100 г шиповника, 50 — терносливы, 50 — барбариса и 50 г ирги;
3. 100 г шиповника, 50 — мирабелы, 50 — рябины и 50 г калины.

АКТИНИДИЯ

Вьющийся (лианообразный) многолетний кустарник. В диком виде растет на Дальнем Востоке, на юге Сахалина, Курильских островах. С конца XIX века выращивают в приусадебных садах как плодородное и декоративное растение. Культивируют два вида актинидии — коломикта и аргуата.

Актинидия коломикта достигает высоты 15 м, достаточно холодостойка, но на севере Московской области часто вымерзает. Влаголюбива, на юге страны страдает от засухи. Растение двудомное, как и облепиха, поэтому для опыления высаживают женские и мужские растения. Плоды эллиптической формы, до 2—3 см длиной, 1—1,5 см диаметром, зеленые, с сочной ароматной сладкой мякотью. Созревают одновременно в августе—сентябре, легко осыпаются. Их убирают выборочно, по мере созревания. Зрелые плоды быстро портятся. В связи с этим для возможности транспортировки и временного хранения плодов их снимают за три—семь дней до наступления полной спелости.

В плодах содержится до 10% сахаров, до 2,5% кислот, до 1400 мг% витамина С. По количеству аскорбиновой кислоты в плодах актинидия превосходит черную смородину, лимоны, апельсины и уступает только некоторым видам шиповника.

И. В. Мичурин использовал актинидию коломикта как более зимостойкий вид для выведения новых ее сортов — Ананасная Мичурина и Клара Цеткин с бо-

лее крупными и малоосыпающимися при созревании плодами. Эти сорта отличаются пониженной зимостойкостью, в силу чего их можно использовать только в южных районах Нечерноземья.

Актинидия аргута менее морозостойка, хорошо плодоносит южнее Московской области. Плоды созревают одновременно. Масса их — 7—10 г, они приятные на вкус, с сильным ароматом ананаса. В них содержится 10% сахара, до 1% органических кислот и 100 мг% витамина С.

Выведены новые зимостойкие сорта актинидии, рекомендованные для выращивания на приусадебных участках в северо-западной части Нечерноземной зоны, а именно: Ленинградская ранняя, Павловская, Победа, Матовая, ВИР 1, Сентябрьская, Ленинградская поздняя.

Плоды используют как лечебное и профилактическое средство. Их употребляют в свежем и переработанном виде. Вяленые плоды актинидии по своим вкусовым качествам близки сушеному бессемянному винограду.

ВЯЛЕНАЯ

Берут недозревшие, но уже мягкие ягоды, перебирают, моют, обсушивают, пересыпают сахарным песком (350 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 20° в течение 24 ч. После слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахарного песка и 250 г воды на 1 кг массы, и прогревают при 80° в течение 7 мин. Далее процесс вяления аналогичен вялению жимолости (см. с. 54).

Ягоды актинидии отличаются низкой кислотностью, поэтому сок ее купажируют с соками красной и белой смородины, алычи, терна, вишни, лимона, ревеня, клюквы, барбариса.

ВАРЕНЬЕ

Варенье из актинидии золотисто-коричневого цвета, со специфическим вкусом. Для варки используют как зрелые, так и недозревшие, но мягкие плоды. Подготовка их, количество сахара и режимы отделения сока те же, что и при вялении актинидии. Оставшуюся после слива и консервирования сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 650 г сахарного

песка и 700 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 2—3 ч. Пропитанную сиропом массу после закипания варят при закрытой крышке на среднем огне в течение 20—25 мин. Перед концом варки добавляют сахарный песок (450 г на 1 кг). Подробное описание варки варенья и его упаковку для хранения см. на с. 18—19, «Варенье» из земляники.

ПОВИДЛО

Первый способ. Берут недозревшие, зрелые и перезревшие плоды. Подготовка их и весь технологический процесс, включая отделение и консервирование сока, такие же, как при вялении актинидии. Затем массу заливают горячей водой (450 г на 1 кг), выдерживают в течение 3 мин при температуре 80°, после чего протирают через сито. Полученное пюре варят в течение 10—12 мин, засыпают в него сахар (500 г на 1 кг), промешивают и далее варят так же, как повидло из слив (см. с. 48).

Второй способ — повидло из актинидии и сливы. Берут 500 г пюре из плодов актинидии и 500 г пюре из слив, складывают все в таз, перемешивают, доводят до кипения, проваривают в течение 10—12 мин, засыпают 600 г сахарного песка, промешивают и варят так же, как повидло из слив (см. с. 48).

СОУСЫ

Берут 1 кг пюре, которое готовят так же, как в случае приготовления повидла из актинидии по первому способу. В пюре засыпают сахар по вкусу (200—400 г на 1 кг), размешивают, прогревают в течение 3—5 мин, помешивая до полного растворения сахара. Горячий соус расфасовывают в подготовленные банки, которые укупоривают.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г актинидии, 50 — айвы, 50 — земляники и 50 г физалиса;
2. 100 г актинидии, 50 — абрикосов, 50 — ежевики и 50 г моркови;
3. 100 г актинидии, 50 — персиков, 50 — ирги и 50 г сельдерея.

БАРБАРИС

В СССР в естественных условиях произрастает 12 видов барбариса. Это кустарник высотой 0,5—5 м. Цветет в мае—июне. Плоды созревают в сентябре—октябре. У многих видов барбариса они хорошо сохраняются на ветвях всю зиму. Плоды очень кислые и похожи на щавель. В быту плоды используют как лекарство, а также для приготовления консервированных продуктов, причем их важно измельчать таким образом, чтобы не раздробить семян, поскольку они горькие. В плодах содержится до 100 мг% витамина С, 3,9—7% сахара, органические кислоты, в основном яблочная, лимонная и виннокаменная, красящие вещества, минеральные соли.

На садовых участках получили наибольшую известность два вида барбариса: обыкновенный и амурский.

Барбарис обыкновенный в диком виде встречается в степной и лесостепной зонах западных и центральных областей Европейской части СССР, в Крыму, на Кавказе и Средней Азии. Плоды продолговато-эллиптические, пурпуровые, длиной до 1,2 см.

Барбарис амурский в диком виде произрастает в Приморском крае и южной части Хабаровского края. Плоды ярко-красные, около 1 см длиной.

ВЯЛЕНЫЙ

Берут хорошо созревшие плоды (недозревшие, очень кислые и сильновяжущие на вкус, не используют), моют, удаляют плодоножки и остатки чашелистиков, промывают в кипяченой воде, просушивают, накалывают, пересыпают сахарным песком (250 г на 1 кг плодов) и выдерживают при температуре 20° в течение 18 ч. Образовавшийся сок сливают, а затем плоды снова пересыпают сахарным песком (250 г на 1 кг) и выдерживают при тех же режимах. Вторично сливают сок. Сок первого и второго слива объединяют и консервируют. Оставшуюся массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 400 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг массы, и при температуре 80° выдерживают в течение 6 мин. Дальнейшее приготовление вяленого барбариса аналогично вялению крыжовника (см. с. 36).

Сок барбариса обладает большой кислотностью, по-

этому его купажируют с соками сладких и пресных сортов яблок, а также груш, ежевики, черешни, дыни.

ЖЕЛЕ

В случае двух-трехкратного использования сахарного сиропа с добавлением в него каждый раз по 100 — 150 г сахарного песка при тепловой обработке плодов барбариса в процессе их вяления получают желе. Горячее желе разливают в банки, которые затем укупушивают.

ВАРЕНЬЕ

Берут созревшие, хорошо окрашенные плоды, моют, удаляют плодоножки, остатки чашелистиков и семена (последние можно не удалять), промывают в кипяченой воде, пересыпают сахарным песком (500 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 20° в течение 26 ч. После слива и консервирования сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 1 кг сахарного песка и 850 г воды на 1 кг массы, выдерживают в течение 3—4 ч, после чего варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

ПЮРЕ

Подготовка плодов, режимы отделения и консервирование сока такие же, как при вялении. Далее массу заливают водой (600 г на 1 кг), прогревают до размягчения, протирают через сито. В пюре засыпают сахарный песок (300—400 г на 1 кг), размешивают и прогревают при закрытой крышке до полного растворения сахара при температуре не выше 85°, помешивая.

Приготовленное пюре件годно для употребления без дополнительной тепловой обработки. Кроме того, из него можно варить повидло, мармелад, смокву в смеси с другими пюре, приготовленными из ягод или из овощей.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:
1. 100 г барбариса, 50 — малины, 50 — аронии и 50 г апельсинов;

2. 100 г барбариса, 50 — земляники, 50 — боярышника и 50 г мандаринов;
3. 100 г барбариса, 50 — черешни, 50 — ирги и 50 г тыквы.

ЛИМОННИК

В СССР произрастает один вид лимонника — китайский. Встречается в Приморском крае, на юге Хабаровского края, в Амурской области, на Сахалине и Курильских островах. Хорошо переносит климат средней полосы СССР. В естественных условиях лиана достигает 14 м. В неблагоприятных условиях это растение имеет кустовидную форму и не вьется. Зимостойкость высокая. В природе и культуре считается как однодомным, так и двудомным растением. Не поражается грибными болезнями и вредителями. Ежегодно цветет, но хорошо плодоносит 1 раз в два-три года.

Плоды неправильно округлой формы, красные, собраны в кисть, масса которой достигает 12, а масса одной ягоды — 0,7 г. В ягоде — одно-два семени, горькие, с запахом лимона. Созревает в начале — середине сентября. Кисти на лиане могут сохраняться до глубокой осени (октябрь). Ягоды отделяются от цветоложа с разрывом кожицы, кислые. Кисти плодов собирают в момент, когда они достигнут полной спелости, в деревянную (корзины, ящики), а не металлическую тару, поскольку в последнем случае сок, окисляя металл, образует соединения, которые могут вызвать тяжелые отравления.

В плодах содержатся: органические кислоты (лимонная, яблочная, винная), сахара, красящие и дубильные вещества, железо, фосфор, кальций, марганец, витамины С, Р.

Плоды лимонника — ценнейшее сырье для медицинской промышленности и приготовления пищевых продуктов — сока, компотов, варенья, джема, соуса и др. Однако основной пищевой продукт, который получают из плодов лимонника, — сок. Вследствие содержания в плодах, особенно в семенах, сильнодействующих веществ, частое употребление лимонника необходимо согласовывать с врачом.

ВЯЛЕННЫЕ

Снятые в день сбора кисти плодов лимонника промывают холодной кипяченой водой, обсушивают, отделяют плоды от плодоножек, укладывают в емкость, пересыпают сахарным песком (450 г на 1 кг), выдерживают при температуре 22° в течение 24 ч, отделяют и консервируют сок. Оставшуюся массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 400 г сахара и 350 г воды на 1 кг массы, и выдерживают в течение 3—5 мин. Далее процесс такой же, как при вялении черной смородины (см. с. 30).

Сок лимонника отличается высокой кислотностью, поэтому его купажируют с соками яблок сладких сортов, ирги, инжира, боярышника, моркови.

ЖЕЛЕ

Желе из плодов лимонника готовят так же, как желе из барбариса (см. с. 70).

ДЖЕМ

Варят из такой же массы, какую получают после отделения сока (см. выше, лимонник «Вяленный»). Массу заливают горячей водой (850 г на 1 кг), размешивают, а затем протирают через сито. В полученное пюре засыпают сахарный песок (1,2 кг на 1 кг) и варят при закрытой крышке, помешивая, так же, как джем из земляники (см. с. 20). При варке джема из лимонника желирующие соки не добавляют.

СОУСЫ

Готовят из массы, полученной после отделения сока при вялении плодов (см. лимонник «Вяленный»). Массу заливают горячей водой (300 г на 1 кг), протирают на сите, добавляют по вкусу сахар, прогревают, хорошо перемешивают до полного растворения сахара, после чего расфасовывают в горячем виде.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:
1. 100 г лимонника, 50 — голубики, 50 — калины и 50 г свеклы;

2. 100 г лимонника, 50 — черники, 50 — брусники и 50 г моркови;

3. 100 г лимонника, 50 — ирги, 50 — инжира и 50 г огурцов.

ОБЛЕПИХА

В диком виде произрастает в юго-западных районах Европейской части СССР, на Кавказе, в Средней Азии, Западной и Восточной Сибири. Культивируют на приусадебных участках. Зимостойкость хорошая. Это двудомное растение, поэтому необходимо высаживать женские и мужские экземпляры. Во избежание посадки лишних мужских растений облепиху лучше всего размещать рядами при расстоянии между ними 4 м и между растениями в рядах — 2—3 м. Тогда для нормального опыления на восемь—десять женских растений достаточно одного мужского. При недостатке места на приусадебных участках в крону женского растения прививают мужское. Уход за облепихой почти такой же, как и за другими ягодными растениями.

Плоды облепихи округло-овальной формы, 6—10 мм длиной, 4—6 мм в диаметре, золотисто-желтые, оранжевые или оранжево-красные, кисло-сладкие, с нежным запахом ананаса, густо облепляют ветви. Средняя масса одного плода — 0,4—0,6 г (у диких растений — 0,2—0,3 г). Созревают в августе—сентябре. На кустах они могут сохраняться в течение всей зимы, если не повреждаются птицами. Обладают лечебными качествами, поэтому их широко используют в научной и народной медицине. Употребляют в свежем и консервированном виде.

В плодах содержится: до 6,6% сахара, до 2,5% органических кислот, витамины А, В₁, В₂, В₆, С, Е, до 9% жирного масла в мякоти плодов и до 12% — в косточках.

Плоды собирают в период потребительской зрелости. Перезревшие плоды теряют пищевые и лечебные качества. Поскольку быстрая потеря витамина С наблюдается в первые часы после сбора плодов, для максимального сохранения витамина плоды нужно обрабатывать сразу после сбора. Витамин С сильно разрушается при длительной тепловой обработке (при варке варенья, джема с доступом воздуха).

К высокоурожайным сортам облепихи с крупными плодами и длинными плодоножками (более удобные для сбора) относятся: Новость Алтая, Дар Катуня, Золотой початок, Витаминная, Масличная и др.

ВЯЛЕНАЯ

Свежесобранные зрелые и немного недозревшие плоды перебирают, отрезают плодоножки, промывают, бланшируют в течение 1 мин при температуре 80°, обсушивают. Для отделения сока плоды дважды засыпают сахарным песком (по 250 г на 1 кг) и дважды выдерживают по 20 ч при температуре 20°. Сок первого и второго слива объединяют и консервируют. Оставшуюся массу заливают горячим сиропом, для приготовления которого берут 350 г сахара и 350 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 5 мин при температуре 80°. Далее процесс аналогичен вялению черной смородины (см. с. 30).

В вяленых плодах облепихи содержится большое количество витаминов и особенно А и Е, которые не отделяются от мякоти.

Сок облепихи купажируют с соками груши, калины, ирги, боярышника, арбуза, сельдерея.

ЖЕЛЕ

Желе из плодов облепихи готовят так же, как желе из барбариса (см. с. 70).

ВАРЕНЬЕ

Подготовка плодов, количество сахара и его засыпка с последующим выдерживанием плодов, отделение и консервирование сока такие же, как при вялении облепихи. Затем массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 900 г сахарного песка и 700 г воды (на 1 кг массы), в которой бланшировали плоды, и выдерживают в течение 2—3 ч. Далее варят до готовности так же, как варенье из земляники (см. с. 19). Для более надежного хранения варенье в горячем виде расфасовывают в простерилизованные банки и пастеризуют в кипящей воде: полулитровые банки — в течение 12, литровые — 15—18 мин, после чего укупорируют.

ПЮРЕ

Готовят из такой же массы, какую получают после отделения сока при вялении облепихи. Затем массу заливают горячей водой, в которой проводили бланшировку плодов (количество ее должно равняться количеству отделенного сока), перемешивают и протирают через сито. В пюре засыпают 500 г сахарного песка на 1 кг, размешивают все, подогревают до температуры 70°, в горячем виде расфасовывают в простерилизованные банки, которые накрывают крышками и нагревают в кипящей воде: полулитровые — в течение 15, литровые — до 25 мин, после чего сразу укупуривают.

СОУСЫ

Варят из массы, полученной после отделения сока (см. с. 74, облепиха «Вяленая»). Оставшуюся массу заливают горячей водой (300 г на 1 кг), протирают на сите, добавляют 300 г сахара на 1 кг, перемешивают и прогревают до полного растворения сахара, после чего в горячем состоянии расфасовывают (см. выше, «Пюре» из облепихи).

КОМПОТЫ

- На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:
1. 100 г облепихи, 50 — абрикосов, 50 — яблок и 50 г дыни;
 2. 100 г облепихи, 50 — персиков, 50 — винограда и 50 г кабачков;
 3. 100 г облепихи, 50 — инжира, 50 — рябины и 50 г тыквы.

АРОНИЯ ЧЕРНОПЛОДНАЯ И РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Арония черноплодная в диком виде произрастает в Северной Америке. В СССР введена в культуру И. В. Мичуриным. С 50-х годов ее стали разводить в приусадебных садах. В настоящее время выращивают во многих районах СССР с умеренным климатом. Это не очень требовательное к повышенной влажности зимостойкое скороплодное растение с высокой и довольно

стабильной урожайностью. Почти не повреждается вредителями. Хорошо приспосабливается к различным условиям произрастания. Цветет в мае—июне. Плоды созревают в августе—сентябре, не осыпаются до заморозков. Ягоды округлые, блестящие, черные и чернопурпуровые с сизым налетом, кисло-сладкие с вяжущим терпковатым вкусом, масса одной ягоды—до 1,5 г, диаметр—до 16 мм. Собирают их при полной спелости. При 0° хорошо сохраняются всю зиму.

В плодах содержится до 10% сахаров, до 1,3% яблочной и других органических кислот, пектиновые и дубильные вещества, витамины А, С, В₁, В₂, Р, РР, Е, соли молибдена, марганца, меди, бора. Плоды употребляют в свежем и консервированном виде. Применяют в кондитерской промышленности. Широко используют в медицине. Из жома—отходов при производстве сока—получают пищевой краситель.

Рябина обыкновенная—один из самых распространенных видов. Является родоначальной формой многих культурных сортов со сладко-кислыми плодами. В диком виде встречается по всей Европе. Плоды шаровидные, оранжево-красные, до 15 мм диаметром, кислые, терпкие и горьковатые. Плоды культурных сортов и форм съедобны в свежем виде, а диких видов—только после промораживания. Из них готовят варенье, джем, пюре; пастилу, повидло, мармелад.

В приусадебных садах часто культивируют сладкоплодные формы рябины обыкновенной: моравскую, невеженскую, гранатную, ликерную и перспективный вид—рябину бузинолистную с более крупными и вкусными плодами. Плоды всех перечисленных видов и форм рябины пригодны для консервирования.

ВЯЛЕННЫЕ

Арония черноплодная. Отбирают полностью созревшие плоды, отделяют их от плодоножек, моют, бланшируют в течение 2—3 мин, обсушивают и небольшими порциями кладут в миску, накалывают ежиком и складывают в емкость, пересыпая сахарным песком дважды по 200 г и дважды выдерживают при температуре 22° по 20 ч. Сок первого и второго слива объединяют и консервируют. Далее вяление аронии аналогично вялению земляники (см. с. 17—18), но сахарного песка для приготовления сиропа берут 400 г, воды—350 г, выдержи-

вают массу в сиропе в течение 7 мин при температуре 85°, подсушивают в духовке — 20 мин при 80° и дважды по 25 мин при 65—70°, в сите — в течение 4—6 ч при 30°. Влажность вяленой аронии — 22—23%.

Рябина обыкновенная. Для переработки плоды собирают после заморозков. Ягоды отделяют от веточек, заливают кипятком, держат 3—4 мин, затем вымачивают в течение 12—15 ч в холодной воде, часто меняя ее, обсушивают, дважды пересыпают сахарным песком (по 250 г на 1 кг). Далее процесс вяления аналогичен вялению аронии черноплодной. Влажность вяленого продукта — 21—22%.

Сок рябины купажируют с соками черной, красной и белой смородины, крыжовника, алычи, яблок, барбариса, сливы.

ЖЕЛЕ

Желе из рябины обыкновенной готовят так же, как желе из барбариса (см. с. 70).

ВАРЕНЬЕ ИЗ АРОНИИ С ОБЛЕПИХОЙ

Берут 700 г плодов аронии (подготовка их такая же, как при вялении) и 300 г облепихи (см. с. 74, «Вяленая» облепиха). Складывают в одну тару. Засыпка сахара, выдерживание и отделение сока такие же, как при вялении аронии. После слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 750 г сахарного песка и 800 г воды (на 1 кг), в которой проводили бланшировку плодов, и выдерживают в течение 3—4 ч с тем, чтобы плоды пропитались сиропом. Далее варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

ДЖЕМ

Варят из аронии черноплодной и рябины обыкновенной. Для рябины обыкновенной на 1 кг плодов берут на 150—200 сахарного песка больше, чем для аронии черноплодной. Чтобы придать более приятный вкус джему, его варят с яблоками, грушами, сливами. Массу для джема готовят так же, как при вялении. После отделения сока (см. вяленая арония, с. 76) ее заливают

водой (750 г на 1 кг), варят до размягчения, засыпают сахарным песком (1—1,2 кг на 1 кг). В период варки добавляют яблочное, грушевое либо сливовое пюре (300—400 г) и варят до готовности, как джем из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Пригодны плоды аронии черноплодной, рябины обыкновенной и других видов последней. Подготовка плодов и последующие операции, включая консервирование сока, такие же, как при вялении аронии. Далее массу заливают водой (650 г на 1 кг), перемешивают и варят на среднем огне до размягчения плодов. Затем ее протирают через сито, добавляют в полученное пюре сахарный песок (450 г на 1 кг или по вкусу), причем для кислых сортов сахара берут на 150—200 г больше (подробное описание приготовления пюре см. на с. 21, «Смоква» из земляники).

МАРМЕЛАД ИЗ АРОНИИ ЧЕРНОПЛОДНОЙ С ЯБЛОКАМИ И ШИПОВНИКОМ

Берут пюре: 600 г из плодов аронии черноплодной, 200 г из яблок и 200 г из плодов шиповника и смешивают. Если оно сварено без сахара, добавляют 700 г сахарного песка, а затем варят так же, как мармелад из абрикосов (см. с. 41—42).

Мармелад из плодов аронии и рябины всех видов можно варить в смеси с пюре из других плодов: абрикосов, слив, черной смородины. Сахара в этом случае берут на 150—200 г больше, если его не добавляли при варке пюре.

КОМПОТЫ

Для компотов используют плоды аронии и рябины всех видов.

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г рябины, 50 — яблок, 50 — земляники и 50 г тыквы;

2. 100 г рябины, 50 — груш, 50 — малины и 50 г кабачков;

3. 100 г рябины, 50 — слив, 50 — ежевики и 50 г свеклы.

Из своей практики. При переработке аронии черноплодной сильно окрашиваются руки, а при употреблении ее в свежем виде — губы и рот. Окраска не так легко и быстро смывается. Чтобы пропала окраска с рук, их нужно протереть свежей кожурой очищенного яблока и промыть холодной водой, а с губ и рта — съесть яблоко.

КАЛИНА

Распространена на Европейской части СССР, в горнолесных районах Крыма, Кавказа, Восточного Казахстана, Сибири. Растет на опушках лиственных и смешанных лесов, по берегам рек и озер. Как декоративное растение разводят в садах и парках. Широко культивируют на приусадебных участках. При этом выращивают и сладкоплодные сорта.

Начинает плодоносить с пяти-, семилетнего возраста ежегодно и всегда обильно. Очень зимостойка. Предпочитает плодородные влажные почвы. Лучше всего цветет и плодоносит при слабом затенении, растет быстро, газоустойчива. Не выносит сухих почв и частой посадки. Цветет в конце мая — июне. Плоды созревают в августе — сентябре. Цветки и плоды собраны в полузонтики. Ягоды овальные, до 1 см в диаметре, ярко-красные, сочные, горьковатые, с одной плоской гладкой косточкой.

В плодах содержатся сахара, дубильные вещества, органические кислоты, много пектиновых веществ и витамин С, в семенах — жирное масло (до 21%). Плоды калины пользуются большой популярностью как лакомство и продукт, содержащий витамин С.

ВЯЛЕНАЯ

Созревшие свежие кисти калины промывают, удаляют плодоножки, отбраковывают сухие, мятые и порченные плоды. Для уменьшения горечи их бланшируют в воде в течение 2—3 мин, обсушивают, пересыпают сахарным песком (250 г на 1 кг плодов) и выдерживают при температуре 18° в течение 18 ч. Образовавшийся сок сливают, а затем ягоды снова пересыпают сахарным

песком (250 г на 1 кг) и выдерживают при тех же режимах. Вторично сливают сок. Сок первого и второго слива объединяют и консервируют. Оставшуюся массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета по 350 г сахара и воды на 1 кг, и выдерживают в течение 3—5 мин при температуре 80°. Далее процесс вяления аналогичен вялению черной смородины (см. с. 30). Влажность вяленой калины — 22—23%.

Сок калины купажируют с яблочным, грушевым, вишневым, облепиховым, черничным, морковным и свекловичным соками.

ЖЕЛЕ

Готовят так же, как желе из барбариса. Из плодов калины получают желе высокого качества, поскольку они богаты пектином.

ПЮРЕ

Пюре из калины готовят из такой же массы, какую получают при вялении калины, но только после слива сока массу заливают горячей водой (650 г на 1 кг), в которой прогревают ягоды до размягчения. Затем горячую массу протирают через сито, кладут сахар по вкусу (можно без сахара), перемешивают, емкость закрывают крышкой и держат на среднем огне до полного растворения сахара. После этого горячее пюре расфасовывают в простерилизованные банки, которые укупорируют.

СОУСЫ

Готовят из пюре калины (приготовление его описано выше). В пюре кладут сахар (400—500 г на 1 кг), если оно приготовлено без сахара; хорошо размешивают, доводят до кипения. При закрытой крышке держат в течение 3 мин, затем расфасовывают в банки, которые укупорируют.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:
1. 100 г калины, 50 — ирги, 50 — абрикосов и 50 г огурцов;

2. 100 г калины, 50 — апельсина, 50 — винограда и 50 г кабачков;

3. 100 г калины, 50 — мандаринов, 50 — боярышника и 50 г тыквы.

БОЯРЫШНИК

В СССР насчитывается около 40 дикорастущих видов боярышника. Чаще всего культивируют боярышник кроваво-красный и колючий.

Боярышник кроваво-красный произрастает в восточных районах Европейской части СССР, в Восточном Казахстане, в лесостепной и южной частях лесной зоны Сибири. Встречается на лесных опушках и по берегам рек. Плоды шаровидные или овальные, кроваво-красные, с тремя-четырьмя твердыми косточками и сладковато-мучнистой мякотью, созревают в сентябре.

Боярышник колючий распространен в Закарпатской области и Краснодарском крае. Растет на опушках леса. Плоды мелкие; красные, яйцевидные, с двумя-тремя косточками, созревают в августе — сентябре.

По литературным данным, оба вида боярышника равноценны по химическому составу. В плодах содержатся сахара, кислоты, витамин С, каротин, эфирные масла, красящие и дубильные вещества.

Кроме указанных видов боярышника, для лечебных и пищевых целей рекомендуются плоды других боярышников: Арнольда, мягковатого, мягкого, Эльвангера, канадского, Холмса, Максимовича, даурского и др.

ВЯЛЕНЫЙ

Берут не полностью созревшие, желательно крупные и средние плоды, удаляют плодоножки и чашелистики, разрезают и очищают плоды от семян, пересыпают сахарным песком (400 г на 1 кг) и выдерживают в течение 24 ч при температуре 20°. Далее процесс вяления аналогичен вялению шиповника (см. с. 64), но для тепловой обработки массы в сиропе сахарного песка берут 300 г.

Сок плодов боярышника хорошо купаживать с более кислыми соками: черной смородины, кислых (антоновских) яблок, барбариса, аронии черноплодной, клюквы, облепихи.

ДЖЕМ

Первый способ — джем из боярышника и черной смородины. Используют зрелые плоды боярышника. Подготовка их, количество сахара, выдержка для отделения сока такие же, что и при вялении плодов. Берут 850 г оставшейся после отделения сока массы, добавляют в нее 600 г воды и 1 кг сахара, размешивают и готовят так же, как джем из земляники (см. с. 20). Во время варки добавляют 150 г пюре, приготовленного из ягод черной смородины или из других кислых плодов.

Второй способ — джем из боярышника и яблок. Берут зрелые плоды боярышника всех размеров, удаляют чашелистики и плодоножки, моют, обсушивают, накальвают. Засыпка сахара, выдержка, отделение и консервирование сока такие же, как при вялении боярышника. Затем массу заливают горячей водой (750 г на 1 кг) и варят до тех пор, пока плоды не станут мягкими. Их протирают через сито, в полученное пюре добавляют сахар (950 г на 1 кг) и яблочное пюре (200 г на 1 кг). Дальнейший процесс варки аналогичен приготовлению джема из земляники (см. с. 20).

ПОВИДЛО ИЗ БОЯРЫШНИКА И БАРБАРИСА

Используют пюре, полученное при приготовлении джема из боярышника по второму способу. На 700 г пюре из боярышника добавляют 800 г сахара и 300 г пюре из барбариса и уваривают так же, как повидло из слив (см. с. 48).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г боярышника, 50 — алычи, 50 — брусники и 50 г тыквы;
2. 100 г боярышника, 50 — сливы, 50 — жимолости и 50 г огурцов;
3. 100 г боярышника, 50 — слив, 50 — облепихи и 50 г репы.

ЧЕРНИКА

Встречается в лесной и лесостепной зонах Европейской территории СССР, Сибири и в некоторых районах Кавказа. Растет в еловых, сосновых, смешанных лесах и в тундре.

Ягоды черные, с сизоватым налетом и темно-пурпуровой кисло-сладкой мякотью. Семена мелкие. Плоды созревают в июле — августе. Их употребляют в пищу в свежем и переработанном виде.

В ягодах содержатся гликозид миртиллин, сахара (до 30%), органические кислоты (до 7%) — лимонная, яблочная, молочная, щавелевая, янтарная, хинная, дубильные вещества (до 12%), пигменты, каротин (0,75 — 1,6 мг%), витамины С (6 мг%) и В₂ (0,04 мг%). По содержанию марганца занимают первое место среди всех плодов.

ВЯЛЕНАЯ

Берут зрелые ягоды. Перебирают их, удаляя веточки, листочки и плодоножки, моют, обсушивают. Небольшими порциями складывают в мелкую миску, накалывают ежиком и перекладывают в кастрюлю, пересыпая сахарным песком (380 г на 1 кг), выдерживают в течение 28 ч при температуре 20°. После слива и консервирования сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахара и 250 г воды на 1 кг (в сироп можно выкладывать массу). Далее процесс аналогичен приготовлению вяленой ирги (см. с. 56).

Сок черники купажируют с соками яблок, крыжовника, красной и белой смородины, сливы, кизила, барбариса, ревеня.

ВАРЕНЬЕ

Используют такую же массу, какую получают при вялении черники после слива сока. Массу заливают горячим сиропом, который готовят из расчета 700 г сахара и 800 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 1,5 — 2 ч и далее варят, как варенье из земляники (см. с. 19). Для лучшей сохранности варенье в горячем состоянии раскладывают в стеклянные банки, накрывают крышкой и пастеризуют в воде: полулитровые

банки — в течение 12, литровые — 18 мин. После этого банки закатывают, кладут на бок и прикрывают от сквозняков.

ПЮРЕ

Готовят из такой же массы, что и варенье из черники. В массу добавляют горячую воду (600 г на 1 кг) и размешивают. Плоды черники протирают через сито без проваривания. Затем, если пюре готовят для хранения, засыпают сахар (250—350 г на 1 кг) и перемешивают до полного его растворения. Дальнейший процесс аналогичен приготовлению пюре из барбариса (см. с. 70). Для большей сохранности пюре пастеризуют так же, как варенье из черники.

ПОВИДЛО ИЗ ЧЕРНИКИ И БАРБАРИСА

Берут 600 г черничного и 400 г барбарисового пюре, добавляют 500—550 г сахара и уваривают так же, как повидло из слив (см. с. 48).

СОУСЫ

Варят из пюре, приготовленного из плодов черники (см. выше, «Пюре»). В него добавляют сахар (200—250 г на 1 кг), размешивают, прогревают в течение 3 мин до полного растворения сахара и расфасовывают.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г черники, 50 — ежевики, 50 — персиков и 50 г моркови;
2. 100 г черники, 50 — земляники, 50 — абрикосов и 50 г сельдерея;
3. 100 г черники, 50 — малины, 50 — алычи и 50 г репы.

ГОЛУБИКА

Распространена на севере Нечерноземной зоны Европейской части СССР, на Кавказе, в Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на торфяных болобах и в сы-

рых хвойных и лиственных лесах. Насчитывают около 26 видов голубики.

Ягоды черно-сизые, кисло-сладкие, с тонкой кожицей, в 2—3 раза крупнее, чем у черники. Плоды созревают в июле — августе. Сбор их длится шесть-семь недель.

В ягодах содержатся различные сахара (глюкоза, фруктоза, сахароза), лимонная и яблочная кислоты, пектиновые, красящие и дубильные вещества, витамины С, А, Р. В семенах есть жиры (до 33%).

Из ягод голубики готовят соки, варенье, джемы, компоты. Кроме того, их сушат.

ВЯЛЕНАЯ

Отбирают зрелые и немного недозревшие ягоды. Подготавливают их так же, как плоды черники для вяления (см. с. 83). Для отделения сока ягоды засыпают сахарным песком (400 г на 1 кг) и выдерживают в течение 30 ч при температуре 18°. Далее процесс аналогичен приготовлению вяленой земляники (см. с. 16—18), но сироп для массы готовят из расчета 300 г сахара и 250 г воды на 1 кг, выдерживают в нем продукт при температуре 85° в течение 5 мин, подвяливают в духовке при 80° 20 мин и при 65—70° — дважды по 25 мин, в сите при 30° — от 3 до 5 ч, влажность продукта выравнивают в течение трех-четырех дней. Влажность вяленых плодов голубики — 21—23%.

Сок голубики (он светлого цвета) купажируют с теми же соками, что и сок черники, а также с земляничным, малиновым, вишневым, калиновым и свекольным.

ВАРЕНЬЕ

Для приготовления варенья масса должна быть такой же, какую получают при вялении голубики. Затем берут 650 г сахара и 700 г воды на 1 кг массы и варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

ПЮРЕ

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении голубики. На 1 кг массы берут 250—300 г сахара и 500 г воды. Далее процесс аналогичен приготовлению пюре из барбариса (см. с. 70), причем плоды голубики протирают через сито без проваривания.

ПОВИДЛО ИЗ ГОЛУБИКИ И ШИПОВНИКА

Берут 650 г пюре из голубики и 350 г пюре из шиповника, добавляют 650 г сахара и уваривают так же, как повидло из слив (см. с. 48).

СМОКВА

Готовят из пюре. Ягоды для пюре отбирают спелые и перезревшие. Их подготавливают так же, как ягоды черники для вяления (см. с. 83). Для отделения сока плоды засыпают сахарным песком (350 г на 1 кг) и выдерживают в течение 30 ч при температуре 18°. После слива сока массу заливают кипящей водой (450 г на 1 кг) и протирают через сито. В пюре добавляют сахар (450 г на 1 кг) и варят, помешивая, при закрытой крышке так же, как смокву из земляники по первому и второму способам (см. с. 21).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г голубики, 50 — брусники, 50 — яблок и 50 г тыквы;
2. 100 г голубики, 50 — клюквы, 50 — малины и 50 г свеклы;
3. 100 г голубики, 50 — морошки, 50 — физалиса и 50 г ревеня.

БРУСНИКА

Распространена на Европейской территории СССР, на Урале, Дальнем Востоке, в Сибири, на Кавказе и на северо-востоке Казахстана. Произрастает в хвойных, смешанных и лиственных лесах, среди кустарников, на кочках торфяных болот. Самые крупные и сочные ягоды бывают на влажных местах. Плоды созревают в августе — сентябре. Они сначала зеленовато-белые, в момент созревания становятся ярко-красными, блестящими, шаровидными. На вкус кисло-сладкие, немного горьковатые, с мучнистой мякотью. Семена мелкие, красно-коричневые.

В плодах содержатся аскорбиновая, яблочная, ли-

монная, бензойная и другие кислоты, до 9% сахара, дубильные вещества. Употребляют в свежем виде и используют для приготовления варенья, повидла, джемов, мармеладов, соков. Ягоды, залитые водой, могут сохраняться до весны, поскольку содержат бензойную кислоту, предохраняющую их от порчи.

ВЯЛЕНАЯ

Берут зрелые ягоды (мелкие, некачественные отсортировывают), моют, бланшируют в течение 1—2 мин для уменьшения горечи, обсушивают. Для отделения сока выдерживают дважды при температуре 18° по 20 ч, при этом первый раз засыпают 250 г сахарного песка, второй — 200 г на 1 кг. После двух сливов сока его консервируют. Далее массу заливают сиропом, приготовленным из расчета по 350 г сахарного песка и воды на 1 кг. Тепловую обработку проводят при температуре 85° в течение 5 мин. Далее процесс вяления аналогичен вялению ирги (см. с. 56).

Сок из плодов брусники купажируют с соками яблок, земляники, малины, ежевики, огурца, физалиса.

ВАРЕНЬЕ

Готовят из такой же массы, какую получают после отделения сока при вялении брусники, но для приготовления сиропа берут 1 кг сахара и 700 г воды на 1 кг. Горячим его заливают в массу, которую затем выдерживают в течение 3—4 ч и варят до готовности так же, как варенье из земляники (см. с. 19). Во время варки добавляют 50 г лимонного сока и 50 г сока из шиповника или в конце варки для аромата — ванилин либо мелкополоманную лимонную или апельсиновую цедру.

ДЖЕМ ИЗ БРУСНИКИ И ШИПОВНИКА

Вначале готовят такую же массу из брусники, как и для вяления. Затем кладут в кастрюлю 600 г массы из брусники и 400 г пюре из шиповника, засыпают 950 г сахарного песка, заливают 600 г горячей воды и варят до готовности так же, как джем из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Готовят из такой же массы, какую получают для вяления (с отделением сока). В полученную массу добавляют горячую воду (450 г на 1 кг) и разваривают ее. После этого в горячем состоянии протирают на сите, прогревают при температуре 80—85° в течение 5 мин и разливают в банки, которые затем укупывают.

ПОВИДЛО ИЗ БРУСНИКИ И ЯБЛОК

Берут 500 г брусничного и 500 г яблочного пюре (приготовление его см. на с. 61—62), выкладывают в таз или в кастрюлю с широким дном, перемешивают и варят, изредка помешивая, до закипания на сильном огне при закрытой емкости. Затем засыпают сахарный песок (800 г на 1 кг), хорошо размешивают и варят до готовности на слабом огне. Дальнейший процесс аналогичен приготовлению повидла из слив (см. с. 48).

СОУСЫ

Готовят из свежего или законсервированного пюре брусники. На 1 кг пюре засыпают 200—250 г сахарного песка, размешивают, доводят до кипения и держат на среднем огне в течение 3—5 мин, после чего расфасовывают в банки.

КОМПОТЫ

- На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:
1. 100 г брусники, 50 — груш, 50 — ирги и 50 г тыквы;
 2. 100 г брусники, 50 — яблок, 50 — ежевики и 50 г ревеня;
 3. 100 г брусники, 50 — вишни, 50 — морошки и 50 г сливы.

КЛЮКВА

Произрастает на торфяных болотах в северной и средней полосе Европейской части СССР, в Сибири и на Дальнем Востоке. Клюква бывает двух видов: че

тырехлепестная (болотная) и мелкоплодная. Четырехлепестная клюква — стелющийся мелкий кустарник со стеблями до 80 см длиной. Ягоды крупные, красные, до 12 мм в диаметре, созревают в конце августа — сентябре. Клюква мелкоплодная, так же как четырехлепестная, произрастает на торфяных болотах. Растение меньше, ягоды мельче (4—6 мм в диаметре), на вкус такие же.

Клюкву культивируют и на садовых участках.

Ягоды собирают в три срока. Первый сбор проводят в сентябре. В этом случае плоды бывают твердыми. Во время хранения они дозревают, делаются мягкими. Их можно хранить всю зиму в холодной воде. Второй сбор проводят поздней осенью, в октябре — ноябре. С наступлением морозов ягоды делаются сочными, наиболее вкусными и кислыми, хранят их в замороженном виде, при оттаивании они быстро портятся. Третий сбор — это подснежная клюква. Ее собирают ранней весной, после оттаивания снега. В этом случае ягоды теряют витамины, но становятся более сладкими. Срок их хранения значительно сокращается.

В ягодах содержатся органические кислоты (почти половина из которых — лимонная), сахара, пектиновые и красящие вещества, витамин С, фитонциды.

Ягоды широко используют в пищевой промышленности и лечебной медицине.

ВЯЛЕНАЯ

Для вяления пригодна клюква осенняя первого и второго сбора, а также подснежная — зрелая и немного недозрелая, полумягкая. Ягоды перебирают, отбраковывают сморщенные, темные, раздавленные, гнилые, после чего моют, бланшируют в течение 1—2 мин, дают стечь воде, обсушивают. Затем пересыпают сахарным песком (250 г на 1 кг), выдерживают при температуре 18° в течение 19 ч. После слива сока вторично пересыпают сахарным песком (250 г на 1 кг) и выдерживают при тех же режимах. Сок первого и второго слива объединяют и консервируют. Далее процесс вяления аналогичен вялению земляники (см. с. 17—18), но для обработки в сиропе берут 400 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг массы, выдерживают в нем плоды в течение 5 мин при температуре 80°, подвяливают в духовке в течение 15 мин при 80° и дважды по 20 мин при 65.—

70°, в сите — от 3 до 5 ч при 30°. Для выравнивания влажности требуется три-четыре дня. Влажность вяленой клюквы — 21—23%.

Сок клюквы купажируют с соками яблок, аронии черноплодной, малины, черники, моркови, тыквы.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Чаще всего варят с отдушкой. Для этого берут такую же массу, какую получают при вялении клюквы после отделения сока. Готовят сироп. На 1 кг массы требуется 1,1—1,2 кг сахара и 750 г воды (в которой проходила бланшировка ягод). Горячим сиропом заливают массу, выдерживают в течение 2—3 ч и варят до готовности так же, как варенье из земляники (см. с. 19). Во время варки добавляют ваниль, мандариновую или апельсиновую цедру либо варят с яблоками.

Второй способ — варенье из клюквы с сельдереем. Берут 800—850 г клюквенной массы (после отделения сока), 1 кг сахарного песка и 850 г воды, смешивают все и варят. За 20 мин до конца варки для вкуса и аромата добавляют 150—200 г нарезанных кусочков вяленого сельдерея и уваривают до готовности, как варенье из земляники (см. с. 19).

ПЮРЕ

Готовят такую же массу, какую получают при вялении клюквы после отделения сока. Ее заливают горячей водой, в которой проходила бланшировка (400 г на 1 кг), разваривают, затем протирают на сите, добавляют сахар по вкусу. Полученное пюре прогревают до полного растворения сахара при температуре 80—85°, после чего расфасовывают, если оно предназначено для длительного хранения. В том случае, если пюре будет использовано для дальнейшей переработки (варки повидла, соусов, мармелада), его готовят без сахара. Последний используют при приготовлении продуктов из пюре.

ПОВИДЛО

Варят из приготовленного без сахара клюквенного пюре с добавлением пюре из других плодов — яблок,

сливы, груши, земляники, малины, шиповника при соотношении клюквенного пюре и перечисленных 2 : 1. На 1 кг пюре берут 0,9—1 кг сахарного песка и варят так же, как повидло из слив (см. с. 48).

СОУСЫ

На 1 кг приготовленного без сахара клюквенного пюре добавляют 300—350 г сахара и варят, как соусы из черной смородины (см. с. 33).

КОМПОТЫ

На 1 кг кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г клюквы, 50 — яблок, 50 — ежевики и 50 г моркови;
2. 100 г клюквы, 50 — груш, 50 — черники и 50 г свеклы;
3. 100 г клюквы, 50 — слив, 50 — ирги и 50 кабачков.

МОРОШКА

Встречается в северной полосе Европейской части СССР, в Сибири, на Дальнем Востоке, в Белоруссии (на севере республики). Растет на моховых болотах. Это очень морозоустойчивое небольшое травянистое многолетнее растение высотой 10—20 см с ползучим корневищем. Плод — сборная костянка диаметром 1,5 см, по форме напоминающая плоды малины, но отличающаяся от них своеобразным запахом и вкусом, сладкая. Незрелые ягоды красного, зрелые — оранжево-желтого цвета. Поспевают в июле — августе.

В плодах содержатся сахара (до 5%), лимонная и яблочная кислоты, немного дубильных веществ, витамин С (до 30%), каротин.

Употребляют плоды в свежем и переработанном виде.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Берут зрелые ягоды, перебирают, моют, удаляют плодоножки, засыпают сахарным песком (400 г на 1 кг) и выдерживают при температуре 18° в течение 24 ч. Слитый сок консервируют. Готовят

сироп из расчета 320 г сахара и 250 г воды на 1 кг и выдерживают в нем массу в течение 5 мин при температуре 85°. Далее процесс аналогичен приготовлению вяленой земляники (см. с. 17—18), но в духовке продукт подвяливают при температуре 80° в течение 20 мин и дважды при 65—75° по 25 мин, в сите при 30° — 3—5 ч. Для выравнивания влажности требуется три-четыре дня. Влажность вяленой морошки — 21—22%.

Второй способ. Вяление морошки проводят по первому способу, но сахарного песка для отделения сока берут 420 г на 1 кг ягод и выдерживают их до 72 ч при температуре 3—5°. Сок морошки купажируют с яблочным, сливовым, смородиновым (черной, белой, красной) и ревеневым соками.

ВАРЕНЬЕ

Для варенья берут такую же массу, какую получают после слива сока при вялении морошки первым и вторым способами. С этой целью в полученную массу засыпают сахарный песок (700 г на 1 кг), заливают горячей водой (650 г на 1 кг), размешивают и далее варят так же, как варенье из малины по первому способу (см. с. 24).

ДЖЕМ, СМОКВА, ЖЕЛЕ

Джем, смокву и желе из ягод морошки можно приготовить так же, как из ягод малины (см. с. 24—25), но сахара засыпают в массу на 100—150 г больше и количество добавляемой жидкости в случае приготовления джема и смоквы увеличивают на 50—100 г.

КОМПОТЫ

На 1 кг кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г морошки, 50 — малины, 50 — физалиса и 50 г свеклы;
2. 100 г морошки, 50 — земляники, 50 — брусники и 50 г ревеня;
3. 100 г морошки, 50 — калины, 50 — яблок и 50 г огурцов.

В диком виде растет в Крыму, на Кавказе и на Дальнем Востоке. Это довольно морозостойкий засухоустойчивый и нетребовательный к почве кустарник высотой 2—4 м. Плодоносит в августе—сентябре. Плоды — крупные костянки, овальные, с продолговатой косточкой, темно- и ярко-красные, сочные, кисло-сладкие с терпкостью. В них содержится до 19% сахара, органические кислоты, пектин, дубильные и красящие вещества, витамин С, фитонциды, калий, железо.

Культивируют садовые формы с более крупными плодами. На приусадебных участках заслуживают разведения такие сорта, как Бутылочный, Бюль-зогал, Кара-зогал, Мири-зогал, Сары-зогал и др.

Плоды употребляют в пищу в свежем виде или используют для приготовления консервированных продуктов. Для консервирования применяют плоды всех форм и сортов кизила культурного и дикорастущего (крупноплодные и мелкоплодные).

ВЯЛЕНЫЙ

Первый способ. Берут свежие зрелые с плотной мякотью плоды садового кизила, удаляют плодоножки, моют, обсушивают, вынимают косточки, пересыпают плоды сахарным песком (400 г на 1 кг), выдерживают при температуре 22° в течение 26 ч, сливают и консервируют сок. В оставшуюся массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета по 350 г сахарного песка и воды на 1 кг, выдерживают в течение 5 мин при температуре 85°, сливают и консервируют сок. Далее процесс вяления аналогичен приготовлению вяленой земляники (см. с. 17—18), но подвяливают продукт в духовке при температуре 80° в течение 15 мин и при 65—70° дважды по 20 мин, в сите при 30° — 4—6 ч. Для выравнивания влажности его требуется три-четыре дня. Влажность вяленого кизила — 21—23%.

Второй способ. Плоды свежесобранного дикорастущего кизила сортируют, отбраковывают неполноценные (мятые, уродливые), удаляют плодоножки, моют, бланшируют в течение 1—2 мин, обсушивают, пересыпают сахарным песком (500 г на 1 кг) и выдерживают в течение 72 ч при температуре 5°. Далее процесс вяления такой же, как при первом способе, но подвяливают про-

дукт в сите при температуре 30° в течение 5—7 ч. Для выравнивания влажности его требуется четыре-пять дней.

Сок кизила купажируют с яблочным (пресных и сладких сортов), земляничным, ежевичным, шиповниковым, отуречным и морковным соками.

ЖЕЛЕ

Желе из плодов кизила готовят так же, как из плодов барбариса (см. с. 70).

ВАРЕНЬЕ

Варенье из плодов кизила лучше всего варить без косточек. Подготовка плодов и дальнейший процесс, в том числе консервирование сока, такие же, как и при вялении кизила по первому способу. Массу, оставшуюся после слива сока, заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 700—900 г сахарного песка, в зависимости от кислотности плодов, и 750 г воды, на 1 кг плодов, ставят на огонь и варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

ДЖЕМ ИЗ КИЗИЛА С ЯБЛОКАМИ

Берут зрелые, перезревшие, мятые плоды кизила, удаляют косточки. Далее технологический процесс, включая консервирование сока, аналогичен вялению кизила. Затем в массу добавляют воду (600 г на 800 г массы), размешивают, проваривают в течение 10—15 мин, кладут 200 г яблочного пюре и 800—1000 г сахара и варят до готовности так же, как джем из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении кизила. В нее добавляют воду (650 г на 1 кг) и варят до размягчения. Затем горячую массу протирают через мелкое сито. Если пюре готовят для длительного хранения, в него добавляют 200—300 г сахара на 1 кг, размешивают, после чего выдерживают на огне, закрыв крышку емкости, при температуре 85—90° в течение

3—5 мин до полного растворения сахара. Потом горячее пюре расфасовывают в простерилизованные банки, которые укупоривают. Если же пюре предназначено для приготовления мармелада, сахар в него не кладут, а сразу готовят мармелад.

МАРМЕЛАД

Приготовленное для мармелада пюре проваривают в течение 10—12 мин, затем засыпают в него сахарный песок (450—500 г на 1 кг) и варят до готовности так же, как мармелад из слив (см. с. 49).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г кизила, 50 — айвы, 50 — боярышника и 50 г свеклы;
2. 100 г кизила, 50 — яблок, 50 — винограда и 50 г тыквы;
3. 100 г кизила, 50 — груш, 50 — инжира и 50 г моркови.

ИНЖИР

В СССР в диком виде встречается в Закавказье, Малой Азии, Крыму, Средней Азии. Культивируют в Средней Азии, Крыму, на юге Украины, в Молдавии, Грузии, Азербайджане, Таджикистане. Цветет в апреле — мае, июне — июле и августе. Опыляют цветки осы-бластофаги. Большинство культурных сортов формируют спелые соплодия без опыления. Лучшими качествами обладают соплодия с семенами при осеннем урожае (в августе — сентябре). Соплодия собирают выборочно, по мере созревания. Они почти не хранятся в свежем виде (до 6 ч) и требуют немедленного потребления или консервирования.

Плоды — орешки, погруженные в ткань разросшихся соплодий, желтые или фиолетово-черные, достигающие при созревании диаметра 5 см, длины 8 см и массы 30—70 г, приторно-сладкие и кисло-сладкие.

В соплодиях содержится до 75% сахаров (в основном глюкоза и фруктоза, в малом количестве — сахароза), до 5,4 — пектина, 3,1 — жиров, 6% белков, лимон-

ная, яблочная и уксусная кислоты, витамины А, С, В₁, В₂ и много микроэлементов.

Плоды употребляют в пищу в свежем виде, а также используют для консервирования. Для переработки инжира применяют сладкие и кисло-сладкие плоды. В этом случае их лучше всего смешивать.

Существует множество сортов этой культуры, различающихся по урожайности и времени созревания, качеству соплодий. В СССР распространены сорта отечественной селекции, такие как Абхазский фиолетовый, Июльский, Смена, Никитский ароматный, Чапла, Далматский, Кадота и др.

Инжир хорошо развивается и плодоносит в комнатных условиях. Он нетребователен к почве, засухоустойчив, светолюбив, но может расти и в затенении. Требуется обильного полива. Это двудомное растение, но такие сорта, как Далматский и Кадота, относятся лишь к женским экземплярам, хорошо плодоносящим без оплодотворения.

В комнатных условиях дает около 50 плодов. Хорошо размножается семенами и черенками.

ВЯЛЕНЫЙ

Первый способ. Берут мелкие, средние и крупные зрелые и не полностью созревшие плоды, очищают от плодоножек, моют, обсушивают, накалывают, пересыпают сахарным песком (150—200 г на 1 кг) и выдерживают в течение 10 ч при температуре 22—24°. Сок сливают, плоды снова пересыпают сахарным песком (150—200 г на 1 кг) и выдерживают при тех же режимах. Сок сливают, объединяют с первым и консервируют. В массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 250—300 г сахарного песка и 250 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 7—9 мин при температуре 90°. Далее вяление проводят так же, как вяление земляники (см. с. 17—18), но в духовке продукт выдерживают дважды по 40 мин.

Второй способ. Подготовку плодов инжира и весь процесс вяления осуществляют по первому способу, но для отделения сока плоды выдерживают дважды по 36 ч при температуре 3—5° и сахара засыпают по 150—200 г на 1 кг плодов каждый раз. Этот способ позволяет сохранить ягоды инжира до трех суток. Влажность вяленого инжира — 22—24%.

Сок инжира купажируют с лимонным, барбарисовым, алычовым, сливовым, рябиновым и ревеневым соками.

ВАРЕНЬЕ

Варят из такой же массы, какую получают при вялении инжира первым и вторым способами. Для массы готовят сироп из расчета 550—700 г сахарного песка, в зависимости от сахаристости плодов, и 800 г воды на 1 кг. Варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19), но за 10 мин до конца варки сахарного песка добавляют 250—300 г на 1 кг.

ДЖЕМ

Используют плоды всех сортов инжира. Берут зрелые, перезревшие, мятые, битые плоды, промывают, обсушивают и режут на кусочки. Готовят такую же массу, какую получают при вялении инжира любым способом. В эту массу заливают горячую воду (650 г на 1 кг) и засыпают сахарный песок (550—600 г на 1 кг), размешивают и варят до готовности так же, как джем из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Берут такие же плоды, как и в случае приготовления джема. Массу готовят так же, как при вялении плодов с отделением сока. В нее заливают горячую воду (500 г на 1 кг), варят до размягчения, после чего протирают на сите и упаковывают.

СМОКВА

Готовят из пюре инжира (описание см. выше). В него засыпают сахар (250—350 г на 1 кг) и уваривают так же, как смокву из земляники (см. с. 21).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов: 1. 100 г инжира, 50 — малины, 50 — вишни и 50 г свеклы;

2. 100 г инжира, 50 — смородины, 50 — сливы и 50 г тыквы;

3. 100 г инжира, 50 — земляники, 50 — алычи и 50 г моркови.

ВИНОГРАД

Одна из древнейших плодовых культур. В диком виде в СССР встречается на Кавказе и в Средней Азии. Широко культивируют на Кавказе, Украине, в Средней Азии, Крыму, Молдавии, Нижнем Поволжье. Разводят в приусадебных садах, в том числе в Подмоскovie. Это вьющееся многолетнее растение (лианы достигают длины 20 м). Ягоды разнообразной окраски, формы, величины, от сладких до сильно кислых. Собирают их в августе — сентябре. В ягодах содержится до 27% сахара, органические кислоты, дубильные, пектиновые и красящие вещества, минеральные соли, витамины А, В₁, В₂, С. В зависимости от сорта химический состав плодов сильно меняется.

Существует большое количество новых районированных сортов винограда (есть сорта и с повышенной морозостойкостью), в том числе более 80 сортов отечественной селекции, среди которых Бархатный, Мадлен мускатный, Мускат гамбургский, Мускат таировский, Рубиновый магарача, Саперави северный. Наиболее скороспелые сорта: Мадлен Анжевин, Маленгр и др. В открытом грунте в Подмоскovie могут подмерзнуть до корневой шейки, а в суровые бесснежные зимы полностью вымерзают, поэтому осенью кусты подрезают и укрывают землей. Весной, после поздних заморозков, их открывают. Наиболее зимостойкий амурский виноград умеренно влаголюбив. Ягоды черные, до 12 мм в диаметре, сильно кислые, съедобные.

ВЯЛЕНЫЙ

Первый способ. Для вяления используют плоды всех сортов винограда, но лучше всего брать плоды без кисточек. Вначале их хорошо промывают с кисточками, после чего снимают с кисточек, удаляют загнившие, с налетом плоды и плодоножки, промывают в кипяченой воде, обсушивают, накалывают, складывают в тару, пересыпают сахарным песком (320 г на 1 кг), вы-

держивают в течение 22 ч при температуре 24° и сливают сок. В оставшуюся массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 300 г сахара и 350 г воды, и выдерживают в течение 6 мин при температуре 85°. Сливают и консервируют сок или объединяют с ранее полученным соком. Массу подвяливают в духовке в течение 25 мин при температуре 80° и дважды по 30 мин при 65—70°, в сите держат в течение 5—6 ч. Для выравнивания влажности продукта требуется три—пять дней. Влажность вяленого винограда — 21—23%.

Второй способ. Берут плоды сортов винограда с косточками, удаляют некачественные ягоды и плодоножки, хорошо промывают в кипяченой воде, обсушивают, накальвают, засыпают сахарным песком (350 г на 1 кг) и выдерживают в течение 72 ч при температуре 3—5°. После слива сока готовят сироп из расчета 320 г сахара и 350 г воды на 1 кг.

Дальнейший процесс аналогичен первому способу вяления.

В соке винограда содержатся все ценные составные части свежего винограда: легкоусвояемые сахара, органические кислоты, соли железа, фосфора, кальция, магния, а также ароматические и вкусовые вещества. Его купажируют с мандариновым, барбарисовым, лимонным, сливовым, айвовым, смородиновым и ревеневым соками.

ВАРЕНЬЕ

Варят из ягод без косточек или предварительно удаляют их. Подготовка плодов и массы с отделением сока такие же, как при вялении винограда первым способом. Сироп готовят из расчета 650 г сахара и 800 г воды на 1 кг. Массу заливают горячим сиропом, выдерживают в нем в течение 2—2,5 ч, после чего варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19) с добавлением 100 г лимонного сока.

ДЖЕМ ИЗ ВИНОГРАДА И ЯБЛОК

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении винограда первым способом. После отделения сока берут 600 г массы из винограда и 400 г яблочного пюре, смешивают, заливают сахарным сиропом, приго-

товленным из расчета 700 г сахарного песка и 500 г воды, и варят до готовности, как джем из земляники (см. с. 20).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г винограда, 50 — сливы, 50 — рябины и 50 г моркови;
2. 100 г винограда, 50 — терносливы, 50 — кизила и 50 г свеклы;
3. 100 г винограда, 50 — вишни, 50 — шиповника и 50 г тыквы.

АПЕЛЬСИНЫ

В диком виде не встречаются. В открытом грунте выращивают в прибрежных районах от Гагр до Батуми. С 30-х годов XX века вошли в культуру в Средней Азии.

Сбор плодов проводят в ноябре — декабре (дозревают до февраля). Мякоть их сочная и составляет около 70% массы плода. В ней содержится от 6 до 15% сахаров, лимонная кислота, каротин, витамины С, В₁, В₂, РР. В кожуре плодов имеются сахара, незначительное количество кислоты, пектиновые вещества, эфирное масло, витамин Р.

Плоды употребляют в свежем и переработанном виде (сок, компот, варенье). Из кожуры готовят цукаты. Используют ее и для отдушки кондитерских, водочных изделий и безалкогольных напитков, для получения эфирного масла и кислоты. Плоды обладают ценными лечебными свойствами.

Все сорта апельсинов делят на три группы: обыкновенные — плоды крупные, верх и мякоть желтые, с семенами, кисло-сладкие; корольки — плоды некрупные, чаще всего без семян, мякоть, а иногда и корка красные, позднеспелые, отличаются лучшим вкусом (сладкие); пупочные (нэвлы) — плоды крупные (до 600 г), оранжевые, без семян, на верхушке плода в выемке расположен маленький (дополнительный) плодик, эти сорта раннеспелые и более холодостойкие, кисло-сладкие.

Советскими селекционерами выведены такие сорта, как Первенец, Лучший сухумский, Вашингтон нэвел, Гамлин и др.

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Пригодны плоды всех сортов. Здоровые свежие апельсины моют, просушивают. На терке с мелкими отверстиями снимают тонкий яркоокрашенный душистый верхний слой кожуры (цедру) до белого цвета. Разделенный (без косточек) на три-четыре части каждый апельсин (в одной части должно быть от двух до трех долек) с наружной, округлой, части накальвают для лучшего отделения сока. Если апельсины с зернами, их удаляют (в этом случае не накальвают). Подготовленные плоды пересыпают сахарным песком (350—400 г на 1 кг, в зависимости от кислотности плодов), выдерживают в течение 22 ч при температуре 24°, сливают сок, а оставшуюся массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахара и 350 г воды на 1 кг, и прогревают в течение 7 мин при температуре 80°. Сок сливают (можно объединить) и консервируют. Подвяливают массу в духовке в течение 25 мин при температуре 85° и дважды по 25 мин при 65—70°, в сите — в течение 5—7 ч. Для выравнивания влажности продукта требуется четыре—шесть дней. Влажность вяленых апельсинов — 21—23%.

Цедру пересыпают сахарным песком (1:1), перемешивают, плотно укладывают в банку и засыпают сверху сахарным песком. Банку закрывают и ставят на хранение в холодное место.

Второй способ. Подготовка плодов и весь процесс аналогичны вялению апельсинов по первому способу, но для отделения сока плоды выдерживают при температуре 3—5° в течение 72 ч.

Сок апельсинов купажируют с лимонным, рябиновым, облепиховым, барбарисовым, физалисовым, морковным и свекольным соками.

ВАРЕНЬЕ

Используют качественные плоды всех сортов. Подготавливают их так же, как и для вяления, но цедру снимают осторожно, надрезав крестообразно концом ножа корку на апельсине (при этом получают четыре

надреза) и, не повреждая мякоти, разъединяют его на дольки. Если есть зерна, удаляют их, а если зерен нет, дольки накальвают, засыпают сахарным песком (400 г на 1 кг) и выдерживают так же, как при первом и втором способах вяления. Далее массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 700—750 г сахарного песка и 700 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 1,5—2 ч. Затем варят, как варенье из земляники (см. с. 19).

ДЖЕМ АПЕЛЬСИНОВЫЙ С ЯБЛОКАМИ

Варят из такой же массы, какую получают при вялении или при варке варенья после отделения сока. Берут 600 г массы из апельсинов, 400 г яблочного пюре и перемешивают. Готовят сироп из расчета 700 г сахарного песка и 600 г воды на 1 кг, заливают его в массу и варят так же, как джем из земляники (см. с. 20).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г апельсинов, 50 — черешни, 50 — шиповника и 50 г сельдерея;

2. 100 г апельсинов, 50 — вишни, 50 — крыжовника и 50 г огурцов;

3. 100 г апельсинов, 50 — абрикосов, 50 — ежевики и 50 г кабачков.

МАНДАРИНЫ

В диком виде не произрастают. В СССР культивируют на Черноморском побережье Кавказа и в Азербайджанской ССР как на промышленных плантациях, так и в приусадебных садах.

Плоды слегка сплюснутые, 4—6 см в диаметре, оранжевые, с тонкой коркой, легко отделяющейся от долек (10—12), которые хорошо разъединяются и имеют желто-оранжевую окраску.

Мякоть составляет около 65%, корка — 35% массы плода. В мякоти содержится 6,8—10,4% сахаров, 0,8—0,9% кислот, до 40 мг% витамина С, витамины В₁, РР,

фитонциды, в кожуре — пигменты, каротин, жирное масло, кислоты.

Плоды обладают ценными лечебными и пищевыми свойствами. Употребляют в пищу в свежем и переработанном виде.

Существует несколько видов мандаринов с различными по качеству плодами: кисло-, сладко-, крупно- и мелкоплодные, с немного красной и оранжевой окраской, с семенами и без семян.

В советских субтропиках культивируют в основном мандарин Уншиу (бессемянный), из которого отобраны лучшие сорта. Районированы новые сорта мандаринов: Иверия, Миагава-Вазе, Мичуринец, Сухумский.

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Пригодны плоды всех сортов. Берут свежие здоровые плоды, моют, просушивают, снимают цедру ножом, как с апельсинов при варке варенья (см. с. 101—102), очищают от белых жилок, разъединяют на части, оставляя в каждой части две-три дольки, накальвают, пересыпают сахарным песком (320—400 г на 1 кг), выдерживают в течение 20 ч при температуре 22°, а затем сливают сок. В оставшуюся массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 320 г сахара и 350 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 6 мин при температуре 80°. Дальнейший процесс аналогичен вялению земляники (см. с. 17—18), но подвяливание в духовке проводят в течение 20 мин при температуре 85° и дважды по 25 мин при 65—70°, в сите — 5—6 ч при 30°.

Для выравнивания влажности продукта требуется четыре-пять дней. Влажность вяленого мандарина — 21—23%.

Второй способ. Подготавливают плоды так же, как при вялении апельсинов по первому способу (см. с. 101). Весь процесс аналогичен вялению мандаринов по первому способу, но плоды для отделения сока выдерживают при температуре 2—5° в течение 64 ч.

Мандариновый сок купажируют с теми же соками, что и апельсиновый, а также с соками шиповника, ревеня и сельдерея.

Варят из такой же массы, какую получают при вялении мандаринов по первому и второму способам (после отделения сока). В массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 650—700 г сахара и 750 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 1,5 ч, после чего варят, как варенье из земляники (см. с. 19), но сахара в конце варки добавляют 300 г на 1 кг, и процесс варки на 5—8 мин короче.

Из снятой кожуры (цедры) мандаринов так же, как и из цедры апельсина, можно приготовить цукаты (см. с. 10—11, «Цукаты»).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г мандаринов, 50 — земляники, 50 — абрикосов и 50 г моркови;
2. 100 г мандаринов, 50 — малины, 50 — сливы и 50 г свеклы;
3. 100 г мандаринов, 50 — ирги, 50 — персиков и 50 г тыквы.

ЛИМОНЫ

В диком виде не встречаются. В СССР широко выращивают в Узбекистане, Таджикистане и Азербайджане.

Плоды эллиптические, ароматные. Корка их светло-желтая, плохо отделяется от мякоти, которая имеет восемь-десять долек, зеленовато-желтая, кислая. Созревают в ноябре—декабре. Мякоть составляет около 60% массы плода. В ней содержится до 4% сахаров, до 8% кислот, до 90 мг% витамина С, витамины В₁, В₂, А, Р, фитонциды.

Плоды употребляют в сыром виде, применяют в кулинарии, очень широко используют в народной медицине.

В СССР испытаны зарубежные сорта, лучшие из которых — Лисбон, Вилла Франка и лимон Мейера. Из отечественных сортов выращивают Новогрузинский, Новоафонский, Ударник.

Плоды лимона моют в холодной воде. (в горячей во-

де расплавляется восковой наружный слой лимона, в результате улетучиваются ароматические эфирные масла).

ВЯЛЕННЫЕ

Берут свежие спелые качественные плоды, моют, обсушивают. Срезают ножом или снимают на мелкой терке цедру. Бланшируют плоды в течение 1—2 мин при температуре 80—90°, после чего обмывают холодной кипяченой водой и нарезают дольками на четыре-пять частей. Пересыпают сахарным песком (500 г на 1 кг) и выдерживают в течение 22 ч при температуре 24°. После слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 400 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 7 мин при температуре 80°. Далее процесс аналогичен вялению апельсинов (см. с. 101).

Сок лимона купажируют с соками земляники, абрикоса, алычи, мандарина, винограда, инжира, кабачков, моркови.

ВАРЕНЬЕ

Варят из такой же массы, какую получают при вялении лимонов. После слива сока готовят сироп из расчета 900 г сахара и 800 г воды на 1 кг, заливают его в массу, настаивают около 2 ч и варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

ЦУКАТЫ

Цукаты из долек лимона. В случае приготовления цукатов из долек лимона, так же как и при варке варенья, применяют два способа варки: однократный до готовности и многократный, чередующийся с охлаждением. Аромат и питательная ценность цукатов лучше сохраняются при однократной варке, а их форма — при многократной. Приготовление по новому способу обеспечивает сохранение и формы цукатов, поскольку продукт выдерживают в сахаре до тепловой обработки (см. с. 9—10, «Варенье»).

Цукаты из лимонной цедры. Сняв кожуру ложкой или ножом, соскабливают остатки мякоти (горького слоя), кожуру нарезают на кусочки необходимого раз-

мера и формы и проваривают в течение 5—8 мин в большом количестве воды. Затем моют холодной кипяченой водой, после чего пересыпают сахарным песком (500 г на 1 кг) и выдерживают в течение 24 ч при температуре 20—22°. Выделившийся сок сливают. Готовят сироп из расчета 800 г сахара и 700 г воды на 1 кг корочек. Заливают их и выдерживают в течение 3—4 ч при комнатной температуре. Затем варят при закрытой крышке до тех пор, пока они не станут мягкими. За 5—8 мин до конца варки вливают ранее слитый сок. Цукаты можно подсушивать в день варки либо хранить в этом же сиропе и подсушивать по мере необходимости (см. с. 10—11, «Цукаты»).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г лимона, 50 — айвы, 50 — персиков и 50 г сельдерея;

2. 100 г лимона, 50 — черной смородины, 50 — яблок и 50 г кабачков;

3. 100 г лимона, 50 — малины, 50 — слив и 50 г тыквы.

ГРЕЙПФРУТЫ

В диком виде не встречаются. В СССР культивируют на Черноморском побережье Грузинской ССР. Созревают в ноябре — декабре. Плоды могут храниться до июля.

Плоды одиночные или в кистях, немного приплюснутые, до 15 см в диаметре, с толстой (до 1 см) кожурой, светло- или темно-желтые, в основном с семенами. Мякоть их сочная, ароматная, серовато-зеленая или желтая, кисло-сладкая с горьковатым привкусом. Она составляет 50—70% массы плода. В ней содержится до 7% сахаров, до 2,5% кислот, минеральные соли, пектиновые вещества, эфирное масло, витамины А, D, В₁, С (до 44 мг%), горький гликозид (в основном в пленках).

Употребляют в свежем виде или используют для приготовления сока, варенья, компота. Из кожуры плодов делают цукаты, получают пектин и эфирное масло.

Распространены сорта грейпфрута Дункан, Марш,

Бессемянный и относительно морозостойкие сорта, полученные путем скрещивания грейпфрута с мандарином. На Сухумской опытной станции выведен новый сорт Юбилейный. Он отличается ранним созреванием, более высокой зимостойкостью в сравнении с другими районированными сортами и большим содержанием в плодах витамина С (до 82,7 мг%).

ВЯЛЕННЫЕ

Берут свежие спелые качественные плоды, моют, обсушивают, срезают ножом кожуру или снимают ее на терке. Затем плоды разъединяют на дольки, бланшируют в течение 2—3 мин при температуре 80—90° в большом количестве воды, после чего обмывают холодной кипяченой водой и обсушивают. Дольки накалывают, пересыпают сахарным песком (450 г на 1 кг), выдерживают в течение 20 ч при температуре 22°, сок сливают. Массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 350 г сахара и 300 г воды на 1 кг, прогревают в течение 6 мин при температуре 80°, сливают сок. Подвяливают продукт в духовке в течение 20 мин при температуре 85° и дважды по 25 мин при 65—70°, в сите—5—6 ч при 30°. Для выравнивания влажности продукта требуется четыре-пять дней. Влажность вяленого грейпфрута—21—23%.

Сок грейпфрута купажируют с теми же соками, что и соки апельсина, мандарина и лимона, а также с вишневым, крыжовенным, смородиновым (черной, белой, красной), огуречным.

ВАРЕНЬЕ

Плоды подготавливают так же, как при вялении грейпфрута, но дольки не накалывают, а режут поперек на две части. После слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 800 г сахара и 700 г воды на 1 кг, выдерживают в сиропе в течение 1,5—2 ч и варят, как варенье из земляники (см. с. 19).

ЦУКАТЫ

Готовят из цедры грейпфрута так же, как цукаты из цедры лимона (см. с. 105—106). Количество сахара зави-

сит от вида приготовляемых цукатов. Если готовят глазированные цукаты, перед концом варки добавляют сахарный песок (см. с. 10—11, «Цукаты»).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г грейпфрута, 50 — лимонов, 50 — актинидии и 50 г шиповника;
2. 100 г грейпфрута, 50 — апельсинов, 50 — боярышника и 50 г моркови;
3. 100 г грейпфрута, 50 — мандаринов, 50 — облепихи и 50 г яблок.

АЙВА

Айва обыкновенная — небольшое дерево высотой до 5 м. В диком виде встречается на Кавказе, в Крыму и Средней Азии. Культивируют на юге Европейской части СССР, на Кавказе и в Средней Азии. Широко выращивают на приусадебных участках как плодое и декоративное растение.

Плоды овально-шаровидные или грушевидные, слаборебристые, желтые, ароматичные, отличаются сладковатой мякотью с сильной терпкостью. Созревают в сентябре — ноябре.

В зрелых плодах содержится до 11% сахаров (глюкоза, фруктоза, сахароза), дубильные и азотистые вещества, яблочная, лимонная, винная кислоты, минеральные соли, витамин С, эфирное масло и фитонциды.

Существует много хороших отечественных сортов айвы обыкновенной, среди которых Самаркандская крупноплодная, Туруш бухарская, Сара раджаби, Анжерская, Мича урожайная и др.

В культуре распространены также айва японская высокая, айва японская низкая и айва японская альпийская.

Айва японская низкая в диком виде произрастает в Японии. В СССР выращивают в Европейской части и в Западной Сибири. Это долговечный кустарник высотой до 1 м, колючий, не страдает от заморозков, хорошо зимует в Подмоскovie под снегом при полном укрытии штамба и всех побегов. К влажности и почве нетребователен. При затенении цветет, но плодоносит плохо.

Плоды съедобные, по вкусу близки к плодам айвы обыкновенной, овальные и грушевидные, шириной до 5 см и длиной до 7 см, массой до 40 г, желто-зеленые, кислые, с большим ароматом и значительным количеством семян. Мякоть составляет 80—88% массы плода.

В плодах содержится до 5% сахаров, до 7% кислот, пектиновые и ароматические вещества, витамин С.

ВЯЛЕНАЯ

Пригодны плоды всех сортов айвы. Их промывают, снимают кожуру, если она жесткая, режут на дольки толщиной 20—25 мм, вырезают семенные камеры вместе с каменистым слоем, пересыпают сахарным песком (250 г на 1 кг), выдерживают в течение 16 ч при температуре 20°, сливают сок. Вторично пересыпают сахарным песком (250 г на 1 кг), выдерживают также в течение 16 ч при 20°, сок сливают и объединяют. Массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 350—400 г сахара (в зависимости от кислотности плодов) и 350 г воды на 1 кг. При закрытой крышке массу выдерживают в течение 20 мин при температуре 90°, затем сироп сливают. Подвяливают в духовке в течение 30 мин при температуре 85° и дважды по 40 мин при 65—70°, в сите—6—8 ч при 30°. Для выравнивания влажности продукта требуется четыре—шесть дней. Влажность вяленой айвы—21—22%.

Сок айвы купажируют с соками абрикосов, винограда, мандаринов, апельсинов, моркови, сельдерея.

ВАРЕНЬЕ

При варке варенья из плодов айвы японской низкой сахара берут больше, поскольку они отличаются повышенной кислотностью. Для приготовления варенья используют такую же массу, какую получают при вялении плодов айвы (после отделения сока). Затем в нее заливают воду (400 г на 1 кг) и варят до размягчения. После этого готовят сироп из расчета 900—1100 г сахара и 800 г воды на 1 кг. Этот сироп заливают в массу и варят до готовности, как варенье из земляники (см. с. 19). Чтобы варенье было более вкусным и ароматным, очищенную кожуру айвы варят в воде, затем отвар процеживают через частую сетку и используют для варки варенья.

Первый способ. Берут такую же массу, какую получают при вялении продукта. После слива сока в массу заливают воду (600 г на 1 кг) и варят до размягчения. В горячем виде протирают через сито, после чего пюре проваривают. В том случае, когда пюре из айвы готовят для хранения, при варке засыпают сахарный песок по вкусу.

Второй способ. Используют плоды побитые и с пятнами, промывают, режут на кусочки, добавляют к ним кожуру и сердцевину от айвы. Складывают все в кастрюлю и заливают небольшим количеством воды. При закрытой крышке варят до размягчения, затем протирают через сито и доводят до кипения, помешивая. Консистенция готового пюре должна быть похожа на густую сметану (см. с. 61—62, «Пюре» из яблок, второй способ).

ПОВИДЛО ИЗ АЙВЫ С ЯБЛОКАМИ

Берут 600 г пюре из айвы, приготовленного по первому или по второму способу, добавляют к нему 400 г пюре из яблок (приготовление см. на с. 61—62, первый и второй способы), размешивают, варят в течение 5—8 мин при закрытой крышке, после чего засыпают 700—900 г сахара (в зависимости от сорта айвы) и далее варят, как повидло из слив (см. с. 48).

ЦУКАТЫ

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении. После отделения сока в массу заливают воду, добавляют сахар, как при варке варенья из айвы, варят, затем из этой массы готовят цукаты (см. с. 10—11). Для их приготовления требуется 1,1—1,3 кг сахарного песка на 1 кг массы.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов: 1. 100 г айвы, 50 — яблок, 50 — боярышника и 50 г малины;

2. 100 г айвы, 50 — груш, 50 — актинидии и 50 г физалиса;

3. 100 г айвы, 50 — шиповника, 50 — земляники и 50 г инжира.

АНАНАСЫ

Культура ананасов наиболее распространена в Южной Америке (около шести видов) и на Филиппинах. В нашей стране ананасы начали разводить несколько лет тому назад в Грузии.

Плоды овальной, немного вытянутой формы. Мякоть плодов сочная, с острым кисло-сладким вкусом и прекрасным ароматом. В ней содержится до 11,4% сахаров (фруктоза, глюкоза, сахароза), до 0,41% азотистых веществ, до 0,52% кислоты, витамин С (40 мг%), минеральные соли и особенно большое количество (321 мг в 100 г) калия. По калорийности плоды ананаса выше абрикосов, айвы, груш, персиков, яблок, дыни. Их употребляют в свежем виде и используют для приготовления соков, варенья, джема, компотов.

Разрезанные плоды ананаса не могут храниться при комнатной температуре более 8 ч: они теряют цвет, становятся менее вкусными и покрываются белым налетом.

ВЯЛЕННЫЕ

Плоды промывают, обсушивают, срезают кожуру с верхней и нижней частей, затем сверху вниз с боков, не нарушая мякоти, и разрезают на крупные части толщиной 20—22 мм. Из каждой части ножом с узким концом вырезают твердую сердцевину и режут мякоть на шесть—восемь долек. Дольки складывают в емкость, пересыпают сахарным песком (200 г на 1 кг), выдерживают в течение 12 ч при температуре 22—24°, сливают сок. Вторично пересыпают сахаром (200 г на 1 кг) и выдерживают при тех же режимах. Еще раз сливают сок, объединяют его с первым и консервируют. Массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета по 300 г сахара и воды на 1 кг, выдерживают в течение 7 мин при температуре 80°. Дальнейший процесс аналогичен вялению земляники (см. с. 17—18), но в духовке продукт выдерживают в течение 20 мин при температуре 85°, дважды — по 25 мин при 65—70°, в си-

те — 5—6 ч при 30°. Для выравнивания влажности продукта требуется пять-шесть дней. Влажность вяленого ананаса — 21—23%.

Сок ананаса купажируют с ежевичным, черешневым, абрикосовым, персиковым, грушевым, ирговым, морковным и физалисовым соками.

ВАРЕНЬЕ

Варят из такой же массы, какую получают при вялении ананаса после отделения сока. В массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 700 г сахара и 750 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 1,5—2 ч. Далее варят так же, как варенье из малины (см. с. 24).

ДЖЕМ ИЗ АНАНАСА И ЯБЛОК

Берут 600 г такой же массы ананаса, какую получают при вялении, и 400 г яблочного пюре (приготовление последнего см. на с. 61—62, «Пюре» — первый и второй спосббы). Массу ананаса заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 800 г сахарного песка и 600 г воды, перемешивают, проваривают в течение 10 мин, после чего добавляют яблочное пюре, засыпают сахар (300 г), размешивают и варят до готовности, как джем из земляники (см. с. 20).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г ананаса, 50 — яблок, 50 — рябины и 50 г шиповника;
2. 100 г ананаса, 50 — слив, 50 — жимолости и 50 г облепихи;
3. 100 г ананаса, 50 — груш, 50 — актинидии и 50 г боярышника.

АРБУЗЫ

В диком виде произрастают в Южной и Центральной Африке. Широко выращиваются в СССР, особенно на

Украине, в Нижнем Поволжье, на Северном Кавказе, в Закавказье, Средней Азии и Центрально-Черноземной зоне.

Плоды вытянутой, сплюснутой, шарообразной грушевидной формы с однотонной и пестрой (от бледно- до черно-зеленой) окраской. В них содержатся сахара (глюкоза, фруктоза), азотистые вещества, клетчатка, жиры, пигменты, витамины А, В₁, В₂, С, РР. Витамины находятся в основном в корке, особенно в зелени, расположенной ближе к кожуре. В пищу употребляют хорошо созревшие плоды в сыром виде, когда в мякоти их бывает 2,5—12% сахаров. Время сбора плодов — август — сентябрь.

Семена, содержащее 25—30% масла, идут на приготовление пищевого масла. Из корок делают цукаты, из сока — арбузный мед, из мякоти — патоку. Плоды режут и сушат.

К распространенным сортам столовых арбузов относятся: Быковский 22, Десертный 83, Любимец хутора Пятигорска 286, Мелитопольский 142 и 143, Победитель 395, Скороспелый харьковский и др. В Японии выведен бессемянный арбуз. Он более урожайный и отличается особенно сладкими плодами.

ВЯЛЕННЫЕ

Берут не полностью созревшие, зрелые (но неперезревшие) арбузы, моют, обсушивают, разрезают вдоль на четыре части, срезают жесткую наружную кожуру, вырезают мякоть с последующей выборкой семян. Далее вдоль нарезают полоски 50—60×25×25 мм, пересыпают сахарным песком (380 г на 1 кг), выдерживают в течение 22 ч при температуре 22°, сливают сок. Оставшуюся массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахара и 350 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 5 мин при температуре 80°. Затем сливают сироп, подвяливают массу в духовке в течение 20 мин при 85° и дважды по 25 мин при 65—70°, выдерживают в сите 5—6 ч при 30° и выравнивают влажность продукта в течение четырех—шести дней. Влажность вяленого арбуза — 22—23%.

Сок арбуза купажируют со смородиновым (черной, белой, красной), крыжовенным, земляничным, малиновым, вишневым и ревеневым соками.

Первый способ — джем из арбузов и айвы. Берут 600 г такой же массы из арбуза, какую получают при вялении его после отделения сока, и 400 г массы из айвы, также полученной при вялении (см. с. 109). Массу складывают в одну емкость, заливают 750 г воды, засыпают 1,1 кг сахарного песка, перемешивают и варят так же, как джем из земляники (см. с. 20).

Второй способ — джем из арбузов и яблок. Используют такую же массу (500 г), какую получают при вялении арбуза после слива сока, и 500 г яблочного пюре (см. с. 61—62). Для этой смеси берут 800—900 г сахарного песка и 650 г воды и варят все, как джем из земляники (см. с. 20).

ЦУКАТЫ

Варят из такой же массы, какую получают при вялении после слива сока. В массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 800 г сахарного песка и 800 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 2—3 ч. После этого варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19). Перед концом варки добавляют цедру или сок лимона. Далее приготовление цукатов см. на с. 11.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г арбуза, 50 — слив, 50 — ежевики и 50 г моркови;
2. 100 г арбуза, 50 — вишни, 50 — жимолости и 50 г тыквы;
3. 100 г арбуза, 50 — алычи, 50 — айвы и 50 г кабачков.

ДЫНИ

В диком виде дыня не произрастает. Культивируют повсеместно. В СССР самые большие площади посадок дыни имеются на юге Европейской части и в Средней Азии. На юге Молдавии, Украины, в Нижнем Поволжье, на Кавказе, в Средней Азии дыни сеют и вы-

ращивают в открытом грунте, в северных районах — в парниках и на теплых грядках. В Подмосковье их можно выращивать на паровых кучах.

В мякоти плодов содержится до 18% сахаров, витамин С (до 40 мг%), фолиевая и никотиновая кислоты, жиры, ароматические вещества, в семенах — 25—30% пищевого масла.

К лучшим сортам относятся Грунтовая грибовская, Гуляби, Бронзовка К-9, Аркани местная, Кой-баш, Колхозница, Комсомолка, Новинка Дона, Хандоляк кокча.

Сбор урожая проводят в августе—сентябре. Многие позднеспелые сорта после снятия урожая дозревают и делаются съедобными через один-два месяца после лежки. Температура хранения в помещении должна быть не ниже 0°. Некоторые сорта при правильном режиме хранения сохраняются до нового урожая.

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Пригодны полуспелые плоды всех сортов. Их моют, обсушивают, разрезают вдоль на четыре части. Срезают жесткую наружную кожуру, выбирают сердцевину вместе с семенами. Нарезают вдоль полоски 60—70 × 20 × 25 мм, складывают в емкость, пересыпают сахарным песком (380 г на 1 кг), выдерживают в течение 24 ч при температуре 22°, сливают сок. Готовят сироп из расчета 350 г сахара и 300 г воды на 1 кг. В горячий сироп выкладывают массу, выдерживают в течение 6 мин при температуре 80°, сливают сироп. Дальнейший процесс аналогичен вялению арбузов (см. с. 113).

Второй способ. Подготовка плодов и весь технологический процесс такие же, как при первом способе вяления, но плоды берут зрелые, с плотной и твердой мякотью, для отделения сока используют 330 г сахарного песка на 1 кг и выдерживают в течение 72 ч при температуре 3—5°.

Сок дыни купажируют с яблочным, сливовым, облепиховым, барбарисовым, айвовым, лимонным и физалисовым соками.

ВАРЕНЬЕ

Берут полуспелые с плотной мякотью дыни, моют, обсушивают, разрезают на две части, срезают кожуру,

удаляют сердцевину вместе с семенами, режут на кубики сечением 18—20 мм или на кусочки, одинаковые по форме и размерам либо близкие к ним. Засыпают сахарный песок (380 г на 1 кг), выдерживают в течение 24 ч при температуре 22°, сливают сок. Затем массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 800 г сахарного песка и 750 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 2—3 ч, после чего варят так же, как варенье из земляники (см. с. 19).

ЦУКАТЫ

Приготавливают из такой же массы, какую получают при вялении дыни после слива сока. Массу заливают горячим сиропом, который готовят из расчета по 800 г сахарного песка и воды на 1 кг, и варят, как варенье из земляники (см. с. 19). Далее приготовление цукатов см. на с. 11.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов (полоски вяленой дыни нарезают на две-три части):

1. 100 г дыни, 50 — терносливы, 50 — смородины и 50 г физалиса;
2. 100 г дыни, 50 — мирабелы, 50 — малины и 50 г ревеня;
3. 100 г дыни, 50 — вишни, 50 — крыжовника и 50 г кабачков.

ФРУКТОВЫЕ ЗАГОТОВКИ

Можно приготовить практически из всех фруктов. Подготовка сырья, количество сахара, выдержка и температурные режимы для отделения сока такие же, как в случае приготовления вяленых продуктов (описаны по каждому виду фруктов). Далее после слива сока в таз с широким дном наливают горячий сироп, приготовленный из расчета 150—200 г сахара и 400 г воды на 1 кг, выкладывают массу, размешивают, прогревают при закрытой крышке, как указано в таблице 1, изредка помешивая во избежание пригорания. Заготовки в горячем виде раскладывают в стерильные

Т а б л и ц а 1
Режимы для фруктовых заготовок

Фрукты	Режим	
	температура, С	время, мин
Малина, ежевика, облепиха, ирга	70—80	3—5
Клюква, брусника, черника, калина, смородина, голубика	70—80	4—6
Земляника, рябина, крыжовник, лимоны, апельсины, мандарины, виноград	80—85	5—7
Яблоки, слива, персики, абрикосы без косточек	85—90	6—7
Груши, айва	85—90	7—8

банки, которые укупоривают металлическими крышками и ставят вверх дном.

Фруктовые заготовки применяют для приготовления начинок к мучным изделиям (пирожки, слоеные пироги, рулеты, булочки) и крупяным (пудинги, запеканки и т. д.). Используют их и на десерт к овощным блюдам.



ПЕРЕРАБОТКА ОВОЩЕЙ С ОТДЕЛЕНИЕМ СОКА

РЕВЕНЬ

Ревень — раннее многолетнее овощное растение с розеткой крупных листьев на длинных толстых черешках. Различают ревень овощной и лекарственный. Ниже даны краткие сведения о ревене овощном.

Корневища ревеня выдерживают морозы до 30°. Для северных районов это весьма перспективная культура.

Разводят в открытом грунте и зимой в теплицах семенами или делением куста. При выращивании в открытом грунте черешки начинают убирать с 15—20 мая. В дальнейшем сбор их проводят по мере отрастания. В случае посадки в теплицах первый урожай снимают через 25—30 дней, а затем также по мере отрастания черешков.

В черешках содержится до 2,5% сахаров, около 3,5% кислот (яблочная, лимонная, щавелевая, янтарная и др.), соли калия, кальция, фосфора, магния, витамины С, Р.

Черешки овощного ревеня употребляют в свежем виде и используют для приготовления варенья, джема, мармелада, начинки для пирогов.

Сорта: скороспелые — Виктория, Московский 42, Тукумский, Крупночерешковый; среднеспелые — Огрский 13, Красный деликатес 49 и Красный поздний 34.

Первый способ. Черешки свежего ревеня промывают, обсушивают, снимают с них кожицу, нарезают кусочками длиной 5—6 см, складывают в стеклянную или в эмалированную посуду и послойно пересыпают чистым сахарным песком (500 г на 1 кг сырья). Емкость с черешками прикрывают крышкой и выдерживают в течение 28 ч при температуре 18° для отделения сока. Затем образовавшийся сок сливают в простерилизованные банки, которые закрывают и помещают в холодильник, если сок будет использован в течение двух-трех месяцев. Если же сок заготавливают на более длительный срок, его нагревают до температуры 80—85°, а затем сливают в чистые простерилизованные банки и пастеризуют. Далее готовят сахарный сироп из расчета по 350 г сахара и воды на 1 кг массы. В горячий сироп перекладывают массу, перемешивают деревянной лопаточкой и выдерживают до 8—10 мин в закрытой емкости при температуре 90°, изредка помешивая. Потом массу дают остыть до 60° и вторично образовавшийся сок (сироп) сливают через сито или через дуршлаг в чистые простерилизованные банки. Отделенный от сиропа продукт охлаждают. Готовность его определяют по консистенции мякоти, которая должна быть не разварена, а хорошо прогрета. Затем кусочки ревеня ворохом в два слоя складывают на противень (сиропа на противне не должно быть), ставят в духовку и выдерживают в течение 30 мин при температуре 85—90°. После полного остывания продукта его ворошат деревянной лопаточкой и повторяют тепловую обработку еще 2 раза при температуре в духовке 60—70° с выдержкой по 35 мин. Остывший продукт складывают в сито, изготовленное из нержавеющей стали, слоем 3—5 см и ставят на решетки, помещенные над нагревательными приборами или над отопительными батареями, на 4—5 ч, прикрыв сверху марлей, при этом продукт изредка ворошат. Температура над решеткой должна быть около 30°. Затем подвяленные кусочки ссыпают в бумажные пакеты, не утрамбовывая, выдерживают в течение четырех—шести дней для выравнивания влажности, после чего бумажные пакеты с готовым вяленым продуктом складывают в полиэтиленовые мешочки, которые затем завязывают, либо содержимое

их ссыпают в стеклянные банки. Последние плотно укупоривают.

Влажность вяленого продукта — около 23%. Хранят его в темном месте при температуре 12—18° и относительной влажности воздуха в помещении не выше 70%.

Второй способ. Подготовку черешков и вяление проводят по первому способу, но кусочки ревеня, пересыпанные сахарным песком, для отделения сока выдерживают при температуре 3—5° в течение около 72 ч.

Сок ревеня купажируют с вишневым, яблочным, виноградным, ирговым и кизилковым соками.

ВАРЕНЬЕ

Черешки свежего ревеня промывают, обсушивают, снимают с них кожицу, нарезают кусочками длиной 2—3 см, складывают в кастрюлю, послойно пересыпают просеянным чистым сахарным песком (500 г на 1 кг), выдерживают в течение 28 ч при температуре 18°, сок сливают и консервируют. Затем готовят сироп из расчета 800 г сахара и 850 г воды на 1 кг. В горячий сироп опускают кусочки ревеня и вяленые черешки сельдерея (25 г на 1 кг), нарезанные длиной 2 см, которые придают варенью своеобразный аромат и вкус, и выдерживают в течение 1,5—2 ч. Далее при закрытой емкости варят 25—30 мин, периодически удаляя пену, после чего в варенье засыпают сахар (250 г на 1 кг) и варят еще 10 мин до готовности.

ДЖЕМ ИЗ РЕВЕНЯ С ЗЕМЛЯНИКОЙ

Берут 700 г подготовленных долек ревеня длиной 2 см и 300 г земляники средней величины, пересыпают сахарным песком (500 г на 1 кг смеси). Отделение сока и дальнейшее приготовление джема проводят так же, как в случае приготовления джема из земляники (см. с. 20), но сахара в джеме должно быть 1 кг на 1 кг массы.

ПЮРЕ

Подготовка черешков, засыпка их сахаром и отделение сока такие же, как в случае приготовления ва-

ренья. В оставшуюся после слива сока массу заливают горячую воду (400 г на 1 кг) и выдерживают в течение 18 мин при температуре 85—90°. После этого горячую массу протирают через сито или через дуршлаг. В пюре добавляют сахар по вкусу, размешивают все, прогревают до полного растворения сахара, раскладывают в прогретые банки. При температуре 85—90° банки прогревают: полулитровые — в течение 12—15 мин, литровые — 20—25, трехлитровые — 40—45 мин и укупорируют.

Пюре из ревеня лучше готовить в смеси с плодами, содержащими недостаточное количество кислоты: земляникой, черешней, сливой и яблоками сладких сортов.

МАРМЕЛАД

Исходным материалом для приготовления мармелада служит пюре ревеня. Мармелад из ранее приготовленного пюре готовят в любое время года. Пюре выкладывают в таз с широким дном, засыпают сахарным песком (550—650 г на 1 кг пюре) и уваривают при закрытой емкости. При этом его часто помешивают во избежание пригорания. Мармелад бывает готов, если масса хорошо отстает от дна таза. Затем ее выкладывают на блюдо или на противень, куда подстелена пергаментная бумага. Застывшую массу разрезают на кусочки различной формы и посыпают сушеным размельченным сельдереем, приготовленным из зеленых листьев, и раскладывают в стеклянные банки, которые плотно закрывают крышками. При длительном хранении мармелада банки можно закатывать металлическими крышками.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г ревеня, 50 — сельдерея, 50 — вишни и 50 г земляники;
2. 100 г ревеня, 50 — физалиса, 50 — малины и 50 г черники;
3. 100 г ревеня, 50 — тыквы, 50 — ирги и 50 г облепихи.

В диком виде встречается в Мексике и Гватемале. В СССР стали выращивать с конца 20-х годов текущего столетия. Это однолетнее овощное растение. Оптимальная температура для вегетации — 18—25°. Хорошо растет на всех почвах, кроме засоленных, кислых и избыточно влажных. Выдерживает осенние заморозки до минус 2°. К освещению малотребователен. Выращивают посевом семян в грунт или рассадой. Урожай собирают через 80—100 дней после появления всходов.

Плоды физалиса по внешнему виду напоминают инжир. В пищу употребляют недозревшие плоды, содержащие до 6% сахара, 2,5—3% белков, 0,8% лимонной кислоты (ко времени полного созревания — до 1,4%), пектиновые и дубильные вещества, витамин С. Плоды используют для приготовления соусов, варенья, маринадов, солений и кондитерских изделий.

В СССР выведены такие сорта физалиса, как Московский ранний, Кондитерский, Грунтовый грибовский, пригодные для культуры в северных районах, где они могут заменять более требовательные к теплу помидоры.

ВЯЛЕНЫЙ

Первый способ. Со свежих плодов физалиса снимают чехлики, промывают в теплой кипяченой воде для удаления с поверхности клейкого вещества, просушивают. Мелкие (диаметром до 3,5 см) накальвают, крупные плоды (диаметром более 3,5 см) режут пополам, помещают в емкость, пересыпают послойно сахарным песком (450 г на 1 кг плодов), емкость закрывают, выдерживают плоды в течение 24 ч при температуре 20° для отделения сока, сок сливают и консервируют. В оставшуюся массу заливают горячий сироп, приготовленный из расчета 360 г сахара и 350 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 7 мин при температуре 90°, сок сливают, а массу подвяливают в духовке 27 мин при 80° и дважды по 30 мин при 70—75°. В сите держат 3—4 ч при 30°. Для выравнивания влажности продукта требуется четыре-пять дней. Влажность вяленого физалиса — около 22%.

Второй способ. Подготовку плодов и вяление проводят по первому способу, но плоды, пересыпанные са-

харным песком, выдерживают для отделения сока в течение 68 ч при температуре 3—5°.

Сок физалиса купажируют с яблочным, крыжовенным, смородиновым (черной, белой, красной) и морковным соками.

ВАРЕНЬЕ

Первый способ. Используют плоды всех сортов физалиса. Их по возможности подбирают одного размера, но не более 3 см в диаметре, очищают от чехликов, промывают в теплой воде, накальвают. Количество сахара, отделение сока и его консервирование такие же, как при вялении физалиса по первому способу. Далее готовят сироп из расчета 700 г сахарного песка и 500 г воды на 1 кг массы. В закипевший сироп опускают массу, выдерживают в течение 1,5—2 ч и варят 20—25 мин, изредка помешивая. Затем добавляют 250 г сахара на 1 кг и варят 8—10 мин. Упаковку и хранение см. на с. 10, «Варенье».

Второй способ — варенье из физалиса с шиповником. Берут 800 г плодов физалиса и 200 г плодов шиповника. Подготовка плодов физалиса такая же, как для варки варенья первым способом. Плоды шиповника разрезают, очищают от семян и волосков, промывают в холодной воде, бланшируют в течение 1—2 мин, складывают в одну тару с физалисом, пересыпают сахарным песком (450 г на 1 кг смеси) и выдерживают в течение 24 ч при температуре 20°. После слива сока массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 750 г сахарного песка и 550 г воды (на 1 кг), оставшейся после бланшировки плодов. Дальнейший процесс такой же, как при варке варенья по первому способу.

Третий способ — варенье из физалиса с сельдереем. Берут 850 г физалиса и 150 г сельдерея. Подготовка плодов физалиса такая же, как при варке варенья первым способом. Корнеплоды сельдерея промывают, очищают, нарезают кусочками длиной 2 и толщиной 1—2 см, снова промывают. Складывают все в тару, пересыпают сахарным песком (450 г на 1 кг смеси) и выдерживают в течение 68 ч при 3—5°. После слива сока процесс варки аналогичен варке варенья из физалиса первым способом.

Для приготовления джема лучше всего брать крупные плоды физалиса, которые разрезают на две—четыре части. Подготовка плодов и консервирование сока такие же, как при вялении физалиса по первому способу. Далее в оставшуюся массу заливают воду (450 г на 1 кг) и варят до размягчения плодов. Затем добавляют 800 г сахара на 1 кг массы и варят до готовности. После этого раскладывают в банки, которые затем укупывают.

ПЮРЕ

Берут также крупные плоды физалиса. Их подготовка и консервирование сока такие же, как при вялении физалиса по первому способу. Массу заливают горячей водой (320 г на 1 кг), выдерживают в течение 13 мин при температуре 90°, а затем протирают через сито. Дальнейший процесс аналогичен приготовлению пюре из ревеня (см. с. 121).

ПОВИДЛО

Первый способ. Используют готовое пюре физалиса. В него засыпают сахарный песок (800 г на 1 кг пюре), размешивают и варят на среднем огне, часто помешивая. Повидло бывает готово, если после проведения по дну таза деревянной лопаточкой остается чистая полоса. После того как масса остынет, ее выкладывают в банки или в смоченное водой блюдо. Вкусное повидло получают в случае уваривания пюре физалиса с пюре из других плодов.

Второй способ — повидло из физалиса и ревеня. Берут пюре из физалиса (600 г), пюре из ревеня (400 г) и сахарный песок (900 г). Далее варят по первому способу.

Третий способ — повидло из физалиса и черной смородины. Используют пюре из физалиса (700 г), пюре из черной смородины (300 г) и сахарный песок (900 г). Варят по первому способу.

Четвертый способ — повидло из физалиса и яблок. Берут пюре из физалиса (700 г), пюре из яблок (300 г) и сахарный песок (800 г), затем варят также по первому способу.

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г физалиса, 50—сельдерея, 50 — малины и 50 г рябины;
2. 100 г физалиса, 50 — ирги, 50 — яблок и 50 г ежевики;
3. 100 г физалиса, 50 — сливы, 50 — груш и 50 г жимолости.

СВЕКЛА

Предком столовой, сахарной, кормовой свеклы и свеклы мангольд (листовой) является дикий мангольд, произраставший на Европейском побережье Атлантического океана и по берегам Северного моря.

Столовая свекла—одна из наиболее распространенных овощных культур. Выращивают повсеместно.

В корнеплодах столовой свеклы содержится до 14% сахара, белки, жиры, клетчатка, органические кислоты (яблочная, лимонная), витамины С, В₁, В₂, Р, РР, минеральные соли. По содержанию фосфора и калия свекла занимает одно из первых мест среди овощных культур. В листьях ее витаминов больше, чем в корнеплодах. В них много витамина С и фолиевой кислоты, необходимой для нормального кроветворения.

Свеклу используют не только для пищевых целей, но и в народной медицине. Сок ее обладает приятным вкусом и высокой пищевой и лечебной ценностью.

Наиболее распространены следующие районированные сорта столовой свеклы: Грибовская плоская А-473, Полярная плоская, Бордо 237, Несравненная, Пушкинская плоская, Донская плоская 367, Египетская плоская, Ленинградская округлая, для подзимнего посева — Подзимняя А-474.

Свеклу мангольд используют тоже как пищевой продукт. В ней содержатся витамины С, В₁, В₂, РР, каротин, сахара, белковые вещества, ценные минеральные соли (кальция, фосфора, железа). На приусадебных участках культивируют такие ее сорта, как Красночерешковый, Темно-зеленый, Лукулл, Серебристый курчавый, Лионский.

Свежую свеклу отмывают от земли, черешки срезают.

Первый способ — вяление корнеплодов. Корнеплоды очищают, промывают в кипяченой воде, обсушивают, нарезают полосками 4—5×2×2,5 см, складывают в тару, пересыпают сахарным песком (200 г на 1 кг) и выдерживают в течение 16 ч при температуре 15°. После слива сока еще раз пересыпают сахарным песком (200 г на 1 кг) и выдерживают при тех же режимах. Сок сливают и объединяют с первым. Далее массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг, перемешивают и выдерживают 15 мин в закрытой емкости при температуре 90°. После слива сиропа дальнейший процесс аналогичен вялению ревеня, но выдерживают продукт в духовке для подвяливания дважды по 40 мин при температуре 70—75°, в сите — 3—4 ч при 30°. Влажность вяленой свеклы — 21—22%.

Второй способ — вяление корнеплодов. Процесс вяления корнеплодов такой же, как и при вялении их по первому способу, но выдерживают продукт для отделения сока при температуре 3—5° в течение 64 ч и сахара берут 400 г на 1 кг.

Третий способ — вяление черешков свеклы столовой. Свежие черешки без листьев промывают, просушивают, нарезают длиной 5—6 см, складывают в емкость, пересыпают сахарным песком (200 г на 1 кг) и выдерживают в течение 18 ч при температуре 18°. Сок сливают, черешки во второй раз пересыпают сахарным песком (200 г на 1 кг), выдерживают при тех же режимах. После слива сока черешки перекладывают в горячий сироп, приготовленный из расчета по 300 г сахара и воды на 1 кг, выдерживают в течение 15 мин при температуре 85°, изредка помешивая. После слива сиропа черешки подвяливают в духовке дважды по 25 мин при температуре 75—80°, в сите — 3—5 ч при 30°. Для выравнивания влажности продукта требуется четыре-пять дней. Влажность вяленых черешков свеклы — 22—23%.

Четвертый способ — вяление черешков свеклы мангольд. Перед подготовкой черешков к вялению их отделяют от листьев, грубые черешки удаляют, тщательно промывают (поскольку они очень ребристые). Если

ширина черешков равна 8—10 см, их разрезают вдоль на две-три части. Дальнейшая технология вяления такая же, как черешков столовой свеклы.

Сок свеклы купажируют с яблочным, лимонным и ревеневым соками.

ПЮРЕ

Используют такую же массу, какую получают при вялении корнеплодов свеклы после отделения сока. Массу заливают водой (500 г на 1 кг), перемешивают, варят до размягчения, после чего протирают через сито, добавляют сахар по вкусу либо готовят пюре без сахара.

МАРМЕЛАД ИЗ СВЕКЛЫ И ЯБЛОК

Берут по 500 г свекольного и яблочного пюре. Смешивают их, добавляют 500 г сахарного песка и уваривают так же, как в случае приготовления мармелада из абрикосов (см. с. 42).

ПЛОДОВАЯ ПРИПРАВА

В свекольное пюре засыпают сахарный песок (300 г на 1 кг) и уваривают на среднем огне до $\frac{4}{5}$ первоначального объема. Перед концом варки по вкусу добавляют раздробленные семена кориандра или растертые сухие листья укропа. Готовую приправу в горячем виде расфасовывают в прогретые банки, которые закатывают.

ЖЕЛЕ

В соке свеклы содержится большое количество пектиновых веществ, поэтому при получении вяленой свеклы во время ее тепловой обработки в сахарном сиропе последний используют 2—3 раза вместо одного с добавлением каждый раз по 100—150 г сахарного песка. В результате из него получают желе хорошего качества.

Берут свежеприготовленное пюре из свеклы, добавляют в него 200 г сахара на 1 кг пюре, подогревают в течение 5 мин, размешивают до полного растворения сахара. Далее см. с. 8, «Соусы».

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г свеклы, 50 — земляники, 50 — черной смородины и 50 г слив;
2. 100 г свеклы, 50 — ежевики, 50 — красной смородины и 50 г вишни;
3. 100 г свеклы, 50 — черешни, 50 — белой смородины и 50 г мирабелы.

МОРКОВЬ

В диком виде встречается в Европе, Азии, Северной Африке. Вначале морковь выращивали как лекарственную культуру, считая ее сильным лечебным средством. С XV столетия стали возделывать как овощное растение. В СССР культивируют повсеместно.

В корнеплодах столовой моркови содержатся сахара, витамины В₁, В₂, В₆, Е, С, К, Р, РР, каротин (провитамин А), жиры, минеральные соли (кальция, фосфора, железа), микроэлементы. Чем интенсивнее окрашены корнеплоды, тем больше в них каротина: в сортах оранжевой моркови в среднем 8,5 мг% каротина, желтой — 1,5 мг%, в белой моркови его почти нет.

Морковь широко используют в современной народной медицине всех стран. Морковный сок применяют в лечебном и детском питании. Корнеплоды употребляют в свежем, вареном и консервированном виде.

Лучшие районированные сорта столовой моркови: Нантская 4, Пантенэ 2461, Лосиноостровская 13, Витаминная 6, Сравненная, Московская зимняя А-0515, Парниковая, Парижская каратель, НИИОХ 336.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Для вяления используют корнеплоды всех сортов столовой моркови. Свежие корнеплоды

отмывают от земли, срезают ботву, очищают, промывают в кипяченой воде, дают обсохнуть. Нарезают кружочками толщиной 2—2,5 см или столбиками 2×2,5×5 см. Дважды засыпают сахарным песком (по 160 г на 1 кг), выдерживают также дважды по 15 ч при температуре 18° с последующим отделением и консервированием сока. Готовят сироп из расчета 280 г сахарного песка и 350 г воды на 1 кг. Закрыв емкость, выдерживают в течение 10 мин при температуре 90°. После слива сиропа процесс вяления проводят так же, как вяление ревеня (см. с. 119—120), но в духовке выдерживают 25 мин при температуре 85—90° и дважды по 35 мин при 65—70°, в сите — в течение 3—4 ч при 30°. Влажность вяленой моркови — 21—22%.

Сок моркови купажируют с яблочным, виноградным, клюквенным и брусничным соками.

Второй способ — вяление моркови с черешками свеклы. Берут подготовленные для вяления кусочки моркови (700 г) и нарезанные черешки свеклы (300 г), складывают в тару, пересыпают сахарным песком (350 г) и выдерживают при температуре 3—5° в течение 70 ч. Сок сливают, массу заливают сиропом, приготовленным из расчета 300 г сахарного песка и 350 г воды, и выдерживают в течение 12—15 мин. Дальнейший процесс такой же, как при первом способе вяления.

ДЖЕМ ИЗ МОРКОВИ С ФИЗАЛИСОМ

Используют такую же массу (700 г), какую получают при вялении моркови первым способом (после отделения сока). Заливают ее водой (650 г), размешивают, проваривают в течение 20 мин, затем добавляют пюре из физалиса (300 г), сахар (850 г) и варят до готовности, как джем из земляники.

ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ И ЧЕРЕШКОВ СВЕКЛЫ

Берут такую же массу, какую получают при вялении моркови вторым способом (после отделения сока). В нее заливают воду (450 г на 1 кг), перемешивают и варят до размягчения. Затем массу протирают через сито и далее готовят, как пюре из ревеня (см. с. 121).

**ПОВИДЛО
МОРКОВНО-СВЕКОЛЬНОЕ
С РЯБИНОЙ**

Берут 600 г пюре из моркови с черешками свеклы (приготовление см. на с. 129) и 400 г рябинового пюре (см. с. 78), складывают в таз, засыпают сахарным песком (700 г), размешивают. Вначале варят на среднем, потом на слабом огне, часто помешивая, пока пюре не станет густым. Затем снимают с огня, дают остыть, после чего перекладывают в банки. Банки покрывают пергаментной бумагой и завязывают. Для длительного хранения пюре горячим расфасовывают в банки с последующей их укупоркой.

СМОКВА

Используют морковно-свекольное пюре. На 1 кг его берут 400 г сахара и варят, помешивая до загустения, пока масса не будет отделяться от таза. Дальнейшее приготовление такое же, как смоквы из земляники (см. с. 21).

ПЛОДОВАЯ ПРИПРАВА

Варят из готового морковного пюре. На 1 кг пюре берут 250 г сахарного песка и уваривают, как в случае приготовления плодовой приправы из свеклы (см. с. 127).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г моркови, 50 — малины, 50 — мандаринов и 50 г груш;
2. 100 г моркови, 50 — инжира, 50 — ананаса и 50 г яблок;
3. 100 г моркови, 50 — кизила, 50 — лимона и 50 г айвы,

ТЫКВА

В России тыкву культивируют с XVI века. В настоящее время ее выращивают от Заполярья до самых южных районов страны,

В мякоти плодов тыквы содержатся различные сахара (от 2 до 19%), крахмал, белки, соли калия, фосфора, магния, железа, каротин (провитамин А), витамины С, В₁, В₂, Е, пектиновые вещества. Пектиновых веществ в плодах тыквы больше, чем в яблоках и свекле. Семена ее богаты маслом (до 55%) и содержат витамины В₁, С, каротин, сахара, белки, салициловую кислоту и другие вещества.

Плоды употребляют в пищу в печеном, жареном, вареном и в консервированном виде. Применяют в медицине.

Районированные сорта тыквы: Алтайская 47, Украинская многоплодная, Мозолеевская 10, Мозолеевская 15, Миндальная 35, Столовая зимняя А-5, Чичантская (родом из Южной Америки), а также Серая волжская, Испанская, Грибовская зимняя. В южных районах страны выращивают сорта Мускатная, Перехватка, Витаминная.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Пригодны плоды всех сортов. Тыкву моют, обсушивают, разрезают вдоль на четыре части. Срезают наружную жесткую кожуру и вырезают сердцевину вместе с семенами. Нарезают вдоль полосками 45—55 × 25 × 25 мм, пересыпают сахарным песком дважды (по 150 г на 1 кг), выдерживают также дважды по 15 ч при температуре 18—20° с последующим отделением и консервированием сока. Готовят сироп из расчета 250 г сахарного песка и 320 г воды на 1 кг и заливают его в массу, которую выдерживают в течение 8 мин при температуре 85°. Затем сироп сливают, массу подвяливают в духовке в течение 30 мин при температуре 85° и дважды по 35 мин при 65—70°, в сите держат 5—6 ч при 30°.

Для выравнивания влажности продукта требуется четыре—шесть дней. В целом процесс вяления аналогичен вялению ревеня (см. с. 119—120). Влажность вяленой тыквы — 22—23%.

Второй способ. Подготовку плодов и весь процесс вяления осуществляют так же, как и вяление тыквы по первому способу, но для отделения сока сахара берут 280 г на 1 кг и выдерживают массу в течение 70 ч при температуре 3—5°.

ЖЕЛЕ

Используя 2—3 раза (вместо одного) сахарный сироп при тепловой обработке плодов тыквы в процессе вяления их с добавлением сахара (по 100 г каждый раз), получают желе. В горячем виде его разливают в банки, которые укупоривают.

ДЖЕМ ИЗ ТЫКВЫ И РЯБИНЫ

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении плодов тыквы после отделения сока, с добавлением пюре из рябины. Для этого берут 700 г массы из тыквы, 300 — пюре из рябины (см. с. 78), 900 — сахарного песка и 650 г воды. Варят так же, как джем из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Приготавливают из такой же массы, какую получают при вялении плодов тыквы после отделения сока. Массу заливают водой (500 г на 1 кг), варят до размягчения, после чего протирают через сито или через дуршлаг. Сахар кладут по вкусу (см. с. 120—121, «Пюре» из ревеня).

ПОВИДЛО ИЗ ТЫКВЫ И СЛИВ

Берут 500 г пюре из тыквы, 450 — пюре из слив и 800 г сахара, размешивают и варят до готовности, как повидло из слив (см. с. 48).

СМОКВА

Используют готовое пюре из тыквы. На 1 кг его берут 350 г сахарного песка, 50 г апельсиновой цедры и уваривают так же, как смокву из земляники (см. с. 21).

СОУСЫ

Берут 1 кг пюре из тыквы, добавляют в него 150 г сахарного песка и 50 г лимонной цедры. Затем прогре-

вают около 5 мин, помешивая до полного растворения сахара, после чего расфасовывают в горячем виде в подготовленные банки.

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г тыквы, 50 — физалиса, 50 — слив и 50 г ирги;
2. 100 г тыквы, 50 — ревеня, 50 — вишни и 50 г облепихи;
3. 100 г тыквы, 50 — моркови, 50 — мирабелы и 50 г жимолости.

КАБАЧКИ

Кабачки культивируют во многих странах мира. В СССР выращивают повсеместно в открытом грунте (кроме северных районов).

Эта культура более скороспелая и сравнительно холодостойкая в сравнении с тыквой. В пищу употребляют не только созревшие плоды, но и молодые 8—12-дневные завязи (8—10 см диаметром и 15—25 см длиной). К этому времени в них содержится наибольшее количество питательных веществ: 2—2,8% сахара, 0,55% азотистых, 4—8% сухих веществ, 15—40 мг% витамина С.

Сбор урожая проводят регулярно через три-четыре дня, поскольку несвоевременный сбор плодов задерживает и снижает налив оставшихся завязей.

Молодые плоды имеют нежную кожицу, поэтому их нельзя хранить длительное время. Недолгое их хранение возможно в сухих помещениях с хорошей вентиляцией при температуре 5—10°. Созревшие кабачки хранят при температуре 7—10° и влажности воздуха 70%.

Районированные сорта: Грибовские 37, Гибрид немецкий, Греческий 110, Длинноплодный, Одесский 52, Сотэ 38 и др.

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Пригодны плоды всех сортов. Молодые кабачки моют, обрезают с двух концов, зерен не удаляют, режут кружочками толщиной 20 мм либо

секторами толщиной 25 мм. Зрелые плоды также моют, режут вдоль на две части, очищают от кожуры, удаляют зерна, нарезают на кусочки 40—50×25×25 мм. Сахарный песок берут дважды — по 160 г на 1 кг. Выдерживают плоды также дважды по 15 ч при температуре 18—20° и дважды сливают сок. Готовят сироп из расчета 200 г сахара и 300 г воды на 1 кг. В сиропе выдерживают в течение 6—7 мин при температуре 85°. После слива сиропа массу подвяливают в духовке в течение 25 мин при 85° и дважды по 30 мин при 65—70°. В сите держат 4—6 ч при 30°. Для выравнивания влажности требуется четыре-пять дней. В целом процесс аналогичен вялению ревеня (см. с. 119—120). Влажность вяленых кабачков — 22—23 %.

Второй способ. Подготовка плодов и весь процесс вяления аналогичны вялению их по первому способу, но для отделения сока сахарного песка берут 300 г на 1 кг и массу выдерживают в течение 65 ч при температуре 3—5°.

ЖЕЛЕ

Готовят так же, как из ягод черной смородины (см. с. 30—31). При повторном использовании сиропа сахарного песка добавляют по 100 г на 1 кг массы.

ДЖЕМ ИЗ КАБАЧКОВ И КЛЮКВЫ

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении кабачков первым и вторым способами (после отделения сока). Берут 750 г такой массы, 250 — пюре из клюквы (см. с. 90), 850 — сахарного песка и 550 г воды. Далее готовят, как джем из земляники (см. с. 20).

ПЮРЕ

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении кабачков после отделения сока. В нее заливают воду (450 г на 1 кг) и варят до размягчения, после чего протирают. Дальнейшее приготовление его аналогично варке пюре из ревеня (см. с. 121).

МАРМЕЛАД ИЗ КАБАЧКОВ И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Берут 700 г пюре из кабачков, 300 — пюре из черной смородины, 30 — лимонной цедры (которую добавляют перед концом варки) и 600 г сахарного песка. Далее процесс аналогичен приготовлению мармелада из ревеня (см. с. 121).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г кабачков, 50 — апельсинов, 50 — белой смородины и 50 г айвы;
2. 100 г кабачков, 50 — лимонов, 50 — красной смородины и 50 г груш;
3. 100 г кабачков, 50 — мандаринов, 50 — лимонника и 50 г алычи.

ОГУРЦЫ

Возделывают почти на всей территории СССР, в основном в открытом грунте и частично в теплицах.

В плодах содержится 4—6% сухого вещества, до 2,5% сахара, белки, зольные вещества, в том числе много соединений фосфора, калия и железа, каротин, витамин С.

Урожай собирают обычно через каждые два-три дня, а плоды сорта Муромский 36 — через день с тем, чтобы они не перезрели. Сбор проводят утром или под вечер. Во время окончательного сбора собирают все плоды, мелкие корнишоны размером 4—5 см и самые мелкие — пикули размером 1—3 см. В свежем виде огурцы длительному хранению не подлежат. Употребляют их в свежем или в консервированном виде.

Самые распространенные сорта для открытого грунта: раннеспелые — Муромский 36, Алтайский ранний 166, Изящный, Вязниковский 37, Щедрый 118, Универсальный и гибриды — Сигнал 235, ВИР 505, Старт 100; среднеспелые — Неросимый 40, Успех 221, Должник, Неженский; позднеспелые — Донской 175, Победитель, Владивостокский 155, Многоплодный. Рекомендуемые сорта для защищенного грунта: Марфинский, Дин-зо-си,

гибриды ВИР 501, 516, Грибовский 2, Зозуля (ТСХА 77), Манул, Московский тепличный, Майский, Сюрприз 66, Тепличный ранний.

ВЯЛЕННЫЕ

Первый способ. Плоды сортируют по размерам, моют, мелкие (пикули и корнишоны) накальвают. Зеленцы без семян диаметром 2 см режут кусочками длиной не более 5 см, диаметром свыше 2 см — кружочками длиной 2—3,5 см, крупные зрелые и перезревшие (если кожура их жесткая, снимают ее) — вдоль на две — четыре части, выбирают семена и режут на кусочки длиной 4—5 см. Складывают в емкость, пересыпают сахарным песком дважды по 150 г на 1 кг, выдерживают по 15 ч при температуре 18—20° также дважды и дважды сливают сок. Массу заливают горячим сиропом, который готовят из расчета 200 г сахарного песка и 280 г воды на 1 кг и выдерживают в течение 4—6 мин при температуре 85°. После слива сиропа массу подвяливают в духовке 20—25 мин при 85° и дважды по 25—30 мин при 65—70°, в сите — в течение 4—6 ч. Для выравнивания влажности продукта требуется четырех-пять дней. В целом процесс вяления аналогичен вялению ревеня (см. с. 119—120). Влажность вяленых огурцов — 22—23%.

Второй способ. Подготовка плодов и весь процесс обработки такие же, как при вялении огурцов по первому способу, но для отделения сока сахара берут 280—300 г на 1 кг и выдерживают массу в течение 65—70 ч при температуре 3—5°.

ЖЕЛЕ

Готовят так же, как желе из ягод черной смородины (см. с. 30—31). При последующем использовании сиропа в него добавляют по 100 г сахарного песка на 1 кг.

КОНФИТЮР

Плоды огурцов режут на кусочки размером около 1,5×1,5×1,5 см. Массу готовят так же, как при вялении их с отделением сока по первому и второму способам. Затем ее заливают горячей водой (450 г на 1 кг) и при закрытой крышке варят в течение 15 мин, изред-

ка помешивая. Далее засыпают сахарный песок (250—300 г на 1 кг) и лимонную либо апельсиновую цедру (70 г на 1 кг) и варят так же, как конфитюр из земляники по первому способу (см. с. 20).

ПЮРЕ

Берут крупные плоды (пикули и корнишоны не используют). Готовят массу, какую получают при вялении огурцов по первому или по второму способу (после отделения сока). Затем ее заливают водой (380 г на 1 кг), проваривают до размягчения, протирают и далее готовят, как пюре из ревеня (см. с. 121).

СМОКВА

Варят из пюре огурцов. Берут 320 г сахара на 1 кг пюре, 50 г апельсиновой либо мандариновой цедры и уваривают (см. с. 21, «Смоква» из земляники).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г огурцов, 50—винограда, 50—шиповника и 50 г лимонника;
2. 100 г огурцов, 50—арбуза, 50—боярышника и 50 г смородины;
3. 100 г огурцов, 50—дыни, 50—голубики и 50 г лимона.

СЕЛЬДЕРЕИ

Сельдерей — прная овощная культура с высоким содержанием витаминов С, В₁, В₂, каротина, минеральных солей (калия, кальция, фосфора) и эфирного масла. Сухого вещества — 13—15,4%. Листья наиболее богаты витаминами. В диком виде произрастает на морских побережьях. В СССР культивируют повсеместно.

Выделяют три разновидности сельдерея: корнеплодный, черешковый и листовой. Корнеплод округлой и округло-плоской формы.

Корнеплоды и черешки употребляют в свежем, отварном (салаты, супы, вторые блюда, гарниры) и консервированном виде.

Наиболее распространенные сорта: Яблочный, Корневой грибовский 7, Деликатес.

ВЯЛЕНЫЙ

Первый способ — вяление корнеплодов. Свежие корнеплоды отмывают от земли и срезают черешки. Корнеплоды очищают, промывают в кипяченой воде, обсушивают, нарезают кусочками толщиной 20—25 мм, дважды пересыпают сахарным песком (по 170 г на 1 кг), выдерживают также дважды по 15 ч при температуре 20° и дважды сливают сок. Массу заливают горячим сиропом, приготовленным из расчета 200 г сахара и 300 г воды на 1 кг, и выдерживают в нем 16 мин при температуре 85°. После слива сиропа кусочки подвяливают в духовке в течение 25 мин при 85° и дважды по 30 мин при 67—70°, в сите держат 4—5 ч при 30°. Для выравнивания влажности требуется четыре—шесть дней. В целом процесс вяления аналогичен вялению ревеня (см. с. 119—120). Влажность вяленого сельдерея — 22—23 %.

Второй способ — вяление корнеплодов. Подготовка и вяление корнеплодов такие же, как при первом способе, но для отделения сока их выдерживают при температуре 3—5° в течение 72 ч, а сахара берут 350 г на 1 кг корнеплодов.

Третий способ — вяление черешков. Подготовка черешков аналогична подготовке черешков свеклы. Затем их дважды пересыпают сахарным песком — по 190 г и выдерживают также дважды по 15 ч при температуре 20°. После слива сока готовят сироп из расчета 250 г сахара и 300 г воды на 1 кг и выдерживают в нем массу в течение 13 мин при 85°. Далее процесс аналогичен вялению черешков свеклы по третьему способу (см. с. 126).

Сок сельдерея при купажировании можно добавлять в любые фруктовые и плодовые соки, особенно в те, в которых отсутствуют ароматические вещества, для придания лучшего вкуса и большего аромата.

ПЮРЕ

Можно готовить из корнеплодов и из черешков сельдерея. Берут такую же массу, какую получают при вялении после отделения сока, заливают ее горячей водой

(500—550 г на 1 кг), проваривают до размягчения черешков или кусочков. Далее процесс аналогичен приготовлению пюре из ревеня (см. с. 121).

Пюре из сельдерея в смеси с фруктовыми и плодовыми пюре пригодно для приготовления повидла, соусов, мармелада, плодовых приправ, паст и смоквы. Оно не только придает им вкусовые и ароматические качества, но и витаминизирует их.

КОМПОТЫ

Для приготовления компотов черешки сельдерея режут на более мелкие части. На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г сельдерея, 50 — крыжовника, 50 — айвы и 50 г жимолости;
2. 100 г сельдерея, 50 — винограда (кислые сорта), 50 — груш и 50 г лимона;
3. 100 г сельдерея, 50 — рябины, 50 — слив и 50 г ирги.

КОЛЬРАБИ

В СССР выращивают в Закавказье, Средней Азии, в Нечерноземной зоне и в отдельных районах Крайнего Севера.

Это двулетнее растение, является разновидностью капусты. На первый год дает стеблеплод, который используют в пищу, на второй год — семена. По форме похожа на репу или на брюкву. Имеет листовую розетку, отходящую от стеблеплода. В зависимости от сорта, окраска стеблеплода светло-зеленая или фиолетовая. Стеблеплод на вкус очень сочный и нежный, в нем содержится до 7,9% сахаров, большое количество минеральных солей (370 мг% калия, 90 — кальция, 47 — магния и 55 мг% фосфора), витамины В₁, В₂, В₆, В₉ и аскорбиновая кислота (47,3—67,8 мг%). Используют в пищу в свежем виде и для приготовления многих блюд.

Средний диаметр стеблеплодов для употребления — 10—12 см. Позже стеблеплод грубеет и делается непригодным в пищу. Для зимнего использования стеблеплоды очищают от земли, листьев и корней, прикапывают либо хранят в ящиках или в корзинах при температуре 0—1° и относительной влажности 90—95%.

Сорта: Венская синяя, Хибинская, Голиаф синий, Голиаф белый и Венская белая (наиболее распространенный ранний сорт).

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. У стеблеплодов очищают кожицу, промывают их в воде, обсушивают, нарезают дольками $20 \times 25 \times 45$ мм, дважды пересыпают сахарным песком (по 150 г на 1 кг), выдерживают также дважды по 15 ч при температуре 20° с последующим отделением сока. Далее массу заливают сиропом, который готовят из расчета 200 г сахара и 300 г воды на 1 кг, перемешивают и выдерживают в течение 10 мин при температуре 85° в закрытой емкости. После слива сиропа дальнейший процесс аналогичен вялению ревеня (см. с. 119—120), но подвяливают продукт в духовке дважды по 30 мин при температуре $65\text{--}70^\circ$, в сите — в течение 3—5 ч при 30° . Влажность вяленой кольраби — 21—22%.

Второй способ. Кусочки стеблеплодов для отделения сока выдерживают при температуре $3\text{--}5^\circ$ в течение 70 ч, при этом сахара берут 300 г на 1 кг. В остальном процесс вяления аналогичен вялению кольраби по первому способу.

КОНФИТЮР ИЗ КОЛЬРАБИ И ШИПОВНИКА

Стеблеплоды режут на кусочки $15 \times 15 \times 15$ мм. Затем готовят массу так же, как при вялении кольраби по первому и второму способам с отделением сока. Далее берут 700 г массы и заливают ее 400 г горячей воды. При закрытой крышке варят в течение 12 мин, изредка помешивая. Затем добавляют 330 г сахарного песка, 300 г пюре из шиповника (см. с. 65) и готовят так же, как конфитюр из земляники по первому способу (см. с. 20).

ПЮРЕ

Готовят из такой же массы, какую получают при вялении кольраби по первому и второму способам после отделения сока. Массу заливают водой (400 г на 1 кг),

проваривают до размягчения, протирают на сите, после чего варят, как пюре из ревеня (см. с. 121).

КОМПОТЫ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г кольраби, 50 — груш, 50 — вишни и 50 г жимолости;

2. 100 г кольраби, 50 — яблок, 50 — сливы и 50 г рябины;

3. 100 г кольраби, 50 — апельсинов, 50 — мирабеля и 50 г калины.

РЕПА

Как овощное и лекарственное растение известна с глубокой древности. До появления картофеля репа и брюква были основным продуктом питания. Выращивают повсеместно.

В корнеплодах репы содержится 9,2% сухих веществ, куда входят белки, жиры, углеводы, клетчатка, зола (соли калия, кальция, фосфорная кислота), витамины В₁, В₂, РР, С (21—33 мг%). Специфический запах и остроту репе придает горчичное масло. В пищу употребляют в сыром и переработанном виде.

В СССР районировано несколько сортов репы, в том числе: Петровская 1 (Вощанка), Майская желтая зеленоголовая 172, Самаркандская местная, Наманганская местная, Соловецкая, Миланская белая, Красноголовая 283.

ВЯЛЕНАЯ

Первый способ. Для вяления берут свежие корнеплоды, промывают, снимают кожуру и нарезают дольками 20×25×40—45 мм. Кусочки репы дважды пересыпают сахарным песком (150 г на 1 кг) и выдерживают также дважды по 17 ч при температуре 20° с последующим отделением сока. После слива сока массу заливают сиропом, для приготовления которого используют 230 г сахара и 300 г воды на 1 кг, и выдерживают в течение 12 мин при температуре 85°. После слива сиропа кусочки подвяливают в духовке 25 мин при 85° и

дважды по 30 мин при 65—70°, в сите держат 4—5 ч при 30°. Для выравнивания влажности продукта требуется четыре-пять дней. Влажность вяленой репы — 21—22%. В целом процесс вяления аналогичен вялению ревеня (см. с. 119—120).

Второй способ — вяление репы с черешками сельдерея. Корнеплоды репы подготавливают так же, как при первом способе их вяления, а черешки сельдерея — как при вялении черешков свеклы. Берут подготовленные кусочки репы (650 г) и нарезанные черешки сельдерея (350 г) и пересыпают сахарным песком (300 г). Выдерживают продукт при температуре 3—5° в течение 72 ч, сок сливают, массу заливают сиропом, приготовленным из расчета 250 г сахара и 300 г воды на 1 кг, выдерживают в течение 12—15 мин при 80—85°, сироп сливают. Дальнейший процесс такой же, как при вялении репы по первому способу.

ПЮРЕ ИЗ РЕПЫ И ЧЕРЕШКОВ СЕЛЬДЕРЕЯ

Берут такую же массу, какую получают при вялении по второму способу после отделения сока. В эту массу наливают воду (420 г на 1 кг), перемешивают и варят до размягчения кусочков репы и черешков сельдерея. После этого массу протирают и готовят пюре так же, как пюре из ревеня (см. с. 121).

КОМПОТ

На 1 л кипяченой воды берут вяленых продуктов:

1. 100 г репы, 50 — земляники, 50 — лимонника и 50 г физалиса;
2. 100 г репы, 50 — ежевики, 50 — клюквы и 50 г яблочек;
3. 100 г репы, 50 — малины, 50 — кизила и 50 г айвы.

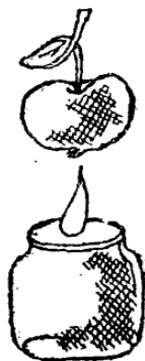
ПРИГОТОВЛЕНИЕ СИРОПОВ ИЗ СОКОВ ОВОЩЕЙ

Сиропы готовят из соков, полученных из овощей при вялении, варке варенья, джема, в случае приготовления

Таблица 2
Режимы для приготовления сиропов
из соков овощей

Овощи	Количество сахара на 1 л сока, кг	Выдержка, мин
Ревень, физалис	1,4	4—5
Свекла — корнеплоды и черешки, морковь, сельдерей — корнеплоды и черешки	1,3	3—4
Тыква, кабачки, огурцы	1,2	4—5
Кольраби, репа	1,2	3—4

пюре и конфитюра с добавлением сахара. Пресные овощные соки купажируют с фруктовыми соками повышенной кислотности. Затем соки нагревают до полного растворения сахара, изредка помешивая. Образовавшуюся пену периодически снимают. Готовый горячий сироп разливают в банки, которые укупоривают (см. с. 13—14, «Сиропы»). В таблице 2 даны рекомендуемые режимы для приготовления сиропов.



НОВЫЙ СПОСОБ КОНСЕРВИРОВАНИЯ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ

	3
Соки	5
Вяленый продукт	6
Пюре	7
Джем	9
Варенье	9
Цукаты	10
Пектиновые заготовки	11
Конфитюр	12
Желе	13
Сиропы	13
Компоты	14

ПЕРЕРАБОТКА ФРУКТОВ С ОТДЕЛЕНИЕМ СОКА

	15
Земляника	15
Малина	22
Ежевика	26
Смородина черная и золотистая	29
Смородина красная и белая	33
Крыжовник	35
Черешня	38
Абрикосы	40
Персики	42
Вишня	44
Слива домашняя	46
Тернослива	50
Мирабель	51
Алыча	51
Жимолость	53
Ирга	55
Груши	57
Яблоки	59
Шиповник	63
Актинидия	66

Барбарис	69
Лимонник	71
Облепиха	73
Арония черноплодная и рябина обыкновенная	75
Калина	79
Боярышник	81
Черника	83
Голубика	84
Брусника	86
Клюква	88
Морошка	91
Кизил	93
Инжир	95
Виноград	98
Апельсины	100
Мандарины	102
Лимоны	104
Грейпфруты	106
Айва	108
Ананасы	111
Арбузы	112
Дыни	114
Фруктовые заготовки	116

ПЕРЕРАБОТКА ОВОЩЕЙ С ОТДЕЛЕНИЕМ СОКА

	118
Ревень	118
Физалис	122
Свекла	125
Морковь	128
Тыква	130
Кабачки	133
Огурцы	135
Сельдерей	137
Кольраби	139
Репа	141
Приготовление сиропов из соков овощей	142