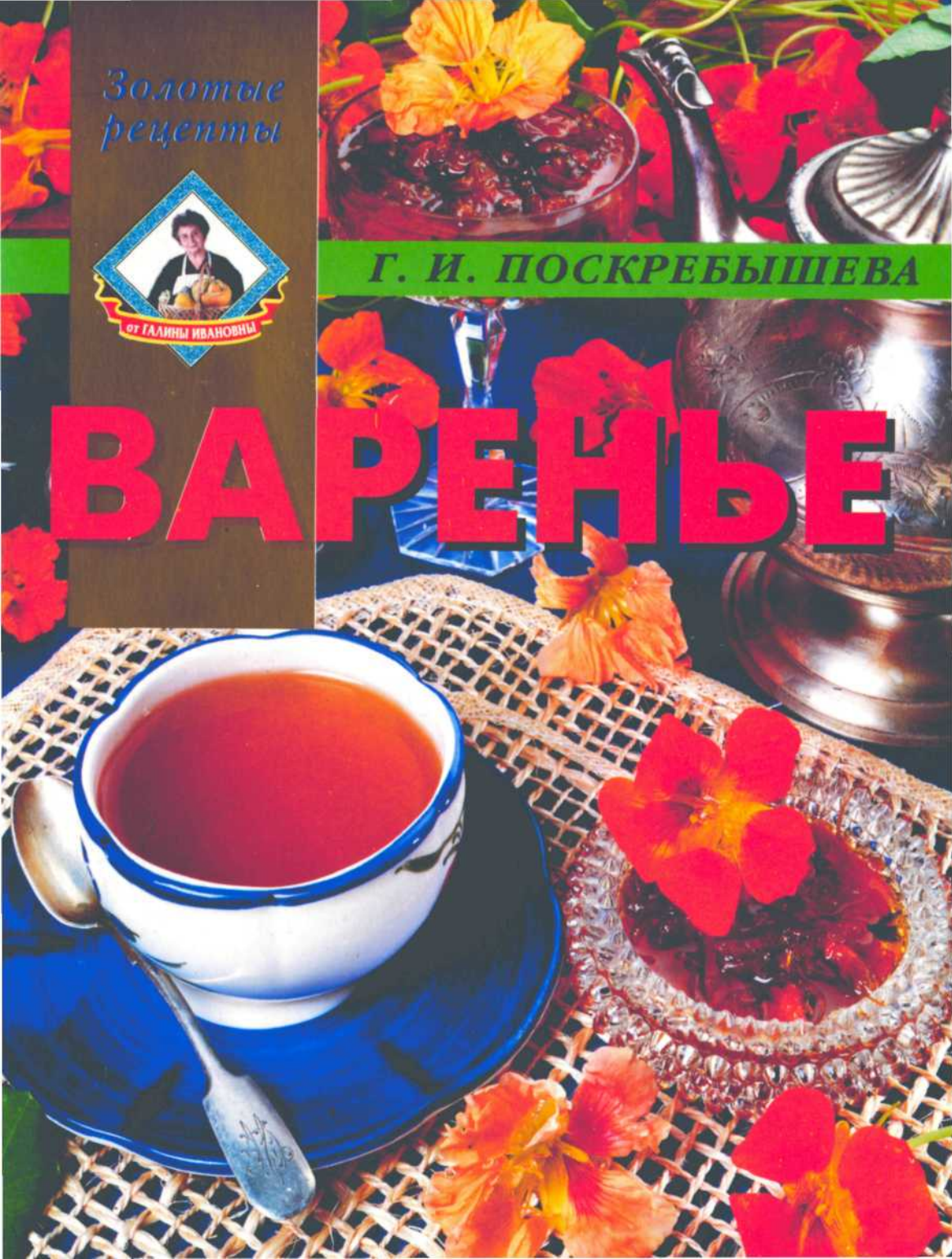


Золотые
рецепты



Г. И. ПОСКРЕБЫШЕВА

ВАРЕНЬЕ



ББК 36.997

П 61

Поскребышева Г. И.

П 61 Варенье. — М.: ОЛМА-ПРЕСС Гранд, 2002. — 32 с.:
ил. — (Золотые рецепты).

ISBN 5-94846-007-X

Варенья, сваренные по рецептам Г. И. Поскребышевой, сохраняют целебные свойства фруктов и ягод, из которых они приготовлены. Подается варенье не только к чаю, можно его использовать как сладкий соус к сырникам, оладьям, блинчикам и запеканкам.

Для широкого круга читателей.

ББК 36.997

© Г. И. Поскребышева, 2000

© Издательство «ОЛМА-ПРЕСС Гранд»,
2000

© Издательство «ОЛМА-ПРЕСС Гранд»,
оформление, 2000

ISBN 5-94846-007-X

www.natahaus.ru

От автора

Варенья можно готовить из фруктов, ягод, овощей и даже... цветов. Зимой ароматное варенье напомнит о теплых летних деньках, походах в лес за земляникой, богатом урожае собственного сада. Домашние варенья могут долго храниться, поэтому сразу же после варки их лучше в горячем виде закатать в стеклянные стерильные банки: это убережет варенья от засахаривания и изменения цвета. Добавки соков и трав делают варенье не только более ароматным и красивым, но и повышают его целительные свойства.

Варенье из ягод, овощей и фруктов

1. Варенье абрикосовое

Абрикосы — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
вода — 200 г

Спелые, но твердые абрикосы вымыть, не разрезая, удалить косточки (вынуть шпилькой или вытолкнуть палочкой, не разрушая плода). Косточки прокалить в духовке, разогретой до 200°C, в течение 5 минут, затем, расколов, вынуть ядра и вложить их по одному в каждую ягоду. Из сахарного песка и воды сварить сироп, кипящим залить подготовленные абрикосы и оставить до охлаждения. После этого снова довести до кипения и сразу же снять с плиты. Остудить. Поставив холодную массу еще раз на огонь, доварить варенье до готовности, когда абрикосы станут прозрачными, а сироп густым. Готовое варенье в горячем виде расфасовать в стерильные банки и закатать. Вместо абрикосовых ядрышек в ягоды можно поместить ядра фундука или грецких орехов.

2. Варенье из айвы (фото)

Айва — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
вода — 0,5 л

Айву вымыть, разрезать, вынуть семенную камеру с семенами, которую залить водой, и варить 30 минут, затем остудить и процедить. Полученным отваром залить нарезанную кусочками мякоть айвы, нагреть до кипения и варить 10 минут, после этого добавить сахарный песок и варить на медленном огне, пока айва не станет темно-красного цвета. Закатать в прокипяченные банки. Отмечу, что семена айвы содержат пектины, очень полезные для здоровья, и варенье получается желеобразным. Его применяют при кашле, охриплости, простуде.



3. Варенье вишневое

Вишня — 7 кг,
вода — 200 г, сахарный
песок — 800 г, лимонная
или аскорбиновая
кислота — 5 г

Это варенье можно приготовить с косточками и без них.

Варенье с косточками. Вишню опустить на 1 минуту в кипящую воду, откинуть на дуршлаг и тут же опустить в кипящий сироп, дать постоять и, как только вишня выделит сок, поставить на огонь, варить 10 минут, затем кипящее варенье разлить в прокипяченные баночки и закатать. Такое варенье сохраняет вкус, цвет и запах и никогда не засахаривается.

Приготовление сиропа: в кипящую воду небольшими порциями высыпать сахарный песок и лимонную или аскорбиновую кислоту (витамин С). Как только сахарный песок растворится, сироп готов.

4. Вишневое варенье без косточек

Отделить вишню от косточек и тут же опустить в кипящий сироп (см. выше), варить 10 минут, затем расфасовать кипящее варенье в прокипяченные баночки, закатать.

5. Вишня-«пятиминутка»

Вишня — 1 кг,
сахарный песок — 0,5 кг

Вишню перебрать, промыть, освободить от плодоножек, вынуть косточки, уложить в кастрюлю, пересыпав сахарным песком, выдержать 4–5 часов (для выделения сока). Поставить на медленный огонь и доведя до кипения, прокипятить в течение 5–7 минут, перемешивая, чтобы вишня не подгорала. В кипящем виде разлить вишню с сиропом в простерилизованные банки и закатать прокипяченными стерильными крышками.

6. Варенье грушевое с лимоном

*Груши — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
лимон — 1 шт., вода —
200 г*

Груши вымыть, очистить, освободить от сердцевины с семенами, нарезать крупными дольками. Лимоны вымыть, нарезать кружочками, удалить семена. Лимонные кружочки залить кипятком, проварить в течение 3 минут, отвар слить и приготовить на нем сахарный сироп. Кипящим сиропом залить подготовленные груши и лимонные дольки, выдержать в течение часа, затем поставить на медленный огонь и сварить до готовности, пока кусочки груш не станут прозрачными. Горячее варенье разлить в стерильные баночки и закатать.

7. Варенье «Изумруд» из крыжовника

*Крыжовник — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
вишня (листья) — 100 г,
водка — 50 г, лимонная
кислота — 1 чайная
ложка, ваниль —
1/2 чайной ложки*

Из недозрелого зеленого крыжовника, пока его семена нежные, невызревшие, получается прекрасное изумрудное варенье. Когда семена не ощущаются на вкус, вынимать их не надо. Если же они сформировались, крыжовник надрезать сбоку и вынуть семена, залить его очень холодной водой и поставить в холодное место на 5–6 часов, затем воду слить. Крыжовник сполоснуть. Для сиропа взять свежие листья вишни, залить небольшим количеством воды, положить 1 чайную ложку лимонной кислоты, прокипятить на медленном огне 10 минут, процедить. На отваре из листьев сварить сироп: 1 стакан отвара на 1 кг сахара, добавить в него водку и ваниль. Кипящим сиропом залить ягоды, дать настояться до выделения сока, затем поставить на огонь и варить 10 минут. Кипящее варенье разлить в стерильные баночки и закатать.

8. Варенье из земляники садовой (клубники)

*Земляника — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
лимонная
или аскорбиновая
кислота — 3 г, сок
красной свеклы — 50 г*

Для приготовления варенья годятся сорта с темно-окрашенной мякотью. Землянику промыть холодной водой и пересыпать сахарным песком (на 1 кг земляники — 200 г сахарного песка). Когда выделится сок, добавить 3 г лимонной или аскорбиновой кислоты (кислота вытесняет воздух из ягод, и они прекрасно сохраняются). Из части выделенного сока и оставшегося сахарного песка сварить сироп, добавить в него 50 г сока красной свеклы и залить им землянику, дать постоять варенью до остывания. Затем поставить на огонь, довести до кипения, проварить 5 минут и сразу разлить в прокипяченные баночки, закрыть крышками.

Если ягоды сочные и сиропа выделилось очень много, отлейте его и используйте для варки последующих заготовок.

9. Варенье из ежевики

*Ежевика — 1 кг,
листья ежевики — 100 г,
сахарный песок — 1 кг,
вода — 0,5 л,
аскорбиновая
или лимонная кислота —
5 г*

Ежевика перебрать, удалить чашелистики. Сварить отвар из 500 г воды, 100 г листьев ежевики, проварив листья 20 минут. Отмерить 1 стакан отвара и на нем сварить сироп из 1 кг сахарного песка. В полученный сироп опустить ежевику и оставить до выделения сока, затем добавить туда 5 г лимонной или аскорбиновой кислоты и поставить варенье на доваривание на 10 минут. Кипящее варенье разлить в прокипяченные баночки и закатать. Такое варенье очень полезно больным и ослабленным.

10. Варенье малиново-ежевичное

*Малина — 0,5 кг,
ежевика — 0,5 кг
сахар — 1 кг,
вода — 1 стакан*

Сахарный песок залить стаканом воды и сварить сироп. Ягоды малины и ежевики перебрать, удалить плодоножки. Подготовленные ягоды смешать и залить сваренным сиропом. Выдержать, пока не выделится сок, а затем доварить варенье до готовности.

11. Варенье из малины

Малина — 1 кг, сахарный песок — 700 г, лимонная кислота — 5 г, сок красной свеклы — 50 г

Малину пересыпать сахарным песком (на 1 кг ягод — 200 г сахарного песка) и дать выделиться соку. Часть малинового сока слить и сварить на нем сироп из оставшегося сахарного песка, залить кипящим сиропом малину, добавить сок красной свеклы, лимонную кислоту и поставить на медленный огонь. Готовить еще 10 минут, затем кипящее варенье разлить в баночки и закрыть крышками.

Замечу, что свекольный сок сохранит витамины в варенье и придаст ему яркий сочный цвет. Вместо свекольного сока малиновое варенье можно сварить на соке красной смородины. Для этого в сироп следует добавить 1 стакан свежееотжатого сока смородины.

12. Варенье из земляники с черникой

Земляника — 1 кг, черника — 200 г, сахарный песок — 1 кг, вода — 1 стакан

Сахарный песок залить стаканом воды и сварить сахарный сироп. Ягоды перебрать, вымыть, залить сахарным сиропом, выдержать 3–4 часа и затем сварить на медленном огне до готовности.

13. Варенье из черники и брусники

Черника — 500 г, брусника — 500 г, сахарный песок — 400 г

Ягоды перебрать, промыть, залить небольшим количеством воды, довести до кипения, протереть через сито, добавить сахарный песок и варить всю смесь на медленном огне, помешивая до загустения.

14. Варенье из моркови, лимонов и бутонов календулы

Морковь — 1 кг, лимоны — 2 шт., календула (цветки) — 10 шт., сахарный песок — 1 кг, вода — 0,5 л

Морковь вымыть, почистить, нарезать кубиками, бланшировать в кипящей воде 3 минуты. Мелко нарезанные лимоны залить водой, добавить бутоны календулы и кипятить 5 минут. Положить туда же бланшированную морковь, сахарный песок и варить на медленном огне до готовности. Горячее варенье разлить в стерильные банки и закатать.

15. Варенье из зеленых помидоров

*Помидоры зеленые — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
вода — 1 стакан,
лимонная кислота — 10 г,
орехи грецкие (ядра) —
200 г*

Взять очень мелкие зеленые помидоры (если нет мелких, разрезать крупные на дольки), обдать крутым кипятком, наколоть каждый плодик, чтобы он хорошо пропитался сиропом. Залить помидоры крутым кипятком и добавить лимонную кислоту, довести до кипения, остудить, воду слить и тут же залить сиропом. Его готовят из 1 стакана воды, лимонной кислоты и сахара. Варенье варится в один прием на медленном огне. Когда помидоры станут прозрачными, варенье готово. В конце варки добавить ядра грецких орехов (на 1 кг варенья — 200 г орехов). Варенье можно ароматизировать, добавив в него корень имбиря, семена кардамона или листья душистой герани.

16. Варенье из ревеня

*Ревень — 1 кг, сахарный
песок — 1 кг,
вишня (листья) — 100 г,
вода — 200 г*

Молодые черешки ревеня промыть и нарезать кусочками, длина которых должна быть равна ширине черешков. Из сахарного песка и 1 стакана воды сварить сироп, добавив в него 50 г (горсть) вишневых листьев. Когда сахарный песок полностью растворится, вишневые листья необходимо вынуть, а кипящим сиропом залить подготовленные кусочки ревеня. Остудив массу, добавить в нее 50 г свежих вишневых листьев, нагреть до кипения и варить до готовности, пока черешки не станут прозрачными, а сироп густым. Горячее варенье расфасовать в стерильные банки и закатать. Варенье с запахом вишневых листьев вам понравится.

17. Варенье из огурцов с крыжовником

Огурцы — 1 кг,
крыжовник — 0,5 кг,
сахарный песок — 1 кг,
лимонная кислота —
 $\frac{1}{4}$ чайной ложки,
крапивный сок —
2 ст. ложки

Огурцы вымыть, очистить, разрезав вдоль, выбрать семена, нарезать кусочками и выдержать в очень холодной воде 7–8 часов. Слив воду, пересыпать огурцы сахарным песком (100 г сахара на 1 кг огурцов), выдержать до выделения сока, затем сок слить. Недозрелый зеленый крыжовник вымыть, пропустить через мясорубку, смешать с сахарным песком, добавив лимонную кислоту и крапивный сок, довести все до кипения, затем остудить и процедить. Процеженным сиропом залить подготовленные огурцы и варить все на медленном огне, пока огурцы не станут прозрачными. Вместо крапивного сока можно взять такое же количество свежесжатого шпинатного сока.

18. Варенье из алычи

Алыча — 1 кг, сахарный
песок — 1 кг, вода —
1 стакан

Алычу вымыть, наколоть вилкой и пересыпать сахарным песком. Из сахарного песка сварить сироп, залив сахарный песок стаканом воды. Сваренным сиропом залить подготовленную алычу, выдержать 2 часа и затем на медленном огне сварить в один прием.

19. Варенье из моркови и облепихового сока

Морковь — 1 кг,
облепиховый сок — 300 г,
сахарный песок — 1 кг

Морковь вымыть, почистить, нарезать кубиками, бланшировать в кипящей воде 3 минуты. Воду удалить, залить морковь облепиховым соком, добавить сахарный песок, поставить на медленный огонь и варить до готовности. Горячее варенье разлить в стерильные банки и закатать.



20. Варенье из тыквы с апельсином или лимоном

Тыква — 1 кг, апельсин
(или лимон) — 1 шт.,
сахарный песок — 800 г,
аскорбиновая
или лимонная
кислота — 5 г

Тыкву вымыть, очистить от кожуры и семян, нарезать небольшими кусочками, пересыпать сахарным песком.

После того как тыква выделит сок, нагреть ее до кипения, добавить нарезанный дольками и отваренный апельсин и аскорбиновую или лимонную кислоту и охладить. Доваривать варенье в 3—4 приема, доводя его каждый раз до кипения и охлаждая до комнатной температуры. Готовое варенье кипящим разлить в стерильные банки и закатать. Точно так же готовится варенье из тыквы с лимоном.

21. Варенье из гранатной рябины (фото)

Рябина гранатная — 1 кг,
сахарный песок — 700 г,
вода — 200 г, лимонная
кислота — 5 г

Гранатную рябину освободить от веточек, пробланшировать в кипящей воде в течение 1 минуты, залить кипящим сиропом, сразу же поставить на огонь, довести до кипения, варить на тихом огне 20 минут, затем разлить в стерильные банки, закатать.

22. Варенье из слив

Сливы — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг

Для варенья лучше брать сливы с плотной мякотью и легко отделяемой косточкой. Сливы вымыть, обдать кипятком и сразу же холодной водой. Затем, разрезав пополам поперек (тогда концы у нее не будут загибаться), удалить косточки, пересыпать половинки слив сахарным песком и после отделения сока поставить на огонь. Доведя до кипения, убрать с огня, охладить, затем вновь довести до кипения и опять отставить. Проведя 2—3 таких приема и убедившись, что при очередном сеансе варки сливы стали прозрачными, а сироп густым, варенье в горячем виде расфасовать в простерилизованные стеклянные банки и закатать.



23. Варенье из лесной рябины и яблок (фото)

*Рябина лесная — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
яблоки — 300 г,
орехи очищенные — 100 г,
вода — 200 г*

Ягоды лесной рябины без кистей и плодоножек проварить 2 минуты в кипящей воде и вынуть шумовкой. Из 1 стакана воды и 1 кг сахарного песка сварить сироп. Яблоки неразваривающихся сортов (например коричное) мелко нарезать, смешать с рябиной, добавить ядра любых орехов, залить все сиропом и кипятить 10 минут. Готовое варенье горячим разлить в стерильные банки и закатать.

24. Варенье из физалиса и лимона

*Физалис — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
лимон — 1 шт.,
вода — 200 г, ванилин —
1 порошок*

Физалис освободить от чехлика, обдать кипятком и протереть ягоды чистой тканью, затем их наколоть, чтобы они не растрескались. Лимон вымыть, нарезать тонкими ломтиками, вынув семена, залить 1 стаканом воды и отваривать в течение 5 минут. Затем на этом отваре (вместе с лимоном) и сахарном песке приготовить сироп, залить остывшие ягоды физалиса, поставить на медленный огонь и варить до готовности, пока плодики не станут прозрачными. В варенье для ароматизации можно добавить ванилин, имбирь или кардамон.

25. Варенье из белой черешни

*Черешня белая — 1 кг,
сахарный песок —
1 кг, лимон — 1 шт.,
орехи грецкие (ядра) —
150 г, вода — 200 г*

Для варенья взять крупную «мясистую» белую черешню. Из ягод шпилькой удалить косточки и на их место поместить кусочек ядра грецкого ореха. Вымытый лимон мелко нарезать (семена удалить), залить водой и варить в течение 3 минут. В этот отвар всыпать сахарный песок небольшими порциями и сварить сироп. В него опустить начиненную орехами черешню, дать постоять, пока черешня не даст сок, затем поставить на огонь и доварить до готовности. Горячее варенье расфасовать и закатать.

26. Варенье из физалиса с имбирем

Физалис – 1 кг, сахарный песок – 1,2 кг, имбирь (корень свежий) – 20 г, вода – 200 г

Физалис освободить от чехлика. Плодики обдать кипятком, вытереть насухо и наколоть вилкой. Имбирь вымыть, очистить от кожицы, нарезать очень тонкими ломтиками, залить кипятком, проварить 1 минуту и, добавляя небольшими порциями сахарный песок, сварить на этом отваре сироп. В отставленный с огня сироп опустить подготовленные плодики физалиса, выдержать 1 час и затем варить на медленном огне, пока физалис не станет прозрачным. Горячее варенье разлить в небольшие баночки и закрыть.

27. Варенье «Экзотика» (фото)

Груши – 2 шт., яблоки – 1 шт., апельсин – 1 шт., виноград – 200 г, сливы – 500 г, лимон – 1 шт., сахарный песок – 1 кг, отвар из яблок и груш – 300 г

Варенье «Экзотика» можно «составить» из уже готового варенья из разных фруктов и ягод, но можно приготовить и из набора разных плодов.

Груши (твердые сорта) вымыть, разрезать вдоль на пластинки толщиной 0,5 см, залить крутым кипятком, довести до кипения, отставить, отвар слить и на нем сварить сахарный сироп. Опустить в него кусочки яблок и груш, виноград, сливу (целиком ягоду). Апельсин и лимон нарезать пластинами шириной 0,5 см, удалив семена, залить водой, довести до кипения, влить сироп. Поставить на огонь и доварить варенье до готовности, пока фрукты не станут прозрачными. Разложить в красивые прозрачные баночки. Это варенье имеет подарочный вид, оно необыкновенно вкусное, с экзотическим ароматом.

2 вариант

2 вариант варенья готовится аналогично.

Вишня – 500 г, лимон – 1 шт., яблоки – 2 шт., сливы зеленые – 500 г, сахарный песок – 1 кг, вода – 200 г



28. Варенье из яблок сорта коричное (фото)

Яблоки — 1 кг, сахарный
песок — 700 г, лимонная
или аскорбиновая
кислота — 5 г

Поистине «царское» варенье получается из этого сорта яблок. Плоды не развариваются, в готовом виде становятся прозрачными в светлом ароматном сиропе.

Яблоки вымыть, удалив семенную камеру, нарезать дольками, опустить в подкисленную воду, чтобы они не потемнели. Удаленные семенные камеры залить холодной водой и проварить 20 минут, остудить, процедить и на этом отваре сварить сироп. В горячий сироп опустить нарезанные яблоки и лимонную или аскорбиновую кислоту, выдержать в нем часа два, затем доварить до готовности. В конце варки можно добавить корицу или ванилин.

Из других сортов яблок также можно приготовить вкусное и ароматное варенье, но иным способом. Плоды нарезать дольками (удалив семенную камеру), пересыпать сахарным песком и оставить до выделения сока, затем поставить на огонь и, как только они закипят, добавить оставшийся сахарный песок. Варить варенье до прозрачности яблок.

29. Повидло из топинамбура

Топинамбур — 500 г,
яблоки — 500 г

Топинамбур вымыть, очистить, натереть на крупной терке и тушить на слабом огне до размягчения. Затем добавить натертые на крупной терке яблоки (без семян и кожуры) и тушить еще 2 ч. Горячую массу расфасовать в прокипяченные стеклянные банки и закатать.



30. Яблочно-лимонное варенье (фото)

Яблоки — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
лимон — 1 шт.

Для варенья используют яблоки не разваривающихся сортов, например сорт коричное. Яблоки вымыть, нарезать дольками, удалив семенную камеру. Лимон вымыть, нарезать кружочками, удалить семена, залить кружочки кипятком и проварить 1 минуту, затем, добавляя небольшими порциями сахарный песок, приготовить сироп и снять его с огня. В горячий сироп с лимонными дольками опустить подготовленные яблоки, выдержать в течение 1 часа и, поставив на небольшой огонь, варить до тех пор, пока яблочные дольки не станут прозрачными. Кипящее варенье разлить в небольшие баночки и закрыть. Вместо лимона можно использовать апельсин.

31. Джем из тыквы с калиной

Тыква — 500 г, калина —
500 г, сахарный песок —
1 кг

Ягоды калины вымыть, не снимая с кистей, уложить в дуршлаг, бланшировать паром над кипящей водой в течение 5 мин и сразу же протереть через сито. Тыкву очистить, нарезать мелкими кубиками, потушить в небольшом количестве воды до мягкости и протереть через сито. Тыквенное пюре и протертую калину смешать, нагреть до кипения и всыпать сахарный песок, непрерывно помешивая. Кипятить на медленном огне 30–40 минут, следя, чтобы не подгорело. Готовый джем горячим разлить в стерильные стеклянные баночки и закрыть крышками без закатывания.



32. Варенье из шиповника

*Шиповник — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
вода — 300 г, сироп
из лепестков розы —
50 г, аскорбиновая
кислота — 5 г*

Для этого варенья собирают ягоды шиповника в стадии неполной зрелости, но уже окрашенные. Плоды шиповника необходимо освободить от чашелистиков и, надрезав сбоку, освободить от семян (которые не следует выбрасывать: из них можно приготовить целебное масло и ароматный напиток). Ягоды хорошо промыть в проточной воде, удалив волоски, залить водой (300 г) и кипятить под крышкой в течение 5 минут, отвар слить. На этом отваре и сахарном песке приготовить сироп, залить им ягоды шиповника, добавить лепестки розы или сироп из лепестков шиповника и на медленном огне варить варенье в один прием, пока он не станет густым; кипящим разлить варенье в банки, закатать.

33. Варенье из голубики

*Голубика — 1 кг,
сахарный песок — 1 кг,
вода — 1/2 стакана*

Сахарный песок залить водой и сварить сироп. Ягоды перебрать, промыть, залить горячим сахарным сиропом и довести до кипения, кипящую массу разлить в простерилизованные банки и закатать крышками.

34. Джем морковно-апельсиновый

*Морковь — 1 кг, сахарный
песок — 600 г,
апельсины — 300 г,
лимонная кислота — 5 г*

Морковь очистить и провернуть через мясорубку вместе с апельсинами. Апельсины предварительно обдать крутым кипятком, вытереть насухо, разрезать на кусочки и освободить от семян. В полученную морковно-апельсиновую массу добавить сахар, лимонную кислоту, хорошо размешать, поставить на огонь и варить, постоянно помешивая, до загустения. Горячий джем разлить в банки, герметически закрыть.

Сырое варенье

Сырое варенье — это измельченные свежие ягоды и фрукты, смешанные с сахарным песком, не подвергающиеся тепловой обработке. В таком варенье сохраняются все биологически активные вещества, содержащиеся в исходных продуктах. Сырое варенье подается не только к чаю, оно пригодно для изготовления пирожных, можно его использовать как сладкий соус к сырникам, оладьям, блинчикам и запеканкам. Хороши и обыкновенные бутерброды с сырым вареньем. Расфасовывать сырое варенье лучше в небольшие емкости, которые должны быть обязательно простерилизованы и высушены.

35. Сырое варенье из крыжовника

Недозрелые зеленые ягоды крыжовника (когда семена в ягодах еще не твердые) промыть, обсушить, пропустить через мясорубку или взбить миксером, смешать с сахарным песком в пропорции 1:1, уложить в прокипяченные стеклянные банки, закрыть крышками. Хранить в холодильнике.

36. Сырое варенье из черноплодной рябины

Ягоды черноплодной рябины освободить от кистей, промыть и пробланшировать в кипящей воде 1 минуту, обсушить и измельчить с помощью миксера или мясорубки. Смешать с сахарным песком (на 1 кг ягод — 700 г сахарного песка), добавив 3 г лимонной кислоты, уложить в простерилизованные стеклянные баночки и закрыть крышками. Хранить в прохладном месте.

37. Сухое варенье из облепихи

*Ягоды облепихи
свежие — 1 кг,
сахарный песок — 200 г*

Чистые ягоды пересыпать сахарным песком, уложить ровным слоем на противень, поместить в нагретую духовку и уваривать после закипания по всей поверхности до тех пор, пока сироп не загустеет (приблизительно 20 минут). Затем массу выложить на фольгу или пергаментную бумагу и подсушить при комнатной температуре на открытом воздухе.



38. Сырое варенье из калины (фото)

Ягоды калины промыть, отделить от кистей, размять и перемешать с сахарным песком в пропорции 1:1. Уложить в стеклянные банки, закрыть крышками. Заготовку можно использовать для быстрого приготовления целебных напитков. Косточки из заготовки не удаляйте. В процессе хранения косточки выделяют в сок целебные вещества, и ценность варенья от этого возрастает.

39. Сухое варенье из слив

Сливы — 1 кг, сахарный песок — 300 г

Для этой заготовки следует взять очень крупные сливы. Сливы вымыть, разрезать пополам каждый плод, удалить косточки, уложить в один слой на противень вплотную друг к другу срезом вверх, всыпать в каждую половинку $\frac{1}{2}$ чайной ложки сахарного песка. Поместить противень со сливами в разогретую до 200°C духовку, выдержать для уваривания примерно 30 минут, вынуть и, остудив, уложить на посыпанные сахарным песком пергаментные листы или на фольгу для подсушивания при комнатной температуре или в духовке в течение 1–2 дней. Сливовое сухое варенье можно сделать более ценным, если вместе с сахарным песком в каждую половинку вложить ядро ореха (фундука, арахиса или грецкого) или ядрышко от тыквенного семени. По такому же точно рецепту готовится сухое варенье из алычи, абрикосов, персиков.

40. Сырое варенье из красной, белой и черной смородины

Смородину очистить от веточек, промыть питьевой водой, обсушить. Пропустить ягоды через мясорубку или измельчить миксером. Смешать смородиновую массу с сахарным песком (1 часть смородины соединить с 1,5 или 2 частями сахарного песка). Расфасовать в простерилизованные стеклянные баночки, закрыть стерильными крышками. Хранить в прохладном месте.

41. Сырое варенье из лесной рябины

Рябину промыть, освободить от кистей, ягоды пропустить через мясорубку, смешать с сахарным песком, уложить в прокипяченные стеклянные банки, закрыть крышками. Хранить в прохладном месте. На 1 кг ягод берется 700 г сахарного песка.

42. Сырое варенье из фейхоа с орехами (фото)

Плоды фейхоа промыть, обдать кипятком, обтереть насухо и измельчить миксером или пропустить через мясорубку. Затем смешать с сахарным песком в пропорции 1:1, добавить измельченные ядра грецких орехов или фундука (на 1 кг варенья — 100 г орехов), уложить в стерильные банки, закрыть крышками. Хранить в прохладном месте.

43. Сырое варенье из сливы или алычи

Сливу промыть, обдать кипятком, вытереть насухо, освободить от косточек, измельчить миксером или пропустить через мясорубку, смешать с сахарным песком в пропорции 1:1. Расфасовать в небольшие простерилизованные стеклянные баночки, закрыть стерильными крышками. Хранить в прохладном месте. Таким же способом готовят сырое варенье из алычи.



44. Сырое варенье из яблок

Для варенья пригодны яблоки зимних сортов, они должны быть сочными и твердыми. Мягкие, увядшие яблоки для варенья не годятся. Превосходное варенье получается из антоновки.

Яблоки вымыть, обдать кипятком, вытереть насухо чистой тканью, удалить сердцевину, натереть на крупной терке, смешать с сахарным песком в пропорции 1:1 (по объему), разложить в простерилизованные стеклянные банки, закрыть крышками. Хранить в холодном месте. Таким же образом готовят сырое варенье из твердых сортов груш.

45. Сухое варенье из черноплодной рябины

*Арония (рябина
черноплодная) — 1 кг,
сахарный песок — 300 г,
лимонная или
аскорбиновая кислота —
5 г*

Аронию промыть, бланшировать в течение 1 минуты в подкисленной воде (5 г лимонной или аскорбиновой кислоты на 1 л воды). Выложить на противень слоем 2–3 см, пересыпав сахаром, и поместить в духовку, разогретую до 200°C. После закипания массы по всей поверхности уваривать ягоды в течение 20 минут, затем охладить и выложить на пергамент или фольгу, обсыпанные сахарным песком, подсушить на воздухе при комнатной температуре.

Таким же способом готовится сухое варенье из любой красной рябины.

46. Сухое варенье из яблок

*Яблоки — 1 кг,
сахарный песок — 300 г,
корица молотая —
1 чайная ложка,
лимонная кислота — 5 г*

Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать крупными дольками и уложить на противень в один слой плотно, кусочек к кусочку. Посыпать сверху смесью сахарного песка с корицей и лимонной кислотой, установить в разогретую до 200° духовку на 25–30 минут. Вынув из духовки и охладив, разложить на посыпанную сахарным песком пергаментную бумагу или фольгу и сушить при комнатной температуре в течение двух суток. Готовые яблочные дольки уложить в коробки. Хранить в сухом месте при комнатной температуре.

Варенье из цветов

Варенье из цветов необыкновенно ароматно и вкусно. Приготовить его несложно. Оно обладает еще и целебными свойствами, его принимают по 1 чайной ложке при простудных заболеваниях и для профилактики гриппа.

47. Варенье из цветов белой акации

Собрать только белые лепесточки акации, залить их небольшим количеством крутого кипятка, после закипания добавить лимонную кислоту и небольшими порциями сахарный песок, варить на небольшом огне, постоянно помешивая. Как только сахарный песок растворится, кипятить еще 5 минут, и варенье готово. Разлить в небольшие баночки.



48. Варенье из настурции (фото)

Цветы — 1 часть, вода —
1 часть, сахарный
песок — 1 часть

Цветы и бутоны настурции собрать и плотно уложить в банку, залить таким же количеством воды (по объему), поставить на огонь. Как только масса закипит, добавить 1 чайную ложку лимонной или аскорбиновой кислоты, небольшими порциями сахарный песок. Варенье должно прокипеть 5 минут, затем разлить его в банки и закатать крышками.

49. Варенье из лепестков розы (шиповника)

Лепестки розы — 500 г,
сахарный песок — 1 кг,
лимонная кислота — 5 г,
вода — 200 г

Свежесобранные лепестки роз плотно уложить в стеклянную банку, пересыпая сахарным песком. Когда их накопится достаточно для приготовления варенья, сварить сироп из воды, сахарного песка и лимонной кислоты. Опустить в горячий сироп все лепестки, прокипятить в течение 5 минут. Горячее варенье разлить в прокипяченные банки и закатать.

50. Варенье из цветов одуванчика

Собрать цветы одуванчика и тут же отделить от зеленых корзиночек, оставив только желтые лепесточки. Залить их крутым кипятком, добавить нарезанный кусочками лимон, поставить на огонь и кипятить 15 минут на медленном огне, затем остудить и процедить. Смешать отвар одуванчика с таким же количеством сахарного песка (по объему), кипятить еще 10 минут, затем сразу же расфасовать в маленькие баночки.

Содержание

ОТ АВТОРА	3
ВАРЕНЬЕ ИЗ ЯГОД, ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ	4
СЫРОЕ ВАРЕНЬЕ	23
ВАРЕНЬЕ ИЗ ЦВЕТОВ	29

ИЗДАНИЕ ДЛЯ ДОСУГА

**Поскребышева
Галина Ивановна**

ВАРЕНЬЕ

(Золотые рецепты)

Редактор *Е. П. Авадьева*
Художественный редактор *А. А. Данилин*
Технический редактор *Л. П. Бирюкова*
Компьютерная верстка *И. В. Слепцова*
Корректор *И. В. Беллева*

Лицензия ИД № 05797 от 07.09.01.
Подписано в печать 17.05.02.
Формат 70х90^{1/16}. Гарнитура «Бодони». Бумага офсетная.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,34.
Доп. тираж: 5000 экз. Изд. № 00-743-ЗР.
Заказ № 249.

Издательство «ОЛМА-ПРЕСС Гранд»
129075, Москва, Звездный бульвар, 23А, стр. 10

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ОАО «Рекламфильм»
103055, Москва, Палиха, 10

www.natahaus.ru

Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах,
и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена!

www.natahaus.ru



Галина Ивановна Поскребышева – член Московской ассоциации кулинаров, обладательница серебряной медали ВДНХ за уникальные рецепты домашнего консервирования, автор и ведущая телевизионных передач «Домашний очаг» и «Русский огород». Более 35 лет она изучает целебные свойства овощей, плодовых и ягодных культур, собирает и совершенствует народные рецепты кулинарии и целительства.

Золотые рецепты

ВАРЕНЬЕ

В варенье сохраняются все биологически активные вещества, содержащиеся в исходных продуктах. Правильно приготовленное варенье обладает еще и целебными свойствами. И подается варенье не только к чаю, его можно использовать для изготовления пирожных, как сладкий соус к сырникам, оладьям, блинчикам и запеканкам.

Поскребышева

Maggi

Мaggi – вкус к творчеству!



ОЛМА-ПРЕСС

ISBN 5-94846-007-X



9 785948 460079 >