

KUCHNIA. Przetwory z owoców i warzyw

Zatrzymać smak lata

W tym czasie są świeże, polskie, najbardziej wartościowe i najtańsze. Lato to czas zamykania w słoikach sezonowych owoców i warzyw. Pasteryzujemy je, gotujemy, smażymy. A wszystko po to, aby zachować letnie smaki i zapachy na czas, kiedy ich zabraknie.

Konfitury z truskawek i rabarbaru

25 dag truskawek, 30 dag rabarbaru, 30 dag cukru, pęczek świeżej mięty. Truskawki oraz rabarbar umyć i pokroić na małe kawałki. Wymieszać z cukrem po 3/4 obydwu gatunków owoców i odstawić na co najmniej 3 godziny, żeby puściły sok. Po upływie tego czasu dodać resztę owoców, zagotować i przez 4 minuty utrzymywać w stanie wrzenia. Ostudzić, a następnie ponownie postawić na ogniu i gotować jeszcze raz przez 20 minut. Miętę umyć, osączyć, pokroić w paseczki i dodać do konfitur. Gorące konfitury przełożyć do słoików.

Jagody z cytryną i płatkami migdałowymi

40 dag jagód, 12 dag cukru, skórka starta z 1 cytryny, 1-2 łyżki soku z cytryny,

cukier żelujący w proporcji odpowiedniej do ilości owoców, paczka płatków migdałowych

Umyte jagody wysypać do garnka, dodać skórkę i sok z cytryny. Wymieszać z 2 łyżkami cukru. Odstawić na pół godziny, a potem gotować 10 minut. Dodać cukier żelujący i pozostałą ilość cukru, gotować cały czas mieszając, do całkowitego rozpuszczenia. Na koniec dodać połamane migdały i nałożyć gorącą konfiturę do wyparzonych słoiczek. Odstawić do góry dnem.

Smażone czereśnie

2 kg czerwonych czereśni, 20 dag cukru, kawałek laski wanilii, 2-3 łyżeczki wiśniowego likieru

Czereśnie umyć i wydrylować. Owoce włożyć do garnka, zasypać cukrem, dodać utartą wanilię i skropić likierem. Smażyć na średnim ogniu

przez 20 minut, aż powstały sos lekko zgęstnieje. Gorące przełożyć do wyparzonych słoiczek i zakręcić.

Konfitura z agrestu po ukraińsku

5 szklanek niezbyt dojrzałego agrestu, 50 świeżo zerwanych liści wiśni, 7 szklanek cukru, 2 szklanki wody

Agrest oczyścić. Liście wiśni umyć (10 liści odłożyć), zalać 2 szklankami wody i zagotować.

Wodą wraz z liśćmi zalać agrest, odstawić, a po ostygnięciu wstać na noc do lodówki. Rano odlać 2 szklanki soku i zalać nim cukier, doprowadzić do wrzenia. Do syropu włożyć agrest (bez liści), gotować 15 minut, aż owoce staną się przejrzyste, ale pozostaną jeszcze zielone. Na 2-3 minuty przed końcem gotowania włożyć 10 świeżych liści wiśni. Gorącą konfiturę wraz z liśćmi włożyć do wyparzonych słoiczek, zakręcić. Konfitury są świetne do dekoracji ciast i deserów.

Agrest marynowany

1 kg agrestu, szklanka octu, 2 szklanki wody, 40 dag cukru, 3 goździki, liść laurowy, 2 ziarenka pieprzu, kawałek cynamonu

Dojrzały agrest oczyścić z szypulek, przepłukać na sicie, osączyć i wysypać do słoiczek. Pozostałe składniki zagotować, przestudzić, przecedzić i zalać agrest. Słoiczki zakręcić i pasteryzować – duże słoiki 25 minut, a małe 15 minut. Podawać do zimnych pieczonych mięs, pasztetów i wędlin.

Galaretką z malin i agrestu

1/2 kg malin, 1/2 kg agrestu, cukier żelujący 3:1, 35 dag cukru

Owoce przebrać, (z agrestu usunąć szypułki), umyć. Maliny przełożyć do rondla i gotować na wolnym ogniu 5 minut (w tym czasie nie mieszać). Do agrestu dolać 200 ml wody i ugotować. Owoce przetrzeć przez sito, zebrać sok. Można zrobić



foto: DODR

Dżem wiśniowy z wiórkami kokosowymi, jedzony w zimie przypomni smaki letnich owoców

to na gęstym sitku lub w sokowirówce. Do soków dolać wody, aby uzyskać 900 ml płynu. Dosypać cukier, wymieszać i gotować przez 3 minuty ciągle mieszając.

Gorącą galaretkę przełożyć do umytych słoiczek, natychmiast zamknąć i postawić na kilka minut do góry dnem.

Dżem agrestowo-malinowy

1-1,5 kg dojrzałego agrestu, 1 kg malin, 2-3 kg cukru (wg uznania), 3/4 szklanki białego wytrawnego wina, sok i otarta skórka z cytryny

Owoce oczyścić. Cytrynę zalać wrzątkiem, wytrzeć, zetrzeć skórkę, a sok wycisnąć. Agrest zmiksować, dodać wino i cukier, doprowadzić do wrzenia, następnie zmniejszyć ogień i mieszając doprowadzić do całkowitego rozpuszczenia cukru. Dodać maliny, otartą skórkę oraz sok z cytryny i gotować mieszając, aby dżem się nie przypalił. Przełożyć do gorących słoiczek, zakręcić.

Mus jabłkowy z papierówek

3 kg papierówek, płaska łyżeczka cynamonu, 1/2 kg cukru, odrobina kwasu cytrynowego albo soku z cytryny

Obrane i oczyszczone jabłka smażyć pod przykryciem. Pod koniec dodać cynamon, cukier i kwas i lekko odparować. Gorący mus nakładać do wyparzonych słoiczek i odwrócić do góry dnem.

Gruszki z imbirem

2 kg twardych, mało dojrzałych gruszek, goździki, 5 dag korzenia świeżego imbiru, kawalek laski cynamonu (ok. 10 cm), 3 szklanki octu winnego białego, 3 szklanki wody, 50 dag cukru, skórka z cytryny pokrojona w cieniutkie paski, 1/4 łyżeczki świeżo startej gałki muszkatołowej

Obrane gruszki przepołowić, wyciąć z nich gniazda nasienne. Imbir, po obraniu pokroić na cienkie paski. Przygotować zalewę. Do rondla wlać wodę i ocet, dodać skórkę z cytryny, imbir, cynamon, cukier oraz gałkę, zagotować, po czym zestawić z ognia. Połówki gruszek należy nafaszerować goździkami, następnie umieścić



for. Jolanta Markowska

Gruszki w zalewie cytrynowej są słodko-kwaśnym dodatkiem do mięs

w zalewie, nakryć i gotować na małym ogniu przez 10 minut. Owoce przełożyć do gorących słoików. Zalewę należy gotować kolejne 15 minut, po czym gorącą zalać gruszki w słoikach tak, aby zalewa dokładnie wszystkie zakrywała. Przed zamknięciem słoików, zakrętki należy przetrzeć od wewnątrz wódką lub spirytusem. Dokładnie zakręcić słoiki.

Gruszki w zalewie cytrynowej

8-10 gruszek (2-2,5 kg w zależności od soczystości gruszek), 6 cytryn, 0,5 kg cukru, 3-4 liście laurowe, 6-8 goździków, ok. 20 ziarenek gorczycy, 1,5 l wody Zagotować wodę. Umyć cytryny i wycisnąć z nich sok. Sok dodać do gotującej się wody, dodać też cukier i przyprawy. Gotować około 5 minut. Gruszki umyć i obrać, pokroić na połówki (albo ćwiartki), wydrążyć pestki. Włożyć do zalewy i gotować około 7 minut. Wyparzyć słoiki i wkładać do nich gruszki. Następnie zalać odcedzoną zalewą. Odwrócić do góry dnem i trzymać tak przez co najmniej godzinę.

Pikantne gruszki

1 kg dojrzałych, twardych gruszek, 0,5 litra czerwonego wytrawnego wina, cytryna, 5 szklanek czerwonego octu winnego, szklanka cukru, 25 dag mio-

du, ziarna czarnego pieprzu, goździki, ziele angielskie, cynamon, liście laurowe Gruszki obrać, włożyć do zimnej wody zmieszanej z sokiem z cytryny. Do naczynia wlać ocet i wino, dodać cukier, miód i przyprawy, zagotować, odszumować i gotować 5 minut. Włożyć gruszki na ok. 30 minut. Już miękkie owoce wyjąć i ułożyć w słoikach. Syrop zagotować, aż połowa wyparuje i zgęstnieje. Zalać nim owoce, by były całkowicie przykryte, szczelnie zamknąć słoiki. Odstawić w chłodne miejsce. Są najsmaczniejsze po kilku tygodniach. Gruszki znakomicie smakują z pieczonym ciemnym mięsem, zwłaszcza z dziczyzną.

Gruszki w galaretkce jabłkowej

0,4 kg gruszek, 1 kg słodko-kwaśnych jabłek, 0,6-0,7 kg cukru, szczypta cukru waniliowego

Jabłka umyć i pokroić w cząstki, usunąć gniazda nasienne - nie obierać ze skórki. Przygotowane jabłka ułożyć w dużym rondlu. Zalać owoce wodą tak, aby je całkowicie przykryła, gotować do miękkości na małym ogniu, co jakiś czas mieszając. Następnie zdjąć garnek z ognia i odstawić jabłka do następnego dnia (razem z wodą w rondlu). Następnego dnia przetrzeć jabłka przez sito, dodać cukier i doprowadzić do wrzenia. Gotować na małym ogniu

przez 20 minut, od czasu do czasu mieszając, by się nie przypaliły. Gruszki umyć, obrać ze skórki, zetrzeć na grubej tarce, dodać do nich rozgotowane jabłka i od czasu do czasu mieszając gotować 20 minut. Pod koniec gotowania dodać cukier waniliowy do smaku i wymieszać. Gotowy, jeszcze gorący mus jabłkowo-gruszkowy przełożyć do wyparzonych słoików, najlepiej małych i od razu mocno je zakręcić. Słoiki przechowywać w chłodnym miejscu lub lodówce.

Galaretka porzeczkowo-malinowa

40 dag czerwonych porzeczek, 50 dag malin, pomarańcza, 1/4 szklanki wody, cukier żelujący 2:1, kilka kropli aromatu arakowego

Porzeczki umyć, obrać z szypulek. Razem z malinami przełożyć do garnka, wlać wodę i gotować na wolnym ogniu 10 minut. Masę owocową przetrzeć przez sito.

Pomarańczę sparzyć, obrać, wycisnąć z niej sok. Skórkę (pozbawioną białej warstwy) drobno pokroić. Sok i łyżkę skórki dodać do przecieru owocowego. Wsypać cukier, zagotować, gotować jeszcze 2-3 minuty. Przełożyć do umytych słoiczków, szybko zakręcić. Pozostawić do góry dnem.

Nalewka poziomkowa

1 kg leśnych poziomek, 1 kg cukru, litr 40% wódki

1 kg leśnych poziomek rozgnieść na miazgę, wymieszać z 1 kg cukru. Zalać wódką 40%. Odstawić do składowania na 2 tygodnie. Zlać nalewkę do butelek - jeśli będzie za słodka, dodać niewielką ilość czystej wódki.

Dżem z czerwonych i czarnych porzeczek

1 kg czarnych porzeczek, 25 dag czerwonych porzeczek, 80 dag cukru, szklanka wody

Wodę zagotować z dodatkiem cukru, kiedy cukier się rozpuści dodać owoce i jeszcze raz zagotować i odstawić na noc. Następnego dnia jeszcze raz zagotować i przesmażyć. Gorący dżem przełożyć do słoików i szczelnie zakręcić.

Dżem wiśniowy z wiórkami kokosowymi

1 kg wiśni, 50 dag cukru, 1 żel-fix, 6 dag wiórków kokosowych, 1/2 cytryny
Wiśnie wydrylować i zmiksować. Gotować przez 10 minut. Wymieszać z wiórkami kokosowymi, sokiem z cytryny i żel-fixem - Gotować jeszcze przez 3 minuty. Gorący dżem przełożyć do czystych słoiczków.

Dżem z cukinii z galaretką

2,5 kg obranej i wydrążonej cukinii, 1 kg cukru, 2 galaretki pomarańczowe (w proszku), 2-3 łyżeczki kwasku cytrynowego, olejek pomarańczowy do ciasta

Cukinię pokroić w drobną kostkę lub zetrzeć na grubej tarce jarzynowej, zasypać cukrem z kwaskiem i odstawić na około 12 godzin. Smażyć bez odlewania soku do miękkości, dodać olejek. Odstawić, wsypać galaretki, dobrze wymieszać i gorący nakładać do słoiczków.

Pasta warzywna do chleba

2 cebule, główka czosnku, 2-3 papryki, 2 cukinie, przyprawy: sól, pieprz, czubrica albo cząber, pół szklanki oleju, 1/4 szklanki octu.

Olej i ocet wlać do rondla, dodać posiekaną cebulę, ząbki czosnku i drobno pokrojoną paprykę - chwilę poddusić. Następnie dodać obraną i pokrojoną cukinię. Dusić do miękkości, przyprawić solą, pieprzem i czubricą. Można dodać inne przyprawy, które lubimy. Ugotowane składniki zmiksować (można dodać posiekaną pietruszkę). Pastą smarujemy kanapki z wędliną, żółtym serem, masłem. Można jeść ją także jako dip np. z ciasteczkami serowymi. Pastę można również pasteryzować i przechować na zimę.

Leczo

1,5 kg pomidorów lima, 1,5 kg różnokolorowej papryki, 2 cebule, 4 ząbki czosnku, bazylia (suszona lub świeża), sól, pieprz, oliwa z oliwek

Zeszkląć cebulę na oliwie, dodać posiekany czosnek. Kiedy cebula się zarumieni, dorzucić na patelnię sparzone, obrane ze skórki i pokrojone w ćwiartki pomidory. Smażyć aż pomidory się „rozpadną”. Pokroić paprykę w paski, wrzucić do dużego garnka, dodać pomidory z cebulą i czosnkiem. Dusić około 20-30 minut, dodać bazylie, doprawić do smaku. Gorące leczo wlewać do słoików, mocno zakręcić, odwrócić do góry dnem.

Podawać na gorąco z pokrojoną w plastry, podsmażoną kiebasą albo parówkami, udekorowane odrobinią żółtego tartego sera lub samo, w wersji wegetariańskiej.

*Ewa Wróbel, AgS
DODR we Wrocławiu*



foto: Jolanta Markowska

Soki i nalewki z leśnych owoców wykonane domowym sposobem, na pewno ucieszą gości, odwiedzających nas zimą