

РАИСА СЕМЕНОВНА **КИРЕЕВА** ОТКРЫВАЕТ ВАМ СВОИ



INTER-BESY

СЕКРЕТЫ ДОБРОГО ЗАСТОЛЯ

**Раиса Семеновна
КИРЕЕВА**
**открывает вам
СВОИ**
**СЕКРЕТЫ ДОБРОГО
ЗАСТОЛЬЯ**

Москва
Интер — Весы
1992



Сад и душа

Впервые я увидел ее на телеэкране. Потом случайно оказались рядом за одним столом у приятелей. Мучительно вспоминали с женой, до чего же знакомый голос у нашей соседки.

— Простите, где мы с вами могли встретиться раньше?

— Да в телевизоре же! — и Раиса Семеновна Киреева засмеялась звонко, словно серебряные колокольчики зазвенели, — ни с чьим смехом не спутаешь.

Мы разговорились. Кампанейская чепуха отодвинулась, все заслонила собой душа этой удивительной женщины, мягко и искренне отвечающая на малейшее движение к ней другой души.

Конечно, нас заинтересовало, как она стала «звездой» голубого экрана... Завязался разговор. И смех ее позадвигивал, и всплакнула она, и улыбалась виновато...

Нам показалось, что мы можем стать друзьями. Хотелось продолжить знакомство. Но как всегда в суетной неумной столичной жизни время бежало стремительно, подробности встречи стали забываться, хотя нет-нет да и вспоминалась добрая супружеская пара Киреевых.

А потом, как говорится, нужда заставила. Тогда я еще работал в плакатном издательстве, которое переживало первую волну перестройки, туго, со ржавым скрипом разворачиваясь от трескотни бессмысленных агиток к нуждам людским. Решили, в частности, как хороший подарок садоводам и всем, кого интересует домашняя заготовка овощей и фруктов, — выпустить массовым тиражом серию плакатов на эту тему. И конечно, я немедленно вспомнил о Раисе Семеновне. Теперь «открытия» ее для печатного листа я считаю хоть какой-то реальной компенсацией за все то, что мы надевали в свое время плакатной демагогией.

Итак, вспомнилось — сделалось: находим телефон, созваниваемся — помнит! не забыла! — и вскоре едем с редактором и фотокорреспондентом в Одинцово, к Киреевым. Съемку наладили прямо в квартире, на кухне (была ранняя весна), в том же самом углу, где привыкли работать телевизионщики. Фотомастер наш

Р. КИРЕЕВА, С. КОВАЛЕВ, Ю. ЧИЧЕВ.

К 43 Секреты доброго застолья.

Очерк, советы садовода, рецепты. — М., Интер—Вось, 1992. 32 с.

ISBN LS-265-02660-6

О саде, вранующем душу в трудные минуты человеческой жизни, о том, как сделать, чтобы на заботу сад ответил щедрыми дарами, как неожиданно и оригинально этими дарами распорядиться, повествует вместе со своими советами Раиса Семеновна Киреева, известная многим любителям садоводам по своим телевизионным выступлениям в передаче «Наш сад».

К 3704031000-008
083(02)-91 Без обьявл.

ББК 6(с)98(03)

© «Интер—Вось», 1992

извел кучу пленки — а нужно было выбрать всего одну фотографию. К счастью, в итоге это все-таки удалось. И вот, дорогие читатели, Раиса Семеновна Киреева стала не временным — с экранов, а постоянным — на плакатном листе пропагандистом своих оригинальных рецептов и секретов, почти в полтора миллионах квартир и садовых домиков, научила нас разным соевым-вареникам, часть которых (с добавкой многих новых) представлена в этой скромной брошюре.

Надо ли было тратить на такое выступление к деловой книжке, спросит наверняка кто-нибудь из читателей. Попытаюсь ответить. Я не стал бы его сочинять, не зная трагических страниц из биографии Киреевых, не побывав в их саду, который, как я понимаю, стал источником духовных сил, поддерживавших этих уже немалых людей, вернувших их к жизни, источником целебного творчества, частью коснувшегося теперь и нас с вами.

Киреевы жители городские: Александр Иванович в прошлом кадровый военный, Раиса Семеновна инженер-технолог консервной промышленности. Их сын выбрал профессию отца. На втором году проклятой афганской войны Киреевы получили черную весть о его гибели. Мир сжался до крохотной точки дикой боли в сердце. Жить не хотелось — все потеряло смысл.

Когда стало чуть-чуть отпускать, бродили вдвоем по окраинам Одинцова, подальше от жилья, от людей — ото всего, что напоминало о мире, в котором рос их сын. Набредли однажды на территорию садового кооператива. Прошлись вдоль участков, вдруг заинтересовались у встречного — не сдастся ли где клочок земли. Да, есть такой...

Пришли их ветхий старичок; жил он в домике-развалюхе, стоявшем косенько на заросшем диком участке. Деньг хозяин с них не взял — рад был помощникам, живите так, чего уж там. Раиса Семеновна занялась садом, в доме застучали, запели инструменты Александра Ивановича. Тоску и боль неутолимую словно хотелось влить в землю, заглушить работой, пестованием растений, под давлением дома — думалось, может

быть, горе разбавить, от него отключиться. Печаль не уходила, но светлела, боль не пропадала, но немного отступила; к горю прижимались работой, садом. Дом засверкал, земля преобразилась. Двинулись соседи: пашут сямшики на совесть. Кто-то злорадствовал: не зря стараются, надеются, старичок им свое «имение» отпишет. Но старичок не отписал. А когда представился, явилась дочь-наследница, ахнула — не участок, а райский уголок, и тут же отказала Киреевым в приюте.

Но земля уже не отпускала. На счастье, продавался участок напротив. Поскребли по сухкам, выкупили, стали хозяевами и все начали сызнова...

Ничего участок поражает даже искушенных садоводов и обилием плодов, и разнообразием их, и планировкой. В июне 1990 года приезжали немецкие телевизионщики снимать сюжет о чудо-саде и его творца. Ведущий спросил Раису Семеновну: — Какой у вас принцип размещения растений? И в ответ прозвучало — Свободный же!

Да, к удивлению своему, вы не найдете на участке Киреевых привычных грядок, клубов и т.д. Деревья, кустарники, овощи и цветы растут вместе вперемешку, сообразно не только фантазии хозяйки (главной распорядитель на земле Раиса Семеновна, Александр Иванович верховодит по части архитектуры и столарных работ), но и в соответствии с той взаимооживляемостью, которая существует у растений и ею подмечена. В общем, тут «коллектив» зеленых жильцов, не угнетающих, а помогающих друг другу соседством. Хлорофилловое товарищество, словом. Вы встретите здесь даже белые речные лилии: проживают они летом во вкопанной яровень с землей ванной, проточность достигается частным промыванием: бросил шланг в ванную после пролива ненадолго — и вся операция, а зимуют лилии в соседнем пруду, куда их осенью Киреевы относят в ведрах и осторожно погружают на дно до весны. Знаете, лилии цветут!

Дом стоит в дальнем правом (от входа) углу участка. От его крыльца веером разбегаются дорожки к хоз-

блоку, к калитке, во все уголки сада, стоявшем косянко на заросшем диком участке. Прохожу по одной и вижу сбоку строчку цветов, за ней — параллельно — морковь, потом опять цветы и далее — фиолетистая строчка столовой свеклы. Не стану отнимать хлеб у Раисы Семеновны, она в соответствующем разделе расскажет об этом сама — подробно и профессионально.

Но чудеса на этом не кончатся: локальные зоны микроклимата, созданные из бутылок из-под шампанского, камни-теплоаккумуляторы и многое другое. Но, главное, мне показалось, что земля так щедро здесь не только потому, что ухожена как положено, но еще и осеяна редким даром общения с растениями, которым наделена Раиса Семеновна. Показалось, а потом я неистребимо в это уверовал, догадавшись, что так оно и есть. Мы с Раисой Семеновной на эту тему не разговаривали, к этому выводу пришел самостоятельно, потом, сопоставляя и анализируя на досуге ее поведение в саду. Вот сопровождает она нас по своему участку. Показывает, объясняет. Вдруг — словно на миг отключилась, получив какой-то сигнал, остановилась, провела ладонью по листьям смородины, пообщалась с ней словом.

Я замечал подобное и за собой: иногда в саду, в лесу возникает неосознанное желание поговорить с зеленым другом. Почему именно с этим вот, хоравым, а не с той стройной красавицей? Может быть, потому, что инициатива принадлежит не тебе, человек, а ему, растению, древесному существу Земли? Это его зеленая душа потянулась к твоей, и она, черствая и глухая, почувствовала все же зов природы?

Стал у себя на участке беседовать с кустарником и деревьями. А если приходится вырвать с корнем выросший самосевом росток от лесного дерева, я прошу у него прощения, а когда удается, пересаживаю за ограду на берег реки.

Мне кажется, нет, я уверен, что Раиса Семеновна Киреева для яблони и вишни, смородины и малины, всякой зеленой живности все равно что для нас

Кашпировский или Чумак, право слово. Она — зеленый экстрасенс, именно так!

Вот где ключ — в ограниченной взаимосвязи человека и сада, его души с душой природы. Ты растишь сад, он растит тебя, рождая в твоей душе новое, доселе не бывшее в ней, меняет твой характер, взгляд на мир.

Как прекрасно пошептаться с яблонькой, вручая ее сломанную веточку, прикрывая, как бальзамом, садовым варом пенечки-сучечки после обрезки, за которую ты трижды извинился, прежде чем начал ее. Как замечательно сказать саду: «Доброе утро!» обойти его при равном солнце, потрогать за зеленые вихры. А вечером пожелать ему спокойной ночи...

Заболела у нее однажды яблонька, захирела после зимней стужи. Отливали ее водой, подкармливали особо — ничто не помогло. Стал я тогда добавлять речевую терапию: присяду рядом и умоляю, прошу родить для сына Ванечки. Чудо ли случилось, терапия ли сработала или просто уход помог — яблонька выправилась, догнала в росте подруг-однолеток, и я остался с твердой верой в целебные свойства увещаний да приговоров, только так стал общаться с садом, чему, как думается, научила меня Раиса Семеновна. Не верите? Попробуйте сами, найдите слово для каждой яблоньки и куста, былинки и цветочка. Проводите сад в зиму добрым напутствием и даже самосочиненными пассажами, «покалдуйте» у яблони примерно так, как это делают экстрасенсы. И даст Бог, сад ваш будет жить долго, радуя обилием, продлевая и вашу жизнь.

Юрий Чичев.

«Смешанная грядка»

Наш сад и огород — «смешанная грядка». В старых книгах можно прочесть, что в давние времена в садах и огородах монашеской использовали метод смешанного выращивания садовых, овощных и цветочных культур. При такой посадке гораздо рациональнее используется земля, создается определенный микроклимат, увеличивается численность полезных насекомых для опыления растений. Столовая зелень, посаженная вместе с цветными и ягодными культурами, густой листвой покрывает землю как мульча и подавляет развитие сорняков, задерживает влагу в почве.

На цветочных участках прекрасно растут и развиваются лекарственные и пряные растения, столовая зелень. Растения любят друг друга, благотворно влияют на развитие соседей.

Фенхель, шалфей, чабер, тимьян, мята, огуречная трава, садовая земляника, лук-батун, астильба, аюлтины глазки, морковь, свекла, петрушка — это все растения, которые не отвечают друг другу при совместном проживании на почве, а помогают друг другу. Конечно, названный набор культур не единственной и не постоянной для всех регионов и климатических зон, каждый садовод должен сам заниматься подбором и размещением зеленых жильцов на своем участке.

Многочисленные столовые культуры можно выращивать на альпийской горке, подбирая их по росту и развитию. Пышная зелень кресс-салата или водного кресса и нежные цветы наиболее выразительны и привлекательны с вкрапленными в месте их посадки из камней (валуны, галька).

Теплолюбивые овощи лучше посадить под кустарниковыми культурами (в тени). Если хотите избавить кусты красной и черной смородины от тли, разместите около них календулу или герань. В саду по углам дорожек мы уложили валуны. Около них высаживаем теплолюбивые овощные растения и цветы. Томаты прекрасно чувствуют себя около теплых кам-

ней, которые согревают их по ночам, отдавая тепло, накопленное за день.

Чтобы получить хорошо развитые и сильные кусты помидоров, сажаем их на несолоной рыбе или рыбных отходах (фосфорное удобрение). Теперь, конечно, такой прием дорогое, но попробуйте. Это не только стимулирует рост и развитие томатов, но и повышает устойчивость других удобрений (азота, калия), ускоряет образование органов плодоношения. В плодах повышается содержание сахара, витаминов, микроэлементов, а значит, и улучшается их качество. Рыбу кладем не на дно глубокой борозды и присыпаем песком, почвой. Рассадку кладем почти горизонтально, засыпаем почвой не только корневую систему, но и стебель, оставляя верхушку с 4 листьями. Фосфорные удобрения нужны не только томатам, но и другим растениям. Не забывайте об этом.

Чтобы получить высокий урожай теплолюбивых культур, с осени делаем траншеи, в которые укладываем измельченные ветки кустарников, листья, компост и все пересыпаем землей. На такие полосы-грядки весной высаживаем растения. Если почва на грядке за зиму осела, досыпаем в нужном количестве. Компост и измельченные ветки, перегнивая, выделяют тепло, растения живут на подогреве. Другой прием с аналогичной целью создаем «тепличную» микрозону, обрамляя ее бордюром из темных бутылок, вкопанных по периметру квадрата или прямоугольника вниз горлышком (плотно), одна к другой, без просветов. Днем верхняя часть бутылок, нагреваясь на солнце, запасает тепло, а в ночное время суток эти аккумуляторы отдают его растениям. Такой способ хорош для всех культур.

Вы, конечно, замечали, что в теплице огурцы сбрасывают нижние листья, которые сначала мокают, как бы подгнивают, а затем, как правило, поражаются мучнистой росой. Чтобы избежать этого и добиться обильного плодоношения, не рекомендуется поливать их под корень. Мы для этого создаем емкости для запасов влаги: вкапываем между стеблями на 2/3 пустые пакеты из-под молока — в шахматном порядке, —

заполняем аккуратно водой. При таком поливе корни растений ищут воду, «пошевскаются» и растут от этого более интенсивно. Не оголяются стволы растений, не опадают нижние листья. Прямоугольные молочные пакеты из-под молока, кефира используем для жидкой подкормки. Можно порекомендовать и вискорневую подкормку. Да, чуть не забыла самое главное: пакет надо продырявить толстым гвоздем или отрезать дырочки. В теплицу с огурцами (2 × 3 м) ставим два ведра, наполненных наполовину навозной жижей, и сверху периодически подкладываем солому, стружки или опилки (3—5 см), которые при гниении выделяют углекислый газ, усваиваемый листьями растений; газ — источник углеводного питания для огурцов — дает прибавку урожая, но, главное, — углекислая среда подавляет развитие гнилостных бактерий на растениях, защищает их от болезней.

Мой совет — не ищите готовых рецептов выращивания овощных и садовых культур. Их нужно искать самим, изучая жизнь растений, постигая природу их развития.

Для каждого региона, зоны, садового участка нужны свои рецепты. Более того — любое растение «индивидуально», можно сказать «неформально», отличается от соседнего своими потребностями и «капризами». Мы знаем, что сорт решает успех дела. Но нужно помнить, что любое изменение среды, где растут культуры, зависит от ухода, внесения подкормки, полива. К растениям нельзя подходить с одинаковыми принятыми рецептами и приемами выращивания. Растение, как дитя, нуждается во внимании, терпении, любви.

В садах любителей-садоводов почему-то меньше белой смородины, чем красной. А по питательной ценности они не конкуренты. Одна из причин такого подхода — быстрая поражаемость молодых побегов огневкой. Для борьбы с ней рекомендуем вблизи кустов белой и красной смородины высаживать бузину или ранней весной обрезать молодые побеги. В нашем саду выращиваем штамбовую смородину (как дерево). Каждый год формируем кроны смородины, прореживаем кусты

изнутри — солнечные лучи легче проникают в середину куста. Ягоды всегда крупные, кисти большие. Запущенные кусты (25—17 веток) плодоносят хуже, так как внутрь, в середину такого густого куста, солнечные лучи проникают не всегда, создаются условия для развития болезнетворных бактерий. Как сделать штамб? Выбираем основную центральную ветвь куста (самую мощную), оголяем ее от побегов на 30—40 см от земли. Расщепляем верхушку для роста боковых побегов с цветочными почками. Летом укорачиваем побеги снова на 1/3, (на 7—8 листе, когда почки раскрыты). Обрезку проводим в зависимости от состояния побега (сильный, слабый). Ранней весной следующего года боковые побеги снова обрезаем, чтобы основной побег — ствол (штамб) — развивался свободно. Если в нижней части центрального побега есть почки, то оставляем их. Если нет почек, то срезаем центральный побег до боковых отводов и выбираем новый центральный побег из других веток с цветочными почками. Такую обрезку ведем до тех пор, пока высота «смородинового дерева» не достигнет 1,5—2 м. В дальнейшем поддерживаем только густоту кроны в необходимом состоянии. За такими растениями удобно ухаживать, куст приобретает привлекательный вид.

Между кустами черной смородины высаживаю календулу, желтый тагетис, герань, время от времени ворошу их — «троплю» за кудри». Эти цветы за счет фитонцидов подавляют развитие болезнетворных бактерий.

Если где-то хранить морковь, советуем оставлять ее до весны на грядке. Перед наступлением устойчивых заморозков срезаю ботву, а грядку накрываю полиэтиленовой пленкой черного цвета. На пленку кладу латки, насыпаю землю, чтобы пленка находилась под грузом. Зимой нагребаю снега. Выкопанная весной морковь имеет более высокие вкусовые качества по сравнению с морковью, хранившейся в погребе.

Немало растений защищают друг друга от вредителей. Например, лук. Его сухая шелуха хорошее средство от вредителей плодовых и овощных культур, в

частности, от паутинового клеща. Морковь будет лучше храниться, если ее засыпать луковой шелухой.

Настой шелухи лука используют против листогрызущих вредителей сада и огорода — тлей, клещей. Применять настой нужно сразу после его приготовления. Опрыскивают растения вечером, так как солнечные лучи снижают эффект. 200 г шелухи заливаю 10 л воды (температура воды не должна превышать 40°С), выдерживаю 30 минут, добавляю немного мыла или стирального порошка.

Если высадить малину рядом с яблоней, то малина защитит дерево от парши, а яблоня избавит малину от серой гнили.

Календула вымывает розы и другие растения от некоторых видов нематод (нематодами поражается садовая земляника).

Лук, чеснок, петрушка, томаты, баклажаны обладают отпугивающим действием, поэтому смешанные посевы на грядках в саду очень полезны.

Яблоки. Держишь в руках яблоко — налилось, спелое — и любишься. Какое чудо сотворила природа!

А надкуснешь... порадуешься тонкому аромату, вкусу плода. Среди большого разнообразия сочных плодовых культур первое место принадлежит яблоку. О том, что яблоки полезны, знает каждый. Издавна в народе яблоку считали целительницей: «одно яблоко гонит врача» — так говорят.

Залеченные яблоки полезны тем, кто болеет плевритом; тертые с жиром прикладывают в виде мази к трещинам на губах или руках для быстрого заживления. Яблочная диета помогает людям, имеющим избыточный вес. Яблочный сок считается хорошим средством при подагре, малокровии (незаменимый источник железа), хроническом ревматизме, заболеваниях печени и почек.

Яблоки широко используют в домашнем хозяйстве, но жаль, что недолго длится яблочный сезон.

Что посоветовать вам приготовить из яблок? Их варят, пекут, запекают, готовят из них сок, приправы, соусы, маринуют, сушат и т.д.

Яблоки моченные. Для мочения самые хорошие сорта: Антоновка обыкновенная, Антоновка-каменная, Алик, Бабушкино и др. Плоды должны быть не летние — без механических повреждений, не пораженные болезнями и вредителями, не битые, средней величины, съёмной зрелости, с плотной кисло-сладкой мякотью.

После съема плоды выдерживают в прохладном, затененном месте 2—2,5 недели (за это время проявятся скрытые дефекты). Затем их замачивают на 4—5 ч, периодически меняя воду. Лучше всего мочить яблоки в дубовых бочках, можно использовать эмалированное ведро, кастроли, стеклянные баллоны.

Тару тщательно промывают горячим раствором пищевой соды (на 10 л воды 30 г соды) и обливают чистой водой. Бочки ополаскивают крутым кипятком. Дно выстилают промытой, также ополаскиваемой соломой, если ее нет, то используют листья черной смородины или вишни.

Хорошо вымытые яблоки укладывают рядами (плодоножками вверх).

Каждый ряд перекладывают приправами (листьями мяты, вишни, черной смородины). Можно положить пастеризованную сельдерей, необходимо также добавить сухую горчицу. Таким образом заполняют всю емкость, прикрыв верхний ряд яблок ржаной соломой или листьями черной смородины, вишни. На 10 кг моченых яблок расходуют (с учетом потерь при брожении) 10,7 кг свежих яблок, 0,2—0,3 кг сахара, 0,1—0,15 кг поваренной соли, 0,1 кг ржаной муки или солодового сула.

Готовят песту: ржаную муку смешивают с холодной водой (1:1), заваривают горячей.

Из сахара, соли, песты делают заливку: на 10 л воды 200 г ржаной муки, 400 г сахара, 2—3 столовые ложки соли, вместо сахара можно положить 600 г меда. Все хорошо перемешивают, остужают и заливают в емкость с уложенными плодами. Выдерживают яблоки с заливкой 5—7 дней при комнатной температуре (20—22°С). Когда пена спадает и перестанут

подниматься пузырьки, добавляют заливку, если верхний слой яблок оголился, так как в первые 3—4 дня ее много впитывается в плоды. Уровень заливки во время заправки и хранения должен быть на 4—5 см выше верхнего слоя яблок. Моченые яблоки хранят при температуре не выше 15 °С и не ниже 6 °С.

Яблоки пастеризованные. Отбирают созревшие, но неперезревшие, здоровые яблоки осенних сортов, за исключением плодов Грушовки московской (не пригодны для пастеризации).

Плоды моют, удаляют плодоножки и цветоножки (остатки чашечек), семенные гнезда. Крупные плоды разрезают пополам, на четыре части — в зависимости от размера яблок. Чтобы они не потемнели на воздухе, их опускают в 1—2 процентный раствор соли (на 1 л воды 10—20 г соли) или в воду с лимонной кислотой (на 1 л 3 г лимонной кислоты). Выдерживают 10—15 минут и промывают холодной водой. Длительное вымачивание приводит к потере питательных веществ.

Перед пастеризацией плоды бланшируют 2—3 мин в горячей воде, в которой заранее растворяют 1—1,5 г лимонной кислоты. Кислые яблоки лучше бланшировать в горячей воде (90 °С) или в сахарном сиропе (на 1 л воды 30—35 г сахара). Сладкие плоды бланшируют 4—5 минут (меньше развариваются). Затем горячие яблоки погружают в холодную воду на несколько секунд. Расфасовывают в горячие (прошаренные) банки и заливают 5—10 процентным сиропом (на 1 л воды 50—100 г сахара). Концентрация сиропа зависит от кислотности плодов.

Необходимо помнить!

Для заливки литровой банки с плодами расходуется примерно 400—420 мл сиропа (2 стакана). Если сиропа будет меньше — нарушится порционное соотношение плодов и заливки, что недопустимо, так как оголится верхний слой, яблоки теряют привлекательность. Возможен бомбаж (срыв крышек).

При двух-трехкратном горячем разливе пастеризовать не нужно.

Варенье из мелкоплодных («райских») яблок. Плоды моют, бланшируют 2—3 минуты, охлаждают и варят.

Варенье — продукт из целых или разрезанных плодов, сваренных в сахарном сиропе так, чтобы они не утрачивали своей ценности, формы и вида. Сироп должен иметь хорошую консистенцию (не желировать), быть прозрачным. Чтобы получить вкусное варенье, используют плоды хорошего качества.

На 1 кг мелкоплодных яблок нужно 1,2—1,5 кг сахара (в зависимости от кислотности). Плоды заливают горячим сиропом и оставляют настаиваться 5—6 ч. На 1 кг яблок добавляют 1/2 стакана воды (количество зависит от сочности плодов).

После выстойки сливают сироп и доводят его до кипения, кипятят 2—5 минут и снова заливают яблоки, оставляя их на 5—6 ч. Варку и выстойку повторяют два-три раза. Надо запомнить, что сироп делают не из всего сахара, указанного в рецепте (1,2—1,5 кг), а из 1 кг, остальной сахар добавляют в сироп при 2-й и 3-й варке. Добавлять сахар лучше в виде сиропа.

Готовность варенья определяют так: сироп охлаждают, капая на тарелку, если капля не расплывается — варенье готово.

Расфасовывают варенье только после полного остывания.

Запомним!

Если варенье переварено, сироп теряет свой цвет — буреет (происходит карамелизация сахара), при этом теряется почти половина аскорбиновой кислоты и полностью витамин Р.

Джем. Для изготовления джема можно использовать мягкие, деформированные, но здоровые плоды.

В отличие от варенья джем варят в один прием, при постоянном повышении температуры и частом перемешивании массы. Плоды теряют форму, развариваются, легко и быстро пропитываются сахаром.

Особенность джема — сироп не растекается, а имеет вид желе с частицами плодов.

Перед варкой яблоки моют, нарезают на части (1/2 или 1/4), удаляют семенные гнезда. Бланшируют в кипящей воде 3—4 минуты. Подготовленные плоды засыпают сахаром (на 1 кг яблок 500—800 г сахара).

Варка продолжается не более 30 мин от начала закипания. Расфасовывают в горячем виде. Закрывают банки после того, как на поверхности при остывании образуется корочка.

Повидло—продукт, полученный путем уваривания плодового пюре с сахаром. Хорошо сваренное повидло хранится без пастеризации.

Свежие яблоки моют, режут, к 1 кг плодов добавляют 1 стакан воды, доводят до кипения, кипятят 10—20 минут, горькие разваренные плоды протирают через сито из нержавеющей стали или дуршлаг.

Протертую массу нагревают до кипения, часто помешивая. Кипятят 8—10 минут и добавляют сахар (на 1 кг пюре 500—600 г сахара).

Общая продолжительность варки не должна превышать 4—5 минут. Объем массы при уваривании уменьшается в три раза. Лучше варить повидло в кастрюле с двойным дном. Хорошее повидло получается из смешанного пюре (яблок и дыни, яблок и тыквы).

На 1 кг яблочного добавляют до 800 г тыквенного или дынного пюре.

Яблочный уксус. Уксусное скисание — это болезнь вина. Брожение прекращается тогда, когда в вино попадают уксусные бактерии.

Для изготовления уксуса годятся яблоки всех сортов. Можно использовать оставшиеся от приготовления варенья кожуру, семенные гнезда и выжимки от соков, но сырье не должно быть гнилым, поврежденным вредителями.

Яблоки измельчают. На 800 г массы добавляют 1 л воды, на каждый литр смеси 50 г винных или диких дрожжей (не хлебопечных), 150 г замоченного изюма или до 100 г раздаленных виноградных ягод, 100 г сахарного песка. Не закрывая, смесь ставят в теплое место (температура 20—25° С) на 10 дней и часто помешивают. Слабый уксус или молодое вино процеживают через

дуршлаг, добавляют 50 г сахара на каждый литр. Через 40—60 дней, когда брожение заканчивается, уксус фильтруют и разливают по бутылкам. Для улучшения вкусовых качеств его выдерживают 4—5 месяцев при температуре плюс 5° С.

Вместо резкого появляется умеренно-кислый запах и вкус. После выдержки, если имеется осадок, яблочный уксус фильтруют, разливают по бутылкам, закупоривают, хранят в темном месте при температуре 5—10° С.

Яблочную приправу готовят, как повидло, только на 1 кг кислого яблочного пюре добавляют 250—300 г сахара (по вкусу — корицу, гвоздику). Варят 20—25 минут, часто помешивая. Можно готовить приправу с брусничкой, клюквой, соком красной смородины, крыжовника. Брусничку, клюкву предварительно бланшируют, протирают.

Горячую приправу расфасовывают в подготовленную тару, пастеризуют.

Яблочный соус готовят, как приправу, только без сахара меньше (на 1 кг пюре не более 80 г сахара), варят 15 минут.

В кислый соус добавляют по вкусу соль, перец, чеснок, мелко нарезанную зелень (укроп, петрушку, кинзу, базилик, майоран, меллису). Соус подают к рыбным и мясным блюдам.

Пастила. В пюре из кислых яблок добавляют сахар (на 1 кг пюре 0,5 кг сахара), варят до густой консистенции, часто помешивая (лучше варить в кастрюле с двойным дном). Полученную массу выливают на бумагу, пропитанную маслом, помещают на противень и ставят в духовку (не очень жаркую). Когда масса подсохнет, ее сворачивают в трубочку. Хранят в стеклянной посуде.

Сок. В домашних условиях можно приготовить натуральный яблочный сок — подслащенный, купажированный (смешанный с другим соком). Смешивают яблочный сок не только с соками плодов и ягод, но и овощей (моркови, томатов и др.).

Из яблок сок получают лучшего качества, если берут зрелые, доброкачественные плоды. Перерабатывают и нестандартные яблоки, если они не гнилые, не запаренные, не подмороженные, не плесневелые и не пораженные болезнями и вредителями.

Яблоки моют, измельчают, отжимают и получают сок, который можно фильтровать, но лучше употреблять нефильтранный. С наличием мельчайших частиц плодовой мякоти он считается ценным, так как содержит больше витаминов, пектинов.

Сок получают и при помощи соковыжималки. Такой сок отличается от натурального тем, что разбавлен водой, образующейся от конденсации пара, содержит меньше питательных веществ.

Консервировать натуральные соки лучше горячим заливом с последующей пастеризацией.

На 1 л сока из кислых яблок добавляют 30—40 г сахара.

Сок сладких (летних) яблок купажируют с соком клюквы, брусники, крыжовника.

Желе получают при уваривании плодовых соков с сахаром, богатых пектином (яблочного, айвового, красной смородины).

Для желе отбирают незрелые яблоки. Сок кипятят на сильном огне 10—15 минут, добавляют сахар (на 1 л сока 0,5 кг сахара), размешивают при нагревании до полного растворения сахара и варят еще на слабом огне 20 минут. Уваривают приблизительно на 1/3 первоначального объема и горячим разливают в банки емкостью 0,3—0,5 л, пастеризуют. Хранят в темном прохладном месте.

Цукаты — засахаренные плоды и ягоды. Вкусные цукаты получают при засахаривании плодов с плотной мякотью.

Крупные плоды режут на дольки, удаляют семенные гнезда. Мелкие плоды перед бланшированием накалывают; охлаждают сразу после бланширования.

Из воды, в которой бланшировали яблоки, готовят сироп (2 стакана воды и 1,2 кг сахара на 1 кг бланшированных яблок).

Горячим сиропом заливают яблоки, настаивают 5—6 ч, сливают сироп и кипятят 5—7 минут, заливают вторично яблоки и настаивают примерно 10 ч. Процесс повторяют два-три раза, пока яблоки не станут прозрачными. Готовые яблоки откидывают на дуршлаг, дают стечь сиропу, посыпают сахарной пудрой и подсушивают в теплой духовке. Для длительного хранения цукаты оставляют в сиропе, отделяя его перед употреблением.

Маринованные яблоки. Хорошее сырье для маринования — яблоки кислые, терпкие, сорта Китайка (мелкоплодные «райские» сорта).

Плоды моют, заливают горячей водой (85 °С), держат до полного охлаждения. Укладывают в горячие банки, дно которых предварительно устилают листьями черной смородины. Такими же листьями накрывают плоды.

Заливают горячей маринадной заливкой: на 1 кг кислых яблок 600 мл воды, 200 г сахара, 50 г биологического уксуса крепостью 3—4 процента, 10 г соли, специи — 1 шт. гвоздики, 2 горошины душистого перца, корицу по вкусу.

Воду, сахар, соль, специи, кипятят, добавляют в банку уксус и заливают горячим маринадом яблоки. Пастеризуют 3 минуты от начала кипения при любой емкости. Затем банки закатывают.

Яблоки с начинкой. Из яблок среднего размера вынуть сердцевину (так, чтобы не прорезать яблоки насквозь), наколоть. Вскипятить 0,5 л воды с сахаром, корицей, гвоздикой, лимонной цедрой или лимонным соком.

Чтобы плоды не потемнели, каждое обработанное яблоко опустить в кипящую воду со специями и сахаром, варить до мягкости, но не разваривать. Вынуть из сиропа шумовкой, дать остыть.

Приготовить начинку из брусничного или черносмородинового желе, перемешать с сахаром, корицей и орехом.

Мусс. Промыть 250 г яблок, нарезать, удалить семенные гнезда, залить 2,5 стаканами горячей воды,

варить до мягкости. Сок слить в другую посуду, процедив через марлю. Яблоки протереть.

В сок добавить $3/4$ стакана сахара, довести до кипения, добавить 15 г замоченного в холодной воде желатина, охладить.

В охлажденный сироп добавить протертые яблоки, взбить миксером до увеличения объема вдвое.

Разлить по стаканам.

Если нет желатина, на яблочном соке сварить жидкую манную кашу, охладить, добавить яблочное пюре, взбить миксером.

К муссу подавать холодное молоко.

Салат из яблок с кефиром. Стакан кефира взбить с 1 столовой ложкой меда до образования пены. Очистить от кожуры 4—5 яблок среднего размера, нарезать ланшу, полить взбитой массой, посыпать сверху измельченным орехом с сахаром.

Яблоки с малиной или желе красной смородины. Из 10—12 яблок среднего размера удалить сердцевину, очистить (кожицу не выбрасывать).

В глубокую сковородку влить 2,5 стакана воды, вскипятить, всыпать 1 стакан сахарного песка, снова вскипятить. В приоткрытый сироп опустить очищенные яблоки, слегка отварить их и выложить на глубокое блюдо.

Развести в холодной воде 10 г желатина, дать ему набухнуть, залить 2 стаканами горячей воды (хранить в теплом месте).

Яблочную кожуру залить водой, разварить, протереть, соединить с горячим сиропом (после отвара целых яблок) и с желатином.

Измерить стаканом: если окажется меньше 4 стаканов сиропа с желатином, добавить кипятка, перемешать. В середину яблок положить малину или желе красной смородины. Сироп от пюре с желатином (если он холодный!) подогреть и залить начиненные яблоки, уложенные в глубокое блюдо. Обсыпать орехами с сахаром, поставить на холод.

Приготовить взбитые с сахаром сливки и полить яблоки перед подачей на стол.

Яблоки фаршированные. 10 яблок очистить, удалив семенные гнезда, в каждое яблоко насыпать 1 столовую ложку сахарного песка.

Кожуры и сердцевинки залить 3 стаканами воды, разварить, протереть. Массы должно быть 3 стакана (если меньше — долить кипятка). Всыпать 9 столовых ложек сахара, сварить. Целые яблоки с сахаром слегка запечь, $1/2$ стакана орехов измельчить, соединить с $1/4$ стакана сахарного песка, 3—5 г корицы, можно положить изюм.

Нафаршировать этой смесью недопеченные яблоки, поместить в глубокую сковороду. Залить тремя стаканами сиропа, поставить в духовку, довести яблоки до готовности. Перед подачей на стол полить сверху любым вареньем (лучше цветным). К фаршированным яблокам подать мороженое или взбитые сливки, сладкое теплое молоко.

Яблоки жареные. Очистить 8 крупных яблок, разрезать на части, удалить сердцевину, обвалять в масле до размягчения. Положить на блюдо, пересыпать сахарной пудрой, украсить вареньем. Сверху обсыпать тертыми орехами с сахаром.

Подавать к блюду молоко или сливки.

Плодовый квас. Квас готовят из разбавленного водой плодового сока с добавлением сахара и дрожжей. Плодовый квас должен иметь выраженный вкус и запах плодов, из которых приготовлен сок. По внешнему виду этот квас может быть непрозрачным. Хранят его так же, как и хлебный квас. В зависимости от исходного сырья и вкуса хозяйки он может быть сладким, кисло-сладким, кислым.

Для приготовления кисло-сладкого кваса берут 1 л сока, 0,5 л воды, 100 г сахара, 3 г соли, 100—200 г хлеба или 10 г дрожжей. В квас допускается наличие небольшого осадка из хлебных частиц.

Квас сливают (без осадка) на 2—3-й день (в зависимости от температуры окружающей среды). Разливают по бутылкам. Хранят в прохладном месте. Можно добавлять по 3—4 шт. изюма на бутылку.

Шарлотка из яблок. Очищенные от кожуры и семян свежие яблоки нарезают кубиками, кружками, столбиками, пересыпают сахаром.

У зачерствевшего хлеба срезают корку, мякоть нарезают тонкими ломтиками, подсушивают в духовке или используют сухарики.

Стенки и дно глубокой сковороды смазать маслом. Уложить ряд масла сливочного, затем слой сухариков, сверху красиво уложить яблоки с сахаром и маслом. Вбить сливки, залить верх шарлотки.

Пекут в горячей духовке в течении 20 минут. После выпечки форму ставят на тряпку, смоченную в холодной воде. Через 10 минут выкладывают массу на блюдо.

Верх посыпать орехами с сахаром.

На 200 г очищенных яблок — 200 г сухариков, полстакана сливок, 6—7 столовых ложек сахара, 30 г масла, 1/4 стакана орехов.

С грядки — на стол и впрок

«Тюльпаны» из томатов. Одинаковые зрелые томаты нарезать лепестками крест-накрест, удалить сердцевину, начинить творогом с чесноком и измельченной серединой томатов, добавить мелко нарезанные зеленый лук и сладкий перец.

Смесь перед начинкой томатов хорошо взбить с небольшим количеством сметаны. Подавать «тюльпаны» на листовом салате.

Помидоры средние 500 г, сметана 1/2 стакана, лук, чеснок, сладкий перец, соль, сахар по вкусу.

Помидоры, фаршированные овощами. Бурые, молочные, зеленые томаты нарезать, ложечкой вынуть семенные гнезда (их не выбрасывают, а соединяют с фаршем).

Фарш: сельдерей, укроп, мята перечная, петрушка, чеснок, перец горький (по вкусу), перец болгарский, морковь с добавкой сердцевин томатов измельчают, добавляют 20 г соли, сахар по вкусу (на 1 кг фарша 20 г соли, 5-10 г сахара), хорошо перемешивают и начиня-

ют томаты. Затем их укладывают в банки, заливают раствором (на 1 л воды 20 г соли). Хранят в прохладном месте.

Помидоры, фаршированные чесноком. Зеленые помидоры нарезают у плодоножек, в каждое семенное гнездо кладут 1/2 дольки чеснока, укладывают в банки. Заливают рассолом.

Рассол: на 1 л воды 40 г соли, 10 г сахара, 5 г зелени (сельдерей, укроп, петрушка).

Томаты в собственном соку. При консервировании томатов необходимо четко соблюдать правила приготовления томатов в собственном соку.

Тщательно моют банки пищевой содой, предварительно замочив их. Затем ошпаривают банки и выдерживают над паром. Кипятят крышки и резиновые кольца (оставляют в кипятке).

Перебирают томаты. Для консервирования берут томаты среднего размера, плотные по консистенции, предварительно замочив их на 3—4 ч. Все мытые, перезревшие, но не загнившие помидоры режут, кипятят 10—15 мин, протирают через дуршлаг. На 1 кг полученной массы добавляют 1,5 столовой ложки соли и кипятят 15—20 мин после закипания.

Промытые целые помидоры укладывают в банки, добавляют приправы и специи, обдав последние кипятком.

Соотношение массы томатов и заливки должно быть 1:1 или 1,2:1 (на трехлитровую банку берут 1,5 кг помидоров и 1,5 л заливки или, соответственно 1,8 и 1,2 л заливки).

Кипящую томатную массу выливают в подогретые в кипятке банки, заполненные томатами доверху. Пастеризуют, закатывают банки крышками и кладут на бок, укрывают полотенцами.

Кисло-сладкие томаты. Помидоры среднего размера укладывают в подготовленные, простерилизованные банки. Можно переложить листьями сельдерея. На трехлитровую банку берут 1,5—1,8 кг томатов и 1,2—1,5 л заливки.

Заливка: 1 столовая ложка сахара, 2 чайных ложки уксуса — виноградного или яблочного.

Чтобы помидоры не лопались, их замачивают на 3—4 часа, накалывают кожуру у плодоножки. Затем банки с томатами без рассола ставят в теплую воду и заливают кипящей заливкой до плечиков банки. Пастеризуют трехлитровую банку при температуре 50°C 15—20 минут от начала кипения. После пастеризации доливают кипящий рассол до плечиков банки и закатывают крышками.

Огурцы в огурцах. Этот способ хорош тем, что позволяет использовать переросшие огурцы. На 1 кг мелких огурцов берут 1 кг переросших, 30 г укропа, 5 г листьев хрена, вишни, черной смородины, 3 г чеснока, 30 г соли, 1 г перца.

Приготовление: измельчают в мясорубке крупные, переросшие огурцы. На этой смеси готовят солевой раствор со специями. Хорошо перемешивают (без добавления воды). Укладывают в подготовленную посуду, переслаивая мелкие огурцы смесью. Закрывают плотным, кладут гнет (сок огуречный должен быть над гнетом). Хранят в холодильнике или подвале.

Огурцы малосольные. 2 кг огурцов, 150 г хлеба, 2 лавровых листа, 40 г соли, 2 л воды, укроп, перец, чеснок, листья хрена, вишни, черной смородины.

Приготовление: в 3-литровую банку на дно положить подсушенный хлеб. Воду вскипятить с солью, охладить. Огурцы положить на хлеб, посыпать перцем, укропом, чесноком, листьями. Сверху опять положить хлеб. Залить рассолом. Поддерживать при температуре 16—17°C 3—4 дня (если температура выше, достаточно двух дней). Затем огурцы переложить в другую банку, рассол процедить, залить огурцы. Хранить в холодильнике. Огурцы сохраняют свои качества до 10 дней. Затем они утрачивают свой вкус. Рассол можно употреблять как квас.

Капуста, квашенная с хреном. 0,5 кг квашеной капусты, 1 средняя головка лука репчатого, готовый хрен, масло растительное, зелень.

Приготовление: лук режут колечками, обливают кипятком. Капусту квашеную соединяют с луком, хреном (по вкусу). Добавляют растительное масло, хорошо перемешивают. Посыпают зеленью.

Капуста, быстро квашенная. Вилки капусты очистить, промыть холодной водой, нашинковать, добавить морковь (30—60 г на 1 кг капусты). С солью перетереть.

На дно банки положить корку ржаного хлеба (50—60 г), сырой очищенный картофель, уложить капусту, сверху посыпать тмином, залить соленным с сахаром кипятком (на 1 л воды 1 столовая ложка соли и 1 столовая ложка сахара), 2—3 дня держать при комнатной температуре. Затем поставить в прохладное, темное место.

Между шинкованной капустой можно положить целые капустные листья (для голубцов).

Перец с медом. 1 кг перца, 1 стакан 6-процентного уксуса, 20 г меда, 1 стакан воды, 40 г соли, зелень (сельдерей, укроп, петрушка), черный перец, 2—3 листа винограда, чеснок, сахар.

Приготовление: перец моют, прокалывают вилкой, бланшируют, укладывают в банку. Между рядами кладут зелень. Заливают горячим маринадом, 2—3 дня квасят. Перед подачей к столу добавляют чеснок по вкусу, растительное масло. При варке маринада добавляют сахар, черный перец, укроп, мед.

Огурцы фаршированные. Отобрать равные небольшие огурцы, вымыть, разрезать вдоль, вычистить семенные гнезда. Семенные гнезда соединить с мелко порубленным крутым яйцом и натертой на крупной терке редькой или редисом, добавить зеленый лук и укроп, посолить, поперчить, перемешать с густой сметаной.

Свободную от семян середину огурцов наполнить приготовленной смесью. Сверху положить ломтик отваренного мяса или рыбы. Уложить на блюдо, украсить зеленью.

500 г огурцов, 2 яйца, 150 г редиса, 250 г мяса отваренного или рыбы, рубленая зелень, укроп, лук, перец по вкусу, 1/2 стакана сметаны, соль.

Подобное блюдо можно делать также из соевых огурцов.

Перец сладкий с овощной подливой. 5—6 штук больших перцев, 100 г растительного масла, 2—3 крупных луковицы, 1 морковь, 5 средних томатов, чеснок, зелень, лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Перец испечь в духовке (можно с семенными гнездами), затем опустить в холодную воду, снять кожицу и немного обжарить на растительном масле.

Массу выложить в кастрюлю, добавить мелко нарезанный чеснок с солью (последнее).

Измельчить лук, морковь и нарезанные томаты обжарить на растительном масле. Добавить лавровый лист, зелень, перец, соль. Заполнить перец горячей массой и тушить 5 минут.

Чесночный болгарский перец. Перец болгарский целиком испечь в духовке до полуготовности, остудить в подсоленной холодной воде, очистить от кожицы, уложить в банку. Каждый ряд прослонить тертым с солью чесноком. В середину положить 2—3 лавровых листа, 5—6 горошин черного перца. Затем залить маринадом. Такой перец закатывать не обязательно — достаточно хранить в прохладном месте.

Перец в банку плотно не закупоривают, он должен свободно плавать в маринаде. На литровую банку необходимо брать до 0,5 кг перца, остальное место должен занимать чеснок и заливка.

Маринад готовят по вкусу, не острый. На 1 кг перца берут 60 г соли.

Кабачки с молодым горохом. Измельчить лук, обжарить на растительном масле до полуготовности. Молодые, 3—5 дневные кабачки нарезать кольцами, уложить на лук, добавить ломтики томатов, рубленую зелень, посолить, поперчить, поставить в духовку на 10—15 минут.

Горох отварить отдельно в подсоленной воде, добавить в готовую кабачки, тушить 5 минут в духовке.

Добавить тертый чеснок. Подавать в холодном виде.

Кабачки мелкие 5—10 шт., помидоры 4 шт., свежий молодой лущеный горох 250 г, лук репчатый — 1 голо-

вка, растительное масло 2 столовые ложки, укроп, петрушка, соль, перец, чеснок по вкусу.

Сельдерей с медом. Сельдерей очистить, бланшировать в подсоленной воде (1 л воды и 10 г соли) с добавлением 1—2 столовых ложек растительного масла. Затем нарезать ломтиками, соединить по объему 1:1 с медом. Хорошо перемешать, сложить в баночки.

Фаршированные баклажаны. Эту вкусную закуску готовят за 3—4 дня до праздника.

Вымыть 6—7 мелких баклажанов, удалить плодоножки, разрезать вдоль, положить на 10 минут в кипящую соленую воду.

Затем вареные баклажаны один час держат под прессом (чистить баклажаны не следует).

Измельчить 300 г очищенных, поджаренных орехов, 4 зубка чеснока.

Нарезать 3 средние головки репчатого лука мелкими ромбиками (обдать дважды кипятком), добавить 1 корень петрушки и 1 корень моркови, измельчив их на крупной терке, мелко изрубленную зелень (петрушку, укроп, кинзу, мялису и др.). Смесь хорошо перемешать, посолить, поперчить, еще раз все перемешать и начинить баклажаны, неплотно уложить их в банки, залить соусом.

Для приготовления соуса берут 100 г грецких измельченных орехов, 2—3 зубка чеснока, зелень (кинза, мята перечная), все заливают биологическим уксусом (к уксусу добавляют по вкусу соль, сахар, горький перец).

Баклажаны средние — 7 шт., орехи 100 г, чеснок — 7-8 зубков, лук репчатый — 3 средние головки, зелень, соль, сахар, перец по вкусу, уксус биологический — 1 л.

Баклажаны в сметане. Плоды чистят, нарезают ломтиками, кладут в соленую кипящую воду и варят до полуготовности, откидывают на дуршлаг. Обжаривают в растительном масле, добавляют жареный лук, заливает сметаной и ставят на 15—20 минут в духовку, тушат до готовности. Чеснок, молотый перец, соль, зелень по вкусу.

Восточный салат. На 1 порцию берут 2 свежих помидора средней величины, 2—3 средние дольки чеснока, 2—3 шт. болгарского перца, фасоль стручковую — 100 г, 1 стакан отварного риса, 2 крутых яйца, 50 г сливочного масла, соль, сахар, перец душистый по вкусу, растительное масло.

Приготовление: помидоры режут пополам, слегка поджаривают на растительном масле. В каждую остуженную половинку кладут 1/2 дольки чеснока. Перец пекут, очищают, режут. Фасоль отваривают, режут; рис салат, добавляют сливочное масло, держат в духовке 10 минут. Все полойко укладывают на тарелку (основа — рис). Вокруг укладывают фигурно нарезанные яйца.

Салат из вареного зеленого чеснока. 0,5 кг зеленого чеснока, 1 стакан 2—3 процентного уксуса, соль, сахар по вкусу, растительное масло.

Приготовление: молодой чеснок очищают от зарезанной, режут на части по 3—4 см, заливают кипятком (2—3 раза), пока чеснок не станет мягким. Затем добавляют уксус, соль, сахар. Масло нужно добавить так, чтобы чеснок не плавал в маринаде.

Салат из печеной свеклы. 2—3 среднего размера свеклы, соль, сахар по вкусу, на любителя чеснок, хрен, уксус, растительное масло или майонез. Можно добавить поджаренные грецкие орехи. **Приготовление:** свеклу пекут, очищают, режут столбиками, заливают 3 процентным уксусом, добавляют сахар, хрен, чеснок полойко. Перед подачей поливают растительным маслом, посыпают измельченными жареными грецкими орехами. Впрок готовят только свеклу в маринаде, без масла и добавок.

Свекла, запеченная в сметане с овощами. 250—300 г свеклы, 3 луковицы, 1 морковь, 2 крупных помидора, зелень, петрушка, укроп, 50 г растительного масла, 1 стакан сметаны, соль, перец по вкусу.

Свеклу, морковь, томаты запекают в духовке, нарезают столбиками и поджаривают на растительном масле. В конце за жаривания добавляют лук и заливают

сметаной, салат, добавляют молотый перец по вкусу и тушат 10—15 минут на медленном огне.

Перед подачей на стол массу посыпают зеленью и подают как гарнир или самостоятельное блюдо.

Капуста жареная. Нашинкованную капусту поджарить на растительном масле до полуготовности. Отдельно поджарить на растительном масле репчатый лук, морковь и томаты. Все смешать и жарить до готовности.

Зеленый горошек с томатами. Отваривают зеленый горошек или берут консервированный. Горошек поджаривают на сливочном масле (1 столовая ложка). Нарезают томаты кружками и обжаривают в сливочном масле. Отдельно поджаривают лук с морковью. Все жареные компоненты смешивают с горошком, заливают сметаной со взбитыми яйцами и запекают в духовке. Молотый перец, соль взбивают вместе со сметаной и яйцами.

Разноцветный картофель. Чистят крупный картофель и отваривают в соленой воде. Воду сливают, картофель разминают, добавляют сливочное масло и вливают горячее молоко. Все выдерживают 4—5 минут на медленном огне, постоянно помешивая массу.

Снимают с огня картофель и взбивают его. Затем разделяют на 5 равных частей.

Чтобы получить картофель красного цвета, к одной его части добавить мелко нарезанный лук, поджаренный с томатами. Все хорошо перемешать.

Желтый цвет картофельному пюре придает яичные желтки (2—3 шт.); смесь готовят 2—3 минуты на медленном огне, все время перемешивая.

Для белого цвета пюре смешивают со взбитыми яичными белками и выдерживают на медленном огне, непрерывно помешивая массу.

Зеленый цвет картофельному пюре придает добавка измельченного укропа.

На блюдо укладывают зеленые листья салата, предварительно смазав их сметаной с чесночком, затем кладут томаты с перцем, а сверху — разноцветное картофельное пюре (в виде цветка).

Середину блюда выкладывают фигурно нарезанной печеной или вареной морковью, опшаренным репчатым луком (кольцами).

Салат из печеного сладкого перца и лука. 0,5 кг болгарского перца, 2 головки лука средней величины, соль, сахар по вкусу, 2 столовых ложки 2—3 процентного уксуса, растительное масло, чеснок по вкусу, зелень петрушки, укропа.

Приготовление: перец запекают в духовке, опускают в холодную воду, очищают. Лук чистят, режут кольцами, обдают 2 раза крутым кипятком. Укладывают послойно — чеснок, перец, лук. Подсаливают. Растительное масло взбивают с солью, сахаром, уксусом. Заливают чеснок, перец и лук (перец поглощает много уксуса). Перед употреблением посыпают мелко нарезанной зеленью.

Салат из белокочанной капусты с черносливом и изюмом. Шинкованную капусту посыпают сахарным песком (белокочанную или краснокочанную), трут руками до появления сока. Отжимают сок, чтобы он появился быстрее, капусту немного салат. Смешивают с тертой морковью.

Распаривают чернослив и изюм (из чернослива вынимают косточки) и соединяют с капустой и морковью. При подаче на стол поливают сметаной, посыпают сверху толчеными орехами (0,5 кг капусты, 2 моркови, 100 г чернослива, 50 г изюма, 0,5 стакана орехов, 0,5 стакана сметаны, сахар по вкусу).

Салат из фасоли. Сварить фасоль в сладкой воде (1 чайная ложка сахара на 1 л воды). Остудить, добавить 1 соленый огурец, нарезанный кубиками, 1 луковицу (кольцами), 1 яблоко, натертое на крупной терке, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1,5 стакана сметаны, смешать с горчицей (1 чайная ложка), укроп, мелко нарезанную петрушку, 2 зубка измельченного чеснока, перец, соль по вкусу. Сверху посыпать толчеными орехами.

Салат из тыквы. Тыкву и яблоки натирают на средней терке. Хрен пропускают через мясорубку. Все

перемешивают, добавляют сахар, соль, лимонную кислоту по вкусу. Сверху заливают сметаной, украшают тертой морковью с орехами.

Салат оригинальный. Он может быть овощным и фруктовым, в зависимости от того, что взять за основу.

В овощной салат (на любителя) можно добавить чеснок, крутые яйца. Фруктовый салат можно сделать из любых имеющихся фруктов и сухофруктов (сухофрукты предварительно распарить). Сочетание будет хорошим, если взять яблоки, сливы, толченые орехи.

Перед подачей на стол фруктовый салат заправляют сметаной с сахаром (взбить). Овощной салат заправляют майонезом с тертым сыром. Его можно заправить и растительным маслом.

Приправа «Огонек». Мясистые стручки красного перца, перезрелые томаты помыть, пропустить через мясорубку, соединить с перцем и томатами.

Корень хрена очистить, пропустить через мясорубку, добавить соль и уксус, все перемешать и соединить с перцем, чесноком, томатами. Еще раз все перемешать, уложить в банку. Хранить в прохладном месте.

На 1 кг томатов берут 2 средних стручка красного перца горького, 250 г чеснока, 250 г готового хрена.

При подаче на стол к приправе добавить растительное масло, грецкие орехи, зелень, уксус по вкусу.

Если приправа будет очень острой, можно при подаче на стол ее смешать с толченым вареным картофелем и сметаной.

Соус овощной. 0,5 кг перезрелых томатов, 200 г репчатого лука, 6 перцев, 1 морковь, корень петрушки запекают и затем пропускают через мясорубку.

Смесь тушат с растительным маслом 20—30 минут. Затем добавляют 0,5 стакана виноградного сока или вина (можно уксус). Перец, гвоздика, корица, соль, сахар по вкусу. Массу варят в эмалированной посуде, не закрывая крышкой. Чтобы смесь не подгорела, можно варить на пару в кастрюле с двойным дном, все время помешивая. Когда масса загустеет, кастрюлю снимают с огня и добавляют тертый чеснок, закрывают крыш-

кой, оставляя в таком состоянии на 10—15 минут. Подают на стол в виде протравы.

Майонез овощной. Варят вкрутую 3 яйца. Желтки растирают и взбивают с 200 г сливочного масла до пены. Запекают 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковицу. Пропускают массу через мясорубку и хорошо перемешивают, добавляют 2 столовых ложки растительного масла, небольшое количество воды и затем все поджаривают, немного остужают.

В яично-масляную смесь добавляют 1 столовую ложку лимонного сока и толченый чеснок. Все размешивают, добавляют жареные измельченные овощи, перец, соль, сахар по вкусу. Смесь взбивают; если она будет очень густая, добавляют сметану.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Р.С.Киреева, С. Ковалев, Ю.И.Чичев.
Секреты доброго застолья.

Редактор — Д.С.Чкония
Художник — А.Г.Чуvasов
Технический редактор — С.С.Зимин
Корректор — С.С.Зимин

Сдано в набор 14.6.91. Подписано в печать 31.7.91. Формат 84×108/32.
Гарнитура «Дале»-Авт. л. 1,3 Тираж 300 000. (1-й завод 100 000 экз.)

Адрес издательства: 121069, Москва, ул. Воровского 11.
Отпечатано в Московской типографии № 13. 107005, г. Москва,
Денисовский пер., д. 30. Зак. 1

«Вам — все мои секреты», — говорит Раиса Семеновна Киреева, известная советским телезрителям по выступлениям в передаче ЦТ «Наш сад». Вместе со своими соавторами, журналистами С.Ковалевым и Ю.Чичевым, задумала она книжку, рассказывающую о многолетнем опыте выращивания овощей и ягод, о неожиданных рецептах консервирования и приготовления блюд из даров вашего сада.