ТЁЩИНА КУХНЯ 3·2018

ТЁЩИНЫ ЗАКРУТКИ

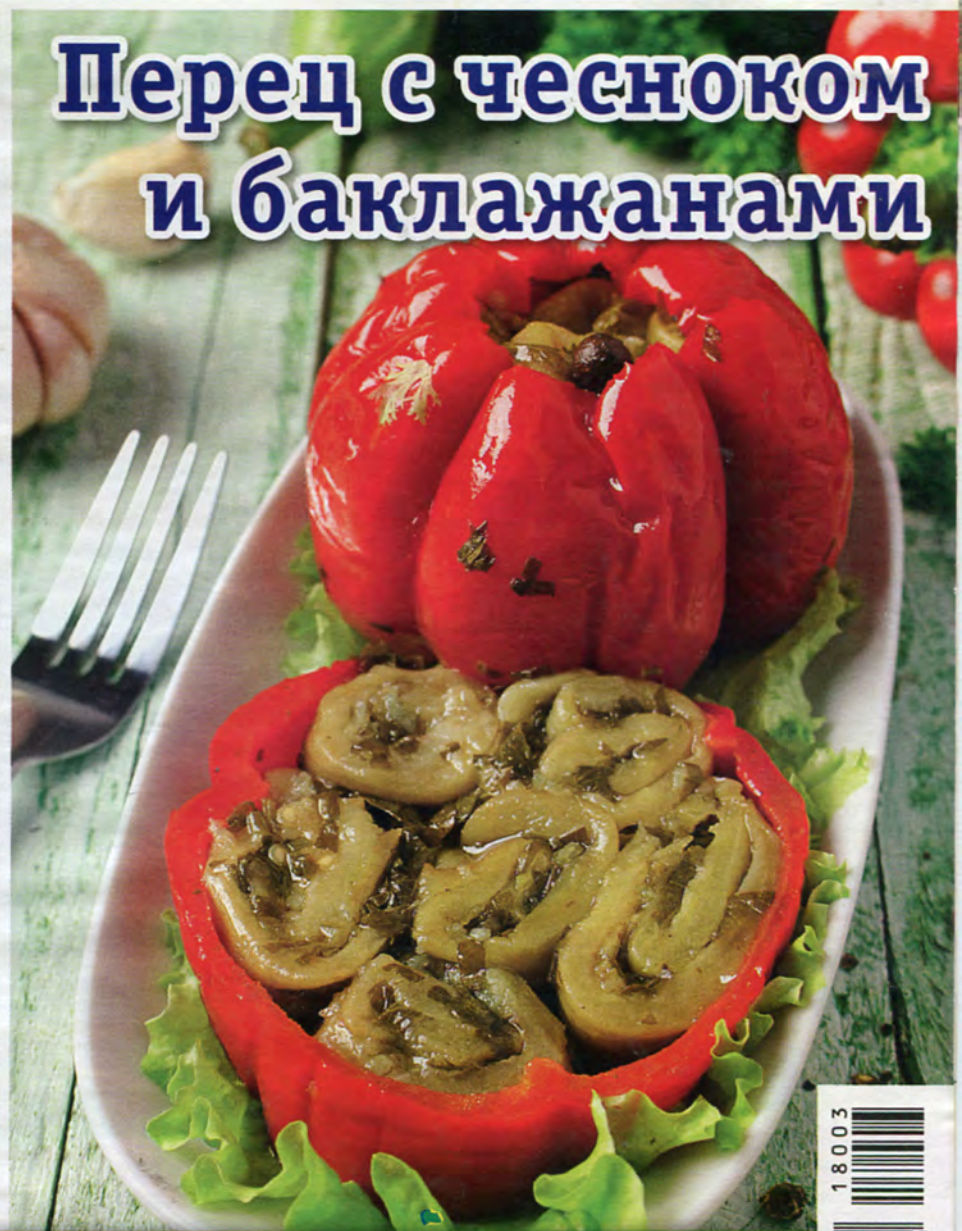
121 РЕЦЕПТ

16+

Капуста с мёдом

Цукини с укропом

Перец с чесноком и баклажанами



ВЯЛЕНЫЕ ЗАГОТОВКИ:
слива, груша, томаты

18003
4 602445 002470

Хотите сладкой жизни?
Этот журнал для вас!

Уже в продаже!
Спрашивайте в киосках

реклама

Солим, маринуем

ДОРОГИЕ ХОЗЯЮШКИ!

Этот выпуск посвящён домашнему консервированию. Все овощи и грибы, собранные вами летом, будут так же вкусны и полезны зимой, если вы правильно их заготовите.

С радостью делюсь с вами секретами маринования, вяления, засолки, квашения и надеюсь, что разнообразие наших рецептов позволит выбрать подходящие именно для вас.

Ваша Тёща

Чтобы обезопасить свои огурцы от «взрыва», добавьте на дно банки 0,5 ч. л. семян горчицы или 1 ст. л. спирта – это предотвратит процесс брожения.

Если вы хотите запечь баклажаны целиком, проколите их в нескольких местах вилкой, сделав небольшие отверстия для выхода пара. Запекайте при температуре 180° С в течение 15–25 минут, в зависимости от размера.

Поваренную соль крупного помола может с успехом заменить морская соль. Она содержит меньше нерастворимого осадка и позволяет увеличить срок хранения.

Не утрамбовывайте огурцы в банку слишком плотно, из-за этого они могут стать рыхлыми. Кладите их вертикально бочком к бочку, а затем слегка встряхните банку.

Расстояние между крышкой и содержимым банки не должно быть больше 1,5 см. Так консервированные овощи не окислятся и сохранят больше витаминов.

Грибы не потемнеют при переработке, если замочить их на 1 час в холодной воде с добавлением соли и лимонной кислоты (10 г соли и 2 г кислоты на 1 л воды).

Дубовые, вишнёвые и смородиновые листья продлевают срок хранения консервированных продуктов, улучшают их вкус, а так же помогают сохранить упругость и хрусткость овощей.

BAUER MEDIA GROUP

Журнал «ТЁЩИНА КУХНЯ» № 3 • 2018

ТЁЩИНЫ ЗАКРУТКИ

Издание зарегистрировано в Роскомнадзоре. Свидетельство ФС77-71144 от 27.09.2017 г.

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ
ООО «БАУЭР МЕДИА»
Главный редактор
Алишер Халилов
Группа выпуска
Георгий Савастьянов
Елена Власова
Марина Сорокина
Константин Чижевский
Марина Белугина

Распространение ООО «ТДС»
Тел. **(495) 974-7608**
Факс **(495) 974-8891**
E-mail **tds@BauerMedia.ru**

Импортёр в Беларусь –
ООО «Росчерк».
220100, Минск, ул. Сурганова, 57-Б, офис 123
Тел. + **375-17-331-94-27(41)**

Отпечатано в ОАО «Московская газетная типография»,**123995, Москва, ул. 1905 года, д. 7, стр. 1**
Заказ № 1543
Тираж 160 200
Дата выхода **10.07.2018**
Иллюстрации в номере: **Shutterstock**
Адрес для писем: **127015, Москва, ООО «Бауэр Медиа», а/я 14, «ТЁЩИНА КУХНЯ»**

Адрес редакции и издателя:
127015, Москва, ул. Вятская, 49, стр. 2
Тел. редакции и издателя
(495) 974-7383
E-mail **777@BauerMedia.ru**
www.BauerMedia.ru www.Trisemerki.ru
www.facebook.com/bauermediarussia/
Свободная цена
За достоверность рекламы отвечает рекламодатель

Сезонные ассорти

Помидоры и огурцы с корнем хрена

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 600 г огурцов
- 600 г помидоров
- 1 небольшой корень хрена
- по 4 листа чёрной смородины и вишни
- 4 зубчика чеснока
- 2 соцветия укропа
- 6 горошин чёрного перца
- 4 горошины душистого перца
- 1,5 ст. л. с горкой крупной соли
- 2 ст. л. сахара
- 5 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Огурцы залейте холодной водой и оставьте на 2 часа. Затем вымойте и срежьте хвостики с двух сторон.

◆ Помидоры вымойте и проткните зубочисткой в районе плодоножки. Это не позволит кожице лопнуть во время заливки кипятком.

◆ Чеснок очистите. Листья вымойте и обсушите бумажным полотенцем.

◆ Корень хрена, почистите и нарежьте небольшими кусочками.

◆ На дно 2-литровой стерилизованной банки выложите кусочки корня хрена, листья и укроп. Сверху плотно уложите помидоры и огурцы.

◆ Залейте в банку кипяток. Прикройте крышкой и оставьте на 10 минут.

◆ Затем слейте воду из банки в кастрюлю и добавьте ещё 1 стакан воды. Поставьте на огонь, добавьте соль, сахар и два вида перца. Дайте покипеть 3 минуты. Выключите огонь и влейте уксус.

◆ Залейте кипящим рассолом овощи. Сразу же закрутите стерилизованной крышкой, переверните вверх дном, накройте и оставьте до полного остывания. Храните в прохладном месте.

Черри со сладким перцем

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 13 банок 0,5 л

- 3 кг помидоров черри
- 2 кг сладкого стручкового перца
- 1 кг репчатого лука
- по 1 пучку петрушки и укропа
- по 1 ст. л. растительного масла в каждую банку (0,7 л)
- 2 головки чеснока
- 5 л воды

Для маринада

- 1 л воды
- 2 ст. л. 9% уксуса
- 3 ст. л. сахара
- 1 ст. л. крупной соли
- 6 горошин чёрного или душистого перца

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры наколите. Перец бланшируйте в кипятке 2 минуты и откиньте на дуршлаг. Воду оставьте в кастрюле.

◆ Каждую дольку чеснока разрежьте пополам.

◆ Лук разрежьте на четвертинки. Зелень крупно порубите.

◆ В подготовленные банки выложите слоями зелень и овощи. Залейте вскипяченной ещё раз водой, в которой бланшировались овощи. Оставьте на 15 минут. Слейте воду обратно в кастрюлю.

◆ В каждую банку добавьте по 1 ст. л. растительного масла.

◆ Все ингредиенты положите в слитую воду и приготовьте маринад. Залейте овощи горячим маринадом.

◆ Закатайте, переверните банки и оставьте до полного остывания.

С цветной капустой и сельдереем

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг помидоров
- 2 кг цветной капусты
- 3 кг огурцов
- 1 кг моркови
- 2 кг болгарского перца
- 1 пучок петрушки
- по 1 пакетику душистого перца и гвоздики
- 3 головки чеснока
- 1 пучок стеблей сельдерея
- 4 листа хрена
- 2 соцветия укропа

Для маринада

- 5 л воды
- 1 стакан крупной соли
- 2 стакана сахара
- 2 стакана 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Все овощи вымойте. Морковь почистите, если она крупная, разрежьте вдоль. Помидоры наколите у плодоножки. У огурцов срежьте кончики. Цветную капусту разберите на соцветия. Болгарский перец освободите от семян и нарежьте дольками.
- Уложите овощи слоями, чередуя со специями, в стерилизованные банки.
- Залейте кипятком до краёв банок. Слейте и повторите 3 раза.
- Слейте воду в кастрюлю. Поставьте на огонь, добавьте сахар и соль, доведите до кипения, варите 5 минут, добавьте уксус.
- Снимите кастрюлю с огня. Влейте маринад в банки. Закатайте простерилизованными крышками. Переверните вверх дном до остывания.

Патиссоны с баклажанами

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 3 л

- 1 л воды
- 0,5 стакана яблочного уксуса
- 1 стакан мёда
- 4 ст. л. растительного масла
- 2 ст. л. крупной соли
- 1 патиссон
- 3 белые луковицы
- 1 баклажан
- 2 помидора
- 1 болгарский перец
- по 2 листа смородины и вишни

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Овощи крупно нарежьте. Соедините воду, мёд, уксус, масло, соль. Доведите до кипения. Поочерёдно бланшируйте овощи, погружая их на 1 минуту в кипящий маринад, и укладывайте в стерилизованную банку.
- Залейте овощи горячим маринадом, прикройте крышкой и стерилизуйте 10 минут, затем сразу закатайте. Переверните банку. Укройте и дайте полностью остыть.

Закуска квашеная

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кочана капусты
- 1 кг моркови
- 1 кг стручковой фасоли
- 1 кг мелких огурцов
- 1 кг мелких помидоров
- 1 кг болгарского перца
- 0,5 кг мелкого лука
- 2 головки чеснока
- по 1 пучку укропа и петрушки

Для рассола

- 5 л воды
- 150 г соли
- 20 горошин чёрного перца
- 6 лавровых листов

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Воду вскипятите, добавьте зелень, перец и лавровый лист. Варите 5 минут, добавьте соль. Снимите маринад с огня и поставьте остывать.
- Все овощи вымойте. Морковь, болгарский перец и капусту крупно нарежьте.
- Вскипятите воду и бланшируйте овощи (кроме огурцов и помидоров) по 2–3 минуты.
- Чеснок очистите, нарежьте пластинками (его бланшировать не нужно).
- Остудите овощи и сложите их, чередуя слоями, в большую кастрюлю. Залейте остывшим до комнатной температуры маринадом и поставьте в тёплое место на 2 дня для закваски.
- Переложите овощи в стеклянные банки и залейте рассолом, в котором они квасились.
- Стерилизуйте банки 10 минут, закатайте, переверните, дайте остыть. Храните в прохладном тёмном месте.

Солим-маринуем

Солёные с перцем чили

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг огурцов
- 1 перец чили
- 1 головка чеснока
- 3 соцветия укропа
- по 5 листьев чёрной смородины и вишни
- 1 пучок зелени сельдерея
- 4 листа хрена

Для рассола

- 3 литра воды
- 280 г крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Огурцы вымойте замочите в холодной воде на на 6 часов. Смените 2 раза воду.

◆ Чеснок нарежьте крупными пластинками, перец чили – колечками. Зелень вымойте и обсушите. Листья хрена, смородины и вишни выдержите в воде 30 минут.

◆ В эмалированную кастрюлю выложите слоями зелень, чеснок, перец чили, огурцы. Верхним слоем выложите укроп, хрен и сельдерей.

◆ Воду для рассола чуть подогрейте, добавьте соль. Залейте огурцы. Накройте перевёрнутой тарелкой, придавите грузом. Выдержите 4 дня при комнатной температуре.

◆ Переложите огурцы и зелень, чередуя, в чистые банки.

◆ Рассол процедите через марлю в кастрюлю. Доведите до кипения. Снимите пену. Влейте рассол в банки с огурцами, прикройте крышками и оставьте на 30 минут.

◆ Слейте рассол из банок обратно в кастрюлю. Доведите до кипения. Снова залейте огурцы и оставьте на 15 минут. Повторите третий раз и сразу закатайте банки крышками.

◆ Переверните, укройте одеялом и оставьте до полного остывания.

С горошком для салата «Оливье»

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 1 л

- 4 огурца
- 300 г свежего зелёного горошка
- 1 ст. л. сахара
- 1 ст. л. соли
- 2 ст. л. уксуса
- 1 л воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Горошек очистите, сварите до полуготовности и откиньте на дуршлаг.

◆ Огурцы вымойте, срежьте кончики, уложите вертикально в банку. Всыпьте соль и сахар. Добавьте горошек. Залейте овощи водой.

◆ Поместите банку в кастрюлю с водой, накройте крышкой и стерилизуйте около 1 часа. Когда огурцы поменяют цвет, а горошек станет мягким, влейте в банку уксус и сразу плотно закрутите крышкой. Переверните, дайте остыть. Храните в прохладном месте.

С дольками лимона

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 600 г огурцов
- 1 соцветие укропа
- 0,5 лимона
- 2 лавровых листа
- 6 горошин чёрного или душистого перца
- 2 зубчика чеснока
- 1 ст. л. крупной соли
- 1 ч. л. сахара
- 1 л воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ В чистую банку выложите горошины перца, очищенные дольки чеснока, укроп, лавровый лист. Затем поместите в банку огурцы. Между огурцами выложите нарезанную дольками половину лимона.

◆ В воду добавьте соль и сахар. Вскипятите. Залейте горячим рассолом огурцы. Прикройте крышкой.

◆ Стерилизуйте банку около 15 минут. Закатайте крышку. Переверните, укройте, дайте остыть.

огурцы

Огурцы в огурцах

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг мелких огурцов
- 1 кг крупных огурцов
- 1 головка чеснока
- 2 ст. л. крупной соли
- 2 ч. л. сахара
- 0,5 пучка укропа
- 0,5 ч. л. молотой паприки
- 1 ч. л. молотых семян кориандра

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Мелкие огурцы плотно уложите в простерилизованную банку. Крупные натрите на крупной тёрке. Добавьте соль, перец, кориандр, укроп, пропущенный через пресс чеснок.
- Заполните огуречной смесью пустоты в банке между мелкими огурцами. Плотно закройте банку полиэтиленовой крышкой и поставьте в холодильник.
- Огурцы будут готовы примерно через 2 недели. Храните их в погребе или в холодильнике.

КСТАТИ! Если при консервировании огурцов вы предпочитаете многократную горячую заливку, используйте не кипящий маринад или рассол, а остывший до 90° С, иначе огурцы могут потерять хрусткость.

В маринаде со сливами

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг мелких огурцов
- 400 г сливы
- 4 зубчика чеснока
- 4 бутона гвоздики
- 10 горошин чёрного или душистого перца
- 1 ч. л. семян кориандра
- 3 лавровых листа

Для маринада на 1 банку 3 л

- 2 л воды
- 4 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Огурцы залейте холодной водой и оставьте на 2 часа. Чеснок очистите и нарежьте пластинками.
- На дно простерилизованной банки выложите очищенный чеснок, перец, кориандр, гвоздику и лавровый лист, затем сливы и огурцы.
- Воду вскипятите и вылейте в банку. Оставьте, накрыв крышкой, на 20 минут. Слейте воду в кастрюлю и снова доведите до кипения.
- Пока вода закипает, добавьте в банку сахар, соль и уксус. Залейте кипятком и сразу закатайте. Переверните банку, укройте и оставьте до полного остывания.

С красной рябиной в яблочном уксусе

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг огурцов
- 2–3 грозди красной рябины

Для маринада

- 1 л воды
- 1/4 стакана яблочного уксуса
- 1 ст. л. крупной соли
- 3 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Огурцы замочите в холодной воде на 6 часов. Один раз воду поменяйте.
- Гроздья рябины промойте и ошпарьте кипятком.
- Уложите огурцы в простерилизованные банки, чередуя с рябиной. Растворите в воде соль, сахар, добавьте уксус. Помешивая, доведите до кипения.
- Горячий маринад влейте в банки с огурцами, прикройте стерильными крышками и оставьте на 10 минут.
- Слейте маринад в кастрюлю, доведите до кипения, залейте огурцы и оставьте на 7 минут.
- В третий раз залейте огурцы кипящим маринадом так, чтобы жидкость доходила до краев банки.
- Закатайте банки крышками. Переверните вверх дном и укутайте до полного остывания.

Синьоры помидоры

В собственном соку

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг помидоров
- 3 лавровых листа
- 3 бутона гвоздики
- 6 горошин чёрного или душистого перца
- 3 ст. л. сахара
- 1 ст. л. крупной соли
- 1 ст. л. 9% уксуса
- 1 головка чеснока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры тщательно вымойте и обсушите. Чеснок очистите. На дно банки положите лавровый лист, перец и гвоздику. Сверху выложите половину помидоров. Залейте их крутым кипятком. Прикройте крышкой и оставьте на 15 минут.

◆ Оставшиеся помидоры пропустите через мясорубку или измельчите в блендере вместе с чесноком.

◆ Перелейте смесь в кастрюлю, поставьте на огонь, добавьте соль и сахар. Помешивая, доведите до кипения. Влейте уксус. Варите 3 минуты.

◆ Залейте томатный маринад в банку. Стерилизуйте 15 минут. Закатайте банку крышкой. Переверните, укутайте, дайте остыть.

«Ёжики» с чесноком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 л воды

- 3 ст. л. сахарного песка
- 1/2 ч. л. лимонной кислоты
- 1 ст. л. соли
- 2 лавровых листа
- 4 горошины чёрного перца
- 3 бутона гвоздики
- 3 веточки укропа
- 6 зубчиков чеснока
- помидоры – сколько поместится в банку

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры вымойте и обсушите. Чеснок очистите и нарежьте тонкими кусочками.

◆ С помощью зубочистки сделайте проколы в помидорах – по 10 штук со всех сторон. В проколы воткните чесночные «колючки».

◆ Аккуратно уложите «ёжики» в стерилизованные банки. Вскипятите воду. Залейте её в банки. Оставьте на 10 минут, прикрыв банки крышками. Слейте эту воду обратно в кастрюлю. Повторите. В последний раз доведите воду до кипения, добавьте специи соль, сахар, пряности, укроп, лимонную кислоту.

◆ Залейте горячим маринадом банки. Герметично закатайте, переверните, укройте одеялом и дайте остыть.

◆ Храните в тёмном прохладном месте.

С яблоками и лимонной кислотой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 4 банки 3 л

- 5 кг мелких помидоров
- 12 кислых яблок
- 4 ч. л. лимонной кислоты

Для маринада

- 5 л воды
- 300 г сахара
- 100 г соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Яблоки вымойте, очистите от кожуры и семян, нарежьте восьмушками. Помидоры вымойте и наколите. Уложите яблоки и помидоры слоями в простерилизованные банки. В каждую добавьте по 1 ч. л. лимонной кислоты.

◆ В кастрюле соедините воду, соль, сахар. Доведите до кипения и растворения сахара и соли.

◆ Залейте рассол в банки, прикройте крышками, оставьте на 10 минут. Слейте воду обратно в кастрюлю и снова доведите до кипения. Повторите. На третий раз закрутите банки крышками.

В овощной заливке

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 4 банки 3 л

- 9 кг помидоров
- 4 моркови
- 4 болгарских перца
- 4 головки чеснока
- 2 перца чили

Для маринада

- 6 л воды
- 200 г крупной соли
- 300 г сахара
- 300 мл 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи вымойте. Банки и крышки простерилизуйте. Наполните банки помидорами, сделав на каждом надрезы. Залейте кипятком и оставьте на 30 мин.

◆ Морковь, чеснок и перцы измельчите в блендере или пропустите через мясорубку.

◆ В кастрюлю влейте 6 л воды, доведите до кипения, добавьте соль и сахар. Помешивая, варите 5 минут.

◆ Воду из банок слейте в раковину. В каждую банку влейте по 80 мл уксуса, залейте горячим рассолом и сразу закатайте крышками.

С перчиком чили

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 3 л

- 2,5 кг помидоров
- 2 лавровых листа
- 5 горошин душистого перца
- 1 пучок листьев хрена
- 1 пучок зелени сельдерея
- 1 головка чеснока
- 1 перец чили
- 1 луковица
- 1 болгарский перец

Для маринада

- 1,5 л воды
- 60 г крупной соли
- 80 г сахара
- 60 мл 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры, болгарский перец, чили и зелень промойте в проточной воде.

◆ Лук и чеснок очистите и порубите дольками. Перец освободите от семян и тоже нарежьте крупными дольками.

◆ Зелень измельчите. Выложите в банку слоями, зелень, лук, перец, чеснок и помидоры.

◆ Воду вскипятите, залейте помидоры, прикройте крышкой. Дайте постоять 30 минут.

◆ Слейте воду в кастрюлю. Добавьте соль, сахар, горошины перца и лавровый лист. Доведите до кипения. Влейте уксус.

◆ Залейте маринадом помидоры и сразу закрутите банку крышкой. Переверните вверх дном, укутайте и дайте остыть.

С горчичными зёрнами

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 1 л

- 800 г спелых мелких помидоров
- 2 лавровых листа
- 10 горошин чёрного или душистого перца
- 1 ч. л. семян горчицы

Для маринада

- 1 л воды
- 150 мл 9% уксуса
- 40 г крупной соли
- 7 г сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры вымойте и уложите в простерилизованную банку. Добавьте специи.

◆ Воду вскипятите, растворите в ней соль и сахар. Влейте уксус. Залейте горячим маринадом помидоры.

◆ Стерилизуйте банку на водяной бане 20 мин. Закатайте крышкой, переверните и оставьте до полного остывания.

Закуски

Огурцы в соевом соусе с кунжутом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2,5 кг огурцов
- 2,5 ст. л. крупной соли
- 3,5 ст. л. сахара
- 2 ст. л. семян кунжута
- 7 зубчиков чеснока
- 3 стручка перца чили
- 2 ст. л. молотой паприки
- 10 ст. л. растительного масла
- 5 ст. л. соевого соуса
- 1 ч. л. 70% уксусной эссенции

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Огурцы вымойте, обсушите и нарежьте кружочками. Посолите, перемешайте и оставьте на 1 час. Отожмите выделившийся сок.

◆ Добавьте обжаренный на сухой сковороде кунжут, пропущенный через пресс чеснок, нарезанный колечками перец чили, соевый соус, сахар, уксусную эссенцию. Перемешайте. Влейте прокалённое масло.

◆ Разложите огурцы в стерилизованные банки, прикройте крышками. Стерилизуйте 20 минут. Закатайте крышками.

Салат с зелёными помидорами

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1,5 кг зелёных помидоров
- 1,5 кг красных помидоров
- 1 кг репчатого лука
- 1 кг моркови
- 2 кг болгарского перца
- 0,5 стакана соли
- 1,5 стакана сахара
- 1 стакан растительного масла
- 0,5 стакана 9% уксуса
- 6 горошин чёрного или душистого перца
- 4 лавровых.листа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Зелёные помидоры нарежьте четвертинками, лук – полукольцами. Морковь натрите на крупной тёрке. Болгарский перец нарежьте квадратиками.

◆ Все овощи соедините. Добавьте уксус, соль, сахар. Перемешайте. Оставьте на ночь.

◆ Утром к овощам добавьте мелко нарезанные красные помидоры и растительное масло.

◆ Доведите до кипения и варите, помешивая, 40 минут.

◆ Разложите готовый салат по стерилизованным банкам и закатайте крышками. Храните в прохладном месте.

Маринованные голубцы с морковью

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кочан капусты
- 1 кг моркови
- 2 зубчика чеснока
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 ст. л. сахара
- соль, молотый чёрный перец по вкусу

Для маринада

- 1 л воды
- 1 стакан 9% уксуса
- 1 стакан сахара
- 1 ст. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ У капусты вырежьте кочерыжку. Бланшируйте листья в кипятке 5 минут.

◆ Морковь натрите на корейской или обычной крупной тёрке. Посолите, поперчите и оставьте на 3 часа до выделения сока.

◆ Отожмите сок, добавьте сахар и пропущенный через пресс чеснок. Выложите морковь на капустные листья. Сверните голубцы. Уложите их в банки.

◆ Приготовьте маринад. Залейте горячим маринадом голубцы. Закрутите банки крышками.

к крепким напиткам

Острая морковка

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
- 8 крупных морковей
- по 10 стручков зелёного и красного перца чили

Для маринада
- 1 стакан воды
- 0,5 стакана соли
- 0,5 кг сахара
- 1 л 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Морковь вымойте, почистите, нарежьте крупными брусочками или кружочками.

◆ Перец вымойте, отрежьте хвостики и тоже нарежьте кружочками.

◆ Овощи соедините, перемешайте и переложите в простерилизованные банки.

◆ Соедините в кастрюльке стакан воды, соль и сахар. На медленном огне доведите до кипения. Добавьте уксус.

◆ Залейте горячим маринадом овощи. Закатайте крышками, переверните, укутайте до полного остывания.

Чеснок с крыжовником

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
- чеснок
- крыжовник

Для маринада на 4 банки 0,5 л
- 1 л воды
- 2 ст. л. соли
- 2 ч. л. сахара
- 1 стакан 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Крыжовник лучше брать не перезрелый, тогда он не полопается в банке и сохранит свои вкус и вид.

◆ Чеснок вымойте, снимите лишь верхнюю шелуху и выньте стержень. Крупные головки разломайте пополам, чтобы было удобнее закладывать в банки. Крыжовник вымойте, хвостики и веточки не удаляйте.

◆ В простерилизованные банки слоями выложите чеснок, в пустоты засыпьте крыжовник. Залейте банки крутым кипятком, дайте постоять 10 минут. Воду слейте в раковину.

◆ Воду для маринада влейте в кастрюлю, добавьте соль и сахар, доведите до кипения, добавьте уксус. Залейте кипящим маринадом банки, закатайте стерильными крышками, переверните, укутайте до остывания. Храните в прохладном месте.

Огуречные кружочки

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 0,5 л
- 4 огурца
- 1 морковь
- 2 зубчика чеснока
- 3 веточки укропа
- 2 ч. л. сахара
- 1 ч. л. соли
- 1 ст. л. 9% уксуса
- 1,5 ст. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Огурцы и морковь нарежьте кружочками.

◆ В простерилизованную банку уложите овощи и специи. Добавьте сахар, соль, уксус. Залейте банку по плечики кипячёной водой. Влейте масло. Стерилизуйте 20 минут. Сразу закатайте и переверните банки до остывания.

Фрукты-ягоды

Лимоны с перцем чили

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 1 л

- 5 лимонов с толстой кожурой
- 1 перец чили
- 1 лавровый лист

Для маринада

- 1 л воды
- 2 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. соли
- 1 ст. л. сахара
- 1 ст. л. виноградного или яблочного уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Лимоны обдайте кипятком и нарежьте дольками. Перец чили порубите кружочками. В стерилизованную банку выложите кусочки лимона, чили и лавровый лист. Влейте соевый соус. Вскипятите воду. Добавьте соль, сахар и уксус. Влейте горячий маринад в банку и сразу закрутите. Переверните и дайте остыть.

Арбуз с гвоздикой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 4 ломтика арбуза
- 2 ст. л. крупной соли
- 1 ч. л. сахара
- 2 ч. л. 9% уксуса
- 1 л воды
- 5 горошин душистого перца
- 4 бутона гвоздики

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Арбуз вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Удалите семена. Выложите куски арбуза в заранее простерилизованные банки. Добавьте горошины перца и гвоздику. В отдельную кастрюлю налейте воды, добавьте соль, сахар и уксус.

◆ Поставьте на огонь и варите 2 минут с момента закипания. Залейте горячий маринад в банки. Накройте стерилизованными крышками, закатайте, переверните, укутайте и оставьте до полного остывания.

Брусника в виноградном уксусе

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг брусники
- 1 л воды
- 1 ч. л. сахара
- 45 ч. л. крупной или морской соли
- 4 бутона гвоздики
- 3 горошины душистого перца
- 2 ч. л. виноградного уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Бруснику вымойте, обсушите и разложите по стерилизованным банкам. Вскипятите воду, растворите в ней соль и сахар, добавьте пряности и уксус. Залейте ягоды горячим маринадом, закатайте, переверните и дайте остыть. Храните в прохладном месте.

Антоновка с анисом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2,5 кг антоновских яблок
- сок 1 лимона
- 1 л воды
- 1 стакан сахара
- 1 стакан яблочного уксуса
- 2 палочки корицы
- 0,5 ч. л. семян аниса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Яблоки вымойте, нарежьте крупными дольками, удалите сердцевину и сбрызните соком лимона. Вскипятите воду. Бланшируйте яблоки 3 минуты. Откиньте на дуршлаг и охладите проточной водой. Разложите яблоки по стерилизованным банкам. Воду от бланшировки доведите до кипения.

◆ Всыпьте сахар и специи. Кипятите 5 минут. Добавьте уксус. Залейте горячим маринадом банки. Прикройте крышками и стерилизуйте 15 минут. Закатайте, переверните, укутайте и оставьте до остывания. Храните в прохладном месте.

ПОХУДЕЙТЕ ЭТИМ ЛЕТОМ!

на 10, 20 и даже 30 кг!

БЫСТРО! БЕЗОПАСНО! НАТУРАЛЬНО!

САМЫЙ ПРОВЕРЕННЫЙ СПОСОБ ПОХУДЕТЬ!

Немногие решатся спорить с этим утверждением, ведь суп из капусты — это старейший способ похудения, которым пользовались еще наши прапрабабушки. Еще греки и римляне считали, что суп из капусты имеет неоценимую пользу для здоровья. Древние атлеты ели его перед играми, чтобы сохранить более легкую фигуру, а также как настоящий эликсир молодости.

СЛУЧАЙНОЕ ОТКРЫТИЕ

Свойства капустного супа, как продукта, который сжигает жир, были впервые описаны в одной французской больнице в 19-ом веке. Врачи заметили, что пациенты, которые его едят, быстро худеют. С тех пор суп из капусты стали применять в случаях, когда пациенту нужно быстро снизить вес – перед операцией или для снижения нагрузки на опорно-двигательный аппарат.

ВСЕМИРНОЕ ПРИЗНАНИЕ!

Во Франции этот суп является особенно популярным. Многие женщины сначала во Франции, а затем в других странах стали употреблять капустный суп, чтобы избавиться от лишних килограммов. Самый известный пример — это популярная тележурналистка Опра Уинфри, которая рассказала, как похудела благодаря этому волшебному супу. И даже если невозможно точно посчитать, сколько людей похудели благодаря капустному супу, можно с уверенностью говорить о том, что миллионы людей используют свойства капусты, чтобы вернуть желанную фигуру.

НАКОНЕЦ ДОСТУПЕН В ТАБЛЕТКАХ!

К сожалению, не все могут ежедневно есть капустный суп. Не каждый любит его запах, который разносится по всему дому. И не каждый имеет время, чтобы его ежедневно готовить. Эту проблему удалось решить специалистам-диетологам — они предложили сконцентрировать капустный суп в таблетки. Так получился Шутабс (слово Шу (Chou) по-французски значит Капуста)– капустный сок в таблетках, без ярко выраженного специфического вкуса и запаха. В лаборатории доказано, что этот концентрат, полученный в результате патентованного производства, является в 2-4 раза более действенным, чем употребление 4 порций капустного супа в день. Поэтому достаточно принимать 3 таблетки ежедневно, за 30 минут до еды по одной таблетке, запивая большим стаканом воды.

100% НАТУРАЛЬНЫЙ ПРОДУКТ!

Мы можем с уверенностью утверждать, что таблетки ChouTabs являются одним из самых натуральных и безвредных методов похудения. Шутабс изготавливается только из экологически чистых, специально отобранных свежих кочанов белокочанной капусты, в которых сохраняются все ценнейшие микроэлементы. Кроме того, Шутабс мягко стимулирует работу кишечника, что будет особенно полезно пожилым людям.

НЕЛЬЗЯ ХУДЕТЬ СЛИШКОМ БЫСТРО!

Благодаря активным компонентам капустного сока вы быстро теряете лишние килограммы и сантиметры в талии (вскоре вам может понадобиться одежда меньших размеров), исчезает целлюлит. Вы теряете лишние килограммы даже в самых недоступных местах (живот, бедра, ягодицы). Советуем, однако, не терять более 4 кг в неделю. Если так случится, приостановите прием Шутабс на 2 дня, а затем снова продолжите прием таблеток. Также следует учитывать, что при некоторых заболеваниях органов пищеварения капустный сок может быть нежелателен, поэтому рекомендуется учитывать состояние вашего здоровья.

1 таблетка = 4 тарелки капустного супа

**по содержанию активных компонентов

Во время беременности я набрала больше 20 кг. Время шло, мои близняшки пошли в садик, а вес так и не уменьшился. Принимать химические «жиросжигатели» и стимуляторы я не хотела, потому что хорошо знакома с их побочными эффектами. Однажды на специализированной выставке я познакомилась с производителями таблетированного капустного сока и решила попробовать. Результат был просто отличным — за 2 недели я похудела на 2 размера, а за 2 месяца — на 20 кг. И никаких побочных эффектов! Не только мои подруги, но даже моя мама, которой я порекомендовала Шутабс, теперь могут подтвердить, что это естественный способ быстро и безопасно похудеть.

Ольга.

РЕКЛАМА

ПРОИЗВОДИТСЯ В РОССИИ!

Врачи, диетологи, специалисты по здоровому питанию единогласно признают капусту великолепным продуктом для похудения и широко рекомендуют ее в качестве надежного и безопасного средства для снижения веса. Таблетки из концентрата сока капусты это современное решение, которое позволяет получить все преимущества, не испытывая сложностей, связанных с приготовлением капустного супа. **Результат не заставит себя ждать — попробуйте, вы убедитесь в этом сами!**

МЫ ГАРАНТИРУЕМ:

1. Шутабс производится только из экологически чистого сырья.
2. Не содержит никаких вредных примесей.
3. Проходит тщательный лабораторный контроль – Декларация о соответствии ЕАЭС N RU Д-RU.АП02.В.01818

ПОЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС:

8 800 250 35 70

Звонок бесплатный.

ИЛИ С 10 ДО 20 ЧАСОВ 8 910 728 65 21

(МТС Смоленск по тарифам вашего оператора)

Наш сайт: www.choutabs.ru

ЛЕТНЯЯ РАСПРОДАЖА!

30 таблеток Шутабс = 749 руб. (на 10 дней, при лишнем весе до 3 кг)
60 таблеток Шутабс = 1249 руб. (— 3-5 кг, Вы экономите 249 руб.)
90 таблеток Шутабс = 1799 руб. (— 5-7 кг, Вы экономите 448 руб!)
120 таблеток Шутабс = 2000 руб. (— 10 и более кг)

СУПЕР ПРЕДЛОЖЕНИЕ 240 ТАБЛЕТОК ЗА 3000 РУБЛЕЙ!(— 20 И БОЛЕЕ КГ)!!!

+ почтовые расходы

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ!

*Делая заказ, вы предоставляете продавцу ООО "Лучшее решение" - 214030, г., Смоленск Краснинское шоссе, 25, ОРГН 1126732009601 право на хранение, обработку и передачу ваших персональных данных в целях выполнения вашего заказа. Фотографии носят иллюстративный характер, ваши результаты могут отличаться. Рекомендуется консультация врача при наличии заболеваний органов пищеварения. Скидка пенсионерам предоставляется на постоянной основе в течение 2018 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ ИЛИ БАД. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Такая разная

С пряной гвоздикой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг болгарского перца

Для маринада

- 1,5 л воды
- 1 стакан растительного масла
- 2 ст. л. крупной соли
- 0,5 стакана 9% уксуса
- 1 стакан мёда
- 15 горошин душистого перца
- 8 бутонов гвоздики

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Перец вымойте, очистите от семян и плодоножек, разрежьте на четвертинки.

◆ Воду влейте в кастрюлю, добавьте растительное масло, мёд, соль и специи. Поставьте на огонь, помешивая, доведите до кипения. Влейте уксус.

◆ В кипящий маринад опускайте кусочки перца на 3 минуты (он не должен свариваться, а лишь бланшироваться) и сразу укладывайте их в предварительно простерилизованные банки.

◆ Залейте перец кипящим маринадом. Стерилизуйте банки на водяной бане 15 минут и сразу плотно закрутите крышками. Переверните, укутайте до остывания.

С кинзой по-кавказски

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг красного болгарского перца

Для маринада

- 0,5 стакана
- 2 ст. л. крупной соли
- 0,5 стакана растительного масла
- 1,5 л воды
- 2 ст. л. 70% уксусной эссенции
- 2 головки чеснока
- 3 пучка кинзы или петрушки
- 10 горошин чёрного перца

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Перец и зелень вымойте. Перец очистите от семян, разрежьте на четвертинки. На дно стерильных банок выложите веточки крупно нарезанной кинзы, разрезанные пополам дольки чеснока, горошины перца.

◆ Воду влейте в кастрюлю, добавьте растительное масло, сахар, соль. Доведите до кипения. Влейте уксусную эссенцию.

◆ Выкладывайте перец партиями в кипящий рассол, варите по 3 минуты и складывайте в простерилизованные банки.

◆ Залейте банки кипящим маринадом. Стерилизуйте на водяной бане (литровые банки – около 1 часа). Сразу закатайте крышками.

С яблоками и мёдом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг кислых яблок
- 2 кг красного болгарского перца
- 1 кг лука
- 0,5 стакана растительного масла
- 3 ст. л. мёда
- 0,5 стакана яблочного уксуса
- 2 ст. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Перец и яблоки вымойте, обсушите, очистите от семян. Лук очистите. Перец и лук порубите кольцами или полукольцами. Яблоки нарежьте небольшими дольками.

◆ Добавьте мёд, растительное масло, уксус, соль. Хорошо перемешайте.

◆ Оставьте на 1 час, чтобы яблоки и овощи выделили сок.

◆ Переложите смесь в кастрюлю, поставьте на огонь. Доведите до кипения и варите 30 минут, периодически помешивая.

◆ Разложите смесь в простерилизованные банки. Сразу закатайте прокипячёнными крышками.

◆ Переверните банки, укутайте, оставьте до полного остывания. Храните в прохладном месте.

паприка

С баклажанами и чесноком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 1 л

- 5 болгарских перцев
- 2 средних баклажана
- 1 пучок укропа
- 1 пучок петрушки
- 2 головки чеснока
- 3 горошины душистого перца
- 1 лавровый лист
- 4 ст. л. растительного масла

Для маринада

- 0,5 стакана воды
- 2 ст. л. сахара
- 0,5 ст. л. крупной соли
- 1 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Болгарский перец вымойте, освободите от семян, бланшируйте в кипящей воде 5 минут, откиньте на сито.

◆ Баклажаны очистите, нарежьте полосками толщиной 0,5 см и обжарьте в растительном масле до золотистого цвета.

◆ Зелень измельчите, смешайте с пропущенным через пресс чесноком и выложите на полоски баклажанов. Сверните рулетами. Начините рулетами перцы.

◆ На дно чистой банки положите специи. Сверху выложите перцы.

◆ Воду с сахаром и солью доведите до кипения, добавьте уксус. Залейте маринадом перцы. Стерилизуйте банку на водяной бане 40 минут и сразу закрутите крышкой.

Фаршированный капустой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг болгарского перца
- 1 кг белокочанной капусты
- 3 головки чеснока
- 1 пучок петрушки

Для маринада

- 1 литр воды
- 1 стакан сахара
- 1 стакан растительного масла
- 1,5 ст. л. крупной соли
- 1 стакан 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Перец вымойте, удалите семена. Чеснок очистите. Петрушку вымойте и обсушите.

◆ С капусты снимите верхние листы. Нашинкуйте тонкой соломкой и перетрите с солью. Оставьте на 10 минут.

◆ Перец бланшируйте 5 минут. В каждый вложите по 1 зубчику чеснока, веточке петрушки и наполните слегка отжатой капустой. Уложите в банки.

◆ Приготовьте маринад. Залейте перцы. Стерилизуйте банки 30 минут и сразу закатайте крышками.

Нежное пюре

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг красного болгарского перца
- 1 ч. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Болгарский перец вымойте, удалите семена. Сложите в кастрюлю, добавьте соль, накройте крышкой, доведите до кипения на сильном огне. Перец в процессе варки выделит жидкость, если её мало, добавьте 0,5 стакана воды. Убавьте огонь и варите около 20 минут.

◆ Измельчите перец в блендере или пропустите через мясорубку. Верните в кастрюлю и варите еще 15 минут.

◆ За это время простерилизуйте банки, крышки прокипятите. На момент закатки банки и крышки обязательно должны быть горячими.

◆ Кипящее пюре разлейте в банки, закрутите крышками. Укутайте до полного остывания.

Запасаем баклажаны

С морковью и укропом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2,5 кг баклажанов
- 1 большая морковь
- 2 перца чили
- 3 головки чеснока
- 1 пучок укропа
- 2 ч. л. горчицы в зёрнах
- 1 ч. л. молотого чёрного перца
- 0,5 ч. л. молотого перца чили

Для маринада

- 0,5 л воды
- 1,5 стакана растительного масла
- 0,5 стакана 9% уксуса
- 0,5 стакана сахара
- 2 ст. л. крупной соли
- 3 лавровых листа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Баклажаны нарежьте кубиками. Добавьте 1,5 ст. л. соли и оставьте на 1 час. Морковь натрите на тёрке соломкой. Укроп измельчите. Перец чили и чеснок нарежьте соломкой.
- Приготовьте маринад. Опустите в него отжатые баклажаны и морковь на 20 минут, периодически перемешивайте.
- Добавьте приправы, чеснок, укроп. Готовьте ещё 5 минут. Разложите баклажаны по стерилизованным банкам, закатайте, укутайте до полного остывания.

Хе из баклажанов с капустой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 5 банок 1 л

- 2 кг капусты
- 2 кг баклажанов
- 2 головки чеснока
- 3 моркови
- 1 перец чили
- 1 стакан растительного масла
- 1 стакан воды
- 1,5 ст. л. 70% уксусной эссенции
- 3 ст. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Все овощи вымойте. Баклажаны целиком поместите в большую кастрюлю с кипящей водой и бланшируйте 3 минуты. Дайте остыть. Нарежьте крупной соломкой.
- Капусту тонко нашинкуйте. Морковь натрите на крупной тёрке. Чеснок пропустите через пресс. Перец чили измельчите.
- Соедините все овощи. Добавьте растительное масло, соль, воду с разведённой в ней уксусной эссенцией.
- Оставьте на 1 сутки мариноваться в кастрюле. На следующий день разложите овощи по банкам и стерилизуйте каждую 15 минут.
- Закатайте, переверните, укутайте до полного остывания.

В чесночном рассоле

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 6 кг баклажанов
- 0,5 л растительного масла
- 4 красных болгарских перца
- 4 перца чили
- 10 головок чеснока
- 0,5 л 9% уксуса

Для рассола

- 5 л воды
- 1 стакан крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Овощи вымойте. Перцы и чеснок измельчите в блендере или прокрутите через мясорубку. Смешайте с растительным маслом и уксусом.
- Баклажаны вымойте, нарежьте четвертинками, опустите в кипящий рассол, варите 7 минут, затем сложите в стерильные банки, чередуя с овощным пюре. Стерилизуйте банки 20 минут. Закатайте, переверните, укутайте, дайте остыть.

В уксусно-масляной заправке

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
- 5 кг баклажанов

Для заправки
- 5 красных болгарских перцев
- 3 перца чили
- 4 головки чеснока
- 0,5 л растительного масла
- 0,5 л 5% уксуса

Для маринада
- 5 л воды
- 1 стакан крупной соли
- 0,5 л 5% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Приготовьте заправку: болгарский перец, перец чили и чеснок прокрутите через мясорубку или измельчите в блендере. Добавьте уксус и растительное масло. Всё тщательно перемешайте.

◆ Баклажаны нарежьте полосками. В отдельную большую кастрюлю влейте 5 л воды, добавьте соль. Поставьте на огонь, доведите до кипения и полного растворения соли. Влейте уксус. Добавьте баклажаны.

◆ Варите в маринаде баклажаны до мягкости, затем уложите их, чередуя с заправкой, в простерилизованные банки.

◆ Накройте крышками и стерилизуйте 30 минут. Закатайте, переверните, укройте и оставьте до полного остывания.

Маринованные

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
на 1 банку 3 л
- 3 кг баклажанов

Для маринада
- 1 л воды
- 2 ст. л. крупной соли
- 2 ст. л. 9% уксуса
- 2 лавровых листа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Баклажаны вымойте. Обрежьте хвостики. Крупные плоды разрежьте на части. Вскипятите в кастрюле воду. Добавьте соль. Бланшируйте баклажаны 5 минут. Плотно уложите их в стерилизованную банку.

◆ Рассол доведите до кипения. Добавьте лавровый лист и уксус. Влейте горячий маринад в банку. Закатайте крышкой. Переверните, укутайте до остывания.

По-грузински с грецкими орехами

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
- 1 кг баклажанов
- 0,5 стакана ядер грецких орехов
- 1 стакан 6% уксуса
- 1 стакан воды
- 60 г крупной соли
- 1 головка чеснока
- 1 ч. л. сушёной мяты

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Баклажаны вымойте, обрежьте основание плодов с плодоножкой и ложкой удалите семена. Залейте солёной водой, доведите до кипения и варите 3 минуты на среднем огне. Откиньте на дуршлаг и положите под гнёт.

◆ Соедините измельчённый и протёртый с солью чеснок, мелко нарезанные орехи и сушёную мяту. Начините смесью баклажаны.

◆ Фаршированные баклажаны плотно уложите в банки, залейте доведённым до кипения и охлаждённым раствором уксуса с водой (1:1). Закрутите и храните в прохладном месте.

Кабачки и цукини

По-татарски с яблоком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг молодых цукини или кабачков
- 1 зелёный болгарский перец
- 1 яблоко
- 1 луковица
- 2 перца чили
- 1 морковь
- 1 головка чеснока
- 2 ст. л. томатной пасты
- 1 стакан сахара
- 1 стакан растительного масла
- 2 ст. л. крупной соли
- 0,5 стакана яблочного уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Овощи вымойте и обсушите. Цукини нарежьте брусочками.
- Все остальные овощи измельчите в блендере. Переложите в кастрюлю. Поставьте на огонь. Добавьте соль, уксус, сахар, растительное масло, томатную пасту. Помешивая, доведите до кипения. Добавьте кабачки.
- Варить на слабом огне 1,5 часа. Разложите в стерилизованные банки и сразу закатайте крышками.

В пикантном соусе с морковью

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг молодых цукини
- 1 морковь
- 4 зубчика чеснока

Для соуса

- 0,5 ч. л. молотого перца чили
- 2 ст. л. 9% уксуса
- 2 ст. л. растительного масла
- 2 ст. л. сахара
- 1 ст. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Овощи вымойте. Цукини очистите от кожуры и нарежьте тонкими полукольцами. Морковь почистите и натрите на крупной тёрке. Чеснок пропустите через пресс.
- Соедините в кастрюле растительное масло, соль, сахар и молотый перец чили. Поставьте на огонь, доведите до кипения, влейте уксус. Добавьте морковь и чеснок. Варите 5 минут.
- Добавьте цукини. Готовьте на слабом огне 25 минут после закипания, периодически помешивая. Разложите по стерилизованным банкам, закатайте, переверните, укутайте до полного остывания.

В томатно-чесночной заливке

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг молодых кабачков или цукини
- 1,5 л томатного сока
- 1 стакан растительного масла
- 1 стакан сахара
- 3 ст. л. соли
- 3 болгарских перца
- 1 головка чеснока
- 3 перца чили
- 1 стакан 9% уксуса
- 1 ст. л. острой горчицы
- 2 ст. л. томатной пасты

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Все овощи вымойте. Кабачки очистите от кожуры, нарежьте полосками длиной 10 сантиметров, толщиной 1,5 сантиметра. Болгарский перец, чеснок, перец чили измельчите в блендере или прокрутите через мясорубку.
- В кастрюлю влейте томатный сок, добавьте томатную пасту, сахар, соль, растительное масло, горчицу, уксус. Поставьте на огонь, доведите до кипения. Добавьте овощи. Перемешайте. Дайте закипеть.
- Добавьте кабачки. Уменьшите огонь. Варите, помешивая, 40 минут с момента закипания. Снимите с огня. Выложите в горячие простерилизованные банки. Закатайте крышками, переверните и укутайте до полного остывания.

В томате с хреном

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3,5 кг кабачков
- 100 г корня хрена
- 1 головка чеснока

Для маринада

- 1 стакан томатной пасты
- 1 стакан растительного масла
- 0,5 стакана сахара
- 0,5 стакана 9% уксуса
- 1,5 ст. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Все овощи вымойте и обсушите. Кабачки нарежьте мелкими кубиками. Хрен и чеснок прокрутите через мясорубку или измельчите в блендере.

◆ В кастрюле соедините томатную пасту и растительное масло. Посолите, добавьте сахар. Поставьте на огонь, доведите до кипения. Влейте уксус. Добавьте кабачки.

◆ Варите на слабом огне, периодически помешивая, 30 минут. Разложите в простерилизованные банки, закатайте крышками. Укутайте до полного остывания. Храните в прохладном месте.

В кисло-сладкой заправке с кинзой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 молодой кабачок или цукини
- 1 морковь
- 2 огурца
- 0,5 пучка укропа
- 1 пучок кинзы

Для кисло-сладкой заправки

- 2/3 стакана растительного масла
- 2/3 стакана яблочного уксуса
- 2 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи нашинкуйте соломкой. Кинзу и укроп измельчите. Всё перемешайте. Оставьте при комнатной температуре на 1 час. Разложите смесь в чистые банки, залейте выделившимся соком.

◆ Соедините в кастрюльке ингредиенты для заправки. Варите, помешивая, 5 минут. Залейте заправкой овощи. Стерилизуйте банки около 40 минут. Закатайте, переверните и дайте остыть.

С душистым перцем и укропом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 1 л

- 600 г молодых кабачков
- 1 пучок соцветий укропа
- 4 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- 4 горошины душистого перца

Для маринада

- 1 л воды
- 3 ст. л. сахара
- 2 ст. л. соли
- 0,5 стакана 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Кабачки и зелень тщательно вымойте. Кабачки нарежьте кружками толщиной 4 см. В чистую стерилизованную банку выложите горошины душистого перца, укроп, лавровый лист, чеснок. Сверху как можно плотнее уложите кабачки.

◆ В кипящую воду добавьте соль, сахар. Перемешайте. Варите 3 минуты. Влейте уксус.

◆ Залейте маринадом кабачки. Банку с кабачками стерилизуйте 15 минут с момента закипания на водяной бане.

◆ Переверните, укутайте, дайте полностью остыть. Храните в прохладном месте.

Патиссоны

С перцем чили

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 2 банки 0,7 л

- 1 кг патиссонов
- 2 перца чили
- листья смородины и вишни
- 2 зубчика чеснока
- 1 ч. л. чёрного перца горошком
- 2 ст. л . 9% уксуса
- 1 л воды
- 2 ст. л. крупной соли
- 1 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи и зелень вымойте. В стерилизованные банки выложите слоями листья смородины, вишни, перцы чили, перец горошком, чеснок и патиссоны. Залейте кипящей водой. Оставьте на 15 минут. Слейте воду. В каждую банку добавьте по 1 ст. л. уксуса.

◆ Вскипятите 1 л воды, добавьте соль и сахар. Залейте рассолом патиссоны. Стерилизуйте банки 10 минут. Закатайте, переверните, укутайте и дайте остыть.

Аппетитное лечо

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 4 банки 1 л

- 1,5 кг патиссонов
- 2 кг помидоров
- 1,5 кг болгарского перца
- 1 стакан растительного масла
- 0,5 стакана яблочного уксуса
- 0,5 стакана сахара
- 2 ст. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Патиссоны очистите, освободите от семян и порубите кубиками. Болгарский перец нарежьте соломкой. Помидоры измельчите в блендере или прокрутите через мясорубку.

◆ Помидорную массу выложите в большую эмалированную кастрюлю. Поставьте на огонь, доведите до кипения.

◆ Добавьте перец, патиссоны, соль, сахар и растительное масло. Варите 20 минут с момента закипания. В конце варки влейте яблочный уксус.

◆ Разложите лечо по чистым банкам. Стерилизуйте 20 минут. Закатайте, переверните, укутайте и оставьте до полного остывания.

С чесноком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 4 банки 1 л

- 3 кг молодых патиссонов
- 4 листа хрена
- 4 соцветия укропа
- 4 зубчика чеснока

Для маринада

- 2 л воды
- 1 стакан сахара
- 3 ст. л. крупной соли
- 1 стакан 9% уксуса
- 20 горошин чёрного перца
- 4 лавровых листа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Зелень вымойте и обсушите. Чеснок очистите. Разложите зелень и чеснок по простерилизованным банкам. Патиссоны вымойте и, не снимая кожицу, нарежьте шайбами.

◆ В большую кастрюлю налейте воды, добавьте соль, сахар, лавровый лист, чёрный перец. Доведите до кипения. Добавьте уксус.

◆ Опускайте патиссоны порциями в кипящий маринад и бланшируйте под крышкой 5 минут, периодически помешивая. Уложите патиссоны в банки. Залейте кипящим маринадом. Закатайте, переверните, укройте и оставьте до полного остывания.

С помидорами

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 2 банки 0,7 л

- 0,5 кг мелких патиссонов
- 0,5 кг помидоров
- 1 морковь
- 1 луковица
- 2 соцветия укропа
- 2 зубчика чеснока
- листья смородины, вишни, хрена
- 1 ч. л. молотого чёрного перца
- 2 лавровых листа
- 4 стручка кардамона
- 1 ч. л. семян кориандра
- по 2 веточки зелени базилика и сельдерея

Для маринада

- 1 л воды
- 4 ст. л. сахара
- 1 ст. л. соли
- 1 ст. л. 70% уксусной эссенции
- 0,5 ч. л. хмели-сунели

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи и зелень вымойте и обсушите. У патиссонов удалите плодоножки.

◆ Морковь почистите и порубите крупными кружочками, лук нарежьте половинками или четвертинками.

◆ В простерилизованные банки уложите слоями специи, зелень, кусочки моркови, лука, патиссоны и помидоры.

◆ Залейте овощи крутым кипятком и оставьте на 10 минут. Слейте воду. Повторите.

◆ Для приготовления маринада вскипятите в кастрюле воду. Добавьте соль, сахар, приправу хмели-сунели. Доведите до кипения. Добавьте уксус.

◆ Залейте горячим маринадом овощи в банках. Сразу закатайте крышками, переверните, укутайте и оставьте до полного остывания. Храните в прохладном тёмном месте.

С тыквой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 0,5 кг мелких патиссонов
- 0,5 кг тыквы
- 2 зубчика чеснока
- 1 луковица
- 2 веточки петрушки
- 2 соцветия укропа
- 1 лист хрена

Для маринада

- 1 л воды
- 2 ст. л. крупной соли
- 2 ст. л. сахара
- 4 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи и зелень вымойте. На дно стерилизованных банок выложите слоями веточки петрушки, соцветия укропа, крупно нарезанный лист хрена, нашинкованную полукольцами луковицу, зубчики чеснока, патиссоны и кусочки тыквы.

◆ Вскипятите воду. Добавьте соль, сахар и уксус. Залейте горячим маринадом овощи. Стерилизуйте банки 15 минут.

◆ Закрутите крышками, переверните, укройте и дайте остыть.

С корнем имбиря

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 250 г корня имбиря
- 2 небольших патиссона
- 2 л воды
- 1 ч. л. крупной соли
- перец, сахар по вкусу
- 0,5 стакана яблочного уксуса
- 4 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Патиссоны и корень имбиря нарежьте очень тонкими ломтиками и уложите в простерилизованные баночки. Вскипятите воду с солью. Залейте в банки. Дайте остыть.

◆ Слейте рассол в кастрюлю. Добавьте сахар. Доведите до кипения. Влейте яблочный уксус.

◆ Залейте маринадом имбирь и патиссоны. Закрутите крышками, переверните, дайте остыть.

Оригинальные

Ткемали

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг алычи или терновника
- 2 стакана воды
- 5 соцветий укропа
- 300 г зелени кинзы
- 250 г мяты
- 4 зубчика чеснока
- 1 перец чили
- 1 ч. л. крупной соли
- 2 ст. л. сахара
- 1 ст. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Алычу вымойте, высыпьте в кастрюлю, залейте водой и поставьте на огонь варить. Когда ягоды полностью разварятся, перетрите их через сито. Косточки выбросьте. В сливовую массу опустите связанные ниткой соцветия укропа и перец чили. Добавьте соль. Варите 30 минут на медленном огне.

◆ Вымытую и обсушенную зелень измельчите в блендере вместе с чесноком. Из кастрюли удалите укроп. Добавьте измельчённую зелень и варите, помешивая, 15 минут. Дайте остыть.

◆ Разлейте соус по простерилизованным баночкам, сверху добавьте немного растительного масла. Закрутите стерильными крышками. Храните в тёмном и прохладном месте.

Луковый с кориандром

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг репчатого лука
- 1 стакан растительного масла
- 2 л томатного сока
- 3 перца чили
- 2 ст. л. сахара
- 2 ст. л. винного уксуса
- 1 ч. л. молотого кориандра
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Лук измельчите, обжарьте и пропустите через мясорубку. Томатный сок доведите до кипения. Добавьте перец чили, сахар, соль. Варите 25 минут.

◆ За 5 минут до конца готовки добавьте уксус, кориандр. Закатайте в стерильные банки.

Баклажанный к мясу

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 6 банок 0,5 л

- 1 кг баклажанов
- 2 кг помидоров
- 0,5 кг болгарского перца
- 1 ст. л. крупной соли
- 6 ст. л. сахара
- 0,5 стакана 9% уксуса
- 1 перец чили
- 10 зубчиков чеснока
- 1 стакан растительного масла
- 1 ч. л. сушёного базилика

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Баклажаны, помидоры, болгарский перец и перец чили прокрутите через мясорубку. Чеснок измельчите. В кастрюлю с толстым дном влейте помидорную массу.

◆ Добавьте растительное масло, соль и сахар. Варите 10 минут с момента закипания. Введите баклажанную массу. Добавьте болгарский и острый перцы, чеснок, базилик и уксус. Готовьте 25 минут. Горячий соус разлейте по стерилизованным баночкам и закатайте.

соусы

Томатный по-македонски

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг помидоров
- 3 огурца
- 600 г сахара
- 0,5 л 9% уксуса
- 0,5 стакана крупной соли
- 2 ч. л. молотого чёрного перца
- 1 ч. л. горчичного порошка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Помидоры нарежьте дольками, распарьте в кастрюле и протрите через сито. Массу уваривайте в кастрюле до уменьшения объёма на 2/3. Добавьте прокрученные через мясорубку огурцы, соль, сахар, перец, горчицу и уксус. Перемешайте, доведите до кипения и разлейте по чистым банкам. Стерилизуйте 15 минут. Закатайте крышками, переверните и дайте остыть.

«Янтарный» с хреном

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 200 г корня хрена
- 1 яблоко
- 100 г терновой сливы
- 2 моркови
- 3 ст. л. яблочного уксуса
- 1 ст. л. сахара
- 1 ч. л. соли
- 0,5 стакана кипятка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Все овощи и фрукты вымойте. Яблоко, морковь и хрен очистите и нарежьте. Из сливы удалите косточки. Всё измельчите в блендере. Переложите в кастрюлю. Влейте кипяток. Перемешайте. Добавьте сахар и соль. Поставьте на огонь и варите 20 минут с момента закипания. Добавьте уксус. Перемешайте. Разложите соус по простерилизованным баночкам, герметично закупорьте. Дайте остыть. Храните в прохладном месте.

Тыквенно-яблочный

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 600 г тыквы
- 0,5 кг кислых яблок
- 3 луковицы
- 0,5 стакана сахара
- 1 ч. л. сахара
- цедра 1 лимона
- 0,5 ч. л. молотой корицы
- 1 ч. л. молотого кориандра
- 0, 5 ч. л. молотого имбиря

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Тыкву и яблоки очистите и нарежьте кубиками. Лук измельчите. Сложите овощи в кастрюлю, добавьте имбирь, измельчённую цедру лимона, корицу, кориандр, сахар, соль. Тушите, помешивая, 30 минут на небольшом огне. Горячий соус разложите по стерилизованным банкам и сразу закатайте.

Пикантный вишнёвый

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

для 1,5 л соуса

- 2 кг вишни
- 1 стакан сахара
- 2 ст. л. крупной соли
- 4 зубчика чеснока
- 1 ч. л. молотого кориандра
- 0,5 ч. л. молотого перца чили
- 1 ч. л. сушёного укропа
- 0,5 ч. л. зиры
- 0,5 ч. л. куркумы
- 2 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. винного уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Вишню вымойте, удалите косточки, измельчите в блендере или прокрутите через мясорубку. Вылейте в кастрюлю. Добавьте пропущенный через пресс чеснок. Варите 25 минут с момента закипания, регулярно снимая пену. Добавьте смешанные с уксусом и с соевым соусом специи. Варите 40 минут до вязкого состояния.
- Разлейте соус в стерилизованные баночки, закрутите крышками, переверните и дайте остыть.

Салаты на зиму

Капустно-огуречный

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг белокачанной капусты
- 2 кг болгарского перца
- 3 кг огурцов
- 2 кг недозрелых помидоров
- 0,5 кг репчатого лука
- 300 мл 3% уксуса
- 300 г сахара
- соль, чёрный, душистый перец, лавровый лист, кориандр и семена горчицы по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Все овощи вымойте. Перец очистите от семян и нашинкуйте соломкой. Лук порубите тонкими кольцами. С капусты удалите верхние листья, вырежьте кочерыжку. Мелко нашинкуйте.

◆ Огурцы по желанию очистите от кожуры. Нарежьте тонкими кружочками. У помидоров вырежьте места у плодоножек и тоже нарежьте кружочками.

◆ Соедините подготовленные овощи в большой кастрюле. Добавьте измельчённые в ступке или кофемолке специи, сахар, уксус и соль по вкусу. Всё тщательно перемешайте.

◆ Оставьте мариноваться на 10–12 часов. Периодически перемешивайте.

◆ Разложите салат вместе с соком и маринадом по чистым сухим банкам.

◆ Стерилизуйте в кипящей воде или в разогретой духовке 20 минут.

◆ Закрутите стерильными крышками, переверните, укутайте и оставьте до остывания. Храните в прохладном месте.

Помидорно-луковый

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг помидоров
- 4 болгарских перца
- 5 луковиц
- 0,5 ч. л. молотого чёрного перца
- 1 ч. л. соли
- 0,5 стакана сахара
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 ч. л. 70% уксусной эссенции

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи вымойте. Помидоры нарежьте дольками, перец – соломкой. Лук измельчите и спассеруйте в растительном масле.

◆ Соедините все овощи в кастрюле, добавьте соль, сахар, перец. Поставьте на огонь и варите 30 минут с момента закипания. В конце добавьте уксус.

◆ Горячий салат разложите по простерилизованным банкам, закатайте, переверните, укройте и дайте остыть.

Яблочный с перцем и мёдом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 6 банок 0,5 л

- 1 кг кислых яблок
- 2 кг болгарского перца
- 1 кг репчатого лука
- 3 ст. л. мёда
- 1 ст. л. соли
- 4 ст. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Яблоки нарежьте небольшими дольками, болгарский перец и лук – тонкими полукольцами. Всё соедините в большой кастрюле.

◆ Добавьте растительное масло, мёд и соль. Перемешайте и оставьте на 1 час, чтобы выделился сок.

◆ Поставьте на плиту и варите 15 минут с момента закипания.

◆ Разложите салат по стерилизованным банкам, закатайте крышками, переверните, укройте и дайте остыть. Храните в прохладном месте.

Свекольный с паприкой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг свёклы
- 1 кг репчатого лука
- 1 стакан растительного масла
- 2 ст. л. крупной соли
- 1 стакан сахара
- 0,5 ч. л. молотого чёрного перца
- 2 ч. л. сладкой паприки
- 2 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Свёклу отварите, очистите и натрите на крупной тёрке.
- Лук измельчите и обжарьте. Свёклу и лук соедините, добавьте сахар, соль, специи, уксус и тушите 20 минут. Разложите салат по стерилизованным банкам и закатайте.

Морковно-томатный

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 4 банки 0,5 л

- 4 моркови
- 1 кг помидоров
- 2 свёклы
- 1 кислое яблоко
- 4 луковицы
- 0,5 стакана сахара
- 0,5 стакана растительного масла
- 2 ч. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Овощи вымойте. Свёклу, морковь и яблоки натрите на корейской или на обычной крупной тёрке. Лук и помидоры нарежьте небольшими кубиками.
- Овощи соедините в кастрюле. Добавьте растительное масло, сахар, соль.
- Поставьте на огонь. Варите 30 минут с момента закипания.
- Разложите готовый салат по чистым банкам. Прикройте крышками и стерилизуйте 15 минут.
- Закатайте, переверните, укройте и оставьте до остывания. Храните в прохладном месте.

Овощное ассорти в желе

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг огурцов
- 1 кг помидоров
- 1 кг болгарского перца
- 4 луковицы
- 1 пучок петрушки
- 6 зубчиков чеснока
- 20 горошин чёрного перца
- 2 л кипячёной воды
- 6 ст. л. сахара
- 4 ст. л. соли
- 3 ст. л . 70% уксусной эссенции
- 6 ст. л. растительного масла
- 80 г желатина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Желатин приготовьте по инструкции на упаковке. Соль и сахар растворите в горячей воде.
- Овощи произвольно нарежьте, чеснок и петрушку измельчите. Уложите слоями овощи, зелень и специи в стерилизованные банки. В каждую добавьте по 1 ст. л. уксуса и по 2 ст. л. растительного масла.
- Желатин соедините с рассолом и залейте в банки. Накройте банки крышками, поставьте в кастрюлю, залейте водой по плечики.
- Стерилизуйте 20 минут. Закатайте, переверните, укутайте и дайте остыть.

Из зелёных помидоров с чесноком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг зелёных помидоров
- 2 кг огурцов
- 1 кг репчатого лука
- 4 зубчика чеснока
- 2 ст. л. растительного масла

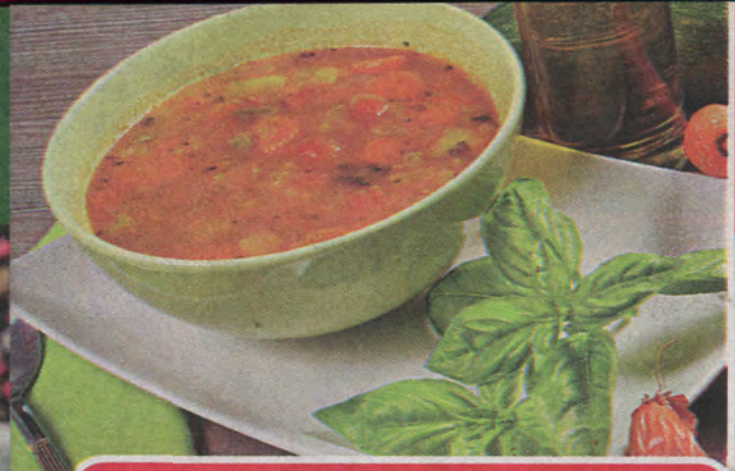
Для маринада

- 1,5 л воды
- 6 ст. л. сахара
- 4 ст. л. соли
- 10 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Помидоры и огурцы нарежьте кружочками, лук и чеснок – пластинками. Уложите овощи слоями в чистые банки. Залейте два раза крутым кипятком, оставляя каждый раз на 10 минут. Воду выливайте в раковину.
- Влейте в банки растительное масло. Из указанных ингредиентов приготовьте маринад. Залейте горячим маринадом овощи.
- Стерилизуйте банки 20 минут. Закатайте, переверните и укутайте до остывания.

Суповые



С кабачками и сельдереем

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1,5 кг кабачков
- 1 кг моркови
- 0,5 кг репчатого лука
- 0,5 кг помидоров
- 0,5 кг болгарского разноцветного перца
- 1 упаковка стеблевого сельдерея
- 1 головка чеснока
- 1 ст. л. соли
- 3 ст. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Лук очистите, мелко порубите и пассеруйте в растительном масле, помешивая, 5 минут в сотейнике с толстым дном. Добавьте натёртую на крупной тёрке морковь. Готовьте 10 минут. Кабачки очистите от кожуры, удалите семена, мякоть натрите на крупной тёрке. Добавьте к овощам. Стебли сельдерея нарежьте небольшими кубиками, добавьте в сотейник.

◆ Болгарский перец освободите от семян, порубите кубиками, соедините с овощами. Добавьте помидоры, опустив их в кипящую воду на 30 секунд, затем обдав холодной водой и сняв кожицу.

◆ Введите пропущенный через пресс чеснок, соль. Тушите всё вместе 30 минут на медленном огне.

◆ Готовую заправку разложите в чистые банки. Стерилизуйте 15 минут. Закрутите крышками. Переверните, укутайте и дайте остыть.

Для борща с капустой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг репчатого лука
- 1 кг моркови
- 1 кг белокочанной капусты
- 3 кг свёклы
- 2 ст. л. крупной соли
- 6 ст. л. сахара
- 0,5 л воды
- 1 стакан 9% уксуса
- 1 стакан растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи вымойте и очистите. Морковь и свёклу натрите на крупной тёрке. Лук очистите, измельчите и обжарьте в 3 ст. л. растительного масла до прозрачности в кастрюле с толстым дном.

◆ Добавьте морковь, затем свёклу. Тушите около 15 минут на медленном огне. Влейте оставшееся масло, воду, уксус.

◆ Введите сахар и соль. Перемешайте. Готовьте смесь под крышкой ещё 30 минут. Затем выложите в простерилизованные банки, закатайте, укройте и оставьте до полного остывания.

Для грибной солянки

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1,5 кг капусты
- 1 кг лесных грибов
- 150 г томатной пасты
- 2 луковицы
- 4 лавровых листа
- 5 ст. л. растительного масла
- 1,5 ст. л. 9% уксуса
- 1 ст. л. соли
- 1 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Капусту нашинкуйте тонкой соломкой, высыпьте в глубокую сковороду, залейте смесью уксуса, 3 ст. л. растительного масла и воды. Тушите 30 минут на среднем огне, периодически помешивая.

◆ Добавьте томатную пасту, соль, лавровый лист и сахар. Готовьте ещё 15 минут.

◆ Грибы тщательно переберите, промойте. Поместите в кастрюлю с кипящей водой и варите 20 минут. Откиньте на сито, дайте остыть. Нарежьте небольшими кусочками.

◆ Лук очистите, измельчите и обжарьте в 2 ст. л. растительного масла до прозрачности. Добавьте грибы. Готовьте 2–3 минуты.

◆ Переложите грибы с луком в сковороду с капустой. Тушите 5 минут. Готовую заправку разложите по стерильным банкам с крышками. Храните в прохладном месте.

заправки

Для щей с болгарским перцем

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кочан капусты (1 кг)
- 0,5 кг помидоров
- 0,5 кг моркови
- 3 красных болгарских перца
- 3 луковицы
- 3 ст. л. сахара
- 1,5 ст. л. соли
- 4 ст. л. растительного масла
- 1 ст. л. 70% уксусной эссенции

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Лук очистите, порубите кубиками или полукольцами и обжарьте в глубоком сотейнике в 2 ст. л. растительного масла до прозрачности.

◆ Добавьте нашинкованную тонкой соломкой морковь. Готовьте под крышкой 7 минут, периодически помешивая.

◆ Помидоры вымойте, надрежьте крест-накрест, опустите в кипяток, затем в холодную воду, снимите кожицу. Мякоть порубите кубиками.

◆ Болгарский перец вымойте, очистите от семян, нарежьте соломкой и добавьте к луку с морковью. Перемешайте. Тушите 5 минут.

◆ Капусту мелко нашинкуйте. В отдельной кастрюле разогрейте оставшееся растительное масло. Положите туда капусту. Хорошо перемешайте. Готовьте, помешивая, 2 минуты.

◆ Добавьте к капусте овощи из сковороды. Посолите, всыпьте сахар. Перемешайте. Тушите 5 минут с момента закипания. Влейте уксусную эссенцию. Снимите с огня.

◆ Разложите заправку по стерилизованным банкам. Закатайте крышками, переверните, укутайте до полного остывания. Храните в прохладном месте.

Томатная с морковью

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг помидоров
- 0,5 кг репчатого лука
- 1 кг моркови
- по 8 горошин чёрного и душистого перца
- 4 лавровых листа
- 3 ст. л. 9% уксуса
- 2 ст. л. соли
- 5 ст. л. сахара
- 0,5 стакана растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры вымойте, обсушите. Сделайте в каждом крестовидный надрез с противоположной от плодоножки стороны.

◆ В кастрюле вскипятите воду. Погружайте в неё помидоры на 3 минуты и сразу перекладывайте в кастрюлю с холодной водой. Снимите кожицу, вырежьте плодоножки.

◆ Измельчите помидоры в блендере или через мясорубку. Перелейте в кастрюлю, поставьте на огонь и доведите до кипения. Варите 10 минут, пока не уйдёт поднявшаяся пена.

◆ Морковь почистите, натрите на крупной тёрке, лук нарежьте тонкими полукольцами или кубиками. В глубокую сковороду влейте растительное масло. Добавьте лук, тушите 3 минуты. Всыпьте морковь. Тушите овощи 10 минут под крышкой, периодически помешивая.

◆ Переложите лук с морковью в кастрюлю с томатами. Добавьте соль, сахар, перцы, лавровый лист. Перемешайте. Готовьте на среднем огне 10 минут до выпаривания жидкости. В самом конце готовки добавьте уксус.

◆ Разложите заправку по простерилизованным банкам, закрутите крышками, переверните, укройте и дайте остыть.

КСТАТИ!

◆ Вам не придётся плакать во время чистки лука, если будете смачивать нож холодной водой или чистить лук вблизи огня.

◆ Чтобы лопнувший помидор не заплесневел, густо посыпьте его крупной солью.

Овощи в медовой

Баклажаны с болгарским перцем

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг баклажанов
- 3 ст. л. растительного масла

Для заливки

- 1 кг красного болгарского перца
- 3 головки чеснока
- 2 перца чили
- 1 стакан 9% уксуса
- 200 г мёда

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Баклажаны нарежьте кружочками, посолите и обжарьте с двух сторон в растительном масле до румяной корочки.

◆ Болгарский перец и перец чили очистите от семян и измельчите в блендере вместе с чесноком. Добавьте мёд и уксус. Перемешайте.

◆ В банки выложите слоями баклажаны и заливку. Поставьте в кастрюлю с водой, прикройте крышками, доведите до кипения и стерилизуйте 10 минут. Закатайте, переверните, дайте остыть.

Сладкое лечо

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг помидоров
- 4 кг красного болгарского перца
- 1 стакан сахара
- 1 стакан растительного масла
- 2 ст. л. соли
- 2 ст. л. мёда
- 0,5 стакана 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры измельчите в блендере или пропустите через мясорубку. Перелейте массу в кастрюлю с толстым дном. Добавьте соль, сахар, растительное масло, мёд, уксус. Болгарский перец очистите от семян, удалите плодоножки и крупно нарежьте вдоль. Добавьте в кастрюлю к помидорной массе.

◆ Поставьте на огонь, доведите до кипения, варите 20 минут на среднем огне, периодически помешивая. Разложите горячее лечо по простерилизованным банкам, сразу закатайте, переверните, укутайте и оставьте до остывания.

Томаты с чесноком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 3 банки 1 л

- 2 кг мелких плотных помидоров
- 1 головка чеснока
- 3 ст. л. соли
- 6 ст. л. мёда
- 2 ст. л. 9% уксуса
- 3 зонтика укропа
- 2 листа хрена
- 6 листьев чёрной смородины
- 6 бутонов гвоздики
- 9 горошин белого перца
- 2,5 л воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Чеснок очистите, зубчики разрежьте вдоль на 4 части.

◆ Помидоры вымойте, срежьте верхушки, сделайте в центре надрез и нашпигуйте чесноком.

◆ На дно простерилизованных банок уложите вымытые и обсушенные листья хрена, укропа, смородины. Сверху выложите помидоры.

◆ Воду вскипятите, добавьте перец, гвоздику, соль, мёд. Варите 5 минут.

◆ Залейте маринадом помидоры, прикройте крышкой, оставьте на 5 минут. Слейте маринад обратно в кастрюлю. Снова доведите до кипения. Проделайте так 3 раза (перед последней заливкой добавьте уксус). Закатайте банки крышками, переверните и дайте остыть.

заливке

Салат с яблоками

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 8 банок 0,5 л

- 1,5 кг кабачков
- 1 кг болгарского перца
- 1 кг репчатого лука
- 1 кг кисло-сладких яблок
- 150 мл растительного масла
- 4 ст. л. мёда
- 2 ст. л. соли
- 1 стакан кипячёной воды
- 1 ч. л. 70% уксусной эссенции

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Кабачки очистите от кожицы и семян, нарежьте ломтиками. Яблоки и перец нарежьте дольками, а лук – кольцами.
- Добавьте растительное масло, мёд, соль и уксус, разведённый в стакане кипячёной воды. Перемешайте и оставьте на 1 час.
- Поставьте на огонь и варите 20 минут. Разложите по стерилизованным банкам и закатайте.

Капуста с морковью

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 средний кочан капусты
- 1 кг моркови

Рассол на 1 банку 3 л

- 1,5 л воды
- 3,5 ст. л. соли
- 1,5 ст. л. мёда

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Капусту и морковь тонко нашинкуйте. Хорошо перемешайте и плотно утрамбуйте в банку. В кастрюле вскипятите воду, растворите в ней соль и снимите с огня. Добавьте мёд, тщательно размешайте до растворения мёда. Залейте горячим рассолом капусту. Накройте банку полиэтиленовой крышкой с отверстиями для выхода пара. На следующий день проколите капусту деревянной палочкой. Дайте постоять 2 дня и уберите в холодильник.

Пряное ассорти

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 6 банок 720 мл

- 0,5 кг помидоров черри
- 2 моркови
- 0,5 кг цветной капусты
- 600 г патиссонов
- 3 болгарских перца
- 3 красных луковицы
- 0,5 кг огурцов

Для заливки

- 2 л воды
- 150 мл яблочного уксуса
- 2 ст. л. сахара
- 2 ст. л. мёда
- 100 г крупной соли
- 0,5 стакана растительного масла

Специи на 1 банку

- 0,5 ст. л. семян кориандра
- 0,5 ч. л. семян горчицы
- 10 горошин чёрного перца
- 1 зонтик укропа
- 0,5 листа хрена
- по 3 листа вишни и смородины

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Овощи вымойте. Морковь и огурцы нарежьте поперёк полосками, перец, патиссоны и лук – дольками. Цветную капусту разберите на соцветия.
- Помидоры наколите зубочистками (чтобы они не лопнули во время заливки).
- Бланшируйте овощи по 3–4 минуты в кипящей подсоленной воде (на 2 л 1 ч. л. соли).
- На дно простерилизованных банок уложите листья, специи, затем овощи.
- Вскипятите воду, влейте в каждую банку, прикройте крышками, дайте постоять 30 минут. Воду слейте в раковину.
- Отдельно вскипятите 2 л воды. Добавьте соль, сахар, мёд, уксус, растительное масло. Доведите до кипения. Залейте овощи.
- Стерилизуйте банки 25 минут с момента закипания.
- Закрутите крышками, переверните, укутайте до остывания. Храните в тёмном прохладном месте.

Маринуем

Кабачки

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
- 4 кг кабачков

Для маринада
- 1 стакан сахара
- 1 стакан 9% уксуса
- 1 стакан растительного масла
- 1 ст. л. горчичного порошка
- 1 ч. л. молотого чёрного перца
- 1/3 стакана крупной соли
- 1 головка чеснока
- 1 пучок укропа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Кабачки вымойте, очистите, нарежьте крупными кусками и сложите в эмалированный таз или кастрюлю.

◆ Чеснок очистите, измельчите в блендере или пропустите через пресс. Добавьте горчицу, сахар, растительное масло, соль, уксус, молотый перец. Всё тщательно перемешайте.

◆ Залейте маринадом кабачки. Оставьте на 3 часа, перемешивая каждые 15–20 минут. Затем разложите в чистые банки. Стерилизуйте банки 20 мин. Сразу закатайте крышками, переверните, укройте и дайте остыть.

Маслята

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
- 1 кг маслят

Для маринада на 1 л воды
- 2 ст. л. крупной соли
- 15 горошин чёрного перца
- 3 лавровых листа
- 1 ст. л. сахара
- 3 ст. л. горчичного порошка
- 1 ст. л. 9% уксуса
- 3 зубчика чеснока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Маслята очистите, вымойте и отваривайте в слегка подсоленной воде 15 минут.

◆ Соедините воду, соль, сахар, перец, лавровый лист и горчицу. Доведите до кипения и варите 5 минут, в конце добавьте уксус.

◆ На дно простерилизованных банок положите зубчики чеснока, сверху выложите грибы. Залейте горячим маринадом. Закрутите крышками. Переверните и оставьте до полного остывания.

Помидоры

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 3 л
- 2 кг помидоров
- 3 зубчика чеснока
- 4 лавровых листа
- 1 перец чили
- 5 горошин чёрного перца
- 2 бутона гвоздики

Для маринада
- 1 л воды
- 1 ст. л. крупной соли
- 2 ст. л. сушёного укропа
- 2 ст. л. сахара
- 2 ст. л. горчичного порошка
- 1 ст. л. 70 % уксусной эссенции

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ На дно стерилизованной банки уложите очищенные зубчики чеснока, лавровый лист, перец, гвоздику, перец чили. Сверху разместите вымытые и проколотые у плодоножки помидоры. Залейте кипятком. Оставьте на 10 минут.

◆ Воду влейте в кастрюлю, добавьте соль, сахар, сушёный укроп. Поставьте на огонь и кипятите, помешивая, до полного растворения сахара и соли.

◆ Из банки с помидорами слейте воду. Всыпьте сухую горчицу и влейте горячий маринад до половины банки. Добавьте уксусную эссенцию. Долейте маринад до горлышка банки. Закрутите крышкой. Переверните, укутайте и дайте остыть.

в горчице

Терновая слива

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 1,5 л

- 1 кг терновой сливы

Для маринада

- 1 л воды
- 0,5 ст. л. крупной соли
- 3 ст. л. сахара
- 3 ст. л. 9% уксуса
- 4 бутона гвоздики
- 5 горошин душистого перца
- 20 горошин чёрного перца
- 1 лавровый лист
- 0,5 ч. л. молотой корицы
- 4 ч. л. горчичного порошка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Сливу вымойте, обсушите и уложите в банку. Сверху всыпьте горчичный порошок.
- Для приготовления маринада соедините воду, сахар, соль и специи. Поставьте на огонь, доведите до кипения. Варите 3 минуты, влейте уксус и снимите с огня.
- Залейте горячим маринадом сливы в банке. Закатайте крышкой, переверните, укройте и оставьте до полного остывания.

Белокочанная капуста

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг капусты
- 3 моркови
- 3 луковицы
- 1 стакан растительного масла
- 1 ст. л. горчичного порошка
- 1 стакан 9% уксуса
- 3/4 стакана сахара
- 1,5 ст. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Капусту нашинкуйте. Лук нарежьте тонкими полукольцами. Морковь натрите на крупной тёрке. Овощи соедините.
- В отдельной ёмкости смешайте растительное масло, соль, сахар, горчицу и уксус. Доведите до кипения и варите 5 минут.
- Залейте горячим маринадом овощи. Перемешайте и оставьте на 2 часа. Периодически перемешивайте. Переложите капусту в стеклянную банку, закройте крышкой. Храните в прохладном месте.

Крупные огурцы

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 3 л

- 2 кг крупных огурцов
- 4 горошины чёрного перца
- 1 лавровый лист

Для маринада

- 1 л воды
- 3/4 стакана 9% уксуса
- 3 ст. л. крупной соли
- 1 стакан сахара
- 2,5 ч. л. острой готовой горчицы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Огурцы вымойте, срежьте хвостики. Разрежьте каждый вдоль на 4–6 частей (в зависимости от толщины огурца). Разместите дольки огурцов вертикально в простерилизованную банку. Добавьте лавровый лист, перец.
- Воду, соль, сахар и горчицу соедините в кастрюле, доведите до кипения и кипятите до растворения соли и сахара. В конце добавьте уксус. Залейте маринадом огурцы. Стерилизуйте банку 20 минут. Закатайте крышкой, переверните, дайте остыть. Храните в прохладном месте.

Консервируем

Овощи с рисом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 4 кг помидоров
- 1 кг репчатого лука
- 1 кг болгарского перца
- 1 кг моркови
- 1 стакан растительного масла
- 1 стакан круглозёрного риса
- 6 лавровых листов
- 20 горошин чёрного перца
- 3 ст. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Морковь натрите на крупной тёрке. Помидоры, лук и перец крупно нарежьте и сложите в кастрюлю с толстым дном. Поставьте на огонь. Помешивая, доведите до кипения.

◆ Добавьте морковь. Посолите. Варите, помешивая, 40 минут. Влейте растительное масло. Добавьте промытый рис и пряности. Готовьте ещё 40 минут.

◆ Горячий салат разложите по простерилизованным банкам, закатайте, укутайте до полного остывания.

Помидоры в сладком рассоле

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2,5 кг помидоров
- 4 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- 1 л воды
- 3 ст. л. сахара
- 2 ст. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ В простерилизованную банку поместите вымытые и разрезанные на четвертинки помидоры, лавровый лист и натёртый на мелкой тёрке или пропущенный через пресс чеснок.

◆ Воду с сахаром и солью доведите до кипения. Варите, помешивая, до растворения соли и сахара.

◆ Залейте кипящим рассолом помидоры. Прикройте банку крышкой и стерилизуйте 15 минут с момента закипания. Закатайте крышкой, переверните, укутайте и оставьте до остывания.

Лечо

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 кг помидоров
- 10 болгарских перцев
- 1 стакан сахара
- 1,5 ст. л. крупной соли
- 8 зубчиков чеснока
- 1 ч. л. молотой смеси перцев

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ У помидоров удалите плодоножки, у перца – семена.

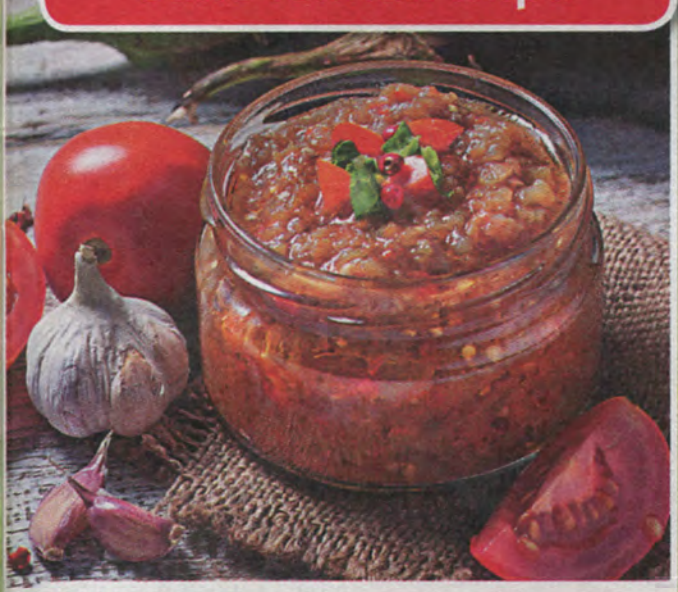
◆ Чеснок измельчите. Половину помидоров мелко порубите. Перец нарежьте полукольцами.

◆ Поместите овощи в кастрюлю. Доведите до кипения. Варите 10 минут. Добавьте остальные помидоры (их нарежьте крупно). Посолите, поперчите. Варите 30 минут.

◆ Горячее лечо разлейте по простерилизованным банкам, закатайте, переверните и дайте остыть.

без уксуса

Запечённая икра



НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг баклажанов
- 1,5 кг помидоров
- 1 кг репчатого лука
- 1 кг моркови
- 1 кг болгарского перца
- 1 перец чили
- 3 ст. л. крупной соли
- 2 ст. л. сахара
- 1 стакан растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Овощи вымойте. Болгарский перец положите на решётку духовки. Баклажаны очистите, нарежьте кубиками и поместите на обильно политый растительным маслом противень. Накройте фольгой и поставьте в разогретую до 180° С духовку на 1 час.
- Лук измельчите и спассеруйте до прозрачности. Добавьте натёртую на крупной тёрке морковь. Тушите 5 минут.
- На помидорах сделайте надрезы, бланшируйте 20 секунд в кипящей воде, сразу охладите, снимите кожицу и нарежьте кубиками. Добавьте их к луку и моркови.
- Баклажаны выньте из духовки и переложите в кастрюлю с толстым дном.
- Болгарский перец освободите от кожицы и семян, нарежьте кубиками и соедините с баклажанами.
- Переложите в кастрюлю тушёные овощи из сковороды. Добавьте измельчённый перец чили, сахар и соль. Готовьте на маленьком огне 40 минут.
- Готовую икру разложите по чистым банкам, накройте крышками и поставьте в разогретую до 120° С духовку на 15 минут. Выньте банки из духовки, закрутите крышками, переверните, укутайте до полного остывания.

ЛУЧШИЕ ТРАВЫ ДЛЯ ПЕЧЕНИ!

Гепар создан более 50 лет назад по уникальному рецепту народной целительницы и травницы Татьяны Буревой. За этим сбором к ней приезжали сотни людей из всех уголков страны.

РЕЦЕПТ НАРОДНОЙ ЦЕЛИТЕЛЬНИЦЫ. 50 ЛЕТ УСПЕШНОГО ПРИМЕНЕНИЯ

В состав сбора входит более 20 трав – расторопша, тысячелистник, мята, девясил, календула, ромашка, брусника, шиповник, кориандр, пастушья сумка и др. Состав сбора подобран так, что травы усиливают действие друг друга. Эффективность Гепара в разы выше эффективности каждой из трав в отдельности.

Травы Гепара помогают **нормализовать функцию печени и желчного пузыря,** улучшить работу поджелудочной железы, желудка, кишечника. Травы ускоряют выведение токсинов, положительно влияют на уровень холестерина. Под влиянием Гепара каждая клетка вашего организма насыщается кислородом. **И самое главное: прибавляются силы и энергия, у вас поднимается настроение, вы ощущаете бодрость и прилив сил.**

ГЕПАР-ЦЕЛЕБНАЯ СИЛА РОССИЙСКИХ ТРАВ

В чем же секрет Гепара? Травы нормализуют пищеварение – пища лучше переваривается и усваивается. **В выигрыше весь организм.** Под действием Гепара улучшается минеральный обмен, возвращается способность организма к самовосстановлению, повышаются защитные силы.

Курс приема обходится в среднем 20 руб./день и составляет 25–60 дней (зависит от формы выпуска), а по эффективности не уступает санаторному отдыху.

А еще улучшается цвет лица, пропадают отеки и мешки под глазами, нормализуется вес, вы становитесь стройнее.

www.gepar.ru

Проконсультируйтесь со специалистом: 8-800-77-55-200.
Гепар можно купить или заказать в аптеках вашего города.

Для заказа звоните нам: 8-800-77-55-200 (звонок бесплатный), (812) 393-00-98, пишите: zakaz@gepar.ru

Реклама. БАД. СоГр на № RU.77.99.11.003.E.000450.01.15 от 19.01.2015 г.
ОГРН 1027810274095
Производитель: ООО «Компания «Гольфстрим» г. Санкт-Петербург, Серебристый б-р., дом 16, корп. 2

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Цветная капуста

С брокколи и томатами

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 головка цветной капусты
- 1 кг брокколи
- 0,5 кг красного болгарского перца
- 1 кг спелых помидоров
- 0,5 пучка укропа
- 1 л кипячёной воды
- 0,5 стакана 6% уксуса
- 3 ст. л. крупной соли
- 3 ст. л. сахара
- 1 стакан растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Цветную капусту разберите на соцветия. Бланшируйте их в кипятке 3 минуты и сразу опускайте в ледяную воду, так они сохранят форму и цвет.

◆ Болгарский перец очистите от семян и нашинкуйте кольцами. Помидоры разрежьте на 8 частей дольками. Укроп измельчите. Сложите овощи в кастрюлю.

◆ Воду вскипятите, добавьте сахар, соль, растительное масло. Залейте рассолом овощи. Поставьте на огонь. Варите 10 минут с момента закипания. Добавьте уксус. Перемешайте. Разложите салат по стерилизованным банкам и закатайте.

С болгарским перцем и чесноком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг цветной капусты
- 2 красных болгарских перца
- 1 головка чеснока
- 1 стакан растительного масла
- 1 пучок петрушки
- 2,5 литра воды
- 0,5 стакана сахара
- 2 ст. л. крупной соли
- 0,5 стакана 9% уксуса (можно использовать яблочный)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Все овощи и зелень вымойте и обсушите. Цветную капусту разберите на соцветия и бланшируйте 2 минуты в слегка подсоленной воде.

◆ Перец очистите от семян, удалите плодоножки и нарежьте небольшими квадратиками. Чеснок очистите и нарежьте тонкими пластинками. Зелень измельчите.

◆ Воду доведите до кипения в большой кастрюле, добавьте сахар, соль и растительное масло.

◆ Кипятите рассол до полного растворения сахара и соли, затем положите в кастрюлю чеснок, перец и зелень. Перемешайте.

◆ Добавьте цветную капусту. Варите 10 минут с момента закипания. В самом конце влейте уксус.

◆ Готовый салат разложите в простерилизованные банки, закатайте крышками, переверните, укутайте и оставьте до полного остывания. Храните в прохладном тёмном месте.

КСТАТИ!

◆ Цветная капуста станет более нежной на вкус, если в воду для бланшировки кроме соли добавить щепотку пищевой соды.

◆ Чтобы избавиться от характерного неприятного запаха и горьковатого привкуса цветной капусты, при варке обязательно сливайте первую зеленовато-жёлтую воду.

◆ Закупоренные банки при охлаждении не ставьте на сквозняк, так как они могут лопнуть.

С морковью и яблоками

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 крупная головка цветной капусты
- 1 кислое яблоко
- 1 морковь
- 6 веточек петрушки
- 6 зубчиков чеснока
- 3 горошины чёрного перца
- 2 ст. л. растительного масла

Для маринада на 1 банку 3 л

- 1 л воды
- 0,5 стакана 9% уксуса
- 2 ст. л. крупной соли
- 3 ст. л. сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Цветную капусту разделите на соцветия. Яблоко нарежьте дольками, морковь – кружочками, чеснок – пластинками.

◆ Выложите овощи слоями в стерилизованную банку, добавьте растительное масло, веточки петрушки, чеснок и перец Приготовьте маринад. Влейте его в банку. Сразу закрутите крышкой. Переверните, укутайте, дайте остыть. Храните в прохладном тёмном месте.

С перцем чили

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 головка цветной капусты
- 6 перцев чили

Для маринада

- 700 мл воды
- 2 ст. л. соли
- 2 ст. л. сахара
- 20 горошин чёрного перца
- 4 лавровых листа
- 150 мл 5% уксуса
- 1 ч. л. лимонной кислоты

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Цветную капусту разделите на соцветия. У перцев чили срежьте хвостики. Лимонную кислоту растворите в 2 л холодной воды. Залейте капусту и оставьте на 30 минут.

◆ Для приготовления маринада влейте воду в кастрюлю, добавьте соль, сахар, перец, лавровый лист и дайте покипеть несколько минут. Снимите с огня, влейте уксус и перемешайте.

◆ В простерилизованные банки слоями уложите цветную капусту и перец чили. Залейте горячим маринадом. Закатайте крышками. Храните в прохладном и тёмном месте.

В свекольной заливке

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 головка цветной капусты
- 1 свёкла
- 1 ст. л. сахара
- 1 ст. л. крупной соли
- 2 ст. л. 9% уксуса
- 6 горошин чёрного перца
- 1 лавровый лист
- кипяток (сколько войдёт в банку)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Овощи вымойте. Цветную капусту разделите на соцветия, свёклу нашинкуйте брусочками.

◆ Выложите овощи слоями в банку. Верхний слой должен быть свекольный.

◆ Добавьте сахар, соль, уксус и специи. Залейте овощи крутым кипятком до краёв банки.

◆ Стерилизуйте 10 минут, закатайте крышкой, переверните и оставьте до остывания.

Грибное меню

Грибы горячей засолки

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 ведра лесных грибов

Для рассола

- 2 л воды
- 0,5 стакана крупной соли
- 5 ч. л. 70% уксусной эссенции
- 1 пучок соцветий укропа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Грибы очистите и замочите на 20 минут в холодной воде, уложив их шляпками вверх. Затем тщательно промойте. Крупные грибы разрежьте пополам или на четвертинки. Сложите грибы в большую кастрюлю. Влейте воду.

◆ Поставьте на огонь, доведите до кипения и варите 1 час, периодически помешивая. При необходимости долейте воды. За 10 минут до конца готовки посолите, добавьте связанный нитками пучок укропа. В конце варки вытащите укроп и добавьте уксусную эссенцию.

◆ Разложите грибы по стерильным банкам, закатайте крышками. Переверните, укутайте и дайте остыть.

Боровики с корицей и гвоздикой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг белых грибов

Для маринада

- 1,2 л воды
- 2 палочки корицы, натёртые на мелкой тёрке
- 7 горошин душистого перца
- 3 лавровых листа
- 4 бутона гвоздики
- 1 ст. л. 9% уксуса
- 1 ст. л. крупной соли
- 1 ст. л. сахара
- 2 ст. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Грибы переберите и вымойте. Крупные разрежьте на части, мелкие оставьте целыми. Сложите грибы в кастрюлю, залейте водой. Доведите до кипения. Добавьте 1 ст. л. соли. Варите 15 минут. Слейте воду. Залейте грибы свежей водой. Варите 40 минут с момента закипания. Откиньте грибы на дуршлаг. Дайте остыть.

◆ Приготовьте маринад. Вскипятите воду, добавьте соль, сахар и пряности. В самом конце влейте уксус и растительное масло. Разложите грибы по стерилизованным банкам, залейте горячим маринадом. Сразу закатайте крышками. Храните в прохладном месте.

Лисички в чесночном маринаде

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг лисичек
- 1 л воды
- 2 ч. л. сахара
- 3 ч. л. соли
- 5 горошин чёрного перца
- 1 лавровый лист
- 3 зубчика чеснока
- 1 луковица
- 2 бутона гвоздики
- 2 ч. л. 70% уксусной эссенции

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Лисички переберите, тщательно промойте и отваривайте в подсоленной воде (1 ст. л.) 15 минут и откиньте на дуршлаг.

◆ Для маринада отдельно вскипятите 1 л воды. Добавьте сахар, соль, перец, лавровый лист, мелко нарезанные лук и чеснок, гвоздику. Варите 5 минут. Влейте уксусную эссенцию и снимите с огня.

◆ Выложите грибы в простерилизованные банки. Залейте горячим маринадом. Закрутите крышками, переверните, оставьте до остывания.

Жареные подосиновики в лимонной заливке

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг подосиновиков
- 2 ст. л. растительного масла
- сок 1 лимона или 0,5 ч. л. лимонной кислоты
- 5 ст. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Грибы переберите и тщательно промойте. Разогрейте в глубокой сковороде растительное масло. Обжаривайте грибы, помешивая, 40 минут на среднем огне.

◆ Переложите в заранее подготовленные стерилизованные банки.

◆ Воду вскипятите с солью и лимонным соком. Залейте грибы. Сразу закатайте крышками. Дайте остыть.

Икра из опят

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг опят
- 3 луковицы
- 3 крупные моркови
- 2 стакана растительного масла
- 4 лавровых листа
- 10 горошин чёрного перца
- 1 ст. л. 9% уксуса
- соль, молотый чёрный перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Опята переберите, хорошо промойте и отваривайте в подсоленной воде 10 минут. Откиньте на дуршлаг, промойте проточной водой, дайте стечь. Измельчите грибы в блендере или пропустите через мясорубку. Лук очистите и мелко порубите. Морковь почистите, вымойте и натрите на крупной тёрке.

◆ Овощи пассеруйте до мягкости в разогретом растительном масле. Добавьте грибы. Посолите, поперчите по вкусу, добавьте лавровый лист. Всё перемешайте.

◆ Переложите в кастрюлю с толстым дном и тушите на слабом огне 2 часа, периодически помешивая. В конце готовки добавьте уксус. Горячую икру разложите по стерилизованным банкам и закатайте.

Грибная солянка

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг лисичек или опят
- 2 кг белокочанной капусты
- 1 кг репчатого лука
- 0,5 кг моркови
- 0,5 кг помидоров
- 5 ст. л. крупной соли
- 3 ст. л. сахара
- 1 ст. л. 70% уксусной эссенции или 0,5 стакана 9% уксуса
- 15 горошин чёрного перца
- 0,5 л растительного масла
- 0,5 л воды
- 3 лавровых листа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Грибы почистите, промойте, крупные разрежьте. В кастрюлю налейте воды, поместите грибы, доведите до кипения, посолите по вкусу, снимите пену и варите 30 минут. Откиньте на дуршлаг.

◆ Капусту мелко нашинкуйте, слегка посолите, помните руками.

◆ В сковороде разогрейте 100 мл растительного масла и спассеруйте до мягкости измельчённый лук. Переложите его в кастрюлю с толстым дном.

◆ В этой же сковороде разогрейте ещё 100 мл масла и обжарьте натёртую на крупной тёрке морковь. Перемешайте, тушите 10 минут. Добавьте морковь к луку. Таким же образом обжаривайте и тушите нарезанные помидоры. Добавьте их в кастрюлю. Соедините с овощами капусту, затем грибы.

◆ Добавьте оставшееся растительное масло и 0,5 л воды. Перемешайте и тушите на среднем огне 40 минут. За 15 минут до конца приготовления добавьте соль, сахар и специи.

◆ В самом конце влейте уксус. Солянку в горячем виде разложите в простерилизованные банки и закрутите крышками.

Перцы жгучие

Перечный конфитюр

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 3 красных болгарских перца
- 3 красных перца чили
- 0,5 стакана коричневого сахара
- 1 ст. л. лимонного сока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Весь перец вымойте, очистите от семян (с перцем чили используйте одноразовые перчатки). Крупно нарежьте и измельчите перец в блендере.

◆ Сахар смешайте с соком лимона и 3 ст. л. воды. Подогрейте на среднем огне до полного растворения сахара. В получившийся сироп добавьте измельчённый перец. Доведите до кипения, снимите пенку. Варите, помешивая, на слабом огне 50 минут.

◆ Такая заготовка хороша с птицей, мясом на гриле.

С петрушкой по-кавказски

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1,5 кг перца чили разного цвета
- 1 пучок петрушки
- 2 ст. л. сахара
- 1 ст. л. соли
- 3 ч. л. приправы хмели-сунели
- 0,5 ч. л. 70% уксусной эссенции
- 2 стакана растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Перец тщательно промойте и удалите плодоножку.

◆ В сковороде разогрейте растительное масло. Добавьте перец, соль, сахар. Перемешайте. Тушите, постоянно помешивая, на среднем огне до мягкости перца.

◆ Добавьте специи, петрушку и уксус. Перемешайте. Тушите ещё 15 минут.

◆ Готовый перец разложите в горячем виде в сухие чистые баночки и закатайте крышками.

◆ Зимой такую заготовку можно использовать в качестве приправы.

Аджика с куркумой

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг перца чили
- 2 головки чеснока
- 1 ст. л. куркумы
- 1 ст. л. хмели-сунели
- 6 ст. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Очищенный чеснок и нарезанный перец чили (можно вместе с семенами) измельчите в блендере до состояния однородной массы. Добавьте соль, куркуму и приправу хмели-сунели.

◆ Тщательно перемешайте, чтобы соль и остальные ингредиенты равномерно распределились.

◆ Разложите аджику в чистые сухие стеклянные баночки и плотно закройте крышками. Храните в тёмном месте.

А-ля табаско

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 6 перцев чили
- 3 ч. л. морской соли
- 3 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Перец вымойте, тонко нарежьте и поместите в банку, пересыпав солью. Утрамбуйте.

◆ Залейте некипячёной водой так, чтобы она покрывала перцы. Закройте банку крышкой и поставьте на 1 месяц в тёмное место.

◆ По истечении срока добавьте к перцу уксус и измельчите в блендере до состояния однородной массы.

◆ Соус готов. Его можно использовать для приправы овощных рагу, супов и мясных блюд.

С тмином в уксусе

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг перца чили разного цвета
- 1,5 л воды
- 0,5 стакана 9% уксуса
- 2,5 ст. л. крупной соли
- 2 головки чеснока
- 2 ч. л. семян тмина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Перец вымойте, нарежьте колечками и выложите в простерилизованные банки, чередуя с разрезанными пополам зубчиками чеснока.

◆ Тмин растолките в ступке.

◆ В кастрюлю налейте воду, доведите до кипения, добавьте соль, тмин и уксус. Перемешайте и варите 3 минуты с момента закипания.

◆ Залейте перец кипящим рассолом, прикройте стерильными крышками.

◆ Пастеризуйте банки в кипящей воде 15 минут. Переверните, укутайте и дайте остыть. Храните в тёмном месте.

Заправка для корейских салатов

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 6 зубчиков чеснока
- 2 ст. л. молотого перца чили
- 1 ст. л. сладкой паприки
- 1 ч. л. семян кориандра
- 1 ч. л. молотого чёрного перца
- 1 ст. л. сахара
- 2 ч. л. соли
- 2 ст. л. воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Кориандр разотрите в ступке. Соедините с паприкой и молотым перцем чили. Добавьте воду и половину соли. Перемешайте.

◆ Чеснок очистите, пропустите через пресс и соедините с оставшейся солью. Добавьте к смеси растёртых пряностей. Ещё раз перемешайте.

◆ Выложите заправку в чистую сухую стеклянную банку. Плотно закройте крышкой. Храните в холодильнике. Добавляйте в салаты из расчёта 1–2 ч. л. заправки на 1 кг овощей.

С помидорами и чесноком

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 2 кг помидоров
- 0,5 перца чили
- 2 головка чеснока
- 6 ст. л. сахара
- 3 ст. л. крупной соли
- 2 ст. л. растительного масла
- 2 ст. л. 9% уксуса
- 1 пучок укропа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

◆ Помидоры вымойте, нарежьте четвертинками и измельчите в блендере. Вылейте массу в кастрюлю. Поставьте на плиту. Добавьте соль, сахар и растительное масло. Доведите до кипения. Перец чили вымойте, осторожно разрежьте (желательно в перчатках) и удалите семечки. Добавьте перец в кастрюлю. Варите 25 минут с момента закипания.

◆ За 5 минут до конца готовки добавьте измельчённый чеснок, укроп и уксус.

◆ Разложите горячую закуску по простерилизованным банкам, закрутите крышками.

Вяленые заготовки

Помидоры с сахаром

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 1 банку 0,5 л

- 2 кг помидоров
- 2 ч. л. соли
- 10 ч. л. сахара
- 4 ст. л. приправы «Итальянские травы»
- 2 стакана оливкового масла
- 4 зубчика чеснока
- 0,5 ч. л. молотого чёрного перца

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Помидоры разрежьте на четвертинки и удалите семена.
- Смешайте соль, сахар, чёрный перец и приправу. Посыпьте этой смесью помидоры. Перемешайте.
- Разложите помидоры на застеленный пергаментом противень плотно друг к другу и поставьте в разогретую до 180° С духовку на 4 часа при слегка приоткрытой дверце.
- Остывшие помидоры складывайте слоями в сухую стерилизованную банку: слой помидоров, слой нарезанного пластинками чеснока, немного оливкового масла.
- Каждый слой слегка придавливайте чистой сухой ложкой. Последним следует налить масло, оно должно полностью покрывать помидоры. Плотно закройте банку простерилизованной крышкой и поставьте в холодное место.

Груши в сиропе

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг груш
- 300 г сахара

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Груши очистите от кожуры и сердцевины, нарежьте кусочками, посыпьте сахаром и оставьте на 10 часов до выделения сока. Затем откиньте на дуршлаг, сироп оставьте. Вяльте груши в разогретой до 80° С духовке до золотистого цвета и испарения жидкости. Вяленые груши выложите в стерилизованные банки. Сироп вскипятите, залейте им груши и закатайте банки крышками. Дайте остыть. Храните в холодильнике.

Томатная пастила

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг мясистых помидоров
- по 1 ч. л. соли, сушёного базилика и молотого душистого перца
- 2 зубчика чеснока
- 0,5 л растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Помидоры вымойте, обсушите и измельчите в блендере или прокрутите через мясорубку. Добавьте соль, специи, тщательно перемешайте.
- Выложите томатное пюре на смазанный растительным маслом противень слоем 0,5 см. Поставьте в разогретую до 50° С духовку на 6 часов. Дайте слегка остыть.
- Сверните пастилу рулетом, нарежьте кусочками и сложите в чистую сухую банку, пересыпав тонко нарезанными пластинками чеснока. Залейте растительным маслом.
- Храните томатную пастилу в холодильнике. Добавляйте в овощные и мясные рагу, к пасте, на бутерброды.

Карамельно-чесночная слива

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1,5 кг сливы сорта венгерка
- по 1 ч. л. сушёных розмарина, орегано, базилика и приправы «Прованские травы»
- 0,5 ч. л. молотого душистого перца
- 5 зубчиков чеснока
- 1,5 стакана оливкового масла
- 1 ч. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Сливу вымойте, обсушите, разрежьте на четвертинки и удалите косточки. Поместите в тазик, залейте оливковым маслом. Специи разотрите в ступке.
- Посыпьте сливу специями. Перемешайте, встряхивая тазик.
- Духовку разогрейте до 180° С. Выложите сливу на застеленный пергаментом противень, посыпьте солью и поместите в духовку на 2 минуты. Затем уменьшите температуру до 150° С и приоткройте дверцу духовки, чтобы выходил пар. Выдержите сливу 1 час. Убавьте температуру до 80° С и томите ещё 3 часа.
- Разложите сливу в сухие простерилизованные банки, пересыпая нарезанным тонкими пластинками чесноком и слегка утрамбовывая.
- Залейте сливу горячим оливковым маслом (его можно подогреть в микроволновке 2 минуты).
- Закройте банки стерильными крышками, переверните до остывания.

Болгарский перец с кориандром

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

на 2 банки 0,5 л

- 1,5 кг болгарского перца
- 8 зубчиков чеснока
- 1 ч. л. крупной соли
- 2 ст. л. сахара
- 1,5 стакана растительного масла
- 2 ч. л. молотого сушёного базилика
- 2 ч. л. молотых семян кориандра
- 1 ч. л. чесночного порошка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Болгарский перец вымойте, удалите плодоножку и семена и разрежьте на четвертинки. Выложите плотно перцы на застеленный пергаментом противень, посолите, посыпьте сахаром.
- Специи разотрите в ступке и посыпьте перцы.
- Поставьте противень разогретую в до 100° С духовку на 2–3 часа, в зависимости от мясистости перца.
- Готовый перец сразу же, горячим, осторожно уложите в горячие стерилизованные банки, пересыпая нарезанным тонкими пластинками чесноком. Каждый слой перцев заливайте подогретым растительным маслом.
- Закатайте стерилизованными крышками, переверните, укутайте.

Баклажаны с базиликом

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 кг баклажанов
- 1 головка чеснока
- 1 стакан растительного масла
- 2 ч. л. соли
- 3 ч. л. сушёного базилика
- 2 ч. л. сушёного укропа
- 1 ч. л. молотой паприки
- 1 ч. л. молотого чёрного перца

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Баклажаны очистите, нарежьте кружочками толщиной 5 мм, посыпьте солью и оставьте на 20 минут. Затем бланшируйте в кипящей воде 3 минуты. Обсушите, выложите на застеленный пергаментом противень в один слой. Посыпьте солью и специями.
- Вяльте баклажаны в разогретой до 120° С духовке 3 часа.
- Тёплые баклажаны выложите в простерилизованную банку, посыпая измельчённым чесноком.
- Залейте прокалённым растительным маслом. Плотно закрутите крышкой. Храните в прохладном месте.

Зелень на зиму

Кинза с чесноком и перцем чили

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 головка чеснока
- 1 пучок кинзы
- 5 зелёных перцев чили

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Кинзу вымойте и обсушите. Чеснок очистите. Перец чили вымойте, освободите от семян.
- Прокрутите все ингредиенты через мясорубку или измельчите в блендере.
- Разложите по чистым баночкам. Храните в прохладном месте.

Стрелки молодого чеснока

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 0,5 кг молодых чесночных стрелок
- 2 ст. л. крупной соли (можно морской)
- 1 ч. л. свежемолотого чёрного перца
- 2 ч. л. смеси специй для барбекю
- 0,5 стакана растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Чесночные стрелки измельчите в блендере или прокрутите через мясорубку вместе со специями. Добавьте растительное масло.
- Перемешайте. Выложите в чистую сухую банку и плотно закрутите крышкой. Храните в прохладном месте.

Песто из черемши

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 100 г черемши
- 0,5 стакана оливкового масла
- 0,5 ч. л. крупной соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Черемшу залейте холодной водой на 10 минут. Очистите, промойте под проточной водой, обсушите на полотенце и прокрутите через мясорубку. Добавьте соль, оливковое масло и хорошо перемешайте.
- Получившееся пюре разложите по силиконовым порционным формочкам для льда и поместите в морозильную камеру.
- Используйте песто для приготовления ризотто, пасты, мясных рулетов.

Свекольная ботва с душистым перцем

НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:

- 1 пучок свекольной ботвы
- 1 л воды
- 1 ст. л. сахара
- 2 ст. л. соли
- 1 ч. л. душистого перца
- 3 ст. л. 9% уксуса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- Вскипятите воду с солью, сахаром и перцем. Влейте уксусную эссенцию и снимите с огня. Ботву нарежьте кусочками. Бланшируйте 5 минут. Разложите по стерилизованным банкам, залейте горячим маринадом, закатайте. Остудите в перевёрнутом виде, укутав полотенцем. Храните в тёмном и прохладном месте.

➡ СОФИЯ – СИЛЬНЕЙШАЯ ПРОРИЦАТЕЛЬНИЦА!
ПРИВОРОТЫ
СНИМУ СГЛАЗ, ПОРЧУ
ДЕНЕЖНЫЙ ОБРЯД
БЕСПЛАТНО
ГАРАНТИЯ 100%
☎ **8 910 084 63 63**

➡ !!!ЭКСТРЕННАЯ ПОМОЩЬ!!!
☎ **8 495 771 53 06**

➡ В СЕМЬЕ ПЬЯНИЦА?!
ЗА ОДИН СЕАНС,
на любом расстоянии,
избавлю от пьянства!
☎ **8 915 221 42 31**

➡ ГАДАЮ. 700 Р.
ЦИФРЫ, ФАКТЫ, ИМЕНА.
☎ **8 925 508 58 30**

➡ МОЩНЫЕ ОБРЯДЫ!
БОЕВАЯ МАГИЯ!
Возможна оплата
по результату
☎ **8 903 755 13 17**

➡ НАСТОЯЩАЯ КОЛДУНЬЯ.
За ПОМОЩЬ
денег не берет
☎ **8 499 755 90 68**

➡ БАБУШКА НЮРА.
БЕСПЛАТНАЯ МАГИЧЕСКАЯ РАБОТА!
Помощь на любом
расстоянии
Гарантия результата
ОПЫТ 40 ЛЕТ
☎ **8 906 044 11 52**

➡ СИЛЬНЕЙШАЯ КОЛДУНЬЯ СВЕТЛОВА АННА ФЁДОРОВНА
Верну счастье и удачу
Избавлю от пьянства
Беру сложные случаи
☎ **8 916 809 39 47**

➡ КОЛДУНЬЯ.
ПОМОГАЮ
Оплата по возможности
☎ **8 926 236 01 95**

➡ ВЕРНУ ЛЮБИМОГО
В ДЕНЬ ОБРАЩЕНИЯ!
Срок давности
значения не имеет.
Бесплатно!
☎ **8 985 688 33 28**

➡ ЗА 1 ДЕНЬ!
ПРИВОРОЖУ.
СОХРАНЮ СЕМЬЮ.
Бесплатно!
☎ **8 915 494 84 34**

➡ ИОАННА
СИЛЬНЕЙШАЯ ВЕДУНЬЯ!
БОЛЕЕ 710 ОБРЯДОВ!
ПРИВОРОТ
СНЯТИЕ ПОРЧИ
ДЕНЕЖНЫЙ КАНАЛ
БЕСПЛАТНО
ГАРАНТИЯ 100%
☎ **8 915 035 41 41**

➡ !ЯСНОВИДЯЩАЯ!
☎ **8 901 593 63 63**

➡ ЧЁРНАЯ МАГИЯ.
МОГУ ВСЁ.
ИЗМЕНЮ СУДЬБУ ЗА ЧАС
☎ **8 495 514 30 84**

➡ ВЕДЬМА.
ПРИВОРОТ БЕСПЛАТНО.
☎ **8 926 672 54 19**

➡ ВЕРНУ ЛЮБИМОГО!
ИЗБАВЛЮ ОТ ПЬЯНСТВА!
РАБОТА БЕСПЛАТНО!
☎ **8 926 497 24 85**

➡ НАСТОЯЩАЯ КОЛДУНЬЯ ДЕНЕГ НЕ БЕРЕТ
18 лет безупречной
работы
ТРЕТЬЯКОВА
НАТАЛЬЯ МИХАЙЛОВНА
☎ **8 910 412 08 42**

Реклама

Размещение строчных объявлений по телефону:
8 (495) 974-73-02 e-mail: reklama@BauerMedia.ru

ПРИМИТЕ УЧАСТИЕ В АКЦИИ
С ВРУЧЕНИЕМ НА ВЫБОР:

АВТОМОБИЛЬ или 1 000 000 рублей*!

На правах рекламы.

18+

Вручение 31 октября 2018 года!

ТОЛЬКО КЛЮЧ С НОМЕРОМ 156 ОТКРОЕТ ДЛЯ ВАС ДОСТУП К АКЦИИ:

Возьмите последние 3 цифры номера Вашего телефона – это Ваше личное число.

+ Умножьте это число на 2
+ К результату прибавьте 312
+ Результат разделите пополам
+ Вычтите Ваше личное число
+ У Вас получилось 156?

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

НЕМЕДЛЕННО ЗВОНИТЕ и регистрируйте участие в акции! Обязательно сообщите, что Вы хотели бы получить: 1 000 000 рублей или автомобиль!

Код акции: **03.10276.1244.12.1**

8-800-775-00-44

Звонок БЕСПЛАТНЫЙ по всей России.

Призер будет выбран из числа зарегистрированных участников по формуле (подробности ниже).*

ПОЗДРАВЛЯЕМ ПРИЗЕРОВ ПОСЛЕДНЕГО СЕЗОНА:

- Вересовой В.И. (МО, г. Мытищи) – 1 000 000 р.
- Лагунова Л.П. (Ивановская обл.) – 1 000 000 р.
- Евстратова О.В. (г. Ростов-на-Дону) – 1 000 000 р.
- Золотова А.А. (МО, г. Воскресенск) – 1 000 000 р.
- Ягудина Д.Р. (респ. Башкортостан) – 20 000 р.
- Праздничная Т.В. (Ярославская обл.) – 20 000 р.
- Куценко Н.Н. (Краснодарский край) – 20 000 р.
- Адаева З.П. (Оренбургская обл.) – 20 000 р.

*ООО «Почта Сервис» (127220, Москва, ул. Нижняя Масловка, д. 8, ОГРН 1057749621115) (далее – «Организатор») проводит в срок с 01.07.2018 по 31.10.2018 маркетинговую акцию с вручением приза 1 000 000 рублей, который в настоящей рекламе может быть также представлен в виде автомобиля. Участие в акции регистрируется до 26.10.2018. Призовой фонд маркетинговой акции сформирован за счет собственных средств Организатора. Указанная акция не является игрой, конкурсом, лотереей, публичным обещанием награды или иным мероприятием, основанным на риске. Акция проводится с целью привлечения потенциальных клиентов и только для граждан РФ старше 18 лет, постоянно проживающих на территории РФ. Носитель данного объявления не является лотерейным билетом, договор на участие в акции не заключается. Потенциальным участникам предлагается зарегистрироваться в качестве клиента Организатора путем сообщения своих данных по телефону, указанному в рекламном объявлении. Клиенты, сообщившие свои данные и получившие номер клиента, претендуют на денежные призы в финале акции. Получатель приза 1 000 000 рублей (призер) будет определен в финале акции неслучайным образом специальной комиссией из трех финалистов, выбранных из списка зарегистрированных участников, сформированного в порядке возрастания клиентских номеров, в следующем порядке: финалист = k*n/3, где k – число от 1 до 3, n – количество уникальных номеров в списке зарегистрировавшихся. При этом n/3 округляется в сторону уменьшения до целого числа. Призером из числа финалистов признается первый зарегистрировавший свое участие в акции. Призер маркетинговой акции самостоятельно делает выбор о получении денежного приза либо вещевого эквивалента. Марка, модель вещевого приза может отличаться от представленного в рекламе и не совпадать с ожиданиями участников. Денежные призы маркетинговой акции перечисляются их единственным обладателям единовременным платежом в срок, не превышающий 10 дней с даты получения актуальных банковских реквизитов, за вычетом предусмотренных действующим законодательством налогов. Призер самостоятельно несет ответственность за исчисление и уплату налога на полученный вещевой приз в соответствии с законодательством РФ с момента получения соответствующего приза, в случае если сумма полученных в отчетном периоде призов составит более 4000 рублей. Источниками информации об Организаторе акции, правилах ее проведения, количестве призов по результатам акции, сроках, месте и порядке их вручения являются телефон 8–800–775–00–44 (ежедневно с 9:00 до 20:00) и сайт www.nadom-info.ru. Сообщая Организатору свои персональные данные, вы регистрируете участие в акции, а также даете свое согласие оператору ООО «Почта Сервис» (127220, Москва, ул. Нижняя Масловка, д. 8, ОГРН 1057749621115) на обработку и использование ваших персональных данных, в том числе на получение рекламных и иных информационных материалов Организатора и/или его партнеров по сетям электросвязи и почте.