



# ПИКАНТНЫЕ ЗАГОТОВКИ

*лук, чеснок и хрен*





*Пикантные заготовки:  
лук, чеснок, хрен*

# СОДЕРЖАНИЕ

4. Лук-севок, маринованный  
в соке черной смородины
6. Лук репчатый маринованный
7. Лук-севок, маринованный с брусникой
8. Лук-порей маринованный
9. Сушеный лук-порей с майораном и укропом
10. Лук зеленый квашеный
13. Заготовка для зеленых щей с черемшой
14. Уксус, обогащенный тремя видами лука
17. Зеленое масло со шнитт-луком
18. Чесночная приправа с красной смородиной  
и настурцией
19. Чесночная приправа с мягким сыром  
и оливками
20. Чеснок, соленый в заливке
21. Чеснок, квашенный с медом
22. Чеснок, квашенный с ягодами крыжовника
25. Стрелки чеснока квашеные
26. Чеснок, квашенный в свекольном соке
27. Хрен столовый
28. Хрен с яблоками и чесноком
29. Хрен со свеклой
30. Сухая приправа из листьев хрена



# ЛУК-СЕВОК, МАРИНОВАННЫЙ В СОКЕ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

- 2 кг лука-севка
- 300 г сока черной смородины
- 100 г сахара
- 50 г соли

Маринуют лук-севок обычно целыми головками. Для заготовок лук очистить от шелухи, хорошо промыть и отсортировать по величине. Затем уложить в прокипяченные банки и провести трехкратную заливку кипящим маринадом с пятиминутной выдержкой между заливками. После третьей заливки банки сразу же закатать крышками. Лук можно замариновать и другим способом: уложив подготовленные луковки в прокипяченные банки, залить их кипящим маринадом и установить на пастеризацию. Пастеризовать в кипящей воде литровые банки — 10 мин, пол-литровые — 5–7 мин. После пастеризации сразу же закатать.







45 мин



## ЛУК РЕПЧАТЫЙ МАРИНОВАННЫЙ

Маринованный и квашеный репчатый лук высоко ценится как изысканная приправа к рыбе, мясу, салатам, овощам. Этим луком очень удобно украшать блюда. Следует отметить, что репчатый лук в заготовках на натуральных соках или с добавкой меда приобретает новые вкусовые и целебные свойства.

Крупный репчатый лук маринуют,

разрезав головки на части или просто нашинковав.

Для заготовок репчатый лук очистить от шелухи, хорошо промыть и отсортировать по величине. Затем уложить в прокипяченные банки и провести трехкратную заливку кипящим маринадом с пятиминутной выдержкой между заливками. После третьей заливки банки сразу же закатать крышками.

# ЛУК-СЕВОК, МАРИНОВАННЫЙ С БРУСНИКОЙ

- 2 кг лука-севка
- 300 г брусники
- 70 г фруктового уксуса
- 100 г сахара
- 50 г соли



Лук очистить от шелухи, хорошо промыть и отсортировать по величине. Уложить в прокипяченные банки, пересыпать брусникой и провести трехкратную заливку кипящим маринадом с пятиминутной выдержкой между заливками. После третьей заливки банки сразу же закатать крышками.



- 2 кг лука-порея
- 1 л воды
- 100 г яблочного уксуса
- 100 г сахара или меда
- 50 г соли

Лук-порея, его белую часть без перьев, тщательно промыть, пробланшировать в подсоленной кипящей воде в течение 1 мин, уложить плотно, располагая вертикально, в стерильные банки, залить кипящим маринадом и закатать.

## ЛУК-ПОРЕЙ МАРИНОВАННЫЙ

25 мин





## СУШЕНЫЙ ЛУК-ПОРЕЙ С МАЙОРАНОМ И УКРОПОМ

- 1 часть сушеного лука-порея
- 1 часть сушеной зелени майорана
- 1 часть сушеного укропа

Сушат лук-порея при комнатной температуре. Высушенный лук-порея измельчают в кофемолке либо растирают в порошок в ступке. Хранят при комнатной температуре в стеклянной плотно

закрытой посуде.

Высушенный лук-порея можно также смешать с сухими пряными травами. Сухую зелень необходимо хорошо перетереть в ладонях и затем просеять через сито.

Приправу можно добавлять к мясу, рису, отварному картофелю, использовать для заправки картофельных супов.

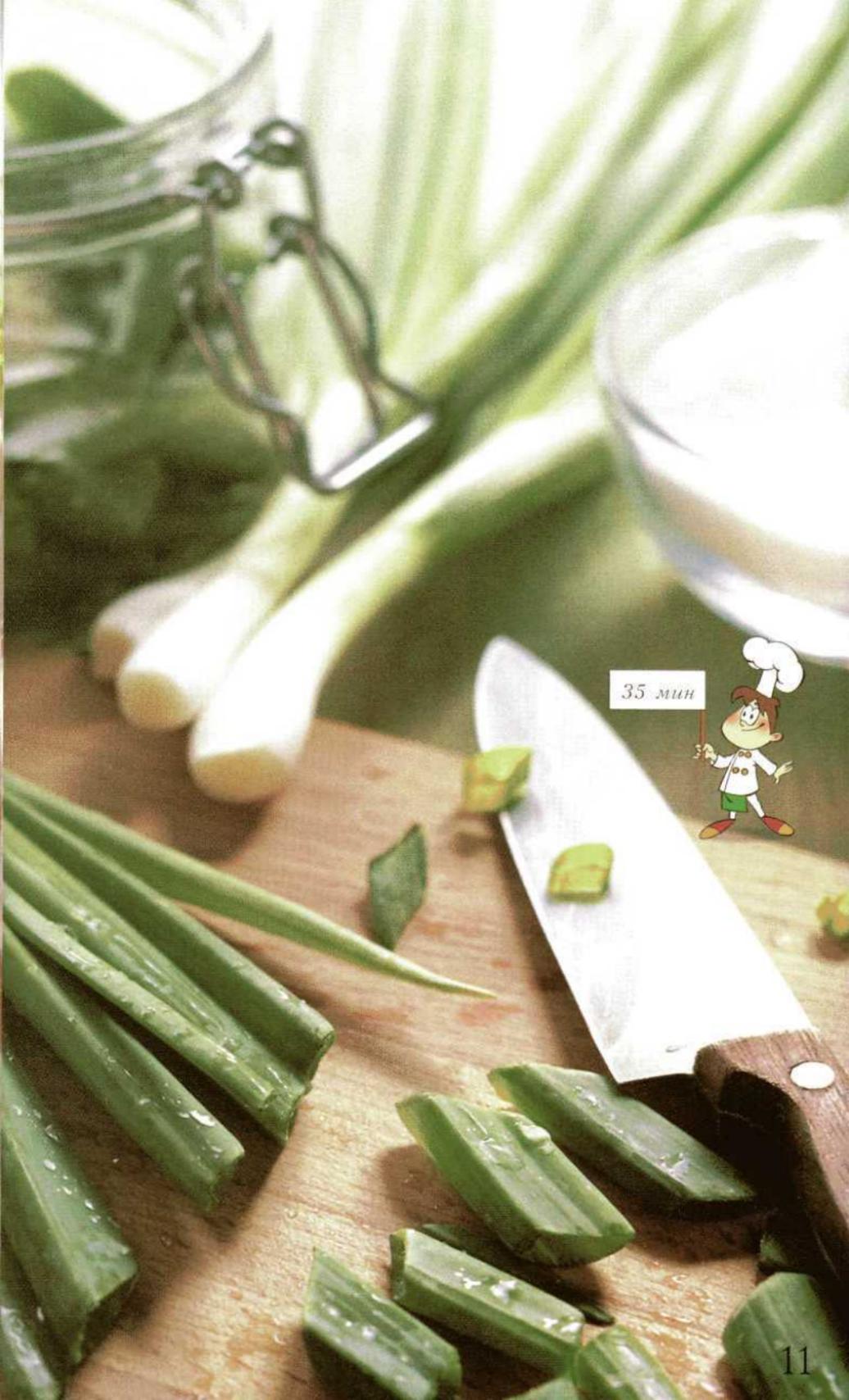
# ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ КВАШЕННЫЙ

- 1 кг зеленого лука
- 500 г воды
- 50 г соли

Срезанные перья лука перебрать, удалив засохшие, вялые и поврежденные вредителями или болезнями, промыть и нарезать кусочками длиной 2–3 см, затем плотно уложить слоями в стеклянную банку, пересыпая солью. Сверху положить кружок и гнет. Через сутки проследить, чтобы зелень была покрыта выделившимся рассолом. Если этого не произойдет, необходимо увеличить гнет либо добавить небольшое количество кипяченой охлажденной воды. Засаливается зеленый лук в течение 2–3 недель. Употребляется в салаты, первые блюда, как приправа к мясным и рыбным блюдам, для бутербродов.

Засаливать можно перья любых сортов лука — и однолетних, и многолетних, но последние намного ароматнее.





35 МИН





# ЗАГОТОВКА ДЛЯ ЗЕЛЕННЫХ ЩЕЙ С ЧЕРЕМШОЙ

- 800 г щавеля
- 200 г черемши
- 20 г морковной ботвы
- 200 г воды
- 10 г соли

Способ заготовки — так называемый горячий розлив. Зелень следует мелко нарезать, уложить в эмалированную посуду, добавить воду и соль, поставить на огонь, кипятить 5 мин. Разлить в простерилизованные банки и закатать стерильными крышками. Приведенные в рецептах пропорции рассчитаны на литровую банку либо две пол-литровые.



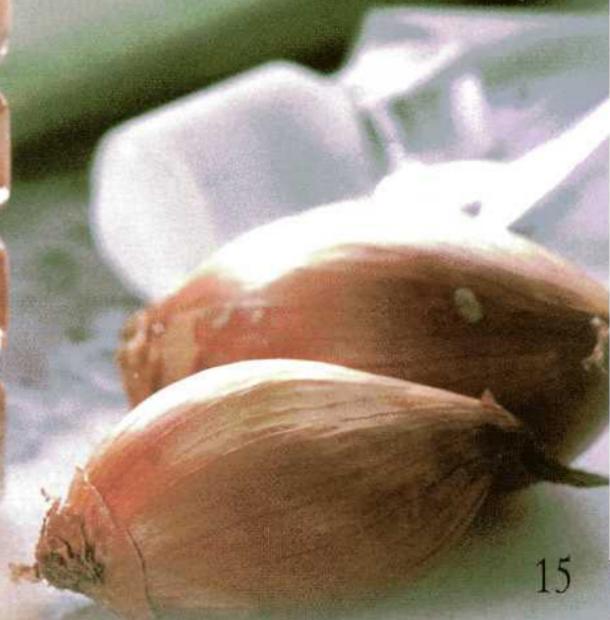
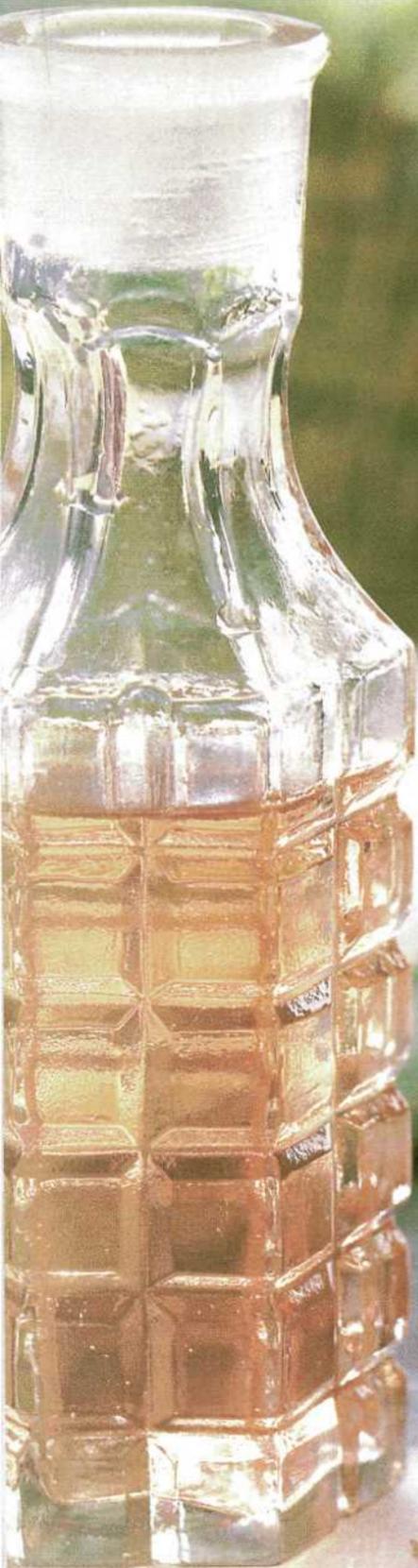
# УКСУС, ОБОГАЩЕННЫЙ ТРЕМЯ ВИДАМИ ЛУКА

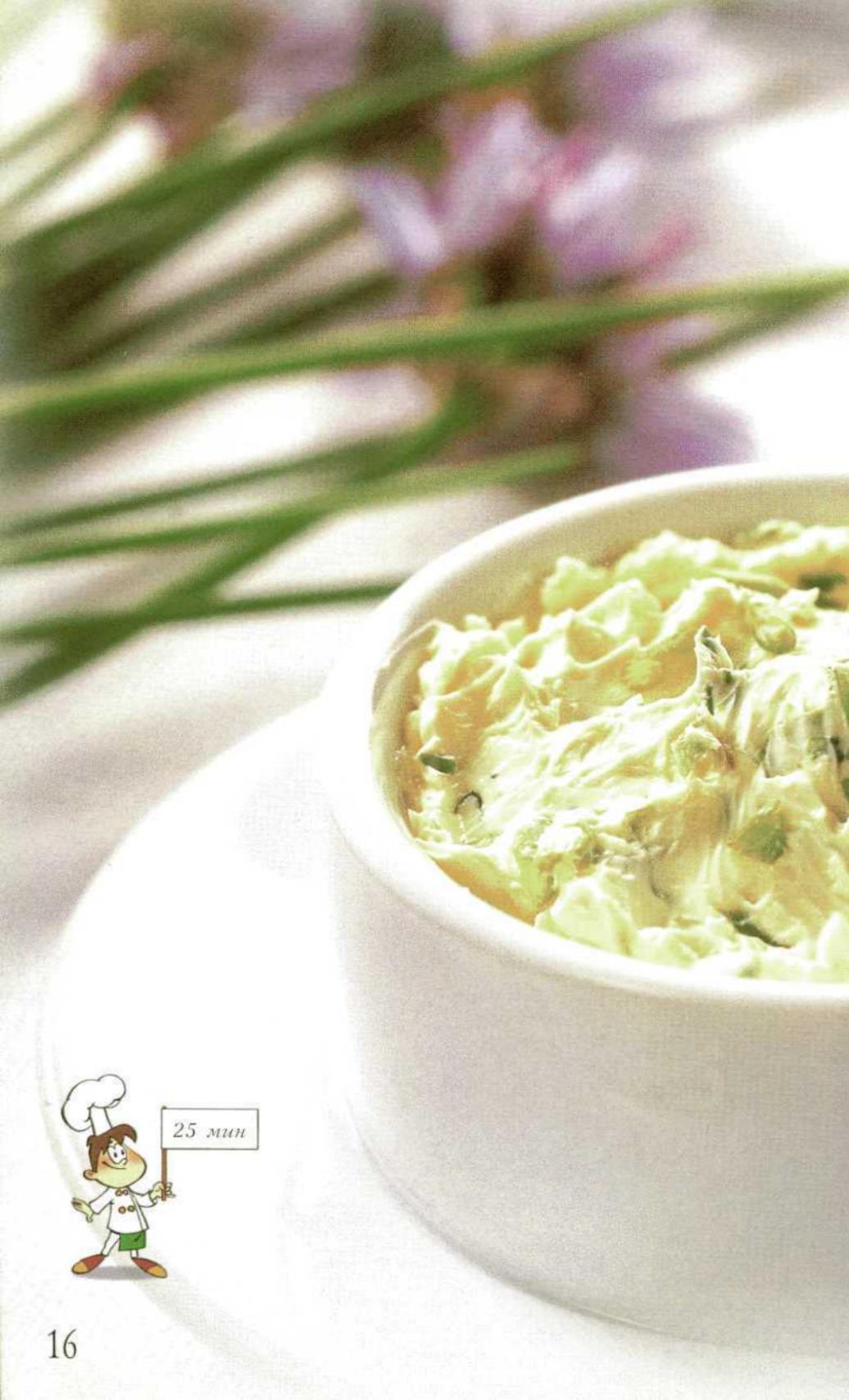
- 100 г лука-порея
- 100 г лука репчатого фиолетового
- 100 г лука-шалота
- 500 г фруктового уксуса

Зеленую часть лука-порея нарезать мелкими кусочками. Луковицы репчатого фиолетового лука и лука-шалота очистить и мелко нарезать. Перемешать, уложить в стеклянную тару, залить фруктовым уксусом так, чтобы измельченная смесь была чуть прикрыта. Закрывать банку крышкой и поставить в затемненное место.

Выдержать при комнатной температуре не менее 1 месяца, затем жидкость слить, отжав лук, процедить, разлить в бутылочки и закупорить их пробками.

Фруктовый уксус, обогащенный тремя видами лука, весьма целебен. Он содержит много калия и биологически активных веществ. Его можно добавлять в напитки, но не более 1 ст. ложки на порцию, а также в салаты, винегреты, холодные закуски.



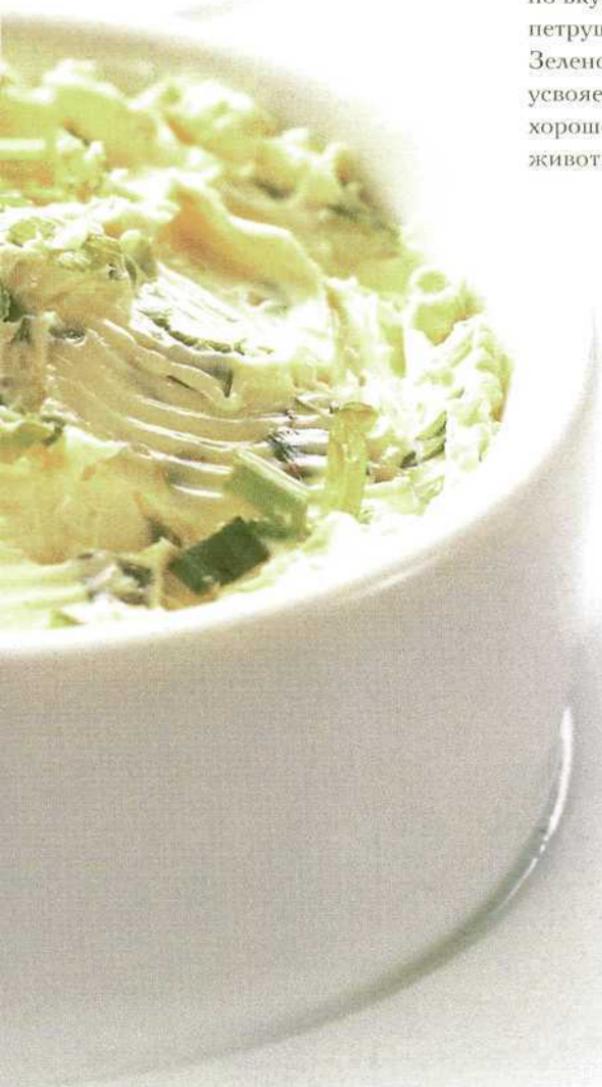


# ЗЕЛЕНОЕ МАСЛО СО ШНИТТ-ЛУКОМ

- 200 г сливочного масла
- 100 г шнитт-лука и пряной зелени по вкусу

Сливочное масло комнатной температуры растереть, добавить мелко нарезанный шнитт-лук, по вкусу — зелень укропа, сельдерея, петрушки.

Зеленое масло обеспечит вас легко усвояемыми витаминами, которые хорошо усваиваются лишь с животными жирами.



# ЧЕСНОЧНАЯ ПРИПРАВА С КРАСНОЙ СМОРОДИНОЙ И НАСТУРЦИЕЙ

- 500 г сока красной смородины
- 200 г настурции, цветы и листья
- 200 г чеснока
- 50 г растительного масла
- 10 г соли

Настурцию (свежие листья и цветы) вымыть и мелко нарезать. Смешать с протертой через сито красной смородиной, добавить растолченный чеснок, растительное масло, посолить и тщательно перемешать. Разложить приправу в маленькие баночки. Хранить на холоде.





## ЧЕСНОЧНАЯ ПРИПРАВА С МЯГКИМ СЫРОМ И ОЛИВКАМИ

- 100 г чеснока
- 200 г мягкого сыра
- 50 г оливок
- 50 г укропа или любой зелени по вкусу
- соль, перец — по вкусу

Чеснок очистить от верхнего слоя шелухи, выложить на противень, накрыть фольгой и запечь в духовке до готовности в течение 45 мин.

Запеченные чесночные дольки очистить, смешать с мягким сыром, мелко порубленными оливками и зеленью. Пропустить через мясорубку или измельчить в комбайне. Готовую смесь посолить и поперчить по вкусу, тщательно перемешать. Подавать в качестве закуски или соуса к отварным овощам, мясу. Хранить в холодильнике.

# ЧЕСНОК, СОЛЕННЫЙ В ЗАЛИВКЕ



- 2 кг чеснока
- 1 л воды
- 100 г соли

Чеснок вымыть, головки освободить от донышек, снять шелуху и уложить в банки. Залить холодным соевым

раствором, банку закрыть крышкой.

Соленый в заливке чеснок может храниться очень долго даже при комнатной температуре.

Используют его вместо свежего для ароматизации блюд.

# ЧЕСНОК, КВАШЕННЫЙ С МЕДОМ

- 2 кг чеснока
- 300 г сока красной или белой смородины
- 100 г меда
- 1 л воды
- 70 г соли

Молодой чеснок промыть в холодной воде и очистить от шелухи. Замочить в ледяной воде

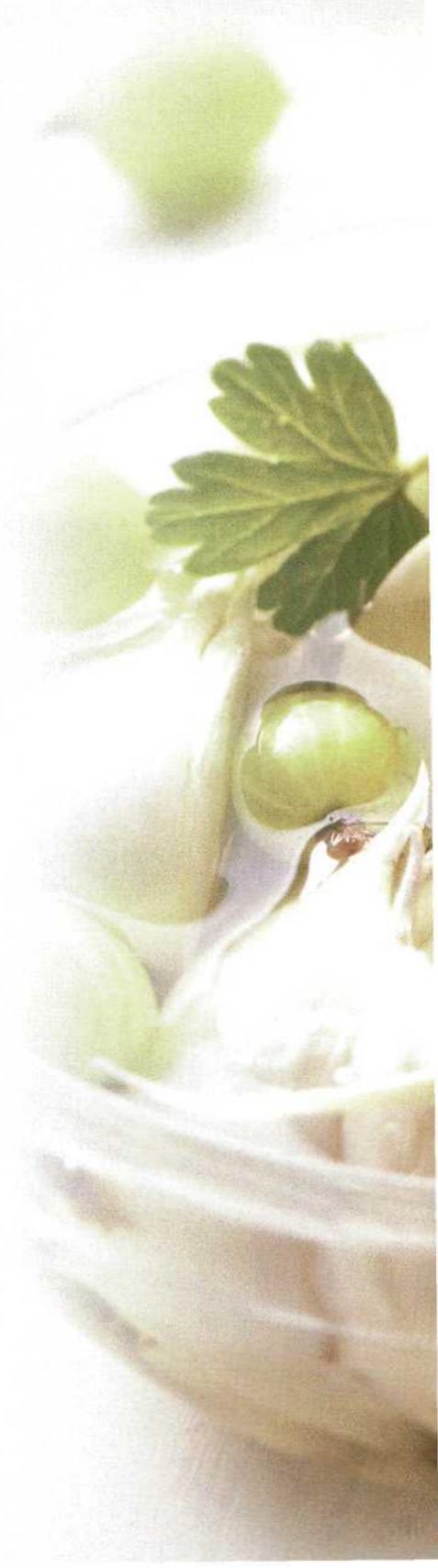
на ночь, еще раз промыть и уложить в чистую прокипяченную тару. Смородиновый сок, мед и соль смешать с холодной кипяченой водой, залить этим раствором чеснок и поставить для квашения при комнатной температуре. Через 1,5–2 месяца продукт готов к употреблению.



# ЧЕСНОК, КВАШЕННЫЙ С ЯГОДАМИ КРЫЖОВНИКА

- 2 кг чеснока
- 500 г крыжовника
- 1 л воды
- 200 г сахара
- 70 г соли

Чеснок вымыть, освободить от корней и стеблей, очистить и замочить в холодной воде на сутки. Промыть холодной водой и плотно уложить в чистую тару, пересыпать ягодами крыжовника. Залить охлажденным раствором, приготовленным из воды, соли и сахара. Он должен покрывать чеснок на 2–3 см. Накрывать тару чистой тканью и поставить гнет.



1 день





# СТРЕЛКИ ЧЕСНОКА КВАШЕННЫЕ

- 2 кг стрелок чеснока
- 1,5 л воды
- 100 г сахара
- 100 г соли

Стрелки чеснока вымыть, нарезать крупными кусками (длиной 3–5 см), уложить в подготовленную чистую тару. Развести в воде соль и сахарный песок, раствор вскипятить, остудить и залить чесночные стрелки.

Накрыть тару чистой тканью, положить кружок и на него гнет, чтобы над тканью выступил раствор. Затем выставить на холод для дальнейшего хранения. Приблизительно через месяц чесночные стрелки будут готовы для употребления.

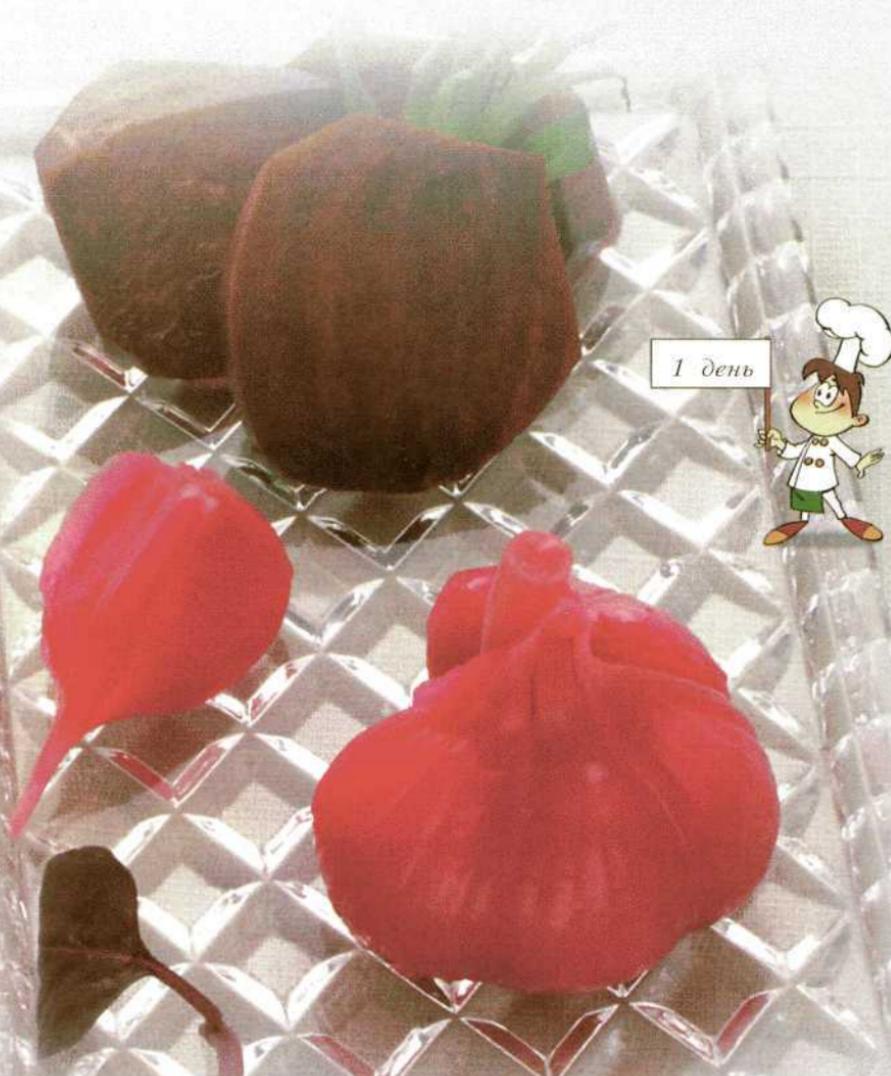


# ЧЕСНОК, КВАШЕННЫЙ В СВЕКОЛЬНОМ СОКЕ

- 2 кг чеснока
- 300 г свекольного сока
- 1 л воды
- 50 г сахара
- 70 г соли

Головки чеснока вымыть и освободить от корней и верхнего слоя шелухи, вымочить в холодной воде в течение суток,

промыть холодной водой, плотно уложить в тару. Развести в воде соль и сахарный песок, прокипятить ее и остудить, затем смешать со свекольным соком. Залить раствором чеснок, накрыть тару чистой тканью и поставить гнет. Раствор должен покрывать чеснок не менее чем на 2–3 см.



1 день



# ХРЕН СТОЛОВЫЙ



- 500 г хрена
- 30 г сахара
- 50 г фруктового уксуса
- 200 г воды
- 5 г соли

Корни хрена промыть, очистить и натереть на мелкой терке. Добавить кипяченую воду, соль,

сахар и уксус, размешать и уложить в чистую банку. Накрыть крышкой и поместить в холодильник для хранения. Если полученный продукт покажется суховатым, добавить кипяченой воды, доведя приправу до нужной консистенции.



## ХРЕН С ЯБЛОКАМИ И ЧЕСНОКОМ

- 250 г хрена
- 250 г яблок (желательно сорта Антоновка)
- 50 г чеснока
- 50 г фруктового уксуса
- 200 г воды
- 5 г соли

Хрен промыть, очистить и натереть на терке. Яблоки

нарезать дольками, запечь в духовке, горячими протереть сквозь сито.

Чеснок очистить и растолочь. Все смешать, добавить кипяченую охлажденную воду, соль и уксус. Уложить в банку, закрыть крышкой, поставить в холодильник на хранение.

# ХРЕН СО СВЕКЛОЙ

- 250 г хрена
- 500 г свеклы
- 50 г фруктового уксуса
- 200 г воды
- 5 г соли



Хрен промыть и очистить, измельчить с помощью терки. Сырую свеклу вымыть, очистить от кожуры и натереть на мелкой терке.

Смешать с измельченным хреном, добавить воду, соль и уксус, уложить в банку.

Хранить в холодильнике.



# СУХАЯ ПРИПРАВА ИЗ ЛИСТЬЕВ ХРЕНА

Свежие листья хрена промыть водой, удалить у них толстую черешковую часть и высушить. Высушенные листья измельчить миксером либо перетереть руками и просеять сквозь сито.

Полученный порошок светло-зеленого цвета с пряным ароматом хранят в сухой стеклянной посуде с плотно закрытой крышкой.

Порошок можно использовать для приготовления творога с зеленью, зеленого масла, можно добавлять его в различные пасты и соусы, посыпать им мясо и рыбу, картофельные блюда и гарниры.

Из него можно приготовить острую приправу типа горчичного соуса.





П 61 **Поскребышева Г. И.**  
Пикантные заготовки: **лук, чеснок и хрен** / Г. И. Поскребышева. — М.:  
**Эксмо, 2008. - 32 с: ил.**

ISBN 978-5-699-28881-6

Лук, чеснок и хрен обладают уникальными противомикробными и противовоспалительными свойствами и могут использоваться как для профилактики различных заболеваний, так и для общего укрепления организма. А какой салат обойдется без лука, горячее блюдо без чеснока? А холодец? Ведь он неммыслим без хрена.

В нашей книге мы расскажем, как из лука, хрена и чеснока можно приготовить самостоятельные блюда.

УДК 641/642  
ББК 36.91

ISBN 978-5-699-28881-6

© Г. И. Поскребышева, 2008  
© ООО «Альди-принт», 2008  
© ООО «Издательство «Эксмо», 2008

Фото *Д. Байрака, М. Буданцева*

Оформление *Н. Кудря*

**Г. И. Поскребышева**

**ПИКАНТНЫЕ ЗАГОТОВКИ**

**ЛУК, ЧЕСНОК И ХРЕН**

Ответственный редактор *А. Братушева*  
Редакторы *Е. Авадьяева, И. Щеглова*  
Художественный редактор *Н. Кудря*  
Компьютерная верстка *Т. Розе*  
Корректор *Н. Кузнецова*

ООО «Издательство «Эксмо»  
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

**Оптовая торговля книгами «Эксмо»:**  
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,  
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.  
E-mail: [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

**По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми  
покупателями обращаться в ООО «Дип покет»**  
E-mail: [foreignseller@eksmo-sale.ru](mailto:foreignseller@eksmo-sale.ru)

**International Sales:** International wholesale customers should contact «Deep Pocket» Pvt. Ltd.  
for their orders. [foreignseller@eksmo-sale.ru](mailto:foreignseller@eksmo-sale.ru)

**По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформ-  
лении, обращаться по тел. 411-68-59 доб. 2115, 2117, 2118. E-mail: [vipzakaz@eksmo.ru](mailto:vipzakaz@eksmo.ru)**

**Оптовая торговля бумажно-беловыми  
и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:**  
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,  
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).  
e-mail: [kanc@eksmo-sale.ru](mailto:kanc@eksmo-sale.ru), сайт: [www.kanc-eksmo.ru](http://www.kanc-eksmo.ru)

Подписано в печать 18.07.2008.  
Формат 60x100<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Печать офсетная. Бумага мелованная. Усл. печ. л. 1,8.  
Тираж 10000 экз. Заказ 4961

Отпечатано с готовых файлов заказчика в ОАО «ИПК  
«Ульяновский Дом печати». 432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14