КВАШЕНИЕ,
ЗАСОЛКА,
МОЧЕНИЕ
КАПУСТА • ЯБЛОКИ • АРБУЗЫ
ОГУРЦЫ • ПОМИДОРЫ
Вкусные и полезные заготовки
КЛУБ СЕМЕЙНОГО ДОСУГА

Квашение, засолка, мочение. Капуста, яблоки, арбузы, огурцы, помидоры

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

2017

УДК 641.4

Квашение, засолка, мочение. Капуста, яблоки, арбузы, огурцы, помидоры / Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2017

ISBN 978-617-12-3171-9

Рецепты полезных заготовок из овощей, фруктов, зелени и грибов! Воспользовавшись ими, вы сохраните урожай и круглый год сможете угощать семью и гостей домашними разносолами! • Квашение: классическая квашеная капуста, помидоры с зеленью и чесноком, ароматные огурцы, пряные баклажаны, бочковые арбузы • Засолка: пикантная цветная капуста, быстрые малосольные огурцы и помидоры, баклажаны с хреном, соленые рыжики • Мочение: яблоки с черносливом, груши в медовом сиропе, сливы с душистыми травами • Маринование без уксуса: огурцы в яблочном соке, помидоры с крыжовником, перец в томате, баклажаны в аджике и множество других аппетитных рецептов.

УДК 641.4

ISBN 978-617-12-3171-9

, 2017
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2017

Содержание

Введение 6
Заготовки из капусты 7
Квашеная и соленая белокочанная капуста 8
Маринованная и консервированная белокочанная капуста 31
Заготовки из краснокочанной капусты 34
Заготовки из цветной капусты 38
Конец ознакомительного фрагмента. 45

Анна Владимировна Кобец
Квашение, засолка, мочение
Капуста, яблоки, арбузы, огурцы, помидоры

© DepositPhotos.com / Naddya, agrino, fzsolt1234, Bareta, belchonock, Nitrub, colnihko, 5PH, digitalgenetics, обложка, 2017

© Shutterstock.com / rsooll, MAKSYM SUKHENKO, tm_zml, Lepas, Golbay, Nataliia K, обложка, 2017

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2017

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2017

Введение

Квашение, соление и мочение – довольно распространенные способы заготовки овощей, фруктов и грибов на зиму. И это неудивительно, поскольку приготовленные таким образом продукты являются не только вкусными, но и очень полезными и питательными. Благодаря особым молочнокислым бактериям, образующимся в процессе заготовления, в них сохраняются и приумножаются витамины и микроэлементы, а также вырабатываются ценные ферменты.

В чем же разница между солением, квашением, мочением? Как указывает крупнейший исследователь кулинарии В. Похлебкин, основное отличие заключается в том, какие виды рассола используются. В солениях концентрация соли в рассолах составляет не менее 6–8 %, в мочениях – 1,5–2 %, с обязательным содержанием в последних сахара не менее 6 %. В квашениях же рассол сам выделяется из овощей, вытягиваемый солью, добавляемой в количестве 2,5–3 % от общей массы.

Однако в данной книге названия рецептов следуют сложившейся традиции, и приготовленные в рассоле огурцы могут называться как квашеными, так и солеными. Помимо упомянутых способов заготовки тут также приводятся рецепты маринования без уксуса. Его заменяют лимонным соком и лимонной кислотой, а также кислыми соками ягод и фруктов.

Обратите внимание, что сроки готовности квашений и солений указаны условные: при повышении температуры в помещении процессы размножения бактерий ускоряются, при понижении – замедляются. В любом случае такие заготовки следует регулярно проверять и при необходимости снимать плесень, доливать рассол. При активном процессе брожения рассол может переливаться через край емкостей, поэтому их нужно ставить на поддон или не заполнять доверху. В качестве кругов, на которые устанавливают гнет, не рекомендуется использовать фанеру, ДСП и другие материалы, которые могут содержать вредные вещества.

В рецептах количество овощей, фруктов и ягод указано в килограммах. При этом взвешивать надо уже подготовленное сырье, например капусту без верхних листьев и кочерыжки. Количество же соли и сахара указано в столовых и чайных ложках. Если вам удобно измерять их в граммах, учитывайте, что в 1 столовой ложке содержится 30 г соли, 30 г жидкого меда, 25 г сахара, а в чайной – 12 г соли, 10 г сахара и 5 г лимонной кислоты.

Заготовки из капусты

Для квашения подходят среднепоздние и поздние сорта белокочанной капусты. Выбирают белые кочаны, крепкие и плотные, без следов гнили и повреждений, не подмороженные. Кочаны очищают от верхних листьев и шинкуют соломкой около 5 мм. Слишком тонко нарезанная капуста не будет хрустящей, а крупно нашинкованная может киснуться долго и неравномерно. При безрассольном способе квашения на 1 кг нашинкованной капусты обычно берут 20–25 г соли (2 ч. ложки с горкой или 1 столовая без горки) и используют только крупную соль, обязательно не йодированную. Также возможны варианты приготовления квашеной капусты вовсе без соли. А вот высокая концентрация соли нежелательна, поскольку это тормозит процесс образования молочнокислых бактерий. Капусту перетирают с солью до выделения сока, при этом чрезмерных усилий прикладывать не надо, иначе она будет слишком мягкой.

Из пряных трав для квашения подходит укроп, петрушка, эстрагон, базилик, чабер, сельдерей, мята. Кроме огородной зелени, можно использовать листья вишни, черной смородины, винограда, хрена, семена тмина и укропа. Как правило, вымытыми листьями и травами устилают емкость для квашения. Чаще всего при квашении к капусте добавляют морковь, яблоки, клюкву, бруснику, коренья. Их масса обычно не превышает 10 % от массы капусты.

Лучше всего квасить капусту в деревянных кадках, эмалированной или керамической посуде либо в стеклянных банках. Нельзя использовать алюминиевые емкости и посуду со сколотой эмалью. Процесс квашения при комнатной температуре (19–22 °С) длится от 3 до 7 дней в зависимости от объема капусты – малые порции заквашиваются быстрее. В прохладном помещении процесс брожения может затянуться до 30 дней. Во время активного брожения из капусты выделяется сок, поэтому емкость с ней необходимо ставить на поддон или не заполнять доверху, оставляя место для образовавшегося сока. В качестве гнета в домашних условиях удобно использовать банки, наполненные водой. Масса гнета не должна превышать 15 % массы капусты. Необходимо ежедневно снимать гнет и протыкать капусту деревянной палочкой до дна, чтобы выпустить скопившиеся при брожении газы. Если этого не делать, квашеная капуста будет горчить. Также время от времени нужно собирать образующуюся пену. У готовой капусты рассол светлеет, а сама она приобретает характерный кисло-соленый вкус. Готовую квашеную капусту хранят в прохладном месте.

Для квашения могут быть использованы и другие виды капусты. Краснокочанная капуста менее сочная. Возможно, ее потребуется мять интенсивнее, чем белокочанную, или добавить при приготовлении рассол. Цветную капусту заготавливают с использованием рассола. Перед приготовлением ее замачивают в подсоленной воде на 15–20 мин, чтобы в соцветиях не осталось вредителей. Кольраби перед приготовлением необходимо очистить – срезать листья и зеленые части кочана до белой мякоти, а затем вымыть.

Квашеная и соленая белокочанная капуста

Классическая квашеная капуста

1 кг белокочанной капусты, 70—100 г моркови, 1 ст. ложка соли, ½ ч. ложки семян тмина или укропа

Капусту нашинковать, морковь натереть на крупной терке. В емкость для квашения (кастрюлю, ведро) уложить часть капусты, моркови, тмина, перемешать, немного посолить и утрамбовать. Сверху выложить еще часть капусты и моркови. Повторять, плотно утрамбовывая каждый слой, чтобы выделился сок. Сверху накрыть капустными листьями. Установить гнет. Держать в теплом месте 3 дня. Ежедневно протыкать капусту деревянной палочкой, чтобы выходили скопившиеся газы. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с рыжиками

1 кг белокочанной капусты, 150 г рыжиков, 100 г моркови, 1 ст. ложка соли, черный перец горошком

Грибы тщательно вымыть, отделить ножки от шляпок, ножки нарезать. Капусту нашинковать, смешать с ножками грибов и тертой морковью. Добавить соль и слегка помять. Уложить в емкость для квашения слоями, перекладывая шляпками грибов и посыпая горошинами черного перца. Поставить под гнет. Держать при комнатной температуре 3–4 дня. Ежедневно протыкать деревянной палочкой. Если жидкости недостаточно, долить рассол (2 ч. ложки соли на 1 л воды). Переставить на хранение в прохладное место.

Квашеная капуста с ягодами можжевельника

1 кг белокочанной капусты, 1 ч. ложка сушеных ягод можжевельника, ½—⅔ ч. ложки семян укропа, 1 неполная ст. ложка соли

Ягоды можжевельника обдать кипятком. Капусту нашинковать, посолить, слегка помять и перемешать с семенами укропа. Плотно выложить в емкость для квашения, перемежая слои капусты ягодами можжевельника. Накрыть капустным листом. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно прокалывая деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с морковной ботвой

900 г белокочанной капусты, 50–80 г морковной ботвы, 40–50 г корня хрена, 1 неполная ст. ложка соли

Капусту нашинковать, морковную ботву мелко нарезать, хрен натереть на крупной терке. Смешать подготовленные продукты, добавить соль. Хорошо перемешать и плотно уложить в емкость для квашения. Установить гнет, чтобы выделилась жидкость. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно снимать гнет и протыкать деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Квашеная капуста с тмином

1 кг белокочанной капусты, ½ ч. ложки семян тмина, 1 неполная ст. ложка соли

Капусту нарезать полосками шириной не более 1,5 см. Посыпать солью и тмином, оставить на час до выделения жидкости. Затем уложить в емкость для квашения и слегка уплотнить. Держать при комнатной температуре 3 дня. Ежедневно протыкать деревянной палочкой, чтобы выходили скопившиеся газы. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с калиной

1 кг белокочанной капусты, 50–70 г калины, 2 ч. ложки соли, ½ ч. ложки семян тмина

Калину выложить в дуршлаг, опустить в кипяток на 1–2 мин. Дать стечь жидкости. Капусту нашинковать, смешать с солью и тмином, немного помять. Плотно уложить в емкость для квашения, пересыпая ягодами калины, установить гнет. Держать 3 дня при комнатной температуре. Ежедневно снимать гнет и протыкать капусту деревянной палочкой. После завершения процесса брожения хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с шампиньонами

1 кг белокочанной капусты, 200 г шампиньонов, 120–150 г яблок, 100 г моркови, 1½ ст. ложки соли, 6–8 горошин черного перца

Капусту нашинковать, грибы нарезать пластинками, яблоки без семян – дольками, морковь натереть на крупной терке. Капусту смешать с морковью и солью, немного помять, добавить перец. Плотно уложить в емкость для квашения слоями капусту с морковью, грибы, яблоки. Последним слоем должна быть капуста. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня. Ежедневно протыкать деревянной палочкой. Выделившаяся жидкость может быть темной из-за шампиньонов. Если жидкости недостаточно, долить в емкость рассол (2 ч. ложки соли на 1 л воды).

Капуста, квашенная в собственном соку

1 кг белокочанной капусты, 70 г моркови, 50 г яблок (антоновка), 1 ст. ложка соли, 1 ч. ложка сахара

Капусту нашинковать, морковь натереть на крупной терке. Смешать овощи в широкой емкости и перетереть с солью и сахаром. Яблоки очистить от семян, нарезать тонкими дольками. Плотно уложить в банку капусту, перемежая слои ломтиками яблок. Уплотнить так, чтобы выделился сок, накрыть марлей и поставить банку в миску. Держать при комнатной температуре 3 дня. Ежедневно протыкать деревянной палочкой до дна. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с клюквой и рябиной

1 кг белокочанной капусты, 100 г моркови, 50 г клюквы, 50 г рябины, 50 г яблок, 1 ст. ложка соли

Капусту нашинковать, перетереть с солью. Добавить тертую морковь, нарезанное ломтиками яблоко, клюкву и рябину. Плотно уложить в емкость для квашения, установить гнет, чтобы выделился сок. Держать три дня при комнатной температуре. Ежедневно снимать гнет

и протыкать капусту деревянной палочкой. После завершения процесса брожения хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с брусникой

1,5 кг белокочанной капусты, 200 г моркови, 200 г брусники, 2 ст. ложки соли

Капусту нашинковать и смешать с морковью, натертой на крупной терке. Посолить и немного помять. Плотно уложить в емкость для квашения, пересыпая ягодами брусники. Сверху установить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой и снимать пену. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста с ежевикой без соли

1,5 кг белокочанной капусты, 200 г моркови, 200 г ежевики, веточка мяты

***Для заливки:** 1 л воды, 3 ст. ложки меда*

Листочки мяты отделить от стеблей. Капусту нашинковать, смешать с натертой на крупной терке морковью. Выложить в емкость для квашения, перемежая овощи ягодами ежевики и листочками мяты. Приготовить заливку: воду довести до кипения, добавить мед, размешать. Залить капусту, прижать легким гнетом, чтобы не всплывала. Держать 3–5 суток при комнатной температуре.

Капуста со сладким перцем и яблоками

2,5 кг белокочанной капусты, 150 г красного болгарского перца, 200–250 г кислых яблок, 1½ ст. ложки соли, 5–7 бутонов гвоздики

Капусту тонко нашинковать, посолить и помять. Перец очистить от семян, нарезать тонкими полукольцами или соломкой. Добавить к капусте вместе с гвоздикой, перемешать. Яблоки разрезать на 4–6 частей, удалить сердцевину с семенами. Уложить капусту в емкость для квашения, перемежая слои дольками яблок. Поставить под гнет. Держать при комнатной температуре 3 суток. Ежедневно протыкать деревянной палочкой, чтобы выходили газы, и собирать пену. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, фаршированная яблоками

2,5–3 кг белокочанной капусты, 1 кг кислых яблок

***Для рассола:** 1 л воды, 50–70 мл свекольного сока, 2 ст. ложки соли, 4 горошины душистого перца*

Небольшие кочаны капусты очистить от верхних листьев, срезать кочерыжку. Кочан разрезать на 4–6 частей. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать тонкими ломтиками. Уложить яблоки между листьями капусты. Сложить капусту в емкость для квашения. Приготовить рассол: довести до кипения воду со свекольным соком и душистым перцем, растворить соль и дать остыть. Залить капусту холодным рассолом. Установить гнет, чтобы капуста была полностью погружена в жидкость. Держать при комнатной температуре 4–5 дней, затем переставить в прохладное место.

Капуста, фаршированная петрушкой и морковью

3 кг белокочанной капусты, 500 г моркови, 200 г корня петрушки

Для рассола: *1 л воды, 2 ст. ложки соли, 1 ст. ложка сахара, 2 лавровых листа, по 4 горошины черного и душистого перца*

Небольшие кочаны капусты очистить от верхних листьев, срезать кочерыжку. Кочан разрезать на 4–6 частей. Морковь и корень петрушки очистить, нарезать тонкими кружочками, уложить между листьями капусты. Капусту поместить в емкость для засолки. Довести до кипения воду со специями, растворить соль и сахар, дать остыть. Залить капусту рассолом и установить гнет, чтобы овощи были полностью погружены в жидкость. Держать при комнатной температуре 4–5 дней, затем переставить в прохладное место.

Капуста, фаршированная перцем и зеленью

2,5 кг капусты, 500 г сладкого перца, 20–30 г острого перца, по 3–4 веточки зелени петрушки, сельдерея и укропа

Для рассола: *1 л воды, 2 ст. ложки соли, 5–6 горошин черного перца*

Небольшие кочаны капусты очистить от верхних листьев, срезать кочерыжку. Кочан разрезать на 4–6 частей. Острый перец очистить от семян, нарезать тонкими колечками. Сладкий перец нарезать соломкой. Зелень крупно нарубить. Между листьями капусты уложить зелень, сладкий и острый перец. Выложить нафаршированную капусту в емкость для соления. Приготовить рассол: довести до кипения воду с горошинами перца, растворить соль и дать остыть. Залить капусту холодным рассолом. Установить гнет, чтобы капуста была полностью погружена в жидкость. Держать при комнатной температуре 4–5 дней, затем переставить в прохладное место.

Капуста с ржаным хлебом и яблоками

1 кг белокочанной капусты, 50 г моркови, 2 ч. ложки соли, ⅔ ч. ложки сахара, 100 г яблок (антоновка), 50 г черного хлеба

Капусту очистить от верхних листьев, тщательно их вымыть. На дно емкости для квашения выложить нарезанный маленькими кусочками черный хлеб, накрыть капустными листьями. Яблоки нарезать дольками, удалить семена. Капусту нашинковать, перетереть с солью и сахаром, добавить тертую морковь. Плотно выложить в емкость, перемежая дольками яблок. Накрыть оставшимися капустными листьями, установить гнет, чтобы выделился сок. Держать 3 дня при комнатной температуре. Ежедневно протыкать деревянной палочкой до дна, при необходимости снимать пену. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с ржаным хлебом

1,5 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 1½ ст. ложки соли, 100 г ржаного хлеба, листья смородины, вишни и хрена

Капусту нашинковать и смешать с натертой на крупной терке морковью. Добавить соль, перемешать. В емкость для квашения выложить раскрошенный ржаной хлеб, накрыть половиной листьев смородины, вишни и хрена. Плотно выложить капусту, накрыть оставшимися листьями. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня. Ежедневно снимать гнет, убирать пену и протыкать капусту деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста с лимоном и морковью

1 кг белокочанной капусты, 100 г моркови, 70 г лимона

***Для рассола:** 400–500 мл воды, 2 ч. ложки соли, 1 ст. ложка меда*

Капусту нарезать квадратами, морковь – тонкими кружочками, лимон очистить от цедры и семян, измельчить. Смешать все подготовленные продукты. Довести до кипения воду, добавить соль и мед. Залить горячим рассолом капусту, прижать гнетом. Выдержать при комнатной температуре в течение суток, затем поставить в холодильник.

Квашеная капуста с тыквой и курагой

1 кг белокочанной капусты, 100 г очищенной мякоти тыквы, 60–70 г кураги, 2 ч. ложки соли, по 6–7 горошин черного и душистого перца, щепотка корицы

Капусту нашинковать, перетереть с солью, добавить специи. Мякоть тыквы нарезать соломкой или натереть на терке. Курагу промыть, разрезать на 2–4 части, залить теплой водой на 15–20 мин. Затем воду слить, смешать курагу и тыкву. В емкость для квашения выложить слоями капусту и тыкву с курагой, каждый слой утрамбовать. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно снимать пену и протыкать капусту деревянной палочкой. Готовую капусту поставить на хранение в прохладное место.

Капуста со сладким перцем и медом

2 кг белокочанной капусты, 100–120 г сладкого перца красного цвета, 100–120 г сладкого перца желтого цвета, зелень петрушки

***Для рассола:** 1 л воды, 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка соли*

Капусту нашинковать, перец нарезать кубиками, петрушку крупно нарубить. Смешать подготовленные продукты. Довести до кипения воду с солью, снять с огня и дать немного остыть. В теплом рассоле растворить мед. Залить овощи, накрыть крышкой и оставить на 2 дня при комнатной температуре. Переставить на день в прохладное место, после чего хранить в холодильнике.

Капуста с курагой, морковью и тыквой

1,5 кг белокочанной капусты, 100 г моркови, 200 г тыквы, 50–70 г кураги

***Для рассола:** 500 мл воды, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, ½ ч. ложки семян кориандра, щепотка молотого мускатного ореха*

Кочан капусты разрезать на 4–6 частей, вырезать кочерыжку. Капусту нарезать крупными кусками. Морковь и тыкву натереть на крупной терке. Курагу залить 500 мл кипятка, оставить на 4–5 мин. Затем курагу вынуть, а в воду добавить специи, соль, сахар и довести до кипения. В емкость для квашения уложить слоями капусту, морковь, тыкву, курагу, верхним слоем положить капусту. Залить горячим рассолом, установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–5 дней, ежедневно протыкать деревянной палочкой. По окончании процесса брожения переставить капусту на хранение в прохладное место.

Капуста с черносливом и курагой без соли

2,5 кг белокочанной капусты, 200 г моркови, 200 г чернослива, 200 г кураги, 1 ст. ложка семян кориандра

Для заливки: *1 л воды, 3 ст. ложки меда*

Капусту нарезать крупными кусками, морковь – кружочками. Сухофрукты промыть, залить кипятком и оставить до остывания. Уложить в емкость слоями капусту, морковь и сухофрукты, посыпая семенами кориандра. Залить кипящей заливкой. Когда остынет, хранить в холодном месте.

Капуста с яблоками и сухофруктами

2 кг капусты, 200 г моркови, 200 г яблок, 200 г кураги, 200 г чернослива

Для рассола: *1 л воды, 2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки меда, 3–4 бутона гвоздики*

Капусту нарезать крупными кусками, морковь – кружочками. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать дольками. Курагу и чернослив промыть, залить кипятком на 20 мин, затем отжать. Уложить подготовленные ингредиенты слоями в емкость для квашения. Довести до кипения воду, добавить соль, мед и гвоздику. Залить капусту кипящим рассолом. Держать сутки при комнатной температуре, затем переставить в холодильник.

Капуста, квашенная с черносливом

2 кг белокочанной капусты, 200–250 г моркови, 100 г чернослива без косточек, 2 ст. ложки соли

Чернослив залить кипятком на 20 мин. Нашинковать капусту, добавить соль, немного помять. Добавить тертую морковь и чернослив. Плотно уложить в емкость для квашения, установить гнет, чтобы выделился сок. Если сока будет мало, можно долить немного жидкости, оставшейся после замачивания чернослива. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста с черносливом и свекольным соком

2,5 кг белокочанной капусты, 100 мл свекольного сока, 250 г чернослива

Для рассола: *500 мл воды, 1 ст. ложка соли, 3 ст. ложки сахара*

Капусту нарезать большими кусками, ошпарить кипятком. Залить чернослив 500 мл воды, добавить соль и сахар, довести до кипения, дать остыть. Залить капусту отваром чернослива вместе с плодами, добавить свекольный сок. Установить гнет и держать при комнатной температуре 2–3 дня. Затем переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная с черносливом и курагой

1 кг белокочанной капусты, 50 г чернослива, 50 г кураги, 50 г болгарского перца, 50 г брусники, 70 г лимона

Для рассола: *1 л воды, 2 ч. ложки соли, 2½ ст. ложки меда*

Крупную курагу и чернослив разрезать пополам, небольшие оставить целыми. Залить 1 л кипятка и оставить на 15–20 мин, затем достать из воды. В воду добавить соль и мед, довести до кипения. Капусту и перец нарезать квадратами. Лимон очистить от кожуры и

семян, нарезать небольшими кусочками. Уложить продукты слоями, слегка прижимая, но не утрамбовывая. Залить горячим рассолом. Установить гнет, чтобы капуста была полностью погружена в жидкость. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, ежедневно снимать пену и протыкать деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Квашеная капуста с черносливом и свеклой

2,5 кг белокочанной капусты, 250 г чернослива без косточек, 250 г свеклы

Для рассола: *1 л воды, 2½ ст. ложки соли, 3–4 ст. ложки меда, 3 бутона гвоздики, 4–5 горошин душистого перца*

Капусту крупно нарезать. Свеклу очистить, нарезать тонкими ломтиками. Чернослив ошпарить, нарезать кусочками. Смешать капусту со свеклой и черносливом, выложить в емкость для квашения. Довести до кипения воду, добавить соль и специи. Снять с огня и дать остыть. В теплом рассоле растворить мед, залить капусту. Прижать нетяжелым гнетом и держать при комнатной температуре 2–4 дня. Затем хранить в прохладном месте.

Капуста со свеклой и лимоном

3 кг белокочанной капусты, 200 г свеклы, 200 г чернослива без косточек, 1 лимон

Для рассола: *200 мл воды, 2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки меда*

Капусту нашинковать, свеклу натереть на терке или нарезать соломкой. Лимон нарезать мелкими кусочками, косточки удалить. Соединить подготовленные продукты. Чернослив залить 200 мл кипятка, варить 2 мин, добавить соль и мед. Когда отвар остынет, влить его к овощам вместе с черносливом. Все плотно уложить в емкость для квашения. Держать 2–3 дня при комнатной температуре, затем переставить на хранение в прохладное место.

Капуста со сливами и свеклой

3 кг белокочанной капусты, 1 кг слив, 200 г свеклы

Для рассола: *1 л воды, 2 ч. ложки соли, 4 ст. ложки сахара, 5 бутонов гвоздики, по ½ ч. ложки молотой корицы и мускатного ореха*

Нарезать капусту квадратами, сливы разделить пополам и удалить косточку, свеклу нарезать тонкими ломтиками. Подготовленные продукты соединить, уложить в емкость для квашения. Довести до кипения воду, добавить специи, соль и сахар. Залить рассолом продукты, накрыть марлей. Оставить при комнатной температуре до остывания. Затем переставить в прохладное место на 3 дня.

Капуста со сливами (1 вариант)

1,5–1,7 кг белокочанной капусты, 300 г плотных слив, 500 мл воды, 2 ст. ложки соли, 4 ст. ложки сахара

Капусту нашинковать. У слив удалить косточки и нарезать их дольками. В емкость слоями выложить капусту и сливы, посыпая солью. Установить гнет, чтобы выделился сок. Если жидкости недостаточно, долить 500 мл воды. Оставить капусту при комнатной температуре на 2 суток. Затем слить из капусты образовавшийся рассол, довести до кипения, всыпать сахар, снять пену. Залить горячим, но не кипящим рассолом капусту. Оставить при комнатной температуре еще на 1 день, потом переставить на хранение в прохладное место.

Капуста со сливами (2 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 500 г плотных слив, 150 г лука, 5–7 бутонов гвоздики, 5–7 горошин душистого перца, 1 ст. ложка соли

Капусту нашинковать, посолить и немного помять. Сливы разрезать пополам и удалить косточки. Лук нарезать тонкими полукольцами. Смешать все подготовленные ингредиенты, добавить специи и выложить в емкость для квашения. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–4 дня. Ежедневно протыкать деревянной палочкой. По окончании процесса брожения переставить капусту в прохладное место на хранение.

Капуста, квашенная со сливами и рябиной

1 кг белокочанной капусты, 300 г плотных слив, 300 г рябины, 1 ст. ложка соли, ⅓ ч. ложки молотого имбиря

Капусту нашинковать, добавить соль и имбирь, помять. Сливы разрезать пополам, удалить косточку. Рябину перебрать, ошпарить кипятком 2–3 раза. В емкость плотно уложить слоями капусту, сливы и ягоды рябины. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в холодильнике.

Капуста с морковью и яблоками

2 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 150 г яблок, 5 ч. ложек соли

Капусту нашинковать, смешать с натертым яблоком и морковью. Добавить соль, слегка помять. Плотно уложить в емкость для квашения, поставить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно протыкая деревянной палочкой до дна. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная в огуречном рассоле

1 кг белокочанной капусты, ½ ч. ложки семян укропа, 1 лист хрена, 1 л огуречного рассола

Для приготовления капусты можно использовать рассол, оставшийся от квашения огурцов или малосольных огурцов, при условии, что изначально в рассоле было не менее 1 ст. ложки соли на 1 л воды. Капусту нашинковать, смешать с семенами укропа и выложить в емкость для квашения. Лист хрена помять, накрыть капусту. Залить холодным огуречным рассолом, чтобы он полностью покрывал овощи. При необходимости установить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно протыкая деревянной шпажкой. Готовую капусту поставить на хранение в прохладное место.

Капуста с огурцами и яблоками

1 кг белокочанной капусты, 300 г яблок, 150 г огурцов, 1½ ст. ложки соли, 15–20 г острого перца, лист хрена

Капусту нашинковать, яблоки очистить и нарезать тонкими ломтиками, огурцы – кружочками, острый перец измельчить. В емкость для квашения выложить немного капусты, на нее – яблоки, огурцы, перец. Каждый слой посыпать солью. Чередовать слои, верхним

слоем выложить капусту. Накрыть сверху листом хрена и установить гнет, чтобы выделился сок. Если через 8—10 ч сока будет недостаточно, долить рассол (2 ч. ложки соли на 1 л кипяченой воды). Оставить при комнатной температуре на 3–4 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой и при необходимости снимать пену. Затем поставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная в рассоле (1 вариант)

2–2,2 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 2 лавровых листа, ½—⅔ ч. ложки семян укропа или тмина, 4–5 горошин черного перца

Для рассола: *1,5 л воды, 2 ст. ложки соли, 2 ст. ложки сахара*

Капусту нашинковать и смешать с натертой на терке морковью и специями. Уложить в трехлитровую банку. Довести до кипения 1,5 л воды, растворить в ней соль и сахар. Когда жидкость остынет до комнатной температуры, влить в банку, чтобы капуста была полностью покрыта ею. Поставить банку в миску, накрыть горлышко марлей. Держать при комнатной температуре 3 дня. Ежедневно протыкать деревянной шпажкой. Затем закрыть пластиковой крышкой и хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная в рассоле (2 вариант)

2–2,2 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 2 лавровых листа, ½—⅔ ч. ложки семян укропа или тмина, 4–5 горошин черного перца

Для рассола: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 2 ст. ложки сахара*

Нашинковать капусту и смешать с морковью, натертой на крупной терке. Уложить в банку, пересыпая специями. Довести до кипения 1 л воды, растворить соль. Дать остыть до комнатной температуры и вылить в банку с капустой, чтобы жидкость полностью покрывала овощи. Поставить банку в миску, выдержать при комнатной температуре 3 дня. Ежедневно протыкать деревянной шпажкой. Затем слить рассол из миски и банки в отдельную емкость. Добавить сахар из расчета 1½—2 ст. ложки на 1,5 л жидкости. Довести до кипения, снять пену. Залить горячую жидкость в банки. Когда остынут, закрыть пластиковыми крышками и поставить на хранение в холодное место.

Квашеная капуста с яблоками и изюмом

1 кг белокочанной капусты, 100 г яблок, 50–70 г моркови, 15–25 г изюма, 1 ст. ложка соли

Капусту нашинковать и смешать с тертой морковью. Добавить соль, слегка помять. Яблоки очистить от семян, нарезать дольками. Изюм промыть. Плотно уложить в емкость для квашения капусту, перемежая дольками яблок и изюмом. Оставить при комнатной температуре на 3–4 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой и при необходимости снимать пену. Затем поставить на хранение в прохладное место.

Капуста с клюквой и медом (1 вариант)

2,5 кг капусты, 200 г моркови, 100 г яблок, 50 г клюквы, 2 ст. ложки соли, 1 ст. ложка меда

Капусту нашинковать, смешать с натертой на крупной терке морковью. Добавить соль и мед, помять до появления сока. Яблоки очистить от семян, нарезать дольками. Добавить

к капусте яблоки и клюкву, аккуратно перемешать. Уложить в емкость для квашения. Установить гнет. Держать 3 дня при комнатной температуре. Ежедневно протыкать деревянной палочкой, чтобы выходили газы. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста с клюквой и медом (2 вариант)

3 кг белокочанной капусты, 400 г моркови, 100 г клюквы или брусники
Для рассола: *800 мл воды, 2 ст. ложки соли, 2 ст. ложки меда*

Капусту нашинковать, смешать с натертой морковью, слегка помять. Уложить в емкость для квашения, пересыпая клюквой или брусникой. Довести до кипения воду для рассола, растворить в ней соль и снять с огня. Когда вода станет теплой, размешать в ней мед, залить капусту и установить гнет. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная с изюмом

2,5 кг белокочанной капусты, 150 г изюма, 100 г моркови, 1½ ст. ложки соли, по 5 горошин черного и душистого перца

Изюм хорошо промыть и залить горячей водой на 20 мин. Капусту тонко нашинковать. Морковь натереть на крупной терке. Смешать морковь и капусту, пересыпать солью, помять до появления сока. Добавить изюм, перемешать и выложить в емкость для квашения, установить гнет. Оставить при комнатной температуре на 3 дня. Ежедневно протыкать деревянной палочкой и снимать пену. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная с медом

2 кг белокочанной капусты, 100–150 г моркови, 2 лавровых листа
Для рассола: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка меда*

Нашинковать капусту и смешать с тертой морковью. Выложить в большую емкость, добавить лавровый лист. Довести до кипения воду, растворить в ней соль и мед, дать остыть. Залить капусту, чтобы она полностью была покрыта рассолом. Накрыть крышкой и оставить бродить на 2–3 дня при комнатной температуре. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста с яблоками и медом

1 кг белокочанной капусты, 100 г моркови, 100 г яблок
Для рассола: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 1½ ст. ложки меда*

Нашинковать капусту и смешать с тертой морковью. Яблоки очистить от семян, нарезать дольками. Выложить капусту в емкость для квашения, перемежая ломтиками яблок. Слегка уплотнить, но не утрамбовывать. Вскипятить воду, добавить соль и мед, дать остыть. Залить капусту, прикрыть тарелкой, чтобы капуста была полностью погружена в жидкость. Держать при комнатной температуре 3 дня.

Капуста, квашенная с яблоками и хреном

1,5 кг белокочанной капусты, 100 г яблок, 20–30 г корня хрена, 1½ ст. ложки соли, 1 лист хрена

Капусту нашинковать. Яблоки очистить от семян, нарезать дольками. Корень хрена тщательно промыть, нарезать тонкими кружочками. Капусту посолить, помять, перемешать с хреном и яблоками. Выложить в емкость для квашения, накрыть листом хрена и установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–5 дней, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Капуста с виноградом и клюквой

1,5 кг белокочанной капусты, 250 г винограда, 100 г клюквы, 1 веточка базилика

Для рассола: *1 л воды, 1–1½ ч. ложки соли, 3 ст. ложки меда*

Капусту нашинковать. Выложить в емкость для квашения, перемежая ягодами винограда и листьями базилика. Довести до кипения воду, добавить мед и соль (количество соли можно уменьшить до щепотки). Залить кипящим рассолом капусту. Сверху выложить клюкву. Накрыть емкость марлей и держать 4–6 суток при комнатной температуре. После окончания брожения хранить в прохладном месте.

Квашеная капуста с хреном (1 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 100 г моркови, 50 г корня хрена, 3 лавровых листа, 7–8 горошин черного перца

Для рассола: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 1½ ст. ложки сахара*

Нашинковать капусту и смешать с тертой морковью и хреном. Выложить в емкость для квашения, пересыпая специями, не мять. Довести до кипения воду, добавить соль. Остывшим рассолом залить овощи. Накрыть тарелкой, чтобы капуста была полностью погружена в жидкость, сверху накрыть марлей. Оставить при комнатной температуре на 2 дня, ежедневно аккуратно перемешивать. Затем слить рассол в отдельную емкость, растворить в нем сахар. Залить капусту, оставить кваситься еще на 1 день. Готовую капусту переставить на хранение в холодное место.

Квашеная капуста с хреном (2 вариант)

2 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 50 г чеснока, 60 г корня хрена, пучок зелени (петрушка, укроп)

Для рассола: *1 л воды, 2 ст. ложки соли, 1 ст. ложка сахара, лавровый лист*

Капусту нашинковать, добавить натертые морковь, хрен, пропущенный через пресс чеснок и рубленую зелень. Переложить в емкость для квашения. Довести воду до кипения, добавить соль, сахар и лавровый лист, кипятить 1 мин. Залить теплым рассолом овощи и оставить на сутки-двое при комнатной температуре. Готовую капусту поставить на хранение в прохладное место.

Капуста с хреном и медом (1 вариант)

3 кг белокочанной капусты, 100–150 г корня хрена, 3½—

4 ст. ложки меда, 1 лист хрена

Капусту нашинковать. Хрен тщательно очистить, натереть на терке, смешать с капустой. Добавить жидкий мед, хорошо перемешать. Выложить в емкость для квашения, накрыть листом хрена и установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–5 дней, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Переставить на хранение в прохладное место.

Капуста с хреном и медом (2 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 80 г корня хрена, 1 лист хрена

Для рассола: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 1 ст. ложка меда*

Капусту нашинковать и смешать с натертым на крупной терке хреном. Выложить в емкость для квашения, накрыть листом хрена. Довести до кипения воду, добавить соль и мед, дать остыть. Залить теплым рассолом капусту, установить гнет. Держать при комнатной температуре 2 дня. Затем переставить в прохладное место. Капуста будет готова через 4–5 дней.

Капуста с виноградом и базиликом (1 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 0,8–1 кг винограда, 100 г моркови, 50 г базилика

Для рассола: *1 л воды, 2 ч. ложки соли, 1½—2 ст. ложки сахара*

Капусту нашинковать, морковь натереть на крупной терке, ягоды винограда (лучше использовать сорта без косточек) снять с кисти, у базилика листья оделить от стеблей. Смешать подготовленные продукты в емкости для соления. Довести до кипения воду с солью и сахаром, снять с огня и дать немного остыть. Залить овощи горячим рассолом. Оставить на 1–2 дня при комнатной температуре, затем переставить на хранение в прохладное место.

Капуста с виноградом и базиликом (2 вариант)

2 кг белокочанной капусты, 2 кг белого винограда, 300 г моркови, 1 пучок зеленого базилика

Для рассола: *1 л воды, 3 ст. ложки меда, 1 ст. ложка соли*

Капусту нашинковать, морковь натереть на крупной терке. Базилик крупно нарезать. В емкость для квашения выложить капусту с морковью, перекладывая ягодами винограда и базиликом. Довести до кипения воду с солью и медом. Залить горячим рассолом овощи. Держать в теплом месте сутки, затем хранить в холодильнике.

Капуста с яблоками и клюквой

1 кг белокочанной капусты, 70–50 г моркови, 50 г зеленых яблок, 30 г клюквы, 1 неполная ст. ложка соли

Очищенные от семян и кожуры яблоки и морковь натереть на терке. Соединить с нашинкованной капустой. Посыпать солью и перетереть руками, пока не выделится сок. Плотно уложить в банку, пересыпая клюквой. Накрыть марлей. Оставить бродить при комнатной температуре на 3 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Квашеная капуста ассорти

1 кг белокочанной капусты, 70 г лимона, по 50 г чернослива, кураги, сладкого перца и брусники

Для рассола: *1 л воды, 1½ ч. ложки соли, 3 ст. ложки меда*

Капусту и перец нарезать квадратиками. Лимон очистить от цедры и семян, нарезать мелкими ломтиками. Чернослив и курагу залить 1 л воды, довести до кипения. Вынуть сухофрукты и дать стечь жидкости. Уложить подготовленные продукты в емкость слоями, не утрамбовывая, сверху насыпать бруснику. В воду, где замачивались сухофрукты, добавить соль и мед, вскипятить. Залить горячий рассол в емкость, прижать гнетом, чтобы продукты были погружены в жидкость. Держать при комнатной температуре 3–4 дня.

Капуста с яблоками, сливами и виноградом

1 кг белокочанной капусты, 200 г яблок, 100 г слив, 100 г винограда, 1 ст. ложка соли, 1 ч. ложка сахара, листья черной смородины и вишни

Нашинковать капусту и слегка помять с солью и сахаром. Яблоки разрезать на 4–6 частей, очистить от семян. Сливы разрезать пополам, удалить косточки. Смешать яблоки и сливы с капустой, добавить ягоды винограда. На дно емкости для квашения уложить половину листьев смородины и вишни, на них – капусту. Накрыть остальными листьями. Установить гнет, чтобы выделился сок. Держать при комнатной температуре 2–3 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Поставить в прохладное место еще на 2–3 дня. Готовую капусту хранить в холодильнике.

Капуста, квашенная с виноградными листьями

1 кг белокочанной капусты, 200 г белого винограда, 2½ ч. ложки соли, 6–8 виноградных листьев

Листья винограда ошпарить кипятком. Половину выложить в емкость для квашения. Капусту нашинковать, пересыпать солью. Выложить капусту на листья, приминая ее деревянной толкушкой и пересыпая ягодами винограда. Ягоды стараться не давить. Накрыть оставшимися виноградными листьями и установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–4 дня. Переставить в прохладное место на хранение.

Квашеная капуста с яблочным соком

1,5–1,8 кг белокочанной капусты, 200–250 г моркови, 500 мл воды, 2 ст. ложки соли, 1 ст. ложка сахара, 1 л кислого яблочного сока

Нашинковать капусту и смешать с тертой морковью. Уложить в трехлитровую банку, слегка утрамбовывая. В воде растворить соль и сахар, влить к капусте. Оставить кваситься при комнатной температуре на 2 дня, следить, чтобы капуста была покрыта жидкостью. Ежедневно протыкать деревянной палочкой. На третий день жидкость слить и залить капусту яблочным соком. Оставить на сутки в прохладном месте.

Квашеная капуста с гранатом

1 кг белокочанной капусты, 200–250 г граната, 1 неполная ст. ложка соли

Капусту нашинковать и перетереть с солью. Гранат очистить, отделить зерна. На дно емкости для квашения насыпать немного гранатовых зерен, на них уложить слой капусты. Чередуя слои, заполнить емкость. Установить гнет. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно протыкать деревянной палочкой и при необходимости снимать пену. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста с яблоками, виноградом и перцем

2 кг белокочанной капусты, 600–700 г белого винограда (желательно без косточек), 400–500 г моркови, 400–500 г яблок (антоновка), 200 г сладкого перца, 1½—2 ст. ложки соли

Нашинковать капусту, пересыпать солью и отставить в сторону, пока подготавливаются другие продукты. Морковь натереть на терке, перец нарезать соломкой, ягоды винограда снять с кисти, яблоки разрезать на 4–6 частей, удалить семена. Смешать все подготовленные продукты с капустой, выложить в емкость для квашения. Установить гнет, чтобы выделился сок. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, ежедневно снимать гнет и протыкать капусту деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, квашенная с тыквой

1,5 кг белокочанной капусты, 400 г тыквы, 2 ст. ложки соли, 3 ст. ложки сахара

Тыкву очистить, нарезать небольшими кусочками, засыпать сахаром и оставить до выделения сока. Капусту нашинковать, посолить и немного помять. Смешать с тыквой и выделившимся соком. Переложить в емкость для квашения, установить гнет. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно протыкать деревянной палочкой и убирать пену. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Квашеная капуста с тыквой и морковью

1 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 150 г тыквы, 500 мл воды, 2 ст. ложки соли

Капусту нашинковать и смешать с натертыми морковью и тыквой, посолить. Выложить в широкую емкость, влить кипяченую воду. Установить гнет, чтобы все овощи были покрыты жидкостью. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста с тыквой и клюквой (1 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 200 г тыквы, 30 г клюквы, 1½ ст. ложки соли

Капусту нашинковать и смешать с натертой на крупной терке тыквой. Добавить соль, хорошо перемешать. Уложить в емкость для квашения, пересыпая клюквой. Установить гнет, чтобы выделился сок. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Затем переставить на хранение в прохладное место.

Капуста с тыквой и клюквой (2 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 200 г тыквы, 200 г моркови, 200 г клюквы, 500 мл воды, 3 ст. ложки соли

Капусту тонко нашинковать. Морковь и тыкву натереть на терке для корейской моркови или нарезать тонкой соломкой. Смешать овощи, посолить. Плотно уложить в емкость

для квашения, пересыпая клюквой. Залить холодной водой и установить гнет. Держать при комнатной температуре 4–6 дней, ежедневно протыкать деревянной палочкой и при необходимости снимать пену. Затем переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная с тыквой и рябиной

1,5 кг белокочанной капусты, 400 г очищенной тыквы, 100 г рябины, 1 ч. ложка семян тмина, 2 ст. ложки соли

Капусту нашинковать и смешать с натертой на крупной терке тыквой. Рябину бланшировать 3–4 мин в кипятке, дать стечь жидкости. Плотно выложить в емкость капусту и рябину, пересыпая солью и тмином. Установить гнет, держать при комнатной температуре 3 дня. Ежедневно протыкать деревянной палочкой. Если жидкости выделится мало, долить рассол (2 ч. ложки соли на 1 л воды). Готовую капусту хранить в холодильнике.

Квашеная капуста с морковью и сельдереем

1 кг белокочанной капусты, 100 г моркови, 100 г корня сельдерея
***Для рассола:** 1 л воды, 3 ст. ложки соли*

Капусту нашинковать, морковь и сельдерей натереть на терке. Приготовить рассол: в горячей воде растворить соль, дать остыть. Опустить в рассол часть капусты, чтобы она вся была покрыта жидкостью, оставить на 10 мин. Достать капусту, не отжимая, переложить в банку, посыпать сверху частью моркови и сельдерея. Чередуя слои, заполнить емкость. Уплотнить овощи, чтобы выделившая жидкость доходила до края банки, поставить в миску. Держать при комнатной температуре 2–3 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой. По окончании квашения переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная с болгарским перцем

1 кг белокочанной капусты, 300 г моркови, 200 г болгарского перца, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка соли

Капусту нашинковать, морковь натереть на крупной терке, сладкий перец нарезать тонкой соломкой. Смешать все овощи, посолить, немного помять. Плотно уложить в емкость для квашения, добавив лавровый лист. Держать при комнатной температуре 2 дня, затем еще на сутки переставить в холодильник.

Квашеная капуста с клюквой и тмином

1 кг белокочанной капусты, 20 г клюквы, ½ ч. ложки тмина, 2½ ч. ложки соли

Нашинковать капусту, перетереть с солью, добавить семена тмина. Плотно уложить в емкость для квашения, пересыпая клюквой. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня, следить, чтобы капуста была покрыта жидкостью. Ежедневно протыкать деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Острая квашеная капуста

2 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 50 г острого перца, 50 г чеснока
***Для рассола:** 4 л воды, 200 г соли*

Кочаны очистить от верхних листьев, разрезать каждый на 5–6 частей. Выложить в емкость для квашения. Приготовить рассол: в горячей воде растворить соль, немного остудить. Залить капусту горячим рассолом, придавить гнетом, чтобы она не всплывала. Держать 2–3 дня при комнатной температуре. Измельчить морковь, чеснок, острый перец и соединить. Капусту достать из рассола, слегка отжать, смазать острой овощной смесью между листочками. Рассол прокипятить. Выложить капусту в емкость. Залить холодным рассолом и поставить в холодильник на 2–3 дня. Готовую капусту хранить в холодильнике.

Капуста со свеклой, луком и перцем

5 кг белокочанной капусты, 500 г моркови, 250 г свеклы, 500 г сладкого перца, 500 г мелкого лука, 5 ст. ложек соли

Капусту нашинковать, морковь и свеклу натереть на терке, сладкий перец нарезать соломкой. Овощи смешать, добавить соль. Выложить в емкость для квашения, перекладывая целыми очищенными головками лука (их надо слегка вдавливать в овощную массу). Поставить сверху гнет, чтобы выделился сок. Держать 3–4 дня при комнатной температуре. Переставить в холодное место для хранения.

Капуста со свеклой и черным хлебом

1 кг капусты, 120–150 г свеклы, 30 г острого перца, 50 г ржаного хлеба

Для рассола: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, щепотка тмина, 2 лавровых листа*

Капусту нарезать крупными кусками, свеклу – тонкими ломтиками, острый перец без семян – колечками. Уложить капусту и свеклу в емкость для квашения, пересыпая колечками перца. Приготовить рассол: довести до кипения воду со специями, добавить соль и размешать. Залить кипящим рассолом овощи, прижать гнетом, чтобы не всплывали. Когда рассол остынет до комнатной температуры, добавить корочку ржаного хлеба. Держать при комнатной температуре 3–4 дня. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста со свеклой и хреном в рассоле

4 кг белокочанной капусты, 150 г свеклы, 50 г чеснока, 50 г корня хрена

Для рассола: *2 л воды, 3 ст. ложки соли, 4 ст. ложки сахара*

Кочаны капусты очистить от верхних листьев, удалить кочерыжки, разрезать на 4–6 частей. Чеснок нарезать пластинками, хрен и свеклу – брусочками. Выложить овощи слоями в емкость для квашения, слегка уплотнить. Довести воду до кипения, растворить в ней соль и сахар, дать немного остыть. Теплым рассолом залить овощи, накрыть емкость марлей. Держать 2–3 дня при комнатной температуре. Затем переставить на хранение в холодное место.

Капуста «Пелюстка» без уксуса

2 кг белокочанной капусты, 200 г свеклы

Для рассола: *1,5 л воды, 1½ ст. ложки соли, 3 ст. ложки сахара*

Капусту нарезать квадратами со стороной 4–5 см. Свеклу очистить, нарезать тонкими пластинами. Уложить в емкость для квашения капусту, переслаивая ее свеклой. Приготовить рассол: растворить в кипяченой воде соль и сахар. Залить холодным рассолом овощи, держать при комнатной температуре 5–7 дней. Ежедневно протыкать деревянной шпажкой,

чтобы выпустить собравшиеся газы. Следить, чтобы капуста всегда была покрыта жидкостью. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная со свеклой

2 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 150 г свеклы, 30–40 г чеснока, 3 лавровых листа, 7–9 горошин черного перца

Для рассола: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, ½ ст. ложки сахара*

Приготовить рассол: вскипятить воду, растворить в ней соль и сахар. Капусту нарезать крупными квадратами, свеклу и морковь натереть на крупной терке, чеснок пропустить через пресс. Выложить овощи слоями в емкость для квашения, добавить специи. Залить теплым рассолом, чтобы он полностью покрывал продукты, накрыть емкость крышкой. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, снимая пену, образующуюся при брожении. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Капуста со свеклой по-грузински (1 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 500 г свеклы, 20–30 г острого перца, 50 г чеснока, небольшой пучок зелени сельдерея

Для рассола: *2 л воды, 3½—4 ст. ложки соли*

Свеклу нарезать кружочками. Небольшие кочаны капусты разрезать на 6–8 частей вместе с кочерыжкой. Чеснок нарезать пластинками, острый перец – кольцами. На дно емкости для квашения выложить слой свеклы, на него – капусту, несколько веточек сельдерея, часть чеснока и перца. Заполнить емкость, чередуя слои, верхним слоем выложить оставшуюся свеклу. Довести до кипения воду, растворить в ней соль и дать остыть. Залить холодным рассолом овощи, придавить нетяжелым гнетом, чтобы они были полностью покрыты жидкостью. Оставить на 4–5 дней при комнатной температуре, ежедневно проверять состояние капусты. При необходимости через 2–3 дня можно добавить еще соли. Готовая капуста должна быть равномерно прокрашенной и просоленной, хрустящей и упругой.

Капуста со свеклой по-грузински (2 вариант)

1 кг белокочанной капусты, 300–400 г свеклы, 150–200 г сельдерея (корень и зелень), 100 г сушеной зелени (чабер, базилик, эстрагон, укроп, мята), 50 г чеснока, 20–30 г острого перца

Для рассола: *1 л воды, 2–2½ ст. ложки соли*

Небольшие плотные кочаны очистить от верхних листьев, выскоблить кочерыжку, сделать в ней крестообразные надрезы. Бланшировать кочаны в кипятке 3–4 мин. Свеклу очистить, разрезать на 2–4 части. Корень сельдерея нарезать кусочками, чеснок и острый перец измельчить. Довести до кипения воду для рассола, добавить соль и корень сельдерея. Через пару минут сельдерей вынуть. Уложить на дно емкости для квашения кочаны, сверху выложить свеклу, чеснок, перец, зелень сельдерея и сушеную зелень. Залить холодным рассолом, прижать гнетом, чтобы овощи были полностью покрыты жидкостью. Держать при комнатной температуре 4–8 дней, ежедневно проверять состояние капусты. При необходимости доливать еще рассол. Готовая капуста должна быть упругой и равномерно прокрашенной.

Квашеная капуста по-гурийски

3 кг белокочанной капусты, 100 г свеклы, 100 г корня сельдерея, 80—100 г чеснока, 4 ст. ложки соли, 1 ч. ложка тмина

Капусту нашинковать, перемешать с тмином и солью, слегка помять руками. Свеклу и сельдерей очистить, нарезать тонкой соломкой или натереть на крупной терке. Чеснок очистить. В емкость для квашения выложить слоями капусту, свеклу, сельдерей и чеснок. Утрамбовать, прижать гнетом. Если через 8 ч сока выделится недостаточно, долить рассол (2 ч. ложки соли на 1 л воды). Держать 3–4 дня при комнатной температуре, затем переставить в прохладное место на 7—10 дней. Готовую капусту хранить в холодильнике.

Капуста, квашенная с хреном и свеклой

1 кг белокочанной капусты, 100 г свеклы, 30 г хрена, 1 ч. ложка семян укропа, 1 ст. ложка соли

Капусту нашинковать, немного помять с солью и семенами укропа. Хрен и свеклу натереть, смешать с капустой. Плотно уложить в емкость для квашения, установить гнет, чтобы выделилась жидкость. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Затем поставить на хранение в прохладное место.

Квашеная капуста по-армянски

2,5 кг белокочанной капусты, 200 г моркови, 70—100 г свеклы, 100 г корня петрушки, 50 г чеснока, 30–40 г острого перца, пучок зелени (кинза, петрушка, сельдерей)

Для рассола: *3 л воды, 5 ст. ложек соли, 2–3 лавровых листа, черный и душистый перец, гвоздика по вкусу*

Кочаны капусты очистить от верхних листьев и разрезать на 4–6 частей. Морковь, свеклу и корень петрушки нарезать кружочками, острый перец – кольцами. Чеснок очистить, крупные зубчики разрезать вдоль. На дно емкости для квашения выложить капустные листья, на них – разрезанные кочаны. Промежутки между ними заполнить подготовленными овощами, накрыть веточками зелени. Для рассола вскипятить воду с солью и специями, дать остыть. Залить овощи, прижать гнетом, чтобы они были покрыты жидкостью. Держать при комнатной температуре 5–8 дней. Готовая капуста должна равномерно прокраситься. Переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная со свекольным соком

1 кг белокочанной капусты, по 8 листьев черной смородины и вишни

Для рассола: *850 мл воды, 150 мл свекольного сока, 1 ст. ложка соли*

Небольшие кочаны капусты разрезать на 4 части, большой – на 8 частей. Опустить капусту в кипяток на 1 мин, затем вынуть и дать остыть. Воду для рассола довести до кипения, размешать в ней соль, влить свекольный сок и дать остыть. На дно подготовленной емкости для квашения выложить половину листьев смородины и вишни, на них – капусту, накрыть оставшимися листьями и залить холодным рассолом. Прижать гнетом и держать при комнатной температуре 4–5 дней. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Капуста по-грузински, квашенная кочанами

1 кг белокочанной капусты, 150 г сельдерея (корень и зелень), 100 г сушеной зелени (чабер, базилик, эстрагон, укроп, мята), 50 г чеснока, острый перец по вкусу

Для рассола: *1 л воды, 2 ст. ложки соли*

Небольшие крепкие кочаны очистить от верхних листьев. Срезать и слегка выскоблить кочерыжку, сделать на ней надрез крест-накрест. Средние кочаны разрезать на 2–4 части, кочерыжку удалить. Капусту бланшировать в кипятке 3–5 мин, затем вынуть из кипятка и охладить. Чеснок, острый перец и корень сельдерея измельчить. Довести до кипения воду для рассола, всыпать соль, дать остыть. Капусту уложить в емкость для квашения, сверху выложить сельдерей, чеснок, перец и сушеную зелень. Залить рассолом, установить гнет. Капуста должна быть полностью погружена в рассол. Держать при комнатной температуре, процесс брожения начнется через 2–3 дня и может продлиться до 15 дней. Ежедневно удалять пену, при необходимости доливать рассол. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная с базиликом и свеклой

2,5 кг белокочанной капусты, 100 г свеклы, 100 г базилика, 1½ ст. ложки соли, 4–5 горошин душистого перца

Капусту нашинковать, смешать с солью и слегка помять. Свеклу натереть на терке, базилик измельчить, смешать с капустой. Плотно уложить смесь в емкость для квашения, добавив душистый перец. Прижать гнетом, чтобы выделилась жидкость. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Острая капуста с пряными травами

2,5 кг белокочанной капусты, 100 г чеснока, 100 г острого перца, 4–5 веточек сельдерея

Для рассола: *1 л воды, 2 ст. ложки соли, 200 г корня петрушки, 1 ст. ложка сушеных трав (чабер, базилик, укроп)*

Капусту очистить от верхних листьев, срезать кочерыжку. Разрезать на 4–6 частей. Бланшировать в кипящей воде 3–4 мин, затем обдать холодной водой, дать жидкости стечь. Уложить капусту в емкость для квашения, пересыпая чесноком и нарезанным острым перцем, накрыть веточками сельдерея. Корень петрушки хорошо очистить и нарезать кружочками. Довести до кипения воду для рассола, добавить корень петрушки и соль, варить 5–7 мин. Всыпать сушеные травы, снять с огня и дать немного остыть. Залить теплым рассолом капусту, прижать гнетом, накрыть крышкой и поставить в прохладное место. Капуста будет готова на 4—5-й день.

Капуста, квашенная кочанами, с клюквой

10 кг белокочанной капусты, 250 г моркови, 300 г клюквы, 250 г соли

Разделить капусту на 2 части. Небольшие крепкие кочаны очистить от верхних листьев, слегка выскоблить кочерыжку и всыпать туда немного соли. Остальную капусту нашинковать, смешать с натертой морковью и солью, помять, чтобы выделился сок. Дно емкости

для квашения застелить капустными листьями. Выложить кочаны, заполняя пространство между ними овощной смесью и ягодами клюквы. Все кочаны должны быть покрыты овощами и выделившейся из них жидкостью. Установить гнет. Если жидкости образуется мало, добавить холодный рассол (1 ст. ложка соли на 1 л воды). Держать при комнатной температуре 10–15 дней. При необходимости снимать пену и доливать рассол. Готовность капусты определить по состоянию рассола: он должен стать прозрачным, кислым, без горечи.

Капуста, квашенная кочанами, с овощами

3 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 150 г сладкого перца, 150 г корня сельдерея, 50–80 г чеснока, 50 г острого перца, пучок зелени (петрушка, сельдерей), листья хрена

***Для рассола:** 2 л воды, 3 ст. ложки соли, 4 ст. ложки сахара, 4–5 горошин черного перца, 3–4 бутона гвоздики, 2 лавровых листа*

С небольших плотных кочанов снять верхние листья, срезать кочерыжки. Надрезать кочан сверху крест-накрест, не разрезая до конца. Корень сельдерея, морковь и сладкий перец нарезать соломкой, острый перец – кольцами, чеснок пропустить через пресс. Выложить на дно емкости для квашения половину листьев хрена. На них – кочаны, пересыпая овощной смесью, накрыть веточками зелени и листьями хрена. Довести до кипения воду со специями, добавить соль, сахар, снять с огня и дать остыть. Залить капусту теплым рассолом, прижать гнетом. Держать при комнатной температуре до окончания процесса брожения. Затем переставить на хранение в прохладное место.

Капуста с острой овощной заправкой

3 кг белокочанной капусты, 500 г моркови, 250 г болгарского перца, 150 г чеснока, 80—100 г острого перца, зелень петрушки

***Для рассола:** 1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 3–4 лавровых листа, 6–8 горошин черного перца*

Приготовить рассол: вскипятить воду со специями, добавить соль, размешать и дать остыть. Капусту очистить от верхних листьев, разрезать кочаны на 6–8 частей. Уложить в емкость для квашения, накрыть веточками петрушки и залить рассолом. Прижать гнетом, чтобы капуста была полностью погружена в рассол. Держать при комнатной температуре 5–6 дней. Затем рассол слить и прокипятить. Морковь, чеснок, болгарский и острый перец пропустить через мясорубку или измельчить в блендере. Этой смесью натереть капусту снаружи и между листами. Работать в перчатках. Уложить капусту в емкость для засолки. Залить холодным рассолом. Держать в прохладном месте 2 дня. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Квашеная капуста с острой заправкой

1 кг белокочанной капусты, 150 г моркови, 50 г чеснока, 30–50 г острого перца, 1 ст. ложка соли

***Для рассола:** 500 мл воды, 1 ст. ложка соли*

Плотный кочан капусты очистить от верхних листьев, разрезать на 4 части, вырезать часть кочерыжки. Морковь, чеснок и острый перец измельчить в однородную массу и соединить с солью. Этой массой смазать капусту между листьями, слегка приминая их. Работать в перчатках. Приготовить рассол: в кипящей воде растворить соль и дать остыть. Плотно уложить четверти капусты в емкость для квашения, прижать гнетом, чтобы появился сок.

Долить рассол, чтобы капуста была полностью погружена в жидкость. Оставить на 3 дня при комнатной температуре, затем переставить на несколько дней в прохладное место.

Капуста, квашенная с огурцами

5 кг белокочанной капусты, 1,5–2 кг небольших огурцов, 500 г моркови, 6 ст. ложек соли, небольшой пучок укропа

Небольшие плотные огурцы тщательно вымыть и замочить на пару часов в холодной воде. Капусту нашинковать, смешать с натертой морковью. На дно емкости для квашения уложить часть капусты, сверху – огурцы и укроп, каждый слой посыпать солью. Заполнить емкость, чередуя слои, последним слоем выложить капусту. Прикрыть листьями капусты, прижать гнетом. Если через 8—10 ч жидкость не покроет все овощи, долить рассол (1 ст. ложка соли на 1 л воды). Оставить при комнатной температуре на 3–5 дней, ежедневно протыкать деревянной палочкой и при необходимости снимать пену. Затем поставить на хранение в прохладное место.

Капуста, квашенная с помидорами

2,5 кг белокочанной капусты, 1–1,3 кг красных помидоров, 5–5½ ст. ложек соли, пучок зелени укропа, 2 листа хрена

Плотные помидоры вымыть, наколоть со стороны плодоножки. Капусту нашинковать. В емкость для квашения выложить лист хрена, на него – слой капусты, в нее плодоножками вверх положить помидоры и веточки укропа, посыпать солью. Заполнить емкость, чередуя слои, последним слоем должна быть капуста. Накрыть листом хрена, установить гнет. Если через 5–6 ч сок не покроет все овощи, долить рассол (на 1 л воды 1 ст. ложка соли и 2 ч. ложки сахара). Держать емкость при комнатной температуре 2 суток, затем поставить в прохладное место на 5–7 дней.

Капуста, квашенная с овощами

2 кг белокочанной капусты, 300 г моркови, 300 г болгарского перца, 200 г помидоров, 200 г кабачков, 70—100 г чеснока, 30 г острого перца, пучок зелени (укроп, петрушка, сельдерей), 2 листа хрена

Для рассола: *1 л воды, 2 ст. ложки соли*

Довести до кипения воду, растворить в ней соль и дать остыть. Небольшие кочаны капусты разрезать на 4 части, удалить часть кочерыжки. Бланшировать в кипящей воде 2–3 мин. Морковь и кабачки нарезать кружочками, болгарский перец и помидоры разрезать на 4 части, чеснок нарезать пластинками, острый перец – кольцами, зелень нарубить. На дно емкости для квашения выложить лист хрена, на него – овощи, пересыпая зеленью, чесноком и острым перцем, накрыть листом хрена. Залить холодным рассолом и установить гнет, чтобы овощи были полностью погружены в жидкость. Держать 3–4 дня при комнатной температуре, при необходимости снимать пену.

Капуста с бурыми помидорами и перцем

3 кг белокочанной капусты, 1 кг мелких бурых помидоров, 2 кг болгарского перца, 100 г моркови, 3 ст. ложки соли, 1 лист хрена

Капусту тонко нашинковать. Болгарский перец очистить от семян, нарезать соломкой. Морковь нарезать тонкой соломкой или натереть на крупной терке. Помидоры разрезать на две части, удалив плодоножку. Соединить капусту, перец и морковь, посолить, немного помять. В емкость для квашения уложить слоями капустную смесь и помидоры. Накрыть листом хрена, установить гнет. Переставить для квашения в прохладное место.

Квашеная капуста с фруктами

1 кг белокочанной капусты, по 100 г яблок, груш и слив, 1 ст. ложка соли

Капусту тонко нашинковать, посолить и помять. Яблоки и груши очистить от семян, нарезать ломтиками. Сливы разрезать пополам, удалить косточку. В емкость для квашения плотно уложить слоями капусту и фрукты, установить гнет. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно протыкать деревянной палочкой. По окончании процесса брожения поставить на хранение в прохладное место.

Квашеная капуста с тыквой

2 кг белокочанной капусты, 500 г тыквы, 2 ст. ложки соли, 2 ч. ложки сахара, листья винограда и черной смородины

Тыкву очистить от кожуры и семян, мякоть нарезать крупными кусками и посыпать сахаром. Оставить, чтобы выделился сок. Капусту нашинковать, смешать с солью, помять. Добавить сок, выделившийся из тыквы. На дно емкости для квашения выложить половину листьев винограда и черной смородины, на них – слой капусты, поверх нее распределить тыкву, заполнить пустоты между кусками капустой. Накрыть оставшейся капустой, прикрыть листьями винограда и черной смородины, установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, затем поставить в прохладное место.

Капуста с мочеными яблоками

4 кг белокочанной капусты, 3 кг небольших плотных яблок, 250–300 г моркови, 3 ст. ложки сахара, 1½ ст. ложки соли, листья черной смородины и вишни

Капусту нашинковать и смешать с натертой на крупной терке морковью. Добавить соль и сахар, помять. В емкость для квашения выложить слой капусты, поверх нее распределить яблоки, заполняя пустоты между ними капустой. Сверху выложить оставшуюся капусту, накрыть листьями черной смородины и вишни и утрамбовать, чтобы выделился сок. Если сока мало, долить рассол (2 ч. ложки соли и 1 ст. ложка сахара на 1 л воды). Установить гнет. Выдержать при комнатной температуре 12–15 дней, затем перенести в прохладное помещение.

Соленые голубцы с овощами

1,5–2 кг белокочанной капусты, 400 г моркови, 300 г сладкого перца, 100 г корня сельдерея

Для рассола: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли*

Перец нарезать соломкой, морковь и сельдерей натереть на крупной терке, смешать. Из кочана капусты вырезать кочерыжку. Капусту разобрать на листья, бланшировать 1 мин в кипящей подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, срезать грубые прожилки. Завернуть в капустные листья овощную смесь и плотно уложить голубцы в посуду для квашения. Вски-

пятить воду, растворить соль, дать остыть. Залить холодным рассолом голубцы, установить гнет. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно снимать гнет на пару минут. Готовые голубцы хранить в рассоле в прохладном месте.

Соленые голубцы с морковью

1,5 кг белокочанной капусты, 500 г моркови, 30–40 г чеснока, 1 ч. ложка специй для моркови по-корейски

Для рассола: *2 л воды, 2 ст. ложки соли, ½ ч. ложки сахара, 3–4 горошины черного перца*

Капусту разобрать на листья, бланшировать в кипящей воде 1–2 мин. Морковь натереть на терке, добавить пропущенный через пресс чеснок и специи для моркови по-корейски, перемешать. Завернуть начинку в капустные листья, уложить голубцы в емкость для квашения. Приготовить рассол: довести до кипения воду, добавить соль, сахар и черный перец. Дать остыть. Залить рассолом голубцы, накрыть тарелкой, чтобы они не всплывали. Держать при комнатной температуре 3 дня, затем переставить на хранение в прохладное место.

Соленые голубцы с тушеной морковью

1,5 кг белокочанной капусты, 500–700 г моркови, 50 г чеснока, 50–70 мл растительного масла

Для рассола: *1 л воды, 1 ст. ложка соли*

Морковь натереть на крупной терке, обжарить в растительном масле, добавить пропущенный через пресс чеснок и снять с огня. Капусту разобрать на листья, бланшировать в кипящей воде пару минут. Завернуть тушеную морковь в капустные листья, уложить в емкость для квашения и залить горячим рассолом. Накрыть гнетом, чтобы голубцы были погружены в жидкость, держать при комнатной температуре 2–3 дня. Переставить на хранение в прохладное место.

Маринованная и консервированная белокочанная капуста

Капуста с лимоном и имбирем

1,5 кг белокочанной капусты, 500 г сладкого перца, 70—100 г лимонов, 30 г корня имбиря

Для заливки: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 4 ст. ложки сахара*

У лимона и перца удалить семена. Капусту нашинковать, сладкий перец нарезать тонкими полосками, имбирь и лимон – кружочками. Подготовленные продукты смешать и выложить в емкость. Довести до кипения воду, растворить в ней соль и сахар. Залить капусту горячей жидкостью. Держать до остывания при комнатной температуре, затем поставить в холодильник на сутки.

Маринованная белокочанная и цветная капуста

1,5 кг белокочанной капусты, 750 г цветной капусты, 200 г свеклы, 200 г яблок

Для маринада: *1 л воды, 1½ ч. ложки соли, 3 ст. ложки меда, 100 мл лимонного сока, 50 мл растительного масла*

Белокочанную капусту нарезать крупными кусками, цветную разобрать на соцветия и обдать кипятком. Свеклу нарезать кружочками, яблоки – дольками, очистить от семян. Уложить в емкость слоями белокочанную капусту, свеклу, цветную капусту и яблоки. Соединить все ингредиенты для маринада и довести до кипения. Залить овощи горячей жидкостью и прижать гнетом. Держать при комнатной температуре 4–6 дней.

Капуста «Пелюстка» с лимонной кислотой

1,5 кг белокочанной капусты, 250 г свеклы, 30–40 г чеснока, зелень укропа

Для маринада: *800 мл воды, 1 ст. ложка соли, ½ ст. ложки сахара, 1 ч. ложка лимонной кислоты, 2 лавровых листа, 5–6 горошин черного перца*

Свеклу очистить, вымыть, нашинковать пластинами и уложить на дно емкости. У капусты удалить поврежденные и зеленые листья, разрезать кочан на 6–8 частей, вырезав часть кочерыжки. Выложить поверх свеклы. Чеснок и укроп нарубить, посыпать капусту. Для маринада в кипящую воду добавить специи, соль, сахар, кипятить 1–2 мин, всыпать лимонную кислоту и снять с огня. Залить овощи горячим маринадом, чтоб они были полностью им покрыты, прижать гнетом. Держать 3 дня при комнатной температуре. Готовую капусту переставить для хранения в прохладное место.

Капуста с хреном и лимонным соком

1 кг белокочанной капусты, 30 г корня хрена, ½ ч. ложки семян укропа

Для маринада: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 2 ст. ложки меда, 70—100 мл лимонного сока*

Капусту нашинковать, смешать с тертым хреном и семенами укропа, переложить в емкость. Довести до кипения воду, добавить соль, мед и лимонный сок. Залить теплой жид-

костью капусту, чтобы она была полностью погружена в нее, прижать тарелкой. Держать при комнатной температуре 2–3 дня. Переставить на хранение в прохладное место.

Капуста, маринованная со свеклой

1,5 кг белокочанной капусты, 150 г свеклы, 20–30 г чеснока

Для маринада: *1 л воды, 1 неполная ст. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, ⅔—1 ч. ложка лимонной кислоты, по 3–4 горошины черного и душистого перца, 1–2 бутона гвоздики, 1 лавровый лист*

Капусту нарезать крупными кусками, свеклу – тонкими ломтиками, чеснок измельчить. Капусту плотно уложить слоями в емкость, перемежая свеклой и чесноком. Довести до кипения воду с пряностями, добавить соль, сахар и лимонную кислоту. Залить теплым маринадом овощи, накрыть марлей и оставить при комнатной температуре на 2–3 дня. Затем переставить в холодильник еще на пару дней. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Капуста, маринованная с имбирем

800 г белокочанной капусты, 80 г моркови, 20 г корня имбиря, 15 г чеснока, острый перец по вкусу

Для маринада: *500 мл воды, 100 мл лимонного сока, 1½ ст. ложки соли, 1 ст. ложка меда, по ½ ч. ложки зерен кориандра и душистого перца горошком*

Капусту нарезать небольшими квадратами, морковь и имбирь – кружочками, чеснок и острый перец измельчить. Овощи смешать. В воду для маринада всыпать специи, довести до кипения, добавить соль и лимонный сок. Снять с огня и дать немного остыть. В теплой жидкости размешать мед и залить овощи. Держать пару часов при комнатной температуре, затем поставить в холодильник на 10–12 часов.

Капуста в лимонном соке с имбирем

1 кг белокочанной капусты, 1½—2 ч. ложки соли, 20 г свежего корня имбиря, 15 г чеснока, 100 мл лимонного сока, 100 мл растительного масла

Капусту нарезать квадратами, посолить и немного помять. Корень имбиря и чеснок измельчить, добавить к капусте. Влить масло и лимонный сок, перемешать. Выложить капусту в подготовленную емкость, прижать гнетом и поставить в холодильник. Капуста будет готова через 12–18 часов.

Капуста, маринованная с орехами

500 г белокочанной капусты, 70 г грецких орехов, 50 г моркови, 15 г чеснока

Для маринада: *70 мл лимонного сока, 50 мл растительного масла, 50 мл воды, 1 ст. ложка сахара, 1½ ч. ложки соли*

Капусту нашинковать и смешать с тертой морковью. Орехи обжарить, очистить и растолочь. Чеснок пропустить через пресс. Добавить к капусте орехи и чеснок. Для маринада соединить все компоненты и довести до кипения. Залить капусту кипящим маринадом, накрыть крышкой и держать при комнатной температуре 2 часа.

Консервированные голубцы в томатном соусе

1,5 кг белокочанной капусты, 1,5 кг моркови, 300 г лука, 100 г корня петрушки, 100 г корня сельдерея, 50 г чеснока, 200 мл растительного масла, 1–2 ч. ложки соли

Для соуса: *1,5 кг помидоров, 1½ ст. ложки соли, 2 ст. ложки сахара, по 3–4 горошины черного и душистого перца*

Из кочана капусты вырезать кочерыжку, опустить его в кипяток на пару минут. Снять верхние листья. Снова опустить в кипяток и снять следующий слой листьев. Таким образом разобрать весь кочан. Натереть на терке очищенную морковь, корень сельдерея и петрушки. Лук нарезать полукольцами. Обжарить подготовленные овощи в разогретом масле до мягкости, добавить пропущенный через пресс чеснок, соль, жарить еще пару минут и снять с огня. Завернуть начинку в капустные листья. Для соуса помидоры измельчить в блендере или пропустить через мясорубку. Добавить горошины перца и варить на медленном огне до уменьшения объема на треть. Приправить солью и сахаром. Подготовить 4–5 банок объемом 0,5 л. На дно каждой налить немного горячего соуса, затем уложить голубцы и залить кипящим соусом, чтобы не было пустот. Стерилизовать 15–20 мин, закатать крышками и укутать до остывания.

Консервированное ассорти из капусты и овощей

1,5 кг белокочанной капусты, 1 кг помидоров, 500 г моркови, 500 г сладкого перца, 300 г лука, 250 мл растительного масла, 1½—2 ст. ложки соли

Капусту нашинковать, морковь натереть на терке, перец нарезать соломкой, лук – полукольцами, помидоры – ломтиками. Овощи соединить, добавить соль и масло. Оставить на 2 ч, чтобы пустили сок. Разложить в банки вместе с выделившимся соком. Стерилизовать банки объемом 0,5 л в течение 30 мин, литровые – 1 ч. Банки закатать и укутать до остывания.

Заготовки из краснокочанной капусты

Краснокочанная капуста в рассоле

1 кг краснокочанной капусты, 2 лавровых листа, 6 горошин душистого перца
Для рассола: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 2 ст. ложки сахара*

Капусту нашинковать и выложить в широкую емкость, пересыпая специями. Растворить в кипящей воде соль и сахар, дать остыть до комнатной температуры и залить капусту, чтобы она полностью была покрыта жидкостью. Держать при комнатной температуре 3 дня. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Краснокочанная капуста с чесноком

1 кг краснокочанной капусты, 15 г чеснока, 2 ч. ложки соли

Капусту нашинковать, добавить соль, слегка помять и оставить на 20 мин. Чеснок очистить, нарезать пластинками. Выложить в емкость для квашения капусту вместе с выделившимся соком, пересыпая чесноком. Прижать гнетом. Если через 10 ч жидкости выделится недостаточно, долить рассол (1 ч. ложка соли на 500 мл воды). Держать при комнатной температуре 4–5 дней, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Потом поставить в прохладное место.

Краснокочанная капуста со сливами

1 кг краснокочанной капусты, 300 г слив, 1 ст. ложка соли, 5–6 горошин черного перца, 5–6 бутонов гвоздики

Капусту нарезать крупными шашечками, пересыпать солью и специями, немного помять. Сливы разрезать на 2 части, удалить косточку. Уложить капусту в емкость, переслаивая сливами. Установить гнет, чтобы выделился сок. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, ежедневно протыкать деревянной палочкой. Потом переставить на хранение в прохладное место.

Краснокочанная капуста, квашенная с перцем

1,5 кг краснокочанной капусты, 200 г болгарского перца, 100 г яблок, 10 виноградных листьев, 1½ ст. ложки соли

Капусту нашинковать и перетереть с солью. Перец разрезать на 6–8 частей. Яблоко нарезать на четверти, вырезать семена. На дно емкости для квашения выложить половину виноградных листьев, сверху – капусту, перекладывая перцем и яблоками. Уплотнить. Накрыть виноградными листьями и установить гнет. Если через 8—10 ч сока выделится недостаточно, долить рассол (2 ч. ложки соли на 1 л воды). Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Квашеная краснокочанная капуста

1 кг краснокочанной капусты, 1 ст. ложка сахара, 2 ч. ложки соли

Капусту нашинковать, добавить соль и сахар, перемешать и оставить на 30–60 мин до выделения сока. Затем плотно уложить в емкость для квашения, установить гнет и накрыть марлей. Держать при комнатной температуре 4–5 дней, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Затем переставить на хранение в прохладное место.

Краснокочанная капуста с яблоками и луком

1 кг краснокочанной капусты, 200 г кислых яблок, 50 г лука, 2 ч. ложки соли, душистый перец по вкусу

Капусту нашинковать и перетереть с солью. Яблоки очистить от кожуры и семян, натереть на терке. Лук нарезать полукольцами. Добавить к капусте лук, яблоки и душистый перец, плотно уложить в емкость для квашения. Установить гнет, чтобы выделился сок. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Затем переставить на хранение в прохладное место.

Краснокочанная капуста с яблоками

1 кг краснокочанной капусты, 250 г кислых яблок, 1 неполная ст. ложка соли

Капусту нашинковать и перетереть с солью. Яблоки очистить, удалить семена, нарезать соломкой. Смешать капусту и яблоки. Плотно выложить в емкость для квашения, чтобы выделился сок. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3 дня, ежедневно снимать гнет и протыкать капусту деревянной палочкой. После хранить в прохладном месте.

Краснокочанная капуста с виноградом

1 кг краснокочанной капусты, 300 г винограда, 6 виноградных листьев

Для рассола: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 1 ст. ложка сахара*

Капусту нарезать квадратами. В емкость для квашения выложить половину виноградных листьев. На них – капусту, пересыпая ее виноградом. Не трамбовать. Довести до кипения воду, растворить в ней соль и сахар, дать остыть. Залить холодным рассолом капусту, оставить при комнатной температуре на 2–3 дня. Затем хранить в прохладном месте.

Краснокочанная капуста с лимоном и медом

1,5 кг краснокочанной капусты, 1 лимон

Для рассола: *400 мл воды, 1 ст. ложка соли, 1½ ст. ложки меда*

Капусту нашинковать. Лимон нарезать тонкими полукруглыми ломтиками, удалить семена. Смешать с капустой в емкости для квашения. Довести до кипения воду, растворить в ней соль, дать немного остыть и добавить мед. Залить капусту, установить гнет и держать 2–3 дня при комнатной температуре, ежедневно протыкая деревянной палочкой. Затем переставить на хранение в прохладное место.

Краснокочанная капуста с овощами

1 кг краснокочанной капусты, 500 г лука, 500 г корня сельдерея, 500 г моркови, 500 г свеклы, 500 г болгарского перца, 4 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки соли, 1 ч. ложка лимонной кислоты

Капусту нашинковать, лук нарезать полукольцами, морковь, сельдерей и свеклу натереть на терке, болгарский перец нарезать соломкой. Подготовленные овощи соединить, добавить соль, сахар и лимонную кислоту. Плотно уложить в емкость для квашения, установить гнет, чтобы выделился сок. Оставить при комнатной температуре на 4–5 дней. Ежедневно протыкать деревянной палочкой, чтобы выпустить образовавшиеся газы. Готовую капусту поставить на хранение в прохладное место.

Ассорти из капусты и моркови

1,2 кг белокочанной капусты, 800 г краснокочанной капусты, 300 г моркови, 2 ст. ложки соли, 3 лавровых листа

Оба вида капусты нашинковать, добавить натертую морковь, посолить и хорошо перемешать. Уложить в емкость для квашения, добавив лавровый лист. Установить гнет, чтобы капуста выделила сок. Если через 8—10 ч сока выделится недостаточно, долить рассол (2 ч. ложки соли на 1 л воды). Держать при комнатной температуре 3–4 дня, ежедневно снимая гнет и протыкая капусту деревянной палочкой. Затем хранить в прохладном месте.

Консервированная капуста с яблочным соком

1,5 кг краснокочанной капусты, 1 ст. ложка соли

Для маринада: *1 л кислого яблочного сока, 1 ст. ложка соли, 2–3 ст. ложки сахара, 2 бутона гвоздики, 4 горошины душистого перца*

Капусту нашинковать, посолить и перетереть. Оставить на 4–5 ч, чтобы пустила сок. Уложить капусту в подготовленные банки небольшого объема. Яблочный сок прокипятить со специями 3–4 мин, добавить соль и сахар. Залить капусту горячим маринадом, сразу же закатать и укутать до остывания.

Консервированная капуста с яблоками

1 кг краснокочанной капусты, 500–600 г яблок, 150 г свеклы

Для заливки: *1 л воды, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки соли, 1 ч. ложка лимонной кислоты, 4–5 бутонов гвоздики, 3–4 горошины душистого перца, щепотка корицы*

Свеклу очистить и нарезать брусочками. Яблоки нарезать ломтиками, удалив сердцевину. Капусту нашинковать. Воду для заливки довести до кипения, добавить специи, соль, сахар и лимонную кислоту. Бланшировать капусту в кипящей заливке 5 мин, дать остыть. Выложить в подготовленные банки слоями капусту, яблоки и свеклу. Заливку довести до кипения и сразу залить в банки. Стерилизовать банки объемом 0,5 л в течение 15 мин. Закатать и укутать до остывания.

Ассорти из капусты и яблок

1 кг краснокочанной капусты, 1 кг белокочанной капусты, 1 кг яблок зимних сортов, 400 г моркови

Для рассола: *2 л воды, 2 ст. ложки сахара, 2½ ст. ложки соли*

Оба вида капусты тонко нашинковать. Морковь натереть на терке для моркови по-корейски или нарезать тонкой соломкой. Яблоки нарезать дольками, удалить семена. В емкость для квашения плотно уложить слоями капусту, перемежая морковью и яблоками. Довести до кипения воду, добавить соль и сахар, дать остыть. Залить капусту рассолом, чтобы он ее полностью покрыл. Установить гнет. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, ежедневно протыкать капусту деревянной палочкой. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Консервированная капуста со сливами

2 кг краснокочанной капусты, 700 г слив

Для маринада: *1 л воды, 2½ ст. ложки соли, 4 ст. ложки сахара, 1½ ч. ложки лимонной кислоты, по ½ ч. ложки черного перца горошком, гвоздики и молотой корицы*

Капусту нашинковать, бланшировать в кипящей воде 2 мин. Откинуть на дуршлаг, окунуть в холодную воду и обсушить. Сливы разделить пополам, удалить косточку. Опустить в кипящую воду на 1 мин. Уложить в банки небольшого объема капусту и сливы слоями. Для маринада довести до кипения воду со специями, добавить соль, сахар и лимонную кислоту, размешать и снять с огня. Залить кипящий маринад в банки. Стерилизовать банки объемом 0,5 л в течение 10 мин. Банки закатать и оставить до полного остывания.

Заготовки из цветной капусты

Квашеная цветная капуста

2 кг цветной капусты, 3 лавровых листа, 8 горошин черного перца, 1 л воды, 1½ ст. ложки соли, ½ ч. ложки лимонной кислоты

Цветную капусту разобрать на соцветия. Довести до кипения воду, добавить соль, лимонную кислоту, перец и лавровый лист. Бланшировать капусту порциями в кипящем маринаде 2–3 мин, потом плотно уложить в емкость для квашения. Залить холодным маринадом, чтобы он полностью ее покрывал. Прижать тарелкой или крышкой, чтобы капуста не всплывала. Держать 3 дня при комнатной температуре, ежедневно проверять и при необходимости доливать рассол. Готовую капусту хранить в прохладном месте.

Цветная капуста с морковью и сельдереем

3 кг цветной капусты, 400–500 г моркови, 200 г корня сельдерея, 2 листа хрена

Для маринада: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, ½ ч. ложки лимонной кислоты*

Цветную капусту разобрать на соцветия. Корень сельдерея натереть на терке для корейской моркови, морковь нарезать кружочками. Приготовить маринад. Бланшировать в кипящем маринаде цветную капусту небольшими порциями по 2 мин, затем обдать холодной водой. На дно емкости для засолки положить лист хрена, затем уложить соцветия капусты, пересыпая морковью и сельдереем, накрыть листом хрена. Залить овощи холодным маринадом и прижать гнетом, чтобы не всплывали. Держать при комнатной температуре 4–6 дней, затем поставить в прохладное место.

Цветная капуста с морковью и зеленью

3 кг цветной капусты, 500 г моркови, пучок зелени сельдерея, петрушки и укропа, по 10 листьев черной смородины и винограда

Для рассола: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 4 горошины черного перца*

Вскипятить воду, добавить перец и соль, дать остыть. Цветную капусту разделить на соцветия, тщательно промыть. Морковь очистить, нарезать кружочками. На дно емкости для засолки уложить половину листьев и зелени. Затем плотно уложить капусту с морковью, накрыть оставшимися листьями и зеленью. Залить овощи холодным рассолом, прижать гнетом. Держать 2–3 дня при комнатной температуре. Готовую капусту поставить в прохладное место.

Цветная капуста в медово-лимонном сиропе

1 кг цветной капусты, 150 мл лимонного сока, 350 г меда, 50 г корня имбиря

Цветную капусту разделить на соцветия, тщательно вымыть. Лимонный сок смешать с 2 л холодной воды, опустить в нее соцветия капусты, выдержать 2 ч. Мед растворить в 500 мл воды, довести до кипения и варить сироп, помешивая, до загустения. Капусту вынуть шумовкой, дать стечь жидкости. Уложить в подготовленные стерилизованные банки, добавить в каждую банку нарезанный кружочками имбирь. Воду с лимонным соком довести до кипения, залить ею капусту и оставить на 3–6 мин. Затем воду слить и залить капусту медо-

вым сиропом. Закрыть банки полиэтиленовыми крышками, держать до остывания при комнатной температуре, затем поставить в холодильник. Капуста будет готова через 2 дня.

Квашеная цветная капуста с хреном

3 кг цветной капусты, 100 г корня петрушки, 50 г корня хрена, 2 листа хрена, 1 зонтик укропа с семенами

Для рассола: *1 л воды, 2½ ст. ложки соли, 1 лавровый лист*

Цветную капусту разобрать на соцветия, хорошо вымыть и обдать кипятком. Хрен и корень петрушки тщательно вымыть, нарезать кружочками. На дно емкости для засолки уложить лист хрена и зонтик укропа, на них – нарезанные коренья, сверху плотно уложить соцветия капусты. Приготовить рассол: довести до кипения воду с лавровым листом, добавить соль и дать остыть. Залить капусту охлажденным рассолом, накрыть листом хрена, прижать гнетом, чтобы овощи не всплывали. Выдержать 2–3 дня при комнатной температуре, а затем переставить в прохладное место.

Цветная капуста с перцем и яблоками

3 кг цветной капусты, 500 г болгарского перца, 1,5–2 кг кислых яблок, 10 листьев черной смородины

Для маринада: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 1 ч. ложка сахара, ½ ч. ложки лимонной кислоты*

Цветную капусту разобрать на соцветия. Перец разрезать на 4–6 частей. У яблок удалить сердцевину, нарезать дольками. Приготовить маринад: довести до кипения воду, добавить соль, сахар и лимонную кислоту. В кипящем маринаде бланшировать капусту небольшими порциями по 2 мин. Затем обдать капусту холодной водой и дать жидкости стечь. В емкость для засолки выложить половину листьев смородины, на них – капусту, дольки яблок и перец. Накрыть оставшимися листьями, залить охлажденным рассолом. Прижать гнетом, чтобы овощи не всплывали. Держать при комнатной температуре 4–6 дней, затем поставить в прохладное место.

Цветная капуста, маринованная в вине

1 кг цветной капусты

Для маринада: *200 мл белого сухого вина, 15 г чеснока, 50 г дижонской горчицы, 50 мл лимонного сока, 50 мл растительного масла, 1½ ст. ложки соли, ⅓ ч. ложки молотого черного перца*

Капусту разобрать на соцветия, бланшировать 4–5 мин в подсоленном кипятке (1 ч. ложка соли на 1 л воды). Соединить вино, лимонный сок, масло, горчицу, соль, перец, пропущенный через пресс чеснок. Хорошо перемешать. Залить капусту маринадом, перемешать и поставить в холодильник. Капуста будет готова через 6–7 часов.

Соленая цветная капуста с виноградом

2 кг цветной капусты, 1 кг зеленого винограда, 300 г моркови, 50 г корня хрена, виноградные листья

Для рассола: *1 л воды, 2½ ст. ложки соли*

Для рассола вскипятить воду, добавить соль, дать остыть. Цветную капусту разобрать на соцветия, ошпарить кипятком. Ягоды винограда промыть, перебрать. Морковь и хрен очистить, нарезать кружочками. На дно емкости для засолки выложить половину листьев винограда, сверху плотно уложить капусту, пересыпая ягодами винограда, затем слой моркови и хрена. Накрыть оставшимися листьями винограда. Залить охлажденным рассолом, прижать овощи гнетом, поставить в прохладное место.

Квашеная цветная капуста с кореньями

3 кг цветной капусты, 200 г корня сельдерея, 200 г корня петрушки или пастернака, пучок зелени укропа и сельдерея, по 10 листьев вишни и черной смородины

***Для рассола:** 1 л воды, 2 ст. ложки соли, 4 горошины черного перца, 2 лавровых листа*

Вскипятить воду для рассола, добавить специи и соль, дать остыть. Цветную капусту разобрать на соцветия, тщательно промыть. Коренья очистить, петрушку нарезать кружочками, сельдерей – ломтиками. На дно емкости для квашения уложить половину листьев вишни, смородины и половину зелени. Затем слоями положить капусту и коренья, сверху – оставшуюся зелень и листья. Залить охлажденным рассолом, прижать гнетом, чтобы овощи не всплывали. Выдержать 2–3 дня при комнатной температуре, потом переставить в прохладное место.

Квашеная цветная капуста с яблоками

3 кг цветной капусты, 1 кг яблок, 8 листьев винограда

***Для рассола:** 1 л воды, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка меда, 3–4 бутона гвоздики*

Цветную капусту тщательно вымыть и разобрать на соцветия. Яблоки очистить от сердцевины, нарезать дольками. Довести до кипения воду с солью и гвоздикой. Бланшировать в ней капусту небольшими порциями по 2 мин. Рассол остудить и размешать в нем мед. Дно емкости для квашения застелить половиной виноградных листьев, на них плотно уложить капусту и яблоки, накрыть оставшимися листьями. Залить рассолом и прижать гнетом. Держать 4–5 дней при комнатной температуре. Затем переставить в прохладное место.

Квашеная цветная капуста со свеклой

1,5–2 кг капусты, 150 г свеклы, 100 г моркови, 20 г чеснока

***Для рассола:** 1,5 л воды, 3 ст. ложки соли, 4 ст. ложки сахара, по 3–4 горошины душистого и черного перца*

Капусту разобрать на соцветия, тщательно промыть. Свеклу нарезать тонкими ломтиками, морковь – кружочками, чеснок измельчить. Уложить капусту в трехлитровую банку, перемежая слои морковью, свеклой и чесноком. Довести до кипения воду для рассола, всыпать специи, соль и сахар, варить пару минут. Дать немного остыть. Залить овощи горячим, но не кипящим рассолом. Держать при комнатной температуре 3–4 дня, при необходимости снимать пену и доливать рассол. Готовую капусту переставить на хранение в прохладное место.

Цветная капуста с эстрагоном и горчицей

1 кг цветной капусты, веточка эстрагона, 1 ч. ложка семян горчицы, 1 лавровый лист, 5 горошин черного перца, 4 листа белокочанной капусты

Для рассола:*1 л воды, 2 ст. ложки соли*

Цветную капусту тщательно промыть и разобрать на соцветия. Бланшировать 2–3 мин в кипящей подсоленной воде (1 ч. ложка на 1 л воды). Сразу окунуть в холодную воду, дать стечь жидкости. Дно емкости для засолки выстелить половиной листьев белокочанной капусты. Выложить сверху цветную капусту и специи, залить холодным рассолом. Выдержать 2 дня при комнатной температуре, затем переставить в прохладное место.

Консервированная острая цветная капуста

700 г цветной капусты, 100 г моркови, 100 г лука, 25–30 г чеснока, 20 г острого перца

Для маринада: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 1 ч. ложка сахара, ½ ч. ложки лимонной кислоты*

Нарезать лук и острый перец кольцами, морковь – кружочками, чеснок измельчить, капусту разобрать на соцветия. Довести до кипения воду, добавить соль и лимонную кислоту. Бланшировать капусту порциями в течение минуты, вынуть и дать остыть. Уложить все овощи в стерилизованные банки небольшого объема. В маринад добавить сахар и довести до кипения. Залить кипящим маринадом овощи, банки закатать и укутать до остывания.

Консервированная капуста с морковью

1 кг цветной капусты, 200 г моркови, по 5–6 листьев черной смородины и вишни, пучок зелени (укроп и сельдерей)

Для маринада: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, ⅓ ч. ложки лимонной кислоты, 3–4 горошины душистого перца*

Цветную капусту разобрать на соцветия и хорошо промыть. Морковь нарезать кружочками. Выложить в банки листья смородины и вишни, половину зелени. Сверху уложить капусту, пересыпая морковью, накрыть оставшейся зеленью. Залить кипятком и оставить на 2–3 мин. Затем воду слить, измерить ее объем и приготовить на ее основе маринад: довести до кипения, добавить соль, лимонную кислоту и душистый перец. Кипящим маринадом залить овощи, банки тут же закатать. Когда остынут, переставить на хранение в прохладное место.

Цветная капуста пряная

1,5 кг цветной капусты, по 4 листа черной смородины и вишни, 4 веточки петрушки

Для маринада: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, 70 мл лимонного сока, 4 горошины душистого перца, 4 бутона гвоздики, ½ ч. ложки семян горчицы, 1 лавровый лист*

Капусту разобрать на соцветия. Бланшировать 2–3 мин в кипящей подсоленной и подкисленной воде (по 1 ч. ложке соли и лимонного сока на 1 л воды). Откинуть на дуршлаг. Разложить капусту в подготовленные банки небольшого объема, добавить листья смородины и вишни, петрушку. Залить в банки кипяток на 1 мин, затем воду слить. Измерить объем слитой жидкости и приготовить нужное количество маринада. Для этого довести воду со специями до кипения, растворить в ней соль и сахар, влить лимонный сок и снять с огня. Горячим маринадом залить капусту, банки закатать и укутать до остывания.

Консервированная капуста с петрушкой

1 кг цветной капусты, 200 г моркови, 100 г корня петрушки

Для маринада: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, ⅓ ч. ложки лимонной кислоты, специи по вкусу*

Капусту тщательно промыть и разобрать на соцветия. Бланшировать пару минут в кипящей подсоленной воде (1 ч. ложка соли на 1 л воды). Морковь и петрушку нарезать кружочками. Сложить капусту, морковь и петрушку слоями в банки небольшого объема. Для маринада довести до кипения воду, добавить соль, специи и лимонную кислоту. Залить в банки, оставить на 5–7 мин. Затем слить, снова довести до кипения, залить в банки, закатать крышками и укутать до остывания.

Консервированная капуста с хреном

3 кг цветной капусты, 200 г корня хрена, 50 г зелени петрушки, 8—10 листьев вишни

Для маринада: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, ½ ч. ложки лимонной кислоты, ½ ч. ложки семян горчицы, черный и душистый перец по вкусу*

Капусту тщательно промыть и разобрать на соцветия. Бланшировать капусту небольшими порциями в кипящей подсоленной воде (2 ч. ложки соли на 1 л воды) 2–3 мин. Корень хрена тщательно очистить и нарезать кружочками. В подготовленные банки уложить промытую зелень петрушки, корень хрена и листья вишни. Заполнить банку капустой. Для маринада добавить в воду все ингредиенты, довести до кипения. Залить капусту горячим маринадом. Стерилизовать банки объемом 0,5 л 15 мин, закатать и укутать до остывания.

Капуста в медово-лимонном маринаде

1 кг цветной капусты

Для маринада: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 3 ст. ложки меда, 150 мл лимонного сока, 5–6 горошин душистого перца, 5 бутонов гвоздики, ½ ч. ложки тертого мускатного ореха*

Цветную капусту разобрать на соцветия и тщательно промыть. Уложить в подготовленные банки объемом 0,5 л. Приготовить маринад: довести до кипения воду со специями, добавить соль, мед и лимонный сок, кипятить 1 мин. Залить кипящим маринадом банки с капустой, стерилизовать 10–15 мин, закатать.

Цветная капуста в томатном маринаде

1–1,2 кг цветной капусты

Для маринада: *800 г сочных помидоров, 2 ч. ложки соли, 1 ст. ложка сахара, 4–5 горошин душистого перца*

Капусту разобрать на соцветия и бланшировать 2 мин в кипящей подсоленной воде (на 1 л воды – 1 ч. ложка соли и лимонная кислота на кончике ножа). Капусту откинуть на дуршлаг и сразу опустить в холодную воду. Остывшую капусту разложить в подготовленные банки объемом 0,5 л. Нарезанные помидоры уложить в сотейник, довести до кипения на слабом огне, протереть массу через сито. Добавить соль, сахар и перец, снова довести до кипения, кипятить 5 мин. Залить кипящий маринад в банки, сразу же закатать и укутать до остывания.

Капуста в томатно-овощном маринаде

1,5 кг цветной капусты

Для маринада: *1,2 кг помидоров, 200 г болгарского перца, 100 г моркови, 50 г чеснока, зелень петрушки и укропа, 2 ст. ложки соли, 3 ст. ложки сахара, 100 мл растительного масла, ½ ч. ложки лимонной кислоты, 3 бутона гвоздики*

Цветную капусту тщательно вымыть, разобрать на соцветия, бланшировать 2–3 мин в подсоленном кипятке (1 ч. ложка соли на 1 л воды) и откинуть на дуршлаг. Помидоры, морковь и сладкий перец измельчить блендером или пропустить через мясорубку. Добавить растительное масло, гвоздику, сахар, соль и варить на медленном огне. После закипания добавить лимонную кислоту, измельченную зелень, пропущенный через пресс чеснок и цветную капусту. Довести до кипения и варить 5 мин. Разложить в стерилизованные банки, закатать и укутать до остывания.

Капуста в остром томатном маринаде

2,2–2,5 кг цветной капусты

Для маринада: *1,2–1,3 кг помидоров, 400 г красного сладкого перца, 50 г острого перца, 70 г чеснока, 4 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки соли, 50–70 мл лимонного сока, 150–200 мл растительного масла, душистый перец по вкусу*

Капусту разобрать на соцветия и тщательно промыть. Овощи для маринада измельчить в блендере или пропустить через мясорубку. Довести до кипения, добавить соль, сахар, масло и душистый перец, варить пару минут. Добавить капусту и варить все вместе 15 мин после закипания. Влить лимонный сок и варить еще 5 мин. Разложить в стерилизованные банки, закатать и укутать до остывания.

Цветная капуста с чесноком в томате

2 кг цветной капусты, 50 г чеснока

Для маринада: *1,5–2 кг спелых помидоров, 1½ ст. ложки соли, 1 ст. ложка сахара, ½ ч. ложки лимонной кислоты, 3–4 лавровых листа, 4–5 горошин черного перца*

Цветную капусту тщательно вымыть и разделить на соцветия. Бланшировать 3 мин в подсоленной воде (1 ч. ложка соли на 1 л воды). Чеснок нарезать пластинками. Помидоры нарезать, выложить в сотейник и довести до кипения. Затем протереть через сито и варить на слабом огне 5 мин. Добавить специи, соль, сахар, лимонную кислоту и варить еще 5–7 мин. Цветную капусту разложить в банки, добавить чеснок. Залить кипящим томатным маринадом. Стерилизовать банки объемом 0,5 л в течение 10–15 мин и закатать.

Цветная капуста, маринованная с перцем

800–900 г цветной капусты, 150 г красного сладкого перца, 150 г желтого болгарского перца, 20–30 г чеснока

Для маринада: *1 л воды, 1½ ст. ложки соли, 1½ ст. ложки сахара, 1 ч. ложка лимонной кислоты, 4–5 горошин душистого перца, 1 лавровый лист*

Капусту тщательно вымыть и разобрать на соцветия. Перец нарезать соломкой, чеснок – пластинками. Уложить овощи слоями в подготовленные банки небольшого объема. Залить банки кипятком и оставить на 3–4 мин. Затем воду слить, измерить ее объем и использовать для приготовления маринада. Довести воду до кипения, добавить специи, соль, сахар и лимонную кислоту. Кипятить пару минут. Влить кипящий маринад в банки, сразу же их закатать и укутать до остывания.

Ассорти из цветной капусты и овощей

400 г цветной капусты, 200 г сладкого перца, 400 г небольших помидоров, 5 г острого перца, 15 г чеснока, зелень укропа и петрушки

Для маринада: *1 л воды, 1 ст. ложка соли, 3 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки лимонного сока*

Капусту разобрать на соцветия, тщательно промыть. Сладкий перец очистить от семян и разрезать на 4–6 частей. Помидоры проколоть со стороны плодоножки. Чеснок нарезать пластинками, острый перец – кольцами. Уложить на дно банок небольшого объема зелень, чеснок и острый перец. Приготовить маринад: в воду добавить соль, сахар и лимонный сок, довести до кипения. Бланшировать в маринаде капусту 2 мин, затем остудить и переложить в банки. В маринад на минуту опустить перец и также переложить в банки. Добавить в банки помидоры, залить кипящим маринадом и сразу же закатать. Банки перевернуть и укутать до остывания.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.