

Яблоки не только десерт

Яблоки в особом представлении не нуждаются. Из них (как и из картошки) можно приготовить не один десяток блюд. Причем не только десертных и сладких.

Рецептами некоторых оригинальных кушаний из яблок сегодня с нами поделится ведущий научный сотрудник отдела хранения и переработки РУП «Институт плодоводства» кандидат сельскохозяйственных наук Мария Максименко.

— Яблоко — плод универсальный, — подтверждает Мария Григорьевна. — Его сушат, квасят (то есть мочат) и маринуют, из него делают варенье, джем, мармелад и пастилу. Добавляют в салаты и как гарнир к жирному мясу или птице. Конечно же, используют и в самой разнообразной выпечке. Те, кто следит за фигурой, запекают яблоки с корицей, а те, кто не боится калорий, обожают пышную шарлотку. И в каком бы виде вы ни ели эти фрукты, польза будет огромнейшей. Сказка о молодильных яблоках не зря написана. Они ценнейший фрукт, в котором есть почти все необходимые нашему организму витамины и минералы, а также фолиевая кислота, сахара, пектины.

Поскольку сегодня мы будем говорить о различных соусах и приправах, приготовленных из яблок, то все внимание плодам с легкой пикантной кислинкой. Таким как у «Антоновки», «Симиренко», «Надзейного» и других светлоокрашенных сортов.

Яблочный чатни

Очистите 1 кг яблок и 2 средние луковицы и мелко нарежьте их. Положите яблоки и лук в кастрюлю. Всыпьте туда 350 г сахара и 0,5 стакана изюма без косточек. Влейте 400 г винного или яблочного уксуса.

Поставьте кастрюлю на плиту и дайте массе закипеть. Варите ее, пока сахар полностью не растворится. Затем всыпьте 15 г кориандра, 1,5 ч. л. корицы, 1 ч. л. красного перца и соль по вкусу. Все хорошо размешайте. Варите на слабом огне 1,5 — 2 часа, регулярно помешивая.

Разлейте чатни в банки и поставьте в холодильник. Если хотите хранить дольше, закатайте.

Яблочная горчица

Разрежьте на половинки 3 вымытых яблока, выньте сердцевину. Мякоть положите в кастрюлю, долейте немного воды и тушите до мягкости. Затем остудите, уберите кожицу и все измельчите блендером.

Смешайте 5 ст. л. 9-процентного винного уксуса, 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли. Добавьте по 3 — 4 штучки гвоздики и душистого перца-горошка. Все смешайте и поставьте на огонь до полного растворения. Прокипятите 2 — 3 минуты, остудите и отправьте в блендер. Туда же добавьте, исходя из собственного вкуса, 1 — 3 ст. л. горчичного порошка.

Полученную массу переложите в баночки, накройте крышкой и на сутки оставьте при комнатной температуре. Затем переставьте в холодильник.

Классическая приправа к мясу

Очистите 4 яблока и удалите сердцевину. Плоды мелко нарежьте. Всыпьте 100 г сахара и 10 г молотой корицы. Перемешайте, влейте 0,7 стакана воды и поставьте варить.

Когда масса закипит, снова перемешайте и убавьте нагрев до минимума. Закройте кастрюлю крышкой и тушите 15 минут. Если надо, подлейте немного воды,

Наталья Тышкевич. Яблоки не только десерт

чтобы получилась консистенция сметаны. Снимите кастрюлю с плиты и дайте соусу остыть. Затем влейте туда сок, выжатый из 1 лимона. При желании всыпьте немного сахара. Пропустите массу через блендер.

Яблочно-чесночный соус

Очистите от кожицы и семян 2 крупных сладких (!) яблока и 2 головки чеснока. Затем все измельчите. К полученной массе добавьте 100 г густой сметаны и 50 г майонеза. Приправьте все солью и перцем по вкусу и тщательно размешайте.

Кетчуп

Помидоры с яблоками — вкусное и нежное сочетание. Яблоки придают кетчупу особый аромат и сладковатый вкус.

3 кг помидоров и 500 г яблок помойте и нарежьте кубиками. Переложите все в кастрюлю. Добавьте 2 средние мелко нарезанные луковицы и 3 — 4 измельченных зубчика чеснока. Поставьте кастрюлю на средний огонь и тушите, помешивая, 20 — 30 минут, пока плоды не станут мягкими.

Затем переложите массу в блендер и измельчите. Перелейте ее снова в кастрюлю и добавьте 100 мл 9-процентного уксуса, 100 г сахара и соль по вкусу. Варите на слабом огне около 1,5 — 2 часов, помешивая. Когда кетчуп загустеет и приобретет желаемую консистенцию, перелейте его в стерильные банки и закатайте.